

程映虹：《带病生存是个人和社会的常态》

江苏凤凰文艺出版社刚推出了《疯癫笔记》，书名就让人想起鲁迅和福柯。作者春媚在人民大学读完哲学系本科，赴普林斯顿大学东亚系硕博连读，以近代思想家辜鸿铭为题目写了博士论文。得了学位后，她在美国西肯塔基州立大学边教历史边进修心理学，通过二十多门课程之后又在心理诊所完成了七百多小时的临床实习，获得了心理咨询的硕士学位。《疯癫笔记》就基于她和与美国形形色色精神病患者的交往实践。

春媚笔下的人物和此前她潜心研究了数年的思想怪杰辜鸿铭表面看来生活于完全不同的世界：“他们是精神病院里的病人，是自残、性侵、暴力、吸毒、酗酒、抑郁、躁狂、精神分裂症患者。他们因丧失而孤独，因绝望而欺骗，因思念而自责，因痛苦而恐惧，因渴望而疯癫，与我们并无二异。”

这些病人身处的那个美国也不是很多中国人了解甚至熟悉的那个美国：它“不是常青藤的美国，不是华尔街、硅谷的美国，也不是美国梦的美国；它是大多数人生活的美国，是让人理解川普当选的美国，是不为人知但更为真实的美国。”

读完学位又找到了教职，但作者却没有遵循常规，把职业生涯最初宝贵的时间完全用在修改和出版博士论文，在学术界立足，而是为一个在研究对象和知识背景上完全陌生的领域分心，不但从头学起而且投身长时间的实习。为什么？

读完全书，相信读者会找到一个很简单的答案：人文学者对个体现实的生存处境的深切关怀把作者从思想史的庙堂引向底层社会的生态，暂时偏离了似乎更“专业”的研究。而这个转移也发生在她经历个人危机的关键时刻，了解和疗治他人也就是正视和帮助自己。

春媚说：“也许你出于对美国社会的好奇读这本书，或者你是心理学的从业者和爱好者，也可能和我一样在焦虑的现代社会中关注情感的痛苦，在本无意义的世

界里探索精神的煎熬……《疯癫笔记》是用来纪念我接触过的所有病人的悲苦。同时，故事也发生在我身处个人危机的旋涡，绝望地疗伤时……也许这是我一次‘参与观察’的人类学尝试，一个对 L 逝去的纪念，不过它更是我发现情感与探求精神的旅程。”

《疯癫笔记》给我的启发，首先是对“启蒙”的反思，或者说对知识分子如何用知识和思想为社会服务这个大道理的更深入的思考。中文知识界有太多关于国家民族的命运和前途的宏大讨论，动辄指点祖先江山，臧否人类文明，从西方蒙太奇到东方，古典幻化到当代，反思反思再反思，在知识和思想上高度重复，重大缺陷是缺乏对个人内心世界与社会之关系的深入细致的观察。个人性似乎完全在“启蒙”的范围之外。

我想，这可能是对人性问题处于启蒙思想的中心地位的一种忽视或者误解。

研究近现代思想史出身的作者当然意识到了这种偏向，但却无意直接评论。身为 80 后，代际差异可能使得她更加倾向于关注个体心灵和特定群体的政治，把心灵治愈中对于个体的重视和在历史研究中对于宏观的把握结合在一起，提醒人们在讨论思想的同时不忘情感的力量和内心世界的复杂。她说：“何谓非常？何谓人性？何谓灵性？与传播真理、唤醒大众相比，心灵的慰藉更富吸引；也许我的使命就是做一个荣格口中‘受伤了的治愈者’吧。”

不为良相便为良医，这是中国古代对有志者的期待。如果做不到上医医国，那就悬壶济世，治病救人。话虽如此，中国传统（现代也仍然如此）知识分子中欲为良相甚至国师的人众，想做良医的人寡。“以天下为己任”和“全盘（或者彻底）解决”成为无视身边贩夫走卒鳏寡孤独的个人疾苦的理由。

社会既需要宏大话语的讨论也需要个人内心的慰藉。对人性的复杂、矛盾和多样性的承认和探讨无论在中国传统社会和后来的全能政治中都是受到排斥或者忽视的，所以也应该是启蒙的一个面向。

在人际关系于空间和时间意义上都日益逼窄的现代社会，所谓良相和良医其实是统一的。太多的社会原因造成了纷繁复杂的个人心理和精神疾患，而这些疾患又常常是个人难以消解的，于是外化为社会问题，不但影响自己更伤害他人。在这个意义上，疗治和减轻个人内心的苦痛不但是帮助社会，而且可以从个人的角度对社会问题提出诊断和分析。

我读《疯癫笔记》得到的另一个启发，就是人多是带病生存，正如作者一开始在罗列了很多精神病人的类型后说的那样，他们“与我们并无二致”，而“所谓战胜多是自大的谎言和假象，人类并无法从根本上战胜悲伤、孤独、焦虑、疾病与死亡，唯有与世和解，与己共存。”

在书中，前往心理诊所就诊的（有的是被强制送进去的）病人中，很多是无法完全治愈的，最好的结果是大大减轻了症状，将它置于可控状态。病人的余生将始终在这种症状的轻重与可控和不可控之间度过。精神和心理问题如此，很多生理性的疾患也一样。除了医药科学，个人能做的，就是针对自己特定的疾患保持健康的生活习惯。

随着科学的发展，很多过去被忽视的生理和心理问题现在被当成了医学问题。广义来说，很多人的精神和生理疾患只不过是严重到必须接受常规性治疗的程度。同样常见的是更糟糕的情形：患者讳疾忌医，拒绝接受诊断和治疗，在外表上仍然像常人一样带病行走于人间。

