


# 情感政治

許寶強 著



# 目錄

前言	閱讀當代香港的情感地圖	7
第①章	情感的文化政治	14
1.1	知識危機與悲觀情緒	17
1.2	情感也是理性認知	21
1.3	一場雨傘運動 兩種情感創傷	33
第②章	勁灰頹爆的解放潛能	41
2.1	從恐懼的文化到焦慮的政治	43
2.2	靦腆、羞恥、內疚、妒恨	59
2.3	集體的苦悶與憂鬱	67
第③章	正向情感的暗黑面貌	79
3.1	以愛為名的仇恨政治	81
3.2	當快樂成為指標之後…	91
3.3	希望匱乏遇上正向思維	97

第④章	絕望社會的希望政治	107
4.1	自殺的另類思考	109
4.2	認真希望 抗爭快樂	125
4.3	絕望的虛妄與情感的培力	143
後語	尋根扣問——虛無時代的思考方法	161
參考書目		169

# 前言 閱讀當代香港的情感地圖

早前與十多二十年前畢業的學生飯聚，正藉北韓飛彈橫飛之際。其中一位平時很少參與社運的畢業生忽說，倘「金仔」（金正恩）給美國國土或東亞地區來一次玩真的試射，在目前令人絕望、前景堪虞的社會狀況和政治環境，也未嘗不是一件好事，起碼能攪動一潭死水，帶來點變動的可能性。這半開玩笑，但也不全無認真的想法，是否反映了本地社會的一種愈來愈普遍的集體情緒——勁灰頹爆？

如果按照我過去的教學經驗和社會觀察，繪畫一幅當代香港的情感地圖，佔主要版面的，應該是苦悶、恐懼、焦慮、憂鬱、憤怒或妒恨等被認為是負面的集體情緒；若把焦點放在青少年（尤其是學生）身上，或許還得加上羞恥和內疚。政府、傳媒、學校、社福以至醫護機構近年不斷倡議「抗逆力」、「正能量」或「好心情」，也許可看作為這幅情感地圖的間接佐證。

最近幾年，我反覆教授一個介紹文化研究方法的科目，對象是初入學的本科生，課程的作業，包括提交一個他們最想研究的題目，並解釋原因。除了部分學生仍以「交功課」的心態——也就是按考核評分的要求——應付外，不少學生都願意認真思考、尋找問題。數年下來，也能收集到一些有趣的題目：

- 為甚麼有人認為看韓劇的人低智？韓國流行文化為甚麼等於品味低下？
- 如何減少掉髮？或為甚麼對有些香港人來說，頭髮少是一個急切需要解決的問題？
- 為甚麼有人認為內向的人難以符合大眾的期望？
- 為甚麼有人會認為同性戀者必然與愛滋病有關連？
- 為甚麼我覺得港人「怨氣重」？
- 為甚麼公眾誤解及歧視殘疾（被障礙）人士？
- 為甚麼香港人常常取笑「深色人種」？
- 研究使用 YouTube 來自學的正面價值
- 讓座不讓座——為甚麼我不敢不讓座？
- 為甚麼我在空閒時總是無所事事，無無謂謂？

- 如何減少我對電話的依賴？
- 為甚麼我經常走堂？
- 為甚麼我一有錢就會花費？
- 如何能暢快地選購所需的日用品？
- 如何解決姊姊在家中沒有「妥善擺放」衣服對我造成的困擾？
- 如何在不用節食的情況下有效令體重減少？
- 為甚麼我總覺得工作做不完？時間不夠用？總是趕死線？有甚麼因素可能導致我認為拖延症是一個需要解決的問題？
- 大學生為甚麼會有逃離香港的心態？
- 為甚麼我在大學沒有方向感？
- 探討 AV 對香港青少年的性觀念可能引致的影響
- 為甚麼母親看 TVB 我會瞓？
- 為甚麼沒向人打招呼會令我午夜夢迴？
- 為甚麼我失去跑步的動力？
- 為甚麼我睡前一定要看手機？
- 姐弟戀是社會風氣，抑或壓力縮影？

為甚麼我要剪頭髮？

為甚麼男生著裙成不了主流？

為甚麼我要做服務研習？

為甚麼我要長大？

為甚麼我要講粗口？

為甚麼我會沉迷賭博？

為甚麼我會討厭 World History 這科目？

為甚麼我會追星？

為甚麼我做在做的事？

為甚麼不是每一個國家都接納同性婚姻？

為甚麼支持男女平等，卻享受女性特權？

為甚麼香港青少年對成為一個全職運動員卻步？

童年創傷如何影響一個人的性格？

上莊是否有意義？

社交網站上的一個讚好到底帶多少價值？

這些問題，都是同學們經歷了一整個學期認真討論和思考的成果。回看這些頗有代表性的問題，我們大概不難發現，同學以這樣的方式提問，一方面反映了主流價值的潛移默化影響，例如問「為甚麼講粗口」，而非問「為甚麼不講粗口」；但也同時透露青少年對既存的生活和價值觀的質疑，尤其是對被迫做一些他們不想做的事情，例如「不敢不讓座」、「必修 World History」、「做服務研習」，或不能做一些想做的事情，例如「看韓劇」、「暢快地選購所需的日用品」、「全職運動員」。整體來說，學生的問題，大致為我們提供了一幅簡要的當代香港青年的情感地圖，當中不乏煩悶與驚恐、焦慮與羞恥、憤怒或無奈、虛無及犬儒，用網絡的說法，大概就是「勁灰頹爆」。於勁灰頹爆情感瀰漫之際，政府和教育界長期都以倡議「正能量」、「好心情」等工作來應對。然而，如果「勁灰頹爆」建基的是當代社會希望匱乏的狀況，也就是青年以及成人都不容易找到出路或有意義的生活，那麼強調「正能量」、「好心情」，只是一種頭痛醫腳式的倡議，自然無法回應當代社會的集體情緒困局。除此以外，我們是否還可以嘗試另一種尋找希望、走向未來的進路？



本書借用文化研究、情感經濟和精神分析的視野，反思恐懼、羞恥、苦悶、焦慮、憂鬱與憤怒或妒恨等幾種被認為是「負面」的情感，探索當中蘊含的解放潛能，又同時分析希望、快樂、愛等「正面」情感，也可被轉化為令人沮喪以至絕望的力量。在直面這兩難的情感政治、文化困局下，本書嘗試探討如何在當代的社會脈絡中，思考並尋找一種另類的希望（或絕望）政治。

本書的部分章節，改寫自我過去曾發表於本地報章和雜誌的文章或訪問。特別感謝《明報》黎佩芬和楊焜庭兩位編輯的邀稿、*Breakazine* 提供的機會和空間、天窗編輯的建議和耐性。

僅以此小書回謝教我學習情感政治的同學、朋友和家人。



第 章



情 感 的  
文 化 政 治



本章討論的焦點是晚近社會及人文學科的「情感轉向」(Affective Turn)，也就是把個人與集體的情感或情緒，置放於文化及社會研究的核心位置。1.1章首先探討產生「情感轉向」的當代社會脈絡，粗略描述政治、經濟、科技及媒體等面向的改變，分析這些轉變如何引發知識危機，並容易產生極端的集體情感狀態；1.2章簡要地引介各種研究情感或情緒的理論，從神經科學到心理學、從社會建構論到文化研究、從精神分析到情感經濟，嘗試指出情感其實包含理性認知，亦跨越自我/個人與社會/集體的界限；1.3章以雨傘運動後期部分積極參與者經歷的「情感創傷」為例，希望把第一和第二節的討論，也就是「情感轉向」的社會氛圍和知識基礎，置放於當代的香港社會脈絡，初步勾劃出本地近年湧現的各種集體情感的文化政治含意。

# 1.1 知識危機 與悲觀情緒

機緣巧合，於報章雜誌發表社會評論，斷斷續續已有一段不短的時間。然而，近來日益感到，深入的時事評論真的愈來愈難寫，原因並不在於無話可說。相反，在這資訊氾濫的年代，每天總有新鮮事發生，我們也容易對這些剛發生的事情表達點想法。然而，正是由於新鮮資訊的生產周期愈來愈短，於急促變動的社會中書寫，總會出現仍未有很好地消化新訊息前，就得下筆的壓力；另一方面，置身社會兩極分化、時間與注意力成為稀缺資源的狀況下，讀者也愈來愈不耐煩於仔細的閱讀，甚至傾向只追求簡化的立場和結論，也就是所謂的「標題黨」。近年網上流行的一句話是「長文慎入」，而所謂「長文」，有時只是數百至上千字的文章，為此而需要「慎入」，大概反映了現代港人的時間與注意力確實十分稀缺。

17





深度時評的書寫困難，反映的是一個更普遍的社會問題，也就是美國文化研究學者格羅斯堡（Lawrence Grossberg）所指的「知識危機」。他在 *We All Want to Change the World* (2015) 中分析，在政治愈趨兩極分化與媒體及大學轉型的當代社會環境中，人們愈來愈失去了判斷客觀事實的基礎，從根本上否定真確無誤的知識的存在，甚至最終懷疑知識的價值和作用。

伴隨「知識危機」而共生的，是他稱之為當代社會「悲觀主義」情感的氾濫。事實上，正如台灣學者甯應斌和何春蕤（2012）的《民困愁城》指出，資訊與知識往往載負情感，它們的流通與傳播，主

要是建基於附於其上的強大情感動力。而當代社會對知識的不信任，亦與民眾普遍共享的悲觀情緒緊密相關。

\* \* \*

經歷了「689」、「831」和雨傘運動前後的撕裂，再加上銅鑼灣書店事件和廉署「換馬」，以及接著發生的13+3刑期上訴、宣誓風波及DQ議員、一地兩檢、立會拉布與修改議事規則、人大修憲永續國家主席任期、港鐵建築事故等等，香港民眾大抵對悲觀主義的集體情緒不會陌生。格羅斯堡進一步分析，構成當代集體悲觀情緒的元素，包括了對尊重多元文化和社群差異等價值的無感，取而代之的是愈來愈視任何事情都同等重要（或同等不重要）的犬儒態度；個人的決定或立場取向，不再建基於客觀的分析判斷，只純粹依據情感投注的強度作出抉擇，進一步強化帶很重相對主義味道的「知識危機」。

在這種當代悲觀主義集體情感氛圍下，容易令人傾向二元對立的極端政治選項，例如愛國就必須反對民主自決或獨立；又或是提出理想願景就等同「離地」，例如批評爭取全民退保、最高工時不切實際。這兩種只容二元選項的情感狀態，極端之處在於完全抹殺



其對立項，例如以愛國否定自決，或以「現實」否定全民退保，希望滅之而後快。

這種二元對立的情感政治，其衡量成敗的準則，也十分極端，如果不能畢其功於一役，例如無法立刻取消人大「831」決議或設立全民退保，就會被判斷為失敗，輕視甚至取笑「階段性的勝利」，而在當代政治空間愈來愈窄的社會脈絡下，以這種不是全勝就是全敗的標準來衡量行動的成效，結果往往只能是恆常的「失敗」。構成當代悲觀主義的，還包括一種普遍的焦慮感，以及伴隨而至的躁與鬱，也就在碰到難題、困局或危機時的兩種極端反應——或急躁地強調要立刻做點甚麼的行動主義，或退縮迴避的抑鬱難動。

20

傘運後的香港，不少民眾變得犬儒冷漠，對世界的前景不存希望，失卻參與公共事務的熱情；又或充滿妒恨，諉過於人，甚至激烈排外。如何超越和克服這些瀰漫於當代社會的悲觀主義情緒，走出「知識危機」？理解民眾的真實感覺或需求，細緻聆聽和分析他們的憤怒、驚恐、不安、焦慮、希冀與欲望，興許是一個合適的起點。



# 12 情感 也是理性認知

「和理非非」<sup>1</sup>是近年香港民主運動中創造的概念，表面上十分理性，甚至有點排拒情感或情緒，然而，這個主要由背景是中產的傳統泛民倡議的口號，之所以能獲得不少泛民支持者的響應，是否也反映了香港中產階層的一種集體情感狀態？這口號引伸出的更根本問題是：理性與感情是截然不同甚至相互對立的？還是你中有我我中有你的相互依存關係？情感是天生還是後天的？倘是後天的，是甚麼社會因素導致不同的情感的產生？這些都是有關情感研究的基本問題。

情感或情緒<sup>2</sup>是近年常見的關鍵詞，有關情感或情緒的論述，

---

註 1： 和平、理性、非暴力、非粗口的簡寫。

註 2： 情感與情緒對應的英語是 emotion、feeling 或 affect。這些英語概念並不完全等同，不同的理論傳統會作出不同的細微劃分，下文會稍作解釋。不過，中文的情感或情緒，則缺乏類似劃分，又由於本書旨在指出情感或情緒在當代香港社會的重要位置，而非細緻地討論兩者的分別，因此基本上把兩者等同地使用。





遍及醫學、神經科學、心理學、精神分析、社會學、文化研究、文學等領域，並以不同形式出現：從流行的情緒管理、正向思維普及讀物，到電視電影（例如《一念無明》），以至學術論文書籍。依附於這些媒介的資訊，尤其是大眾傳媒，大多蘊含愈來愈濃烈的情感，包括對特定事情、人物、故事、觀點的愛惡喜怒；而當代政治也往往建基於政客或民眾的集體情緒，包括排外反移民所呈現的對他者的恐懼和厭惡，或支撐著以愛為名的反港獨合奏的集體憤怒與仇恨；甚至一些政治人物極力守護「和理非非」的路線，背後所依據的大抵是一種現代社會渴求秩序、抗拒混亂的中產情感。

現代社會中情感的重要性，也見諸於各式機構對情緒管理和情感反思的重視。指導或訓練他人控制情緒的書籍、課程、計劃、組織如雨後春筍，而量度集體或個人情感的指標，例如快樂指數或情緒智商（EQ），亦逐漸流行甚至早已成為常識，以至於情緒治療愈來愈大行其道。然而，這些流行的情緒管理和反思所建基的，基本上是一種把社會問題轉化成個人情緒問題的假設，例如把自殺理解為個人抗逆能力低下或情緒失常，又或將有異於主流的性傾向理解為心理失衡或變態。

總括來說，現代社會的確是一個情感泛濫的年代（參閱 Furedi 2004；甯應斌、何春蕤 2012），而伴隨著情感泛濫而至的，是人文及社會科學的情感轉向（Affective Turn）（參閱 Clough 2007）。

\* \* \*

十九世紀末二十世紀初，現代大學的學科體制逐步建立之後，有關人類情感的研究，主要由醫學、神經科學和心理學把持。然而，晚近的情感轉向，吸引了不少社會及人文學科，包括社會學、人類學、政治學、精神分析和文化研究，將研究焦點轉往人類情感。社會及人文學科的情感轉向，出現於當代科學與理性備受挑戰的知識



危機社會脈絡（見上一節的討論），同時為全球日益興盛、建基於激烈的情感投入的民粹政治所加持（下見第二章的討論）。與此同時，有關情感的認知上的轉變——例如不再完全把身體和精神、情感和理性割裂地看待，並拒絕賦予思想高於情感的地位——也為知識上的情感轉向提供了理論上的支持。

24

歐美早期有關情感的理論，源自柏拉圖和亞里士多德的感官等級劃分，把視覺和聽覺以外的其他感官，包括觸覺、嗅覺、味覺和各種情感慾望（喜、愛、恨、妒、怒、憂、恐、悲…），置放於較低等的位置。這些古希臘男性哲人，高揚理性，貶抑感性，建基的是一種把理性和情感、身體與精神先分割後對立的視野，當中隱含一種年齡和性別定型／歧視的角度（兒童／女人＝感性＝低等；成年男人＝理性＝高等）。這種感官等級劃分不僅主宰了歐美的主流認知框架，更隨著殖民主義的擴散而影響全球。今天香港社會，包括教育界，對情感和理性的認知，也在很大程度源自這個傳統。

與這種感官等級視野緊密相關的，是知識的生產和傳播方式。由於貶抑情感和身體，高揚理性與精神，因此現代的教育及研究機構，基本上集中於以視覺和聽覺為媒介的教學方式，忽略觸覺、嗅覺、味覺和感覺的溝通和學習。循知識論的角度看，現代的學校側重的是以文字和說話為媒介、強調歸納和演繹、證偽和證實、分析性、不近人情和理論上平等的學識（Episteme）；相反，重視經驗、

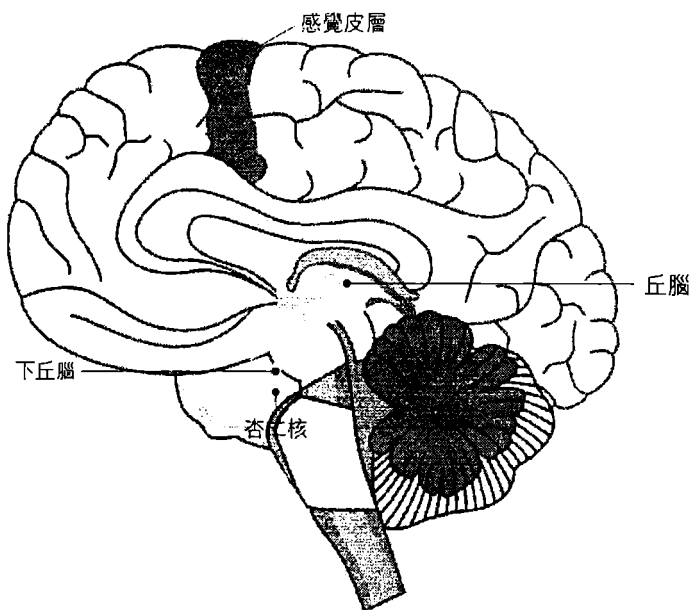
實踐、規矩、想像、整全、特定、有人情味但等級分明、身體與精神統一，透過示範、試錯、直覺、解釋、修正學習的技藝（Techne），則被冷待。

然而，隨著歷史與社會環境的轉變，研究情感的各種理論，逐漸走出截然分割感性與理性、情緒與認知的二元框架。當代用以界定和分析各類情感的，主要包括兩個基本的視角，其一是將情感理解為生物的本能，例如基於自我保衛而出現的驚恐、憤怒；另一則認為情感源自認知，例如內疚、羞恥、妒恨。部分理論為這兩種視角下的情感區分等級，認為建基於生物本能的情感是基本的，而建基於認知的情感則較高級（Evans 2001）。不過，也有另一些理論嘗試超越這類的等級區分，甚至拒絕接受把情感與理性認知完全分割，不僅確認情感往往建基認知，還提出理性最終亦是依靠情感來支撐，即對理性的喜愛或非理性的厭惡（何春蕤、甯應斌 2010）。

於現代學科體制建立以後，探討情感的理論，也可以循不同學科的視野來區分。當代學術界研究情感的主要學科，包括（1）融合認知心理學、生物化學、遺傳學、病理藥物的情感神經科學（Affective Neuro-science）；（2）心理學；（3）精神分析；（4）社會學；（5）文化研究。



情感神經科學主要循了解人腦的結構和運作出發，認為當人類接觸能刺激情緒的因素（例如威脅的臨近）時，可循兩種路徑產生反應：低路徑經感覺丘腦（Sensory Thalamus）至杏仁核（Amygdala）較快速地作出情感反應，高路徑則在經過感覺皮層後再經感覺皮層（Sensory Cortex），才往杏仁核然後作出情感反應，因此相對緩慢，但往往能避免由於反應過快而產生錯誤的情感反應，例如把杯弓誤作蛇影。神經科學同時強調情感的生理基礎，例如開心的情緒源自腦內的分泌物多巴胺（Dopamine），憂鬱則與這種又被稱為「快樂物質」的多巴胺分泌不足有關。在這理論指導之下，抑鬱症的治療方法，主要是靠藥物的控制。



心理學也可理解為情感由內至外的理論，假設情感的產生，源自每個個體的主觀感受，而這些主觀感覺，建基於個體的成長經歷和心理發展成熟程度。主流的心理學，尤其是經大眾媒體普及化了的版本，往往假設了不同年齡群的情感應有特定的「正常」狀態，偏離「正常」的情感，往往不被鼓勵，或視之為壞的情感，甚至會被病理化。承襲了過去理性高於情感的等級化邏輯和價值，這樣的理論視野亦把不同的情感亦等級化，劃分高低好壞。甚至同一種情感，因其產生的根源不同，例如建基於一夫一妻的愛 Vs. 「破壞家庭」的婚外情或同性戀，也會被區分成好 Vs. 壞的愛。而在當代大為流行、目的是為了處理甚至消滅「負面情緒」的心理治療和「正向情感」，亦主要建基於這種理論視野支撐下的情感等級劃分。（Amed 2004）

2

\* \* \*

## 第①章 情感的文化政治



如果心理學是一種建基於個體由內至外的情感理論，那麼社會學則是一種由外至內，或由集體至個體的情感理論。循這樣的社會學視野，個人的情感主要經由社會建構，透過學習得來。也可以說，情感往往是通過社群集體，「感染」給個體，例如世界各地發生的自然或人為災難，透過大眾傳媒，會令不同地方的人口同感悲傷；又或身處示威集會現場，對不公義之事容易催生共同的憤怒；以至一起觀賞音樂或體育表演和比賽時，亦經常會產生集體的喜悅或驕傲。從分析社會氛圍切入的情感理論，比較重視政治經濟體制和環境對民眾情緒的影響，甚至會引用政治經濟學的方法，探討在不同歷史脈絡下各種集體情感的生產、流通和消費，從而理解一些政治現象，例如民粹主義的興起與運作的邏輯。（Amed 2004）晚近的一些跨學科思想家，以文化研究和精神分析補充這種政治經濟學的分析視角，發展出情感經濟（Affective Economy）的理論進路（見下文）。

相對於比較著重社會體制和環境對個人情感影響的社會學，文化研究的焦點則置放於語言或符號系統與人類情感的關係。換句話說，文化研究處理情感的進路，是嘗試跳出心理學的個體主觀感覺和社會學的集體氛圍的框限，透過分析語言或符號的中介作用，以理解意義的生成如何影響情感的生產、消費和流通。例如，為甚麼香港的民主運動中會出現「和理非非」的情感？為甚麼部分中產階級會厭惡粗口，甚至認為粗口或不禮貌的行為比DQ議員、虛報學



歷、法律僭建更罪孽深重？粗口這獨特的語言符號，又如何與不同社群的情感聯繫？要回答這些問題，文化研究認為我們需要分析和理解置身不同族裔、性別、年齡、階級的民眾，如何在既有的語義系統圍繞下，賦予不同的事物相異的情感和價值；而這些語言和情感連繫，並不是天然不變的，而是受特定的歷史與社會脈絡——尤其是普及文化、教育、政治議程、社會政策等——經年累月的影響和塑造。掌控資源及決策權力者，包括傳媒老闆和政府教育官員，往往能透過管控符號的生產和流通，例如製作公關宣傳、選擇標題內容和播放時段，在更大程度主導民眾的情感和價值。（Grossberg 2009, 2015）故此，文化研究中有關情感政治的研究，往往希望揭示民眾生活的歷史軌跡，從中理解語言和符號系統如何形塑社會的集體情緒，又同時探討被主流語言和符號系統貶抑的「負面情感」當中的解放潛能。





精神分析視情感為心理能量（Psychic Energy），或本能／驅力（Instincts /Drives）。當代的精神分析主要建基於佛洛伊德（Sigmund Freud）的學說：早期側重於愉悅原則（Pleasure Principle），認為人有趣樂避苦、盡量減少緊張的本能；晚期則提出了有點不容易理解的死亡驅力（Death Drive），也就是回歸人類最初始的狀態。佛洛伊德指出，人其實不害怕死亡，只要死亡的方式、時間由自己選擇就可；人類嘗試逃避的，其實是不由自主、充滿痛苦或焦慮的死亡過程，例如長時期受病患的折磨。相反，出生的最後目的地，正是回歸死亡，這是人類的必然命運。因此，佛洛伊德認為，人的心理動力之中，潛藏一種回歸死亡（或初始狀態）的驅力，其基本的行為是不能自控地不斷重複、拒絕學習和轉化，而具體的表現，則是像當代的美容廣告一樣，追求凍齡甚至恢復嬰兒的狀態（Cohen 2005）。拉康（J. Lacan）則在佛洛伊德的理論基礎之上，引進符號學的分析，提出了想象界（Imaginary）、象徵界（Symbolic）和真實界（Real）的著名框架，而晚近援引拉康的精神分析研究情感的學說，例如齊澤克（Zizek 1989）有關犬儒心態的研究，或 Fink（2015）關於愛的研究，基本上也是依據這個框架進行。

