

三联
耳关

生活周刊

2015.8.24
2015年第34期
www.lifeweek.com.cn

天津滨海火灾爆炸现场报道



田径之美：运动塑造人生
极限与自由

850



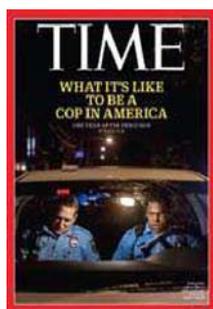
生活·读书·新知 三联书店编辑出版
国内统一刊号：ISSN1005-3603
CN11-3221/C
邮发代号：82-20 定价：¥12元



《明镜》2015.8.17

谷歌时代的人类

也许下个世纪的人类会以一家公司的名字来定义这个时代。这家可能是互联网世界最成功的公司最近还改名重组了，谷歌变成了字母表（Alphabet）。这家公司的任何行动都会引起人们的注意，人们只知道“它”正在来临，但不知道下一步是什么。数码生活不断在重新给出定义。未来要变得智能的不是机器，而是人本身，人必须符合数码时代对“智能”的定义。人要变成更智能的机器，而机器将变成人。



《时代》2015.8.24

美国警察的信任危机

警察从来都是独立的圈子，与外界鲜有交流，不耐烦地认为自己所做的只有另一个警察才能理解。但现在人人都成了专家，旁观者急急忙忙掏出相机，等着事情发生。对于大多数警察来说，这种审视不足以削弱他们，甚至不是新现象。从很多方面看，这不过是警察一直遭遇的问题有所升级。今年6月的盖洛普民调显示，仅有52%的美国人相信警察，这是1993年以来的最低水平。



《新闻周刊》2015.8.21

有毒的时尚

过去20年，美国服装品牌不断将生产线外迁至亚洲。如今纺织业已经仅次于农业，成为净水的第二大污染源，这对亚洲人造成巨大影响。在孟加拉国和柬埔寨等地，受到严重污染的水域附近，维持生命的农田濒临绝收，饮用水已经满是毒素，当地人患上重病的风险极高。这些都是制衣工业活动的后果。而这场环境和卫生灾难的核心原因是南亚和东亚大部分地区普遍监管不严。



《纽约》2015.8.10

复出的小威

塞雷娜·威廉姆斯是世界上最优秀的女子网球运动员，正在轻松地经历她人生中最美妙的阶段。如果她下个月在美国公开赛上夺冠，她将在一年内完成大满贯，巩固她有史以来最伟大女选手的声誉。塞雷娜不仅想设计服装，还想设计婚纱。在她对服装的兴趣方面，跟其他方面一样，她追随了她的姐姐维纳斯，维纳斯鼓励她去上一些大学设计课。如今她们把时尚带回了网球场。



《新科学家》2015.8.21

人类的小失误如何演变成大灾难

人类往往忽视眼前的错误，只要结果仍然是好的，这一现象被称为结果偏见。当出现明显的错误时，人们会注意到。但是当错误不大而且结果仍然很好时，我们会越来越忽视它们。只有在发生巨大灾难时，我们才突然警醒。从进化的角度来说，这是有好处的，能提高士气。如果你认为你很有可能成功，你才更有可能去探索。对付这种偏见的办法是，记录负面的细节，在知道结果之前评估过程。

P32

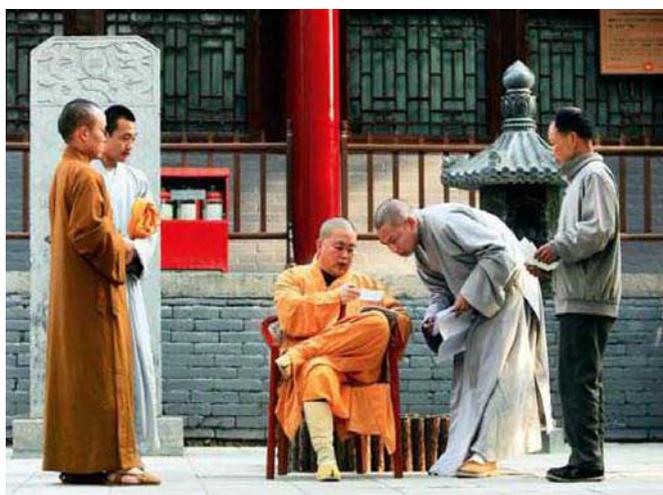
田径之美：运动塑造人生
极限与自由



- 36 田径之美，身体表达
- 42 刘翔，命运之踵
- 50 苏炳添：站上高手的赛道
- 56 张培萌：享受运动的快乐
- 60 李金哲：冠军的“非主流”成长
- 64 张国伟：飞得更高
- 68 超级选手们
- 76 陈盆滨：和你跑完 100 个马拉松
- 82 越野跑起来
- 86 一起跑，在城市奔跑



P94



P102



P126

专题报道

- 90 人民币贬值与未来走势
- 92 不一样的贬值与结局

社会

- 94 热点：天津滨海：爆炸之恸
- 102 调查：释永信“绯闻”，有背景无答案
- 110 调查：甘肃秦人金饰片回归记

经济

- 114 收藏：白瓷
- 118 商业：奥迪中国掌门的临别告白

文化

- 124 话题：那个叫波罗的比利时侦探
- 126 艺术：彭薇：画皮，还是画心？
- 134 电影：如果你突然得癌症了该怎么办
- 136 体育：科比：十年导师，二十年偶像
- 140 设计：房间里的浮云
- 150 思想：语言本能是否存在？

专栏

- 144 苗千：探测中微子
- 146 贝小戎：你正常吗？
- 148 张斌：在白色的画布上任意涂抹
- 149 宋晓军：海军专业人士的视角

- 2 环球要刊速览
- 12 读者来信
- 14 天下
- 20 理财与消费
- 22 好消息·坏消息
- 23 声音
- 24 生活圆桌
- 28 好东西
- 152 个人问题



www.lifeweek.com.cn

主管 / 主办 Published by

主管：中国出版传媒股份有限公司 主办：生活·读书·新知三联书店有限公司 出版：生活·读书·新知三联书店有限公司

总编辑 Publisher

路英勇 Lu Yingyong

副总编辑 Deputy Publisher

常绍民 Chang Shaomin

主编 Editor-in-chief

朱伟 Zhu Wei

执行主编 Executive Editor-in-chief

李鸿谷 Li Honggu

副主编 Deputy Editor-in-chief

舒可文 Shu Kewen 苗炜 Miao Wei 李菁 Li Jing 李伟 Li Wei

主编助理 Associate Editor-in-chief

阎琦 Yan Qi 吴琪 Wu Qi

采编中心 Editorial Center

资深主笔 Senior Editor

邢海洋 Xing Haiyang 王小峰 Wang Xiaofeng 谢九 Xie Jiu

袁越 Yuan Yue 曾焱 Zeng Yan 王恺 Wang Kai 陈晓 Chen Xiao

主笔 Editor

李三 Li San 鲁伊 Lu Yi 钟和晏 Zhong Heyan 王星 Wang Xing

朱步冲 Zhu Buchong 薛巍 Xue Wei 陈赛 Chen Sai

葛维樱 Ge Weiyang 贾冬婷 Jia Dongting 魏一平 Wei Yiping

蒲实 Pu Shi 庄山 Zhuang Shan

主任记者 Senior Reporter

李翊 Li Yi 关海彤 Guan Haitong 李晶晶 Li Jingjing

蔡小川 Cai Xiaochuan 曹玲 Cao Ling 杨璐 Yang Lu 何潇 He Xiao

徐菁菁 Xu Jingjing 黑麦 Hei Mai 陆晶靖 Lu Jingjing 程磊 Cheng Lei

记者 Reporter

李东然 Li Dongran 石鸣 Shi Ming 丘濂 Qiu Lian

吴丽玮 Wu Liwei 俞力莎 Yu Lisha 贾子建 Jia Zijian

邱杨 Qiu Yang 付晓英 Fu Xiaoying 孙若茜 Sun Ruoxi

杨聃 Yang Dan 张若凡 Zhang Ruofan 阿润 A Run

周翔 Zhou Xiang 刘敏 Liu Min 张月寒 Zhang Yuehan

邢宇 Xing Yu 龚融 Gong Rong 张星云 Zhang Xingyun

尤帆 You Fan 艾江涛 Ai Jiangtao

摄影记者 Photographer

于楚众 Yu Chuzhong 黄宇 Huang Yu 张雷 Zhang Lei

视觉设计中心 Vision Design Center

视觉设计总监 Director

邹俊武 Zou Junwu

图片总监 Photo Director

商园 Shang Yuan

美术编辑 Art Editor

王小菲 Wang Xiaofei 黄罡 Huang Gang 刘畅 Liu Chang

插图 Illustration Editor

张曦 Zhang Xi

图片编辑 Photo Editor

陈晓玲 Chen Xiaoling 覃柳 Qin Liu 陈喆 Chen Zhe 徐睿浚 Xu Ruihan

编务总监 Coordination Director

程昆 Cheng Kun

市场发展中心 Marketing Development Center

总监 Director

范于林 Fan Yulin

副总监 Deputy Director

钦征 Qin Zheng 傅东方 Fu Dongfang

发行事业部 Circulation

荣誉总监 Honorary Director

范于林 Fan Yulin

副总监 Deputy Director

雍江 Yong Jiang

大南方总经理 Senior Manager of Southern China

雍江 Yong Jiang

北京区经理 Senior Manager of Beijing China

周旭 Zhou Xu

发行拓展经理 Business Development Manager

杨雪梅 Yang Xuemei

品牌经理 Brand Manager

肖丽媛 Xiao Liyuan

客户经理 Sales Account Manager

殷佳婷 Yin Jiating

渠道经理 Senior Manager of Marketing Channel

于硕 Yu Shuo

发行助理 Circulation Assistant

付新林 Fu Xinlin

李卫红 Li Weihong

发行财务 Financial Executive

潘姮 Pan Heng

读者服务经理 Reader Service Manager

朱静 Zhu Jing

读者服务助理 Reader Service Assistant

金宇迪 Jin Yudi

新媒体事业部 New Media Development

副总监 Deputy Director

钦征 Qin Zheng

产品部 Products Department

李倩 Li Qian 张莉 Zhang Li 袁媛 Yuan Yuan 连子君 Lian Zijun

市场部 Marketing Department

罗启宏 Amy Luo 陈陌阳 Chen Moyang 孟佳 Meng Jia

内容部 Editorial Department

王晶 Wang Jing 薛芃 Xue Peng 祝童 Zhu Tong 刘彭媛 Liu Pengyuan

技术部 Technology Department

刘国强 Liu Guoqiang 辛军 Xin Jun



行政管理中心 Administration Center

行政主任 Office Manager

高媛 Gao Yuan

行政助理 Assistant

刘蓓 Liu Bei 韩雅丽 Han Yali

财务总监 Financial Director

郝大超 Hao Dachao

财务主任 Financial Controller

陈晓华 Chen Xiaohua

出纳 Accountant

张宇 Zhang Yu 李明洋 Li Mingyang

法律顾问 Legal Counsel

金桥律师事务所 马眉 Ma Mei

社址：北京市朝阳区霞光里9号B座 邮编：100125

采编中心热线电话：

(010)84681030 84681029 (传真)

E-mail: letter@lifeweek.com.cn

读者服务热线电话：

(010)84050425/51

E-mail: dzfw@lifeweek.com.cn

广州办事处地址：

广州市海联路6-8号银珠商务中心405室

邮编：510230

电话/传真：(020) 34283562

印刷：北京利丰雅高长城印刷有限公司

电话：(010) 59011318

物流总代理：北京双禾物流有限公司

电话：(010) 61256299

广告许可证号：京东工商广字第0063号

期刊登记证号：ISSN 1005-3603 CN11-3221/C

邮发代号：82-20

定价 Price：¥12.00 \$6.00 港币 16.00

本刊为中国国际航空股份有限公司、中国南方航空公司、

法国航空公司、美国联合航空公司机上阅读刊物

如何购买
《三联生活周刊》

读者朋友，购买本刊请登录官网商城

shop.lifeweek.com.cn

或到当地邮局办理，本刊代号：82-20

也可直接向本刊读者服务部咨询

电话：010-84050425 84050451

另外，本刊在下列城市经销商的联系电话：

成都：四川尚和文化发展有限公司 (028) 86667805

重庆：重庆弘景文化传媒有限公司 (023) 86359776

南京：江苏凤凰台文化公司 (025) 83327129

杭州：杭州华鸿图书有限公司 (0571) 88256120

广州：南方都市报广州发行部 (020) 87376490

武汉：武汉春秋书店 (027) 85493562

西安：陕西五环文化传播有限公司 (029) 82100585

昆明：昆明尚云图书报刊有限公司 (0871) 64122816

沈阳：大友文化传媒有限公司 (024) 23347099

哈尔滨：志诚远大书刊公司 (0451) 88341879

青岛：盛世飞龙图书有限公司 (0532) 83840608

济南：山东前沿文化传播有限公司 (0531) 82903395

长春：中外书刊音像经销有限公司 (0431) 82708592

大连：大连渤海书店 (0411) 84609410

南昌：沧海书店 (0791) 8592810

太原：山西森艺文化传媒有限公司 (0351) 7065397

贵阳：贵阳尚和图书报刊有限公司 (0851) 5661974

兰州：兰州大漠天马图书有限公司 (0931) 8521090

郑州：大河书报刊销售有限公司 (0371) 67647337

天津：天津天智书店 (022) 23683854

河北：石家庄远大书店 (0311) 83017749

安徽：合肥皖新书店 (0551) 64252409

新疆：乌鲁木齐市纵横文科书刊有限公司 (0991) 5582981

内蒙古：呼和浩特融联书店 (0471) 6263358

深圳：深圳市新宏博文化传播有限公司 (0755) 22203426

长沙：湖南国闻书局书报刊配送有限公司 (0731) 82253036

本期广告目录

- 封二~扉1 · 上海大众
- 3 · 中国石化
- 5 · 银川美术馆
- 7 · 红牛
- 9 · 如依家
- 11 · 一汽大众
- 41 · 童言面具
- 85 · 国家旅游局
- 93 · 周刊征订
- 117 · 周刊20年
- 121 · 书店广告
- 147 · 野生救援
- 封三 · 力度形象
- 封底 · 欧米茄



拍摄二维码直接
下载客户端



新浪微博 @三联生活
周刊或扫描二维码



微信搜索 Lifeweek
或扫描二维码

手机报订阅：移动用户发送短信 SLZK 到 10658000，联通用户发送短信 SL 到 10655111，电信用户发送短信 SLZK 到 10659000。包月8元，周一至周六每日一期。

网络支持



新浪网官方微博：http://weibo.com/lifeweek

腾讯网官方QQ:800033183

力度国际文化传媒集团

《三联生活周刊》
全媒体广告独家代理商

地址：北京市朝阳区建外大街9号

齐家园外交公寓7-5-13

邮编：100600

电话：+86 10 85325466

传真：+86 10 85324800

电邮：vtpower@vtpower.com.cn

网址：www.vtpower.com.cn





No.849

侯孝贤的戏梦人生

一群民间高人在“豆瓣电影”热议《刺客聂隐娘》和侯孝贤，有人慷慨给出“六星”，“五星”更是横扫屏面。侯导有句话令我仰视——当你在创作时，观众是不在的——心灵如此自由，创作如此无羁！商业社会，潜心为艺术而艺术，更似乌托邦，可恰恰，侯导有知音——观众懂他。呼应者云：“重要的不是唐朝和诗意，重要的是侯孝贤通过聂隐娘找到了中国电影或者中国文化中的仪式感”，而“这才是最应该呈现给外人的东西，无所谓他们能接受多少”。

北京 麦嘉欣

农民存粮两极分化

不觉然立秋了，而甘肃天水农村老家刚碾完麦子归仓，还处于夏忙时节。每年这个时候，村民们就讨论上粮食了，看谁家新麦子多，谁家旧麦子还剩多少。搁以往，户与户间存粮的差别最多一两千斤，可这两天，我通过电话、微信与老家人聊天，发现存粮的差异已是两极分化。

我所在的秦安县王窑乡硬湾村，只有70户人家，今年收小麦的只有22户，多数人家两三年不种小麦了。一部分人家还在吃前几年的旧粮，旧粮见底的只能去30里外的县城买粮——农民不种粮买粮吃，放在10年前是匪夷所思的事，而现在成为平常，我们村三分之一人家干脆是没有存粮。那22户种小麦的人家，新粮、旧粮加一起就是存粮，一些人家有八九千斤小麦，足以吃上三四年。老乡马风舞在新疆工作，前几天回秦城区玉泉镇的农村老家，她说自家光旧小麦就有1.2万斤，她用微信发来粮仓的照片——4个圆柱形大筒一人多高，都装

满小麦。这是一个什么概念？相当于城里人的两个卧室塞满了粮食。接着，她又发来一摞白袋子照片，是2000斤菜籽，用来榨油的，不算粮食。马风舞还说，她五爸家存粮还多，光旧小麦就有3万斤，另有5000斤菜籽。年轻人外出，家里就老人小孩，存粮足以吃上十几年，且每年的新粮有盈余，存粮是逐年递增。当然，她所在的村也有好几年不种小麦的，没一点儿存粮。她们村农民存粮“两极分化”更是大。

你可能会问，一户人家多少年存了这么多的粮，放时间长了不怕变质？在北京的老乡康保盛是秦安县郭嘉乡人，他说自家最早的存粮还是1996年收的小麦，放了19年，依然完好无损。他家存粮的秘方是祖传——爷爷早栽种了香椿树，粮仓贴着大树而建，这样粮食就不会生虫。解放前这样存粮，解放后没了存粮，土地承包到户后又如此存粮，屡试不爽。

农民存粮的两极分化，其实是观念上的两极分化。不种小麦者是有“经济头脑”，小麦一斤1元多

一点，即使将所有土地种小麦，一年收上四五千斤，也就四五千元。而将所有土地栽上花椒和苹果，好时一年收成四五万元。这5年花椒从每斤20元一路上涨到50多元，而小麦价格一直不动，于是越来越多的人“弃粮种树”。而种粮存粮的多是老人，经过上世纪五六十年代的饥荒，便有了“一根筋”：努力存粮，不让子孙后代再挨饿。饥荒时钱再多不顶用——这些观念在他们心里根深蒂固，不少老人看着家里的粮仓年年变大，就喜上眉梢。其实，种粮存粮大户也种花椒，只是比例不大，这样也能变卖些钱，再加上外出打工挣钱，就不需要将存粮变卖。此外，这些人家对粮食很有感情，舍不得卖。全国其他地方都有种粮大户，人家是将粮食当商品，为换钱，而我们老家种粮与钱无关。

天水老家存粮的两极分化，似乎还说不好哪种选择更有“战略眼光”。不过，农民不种粮，土地没有好好利用，总是一种浪费。从当前来看，不种粮者似乎赚了，但未来的路变幻莫测，谁敢肯定存粮的人不会“时来运

转”赚一把呢？

北京 李成义

证明能证明什么？

大刘去年从一家公司跳槽，参加公务员考试进入某市机关工作。到新单位不久，就赶上了市机关集资建房，房价比市价低不少。这让大刘十分兴奋，忙不迭跑去报名，结果被告知，此次建房由市事管局负责，必须先提供此前没享受房改房或没买过经适房的证明。大刘到机关工作不久，上述证明按规定应由大刘的原单位提供，而大刘参加工作没几年，房改房、经适房都还没有机会申请，开具上述证明应该是件容易事。不过后来的经历说明大刘过于一厢情愿了，原单位同意为大刘开具没有享受房改房的证明，但对于大刘是否购买过经适房，原单位说并不知情，证明自然无法开具。

听完原单位的解释，大刘觉得也有道理，毕竟现在经适房资格审核、购买等环节单位并不参与，要原单位开具上述证明，也是勉为其难。大刘将这一情况汇报后，

事管局说：上述证明是市里统一要求的，要想购房，必须有证明，而且原单位怎能说自己对职工是否购买过经适房不知情？要取得经适房购买资格，是需要单位出具证明材料的，比如收入证明等。大刘听了事管局的话，觉得同样有些道理，便又折返原单位。原单位有关人员听完大刘的转述后，笑着说：就算我们出过收入证明，可单位怎么知道这些证明的用途？毕竟现在很多场合都需要收入证明，再说就算单位知道自己的职工去申请了经适房，但是否购买成功，只有房管局才了解，单位怎会知晓？

大刘听后，忙又回到事管局，询问是否可以让房管局开具证明来代替原单位证明。结果事管局说，这当然不行，现在房管局的信息并未联网，你提供某区或某市房管局的证明，并不能证明你在另一区或另一市没有购买过经适房。大刘听后，感觉是彻底崩溃：每个人说的都有几番道理，可为何和讲道理的人打交道的结果却是折腾了好几圈，还是拿不到证明？

无奈的大刘只好托人去疏通关系，一番努力后还是没有成功。不过大刘倒是听到了事管局领导的一番解释：只要有证明，不管证明是怎么开的，甚至是否真实，这些都不重要，毕竟我们只审查形式，就算将来出问题了，我们也没责任。但如果没有证明，再大的领导说情也没用，毕竟一旦出问题，谁也担不起责任。大刘听后哭笑

不得：感情要证明就是为了将来不担责任呀，虽然因为信息的不对称，在某些场合，证明的确有必要，但如果要求提供证明的目的不是为了反映真实情况，而是作为将来不担责的挡箭牌，那就怪不得证明会因流于形式而越来越多。

眼看提交证明的截止日期日益临近，有一天，大刘和单位主任等一千同事在聊天，闲谈中大刘提到自己对提交证明一筹莫展，说到激动处，发狠说如果实在不行，就花200元找一个办证的。话音刚落，就听主任正色道：这是违法的，可不敢干呀。大刘忙说自己随便说说。不一会儿，大家散去，大刘却被主任叫住。只见主任低声对大刘说，你刚才说的那个办法，能否替我也办一个？

郑州 邵宇

谁拿隐患当儿戏

本人工作的单位为一家中外合资企业，生产制造家用小汽车，其中有几大车间的消防安全防范工作极为重要。当然，公司在这方面花费了大量人力、物力、财力做了安全保障工作，比如：安装手动火灾报警系统、烟感报警器、多方位多角度摄像头、建立消防报警中心、投放多种型号不一的消防器材等，目的就在于及时发现火灾隐患并迅速消除。然而，对于这项特殊工作的执行者们，公司却根本不重视。

公司把这项工作转包给了乙方单位，假若出了事，完全由乙方承担一切责任。乙方

的承包者，想方设法压缩开支，就通过朋友、熟人之间相互介绍找了几个社会人员来到公司消防监控中心，担负起该项工作的职责。按规定，这几个人必须经过一定时期的特殊岗位培训，并取得相关的资质证明，才能上岗就业。这几个人哪有？于是乙方承包者就用别人的证件来应付了事，上级相关部门来检查，各种证件均齐全。

刚开始，这几个负责消防维保的人员每天还能按规定进行细致的巡查、点检，尽职尽责地履行自己的义务，如遇到消防监控中心报警，能在最短时间内到达现场确认。三个月过后，逐渐地松弛漫散下来，时间越长，他们就越拿这项工作不当回事。公司有三个消防重点区域——一是冲压地坑，二是组立油库，三是涂装调漆室——一旦某一区域发生火灾，必将是损失惨重、造成巨大伤害。这么重要的消防安全保障工作，由这几个非专业且对工作极不负责任的人员来承担，其隐患多么令人担忧！另一方面，消防监控指挥中心绝对是禁止吸烟的禁地，而这几个人当中会吸烟的竟在里面吞云吐雾，虽说室内张贴了禁止吸烟的

指示牌，公司负责消防的主管人员也曾明令禁止，但这几个人却充耳不闻，依旧我行我素。今年春天，设备科安全担当在巡查点检过程中，发现地坑内积水严重，水压指示表差点爆裂，幸亏及早发现及时排除险情，否则后果必将十分严重。事后调查发现，消防维保人员在巡查点检之际，潦草应付根本就没有仔细点检。为这事，保卫科消防担当特别给这几名人员开了一次安全责任人会，可几天过后，这些人的工作表现依然没有改观。现在，这几个特殊岗位的特保人员依旧混在其岗位上，要么躲在屋里吹着空调、要么玩着电脑游戏、要么在执勤岗位上吸烟。点检巡查也是蜻蜓点水一掠而过，连他们自己都说：“哪个车间危险性大，哪个车间就少去！”

每一次事故都是一面镜子，让人们真切地看到事故原因和所带来的危害。“安全生产”不是灾难发生后突击检查时的口号，而是深入日常的每一个小细节。如此重要的安全防范，由几名非专业的人员不尽其责地应付了事，究竟是谁在拿安全当儿戏呢？

天津 农夫

更正：本刊第33期88页《国际化视野里的中国茶》对湖南农业大学教授刘仲华的专访中，刘仲华谈及“目前中国年产茶叶209万吨，从产量上看是世界第一。其中出口为30.1万吨，出口量排在世界第二位。但出口价值不到13亿元人民币，排在世界第三位”。文章有误，应为“13亿美元”。特此更正。

本期截稿时间：8月17日19时

本栏目欢迎来信，投稿请发信到：letter@lifeweek.com.cn



捷克 | 老飞行员

8月14日，92岁的前“二战”皇家空军飞行员埃米尔·布塞克在捷克首都布拉格出席纪念捷克斯洛伐克飞行员回国70周年的仪式。“二战”期间，有2500位捷克和斯洛伐克人加入了英国皇家空军。



秘鲁 | 打击非法采矿

8月11日，一架载有物资和人员的直升机离开营地，前往亚马孙保护区的缓冲地带突袭非法金矿。秘鲁警方从7月开始进行打击非法采矿行为，以保护亚马孙地区的热带雨林。秘鲁是全球第八大黄金生产国。





印度 | 宁静时分

8月11日，班迪波拉县，克什米尔女孩在玩耍。2003年，印巴双方在克什米尔实际控制线一带达成停火协议，之后双方经常互控对方违反停火协议。印度国防部长告诉国会，从协议签署至今，巴基斯坦违反停火协议已经超过1000次。巴基斯坦也经常向联合国监督小组抱怨印度违反停火协议。

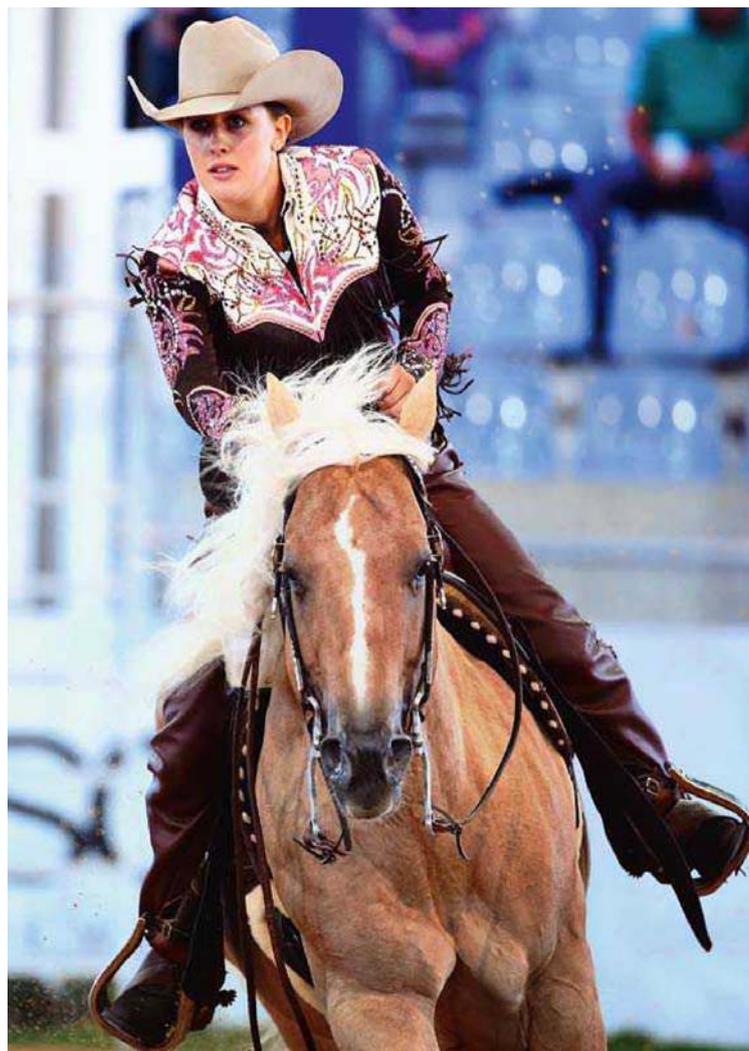






英国 | 板球赛

8月12日，伦敦椭圆形板球场外，一个澳大利亚变装马戏团在表演比赛场景。



德国 | 欧洲马术锦标赛

8月14日，前F1车手舒马赫的女儿吉娜·舒马赫在亚琛市举办的欧洲马术锦标赛上策马奔驰。

希腊 | 难民

(左页上图) 8月15日，叙利亚难民抵达希腊科斯岛海滩时，一名女孩脸上露出了笑容。有2000名叙利亚难民被困在科斯岛的一个体育场，希腊政府派了一艘能容纳2500人的游轮前往科斯岛，充当登记中心。

印尼 | 庆祝独立日

(左页下图) 8月15日，日惹市的孩子们踢浸泡过柴油的椰子，玩“火球足球”，庆祝独立日。



栏目插图 | 范薇

开局不利

中国经济6月一度企稳，但下半年一开场各项指标全线回落，稳增长压力倍增。具体而言：出口同比下滑8.3%，为4个月来最大降幅，6月份为增长2.8%；工业增加值增速回落至6%，为金融危机以来第三低的月份；发电量由上月同比增长0.5%转为同比下跌2.0%；汽车制造增加值同比增速由上月的7.9%大幅回落至-0.5%。房地产销售额与销售同比增速继续保持33.4%和18.9%的高位，较上月略有回升，然而房地产投资却出现放缓，同比增速较上月回落0.5个百分点。国内贷款同比由增长9.2%大幅转为下跌7.4%。

发力稳增长

在经济下行压力加大，中央政府托底经济的大背景下，中央财政支出在7月份出现了突飞猛进的增长。7月中央本级一般公共预算支出2364亿元，同比增长48.6%，而6月份仅为11.6%。相比之下，7月地方一般公共预算支出1.0368万亿元，增长19.7%，较6月份14.2%的同比增速仅小幅上升。地方财政支出同比增长19.7%，较6月小幅上涨。从全国范围来看，7月财政支出同比增速几乎是6月的两倍。

重庆与杭州模式

21世纪宏观研究院对23个一、二线城市上半年增速排名，重庆第一，达11%，其次是杭州，增速为10.3%。排名靠后的是哈尔滨、厦门、沈阳、长春和大连，末位的大连增速仅为3.5%。全国城市分化加剧，东北城市的经济发展困难，外向型经济落寞。重庆经济表现强势的主要原因是抓住西部开放战略的机会，以高端产品加速出口，同时主抓内需市场。杭州则靠服务业崛起，上半年经济增速达到10.3%，规模以上工业增速只有4.6%，而服务业上半年增速为15.4%。



黄金的救命稻草

人民币大幅贬值，爆发新一轮亚洲货币战争的担忧加剧，黄金避险情绪增强。五连涨后，8月12日黄金已重返1100美元上方。亚洲国家是否出现竞争性货币贬值，是影响黄金未来走势的关键因素。并且，人民币贬值或使美联储9月加息持谨慎态度，故而美元虽对亚洲货币升值，美元指数所代表的美元对发达国家货币却处跌势，尤其对欧元。美元走弱以及美国债市收益率下跌使黄金出现购买情绪。不过最终，亚洲国家才是黄金最大消费源，竞相贬值将使这一地区丧失购买力。

“字母表”

科技巨头谷歌宣布重组，成立一家名为 Alphabet 的母公司。Alphabet，中文名直译为“字母表”。官方网址是奇怪的“abc.xyz”，代表着系列子公司的字母集合，每个字母都将是一种非核心互联网业务。首席执行官拉里·佩奇在公开信中说，谷歌会逐渐“瘦身”，一些非核心互联网业务将划归到 Alphabet 旗下。此前，华尔街对于谷歌“不务正业”有所不满，认为谷歌投资健康、长寿、汽车领域，让谷歌不透明不专注，也带来了非常复杂的企业架构。但这却可能成为未来大型科技企业的范本。



不良贷款

银监会公布监管数据，6月末，商业银行不良贷款余额 1.0919 万亿元，较上季末增加 1094 亿元；商业银行不良贷款率 1.50%，较上季末上升 0.11 个百分点。这也是国内银行业连续 14 个季度出现不良增长。关注类贷款余额 2.65 万亿元，也持续出现上涨，而关注类贷款余额未来在一定程度上很容易向逾期、呆坏账等不良贷款转移。增长速度换挡期、结构调整阵痛期和前期刺激政策消化期三期叠加，商业银行不良贷款持续增加。并且，经济并未逐渐筑底，银行坏账难言改善。

国企改革“第二季”

从中远、中海旗下上市公司宣布集体停牌，到中航工业旗下多家公司因重大事项停牌，国企改革“第二季”的大幕已拉开。去年，央企“四项改革”首批试点名单发布前后，国资委掌控的 268 家上市公司中，停牌筹划重大事项的公司约有 45 家，目前因重大事项停牌的央企上市公司已达到 46 家。行业重组或发生在两个层面，国内“淘汰过剩产能”和“提高行业集中度”，例如煤炭、钢铁、有色、化工等；外向型国企则以“一带一路”和“高端装备”走出去两项战略为指向，实现基建、航运港口、高端装备等的大整合。



私募大减仓

6 月份股市调整期间，私募基金一度因整体仓位较重而出现较大亏损。7 月份伴随流动性危机解除，私募开始大举减仓规避风险。来自华润信托的私募基金月度报告显示，截至 7 月底，该平台 170 只证券投资私募基金平均股票仓位为 44.86%，比 6 月底的 75.78% 猛降 30.92 个百分点。金融服务业是私募重点减仓的对象，医药生物和食品饮料等稳定增长的大消费板块则被逆势增持。私募手握数千亿元现金，无疑将成为未来重要的做多力量。



肉食者鄙

餐餐大鱼大肉不仅有害个人健康，还会对地球的生态多样性造成不可挽回的负面影响。以佛罗里达国际大学为首的生态学研究小组综合分析了国际粮农组织 1985 到 2013 年的畜牧业产量和农田扩张率等数据后发现，大部分毁林开荒事件的根源在于满足国际市场上日益增长的对肉类食品的需要，而代价则是生态多样性的迅速丧失。一位研究人类饮食与环境影响的学者形象地指出，吃下一块牛排，可能就会令一只马达加斯加狐猴丧命，多吃一只鸡，一只亚马孙鹦鹉或许就会因此面临末路。

好消息



有幽默感的机器人

今时今日，机器人已经可以做许多人力所不能的事，但欠缺对幽默的理解能力却严重妨碍了智能机器人与人类的深度互动。斯坦福大学认知心理学研究小组的一项研究结果有望改写这一现状。新研发出的计算机模型可以识别出笑话中的双关语，并基于相关因素评价其好笑程度。



好好生活好好爱

在动物世界里，雌章鱼的名声向来不佳。饥肠辘辘时，她们会吃掉前来求爱的雄章鱼，产卵后，又通常坐以待毙。但这一规律并不适用于太平洋条纹章鱼。研究者日前发现，这种章鱼非常习惯于亲密相伴、互相分工的家庭生活，而且在完成传宗接代的任务后依然过得多姿多彩。

坏消息



饥年将至

英国全球食品安全项目日前发布报告指出，因气候变化而导致的极端天气将会显著加大全球粮食大规模减产发生的频率。到 2040 年时，由旱灾、洪水和热浪袭击引发的全球性粮食减产将会从以前的百年一遇变为每 30 年一次。在这种情形下，粮食价格可能会上涨到目前的 3 倍。



海獭与白鲨

发表于最新一期《海洋哺乳动物科学》上的调查数据显示，生活在美国加利福尼亚沿海的海獭被大白鲨袭击而死的概率从 1990 年时的 19% 增加到了 2013 年的 61%。研究者指出，这或许是因为该海域中大白鲨因之前采取的保护措施而数量增加的缘故，但同样濒危的海獭却成了牺牲品。



数字

6
美元

8月13日，占全球人口15%的左撇子在社交媒体上庆祝了“左撇子日”。发起这个话题是为了纪念左撇子们在生活中难以言说的种种不便。左撇子产品的价格普遍高于普通产品：左撇子剪刀比普通剪刀贵6美元。

10
%

研究人员发现，与平均每周食用辛辣食物（主要是辣椒）不到一次的人相比，每周食用这些食物一或两次的人的总体死亡风险降低了10%。而每周食用辛辣食物6~7次的人总体死亡风险降低了14%。喜食辛辣食物者患上缺血性心脏病、呼吸系统疾病以及癌症的比例均较低。其他研究发现，辣椒的主要成分辣椒素具有抗氧化和抗炎作用。

73.1
%

“700部大众电影中的不平等现象”报告发现，电影是白人的：前100部票房大片中，所有有台词或有名字的角色里有73.1%是白人，那些非白人演员经常能够得到的角色多是象征性的——比如普普通通的黑人朋友、拉美裔女招待和亚洲小店主……电影是年轻的：只有19.9%的女性角色是40~64岁。电影是男性的：只有1.9%的电影由女性导演。



我在，并活着，和阴影一起进入
嘲讽和噪音的虚无，进入那清醒的
梦的活海，那里生命的感觉与欢乐全
无，唯有我生的尊严的巨骸。

——英国诗人约翰·克莱尔《我在》

我像许许多多的人一样，花费了20
年并且经历了战争才学会安分守己待
在自己的类别里，才学会先问问代价
再接触人与事，尤其是需要锲而不舍
的事和恋恋不舍的人。

——塞利纳《长夜行》，徐和瑾译

人们只能猜想，在拉里·佩奇和
谢尔盖·布林选择把新成立的控股公
司叫“字母表”(Alphabet)之前，两
人在谷歌上进行过搜索。如果这么做

了，他们就会发现，alphabet.com 这
个域名和 Alphabet 这个商标已是名花
有主，属于德国汽车制造商宝马。

——《纽约时报》报道说，在
华尔街，有个“字母表基金”，还有很
多中小规模的公司也叫“字母表”。还
有无数家幼儿园、旅店和餐馆也采用
了类似的名字。一家公司用了某个名
字，不代表其他公司不能再用那个名
字。按照美国专利商标局的规定，只
有其他企业使用那个名字，可能给消
费者造成混淆，才构成商标侵权。

唯有事实和抒情之间的平衡才能
使我们同时得到感动和明晰。

——阿尔贝·加缪《西绪福斯神话》

衣服这东西，大概类似小说家的
文体。不管别人怎么看怎么批判都
无所谓，运用那些属于自己的语言和
文体，才能给心里的事物赋予具体的
形态。而无论多么美丽的语言、多么
潇洒的措辞，一旦与自己的感觉和
生活方式不合拍，就起不到实际作用。

——村上春树

我要开始写论文了

文 / 李凡卓

图 / 谢驭飞



是的，我要开始写论文了，因为我是高校中人，现代社会就是携带一大批数字、图表、公式到来的，现代社会的风格就是用数字说明问题。大学就这样突然启动，所有的人都上足了发条。写作，发表，再写作，再发表，学术成果年终统计往往让科研秘书瞠目结舌。为了过上更好的生活，我不能落后。

是的，我要开始写论文了。在我还没有动笔之前，那些在一旁窥伺良久，候机而动的既定话语就已铺天盖地、先入为主地挤进我的大脑。西方马克思主义、解构主义、后现代主义、新历史主义、本质主义、反本质主义、现代性、实践性、主体性、后主体性……从福柯到哈贝马斯，从索绪尔到斯特劳斯，从霍米巴巴到萨义德，重重叠叠、层层累积的主义、思潮、经验、观点，各种蜂拥而至，蜂蛰般针刺着我的中枢神经，压得我喘不过气来，让我如同活在一个螺壳里。不管了，开始写吧，论断的分量取决于论文背后注释的数量，旁征博引总是正确的，理论的援军多多益善。我们仅仅是一些田野里拾稻穗的人，我们从来不想装扮成一个空前绝后的天才，我们承认自己的平庸。对于我们这些庸人说来，大师们桌上撒下的面包屑就能够混圆肚皮了，这太好了。

是的，我要开始写论文了。我没有“精骛八极，心游万仞”的潇洒自如，没有“寂然凝虑，

思接千载”的大气磅礴。其实写什么问题我还没主意，问题解决方案就更渺茫了。不管了，先写吧，就像一个经济学朋友跟我说的那样：“只要我用多个复杂的数理模型作为论证方法，哪怕我的结论是‘人渴了就想喝水’这样的废话，也会有很多杂志愿意发我的文章。”反正文科的东西没有定论，大家转着圈说话就是了：前年A说文学研究应该把研究内容拓展到大众传媒、城市景观、广告时装，去年B说文学研究应该坚守文学文本，今年C又说文学已经消亡还是应该研究大众传媒、城市景观、广告时装，明年D又说文学永远不死它只是凋零，再加一些诸如“此在”、“逻各斯中心主义”、“日常生活审美化”这样的“高大上”词汇。这样的流程与招式我们当然也修炼过，其实我们在餐桌上也会不经意地讲道：“其实后殖民主义对主体性的理解，与柏拉图的洞穴比喻，具有一种意指共生的关系，而罗兰·巴特晚年对文本与愉悦感的诠释，构成了对这一关系最好的回应。”既然我们在餐桌上都可以如此得心应手臻于化境，那还有什么人文社科论文是我们不能写的呢？！

是的，我要开始写论文了。《肖申克的救赎》里面，那些蹲监狱蹲得年数太长的人，到最后，宁愿选择继续蹲监狱也不愿出狱，因为他们已经不知道离开监狱如何生活了。有时候我觉得，这仿佛是论文与知识分子关系的一种隐喻。☑

八字

文 / 何润泽
图 / 谢驭飞



小易是研究佛教史的，学问很好，但没什么经济头脑。以前，小易生活寒苦，靠助学贷款、勤工俭学、奖学金和社会捐助过活，他的收入来源看似纷纭复杂，但只在学校图书馆和食堂干一些简单活计，并无社会工作经历。曾有人介绍小易去做家教，这是对大学生来说最容易的一种赚钱方式。但学生的住址哪怕与学校只隔一条街，小易也会红着脸说：“算了吧，那是什么地方？我可从来没去过。”因为买不起车票，小易逢年过节也回不了家，年年受校领导慰问。小易的同学小孔是研究《梅花易数》的，他特地打听了小易的生辰八字，结论是，从打卦那天开始，小易还得再穷上半个甲子！小易知道了很沮丧。

博士补助上调后，小易的日子稍稍宽裕了些，干瘪的脸也渐渐丰腴起来。有一段日子，他住在破旧的筒子楼里。筒子楼别的房间都是水泥地面，他住的那间因为曾是一个政治系教师的婚房，所以铺着廉价地板。来看小易的朋友很多，劣质地板不经踩，都开裂了。

一天，朋友散去，小易在椅子上找到一包香饼，看上去没什么特别。那时小易宿舍卫生间的马桶正好堵住了，气味不好，他就把那包香饼在卫生间里烧了。过了几天，那个朋友来打听是不是遗落了一包香饼在他的宿舍。原来香饼是朋友的祖父托孙子从一个相熟的长辈那里取来的。朋友自己也没当回事，得知香被烧了之后，朋友就说：“烧

了就算了呗。”可老人的律师很快就上门来了。小易这才知道他烧掉的是明代沉香。小易在律师的威逼利诱下签了16万元赔偿协议，5年还清。小易那时每月收入不到2000元。可怜读书人木讷呆板，想不出别的法子，只想吃糠咽菜，省钱还债。那律师也许是良心不安，便对他说：“老先生专做佛教文物，生意很大，桌上随便一尊唐代佛像就值几千万元。16万元对他来说不算什么。他是听说你在卫生间点香，觉得糟蹋了，才生了气。你不如上门诚诚恳恳地道歉，说不定可以缓一缓。”小易只好战栗着去给老人道歉。为了表明自己是个读书人，他还带上了自己写的几篇文章。老人看了文章沉吟了一会儿说：“你给我写几篇鉴定报告，我说你记，做好考据。看你的文章再做处置。”小易是个笃实的人，一篇考据总要做几个月。也许是因他文字好、功底深，他写过鉴定报告的文物价格都提高了几十万元，甚至几倍。老人并不吝啬，他不仅免了小易的债务，还付给他大笔酬劳。

几年下来，小易陆陆续续地写了几十篇鉴定报告，成了佛教文物鉴定专家，以论证精详著名。请他写鉴定报告得花大价钱。他也从筒子楼搬到自己位于市中心的别墅“泰来斋”去了。断言小易还要穷上30年的小孔因此受到嘲笑。但小孔不承认自己算得不准，只说小易八字不对。“小易肯定是下午18点出生的，不是16点！”小孔说，“他自己记错了，能怪谁？”

树上的天使

文 / 卡尔

图 / 谢驭飞



在小镇的尽头，很容易就能看到一间巨大的树屋。据镇上年长的人说，树屋是30多年前突然搭建起来的，现在所知道的只是，树屋里面住着一个女人和她的老佣人。女人已经50多岁了，至今没有结婚，她每周要做的事情就是帮助一个孩子满足一个真实并且容易实现的愿望。小镇上年龄不超过18岁的孩子都可以申请，并且每个孩子只能申请一次。现在算起来，女人已经帮助千余个孩子满足他们的愿望了。但据进去过树屋的孩子讲，女人总是蒙着面纱，只露出一双眼睛，除了她自己 and 老佣人，恐怕没有人见过女人真实的面目。所以，在这个小镇上，女人显得非常神秘。

关于女人的身份，一直是小镇上热议的话题。有人说女人肯定是被毁容了或者长得特别丑陋才戴上面纱的；也有人说，女人是为了躲避仇家才来到小镇上的；更有人猜测，女人肯定继承了一大笔财产，所以才能一周帮助一个孩子满足愿望。当然，也少不了对女人的诋毁，他们说女人这么做肯定是有阴谋，通过帮助孩子满足愿望骗取大家的信任，最后达到自己不可告人的秘密。但争议归争议，镇上不少人都在打树屋和女人的主意，希望能见上女人一面，求她大发善心分给自己一笔财产，但女人对这样的要求一概不理，慢慢地很多人也就心灰意冷了。

孩子们的愿望千奇百怪，但如果不符合女人的心意或者被发现欺骗了她，女人是绝不会答应的。比如有孩子希望女人帮他做家务活或者完成

家庭作业，女人就会很生气。但如果有孩子因为缺钱而给父母买不起生日礼物，女人则会慷慨解囊。女人还帮孩子看过一天的小动物，给孩子买糖果吃，帮助孩子解答各种奇怪的问题。当然，这一切都由老佣人代劳完成，女人从来没有走出过树屋。尽管在很多人看来，女人很神秘，但镇上的孩子们非常喜欢女人，都亲切地称她是“树屋天使”。尽管女人没有翅膀，没有魔法。

女人每帮孩子实现一个愿望，孩子们就会在树屋的门前种下一朵鲜花，以表达对女人的感谢。30多年来，千余朵鲜花竞相绽放，颇为壮观。但突然有一天，树屋门前多了一张告示，上面说女人就要离开小镇了，她只能再帮助一个孩子满足最后一个愿望。孩子们惊慌失措，纷纷提出自己的申请。有的要玩具，有的要坐一次飞机，有的要大吃一顿……但最后，女人并没有满足任何一个愿望，她在树屋门前的新告示上说：“孩子们，我已经老了，不能再帮助你们实现愿望了。你们终究都会长大，你们的愿望应该由你们自己去实现，那样更真实也更幸福。”孩子们看后大失所望，有的甚至大哭起来，埋怨自己没有早出生几年。

终于有一天，女人和老佣人都消失了，树屋也被一把火烧了，变成一片废墟。有人说女人的钱肯定花光了，所以选择了离开。孩子们聚在一起议论女人什么时候能回来。有个孩子问女人是不是变成天使飞走了，大家面面相觑，一脸茫然。有人回答，可能是吧，但谁又说得清呢？

老妈的乡村生活

文 / 红酒提子

图 / 谢驭飞



我妈是个城里人，打小是穿着皮鞋嚼着泡泡糖长大的。当时有这么一句顺口溜：“娇气包，吃面包，上学背个小书包。”我妈倒是吃不起面包，自然也就不算是娇气包。泡泡糖需要省着吃，她去踩水坑的时候也会把小皮鞋换下来。后来，自认为还是能吃些苦的我妈嫁给了出身农村的我爸。

我爸不仅是农村人，还是农村人中的“二等公民”，那些平原上的村民管他们这些住在山里的叫“山猴儿”。就这么着，我妈穿着皮鞋跟“山猴儿”回家过暑假。她第一次见识了土炕上厕所，第一次压了清凉的井水摘了自家种的黄瓜。她穿着时髦的红色运动服穿过鸡窝，鸡吓得四处乱飞，她也吓得恨不能飞起来。

再后来，我妈有了我，便安安心心在村里住了三个月。农村活多，扫院浇菜提水喂鸡一天到晚不闲着。左右我妈什么也不会干，奶奶便只让她看着我。有天我妈带我带烦了，执意和奶奶换工，要扛着筐去收玉米。她大概以为去地里干活是件新奇有趣的事情。我妈斗志昂扬地出发，在田里奋斗了一个下午后，终于跌跌撞撞地回到了家。玉米叶子高，拉得身上一道道口子，大热的天儿一流汗，伤口更是生疼。她顾不上村民嘲笑她背筐的样子，顾不上血肉模糊的肩膀，奔回家把玉米倒在地上，急切地问爷爷：爸，这些能卖个千八百的吧！爷爷看看那堆玉米，用非常肯定

的语气说，百八十块还是有的。

大概是被严重打击了自信心，我妈从此再也没下过地。她于是把门口的菜园子占为自己的领地，抻抻水管拧两个茄子。秋天到了，我妈喜欢抱着我去巷子口的大石头上坐着，她渐渐听得懂土话了，和那些村妇有说有笑了。人家都说我妈随和得不像是城里人，还是念了大学的城里人。你看那村西头的大贵媳妇儿，去县城打了两年工，回来都拿鼻子瞧人啦。我妈吃卫生所兼小卖部自制的冰袋，吃大集上散装的小葫芦饼干。她上山去摘野酸枣、挖野菜、打核桃，脸被山风吹得黑红。她吃了这样多的东西，这都得益于我出生在物产丰富的初秋。

我妈是真爱这样的乡村生活。她穿着垫有奶奶亲手做的鞋垫的布鞋走在乡间的小路上，每天视察圈里的鸡鸭，向奶奶报告哪个黄瓜长得最强壮可以留着当种。她学着生炉子添柴，焦炭的味道让她觉得沉静又踏实。天渐渐冷了，她一边做饭一边烧炕，晚上睡在暖烘烘的褥子上，比电热毯舒服多了。

产假就要结束了，奶奶给我妈带了一大包刚刚晒干的山楂片，一大包玉米糝子，还有十几双鞋垫。火车上，她望着水杯里红彤彤的山楂片，想着春天的时候还要回院子里掰香椿呢。■

本栏目投稿邮箱：mensula@sina.com



DJI Phantom 3 无人飞机

标准版的机载相机可以拍摄 1200 万像素静态照片（支持 RAW），或在 30fps 的帧率上拍摄 2.7k 的高清视频，DJI 也同步推出了新版配套移动端应用 DJI GO，用户可以直接在软件内剪辑、编辑、添加 BGM 和字母，然后快速分享到主流的社交平台。避障系统“Guidance”，使用超声波发生器和摄像头，以及一个机载的芯片组来处理机器视觉图像，从而判断自己和障碍物之间的距离。

宝格丽 Diva 高级珠宝女表

39 毫米玫瑰金表壳镶嵌 116 颗明亮型切割钻石（1.5 克拉）、16 颗圆形切割钻石（3.4 克拉）及 10 颗珊瑚石。雪花密镶钻石表盘。玫瑰金表链镶嵌 154 颗明亮型切割钻石（3.7 克拉）、10 颗缟玛瑙及 8 颗珊瑚石。玫瑰金折叠表扣镶嵌明亮型切割钻石。宝格丽自制石英机芯（B033），印刻宝格丽 Logo。30 米防水。



2017 款奥迪 R8

这款新 R8，50% 的部件都能与兰博基尼 Huracán 通用，全新的铝合金与碳纤维底盘强度较之前代提升了 40%，全新的 5.2 升 V 10 引擎最高动力输出可达到 610 马力，用户可以选择定制的碳纤维赛车专用座椅，全新开发的奥迪多媒体交互系统（MMI）使驾驶者可以一键精简控制所有娱乐与导航系统，核心来自英伟达的 Tegra 30 芯片。





欧米茄星座系列全新男士手表

表盘呈现紧密交织的菱形浮雕图案，表链和半月形小时刻度选用 18K 金材质，并覆以 Super-LumiNova 夜光涂层，使用欧米茄 8500 同轴机芯。

卡地亚全新高级珠宝 Etourdissant Cartier 系列

设计来自地中海海滨里维埃拉的迷人景致与变幻莫测的色彩，这款 GARANCE 项链，链体本身用铂金制成，吊坠主体为两颗枕形莫桑比克红宝石，分别重 5.27 克拉和 5.02 克拉，26 颗总重 8.44 克拉的圆形和椭圆形缅甸红宝石，圆形明亮式切割钻石。



耐克 KD8 篮球鞋

作为俄克拉荷马雷霆队球星凯文·杜兰特的第八双个人签名球鞋，KD8 首次同时运用了 Flyweave 鞋面和灵活连通的全掌 Zoom Air 气垫两项科技，鞋面紧密编织一体成型，带来弹性支撑和锁定贴合，首次针对性地在 Zoom Air 气垫的前掌和足跟处加入凹槽设计，使之能配合双脚在运动中弯曲。

Paul Smith 金属雕刻骷髅形袖扣

袖扣由炮筒金属材质雕刻而成，整体镀金，戴着耳机的骷髅形象为本季主打图案。





光晕

Graff 品牌的“光晕”秘密戒指手表，半圆形的球顶上密镶祖母绿与钻石。内设的装置能够让这个半圆形球顶旋转起来，露出下面的微型手表。

圆珠吊灯

Innermost 的“圆珠”吊灯，由五角形的框架和大颗金属圆珠构成。鲜明的几何造型在圆珠表面形成层层反射，似乎是从内部装饰的结果。



蝴蝶耳环

意大利 Tuscany Silver 品牌的 925 纯银蝴蝶花纹贝壳耳环，传统工艺结合现代设计。纯银蝴蝶翅膀上铺镶色彩斑斓的贝壳，丰富的渐变色调是出彩之处。





模块衣柜

Casamania 的 Valises 衣柜是六个模块的集合，用来放置不同类型的服装与配饰。它的设计概念来自真皮手提箱，各种“手提箱”模块形成一个灵活动态的储存系统。

神秘气象球

日本 100per 公司的 Tempo Drop 气象球，在密封的水滴形玻璃瓶中注入蒸馏水、酒精、硝酸钾、樟脑等混合液，以清澈还是结晶的不同状态预报天气。这种看似神秘的气象球起源于 17 世纪欧洲的天气预报仪，19 世纪被普遍用于航海。



羽毛挂钟

L'Atelier d'exercices 的“羽毛挂钟”，静音扫描式机芯搭配木制外框，圆形玻璃盖采用法式扁平罩。常见的指针被人工饲养的鸚鵡与雉的羽毛取代，展现自然动态之美。



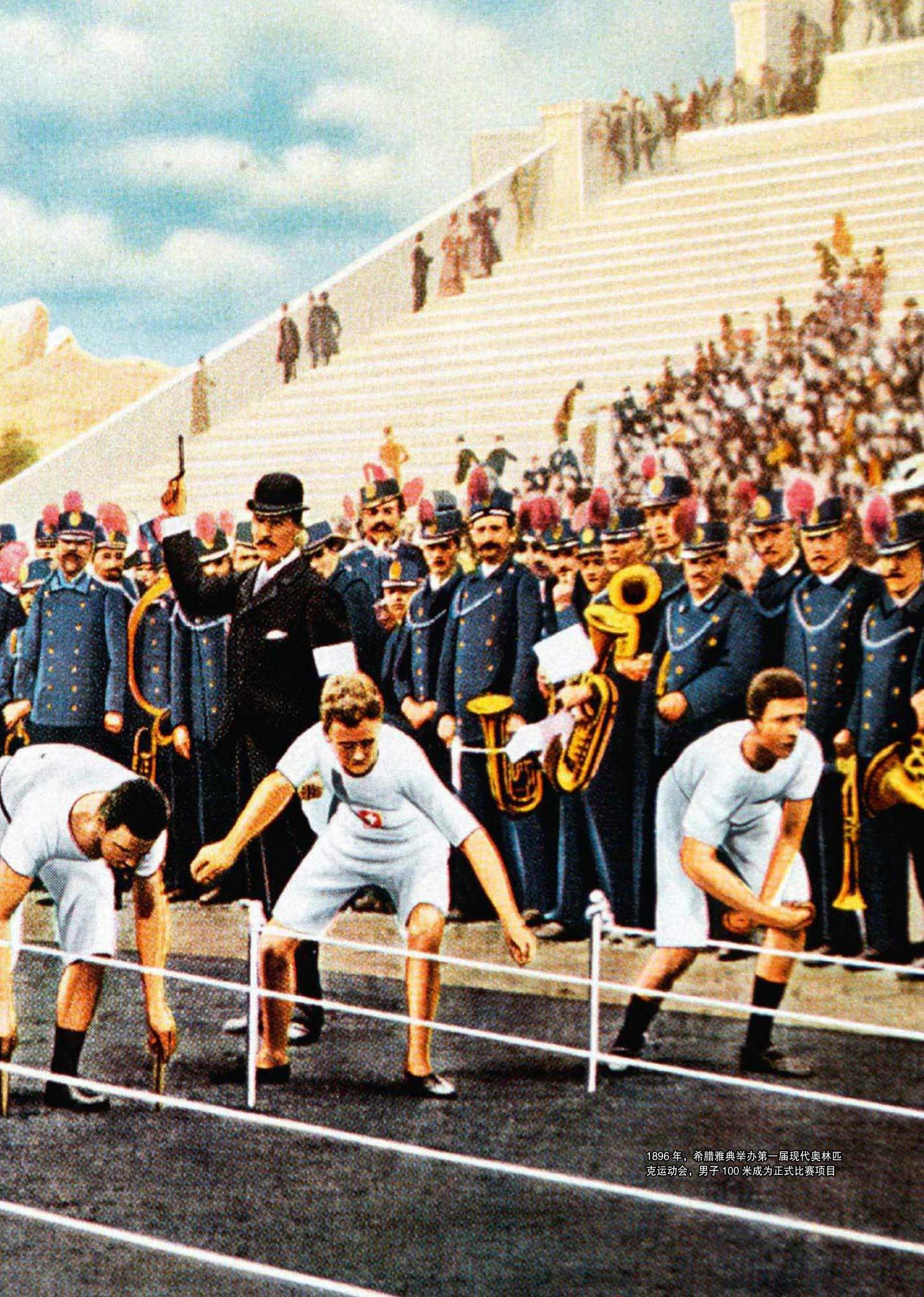
高岗铜盘

出自日本二上株式会社 Futagami 的日用铜盘，传统工艺保留了天然的铸造表面，铜色经过逐年使用会产生微妙变化，形成独特的韵味。Futagami 成立于 1897 年，主要设计以高岗铜为材料的精致餐具及家居用品。

