

深度 寻找一块墓地

关于死亡（和生命），你我想问而没有开口问的事

也许寻找自己的墓地——其实就是直面生命本身。直面它的轻省，也直面它的重量。



插画：Wilson Tsang



陈婉容 [+](#)

| 2022-10-05

在加勒比海水域，有种海洋生物叫“灯塔水母”。在有性繁殖后，这种水母能够通过自行补充细胞，从水母回到上一个阶段，即水螅形态。理论上牠们可以重复这个周期无数次，即是说牠们能一直返老还童，永远都不会老死。但灯塔水母是世上绝少数能够避过老年和死亡的生物。和你就没那么“幸运”了：我们自出生开始，唯一确定的命运，就是终有一天结束存在的状态。死亡是所有人唯一的终点。

但“死亡”是甚么意思呢？这个问题，骤听可能比“胚胎甚么时候才算是人”稍为没那么政治化，但核心还是同一个：生命如何定义？生物学家们至今还未能对“人之始”提出一个科学的解答：有人说离开母体才是生命，有人说胚胎出现脑电波才是生命，答案不一而足。而“人之终”呢？1981年，美国医学会接纳了“统一死亡判定法”（Uniform Determination of Death Act），对“死亡”下了这样的定义：一个人如果循环和呼吸系统不可逆转地停止，或整个大脑（包括脑干）的所有功能不可逆转地停止，就是死亡。在生物医学成为正统，大部份人在医院经历生老病死的现代社会，这大概是死的最普遍定义。

1953年，在两位科学家发现基因的双螺旋结构后，生物科学在战后和平年代突飞猛进。基因科学家们甚至认为他们找到了“生命密码”，似乎我们每个人的一切，都蕴藏在基因核酸双螺旋里，由A、T、G、C组成的序列中。但生命本身远远超出了基因科学能够理解的范围。人类很早就拥有了一种其他生物完全无法比拟的知识：我们知道自己会死，而且还知道自己有felo de se – –“自我了断”的能力。我们也知道人类不止有意识，每个人的意识还那么独一无二：如果我死了，世上也就再没有“我”这个人，我的记忆、经验，全部都无法复制。科学家估计，我们在十万年前左右就有可能拥有这种自我理解了。在哪之后，问题就在于：那我们为甚么要活著？

奥地利心理学家Viktor Frankl是纳粹集中营幸存者，他在战后终身研究“活著”这回事，发展了意义治疗（logotherapy）：即帮助病人寻找人生意义，让他们好好活下去。Frankl常常问人：“你为甚么不自杀？”是放不下亲人和孩子？是因为还没好好发挥自己的才华？是因为还不想放弃一些美好记忆？还是因为害怕死后堕入无尽的空虚里？因为我们早就知道如何死了，那么我们还留在世上，就不单单是因为呼吸或脑干功能还没有不能逆转的停止，而是因为我们因为各种原因，自愿地，有意识地选择不自杀。

而人类就是因为对“活著的意义”的追寻，创造了我们的整个文化和道德观，并且用这些标准来理解政治、性、爱、还有身份。也许我们都要承认：如果科学家们至今仍定义不了生命，他们在某种程度上，也不能告诉我们甚么是死亡。





南非开普敦一个废弃的墓地。摄：Finbarr O'Reilly/Reuters/达志影像

生与死、爱和欲

甚么是死亡呢？研究亲密关系的著名心理治疗师佩瑞尔（Esther Perel）会说，人即使健康无碍，呼吸畅顺，仍然可以感觉像死了。她讲过一个著名的TED Talk，标题是“反思不忠”（Rethinking Infidelity）。她在里面问：为甚么人会出轨（Why do people cheat）？为甚么快乐的人也会出轨（Why do happy people cheat？）