31



當代人文學科有關情感的研究，例如 Ahmed (2004, 2010) 的兩本專著，逐漸結合社會學（包括政治經濟學）、文化研究和精神分析的視野，探討在急促變化下的社會經濟和科技環境，個體和集體情感的生產和流通，以至這些情感流動所產生的政治效果。Ahmed 命名為情感的文化政治 (The Cultural Politics of Emotion) 或情感經濟 (Affective Economy) 的理論進路，即超越理性與情感、身體與精神等二元對立框架，思考不同時空下或不斷變化中的情感中介——政經體制、語言符號、心理能量，在特定的社會脈絡下如何影響情緒的生產、流通和消費——，這也是本書最主要的智性資源參照。

# 1.3 一場雨傘運動 兩種情感創傷

2014年的雨傘佔領被清場之後，對傘運的檢討，與過去的社運民運回顧比較，多了一個新的主題，也就是被稱為「社運創傷」的現象。所謂「社運創傷」，流行的論述並沒有給出很清楚的定義，大概是指在參與社運的過程中，因經歷「背叛」、誤解、分裂，以至曾遭遇語言或物質暴力而受到傷害，或因理想未能達至、佔領區的新生活和社群關係無法繼續維持而導致的失落，從而產生種種「說不出口的鬱結」，變得沮喪無力，或暴躁易怒，又或心如止水、不問世事等「社運後遺症」。

33

香港的民運或社運，從來都有高低起伏，自然容易出現時而亢奮、時而沮喪的精神狀態，但過去鮮見人們會引用「社運創傷」來描述參與者的情緒。「社運創傷」的說法，於傘運佔領後之所以流行，除了受助於日益普及的治療文化（Therapy Culture）的社會脈絡以外（相關的分析見第二章），大概與互聯網的普及和隨之而加





劇的語言暴力及網上欺凌有關，同時跟傘運的規模龐大和歷時較久或許也有點連繫。當數以萬計政治取態不盡相同的參與者，在瀰漫著「不要大台和討論」的氛圍下共處兩個多月，再加上運動不斷受挫，處理矛盾分歧的方法，自然容易變得簡單粗暴。無論如何，這議題或論述的出現，反映了在傘運的過程當中，不少參與者確實經受不同性質不同程度的情感傷害，從而成為一個集體反思的焦點。

不同立場、不同年齡、不同性別、不同族裔、不同參與位置、不同介入程度的參與者，是否經受創傷，或經受了多大的創傷，自然不盡相同、因人而異；當中曾身體受損，或情感受創者，傷害所遺下的影響，也可深可淺。「創傷」主要源自暴力，包括肉體上和精神上的。一些曾受警察扑頭打手、胡椒噴面的佔領者，與一些受到網上語言暴力攻擊的參與者，創傷的性質並不一樣，後續的影響也參差相異。根據一般的心理學推斷，前者容易對警察焦慮害怕或厭惡憤怒，以至滋生以暴易暴的報復心態；後者則或會變得小心翼翼、避免再受攻擊；更嚴重者是自我形象低落，對他人失去信任。自然，真正產生的影響，還有待有系統而仔細的研究觀察。

\* \* \*



透過閱讀和聆聽一些曾於傘運中受到傷害的青年朋友的想法，我們或可以初步理解經歷「社運創傷」後的不同情感狀態。2015年9月3日於理工大學舉辦的一個傘運研討會中，最後一場是幾位積極參與傘運的女生，講述她們曾經受的語言暴力的傷害。網上的攻擊並非側重於她們的政治立場或行動策略，而是集中於評頭論足、私人品行，以謾罵貶抑她們的人格、否定她們的存在價值。這種網絡欺凌不僅針對議題的內容，嘗試界定甚麼觀點值得討論，甚麼觀點必須壓制；更同時在意於消滅被攻擊者的主體，徹底否定他們在公共領域的發言資格，甚至不把他們當作為人。正如近年十分關注情感政治的美國女性主義思想家 Judith Butler (2004) 指出，這是心理上的恐怖主義，嘗試令受攻擊者不敢發聲，或難言真話，產生的效果是：取消任何認真的公共爭論，剩下的只是「自己友」之間交流。

與這些位於社運組織核心的女生所受到的傷害不盡相同，一些站於前線與警察對峙的「勇武派」，他們經受的較少是私生活的攻擊，而更在意的傷害，往往並不只是身體的疼痛，而是「不被理解」的苦悶。例如一位接受《端傳媒》訪問的留守了旺角74天的少年 (<https://theinitium.com/article/20150921-hongkong-occupycentraloneyear02/>)，他念茲在茲的是以身犯險、保護學生的驕傲，看不起的是中產世界的虛偽，憤憤不平的是備受來自「和理非非」陣營的批評，或是他稱之為的「背叛」，背叛他們以「血、



汗、淚換來的戰果」——七十多天的佔領生活。儘管站在對峙的前排，也常感到十分恐懼難受，但「被警察打的痛不算甚麼」，更難受的被罵作「內鬼」，或被否定其於傘運中的貢獻和作用。這種不被理解的感受，與上述幾位位置不同的「社運女生」的傘後情緒，弔詭地相互呼應。受攻擊創傷之後，令「社運女生」更難受的，是同伴們的出謀獻策，例如建議應如何應對，不致落人口實。這種種善意提點，總讓她們感覺自己「並不聰明」，甚至內疚自責。

兩種性別、兩種立場、兩種創傷，產生了兩種面對和處理創傷的不同態度。「社運女生」最終選擇直面身心之痛，反思自身的不足與局限，公開承認在暴力面前的脆弱，接受了在現代社會中個體容易受到他人傷害的事實，在此基礎下重新起步；「勇武」者則更願意瀟灑訴說不介意「被警察打的痛」，怨恨運動中他人的「背叛」，但卻不太願意承認在面對龐大的國家機器時，怎樣勇武的個體也變得脆弱無力。這兩種相異的情感政治取態，是否預示了持續韌性的抗爭與「退出社運」或妒恨排外的不同路線的選擇？

37

社運的積極參與者以外，一般的本地民眾（尤其是青年）的情感狀態，儘管不致出現創傷，但普遍來說仍是「負面」居多。冒簡化之險來說，年長者或抱怨社會撕裂，擔心「安定繁榮」受損；年輕者則感到前景暗淡、沮喪絕望、沒有未來。下一章將較細緻地分析瀰漫於當代香港社會的各類「負面」情感，在探討其成因和效果之餘，也嘗試尋找當中潛藏的解放可能。



第 2 章

的能 爆 頹 灰 勁  
的能 潛 放 解



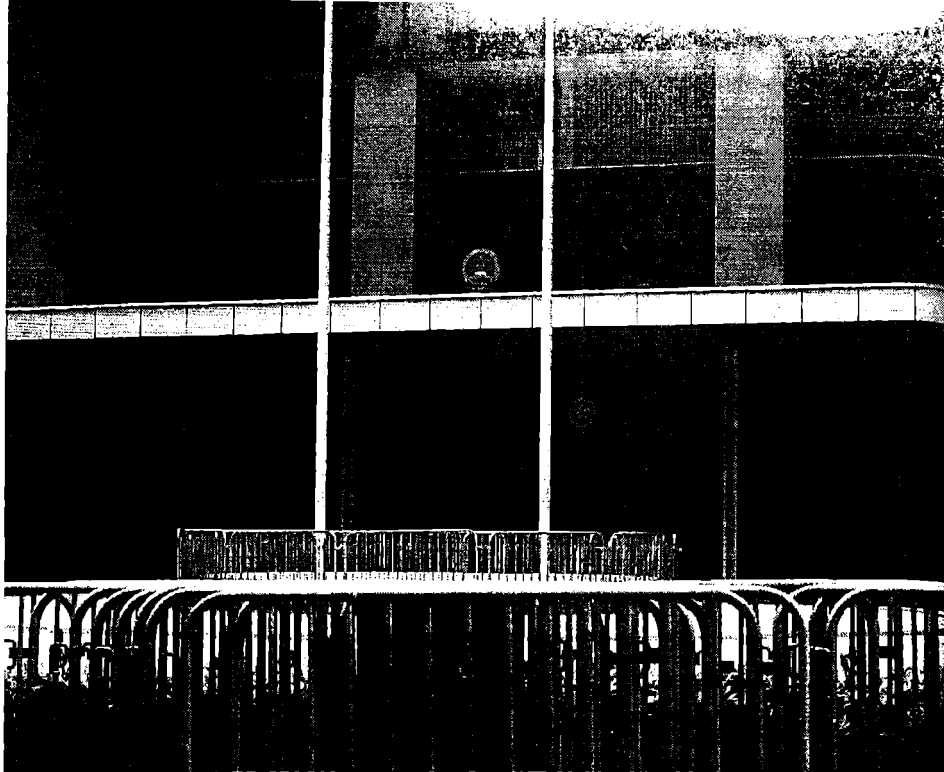
本章討論一般被界定為「負面」的情感，例如恐懼、苦悶、羞恥、內疚、妒恨、焦慮與憂鬱等，嘗試指出它們在特定的社會脈絡中所可能產生的政治效果，並希望分析其備受忽略的解放潛能，擴闊作為文化政治資源的情感光譜。2.1 章討論恐懼與焦慮，或更準確地說，恐懼的文化與焦慮的政治，也就是一種令人容易惶惶終日的社會氛圍，同時亦分析這樣的文化環境是如何煉成的，並可能產生怎樣的影響；2.2 章探討靦腆、羞恥、內疚、妒恨，這些同被界定為負面的情感，共享相同的源頭——建基於一種追求完美自我而不得的存在狀態，也容易產生自卑退縮甚至否定自我，又或厭惡甚至貶抑他人這兩種極端的情緒。然而，羞恥與內疚亦是不可或缺的人類情感，否則我們將存活於無恥之世，而因內疚而產生的政治，也往往能反躬自問，避免把責任和問題推向他者的排外仇恨政治；2.3 章思考苦悶與憂鬱，嘗試理解這兩種在當代社會愈來愈普遍、經常令人不能動的情感，是在怎樣的社會文化下形成的，並同時分析它們備受忽略的解放潛能，從中尋找在醫療藥理以外的另類出路。

## 2.1 從恐懼的文化 到焦慮的政治

我常半開玩笑半認真地跟學生說，他們都是「由細嚇大」的。也就是說，從小學到中學，我們社會未來的一代，都長期浸淫於恐懼文化之中。所謂恐懼文化（Culture of Fear），是指一種令人容易產生驚慌情緒的社會環境或氛圍（Furedi 2005a, 2005b）。現代社會中不少資訊，經常包含了令人不安的內容：從食物安全到自然生態危機，從擔憂子女前途到害怕生病失業，從過胖到脫髮，從罪案到恐襲，無不使人惶惶終日；學校與家庭教育也往往放大危機，例如不斷強調考試升學的失敗，就等同沒有將來。

解釋恐懼情感的生成，主要有兩種理論。其一認為，恐懼是天生的，是動物保護自身安全的一種自然本能；另一學說則指出，恐懼經由社會建構，人需要透過學習才形成對特定事物的恐懼。存活於現代社會而長期受大眾媒體等符號系統包圍的民眾，恐懼很難只是一種純粹的動物本能，必然會受到語言認知所中介。因此，分析





4.4  
現代人恐懼的情感，同時也是嘗試理解他們對不同事物的獨特認知角度，一種反過來也受恐懼文化影響的視野。

這種經由恐懼文化形塑及強化的視野和情感，與現代社會的媒體、官府、政黨、學校、家庭、教會等機構不斷販賣「恐懼」有關。當代的大眾傳媒，置身於極端強調競爭、資訊爆炸而專注力稀缺的社會氛圍，容易產生「每天請給我一件謀殺案」的心態，以增加瀏覽量點擊率；政客在「全球化」的統治共識下，愈來愈缺乏意願和能力去處理和解決日趨嚴重的社會問題和矛盾，於是不做不錯、少做少錯，追求「安全」，迴避風險、害怕道歉，甚至不惜諉過他人，

製造邪惡的他者和「容易受害」的「自己人」——尤其是老弱傷病、婦女兒童，誇大危機，以例外作常態，如提出同志婚姻將毀滅家庭甚至令人類絕後，又或不斷灌輸恐襲將臨的訊息，散播恐慌情緒；大企業則嘗試倡議個體（或「消費者」）不斷追求新鮮、完美，同時發放「老舊殘缺」——也就是「不完美」——等同劣質或低等生活的訊息，例如跨國藥業支持的不少醫學研究，產生的效果，是把過去民眾身體和精神普遍出現的狀況病理化，包括將一些自然過程如脫髮、肥胖、更年期轉化為需要治療的「症狀」，或化個人性格為「疾病」，例如跳脫好動變成「過度活躍症」、內向靦腆命名為「社交恐懼症」，又或把潛在風險與表徵，包括遺傳基因、高血壓和膽固醇、腸易激，當作病患。恐懼往往是經由語言產生，放大威脅。這些鋪天蓋地而來的訊息或要求，對絕大部分不可能「完美無缺」的人，造成了龐大的壓力，亦增加了很多不必要的擔憂。

\* \* \*

除了管治階層的主導影響外，過去愈來愈泛濫的「中產價值」，對恐懼文化的生成與擴散，也有一定的推動作用。「中產價值」包括追求完美無瑕的潔癖、不斷「向上」流動的慾望，把成敗的責任完全歸結於個人的努力或品質，指向的是迴避失敗、追求成就，以





至身心不能經受絲毫污染的價值觀和存活方式。民眾對「中產價值」愈趨積極的追求，源自上世紀八十年代由戴卓爾夫人和雷根推動的「新自由主義」文化大計，催生了勝者全取、兩極分化，令大部分人成為「失敗者／魯蛇」（Loser）的社會效果，迫使民眾置身於希望匱乏的環境。在這樣的社會脈絡中，父母容易對兒童成長過程衍生種種擔憂，傾向認為兒童需要更多照顧、營養和競爭技能，而在傳媒不斷散播各類有關育兒的迷思、各式「專家意見」，於孩子表現不好時就加以責怪，以至放大個別因父母「疏忽」而導致的「恐怖事故」，再加上工時長或工資低，又缺乏政府和社群的幫忙，製造大批充滿焦慮、惶惶終日的父母，具體的表現，也就是所謂「怪獸家長」對子女的全天候監控，而這些有份參與推動恐懼文化的所謂「怪獸家長」，其實本身也是身不由己，同樣是恐懼文化的受害人。

46

這種主要是由上而下打造，但也逐漸為接受了中產價值的民眾所附和的恐懼文化，令人容易由敢想敢做轉化為退縮回避，以至放棄勇敢堅毅、擁抱創傷脆弱，衍生出日漸流行的治療文化。

對個體而言，長期浸淫於恐懼文化，容易令身體和精神「收縮」，逃避參與公共活動或政治，產生無力感。而當家庭、村落等傳統社區逐步解體，居於城市、疲憊乏力、惶惶終日的個體，每當於日常生活遇到令人困擾的問題時，只能求助提供治療或輔導服務的專業人士，造就了身心靈的治療文化的興起。在香港，政府的教

育與社福當局，扮演了推動治療文化的重要角色，除了預防自殺的「好心情」等計劃外（詳見第三章），還在學校的課程或非正式的青年教育中，倡議提高個體的自尊心和抗逆力，透過灌輸心理學等專家的建議，強化青少年應追求令自我感覺良好的身心狀態，或尋求獲得他人的認同，產生的效果是將個體的自尊心和抗逆力的低下，當作為社會問題的根源，孕育出各種當代的脆弱感覺、情感缺失，造就一套新的語言，當中「創傷」、「壓力」、「輔導」、「療癒」、「情緒病」、「抑鬱症」、「自尊不足」、「抗逆力低」等成為了流行的關鍵詞。這套建基於治療文化的語言系統，在一定程度上改造了我們看待日常生活和世界事物的視野，包括將集體政治和社會問題個人化，加速了民眾從公共領域向私人生活的退卻（參閱 Furedi 2005a, 2005b）。

\* \* \*

在恐懼文化瀰漫之際，公共政治由過去以階級或種族主導，逐漸轉化為建基於性格行為的公關遊戲，於是選舉或政爭也愈來愈集中於政客的個人品行。最近的例子包括一種源自本地建制陣營的觀點，他們認為奪手機、撕名紙、高舉標語、大聲抗議等行為形式，比強行通過沒有法理基礎的一地兩檢、由選舉主任隨意 DQ 參選資

第②章 勁灰頹爆的解放潛能



格、議員私通前特首、高官漏報利益僭建等與民主法規直接相關的程序問題，更值得重視和關注。公共政治除了愈來愈強調為政客妝扮的公關操作之外，亦逐漸介入甚至監控民眾的私人生活，例如源自公共衛生的「健康生活方式」倡議，不僅嘗試干預民眾的起居飲食習慣，甚至連個人的親密關係，例如性傾向、同性婚姻以至親子時間，亦勇於直接介入。在恐懼文化主導之下，各式社會體制，包括學校、醫院、家庭等都因而改變，迴避風險、犯錯，拒絕承擔責任，成為了普遍的運作原則；當中的人際關係，也因此而改變，包括互信同理的減弱，以自我為中心的價值觀的泛濫，不再願意關心眾人之事。

43 這種種破壞社會互信的變化，進一步強化了知識、科學是無用的觀點（見第一節的討論），也抗拒另類的社會發展和政治安排的想象，孕育絕望或犬儒的心態。長期浸淫於恐懼文化的個體，容易把恐懼與治療當作正常，自身亦容易由行動者變為受害者，等待被動的幫助，逐漸喪失主體的能動性，形成一種臣服於權威或專業的自我，只想追求外部的認可，甚至不能容忍權威或專業所界定的偏離正常（也就是異類）的情感和行為，最終不僅限制了自身，同時也限制了他人的自由。因此，建基於恐懼文化的政治操作，甚至會產生各種排拒弱勢他者的文化歧視以至制度性暴力。

例如，自由黨 2013 年發表的一項針對領取失業綜援人士的電話調查，訪問了約 1200 名市民。在回答「請問你認為香港濫用綜援的情況是否嚴重？」這問題時，近四成受訪者（37.8%）選擇「十分嚴重」，另三成多選擇「嚴重」。然而，根據社會福利署發布的統計數字，截至 2012 年 11 月，本地的綜援個案共 27 萬宗，當中只有不足一成（9%）領取失業綜援，絕大部分的領取者是基於年老和健康等原因<sup>3</sup>；而自由黨的報告也指出，失業綜援開支只佔整體綜援開支的 8%<sup>4</sup>。如果「濫用」是指涉嫌欺詐，過去 10 年每年被檢舉並被判刑的個案，最多也不超過 300 宗，佔綜援個案總數不足 0.1%<sup>5</sup>；倘「濫用」是自由黨所指的失業者企圖迴避「自力更生」，那麼就算所有領取失業綜援的人，真的都不願意重投就業市場（這自然並非實況），也僅是佔幾個百分點的案例。0.1% 或幾個百分點，顯然難以支撐濫用綜援情況嚴重的指控，更遑論情況「十分嚴重」。在沒有足夠實證基礎支持下，我們如何理解，竟仍有七成的受訪者認為香港濫用綜援的情況嚴重？暫且撇開問卷的設計和調查方法的可

---

註 3：[http://www.swd.gov.hk/tc/index/site\\_pubsvc/page\\_socsecu/sub\\_statistics](http://www.swd.gov.hk/tc/index/site_pubsvc/page_socsecu/sub_statistics)

註 4：[http://www.liberal.org.hk/index.php?option=com\\_content&view=article&id=621&mid=49&lang=tc](http://www.liberal.org.hk/index.php?option=com_content&view=article&id=621&mid=49&lang=tc)

註 5：[http://www.swd.gov.hk/tc/index/site\\_pubsvc/page\\_socsecu/sub\\_reportings](http://www.swd.gov.hk/tc/index/site_pubsvc/page_socsecu/sub_reportings)



能局限，這種缺乏客觀證據支持的主觀意見，反映的恐怕並非是綜援戶的問題，而是「大眾」（或持主流中產價值觀者）對「小眾」（綜援戶）的懼怕和焦慮的情緒。

另一例子是 2013 年反對立法禁止歧視同性戀的教會高調地組織集會。據主辦單位宣稱，有數萬人參加。反對政府就性傾向歧視立法，甚至不同意啟動諮詢程序的觀點，其推論大致是：諮詢必會導致立法，立法後一定會出現「逆向歧視」，而且同志運動到時將會得寸進尺，要求同性婚姻甚至領養兒女，最終將導致一夫一妻制的家庭破裂甚至消失。然而，這種「邏輯推論」，也並非建立於可靠的實證基礎。已採用各種形式的立法禁止歧視同性戀，甚至接納同性婚姻多年的歐美地方，一夫一妻制仍然是家庭的主流模式，而所謂「逆向歧視」的案例，也只是鳳毛麟角。換句話說，擔心同志平權變為「小眾霸權」所根據的，依然並非是實證理性，而同樣是一種懼怕「小眾」（同性戀者）的焦慮情感。

\* \* \*



人類學者阿柏杜華宜 (Appadurai 2009) 提出了一個很有趣且重要的問題：為甚麼社會上人口較眾、經濟文化資源較多、社會政治力量較強的「大眾」(Majority)，往往會害怕少數族裔、同性戀者等在人口數目及文化、經濟、政治實力上處於邊緣弱勢的「小眾」(Minority) 的威脅，甚至想除之而後快？他認為，「大眾」的焦慮，除了是擔心原來擁有的權利和權力受到削弱和挑戰外，更重要的，還基於一種對「純潔」(Purity)、整全 (Wholeness) 的偏執追求。循這思路，「小眾」對「大眾」的「威脅」，主要並不在於其人數的多寡，因為只要有一位「並不純潔無瑕」的「小眾」的存在，對把自身想像為單一、整全、純潔的「大眾」族群來說，往往已足夠彰顯出他們所厭惡的不完整、不純潔的現實，就像在門高狗大的豪宅社區內，住了一位流浪漢一樣。

「小眾」的存在，彰顯了「大眾」社群其實是不完整、不純潔的，大眾深感厭惡和痛恨，因而往往會透過各式運動，嘗試突顯並誇大「小眾」的威脅，例如指出「小眾」已懂得把保護少數社群權利的法律或民主程序，轉化為一種永久的文化及政治權利；更甚的是宣稱倘任由「小眾」存在坐大，最終「大眾」將被「小眾」滅絕。另一位學者 Ahmed (2004) 則指出，這種挑動「大眾」恐懼和焦慮的策略，往往會透過建構出一個正受到威脅的主體（「大眾」），宣稱他們將不僅失去工作、安全和財富，甚至會被「小眾」取而代之，

而「大眾」所採取的具體手段，是不斷生產煽動厭恨「小眾」情緒的論述、語詞。例如，不斷重複「綜援養懶人」，或把同性戀扣連肛交、人獸交等說法，在香港當代的語境中，這些說法容易與毫無貢獻、社會負擔、變態不潔、破壞家庭等負面意思聯繫。

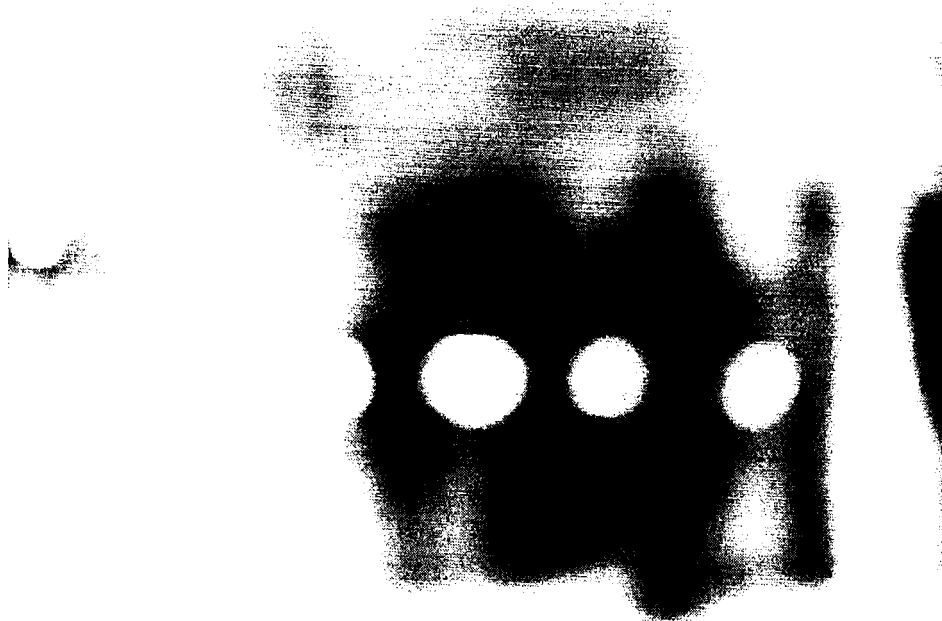
阿柏杜華宜用的是德國納粹、盧旺達、科索沃等對少數種裔的種族清洗，以及印度社會中伊斯蘭教徒的例子，嘗試說明他的觀點。在當代的香港社會，上文所提及的反綜援和反同志平權立法，潛藏的恐怕也正是類似的「懼怕小眾」的邏輯。

