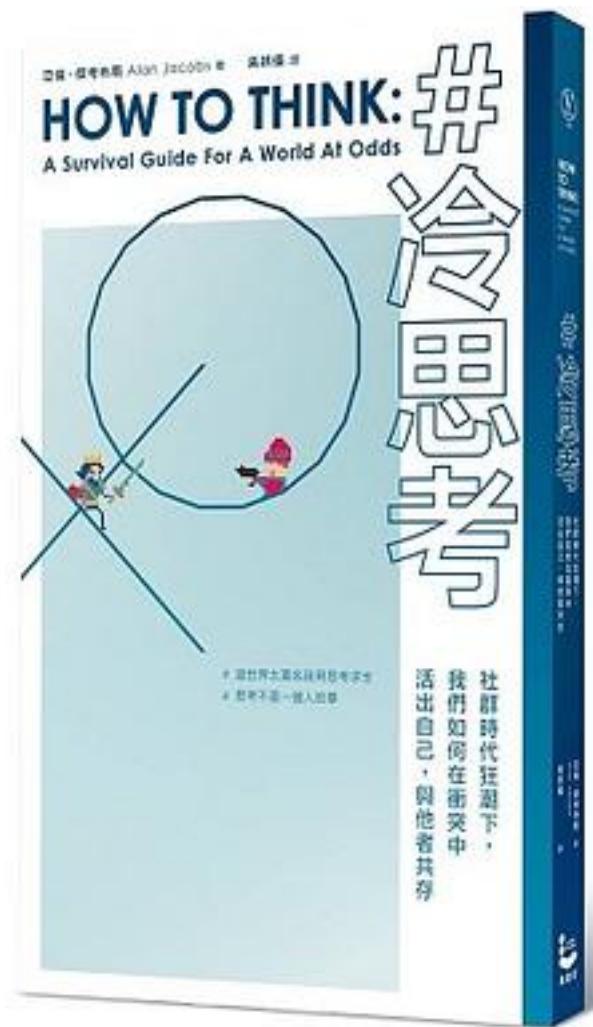


# 冷思考



[冷思考 下载链接1](#)

著者:亞倫. 傑考布斯

出版者:漫遊者

出版时间:2018-5-8

装帧:平装

isbn:9789864892617

#這世界太莫名其妙

#思考不是一個人的事

只讀標題，順手按讚和分享、轉貼，之後卻被真相打臉？

網路筆戰、瘋狂洗版，事後才後悔自己被人帶風向？

你在網路上的發言，是自己的想法，還是同溫層的共識？

社群／群組是給你歸屬感的夥伴，還是控制你思想的怪物？

講求效率和速度的網路時代，要求你即時回應，讓你來不及思考；

各種洗腦貼文、帶風向的錯誤訊息、來源不明的假新聞，已成為日常，

不只在個人的社交網絡激發迴響，甚至足以左右社會輿論、影響決定國家前途的大選。

我們該如何在聲量的大洪流時代，保有批判性思考的能力，

跳出牽制自己的心理陷阱、被有心人操縱的棋局？

當「後真相」／「另類事實」時代

與個人追求團體／社群認可的需求合而為一頭吞噬我們的巨獸，

個人因此更迷惑不安，社會因此更傾斜、方向更紊亂，

你需要養成一套思考的策略，找回思考的能力，

學會和不同於你的人一起思考……也許最終大家也能學會一起好好生活。



#不經思考的「討論」算討論嗎？

#思考太麻煩！

後網路時代，每個人身上都有好幾個社群標籤，每天在網路上對分裂的政治、社會等重大議題發表意見——但那是真正的討論嗎？

知名作家暨人文學院教授亞倫·傑考布斯，也是為《大西洋月刊》與《哈潑雜誌》等全國性刊物執筆的文化評論家，本身在各種社群中遭遇過大小衝突。多年經驗下來，傑考布斯發現：大多數爭辯淪為意氣、情緒的發洩，因為牽涉其中的人就是不思考。

