

THE SHALLOWS

What the Internet Is Doing to Our Brains

互联网如何毒化了我们的大脑

[美] 尼古拉斯·卡尔◎著
刘纯毅◎译

浅薄



THE SHALLOWS

What the Internet Is Doing to Our Brains

互联网如何毒化了我们的大脑

[美] 尼古拉斯·卡尔◎著

刘纯毅◎译

浅薄

中信出版社
CHINA CITIC PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

浅薄：互联网如何毒化了我们的大脑 / (美) 卡尔著，刘纯毅译. —北京：中信出版社，2010.12

书名原文：The Shallows

ISBN 978-7-5086-2448-8

I. 浅… II. ①卡… ②刘… III. 网络经济—研究 IV. F062.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 210118 号

The Shallows: What the Internet Is Doing to Our Brains by Nicholas Carr

Copyright © 2010 by Nicholas Carr

Simplified Chinese translation copyright © 2010 by China CITIC Press

All rights reserved.

本书仅限于中国大陆地区发行销售

浅薄——互联网如何毒化了我们的大脑

QIANBO

著 者：[美] 尼古拉斯·卡尔

译 者：刘纯毅

策划推广：中信出版社 (China CITIC Press)

出版发行：中信出版集团股份有限公司 (北京市朝阳区惠新东街甲4号富盛大厦2座 邮编 100029)
(CITIC Publishing Group)

承印者：北京通州皇家印刷厂

开 本：787mm×1092mm 1/16 印 张：17 字 数：198千字

版 次：2010年12月第1版 印 次：2010年12月第1次印刷

京权图字：01-2009-2010

书 号：ISBN 978-7-5086-2448-8/F·2151

定 价：42.00元

版权所有·侵权必究

凡购本社图书，如有缺页、倒页、脱页，由发行公司负责退换。

服务热线：010-84849283

<http://www.publish.citic.com>

服务传真：010-84849000

E-mail: sales@citicpub.com

author@citicpub.com

在喧嚣的网络时代，卡尔的这本书无疑是一服清醒剂。

当你试图浏览这本书的目录，打算让自己稍微定定神的那一刻，
口袋里的手机再次震动起来，一条短信让你的注意力顷刻转移……

那么，恭喜你！你就是这本书的最佳读者。

——段永朝

推荐序 一

传媒即思维

我的猫做梦了。

因为天冷了，我将放养在山中的波斯猫班尼重新带回家。放养之前，班尼从来不做梦；重新家养后，班尼有个变化：开始做梦了。一天半夜，在我工作的时候，忽然听到班尼开始说梦话，它喵喵地叫得像它小时候那样，眼睛却紧紧闭着。过了一会儿，它又开始频频蹬腿，好像在抓猎物。我知道，班尼这是在做梦。

做梦这种“活儿”，连猫都可以胜任，可见，弗洛伊德想通过对梦的研究来解析人的本质，结果充其量是把人研究到猫的水平。猫能像人那样做梦，我认为主要是因为做梦不需要工具。从事需要工具才能进行的信息活动，是人区别于猫的主要地方。在这点上，麦克卢汉显然高于弗洛伊德，因为他说“传媒即是信息”。这意味着，人的不同之处，在于媒介（工具）方式决定人的信息方式，相当于信息生产力决定思维生产方式。“传媒即是信息”这个著名论断，首先就把我家的猫排除在外了，因为我家的猫除了

拿报纸磨牙之外，从来没有认真对待过传媒。

《浅薄》这本书，核心就是围绕这个问题展开的。

一、提出问题的角度

围绕“传媒即是信息”这条主线，作者思考的是，随着人类媒介工具的革命，人本身的思维发生了怎样的变化。特别是互联网这个革命性的媒介，将怎样从根本上改变人的思维。这本书大半部分内容的聚焦点都在于：在互联网这种“新造纸术”出现后，“力图搞清楚自己头脑内部发生了什么变化”。（可怜猫头脑中的信息，不会随传媒改变而改变。）

