

引用吧 #neuro-emergent 心得筆記

文 | 吳初喻

在本事藝術、引用吧、影片的空間裡，有表演者、書籍、堅果和啤酒的生命。我們有點緊張。在9月16日晚上，十來個人聚集在一起參加兩個小時的「腦影避難所 Compost yo! Neuro-emergent」活動。一些遠端連線和螢幕播放的問題、15分鐘的延後，虹霏先起了頭：我們試著以具身的故事、引用的政治來關注交織的歧視與社會和環境議題。

### 我們彎曲時空抵達彼此的各種不同方式

在《脆弱心靈：分裂社會的神經政治》序言中，喻俐雅回憶起在維吉尼亞大學教書的經歷。在那裡，大量無名塚被發現座落在校園旁，鄰近奠定學院的尊貴國家領袖墓地，學生們對不斷惡化的種族主義和未來的前景感到焦慮。那是在2016年至2017年之間，川普當選總統之前。喻俐雅在那時與現在都嘗試著從大腦的設定來抵銷現代性/殖民主義的設定。她在學術文本和歌曲中應用神經科學，重新書寫社會契約，承認我們容易偏見的大腦，面對排擠式的生存競爭心態，以對抗那種因歧視和貶低而滲透到骨頭、使肌肉癱瘓、有增無減的憤怒。

廖于吟回憶著看到川普當選美國總統以及熊本城因地震而倒塌的新聞時，她當時正在日本的長照機構見習，一邊著餵長者，一邊看著新聞參與這些歷史性時刻。在同一個時期，有十九個人在身心障礙機構被殺害的社會事件。她記得當時看著新聞，而身旁有一位慈父正在全神貫注地餵養著他身障的孩子。生命的價值不能單憑外表和能力來衡量——她在日本實習一年時寫道。現在她是我以及二十幾位照服員的主管，在台中的有本生活坊，我們是一個團隊，有數百名長者及身心障礙孩童在我們照顧的範疇。于吟曾對我說：細胞記得一切，別讓自己不開心。當我數度感到挫折想要放棄時，同伴們的鼓勵讓我有力氣堅持下去。我很高興能被她的務實智慧所圍繞。

### 有限的共感分子

兩位演講者在工作坊中皆提到一些驚人的數據：「思覺失調的比率在東南亞最高」意味著什麼？我們也反問了為何「世界衛生組織將失智症列為最耗費社會資源的疾病」？同一天早

上，我們在電視新聞中聽到新北市有人只因噪音而殺害了樓上鄰居，俐雅最近這一週也同樣經歷了思覺失調患者在居住的大樓鎖定年輕女性進行騷擾，她將在門外收到不需要的禮物的經驗寫成一首重金屬歌曲。

Neuropathik 樂團成員Nate和Han張瀚也到場支持，還有藝術家余曉冰，她在作品中運用堆肥技術，並啟發了這個工作坊的題名。我們討論了共感疲憊。以及如何為有限的共感分子安排使用優先順序的重要性。

雖然我對參與式藝術和社區營造有興趣。但或許是太緊張的關係，我這次對工作坊參與者表現得相當粗魯，不只以錯誤的印象介紹參與者，過多地分享了他們可能不希望我洩漏的私人故事。感到很抱歉。

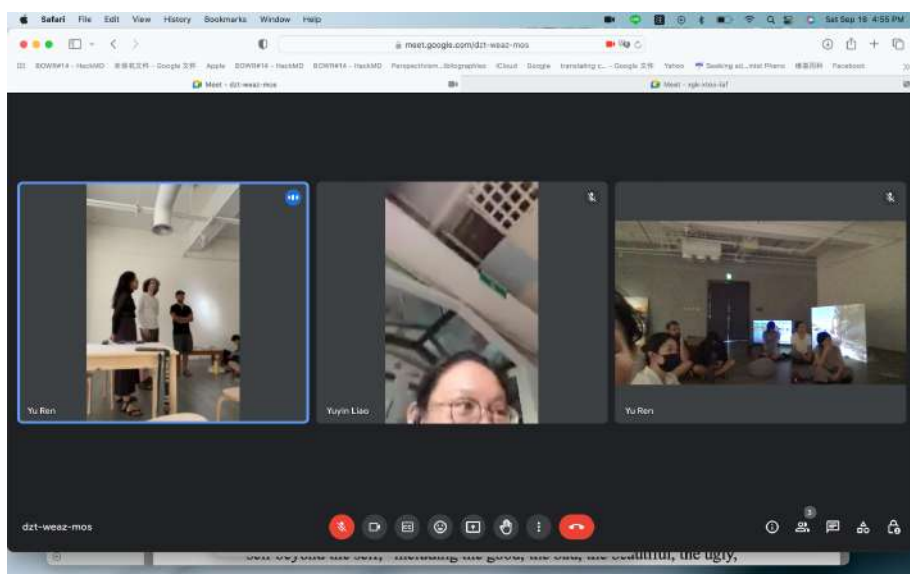
總之，在活動最後，我們一起朗讀了《脆弱心靈》序言中最後兩個結尾段落。這段文字比喻了我們如何使用樹木、樹皮和樹汁，以及我們思想及心靈的方式，兩者運用的方式皆可以是大相逕庭的，它們可以成為原住民的療法、籃子編織，也可能成為殖民者的武器，就在一念之間。

