

三联
耳关

生活

2016.5.16
2016年第20期
www.lifeweek.com.cn

周刊

专题报道
《权力的游戏》的想象力

减肥的传说与真相
我们为什么会变胖



886



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: ¥15元



《新闻周刊》2016.5.6

人脑连接组计划

人脑连接组计划（Human Connectome Project）的研究人员正致力于识别神经元之间的连接——神经连接体，以此绘制出大脑线路图，解码脑中约 1000 亿个神经元是如何相互联系与交流的。每个人的神经连接体都独一无二，是先天与后天的共同产物。大脑皮层灰质有 1/5 的脑神经元，是信息处理、语言和意识等高级脑功能的重要发生地。绘图将有助于明确大脑细微部分的功能与合作模式，利于精神疾病的诊疗。而对神经元回路更为复杂详细的研究还有待指尖技术的进一步发展。

1 / 《纽约客》2016.5.9

“本土主义”的例外

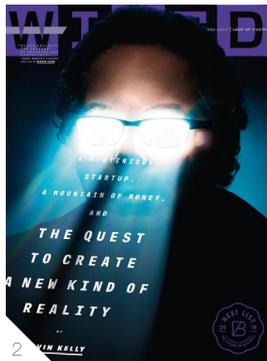
特朗普获得共和党总统候选人提名已是胜券在握，更多问题随之而来。他那些诸如建立隔离墙、禁止穆斯林入境、驱逐约 1100 万非法移民的激烈言论引发的争议不断。人们抨击他在移民问题上的“本土主义”立场存在双重标准，其夫人梅拉尼亚就是来自斯洛文尼亚的移民。梅拉尼亚曾是职业模特，以此身份到纽约工作，后获绿卡移民，对时尚美妆兴趣浓厚。她对竞选活动的被动参与，以及与民众生活的距离感，引发人们对她能否成为合格的第一夫人的怀疑。

3 / 《经济学人》2016.5.7

特朗普的胜利，美国的灾难

在赢得印第安纳州初选之后，特朗普已成为美国大选中共和党实质上的候选人。他的对手将是希拉里，局面尚且焦灼，但特朗普获得共和党提名本身，就意味着他对美国的影响甚至说是损害已经开始了。他的某些主张坚定不易动摇，这将成为美国未来潜在的危机。在贸易问题上，他确信保护主义；在外交事务上，他愿为美国对海外提供的霸权保护买单；在镜头前驾轻就熟的演讲能力，成为他制造冲突和漠视事实的糖衣炮弹。

三联生活周刊



2 / 《连线》2016.5

最神秘的创业公司

世界上最热门、最神秘的初创企业并不在硅谷，而是在美国佛罗里达州郊区，它就是 Magic Leap。全息眼镜是这家公司正在研发的新产品，师徒把虚拟世界叠加在现实世界之上，称之为“混合现实”，比“虚拟现实”更加强大。今年初，Magic Leap 完成了最大规模的 C 轮融资，筹资 7.935 亿美元。迄今为止，其筹资总额达到 14 亿美元。Magic Leap 创始人罗尼·阿伯维茨表示他们在创造的是关于存在和体验的互联网。

4 / 《纽约时报杂志》2016.5.8

性工作的合法化之路

在美国，一些性工作者和社会活动家正在为性工作的合法化积极努力着。他们主张为这个群体争取到更多权利和尊严，也可促使地下性交易走向规范化。此外，世界卫生组织、艾滋病相关机构和基金会认为性产业对社会有着潜在危害，将性工作合法化最大的影响可能反映在控制艾滋病的传播中。另一种声音表示，承认性工作就是在承认这种丑陋的性别不平等的商业色情行为，这就演化成了对西方女权主义极大的挑战。





P30 封面故事

减肥的传说与真相

我们为什么会变胖

- 32 减肥为什么那么难?
- 44 减肥手术, 体重终结者?
- 48 从麻黄碱到氯卡色林, 一部减肥药通史
- 50 与脂肪为敌
- 62 我一定要像轮子上的小白鼠那样跑个不停?
- 66 进食障碍: 减肥与完美身材之暗影
- 69 为艺术而减肥



P104 专题报道：《权力的游戏》的想象力

社会

- 生态：在山西寻找野生华北豹 72
教育：中英教育，一位老师的经历与比较 78

专题报道

- 中国车市风向标 84
《权力的游戏》的想象力 104

经济

- 市场分析：“营改增”最后攻坚 70
收藏：罗森夫妇 96

文化

- 艺术：“绘画者”张晓刚 118
音乐：郑京和：“自己的声音” 128
旅游与地理：匈牙利故事 132
旅游与地理：在特拉维夫玩耍，在耶路撒冷祈祷 144
设计：晕眩的迷彩 150
思想：语言对人类的意义 160

- 书评：阴暗美学 162
书与人：谁是《怪房客》？ 164

专栏

- 邢海洋：资本占领电线杆 18
袁越：基础代谢与减肥反弹 156
张斌：成功了，那就好好说说一路艰辛 158
宋晓军：特朗普与国会某种默契？ 159
朱伟：刘心武：更自由扇动文学的翅膀⁽¹⁾ 166

(本期封面插图：张曦)

环球要刊速览	2	声音	21
读者来信	8	生活圆桌	22
天下	10	好东西	26
理财与消费	18	个人问题	168
好消息·坏消息	20		

2016年第20期，总第886期，2016年5月16日出版
版权所有，未经允许，不得转载本刊文字及图片。
本刊保留一切法律追究权利。



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

名誉主编 Honorary 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

李菁 Li Jing 李伟 Li Wei

主编助理 Associate Editor-in-chief

吴琪 Wu Qi 曾焱 Zeng Yan

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 陈晓 Chen Xiao 王星 Wang Xing

主笔 Editor

李三 Li San 鲁伊 Lu Yi 钟和晏 Zhong Heyan

薛巍 Xue Wei 陈赛 Chen Sai 葛维樱 Ge Weiyang

贾冬婷 Jia Dongting 蒲实 Pu Shi 徐菁菁 Xu Jingjing

杨璐 Yang Lu

主任记者 Senior Reporter

李翔 Li Yi 关海彤 Guan Haitong 李晶晶 Li Jingjing

蔡小川 Cai Xiaochuan 曹玲 Cao Ling 何潇 He Xiao

黑麦 Hei Mai 程磊 Cheng Lei 李东然 Li Dongran 石鸣 Shi Ming

丘谦 Qiu Lian 吴丽玮 Wu Liwei 俞力莎 Yu Lisha 王丹阳 Wang Danyang

记者 Reporter

邱杨 Qiu Yang 付晓英 Fu Xiaoying 孙若茜 Sun Ruoxi

杨晴 Yang Dan 张若凡 Zhang Ruofan 周翔 Zhou Xiang

刘敏 Liu Min 张月寒 Zhang Yuehan 龚融 Gong Rong

张星云 Zhang Xingyun 艾江涛 Ai Jiangtao

特邀撰稿人 Overseas Feature Writer

赵潇 Zhao Xiao 苗千 Miao Qian

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

视觉总监 Visual Director

邹俊武 Zou Junwu

图片总监 Photo Director

商园 Shang Yuan

设计总监 Design Director

王小非 Wang Xiaofei

美术编辑 Art Editor

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 韩雅丽 Han Yali

编务总监 Coordination Director

程昆 Cheng Kun

发行中心 Circulation Center

执行总监 Executive Director

雍江 Yong Jiang

副总监 Deputy Director

周旭 Zhou Xu

区域经理 Regional Manager

杨雪梅 Yang Xuemei

发行助理 Circulation Assistant

李卫红 Li Weihong

发行财务 Financial Executive

王霄 Wang Xiao

发行物流 Issue Logistics

王荻 Wang Di

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

市场发展中心 Marketing Development Center

副总监 Deputy Director

钦征 Qin Zheng 傅东方 Fu Dongfang

新媒体事业部 New Media Development

总监 Director

钦征 Qin Zheng

内容编辑 Editor

薛凡 Xue Peng 刘彭媛 Liu Pengyuan 徐睿洽 Xu Ruihan

美术设计 Artistic Design

张莉 Zhang Li

技术支持 Technology Department

刘国强 Liu Guoqiang

手机产品 MB Product

辛军 Xin Jun

平板产品 Tablet Product

连子君 Lian Zijun

活动事业部 Event Department

总监 Director

傅东方 Fu Dongfang

副总监 Deputy Director

庄山 Zhuang Shan

运营 Operational Manager

罗启宏 Luo Qihong

产品经理 Product Manager

殷佳婷 Yin Jiating

视频事业部 Video Department

李倩 Li Qian 吴冰川 Wu Bingchuan

创新产品中心 Innovative Products Center

总监 Director

魏一平 Wei Yiping

松果事业部 Songguo Department

总监 Director

魏一平 Wei Yiping

市场部 Marketing Department

阿润 A Run 邢宇 Xing Yu 孟佳 Meng Jia

运营部 Operational Manager

尤帆 You Fan

节气刊事业部 Solar Term Department

执行总监 Executive Director

王晶 Wang Jing

设计 Design

袁媛 Yuan Yuan

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 吴泓林 Wu Honglin

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

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：北京双不物流有限公司

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：¥ 15.00 \$8.00 港币 20.00

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) 23934765

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：吉林九歌图书有限公司 (0431) 82752206

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：河南大河书局有限公司 (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 · 楼兰
- 3 · 中国石化
- 17 · 央视慈善之夜
- 43 · 巴斯夫
- 83 · 前程无忧
- 99 · 海天一舍
- 102~103 · 中国邮政
- 113 · 野生救援
- 131 · 周刊 20 年
- 157 · 书店广告
- 封三 · 力度形象
- 封底 · 国家旅游局



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



扫描二维码下载
松鼠 APP

手机报订阅：移动用户发送短信 SLZK 到 10658000，电信用户发送短信 SLZK 到 10659000。包月 8 元，周一至周五周六每日一期。

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

Vtpower
VITALPOWER MEDIA
力度国际文化传媒集团



苏维埃人的“二手时间”

切尔诺贝利核爆，最惊悚的黑色记忆，人类和平时期最大的人为灾难，其惊恐震慑所有人。最初一些年，提及“核”字脑海中便浮现出核灾难场景，尤其10年之后不断看到一群面相畸形、缺胳膊少腿的新生孩子们，更是不忍目睹。但灾难记忆实际上也随岁月流逝而淡漠，巨大的牺牲者队伍在今日更多是作为一组数字而存在——除了事件发生时死去的人，几十万参与清理工作的人员也受到严重辐射，其后果令人震惊。今日重读这段历史，感谢贵刊提供了广阔的视野，尤其一些重要人员的采访，对了解核爆事件背后的种种，以及今日那块土地上国家民族社会的变迁，人们的生存状况，都很有帮助，是我十分想了解的。

北京 江昆仑

另类安全

我的朋友阿杰供职于某高校，是一位科研达人。这两年阿杰牵头申请下来的省级、国家级课题有好几个，配套的科研经费加起来有上百万元。朋友间闲聊，大家都调侃阿杰目前虽说不是腰缠万贯的老板，但胜似老板：毕竟手上有大量可支配的资金，还不用担心因经营不善而破产。不过，谈及科研经费，阿杰却也有一肚子的疑惑和苦水。

阿杰说这两年在高校，科研腐败是一个敏感话题，为了防患于未然，学校对科研经费的使用、管理也采取了颇多监管措施，比如对于科研器材的采购，过去由课题负责人自行采购，现在为了堵漏补缺，都改为学校通过政府采购统一购买，程序上是更加规范了，但实际效果如何，往往却是不能过于乐观。前不久因科研需要，阿杰向学校资产处申请购买了一台科研仪器，等拿到仪器、看到发票后，阿杰吃惊不小：发票显示价格为3万多元，但购买前阿杰专门上网查询过这台机器的价格，只需1.5万元。都说政府采购供应商会给一定的折扣，为何现在价格反而高出一倍？不解的阿杰忍不住跟同事吐槽，同事却笑着对阿杰说，亏你还是研究经济学的，怎么连这个都想不明白？同事进一步解释道，如果是你自行购买，那就是你和供应商之间发生交易，没有任何中间环节，价格自然低些，目前学校为了防止科研腐败，要通过政府采购，中间环节自然就多了，比如你要先将购买申请报给学校资产处，资产处再通过政府采购的规程去购买，如此一来，环节增多，交易拉长，价格自然就上去了，如果某一个环节上有人存有私心，那价格不高才怪呢！

阿杰说，科研腐败的表现之一是部分老师会通过虚开发票方式套取科研经费，而通过政府采购，引入其他部门介入，的确可以起到一定的预防作用，但如果这又导致价格畸高，岂不是另一种腐败？同事笑着说，是不是另一种腐败，不好妄下结论，但有政府采购的外衣，起码安全。安全？阿杰不理解地说，这怎么会安全呢？学校印刷厂去年花高价购买了两台复印机，结果用的时间没有修理的时间长，以至于厂家的两名修理人员基本上是常驻学校。就是在这种情况下，学校又购买了两台同型号的复印机，很多同事都不理解，连修理工都说这种复印机因销量不佳，本来他们公司在市里的代办处都准备撤销呢，没想到学校一口气购买了4台，使得代办处有了继续存在的希望。由于复印机不能正常工作，差点就耽误了学校期末考试试卷的制作，提起这件事，大家都忍不住抱怨学校资产处办事不力，资产处虽也解释是通过政府采购购买的，程序合规，但也没少落埋怨。所以，怎么能说通过政府采购就安全了呢？

听了阿杰的陈述，同事忍不住笑了起来，是呀，他们是没少落埋怨，不过因有程序合规的外衣，也就是落点埋怨罢了，这就是安全呀。

河南 邵宁

扶贫

今年的扶贫，可谓是动了真格的，看得出是带着决心和诚意的。听说，扶贫的工作人员是从省里下来的，都是有知识有技能的人物。与以往那种走马观花、风过雨过的扶贫不同，这一次扶贫人员还要在村里久住。他们自带炊具，自

己做饭，又将住处修缮一番。给人一种信念，那就是村民们一日不脱贫，他们就誓不回归。

让村民们感动的是，亲眼看到扶贫的工作人员，每天都是山里田里地观察，认真寻找扶贫途径、制定规划，还要抽出时间和村民们交谈。自从他们驻村，先是县长亲自到村里开了现场动员会。接下来，又是镇长一次又一次风尘仆仆地来到村里，同村民们研究探讨扶贫的项目。这些贴身的举动，让村民们喜不自禁，对这次扶贫更加抱有满怀的希望。

