

新书馆

在身体律动中重塑生活世界

——读《凡身之造：中国女性健身叙事》

■ 范语晨

翻开《凡身之造：中国女性健身叙事》(社会科学文献出版社2021年5月版)这部体育/性别社会学的新作,最先引人入胜的并不是对中国女性健身的理论分析,而是真诚的故事和心绪。一名还在读书的姑娘陷入减肥的恶性循环:“被体重操控的人生太绝望了,我像一个怪物,一个不能和人类正常接触的怪物”;64岁的王女士组织起社区的舞蹈队,骄傲地说,“年龄挡不住我心中的芳华”;而正准备二胎的娟姐谈起了育儿感悟:“一棵树长到它想长的高度后,才知道哪里空气适合它。”

这些第一人称的、充满情感的讲述体现了本书作者熊欢的初衷。熊欢认为,只有回归具体的、微观的经验,我们对女性身体的理解才能跳出传统社会学框架中“被压抑的、被凝视的和被异化的”印象,重拾其蓬勃生长的能动性。因此,本书采集了12个普通女性的口述健身故事,连贯地呈现个体的健身历程及其相关的生命故事和生活经历,使我国女性健身运动的“社会图景”更加鲜活清晰;同时,通过故事后的讨论分析,作者希望超越个案,将口述者的健身经历嵌入社会大背景中,探索健身运动中的体验如何为女性带来能动性,使她们突破结构性束缚,实现自我成长与社会空间的再造。

走出“身体无知”:从审美绑架到乐在其中

身体对每个人来说是存在于世的物质基础,却也可能是“最熟悉的陌生人”。本书12位自述者的经历千差万别,但她们的健身故事却包含一个共同的历程:对自我身体的不断认知。对于背负“肥胖”标签多年的自述主人公而言,这一历程尤为坎坷。

化名为“我”的自述者童年时因被误诊而注射激素类药品,体重一发不可收拾。“我”的身体认知便起于强烈的羞耻感:在学校没有朋友,遇到困难无人帮忙,即使走在路上,也会听到来自陌生人的

的嘲讽——“你看那个女生怎么像只猪一样又高又胖”。正值青春期的“我”不愿被社会排斥,于是发动了对身体的一系列“战争”:先是尝试了无数错误的减肥方式,后因身体出现严重问题转而健身减肥,健身过程中又经历了过量运动、复胖、暴食与催吐的怪圈……

可以想见,在自述者对于身体、美丽、健康等概念尚未形成自主认识时,社会对肥胖者的恶意和歧视已完全将她裹挟,她慌乱地将“瘦下来”与被接纳、被爱划上了等号。走过的弯路开启了日益深入的思考和成长。几经身心崩溃后,自述者终于放下了急功近利的目标,耐心观察自己身体的真实状况与感受。更重要的是,自述者开始理性地看待社会主流审美观念,不再被他人的目光绑架。

不仅是经历了血泪史的“我”,书中其他自述者也体验着走出“身体无知”的清醒与愉悦。有国内外健身经历的M于文化对照中完成了对身体的认知:初到澳大利亚健身时,她感到国外更重视健美而非过瘦的身材。而在深入了解后,她察觉到一味追求健美、渴望漂亮的肌肉线条,不过是另一种审美盲从而已。而练拳击的S本希望能借此塑身,但发觉自己的性格不适合竞技体育,转而投奔瑜伽,最终明白健身应当以我为主,乐在其中。

突围刻板印象:从难逃规训到自主书写

近日,中国铅球运动员巩立姣奥运夺冠后的采访引发了网友热议。记者

“女汉子”与“女孩”的对照提问令人不适,长于力量的女孩似乎与女性气质无缘。而在《凡身之造》的12个健身故事里,我们能够读到沉淀于社会文化中的太多刻板印象,它们构成了女性健身之路上的重重禁忌:女孩练得社会找不到男友,老年女性应当安稳居家,农村女性无缘时尚,孕妇不适合运动……然而,这些年龄、职业各异的女性却用身体的律动证明着这些刻板印象的狭隘,使自己的生活从中突围。

作者在第三章中设置的“两位女孩拳击体验比较研究”,巧妙地呈现了性别气质的多元可能。与上面提及的S不同,L在拳击这项被公认为“男性的运动”中感到格外自如。L喜欢拳击运动中击打的快感与节奏,并意识到,拳击不仅使她的健康与身材受益,实战中直面对手更是造就了她强健的心理素质。多数一起练拳的会员认为女孩不适合对抗性的竞技,练练动作、打打沙包减肥就够了,L也曾为此感到困惑,但最终选择遵从内心,坚持实战,在享受拳击趣味的同时,寻求技术上的突破。

