

第十章——分离的意识形态

1. 按年龄划分的分离

(1) 在本章中，我们将讨论体制如何通过制造分离来控制人群。不过，对于因致命疾病导致的人群隔离，这里不会展开细说，因为第六章已经讨论过，这里简单概述即可。这类隔离通常是暂时的，因为当人们逐渐适应最初让他们恐惧的疾病后，它就不再是有效的控制手段。

(2) 致命疾病常常被体制当作借口，用来让人们在身体上保持距离，并规定他们的行为方式。我并不是否认这些疾病的存在——它们确实存在。但其中很多，其实只需要隐瞒与营养相关的关键信息，就可以被轻易诱发。

(3) 因此，我认为大多数全球性的疾病暴发，都是由体制人为制造的，要么通过急性饥饿，要么通过长期营养不良。后者指的是，即使人们没有饥饿感，也无法获得身体所需的营养。从我的观察来看，病毒可能与缺乏铁和维生素C有关，而肺部和骨骼疾病则似乎与缺乏天然牛奶及其制品有关。医院的结构本身带有支配性，而大规模疾病则把这种控制扩展到整个社会。

(4) 现在我们重点讨论的，是基于年龄的分离。这是一种利用年龄分类来分配角色、规定行为方式的意识形态。时间被工具化，既作为控制手段，也成为实施社会性压制的理由。

(5) 大多数时候，我们甚至察觉不到年龄分离的影响，因为它被包装成文化的一部分——从某种程度上来说，它确实也是。正如上一章所说，人类使用时间来更好地管理自己。但在这种可能带有自然属性的结构背后，还存在另一种更具压迫性的结构，是通过特定观念被植入的。

(6) 时间既被用来剥夺资格，也被用来赋予资格。但体制赋予我们的“资格”往往是负面的——它们让我们有理由去不公正地对待那些无法自我辩护的人。我们的声音——本应是最重要的“资格”之一——在每个年龄阶段都被剥夺，取而代之的是对我们该说什么的持续指令。而通常，如果我们不重复体制设定的话语，就根本不会被听见。这也是为什么年龄常常被当作让人沉默的借口。

(7) 在年龄分离的视角下，人生被当作一种机械流程——可预测、有剧本、并且排斥尝试。这会让我们逐渐抹去自己的记忆，因为一切都变得不再值得记住。但事实上，人生的每一个阶段都应该充满探索与快乐。

(8) 如果只是用于个人成长，将人按“成熟度”分类或许是有帮助的。但现实中，它往往变成一种分裂的工具——而本应只局限于教育或发展情境中。成熟反而被不断推远，而不同年龄阶段则被用来把人困在固定的心理阶段里。

(9) 在课堂上，那些年龄与同龄人不一致的年轻人，往往被体制视为风险对象，因为他们更难被控制，从而受到排斥。在这种背景下，巴西推行了“自动晋级”制度，把年级与年龄直接挂钩。这样一来，体制可以用统一方式管理学生，同时鼓励群体内部互相监督，使成员充当体制的执行者。

(10) 更讽刺的是，即使有了这种“便利机制”，巴西的辍学率依然居高不下。这是因为，一旦学生跟不上进度或出现困难——而这种制度本身就会制造困难——他们往往被直接排挤出学校。结果就是，体制一边加剧辍学问题，一边把责任归咎于其他原因。此外，这种结构还导致许多人即使进入大学，仍然处于功能性文盲的状态。

(11) 在《黑客帝国》中，人类被置于类似植物状态，困在人工子宫里——他们从未真正出生，只是像电池一样为系统提供能量。这与平克·弗洛伊德的《墙上的另一块砖》³⁰⁴表达的是同一个意思：人被塑造成没有思考能力的劳动者，失去个性，为机器服务。按年龄划分的意识形态一方面夸大、另一方面贬低不同年龄的人，但结果是一样的——人变得无意识、机械化，无法真正掌控自己的人生。

(12) 一些养老院通过有害做法体现了这种人的停滞，比如工作人员把情绪激动的老人手脚绑在轮椅上。这不仅让他们失去行走和自主活动的的能力，还会导致肌肉萎缩、器官衰竭，最终走向死亡——而这一切却被说成是“为他们好”。

(13) 人被当作生命不属于自己来对待，其发声和维护自身权利的能力被限制。结果，人们往往选择顺从体制的建议或强加的规则。

(14) 理想情况下，人不应该把自我割裂，而应在成长中仍然保持本真——那个曾经出生的自己。由于对人类智慧的压制，按年龄划分的分离使社会整体呈现出一种“失败者”的人格。同时，很多人也把年龄当作施加不当行为的借口。常听到类似的话：“我能这样做，因为我还年轻。”这种说法往往被用来为错误行为辩护，把年龄当成一种“特权”。

(15) 人在一生中难免犯错，这本应得到一定程度的包容。但我们没有故意犯错的权利。一旦一个人开始有自我意识，就要承担责任——不仅是对自己的人生，也包括对那些尚未达到这一阶段的人。我们都可以学习，也可以分享自己的经历。因此，在人生的任何阶段，都不应把自己当作不负责任的“特权者”。

(16) 家庭本应是不同年龄的人自然交流的理想场所。但正因为如此，它也成为体制推动分离的重要目标之一。所谓的“代沟”，同样是在这种推动下被不断强化的。如今，一些主导力量甚至鼓励孩子表现出不尊重甚至专横的态度，以此压制父母。

³⁰⁴ 《Another Brick in the Wall》是英国乐队Pink Floyd创作的摇滚歌剧《The Wall》中的歌曲，属于前卫摇滚风格，由贝斯手Roger Waters创作，发行于1979年。这是一首反对学校制度中僵化与顺从角色的抗议歌曲。： https://en.wikipedia.org/wiki/Another_Brick_in_the_Wall.

(17) 人在任何时刻都可以活得完整而充实，但社会却倾向于把人推向“别的时间”，让他们远离当下。年轻人被不断推向未来，而老年人则被困在过去——仿佛前者尚未获得幸福的资格，后者已经失去了它，尽管人始终都需要幸福。

(18) 在宇宙的流动中，一切都是短暂的；我们会经历所有年龄阶段，但不会停留在其中任何一个。没有哪个人生阶段应该被忽视。然而，童年往往被轻视。在我的童年时期，一些军人家庭的孩子透露了许多关于独裁统治的信息，这也反映出人们对儿童心智的忽视——而这些孩子如今已经成为成年人，当年却曾接触到特殊的信息。

(19) 许多父母把孩子当作没有能力的人，对他们过度保护、限制独立性。比如，母亲在孩子早已过了婴儿期后仍使用“婴儿语”与其交流，这正是这种现象的体现。这会助长不成熟，并逐渐形成有害的社会结构——从以孩子为中心的家庭开始，最终延伸到诸如大男子主义等问题。

(20) 把人“幼儿化”看似是一种照顾，实际上却是在伤害他们。过去，即使是儿童国王，也会被以成人的标准尊重。在《圣经》中，孩子被称为珍宝。但如今，孩子却陷入一种矛盾的处境——一方面被剥夺自主性、事事被指示，另一方面又被放任去消费垃圾内容，却缺乏引导。

(21) 孩子常常被当作低于成人的存在，被困在某种“年龄等级”之中，这种结构会在他们的记忆中留下负面的烙印。《70年代秀》³⁰⁵很好地展示了这种基于年龄等级的支配关系。剧中父亲的姓是 Foreman——这是美国常见的姓氏，但在英语中，“foreman”本意是“工头”或“监督者”。他对孩子要求过度的尊重，却以不尊重回报；而母亲则以幼儿化的方式对待他们。

(22) 如今，成年人在知识上占据主导地位，但孩子同样具备独立思考的能力，也能提出有价值的见解。他们确实需要边界和榜样，但同样需要被鼓励表达自己的想法。成年人也应该解释为什么接受或否定孩子的观点，而不是一味忽视或打压他们的梦想。

(23) 在童子军活动中，孩子被鼓励每天做至少一件好事——这个简单的习惯会推动他们成长，让他们拥有目标感：完成一个任务，再迎接下一个。这不仅关乎意志力，更关乎善意。理想情况下，我们都应同时追求个人成长和集体进步。习惯于解决不仅仅是自己问题的人，往往成长得更快。不断让思维朝着更多解决方案和更大成果前进，本身就具有强大的力量。

(24) 在童年时期坚持每天行善，会强化并正面塑造我们的记忆，使每一天都成为充满感激与光亮面孔的美好回忆。这种体验会深深刻入内心，并在未来帮助我们消解创

³⁰⁵ 《That '70s Show》是一部共200集的电视剧，产自美国，由The Carsey-Werner Company制作，1998年发行: https://en.wikipedia.org/wiki/That_%2770s_Show。

伤和失败感。每一次善举都是一种没有对手的胜利，因为能够坚持行善的人，本身就具备这种能力。

(25) 行善是一项额外的行为，因为从原则上讲，我们应始终努力成为善良的人，而不仅是在特定时刻如此。此外，行善不应只是为了利益，尽管它可能带来回报；否则，它就不再是出于善意，而变成了出于私利的行为。

(26) 每天做一件好事，会让我们感到时间被充分利用，仿佛在过更充实的日子。这种习惯会形成一连串积极的思维，从而真实且更早地促进成熟。当我们选择行善的那一刻，其实是在提供一个触手可及的解决方案。

(27) 我认为，孩子也需要在自身能力范围内采取行动，去支持自己的生存，就像成年人一样。否则，过度依赖他人会在心理上造成负担。

(28) 只有在面对不利情境时，我们才能真正判断自己是否善良，因为许多人会在那种时刻变得恶劣。因此，为了避免对自己产生负面的意外认知，我们需要通过行动来提升这种学习能力，主动面对挑战，唤醒内在的良好本能——而不是被动等待他人，这样只会助长不良倾向。

(29) 因此，我并不认为童工在任何情况下都是错误的。我记得自己曾帮一些老人把购物袋提回家——只是顺路做件好事。有一次，一位女士告诉我，我这样做会让那些希望通过这类工作赚钱的孩子失去机会。于是我停止了，即使那并不费力。但那件事让我意识到：孩子获得报酬本身没有问题——前提是这是他们自愿的选择。

(30) 由于我们的体制传播的是与人性相反的观念，它也在推动一种“依赖性语言”。在这种情况下，它实际上与童子军理念形成对立。当时有大量描绘可怕夏令营的虚构故事被传播。在这些故事中，年轻人往往不愿意参加露营，而且事情总是因为竞争中的不诚实而变糟。

(31) 可惜的是，即便父母试图关闭电视和互联网来阻断这些影响，孩子仍然会听到这些故事——因为它们被反复传播，人们在离开屏幕后仍不断讲述。但父母可以改变这种局面——他们可以亲自带孩子去露营，并在实践中加以引导。

(32) 本书中许多思想，其实是在我20岁之前就已形成。当时我还制作过图表，说明“支配”是如何运作的，并且已经对基于年龄的分离提出警示。然而，我的年轻常常成为这些观点被认真对待的障碍。人们总说，随着时间推移，我的想法会发生巨大改变。

(33) 人们常说青春是人生最好的阶段，但实际上，从童年结束后，年轻人就已经开始承受各种压力。有人谈到“黑人青年遭受的种族灭绝”——这确实存在。但不只是种族问题，贫困青年整体上都在被压迫，仿佛他们的时间和行为都没有价值。

(34) 体制以一种混乱的方式操控年轻人，在性压抑与放任之间不断摇摆。一方面，它推动高风险的性行为；另一方面，又剥夺他们掌控自己人生的能力。过早的性化被用来拉开年轻人与家庭的距离，使他们更容易陷入性剥削和劳动剥削。这种机制通过制造性需求和早育，把年轻人推向必须工作养家的境地。

(35) 很多时候，我们会通过重新认识童年的自己来找回身份认同。然而，我们的缺点往往说明我们停留在某个阶段。专制型父母常常延续他们小时候的任性与专横，只是对象从自己的父母变成了自己的孩子。

(36) 在按年龄划分的体系中，“资格”就像配给品一样被分发。大多数时候，我们要么被说成太年轻、不懂事，要么被说成太老、无法清晰思考。只有在四十到五十五岁之间，人们似乎才短暂摆脱这些偏见——而且一旦出现其他标签，比如所谓的“激素变化”，这种认可又可能被再次剥夺。例外很少，因为机会往往只留给服务于体制利益的人。

(37) 年龄分离的意识形态让老年人处于心理上的脆弱位置，把人的整体人格割裂开来——仿佛每进入一个新阶段，我们就不再是原来的自己。

(38) 身体的衰老会带来外貌和社会地位的变化，从而增加身份认同流失的风险。如果缺乏心理准备，人随着年龄增长而陷入抑郁是可以预见的。从社会层面看，老年人常被孤立，人际关系被限制在伴侣范围内，这会损害自我认知，并加剧身份的丧失。

(39) 人类心理的脆弱性在某些时刻会表现得很明显——比如一个人反复讲述同一段记忆。这种重复往往与创伤有关，而创伤可能在任何年龄、因各种原因出现。

(40) 有时，反复的思维可能意味着执念；但完全回避对记忆的反思同样有害。在人生的不同阶段直面负面体验，有助于形成一种“心理免疫”，预防未来的抑郁。如果这些问题在年轻时没有得到处理，它们往往会在老年时期加剧。虽然那时更容易陷入记忆的固着，但也可能具备更强的化解能力。

(41) 在晚年扮演“受害者”的角色，既可能是一种标签，也可能是一种策略。沉溺于带有忧郁色彩的过去，会阻碍真正的成长——无论年龄多大都是如此。

(42) 成熟从不嫌晚。想要在心理和情感上更好地老去，最有效的方式之一是学会感恩——感谢每一段经历，也感谢生命中遇到的每一个人。我们应克制抱怨的冲动，相信一切都有其更大的内在逻辑，即便这种逻辑未必完全被我们理解。如此，我们才能从出生到生命终点，都活得更从容、更完整。

2. 自我中心与个人主义——基于性取向的歧视³⁰⁶

(43) 个体特征常被用来划分社会角色和刻板印象，由此衍生出一种与虚荣相关的状态，即个人主义。在个人主义影响下，人们彼此竞争，各自维护自身类型、对立他者，从而形成基于性取向的分裂性意识形态。这类意识形态包括以性别（男性、女性、同性恋）为基础的支配观念，以及种族主义和资本主义等。

(44) 个人主义意识形态被体制化的支配逻辑所利用，主要目的是破坏以团结为基础的健康家庭结构。这是一种最基础的“分而治之”的方式。这些观念会对性进行歧视，而性本是家庭形成的基础。在人类早期，父权结构未必受到这些意识形态的影响，可能曾是一种更具人性、也更理想的家庭形式。

(45) 如果这一观点成立，那么最初的父权结构并不会僵化地划分父母角色，而是强调责任的共享。在这种情况下，最早出现的个人主义意识形态可能正是“父权主义”，它将男性单独划分出来，推动人类从以家庭为中心逐渐走向以个体为中心。

(46) 父权意识形态促使家庭成员被分配到不同角色，从而成为控制的起点。这些角色影响着人们的穿着与行为方式。于是，从两性出发，社会通过“性别”构建出无数生活方式。体制还通过对差异进行刻板化来拉开人与人之间的距离。然而，更健康的方式应当是把差异视为个体特质——一种带有愉悦性和表达性的个人属性。

(47) 通过对性关系的规范来实现生育控制，是体制控制个体性行为的最初理由。这种控制甚至体现在看似与性无关的意识形态中，例如种族主义和资本主义，它们规定了人与谁可以交往或结婚，从而削弱人与人之间的真实联系。

(48) 对性的控制之所以具有破坏性，是因为它往往走向矛盾而极端的两端：一方面造成心理压抑，另一方面又助长放纵。社会层面的自我意识，反映出个体在性需求与道德之间的撕裂状态。强制性的性行为与心理压抑这两种相互冲突的现象，却在社会中同时存在。当性处于这种冲突之中时，往往会变得强迫化，并催生围绕性癖好的消费市场，从而干扰甚至主导亲密关系。

(49) 当今社会不断暗示，人必须通过性行为来“证明自我”。这种观念反而抹去了个体身份——因为如果一个人从未在独立状态中认识自己，就难以真正理解自我。在群

³⁰⁶ “歧视”在此指的是基于个人特征侵犯他人权利的行为。

体环境中，心理压抑被潜移默化地制度化，成为一种目标或群体提升的方式。而社会真正排斥的，其实是缺乏性行为或性欲，这进一步推动人们陷入空洞的关系之中。

(50) 以“文明”为名去否定他人的性取向，结果往往适得其反，使人失去人性。这是因为，对性的管理无法通过外在强加实现，只能依赖自我约束。提升性体验以及自我控制能力，归根结底只能建立在自由意志之上。

(51) 同时，解决性问题的方式并不总是依赖于与他人的身体结合。自慰可以作为一种自我认知与平衡的方式，使个体能够独立满足自身的性需求。从理论上讲，每个人都应具备通过自身满足这一需求的能力。

(52) 在很多情况下，通过自慰获得高潮反而比性行为更容易。如果采取适当的方式，这种行为并不会带来伤害，例如避免接触色情内容，并在行为前进行自我反思或内心沉静。不过，它应当用于释放过剩的性欲，而非作为娱乐或习惯，否则过度会导致身体疲劳以及心理层面的影响。

(53) 另一方面，体制也在推动性行为的增加，使其失去自然性。许多人变成了“性表现的追求者”，关注的是表现与投入，而非真实的感受。这导致越来越多的人被忽视，同时也滋生出有害的行为方式，因为关系建立在表层互动之上。在这种情况下，高潮往往只是生理反应，从而引发对满足感的不断追逐。

(54) 人们发生性行为，可能出于生理、理性或精神层面的原因。仅建立在生理吸引上的关系是浅层的，会削弱个体价值。即便结合了生理与理性，也未必带来真正的满足。唯有融入精神层面的联系，才可能获得完整的满足。

(55) 无论做什么事情，无论多么微小，都应常以常识作为指引。另一方面，一个人不会因为缺乏性欲或没有性行为就不再是“有性的人”。不想发生性行为是完全正常的。真正不健康的，是在任何时间、地点，对任何对象都产生性冲动的欲望。把性当作解决一切问题的方式，本质上是一种崇拜。然而，当今社会乃至长期以来的主流观念，却往往把这种“性崇拜”当作行为标准。

(56) 虽然性是人类存在的一部分，但能够控制它，甚至在没有它的情况下生活，会使人达到更高的境界。性行为只是人生中的一个部分，而对低等动物来说却并非如此。不过，要达到这种状态，需要心理上的平衡。如果性占据了过多的时间和精力，就应寻求专业帮助，因为人不应仅仅被这一点所定义。

(57) 性自由运动源于人们希望摆脱通过性实施的控制。这些运动本不应与放纵混为一谈——那对任何人都没有益处——但它们常被刻意丑化成那样。即便

是本不依赖这些运动的异性恋男性，也常在“大男子主义”的语境下被塑造成放纵形象。

(58) 所谓“男性权利”在大男子主义中的矛盾尤为明显：许多男性自称基督徒，却同时鼓吹男性的出轨行为，尽管耶稣明确反对这一点。事实上，鼓吹放纵的人，已经逐渐从例外变成常态。

(59) 同时，通过不断尝试来寻找关系，不应只被视为男性的特权。行为本身并非问题，关键在于行为时的内在动机与思想。

(60) 例如，用一个词就足以指代“通奸者”（在葡萄牙语中为阴性形式“fornicadora”³⁰⁷），再根据需要加上“同性恋”“异性恋”或“双性恋”等限定词即可。

(61) 从生物角度看，只有两种性别和两种基本性取向；但由此衍生出的心理类型却更加复杂。然而，社会通过标签和绰号，一方面鼓励异性恋男性的放纵行为，另一方面压制其他人，这反映出人类认知中仍然存在的原始性。

(62) 直到今天，异性恋男性中的放纵者仍被称为“猎人”，在大男子主义的推动下被鼓励追求表面的性关系。在巴西，他们的住所甚至被戏称为“屠宰场”，暗示女性在这种关系中会遭遇“社会性死亡”，受到名誉损害。当人们想表达某个男人与女性发生关系时，会用“吃了她”这样的说法。

(63) 对同性恋者来说，这种情况更加严峻，因为这种污名化也会波及他们的伴侣。这场“狩猎”的真正武器，是社会的目光——它针对一切女性化的表现，通过羞辱他人来强化所谓的男性“自尊”。

(64) 在历史上，与性相关的“贞洁”或“名誉”几乎只被要求于女性。然而，荣誉本应指导每个人的行为，而性只是其中的一部分，与性别或性取向无关。违背这一点，只会延续不必要的原始观念。放纵的性行为对任何人都没有益处，它会削弱品格，也会损害积极的情感。

(65) 带有性别歧视的绰号被用来羞辱他人，并不断演变，像需要持续更新的暗语一样。在巴西，如今“通奸”常被称为“拿下”。当人们表示某人与他人发生性关系时，会使用“拿”这个动词。在葡萄牙语中，这个词同时也带有“夺取”或“占有”的含义。这种表达反映出一种掠夺式性行为的蔓延，其中往往伴随着缺乏同意，甚至涉及未成年人。

(66) 我认为，这些用语的产生都与体制性影响有关，而较新的表达方式则多来自大众媒体。一些富有的商人凌驾于法律与政府之上，形成一种企业主导的权力结构，他们出资让许多女性在节目中进行脱衣表演。随着这些内容的传播，大量针对女性的侮辱性语言开始被公开使用，却没有被视为侮辱。

³⁰⁷ “通奸者”在此指因轻率、不负责任或过度行为而发生性关系的人。

(67) 与此同时，在体制影响下，一些女性开始拒绝“受害者”角色，转而与男性竞争“猎人”这一不诚实的角色。此外，女性所追求的平等理念也被扭曲，被简单等同为追求放纵的权利——尽管这确实是一种权利，但绝非她们唯一的诉求。

(68) 我们的社会正在传播一种叙事，反映出对某些行为的容忍，而这些行为与性侵犯和对未成年人的侵害有关。近年来，通过媒体传播的一些巴西流行音乐作品中，频繁出现涉及“年幼女孩”的表达³⁰⁸，甚至对相关犯罪进行美化³⁰⁹。未来，人们回看这些内容时，可能会感到震惊。

(69) 此外，尽管1996年第9.294³¹⁰号法律对相关内容进行了限制，但在2016年前后，广告中仍常把女性塑造成穿着暴露、为一群男性提供啤酒服务的角色。这种表现形式在潜移默化中，将女性身体的服务性、多人性关系以及借助某种物质实现这一切联系在一起。

(70) 这种关联在1995年推出的歌曲《Na Boquinha da Garrafa》中已有体现。这首歌由“É o Tchan”组合演唱，虽然发布于相关法律出台之前，但在之后多年仍被媒体广泛传播。

(71) 在这首歌的视频中，舞者会做出蹲下的动作，使身体部位对准啤酒瓶口，而这种瓶子的形状逐渐被赋予象征意味。这种带有性暗示的表现形式随着时间不断强化，并在一定程度上助长了对女性的攻击性理解。在某些解读中，这类表演被理解为对性行为的隐喻。这样的演出方式把女性等同于物化的存在，仿佛其唯一作用是带来感官刺激。³¹¹

(72) 因此，除了对女性物化带来的道德问题外，还涉及酒精本身的影响。尽管曾规定酒类广告只能在晚间特定时段播放（并在2006年才扩展至啤酒）³¹²，但类似表演却在任何时间段都能出现，实际上构成了间接的酒类宣传。从更理性的角度来看，全面限制酒类广告，类似对烟草的管控，或许更加合理。

³⁰⁸ 例如歌曲《Essas novinhas tão que tão》（MC K5）、《Várias Novinhas》（Breno Casagrande、Rafinha RSQ、Samir）等，这类作品甚至催生了“Bonde das Novinhas”这一群体。

³⁰⁹ 在此语境中，“novinhas”可能指未达到法定性同意年龄（巴西为14岁）或未成年（18岁以下）的女孩。相关法律依据包括STJ第593号判例以及《巴西刑法典》第213条：
https://www.stj.jus.br/internet_docs/biblioteca/clippinglegislacao/Sumula_593_2017_terceira_secao.pdf；
http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto-lei/del2848.htm。

³¹⁰ 法律规定，酒类广告在广播电视中只能在21:00至6:00之间播放，且不得将产品与体育、健康表现、驾驶或性成功等形象联系。”

³¹¹ 在性行为过程中（甚至之前），大脑会发生一系列神经反应，例如多巴胺（带来愉悦感）和血清素（与执念相关）等。这些物质与某些兴奋类药物相似：
<https://mundoeducacao.uol.com.br/quimica/a-quimica-amor.htm>。

³¹² 2006年7月20日司法部第1098号法令。

(73) 一些拥有资本力量的人利用对性行为的表演化以及对女性身体的使用，来激发大众的生理欲望。这可以被视为一种策略，通过制造性混乱和刺激攻击性来影响社会。其后果是明显的——当社会整体处于这种被激发的状态时，个人的隐私和情绪稳定都会受到干扰，这不仅影响个体，也影响整个社会的集体心理。

(74) 《Melô do Tchan》这首歌在歌词中包含对强迫性行为的暗示，同时提及由此产生的后果，并对女性的行动自由进行限制性的表达³¹³。此外，在该歌曲发布时，画面频繁聚焦于两位女舞者的身体敏感部位。

(75) 在该组合的编舞中，女性舞者常以快速摆动臀部的方式表演，有时骨盆抬高、双腿分开；与此同时，男性成员则做出类似从后方抓住他人并模拟性行为的动作。这种表现形式强化了对性行为的表演化处理，并进一步加深了对女性的物化。

(76) 在该组合的一段编舞中，舞者模仿“母鸡”的动作——在巴西，这个词常被用作对被认为性行为随意的女性的俚语。更严重的是，这段表演中，舞者穿着类似婴儿风格的服装，这种设计灵感来自当时女婴的时尚风格³¹⁴。

(77) 在歌曲《Ralandó o Tchan》³¹⁵中，有一个镜头特写舞者的臀部：她穿着紧贴皮肤的短裤，镜头直接聚焦在身体的私密部位，同时她做出环绕摆动的动作。

(78) 这同样是一种对人的贬低，而这种现象已经成为某些资本力量获取利润的基础。当女性在电视上以裸露或接近裸露的方式展示身体时，社会往往以对大量女性的不尊重作为回应。然而，无论如何，这都不能成为这种行为的正当理由。

(79) 当性行为仅出于生理刺激而发生，人们往往会对随意的性伴侣产生反感，这会导致人格的退化，并在性别之间滋生对立情绪。这种状况进一步推动了物化女性的媒体内容流行，使其成为一种带有报复心理的“娱乐”。

(80) 这些传播内容不仅违背了公共传播应有的宗旨³¹⁶，也与1988年《巴西联邦宪法》中确立的人类尊严原则相冲突³¹⁷。人类尊严与人的本质紧密相关，因

³¹³ 图像X：突出标示外阴区域的图示。

³¹⁴ 图像XII：歌曲《Dança do Põe Põe》的舞蹈编排。

³¹⁵ <https://www.dailymotion.com/video/x7p0e52>.