村民们立马就行动起来，每家的首要行动就是，将这些好消息报告给在城里务工的子女。没想到，这些好消息，居然没有引起儿女们多大的反响。经过扶贫人员的考察，还有村干部和村民代表的分析梳理，切合本地的实情，共拟定脱贫项目15个。第一个项目是，养当今优质良种的黑色土猪。没想到，实施起来很难。每次开会，都是一些上了年纪的“白头翁”，始终难见几个青壮年。有些年轻人，他们的心太活，对故乡的扶贫很少真正感兴趣，倒是绞尽脑汁地想着怎样才能将扶贫款白套到手，还有的人是选择隔河观望。为了保险起见，应对的措施是，每家先交3000块钱的押金，然后再将猪苗统一放到各户，待到确认你是真正的养猪户，再将押金退还。这样一来，有人就不交押金，也不养猪了，继续选择外出。

确实也有明白人，大多是那些从苦难中过来的老人，他们知道这是千载难逢的好事。怎奈他们年事已高，心有余力不足。他们不厌其烦地给儿孙们打电话，苦口婆心地劝他们回来。年轻人已经铁了心，他们依仗着年轻这个资本，你让他们回家养猪、回家种地，上山受苦，干这些又脏又累的活，他们决不回来。我的堂姐五十挂零了，她宁可在北京务工住地下室，也不想再回故乡泥里水里爬地垄。堂姐夫说破嘴也劝不回妻子，只好将猪苗转让他人。

有几家老人，他们是属于那种“虎老雄心在”的主儿。儿孙们不回家，他们也要养猪，却是很难达到预想的效果。一来，他们都是七老八十的人了，二来，他们还是按着过去老一套的养法，将那些金贵的小猪仔扔进露天的敞圈里。春寒料峭，那些小猪仔没过几天全都开始撅着屁股拉稀。老人们又将猪仔抱到家里，无论怎样地用心，只能眼睁睁地看着猪仔一命呜呼。

唉，我切身感受到，和年轻人不相干的扶贫，希望很渺茫。

河北沧州 季文亮

课题研究陷阱

由于评定高级职称的需要，自己便想申报一个课题。前年，根据上级部门的通知，我牵头组织学科组的几位教师申报了一个国家级课题。

报名后，便是紧张的申报工作：由于对课题研究资料了解不是很多，便上网查阅资料，尽心整理、撰写课题开题报告和课题实施方案，然后，将学校申报表和课题组成员个人申报表交了上去。没几天工夫，便参加了上级部门组织的多个成员单位参加的开题报告会。原来申报国家级课题也这样简单啊，但不知随后的课题研究和结题是不是容易，这该不是“宽进严出”吧？

记得是春天申报的课题，随后的两三个月内，课题组没有什么研究工作安排。临近暑假时，课题组秘书处下发了召开课题组年会的通知，要求每个单位派3至5人参加，每人的培训费是700元，食宿自理。同时，要求每个课题组成员向大会提交一份近阶段的研究成果：一则论文、一篇教案或一节课的视频等，每项成果交评审费100~200元不等。经过准备，课题组每个教师都交上了自己的成果。暑假里，在满怀期待中，我和几位课题组成员千里迢迢赶赴南方某市参加了年会。真是不参加不知道，一参加吓一跳。安排的是5天会期，报到一天，离会一天，会务组的活动是3天。第一天上午是开幕式，就是课题组领导、地方行政领导讲话；下午是专家做报告，因为课题研究伊始，有关成果、结论并不多，专家

也只是打课题的擦边球，讲一些教育理论、教学理念之类。第二天、第三天上午是成员单位教师的课堂教学评比，其中不少教师的教学水平真的令人不敢恭维。第三天下午是闭幕式。据说，参加年会的有来自全国各地的成员2000多人，够规模，也真热闹，但效果有限，以至于回单位后，都不能向领导和教师们详细汇报。会后收到的研究成果证书，都是国家级一、二等奖。交了钱，评个奖竟是如此简单。

秋季开学后，课题组有关工作安排来了：以后每学期每个成员交一份研究成果（或论文，或教案），每个成员都要办理实验教师资格证，每个成员都要交一节优质课的视频，而这每一项都是要交评审费的。课题组还要求学校每学期征订份数不少的某某导报（报款也不是小数字），明确表示，如不订阅将会影响最后结题。之后的两年中，每到节点上，便是交研究成果、参加年会、订报纸。这真是上船容易下船难啊！最后结题时，仅专家鉴定费就是两三千元。3年算下来，单位的课题投入有三四万元，但收获的，除了一摞摞成果证书、结题证书之外，再无其他。如此空对空、不接地气的课题研究，劳民伤财，起初以为是天上掉馅饼，其实就是个陷阱。

河北 刘二奎



澳大利亚 | 难民自焚

5月4日，抗议者在悉尼市政厅为索马里难民霍丹·亚辛(Hodan Yasin)举行守夜活动。霍丹·亚辛，21岁，5月2日在瑙鲁难民羁押中心自焚，全身烧伤严重，目前在布里斯班的一家医院接受治疗。





西班牙 | 星战日

(右图) 5月4日, 西班牙马德里, 来自电影《星球大战》的“501兵团成员”探访了“12 De Octubre”儿童医院, 陪伴病童玩耍。5月4日不只是青年节, 也是星战日。《星球大战》里有一句著名的台词是“愿原力与你同在”(May the force be with you), 而这与英文5月4日(May the 4th)发音非常相似。



澳大利亚 | 芭蕾

(左页上图) 5月6日, 澳大利亚芭蕾舞团的舞者在悉尼国际帆船中心出席媒体活动时进行芭蕾舞表演。澳大利亚芭蕾舞团成立于1962年, 经过多年的发展, 不断壮大的同时, 来自世界各地的文化在这里相互兼容。

古巴 | 时装秀

(左页下图) 5月3日, 古巴哈瓦那, Chanel 2017早春度假系列大秀举行。图为超模吉赛尔·邦辰在秀前凹造型。





英国 | 百年风笛

(左图) 5月4日, 陈列在伦敦威灵顿军营 (Wellington Barracks) 卫兵教堂 (Guards Chapel) 内的这支风笛已有约百年的历史。它的主人隶属于萨瑟兰高地军团, 在索姆河战役中受伤身亡。这支风笛将在晚些时候被送至皇家骑兵卫队阅兵场, 用于参加于6月8~9日举行的皇家骑兵卫队“鸣金收兵”仪式上。

加拿大 | 森林大火

(下图) 据英国《每日邮报》5月5日报道, 近日, 加拿大阿尔伯塔省突发森林大火, 且灾情愈演愈烈, 甚至触发闪电, 演变成该省史上最严重的火灾。目前该省共有8.8万市民撤离, 约1600所房屋被烧毁。图为森林大火产生的烟雾聚集在空中。



资本占领电线杆

文 / 邢海洋

“魏则西事件”沸沸扬扬，百度和武警二院站上风口，这勾起了一段个人记忆。个人在信息海洋里的无奈，在资本市场主宰的互联网里的无助感，伴着一根久远的电线杆、一堵院墙浮现出来。

大都市里的居民，或多或少都有过出租或租房子的经历。10年前，我曾居住的小区有三道大门，很接近住建部提倡的开放式社区，这几个无人值守的大门口电线杆是居民们和周边大学生主要的信息媒介，个人之间很容易把需求信息传递出去。2008年北京奥运会前小区封闭了一条通往主干道的门，周边的围墙也扎得愈发紧实，随后又因为汽车越来越多，人车分流，一条偏僻的小巷从此熙来攘往，成为小广告的兵家必争之地。可不久，人们发现了一个问题：刚贴出的广告很快就消失了，绝不会“坚持”到行人最多的时段。贴了广告的人于是蹲守观察，原来专门有人来撕广告，或者用自己的广告把别人的盖住，“捣鬼”的正是中介。

小区周边的房地产中介不止一两家，可他们之间相安无事，只覆盖个人信息。再到后来，中介的人专门到这里来扎营，全天“值班”，个人若想保护自己的信息，恨不能也得和中介一起在这里“坐班”。当然这是不可能的，信息的发布权全部被移交给资本一方。再后来，社区街道或是觉得广告墙有碍观瞻，干脆明令禁止，从而促进了房屋信息向互联网转移。可到了互联网的“集市”上，个人信息更是难有出头之日，即使你把搜索指向“个人”，中介仍可能把自己的信息以个人名义发布，最终扰乱了信息源。如今，当房东们乖乖地把房子交给中介，而房客也不得不向中介

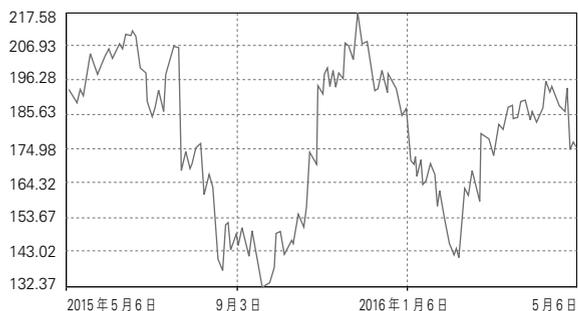
交纳佣金的时候，背后更多的是无奈。

一套房子的租赁佣金多是一个月的佣金，数千元。可最初，中介担负起的作用不过是“中介”作用，并不为双方的信用做担保，连租赁双方所签署的合同都是住建委印发的标准合同文本。这笔钱赚得容易得很，可资本的欲望并不止于此，房屋买卖动辄数万乃至上十万元的居间佣金才是他们的下一个目标。每当中介撮合了一对意向客户见面，客户都需要签署一份具有法律效力的声明，两个人若最终交易，后续服务都需交由这个中介。一次信息供给带来后续滚滚财源。明眼人一望可知，这本来是一笔可以避免的成本，可当个人丧失了信息的发布权，却变成了一笔不得不支付，甚至连带法律责任的成本。4年前，当楼市低迷，不满情绪蔓延开来的时候，北京市住建委曾专门出台法令，给中介设定2.5%的佣金天花板。为降低住房交易的社会成本，北京多个区县还建立了自己的信息平台，免费审核房源信息，免费发布。可没有利益驱动，宣传不够，这套系统一直处于无声无息的状态。

当每一个社区的大门口都站着几位西装革履的年轻人，绝大多数时间无所事事，这难道就是大众创业？其实，这是中介为垄断信息付出的成本，而这些成本最终将转嫁给房屋买卖双方，增加社会交易成本。当“互联网+”创业风潮涌起，网上中介出现的时候，西装“电线杆”凭着自己强大的地利优势，仍能够攫取更高的佣金。这些还是在信息发布平台没有参与利益分配的情况下实现的，而搜索引擎的加入无疑将使得利益格局更加倾向于资本方，个人的信息“话语权”再度被削弱了。

互联网与搜索技术，就如同当年的电线杆，作为增进社会福祉的工具本身并无对错之分，可当电线杆被资本占领，小区居民房屋收益必定减少了。当电线杆换成了百度，全国的人都不得不经过的“大门”，甚至一般的佣金收入都满足不了资本的欲望，更暴利的歪门邪道就借助竞价排名挤到显眼位置，劣币驱逐良币。这个意义上，“魏则西事件”注定会发生。如今到了考验监管者的智慧和决心的时候了，在笔者看来，还大众正常传播信息的权利，至少是不受资本干扰的网上话语权，才是避免“魏则西事件”再次发生，提升全社会运行效率的关键。■

百度股价 (单位:美元)



相约五月

CCTV
慈善之夜
CCTV CHARITY NIGHT
FOR A BETTER CHINA

爱心见证



曹德旺

古润金

许荣茂

李亚鹏

濮存昕

郑卫宁

李连杰

万涛

玉卓玛

曹国伟

徐升莲

杨团

邓飞

王奕鸥

胡淑兰

韩雅琴

迪亚拉

苏芒

“希望工程全体参与者”
代表

黄欢

历届获奖人
(排名不分先后)

CCTV
慈善之夜
CCTV CHARITY NIGHT

第三届“CCTV慈善之夜”，2016年4月6日，正式启动！

“CCTV年度慈善人物”申报通道，同步开通。

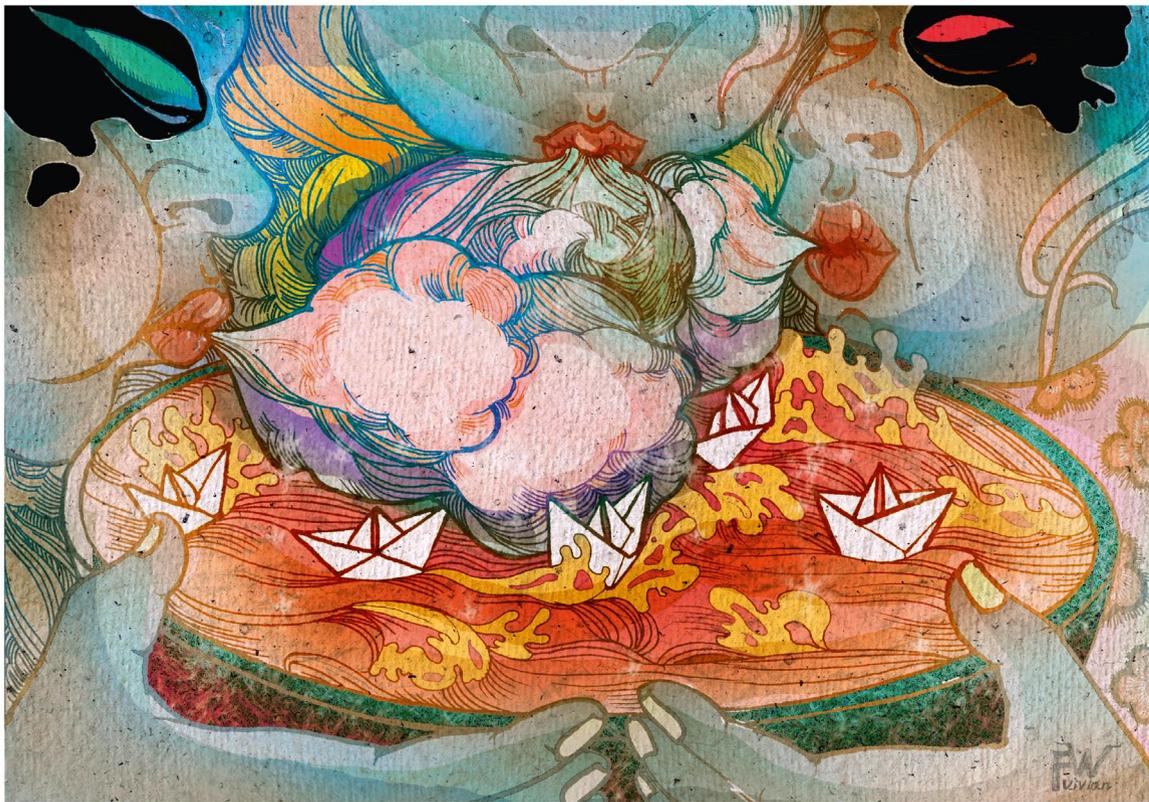
如果你奔走在慈善最前线，以善心促善行；
如果你身边有慈善好榜样，滋润一方土，温暖一方人，
请扫描二维码，鼓励善行，向善者：致敬！



