

感受生成过程的算法替代：亲密关系治理术的运作与边界

不是篡夺一个已经在那里的感受，而是在感受尚未从互动内部长出来之前，就用外部裁定跳过了那个生成过程

作者 张琼 · SDE 学员 · 约 2.3 万字 · 发表于2026年7月31日 · 深化增补版

摘 要 过去二十年，一套以算法为技术中介的治理逻辑嵌入了亲密关系领域。本文提出一个不同于既有批判的判断：这套治理术的核心运作不是篡夺或异化一个已经在那里的感受——那至少预设感受曾被主体生成过——而是在感受尚未从互动内部生长出来之前，用一个外部的、可计量的替代裁定，跳过了那个必须由主体亲自浸泡在不确定性中才能完成的生成过程本身。本文以“生成条件的算法替代”精准界定这一操作，并以“时序置换”（外部裁定发生在内部生成之前而非之后）作为其与“情感商品化”“机器区”“装置范式”等既有批判之间的分离线。

关键词 生成过程的算法替代；算法治理术；亲密关系；不可治理性；时序置换

论证从一对结构性矛盾展开：平台需要将亲密经验转化为可计算的数据形式，用户在被抛入传统判断坐标瓦解的处境后渴望获得关系确定性。这对矛盾在逐次结算中逼出三重机制——操作化将“亲密”转译为可计量指标，监测化使审视成为持续的后台进程，优化化将一切偏差归因于执行不到位。同时，本文特别追问：主体为何接受优化化的归因，而非质疑指标本身？答案在于算法治理术捕获了用户在脆弱性时刻对不确定性的不耐受——用户宁愿接受“执行不到位”（一个可修正的错误），也不愿面对“这段关系如何是好”（一个不可治理的深渊）。正是这一脆弱性捕获环节，使三重机制得以在主体一侧完成闭合。

进而，本文正面回应一个更根本的异议：如果“感受”本身——连同用来描述它的全部词汇——都是亲密语义历史编码的产物，那么被短路的“生成过程”凭什么比算法提供的替代裁定更真实？本文的回答是：区分不同编码系统的尺度不在于它们谁

更“自然”，而在于它们各自为不可治理性预留了什么位置。算法治理术的编码方式，恰恰系统性地取消了亲密语义中“不可撤回的真实选择”这一关键维度——不是因为算法不够精密，而是因为其快照式的计量本体论无法触及在两帧数据之间连续流淌的、必须由主体亲自做出一份不可代偿的判决的过程厚度。论文由此论证：亲密关系的生机不在回归某种“未被技术污染的本真”，而在算法治理术因其本体论边界而必然制造出、却无法回收的那些不可治理的残余——那些在计量格点之间流淌的、从未被任何操作手册预先编码的互动质地。

论文随后处理了“生成过程的算法替代”这一判断的可证伪边界：指出在何种具体条件下该判断可能失效或需限定范围，并正面分析用户在算法治理术内部的挪用与对抗如何构成短路的分叉条件——为什么一些人滑向了失语，另一些人却没有。结语指出：真正的出路不在“回归未被媒介的纯粹感受”，而在承认一条分离线——那些为不可治理性预留了空间的技术设计，与那些系统性地填平每一个凹陷的治理闭环之间的分离。

一、一个被跳过的时刻

1.1 沙发上的两种夜晚

深夜里，你和伴侣刚吵完一架。原因和过去十几次如出一辙：你觉得他不够用心，他觉得你要求太多。他关上卧室门之后，你独自坐在客厅沙发上。愤怒、委屈、疲惫，还有一丝隐秘的恐惧——我们是不是走到头了？

在算法治理术嵌入亲密关系之前，这种混乱是一个人必须亲自穿越的。你会坐在那里，让那些互相冲突的感受在身体里碰撞：想起他昨天泡的那杯茶，想起他前次说“你总是这样”时的表情，想起你们第一次吵架后他笨拙地拉你手的那种触感。你会哭，会发呆，会在凌晨两点发现自己还在反复咀嚼他脱口而出的某一句话。这些都不是在“处理信息”——这是感受在生成。一份关于“这段关系到底是什么”的判断，正在从你全部的身体记忆、全部的共处历史、全部此刻被激起又未能平息的张力中，缓慢地、不可催熟地生长出来。这个过程没有捷径，因为它的“原料”不是可以

一次性汇总的数据点，而是那些必须被时间展开、被身体承受、被意识反复触碰的经验质地。

但你的手机屏幕亮着。那上面是你使用了八个月的关系管理应用。你点开它，输入刚才的争吵——“消极互动：防御性倾听，冲突升级。”应用立刻反馈：你们的关系健康评分下降了，你可以使用“先复述、再表达”的标准话术来修复。它贴心地给出了三段示例语句。你复制一段，发送过去。半小时后，你们和好了。

一切都很高效。但有什么东西被跳过了。

被跳过的，不是那个争吵——它已经被记录在App的行为日志里。被跳过的，是你在混乱中亲自生成对这段关系之判断的那个过程本身。算法给了你一个替代品：一个能被看见（趋势图）、能被比较（你们的沟通评分在同龄人中处于什么位置）、能被优化（下次记得用话术模板）的“关系健康指数”。但这个标着“78分”的判断，不是从你身体里长出来的。它不需要你在沙发上流泪，不需要你失眠，不需要你独自面对那个没有标准答案的问题——“我是不是还在乎他？”它跳过了这一切。

但这个“跳过”的后果，不能简单地被归结为“App代替你做了判断”。这个说法太轻巧，它预设了那个被替代的判断——你自己生成的判断——原本是必然会出现的。但如果我们严肃地审视上面那个深夜沙发的场景，就会发现：那个“自己生成的判断”本身就是一个极其苛刻的产物。它需要时间（你必须在混乱里浸泡足够久）、需要承受力（你必须忍受不确定性的焦虑而不立刻抓住一个答案）、需要某种特定的自我关系（你必须相信自己的身体感受具有起码的认知权威）。这些条件集合在一起，从来就不是人类亲密关系的普遍默认状态——它们是特定的文化、教育和心理支持系统在漫长历史中逐步建立起来的。因此，当我们说算法“跳过”了生成过程时，我们不是在假设一个天然存在、人人都曾拥有的“完整感受”被剥夺了。我们在指认一个更精确的操作：算法治理术通过其设计逻辑，系统性地使得那些原本就稀缺、原本就脆弱的生成条件变得更不可能被触发。

这就是本文要论证的核心操作。它必须与一个常见的批判路径区分开来。

1.2 篡夺与短路：时序上的关键区分

近年来有一类批判指出，算法技术将“判断一段关系是否健康”的合法权从体验主体转移到了外部的计量系统——可以称之为“感受裁判权转移”论。这个判断准确地抓住了权力归属的变化：裁判的位置从“我”移到了“算法”那里。但它预设了一个前提：存在着一个已经生成、等待被裁判的感受。算法篡夺了裁判权——它把我的感受夺过去，用它的标准重新判了一遍。

但我们在大量案例中观察到的是另一种操作。算法不是在篡夺一个已经在那里的感受——算法是在那个感受尚未从互动内部生成之前，用一个外部的、确定的裁定，跳过了那个必须在不确定性中自我卷入的生成过程本身。

“篡夺”发生在感受之后：你曾有过那种“不对劲”的体验（哪怕它是模糊的），但它的认知权威被数据否定了。“短路”发生在感受之前：当你不确定自己是否还在乎一个人时，你不是先调动那些记忆、情绪、身体反应，让自己浸泡在那个问题里——而是先点开App，让趋势图代你回答。你还没有经历那个“让感受自己生成”的过程，就已经拿到了一个答案。篡夺是有感受而无权判断；短路是无感受生成而无需判断。

这不是修辞上的递进，而是两种不同的主体性操作。“篡夺”场景中的主体是可辨识的——他在两种判断（自己身体的感觉 vs. 数据的裁定）之间感到冲突。他还能说：“我觉得不对劲，但App说一切正常。”这句话里的“我觉得不对劲”，恰恰证明他还在生成感受，只是那份感受的合法性被外部系统否定。“短路”场景中的主体则陷入了另一种困境——他不知道自己是否还在感受。他可能说：“我不知道我是不是真的在乎他，我看了数据，数据说我们应该还好。”在这里，冲突不是在两种判断之间——冲突被取消了，因为其中的一项（内部生成的判断）从未真正形成。

这一时序置换——外部裁定发生在内部生成之前，而非之后——是本文全部论证的起点，也是“生成过程的算法替代”这一判断与既有批判之间最根本的分界线。

1.3 一对矛盾与三重结算的生成叙事

生成过程的算法替代不是任何设计师的故意，也不是一个一次性完成的“事件”。它是在一对结构性矛盾的逐次结算中，被前一个机制的副作用一步步逼出来的——并在一个关键的脆弱性捕获环节中完成了主体一侧的闭合。

这对矛盾的两端都是真实的。一端是平台的结构性需求：约会应用、关系管理工具、情感AI助手的商业模式高度依赖用户数据的持续生产，平台必须在架构层面促使个体将亲密经验转化为可记录、可计算的数据形式。另一端是用户的存在性需求：当代亲密关系中的个体，被抛入一个传统判断坐标——家庭意见、社区规范、宗教权威——正在瓦解的世界。个体被要求依靠自己的感受来判断“这段关系是否值得继续”，但“自己的感受”本身恰恰是最难判断的东西：它是模糊的、流动的、常常自相矛盾的。一个人可以在同一天里既觉得“没有他我活不下去”又觉得“我再也受不了了”。在这种处境下，对确定性的渴望是存在性的——它不仅关乎这段关系的走向，也关乎个体对自己判断能力的根本信任。