我們不想思考，因為思考太麻煩！

它會逼迫我們脫離熟悉、讓人安心的習慣；它可能讓我們跟知心朋友的關係變得複雜；

而且思考很慢，當我們迷失在社群媒體、黨派爭執與確認偏誤的循環中，思考很慢就成了一個問題。

#大師來幫忙診斷「思考病」

#症狀多到族繁不及備載

## ◆啟動反駁模式 (Refutation Mode)

聽到了某件我們無法同意的事，立刻進入反駁模式。當人在反駁模式裡，是不會傾聽的，而沒有傾聽就沒有思考。

## ◆愛用現成的標籤

甲甲、萌萌、覺青、「工讀生」、「黨工」……我們喜歡在缺乏相關知識或訊息的狀況下，去貶抑受人貶抑的事物，與人分享我們自知會得到團體／社會認同的態度，從中得到滿足。但展現出這種共識，只會有效地封鎖對某個主題的更深入探究。

## ◆用情緒取代思維

我們每天都會遭遇那些號稱是資訊、通常是廢話的混亂洪流。每個人對於一大堆事情都只知道一點點，越來越難掌握自己所說的話有多少正確性。在這樣的環境條件下，在我們不知道或知道得不夠的時候，我們傾向於用情緒來代替思維，以便分享我們自知會得到社會認同的態度，滿足人類對於追求共識的本能——並在這種本能受挫時感到憤怒。

(T · S · 艾略特)

## ◆「令人反感的文化他者」 (Repugnant Cultural Other) 與去人化

現在每個人似乎都有個RCO，而每個人的RCO都在社群媒體上的某處。我們也許能夠躲開不去傾聽我們的RCO，但他們很可能就在我們的隔壁辦公室、在公車上就坐在你旁邊。我們甚至會將RCO去人化，例如「我是人，我反核」。

RCO的概念將非我陣營異化，將人化約為沒有臉孔的群體代稱，卻只是讓大家變得貧乏，去不了任何地方，讓我們更接近「人人彼此對抗的戰爭狀態」。(政治哲學家Thomas Hobbes)

## ◆內部小圈圈 (Inner Ring) 的約束

我們大多數人會在許多時期心生進入特定「小圈圈」的慾望，也產生被排除在外的恐懼 (C · S · 路易斯)。

道德直覺會製造凝聚力，也讓人盲目。人們會支持那些跟自己抱有同樣道德觀的政治團體，而且一接納了特定觀點，就會對別種道德觀視而不見。當我們成了內部小圈圈的一員，為了維持自身地位，會靠著想出一些事後發明的合理化說詞，來肯定我們的團體身份，也藉此肯定那些「局外人」、「非我族類」之「惡」。

#真正想要思考的人必須培養一套策略

#方法演技 #雙重開機 #培養懷疑主義

#爭論時握著對方的手而不是掐著他的喉嚨

傑考布斯更進一步點出，人類陷入不思考的窘境，本能的欲望在其中也參了一角：從人類渴望屬於某個社群的欲望、對我們身邊其他群體產生厭惡，再到對擁有強烈暗示性語言的過度依賴——於是我們也變得越來越無法意識到自身的不足。

任何聲稱自己沒有被這些強大力量影響的人，幾乎都是在自欺欺人。對我們絕大多數的人來說，問題在於我們隨波逐流時，內心是否抱有最輕度的抗拒。

從英國哲學家彌爾 (John Stuart Mill) 、美國詩人T · S · 艾略特 (Thomas Stearns Eliot) 、英國文學家C · S · 路易斯 (C. S.

Lewis) 自身的經歷、喬治 · 歐威爾的犀利見解、娥蘇拉 · 勒瑰恩 (Ursula Le Guin) 的短篇小說，到當代社會、經濟和心理學重要著作《快思慢想》、《象與騎象人》、《好人總是自以為是》、《誰說人是理性的！》等的立論，傑考布斯藉助不同時代的思想家擁有的資源與經歷，總結得出：真正想要思考的人，不得不培養一套策略——哪怕只是為了認清自己在社會壓力下的最細微心理，例如認清並面對「圈內人」對我們的吸引力，以及我們對「圈外人」的厭惡。

傑考布斯深入挖掘認知過程的基本細節，診斷出那些作用在我們身上、防止我們思考的力量（當代人「思考病」的各種病徵起源），並提供一系列實用的建議，例如以「方法演技」、「雙重開機」的策略與實踐，來避免RCO的分裂邏輯，期許大家學會從毒害我們的障礙中脫身，從而得以展開真正的討論。

