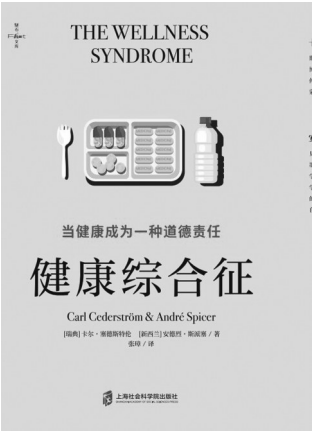


我
思
我
在



上海社会科学院出版社
派塞著 张璋译
「瑞典」卡尔·塞德斯特伦「新西兰」安德烈·斯派塞
《健康综合征》

不想被健康“规训”

□思郁

人到中年之后,我才意识到健康有多么重要。人在年轻的时候,几乎不会意识到身体有问题,觉得身体的每个器官都十分健康、高效。但是人到中年后,身体发福,开始变得油腻,逐渐觉得自己“面目可憎”,有时候我甚至怀疑自己从内到外都慢慢在腐烂。经历过几次健康预警之后,我开始意识到,健康并不是天生的,是需要后天习得。身体也需进行自我的规训,于是,我开始运动,花费了几年的时间。现如今,我依然保持这种习惯,摄入健康的饮食,每天花费两个多小时去健身房,风雨无阻。健康成了我个人生活首要追求的目标。

所以,当我最初读到《健康综合征》开篇时,我内心是抗拒的。本书的主要观点是:健康正逐步钻进我们生活中的方方面面,健康生活变成了主流,健康支配了我们学习、工作和生活方式等等。我们要警惕健康正逐渐占领或者蚕食我们的生活。

当我看到这个观点的时候,我还充满了狐疑,健康的生活有什么不对?但是只有在读完这本书之后,两位作者卡尔·塞德斯特伦和安德烈·斯派塞才逐渐说服了我,也不能算百分之百地说服,至少让我放下了戒心,接受他们的论证,即健康变成了主流的生活方式,主导我们生活和工作的时候,这种排他性和独异性,会导致一种健康综合症的发生,会导致人们焦虑、自责和内疚症状的产生,还会导致对身体的过度关注和痴迷。按照本书的论述,健康综合征“建立在一项对人的假设上,即个人应是自主的、有力量的、意志坚定的,并坚持不懈地努力提升自己”,如果你做不到对自己的规训,很显然就是你自己原因,你的意志力薄弱,无法抵挡外界的任何诱惑,无法掌控自己的人生,你就是个失败者。你无法将你个人的失败归咎外界的原因,你只能怪罪自己不努力。这些话语如此熟悉,以至于我们意识到,健康已经跟绩效社会对个体的规训联系在了一起。

我至今不认为追求健康是一种错误,但前提是允许别人追求和你不一样的生活。比如,我喜欢每天去健身房锻炼,追求身体的线条、腹肌和肌肉,并不能因为这种追求就看不起其他不去健身的人。实际上,对一个每天朝九晚五,还要加班的打工仔,下班之后还要去健身太难了。我们个人时间已经被工作占据了大部分,剩余的时间还要分给家庭、孩子和微量的社交,留给身体的少之又少。肥胖已经成为了一种社会的原罪,想想我们对肥胖如此恐惧,不单单是因为健康,而是因为你把社会的规训投射到了肥胖人群身上,认为他们不节制、没有意志力,是个人生的失败者,只能沦为无助的底层人。

书中还提到更惊心动魄的案例,现在很多大公司利用健康的名义来为打工仔洗脑。比如很多公司给打工仔提供健身的空间、健康的饮食,以及企业文化都以健康的名义留住打工仔,让他延长在公司的时间,以此来提高工作效率。用两位作者的话总结就是,工作伦理已经被锻炼伦理取代了。

所以,归根结底,当把健康作为一种主流观点进行鼓吹和宣传的时候,我们的人生选项就变得所剩无几。如果你不选择健康,你就会受到各种歧视,你会被认为对自己的身体和人生不负责任,你没有意志力,你是个失败者,你对人生没有规划,等等。好像我们的人生除了健康的追求没有其他选项,这个是很可怕的。我们的人生有积极的时刻,但是也有消极的时刻,有成功的时刻,也有想放弃的时刻。成功与失败都是我们人生不可避免的一部分。作为人类,我们不想被任何东西所规训,健康也好,肥胖也好,我们有吃垃圾食品的权利,也有节食的权利,没有任何他者,无论是公司,还是个人可以给我们规定人生应该怎么过,给我们指引出一个前进的方向。我们宁愿选择人生无数的岔道,哪怕这些岔道意味着失败和痛苦,正如书中所言,人生中很多重要的事情有价值,就在于它们会带来不可避免的失败和痛苦。在人生中,哪怕是痛苦也有它存在的价值。