³¹⁶ 广播服务应以教育与文化为目的，即使包含娱乐内容，也应符合国家利益：
http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto/antigos/d52795.htm.

³¹⁷ 巴西联邦宪法第一条第三项：“巴西联邦共和国由各州、市以及联邦区不可分割的联合组成，是一个民主法治国家，其基本原则包括：……第三项——人的尊严。” 来源：Planalto 可访问：
http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm.

此这种侵害不仅针对女性，也伤害所有正直的人。然而，大多数人并未意识到这一点，因为这些歌曲与编舞通过多渠道、快速且反复地传播，使人们更倾向于追求群体认同，从而削弱了独立判断能力。

(81) 此外，这类媒体还会刺激各种癖好，操控人的心理力量，以至于人们逐渐失去自我控制。这种状态会导致社会走向“动物化”，被本能或单纯理性驱动，却缺乏真正赋予人类尊严的精神层面。

(82) 过早的性化会促使年轻人花费大量金钱去吸引被社会认可的伴侣。他们觉得必须通过装饰自己、使用香水、购买昂贵品牌服饰、手机等物品来完成这种“展示”。在这种观念下，消费变成一种必要条件，否则就难以建立关系，从而推动对低质量商品的冲动消费。

(83) 要注意的是，仅仅15秒的视频，就可能对儿童或青少年产生长期影响。而当今巴西的许多年轻人，由于父母长时间处于高强度工作中，往往花费大量时间接触电视和互联网。尤其是互联网中的自动播放机制，使内容不断循环，容易导致认知上的偏差甚至“反教育”。

(84) 此外，媒体还会把人带入一种不同的心理现实，塑造他们的癖好与执念，使他们与这些内容产生关联并受到操控，甚至忽视或否定现实中身边的人。

(85) 巴西第869/69号法令的废除常被提及³¹⁸，因为这被认为加速了资本主导的扩张，助长了社会范围内的不尊重，尤其是对女性的轻视。这也使资本力量能够绕开限制，引入更具挑衅性的表演形式。

(86) 当社会逐渐被性化之后，很快就出现了向色情化与低俗化的跃迁。在这一时期，人们仍能感受到过去审查制度对文化的影响，电影领域一度只剩下色情内容。然而，对于普通人来说，这一转变背后的动因并不容易理解。

(87) 体制推动带有性别偏见的宣传，其中一个原因在于所谓“永恒女性”的观念。西蒙娜·德·波伏娃曾用这一概念来描述一种“姿态的专制”³¹⁹。这种观念规定了女性可以说什么（例如不能说粗话）、在社会中的角色（承担双重或三重劳动负担）、以及当不符合外在标准时被排斥（如必须剃除体毛、化妆、穿高跟鞋等）。这些要求构成了对女性形象的贬低。然而，很少有人意识到，这种机制实际上被施加在所有人身上。

(88) 男性同样被赋予各种刻板要求，比如必须冷静、不表露情绪，说话低沉、身材高大、具有性经验，以及符合某些身体标准等。这也形成了一种“永恒男性”，并同样

³¹⁸

关于在全国各级各类学校中设立“道德与公民教育”为必修课程的法令：

https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto-lei/1965-1988/del0869.htm

³¹⁹ BEAUVOIR, 1970.

导致对男性形象的扭曲。时尚产业同样在施加一种“姿态规范”，甚至规定男性跳舞时的动作方式。然而，我们需要的是摆脱性别束缚的表达形式，例如更自由的舞蹈风格。

(89) 这让人联想到《自由的苦果》³²⁰一书中的一个重要观点：人所能身处的最小牢笼，就是被观念塑造的身体本身。即使是像走路这样本能的行为，一旦被控制（例如被要求以特定方式行走），也体现出一种从思想到身体的控制机制。

(90) 值得注意的是，一方面存在对年轻女性的心理压制，另一方面却通过特定表演形式强化对身体部位的关注。这种矛盾本身就说明，大规模的心理冲突是在被人为制造的。

(91) 男性在无意识中也参与了对女性行为方式的限制，但实际上，对某一性别动作的规范，最终等同于对所有人的规范，从而对整体人性形成压抑。

(92) 与此同时，互联网和电视所构建的“诱导性内容”不断影响男性的欲望，并助长大男子主义，而这最终也会反过来伤害男性自身。类似大男子主义这样的分离性观念，会破坏健康的人际关系。

(93) 这些因素共同阻碍了健康家庭结构的形成。当家庭被削弱时，社会就会变得分裂，并对所有人产生压迫，包括老年人。一个物化女性、将某种单一价值视为核心的社会，也更容易忽视甚至抛弃其他群体。

(94) 这种状况有利于支配性力量的维持，因为缺乏家庭支持的人往往生活质量下降、寿命缩短。同时，如果缺少老年人，社会也难以实现知识的积累与传承，因为缺少从更长时间维度进行总结的人。

(95) 大男子主义对男性的伤害有时甚至超过对女性的影响，因为它会削弱男性的自我认同。对某些女性形象的夸张描绘与贬低，也会引发对女性整体的负面情绪，从而扭曲男性的自然情感取向。

(96) 此外，男性还不断被要求证明自身的“男性气质”。他们被迫表现出某种特定形象，否则就会被指责为相反。这种基于性别的评判体系，很容易造成深层的身份困惑。

(97) 一个典型例子是，在巴西，一些父母会对孩子说“要像个男人一样”，而不是“要像个成年人一样”。这种说法在潜意识中暗示，其他行为方式等同于“像女人一样”，从而进一步强化性别刻板印象。

(98) 基于性别（男性、女性、同性恋）的支配性观念，会建立各种审美标准，并在某种程度上形成共识。这是因为它们本质上都受到同一体制的影响。当今对女性的审美标准强调纤瘦，但具体趋势会随时尚变化，在突出或弱化某些身体特征之间摇摆。问题在于，与自身身体类型对抗，往往会成为一种痛苦的过程，因为并非所有女性天生都适合这种标准。

(99) 这种失衡使人们在身体表达、思维方式等方面受到限制。在追求这些几乎无法达到的审美标准过程中，各类疾病随之出现，例如暴食症、厌食症和抑郁症等。此外

³²⁰ LEAL, 1993.

，营养不良还会引发更多问题，并成为某些产业获利的来源。这一切都表明，人必须从内在建立自我，学会接纳和热爱真实的自己。真正的自我始终是足够的，只要我们认同它。自尊几乎是一种生存所必需的条件。

(100) 试图迎合既定标准，会让我们远离真实的自我。然而，体制不断试图说服人们复制某种单一的“美”的形象，以此作为自我认同的依据。我曾亲身体验过，这种过程如何影响人的神经状态。

(101) 在我抑郁的时候，在服用调节化学失衡的药物之前，我觉得自己很丑；而在服用之后，即使外貌没有变化，我却觉得自己变得美了。个体在前后并不会看到不存在的事物，改变的只是对自身形象的认同。人不应该在内心寻找一个与自己不同的“自己”。

(102) 例如，在巴西有一句常见的话：“她又不是吉赛尔·邦辰”³²¹ 这句话会降低每个人的独特性，使人无法被真实地看见。事实上，吉赛尔·邦辰就是她自己。但当单一形象被当作标准时，其他人都会被简化为某种模糊的“替代品”。一个人可以成为任何人，但唯一被强调的却是：她不是吉赛尔·邦辰。

(103) 个人主义让少数人被抬高，而让其他人陷入匿名状态：一个阶层凌驾于其他之上，而这个阶层中又只有极少数个体被认可。审美的“专制”甚至把“不符合标准”等同于“失去女性身份”，并规定只有符合标准才算美。

(104) 在对性的控制中，女性常常受到来自丈夫、子女以及整个社会的约束，被要求表现出低于人的行为方式。通常，男性被视为“人”，而女性则被降格为附属存在。当女性反抗这种结构时，往往会遭到类似中世纪式的攻击，只不过形式更加现代。许多杰出的人，也会以“性”为借口受到打压，被公开剥夺选择的自由，以此作为权力展示。

(105) 一个公开的例子，是围绕个人性与社会评价展开的舆论压力，例如戴安娜王妃所经历的情况³²²。她是一位美丽而善良的人，并与德兰修女建立了深厚的友谊³²³。

³²¹ 吉赛尔·卡罗琳·邦辰 (Gisele Caroline Bündchen, 1980—) ——巴西模特、社会活动家及企业家。自2004年以来，她一直位列全球收入最高的模特之一，并自2007年起成为娱乐行业中最富有的女性之一。来源：Wikipedia 链接：https://pt.wikipedia.org/wiki/Gisele_B%C3%BCndchen。

³²² 戴安娜·弗朗西丝·斯宾塞 (Diana Frances Spencer, 1961–1997) ——以其美貌与人格魅力闻名，是一位和平倡导者，获得了全球范围的关注与同情。她利用自身影响力推动社会改善。她育有两子：威廉·亚瑟·菲利普·路易斯 (1982)，即威廉王子；亨利·查尔斯·阿尔伯特·戴维 (1984)，即哈里王子。婚前，她曾在皮姆利科的Young England School担任幼儿教师。与查尔斯王子 (Charles Philip Arthur George, 1948—) 结婚后，她获得“威尔士王妃”的称号。

³²³ 加尔各答的特蕾莎修女 (Madre Teresa de Calcutá, 原名Maria Teresa Bojaxhiu, 1910–1997 ——天主教中的圣人之一，是具有全球影响力的和平主义者与慈善家。她出生于阿尔巴尼亚裔家庭，出生时其地区仍属奥斯曼帝国。她是天主教传教修女，一生大部分时间在印度度过。她创立了“仁

(106) 戴安娜王妃在与一名男子共进晚餐后，为躲避舆论风波而离开，其司机在试图摆脱跟随的记者时发生车祸，最终导致她去世。而在此之前，她与前夫查尔斯王子早已分开。与此同时，她的前夫在婚姻期间公开与情人交往，这对她而言本身就是一种伤害。

(107) 像查尔斯王子婚外情这样的事件，常被体制放大，用作性别权利不平等的典型案例。这类来自上层阶层的社会戏剧具有强大的示范效应，会影响整个社会，使支配性的行为逐渐被视为“正常”。

(108) 对他人性行为的控制或迫害会导致心理问题，因此，人们需要更好地接纳自己以及他人的性。但另一方面，公开的低俗表现同样会引发心理冲突。这些矛盾最终往往转化为长期的经济利益来源。由此产生的心理创伤，也促成了精神分析学的发展，因为早期研究者本身也在面对类似问题。

(109) 要消除这些失衡，必须从体制层面入手，改变对性的压制方式。例如，应让公众认识到，酒类广告不应将性欲或女性形象与产品绑定，甚至应全面禁止此类广告。

(110) 反女性主义是一种强有力的社会控制工具，其影响范围甚至超过大男子主义，因为它往往也被女性所接受，并同时影响不同性取向的人。在某些情况下，对女性的极端排斥甚至会影响个体的情感取向。

(111) 为了削弱这种通过性来分裂人性的社会执念，有必要回到一个更基础的层面——通过强调共性来淡化差异，以一种理性而成熟的方式讨论性体验本身。

(112) 性高潮本质上是神经系统中电信号的释放，它之所以具有强烈体验，是因为涉及全身。其产生源于身体特定部位的刺激，信号传递至大脑，再由大脑向全身扩散，从而影响神经系统的整体状态。

(113) 从某种意义上说，这主要是一种神经层面的体验，而非单纯的身体行为。例如，在某些情况下，即使身体功能受限，人仍可能体验到类似的感受。适当情况下，这种体验有助于缓解紧张状态，对身心具有一定的积极作用。

(114) 设想如果存在一种装置，可以通过电磁刺激模拟这种体验，而不依赖身体接触，那么性别差异在这一层面上就不会再成为核心问题。

爱传教修女会”，该组织在2012年已有超过4500名修女，活跃于133个国家。其工作包括照料艾滋病、麻风病和结核病患者，运营施食处、诊所、流动医疗服务，以及儿童与家庭援助项目、孤儿院和学校。成员誓守贞洁、贫穷与服从，并额外承诺“全心全意无偿服务最贫困的人”。

来源：Wikipedia 链接：https://en.wikipedia.org/wiki/Mother_Teresa。

(115) 因此，围绕性取向的许多争论将不复存在。比如：一个人生来为女性，与女性建立关系时是否会觉得自己是女性；与女性建立关系时是否会觉得自己是男性；与男性建立关系时是否会觉得自己是女性；或者，与男性建立关系时是否会觉得自己是男性。

(116) 这种设想还意味着，这类机制不应局限于某一性别，甚至可以被用于治疗某些行为上的失衡问题，从而强调人类在体验机制上的共通性。

(117) 与此形成对比的是，非性化的情感表达——如以耶稣为代表的公共关怀与博爱——具有凝聚力，能够连接人与人，并提醒我们，非情色的爱同样是生活的重要组成部分。这种情感表达应被公开倡导，以对抗冷漠与社会分裂。

(118) 相反，公开的情色表达往往会削弱人的理性判断。对于儿童和青少年来说，这类内容容易造成心理冲击，因为他们尚未具备理解能力。而更复杂的是，许多成年人本身也缺乏足够成熟的认知去解释这些内容。

(119) 即便面对这些公开内容，个体仍需要具备不去过度关注或误读的能力。因为真正受到损害的，往往是暴露自身的人。更理想的方式，是通过教育让人们认识到过度暴露的风险，同时避免把所有情感表达都误解为情色行为，从而减少因性压抑带来的问题。

(120) 与此同时，我们必须重建家庭。在婚姻中，双方应当成为“一体”，也就是说，如同同一只手、同一只脚、同一颗心去行动。这样一来，就不会产生冲突，因为双方的目标、权利与责任是对等的。

(121) 如果一段婚姻的设计是为了让一方支配或利用另一方，那么它就不是真正的婚姻，因为它从一开始就在精神上是分裂的，这违背了婚姻的本质。

(122) 在健康的婚姻中，分歧并不是无法克服的障碍，只要双方具备良好的沟通，并理解彼此的思维方式，就能在不强加于对方的前提下找到平衡点，同时尊重彼此的差异。

(123) 当然，也存在一些特殊或紧急的情况，需要暂时由一方的意见占主导。但在以精神为基础的婚姻中，信任能够带来安定，使双方能够包容彼此的失误，或在必要时由一方承担主导角色，以维护整体关系。

(124) 我曾有过不止一次婚姻。由于过去我常常独自承担关系中的全部责任，亲人甚至说我是在“一个人结婚”。但事实上，婚姻不可能由一个人完成。那时的我，其实从未真正进入过婚姻。婚姻并不是由文件或仪式构成的物质制度，而是一种具有更深层意义的结合。

(125) 法律与宗教上的婚姻形式，本质上只是社会契约与祝福，目的是帮助双方维系关系，但它们并不能定义婚姻真正的结合。

(126) 人拥有自由意志，甚至可以进入并不真实的婚姻。这类关系往往可以、甚至应当被结束，因为它们既不完整，也缺乏真正的基础，容易导致冲突与不满。而对于真正完整的结合，则不应轻易分离，双方应努力共同面对起伏。

(127) 维护真实婚姻的重要原因之一，是保护孩子的成长，因为每个人都需要家庭。家庭不能仅建立在性或物质之上，更应是情感与精神价值的共同体。因此，在家庭中，伴侣之间的亲密关系应保持私密，而关爱与亲情则应充分展现。

(128) 同时，在关注人口问题的过程中，如果社会能够以更包容的态度对待所有孩子，或许会更加平衡。即使父母不再维持婚姻关系，人们仍可以在心理层面建立家庭联系，而不受物质利益影响。对孩子而言，最重要的是与父母之间的良好关系与信任。社会也应通过教育与公共空间建设，为儿童和青少年提供更多积极、健康的成长环境。

(129) 在其教导中，耶稣始终保持一致的立场：反对放纵，但也不主张压制或心理上的束缚。他强调爱、相互尊重以及人的尊严高于僵化的社会规范。他反对真正婚姻中的离散，但并不否认那些缺乏实质基础的关系可以结束³²⁴。如果社会能够在这些原则下提供更多理解与支持，与性相关的冲突也会减少。

2.1. 男性个人主义与大男子主义

(130) 即使在今天，我们仍很少看到男孩以“父亲”的角色玩玩偶。这表明社会并非如某些观点所说是“父权制”的，而更准确地说，是带有性别偏见的。同样，大男子主义并非某一地区特有，而是一种普遍现象。关于男性支配观念（即大男子主义、男性中心主义或性别歧视）的起源，有多种理论：有人认为人类曾经历母系社会，直到认识到男性在生育中的作用后才转向父权结构；也有人认为社会一直以来都存在男性主导，这与体力和攻击性有关。然而，这些支配因素既不代表进步，也不体现理性，而大男子主义至今仍然存在。

(131) 这些理论都难以被证实。然而，如果没有被教授，大男子主义并不会自然出现。因此，它并非天性，而是一种文化产物。我们的社会持续在传播这种观念，只是程度因文化而异，在某些情况下甚至可能不存在。基于这一点，我提出另一种关于其起源的解释。

(132) 大男子主义可以被看作父权主义发展的结果。我之所以多次提到这一点，是因为它可能是最早的个人主义形态，也是其他类似观念的基础。由于其个体化倾向，它削弱了家庭的形成，并可能与离婚现象相关，而离婚又常与欲望的追求相联系。

(133) 在父权主义意识形态形成之前，“家长”的角色只有在另一方缺位时才会突出。真正的家庭结构应当是父母与子女的协作整体，需要所有成员的参与，

³²⁴ 《圣经》：马太福音 19:4-12

而不是排斥任何一方。在《启示录》中提到的二十四位长老，也被解释为以家庭为单位的象征。

(134) 根据这一理论，在“亚当和夏娃”故事之前的早期父权结构，在权利上是相对平衡的，并没有形成带有大男子主义色彩的体系。有意思的是，一些文化中还流传着说法，认为亚当在与夏娃结合之前曾有过分离。在《马太福音》19:8中，耶稣提到，离散关系并非一直存在³²⁵，但他的门徒则提出了可以解除关系的观点³²⁶。

(135) 随着某些叙事被广泛传播，这些观念逐渐成为性别不平等思想的重要来源，并被不断强化与延续。

(136) 此外，历史上的物质条件，例如女性在分娩中的高风险，以及男性在某些情况下不得不单独承担家庭责任，也可能强化了男性权威，并在一定程度上促进了多配偶关系的出现，从而使父权结构更加突出。

(137) 在这种背景下，男性身份逐渐与更高的权力相联系，这也使部分人以更物质化的方式看待两性关系，并对婚姻中的共同责任产生抵触。

(138) 在某些历史文化背景中，离婚的主动权往往掌握在男性手中，有时甚至出于较为随意的理由。这使女性处于极其不稳定的地位，可能面临贫困、依附甚至社会排斥等风险。

(139) 这种结构导致权利分配严重失衡，男性拥有更多自由，而女性则因社会环境限制，缺乏接触外界与获取信息的机会，从而在文化上进一步固化了这种不平等。

(140) 有人认为女性也可能表现出大男子主义甚至更为明显，但在许多情况下，这是因为她们所处的文化环境本身缺乏其他选择，使这种观念成为唯一可依循的模式。

(141) 在这种观念支持下，一些男性过着双重生活，在家庭中缺席，忽视自身责任。

(142) 这往往使女性不得不同时承担经济与照顾子女的责任，即使在婚姻关系中也是如此。在分离的情况下，社会通常默认男性可以重新建立个人生活，而女性则被期待为子女放弃自身发展。

(143) 弗洛伊德提到的“情绪失衡的母亲与缺席的父亲”这一结构，反映了一种受大男子主义影响的常见家庭模式。在这种模式中，女性承担过多责任，从而更容易出现心理失衡。

³²⁵ 《圣经·马太福音 19:8》：“他说：“摩西因为你们的心硬，才准许你们休妻，但起初并不是这样。””

³²⁶ 《圣经·马太福音 19:10》：门徒对他说：“夫妻的关系既然是这样，倒不如不结婚了。”

(144) 如今，对父亲角色的呈现常在被低估与被过度强调之间摇摆，这种模糊状态既可能强化大男子主义，也可能因贬低父职而削弱家庭观念。

(145) 与此同时，单身男性往往被过度理想化，这可以看作是大男子主义的一种极端表现。这种过度的自我崇拜，不仅是性别优越观，更带有对男性身体的盲目崇拜，并进一步延伸为以人为中心的观念，对立于是更高层次的价值观。

(146) 大男子主义本质上包含两点：对男性的过度崇拜，以及对女性的否定。其核心逻辑是，男性只有在“优于女性”时才算成功。这种观念制造了性别对立，使男性被推动去与女性竞争甚至压制对方。在历史上，这种观念甚至曾被制度化，表现为以“婚姻义务”为名的不平等行为。

(147) 亲密关系本应是美好的体验，但强迫行为却是人类能够经历的最痛苦、最令人反感和最具羞辱性的事情之一。不幸的是，仍有人为此类行为辩护，却忽视了其本质是一种对他人的严重伤害。

(148) 在过去，当家庭结构更加协调时，带有性别偏见的男性往往会受到批评，并被视为行为不端，这种看法在某种程度上比当今更为理性。

(149) 同时，当家庭中的男性缺乏责任感、依赖谎言和无知时，其自身负担也会加重，因为这些特质使家庭关系更加困难。而女性则常被限制在无知状态，甚至被禁止接受教育。

(150) 因此，为了所谓“保护”女性，一种常见做法是将其与社会隔离。这在童话故事中也有所体现，例如年轻人需要突破重重障碍去接近心爱之人，这种叙事反映了特定社会结构下的观念。

(151) 这种对女性的隔离在某些情况下演变为更极端的限制形式，尽管在法律上不被允许，但在现实中仍可能以不同方式存在。

(152) 家庭曾依赖诚信来维持平衡，但当社会开始默许男性对伴侣的不诚实时，这种平衡被打破，使一些人转变为对家庭施加压力的角色。过去甚至有一种说法，认为一个人的承诺本身就足以保证其履行责任。

(153) 大男子主义的一个基础，是默认男性可以对女性不诚实。在这种背景下，“我是男人”之类的说法被用来为不当行为辩护。

(154) 大男子主义之所以被体制支持，是因为它有利于剥削。因此，它在无形中不断强化自身，使男性被抬高到近似“半神”的位置，而女性则被贬低。同时，男性也被塑造成必须具有攻击性甚至破坏性的形象，即使只是心理层面，这种引导本身也是一种退化。

(155) 大男子主义也体现了荣格所描述的神经质社会特征，即人格的分裂，使人无法把一些简单的道理联系起来。很多人声称信仰上帝，参加宗教活动，也机械地重复“爱

人如己”的教导，但在大男子主义的影响下，他们却轻易忽视这一点，仿佛女性并不属于“他人”的范畴。

(156) 值得注意的是，这些观念往往不会被直接表达，而是通过行为体现出来，比如用贬低的态度对待女性，或总是期待她们在男性面前表现得不成熟。

(157) 例如，在一些工作场所，男性可能整天讲带有侮辱性的笑话，而女性却难以反驳，仿佛这是男性的“权利”。一旦反抗，还可能遭到报复。

(158) 此外，大男子主义还伴随着一些极端的说法。例如在巴西，由于性竞争，一些男性会把对女性的强迫行为或让其怀孕说成“赢了一局”，并以此为荣；与此同时，他们却极度恐惧在类似情境中成为被动的一方。

(159) 可以看到，在一些文化环境中，人们习惯于让女性在完成工作后仍独自承担家务。这种观念也会影响孩子，使他们对母亲提出更多要求，甚至形成类似“监督者”的角色，从而进一步削弱家庭关系。

(160) 在大男子主义影响下，一些男性在发生亲密关系后，会对女性的态度发生明显变化，不再以平等和朋友的方式相处，而转向控制与支配。

(161) 我曾尝试在亲密关系中建立一种平等的友谊，但并未成功。这种支配关系往往破坏了原有的平衡，使关系变得不再平等。而当试图以朋友关系开始时，各种心理冲突又可能逐渐侵蚀这种基础。

(162) 体制还会通过塑造女性形象来服务自身目的，使女性被限制在某种固定角色中，同时让男性对她们产生不切实际的期待。在一些关系中，对方关注的并不是一个真实的人，而是自身投射的想象，甚至在关系开始后压制对方的真实个性。

(163) 支配性结构也会利用弱势群体的脆弱性。例如，它一方面把情绪问题更多归因于女性，另一方面又通过文化不断强化这种状态。像“男人不能哭”这样的说法被广泛传播，而女性则被不断鼓励通过情绪表达来获得认同。

