

“无接触”生活中，我们如何与他人相处？

[德]伊丽莎白·冯·塔登

▶ 数字技术可及的远方

下面谈到的这位母亲是一位年近六十的学者，她是单亲妈妈，后来又成了孤身一人。她在波士顿给已经成年的女儿丽贝卡写了一封长信。写信时，女儿正在从两人的家中搬走。这封信讲到了数字维系的人际关系中的独处，原信大概有360页。几年前，这封信正式出版，名为《群体性孤独》，作者是社会心理学家雪莉·特克尔。书一经出版，就引起很大关注。特克尔是麻省理工学院的教授，她研究的是数字技术、社会交际和人的心理之间的关系。在研究过程中，她的女儿丽贝卡渐渐长大成人。雪莉·特克尔的书几十年来一直影响着关于数字化的各种讨论，现在，我们可以从她的书中看到一个自己珍爱的人如何从伸手可及的近处搬去只有数字技术可及的远方。

母亲和女儿，身体上的亲近和距离上的遥远，爱与智能手机：社会上现在很流行讨论智能设备对于日常生活的主宰力，但是，我们不能忘记这个数字时代中那些有血有肉的人，还有这些人的故事。这些人的力量也是不可忽视的。如果在母亲们中间做一个关于日常生活的测试，那么很容易就能得出结论：只要自己孩子的留言还能在智能手机上伴着闪光出现，不管是从玻利维亚、柏林的有轨电车上还是马拉喀什，就说明她们还没有因为孩子的离开变成塑料人，她们依然是这些孩子的母亲。孩子的留言对母亲来说是完全不同的另外一种亲近，就像当年海涅在巴黎看到断臂维纳斯，仿佛听到维纳斯在对自己说：“你难道没有看到我没有胳膊吗？所以不能帮忙。”无疑，显示屏是不可能替代人类的皮肤的，这个表面摸上去光滑冰冷的东西，是有生命与无生命的折中。但是，这个显示屏又跨越空间距离创造出一种近，而且这种近对于设备使用者来说无疑是会产生心理影响的。这是什么样的影响？

一本关于血肉之躯的书想写数字世界中的人是不太容易的。说些老调重弹的话：这些人不会流血，不会咀嚼或者吞咽，既没有嘴唇，也没有手，没有心跳，没有血压，不会起风疹，他们不会唱歌、拉小提琴或者流汗，不会微笑、咬牙切齿、咳嗽或者颤抖，既不会脸红，也不会脸色苍白，而且不会死。这样的差异是无法视而不见的。那么，这本书究竟为什么要写这么一个人？原因既简单，也很复杂：因为远距离的触摸也能给人触动，因为这种触摸与直接的身体接触相比会产生不同的效果，也因为这种触摸会替代、改变或者阻止某些效果的出现。

2014年圣诞节前夕，一个刮着寒风的冬日，14名哲学家、医生和精神分析学家聚集在柏林国际精神分析大学，参加由哲学家马蒂斯·凯特纳组织的研讨会，讨论我们上面所说的这些新的现象。社会心理学家维拉·金也在场。每一个参会的人都在不断接触数字世界，每一个人都在网上跟孩子见面、跟人约时间、订火车票、约会、看德甲实时战况，但是所有基础研究时间都还不长，所有的一切都在发展变化之中——你能否记得就在大约四年前，那个时候是什么样的情况？当时事情发展到什么状态？

这一群人用了一整天的时间交流自己的研究成果和治疗经验，他们对新的数

这不仅仅是教育方式的问题，孩子被电子产品吸引，父母同样沉溺于手机，或者将手机丢给孩子，来换取片刻安静玩手机的时间。移动网络的强大，特别是越来越常用、数量增长迅速的社交媒体，让我们越来越依赖数字世界的强大力量。它们会使人养成一些习惯：真实的人不再重要，取而代之的是网络中更完美的他者。

字世界是持开放态度的，并没有说些腐朽的陈词滥调。一位女哲学家还开心地向大家透露，有朝一日她宁可被机器人照顾，也不愿意护理自己的是一个情绪烦躁的人。但是，参与讨论的人的意见还是很统一的：虽然现在已经产生了一种新的亲近形式，而且数字治疗也已经越来越普遍，但人际关系有一个特别之处是用数字无法模拟的。这些专家们或多或少也是抱着这样的观点来参加会议的，那就是一位好的医生还是希望能够看到一个活生生的人出现在自己面前，以便弄清这个人所患的疾病；同时，治疗或者精神分析也需要病人能够自己身在，需要对方的声音、脸庞，没有这样直接接触他人的经验，就几乎不可能建立人际关系。其中最根本的一个特征就是：这种关系是有生命的。

但是，参加了这次研讨会的大多数人都认为，对于数字世界的依赖会使得人们更加想要去掌控那些并不拥有的，或是克服与他人关系中的阻力。网络电话让我们看到的只是一张脸的表面，短信会引起必须回复的强迫感，这样一来，在数字世界中，我们就很容易打消自己对他人的兴趣，因为害怕会被可能出现的某种现实威胁。现实总是显得虚无，不完美，让人害怕，毛骨悚然。使用电子设备的人在抵御“生活令人恐惧的一面”时，时常感到无助，这让人不快。对数字设备的依赖或许能够减轻人类对孤独或者死亡深深的恐惧感，但是这种依赖同时也会减少移情的能力，使人习惯于身体接触的缺失、离群索居的强大影响力以及对虚拟生活的偏爱。这种依赖会加强人的自恋、以自我为中心的生活方式和对自我的美化。这条理想化的道路最终只有一个目标：自我。这差不多就是四年前的整体状况。