田径之美：运动塑造人生

极限与自由





1896年，希腊雅典举办第一届现代奥林匹克运动会，男子100米成为正式比赛项目



文 / 李伟

几年前，我在广州二沙岛的体育训练中心进行过一次采访。那是南国的冬天，空气湿润而清冽。我就坐在田径训练场的边上，看着矫健的身影飞奔而过。他们都有着纤长而矫健的身材，腰线在身体黄金分割的位置。结实的肌肉，在奔跑时微微颤动，步幅舒展而有弹性。运动起来的时候，每个人都像拉开的一张弓，既充满了力量，又韧劲十足。

去年秋天，我亲身跑完了一次半

程马拉松。过程比想象中要轻松，最大的困难是要在早上5点钟爬起来。但在15公里之后，我也体会到了极限的艰难。此时，跑步于我的意义，就是不断提醒——当你是人的时候，不要忘记自己还是个动物。尽管我并没有完成预先设定的目标，没有超越自己的最好成绩。但我仍旧认可自己是一名成功者，因为我所有的努力都获得了回报。田径就是这样一项非常公平的运动，任何人都必须付出努力、

时间才能取得成功。

现代体育中，田径是最大的一个门类。包括40多个单项，以及由跑、跳、投的部分项目组成的全能运动。以时间计算成绩的竞走和跑的项目，叫“径赛”。以高度和远度计算成绩的跳跃、投掷项目叫“田赛”。田径就是径赛、田赛和全能比赛的全称。速度、高度、远度与耐力是这项运动的竞赛目标。运动员要求在很短的时间内表现出最大的速度和力量，或要求在很长的时

间内表现出最大的耐力。

田径也是最古老的运动。翻开人类起源的历史，我们的祖先正是依靠运动自己的肢体，完成各种走、跑、跳、投、攀爬等动作，才得以获取生存物质，躲避野兽侵袭。随着社会的发展，这些身体活动不再是人类求生存的直接手段，而人们也越来越清楚地认识到，行走、奔跑、跳跃、投掷等身体活动能有效地发展人的体能，改善人的健康状况。于是，这些活动逐渐演变成一种健身和娱乐的手段。

公元前776年，在古希腊奥林匹克村举行了第一届古奥运会。属于田径的“五项运动”是其主要项目，如徒步赛跑（偶尔也会要求选手们身着步兵盔甲或手持盾牌进行赛跑）、手持重物（其形状与现代哑铃相似）的跳远比赛，还有掷铁饼比赛、掷标枪比赛和五项全能（以上四项加角力）比赛。

启蒙哲学家卢梭认为，体育运动的产生源于人类自身的严重缺陷。这种缺陷，就是他反复强调的力量不足与敏捷不够。为了弥补缺陷，人类用了两个办法：一是用大脑发达的智力弥补肢体力量不足；二是人为地创造出体育活动，对肢体进行锻炼，从而让有缺陷的肢体保持应有的力度。体育的意义之一就在克服人类的先天“缺陷”。

为什么田径长久以来都保持着长盛不衰的活力？这与田径的特点有关。

与其他运动不同，田径所展示的是人类肉体最“本质的力量”。也正是源于此，田径当之无愧地成为“运动之母”，拥有永恒的魅力。人们通过田径可以全面发展身体素质，尤其是速度、力量、耐力、柔韧性与协调性，进而提高运动技术水平与成绩。所以，各项运动都把田径作为提高身体素质的手段与技术、战术的基础。田径是最“有用”的运动，也是其他运动的基础。

另一方面，田径不仅强化了人类

的身体，也塑造了人类的精神世界。

人类最早通过田径运动获得了对身体美的认知。古希腊的田径运动员比赛时不着一物，以傲人的肌肉为荣。艺术家们则热衷为胜利者制作雕塑，《掷铁饼者》就是流传下来最伟大的杰作。这座雕塑塑造了一个力与美完美结合的运动员形象，雄健的身躯平衡协调，发达的肌肉纵横交错，把节奏、韵律、力量融为一体。在艺术家的眼里，肉体在艺术作品中的作用甚至比精神还重要。

在古希腊人看来，世间所有事物中，人是最美的。他们认为，健美对身体带来荣誉，而健全的精神就寓于健全的体魄中。如柏拉图所说：“美丽的躯体里比丑陋的躯体里孕育着更多的温情。”所以，“人是万物的尺度”。

有趣的是，古代奥运会中，对于田径运动员所取得的成绩的记录很少。我们还不清楚，先人们究竟能跑



田径本身已经超越了一项运动，成为一种生存哲学。它是对软弱的克服，是不自由状态中的自由呐喊。

多快、跳多高。因为他们对成绩并不感兴趣，认为这不符合体育精神。人们更关注运动本身，视体育为完善自我的方式、方法和途径。在这一时期，人们不以金牌和奖牌数量来衡量田径的价值。

现代以降，“更快、更高、更强”的奥林匹克精神，则成为现代田径运动的写照。人们付出巨大努力的目的就是为了夺取胜利。作为职业选手，现代田径运动员不仅仅把超越自我作为动力，同时丰厚的物质回报也是其不断进取的动力。世界体育离开希腊文明框架，人类对于极限的渴望便达到极致，迫切地想打破一切纪录。而现代田径运动更是借助科学的力量在不断地超越极限，让人类的自然能力

不断提升。

在这个意义上，作为一项体育运动，田径本身隐含着一种无法抹去的精神基因。它一方面承担了自我拯救的作用，让人更像人，更像一个自然的人，一个依旧保持敏锐感与强大力量的英雄。而另一方面，在田径运动中，人类把自己从被奴役的状态中摆脱，从丧失了能力的“文明异化”中解放出来，获取基本的人身自由与活动权利。

于是，通过奔跑，阿甘由弱者成为强者：他摆脱了套在腿上的支架拥有了自由的人生；他在奔跑中穿越美国，把压抑情感不断释放，获得了新的生命。奔跑令杰西·欧文斯成为最伟大的田径运动员，打破了种族歧视的桎梏，让所有人可以公平竞争。博尔特刷新一个个不可思议的纪录，提高着人类速度的极限值。还有无数的普通的田径运动者，他们在不懈的努

力中获得了美、力量、专注以及自信。在看似简单重复的过程中，田径不断塑造着人类顽强的生命力。

因此，田径本身已经超越了一项运动，成为一种生存哲学。它是对软弱的克服，是不自由状态中的自由呐喊。田径不仅仅帮助我们增强了体质，更重要的是，在自然意义上它阻止人的退化，在文明意义上反抗异化。这是田径运动最独特的价值观。

8月22日，作为世界第三大赛事，北京世界田径锦标赛鸣枪开赛。近2000名运动员将展示人类最“本质的力量”，众多新纪录也将诞生。值此之际，我们完成了这一期的封面故事，呈现田径运动恒久的魅力，以及被它所照耀的精彩人生。■

田径之美，身体表达

在所有的体育项目中，田径是身体运动最自然的一种表达方式。人的力量、意志和优美却能从他奔跑与跳跃中得以充分展现，这才是田径的魅力所在。

主笔 / 陈晓 记者 / 付晓英

田径

作家史铁生写过一篇文章，声称自己是个全能的体育迷。“如果这一天电视里有精彩的体育节目，好了，我早晨一睁眼就觉得像过节一般，一天当中无论干什么心里都想着它，一分一秒都过得愉快。有时我也怕很多重大比赛集中在一天或几天，那样我会把其他要紧的事情都耽误掉。”在那么多的体育项目中，史铁生认为田径是最有魅力的。他能说出所有田径项目的世界纪录是多少、是由谁保持的、保持时间的长短。但他痴迷田径的最大魅力倒不在于纪录。“它比任何舞蹈都好看，任何舞蹈跟他比起来都显得矫揉造作甚至故弄玄虚。你看刘易斯或者摩西跑起来，你会觉得他们是从人的原始中跑来，跑向无休止的人的未来，全身如风似水般滚动的肌肤就是最自然的舞蹈和最自由的歌。”

的确，在所有的体育项目中，田径是最接近人本能的运动，它因它的纯洁性而激动人心。奔跑、跳跃、投掷，都是人类的生活和土地更为亲密时代流传下来的乡村文化的一部分。与球类等规则更为复杂，更讲究团体性的运动项目相比，田径运动要古老得多。早在18世纪，人们还不懂得现代体育的专业性和规律性，大部分民众都全

身心地从事艰苦的田间劳动。他们呼吸着新鲜的空气，为生活每天劳作着身体，根本不需要也没有时间进行频繁的、有规律的、会白白消耗能量的体育运动。而那些不需要在田间劳动的贵族，则可以骑马在野外走动，想出各种各样新鲜的花样来锻炼身体和享受田园风光。其中优秀的人都表现出了超人的耐力和卓越的骑士才能，他们所进行的活动有一些与现代田径相关的共同特征：一个田间骑士必然是勇敢又坚忍不拔的，他应当敢于冒险、毫不迟疑地跳过各种障碍，他必须具备跑或者跳的能力。

在传统乡村文化中，体力和耐心是最重要的，这也被认为是现代田径运动的起源。游荡于田野间的有闲阶级发明了各种开发人体本能的运动，也可以说是游戏，比如来自苏格兰高地的掷铁锤，还有源自古希腊的扔铁饼，还有一些在今日田径赛场上已然失传的项目，站立式跳远、站立式跳高等等。英国是乡村体育文化过渡到现代体育文化的重要生产地。在电影《火的战车》中，可以在奥运会短距离赛跑中拿奖牌的林赛爵士，赛场外喜欢做的与跑步有关的事，是在自家花园里摆放一排木栅栏，每根栅栏的一端放上一杯红酒，他轻盈快速地跨过每条栅栏，不能让红酒洒出一滴。





1954年，英国运动员罗格·班尼斯特（前）成为第一个1英里跑进4分钟的人

真正的现代田径运动大约起源于200年前。它通常和凶猛竞争的观念紧密相连，因此运动最强大的推动力是街头赌博。人体力量、速度的比拼都吸引着参与下注的各阶层民众，但最为著名的赌注大多集中在耐力领域。在18世纪的英国，盛大的长距离赛事深受欢迎。首先是一些贵族从家仆中挑选出身强力壮的选手，让他们从事异常艰苦的长途奔袭，以此来投注打赌。因此在18世纪末期出现了第一批知名的“跑步者”。福特斯·鲍威尔是其中最著名的一位。他为了赢得赌注，从伦敦到约克来回跑了几次，跑程大约700公里。1792年，58岁的他还重跑了这段路程，耗时5天13个小时15分钟。大家变着花样来对长距离项目下注，赌金越来越高。其中最著名的一场是关于英国人巴克利上尉的。巴克利上尉出身高贵，身材高大魁梧，天生力大无穷，一看就是块值得下注的好材料。1809年，他在纽马基特和别人下了一个无论是赌金还是行为本身都足以震惊各界的赌注。纽马基特是世界赛马活动的起源地。巴克利上尉打赌自己可以在这片广阔的荒地上，用不到1000小时走完1000英里。这个新奇的赌注吸引了大批人前往纽马

基特围观。最终巴克利上尉完成了他的诺言，并获得1.6万英镑，那时一个农业工人的工资每月只有2英镑左右。

从田野间的贵族游戏，到街头民间娱乐式的赌注，再慢慢过渡到组织化的比赛，田径运动如今已是最伟大的国际性运动项目，任何地方、任何种族的人都可以参与，平等竞争。根本的原因在于除了人的身体，田径运动不需要太多的东西就可以进行。本质上只要有人、有人的身体，你就可以奔跑、跳跃、投掷了。人们想要知道自己能不能比别人跑得更快、能不能把这块砖头或者石头扔得更远、能不能跳得更远，这都是非常自然的事情。

到1850年，以跨国长跑项目为基础的运动会诞生了，举办地在英格兰小镇马齐文洛克。据说法国人皮埃尔·顾拜旦就是观摩了这个运动会，并以自己在维多利亚时代各著名学府里所看到的田径运动为基础，创立了第一届现代奥林匹克运动会，田径被确立为奥运会的第一运动。自从它拥有了一个世界性的版图之后，很多现代史上值得铭记的时刻都在田径赛场上产生了。

反抗

在英国电影《火的战车》里，男主角哈罗德·亚伯拉罕的原型是一位英国的体坛元老——出身富裕家庭，又进入了剑桥大学，看起来走在进入上流社会的直通车道上，但因为犹太人的身份，颇有些神经质的哈罗德·亚伯拉罕感觉到了无处不在的歧视，这种歧视不因为他的经济地位和学历高低而有所改变，他决定用最表现身体本能的方式来反抗社会对他的偏见，获得尊重和身份认同。哈罗德·亚伯拉罕选择了用短跑来证明自己。他在入校时挑战12声钟响结束前，跑完环校一周的路程。如果说，遭遇种族歧视后想获得平等权利是一次自我不得不面对的选择，那么打破700年来从没有人挑战成功的环校挑战赛的纪录，就是一次以自我争取、赢得尊重，甚至坚忍不拔之志的淋漓尽致的诠释。此后，他一路奔跑，最终在奥运会上夺取短跑金牌。在电影里，哈罗德·亚伯拉罕爱慕的女演员问他：“你为什么选择赛跑？”他回答：“赛跑是一种身份，一种武器，对抗我身为犹太人的身份。我是所谓的半弱势族群。他们带我到水边，但不准我喝水。”

无论在哪个时代，人类社会中的偏见和压迫都无处不在。对身处偏见中的人来说，身体中具备的原始能力是最犀利、最有说服力的武器。曾经有研究表明，田径是天才的项目，身体中具备天生就跑得更快、跳得更远、力量更强能力的人是天之骄子。但这种天赋能力并不是自然而然就能完全显现出来，每个走上巅峰的田径选手都有过对自己身体长年累月挖掘的过程。挖掘的过程异常枯燥艰苦，能下定决心这样做的人，多少都具备对现实极强的反抗性。在田径史上，最伟大的反抗者是杰西·欧文斯。这位出生于美国南部阿拉巴马州黑奴后裔家庭的田径运动明星，身高1.78米，体重70



英国电影《火的战车》剧照



1936年，美国田径运动员杰西·欧文斯在柏林奥运会上夺得4枚金牌

多公斤，有着与生俱来的长腿和善于奔跑跳跃的天赋。但在他的家乡，长腿并非优势。杰西·欧文斯很小的时候，当地迷信的村民就认定他是劳苦奔波的人——腿越长，受的苦就越多。

欧文斯的确受过不少苦，他遭受的苦难也是那个时代绝大部分黑人家庭共同的生活。上世纪30年代，黑人还是美国社会的底层人种。杰西·欧

文斯从7岁就担负了每天采摘100磅棉花的家庭任务。上学后，他与所有黑人学生只能住在校外；外出时，他们被隔离在“黑人食宿区”；即使受到所谓“白人旅馆”的接待，也只能从后门进出，还被剥夺了乘坐电梯的权利。除此之外，由于种族的不公待遇，欧文斯没能拿到全部奖学金，他不得利用课余时间继续兼职。他回忆说：

“一切都让人颓废，我和身边的人都找不到方向，只有跑起来的时候，我才能体会到速度与力量，我不喜欢默默地忍受白眼，或者静静地等待命运。”

他只有艰苦地向自己的身体索取，挖掘自己奔跑和跳跃的天赋，作为反抗与生俱来的身份的武器。他曾说过：“大部分人的生活就像一个大衣柜，里面装有一件体面的外套，但更多是些互不搭配的脏旧衣服。而我，毕生的训练只为了那10秒。”1935年5月25日，欧文斯的名字首次被载入史册，当时美国在密执安州召开第十届大学生运动会，开幕前一周，欧文斯意外地从楼梯上摔了下来，背部受重伤，整个一周都无法训练，甚至要靠别人搀扶才能坐上开往赛场的汽车。为了减轻疼痛，他尝试每天泡半个小时热水澡，但也无济于事。即便在这种身体状况下，他仍然在45分钟内创造了田径史上最多的世界纪录：15时15分，100码（约91.4米）比赛成绩为9.4秒；15时25分，跳远比赛的成绩8.13米；15时34分，220码（约182.88米）比赛成绩为20.3秒；16时整，220码（201.17米）栏的比赛成绩为22.6秒。

给杰西·欧文斯令人瞩目的身体天赋染上更浓烈反抗色彩的是柏林奥运会。那是一届希特勒主政时的奥运会。在1936年8月1日开幕式的会场上，纳粹旗帜到处飘扬，德国选手以纳粹礼取代传统奥林匹克敬礼，此次奥运会的主题也成为“雅利安人至上”的种族观念。因此，德国代表团声势最为浩大，参赛运动员高达406人，希望以奖牌数量来证明日耳曼民族是优秀人种。但最终杰西·欧文斯获得了4枚田径金牌，其中包括最重要的男子百米金牌。柏林奥运会是世界上第一次有电视转播的重大赛事，欧文斯在赛场上的表现因此传遍全球，他成为田径史上难以逾越的里程碑。至今，柏林奥林匹克大运动场外的马路仍以他的名字命名。这或许也是对他

毕生为10秒而战的艰苦训练最好的回报。他说：“我很高兴能够向一向充斥着种族歧视的国家表明：没有哪一个种族比其他的种族更优良，上帝平等地创造了我们所有的人。”

极限

1954年5月6日，牛津大学对抗赛1英里（约1.61公里）跑比赛结束，播报员向全场报告结果：“第九项赛事，1英里跑，第一名，班尼斯特，经赛会批准，他所用的时间成为新的纪录，英国的新纪录，欧洲的新纪录，联邦共和国的新纪录，以及世界的新纪录，3分……”现场的掌声将播报员的声音淹没，班尼斯特的成绩是3分59秒4，他打破了4分钟的“魔咒”，成为第一个4分钟之内跑完1英里的人。

打破纪录既是田径赛场上最激动人心的时刻，也是田径运动的一个使命。不管是观众还是选手，一个共同的默契就是见证人类不断成功冲击身体极限。但每次纪录的打破，绝不是



这种能按照自己的规律自由运动的美妙感觉，才是田径运动者能够持续不断冲击人体极限的真正原因。

一件容易的事情。实际上，在田径各个项目的世界纪录中，有半数以上的项目的世界纪录是上个世纪创造的。最古老的田径项目纪录甚至还停留在1983年，至今已沉睡了30多年。而每次纪录的突破，看起来只是数字上些微的变化，背后却有一个非常复杂的关于技术、失败、意志交织在一起的故事，既惊心动魄，又难以诉说。对外人来说，每个田径项目运动员的世界都是封闭且孤独的，所以罗杰·班尼斯特的故事才显得尤为可贵，他是少有的有能力全然了解自己打破纪录的过程，并将其清楚讲述出来的人。

1英里，相当于一个标准田径场的四圈多几步。1英里跑是现在国际赛场上不存在的一个项目，但是曾在欧洲非常流行的项目，属于大不列颠帝国的古典体育文化遗产。罗杰·班尼斯特就读的牛津大学在1英里跑这个项目上有着深厚的学院传统。他正式进入这个项目前，1英里跑的纪录是由瑞典运动员歌德·海尔斯创造的，4分1秒4，10年内无人超越。因此有运动专家断言，认为4分钟是人类1英里跑的生理极限。但罗杰·班尼斯特想挑战这种说法：既然人类可以用4分1秒4的成绩跑完全程，为什么就不能跑进4分钟内呢？他决定身体力行来回答这个疑问。

罗杰·班尼斯特是牛津大学医学院的学生，也是个跑步运动爱好者，从12岁开始就非常擅长跑步，还是长途自行车选手。他对1英里的挑战，是一次非常具有实验性的行为——既有一个运动员对挑战极限的天然野心，还包含了一个医学学者对人体的好奇心。作为医学系的学生，他了解

自己的身体，也擅长分析各项身体指标和生理数据。班尼斯特的训练基本上是由自己主导，他测量自己的耗氧量，发现采用固定的单圈时间耗氧量比变化的单圈时间耗氧量低，于是他将注意力集中到稳定跑完1/4英里上，通过高强度的间歇练习：跑10圈，每圈之间休息2分钟，班尼斯特将他跑1/4英里的时间从63秒降低到59秒；他有两名优秀的领跑员克里斯·布拉舍和克里斯·查塔维帮助他控制步伐，使其在第四圈时也能保持同样的运动节奏；当时很多运动员往往只注重速度，甚至被秒表“奴役”，忽视

了纯粹的肌肉力量，而罗杰·班尼斯特通过爬山、远足等方式有意识地训练自己的耐力和肌肉力量，他还在自传《最初4分钟》（*The First Four Minutes*）中描述了自己与朋友们高速跑下山坡的经历，这不仅能够改善腿部肌肉，还帮他打破了心理障碍。除了通过生理训练控制比赛节奏、增强肌肉力量外，班尼斯特还将跑道和天气视作重要因素。创造纪录那一天，伦敦刮起大风，他犹豫很久，直到风逐渐停下来才最终决定去试试看。

罗杰·班尼斯特的最终用时是“3分59秒4”。他的成功“实验”打破了人们对1英里速度的心理障碍，仅46天后，澳大利亚选手约翰·兰迪以3分57秒9的成绩跑完1英里，打破了罗杰·班尼斯特的纪录。第二年，跑进4分钟的共有37人，第三年，突破的人数超过300人。到现在，一共有超过1300个人打破了4分钟1英里的屏障，目前的世界纪录是摩洛哥人希沙姆·各洛伊在1999年创造的3分43秒。

打破纪录是田径赛场上最独特的骄傲时刻，罗杰·班尼斯特非常清醒地、有意识地推开了人类一扇认知自我身体的意识之门。2004年是罗杰·班尼斯特突破4分大关50周年，BBC制作了特别采访节目。主持人问道，1英里跑的历史杰作是否是其一生的最闪亮财富，班尼斯特坚定地说：“不是，永远不是。”他更为骄傲的是此后自己的神经学科研成果。退出赛道后，班尼斯特奔赴战场为英国军队研发特种药物，编写教材，出任牛津大学学院院长。但如果回到当初为何在跑道上冲击1英里4分钟的初心，他在自传《最初4分钟》里说，自己喜欢跑步的感觉，“在将近10年时间里，每周都要跑25公里”。这种能按照自己的规律自由运动的美妙感觉，才是田径运动者能够持续不断冲击人体极限的真正原因。☑

BB MASK 童颜面具



全球 近红外线 美容面具 创始者

安全
SAFE

有效
EFFECTIVE

权威
AUTHORITATIVE

SA技术, 韩国制造, 每天17分钟, 有益近红外线直达皮下1mm真皮组织, 促进胶原蛋白修复再生, 焕发光彩美肌, 1个月感受变化, 8周达到理想状态。



代理咨询热线: 400-804-7999

欢迎扫描二维码, 进入官方微信订购

敬请关注官网: www.bbmaskchina.com 了解更多资讯

早晨创意集团
BB Mask 中国品牌合伙人

奢易购
BB Mask 中国总代理



刘翔，命运之踵

离开聚光灯后，刘翔的故事，作为听众，大概终于可以平静地倾听了。人生传奇，命运起伏，一个好故事，永远不会过时。

记者 / 刘敏

终局

每场比赛的头一夜，刘翔都要把自己的装备整理一遍。

独自在房间里，他会提前找出比赛服，拧紧钉鞋上的每一根钉子，如果第二天预报有雨，那就再找出一双鞋——做准备活动时穿一双，正式比赛时换另一双；参赛证、号码布都找好，所有物品摆在一起，仔仔细细地检查一遍，保证什么都没落下。

躺在床上，刘翔要在脑海里过一遍电影：第二天热身动作要做哪些，这次的竞争对手都是谁，哪个对自己最有威胁，针对他，自己得准备什么样的战术应对。

这是一套固定的仪式，比赛一切都是未知，但至少眼前这些装备是能完全控制的——现在多准备周全一点，明天的胜算就会增加一分。经历了无数场比赛，刘翔还是会有紧张，不过他一直自豪于可以控制好紧张的程度——少年时他就发现了自己这个优点，他总能踏踏实实睡好一觉，第二天在赛道上轻松自在，对着大家挤眉弄眼地做个鬼脸，不管是滂沱暴雨，还是大风低温，他都能发挥出训练时的最好状态。

刘翔当然也栽过跟头，那是2006年的国际田径世界杯，因为刚刚在前一周的国际田联黄金联赛总决赛上跑到了12.93秒，以0.07秒的优势赢了老对手阿兰·约翰逊，春风得意的刘翔早就进入了状态。田径世界杯赛场在雅典，正是刘翔一战成名的那块场地，明明出国前还跟记者嘻嘻哈哈说“随便混混”，站在跑道上，刘翔突然意识到：“我对赢的渴望程度超过心理预期了。”

刘翔感到莫名的紧张，脑子里一直都蜂拥过来无数的声音：起跑怎么跑？过栏要怎么过？等到冲刺的时候又会怎么样？一连串的动作都在脑子里反复地过，等到发令枪响时，刘翔没有回过神来，边上一道风已经“嗖”地窜出去了。再往前追，已经晚了。12.96秒

和13.03秒，还是0.07秒的差异，约翰逊和刘翔这一次的冠亚军倒过来了。

自从那次之后，刘翔很少再犯同样的错误，专业运动员很多动作都是自动、连贯的，因为在平时训练中已经确认了无数次了。最好的状态就是什么都不要想，等到最后发枪的时候，以最快的爆发力冲出去就行了。

可是这一次，混乱重新出现了。满脑子都是各种混乱的结局，赛场上的结果、大家的反应和赛场之外必将出现的声音搅合在一起，让刘翔没办法镇定下来。

这是2012年，伦敦时间8月7日凌晨，刘翔失眠了整整一夜。这一次他太想赢了，但目标不是夺冠，他知道自己拿不到冠军了。

火箭式成长

第一次参加奥运会时，大家对刘翔的目标也不是夺冠。

在2004年之前，中国观众对110米栏都还很陌生，练这个项目的孩子也不多，三步一上栏等技巧是一个天然的技术门槛，不是每个基层学校都能做这种训练。

刘翔小时候是从跳高跳远练起的，辅助练习100米短跑。有趣的是，在跳高运动员中，刘翔的助跑速度一直是最快的，到了跳远和跑100米时，刘翔又是节奏感占优势。15岁的训练课上，孙海平第一次发现刘翔时，面前的男孩已经长到了1.83米，正是柔韧性强的年龄，胆子特别大，闷着头对着跨栏跑，也不怕被撞。速度、灵活性、身材，都满足了孙海平选材的需要。

大脚趾长、足弓深、跟腱长、爆发力强……各个教练都总结过刘翔的身材优势，刘翔解释这只是因为老师们喜欢他：“其实我自己知道，像我们这样的身体条件，在国内还是有很多的，甚至比我还要好的也有。”孙海平介绍，刘翔跨栏反而是吃亏的，因为刘翔的

刘翔



2010年10月22日，刘翔备战广州亚运会，在上海参加中国田径队训练

腰太长了，导致整个人重心太低。

“阿兰·约翰逊身高1.78米，刘翔是1.89米，两个人站一起从头上看，刘翔高了9厘米。但你看胯，约翰逊跟刘翔差不多，可能还比刘翔好一点。”孙海平对着空气比画出连续的抛物线，“跨栏高度是1.07米，你重心低了，过栏时整个抛物线幅度就大。人离地的一瞬间速度最快，但是一落地，整个就是个减速过程——抛物线越大，最后落地的速度就越慢。从技术上来讲，刘翔跨栏的效率就比别人低。”

“但是好在什么地方？刘翔的悟性和灵活性特别好。”

跨栏是一个技巧性的比赛。纯拼体能，亚洲人很难获胜，孙海平举例，像乒乓球、羽毛球、跳水这样考验神经灵活性、小巧的技术型项目，亚洲选手往往要比欧美选手完成度高。“如

果我们单独跟欧美选手比100米跑，比速度，肯定是要输给他们的。但是110米上放10个栏架，刘翔就能赢他们。”

在70年代，跨栏的训练方法与今日截然不同。跨栏要求绝对的精确，运动员在跨栏时，如果大腿根部与栏架出现很大空隙，会在垂直方向上损失许多速度，如果能贴着栏架擦过去，就是技术高超的表现。当年在北京体育大学有一位徐姓教授，总是在栏架上放一枚硬币，每天就是练习怎么摆腿把硬币踹掉，但同时又不碰到栏。

这样的练习，现在看来简直是种武林绝学，单纯练习精度，其实意义并不大。在孙海平的时代，教练会把运动员看成上肢、躯干、下肢的组合，每个部分都有各自的动作规范。“这样，在大脑神经系统里会形成很多点，想要连贯起来难度特别大。”孙海平现在是把

人设想成一个点，作为一个球来运动。“只要一用力，一推动，整个人就走了。”

70年代的中国，国家竞技体育最强调的是“三从一大”：从难、从严、从实战出发，进行大运动量的训练。最主要的宗旨往往被落到了最后一句。孙海平当运动员时，一周要练25节课，一天4次，从早上6点，一直练到晚上21点。结果孙海平成绩越练越差，到最后浑身都是伤，等到周日大家都回家休息，他还给自己再加一节小灶，上第25节。“练到最后，身体全面垮了。”

到了自己带徒弟时，孙海平意识到这种方法不行。运动员是需要专注的，人如果兴奋时，全身都能准确控制，所有动作都能做到位。如果大脑皮层处在抑制状态，被教练逼着训练，完成是能完成，可质量一定特别差。如

果控制不了自己的运动神经系统，一旦动作变形，必然会出现伤病。孙海平有一次甚至把自己的耻骨从关节上扯松脱了：“教练让我跑多少就是多少，到最后就跟卓别林的电影一样，机器停了手还在动。跨栏时我肌肉已经失控了，一用力，‘啪’一下骨头就扯下来了。”

1972年出生的陈雁浩是刘翔前一代跨栏运动员，在他的时代，每周上12节课，多了一半时间休息。陈雁浩的身体状况要明显好于前辈运动员，这位90年代的亚洲栏王验证了“没有恢复就没有训练”这句话。陈雁浩最终获得过两届亚洲田径锦标赛冠军、一届亚洲运动会冠军和全运会两连冠，个人的最好成绩是13.37秒。

到了刘翔的时代，训练的方式更大胆了，课时又缩减了一半，每周先只上9节，减了几次后，最后只有5节课。每周一、二、三练足，周四必须全天休息，周五、周六大负荷训练，周日放假。刘翔回忆，虽然课时不多，一节课只有两个小时，但是强度极大，要求也非常高，每次动作都必须做到位。

在训练陈雁浩那一代时，孙海平有一二百个训练手段，每天都能练不同的花样，但因为每个动作都未必做到位，很难融会贯通，最后的效果并不太好。到了刘翔这里，孙海平开始做减法：这个手段没成效，去掉；那个有一点效果，先放放；剩下这个特别有针对性，完全契合，马上拿过来。

最后，刘翔的专项训练只保留了十几个，每个练习内容做三四十次，会抵过去几天甚至几周的训练效果。更强的针对性让训练效果事半功倍，避免了一味使蛮力的浪费。

阿兰·约翰逊、科林·杰克逊、阿尼尔·加西亚……那些早已赫赫有名的世界冠军，也是刘翔青年时的偶像。“他们是我的参照，跟教科书一样，我会看他们的录像，然后再跟我的身体条件做结合。”学习期的刘翔要追的

课很多，要加杠铃，训练自己的基础力量，要拉韧带拉得掉眼泪，还要坚持吃早饭，要长个子。很多动作刘翔都还做不出来，这不妨碍他专注地研究录像里的阿兰·约翰逊，崇拜地看这位名将过栏时“灵巧得像猫一样”。

孙海平最初只看出刘翔是个好苗子，额外加了些小灶，可没想到，从1998年下半年开始，一直到2004年，“他整个发展状况一直在直线上升，以前很少有人能每年都这么提高”。

2001年4月，中国田径大赛宁波站，13.45秒，第一次战胜陈雁浩；

2001年8月，北京，世界大学生运动会，13.33秒，第一个世界冠军；

2002年7月，瑞士洛桑，国际田联大奖赛，13.12秒，打破了尘封24年的世界青年纪录；

孙海平原本只想再培养个“亚洲栏王”，把之前的成绩保持住就行了，没想到刘翔的成绩，“像是坐火箭一样，‘嗖——’一下就上来了，练到最后，我感觉刘翔太有希望了”。

夺冠

凌晨4点，我回到了自己的房间。在洗澡的时候我才发觉，我整个人其实都虚脱了，连手都举不起来。勉强洗完澡之后，我把金牌塞到了枕头底下。然后一想，还是不放心，我又起身，把房间内所有的门和窗子全都锁了起来，这是我在雅典奥运会之后第一次锁门。我也说不清到底是为什么，我只是觉得，这枚金牌可能是这一生中对我而言最宝贵的东西，我绝不能失去它。随后，我就一头栽倒在床上，昏睡了过去。

——摘自《我是刘翔》第八章“决战雅典”。

2004年8月27日，雅典奥运会，12.91秒，刘翔打破了奥运会记录，并追平了科林·杰克逊在1993年创造并保持11年的世界纪录，为中国夺得了

首枚男子田径奥运会金牌。

一觉醒来，21岁的刘翔已经是一位超级明星了。

奥运会后第一次回上海的家，刘翔的小区里冒出来汹涌的人流，“比小时候国庆节外滩看灯人挤人还要恐怖”。从小区门口到家门口，差不多也就110米，赛场上13秒不到的距离，刘翔那一次走了30多分钟，到了后来，纯粹是双脚离地被群众架回家里的。各种社会荣誉纷至沓来，活动和邀约也打破了刘翔平静的生活，小学、中学、大学母校的活动要出席，政府、企业活动要站场，刘翔父亲领导的孩子结婚，也要给个面子，最后不得已，干脆做了一个刘翔本人大小的纸板放到现场。

“我自己也感觉生活彻底变了，要想去市中心逛个街，就会立刻被人围上。我当时还是想给自己一个相对清静的生活，因为那时除了爸妈、教练会说我不行，其他所有人都在捧我。我做这个是对的，那个也是对的，我当时觉得大家怎么都这样，但其实自己也很享受这种感觉。”

我们问刘翔，是不是当时起了个网名叫“超级身不由己”，他立刻连声反驳说这是个假消息，一直是媒体的以讹传讹。“我从来没有说过自己身不由己，哪里会苦大仇深地抱怨什么，我不会，内心里我还是觉得自己很幸运，很感恩。”

在2002年，刘翔签了耐克和可口可乐的合约，代言费分别是50万元和35万元。2003年，刘翔的收入是160万元。在雅典奥运会之后，刘翔立刻身价倍增，凯迪拉克、平安保险、安利纽崔莱、VISA、伊利……各种体育之外的赞助商也找上门来，在2007年时，刘翔当年的广告收入已经达到了约1.63亿元人民币（2380万美元）。

刘翔变成了一个中国田径的符号，媒体划拨了大量的版面，专门关注刘翔的一举一动，很多田径记者是否要

出国写比赛，编辑部唯一的判断标准就是：“没有刘翔就别去了。”

刘翔也确实不负众望，他着实过了一段战无不胜的生活。孙海平统计过，刘翔出国比赛的次数和成绩，至今没有其他中国运动员超过他。之所以频繁出国参加大赛，这来自孙海平过去的教训。

在刘翔之前，国内观众对田径比赛的热情并不高，孙海平的经验里，只有青岛这个城市喜欢田径，全国性比赛时有人山人海的观众，在其他地方比赛，观战的普通人几乎寥寥无几。长期在这种清静的环境下比赛，一出国参加大赛，运动员就容易吃大亏。1985年，孙海平第一次带队出国参加世界锦标赛，在瑞典哥德堡，一位女运动员刚一进赛场，就被座无虚席的观众台吓蒙了，在欢呼和闪光灯下，这位运动员整个人都吓傻了。

“从来没见过这样的阵势，后来她就稀里哗啦，不知道自己是怎么跑下来的。比赛结束我自己回国都没法交代，只能说反正她一进去，连走路都不会了。”

到了刘翔这里，在2001年拿过大学生运动会、东亚运动会、全运会的冠军后，他的成绩足以参加国际比赛了。孙海平决定让18岁的刘翔见到更多的世面，跟田管中心争取到机会后，常常师徒二人就拎着大包小包出发了。2002年前后，出国比赛时师徒没有翻译，刘翔要跟其他国家运动员挤在一个房间休息，克服不同国家的生活习惯。孙海平每次出国都要带上海的腐乳、榨菜，刘翔有时还会自己带方便面。

到了2005年，因为刚刚拿了奥运会冠军，刘翔处在极佳的竞技状态中，世界任何地方有跨栏大赛，都会给刘翔发邀请函。此时再出国，已经有随队医生、领队和赞助商同行。“像耐克这样的赞助商，会帮助刘翔参加国际大赛，第一时间了解其他顶尖运动



教练孙海平

员的竞技水平。”孙海平回忆，过去的艰苦条件也彻底被改善了，耐克专门负责运动员的团队会专门订好车接机，飞机一落地，就有全套服务人员带路，在赛场外额外安排住宿，领着师徒到中餐馆吃饭。在这种科学和精细的保障下，刘翔在欧洲时，曾经18天里比过六场顶级赛事，三场夺冠、两场第二，一场第三，这个纪录至今无人打破。

这种参赛会带给刘翔巨大的快乐，因为他的状态实在太好了：“拿了某一个比赛的冠军，你就可以被称为一个

优秀的田径运动员，但在我看来，这个国家、这个大洲、世界锦标赛、世界室内锦标赛、奥运会……我都要拿冠军。”

2006年7月11日，国际田联超级大奖赛洛桑站，12.88秒，打破了封尘13年的世界纪录。

2007年8月31日，大阪世界田径锦标赛，12.95秒夺冠。至此，刘翔成为男子110米栏的奥运冠军、世界冠军和世界纪录保持者集一身的大满贯得主。

2007年，刘翔真的像集邮一样，集齐了所有的冠军。很多运动员拿到职业最高奖项后，会陷入到失去目标的迷茫中。对于刘翔而言，此时他的个人声誉、财富、职业水平都已经达到了巅峰。继续参加比赛，坚持枯燥的训练，会不会葬送已经到手的成功？

“拿到就是拿到了，当时心态很平静。其实亚运会和全运会冠军，我都是拿了三届。当你达到了一个目标，就会寻求下一个目标，这才会让你的人生有价值。”刘翔评价，“其他都是附加值，不是你的主线。最主要的还是你所热爱的项目，内心所热爱的东西。”

——“你所热爱的”指的是什么？

——就是追求速度，和速度去拼，和时间去赛跑。

——你还是很享受你的职业是吗？

——当然喜欢了，就像生活中的一部分，就像一个亲人。

2008年，刘翔其实也只有25岁，很多同龄人才刚刚踏出校门参加工作。刘翔提前迎来了个人的辉煌时期，未来看起来有无限可能，没有任何理由让他不把眼前的一切继续下去。

然而，刘翔长期做的是一种极限运动，他一直在对抗自己身体的机能，跑出一个人类从未跑过的速度。几乎所有顶尖的田径运动员都出现过肌肉拉伤，这种最常见的运动伤害，刘翔一直到退役都从未出现过。一切看起来都异常完美，直到他的跟腱出现了问题。

八步改七步

2012年2月18日，伯明翰室内赛，7.41秒，并打破自己保持的亚洲纪录

2012年3月11日，土耳其伊斯坦布尔室内田径世锦赛，7.49秒，亚军。

2012年5月19日，国际田联钻石联赛上海站，12.97秒夺冠。这是刘翔2008年之后第一次跑进13秒，同

时创造了当年世界最好成绩。

2012年6月3日，国际田联钻石联赛尤金站，12.87秒夺冠。遗憾因风速超过标准，这一成绩未被认定为破世界纪录。

整个2012年上半年，刘翔感觉“状态和身体状况都特别好”。2008年因伤在北京奥运会退赛后，刘翔取出了右脚跟腱里的3个钙化物和1个骨刺，慢慢重新找回竞技状态，他的脚有时还会出现酸痛，“但我每次比完赛都冰敷，当时没觉得是大问题”。所有人都觉得，刘翔回来了。

在头一年，刘翔刚刚“八改七”——起跑跑到上第一个栏从八步改成七步。刘翔的前半程一直偏慢，他说这种改动“让我从起跑开始，从第一个栏架到第三个栏架都有明显的提速”。最初刘翔看到罗伯斯和大卫·奥利弗改成七步时，还没有动心，因为这两位黑人选手的身体条件和爆发力都要强于刘翔，他们身高腿长，攻栏力量足，有强大的力量做支撑。“但后来看到另一位美国运动员，身高1.8米左右，最好成绩是13.2秒多，他也改了七步，这一下触动了我。”刘翔说。

“八改七”实际上是对固有习惯的彻底挑战，需要重新做一系列技术和体能训练。刘翔只花了两个月零几天，就适应了新跑法，2011年的5月是邓禄普上海田径黄金大奖赛，对手大卫·奥利弗正是所向披靡，连续保持了20场冠军，刘翔第一次在比赛中采用了七步上栏，就以13.07秒夺冠，终结了奥利弗一年多的不败战绩。刘翔兴奋地说：“当时这是我在奥运会之后的最好成绩，特别特别高兴。”

奥利弗的“八改七”是花了一年多时间才适应的。“今天看刘翔，我觉得他真的太了不起了。他的表现一方面说明他的伤真的恢复得很好，另一方面说明这种技术真的很适合他，他这种积极改变的态度给他带来了回报。而且，他真的是一个内心很强大的运

动员，在这种压力之下能够保持自己，依然知道自己要什么，知道这项运动的真谛是什么，真的很不容易。”

跨栏是一项极限运动，看起来只有十二三秒钟。如果跑1万米，大家很容易理解会出现体力不支，要匀速使用能量的道理，但是浓缩到13秒里面，我们很难想到这里也有巨大的体能消耗——腿部肌肉一直处在急速收缩、舒展、收缩、舒展的状态，越快来不及放松，到最后就会僵直抽搐。人的能量也不会无限量地提供，在孙海平过去的训练里，主要侧重的还是刘翔过了前三个栏后，后面的80米。

这是不同人种之间的田忌赛马。“黑人选手很容易立刻兴奋起来，他们‘啪’一下子就冲出去了，中间是维持速度，到了最后两三个栏时，他们的速度就会‘啞’一下子掉下去了。”孙海平还是愿意画曲线来解释问题：“我们亚洲人，脑弧啊、肌肉啊，兴奋起来比较均衡，从速度曲线上看，刘翔前面的高度低，但是到最后，跟欧美选手有个交叉，刘翔的速度也会下降，但幅度较小，欧美选手是直线下降的，我们赢就是赢在这个。”

师徒二人合作了十几年，孙海平已经对刘翔的状态极度了解了，因为高密度参加国外顶级比赛，反反复复与几名一流选手接触，对对方的情况也知根知底。在比赛之前，选手们的热身情况会泄露天机：慢跑、大步跑、牵拉肌肉、栏侧练习，换钉鞋后的加速跑、起跑、快速过栏……从换了钉鞋之后，孙海平就一直在飞快衡量对手们的状态，速度、力度怎么样、有没有激情。如果对方出汗少，说明至少2/5的情绪是抑制住的，全身没有动员起来，那他今天就没有什么威胁。如果对方满头大汗，技术状态奇佳，“那这次必须玩命了，不玩命我赢不了他”。

“实际刘翔到最后，想快就能快起来，对自己身体控制很随意了，现在

很多运动员都没有这个能力。”

以刘翔团队的理解，一切都沿着回归的状态走，“八改七”成绩上去后，所有的训练都围绕七步来进行。直到2012年7月13日，刘翔的29岁生日，刘翔退出了钻石联赛伦敦站的110米栏决赛，对外发布是肋间肌有点酸胀感，实际上，是4年前的跟腱旧疾复发了。

命运

2012年8月7日，刘翔穿了一身大红色，再次站在了奥运会赛场上。

此前的半个月，他一直在德国养伤，整个状态其实已经是“期待奇迹出现”了，只要一跨栏，跟腱就有反应，连走路一发力，都会有肿痛。中间有一次训练难得没反应，第二天又不行了。“那时候训练一次，就要休息几天，全部节奏都被打乱了，其实已经不是一个正常的训练方式了，只是想着比赛时能（上场）。”

“那不是上火，是煎熬。”4年前北京奥运会的场景一直在刘翔脑中上演，这也许是刘翔真正“超级身不由己”的时刻：“其实我每一次比赛都是不放弃的，这次进了奥运村，吃也没吃什么，睡也没怎么睡，我就在想，到底会怎么样。”

对于外界，刘翔团队只披露了部分的真实：肋间肌好了，没问题了。在镜头前，跟腱也是好跟腱，完全看不出异常——这也是所有人都在赌的原因，只有在极限状态下才能真正知道脚伤的情况。上海第二体校副校长李国雄，一直负责刘翔的后勤保障，他告诉我们，当时给刘翔的跟腱做核磁共振，只能检测出里面有点水肿，但是一旦转成高强度使用，谁也不知道会发生什么。

为什么不提前跟媒体说呢？

“说给谁听啊？谁愿意听你说啊？”三年之后，在上海第二体育运动

学校接受采访的刘翔给了这样的答案，“我只能做自己，做一个运动员应该做的。其实对于自己挺残酷的，这真的已经是一个人不应该去面对的事。”

只有田管中心、教练、队医知道刘翔的真实情况。李国雄感慨，如果早知道跟腱会断，“我拦车一样也要把他拦下来”。但是当时大家的预期就是能坚持一个赛次，成绩已经不重要，预赛不出线也是给大家一个交代。“运动员在这个时候是绝不想也不会放弃，还是想多跑一程是一程，这是运动员的一个本能……刘翔本身还是有不服输的精神，他更不想被别人指着鼻子说。”

孙海平的解释是：“有时候确实迫不得已。一方面是，这个比赛你必须赢，作为我来讲，我必须让他顶；另一个，在有些场合，我们过于相信大夫的意见。”

究竟是国外的大夫，还是国内大夫？上场前有没有医生签字？

孙海平回答：“这个话题就打住吧。归纳起来，我现在确实是一个遗憾，一个可惜。”

伦敦预赛当天，刘翔穿的衣服与平时比赛完全不同。刘翔不喜欢紧身服，在2012年之前，刘翔一直坚持穿肥肥大大的宽松衣服，跑起来兜风，吹得像气球。但是当天，刘翔穿了一身红色紧身比赛服，这一件是耐克为刘翔定制的Nike Pro Turbospeed战袍，之所以刘翔决定换装，是因为穿这件衣服参加100米比赛，能比北京奥运会那件快0.023秒。

“刘翔还换了一双新跑鞋，每只仅160克。”耐克大中华区资深传播总监黄湘燕还记得，为了这双鞋，刘翔去了几次耐克的美国俄勒冈总部，在实验室里反复测试，完全根据他自己脚型的受力点，把所有钉子重新排列，只剩下最适合发力的5颗。耐克会让顶尖运动员成为测试设计新产品的一部分，并根据顶尖运动员们的反馈，深度分析后为其制作最适合的装备，

刘翔的战靴用最新的科技精简了一切重量，但根据他的意见，耐克为他保留了一双笨重的搭扣——只因为每次起跑前，刘翔的最后一个动作永远是撕开鞋上的搭扣再次粘牢，这是他减压的唯一一个小迷信。

粘好了搭扣，装好起跑器，刘翔对着镜头笑了一下。“那个笑，其实里面有各种味道。”刘翔说。

发令枪响，七步以后，刘翔的跟腱断了，他重重地摔倒在在了栏杆上。

回归生活

见到刘翔，是在上海莘庄的第二体育运动学校，这是刘翔在上海的训练基地。选择在这里接受采访，应该是刘翔觉得最舒服的地方。

2012年伦敦退赛之后，刘翔在英国做了手术，又去美国明尼苏达州做了11月的康复治疗。回忆在美国的生活，刘翔承认自己心情很抑郁，“很难熬，是一个考验”。

在之前的聊天中，刘翔一直很照顾在场所有人的感受，问题之间遇到几秒钟的空当，他会自己接着刚刚的话茬继续说，怕大家冷场会有尴尬。但问到这一次的康复训练，刘翔并不愿意多说什么，每个问题都一句带过，然后是长久的沉默。

也许伦敦奥运会提前一两个月进行，刘翔会以一路上升的状态完成这场世人瞩目的比赛，而不会遭遇如此惨烈的跟腱伤害。如果时光能重来，团队能制止这场伤病吗？李国雄叹了一口气：“很多时候这都是命运的问题。”

刘翔是拄着拐杖去的美国，右腿上的鞋套从踝关节一直套到膝盖，里面都打着石膏，一动不能动。到了美国后，拆掉石膏露出被包裹了两个月的右腿。“我看着小腿肚怎么就剩个皮包骨头？”他说。

那些萎缩的肌肉，是刘翔曾经极度自律的训练下得来的——老对手罗

伯斯曾经说过，他虽然崇拜刘翔，但并不羡慕他，他的生活远比刘翔要自由。在成名后的10年里，刘翔一直过着极度自律的生活，每年春节，大年三十上午练习，下午回家过年，初二吃完中午饭再回校训练。每年只有在一个赛季结束时，能享受到一周的假期。

在满世界飞的十几年里，刘翔只度过两次假，是跟父母去江浙，每次三四天时间。

刘翔几乎不吃零食，每天20点之后完全不进食。为了防止误食兴奋剂，他永远只在队里和家里吃饭，一切以保证营养为主。那些辛辣的、新奇的美味，刘翔几乎从来不碰：“如果你吃过了那个味道，时间长了就会馋，那从一开始就不要知道那个味道。”

多年来他没法像那些职业运动员一样，自由地安排自己的时间、饮食和家庭生活。绝大多数时间，他都在莘庄训练。即便练了这么多年，刘翔在每个星期都会冒出“今天不想练了”的念头，高强度的训练后人总是特别疲惫，几乎没法与惰性抗衡，但到了最后，他还是会准时起床。“我自己还是知道自己，虽然很疲惫，但大脑还是要正确地支配自己的身体。”

靠慢慢地牵拉、引脖、做超声波，那条飞跃栏架的腿渐渐能用了，第一次撤掉拐杖时，刘翔都有些害怕，因为太长时间没靠自己走过路了。“一点点试验迈出步子后，当时特别开心，特别高兴，特别激动，就觉得自己又可以走路了。”

从美国回来，刘翔一直没法重新穿上钉鞋，他已经32岁了，病愈后的速度一直上不来，跨栏也很难再找到过去的感觉。他的队医曾经透露，刘翔回国后最好的成

绩是13.50秒，这对他来说已经完全没有意义了。

刘翔此前预测自己的运动生涯会到33至35岁，如果不是跟腱的问题，其实刘翔的能力还会再提高，运动生命会一直延长。我们问孙海平，刘翔的跟腱断裂，他会不会心痛和自责。孙海平沉默了半天，说：“我是属于比较保守的教练员，国内所有教练员安排的训练，没有一个比我更少的了。”

在莘庄的室内训练场里，刘翔的照片还挂在入口处，因为时间太久，已经晒得褪色了。他已经完全改变了这个项目，刘翔是田径赛场上中国人的第一个偶像，短跨历来是中国田径的一个软肋，他的成绩也促进了这个项目水平提高。孙海平总结，在刘翔之前，国际上只有科林·约翰逊和阿尔·约翰逊跑进了13秒，在刘翔之后一个亚洲人的突然崛起，又带动了

五六个欧美选手冲入了13秒大关。

在国内，陈雁浩的时代，13.80秒到13.90秒就能拿到全国冠军，但想在世界锦标赛达标绝无可能，在刘翔之后，整个中国短跨水平都大幅提高，现在每一次世锦赛，国内至少有三人达标。

孙海平在训练新一拨的运动员，现在练田径的人没有过去那么多，以前在上海就能找到很好的运动员，现在要放眼全国。经历了巅峰时代，再从头带“95后”的小孩子，孙海平自己没什么问题，他说：“我是能上能下的。”怕年轻队员们偷懒，每个人跨栏时他都要在旁边喊拍子，一个人就要喊30多次，孙海平现在的伤病反而是在嗓子上。

刘翔已经在4月7日宣布退役了，他的新闻从体育版到要闻版，再到娱乐版，现在终于暂时恢复了平静。他

还是过着自律的生活，很多男运动员退役后，“一下子就把胃放开了，思想也放开了。朋友在一起没有节制，酒一喝，夜宵也开始吃了”。刘翔有两个师弟，刚一退役就迅速胖到了200多斤，刘翔现在175斤，每天健身，身材看起来跟过去没什么区别。

“现在的生活还是沉淀、沉淀一下。”刘翔拒绝了很多活动和真人秀的邀约，尝试过一段平淡的生活。最开心的也许是刘翔的妈妈吉粉花，她曾经说过，刘翔是“国家的儿子”，自己不能多掺和儿子的私事。现在她的儿子回来了，三口人每天生活一起，“之前缺席的时间，现在都陪回来了”。

(实习生胡雨薇、付雪航对本文亦有贡献)



2014年2月3日，刘翔在上海东方绿舟训练馆进行体能康复性训练



(黄宇摄)

苏炳添

道，但他发出的声响超过任何一组队员。站在终点处，远远就能听到他呼哧呼哧的呼吸声，像一台马力强劲的发动机，冒着蒸汽轰隆轰隆撞向终点。蹲在跑道边的年轻队友们低声惊叹：“有杀气啊！”

天赋

赛场之外的苏炳添，是一位身材并不特别醒目的小个子年轻人。对专业田径运动员来说，身体就是他们的才华，有人一看就拥有压倒性才华，有人拥有马马虎虎的才华，也有人只有难以称为才华的才华。很难一眼就对苏炳添进行归类——看上去也让人觉得健康强壮，可不会就此确定他是一位亚洲顶级的短跑运动员。虽然略有黝黑，但皮肤光滑，甚至给人干净白皙的印象。说话时常常看着对方的眼睛，眼神虽然锐利，但并不咄咄逼人，是那种冷静观察、沉稳分析的眼神，其中有一种自然而然，能感染他人的镇定。

这种性格被认为是苏炳添的天赋之一——不容易紧张，具备相当程度的自我放松能力。美国著名短跑教练温特说过：“教会任何一个田径运动员掌握放松的能力，会取得好的，甚至惊人的效果，特别是对短跑运动员的成绩起很大的作用。”美国田径名将刘易斯也这么总结自己的成功秘诀：“比赛时要保持注意力集中，同时要非常放松，在50米以前我加速，然后只要放松肌肉，越是放松速度保持就越好。因此，我自70米至终点比任何人都跑得快很多。”一项对世界优秀短跑运动员的研究表明：短跑运动员的百米跑成绩由10.9秒提高到10秒的诸多因素中，爆发力的提高占20.57%，力量的加大占12.34%，而放松能力的改善占到21.57%。

当苏炳添还在中山市古镇初级中学的田径训练队时，启蒙教练杨永强就发现了他这个特质。杨永强是在学校的篮球架下发现他的，这个故事随着苏

炳添在国内跑坛崭露头角，已经被讲述过很多次——一天放学后，一群孩子聚在一起比赛谁能跳起来摸到篮球架，苏炳添刚进初一，身高只有1.55米，却表现出了与个子不相匹配的爆发力，他很轻松地摸到了篮球架，于是在旁观战的杨永强将他召进了学校的田径队，每天放学后跟着做做基础训练。

当时的古镇初级中学并不以短跑见长，尽管有田径部，但只是体育老师杨永强统管各种项目，没有短跑的专职教练，也有些年头没拿到过市里的短跑奖牌。刚入队时，苏炳添的表现并不起眼，甚至两年都没有参赛资格，只是每天跟着田径队训练一个小时，没人督促，也没人鼓励。多年后杨永强回想起来也觉得奇怪：“他每次都按时到。放学后就来，跟着做完练习就回家，既不多话，也没旷课过。”就这样默默无闻跟练了一年多，直到初二才有机会跟着杨永强去看镇运动会的比赛，给参赛的短跑选手做后勤，帮着在砂地上砸长钉子固定起跑器。

但随着身体发育，苏炳添逐渐表现出了短跑的天赋。他初三时长到1.65米，在同龄人中倒不是可以拿来炫耀的身高，但在每周的测试上能跑到11.5秒左右，跑姿非常协调流畅。当时古镇体委主管田径的总教练陈丽英记得，第一次看苏炳添跑步的印象是“步频快，自然动作很好。有的人跑起来很用力，但就是不向前。他跑起来很轻松，却有很‘去’的感觉”。2006年中山举办市运会，古镇没有合适的100米运动员参赛，杨永强刚好上镇体委办事，就随口说了一句“让苏炳添去试试吧”。他在这次市运会上跑了11.3秒，只比第一名差百分之一秒。

这是苏炳添踏上专业赛道的开始。除了成绩之外，他不温不火又镇定自若的性格更给人留下印象。“我们带孩子出去比赛，紧不紧张一眼就能看出来。赛前四处张望，脸色紧绷，不停跑厕所，前一晚睡不着觉，各种状况……但从来没有看到苏炳添这样。”杨永强回忆，“市

运会那次跑完后，因为成绩不错，有教练来问他，他也很淡定，就说有什么去问我老师。”或许因为这种镇定的天性，苏炳添在比赛时有极高的专注度。陈丽英曾多次带队去市里参加比赛，这位教练说：“有体育特长的孩子一般都调皮好动，相互打闹，常常会忘记做赛前准备，需要老师一再去提醒，但苏炳添比赛前会自己默默地做好准备活动，不听别人讲话，也不跟人打闹。”

要说成绩的话，当时在他上面还有不少人。虽然成为地方赛事上的热门人选，仍然还不是让人一眼就下定决心要培养的种子选手。陈丽英曾带着苏炳添几次去市体校，两位男教练都没有看上他，觉得他身材太矮，将来没有发展空间。但对有能力洞察运动员素质的人来说，苏炳添无疑是个充满魅力的选手。他不是那种天才型运动员，看一下外表就让人心悦诚服，但反过来说，他那样的身材竟能跑出这样的成绩，说明他身上必定有特别的地方。

教练

袁国强看起来和苏炳添是同类型的运动员，他身高不到1.70米，却创造了中国男子百米电子计时的第一个全国纪录，之后又两次打破自己的纪录。他拥有小个子运动员天生的高步频，以及不太容易获得的大步幅，还有因为身体而不容推翻的自信：“百米短跑没有障碍物，运动员只需要不停地翻动双腿向前跑，对身材的限制是最小的。”他现在是苏炳添的教练，钻研的是如何将步频、步幅与身体条件完美结合的理论。

袁国强从2007年开始带苏炳添，他对这个年轻人的第一印象是“跑起来很协调，像一个球”，而他的任务是帮苏炳添“把小球变大球”。也就是说，在保持高步频的前提下，加强他的核心力量，增大步幅，同时保持动作协调和流畅节奏——这是一件技术含量相当高的事情。

都是广东人，都是小个子的百米选手，让这对师徒间有不同寻常的默契。苏炳添冷静地坚守自己的节奏，扎扎实实地独自消化训练计划，训练结束后会写日记，记录自己的在训量，应该怎么练，应该注意些什么。袁国强也相信自己会动脑思考的苏炳添。“训练上的自觉性是苏炳添的一大优点。”袁国强说，“他看中了一件事就会认真去做。比如他想着破10秒，他的训练就围绕这个目标展开。即使是比较枯燥的力量训练，他每次都做得很足、很认真，不会说坐在那里聊天或者拿着手机看，属于那种投入、敬业的运动员。”训练场上的他们看起来保持着彼此都感觉舒适的共生关系。袁国强不会不分青红皂白地发号施令，也不会亢奋地大声喊叫，鼓吹“精神论”，只有回放跑步视频时，他们才在一起用粤语低声交流。双方有一种沉默的尊重和信任，苏炳添接受采访时也不见他守在旁边，只是中途进来，默默往桌上放了两袋芒果干。