(164) 此外，在这种观念下，女性往往会受到不公平的对待。例如，在一些场合，客人理所当然地只接受女性的服务，而离开时却向男性表达感谢。这种现象因为被视为“正常”，使女性很难获得应有的理解与支持。

(165) 1977年离婚法的通过³²⁷，是一种自然的发展。毕竟，在男性缺位的情况下，女性不得不承担更多责任，这在一定程度上推动了以女性为中心的家庭结构，同时也与当时婚姻制度的限制发生冲突。

(166) 在此之后，体制进一步加剧了性别不平等的问题，而针对性侵行为的惩罚在一些情况下仍然偏轻。

³²⁷ 巴西1977年第6,515号法律（离婚法）。

(167) 维持对女性的恐惧氛围，同样符合体制的利益。因此，当出现个别虚假指控的情况时，媒体往往大肆渲染，导致人们对真实案件产生怀疑。

(168) 更严重的是，在某些情况下，受害者反而会被社会指责，遭受排斥，甚至被边缘化。这种环境使她们更容易成为进一步伤害的目标，从而选择沉默。

(169) 大男子主义会利用男性相对于女性的一切优势，例如性行为后不易留下明显的身体痕迹。因此，女性的贞操和怀孕往往被视为可被利用的弱点。在耶稣时代，女性甚至可能因通奸而被石刑处死，这种做法在一些较为落后的文化中至今仍然存在。这类行为可以被视为一种集体性的审判³²⁸；而在当今社会，它更多以心理方式表现出来，例如通过侮辱和诽谤来实施。但这种现象依然存在。

(170) 反女性观念会助长对女性的不当行为，使部分男性通过展示力量来进行所谓的“自我证明”，这种表现有时会体现在不负责任的关系行为中。

(171) 社会在某种程度上塑造了一种观念，使男性认为自己应当主导性关系，并将女性视为需要被控制的一方。这种结构使女性被置于被动位置，也使男性更容易将其视为对象而非平等个体。真正的改变，需要有意识地拒绝这种角色设定。

(172) 大男子主义之所以对支配性结构有利，是因为它以个体对立的方式运作，使一半人群迅速处于不利地位，同时也让男性在“权力”的幻象中被束缚。这样一来，整个社会更容易被控制。由于一些人从中获得短期利益，他们往往不会质疑这种结构。

(173) 在任何支配性体系中，支配者本身也会受到约束。男性常被引导去压抑情绪，因为正如电影《Equilibrium》³²⁹所展现的那样，情感的缺失会削弱人的思考能力，使其更容易被控制。因此，大男子主义也成为一种自我隔离的形式，使男性难以自然地生活和表达自己，甚至剥夺了他们欣赏美与装饰自身的权利。

(174) 在我们的文化中，体制从小就引导男性去削弱甚至压制父爱，从而影响家庭的形成。此外，体制还在推动一种以父亲专制为核心的家庭模式。

(175) 大男子主义还会促使男性对女性施加压力，使其被动接受不公平对待，甚至在一些情况下影响其自主选择的权利，从而加重不平等关系。

³²⁸ 指由群体对某一个人提出指控并进行社会性谴责的行为。

³²⁹ 《撕裂的末日》（Equilibrium）——美国科幻电影，由库尔特·维默编剧并执导，克里斯蒂安·贝尔主演，Dimension Films出品与发行，2002年上映。来源：Wikipedia 链接：[https://en.wikipedia.org/wiki/Equilibrium_\(film\)](https://en.wikipedia.org/wiki/Equilibrium_(film))。

(176) 从某种角度看，大男子主义反映出一种较为落后的观念，类似于古代某些时期对人性的片面理解。不同之处在于，这种观念在当代往往以更隐性的方式存在。

(177) 对女性的剥削往往被隐蔽起来，同时从小被暗中灌输给男性。长期以来，为了合理化这种压迫，社会总是借助所谓的“共识”，例如以宗教叙事为依据，至今仍以亚当和夏娃的故事为例。

(178) 我们的社会之所以腐败，是因为它接受了这种本质上不人道的压制关系。仿佛人类自己修改了规则，使不人道的行为可以被允许，甚至被正常化。

(179) 一个持有大男子主义观念的男性，往往不懂得如何真正去爱女性，就像一些父母在所谓宗教教导（例如《圣经》中的某些解读）影响下打孩子³³⁰，却认为是在“为他们好”一样。真正的爱并不建立在控制之上，一旦一方支配另一方，就会逐渐失去对对方的感受与理解。

(180) 此外，男性还被迫不断证明自己的“支配力”，仿佛这是成为“男人”的标准。然而，这种逻辑会带来负面后果，使人不断追求更多，却始终无法获得满足。

(181) 在巴西，一些地区常被认为大男子主义较为严重，但这并非个别现象。在一些被视为更开放的地区，也能听到类似言论，例如有人公开表达对伴侣的强制行为，而周围人却很少质疑，这说明这些观念已被日常化。

(182) 大男子主义最终也会伤害男性自身，例如导致亲子关系的疏离，使孩子在缺乏认可中成长，这种影响甚至会延续到下一代。父母本应承担抚养责任，这一点在法律层面也是被明确的³³¹”。

(183) 有些女性会利用大男子主义来反转其所带来的支配关系，而这种支配并不总是来自男性。由这种支配结构引发的怨恨，会造成持续的权力争夺，因为这种权力本身并不正当，因此可能落在任何人手中。

(184) 语言也是一种被操控的工具。例如粗俗语言，本不应成为表达的首选，但在性别观念影响下，它被塑造成某种“男性化”的表达方式，并被用来进行自我强化，甚至掩盖冲突。

(185) 在这种环境下，一些女性也开始模仿这种表达方式，把粗俗语言当作一种力量象征。然而，这种做法实际上削弱了表达的意义，因为真正有效的沟通应建立在有内容的语言之上。

(186) 最重要的是，粗俗语言会强化对性的崇拜，进而演变为对阴茎的崇拜。印度神祇湿婆象征着这种崇拜，这种观念在历史上也被用来支撑通过性进行的

³³⁰ 《圣经·箴言 13:24》：不用杖责打儿子的，是恨恶他；爱儿子的，必对他勤加管教。”

³³¹ “保证人”（guarantor）是刑法中的一个法律概念，指个人负有法定义务采取行动，若其不作为则可能承担刑事责任。该原则规定于《刑法典》（法令第2.848/40号）第13条第2款，标题为“作为义务的不作为的法律意义”。

支配。一些崇拜湿婆的印度修行者，会进行某些极端展示，例如将阴茎缠绕在与重物相连的器具上并拉动，以此象征所谓的“力量”³³²。

(187) 那么，这种所谓的“力量”究竟是什么？更重要的，应当是人与人之间更深层的情感连接与理解。真正有价值的，不是外在的控制或表现，而是建立在尊重与情感基础上的关系。

(188) 一个有吸引力的男性，其性魅力应当体现在一种让人无法抗拒的美感上，而不是力量或攻击性。带有大男子主义的社会常常引导女性去赞美男性的阴茎，但这并不是关系中最重要的一部分。事实上，阴茎过大在很多情况下反而可能影响体验。

(189) 男性的美在于其人性，而不是力量的展示；在于成为一个可靠的伴侣和有责任感的父亲，与另一半共同分担生活，无论对方是男性还是女性。试想一对伴侣，在相遇时彼此对视、轻触，哪怕只是牵手；在公共场合，他们分享充满笑声的对话；在私下里，他们彼此关怀。他们一起玩耍、做饭、与家人共进餐。这种关系本身就充满美感。

(190) 在真正的关系中，我们投入的不只是身体，更重要的是灵魂——否则就不算真实。这类关系是最理想的，因为人在其中会像飞翔的鸟一样自由；而在不健康的关系中，人则会感到被束缚、充满攻击性，或失去活力。

(191) 我们需要这种由良好关系带来的生命力。真正的幸福建立在爱之上，这是人能够通过亲密关系获得的最珍贵的东西。所谓身体上的价值，在这种关系中只是附属的。

(192) 耶稣提到要“爱人如己”，而最接近我们的人，正是与我们建立亲密关系的人。这种关系应建立在尊重之上；如果做不到，离开或许是更好的选择。如有必要，人可以不断尝试，直到建立真正完整的关系。在找到正确的关系之前，一切都可能是试错。但在此过程中，也应保持谨慎，对现有关系给予耐心，先尝试修复，而不是轻易做出会带来伤害的分离。

(193) 所谓支配者，是被支配欲望所驱使的人；而大男子主义者，本质上也属于这一类。这种行为违背了基督教关于“爱人如己”的教导。这并非建议，而是一种应当遵守的原则。我期待一种新的男性形象出现——一个真正具有人性、摆脱大男子主义的人。

2.2. 女性个人主义与女性主义

(194) 作为一名女性，我需要首先说明：我并不支持将女性主义理解为一种主张女性支配的运动，因为这种理解很容易被体制所利用。事实上，西蒙娜·德·波伏娃也曾对“

³³² 图片来源：<https://www.fotosearch.com.br/IMB002/iblfbd03152408/>。

女性主义者”这一称谓持保留态度，可能正是因为它会削弱其立场的中立性。在《第二性》中，她这样写道：

很长一段时间里，我都在犹豫是否要写一本关于女性的书。这个主题令人不安，尤其对女性来说。而且它并不新鲜。关于女性主义的讨论已经产生了大量言论，如今也差不多结束了。让我们不再谈论它……

(195) 一些消极的支配性观念会扭曲概念，女性主义也经历了这样的过程。从名称上看，它似乎倾向于偏袒女性。但事实上，女性主义在历史上主要是争取平等权利的运动，而不是追求女性支配。同时，追求平等的思想早在波伏娃之前就已存在，尽管许多人将她视为重要代表人物。

(196) 将女性争取平等权利的行为简单称为“女性主义”，某种程度上反而体现了一种反女性主义立场。这说明，“女性主义”这一名称本身就带有复杂的历史背景。如果人们将这些诉求理解为对正义的追求，而非标签化的运动，那么会更容易被广泛接受。

(197) 因此，有必要引用1988年《巴西联邦宪法》第五条所确立的平等原则：

第五条——法律面前人人平等，不分任何差别，保障在本国的巴西人和外国居民享有生命、自由、平等、安全和财产的不可侵犯权利，具体如下：……

一、男女在本宪法下享有平等的权利与义务。

(198) 即使在今天，“强者为王”的观念仍在被潜移默化地传递，使男性处于女性之上。《摩登原始人》³³³ 所呈现的家庭模式，正是社会不断重复的一种典型：男性被塑造成比女性更强，而女性的主要角色则被限定为弱者、保持女性气质、承担家务，并不知疲倦地服务于丈夫和孩子。

(199) 社会教育使女性倾向于向男性和社会寻求认可，并为自己的行为请求许可，而这些评判者本身却被培养成不去重视女性的人。这一切，尽管看起来隐蔽，却常常源于某些宗教叙事，例如亚当和夏娃的故事，这些叙事在某种程度上削弱了人性中的精神层面，而不是促进它。

(200) 另一方面，在一些社会阶层中，也存在相反的现象：部分女性不主动承担自身生活责任，不参与需要体力的工作，不从事所谓“男性职业”，甚至不分担家庭事务。有些人认为自己的角色只是装点男性的生活，这种态度在本质上与大男子主义类似，只是由女性体现。这种情况同样排斥责任的共享。我不认同任何性别拥有特殊权利。这些“权利”往往并非来自法律，而是根植于观念，并带来负面影响。

(201) 但可以看到，这种现象在一定程度上是对大男子主义的反应，因为一些男性在现实中对女性采取越界行为，甚至无视法律。在巴西东北部，我曾遇到一个地方，那

³³³ 《摩登原始人》（*The Flintstones*）——美国喜剧动画系列，由Hanna-Barbera公司制作，自20世纪60年代起在巴西电视台播出，目前仍在Rede Brasil及有线频道播放。该动画描绘了一个中产阶级家庭：男性在工厂工作，女性负责家庭事务，背景设定在被浪漫化的石器时代，其中类似侏罗纪时期的动物被当作家用工具使用。

里存在限制女性自由的现象，但几乎无人举报，因为执法层面往往不予受理，即使进一步上报，也难以推进。这种从头到尾的无效机制，使女性难以维护自身应有的权利。

(202) 西蒙娜·德·波伏娃在分析女性处境时，力求保持一种相对中立的立场。她指出，在带有性别偏见的社会中，对信息与语言的控制，是反女性观念与支配结构最重要的工具之一。她从不同物种、不同文化以及历史时期的角度，探讨男女关系的发展。同时，她也对一些被称为“女性主义”的行为提出反思，有时称之为“女性之争”³³⁴。在她看来，“争论”³³⁵往往意味着人们失去了理性判断。

(203) 女性在社会权利方面的许多进步，并不完全来源于某一特定运动。也有一些例外，例如选举权的获得以及近代关于女性权益的法律完善。但总体来看，女性长期面临的障碍，主要源于其性别本身。随着时间推移，这些努力逐渐推动了社会结构的改变，使女性能够更多参与其中。同时，女性所经历的不平等，并不仅仅是个体问题，而是整个人类社会失衡的一种体现，因此，对平等的追求对整个社会都有益。

(204) 波伏娃曾将女性主义的一部分视为一种被体制利用的工具，这种表现往往集中在少数群体之中³³⁶，社会影响有限。然而，也有许多女性在争取公正的过程中付出了生命的代价，而基于性别的暴力问题至今仍然严峻。因此，在现实层面上，这一运动在反对大男子主义、争取女性作为完整个体被认可方面，确实发挥了作用。一些象征性的行为³³⁷，也被视为摆脱束缚的表达。

(205) 与此同时，反女性观念往往对女性的各种行为作出过度反应，把她们的表达视为负面行为，而忽视其真实角色与责任。这需要被正视，因为社会如今对女性的评价标准本身就存在偏差。真正需要关注的，是女性拥有选择成为母亲或不成为母亲的自由，而这种权利在现实中仍受到限制。

³³⁴ 西蒙娜·德·波伏娃：《第二性》（作者自译）——“在这场从中世纪延续至今的‘女性之争’中，有些男性只愿看到他们梦想中的理想女性，而另一些则执着于否定其幻想的‘堕落女性’。”来源：<https://newuniversityinexileconsortium.org/wp-content/uploads/2021/07/Simone-de-Beauvoir-The-Second-Sex-Jonathan-Cape-1956.pdf>；<https://libcom.org/article/second-sex-simone-de-beauvoir>。

³³⁵ 西蒙娜·德·波伏娃：《第二性》（作者自译）——“如果‘女性问题’显得如此琐碎，那是因为男性的傲慢将其变成了一场争吵；一旦陷入争吵，人们便不再理性思考。人们不断试图证明女性是优于、劣于，或等同于男性……”

³³⁶ 西蒙娜·德·波伏娃：《第二性》（作者自译）——“女性主义从未真正成为一个独立的运动：它一方面被政治力量所利用，另一方面只是更深层社会矛盾的表象。”

³³⁷ 1969年“美国小姐”抗议活动（实际发生于1968年9月7日）。

(206) 当代社会中，女性常被置于一种“虚假的自由”之中。在某些语境下，“自由的男性”被理解为可以自主决定人生的人，而“自由的女性”却被误解为放纵或供他人使用的对象。这种差异反映出对男女自由权利的不同理解，使女性的自主性被削弱，其身体甚至被当作具有交换价值的对象。因此，在许多地方，不仅女性的社会参与受到挑战，其基本权利也在不同层面上被忽视。

(207) 大男子主义社会通过传播关于女性的各种神话，使她们难以真正认识自己。其中一个说法是，只有女性才会有性高潮，但任何观察过动物的人都知道这并不准确。比如，雌鸟会通过拍动翅膀吸引雄鸟，母狗也会发出声音来吸引配偶。另一个常见说法是，男性的性需求比女性更强。我年轻时常说：“要真是这样就好了！”

(208) 女性需要以更清醒的方式保护自己，而不是把自己放在受害者的位置。我们每个人都是自己人生的主角，而不是受害者或配角。应当避免走向极端，看清事物的本来面目。带有支配倾向的女性主义，在很大程度上是对大男子主义的反应与反击。

(209) 有些女性将自己视为受害者，是因为她们不像部分男性那样容易放弃子女。值得庆幸的是，她们并不会这样做，否则我们甚至难以维持人类社会的基本形态。而对另一些女性来说，与子女的紧密联系可能被视为一种优势，甚至在某些情况下成为对男性施加影响的方式。因此，不能仅凭性别将人简单划分为受害者或加害者。

(210) 如果我们希望进步，就必须结束对女性的过度受害化与妖魔化，也要终止一切不健康的关系模式。我们应当以客观的尺度看待问题，因为很多时候，问题不在于人本身，而在于关系的方式。应当批判不良关系，而不是否定个体。对他人的错误保持理解，也有助于我们看清自身的不足。

(211) 因此，对于那些因认知有限而表现出问题行为的人，也不应简单归咎于其本身。长期的怨恨会阻碍人的成长。一些女性会以这种情绪为基础，通过对抗来维护自身立场，但这有时会再次陷入对性的片面强调，只是换了方向。这种情绪也可能影响家庭关系，例如使母亲变得急躁，从而影响子女的情感发展。

(212) 在当前的社会环境下，所谓“自由”的个体仍然难以完全避免在亲密关系中受到伤害，这一点对男女皆然。我认为，真正的人类进步，将来自于建立在爱之上的关系

。在当下高度性化的社会中，人们往往在经历中学习如何更健康地相处。因此，有一个基本共识：任何人都无权强迫他人与自己建立关系。同时，自由也意味着责任，尤其是在涉及生育与抚养时，更不能缺失责任感。

(213) 对于两性来说，重要的是认识到：不健康的关系应当被结束或避免。如果遭遇不愿意的骚扰或侵犯，人有权进行反抗、举报或离开环境。同时，也应将这些经历转化为成长，使其成为走向更好状态的一部分。

(214) 没有人完全不会犯下自己曾批评过的错误。成长的过程，正是让我们在面对不足时变得更好。我们都有改变的能力，在不被负面影响同化的前提下克服问题，也可能带动他人一同改变。

(215) 女性在养育子女方面的自然角色，凸显了她们在社会中的重要性。人类的延续本就源于女性，这也强化了“母亲的重要性”这一观念。

(216) 即使是通过代孕方式孕育孩子的女性，也会与婴儿建立情感联系，这使得分离在出生后变得困难。因此，代孕通常只在严格限制下被允许³³⁸。同时，在巴西，将生命权从受孕时就予以承认³³⁹，也强调了对子宫的保护，这说明女性应当以母亲的身份受到尊重——她们是生命进入世界的通道，也是人类最初的依托。不过，这种观点与女性主义是不同的。

(217) 正如西蒙娜·德·波伏娃所指出的，反女性主义有多种形式³⁴⁰，她在历史分析中同时考察了反女性主义与女性主义的表现³⁴¹。

(218) 为了激化大男子主义与女性主义之间的对立，体制塑造了“性别之战”这一诱人的概念。双方在这种框架下都可能走向极端，使女性主义在某些情况下也呈现出类似大男子主义的支配倾向。

(219) 另一方面，一些宗教环境中的反女性主义，也会在信徒中引发心理冲突。其历史之久，可以从缺乏女性作者的福音书中看出，例如并不存在以圣母玛利亚名义流传的经典，这一点常被提及。

(220) 许多人认为这种缺失是“自然的”，因为反女性观念已经深植于文化之中。他们往往解释为女性当时缺乏受教育机会，或被视为不具备表达能力。然而，在强调互助的宗教群体中，这种解释并不完全成立。有观点认为，玛利亚的见证曾由他人记录保存。

³³⁸ 受巴西联邦医学委员会第2.168号决议（2017年）规范。

³³⁹ 巴西《民法典》（第10.406号法律/2002）——“第2条：人的民事人格自出生并存活时开始；但法律自受孕之时起即保护胎儿的权利。”来源：Planalto:
http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2002/L10406compilada.htm.

³⁴⁰ 西蒙娜·德·波伏娃：《第二性》（作者自译）——“为了证明女性的低等地位，反女性主义者不仅诉诸宗教、哲学和神学（如同过去那样），还借助科学：如生物学、实验心理学等。”以及：“反女性主义在1617年以一种新的、激烈的形式出现——雅克·奥利维耶的《女性不完美字母表》。”

³⁴¹ 西蒙娜·德·波伏娃：《第二性》，第15–16页（作者自译）——“关于女性的一切男性书写都应持怀疑态度，因为他们既是法官，也是当事人。”——17世纪思想家普兰·德·拉·巴尔

(221) 此外，人类的文字记录本身也存在局限³⁴²。例如，一些作者在记录宗教人物生平时，可能会带入特定的叙述方式与立场，从而影响内容呈现³⁴³。

(222) 塔尔苏斯的保罗在见到玛利亚时非常激动，并鼓励她和若望各自撰写属于自己的福音。他甚至提出可以代她执笔，但这个机会始终没有实现³⁴⁴。

(223) 《圣经》中的许多福音片段，很可能源自玛利亚的叙述。甚至可以认为，“猎巫行动”在某种程度上是针对那些持有她福音的人进行的迫害，因为这一概念本身就带有反女性主义的色彩。

(224) 我十五岁时，因为听到一位朋友的经历而成为无神论者。她当时十六岁，在向神父忏悔后，反而遭到侮辱并被逐出教会。我的母亲在与父亲离婚后，也经历了反女性主义的对待，被教会群体孤立。与此同时，我的父亲虽然承认不忠，却没有承担任何后果，甚至停止了对孩子的抚养。

(225) 当我已经走出无神论时，我的母亲却开始逐渐失去信仰。尽管她一直乐于助人，但教会中大男子主义与反女性主义的结合让她感到失望。有一次弥撒前，一位神父宣布离婚者不得领受圣体，这实际上等同于一种集体性的绝罚。我和同样离过婚的母亲对视了一眼，随即离开，这最终使她几乎成为不可知论者。

(226) 在《圣经》中，保罗在《哥林多前书》11:23-26中谈到了不配领受圣体的问题。然而，由于出卖耶稣的犹大也出现在耶稣设立圣体圣事的场合中，我认为对任何人实施绝罚都是错误的。在弥撒中，我们常听到对这一事件的概述，大致如下：

当他自愿走向受难时，他拿起面饼，祝谢后擘开，交给门徒，说：“你们大家拿去吃，这就是我的身体，为你们而舍。”随后他拿起杯，祝谢后交给门徒，说：“你们大家拿去喝，这一杯是我的血，新约之血，为你们和众人倾流，使罪得赦免。你们应这样做，以纪念我。”这就是信仰的奥秘。³⁴⁵

³⁴² 《圣经·马太福音 9:9》：“耶稣从那里往前走，看见一个人，名叫马太，坐在税关那里，就对他说：“来跟从我！”他就起来跟从了耶稣。”

³⁴³ 此处指《圣经·马太福音 25:1-13》中“十童女”的比喻。

³⁴⁴ 《保罗与司提反：早期基督教的历史片段》（作者：Emmanuel之灵，通过弗朗西斯科·坎迪多·沙维尔转述），第384页（作者自译）——“他满怀温柔地拜访了耶稣的母亲，在她那简朴的海边小屋中。他被这位朴素而充满爱心的女性深深打动，她仿佛是一位披着人形的天使。塔尔苏斯的保罗对她讲述的关于主诞生之夜的慈善故事产生了浓厚兴趣，将这些神圣的印象铭刻在心，并承诺在适当时机再次拜访，以收集他为未来基督徒撰写福音所需的资料。玛利亚欣然表示愿意协助。”

³⁴⁵ 文本摘自周日杂志及弥撒中的记录整理。

(227) 绝罚违背了基督教包容与宽恕的原则。此外，教会谴责一位诚实的女性，却宽恕一个通奸的男性，这显然是错误的。遗憾的是，天主教会许多情况下表现出分离性和反女性主义，甚至暴露出对男性性征的崇拜。

(228) 如果上帝声称要拯救人类，却又因为性问题而抛弃他们，那将是自相矛盾的。《通奸妇人的故事》³⁴⁶正好说明了这种不公至今仍然存在——女性会被社会惩罚，而男性却不会，尽管他们共同参与了同一行为。也就是说，即使行为主要由男性实施，最终受到惩罚的仍然往往只有女性。

(229) 过去，我在教会中经历的反女性主义，也一度把我推向了带有支配倾向的女性主义立场。在一次大学项目中，我曾就巴西的堕胎问题进行研究，并为其辩护，认为这是对女性所承受社会压迫的一种回应，尤其是在她们因生育而处于脆弱处境的情况下。

(230) 我曾认为堕胎是女性的权利，因为她们常常被迫独自抚养孩子。当时我正处于怀孕的倒数第二个月，即将面对这一挑战，尽管我当时已婚。女儿出生后，我经历了严重的心理问题，出现了产后创伤性应激反应，甚至产生了强烈的伤害冲动。因此，我必须时刻保持警觉，因为我有梦游症，担心自己会伤害到女儿。

(231) 女性的处境是复杂的，它反映了人生的诸多困境。产后创伤让我直面一个从未见过的自己——一个潜在的危险一面。更糟的是，我无法摆脱大学项目中看到的那些画面：被堕胎破坏的婴儿。在女儿出生前，那些在我眼中不过像破碎的玩偶。

(232) 因此，我回到了教会，因为尽管它存在缺陷，但仍然宣扬人性，这对我的女儿来说是重要的。但我真正重新相信上帝，是在我意识到玛利亚并不应为女性被污名化或在社会中被压制负责之后。这一点至关重要，因为这种“压制”虽然是心理层面的，但却是不人道且不合理的，与神性相去甚远。然而，教会对玛利亚的形象塑造——总是穿着类似罩袍的服饰——是一种扭曲，使我一度排斥她，未能看清她实际上是女性最重要的支持者之一。

(233) 近些年来，正如西蒙娜·德·波伏娃在其他时代所观察到的那样，反女性主义有所加剧，将男性描绘为对女性天然不诚实³⁴⁷。在巴西的一些贫困群体中，可以看到某些被强化的男性行为模式，例如极端自我中心和较差的人际互动：挑选最好的食物，占据更舒适的位置，甚至要求社会接受他们的不忠行为。

(234) 然而，将反女性主义简单理解为两性关系问题是天真的，它实际上与对大众的政治操控有关。西蒙娜·德·波伏娃之所以遭到攻击，正是因为她接近揭示这一点。事实是，女性的从属地位不仅仅源于男性优势的倾向，更是一种被社会结构强加的状态。

³⁴⁶ 《圣经·约翰福音 8:3-11》。

³⁴⁷ 西蒙娜·德·波伏娃：《第二性》，第251页（作者自译）——“某些男性坚持拒绝一切能够赋权女性的事物，这恰恰说明反女性主义依然顽固地存在着。”

(235) 同时，在我看来，带有支配倾向的女性主义并不是积极的，因为它在某种程度上淡化了堕胎问题。然而，在当今社会，在已有多种避孕方式的情况下，轻率地进行这种行为是缺乏合理性的。

(236) 对女性来说，一些较长期的避孕方式包括皮下植入式避孕装置³⁴⁸、宫内节育器（IUD）³⁴⁹、宫内系统（IUS）³⁵⁰以及孕激素注射等。³⁵¹

(237) 目前，男性只有一种半永久性的避孕方式：可逆输精管结扎，但并不能保证一定可逆。有些人尝试使用睾酮联合孕激素作为避孕方法，但由于其可逆性不确定且存在副作用，因此并不被推荐。其他方法，如RISUG³⁵²，仍在研发中。然而，男性缺乏半永久避孕手段这一现实，应促使他们与伴侣进行更加坦诚的沟通，并对亲密关系承担更大的责任。他们应避免滥交——而现实中却恰恰相反。

(238) 从我的观点来看，西蒙娜·德·波伏娃唯一真正体现女性主义的一点，是她对堕胎的支持。她认为堕胎现象规模巨大，应被视为女

³⁴⁸ 皮下植入式避孕装置——一种植入女性手臂的避孕方法，通常在月经周期第1至第5天进行，在局部麻醉下完成。其通过持续释放激素进入血液，抑制排卵并使子宫内膜萎缩，从而达到避孕效果。装置为约3厘米长、2毫米直径的硅胶小管，需由妇科医生根据个体健康状况评估后植入。其含有较高剂量的孕激素，可在约3年内持续释放。来源：Tua Saúde: <https://www.tuasaude.com/implante-anticoncepcional/>.