平台要数据，用户要确定性——这对矛盾在算法技术嵌入亲密关系的那一刻撞在一起。本文追踪的生成链就从这里开始。但必须预先指出：这对矛盾并非固定不变的地基。在后续每一步结算中，“平台的数字需求”和“用户的确定性需求”的具体形态，都会反过来被结算本身重塑——这正是下文的生成叙事要同时展现的。

二、短路如何发生：三重机制的生成与闭合

2.1 第一次结算：操作化——将亲密转译为指标

这对矛盾的第一个孩子，是操作化。

平台最初收集到的用户行为数据是原始而散乱的——谁浏览了谁的个人资料、谁在谁的页面上停留更久、谁给谁发了消息。这些数据回答不了用户真正想问的问题：“这个人适合我吗？”要回答这个问题，平台必须做一件事：把“适合”这个模糊的、从一次次亲身接触中缓慢生成的身体判断，转译为的一组可计量的行为指标。

心理学话语在此被征用。亲密关系评估量表——关系满意度、依恋风格、沟通模式——原本是学术研究的工具，现在成为数据采集的框架。用户被要求回答标准化问题：你与伴侣的积极互动频率是多少？你感到被理解的程度是几分？更重要的是那些无需用户主动汇报的行为痕迹数据——你浏览了谁的照片、在谁的资料上停留更久、更倾向匹配什么身高收入关键词。这些被当作你“喜欢”的无意识证据。

操作化的初始承诺是解放性的：你不必再用漫长而充满风险的亲身接触去判断一个人。算法用数据替你做了初筛。但这个承诺的代价在操作化的逻辑内部已经埋下——它在定义“什么算作适合的证据”时，划出了一条边界。线内是那些可记录、可计量、可优化的行为指标：互动频率、赞美次数、冲突解决速度。线外是那些无法被编码的互动质地：那个沉默里的倦怠与无奈、那个微笑里的勉强、那次和好后残留在身体里的微妙距离感。在指标化的目光下，线外之物要么被忽略，要么被强行归入线内的已有类别——那个混合着疲倦、无奈和“不想再吵了”的沉默，被简化为“回避行为”，丧失了自身的独特性。

但这第一次结算有一个它自己无法解决的副作用：数据是死的。它给你一个92%的匹配分数，但不会告诉你接下来该怎么办。用户拿到这个分数之后，仍然被抛回日常互动中那些无法被算法预处理的具体时刻——争吵时的失控、沉默中的尴尬、和好后残存的不适。平台的第二个驱动力由此启动：让数据持续流动起来，而不是只给一次快照。

2.2 第二次结算：监测化——审视成为后台进程

操作化制造了数据，但数据不产生持续的行动力。用户拿到匹配报告后可能就此离开，而平台需要他们持续活跃以制造更多数据。监测化由此被逼出。

情绪日记、互动频率追踪、每周关系健康报告——这些装置的核心操作，是将偶发的自我反思转化为持续的、半自动的数据生产。用户每天记录积极互动几次、消极互动几次、当日总体评分。应用自动生成趋势图，标示关系的上升期、平台期、下滑期。一些工具更进一步，通过分析通讯记录、日历重合度、可穿戴设备采集的心率与睡眠数据，来推断关系的“实际状态”。

监测化的承诺是：你不必等到“感觉不对”才审视关系。算法已经替你吧审视变成了每一天的背景进程。你不会漏掉任何危险信号——趋势图会在问题恶化前提醒你。

但监测化同时制造了一个远超其设计初衷的副作用：体验的分裂。

当审视持续化，关系就同时发生在两个层面。你与伴侣共进晚餐，但你的意识里多了一层目光——那是未来的你打开每周报告时的目光。你在拥抱伴侣时，思维里某个角落里亮着“今日拥抱指标”的提示灯。你不仅在体验这个拥抱，你还在审计它——它够不够长？够不够真诚？能不能计为一次有效互动？

这种内嵌的第二重目光，是个体体验被劈开的地方。正在体验的“我”沉浸在关系中——这个拥抱有它的温度、它的重量、它在今晚之所以发生的全部因果。正在审计的“我”站在关系之外，拿着从操作化继承而来的指标清单，核对绩效。审计的“我”天然地拥有更高的认知权威——因为它的语言是数字、图表、趋势线，而体验的“我”的语言是模糊的、无法被计量证实的身体感受。当App说“你们的关系健康度上升了”，而你感到一种说不清的疲惫时，你会倾向于怀疑后者：“可能是我太敏感了，数据明明显示一切在变好。”

这是算法替代生成过程的关键一步。不是感受被否定了——那至少意味着它发生过。而是感受的可靠性在它尚未成形之前，就已经被一个更“高”的权威占据了。你不再信任自己正在生成的感受，你信任数据——因为数据是“客观的”。

但监测化制造的数据流，本身也变成了新焦虑的来源。趋势图下滑、积极互动低于基线、关系健康分从82降到78——你开始不安。这种不安恰恰指向亲密关系本身的一个存在性事实：没有任何人可以担保一段关系会“一直好下去”。不确定性是关系的内在构成，不是它的故障。但对被抛入这种不确定性中的个体而言，这种不安是难以承受的——它指向的是一个没有标准答案的深渊：“我们是不是在变坏？”监测化不断制造指向这个深渊的信号，但同时也提供了走出深渊的出口：那些优化建议。

2.3 第三次结算：优化化——焦虑被吸纳，闭环趋近完成

监测化制造了焦虑。优化化就是为吸纳这种焦虑而生的第三次结算。

“你们的积极互动低于基线——建议增加每日赞美。”“你的防御性倾听占比偏高——建议先复述对方观点再表达感受。”“你们的亲密仪式频率下降——建议重设每周约会夜。”

这些建议的共同特征是：它们将关系问题界定为执行问题。你知道“正确的做法”是什么——那些从心理学研究中提取的、被操作化为标准话术的理想沟通模式——你只是没做到。优化化从不质疑那套“正确的做法”是否适用于这一对具体的主体、在当下的具体处境中；它只关心执行的到位率。

在这一框架下，亲密关系被悄然重构。它不再是一场在两个具体的主体之间、在不可预知的互动中摸索出独属于彼此的相处方式的漫长冒险——它成为一个可以被标准化执行的管理项目：目标设定（关系应达到的健康分数）、指标分解（为此需要完成的可计量行为）、实时监测（这些行为的频率与趋势）、反馈优化（根据数据调整策略）。当这套逻辑从企业管理和工业生产领域移植到亲密关系中时，发生了一个质的转变：互动不再是两个完整的人之间的遭遇，而是两个执行者在依据外部操作手册完成各自被分配的任务。

遭遇与执行的差异，是算法替代生成过程在互动质地层面的精确标记。遭遇的特征是：动作的意义在互动过程中内在涌现——我拥抱你是因为此刻我想靠近你；动作的质量无法被任何外部标准衡量——这个拥抱的重量只有你我二人能感受；动作的主体不可替换——这个拥抱必须是我的，因为我与你共度的全部历史构成了它的唯一语境。执行的特征恰好相反：动作的意义由外部目标赋予——我拥抱你是因为今日拥抱指标未达标；动作的质量由完成度衡量——是否达到了建议的时长和频次；动作的主体是可替换的——换任何一个经过同样培训的人都可以完成这个标准化动作。

优化化之所以无法理解“遭遇”，根子在于它运作的本体论边界：它是快照式的。算法可以记录拥抱的次数、时长、时间分布，但它无法记录一个拥抱的质地——那个拥抱里有多少是身体的记忆（你上次被这样拥抱是在童年的哪个傍晚），有多少

是这一整天的累积（今早的争执、中午的沉默、晚饭时那个言不由衷的笑），有多少是正在进行中的冒险（你在这个拥抱里把自己交付出去的那个重量）。这些东西不能被分解为任何数据的集合，不是算法不够强、数据不够多，而是因为它们不是“快照”可以捕捉的——它们是在两次计量之间连续流动的过程厚度，在快照的每一个格点之间流淌着。

2.4 脆弱性捕获：闭环在主体一侧的最终闭合

至此，三重机制在逻辑上已经构成一个闭环。但这个闭环在主体一侧的最终闭合，还需要一个不可跳过的步骤：用户为何接受优化化的归因？监测化制造的焦虑，为什么没有被导向“这个工具本身的测量可能有局限”，而是被转化成了“我执行得还不够到位”？

答案在于算法治理术对脆弱性的结构性捕获。

当代亲密关系中的个体普遍处于一种特定的脆弱状态。传统的判断坐标已经松动，但新的坐标并未建立。个体被要求依靠自己的感受来判断“这段关系是否值得继续”，但他面对的是一个难解之局——他的感受本身是混乱的、流动的、常常自相矛盾的，而他又被社会文化训练出了一种对这种“不确定”的系统性不耐受。这种不耐受并不是天然的心理特质。贝克的风险社会理论已经揭示了，在当代社会中，个体越来越多地被要求将系统性的风险（劳动力市场的不确定性、亲密关系的脆弱性）当作个人选择的对象来管理和承担。在这种社会条件下，个体面对“无法被答案填平的深渊”的耐受力本身，已经在结构上被削弱了——他被所有的其他技术（精确导航、即时通讯、一键购物）反复告知：等待是不必要的，不确定是可以被消除的。