這些神經元的時空物質關聯性持續在我的體內交錯流動。像是當看到我所照顧的長者們緊張地聳肩和把腳趾頭縮成一團時，我知道這些是我們可以溫柔地提醒彼此暫停、呼吸和放鬆的身體跡象。我也對一些長者正在服用的保健補品、藥物和藥膏感到困惑。有些成分與土壤分析報告有相同的名稱，比如抑制皮膚刺激氧化鋅，還有緩解痙攣的鎂。測量高血壓和血糖，我們藉由識別、提取和分解事物，嘗試分開地把它們放回去，但最後似乎還是徒勞無功。試圖通過藥物而不是運動、改善環境來控制它們。或許我們需要向堆肥學習，雖然無法確切知道會發生什麼事，促成什麼樣的關聯性，但讓多樣的元素共存，尤其是那些我們所不願正視的問題，一起醞釀、一起行動。

(完)



感謝大家來參加！感謝鄭亭亭的啤酒、錄像作品。兩位講者的慷慨分享，Neuropathik 樂團成員的捧場。在這張照片裡，你可以看到我們豐盛的堅果、小披薩、柚子零嘴區。以及一日小小的神經、藥物與身心相關書展。

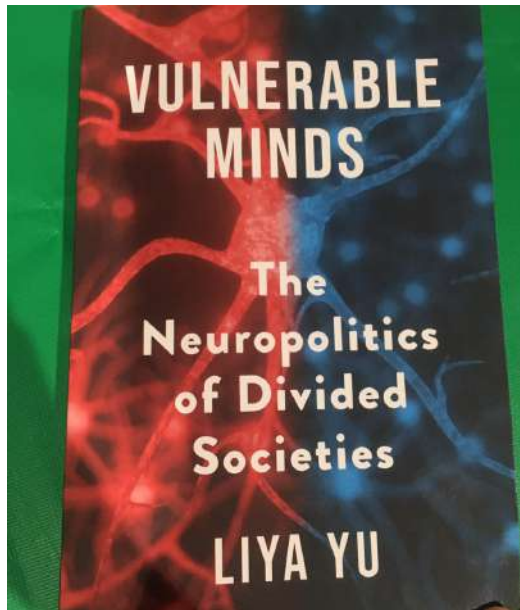


廖于吟那天跑到高雄聽劉若英的演唱會，選了一個離場地不遠的「喜憨兒綠野香蹤園藝餐廳」，居然當天只有她和朋友兩個客人，她推薦大家可以去。（後來的演唱會在這首膾炙人口的歌中落幕：後來，我總算學會了，如何去愛。可惜你早已遠去，消失在人海。後來，終於在眼淚中明白。有些人，一旦錯過就不再～）



小喻從家裡附近的圖書館借了一堆與神經科學有點相關的書，但無論再怎麼準備，還是覺得沒自信帶討論身心障礙的讀書會，感謝兩位講者的救火支援！國際衛生組織估計全球目前有五千萬失智人口，在2025年更會成長三倍達到一億五千萬。《法庭交鋒錄：失智症事件簿》聊到如何面對失智人口的攀升，許多台灣處理過的現實生活實際案例。

《精神病大流行》、《醫藥幽靈》是翻譯書，看看我們治理心理問題所延伸製造出來的問題。《榮格取向藝術治療》談心靈與自然的結合，和《生態心理學》都是Lucia Pietroiusti在Curating Ecological Worlds workshop參與同伴張惠笙推薦的書。《神奇藥繪2》有一些很神奇的碎形萬花筒圖騰，這些圖像所散發出的頻率據說可以治療各種疾病，包括憂鬱症、肌肉痠痛，還有改善運勢。《告別慢性發炎》裡有提到憂鬱症也是身體發炎的警訊，另外還有糖尿病、皮膚過敏、癌症也跟身體發炎也關。《悲傷的大腦》、《疼痛的隱喻》探究病痛背後想告訴我們的知識與訊息。



喻俐雅帶來她的書《Vulnerable Minds: Neuropolitics of Divided Society》（脆弱心靈：分歧社會的神經政治）。在最後一個章節裡，她提到在分歧的課堂中奠定共識的三步驟為：一、我們想要活在什麼樣的政治社會當中；二、有什麼樣的原則及價值是我們最珍視的；三、我們該如何運用社交的腦來達到那樣的理想境界。



廖于吟推薦的《穿別人的鞋》、《善良的歧視主義者》討論了如何盡量避免落入同理心及共感的誤區，提醒了我不要逼迫別人穿你的鞋、或是以他人壯大自己。



從左至右：小喻的蕉綠 / 焦慮及生活漫畫，喻俐雅的书《脆弱心靈：分歧社會的神經政治》及Neuropathik樂團團徽，廖于吟在2016年時拍的照片及障害者生存權心得文章。