袁国强用这种淡然的态度处理了不少波折。苏炳添刚上省队时，正好遇到宿舍装修，只能住在地下室，房间阴沉，蚊子又多，除了一张床，其他什么都没有。他给启蒙教练杨永强打电话，说“住的地方条件太差，要回家”。杨永强托人给袁国强带话，想来看看苏炳添，安慰他一下。袁国强轻描淡写地拒绝了：“不用来看，过一阵习惯就好了。”2010年苏炳添大腿后肌受伤，伤好后仍然有心理阴影，跑两步就说后肌痛，不敢再跑，袁国强安排他去参加深圳大运会，用比赛刺激他站上跑道。作为国内早期的一流短跑选手，袁国强了解这个项目，有能力判断选手的状态低迷是真实的身体劳损，还是心理恐惧，也有耐心等待他们成长的自觉。2012年伦敦奥运会男子百米半决赛，苏炳添在起跑大幅领先的情况下，途中跑被博尔特超越后动作变形，跑了小组最后一名，他回来后下定决心要改技术。“我跟教练谈这个问题。”苏炳添

回忆，“教练说，我带过这么多运动员，没有一个运动员像你这样，从2007年开始，你一年都没有调整过。”

袁国强和苏炳添最重要的一个共同点是，他们都有着平静的野心。不管生性如何稳重，不说大话，不做夸张或者戏剧化的表演，但都不能妨碍他们的野心勃勃。或者说，野心勃勃就是优秀短跑运动员的基因之一。如果没有极强的求胜欲望，没有那种在枪响后不管不顾闷头向前，在咫尺之间的对手用速度荡开的气流里，跑出自己气流的气势，就不可能成为顶级的短跑选手。

苏炳添的野心是跑出自己的个人最好成绩，站上奥运会前八的赛道。袁国强也有相似的野心。他告诉过苏炳添，自己曾经有机会参加1988年汉城奥运会，但因为种种原因没能成行，这是他运动生涯中最遗憾的事。因此在采访时，袁国强并不热衷谈论一个多月前苏炳添在尤金破10秒的话题，反而回忆2008年全运会百米决赛上，苏炳添跑出10.28秒的成绩才是他最感兴奋的事情。“训练两年就能达到健将水平，说明他确实是个苗子。”袁国强说，他更关注队员的成长性，因为他有更远大的目标，就是寻找到身体和意志都可堪挖掘的选手，精心培养，将他送上一流高手的赛道。

抢跑

2013年8月11日，苏炳添站上了莫斯科田径世锦赛男子百米半决赛的赛场，这是他第二次站在世界最高水平赛道的门槛前。2012年在伦敦奥运会上，他也进入半决赛，创造了中国人第一次在奥运会百米项目进入半决赛的历史。2013年的竞技状态持续走高，他对莫斯科的赛场有更大的期待。前一天晚上室友因为身体不适，在房间来回走动直到夜深，但似乎并没有影响苏炳添的状态。他站在起跑线前，面对镜头，狠狠甩出手臂做出开枪的动作，眼中闪过坚定甚至有点蛮横的眼神。

同样站上这个赛场的还有张培萌，他看起来更像那种天才型短跑选手，身高1.86米，出身北京的体育世家，少年得意。2007年，苏炳添进入广东省队开始成为一个专业运动员时，张培萌已经是百米项目的全国冠军。日本陆联（田径协会）在做调查时，将他作为中国百米短跑最高水平的代表，研究他的比赛视频，认为他的力量和爆发力虽然不及黑种人运动员，但技术一流，堪为借鉴。

就竞技体育而言，和高手比赛与自我挖掘同样重要，好的对手能激发运动员的潜能和求胜欲，为艰苦枯燥的训练提供精神力。经过几代人的铺垫，中国男子百米选手日渐接近世界最高水平，但仍不具备和顶尖高手抗衡的能力。能在这段漫长寂寞的路上，找到可作对手和参照的同路人，既是一种幸运，也伴随着巨大的压力。大概从2011年开始，张培萌与苏炳添便成为国内百米赛道上的对手，所有关注这个项目的人都能看出来，他们拼得很凶。2013年是两人状态齐头并进的一年，苏炳添在国际田联世界田径挑战赛北京站上，跑出了10.06秒的个人最好成绩，拿到一枚铜牌——这也是中国选手在百米比赛的世界级赛场上首次拿奖牌。但张培萌的成绩更为稳定，上半年就连续两次打破全国纪录，最好成绩跑到10.04秒。

去莫斯科参加世锦赛前，苏炳添在荷兰训练了两个月，同去的4×100米接力队友郭凡察觉到“苏炳添心里憋了一股劲”。“我们在欧洲的时候天天在一起，他练素质练得很细很到位，做拉伸、压门板都非常认真，每个部位都会练到。我有时练累了就不爱练，但他就很刻苦。”因为训练状态好，苏炳添提前一个星期到了莫斯科。他和张培萌都跑进了半决赛，但张培萌的表现更为出色——他以小组第一的成绩出线，起跑反应时只有0.124秒，为预赛之最。

起跑原本是苏炳添的强项，他曾经花不少时间研究起跑技术，反复观

摩偶像阿萨法·鲍威尔的视频，学习他的起跑动作。这几年和张培萌此起彼伏的角逐中，起跑也常常是他的制胜优势。但2010年后的国际赛场对起跑反应快的选手有些不利。国际田联规定，从2010年1月1日开始，任何选手的起跑反应速度不得少于0.1秒，否则将视为抢跑，被取消比赛资格。这个“抢跑零容忍”规则，原本是为了打击比赛中的投机行为。百米赛道上的速度之争已经达到千分之一秒，此前有选手将抢跑作为一种手段，或者用压枪跑的方式榨取哪怕0.01秒的速度，或者干脆当作一种扰乱对手心神的战术。新规定有利于比赛公平，但对一些状态很好的选手来说，却多了些危险。当体内肌肉能量特别充沛时，就必须有更为强大的注意力和控制能力，控制住兴奋的身体，让它不能迟缓，也不能过于灵敏。这绝不是件容易的事情，一些最优秀的运动员也为此付出过代价，博尔特曾在大邱世锦赛上因抢跑被罚出场，他将此形容为“职业生涯以来最痛苦的一场比赛”：“抢跑的一刻仿佛中枪，太痛苦了！眼睁睁看着其他选手撞线，我愤怒不已！”

在莫斯科男子百米半决赛发令枪响的一瞬，苏炳添也失去了对自己身体的控制，他压着枪声冲出了跑道。“我们当时就在场边。”郭凡对记者回忆，“苏炳添的起跑反应正好卡在0.1秒的评判线上，就超过一点点。他是兴奋过头才犯了这样的错误，因为状态太好控制不了自己。其实以他当时的状态，真的有可能进前八，但被罚所以没机会试了，运动员一定很失望、很失落。”

苏炳添被罚出场时看起来很平静。“我知道自己抢跑了，出去那一瞬间就知道了。”他后来对记者说。当工作人员对他亮出红牌时，他一点没有迟疑地走下赛场。在场外接受采访时，声调也平淡得没有起伏，看不出丝毫情绪。但这次抢跑对他来说是一次重大

的失败，一个值得一再回味的警告。他把被罚下场的照片存进手机里，在很长一段时间常常拿出来看：“我对自己说，要记住这一刻，是最失败的！不要再犯这样的错误！”

节奏

英国电影《火的战车》里，一位短跑教练告诫想在奥运会上夺冠的弟子：“不要怕跑起来全凭胆量的选手。有胆是会威吓对手，但短跑凭的是神经本能，神经是可以磨练的。”这番话涉及短跑项目中一个颇有点神秘的领域：节奏。一个顶级的短跑运动员不仅要有肌肉、力量、技术，还要有敏锐的神经来找到自己的奔跑节奏。

在这次采访中听到了不少有关短跑的专业理论，节奏是最难以准确言说的技术名词。袁国强有一个很朴素的解释：“跑动过程中对力量的分配就是节奏。真正好的节奏，是用80%的力量，跑出100%的水平，跑完之后还感觉力量没有用完，还能再跑。”但选手如何在快速跑动中分配力量，使奔跑的速度层层递进，既是一门技术，更是一种感觉。虽然现代短跑理论已经明确将100米跑程分出了起跑、加速跑、途中跑、冲刺几个阶段，甚至连每个阶段的大致距离都有所规定，但每个运动员在哪个时间点给身体换挡，仍是一个非常个体化的问题，其中细致而微的差异性，就像同一棵树的树叶拥有的不同叶脉，只有具备相当敏锐神经的选手，才能寻找到最适合自己的节奏。即便有幸找到了自己的节奏，在竞争激烈的赛道上又常常会被对手扰乱。NHK曾为牙买加短跑名将阿萨法·鲍威尔拍过一个纪录片《最速之男》，片中提到，运动员的肌肉和大脑都在试图决定奔跑的节奏——脊髓在根据身体的惯性运动发出指令，大脑在根据自己的求胜欲和对身边情况的感应发出指令。当两种指令不一致时，选手的节奏就会

受到影响，并常常因此在比赛中落败。片中记录了鲍威尔败于美国选手盖伊的一场比赛。鲍威尔凭借起跑优势一度领先盖伊，但中后期时盖伊追了上来，鲍威尔不由得阵脚大乱：“当看到他的脚时，我想怎么回事？明明是我跑得更快啊。为了要逃离追赶的选手，满脑子都是这样的想法。”鲍威尔的节奏被盖伊的追赶扰乱，身体重心崩溃，出现侧倾，手掌握紧，全身紧绷，只能露出龇牙咧嘴的表情看着对手撞线。

苏炳添从2013年开始调整自己的节奏，一开始阻挠他的是自己的优势。“我们练短跑时，苏联的教科书上就写着，单凭前30米把对手落下是很难的。”袁国强说，“但苏炳添因为起跑是他的优势，要他放弃就更难。”直到2012年伦敦奥运会上，他凭借起跑优势在男子百米半决赛上一度冲在了最前面，但是30米后开始被其他对手一一超过。“这次比赛改变了我对短跑的看法。”苏炳添说，“我想把整个节奏重新规划一遍，把以前的抹掉，换成新的。以前是一起跑就冲到底，现在知道应该分层次运用自己的力量，一段一段地分配力量。”说这些话时，他做出像飞机平缓升空的手势。

他首先更换了起跑时前后脚的位置，以减少原来第三步的停顿迟缓，并不断磨合起跑到途中跑的自然过渡。但过度琢磨前程和后程的衔接，让他一度丧失了最为拿手的听枪起跑优势。“说来也奇怪，2011到2012年这段时间，我的起跑感觉是最好的，那段时间起跑就可以领先张培萌2米左右。但现在张培萌实力增强了，在身边会给我施加很大压力，我那种感觉就找不回来了，这个时候起跑不但没成优势，反而拖了自己的后腿。”苏炳添说。同时受到影响的还有他的步幅。在今年的第一场室内60米比赛中，他只跑出6.71秒，这个成绩可谓是2009年以来的最差成绩。随后是世界田径挑战赛北京站的比赛，按当时的状态也有“破十”的可能，但“起跑还是快

了”，进入途中跑的衔接不太畅顺，最后只跑了10.06秒。肌肉和脑神经的记忆不是那么轻易就能达成一致，直到尤金站这一场。

“我站上跑道时，就突然有了一瞬间的灵感，觉得自己可以破10秒。”苏炳添回忆说。他这次的节奏非常平稳，从起跑，中途加速到冲刺，他都稳稳地，既没有在前程一马当先，也没有在后程力竭凌乱，他感受到了那种自然而然加速的节奏，“就像飞机升空一样，越跑越快，越跑越快，腿抬得特别高”。

极限

“你觉得你现在的弱点是什么？”

“嗯……年龄。我今年26岁，再过两年就28岁了。”

这是在采访时苏炳添唯一略显迟疑的问题，其他时间他都相当坦然地侃侃而谈，声音不大，但话语简洁有力，充满自信。和几年前的视频相比，他剪短了头发，露出了更多脸庞。日复一日的训练，一次一次的自我突破，就像刻刀一样雕琢着他，将他的眉眼清晰有神地呈现出来，看起来一个自然的发光体，明亮，自信，生气勃勃。这是一个正处在自己巅峰状态的运动员，即便说出“我希望能成为一个伟大的运动员。以后提起100米短跑，人们就能想起苏炳添这个名字”这样的话，也不让听者觉得浮夸或者狂妄。

但正如之前所说，身体就是运动员的才华，已有的荣誉和未来的梦想，都是以对身体的不断挖掘为代价的，身体也是他们最终的限制。无论是何等优秀的角色，才华的巅峰状态也只能维持短短数年，肉体会在形形色色的角落撞上不可突破的极限，慢慢走向衰落。博尔特的教练就这么警告过他：“你必须装进大脑的一件事情是，每个运动员都有属于他的巅峰期。泰森正处于他的巅峰期，阿萨法已经过了他的巅峰，而在他们之前则是100

米奥运冠军莫里斯·格林和多诺万·贝利。但一个冠军走下历史舞台后，就会有另一个新星崛起，将他取而代之。如果你能明白这一点，当你在一场比赛落败时，你也不会真正失败。”

苏炳添的一些师兄已经退役了。28岁，就像10秒大关一样，是亚洲短跑运动员一个无形的极限，大部分选手的新陈代谢会从这时开始变慢，体能随之下降，成绩可能就止步不前。爆发力常年冲击身体形成的劳损，还会像算总账一样，以各种疼痛折磨运动员。苏炳添的师兄梁嘉鸿原来是颇有天赋的短跑运动员，曾被称为“小刘翔”，他在25岁时选择退役，因为“练了13年的身体，已经不是黄金年龄了”。说这话的时候，他捏着自己的膝盖后窝，那里留着 he 十几年来不断挖掘自己身体追求速度的代价。“就是这个部位，到后来一练就痛，一停就好。”短跑项目中震慑人心的凝缩的力量，究竟赋予精神和肉体怎样的负荷，外人无从估量，只有运动员才能相互理解。“即便是刘翔这样的身体素质，进入30岁以后，也是很难熬的。”梁嘉鸿说，“北京奥运会时他退赛，很多人指责他为什么不坚持跑完，我们能理解他有多痛苦。”

苏炳添一直很小心地看护自己的身体。他作息非常规律，晚上23点睡觉，早上7点多起床，不抽烟不喝酒，也不追求大运动量训练。因为进入专业训练时间晚，他在15岁进体校前，没有做过大的力量训练，没有背过杠铃，只是跟着启蒙教练杨永强用深蹲跳跃的方法训练力量。他的身体在年幼时没有被过度开发，因此上肢力量既是他的弱点，也是他现在还可挖掘的空间。很多专业短跑运动员同时练习100米和200米，但苏炳添只跑过一次200米全国赛，虽然当时也跑到健将级水平，但他感觉跑完后大腿后肌很紧，怕身体受伤，便放弃练200米。“他了解自己的身体。”杨永强说，“大部分选手小学六年级就去专业训练，

他初中毕业后才去。因为进入专业训练晚，身体承受力弱。对他的身体来说，200米的运动强度大了。”

但不管如何小心，身体的疲惫仍然会像污泥一样积存在体内。2009年是苏炳添在国内一流赛道上崭露头角的一年，他在各类赛事中总共获得11块金牌，成为当年田径短跑项目上的最大“黑马”。但密集的比赛，让他腰肌劳损非常严重，痛得晚上觉都睡不好。2014年亚运会后一段时间状态低迷，与张培萌接力时，连交棒都交不过去，甚至就在跑出9.99秒之前的几个月，他还考虑过退役的事情。在美国冬训时，他又进入一个状态低谷。“感觉浑身有劲，可一跑就跑不动。在美国集训时，跑出的成绩是10.80秒，连女选手都跑不过。与田径队一位跳高队员一起去超市，当时我们两人测试都没达标，还在说可能今年连参赛资格都没有。”苏炳添回忆，“那时候对未来感觉深深的迷茫，很难熬。”

杨永强曾经对苏炳添说过一段颇有使命感的话：“练短跑的人这么多，但真正有天赋跑上国际水平赛道的人没几个。所以你应该好好练，你要为参加这一类运动的人去做，去挖掘自己。”这种自我挖掘要求运动员不断深入了解自己的身体：哪里是需要小心看护的弱点？哪里还深藏着可以挖掘的能力？什么时候要咬牙忍受？什么时候是到了无可索取，只能停止的极限时刻？每个顶级运动员都是在这样不断的自我追问、自我怀疑、自我挖掘下，一步步走上自己的巅峰。

现在的苏炳添这样认识自己26岁的身体：“我现在还在慢慢熟练起跑30米后转换进入途中跑的阶段。这个阶段非常重要。”

“改变节奏的努力可能完成了百分之七八十，但脚步、步幅都比去年略小了一点，现在要一点一点争回来。”

“如果能保持不受伤的话，我可能再次跑进10秒。”

（感谢实习生陶玉荣对本文的帮助）



张培萌：享受运动的快乐

两年前，张培萌 10 秒的成绩，点燃了中国观众对田径尤其是百米的强烈兴趣，之后又有了苏炳添的 9.99 秒。当然大家对张培萌有更高的期待。

记者 / 邱杨



5月20日，张培萌参加2015世界田径挑战赛北京站比赛

“破10”包袱

5月31日早上7点，为了参加后天在武汉举行的亚锦赛，张培萌一大早就起来了，准备坐火车前往参赛地。这时，他收到了朋友发来的信息，说苏炳添打破了百米赛跑的10秒纪录，随后，他又在朋友圈里看到了苏炳添比赛的视频。正如2013年张培萌打破苏炳添10.16秒的全国纪录一样，这次是张培萌的10秒纪录被队友打破。

看着镜头里的熟悉画面，张培萌的思绪一下子被拉回到两年前的那场比赛。2013年莫斯科田径世锦赛男子100米半决赛，张培萌跑出了10.00秒的惊人成绩。这个成绩不仅创造了新的全国纪录，也追平了日本选手伊东浩司在1998年跑出的黄种人最快纪录。

早在预赛中，张培萌就创造了中国田径的历史。他以10.04秒的成绩成为第一个在世锦赛预赛上夺得小组第一的中国人，甚至超越了百米世界纪录保持者、“闪电”博尔特在预赛中所跑出的10.07秒。

遗憾的是，张培萌最终却以千分之一秒之差，排在法国选手勒迈特之后，总成绩第九无缘决赛。几乎一直背对着镜头的张培萌沉默了良久，低低地说了一句让人心疼的话：“我只是想跑跑决赛。”这句质朴的话语却说出了竞技体育对人们最原始的感召，这里永远有等待人们逾越的高峰。

在来莫斯科前，有朋友劝张培萌“收着点跑”，把最好的状态留到接下来的全运会，因为全运会的成绩才是中国田径运动员苦练4年的主要收入保障。在4年前的山东全运会上吃过“亏”的张培萌并没有选择保留，他更想在世界舞台上展现自己。“我希望成为第一个跑进10秒的黄种人，我的胸前有国旗。”

在张培萌的教练李庆看来：“10秒在2013年之前是我们想都不敢想的成绩。”2011年苏炳添曾以10.16秒打破了尘封13年之久的男子百米10.17秒的全国纪录，成为新的男子百米纪

录保持者。那时候，张培萌的日子是昏暗的，他在2009年之后，一度连国家4×100米接力队都进不去。进入2013年后，张培萌逐渐发力，将苏炳添的全国百米纪录大幅度提升到10.04秒，再到10秒整。

莫斯科世锦赛虽然没能进入决赛，但张培萌10.00秒平了黄种人历史最佳纪录的成绩，让他受到了远超冠军的热烈欢迎。赛后回到北京时，张培萌被记者团团围住，而之前一直是关注焦点的苏炳添则远远绕开记者，悄悄从机场另一侧出口溜了出去。

“我很迷恋拿冠军的感觉，这种成就感是别的东西代替不了的。但可惜赛场就是这样，只有冠军才会被人记住。”渐渐地，“破10”的压力开始压得张培萌喘不过气来。“大家觉得破10秒对于你来说，是一件你应该轻松做到的事。但实际上，在百米赛场上，哪怕是0.01秒的突破都是极为艰难的。”

1968年，美国选手海因斯跑出9秒95，在百米飞人大战中，人类首次突破10秒大关。但进入“10秒俱乐部”的飞人中，是清一色的黑人运动员。直到2010年，法国选手莱梅特里才在法国国内锦标赛上以9.98秒的成绩，成为首位跑进百米10秒大关的白人田径选手。看着肌肉爆发力超群的黑人运动员轻松跑进自己梦寐以求的10秒之内，张培萌说：“我们的百米是超越自己的最好成绩，去无限接近和触摸世界最好成绩。”

2014年的仁川奥运会上，张培萌给人的感觉压抑了很多。伦敦奥运会时，张培萌还是奥运村里淘气的大孩子，经常会发一些搞笑的微博和大家逗趣。“我已经不是伦敦的我了。”张培萌低声说，“如果是在伦敦，我跑出了10.18秒，人们会鼓励我、恭维我，认为我跑得好。但是在这里，虽然我的成绩比上届亚运会冠军还快，但大家却会对我不满。”短短一年里，张培萌已经感受到了更多的责任、压力和期待。

直到今年上半年，张培萌的状态



(北漂摄)

张培萌在做杠铃力量训练

一直处于低谷之中。“主要是不兴奋，调动不起来。就像一个人刚睡醒，拳头攥不紧一样。”张培萌直言，自己遇到了瓶颈，“心里明白，但身体却达不到，只能慢慢调整。”事实上，在教练李庆看来，张培萌跑出10秒后，应该要稍微调整一下，然后再往上。“2014年其实是主动性调整，但问题是调整期太长，今年也没缓过来。”

在调整期的延宕中，28岁的张培萌渐渐走到了短跑运动员黄金时期的尾巴上。面对苏炳添9.99秒的历史新纪录，坐在火车上的张培萌却在这一瞬间卸掉了沉重的包袱。在微博里，他这样袒露心声：“2013年跑到10秒后，我对‘破10’充满了渴望，也背负了两年自己给自己的包袱。今早看到苏‘破10’的消息，我为自己感到一丝遗憾，但更多的却是无比的轻松和解脱，我想我在接下来的运动生涯

里是努力的、是快乐的，就足矣！”

学生运动员

不同于赛场上的分秒必争，生活中的张培萌显得十分安静。国字脸上五官清秀，皮肤白皙，说起话来温文尔雅，一如他对自己的定位——“我一直不觉得自己是体制内的专业运动员，我觉得自己就是个学生运动员。”

很难想象，眼前这位低调谦和的男生，也曾经有过桀骜不驯的少年时代。张培萌出生在北京一个运动家庭，父亲张成是上世纪七八十年代中国最出色的撑杆跳运动员，母亲也练过跳高。良好的基因遗传给了张培萌，使他从小就具有超强的运动天赋。小学升初中时，他凭借跳高特长进入人大附中。“当时老师对我第一印象特别好，看长相觉得我特别乖，但招进来之后

发现我太淘气太难管了。”张培萌笑着说，“我小时候特别闹，有时还哗众取宠、打架，被老师各种罚。”

父亲张成曾找到在清华大学田径队执教的好友李庆，想让张培萌经过清华附中进入清华大学田径队。李庆回忆：“但当时张培萌是全北京出了名的淘气，清华附中压根儿不敢接收。”2004年，17岁的张培萌便进入了北京田径队。一年后，他的个人最好成绩从10.80秒提高到10.53秒，也首次入选国家队。

但在专业队里，张培萌却感到压抑、不快乐。“每天就是吃饭、睡觉、训练三件事。”张培萌刚进队时，还为不用去上课了而高兴，但一段时间后，他很快就察觉到了差距。“脱离大学后，自己各方面都落伍了。”这让他感到不能再在专业队里待了，要回学校。但他的决定却遭到了所有的人反对，包括父母。“他们说我现在回大学，知识

已经跟不上了。”但在执拗的张培萌看来，“跟不跟得上是一回事儿，但我得受学校氛围的熏陶。”田径队也强硬地告诉张培萌：“这不是你说来就来说走就走的地儿。”吃软不吃硬的张培萌一听就“炸”了，反而立刻打包行李回家。

最终在北京田径队和清华大学的协调下，李庆接纳了处于徘徊期的张培萌。正式接手时，李庆对张培萌说了一句话：“我希望清华田径短跑队能够影响你，而不是你影响这里的人。”这年冬训，张培萌的表现让李庆刮目相看。家住西三旗的张培萌每天下午到清华走训，风雨无阻，从未迟到早退。“练得非常累还要挤公交车回家，有时候身体不适想吐，就使劲敲门让司机开门，下车吐完再走半站去等下一辆车。”这让李庆很感动，“一个孩子当他真正想要做他想做的事时，可以爆发出非常大的能量。”

神奇的是，一个冬训过后，张培萌便从男子100米项目不到国内前八的水平，突飞猛进地拿遍了2007年几乎所有的全国冠军，并在世界大学生运动会上拿到银牌。年少成名让20岁的张培萌开始有些飘飘然，渐渐地便没把全部心思放在训练上，叛逆的性格差点成为这位天才少年的绊脚石。

直到2009年误诊风波发生。全运会前夕，张培萌的膝盖疼痛被医生诊断为骨癌，甚至被告知要接受截肢来进行治疗。“那段时间我看任何东西好像被打上了马赛克，模模糊糊，唯独双腿看得异常清晰。”但张培萌却表现得很坚强，他始终不相信这事是真的，也没有掉过一滴眼泪。“我当时跟我妈说，要死就死，不能截肢。因为我实在接受不了只剩一条腿活着。但我妈说我这样太自私了，只有我活着，他们才有生活的意义。”妈妈的话让张培萌心酸：“人活着不光是为了自己。”

一个月后，诊断被证明是虚惊一场，但这场风波也严重影响到了张培萌的心态和训练，导致他没能拿到当年的全运会冠军。“说实话很不服气。”

接下来的4年里，张培萌憋着一股劲儿，训练投入到近乎自虐。“有时候他跑到一半突然吐了，通常我会把接下来的训练强度进行调整，但他坚决要求完成原定训练计划。”李庆说，当时张培萌整个人的状态都发出强烈的“我要胜利”的信号。

2013年全运会上，张培萌以明显优势冲过终点，以10.08秒夺冠。向来低调的他在赛后用力撕开胸前的比赛服，纵情宣泄着情绪。他用“来之不易”形容这场胜利：“为了这块金牌，这4年来我始终小心翼翼，冬训练得非常累。无论是训练还是出行，甚至晚上黑着灯找厕所我都要小心翼翼，生怕把自己弄伤了。”

教练李庆很能理解张培萌的激动：“说实话，对他来说原来拿全国冠军很轻松，他的身体条件太好了，稍微练一练就能拿下。但2009年的失败让他明白，不可能永远舒舒服服地躺在冠军的床榻之上。”历经厚积薄发，张培萌也终于在2013年迎来了10.00秒的极大突破。

重返巅峰

跑到10.00秒之后如何训练，对于张培萌和教练李庆来说都是新课题。李庆在赛后反复研究当天的比赛录像，找到了两处改进方向。“第一是起跑。”半决赛第一组里，苏炳添抢跑，让检录区里的张培萌一阵冷汗。戏剧性的是，当第二组张培萌出场时，发令枪又出了机械故障，两次发令不成功，让张培萌在起跑时有了犹豫。“预赛时张培萌的起跑反应是0.124秒、半决赛0.143秒，他过往的平均起跑反应为0.130秒。”李庆爱用科学数据说话，“这一项就失去0.01秒多。”

“第二是步幅。”张培萌的身体条件实际上是日前中国短跑选手中公认最好的，1.86米的身高符合国际优秀短跑选手的“黄金身高”，在黄种人短跑选手中更是罕见。“百米跑需要爆发

力和柔韧性，从事短跑的黄种人一般都是小个子。张培萌的出现弥补了黄种人选手的天然短板——步幅小。”但李庆却对张培萌的步幅很不满意，1.76米的“眼镜侠”胡凯当年跑出10.20秒的成绩用了44.5步，而身高1.86米的张培萌跑10.04秒却用了46.2步。

“以张培萌的身高来说，他的步幅还可以更大。”但增长步幅是否是今后的技术改进重点，李庆坦言，自己并不能确定。“像张培萌这样的运动员是扬长避短好，还是补短好，说实话我还在摸索。”李庆告诉我们，步幅与步频是相辅相成的，如果提高步幅必然影响步频。但百米赛跑讲究的是全程的节奏和流畅度，如果单方面提高步幅把节奏和流畅度都破坏了，整体的水平还是会下降。

在训练中，李庆极少让张培萌跑100米。“肌肉是有记忆的，当你总是重复跑同样的段落，当你习惯了一个固定的节奏，就很难打破这个平衡。”李庆要做的是，“通过各种各样的手段，去打破张培萌业已固定的动作节奏，达到一个新的平衡，从而提高成绩。”因此，张培萌在训练中常常跑的反而是40米、60米或者更远的150米、300米。

事实上，对于今年3月13日刚刚过完28岁生日的张培萌来说，技术环节已经成形，要想有大改变非常困难。面对即将开赛的北京世锦赛，“现在的关键是调状态和补体能，同时加强专项强度训练和伤病的积极治疗”。学院派的李庆教练非常重视数据的作用，“严格根据张培萌的生理曲线和成绩数据来安排运动量，会更科学”。

今年冬训以来，张培萌的状态正在上升。“好在现在很多人的关注点并不在张培萌身上，也在一定程度上缓解了他的压力。”在李庆看来，如果能抓得住黄金期的尾巴，张培萌还能达到较高水平。而对于张培萌本人来说，他更希望在运动生涯的尾声，“让自己尽量享受运动带来的快乐”。☑

（感谢实习记者付雪航对本文的帮助）



(蔡小川 摄)

李金哲

李金哲：冠军的“非主流”成长

在教练看来，跳远之于李金哲，只是兴趣与游戏，这已经让他把自己的名字写在全国纪录上了。如果把跳远当作自己的工作呢？这是教练对他未来的想象。

记者 / 邱杨

天生竞技者

2013年国际田联钻石联赛上海站，李金哲一个人走进赛后新闻发布会。在刚刚结束的男子跳远比赛中，他跳出了8.34米的个人最好成绩，也收获了“中国军团唯一一枚金牌”。这个24岁的北京男生独自走上台，把身后的背包往桌子上一扔，整个人往椅背上一靠，冲着台下目瞪口呆的记者们说：“你们随便问吧。”

这股“混不吝”的张扬劲儿，在内敛而沉闷的田径运动员群体里是个“异数”。这个1.93米的高个男生，有着近乎完美的跳远选手的标准身材。说话的时候下巴微微地抬高，严肃的表情有一股生人勿近的气势，但他时不时蹦出的冷幽默和调侃包袱，却又让严肃的气氛变得活跃。

1989年李金哲出生在北京大兴的一户农民家庭，直到十六七岁才开始接受专业的跳远训练。被何祖泉教练看中带进北京队后，这位“半路出家”的天赋型选手开始了跨越式的发展。然而，走上专业道路的李金哲却命运多舛：2009年柏林田径世锦赛入选国家队，却差一名未能进入决赛；随后的第十一届全运会上，输给了解放军选手张晓一，屈居亚军；2012年伦敦奥运会获得了参赛资格，却因为准备不足导致发挥失常。

直到2013年，这位大器晚成蛰伏多年的跳远健将才真正为人们所熟知。李金哲分别在2013年的国际田联上海

钻石联赛、北京挑战赛以及第十二届全运会上跃过一次8.31米、两次8.34米，最好成绩更列世界第四，逐渐达到了世界第一梯队的水平。也正是从这一年起，在中国田径界声名鹊起的他才真正开始享受比赛。

“太喜欢比赛了。”李金哲告诉我们：自己是那种一上场就会“疯”的运动员。眼前这个不顾形象笑得前俯后仰的大男孩，是赛场上表现欲望最强的“霸主”。左耳戴着耳钉、头上箍着发圈的他，在比赛时总爱戴着一黑一红两只幸运手套，霸气又抢眼，一如他对胜利的企图心。他从不讳言想在比赛中证明自己：“越是遇到强劲对手的刺激，我越兴奋，越能激起我的斗志。”

2014年3月，波兰索波特室内田径世锦赛男子跳远决赛，李金哲第一个出场就跳出了8.19米，被认为是其最主要对手的莫斯科世锦赛冠军俄罗斯人门科夫只跳出了8.01米，而巴西名将达·席尔瓦第一跳也只有8.06米。在第二跳以8.07米平稳过渡后，李金哲在第三跳起跳前双臂高举，向看台上的观众索要节拍，随后他一跃跳出了8.23米的好成绩，震慑全场。

李金哲的脸上显露出狂喜，这是他职业生涯以来距离世界冠军最近的一次。在室内跳远赛场，这样的成绩已属难得，更何况门科夫因腹泻放弃了最后两跳，不出意外的情况下冠军已经握在李金哲手中了。

但竞技体育的魅力恰恰在于，什

么事都有可能发生。最后一轮，达·席尔瓦在前三次有效成绩都不超过8.06米的情况下，居然突然爆发跳出了8.28米，平了由他自己保持的巴西国家室内纪录，也把所有的压力都倾向了还有最后一跳的李金哲。在最后时刻骤然失去领先优势，太想要金牌反而破坏了节奏的李金哲发挥失常，最后踩板犯规与金牌擦肩而过。走出沙坑的他，双手抱头一脸失落。“被逆转的滋味真不好受！”

田径是成年人的竞技，跳远更是一场心理战。不同于跑步的瞬间爆发瞬间结束，跳远的关键在于能否把握住前几跳的机会。“别人第一个跳出好成绩，后面的人如果想追，就必须把心态放平和，否则越是着急，技术越可能变形跳不出来。”李金哲说，“像世锦赛奥运会这样的大赛，进入前八需要实力，但要更进一步进入前三甚至拿到冠军，就更需要心理和运气了。”

运气似乎总爱跟李金哲开玩笑，忽而游走，忽而眷顾。3个月后，德国巴德兰根萨尔察跳远赛，每位选手的个人最好成绩都在8.10米以上。北京奥运会亚军、南非选手莫科纳以8.50米的个人最好成绩排在第一，2010年欧洲锦标赛冠军、德国选手雷夫以8.49米排在第二，而在2013年跳出8.34米的李金哲只能排在第六位。

此时的李金哲已经在美国和欧洲大陆辗转训练、比赛半个多月，在外教兰迪“以赛代练”的理念安排下，他2014年的比赛计划多达20多场，

是往年比赛量的3倍。“去年莫斯科田径锦标赛前我砸伤了脚趾，很多人质疑我是个‘窝里横’，一出国就不行。”这次比赛前，李金哲暗暗铆足了劲。

第一跳后，赛场开始下起小雨。或许是遇强则强，在前三跳中，李金哲就率先跳出8.15米，主场作战的雷夫以8.02米紧随其后。进入最后一跳，已经锁定胜局的李金哲在全场的欢呼声中跳出了8.47米的惊人成绩。这个成绩也打破了尘封17年的由劳剑峰创造的8.40米全国纪录，距离沙特选手穆罕默德8.48米的亚洲纪录只差1厘米。李金哲赛后兴奋地说：“真没想到这会是一场‘改头换面’的比赛。”

犯规怪圈

2014年9月30日，仁川亚运会跳远决赛，此时的李金哲已经连续几次踩线犯规，虽然在第五跳跳出了8.01米提前锁定了胜局，但对这个成绩并不满意的他仍然想在最后一跳奋力一搏。遗憾的是，最后一跳仍然被裁判判为踩线犯规。看到判罚的李金哲也只能无奈地摇摇头自嘲道：“踩线现在都成了我的一个特点了，大家都说李金哲今年不踩线就不会跳。”

对于任何一位竞技者来说，胜利有着无穷的吸引力。但让李金哲烦恼的是，犯规的阴影却总是紧随左右。2015年2月，犯规怪圈仍然在继续。波兰托伦的首站比赛中，李金哲在4次犯规，又放弃第五跳的情况下，凭借最后一跳惊险夺冠。转战法国后，李金哲又在第四跳才跃出8.10米的成绩夺冠。虽然在新赛季之初就拿到了两连冠，但两站12跳仅3次有效成绩的成功率，也让人为他捏了一把汗。

“起跑的最后3步让李金哲在2014年出现了很多犯规，今年我们的重点就是改进这个问题。”在外教兰迪看来，天赋惊人的李金哲还可以更努力。曾经带出世界著名跳远运动员迈



2014年3月8日，李金哲在波兰索波特参加2014世界室内田径锦标赛男子跳远决赛，获亚军

克·鲍威尔的兰迪非常看好李金哲的未来，但他也告诉我们：“现在的李金哲把跳远和训练当作了兴趣，好像是在玩一种游戏。我希望他更职业一些，把跳远当作工作。和迈克·鲍威尔比，他就差这一点了。”

“就像学生时代仗着自己聪明而考高分的男生，但凡他再努力一点点，就不一样了。”在领队赵杏枝眼中，像

个大孩子的李金哲似乎总是少了根筋。2013年莫斯科世锦赛赛前10天，李金哲竟然在力量训练时自己把脚指头砸伤了。这已经不是李金哲第一次在大赛前受伤，这次砸伤的恰好是他的起跳脚左脚，连着肉的指甲盖断了半截，只能用针缝合起来。

砸伤脚后疼得厉害的李金哲被送往欧洲当地的公立医院，排队等待的

过程中他只能坐在轮椅上耷拉着脑袋干着急，懊恼地踢踢这儿踢踢那儿，恨自己怎么能在赛前又犯这种错误。“对于像苏炳添和张国伟这样谨慎的运动员来说，他们是但凡有百分之一的概率可能伤害到自己的运动生涯，都不会去做。”赵杏枝有点恨铁不成钢地说，“但李金哲却不管不顾。”

接下来的10天显然不能再跳了，除了勤练上肢力量，李金哲每天都把脚搭在阳台上晒一晒，促进愈合。在莫斯科世锦赛的跳远及格赛上，带伤上阵的他仍然跳进了决赛。虽然最终的决赛成绩并不好，但赵杏枝对李金哲的印象却大为改观。“很多运动员受伤后自我保护意识特别强，害怕伤势更严重就不会再做任何努力。但李金哲却不惜力，只要到了赛场上就不顾一切地去拼搏。”

脚伤却日益成为悬挂在李金哲头上的达摩克利斯之剑。今年室外赛季开始以来，李金哲已经带伤参加了3场比赛。“左脚腕起跳脚是陈旧性老伤了，本来以为已经好了，但今年5月8日在清华大学的全国田径跳跃精英赛上，我一跳完8米26就觉得不对劲，跳了两次就没敢再跳下去。”虽然李金哲最终仍然以8.26米夺冠，但脚伤却成为挥之不去的阴影。

直到5月15日去上海参加国际田联钻石联赛，李金哲已经一周没有训练。他的脚踝软组织挫伤，有大量积液需要抽出。受到脚伤影响，李金哲在上海站以8.21米排名第四，比获得第三名的小师弟王嘉男少了4厘米。赛后，好胜心强的李金哲甚至觉得“没脸”从混合通道经过。

5天后，在“鸟巢”举行的世界田径挑战赛上，李金哲也仅以8.13米位居第四。站在混合采访区，李金哲急得直跺脚。“我踏上板就知道没戏了，现在的我是无状态一身轻。因为脚伤，我起跳总是有些担心，脚疼就会自我保护，结果一到板前就不敢跳，就虚

了。”李金哲望着自己的脚说，“跳完了就这么疼着，我都恨它，越跳成绩越抽抽了。”对于渴望在北京世锦赛上夺牌的他来说，必须要在前几跳中尽早跳出高水平，否则轮次越多受脚伤影响的可能性就越大。

叛逆与柔情

对胜利有着强烈渴望的李金哲，在生活中是个爱搞怪的北京男孩。“金牌对我来说是非常重要的，是我不得不拿的，现在的心情有点荡漾，心跳很快，因为年初我就觉得自己能拿到这块金牌。思密达！”尽管李金哲对8.01米夺得仁川亚运会男子跳远冠军的成绩并不满意，却没有影响他在新闻发布会上搞怪的心情。他那一嘴京片子甚至把身边的韩国女翻译都侃晕了。

李金哲的这股活泼劲儿很招人喜欢，但他性格里直接到近乎火爆的脾气，也很容易引起摩擦。他的外教兰迪恰好也是这样一个有着相似性格的



“兰迪是一个特别强势的教练，你必须要听我的。但李金哲却完全不吃这一套，他有自己的想法和判断。”

倔老头。“兰迪是一个特别强势的教练，你必须要听我的。但李金哲却完全不吃这一套，他有自己的想法和判断。两个暴脾气的人常常因为沟通方式的问题而吵起来。”赵杏枝苦笑道，“经常是全国队的人都在训练，但这两个人吵完架后一个拿着书包跑了，另一个也收拾东西走了。”

李金哲爱用“夫妻之间需要磨合”来形容他与兰迪的关系，为改技术的问题他俩没少吵架。吵完架还没消气时，李金哲便拒绝和兰迪对话。但吵归吵，对于兰迪的训练要求，李金哲仍然一丝不苟地完成。兰迪也引进

了最新奇的训练手段，测速仪、冷水池、皮筋衣，让李金哲又爱又恨的同时也刺激无比。“就属这美国人心最狠！”每当力量训练时，李金哲就愁得眉毛鼻子拧到一块儿，擦着额头上的汗水，不停地吐槽。而兰迪为李金哲量身打造的长期训练计划也确实发挥了效果，从2013年至今，李金哲的成绩一直在稳步上升。

就是这样一个脾气火爆又孩子气的大男孩，却出人意料地恋家。每个星期六上午一训练完，李金哲就立马赶回家吃午饭，直到星期天晚上集合时再回训练基地。李金哲小时候家境不好，但父母却总是尽力满足他的任何要求，这让长大后的李金哲对父母很感恩。逢年过节，包括父亲节和母亲节，孝顺的李金哲都会早早就反复考虑给父母的礼物。

2014年在德国跳出8.47米的个人最好成绩后，感情细腻的李金哲特别想回家。恰好在6月底到7月中旬之间有20多天的休赛期，他便天天晚上找带队领导软磨硬泡。但因为拿的

是因公护照，客观上不允许他中途回国，队里也不希望他回国影响接下来的比赛状态。最终，李金哲只得给父母办了旅游签证来欧洲看他，才总算是解了他的思念之情。

在跳远队中，李金哲是年纪最大的运动员，自然而然就成为队里的大哥。在跳远队刚刚成立的时候，李金哲还特意把刚入队的几位小队友叫到自己的房间，送给每人一件衣服，并细细叮嘱，“以后有什么事情都可以找我”。这个赛场上桀骜不驯的“霸主”，赛场下却是讲义气重感情的性情中人。■

（感谢实习记者付雪航对本文的帮助）



张国伟：飞得更高

“我想跳过 2.40 米。”说这句话的时候，张国伟还是一个在县城体校里训练的小男孩，个子没比同龄人高多少，阴差阳错地开始练跳高，刚刚跳过了 2 米，心情挺激动，郑重其事地确定了自己的目标，比朱建华 1984 年创造的世界纪录还多 1 厘米，外人听起来像是大话。如今，这个年轻人正一步一步接近这个目标。

记者 / 阿润



2014年9月29日，张国伟在2014仁川亚运会男子跳高决赛中收获一枚银牌

“睡一觉醒来就跳过去了”

没穿上衣，腰腹线条明显，但不是壮，肌肉长得很“经济”，黑色的紧身长裤，两条腿看起来格外修长，田径中心的训练场上，这个细高的身影特别突出，热身之后，他开始训练。

助跑速度很快，迈着大步子，跃过了标记点之后加速，身体腾空而起，在空中形成了一个漂亮的曲线，很轻松地跃过横杆。

“Yes！”这个名叫张国伟的小伙子从垫子上一跃而起，大喊了一声，显得很兴奋。“2.3米一次过了。”教练黄建民站在旁边，眼神一直追随着张国伟，表情算不上柔和，听到徒弟的“Yes”，他可能觉得好笑，脸上的表情也放松下来，向旁人说了一句。

2015年上半年里，张国伟似乎是终于进入状态了：4月，2.35米，美国摩圣安东尼奥学院接力赛男子跳高比赛冠军；5月，2.38米，国际田联钻石联赛尤金站亚军；6月，2.36米，钻石联赛奥斯陆站冠军。张国伟这个名字开始频繁出现在体育新闻上，关注跳高的田径迷开始猜想：他有可能给中国跳高带来什么样的惊喜？有可能超过朱建华的2.39米吗？从现在的势头来看，似乎只要他朝着这个方向，再继续往前一小步就能实现了。

但张国伟已经想了快10年了。确立这个目标的时候，他还是县城体校的小男孩儿，刚刚跳过了2米的高度，蓬莱体校的教练徐建令和他提到了朱建华这个名字，这个曾经给全世界惊喜的中国跳高运动员，连续三次打破男子跳高世界纪录，1984年，以2.39米的成绩创造了历史。在此之后，中国跳高再没有达到同等级的辉煌。15岁的张国伟的口气不小，他想比朱建华多跳1厘米，跳到2.40米。

张国伟当时的天真来源于“容易”。徐建令第一次发现张国伟是在一场足球比赛上，作为一个基层教练，他每

年都要招收新的学生，在田径场一边训练，一边也看看周边足球比赛上有没有好苗子。张国伟是一下子就吸引住他的那种孩子，全场20多个人里，他的身高并没有多么突出，但身体在运动时的状态非常好，双腿修长，“脚后跟不着地，用前脚掌走路，这说明踝关节非常有力量”。

徐建令每天都来看他踢球，一连观察了几周，终于打听到了张国伟的亲戚。张国伟的父母都没有从事体育的，只有他的大爷和体育沾点边儿，在职工业余篮球队打过球。徐建令特别珍视这个好苗子，先去找了张国伟的大爷，打探家里的态度。张国伟的父母很支持，他们也没有规划好孩子的未来，既然体育是一个机会，如果他喜欢，就放手让他试试吧。

但对于张国伟自己来说，选择体育的决定算不上认真，他对体育没有什么强烈的感觉，出于一个孩子的调皮，“可以不用上课，就去玩儿呗”。徐建令觉得他适合的项目是跳远和三级跳，他也有点新鲜感，就开始训练这两个项目。几周之后就是蓬莱市的运动会，刚刚进入训练状态的张国伟表现还算是不错，三级跳拿了第一，但跳远没拿到名次。

等到跳高比赛结束的时候，徐建令把来张国伟找来，让他试试，只是随便跳跳，不记入成绩。当时张国伟还没有练过跳高，凭着记忆力助跑、起跳，超乎所有旁观者的意料，他很轻松地，1.71米一次跳过。那次的运动会，1.75米的成绩能拿冠军，张国伟随便这么一跳，能拿第二。“瞎跳的，不会。”他也挺惊讶，乐了。

徐建令没有想到这无心插柳的一个主意，发现了一个跳高方面的天才，很激动地给张国伟换了项目，开始指导他练习跳高。张国伟对跳高产生兴趣源于自信的增长，最初，他是“混着”的态度，也许是真的天赋异禀，他发现自己没有刻意努力就越跳越好。“三

堂技术课，第一堂跳了1.75米，第二堂跳1.80米，第三堂就1.85米。”张国伟说，那种乐趣来源于“今天又进步了，别人一两个月、一两年都突破不了的高度，我睡一觉醒来就跳过去了，我喜欢那种突然就进步的感觉”。

“再练不出来就算了”

张国伟在县里的体校练了一年，成绩和身高都在快速增长，徐建令特别高兴，感觉这个徒弟就是为跳高而生的，张国伟很快就跳过了2米大关。教练给他讲了朱建华的故事，他听得心潮澎湃，把朱建华作为自己的偶像，对跳高的态度也开始认真起来。

2007年的一次省内比赛上，张国伟以2米的成绩夺冠，省队的教练发现了，徐建令希望他去威海基地，跟着省里很有名气的田径教练孙丽娜继续训练。对于16岁的张国伟来说，好像也没有什么理由拒绝这个机会，进入省队，应该是他接近目标的路径。

但是到了威海基地，一切都再没有以前那么随便，不可能“随便跳跳”，运动员得出成绩，他开始知道有压力是什么样的感觉。但是有长达两年的时间，张国伟进步很慢，当时队里的重点是培养相对更成熟的运动员，小队员不是重点，他就跟着练，一直在1.90米到2米之间徘徊，远远比不上之前跟着徐建令时候的进步速度。他开始担心：“这么练下去到底行不行啊？”心里犹豫着，想回去继续跟着徐建令练。

“放了一个假回去，再回来就跳了一个2.09米。”张国伟又觉得还有戏，成绩终于不再像是被钉子钉住了一样，开始动弹了。2009年冬天，张国伟跳过了2.20米。当时，国内已经有接近10个运动员跳过了2.20米了，张国伟在心里盘算一下，自己差不多能排个十几名。他把朱建华的纪录贴在了自己宿舍的墙上了，渴望，又不能急躁，



张国伟的日常训练

反正自己还年轻，刚刚18岁，朱建华是在21岁跳到了2.39米的。

2010年，张国伟出道比赛，只跳了2.10米，他又沮丧起来，也做好了准备开始面对运动员失败和成功的起起落落。这一年冬天，张国伟跟着教练孙丽娜北上，去北京找了“师爷”张天翔，老爷子头发全白了，但在跳高训练场还是特有精神。冬训效果明显，第二年春节一过，张国伟去参加了全国田径锦标赛上海站的比赛，结果远远超过了此前他和教练孙丽娜的想象，2.28米！张国伟跳过去了，他自己都有点不敢相信，在垫子上大喊了一句：“我叫张国伟！”不由自主地跳起舞来，他轻而易举地拿下了全场冠军，这个成绩放在两年前的十一届全运会上也是冠军的水平。

张国伟在训练中还很少跳过这个高度，他也不知道自己是怎么成功的，除了高兴，他也在担心下一次能不能跳过去。“那个时候技术没有定型，是不稳定的状态，这一次是2.20米，下

一次就是2.05米，和我自己的性格有关系，比较急躁，爱着急。”

发挥不稳定的问题一直没有解决，张国伟创造过一些让他高兴得手舞足蹈的成绩，但是碰上一些绝好的机会，也有让人大跌眼镜的失误。2012年3月，大邱世锦赛，资格赛上2.31米，但到了决赛，只跳了2.25米，排名第十；2013年3月，全国室内田径锦标赛，2.32米，打破朱建华的室内跳高纪录，但到了备战已久的全运会上，他又发挥失常，2.20米的高度，跳到了第三次才跳过，最终名列第六。下着小雨的赛场上，张国伟特别失落。队医曲晓亮说：“刚出一点成绩的时候，他就特别兴奋，说‘我觉得我就是世界上最好的运动员’。那个时候我担心他有点过头儿了，在他身边的人能感觉到他的浮躁，训练不够扎实，但是和他说也没用，真正的失败之后，他还是得依靠自己去调整。”

“那是我走到现在，打击最大的一次，想着再练不出来就算了。”全运会

之后的很长一段时间，张国伟就在威海基地的宿舍里反思，他不知道自己到底能不能迈过这个槛，想过不行就回家，该干嘛干嘛。另一边，国家田径中心的领导也替他着急，觉得这个小伙子有希望，但是发挥不稳定，想用的时候不敢用。

“我是胆子很大的一个人，觉得自己必须得改变了，也没有什么可害怕的。”张国伟低落了一段时间，鼓起勇气给田径中心的领导打电话，说想去国家队跟着黄建民教练。

黄建民接到张国伟电话的时候，正在新疆休假，张国伟把他的技术录像传给他，希望能给他一个机会。其实黄建民记得这个山东小伙子，2米的身高，身体条件不错。“我总觉得他不应该是这个水平，挖掘运动员的肌肉能力靠的是技术，教练员能看出来一个运动员的技术和能力没有统一，不统一肯定会制约他的进步。”

“这么好的比赛”

张国伟又从威海训练基地搬到了体育总局的宿舍里，隔壁住着王宇和张培萌，一个新的环境，周围都是中国最优秀的田径运动员，让他也开始好奇，自己究竟能不能实现那个想了很多年的梦想。

黄建民干了30年教练，面对张国伟这个已经出了一点成绩但发挥不太稳定的运动员，他决定重新确定一套技术。“他这么高的身材，必须在一定幅度的情况下去追求节奏。”黄建民说，他过去是快节奏小步幅，节奏和步幅是一对矛盾，一般节奏一快，步幅就不可能很大，虽然说只有助跑的速度快才能给起跳点更大的冲击力，但是除了速度之外，发力的程度也要考虑。“就像是皮条，它里面贮存的势能有多少，必须拉满，放开之后力量才能最大，如果你只是拉到一半，是很快，但是没有力量，这种快是不可取的，国伟

也是一样，他的步幅是小的，最后一步也小，肌肉力量发挥不出来。”

刚刚开始训练，黄建民把张国伟的技术拆开，重新组合，像是修一辆车一样，有些零件打磨，有些零件要换掉。跳高一般有两个标记点，八步启动有一个标记点，转弯的时候再有一个，黄建民做了一个很大胆的决定，他说：“国伟有一个特点，他只要一踩到点位上，就开始加速，我尝试着把第一个标记点去掉，只留下一个倒四步的标记点，发现他的距离、速度、肌肉的放松程度都达到了不错的状态，跑得更开阔、自信，全世界的跳高运动员里，他应该是唯一一个这么做的。”

进入国家队不到两年的时间里，张国伟觉得自己像是“打通了任督二脉”，总结起来，他没有在全运会之后放弃，打了那两个重要的电话，还是走对了一步。“2013年对我来说，我学会了怎样给自己争取机会，学会怎么迈出那一步。2014年是对我技术的重新认定，2015年就是找到了自己的方向。”

张国伟开始频繁地参与国际、国内的跳高比赛，并且享受其中。他说：“我的性格和欲望都更渴望比赛。比赛就是可以表演了，那就是你的舞台。”美国的一场室内邀请赛，主办方问他喜欢什么歌曲，到他比赛的时候放给他听。“我说什么high放什么。”他最喜欢的国内比赛是“鸟巢”挑战赛，能感觉到很好的田径氛围，他一连说了几个“这么好”：“这么好的观众，这么好的比赛，为什么不多一点呢？”

每次进场，看到台上的观众很多，密密麻麻地坐在远处，大声给运动员加油，他就开始兴奋，手脚忍不住地抖，他现在已经能够区分出来紧张和兴奋是完全不一样的感觉，所有的兴奋都想要在赛场上爆发出来，如果跳出了一个不错的成绩，他会不由自主地想表现自己，脱过上衣，朝看台大喊过，跳过“骑马舞”，之后再问他，

他大部分时候不记得自己都做了什么动作。

黄建民有时候觉得他庆祝时的“幅度太大了”，让他注意一点，他已经是被寄予厚望的队员，一举一动都被关注着，大家希望他能让他中国跳高再回到国际一流的地位。从更长的时间坐标上看，跳高是中国最早实现突破的田径项目，五六十年代的女选手郑凤荣，六七十年代的男选手倪志钦，都曾破过世界纪录。80年代，朱建华3次打破世界纪录，让中国跳高进入一个辉煌时代。但在此之后，中国再没有能和朱建华相提并论的运动员。

而横向上看，现在的中国跳高和世界最高水平还有一点距离，已经跳过了2.40米的运动员们也正在接近创造于上一个世纪的世界纪录，乌克兰运动员邦达连科、卡塔尔的巴西姆、俄罗斯的乌霍夫等，这些世界跳高第一集团的运动员们正在比拼，谁能超越1993年古巴人索托马约尔创造的世界纪录：2.45米。

有人说跳高是一项失败者的运动，运动员每成功地跳过一个高度之后，即将面对的是一个新的高度，直到跳不过去为止，每一个人都在和自己较劲，突破自己的极限。张国伟倒不喜欢从这个角度去看待跳高，他喜欢面对未知的感觉。“每一次起跳之前，过不过都是一个未知数，然后不停地调整自己的状态，过不过就是那一瞬间，人落到垫子上，杆没有掉下来，那种感觉非常好。”

跳高是张国伟现在唯一想做好的事情，他不敢松懈一步，从进了省队到现在，他坚持着每天泡脚，早睡早起，自律得让周围人觉得他有点强迫症。他之前省队里的几个朋友，有些从商了，有些搞后勤了，只有他此刻还在田径场上，备战世界最高水平的比赛。“国内有很多高手，我感觉我挺有福的，好多运动员身体素质比我好，都没像我一样有这个机会。”张国伟说。■

超级选手们

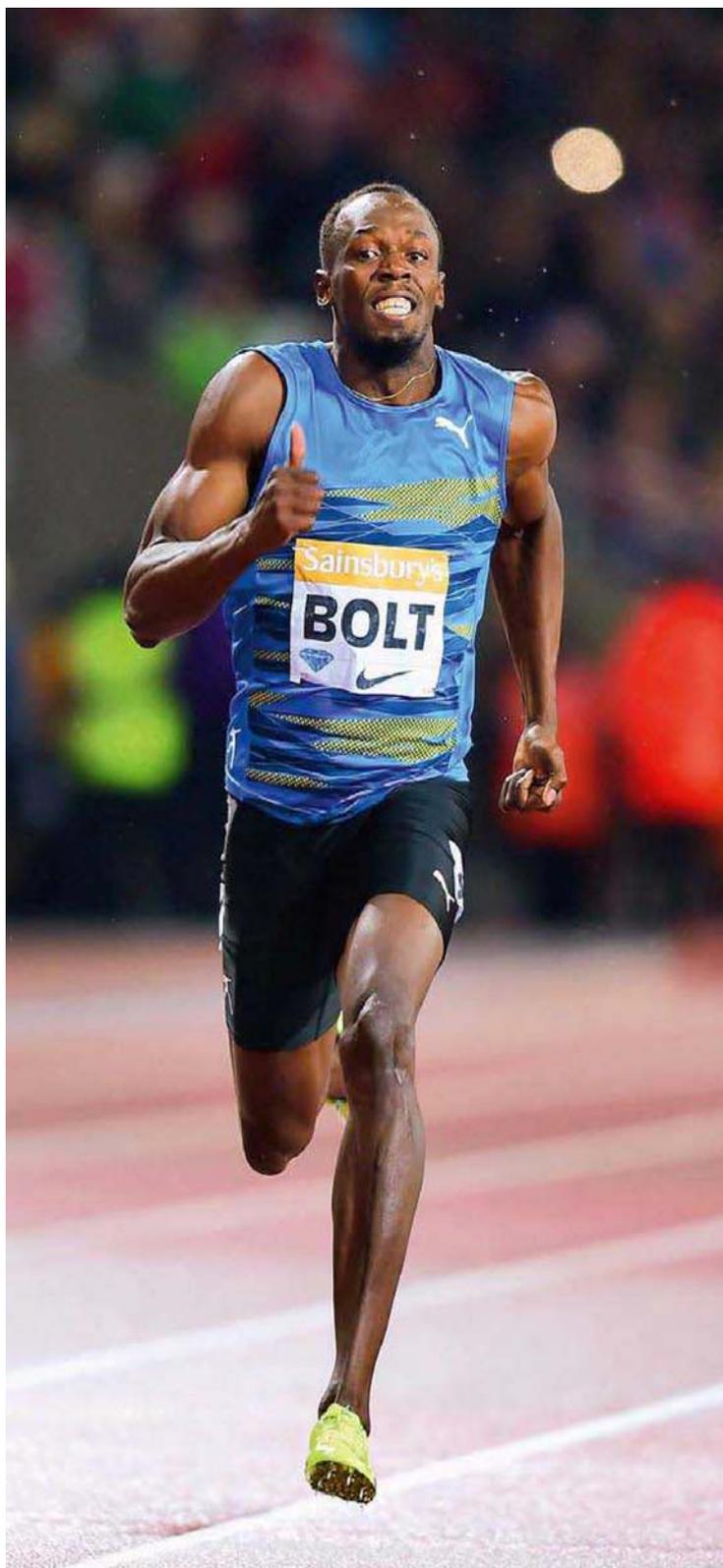
资讯 / 付雪航

尤塞恩·博尔特

尤塞恩·博尔特 (Usain Bolt)，牙买加男子短跑运动员，将参加北京世锦赛男子100米、200米、4×100米接力的比赛。作为奥运会、世锦赛双料冠军和世界纪录保持者的他最近已经从伤病中摆脱出来，并以9.87秒的成绩获得7月25日的国际田联钻石联赛伦敦站冠军。这证明，只要能保持理想状态，博尔特仍然是北京世锦赛金牌的最有力竞争者。

