



杨淏

羊城晚报记者 谭洁文 实习生 张语洁

数字时代的逆行者：

不带手机环游中国



东北大兴安岭

『穿越』

现代人离开手机还能生活吗？在人类和科技结合紧密的当下，越来越多的科幻电影开始讨论人和科技之间的关系，包括《银翼杀手》《金刚狼》等众多电影呈现的“赛博格”概念，就提出了未来科技机械成为人体器官的可能。这并非毫无根据的想象，在数字网络发达的当今中国，手机在过去短短的二十年间，就已差不多发展成为我们身外的另一个“器官”。离开了手机，我们还能正常生活？手机对我们来说是工具，还是枷锁？

为了探寻问题的答案，目前就读于英国兰卡斯特大学的艺术专业博士生杨淏开始了一场为期134天的“逍遥游”，离开手机、电脑等联网设备，他切身感受过中国大地上68个市县的风土人情，阅读了40余本书，并把感触和故事凝结在22万字散文、2T的影像素材和无数封家书当中。

作为一名艺术博士，杨淏对于人的生活状态时常有着敏锐的体察和深刻的思考。在过去的生活体验中，他发现越来越多人会把很多时间消耗在手机上面，设备显示的每天花在手机上的时间，大大超出想象。“如果说网络和手机是一个工具，那应该是可以随时决定使用或者不使用，就像你要敲一个东西，可以使用榔头，也可以使用锤子。但是，现在没有了手机和互联网，变得寸步难行，它还是一个为人所用的‘工具’吗？”

带着对数字网络过度泛滥、互联网技术异化的反思，杨淏决定做一个大胆的实验，在数字网络最为发达的中国大地，进行脱离网络的环游：“我就试一试，没有了它，还能不能正常生活，能不能正常游走，会发生什么状况？”

于是，一个没有手机、电脑的旅行计划就此开启。这个决定并非一时冲动，杨淏在出发前，进行了为期一年的缜密筹备，将一切工作安排妥当。现代人离开手机，几乎和“失联”没有差别，杨淏的父母对他的安全问题很是担忧，“人生中第一次——爸妈两人一同为我送行……对于他们而言，网络里与网络外的距离，好似前所未有的遥远、陌生与危险”。

为了让父母了解自己的位置和状态，他选择了一种传统的通信方式——寄家书，每到一个城市，杨淏都会第一时间提笔给家人朋友写信，告知父母自己的下落和旅行中的感触。“信是一种前互联网时代的东西，30

年前它还很普及，但是互联网兴起之后，它就几乎消失了。我想用最传统的家书去通联，某种程度上类似于一个古代人，穿越到了当代社会，看看跟这个世界，还能发生什么样的接触。”

除了简单的生活用品、证件和银行卡、现金之外，杨淏的行囊里只有两个小相机、两册地图、毛笔、宣纸、墨汁、三本书、笔记本和钢笔。2023年11月27日，他从家乡山西太原出发，计划一路向南直到广东，接着到中部，再到西南地区，之后到达西北，最后由东北回到家乡。

旅途开始之前，杨淏只对旅途有大致方向上的规划，余下的每一站，则是根据在当地的经历、读到的书、遇到的人，或者灵感启发再作决定，“第一站先去临汾，到了之后跟当地人聊天，在当地获取一些知识信息，继续往南去到运城。到了运城之后知道离三门峡挺近的，下一站就去到三门峡”。这种离开互联网和详尽的攻略，亲身体验未知旅途中的神秘吸引着杨淏，他在旅途的散文中写道，“这种以肉身去体验种种不确定的幻想，令我着迷”。

没有了互联网，每到一个新地点，都意味着完全陌生的环境。杨淏会在火车站打个出租车，借着跟出租车司机聊天的机会，开始对这座城市有所了解；有时候，他会随机坐上一辆公交车，随着公交车在城市里穿行，找到合适的酒店就下车，再跟酒店工作人员聊天，就这样从和当地人的交流