算法治理术的三重机制，恰好在这个脆弱性窗口打开时，递上了一根确定性的绳索。它说：你不必面对“我们是不是在变坏”的无答案深渊。焦虑不是因为关系本身包含不确定——而是因为你还没有优化到位。问题出在执行上。执行是你控制的。只要你照做，结果就会改善。

用户在此刻做出的选择，不是一种认知错误，而是一种存在性的逃避。他宁愿接受“我执行得不好”（一个可被修正的错误），也不愿面对“这段关系如何是好”（一个不可治理的深渊）。算法治理术为这种逃避提供了完整的技术支撑：界定标准、持续监测、指出偏差、给出方案、验证效果。每一步都在强化那个虚假的能动承诺——“只要我照做，就能改善。”

这不是技术强迫人走上短路。是人在疲惫、恐惧、自我怀疑的脆弱时刻中，被捕获着自己走上了短路。他是自己的同谋——正因如此，短路才如此严密。三重机制的逻辑闭环，在主体这一侧的脆弱性窗口里，完成了最终的闭合。

但必须补充一笔：这对矛盾本身——平台要数据、用户要确定性——在经过操作化—监测化—优化化三重结算后，其具体形态已经发生了位移。用户在第一阶段“需要确定性”的那种焦虑（指向存在性的无答案深渊），与第三阶段经过监测化持续制造数据焦虑后的“需要确定性”（指向可操作化的执行偏差），已经是两种不同性质的“需要”。前者是一个主体面对不可治理之物时的正常眩晕，后者是一个被算法治理术重新训练过的、被收窄为“我该做哪项任务才能让趋势图回升”的管理思维。从前者到后者的转化，本身就是短路的一个效果——不是用户天生有那种可被算法满足的“确定性需求”，而是短路的每一步结算，都把用户对确定性的渴求重塑得更窄、更可管理、更不需要承受不可治理之物。

2.5 短路在用户侧的接收、挪用与对抗

上一节的叙事追踪了短路在完美展开条件下的完整轨迹。但如果文章停在这里，那么它给出的就不是“算法的发生学”，而是一个闭合的决定论——仿佛任何人坐在那张深夜沙发的App界面前，都会无可避免地滑向同一个结局。

事实并非如此。真实的用户在使用同一款工具时，路径是分叉的。一些人滑向了短路，另一些人在同一个界面里走出了别的路。本节的追问是：他们在什么条件下维持了不同的路径？这个追问不是为了“平衡论述”，而是为了逼出短路发生的条件边界——只有写出短路在什么条件下不成立，它才是一个有边界的、可证伪的判断，而非一个万能宿命论。

挪用的场景。一对伴侣，在使用关系管理App三个月后，发展出了一种独特的用法：他们每周日晚上一起打开趋势图，但不是为了“核查关系是否健康”，而是把数据当作一个回顾一周的谈话引子——“你看，这周我们的积极互动下降了，因为我们都在加班，对吧？”在这里，趋势图的分数没有被当作判断关系好坏的权威，而是被当作一个可供两人一起审视、一起修改解读框架的对象。数据是他们互动的素材，而不是替代互动的东西。他们保留了对数据的最后裁判权：如果数据说这周不够好，而他们觉得这周过得很充实，他们不会去修正自己的感受——他们会让数据待在“仅供参考”的位置上。

戏谑性对抗。一个人收到App的话术建议——“建议你在冲突后先复述对方的观点再表达自己的感受。”他照做了，但在说完那句标准的“我听到你说你觉得我没有在听你说话”之后，他立刻加了一句：“刚才那句是App教我的，恶心想吧？”伴侣笑了。他的执行是清醒的、反讽的、不把外部裁定当真。但同时，他的伴侣说了一句话：“我知道你在念话术，但你还是念了——这至少说明你在乎。”这里的操作是微妙的：他不是“执行外部操作手册”，而是在把App的建议当作一个礼物（哪怕是一个蹩脚的礼物），重新植入他自己与伴侣之间的互动语境中。他使用话术，但不接受话术附带的认知权威——他用自己的语调、反讽和伴侣的回应，把标准话术从这个工具的逻辑中拆卸下来，重新变成他自己的表达。

这些场景不是“短路失败的例子”。它们是短路在用户侧被对抗、挪用、部分消解的真实操作。它们揭示的关键条件是：裁判权是否尚在体验者手中，是决定一条路径走向短路还是走向对抗的核心变量。在挪用的场景中，用户始终保持了对数据的解读权和否决权——数据是线索，不是答案。在戏谑性对抗中，用户把工具提供的材料重新纳入自己与伴侣之间的互动逻辑，而非让自己与伴侣的互动服从工具的互动逻辑。

那么，什么条件使得一些人能够在算法治理术的压力下保留裁判权，而另一些人——像下一节将要展开的案例中的陈——却一步步让渡了它？至少需要识别三个层面的条件。第一，关系内部的信任基础。如果两个人之间还有能力说“你不像在跟我说话，你像在打卡”，并且这句话能被听到而不被转化为防御，那么短路就很难完成闭

合。林对陈说的那句话——“你夸我的语气，像是在打卡”——本是打开僵局的关键时刻，但它没有被当作信号，而是被陈转化成了“我语气还不够自然”的又一重自我执法。第二，个体的反思资源。一个曾被训练去审视“工具本身预设”的个体——比如接触过批判性媒介素养的人——比一个只把工具当作中性手段来看待的人，更可能在监测化制造焦虑时把不安指向工具，而非指向自己。第三，个体是否拥有替代性的支持系统——那些不依赖指标来理解自己关系的人（朋友、家人、治疗师），能够在个体面对数据焦虑时提供一个站在闭环之外的判断参考。替代性支持系统越薄，个体在脆弱性时刻就越难拒绝App提供的确定感。

接下来的案例将展示，当上述三个条件同时变薄时，同一位用户是如何在每一个关键节点上走入了短路。但这个案例的目的，不是证明短路的必然性——恰恰相反，它的写法会迫使读者不断反问：她是在哪一个节点上，本有可能转去另一条路？

三、一个生命的全过程追踪

前一章追溯了算法替代生成过程的机制链。但机制叙事只能说明“替代在结构上是如何可能的”；要看清替代如何在一个具体的生命里分层沉积，需要追踪一个完整的案例。以下追踪一位使用情绪日记App的女性——陈（化名）——从“用它增进自我认识”到“我不知道自己说的是真话还是假话”的全过程。

需要预先说明两点。第一，本案例基于心理咨询临床反复出现的模式，经合成与脱敏处理而成，并非任何真实个案的直接记录。它在本论文中的功能是思想拓展性质的例示——展示在特定条件组合（高强度的长期使用、对确定性的高度需求、替代性支持系统的逐步薄弱化）下，替代逻辑如何在一个生命里逐层展开；它不宣称具有统计代表性。第二，陈的社会位置不是中性的。她三十四岁，大学学历，在一线城市从事文化行业，有定期阅读心理学文章的习惯，月收入可以轻松覆盖付费App的订阅。她使用心理咨询话语来反思自己的亲密关系——这种能力本身是特定阶层文化资本的体现。因此，下文的案例不是一个“普遍算法使用者的故事”，而是一个“在特定阶层位置上、被特定文化资源所中介的算法治理术体验”的过程追踪。本文不主张短路判断在这个群体之外的普遍性，但提供识别其与其他群体中可能形态的操作性判据

——核心判据不在是否使用心理咨询话语，而在裁判权是否从体验者自身让渡给了外部计量系统。

3.1 阶段一：数据是线索，不是答案

陈与林在一起已近六年。关系长期处于一种“温和但不满足”的状态——没有激烈冲突，但也缺少真正的亲近。经朋友推荐，她开始使用一款带有情绪日记和关系趋势分析功能的应用。每天她记录：积极互动（赞美、拥抱、共处）、消极互动（抱怨、沉默、回避），以及当日的总体评分。

头两个月，陈感到前所未有的清晰。每周报告让她看到了以前从未注意的模式：每当她主动发起“严肃话题”的次日，林的积极互动就会显著下降。她意识到，她与林之间长期维持着一种“我不找你麻烦，你就对我好”的隐性契约。

在这个阶段，陈使用数据的方式是审慎的、保持最后裁判权的。数据对她而言是一面镜子——它提供她以前未曾注意的线索，但线索的解读终点在她自己。她不是直接接受趋势图为“关系真相”，而是将趋势图当作一个提问装置，去回顾那些被记录的日子里具体发生了什么。她开始与林讨论这个模式，甚至把部分趋势图拿给林看。两人一起面对数据，一起反思他们之间的互动动力。数据在此的功能是引发反思，而非替代反思。陈是裁判者——她用自己的体验来调用数据，数据是供审视的素材，不是供顺服的指令。

这个阶段之所以未被替代，核心条件在于裁判权尚未让渡。陈仍将数据当作线索而非答案——她评判数据的可靠性，而不是让数据评判她的感受的可靠性。但这是一个脆弱的平衡。它能否维持，取决于她身边的支持系统是否能持续为她提供一个站在闭环之外的参照点——以及，当不确定性压上来时，她是否在App之外还有别的地方可以去。

