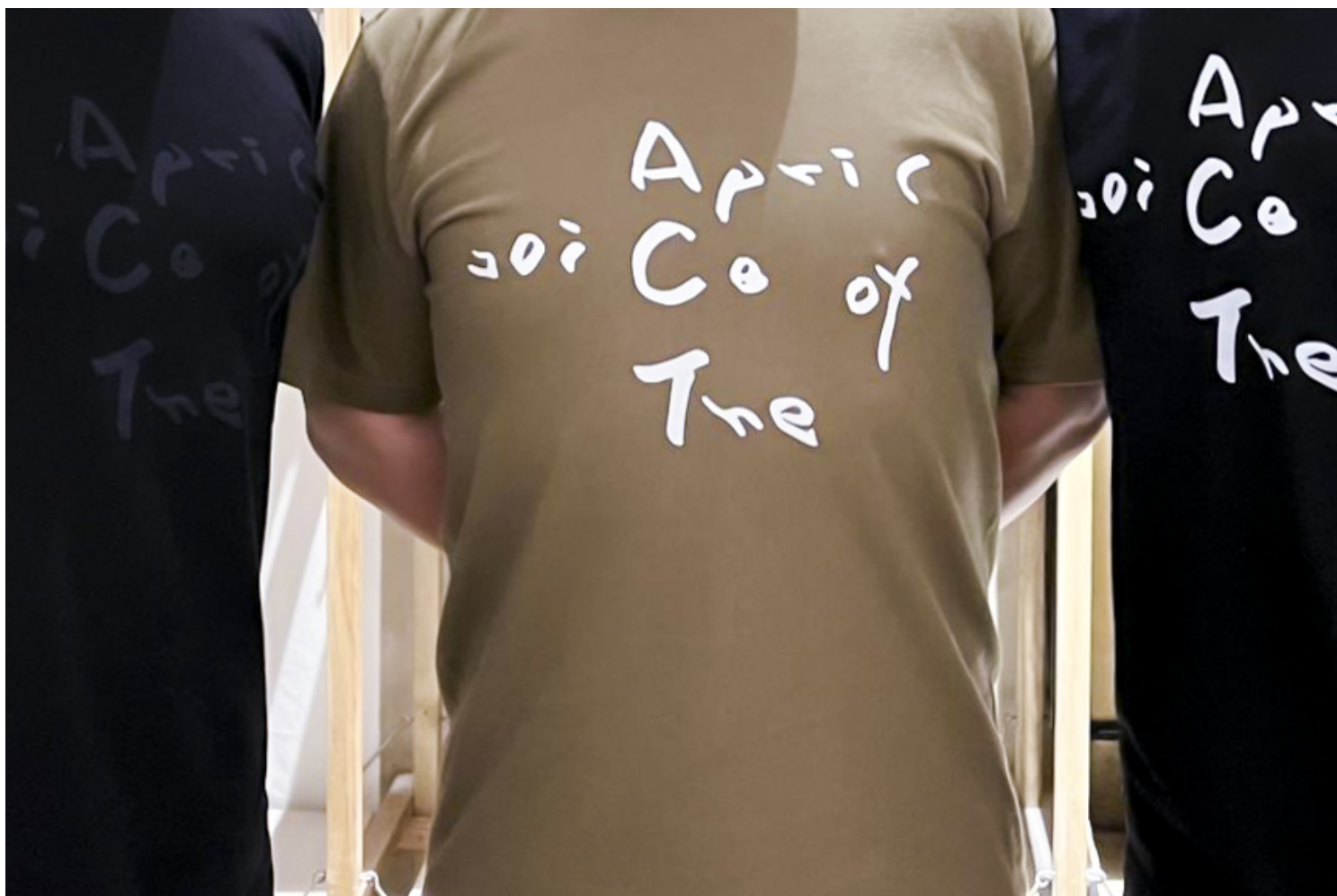

中國式解封 上海封城 大陸 深度

上海之聲：微抵抗，打破沉默的螺旋

我不希望這麼快就遺忘，像不存在一樣。我希望當我們修復了以後，帶著過來人的視角和心態去反思，這樣才不會辜負那段經歷。



這款隱喻四月之聲 The Voice of April的T恤，只有三個字母立起來，構成「ACT」（行動）。圖：受訪者提供

端傳媒記者 葛莉 發自新加坡 | 2023-04-05

【編者按】又一個春夏之交，我們偶然遇見了一位上海市民。他沒有直接經歷過封城，卻在封城前後做了許多直面不合理封控政策的行動。他希望讓身邊的人聽到不一樣的聲音，以合理、合法的方式維護個體的權利和尊嚴。又一個春夏之交，在某種意義上，許多人都擁有了共同經歷，卻各自採取了不同的路徑，來面對那些難以抹去的傷痕。我們希望創痛能逐漸被撫平，我們也希望傳遞更多的能量，一起共度後疫情時代。疫情被翻篇，記憶不被允許提起，疫情後的生活該如何繼續，這位上海市民給出自己的答案。表達和行動是一種開始，這篇自述亦如是。

上海封城一週年，端傳媒重訪上海，試圖記錄下那些在急速的復常中，被遺落的聲音和記憶。這是專題的第三篇：微抵抗，打破沉默的螺旋。此前已刊發兩篇報導：[《上海，封城後的又一個春天，「我們已經是歷史的容器」》](#)、[《上海封城一周年，我們重訪那些靜默現場》](#)。

行動本身就是意義

第一次微抵抗的具體行動是在一月。微抵抗彌散在生活的方方面面，是一種不服從、不配合和低調的倡導，也是在力所能及地維護個人的尊嚴、權利和自由。

春節前我乘坐火車從上海去附近的另一個城市。下了火車，被工作人員攔下。上海當時有零星疫情，他們告訴我必須隔離。我是傍晚六點到的，和他們一直交涉到晚上12點。我給自己定了一個交涉的deadline（時限），就到晚上12點。因為要有精力保持一個balance。我自始至終的要求只有一個：既然你說是上級要求的，就把上級的紅頭文件亮出來。