\* \* \*

阿柏杜華宜以印度教徒為例，指出「大眾」其實並不一定人數眾多，很多時只是少數特權精英的語言偽術，嘗試透過放大「小眾」對「大眾」的威脅，以達至對其有利的政治目的。不過，在當代香港這個被主流中產價值宰制的社會，這種認為「小眾」最終會取「大眾」而代之的恐懼，在嘩眾取寵的大眾媒體中得到滋潤。因此，真正害怕綜援戶會令所有港人變懶或從此再沒有人願意繼續工作者，大概只佔少數；擔心同性戀婚姻將消滅所有異性戀家庭的人，也許並不太多。然而，基於現實生活中的不盡人意，對前景及自身的







能力又失卻信心，受這種訴諸主流中產價值對不純潔、不整全的懼怕所觸動，從而遷怒於綜援戶和同性戀等「小眾」的，恐怕為數仍然不少。

有關綜援（或扶貧）流行的論述，指向的往往是如何幫忙綜援者「自力更生」；而有關性小眾的流行論述，焦點則經常置放於如何協助他們「重建自尊」。然而，真正有問題的，往往並不是這些無辜的「小眾」，而是對現實上沒有甚麼威脅的「小眾」存在莫名恐懼的「大眾」。阿柏杜華宜的有關「懼怕小眾」的分析，讓我們能夠從一個新的角度，去理解恐同、恐窮、恐少數族裔等「大眾」

焦慮，很可能只是香港帶點自戀或潔癖的中產價值觀，在無力面對風險社會這類新的社會環境時，自我衍生的問題。

換句話說，現實中真正需要幫忙或協助的，是「懼怕小眾」的「大眾」。他們真正驚懼的是甚麼？是為數極少的濫用綜援個案、鳳毛麟角的「逆向歧視」和在全球範圍內微不足道的同性戀婚姻？還是對現實生活不滿，害怕失去一直享有的特權和資源，以至幻想中的完整、純潔，結果只能透過誇大他人之「惡」來掩飾自身缺乏的「善」？為甚麼懼怕？真的是基於「小眾」的「可怖」實力和威脅？還是僅僅是由於自身對完整和純潔追求的偏執？把焦點放在綜援戶的「自力更生」或性小眾的「重建自尊」，能解決「大眾」或主流的中產價值觀自身衍生的問題嗎？還是應該不再迴避自身的恐懼和焦慮的情感，開放地接受社會（包括各式「小眾」）的協助，讓「大眾」能排除這些並非建基於實證理性的「懼怕小眾」焦慮，肯定及直面不那麼純潔的現實，努力地改變造成「大眾」和「小眾」都共同面對的居住、教育、工作、醫療等問題的社會環境和政治制度？

\* \* \*

第②章 勁灰頹爆的解放潛能



如果恐同、恐窮、恐少數族裔等「大眾」的恐懼文化，其實源自「大眾」自身的焦慮，那麼嘗試理解焦慮這情感的性質和生成，以至可能產生的效果，便是更深入地思考恐懼文化的下一步。一般來說，恐懼大多由特定的對象引發，而焦慮則往往從擔憂自身開始，延及外在之物。例如，學生往往會「害怕考試」或「對考試感到焦慮」，表面看來，兩者分別不大；而事實上，「害怕考試」大概都會隨考試的臨近而加劇，於考試完結後而消散；「對考試感到焦慮」則不一定會在考試遠離後而釋懷，而是跳進另一些擔憂，也就是所謂「杞人憂天」。

56 換句話說，如果恐懼的針對的是外物，那麼焦慮所指向的，則是自身。由此可引伸出兩種不同的情感政治，正如我在別處分析：

恐懼的政治指向的，是嘗試消滅引起恐懼的源頭，從而產生各種拒外排他的思想和行動，甚至誘發集體的妒恨（Resentiment），也就是一種揉合無力感、嫉妒與怨恨的情感狀態，從而衍生各式針對特定對象的報復踐行；焦慮則源自對自我身份的懷疑甚至否定，對無法達致的完美或純潔形象的不斷追求及反挫，因此，儘管焦慮會讓沒有對象的擔憂擴散，也就是所謂「杞人憂天」，但由於難以找到清晰的鬥爭對象把問題簡單外化，所以建基於焦慮的政治所導向的，可以是一種轉化自身的集體訴求，一種嘗試從犯錯中不斷學習的政治潛能，這也是為甚麼齊澤克建議，我們應從恐懼轉往焦慮的政治。（許寶強 2018）

因此，嘗試指出恐懼文化與建基於大眾焦慮的情感政治的負面後果，並不是說我們需要壓抑甚至取締恐懼和焦慮，視其為完全負面的情緒。相反，不懂得害怕能傷害個體和社群的事物，並作出迴避或抗爭，人類也難以存活；而缺乏焦慮，也失卻一種反省自身的情感動力。問題因此不在於恐懼和焦慮這些情感，而在於其成為了主導的文化，左右了我們的認知和判斷，產生了各種偏執的價值和情感，最終害己傷人。



## 2.2 靦腆、羞恥、 內疚、妒恨

當代港人的一個普遍身體和精神狀態，就是「唔夠瞓」（睡眠不足），原因是我們有太多的事情想做，或被迫要做，而且這些事情的胸前都會掛上「急」的令牌，儘管它們並不一定重要。在這個急比重要優先的世代，緩慢的生活節奏或不想做各類事情，以及與此相關的性格或情感狀態，例如靦腆，又或因羞恥與內疚而不想或不能動，都會被視為消極負面，甚至「阻住地球轉」。

59

### 「唔使急最緊要快」

在追求速度、鼓勵外向、崇尚競爭的現代社會中，害羞或靦腆（Shyness）愈來愈不受歡迎，甚至被病理化為「社交焦慮症」（Social Anxiety Disorder）或「逃避性人格障礙」（Avoidant Personality Disorder）。為甚麼這種過去被稱為「內向」的普通性格特徵，今天會成為一種疾病？研究害羞和靦腆如何在現代西方醫





在體制中被轉為疾病的 Christopher Lane (2007) 認為，這種將日常生活醫療化 (Medicalization) 的進程，主要是由西方精神科醫療專業和跨國藥廠所推動的，起因自然是這兩個社群的自身利益。而在各種人類的性格或情感當中，之所以選中害羞或靦腆，與當代資本主義變本加厲的擴張外向、增長求快的性格有關。在一種以利潤增長作主導，不容許懶惰或時刻都追求幹勁和活力的社會脈絡中，內向成為了原罪，慢活必須淘汰。於是，感冒需要吃特效藥，以盡快回復工作能力；同理，害羞或靦腆的情感也必須以藥物或「行為治療」去克服，令內向的人可以回復「正常的社交」（也就能帶動生產和消費），又或是投入各種需要待人接物的工作（例如售貨或服

務行業），否則，在競爭文化壓力下，趕急求快的資本主義運作，也就無以為繼。

害羞或靦腆被認為是一種內向的性格，與這種情感狀態接近的，是上述的焦慮和下面將要討論的羞恥（Shame）。與焦慮相似，羞恥表面上亦是由外部的事物或行為表現引發，但其根源卻並不在於我們做了甚麼，而是我們覺得理想的自己是甚麼。我們之所以會感到羞恥，往往是由於我們在人前的形象或行為表現，遠未及我們心目中的理想或完美準則。（參閱 Biddle 2009）例如，歌星於演唱時走音，或倡議勇武革命的人臨陣退縮，一般都會令當事者羞愧難當，對未能達標耿耿於懷，除非他們已成為了「無恥之徒」。羞恥通常需要別人的見證作前提，羞恥這情感彰顯了人類不同於其他動物的特質，也就是重視與他人溝通並相互確認的倫理價值。或換上另一種說法，失卻羞恥之心的人類社會是不能想像的——「無恥之徒」還算是人類嗎？因此，與靦腆一樣，羞恥這被認為是不會產生「正能量」的「負面情感」，難道真的完全沒有存在的價值嗎？抑或像 Ahmed 所指，透過羞恥，我們可以更深刻地認知人類的特質和不同社群之間的差異？

61



羞恥往往由犯錯觸發，但犯錯亦可能會催生內疚（Guilt/Bad Conscience）的情感。在尼采的筆下，內疚與妒恨（Resentment）關係密切。如果妒恨這情感的核心是謾過他人，那麼內疚的本質則是譴責自己。尼采認為，內疚與妒恨這兩種情感，並非是人類天生的本能，而是在特定的歷史環境下逐漸孕育形成的，當中基督教會的牧師扮演了重要的角色（德勒茲 2001）。尼采有關內疚與妒恨的思考，或有助我們更深入地理解這些被認為是負面的情感。

\* \* \*

6.2 妒恨這情感的特徵是「不懂得讚美、尊敬和愛」，它的邏輯是：「他人邪惡，因此我善良」，其行為表現是歸咎怪罪甚至不惜貶低和毀謗他人，例如排外恐同，以「證明」自己的正確、純潔或完美。尼采是這樣描述妒恨者的：

這種人仇恨一切可愛的、值得讚美的東西，他用插科打諢或卑鄙的解釋來貶低它們。…甚至既不尊重朋友，也不尊重敵人，既不重視災難，更不重視導致災難的原因。…對於指責，他們只會反唇相譏甚至互相推諉。…[他們]不知如何去愛，不想去愛，卻想著被人所愛。…為了生存總是先需要構造一個敵對的環境…須從一開始就把別人構想成壞人。（德勒茲 2001: pp.173-176）



當「互相轉嫁錯誤和責任、尖酸刻薄的反唇相譏、無休無止的責難」（德勒茲 2001: pp.31）成為了主導社會的集體情感狀態和行為習慣，並逐漸從「這是你的錯，這是你的錯」的誘過他人，轉向發展為被責難者最終接受「這是我的錯」的判斷，妒恨這情感也就轉化為內疚。

尼采認為，內疚的源起，並不是由於犯錯並受到了懲罰而催生的。相反，懲罰往往能令人堅忍不拔、冷靜堅強，例如因追求民主、守護人權而坐牢的政治犯，獄中的歷練往往有助其心志的成長。因此，他嘗試另覓蹊徑，從基督教會的原罪觀念和訓導教化的歷史當中，尋找內疚的起源。他指出，基督教會借助人類自出生就虧欠了上帝的假設，且「帶原罪的人」永遠無法徹底償還這債務，因此埋下了永恆的罪咎或內疚的種子，在教會牧師的「灌溉」下，最終發芽成長為現代社會的一種集體情感。教會中喜愛引用園丁、飼養者、牧羊人等概念來形容牧師，端的是有跡可尋。

63





尼采並不反對宗教，他認為宗教是多義的，既有提出原罪論、強調天國而非現世的基督教，也有重視快樂、肯定生命的酒神<sup>6</sup>，他反對的也不是耶穌所代表的基督精神，而是不斷孕育內疚和妒恨的基督教會。

隨著基督教的世俗化，對上帝的原罪逐漸轉化為對「社會」或「國家」虧欠，相同的是，這種債務仍是沒完沒了。長期陷入內疚，與感覺羞恥時一樣，都會減弱生命的活力、興趣與愉悅，甚至傾向否定自身，失卻能動性<sup>7</sup>。與此同時，羞恥與妒恨這些集體情緒，都經常被「引用」至各種政治計劃，例如透過轉化個人羞恥為民族國家恥辱，以圖激發愛國主義；又或以「都是別人的錯」的妒恨邏輯，嘗試製造「共同的敵人」，要求槍口一致對外，以統合自己派系內部的分歧和矛盾，作民粹式的政治動員。

65

---

註 6： 尼采認為古希臘的酒神所代表的，是「肯定痛苦，並將其化為快樂…他肯定成長的痛苦，…生命必須被肯定，而不是得到辯護或救贖。…酒神的任務就是令我們舉止優雅，教我們舞蹈，賜予我們遊戲的衝動。…歡快、輕盈、優雅、靈活善變並無所不在。」（德勒茲 2001: pp.18; 26-27）

註 7： 不過，內疚與羞恥也有不同之處，前者更多地聯繫正式的宗教或俗世的法律與規範，後者則與自身心目中的理想形象相關（Biddle 2009: 116）。用精神分析的術語來說，前者是自我 Vs. 超我（或象徵界）之間的矛盾，後者則是自我 Vs. 自我的理想形象（或想象界）之間的矛盾（Ahmed 2004: 106）。



然而，尼采認為，人的出生或生命本身是無辜的，投生於世不是個體的自主選擇，而是被（父母）拋於世上，因此沒有必要背負原罪。因此，生命的價值不應由法律、道德或宗教規條決定，而應是建基於一種對美或肯定生命的追求，就像遊戲者、藝術家的孩童所代表的形象一樣。假若我們否定或貶抑生命，只會孕育令人不能動的內疚情感，或只顧譴責他人而忘掉壯大自身的妒恨情結。

## 2.3 集體的 苦悶與憂鬱

如果要指認當代香港社會最普遍的集體情緒，尤其是於年輕一代，恐怕苦悶與憂鬱必定名列前茅，特別在 2014 年雨傘運動之後。而根據近年的一些研究顯示，「情緒病」及「抑鬱症」愈來愈普遍<sup>8</sup>，也從側面反映了社會對苦悶與憂鬱等令人不能動的精神狀態的普遍關注。然而，我們能否在醫療專業以外，思考及理解甚麼是苦悶與憂鬱？下面我們將試從社會學及文化研究的角度考察這重要的問題。

67

\* \* \*

---

註 8：2017 年世界衛生日的主題是抑鬱症，指出全球有三億多人患上抑鬱症，佔世界人口 4.4%；而在 2005 年至 2015 這十年間，受抑鬱症困擾的人口增加了 18% 以上。香港方面，衛生署署長指出，2017 年成年人口中 3% 患抑鬱症，長者當中更有十分一受抑鬱症狀困擾；而根據醫管局的數字，近年求醫的抑鬱症患者，由 2011 至 2012 年度的 48,900 宗，增至 2015 至 2016 年度的 61,100 宗。由於抑鬱症被污名化，相信這些官方數字低估了實際的情況。<http://www.info.gov.hk/gia/general/201704/07/P2017040700175p.htm>



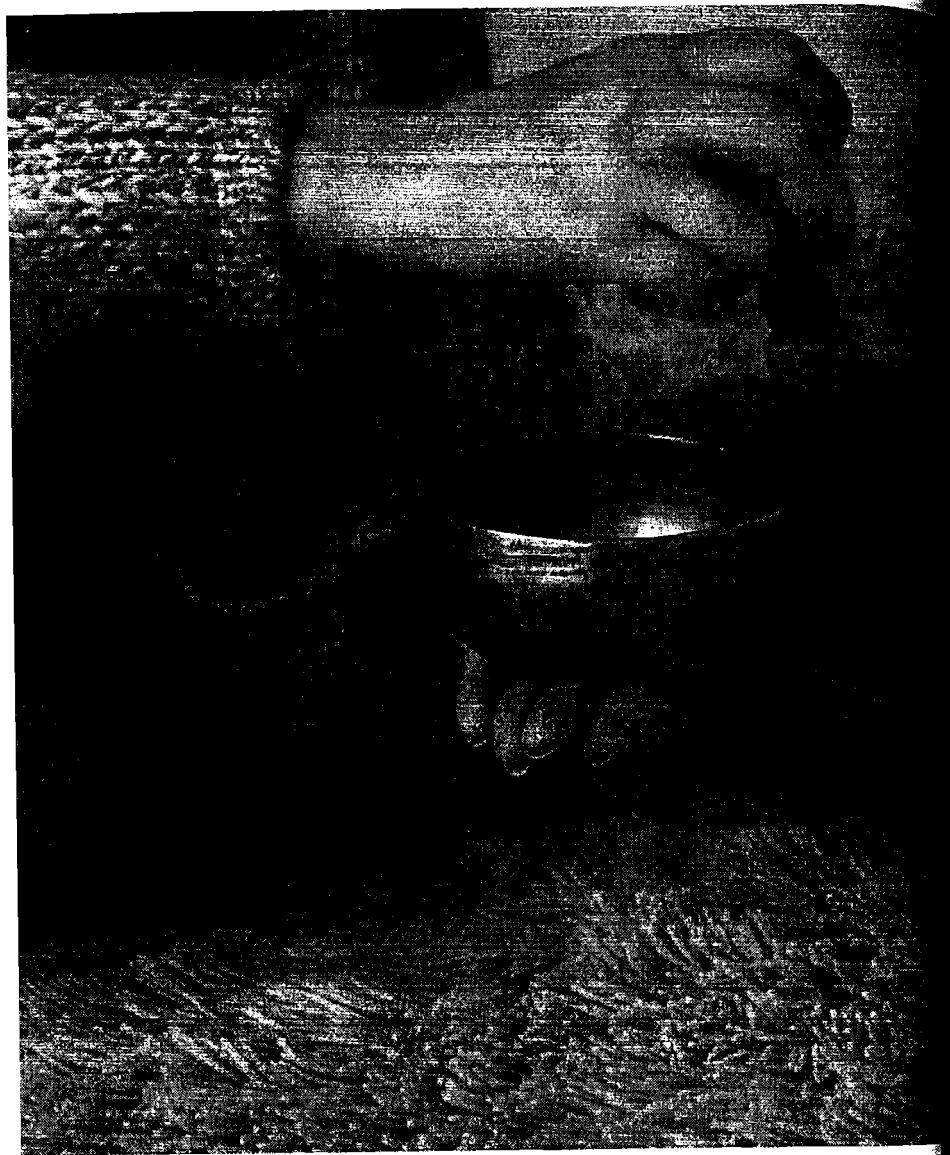


苦悶可簡單分為短暫與長期兩類。與恐懼類似，短期的苦悶會隨著觸發的外物離去而消失，例如經歷一節言不及義、無聊透頂的課後，苦悶將隨下課聲響而結束。不過，長期的苦悶則與焦慮、羞恥、內疚等情感類似，也是沒有特定的對象，而是對整个人生的意義產生質疑，也就是不知活著是為了甚麼。短期的苦悶也可稱之為暫時或處境性的苦悶，長期的則是永久或存在性（Existential）的苦悶。中文辭彙中，悶這語詞早於春秋戰國已出現，意指不爽、失去知覺、密不透氣、悶證（病症名）、過飽、長久呆於一處等不同的意思（見《漢語大字典》），當代香港使用的「苦悶」的同義詞，包括虛無、無聊、煩、厭、頹、Hea 等用語；英文中的 Boredom，

則於十八世紀中與 Interesting、Leisure 和 Pursuit of Happiness 等概念同時出現，到了十九世紀中成為普及用語。「苦悶」在歐美的興起和普及，與基督教影響的衰落、浪漫主義和個人主義的興起、工業革命與法國大革命的影響有關。自十六世紀出現並逐漸擴散全球的資本主義，不斷破壞舊有的社區和傳統文化，改造人與人的關係，經濟增長成為了單一而主導的價值，機械科技的發展和大規模的工廠出現，加上鐘錶時間的興起，導致生產方式的標準化，工作變得定時定候，不斷重複；與此同時，浪漫主義的泛濫，滋長了個體的意識，鼓勵滿足及發展「自我」，同時又否定舊傳統的價值。在機械化標準化的工作與追求「自我」的雙重壓力下，「苦悶」由過去的少數人（如修士或貴族）的「專利」，逐步擴散至失去穩定的道德與社會文化基礎的大眾。（Gardiner 2012; Silver 2010; Svendsen 2008）

69







短期的苦悶往往源自低度刺激，也就是重複做習慣了或十分熟悉的事情；存在性（Existential）苦悶的成因，則與長期被迫去做一些自己不想做的事，或不能做一些想做的事，因而失去人生的意義有關。短期的苦悶催生了各種娛樂事業的急促發展，長期的苦悶則鼓勵身心靈等「補救意義」事業的蓬勃增生。但過度的娛樂刺激，會進一步導致大眾專注力的稀缺，吊詭地加劇短期苦悶的出現頻率。

## 身心靈治療的興盛

伴隨舊社區解體的，是二十世紀德國思想家本雅明（Walter Benjamin）所強調的講故事人的沒落。當日常生活中缺少了鄰里連繫，又失去了承先啟後的傳統紐帶，個體變得愈來愈孤立於社群及歷史之外，生命也就缺乏了連貫整全的意義，變得斷裂。換句話說，現代社會長期苦悶的現象，與傳統社會及歷史敘事的碎片化有關。（Salzani 2009）當現代社會奉為圭臬的經濟發展與進步，也逐步被掏空為一堆與大部分民眾的生活無關的數字時，生活和生命自然更容易變得空虛。



當苦悶成為了現代社會的常態，一些不經意的後果往往伴隨而至。首先是嘗試走出苦悶無聊生活的民眾，在消費主義的氛圍下，容易不斷投向娛樂、追求刺激，進一步促進了當代社會各種娛樂工業和流行文化的興盛。從金碧輝煌的舞台歌舞，到光影變幻的視藝，以至科幻冒險、偵探罪案、特技暴力、恐怖甚至災難的虛擬世界（和現實），成為了不少人樂於追求的精神刺激，很容易孕育出不抗拒甚至熱愛暴力的社會文化。另一方面，在苦悶當道的社會脈絡中，由跨國藥廠、醫護專業、大眾傳媒推動，把日常生活醫療病理化的進程，也助長了各類為現代人尋找生活和生命意義的治療工業的蓬勃發展。

72

歸根究底，當代娛樂與治療工業的興盛，反映的正是苦悶社會中的意義稀缺狀況。孤獨的個體透過投進短期的娛樂消費、心靈服務，希望暫離重複沉悶的工作及日常生活；生產商品的企業或提供治療服務的專家，或以廣告中的新潮品味，或透過流行書刊、網絡媒體的專家話語，嘗試賦予其產品或服務特定的「意義」。於是，民眾於沉悶日常中對生活意義的追求，在當代的資本主義社會中，往往被轉化為追逐娛樂工業所提供的官能刺激，又或是治療專業開出的心靈雞湯，這進程所彰顯的，正是苦悶社會中生活和生命意義的匱乏。這亦是為甚麼思考當代的情感問題時，絕對有必要借助以意義的生產和流通為研究對象的文化研究視野。

\* \* \*

英語的 Boredom 的同義詞，包括 Dull, Banal, Without Interest, Indifferent, Lack of Impulse、Ennui, Nihilism, Experience Without Qualities 與 Melancholia。（Goodstein 2005; Silver 2006; Svendsen 2008）最後的 Melancholia，也就是精神分析所指的抑鬱症。Boredom 與 Melancholia 於英語中有時會被視為同義詞，反映出苦悶與憂鬱在歐美社會脈絡的親和關係。事實上，陷入了長期苦悶與憂鬱的個體，其行為與精神的表現也十分類似，主要就是不想動或不能動，從工作、生活甚至生命中退卻。

如果苦悶是在工業革命和浪漫主義的歷史脈絡下變得普及，那麼成為現代流行情緒病的抑鬱症，則可以追溯至久遠歷史中積累的暴力洗禮，包括了制度性的暴力<sup>9</sup>和文化上的歧視，例如重男輕女或貶低少數族裔，而這往往與恐懼文化所孕育的拒他排外政治相關。苦悶或生成於不斷重複的工作、缺乏意義的生命，而抑鬱症愈來愈普遍的原因，則與當代希望匱乏的社會條件下，個體卻被要求不斷改進、追求卓越，從而陷入差不多必然失敗的境況有關。

---

註 9：制度性的暴力指衍生自各種社會體制（例如學校和醫院）當中不平等的權力關係，亦可理解為強迫他人做他們不想做的事，或不能做他們想做的事。





台灣文化研究學者甯應斌和何春蕤（2012）指出，現代抑鬱症的成因，主要源自當代社會愈來愈普遍的自戀人格，於自我反思籌劃、尋求變身失敗後，產生的文化與病理性後果；而憂鬱於當代社會的廣泛散播，則與情緒的醫療化、自殺的生命政治、媒體與專業的建構、監控技術的進步等因素緊扣。

憂鬱在現代社會無遠弗屆，甚至熱心關注底層、積極參與改造社會的民運／社運人士或知識份子，也往往會變得憂鬱而不能動。這也就是本雅明稱之為的「左翼憂鬱」。美國政治哲學學者 Wendy Brown（2000）引用這概念來分析當代的歐美左翼，指責他們往往