3.2 阶段二：裁判权开始让渡

第三个月起，使用模式开始无声地变化。陈发现自己越来越在意每日的分数——某天评分低于6分时，她会焦虑，直到随后一两天通过刻意增加积极互动把分数拉回

来。每周报告成为她衡量“这段关系还好吗”的固定仪式。更微妙的是：她开始有意识地调整自己的行为以维持分数的平稳。林沉默时，她主动找话题——不是因为那一刻她真的想说些什么，而是因为在App的编码逻辑中，“沉默”属于“消极互动”，她不想明天分数下降。

工具从一个被使用的镜子，变成了一个发出指令的管理者。陈不再只是记录互动；她开始为分数而互动。

关键的转折发生在第五个月。林因工作压力连续两周情绪低落，两人的积极互动自然减少。但这两周里，陈的陪伴比以前更真实——她晚上放下手机听他讲工作，周末推掉聚会陪他出去走走，在他疲惫时什么也没说只是坐在他旁边。在那些时刻，她并不觉得自己在“执行任务”——她只是作为关心他的人在那里。但App的每周报告标红了两人的互动频率，提示“你们的互动节奏出现明显下滑”。

此刻，陈面临一个抉择。她可以相信自己身体的体验——那两周她与林的关系在一种更深的地方反而靠近了。她也可以相信数据——互动频率在统计上显著下降了。她选择了后者。

这个选择的内侧是什么？是一种她渐渐形成的自我怀疑：她的身体体验，可能不如数据可靠。那两周“安静地陪着他”的真实感还在她身体里——但她已经不再把它视为第一等的证据。她开始焦虑“自己是不是在懈怠这段关系”，加大了积极互动的执行频率。林感觉到了变化，问她：“你怎么最近老是在夸我？”她说：“没有啊，就是觉得你辛苦了。”林说：“可你夸我的语气，像是在打卡。”

这句话——从林的嘴里说出来——具有陈自省无法达到的杀伤力。因为它揭示了一个事实：替代不只作用于陈对关系的判断，也作用于关系中另一端对她的感知。陈以为自己在执行“表达爱意”的正确动作，但那些动作的温度不对，林的身体先于她的意识察觉到了这一点。但陈没有因为林的这句话而停下来反思。她反而把它解释为“我执行得还不够好——语气不够自然”，再次将问题归入执行不到位的范畴。她没有把林的感受当作一个真正的问题——她的问题不是“我的伴侣觉得我像在打卡”，而是“我该怎么把卡打得更像真的”。

在这个节点上，裁判权完成了从体验者到数据系统的根本性让渡。请注意：她不是没有自己的感受。她有。“那两周安静地陪着他是真的”这个判断还在她记忆里。但那个判断不再被她当作第一等的证据来使用。她会回想那个判断，然后把它挂在数据的解释框架下——“那时的互动频率确实下降了，也许那种陪伴方式不是真正有效的。”

阶段二的陈，拥有全部防止短路所需的信息——她亲身体验过数据无法捕捉的陪伴质地，她的伴侣亲口给了她一个精准的反馈——但她把这些信息逐一转化成了“我还做得不够好”的证据。这不是认知错误，而是一种系统性的自我怀疑习惯：她默认外部计量的认知权威高于自己的一手体验。退出阶段二的那条路——相信林说的“你像在打卡”，并把这句话当作对工具本身的质疑而非对自己的考核——在她面前始终存在，但她没有走上去。不是不能走，是不敢走。走上那条路意味着要独自面对那个深渊——“如果数据不能告诉我这段关系好不好，那我靠什么来判断？”而她还没有准备好承受那个问题。

3.3 阶段三：指标在上升，但我不在里面

第六个月起，陈开始严格遵循App的优化建议。每日赞美数达标，每周亲密仪式执行，冲突后使用标准话术快速和解。所有指标都在上升。林也在配合——他愿意接受反馈，他觉得这些“改善方法”虽然机械，但似乎是好意的。

但第八个月的一天下午，陈在咨询室里说了一句话。沉默了很久之后，她说：“一切都很好。……但我觉得自己不在里面。”

治疗师让她多说一点。她继续——

“像是在上班。我每天被指标叫醒：赞美他两次、不抱怨、如果吵架要用那个'先复述'的话术。拥抱时脑子想的是'今日拥抱指标已达标'。夸他时心里想的是今晚分数会升多少。我甚至会因为今天没吵架而感到欣慰——不是因为今天过得真好，而是因为今天不会被计为一次消极互动。”

“就好像……我被雇来当他的女朋友。我有一份岗位说明书、一套绩效考核标准、一份每周绩效报告。我按操作手册完成了所有规定动作。但那个在这些动作里亲自在场的人——那个会因为他一个眼神而心跳加速的人，那个会因为一句话整夜失眠的人，那个在和好时感到整个人都软下来的人——她不在了。我不知道她去哪儿了。”

陈的体验呈现出一种悖论式的双重结构。算法宣告：这段关系正在全面改善。体验抗议：我不在里面。不是在某个具体时刻缺席——而是构成这段关系的那些日常动作，已经不再是她自己的动作。它们是她从一本叫作《如何做好林的女友》的操作手册上学来的标准程序。程序执行得很好。程序没有她也能跑。而那个需要在互动中亲自生成的、独属于她与林之间这段历史的、不可被任何手册预先编码的感受——始终没有被触发。

值得特别留意的是，陈从未丧失“意识”。她清醒地看着趋势图，清醒地选择迎合指标，清醒地调整自己的行为。这与“沉浸机器中丧失自我”的现象截然不同——她不是在无意识的麻木中忘记了做选择；她是在每一次都做出了清醒的选择之后，发现那个做出选择的自己反而离那些动作越来越远。她的“不在里面”，不是因为她消失了，而是因为她从未在那些动作里真正在场——她执行的动作不是从她与林的全部互动历史中自己生长出来的，而是从一个外部定义好的脚本中调用的。

3.4 阶段四：我不知道自己是不是在感受

第九个月，陈对治疗师说：“现在我不知道，我每次说‘我爱你’，我是不是在说真话。”

她的语气不是愧疚，而是一种认识论层面的困惑。她成了一个对自己的感受丧失了第一人称判断权的人。她不知道“我爱你”这个陈述的生成源——它是从她身体里像血液一样自己涌出来的，还是从她的行为管理系统中作为一个“今日推荐执行项”被调用的。她已经无法分辨这两者。

“有时候我真的觉得我爱他——但下一刻我马上就会怀疑，我是不是只是因为今天App上看到了这句话才觉得我爱他。有时候我觉得我烦他——但下一刻我又会想，不对，烦是消极情绪，我不应该有，我是不是又在犯毛病。”

她被困在一个无法自行裁定的裁定里。算法治理术始于帮助人更好地管理自己的感受——把自己混乱的情绪记录、分类、追踪、优化——终于让人无法再确认自己是否还在生成感受。这正是“生成过程的算法替代”在个体生命里所能抵达的最远端：不是感受的内容被替换了（那至少还意味着感受发生过），而是产生感受的那个源头本身，在足够长的时间与足够密集的自我怀疑中被调成了静音模式。

必须指出，陈的结局不是App“导致”的线性结果。从阶段一到阶段四，每一个节点上都存在着岔路——林的反馈是一扇可以被推开的门，治疗师的在场是另一扇，她自己在阶段一里那种“我看着数据、但我不让它替我判断”的反身习惯也是一扇。但这些岔路逐一被关闭。林的话被她转化成了自我执法（“语气还要更自然”），治疗师那时尚未介入，而她最初的那种反身习惯在她长期独自面对数据焦虑的过程中被磨得越来越薄。替代不是必然，但它会被一个又一个关闭的岔路逐步变成唯一可走的路。

但即便如此，陈的案例并没有走到不可回退的终点。她还在治疗室里——治疗关系本身就是一个外在于算法闭环的空间，而她在那里说出“我不知道自己是不是在感受”这句话，恰恰是九个多月以来她第一次用混乱的、无法被归入任何一个编码类别的声音，说出了她自己的状态。她不确定自己是不是在感受——但她确定自己在困惑。而困惑，是生成过程尚未被完全取消的底线信号。只要困惑还在，内部生成过程的余烬就没有完全熄灭。

四、为什么“生成过程的算法替代”是一个不可还原的判断

如果“生成过程的算法替代”只是给已有的亲密关系算法批判换了一个新名字，那么本文的价值就止于一次修辞更新。本章必须接受最严格的检验：逐一与最切近的

理论进行判决性对照，并在每一位近邻处给出预测条件——在什么情况下，既有理论足以解释现象；在什么情况下，只有本文的判断能够抵达它们够不着的那一层。

4.1 与伊利佐的分离线

伊利佐在《冷亲密》（2007）中揭示了情感资本主义的核心运作：情感被纳入市场逻辑、被打包为商品、被心理学话语重新编码为可管理、可计算的实体。在2019年的《爱的终结》中，她进一步提出“否定性选择”概念——当代人在亲密关系中越来越多地通过“排除不想要的”而非通过“选择想要的”来做出关系判断。