医生（或者心理咨询师）也是常人，所以也是带病生存的。有的正因为自己也有类似的病痛，所以对患者格外了解和同情。作者带着自己的危机走入心理咨询的领域，她在很多患者身上看到了自己的影子，和他们交往的过程也就是探索和疗治自己的过程。她深知自己“没有他们期待的解药”，希望把和患者的关系看成不是一或者不单单是一由她开出药方，而是一种相互交流和共情。这种理解和立场不但使她得到了很多病人的信任，和一些病人建立了深厚的情谊，而且也让她

自己感到了一种抒发和解脱。

正因为带病生存是常态，所以维持这种常态的很多措施其实都是对疾病的一种妥协，例如止痛药和麻醉品，例如某种强制性物理疗法，例如引导患者进入某种想象，例如今天正在实验中的可以让患者进入的电脑世界的虚拟现实，等等。妥协就是绥靖，都是有副作用的，何况还有超出剂量和特定的治疗环境被滥用的可能，例如原先针对某种病症的药品会变成依赖性的毒品，结果是旧的症状减轻了，新的症状又出现了。

个人如此，社会更是这样，都是带病生存。带病生存是人类社会宏观和微观的常态。表面上尽量维持整齐划一没有反常的社会就像坚称自己完全健康的个人一样，可能隐藏着令人不寒而栗的真相。自称可以一揽子解决重大社会问题的宏伟方案很可能比它要解决的问题更有害；被信誓旦旦期许的到某个时刻会实现的光辉愿景到头来也很可能比现状更糟糕，至少是因为它的代价被刻意隐瞒了，例如今天好歹还拥有但却不以为然的，到那时却在温室煮青蛙的效应中悄悄地失去了。

所以，像精神和心理医生对待患者那样，坦率承认社会带病生存的正常性，公开讨论任何治疗社会问题的方案的有限性和副作用，降低乐观主义的音量，淡化理想主义的期待，减少美妙动听的许诺，珍惜从过去继承的和保护手头已有的，对任何具有重大后果的举措慎重决策，这些听上去可能很不鼓舞人心，很不高大上，很不所谓的“正能量”，但可能恰恰是维持社会相对平衡和稳定的长远良策，也是让很多人为之心焦的所谓合法性之理性和科学的来源。

从《疯癫笔记》引起的这些思考让我想起了很久以前读过的《病夫治国》，其中讨论了很多生理和心理上有严重问题的君主和元首，他们的疾患和讳疾忌医（尤其是对权力的不安全感导致的恐惧症和焦虑症）直接影响了国家的治理，让臣民甚至国际社会付出了代价。美国科学界最近一直有强烈的呼吁，对个性乖谬行事乖张言语离谱，似乎每天都需要人承认和夸奖的特朗普做心理诊断，看他的极度自恋是否属于一种成人幼儿症。

所以，史无前例的浩劫也可以和挥刀乱砍的个例一样从心理疾患的角度来分析，社会和历史背景的铺陈其实并不排斥心理医生的临床诊断，后者或许还能让学者们省下很多口舌和争论，也免除历史、文化传统和普通人为执政者的错误无辜地买单的责任。

心理医生甚至可以防止已经失常的政治变得更糟。十八世纪英国国王乔治三世的精神疾患在丢失北美殖民地的心理创伤下演变成神经失常，甚至无法接受“美利坚共和国”这个名称，仍然坚称“殖民地”。所幸的是宫廷大臣们对常识的依赖超过了对君主的愚忠，他们找来心理医生对国王仔细观察，做出了陛下不能正常理政的诊断，于是让医生的助手们制服了国王的警卫，把疯狂的君主捆起来送进了疯人院。

不过，人类历史上象这样勇敢的事例实在太少了，更多的情况是人们对心理——或者至少是个性——明显有问题的君主和元首的忍耐，尽管伴随这种忍耐的是私下的传言、怀疑和嘲讽。在这个意义上，民主制度的一个意外的功能是为这种忍耐设置了一个时间的界限。

《疯癫笔记》说的是美国的精神病院。但精神病存在是普世的，特殊的是不同社会对它的态度。有的社会在舆论和制度上对它重视，在相对正常的社会和精神病人群体之间划出相对清晰的界限。这样的社会往往对精神病诊断的“门槛”也比较低。

有些社会则不然，如春媚批评的那样：“精神病人向来被禁锢在家里或者社区，只有当危害了所谓的公共安全的时候，才成为可见的人。他们是被社会否认、唾弃和遗忘的群体，连罪犯都不屑的存在。”不但如此，这样的社会对精神病诊断的“门槛”也比较高，很多症状都可能作为品德、个性甚至生活习惯问题而被忽视。

不幸的是，后一种社会的人可能会认为前一种社会不正常，所以精神病人特别多，而没有意识到产生这种错觉是因为自己的社会中正常与异常的界限比较模糊。应该指出的是，在这样的社会中对精神和心理疾患既有缺乏了解的一面，也有故意误解的一面，其表现是让它们承担不属于自己的社会责任，例如前苏联东欧把不同政见者称为精神病人，再如把贪腐官员的自绝一概说成是心理压力过重，而不是畏罪自杀。

站在《疯癫笔记》的角度，历史研究就是对带病的人类社会做的病史记录和病理分析。特定的带病患者离开了人世，特定的带病社会成为了过去，但缠绕他们的那些病患仍然存在，其症状或许一如既往，或许有所改变。而作为记录者和分析者，历史学者应该意识到自己也是“带病生存”的。这里的“病”既有可能是意识形态偏见，也有可能是政治立场选择，更有可能纯粹是个人的某些生活经历。

意识到这一点，既可以帮助历史学者认识到自己的局限性，也可以让他们更深地感受到所谓历史研究说到底也就是和过去的对话，在这种对话中不断加深对人性的理解。