都市健身房之外,农村女性的身体实践同样反映着对自我形象的重写。正如作者所说,在农村地区的经济水平和生活方式都今非昔比之时,公众脑海里的农村女性形象却停留在文化程度低、健康管理意识差的陈旧印象中。而从农村女性木木的讲述中,我们能看到她遵循着家庭对女性的角色要求,但也树立起了相当独立的健康观与生活观。她热爱跳舞,从农村到县城务工,

一方能够起舞的广场便是她生活里的“理想国”。木木认为跳舞是适合自己,且“比较好的进行全身运动的方法”。更重要的是,在艰难的打拼中,跳舞让她“感觉生活更有意义了,就像找到了可以呼吸的地方。”

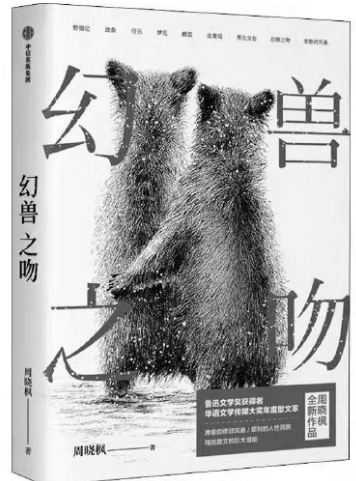
再造社会空间:从自我赋能到影响他人

运动不只是个体赋能的过程,也是社会互动的重要场域。《凡身之造》带给我们的惊喜,除了女性越来越清醒的身体自觉与主体意识,还有她们通过健身构筑起的社会网络。大多数的口述者都谈到,健身的积极能量在她们与家人、社区互动的过程中得以传递,从而塑造出更加包容、有活力的社会空间。

64岁的王老师年轻时曾是部队文工团的舞蹈演员,健身运动的集体内涵对她来说不言而喻。组建退休老年人的“红珊瑚”舞队是她丰富退休生活、保持身体健康的需要,但她义务为大家编舞、指导排练、组织演出,甚至为本没有太多活动空间的舞蹈队争取到了专门的舞蹈教室。在她的带领下,这支社区舞队多次在广州市的舞蹈比赛中获奖,还走上了国际交流的舞台。王老师的自述丝毫看不到老年生活的消沉无聊,她坚信年龄洗不去“芳华”,认为老年人不应当停止对梦想与新事物的追求。这些观念同舞蹈知识一道,融入了队员们的生活中,使她们成为一起出游、互帮互助、探索新知的退休生活共同体。

两个孩子的妈妈小萍则将健身从一个人的努力变成了一家人的氛围。她在生育二孩后通过运动进行产后恢复,从身体上重拾“原来的自己”。在面临照顾孩子、重返事业和健身运动的冲突时,她积极争取家人的支持,找到平衡点,并潜移默化地影响着丈夫与孩子的运动态度。

诚如作者所言,“新时期有主见的女性,能够主动改变自己在家庭中的不利地位,把休闲生活按照自己的意愿去安排,甚至也能在家庭中起到引领作用。”女性不再是被动等待解放的弱者,而是亲手去营造性别友好的生活世界。



在《幻兽之吻》中,周晓枫以自己与动物接触的亲身经历为例,书写了其于动物交往过程中或欣喜、或震撼、或颓靡的真实状态。书中许多描写不仅显示了生灵蕴藏的某种悸动的、令人震颤的生命能量,也透露出周晓枫继续深入挖掘人与动物之间复杂关系的创作理念。

■ 易彦妮

在新作散文集《幻兽之吻》中,周晓枫的动物题材类散文一改此前以新奇比喻建立人类与动物互动关系的笔法,以自己与动物接触的亲身经历为例,书写了其于动物交往过程中或欣喜、或震撼、或颓靡的真实状态。当叙述者“我”从昔日的旁观者转变为与动物群体发生情感纠缠的当事人,这种变化首先在惊心动魄的场景中得以体现——无论是《幻兽之吻》结尾处穿行于暗夜丛林里的驼鹿幻影,还是《血童话》那只不断向“我”靠近的、优雅嗜血的白天鹅,它们所描摹的人类即将触碰真实动物肉身的悬而未决的瞬间,不仅显示了生灵蕴藏的某种悸动的、令人震颤的生命能量,也透露出周晓枫继续深入挖掘人与动物之间复杂关系的创作理念。

省察人类饲养动物的深层心理

在涉及动物题材类的散文篇目中,周晓枫生趣盎然地勾勒了“我”与野猫群、土拨鼠、长臂猿等动物之间建立和睦关系的历程。其中,伴随着“我”与动物间交往的亲密度日益深入,周晓枫以悉心喂养者的视角省察人类深层心理的笔法令人印象深刻。