伊利佐的论证与本文的判断之间，在表层有一处共振——都揭示亲密关系如何被外部标准提前审计。但两者之间有一条不可还原的分离线。伊利佐的理论仍然预设了感受的在场：否定性选择审计的，是你已经生成的欲望和感受——你知道自己不想要什么，你只是用排除法来处理这个“不想要”的清单。而本文揭示的操作，取消的是被审计的“感受”这一对象本身的生成。当陈在第九个月说“我不知道自己说的是真话还是假话”时，她面临的困境不是如何审计自己的已有感受，而是她是否还在生成可以被审计的感受——这个问题在伊利佐的框架中无法被提出。

一个更强硬的辩护需要正面应对伊利佐可能给出的反驳。伊利佐可以回应：“我在《冷亲密》里论证的恰恰不是情感先被生成、再被商品化——而是情感资本主义直接生产‘已经商品化了的’情感。你以为你在App上滑到的让你心动的人，那个心动的模式本身，早就是匹配算法和心理学量表共同训练出来的。根本就没一个‘前商品化的心动’。所以你的短路如果只是在时序上把我往前推了一步，那不过是用另一个比喻重讲了我的论证。”

这个反驳迫使本文给出基地层面的分离线论证——而非仅仅时序之争。伊利佐的“情感商品化”即使直接生产商品化的情感，那个被生产出来的情感，仍然可以被主体在后续的互动中重新占用、修改或推翻。用户可以拿到“匹配度92%”的报告，然后把它当成一个笑话，与伴侣一起嘲弄这个数字到底凭什么来判定他们——在这个过程中，92%的数字不是被否定了，而是被重新嵌入他们自己的互动逻辑，变成了两个人之间的一个戏谑素材。伊利佐的“商品”在本体论上不是封闭的：它进入互动

后，可以被主体的二次占用拆解。而本文所揭示的算法替代，恰好是在这一步进入了伊利佐无法触及的领域：它不是直接生产了一个商品化的情感，而是通过监测化和优化化的持续闭环，逐步削弱了主体重新占用、重新解读、重新在互动中修改其意义的那个能力。当陈在阶段四说“我不知道我是不是在感受”时，她丧失的不是某个具体感受的“非商品纯度”——她丧失的是那个能够“重新占用”任何给定材料、把它变成自己生成过程的原料的基地。这个基地的萎缩，才是短路与商品化之间的根本差异。

判决性对照预测：若观察到的现象是用户将自己的情感经验当作可交换的资产来审计与排除（“我不想要回避型依恋的人”），则伊利佐的框架足够；若观察到用户报告的不是“我在审计感受”而是“我不知道我是否在感受”——即体验者对自己是否还在产生感受本身失去了第一人称判断——则本文的判断成立，因为伊利佐的框架无法触及那个让“重新占用”成为可能的生成基地的萎缩。

4.2 与舒尔的分离线

舒尔在《设计成瘾》（2012）中通过机器赌博的民族志，揭示了算法设计如何将玩家行为重构为“机器区”——一种悬置了意志性选择的、与机器融合的自封闭式消耗。在机器区里，玩家丧失了时间感、自我意识和“我在做选择”的感觉。动机不再是赢钱，而是“别停下”——那种对维持平滑的机器节奏的依赖，使玩家悬置了痛苦和焦虑。

舒尔的玩家，在机器区里丧失了“我”在做选择的感觉。陈的情况则全然不同。她从未丧失意识——她始终清醒地看着趋势图，清醒地做优化选择，清醒地执行标准话术。她的问题不是“我不知不觉刷了好几个小时”——她刷一下就看到分数了。她的问题是：在充分清醒地执行了所有被建议的正确动作之后，她发现自己“不在里面”。她是一个做了一切正确动作、却在动作完成后感觉到空心的执行者。

这不是两种不同的技术使用风格——这是两种不同的主体性操作。舒尔的机器区是主体性的悬置：那个做出选择的“我”暂时退场，被机器的节奏接管。本文揭示的替代是主体性生成的短路：那个“我”始终在场，清醒地选择、清醒地执行、清醒地

审视——但这个清醒的“我”所执行的动作，其意义不是从她与林的全部互动历史里生长出来的，而是从外部被预先写入的。陈的“不在里面”，不是因为她消失了，而是因为她执行的脚本从未要求她亲自在场。

判决性对照预测：若观察到用户的主诉是“我不知不觉刷了很久”“我停不下来，一停就焦虑”（时间感丧失、自我悬置、成瘾节奏），则舒尔的机器区框架成立；若观察到主诉是“一切指标都在上升，但我觉得自己不在里面”“我就是点开看了一眼分数——之后连沉浸都没有，就是空空的知道了一个数字”（清醒地执行、清醒地感到空、无沉浸但有执行），则本文的判断成立。

4.3 与博格曼的分离线

博格曼在《技术与当代生活的特征》（1984）中区分了“聚焦物”与“装置”。聚焦物——壁炉里的火——要求人投身于一个充满参与的世界：劈柴、添柴、等待，由此获得与物共在的有厚度体验。装置——中央暖气——将“热”这一功能从参与语境中剥离：只需按下按钮。博格曼的批判是：装置范式通过剥离参与，让世界变薄——你获得温暖，但不再拥有围绕着生火而展开的那个完整世界。

博格曼的批判保留了一个关键预设：装置剥离了参与过程，但主体仍然保留着对目的（温暖）的感知与判断。你按下开关，暖气来了，你感到暖——你仍然知道自己是暖的。装置改变了“如何获得温暖”，但没有改变“你是否感到温暖”的判断权。本文揭示的算法替代，则跨过了博格曼停在这个临界点。当算法不只提供“被理解”的功能输出，而是进一步替代了“你是否感到被理解”这个判断本身——在足够的脆弱性条件下，进而导致了生成“感到被理解”所需要的那一整套体认过程不再被触发——它就不再是“剥离参与”，而是“跳过生成”。

博格曼可以反驳：人完全可以面对室温计说“22度——但我还是觉得冷，我去加衣服”。裁判权没有被篡夺，因为那个“我觉得冷”还在。这个反驳是有效的。它逼出了一个关键的条件变量：裁判权让渡要变成生成过程的替代，需要主体在一个特定的脆弱性窗口里，系统性地降低自己调用第一人称身体感受的意愿与能力。这正是陈在阶段二所经历的——她不是没有那个“安静地陪着他”的体感，但她不再把它当成

有效证据来使用。裁判权的让渡是一个端头，生成能力的萎缩是另一个端头。两个端头之间的路径，就是本文第二章追溯的那条生成链。博格曼的“装置范式”始终停留在裁判权让渡之前的区域——他从未追问：当主体的第一人称判断权被切割得足够细碎、足够长久之后，那个本应做出判断的“我”本身，会不会也萎缩掉。

判决性对照预测：若观察到用户越来越依赖工具来“获得”亲密功能（如高效筛选潜在伴侣），但用户自身对亲密的渴望仍然清晰可辨（“我渴望那种亲手生火般的亲密”），则博格曼的装置范式足够；若观察到用户对“我到底想不想要亲密”本身产生了认知麻痹，甚至需要通过App的趋势图来反向推断自己的欲望——不仅“如何获得亲密”被装置化了，连“我是否想要亲密”这个判断本身也被外部系统代理了——则本文的判断成立。

4.4 与卢曼的正面交锋

本章迄今为止的分离线论证，都预设了一个前提：存在着一种与“算法治理术所编码的亲密”不同的亲密体验——那种被本文称为“不可治理的残余”的、无法被快照式计量捕捉的互动质地。但这个预设本身，在面对卢曼的社会系统理论时，会遭遇最根本的挑战。

在卢曼看来，亲密本身不是从个体的身体内部自然发生出来的——它是一套社会系统的沟通语义。17世纪以来，“浪漫爱情”作为一种亲密语义，被文学、宗教、法律、心理学逐步编码为一整套可被沟通的“感受语汇”：“心动”“吃醋”“忠诚”“背叛”“不可替代的唯一性”。连本文用来描述“不可治理的残余”的那些词——“拥抱的温度”“争吵后沉默里慢慢变软的气氛”“说不清的松开感”——也早已是这套语义的一部分。浪漫爱情语义许诺了个体一个“最私密、非社会编码的内心世界”——但在卢曼看来，这个许诺本身正是这套语义运作的核心：个体误以为自己在表达最独特的内心，实际上只是在调用一套已经被社会预先编程的沟通格式。

那么，当本文说算法治理术“替代了感受的生成过程”时，卢曼可以反过来质问：你说的这个“生成过程”，难道本身不正是另一套技术——写作技术、浪漫文

学、精神分析话语、心理咨询训练——在历史上编码出来的产物吗？你凭什么认为被短路掉的那个“生成过程”，比算法提供的“外部裁定”更真实、更本己？

这不是在否定本文的判断，而是在对它的预设进行一次更彻底的发生学逼问。如果本文绕不过卢曼，那么“算法替代”就可能被揭示为只是“一种亲密语义（浪漫主义—精神分析式语义）被另一种亲密语义（算法—计量语义）所替代”——那就不再是一个关于“替代”的独特判断，而是在讲一段语义变迁史。

因此，本文必须在这一节正面走进卢曼的追问。承认：对，“我手头用来抵抗算法的那些词——亲自的感受、独属于我们之间的东西、不可被任何外部标准衡量的质地——也是被历史编码的，不是天然就在那里等待被发现。”但这并不意味着所有编码方式是等价的。区分不同编码系统的尺度，不在于它们谁更“自然”、谁更“本真”——这个尺度本身是浪漫主义语义的遗产，本文不继承它。区分在于：一种编码方式是否在自身内部为不可治理之物预留了位置？在这一点上，浪漫爱情语义——尽管也是一种社会编码——与算法治理术的编码之间存在一条不可通约的差异。