“CCTV慈善之夜”官方网站二维码



“CCTV慈善之夜”话题词二维码



栏目插图 | 范薇

“三座大山”

信用违约事件接连发生，有滑向常态化的风险。仅今年前两个月，个券违约事件已接近2014年全年债券违约数量。自2014年3月，主要债券品种已有25只债券实质性违约，涉及16个发行人，其中2016年以来已有11只债券违约。25只违约债券中仅有8只完成了兑付，其余17只至今仍悬而未决。国金证券将信用债面临的主要风险称为“三座大山”：其一是利率风险，其二是流动性风险，其三是信用风险。其中最大的还是流动性风险。

美元弱势原因

2015年美元指数曾两次突破100点高位，5月初，却在92.50低位交易。一种解释是，油价反弹，石油出口国的货币升值是造成美元贬值的主要“杀手”。加元和墨西哥比索升值对美元走软的影响很大，其杀伤力远超由于货币政策分歧而造成的欧元和日元升值。美联储逐步退出QE、收紧货币政策催生了美元强势，然而，3月美联储FOMC会议下调了经济增长和通胀展望，并上调了加息条件。

海外属地危机

波多黎各宣布将无力偿还于5月2日到期的约4.22亿美元债务，这是过去一年内发生的第三次债务违约。波多黎各的特殊性在于，它是美国的海外属地，由于美国投资者购买境内政府债券可享免税，波多黎各发债不愁没有市场，结果累积了720亿美元债务，约占经济规模的75%。可波多黎各并非主权国家，没法如希腊般向国际货币基金组织（IMF）求助，也不能像本土上的底特律一样依《破产法》第9章申请破产保护。政府面临瘫痪，8.4万人逃离，美版难民潮苗头初露。





细胞免疫股

大学生魏则西之死，让百度和武警医院被置于风口浪尖，也让细胞免疫治疗遭遇叫停的厄运。A股中多家公司涉足细胞免疫技术，如开能环保拟以自有资金1亿元进行免疫细胞的存储和应用，预计毛利率为40%~50%；中珠控股携手美国TNITNI生物技术公司研发抗癌药物免疫疗法；海欣股份与上海第二军医大合作研发了我国首个获得CFDA批准、针对晚期大肠癌的治疗性疫苗；香雪制药与解放军第458医院签署了特异性T细胞治疗研发协议书。

网下配售

新股发行如“免费抽奖”，打新热情被推升到了巅峰，中签概率动辄以“万分之几”来衡量。以机构为主体的网下申购配售率更远低于网上中签率，可因为是配售而非抽奖，每申必中，还是吸引A股超级大户扎堆。打新新规迄今，包括机构、基金等2000名投资者进入了网下配售名单，其中还出现了葛卫东、赵建平等于资本市场上著名牛散。达到配售资格，意味着投资者已经真金白银购买了股票，可见很多牛散和机构，平日里无论涨跌都持股。

“不良”房产

司法拍卖市场是不良资产处置的终端市场，随着银行加紧坏账处置，司法拍卖活跃起来。3月，全国网络司法拍卖一共拍卖涉诉房产9367处，环比增长28.10%，成交额为67.8亿元，是2月的2.1倍。因房源大增，以评估价为基准的起拍折扣率下降，为81.33%，而变现折扣率为88.76%，环比增长4.63%，显示市场回暖，公众对于司法拍卖的接受度提高。另外，相比商业房产和工业房产，住宅房产的成交率最高。

制造业新驻地

法国外贸银行首席经济学家帕特里克·阿特斯(Patrick Artus)发现，金融危机之后，传统的工业生产分散化的态势发生了180度的大逆转，从分散到多个地区，转向集中到少数几个国家和地区。南亚、中欧、西班牙、墨西哥是这一轮工业格局重塑过程中的获益者。原因不难理解：新兴市场生产成本攀升；工业在全球经济中所占的比重下滑，生产中心分散在多个地区必要性降低；更严格的碳排放标准可能导致运输成本增加。





好胜有因

总体而言，女性不会像男性那样对高薪管理职位孜孜以求，但这并不表示她们缺乏竞争好胜之心。旧金山大学的经济学研究小组日前针对一群上海父母进行的实验显示，当获胜后的奖品对子女成长有益时，女性和男性一样好胜，且愿意为竞争承担更大的风险。但当标的物只是金钱时，女性参与者便会甘于退让。发表于《美国科学院院刊》上的论文指出，这或许是因为女性更多地受到“为下一代铺路”的社会压力影响，而男性更在意自己可能拥有的资源。有鉴于此，想要留住优秀女性员工，雇主或许应当考虑为她们提供与子女教育相关的激励，而不是仅仅给出高薪和更高的职位。

好消息

瘦与长寿



哈佛大学公共卫生学院的研究小组对两项大型长期健康追踪调查的结果进行分析后发现，那些在60岁时身形最苗条的女性和男性，随后15年中的死亡率分别仅有12%和20%，而肥胖女性和男性的死亡率则分别高达20%和24%。

你有几个好朋友

总觉得其他人都是朋友遍天下，而只有自己落落寡合？发表于《公共科学图书馆综合》上的研究结果显示，这只不过是错觉。为社交焦虑症所困的人事实上往往拥有少但却牢固的友情，而社交达人列出的好友名单中，事实上仅有不到半数将该人定义为朋友。



坏消息

运动之度

虽然步行和骑车通常被认为是有益健康的运动，但发表于《预防医学》上的最新研究指出，在空气污染严重的大城市——如印度德里和巴基斯坦的卡拉奇——每周骑车时间超过5小时的话，由此增加的心脏病和肺癌风险足以抵消可能的益处。



超重的汪星人

发达国家近三分之二的宠物狗存在超重问题，而拉布拉多犬则是肥胖率最高的犬种。剑桥大学的研究小组日前发现，一种名为POMC的变异基因对此负主要责任。拉布拉多犬每多携带一份POMC变异基因，就要比没有此种基因的同种狗重上1.9公斤。



我信任那些拐弯抹角、迂回的途径，我只对自己保持感情……我的壳儿又硬又紧……我欣赏简练、明快和机敏，在这个散漫的世界里，它们皆属罕有。

——毕晓普，《迷路的蟹》

你用互联网查过健康相关问题吗？如果有，那么你并不孤单，搜索引擎中5%以上的搜索请求是与健康相关的……这个现象太普遍了，人们还给这个现象起了个新名字叫上网自我诊断。

——美国卡耐基梅隆大学计算机科学学院院长安德鲁·摩尔

在诗人看来，天底下最重要的，莫过于那些柔美的然而比时代的轰隆声更富有生命力的音响；当一个韵脚和另一个韵脚搭配得非常妥帖时，便会产生一种无法形容的动感，这种动感虽然比一片树叶在风中落下来的声音还要轻，但它却能以自己的回响触及最遥远的心灵。

——茨威格，《昨日的世界》

人必须武装自己，对抗疾病、痛苦、失能，以及早衰，特别是穷人。坚忍成为我们的第二天性，而不是一切归诸宿命。

——罗伊·波特，《极简医学史》



人的心智运转不息，总可能产生或大或小的独特力量，只不过我们的生活处境大多平淡无奇，所需运用的心智只是其中的一小部分；由于人自身的生理条件和世间各种因素的综合，我们经常要遁入息迹静处的状态，因此我们看似无论何时都在思考问题，实际上大多数时候我们除了思考便无可作为。

——塞缪尔·约翰逊



+/-

数字

+ 90
岁

5月6日，距离英国广播公司著名自然科学节目主持人艾登堡爵士90岁生日还有两天时，英国科学国务大臣约翰逊宣布，英国一艘价值2亿英镑的极地科学考察船将会以他的名字命名。此前一个网站邀请民众提议并投票命名该船，“皇家考察舰小舟·麦克船脸号”这一名字获得最多网友的支持，艾登堡排在第四。



30
分钟

美国密歇根大学的科学家们通过分析手机软件获得的数据，发现了世界各地人们的睡眠模式。调查显示，荷兰人睡眠时间最长，平均为8小时12分钟，日本和新加坡人的平均睡眠为7小时24分钟。调查还发现女性睡眠时间要长于男性大约30分钟，中年男性的睡眠时间最少。那些经常在日光下的人们会更早睡觉。



4.07
欧元

来自乌克兰的无家可归男子罗曼·奥斯特里亚科夫在热那亚一家商店试图偷窃价值4.07欧元的奶酪和香肠时被抓到，意大利最高上诉法院判决他无需接受惩罚，因为他的行为是在危急状态下进行的。2015年2月，初审法庭宣判他需为此入狱6个月，付罚款100欧元。

蔡小姐

文 / 红酒提子

图 / 谢驭飞



我吃完零食有一个习惯，不管包装纸的大小和材质，总要折成一个“病假条”的样子摆在一边。很多人问我原由，我也回答了很多次，是小时候蔡小姐教我的。我也问蔡小姐同样的问题，她说是她姥姥教她的。

小时候，我觉得蔡小姐是天底下最厉害的人，从我的饮食起居到课业游戏，只要向她发问，总能在最短的时间里得到最准确的答案。她打开窗子吸一下凉凉的空气，就知道今天要不要添减衣服；她捏起彩纸摆弄几下，就能折一个比电视上还好看的小灯笼。最神奇的是用微波炉加热剩菜，大大小小的盒子让我摸不着头脑，只要拿给蔡小姐扫一眼，三分钟！两分钟！这必定是最合适的时间。在整个童年时代，我都觉得这是一项超能力，而蔡小姐就是我的全能女神。

我小时候淘气无所不用其极，胆子比男孩子都大。蔡小姐见我胆大心细身手敏捷，便不常理会我的小打小闹。有一次我大头冲下倒着滑一个大滑梯，蔡小姐站在一旁和别人聊天，觉得我的滑法颇有新意。一个管理人员看到我简直吓得魂飞魄散，用喇叭把“不负责任”的蔡小姐揪了出来。蔡小姐装模作样拧我的耳朵，显得有点无辜。她只是想让我玩得更开心。那时候网络并不普及，但是每个周末，蔡小姐总能搜罗到好玩的公园和商场举办的各色活动。我们起个大早带上干粮和

相机，一会儿是玉渊潭的樱花节，一会儿是图书大厦的小读者交流会。蔡小姐热爱舞台剧，她带我去看《马兰花》，任我和小朋友一起追着老猫打。我晕车晕得厉害，蔡小姐心疼我，咬咬牙买了一辆小轿车。她总说北京的路方方正正最好找，一本地图带着我穿越大街小巷。

我坐在自行车横梁上、摩托车后座上、汽车副驾驶上长大了，如今的蔡小姐女神依旧，却早已不再全能。她需要摘下眼镜才能看清近处的东西，想玩《愤怒的小鸟》却不知道怎么下载游戏。而那些令我崇拜的本领似乎也在退化。二八月乱穿衣，蔡小姐总会把自己冻着或者热着，有了我的车载GPS，她也不再去读那密密麻麻的地图。如今网络发达交通便捷，她却不愿再搜罗犄角旮旯的地方带我出去玩耍，换成我带她去些新奇有趣的餐馆。她觉得团购是个很高级的东西。

蔡小姐终于变成了蔡大姐，有一天还会变成蔡大妈甚至蔡奶奶。而她在我心里的样子，似乎永远定格在那个风风火火的年轻时代。我一天天长大，她成了我的朋友、我的学生；当我人到中年，她就成了我需要照顾的孩子。时光会老，岁月温柔依旧。蔡小姐仍是慵懒地靠着沙发，将书捧到离脸很近的地方，一双脚在茶几上晃呀晃。我打开窗户用手探一下空气说：“妈，春天已经很暖了，把毛裤脱了吧。”

菜市场的前世今生

文 / 肖遥
图 / 谢驭飞



安妮宝贝改名为庆山后，转型的代表作《得未曾有》里反复提到一个地方：菜市场。书里那位小隐隐于野的厨师喜欢去小镇上的菜市场采购食材，在文字里能看到菜市场诱人的一面：菜蔬瓜果都是第一时间从园子里采摘下来的，鲜、翠、嫩、亮，闪烁着生命的活力，飘荡着泥土气息，令人联想到田园生活的清新诗意。

文字里一般看不到菜市场令人畏惧的另一面：卖鱼的腥味儿、吵架样的叫卖；被人群堵得寸步难行的车辆拼命按喇叭，响得撕心裂肺……不错，在一个开车的人眼里，最恐怖的事就是沦陷于一个占道经营的菜市场。“占道经营”这个词很有阶级感，仿佛这些道路，倒成了受气的小丫头，被恶霸乡绅——摆摊设点的商贩给霸占了。尽管，这条路的前世本来就是菜市场，后来被压缩成了周末集市，再后来，附近的超市开业了，这里连周末也不让摆摊设点了，然后，再拓宽了路，然后，就没有然后了。

我见过最厌恶菜市场的人是一个“成功人士”，他从来不做饭，他家装修时，直接吩咐设计师：“厨房就别设计了，我家人都没时间下厨房的，最多泡个方便面。”他天天出去开会、谈事，饭局多到赶不完，话说成功的人生哪里有时间逛菜市场做饭呢？所以他每次开车走在路上，都会

狠狠地诅咒这些菜市场，他这么一骂，我们仿佛也觉得菜市场真的该死：藏污纳垢、污水横流。那些年，不做饭的人在各个领域都击败了做饭的人，超市完胜菜市场。

不知从什么时候起，微博、微信上“吃货”多了，秀厨艺的也多了，人们对味道格外重视起来，也许，在各种匪夷所思的体验中，人最终发现，只有舌尖上的体验是最靠谱最直观的。但是，去超市真的是件麻烦事，比如说只要买几根葱，开车半小时到超市，堵车一个小时，等空车位半小时，进去以后，默默地拿起用保鲜膜包裹着、闪烁着塑料的光泽的葱，放在推车里快速离开。呵呵，没那么速度，还得排队付款，这个环节也很烦，要么死盯着前面人的后脑勺，要么观察超市收银员和收银机是如何人机一体的，此刻，叫人着实怀念“该死的”菜市场。