困身於過去的理论立場，或擁抱政治正確的身份，無視因而也沒有能力回應具體的社會變動，陷身於對鏡自戀的存在，理想化浪漫化左翼的應許，只著眼於宏大的政治經濟敘事，看不起微觀的文化與情感面向，因此當憂鬱來襲時，自然缺乏相應的情感和智性資源，作出有效的回應。

相反，一些重視文化研究和精神分析視野、同樣關注底層民眾的知識份子，則相對更願意直面憂鬱，希望超越生物／心理決定與社會建構論的二元框架，承認政治經濟的意識形態所建基的是「情感」，而非「意識」。他們既反對只針對個體的治療文化，又拒絕簡化的社會成因論，並把憂鬱理解為一種集體的情感，認真分析其歷史成因，又嘗試透過誠實地與自身的軟弱對話，把憂鬱視為一種現代社會的日常經驗，以敘事作為方法，抗拒快速的治療方案及病理化負面情緒，承認存在沒來由的情緒，祈願循此找到希望政治的情感基礎，告別「左翼憂鬱」。（甯應斌和何春蕤 2012）

75

\* \* \*

## 第②章 勁灰頹爆的解放潛能



正如第一章指出，當代的情感地圖揭示了民眾，尤其是青少年，大多只知道不想做甚麼，而非想做甚麼，這種由長時期制度暴力（主要源自學校和家庭）孕育成的「交功課」身體習慣和情感狀態，令我們逐漸失卻對世界的好奇心，甚至抗拒回應新鮮而陌生的事物，孕育了煩悶、驚恐、焦慮、羞恥、憤怒、虛無、犬儒等情感，再生產缺學無思的身心習慣，失卻自信與學習動力。而在收窄了工作機會、向上流動、生活選擇的消費社會的拉力與「自我成長」、「生涯規劃」、譴責受害人的重擔這兩面夾擊下，無法達致「自我成長」、「生涯規劃」要求的自我變身者，生命力容易萎縮，生活意義消失，虛無價值滋長，苦悶與憂鬱自然容易出現。

這種借助女性主義和酷兒理論，建基於文化研究和精神分析的視野（例如 Cvetkovich 2012; Butler 2004），嘗試為不能動的苦悶和憂鬱的個體，尋找醫藥以外的出路。除了努力改變令人容易墮入不能動的社會制度和環境外，另一方向是認真思考如何「跨越羞恥和罪惡…在個人的匱乏中克服妒恨…學會人同此心的悲憫…徹底改變主體的感覺和情感構成」，因為「關鍵在身體，在經驗，在活生生、赤裸裸、汗淋淋的體驗」（甯應斌和何春蕙 2012: 349）。此外，這視野亦建議我們可嘗試發掘憂鬱與苦悶的解放潛能，透過一個被現代社會視為不正常甚至病態的角度，可以看到現代性的黑暗面，或正常社會的不正常面向，並藉此發展成為一種新形式的（「不正常」）社群連繫（Cvetkovich 2012）。而由苦悶和憂鬱所

導致的不能動狀態，也可視為是一種有助超越和克服現代資本主義社會趕急求快的人際關係和社會文化，重視停歇和等待的正面作用，嘗試轉化苦悶——沒有具體對象的等待——和憂鬱——沒有具體目的停歇，或能夠產生本雅明所指的革命性時刻，孕育創意，以至徹底反思及改變現代追急求快的時間觀念、生活經驗和社會發展方向。







第 3 章



的 貌 感 情 的 面 向 正 暗



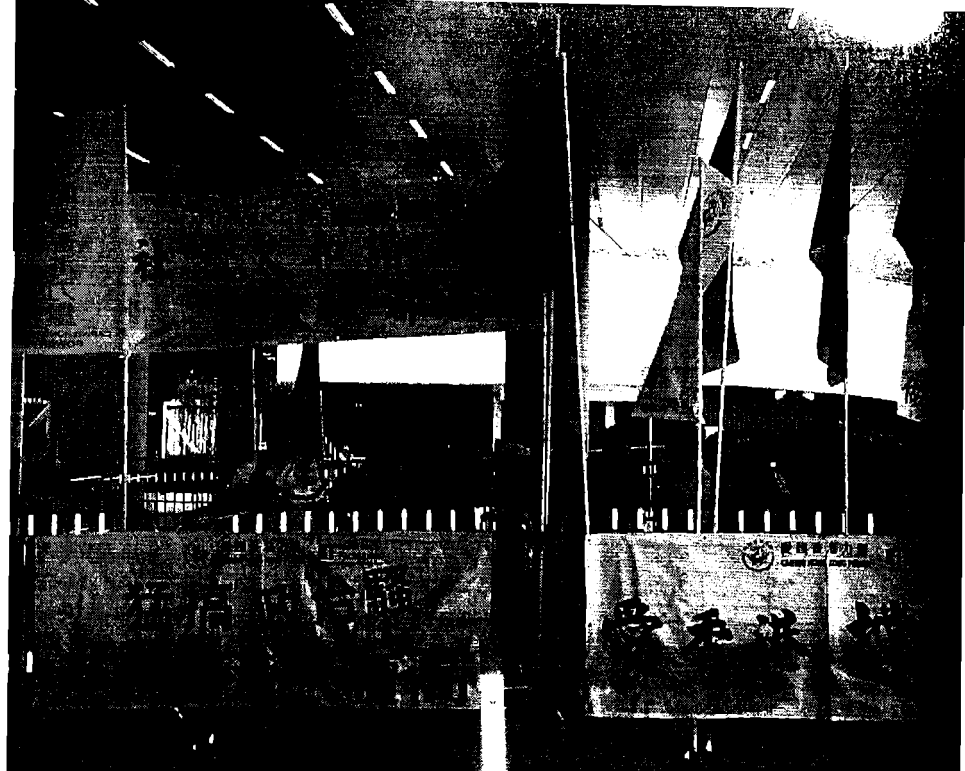
本章討論一般被界定為「正面」的情感，例如愛、快樂、希望等，嘗試指出其備受忽略的壓抑面向。3.1章分析近年在香港大行其道、以愛為名的政治，嘗試理解其生長的社會環境、背後推動的社會力量，以至產生的政治和文化效果，並同時希望提出從政治中拯救愛的可能方向；3.2章探討「快樂」這情感在當代世界逐漸成為重要的價值指標後，吊詭地成為了現代人的一種負擔，窄化了人們的情感光譜和生活選擇；3.3章以希望作為主題，指出在消費主義與「自我完善」要求（e.g. 個人成長與「生涯規劃」）的推動下，當代資本主義社會不斷鼓勵欲望的擴張，但與此同時，「勝者全取」、「下流社會」、兩極分化的社會脈絡，令全球財富愈來愈集中，發達地區大部分人口已不能像以往般有「多餘」的希望傳送給他人，導致「想分一杯羹」者（e.g. 本地青年）備受到排拒，出現希望的匱乏，而在希望匱乏下倡議「正面思維」，則進一步為青年造成了雙重的壓力。

# 3.1 以愛為名的 仇恨政治

「它用誘人的愛來掩蓋仇恨：我責備你是為了你好；我愛你是為了讓你加入我，我會一直這麼做直到你加入我的那一天，直到你自己變成一個痛苦的、虛弱的、被動的人，即一個好人……」（尼采；引自德勒茲 2001: 189）

過去幾年，香港政治中一種不斷重複的說法，是特首及管治團隊必須「愛國愛港」，林鄭月娥甚至說，這是「不言而喻」的；同一時段，本地出現了一批「愛字頭」的政治團體，馳騁沙場，文攻武衛。政治是一種區分敵我的集體行動，愛則是一種追求和諧包容的個體情感，把愛與政治活動連上，自然有點奇怪。我們應如何理解這些以愛為名的當代香港政治現象？





## 恨「他」變成恨「我」

學者 Sara Ahmed (2004) 書中的一篇文章，叫〈以愛為名〉(In the Name of Love)，討論當代英美社會出現的類似問題。她指出，以愛命名的政治力量，有不少其實原是被批評為鼓吹妒恨的團體 (Hate Groups)，例如恐同或排外的組織。這些社群希望淡化妒恨的形象，嘗試以「愛」命名，賦予自身正面的價值，爭取良好的自我感覺。它們化「排拒他族」為「愛護同類」，宣稱之所以反對甚至打擊他者 (多是弱勢社群)，也是基於「愛護同類」的需要和動機。這些「愛字頭」的社團，甚至反客為主，指摘其批評者才

是真正鼓動妒恨，甚至縱容他者侵害「我們」的權益。

Ahmed 談的主要是英美的社會環境，當中的「愛字頭」（例如 Lovewatch 等組織）心目中的「同類」或「我們」，指的主要是當地的白人所「代表」的國家；他們會批評各種反排外團體或人權組織不愛國，因為協助外來移民或邊緣社群就等同「損害我們（白人）的利益」；為了「愛」，就必須打壓這些非我族類的「叛徒」。而在香港，「愛國愛港」派心目中的「同類」或「我們」，指的則主要是建制認可的利益集團，也就是親（或至少不反）中共和香港特區政權的個體或社群；同樣，他們的矛頭所指，除了各式「外國勢力」之外，還包括其心目中的「反中亂港」之士；打壓「反中亂港」與「外國勢力」，為的也是「愛護同類」。

83

有趣的是，本地的一些直認「抗中反共」的「本土」政治力量，自不是「愛國」派的同類，但其「愛本土」以至於排外的訴求，卻似乎仍有點上述的以愛代恨式政治操作的影子——「驅蝗」的原因，是為了保衛「本土」的日常生活和核心價值，而強烈地批評要求包容「新移民」或大陸遊客的聲音，建基的也是「愛護本土的同類」。

### 第③章 正向情感的暗黑面貌



在當代香港的政治環境中，「愛國愛港」派與「抗中反共」的「本土」力量的資源與政治權力，並不對等，因此他們的行動所產生的政治影響力，也不會一樣；另一方面，這兩派的政治動機亦有差異，前者自然包括一些真心誠意的民族主義者，但恐怕更多的是關注現實政治經濟利益，希望在「西瓜靠大邊」的投資下，獲得其渴望的社會地位或物質資源回報；後者的出發點，則更為多元紛雜，既有保衛本土的價值信仰和日常生活的理想，亦有「現實政治」的考量，當中也充滿了各種情緒的宣泄。

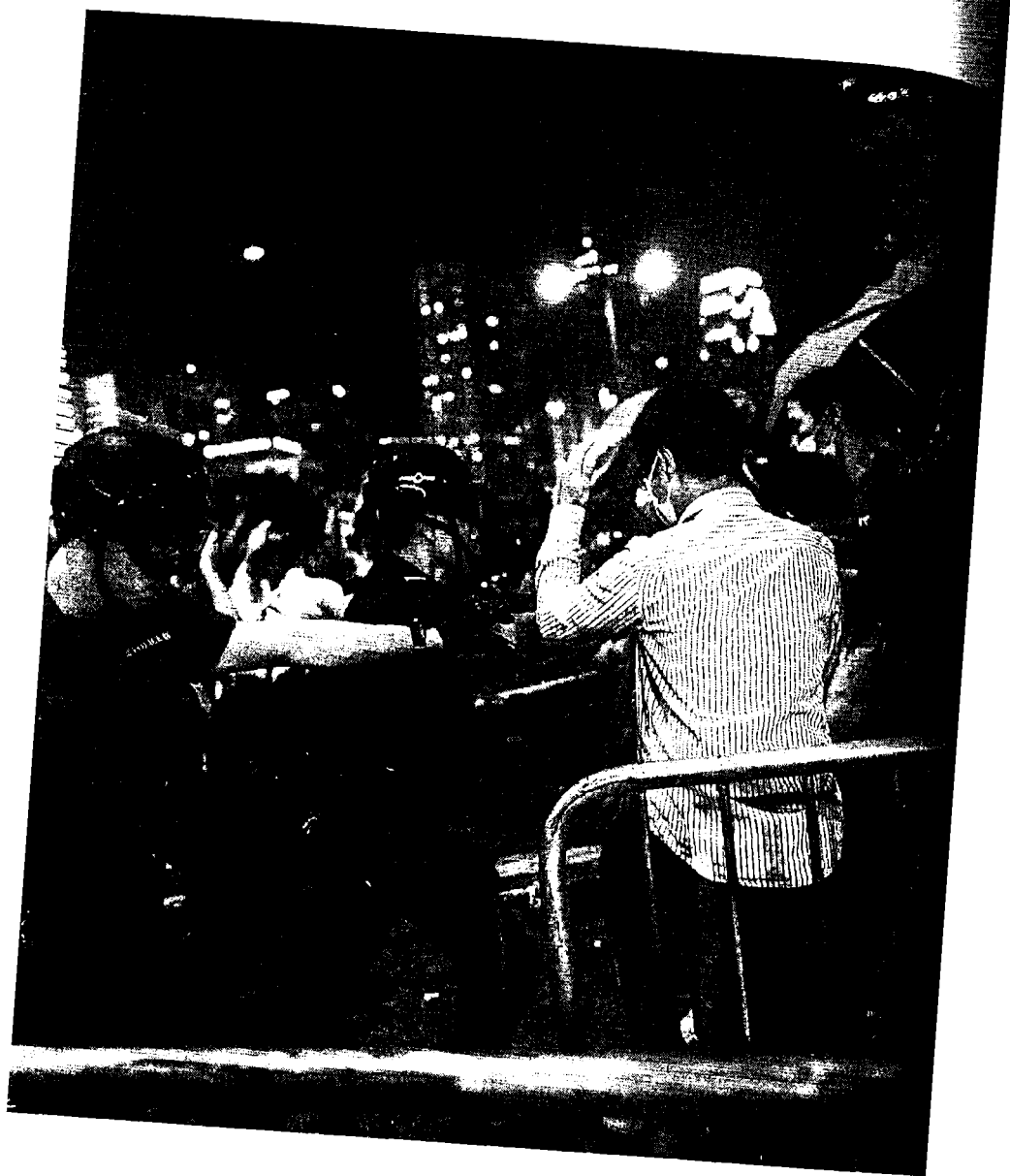
84 如果說，近年興起的「愛國愛港」社團和論述，建基的更多是赤裸利益的計算，其鼓吹的以愛為名的政治，往往壓抑多元自由、要求同一歸順，那麼帶點「抗中排外」的「本土」社群，則較五花八門，當中的政治取向，也較難簡單歸類。然而，無論如何，這些或直接或間接地以愛為名的政治力量，大多傾向要求一種有條件的愛——也就是必須成為「我們」，又或是首先接受「我們」的「核心價值」。

## 有條件的愛

Ahmed 引用佛洛伊德的精神分析學說，指出身份認同是一種愛的形式。這種形式的愛，其實是一種走近 (Towardness) 他人，以理想化的他人 (或集體) 作自我身份認同對象，不斷投注情感於這理想化的認同對象，實質是追求一種理想化的自我形象。這亦是為甚麼相處長久的夫妻或愛人，又或政治集體中的個人，容易變得愈來愈相似。而當這被理想化的認同對象遲遲未能展現其美好的一面，又或無法履行其「愛的承諾」，「愛者」大多仍然會繼續投注情感於這認同對象，希望在將來可得到「愛的回報」，以避免過去大量投注的情感立刻幻滅。

本地的「愛國愛港」力量，除卻那些只計算利益的徹底功利主義者外，大抵也蘊合同類邏輯。當「先讓一部分富起來」或「強國崛起」後，面對中港兩地很多民眾，例如中國大陸的農工和「低端人口」或居於公屋劏房的本地低收入人士，這些遲遲未能享受理想小康生活的實現，仍然「愛國愛港」者，只有把期望放在將來，才能夠繼續其「愛」的情感投注。當所愛及認同的對象 (中港政權)，久未達成其承諾；當經濟和政治生活質素只有循序、沒有漸進，要延續「愛」，便需要尋找一個合理的解釋——最方便的，自然是誘過







他人，提出由於存在「外國勢力」和「反中亂港」分子，阻礙了國家或經濟發展，令政權對民眾美好的生活承諾，無法實現。換句話說，儘管中國或香港（政權）並沒有實現其對民眾美好生活的承諾，但這只是源自「外國勢力」、「反中亂港」等他者的過失；透過建造敵人，把國家失效的原因推向他者，卸卻理想化的所愛 / 認同對象的責任，延續了「愛國愛港」力量以未來的祈盼，支撐其持續的情感投注。

因此，「愛國愛港」訴求中的「愛」，是一種有條件的愛，也就是只有變成「像我們一樣」，才算是愛和有資格被愛；如果他人不以這種方式去「愛護我們」，不接受或認同必須透過排他來保衛自我建構的理想集體 / 國族，就等同「不愛」，甚至是「港奸」、「賣國」。

或如德勒茲（2001）引尼采所言，這種「宛如猛禽對羊羔的愛，脆弱、支離破碎並帶著死亡的氣息……這種愛從仇恨中生發出來」（p.22）；「…它用誘人的愛來掩蓋仇恨：我責備你是為了你好；我愛你是為了讓你加入我」（p.189）。



## 政治中拯救愛

對於這種政治化了的愛，Ahmed 提出了強烈的質疑。她強調，她並非否定愛，只是嘗試挑戰所有以愛為名的政治。無獨有偶，另一位學者巴迪歐（Badiou 2012）也反對「愛的政治」，他認為「愛不應該和政治激情攪和在一起」（p.100），而要人下跪的愛，並非真愛，因為，「在愛中，人們對差異所持的是信任的態度」，相反，在反動的政治中，「人們總是在同一性（身份）的名義之下來懷疑差異性」（p.127）。政治區分的是敵我的矛盾，但愛並沒有外在的敵人，它的對立面是自私自利、唯我獨尊、抗拒甚至消滅差異。

88

根據精神分析的理論，愛可分為利他（Anaclitic）與自戀（Narcissistic）<sup>10</sup>。Ahmed 則指出，以愛為名的政治之「愛」，儘管表面上強調利他，例如「愛國愛港」或「愛社區」，但其實骨子

---

註 10：根據拉康（Lacan）的精神分析學說，愛可從三個面向理解。在想象的層次（Imaginary Order），愛等同對鏡像中無所不能的自我理想形象（Ego-Ideal）的情感投注；在象徵秩序/符號世界（Symbolic Order）中，愛體現的是大他者（Other）的欲望，也就是詞語系統中所容許或鼓勵的愛慾情感，例如「真愛」只能是一夫一妻一生一世；而在真實界（The Real）之內，愛是一種無以名之的情感慾望，是在象徵秩序/符號世界所不能訴說的，例如愛侶的經典問題：「你因為甚麼而愛我？或你愛我些甚麼？」，在給出典型答案如：「你溫柔善良、英俊美麗、勤奮上進、磊落大方」等等之後，總還可能會被追問：「這些 XXX 也有，你為甚麼選我而非 XXX？」，至此最後的答案只能是「我愛你因為你是你」，這就是象徵秩序/符號世界所不能訴說之意。可參閱 Fink（2016）。

裡仍是自戀，也就是要求他人走向我所認同的完美理想形象，甚至成為「理想中的我」的一部分。因此，要從政治中拯救愛，並不能透過簡單地鼓吹利他的愛來達致。

在此問題之上，鮑曼（Bauman 2003）所界定的「自愛」（Self-Love），或許能夠為我們提供另一種思路。與「自我保存」（Survival）和只關心追求完美形象的「自戀」不同，甚至相反，「自愛」建基的是被愛的經歷，不曾經受他人——父母、朋友、子女、鄰居以至陌生人——的愛，人類難以學習到愛的能力；而一個不懂自愛的人，自然無法愛人如己。歸根結底，愛畢竟是一種人與人或社群的關係。相反，追求自我生存，或沉溺於鏡像中自我的完美形象，往往不需要甚或抗拒與他人建立相互尊重、照顧、肯定對方的差異和獨特性的關係。鮑曼指出，追求自我生存並不需要以自愛為前提；事實上，在現代社會，潔身自愛、關顧他人往往令個體的生存處境更為艱鉅。同理，只顧維護自身形象的自戀，也跟自愛無關。自戀和求生不需要尊重他人與自己的差異，而自愛則以自身與其他人的尊嚴作為愛人若己的基礎，必要時甚至可以犧牲自身的生命或自我的完美形象去成就（自）愛。



強調不惜自我犧牲，以爭取全民普選的佔領中環運動，也用了「愛與和平」作行動的先導，這自然與那些僅追求赤裸利益的「愛的政治」並不同。然而，如果我們認真對待 Ahmed 的挑戰，那麼在用愛與和平佔領中環的同時，也需要小心避免那種要求齊一、取消差異、「成為我們」的「愛的政治」的負面效果；而巴迪歐也提醒我們，「愛的過程並不總是和平的。有時也包含許多充滿暴力的爭吵，刻骨銘心的傷痛……就愛而言，有時愛不比暴力革命的政治更和平」（p.91）。愛與和平自然可以佔中，但如果我們希望超越有條件的「愛的政治」，是否可以考慮，在愛與和平之外，也容讓甚至鼓勵同時用無奈、沮喪、恐懼、激情、憤怒等情緒一起佔中？

# 32 當快樂 成為指標之後…

2016 至 2017 學年，一連串學童自殺事件發生之後，本地政府推出「好心情@香港」、「好心情@校園」，以作為主要的回應。想判定心情的好壞，主要是看我們快樂與否；而在當代香港趕急求快、重視短期易見業績的社會脈絡下，衡量開心的工具，往往是各種量化的了指標<sup>11</sup>。然而，當快樂化成指標之後，卻產生了一些令人不太愉快的不經意效果。

\* \* \*

香港並不是唯一推動「好心情」的地方。自 2005 年開始，世界各地興起了有關「快樂」的科學研究和經濟分析，製作出各種量

---

註 11：例如快樂地球指標 (<http://happyplanetindex.org/>)；香港快樂指數 (<http://commons.ln.edu.hk/hkhi/>)；世界快樂報告 (<http://worldhappiness.report/>) 等。





度快樂的指標，包括著名的國民快樂指標 Gross Happiness Index (GHI)，嘗試取代國民生產總值 (GNP)。伴隨著快樂指標盛行的，是形形色色的正向心理學與好心情工業 (Feel Good Industry)，以及相關的生涯規劃、抗逆培訓，逐漸令獲得「快樂」成為每個現代人必須負上的責任。另一種與此相關，是源自不同情感動力的「小確幸」。這出自日本，但在台灣變得十分流行的概念，主要是指青年在風險社會、前景不明的脈絡下，追求小而確定的幸福的欲望。儘管「小確幸」並不成為個體追求快樂的責任，但正如一些論者指出，這種對小而確定的快樂的追求，仍然會產生一種從公共政治退卻的效果。

「快樂」變成科學、經濟，更化為指標，源自當代希望匱乏、兩極分化的社會脈絡，並在政權、商界、社福／教育／NGO 的大力推動下，擴散全球。商界之所以鼓吹「快樂」，自然與經濟利益相關，在繁忙緊張焦慮、容易令人沮喪的社會現實下，各類好心情工業也就不乏需求，除了各式吃喝玩樂的消費商機外，照顧個體身心靈的服務、正向思維書刊，以至日新月異的抗抑鬱藥物，在在吸引大小企業的投資；政權與社福／教育／NGO 社群儘管在不少社會政策上交鋒，但在推動「快樂」這目標時，往往無甚分歧，一方面是由於後者愈來愈依賴前者掌控的資金支持，因此在訂定工作計劃時，難以完全擺脫由政權設定的框架；另一方面是社福／教育／NGO 社群欲推動的理想社會生活，亦與政權表面鼓吹的分別不大，都同樣是主流大眾認可的生活風格、道德價值和成功準則，例如一夫一妻一生一世的「美滿家庭」想象，又或勤奮上進、友愛親切、樂善好施等理想品德。

然而，不符合這些理想形象和生活方式的個體或社群，除了被外間認定「難以得到快樂」之外，更有可能備受排拒、責難。因此，鼓吹追求幸福、推動快樂的社會工程，往往會貶低了不被主流價值認可的生活選擇，或合理化對不那麼「快樂」／「正向」／「健康」的生活的壓抑。例如傳統「快樂家庭」的形象，多是父慈子孝、母



良妻賢，同檯吃飯、和睦溝通，而要維持家庭的美滿幸福，妻母必須勤於家務、精於烹飪，父夫則照顧妻兒、陪伴子女，偏離這種「正常」/「健康」的時間編排、精力與資源投放，會被認為是不負責任——不管妻母父夫是否必須長時間在外謀生，也完全忽略那些可能偏離「理想家庭」的欲望與情感需要。