博尔特于1986年8月21日出生于牙买加特里洛尼，从小身体条件出众，是学校板球队里出名的投球手。十几岁时，他开始练习短跑，主攻200米。2001年，15岁的博尔特在加勒比共同体运动会上夺得了200米、400米两枚银牌，第二年就将银牌换成了金牌，这是他第一次获得金牌。接着，他又第一次参加世界级大赛——世界青年锦标赛，上场前他紧张得把钉鞋都穿反了，起跑时感觉浑身无力，然而一跑起来他就超越了所有对手，最终成为这项赛事有史以来最年轻的冠军。从那时起，人们开始叫他“闪电”。2004年，博尔特成为职业运动员，同年就成为有史以来第一个跑入20秒的青年运动员。2007年他开始练习100米，并在第一次参加100米比赛时就获得冠军。虽然博尔特患有脊柱侧凸，因此右腿也比左腿短半寸，但这并不妨碍他越跑越快。

2008至2013年，博尔特统治了短跑赛道。在2008年北京奥运会、2009年柏林世锦赛、2011年大邱世锦赛、2012年伦敦奥运会、2013年莫斯科世锦赛共2届奥运会3届世锦赛中，他包揽了男子100米、200米、4×100米接力三个项目的共14块金牌，仅仅因为在决赛中抢跑犯规而失去了2011大邱世锦赛100米项目的那一块。他由此成为历史上获得短跑世界冠军最多的选手。世界纪录也频频被他打破。自从2008年5月31日在纽约锐步田径大奖赛上以百米9.72秒的成绩创造个人的第一个世界纪录之后，博尔特又7次打破世界纪录，其中包括在柏林世锦赛上创造的男子100米、200米最新世界纪录9.58秒和19.19秒，以及在伦敦奥运会上创造的男子4×100米最新纪录36.84秒。此外，男子150米和室内100米世界纪录也归属于他。然而，2013年世锦赛以来，博尔特饱受伤病困扰，多次因伤退赛，甚至不得不提前结束了自己的2014赛季。不过最近他已经伤愈归来，并表示，自己将以最好状态出现在北京世锦赛上。



贾斯汀·加特林

贾斯汀·加特林(Justin Gatlin),美国男子短跑运动员,将参加北京世锦赛男子100米、200米、4×100米接力三个项目的比赛。这位33岁的老将不仅是曾经的奥运会、世锦赛冠军,更拥有男子100米、200米两个项目的今年世界最好成绩,分别为9.74秒和19.57秒。出色的状态使他成为北京世锦赛夺冠的最大热门。

加特林1982年2月10日出生于美国纽约布鲁克林,年轻时曾梦想成为一名时装设计师,甚至还为美国小姐的参赛者设计过礼服。但他在短跑上确实天赋惊人,从高中开始接受训练的加特林在大学期间就连续6次获得全美大学生体育协会比赛冠军,成为职业运动员后仅仅两年,加特林就在2004雅典奥运会上以9.85秒的成绩获得百米冠军,并一举成名。接下来他又获得了一系列荣誉,包括2005赫尔辛基世锦赛的100米、200米双料冠军,到2006年5月,他甚至在多哈举行的国际田联超级巡回赛上以9.77秒追平了当时的世界纪录。但这一成绩最终被国际田联取消,因为当年4月的一份赛后药检结果显示:加特林使用了禁药。

这已经不是加特林第一次涉嫌使用兴奋剂了,早在2001年他就曾因涉药被禁赛,但后来辩称那只是治疗注意力不足过动症的药物而解禁。二次涉药后,加特林被处以长达4年的禁赛,连他自己都认为职业生涯已经走到了尽头,“有些东西注定要逝去了”。然而2010年,从禁赛中复出的加特林很快踏上重回巅峰的道路,接连获得2012年室内世锦赛60米冠军、伦敦奥运会100米季军、



2013年莫斯科世锦赛100米亚军。进入2014年之后,他更是状态极佳,不仅取得了正式比赛的20连胜,还连续两年包揽了100米、200米项目的世界年度最好成绩。现在的他也堪称前所未有的干净,解禁后的5年他先后接受了59次赛内外检查,全部过关。作为男子短跑界“最老的冠军”,加特林对夺冠充满信心,他说:“我已经开始练习站在领奖台最高的位置时如何帅气地挥手了。”



丹尼斯·基米托

丹尼斯·基米托(Dennis Kimetto),肯尼亚男子马拉松运动员,将参加北京世锦赛中的男子马拉松比赛。基米托是这一项目的世界纪录保持者,目前的世界马拉松大满贯积分排名第二,是世界纪录的保持者。

丹尼斯·基米托1984年1月22日出生在肯尼亚的埃尔多雷特,直到20多岁才开始练习长跑,此前一直是一位为谋生而挣扎的农民。虽然从小就喜欢跑步,但因为家境贫寒,他大多时候待在地里,没有机会训练。2008年,基米托终于决定专注于跑步,一天他出门跑步时路过在附近开办马拉松训练营的马拉松名将杰弗里·穆塔伊,后者被他流畅的步伐和身姿吸引,立刻叫住他,让他加入了自己的训练营。从此,基米托的马拉松生涯走上了正轨。

2011年,他在内罗毕的半程马拉松赛上获得了第一次胜利。2012年,基米托参加柏林马拉松大赛,第一次跑全程就以2小时04分16秒的成绩获得亚军,并创造了历史上最快的首秀成绩。2013年他顺利拿下东京和芝加哥马拉松大赛冠军,2014年9月,他不仅获得柏林马拉松冠军,还以2小时02分57秒的成绩打破世界纪录。他在接受采访时说:“真正促使我拼搏的动机,是我出身卑微的事实。我力求发挥出自己的最高水平,这样我就能帮到我的家人。”他已经用奖金给弟弟妹妹交了学费并买了大房子。今年4月,基米托获得伦敦马拉松大赛季军,他仍在为自己与家人的未来奋力奔跑。



阿里斯·梅里特

阿里斯·梅里特 (Aries Merritt)，美国男子 110 米栏运动员，将参加北京世锦赛男子 110 米栏的比赛。作为奥运会冠军和世界纪录保持者，梅里特将是今年世锦赛这一项目金牌的有力竞争者。

梅里特 1985 年 7 月 24 日生于美国弗吉尼亚州朴次茅斯，原本是一名短跑运动员。高一时，还是新生的梅里特遇到同在田径队的学长挑衅，问他敢不敢跳过一道篱笆墙，被激怒的梅里特立刻跳过了篱笆。一位远处观望的教练见状走来，告诉他：“你要去当一个跨栏选手，就现在！”梅里特于是改练跨栏。他的运动生涯起初十分顺利，2004 年就获得世界青年田径锦标赛 110 米栏冠军，成绩也不断提升。但是之后他的职业生涯却逐渐落入低谷，外祖母离世、伤病缠身、常年处在“国家队第

四人”的身份，让他几乎想到放弃。2011 年，梅里特终于进入大邱世锦赛决赛，在决赛中，刘翔八步改七步的成功使他认识到，这就是他接下来要做的事。

2012 年是梅里特辉煌的一年，技术革新后他的成绩像火箭一样蹿升，在当年 3 月的室内世锦赛中击败刘翔夺冠，接着又获得伦敦奥运会冠军。9 月，梅里特跑出 12.80 秒，将曾由刘翔、罗伯斯先后保持的男子 110 米栏世界纪录一举提升了 0.07 秒，这一情况还是 31 年来的第一次。此前他一直认为自己的极限是 12.85 秒，还将这一数字设为手机密码，破纪录后他兴奋地说，密码该换了。虽然近两年受到伤病困扰，成绩也有所下滑，但这位已经 30 岁的运动员并不畏惧年轻选手的挑战，他说：“如果我 50 岁还能跑出 13 秒，我依然不会觉得自己老了。”



大卫·鲁迪沙

大卫·鲁迪沙 (David Rudisha), 肯尼亚男子 800 米运动员, 将参加北京世锦赛男子 800 米的比赛。身为世界纪录保持者、世锦赛和奥运会双料冠军的鲁迪沙近两年受到伤病困扰, 状态有所下滑, 但对于本届世锦赛奖牌仍拥有竞争力。

1988 年 12 月 17 日, 鲁迪沙出生于肯尼亚裂谷省的一个田径家庭。鲁迪沙从 16 岁就正式开始练习 400 米。2005 年, 他在教练建议下改练 800 米, 仅仅一年之后就获得世界青年锦标赛 800 米冠军。2008 年, 鲁迪沙已经具备了参加奥运会决赛的实力, 但由于在赛前受伤, 他最终失去了出战奥运会的机会, 他为此十分沮丧, 但仍然相信: “我还年轻, 属于我的那个时刻终会来临的。”

属于他的时刻确实很快来临了。2009 年鲁迪沙获得希腊世界田径总决赛冠军。2010 年, 在国际田联挑战赛中, 21 岁的鲁迪沙以 1 分 41 秒 09 的成绩打破尘封 13 年的男子 800 米世界纪录, 而他说: “我有能力将这个纪录再次提高, 跑得更快。” 一周之内他就做到了, 世界纪录被提升到 1 分 41 秒 01。

接下来的三年, 鲁迪沙成为 800 米项目的王者: 2011 年他成为世锦赛冠军, 2012 年成为奥运会冠军并以 1 分 40 秒 91 第三次打破世界纪录, 男子 800 米历史最好成绩的前 8 名中有 6 项是他在这三年中创造。然而 2013 年鲁迪沙在一次训练中膝部受伤, 几乎一年内都无法参加比赛, 传奇被迫中止。虽然现在伤已痊愈, 但鲁迪沙至今还没能再现伤前的统治级表现。

根泽贝·迪巴巴

根泽贝·迪巴巴 (Genzebe Dibaba), 埃塞俄比亚女子中长跑运动员, 将参加北京世锦赛女子 1500 米、5000 米的比赛。今年 7 月, 迪巴巴连续跑出了女子 1500 米和 5000 米的个人生涯最好成绩, 分别为 3 分 50 秒 07 和 14 分 15 秒 41, 前者也创造了这一项目的最新世界纪录。现在, 这位年轻的纪录保持者已被视为北京世锦赛夺冠的最大热门。

1991 年 2 月 8 日, 迪巴巴出生在埃塞俄比亚阿尔西地区。迪巴巴出身于传奇长跑家族, 堂姐图鲁是两届奥运会女子万米冠军, 大姐 E. 迪巴巴曾获奥运会女子万米亚军, 二姐 T. 迪巴巴是历史上获得世界级比赛金牌最多的女子长跑运动员。在姐姐们曾上过的小学里, 迪巴巴很快成为全校跑得最快的孩子。2007 年, 迪巴巴参加了自己的第一次重大国际比赛, 蒙巴萨世界越野锦标赛, 并始终跑在第一梯队。但是最后一圈开始前, 包括迪巴巴在内的一部分选手误以为比赛已经结束了。不过第二年她就弥补了遗憾, 获得这一比赛冠军。

到 2012 年, 只有 21 岁的迪巴巴获得当年室内世锦赛 1500 米冠军。2014 年, 她连续打破 1500 米、3000 米室内世界纪录和 2 英里世界纪录, 并夺取室内世锦赛 3000 米冠军, 她由此获得 2015 劳伦斯奖年度最佳女运动员。现在, 已经在今年成为世界纪录保持者的迪巴巴家族小妹正在为自己的第一块室外世锦赛金牌备战。

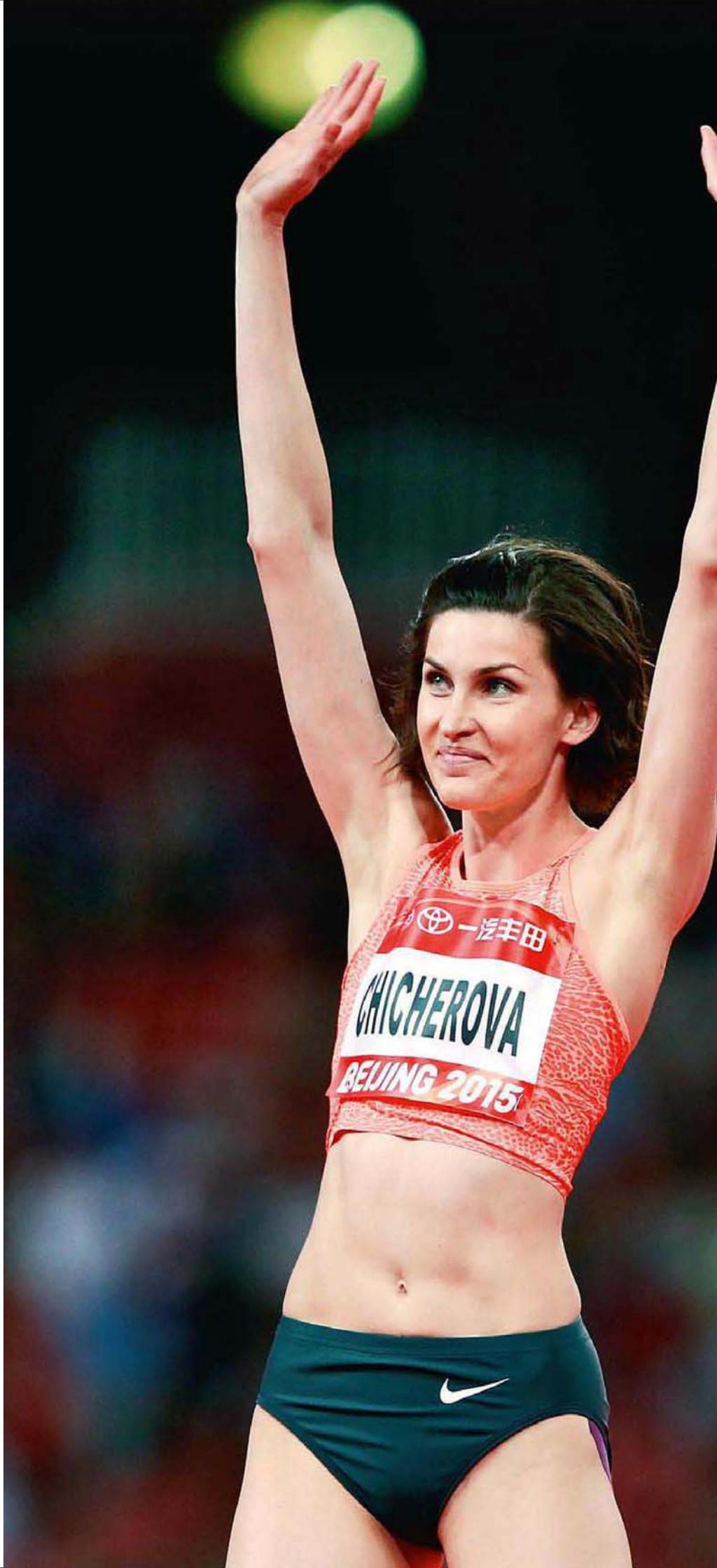


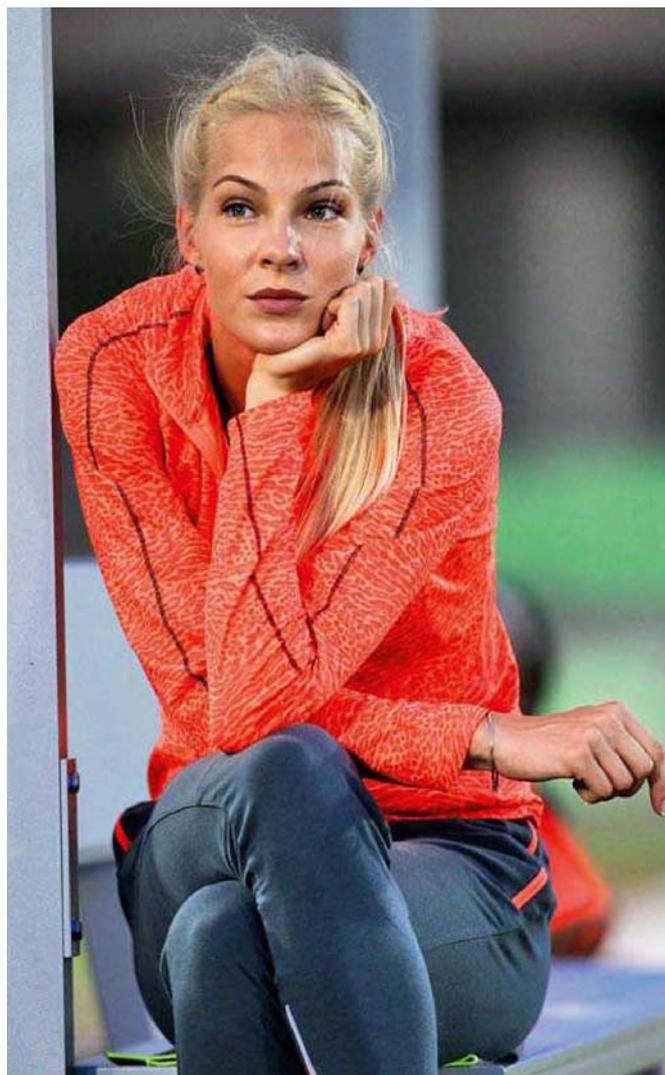
安娜·奇切洛娃

安娜·奇切洛娃 (Anna Chicherova), 俄罗斯女子跳高运动员, 将参加北京世锦赛女子跳高项目的比赛。这位美丽的俄罗斯名将如今已经 33 岁了, 但在今年的国际田联钻石联赛中, 她仍高居积分榜第二位, 曾获 2011 年世锦赛、2012 年奥运会冠军的奇切洛娃仍有竞争北京世锦赛金牌的实力。

1982 年 7 月 22 日, 奇切洛娃出生于苏联亚美尼亚共和国首都埃里温。她 7 岁时便在身为前职业跳高选手的父亲指导下练习跳高, 1992 年苏联解体后, 他们全家搬到俄罗斯。1999 年, 17 岁的奇切洛娃在波兰举行的世界少年锦标赛上获得了她第一块跳高金牌。但接下来的 3 年中, 她的成绩仅仅提高了 3 厘米, 为此她甚至考虑过放弃跳高。然而在 2002 年更换教练、进行更系统的训练之后, 她的个人最好成绩从 1.92 米蹿升到 2003 年初的 2.04 米, 这一成绩打破了当时俄罗斯的室内纪录。同年, 她在伯明翰室内田径世锦赛上获得了自己的第一块成年比赛铜牌。自此奇切洛娃逐渐成为世界上最优秀的女子跳高运动员之一。

在接下来的 7 年中, 奇切洛娃获得了几块奖牌, 然而始终无法登上最高领奖台。2009 年柏林世锦赛前夜, 她梦见有人对她谈到一块银牌, 而她则喊道: “不, 把它拿走, 我要金牌!” 那一次, 刚刚伤愈的她依然只获得银牌。2011 年, 刚刚生下女儿的奇切洛娃终于凭借个人生涯最好成绩 2.07 米在大邱世锦赛中夺得冠军, 随后又获得了 2012 年伦敦奥运会冠军。她说, 女儿的到来让她变得自信平和。“我的灵魂在飞翔, 也许这帮助我飞过横杆。”





达里娅·克里什娜

达里娅·克里什娜 (Darya Klishina)，俄罗斯女子跳远运动员，将参加北京世锦赛女子跳远的比赛。这位美丽的俄罗斯姑娘已经是世界青年锦标赛和欧洲室内锦标赛冠军了，但在名将云集的世锦赛上，她仍将扮演一位年轻的挑战者。

克里什娜 1991 年 1 月 15 日出生于俄罗斯特维尔。9 岁时，克里什娜作为一名排球运动员开始了运动生涯，但很快改练田径，在尝试过铅球和短跑之后，一名教练发现了她在跳远上的天赋。13 岁时，她离开父母独自去莫斯科接受专业训练，虽然偶尔会想家，但她很快适应了独自的生活，并开始享受跳远的乐趣。2007 年，15 岁的克里什娜获得世界青年锦标赛冠军，而后开始在不同年龄组的各种比赛中夺冠：2008 俄罗斯青年锦标赛、2009 欧洲少年锦标赛、2011 欧洲室内锦标赛等等；她还以 6.87 米的成绩打破了此前的俄罗斯青少年跳远纪录，距青少年跳远世界纪录仅差 1 厘米。2011 年起，克里什娜开始成为世锦赛决赛的常客，被认为“拥有打破世界纪录的潜力”。现在，她仍在努力修正缺陷，为自己的第一块世锦赛奖牌而努力。

虽然成绩傲人，但在俄罗斯国内，克里什娜的名声更多来自场外——一项在线调查曾将她评为年度最性感的女运动员。身高 180 厘米、体重 57 公斤的克里什娜确实拥有模特般面孔和身材，并且与许多女运动员不同，她乐于拍摄写真或者接受采访，在她看来这是推广自己热爱的运动的必要方式。但是，她绝不会因此错过一次训练。“田径对我来说是最优先项。我无法想象我的生活没有它。”



穆塔兹·伊萨·巴尔希姆

穆塔兹·伊萨·巴尔希姆 (Mutaz Essa Barshim)，这位年仅 24 岁的跳高运动员不仅是世锦赛、奥运会奖牌获得者和亚洲纪录保持者，还拥有本赛季男子跳高项目的世界最好成绩，这使他成为北京世锦赛冠军的热门人选。

巴尔希姆 1991 年 6 月 24 日出生于卡塔尔多哈，父亲是卡塔尔国家队的一名竞走和长跑运动员。八九岁时，巴尔希姆每次看到父亲在电视上摆出胜利的姿势，就立刻冲到邻居家告诉他们。因此巴尔希姆起初练习的是竞走和长跑，直到一名教练发现了他的跳跃天赋。尝试过所有跳跃项目后，他最终选择了跳高，并很快表现出成为顶尖选手的潜力。2009 年他在海湾锦标赛上跳出 2.15 米，这时

他遇到了他后来的教练斯基尔巴，对方一见他就说：“你有一天可以跳到 2 米 40。”当时他并不相信，但在接受更专业的训练后，他的成绩飞速提升。

2010 年成为他职业生涯的关键一年：他在年初的亚洲室内田径锦标赛中以 2.20 米夺冠，5 月就在亚洲少年锦标赛中跳出堪比成年选手的 2.31 米，接着又成为世界少年锦标赛和亚运会冠军。他开始在各种比赛中夺冠，2011 年他的最好成绩提升到 2.35 米，2012 年提升到 2.37 米，2013 年，他跳出 2.40 米，成为历史上第八个 2.40 米俱乐部成员，也打破了中国选手朱建华保持了 29 年的亚洲纪录。在这两年中，他也获得一枚 2012 年奥运会铜牌和 2013 年世锦赛银牌。2014 年，他又将亚洲纪录提高到 2.43 米，距世界纪录只有 2 厘米，他相信自己将在 5 年内打破世界纪录。

埃里森·菲利克斯

埃里森·菲利克斯(Allyson Felix),美国女子短跑运动员,她将参加北京世锦赛女子200米、400米、4×100米接力、4×400米接力的比赛。菲利克斯拥有3块奥运会金牌和8块世锦赛金牌,本赛季世界最好的200米成绩证明她今年依然保持着良好的状态,拥有竞争多个项目世锦赛金牌的实力。

菲利克斯1985年11月18日出生于美国加利福尼亚的一个基督教家庭,从小就相信自己的跑步天赋是上帝的赐予。上高中时,她由于双腿细长被同学叫作“鸡腿”,讨厌这个绰号的菲利克斯从篮球队转入田径队,只为证明即便她的腿很细,但她仍然可以非常强大。她确实做到了,2001年她就获得世界青年锦标赛100米冠军,高中时连续两次打破“女飞人”琼斯保持的全美女子高中200米短跑纪录。2004年,年仅18岁的菲利克斯就在雅典奥运会上获得银牌。凭借常人难以想象的艰苦训练,菲利克斯不断进步,2005年她在赫尔辛基世锦赛上获得200米冠军,接着又在大邱和柏林世锦赛上取得了这一项目的三连冠,创造出无可匹敌的骄人战绩。然而,失去2008年北京奥运会金牌却是她难以释怀的遗憾:“北京奥运会赛场撞线那一刻,我看到了家人失望的神情,我永远忘不了那种感觉。”为了获得一枚200米奥运会金牌,菲利克斯改进了技术,加练100米,让自己优美的跑姿变得更为凶悍,2012年她终于如愿以偿。

作为世界上最好的女子短跑运动员,菲利克斯还是美国反兴奋剂运动的代表人物,在偶像琼斯卷入兴奋剂事件之后,她受到巨大打击。信仰的力量给了她对抗兴奋剂的坚定信念,为此,菲利克斯自愿加入一个名为“坚信计划”项目,日常接受持续的血检和尿检,以树立清白的运动员楷模。



(体育纪实)



陈益滨

陈盆滨：和你跑完 100 个马拉松

跑步改变人生。

记者 刘敏

从渔民到极限运动员

100 天 100 个马拉松的计划，刚跑到第四天，陈盆滨膝盖的旧伤就发作了。

皮肤黝黑的陈盆滨是一名极限运动员，从 2001 年开始，他就参加过各种电视吉尼斯挑战和山地户外挑战赛、铁人赛、耐力赛，一直以超强的耐力和体力著称。从 2010 年开始，陈盆滨的项目集中在极限马拉松比赛——即距离 100 公里以上的长跑。包括南极洲在内，他已经完成了七大洲的顶级耐力赛，回头再跑普通的 42.195 公里马拉松，对陈盆滨来说完全不在话下，花三四小时跑下来一个，他甚至都不会觉得累。

但是连着跑 100 个，就是另外一码事了。去年正式签约盛世家之后，陈盆滨跟 CEO 李胜一直在给自己找新项目。李胜发现吉尼斯纪录里有个人 100 天跑了 13 个马拉松，问陈盆滨要不要挑战 60 个。“我当时说好啊，那不是一下子就打破的事儿，60 个太少了，干脆 100 个吧。”陈盆滨的一句玩笑，让同事们真的认真操作起来，等到“挑战 100”的宣传打出去，他的新挑战，已经变成了从 4 月 2 日至 7 月 10 日的 100 天内，一天一个马拉松，一路从广州跑到北京。

陈盆滨心里还是有底的，从 2010 年开始，跑步就变成了他的全职工作，长期的训练让他已经适应了连续多日的长距离奔跑。但想到未来 100 天里每天都要按时跑个马拉松，陈盆滨的精神压力还是很大，刚刚到第四天，他身上就开始发痛了。“这种疼法真的

是第一次，尤其是膝盖，应该是旧伤积累导致的。”

整个团队一下子开始紧张起来，这一次跑步跟了 9 辆车，30 多个工作人员，后方还有几十名后勤人员，大家的精神压力其实都压在了陈盆滨一个人身上，他决定用老办法，给膝盖放血。

“我们人体是由肌肉、血液、骨头、筋这四样组成的，我是筋跟骨头连接的地方肿起来了。按照过去经验，这就是有了炎症。”陈盆滨用他坚信的理论说服大家，自己给膝盖做了放血疗法，这也是当时能想到的唯一办法：“抽出来的血都是黑的，他们看着都觉得特别恶心。但是抽完血液就能正常流动了。”第二天，在大家的惊诧中，陈盆滨彻底恢复了正常，此后的 96 天里，他的膝伤再也没有发作过。

“我对自己的身体太了解了。”陈盆滨最早认识到自己身体素质好，是在十几岁的时候，小学毕业后他就开始下海打鱼，每天都做重体力劳动，最大的目标是成为一个壮劳力，帮父母省下一个雇工的钱。等到 14 岁时，他已经可以徒手搬起一个 190 斤到 230 斤重的锚。彻夜在渔船上干活儿、翻来覆去吃最便宜的海鱼、以两小时为单位换班睡觉，这些经历培养了陈盆滨在极端情况下运动的能力。而拉网这种需要技巧的工作，又让他锻炼了全身的肌肉：“就像拔河一样，腿部、腰部、手上的力量全都用到了。”

2000 年，陈盆滨在玉环县一次趣味比赛上做了 438 个俯卧撑，立刻震惊了整个小村子。随后的拉力器比赛、抬 150 斤大包走台阶比赛，这些奇奇

怪怪的擂台，让陈盆滨的名气超出了那个“差不多 10 平方公里大，所有人互相都认识”的小岛。

23 岁时，陈盆滨第一次出了小渔村，到温州去参加电视吉尼斯大赛，第一次跟妈妈来到温州，他彻底被眼前的高楼大厦震惊到，才意识到自己过去过的是井底之蛙的生活。那一次比的是扛矿泉水，他扛着 5 加仑（约合 22.75 公斤）的矿泉水绕着场地一圈一圈地走，展示除了自己也没想到过的巨大耐力，当时电视台扛摄像机的人问陈盆滨：“你准备什么时候把这水放下？”陈盆滨夸了个海口：“我要等他们所有人放下来我才放下来！”

最多的时候，陈盆滨已经被人超过了 30 圈，因为不能换肩膀，只过了三四个小时，陈盆滨被压着的肩膀就已经疼得要命了。“但是大话已经说了，我只能继续。”现场的观众们饿得受不了，纷纷回家吃饭，等到再过来，居然发现陈盆滨和余下的几名选手还在走。比赛到了最后，只剩下陈盆滨和另外一名选手了，那名选手一直比陈盆滨走得快，套了他至少 20 圈。对方渐渐开始减速了，陈盆滨靠着匀速，渐渐缩短了两个人的距离。“我当时心里就在想，为什么一定要赢他，因为话已经说出去了：一定要赢你。”

14 小时 21 分钟后，陈盆滨终于成为场上仅剩的选手，扛着 40 多斤的矿泉水桶，他最后一共走了 75.12 公里。下场时，他整个人都已经虚脱了，连上二楼都是别人抬上去的，几个月后身体才彻底缓过来。那场比赛他赢了 2000 多元奖金，全部都寄给了父母——当时他每个月的工资才只有

500 块。

陈盆滨对自己体能的发现，全都是在实践中摸索出来的，带着这种野路子的玩法，他一路参加了各种高强度运动比赛，正式从一名渔民，转变成了极限运动员，直至变成了完成七大洲极限马拉松的世界第一人。

现在，陈盆滨开始有了自己的团队。“挑战 100”的团队每天精确测量他的体重、测血糖乳酸含量、做尿检，准备高营养的配餐。转播车一直在网络上直播他的跑步，一切都不能造假，“不可能上午跑 20 公里，下午再跑 22 公里，大家都在监督我”。

另一个难度是，按照陈盆滨个人能力，如果只计算距离，他其实完全可以每天跑 80 公里，早早提前完成行程，但是现在被严格的计划表控制，无论刮风下雨，他都要准时出现在镜头前，喊出“挑战 100”的口号，从零开始完成当日的计划。

普通的马拉松都安排在一个城市最适合跑步的季节，隔离出专用的道路，有全套保障体系。陈盆滨这一次几乎都是在省道、国道上奔跑，还要无数次地在红灯前“刹车”，等绿灯亮了，反复再次热启动。

因为每天都安排了一组陪跑队员，陈盆滨还要照顾嘉宾的跑步速度，这其实会打乱他的节奏：平时跑步，他有固定的配速，用跨部带动整个身体向前运动，这样可以大大节省体力。跟着嘉宾一起跑，步子小了，姿势一变形，整个推力都减小。“我每天跑完之后都做乳酸测试，发现如果我速度快，乳酸含量只有 2 点多，一慢下来就有 7 点多。平时看起来很简单配速其实是非常专业的东西，乳酸堆积越多，肌肉越硬，脚反而不放松。”

从默默无闻，到成为带动社会活动的名人，这是陈盆滨遇到的新挑战。100 天其实是漫长的煎熬，跟当年对着摄像机一样，陈盆滨是在把自己许下的承诺做完。

全马夫妇

6 月 14 日，李朝晖刚来的时候，陈盆滨没认出来这位陪跑嘉宾。过了半天陈盆滨才反应过来：是你呀！——李朝晖过去是个 180 斤的胖子，跑了两年步后，现在只有 135 斤，完全换了一个人。

李朝晖和妻子王静，是陈盆滨第 74 天的陪跑嘉宾。夫妇俩都是跑步爱好者，王静是《体育报》的记者，李朝晖的本职工作是音乐人。

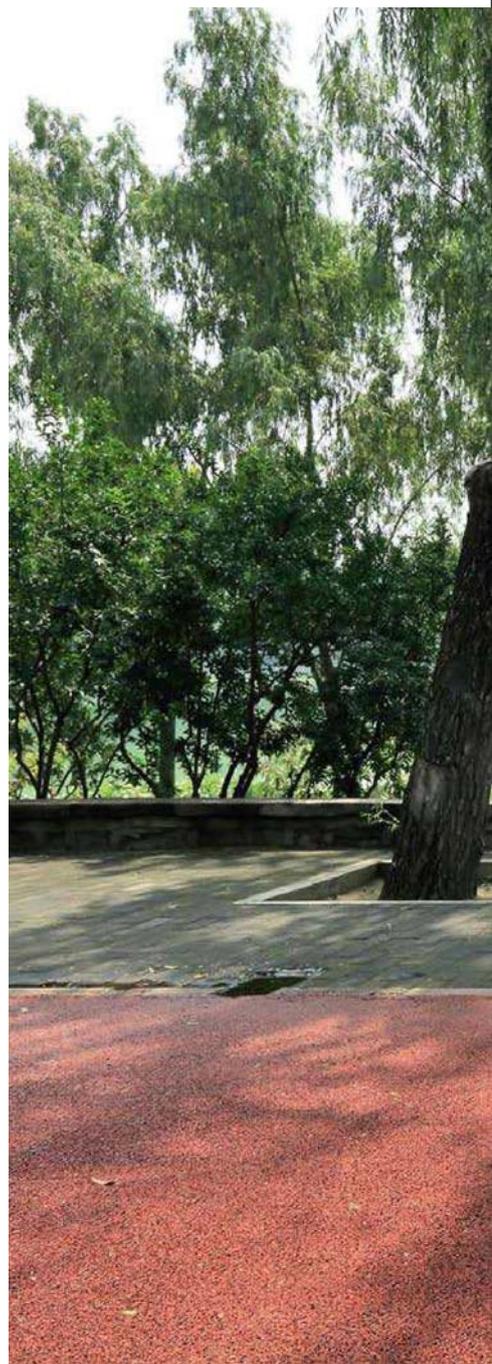
跟很多人一样，李朝晖开始跑步，是因为身体的中年危机。“我们这一代人，二十七八岁的时候都没人锻炼，年轻时身体倍儿棒，都没有健身的意识。到了 35 岁时我开始发胖，也冲到健身房猛练过一阵，从 170 斤减到了 150 斤，之后就再没锻炼过。”等到了 42 岁时，李朝晖的体重不知不觉又反弹回去了。“双下巴，肚子上有游泳圈，我闺女都嫌弃我，不让我去学校接他，说我看着太胖了。”

虽然有跑步减肥成功的经历，但李朝晖对跑步并没有什么爱好。有一位朋友为了督促他，“连哄带骗”地给他报名了 2013 年的北京长跑节，距离不远不近，10 公里。

为了照顾朋友的面子，李朝晖开始在家楼下跑圈，从零开始恢复跑步的习惯。两三个月后，站在天安门前，跟着大队伍窜出起跑线时，李朝晖还心里打鼓：到底能跑下来吗？

没想到，裹挟在人流之中，跑步变得轻松起来，在现场欢乐的情绪振奋之下，10 公里轻轻松松就完成了。第一次完赛，是很多人跑马拉松的起源，李朝晖也不例外，才发现 10 公里并不可怕，过去以为参赛都是专业运动员的事儿，原来自己也可以轻轻松松完成，那为什么不接着再跑远一点呢？

李朝晖随即报名了当年的北京马拉松，拿下了全马后，他就彻底投入



到了跑步的浪潮中，跟着朋友进了跑马拉松的圈子，并把妻子王静也拐进去了。

全程马拉松完全是另外一个概念了，这不再是一个随便跑跑就能拿下的运动。马拉松是一个标准的极限运动，从起跑到完赛，所有人都要经历轻松—兴奋—痛苦—快乐几个过程。尤其是到了 32 公里，是人人闻之色变



马拉松爱好者李朝晖和妻子王静

的“撞墙”处，李朝晖一直跟我们强调“半马不是马”，就是因为半马不会体验到“撞墙”。

在高强度的跑步过程中，人一直在消耗身体里的糖原，糖原贮存在人体肌肉和肝脏内，能很快转换成跑者需要的能量。大多数马拉松选手在第32公里左右时，身体中的糖原储备已经消耗殆尽。“肝糖是大柴火，一直呼

呼地烧，到了32公里一下子就烧没了，此时开始消耗脂肪中的能量，但是从脂肪转换过来的糖分，速度太慢，又太少，来是小柴火，就那么一小点火苗，完全跟不上。”

2013年的北京马拉松，李朝晖跑了4小时30分钟，对于初学者来说这是个相当不错的成绩，但是“撞墙期”痛不欲生想立刻放弃的感觉，实在让

他刻骨铭心。

在第一次全马比赛之后，李朝晖现在的训练都是为马拉松做准备，目标就是提高脂肪代谢能力，增加糖原贮存量，尽量往后推移撞墙期，并减弱痛苦的程度。

现在，李朝晖和王静夫妇俩每周都要跑步5次，严格按照计划做节奏跑（以每公里5分钟的配速跑10公里）、



(黄宇摄)

美术总监朱明(左)带着盲人按摩师何亚君进行跑步训练,为参加秋天的北京马拉松做准备

间歇跑(以最快速度跑10组800米)和周末32公里的长距离。

“我们遵照的是科学的锦标主义。”妻子王静一直喜欢运动,过去一直会定期打网球、羽毛球,加上游泳。单纯以爱好为导向,这些运动锻炼了她的体能。跑步因为门槛低,又有比赛做目标,成为她坚持最久的一项运动。王静发现,跑步其实是一分耕耘一分收获,只要按照计划训练,最后一定能顺利完成目标,如果计划完成度不高,比赛的时候就会跑得丢盔卸甲。2014年5月,她去东营跑了个人的第一个全马,过了32公里之后,只能走走停停,5小时才完赛。经过一年的训练,今年3月再跑比赛,她已经能跑到4小时37分了。

“计划完成不了的时候都是借口,只要你把跑步当作生活中最重要的事,

其他的应酬、休息、出差都围绕跑步来安排,就一定能找出来足够时间。”

现在,夫妇俩的生活变得非常简单,他们在微信上加入了跑团,一群人互相监督,每天在群里打卡,李朝晖再懈怠的时候,发现人家都在上传今天的跑步数据,打起精神也要下楼再跑几公里。他最近一次马拉松的成绩是4小时1分07秒,最终还是差那么一点点,没能进到4小时。

在山东东营,夫妇俩跟陈盆滨以6分钟的配速跑了十几公里,校正了很多跑姿上的问题,李朝晖发现自己拉伸不够,也许这也是他过去提速的障碍之一。

在陈盆滨的陪跑团中,还有一位他们的朋友朱明,这也是夫妇俩最佩服的跑友。“你去问问朱明的故事吧,他带着盲人小何一起跑步,不是谁都

能承担得了这个任务,每周都坚持,太难了。”

美术总监和盲人按摩师

周六上午,在北京奥林匹克森林公园见到何亚君时,他刚刚跟朱明跑了26公里。何亚君的大儿子围在他身边跑来跑去,妻子抱着小儿子乘凉,看起来跟公园里其他散步的家庭没什么区别。

这是朱明带着何亚君做的第一个夏训,此后要正式为秋天的北京马拉松做训练了。在马拉松比赛之前,朱明每周都要开车接上何亚君,在周三、周六分别跑两个长距离,因为条件限制,这也是何亚君唯一的训练机会。

朱明今年38岁,是一家报纸的美术总监,跑步也是他近几年养成的

爱好，他至今已经跑过6个马拉松了。认识何亚君，最初只是随手帮朋友一个忙，北京现在的跑团不计其数，每个周末，在奥林匹克森林公园都是人山人海，到处都是各种协会的大旗。但很多组织跑了几次就再没有动静了，何亚君被志愿者们带出来跑了几次步，活动没有继续坚持下去，朱明刚刚接手时，也没想过两个人会一起跑多久。

第一次出门，朱明是带着何亚君坐的地铁，才发现自己没想到的事儿太多了。“上台阶的时候，何亚君总会多迈一级，发现踩不到才知道台阶到头了。在地铁上够扶手，他有时候会摸到别人的头上去。”到了跑道上，公园里有时候会有浇花的皮管子横在路中间，正常人会下意识迈过去，但是对何亚君就是潜在的危险。

对于何亚君来讲，迈开腿跑步本身就是莫大的恐惧，高速运动的时候，他不知道前面有什么。平时他的生活就在自己的按摩店里，处处都已经摸熟了，他能换灯泡，能烧水，能切菜做饭，可是一出了家门，一切都是陌生的黑暗。

几次之后，朱明找到了一点诀窍，遇到台阶，只要是数得过来的，他就立刻告诉何亚君数量。坐地铁时，先让何亚君的手摸到自己，再往上找栏杆。跑步时再遇到皮管子，还差四五米朱明就会放慢速度，说“抬腿”，俩人就一起大跨步跑过去。“到后来我俩已经很默契了，离坑还有一两米时，我一抬他胳膊，就一下迈过去了。”

何亚君更感激的是，跑步是枯燥的，朱明会用转移法跟他聊天，化解他的恐惧。“比如前面有个路口，左侧有棵树在开什么颜色的花，前面有个垃圾桶，这有个岔路口，走慢点，该左拐啦……人多的时候，朱明还会跟我讲，前面有一群小姑娘，后面多远还有一群小伙子，他们速度比咱们慢，哎这几个人跑姿特别好！”有了这种实时路况汇报，无形之中，“就把我的

恐惧拉到另一个环境中去了”。

何亚君自己是个好胜的人，小时候一次发高烧，烧坏了他的眼睛和嗓子，现在眼睛即便是趴在汽车大灯前也没有光感。少年时他一直无法接受中途致盲这个现实，用砍刀把自己亲手养的猪砍得满身是伤。出来到盲人按摩店工作，他总爱跟客人闹别扭，对方流露出一点不尊重的迹象，何亚君就手上使狠劲儿，或者用刚捞出来的热毛巾烫对方的脚。他不避讳年轻时犯的这些错，当时自己的心态就是“凭什么你躺着，我给你按摩？”——他就是跟社会较劲，感觉自己是多余的。

“盲人多少会有些心理障碍，因为他外在的东西让他没有自信，他认为这个世界上，他和别人不一样，他就和别人格格不入。”何亚君这些年渐渐自我调节，走出了过去的障碍，开了盲人按摩店后，他发现手下的年轻员工，总有人跟自己当年差不多。

跑步对何亚君来讲，意义远大于正常人。此前他也在店里锻炼，无非是



何亚君“以前说话小声，现在能夸夸其谈了，对着多少人说话都不脸红了。只有敢于走出家门，才能改变自己的生活”。

就是做一做蹲起，单调又枯燥。出门跑步打破了他三点一线的固定生活，不光是体重从170斤降到了140斤，整个人也变得自信起来：“以前我接触人都是点对点的，除了亲戚朋友就是客人，客人只会把我当理疗师，管我叫何大夫。现在跑团里什么人都有，叫我啥都有的，何大神、何大仙、小何、老何，什么都有，那种感觉完全不一样。”许多跑友都对何亚君好奇，找他跟爱好者们见面，或者请去学校里讲课，何亚君也第一次接触了大量媒体。“以前说话小声，现在能夸夸其谈了，对着多少人说话都不脸红了。你只有

敢于走出家门，才能改变自己的生活。”

背后朱明的付出其实是最大的。跑步极度消耗体力，他要照顾何亚君的配速，因为要用丝带拉着对方跑步，他一侧的胳膊也没法正常摆臂，更何况还有一路不停嘴地做解说。

朱明不愿意称赞自己，他说盲人们其实也让他换了个角度认识世界。他带着何亚君和员工们去过一趟古北口水镇，他说：“他们平时难得出门，所以特别愿意出去玩。咱们会想，到景区什么都看不见，能有什么意思？”结果到了景区，所有的温度、湿度、声音和触觉，都是盲人们的感知对象，朱明只要跟他们讲哪里有石狮子，石板路有多少弯、宽多少米，他们都特别开心，高兴得跟孩子一样。

能享受正常人一样的生活，这对盲人们本身就是最高兴的事情，在古镇上，朱明让何亚君和员工们第一次泡了温泉：“他们躺在池子里完全和自然融为一体，看到每个人享受的神色，我自己也是享受的。”

何亚君和朱明，是陈盆滨的第20

组陪跑嘉宾，他们在29公里处等着陈盆滨，一起跑到了终点。对其他人来说，陈盆滨“挑战100”的户外跑步环境并不好，热，又是公路，汽车来往时非常吵，也没有平时在塑胶跑道上安全。

但是在何亚君这里，这反而成了他最难得的经历，这是他头一次在公路上跑步：“很爽！像是在大海里跑步一样！”所有的噪音，都变成了新奇的交响：“一会儿来个小汽车、一会儿是卡车，还有摩托车，啥都有，‘哗、哗’一下地过去了，平时哪里体会得到这种感受！”

（实习生吕慧对本文亦有贡献）



2014年9月16日，在美国亨茨维尔举行的2014兰多夫越野跑大赛上，选手们争先恐后，奋力向前

越野跑起来

观看一场田径比赛，我们是作为旁观者，欣赏超级身体们对人类的体能极限发起一次次挑战。而参加一场越野跑比赛，你将发掘出自己这具普通身体里深不可测的能量。

记者 / 俞力莎

我以前对越野跑比赛有一种误解，以为那就是在山里举行的马拉松。8月16日完成自己的第一场越野跑比赛后，才发现越野跑和公路马拉松完全是两种不同的跑步体验。在越野跑中，我既有可能在草地、泥土路这样的松软路面上抬腿行进，也有可能需要在布满岩石和树根的路面上跳跃着寻找落脚点。很多时候，我根本跑不起来，甚至连快步走也成为一种奢望，那些连绵不断的山坡，有时候坡度超过60

度，距离长达数公里，仅仅是25公里的赛道，就意味着我需要累计爬升1000多米。下坡时更需要胆大心细，如果不想滚成一个肉球，就得学会弹跳的技巧。

这让我有一种身体仿佛是一辆变速自行车的感觉，我甚至能听到自己体内咔咔换挡的声音。过去参加公路马拉松获得的配速（每公里所需分钟数）理念在这里荡然无存，在路面平坦、起伏平缓的水泥、柏油公路上跑

步，你只管埋头前进，而且只有在全程匀速的状态下才能更好地发挥自己的实力。而在越野跑的全地形赛道上，需要将身体各部位的肌肉都调动起来，并掌握更多技术要领。比如遇到陡坡时，应该大跨步上坡，身体压低，后跟着地，并充分利用后脚蹬地时的弹性来推动身体前进，小腿也能在行进的同时得到充分拉伸从而减少肌肉疲劳。下坡时，一定要前掌着地来吸收冲击力，为膝盖减震，保护自己不受伤，

同时也可以跑得更快。埋头前进属于危险动作，你既需要每一步抓住地面，更需要把目光放远，看清前面的路况，给身体一个节奏的指令。

我参加这场越野跑的契机出现在今年6月初，我的朋友单丹在一个微信群里转发了一条关于“崇礼100·超级天路越野挑战赛”的报名信息，群里都是在大学时代参加过同一个户外社团的朋友。连接崇礼温泉和张北草原的河北66号公路的“草原天路”之名，以及崇礼将作为2022年冬奥会雪上项目比赛地点的消息，让这个越野跑比赛听起来很具有吸引力。比赛分为100公里、50公里、25公里和10公里四个组别。已经有过两次越野跑参赛经验的单丹选择了50公里组，包括我在内的三个人则抱着体验的态度，报名了更适合初级越野跑者的25公里组。

这场比赛起终点是海拔1680米的万龙滑雪场，整个赛道平均海拔在1900米以上，沿途是典型的亚高海拔自然风光，高山草甸上的风车群、翻过山梁后的茫茫林海、山间景观公路旁的油菜花田，最要紧是这一天的晴空白云、补给站爽口甘甜的西瓜，都给了我很好的体验，哪怕是一路经历雪场管道引水工程带来的不便与飞扬尘土，也没有影响我的心情。最后我用时3小时50分完成了全程，在800多人参加的25公里组里，混了个女子30名的成绩。可惜，半夜零点出发参加50公里组比赛的几位朋友就没有那么舒服了。山里夜间温度低至10摄氏度以下，补给站却没有热食供应，仅有两个补给处有热水；赛道路标设置不明显，听说有不少人都在摸索夜路时迷路了。比我们提前一天出发的100公里组选手有不少退赛的。尽管吐槽无数，但从朋友圈晒出的照片来看，大家至少都看到了一场美艳的日出。还有人说，在最想放弃的时候，是无

意降落在肩头的一只小小蝴蝶，给了自己坚持下去的动力。

比赛前，单丹新建了一个名为“崇礼816”的朋友群，又拉进来几位一同参赛的朋友。微信朋友群可谓是跑步爱好者们最重要的社交平台之一，在更为小众的越野跑圈子里，更少不了这种呼朋唤友式的引荐。我们的群主单丹，同时也是另一个越野跑群里的“菜鸟”。作为2005年北大桑丹康桑峰登山队的攀登队长，单丹过去一直热衷于登山、攀岩等户外运动。毕业进入金融圈工作后，有几年不太运动了，发现自己心肺功能变得特别差，体能还不如普通人，于是借着入群的机会又重新开始养成周末去郊外爬山的生活习惯，并先后参加了今年3月份的南京山地马拉松（42公里）和5月份的TNF100北京国际越野赛50公里组。第一次比赛的总爬升在1000米左右，难度不算太大，他慢悠悠地跑完了全程，觉得这项运动很有意思，大家也不是很执著于追求成绩，只要能坚持下来就行了，有足够的空间去享受其中的乐趣。他是这么总结的：“之所以喜欢上越野跑，是因为它和登山很像，更容易挑战人的极限。而且它是一种跟自己较劲的运动。每个越野跑比赛的地形都不一样，你用不着去想超越别人，只要挑战自己就好了。跑起来又不单调，沿途都有不同的景色，特别是跑到山脊的时候，看到连绵不绝的山脊，景象非常壮观。但越野跑和登山又是两种不同的理念。登山需要背负很多的装备，而越野跑则是一种轻装上阵的感觉，你会感觉到身体更加自由。”

在我们的微信群里，我认识了一个叫作“有个悟空”的新朋友，他参加了崇礼100的100公里组比赛。悟空是个互联网创业者，也是登山爱好者，跑步对他来说一直属于一种比较单纯的生活习惯，他从2008年开始就

持续不断地在跑步，但从没参加过任何跑步比赛，每次的跑量一般也不超过10公里。去年5月份，他在朋友的鼓动下参加了TNF100北京的21公里组比赛，之后对越野跑的热情一下子变得“不可收拾”，一年多时间就参加了20个比赛，算上这一次，他已经完成了4次100公里的越野赛。他的越野跑技术很强。单丹曾经和他一起去京郊的阳台山拉练，下山时几千级台阶他花了不到20分钟就跑完了。这让我大为惊叹。崇礼25公里组赛道的最后5公里，是全石板路面的下坡路，也是让我的身体最为紧绷的路段，跑完这段我双脚上的袜子都磨出了大洞，可见我在快速下降时花了多大力气在脚尖上。“有个悟空”那种下坡水平，意味着他的脚步简直轻盈得像一直悬浮在台阶上空。

“有个悟空”推荐我去看看人称“K天王”的超级马拉松选手基利安·霍尔内特（Killian Jornet）的越野跑教学视频。这位出生于1987年的神级跑者不到25岁已经赢遍世界各大越野马拉松赛事。他写了一本书，起名为“Run or Die”，字面意思是“要么跑，要么死”。中文版去年上市，翻译成了《跑出巅峰：马拉松的人生哲学，让你撑过那些艰难的时刻》。他在书里写道：“每个人都有自己独有的节奏，有些人适合跨大步，有些人喜欢碎步跑；有人抬头挺胸、有人低头冲刺；最重要的，是找出什么最适合自己的，而我跟教练一起找出属于我的跑法：那就是在大自然里，跟着土地的脉络纹理奔跑。……秘密不在腿上，而在心的力量。你必须出去跑起来，无论是下雨、刮风、下雪，还是闪电劈着了跑过的树，还是暴风雪中雪花或冰雹打在你的腿上、身上，疼得你直哭。不管！为了能继续奔跑，你必须擦干眼泪，睁眼看清石头、高墙，或天空。心的力量让你对彻夜狂欢说不，对考试高

分说不，对漂亮姑娘说不，对面颊蹭上的柔软床单说不。将你的灵魂注入，在大雨中奔跑，直到因为泥泞而滑倒，跌落在地而割伤双腿，血流如注。然后起身，继续爬坡，直到双腿咆哮‘够了’，在暴风雨中将你带至最为高远的山峰，留你一人孤立无援，直到死去。”

和我一样参加 25 公里组的跑友老无在一家上市公司从事管理工作，平时时间特别忙，过去喜欢去尼泊尔、欧洲等地登山的他，现在只能利用碎片化的时间去保持一种运动状态，参加越野跑比赛也就成为一种自然而然的替代选择，与单丹不同，他并不追求积分赛事，时间、风景是他更为看重的因素，借跑步的机会做个短途旅行成了他放松自己的一种生活方式。他向我提起了流行于国内商学院间的一个名为“玄奘之路”的戈壁挑战赛，参与人员全部是各校的 EMBA 学员。为了备战戈壁挑战赛，戈友会经常会组织一些小型的越野跑活动。这个圈子目前也是老无身边最重要的跑友圈。老无认为跑步热潮的兴起与中国经济的转型息息相关，他在戈友会的跑友也有不少人看好并致力于推动跑步这门生意的壮大。

今年 5 月份去温哥华跑马拉松的时候，有跑友鼓动我玩铁人三项，并向我推荐了内地第一位参加大铁三赛事的业余选手“党旗”。其实他也是国内越野跑活动的推动者之一，经常被一些越野跑比赛主办方邀请去做顾问、主持。他认为越野跑成为跑步圈的新热点是一件自然而然的事情：“跑步在国内本身就已经是一个风靡的项目，从马拉松发展的程度和参与的人数就可以看出，我们正在慢慢地与国际接轨。而越野跑，又相当于是马拉松的一个升级。马拉松是一个距离固定在 42.195 公里的公路跑项目，比赛参加多了可能就会觉得缺乏挑战性，不够

刺激。跑步爱好者都有不断去突破自己的本能。越野跑距离长、难度大，正好迎合了跑者不断挑战自我的需求。越野跑比赛的举办门槛也不高，它不像马拉松比赛那样需要封锁道路，给城市交通造成压力，参与者也喜欢远离都市的体验。越野跑相对而言更环保，跑者需要自己背水袋，到了补给站自己加水，不会带来马拉松比赛那种大量纸杯垃圾的环境问题。”

国内越野跑参与者的年龄集中在 30 ~ 50 岁，这是越野跑作为马拉松升级版的另一个表现，越野跑的参与门槛更高，需要投入更多金钱和时间。“党旗”给我分析：在装备、补给等方面的花费越野跑比起马拉松而言要多上一倍都不止；完成一场马拉松，你每周可能需要训练 10 个小时，而想要完成一场百公里的越野跑，训练时间需要增加到每周 15 个小时甚至 20 个小时，顶级的越野跑选手每周训练时间肯定都超过 30 个小时。若有志成为一名越野跑高手，最好还是加入一个越野跑俱乐部，先让教练对你的身体素质和跑步水平做个评测，再去制定针对性的训练计划。据“党旗”介绍，有些运动品牌经常会组织一些免费的训练活动，而付费教练的市场价格目前大概是 10 节课 2000 元左右。

2011 年全国范围内的城市马拉松比赛只有 10 场，2014 年达到了 52 场，2015 年总计会有 67 场比赛。越野跑比赛的发展时间更短暂，2011、2012 年的时候大家才刚刚开始接触这个项目，一些运动品牌公司在北京的香山、杭州的西山等地组织了一些 20 公里的越野跑活动，参与者也是以玩为主。北京周边山多，越野环境还不错，越野跑爱好者的圈子很快就壮大了起来。这两年，Vibram 香港 100 公里越野赛和 TNF100 北京国际越野赛这两个赛事的参与人数都非常多，对越野跑的推动力度很大。从 2013 年开始，还有

人出国去参加一些高水平的比赛，比如欧洲的环勃朗峰耐力赛（The Ultra-Trail du Mont-Blanc，简称 UTMB），或者日本的环富士山超级越野赛（Ultra-Trail du Mt. FUJI，简称 UTMF）。

现在单丹常挂在嘴边的一个目标就去日本参加环富士山超级越野赛——全程 100 英里（即 168 公里），总爬升 9500 米，参赛者可以 360 度全方位欣赏富士山优美雄壮的身姿。这种顶级赛事的报名门槛也很高，需要通过参加经 UTMF 认证的比赛获得一定数量的积分，并且至少需要参加过一次 100 公里及以上距离的越野跑比赛。目前国内可以获得积分的越野赛大部分都在香港举办，包括 Vibram 香港 100 公里、MSIG 感动亚洲系列赛香港站、Translantau 100、雷利卫径长征旋风 156 公里、萨罗蒙 Lantau 越野赛、乐施毅行者香港 100、香港 168、TNF100 香港，等等。而内地可以获得积分的比赛目前已有 TNF100 北京国际越野赛、大连 100 越野赛、大理苍山洱海越野赛、宁海越野赛、天目七尖越野赛等。

因为越野跑比赛不像国内城市马拉松赛事那样带有官方背景，也无需经过国际田联等组织的认证，所以比赛数量没有精确的统计，按“党旗”的说法，在越野跑圈里得到关注和认可的比赛，目前一年大概有 30 场左右。有不少资深跑者自己成立了赛事公司，比如大连有个跑者叫于雷，参加过 Vibram 香港 100、意大利的“巨人之旅”332 公里越野赛（Tor Des Geants，简称 TDG）等世界顶级的赛事，他从 2013 年起组织大连 100 越野赛和大理 100 越野赛，今年还会增加一个三峡 100 英里越野赛。此外，一些知名的户外品牌如 TNF、Salomo，户外运动品销售公司如三夫户外，运动类媒体如《跑者世界》、益跑网等等，也经常举办一些比赛。■



BEAUTIFUL CHINA 2015

YEAR OF SILK ROAD TOURISM

美丽中国—2015丝绸之路旅游年

China National Tourism Administration
中国国家旅游局





耐克 NRC (Nike Run Club) 教练小豪

一起跑，在城市奔跑

跑，一起跑起来，当然不只关乎身体。

实习记者 / 黄丹露

8月12日晚19点，北京夏夜虽然偶尔有微风吹过，但高温仍没有散去，稍走动，人便会出一层细汗。

在距离东单地铁A口不到100米的东方广场上，逐渐聚集了一群人。他们穿着颜色各异的跑鞋，各种款式的速干短裤、T恤或者运动背心。这是Hey Dash跑团面向公众的常规活动之一。每周三晚上以东方广场为起终点，完成5公里或8公里的跑步。

他们的年龄从20~40岁，来自不同行业，有媒体人、销售、设计师……

有人刚从公司赶来，趁活动还没开始跑到附近快餐店的卫生间换衣服，也有人穿好一身运动装备从望京开车赶来。天色逐渐变暗，参加活动的人基本到齐。Hey Dash跑团联合创始人小豪把手机放进荧光色的腰包里，让所有人围成一个圈后散开，带领大家做热身运动。10分钟左右的热身运动后准备开跑，大家习惯性地打开跑步软件，然后把手机装进各自的臂带或者腰包里。