该死的菜市场已经死很久了，已经轮回了几世，变成了停车场、商场、立交桥，要找菜市场，得走很远，去某个还没有被现代生活格式化的某小镇，只为走马观花看一眼活动的“清明上河图”。去不了的，就在网上逛淘宝店，找个卖菜的店主呛几句嘴，烦的是，对方常常只挂个头像，人并不在线。☑

信仰

文 / 阿之
图 / 谢驭飞



L 的父亲去世时，她正在阿姆斯特丹参与一个商贸会，而我几乎见证了她父亲最后的时光。我特地在复活节假期前多请一周的假，从布里斯班飞去悉尼，怕他万一撒手人寰，L 的母亲会支撑不住。

认识 L 一家，还是刚到布里斯班留学的时候。学业、社交和金钱带来的压力曾让我备受煎熬，学期过半后，我开始跟风地上教会。上教会是 L 介绍的，我们是诗歌写作课的同学。L 是台湾人，上小学时移民澳大利亚。她说她从我的习作集里提炼出关键字“孤立”。我们去的教会有个互助小组，L 的母亲是组长。她很和蔼，我叫她“师母”，她不置可否，第二次礼拜结束后，她邀请我到她家去吃午饭。

第一次去他们家的时候，L 的父亲无精打采地躺在轮椅里，努力地对我挤出一丝微笑，师母说：“你以后就叫他‘师父’好了。”师母每次进餐前，都会号召餐桌周围的人一起祷告。一开始并不知道祷告得闭上眼睛，看到的画面非常滑稽：师母是理所当然的虔诚，L 则充当师母的标点符号，虽然师母语速很快，但每当她祈祷完一件事情，L 都会精准地“嗯”一声；师父则时不时发出嗤笑，而师母祈祷完毕后总会狠狠地瞪他，他则笑得更起劲，师母和 L 也无可奈何地跟着笑。

往师母家跑的次数多了后发现她很得人心，

教会的人如果有各种心结，他们都会来和师母倾诉，有生离死别的大事，也有家长里短的琐事。每当日送师母送走了客人，我都会打趣地说：“师母你拯救了好多迷途的羔羊啊。”她则笑言：“可就是没能拯救你师父啊。”师母后来告诉我，师父当年是偷渡客，正好某年澳大利亚总理为了讨好选民而发了大批特赦令，师父从偷渡客一下子变成了合法移民，并且把师母和 L 也接过来。但长期病态的饮食和生活方式让师父落下了一身毛病，所以养家糊口的重担一直压在师母身上，L 也懂事地早早打了工。我想，也多亏了有信仰的支撑，才能让这个家完整地走到现在。

那个学期是 L 的最后一学期，她其实是学商科的，写诗只是凑学分的选修课。她一毕业就举家迁往悉尼，说是那里有更好的工作机会，同时她也能照顾好自己的父母。早早意识到钱和独立的重要性让她的事业心比孝心还强烈，她对商机的嗅觉简直比缉毒犬还敏锐。

师父的葬礼并不悲怆，事实也证明我对师母的担心是多余的。许多参加师父葬礼的人我在他们家都见过，他们和我一样也是专程从布里斯班赶过来的。师母说，他在临走前的三天终于受洗了，“你看他笑得多么安详”。我笨嘴拙舌地语塞，只是暗暗揣测，她一定希望下一个受洗的人是 L。☑

鸟人

文 / 卡尔
图 / 谢驭飞



K最近老是在做一个奇怪的梦，梦见自己变成一只飞鸟，盘旋在小镇上空，一群小孩子仰着头好奇地凝视着他，眼中充满欣喜。K刚想跟孩子们打招呼，突然听见一声枪响，接着自己就掉在地上，慢慢地化为乌有。K被惊醒了。他赶紧摸摸自己的身体，没有变成鸟的模样，依然完好无缺。K觉得这个梦包含着某种启示，他忽然意识到自己该为孩子们做些什么，尽管已经是70岁的人了。

K曾经是个鸟类学家，退休后就回到他成长的小镇。平常日子里，K喜欢跟小镇上的孩子们讲他做鸟类学家时的趣事。心情好的时候，K还会模仿各种鸟叫声，但孩子们却是一脸的疑惑，争先恐后地问K那些鸟儿长什么样、能飞多高，还嚷嚷着让K教他们学鸟鸣。K看着眼前的这群孩子们，感到有些悲哀。他们长这么大居然没有见过一只真正的鸟儿。

K记不清从什么时候开始就再也没有在小镇上空看见过鸟儿了。K很清楚这是人类自食恶果，但孩子们是无辜的。他决定装扮成鸟儿的样子，让孩子们童年多些乐趣。

不过人要像鸟儿一样轻松地飞起来可没那么容易，K很遗憾造物主没能给人一双翅膀。K没有把自己要成为鸟人的想法告诉任何人，他习惯了独来独往。K花了一个多月的时间按照鸟儿的

模样制作出了一双巨大的翅膀，来到人烟稀少的原野拼命地跑起来，希望借助风的力量让自己飞到天空去。然而他老了，没跑几步就累得气喘吁吁。K可不是个轻言放弃的人，经过千百次的失败后，他最终成功地飞起来了！虽然样子很笨拙、时间很短暂，但他已心满意足。

小镇的人们很快注意到了鸟人的存在，他们知道那是K，没有人冷嘲热讽。听着K发出的鸟语，大家仿佛一下子回到了过去，一种莫名的感动涌上心头。K就这么不知疲倦地飞着，在黑夜，在白天，原本死寂沉沉的小镇恢复了些许生机。终于有一天，K飞不动了，疲惫的身躯归于尘埃。人们为他举行了葬礼，依照他的心愿在他的墓碑上刻下了泰戈尔的那句诗：“天空没有留下鸟的痕迹，但我已飞过。”后来，慢慢的，人们发现小镇的鸟人越来越多。☑

本栏目投稿邮箱：mensula@sina.com



Supersonic 低噪音吹风机

戴森新款吹风机外形时尚靓丽，内置的第九代数码马达加强了对风力和湿度的精准控制。其独特创新在于依靠核心 Air Amplifier 技术支持，Supersonic 气流吸入的速度是传统吹风机的三倍。手握手柄时便可感觉到涡流减少，屏蔽掉了噪音干扰。

一滴不剩的牙膏管

英国的 Butterfly Technology 科技团队在科技真人秀节目“Dragon's Den”中展示了一款名为 Squeeze With Ease 的高效牙膏管。设计者秉着节约资源和成本的目的，在管子底部装有一个类似气囊的装置。随着牙膏的减少，气囊会被逐渐顶到口部直到用完最后一滴牙膏。这款小设计因融合了符合人体的动力工程学而受到好评。



挂在墙上的“月球”

起名为 MOON 的实景月亮灯，是 Oscar Lhermitte & Kudu 设计团队根据 NASA 公布的月球数据精确按照比例以 3D 打印方式制成。它将月球的地形地势精准描绘，甚至能够反映某一阶段的月相，同步真实运行轨迹。它为房间增添了一丝太空神秘感。





自动上链腕表

著名演员“抖森”汤姆·希德勒斯顿 (Tom Hiddleston) 身着一袭全黑修身西服搭配黑色领结出现在了美国白宫晚宴现场，手腕上佩戴了一块简约优雅的万宝龙明星经典自动上链腕表。



Lon Duo Deck 多功能播放器

这款超便携的 USB 胶片播放器在底部还配有磁带卡座。这种卡带兼黑胶唱片的两用式播放器让人在怀旧和经典中自如切换。内置扬声器还可便于户外或车内播放。磁带和唱片内容还可连接电脑用数字格式储存。



断木美戒

Secret Wood 设计工作室利用断木层次切面雕刻成层峦起伏的山脉，并用蜂胶粘连营造出四季之风——生灵植物、自然沙漠景观生动呈现。最后将它们用切割机打造成独一无二的戒指。灌木坚韧永恒的美好寓意也被雕刻进这份脱俗的创意里。

水晶玻璃球音响

这款纯玻璃材质的音响 FiPo 是哈曼国际工业水晶音箱设计的最新创意。选用玻璃做主材质不仅在声音传播中更有穿透力和共鸣感，同时也给人一种干净透彻的视觉冲击感。



星辰胸针

蒂芙尼 2016 Blue Book 高级珠宝中的“星辰胸针”，灵感来自品牌 20 世纪三四十年代的珠宝设计草图，珠镶红色碧玺与特别切割的长棍形钻石形成星形几何效果。

多彩木椅

汉斯·韦格纳设计的 CH88T 榉木椅于 2014 年首次生产，如今增加了多种色彩选择。椅子以椭圆形的木质椅面为特征，蒸汽弯曲的木质靠背形成柔和的曲线。



几何图案

芬迪 2016 春夏多彩“Flowerland”系列中的 By The Way 手袋，彩色几何印花图案与蟒蛇皮的天然花纹结合在一起，手柄两端装饰着金属铆钉固定的鲜花形状贴片。



无限时钟

Bosa Ceramiche 的“无限时钟”，钟面上的两根指针都是由圆环构成，当它们交错在一起时，形成一个有趣的视觉结构。

多功能台灯

触摸型、可调光的 Cubert 台灯属于多功能的 LED 桌灯，灯座中结合了两个电源插座和两个智能 USB 充电端口，可以随时为电脑、手机等设备充电。



那不勒斯万岁

Alessi 新款“那不勒斯万岁”瓷质比萨盘重新演绎了那不勒斯的一些经典图标：潘趣先生正忙着准备烤制比萨饼，背景是那不勒斯海湾和维苏威火山。



织纹表盘

Harry Winston Premier 系列“珍贵编织”腕表采用日本传统的编织技艺，蚕丝金线与银色珍珠母贝薄片互相交叠，交织出美妙的织纹图案。



减肥的传说与真相

我们为什么会变胖



人类基因并不能适应现代社会的高能量饮食

主笔 / 徐菁菁

今天的世界，脂肪是全民公敌。一方面似乎人人都在减肥：你的身边一定有人在跑步、跳操、节食、轻断食，试图减轻体重或者控制腰围的增长；另一方面，人们却在变得越来越胖。

去年5月，权威医学杂志《柳叶刀》发表了一项时间跨度超过30年、空间跨度188个国家和地区的研究。研究显示，全球肥胖或超重人群已经达到了21亿人，这差不多相当于30%的地球人口。根据中国国家卫计委发布的2015年《中国居民营养与慢性病状况报告》，我国18岁及以上成年男性和女性的平均体重分别为66.2千克和57.3千克，成人超重率为30.1%，肥胖率为11.9%，比2002年分别上升了7.3和4.8个百分点。中国已经成为世界超重和肥胖比例增长最快的国家之一。

从医学的角度看，肥胖已经成为全球性重大的公共卫生问题。世界卫生组织指出：脂肪过多会导致种种严重的健康后果，比如心脏病和中风等心血管疾病、二型糖尿病、骨关节炎等肌肉骨骼疾患，以及子宫内膜癌、乳腺癌和结肠癌等一些癌症。这些病症会造成过早死亡和严重残疾。为应对这一挑战，包括中国在内的许多国家已经将肥胖定义为一种疾病。

然而，在公众的视野里，作为疾病的肥胖依然面目模糊：公众并不熟知肥胖的医学诊断标准；并不认为需要寻求医学干预来解决体重困扰；也并不具备管理生活方式，预防肥胖发生的足够意识和知识。

从根本上，肥胖可以被视为人类生物本能与现代生活相矛盾的产物：在过去200万年食物紧缺的环境中优胜劣汰脱颖而出的人类基因，在工业化社会物质充裕面前无所适从。正因为如此，肥胖拥有区别于其他疾病的复杂性。它远非一个医学范畴的问题，而与整个社会生产生活形态和社会关系紧密联系。

物质的丰富使瘦成为一种稀缺资源。“二战”以后的消费社会里，人类变得无所适从：食品工业发掘人对于食物的天生渴求，尽可能地增加加工食品的消费，使人们变得越来越胖；与此同时，服务产业最大限度地发掘人对稀缺的瘦的渴望，激发着一轮又一轮以掌控身体为目的的消费需求。

两者之间的张力使人们在与肥胖的斗争中走向另一个极端。对体重增长的恐惧导致进食障碍逐渐成为一种十分流行的社会病。西方的研究显示，以女性、30岁前、经济水平高、发达地区的人群为主要患病对象，12岁至20岁的女性患病率为1%至3%，病程如有迁延，则会有5%至15%的患者死于营养不良、感染和衰竭，个别死于意外和自杀。2013年，上海女大学生中可疑的进食障碍患者高达17%，而在7个城市开展的调查则表明，20%至30%的中学生有进食障碍的行为。北医六院进食障碍病房的主任医师李雪霓指出：接下来的一二十年，中国进食障碍的发病率会出现一个高峰。

现代医学尚未给肥胖提供一劳永逸的治疗方法，更不可能为消费社会制造的体重恐惧开出药方。但这并不意味着我们无计可施。以医学的基本常识出发，在现代生活中寻找平衡，实现对自我的认同与和解，这是我们每一个个体所能追求的目标。■

