

新书馆

编者按

随着女性意识的觉醒与提升,女性的“容貌焦虑”和“身材焦虑”引发了更多人的关注与讨论。精灵耳、漫画腰、筷子腿……美的标准总被定义,时常“出新”,不变的却是对女性容貌与身材的束缚与桎梏。许多人认为追求美是个人的权利,无可厚非,但前提是这种美不是为了满足他人的凝视,得到他人的肯定和赞赏。本期《新阅读》推出相关专题,探寻美背后的种种真相,以及它是如何被各方力量所建构。进而让我们认识美的多样性,不让他人来定义美,学着去接纳自己容貌与身体的不完美,发现每个人独特的美。

“美”的真正内涵与重塑过程

——评《美妆的凝视：如何改造身体与构建美丽》



张馨予

你是否有过如下疑惑：我是不是不够美？人们为什么既想整容又排斥整容？甚或是，到底什么是美？当你的脸孔与身材被凝视、测量、评判，你是否感受到一种被他者介入的、来自内心的不愉快？伯娜德·维根斯坦在《美妆的凝视：如何改造身体与构建美丽》（中国工人出版社2021年1月版）一书中详细追溯了“美”“美妆”“整容”等一系列词汇及概念的来源与发展，解答了上述疑惑产生的原因，分析了面孔如何作为凝视的媒介，与社会、历史、文化、艺术等多个领域发生多维联系。“人生而自由，却无处不在枷锁之中”，本书翻译张小平在译序《透过“美”在世间命名的样子》中用这句话简要概括了此书所揭示的重要哲理。而我们对美的认知与追求亦如此。

美的身体与善的期待

“东施效颦”的成语故事教育人们不要盲目地模仿他人。东施相貌丑陋，却羡慕西施人人夸赞的美貌，于是她模仿西施皱眉、捂胸的动作，却因此更加丑陋，甚至引得“其里之富人见之，坚闭门而不出；贫人见之，絜妻子而去之走”。东施只是想变美，却像“怪物”一样吓退凝视她的人，她的错误的只在于拙劣模仿吗？

其实，西施之所以能成为流芳千古的中国古代四大美人之一，并非因为长得沉鱼落雁，而是因为越王勾践在对吴国战争失利后，采纳文种“伐吴九术”之四“遗美女以惑其心，而乱其谋”的策略，将西施献于吴王，使吴王沉溺美色、荒于国政而致

人们为什么既想整容又排斥整容？到底什么是美？当自己脸孔与身材被凝视、测量、评判，我们是否感受到一种被他者介入的、来自内心的不愉快？伯娜德·维根斯坦在《美妆的凝视：如何改造身体与构建美丽》一书中详细追溯了“美”“美妆”“整容”等一系列词汇及概念的来源与发展，解答了上述疑惑产生的原因，分析了面孔如何作为凝视的媒介，与社会、历史、文化、艺术等多个领域发生多维联系。

灭国。西施的“美”能流传至今，在于这“美”中包含勇、谋、国恨家仇以及牺牲自我成就大义的崇高品格，这并非皮相的漂亮，而是饱含人性的美德的期许。由此看来，东施恐怕并非单纯因“模仿”这一动作而被厌弃，而是因为弄不清“美”的真正内涵。

为了理清“美”的内涵，维根斯坦回溯古希腊柏拉图的时代，发现在先哲的观念中，“美”与“善”彼此不分家，面孔被看作能让灵魂“展示”其本身并且得到阐释的最具特征的地方，因而相面术成为一种希望在皮肤之下寻求内在性解释的美好愿望。与柏拉图同时代的色诺芬甚至将“美与善”当作苏格拉底教育中的主要科目之一。

无独有偶，在中国传统文化中，也存在这种将“美”与“善”联系在一起的情况。《孟子·尽心章》中说：“可欲之谓善，有诸己之谓信。充实之谓美，充实而有光辉之谓大，大而化之之谓圣，圣而不可知之之谓神。”对儒家而言，从“善”到“信”“美”“大”“圣”“神”，是一个由低到高的递进关系。“善”是做人的基本要求，而“美”则是更高层次的精神追求。因而中国传统文化中也出现了“相面”一类的技法。除了从人的面相观测其命运外，相面还有一个重要的功能就是断言一个人的内在品格，如“薄唇寡性”“奸滑之相”等。一些经典文学作品经常通过描绘外貌来奠定人物的性格，如《红楼梦》中，王熙凤首次登场时“一双丹凤三角眼”的描述直接道出其刁蛮泼辣的性格，而风神俊秀、芝兰玉树等美好的词汇从未被用于描述恶人。