跑团出发后，东方广场北面2.4

公里处的中国美术馆门口，聚集了另一批跑步者，Road Kissers跑团的常规活动也要开始了。刘美麟并不是第一次参加Road Kissers的活动，她习惯了每周三下班后从中关村坐地铁到美术馆门口集合。当跑到故宫附近，她听到有老人家在放京剧，“感觉也是很奇妙”。

在这样一个普通的夏夜，不知道有多少人相约奔跑在城市街头。“一起跑”的聚会，赋予了这项运动某种仪式感。

拯救

Lee 留着齐耳短发,身着黑色T恤,浅色休闲五分裤,以一副略中性的打扮出现在我面前。去年毕业后,她和朋友一起创业做文化公司,同时还负责耐克NRC(Nike Run Club)和Hey Dash跑团的管理工作。

Lee跑了十几个马拉松。最初她和大部分人一样,认为满世界跑马拉松很疯狂。“我周围有朋友背个背包去世界各地跑,比完赛累呼呼地回来。我不觉得自己也会经历这样折腾的人生。但是参加完在旧金山的马拉松之后,我觉得所有的辛苦都是很值得的。”Lee说。

2013年Lee第一次出国跑马拉松,参加的是在旧金山举办的耐克女子马拉松,同时也是她首个全程马拉松。这次比赛后, Lee对很多事情的看法有了改变。她见到了耐克在赛事组织上的专业及贴心的服务,更愿意投入精力于跑步和文化推广上。

那次比赛6点半发枪。5点钟, Lee起床换衣服,吃前一天从超市买好的早餐——一个全麦面包、一杯酸奶和一个香蕉。

11月的旧金山接近我国初秋的感觉,空气湿度相对较大,跑的时候能感觉到雾气升腾在身体的周围。一般的马拉松比赛,前5公里容易出现选手扎堆互相影响的情况,但这次比赛根据选手的配速进行分区,起跑上的科学设置避免了扎堆影响的发生。

跑到10公里左右的时候,遇到大上坡。在Lee觉得又渴又热时,赛事工作人员端来切好的橙子,“拿到嘴里那一刻还有点冰的感觉,很新鲜、冰凉”。20多公里处有块超大LED加油屏幕,当Lee经过感应区看到自己的名字投射在上面,提醒不要放弃。这种专属的加油体验给她带来了惊喜。

跑到30公里时, Lee的身体进入了极限。她机械地重复着跑步的动作,不想说话。“我不知道自己在干什

么,觉得自己怎么这么傻。”Lee看了一眼手表,跟同行的女孩说保持6分半的配速(每公里6分半)坚持到终点。同行女孩急躁地说:你干吗催我? Lee觉得很委屈。

“跑到那个状态有一种无名火,身体需要发泄,但跑完之后什么事都没有。”最后6公里的时候, Lee觉得自己“不行了”,但是放弃又很亏,就坚持向前走。熬到最后4公里, Lee又重新振奋起来了。

“跑全程马拉松,跟经历了一个小人生挺像的。从开始兴奋,持之以恒,抱着希望,到中期觉得压力负担,绝望、放弃,再重新燃起希望,最后就是成功。”Lee说。

Lee本科和研究生学的都是食品专业。研究生期间,80%的时间是在实验室度过的。在十几平方米的实验室里, Lee穿着白大褂,站在实验台前,专注地关注数据和分析结果。按正常发展的话,她会去食品公司做研发或者市场工作,但一切都因为三年前那段患抑郁症的日子改变了。

她试图寻找出口,尝试过暴饮暴食后,除了身体素质变差,对自己情况没有任何改变。“大四”那年Lee为了更健康瘦身而跑步,她发现专注呼吸和心跳的感觉很美妙,体重也从70公斤降到了54公斤。她在镜子里明显看到了自己的变化。于是Lee再次尝试去跑步,像大学时那样,戴上耳机,只专注于自己的身体感受。

起初跑步时边跑边哭,后来发现很少哭了,“人流的汗多了,眼泪就会少”。那段日子, Lee每天早晨跑一个小时,晚上再跑一个小时。跑步的时候什么都不想,“即使周围很乱,但越跑心里的声音越干净”。

跑到后面,她每天保持20公里的距离。随着跑量增加,人也渐渐放松下来,大脑变得清晰,抑郁症不治而愈。现在回想起那段灰暗的日子, Lee开玩笑地说:那是我人生中最瘦的时间——98斤。

跑步的习惯一直坚持了下来, Lee走出了困境,也重新打开社交圈。她主动参加各种跑步活动,结识新朋友,在朋友的鼓励下参加各地马拉松赛。研究生毕业, Lee考虑把跑步和推广跑步文化作为自己的职业。“跑步拯救了我,改变了我,我想做点事情回馈它。”

“玩命跑”到“慢慢跑”

小豪是耐克NRC的教练,训练对象并非专业选手,而是爱好者。但按照他原先的生活轨迹,大学毕业后应该去体校做教练,在体校的训练目标只有一个——成绩。

从初中开始,小豪就因体育成绩优秀一路保送到重点高中、大学。竞技体育让他一路顺风,但专业化与高强度训练也令他深受折磨。

冬天早上,他要在400米的操场上默默跑上8公里,下午至少10公里。“这个量只是打底。打底,就是起步价。”每次训练后,汗水结成冰晶挂在头发上面。

高一、高二小豪练习中长跑,教练非常严格。“400米每圈跑68秒,连续跑20个,达不到68秒重新跑。”每圈之间只有60秒的休息时间,再跑下一个400米。跑到第十四五个400米的时候,容易肠胃痉挛。“我跑到操场下水道边先吐会儿。”小豪说。

他的家离高中学校有三四公里。高中三年,小豪每天要5点起床,坐最早的公交车,6点钟准时到操场。他总是担心迟到错过训练:“我根本睡不着,躺下一闭眼就感觉要起床了。永远会比闹铃早起5分钟,都神经衰弱了。”

寒暑假的日子往往安排集训,更加艰苦。训练量最多的时候,早上跑12公里,晚上跑25公里。现在很多人用跑步软件算自己的跑量,“我们根本不会记跑过多少步,要是那个时候开着跑步软件估计早就爆表了”。小豪说。



2014年10月12日，胡泽盛参加芝加哥马拉松



对其他学生厌倦的文化课，在小豪看来上课就是解放。但大量、高强度的训练令他很难集中精力，晚上训练完回家后，不想吃饭只想睡觉，但还是要看书、写作业。

高三时，小豪转去练习400米专项。训练强度虽然高，但是训练量减少了一半。晚上训练到19点多，还要继续上晚自习到23点。到高考前100天，他才开始全力训练，以接近国家一级运动员的水平考入北京体育大学。

当时还有其他学校可以选择，但是那些学校还要他继续训练、比赛。他扛不住了，不想为比赛而跑了。小豪内心对于竞技感到了厌倦：“竞技体育目的就是要拿到成绩，你的付出才是值得的。如果练习一年，没有出成绩，就等于这一年白练了。”

大学之后没有比赛了，他终于有了自由时间。小豪尝试了很多其他活动，不同体育项目、学生工作、支教，但跑步依旧割舍不掉。“从事过这样行业的人，要是半个月、一个月不去跑步就会觉得不舒服。”

而马拉松则是一个包含了竞技体育和全民健身的田径项目。“你可以

和几万人一起比，也可以只和自己比，超越自己就好。”或者只是享受比赛的环境和举办城市的风景。

最初加入跑团，是耐克在北京三里屯跑步品类体验店举办的NRC活动上，大家绕着三里屯跑步，聊天放松。跟高中训练队队友相处感觉很不一样，但小豪还是习惯了“玩命跑”。高中时虽然偶尔和队友会互相鼓励，但队内竞争很激烈，“上了跑道就不是队友，而是对手”。

2011年，小豪参加厦门马拉松，那是他第一次参加马拉松比赛。他当时和参加纯竞技体育比赛一样好胜，把自己当成一个运动员，“谁在我前面我超谁”。那次比赛他跑出了“半马”1小时30分的个人最好成绩。

2012年，小豪参加了上海国际马拉松。这次跑到21公里时，他突然觉得右膝盖疼而僵硬。“我感觉还不如走得快，于是蹦会歇会，喝口水继续蹦。”他就这样，以运动员的意志品质一路坚持单腿蹦到终点，用了5个多小时完赛。但因为一条腿支撑了三四个小时，到终点后左膝也出了问题。从上海回北京的路上，两个膝盖都无法弯

曲，只能直着腿，用脚后跟一点一点走，遇到下楼梯就更痛苦。他了解自己做运动员时高强度大运动量的训练造成的伤病。

在北京医院检查后，医生诊断为髌骨软骨软化症，不能跑超过10公里，否则必须戴护膝。“我之前跑步从来不带护具，但是那次比赛后我觉得如果还想继续跑步就一定需要有护具保护自己。”

在之后的一段时间，耐克为像小豪一样成绩优异的跑步爱好者制定了非常详细的跑步训练，每周都会有专业的NTC (Nike Training Club) 教练利用N+TC (Nike+Training Club) 在线的训练课程帮助小豪他们做最充分的训练准备。

2013年，小豪作为陪跑员参加了旧金山马拉松，他开始放弃自己的“运动员心态”。因为同行的两个女孩是第一次跑全程马拉松，小豪放慢自己的速度，一直跟朋友说话，分散她们的注意力。这时他发现，与速度相比，感受比赛的环境、获取周围的喝彩才更有意义。

此后的比赛，他更喜欢把注意力



耐克 NRC 在北京月坛体育场定期举办跑步活动

放在跑步之外，欣赏一路的风景，留意每个遇到的人。“我去跑步，最喜欢不同城市的文化感觉。在柬埔寨吴哥窟跑，一群小朋友们给我加油，他们希望你能把喝完的水瓶给他们；在日本是很多年轻人玩 cosplay（角色扮演），还有整个家庭为你加油。”小豪说。

42.195 公里的环球旅行

胡泽盛戴着一副黑框眼镜，脑后扎着一个小辫，左手戴着手表，右手戴着运动手环。他说自己是一个随性的人，但在跑步上又格外有规划。

采访前两天，他刚刚完成了自己第 20 个马拉松——柬埔寨吴哥王朝马拉松。东南亚比较闷热，比赛 4 点半就要开跑。凌晨 3 点多，胡泽盛起床洗漱，然后换上跑马装备。他喜欢体验不同国家的特色美食，但是马拉松赛前的早餐格外注意，面包、牛奶、香蕉基本上是他赛前的固定搭配。

因为小雨，跑到 3 公里的时候胡泽盛整个人湿透了。跑到十八九公里的时候他觉得太闷热，停下来走一走，看风景。赛道经过吴哥王朝很多古迹，

“我被周围景色吸引了，自己慢慢停了下来，边走边看”。这次比赛并不以刷新成绩为目的，胡泽盛跑得很轻松。

跑步圈有一种说法，跑全马前要完成一次超过 30 公里的训练。2013 年胡泽盛报名参加北京马拉松，也是第一次跑全程。赛前，他让自己跑了一次北京二环路，这次“纯粹为了刷一个 30 公里”。而 3 年前，为了磨练自己，他用了近 9 个小时走了一圈二环路。

2010 年本科毕业后，胡泽盛来到北京工作，他在崇文门附近的小区租了一个床位，一套房子住十二三个人，胡泽盛所在的房间有 10 平方米左右，放两个上下铺的床，住 4 个人。

空间狭小，没有网络，但一个月 320 元房租足够便宜。胡泽盛在这个小区住了 10 个月。因为租房合同并不规范，房东不再继续出租房子，中介给他们换到新的住处。10 个月内在同一个小区换了三次房子，每次都是同样的环境。

胡泽盛说：“我那个时候不太喜欢回去住，一般在公司加班，没有事干也在公司待着。”最晚的时候在公司待到 22 点多再回家。因为没有睡懒觉的习惯，他开始在明城墙遗址附近晨跑，每次跑三四公里。

工作两个月后，胡泽盛开始焦虑。他的工作内容是审核用户提交的信息，通过后发布，错误的进行修改。他形容自己像个邮递员盖戳一样，每天做重复、机械的工作。工作量最大的时候，一天要处理 2000 条信息。

这种工作令他陷入了自我怀疑和否定，每天不停地想究竟要不要留在北京？但是他自己也没有答案。白天做重复性的工作，晚上回到蜗居的环境，胡泽盛想找到一种方式磨练自己或者发泄情绪，他想看看自己能否坚持下去。“二环路看似很长，我想用常人不太会用的方式走一圈。”胡泽盛说。

周五下班后，他在公司准备好地图，放在书包里。周六早上 8 点多，从东便门出发，13 点多时走到西直门，

他找同学吃了个饭。二环路有 30 多公里，他只想知道自己能否坚持走完。“二环路上有很多桥，走到每一个桥的时候就在地图软件上签到，整整签了一圈。”胡泽盛说，“做那些看似不可能、有挑战的事情，完成之后就会觉得困难并非不可逾越，坚持一下就会过去。”

二环路走完，工作还要继续。工作内容依然枯燥乏味，但是胡泽盛并没有那么排斥了，他渐渐开始思考工作方法，提出意见简化流程，同时，每周坚持跑步。

一个人跑步久了会觉得有点枯燥。2012 年，胡泽盛换了工作，单位在三里屯 SOHO 附近，刚好和耐克 NRC 的跑步活动地点很近，便常去参加活动。胡泽盛听跑友说到“马拉松”，他对距离并没有什么概念，也想尝试一下。

2013 年，胡泽盛自己去烟台跑了第一个半程马拉松。周五晚上坐火车去，周日晚上再坐火车回。第一次跑马拉松，他心态很轻松，看海景，吃海鲜，顺便跑个步。当跑完三四个马拉松时，他就给自己定下 10 年跑完 100 个马拉松的目标。

但今年东京马拉松赛前一个月，胡泽盛却发现自己的膝盖受伤了，他开始做静蹲等练习加大腿部、臀部肌肉。东京马拉松难得抽上签，是级别很高的比赛，他不想放弃机会。但跑到 7 公里时，便无法迈开双腿，只能小步慢跑，后面 60% 的路程是走完的。这一次，他“跑”出了最差成绩——6 小时 20 分钟。

“100 只是一个数字，跑 100 个之后就不跑了吗？其实也不会。”胡泽盛觉得自己这个目标太过于急功近利。

胡泽盛慢慢放松了下来。很多比赛，在报名之前他就认定是去“旅行”的。比赛前，他都要了解当地历史，到芝加哥看建筑，去东京看寺庙，沿途风景与历史为他的关注重点。“许多人都有环游世界的梦，但是真的实现起来就困难了。”马拉松 42.195 公里的距离，就是胡泽盛环游世界的方式。☑

人民币贬值与未来走势

主笔 / 谢九

就在市场还在解读刚刚出炉的美国7月份的非农数据，从中揣测美联储9月份加息的概率时，中国人民银行成功抢占了全球头条。8月11日，央行将人民币中间价下调近2%，创出了人民币近20年来最大的单日跌幅，在随后两个交易日，人民币中间价继续大幅下跌1.6%和1.1%，人民币兑美元汇率一夜之间回到了4年前的水平。

央行极力否认这次人民币贬值和刺激出口有关，而是人民币汇率改革的一次重大突破。央行此次除了大幅下调人民币中间价，同时宣布完善人民币中间价的形成机制：“自2015年8月11日起，做市商在每日银行间外汇市场开盘前，参考上日银行间外汇市场收盘汇率，综合考虑外汇供求情况以及国际主要货币汇率变化向中国外汇交易中心提供中间价报价。”而在此之前，人民币的中间价模式是，由央行于每个工作日闭市后公布当日银行间外汇市场美元等交易货币对人民币汇率的收盘价，作为下一个工作日该货币对人民币交易的中间价格。从收盘指导到开盘询价，这种转变有利于提高人民币中间价形成的市场化程度。

虽然央行中间价形成方式的转变的确是汇改10年来的重大突破，但对大多数人而言，更关心的还是人民币为何会突然大幅贬值。央行给出了贬值的首要原因是人民币中间价和市场汇率之间出现了一定的偏差，所以需要加以调整。央行认为：“2005年汇率形成机制改革以来，人民币汇率中间价作为基准汇率，对于引导市场预期、稳定市场汇率发挥了重要作用。但近一段时间，人民币汇率中间价偏离市场汇率幅度较大，持续时间较长，影响了中间价的市场基准地位和权威性。”按照央行行



香港一家外币兑换亭

长助理张晓慧的数据，这种偏差累积了3%左右。

人民币中间价下调的另外一个原因，和近期股市的救市有关。今年7月份，国内广义货币M2比6月份跳升了1.5个百分点，7月份新增人民币贷款同比多增了1.61万亿元，多出来的流动性，并非进入实体经济，而是和银行体系为救市提供资金扶持有直接的关系。短时间超发的大量货币影响了外汇市场的供求关系，给人民币汇率带来贬值压力。

此次人民币突然贬值虽然在市场上引发强烈震动，不过国际社会的反应还算温和。美国财政部表示现在判断人民币中间价的影响还为时过早，因为中国央行表明这是汇率市场化改革，所以美国财政部表示要继续跟踪。国际货币基金组织（IMF）表示中国央行允许市场在汇率形成上发挥更大的作用，是受欢迎的举动。人民币突然贬值之所以没有招致大范围批评，主要原因是国际社会对于人民币面临的贬值压力其

实都心知肚明，在美元加息的背景下，新兴市场货币大都大幅度贬值，只有人民币兑美元始终保持坚挺，加之中国经济放缓的压力，所以人民币突然出现一定程度的贬值，还在国际社会可以接受的范围之内。另外，央行同时还推出了人民币中间价新的模式，让市场更多决定人民币的中间价，人民币市场化程度提高也更能够提高国际社会的信任度。

不过，市场真正担心的并非人民币的一次性贬值，而是人民币贬值是否会形成长期趋势。央行一旦打开了人民币贬值的笼子，想要随意控制住贬值的步伐可能并非易事。按照央行的预计，人民币中间价和市场汇率之间大概有3%的偏差，这大概就是央行对人民币贬值的初步预期。8月13日，央行召开新闻发布会，央行行长助理张晓慧表示：“11日中间价报价基础完善以来，人民币经过两天的调整，逐渐向市场化水平回归，前面所提的3%左右的累积贬值压力得到一次性释放，此前的偏差校正应该说已经基本完成。”一度有市

场传言央行将引导人民币一次性贬值10%以促进出口，央行副行长易纲予以明确否认：“完全是无稽之谈，完全是没有根据的。”

不过，问题的关键在于一旦市场形成了人民币贬值预期，再加之央行主动引导，人民币贬值的幅度肯定会超出央行的预期。8月11日，央行开始下调人民币中间价，3个交易日内人民币中间价已经大幅下跌了4.66%，这显然已经超出了央行预期，在第三个交易日（8月13日）尾盘，在岸人民币兑美元快速拉升，显示出已经有力量开始进场维稳，避免人民币短期过度下跌。这种情形很容易让人联想到中国股市，在中国股市大幅上涨之际，管理层开始大力整顿场外配资，希望让“疯牛”变“慢牛”，但结果却完全超出预期，整顿的结果是市场发生雪崩，转而又开始大规模救市，但是效果也并不理想。股市尚且如此，外汇市场的控制难度就更大，尤其在央行刚刚宣布新的汇率市场化改革方案之后。

在人民币连续3个交易日大幅下跌之后，央行开始一改口风，转而公开表示人民币不会持续贬值，以及央行有能力维护人民币汇率稳定。央行表示并不存在人民币汇率持续贬值的基础：一是我国经济增速相对较高；二是我国经常项目长期保持顺差，2015年前7个月货物贸易顺差达3052亿美元，这是决定外汇市场供求的主要基本面因素，也是支持人民币汇率的重要基础；三是近年来人民币国际化和金融市场对外开放进程加快，境外主体在贸易投资和资产配置等方面对人民币的需求逐渐增加，为稳定人民币汇率注入了新动力；四是市场预期美联储加息导致美元在较长一段时间走强，市场对此已在消化之中，未来美联储加息这一时点性震动过后，相信市场会有更加理性的判断；五是我国外汇储备充裕，财政状况良好，金融体系稳健，为人民币汇率保持稳定提供了有力支撑。央行研究局首席经济学家马骏也表示，央行在必要的

时候完全有能力通过直接干预外汇市场来稳定市场汇率，除了经济基本面支持人民币汇率长期基本稳定之外，央行管理的外汇储备是全球央行中最高的，其稳定短中期汇率走势的能力也远远超过许多新兴市场经济体。央行的各种公开表态，使得人民币汇率在连续3天大跌之后，第四天终于稳定下来。

在美元升值和中国经济增幅放缓的双重压力下，市场上对于人民币贬值的预期一直存在。过去9个月以来，人民币市场价格一直低于央行的中间价，某种程度上，是央行通过中间价维稳，才使得人民币市场价格没有明显贬值。这一次央行主动下调中间价之后，人民币贬值的预期可能会更加强烈，央行将来维稳人民币的压力会越来越大。今年7月24日，国务院办公厅发布《关于促进进出口稳定增长的若干意见》，其中提及“扩大人民币汇率双向浮动区间”，目前人民币双向浮动区间为20%，如果浮动空间继续扩大至30%甚至更高，市场价和央行中间价的偏差可能会进一步加大，央行掌控人民币汇率的难度会继续提高。

从理论上而言，央行掌控3.7万亿美元的外汇储备，足以应对人民币汇率的波动，但是央行如果强行大规模干预，也并非没有代价，首先是现在市场上人民币套利资金规模已经非常庞大，按照巴塞尔国际清算银行的估计高达1.2万亿美元，即使是央行拥有3.7万亿美元的外汇储备，面对如此规模的套利资金也有不小的压力，即使央行有能力稳定人民币汇率，对于外汇储备也会带来巨大的消耗。2014年以来，我国的外汇储备已经连续4个月下降，最新公布的7月份外汇储备继续缩水至3.65万亿美元。另外，央行在此次下调人民币中间价的同时，宣布了人民币中间价的市场化改革方案，承诺让市场更多决定人民币汇率，这也是今年底人民币加入特别提款权（SDR）的必要条件之一，如果央行未来对人民币汇率干预程度过高，显然也是背离了人民币

市场化改革的方向和承诺。

如果人民币形成趋势性贬值，对于中国经济会带来更大的资本外流的压力。尤其是6月份以来的股灾冲击波还未完全消散，如果人民币贬值带来更大规模的资本外流，中国股市可能会遭遇新的压力。证监会新闻发言人表示：“今后若干年，中国证券金融股份有限公司不会退出，其稳定市场的职能不变，但一般不入市操作，当市场剧烈异常波动、可能引发系统性风险时，仍将继续以多种形式发挥维稳作用。”对A股市场而言，这意味着短期之内可能不会再有大规模的救市行动，A股的走势更多由市场自身来决定。这一次A股大规模救市行动引发了巨大的争议，也付出了很多实际代价，比如这一次人民币贬值就是救市代价之一，而更多的负面效应可能在未来很多年都会一直存在。

除此之外，人民币的持续贬值也不利于中国的资本输出。我国对外投资规模首次高于实际使用外资，这意味着我国正式成为资本净输出国。在发达经济体疲软之际，中国资本大规模出海，对于收购海外成熟品牌提供了难得机会。而一个相对强势的人民币，无疑会极大降低中国资本海外收购的成本，反之，如果人民币趋势性贬值，无疑会对中国资本的海外收购带来更多的困难。

人民币出其不意的贬值之后，未来可能会出现这样几种走势：一是人民币中间价和市场价之间的偏差得以校正之后，人民币走势回归常态，短期之内可能会有较大波动，但是中长期对美元汇率控制在一定波动范围之内，这可能是相对理想的结果；二是人民币就此进入趋势性贬值，长期贬值幅度甚至达到两位数，这种结果会刺激中国的出口，但会引发大规模的资本外流，对于中国经济可算有利有弊；第三种结果是人民币由此进入长期贬值通道，但是贬值幅度并不大，个位数以内的贬值幅度，并不会对中国的出口带来实质性好处，但是又足以引发资本外流，这可能是最糟糕的一种结局。■

不一样的贬值与结局

主笔 / 邢海洋

人民币贬值，很容易使人联想起三年前日元和一年前欧元的贬值对股市的影响。长达45个月的贬值周期，日元对美元共贬值了66%，日经225指数上涨了151%；欧元贬值历时11个月，欧元对美元从1.40跌至1.04，贬值幅度达26%，其间欧洲斯托克600指数曾经有上涨了35%的大行情，指数从低点310涨至414点，只不过股市上涨与货币贬值并未完全同步。

货币贬值，股市是最好的保值工具，对企业的盈利提升通常是立竿见影的。当本币贬值时，企业于海外出售的商品，一般无需立刻调价，产品卖到海

航暴跌20%。航空公司经营过程中需要的飞机、零件及航油都来自国外购买，中国航空公司拥有大量的美元外债。在人民币贬值的情况下，这意味着航空公司需要支付更多的人民币来购买美元以偿还以美元计价的债务。非但航空业，凡是涉及海外租赁、境外购买设备的行业，如中石油、中海油大量的海上钻井平台租赁等业务，都会持有美元债务，甚至，连房地产这样的内向型行业也受到波及，因为国内融资不畅而集中海外发债，其偿付成本也将上升。人民币贬值3%，这些海外发债的中国企业，若用国内的收入来偿付海外债务，

后俄国卢布和巴西雷亚尔的贬值，却是汇股双输的局面。自去年下半年至今，卢布经历了两轮大幅度贬值，俄罗斯RTS指数均同期下跌。一个悲惨的经济前景，货币不仅对外购买力丧失，企业经营也充满了不确定性。

人民币贬值的特殊背景在于，直到贬值，外贸顺差仍然高企，今年前7个月，顺差高达1.7万亿元人民币，几乎是去年同期的两倍。顺差的一个重要因素，并非货币的低估，而是内需不振以及海外大宗商品价格的极度低迷。通过商品和服务贸易，中国一年间获得了约4000亿美元的顺差，可外汇储备却陡降了3000亿美元。一增一减，意味着资本加速流向了海外。而资本外流，除了货币可能的高估与外币形成了落差以外，更多的恐怕是对经济前景的预期发生了变化。上半年股市高涨，资本回报率空前，也没有撼动资本外流的方向，不过是减缓了流速。这个意义上，货币一次性贬值，且是一步到位式贬值，虽可以截留因币值高估形成的热钱外流，可难改经济下行预期。



外贸顺差的一个重要因素，并非货币的低估，而是内需不振以及海外大宗商品价格的极度低迷。

外利润率不变，可换算为本币，等于凭空获得了贬值红利。这个红利还不止于库存，很可能在相当长的一段时间内，海外商品的调价不及汇率的变动快，为企业保留获利空间。这可视为货币贬值后出口企业的第一笔利润源。货币战的本质，当然不是让企业躺着赚钱，而是为外贸企业借机扩大海外出口，据估计实际有效汇率贬值一个百分点，便可提升中国出口一个百分点。而今年截止到7月份，出口同比下降了0.9%。一次性贬值3个百分点，足以逆转出口下滑态势。而一再压低的外贸企业利润率，也有望好转。近年来中国外向型企业利润率徘徊在3%以下，纺织业甚至微薄到不足2%，即使有些微的好转，对上市公司而言都将带来估值上的飞跃。

但对于不同的行业，贬值或带来不利的影响。贬值当天，在美上市的南

其偿付成本大约需要增加150亿美元。每个百分点的贬值，意味着50亿美元外债的累积。

日元和欧元的贬值，都是央行主导量化宽松的副产品。量宽之前，两大经济体利率低至零，已经陷入流动性陷阱，利率工具不再有效了。央行通过购买国债等中长期债券，增加基础货币供给，当银行和金融机构的有价证券被央行收购时，新发行的钱币便被成功地投入到私有银行体系。量宽的极端货币政策，改善了实体经济的运行环境，也提振了市场对企业经营的预期。股市的上涨，除了宽松的货币，更重要的是预期。“安倍经济学”推出之前，日本经历了多轮刺激，于股市却反应平平，“安倍经济学”以前所未有的大胆举措购买债券，才彻底扭转了股市的颓势。反观日元、欧元之

人民币贬值部分扭转了外向型经济部门的预期，却又因人民币的突然市场化，平添了投资者的不确定性。而不确定性即风险计价，是投资者需要从估值中减去的。如果说A股因救市因素，走势失真，不妨以中资股占据绝大多数的港股为切入点，观察市场对人民币一次性贬值的反应：人民币下跌，恒生指数先涨后跌，三天后跌幅2%，而代表H股的国企指数，基本上和人民币3%贬值幅度相仿。内地企业在香港上市，以港元计价，货币贬值市值受损。除了计价原因的价格调整，市场预期几乎没变。可见人民币贬值是把双刃剑，对股市的影响两面相抵。✎

《三联生活周刊》2015年更多精彩，订阅更优惠

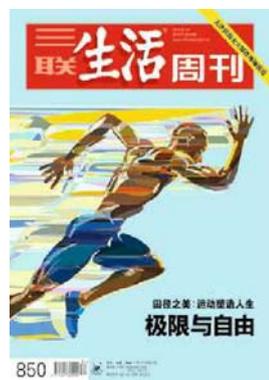
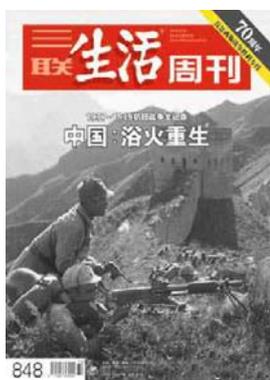
2015 订阅全年净省208元



全年52期，零售单价12元 | 订阅单价8元 | 订阅年价416元



内容更全面、深入地关注社会、经济、文化等多方热点
一支高质量的主笔、编辑、记者队伍，更加大采访成本投入，更强调原创性
可读性更强，内容更丰富，涉及投资、理财、收藏、家居、健康……方方面面的实用生活指导
一本高端综合类周刊承载更多理想，以坚持不懈的成长回报读者厚爱，证明自己值得期待



三联生活周刊荣获

我国新闻出版领域最高奖——第二届中国出版政府奖·期刊奖

国家新闻出版广电总局颁发——中国“百强报刊”

中国期刊协会颁发——新中国60年有影响力的期刊

邮发代号：82-20 / 拨打11185上门收订

委托声明：三联生活周刊订阅服务由邮政部门独家代理，未委托其他机构订阅本刊。

杂志社咨询电话：010-84050425 / 84050451

联系信箱：dzfw@lifeweek.com.cn



8月15日航拍的天津港瑞海国际物流公司危险品仓库火灾爆炸现场



天津滨海 爆炸之恸

8月12日深夜的一次爆炸，
造成了滨海新区的无数灾难与苦痛。

记者 / 艾江涛



(潮阳摄)

8月13日凌晨，在火灾爆炸现场附近待命的消防战士

夜空升起的蘑菇云

23点36分，天津9号轻轨终点站东海路附近的一座大时钟，永远定格在了这一刻。这里距离爆炸地点不到600米。所幸的是，末班车已在当日22点30分开出。

22点30分左右，正是瑞海国际物流公司的集装箱堆垛起火的时间。华西车队司机刘勇就住在西南方向距此800多米远的启航嘉园小区5栋23层。他很早就发现了火情，附近一些楼房的人和他一样，开始以为只是一次普通的火灾，不少人掏出手机拍摄。他们看见一支消防队两辆消防车正在用水枪救火。

这里是天津港消防支队第四大队的辖区。在起火地点南边，只隔一个

街区不到400米的院里，有两栋建筑，一栋属于天津港公安局跃进路派出所，另外一栋则住着天津港公安局交警支队和消防支队的人。起火后，天津港消防支队6个中队的第一、第四、第五中队，十余部消防车、70多人陆续到达现场参与救援。刘勇最早看见救火的人，正是距离最近的天津港消防支队第四大队的20多人。

还有许多人并不知道火灾发生。在起火地点1公里左右的范围里，有天滨公寓、万科海港城、启航嘉园、金域蓝湾四个小区，许多居民此时已经进入梦乡。住在启航嘉园1栋101的耿浩（化名），正在他开的小超市里和几名顾客聊天，当时还有几个人在旁边的小饭馆吃饭。没有人知道一场巨大的灾难正在逼近。

火势越来越大。23点30分左右，第一次爆炸发生，火光腾起很高，伴随着巨大的声响，消防员李则军被震倒在消防车后面的地上。前面的消防车阻挡住了巨大的冲击力，救了他一命。他所属的天津消防总队特勤中队，也是在爆炸前进来的第一批消防员。周围瞬间黑了下来，天空飞落着带着火光的各种爆炸物。还没回过神来，第二次更大的爆炸发生了，刺鼻而灼热的空气，在冲天的火光和巨响中弥漫开来，李则军几乎失去了意识。顾不上看身边的人，几乎出于本能，他跌跌撞撞地往回爬行。不知爬了多远，遇到了在外围负责警戒的武警，将他从前线救了出来。

第一次爆炸发生后，小超市里聊天的耿浩就被震到了旁边的草地上，



(王民摄)

8月15日，火灾爆炸地点附近停车场数千辆新车被烧毁

被震得发蒙的我不敢爬起来，抱着脑袋趴在草地上。光着上身的他，很快被碎玻璃片划伤了好几处。住在附近的华西车队司机单爱国，走出房门没多久，他所居住的彩钢房子轰然倒塌。

启航嘉园和附近海港城的几千户居民，从睡梦中被炸醒，纷纷跑到楼下面的空地上。这时，他们看到了北边天空腾起巨大的蘑菇云，半边天空都变红了，天上下着火雨，到处都是被爆炸抛出的铁疙瘩。

反应过来的人，穿着短裤内衣、裹着被单，快速往外跑，有人试图开车离开。到处都是人和车、哭喊的声音。人们四散奔逃，在人满为患的医院里，在惶惶不安的街区度过了第一个夜晚。

天亮之后，人们发现炸点形成一个巨大的深坑，黑色、白色还有黄色

的浓烟不断从深坑和周围几个火点冒出，消防车只剩下一个架子，数量众多的集装箱被挤压变形，杂乱地抛掷在旁边，地上凝结着不规则的金属溶液。在炸点南侧几百米远的停车场，成了不折不扣的汽车坟墓，上千辆新车被烧得轮毂融化，成为废铁。

8月13日下午，记者穿过距离爆炸点不到1公里的第五大道到第七大道之间的绿化带，发现树林里到处散落着炸飞的铁块，一些树则被拦腰折断。东海路站的顶棚被掀起，一列停在那里的快轨车头玻璃粉碎，站台一片狼藉，平常这时本应是人头攒动的下班高峰期。穿过树林，到了海滨高速的高架桥下，旁边停着的几辆货车就像被一双机械巨手狠狠捏了几把，车身变形严重。隔着一条小沟，对面

不到500米远的集装箱后面，浓烟下面火苗依旧不断冒出。

一直到14日下午，炸点附近明显的着火点才得到控制，但现场依然浓烟滚滚。一些原来灭掉的火点在15日又烧了起来，上午10点40多分，现场再次传来沉闷的爆炸声，升腾起一股黄色的浓烟。一位早晨从距离爆炸点不到200米处回来的同行告诉记者，他的鞋子不小心踩进一堆白色粉末状的东西里，很快被烧了一个铜钱大小的洞。

8月14日上午10点的第二场新闻发布会上，天津市安监局副局长高怀友宣布，事发地是瑞海公司的一个危险品中转仓库，由于是暂时储存，危险品的种类与数量都不确定。仅从瑞海公司取得经营许可证的范围看，其



8月15日，爆炸核心区发现大量氰化物，由于担心风向改变带来的影响，一些群众开始转移

可以储存的危险品至少硝酸钾、硝酸钠、硝酸铵、钨酸钠、氰化钠、硅酸钙、甲苯二同氰酸酯（TDI）等种类。

在8月16日上午10点召开的第六场新闻发布会上，公众最为担心的剧毒物品氰化钠被首次确认，至少上百吨的氰化钠被存放在两个位置。氰化钠是一种白色粉末状剧毒物质，遇

水可产生剧毒气体氰化氢。发布会上，中国人民解放军北京军区参谋长史鲁泽称，对于还未散开的氰化钠将成桶运出安置，此外现场已用水泥封堵排水管口，四周建起高墙，防止其扩散。

瑞海公司杂乱堆放、种类繁多的高危化学品，存放种类、数量、位置不明，成为此次爆炸及救援困难的罪

魁祸首。

最惨重的牺牲

8月16日上午10点多，美华大酒店里面正在举行第六场新闻发布会，门口的消防员家属越聚越多，他们大多是首批进入火场的天津港消防支队失联



8月14日，受伤的消防员刘玉涛经过医治出院。事发当晚，他所在的天津市消防总队开发区支队八大街中队作为首批救援队伍，在23时左右进入现场



8月13日晚，疏散群众在天津滨海新区开发区第二小学安置点内休息

消防队员的家属。人群里不断传来哭声，警务工作人员一面劝慰，一面让他们先上车，暂回酒店等待。一位中年男人一直站在人群边上，一言不发，他是天津港消防支队第一中队司机刘国刚的表哥，昨天刚从山东老家赶来。

8月12日23点左右到达火场后，刘国刚再也没有回来，也没有关于他

的任何消息。此时，他6岁的儿子正在山东德州市宁津县柴胡店镇黑赵村老家，在奶奶的哄哄下睡着没有多久。第二天，由于联系不到丈夫，同在天津滨海新区打工的妻子告诉了自己的父母，并把他们先接过来。由于害怕受刺激，她不敢把丈夫失踪的消息告诉公婆。

8月14日上午，刘国刚的表哥依旧没有获得任何消息。带着复杂的心情，他给姑姑编了个瞎话：“国刚在医院，据说伤得不轻。”第二天，他带着姑父来到天津。当天在酒店，政府工作人员抽了姑父的血，老人不知道这是为确认身份的DNA检测所用。

几天来，家人已经跑遍了所有医

院，没有刘国刚的任何消息，表哥开始慢慢告诉60多岁的姑父：医生不让人看，国刚情况估计不大好，你是老爷们，要坚强一些。老人也意识到发生了什么，哭了一次。

表哥还记得，平时节假日刘国刚很少回家。在今年5月份最后一次回家时，刘国刚还来过他家，兄弟俩还说了会儿话，时间太匆忙，连饭也没有吃一口。表弟告诉他，消防队的工作比较清闲，平时火灾比较少，有时交通事故他们也会出勤帮忙。但一个月3000多元的工资并不高，刘国刚打算过段时间辞职，他在镇上买了房子，刚刚装修完，打算回来做点生意。

来天津港消防支队工作前，刘国刚曾在哈尔滨当过两三年消防武警，当兵前，初中毕业的他还在镇上的工厂干了一年多车床工人。在表哥眼里，1985年出生、比他小十来岁的刘国刚，“人太好了，脾气好，各种关系都处理得很好，对老人也好”。说到这里，他眼圈红了，停顿了好一会没说话。

表哥说，宁津县共有四人在天津港消防支队工作，其中一人还是班长，和刘国刚在同一辆车上。四人中，一人得到牺牲的确切消息，其他三人还处于失联状态。他告诉记者，不管是死是活，自己一定要在这里等到最终结果出来。

8月12日22点50分左右，19岁的消防战士李则军所在的天津消防总队特勤中队，40名战士中除了少数留守，30多人乘坐4辆消防车在十几分钟内都到达了现场。

那时，火已经烧了半个多小时，伴随着噼里啪啦的爆炸声，越来越大。他们当时并不知道燃烧物的实际成分，像以前一样，仍然拿着水枪和泡沫救火。爆炸发生时，李则军刚好站在消防车后面，尽管被震得几乎没有意识，但身上只受了并不严重的刮伤。在黑暗中跌跌撞撞地爬行了一段距离，他幸运地获救了。



天津万科清水蓝湾小区在爆炸中受到严重破坏。图为一户人家受损的客厅（摄于8月13日）

然而，第一批进去的消防战士，更多人则没有机会逃离。现场陆续发现的遗体不少残缺不全，8月16日公布的死亡人数曾做了减少两人的修正，因为后来经过DNA比对发现，4具残肢原本只属于两个人。

美华大酒店门前的人群逐渐散去，但那些哭诉声却依旧回荡在四周的空气中。一个中年女人在别人的搀扶下，抹着眼泪说：“我们家一家三口你知道吗？都是独生子女你明白吗？一个人都联系不上。”另外一个年轻的女孩抱着弟弟的照片，边哭边说：“我弟弟叫王胜民，是第一批进去的天津港消防队第四大队成员，现在一点消息都没有，他还不满18岁，你们看到了一定要通知我。”

在爆炸前进入现场的首批消防人员，在并不清楚燃烧物品种类的情况下，付出了最为惨烈的牺牲。据第六次新闻发布会透露，截至8月16日9时，爆炸已造成112人遇难，在确定身份的24人中，有17名消防战士，而在失联的95人中，消防人员占到85人，最早赶赴现场的天津港消防人员达72人。公安部消防局副局长杜兰萍称，这是新中国成立以来，消防官兵伤亡最为惨重的事件。

回不去的家

在美华大酒店门外，40多岁的耿浩在人群中捶胸顿足，情绪完全失控。哭累了，又坐在马路边休息一会，旁边的侄子和外甥不知所措地站在一旁，只好给他递上纸巾和水。他的妻子在爆炸中遇难。

爆炸发生时，耿浩和妻子还没睡，16岁的儿子则在里间睡着了。耿浩白天在万通物业上班，晚上会帮妻子照看超市直到凌晨1点左右。耿浩被爆炸震出老远，清醒过来再返回超市时，妻子已经不见了，儿子正从倒了一地的货架中间跳着往外走。他让儿子帮他带出一双鞋，顺手抄起一件工作服，朝儿子喊了一声：快找你妈！

到处都是人，父子俩在小区里找了快一个小时，耿浩始终不见妻子的身影。这时小区里已经不能再待，惊魂未定的人们纷纷逃到外面的空地上。耿浩想，说不定妻子已经跑出去了，决定带着儿子开车出去找。

刚出小区门口，就发现妻子躺在马路边上。“太阳穴被砸了这么大一个洞。”他用手比了一下，随即又抽泣起来。旁边一个启航嘉园的邻居拍了拍耿浩的肩膀：“坚强点！你不能一说了就

哭啊！”除了那个洞，妻子脸上和身上都是烧伤，还有不少踩踏痕迹，当时已经不行了。

耿浩把工装披在妻子身上，仍然固执地将她拉往医院。最近的泰达医院到处是人，已经无法接收，一小时后，在塘沽医院，医生让他直接把妻子送进太平间。

出来后，他再也没有回家，尽管出于安全考虑，小区早已戒严，但他则是“不敢再回去了”。第二天，他把儿子送回了河南开封老家。老家来人把岳父、岳母也带了过来，他一直瞒着老人。昨天，一个好心的志愿者又帮他两位老人送了回去。

像小区的大多数人一样，耿浩出来时身份证、钱包什么东西都没带。几天来，他一直住在万通物业为他临时安排的酒店，那里没有吃的东西，他正在四处寻找安置点，启航嘉园和海港城最初的安置点滨海职业技术学院和开发区二小已经住满了人。

说话间，另一位小区的业主也跑



短期之内，天津港也成为“只出不进”的港口，受爆炸后周围空气的影响，码头工人停止作业。

了过来，他蹲在地上告诉记者，自己的一个朋友住在距离爆炸点最近仅500多米的海港城，“他是一路踩着尸体上去，找到了自己的老婆”。

由于距离爆炸点最近，万科海港城和启航嘉园两个小区损失最为惨重，许多人家门窗破碎，屋里散乱着家具，地上到处是玻璃碴，还有斑斑血迹。在一张前方传回的照片上，一张麻将桌散落在地上，不远的地方，静静地躺着一个布娃娃。

据统计，截至8月15日，天津市在十几所学校，一共安置了6300多名群众。在距离爆炸地点2公里左右的开发区二小，530名外来打工者带着

食品，乘坐免费列车，踏上回往老家的旅程。这里的家园，尚不知何时能够恢复。

电话里，刘勇告诉记者，他已经离开滨海职业技术学院的安置点，和几个同事暂时住在车队为他们租的宾馆。其间，他曾经试图回家取点东西，还没走到跟前，就闻到了刺鼻的浓烟，原来爆炸点附近刚刚又发生了一次爆炸，根本进不去。

阴影中的滨海新区

1984年天津在东部沿海盐碱荒滩上建立起来的国家级经济技术开发区，是天津的骄傲。然而这场爆炸，却使这里面目全非。

天津港是世界第四大港口。昔日车流如织的货运码头，如今满目疮痍，烧毁的汽车残骸，变形凌乱的集装箱，还有连根拔起的树木，都笼罩在一片浓烟之中。爆炸发生地点，是天津港的物流集散点，在几平方公里的区域内，

聚集着瑞海国际、迅通储运、中联建通、精英物流、金狮五矿国际、滨海驰通、胜狮物流等十几家物流公司。而损失最为惨重的，是将物流聚集于此的汽车企业。据统计，包括现代、大众、雷诺、丰田汽车公司在内的数千辆刚刚组装下线的新车，在爆炸中被烧毁，直接经济损失高达几十亿元。

由于现场危险尚未彻底排除，方圆2公里的区域拉起了警戒线。天津境内滨海高速南岗站入口、轻纺城站入口、临港站出口、永定新河站出口以及河北境内沿海高速歧口主线站天津方向均受到交通管制，恢复时间尚未确定。

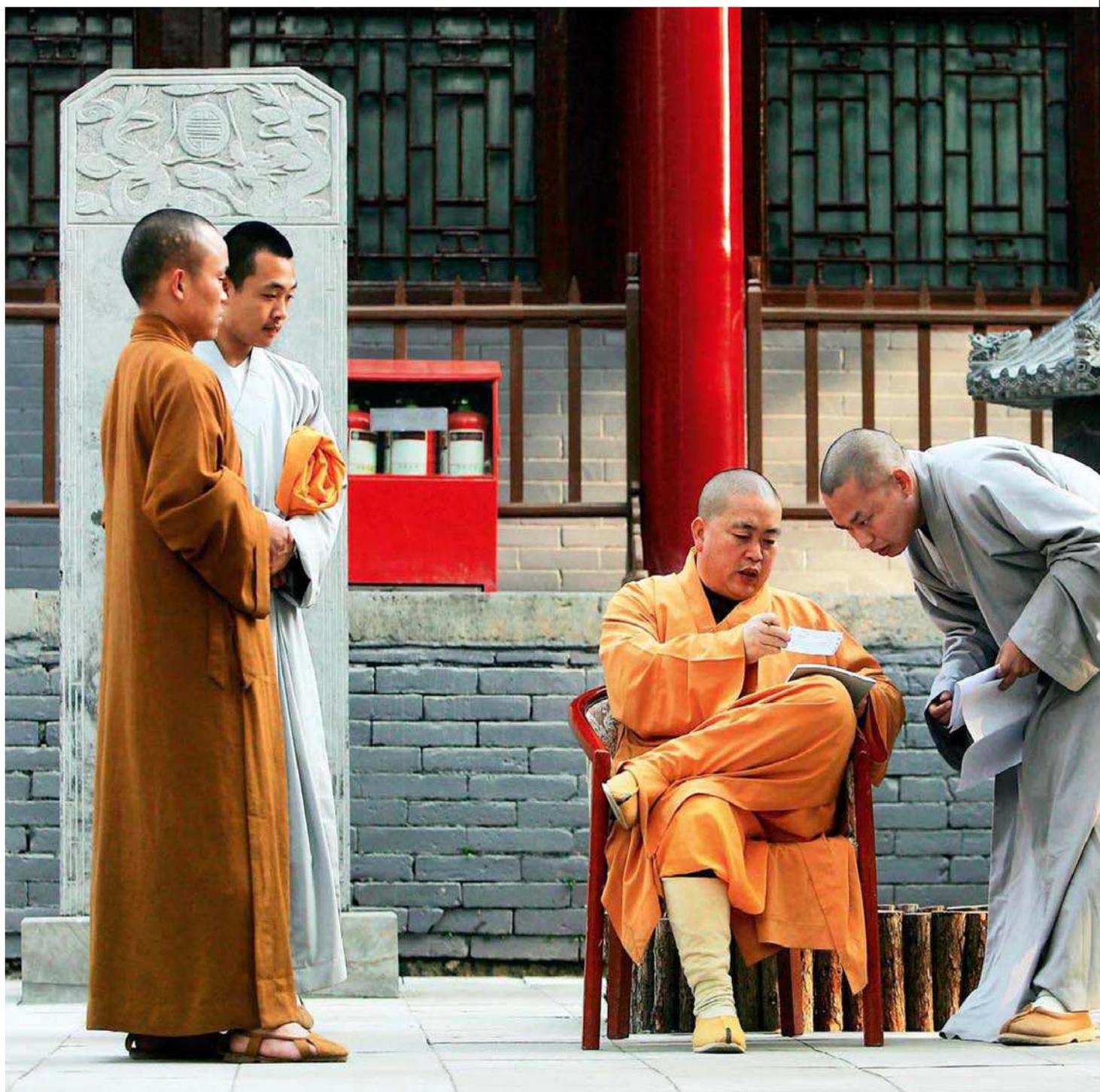
就在上周，记者的一位朋友还在朋友圈里发出照片，他们刚刚乘坐轻轨9号线，前往国内最大的人造沙滩——东疆海滩看海。然而现在，9号线的重新通车还遥遥无期。8月13日早晨，天津火车站贴出一纸通告，上面列出一条蜿蜒曲折的临时公交线路——从通莎客运站出发，经津滨高速、塘沽洋货轻轨站、河北路、京津唐高速延长线、开发区南海路，方才到达第七大街附近的东海路终点站。

短期之内，天津港也成为“只出不进”的港口，受爆炸后周围空气的影响，码头工人停止作业。早在爆炸发生当夜凌晨3点，环保部门就在爆点周围设立了17个空气监测点、5个废水监测点、4个水环境监测点与1个海洋监测点，对爆区周围的空气和水质进行24小时不间断监测。爆炸发生后，入海排水口也全部关闭。

8月13日，一些点位陆续监测到甲苯、三氯甲烷、环氧乙烷、VOCs等污染物，所幸当时西南风将它们吹往海湾，危害不大。次日，天津市环保局发布消息，在事故区域封堵两个排放口，其地下管道检出COD（化学需氧量）、氰化物分别超标3~8倍。在8月16日的新闻发布会上，环保部门称爆炸隔离区空气中氰化氢含量曾短时超标。

8月15日上午，由于现场发现大量剧毒氰化物，担心风向变化带来的影响，附近一些安置点的群众接到物业负责人通知，进行了转移。下午时分，记者站在距离爆炸点约2公里的北海路口，看到远处再度升腾起黄色的烟雾。周围空气呛人，很多志愿者和路人都戴着口罩。

无疑，空气、水质、土壤在内的环境检测与保护，将成为此次爆炸过后，滨海新区不得不长期面对的问题。截至记者发稿，从前方传回的画面上，仍能看到在爆炸点附近升腾的浓烟，笼罩滨海的阴影仍未散去。■



释永信“绯闻”，有背景无答案

释永信的“绯闻”与八卦，严肃地说是个传统佛寺如何现代化的问题，由此而观，可以理解其间利益冲突根由。但是，这其中的引爆点——当事人是否破戒，既是我们可以得窥种种冲突的入口，却也是我们没有得到清晰答案的疑问。

记者 / 杨璐 龚融



2005年4月6日，少林寺有关人员向方丈释永信汇报工作

上世纪80年代的功夫热，把少林寺推上了风口浪尖。时势造英雄，山沟沟里的古寺成了海内外的圣地，也产生了1400多年的方丈从来没有面临的问题，虽然没有足以一统天下的武功秘籍可以争抢，但是“少林寺”产生了巨大的经济利益，知名度带来的无形资产、功夫热产生的武校经济都在迅速积累。

谁是这些资源的拥有者，在一个贫乏封闭的山沟里，显得尤为重要。释永信作为少林寺的方丈，看起来拥有这些资源名正言顺，这也是他的权力空间，如果最终的调查结果，他确实要受到佛法和司法的双重惩罚，那这些资源是他犯错误的根。地方政府和旅游产业合作方港中旅从行政隶属和商业合同上也是作为名胜古迹存在的少林寺景区的合法经营者，还有那跟少林寺世代比邻的乡土社会，跟少林寺有历史和人情上的纠缠。

释永信跟包围他的利益争夺者斗智斗勇很多年，成立公司维护无形资产的权益、整治搬迁周边村民、对门票提起异议、申请非物质文化遗产保护等等，在一路非议里带着少林寺走向现代，却始终没有解决利益争夺的问题。这一次，他触动的是乡土社会里的人情，他身边的人组团举报他，武器是对僧人来讲最具杀伤力的犯戒。

大部分人只关心释永信是否有妻有子，一个权威可信的调查结果既能让犯戒的和尚受到应有的处理，也能从此免于口水漫过少林寺，热点过了就不了了之对谁都不负责任。少林寺的是非隔两三年就在媒体上热闹一回，走点心就会看明白，是利益纠纷变了花样，核心矛盾没什么新进展。可既然轻易惹人关注，重要的事情说三遍，老问题还是得讲清楚。而从旁观者的角度，社会天翻地覆地变革，弘扬佛法也在其他寺院里出现耳目一新的手段，少林寺却还陷在寺庙、村民、县政府、开发商的乡土社会里，解决着

农村问题。如何走出去或者实现共赢，是释永信、少林寺、利益场里的各方在风波告一段落后应该思考的问题。

“释正义”是谁

武侠世界的血雨腥风总是从神秘人物的出场开始的。于是，7月25日，网上出现一个叫“释正义”的人，有节奏地抛出少林寺方丈释永信不守清规戒律、历史上的污点、生活上奢靡的“证据”，看起来准备充分又来势汹汹，信心十足地要把释永信从方丈的位置上拉下来。

网上的口水刹那间喷向少林寺，可风暴的中心在外人眼里却还运转如常。中轴线上的游览区，从早到晚都游人如织，少林药局按时开业，小和尚一边看摊一边练习着武术招式，素斋馆欢喜地里食客也不少。8月7日，少林寺赴泰国访问团回到寺里，释永信中午开会听取汇报，下午，到少林慈幼院看孩子们练武功。慈幼院是2004年12月成立的救助项目，接收河南省民政和慈善部门介绍来的孤儿，累计接收了几百名。当天还有2004年首批进入慈幼院、现在已经是大学生孩子到少林寺看望释永信。涉外活动也没停，乌泱乌泱的旅行团里跑出一队黑人武僧来，非常显眼。这是文化部的项目，从非洲五个国家选拔出来送到少林寺，跟着僧人的作息学习时间学习汉语、书法和武功，据说里面还有总统的警卫。

游人看不到的僧人生活区里，其实是不寻常的。释永信的弟子们陆续相约来看望师父。我们遇到的第一拨是李阳泉跟从舟山赶来的师兄和来自郑州的师妹上山。李阳泉同少林寺打了十几年的交道，在少林寺的历史文化领域帮着做了很多事情，同释永信从朋友做起，机缘到了拜师成为俗家弟子。他告诉记者，师父现在的心情肯定不能是高兴的，但是状态比他想



少林寺创办的慈幼院照顾了很多孤儿

的要好，让他心里的石头落了地。下山的时候，他在朋友圈里发出落日、树干的青苔和游人褪去的空旷寺院来表达内心的情绪，并告诉打电话来询问的朋友，不用担心，也别过多打扰风暴中的释永信。

“释正义”是谁？李阳泉和释永信身边的人一开始都不知道，他们告诉本刊记者，从“释正义”发布的“证据”来源和操控舆论的手段看，不可能是一个人。调查需要时间。第一个结果在8月4日晚上公布，登封市政府官方网站发文，经核查，没有“释正义”这个人，其他事项正在核实之中。“释正义”在随后的几天，逐渐淡出舆论热点。但没有风平浪静，更猛烈的攻击在8月8日来临，释延鲁、李国营等人到北京实名举报释永信，拿出比“释正义”更为详细的内容。

举报团里既有武僧团的前骨干，也有释永信的前侍者，都属于少林寺方丈身边的核心人物。带头的释延鲁并没有隐瞒他和释永信的矛盾，两个人有经济纠纷，并向媒体出示了转账的银行单据。而少林寺一方的回应是，释延鲁因为被迁单而怀恨在心，他被迁单的理由是：“他结婚了，还是两次，有老婆有孩子谁都知道，方丈说‘你不能当和尚了’。”熟悉少林寺的人告诉本刊记者。

释延鲁的举报团成员都否认了自己是“释正义”。但是，“释正义”公布的“释永信户籍信息”、“郑州警方的笔录”，都属于除公安机关需要，或者进入司法程序之后律师经手，不能查询更不能流出的信息。虽然如此，但它还是坦坦然公之于世了，这当然奇怪。稍后，有当事人告诉本刊，登

封警方的一位负责人被带走询问了。

我们碰到的第二拨从全国各地赶来探望释永信的，是曾经在少林寺出家过的师兄弟，其中不乏跟释延鲁从小长大、情同亲兄弟的朋友。“我7月24日还去武校找他玩儿，他看起来很平常，25日出事儿之后，他在朋友圈里转发‘释正义’的内容，我让他删掉，他就把我删除了。”释延南告诉记者，他和释延鲁感情很好，即使他跟师父反目之后，也公开跟他来往，并且每次劝他去跟释永信和好，可这一次，他被拉黑绝交了。

神秘人举报演变成师徒反目，县城里对少林寺知根知底的人兴奋起来。有知情人告诉本刊记者，释延鲁在当地很有势力，但是这钱和生意能做起来靠的是释永信的支援。而李国营也是释永信身边的红人。“方丈对他好得不得了，

好得让别人嫉妒。释永信自己可能都不明白李国营怎么站出来反对他。”

1500 多年的少林历史、无数传奇，在当代出现了一个背叛师门的事件。常年习武的少林弟子互相之间声讨释延鲁的妖言惑众、欺师灭祖、大逆不道。但公众只关心一件事情：永信大和尚是否犯戒。虽然真假难辨，可举报团提供了大量的细节，少林寺的官方回应是等待有关部门的调查结果，这个等待过程中，流言和猜测持续发酵。虽然亲近释永信的人告诉本刊记者：“你在身边认真看他的行为就知道，他是可以驾驭掌控欲望的。他在任何生活细节里都可以掌控，他所有的思维言行都不会被欲望控制，被生理的东西控制，他从来不会这样。”可没有权威的调查结果，这样的回应很无力。

被迁单的永信

这不是释永信第一次绯闻缠身。2011 年 5 月，网上传“释永信因嫖娼被警方抓获”，5 月 8 日，少林寺向登封警方报案。5 月 10 日，警方立案，说要依法展开调查，追究造谣者的法律责任。10 月份，又传言释永信同某女名人有染、包养北大女学生，并且生有一子。10 月 13 日，少林寺对外发布声明，向社会征集有关证据，如果有释永信违法、犯戒的证据请第一时间向少林寺僧团举报，根据佛教内的规则，僧团有权罢免处理犯戒的方丈。有居士告诉记者，每次绯闻有关部门都调查过了，如果方丈有问题，不会等到今天发生。可无论释永信是否犯戒，以及发消息造谣的人是谁，并没有公开的结论。

2013 年 1 月份，诸多论坛的八卦版和地方版都发布长文揭发释永信的问题，跟这次一样，不但有大量细节，还涉及许多具体的住址，其中也提到了“释正义”举报中的刘立敏（明）、释延洁。不同的是，在 2013 年的版本

里，刘立敏在深圳因与释延豹、释延虎发生矛盾找释永信调解而相识和发生关系，并且刘立敏在珠海发生车祸身亡了。这一次的理由是经济纠纷，还起死回生有一个用户名为“刘立明女士”的微博公布她与释永信发生性关系的“证据”。