一曲微茫度此生

□陆远

2015年6月18日,102岁的张充和在美国逝世。再过几天,就是她10周年的忌日。

自从2004年最后一次回苏州小住之后,年高体弱的张充和再也没有踏上过祖国的土地。在生命最后十年里,她孤身独居康涅狄格州诺斯黑文的老宅,尽管身体日渐衰老,但知名度和影响力却日益增长。她的文字和书画作品在中国纷纷被整理出来,一版再版;她的传奇故事被越来越多的中国人争相言说。可以想象,当21世纪的现代人知道大洋彼岸还生活着这样一位才女时,会是怎样的一种惊奇和讶异。张充和去世后,媒体报道多爱从那些最吸引读者眼球的视角入手,比如介绍她出身“合肥旧式显族,名声煊赫,鼎盛时期堪与根基同在合肥的李鸿章家族并论”,她的曾祖父是“淮军主将、封疆大吏”,她的父亲是“民国著名教育家”,姐夫是周有光和沈从文。再比如介绍她是著名的“合肥张家四姐妹”之一,并且援引叶圣陶的话“九如巷的张家四个才女,谁娶了她们都会幸福一辈子”,称道她们“样貌秀丽,颇有才情,在文苑称艳一时”。至于张充和本人的经历与面目,反倒在必极衰荣的赞誉中渐渐模糊。从那以后,又过去了十年,即便在当下,想要剥去种种脸谱化的标签,回答“张充和是谁”这样的问题,依旧不容易。

98岁那年,张充和对来访的诗人郑愁予说,“从十六岁起,我就是一个人了(那一年,从小抚养她长大的叔祖母去世),我什么事都经过,抗战啊,什么困难啊,什么日子我都能过。我不大在乎。”这种宠辱不惊、“十分冷淡”的气质,也给后人了解她的心路历程,走进她的精神世界带来不小的困难。作家王道长居苏州,多年关注张氏家族,与张充和五弟张寰和先生(苏州九如巷张家旧宅最后的守井人)有长期总年的交谊,进而得以亲近张家亲友,阅读和整理大量不曾发表的书信、日记和诗文。他撰写的《一生无和》,不仅细腻、生动地书写了张充和的一生,也以她的家族为样本展示了一个文化世家在巨大历史变革中的依依聚散,升沉宠辱、欢笑悲伤和背后的精神坚守。

张充和生长在钟鸣鼎食的显宦世家,却并没有成长为传统意义上的“闺秀”,这种亦新亦旧的文化气质伴随她漫长的一生,也是中国文化在20世纪曲折历程具体而微的表现。尽管从小锦衣玉食,备受宠溺,张充和自幼的精神底色却是孤独。出生后不久,她就被寡居的叔祖母收养,8岁那年,生母去世,在此以前她甚至并不明白自己还有一个母亲。髫龄之年,张充和就开始接受古典教育,当三个随父母长大的姐姐已经接触数学、英文、政治等现代课程,开始读白话文和胡适之的时候,张充和每日的功课还是推敲音律,给古文断句、临摹各种古老碑帖和吹箫。二十多岁时,张充和自述“要回到更旧的世界里去”,在线装书、荒废的池阁和断碣残碑中找朋友,而且一旦决定了,就是一辈子的事。张充和一生有三分之二的时间生活在海外,却终身乡音不改,以传播中国传统文化为毕生志业,正是早年那种看似不合时宜的“旧教育”给了这位弱女子巨大的精神力量(其实也强健了充和体魄——细心的沈从文就曾发现,从小悬腕习字的四妹,体力比三个姐姐都强)。另一方面,因为思想开明的父亲的支持,张充和与姐姐们一样,都是那个时代最“新潮”的年轻女性。从大学到婚姻,她们自由地选择人生道路,并勇敢地为自己的选择负责。从传统眼光看,三个姐姐的婚姻都不十分“门当户对”,张充和更是嫁给了一个洋人,但四段婚姻,都经受住了时间和时代的考验,成就了不可多得的佳话。

最动人的一面,也许体现在张充和与两个下人过从的细节中。一个佣人的儿子是她童年为数不多的亲密玩伴之一。十年后男孩长大,再见张家小姐,却只知道磕头作揖,这是又一个闰土式的故事,让张充和怅惘终身。又过了20年,沧桑巨变。张充和随新婚的丈夫、美国人傅汉思,收拾了最重要的字画藏品,匆匆撤离北平。同行的还有保姆小佟奶奶。到了机场,逃难的人已经乱成一团。机长对年轻的夫妇说,飞机要坐满了,你们的佣人不能带。张充和动了脾气:小佟奶奶不能带,我就不走了。她对丈夫解释说:小佟奶奶出身很苦,年纪轻轻就在我家里做事,我不能就这样丢下她。如果在字画和小佟奶奶中只能选一个,那我选小佟奶奶。就这样,张充和带走了小佟奶奶,而那些她最珍视的古籍字画,被永远留了下来。很多年以后,张充和回忆起这段往事,脸上还有微笑。那微笑里有一股富贵人家子弟少有的品格:娴静而不守旧,狷介而不孤僻,自尊而不自傲。