他們坐成一排，處理火車上下來的人。我說，如果你們是按規矩辦事，那麼你們的防護服在哪裏，你們為什麼不戴口罩、不戴手套、不戴工作證？他們覺得不需要。他們坐成了一排，不就能說明所有問題，已經表明他們是權力的一部分。整個過程，我反復提出出示官方文件的要求。

我會說，如果你處理不了，就請你們領導出面。在僵持了很長時間之後，他們給領導打了電話。我要求公放。現場工作人員說，「這裏有人不配合我們。」電話那頭的男「領導」就說，「打電話給派出所，抓起來！」我說，「這位小領導呀，你現在的聲音我們全部都聽得見，你以為派出所是你們家開的嗎，能不能報上你的名字呢？」他口氣馬上變了，聲音降下來。我說：「你是哪家公司的，你告訴我。」他愣住了。因為這些工作人員大多數並不是政府的，是外包公司。當你說出這句話，對方已經意識到你不是可以糊弄的普通人，你知道他們的底細，所以他的口氣就會軟下來。

這個過程影響了他們，他們也會恐懼。那些工作人員一個個穿上了防護服、戴上了口罩和工作證，我錄下了全過程。我還主動打了110，讓警察出面。最後那些人給我看了他們的微信工作群。原來根本就沒有正式文件，只是在工作群裏所謂的「領導」口頭說了一句，今天來的乘客必須如何如何。這就是他們的「檔」，可見執法的隨意。

這個過程中，周圍人沒有誰表示過認同。首先是工作人員，有唱紅臉，有唱白臉的。他們會說，怎麼就你這麼煩，怎麼就你不配合。還有人故作高深，「不配合就抓起來。」我看著他說，「過來過來，報上名字。」他就走了。還有乘客。因為是一車人集中拉走，如果我不走，他們就得等我。後來乘客們就來遊說我，「走吧」。沒人因為我的行動有轉變，要麼冷眼旁觀，要麼催促。