对同一个人持续多年的网络举报



行正眼盲，但是精明强势，他是少林寺的功臣，通过上访要回了僧人对少林寺的管理权和门票经营权。

有点匪夷所思，可岳晓峰告诉记者，少林寺的方丈一般是坐不稳的。岳晓峰十几年前写《释小龙画传》开始收集少林寺历史，成了当地对少林寺有研究的人，他告诉本刊记者，登封很小，是个熟人社会，没什么事情瞒得住，问几道就清楚了。他现在办了一本《中国少林》的杂志，经费来自释永信弟子化缘，只送不卖来弘扬少林文化。释永信被举报之后，利益相关者全部沉默，只有他能站在旁观者的角度，给外人提供一些理解这个是非窝的背景资料。

中国佛教寺庙在 1993 年之前分为十方寺和子孙寺，十方寺接受云游僧人挂单，僧人一律平等，住持从其中选拔有修为和能力者。子孙寺的僧人是师徒关系，像一个大家族，住持传承类似于世袭制，从剃度徒弟里选出。少林寺是个子孙寺，岳晓峰告诉记者，少林寺现在的常住院从前并不住僧人，只有议事时大家才聚在这里，平时就像大家族的若干分支，散落在少林寺外，叫作门头房。经过战火和“文革”，少林寺只剩下西院和南院，有话语权的和尚是当家人、西院的行正，和南院辈分更高的素喜和德禅。

行正眼盲，但是精明强势，他是少林寺的功臣，不但在“文革”期间拼死保护少林寺的古迹和古籍，还通

过上访要回了僧人对少林寺的管理权和门票经营权。行正上访的艰难和波折十分感人，并被广为传播。少林寺曾经穷得没有袈裟接待外宾，没有上访的路费，可随着电影《少林寺》的上映，门票收入可观。“80 年代行正活着的时候坐的就是法国标致汽车了，那时候县委书记的车还是吉普车。”岳

晓峰说。

“深山藏古寺，碧溪锁少林”的意思其实也是说，少林寺在一个山沟沟里，土里都是石头，收成不好，一直很贫穷。迅速成为全国甚至海外知名的旅游景点，千年古寺成了聚宝盆。“我都想把少林寺方丈的传承写成电影，那真是惊心动魄。行正从 1980 年就开始思考接班人，先后有弟子永寿、后来很著名的海灯法师，以及崆峒派的李有荣被认真考虑过。”岳晓峰说。

1987 年行正和尚在洛阳圆寂，少林寺的接班人问题陷入了混乱。岳晓峰告诉本刊记者，德禅的胆子小、素喜是个没主见的老好人，这两个人是没有办法当好少林寺的家的。“释正义”提供的举报材料里，关于释永信的迁单，正是行正圆寂前后发生的。

释永信的权力空间

一片混乱里成为理所当然的接班人，在岳晓峰看来，少林寺 1500 年的庆典是个决定性的事件。释永信的自传里详细回忆了这个经过：为了争取支持，他买了跟当时河南省委书记同一趟车票，到车厢里陈述了两个多小时。他还把庆典跟当年的抗战胜利和世界反法西斯胜利 50 周年联系起来，设计了祈祷法会的环节，请佛教界有影响



2014年10月，释永信率70人代表团到英国参加第三届（欧洲）少林文化节，并在开幕式慈善晚宴上展示少林功夫

力的法师们共同主法祈祷世界和平。释永信在自传里袒露了办庆典的心路历程：从领导角度讲，支持寺庙搞庆典是对寺庙和宗教的一种尊重；从寺庙本身讲，是向社会展示的一次机会。他的长处是审时度势，不仅表现在办庆典仪式上，而且他把武功热变成了少林寺行走世界、扩大影响的名片。

年轻的释永信如何从少林寺的僧人里脱颖而出，在岳晓峰看来，武僧

团是第一步。“少林寺历史上就有武术表演，但是武僧团的说法是释永信发明的。1987年，释永信发起成立了少林武术队，并在1989年更名为少林寺武僧团。”武僧团的第一次外出演出是在1989年6月，释永信带着24人在海口工人影剧院演出少林功夫，引起轰动。从此以后越走越远，1990年底，应日本武术协会邀请，释永信和少林武僧团在日本的电视台、南韩学校、

东京杏林大学等处表演了十余次少林功夫。

当时少林寺的当家人是名誉方丈德禅，素喜协助工作，岳晓峰告诉本刊记者，永信负责少林武僧团跟在少林寺里当家是两回事，少林武僧团里既不全都是僧人，人员也不固定。但武僧团的外出表演成了少林寺同外界交流的渠道。

少林功夫的名气被越来越强化，



遍的90年代，释永信最早的徒弟们几乎都被送到国外，有的经营着少林寺投资的禅宗、功夫中心，有的自立门户，但是大多以武术为招牌，围绕着少林文化为中心。

除了少林功夫，少林寺的名气和实力也让释永信治下的少林寺收了很多下院，地方政府希望借少林寺盘活旅游资源。少林无形资产管理有限公司总经理钱大梁告诉本刊记者，下院的资产并不在少林寺名下。通常的运作方式是少林寺出钱整修寺院，派出一批人管理，等运转起来之后就自我发展。这是一种公益捐助，虽然不追求经济利益，其实是宗教团体弘扬佛法、扩大影响的方式。“中国不是每个寺院都像少林寺一样游人多，很多僧人是非常艰难的，没有门票收入，供养也不多。方丈的方法是有时候直接给红包养着，有时候做个大法会、带着武僧团去热热闹闹，让大家都知道这个下院，未来一起支持。”

昆明少林寺就是这种模式的典型。官渡的四个古刹被少林寺接收，挂牌时释永信出席仪式并接受当地媒体采访。根据报道，挂牌三个月游客就明显增长带动镇上的消费。作为昆明少林寺的配套，还开了一座少林武术职业学校，李国营被释永信派去负责。但显然，后来他与少林寺以及释永信闹崩了。

少林功夫的利益纠葛

一眼望去，释延鲁是释永信徒弟当中的既得利益者。上个世纪90年代末，释延鲁一边在少林寺当僧人，一边租下寺庙东边的民房办武术学校，一开始只有100多人，经过几年的发展有了几百人的规模。据知情人回忆，释延鲁的武术学校越办越好是少林寺整治周围环境的拆迁之后，他把学校搬到了登封县城，在最近10年越办越大。

武术学校是登封的一大产业，当

地教体局算过一笔账，除了学费之外，如果每个学生每年消费6000元，登封就有4.2亿元入账。但并不是每一个开武校的人都能成功，知情人告诉本刊记者，许多当地的老拳师开的武校都因为招不到生源而倒闭了。30年来，登封武校的三巨头是塔沟、鹅坡和小龙。塔沟武校被当地人称为世界上最大的武术学校，北京奥运会开幕式上2008人打太极拳，表演者都来自这所学校。他的创办者刘宝山出身武林世家，是官方认定的“少林十大拳师”之一，他的弟弟是塔沟村的村支书。塔沟在当地的根有多深，外地人一看就明白，当年少林寺周边拆迁，唯一没有把学校搬下山的只有塔沟武校。鹅坡的创办人梁以全也是“少林十大拳师”之一，曾经是比赛成绩最好的登封体委所属的少林武术体校的校长，后来创办了鹅坡武术学校。而小龙武校的创办人陈同山也出身于武术世家，他的儿子释小龙曾经随释永信出访台湾，后来成为中国大陆最著名的武打童星。

释延鲁是外地人，可现在武校的规模已经超过了小龙和鹅坡，直逼塔沟。知情人告诉记者，如此成就不在于武功高强、经营有方，全靠释永信和少林寺的扶持。“他师兄弟有生源都介绍给他，而且他出去都打着少林寺武僧团总教头的名号。实际上根本没有武僧团总教头这个位置，少林寺是下过聘书还是盖过公章？”知情人告诉本刊记者，释永信各种接待活动，释延鲁都跟着出头露脸，慢慢就跟地方上的干部关系好了，领导们来见过方丈就去他那里接待了。登封市重要的旅游项目少林禅宗音乐大典，直到现在用的都是释延鲁武校的学生。这都给争夺生源增加了砝码。

释延鲁好几年的时间都把招生办公室设在少林寺常住院里。知情人告诉本刊记者，这个最厉害了，外地人不懂登封的武校，到了少林寺，看到

找上门来的人非常多，释永信成了一个机会平台。释延孜是释永信最早的徒弟之一，他告诉记者，90年代前期，广东的黑社会猖獗，当地到少林寺请释永信派一个武功高强的师父去做教官，他领了师命在广东待了整整两年。回到少林寺不久，释永信又跟英国当地的慈善组织联系，把他派到英国去弘扬少林文化。他从此在英国定居，一住就是十几年。在出国还不是很普



(黄宇摄)

由非洲五国选拔出来的学员来到少林寺学习武术、书法和中国文化

招生办公室，一定觉得这个才是正宗。释永信和释延鲁彻底闹翻也是因为这个招生办公室。根据释延鲁的举报，释永信要求他支付使用办公室的费用，他先后两次转款到释永信的账户，第三次不愿意出了，释永信命人锁上了办公室，并声明少林寺并未开办武术学校。

释延鲁的成功是因为使用了少林寺的无形资源，释永信给他站台、少林寺内办公室的使用、各种机会，这些应不应该收费、收多少、是释永信的供养还是少林寺的收入，并没有合同来规范。释延鲁陈述的经济纠纷来源于此。

保护无形资产，少林寺开了寺庙里的先河，注册成立专门的公司来维护。钱大梁告诉记者，团队都是国内乃至世界上领先的，可那些外国经验只能用在登封以外企业对少林无形资

产的使用上。登封范围里还是个乡土社会。“延鲁找方丈这事儿那事儿，方丈让来找我，找我就得在规范的合同下进行。他又不行，回去找方丈。我遇到几次他在那里哭，我一看就出来了，里面是师徒关系，这时候我插不上话。”钱大梁说。

谁是少林功夫品牌的使用者和非物质文化遗产的传承人，在登封是个拎不清的事情。钱大梁告诉记者，从品牌管理的角度这个是大忌，混淆了出家人、在家人，少林寺和外面武校的关系。可这一块儿有错综复杂的关系，每一个武校的名字都是登封市政府审批的，武校合法取得资格，政府也有审批收入，把这个拿掉影响跟政府的关系。武校不能使用少林招牌更不可能，少林寺是子孙庙，很多当地人跟方丈的师父、师父的师父有关系，

乡里乡亲的，不能打掉饭碗。

少林功夫在登封就以混沌的人情社会存在着。少林寺有大型表演需要用人，武校的学生和老拳师会来免费帮忙，少林寺有出国交流的活动，老拳师和地方武术名流有时候也以少林功夫交流团的名义跟着去。钱大梁告诉本刊记者，只要一动这一块儿的利益——释延鲁就是典型的例子——一定会发生激烈的矛盾。

老生常谈的门票矛盾

登封很多熟悉少林寺的人都告诉本刊，他们不明白既然已经翻脸多时，释延鲁为何突然出来举报释永信。释延南告诉本刊记者，自从师徒反目，他从中劝说过许多次，释延鲁的回答是，他跟师父的矛盾，只有他们两人

最明白。这一次的导火线是什么，没有任何迹象。

因为几件举报“证据”的来源是公务机关，少林寺跟当地政府的门票矛盾这次也被卷了进来。门票之争贯穿了20多年，有研究宗教的学者告诉本刊记者，宗教场所跟旅游景区的矛盾在全国很多地方都有，只有少林寺闹得人尽皆知。行正方丈圆寂之后，登封市政府在离前往少林寺唯一通道1公里的地方建了一座仿古牌坊，并且设立了售票处。有一段时间，政府在外面的牌坊卖10块钱一张票，少林寺在山门卖8块钱一张票，游客想走进少林寺，必须买两道门票。1994年，登封政府设立了门票管理所，由政府统一收门票，分成30%给少林寺。行正老和尚上访夺回的门票经营权，又被政府拿回去了。

这是在素喜和尚当家时决定的。岳晓峰告诉本刊记者，现在看来释永信最像他师父行正方丈，行正当年盲目上访，硬是把少林寺从文物部门要回佛门，释永信后来也坚决抵制了少林寺上市。

2009年，登封市政府跟港中旅合作成立港中旅（登封）嵩山少林文化旅游有限公司。这年底，媒体刊发了“从有关渠道”得到的文件内容，少林寺拟定2011年上市。消息一出，公众哗然，批评声四起。登封很多人传说，这个消息是释永信捅给媒体的。他很讲究策略，引起舆论关注之后，又走了上层路线……之后，少林寺上市彻底没人再提，甚至影响到国家政策的制定，2012年国家宗教局等10个部门联合下文，禁止寺庙道观上市。上市之路被释永信给堵住了，但少林寺跟登封市政府的门票官司仍然纠缠不清，2013年，少林寺以拖欠门票为由把登封市下属的嵩管委告上法庭。

所有矛盾，深究之下，无不与各种利益冲突相关；也正是这种冲突性的利益关系，延伸出目前种种被包装

的正义故事——其外形，又有极其吸引注意力的绯闻。

尤其，出家人为了钱打官司，不太符合公众对佛教徒的印象，这是少林寺的软肋。流传很广的一句话是当地官员对媒体说：和尚要那么多钱做什么。释永信在自传里，对此有自己的解释：少林寺是大乘佛教的道场，从历史上看大乘佛教就注重庙产、靠自劳自耕谋取发展。他主张佛教入世，只有积极入世才能了解众生、了解他们的所想所需，达到普度众生的目的。

少林寺不但积极入世，还投入的是世俗社会里的商场，利益纠葛更是多了一重。释永信的身边人告诉本刊记者，如果是彻底的商业化，其实可以挣很多钱，可他真的实行这些的时候，又拒绝这些东西，因为这种事情就会得罪人。很多人围绕着释永信都带着强烈的目的性，给出主意、来服务、无偿借什么东西，渐渐就想跟释永信合作开发企业。“方丈挡掉了很多人，可这些人会觉得给方丈做了很多事情、天天跑来跑去就想着这个事，你还不帮我。有些人就走了、怀恨在心，这样得罪了很多人，很多人恨他。”

举报的杀伤力

同绯闻一样缠绕着释永信的，是对他财产的质疑。从前的网帖里说他有海外账户，“释正义”、释延鲁则举报他侵吞少林寺的财产。想弄清楚释永信的收入构成是件很难的事情，供养没有收据和发票，除了礼物、红包等，还可以是其他形式。有居士告诉记者：少林寺有一个合作公司，整个公司其实都是对方实际出资，但当事人把一大半股份送给少林寺。这也被解释为一种供养。

2005年，少林寺在常住院东北角建了禅堂，能够同时容纳300名僧人。禅堂是丛林的核心、僧人求得开悟的地方。每天早上4点半，少林寺

的僧人们在禅堂里开始一天的宗教生活。禅堂不许女众进，但居士告诉记者，那才是真正的少林寺，少林寺排在第一位的是禅不是武。禅堂恢复之后，少林寺每年都会举行禅七法会，全国各地的禅者来此大作修行。岳晓峰告诉记者，禅七法会要有实力的寺庙才能办，因为要供给僧人们49天的食宿、还要赠送路费，开销不小。这是一轮悖论：不入世，无足够丰富的经济收益，少林寺无法壮大自身，弘扬佛法；可一旦进入经济循环，世人的不解：和尚为什么要这么多钱——又形成世人认识上与少林寺实际状况的冲突。何况，认真考察起来，传统佛寺的供养制，与当下的“现代企业”制度，又未必合辙。重重叠叠的矛盾，不容易理清楚。

在释永信的支持者看来，在方丈这个位置上，他做的事情是合格的，可对于僧人来讲破戒是个硬标准。

我们到了释永信的老家安徽阜阳县，那里是著名的贫困地区，经济不发达。他家的老屋坐落在农田边上，是三间红砖房。邻居告诉本刊记者，从前他家是瓦房，倒了重修成现在的样子，但已经搬走好多年了。释永信的父亲在水电局工作，母亲带着五个孩子下地种田，跟其他农民家庭比，因为有父亲每月30多块钱的工资，他家的经济条件要稍做好一些。

“这个村子里都姓刘，是一个大家族。”村里人告诉本刊记者，农历五月初，释永信父亲去世，他曾经回来过，只住了一晚，发给每个老人1000块钱。韩明君是谁，刘家的亲戚和村民都不回应。河南省佛教协会的工作人员曾经回应，释延洁的俗名并不是韩明君……究竟事实如何？比起前述各种复杂利益纠缠，这个八卦式的问题似乎更容易获得答案，但它至今仍未有答案。■

（实习生吕慧、胡雨薇、刘畅对本文亦有贡献，应采访对象要求，部分匿名）



7月20日，甘肃省博物馆展出从法国追讨归还的流失文物——春秋时期秦国金饰片

甘肃秦人金饰片回归记

20年，甘肃礼县大堡子山秦公墓出土的春秋时期秦国金饰片在遭遇盗掘、流落海外、各方追讨后，今年终于回到了中国，并从7月20日起在甘肃省博物馆展出。这20年，也是中国流失海外文物回归的缩影。

记者 / 张星云

(曹志政摄)



发现

1994年4月25日，韩伟拿着巴黎收藏家朋友戴迪安寄来的机票，坐上了从北京首都机场飞往法国巴黎戴高乐机场的飞机。这是他第二次去巴黎了。当时作为陕西省考古研究所所长的韩伟，想为刚建成没几年的陕西历史博物馆做说客，向法国企业家寻求资金以帮助中国当地的考古发掘工作。

“漫步在清晨的巴黎街道上是一种惬意的享受。”韩伟在后来《天涯足痕：海外考古访问路》中如此回忆。在法国更重要的是工作，韩伟在戴迪安和翻译艾丽丝的陪同下，与法国“陕西历史博物馆之友”协会三次谈判，最终达成协议，由协会资助陕西历史博物馆发掘礼泉八抬轿唐墓。这一协会的参加者大多为法国各界企业家和银行家，而这也是陕西历史博物馆第一次与海外合作。

戴迪安和韩伟是老相识。法国人克里斯蒂安·戴迪安(Christian Deydier)，又译戴克成，是当时欧洲有的古董收藏家，生在老挝，父亲是法东方学学院成员和万象博物馆馆长。迪安早年在巴黎第七大学学中文，后又在台湾学甲骨文，正是在那里他识了几位伦敦的中国艺术专家。1983戴迪安去了伦敦，4年后在伦敦开了家古董店，专门收藏中国古代青铜和金器。自从开始喜欢上中国古董，和韩伟保持着经常性联络。

那次在巴黎，韩伟还被戴迪安带回家里，戴迪安给他看了很多自己的人收藏。“他的家如同一座博物馆，

从陶俑、青瓷直到青铜器、明清家具，收藏丰巨且品位极高。”当韩伟看完了他的战国、唐代、辽代各色器物后，戴迪安又从内室取出54片大小不一的金饰片。“那是我1993年从一个在香港的台湾古董商手里买来的，专门那次给韩伟看看。”戴迪安向本刊回忆当时在自己家里的情景，由于自己的收藏主要保存在当时伦敦的古董店里，因此戴迪安又专门派人从伦敦运来了与这批金饰片同时收购的两件顾首金虎，一起让韩伟鉴定。韩伟对那批金饰片很震惊。“形制奇特，数量众多，制作精美，前所未闻。”韩伟后来评价道。

韩伟回国后，心里并没有放下这批金饰片，继续与戴迪安联系，一起研究这些金饰片的可能出处和用途。韩伟对这组金饰片做出了逐个分析，通过与已知明确时代的青铜器花纹对比，外加1993年苏黎世联邦综合科技研究所研究员莫尔从金虎双爪内提取的木制标本碳14检测，推断出这批饰片为西周晚期秦人所有。此外戴迪安还向韩伟说台湾古董商曾暗示金饰片来自甘肃省礼县。

韩伟随后去了礼县县东大堡子山，发现甘肃省考古研究所田野考古队正在清理三座被盗掘的大型墓葬。礼县位于甘肃省东南部，地跨长江、黄河两大流域。据史料记载，礼县在夏商时属雍地，周时为西垂之地，秦庄公曾居西犬丘，秦文公时有西垂宫，是秦西迁以后的主要根据地。1993年此地的盗墓活动已经非常猖獗。“被挖的全是大坑，千疮百孔，像经过狂轰滥炸一样。”现甘肃省考古研究所所长王



金饰片细节

辉回忆称，当时他所知的被盗文物就有百余件，大部分都流失到了海外。因此1994年4月至11月，甘肃省文物考古研究所对大堡子山被盗掘的残墓进行了抢救性发掘，并确认大堡子山就是秦公西陲陵墓区。

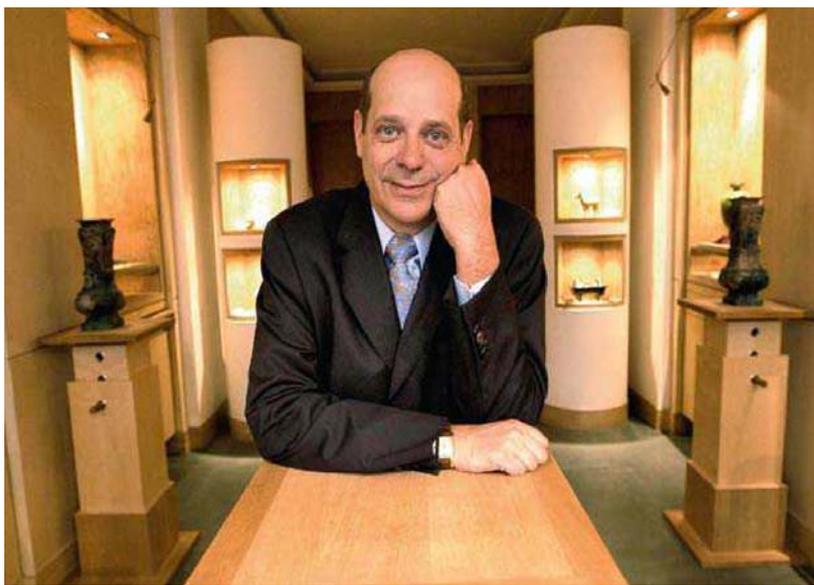
1994年11月，戴迪安带着这批金饰片参加了在大皇宫举行的巴黎古董双年展，而这次展品英文图录《秦族黄金》中，则有韩伟专门撰写的文章《罕见的文物，重要的发现——甘肃礼县金箔饰片纪实》。韩伟透过这篇文章，推测这批金饰片很可能出自大堡子山被盗墓，墓主可能就是秦仲或庄公。随后韩伟在1995年第6期《文物》杂志发表《论甘肃礼县出土秦金箔饰件》，将自己的这些判断介绍给了中国考古界。

捐赠

2000年戴迪安接到一位台湾女士的电话，得知那位曾经卖给他金饰片的台湾古董商去世了，电话那头正是台湾古董商的遗孀。她说在整理财产时，发现了一套与那批金饰片相似的古董，可以转卖给他。戴迪安毫不犹豫地买下了两对鸞鸟金饰片。

戴迪安和韩伟一起对这批金饰片做了资料整理。“我们当时反复检查过，没有人觉得这批金饰片会有任何问题。”两人没有完整的信息资料，但关于盗掘走私的说法，也没有任何进一步的证实。

此时的戴迪安已经从英国回到法国，在巴黎开了一家名叫“东方青铜器”(Oriental Bronzes)的古董行，准备全面投身法国的古董行业。也正是在这时，戴迪安将这两对新收藏的鸞鸟金饰片给好友希拉克看。时任法国总统希拉克是中国传统文化和古董的资深爱好者。“这些文物应该进博物馆。”希拉克对戴迪安如此说道。那时的法国国立吉美亚洲艺术博物馆馆长



法国古董收藏家克里斯蒂安·戴迪安（摄于2003年）

让-弗朗索瓦·贾立基(Jean-François Jarrige)也是希拉克的朋友，他和希拉克都特别希望这些中国文物能够留在法国，但显然由国家出资购买收藏不太可能，因此希拉克给他的另一位朋友弗朗索瓦·皮诺(François Pinault)打了电话。皮诺掌管着世界第三大奢侈品集团PPR集团，后来更名为云开集团，同时他也是佳士得拍卖行的最大股东。

不久皮诺给戴迪安打了电话：“你能从自己的金饰片里给我几套，让我送给吉美博物馆吗？”皮诺最终以相当于现在100万欧元的价格从戴迪安手里买下了两对鸞鸟金饰片，并将它们捐赠给了吉美博物馆，戴迪安也将自己剩下的28件金饰片捐了。“其实当时希拉克和皮诺在一定程度上保护了这批文物。”戴迪安回忆道。

《吉美博物馆1996年至2006年获得馆藏》目录中写道：“这些年中国馆藏部分，一个相对缺失的馆藏领域获得了填补，即中国金银器艺术品，这组珍贵的金饰片很可能出自周朝知名人物的棺椁贴片。”

这是戴迪安从英国重回法国之后的一笔巨额捐赠，他重新回到法国古董市场行业，并在2002年当上了法国古

董商公会(SNA)主席，一时间成为法国古董行业的代表，主持在大皇宫举办的法国古董双年展，经过连任后，又遭遇过2008年的辞职和2012年的二进宫，并最终于2014年6月被迫辞去法国古董商公会主席职位，这些都是后话。

追讨

2006年6月中旬，法国中国文物专家高美斯以“私藏和转卖国际走私文化艺术财产”的罪名对戴迪安、吉美博物馆和法国文化部提起了刑事诉讼，在他的背后，是甘肃省文物局的支持。

高美斯是欧洲保护中华艺术协会(APACE)创办人和主席，这一协会2004年成立，专门追讨流失在海外的中国文物。高美斯出生在阿尔及利亚，父母都是法国人。他在法国读书，随后在亚洲和中东地区多个国家生活过。1982年他第一次到中国，随后结识了很多中国文物收藏界的朋友，在法国成了一名中国文物专家。

2005年国家文物局启动“中国流失海外文物调查项目”，完成了《甘肃礼县大堡子山遗址被盗流失文物调查报告》。同年11月11日，甘肃省文物局授权高美斯代表文物局在国际古董市场

上寻找流失的中国文物，特别是甘肃省出土的文物。在这份授权书上，甘肃省文物局专门用一页纸说明了金饰片出自大堡子山的缘由。“该馆在展出文物的说明牌上用中、法、英三种文字标明这批文物为中国甘肃礼县出土，这证明吉美博物馆在收藏这批文物时从古董商那里非常清楚地得知这些金箔饰片的出土地。”加上当时考古专家李学勤、李朝远、韩伟三人的考证，以及对比1994年被盗秦公大墓时出土的小型金箔饰片。“因此，我们认为，吉美博物馆收藏的金箔饰片为1992至1993年礼县大堡子山秦公大墓被盗文物，它通过不正当渠道流失到巴黎的古董市场，理应回归到它的出土地中国甘肃。”授权书上如是写道，“鉴于此，中国甘肃文物局授权高美斯代表我们通过各种法律途径和手段追索这批珍贵文物。”

那一时期高美斯不光收到了甘肃省文物局的委托，中国各地方文物局纷至沓来，陕西省文物局、河南省文物管理局和保利博物馆都曾委托他帮助追讨流失海外的文物。

最终高美斯对戴迪安、吉美博物馆的起诉受到了审理，由菲利普·古鲁瓦(Philippe Courroye)法官主持，2006年10月2日，戴迪安接受了法国打击文化财产走私中心办公室警员们对他的听证。“我有幸遇到了一位敢于审理我诉讼的法官，不过很可惜，后来这个法官被调走了。”高美斯后来回忆道。最终案件审理并没有获得证明这批文物是非法从中国走私的一致证据，这件诉讼不了了之。

高美斯的上诉失败了，也代表着一种追讨流失文物的方式破产了。“当初是我一个人在为了这批中国文物与法国政府作对，但现在没有人提起我，我觉得很不公平。我觉得还需要过很长时间，才能真正看清这件事，到那时再评价我。”高美斯如是说。

高美斯并不是没有胜绩。此后2006年他曾联合中国企业家黄新兰将

一件流失海外的战国青铜鼎捐赠给秦始皇兵马俑博物馆。2009年2月，佳士得公司在法国巴黎拍卖圆明园鼠首和兔首铜像，中国外交部强烈抵制，高美斯也曾起诉佳士得非法拍卖走私文物，最终拍买因中国藏家蔡铭超“拍而不买”而流拍。流拍后，正是佳士得的最大股东皮诺买下了两件兽首，并在2013年返还给中国。

送回

今年4月，第一批四个鸞鸟形金饰回到中国。“这批东西我2007年在法国的时候见过，当时真的是很不舒服。”甘肃省博物馆副馆长贾建威参与了这批文物的海关接续以及后期的展览工作。2007年中国和法国文化遗产院举办的一个文物保护培训班，贾建威他们在巴黎上午上课，下午进博物馆参观。在参观法国吉美博物馆时，法国专家并没有专门介绍金饰片。但展厅里的金饰片格外显眼，一下子就吸引了贾建威的注意，他想起了陕西省考古研究院(2006年12月前称陕西省考古研究所)老院长韩伟1994年发表的介绍这批金饰片的文章。在吉美博物馆的库房他还看到了中国当年流失出去的其他文物。“当时的心情是很不舒服的，我们想照相，人家也不让照。所以这批文物回来的时候，我们的心情可想而知。”

2010年国家文物局开始向藏有大堡子山流失文物的多个外国机构写信，申请归还被盗文物，但写给吉美博物馆的那封信却始终没有转交给法国文化部，也没有回复。2013年8月，苏菲·玛卡里欧(Sophie Makariou)从卢浮宫伊斯兰艺术部离开，出任法国吉美博物馆新馆长，并重启这批金饰片返还中国的计划。她上任仅两个月，就联系了中国大使，并到了中国，参观了很多中国的博物馆。

为了让这批文物回归中国，2014

年中法联合调查专家组成立。甘肃省考古研究所所长王辉等人开始不断完善证据链。“凭什么说你这个东西从甘肃出去的，法方一直追究这个事情，我们要提供完整的证据链。”王辉他们通过艺术史、已发掘残片进行分析对比，再从公检法寻找当年盗墓活动的证据。

法国文化部最终提议吉美博物馆所藏大堡子山流失金饰片原捐赠人皮诺和戴迪安先生与法国政府解除捐赠协议，使文物退出法国国家馆藏，再由二人将文物返还给中国政府。今年4月和5月，两人分别将金饰片还给了中国，中国7月份在甘肃省博物馆举办了《秦韵——大堡子山流失文物回归特展》。

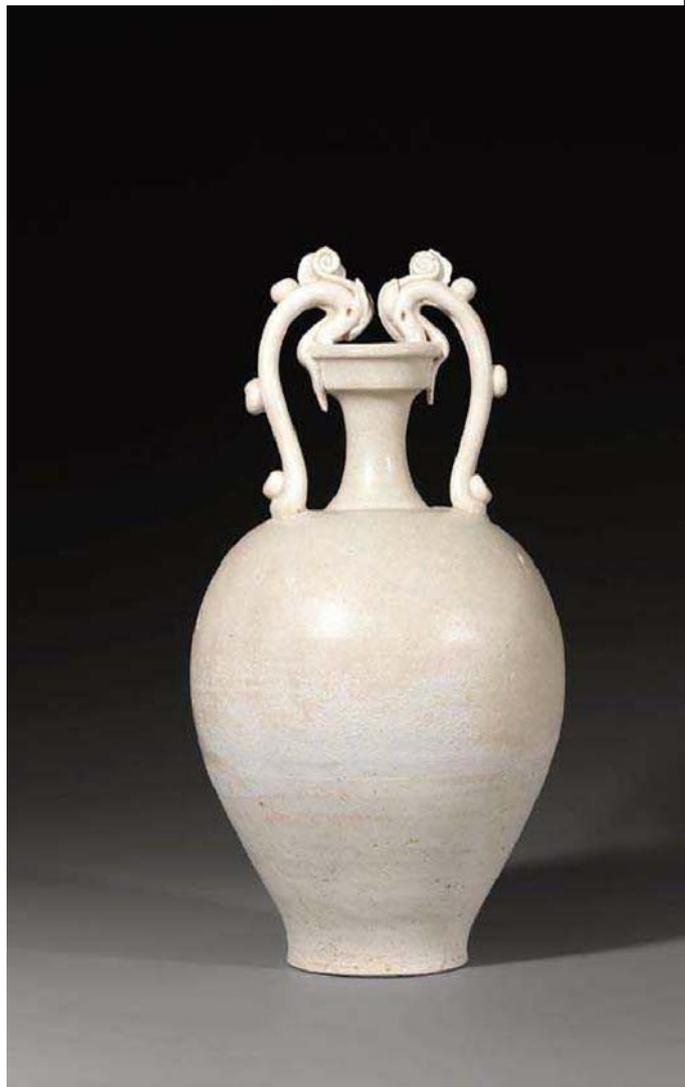
但戴迪安在这件事的处理上也有一些保留意见。他介绍，法国法律规定捐赠是不可撤销的，至少也需要在国民议会通过一轮投票才能决定。“文化部这种操作在法国完全是违法的。”戴迪安说他很无奈，他在近20年里光对吉美博物馆的捐赠就不下70件，如今他要求法国政府退还所有他捐赠过的文物。“复杂”，戴迪安在接受本刊采访中反复用了好几次这个词来表达他对追讨流失文物的看法，他说：“从国立博物馆中取出展品返还给其他国家，在我看来不是件好事。如果全这样，那西方博物馆里的大部分藏品都可以归还给其他国家了。中国文物归中国，希腊文物归希腊，这就太复杂了。”

戴迪安觉得，为了促进中法关系，法国政府干过很多在法国完全不会有事情：“就像戴高乐承认新中国政府一样，那时在整个西方肯定不是政治正确的做法，但戴高乐还是第一个承认了中国。这回也一样。当然，最重要的是能让这批金饰片保存在最好的博物馆里。我有很多中国的考古学家朋友，我也非常希望他们能够好好利用这些文物。”

(感谢实习生黄丹露对本文的贡献)



唐邢窑白瓷盖罐（左）、小盖罐（中）和唐定窑白瓷执壶



唐邢窑或巩县窑白瓷双龙耳瓶

白瓷

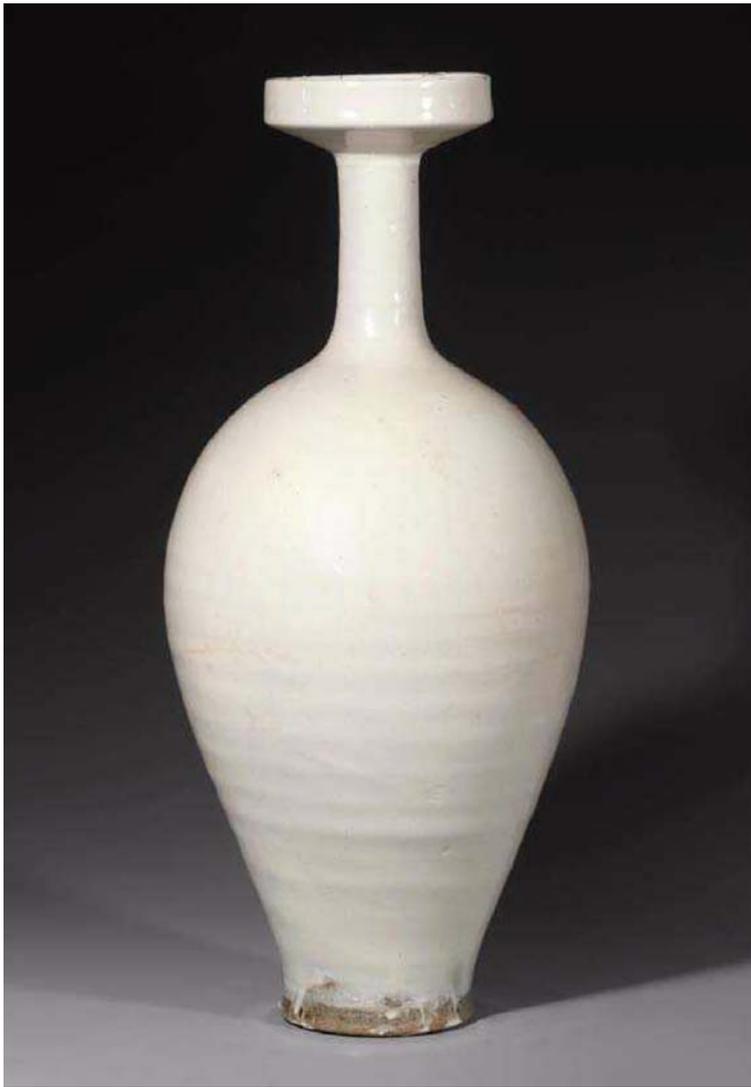
早在 1300 年前，中国制造白瓷的技术已经非常成熟。以科学定义来说，白瓷是在白胎上施以透明釉，高温烧成的瓷器。白瓷在古代中国是昂贵的奢侈品，于外销市场上也极受欢迎。古代欧洲、中亚的工匠尝试投入白瓷的制造，都未能成功。中国独占白瓷的生产销售长达 1000 年，日本和欧洲各国迟至 17 世纪末 18 世纪初才发展出烧瓷的技术。

记者 / 李晶晶

在陶瓷的历史上，白色是最早的追求。大约在北齐（550～577）年间，古人才烧出相对意义的白瓷。河南安阳北齐（575）范粹墓中的早期白瓷虽不白，但它没使用化妆土，仅凭本色，

这一点尤其重要，使它作为早期白瓷的证据载入史册。20 年后，还是在河南安阳，隋张盛墓出土了一批白瓷，无可争议地让白瓷从此真正登上中国陶瓷的舞台，一展风姿。

中国早期白瓷多为素面，造型简洁优雅，在细致的胎体上覆盖一层透明釉，釉色或带微青，或带象牙白。有时在上釉前施一层化妆土，更添洁白的效果。隋、唐、五代、宋，可谓



辽 缸瓦窑白瓷盘口长颈瓶



晚唐 / 五代 定窑白瓷五瓣棱口盘



宋 / 金 定窑白瓷小碗

白瓷的黄金时期，制瓷技术持续稳定地发展，时有精美创新的产品。唐代最好的白瓷为皇家专用的贡瓷，足见其工艺成就非凡。

罗纳德·朗斯朵夫 (Ronald W. Longsdorf) 为美籍设计师，长住东亚，收藏中国早期白瓷已逾 25 年，其藏品皆为近千年的古物。朗斯朵夫足迹远涉世界各地，藏品购自拍卖会、古董商以及私人藏家。在他眼中，中国早期白瓷与现代艺术实有相通的美感。在今年即将到来的 9 月纽约亚洲艺术周上，朗斯朵夫将自己珍藏的白瓷交予纽约 J. J. Lally 画廊展销。朗斯朵夫与蓝理捷 (J. J. Lally) 相识

于上世纪 70 年代，那时蓝理捷还是纽约苏富比的负责人，他们的友谊一直保持到蓝理捷在纽约 57 街开设 J. J. Lally 画廊至今。朗斯朵夫说：“我一直都是他忠实的客户。在宋瓷方面，蓝理捷是被公认的专家，有良好的声誉，高品位的审美。”

朗斯朵夫收藏的这组精美的白瓷，年代从隋唐跨越至辽。藏品中有一组隋代白瓷杯及高足托，和一件唐代白瓷双龙耳瓶，相似的作品在河南龚县窑、河北邢窑皆有出土。近年来窑址考古发掘成果丰硕，但辨认窑口的工作依旧相当困难。烧制贡瓷的邢窑同时也烧制粗白瓷、三彩、黑釉等产品，

与河南窑口的产品有所重复；早期定窑烧制的样式与邢窑亦有重叠，釉色、器型也非常相近。因此学者对于墓葬、窖藏、地宫塔基、古城遗址出土的器物，常有不同的见解。

40 年来，朗斯朵夫专做品牌时装、家用精品、彩妆美容用品的包装设计，他认为其中最具挑战性的当属瓷器。现代工业生产取代了传统手工，也取代了那种经过千百年演化、发展的手制技术与美感。朗斯朵夫说：“当我熟悉现代工业制造的程序之后，反而对古代陶瓷的演进过程更加着迷。古代中国陶瓷工匠从制作经验中学习、改

进，创造出许多精彩的艺术杰作。这是属于中国的伟大成就。数千年来中国制的陶瓷器是如此练达、秀丽，足以说明中国在世界陶瓷史上的领先地位。我对中国古代瓷器的钦佩、喜爱，实始于对现代陶瓷工业的认识，这份



朗斯朵夫说，今天我们可能觉得，中国早期白瓷看来平平淡淡，但千百年前刚做成功时肯定是让人眼睛一亮。

由衷的喜爱、热忱，是我收藏瓷器的缘由。”

朗斯朵夫的初次收藏是在30多年前，他购入一件大雅斋瓷器，成为他第一件正式的收藏品。这是一个粉彩黄地花鸟图花瓶，上面写有“大雅斋”三个字。这件瓷器是从一个顶级古董商那里买来的，实际上它是民国晚期仿制的，古董商也并不清楚。朗斯朵夫说：“当时对于18世纪瓷器的认识已经较为全面，但很少有人能了解19世纪的瓷器情况，更别说是19世纪晚期了。当时对于大雅斋瓷器并没有相关的学术研究，因此很难判定真假，我被它们的神秘起源吸引。”

朗斯朵夫的收藏方式很有意思，当他将一个陌生的门类研究清楚之后，会转向另一个领域，探求所不知的内容。2008年，朗斯朵夫将“大雅斋”瓷器悉数拍卖，他说：“我认为，与其广泛搜集多样藏品，不如深入耕耘一个收藏主题。中国早期白瓷向来是我最喜爱的主题之一，收藏至今已逾25年。中国在大汶口时期（公元前4300~2400）就能制作白陶，到了隋唐，则有高温烧制，非常接近现代瓷器的产品，唐末的定窑已可称为真正的瓷器。白瓷的发展过程跌宕起伏，成就了许多技术、形制、美感上的创新。”

唐宋时期，最精致的白瓷产自河北的邢窑、定窑。展品中一件唐代邢

窑盖罐，罐底单刻“盈”字，釉面莹润光亮，洁白如雪，造型端庄凝重，为邢窑白瓷难得的佳作。据记载，唐天宝年间：“每岁进钱百亿，宝货称是。云非正额租庸，便入百宝大盈库，以供人主宴私赏赐之用。”此事有证据。

“百宝大盈库”简称“大盈库”，并非国库，为皇帝私库，专门用于赏赐。过去带“盈”字款的白瓷堪称国宝，20年前仅有几件，分布于各博物馆。近年来出土骤增，拍卖和古董市场常见，器型品种仅限执壶、浅盏、万年罐几种，器型变化不大，可见唐时已成定式。唐明皇携杨贵妃一路赏赐，邢窑之白瓷独领风骚，科技含量起了决定性作用。有文字以来，文明史中多了科学追求，历朝历代的皇家奖励，都注重奖品的科技含量。邢窑以其白在唐代傲视同侪，让唐明皇下令在器底深刻“盈”字，标榜金贵。

朗斯朵夫的藏品中有一件五代定窑棱口盘，盘壁斜出，薄胎、矮圈足，釉略带象牙色，五瓣棱口的造型特别



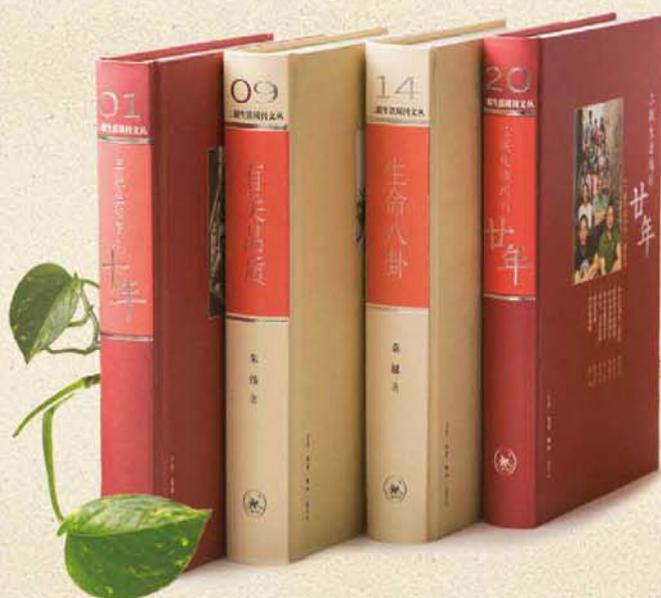
隋 邢窑或巩县窑白瓷杯及高足托

少见，为金银器影响早期白瓷的代表作品。朗斯朵夫说，今天我们可能觉得，中国早期白瓷看来平平淡淡，但千百年前刚做成功时肯定是让人眼睛一亮。不论多么划时代的发明，事后看来总是觉得理所当然。现在每天都看得到白瓷，在家饰用品店、餐厅，到处都是，已经不新鲜了，但想想在唐代、五代时人们头一次见到白瓷，恐怕只有奇迹可作比拟。古书中用了最为诗意的词句形容白瓷：如月、如雪、如白花，甚至如银，可见白瓷非常讨喜；古代海上丝路的商品中有许多晚唐的白瓷壁足碗，更说明白瓷的销售无远弗届。

辽与宋在国土争端上反复拉锯，定窑烧造区域就在拉锯区中。马背上得天下的辽人惯与金属器、皮器、木器为伍，可当看见宋人如此洁白可人的瓷器时，不可能拒之千里，以瓷器仿金属器、皮器是辽人的拿手好戏。朗斯朵夫有一件辽邢窑或定窑“易定”款白瓷提梁鸡冠壶，便是仿皮囊之器。

朗斯朵夫收藏时首重直觉，继以理性分析。当他见到一件精彩的古文物，它的美能够独立存在，与任何历史、研究都无关，即会想要马上把它纳入藏品。但朗斯朵夫总会先放慢脚步，问自己几个问题：这件东西是否罕见，能让自己的收藏更为丰富？这件东西是否代表了早期白瓷技术上的突破，比如特别薄的瓷胎或是特别透明的釉？这是全新的样式吗？比如最喜欢的白瓷棱口盘，大概在当时很受欢迎吧。朗斯朵夫收藏了好几件，细节上各有特色。器物上的刻款和墨书是在述说什么呢？最后，这件古物是否来自某个旧藏，或是曾经展出过？如果在这些考虑中至少有一项能够胜出，朗斯朵夫就会深吸一口气，询问价钱。

朗斯朵夫说：“若是能穿越时空回到古代中国，我愿如徽宗名画里的文人一般，在宴席上使用精致漂亮的白瓷。”



《三联生活周刊十年》《三联生活周刊廿年》
《有关品质》
《生命八卦》

限时 **8.5折**

盛夏特惠

慢享20年的文字与时光

扫码直接购买



微信



淘宝

淘宝店铺搜索“三联生活周刊 lifeweek”

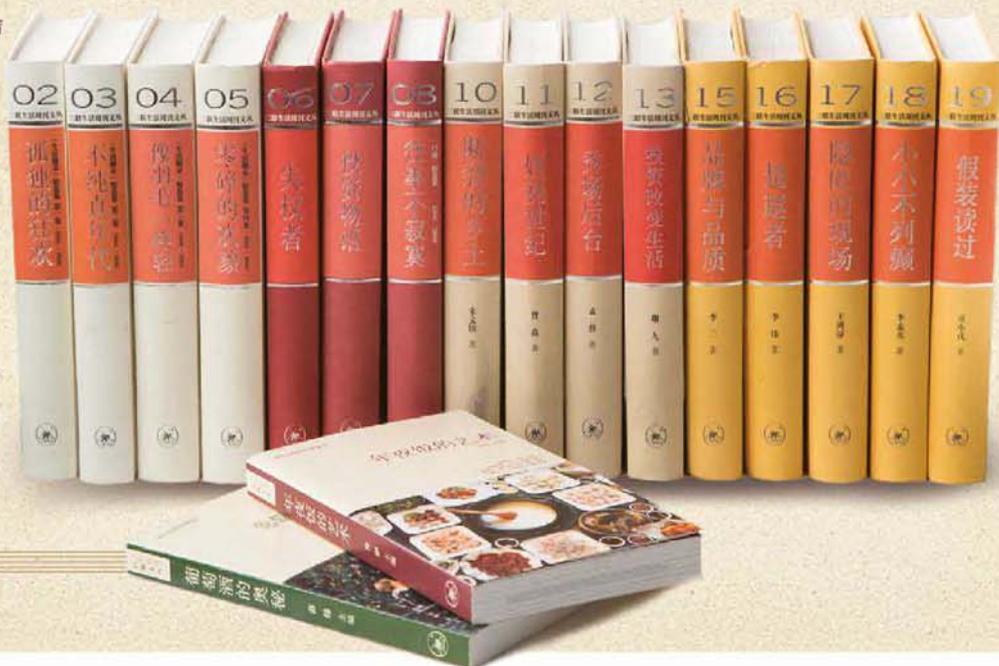
微信关注“三联生活周刊”公众号，进入微店

1995-2015年，
三联生活周刊20年的成长历程，
我们先后四辑出版这套精选文丛，
包括经典栏目作品集及主创个人作品集。

《三联生活周刊》精选文丛
与《葡萄酒的奥秘》、
《年夜饭的艺术》

单本 **6.5折**

2本及以上 **4.5折**



十年	孤独的狂欢	不纯真年代	像羽毛一样轻	零碎的欢颜	失权者 / 李鸿谷	投资物语 / 邢海洋	往事不寂寞 / 李青	有关品质 / 朱伟	断裂的乡土 / 朱文珺	妖娆世纪 / 曹霖	秀场后台 / 孟静	投资改变生活 / 谢九	生命八卦 / 袁越	品牌与品质 / 李二	超越者 / 李伟	隐匿的现场 / 王鸿禧	小小不列颠 / 李孟苏	假装读过 / 贝小戎	十年「精装版」	廿年「平装版」	葡萄酒的奥秘	年夜饭的艺术
50元	50元	50元	50元	50元	50元	50元	50元	50元	50元	50元	50元	50元	50元	50元	50元	50元	50元	50元	50元	50元	50元	50元

如需购买整套文丛产品，欢迎致电读者服务中心：010-84050451/84050425，或登录官网商城：<http://shop.lifeweek.com.cn/>



奥迪 A6L e-tron

奥迪中国掌门的临别告白

奥迪中国掌门人冯德睿将于今年底卸任，他将回到英戈尔斯塔特总部，出任奥迪公司执行副总裁。冯德睿自 2007 年起管理中国业务，奥迪品牌在中国市场的年交付量实现了 7 倍增长，去年达到 57.5 万辆。奥迪品牌在华突破 300 万辆，其中 250 万辆是在他任职期间交付的。

主笔 / 李三

冯德睿 (Dietmar Vögenreiter) 的名字注定和奥迪 SUV 市场联系在一起。“那是 2007 年春天，我做出了关于中国市场的第一个重大决策。”冯德睿说。在大多数人眼中，中国是一个轿车市场，而冯德睿却坚定地认为，中国将出现一个高档 SUV 细分市场。这在当时，形成共识是有些困难的，

他要为此说服一汽集团的同事。“也许当时提出 A 级 SUV 市场有些不合时宜，但从战略角度，观察其他国家汽车细分市场的发展，B 级 SUV 市场是完全可行的。”在他的努力下，合资公司签订了一个风险分担协议，他和中方的合作伙伴约定：让我们一起做。冯德睿清楚地记得当时讨论的是年销量目

标 1.5 万辆，他说：“幸运的是，我赢了这场赌局，实际将远远超过这个数字。”2010 年奥迪推出了国产 Q5，现在年销量已经超过 10 万辆，成为中国 SUV 市场领导者。

奥迪 SUV 神话只是冯德睿中国故事的一个章节，他在华接近 9 年的工作经历，恰逢中国市场高速发展，外

因内因双重作用，使得冯德睿的任期成为一个难以复制的传奇。临别告白，他流露出很感性的一面：“还会再见面的。我会经常回中国。我和妻子，还有两个孩子，我们真的很喜欢在中国度过的时光。”

三联生活周刊：在过去几年里，你在中国最大的收获是什么？

冯德睿：很多德国人可能对中国比较陌生，而这个国家让我感到亲切，我在这里生活，融入了这里，感到很开心。现在，我即将离开，我此时非常清楚的一点是，我有真正的好朋友，特别是中国朋友。这是一种非常密切和信任的合作，在这些日子里，我们做出了关于首款高档SUV和首款紧凑车型等等的决策。我们一直在共同为奥迪这个中国高档汽车市场领导者的成功铺平道路，这很重要。

给我很大满足感的是，奥迪A3让我们成为首个拥有节能汽车的高档汽车制造商。在我看来，另一个好的决策是引入了采用最新电池技术的奥迪A6L e-tron。这款车有一个巨大的行李厢，很实用！如果你携带一个大手提箱，可以驾驶A6L e-tron去机场，而其他混动汽车就不行。所有这些决策均基于真正信任的关系。

三联生活周刊：你被调回德国总部担任要职。在你看来，最有价值的“中国经验”是什么？

冯德睿：中国发展得真是超快！这里的潮流变化更快。从我们的销售数据——8万辆到58万辆——以及最近几年SUV细分市场的强劲发展中就可见一斑。我在中国学到的经验之一就是：在中国真正管理一个公司，不能只是坐等机会，决策必须要快，行动也是如此。

现在中国市场在某种程度上变得更加成熟，这是毫无疑问的，但在过去5年，中国是一个快速发展的市场，而且很难预测。我记得刚来中国时，

整个汽车市场销量只有420万辆。当时有人说：中国汽车市场规模将达到1000万辆。这个数字在当时是难以想象的，如今已接近1800万辆。过去9年中国发生的变化，体现了中国市场的发展速度。

三联生活周刊：临别之际，你将留给继任者一个怎样的“奥迪中国”？

冯德睿：过去9年多，我们在中国做了很多事，包括正在开发很多好产品，为未来的70万辆销量目标做好了充分准备。我们现在清楚地意识到，奥迪的实际情况不是那么容易处理，大约三分之二的销量将在未来12个月里更新。毋庸置疑，2015年将是一个转变之年。我们今年除了TT、Q7和A6 allroad之外没有新的车型，但这些都是小众车型。明年，我们将推出现有主要车型的改款，特别是全新A4。

三联生活周刊：你是否注意到近一段时期的价格战，奥迪如何应对？

冯德睿：作为市场领导者，我们不应为价格战火上浇油。我要提供一条具体信息：一汽-大众和奥迪的利润与去年持平。奥迪并未像有些品牌一样出现40%的降价，因为作为市场领导者，我们决定着趋势走向。有人攻击堡垒，而我们则捍卫堡垒。如果奥迪也开始参与到这场可怕的价格战中，从长期来看，就会毁掉市场。所以我们说：“好吧，或许奥迪会丧失1%或2%的增长，但我们的任务不是抓住每一个可能的客户。”我们在捍卫领导地位，但不是通过加剧价格战的方式，为此我们必须谨记在心：作为市场领导者，不但会受到媒体指责，还会受到竞争对手的攻击，但我们确实走在踏踏实实、稳定增长的道路上。我希望，2025年奥迪仍是一直以来的市场领导者，而不只是某一季度或一年的市场领导者。

三联生活周刊：今年上半年奥迪的经销商是否出现亏损？

冯德睿：没有，他们在赚钱。当然，如果看看过去一年，某些经销商是没有赚钱，但我们与经销商的关系是开放的、真诚的。我们总是邀请主要投资者和主要经销商参加会议，这是我们的理念的一部分。过去三四年，经销商利润率首次出现下滑，我们一直在解决这个问题，这也是我们作为市场领导者的责任的一部分：让系统保持稳定。

对我们来说，最主要的战略考量是拥有稳定健康的成长战略，而不是争夺短期的市场份额，我们一定会为维持市场领导地位而战。如果竞争对手追上来，我们会用尽一切力量打败他们，但如果他们仍离我们很远，那么谁会不在乎呢？

三联生活周刊：在过去9年，你看到中国市场，特别是高档汽车市场有哪些大的变化？

冯德睿：某种意义上奥迪是从A6——一个纯公务车品牌开始的。我来到中国时，奥迪很大程度上是公务车和商务车。过去的9年变化很大，现在的客户构成，已经有很多女性客户和年轻客户。起初，作为政府形象和企业形象，奥迪是一个十分注重功能的品牌，但我们现在正变得更加人性化，这至关重要。我们过去偏商务，现在几乎进入所有的细分市场。很明显，中国不再处于发展阶段，它已经是一个成熟市场。从长期来看，高档汽车市场也会走向成熟。下一步发展的方向是紧凑型市场，将来可能会看到微型车市场时代。客户行为变化也很大，过去中国客户买车会带着大包小包的钞票去经销商，我记得我曾经拜访一家奥迪经销商，他们有8到10个点钞机，因为他们一直在点钞，一天要开车去银行四五次存钱。这在当时是很正常的，以现在的消费习惯看，简直不可思议。

三联生活周刊：今年上半年，整个高档汽车市场增速大幅下降。奥迪

是否会调整未来几年在中国的目标或计划？

冯德睿：当然不会。我们依然有条不紊地执行战略计划，目标是到2020年年销量达到70万辆。一切都经过了规划，如果市场按照预期发展，我们会执行计划。计划结构中的灵活性非常重要。70万辆的增长路径十分清晰，我们的方向感很明确，这只是一个时间的问题，具体取决于市场的形势。

我们清楚，今年奥迪将实现个位数增长。但不要忘了，中国汽车工业协会今年初预测中国车市年增速为7%~8%，现在目标下调了一半多。我们一开始就知道，今年将是转型的一年，2015年下半年和2016年上半年，奥迪三分之二的销量将更新。所以，今年除了TT和Q7之外，没有推出新车型，今年的规划很保守，而明年将投放很多新车。这也是我为什么留任更长时间的原因，因为这种局面的确不容易应对。

我们的长期投资计划和产品决策没有任何改变。从短期来看，我们将采取应对措施。谁会预料到，在监测的中国大城市中，居然有那么多城市房价会下跌？谁知道企业利润与去年相比会下降？又有谁能预料到股市风云变幻呢？这一切都会影响客户的行为。这些参数是无法精准预测的。长期计划很明确，但我们不知道何时会发生，这就是为什么今年奥迪比较保守的原因。我们有清晰的近远期计划，未来两三年将做什么，是很清楚的。我觉得，在中国的计划是很有意思的。

三联生活周刊：你对市场增速放缓有什么看法？

冯德睿：不管中国GDP增速是5%、6%还是7%，这仍然是巨大的增长，特别是在一个很高的基础上，所以，我对于中国增长是否会下降到7%以下并不担心。从全球来看，这仍然是一个

不断增长的地区。我们看的是哪些细分市场存在收入增长，而这正在发生变化。高档汽车客户通常是房地产业主，他们现在房地产领域赚不到钱了。50%以上的客户为个体经营者，如果将中国企业的利润作为个体经营者收入的一个指标，这也是一个强烈的信号，表明他们现在的收入也没有增长。高档车市场不像过去那样快速增长了，但我们的确看到低价位细分市场的收入增长。这是中国政治的一部分，谁对此感到惊讶，说明他还不了解这个国家的国情。

我认为这是长期趋势，也是一个良好的趋势，中国低收入细分市场和高收入细分市场需要达到一个平衡。我认为，中国正在合理应对，从长期来看，很容易保持在增长轨道上。中国高档汽车市场仍将实现进一步增长，因为它目前占整个汽车市场的比例只有9%，而在其他国家，这个数字达到了15%乃至20%。这也是我们在中国看到的一个长期趋势，特别是紧凑型车细分市场的增速将超过B级车细分市场。这并不奇怪，只是时间和速度的问题。

