



人類必須對人的需要進行反思，摒棄以消費為中心的生活機制。在這一過程中，睡眠作為人的基本需求，承載了人類的理想和創造力。

## 晚期資本主義的無眠時代

黃鳳祝



喬納森·克拉瑞 (Jonathan Crary) 著作《24/7：晚期資本主義與睡眠的終結》(24/7: Late Capitalism and the Ends of Sleep)。 (資料圖片)

在《24/7：晚期資本主義與睡眠的終結》一書中，文化批評家喬納森·克拉瑞探討了信息技術與資本主義的發展對人類時間概念的異化。以機械生產為標誌的早期資本主義，創造了工作時間與非工作時間的區別；而以信息技術為標誌的晚期資本主義，打破了工作、休閒與睡眠的界限，使八小時工作制失去本來的意義。在克拉瑞看來，信息技術的高度發展，並沒有減少人類的工作時間和工作壓力，相反，無間斷的生產和消費模式使人陷入一種持續運作的狀態，形成一種新的奴役機制。

### 工作與非工作時間界限漸消失

在晚期資本主義社會，衡量人類社會進步的標準之一是國民生產總值與資本的積累。消費促進生產，增加產值。人在睡眠時，不事生產，也不消費。網絡資本主義的氾濫，質疑睡眠存在的意義。睡眠也因此成為技術與資本「謀殺」的對象。

作為紐約哥倫比亞大學的教授，克拉瑞處於晚期資本主義社會最前沿的地帶。他用「24/7」為人類勾勒出了一個新的數字化存在：為了滿足最大限度的消費和生產，每周七天，每天二十四個小時，人都應該保持清

醒的狀態。24/7的靈感來自一種叫做白冠帶鸚的候鳥。每到遷徙的季節，這種鳥能夠七天七夜不睡覺，日夜兼程，直到抵達目的地。美國五角大樓投入了大量經費，用於研究白冠帶鸚的生理結構和生活習慣，探索如何培養人類擁有這種特殊的能力。

創造出一個七天七夜無需睡眠的「超人」，對於人類的軍事和經濟活動具有重要的價值。但是由此也產生一個問題：人是一種工具，還是一種目的。在24/7的社會中，人成為被他者建構的對象，而不再是自我建構的人。

資本與技術對人的這種異化，並非晚期資本主義的特殊產物。馬克思對早期資本主義的批判指出，資本主義的內在邏輯就是不斷喚起新的需要，使人產生新的依賴，由此創造出支配他人的力量，使個體淪為他者的工具。數碼技術和新媒體的快速發展，推動這種異化走向極致。

在網絡時代，生產與消費不再局限於特定的時間和地點，日與夜、私人與公共空間、工作與非工作時間的界限逐漸消失。在24/7的社會中，睡眠成為衰老的代名詞，年輕人必須時刻保持「清醒」，以免錯失體驗新事物的機會。個體必須不斷生產消費，獲取信

息，感受生活。現代人熱衷於各種表面的、感性的事件，享受刺激帶來的快感，缺乏探究事物本質與社會效果的耐心。只追求發生，不理會後果，不斷消費着自己的健康、生命與安寧。

技術的進步並不同於人類社會的進步，也無助於提升人的道德能力。德國哲學家哈貝馬斯認為，交互行動和話語倫理是構建民主的基礎。但是現代溝通技術的進步，並沒有使人類社會走向民主，反而使控制達至空前的嚴厲。網絡時代的人類處於一個溝通過度的時代。信息技術本應使話語溝通更為便捷，但是在線網絡卻用商品取代語言作為交往與溝通的工具。工業化生產向大眾承諾，人們將在消費實踐中獲得真正的民主。但是在現實中，民主卻不得不屈服於消費的專制與技術的獨裁。

## 睡眠是反抗經濟化最後手段

在只有座機電話的時代，人們姑且可以保留一片不受外界干擾的淨土。手機時代，人與人之間可以隨時隨地溝通，在享受這種自由的同时，人也處於一種隨時隨地被干擾的狀態。把手機調為靜音，只是一種消極的辦法。隨着智

能手機的普及，電子郵件、電子商務、電子廣告和社交網站的海量信息幾乎覆蓋了現代人的全部時空存在。

個體需要休息、安寧和獨處，來充實自我，促進人的創造力。為了保證員工在休假時獲得充分的休息，部分企業在郵件系統中設置了特殊的程序，發給休假員工的電子郵件會被系統自動刪除。一些企業鼓勵管理人員學習瑜伽冥想，使其在工作時保持活力。但是上述做法並沒有改變現代企業的本質，企業關心的問題是：相應的措施能否提高員工的工作效率。在無間斷的生產消費過程中，員工扮演的是工具性的角色。

克拉瑞認為，信息技術破壞了人們的傳統作息時間，試圖佔領人類生活的所有領域。在全球資本主義高效運作的營銷體系中，睡眠被轉換為待機狀態，人可以隨時隨地被喚醒，以便繼續從事生產和消費。晚期資本主義追求睡眠的終結，睡眠也因此成為人類反抗資本與技術異化的最後陣地。

睡眠作為人類救贖的手段，這一說法並無新意。莎士比亞把「清白的睡眠」視為「日常的死亡」。在悲劇《麥克白》中，莎士比亞喊出了「麥克白殺

害睡眠」，探討睡眠之於人生的淨化作用。在權力欲望的驅使下，麥克白謀殺了國王鄧肯，良心上的不安使他失去了睡眠。

塞萬提斯在小說《唐·吉訶德》中，提出了關於睡眠的兩種人生態度。唐·吉訶德認為自己是醒覺而生，必須勤奮工作，不惜熬夜。他的僕人桑丘是小人物，不懂得大道理，生來便為了睡覺，但卻在睡眠中發現了人類的共性：無論是牧童還是國王，愚人還是智者，睡眠面前人人平等。在睡眠中，克拉瑞發現了人類作為一個共同體的潛能。在他看來，睡眠不僅僅是個人化的行為，也體現了人類社會行為的延續性，是現代人拒絕工作、拒絕消費、拒絕資本控制的主要表達方式。

在24/7的社會中，睡眠作為現代人反抗社會生活經濟化、貨幣化和金融化的最後手段，更多的只是一種象徵。網絡時代無節制的消費與生產，污染了環境，謀殺了睡眠。要改變這種無間道的資本運作體系，人類必須對人的需要進行反思，摒棄以消費為中心的生活機制。在這一過程中，睡眠作為人的基本需求，承擔了人類的理想和創造力。

（作者是德國慕尼黑大學哲學博士、上海同濟大學人文學院教授。）