减肥为什么那么难？

记者 / 曹玲

在现代社会，减肥是一种让无数人前仆后继的“运动”，生命不息减肥不止。然而，成功减轻体重、又能成功保持的人只占很少一部分，减肥为什么那么难？

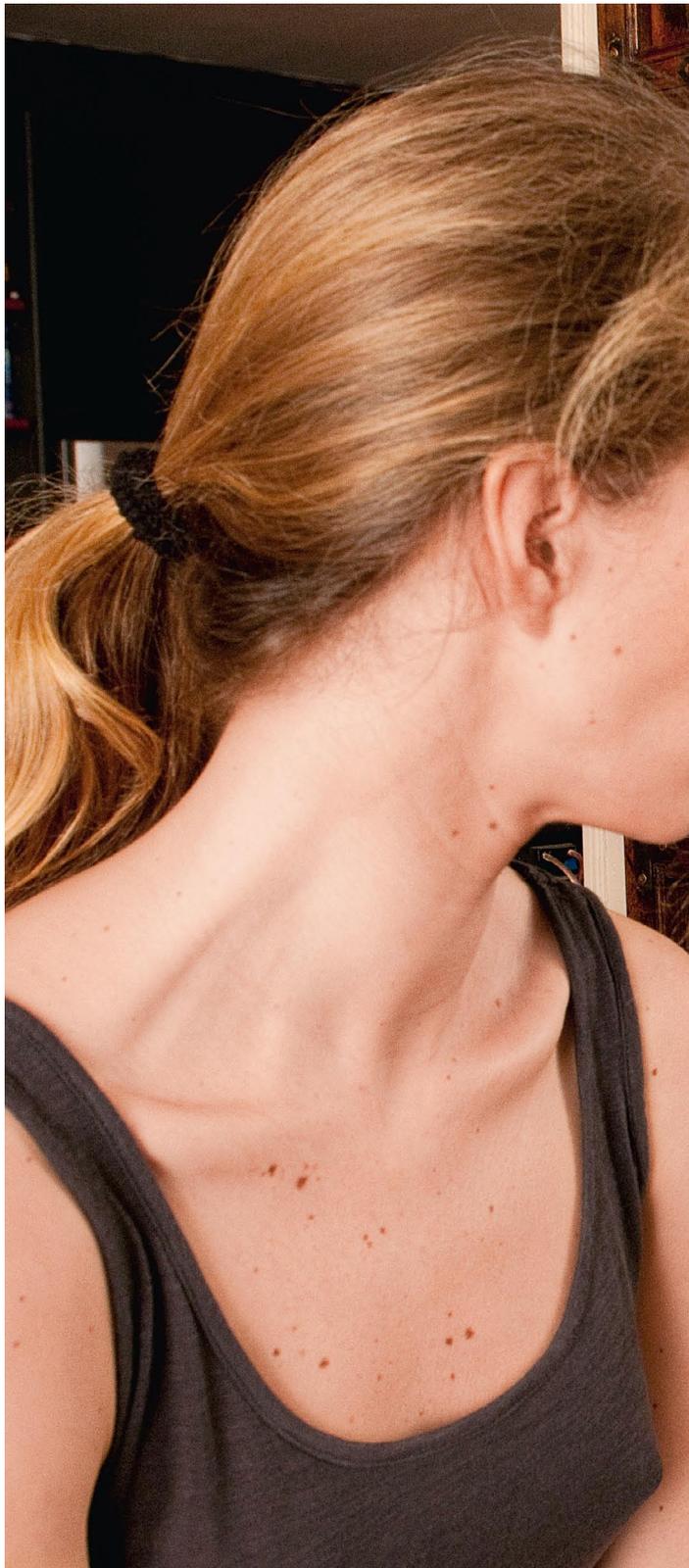
肥胖是一种病吗？

2013年6月，数百名参加美国医学会年会的医生进行了一项投票。投票的结果是，美国医学会承认肥胖是一种病，需要一系列干预措施来推进肥胖症的治疗和预防。

多年来，人们一直在讨论应该将肥胖视为一种疾病，还是继续认为它是一些疾病的风险因素，比如二型糖尿病。2013年，美国医学会年会召开前的几个月，学会曾让自己的科学和公共健康委员会研究这个问题，委员会提交了5页的意见书，认为肥胖不应该被认定为一种疾病，有几个理由：

一方面，肥胖不符合医学上疾病的定义，它没有任何症状，也并非总是有害的，事实上在某种情况下它的保护性大于破坏性。

另一方面，一种疾病按照定义涉及正常的身体功能出错。但是许多专家认为，肥胖只是某些人身体把能量转化为脂肪储存起来的效率更高。人类历史的大部分时期都是吃不饱的，在这种情况下，胖子比瘦子的能量利用更有效率。但是目前我们生活在一个食物更加富足的时代，对大多数人而言，大部分时间不活动也不需要储存脂肪。但是这仅仅意味着环境的改变速度远远超过了人类的适应能力，并不能说明肥胖就是一种病。



患有厌食症的女性。因为惧怕肥胖，一些人步入减肥误区，由心理而生理患上疾病



最后，委员会担心如果把肥胖当作一种病，可能会伤害患者，造成对体重更大的耻辱和偏见，把人们推进不必要和最终无效的“治疗”。

美国医学会并没有同意委员会的观点，压倒性的投票认定肥胖是一种疾病。顷刻间，美国超过 7800 万成人、1200 万儿童成了病人，这在美国引发了很大的争议，媒体上出现了诸多反对的声音。

《大西洋》月刊刊登了印第安纳大学医学教授理查德·冈德曼撰写的文章《肥胖真的是一种病吗？》，文章嘲讽道：“今后当我们遇到肥胖人士，我们是不是该向他们投去关切的目光，询问他们身体如何？我们要不要为肥胖的家人和朋友送上鲜花和祝他们早日康复的卡片？”

“肥胖对人体有害吗？对一些人而言，尤其是那些严重超重的人，答案几乎是肯定的。少吃多动对肥胖者有好处吗？答案也是肯定的。但这些并不能说明肥胖就是一种疾病。对许多人而言，多长几磅肉对身体无碍。因此，在把肥胖者界定为病人之前，我们理应三思。”在他眼里，肥胖不是病，只是诱发疾病的风险因素。

美国耶鲁大学预防研究中心主任、《儿童肥胖》杂志主编卡茨 (D.L.Katz) 也在《自然》杂志发文，反对肥胖是种病的观点。在他眼里，就像呼吸空气一样，我们积累脂肪也是身体的一种本能，即倾向于肥胖乃是正常的生理功能。

这些反对的声音并没有改变大部分医生的认识。事实上，1948 年，肥胖就被国际疾病分类体系定义为一种疾病。1997 年，世界卫生组织肥胖问题报告称，肥胖是一种严重的公共卫生及医疗问题。现代教科书的观点是：肥胖是一种代谢综合征，可以认为是一种慢性疾病。

明显的超重与许多健康问题呈正相关，这些健康问题中的一些是许多疾病的危险因素，例如高血压、高血脂、睡眠呼吸暂停等等。其他的一些是根据个体自身情况而发生的疾病，例如心脏病发作、中风和骨关节炎。肥胖同样是一些癌症的危险因素，包括子宫内膜癌、乳腺癌和结肠癌等等。

“很多超重的人并没有意识到肥胖是种病，很多人给自己找一个理由叫‘健康的胖子’，除了胖没有别的问题。”北京大学第一医院内分泌科袁振芳医生说，去年 6 月开始，她联合医院 5 个学科开设了减肥门诊。



体重是一个硬性标准，但不是一个绝对标准。除了 BMI 指数，还有腰围也是一个标准，除此之外人体的脂肪含量是衡量肥胖更为准确的指标。

“根据临床检查结果来看，健康的胖子极其罕见。有研究表明当年健康的胖子随访 8 年之后，健康的比例明显低于体重正常的人。从长远看来，健康的胖子是不存在的。”

很多研究能证实这一点，澳大利亚研究人员追踪了 10 年新陈代谢正常的健康型肥胖者，研究表明虽然最初他们各种生物标记物的指标都正常，但是更容易发展出代谢异常和糖尿病，其中三分之一的人在研究结束时已经不健康。另外一项长达 20 年的研究表明，一半最初健康的胖子变成了不健康的胖子。

什么样的人才算是肥胖呢？肥胖是很难被描述的，它通常依据身体质量指数 (BMI) 来定义。BMI 等于体重除以身高的平方。亚洲人和欧美人属于不同人种，所以中国人的 BMI 在世界卫生组织标准的基础上进行了调整，目前中国成年人的 BMI 在 18.5 ~ 24 通常被视为正常，24 ~ 28 被视为超重，28 以上被视为肥胖。BMI 不考虑脂肪含量、脂肪类型、肌肉含量、年龄、性别等诸多因素，尽管存在诸多缺陷，医学界依然使用 BMI 作为指导。

但 BMI 并不是衡量肥胖的唯一指标。在北京大学第一医院的减肥门诊上，我们看到了一个双腿修长的 34 岁女性，她的 BMI 处于标准范围内，但是腰围超标，即所谓的苹果型身材，并且有糖尿病。“这种中心性肥胖也叫肥胖，她需要减少体脂含量。”内分泌科医生袁振芳说，“体重是一个硬性标准，但不是一个绝对标准。除了 BMI，还有腰围也是一个标准，除此之外人体的脂肪含量是衡量肥胖更为准确的指标。”

如果以体脂含量为标准，就连我这个一直被认为偏瘦的人也快要进入肥胖人群行列。我和患者一起进行了 InBody 测试，仪器对我的人体成分进行了分析。“肥胖分析”一栏显示，我的 BMI 为 19.1 (标准值 18.5 ~ 24)，体脂百分比为 27.4 (标准值 18.0 ~ 28.0)，基础代谢率 1184 千卡。

和我一同测量的还有医院工作人员王医生，她 47 岁，很瘦，BMI 只有 18.9，体脂百分比 21.9，基础代谢 1134 千卡。

减肥门诊的营养科医生杨丽华告诉我，作为一位不到 35 岁的女性，我的体脂百分比有点高，肌肉含量有点少，新陈代谢率数值较低。相比 47 岁的王医生，我的代谢率数值不理想；相比杨医生，我的代谢率也比她低很多，而她已经 50 多岁了。

我对这个数值一点也不感到奇怪，王医生经常锻

炼，有时候还跑个半程马拉松，杨医生多年来也有去健身房的习惯。而我呢？有孩子这两年，工作之余几乎所有的时间都在带孩子，完全放弃了运动，更不要说像以往那样在颐和园暴走或者逛街一整天。杨医生给我的建议是增肌减脂，如何才能增肌减脂？答案很明显，多运动，多吃高蛋白的食品。“带着孩子，以他的运动强度和时间散步可以增肌吗？”杨医生笑着摇了摇头。

我明白，改变生活方式对我来说不是一件容易的事情。和没有孩子之前的生活相比，我没有特意去运动，步行时间也少了很多。如今我住在郊区，每天开车去超市，开车去上班，开车去吃饭，开车去儿童乐园，几乎开车去一切要去的地方。住在城里的时候，我步行去超市，步行去菜市场，步行去吃饭，步行去地铁站，诸多生活所需都在走路范围之内。专门抽时间去运动在孩子上幼儿园之前似乎不太可能，唯一有可能改变的，似乎只有找机会多走路。

步行是一种看起来能够坚持久一点的办法。友谊医院进行减肥手术的外科医生张忠涛说，因为坚持锻炼很难，所以选择了快走这样的锻炼方式，隔几天就去走上1.5万步。间隔的时间也是根据时间灵活安排的，步数从1万出头到1.5万步不等，走完就通过APP发布到微信朋友圈上。4年来，他的腰围、BMI都从超标降低到正常标准，高血脂也消失了。“我为什么要锻炼呢，说实话是因为我贪吃，运动完就可以吃自己想吃的东西，就没有负罪感了。”他说完这话，因为自己的实诚而不好意思地笑了。

为什么节食和运动不一定有效？

北京大学第一医院每周四都会开展一天的减肥门诊，内分泌医生、临床营养师、康复运动师、外科手术减肥医生以及减肥针灸医生都会加入这个门诊，上午以讲座的形式对患者进行教育，中午大家在一起吃一顿减肥餐，下午医生针对每个人的情况进行治疗。

当天的减肥门诊来了7位患者，除了那位双腿修长的女性，其他人BMI全部超标，有几位体重超过了200斤，一些人还有糖尿病等代谢问题。每个人都有反复减肥失败的经历，有人节食减下来几十斤，有人运动减下来几十斤，结果又反弹回去，甚至比以前更胖。

杨丽华医生给大家讲每种食物的卡路里：“杏仁

15克（11~12粒），等于一勺油（10克）的热量，90千卡；15克花生米（18粒），也等于一勺油的热量；一个馒头（75克）180千卡，喝一瓶果粒橙等于吃一个馒头；吃一块巧克力要走半个小时。”

“有的人说，我吃得不多啊，怎么还那么胖？仔细问了才知道，她饭是吃得不多，但是还吃了半斤瓜子。”

根据能量守恒定律，你变胖，一定是吃得多，动得少，摄入大于消耗。这几乎是医学界的通识，听起来很简单的道理，做起来为什么就那么难？为什么有那么多节食、运动减肥失败的人呢？

有一个叫作体重“调定点”的学说可以解释这个问题。这个学说认为，你的大脑对体重有自己的看法，它会努力把身体保持在一个固定的值，这就是你的体重调定点。它并不是一个点，而是一个4.5~6.8公斤的体重范围。调定点的范围因人而异，由基因和生活方式等因素确定。你可以通过改变生活方式在这个范围内调节自己的体重，但是如果想让体重稳定在这个范围之外的某个数值就非常困难了。研究表明，一个人的体重在调定点上时，能保持更高效的体能和更稳定的乐观情绪。

大脑的体重调节系统是非常强大的，它根本不管你是否认同它制定的体重。如果你从150斤减到120斤，大脑会理所当然地宣布进入饥饿警戒状态，利用一切可能的办法让体重恢复到正常值。接下来身体会发出一系列化学信号告诉身体要增重，另外还有一系列信号要求身体减重，然后整个系统就像一个恒温器，通过调节饥饿感、食欲和运动等因素对身体信号做出反应，在外界条件变化的情况下让你的体重尽量保持稳定。

如果体重低于调定点，为了达到返回调定点的目标，你的身体开始新陈代谢减慢，试图节约能源，努力更有效地利用卡路里。你可能会睡得更多，体温下降，这就是很多神经性厌食症患者总是抱怨冷的原因。随着体内脂肪丢失，食欲可能会增加。体重下降太多后，许多女性会闭经。基本上当一个女性的体重太低，她的生殖系统会关闭，因为身体无法处理怀孕这个复杂的过程。

这种大脑反应是减肥为什么这么难实现和难维持的重要原因之一。绝大多数战胜肥胖的人很有可能在接下来的5年里反弹，有报告称：“2002年，2.31亿欧洲人试图以某种形式的饮食来减肥，只有1%的人



实现永久减肥。”

那么，为什么体重调定点上去容易下来难？俗话说，胖来如山倒，胖去如抽丝。“体重肯定是上去容易下来难，因为人类的祖先或者说所有的生物，在地球上长期面临的都是食物匮乏的局面，基于这个现状，所有动物都有的本能就是，第一，会很敏感地感觉到饿，饿了就会吃；第二，有吃的就会尽可能多吃，以保持能量储备。”浙江大学生命科学研究院教授王立铭说。他曾研究了果蝇的觅食行为，并撰写了一系列关于减肥的科普文章。