自人类社会有婚姻制度，外遇行为也同时出现。今日我们认为婚姻应该可以满足我们人生所有需求，另一半应该既是我们的灵魂伴侣又是性伴，是好朋友之余又是爱人；要照顾我们起居饮食一日三餐，但也同时要满足我们对智性和其他更高理想的追求。而且婚姻还处于道德的制高点，既代表了“爱情”，也代表了“法律”，甚至被说成是“神圣”和“自然”的——即使人类社会绝大部份时间都没有一夫一妻制的婚姻。

她发现，外遇的人描述外遇前的状态时，就常常把“死”挂在嘴边，觉得人生已经没有甚么能让他们期待了，或者觉得自己会这样平庸地过完这辈子。而描述外遇经验时，都会不约而同地说“I feel alive”——出轨的时候自己充满生气，连睡觉的时候都不需要，跟之前死气沉沉的自己完全不一样。另一个共通点是，这些出轨的人很多在外遇前刚经历了“丧失”的感觉：例如父母去世，朋友突然猝死，自己的体检出问题等等。当我们以为外遇是“爱上另一个人”、“喜新忘旧”或“贪新鲜、贪好玩”的时候，佩瑞尔说：“有时外遇只是为了对抗死亡。”因为在死亡的阴影下，我们才会被逼问自己许多困难的问题：“我一生是不是就这样过了？”“我是不是可以做一个不一样的人？”“如果我没有选择这么循规蹈矩的人生，我会不会更快乐，过得更精彩？”

所以，佩瑞尔打破了许多我们对于“外遇”、“不忠”的迷思。外遇很多时候是因为突然发现人生苦短，所以会想“what if”：如果自己过了另一种人生，到底会怎样？人到中年，身体愈来愈坏，肚子也愈来愈大，工作到了瓶颈，房子还没供完，父母已经老了需要供养，孩子却还小需要照顾——当生活的担子愈来愈重，那么年轻的时候感受过的那种对生命的热情，对未来的希望，是不是不可能再感受到了？相对婚姻是一种那么牢不可破的制度，外遇时遇上甚么人都不太重要，重要的是冲破道德禁忌带来的，近乎青少年荷尔蒙过盛的快感——“活著”的感觉。

所以佩瑞尔说“情欲是死亡的解药”。佩瑞尔是犹太人，父母都是各自家庭中唯一一个集中营幸存者。她在研究纳粹集中营生活的时候，发现生活在死亡阴影下，吃不饱穿不暖病了也没有药吃的人，生活却不总是愁云惨雾。集中营的犹太人仍然会唱歌，跳舞，写诗，也还会谈情说爱，或者享受性的欢愉。离死亡愈近，人就愈觉得自己必须要抓住活著的感觉。



斯雷布雷尼察波托卡里纪念中心。摄：Dado Ruvic/Reuters/达志影像

而佩瑞尔也在自己的父母身上看到这一点。她说有天父母回到家，很兴奋地跟她说：“今天实在太好了，我们买了两块墓地！”佩瑞尔很奇怪：为甚么有人会为自己终有天埋在六尺荒土下而高兴？后来却想通了——他们的父母、兄弟姐妹、邻居、朋友——都在奥斯威辛的毒气室，像屠场的猪一样被杀死了。然后他们瘦

骨嶙峋的躯体被丢到火化场，跟几千具尸体一起化成了黑烟。相比那样的死亡，能够买好自己的墓地，墓园里风景最好的墓地，而子孙有空的时候还可以来探望，那有甚么好不高兴的呢？这也是佩瑞尔认为外遇不一定会毁掉一段关系，甚至可能令它更强壮的原因：见过死亡的人，才能明白平凡地活著的美好。即使是人到中年，肚子愈来愈大，每天忍受同事的臭脾气，看电视上不好笑的电视节目，改子女错漏百出的功课，又怎么样呢？

但不无矛盾地，对死亡的恐惧会令人想要冲破禁忌，但也会让人更想要肯定自己对于世界的看法。美国心理学家Sheldon Solomon召集美国亚利桑那州的法官做了一场实验。他假称自己正在研究人格特质、态度和保释金决定之间的关系，然后随机让部份法官填一份“人格评估问卷”。问卷里嵌入了两条问题：一）想到自己的死亡时，你会有甚么情绪？请简单描述。二）你认为在你身体正在死亡时和死亡后，会发生甚么事情？请尽量具体描述。