作者的逻辑，是从“传媒即是信息”这个基点展开的，这个命题的前半部分是传媒，即思维上的生产力工具（中介）的变化；后半部分是信息，即思维上的生产方式，也就是大脑运转方式的变化。对第一个方面，作者指出：“互联网是一项革命性的技术，在众多影响人类思维模式的工具当中，互联网是最新出现的一种工具，这是对它的最佳理解。”“除了字母和数字之外，互联网可能是引起大脑改变的唯一一项最有力的通用技术。最起码是自有书籍以来最有力的一项技术。”对第二个方面，作者认为，“只有在智力发展史的全面背景下来观察，才能对互联网的重要性和影响力作出正确判断。”他最关心的是：“使用互联网会对我们大脑的工作方式带来什么样的实际影响”。

二、结论的含义

《浅薄》这本书思考的结论，体现在书名“浅薄”之中。用我的话解释就是：工业化思维方式是透过现象看本质，由浅入深；信息化思维方式是透过本质看现象，由深入浅。后者达到的，就是浅薄，而浅薄比深刻境界更高。

浅薄，在汉语中带有贬义，但在本书中却不是贬义。思维上的浅薄，一般是说只看现象，不看本质。因此，它是与现象联系在一起。我们一般人由于受传统思想的影响，总是觉得本质高于现象，因此深刻好，浅薄不好。但我们不知道，这种思维方式（相当于“传媒即是信息”中的“信息”），是特定思想工具（相当于“传媒即是信息”中的“传媒”）决定的结果，是柏拉图《理想国》中所说的那种“洞穴之见”，“有效期”不过二百年。人类第一个为现象正式翻案的大思想家是现象学的代表人物胡塞尔。他提出“回到事物本身”（又可译为实事求是）的著名命题，一举扭转了工业革命后过分注重本质的思维方式的发展方向。中国的改革就是摆脱“深刻”的教条而尊重“浅薄”的实践并取得成功的范例。《浅薄》这本书是从传媒——从造纸术到互联网——演变的角度，对回到事物本身的思维方式的一次有趣探析。通过本书，人们赫然发现，真正使现象式思维成为可能的生产力，就是互联网传媒。超脱于工业化这个区区三百年的短期事件，回到思维方式的历史本然状态就会发现，现象式思维，包括碎片式思维、并行式思维、协同式思维、非线性思维、创新式思维……这些与互联网传媒高度匹配而具有“浅薄”特点的思维方式，与黑格尔时代传统工业化“深刻”思维方式格格不入，却正是人类大脑演进的方向。

三、具体内容的看点

（一）新意在何处

《浅薄》这本书比较有独特价值因而值得一看的具体内容，主要在于比较互联网之前和之后两种不同传媒方式对思维方式产生的新旧两种不同范式的决定性影响作用。作者说：“就像麦克卢汉预言的那样，我们似乎已经抵达了人类智能和文化发展史上的一个重要关头，这是两种大相径庭的思

维模式之间急剧转型的关键时刻。为了换取互联网所蕴藏的宝贵财富，我们正在舍弃卡普所说的‘过去那种线性思考过程’，只有那些乖戾暴躁的老人才会对那些财富熟视无睹吧。平心静气，全神贯注，聚精会神，这样的线性思维正在被一种新的思维模式取代，这种新模式希望也需要以简短、杂乱而且经常是爆炸性的方式收发信息，其遵循的原则是越快越好。”

当年，尼采因使用打字机而改变了思维方式。因此尼采说：“我们所用的写作工具参与了我们思想的形成过程。”作者引用尼采的例子是为了说明，思维方式不是不变的，思维方式的变化与我们所使用的生产力工具，具有内在决定关系。大家之所以需要读这本书，这是一个看点。正因为大家一般都不这么看——大家一般认为不管时代采用什么传媒，透过现象看本质这种思维方式都是主流的，这使这个观点成了一种新奇的发现。