当中获取信息。同时，博物馆和独立书店也成为他探索城市的“引路灯”，参观博物馆总能收获不少本土知识，在书店也可以搜寻到与当地人文历史相关的书籍。对杨淏来说，历史和书本就是他的“小红书博主”，每到一个新地点，他都会购买一些书籍，并把上一座城市的书籍随家书寄回家中。在湘西旅行时，他就追随沈从文32岁时的足迹，按照《湘行散记》中记述的地点，一路从常德重走沅江，感受书中的风土人情，在90年间的变迁。

在旅途当中，放下手机，也让杨淏一路上有更多的机会，感受人和人交流的温暖，“一路上得麻烦各种各样的人，问他们各种问题。也遇到了非常多善良的人，他们很无私地给我帮助——有时找不到目的地，他们就让我搭车，有的还邀请我去家里吃饭。”

其中，让他印象最深的人是青海省茫崖市遇到的拾荒老人。茫崖市是一个处于无人区当中的荒凉城市，拾荒老人是杨淏遇到的第一个人，操着浓重河南口音的老人向他讲述了自己的一生：他是河南人，早年一路拾破烂从河南走到茫崖，再往西就进入无人区了，于是他就在那里驻足，一眨眼就生活了30多年，其间，还领养了一个拾破烂时拾到的弃婴，孩子满嘴的河南话在大西北显得尤为奇异。攀谈过后，老人还邀请杨淏去家里吃饭，老人的善良热情和人生经历给他留下了深刻的印象，“这一路接受了好多人的善意和帮助，让我很是感动”。

还是咬牙坚持了下来，“既然选择了要做，不管遇到任何困难，都得坚持下去，这是最主要的一个动力”。在出发前，他就已经做好了这趟旅途必定不“逍遥”的心理准备，一场对数字时代的逆行和反叛，本就是对于长时间受数字网络影响的现代社会的挑战。直面困难、解决困难，正是这场实验的必要因素，“面对各种未知，去看不一样的东西，是做这个项目的意义”。

在出发10天之后，杨淏渐渐找到了无手机旅行的节奏和感觉；半个月后，他就适应了新的生活方式，没有网络的生活方式对他来说很是自在。

2024年4月9日，结束了134天中国环游的他回到家后，已习惯并且享受于没有手机的生活的他，甚至不愿意打开手机：“我不太想回到有网络的那种生活方式，打开手机，肯定有很多信息奔涌而来，我又得回到之前那种被手机支配的状态。”回到家一个星期以后，杨淏才第一次打开手机，回到数字世界。

『困境』

当然，离开手机的旅途不可能一帆风顺。在陌生城市通过人工买票、找酒店、获取信息等都面临障碍，各种需要提前预约才能进入的场地，也让他吃到不少闭门羹。离开了网络的生活，其中的艰辛数不胜数。谈到旅途中最大的困难时，杨淏坦言“我很难找出最大的困难，因为困难每天都发生在”。

从每天用8小时手机，到和手机彻底割舍，杨淏花了近半个月的时间来适应新的生活方式。尤其是无法与亲近的人取得即时的联系，孤身漂泊在外的孤独感，在旅途前期缠绕着他。在旅途开启的第7天，杨淏就在河南三门峡市第二次感染新冠病毒，没有手机的他，只能委托酒店前台帮忙买药，独自躺在酒店中休养。“人在这种虚弱的情况下，会很想家和亲人，那个时候我比较低落。也有犹豫过——本来可以过很舒服的生活，这样做有什么意义？”在那时，写作和写信成了杨淏排解心中烦闷的出口，“有点力气我就起来，写信给女朋友、