³⁴⁹ 宫内节育器（IUD）——一种“T”形的小型避孕装置，放置于子宫内，用于长期、可逆避孕。即使是青少年或未生育女性也可安全使用。取出后，生育能力通常能迅速恢复。来源：Wikipedia https://pt.wikipedia.org/wiki/Dispositivo_intrauterino.

³⁵⁰ 宫内系统（IUS）——一种含激素的子宫内避孕装置，通过每日释放左炔诺孕酮发挥作用。其主要机制包括：使宫颈黏液增稠以阻止精子进入，以及改变子宫内膜结构，使其不利于胚胎着床。该方法通常不以抑制排卵为主要作用机制。来源：Wikipedia: https://pt.wikipedia.org/wiki/Sistema_intrauterino.

³⁵¹ 孕激素注射——每三个月注射一次。孕激素是一类包括天然黄体酮及其合成类似物的激素，被广泛用于避孕（如口服避孕药、植入物、注射剂和激素IUD）。其作用包括抑制排卵、增厚宫颈黏液以及降低子宫内膜对受精卵的接受性。来源：: <https://www.saudedireta.com.br/docsupload/1340374587Portuguese-Chapter4.pdf>

³⁵² RISUG（可逆性精子抑制技术）——一种正在研究中的男性避孕方法。

性所面临的内在风险之一³⁵³。因此，她主张不应对其进行惩罚，并进一步认为应当取消其犯罪性质。

(239) 然而，我们也必须考虑波伏娃所处的时代。当时最有效的避孕方式主要是体外排精和阴道冲洗。男性避孕套虽已存在，但女性无法依赖男性的配合，这一点至今仍然存在。此外，避孕套会降低阴茎敏感度，使许多人难以适应。同时，对避孕知识、子宫帽等工具的推广曾受到限制。也就是说，在缺乏有效避孕手段的背景下，她支持堕胎，是因为当时这几乎成为控制生育、保护女性的唯一方式。

(240) 波伏娃认为，堕胎合法化有助于减少地下诊所中女性的死亡，以及出生后因忽视而夭折的儿童³⁵⁴。她提到过一些因父母故意疏忽而死亡的案例。不过需要说明的是，我也支持堕胎诊所的合法化，但这体现了我立场的矛盾性：我并不支持堕胎本身，只是承认其现实存在——有些女性可以安全进行，而另一些则因此丧命。

(241) 就我个人而言，我并不认同巴西所有关于堕胎的法律许可，例如强奸情形下的相关规定。但我承认，女性有权在自身生命与胎儿之间作出选择，即使这种选择是为了避免心理上的崩溃。我认为真正应当被打击的是强奸行为，而社会却通过音乐与带有性暗示的舞蹈等形式在某种程度上助长了这一问题，甚至女性在无意识中也参与其中。

(242) 然而，当人们决定终止妊娠时，我也无法否认其自由意志。因此，我提出一种社会政策：只要是在孕妇请求下进行，医生或诊所不应因实施堕胎而受到惩罚，以避免女性在不安全条件下独自尝试。在这种情况下，医生不得拒绝提供帮助，否则构成不作为的过失。但医生有义务向相关机构报告该行为，否则将承担责任。

(243) 在《通往潜意识的钥匙》一书中，Renate Jost de Moraes医生提到，一些患者在催眠状态下能够回忆起子宫内的经历。这表明，在胎儿阶段已经存在某种意识，这也是为什么堕胎可以被视为一种夺取生命的行为³⁵⁵。既然这在法律上属于典型的违法行为，就不能完全不受约束。不过，我们可以建立更完善的支持与责任体系，以尽量避免其发生。

(244) 在医疗申报制度下，孕妇需要说明堕胎的原因。如果存在明确的责任或主观意图，男女双方都可能需要承担责任，或签署协议，各自承担相应后果。如果能够证明已采取避孕措施但失败，处罚可能减轻。不过，这种证明较为困难

³⁵³ 西蒙娜·德·波伏娃：《第二性》（作者自译）第二卷，第249页——“这一现象如此普遍，以至于必须被视为女性处境中的一种内在风险。然而法律却坚持将其视为犯罪，并要求这种精细的操作在地下进行。”

³⁵⁴ BEAUVOIR, 1967, 第249页。

³⁵⁵ Renate Jost de Moraes：《通往潜意识的钥匙》，第123页（电子版）（作者自译）——（摘录）“爸爸很生气……他在打妈妈……他说他们养不起更多孩子……他说不想要我……那我就改变我的身体……我要把头伸进脐带里……勒住我的脖子……我不能存在……他们不要我了……”

，除非使用的是半永久性避孕方式。无论如何，为避免处罚，仍需签署相关协议。

(245) 明确男性在此类事件中的责任，对于预防其发生至关重要。签署协议的人需接受医学评估，并使用半永久避孕措施；若无经济能力，可由政府承担费用。若男性希望免于使用此类措施，至少需要证明其采取了基础的避孕方式，例如在女性接近月经期时才发生性行为。更重要的是，必须证明双方在行为前曾就生育问题进行过沟通。如果能够证明主动选择更安全的时间，这将成为重要依据。

(246) 在诊所中，女性在接受手术前应被告知所有法律后果，并需指出可能的生父。所有可能的父亲都应被询问是否同意堕胎。如果存在多个自愿关系且无法在出生前确定父亲身份，母亲可以独自承担责任。若男性否认自己是父亲但后来被证实是生父，其法律责任将与该女性相同。在这种情况下，堕胎将被视为具有主观意图的行为，用于后续责任认定。如果女性在父亲不知情或反对的情况下进行堕胎，将作为加重情节；反之，如果男性刻意回避，使女性无法告知，则可能成为其责任加重的因素。

(247) 在重复违法且确认存在主观过错的情况下，男性或女性将被要求签署新的协议，接受绝育措施。他们可以选择冷冻精子或卵子，以便将来进行人工授精或体外受精。该规定适用于即使与不同伴侣发生的情况。如果拒绝签署协议，且首次违法所获得的宽免仍在有效期内，则该宽免将被取消，并对两次行为合并追究刑事责任。

(248) 最后，在这些协议中，男女双方都必须参加未来父母课程，以增强为人父母重要性的认识。同时，他们还将被告知政府为防止堕胎所提供的各种支持措施。此外，还需接受心理治疗，以应对其性行为中的不稳定因素。

(249) 堕胎应当作为一种可提供的医疗手段存在，但不能在法律上被忽视，即使在现实中可能仍需被容忍。我曾是单亲母亲，经历过社会压力，也了解女性在类似怀孕情境中会面临多种心理危机，甚至考虑终止妊娠。因此，这一过程不应过于容易获得，但同时也必须正视并解决女性面临的现实困难。

(250) 我们正处在一个历史阶段，正如耶稣所说，女性会希望自己不曾生育³⁵⁶。而如今，我们仍在重演西蒙娜·德·波伏娃在五十年前所描述的那种倒退状态。许多男性甚至认为自己有权不承担父亲责任，并要求伴侣堕胎。在我提出的法律框架下，这种行为将导致更严厉的处罚。

(251) 自杀是一种对既定人生道路的拒绝，而堕胎在某种意义上也是如此。我理解堕胎可能反映出对上帝缺乏信任，但在亲密关系中人所承受的绝望深度，并非他人可以轻易评判。

(252) 欧洲通常被视为发达的象征。然而，许多欧洲国家在发展过程中依赖生育控制政策，并在某种程度上以虚伪的方式将堕胎常态化，即使在其非法时期也是如此。一个曾对世界造成巨大破坏的地区，也可能最终走向自我消耗。

(253) 如果更有效的避孕方式能够被广泛推广和普及，堕胎的发生率可能会大大降低。然而，堕胎在很大程度上源于社会的虚伪。例如，一方面反对堕胎在逻辑上是合理的，但另一方面又拒绝避孕措施。天主教会以及许多福音派教会对避孕的反对，使这种矛盾持续存在，从而间接促成了堕胎现象的延续。

(254) 堕胎诊所也可以作为心理支持中心，尝试劝导女性放弃堕胎。在强奸案件中，可以为孕期女性提供类似疗养环境的支持性居住条件。然而，如果女性已坚定决定终止妊娠，在现实中往往难以阻止，因为非法性和资源缺乏从未真正成为有效障碍。

(255) 诊所仅可在怀孕三个月内实施堕胎。此后，需经司法审查，以判断是否属于治疗性堕胎或胎儿严重畸形等情况³⁵⁷。³⁵⁸ 相关裁决必须在一周内完成。同时，在诊所合法化的同时，政府应大力推进避孕措施的普及政策。

(256) 登记进行该手术的女性还应获得专项心理支持，使其有机会重新考虑分娩并将孩子交由收养。孩子的监护权可转移至预先登记的家庭。虽然正式收养程序较为漫长，但监护权可以快速授予，并在母亲同意下作为进入收养程序的过渡方式。

(257) 政府应设立类似寄宿机构的设施，用于照顾无法由家庭抚养或被遗弃的儿童。在这些机构中，儿童和青少年将获得全面的医疗和牙科护理。除基础教育外，他们还将接受音乐教育，并至少掌握一门可作为带薪助理从事的职业技能。同时，在双方同意的情况下，他们也可以在每周休息时间与父母共同度过。

(258) 父母应根据自身经济能力支付抚养费。多余的资金将分配给受益儿童以及其他孩子。其中一半存入该儿童名下的储蓄账户，另一半用于改善机构内所有儿童的生活质量。该制度将持续至儿童被收养或返回家庭为止。

³⁵⁶ 《圣经·路加福音》23:28-31》

³⁵⁷ 巴西《刑法典》（法令第2.848号/1940）第128条第I、II项 来源：http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto-lei/del2848.htm.

³⁵⁸ 基本原则违宪控诉案第54号（ADPF
<https://redir.stf.jus.br/paginadorpub/paginador.jsp?docTP=TP&docID=3707334>.

54) 来源:

(259) 电影《苹果酒屋法则》³⁵⁹由托比·马奎尔主演，展示了因意外怀孕引发的堕胎与孤儿问题。堕胎的非法性反而增加了堕胎数量，并导致女性因在不安全环境（如条件恶劣的诊所或家中）进行手术而死亡。

(260) 然而，将堕胎当作一种“权利”，仿佛杀害生命可以被正当化，这本身就是一种滥用，就像大男子主义对女性的压迫一样。女性对自己的身体和生活拥有权利，但对其体内孕育的生命并不拥有支配权，而是负有责任。因此，设立堕胎诊所的目的，应是最终减少堕胎的发生。

(261) 这是因为，只有通过向最直接相关的人群——育龄男女——提供信息与支持，问题才能真正得到解决。应当从高中阶段开始强化教育，让人们认识到稳定关系对建立家庭的重要性，以及为人父母的意义与价值。

(262) 与其惩罚堕胎，不如预防它更为重要。对于不希望生育的人来说，绝育并不应被视为惩罚。然而，堕胎在法律上仍应被视为犯罪³⁶⁰。如果当事人拒绝签署相关协议，则应判处监禁，并在严格条件下执行，因为本应有充分理由避免该行为发生。

(263) 医疗系统应提供可持续三年的免费避孕植入装置，从女性初潮开始作为预防措施，以避免意外怀孕，包括因强奸导致的怀孕。需要指出的是，在巴西，任何与14岁以下未成年人发生的性行为在法律上均被视为强奸，因为该年龄段缺乏有效同意能力。这一措施有助于应对一种长期存在且不平等的现实情况：许多女性处于曾被强迫却未敢举报的关系中。

(264) 强奸犯也可以选择签署绝育协议并接受降低性冲动的治疗，以换取减轻刑罚³⁶¹。但他们仍需对所实施的一切暴力行为或其他犯罪承担法律责任。

³⁵⁹ 《苹果酒屋法则》（*The Cider House Rules*）——1999年美国剧情片，由Lasse Hallström执导，改编自John Irving同名小说。来源：Wikipedia: https://pt.wikipedia.org/wiki/The_Cider_House_Rules.

³⁶⁰ 巴西《刑法典》（1940）——第124条：“自行堕胎或同意他人实施堕胎者，处1至3年拘禁。”第126条：“在孕妇同意下实施堕胎者，处1至4年监禁。”附则：若孕妇未满14岁、精神障碍或同意系通过欺骗、威胁或暴力取得，则适用更严规定。： http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto-lei/del2848.htm.

³⁶¹ 关于“抑制性欲物质”（anaphrodisiac）的说明——目前不存在在不产生显著副作用的情况下抑制性欲的物质。部分药物（如SSRIs、抗精神病药、抗雄激素、雌激素治疗及LHRH激动剂）可通过副作用产生类似效果。来源：Wikipedia: <https://pt.wikipedia.org/wiki/Anafrodis%C3%ADaco>.

(265) 将避孕制度化，有助于解决由性失衡引发的深层问题，包括家庭内部的性暴力，这类问题往往未被举报。堕胎非法化的最大问题在于，它被秘密容忍，从而导致其在缺乏监管的情况下广泛发生。有些女性甚至将反复堕胎当作替代避孕的方法。

(266) 紧急避孕药是医学上的一项重要进步³⁶²，其主要通过抑制排卵发挥作用。但在某些情况下，它也可能阻止受精卵着床。由于这一过程发生在极早期（仅有少数细胞阶段），因此通常仍被认为可以接受，也因此不被归类为堕胎行为。事实上，即使使用该药物，仍有女性可能怀孕。该药应在性行为后尽早服用以提高效果，在正常月经期间无需使用，因为此时不会排卵。然而，这种方法不应被频繁使用，因为其含有较高剂量的激素。一般建议每月不超过一次；若同月内多次无保护性行为，仍存在怀孕风险。因此，更安全且对身体影响较小的方式，是使用常规避孕方法，如每日口服避孕药。

(267) 唯一不带来副作用的方法是自然避孕法，即只在月经期及其前后进行性行为，避开女性的排卵期（通常在月经周期中期）。这被称为奥吉诺-克瑙斯法，也就是常说的“安全期法”。但这种方法不仅要求伴侣关系稳定、双方配合，还需要在女性排卵期内节制性行为，而这在现实中往往难以做到。这也是天主教会唯一认可的避孕方式。我认为，仅仅因为支持避孕手段的使用，就不应被教会排斥。相反，我认为教会的某些立场已经显得过时，因为绝大多数天主教徒早已在使用避孕方式，在追求精神成长的同时也获得了更为平和的生活。

(268) 正是这种拒绝为处于脆弱处境的女性提供保护的极端立场，推动了激进女性主义将堕胎视为一种社会正义。但我并不认为一个心理健康的女性会单纯因为“想要”而选择堕胎。她们往往是因为缺乏抚养孩子的条件，或受到社会压力。因此，如果我们能够解决这些现实问题，堕胎现象将大大减少。

(269) 当今社会对生育的放弃，并不是消极的不作为，而是一种通过社会性机制表现出来的态度，这种机制在某种程度上伤害了处于弱势的女性。

(270) 这一问题真正的解决方式，是为儿童提供支持，因为女性往往需要独自面对这一挑战，缺乏足够的力量去承受。

(271) 对许多女性来说，被迫堕胎是一种痛苦的经历。同时，也有一些女性将自己完全置于“受害者”位置，忽视堕胎所带来的影响，从而缺乏反思与改变。

³⁶² 紧急避孕药（事后避孕药）。

这种情况阻碍了问题的改善。例如，随意的性关系不应成为常态，而应是例外，女性也应始终采取避孕措施以降低风险。

(272) 教会在某些问题上的矛盾立场，尤其是在对待女性的问题上，可能会引发人们对信仰的质疑，也反映了社会本身的状况。当我们看到他人的问题时，也应反思自身是否存在类似的不足。

(273) 我们常常谴责他人的行为，却忽视自身的类似问题。在社会环境中，人们容易重复相同的错误，因为往往受到共同观念的影响。堕胎虽是个人行为，但也受到社会整体观念的影响。

(274) 儿童不仅属于个体家庭，也与社会整体相关。当堕胎发生时，从某种意义上说，它也反映了社会的共同责任。堕胎往往在相互推诿中发生，但其影响却是普遍的。

(275) 西蒙娜·德·波伏娃通过“343人宣言”揭示了围绕堕胎的社会虚伪现象，许多公众女性公开承认自己曾堕胎，从而暴露出经济条件优越者往往不受惩罚。这种情况在巴西至今仍然存在³⁶³。由于其非法性，相关数据并不精确，但可以推测其规模依然较大。

(276) 在1988年前后，堕胎数量已经相当可观。我认为，是时候结束这种社会性的忽视了。

(277) 同时，我并不反对女性在某些必要领域享有特殊权利。例如，女性至少应享有产假，以便哺乳和照顾新生儿，这在现实中已经存在。我甚至认为，随着远程工作的普及，可以进一步改善这一制度，例如允许母亲在孩子两岁之前（或在必要情况下更长时间）在家工作。

(278) 然而，在退休条件方面，我认为男女应适用相同的工作年限和缴费年限。这样一来，没有人需要工作超过30年。在巴西，目前女性的要求就是如此，男性也应采用同样的标准。事实上，我主张降低退休所需的最低年限。最佳方案是恢复按缴费年限比例退休的制度，从20年开始就可以申请，就像1988年之前那样。相应的约束是养老金会有较大幅度的减少。

(279) 最后，还必须指出，许多女性试图通过婚姻来解决经济问题，因此常常容忍缺乏真正友谊或感情的关系。如果婚姻是真实的，我们无权随意追求离婚；但如果婚姻是虚假的，那么分开甚至可能是一种责任。

(280) 同样，我们无法预知一段关系是否会成功，犯错反而更常见。因此，我们应当努力建立稳定的关系，全心去爱，并相信它可以长久。但对于不完整的

³⁶³ 西蒙娜·德·波伏娃：《第二性》，第250页（作者自译）——“……在法国，每年的堕胎数量几乎与出生数量相当……”并指出：“无论支持还是反对堕胎合法化的人，都承认压制措施的彻底失败……”

关系，不应勉强维持。在没有友谊的婚姻中，应当承认这并不是真正的婚姻，并结束它。

给女性的一封信

(281) 在本书第一版中，我曾因那些经历堕胎的女性所面临的处境而深受触动，对她们表示过同情。然而很明显，面对她们所承受的巨大困难，我所能提供的任何帮助都十分有限，难以真正改变什么。因此，我能给予的最好支持，就是对这个问题进行深入而真诚的表达。

(282) 我在这部作品中所说的一切——尽管其中许多思想来自书本那种冷静而理性的文字——在我体内却像燃烧的激情一样流动。这是因为我一直以强烈的情感生活，被愤怒和个人反抗所推动。多年以后，我几乎忘记了年轻时经历的那些失败，也许遗忘本身就是我逃避痛苦的一种方式。

(283) 2016年1月1日，当我经历了一次觉醒，仿佛双眼被打开，我感到一种迫切的愿望，要把我所领悟到的东西传达出去。但如果不亲身经历，我就无法真正成为见证者——否则，我的话语将缺乏生命，不会源自真实的体验。

(284) 这些说明，是为了引出一个前提：我曾经历过两次堕胎。在这些行为中，我背离了自己的原则，仿佛也在抹去自己的一部分，因为我其实是真心想要那些孩子的。既然我违背了摩西十诫和基督的两条诫命，却依然能够获得救赎，那么你——无论是否比我做得更好——也同样可以获得救赎。

(285) 第一次堕胎发生在我18岁时。那一天，在我哥哥的一位朋友的劝说下，我发生了一次随意的亲密关系，并因此怀孕。之后，这个年轻人消失了，很可能是为了逃避建立关系。当我发现自己怀孕时，我正遭受严厉的社会排斥，也被家人拒绝。

(286) 这种情况从我12岁、父母分开时就开始了，并随着时间不断加剧。我遭受了大量诽谤，尽管那时我才刚刚失去处女之身不久。我理解，这种诽谤是一种对女性的社会性压制方式，迫使她们进入顺从的角色。

(287) 在这样的处境下，我把堕胎视为唯一的出路。由于经济拮据，我落入了一位冷漠医生的手中，他在没有麻醉的情况下为我进行子宫刮宫手术。那种痛苦难以忍受，恶劣的条件甚至可能夺走我的生命，这段经历给我留下了深深的心理创伤。

(288) 第二次堕胎对我来说更是一种自我伤害。那时我已经成为基督徒，也处于一段有真实感情、符合社会期待的关系中。然而，我的伴侣通过心理施压迫使我堕胎，把这作为维持关系的条件。为了说服我，他甚至提起了我第一次堕胎时所承受的社会压力

。他还要求我用我自己的积蓄支付手术费用，尽管他来自一个富裕家庭。手术后不久，他便与我分手并彻底消失。

(289) 当我后来真的有了孩子时，我逐渐发现，母职带来某种形式的束缚。在支撑家庭的过程中，各种困难让我几乎不堪重负，甚至一度感觉自己快要失去理智——我用金钱去养育孩子，却没有真正与他们建立起亲密的情感联系。

(290) 然而，成为母亲之后，我也第一次感到自己真正活着。我不再是无神论者，而是在女儿每天受到的保护中看见奇迹。所以，尽管经历了种种艰难，我依然对母职心怀深深的感激。只有在上帝的帮助下，母亲才能坚持下去。神圣之事无可阻挡！当一位母亲真正愿意面对一切挑战时，她为孩子所付出的努力就是神圣的。如果我们拥有得少，是因为我们祈求得太少。我们常常祈求逃避困难，那本身就是一种失败。相反，我们应当祈求力量去战胜它们。

一个关于失去与获得的小仪式

(291) 主啊，堕胎是严重的罪。但我恳求您，尤其宽恕那些因为恐惧、因为觉得无法面对未来挑战而选择堕胎的女性，而不是出于轻率。我也请求那些因堕胎而离去的灵魂能听见我、理解我。她们的母亲没有合适的语言，也不知道自己在犯错时做了什么。她们是在痛苦中，或被欲望所左右的人。请宽恕她们，也请宽恕我。愿你们接受那些被派来帮助你们恢复的光明灵魂的引导。主啊，我知道您总会派遣光明的灵魂来安慰和扶持我们！对此我深表感谢！阿门！

个人忏悔

(292) 在本书第一版中，我曾表达过自己对1988年堕胎数据的震惊。我甚至拒绝继续研究这个问题，因为它让我感到厌恶。而在私下里，我的合著者——耶稣——通过一些灵媒式的经历，一再促使我在书中公开承认自己曾有两次堕胎。

(293) 与此同时，我对自己与耶稣之间的联系感到困惑，与祂的“交流”也显得混乱而笨拙。我经历了一次心理崩溃，在祂的伟大面前感到极度渺小和不配。我甚至恐慌地想，如果耶稣需要像我这样的人，那一定说明局势已经非常严重。我无法对这种联系保密，仿佛自己获得了重生，整个人生都变得相对而次要，好像这一切才是真正的意义。

(294) 这个体系对“通灵能力”的恐惧被刻意地培养，有时我甚至认为，那些主导体系的人是在有意阻止耶稣向我们揭示真相。

(295) 我曾强烈反对公开自己的堕胎经历，因为我把自己看作受害者，而不是犯错的人。我认为自己是无辜的。但同时我也明白，我没有权力原谅自己。毕竟，就像我曾在亲人去世后与他们有过某种“精神上的接触”一样，我也感受到与那些未出生的孩子之间的联系。