凌晨12點後，我是最後一個走的，那輛小巴車只拉我一人。定點酒店在郊區，是個未完工的酒店，非常破，外立面還是裸露的水泥。不斷有轉運車輛開來。賓館門口有一張桌子，上面有一攤白紙，後面擺著速食麵，是給被隔離人員吃的。輪到我了，對方傲慢地叫我簽字。紙上面有格式化的內容，XX從XX到XX到XX隔離XX天。所有人都很順從地在未填寫隔離時間的空白紙張上簽字走了。我說，「上面都是空白的，這不合規矩，怎麼可以讓我簽字呢？」對方就說，「其他人都簽，你怎麼不簽。」我一直交涉，對方最後說走吧走吧。我最後沒簽，臨走還沒忘記把速食麵拿了。

當時我只隔離了一天。但我猜測他們在那張紙上填的是七天，因為酒店按天收費。入住後一大早和晚上都有人來敲門做核酸。在賓館隔離的人會建微信群，我也在群裏，有人進群，我就反復講，「他們應該告訴我們什麼時候出結果」。群裏每個人出結果的時間都不一樣，人們好像也就默默等著。群裏可以看到眾生相。有人因為家裏老人過世，趕回來參加葬禮，錯過了；有人因為其他事情想要趕緊結束隔離，但只是哀求，沒有人抗爭。核酸結果出來後，我就走了，就我一個人離開。



其實這種抵抗不是要達到什麼具體目標。有人可能會問，怎麼算你的行動成功了。如果成功是以結果來衡量，那我覺得，很多時候我是明知道不會有想要的結果的。比如，我抗爭了六小時，還是會被拉去隔離，這是我知道的。但我不會以結果定義是否成功，結果沒有那麼重要，重要的是行動本身。

行動本身就是意義。當時我肯定是要被隔離的，那我就要賦予整個行動過程意義。第一，這是公民抗爭，這個抗爭合理合法。第二是社會觀察，我是學社會學的，透過這樣的微抵抗可以看到整個過程中的世相。第三就是公民倡導，倡導就是針對周圍的人。三個指向，抗爭是針對執行的人，觀察是針對我自己，倡導是周圍的人。這就是我行動意義所在。

一月後回到上海，還是覺得上海防控很好，是全國最好的地方。但你心裏其實知道，這個體制，不會放過任何一個地方，總有一天會輪到它。對上海有信心是說，那是上海應然的樣子，它也許是最後一個，也許是會撐得最長的一個。

79天「四不」：不做核酸、不戴口罩、不亮碼、不掃碼

封城的時候我不在上海。封城前，我敏銳地發現上海在起變化。

封城之前，我對上海精準防控有比較正向的評價，中國還能有一個地方這麼做是很好的。當時的精準防控甚至到什麼程度呢？有一天下班騎自行車回家，有警察說不要從這邊走，我瞥了一眼，裏面有穿白色防護服的人，那裏發現了病例。我們家就在僅僅相隔50米的地方，人們的出行沒有問題，碼也沒有發生變化。當時這在全國任何一個城市都是不可想像的。

直到有一天我回家發現社區裏多了個「固定」帳篷。當時是三月，天還冷，春寒料峭嘛。帳篷裏居然有一個暖風機，這意味著裏面有人住，會長期把守。而且這個帳篷已經不是簡易的了。這和以前上海的防疫措施完全不一樣了，基於對時局的敏感、國情的認知，還有一些過來人的經驗，我決定離開上海。沒想到離開了這麼長時間。回來的時候，我家都長霉了。

一月那時候還沒想那麼多，微抵抗具體要做什麼。上海封城之後，就會變成一種更為自覺的意識和行動。

第一，學會保存記錄。我開始有意識地做記錄。當時很多視頻很快就404了，為了留存一份紀錄，我居然學會了錄屏，這是一種主動的行為。第二，牢記相關法律法規政策。隨時準備應對直接的衝突，這個衝突是合理合法的。之前也care法律的，只是因為上海的情況沒有那麼嚴重，所以關注的都是其他城市的情