与中国不同的是，西方的相面术到后期在进化论、摄影技术的推动下演化为颅相学、优生学，并最终为纳粹、种族主义提供了相当有力的理论支撑，让人们在对美与善的追求转化为一种疯狂的执念。当然，最终的结果是引发“恶”。这种“恶”所带来的抵抗催生出了美的阴暗面，从超现实主义到达达主义都构建出一种“痉挛”的美。维根斯坦将这种痉挛美与整形手术相联系，并以迈克尔·杰克逊为例，阐述了迈克尔在不断整形的过程中对自我、本我的抛弃。维根斯坦推论，整容美的伦理学卷入内外分明的坍塌——外在的美代表肉体的善，人们为了追求善而雕琢美，整形技术实现了对外在的干预，从而使外在无法再显

示内在。这种技术控制身体而形成的逻辑闭环，使古希腊“美与善”观念从此被重写。

美的两套系统

更深一步探究，我们就能发现一个有趣的问题，审视那些无论源自西方还是中国古代的哲学思考，“美”很少用来形容女性。在古希腊，只有男性公民能够通过克制欲望、接近智慧而达到“美”，女性的美则是“地狱”，是诱惑的罪恶，这种罪恶只有通过“母性”的彰显才能被削弱。这种厌女状况在中国古代早期要微弱一些，不过“美”的描述仍多集中在男性身上，如屈原“香草美人”的说法，用以象征忠君爱国的高洁品德，而形容普通女性的“美”更多是用花草、自然景观进行比拟，其意涵更多偏指肤浅的漂亮皮相。

可以说，无论东西，性别差异都塑造了两套完全不同的“美”的系统，男性的美代表善、德，而女性的美则肤浅、甚至有可能是为了掩盖罪恶。这让人不由得想到亚当夏娃的故事，毒蛇引诱夏娃引诱人吃下果子，导致人类被驱逐出伊甸园，走向地狱。这种性别差异导致的“美”的两套评价体系，形成了一种男性对女性的凝视。

在本书的三、四两章，作者抽象地在整容、人工缝合、肢解等概念之间建立联系，认为这种对女性身体的人工干预以及暴力美学与古希腊的厌女传统之间有着深层的关联。现代整容文化将男性对女性的凝视转换为所有“他者”对女性的凝视，即“美妆的凝视”，而整形过程中，女性不断凝视自己改变中的身体，成为凝视身体的那个“他者”，作者称这为“他者”的消失，最终导致了凝视的内化，成为女性自我投射的变化和改良的欲望。女性在整形过程中并不认为自己在改变“自我”，而是认为自己在根据自己灵魂的样貌恢复“本我”“真我”。

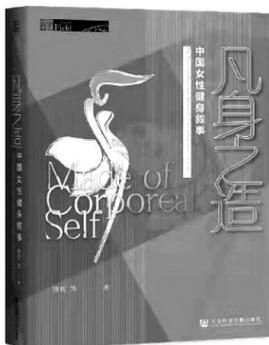
问题在于，整形带来的改良是永无止境的，被改造出来的那个外在的身体对整形的主体来说可能既非过去的自我，亦非将来的自我，而对于“他者”，外在与内里又是否能泾渭分明？这种似我非我、似她非她的模棱两可之“物”，很有可能就是造成很多现代人既有整容的欲望，又隐约排斥整容的原因吧。