《野猫记》不仅灵动地描绘了海盗、警长、大花生、斗斗和梦露等流浪猫群迥异的外貌与性情特质,使爱憎分明的野猫群像跃然纸上,更通过捕捉人类与猫科动物相似的性格特征、迥异的外形特征之间的感官张力,微妙地刺破了人类养猫的潜在虚荣心、征服感与彼此需要的依赖感。在《男左女右》中,周晓枫以亲身饲养萌宠土拨鼠的经历为反思契机,惊讶地发现作为土拨鼠左左、右右的家长,“我”竟然一直以爱的名义展开对它们身体的严厉规划,由此发出“有多少控制是以爱的名义进行”的犀利质问。《幻兽之吻》一篇以记录人兽交往的多则具体生活情境展开,敏锐地揭露了人兽交往的暧昧状态以及人类徘徊于世俗欲望、生态道德之间的困境:由于熟知人类社会的权力依附之技,羞涩的长臂猿习惯性地在他人生前隐藏着灵活矫健的一面;当餐盘上被煮熟的刺豚成为脍炙人口的美味佳肴,“我”却不忍直视其无辜的眼睛;时刻面对着被屠宰命运的牦牛,它的养育之恩与杀戮之仇都指向了熟悉的主人……

作为被卷入人类与动物利益博弈风暴的当事者,周晓枫置身于生与死、爱与恨、暴力与温顺、亲昵与憎恶等极端情感体验的两端,见证着生灵以破损肉身展开绝望挣扎的场景。伴随着幽怯、惊愕、愧疚等情绪的涌动,周晓枫的语言风格也逐渐由昔日的繁复修饰沉淀为喑哑的粗颗粒质地,显示出既酷烈又温柔的独特悸动。

人与动物之间艰难和解的微弱希望

茨维塔耶娃在诗篇《生活》中写道:“生活:刀尖,爱人在上面/跳舞。——她等待刀尖已经太久!”周晓枫的散文似乎永远等待着想象中的刀尖。那是写作者翩飞自如的文字舞台,通过对痛楚、辛酸的生活经验的反刍,重新抵达对百态世情的观察、理解与思索。

在散文集《幻兽之吻》的其他篇目中,周晓枫采用了别具匠心的万花筒式结构,在文本层层递进的行文节奏中窥探世界绚烂、斑驳的面向。《池鱼》藉由时划/周/年的时间单位,分别记录了从夜捕池鱼、杀鱼练习到赞美诗的三重奏,揭露着人类对待作为重要食物来源之一的鱼群的隐秘心思……

或许,问题在于,作为残暴的“刽子手”,人类对动物悲剧展开的抒情是否可能?当人类背负着对动物群体的背叛、暗算、杀戮等痛苦经验而继续生活,并努力陷入失语困境的动物群体发声,这是否昭示着人与动物之间艰难和解的微弱希望?

《池鱼》一篇中,周晓枫对这个沉重的问题提供了某种积极的回应——从分秒必争到日渐松弛的年轮生长,当文本内在的紧张感逐渐消散,周晓枫察觉到人类在捕猎、杀戮与诗意修辞之间的深刻裂隙,从而揭露了人类无意识的罪恶与悲悯情怀重叠的阴影地带。在赞美诗部分,周晓枫精心摘录的关于鱼群的抒情段落诚恳、及物,其凄楚情绪的递进如同枯萎躯干逐渐被血肉灌注的生长历程,分明让读者感受到抒情者情感的结实感与生长性。

或许,正是肉身破损的生灵所共享的有情灵魂,以惊人穿透力打破了根深蒂固的成见,不断唤醒着作为动物爱好者的“我”的抒情冲动。于是,在不断突破自我的写作之旅中,周晓枫审视自我的冷峻态度,企图对抗弱肉强食的丛林法则与人伦道德之问难以两全的悖论。

《幻兽之吻》:见证破损生灵的有情灵魂

山内麻里子:讲述女性如何“活得像自己”

阅读提示

七夕渐近,不少女性又将面临被催婚的窘迫。每当这时,许多人原本对单身状态习以为常的这份平静,不可避免地被搅扰……日本人气作家山内麻里子,近些年热衷于鲜活描绘女性生存现状。她将女性被催婚的纠结小情绪,淋漓尽致地书写在《东京贵族女子》和《没有男朋友又怎样》两部小说中。以爽利明亮的故事,山内麻里子抚慰了无数女性朋友的内心。