況。但是現在，這種情況就在身邊發生，就發生在自己身上以及自己認識的人身上，那對法律法規的重視就很不一樣了。瞭解和熟記是兩個概念，現在真的可能會在日常中用到。

上半年我有連續50多天沒有做核酸，但不代表我沒有被頻繁騷擾過。居委會會打電話來，他們根據手機信號，查到你是哪來的。每次我都是幾句話直接回絕掉。我說，「我一直是綠碼，我沒有去過你們說的地方，我回來居家都這麼久了，不存在問題，去做核酸人群聚集反而增加感染風險。」以至於最後對方會用不同電話打給我，第一句話都是，「你知道我是誰，你也知道我要說什麼，我也知道你會怎麼回我，但是這個電話我還是要打。我們這裏都是有記錄的，有個list，上級讓我打我一定得打。如果不合作，我也要標明。」我說，「我理解你的工作，也不針對你個人，既然你也知道我要說什麼，那就不用多說了。」然後就掛了。警察也打過電話來，我會要求出示證據證明身分。

這個過程本身就是公民主張自己權利的過程。我希望居委會和警察可以意識到，公民的權利不是隨便可以侵犯的，不是以防疫之名就能要求公民做任何事情。



2022年4月9日，一名醫務人員於上海的一個住宅社區從居民身上做核酸檢測。攝：Yang Jianzheng/VCG via Getty Images

5月份在另一個城市的時候，社區每天都會用大喇叭喊做核酸。這個社區非常大，遍佈喇叭。你就想像是在北朝鮮 這個喇叭你關不掉 早上7點播到11點 下午2點再開始播 播到5點 循環播放 一整串套話

化切斷，這個世界彷彿靜了下來。下午，萬分悶熱的太陽，把大地烤得發燙，路旁樹木，一片蒼白，正午太陽，根據國家聯防政策，根據XXX，居民必須XXX……我現在不想回憶了。喇叭造成了極大的反差，窗外是無限美好的春光，而這種惡劣的聲音卻在無休止地侵擾你的生活。

有一天我實在無法忍受這種侵擾，就直接衝到居委會，問負責人是誰。對方是一個坐櫃檯的年輕人，卻用官老爺口氣反問，「你是誰，幹嘛？」我說，「你是誰？我作為居民要投訴你。」他低頭說，「我忙著呢。」我說，「我在跟你說話，你應該要看著我。你是為人民服務的。」這個時候，旁邊領導過來交涉。我問「為什麼要天天這樣放，這是擾民。」對方說，「這是為你們好啊，這是防疫大局，為了你們健康啊。」對方有公務在身，交涉也要有策略，不是暴力性對抗。態度要非常堅定，交涉內容要坦承利害，向對方指出利弊。我說家裏有老人小孩的，噪音對人家有影響，萬一誰家老人犯了病，你們也不好處理。而且不斷持續的話，萬一激起社區居民更大不滿，領導也會對你們的工作不滿意。最後交涉的結果是，他們降低了音量，減少了播放時間。

微抵抗還有其他行為。例如，在經過核酸檢測隊伍時，大聲地、詩朗誦般地「自言自語」幾句，「這美好的夜啊，我們的生命浪費於此」類似這樣的表達。隊伍中會有人側目，他們聽見了，聽見本身就很重要。我在各個城市都這樣做過，詩朗誦的內容是即興的，跟著自己的感覺走。

計程車上我會有意識地和朋友聊天，對話其實是說給司機聽的。去年下半年，在上海，我和朋友打車，聊防疫政策。司機一路都沒有說話。那時我們要去一個村子，到了村口，被人攔下來了，戴著紅袖章的一群人，「健康碼！你們幾個人啊！」結果，我們還沒說話，司機說話了：「掃什麼掃！」然後一腳油門，開進去了。路上，司機一直說，「還讓不讓人吃飯了，什麼時候了！」我們當時會心一笑，還是起到作用的吧。