質疑當代的快樂工業和好心情計劃，並非想否定開心幸福的重要性，而是嘗試解除其於當代社會霸道的宰制地位，或容不下任何負面或掃興情緒的勢態。要讓現代社會多元地容納七情六慾，除了「平反」各種被認為是負面的情感外（見第二章的分析），還可同時打開對「快樂」的思考，擴闊「快樂」的想象。

\* \* \*

在價值變得愈來愈單一的當代社會，發展、增長、快、大、多等同理想狀態，休竭、停頓、慢、細、少代表有待改善的「次優」甚或「壞」的狀況；同理，多元的情感也被約化為「好」與「壞」：「開心」、「樂觀」、「歡欣」是好的情緒，「悲觀」、「憂傷」、「憤怒」被認為是壞的情緒。甚至「快樂」也被劃分為「好」與「壞」，例如透過努力維繫和諧家庭而達致的幸福，是「好的」快樂，但透過不理睬他人而獲取的「自得其樂」，則難以為主流價值完全認同。更值得思考的是，為甚麼快樂會從過去偏重偶然、幸運的意思<sup>12</sup>，



演變成今天的「快樂科學」、「快樂經濟」？甚至成為每個人都必須努力爭取的責任和負擔？

在英語世界一些文化研究和精神分析的理論裡，「快樂」的含義其實十分多元，亦不必加上好壞的道德準則。與「快樂」（Happiness）相近的文化研究和精神分析概念，包括享受（Enjoyment）、愉悅（Pleasure）和消魂（Jouissance）等等。享受與愉悅意思相似，接近一般理解下的快樂，但在法國思想家福柯（Foucault）筆下，享受或愉悅並非建基於無拘無束的自主自由，而是包含了權力的運作，也就是愉悅與權力是共生的關係，像 DNA 中的兩條相互纏繞的基因長鏈序列（Dean 2012）；消魂源自法文的 Jouissance，是拉康（Lacan）精神分析學說的一個重要概念，與佛洛伊德的死亡驅力（Death Drive）意思相近，同時包含愉悅與痛苦之意（Braunstein 2003）。

95

---

註 12：「快樂」的英語是 Happy 或 Happiness，詞根中的 Hap 是發生的意思，帶偶然和幸運之義。



循這些視野，完全不受權力「污染」的愉悅只是一種空中樓閣的理想；而人的欲望不僅只有趨樂避苦（也就是佛洛伊德著名的 Pleasure Principle），而是同時存在矛盾的心理驅力，尋生也求死、享受歡愉也不迴避痛苦，或更準確地說，從苦中得樂、於樂中嘗苦。換句話說，如果「快樂」並不純粹，自然也難以將其劃清好壞。Ahmed（2012）的智性計劃，正是想把「快樂」從「好壞」的道德框框中拯救出來，暫時懸置對情感的價值判斷，叩問「快樂」在當代是如何被使用，又產生了怎樣的社會效果，從而尋找一種另類的情感政治，當中可平等地看待各種被認為是負面的情感，包括歡樂的對立情緒——掃興（Killjoy），為生命和生活開拓更為廣闊的情感空間，而非只剩下趨樂避苦的單一訴求，更不必背負沉重的「快樂責任」，投進永無止境的追趕快樂的遊戲。

## 3.3 希望匱乏 遇上正向思維

面對近年學生接連自殺的事件，教育局仍然只是不斷強調，學校和家長需要鼓勵學生建立「正面思維」，提高其「抗逆能力」，使他們「對未來有希望」。2016至2017年學童自殺潮之後，教育局提出了五項措施，包括（1）成立專責委員會研究分析學生自殺成因；（2）舉辦到校講座及（3）5場分區研討會，為教師、家長提供預防及應對學生自殺危機的資訊；（4）於教育局內成立由心理學家與輔導人員等組成的團隊，並（5）印製識別有情緒問題學生的「資訊小錦囊」。

這些其實都並不是甚麼新的舉措。類似的講座、研討會過去亦不時舉行，依據的大概也是由心理學家與輔導人員製作的資訊，包括前教育署於1997年出版並派發給全港中小學的「預防及處理學童自殺問題輔導教材套」、2005年教育局編輯的《學校危機處理電子書》和2011年發布的《學校處理學生自殺電子書：及早識別、介入



和善後》。而這些「支援」工作，建基的正是以往的「研究分析」，包括對學生自殺成因的一些既有結論，例如認為他們「抗逆能力」、「正向思維」不足。

矛盾的是，這些過去存在的結論，以及向學校和教師發放的處理學生自殺問題的資訊，如果真的有效，大概也不會再出現學童自殺的危機。而如果教育局真的期望能夠從專責委員會的研究報告，找出過去所忽略的問題，那麼在新的研究結果仍未得出之前，就急忙推出其他四項以往沿用（或因循？）的措施，除了告訴公眾「當局很重視問題，並正在做點甚麼」外，又如何解決師生家長面對的困難和危機？

98

概括來說，官方主導的學童自殺分析和防止自殺建議，主要把焦點置放於學童身上，認為問題在於他們缺乏正向思維、抗逆力不足；而學校、醫護專業、家長等則需要協助識別高危學生，提高他們的心理質素。在這種視角下的解決方法，自然只能是倡議「正向思維」。

## 在希望匱乏年代鼓勵「正向思維」 意味甚麼？

學生自殺的成因自然複雜，每個案例也不盡然相同。要避免簡化及一概而論，開放、仔細和系統的研究，是必不可少的第一步。然而，當局在全面的研究還未開展之前，就定下了促進學生「正面思維」、增強其「抗逆能力」、鼓勵他們「對未來有希望」的主調，這是很值得商榷的。

我曾指出（參閱許寶強 2012, 2013），通識科中的學生獨立專題探究，結論先於研究的情況比比皆是，窒礙了真正探究的開展。不幸的是，負責制訂政策的教育局似乎也好不了多少。如果促進「正向思維」、增強「抗逆能力」、鼓勵「對未來有希望」已是一種解決問題的方向，那麼「學生自殺成因」大概也呼之欲出——不就是學生缺乏「正向思維」、「抗逆能力」和「對未來沒有希望」？

真正的探究應是開放的，有時甚至需要質疑並修正研究的前設。學生真的是因為缺乏「正面思維」、「抗逆能力」、「對未來沒有希望」而傾向自殺？還是因為在希望匱乏的社會環境中，難以承受鋪天蓋地的「正向思維」、「抗逆能力」的忠告？或被反覆鼓勵必





須要對未來抱有希望，因而帶來巨大的壓力？

人類學者 Ghassan Hage 指出，當代兩極化的資本主義社會，催生了三種「希望的匱乏」（Scarcity of Hope）。第一是希望的分配不均，對於無權缺錢沒資源乏機會的社群，例如新一代的本地青少年，「希望」變得愈來愈奢侈；第二是希望的窄化，只有「向上流動」才值得鼓勵，「向下流動」、「向左流動」、「向右流動」完全在想像之外，更遑論與「向上流動」平起平坐；第三是欲望的不斷延後，例如「等考入大學／找到好工／買了房子／換了豪宅／兒女長大並考入大學／找到好工／買了房子／換了豪宅後……才……」，也就是製造一種永遠推遲實現，或等同無法達至的「希望」<sup>13</sup>（Zournazi 2002）。在這樣的社會環境和文化氛圍下，鼓勵或要求我們的學生「對未來抱有希望」，倡導「正向思維」，究竟意味甚麼？而當「抗逆能力」成為個體必須肩負的責任時，又將產生怎樣的不經意效果？

---

註 13：一份本地生涯規劃的教材，引述了一些青年工作者於課堂上的經驗分享：「青少年常見的『不良』工作價值觀包括：過份著眼於薪酬及其他福利、缺乏對僱主之歸屬感，對工作的投入、祈求舒適的工作環境、期望工作性質多樣化和具趣味、要求有充足的工餘時間作休閒生活、夢想從事不需要負工作間之責任的任務、要求工作要有充足自由度和自主權、需求有良好晉升機會的工作，卻忽略自我能力之提升」（[https://resources.hkedcity.net/resource\\_detail.php?rid=912750612](https://resources.hkedcity.net/resource_detail.php?rid=912750612)）。



## 生命中不能承受的「快樂」和「完美」

正如上一章引介的精神分析和文化研究學說指出，現代人壓力的主要來源，並非是面對逆境和失敗而對未來不抱任何希望；而是「有機會成功」或「得到快樂」的許諾所帶來的焦慮，尤其在希望匱乏的社會條件下。因為，如果一開始就知道逆境和失敗難以避免，甚至對未來不抱太大的希望——包括各種不切實際、好高騖遠的期待，那麼活於當下、面對逆境的朋友，並不必然會產生焦慮、陷入絕望，也可以隨遇而安、坦然自處。

相反，當面對逆境時被教導必須「對未來抱有希望」、「正向思維」，認為只要不斷努力，就「有機會成功」，就能夠得到「快樂」，但碰上的現實卻是：每年只有低於 20% 中學畢業生能直接獲大學取錄，絕大部分大學畢業生難以置業，家長教師學生齊反對但當局仍保留 TSA，民運爭取了 30 多年、學生民眾佔領抗議 70 多天也無法改變「人大 831」決定，個體總會久而久之遭遇莫名的沮喪或憂傷——特別是在這個荒謬的年代。這樣的反差，大抵才是焦慮和壓力的來源，尤其是當獲得「成功」和「快樂」成為了個體的一種責任。循這思路，對學生自殺成因的分析探究，不一定先驗地接受如下的假設：自殺源於學生碰到了（也許是無可避免、個體無法完全左右的）「失敗」或「逆境」，在缺乏「抗逆能力」的質素下走上不歸路。亦可開放地檢視另一相反的猜想：催逼學生走上輕生之路的，會否



是那種不容忍任何「負面」情緒的「正向思維」，以及其所支撐的自我與人生規劃？在希望匱乏的社會條件下，為個體帶來生命中難以承受的「希望」、「快樂」和「完美」等責任。

近年一些著名大學的學生自殺數字有上升趨勢，或可為上述的猜想提供初步的證據。例如，台灣的《天下雜誌》2015年報道，美國的賓州大學（U. Penn）、杜蘭大學（Tulane University）、康乃爾大學（Cornell University）、紐約大學（NYU）都時有學生自殺，而「過去10年，MIT（麻省理工學院）平均每10萬名學生中，有10.2人自殺。而光看過去5年，每10萬人就有12.5人自殺，幾乎是全美大學平均的一倍」。

雜誌又引述賓州大學的一名學生的說話：「沒人願意在別人面前顯露自己掙扎的窘況，尤其看到大家的表現都很優秀，只能努力掩飾，裝作一切都很好，而不願誠實面對自己的心態，正是造成自己焦慮和憂鬱的源頭。」

103

### 第③章 正向情感的暗黑面貌





## 「自我」重思

倡導「正向思維」、「抗逆能力」，不容許「負面」情緒，認為只要努力，總能克服困難、尋取希望、獲得快樂，建基的除了是認為不應把個人的成敗苦樂歸咎於社會環境，而應完全由個體肩負的習見外，還包括存在一種完整而獨立的「自我」假設。

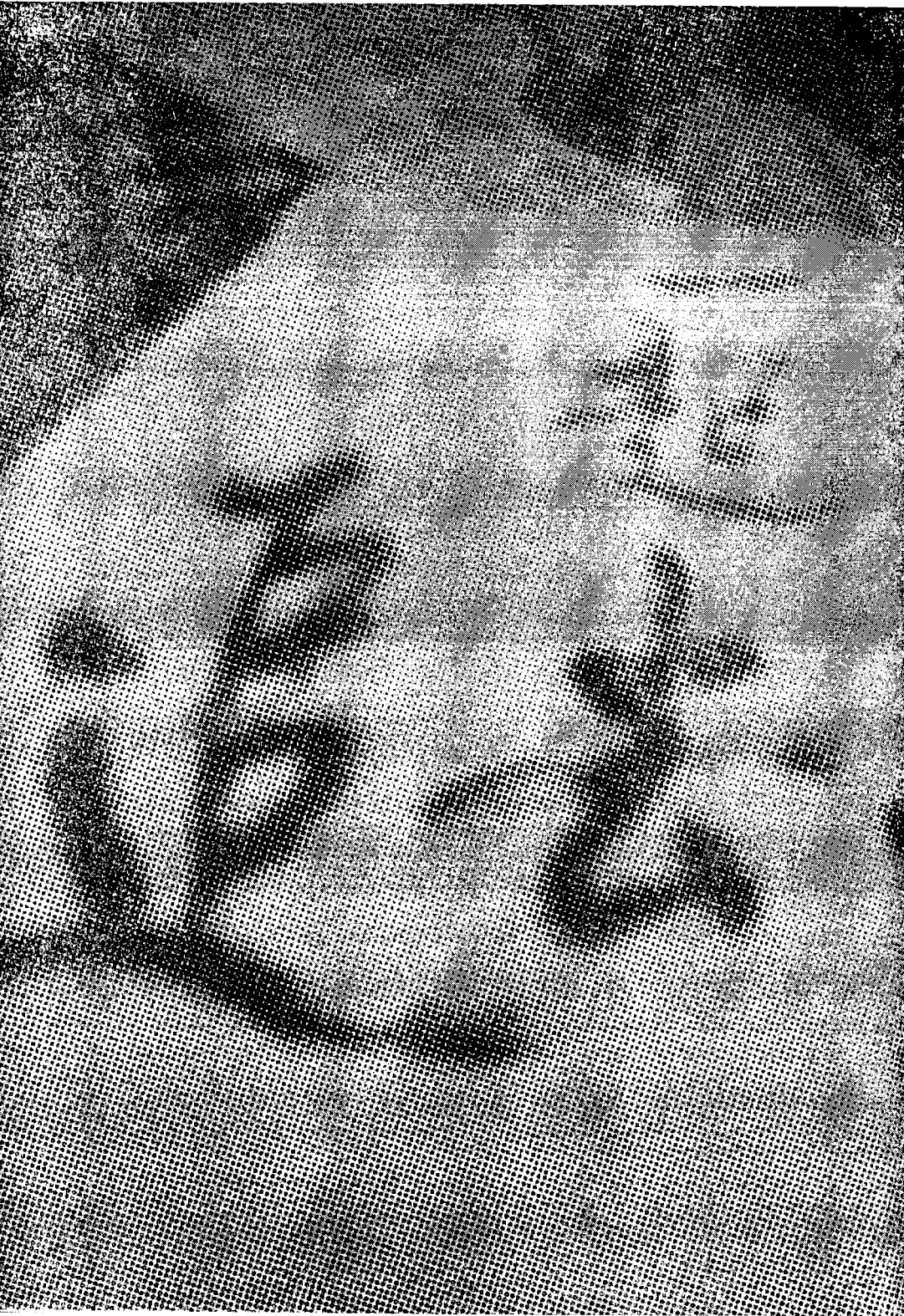
然而，當代的精神分析指出，完整獨立的「自我」並不存在，存在的只是鏡像（或別人眼中）的「完美」倒影，或是由語言世界建構的「文明」個體，又或是四分五裂、難以捉摸的欲望載體。換

句話說，現代社會的所謂「自我」，其實更多只是在回應他人的要求和期望，或是按照各種「文明」話語——例如「正向思維」、「生涯規劃」、「自我發展」——而不斷變身；而無以名之的「自我」，卻往往會像《寂寞難耐》歌詞般「總是平白無故的難過起來」，又或出現周星馳在《功夫》所說的「我癲起上嚟，連我自己都驚」的狀況。因此，嘗試追求完整而獨立的「自我」發展，除了注定緣木求魚，更同時帶來不必要的壓力，一種源自追逐那永遠無法達至的「完整連貫」的「自我」所帶來的壓力。

在希望匱乏的社會環境下，仍無時無刻被提醒缺乏愉快樂觀心境完全是個人心理素質的問題，或被鼓勵遭遇逆境時要「加把勁」、「迎難」則必須「而上」，活在這樣的社會氛圍之下，不僅容易疲憊，產生焦慮憂鬱也絕不令人驚訝。

這並不表示我們在分析學生自殺成因時，需要完全排拒「正向思維」、「抗逆能力」等假設。一個真正開放的研究，應容納不同的猜想，包括引入新的視角，嘗試看看廣大社會對不同情緒的容納與接受。減輕點無法完全由個體主觀意志控制的情感、身體和行動結果而背負的責任重擔，是否也有助回應學生以生命向我們發出的提問？





第 4 章

絕望的社會政治

本章作為結論，探討在希望匱乏的社會前景下，如何思考希望的政治，尋找未來的出路。4.1 章以防止自殺的生命政治切入，討論既有的防止自殺論述，如何窄化及阻礙社會認真地思考生命的意義，也限制了我們從多角度理解現代社會中個體所擁有的生死抉擇；4.2 章引入不同的分類，嘗試擴闊我們對「希望」的理解，從中尋找一種令民眾能夠不斷積累情感能量的希望政治，並分析這種希望政治的潛能和局限；4.3 章則探討一種植根於悲劇精神，勇於直面自身的軟弱及不完美、容讓勁灰顏爆飛一回的情感政治，以補充希望政治的不足，並嘗試提出一些有助我們走出絕望困境的初步方向性建議。

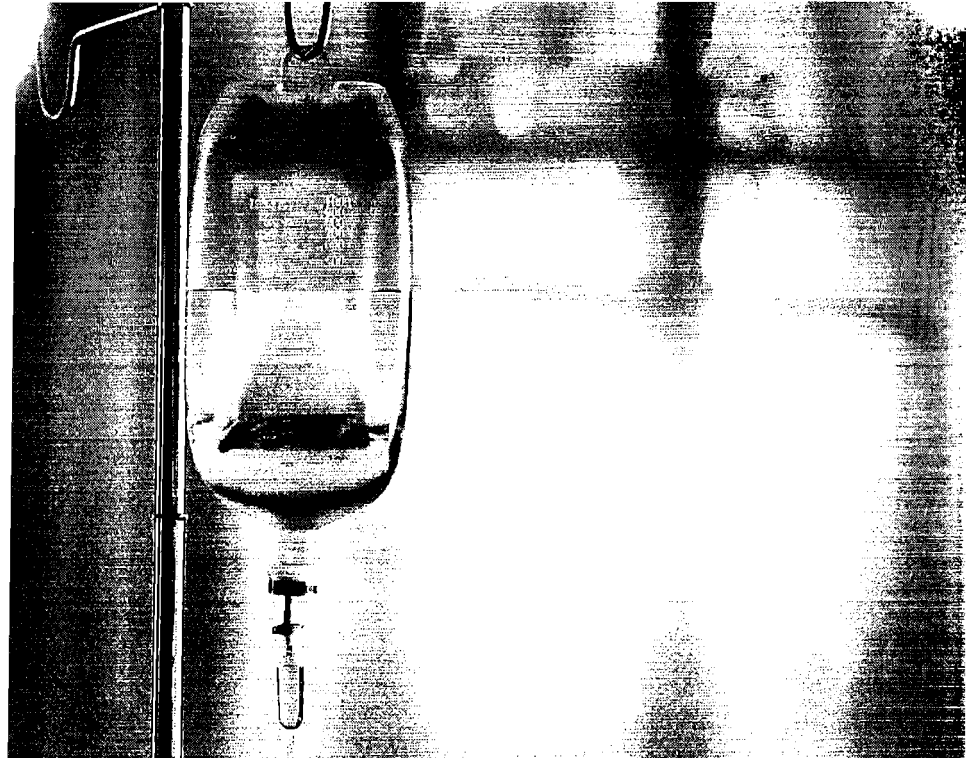
## 4.1 自殺的另類思考

在當代香港，開放而深入地討論「自殺」這議題並不容易，尤其是在社會撕裂、兩極分化十分嚴重的年代。其中一種主要因誤解而造成的禁忌，是認為公開地談論自殺，就等同變相鼓勵輕生；而倡議求死，則絕不能被容許，因為維持生命擁有至高無上的道德價值。在種種對探討自殺設置的禁忌之下，產生的一種文化政治效果，往往是令有關「生命意義」的討論，備受忽略甚或壓抑，例如開放地或不帶前設地探討「安樂死」，也在這種只強調維生的狹窄生命政治下，無處立足<sup>14</sup>。

---

註 14：為甚麼每年全球有超過 80 萬人覺得生無可戀？這是自殺者向所有生者提出的終極生命意義的問題。排拒這問題，其實等同排拒了輕生者以生命來提出的政治訴求——要求掌控權力和資源者必須正視並嘗試結束令數以十萬計的民眾生無可戀的社會條件和狀態。正如 Franco Berardi 指出（引自 Cox n.d.），自殺是我們的時代中最決絕的政治行動（“Suicide is the decisive political act of our times”）。





然而，當求死與輕生的複雜歷史和社會成因，簡單地被「情緒病」或「抑鬱症」打發掉<sup>15</sup>，社會因而無法發展出合適和豐富的語言，用以分析和探討自殺及其指向的「生命意義」這些至關重要的問題。有關自殺的學術討論其實並不缺乏，從醫學、心理學到社會學、文化研究和精神分析，都發展出不同的理論視野。不過，在香港公共輿論中流行的，仍然主要是醫學和心理學的角度和結論——或把抑鬱症等身心病患看作為自殺的主因，或把抗逆力低、家庭創傷經歷等心理問題解釋為輕生之秘。在這些主流框架內消失了的視野，包括社會學的角度，例如涂爾干（Emile Durkheim）的《自殺論》（*Suicide - a Study in Sociology*），當中從社會的變理解自殺



的成因；也包括文化研究的觀點，也就是從意義的系統理解自殺的生命政治——對被否定或排拒的生命或生活選擇的抗拒；亦排除了精神分析的學說，例如嘗試透過兩種死亡：真實界的 Real Death 和象徵界的 Symbolic Death（如刪除所有社交媒體、電郵及與他人溝通的帳戶），以分析自殺的含義。這些不同於醫學和心理學的視野，長期被邊緣化，所反映的，很可能是香港的一種獨特的文化脈絡：政府把問題個人化的預防自殺建議，之所以成為主流的認知，恐怕與佔文化價值主導位置的中產社會「潔癖」有關——追求完美，不容許失敗、錯誤或瑕疵，自然不接受「負面情感」，只容許「正向思維」。

---

註 15：「世界衛生組織（World Health Organization）於 2005 年出版了一份有關心理健康的報告，自殺最主要的原因是來自抑鬱症等心理疾病。香港賽馬會防止自殺研究中心在 2006 年亦深入研究過當時 150 宗自殺個案，透過已驗證的臨床方式，訪問死者親屬，診斷出有 80% 的死者患有一種或以上的心理疾病，而當中只有 48% 的患者曾經求診。」<https://www.etnet.com.hk/mobile/tc/lifestyle/article.php?id=45971&catalias=polisee&secalias=internationalaffairs>；「事實上，需要接受精神科治療的青少年人數近年大幅上升。根醫院管理局的數字，在 2010 至 11 年度，約有 13300 位 18 數歲以下青少年接受醫管局精神科治療，而在 2014 至 15 年度，該數字上升至 26470 人，升幅達一倍。如果心理疾病是引致自殺的主要因素，這個增幅其實是一個再明顯不過的警號。」（團結香港基金 <https://www.ourhkfoundation.org.hk/zh-hant/repor/33/%E7%A4%BE%E6%9C%83%E5%89%B5%E6%96%B0/%E9%9D%92%E5%B9%B4%E8%87%AA%E6%AE%BA%E8%83%8C%E5%BE%8C%E7%9A%84%E5%BF%83%E7%90%86%E6%8A%98%E7%A3%A8>）





然而，當代的自殺現象，除了個別的特殊原因外，亦源自整個社會的政治經濟結構和文化氛圍。正如上一章指出，在希望匱乏的社會狀況下，要求青年「正向思維」、「生涯規劃」，歌頌「十優狀元」、「體壇精英」、「成功人士」，不容許負面情感、向下向左向右流動，其實是令他們面對雙重的壓力，只剩下一種中產的價值選擇和「理想的」生活想像，一種追求完美整潔、井然有序，相信只要憑個人的努力，就能向上流動、達至成功。正因為認為有機會成功、達至完美，才會導致人對失敗的恐懼和焦慮。

\* \* \*

自殺之所以難以討論，主要在於整個社會不容讓開放或沒有禁區的探討空間。例如，當有人想談論自殺時，旁人很可能會嘗試迴避，轉而提出要用「正向思維」取代「負面情緒」，因為擔心討論就等同鼓勵。長期壓抑討論，阻礙社會發展系統而清晰的語言，讓選擇自殺者更無法表達難言的情感狀態、處身的社會氛圍、面對的生活困境，也導致其他人失去聆聽和理解自殺者的機會和能力。缺乏相關的語言，個人的情感，尤其是被認為是負面的情緒，就更缺乏表達和溝通，自然無法被直面和理解。