（二）两种思维方式

1. 从浅薄到深刻的一次革命是如何发生的

具体来说，传统思维方式，或者说与浅薄相反的深刻式的思维，是在什么样的生产力工具（媒介）作用下，成为人们的主流思维模式的呢？按照作者的意思，深刻化是从碎片式、经验化的思维转向整体性、理性化的思维开始的。作者从空间角度选择地图、从时间角度选择机械钟，说明媒介是怎么让人“深刻化”的。作者说：“机械钟改变了我们看待自己的方式，而且也像地图一样，改变了我们的思维方式。”关于空间概念，作者赞同维尔加对地图影响的评价：“人的智能从在空间的经验转变为对空间的抽象，这个过程是一场思维模式的革命。”而对时间概念，作者说：“一旦钟表把时间重新定义为一连串为期相同的单位，我们的头脑就开始重视工作中的条理和分工。对于所有的事物和现象，我们开始看到构成整体的碎片，然

后又看到构成碎片的碎片。我们的思维变成了亚里士多德模式，强调通过表面现象洞悉隐藏在物质世界背后的抽象本质。”

由此可见，“强调通过表面现象洞悉隐藏在物质世界背后的抽象本质”这种与浅薄对立的思维方式，不是无条件的，而是有条件的。这意味着，一旦媒介这个条件出现革命式变化，主流思维方式的逆转，就会与思维方式的上一次逆转，具有同样的合理合法性。

2. 从深刻到浅薄的二次革命是如何发生的

媒介革命这个条件，在互联网出现时，终于具备了。于是，人类思维开始像定时炸弹一样爆炸了！预期中的思维革命如期发生，人类开始由深刻升级到浅薄。

作者指出思维正在碎片化这一基本事实：“互联网多媒体技术融多种不同类型的信息于一屏，从而进一步加剧了内容的碎片化，也进一步分散了我们的注意力。几段文字，一段音频或视频，一套导航工具，各种商业广告，一些小型应用软件，或者还有一些不知名的‘小玩意’，全都可以包含在一个网页中，在它们各自的窗口内运行。我们都知道，这种杂音的刺激多么容易让人分神，因而我们一直都在拿这些东西开玩笑。”“较之历史上所有可以与之相提并论的技术，互联网给我们带来的让人分神的内容实在是太多了。就在互联网向我们呈上信息盛宴的同时，它也把我们带回了彻头彻尾的精力分散的天然状态。”碎片化使我们的思维无法再“深刻”下去，因为显然，我们不再拥有保持深刻所需要的注意力：“必将对我们的思维方式产生长远影响的一个最大的悖论是：互联网吸引我们的注意力，只是为了分散我们的注意力。”

作者在这方面进行了生动的描述。“正当我们在新闻网站上浏览最新焦点新闻时，突然收到一条信息，提醒我们有新邮件到达。几秒钟之后，RSS

阅读器又告诉我们，自己最喜爱的博主刚刚上传了一篇新博文。没过一会儿，手机铃声又响起了，原来有短信送达。与此同时，Facebook和Twitter网站的用户头像也在不停地闪烁。除了通过网络传输获得的各种内容，我们还可以随时在自己的电脑上运行其他的软件程序——这些东西也在争先恐后地抢占我们的注意力。”

我们无法深入了，当然也就无法深刻。作者的感觉，凡是使用互联网的人都有：“以前我很容易就会沉浸在一本书或者一篇长文当中。观点的论证时而平铺直叙，时而急转直下，二者交织推进，把我的思绪紧紧抓住。即使是索然无味的长篇大论，我也能花上几个小时徜徉其间。但现在这种情形已经很少见了。现在看上两三页，注意力就开始游移不定，我就会感到心绪不宁，思路不清，于是开始找点别的事做。我感觉就像拼命把自己天马行空的思绪拉回到文本上来一样。过去那种自然而然的精读如今已经变成了费力挣扎的苦差事。”

（三）互联网式思维的好处

1. 有利于将价值聚焦当下与此在

作者正确地注意到了时间概念的即时化这个方面，指出：“近年来，随着MySpace、Facebook、Twitter等社交网站的纷纷出现，网络业务的发展达到了有史以来的最高速度。正如Twitter网站的一句口号所说的那样，这些公司致力于为数以百万计的用户进行‘实时更新’，提供永无止境的‘数据流’，他们可以随时发送简短的信息，交流‘此时正在发生的事情’。”