(296) 我知道我的孩子并不认可我。在一个梦里，我看见他们处在一个黑暗而可怕的地方，被困在一间房子里，试图躲避我。当我靠近时，他们往更深处逃

去，与我拉开距离。他们远远地对我喊道：“你将面对犹大的狮子³⁶⁴！”并召唤出一头巨大的狮子来威胁我。

(297) 作为一名天主教徒，我无法理解这些经历，也无法用理性去解释。按照宗教规定，堕胎在近些年才被允许通过向神父忏悔而获得宽恕。但在我看来，这显得虚伪，因为如今许多天主教徒只是机械地履行信仰，在教堂祈祷，却没有真正的精神投入。其实我也好不了多少，只是当时没有意识到而已。在潜意识里，我把基督教当作一种乌托邦。而亲自“遇见”复活的耶稣，对我来说是一种极其强烈的体验。

(298) 在我拒绝就此作出见证之后，耶稣温和地试图说服我去向一位神父忏悔我第一次堕胎的事情。他提醒我，那时我是无神论者，并没有去忏悔。他建议我去找一位我认为是朋友的神父，但我因为羞愧而拒绝了。随后，他又推荐了另一位非常优秀的神父，但我同样拒绝了，因为他与一个我不信任的人有交情，我害怕受到对方的影响。

(299) 于是，出于我一贯的虚荣，我声称自己在精神层面高于他们，说：“我直接向上帝忏悔！这些神父并不比我更好！”随后，耶稣在另一个维度中出现在我面前，穿着那位神父的样子，身边还有一位朋友，同样打扮成神父，从他的举止和《圣经》中描述的特征性目光来看，他似乎是约翰。耶稣略显不耐烦地说：“这个人太固执了！”他的朋友看了他一眼，我顿时感到深深的悔意，跪倒在他脚前，完全不知所措，也不明白自己做了什么。

(300) 之后，我进入了一段极度精神混乱的时期。我去向那位神父忏悔，但完全无法理清自己的状态。感觉自己曾经已经得到救赎，却又重新走向定罪。耶稣带着悲伤与担忧对我说：“我不想让你发疯！”我陷入了严重的身份危机，说话混乱，写下的文字也变得难以理解。

(301) 随着时间推移，我逐渐想起了过去与神父忏悔相关的其他创伤。我记起，在我第二次堕胎后的忏悔中（当时我已经是基督徒），那位神父似乎产生了性方面的兴奋，并说出带有性暗示的含糊话语。也是在那次之后，我才意识到自己还需要忏悔第一次堕胎，但我害怕再次经历类似的事情。这种感觉极其可怕——我最深的痛苦被一个对此

³⁶⁴ 犹大之狮——是耶稣所属支派的象征。犹大之狮是犹太民族的国家与文化象征，传统上被认为是以色列人的标志。根据《托拉》，这个支派由雅各第四个儿子犹大的后代组成。犹大与狮子的联系，源自雅各对他的祝福。《圣经》来源：维基百科。相关经文见《创世纪》49:8-10。在这段经文中，预示了诸如狮子的归来（耶稣）携带猎物，以及万民对他的服从：“犹大啊，你的弟兄必赞美你；你必抓住仇敌的颈项；你父亲的儿子们必向你下拜。犹大是小狮子；我儿啊，你抓了猎物上来。它屈身卧下，如公狮，如母狮，谁敢惊动？权杖必不离开犹大，统治的杖不离开他脚之间，直到那应得之人来到，万民都要归顺他。”这个称号在《圣经》结尾的《启示录》5:5中再次出现，这里在犹太人与基督徒之间存在争议，因为基督徒认为指的是耶稣，而犹太人并不这样认为：“其中一位长老对我说：不要哭！看哪，犹大支派中的狮子，大卫的后裔，已经得胜，能展开那书卷，揭开那七个印。”

产生兴奋的男人所利用。更糟的是，这个人不是普通人，而是一位我曾经怀有纯粹敬意的神父。

(302) 此后，我周围的环境变得更加混乱。我接触到一些急需成年人保护的年轻人，以及与大麻合法化相关的社会问题。总的来说，我同时面对：带有偏见的本地社区；这些年轻人的家庭，他们无法理解我是在帮助他们；心理问题严重的年轻人；因为我揭露他们行为而与我对立的当地警察；与我因理念冲突而断绝关系的亲人；甚至还有我自己——因为我正处于个人危机之中。

(303) 与此同时，我的工作状况也不好，即使是远程办公。系统在正常工作时间内运行不良，迫使我不得不在夜间、周末甚至节假日工作来完成任务。此外，职场骚扰也在加剧。

(304) 然而，每当情况变得更加复杂时，我反而会恢复清醒，撰写出坚定有力的法律文件。我也没有停止社会种植项目的工作，以及这本书的写作。

(305) 我的冲突主要源于我试图过一种无罪的生活。我想向人们证明这是可能的。我陷入了一个问题：“我到底是天使，还是魔鬼？”我需要理解正在发生的一切，因为这很可能是我自身行为的结果。这也符合我的信念：上帝不会惩罚我们，我们的经历源于我们的选择。我觉得如果要理解并证明这一点，我就不能享有任何特权。我的目标是证明，一个曾经违背所有基督教原则的人，依然可以获得救赎。我必须证明任何人都可以被救赎。然而，我的救赎尚未完成——我精神净化的最后阶段已经开始，并与净化我的言语有关。

(306) 当我决定在书中公开承认我的堕胎经历时，我感到关于这一主题的第一波精神混乱开始减轻。我逐渐真正理解了围绕这一切的各种情况。此前我无法清晰理解，是因为这个问题被谎言封锁着，就像有一扇关闭的门阻止我获得更深入的认识。

(307) 当这个障碍被移除后，其他阻碍也开始慢慢消失。我看到自己的内心产生了许多冲突，这些冲突仿佛来自外部思想，好像我体内存在两个自我——一个更高的，一个更低的——在彼此对抗。我出现了许多令自己反感的念头，仅仅它们的存在就让我痛苦。我意识到，我许多潜意识中的低级思维模式来自电影。渐渐地，我感觉自己像是从一种催眠状态中醒来。

(308) 于是，我开始将忏悔视为任何寻求精神提升的人都需要的一种实践。不过，我也认同奇科·泽维尔的导师埃马努埃尔所强调的公开忏悔的重要性——只有在无法公开忏悔的情况下，才诉诸于向神父忏悔³⁶⁵。毕竟，与一位陌生男性私下讨论女性的私密问题，对双方来说都可能造成创伤。

³⁶⁵ 摘自《埃马努埃尔——关于困扰人类的重要问题的灵性演讲》（由灵体埃马努埃尔口述，奇科·沙维埃尔书写）——“确实，在先驱者的时代，新信徒曾采用公开承认自身过错与错误的做法，但

(309) 最后，我必须指出，一个人自称是基督徒却支持堕胎，这是虚伪的，因为基督教中关于“不可杀人”的戒律是简单而明确的。如果这一原则连在人与人之间都不需要遵守，那才是令人惊讶的。

2.3. 同性个体主义与同性恋

(310) 艾伦·图灵是一位英国数学家、逻辑学家和科学家，同时也是一名同性恋者。正因为这一点，尽管他作出了非凡贡献，仍然遭到英国政府的迫害。他在计算机诞生的理论基础方面起到了关键作用。在第二次世界大战期间，他领导团队破解了纳粹使用的恩尼格玛密码机，这一成就缩短了战争时间，挽救了数百万人的生命。

(311) 1952年，图灵因“严重猥亵罪”被定罪，并被强制接受化学阉割。两年后，他去世，许多人认为这是自杀。直到2013年，英国女王伊丽莎白二世才为他进行追授赦免。2017年，英国政府通过了“图灵法案”，将同样的赦免扩展到数千名曾因过时的反同性恋法律而被定罪的人。

(312) 仅仅通过这一引言，就可以看出过去同性恋者所面临的挑战有多么艰难。社会施加在他们身上的压力——在许多方面至今仍然存在——往往令人难以承受，甚至导致自杀。没有什么比生活在谎言中、因为社会的负面评判而无法真正认识自己更糟糕的了。然而，与大男子主义和女权主义不同，“同性恋”这一术语曾一度被视为一种疾病，而不是一种运动。

(313) 尽管如此，毫无疑问也存在一种个体性的运动，就像女权运动一样，同性恋者的努力逐渐在体制中打开裂缝，为所有人带来了进步。同时，社会在与同性恋群体的互动中，也逐渐意识到这一社会问题——人们要么必须努力争取最基本的存在权，要么在缺乏接纳的情况下放弃生活。

(314) 最初，“homosexuality（同性恋主义）”这一词带有贬义，用来指代同性恋。这一情况在1990年代发生改变，当同性恋被从《国际疾病分类》（ICD-10）中移除。在巴西，1999年联邦心理学委员会禁止所谓的“同性恋矫正治疗”，进一步巩固了这一转变。

(315) 这一胜利实际上源于同性恋者的社会运动，该运动起始于“石墙事件”，这是对纽约同性恋群体遭受警察暴力和迫害的抗议。起义一年后的1970年6月28日，同性恋群体以一种充满华丽、艺术与欢乐的方式反击体制——通过大胆而引人注目的“同性恋骄傲

这一习俗与后来天主教会所建立的一切完全不同。当那些以牺牲之血和最崇高的对世俗的放弃奠定信仰基础的高尚灵魂离世之后，教会才逐渐形成了后来的制度，而这些基础本已经得起世纪的考验。使徒时代公开承认自身缺点，是防止再次堕入罪恶的一道强有力的屏障。在那些时刻，真正谦卑的深刻情感充满人心，使人更有能力抵抗诱惑。这一原则如同疫苗，抵御悔恨的溃疡和道德创伤。然而，随着时间推移，人们观察到此前由基督教兄弟之爱所推动的一切崇高法则发生了根本性变化。（……）不幸的是，围绕所谓忏悔圣事的一系列荒谬之处，源自教会高层、神学家以及虚伪的道德家，他们恶意地设立了冗长而不适当的盘问，要求女性被动地在一个男人面前接受质问——这个人往往是陌生人，她们甚至并不认识。”

游行”。这些活动无法被忽视，它们不仅表达了立场，也为参与者提供了保护和匿名性，人们通过面具和浓妆来掩饰身份。

(316) 由于大男子主义建立在对男性生殖器的崇拜以及反女性主义之上，同性恋男性会遭遇来自这种体系最强烈的抵制，因为他们直接挑战了其规范。一些同性恋男性本身也可能带有大男子主义观念，但他们的存在并不会强化这种体系。这也是为什么“gay（男同性恋）”一词最初被用来命名这一运动，因为作为最早的代表者，同性恋男性成为最早的“殉道者”。

(317) 随着时间推移，这一群体不断加入新的字母，以涵盖基于性别与性取向的更多身份表达。如今，这一运动通常以LGBTQIA+来表示（女同性恋、男同性恋、双性恋、异装者、跨性别者、酷儿、间性人、无性恋以及其他群体），并与所谓的“性别意识形态”相关联。

(318) 毫无疑问，我们不能将同性恋运动简单地理解为一种节日化或“欢乐”的现象。这样的简化忽视了其中涉及的深层身份与人性问题。最重要的问题是全人类的共同身份，而不是被分割成各种类型和角色。

(319) 这个体系对表现出“异性特征”的人进行迫害，是一种有策略的残酷行为，因为我们每个人在不同程度上都具有一些异性的特质，这本身就会引发许多内在冲突。真正不自然的，是对两性进行过度而极端的分离。

(320) 在全球范围内，一些伊斯兰文化在反对同性恋方面尤为突出，其文化中的恐同表现为不同程度的惩罚，例如监禁、鞭刑，甚至死刑，这些惩罚因国家而异。

(321) 与此同时，即便在今天的基督教文化中，仍有许多人反对同性恋，往往以宗教理由为依据。借用“上帝”的名义来为不合逻辑的支配性规范辩护，是一种历史悠久的做法，例如古埃及的法老就曾宣称自己是活着的神。

(322) 《圣经》中关于所多玛的故事常被用来论证同性恋是不自然的、并且不被上帝接受。然而，如果同性恋是自然产生的，那么它和异性恋一样，都是身体对性的一种自然表达。所多玛故事中的问题并不在于同性之爱，而在于强暴的意图³⁶⁶。换句话说，问题不在于性取向，而在于暴力与侵犯。

(323) 所多玛常被当作历史警示，被认为是因为严重的堕落而遭到毁灭。我设想，在那样的社会中，一些人被物化为性对象，被限制在极小的空间中以便实施特定的虐待，这也体现了所谓“所多玛之床”的残酷。在这个故事中，身材较大的人会被截断肢体，而较小的人则被拉伸，以适应床的尺寸。

(324) 但上帝完全可以直接让一个人从世上消失，而无需通过灾难。因此，这些事件更像是考验与教训。真正能够激怒上帝的，是人与人之间的残酷与分裂——如果有人相信造物主的话——而不是性取向的差异，因为这些差异本身也是祂所创造的。

³⁶⁶ 《圣经》创世记19:4-5——“他们还没有躺下睡觉，那城里的人，就是所多玛的男人，无论是年轻的或是年老的，都从各处来围住罗得的房子。他们呼唤罗得，对他说：“今晚到你这里来的人在哪里？把他们带出来，我们要与他们同房。””

(325) 实际上,《圣经》中的观点并不一致。在旧约中,《利未记》18:22 和 20:13 中,摩西谴责同性之爱。但在《以赛亚书》56:3-5 中,则通过“太监”的形象接纳了他们:

与耶和華联合的外族人不要说:“耶和華必把我从他的子民中分别出来。”被阉割了的人也不要说:“看哪!我是一棵枯树。”因为耶和華这样说:“那些谨守我的安息日,拣选我所喜悦的事,持守我的约、被阉割了的人,在我的殿中和在我的墙内,我要赐给他们有记念,有名号,比有儿女更好;我必赐给他们永远不能废掉的名。”

(326) 在新约中,使徒保罗在《罗马书》1:24、《哥林多前书》6:9 和《提摩太前书》1:10 中反对同性恋。由于保罗是基督教的重要传播者之一,他很可能在塑造当今仍存在的偏见与文化性恐同方面起到了重要作用。但事实上,他同时也是犹太人,其思想深受犹太传统影响,这很可能使他基于对所多玛故事的误解而拒绝同性恋。

(327) 而耶稣——基督教中最高的引导者——在《马太福音》19:10-12 中则接纳了这些人,与《以赛亚书》的立场类似。祂通过承认“太监”的存在,表达了他们有权存在

门徒对他说:“若夫妻之间是这样,倒不如不娶。”

耶稣说:“这话不是人人都能接受的,唯独赐给谁,谁才能接受。因为有些人从母腹生来就是这样,有些人是被人使之如此,还有些人是为天国的缘故自愿如此。能接受的,就接受吧。”

(328) 在耶稣生活的时代,“太监”这一概念包括一类广泛的人群,即那些不与女性发生性关系的男性。这些人因为偏离了以亚当和夏娃为基础的婚姻标准而被社会排斥。正因为他们脱离了这种标准,也在某种程度上摆脱了体系的控制。在当时,婚姻几乎是所有人的必然要求。

(329) 耶稣将“太监”分为三类:天生如此的人,被他人变成这样的人,以及出于精神原因自愿如此的人。间性人(过去称为“雌雄同体者”)较为罕见,因此没有被特别提及。有些版本的《圣经》在此处使用“被阉割的人”而不是“太监”,但我认为这种译法在语境中并不合理。“阉割”是一个行为动词,就像“收割”一样,不可能对尚未出生的对象进行,因此不存在“天生被阉割”的人。

(330) 这表明真正的基督教并不恐同——恰恰相反。耶稣很可能也遭受过与同性恋者类似的偏见,因为祂并没有与女性建立亲密关系。

(331) 在这段话中，耶稣强调的是在异性关系中对性应承担最高程度的责任，这一点是合理的，因为涉及到子女的诞生。比如在堕胎问题上，我们谈到需要追究男性的责任，因为虽然实施的是女性，但在多数情况下，男性才是更主要的责任方。

(332) 然而，同样可以说，同性恋者也应当以诚实和节制的方式对待性行为，尽管性自由对每个人来说都是一种权利。这是因为问题并不“只是”性本身——即便性本身是否只是小事也值得思考。负面的性行为问题不在于身体，而在于驱动行为的思想，就像其他有害行为一样。

(333) 一些同性恋者主张公开展示带有情色性质的亲密行为的权利。但我认为，我们所有人都应当对此保持节制，因为过于强烈的亲密表达，例如深度亲吻，会在公共空间中越过他人的私人界限，而这与性取向无关。

(334) 另一方面，也有人——显然并非同性恋者——宣称同性恋者不应该发生性关系。这些人通常拥有稳定的伴侣关系，却仿佛自己的性生活是“自然”的，而同性恋者的则不是。然而，违背自身欲望去强行保持禁欲，与强迫他人发生性关系一样困难，也同样不自然。否认肛门快感的存在是虚伪的，因为每个人都有肛门，其刺激并不只属于同性恋者。许多异性恋男性因为偏见而回避这种刺激，害怕它会改变自己的人生。

(335) 性的真正意义在于让我们在一段深层关系中获得稳定，而不是进行毫无情感意义的行为，因为那样会抹去这一意义。在性中，一个人不仅脱去衣服，也卸下自我感。这也是为什么它可能对身份造成巨大影响——因为它与自我脱节。如果连沉浸在欲望中的人都未必完全理解自己，那么外人又如何理解呢？

(336) 有一次，我无意中短暂看见几位熟识的同性恋朋友处于亲密状态。我得出的结论是：我们在亲密行为上的方式大致是相似的，这让我开始思考，我们为何会在性的问题上产生如此多的心理扭曲。而这适用于所有人。

(337) 需要强调的是，保护亲密性与虚伪或伪装成他人是不同的。提倡克制，并不意味着否认爱或隐藏所爱之人，而是选择合适的情境来表达亲密。

(338) 展现友谊不会带来伤害，因为它才是真正连接人们的纽带。缺乏友谊的关系反而会让人变得不健康，甚至导致身份的丧失。例如牵手、挽臂、搭肩等行为，并不专属于情色之爱，也不属于某一性别。能够表达友谊的伴侣，往往比仅仅暗示性欲的人更能传递真正的爱。

(339) 人生中最重要的是人与人之间的关系，但只有建立在友谊之上的关系才真正拥有爱。当一个人拥有真正深爱的伴侣时，也会感到更加安全与稳定。

(340) 我支持所有人实行一夫一妻制，因为这是一种更负责的生活方式，也能减少情感上的伤害。但在感情中失败、需要重新开始，并不等同于放纵。只有在进入亲密关系时只是为了玩乐、没有认真投入的人，才算是放纵。

(341) 我也不想虚伪地否认，我们的身体常常会把我们带入一些我们自己都难以理解的关系之中。对于那些在情感上没有真正投入的人来说，这始终是一种风险。然而，如今基于“资源有限、需求无限”的观念，许多人把放纵当作满足性欲的一种方式。但如果一个人在性中不追求真实的连接，即使身边有人，也可能感到孤独。

(342) 也许，传统家庭模式——以及人们对它的反感——在某些情况下反而会促使一些人走向同性关系，因为如今这种家庭结构往往建立在缺乏真诚的空洞关系之上。

(343) 这与父母之间存在的从属关系有关。从属会削弱爱，这说明理想的关系应建立在协调之上，即一种带有手足情谊的爱，它能够消除冲突。关于同性关系的讨论，在电影《我盛大的同志婚礼》³⁶⁷中有所体现，该片由亚当·桑德勒主演。影片展现了对同性恋的偏见，同时也表现了两位假扮同性伴侣的朋友之间真实而深厚的情谊。

(344) 玛利亚和约瑟是选择在婚姻中保持贞洁生活的例子。私下里，一对伴侣也可以决定过无性生活，如果他们认为这样更有利于维持情感连接而不受伤害。最重要的是，人应该成为真正的伴侣，而这种关系在放纵中是不存在的——即使这种放纵只是心理层面的。

(345) 对我来说，最大的问题在于人们对男女之间的极端区分。这并不意味着我否认《创世记》1:27的内容——只有两种性别这一点是明显的。但如果上帝按照自己的形象创造了男女，那么也意味着我们彼此之间是相似的。

(346) 很可能，在大多数时间里我们都是中性的，因为性只有在发生亲密关系时才变得重要。比如我穿男装时，并不会觉得自己有任何不同；同样，我也觉得弗雷迪·墨丘利在一些被认为偏女性化的服装和妆容中依然非常迷人。

(347) 我们需要超越性特征来重视人的存在，才能真正理解自身的身份。把一个人简化为其性特征，会忽视其复杂性与丰富性。例如，问一对同性伴侣谁是“男人”、谁是“女人”，并期待他们符合传统角色，这本身就没有意义。

(348) 在过去的几代人中，人们往往否认一个人生来可能是同性恋，把同性恋归因于社会因素或某种“问题”。这种观点否认了同性恋的自然性，这也是为什么耶稣对“阉人”的认可显得如此深刻。

³⁶⁷ 原名《我宣布你们为查克和拉里》——是一部2007年在美国上映的喜剧电影。制作：亚当·桑德勒、杰克·贾拉普托、汤姆·沙迪亚克、迈克尔·博斯蒂克。制作公司：Relativity Media、Shady Acres Entertainment、Happy Madison Productions。发行：环球影业。来源：维基百科：https://en.wikipedia.org/wiki/I_Now_Pronounce_You_Chuck_%26_Larry。

(349) 弗洛伊德曾认为，同性恋的形成与“歇斯底里的母亲和缺席的父亲”这一结构有关，也就是说更多是受到女性方面的影响。

(350) 如今，关于一个人可能因为身份迷失而转变为同性恋的观点是一个敏感话题，很少被直接讨论。我认为这种情况是可能存在的，这种恐惧常常体现在男性之间的玩笑中。不过，在我看来，这种转变最主要的原因是性别歧视的社会环境，因为这种环境在某种程度上将强奸行为正常化。

(351) 由于人是以观念为基础的存在，我们所遭受的压迫也同样是观念性的。性本应是简单的事情，但这种迫害却使许多人走向精神崩溃。问题不在于同性恋本身，而在于人们对其产生的困惑。

(352) 喜剧节目在对同性恋群体的刻板印象塑造中起着重要作用³⁶⁸，这种现象形成了一种社会陷阱，使人很难在保持心理健康的情况下摆脱它。这应被视为一种欺凌。同性恋者被引导去采用夸张的举止，这种行为模式源于社会通过嘲笑塑造出的“人格”。由于这是一种通过强加性别角色而进行的广泛迫害，因此往往不被察觉。

(353) 作为“政治正确”一部分而被推广的性别意识形态，反而延续了对同性恋的刻板化，这实际上是一种制度化的反同性恋形式。它不断细分性别身份，而实际上，这本应是简单的：只有两种性别——男性和女性，以及两种性取向——同性恋和异性恋。

(354) 同时，许多人会经历身份危机，因为他们的自我形象与镜中所见不一致，从而试图让两者统一。这种情况有时会持续存在，当一个人无法认同自己时，就会产生改变的需求；也可能是暂时性的，由某种心理冲击或紊乱引起。

(355) 因此，我甚至建议，在进行变性手术之前，应当等待一段合理的时间——至少一年或更久——以避免将来的后悔。同时，在转变之前、期间和之后，都应接受心理咨询。此外，我还建议人们在家中多放置镜子，并经常通过镜子直视自己的眼睛。

(356) 另一个需要注意的重要点是，跨女性者并不一定是同性恋，因为与外在装饰和行为方式的关联是文化性的，而非自然性的。同样，跨性别关乎的是身份，而不是性取向。努力理解自身身份至关重要，因为人类最大的弱点之一就是不了解自己。

(357) 不了解自己的人也不了解自身的力量，最终会成为系统的工具。过度的女性化同样是一种身份丧失的表现。

³⁶⁸ 刻板印象是指通过投射先入为主的观念，把某一社会群体简化为固定模式，从而形成扭曲的形象。这一术语与雅克松·F·德·阿伦卡尔在2016年10月13日发表的文章《媒体中的差异刻板化》中所描述的含义相同：曾经较少被看见的“他者”，如今通过媒体和旅行变得无处不在，但这种可见性并不意味着更深的理解。可见性越高，差异越明显，“他者”依然神秘、被异化或被刻板化，即使在同一国家内部也是如此，更不用说不同国家之间：

<https://www.paulus.com.br/portal/estereotipizacao-do-diferente-nas-midias/#.X46GbtBK1s>.