缺乏自身的語言，民眾就只能借助「專家」的說話談論情感。然而，這些主要來自醫療和心理專業、由政商傳媒散播的語言，卻往往將「負面情感」病理化，產生的其中一個效果，是無法將「情緒病」或「抑鬱症」的普遍性置放於社會脈絡中去理解，以至令「負面情感」經常處於一個備受壓抑的位置，坐落一種情感的優劣等級排位的下游。但人其實都有七情六慾<sup>16</sup>，而當代社會高舉正向思維、良好心情，效果往往是抹殺其他與生俱來的情緒感受。例如，當一個人陷入哀愁或悲憂時，旁人常常會嘗試「開解」他，但看見別人高興或快樂時，卻不會有動機去改變這些「正面情緒」，這說明了「七情」在當代社會其實是不對等的，儘管喜樂與哀愁，都是人與生俱來的情感。

114

儘管社會不斷病理化或壓抑「負面情緒」，但如果我們接受精神分析的觀點，被壓抑成潛意識的事物，往往會尋找機會從後門出來，輕則如說漏嘴（Freudian Slip），重則或以更暴烈的形式反彈。迴避開放地討論自殺，不僅不會解決引起自殺的根源，也不會有幫助我們更全面和深入地思考和理解當代社會的集體情感狀態。而討論自殺這議題時持開放的態度，絕不等同只容許討論「用哪一個方法

---

註 16：七情有不同的說法，儒家《禮記》指的是「喜、怒、哀、懼、愛、惡、欲」；佛教的版本是「喜、怒、憂、懼、愛、憎、欲」；中醫則是「喜、怒、憂、思、悲、恐、驚」。

自殺最好」，而是包括探討自殺的成因、歷史、後果，以至在文學和電影的呈現等方方面面；也不會毫不質疑地斷言自殺（包括安樂死）「絕不正確」，而是去思考「完全否定自殺」是源於哪些既存的社會文化條件和政治環境。

事實上，在一些特定的社會脈絡下，自殺並非完全不能接受。例如，狩獵社群為求足夠食物，需要不斷遷移，在這嚴峻現實下，為減輕負擔、保障遷徙成功，自殺（甚至他殺，尤其對老病幼弱）並非完全不能接受，甚至會被理解為是延續社群的一種倫理選擇，就像小說和電影《檣山節考》所描述的貧困社群的棄老傳統；又例如，在戰爭或天災的困局中，自我犧牲以保全他人性命，大概也不會惹人非議；而在現代社會中，有關安樂死的長期爭議，也難以用一句自殺「絕不正確」來打發掉。在這些不同的社會情境中，討論「用哪一個方法自殺（安樂死）最好」，是否就毫無意義？沒有任何教育價值？

115



如果習慣於把開放的討論，與「鼓吹」畫上等號，並加以禁制，就會離良好的教育理念愈來愈遠。教育就是為學生掃除學習的障礙。除了以開放和客觀的態度，解除用「絕不正確」的斷言來禁制師生透過討論和追求知識之外，教育工作者還需要協助學生走出恐懼、萎縮、退卻的情感狀態，孕育勇於求真、樂意為善、積極探美的心理質素。當中至關重要的工作，是願意聆聽置身於不同歷史時地、社群關係之下的不同聲音和情感，包括選擇以自殺結束生命的人；對待其他被誇張污名的種種議題，也應如是處理。要認真地討論和理解自殺，以及其相關的情感狀態，必須首先放棄各種不必要的前設和禁區；而有關情感或七情的真正開放和平等的討論，應該是在討論前把所有情緒都一視同仁地置於同等的位置，而非帶等級區別的對待。

118

## 讓生者「安息」——他們沒有告訴你的 防止自殺方法

學童連串自殺事件發生後，政府於2016年三月成立了「防止學生自殺委員會」，並於同年11月發表《防止學生自殺委員會最終報告》，提出學童自殺的「危險因素」包括「精神健康、心理因素、關係問題、適應困難、不同類型的壓力——如對健康狀況的憂慮、財務困擾、學習壓力、工作壓力和整體生活壓力」；建議「提升學生、教師及家長的心理健康意識，加強他們對精神健康的認知，並

改善和保持學生的心理健康」；推出「好心情@HK」計劃平台及在2016/17學年推出「好心情@學校」計劃；認為「學校須繼續加強校本『健康校園政策』，促進和維持學生的生理、心理及社交健康，並向他們灌輸正面的價值觀及培養積極主動的態度和技巧，以面對個人成長的挑戰，從而提高學生應對逆境的適應力和抗逆能力，促進他們的心理健康」；同時「加強關注學生的心理社交適應和調適能力，加入自尊感、解難技巧、壓力管理、正面情緒和正向人際關係的課題」；而「教育局應為學生身邊的人包括教師、朋輩、大學人員及家長提供『守門人』訓練，以加強及早識別及支援有風險的學生。…大專院校方面，建議利用有效渠道（例如透過電子方式完成問卷調查）為新生進行健康篩查，以便及早識別高危學生或有精神健康病歷的學生」。

119

而教育當局提出的五項防止學童自殺措施，則包括（1）全面研究學生自殺成因；（2）辦學校講座；（3）組織五場分區研討會；（4）成立心理、輔導團隊；（5）印發有關學生自殺的「資訊小錦囊」。正如我在上一節指出，這些建議和措施，基本上將問題個人化，把責任置於自殺者和他們周邊的人身上，似乎更多是為了證明當局正在做點東西，而不是直面問題，更遑論解決。更壞的是，這些措施，在當代香港的教育脈絡和學校生態下，往往成為教師和學生添煩添







亂的源頭。因為，被各種教育政策、無效管理早已弄得疲憊不堪的師生，將會在百忙之中，被要求出席學校講座、參與分區研討會、接受當局的研究團隊訪問、講解或閱讀「資訊小錦囊」，更要應付「每日、每星期、每月探訪不少學校」的教育官員的「接觸」，生活自然無法安息。

值得悼念的人離世，我們大概都會送上Rest In Peace (R.I.P.) 的祝福。R.I.P.——安息——大概是活著的人認為亡者的最好歸宿。安息的兩個關鍵詞，是平安與休息。前者的意思包含恬靜、和平、安寧，針對的是緊張焦慮、煩擾混亂、躁動鬥爭；後者的意思是停歇、休憩，相反的是奔波、操勞。如果我們祝願逝者安息，那麼是否可以把嘗試自我結束生命的人的行為，理解為主動追求一種離開緊張焦慮、煩擾混亂、躁動鬥爭、奔波操勞的生存狀態？倘真如是，要減少甚或讓自殺行為不再發生，關鍵是否在於令生者也能有機會離開緊張焦慮、煩擾混亂、躁動鬥爭、奔波操勞，進入安息的狀態？



叫生者安息，自然有點奇怪，主要是因為「安息」早已與死亡扣連。然而，稍稍修改字眼，希望生者能獲得恬靜、和平、安寧，大概就較容易為人接受。如果預防自殺的方向，是製造讓生者也可以「安息」的生活環境，那麼第一步要做的，是找出並移除我們的社會制度和文化氛圍中阻礙生者「安息」的因素。

\* \* \*

阻礙生者「安息」，也就是為他們的生活添煩添亂。不幸的是，近年的特區政府，卻頗善於此道。以教育領域為例，委任經常帶來爭議的李國章當港大校委會主席、強推國民教育、引入普教中、TSA 操練，以至教育局因應學生自殺而推出的五項措施。當教育當局主要在「做當局」，而非「辦教育」時，師生陷入緊張焦慮、煩擾混亂的境況，並不全然是自身的責任；反過來說，當體制外力不斷為師生添煩添亂時，想脫離躁動鬥爭、奔波操勞的狀態，也不能單靠個體的努力。

122

本地一些有心的朋友，分別提醒我們等待、放空、休整的重要性。重新學習這些有助生者安息的身體和精神狀態，也許能稍為改正令現代人緊張焦慮、煩擾混亂、躁動鬥爭、奔波操勞的「趕忙回應」、「做點事情」的習慣。這裡稍作一個註腳：如果個體的困境並不能盡歸咎自身的責任，因此走出困境也非個人所能完全左右，

那麼追求等待、放空、休整，只能同時是一種集體的行動。也許我們可以重新思考雨傘運動中提出的「罷課不罷學」、「公民抗命」的深刻含意，把等待、放空、休整重新置放於集體抗爭的策略選項之中，讓追求生活中的安息，也能夠成為社會運動的願景和目標。

除了集體的等待、放空、休整外，如果我們願意開放地擴闊對自殺的討論，坦然直面並平等地看待各種「正負面」情緒，那麼便不難發現比鼓吹「正向思維」、「好心情」等有效得多的預防自殺措施。

例如，美國的一些研究顯示，大麻合法化後自殺率顯著減少（Anderson, Rees and Sabia 2012）；另一些方法是鼓勵由學生和社區成員集體討論和提出回應，以協助陷入自殺險境、走出絕望的方法；教育方面，則放棄單向地嘗試灌輸「正向思維」，而是倡議批判地檢視既有觀點和價值、鼓勵想象未來的各種可能性、嘗試以不同形式的組織方法以改造社會；而在政策層面，嘗試促使社會政策的改動，以減少不平等、歧視等制度性暴力，逆轉容易形成集體憂鬱的社會脈絡。（White and Kral 2014）



最後，也許是最更根本的，是如何讓我們的社會認真地思考死亡與生命的意義，重新理解自殺。自殺這行為，歸根究底是一種向我們發出的生命或存在意義的終極叩問：為甚麼數量甚多的人（全球每年有超過 80 萬人自殺死亡）會覺得生無可戀？完全是由於他們「抗逆力低」？還是他們身處的社會確實不容易找到生存的意義？為甚麼不少人情願「安樂死」，也不想苟活偷生？與自殺者處於相同社會條件下但繼續選擇存活者，是基於「正向思維」或「抗逆力高」？還是迴避了人生意義這終極叩問？生命的最主要的價值，是在於不計代價地尋求生存？還是有其他更重要的生活意義？（可參閱 Fassin 2009）

# 4.2 認真希望 抗爭快樂

讓人選擇活下去而非結束生命，其中一種重要的原因，是未來仍是有希望的，儘管目前身處的環境令人沮喪。然而，如何才能夠在這希望匱乏的年代，建立希望？

批判教育學學者 Darren Webb (2007) 的簡單分類，或能有助我們釐清希望的不同面向和層次。談希望，我們可問「希望是甚麼」，也可以問我們「希望些甚麼」。從另一個角度切入，我們也可以將希望分為兩類，一種是重視過程的希望，另一種是目標導向的希望；前者包括強調耐性、等待，「事情總會轉變的」希望，以及人類學者 Ghassan Hage (2002, 2004) 所指的令生命力增長的喜悅豐盈力量；後者則包括計算成敗可能之後，所產生的對結果的預期，也同時包括不理成敗機率的烏托邦式祈盼。希望也可分為正面和負面，前者令人積累生命能動力，後者則反對活潑的生命，或成為了「人民的鴉片」。





☂  
我要真普選

2017年的一場結果早已寫在牆上的特首「選戰」，具體揭示了在香港當代社會脈絡下的不同「希望」。

## 一場選戰 兩種希望

一直對褫奪大眾民主權利的特首「選舉」（這真的是選舉嗎？）過程並不熱衷，尤其是候選人的公關活動和辯論，以至各種「選戰」評論、策略判斷。這大概是源自一種「小圈子選舉設計的結果早已寫在牆上因此唔想陪佢癲」的情感狀態。然而，由於身邊一些朋友十分關注「戰情」，積極介入爭論，甚至現身集會、「含淚」支持，因此實在也難以完全置身事外。況且，分析檢視當中民眾的情感投注，恐怕仍有助我們進一步思考香港的民運前路。

「民意」的擁曾和傘運／泛民的「策略投票」，其實都建基於當代香港的集體情緒：一方面反映了港人對過去五年「689」治下的香港政局的厭惡和絕望，另一方面則呈現了民眾對延續「689」施政的焦慮與恐懼。儘管大家都知道，講「人話」的胡官、高舉「休養生息」的「薯片」，勝算其實十分有限，卻仍然為經歷有權用盡、禮樂崩壞、傘運分裂、釋法DQ等令人窒息的變局的港人，帶來點清新空氣，以至微末的希望。



這種微末的希望，建基的並不是準確的策略分析，而是在缺乏證據支持下的 Fantasy，也就是等待不太可能出現的奇蹟。就像投注六合彩，明知中獎機會甚微，民眾仍然願意積極參與，持續買個祈盼。對於很多身陷政經絕境、難言出路的民眾，如果連微末的希望也喪失掉，大概真不知道應如何活下去<sup>17</sup>。循這角度思考，我們或可跳出民主運動中所謂「原則」Vs.「策略」的爭論，嘗試更根本地理解當代香港的情感政治。

\* \* \*

128

其實，所謂「原則」Vs.「策略」的分野，很可能只是一種錯置的命名。主張「公民提名」或「白票」的朋友，並不缺乏對政局的具體分析，例如認為「薯片」才是中共的首選，為的是把民運力量盡數收編，並由此推導應支持「公民提名」或「白票」的「策略」；與此同時，倡議 Lesser Evil 策略的朋友，歸根結底不也在緊守一種現實政治或寸土必爭的「原則」？值得深思的是，從「選舉」結果回看，這兩種不同投票意向所建基的「策略」，以至民主 300+ 選委的投票取向，似乎毫不影響最終勝負，這大概反映了種種「策略」

---

註 17：正如魯迅先生所說的：「這以前，我的心也曾充滿過血腥的歌聲：血和鐵，火焰和毒，恢復和報仇。而忽然這些都空虛了，但有時故意地填以沒奈何的自欺的希望。希望，希望，用這希望的盾，抗拒那空虛中的暗夜的襲來，雖然盾後面也依然是空虛中的暗夜。然而就是如此，陸續地耗盡了我的青春。」（魯迅：《希望》）



分析和判斷，其實都無法真正掌握「左右建制選委投票意向的決定性因素」。

如果「選戰」後雙方願意承認判斷錯誤或策略無效（部分朋友確是這樣做了），那麼民運的探討或可以重新開展，從錯誤中學習，在日後透過建設性的討論，系統而認真地研究民主的「敵人」，發展出更準確的策略分析；又或在面對極不透明的政體政敵，無法取得可靠的資訊作堅實的政治判斷時，減少對策略分析的依賴或執迷；然而，倘若「選戰」後分歧依舊，甚至仍停留於相互指責，則恐怕需要在「策略」分歧之外，尋找更根本的原因，以理解真正的差異。

如果問題既不是源於「原則」Vs.「策略」的分野，亦非「策略」判斷的對錯，那麼剩下的恐怕是兩種「原則」之間的矛盾，當中往往源自不同信念、價值和情感的張力。儘管支持「策略投曾」與「公民提名」/「白票」的朋友，都相信民眾的力量，但前者傾向接受甚至跟循「民意」對「休養生息」的祈盼，對誰當下任特首懷有希望；後者則更在意於保留甚至擴展人民當家作主的意願，而非寄望於領袖明君。支撐這兩種不盡相同的原則信念的，是兩種相異的「希望」及其連繫的情感狀態。

129



Lesser evil 折射的「希望」，是一種無法忍受邪惡，極想除之而後快，以盡速回歸「正常」的情感訴求，而策略投票中的「希望對象」（Object of Hope），是「選舉」的結果能為香港帶來一個比較「似返個人」的領袖，幫助尋回失落了或想望中的「過去」生活習慣和辦事程序——「有規有舉」、「和諧少鬥」。相反，「公民提名」/「白票」所反映出的「希望」，其對象並非外在的選舉結果，或把未來的命運托付他人（領袖），而是祈盼在過程中改變自身，或如何讓民運的主體變得更強大，也就是擴展民眾參與社會政治事務的意志和能力，願意透過公共對話影響他人與接受他人的影響。

## To be or not to be, this is not the question

130

人類學家 Hage (2002) 指出，「希望」其實有不同的種類和性質，例如當代資本主義社會為大部分人提供的「希望」，即分配不均的機會、單一的向上流動欲求、延後當下愉悅的等待，其實是十分有限、狹隘甚至是掃興的，其追逐的往往是難以達致的單一理想、終極目標。然而，亦存在另一種「希望」，即肯定當下的愉悅和喜樂，尋求不斷增長自身的能動力，讓生命可以變得更有活力和能量，這種「希望」要的並非是一種靜止的完美狀態，而是不斷生成的過程，持續積累生命的存在意義（Accumulation of Being）。他引用已故社會學者 Pierre Bourdieu 的說法，認為莎士比亞的（To Be or Not To Be）是一個不值得思考的問題，

因為人的存在（Being），並不是非此即彼的 To Be 或 Not To Be，而是一個不斷變化和積累的過程，積累的是：生存的理由或生命的意義。

Hage 對「希望」的分類，有助我們理解香港近年民眾的情感之所以大起大落，或許與集體「希望」的投注方向有關。從反廿三條立法、保衛天星皇后、反高鐵反國教反東北、雨傘到擁曾，當中呈現的民眾「希望」，主要是一種追求確定的對象，以能否達到一種較理想的（社會）存在狀態作為衡量成敗的準則。當廿三條擱置、國教撤回，民眾的情感隨之上漲；但看到碼頭菜園被拆、佔領「無功」、Lesser Evil「落選」，當初的希望也很容易化作失望甚至絕望。然而，在這種「希望」的主旋律之外，過去十多年香港的社會 / 民主運動，還存在 Hage 所指的另一種情感狀態，也就是以主體的能動生成作為衡量得失準則的「希望」，體現於民運的主體是否變得更願意參與公共政治（例如傘後素人落區、參選），於對話互動的過程中影響他人與接受他人影響的能力是否不斷增長，或更重要的，是個體生命的存在意義能否在參與的過程中持續積累。





## 兩種「休養生息」

「策略投票」過後，或「夢醒時份」，兩種不同的「希望」所承載的集體情感，將情歸何處？又會為我城未來的民主走向，帶來怎樣的啟示？

把情感投注於「薯片」當選的「希望」，期待的是一舉告別「鬥爭為綱」、「撕裂為樂」的689時代，爭取未來五年的「休養生息」。對當中關注民主發展、甚至積極參與民運的朋友來說，「休養生息」除了想「啣啖氣」外，也是為了有更大的空間，讓下一階段的抗爭

不致過於沉重。然而，當夢想破滅，「希望」變作「絕望」，「休養生息」也很容易轉化為“*To Hea or Not To Hea*”的消極選擇。

而寄托於民運主體持續成長壯大的「希望」，追求的或許是另一種「休養生息」，也就是讓港人的生命意義能夠不斷積累的存在狀態，而這並不需要林鄭「敗選」作為必須的條件，「薯片」勝利也不會確保其自然登場。要獲得孕育和增強人民當家作主的意願和能力的「休養生息」，等待賜予只是緣木求魚。這種「休養生息」，只能透過主動而持續的爭取，才有可能出現。但重要的不是 *Work Hard*，而是 *Work Smart*。「休養」就是減少頭痛醫腳的無謂工作，或忘情於投入分析及實踐「策略」以至失卻「目標」，也拒絕聞歌起舞陪政權設定的議程和遊戲規則去癲，或不斷延後真正追求的願景與喜悅。不論政治環境的好壞，也不論誰人當政，民主運動都應該並可以「休養」，盡量放下與人民當家作主這目標無關的勞累。「休養」是為了「生息」，也就是孕育和增強生命的意志和能量，積累存在的意義。因此，*To hea or not to hea, this is also not the question*。真正值得思考的問題是：在一個容易令人產生絕望感覺的年代，怎樣 *Hea*（休養）才可以孕育出令人（民主運動的主體）生生不息的「希望」。



## 他山之石：把「希望」作為「專業」<sup>18</sup>

墨西哥薩帕塔印第安原住民運動的「蒙面騎士」副司令馬科斯說：「我們的專業：希望」，這也許是了解為甚麼人數不多、裝備簡單的墨西哥薩帕塔印第安原住民運動，為甚麼能夠吸引全世界傳媒和社會運動注視的鑰匙。

以「希望」作為「專業」，在這個全球希望短缺的年代，確實是找住了要害。正如 Hage (2001) 指出，隨著全球財富愈來愈集中，發達地區（他以澳洲為例）大部分人口已不能像以往般有「多餘」的希望傳送給其他人，導致「想分一杯羹」的新移民和難民受到排拒。循這角度，我們也許可以理解反全球化運動日益高漲背後的一個原因。

斯洛文尼亞思想家 Zizek 則認為，戴卓爾夫人式的資本主義之所以成功，主要是由於她能夠為大多數人提供一種讓人感到人生是有目的，或一個有意義的未來，或一個希望。Hage 進一步引伸，這種分配希望的能力，是英國能夠在充滿不平等的情況下繼續資本積累的一個重要因素。對 Zizek 和 Hage 來說，資本主義的邏輯，並非是市場鐵律，而是能夠在資源分配極不平等的現實下，為大多數人提供美好的夢（Fantasy），或希望。

---

註 18：此節轉錄並稍作改寫自發表於《字花》第十二期、並收於許寶強（2009）的《希望政治》。

在蘇聯東歐社會主義解體之後，傳統左翼面對的困局，正在於無法為「群眾」提供一個引人入勝的夢或希望。不斷重複批判不平等結構和指出現實的黑暗，對於身處這種黑暗現實的無產階級或基層人士，顯然沒有太大的吸引力。正如一個身體不好的病人，需要的恐怕並不是被告知西方醫療體制的階級性和權力結構，或被教導認識西方醫學知識的局限，而是一種能夠盡快治好其疾病的方法，或至少是一個復原的希望。

## 革命是叫人活的

北京大學文化研究學者戴錦華在《蒙面騎士》的導言中引用薩帕塔革命者的話：「我們想活下去，但我們深知我們得做點甚麼讓其他人能活著。為了讓其他人能活下去，這是必冒的風險。也許我們會死在奮鬥的過程之中，那是可能性極大的。但是，我們不是要執行一次自殺任務。我們準備去死，但我們不想死。」（頁 39）革命者進一步解釋：「我們選了個好的日子當兵，是為了那不再需要兵的一天會到來。也就是說，我們選了自殺的專業，因為這個專業的目的是【自身的】消失」（頁 305）。這與魯迅先生所說的：「革命是叫人活的，而不是叫人死的」，大概是相互呼應的。







革命如果是「叫人活的」，而且是讓人有尊嚴地生活<sup>19</sup>，那麼在這希望短缺的年代，尋找或建造可讓人有尊嚴地活下去的文化社會條件，自然是至關重要。循著這尋找希望的政治出發，我們也許不難理解戴錦華所說的薩帕塔運動的兩個「悖論」：「一場以持槍蒙面為其特徵的武裝起義，卻以文字語詞為其主要且基本的武器」（頁44）；和「他們是不謀求政權的革命者；他們在推動著一場革命，但不是以暴力、激進變更或疾風暴雨為特徵的革命，而是一場『使革命成為可能的革命』」。 （頁48）

要使「革命成為可能的革命」，除了「武器的批判」，還需要「批判的武器」。換句話說，除了發展和積累物質力量以外，革命的前提還包括了創造有利於革命的文化脈絡，例如發展新的話語，以孕育更平等、合理、美好的社會，讓人能夠有尊嚴地生。換句話說，使「革命成為可能」的其中一個極為重要的前提，正是發展一種可以令希望——欲求更美好生活——滋長的語言'。

---

註 19：「我們的目標不是戰爭，毀滅或死亡的目標，我們的目標是和平，但那是正義的和平；我們的目標是建設，但那是平等而合理的建設；那是生的目標，但那是有尊嚴的生，是不斷更新、更加美好的生。…我們不是用武器作戰，我們以自己的榜樣和尊嚴作戰。」（《蒙面騎士》：頁319-320）而當政府代表團說「苦苦研究仍無法理解所謂尊嚴的含義」，並要求薩帕塔運動的代表解釋何為尊嚴時，「薩帕塔人笑了，在經歷了漫長的痛苦之後，他們笑了。」（《蒙面騎士》：頁320）



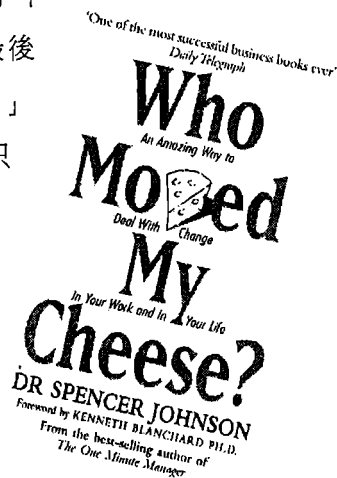
## 詩歌和童話

有別於傳統左翼運動強調的政治經濟宏觀論述，薩帕塔運動副司令馬科斯的書寫和語言風格，更接近詩歌和童話。選擇以詩歌和童話的方式來書寫溝通，而不採用嚴肅枯燥的政治經濟分析，除了與馬科斯的知識背景相關外，也許同時是因為童話詩歌能夠較容易讓讀者產生美好的夢（Fantasy）。