我會用一切方式，讓更多人聽到這種不滿。從傳播的角度來說，是在打破「沉默的螺旋」。當每個人都覺得，只有自己一個人這麼想，那每個人都會選擇沉默。而當ta聽到有一個人說出了和自己一樣的想法，就會意識到原來還有其他人和我一樣想法，下次ta也會更有可能說出自己的想法。這樣就會形成一個正回饋，讓越來越多人講出來，表達自己的異議。

下半年，我最長一次有連續79天做到了「四不」：不做核酸、不戴口罩、不亮碼、不掃碼。我的碼還一直是綠色的。反而周圍掃各種碼的人，健康碼更容易變色，尤其是掃場所碼。那套系統肯定有bug的，我們歡迎這樣的bug。

還有一種從語言角度的「微抵抗」。比如，我從來不使用「大白」這個詞，因為在當時的語境下，「大白」已經變成了一種語言污染。大白是動畫片裡面的形象，溫暖的、可愛的、守護的形象，這和當時的真實情況完全不一致。所以我總是會不厭其煩使用「穿著白色防護服的所謂工作人員」這樣聽上去很冗長的表達。只有這樣的措辭才能精準地表達自己的意思，這種語言潔癖也是一種微抵抗。

封城期間我不在上海，但每天都密切關注。四月時還設計過一款T恤，叫四月之聲 The Voice of April。圖案的單詞不是按順序的，而且每個字母都東倒西歪，這隱喻我們的生活，在這個四月被打亂、破碎。沒有一個字連筆，意味著人與人之間的連結被中斷、隔絕。與此同時，只有三個字母是立起來的，而且是大寫的，ACT（行動）。



2022年4月4日，一輛載有醫務人員進行 COVID-19 核酸檢測的車輛在上海行走。攝：Shen Chunchen/VCG via Getty Images

「只要自我選擇還在，你就是自由的」

去年之前，我在面對侵犯個人權利和社會不公的情況時也有做過各種微抵抗。比如，在遇到警察當街攔下查身份證的時候，會援引相關法律表明此舉侵犯了我的公民權。我也會對城市環境污染向市政府發出投訴、申請政務公開等。但疫情提供了一個場域，讓這件事更明顯，頻次更高。如果你本身有明確的權利意識、公民責任感，對待不公正的事情勢必會有反應。

微抵抗這個詞是聊天中聊出來的，但背後的行動理念一直都有，是我比較堅信的理念。點點滴滴的微抵抗敏感度低，但會給人帶來力量感，就像往一潭死水裡扔進一些小石子，蕩起一圈圈漣漪。

這個過程，第一得有足夠的心理素質，很多人不喜歡衝突，尤其是在公開場合，擔心被周圍人評判，更不要說是和公權力發生衝突。第二，要有底線思維，你可以承受的損失是什麼。

微抵抗肯定是會給自己帶來麻煩和損失。比如，我不掃碼，出行就得靠騎車。我試過為了去另一個城市騎共享單車56公里，這都跑馬拉松了。騎了一天，十幾個小時。還有一次，搭飛機前做核酸，棉簽一進到鼻子，我轉身就走，核酸採樣人員喊我回來重做我也沒理。隔天健康碼沒有顯示核酸記錄。工作人員應該是把管子扔了。我只好改簽機票。這就是微抵抗承受的代價。

為什麼心理機制很重要，因為看起來我的行為並沒有改變什麼，遭受的損失卻是看得見的。穿白色防護服的所謂防疫人員想必也不會因為我的微抵抗發生什麼變化，我還要額外支出改簽機票的損失。如果這麼定義（微抵抗）就很不划算。但我不這麼想，第一當時周圍有人聽見了看見了，他們會意識到不是所有人都那麼順從配合；第二機票改簽後我因此多了一天的時間，見了好幾個朋友。

怎麼不變成自我安慰？這是個好問題。就看這件事對你是不是真的有意義。意義本來就是生命價值中的一部分。以剛才的事為例，意義不是為了安慰機票損失才想出來的，就是我每次微抵抗裏正常的行為，行為裏有我認可的價值。第二，那天我見到朋友是很愉悅的。這個價值本身是真實的。