远
见
近
拾



于荒诞处见真章

□张无极

李修文的《夜雨寄北》如同一柄锋利的手术刀,剖开当代人精神困境的表皮,在现实与奇幻的交界处缝合出一道光。这部鲁迅文学奖得主的全新中短篇小说集,以《夜雨寄北》《木棉或鲑鱼》《灵骨塔》《记一次春游》四个故事,构建了一个泥沙俱下却又灵性闪烁的文学宇宙。

李修文的叙事魔法,在于将现实的砂砾炼就为奇幻的珍珠。在《夜雨寄北》中,北漂少女与通灵猴子的镜像共生,看似荒诞却直指都市人的精神困境——猴子背诵的《长恨歌》《赤壁赋》,既是传统文化的当代显影,也是漂泊者灵魂的自我对话。这种虚实互嵌的笔法,继承了《聊斋志异》的志怪传统,却注入了现代性的焦虑内核。当猴子对着地铁广告背诵“天生我材必有用”,古典诗句与消费社会的标语形成互文。

《木棉或鲑鱼》将台风命名的气象学规则转化为人性试验场。台风“木棉”与“鲑鱼”的命名博弈,实则是权力、欲望与记忆的角力。李修文以气象灾害为舞台,让主人公在风暴中追溯童年创伤,这种将自然现象心理化的写法,与加缪《鼠疫》中的瘟疫隐喻异曲同工,却更具东方美学的含蓄特质。当台风眼成为记忆的真空地带,读者看到的不仅是自然的暴力,更是人性在极端情境下的裸露与挣扎。

叙事结构上,李修文借鉴了传统说书人的“抖包袱”技巧,却赋予其现代小说的复调特质。《灵骨塔》采用罗生门式叙事,通过不同人物的证词拼贴出真相的碎片,既保留了传统话本的悬念张力,又融入了存在主义的不确定性哲学。这种古今叙事的嫁接,使故事如灵骨塔般层层叠叠,每个转身都能看见新的人性褶皱。

《夜雨寄北》的核心,是对当代人生存困境的温柔凝视。北漂少女在快递公司分拣包裹的日常,被李修文转化为“与时间赛跑的西西弗斯”式寓言——那些永远送不完的快递,象征着现代社会对个体的异化。但李修文拒绝廉价的同情,而是让少女与猴子的“灵魂对话”成为抵抗的武器:当猴子用方言背诵《蜀道难》,语言的诗意成为刺破机械生活的利剑,这种抵抗虽徒劳却悲壮,恰似加缪笔下推石上山的西西弗斯,在荒诞中创造意义。

《记一次春游》则以时间跳跃的笔法,勾勒出主人公从青年到壮年的精神轨迹。春游作为青春的隐喻,在现实的碾压下逐渐褪色,最终成为“向死而生”的仪式。李修文用“荒废的电影小镇”“刻满诗词的废墟”等意象,构建出现代人的“精神废墟”,却在废墟中埋下“诗来见我”的火种——那些被生活捶打的灵魂,最终在诗词的碎片中找到重构自我的力量。这种“在废墟上种植玫瑰”的书写,与沈从文在湘西世界中寄托人性理想异曲同工,却更具都市文明的破碎质感。

《夜雨寄北》的独特性,在于对中国古典文学传统的创造性转化。李修文将《山海经》的奇崛、《聊斋》的灵异、话本小说的市井气熔于一炉,创造出具有现代性的“新志怪”文体。在语言层面,李修文延续了《山河袈裟》的诗化风格,却更具实验性。《夜雨寄北》中“月光像碎银铺满分拣车间”的比喻,将都市空间转化为诗意场域;《灵骨塔》里“暴雨如注,洗净人间因果”的描写,既具古典诗词的凝练,又有现代派文学的意象跳跃。这种语言的张力,使文本在现实主义与超现实主义之间自由穿梭,如同一场文字的“灵骨塔漫游”。李修文用四个故事证明:真正的文学,从来不是对现实的简单复制,而是在现实的裂缝中寻找神性的微光。

李修文的创作突围,在于他打破了“现实”与“奇幻”的二元对立,让两者在文本中相互滋养。这种“寓真实于传奇”的写法,继承了中国文学“形而上者谓之道,形而下者谓之器”的传统智慧,却以现代人的视角重新诠释了“道”与“器”的关系。

在《记一次春游》的结尾,主人公站在荒废的电影小镇,看着褪色的海报感慨:“一切都会归零,但归零之后,或许就是新的开始。”这句话不仅是小说的注脚,更是李修文对文学的期许——在这个充满不确定性的时代,文学应当如夜雨寄北般,在混沌中传递温暖与勇气,让每个困在迷宫中的灵魂,都能在文字里找到突围的路径。而这,正是《夜雨寄北》的终极意义:它不是逃避现实的避风港,而是重新凝视现实的棱镜,让我们在光与影的交织中,看见人性的复杂与伟大,看见荒诞中的诗意,看见困境中的希望。