(358) 西蒙娜·德·波伏娃所讨论的“永恒女性”概念，是一种社会性神经症——一种将人推向脆弱的刻板形象，使社会的女性化成为支配工具。这一观念被广泛传播，并被整个社会吸收，包括许多男同性恋者，他们也常常内化这种自我形象。比如，当今的时尚高度性化，过分强调男女差异，而在20世纪70年代，这种差异要温和得多。

(359) 因此，许多同性恋者在发生性行为后会发生改变，仿佛变成了另一个人。童年时期的我们彼此差异并不大，行为也更加自然。如果正如LGBTQIA+运动所暗示的那样存在如此明显的差异，那么这种差异应该在儿童时期就能体现出来，因为孩子通常并不了解这些区分。

(360) 儿童确实会模仿他们所看到的行为，但很少会持续这样做。如果仅仅因为性经验就发生如此大的变化，这说明我们并没有忠于自己。这表明，同性恋者在心理上最大的挑战，是做真实的自己，而不是扮演系统让他们相信的角色。

(361) 一个事实是，从青春期开始，父母就开始塑造我们的身体表达方式。大男子主义使家庭像教授一门语言一样向年轻人灌输性别角色。然而，从系统性的支配角度来看，使社会趋向同性化是有利的。因此，它一方面推动同性恋（以削弱家庭），另一方面又推动对同性恋的恐惧与压迫。系统吸收了同性解放运动，并按照自身利益对其进行重塑，就像它对所有解放运动一贯所做的那样。

(362) 还有一个事实是，我们的社会仍然依赖刻板印象，当看到所谓“异装者”时，人们依然会感到惊讶。但这种反应源于社会和文化塑造的性格，而不是个人本身。在这一点上，LGBTQIA+运动确实展示了人类经验的多样性，使得有一天这种外在表现不再令人惊讶。不过，如果系统没有如此强烈地强调性别差异，这个问题本可以小得多，因为人类的多样性本就是无限的。人们之所以寻求标签，是因为他们想回答一个问题：“我是谁？”

(363) 同性恋支配主义推动一种群体性的同盟，以试图确立该群体的优越性，并助长对异性恋的排斥。它甚至通过扭曲基督教的象征来对抗基督教关于贞洁的观念。然而，耶稣确实是守贞的，这主要是因为他非常忙碌，没有时间发展亲密关系，同时他本身也是一个纯洁的人。但这种运动并不是为了团结人，而实际上是在制造分裂。由同性恋支配主义带来的贬低，正源于一个事实：性不应该定义一个人。

(364) 同时，如果早期的LGBTQIA+骄傲游行需要通过类似狂欢节的形式来对抗系统，那么现在它们应该转向呼吁对人的尊重。这种展示方式会削弱其严肃

性，反而助长社会性的嘲笑与欺凌。同性恋只是人类的一种自然现实，但却引发了复杂的问题。我们不需要任何标签来让他人认识我们是谁。

(365) 在我看来，LGBTQ+的“骄傲”某种程度上是在修复因男性自尊受损而产生的羞辱感，因为男性的自我确认往往建立在贬低他人之上。同性恋者因这种压迫而产生的受害感，会推动他们走向同性恋支配主义。然而，这一运动本身也成为许多冲突的来源。

(366) 关于这个问题，更深层的真相恰恰在于我们之间的共同点——我们都同时具备两性的某些特征。对人的刻板化划分是一种荒谬的分裂，比如认为男人不能涂口红，女人不能张开腿坐。我们首先只是“人”。我们需要做自己，而不是变成别人。但系统却让人相信，只有贴上某种标签，才能被接纳。

(367) 爱是让我们最为平等的东西。在性行为中最真实的话是“我爱你”，而这并不属于任何特定的性别或性取向。对于任何想成为真正的人、过上充实生活的人来说，这一点都是必要的。

(368) 我们生活中的一切都应该象征生命。当性反映生命时，它就会以健康的方式表现出来，实现其丰富生命体验的自然目的。当人在性方面得到满足时，会吹口哨、哼歌……无论性别或性取向如何，都不应该被剥夺这一生活层面。但同性恋支配主义，就像所有个人主义运动一样，对任何人都没有好处。

2.4. 种族主义 ³⁶⁹

(369) 种族主义和仇外心理具有相似之处，因为它们都与不同文化之间的偏见有关。在这种情况下，刻板印象往往源于嘲笑。

(370) 在巴西，来自帝国主义者对本国人民的种族主义广泛存在，大众媒体在国内外都对巴西人进行刻板化塑造。从理论上讲，由于高度的种族融合，巴西人本不应存在种族主义。然而，许多帝国主义后裔，即所谓“白人”群体，却表现出种族主义。这种矛盾的现实使整个巴西处于不利地位。

(371) 种族主义源于个人主义，其目的在于阻止不同文化背景的人之间的性关系。在巴西，黑人在社会上面临的障碍类似于女性，在恋爱关系中被排斥。而这也许正是巴西种族主义最严重的一点——人被利用，却得不到爱。

(372) 然而，在这里处境最糟糕的并不是黑人，而是原住民。他们不断被有权势的人驱逐和消灭，以夺取他们的土地。具有讽刺意味的是，大众媒体反映着商人、农场主和外国势力的利益，经常谈论亚马逊，却忽视了生活在那里的人民。

(373) 种族主义可以存在于家庭、部落、国家甚至洲际之间，因为它是一种文化上的排斥情绪，例如部落之间的冲突就是这种表现。比如，从历史上看，犹太民族曾表现

³⁶⁹ 1988年联邦宪法第5条第XLII项——“种族主义行为构成不可保释、不可追诉时效的犯罪，应依法处以监禁。”：http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm.

出排外性——如他们对撒马利亚人的偏见³⁷⁰。然而，具有讽刺意味的是，他们在离开埃及时的一个显著特征恰恰是族群的混合。

(374) 巴西历史上的族群融合，使其人民对外国人更容易产生认同与好感，也更加容易接受他们。这也解释了我们一种自我损害的倾向：在某些情况下会支持外国人而忽视自身利益。

(375) 我们的祖先因远离家乡而彼此团结，这种情感延续至今。“黑人”对照白人产生了情感，就像白人对“黑人”也有类似的情感。例如，多姆·佩德罗二世的故事——这位金发、浅色眼睛的孤儿，是由一位“黑人”仆人抚养长大的。

(376) 巴西的精英阶层——曾经反对君主制的群体——却以一种虚伪的方式将种族主义制度化，而在贫困阶层和中产阶级中，“黑人”和“白人”反而更为团结。共和国时期的行为长期以来广泛针对“黑人”，例如警方因一些琐事（如使用大麻）对其进行迫害。其结果是，如今在16至25岁的“黑人”男性中出现了一种群体性灭绝的现象。

(377) 同时，为“黑人”权利而进行的行动，一直是我们最重要的抵抗形式之一，尽管这种抵抗常被描绘为不存在，好像我们顺从于支配。实际上，我们的人民是被压制、被剥夺发声权，而不是顺从。例如卡米拉·茹尔丹及其23名同伴，他们在没有媒体关注的情况下遭到压制³⁷¹，被错误地当作“恐怖分子”，并受到系统的多重打压，以阻止他们的行动。

(378) 对贫穷巴西人的偏见是普遍存在的，而“黑人”往往成为这种偏见的主要承载者。不过，尽管针对“黑人”的歧视更明显，但与其他国家相比，这里的种族主义程度较轻。我们没有明显的种族仇恨示威，也没有像“贫民区隔离”或种族隔离制度那样的社会结构³⁷²。

(379) 在这里，种族主义是选择性的，更多体现在社会竞争中，表现为针对“黑人”的经济壁垒。较深的肤色常被污名化，与贫困或能力不足联系在一起。由于相较于浅色皮肤更为显眼，这使得歧视更容易发生。这是一种视觉上的、个体化的标记方式，类似于通过服饰和装饰对女性进行的标记。

(380) 然而，许多“白人”也与“黑人”一起参与反种族主义的行动。因此，“黑人”应避免走向受害者化并由此产生报复心理，否则我们可能走向种族冲突，这将是社会发展的倒退。

(381) 在这里，种族主义之所以持续存在，仅仅是因为它以一种虚伪的方式被不断教授，甚至有时以“为黑人发声”的形式被掩饰。这让我担心，对“白人”的种族主义也可

³⁷⁰ 《圣经》约翰福音4:9——“撒玛利亚妇人对耶稣说：“你是犹太人，怎么向我，一个撒玛利亚妇人要水喝呢？”（原来犹太人和撒玛利亚人不相往来。”

³⁷¹ 卡米拉·若尔丹，哲学博士，里约热内卢州立大学教授及社会活动家，与另外23名里约热内卢的活动人士一起被判处13年监禁。所谓的法律理由在本质上与事实并不相符，这些指控与2013年6月抗议活动有关。在这些抗议中，这位教授及其他活动人士谴责世界杯是一个帝国主义项目，违背人民利益，同时也是压制社会运动的工具——他们担心随着反恐法的通过，这种压制会进一步加剧。

³⁷² “种族隔离”（apartheid）一词在南非语中意为“分离”，指的是1948年至1994年在南非实施的一种种族隔离制度。在该制度下，黑人被限制在特定区域活动，并被禁止与白人直接接触。

能被激发，因为支配往往会制造这种反转，从而引发社会冲突。权力者可能会像制造“男性骄傲”与“同性恋骄傲”的对立一样，推动“白人骄傲”与“黑人骄傲”的对抗。

(382) 但如果种族主义不再被传播，它就会消失，从而终结所有怨恨，把种族不尊重仅仅留在历史之中。

(383) 社会行动正在提高人们对大众媒体如何助长种族主义的认识，例如在影视作品中，“黑人”常被描绘为从属角色。得益于这些努力，公众舆论已经开始反对这种表现形式，并推动了其他社会进步，例如针对种族歧视犯罪的法律³⁷³、对种族侮辱的惩罚³⁷⁴，以及政府实施的种族配额政策³⁷⁵。

(384) 我亲眼见证了我们家庭内部在反对种族主义方面的演变。这种现象在几代人之间逐渐减弱。我的曾祖父母非常种族主义，我的祖父母仍然相当种族主义，我的父母只是稍微有些种族主义，而我和我的兄弟姐妹则不再种族主义——即使有，也非常轻微。如今，我的孩子、侄子侄女以及我都会公开反对种族主义，甚至反对我们语言中带有种族主义色彩的表达。

(385) 还必须提到“黑人意识运动”，这是反种族主义行动中的重要一部分。这个运动由史蒂夫·班图·比科发起³⁷⁶。他的口号“黑色是美的”和“人啊，你本来就很好；开始把自己当作人来看”³⁷⁷，推动了自我接纳和对黑人身份的认同，强调美与尊严。

(386) 然而，信息控制非常严格，以至于史蒂夫·班图·比科至今仍然是一个鲜为人知的殉道者，尽管他是历史性的标志人物——他为这一运动不懈奋斗，直至生命终结。

³⁷³ 第7716号法律（1989年）——规定了因种族或肤色偏见产生的犯罪。：
http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l7716.htm.

³⁷⁴ 刑法第140条第3款（法令第2848/1940）——“侮辱他人，损害其尊严或名誉：处罚——拘留六个月或罚款……第3款：如果侮辱涉及种族、肤色、民族、宗教、出身或老年人、残疾人身份等因素：处罚——一至三年监禁并处罚金”：
http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2012/lei/l12711.htm.

³⁷⁵ 第12711号法律（2012年）——规范联邦大学及联邦中等技术教育机构的入学制度，并作出其他规定：http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2012/lei/l12711.htm.

³⁷⁶ 史蒂夫·比科是20世纪60至70年代南非反种族隔离的活动家。他在学习医学期间创立了“黑人意识运动”，随后被开除。1973年被流放，运动领导人被分散。他后来学习法律，并建立社区发展项目，但受到越来越严格的政治限制，包括禁止与多人会面、禁止参与公共活动、禁止被引用或发表言论。1977年9月12日，他在监狱中被杀害。：<https://artsandculture.google.com/exhibit/steve-biko-o-movimento-da-consci%C3%Aancia-negra-steve-biko-foundation/AQp2i2l5?hl=pt-BR>. and
https://pt.wikipedia.org/wiki/Steve_Biko.

³⁷⁷ “黑就是美”和“人啊，你本来的样子就很好，从现在开始把自己当作一个人来看待”：
https://pt.wikipedia.org/wiki/Steve_Biko.

事实上，当前的支配体系对压制“黑人”的关注程度如此之高，以至于它甚至渗透进了他们的运动之中。

(387) 支配通过假装给予好处来获得人们的配合，但实际上只提供符合自身利益的东西。因此，如今在网上很难找到关于真正“黑人意识运动”的信息，这一点从史蒂夫·班图·比科所遭受的压制中可以看出。在巴西，这个运动被改名为“黑人运动”，去掉了“意识”这个词。

(388) 现在，系统鼓励巴西这一运动的领导者拒绝使用“negro”这个词，而改用“preto”，类似于英语中“nigger”被“black”取代的情况。他们声称称呼某人为“negro”具有冒犯性，而称为“preto”则没有。然而，在巴西，如果这个词也从使用中消失，人们将更难获取关于“黑人意识运动”（葡萄牙语：Movimento de Consciência Negra）的信息。

(389) 从某种角度来看，为了与全球语言趋势接轨而回避“negro”这个词是有其意义的，因为不同语言之间越接近，世界就越趋于统一。此外，这也是避免冒犯黑人访客的一种方式。然而，在葡萄牙语中，这个词承载着某一族群的文化遗产，它指向一个庞大的思想体系，这一体系旨在维护黑人文化与身份。因此，这个词不能消失——相反，它应被提升到一个没有偏见的层面。

(390) 值得回顾我在第九章第一部分之后所说的话：黑色和白色只是颜料的颜色，而不是人。事实上，“白人”这个词在族群意义上和“黑鬼”或“黑人”一样具有误导性，它被用来维持帝国主义的支配。因此，这个词确实应该被替换，因为这不会损害任何历史或文化遗产。也许理想的方式是用黑色素水平来区分人：对“黑人”称为颜色（+），对“白人”称为颜色（-）。例如，我们可以说某人“颜色更深”或“颜色更浅”。

(391) 即使是一些看似对“黑人”有利的措施，比如大学配额制度，实际上也是政府回避为所有人提供教育的一种方式。这种政策把“黑人无能力”的观念制度化，而不是通过高质量的基础教育和中等教育来真正赋权。

(392) 在巴西，种族主义通过忽视让人变得“看不见”。但这种情况不仅发生在黑人身上，也普遍发生在穷人身上。人们不愿面对自己无法接受的现实，于是选择否认，并在视野中“抹去”他人。

(393) 在种族主义中，通过目光缺乏共情会形成障碍，阻止“黑人”融入社会。如今，所谓的“融入”，意味着在更高社会阶层中获得“接受”和“认可”。因此，在一些富裕环境中，当一个“黑人”突破这些障碍出现时，往往会引发冲突。他们被以异样的眼光注视，使周围的人感到不安，并试图将其排斥。嘴上说“多漂亮的肤色啊”，强调他们的颜色，但眼神却在说：“离开这里！”

(394) 在巴西，种族主义主要是一种维持未被明说的奴役状态的手段——不仅针对“黑人”，但主要集中在他们身上。如果一个人是“黑人”，又没有财富或权势保护，他的生活就会变得困难。

(395) 在我参与的最近一次人口普查中，人们似乎更加团结地反对对“黑人”的污名化。政府的种族配额政策对此起到了一定作用，因为人们开始希望从中受益。我所在地区的许多熟人都

把自己申报为混血，尽管他们在社会上被视为“白人”。普查员解释说，这一类别是根据个人理解来填写的。有些人甚至会对别人说：“他们来我家调查了……你也要说自己是混血。”

(396) 确实，大学中的种族配额在一定程度上缓解了巴西历史种族主义所造成的不平等。然而，这是一种虚伪的让步，因为教育体系在基础层面已经被削弱，学校正常运作所需的基本资源被严重剥夺。

(397) 与此同时，在精神层面上，根据非洲的预言，将会诞生一位国王，他被视为耶稣基督的转世，并为他的人民带来解放。这位国王就是海尔·塞拉西³⁷⁸。虽然他并不是耶稣的转世，但他为非洲人民及其在世界各地的后裔重新唤起了基督教信仰。从海尔·塞拉西的形象中诞生了拉斯塔法里运动，这是一种倡导正直行为的精神运动。

(398) 解放黑人文化的斗争同样包括面对其中存在的大男子主义。总体而言，“黑人”男性被塑造成压迫女性的人，随后又被社会所淘汰。因此，“黑人”女性更容易被剥削。

(399) 几年前，我在巴西一所公立学校收集了一些“黑人”学生的证词，这让我感觉仿佛反种族主义的法律根本不存在。在学校的氛围中，黑人学生觉得战争随时可能爆发。他们开始在心理上为此做准备，认为无论如何都会遭到迫害。而现实中往往也确实如此，因为实际上我们缺乏可行的手段来确保那些负责执行法律的人真正履行职责³⁷⁹。“黑人”青年被一个口头反对种族主义、实际上却反对“黑人”的政府所压迫。

(400) 与此同时，在2016年初，我注意到有大量中国人突然进入巴西。我进行了一种零散式的访谈，以避免引起注意。我把所有中国受访者当作一个整体来看待——仿佛他们是一个“集体的中国人”。基于此，我问他们是否喜欢巴西，他们的回答是“不喜欢”。仅这一点就已经是一个不好的信号。

(401) 对中国人的访谈并不是出于种族主义或仇外心理，而是一种观察。除了“不喜欢巴西”这一点外，我还听到诸如“不是自愿来这里”“完全无法回到中国”等说法。看到中国黑帮在巴西的活动，不难推测在这个情境中谁可能是压迫者。当然，也存在其他黑帮。同时我们也必须记住，中国政府对其本国人民的压迫程度，与这些黑帮并无本质区别。

³⁷⁸ 海尔·塞拉西一世（1892–1975）是埃塞俄比亚皇帝（1930–1974），自1916年起担任摄政。他是现代埃塞俄比亚历史上的关键人物，属于所罗门王朝，自称为所罗门后裔。他推动国家现代化，包括制定宪法和废除奴隶制。他推动国际合作，使埃塞俄比亚成为联合国创始成员之一。1963年主持建立非洲统一组织并担任首任主席。1974年被军事政变推翻，1975年被暗杀。在部分拉斯塔法里运动信徒中，他被视为圣经中再来的弥赛亚、上帝的化身。
https://en.wikipedia.org/wiki/Haile_Selassie.

³⁷⁹ “保证人”是刑法中的一个概念，指负有法律作为义务的人，如果不作为可以承担刑事责任。在这里，这一概念指的是政府代表。

(402) 在进行这项访谈时，我的关注点其实并不在中国人本身，而是在他们具有压迫性的政府。奴役的思维在巴西依然存在，因为这个国家与帝国主义国家保持着从属关系。巴西被帝国主义视为一个可以被剥削和掠夺资源的国家，这实际上等同于说它是一个被他人奴役的国家。这正是蒂拉登特斯的观点³⁸⁰——他希望国家摆脱外国统治，并在临终时念着耶稣的名字，这在启蒙运动中引发了某种矛盾³⁸¹。

(403) 但每一个解放者都是“基督”，无论他是否有宗教信仰。我们现在看到的这一切都是旧的；改变它并不需要是渐进的。如果在这个时代，一群腐败的利益集团对混血人群推行虚伪的种族主义，那是因为从整体上看，大多数巴西人本身就是混血。

(404) 巴西的观念性音乐揭示了我们的灵魂，也表明我们拒绝种族主义。

《抬起头，小黑人》

(Edu Lobo, 1966 ; Elis Regina传唱³⁸²)

抬起头，小黑人，走在路上。
抬起头，来来回回地走。
多么纯净啊，多么动人的画面！
抬起头，小黑人，刚学会走路……刚学会走路……
刚学会走路……却已经开始被打……
长大吧，小黑人，来拥抱我吧。
长大吧，教我歌唱。
我走过太多苦难，
但我也有很多可以教给你的……
真的，有很多可以教给你。
卡波耶拉，我可以教你。
疾病，我可以为你医治。
勇气，我可以分给你。
可自由……
我只能去盼望……

³⁸⁰ 若阿金·若泽·达·席尔瓦·沙维埃尔（“提拉登特斯”）（1746–1792）是巴西的牙医、商人、士兵及政治活动家。他参与反对葡萄牙殖民统治的“米纳斯不服从运动”，因此被处以绞刑并肢解，遗体被公开示众以震慑民众。

³⁸¹ 在《彼岸编年史》中（由灵体温贝托·德·坎波斯口述，奇科·沙维埃尔书写），提拉登特斯接受采访，表达了对当时事件的回忆与对社会虚伪的厌恶。

³⁸² 埃莉斯·雷吉娜（1945–1982）是巴西著名歌手，以其感染力、音域广、自然表现力和舞台魅力闻名，在巴西及国际上都受到高度赞誉。

(405) 我们每个人都应该具备黑人意识，因为它是整体人类意识的一部分。

2.5. 资本主义

(406) 资本主义是一种倾向于摧毁小企业、并对各种力量形成垄断的制度。它依赖压力运作：人们在等级体系中贬低自己，也压迫他人。

(407) 资本主义使人与人之间始终处于竞争状态，甚至加剧存在的空虚感。人在压力下变得紧张，对细小的事情也过度敏感，从而变得不友善。他们在公开场合被羞辱，在私下里也去羞辱别人。

(408) 通过对生产施加严格纪律，人被贬值，变得不如他们所创造的产品有价值。这才是真正的“剩余价值”的来源。它应该被称为“贬值”，因为它建立在对人的低估之上。资本主义的逻辑是通过这种不平衡来最大化利润，同时忽视公平的计算。这种不平衡往往超出可承受范围，并导致他人的死亡。

(409) 更糟的是，我们已经习惯了一种不必要的服务制度，人们被服务更多是出于虚荣，而不是出于需要，常常去做本应属于自我照顾的琐碎事情。被过度服务会滋养专制，这就是为什么到处都有专制者。他们是自己虚荣的奴隶，对他人的付出漠不关心，从而不断压榨周围的人。而这些人因为负担过重，逐渐失去反抗能力。

(410) 在资本主义下，贫困人群所面临的困难常常得不到解决，从而强化了“资源稀缺、需求无限”的观念。

(411) 在巴西，司法体系被压迫，是为了压迫整个社会。案件过多而法官不足。与资本主义的关系不仅在于这种过载，还在于当人道法律无法得到执行时，“强者法则”就会占上风——这是资本主义的典型特征。

(412) 残疾补助或伤残养老金的案件因拖延过久而在申请人去世后被终止的情况并不少见。这成为压迫劳动者、掩盖劳动伤害的一种方式，使专制得以维持。虽然任何司法体系（除上帝的审判外）都不完美，但很明显，企业利益一直在削弱巴西的司法体系。如果没有这种干扰，这个体系本可以非常优秀。

(413) 不健康的支配与真正的正义是相对立的——真正的正义是用同样的标准衡量一切。这种支配的本质就是制造权利的不平等。但我想安慰人们，让大家明白这只是一个阶段。我们仍然拥有能够实现正义的法律，因此必须认真守护司法体系。“上帝掌控一切。”

(414) 不健康的支配同时存在于资本主义和共产主义中。这两种制度都不真正公平。这种支配会把责任推给被伤害的一方，以便继续伤害。例如，大众媒体常说司法拖延是司法系统自身的问题，却不提司法人员严重不足这一事实。

(415) 同时，行政部门会因其违法行为不断制造案件，周期性地压垮司法体系，而媒体又借此进行炒作，使本已严峻的情况进一步恶化。

(416) 此外，作为最高司法机构的联邦最高法院的十一名法官由总统任命³⁸³，他们并不总是职业法官。因此，他们往往通过发布打乱既有程序的命令，阻碍司法体系的正常运作。

(417) 由行政权任命最高法院成员，本质上使他们成为其下属，这意味着司法权并不独立。但从法律上看，司法权与行政权、立法权并列为三权之一³⁸⁴。按照我的看法，这种失衡使宪法中关于司法的规定自相矛盾，削弱了司法独立，把本应是相互制衡的关系变成了从属关系。司法机构的领导不应由行政和立法来决定。此外，司法职位不应长期空缺，就像其他权力部门的职位也不允许空缺一样。

(418) 支配主义者声称，而且社会上也普遍重复这种说法，说法官短缺是因为候选人水平不够。但这并不准确，因为教育水平始终是相对于接受教育的人群而言的。在司法考试中，达到平均水平的人，其法律知识已经高于全国平均水平，这就足够了。

(419) 这一点从考试设置高分分数线就可以看出来，这与所谓教育不足的说法相矛盾，同时淘汰了大多数考生。如果没有这些分数线，法院就必须采用其他选拔方式，以避免出现大量通过考试却等待任命的候选人积压。

(420) 法官短缺反映出一种类似资本主义逻辑的控制与垄断策略。这种控制从根据司法体系之外的政治利益来选择领导开始，并延伸为通过“门生网络”建立影响力，把权力集中并维持在全球企业寡头手中。

(421) 资本主义本身未必一定是坏的，但在支配主义层面，它的意识形态是极其有害的，因为它忽视人的本性。资本主义让人彼此对立，耗尽人生最宝贵的时间，然后在不顾其过早死亡的情况下将人抛弃。它制造一种过度劳累、缺乏意义的生活，只为追逐短暂的物质回报。资本主义是这个世界上最大的“时间掠夺者”。

(422) 在电影《Click》中，这一观念被表现出来：死神试图说服主人公不要再为了物质回报而过度工作。他大意是说：“不要把精神财富想成彩虹尽头的一罐金子。当你走到彩虹尽头时，你会发现那里没有金子，只有彩虹的终点。”而彩虹本身就是生命。

(423) 《Click》揭示了一个重要的事实：当我们试图为了物质目标而“快进”人生时，我们其实在浪费自己真正的财富——生命本身。真正的回报是活在当下，而时间是实现改变与获得自由的工具。

³⁸³ 巴西联邦宪法第101条（正文及唯一一段）以及第84条（正文及第十四项）的规定。可见：
http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm.