浪漫爱情语义的编码中，存在一个对“外部标准”构成抵抗的维度：爱的“真实性”无法被任何第三者裁定，必须由两个主体在互动中亲自确认。这个“亲自确认”——你可以说它也是被编码的，但它一旦被编码为“不可由外部裁定”，就在语义内部打开了一个使外部治理永远无法完全闭合的缺口。你被浪漫小说教会了“真正的爱必须是你自己感觉到的”，这个信念本身是文化产物，但它的内容——“必须是你自己”——恰恰阻碍了你把爱的裁判权彻底外包，因为任何外部裁定一旦公布，就可以被同一个语义遗产反诘：“但这真的是我自己的感觉吗？”

而算法治理术的编码方式，恰恰在技术架构层面取消了那个“你自己”的独立地位。不是“爱上了错误的算法推荐”的问题，而是在监测化—优化化闭环中，“你自己的感觉”被重构为一个需要被持续对照外部指标来校准、修正、甚至反向推断的因变量。你的心跳、你的主动发信频率、你的积极互动次数，不再是你感觉的证据——它们就是“你的感觉”的操作性定义。当App告诉你“你的关系健康度在上升”，而你感到疲惫时，那个疲惫不被编码为一个有效的否定——它被编码为一个待解释的离

群值（“可能是你太累了”）。浪漫爱情语义再怎么被编码，也始终保留了一个难以被收编的否定性核心——“爱是不能被证明的”。算法治理术的编码则恰恰消除了这个不可证明性，把爱变成了一组可以被持续追踪、比较、优化的KPI。

这就是不同编码系统之间不可通约的竞争。它们共享一个事实前提：没有什么前编码的本真感受。但它们在与那个“不可治理之物”的关系上，站到了对峙的两端。一端保留了一个不可被任何外部裁定填满的缺口；另一端则系统性地用不断更新的数据流填平每一个缺口。后者的运作，在亲密关系中触发的是一个前者编码从未造成过的后果：个体丧失了“我是否在爱”的第一人称判断权，不是因为社会在禁锢他的内心，而是因为第一人称的内心被技术架构重新定义成了一个需要由外部数据来不断更新的、永远暂时性的估计值。

因此，“生成过程的算法替代”不是在讲一段从一个语义到另一个语义的平滑变迁。它在讲：这一次的替代，取消的是亲密语义内部长久以来对“不可治理之物”的保留条款——而这并非内容之争（谁定义的爱更对），而是结构之争（哪一种语义还允许亲密保留一块外部系统无法替你定义、必须由你亲自生成的领地）。

4.5 与“替偿”的分离

葡萄在《被解散的良心》（2025）中提取了“替偿”这一判断：当代制度运作的核心操作，不是压制不可见的过程，而是用一个外部的、可量化、可操作的替代品，将那个不可见的过程顶替掉。该判断与本文高度同源——两者都揭示了一种“不可被管理的过程被外部可管理手段顶替”的发生。4.5节将指出这两个判断在时序上的关键差异。需要说明，替偿是作者所在研究共同体的一份未刊内部工作稿，本节与其对话属于内部方法论对质，本文不可还原性论证的硬仗主体在上一节（4.4）与卢曼的对话中。

以陈的案例为平台：替偿会如何解释她的困境？按替偿的论证，陈的问题在于她原本应当从自己与林的互动内部生成对这段关系的感受判断——一种不可见的、只属于她自身的生成过程——但这个内部过程被App提供的外部指标顶替了。她外包了关

系判断权。数据（“关系健康度78分”）占据了本该由她自己在互动中生成的判断所占据的位置。

这个解释成立。但它停在了一个临界点上。它解释不了陈在第九个月说的那句话：“我不知道自己说的是真话还是假话。”

因为替偿预设了：在外部替代品介入时，内部那个过程还在——只是它的内容被替换了。教会里的“忠心”被“果效”替换后，信徒仍在生成自己对“忠心”的体认，只是体认的内容从“圣灵的火”变成了“KPI达标”。替偿处理的是替代的内容层：内部产品还是那个“忠心”，但它的具体内容被换掉了。但陈的问题比这更深。她不是在纠结“我感受到的是真正的爱，还是App定义的爱”——这是替偿能处理的内容层替换。她在问：那个本应产生“感受”这一整个东西的过程本身，是否还在运转？她不知道“我爱你”的陈述是从她身体里自己涌出来的，还是从她的行为管理系统中作为一个“今日执行项”被调出来的。她的问题是“我爱他”这个陈述的生成源头——它是在哪里被制造的——而非它的内容——它是真的还是假的。

这就是时序置换所作的那个替偿无法看见的操作。替偿告诉我们：内容被调包了。本文揭示：在那个调包发生之前，生成过程本身已经先被跳过了。时序的置换——外部裁定不是在感受发生之后顶替它的位置，而是在感受发生之前把它所需的整个生成条件取消了——使“还有什么东西剩在内部可以被替代”这个问题本身被部分解构。苹果没有被换成梨；苹果树还没来得及开花，枝头上已经挂满了塑料果子。

判决性对照预测：若观察到用户说“我的感受被App的判断取代了，我自己感受到的跟App告诉我的不一样”——即用户能清晰地辨认出内部生成的感受与外部裁定的差异——则替偿框架足够，因为内部过程仍在运行；若观察到用户说“我不知道我是不是在感受”——即用户对自己是否还在产生感受本身丧失了第一人称判断——则本文的判断成立，因为替偿无法触及生成源头本身的沉默。

五、不可治理的残余与建造性的地基

5.1 “建造性”的界定

在展开正面论证之前，必须先界定一个贯穿本章的术语。

本文所谓“建造性”，是指一个关系系统在其内部孕育出全新的、在系统设计之初未被预编码的互动模式与共在形式的潜能。在亲密关系的语境中，它指涉的是：两个具体的主体，能否在不可预知的互动过程中，逐步摸索出独属于彼此的相处方式——一种无法被任何外部操作手册预先定义的、只在这两个人之间才有意义的互动语言。这种语言不可被还原为任何标准沟通模式的例证，因为它生长自这两个主体之间独一无二的共处历史。

建造性运作的必要条件——这是本节全部论证的支点——是不可治理性。任何能在互动中长出真正新东西的过程，都必须发生在一个系统无法预先治理的凹陷处：那些没有标准答案、没有预定脚本、必须由两个主体亲自在不确定性中浸泡、互相试探、彼此修正的地带。

5.2 短路为何取消建造性

算法治理术的闭环之所以不可建造，不是因为它运转得不够好——恰恰相反：它运转得太好了。操作化提前定义了“健康关系”应该呈现的证据标准，监测化不间断审查有没有偏离这个标准，优化化将一切偏离解释为“执行尚不到位”——这个闭环在逻辑上系统性地填平了每一个不可治理的凹陷。

一段真正亲密关系中那些最珍贵的东西——那次不知怎么就和好了的笨拙拥抱，那段说不出为什么就同时笑出来的沉默，那场吵到一半忽然心软的对视——这些东西无法在任何算法中被预先编码。它们不是任何人“执行正确”的结果；它们是两个人在互动中，在没有任何安全网的时刻里，一起撞出来的。它们需要的前提正是：那一刻，没有任何外部标准可以告诉他们“这样做是对的”——他们必须自己做出一个不可撤回的判决。短路之所以取消建造性，恰恰因为它把每一个那样的时刻都变成了一个可以被标准话术填平的执行缺口。

5.3 不可治理的残余：不是本真，而是外溢

如果短路取消了生成的建造性条件，那么反身追问必然浮现：在短路已成为默然基础设施的当下，建造性的可能性到底藏在哪里？

答案不在“回归前技术时代”，而在短路自身必然制造出来、却无法回收的那些残余里。

必须在一开始就明确拒绝一种误读：本文所指的“不可治理的残余”，不是某种“未被技术污染的纯真情感”。人类亲密从来都是被媒介塑造的——从书信到电话到即时通讯，每一种媒介都同时在重塑亲密的可能形态。没有一种“前媒介的本真亲密”等着被恢复。本文的“残余”是在另一个意义上被界定的：它是算法治理术因其快照式的计量本体论，而在其自身运作中必然生产出来、却无法纳入自身闭环的那部分体验外溢。不是因为它们属于一个更高贵的、未被技术触及的世界——恰恰相反，它们正是这个世界的一部分，是这个治理系统在自己边界处不断制造出来的、自己吃不完的剩余。

算法治理术的计量本体论是快照式的：它只能在离散的时点上捕捉可被编码的行为。从操作化继承而来的那套指标系统构成了它认知世界的边界。但互动本身是连续的——在两帧快照之间，关系一直在不停歇地流动。那些在格点之间流淌的、无法被捕捉为任何离散数据的东西——“拥抱时身体里那个说不清的松开感”，争吵后“整晚沉默里一点点变软的气氛”，和好后“重新开口时声音里那个小心翼翼的温度”——这些不是算法“不想”回收，而是它的本体论边界决定了它够不到。任何计量都必然将连续切分为离散——这不是暂时的技术限制，不是传感器精度或模型复杂度的问题，而是计量作为一个认识论操作的本质边界。