如果作者在IT方面足够专业，他还应该发现空间概念“此在化”这一更新的动向，比如定位服务（LBS），并且发现除了Foursquare外，他说的上述三家公司正把重兵投向定位服务。即时化与定位服务正好与作者所说

的机械钟与地图构成绝配，反映出思维方式转变背后的媒介动因转变。由此还可以看清，浅薄的含义并不像我们以往所理解的那样，它直接对应的，应是海德格尔的此在与当下的价值。所有深刻，都必须接受此在在空间上的检验与当下在时间上的检验，看这种深刻在此在与当下是否具有价值，是否可以回到此在与当下这一“事物本身”。

2. 有利于返魅

返魅不是作者说的，是我对其精神实质的重新阐释。具体来说它是指反映在社交和协调活动中的生命有机性。

一是互联网式的思维，是有别于原子论式思维的社会网络式思维，也就是经络式思维。例如在社会网络化服务（SNS，此前普遍被误译为网络社会化服务）中，“社交网络把私密信息——过去属于书信、电话和耳语的范畴——变成了新兴大众传媒的传播素材，赋予人们一种强制性的社交方式和联系方式”。

二是协调式的思维。作者说：“研究表明，由于使用计算机和互联网，我们的某些认知技能得到了加强，有些是大大加强了。这些技能通常涉及手眼协调、反射反应、视觉信号处理等低层次的或者较原始的大脑功能。”

对此，我有切身体会。一次，邻家幼女婷婷闯进我的山间办公区，硬要和我分享网络。我让她随便挑一台笔记本，用Manual Switch将网络切换给她。婷婷跟我并排坐在一起，在玩“植物大战僵尸”。只见她用“植物”同时对付几路并排行进的“僵尸”。虽然手忙脚乱，居然利用手眼协调，将大多数“僵尸”挡在了门外。我当时就陷入沉思，在我们的教育体制内，哪种教材和考试能让小孩子具备这种快速反应下的手眼协调素质呢？我从来不反对我的孩子玩游戏，一个重要原因就是工业化的现代教育对高科技条件下所需“更原始的大脑功能”开发不足，玩游戏可以补充小学教育甚

至大学教育在这一关键素质方面的不足。

（四）保持人之所以为人

《浅薄》这本书的最后，转向一个在业内属于老生常谈但永远重要的永恒主题：将来到底是人支配机器，还是机器支配人。

既然传媒即信息，媒介的技术性变革会决定性地改变人的思维方式。这件事会不会做过头，结果让媒介技术最终支配了人本身？

作者借魏泽鲍姆之口说，“人之所以为人的最大特点恰恰就是人最不可能计算机化的部分——我们思想和身体之间的联系，塑造我们记忆和思维的经验，我们具有丰富情感的能力。在我们跟计算机越来越密不可分的过程中，我们越来越多的人生体验通过电脑屏幕上闪烁摇曳、虚无缥缈的符号完成，最大的危险就是我们即将开始丧失我们的人性，丧失人之所以区别于机器的本质属性”。问题是正确的，但解决方案在我看来有点消极：“避免这种命运的唯一途径就是我们要有足够的自我意识和无畏胆识，拒绝把我们精神活动和智力追求中最‘人性化’的工作，尤其是‘需要智慧’的任务委派给计算机。”本书作者看来不是这方面的专家。

四、结合现实来思考“浅薄”问题

我们这一代人经常觉得80后、90后非常浅薄。因为他们不爱思考我们那一代人偏好的深刻问题，其思维深度甚至不超过140个字。但近来我越来越发现，80后、90后的浅薄，具有比深刻更加高明的意义。按我们那个年代的思维，值得谈论的，至少应是在100年、100万平方公里的时空效力下，什么是正确的。但我们经常无法正确判断在5分钟、50米范围的时空效力下，什么是正确的。而80后、90后的浅薄，通过互联网上话语机制的竞争筛选，