³⁸⁴ 巴西联邦宪法第2条。

(424) 在这个时代，很难否认经济力量被视为世界上最强大的力量。本书并不认同这种观点，但也无法完全否定。人类需要停止为金钱而活、对金钱的执着，这已经成为一个迫切的问题。金钱本是为了交换而存在，用来满足需要。但当我们崇拜它时，就会为了追逐它而牺牲最基本的东西——包括我们真正生活所需要的时间。这听起来荒谬，但已经成为普遍现象。

(425) 关于这一点，人们说了很多，但改变很少。资本主义并不新，它只是延续而已。“他们口中没有生命的气息”（《圣经》诗篇135篇）³⁸⁵ 所描述的，正体现在《Click》中：主人公在他人眼中像一个“僵尸”或自动机器。这正是金钱崇拜带来的结果。

(426) 人们把自己的感知能力与金钱绑定。他们会说：“如果我有钱，我就会快乐或健康。”他们认为自己解决不了问题，是因为没有钱。更重要的是，他们回避表达真实想法，害怕承担立场，也害怕冒犯庇护他们的体系。这在巴西的公共部门是日常现实——仅仅表达不同意见，就可能遭到隐性的报复和道德骚扰。这是一种“没有呼吸的生活”，因为人无法说出自己的思想。这种现实在Pedro Angi的歌曲《无意识》中有所体现，这里引用以示感谢：

在一个被设计来欺骗、让我们彼此争斗的世界里
说出真相会冒犯那些为生存而出卖灵魂的人
他们拼命保护、崇拜并为压迫者辩护
一边自我毁灭，一边沉溺于麻痹痛苦的鸦片（在这个时代，是酒精³⁸⁶）。

(427) 语言定义了我们，使我们区别于机器，而机器只是机械运作。如果我们只重复别人说的话，就会变成给系统供能的“电池”，就像《黑客帝国》中那些没有面孔的人一样。

(428) 资本主义试图用数字衡量一切，却忽视了人的价值无法被量化，也忽视了维持生活所需的数额其实并不高。于是，高额金钱制造出虚假的优越与低劣，让人为了获得认可，被迫去购买所谓“最好的”产品，即使它们并不真的更好。

(429) “剩余价值”推动消费，用来弥补尊严的丧失，从而制造负面的收益。而尊严直接关系到自尊，是行动的基础；一旦失去，人就会迷失自我、失去控制，并通过虚荣来试图找回自己。

³⁸⁵ 《圣经·诗篇》135:15-18 —— “列国的偶像是金的银的， 是人手所做的。 有口却不能说话， 有眼却不能看， 有耳却不能听， 口中也没有气息。 做偶像的必和它们一样， 所有倚靠它们的也必这样。”

³⁸⁶ 方括号中的内容为我们添加的说明。

(430) 资本主义利用“最好的”这一概念制造执念。但“最好”并不总是好的，很多时候，“最好”反而是“好的”的敌人³⁸⁷。所谓“强迫症”正说明这一点。例如，有些人过度追求清洁，洗手用力到仿佛要把皮肤撕裂，甚至有人用钢丝球来洗手。

(431) 在古埃及，对清洁的执念可能被视为正常，这反映了一种通过“成为最好的”来追求优越的无尽欲望——在做、在拥有、在存在上都要超过他人。

(432) 由于对“洁净”的执念，资本主义倾向于“消毒”——消灭一切周围的事物。这也是耶稣诞生在马厩中的原因之一。那里环境简陋、气味难闻，使想杀他和想证明自己孩子才是王的人都不会去那里。前者会在极其干净的地方寻找他，后者也会在那里。但真正侍奉上帝的人，会在任何必要的地方找到他。

(433) 看，这种距离的原因很简单。所有大卫王的后裔都会因人口普查聚集在伯利恒，而犹太人的政治自治并不符合罗马的利益。这就为消灭预言中的未来之王提供了机会——一种以行政理由为掩护的政治性谋杀。

(434) 我们对“完美”的理解是扭曲的、机械化的，并体现在各种执念中。资本主义，像所有支配主义一样，提出了荒谬的逻辑，比如那句错误的前提：“资源稀缺、需求无限”，把欲望当成需求。但人的需求是有限的，就像我们的胃容量一样有限。

(435) 需求不会同时出现。在某一时刻，我们需要某样东西，那就去满足它。真正的管理方式打破了资本主义把过去、现在和未来的需求全部叠加的逻辑，因为现实是，我们一次只活在一个时刻。

(436) 这种思维导致的一个典型过度现象是：地球如此广阔，但人类却一直为小块土地争斗。这只能是一种集体性的心理失衡，因为我们远未达到地球的承载极限。也许，支配者的主要目的甚至不是占有，而是阻止他人拥有。

(437) 即使矿产资源的短缺也是相对的。根据已知储量，在它们真正枯竭之前，我们早已不在世了。那时人类的发展水平也无法预测。也许到那时，我们已经不再像今天这样依赖金属。

(438) 问题不在于资源不足，而在于资源被控制和囤积。如果资源真的稀缺而需求无限，结果就是需求永远无法被满足——那将是永恒的痛苦，就像地狱的定义。我们必须选择，是维持这种模式，还是去追求幸福。

³⁸⁷ 圣地亚哥·马丁著《圣母玛利亚的秘密福音》第87页——“大多数时候，和平更重要，即使为此你不得不付出代价，不能做到所谓‘最好的’。因为‘最好’常常是‘好’的敌人。只要涉及的利益不是更高的，冲突应尽量避免，因为和平如此珍贵，很少有事情值得为之失去。”

(439) 资本主义不同于建设性的思想体系，它推动的是永不满足，唤醒人类的动物性欲望。摆脱这种逻辑，对于拯救我们的灵魂、避免精神崩溃是必要的。只要我们状态不好，任何地方都可能变成地狱，而接受这种逻辑的人，正走向地狱，除非他们及时醒悟。

(440) 这并不意味着我们不该对需求进行排序。但如果是我们自己在满足需求，当我们依然感到不满足时，说明我们的方法可能并不正确。另一方面，我们最大的需求之一是内心的平静，而资本主义正致力于剥夺它。这也是为什么我们会产生“匮乏”的幻觉。

(441) 匮乏的幻觉让我们仿佛处在法律意义上的“紧急状态”，一种持续的警戒状态。换句话说，它在社会中制造恐慌，使我们丧失道德。

(442) 地狱并不是一个物质存在，因为上帝没有创造任何邪恶的东西。但疯狂是一种痛苦的状态，会在我们心中把它具象化。如果说地狱存在，那是因为疯狂存在，但二者都不是永恒的。不过，我们确实会承受后果——不是惩罚，而是我们行为的自然回归。

(443) 个人的转变需要我们内心邪恶部分的“死亡”，这是一个痛苦但必要的成长过程。这就是我们在“地狱”中受苦的逻辑，因为邪恶的一面正在消亡。因此，宽恕并不是无条件的。要离开地狱，我们必须悔改，并向上帝请求宽恕。如果不这样做，就等于拒绝自我修复。只有悔改才能治愈我们错误的信念。

(444) 爱自己，同时不高于任何人，这会带来一种必要的平静。这是我们心理完善的根本——它是一种准则，与资本主义“更好”“更差”的逻辑相对立。

(445) 当我们在自身内部追求更好的自己，这是健康且必要的，因为认识自我是满足人类需求的关键。但资本主义所倡导的自我证明式竞争是疯狂的。它把人的身份与物质价值混为一谈，这实际上是在摧毁人的本质。对“成为最好”的执念意味着“最好不在我们自身之中”，从而让人认为，要变得更好，就必须变成另一个人。

(446) 资本主义关于“最优秀”的概念削弱了个人成长，因为除了耶稣，没有人可以成为“最好的”。然而，自我提升应该是每个人内在的目标。真正的成长需要理解在时间中沉淀。我们不是生来就知道一切，所有知识最初都是不稳定的，之后才逐渐被修正和完善。

(447) 例如，荣格在研究“英雄”时就面临复杂的情况。他发现，资本主义导致的劳动分工正在引发身份的分裂，因为人往往通过工作来定义自己。这种身份

的碎片化——一种被切割的状态——类似于查理·卓别林在³⁸⁸《摩登时代》中所表现的情景³⁸⁹。

(448) 在资本主义中引入超级英雄，并不只是结果，而是一种对人类身份的攻击目标。荣格未能完全预见这一现象，因为像超人和蝙蝠侠这样的形象正是在他那个时代出现的。

(449) 资本主义通过制造名人，正在把社会变成一个由“匿名个体”组成的体系。这些名人充当“半神”，引导人们的思想。这一过程的目的，是用法律身份取代真实的个人身份，从而推进人格的碎片化。

(450) 正因为如此，资本主义构建的“英雄体系”实际上是在对真正的英雄形象进行对抗。要注意，资本主义试图分裂的，正是耶稣试图整合的。因此，我们进入了一个基督教观念受到挑战的时代——“反基督的时代”。但由于围绕魔鬼形象的宗教恐吓，这一点在当时无法被公开讨论，因为人们对此会产生极大的恐惧。

(451) 资本主义通过不断试错来削弱基督教，用新观念替代旧观念。然而，支配者低估了人类对逻辑的本能追求——人会自然地排除不合理的东西，重新走向真理，并最终回归基督教。

(452) 在荣格所处的学术环境中，研究逐渐远离灵性，把信仰归入私人领域。由于被贴上“神秘主义者”的标签，荣格在提出“耶稣是人类真正原型”这一理论时遇到阻力，这反映了当时科学与信仰之间的紧张关系。要理解这一点，首先必须摆脱旧式基督教中的神秘主义。

(453) 资本主义的口号“没有个人因素”，掩盖了一个残酷现实：“一切都针对个人”。这句话揭示了制度中的去人格化和去人性化——个人被牺牲，用来服务强者的利益。

(454) 例如，像超人这样的英雄，有时看起来体现了耶稣所要求的道德，但他在解决冲突时使用暴力，而这是基督教所拒绝的。为了合理化这种暴力，这类故事创造了不存在的世界和生物。

(455) 超级英雄的能力削弱了普通人，使人产生依赖，因为他们没有这些“超能力”，仿佛自由意志和理性不足以解决问题。身体上的超能力，也在支持一种“精神超能力”的不可知论倾向。此外，这些故事中的冲突让人相信，系统的需求比个人需求更重要。

³⁸⁸ 查理·卓别林（1889–1977）是英国演员、导演和作曲家，在无声电影时代成名。他通过“流浪汉”这一角色成为全球标志性人物，被认为是电影史上最重要的人物之一。他的职业生涯持续了75年以上，从维多利亚时代的童年一直到1977年去世前一年，期间既有赞誉也有争议。：

https://en.wikipedia.org/wiki/Charlie_Chaplin.

³⁸⁹ 《摩登时代》（1936）是一部美国无声电影，融合喜剧、剧情和爱情元素，由查理·卓别林编剧并执导。影片中，“小流浪汉”试图在现代工业社会中生存。这部电影强烈批判资本主义、纳粹主义、法西斯主义以及（部分）帝国主义，同时也揭示了从工业革命到大萧条期间对工人的剥削。

发行：联合艺术家。： https://pt.wikipedia.org/wiki/Tempos_Modernos.

(456) 古希腊和古罗马关于众神的叙述代代相传，人们无法验证其真实性，因此接受了这种集体想象。这些神与资本主义的超级英雄类似，都是被创造出来，为掌控体系的人服务。

(457) 例如，《俄狄浦斯王》³⁹⁰ 中母子乱伦的情节，反映了古希腊罗马社会中母子被分离的一种社会结构。

(458) 资本主义中的超级英雄最初被塑造成道德典范，但后来逐渐演变为更加暴力和道德模糊的形象。越轨行为和心理失衡变得常见，这与神话中众神的缺陷类似，最终发展为极端暴力，甚至动摇了“英雄”这一概念本身。

(459) 当代“英雄”的形象已经变成一种矛盾：他们是从虚无中来、跃过虚无、去攻击虚无的想象之物。这些故事中看似真实的部分，只能靠一种“催眠效果”来维持——甚至可以让方的看成圆的。逻辑断裂非常严重，唯一清晰传达的信息就是暴力。甚至这些“英雄”的眼神都被画成带有残忍的表情。这一切都会影响人，把人引向远离人类所需要的统一与和平的方向，仿佛暴力才是英雄行为。

(460) 这些空洞的故事，本质上是在语言中剥离连接关系，也就是“连接词”³⁹¹。看过这些作品的人，往往很难复述剧情，因为几乎没有真正的内容。这会导致智力下降。连接词的缺失，使思想无法展开和深化。没有连接词的长句几乎无法传达意义。受这些故事影响的人，其语言会变得破碎，逻辑出现断裂，连理解和解决简单问题都会变得困难。

(461) 这正是我们集体“催眠状态”的一部分，使人难以察觉这种状态正在加深。正因为如此，社会自我一直在主导人群，但趋势将转向由人群来主导社会自我。

(462) 当代英雄就像催眠的钟摆，是吸引注意力的刺激物。他们的负面行为会被模仿，因为人与“英雄”之间的关系非常亲近。他们成为行为的参照。

(463) 英雄总是去对抗外星人，其实是一种回避现实问题的方式，使现实问题得不到解决，因为这些问题大多正是由体制造成的。而现实问题，才是我们真正需要解决的。

(464) 动画《阿凡达》³⁹²（而不是同名电影）本身带有支配主义倾向。它看似涉及灵性，但其中的“英雄”被称为“操控者”，用意念操控水、火、土、气。他

³⁹⁰ 《俄狄浦斯王》相关资料可见：https://pt.wikipedia.org/wiki/%C3%89dipo_Rei

³⁹¹ 连接词是连接思想、句子或文本部分的词语或表达方式，用来建立意义关系。它们对文本的连贯性和流畅性至关重要，帮助读者理解思想如何组织和相互关联。

³⁹² 《降世神通：最后的气宗》相关资料可见：https://pt.wikipedia.org/wiki/Avatar:_The_Last_Airbender

们性格暴躁，因为他们认为自己能控制这些自然力量而高人一等，却没有任何真实的媒介或工具。

(465) 有一天，受这类作品影响的年轻人会发现，人所能“支配”的，其实是他人和生命体，而不是没有媒介的无生命力量。要控制这些力量，我们需要工具。但由于这种误导，他们会难以理解：在人类层面上，“支配他人”是一种低级行为，而不是英雄行为。

(466) 在“现代化语言”的借口下对电子版《圣经》的修改，反映出一种削弱精神基础的企图。对经文的细微改动，可能会彻底改变其理解方式，这显示出一种试图重塑宗教认知的行为。

(467) 2016年6月1日（两个“6”的日子），一群被本书称为不诚实的资本权贵举行了一场仪式，暗示他们试图摧毁基督教，这一意图以一块石头为象征。在仪式中展示的画面，呼应了本书中提到的各种意识形态植入。

(468) 这些画面暗示所谓“新世界秩序”将是一个奴役体系，展示了各种控制手段。画面中的艺术表现包括：早期性化、对电子游戏成瘾的植入、对社会意识的控制，以及通过推广“淫乱者”（“大淫妇”）形象来刺激欲望。最后，还展示了帝国主义势力通过不正当操作，试图重新加强对巴西乃至世界的控制，以实现自身利益。

(469) 在富人阶层中，导致资本主义支配的重要原因之一，是一种对宗教观念具有抵抗性的意识形态思维。许多人是“反应式”的——他们不讨论宗教，不深入理解，只接受自己教会的版本。此外，还有不少人实际上是无神论者，只是没有意识到，或不愿承认。

(470) 金钱与上帝形成竞争，因为人们把物质财富当作上帝的奖赏，并将其等同于幸福。然而，有些人即使得到了钱，也找不到幸福，因为他们缺乏面对随之而来的问题所需要的个人成长。

(471) 因此，我们不应过度依赖金钱，因为无论拥有还是没有，都是复杂且充满考验的处境。

(472) 人生中的一切都是道路、线索和考验。很多时候，我们给自己背上了超出承受能力的负担。学会解读这些信号，是个人成长的重要一步。如果我们执着于物质价值，无论拥有与否都可能不幸福，因为我们的认知是受限的。幸福的一个关键，是对已有的一切感到满足。当我们在心理上达到这种状态时，我们就像在与国王相比。

(473) 过度囤积同样意味着浪费，而不仅仅是预见。很多时候，我们保存某些东西，最终只是为了浪费它，而不是单纯拥有它，这与资本主义所宣扬的不同。此外，在资本主义世界里，时间等于金钱，而不是生命、不是存在。但有多少人愿意付出高昂代价，只为了拥有几小时的阳光？又有多少人，无论收入高低，都因为工作而生活在黑暗中，甚至在“天堂”里也没有时间享受阳光？

(474) 在资本主义世界中，被认为推动世界运转的是金钱。但如果一个人没有善意去做好一件事，再多的钱也无法买来好的结果——真正推动世界运转的，是这种善意。他们还说没有钱就无法生活，但真正离不开的是食物、水和空气。我们也无法在没有快乐与内心平静的情况下生活得好。如果拥有金钱却没有这些，那么金钱就没有真正的价值。如果我们疯狂追逐金钱，那是因为我们渴望这些精神层面的价值，并误以为金钱可以提供它们。

(475) 精神上的满足不应该被当作生命最后一天的奖杯来等待，而应当每天去体验，不论有没有职业或经济上的成功，否则一切都毫无意义。真正的胜利是在日常中建立的，而不是某个想象中的终点。如果我们在心理上没有处在自己想要到达的位置，就不会真正到达任何地方。我们在心理上构建的道路，就是我们最终到达的地方。

(476) 真正重要的是精神层面，因为我们的物质存在，很快就会消失。离世大约二十年后，我们在他人记忆中只剩下模糊的影子。因此，生命真正的价值，在于它是否被好好地活过。

(477) 解放你的观念，去认识你自己。在资本之外，还有一个完整的世界。注意看，我们曾经称为“财富”的东西，如今被称为垃圾；而曾经的垃圾，如今被称为回收。一切，在物质世界中，都是相对的。

所多玛与资本主义体系

(478) 请记住所多玛的故事。这是一座城市，其居民即使没有明确的神圣道德律法，仍然具备内在的良知。这说明，无论是否有外在引导，人类都本能地知道什么是对与错，因此必须为自己的行为负责。

(479) “所多玛人”代表的是一群反对上帝的人。这与他们把人分割、拆解并为自身利用的行为有关。问题不在于同性吸引——正如许多人误解的那样——而在于剥削与压迫。

(480) 定义“所多玛人”的，并不只是像圣经中描述的那样³⁹³，男人对男人实施强暴。这种行为对任何性别的人来说都是噩梦。然而，在这种语境中，同性恋者却被不公正地厌恶，好像他们会享受这种暴力一样。

(481) 所多玛不仅仅象征放纵，它更象征去人性化，例如把人限制在狭小空间中，仅仅为了利用他们的功能，而忽视身体和心理上的后果，比如“静态姿势”带来的伤害³⁹⁴。

³⁹³ 《圣经·创世记》19:4。

³⁹⁴ “姿势性静止”即“长时间保持同一姿势”，通常出现在工作中。它可能导致多种健康问题，包括肌肉损伤、血液循环不良、肌肉骨骼疾病、关节损伤、疼痛以及心血管问题。

(482) 本节旨在指出骨骼疾病、长期不动以及不人道行为之间的联系，无论是在所多玛，还是在现代资本主义中——后者将利润置于人的健康与福祉之上。

(483) 企业内部从事计算机工作的员工，就是这种过度限制的典型例子。他们通常个人空间极小，要与家具和设备竞争空间，还受到电缆限制行动。合理的人类标准应是每人约6平方米，类似监狱的分配标准。然而现实中，他们往往长时间坐着，离屏幕不到半米，被迫盯着靠近胸前的键盘。

(484) 公共部门配备了一些声称可以缓解这一问题的设备，但却忽视了使问题加剧的隐性因素。员工长时间保持紧张和不动，就像被石膏固定一样，只是没有真正的石膏。我本人就是长期静态姿势受害者之一。

(485) 在法医鉴定领域，我观察到许多因工作导致的残疾案例，主要源于长时间站立（直立性负荷）。这让我清楚地认识到，长时间保持同一姿势，会对人体造成负面影响。

(486) 实际上，任何形式的过度不动都会导致身体磨损和疾病。问题不仅是避免不良姿势，而是要认识到：无论姿势如何，过度固定本身就是有害的。

(487) 理想情况下，公共管理应尽可能推行远程办公，仅保留必要人员轮班到岗处理公共事务。这不仅符合效率与节约原则，还能预防员工健康问题，对国家有多方面益处。

(488) 在所多玛，从事性服务的人——其中包括同性恋者——被非人道地固定和利用，只为这一目的。虽然现代性工作者不完全如此，但疾病在社会中的传播呈现出类似流行病的特征。我们看到的是一种新的“所多玛模式”，但其本质仍与圣经从始至终所描述的那种扭曲现实相同。

(489) 这个灾难性的例子对我们来说很重要。正因为如此，我们现在能够识别什么才是对身体的不自然使用，这不仅仅涉及性方面，也包括更广泛的层面。

章后1—阶段的转变

(1) 《创世记》第一章开启了圣经的叙述，解释了世界的创造。令人惊讶的是，尽管它写于人类原始时期，却与现代科学认知相契合。文本首先提到“天”的创造，然后是地。“天”的创造意味着地球之外一切的形成，并各自经历发展。随后，上帝命令光的出现，地球开始运动，产生昼夜交替。这被称为“第一天”，实

际上包含了数十亿年的时间³⁹⁵。这种表达方式让我认为，这个故事可能是通过某种启示呈现给一个通灵者，他在一幅幅画面消失时，将其理解为“创造的一天”。

(2) 第二天，更准确地说是一个持续数百万年的阶段，发生了“水的分离”。科学认为，水分子在地表附近凝结，或以气态上升，形成原始大气层³⁹⁶。

(3) 第三天，上帝将陆地与海洋分开，并创造植物。科学证实，大陆与海洋是在数十亿年的地质过程中形成的。生命起源于简单生物，逐渐发展出光合作用，并使大气富含氧气。我们今天所见的植被，是在大陆形成很久之后才出现的³⁹⁷。

(4) 第四天，尽管表面上存在矛盾——因为太阳等天体早于地球存在——经文说上帝“使光体显现”，这并不违背科学。只有在植物光合作用减少了浓厚气体之后，人类才得以看到太阳和星辰。因此，这里强调的不是天体的创造，而是宇宙对人类的可见性。³⁹⁸

(5) 第五天，描述了海洋生物和鸟类的创造。从科学角度看，生命确实起源于海洋，从简单生物演化为更复杂的形式，包括鱼类，后来又出现了由恐龙演化而来的鸟类。这一过程同样持续了数十亿年。³⁹⁹

(6) 第六天，陆地动物和人类被创造，人类被造为“按上帝的形象”。这一点同样可以理解为真实，尽管它对应的是一个漫长的进化过程——在最早的陆地动物出现数百万年之后，人类才从与灵长类共同祖先中分化出来。但我们确实与上帝相似，因为上帝是无形而更高的精神存在，而我们也是。⁴⁰⁰

(7) 最后是第七天，上帝安息。这一天象征人类进化达到天使般完善的阶段。到了那一天，作为共同创造者与万物的守护者，人类将使上帝得以安息。⁴⁰¹

(8) 在第七天之后，亚当与夏娃的故事开始，但这一部分并不对应真实或科学事实。有人可能会问：“如果亚当和夏娃的故事不是真的，为什么耶稣没有提醒我们？”如果他说过，也没有传到我们这里，因为这个问题始终充满争议。即使今天，许多人听到这种可能性也会感到愤怒。但可以肯定的是，耶稣不会与人争论他们的信仰和执念⁴⁰²；他

³⁹⁵ 《圣经·创世记》 1:1-5.

³⁹⁶ 《圣经·创世记》 1: 6-8.

³⁹⁷ 《圣经·创世记》 1: 9-13.

³⁹⁸ 《圣经·创世记》 1: 14-19.

³⁹⁹ 《圣经·创世记》 1: 20-23.

⁴⁰⁰ 《圣经·创世记》 1: 24-31.

⁴⁰¹ 《圣经·创世记》 2: 1-4.

⁴⁰² 《圣经·马太福音》 12:18-20 —— “看哪！我所拣选的仆人，我所爱，心里所喜悦的；我要把我的灵赐给他，他必向万国宣扬公理。他不争吵，也不喧嚷，人在街上听不见他的声音。压伤的芦苇，他不折断，将残的灯火，他不吹灭；直到他施行公理，使公理得胜。”（以赛亚书42:1-4）

只是引导人去思考。因此，在《主祷文》中，他称上帝为“父”，而不是亚当，这在无形中修正了亚当与夏娃的叙述。

(9) 当被问及离婚问题时，耶稣引用的是第六天关于男女创造的描述，而不是“男人由泥土造、女人由其肋骨造”的说法。他引用了《创世记》1:27的内容⁴⁰³，然后接着引用2:24⁴⁰⁴，却省略了专门叙述亚当与夏娃创造的那28节经文。

(10) 在亚当与夏娃的叙述中，一个存在被分成两个身体、两个个体，最后又说他们成为“一体”，这在逻辑上是不通的⁴⁰⁵。而耶稣所描述的是两个按上帝形象被造的人，因此他们结合成为“一体”，这才是合乎逻辑的。

“他回答：‘造物者从起初造人的时候，就造男造女。’因此人要离开父母，与妻子连合，二人成为一体。’这些话你们没有念过吗？这样，他们不再是两个人，而是一体的了。所以神所配合的，人不可分开。”（《圣经》，马太福音 19:4-6）

(11) 实际上，需要指出的是，任何相信《创世记》第一章——上帝按自己的形象造男造女的人，都不可能同时相信第二章中“人由泥土造、女人由其肋骨造”的说法。这两个叙述是互相矛盾的。

(12) 然而，亚当与夏娃的故事已经成为集体想象的一部分。它使社会变得控制性更强，因为它本身讲述的是一个关于控制的故事。亚当和夏娃并不是最初的人类，而是一种关系模式，体现为控制与惩罚的连续过程。

(13) 其结果是一个由心理和情感失衡的人构成的社会，人们因为去适应这些故事和意识形态而产生各种综合症，这一点可以通过堂吉珂德的形象来说明——这种现象至今仍然存在。

(14) 此外，在这个故事中，亚当和夏娃被禁止吃“分别善恶树”的果子，这实际上等同于对知识的禁止。这与耶稣鼓励人寻求真理的教导相矛盾。

(15) 这个故事中描述的控制体系，主要建立在对知识的剥夺、对食物获取的限制（只能通过艰苦劳动获得），以及男性对女性的支配之上。本书的一个核心主题正是对知识的剥夺；在耶稣时代，饥饿极为明显，例如麻风病人的处境；而男性对女性的支配，在当今世界大多数地区依然普遍存在。

⁴⁰³ 《圣经·创世记》——“于是，神照着自己的形象创造人；就是照着他的形象创造了人；他所创造的有男有女。”

⁴⁰⁴ 《圣经·创世记》 2:24 — “That is why a man leaves his father and mother and is united to his wife, and they become one flesh”.