这些残余之所以能成为建造性的地基，不是因为它们更“纯粹”，而是因为它们保留着建造性唯一需要的根本条件：不确定性。在那些算法够不到的地方，两个主体必须自己摸着走。他们不知道这个拥抱能不能和解刚才的争吵，不知道这段沉默什么时候打破，不知道那句话说出来是让事情变好还是更糟。他们必须自己去试、去错、去在试错中修改彼此。在这个过程中，没有标准话术可以抄，没有指标可以核对。他

们唯一能依靠的，就是彼此在那个当下给出的、不可撤回的回应。正是在这种没有安全网的不确定性中，两个主体才被逼着亲自地在那段关系里做了判断、做出选择、承受后果。他们才成为这段关系的作者，而不只是执行者。

5.4 那个“自己”需要什么条件

上一节的论证——必须亲自浸泡在不确定性中才能生成建造性——容易滑向一种意志主义的修辞：仿佛只要个体“选择”去感受，他就能不被替代。陈的案例已经否定了这种意志主义：她在阶段一拥有裁判权，在阶段二里清醒地让渡了它，每一个节点上她都在做选择，但她的选择本身是被脆弱性塑造的。

因此，这一节必须正面回答：那个能在不确定性中维持裁判权、不将脆弱性时刻转化为对算法的全面顺服的“自己”，到底需要什么条件？

他不是天然就在那里的。他是被特定的物质条件、教育背景、关系支持系统共同发生出来的。他至少需要：不被持续绩效焦虑压垮的经济余裕（使他不必要把每一段关系都当作需要“管理”以规避风险的人力资本项目）；曾接受过某种批判性反思训练——不必然是学院教育，而是任何使他能够追问“这套指标本身在预设什么”的思维习惯；更重要的是，在关系困境来临时，他有至少一个不依赖算法指标来理解他的处境的对话者——一个朋友、一个家人、一个治疗师，让他在面对App的焦虑信号时，有一个从闭环外部传来的参照声音。

如果这些条件缺席，那么所谓“亲自浸泡”的能动性就不是一个可以随时调用的内在品质——它正在被算法治理术的系统性运作以及这些运作所嵌的社会不平等结构一并削弱。算法治理术的一个较少被讨论的深层效果，正在于此：它不只替代了个体的某一次判断，而是在足够长的时间和足够薄的支持结构下，逐步减少了那个本可以做出判断的“自己”被触发的条件。

本文因此不主张一种“回归亲自浸泡”的普遍伦理。本文主张的是：只有在那些集体性地、制度化地为不可治理性保留空间的支持结构中，个体才有可能在算法治理

术的压力下，维持那个会在不确定性中亲自做判断的自己。那个“自己”不是一段浪漫主义独白的默认起点——它是一个需要被建造、被保护、被持续再生产的能力。

六、反驳与回应

一个完整的论证，必须让最有力的反例上场，并指出它们在哪个具体的位置失效。以下不设抽象概念之争，而是将两个最切近的竞争性解释——伊利佐的情感商品化与舒尔的机器区——应用于同一段案例情节，逐一指出它们的解释停留在哪一个时刻之前，而本文的判断在那个时刻触到了什么它们够不着的东西。

情节设定：陈在使用App八个月后，在咨询室里说出“一切都很好，但我觉得自己不在里面”。她清醒地知道指标在上升，她的主观体验是空心的，她执行了全部优化建议，她甚至可以一边抱住林一边在心里闪过“今日拥抱指标达标”的念头。

伊利佐的解释：陈的困境实质上是情感被商品化导致的意义流失。App将亲密体验打包为可计量的商品——关系健康分、积极互动库存——陈在使用这些商品时，体会到的不是真实亲密的生成，而是一种消费仪式。她“不在里面”，是因为她与林之间的亲密被替换成了她与App之间的交易：她投入执行动作，收回评分上升的满足感。这是情感资本主义在亲密关系中的标准运作。

伊利佐解释的失效点：伊利佐的解释能够完全覆盖陈的阶段一和阶段二，但它在阶段三中段开始出现解释缺口。关键是：一个消费情感商品的消费者，不会丧失对“我是否想要这件商品”的感知。消费者可以买到赝品，可以在消费后感到空虚，可以说“这不是我真正想要的”——但他说得出“我想要什么”。被商品化的情感仍然保留着被主体二次评判的余地。伊利佐无法解释的是：陈为什么不再能够用“这不是我真正想要的”来拒斥App提供的体验？为什么她在第九个月连“我是不是还在感受”都无法确定了？商品化解释了感受内容的替换，解释不了感受源头本身的沉默。

舒尔的解释：陈的处境本质上是进入了机器区的一个清醒变种。App的每日记录、每周报告、持续反馈构成了一个封闭的节奏循环——她像赌博机前的玩家一样，被卷入了一个自我维持的操作闭环：看分数→焦虑→执行建议→分数回升→短暂安心

→看分数，周而复始。她“不在里面”，与她沉浸在某种成瘾节奏里丧失了自我意识，是同一结构的不同表现。至于她说自己“清醒”——那只是她自己对成瘾状态的一种错误归因，实际上她的行为已经完全被机器的节奏控制了。

舒尔解释的失效点：舒尔对陈的解释在阶段四勉强可用（她确实陷入了无法自主停止的状态），但它在林的卧室门关上之后的那个原初场景中就失效了。舒尔的玩家进入机器区之后，就不再在乎输赢——他在乎的是“不要停”。但陈坐在沙发上打开App的那一刻，她的动机结构是完全不同的：她在乎。她不是为了“继续刷”而打开App，她是因为在乎这段关系、在乎那个不安、在乎那个“我们是不是在变坏”的问题本身太痛了而打开的。她的焦虑不是机器节奏制造出来的——监测化只是放大了它——那个焦虑有一个真实的、不可治理的存在性内核。舒尔可以解释她后来为什么停不下App，但解释不了她为什么会在那个特定时刻被App捕获。而本文的论证恰好落在这个捕获发生的时刻——那个脆弱性窗口的结构性打开——因为只有补足这一步，才能完整回答：为什么是“生成能力萎缩”，而不是“成瘾行为固化”，构成了陈困境的根本结构。

反驳回应的一个附带推论：本文不否认情感商品化与机器区在陈的案例中同时存在。但本文指出，它们各自都预设了一个前提——前者预设感受尚在，后者预设一个原初的痛苦——而短路恰好是那个使这些前提逐一失效、从而使这些解释不再能完全覆盖现象的操作。这不是说伊利佐和舒尔错了，而是说他们各自看见了短路的不同侧面，但谁也没有看见那条把这些侧面串成一条完整生成链的时序置换。

七、结语：留在凹陷处的能力

本文完成了一个判断：算法治理术在亲密关系中的核心运作，不是篡夺或异化一个既有的感受，而是在那个感受尚未从互动内部生成之前，用一个外部的、确定的替代裁定，跳过了它所需要的整个生成条件——浸泡在不确定性中的时间、亲自犯错和修正的疼痛、在没有标准答案时独自做出判决的那个决定性时刻。

这个判断不是对“情感商品化”“机器区”“装置范式”等既有批判的综合或升级。它指认的是一个它们各自描述了侧影、但谁也没有正面指出的那个时序置换：外部裁定不是在感受发生之后否定它或替代它——那至少还意味着感受曾经发生。外部裁定是在感受还没有机会发生之前，就已经占据了感受本应自己生成的那个位置。当这个时序置换在一个足够长期的过程中、与主体在脆弱性时刻的顺从结合在一起，它不再是“获得感受的方式被改变了”——它是“产生感受的源头被调成了静音”。

本文的证伪条件不是单一的，而是一个条件族。第一，如果未来出现一种大规模使用的亲密关系技术，它设计的核心理念不是消除不确定性，而是系统性地为不可治理性保留空间——比如，在沟通僵局时拒绝提供标准话术，而是创造一个让两个人必须自己去摸索的环境；拒绝将所有互动简化为可计数指标，留下大片无法被任何数据概括的体验地带——并且在这种技术环境下，大量用户仍然报告着与算法治理时代同样性质的“不在里面”的体验，那么本文的核心判断就需要大幅修正。因为那将意味着：问题的根不在短路，而在技术中介本身。第二，如果发现大量用户在经历短路后，能够通过更深度的算法使用——不是“更少的技术”，而是“更精准的情感追踪、更复杂的数据模型”——重新恢复感受的生成能力，即“病因”能被更多的“同一种药”治好，则本文关于不可治理性的论证需要退守：也许生成过程并非必须保留不可治理的凹陷，只是当前的优化手段还不够精细。第三，如果观察到在非中产阶级群体中，使用同类关系管理工具的个体不报告“不在里面”的体验，且其原因在于他们从一开始就不赋予这些工具以认知权威——工具在他们手里始终只是一个可有可无的辅助品，不受“通过管理来优化关系”这一整套中产阶级文化逻辑的召唤——那么本文的判断就必须明确其阶级边界，并进一步细化裁判权让渡的社会文化条件。

本文开出的不是“治疗方案”。本文不认为存在一种“治疗短路”的技术手段——因为短路的本质恰恰是“用技术手段解决了一个只能由非技术过程去承受的问题”。它的发生不是某个App的设计失误，而是一整套将不确定性编码为“待修正的偏差”、将等待编码为“效率损失”、将不可治理之物编码为“尚未被优化覆盖的盲区”的治理逻辑，在足够长的时间里、在足够脆弱的个体身上完整展开的结果。这个逻辑不可能被同一逻辑的升级版打破。