“只有工业革命之后的一两百年人类才大面积实现了食物充足，超市、饭店、家里的冰箱都很容易找到足够的食物。但是，进化多年形成的本能在一两百年间是不会被调整的，这样的本能遇到食物空前丰富的时代，一个必然的结果就是无时无刻不被食物所诱惑，体重很容易增长。所以说，胖上去是顺应自然，

减下来就是反本能，是很难的。”王立铭所表达的，即是有名的“节俭基因假说”。该假说认为：人类自远古至不远的过去因食物的来源十分不稳定且无法长期保存食物，而一直处于饥饿的威胁下。因此，在那些年代，人类为了尽量使体内聚积能量，往往一旦获得食物，每个个体都尽可能多地食用食物，以为可能接踵而来的食物匮乏做好准备。在经历了反复的饥荒选择后，那些具有生存优势的个体被自然选择保留下来，而缺少“节俭基因”的人就难适应严酷的自然环境惨遭淘汰。通过一代一代的传承，久而久之人们大都具有了这种基因。

在整个人类历史中，相比过度饮食，饥荒才是个更大的难题，这导致我们很难瘦下来。这真是一个让人伤心的事实，难怪有的研究人员说，恨不得带自己研究的胖人回到古代。

美国有一位叫桑德拉·阿莫特（Sandra Aamodt）



左图：西班牙马德里街头品尝甜食的人们

右图：美国第一夫人米歇尔·奥巴马和华盛顿奥尔小学的孩子们一起运动

的神经科学家，之前是《自然·神经科学》杂志的主编，2015年写了一本叫《为什么节食让你变胖》的书。她非常详细地研究了这个问题，阅读了上百个关于大脑如何和减肥进行对抗的研究，从而改变了自己30年来对体重的认识。

从13岁开始，阿莫特几乎每年都要减肥十几斤，然后又反弹。20多岁时，依靠最严格的饮食，她一度减重到110斤，比正常体重低25斤。然后她很不明智地想减得更多，但是卡住了。每天的极低热卡饮食（不超过800千卡），加上每天早晨在健身房挥汗如雨一个小时，结果是数月后并没有瘦下来一两。当她放弃减重，试图保持体重时，体重又回升了。

幸运的是，她回到了最初的体重，并没有再往上增加。研究表明，5年以后，41%的节食者体重比最初更重。长期研究表明，接下来的15年，节食者更可能比非节食者更胖。这种现象在不同的种族、性别、

年龄段中都存在。

饮食和体重增加之间的因果关系，也可以通过研究那些有外在减肥动机的人，比如拳击手和摔跤选手，他们的饮食需要适合他们的体重级别。2006年的研究发现，在芬兰的精英运动员中，那些对体重有要求的运动员，相比其他类型的运动员，在60岁时肥胖的比例是后者的3倍。

为了验证这个想法，研究人员反其道而行之。他们研究了一个针对进食障碍的在线项目，这个项目通过减少女孩变苗条的欲望，从而让她们更少地节食，以此来预防未来体重增加。参加这个项目的女孩在接下来的两年里体重保持稳定，相比之下，那些没有进行干预的同龄人体重增加了几磅。

为什么诸多研究都表明节食会导致体重增加呢？阿莫特解释：首先，节食会导致压力。限制热量会让身体产生压力荷尔蒙，作用于脂肪细胞，增加腹部脂



24岁的厌食症患者克洛伊（左）在法国巴黎的安诺尔援助中心接受心理医生的催眠治疗

肪。腹部脂肪和糖尿病、心脏病有关，无论你是否整体超重。

第二，体重焦虑和节食能预测之后的暴饮暴食，以及体重增加。青春期早期标榜自己节食的女孩，在接下来的4年里更可能超重。有研究表明，经常节食的少女，两年后暴饮暴食的可能性是不节食少女的12倍。

就像研究预测的那样，因为反复节食，阿莫特最终患上了暴食症。在研究生阶段她的压力很大，开始暴饮暴食，半夜3点钟还要吃完一罐冰淇淋或者一盒黄油沙丁鱼。“想吃的欲望很强烈，哪怕吃到不舒服了也一样。”幸运的是，当压力得到缓解，她能够停止。“当时我很害怕，觉得自己失控了。后来我知道，暴饮暴食是常见的哺乳动物对饥饿的正常反应。”

我们对体重调节的了解大部分来自对啮齿动物的研究。老鼠们的饮食习惯和我们相似，喜欢的食物和我们相同。当食物丰富时，不同老鼠会增加不同的重

量，影响体重的基因也和人类有相似的效果。在压力下，啮齿类动物会吃掉更多的甜食和脂肪含量高的食物。它们的命运和我们一样，实验和野生的啮齿动物在过去几十年里越来越胖。

在实验室，研究人员让啮齿动物学会了暴饮暴食。先是5天的食物限制，之后2天不限量供应奥利奥饼干，数周后老鼠患暴食症。之后4天，给它们施加一个短暂的压力，发现它们吃掉的奥利奥数量是那些受到压力但没有食物限制的老鼠的2倍。反复的食物剥夺会改变大脑中多巴胺和其他神经递质的变化，这些神经递质能影响动物大脑的奖赏机制，增加它们觅食的动机。这也许可以解释为什么暴饮暴食，特别是当节食停止之后，大脑的变化能持续很久。

对人类来说，节食也减少了大脑体重调节系统对身体的影响，我们依靠规则而非饥饿来进食。心理学家把人群分为两种，一种遵从自己的饥饿感进食，另一种用意志力来控制进食，就像大多数的节食者一样。

心理学家把他们称作“直觉进食者”和“控制进食者”：“直觉进食者”超重的可能性更小，而且他们思考食物的时间更少；“控制进食者”更容易受到外界的暗示，在广告、超大份食物和胡吃海塞的自助餐面前，抵抗力更差。“长期节食者更容易因为情绪而吃。当节食者长期忽视他们的饥饿感，终于耗尽他们的意志力，他们会吃得过多，因为所有这些原因，导致体重增加。”阿莫特说。

如果节食不起作用，我们该怎么办呢？阿莫特建议专注饮食，关注饥饿和吃饱的信号，重新学习依靠大脑的体重调节系统下达的命令来进食。很多情况下，增重都是因为不饿的时候进食而造成的。“让你的饥饿感决定你什么时候要吃，允许自己想吃多少就吃多少，然后找到让身体感到舒服的量。坐下来，专心而有规律地进食，在你开始吃东西和停止的时候，想一想你的身体有何感受。”

6年前，她终于放弃了节食，用了约一年来学会和食物和平相处。“现在我在食物面前是如此的放松，我一般都不会去想它，食物也不再带有可耻的一面。”她说，“根据个人的体重调定点，专注饮食可能会减轻体重也可能不会，但是你会更快乐。”

除了专注饮食，阿莫特认为运动对于减轻体重非常重要。运动对健康的好处无可置疑，但是很多人又面临多动多吃的困境，运动消耗的能量不自觉地就被吃回去了。

减肥门诊的医生反复教育来就诊的患者：“你不能运动半个小时之后又去吃饼干，吃高热量的食物，或者觉得运动之后就可以放开大吃了。”锻炼消耗的热量比很多人想象的要少很多。30分钟的慢跑或者游泳可能会燃烧350卡路里的热量。许多人，肥胖或者健康，都很难保持每天30分钟剧烈运动的锻炼方案。而医生以及各种健康机构向我们推荐的运动频率都很频繁，比如减肥门诊的推荐是：“最好每天运动，每周3~5次以上，每次间隔不超过48小时。”关于运动的效果能维持多久这个问题，研究人员意见不一，有的认为可以维持60个小时，有的认为只能维持不到两天。这就像吃药一样，药物会在一定时间内保持特定浓度，以达到治疗效果，运动给身体带来的变化也会随着时间的推移而下降，你要尽量缩小两次运动间隔的时间。

无法坚持运动，运动以后忍不住又吃，这是因为人缺乏意志力吗？“减肥这件事需要生活方式的改变，但它绝不能仅仅理解成是一个个人意志的问题。我们

代谢迷思

瘦人代谢率更高：错

通常来说，答案是相反的。你的体重越大，每天需要燃烧的热量越多，以保持你的身体正常运行。但是也有例外，一种称为KRS2的基因突变，能够降低细胞代谢葡萄糖和脂肪酸来提供能量的能力，这个突变在肥胖人群中是苗条人的两倍。尽管如此，这样的人很少。

中年变胖是必然的：有可能

年龄会引发男性和女性体内激素的变化，这些都会影响你体重增加的倾向。男性的睾酮激素水平下降，从而降低了肌肉的质量，这反过来又降低了总代谢率。而雌性激素的变化会增加食欲，也可能会抑制新陈代谢。不过，如果你保持活跃的状态，吃少一点，随着年龄增长而发胖也并非不可避免。

瘦子消化的食物更少：错

有研究比较了不同体形的人的粪便，发现其中含有的能量差别很小。一般来说，大约3%的热量通过粪便排泄出来。

低温能减肥：对

并非所有的脂肪都是平等的。婴儿出生时有大量的褐色脂肪，这些褐色脂肪能够燃烧脂肪酸产生热量。成年人一直被认为没有这些脂肪，但是现在我们知道，苗条的成年人体内也有一些。志愿者每天6小时、连续10天暴露在15摄氏度的温度下，只穿短裤和T恤，结果显示他们的褐色脂肪增加了。

睡觉能变瘦：也许

剥夺睡眠让你比平时更饿。这有几个原因，它会降低你的饱腹激素瘦素的水平，增加了饥饿激素，影响胰岛素正常释放。然而，睡太多也会增加肥胖的风险。

节食会永久降低代谢率：错

节食会抑制你的代谢率，多吃会通过释放一种称为胃酸调节素的激素增加代谢。然而，很少有证据表明反复节食反弹，会永久钝化你的新陈代谢。事实上，快速减肥的人和缓慢减肥的人，长期来看最终重新增加的重量一样。

运动后继续燃烧卡路里：对

锻炼后，当身体进行恢复和自我修复时，新陈代谢是升高的。这种“燃烧后”效应会持续3~24个小时，取决于持续时间和强度。有些运动持续效果更长，比如重量训练而非耐力锻炼。但是即使如此，它们的差别也很小，而且会随着时间的推移而变小。

空腹运动以燃烧更多的脂肪：有可能

如果你锻炼前吃东西，体内会有更多的葡萄糖，这意味着你表现得更好。如果你禁食，可能会更快地燃烧脂肪，但可能无法保持同样的强度和水平。研究人员建议二者相结合的策略。

可以这样理解这个问题，并不是个人意志导致人好吃懒做，是亿万年的进化让所有动物都好吃懒做。即便我们要改变生活方式，也需要有更多外部介入的手段来帮助改变生活方式，比如说，要从国家和公共卫生层面宣传肥胖的坏处、垃圾食品的危害，控制卡路里摄入和均衡营养的好处，公共卫生系统要提供足够的资源来教育公众，进行早期相关诊断并提供医学治疗。再比如，可以帮助肥胖者形成一个团体，大家互助；或者提供专业人士指导他们改变生活方式；如今的可穿戴设备、互联网等也非常好，有助于人们改变生活方式。”王立铭说。

而减肥门诊，就是一个帮助肥胖者减肥的手段。袁振芳特别希望病人多来复诊，包括减肥手术医生也希望病人隔一个月或者几个月就回来复诊，多听听医生的建议，改变自己的误区，调整生活方式往更好的方向改变。

已经有研究表明，参加专注于保持减肥效果的项目，比如每个月向专业人士咨询至少一次，持续一年或更久，就可以增加人们保持减肥效果的概率。一项针对大于1000名体重降低8.6公斤的人的研究发现，在2.5年中，每月向专业人士咨询的人能够保持更稳定的减肥效果，比没有咨询的人轻1.3公斤。

“控制食欲在食品极大丰富的社会将成为一个长期、持久的问题。它已经超越了个人生活方式和个人意志品质，成为整个人类社会需要长期面对的问题。”王立铭说。

“食欲这个进化史上形成的、对于动物生存至关重要的一个能力，不管是刻意加强它，还是刻意破坏它，都会导致灾难性的后果。刻意加强的结果就是肥胖症，刻意减少的结果最主要的是进食障碍，包括厌食症和暴食症，进食障碍是很麻烦的疾病，现在没有很好的解决办法。”

为什么有人吃不胖？

听说我要写减肥的文章，有好几个人问我，为什么有的人喝凉水都长肉，有的人怎么也吃不胖？

“正常来说，这个世界上不会有喝凉水都长肉的人，也不会有怎么吃都不胖的人。”袁振芳说，差别可能在于，吃相同的食物，进行相同的运动，每个人把能量转化为脂肪的能力有一些差别。

这种差异的核心和新陈代谢有关。新陈代谢指的

是在特定的时间体内发生的化学反应的总和。很明显，它比简单摄入多少卡路里，通过锻炼消耗多少卡路里之间的平衡更复杂。人之间的新陈代谢有什么差异？我们能用知识掌握自己的新陈代谢吗？

17世纪，意大利内科医生桑克托雷斯（Santorio Sanctorius）开始了代谢研究。他用一个特制的称重工具来记录自己吃饭、睡觉、工作、性生活和排泄前后的体重，同时也称量自己吃下的食物、饮料的重量，以及排泄物的重量。通过3年严格的研究，他发现每消耗3.6公斤食物，排泄出1.4公斤废物。他得出结论，其余的能量都通过汗液从皮肤排出了。

如今我们知道，脂肪、碳水化合物、蛋白质和酒精等物质进入我们的细胞，加入一个复杂的生化代谢网络，最终产生能量。多余的糖原储存在肝脏和肌肉中，如果肝糖原或肌糖原已经足够，糖原就会转变成脂肪贮存起来。

新陈代谢的中枢调节器是甲状腺，这是一个位于脖颈前的碟形器官，它能释放出激素，加快细胞产生能量的速度。如果你的甲状腺过度活跃（甲亢），你会变得很热，吃很多东西，但是瘦骨嶙峋。如果甲状腺功能低下（甲减），一方面会使得人变得冰冷、失去食欲，一方面还会增加体重。新陈代谢速度当然可以控制体形，问题是人们会认为自己有代谢缺陷：“这就是我是胖子的原因。”