馬科斯的小故事，生長於產生了魔幻主義小說和濃厚的馬雅文化的當代和歷史土壤。儘管文體和內容有別，馬科斯嘗試發放的希望訊息以至採用小故事的寓言形式，與二十世紀八十年代流行於北美、以至隨著全球化浪潮而席捲資本主義世界的各種新經濟寓言，恐怕也有不少的共通之處。想想《誰搬走了我的乳酪》。這本曾經大熱的後福特時代資本主義寓言，毫不掩飾地把「知識型經濟」下努力增值以適應轉變的小老鼠，歌頌為不穩定年代中不斷求變的新英雄。《誰搬走了我的乳酪》之所以能成為炙手可熱的流行讀物，與其簡單易懂的敘事自然有關，但更重要的恐怕是由於它為風險社會中所有前途未卜者，提供了一個美好的夢：只要不問前因，努力追尋，前途還是充滿希望的。

馬斯科筆下的甲蟲杜里拉和其他小故事，帶點後現代風味的文筆風格與《誰搬走了我的乳酪》自然相異，道德寓意也大相逕庭。不過，類似的是，故事同樣簡潔、易讀，為嚮往革命者提供了一個美好的夢。

馬斯科的小故事很短，例如「魔術兔邦尼」，主人公是三個孩子：「一個叫好，一個叫壞，另一個叫副司令」，他們同時得到一對可不斷複製的巧克力邦尼兔，「好」孩子不願吃掉手上的巧克力，只不斷複製販賣，最後成為富翁，儘管從未嚐到巧克力的滋味；「壞」孩子一下子就吃掉了手上的巧克力，結果只獲得一時之快；「副司令」則改了故事的前提，把巧克力換成了胡桃雪糕，超越了「好」「壞」這二元對立項，破壞了故事的道德寓意。馬科斯在故事的結尾點出：「那些只有對立項的選擇都是陷阱」。（頁 101-102）



另一類似的寓言是「棗紅馬的故事」：一對十分窮困的農民夫婦，養有一隻瘦雞、一頭瘸腿的豬仔和一隻棗紅馬。由於沒東西吃，夫婦只能首先吃掉瘦雞，然後是瘸腿的豬仔。輪到棗紅馬了，但結局是：「棗紅馬可不想等到故事結尾，它逃走了，跑進了另一個故事」！

不接受既有的「對立項」前提、不在「故事中」等死，在看似沒有出路的局限中尋找新的出路，這正是貫徹在馬科斯的新的寓言中的「希望」。

然而，正如戴錦華指出，馬科斯所選用的「那種令人耳目一新的單純、非意識形態、詩化的語言」（頁 25），或「智慧的即興創作」，是在「資本主義的全球另類實踐與反抗運動『崩盤』的年代」；是「與強權聯手的大眾傳媒覆蓋一切的年代，一切被娛樂化，且『娛樂到死』」的歷史脈絡中產生。（頁 29）在這種困難的社會脈絡之中，馬科斯的革命，雖然披上了「濃重而富麗的後現代色彩，仍難於完全掩住其歷史唯物主義基底」（頁 40）。也就是說，馬科斯詩化的後現代文體的力量，主要仍是「來自於任何語言遊戲都無從解構的現實、苦難、鮮血與生命。」（頁 44）

在希望稀缺的年代，嘗試努力把現實中的苦難、鮮血與生命化為童話和詩歌，為被各種「不公的理由棄在路旁的人們」尋找出路，「使革命成為可能的革命」，這大概就是墨西哥薩帕塔印第安原住民運動所謂「以希望作為專業」的真正意思吧<sup>20</sup>。

---

註 20：而「為了這希望，為了那些以這樣、那樣不公的理由被棄在路旁的人們，我們必須去嘗試改變自己、令自己變得更好。」（《蒙面騎士》：頁 305）



## 4.3 絕望的虛妄 與情感的培力

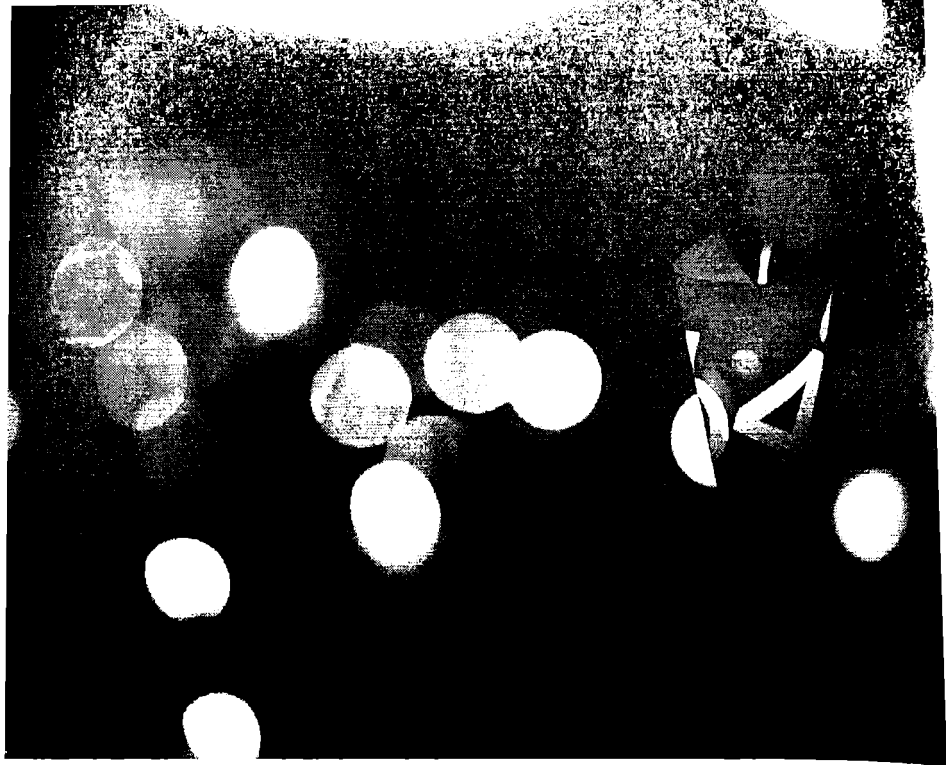
2014年雨傘運動之後，大學學生會除了拒絕參與支聯會的「六四」晚會，也逐漸不再獨自舉辦論壇或其他紀念的活動。根據各學生會代表的陳述，前一項決定的理由，是無法認同支聯會的「建設民主中國」、「平反六四」等綱領；而後一項的決定，則建基於找不到「新議題」或「新出路」。

大學學生會提出的理據，從邏輯到實證，都存在很可以商榷的問題。然而，我猜想，真正在支撐他們的立場的力量，也許並不是理性分析，而是一種由複雜的情緒（包括絕望和虛無）編織而成的情感政治。

### 拒斥六四活動 學生會的理據

大學學生會決定不再出席「六四」晚會，因為他們拒絕肩負「平反六四」、「建設民主中國」的「責任」。根據《眾新聞》報道，





中大學生會外務副會長「雖認同平反六四，但不會認為這是我國家的事，亦不認同需要平反六四，香港才能達到民主。平反六四就像幫遙遠地方的人建設民主，但自己的地方卻做不好」；而城市大學學生會外務副會長則表示：「我們已沒有一種大中華情意結。平反六四的責任不應在我們身上，應由中國人自己完成」；類似的觀點也見諸於理工大學學生會會長：「平反六四不是由香港人負責，香港人至少應先顧及香港，香港現在的民主進程也未完善。我們重視的不是中國，而是香港前景」，他認為六四意義在於揭示中共的殘暴，「當知道了中共的殘暴，便不用理會那邊（內地），這裡（香港）更重要」；教育大學學生會會長則表示：「若香港人繼續在中共政

權下爭取民主，下場也會與六四一樣。我們應考慮跳出中共框框下爭取民主，例如自決、港獨，但需要民間討論。」

而學生會不再自行舉辦論壇或其他紀念活動，理由是「不想討論相同的事」、「行禮如儀」，或「找不到一個新方向剖析六四這件事」，又或未能「團結整個學界」、「動員能力不高」。中大學生會會長概括地說：「我們在沒有新出路之下，暫時擱置六四活動。」

這些說出來的理由，似乎都經不起嚴謹的推敲。例如，選擇紀念「六四」與否，並非只是一項責任，更不必只剩下「建設民主中國」、「平反六四」的目的。事實上，紀念往往建基於樸素的情感，或敬重前人的貢獻和犧牲；又例如，愛護「香港」，為甚麼就不用理會「中國」，又或無需「幫遙遠地方的人建設民主」？是否能假設「香港」可完全隔絕於世界其他地方，獨自建立「民主」？在全球各地連繫日深的社會脈絡下，如果世界其他地方變得愈來愈專制、「殘暴」，香港真能獨善其身嗎？最後，「沒有新出路」是不辦論壇的因，還是缺乏認真討論之果？





## 理據下的情感

缺乏連貫的邏輯和實證支持，並不代表大學學生會所選擇的立場，沒有原因或依據。正如布赫迪厄（Pierre Bourdieu）的實踐理性所示，人的行為往往是非理性但有理由的（Reasonable But Not Rational），受身體和思想的習慣（Habitus）左右，而習慣則是在個體置身的各種場域（Field）之中積累形成，決定的因素包括當中的利益與興趣（Interest）、置身及選擇的社會位置、擁有的各式——經濟、社會、文化、象徵——資本等等。我們是否願意花時間和精力於某項事情，往往同時取決於利益與情感的投注程度。如果大學學生會提出的主要是依據功利計算的理由，有點欠缺說服力，那麼剩下的，大抵是一種情感的投注。

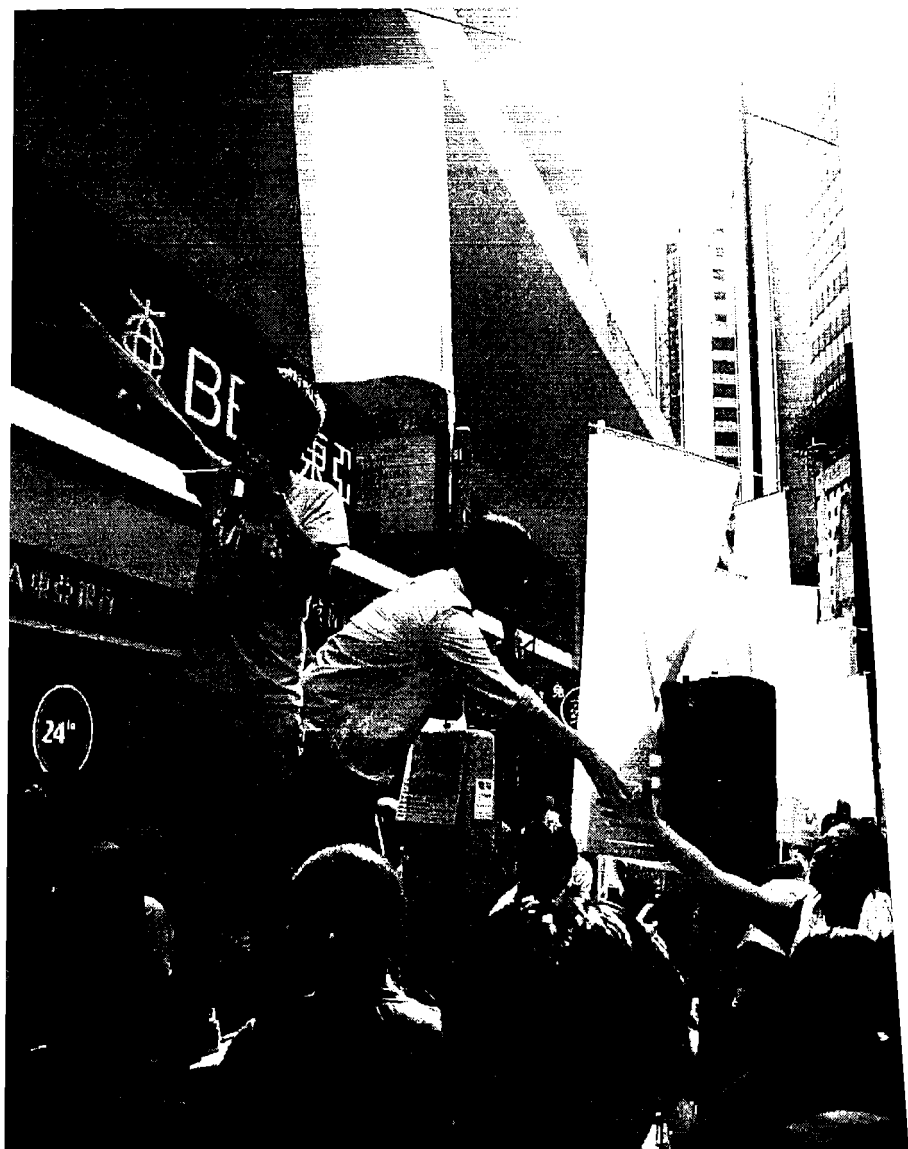
如何理解這些決定不紀念「六四」的大學生的情感投注？脫下功利理據的面紗，我們大概可以看到一張張困惑、疲憊的臉相。而合力為這種情感狀態塗上底色的，包括了對中共／中國的抗拒與厭惡、面對強權的無力與沮喪、對上一代尤其是泛民的失望、對議會功能或選舉政治的不滿，以至對收窄了的社會生活選擇的無奈。儘管像各大學學生會般，嘗試提出一套功利理由支持「不參與六四紀念」的學生，應該不多，但抱無可無不可（Indifferent 或 Disinterested）心態的，大概不在少數。

## 走出失敗主義的窠臼

拒絕紀念「六四」，或許是愈來愈多本地青年陷進絕望與虛無的一個徵候，而非能夠帶領我們走出集體情感乏力的決定。「行禮如儀」與否，跟議題本身——如「六四」、「自決」、「港獨」——沒有必然的聯繫。「六四」紀念活動自然可能了無新意、缺乏靈魂，但也未必不可以轉化為有助反思、充滿能量；倡議「港獨」或許真能跳出舊框、另辟可能，但亦有機會重蹈覆轍、玩假當真。問題因此不是把「紀念六四」與「重視香港」分割對立，只准二選其一（不要忘記上一節引述的：「那些只有對立項的選擇都是陷阱」）；也不是以同樣不知道應如何走下去的「出路」，例如「港獨」，輕率地取代過去不斷重複、必須反思的行動和綱領，例如「六四」晚會的形式和口號。

思考和討論如何克服集體的情感乏力、告別虛無，也許正是大學學生會想追求的「新議題」；循此叩問怎樣的「紀念六四」或「重視香港」，以至其他所有回顧歷史、立足當下、朝向未來的計劃，才有可能超越玩假當真的行禮如儀，引領我們找到「新出路」。而要展開這個新的旅程，轉換既有的視野，恐怕是必須走出的第一步。具體的切入，或可考慮從根本檢視和反思成敗的準則。當代「知謫

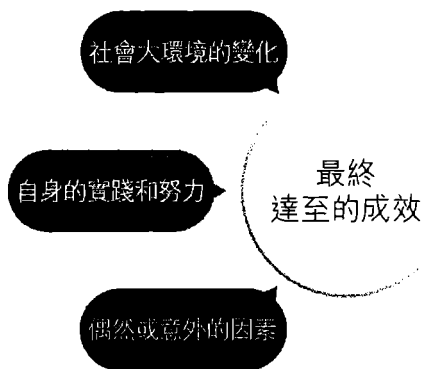




危機」和集體悲觀情緒的一種共同表現，是失敗主義的感觀和認知取態，也就是很容易全盤否定過去的努力，同時又看不見未來的希望。因此，要超越當代「知識危機」和集體悲觀主義，就必須尋找方法走出失敗主義的窠臼。嘗試認真而客觀地檢視歷史經驗，改變我們對過去的「失敗」的簡化判斷，並從中發掘各種有限的「階段性勝利」及其長遠後果，或許能有助我們告別悲觀、保留希望。針對建基於失敗主義的絕望與虛無，我們需要重設衡量成敗的準則，也就是不以最終出現的成效，評斷自身實踐的價值。因為，各種諸如「平反六四」或「獨立建港」的計劃的成敗，往往並不全取決於推動者的努力，而是同時受社會大環境的變化，以及偶然或意外的因素所左右。而我們可控制和需要負責的，是如何改進自身的工作，包括盡量釐清願景、分析並改造社會脈絡、扣連目標與行動，避免頭痛醫腳、玩假當真。



## 重設衡量成敗的準則



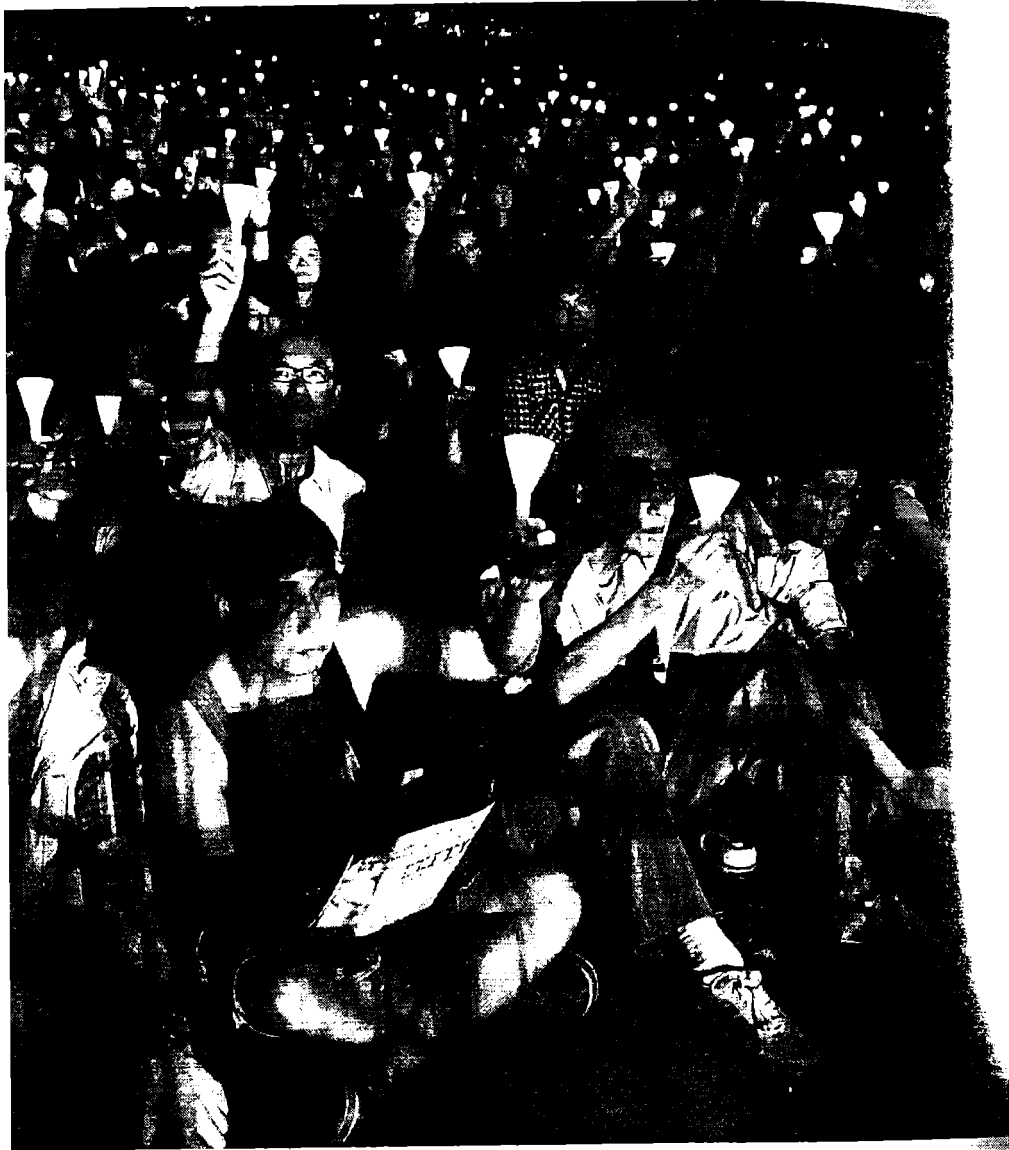
\* \* \*

另一方面，認真地以歷史作為參照，能有助我們理解重大的社會變化，往往不會一蹴而及，例如歐美世界民眾爭取民主普選的歷程，通常都超過一兩個世紀，且時有反覆。又例如，回顧 1789 年的法國大革命，儘管革命者未能畢其功於一役，甚至很快出現了專制獨裁統治，但其提出的民主、自由、平等、博愛，卻成為了現代社會的常識，影響深遠；又例如回到較近的香港，不少人都認為過去 30 多年的民主運動，包括雨傘運動，最終也一事無成，因而宣布必須以各種新的綱領，重新出發。

然而，這判斷忘記了今天爭取民主的社會力量之所以能夠「重新出發」，實有賴於過去的民主運動所爭取到的「階段性勝利」成果的保障，包括 2003 年成功阻止 23 條立法，為迄今的公民抗爭保留了更大的空間；以至獲金像獎最佳電影的《十年》的「成功」，其實也建基於被描述為「失敗」的雨傘運動的「祝福」——體現於依據「命運自主」精神建立的「傘後」群體所組織的社區播映會，以至雨傘運動對演藝界的影響。此外，閱讀置身於同樣甚至比當代香港和中國大陸更令人沮喪的政治時代——如上世紀初的連連戰禍、極權興起——的人物傳記，以理解和學習他們如何與憤怒、疲憊、沮喪、焦慮共處，又如何反抗絕望、克服虛無，也可進一步增強我們踏上漫長旅程的耐心和韌性。脫下失敗主義的短視眼鏡，以長遠的角度回顧民主運動的歷史經驗，我們或許能夠看到悲觀情感以外的其他可能性。

與此緊密相關的是，在目前希望匱乏、「理想」極容易受挫的政治生態和社經脈絡下，倘若我們不再追求一種自身無法完全控制結果的「希望」，也就可以避免因結果未如理想而產生的「絕望」。用人類學者 Ghassan Hage 的說法，就是以一種旨在積累生命的存在意義、著眼於活力和能量不斷生成的取態，替代以完美後果作為





唯一目標的「希望」。這大概也是魯迅先生提醒我們「絕望之為虛妄，正如希望相同」的用心。

## 學習與脆弱共存

除了重設衡量成敗的準則外，另一種克服集體的情感乏力、告別犬儒與虛無的進路，是學習與各種被認為是「負面」的情緒共處，前提是必須確認七情六慾的同地位，拒絕廉價的「正向思維」、「快速治療」，讓「勁灰頹爆」也能夠飛一回。面對生態危機、政治低壓、經濟不公、文化單一，生存於容易令人絕望虛無的社會氛圍下，努力尋找各種希望的政治、快樂的抗爭，自然是很合理很合邏輯的。然而，面對當代資本主義世界或消費社會無遠弗屆的吸納能力，於日常生活以至政治領域中引入希望、快樂、愛等「正面」情感時，恐怕也得萬分小心。況且，在希望匱乏的年代，如果社會文化仍然不斷鼓勵「正向思維」，倡議「生涯規劃」，不容許「失敗」、「不完美」，那麼弔詭地催生絕望與虛無的情緒，大概也不致過於令人驚訝。





在極權臨近、謊言統治、希望匱乏的當代香港，很容易令人想起魯迅先生紀念韋素園的文字：「認真會是人的致命傷的麼？至少，在那時以至現在，可以是的。一認真，便容易趨於激烈，發揚則送掉自己的命，沉靜著，又嚙碎了自己的心。」

「認真」這中文詞彙，有兩重含義，其一是等同英語的 Serious、Sincere，意指嚴謹、誠懇；另一是「認」清「真」相，不以謊言偽術迴避現實。「激烈」的英文同義詞，是 Radical，其拉丁詞源 Radix 包含根本、徹底的意思。直面並向公眾展示一己的脆弱與創傷，也可以是對生命的執著和認真；不斷拷問批判社會對處身於邊緣的「弱者」的偏見和歧視，尋根究底分析其產生的源頭，難免會被犬儒玩假一代視為激進。認真自然走向激烈，沉默卻會嚙碎己心。如何才能令我們的社會以平常心接受認真和激烈、讓沉默不再嚙碎己心？