作者介紹：

亞倫 · 傑考布斯Alan Jacobs

貝勒大學人文學榮譽教授。他有多本著作，包括《我該如何閱讀：不必大師開書單，你能自己找到有趣又有用的閱讀方式》 (The Pleasures of Reading in an Age of Distraction) ，以及《納尼亞人：C · S · 路易斯的生活與想像》 (The Narnian: The Life and Imagination of C. S. Lewis)。曾為各種刊物寫作，從《哈潑雜誌》 (Harper's) 到《第一要務》 (First Things) 、從《基督教世紀》 (Christian Century) 到《華爾街日報》 (Wall Street Journal) 都包括在內。

譯者介紹

吳妍儀

中正哲研所碩士畢業，現為專職譯者，譯有史蒂芬 · 金的《魔女嘉莉》、《暗夜無星》、《忘憂地》，以及《太陽召喚：格里莎三部曲》、《一九八四》、《美麗新世界》、《福爾摩斯與開膛手傑克》、《傲慢與偏見》、《第五條款》、《魔女高校》、《蜘蛛男孩》、《夢的科學：解析睡眠中的大腦》等書。

目錄: 導論

「思考」這件事，需要好好想一想：哪些因素讓我們不能好好思考？

第一章 開始思考

「一個人思考」是不可能的事：和其他人一起思考

第二章 吸引力

好人是怎麼被引導去做壞事：約束、盲目與內部小圈圈

第三章 嫌惡

你沒有你以為的那樣容忍他人：海獅問題

第四章 文字是聰明人的籌碼，卻是傻子的金錢

太過信賴文字是危險的事

第五章 危險的日常分類學

統合不等於團結：分裂的價值

第六章 開放和閉鎖

為什麼我們不該100%開放心胸：沉沒成本

第七章 一個人，思考

語言與民主精神：語碼轉換的能力

結論 思考的樂趣與危險

學會真正的思考，就不會害怕「改變心意」

後記 思考者的檢查表

為了不落入陷阱，成為真正願意去思考的人  
• • • • • (收起)

[冷思考](#) [下载链接1](#)

标签

@台版

社會科學

思维

@译本

繁体

self-help

自我管理

繁体书

评论

把思考這件事奠基于近期許多腦神經與心理學研究之上。提出的對策大多不錯、方向也準，但仍需要面對最嚴重的問題：多數人並沒有時間、精力、甚至意願來練習或培養思考習慣。

---

寫得很流暢，引述許多有趣的資料。要言之，為了更好的社會，為了更貼近真理，要傾聽他者的聲音。「願意」去思考很重要，不要只記得反駁。

短小精悍！

读了两章，弃。宣传语不错，可惜内容不是很喜欢，导论就开始突出思考的重要性，但是我理性主义不是万能钥匙，正文的行文就是典型的美国散文，不停地讲故事、举例子，隔一会儿一句莫名其妙的话就加粗，很不喜欢这种写法。

對我來說，有點深，有點枯燥。以略讀的方式大致看了一遍，將來可能要再回頭翻一翻。

我们特别需要一本教会我们如何“思考”的书，而这本《冷思考》却是非常好的指引。所谓冷思考就是不要一头热，学会让头脑冷静下来，在兼顾情感和理性的基础上，将快思和慢想结合，得出合理的结论。特别是当你要急于反驳对方观点的时候，请停下来思考5分钟。试着换位思考，去理解对方的立场和观点，让求同存异成为可能。作者提醒我们注意的错误思考模式包括：先入为主预设立场、严格区分内外团体（假设外团体所有言论错误）、从众、非此即彼的刻意二分法、语词暴力（被某些暗示性语言启动）、被隐喻和神话所左右、刻板印象和贴标签等。要学会悬置判断，“同情”地理解对方观点，在这样一个众生喧哗的时代，保持冷静。

[冷思考 下载链接1](#)

## 书评

导言：思考的阻力 从个体模式来说，大脑很懒，比我们想象的更懒，毕竟比Alpha zero更低碳节能（能耗相当于不到20瓦的日光灯），所以不该归咎于大联回路或者演化缺陷导致的思维偏误，而是我们作为动物的一种够用就好的意志趋向 --- 铁了心回避思考，毕竟大多数事情如四个F靠动物...

本来对于how to think这么一个大话题是不敢轻易阅读的，讲“思考”这种主观的话题内容多是励志的口号，对于尚未形成严密逻辑的我煽动性太强，即使说的不对，那些“道理”深入人心，不知如何反驳。不如不看省得自己生气。但是这本书的腰封上写着“社群时代下我们如何在冲突中...

冷思考 下载链接1