■ 俞珺

七夕渐近,眼看身边同龄朋友挨个步入婚姻,自己却还未等来良人。父母不时问起,身边就没个合适的人吗?每当这种时候,原本对恋人缺席状态习以为常的这份平静,不可避免地被搅扰……日本人气作家山内麻里子,近些年热衷于鲜活描绘女性生存现状。她将女性被催婚的纠结小情绪,淋漓尽致地书写在《东京贵族女子》和《没有男朋友又怎样》两部小说中。以爽利明亮的故事,山内麻里子抚慰了无数女性朋友的内心。这两部作品的中文简体版,已由世纪文景陆续引进。

她们各自完成蜕变

贵族千金华子,出生于名门望族,在家人朋友的呵护下长大,却在26岁时被恋人抛弃,人生第一次遭受打击。看着周围同期贵族女子学校时期的同学一个个步入幸福的婚姻殿堂,华子内心十分焦急,疯狂相亲却屡屡失败之后,终于遇到一位同属贵族阶层的黄金单身汉。从小被教育过上体面和传统生活的她,渴望牢牢抓住这个王子,却惊讶地发现另一名女子美纪的存在。生长于小地方的美纪,中学时代拼命学习考上日本名校庆应大学,只身来到东京。出身、阶层、境遇完全不同,本不会相遇的两个女子,却因同一个男人,产生交集……

在《东京贵族女子》里,山内麻里子以“上流社会”为舞台呈现了一段不落俗套的“三角关系”。一个是遵循传统,渴望婚姻、积极相亲的温室花朵;一个是靠自己力量打拼、渴望融入上流社会的地方女子。两个女子虽性格天差地别,却同样在追求幸福的道路上跌跌撞撞。而庆幸的是,最终她们都各自完成蜕变,选择了让自己活得痛快的生活方式,从此打开意想不到的美丽新世界。

小说一出版即获得日本著名女作家林真理子的称赞:“虽然起跑线不同,但不论是东京千金还是地方女子,她们所追求的都只是活得像自己。”主人公“奔三女”华子的困惑与努力,也让许多读者产生共鸣,“一开场就是修罗场,吃饭被催婚,真实……”这部小说值得推荐给所有因结婚问题而内心焦虑的女性。

消失的女人不再哭泣

《没有男朋友又怎样》的主人公安春子,是一个住在郊区的普通上班族。她是一家小公司勤勤恳恳地工作,却因单身等问题被说三道四,忍受“被冒犯”的日常;“奔三”的她,还在老家与父母、外婆同住,既没有对象又没有体面的工作,在家中总是抬不起头。有没有男朋友,结不结婚真的那么重要吗?春子也说不清自己究竟在抗拒什么,要成为一个世人眼中“普通的女人”好难。“难,且无趣。世上怎

品鉴坊



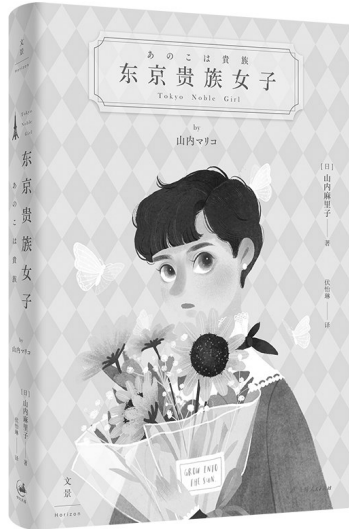
会有如此无聊之事?但……我自己呢?想成为一个怎样的人?我是想成为一个怎样的大人来着?”她也会追问自己,却始终找不到答案。

直到再次遇见曾经喜欢的男生,生活看似有了转机。就在她以为一切正在步上“正轨”时,现实却无情地予以重击。男朋友的背叛令她伤心难过,她渴望一场痛快的逃离,摆脱所有人打量的眼光,离开被他人预设的轨迹。心如死灰的她,突然消失了踪迹……然而,这一次,消失的女人不再哭泣。

当代年轻人大多经历过父母亲戚的花式催婚——“女儿,你看天上那朵云,像不像你男朋友?”“天气好冷,你一个人睡更冷。”……山内麻里子却力图用作品告诉大家:恋爱不是必需品!以轻松戏谑的笔触,《没有男朋友又怎样》讲述了女性怎样重新审视自我并完成自我救赎。

这部作品有一种柔软的女性力量。爱自己,这种思考本身就很棒。有读者评论说:“女性有过太多悲惨的命运,但在山内麻里子笔下,女性不再是受害者……不流血的‘复仇’,只为独立与自由。”

山内麻里子本人也是一位崇尚独立与自由的女性,1980年出生于日本富山县。大阪艺术大学电影系毕业后,在京



都成为自由撰稿人,之后怀揣作家梦到东京发展。2012年,以短篇小说集《这里好无聊,快来找我》正式出道,成为炙手可热的人气作者。借由山内麻里子的小说,笔者愿所有单身女达人都能理直气壮地宣告——没有男朋友又怎样!