
放寬防疫措施去減低抑鬱是以火救火

余創豪 chonghoyu@gmail.com

自去年 11 月底，名義上洛杉磯的餐廳、酒吧、健身房、電影院和其他室內的公眾場所必須要求顧客出示疫苗接種證明才能進入，但根據筆者的經驗，這種疫苗通行證措施是名存實亡，雖然很多餐廳在門外出示這要求，但是根本沒有執行。筆者完全理解為什麼會這樣，直至現在，很多美國人仍然堅持不注射疫苗是個人自由，又認為疫苗通行證是歧視的做法。在過去曾經發生過無數次店員拒絕不戴口罩的顧客入內，結果被顧客毆打，甚至槍殺。德州州長艾伯特（Greg Abbott）亦是執著人權和自由的論據，向聯邦政府提出法律訴訟，反對疫苗強制令。

其實，餐廳和其他商店一直都有權拒絕提供服務給某些客人，最常見的例子是「衣履行不整，恕不招待」。在新冠肺炎疫情之前，筆者曾經到非洲旅行，當地法律規定入境者必須出示黃熱病、霍亂……等多種疫苗接種證明才能夠入境，這些措施完全不涉及任何歧視的問題。



#西安盒马生鲜 #西安封城 #無限之戰

(開啟字幕) 西安孕婦失救、運動式清零與魁隆 (Thanos) 的無限手套，John Harris的Survival Lottery哲學，20220109

72,034 views · Jan 9, 2022

👍 4.9K 🗑 DISLIKE ➦ SHARE ➦ SAVE ...

在大西洋彼岸的法國，因新冠肺炎而入院的人數急升，其中超過八成半入住深切治療部的人都沒有注射疫苗。儘管如此，昨日約有十萬名法國人上街示威，抗議政府推行疫苗通行證等嚴格的防疫措施，法國總理馬克龍不為所動，他回應說：「身為公民，應該要負起公民責任。」

不過，昨天筆者在 Youtube 聽到了一個另類的意見，著名 KOL 趙善軒博士就著嚴謹防疫和自由生活的矛盾，提出了兩種不同的哲學：滅霸哲學和美國隊長哲學，趙善軒指出：某些國家和地區採用運動式清零政策，嚴厲地限制了人民的生活自由，這有點像漫威科幻電影《復仇者聯盟》裏面的滅霸（Thanos），滅霸在彈指之間令整個宇宙的人口消失了一半，他認為在缺乏資源的壓力底下，令人口稀疏才可以改善所有人的生活，換言之，集體主義可以犧牲所有能夠犧牲的人，嚴苛的防疫措施反映了這種滅霸哲學，即使人民的生活不自由，內心抑鬱，亦在所不計。但另一方面，美國隊長卻擁抱著截然不同的看法，他不願意犧牲所愛的人，例如蜘蛛俠、奇異博士，他們情願自由地、混亂地生活下去，這是復仇者聯盟的人生哲學。趙善軒身處英國，他以英國為例，縱使英國的疫情仍然嚴峻，約翰遜首相卻選擇鬆懈防疫政策，免致人民受到心理抑鬱的創傷。

在過去我同意趙博士大部分觀點，但這一次我不敢苟同。分析滅霸哲學和美國隊長哲學，可以由哲學和心理學兩個角度去考慮，在哲學層面方面，文章開首已經提及過個人自由並非毫無限制，而是需要受到尊重其他人權利和履行公民責任的制衡，在下面我將會集中討論嚴苛抗疫政策造成抑鬱的問題。

直到目前為止，全球新冠肺炎死亡人數已經超過 500 萬，美國的病故人數高達 86 萬，這已經超過了一次大戰、二次大戰、韓戰、越戰死亡數字的總和。在二次大戰期間，許多參戰國人民的生活都被戰時措施擾亂，例如食物和其他資源都要配給，晚上需要燈火管制，而且會受到性命朝不保夕的威嚇。有趣的是，社會學家法蘭·法拉第（Frank Furedi）指出：在戰後這些社會都並沒有出現大規模的抑鬱或者其他心理創傷後遺症。

現在的防疫限制措施和戰時的相比，可說是小巫見大巫，但現代美國人承受苦惱的能力遠遠低於上一代，不少論者指出現在有兩場瘟疫，一個固然是新冠肺炎，另一個是虛假資訊的流播，其實美國有三場瘟疫，還有一個是濫用藥物的疫情，美國在過去一年因用藥過量致死的人數已經超過十萬人，較前年同期增幅接近三成，比 2015 年的數字增長超過一倍，這數字較車禍喪生或槍擊致死的總和還要高。專家認為，新冠疫情助長了濫用藥物，疫情帶來的孤獨感和抑鬱令更多人濫藥。以濫用阿片類藥物（opioid）而言，美國是全球第一，這現象反映出很多美國人心靈脆弱。

然而，為了減少人民抑鬱和濫藥而放鬆防疫措施，這好像是以火救火，一來疫情會繼續沒完沒了，二來普遍人民的適應能力在溺愛下只會越來越差。筆者的理據之一是：美國已經投放了大量資源去應付藥物濫用和心理疾病等問題，但只是每況愈下。

任何危機都是一個契機，在戰爭時期，有魄力的領導人可以令一盤散沙的人民學習犧牲和履行公民責任，同樣道理，在病毒大流行挑戰下，這是一個學習怎樣提升自我調節能力和適應環境的機會。

2022 年 1 月 10 日

原載於《加州版號角》

[更多資訊](#)