三联生活周刊：在总体增速放缓过程中，奥迪在华市场战略将如何调整？

冯德睿：我们将看到，由于高档汽车市场份额增长，高档汽车市场的增速很可能会高于总体汽车市场的增速。中国汽车市场将进一步细分化，它不再只是一个轿车市场，而会引入新的概念车。我认为，中国汽车市场未来将越来越复杂化。我会把这些判断带回总部，在增长和市场潜力方面仍然可以依靠中国，但是不像过去10年那样容易，需要逐年调整。2009、2010和2011年在中国很容易，我们的汽车业务风生水起，但现在，需要合适的时机、合适的概念、合适的汽车。这简直就是一个新市场。

三联生活周刊：奥迪会将很多新

车引入中国市场，你认为会有多少种新车型？

冯德睿：很简单。我们的全球产品组合将达到60个车型，在中国，我们的产品将覆盖每个细分市场。目前我们在中国有36个车型，加上7月份上市的A3 e-tron，共有37种，我们将继续推出其他车型。敞篷车市场在中国很小，也许5年之后，情况将会有所改变。对我们的RS车型也一样，这些虽是小众市场，但会继续发展。所以，如果你问我们2020年的情况或更长远的情况，奥迪将在中国见到几乎全部60个车型，也就是整个全球产品组合。

三联生活周刊：目前中国市场不断复杂化，汽车市场也面临一个暂时的困难期，你对此怎么看？

冯德睿：中国股市复杂化，是发达中国的一个标志。西方股市也很复杂。我认为，眼前的格局是一种正常化的盘整，不同收入阶层和不同市场发展也不同。在这个盘整阶段，与中低收入市场相比，高端市场的压力更大，发展更慢，这种情况也很正常。但对奥迪集团和大众集团来说，我们对中国的长期承诺是以增长式发展为基础的。

这对我们来说并不总是很轻松，因为我们是市场领导者，就像拜仁慕尼黑黑输掉一场比赛时一样：人人都义愤填膺，责备教练等等，尽管他们一定能赢得联赛冠军，而只是一场比赛落败而已。与中国尤其是奥迪发生的情况一样，他们也干了同样的事：我们面临指责。从8万辆增至58万辆，我们与竞争对手相比发展很快，这是我们中国故事的一部分，在世界上任何其他地方，我们与竞争对手之间都没有如此之大的差距。但另一方面，赢家现在疲弱了。我们知道，这是中国目前正在经历的一个特殊阶段，我们对中国的发展充满信心，否则也不会进行长期产能投资。■



劳作的女人：20世纪初北京的城市空间和底层女性的日常生活

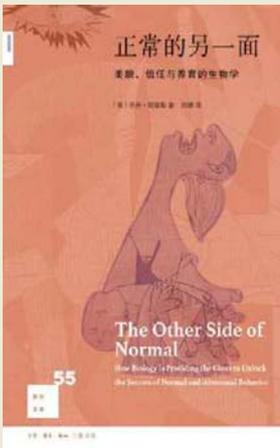
[美] 程为坤 著 杨可 译 定价：39.00元

女手艺人、佣人、乞丐、小贩、三姑六婆、戏子、普通妓女……清末民初的北京，这些劳作的女人，努力适应着急速变革的社会，在市井之间为生计而奔忙。作者以精细的笔触为我们展现了她们的各种潜力与可能，以及她们在这个翻天覆地的时代中的危险与焦灼。

合肥四姊妹

金安平 著 凌云岚 杨早 译 定价：35.00元

耶鲁大学历史学家金安平女士，借由信件、日记、家谱、诗歌、杂志和访谈，讲述了张家元和、允和、兆和、充和四姐妹的传奇故事和集体记忆，为这个家族撰写了一部引人入胜的编年史。对于古老中国及其向现代转变的历史进程，作者展现出不同寻常的洞察力。



正常的另一面：美貌、信任与养育的生物学

[美] 乔丹·斯莫勒 著 郑熾 译 定价：39.00元

信任和爱的生物学基础是什么？为什么我们的大脑对外貌和性吸引力有一种根深蒂固的兴趣？感情给我们的记忆涂上了哪些本来不存在的色彩？这些问题，只有掌握了神经科学和遗传学的工具后，科学家才找到解答的门户——隐藏在心灵背后有关“正常”的生物学。

艺术概论

蒋勋 著 定价：48.00元

深入浅出介绍各项艺术的源流、特性，艺术与生活密不可分的亲密关系，使人可以坦然看待艺术，从中获得乐趣。这本书适于每个人在案头、枕边赏读，更是课堂上的最佳教科书。



粉黛罗绮——中国古代女子服饰时尚

陈芳 等著 定价68.00元

先秦的清纯、质朴，汉代的繁复华美，六朝的灵动飘逸、飒爽戎装，隋唐的胡风汉韵、葳蕤华彩，宋朝内敛的奢华富贵，辽金元的佛妆和高丽风，明清之际的低调奢华……对各个时代女子妆容服饰的个案研究，从直观且微观的角度彰显时代文化。

筑人间：汉宝德回忆录

汉宝德 著 定价：42.00元

汉宝德兼具建筑学教授、大学校长、博物馆馆长、建筑师等多重跨界身份，但都以建筑文化与人文思考为依归。本书由汉宝德亲自执笔，将其一生由幼及长，从求学到做事，从建筑理想到文化志业，点滴记录。





银川当代美术馆首展启幕 华夏河图大地上的理想启程

人在世界中，是一种关系性的存在。尊重是一切关系的开始。敬畏天，敬畏地，敬畏人，敬畏人自身应该享有的平等……在东方以生命体验为中心的文化体系下，古人说，天人共美；在西方以知识为中心的文化体系下，人们说，共生城市。

2015年8月8日，中国银川，母亲河黄河西岸，海内外300多位嘉宾和60多家媒体，共同见证了银川当代美术馆的开放，以及“文明的维度”开幕展的盛启。

银川当代美术馆，占地约35亩，建筑面积达1.5万平方米，是中国西北最大的单体当代美术馆，也是国内第一座“中国+伊斯兰文化”主题美术馆。在开幕展总策展人吕澎和当代美术馆艺术总监谢素贞女士的努力下，开幕展呈现出的国际化视野与水准让世界对银川刮目相看。此外，毗邻鱼塘湿地而生、为芦苇包围的诗意环境；来

自于近千年黄河丰富的地质变化所形成的岩石褶皱肌理之美，也为这座建筑赚尽了驻足与赞美。

银川当代美术馆，隶属于华夏河图银川艺术小镇。是整个18.8平方公里版图上最核心的建筑，也是首开区域。华夏河图银川艺术小镇由宁夏民生集团投资，集当代美术馆、国际艺术家村、雕塑公园、艺术史公园、鱼塘湿地公园、稻田公园、禾乐村、国际学校等于一体。在未来的10~15年内，这里将投资48亿美金，发展成为一个居住约8万人口的可持续发展的艺术小镇。

当筹建三年的银川当代美术馆站立于世界的镁光灯下，华夏河图银川艺术小镇，也迈出了它在这片大地上理想实践的脚步。

一场始于对“两极关怀”之外的可持续发展探索

当今的中国，城乡二元关系正在发生改变。当北京的798、上海的莫干山，用艺术展开对城市工业文明记忆的修复；当碧山共同体，通过对农耕文明传统的保护，探路乡村中国的未来；脱离于社会“两极关怀”之下的城市与乡村的中间地带，该如何实现可持续发展？在中国西北银川，这

座混血的城市，当丰富而多样性的文明，以不同方式融合在这里；当生存环境的挣扎，与艺术及更高生命质量的需求共存于此，怎样的一个环境，才是理想的生活天地？怎样的一种秩序，才能容下人们对诗意栖息的物质归属和精神守望？

尊重，是一切关系的开始

人在世界中，是一种关系性的存在。尊重是一切关系的开始。敬畏天，敬畏地，敬畏人，敬畏人自身应该享有的平等……在东方以生命体验为中心的文化体系下，古人说，天人共美；在西方以知识为中心的文化体系下，人们说，共生城市。于这样的生命价值体系之下，华夏河图开始致力于寻找一种人与天地和谐相处，人与人之间相互尊重，文化、艺术、自然共栖息，城市文明和农耕文明同融合的发展。

以生态规划体系，重建日常生活素养

如何处理与这片土地的关系，是需要面临的第一问题。华夏河图力邀在全球共生城市理念领域享有极高盛誉的瑞典SWECO团队。依据SWECO的规划，保留鱼塘湿地公园肌理，并以它为灵感设计小镇的中心地带，成为整个项目的先期实践。以共生共享、协同发展为规划核心，小镇内形成了包括人的价值观和行为习惯在内的33项法定生态指标体系。

为打造可持续发展的环境，华夏河图用两年时间专门研究水资源的利用，垃圾如何回收；以行人、非机动车、公共交通为最高优先级规划交通网络系统，未来小镇非机动车出行率有望可达50%；设立能源转换中心，建成后未来每天产生的能源可以保证51辆公交车在小区内运行……借由理性的技术规

划，华夏河图希望更多减少碳排放的生活方式与价值观也能在这里成长。

让艺术，变成生产力

艺术，是可以改变世界的一种阴柔型力量。在整个华夏河图版图，包括银川当代美术馆、国际艺术家村、雕塑公园、艺术史公园在内的艺术体构建了这里丰富的人文风貌，并带动国际间的交流在这里发生，思想在这里碰撞，产业在这里兴起。银川当代美术馆，植基于本土文化，并结



银川当代美术馆国际艺术家村实景

合全球伊斯兰艺术，建构一个崭新的国际艺术文化交流平台。国际艺术家村，通过艺术家驻地计划，让艺术与生活，艺术家和大众之间发生奇妙的化学反应，使得国际艺术家村成为所有往来者共同拥有的“教室”或“客栈”。雕塑公园、艺术史公园，分别从西方现代主义与传统中国的纬度，创造出一个东西方交融，古今对话的空间。另外，丰收艺术节等系列活动的举行，亦致力于重塑一座中国大西北的精神坐标。



禾乐不为出品

从农业切入，创建扁平而亲密的人际关系

华夏河图将基地内现有的3000余亩稻田及自流灌溉系统永久保留，先于2012年成立了合作社，2013年出产以永续农法种植的首批稻米，并开创自有品牌“禾乐不为”，由此开始同步实践CSA社区支持农业。作为一种蕴涵了人文关怀的新型农业生产 and 生活方式，CSA的核心在于，以承诺重新构建人们与土地、与农业生产之间自然和谐的连结。在这里，土地上的农民与消费链之间的环节已被彻底打破，耕种者和消费链末端的人们互为友好，平等相处，互相尊重。一个互联网曾创造的扁平而亲密的关系，将在稻田里复苏。

从教育入手，消除城乡二元结构

一个好的教育，应该囊括对所有年龄段，不同背景下人群的关照。在中国，城乡教育环境迥然。华夏河图致力于营造一个没有城乡结构之分的教育体系。人人生而平等，尤其在享受受教育的权利上。田野大地上的人们，也能享受面向未来的国际化教育理念；城市的孩子，亦能在广阔的原野里，发展出对艺术、生态和自然的认知；普通的当地民众，可以通过系统的教育和一系列职业培训课程，获得专业知识与农业技能；小镇里的长者在退休之后，亦可以借由老人大学，开拓他们在全新领域的生活激情。

一个世代良善的文化循环和可持续的文化生态，将是为之努力的方向。

一条孤独且漫长的路

人类文明的发展史，本质上也是一部对真、善、美的追求史。在欲望和消费带动下的社会，对“善意”，对美，对诚实面对自己内心的诉求，往往夹杂了许多理想主义者的叹息于其中。犹太漠中，踏着星辰赶路；犹沧海上，化身一粟而出发，这是一条孤独且漫长的路，但于华夏河图而言，这也是一条踏实且温暖的路。他们的努力，正让一片土地，开始慢慢生长起一种与他们的生命价值观相对应的依靠。作为首开区域的银川当代美术馆，它的开放，实践的就是这片土地理想的第一步。



英国电影《大侦探波罗之万圣节前夜的谋杀案》剧照。该片中由大卫·苏切特扮演波罗

那个叫波罗的比利时侦探

这部冷僻老牌的英剧，正如一个穿着萨维尔街定制西装的老绅士一般，熨帖、精致，而又永远不担心退出流行。

记者 / 张月寒

英国是一个众所周知比较排外的国家。但90多年来，波罗（Hercule Poirot）这个著名的比利时小个子侦探，一直长久地受到他们的喜爱。

最近，第67届艾美奖名单出炉。《大侦探波罗》最终季入围“最佳电视电影”。在美剧“一统江湖”的格局下，

这个结果，是个异数。

波罗是英国著名侦探小说家阿加莎·克里斯蒂创造出来的一个虚构人物，首次出现在1920年的《斯泰尔斯庄园奇案》中。在我没去英国之前，已经跟随这个小个子的比利时男人，探寻了太多英国的大街小巷、乡野城

市。去了后，则更有如鱼得水的实地“考察”之感。

阿加莎笔下的一切都是有意思的，而他也是一个太有意思的人物。我国古代的神怪故事里，有“字灵”的传说，即作家所创造的笔下人物如果过于鲜活，他（她）就会变成一个“灵”，实

体存在。波罗在世界各国人民的文化接受史上，无疑也几乎“成精”了。

大卫·苏切特(David Suchet)是史上最被认可的波罗扮演者，此次获艾美奖提名的电视剧也是他扮演的，他把原著中描述的波罗“蛋壳形脑袋”诠释到了极致。由这个“蛋壳形脑袋”我又不禁联想到波罗最著名的吃鸡蛋的方式——一定要两个一模一样大小的鸡蛋才肯吃。他对于“对称”的追求有一种惊人的固执。他在伦敦为自己的侦探事务所选择的怀海芬大厦(Whitehaven Mansions)，就是因为那座建筑“格局方正、比例对称”。在电视剧中，这座怀海芬大厦选择伦敦一处叫Florin Court的建筑拍摄。这座Florin Court属于Art Deco风格，即装饰派艺术作品。Art Deco流行于20世纪20~30年代，建筑物通常呈几何图形，线条清晰，色彩鲜明。

1926年的《罗杰疑案》是让波罗名声大噪的案件，这篇也成为侦探小说中的名篇。此外，《万圣节前夕谋杀案》探讨了英式乡间生活的哲学和外国人永难“真正”融入英国社会的隔阂；《阳光下的罪恶》(Evil Under the Sun)里边的转折最妙；《空幻之屋》探讨了一种超前卫的现代男女关系，我很喜欢里边的亨利埃塔，很酷、很独立的女子；《山核桃大街谋杀案》，又称《国际学生宿舍谋杀案》是我个人很喜欢的一篇，因为比较容易和留学生涯产生共鸣，一部看似不大的学生房屋，实际上浓缩了太多不同的人生，涵盖了各式人性；《怪钟疑案》让我印象比较深刻的反而是其中的“月牙形道路”；《第三个女郎》(Third Girl)已经有伦敦时髦公寓气息；《大象的证词》(Elephants Can Remember)的拍摄地后来在现实生活中我去过。案件发生的那个房屋我远远地在白崖上一瞬间就瞥见了，目光随机像有魔力般怔怔定住，一点也移不开。当时我就跟朋友说，很好奇，

能不能去看看。她说不去——英国人总觉得随便去别人家敲门是很“rude”(粗鲁)的。我至今很惋惜，如果是我自己，就厚颜无耻地去了。

白崖，真的是一处很适合发生谋杀的地方。

波罗有几个性格特点。其中一个就是贪恋城市生活、物质享受。手工巧克力、Bespoke(定制)西装、精致餐馆的美味菜肴、雪莉酒、管家……他是一个离不开城市生活的人。我曾经在电视剧《大侦探波罗》的某一集里看见他去乡间，对方要他步行，然后他看着自己精致锃亮的皮鞋面露踌躇之色。那一刻我觉得波罗实在太可爱了，并且他对于鞋子的情绪，几乎每个女人都能产生共鸣。前段时间，网上流行一个非常搞笑的视频：一对男女在约会后，下起了雨。男生很绅士贴心地将自己的西装脱下来递给女生，预备给她挡雨用。女生说了声谢谢后立即将西装丢在充满泥泞的雨水地里。然后，她的高跟鞋踏在西装上，一步一步走向出租车。

有的时候，一双鞋子，对于女人就是这么重要。而大侦探波罗，也同样如此。

有一次圣诞节前夕，波罗兴冲冲地去一个巧克力店买一盒手工制作的巧克力——价格也是不菲的。然后他像个小孩子似的非常兴奋，说自己这个圣诞节终于可以好好过了。

当波罗在《阳光下的罪恶》里下榻于迪逢海岸的乔利罗杰旅馆时，还坚持头戴巴拿马帽，身穿一尘不染的白西装，只担心天气热得胡子垂下来，或染发剂流到领子上。很多人评论说波罗那么注重外表其实是一种虚荣心，但我却不以为然。他对于外表的重视是一种自我坚持。这就跟有些人喜欢运动，有些人喜欢画画一样，是另外一种生活方式、一种个人爱好。

波罗的“傲娇”长期以来也是世界观众喜爱他的个性之一。不懂“谦虚”

为何物，在英国是一个大忌。所以有时，波罗一生的挚友——英国人黑斯廷斯不时对此也颇有微词。电视剧中多次出现当旁人称赞波罗为“世界上最伟大的侦探”时，他自己表示深为赞同，没有自谦。他和陌生人自我介绍时，也说自己是“世界上最伟大的侦探”，没有之一。

和马普尔小姐用自己老太太的身份作为探案的“伪装”，让人们卸下心防相似，波罗用自己的外国人的身份和外国口音让对方卸下心防。

波罗是老派的，所以阿加莎写到最后让他在一些作品里流露出了迟暮之感，因为新一代的年轻人已经没有听过他的名字。他喜欢蒸汽火车，但他的好朋友助手黑斯廷斯却喜欢现代汽车。波罗退休以后去乡下种西葫芦，这让人不禁好奇，习惯于城市生活物质享受的他，怎么能忍受得了乡间的单调和无趣呢？

海归或外企工作的人有一条众所周知的恶习是说话中英文夹杂，比利时说的是法语，所以波罗说话也是英法夹杂。这和阿加莎早年在法国的经历分不开。阿加莎的法语特长无形中丰满了波罗这一人物的形象。

波罗曾经说：“对于一副具有科研精神的头脑而言，真相是头等大事。真相，哪怕苦不堪言，也总是可以接受的，可以将它细细编织，汇入人生的图案。”但是，构成这个成功文学人物的真相却是阿加莎·克里斯蒂多年的勤恳编织。一个小说家是伟大的，她创造了一个人物，然后整个世界都相信他的故事。波罗“死去”的1975年，即《帷幕》的出版，《纽约时报》还专门刊登了他的讣闻。一个虚构人物有此“哀荣”，也算难得了。

全世界都相信这么一个虚构的故事，有些人对他的了解甚至超过了自己的家人。这是一个小说家的成功，也是人类仍在相信“梦想”以及一切不存在东西的一个全球证据。☑



8月7日下午，“圆满的旅程”彭薇个展在台北历史博物馆举行。由耿艺术文化基金会及北京画院美术馆共同邀请 Rudy Tseng 作为策展人的此次展出，几乎包括了画家近10年重要代表作。11月17日至12月27日，展览将移至苏州博物馆



“遥远的信件”系列之《理想的下午》(上图, 2014)、《郊游》(下图, 2014)。画题和题跋均抄录于西方名人书信和日记, 彭薇说: 在我的每一件作品中, 只有题跋是自由的、此刻的、当下的, 完全属于我, 完全背离画面





“遥远的信件”系列之《渡河留声》(局部, 2014)

彭薇：画皮，还是画心？

“我很喜欢导演伍迪·艾伦的一句话，‘传统就是一个幻象’。”

主笔 / 曾焱

圆满的旅程

采访那天下午，彭薇的摄影师朋友正好来了，拿出他刚剪好的短片。这是他为彭薇在台北历史博物馆的最新个展“圆满的旅程”拍摄的视频作品，半小时，记录艺术家的一天。镜头里彭薇被拍得很美，大段访谈也有意思。可她不太满意，一直在追问摄影师：那些买菜的镜头呢？做饭的呢？吃的呢？摄影师反复解释：“那些镜头不太好看。”“不需要好看，我就想要我平常生活的状态。”彭薇笑嘻嘻，但坚持。

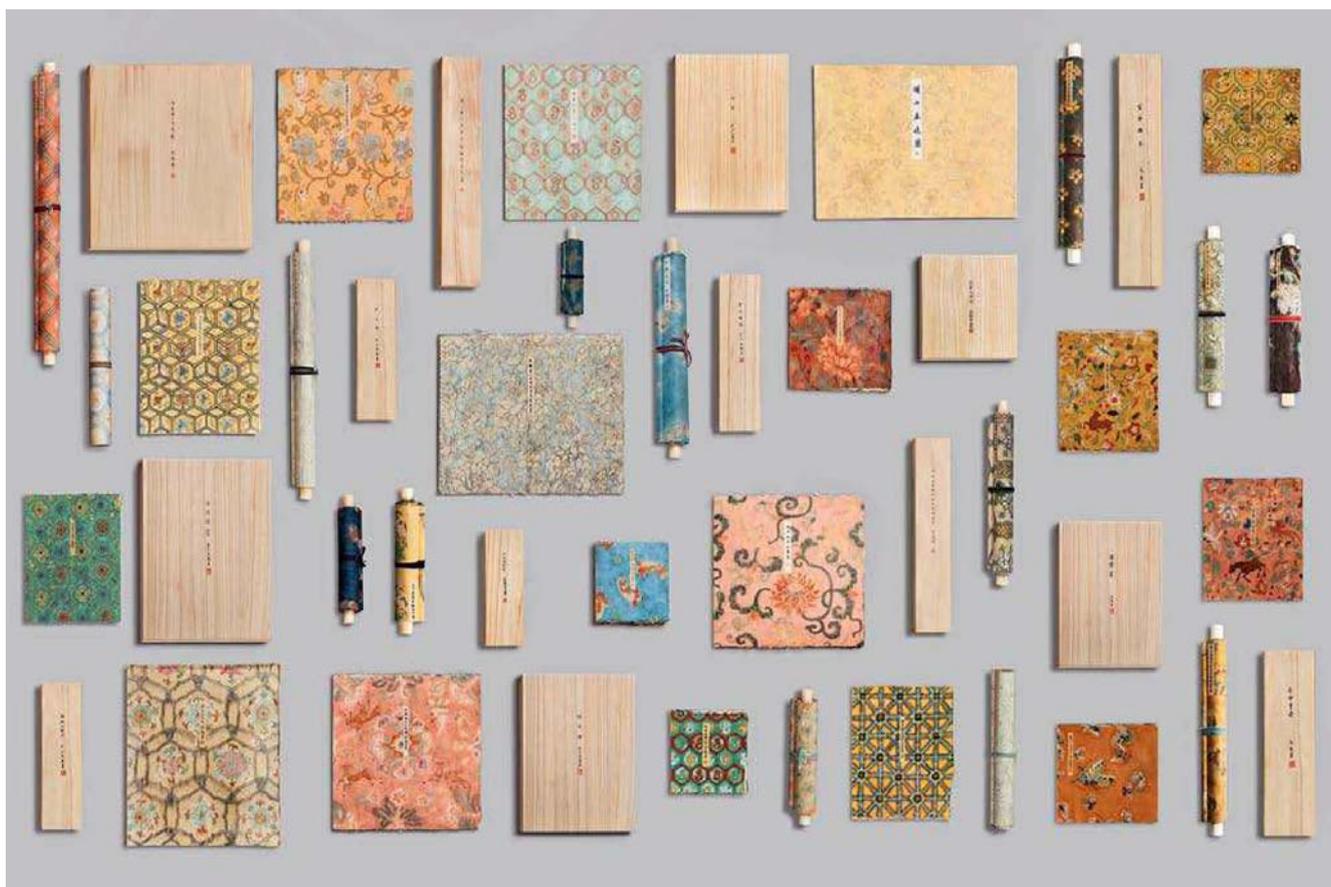
8月7日展览在台北开幕。我们终于在现场看到了彭薇的真实版《每天》：午饭后，由家至工作室。先把带去的便当搁放到厨房工作台上，然后找出小蒸锅，把画画要用的几小盒矿物颜料放进去加热软化——当天不用完，这些颜料就会硬结、臭掉。如果

没有约访，整个下午都是她画画的时间。晚饭独自在工作室享用，还是那个小蒸锅，把便当里的饭菜热热，吃完继续画，或抄碑，22点收工回家。

近三年，她都在绘画“遥远的信件”，也是这次台北个展的主体系列。这是一批带有“现成品”观念，以水墨手绘实现的卷轴山水。从画面图式和手法来看，她在细密地摹写中国传统山水，台北现场空间奢侈的留白设计更加突出了这种意境。但彭薇一再说，她做的其实不单是绘画展，而是作为物质的绘画的一个存在。她在画卷轴、册页，这一最古老的书籍形式，包括亲手绘制它们的每个部分：绫裱、玉池、格水、画轴、别子和画盒。在她心目中，册页和卷轴本身除了文化气息和历史的魅力，更如同一件件精美的小型装置，因而吸引她亲手一笔笔画出它们的每一部分，包括繁复的锦缎图案。

彭薇只做自己喜欢的尺寸，她要卷起时候那种厚厚的体积感，又喜盈手一握的小。其中画了一套只有13厘米宽但有6米多长，放在展厅里就像一条线。也不太从传统卷轴的形制去考虑，总觉得出格一点更好玩。绘画手法其实也是出格的。她解释，山水画面的内容都是“挪用”，跟过去画衣服和鞋子是一样的，但画法上并不传统。传统画法就是勾线、填色，但她有很多地方是冲出来的，比如那张看着像青绿山水的作品，线先勾好，然后用颜色将画全部打湿，趁它半干的时候飞快晕染。“有点像炒菜，火候到了会冲出一些很好玩的水晕。”彭薇很看重技术的地位，觉得作品完全要靠技术来表达，比如，线要画得特别好，晕染要特别舒服。

她想要将现实和历史“重置”两端的企图当然不只是通过“统摄”中



“遥远的信件”系列装置。艺术家在每件作品画成后，用现代数码高模拟技术复制，其数量和体积与原作同一尺寸，同步积累



“绣履”系列

国绘画的古典形式来实现，还有那些令人产生时空距离感的书信题跋。她用漂亮的小楷密密抄录自己读到的有趣的文字，通常是西方文人的书信、日记或诗。也就是说，艺术家用西方文学大师的私信“篡改”了古典山水画的题跋，甚至题目。

比如册页《渡河留声》，画面是一队唐代仕女骑马渡河，题跋抄录了卡夫卡爱情书简《渡河留声》一书中的致菲莉斯·鲍威尔——您也许会产生意愿，是否应该把我作为旅伴的伴侣、

导游、独裁者、累赘，结伴而行，即使如此，对作为通信物件的我却是无可厚非的。

比如卷轴《像前天一样》，画面是中国古典绘画中最经典的图式：临江独钓。而她取自贝多芬致卡尔·霍尔茨信中的画题和题跋，却是西方19世纪最日常的生活场景：今天是星期天，所以我们能指望享用一顿可口的星期日美餐了。提起汤匙，您看，就像前天一样遥远。

现场最大幅的《圆满的旅程》，画

面借鉴的是《明皇幸蜀图》。明皇本来是在逃难，过程中失去了杨贵妃，但明代这位画家却把它画得富丽堂皇，好像是一场美好的行旅。彭薇把画面画得更美，书信部分却取自帕斯捷尔纳克、茨维塔耶娃和里尔克三位诗人在1926年于生死相隔前的最后书信，而题目则来自苏珊·桑塔格论及三人通信时的评价：分离让一切圆满。

彭薇被问到如何选择书信时，她说，其实最终决定被使用的文字，都是正好能填满画面所需要的那片空白。对

于她来说，信件的美感性比情感表达更重要，她要的不仅是一封信，更是画面上一片由她书写的文字所组成的灰色。

艺术家希望“西方”这一概念如她所愿地进入中国山水文本，这一点，也许还需要观者不断来做她的对应。不过，这确是好玩的游戏。古人用题跋和绘画交谈，艺术家借西方文人的书信与中国古人的画交谈，“然后折叠或卷起，给它们配上不同的缎带，放进定制的木盒里。……就像写一封长信给一位我不认识的有缘人”。

戏仿、重构、挪用……这些始终是彭薇的艺术被人认识也被人评议的部分。就像她自己说的：“我永远在过去和今天之间跳来跳去。”

一路“篡改”

“我人生最辉煌的时期是5岁到10岁，走到街上背后会有人叫我名字，回头一看，那个人我不认识。”彭薇拿自己的童年往事逗乐。

上世纪70年代末80年代初，她曾是成都的绘画小神童，两岁半就参加第一个展览，5岁在国际上得了一个儿童绘画金奖，大头像被印在一本全国发行的杂志封面上，所以相当出了一阵子名。但童年过去以后，就像那个时代的大多数小天才一样，她进入了一个“很长的失落时期”。

“比我更小的小孩拿到奖励，而我再拿不到奖励。等到我十一二岁的时候，画画成了一种压力。我就停下来了。我父亲非常好，从来没有跟我说过你必须成为一个画家，他从来都告诉我，画画是兴趣，喜欢就画，不喜欢就不画。”

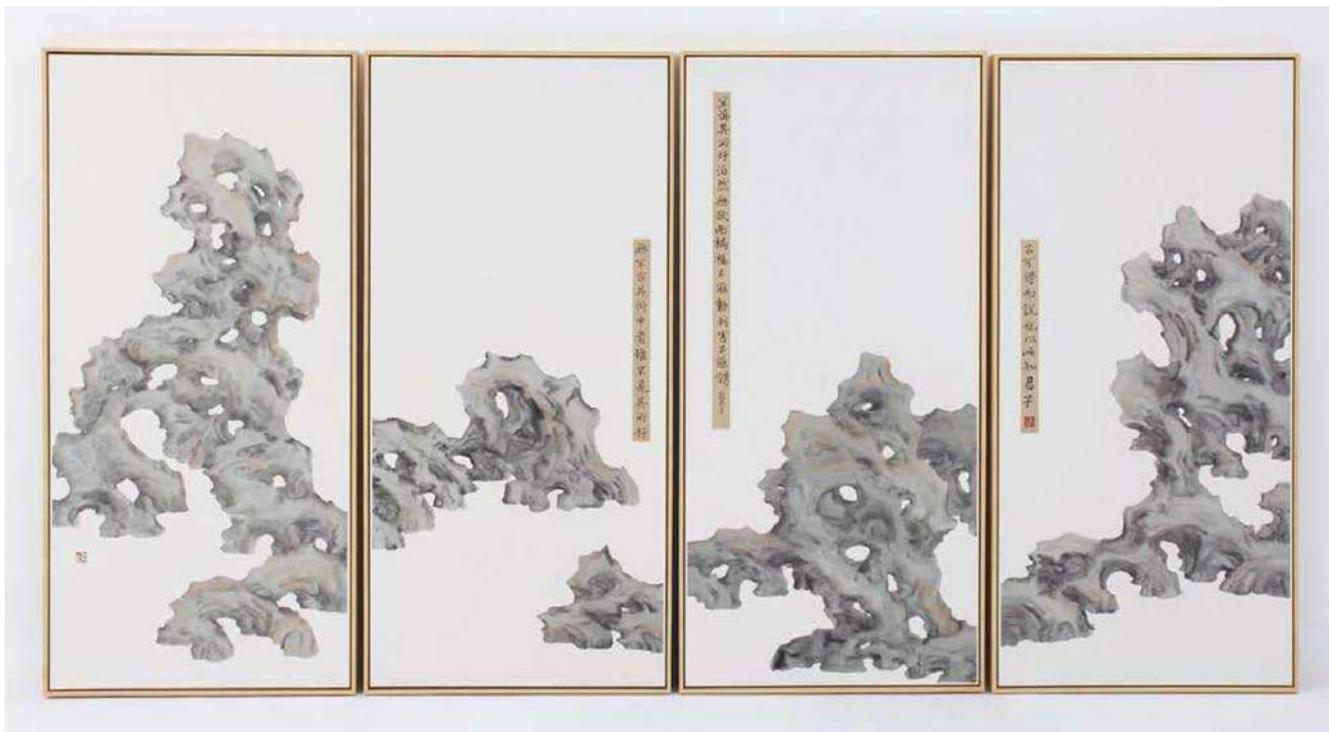
“有小时候的所谓成功的经历，长大后你发现，面对艺术这件事情你会变得单纯。我很想回到最小时候画画的状态，完全是玩的状态。我一定不要回到我12岁时画画的状态，那是很渴望得到奖励的状态。我不希望那样。”

1993年，彭薇参加艺考的分数可以上天津美院或四川美院，但最后去的是南开大学。她说，她父亲自己是

画家，却觉得画画这个事儿不是说老师教教就能成的，还是多学些其他知识靠得住。现在想想，彭薇觉得当初这个选择对她后来走的路影响还挺大的。“南开那时候在全国是第一个开设了艺术系的综合性大学，1993年刚招到第三届。我跟同学开玩笑，说我们读的是野鸡艺术学院，因为艺术环境肯定不如专业美院，但好处是我没有被束缚，没有被规范到学院的框子里面去。我们那个系叫东方文化艺术系，老师的数量跟学生人数差不多，像我们班就10个学生，却有7个老师。学校还配置了特别好的中文系老教授来教我们文化课，所以我跟文科的老师关系很好，后来被保送读了美学研究生，跟哲学系混在一起3年。”

成名后，经常有人问她：“读美学那几年对你画画有什么影响？”彭薇说：“它对我最大的影响，就是我发现完全不能用美学来指导我画画。”

彭薇记得，那几年大家都在谈论中央美院几位老师画的那种画，像田



“遗石”系列之《素园组画》(现由M+香港收藏, 2009)

黎明、周思聪。“我发现美院的传承系统特别严密，所有学生对祖师爷的崇拜都到了没有缺点的地步。我其实想过考田黎明老师的研究生，但他当时还不是教授身份，没办法招我。田老师带我到教室走了一圈，我发现他们的方法跟我平常玩的太不一样了，都在画写生、画素描，至少要起稿两个星期以上才能上颜色，我心想，我都是拿着毛笔直接画的，我画一张画才20分钟。”

她后来没有师承过任何一个画派的老师。如果愿意，她也可以跟父亲学画没骨，但彭薇说，父亲那一套方法自己小时候都会，“就是水晕，墨色变化很多，中间破墨、泼墨都能用上”。她在大学期间画写生，用的就是父亲这种很个性的方法，也不是学院派，跟课堂老师画的都不一样，老师不说她，但也不表扬她。

研究生读3年，她差不多3年没画，但心里还是老想着画画这件事。有个老师曾把办公室借给她，她也天天在那桌上趴着，有时候写写字，画却画不出来。“我没找到我要画的东西，对自己总是不满意。毕业后我就去《美术》杂志工作了，觉得找个地儿待着吧，安稳。”她在《美术》待了7年，做编辑、写文章、采访艺术家。她对体制内的各种艺术判断标准一直有点懵懂，印象深刻的是中间写过一篇画家刘小东的稿子，被头儿给毙了。后来又写了篇刘小东的画家妻子喻红的稿子，刊出来了。

大概是工作了还不到一年的时候，2000年末，有一天她突然觉得自己可以画画了。“就从临摹赵之谦的一个花卉册页开始，是我爸落在我家里的。”从此就铺天盖地天天画。花卉画了很短一段时间就停下来，以后，她形容就像灵魂开了窍一样，提起笔开始画石。

刚开始画画的时候，彭薇其实都是画给自己和朋友看的。但她那时有位邻居是个比较狂热的美术爱好者，一定要买走她最早期的一大卷画，5万



成扇绘画装置系列之《掇珠图》(2015)。日本设计师 Keisuke 设计的展览现场呈现了艺术家的愿望：这不仅是绘画，而且也是作为物质的绘画

块钱。彭薇说，拿到这5万块钱后她自是雀跃，立刻跑到新街口买了一套好音响。正好嘉德在拍卖，她又跑去现场拍回一幅仕女图，就这样一口气把5万块钱给花光了。

“我买的那幅画其实也没有名头，胡锡珪，是清末一个仕女画家。到现在那张画也不太值钱，还在我手上，作一个纪念吧。我当时觉得他那个脸的线条勾得太好了，我买的时候就希望自己有一天线能勾得这么好，结果我前两天把这张画拿出来一看，也一般嘛。其实还是画什么很重要。”彭薇边说边乐。

彭薇一直把画石看作她艺术道路的真正开始，从那以后，她感觉找到

了自己的语言，“一个真正不同于传统中国画，不同于其他艺术家的技法”。这种技法被她用来“篡改”古人的石头，并且，也构成她后来所有作品的气质：她就这样一路“篡改”，绣履、华服、身体，直至现在的山水卷轴和“遥远的信件”。有意思的是，每当她对某个阶段感到厌烦了或迷惑了，她就会回到石头，在这里续上一口气。“所以我几乎每年都要画几张石头。”彭薇说。

“女性艺术”是个多大的问题？

彭薇做绘画装置“脱壳”系列开始于2007年，那时她已经快要离开《美术》杂志了，将入北京画院做专职画家。

陈丹青称她这个系列是双重“现成品”的妙用。他这样描述作品：二者的材料均属唾手可得，包裹服装店塑胶模特的宣纸在剥离后成为空荡荡的女身，因纸的质地而窈窕轻盈，遍布其上的山水、昆虫、人物，是对各种中国经典画面美丽局部的戏仿，因彩墨笔致而谐趣盎然——绘画的平面性被颠覆，同时被形塑。

这个系列为彭薇带来的艺术评价也是双重的。她当然以这种在其时还颇为时髦和前卫的“重置”手法——既是材质的、方法的，也是时空的——获得了国内外当代艺术界尤其是博物馆体系的关注，是她成熟度很高的代表作。另一面，之前因“绣履”和“衣服”两个系列而贴上她的食古与耽美的女性化标签，也就愈发被明确起来。

“绣履”是她2002～2004年的作品，以彩墨于宣纸之上绘画各式精致绣鞋，一幅画面仅见一鞋，画家尽兴于它所有的锦缎、串珠、丝带、刺绣等细节。画家徐累称叹其画“风情万种”并显现出它的戏剧表情。“尽管是以彩墨意指绣履的原状，但某种自足的情绪和稍许的挑逗，还是一目了然的。”稍晚后开始的“衣服”系列，在某种意义上也是同质的作品，具体的各类服饰在宣纸上被线描、色彩、勾勒、匀染所笼罩。当代艺术评论人冯博一：“与其说彭薇是在画服饰，不如说是在‘画皮’。”她画的都是古代女性服饰，亵衣或锦绣正装，早期绘画的还是有据可循的花饰禽鸟云图，到后期她开始挪用各种古代绘画中的经典花鸟、山水图式，“衣服”这个系列在市场上很受欢迎，她持续画了五六年，直到2010年才彻底搁置。

画到后期，用彭薇的话来说，有点烦了。她觉得在“衣服”上自己挪用的那些形制都快爆了、炸了，已经装不下她想要的任何东西了。“2006年我还住在北京团结湖附近，我们家隔壁是个做服装的小店，把破了的塑

料模特扔了两个出来，我就捡回去了。我觉得特好看，而且那个模特是老款的，半身，比较丰满，但胸又没现在的那么大，看起来很舒服。后来我专门到五四大街上的一家模特店里去挑，也没有找到这么合适的。这两个模特捡回去我放了半年，摆家里像雕塑，我觉得挺好玩的，大概半年以后，突然有一天想起来可以像裱画师傅一样



“每个新系列开始的时候，都特别激动，简直觉得一件伟大的作品要诞生了。画石头和画鞋子的时候也一样。”

把它糊（起来）。当时我记得很激动的，蹲在卫生间里糊了大半天，用水弄湿了麻纸再加一点胶，把它一层一层加上去。等两天，干透了我再在上面画。”

“每个新系列开始的时候，都特别激动，简直觉得一件伟大的作品要诞生了。画石头和画鞋子的时候也一样。中间有一个高点，画得特别得心应手，有几张神品出现了，然后又会落到一个低点，热情没有了，变成重复了。然后过几年再看的时候，你会想我居然还干过这件事，也挺好的。但有时候又来自我批判，觉得稍微有点刻意，因为我知道那段时间自己特别想要一个新东西。我做了好几个以后，觉得这个形式又是一个限制了，我发现我的长处还是在绘画上，所以有段时间我就对它嗤之以鼻，觉得没劲。”彭薇说。

“身体”系列大概持续了两三年。后来让彭薇有点别扭的是，所有的评论都必定把它跟女性艺术拉上关系，基本上，国外出版中国当代女性艺术的画册都把它印上封面。“的确，它是中国的，一眼看上去又是女性的，就是很女性的那种感觉。但这是我事先没有想到的。我倒不反感别人怎么评论，没办法，我就是个女性。”

“女性艺术”并非她一个人的问题标签。几乎每一个在当代艺术界获得

关注度的女性艺术家都或早或晚遇到类似困境。这是外界赋予的，也是她们自己内心难以克服的。从出道更早的喻红、尹秀珍、姜杰、崔岫闻、向京，到年轻一点的彭薇这个群体，最初都是以区别于男性的对社会现实独特观察和表达而赢得目光，但到了一定阶段，她们又几乎无一不急切于摆脱这种与男性表达的差异性。2009

年，作为“欧罗巴利亚中国艺术节”的重要展览项目，中国美术馆和比利时欧洲当代艺术中心（火电厂艺术中心）曾合作举办了一个《镜花水月——中国当代女性艺术展》，上述几位女艺术家都以自己的代表作品在场，如姜杰以粉色绸缎包裹旧瓦当的大型装置、向京的“身体”雕塑、彭薇被放上那本画册封面的“身体”绘画装置，都呈现出明确的女性艺术语言。而在这之后，我们目睹一系列改变，比如，向京以个展“这个世界会好吗”宣告她对女性意识之外的大社会的关切，而姜杰近期的巨大悬垂雕塑作品《大于一吨半》几乎切割过去作品，将意象指向疲软男根，很难不被理解为她对男性所代表的权力世界的质疑。彭薇在新作“遥远的信件”系列中尚未对女性艺术做出告别姿态，但也时有自我生疑。这个时候，她便回返到相对中性的画石。我的感觉是，她们中没有人解决了困惑。

“曾经有一个策展人到我家来看了这些作品，发出一声感叹让我觉得挺好玩的，他说彭薇你做的东西太‘美’了。在当代艺术界，‘太美了’已经是个不好的词了。我说是啊，你们都要很脏的或者很邋遢的。”彭薇有点无奈，但也无所谓。■

“我想做在时间之上的东西”

——专访艺术家彭薇

主笔 / 曾焱



(谭源摄)

彭薇在北京的工作室作画

三联生活周刊：我可能有些先入为主，最早看到2002年“绣履”系列的时候，我觉得你是不是有点俯就男

性的眼光？因为对脚和鞋的癖好比较多是男性心理，女性很少有特别关注这个的。

彭薇：这个还真没有。平面的那些鞋子画出来以后，我还在《美术》做编辑，认识了画家徐累。他特别喜欢，后来他就用男性的眼光写了一篇文章，我才发现这里面跟性还有这么多关系。但是我画的时候完全没有想过，我是把鞋子当商品观察的，当时特别喜欢时尚杂志，为了画这鞋子，我还去地摊上偷看时尚杂志，挑出一本两本的买回去画。更早缘起是有个老外送了我大都会（博物馆）出的一个台历，是大都会收藏的鞋子，我就特别喜欢。后来李松松和艾未未同时给我讲安迪·沃霍尔也画鞋，我才知道，原来别人也画过。

三联生活周刊：然后你就停止了？

彭薇：不是因为别人画过，是因为我又找到了“衣服”。

三联生活周刊：你画“绣履”和“衣服”这两个系列，最初都是因为女孩对时尚的爱好？

彭薇：对，真的是这样，当时就是个小女孩。我在《美术》杂志的时候，包括专门画画以后，每天都在商店里逛。下了班我一般都先逛商店，逛到晚上八九点钟再回家。也不买东西，就觉得一进去特舒服。

三联生活周刊：然后这两个系列让你成名了。

彭薇：我画鞋子的时候，同时也在画石头。

三联生活周刊：你画石头是把它从画里面作为一个元素单独拎出来了，放大了，这个在当时还比较少人做？

彭薇：我画花卉那段时间看了很多古代的绘画，发现花卉里都有石头，

慢慢就发现花卉反而是多余的了，就把它给拎出来了。然后就看到了宋徽宗那个《祥龙石图卷》，那张画真的很现代，我不知道为什么很多画石头的画家都不说这张画。《祥龙石图卷》就是一个标准器，所有画石头的画家我不相信他不受其影响，从落款到布局。其实历朝历代都有这样的画，后来我还看到石涛画的石头，就是下面一块石头上写满了字，明代吴彬也画过，旁边写满了字。

三联生活周刊：那你觉得自己画石，还能画出什么不一样的东西？

彭薇：我在画石头时很少完全用大写意的方式。很少有人像我这样，从第一笔开始浓淡墨都有，从第一笔摆，一直摆到下面，不能重复，基本上没有重复。这个过程挺冒险的。我经常画一堆再挑，记得撕了挺多，当时觉得不好，其实挺好的，只是总跟你想的不一样。

我画石头画了10年，没有卖出去一张，完全是自我满足。2001年开始画，到2011年希克（注：瑞士收藏家）跑来买。很多艺术家知道我画石头，策展人吕澎也知道，他就在“改造历史”那个展览里展出了我的石头，那是我第一次展。希克看到了，就到我工作室来了。他问了我很多问题，问我为什么觉得我的作品可以纳入当代艺术。我说我没法说当代是什么样，我觉得中国已经有自己的当代艺术了，跟世界当代艺术是不一样的。我的独特是我从来没想过我要画一个当代，我就是想把这笔画下去，直到下一笔完，这就是当下。

三联生活周刊：他收藏的理由呢？我们都知道希克是一个对中国当代艺术感兴趣的外国人。

彭薇：他没有说为什么对我的“衣服”不感兴趣，他就说觉得我的石头更当代。我跟他说，在你之前没有任何人来问这个作品，国内可能觉得题材太传统。后来我跟他说了我画画的

过程，他觉得挺当代的，因为不能更改。后来我也找到了自己的落款方式，就是贴条，是我平时练毛笔字留下的纸条，把它们直接剪下来贴到画上，没有意义，我只是觉得这个字贴在这儿好看，跟画没关系，都是抄的碑帖。对我来说就像归档一样，归到我也说不清楚的一类。我基本上都是抄同一个碑，那段时间特别喜欢欧阳询的一个碑。而且我不研究它，连名字都会忘掉。我从中学到大学都抄张贺，大学受老师影响喜欢汉、魏碑，像张猛龙碑。到《美术》工作的时候就特别喜欢欧阳询和八大山人，他们的帖我基本一直在换着写，但也没有刻意练。后来有朋友说我的字有点像《韭花帖》。

三联生活周刊：对希克来说，这也是吸引他的元素吗？

彭薇：他当时很可笑，他问我不能把书法去掉，我说书法在里面很重要的，我说这是一个错位。收藏家还是需要解释的，因为别人来看画的时候他要给别人讲。我把当时和希克的问答整理了一下，他还想拿到什么地方去发表。我问他：“你跟中国艺术家都会这样问吗？”他说其实从来没有。这样交流前后有一年左右，他买了一组石头，后来又买了更大的一组，全是画石拼接。石头很奇特，老外很多都是石头迷，所以现在很多人画。

三联生活周刊：我之前不了解真实时间点的时候，以为你也是受了这种风气影响。

彭薇：没有，2000年那时候没人画石头，周春芽可能画过几个。等到刘丹回来以后，包括李华一，石头越来越流行。而且我画石头那会儿，也没有那么多人搞什么茶道、香道。

三联生活周刊：画“绣履”和“衣服”的时候，你开始想“当代”这个问题了吗？

彭薇：没有，包括现在我也没想过。

其实我有点反感想这个问题。我经常在今日美术馆楼下溜达，看的时候明显能感觉到，啊，这个人想做当代艺术，这个作品就在说“我要做当代艺术”……其实我觉得挺可笑的。

三联生活周刊：你只关心作品跟自己之间的关系？

彭薇：第一是作品跟自己之间的关系，这是出发点，它激起我绘画的兴趣。第二是我想做在时间之上的东西。当代就是一刻。

三联生活周刊：就是可以不随周围变化而长时间存在的，是这样理解吗？

彭薇：对。安迪·沃霍尔的画除了是波普艺术以外，你看他的原作，他那些线勾的都很有意思，他画的鞋子特别生动，他画的小孩，包括他画的男朋友、他做的影像都很有趣，包括他写的东西，大篇的对话我读起来很有味道。这个跟技术很有关系，跟这个人是不是聪明人也有关系。现在很多概念都弄得特别死。老画家也要做当代艺术，没必要。做点自己喜欢的。

三联生活周刊：别人谈论当代水墨或者新水墨，你觉得跟你有什么关系？

彭薇：本质上没关系。没办法，我就水墨画得好，我要是油画好，我肯定做油画。我也做过影像，没办法，因为不用影像就留不下来了。我觉得“必须”对艺术家来说是挺关键的，而且技术很重要，不能做得太糙，跟手感、跟空间协调性有关。

三联生活周刊：你在传统水墨的体系里其实又是悖逆的。

彭薇：对，很边缘。我把作品送到美协，美协说这给你分哪类啊，花鸟、山水？给你分到实验艺术？我就不停跟人解释，我没在实验，其实我挺不喜欢实验艺术这个词的。在当代艺术里油画很火，我这个也不太能够（获得认同）。■

（感谢实习记者胡潇方整理采访录音）



电影《滚蛋吧！肿瘤君》剧照

如果你突然得癌症了该怎么办

尽管肿瘤不会因为几声呐喊而真的滚蛋，但至少每个人都应该试一试。

文 / 罗宁

周云蓬有首歌叫《如果你突然瞎了该怎么办》，被问到的人们有的要去跳楼，有的想去杀人，甚至有人号称从此无所畏惧，要吃泥土，喝阴沟里的水。有些和癌症有关的电影不会表达得这么激烈，在摩根·弗里曼演的《遗愿清单》里，他在电话里得知自己得了癌症，手里的烟掉到了地上。不

过在《滚蛋吧！肿瘤君》——无论是漫画还是新上映的电影——里，主人公熊顿，一个29岁的姑娘，似乎从未有过崩溃的时刻，直到去世之前，她还在惦记着自己以后就不能继续看美剧《行尸走肉》了。她怀着乐观的心，带着对家人、朋友和医生的爱死去。

在电影里，熊顿在经历了失业和

负心男友的双重打击之后忽然昏迷，她的梦境里正是一堆僵尸在向她进攻。这个迷恋二次元世界的姑娘何以能够在面对死亡的时候如此乐观，在使很多人迷惑的同时也深深打动了他们。2012年3月，这部电影的出品人和编剧之一张维重在天涯网上看到了熊顿《滚蛋吧！肿瘤君》的连载漫画，立刻找到她，

买下了电影改编权。他说，这个故事让他感受到一种强烈的生命体验。在随后的7个月里，他和出品方的几位工作人员实际上陪伴了熊顿最后的时间。许多没有画进漫画里的想法，都被张维重和另一位编剧袁媛写进了电影。对于这部电影来说，熊顿不仅是漫画原作者，也是实际的深度参与者，她的家庭也将参与电影最终的票房分红。不过，她大概无法得知，她深深迷恋的帅医生最后是由吴彦祖来演的。

张维重说，在他和熊顿相处的这段时间里，他发现熊顿和别人确实有很大的相异之处，一般人得病之后，总要去网上查一查和疾病有关的信息，自己好有个准备，然而她一次都没有做过，百分之百放心地把自己交给了医生。在电影里，白百合饰演的熊顿几乎把进医院看成了一件令人兴奋的事：她立刻被吴彦祖扮演的主治医生（梁医生）迷倒了。接下来她脑子里根本没有治病这件事，全是想着怎么才能博得医生的注意。直到与她同病房的小男孩毛豆配型失败，不得不放弃治疗出院回家，死亡的气息才慢慢地涌到前台来。（毛豆说：死就是睡很久很久，但总有一天会醒过来的。）但这毕竟还是一部小妞电影——即使它很勇敢地涉及了一般人忌讳的死亡题材——它依然在每个重要的节点把癌症治疗这件事巧妙地浪漫化和喜剧化了。电子游戏、韩剧和美剧的戏仿场景掩盖了真实的残酷，梁医生在各种场景里以不同的身份出现扮演救世主，在现实世界里，最后因紧张呕吐和发抖的不是病人，反而是抢救他们的医生。

吴彦祖扮演的梁医生在漫画原作里是已经结婚了的。熊顿很不甘心，电影版正好顺水推舟地把他设定为单身，并且他的上一个女朋友还是因为得了绝症去世的。这似乎都在暗示什么，电影中熊顿从生到死的过程中，梁医生始终都是关键人物，他们的若有若无的感情发展牵起了电影主线。

当吴彦祖最后亲口在她的床边说出了“我懂的”，我们就会感到这个癌症病人获得了最适合她的临终关怀。爱情虽然没有真的发生，却在越拉越远的镜头里获得了象征上的实现。

熊顿如同中国版的天使艾米丽，作为一个癌症病人，她基本不会主动给别人带来麻烦，反而不断地在安慰别人，给小男孩讲故事，和病友在天桥上喝完啤酒后说“上帝给我们安排每一次挣扎都有目的”，甚至还送给医生护手霜。可能我们在看完电影之后的印象就是，这是一个心里时刻装着



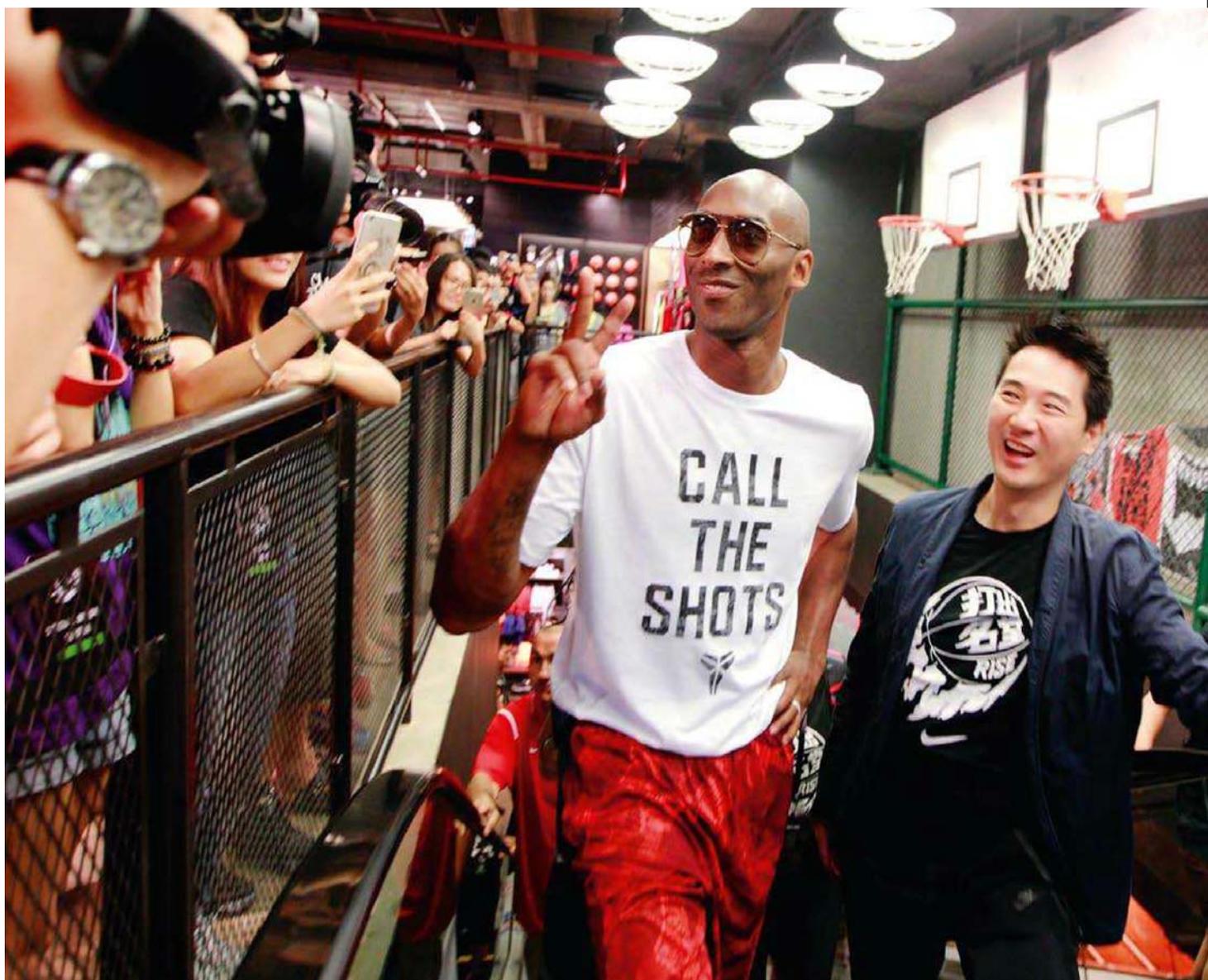
影片既没有去解释为何熊顿有与常人不同的心态，更没去追问一个年轻鲜活的生命就此逝去该引发何种思考。

他人的人，但她却很少谈到自己。如果一个人在临死前总要完成一些心愿的话，熊顿和她的病友一起上大街撒欢地跑，去昂贵的餐厅玩命地吃，惩罚了渣男前男友，还骂了朋友的日本老板出了口恶气，这些都是在很小的世界里，能够很容易完成的愿望。一直以来，死亡似乎总是和年龄紧密相关，自古就很少有年轻人愿意去思考这个问题。像熊顿这样的姑娘，在电影院外面还有很多，她们按部就班地念完小学、中学和大学，来到北京、上海这样的大城市，睡在租来的房子里追寻自己的梦想。她们生活艰辛，是不会有闲暇去思考死亡和生命的终极意义的，影片很小心地注意到了这一点，把死亡藏在后台，它既没有去解释为何熊顿有与常人不同的心态，更没有去追问这么一个年轻鲜活的生命就此逝去，应该引发何种思考。也许有人会就此展开质问，怀疑年轻人已被消费世界包围，丧失了深思的能力，但从另外一个角度看，我们在电影和漫画中看到的都是一种原初的、蕴含在生命内部的力量，它与教育、

与文化都没有关系，它从本能上就排斥灰暗，颂扬生命，再冷静、客观地思考，都会在这种生命的本能的力量面前为之动容。张维重回忆说，熊顿也有许多情绪失控的时刻，也会怀疑自己的疾病究竟能不能治愈，这些时刻也显示出她内心脆弱的一面，但她只把这些时刻留给父母。这也是电影在后半部分着重表现的，熊顿在亲情上的不舍触动了许多人心底的痛感，我们最终发现这个少女心地、似乎很“二”又很坚强的姑娘，大部分时刻都在大事化小，小事化笑，原来和我们

有一样的爱与怕。

总的来说，这不算是一部宏大叙事甚至可以说是刻意远离宏大叙事的电影。它属于之前一直流行的青春电影，这个题材在如今的中国电影市场，几乎可以说是票房的保证，但张维重觉得，《肿瘤君》的可贵之处正在于实现了对这一题材的突破。观众在代入一个青春电影的同时，会渐渐发现原来有些国产电影固然看上去界面友好，实际上它的内核已经并不是像几年前的许多作品那么简单了。对比中国电影的上一个黄金时期，如今像《肿瘤君》这样的电影把重心转向了更多的年轻人的日常生活，放弃宏大叙事，既是无奈，因为并不是每个时代都适宜用这种方式去表现，也是选择，时代中的个人情感、喜怒哀乐，也许最终无法汇聚成一个主旋律，但只要它们在那里，就是时代的声音。听着听着，你可能会发现，一个看起来很傻很天真的姑娘，原来也不那么简单，她在临终时希望留给人们的印象，是阳光的、开朗的，她最终主持了自己的葬礼，成了自己生与死的主人。■