人能夠主動定義自己的行為很重要，定義本身就是一個人主體性的體現，也是自由的體現。當無力感襲來怎麼做？我想起心理學家弗蘭克爾在奧斯維辛集中營的經歷。弗蘭克爾講過一個場景，雪天的時候，他穿著破爛的鞋，帶著重病，饑寒交迫還要去苦工。很多人覺得還不如死了算了。但是那一天，他努力回憶，想像自己是站在原來任教的大學講台上，面對講台下一群人，講述生存、自由的問題。那一刻，他突然覺得周遭一切不一樣了。他意識到，再惡劣的環境，即便可以剝奪你所有的外在，但只要你還能夠做出自己的選擇，只要自我選擇還在，你就是自由的。





2022年4月25日，上海封城期間，一名穿上白色保護衣的警察在街道上執勤。攝：VCG/VCG via Getty Images

警惕遺忘，才不會辜負那段經歷

去年一年，我形成了一個新的習慣，或者說是對自己的要求。以前我不常看朋友圈，也很少點贊、評論。去年一年，如果看到朋友圈有人表達對疫政的異議，或者有維護自身正當權利的行為，我都會去點個贊。點贊是一種看見，一種無聲地支持。反過來，我也刪掉了許多缺乏最起碼的良知和認知的人。

去年我的微信號被禁言了7次，每次期限從1天到30天不等。有一次是四月，和上海封城有關，發完一小時之後就被禁言了。我不會後悔發那些，雖然用不了微信會很麻煩，影響工作和日常交流。我的同事都很理解，小號入群的時候，他們會偷偷問一句，是不是又被封了？

封控期間我沒有感到崩潰的時候，但有很多憤怒的時候。基本都是同樣的情況——破門而入，這觸犯到底線了家是私人場域，是一個人最後的王國。我記得有個視頻，兩個女生在家裏，正面是警察破門而入，後面是警察破窗而入。當時我閃過一個念頭，幸好我不在這個城市。如果在的話，我不知道自己的憤怒會達到什麼程度。

我觀察到，經過這一年，身邊很多年輕人會意識到一件事情，當警察找上門時，先說一句「請出示你的警官證」。這句話為什麼重要？這意味著一種主體性。對大多數人來說，警察找上門的第一反應是迴避，多一事不如少一事。當你能先說出這一句，請出示你的警官證，一個公民的主體性和權利意識就出現了，你就和警察站在權力平等的位置。所以這是一句有力量的話。

現在離回到正常生活還有很大距離，甚至回不到所謂正常。你們看到路面上有很多人，很熱鬧。我工作生活都在老城區，這裏的很多店鋪都已經換了主人，老店已經不在了。不是表面上看到的正常。

身邊很少有人再談起封城。這是能理解的心理狀態，相當於創傷後。這麼短時間裏，一般人大概率是不想再提起過去，而是想抓緊時間回歸正常的時光、正常的生活。但我們也要警惕遺忘。在官方敘事裏，創傷是不被提起的，政策是不被反省的。如果我們在生活中順應了官方敘事，加上人的心理保護機制，是很容易遺忘應該留住的記憶的。

我不希望記憶這麼快被遺忘，像不存在一樣。我也希望，當我們內心有了力量，被修復了以後，會帶著過來人的視角和心態，從中反思一些事情，有所收穫，這樣才不會辜負那段經歷。沒人喜歡那些經歷，但經歷過了，我們就別浪費已經發生了的事情。

過去一年我的身體變差了，今年做體檢發現和以前比差了很多。這和去年一年的生活方式有很大關係，有巨大的心理、精神消耗，飲酒頻率大大增加，作息也非常不規律。今年年初我給自己定了年度計劃，就包括調整作息，增加運動，要過更健康的生活。我沒有離開的打算，我要好好地做事情，點點滴滴的事情，這些都是有意義的，甚至更有意義了。



2023年3月12日，上海南京路步行街上的市民。攝：LCT/端傳媒