阅读选

《凡身之造：中国女性健身叙事》

熊欢等 著
社会科学文献出版社2021年6月版

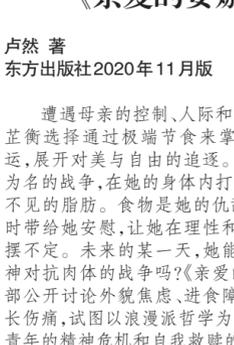
本书讲述了十二位中国女性的健身故事，在“自我、身体与运动”“生活、身体与运动”和“孕育、身体与运动”三个主题下，从女性视角、微观的社会互动、个体的生活经历和主观感受层面，描绘了女性真实、鲜活的健身图景，讨论了节食、减肥、身材管理、孕期保健、产后恢复、广场舞、健身社交、身体刻板印象等热议话题，挖掘了健身文化对女性个体生活规划、自我认同和文化审美的影响，反映了当今我国女性身体与生活的价值观以及与之相关的社会生成。



《亲爱的安娜》

卢然 著
东方出版社2020年11月版

遭遇母亲的控制、人际和升学压力，陶芷衡选择通过极端节食来掌控自己的命运，展开对美与自由的追逐。一场以“瘦”为名的战争，在她的身体内打响，对手是看不见的脂肪。食物是她的仇敌，却在暴食时带给她安慰，让她在理性和偏执之间摇摆不定。未来的某一天，她能赢得这场精神对抗肉体的战争吗？《亲爱的安娜》是一部公开讨论外貌焦虑、进食障碍和女性成长伤痛，试图以浪漫派哲学为引，探讨当代青年的精神危机和自我救赎的心理小说。



《时尚与恋物主义：紧身褙、束腰术及其他形体塑造法》

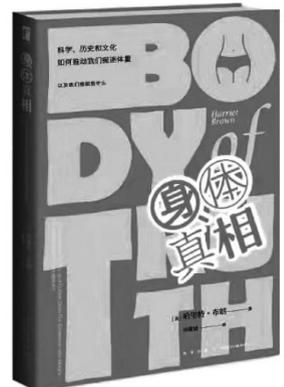
[美]戴维·孔兹 著
生活·读书·新知三联书店2018年1月版

时尚的发展与“性感”之间有怎样的默契？紧身衣、缠足和高跟鞋等，反映了人类在不同历史时期对性感的理解和自我表现。美国艺术史学家戴维·孔兹在这本书中专门探讨了人类用紧身束腰等方式人为地塑造身体，以达到“理想”状态这一社会现象的演变，从社会、文化、性和人类学等角度分析其意义。这部别样的“社会史”对人类为肯定自己的人性而采取的各种自相矛盾的行为进行探究，也描述了古往今来的女性因形体塑造遭遇了怎样的偏见，形体塑造又是怎样帮她们抗拒这些偏见的。（言浅 整理）



品鉴坊

《身体真相：科学、历史和文化如何推动我们痴迷体重》关注到当下媒体文化中流行的一类身体话语——“减肥”，尝试揭露“减肥”背后的种种真相。经由这些“真相”，我们再次发现身体是科学、历史、文化等多种力量共同建构的产物，同时也是多种力量竞争的重要场所。



章梅芳

人的身体形象与其角色身份、社会地位密切相关，彰显社会身份，首先必须打造合适恰当的身体形象。经由对身体的装扮、修饰和规训，可以帮助人们实现对特定社会身份的认同，表达人们对特定社会规范的认识和运用。对于女性而言，身体曾在历史上一再成为性别抗争的重要场所，女性解放往往伴随着身体解放或以身体解放为重要表征。所谓“我们的身体，我们自己”，表达的正是这样一种基本主张。也为此，“身体”一直是女性主义学术持续关心的主题。美国诗人及新闻学副教授哈里特·布朗的著作《身体真相：科学、历史和文化如何推动我们痴迷体重》（新星出版社2020年2月版）关注到当下媒体文化中流行的一类身体话语——“减肥”，不过该书并没有特别地运用女性主义视角分析“减肥”与性别议题的关联，而是尝试揭露“减肥”背后的种种真相。经由这些“真相”，我们再次发现身体是科学、历史、文化等多种力量共同建构的产物，同时也是多种力量竞争的重要场所。