▶ 短视频中的完美他者

2015年夏，当时还在汉堡做大学教授的维拉·金向我介绍了自己的研究。她研究的是数字世界中的儿童成长问题。金教授说：由于数字手段可以把远变成近，体验——作为生命体的核心——也会随之改变特性，与他人的相处方式也会改变。目前我们对于母亲和孩子长时间分离并通过网络电话进行交流会产生影响了解还不多，不过孩子至少能够知道，用这样的方式可以让远方的母亲来到自己身边，但是孩子同时也会了解到这种

“在身边”是有限的。从那些试图在屏幕上拥抱父母的小孩子身上，我们可以看到这种交流方式是多么令人沮丧。青少年对于数字设备创造出的亲近也会有两种体验：一方面享受总有人陪伴的感觉，从他人通过数字设备传递过来的各种回应感知自我，但另一方面，他们也在抱怨缺少生动的交流。

这位社会心理学家当时得出的结论是：数字化的或者真实的遥远并不简单地意味着损失或者收获，不管是对年轻人还是老年人都是一样。远方的那个人可以让人感到身体上的亲近和活力，同时也可以通过数字手段引起强烈的感受。主要的后果是，亲近和距离的含义发生了变化，例如在孩子与父母分离的过程中所展现的情况。未成年人待在家里也能了解远方，在虚拟空间里结识新的人，这会让他们心中对分离和联系、失去和拥有产生新的理解。大概就是这样，她目前还没法讲得更加具体。

2018年初，从金教授得出这个结论起已经过去了差不多三年，今天我们的所知是否更多一些？或者有了新的发现？我又找到了维拉·金，她现在已经转到法兰克福的歌德大学教书，是弗洛伊德学院的院长。我想知道金教授目前的研究结果有没有什么变化。我这个问题问得正是时候，她正好在写一篇文章，来总结她在对一些青少年进行了访谈之后得出的最新结论。她开始讲起自己的新发现，她主要关注到的是改变的速度和程度。下面就是经过浓缩提炼的谈话内容：

一些大规模的、具有代表性的研究（例如2015年的JIM研究）表明，十八九岁的青少年平均每天上网的时间超过四个小时，我们从访谈中能够看出，很多受访者已经无法清楚地区分线上与线下，因为在他们的主观感受中，自己几乎永远是在线上的。线上状态成为他们的内心世界：青少年如今已经将智能手机看作自己的一部分。这一点大家早已经意识到了。但是今天我们注意到，通过数字工具与他人保持不断的、身体也能感知的联系，极大地改变了外部世界与内部世界之间的关系，二者之间的界限也被模糊了。

青少年对自己进行预处理的性质改变了。他们维护自我形象的时候，就像每天重新估算利润率的企业家一样缜密。不断有新的“产品”需要尝试和评估，这个产品就是他们自己的形象。他们觉得不断晒照片是一项艰苦的工作，很多人在接受访谈的时候强调了修图对于引起他人

关注的重要性，这个过程伴随着对失去地位和丢脸的恐惧。不断的修饰和改变支撑着他们的焦虑，而真实的面貌是什么样没有人想知道。一个女孩告诉我们说：如果你让别人看了你真实的脸，那就会丢掉10000个关注。基本上看来，青少年在线上引起的关注越多，对那些真实存在于身边的人关注得就会越少，与这些人打交道的方式也会改变。从这个意义上讲，分散的注意力是不完整的注意力。如果母亲的兴趣和她眼中的光芒始终都是给了智能手机，那么就会产生一种特殊的三角关系：孩子与手机争夺母亲的注意力，或是跟母亲争夺那个被欲望控制的手机，或者说隐藏在手机里的那些东西……

但是触觉研究专家马丁·格伦瓦尔德说，只有通过拥有另外一个身体的他者的触摸和真实在场，我们才能确定自己的存在。那么对于那些基本生活在网络中的人，这个他者会怎么样？他会被遗忘吗？金教授沉吟不答，或许她从这个问题上听出了太多的文化悲观主义。维拉·金并不赞同所谓的“堕落说”。沉吟了一会儿之后她说：当然，小孩子是需要父母亲的亲身陪伴的，但研究表明，双方之间关系的质量才是决定一切的因素。如果孩子感觉母亲虽然人在，但是心却飘在其他地方，这种由数字化造成的心不在焉其实类似于情绪沮丧的母亲所表现出来的心不在焉，后者我们都熟悉，并且也是广泛存在的。但是一个人究竟需要多少能够感知到的、不三心二意的亲近呢？电话那头传来金教授响亮的笑声：“这可是个能得终极大奖的问题。”这当然没法有一个统一的回答。

那么这些研究的结果难道不会让人感到忧虑吗？金教授说的确有一些巨大的变化让人感到忧虑，特别是越来越常用、数量增长迅速的社交媒体，以及这些产品使人依赖数字世界的强大力量。它们会使人养成一些习惯，真实的人是否在身旁变得不再重要，取而代之的是网络中大量存在的，或许会更好的他者。理想从来不出现在我们所在的地方，它总是在其他地方，真实存在的人相对就显得并不完美，总是会有缺点。或许有些独特，但绝不是独一无二。跟别人不一样，比别人更好，不断追求改变：这就是网络的驱动力和魅力。

（《自我决定的孤独：难以建立亲密感的社会》[德]伊丽莎白·冯·塔登/著，顾牧/译，万有引力·广东人民出版社2023年3月版）

