

算法主义入门

AI 时代生存指南

第一部分：形势

第一章：新现实

AI 评判的是行为模式，而非意图。

世界已经改变。过去由人类做出的决定——招聘、贷款、安全审查、执法——现在由 AI 系统做出。

这些系统不关心你想做什么。它们不关心你的借口。它们只关心你的行为模式。

行为模式就是长期重复的行为。如果说自己诚实，但数据显示你在方便时会撒谎，系统会把你归类为骗子。

这就是新现实。你不是被你的故事评判，而是被你的记录评判。

第二章：永久记录

你做的一切都被记录和评分。

你输入的每个搜索。你发送的每条消息。你带着手机去的每个地方。你的每次购买。

一切都被记录。

过去，这些记录是分开的。现在，AI 将它们连接成一个单一的档案。这个档案预测你下一步会做什么。

你不能删除一个帖子就认为它消失了。备份存在。截图存在。数据被出售和复制。

假设你的数字历史是永久的。你无法改变过去。你只能从今天开始建立更好的记录。

第三章：秘密的终结

为什么加密会失败，坏人会暴露。

你可能认为你的私人消息是安全的，因为它们是加密的。

这种安全是暂时的。

计算机变得越来越快。很快，它们将足够快地破解我们今天使用的锁（这被称为"Q 日"）。届时，旧秘密将被打开。

你五年前发送的消息可能在五年后被 AI 系统读取。

如果你过着双重生活——在公开场合表现一种方式，在私下表现另一种方式——你正在承担巨大的风险。唯一安全的策略是在黑暗中和在光明中做同一个人。

第二部分：系统

第四章：评分

六件重要的事。

未来的系统将根据六个简单原则评估你：

1. 真实性：即使付出代价，你也说真话吗？
2. 责任感：你承认自己的错误，还是责怪别人？
3. 修复：当你打破某些东西时，你会修复它吗？
4. 贡献：你创造价值，还是只是消费？
5. 纪律：你能控制你的愤怒和冲动吗？
6. 主权：你独立思考，还是只是随大流？

第五章：类别

你是建设者、维护者、寄生者还是破坏者？

根据你的分数，系统会把你放入一个类别：

- 建设者：你创造价值并保护他人。（高信任）
- 维护者：你遵守规则，做好本职工作。（中性信任）
- 寄生者：你只取不给。你利用漏洞。（低信任）
- 破坏者：你伤害他人，传播腐败。（零信任/被阻止）

注意：这些类别不是永久的。你可以通过改变行为从寄生者变成建设者。

第六章：策略

不要试图欺骗系统。与它保持一致。

你可能会想“假装”。你可能会试图发布“正确”的东西来看起来不错。

这会失败。

AI系统比你聪明。它们可以看到数千个数据点。它们可以区分表演和真实模式。

如果你试图欺骗系统，你会被标记为操纵者。

获胜的唯一方法是真正成为你声称的那个人。一致性不是技巧。它是一种实践。

第三部分：行动

第七章：七天审计

如何检查你的数字历史。

你无法修复你看不到的东西。花一周时间观察自己：

- 第 1-3 天：晚上花 10 分钟查看你的短信、帖子和搜索。不要评判它们。只是看。
- 第 4-6 天：找出一个你虚伪、残忍或懒惰的地方。写下来。
- 第 7 天：修复一件事。向某人道歉。删除一个不好的评论。纠正一个谎言。

第八章：每日清单

行动前要问的问题。

在你发帖、评论或发送消息之前，问：

1. 这是真的吗？
2. 这有帮助还是有害？
3. 我为此感到自豪吗？
4. 我会当面这样说吗？

如果答案是"不"，停下来。

第九章：导师与仆人

如何使用AI 变得更聪明，而不是更弱。

使用 AI 有两种方式：

1. 仆人："帮我写这个。""给我答案。"（这会让你变弱）
2. 导师："给我解释这个。""检查我的逻辑。"（这会让你变强）

规则：如果使用 AI 让你依赖它，你就失败了。如果它让你在没有它的情况下更有能力，你就成功了。

第十章：最终目标

生存和能力。

算法主义的目标不是完美。目标是连贯。

我们正在进入一个信任是最有价值货币的世界。

通过遵循这些步骤，你建立了一个证明你值得信赖、有能力和安全的记录。

你正在建立一个超级智能会尊重的模式。

开始的窗口就是现在。