经常化为一种对此在（以50米为比喻）、当下（以5分钟为比喻）价值的敏感和洞穿。举例来说，“华南虎”事件浅薄不浅薄？很浅薄，无非一只假虎而已。80后、90后浅薄中的深刻就在于，他们不抽象地议论什么是官僚主义，而是将聚焦点集中在老虎的胡子上、眼睛上……比我们这一代人抽象地泛泛而论官本位、官员的虚伪、体制的弊端，效果如何呢？效果要好得太多了，而且解决了实际的属于“这一个”的问题。而不是像我们这样，泛泛空谈，一旦具体到实际问题上，连提起一桶水都做不到。所以我们要向他们学习这种回到事物本身的“浅薄”。

当然，需要忠告他们的是，浅薄一旦离开了深刻，那就不再是本质直观，而成了照相机和皮球。照相机没有大脑，一按就拍；皮球腹中空空，一拍就跳。照相机和皮球倒是不缺当下与此在，但仅仅是没有大脑的认识者与实践者。

传媒即思维。互联网改变人的思维方式。这种改变，不光意味着改变，还意味着“扬”改变前后好的方面，“弃”改变前后不好的方面。

顺便再说一下猫。我最近与女儿青青系统地研究了一下猫的信息。发现猫可以发出几十种具有明确语义的信息，比如，山中野猫在路上忽然像狗一样肚皮朝上向你打滚，表示绝对服从，有认你为主人之意。尾巴尖动而尾巴不动，表示在思考对策，等等。他们这么聪明，为什么不能进化为更高智慧的动物呢？关键就是因为没听懂麦克卢汉这句话：传媒即信息。因此一个重要的历史教训就是：别把传媒不当传媒（而当做磨牙工具等）。对互联网也是这样，而且更是这样。

姜奇平

中国社科院信息化研究中心秘书长、《互联网周刊》主编

推荐序二

挡不住的“浅薄”

在喧嚣的网络时代，卡尔的这本书无疑是一服清醒剂。

看到“浅薄”这个词，如果你脑子里飘过的是另一个词：“轻佻”，那在买这本书之前，建议先看一遍序言“看门狗与入户贼”，并要坚持看到最后一段——如你所知，静心阅读2~3页文字，很有挑战。

如果——你随手翻开这本书，插在耳朵里的iPod耳机中播放着艾米纳姆的“Love the way you lie”，或者LadyGaGa的“Poker Face”，当你试图浏览这本书的目录，打算让自己稍微定定神的那一刻，口袋里的手机再次震动起来，一条短信让你的注意力顷刻转移……那么，恭喜你！你就是这本书的最佳读者。

我们失去了什么

7年前，时任《哈佛商业评论》执行主编的尼古拉斯·卡尔，以一篇《IT不再重要》的文章，在IT界引起轩然大波。在他看来，在电脑与网络技术

已经与电力、铁路等工业时代的基础设施一样满世界都是的时候，宣扬IT可以带来竞争优势，“即便不是不可能，也非常困难”。

这一次，尼古拉斯·卡尔瞄准的是数字化的“内容”，或者说是互联网背景下人们的“阅读”行为。

卡尔认为，“信息过载”已经不是虚张声势的提醒，而是令人烦躁不安的事实。这个事实不但在吞噬着你我的注意力，更重要的是我们已经“失去了以前的大脑”——这是个非常要命的问题。

那，以前的大脑是什么样子的？

在这本书里，卡尔历数人的大脑在语音时代、文字时代，以及古腾堡印刷术发明之后，大批量书籍报刊传播时代的差异，他不厌其烦地引证大量神经生理学、文化发展史的文献，为的是说明这样一件事情：

人的大脑是高度可塑的。

“人的大脑是高度可塑的”，当然，这种可塑性，人自身是察觉不到的。不过今天，你终于“察觉”到了：你时常会觉得耳鸣、目涩，注意力无法集中；你懒于记忆，习惯于张口就问；你不喜欢冗长的陈述和表白，喜欢直奔主题和搜寻答案。加州大学洛杉矶分校医学院心理学教授杰弗里·施瓦茨把这种状态称为“忙者生存”。