那么，瘦子的新陈代谢率更快吗？或许事情并没有想象的那么简单。

科学家把人放进一个代谢室测量静息代谢率，这是一个很小的房间，你可以在里面短暂地生活，一般是24小时。在这段时间里，你释放的热量、消耗的氧气、制造的二氧化碳以及排出的氮都会被测量出来，来计算总体的能量消耗。结果发现，静息状态下，胖子比瘦子消耗更多的热量。这到底发生了什么？

首先，胖子要消耗更多能量，维持更多细胞的正常运转。除了数量外，细胞的类型也很重要，比如肌肉细胞燃烧热量的速度比脂肪细胞快3倍，这是男性比女性需要更多热量的原因之一，因为男性的肌肉比例更高；这也能部分解释为什么人们对能量的需求随着年龄略有下降，比如20岁的男性比60岁的男性平均多出5公斤肌肉。除此之外，1公斤肌肉一天只需要消耗13卡路里，同时1公斤心脏或者肾脏组织燃烧440卡路里。虽然肥胖的人有更多的脂肪，他们也有更多不含脂肪的组织和较大的器官。当然，静息状

态下的新陈代谢率并不意味着一切，你越活跃，燃烧的卡路里越多。

但是很多苗条的人宣称他们从不锻炼，他们有什么秘密吗？

有一种可能性是他们比自己意识到的动得更多。一项英国的研究招募了20个自称“沙发土豆”的瘦子和微胖人士，所有人身上都安装了传感器来监测他们的姿势和动作，监测持续了10天以上。即便他们都没有刻意锻炼，微胖的“沙发土豆”每天比瘦人多坐2.5小时，每天有350卡路里热量消耗的差别。研究人员认为，这足以说明一个人的体重如何随着时间的推移而增加。

我们应该承认，一些人天生就比其他更容易发胖。美国学者曾招募了12对男性同卵双胞胎，让他们为科学献身主动增加体重。他们有两周时间正常进食，研究人员计算了他们每天需要多少热量来维持体重。然后每天额外摄入1000卡路里，每周6天，连续14周，相当于每个人多吃了8.4万卡路里。

在双胞胎中，体重增加往往是相似的，但是在不同的双胞胎组中有3倍的差异，增重范围从4~12公斤不等。后续关于其他双胞胎的研究在锻炼减肥的反应中显示了类似的模式，这些研究强烈提示遗传因素会控制我们增加体重的倾向。研究人员一直试图找到答案，迄今为止，他们确定了5个能够预测体重将会大幅度增加的因素：肌肉含量少，整体健康程度低，睾酮水平低（睾酮是最重要的男性激素，可以刺激肌肉增长），对饱腹激素瘦素不敏感，利用饮食中脂肪作为能量的水平更低。

这表明不同的人吃相同的大餐，有人的身体细胞主要从葡萄糖中获得能量（通过消化碳水化合物），有些瘦人更多使用食物中的脂肪，他们也能更好地处理多余的食物而不增加体重。相比有“肥胖倾向”的人，有“肥胖抵抗”倾向的人在睡觉时通过燃烧更多的脂肪对应过度进食。睡眠在体重增加中扮演什么角色的研究仍处于起步阶段。“睡眠是非常重要的时间，你的大脑从一天的记忆中吸取信息，我不知道营养代谢是否也是如此，大脑必须决定我们今天吃了多少，然后燃烧这些热量或者调整明天要吃的食物。”美国丹佛大学内分泌学教授丹尼尔·贝瑟森（Daniel Bessesen）说。

贝瑟森认为，很难找到“肥胖倾向”和“肥胖抵抗”的人之间的差异，原因之一在于，大部分研究只比较

营养补充剂能提高代谢率：可能

许多营养补充剂被健身狂吹捧为燃烧热量的好方法，其中的大部分很可能都不起作用。一些证据表明，咖啡因、肌酸、甜菜根汁和鱼油对你的运动表现有一定的影响，但是可能非常小，改善日常饮食比服用补充剂更好。

频繁吃东西能提高新陈代谢：错

虽然进食会暂时提高你的新陈代谢率，但它也会影响身体对胰岛素的反应，胰岛素是调节血糖水平的激素。一项研究表明，男性分3餐或者14次进食相同的食物，进食没有那么频繁的人代谢率更高，更不容易饿，血糖控制得更好。

一些食物能积极减肥：可能

与流行的观点相反，咖啡和绿茶中的咖啡因不会增加你在运动时燃烧脂肪的速度，但是它可能会减少你的疼痛和劳累，从而使你锻炼得更久。辣椒素是让辣椒具有辣味的物质，可能会通过增加棕色脂肪的活性来增加能量消耗。柚子中的一种物质似乎能改善人体对胰岛素的反应。也有研究表明，纤维素能抑制食欲。

多吃脂肪燃烧更多的脂肪：错

回顾10项研究表明，人们整体的代谢率差别不大，不管他们吃高脂肪、低碳水化合物饮食，比如阿特金斯饮食，或者低脂肪、高碳水化合物饮食。但是人们吃高蛋白、低碳水化合物，会额外燃烧60~120卡路里，可能是因为蛋白质比精制碳水化合物需要更多的能量进行消化。蛋白质也被认为能增强饱腹感，相对不容易感到饥饿。

你必须感到身体在燃烧才有结果：错

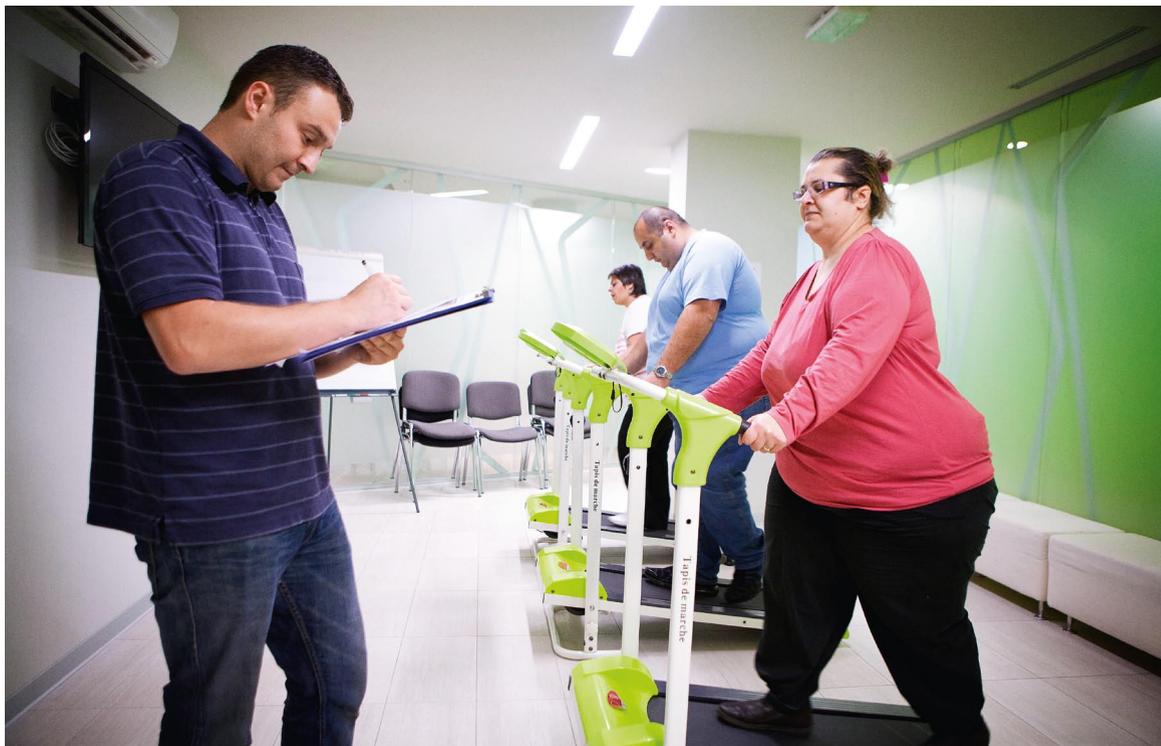
每小时跑步6公里燃烧的热量和每小时步行6公里燃烧的热量是一样的。真正重要的是耐力。一个73公斤的人以11公里/小时的速度跑步，每公里燃烧74卡路里；以这个速度的一半步行，每小时燃烧52卡路里。步行2公里相比跑步1公里，还会额外燃烧30卡路里。

晚上吃东西会长胖：可能

如果你要吃糖或者碳水化合物，早上吃比较好，因为那时你的胰岛素比较敏感。如果你晚上吃东西，你更可能将它作为脂肪储存起来。这或许可以解释：高热量的早餐和低热量的晚餐与少量的早餐以及晚上的大餐相比，更容易减重。

压力大难减肥：对

时间紧迫、账单、孩子，无论什么压力来源，拥有太多压力会使你较难减掉多余的脂肪，尤其是腹部脂肪。这不只是因为当有压力时想吃高脂肪高热量食物，还由于压力激素氢化可的松可能会增加身体所需的脂肪含量，扩大脂肪细胞。较高的压力激素水平与较多内脏脂肪有关。■



法国米卢兹肥胖诊所的病人在接受手术治疗前后都必须在理疗师的指导下锻炼

了人们 24 小时的代谢情况，这“只是一个快照”。“肥胖是营养感知系统整体失败所致，要充分理解它必须采取一种全面的方法，需要观察新陈代谢、食欲和运动数天或者数周。”

使用这种方法，他发现暴食之后的两天，“肥胖抵抗”的人反感高热量的食物，比如蛋糕，他们的大脑对这种食物的图片反应更少。“肥胖倾向”的人在暴食两三天后变得迟钝，而肥胖抵抗的人依然和以往一样活跃。

控制食欲和代谢还可能还有其他被忽视的机制。针对小鼠的研究表明，移植胖老鼠体内的肠道微生物，会使受体小鼠的体重增加；移植瘦老鼠体内的肠道微生物，会使受体小鼠的体重减轻。有一种理论认为，你从食物中吸收的营养成分的数量取决于你拥有的微生物，我们体内的微生物能够检测到我们摄取和释放的物质，这可能会影响到我们的食欲，以及我们燃烧的脂肪数量。但是也有研究表明，个体排泄物中的热量含量差别不大。由此可以看出，针对代谢的研究还远远不够，需要更久的验证。

那么，目前有没有可能帮助人们减肥的可靠方

法？

一种可能是使用瘦人的粪便移植，但是我们首先要更深入地了解微生物是如何塑造我们的新陈代谢的。胃酸调节素似乎也很有前景，这是一种小肠分泌的能够抑制食欲、促进新陈代谢的激素，会在进食时产生。针对肥胖人群的研究表明，定期注射胃酸调节素有助于减肥，但是它离进入市场还很远。

“很多代谢疾病，包括肥胖症、糖尿病、高血压、高血脂等等，本质上都是人类的进化本能和工业社会带来的生活方式之间的矛盾导致的，不太可能出现一蹴而就的方法，比如有种仙丹能一劳永逸地解决这个问题。”王立铭说。

既然变胖就很难变瘦，不如一开始就控制自己不要发胖。减肥门诊的医生就是这样做的，体重管理是一生要持续的课题。在王立铭眼里，管理生活方式很有可能是人类需要持久面对的问题。很小你就要在父母的帮助下管理体重，长大后要知道什么样的运动方式、饮食结构、能量摄入和体重范围是合理的。“夸张一点说，以后如何管理自己的生活方式可能会成为中小学课程的必修课。”

我们创造 化学新作用 让珍稀耕地 爱上好胃口



随着人口的不攀升，对食物的需求也日益增长。为了确保所有人都能享用均衡的饮食，我们携手各方力量推出解决方案，以应对食物生产和供应链所面临的各种挑战。

让更多食物能被物尽其用，因为在巴斯夫，我们创造化学新作用。

分享我们的愿景，敬请访问
wecreatechemistry.com

 **BASF**
We create chemistry



在北京友谊医院接受减肥手术的患者

减肥手术，体重终结者？

记者 / 曹玲 摄影 / 黄宇

究竟什么样的人才会下决心做减肥手术，把自己的胃切掉一大块呢？

临床上有一个减肥治疗的金字塔原则。金字塔的底端是生活方式干预，包括饮食和运动，针对 BMI（身体质量指数）达到 24 ~ 28 的超重人群；中间是药物减肥治疗，针对 BMI 达到 28 ~ 32 的肥胖人群；塔顶是减肥手术，针对 BMI 大于 32 的重度肥胖人群，尤其是 BMI 大于 35 的极重度肥胖患者。

“适合手术的人群 BMI 至少要大于 27，如果在 27 ~ 30，同时有比较严重的糖尿病、高血压、高血脂、呼吸睡眠暂停等肥胖带来的并发症，也是可以做的。但是 BMI 在 27 ~ 28 又没有别的健康问题的人，我们是不建议做的，建议他们通过运动、调节饮食来减肥。如果 BMI 超过 30，即使没有糖尿病这些问题，也是适合手术的，因为他将来肯定会出现健康问题。”北京友谊医院普外科主任张忠涛说。友谊医院几年前开展了减肥手术，从最初的每年二三十例发展到去年的 100 多例，今年有可能会超过 200 例。

在友谊医院，我见到一名乐观的“胖子”。事实上，

现在已经不可以再称她为胖子。去年初手术前，身高1.58米的王薇234斤，如今140斤，一年多时间整整减掉近100斤。

“肥胖的人有两种，一种是特别乐观，什么都不在意；还有一种自卑、情绪低落等问题，这一种人占多数。”王薇的医生孟化说，他是友谊医院普外科的主任医师，做过多例减肥手术。

王薇的乐观让她直到体重发展到180斤时，才想起减肥这回事。高中时她就150斤了，远比其他女生重，但她根本没当回事。她是独生子女，打小吃饭就不受控制，喜欢吃肉，有时吃到吐还要吃，父母也不管。她爱做饭，高中毕业学了中式烹调，后来来了一个坐办公室的工作，每天坐着，嘴一直没得闲，天天吃啊吃，很快长到180斤。“那时候也没有太多负罪感，觉得挺好的。”之后几年，她的体重增加到234斤。

她总结自己发胖的原因就是“吃得多动得少”。“我吃得比别人多。”她又改口道，“其实我吃得也不是很多，就是消化快，刚吃完过一会又开始吃，胃由不得我控制，吃完饭来一个苹果，塞一包薯条，就这样胖起来的。”

2012年左右，她开始急了，想减肥，吃各种维生素、蛋白粉、营养素，花了1万多块钱没收到任何效果。之后开始去健身房运动，几个月瘦了20斤，之后因为换工作不再去健身房，体重很快反弹了。