减肥话语的流行

今天，当你走在城市的大街小巷，在地铁、公交、商场等公共场所，你总可以看到各色广告里光鲜亮丽的明星。男明星的身体形象或倾向于健硕，或许也有秀美的，但胖头胖脸的少之甚少；女明星的身体形象一定是纤细柔美的，偶尔会有英气逼人的，但也一定不会是胖的，当然个别明星除外。即使不出门，网络上的各类影视剧、短视频、公众号总时不时地蹦出“减肥”的字样，其中肥宅的搞笑与无奈，以及减肥后的放飞自我和身轻如燕，很容易让青少年和中年大妈陷入“要不要减肥”的挣扎，对别人的羡慕嫉妒恨夹杂着对自己的谴责，可谓五味杂陈。当然，就算不上网，也一定会在茶余饭后的闲谈里碰到“减肥”的话题。可以说，减肥话语与减肥文化无处不在，如影随形。

减肥话语的广泛流行，反映了社会的身体焦虑，尤其是女性的身体焦虑。对体重的过分关注，是一种强迫性的社会行为。它迫使大家朝着某个共同的样板去努力，这个样板从审美、健康和品性上都是完美的，是这个时代最好的身体形象。然而，人们很容易忘记，完美身体的标准在历史上是不断变化发展的。在不同的历史时期，身体美的标准是不同的。无论是为悦己者容，还是为悦容者，标准都是当时当地的。

“肥胖”与“不健康”“不自律”的等式

如果说审美是一个历史、文化范畴，健康的标准似乎被认为是不变的，并有科学尤其是现代医学的强力证据作为支撑。因此，当肥胖和不健康被画上了等号，人们就很容易忘记完美的身体可以有不同标准，是因时因地而变化的。原因在于，健康被认为有科学的判断标准，有明确的量化指标。广为人知的BMI指数虽然是相对较晚才出现的标准，但现在已然被减肥人群奉为圭臬，成为“科学”标准。

但是，布朗告诉我们，真相并非如此。她揭露了关于体重和健康的肥胖谎言，告诉读者BMI指数计算和统计学的缺陷，人们并没有变得越来越胖，肥胖与疾病之间并非科学家所宣称的那般密切相关，减肥也不会使人们变得更瘦、更健康等。这些“真相”应该是切中要害的，“肥胖”的医疗化在某种程度上是身体医疗化的一个组成部分，只不过它更加鲜明地反映了制药公司、医疗器械制造商、减肥外科手术、减肥科研项目之间的共同协作和牟利机制。用作者的话说，几乎所有肥胖研究人员都从这个行业中拿钱。换句话说，身体成为了消费社会的重要商品之一。从这个意义上看，现代医学积极参与建构了关于减肥的虚假神话，并以其科学客观性的面貌尤其强化了女性纤瘦的审美偏好。

更麻烦的是，在当下的流行话语中，肥胖的人不仅意味着身体不健康，罹患各种疾病的风险比一般人高，同时也被认为是“不自律”或“懒惰”之人。这使得偏离BMI指数的超重者甚至肥胖人群的身体困境日益凸显，他们常常要面临自我的道德谴责。乃至，在关于减肥的聊天中，若不要自己的身体肥胖，似乎是不太合时宜的。这使得减肥之风更甚，最终的结果使得越来越多的人对自己的身体管理更为严苛，节食甚至抽脂、胃切除开始变得普遍。

倡导健康、审美与身体的多样性

当审美文化、健康科学和道德话语在减肥的身体上达成了某种统一意见，对身体的焦虑甚至自我厌弃就变得更加突出，减肥作为一种社会和文化现象也势必更为普遍。布朗揭示了减肥的负面影响，曝光了与减肥有关的医学和健康的种种谎言，值得人们去重视。也为此，问题的解决办法远远不是指导人们应该如何去饮食，如何去锻炼，如何去防止体重反弹，因为如此还是没有打破关于身体、健康和美的单一理解。其结果是，自以为做了正确的选择，对自己的身体实现了自主，甚至认为通过手术获得了美进而实现了个人目标是一种进步，然而所有这些行为却是在不知不觉中被现实的减肥话语裹挟着前行。

为此，真正要解决的问题是解构关于肥胖和不健康、不自律之间的绝对等式，认识到健康和审美具有多样性和历史性，认识到美的身体标准并不唯一。只有解构这些等式，才可能真正实现萝卜白菜，各有所爱。无论胖瘦，人们都可以和自己的身体和解。对于女性而言，只有如此，才能真正让身体呈现生机，实现“我的身体我做主”。

（作者为北京科技大学教授）

《身体真相》：拨开「减肥」话语的重重迷雾