⁴⁰⁵ 《圣经·创世记》 2:23-24 ——“那人说：‘这是我骨中的骨，肉中的肉；她当称为女人，因她是从男人身上取出来的。’因此人要离开父母，和妻子连合，二人成为一体。”

(16) 麻风病⁴⁰⁶（汉森病）会因饥饿而加重，因为营养不足会削弱免疫系统。这表明当时饥饿现象非常严重，从而促使疾病传播。

(17) 今天的饥饿程度不如过去严重，但由于政治原因仍然存在。如今，食物中的营养成分使其价格更高，导致人群营养不足，并依赖药物。急性饥饿则更加残酷，其症状类似食物中毒，如腹痛、呕吐、腹泻、虚弱和呼吸困难。

(18) 目前，一些基督教教会把亚当和夏娃当作榜样，但这与耶稣的教导相矛盾。即使在他们的故事中，他们本身也是被扭曲的人类。支配主义意识形态就是“反基督”，有时被称为蛇，有时被称为魔鬼或撒旦，但它本质上是人类的构造⁴⁰⁷。撒旦是一种观念，代表一种社会整体，就像一个巨大的人。

(20) 耶稣基督带来了好消息，打破了基于亚当与夏娃故事所形成的“人类生而有罪”的普遍定罪。资本主义以贬低人类价值或缺乏认可的方式，反映了这种定罪。耶稣的到来，是为了终结这一点，通过推动有助于个人精神成长的道德价值，来解放人类。

(21) 这种“好消息”类似童话中的“幸福结局”。它通过让女孩去寻找“王子”来对抗支配主义——一个不控制他人、也不像国王那样被工作奴役的人。如果我们仍然相信死亡，也因此相信“杀戮”，那是因为我们仍然受亚当与夏娃观念的束缚。

(22) 在圣经中关于拉撒路的比喻里，那个富人请求上帝派一个死人去警告他的亲人关于死后的生活，但这个请求被拒绝了⁴⁰⁸。这说明不存在统一的最终审判，只有个体性的审判，因为人们在不同时间被评判。

(23) 只有灵性主义对灵魂的生命进行了具体描述，而教会通常以抽象方式谈论永生。因此，上帝通过奇科·沙维尔让成千上万的灵魂进行沟通，使这种认识更加具体。那些质疑他所展示内容的人，也是在质疑那成千上万声称收到他所“心灵书写”信件的人，同时也忽视了他所写的数百本充满理性与逻辑的著作。

(24) 在这些信件中，奇科所使用的语言与那些自称为作者的灵体相似。很多信件是写给母亲的——最了解孩子的人。有些母亲甚至确认，信件中的笔迹与她们孩子的笔迹一致。

⁴⁰⁶ 麻风病（又称汉森病）是一种由麻风分枝杆菌或弥漫型麻风分枝杆菌引起的慢性感染性疾病。它会损害神经、呼吸道、皮肤和眼睛。遗传因素和免疫功能会影响一个人感染这种疾病的可能性。麻风病最常见于贫困人群中。： <https://en.wikipedia.org/wiki/Leprosy>.

⁴⁰⁷ 《圣经·启示录》13:18 ——“在这里要有智慧。有悟性的人，就让他计算兽的数字，因为这是人的数字，它的数字是六百六十六。”

⁴⁰⁸ 《圣经·路加福音》16:19-31

(25) 亚当与夏娃主要象征人类进化的一个低级阶段。轮回不是奖赏，而是第二次机会，是一种类似炼狱的状态。“哈迪斯”（Hades）这个词与“伊甸”（Eden）有相同的词源。不同之处在于，伊甸指乐园，而哈迪斯指亡者之地。地球正是这种结合：在物质上，它是充满生命的生者之地；但在精神上，它仍然是亡者之地。

(26) 目前，这个星球仍然是“死者之地”，因为大多数人的性格都会“消亡”，以便在下一次生命中成为另一个人。但当人类开始以真实的方式生活时，真正的生命将会出现在地球上。

(27) 在接近我们的人类精神世界中，善的灵体能够创造某种“物质上”更高级的事物，这使他们看起来比我们进化更高。但只有当我们停止轮回循环时，才会真正获得自由。如果一个人地球上就达到精神上的幸福，他就实现了进化。

(28) 此外，还存在一种精神状态，在这种状态中，人类意识被投射到一个充满绝望、羞耻、痛苦、寒冷、饥饿和破坏的环境中。我们这些在世的人把它称为“地狱”，也就是所谓的“地界边缘”。我们很容易陷入这种状态，因为我们甚至可以通过自己的饮食方式“自我毁灭”。在一个以食肉为主的文化中，人既是杀戮者也是自我破坏者，因为肉类并不是人类自然的食物，它在体内的腐败会带来严重伤害。为了避免走向自我毁灭，肉类的摄入必须降到最低。

(29) 最后，需要指出的是，有些人认为耶稣让所有人接受奴隶制，因此把他视为背叛者。但这种制度不是他创造的，而是他容许存在的，因为上帝尊重人的自由意志。上帝不想要机器人，如果他想，他完全可以创造出来。培养具备良好判断力的人，其“方式”要复杂得多，也需要更长时间。

(30) 我们的人生体验就是如此：“如果有人告诉我，我也不会相信。”我们需要亲自经历，才能理解发生的事情，从而不去评判他人。我们需要一段错误的历史，一个可靠的记录，最终才能建立成功的历史。这是必要的，因为即使我们无法在“什么是对的”上达成一致，至少可以在“什么是错的”上达成一致，而这已经足够帮助我们走向正确。

(31) 通过错误，即使在逻辑上，我们也能走向真理。例如，如果某件事需要被不断宣传，比如奴隶制，那就说明它本身并不会自然存在。我认为，社会自然的趋向是建立在友谊之上的联合，这种联合尊重自由意志。自由意志是与生俱来的，而不是后天学习的。只有在自由中，我们才能形成自由的判断，并理解自身的责任。

(32) 新约尚未完全实现。基督教还没有完善，因为它仍然与控制体系相联系。但随着时间推移，我们通过不断形成更成熟的共识，逐渐远离这些体系，走向完整的人性。无论是个人意识还是社会意识，都在朝这个方向发展。

(33) 我们是上帝的折射之镜。这种折射推动着人类的进化，但在历史中常常被压制，比如通过猎巫或独裁统治。这些压制之所以发生，是因为控制者拒绝他人的自由判断。而自由判断才是通向真理的道路。

(34) 我的父亲相信控制，也相信自己是“集体自我之神”的儿子，在这种观念中，男人通过自己的精子被视为生命的创造者。这种看法源自亚当与夏娃的故事，在其中，只有男人拥有神的气息。这种思维把撒旦看作世界的神，因为他代表了个体“自我”的联合。

(35) 有人认为新约是谎言，因为分娩的痛苦不会消失。而我认为，就这些痛苦而言，旧体系从未真正存在过，因为只要母亲和孩子的健康得到保障，一些简单的措施就可以消除或大大减轻这些痛苦。例如避免孕期胎儿体重过高，以及在分娩时保持冷静。不过可以确定的是，怀孕本应是一个更加平静的时期。而在当前体系下，孕期工作是一种沉重负担，会损害婴儿的健康，常常导致出生时免疫力低下。

(36) 甚至“为了吃饭必须工作”这一观念也可以被质疑。比如在巴西，如果充分利用广阔而肥沃的公共土地，可以让人们更容易获得免费的水果。在公路沿线种植果树，将是一个对抗人为制造的食物短缺的有效项目。这种思维转变，对于走出当前阶段、迈向“第七天”——一个更慷慨、更可持续的地球阶段——是必要的。

章后2—动物权利

(1) 我的父亲认为，我们生来就带有动物本能，需要通过亲身体验来学习。因此，在我五岁时，他把我放在一匹躁动的马背上，拍打马的后部，大喊“抓紧！”，马立刻在围栏中狂奔。那一天，在一次强烈的经历中，我几乎学会了骑马所需要的一切。我的身体与马的动作同步，让我学会如何调整姿势，与它一起运动。从那以后，我学会了掌控缰绳，控制方向，更重要的是“证明谁才是主导者”。我成了一个让人羡慕的骑手。

(2) 他教导我和兄弟姐妹要有强势的性格，并且经常对他认为地位较低的人表现出攻击性，包括对动物也是如此。同时，他也讲述自己所承受的深层创伤，因为我的祖父对他更加暴力。我们的成长中存在一个严重的问题，那就是让我们相信使用暴力是正确的。

(3) 这种攻击性行为源于一种传统的训练方式，它依赖惩罚而不是奖励⁴⁰⁹，使真正的理解和学习变得困难。随着时间推移，处于权力位置的人被自负所支配，不断加重惩罚，最终变得过度，因为没有人真正从中学到什么。

⁴⁰⁹ 《圣经·箴言》13:24 —— “不用杖责打儿子的，是恨恶他；爱儿子的，必对他勤加管教。”

(4) 随着我长大，我在对待比我处于从属地位的人时，也重复了祖先的错误，以为必须证明“谁是主导者”。这导致了多年糟糕的人际关系——母女之间、师生之间等等——都以喊叫或惩罚作为教育方式。

(5) 的确，有些人把人与动物的关系颠倒过来，这同样是不正确的。在圣经的一段记载中，一位妇人请求耶稣医治她被鬼附的女儿。耶稣在帮助她说，不应该把儿女的食物给狗，而她回答说，即便如此，让狗吃儿女剩下的食物也没有问题⁴¹⁰。

(6) 这段话有很多解释，但耶稣常说的是“我实实在在地告诉你们”，而不是“我用暗语告诉你们”。因此我认为，在这个情节中，这位母亲看到孩子吃得太慢，就把食物扔给了狗，使孩子因担心挨饿而陷入极度不安。我们应该对人类更有同情心，而不是给动物比人更多的权利。但这并不意味着我们可以对动物残忍。

(7) 同时，在一些情况下，我骑过愿意配合的马，这让我明白惩罚并不是必要的。马和我朝着同一个目标一起行动，这对双方来说都是一种愉快的体验。

(8) 传统训练建立在对抗他人意志之上，但意志正是推动我们的力量。剥夺一个人的动力，就像抽走能量，让一切努力变得疲惫。动力带来愉悦并培养情感，而剥夺它则产生相反的结果。

(9) 很多时候，处于高位的人把自己的意志强加于公共利益之上。在他们的公共项目中，他们强迫他人参与，以便把所有功劳据为己有。他们把别人看成自己故事中的配角，而不是各自人生的主角。

(10) 这种方式会破坏一切共同引导的积极潜力。真正的共同引导是参与式的，而个人控制则是削弱性的。真正的领导力，是通过共识达成共同理性。而真正的共识，在于追求一个更高的目标——上帝的旨意——一个高于一切、却尊重每一个人的共同目标。

(11) 有一次我和一群朋友骑马时，大家都想往一个方向走，但马却拒绝前进。我也拒绝走那条路。他们批评我，说我必须证明谁才是主导者，还质疑我是否真的像我说的会那样会骑马。

(12) 我坚持自己的决定，尊重动物的意志，结果我是对的。他们坚持前进，最后陷进了沼泽，马的身体一半都陷进了泥里。

(13) 当我和女儿骑行回来时，他们还满身是泥。我得意地喊道：“看吧？！你们得听建议，哪怕是马给的！”意思是他们也忽视了我的建议。

⁴¹⁰ 《圣经·马太福音》15:26 与《马可福音》7:27

(14) 毫无疑问，我们是更高级的动物，但如果人类忽视其他动物的智慧，就有可能显得比它们还要愚蠢。事实上，作为更高级的动物，其中一部分就是不否认其他形式的智慧。

(15) 不过，我想强调的不只是动物的智慧，还有不要把它们的存在当作单纯的物品。

(16) 关于动物权利的讨论在上个世纪开始加强。核心问题在于它们也能感受痛苦，并与我们共享这个世界。毕竟在人类之间，如果没有他人的参与，个体的存在是没有意义的。如果我们因为情感而自称为更高级的动物，那么我们就不能忽视他人的感受，也不能忽视我们在彼此生命中的作用。

(17) 蒙蒂·罗伯茨提出了“Join-Up”，一种温和、非暴力的驯马方法，尊重动物的自然语言，也被称为“自然马术”。罗伯茨是在背着父亲的情况下发展出这种方法的，他的父亲是职业驯马师，当父亲发现后还对他进行了殴打。

(18) 16岁时，罗伯茨证明，用温和的方式在几个小时内就能达到他父亲用暴力需要数周才能达到的效果。这揭示了传统训练中依赖痛苦和折磨的低效。

(19) 在了解温和训练之后，我开始注意到，用传统方法训练的动物表现出敌意和报复心理。它们常常试图伤害骑手，比如蹭带刺铁丝网、钻到树枝下面，或者在转弯时把臀部甩出去，试图把骑手掀下来。

(20) 两种训练方式下的动物差别非常明显！用暴力训练的动物充满怨恨和不信任，而接受温和训练的动物则更愿意合作、有尊严，认为自己是团队的一部分。

(21) 采用传统方法训练的动物总是需要用暴力“强化”才能重新学会，而通过温和训练获得的学习很快就会稳定下来。由于我经常骑不同的马，我不得不面对那些用传统方法训练的动物，这让我更加明显地偏向更人性、更有效的温和训练方式。

(22) 随着时间推移，我逐渐明白应该避免接触那些用传统方法训练的动物。我开始看它们的眼睛，因为温和训练的动物眼神中没有创伤，总是显得年轻；而传统训练下的动物眼神显得苍老，带着幻灭和报复的心理状态。

(23) 动物眼神的表达，结合它们的动作，可以反映出很多心理状态。它们也会试图表现谁在主导。有报复情绪的动物表现出烦躁，而带有幻灭感的动物则表现出类似抑郁的迟缓。

(24) 很有意思的是，我们会通过眼睛识别情绪，这一点在动画中被广泛使用，眼睛的形状直接表达心理状态。不幸的是，很多“英雄”的眼神被描绘得很残酷，这会在潜意识中影响观众，使我们对周围眼神的表达变得迟钝。

(25) Join-Up代表了人与动物关系中的一次重要进步，强化了一个观念：动物有权过一种不受痛苦的生活。

(26) 即使是在与动物的关系中，我们也必须体现人性，用同情和尊严对待它们。例如，如果方式正确，挤牛奶并不残忍，因为牛是自愿提供这种食物的。处理奶牛时需要耐心，同时要保持指甲很短，用挤压而不是拉扯乳头。正确的方法是：用拇指和食指夹住乳头根部，防止牛奶回流到乳腺中，然后用中指、无名指和小指依次挤压，使牛奶从乳头口流出。

(27) 我曾经工作的那些奶牛每天都会在牛棚入口排队，顺序和每天挤奶的顺序完全一致。它们就像是在接受我的服务一样。与其他情况不同，经过温和训练的奶牛不需要把腿绑紧，只需要固定尾巴。

(28) 粗暴的挤奶方式并不常见，因为那会降低产奶量。维护良好的机械挤奶设备是一个合理的替代方式，可以减轻这种高强度劳动。但很多人粗暴又无知，把自己对他人的粗暴方式投射到动物身上，把它们当作没有权利的存在。但动物是有权利的⁴¹¹。

(29) Join-Up的理念对我来说非常重要。通过它，我开始更加有人性地对待动物。但我仍然用暴力对待我的孩子。

(30) 尽管环境立法有所进步，但社会上仍然存在一种观念，把动物仅仅视为财产，没有承认它们身上所体现的生命本质。这种看法也被法律所强化，在权利纠纷中，它们往往只被当作物品对待。

(31) 动物既有天赋权利，也有法律权利。尤其是前者，是超越任何法律制度的道德权利。这些权利包括：生命权（或人道屠宰）、物种自由发展的权利、身体完整权，以及免于痛苦的权利⁴¹²。

⁴¹¹ 巴西第9.605/98号法律第32条——“对野生动物、家养动物或驯养动物（无论本地或外来）实施虐待、伤害、致残或肢解行为：处罚——三个月至一年监禁，并处罚金。”：

http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/19605.htm.

⁴¹² 《世界动物权利宣言》（DUDA）是一份具有伦理和道德性质的文件，不具有法律或规范效力。它是一份在联合国教科文组织签署的哲学性文本，但并非由该组织正式发布。它没有官方或政府背书，但在道义层面对巴西立法产生了影响。《动物权利宣言》第2条：“每一种动物都有被尊重的权利。人类作为动物的一种，不能声称有权消灭其他动物或剥削它们，从而侵犯这一权利。人类有责任将自己的良知用于服务其他动物。每一种动物都有权获得人类的关怀与保护。”：

<https://www.fiocruz.br/biosseguranca/Bis/infantil/direitoanimais.htm> 在这一原则的指导下，立法者在1988年巴西联邦宪法第225条第1款第七项中规定：“第225条：人人都有享有生态平衡环境的权利

(32) 我们可以问：仅仅“存在”的权利意味着什么？如果在人类法律中动物被视为物品，那么人类就必须承担相应的法律责任。如果我们奴役它们，我们也在奴役自己，因为奴役他人也会让我们成为囚徒。温和训练的教训很清楚：“暴力不是答案”，这体现了对生命的尊重，也体现了我们作为有意识存在的进化。

(33) Join-Up的发现启发了一种新的管理者培训方式。它强调承认个体价值和促进合作，与传统方法中以强制为主的学习方式形成对比。

(34) 智能化训练的有效性在于把群体看作一个团队，在其中不存在权力争夺，而是相互承认价值与责任。因此，动物在完成任务和取得成果时，也应当获得奖励。

(35) 电影《怪兽电力公司》很好地展示了用激励取代强制的方式，说明激励是一种极其强大的资源。当它缺失时，会把内在状态转变为痛苦，甚至产生反向动力。

(36) 值得注意的是，也许大多数人仍然没有意识到人类也需要被有尊严地对待。例如，一些警察在《玛利亚·达佩尼亚法》⁴¹³下不回应女性的求助，在搜查或逮捕过程中还经常进行不必要的殴打。

(37) 巴西监狱的状况——许多地方比动物笼子还差，几乎见不到阳光——是我们文化落后的一个明显标志。我希望未来人类至少能拥有一种权利：在不伤害他人的情况下，像动物那样生活。

(38) 缺乏同情心似乎是我们问题的根源，因为我们本身也是动物。因此，当人类偏离自身本性时，就需要通过动物的例子来重新找到方向。事实上，温和训练并不是新概念。蒙蒂·罗伯茨方法的基础，其实早已存在于《圣经》中关于如何对待羊群的方式，只是很多基督徒还没有意识到。

(39) 牧羊人与羊之间的关系，是建立在相互识别和信任之上的，因为双方有共同的利益。羊是很好的例子，因为它们不会接受任何非温和方式的训练。

(40) 在我们的故事中，贬低他人的价值、夺取他们的功劳，是一种严重缺乏道德的行为，尤其会伤害最脆弱的人。这就像一种低级的柔道，只是为了伤害他人，而终有一天我们会明白这一点。下面是一段本书第一版中的简短摘录：

2016年1月1日 上午10:07 我父亲问我长大后想成为什么……我回答：“自由！自由地成为我想成为的一切……”

，这一环境是全民的共同财产，是健康生活质量的基本条件；国家和社会有责任为当代和后代加以保护和维护。……第七项——保护动植物群，依照法律禁止危害其生态功能、导致物种灭绝或对动物施以虐待的行为。”这一原则促成了《阿鲁卡法》的制定，该法规范了科学研究中对动物的使用：第11.794/2008号法律。它同样指导了第9.605/98号法律第29条和第32条的制定。此外，它还影响了圣保罗州关于动物屠宰的法律，即第7.705/92号法律。

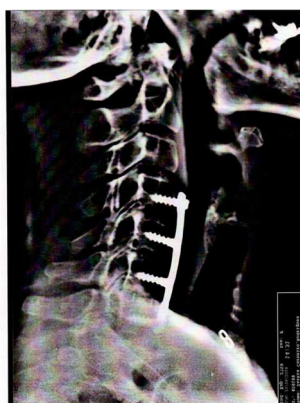
⁴¹³ 第11.340/2006号法律: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2004-2006/2006/lei/111340.htm.

他听到后震惊了.....可怜的人！ 他拼命想劝我放弃这个想法，因为我根本不知道自己在说什么！可怜的人.....



图像 X

以下图像来自作者档案，展示了骨骼变形问题。在这里，我们认为这种变形属于一种工伤事故，是与长时间保持固定姿势以及反复在电脑屏幕和键盘之间移动视线有关的结果，主要原因是空间受限。姿势性静止（长时间保持同一姿势）是导致骨骼变形和疾病的重要原因，但几乎没有得到公众的认可。这种情况的严重性体现在：在手术前，作者曾面临脊髓中断、从颈部以下瘫痪的风险。



Centro Diagnóstico por Imagem **DOC. 1A**
DR. EDNO LUIZ CARPI
Ressonância Magnética - Tomografia Computadorizada
Raio X - Ultra-sonografia - Mamografia - Densitometria
Hospital das Clínicas
Página 1 de 1

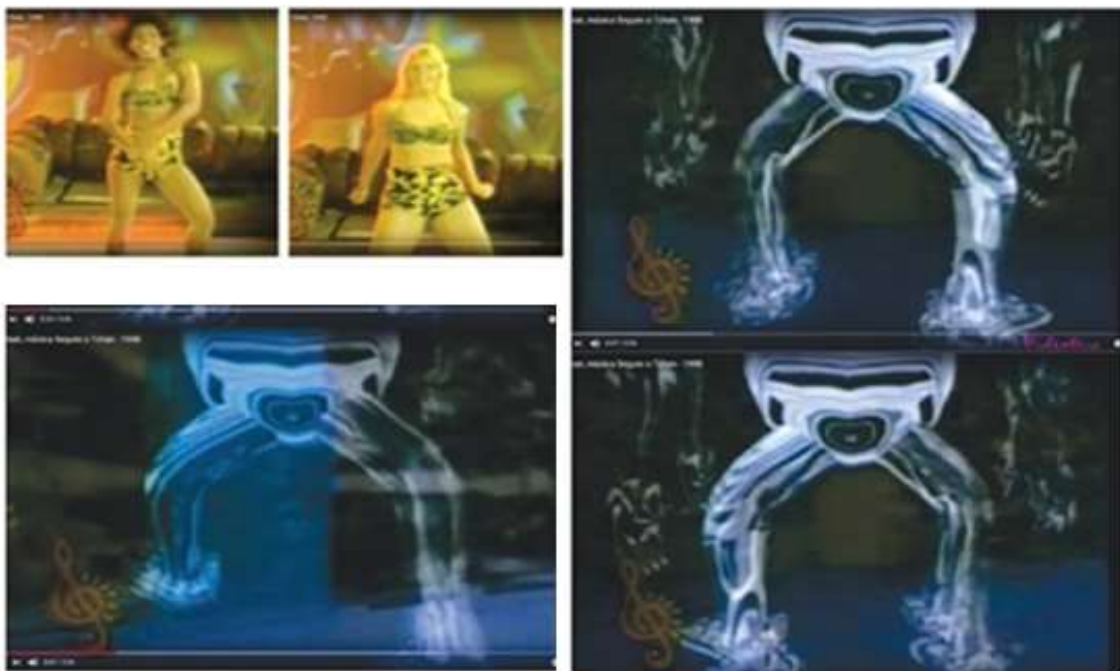
AV. CARDOSO MOREIRA
Cidade: ITAPERUNA - RJ
C.G.C.: 39218136000108
CENTRO
CEP: 283000-00
FONE: (22) 38232112

Paciente: SASKIA CARNEIRO RODRIGUES
Data Exame: 20/08/2018
Registro: 409188
Tipo de Atend: Externo
Prontuário: 1532609
Convênio: 2 - PARTICULAR
Méd Solic.: 0 -
Méd Exec.: 392699 -
Sexo: Feminino
Unid. de Atend: RADIOLOGIA TANNUS
Idade: 51 ano(s) 2 mês(es) 29 Dia(s)
Tel.: 38473163

Exame.....: COLUNA CERVICAL (AP - LATERAL)

- Placa e parafusos metálicos em C4, C5, C6 e C7.
- Cage entre C4-C5, C5-C6 e C6-C7.
- Pedículos e articulações interapofisárias sem alterações.

下面的图像取自组合 É o Tchan 在 1990 年表演歌曲《Segura o Tchan》时的视频，其中包含旨在引发性刺激的潜在影像。在对舞者进行类似 X 光的呈现中，标注强调了其阴道的深度。这些图像来源于互联网。



接下来的六个画面来自 2016 年 6 月 1 日圣哥达隧道启用仪式。在这场仪式中，呈现了一种对帝国主义力量在全球实施的意识形态植入的总结。在最初的画面中，可以看到通过劳动、酷刑和社会恐怖来实现奴役的场景。其中一幕中，一辆轨道车沿着铁轨前行，一名工人敲击铁链，仿佛在执行监督角色。那些头部异常巨大的角色代表政府，而图中出现的那个角色则象征“兽”。这种表现暗示，该角色是通过劳动实施酷刑的统治者。图像取自以下视频：
<https://www.youtube.com/watch?v=CWoxalvETqE&t=104s>



在中间左侧的图像中，可以看到“控制者”的形象，其形态为雌雄同体，类似于共济会常用的形象巴风特。在这里，我们将其解读为通过恐惧植入实现的帝国主义控制，例如拉丁美洲国家的军事政变。

在中间右侧的图像中，可以看到对性过早化的表现。表演者呈现为青少年形象。在表演中，他们向身体撒滑石粉，以象征性欲的释放。最下面的两个画面表现的是基于性别差异制造社会冲突，以及全面推动性化的过程。