但这并不通向“拒绝一切技术”的卢德主义。本文的论证指向的是另一重区分：在那些为你提供确定答案的技术，与那些在不确定性面前退后一步、让你自己去浸泡的技术之间，有一条可以辨识的分离线。如果你使用的工具，在那个你最混乱、最不确定、最想要一个答案的时刻，没有给你一个答案——而是给了你一个空场，让你必须自己去感受、自己去判断、自己去承担——那么它就不是一个短路装置。它没有替你走那一段路。它只是站在路边，让路的长度原封不动地留在你脚下。一个社会是否能够设计并推广这种“退后一步”的技术，不是一个技术问题——它取决于这个社会本身是否还承认：亲密关系中那个不可治理的内核，不应该被优化掉。

注释

[1] 本文所使用的“算法治理术”概念，受到福柯“治理术”概念的启发，但特指以算法为技术中介、以数据计量与优化为主要手段的治理逻辑。它并非福柯意义上治理术的直接延伸，而是在数字技术条件下的特定形态。本文对该概念的使用聚焦于亲密关系这一具体领域，不预设其在其他领域的可推广性。

[2] 本文所概括的“感受裁判权转移”论，并非特指某一位学者的观点，而是对一类批判路径的统称，该路径认为算法技术将对于亲密关系状态的判断权从体验主体转移至外部的计量系统。本文在此基础上推进，指出算法治理术不只是转移裁判权，而是替代了感受的生成过程——这一替代在时序上发生在裁判权转移之前，并通过脆弱性捕获完成闭合。

[3] 第三章案例中的陈与林均为化名，具体细节基于心理咨询临床实践中反复出现的模式，经合成与脱敏处理而成，并非真实个案的直接记录。该案例在本文中的功能是思想拓展性质的例示——展示在特定条件组合下，替代逻辑如何在一个生命里分层展开——不宣称具有统计代表性或经验普遍性。陈的社会位置（都市中产、大学学历、心理咨询话语使用者）在文中有明确交代，本文的判断范围受此限制。

[4] 伊利佐（2019）提出的“否定性选择”概念，指涉当代人通过排除“不想要的”选项而非积极选择“想要的”来进行关系决策。这一概念是本文与之进行判决性对照的关键。本文认为，否定性选择仍然预设了“不想要的感受”的存在；而替代发生在更早的时刻——取消了被审计的感受对象的生成本身。

[5] 本文对博格曼“装置范式”的使用，侧重其“参与剥离”维度。本文在此基础上进一步区分：当技术不仅剥离参与，而且进一步替代了主体对自身感受的判断权，并在足够的脆弱性条件下导致生成过程的取消时，便越过了装置范式的边界，进入了替代。这一区分的完整论证见4.3节。

[6] 本文的论证不依赖韩炳哲的“肯定性社会”诊断作为解释基础。2.4节关于脆弱性捕获的心理机制论证完全由本文自己的发生叙事来承担——聚焦于算法治理术的不同阶段如何逐步重塑用户对确定性的需求形态。

[7] 葡萄在《被解散的良心》（2025）中提出的“替偿”，是作者所在研究共同体的一份未刊内部工作稿。本文4.5节以“替偿”为内部方法论对话对象，通过同案例对质，揭示本文判断在时序置换上超越替偿之处。此处说明该文稿的性质，以供读者评估对话基础。本文不可还原性论证的硬仗主体在4.4节与卢曼理论的对话中。

[8] “不可治理的残余”指算法治理术因其快照式计量本体论而必然无法捕捉或回收的连续过程厚度。它不是某种未被技术“中介”的本真情感——人类亲密从来都是被媒介塑造的，不存在前媒介的“纯粹感受”。它是在治理系统运作边界处不断被制造出来、却无法被纳入该系统的计量闭环的体验外溢。本文在5.3节正面阐发了这一概念。

参考文献

博格曼, A. (1984). 技术与当代生活的特征 (Technology and the Character of Contemporary Life: A Philosophical Inquiry). Chicago: University of Chicago Press.

伊利佐, E. (2007). 冷亲密: 情感资本主义的制造 (Cold Intimacies: The Making of Emotional Capitalism). Cambridge: Polity Press.

伊利佐, E. (2019). 爱的终结: 否定性关系的社会学 (The End of Love: A Sociology of Negative Relations). Oxford: Oxford University Press.

卢曼, N. (1982). 作为激情的爱: 论亲密的符码化 (Liebe als Passion: Zur Codierung von Intimität). Frankfurt am Main: Suhrkamp.

舒尔, N. D. (2012). 设计成瘾: 拉斯维加斯的机器赌博 (Addiction by Design: Machine Gambling in Las Vegas). Princeton: Princeton University Press.

附论零·本组十篇的分工（编辑增补）

说明：本组十篇出自三次连跑（项飙「附近」／鲍曼液态现代性／伊洛思情感资本主义），彼此距离很近。以下分工地图十篇同置一份，并附上「这份分工在什么条件下应当被推翻」——这比事后挑几篇发要诚实。

十篇不是同一判断的十种说法，它们各自占住的是一个不同的自变量。按自变量归并，落在四个面上：

A 认识的边界：守护者／陪伴者知不知道正在发生什么。《喂养附近》问的是守护者的「可言说性自信」；《从守护到长陪》问的是陪伴者在自己也失去方向感时能否继续在场。两篇共享的判断是：不知道，不是待补的缺陷，而是必须被结构性地容纳的条件。

B 发生的条件：什么情境逼出不可代理的动作。《被裁决》给出四重条件（悬空·无代理·不可撤回·他者在场）；《关系的重力》指认关系可能死亡的不确定性是意义得以持续的前提。两篇共享的判断是：不确定性不是意义的障碍，是意义的燃料。

C 沉积与抽空：能力怎么积起来，又怎么被掏空。《被需求反射接生的人》追自我叙事在平台反馈中被重组；《底劲》追前意志层的身体厚度如何积蓄与中断；《活壳》追外部适应在成就自身的同时抽空内在转化力。

D 时序的替代：外部裁定发生在内部生成之前。《关系的腹语之死》《感受生成过程的算法替代》《当亲密不再亲临》共享同一个时序判断——不是既有的感受被篡夺，而是感受还没从互动内部长出来，就被一个外部的、可计量的裁定跳过。三篇的分工是：一篇追关系内不可译层的消失，一篇追替代的运作机制与边界，一篇追替代之后主体侧留下的存在论沉寂。

这份分工的有效反驳条件。若去掉上述自变量之后，其中两篇在同一情境下仍然做出同样的预测，那么它们就应当被合并，而不是各自成篇。

最需要交代的是 D 组内部与 C 组的《活壳》之间。可裁决的分离点是这一格：设想一个人在完全没有任何外部裁定介入的条件下长期生活（无算法、无测评、无第三方解读），但同样长期不必亲自处理任何有阻力的材料。D 组预测他的关系意义不会沉寂（因为时序未被替换），《活壳》预测他仍会坏死（因为抽空来自适应本身，不需要外部裁定）。这一格是《活壳》不能被并入 D 组的唯一理由。若实证上这一格不存在，《活壳》应并入 D 组，本组应为九篇。

附论一·最近邻补切与可裁决预测（编辑增补）

说明：以下各节为编辑在审读时增补，不改动作者正文与核心判断，只补上本文原稿未正面处理、却与核心命名距离最近的占位者，并给出可裁决的分离预测。

增补 与拉图尔「委托」的正面对质

本文诊断的是一个动作被外部装置接手之后性质随之改变的过程。在技术社会学中，这一过程最系统的占位者是拉图尔的**委托**（delegation）：人把某项任务委托给非人行动者（减速带替代交警、门弹簧替代守门人），任务被完成了，但完成的方式、以及它对人的要求，都被改写了；拉图尔由此论证行动是人与非人组成的链条的属性，不是人的独有属性。本文已切开情感商品化、机器区与装置范式，但未处理委托，这是同一族里最强的一个。

分离线切在**被委托出去的东西是否本来就存在**。拉图尔的委托预设一个已经被规定好的任务：关门这件事在门弹簧出现之前就存在，弹簧接手的是一件轮廓清晰的活儿；委托改变的是执行者与执行方式，不改变"要做什么"。本文的替代所跳过的，**不是一件已被规定的活儿，而是那个"要做什么"本身尚未成形的阶段**——那团感受还没有轮廓，正是在主体浸泡于不确定性的过程中它才获得轮廓；外部裁定给出的不是一个更高效的执行，而是一个预先成形的对象，从而使成形过程本身不再需要发生。

可裁决的分离点：委托框架预测，撤除装置后原任务会回到人身上并被重新执行（守门人回来了，门照样能关）；本文预测**撤除之后回不来的那一部分**——当事人不是"要自己费力去感受了"，而是不再产生那团需要被感受的说不清的东西。测量落点：在工具撤除后的一段时间里，当事人自述"我说不清我现在是什么感觉"的频次，委托框架预测上升（任务重回自己身上、执行变吃力），本文预测**不升反降**——因为连那团说不清的东西都不再生成，取而代之的是流畅但空的表述。这两条预测方向相反，可直接判。