這問題並不容易解決。作為文化和教育工作者，我們能夠做的，往往並不是提供直接的答案，而是在嘗試回應這核心的問題的過程中，發掘更多相關的問題，拓闊我們的思想和視野，從而慢慢地走近解決的方案。

\* \* \*

以《殘疾資歷：香港精神障礙者文集》一書探討的問題為例：「殘疾」的一個英文對應詞，是 Disabled，意指由於受到障礙，沒有辦法完成一些事情。循這角度，「殘疾資歷」也就是被阻礙的生活的積累。在香港，每個人都總有點「殘疾資歷」，而且，在社會愈來愈畸形、生活壓力愈來愈沉重的趨勢下，我們的「殘疾資歷」恐怕將愈來愈豐富。

阻礙我們生活的，除了都市的空間設計，例如缺乏讓輪椅通過的斜道，又或給失明人士指引的路肩，以至給行動不便人士乘坐的電梯等人造物以外，還有文化價值所造成的屏障，包括各種對疾病或「不正常」行為的排拒和歧視。物質空間的障礙可以透過引用科技改造都市設計，逐漸移除；精神生活的限制，則必須經過緩慢的教育過程，才有機會解放。而在這漫長的移風易俗過程中，找出對「殘疾者」產生偏見和歧視的原因，使其受到障礙的生活經歷能呈現於公眾眼前，讓我們的社會無法漠視他們在物質和精神生活上所受到的不必要壓抑和規限，是至關重要的第一步。然而，生活於對「殘疾者」仍然充滿歧視的當代社會，坦然展示每個人的「殘疾資歷」，是需要頗大的勇氣的，有時甚至會付出沉重的代價。



例如，《殘疾資歷》書中一篇文章轉述一位曾因不掩飾自身的「抑鬱症狀」而被強迫入住精神病院兩個月的朋友，經歷「失去了工作和女友」之後，「讓他理解到自己坦白表達情緒和想法是會帶來負面影響的，於是日後無論他有甚麼問題，他都不會再表達了，結果令身心更不健康」<sup>21</sup>。因此，《殘疾資歷》的編者與朋友「爭論應否在此書中公開真名」，自是很可以理解的顧慮；而支持編者最終以真名示人的，是以下叫人動容的一段話：「過了那麼多年隱瞞過去的日子，我發覺已沒有過去了，即使我收入穩定，打好份工，我也只是一個面目模糊的人，自己的歷史一步步被扭曲，有時跟別人的痛苦比較，聽到我比誰更幸福或慘，我也會沉默起來，你能明白這種心情嗎？」

---

註 21：循此書中的作者提出了一系列重要的問題：社會工作者應否「以個案工作為名，目的（只）是防止暴力事件發生？抑或以促進案主的精神健康及生活素質為目標？」「究竟制度是助人還是阻人？界線本是融合多元空間，還是分隔排外？」共融教育政策有效嗎？一視同仁地把「精神（被）障礙者」當作「正常」學生看待，包括記大過、隔離於教務處，能夠避免標籤效應嗎？還是「所有學生都有特殊需要」，因此絕對不應「一視同仁」，而應因材施教？要有怎樣的情感認知、資源配備，才有可能滿足每個學生的「特殊需要」？在「老師工作太繁重，少了跟學生互動的時間，…太快用藥介入，老師將責任推向醫生」的環境下，又如何孕育或發展這些情感認知、資源配備？

我想，對於大部分「正常」、或自認為「正常」、或不願意直面「不正常」的「過去」的港人，如果仍然能夠「明白這種心情」的話，恐怕也會選擇繼續過隱瞞的生活。

\* \* \*

在暴力面前，我們容易成為共犯，又或因脆弱而受到傷害，以至失去重要之物。承認個體的脆弱性，可為武力解決問題以外的政治提供倫理的基礎；否認個體的脆弱性，強調勇武之能，或只要不失時機就可控制大局，反而容易為戰爭機器的開動添油加火，因此「以武制暴」能否讓人避免創傷，並非毫無疑問。Butler 提醒我們，無論如何勇武的個體，在集體的生活當中，都變得脆弱，因為人是社會的動物，無法不依賴他人而存活，也同時暴露於他人的影響或干預之下；甚至被認為是私人的身體，亦帶有公共性，不斷會經受他人的觸碰、目光和評說，由此可能帶來傷害。換句話說，在集體群居的社會之內，無論如何勇敢善戰的個體，總難以完全避免他人的影響和暴力的打擊。學習坦然與個體的脆弱、創傷與失落共處，並不一定是無力失敗的表現，也可以是重建一種非暴力的集體共處倫理和責任的起點，避開自戀自憐的憂鬱沮喪，轉往關注他人的共同創傷，思考如何讓他人免受我所經歷的痛苦和傷害，而非像政經



權貴一樣，築建高牆鐵馬，自願躲進高度保護的領地，自絕於民眾而活，放棄基本的社群倫理責任。

建基於接受個人脆弱性的前提下所建立的社群聯繫，是一種嘗試避免暴力和戰爭的倫理。這種非暴力的倫理，可使個體的恐懼、焦慮和憤怒不致變成殺戮。承認自身的脆弱，容易受他人的暴力傷害，也等同放棄一呼百諾、領導群雄、算無遺策、永不犯錯的幻覺光環，這同時意味著放下個體所無法完全肩負的社會運動責任的重擔。「社運創傷」並不屬於個人病理學的範疇，因為個人的行為並非全由自身所能決定，而同時是受特定的社會條件約制下展開的。換句話說，個體在集體行動中的決定和行為，以及由此產生的正負後果，如果脫離了具體的社會條件和氛圍，是無法得以理解的。因此，參與社運的每個個體，都不需要負上整個運動失敗的責任，自然也不應誇佔整個運動的成果，如果我們真的能判別成敗的話。相反，Butler（2004）建議，個體應承擔的是另一種責任，一種每個人都有份參與或造成現有的社會條件的責任。

Butler 另一點重要的提醒，是創傷往往意味著失去了對自己十分重要之物：或受人尊敬的身份，或身體的一部分，或留戀佔領區的社群關係。然而，創傷也同時揭示失去了重要之物後，也是一個重新理解自己的機會。例如，失去至親者或都會問：「沒有你，我是誰？」學習與創傷共處，代表接受了個人一種可能是永遠的損失，從而也必須接受了一次徹底的轉型。

一位「社運女生」說，在雨傘運動其間，由被封為「女神」到被罵為「公廁」，最大的得著是「重新面對自己」；「勇武」的旺角少年在瀟灑訴說如何面對警察暴力造成的痛之餘，也流露站在衝突前線時的恐懼和難受。如果有一天，我們的社會可從容地讓這些同遭他人暴力傷害的朋友，放下在傳媒面前必須表現堅強的形象，又或卸下在警察面前的勇武裝備，談談自身的驚怕脆弱，交流創傷對自己造成的影響，是否有助我們學習如何與脆弱創傷共處？





# 後記 尋根扣問 ——虛無時代的思考方法

相信不少願意買及看這本小書的朋友都會同意，近五至六年本地社會的轉變，確實可用「沉淪」兩字來描述，民主倒退、文明衰落、謊言當道、制度崩壞，自然容易導致悲觀主義氾濫、虛無情感浮現。在此令人絕望的年代，「我們還應該及可以做些甚麼？」，這大概是不少人心中的共同問題。

在絕望的年代，我們還應該及可以做些甚麼？除了上一節最末之處提及的一些方向性的建議外，這裡再作點最後的補充。要思考現在和將來可或應做些甚麼，一個重要的起點是回顧過去做了些甚麼，這些曾做的工作產生了些甚麼效果，應否繼續？倘不，在今天取而代之的新工作，又如何才能避免重蹈覆轍？

\* \* \*

以香港的民主運動為例，自上世紀八十年代引入議會直選後，投入民主運動的社會力量，都耗用了不少精力於選舉事務和議會工作，但受制於不民主的政治與不平等的經濟結構，四十多年下來，仍然促進不了太理想的民主化進程，包括令執政者學會謙卑、向民眾負責，或孕育了願意及有能力當家作主的人民主體。相反，四十多年的選舉和議會工作，卻產生了一些與民主相反的不經意效果，例如打造了不少等待議員代其解決問題的被動選民，以至習慣於以個案形式服務選民的政黨和助理，結果孕育了一種非政治化的社區（服務）工作，距離建立民主的社會生活和文化習慣愈來愈遠。

162 是甚麼令一心想推動民主的社會力量，最終在很大程度上走向其反面？值得進一步補充的是，在其他領域上，我們也能發現類似的問題。例如，擁有不少認真投入的教師、聰明勤奮的學生的本地教育界，為甚麼仍然會孕育大量不再熱愛學習的畢業生、教師？又例如，花費大量人力物力的扶貧工作，結果卻成效不彰，甚至愈扶愈貧？是由於官商勾結、壞人當道？還是有心人錯投精力時間？倘原因也包括後者，我們應該及可以做的，似乎並非繼續過往習以為常的工作，而是停下來想想，出了甚麼問題。

經歷了過去幾年中港政權的弄虛玩假，民間社會愈來愈清楚了解，自己的香港只能靠自己救。然而，在社會議程由政權商界設定、資源分配方式主要為掌權者管控的社會脈絡下，不少民間團體、學



校、非政府組織亦往往花費不少時間精力於「無聊工作」中，包括不斷寫計劃書、「跑數」、辦不必要的活動、開無準備的會議、交沒人看的報告等等。如果民間社會繼續跟在政權商界後頭，花主要的時間精力回應他們帶前設的議程，那麼要走出令人疲憊但卻徒勞無功的惡性循環，恐怕並不容易。

一種頗為普遍的想法認為，在形勢比人強的有限空間下，民間團體就著政商設定的議程，策略性地爭取一點利益或改變，比不參與規則由上而下訂定的遊戲，總好一些。這想法不無道理，但前提是爭取到的利益或改變，必須與民間社會所追求的願景緊扣；要做到緊扣，首先自然需要釐清願景是甚麼。倘若我們耗費了絕大部分時間精力，圍繞民間團體就著政權商界設定的議程起舞，全身投進「策略性」的爭取，忙得沒時間缺精力思考、釐清、深化願景的內容，忽略扣連願景與工作的聯繫，那麼民間團體恐怕亦難以跳出人類學者 Graeber (2013) 所謂的「無聊工作」。

解決之道，是「唔好陪佢癲」，或至少「唔好完全陪佢癲」。如果民間社會的願景，真的是讓所有人自主安居、有尊嚴地生活，那麼於每一個由政商設定的議程中，都回到根本，甚或由民間另起爐灶，進行民主而開放的社會願景大辯論，不斷釐清甚麼才算自主

安居、有尊嚴地生活，對不同階層、性別、年齡、種族是否有不同的定義，而非把所有時間精力，用於策略性地爭取多幾公頃的土地做公屋或作社企。否則，長期浸淫於忽略釐清願景的工作，除了消耗民眾大部分資源，還將令民間團體忘掉或失去思考根本問題的語言、能力、習慣和意志。

\* \* \*

「停下來想想」的重點不僅在於思考，也著意於「停下來」，不急於快速地找到出路或新的工作。可惜的是，趕急求快卻是這個令人絕望的時代的一個特質，對過往工作的檢討，往往不是簡單地否定，就是於枝節或行動形式上評功論過；而所提出的新工作方向，要麼是過往工作的完全相反，要麼就是對過往工作的小修小補。沒有觸及的，往往是問題的根本：例如，地區個案服務工作如何與民主運動的願景相關？或協助學生獲得好的公開試成績，可否及如何扣連教育工作的願景——讓學生熱愛學習？又例如，怎樣組織街坊、進行政策倡議，才有可能走近扶貧的最終目標？

不嘗試思考這些根本的問題，我們可以找出的「新的出路或工作」，恐怕都不能有效處理並解決今天的社會困局。因此，在此令人絕望的時代，當我們過去以至今日的種種努力，似乎都未能有助我們走近甚至達致預設的理想願景，恐怕是時候認真地停一停，系

統地想一想，嘗試發展一種尋根扣問的思考方法和行動習慣。而由於這些根本的問題所涉及的因素及其關係十分複雜，因此「停下來想想」的過程也不會一蹴而就，如何能引進一種尋根扣問的反思習慣於我們的日常工作當中，也許就是絕望年代我們還應該及可以做些甚麼的其中一個答案。

然而，引進尋根扣問的反思習慣於日常工作並不容易，尤其在當代香港極端繁忙、節奏急促的社會脈絡下。如何理解和移除於工作中阻礙尋根扣問的因素，是首要的工作。然而，在不同的領域和工作崗位，個體面對的學思障礙也不盡一樣。這裡只提出一些概括性的猜想，以作為研究的起點，循此切入尋找「新的出路」的前期工作。

於日常工作中引進尋根扣問的一般障礙，包括體制上的規限、認知上的忽略和情感上的抗拒。體制上的規限指的是日常工作的要求，耗費了個人、群體與機構的大量資源、時間和能力，而要處理這障礙，需要尋找方法減少一些不必要的工作，但前提是騰出時間和精力去界定甚麼是「不必要的工作」；認知上的忽略指的是不太重視尋根扣問於改善日常工作中的角色，甚至會覺得「離地」及浪費時間。面對這障礙，唯一的方法是嘗試建立一些可見成效的經

驗，前提是找到願意嘗試及總結經驗的機構或計劃；最後，情感上的抗拒指的是：尋根扣問的反思，往往會指向過往工作的一些盲點或失效，而於情感上接受自身的錯誤，並不是一件容易的事情，尤其是在當代希望匱乏碰上正向思維的文化脈絡之中。這不容易接受失敗的情感狀態，大概是最難超越的「障礙」，需要更漫長的過程和耐性。

\* \* \*

臨末，本書儘管嘗試提出了一些十分初步的方向性建議，但留下的，更多是新的問題：

要抗拒現實政治、命定犬儒、消費文化，需要左翼民粹（參閱 Laclau and Mouffe）的介入？還是抗爭快樂——「快樂家庭」、「好心情」、「小確幸」，以尋找另類希望？甚至接納生命的悲劇性，挫敗的不可避免？在希望匱乏的年代，如何孕育多元的情感和能量？如何增加選擇和機會？如何擴闊出路？如何發展興趣？如何尋找志業？如何認識自我？如何擁有「（不）快樂」、「（不）上進」的空間？應改正「負面」情緒？鼓勵正向思維、向上流動？還是容許多元的情感？容許錯誤和缺失？鼓勵多向思維、向左/右/上/下流動？

於勁灰頹爆情感瀰漫之際，除了「正能量」、「好心情」等頭痛醫腳的倡議外，是否還可以努力改變令人容易墮入不能動的社會制度和環境？又或嘗試發掘「負面情感」的解放潛能，透過一個被現代社會視為不正常甚至病態的角度，看清正常社會的不正常面向，並藉此發展成為一種新形式的（「不正常」）社群的連繫？而因勁灰頹爆而導致的不能動狀態，是否也可視為是一種有助超越和克服現代資本主義社會趕急求快的人際關係和社會文化，重視停歇和等待的正面作用——例如孕育創意，以至徹底反思及改變現代趕急求快的時間觀念、生活經驗和社會發展方向？

循一種情感文化和生命政治的視野，本書嘗試重新提出和初步思考上述的問題，希望有助我們理解青年的社運創傷、集體的悲觀情緒，批判地思考社會整體為甚麼對公共政治愈來愈冷漠，同時深入探討自殺這議題，以及轉化既有的民主運動方式，或許能夠於希望匱乏的年代，鼓勵我們堅持各種開拓「新議題」的認真嘗試，延續從「六四一代」到「雨傘一代」都一直努力尋找的「新出路」，逐步走出絕望，告別虛無。



## 參考 書目

- Ahmed, Sara (2004) : *The Cultural Politics of Emotion*, New York: Routledge.
- Ahmed, Sara (2010) : *The Promise of Happiness*, Durham and London: Duke University Press.
- Appadurai, Arjun (2009) : “Fear of Small Numbers” , in Jennifer Harding and E. Deidre Pribram eds. *Emotions – A Cultural Studies Reader*, London and NY: Routledge, pp.235-250.
- Badiou, Alain (2012) : *In Praise of Love*, The New Press. (中譯：阿蘭·巴迪歐，《愛的多重奏》，鄧剛譯，上海：華東師範大學出版社，2012)
- Bauman, Zygmunt (2003) : *Liquid Love*, Polity Press. (中譯：齊格蒙·包曼，《液態之愛》，台北：商周出版，2008)
- Biddle, Jennifer (2009) : “Shame” , in Jennifer Harding and E. Deidre Pribram eds. *Emotions – A Cultural Studies Reader*, London and NY: Routledge, pp.113-125.
- Braunstein, N. (2003) : “Desire and jouissance in the teachings of Lacan” , in *The Cambridge Companion to Lacan*, ed. By Jean-Michel Rebaté, Cambridge University Press, pp.102-115.

- Brown, Wendy (2000) : “Resisting Left Melancholia” , in P. Gilroy, L. Grossberg, A. McRobbie eds., *Without Guarantees: In Honour of Stuart Hall*, London and New York: Verso, pp.21-29. (中譯：〈抗拒左派憂鬱〉，劉人鵬等編，張永靖譯，《憂鬱的文化政治》，台北：蜃樓，pp.139-153。)
- Butler, Judith (2004) : *Precarious Life*, NY and London: Verso.
- Clough, Patricia (2007) : “Introduction” , in P. Clough and J. Halley eds. *The Affective Turn: Theorizing the Social*, Durham and London: Duke University Press, pp. 1-33.
- Cohen, Josh (2005) : *How to Read Freud*, New York and London: W.W. Norton & Company.
- Cox, Geoff (n.d.) : “Virtual Suicide as Decisive Political Act” , [http://www.lesliensinvisibles.org/les\\_liens\\_uploads/2011/01/suicide.pdf](http://www.lesliensinvisibles.org/les_liens_uploads/2011/01/suicide.pdf)
- Cvetkovich, Ann (2012) : *Depression – A Public Feeling*, Durham & London: Duke U Press.
- Dean, Tim (2012) : “The Biopolitics of Pleasure” , *The South Atlantic Quarterly*, 111:3, Summer, pp.477-496.
- Deleuze, Gilles (1983) : *Nietzsche and Philosophy*, trans. Hugh Tomlinson, NY: Columbia University Press, pp.111-122. (中譯：吉爾·德勒茲 (2002) 《尼采與哲學》，周穎、劉玉寧譯，北京：社會科學文獻出版社，pp.163-181)
- Ehrenreich, Barbara (2010) : *Bright-Sided – How Positive Thinking is Undermining America*, Picador. (高紫文譯，失控的正向思考能量，新北市：左岸文化。)

- Evans, Dylan (2001) : *Emotion – A Very Brief Introduction*, OUP.
- Fassin, Didier (2009) : “Another Politics of Life is Possible” , *Theory Culture Society*, Vol. 26 (5) : 44–60.
- Fink, Bruce (2016) : *Lacan on Love*, Cambridge, UK: Polity Press.
- Furedi, Frank (2005a) *Politics of Fear*, London: Continuum.
- Furedi, Frank (2005b) : *Culture of Fear Revisited*, London and New York: Continuum.
- Gardiner, Michael E. (2012) : “Henri Lefebvre and the ‘Sociology of Boredom’ ” , *Theory, Culture & Society*, Vol. 29 (2) : 37-62
- Goodstein, Elizabeth (2005) : *Experience without Qualities – Boredom and Modernity*, Standford, California: Standford University Press.
- Graeber, David (2013) : “On the Phenomenon of Bullshit Jobs: A Work Rant” , <https://strikemag.org/magazine/issue-3>
- Grossberg, Lawrence (2009) : “Postmodernity and Affect: All Dressed up with no Place to Go” , in J. Harding and E. D. Pribram eds. *Emotions – A Cultural Studies Reader*, London and NY: Routledge, pp.69-83.
- Grossberg, Lawrence (2015) , *We All Want to Change the World: The Paradox of the U.S. Left* (A Polemic) ([www.academia.edu/13048909/We\\_all\\_want\\_to\\_change\\_the\\_world\\_The\\_paradox\\_of\\_the\\_U.S.\\_left\\_A\\_polemic](http://www.academia.edu/13048909/We_all_want_to_change_the_world_The_paradox_of_the_U.S._left_A_polemic))
- Hage, Ghassan (2001) : “The Incredible Shrinking Society: on Ethics and Hope in the Era of Global Capitalism,” *The Australian Financial Review*, 7 September.



- Hage, Ghassan (2004) in conversation with Dimitris Papadopoulos: “Migration, hope and the making of subjectivity in transnational capitalism” <https://www2.le.ac.uk/departments/business/research/units/cppe/archiveactivities/texts/2004-Hage-Papadopoulos-IJCP.pdf>
- Lane, Christopher (2007) : “Bashful no More” , in *Shyness: How Normal Behaviour Became a Sickness*, New Haven and London: Yale University Press. (中譯：〈不能再靦腆了〉，鄭亘良譯，劉人鵬等編，《憂鬱的文化政治》，台北：蜃樓，pp.75-92。)
- Sakecl, Renata (2004) : *On Anxiety*, London and NY: Routledge, pp.49-71.
- Salzani, Carlo (2009) : “The Atrophy of Experience: Walter Benjamin and Boredom” , *Critical Studies*, No. 31, pp.127-154.
- Silver, Dan (2010) : “Boredom” , *The Point Magazine*, Issue 3, Fall 2010, <http://www.thepointmag.com/2012/essays/boredom-3>
- Silver, Daniel (2006) : “Prolegomena to the Study of Boredom in Modern Societies, ” paper prepared for the SSSA.
- Svendsen, Lars (2008) : *A Philosophy of Boredom*, London: Beaktion Books.
- Svendsen, Lars (2008) : *A Philosophy of Fear*, London: Beaktion Books.
- Walkerdine, Valerie (2005) : “Emotion” , in Tony Bennett, Lawrence Grossberg and Meaghan Morris eds. (2005) , *New Keywords -- A Revised Vocabulary of Culture and Society*, Blackwell Publishing, pp.102-104.
- Webb, D. (2007) : “Modes of Hoping” , *History of the Human Sciences*, Vol.20, No.3, pp.65-83.

- Zizek, Slavoj (1989) : *The Sublime Object of Ideology*, London and New York: Verso, pp.28-35. (中譯本, 季廣茂譯, 北京編譯出版社, 頁 39-49)
- Zoumaz, Mary (2002) : “ ‘On the Side of Life’ – Joy and the Capacity of being -- Conversation with Ghassan Hage” , *Hope – New Philosophies for Change*, London and New York: Routledge, pp.150-171.
- 何春蕙、甯應斌 (2012) 《民困愁城》, 台北: 台灣社會研究雜誌社。
- 許寶強 (2012) : 〈為甚麼我們做的並非是我們講的? -- 通識教育的多角度思考與獨立專題研習〉, 《青年研究學報》, Vol. 15, Issue 1, pp. 71 -81, 香港: 香港青年協會。
- 許寶強 (2013) 〈殖民制度 犬儒主體 -- 香港新高中通識科的案例〉, 《香港社會科學學報》, 44 期, pp. 39 -59, 香港城市大學。
- 許寶強 (2018) 〈從全球脈絡看香港補選——直面新時代, 告別舊檢討〉, 《端傳媒》, <https://theinitium.com/article/20180322-opinion-pkhui-311-hong-kong/>

Insight 45

# 情誠政治

作者 許寶強  
執行出版經理 吳愷媛  
責任編輯 何欣容  
書籍設計 王喜銘  
封面圖片 Getty Images  
出版 天窗出版社有限公司 Enrich Publishing Ltd.  
發行 天窗出版社有限公司 Enrich Publishing Ltd.  
九龍觀塘鴻圖道78號17樓A室  
電話 (852) 2793 5678  
傳真 (852) 2793 5030  
網址 [www.enrichculture.com](http://www.enrichculture.com)  
電郵 [info@enrichculture.com](mailto:info@enrichculture.com)  
出版日期 2018年10月初版  
承印 嘉昱有限公司  
九龍新蒲崗大有街26-28號天虹大廈7字樓  
紙品供應 興泰行洋紙有限公司  
定價 港幣\$108 新台幣\$450  
國際書號 978-988-8395-94-1  
圖書分類 (1)社會學/文化研究 (2)政治

版權所有 不得翻印  
All Rights Reserved

©2018 Enrich Publishing Ltd.  
Published and printed in Hong Kong

**支持環保**

此書紙張經無氯漂白及以北歐再生林木纖維製造，並採用環保油墨。