爸爸、妈妈、姑姑，通过写作和写信消解一些情绪”。

支付问题也是棘手的困难之一。由于手机支付已经成为日常最常用的手段，在南疆，杨淏还面临过全身上下只剩6元现金、全天只吃了一顿早饭的困境。由于当地极少ATM机，他只能在晚上饥肠辘辘地挨家挨户询问商户，是否有pos机可供刷卡支付，收获的是无数否定的回答。最终，在两位维吾尔族大哥和出租车司机的帮助下，杨淏在城市的某个角落，找到了取款机。

他人对其行为的误解，也成为旅途中独特的经历。杨淏说，一路上大约有三成的人不理解他不带手机旅行的行为。他曾经被当成宗教信徒、直播博主、社会学家、调查记者等等。在赤峰客运站，他甚至被工作人员错认为是间谍，而引起围观。对于杨淏来说，每个人的经历、背景和想法都不一样，“并不觉得反感，有时反而觉得很有意思”。

即便面临重重阻碍和不便，杨淏

看时间的他很快发现，自己忘戴手表了，这意味着他无法随时知道确切的时间，于是他索性根据自己的身体状态来生活——困了就睡、饿了就吃，用身体去感知时间。没想到，这种不按具体时间生活的“放肆”，反而让身体慢慢地更有规律，对于时间的感受，也越来越准确，“每天晚上回到酒店看新闻联播，觉得大概差不多7点就打开电视，每次时间的差别也就10分钟左右”，对于时间感知力的提升是他的惊喜。

杨淏认为，虽然网络的确可以帮助人们高效快速地获得关于一座城



高昌故城



莎车市集



哈尔滨



大理古城一角

本版图片由受访者提供

『体验』

“我意识到，那134天的时间里，我经历了人生中精神最饱满、注意力最集中、工作最高效的一段时光。”这是杨淏在散文当中对自己旅途的总结，“这是一次绝对专注的人生体验。”

离开了手机，杨淏发现自己对于世界感知更加敏锐：“我们生活在被互联网、手机支配的环境里面，它们取代了太多我们跟真实世界打交道的机会。通过这种方式，我有了更多和真实世界接触的机会。”与世界的真实接触，带来了对于时间的感知，在放下手机踏上旅途之始，平日习惯于用手机

的信息，但在信息爆炸之下，庞杂、碎片化和同质化的信息，有时反而起到阻碍作用，消解了人们探索的欲望。相反，跟当地人聊天获取的信息，更不一样、更有意思，“他们的答案不一定是百度百科那样的标准答案，但他们加入了更多自己的理解，那些和他们本人的经历相关的答案，往往更多元、更丰富，这点让我觉得很有趣”。

不仅如此，离开了让人眼花缭乱的网络，杨淏感觉自己的专注力明显提高了，做事情也更加高效了。相比于平时碎片化的专注，离开手机的旅

程，给他带来了不一样的心理体验：“在没有手机的旅程，专注是一直持续的”。在旅途的开始，杨淏随身带了《坐火车游中国》《旅行的艺术》《夜航西飞》三本关于旅行的书，在后来的4个半月里，他一路买书、一路看书，用四十多本书度过了那些没有手机和电脑的夜晚，他还在途中将自己的经历写成了22万字的散文集，期待在来年出版。

“我知道不可能完全不回到数字世界，过了一个多星期，还是打开了手机”。如今，即使已经回到了数字世界，杨淏依然对自己是否被数字网络

异化保持警惕，这趟身体和心灵的旅行，给他的生活带来了长远的影响：“现在的生活方式还是跟手机和互联网保持一定距离，自己的手机也没有装电话卡，家里面也没有Wi-Fi，只有工作室是一个有网络的状态”。

实际上，杨淏并不是一名反技术主义者，数字革命帮助人类文明飞跃发展不能被否认，但这趟看似是“苦行”的“逍遥游”，仍然不可避免地引发人们对铺天盖地网络安全应用的反思，强大的数字技术最终会否成为对人类自由掌控和剥夺的“利维坦”，值得我们深思。

有本版新闻线索
请扫码加群报料