正如经济学家泰勒·考恩所说：“在能够轻易获得信息的情况下，我们通常喜欢简短、支离破碎而又令人愉快的内容。”

这种“非线性”阅读方式，或者说支离破碎的浏览方式，一方面是人们应对信息过载的无奈之举，另一方面也是人的大脑神经系统在悄然变化的直接证据。

卡尔说：“从纸面转到屏幕，改变的不仅是我们的阅读方式，它还影响了我们投入阅读的专注程度和沉浸在阅读之中的深入程度。”

从“深阅读”到“浅浏览”

2009年，美国《新闻周刊》的记者兼编辑雅各布·韦斯伯格在该刊发表的一篇文章中，赞扬Kindle是“标志着一场文化革命的机器”，它让“阅读和印刷实现了分离”。

近期热卖的iPad、iPhone，让苹果迷们掀起一波又一波久违的排队抢购风潮，也让更多的智能电子装置生产商卷入兴奋异常的市场竞争中。

与电子装置相配合的，是社交媒体的兴盛。新浪微博在短短一年时间内吸引了超过5 000万黏性很高的受众，几乎每一个被各类互动网站、智能装置武装到牙齿的“迷”们，他的日程表都是以分钟为单位切割的，他的日常生活需要不停地切换，进入，退出……人们不停地浏览、快速地切换、四处留下脚印。

卡尔的这本书，如果不坚持读完，恐怕很难领略其中内嵌的叙事逻辑。

我们已经知道，文字的发明其实在人类交流史中只占很短的时间，印刷术就更短了。但是，文字的出现却极大地改变了人类大脑思维的习惯，让人类从以语音为中心，转移到以文本为中心。

按照麦克卢汉和德鲁克的观察，语音为中心的时代，诗意的表达和雄辩的口才，不断刺激、强化着大脑神经系统的某个部位；书籍的出现则改变了这一切。卡尔认为，古腾堡发明的活字印刷术唤醒了人们，深度阅读随之成了普遍流行的阅读习惯，在这种深度阅读活动中，“寂静是书中含义的一部分，寂静是读者思想的一部分”。

然而，互联网的出现，正在彻底颠覆书籍所养成的阅读习惯。由于互联网越来越多地发挥着知识记忆的功能，使得人的大脑对博闻强记的依赖迅速减弱；此外，图书馆、书籍所培育出来的“宁静的阅读”和“深邃辽

远的对话”，在社交媒体的喧嚣声中，也成为无法还原的田园景象。

卡尔很忧虑地说：“我们已经抛弃了孤独宁静、一心一意、全神贯注的智力传统，而这种智力规范正是书籍赠与我们的。我们已经把自己的命运交到了杂耍者的手上。我们正在彻底颠覆图书好不容易缔造出来的‘深阅读’、独处阅读的氛围和神经系统。”

遍地生根的技术让我们变成了什么

这本书的绝大部分叙述，不由得让人产生沮丧、无助的感觉。

在日益强大的计算机器和联网机器面前，人们一方面欢呼雀跃，另一方面又满腹狐疑。诚如尼葛洛庞帝所预言的那样，数字化不只是与计算有关，它决定着人类的生存——这一天已经日渐清晰、日益真实了。

不过在这本书里，卡尔的字里行间，仍然在坚守着那些“最不可能计算机化的部分”，他把这种依赖互联网记忆的生存状态称为“记忆外包”，并且给出了自己的惊人论断：

记忆外包，文明消亡。

在所有的鲜花和掌声都属于兴高采烈的互联网技术天才和商人的时候，在不容置疑的对未来的论断，夹杂着未来的道德判断，属于各种未来学家的时候，在天平的砝码似乎毅然绝然地向这个新时代倾斜的时候，卡尔的声音，或许不被人喜欢，或许遭人误解甚至痛恨——但是，当人们即将进入睡眠状态，或者得到一点难得的闲适，漫步在乡间小路的时候，“文明是什么”的问题，会情不自禁地涌上来，纠结在心头。

令人掩卷长思的书籍不多见——阅读卡尔的书，不会轻松，但值得。

最后抄录一段本书末尾的文字，向这位清醒的作者致敬：