

## 專書「在一起孤獨」讀後心得

本書中的前半部以科技為出發點，人工智慧的進步可以填補人類對於情感缺口的空虛感，但是當科技逾越了一個奇異點，超越填補的作用轉而成為取代人類情感，進而讓機器人成為情感轉移的對象時，我們可能就必須開始檢討機器人的存在是否還是最初創造人工智慧的理由。

近幾年科技進度的速度漸漸超越人們學習的速度已經是個不爭的事實，當我們熟悉一套作業系統後可能過一段時間，程式作者又會推出一套新的優化內容，更新內容理應朝著人性化、直覺化及簡單化的方向進步，但現實狀況常常是軟體的應用已經漸漸超過長者學習的速度，是科技讓他們變成跟不上時代的一群人，雖說不上淘汰，但人們相處的模式已經完全改變了；我們用著部落格、社群網站及通訊軟體和這個世界維持著連結，在上一個世代，只要有個幾毛錢買紙、筆和郵票一樣可以彼此交流，但科技始終來自於人性，以前人們靠著植物纖維做的紙張書信來往，現在人人追求光纖電纜更快、更便利的電子訊號，以前可以因為收到一封期待幾天的書信而開心，看到郵差就會有小小希望在心裡展開，現在我們會為了網路延遲、畫面卡頓而想砸螢幕，講手機講到沒有訊號就焦急地高舉起它揮舞著，希望訊號可以再好一點、再快一點，或是看到手機上的通知猶豫著要不要點開，看著螢幕上已讀不回的訊息揣測對方的心意；這些改變完全重新定義了人們交流的方式，一方面讓溝通變得更加即時，一方面讓對話變得更加氾濫。

隨著智慧型手機的普及，人們每天透過電子訊息傳遞的字數可能要比說的話要多，我們透過表情符號、貼圖或是文字來描述自己的心

情，卻忘了把真實的想法表現在臉上，又或是那些鍵盤打出來的心情從來就不是自己的想法，只是為了要和這個世界維持聯繫的籌碼；當大家都贊同某一件事，若自己不跟著大家變成網路聲量或是流量中的一份子時，會不會被歸類成異類？從此被大家排除在外？當我們有一點這樣的想法時，其實就很容易塑造出一個只存在於虛擬世界的自己，或者是塑造很多個活躍於網路論壇上的自己，當我們假裝成一個不是自己的人時，我們就會打從心底不為這個形象所說的話負責，於是網路上開始充斥著各種雜訊，人們彼此間的交流變得更加氾濫而不真實，彼此間的交流不再只是因為相遇相知，而是更加具目的性且帶有手段的，這正在改變人們相處的方式，且讓人更深陷這種科技的交流方式，慢慢忘了面對面談話，看著對方微微抽動的嘴角，或是不安份點著桌子的手指，也是人與人相處交流時重要的一部份。

訊息氾濫的結果就是人們每天接收大量到超出吸收能力範圍的訊息，接著就會發生訊息判斷的問題，當訊息量龐大時，有人為了各種利益將自己想散發的訊息夾帶就顯得更容易，當有一個人這樣做就會有更多人跟上，讓我們在日常中常常接收到不重要、不真實或不感興趣的訊息；其中最難以掌控的就是假身份和假訊息，科技的普及讓我們可以很容易在網路世界裡塑造一個人，或者是塑造很多對自己有利的人，讓人們之間交流變得虛假，我們甚至可以在一個虛擬平台上創造某一件事情討論的熱度，操作虛擬論壇的發言權，影響大眾對於公共事務的討論方向，即使法律對於網路上的言論已經有一定的約束，但這種近似詐騙的手法還是很難完全被法律所控制，畢竟修法的速度往往趕不上犯罪的速度；假訊息的氾濫已經漸漸讓人麻痺，迫使人們變得麻木，或是變成只相信自己想相信的訊息，公共事務的討論不再是是非對錯、利益得失或是統計分析，而是一種對政治的信仰，

在資訊交換量比以前大的現在，反而讓彼此交流的空間越變越狹隘，彼此都待在自己的同溫層取暖，不同族群間的溝通顯得更為重要。

作者在書中描寫現在人們生活的日常，把關於交流的部分用放大鏡和時間軸來檢視，科技交流沒有不好，只是萬事都需要一個平衡點；日本研發的機器人可以陪伴獨居而感到孤單的年長者，但並不是因為有這樣的人工智慧機器人，就可以盡情的讓這些長者變成獨居者，讓機器人填補他們的孤單感就好，機器在人類情感上應該是填補缺空而已，而不是進而取代人在情感上可以做到的事情；但人類情感交流本來就是多元且複雜的，再加上隨著科技的發達，人們交流的方式越來越多元，我們很難去界定是人性改變了通訊軟體的使用方式，還是科技改變了人們彼此交流的心意；“已讀”是近幾年才出現的一個現象，可以知道對方是不是有收到自己的訊息，但是同時它也讓人們越來越害怕點開訊息、怕被誤會，讓溝通的過程出現了新的屏障，有時候我們不是想「已讀不回」，只是需要更多時間去思考我們的答案，這讓我們在溝通上出現了新的策略，當我們在跟沒那麼熟悉的朋友交流時多了一層顧忌，多了更多試探彼此的灰色空間，若是回到那個書信的年代，我們可以字斟句酌地思考每一個用字，讓收信者接收最接近自己想要表達的意思，使每一個字都變得珍貴。

原文書名是兩個矛盾的單字：Alone Together，作者透過如此矛盾的兩個詞讓讀者不得不去反思現在人與人之間的交流也是充滿著矛盾，先從作者定義的孤獨開始，只要是人都會有感到孤獨的時刻，因為人天生是群居動物，大部分的人都有需要關懷的時候，這樣的孤獨是一種需要另一個人關懷、交流的孤獨，因為需要所以有了孤獨的感覺；而在書中有另一種孤獨的樣貌，叫做「學會孤獨」，作者認為這樣的孤獨是每個人都必須要學會的，但是科技發達的現在讓小孩越