填过问卷之后，Solomon派给这些法官们一份案情摘要。这份案情摘要跟法官们平时工作时看的没有分别，上面记录了被告（一名妓女）的罪名（卖淫）、地址、就业记录、在每个住址的居留时间。然后这些法官又得到了一份为被告设定保释金额的表格。这些法官受过严格法律训练，应该可以考虑所有证据然后作出理性和一致的决定。但结果十分惊人：没有填过“死亡问卷”的法官平均设定了50美元的保释金，但填了“死亡问卷”的法官，设下的平均保释金额是控制组的9倍：455美元。为甚么想到死亡会让这些法官设下特别苛刻的保释条件？Solomon解释说，他们故意将被告设定成一名卖淫的妓女，因为以性换取金钱，触犯了美国社会普遍的道德情感。而填过死亡问卷的法官对这名虚构的被告尤其苛刻，是因为道德情感有助减轻死亡的恐怖；所以他们以再三确立自己的文化和道德观来肯定存在的意义。

提出这个理论的人类学家Ernest Becker说，人类最独特的就是拥有自我意识：我们活著，并且知道自己活著。这种自我意识为生存带来了无尽的喜悦，但也能导致潜在的恐惧，因为我们知道死亡不能避免，无法预料，也无法控制。我们讲到底只是会吃喝拉睡的生物，跟一只猪或一只甲虫没有分别。有意识地觉察到虚无实在太可怕，所以我们拼命地寻找自己的生命有意义的证据：例如坚信自己是一个伟大民族的一份子，分享这个伟大民族的光荣历史，要捍卫这个国家民族的一切，终身都要为这个身份而骄傲。有甚么比伟大光明正确的血统更令人觉得生命有意义？因为那我们就不是独自面对消亡的个体了，我有千千万万个同胞跟我分担著同样的命运。

Solomon则举了911事件作例子。在2001年9月前，小布殊民望长期低迷，连他的共和党党友都觉得他当总统的表现差劣透顶。但在911之后，他宣布美国进入战争状态，声称要代表正义一方铲除“邪恶份子”，并警告其他国家说“你要不加入我们，要不就成为我们的敌人”后，小布殊的民望一下子飙升到前所未有的高度。Solomon说：“一切都让人怀疑，我们集体见证一场恐怖的袭击后，急于肯定自己的身份，还有生活在这个社会的意义。”如果相信自己站在正义的一方，而邪恶的民族必须要用尽一切办法铲除，电视上曼哈顿下城的颓垣败瓦，世贸大楼上从高处跃下的黑影，是不是就突然有了意义？



菲律宾马尼拉，孩子们躺在墓地里亲人的坟墓上。 摄：Marcelo Endelli/Getty Images

寻找一块墓地

谈论死亡，不就是谈论我们想如何死（虽然那也是很值得谈的话题）——谈死亡其实就是在谈论政治、社会、爱情、欲望——即是人生。所以，虽然同事们说我“迷恋死亡这回事”，很适合打理这个栏目；我却觉得“迷恋死亡”听起来太幽暗，说得好像我对活著毫无盼望一样。但其实每每将我带回生死议题面前的，是我的乐观倾向，甚至是对于爱和希望的，近乎天真的执著。

过去几年，我常常想到哈维尔说的“漫长的、死亡般的寂静”（a long, moribund silence）。苏联在1968年把坦克开进了捷克斯洛伐克，“布拉格之春”的民主改革给人民带来的短暂希望，最终全部落空。之后的二十年，人们彻底失去了对公共事务的热情，反抗的人相继下狱、流亡，而普通人都缩回自己的壳里不问世事。对于哈维尔来说，这种就是“死亡般”的寂静：当我们再不能自由地发展和伸张自己，过自己想要过的人生，那么人活著还有甚么意义？