8月2日，NBA 球星科比现身广州某商场，与球迷互动

科比：十年导师，二十年偶像

“自信不是投中一球，自信是一种习惯。当你有了这种习惯，球进不进你都有自信。”科比每个词说得都很慢，希望尽量让所有小球员都听清楚。

记者 张星云

导师

江湾体育馆位于上海的东北，新建的写字楼鳞次栉比。傍晚时分，赶着下班的人群使得街道异常拥堵。科比前往江湾体育馆的车也被堵在了路

上。体育场里，从全国选拔来参加耐克“打出名堂”活动的小球员们正在等着他指导训练。球场外面围着很多等着一睹科比真容的球迷，在他们身边，是卖科比球衣、海报、帽子的小摊商贩和黄牛党票贩子。

这是科比中国行的第十个年头了，如今NBA的“96年黄金一代”只剩下他还在球场上打球，即将开始的新赛季将是他的第二十年NBA赛季，看他打球的一代中国球迷在和他一起成长。

这几天上海江湾体育馆被改名成



了“黑曼巴球场”，原先的球场木地板被改成了使用最新技术的LED屏幕地板，耐克“打出名堂”篮球活动在这里进行上海分站赛。全国2万多名网络视频报名者中，海选出30名非职业的草根篮球青少年爱好者，让他们参加由美国大学生篮球联赛教练指导的集中训练，再通过进步、团队精神、快乐和自信四个标准最后挑选出12名小球员。此外保罗·乔治、科比·布莱恩特和勒布朗·詹姆斯还会分别在每个分站赛亲自指导这些小球员。在上海分站赛，导师就是科比。

聚光灯下，在场边球迷的欢呼声

中，科比耐心地指导场上球员的训练。这些参赛的小球员们从高中生到大学毕业生，都是业余的篮球爱好者，如今在这个训练场上带着各类专业护具，场下也有专业的理疗师给他们冰敷按摩放松肌肉，组织方还请来了美国大学生篮球联赛的教练，和科比一同指导他们训练。

“在球场上我最享受的事情，就是教授孩子们技术，激发他们发掘自己的潜能。”科比表情满足地对本刊说。此刻他穿着大背心，宽松的短裤，在球场边观察着孩子们的每一个训练动作。“我在观察他们在场上是否有互动，相互配合。”小球员们在看到科比后虽然很兴奋，但表情上也都特别紧张。“你打球就好了，不需要多想。你们天天在打球，现在和平时没差别，放手去打吧。”

这时他让大家停下训练，专门示范了一组训练动作。科比降低重心，做防守滑步，从底线一端到另一端后，双臂高举展开，快步倒退到另一侧的底线。科比要求他们持续这组训练8分钟。看似很基础的训练，对球员的体能消耗却极大。孩子们都很疲惫，但当他们跑到科比监督的球场一侧，各个又都充满活力，高举着双臂侧着头偷偷看着科比，满脸满足。球场上，对着小球员们，科比不停地鼓励说——“Good Job”（干得好）。

篮球的基本功是科比最希望教给孩子们。这几天在训练营，孩子们主要做的就是传接配合、交叉运球、横向滑步这些最基础的训练。

由于父亲早年前往意大利打职业篮球联赛，科比6岁时举家搬往意大利，他也因此在意大利上学直到初中毕业，然后才回到费城上高中，在那里参加了高中篮球联赛，并以高中毕业生的身份于1996年登陆NBA。科比对本刊回忆起那段高中时光，称刚回到费城时是他人生中一段难忘的艰难经历。美国和意大利的学校教育系统不一样，孩子们的文化也不一样。“那时确实很难适应，但正是篮球让我度

过了那一时期，篮球让我得到平静。”

“我觉得欧洲对青少年的篮球基础训练比美国好很多。”如今回首，科比认为美国的初高中篮球教育思维有问题。“比如一个孩子比别人都高，美国教练就肯定会让他去打中锋，不用太多地去练运球、中远投、传球，他只需要站在内线就好，这不是一个好方法，但在欧洲完全不一样，他们的篮球教育很全面，所以您可以通过加索尔兄弟发现，他们能传能控，就像后卫一样。我觉得美国需要学习欧洲。”

训练完，科比和孩子们一起走进了更衣室，并在那里围坐一圈，与他们分享自己的经验。孩子们争先抢着向科比提问，但拿起话筒时，又都充满了激动和紧张。一名小球员问科比如何在连续投篮不中的情况下重拾自信。科比回忆起2012年4月湖人队对黄蜂队的一场比赛。比赛开始前他的肩膀特别疼，因为比赛前几天他和朋友去射了弓箭，用到了很多平时打球用不到的肌肉。没想到比赛开始后，科比前15球全部投失。

那场比赛，科比在最后一节终于投中了3球，其中1球便是奠定胜局的绝杀球，最后湖人险胜黄蜂。“自信是一种习惯。”——这个故事的结论如此。

杨建明是科比的球迷，也是这次参赛的小球员之一。“我喜欢科比，我爸也喜欢科比。”他的父亲是东莞地方联赛球队的业余球员。杨建明从小就在东莞业余队打球，但也因此遭到很多非议，认为他是靠着父亲的关系才打上球的。杨建明参加“打出名堂”活动，希望能够在远离父亲的地方打出天地。因此他在问答环节，问科比是如何在NBA生涯中面对质疑和媒体言论。科比用了一个比喻来回答：“狮子在追羚羊的时候，会不会在意自己眼旁飞着的苍蝇和飞虫？”“我突然就明白了。”杨建明觉得有这样的机会得到科比的答案太开心了，但也赶到些许遗憾。“我问科比问题，科比看着我回答，我看着翻译等着翻译成中文。



2014年第一届“打出名堂”活动期间，科比邀小球员和他单挑，李观洋（左）幸运地赢了科比

这样好尴尬，觉得我不尊重科比，可是我看着他又不知道说什么。我高中时为了练篮球英语课都没好好上，看来以后一定要学好英语。”

偶像

中国最早的 NBA 球迷可以分为两批：第一批是看着迈克尔·乔丹和芝加哥公牛比赛长大的，第二批是看着“96年黄金一代”长大的球迷。科比、艾弗森、马布里、纳什、斯托贾科维奇、雷·阿伦、坎比、安东尼·沃克、杰梅因·奥尼尔，他们都在1996年进入NBA。一代中国球迷就这样下课放学后晚上准点回家看体育新闻，每周末上午守在电视前看张卫平和徐济成解说的央视直播。那一代球迷，当时放学

就去打球，浑身上下最贵的也许就是那双NBA球星款的篮球鞋了。

如今除了在CBA的马布里，“96年黄金一代”依然在NBA赛场上的只剩下科比一个人了，马上就要开始的新赛季也将是科比的第二十年NBA赛季。而看着科比他们长大的这第二代中国NBA球迷，也都已经成人，各自有了自己的人生规划，有些人已经不再打球了，但有些人还在打球。

朱墨就是这第二代中国NBA球迷，也是科比的“粉丝”。2000年朱墨开始看NBA，那时他才6岁，科比和奥尼尔的OK组合刚刚开启湖人三连冠王朝。朱墨曾经买过很多科比的比赛录像视频光盘，还收藏着各种有科比封面的《扣篮》、《灌篮》杂志以及科比的海报。“这几年科比出现了很多伤病，球队成

绩也有很大滑坡，接下来这一年可能是科比最后的一个赛季，现在想起来就想哭。没有科比，我们这一代人可能就不再看NBA了。就像上一代人，没有乔丹就不会再看NBA一样，所以科比还在场上打比赛的时候我就见到了他，我觉得太满足了。”朱墨说自己见到科比后，身体激动得一直在抖。

科比是这一代孩子们的偶像。“每一代球迷和球员都应该有自己的偶像。我希望在我职业生涯的最后阶段也可以激励下一代球员们成长。想想自己现在是‘96年黄金一代’的最后一名依然在场上的球员，我很自豪。今年是我第十次来到中国，这里就像是我的第二个家，很多年轻人都是我一年一年看着长大的。这十年间，中国热爱篮球的孩子们一直在成长，我能

够看到他们的进步和想要‘打出名堂’的决心。今后我会继续来到中国和他们见面,鼓励更多青少年‘打出名堂’。”

科比对这些怀揣着篮球梦想的孩子们的建议很简单,就是去做,去专注在一件事上。“我知道,一般情况下,人们的建议肯定是不要把所有精力都放在一件事上,人们需要后路。我不相信那些,我认为如果人可以专注在一件事上,即便最后没有达到预期的效果,你还是能收获很多东西。因为当你能够专注时,即便这条路堵死了,其他选择和机会也会自然为你而开。但如果你左顾右盼,你就永远不能专注,对任何事都不能专注,你就永远无法成为最好的自己。所以我的建议就是去做,专注去做一件事。”

“我觉得偶像的作用很简单,人们生活、学习、进步,然后再学习。没有人是完美的,所有人都会犯错误,然后通过错误来学习。我希望我在这里也是这种偶像,成为一名认真学习,保持好奇心,并每天保持进步的人。”科比清楚自己偶像的地位和影响力,并想通过这些方式教导喜欢篮球的孩子们可以坚定自己的信念。“当然,我和所有父母遇到的问题都一样,我的女儿们也不听我的,她们永远听别人的话。”

梦想与现实

小球员们在训练的过程中,场边出现了一位高个子男孩,寸头,戴着眼镜,活动组织者们对他都很熟,他是去年“打出名堂”的冠军李观洋。作为“过来人”,组织方特意请他过来为这些正在比赛的孩子分享经验。

李观洋被称为“与科比单挑过的人”。去年是“打出名堂”活动的第一年,在训练营,有一次所有人都训练完了,科比提出要找小球员一对一单挑,当时作为参赛小球员的李观洋站在最后,因为个子高被科比看到了,于是他就上了场。他和另外两个小球员与科比赛车轮战,打输了就换下一个球员,先

进够五个球的人赢。“其实我在另外两个小球员身上刷分,就进了科比一个,但最后我先进了五个球。”进科比的那个球他现在还记得非常清楚,当时李观洋中距离后仰投篮,科比想要封盖他,李观洋紧张了一下,球投歪了,但打着篮板依然进了。“就那样稀里糊涂地赢了。”后来科比把球鞋脱下来,签了名送给了李观洋。“那天一晚上都觉得像在做梦,我和科比单挑了!”

李观洋从小就喜欢打篮球。初三中考结束后的暑假,李观洋决定把自己的所有精力全都投入到篮球上。李观洋的父亲为他找了一名曾经打中国大学生篮球联赛刚毕业的大学生做他的教练,带着他打,“那时算是接触到了一些比较正规的练球方式”。李观洋“高一”时身高就已经1.92米了,高中生活除了学习就是打篮球,但他并不是自己高中篮球校队的队员。“我们石家庄二中篮球队队员都是从小开始培养,一步步到初中到高中。”李观洋不是通过特招,而是考进高中的,所以也就没有机会进篮球队。

家人不希望李观洋走职业篮球的路子,父母想让他大学毕业以后去研究所工作,所以高考填报志愿时,找了一个和研究所有关的专业,李观洋最后考上了西安工业大学的电子信息工程专业。“没想到去了西安,我爸妈就管不住我了,有空就打球。后来就不怎么上课了,天天在打球。”那时的李观洋每天除了打球,就是在宿舍里用电脑看比赛录像。

偶然的机,李观洋进了大学篮球校队。刚上大学时,李观洋每天抱着篮球去学校露天场打球,发现没几个水平能够和他一样的。有一次,他无意中在球场上碰到一群学长,打得很好,于是就和他们打了一场。打完球,学长对他说:“我们校队周五训练,带你一块来训练吧。”李观洋这才知道自己的学校有篮球校队,校队教练试了试他,把他留在了队里。李观洋第一年就打上了主力,后来校队里除了他

之外,都是篮球特招生。

“我其他方面可能很不自信,但说热爱篮球的话,我非常自信。我觉得我就是最棒的。”李观洋单挑了科比,并一路拿到了冠军。他后来还和香港、台湾地区的冠军小球员一起被送到西班牙参加了在巴塞罗那举办的国际篮球嘉年华,和各国业余热爱篮球的孩子们一起训练。

这个冠军改变了他,给他带来了自信、荣誉,还有选择。“打出名堂”活动结束后,李观洋回到了学校,“大四”开学,走在校园里,所有人都开始叫他“洋哥”,连球场看门的大爷都叫他“洋哥”,学校也请他参加晚会分享自己的故事。当时李观洋所在的西安工业大学向他提出保研,西北工业大学学校篮球队的教练王立斌,还有东北大学的教练也都专门找过他,给他考研分数上的优惠政策,但前提是进入学校篮球体育研究生专业。“家人一直反对我走体育这条路,我也能理解他们是为我想,所以就那些邀请全拒绝了。”李观洋“大四”考研时报考了机械自动化专业,“‘大四’9月份才从西班牙活动回来,12月份就考试了,最后没有考上。”

如今李观洋回忆起去年拒绝各个学校邀请时已经非常平静,只说“其实我当时很想去”。就在前几个月“大四”快毕业时,他还专门从学校回了趟老家和父母聊当初的选择。“从小父母对我特别好,我想多回报他们一些。我觉得总要经历一些东西才能获得自己的想法。”他认为只有上了研究生,才有可能继续打球,如果直接工作了,就很少有时间可以打球了。李观洋还是希望以后可以做和篮球有关的事情,但他知道,这条路依旧漫长而艰辛。■



三联生活周刊
专访科比·布
莱恩特视频,
扫描二维码前
往观看



“雨云”曾漂浮在时装设计师卡尔·拉格斐德的肖像旁边

房间里的浮云

他想构思一件“极其令人失望的作品”，你来到一个四壁空空的空间，那里什么也没有，只有一片漂浮着的云。

主笔 / 钟和晏 图片提供 / Smilde、Random International

对于荷兰艺术家伯恩德诺特·斯米尔德 (Berndnaut Smilde) 来说，他的一件雕塑通常寿命是十几秒，这已经足够拍摄一张照片的时间。他的雕塑是蓬松的、不同寻常的微型云朵，像棉絮一样漂浮在房间中间。

这一雕塑系列名为“雨云” (Nimbus)，他用 15 到 20 分钟时间，制造一朵空灵的浮云，然后留下奇异的图片，那个空间里的云。他曾经把他的“魔法”带到纽约弗里兹 (Frieze) 艺博会，在大卫·洛克威尔设计的当代空间

Neue House 里公开他的制作过程。

“雨云”也曾出现在 2013 年 9 月美国版的《时尚芭莎》上，漂浮在卡尔·拉格斐德、唐娜泰拉·范思哲等时尚设计师的肖像旁。有次，硅谷一家云计算公司试图向他订制一次“雨云”，被他



当代画廊空间中的“雨云”



科隆圣彼得教堂中的“雨云”



伦敦艺术小组“兰登国际”制作的艺术装置“雨屋”

拒绝了，他觉得这不是什么把戏。

“我把它们视为‘一无所有’的临时雕塑，某个稍纵即逝的瞬间。你试图实现一件理想的作品，看上去似乎触手可及。但片刻之后，它们就完全消失了，只留下一张美丽的照片或者一份文件，证明它们曾经存在过。”斯米尔德说。

怎样在室内制造出完美、理想的云朵？斯米尔德的配方是一间非常潮湿的房间、一台烟雾机以及能喷出大量水蒸气的喷雾瓶。迷雾与白色水蒸气在碰撞过程中混合在一起，如同接近潮湿山顶时的情景。但是，水粒粘在烟雾上的粘着状态只能持续很短的

一段时间，然后就消散到空气中。

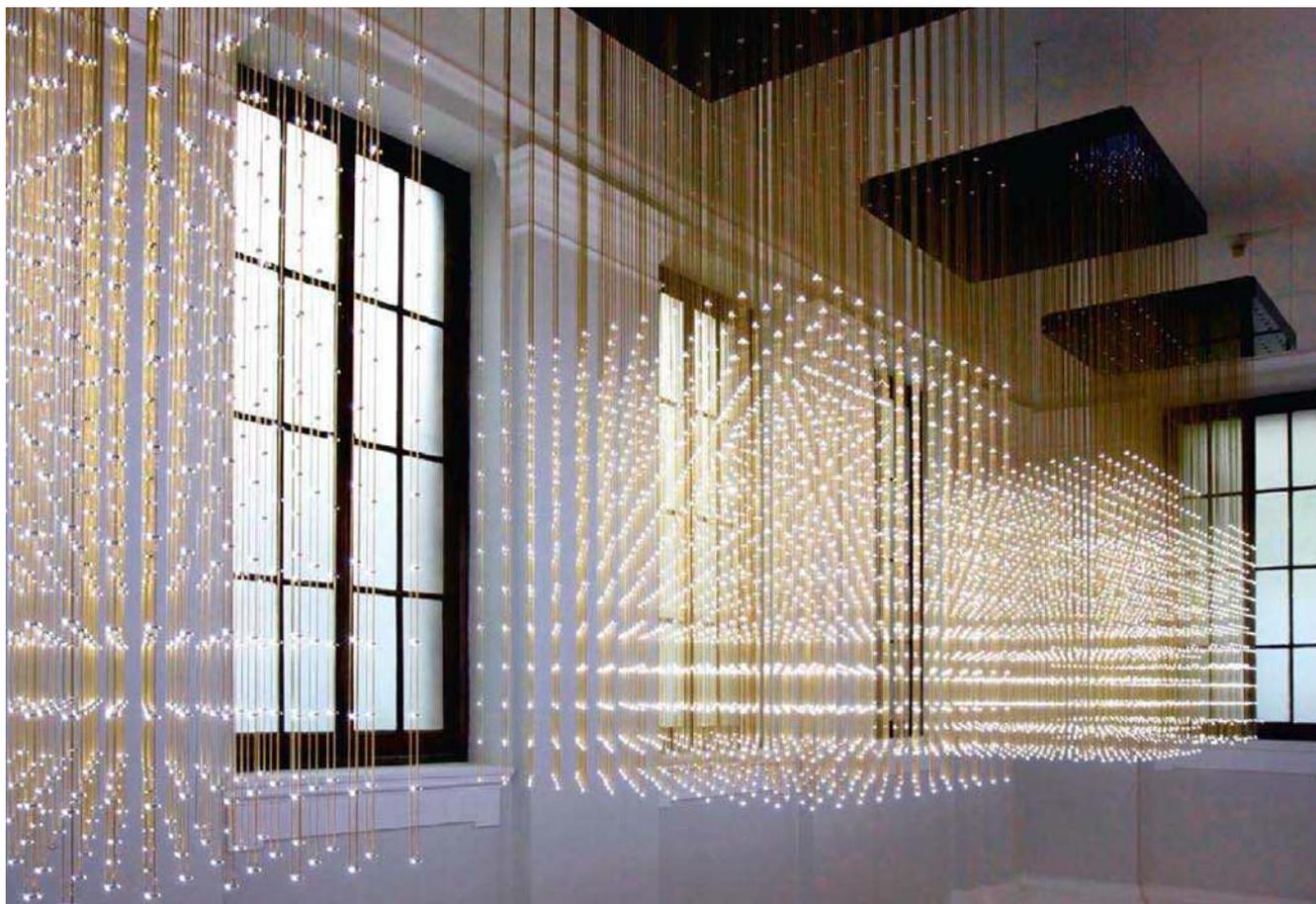
每次制作“雨云”时，斯米尔德和他的团队用几天的时间捣鼓他的配方：烟雾、水粒、空气对流和光线水平，直到形成他心目中理想的云团。一张照片拍摄之前，通常需要几天的时间来适应空间环境。云团的直径最好不要超过6英尺（约1.83米），这样它们不至于消散太快。如果空间不够潮湿，云团也会很快分解。密度较大的云团能够流连的时间更长，相对透明的就难以被镜头捕捉。

为了一张出色的照片，他可能需要制作上百个云块，从数以千计的照

片中挑选出最好的瞬间，光线、温度、密度和烟雾都和谐的一刻。有时候，他刚开始拍摄时已经获得很好的图像，还是会不断进行下去，不知道之后是否能得到更好的一张。

照片中的云朵看起来像来自上天的礼物，其实这不是什么高科技的制作过程，而是烟雾机、通风机等平常琐碎的工具组合出来的。斯米尔德收到过愤怒的观众来信，他们因为期待一种更加精神性的体验经历而感到失望。少数几次公开制作之后，他就不再让观众观看他的创作过程了。

斯米尔德从他自己的云朵中看到



“兰登国际”的《群光》灯光装置把集体行为转变成活动的灯光

了什么？他不愿意细加解释，至少他竭力避免人们对云团具体形状的联想，例如被形容为巨人、金鱼或飞艇等。他只是运用艺术家的想象力创作一些全新的东西，不断追逐云团的过程，以及消散时的宁静美感。

云是普遍性的图标，与每个人都关系。人们赋予它各种含义，产生先入为主的概念和形而上的联系。云本身具有二元性，有神圣的一面，也有威胁和不祥的内容。斯米尔德把它们从室外带入室内，改变了上下文的关系，形成一种“介于两者之间”的情境。

荷兰是个非常熟悉云和雨的国家，由于荷兰的低地景观，投射在水面上的光线返照到云朵中，形成独特的“荷兰光线”。斯米尔德一直着迷于荷兰古典油画中的海滨场景，像19世纪荷兰画家雅各布·马里斯（Jacob Maris）画布上的云彩，神奇的、具有威胁性

的云朵浮在天空，似乎暗示有什么事情即将发生。

今年36岁的斯米尔德现居阿姆斯特丹，经过一系列雕塑和装置艺术创作之后，大概2010年，他产生了构思一件“极其令人失望的作品”的想法，“你来到一个四壁空空的空间，那里什么也没有，只有一片漂浮着的云”。

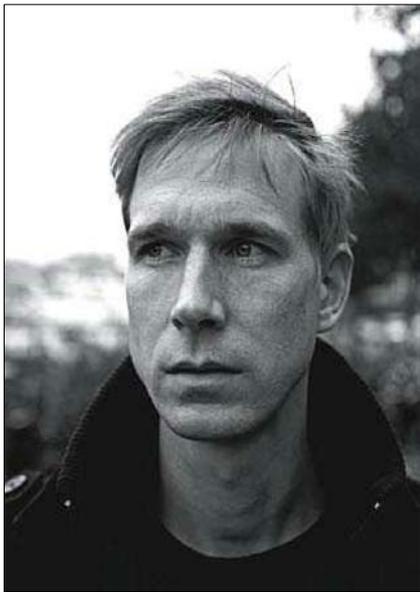
有这样的想法和让它真正发生是完全不同的事情，他对云做了大量研究，无意中发现一种叫“气凝胶”的物质，又被称为“冷冰烟雾”。它是由99.8%的空气组成，是地球上最轻的固体材料。他意识到“气凝胶”与云的相似之处，开始测试不同的方法，控制温度、湿度的组合。

2012年，他终于在荷兰北部霍伦镇一座废弃的教堂里，实现了第一次大规模的“雨云”作品。当地报纸的报道视频在网络流传，几个月后，他

收到了来自伦敦查尔斯·萨奇（Charles Saatchi）画廊的电子邮件。从那时起，从旧金山到伊斯坦布尔，他在世界各地精心挑选的17个空间里制作“雨云”，每个地点拍下照片，形成一个系列后在萨奇画廊展出。

几年时间里，“雨云”成为不断扩大的系列，出现在各种独特的室内空间：白色墙壁的画廊、破败的工厂、哥特式教堂和巴洛克宫殿、伦敦波特兰大街的历史建筑或者科隆一家素净空荡的教堂内部。他的材料不过是烟和水蒸气，云团的结果随着场地大小和湿度而变化，重要的是存在于特定空间的云的图像。有时候，光秃秃的、简陋的场地反而能烘托出效果。他倾向于和有建筑拍摄经验的摄影师合作，用木头、金属等建筑元素作为柔软云朵的背景。

斯米尔德自己最喜欢的“雨云”



荷兰艺术家伯恩德诺特·斯米尔德



巴洛克宫殿中的“雨云”

系列照片摄于比利时林登城堡，始建于17世纪，20世纪70年代曾用作精神病院。原来的城堡和它用作精神病院之间的对比仍然清晰可辨，那张照片上，建筑本身在画面感觉中起了明显的作用，云朵徘徊在视线的高度，像一个幽灵从背后的废墟墙偷偷溜出来。

与任何雕塑家一样，斯米尔德了解他的材料如何影响周围的空间，知道如何召唤特定空间的效果。无论城堡还是教堂，建筑空间提供了一个框架，或者说，充当了“雨云”雕塑的底座。

同样也是把室外自然现象带入室内的相似概念，伦敦艺术小组“兰登国际”（Random International）几年前制作了一个艺术装置“雨屋”。百余平方米的雨屋里始终下着倾盆大雨，观众进入到装置中，耳边是雨水的声音，空气中充满潮湿的水分，但身上却不会淋湿半点。

“雨屋”是一个抬高的底座上的矩形体块，耀眼的聚光灯提供强有力的背光。当观众走上前去，那些倾泻而下的垂直雨线开始被排斥，似乎每个身体散发着无形的强大磁场。走得更深入一些，身边的雨被关闭了，形成一个轮廓清晰的圆柱形虚空，这是相

当超现实的体验。

2012年，“雨屋”第一次伴随着舞蹈表演，出现在伦敦巴比肯艺术中心的曲线画廊。2013年在纽约MoMA当代艺术馆11周的展览期间，总共吸引了7.5万名观众，每次5到7名观众进入雨屋，体验15分钟躲避雨点的孩子般的乐趣。今年9月，它将在上海余德耀美术馆展出。

“兰登国际”由英国皇家艺术学院三位硕士毕业生在2005年创立，弗洛里安·奥特克拉斯（Florian Ortkrass）、汉内斯·科赫（Hannes Koch）和斯图尔特·伍德（Stuart Wood）都是30多岁的年纪。他们说：“雨屋看似简单，其实经过了漫长的发展时期，它是大尺幅打印的结果。我们最初用水测试临时‘打印’，从上面喷洒雨滴，就像远距离喷墨打印机一样。”

2008年，“兰登国际”完成了第一件装置作品《观众》。他们设置了一个令人不安的镜子场景，当观众在镜子之间走动时，镜子会怪异地转向他们，让观众同时充当作品的主体和旁观者。

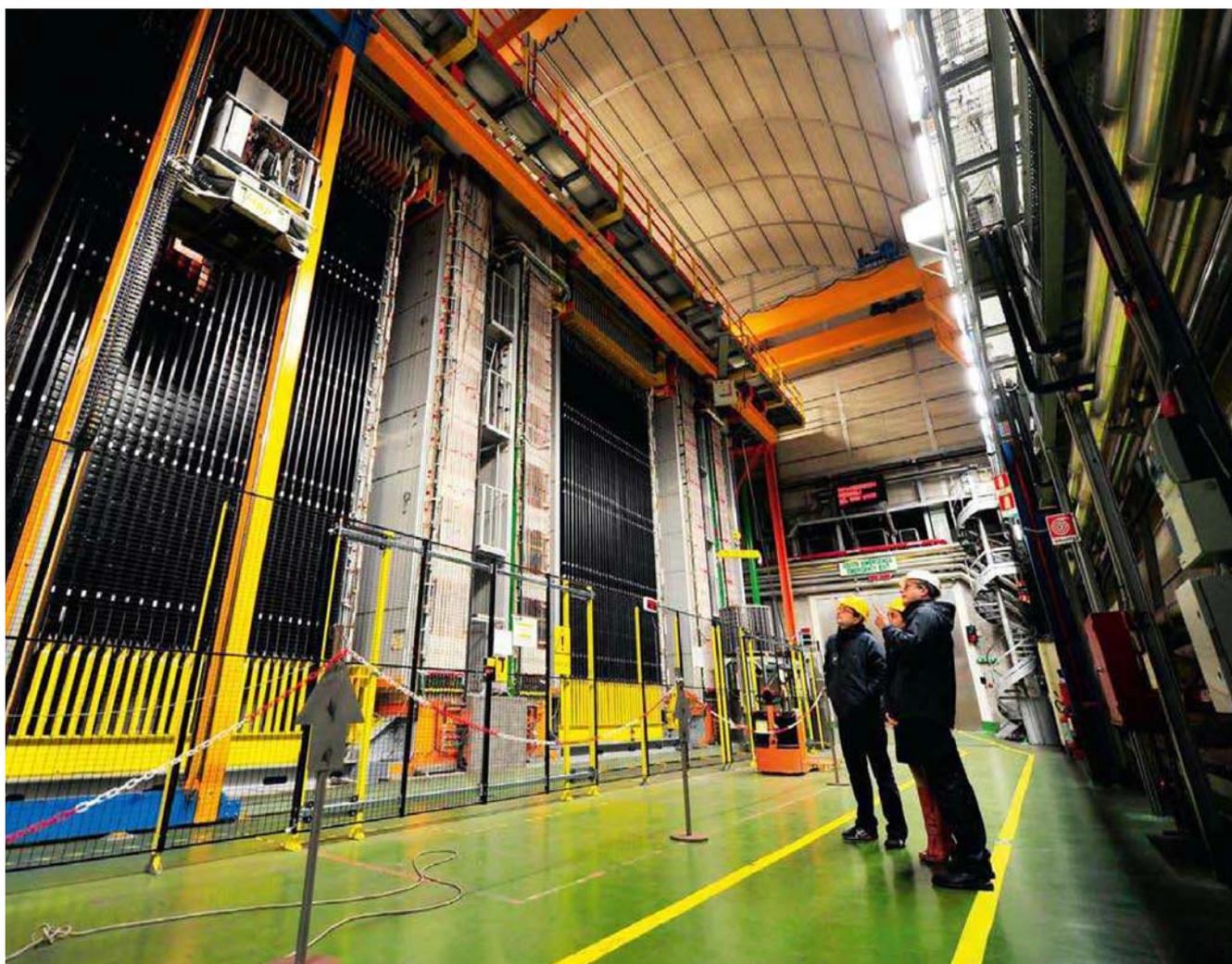
两年以后《群光》实验性灯光装置，把真实的集体行为转变成活动的灯光。观众的存在形成了一个声音景观，声音刺激了悬挂的LED灯网络的“集体

意识”，引起一阵阵灯光的动态波，波及整个空间。这是属于空间的本能感知，而不是大脑的判断。

每一装置的“魔术”背后都有一项提炼的数字技术，如果与斯米尔德的“雨云”相比，“雨屋”的制作过程显得更加复杂和高科技。它的构成部分涉及水、注塑成型砖、电磁阀、压力调节器、定制的软件、3D跟踪摄像机、钢梁、地板和水管理系统等。

起到控制作用的是带运动传感器的跟踪摄像机，3D定位人的身体在基座上的位置，再转化到一个25厘米见方的像素化网格上。每个网格控制9个雨水出口，总共2500升水以每分钟1000升的速率落下，然后被不断过滤和循环使用。

“兰登国际”艺术小组与英国认知科学家菲利普·巴纳德（Philip Barnard）合作，把每个项目作为一个持续的研究过程，关于人与新的智能技术之间的关系，重要的是对人们行为的分析。弗洛里安·奥特克拉斯说：“其实我们最感兴趣的是观察人们如何反应，观众既不是很疯狂，也不会无动于衷，但总是超出我们的意料之外。我们所有的作品都是如此，如果没有人的存在，就毫无意义。”



意大利格兰·萨索国家实验室的 OPERA 探测器

探测中微子

中微子在属性各有不同的基本粒子中应该属于不起眼的那一种，它几乎没有质量，也几乎不和其他任何粒子发生相互作用，在宇宙中自由来去，可以接近光速的速度穿过一颗星球却几乎从不被人感知，犹如人群中一个瘦小又沉默寡言的人，丝毫不引人注目。

文 / 苗千

近年来，中微子却越来越吸引起物理学家们的兴趣。人们意识到，这种似乎不起眼的粒子可能帮助人们解开一些最重要的谜团。此时人们才发现，其实人们对于这种基本粒子，仍然知之甚少。

中微子并不稀少，这种粒子在宇

宙中的数量仅次于光子，在地球表面每平方厘米的面积上，每秒钟都有超过 1000 亿个中微子以几乎光速的速度穿过而从不会被人感知到。因为它这种极为懒惰、极少与其他粒子发生相互作用的性质，想要对它进行探测，了解它的性质就成为十分困难的事。

中微子的质量虽然极其微小，但是它可能拥有极高的能量。在 2013 年，位于南极的 IceCube 中微子实验项目宣布他们发现了两个具有超高能量的中微子，他们根据电视剧《芝麻街》的角色给这两个中微子命名为“Bert”和“Ernie”。在 2015 年 8 月 4 日，

IceCube 的科学家们宣布又发现了一个具有更高能量的中微子，这个中微子因为其独特的性质，相比于其他同样来自外星系的宇宙射线中的带电粒子，可能带给人们更多的关于宇宙深处的信息。

人类意识到宇宙射线的存在已经有超过一个世纪的时间，这些带电粒子从宇宙各处以不同的能量和速度到达地球。其中很多粒子在到达大气层时具有地球上任何粒子对撞机中都无法达到的超高能量。至今为止，这些宇宙粒子大多从何而来，又是如何获得如此的超高能量仍然是一个谜。目前宇宙学家们估计，这些宇宙粒子可能大多来自银河系之外，而它们的超高能量可能来自以黑洞为中心的旋转星系。

在宇宙空间的行进中，这些具有超高能量的带电粒子的运行路线会受



两个无论相隔多远的粒子，如同心有灵犀，随时保持同步，又随时互相影响，这令物理学家也感到不可思议。

到宇宙中电场和磁场的影响，随时可能发生偏转，因此，很难通过捕捉到这些粒子来准确判断它们的来源。这时，具有超高能量中微子的意义就显得格外重要了，因为它们并不带电，很少和其他粒子发生相互作用，它们的质量又极低，因此受到的引力作用都极小。即使它们穿过了整个星系，行进路线都可能只是受到极小的影响。宇宙学家们猜想，最新探测到的这个具有超高能量的中微子与其他具有超高能量的宇宙射线可能具有相同的来源，因此，追踪这个中微子的来源，就可以找到这些宇宙射线的源头。

中微子又分为电子中微子、muon 中微子和 tau 中微子三种。在 IceCube 中微子实验项目中，他们利用大量的冰块作为中微子探测器。如果是电子

中微子和 tau 中微子与冰块中的粒子发生相互作用，就会发出闪光，但无法以此来判断中微子的来源，而刚刚被发现的这个超高能量的中微子属于 muon 中微子，它在与其他粒子发生相互作用时会释放出一个 tau 中微子，从而留下了一条清晰的运行轨迹，这就可以让宇宙学家们按图索骥，追踪到这个 tau 中微子的来源。

在地球上，人们同样进行着大量的中微子实验，这些实验有关中微子最基本的性质。物理学家们一直怀疑中微子可能发生振荡现象 (neutrino oscillation)，此前很多中微子实验都发现过探测到的中微子比预期的要少，这可能是由于中微子在运行过程中发生振荡成为其他类型的中微子而无法被探测到。2013 年，在日本进行的 T2K 实验第一次直接探测到了中微子振荡现象，在探测一束发射出的

muon 中微子时，科学家们探测到了电子中微子，这成为中微子发生振荡的最直接证据。

最近，在意大利的格兰·萨索 (Gran Sasso) 国家实验室进行的 OPERA 中微子地下实验中，实验人员首次证实了 muon 中微子可以振荡转变为 tau 中微子。在 2008 到 2012 年，从日内瓦附近的欧洲核子中心 (CERN) 向西南方向发射出 muon 中微子束，这些中微子在地球的地壳中运行了 730 公里之后，其中一部分被位于意大利地下的 OPERA 实验的铅探测器探测到。科学家们发现，其中的一些 muon 中微子转变为 tau 中微子，而且它们在与其他粒子发生对撞之后产生了轻子 (tau lepton)。这些轻子在一万亿分之一秒之内就会发生衰变，即使它们是以光

速运行，也只行进了几毫米而已，因此非常难以探测它们存在的证据。

OPERA 实验的科学家们在 2014 年发现了 4 个 tau 轻子存在的证据，但这还不足以说明是一个实验发现。在 2015 年，科学家们又发现了一个 tau 轻子存在的证据，终于可以宣布实验成功，正式宣布发现了 muon 中微子振荡成为 tau 中微子的现象。

从此前被认为没有质量到拥有质量，可以在三种类型之间发生振荡，这些性质都是物理学家们此前没有预料到的。中微子可以说是宇宙中最奇特、最神秘的粒子，而人们此时仍然对它的基本性质还没什么了解。如果说探索中微子时代已经到来，那么这个时代有可能将会持续很长一段时间。

目前在中国、印度、美国和日本，都正在进行或是建设着中微子实验项目，准备进一步研究中微子的性质，人们都希望能够探测到更多的中微子，并且深入研究中微子振荡的机制。关于中微子，还有些更基本的问题需要研究，这关系到物理学研究中一些最重要的问题。在中微子与反中微子之间的振荡相互转换，是否对称？这个问题可能是解开宇宙中为何物质多于反物质之谜的钥匙。另外，是否存在“sterile”中微子？在一些物理学理论中预测可能存在第四种，Sterile 中微子，这种中微子比其他三种中微子更难以和物质发生反应，因此也就更难以探测。这种仅存在于理论中的粒子是否真的存在？这将是解开暗物质之谜的关键之所在。另外，在已知的三种中微子中，它们的质量关系如何？因为中微子质量太过微小，物理学家们至今都无法探测到中微子的确切质量。如果能够精确探测出这三种中微子的质量，理清它们之间的关系，物理学家们就会有更多的线索在未来发展出一个可以统一四种相互作用的理论。☑

(本文写作参考了《科学》杂志的报道)

你正常吗？

文 / 贝小戎

有时候我们想知道自己身体的某种反应是否属于不正常的现象，这个时候我们就需要一个判断标准，需要知道正常水平是怎样的。比如你的血压高不高，就可以跟正常值比一比。其他的例子有：你是不是眨眼的次数太多了？那你需要知道，大部分人每分钟眨眼 15 次，即每 4 秒钟一次，每次持续十分之一秒。如果你眨眼次数多了，可能是因为你压力大、焦虑。注意力集中时，眨眼次数会减少。当你从观看转向思考时，你也会眨眼睛。

美国医学博士乔丹·斯莫勒在《正常的另一面》一书中说：“理解非正常的最佳途径是精研到底什么才是正常。与其徘徊于边缘甚至走回头路，我们应将目标设定为探明精神领域正态分布的全貌。在占领了战场的中心和制高点之后，我们才能将各部分之间的联系掌握到极致。”他说的是精神现象的正常与否，生理方面的判断就更简单了。

你是否有脸盲症？斯莫勒说，在 0.039 秒的时间里，我们就能根据一张脸上的表情得出对他人的第一印象。“出生几分钟后，新生儿的面孔识别模式就已开启。我们每个人处理社会化信息的能力与生俱来，但依然要靠不断获得的经验来与周遭的世界互动。实际上，识别和分析面孔这一综合性能力在童年早期开始获得，一直到 10 岁左右才能发展为较为完备的针对面孔的读心术。”

《时代》周刊的年度问答专刊中包含的问题有：你的大脑够强吗？人脑的存储能力相当于 100 万 G 的硬盘空间。人的头上平均有 9 万到 15 万根头发。你的梦全是黑白的，这正常吗？大部分的梦都是彩色的，一项研究发

现，17.7% 的学生的梦只有黑色和白色。

这期专刊中说，我们应该问的问题包括，哪种蔬菜最健康？“美国疾病控制与预防中心的任务不只是预防埃博拉病毒的爆发，以及充当美剧《行尸走肉》的背景，它有一个任务是告诉公众健康的生活方式，包括定义所谓的能量型水果和蔬菜，计算哪种蔬菜和水果的营养含量最高。”去年的排名结果是，对于 17 种最重要的维生素和矿物质，豆瓣菜（Watercress）的含量最高，接下来是卷心菜、甜菜、甜菜叶、菠菜、菊苣（苦菜）。排名比较靠后的是芜菁、黑莓、葱、地瓜和白色的西柚。

在互联网和大数据时代，想找到一个问题的答案已经不是难事。所以问题就在于要敢于探索，不要先入为主地以为有些问题不存在答案。“我们不知道有答案的问题”包括：先有鸡还是先有蛋？大部分科学家说先有蛋，

蛋已经存在大约 1 亿年了。太空闻起来是什么味道？宇航员们说，太空闻起来像是烤牛排或金属被加热时散发的气味。

许多人都知道，感冒药一般只能减轻感冒的症状，但很少会有人问：为什么没有治疗普通感冒的方法呢？《时代》周刊给出的答案是，首先是因为病毒种类太多，引发普通感冒的病毒有数百种，其中许多都属于鼻病毒这个大家庭。流感病毒每年大概有三四种，而鼻病毒会有二三十种。其次，疫苗很难开发，对抗病毒的方法一般是免疫，几乎不可能每年开发针对那些引发感冒的病毒的疫苗，因为它们种类多，而且经常变化。鼻病毒有 A、B、C 三种类型，针对前两种的制药正在研究，对 C 类病毒的研究远远落后。最后，缺乏激励，跟其他传染性疾病相比，普通感冒的症状比较温和，很少会致命，流鼻涕、嗓子疼只是我们的免疫系统攻击病毒的副作用。✍



On 保护鲨鱼 Sharks & Humanity

艺术巡回展 | GLOBAL ART EXHIBITION

摩纳哥 · MONACO —— 莫斯科 · MOSCOW —— 北京 · BEIJING

2015年8月21日开始

中国国家博物馆
NATIONAL MUSEUM OF CHINA

北京侨福芳草地
PARKVIEW GREEN



主办：中国国家博物馆
ORGANIZER: NATIONAL MUSEUM OF CHINA



在白色的画布上任意涂抹

文 / 张斌



2月8日，贝克汉姆出席在伦敦皇家歌剧院举行的第68届英国电影学院奖颁奖典礼

比弗利山庄的E Baldi餐厅一向星光熠熠，周五晚上，难得悠闲的小贝夫妇约上密友小聚，敬业的记者候在车场，专找被拍摄对象等车离去时按下快门。这是一次典型的double date（两对男女的约会），小贝与西蒙·富勒都是白衬衣、黑牛仔裤，贝嫂和富勒太太则一致的黑色裙装，唯挚友才会如此。

此次小聚在八卦界眼中，意义不小，传闻辣妹组合不久会来一场轰轰烈烈的世界巡演，组合当年的缔造者西蒙·富勒与贝嫂小聚，好像传闻向现实又迈进了一步。西蒙·富勒可是大人物，创造出的真人秀节目“Pop Idol”名满天下，其名下的CKX和XIX管理公司有效地提升了巨星价值，小贝和F1车手汉密尔顿是旗下当红者。也正是贝嫂指引，小贝才改换门庭，与富勒合作，如今离开赛场两年，依然能够一年进项7500万美元，在退役体育巨星收入排行榜上仅仅逊于飞人乔丹（1亿美元）。因此，double date

显然不仅仅事关世界巡演，其他生意也得聊聊啊。

贝克汉姆品牌，在商学院里是很好的课题，其个人魅力自然具有决定性，但没有特定的价值取向，似乎可以适应一切的需求，就像是在白色画布上自由作画。1994年，19岁的小贝签下了第一单商业代言合同，20年间，类似的合同给小贝带来无尽财富。年已不惑，小贝的商业模式悄然由代言向投资者转变。富勒引荐，小贝与GBG集团合作开发服饰品牌，GBG拥有迪士尼和“星球大战”等题材的全面权益，将巨星人气转化为实在价值是其核心能力。今年3月，小贝来华时曾认真探讨了出品其个人服饰品牌的可能性。

还有一项投资也很典型，小贝与英国很老派的Diageo酒业公司共同投资Haig Club这款威士忌老酒，希望能够为其注入新鲜活力，目标是中国和东南亚市场。广告里蓝色背景中怡然独饮的小贝已不再仅仅是卖照片的简单模

式，他是投资者，而这一模式将一再被复制，乐观者认为不出一年，小贝必然将超越飞人乔丹。而在那个榜单里最有趣的一个群体是高尔夫传奇们，他们一辈子设计球场就能实现大富大贵。

在小贝众多的投资中，迈阿密FC俱乐部最是与众不同的，2500万美元投进去了，期待着能在迈阿密城中催生出一家标志性俱乐部。尽管一再遇到波折，但时间表很明确了，坐拥一支球队，商业经营不是问题，那里正好可以是小贝品牌的聚合之所。而不少资本也在追随着迈阿密FC，正准备跟投呢。

前几日，“92班”好友在卖力气地推广他们一道投资的索尔福德俱乐部，小贝因迈阿密FC俗事缠身，未能到场。一群好友投资俱乐部的小尝试受到BBC的关注，新纪录片未来也将出品，小贝可是影响力和收视的绝对保障。巴西世界杯前，小贝与BBC合作的《走进未知》纪录片在14个国家播映，未来他将继续骑着摩托走天下。小贝虽然影响力巨大，但他很少对公众做过度表达，登陆大银幕也是小贝谨慎，大多是好友相邀。今年新片《秘密特工》，小贝出演电影放映员将是一个小卖点，而《圆桌骑士：亚瑟王》中饰演一位脾气暴躁的骑士则是真有挑战的，演艺培训据说已经开始了。

职业需要小贝扮演诸多角色，但当下他醉心的还是做好父亲，不久前《每日邮报》评论七公主4岁了还口含奶嘴，因此质疑小贝夫妇教女无方。小贝真急了，他警告所有专家闭上嘴。他可一直是爱孩子的完美爸爸，不仅爱自家孩子，他还将自己的“7号”作为品牌捐献给联合国儿童基金会，商业所得将全部捐给萨尔瓦多和布基纳法索的孩子们。✍

海军专业人士的视角

文 / 宋晓军

8月12日，美国《国家利益》网站发表了一篇题为《南中国海及之外：为什么中国庞大的挖泥船队意义重大》的文章。值得注意的是，文章作者是美国海军战争学院战略系副教授埃里克森（Andrew Erickson）和海军战争学院实习研究员邦德（Kevin Bond）。虽然《国家利益》网站经常刊登一些涉及武器装备、并被中国媒体翻译转载的“吸睛”的文章，但在这篇由海军专业人士撰写的文章中，却提供了另外一个视角。

在文章中，作者将视角瞄准了中国庞大的挖泥船队。两位作者在文章中称，近10年来中国通过投资打造了一支排名全球前列的挖泥船队。中国不仅靠这支船队在过去18个月内依托南沙岛礁填造了近3000英亩土地，而且还有一个预期目的——即帮助开通海上丝绸之路所进行的准备工作更进了一步。两位作者在文章中对比了中国与越南、马来西亚在南沙岛礁填海造地的速度（越南用5年时间只填造了60英亩土地，马来西亚用超过30年的时间只填造了60英亩土地），同时还指出，中国在包括马来西亚的关丹港、斯里兰卡的科伦坡港、巴基斯坦的瓜达尔岗在内的整个东南亚及南亚港口的扩建及开发工程中投入巨大。

看了这篇文章，让我想起另外一名美国海军专业人士——海军战争学院教授霍姆斯（James R. Holmes）8月7日在美国《外交政策》网站上发表的一篇题为《谢尔曼进军海洋教会我们今天如何对付中国——美国需要一个连续性策略击败北京》的文章。这位曾撰写过《红星照耀太平洋——中国崛起与美国海上战略》一书的教

授其文章大意是：奥巴马政府的“重返亚太战略”是杂乱无章和缺乏连续性的。相比之下，中国似乎在扮演美国南北战争名将谢尔曼和“二战”名将尼米兹、麦克阿瑟的角色，中国沿着东海岛屿、南中国海环礁两个轴线实施了明确、清晰的连续性海上战略。好在现在华盛顿似乎开始认真对待中国的挑战了。美国现在应该像“珍珠港事件”后尼米兹和麦克阿瑟对日本作战那样，制定一些有决定意义、连续性的战略措施。在文章的最后部分，霍姆斯还给出了他的四点建议：1. 确定各战区的轻重次序，把节省下来的海空军力量派往远东；2. 让盟国和伙伴管好自己的事情，减轻美国的负担；3. 策划行动，证明北京对亚洲水域和天空主权要求无效；4. 确立战时制胜战略，让盟友相信美国有在战时取胜的能力和决心。

从美国海军专业人士用海上战略视角分析中国的情况看，其着眼点无疑是独特和长远的，并不像一些媒体

成天抓着中国航母或核潜艇那样反复炒作。那么他们的这种视角和着眼点对中国有什么样的启示呢？说到这儿，不能不让人想到刚刚发生的“8·12”天津港危险品仓库特大火灾爆炸事故。自30年前中国政府决定开放包括天津等在内的14个沿海港口城市后，不仅沿海港口的深水泊位增加了几倍，而且港口周边的保税区、开发区、加工区、石化工业带的数量也大大增加。这就出现了一个问题：是否要根据军方高层刚刚赋予中国海军“近海防御、远海护卫”的战略使命，对中国沿海港口城市的生产力及货物储放转运布局以军事安全的着眼点做一番重新的审视和规划呢？

最后我想说的是，美国的海军专业人士在观察中国的海上战略时，往往为争取国防开支会夸大中国的“长板”。而中国的海军专业人士，更应该把着眼点放在自己的“短板”上，特别是在前些年经济高速发展中那些因“逐利拥挤”而造成的军事安全隐患上。■



斯里兰卡科伦坡港由中国企业投资的滨海建设工程施工现场

并不是生下来就会说话，每个个体后天还需要学习才能掌握这种能力。对此他只用寥寥数语就给出了解释：“为什么还要孩子去学语言，而不是干脆把整个语言系统都装在他脑子里，一生下来就全部都有了呢？但对一个只有5万到10万个基因的人来说，要去进化出6万个词汇恐怕是太大的负担。”

如果人类具有语言本能，那么小孩子学语言就会比较自然、比较快。平克说，事实确实如此。在西方，父母以对话的方式教孩子语言，向他们重复灌输简单的文法。在平克看来，这种做法很可笑：“在现代的美国中产阶级文化中，当父母是一个了不起的责任，若是让你的孩子输在起跑线上，那真是不可饶恕的过失！但是在世界上许多文化里，父母并不对孩子用妈妈式的说话方式说话。事实上，他们除了偶尔命令或责骂外，并不对即将牙牙学语的孩子说话。这是可以理解的，毕竟小孩子根本不懂你说的话，那又何必白费唇舌、自说自话？任何有理性的人都会等到小孩发展了语言，可以对话以后才跟孩子说话。”

孩子学语言有多快？平克做了一番计算：莎士比亚在他的十四行诗和戏剧中大约使用了1.5万个词。美国的高中毕业生大约认识4.5万个词，是莎士比亚所用的3倍。而一个好学生，因为他读的书多，他的词汇可以是莎士比亚的8倍——12万个词。6万个词要学多久？我们通常从1岁左右开始学说话，所以一个高中生大约有17年的时间来学这些词汇。这样的话，他每天要学10个词，在他清醒的时间每90分钟要学一个词。6岁的儿童约有1.2万个词。“这些学前儿童一定是个词汇的吸尘器，每一天都在吸收新词。”

但是学习语言要趁早，“在6岁以前，孩子都一定可以学会语言，而且这个能力一直在衰退，直到青春期，

过了青春期后就很难了”。所以一些很聪明的人掌握了第二语言的大部分文法，但是仍然无法掌握它的发音。基辛格16岁时移民美国，他的英文有浓重的德国腔。他的弟弟比他小了好几岁，说的英文就没有德国腔。纳博科夫不肯接受即席访问或去演讲，坚持要事先把所讲的每一个字写下来查过字典、查过语法才肯上场。他解释说，他思考起来像个天才，下笔起来像个文豪，但是张开口像个小孩子。他还是被英国奶妈带大的呢。

平克说，虽然语言的输入是语言发展的必要条件，但只有声音是不够的。以前曾有人建议正常儿童的聋哑父母让他们的小孩看很多的电视，结果没有一个小孩用这个方式学会了英语。除非已经有了这个语言的知识，否则小孩很难揣摩出电视里那些角色在说些什么。电视声音不足以教会语言的另一个原因是，电视中说话的方式并非母亲对婴儿说话的那种方式。因为跟大人彼此之间的谈话相比，母亲对婴儿说话的方式比较慢，在声调上比较夸张，并且都是指此时、此地、此刻发生的事，而且比较合语法。

语言与思想

平克的《语言本能》一书之所以畅销，是因为他把一部理论著作写得很生动、很犀利。比如他在书中还提出了一个反常识的观点：文字并不是思想的载体。“假如思想是决定于字的话，我们怎么可能创造新字？小孩一开始怎么去学字？我们怎么可能从一个语言翻译到另一个语言？”语言决定论的创始人之一本雅明·沃尔夫认为语言决定了我们的思想，他之所以这么认为，源于他做防火工程师时，注意到语言会误导工人而发生危险的意外。比如，一个工人把一个烟头丢到了空筒里，引起了严重的爆炸。因为看似空(empty)筒，其实充满了汽

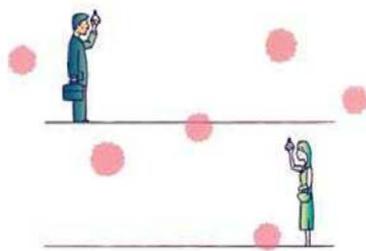
油所蒸发出来的气。平克反驳说，沃尔夫的论点没有道理。拿这个空筒来说，沃尔夫认为灾难的原因是因为空的意思可以是没有、虚无，或是里面的东西光了。这个工人，他的思考方式受到他语言分类的塑造，没去分辨“原有的用光了”和“虚无”，所以一丢，轰！但是，挥发的汽油是看不见的，一个充满了气体的筒，看起来就跟没有任何东西的筒一模一样。这个闯祸者是被他的眼睛骗了，而不是被他的语言骗了。

他提出另一个反驳时使用了归谬法。“将观念看成是实质化的东西根本就犯了逻辑上的错误，大脑需要一个小人、一个小精灵去寻找一张图片、一份族谱或数字。但是谁又应该躲在那个精灵的脑袋里，替他看图片、数字呢？势必要另一个更小的精灵，如此循环下去是行不通的。”在这个问题上，他的正面观点是：许多有创意的人坚持他们是用心像来创造而不是用文字。柯勒律治曾经写过景象和字不可控制地在他眼前出现，像在做梦一样（或许是鸦片抽多了）。他把前四十行字抄了下来，这就是有名的《忽必烈汗》那首诗。许多当代小说家，如迪迪恩，就说她的剧本不是从人物或故事开始，而是生动的心像。爱因斯坦说：“思考的元素，它的物理本质是符号和影像。在字的逻辑性建构或其他可以与他人沟通的符号出现之前，我是先在脑海中玩弄影像的组合。”

英国语言学家维严·埃文斯说，并不存在语言本能。“如果语言是所有人的本能，世界上7000多种语言本质上都是一样的，但现实是各种语言之间差别巨大，许多语言没有副词，有的语言如老挝语没有形容词。另外，如果语言是一种本能，语言源于一种语法基因，那我们的大脑中应该有一个语言模块，大脑中应该有一个区域专门负责语言。但认知神经科学研究，整个大脑都参与语言的处理。”

你若走失， 我去东四站找你

文 / 凌燕（北京） 图 / 陈曦



今天家里的汽车尾号限行，于是乘地铁上下班。每周一天绿色出行，也还不错，可以和先生一同乘坐公交地铁。晚上下班前和先生约定在地铁六号线朝阳门站的车尾几节车厢处汇合，他会在进地铁东单站时打电话给我。我放下电话，整理好办公桌，关闭电脑从容下楼，走出单位过一个过街天桥即可到地铁六号线朝阳门站口，这样，我们两人到达约定地点的时间差不多。我若早到站台，排在临门位置可以看到到达列车内的他，他一个招手，不用下车，我上车即可汇合。他若早到达，则下车在站台等我一会儿，然后一起坐下一班车。一般情况下，我们都是按这样的约定下班回家。

今天到达朝阳门站台，站台上没有他。我认为比他到达早，悠闲地等。已经过去了三班列车，估计一下时间，有些超过预计，心里难免猜测，还是打个电话确认一下情况比较稳妥。电话那边的他说还有一站就到。下一列车，我随人流进入他所在的那节车厢，车厢内人不算太多，达不到挤的程度，所以可以对面而站，可以看清他的脸。

我问他，怎么延误时间了？他的表情无异，但却幽幽地回答，他在东四站台上等我，过去了三班车才恍悟，我们的约会站是朝阳门站。他的回答和我的猜测一致。他有些郁闷：原本进地铁口前已经在大脑中确认好乘车路线，怎么就从东四下车了呢？而且是三班车走过才反应过来。看到他无奈不开心的样子，我逗他：“等你老了，得了老年痴呆，走失了，我到东四站找你，你一定在那里。”他被逗笑了。

上世纪70年代生的我们，寒暑假享受的是真正的假期，没有学习压力。记得那是小学低年级暑假的一天，在家附近和小伙伴疯玩，邻居家的一位大姐姐看我无事可做，或者是为了她解闷，要带我去她做工的工地玩。这位大姐姐也就高中刚毕业的样子，高高的个子，面目和善。这家邻居好像和我家是远房亲戚，小时候只听大人说起，但理清复杂的亲戚关系。当时只是瞬间在大脑中反射了两条：一是大姐姐是邻居，二是还是亲戚，结论是可以和她去玩。具体在工地怎么玩的已经记不得，只记得

返回家已经是傍晚，家人还没吃晚饭。爸妈只是问我大半天去了哪里，怎么没有告诉家人一声，表情和语气都算不上责备。可我知道，我让家人担心了。越是长大，越是觉得当年的年少无知和神经的粗枝大叶，如若放在今天，我可能会是被拐卖的儿童之一，有着怎样的凄惨人生，不敢放任想象。

不久前有朋友发图文，呼吁凡见到手臂上戴有黄色腕带的老人，请拨打上面电话，告知其家人。他们是患老年痴呆症的老人。家公当年就是老年痴呆症患者，得病后连最亲最疼的独子都不能认得，家人自然紧紧看守，不让他独自出门。他见人只会嘿嘿笑，完全没有了原来的桀骜不驯，温顺胆小得像个胆怯的孩子。到病重时，不仅是触觉感觉逐渐丧失，连最简单的思考思维都停止了，仿佛只是个会呼吸的单细胞生物体，又像一片秋风中随时会被吹走的干枯树叶。窗外春天萌动的喜悦和秋日的悲凉对他来说都如月球上的永恒尘埃，不用主动和被动感知星落斗移和太阳系的灼热。从这个角度看，家公是幸福的，如初生婴儿般被呵护，也不用再为凡尘杂事烦恼。家公同时也是幸运的，那个年代没有黄色腕带，但在家人的悉心照料和看护下，没有走失过。

我们也很幸运，年少没有走失，年轻时有爱人和朋友相伴，希望年老时能享天伦之乐，也还能一直认得儿孙，握着他们的手在祝福声中告别。

走出地铁口，先生拉着我的手，打上一辆出租车。多年来一直是这样的，没有刻意，他潜意识里已经认定拉住手是最放心和最安全的，所以我不会走失。即便是他走失了，他也会回到我们最早的约定地点，因为东四站是我们家住海淀时我俩约定同乘车的地点，多年来，这一站已经不是记忆，而已经成为基因中的某个符号。有今天这样的错误不见得是坏事，至少让我知道他，无论记不记得何物时，无论记不记得何方时，东四站他不用思考和记起便可以到达。他也还可以像今天表情无异地等，不用掩饰可有可无的低落，我会不加猜测，毫不犹豫地东四站找他。☑