來越沒有環境去學習這樣的經驗，甚至還有了「網路成癮」一詞的出現；在「葉子」這首歌的歌詞也出現過類似的兩句話，「孤單是一個人的狂歡，狂歡是一群人的孤單」，彼此矛盾，卻也僅僅是一體兩面簡單的概念，透過這樣的敘事讓人更能體會人的交流是怎麼產生的，書中不斷舉出真實發生在你我周圍的實例，讓我們去思考人與人之間的交流，在近幾年如此巨大的變化過程中，是不是已經偏離了它應該有的樣貌，是不是已經讓機器取代理應屬於人的本分應該做的事情。科技拉近了彼此某種層面上的距離，縮短了時間及空間上的限制，但是這種便利讓大家忽略了科技所不能取代的那塊，甚至是取代了很重要的那個部分，彼此真實面對面眼神接觸交流的這個部分。

人最初交流的樣貌應該是包含整個人的肢體語言，包含手腳擺放的姿勢、眼神的傳遞、臉部的表情，再搭配著說話的語氣，來讓接收者知道自己想表達的意思，孩子透過不斷的實際練習就可以學會這些生活所必需的技能，而現在螢幕太過吸引孩子的目光，讓他們漸漸忽略生活中，人與人之間相處所必須學會的這些小事，雖然透過簡訊傳遞或是其他通訊軟體仍然可以做到溝通的能力，但是科技仍然無法完全取代人們在溝通交流這方面的需求，孩子早晚都必須要學會與人面對面的溝通談話；以前在大眾運輸工具上會有人翹著腳拿著報紙翻頁、閱覽，或者是和鄰座的聊著昨天的工作或是今天的行程規劃，現在車廂上多的是人人盯著手機，可能在和同個目的地的人報備行程，或者是透過論壇討論著國家大事，彼此面對面的談話變少了，盯著螢幕、敲著鍵盤打出的字變多了，人們對於思想上溝通交流的方式改變了，公共空間裡彼此的互動變的很少，在私人的空間裡也是如此，人們聚在一起常常也是掏出手機漫無目的滑著滑著，讓時間慢過去，就好像是把空間切割出來一樣，我認為並不是科技讓人變得冷漠，而是人們

熱情的對象變了；透過二維度的螢幕人與人之間的溝通交流只剩下冰冷的文字，比起三維度的立體空間交流變得簡化許多，人們依然可以透過平面的方式傳遞關懷或是其他任何訊息，最重要的是，在這個世代的接收者也很容易接受這樣的關懷或是關注，這樣的交流方式並不是不好，只是越來越多人接受這樣的交流方式，而當世界只剩下這種交流方式，生活會不會因此而顯得沒有以往多采多姿，畢竟若是以部分取代全部，人將會失去很多原本的生活方式，作者希望科技應該帶來的是更多的便利性及方便性，而不是取代專屬於人才能創造的那細微的表情以及情緒上的波動。

在科技上，工程師們不斷朝擬真的方向前進，極力想打破真人與人工智慧程式間差異的界線，但是在此同時，也有很多的哲學家、社會學家或是人文關懷者，極力反對科技往這個方向去努力進步，因為當我們製造出的人工智慧也有創造力時，人類的定位將顯得不明確，我們該是誰？該像甚麼樣子？這之類的問題將困擾著人類學家。本書提及的是在溝通上屬於人類的獨創性，我們太過專注在機器所能取代生活中人們溝通的部份，而作者希望我們能記得並在生活中珍惜那些機器在溝通的過程中所做不到的事情，例如路人彼此之間一個友善的眼神，相處時舉手投足之間都記得與自己生活在一起的人，不只是螢幕另一端所掛念著的那個誰，還有身旁體內流著溫熱血液的人們；科技始終來自於人性，但若我們忘了人的本性，忘了人應該要如何彼此照顧，那將會是人類開始放棄與生俱來的本能的開始。

雖然人腦與電腦之間的差異還有一段距離，但在作者眼中的這個世界已經漸漸朝機器取代人類的荒謬方向發展了，人透過科技解決問題，但同時也製造其他問題，應該說是人類對於科技的誤用自己製造了許多問題，而在解決的過程當中又將問題怪罪於科技這個源頭，而

實際上問題往往是源自於人身上，科技自始至終都只是一種工具而已；在科技的使用上，人們對於它所帶來的便利性已經產生依賴，認為很多事情只要透過手指輕敲幾個鍵盤就能做到，實際上是如此沒錯，但如此方便的生活讓人們漸漸忘了更多那些只有人才能做到的事，因此當人們對於科技產生深深的依賴感時，這個社會將變得有一點失能，彼此在溝通上會疏忽那些原有的小細節。

如果我們持續保持與人實際的接觸，記得面對面的溝通才是最自然的交流，讓坐在一起的人們真的在一起，同桌吃飯時將專注力及眼神放在身旁的人身上，彼此間是有眼神、話語或是精神層面的交流，這樣的社會才能保存著人與人相處時才有的樣貌；書中提及的人工智慧不是不好，反而他們是幫助人類發展很好的事物，在訊息處理時比人腦快速，在人力不足處填補空缺，只是人在使用上應該慎重的定義它們在社交時的定位，保持著人本的精神，讓科技當一個好的輔助角色，那書中對於現代人往後的生活將缺少的那些部分，將會藉由這樣的一個想法補齊回來，讓社交變得更加多元，而不是趨向於受科技影響的不自然樣貌。