人活著还有甚么意义呢？自2019年起，在香港陷入同样的“死亡般的寂静”后，我总是反反复复的问这个问题。而无论问了多少次，我还是会回到捷克作家赫拉巴尔给我的答案。在《过于喧嚣的孤独》（Too Loud

a Solitude) 里，赫拉巴尔描写主角，废纸打包工汉嘉在醉酒后见到的一场幻象：当耶稣被美女和青年簇拥著，当他们高喊要革新一切，要起义，要推翻旧的世界的时候，老子正孤身立于山顶，孤独地寻找一块合适的墓地：“我看见，耶稣像一个刚胜出温布顿网球赛的冠军，老子像一个家财万贯但看上去一贫如洗的商人……我看到耶稣振臂高呼，以唯我是从，强而有力的手势诅咒他的敌人，老子却逆来顺受地垂下双臂，仿佛垂著一双折断的翅膀；耶稣有如涨潮，老子却是退潮；耶稣像春天，老子像秋天……耶稣向著未来前进 (progressus ad futurum)，老子却朝著本源后退 (regressus ad originem)。”

“孤零零地寻找一块合适的墓地”的意象深深折服了我。面对让人绝望的世界，老子不给出一个肯定的、强辩的答案，不充满热情地要推翻一切；他孤零零地诘问命运，思考著无法解决的道德矛盾。而死亡就是终极的叩问：再没有一种限制比死亡更千真万确，更无可奈何。在晦暗的世界里，在举步维艰的生存状态下，老子带我们进入关乎生命的辩证：我们为何活著，要如何活著？我们要到哪里去？甚么对我们最重要？我们希望人生如何终结？

而这个世界其实一直在尝试给我们解答这些问题。国家的宣传说，人生的意义就是生二胎，二胎之后再生二胎；或者，要爱国家比你爱自己更多，要追求“安全”而放弃自由，要爱财富胜过爱理想，要把国族身份放在你在午夜梦回仍会心心念念的人事物之前。就算是活在相对自由的社会，我们不是还有千千万万个理由不去问这些太困难的问题？



俄罗斯南部城市斯塔夫罗波尔 一名男子走过公园 摄·Eduard Korniyenko/Reuters/达志影像

我想，在无法振臂高呼的日子，我们就去思考自己是谁，肯定作为个体的价值吧。不必落入犬儒和冷漠，也不必像哈维尔说的，“住进意识形态的廉价公寓”。两年前我这样写：“我们想像的抗争永远都是热血的，集体的，亢奋的情绪高涨的，但活在共产捷克，被政权禁言的赫拉巴尔说，反抗为甚么不可以像老子那样？因为不温不火，因为像水一样温柔，因为关注的是个人而不是外在世界，这种反抗比耶稣代表的那种年少激昂更难以击破，更恒久。”

向著本源后退不是退缩，而是坚持价值和希望。而我们需要希望才能活下去。

于是就有了这个栏目的名字：“寻找一块墓地”。在这里，我想谈论死亡，谈失去、遗憾、悔恨、恐惧——但更想谈盼望，对自己和他人的爱、欲望、连结、责任，还有那些无法解决的道德矛盾。我想找来许多充满好奇心，谦虚又温柔的作者，来思考我们活著到底有甚么意义，讨论甚么时候我们会为了生存而背叛他人，甚么时候会为了爱而牺牲自己。我想把那些“见不得光”的事带到这里来，把我们认为理所当然的事放到幽微处。我想辩证人生的意义。

也许寻找自己的墓地——其实就是直面生命本身。直面它的轻省，也直面它的重量。

我想，自己渴望做这样的一个栏目，是因为我怕死，并殷切地想要在世上留下自己存在过的证据；但也许——辩证地——也是因为我不怕直面死亡的既定事实，接纳这是曾经存在的必然结果。反正在我们各自出发去寻找自己的墓地前，我希望能和读者一起思考活著的美丽与哀愁（偶尔也能一起捧腹大笑的，毕竟最好笑的笑话就是笑人生的荒谬啊）。未来的日子，请多多指教。