2014年，她因为重度脂肪肝和卵巢囊肿来友谊医院治病，发现友谊医院开展了减肥手术项目。看完介绍手册，她就心动了：“当时就想做，想尝试。”

那一年，她在人生最胖的时候认识了自己的老公，一个身高1.79米、体重正常、看起来偏瘦的小伙子。他从来没嫌弃过她胖，他说：“胖乎乎的挺可爱。”孟化见了她第一句话是：“她走到哪你跟到哪啊！”

在家人的鼓励下，2015年初，王薇在友谊医院做了袖状胃切除手术。她给我看手机里以前的照片，她拿着自己切掉并充满气的胃，面露笑容。很多患者变瘦之后会把自己胖时的照片全部删除，一张不留，不愿意再面对过去的自己。王薇对自己200多斤时的形象很坦然：“那也是我，以前的我。”

“医生说手术能减轻多余体重中的70%~80%，我当时234斤，前段时间最瘦的时候138斤，现在140斤，基本上减掉了多余体重的百分之七八十。其实想减到100斤也不可能的，我心里明白。”

在我和王薇说话的时候，她老公悄悄地和孟医生说她的“坏话”：“她晚上喝酒，还要喝饮料……”“你

不能管管她吗？”“只有她管我的份儿。”

孟医生立刻严肃起来，转向王薇道：“你可不能这样，饮料是坚决不能喝的，虽然胃变小了，但是饮料喝下去直接进入小肠被吸收了。酒也不要喝，没有营养，全部都是热量。”在孟医生看来，她的减重效果已经达到预期的目的，如果再想减轻体重，只能依靠自己的努力，比如调节饮食和运动，但是一旦放纵自己，回复以前的饮食习惯，体重很可能会反弹。

“我现在已经吃不下很多固体食物，吃多了就想吐。以前吃得比别人多，现在吃得比别人少，只有饮料喝得多。”她反省了一下自己的生活习惯，“我现在还是比正常人胖，我要注意饮食。”

“我们希望患者能够多回医院复诊，以便发现问题及时纠正，更好地控制体形。”孟化说，“这不光是自控力的问题，也是面对疾病的态度。”

“肥胖是种疾病，尤其对于重度肥胖患者而言。比如你的正常体重是120斤左右，如果你长到150斤，可能是因为生活方式等问题导致的，但是如果你长到200多斤，除了不良生活习惯之外，内分泌紊乱也是很大的问题。”孟化说。

他举了个例子，一项研究有三组老鼠：第一组让它们拼命吃，吃不下了就人工插管往胃里灌，让老鼠一直处于过度饮食的状态；第二组老鼠正常饮食；第三组老鼠极端控制饮食，保持在没饿死的状态。4个月以后，第一组老鼠极度肥胖，第二组小鼠体重正常，第三组老鼠极度消瘦。之后把它们放回到正常的生活环境中，第一组和第三组老鼠的体重也慢慢趋于正常。

“人的体重有一个调定点，只要调定点正常，你会逐渐恢复正常。但是这些重度肥胖患者，他们的调定点已经高得不正常了，这是由很多因素导致的，改变生活方式很难减轻体重。袖状胃切除手术能够降低他们的体重调定点，最终达到理想的减肥效果。”孟化说。

目前，国内开展的减肥手术主要是腹腔镜下袖状胃切除术和胃旁路手术。手术都是微创手术，在腹部打5个孔，通过腹腔镜来进行手术操作。袖状胃切除手术切除了胃的主要部分，留下香蕉形的一小溜胃。以袖状命名，是因为手术之后原本被胡吃海塞撑得像气球一样的胃，只剩下袖子那样的一条，根本没有地方盛放更多的食物。

胃旁路手术（也叫胃转流手术，RYGB）则把胃分成一大一小两部分，小胃用来装食物，与小肠的后半部分相接，从而绕过了吸收营养的主战场——大胃与

小肠的大部分。改造后的胃装得少，吸收食物的小肠部分变短，以此方法减轻体重。做完这种手术之后，小肠就被截成上下两部分，再加上绕着胃的一部分，看起来就像个“Y”，所以这种手术的英文名字里特别加进了字母Y。

除此之外，还有一种如今比较少见的可调节胃束带手术，通过在胃上绑一个“绷带”，扼住胃的“喉咙”，让吃下去的食物慢慢下去，吃得自然就少了。

“要说减重效果，胃旁路手术好于袖状胃切除手术，体重减轻幅度大约提高不到10个百分点。但是胃旁路手术更复杂，会出现吻合口溃疡，术后并发症的概率较大，还可能会引起终身的营养不良，比如缺

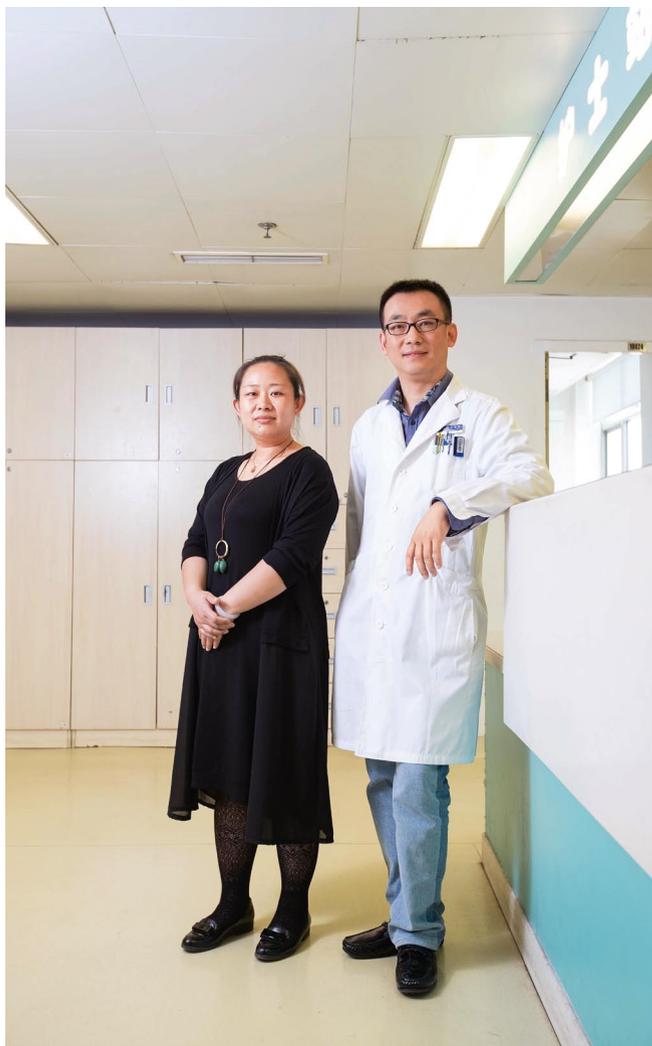
钙、贫血等症状，一辈子都要服用维生素和微量元素。”张忠涛说。

“胃旁路手术目前适合特别胖的患者，比如400多斤的糖尿病人。”张忠涛的病人最重的体重高达480斤，北京人，号称京城第一胖，身高不到1.7米。这种人实在太胖了，腹腔镜进去之后，看到的全是脂肪，胃也找不到。现在肥胖的患者越来越多，张忠涛在做别的手术时也常常遇到肥胖病人。“胖人腹壁厚，有的人有十几厘米厚。做腹腔镜手术，一开始要往肚子里充气，让腹壁气鼓起来才有操作空间。我们用的穿刺针一般15厘米长，一般人用都没有问题，但是往往伸不到胖人肚子里，所以现在有加长的穿刺针，20~25厘米长。腹腔镜进到肚子里后，哪哪都是油，手术操作起来肯定困难。再有一个，很多胖人都会因为长期肥胖造成心肺问题，对手术的安全要求更高。麻醉的风险也挺大，胖人一般脖子短，插气管费劲。所以给胖人做手术还是挺有挑战的，越胖越麻烦。”

胃旁路手术的适应条件有三个：二型糖尿病患者，年龄小于65岁、病史小于15年，胰岛功能处于代偿期。同时符合以上三个条件的，才适合手术治疗。胃旁路手术更适合糖尿病患者，也是一个意外收获。上世纪80年代，减肥手术开始用来治疗肥胖症，后来医生发现肥胖病人的糖尿病病情明显改善，血糖迅速降低，术后胰岛素使用量明显减少。2009年10月，美国糖尿病学会（ADA）年会首次将手术治疗糖尿病作为一种糖尿病治疗方式，列入了专家共识。5个月后，国际糖尿病联盟也发表声明：胃旁路手术是治疗二型糖尿病的治疗措施之一，建议符合手术适应症者应当及早采取手术治疗，预防可能发生的并发症。2010年，中国版糖尿病防治指南也将胃旁路手术列入其中。

但是对于大多数患者而言，医生并不推荐他们做胃旁路手术，因为后来出现的胃袖状胃切除手术临床表现更好。“胃袖状胃切除手术是目前我们做的最多的手术，这种手术的效果很好，引起的不良后果更少。”孟化说。

十几年前，他们也做过二十来例胃束带手术，效果不好。后来这个领域乱象丛生，他们停止了胃束带手术，四五年前转向胃旁路和袖状胃切除手术。“任何一个技术从初始到成熟，至少有10年的验证时间，胃束带手术20多年前在欧美比较流行，但是10年以后人们发现最大的问题是减重效果没有那么好，一部分人会复胖。还有一部分人体重问题解决了，但是一



王薇和她的主治医生孟化

个异物长期在胃里，有长进肉里带来胃穿孔的潜在威胁，迟早要把它去掉。后来，这种手术慢慢就被淘汰了。”

孟化有一个病人，正在等待手术取下几年前在某部队医院做的胃束带，同时进行袖状胃切除手术。这位曹女士47岁，身高1.58米，减肥历程更是曲折。她从20岁体重101斤时开始减肥，运动、节食、减肥药、胃束带手术全折腾了一遍，体重依然满满当当240斤。医生告诉她手术后要吃一周的流食，她反复问，杂粮粥能喝吗？能不能加点黄豆进去打碎呢？孟医生严肃地告诉她，只能喝汤，比如没有米粒的米汤。

因为患者多了，他们建了一个患者群，常常在里面分享自己的生活。最让医生高兴的是，原来自己系不了鞋带，无法合拢腿走路的病人告诉他们“我可以跷二郎腿了”，或者有人说“我能看到自己的锁骨了”。有一阵子，患者流行在群里晒锁骨放硬币，锁骨放鸡蛋。孟化说：“还有人因为肥胖导致月经不调、多囊卵巢，术后一年告诉我们她怀孕了，这些都让我们特别欣喜。”

但是，也有做了手术就觉得万事大吉，不肯改变生活方式的患者。有人喝大量的含糖饮料或者酒精饮料，这让医生万分痛惜。“对于过度肥胖的人而言，减肥手术只能解决生命长河中某个时段的问题，而不是全部问题，你的健康依然在自己手里。”孟化说。☑



北京友谊医院普外科主任张忠涛

《读书》2016年第五期目录

江晓原 穆蕴秋 “影响因子”是用来赚大钱的

李大兴 抚琴弦断上高楼

黄纪苏等 庙堂高耸，人间戏场

李喆 “数”拓新土 道不远人

短长书

人的大脑何以研究人的大脑？（王一方）一个人，一辈子，一件事（陈飞）反学校文化与工人的子承父业（彭斌）

傅谨 红伶残稿，可留真香

顾昕 印度版的市场与政府之争

张治 “法漫”中的古物写生

李建军 丹齐格对抗塞利纳：文学阅读与国家欺诈

许志强 谈论卡佛时我们在谈论谁

余婉卉 《吴宓日记》中的老温德

品书录

记忆、爱与死亡（刘倩）·怡情悦性
天天读（王正宇）·粉红系，治愈系（黄荭）

潘家恩 双面的浪漫与多维的乡愁

赵稀方 从未到来，却已过去

蒋晖 “逆写帝国”还是“帝国逆写”

励轩 民国的汉藏佛教与现代国家

赵志勇 百年风雨《春之祭》

钟乔 《我的诗篇》：纪录电影与诗歌的对话

丁宁 关联性：艺术史思考的一大组结点

刘潞 “清明画谏”千古谜



《读书》
生活需要读书，
丰富生活



读者服务热线电话：(010)84050425, 84050451
读者服务部 E-mail: dzfw@lifeweek.com.cn
邮购地址：北京市朝阳区霞光里9号B座《读书》邮购部
邮政编码：100125 国内代号：2-275

从麻黄碱到氯卡色林，一部减肥药通史

文 / 王立铭

在“管住嘴”之外，我们有时不得不需要寻求药物的帮助来限制能量的摄入。一个自然而然的思路就是人为降低食欲，如果一种药物能让患者觉得没那么饿，或者很快就饱了，就可以降低总的食物摄入量。

减肥药物历史上出现过大约 10 种，经过一些起伏变化，目前仍然被美国食品及药品监督管理局 (FDA) 批准销售的只有寥寥数种。这里面有许多鲜为人知的有趣故事，其中提炼自中草药麻黄的麻黄碱更有着一个历经数十年波折却非功德圆满的故事，堪称生物学基础研究和药物开发相互支持的一个绝佳案例。

麻黄碱是一种从传统中药麻黄中发现的化学物质。早在秦汉时期就已有记载，麻黄的茎煮汤具有发汗散寒、宣肺平喘、利水消肿的功效。经过几千年的传统药用，1885 年，麻黄中的有效成分麻黄碱被日本化学家长井长义提纯出来。此后的几十年里，麻黄碱在西方世界被广泛用于治疗包括哮喘、鼻塞在内的各种疾病。

1929 年，美国化学家戈登·埃利斯 (Gordon Alles) 开始实验各种麻黄碱类似物的药用功效。他在动物身上的实验谈不上成功，于是决定拿自己做试验。他细心地选了一种看起来挺有前途的化合物，给自己来了一针。之后，埃利斯经历了魔幻般的一天，兴奋、幽默、精神亢奋、睡不着觉、满脑子胡思乱想。那种感觉大概就像是中了大奖：首先当然是药物本身的刺激作用，同时埃利斯觉得，自己大概是找到了一种能让人感觉“非常棒”的绝世好药。

在很短时间内，这种简称为安非他明 (Amphetamine/ 苯丙胺) 的药物就成功上市销售并风靡全球。一开始制药公司还小心翼翼地把它的药用范围限制在缓解鼻塞和哮喘——也就是麻黄碱原本的适用症范围里。不过很快，对安非他明的需求就刹不住车了：嗜睡症的患者用它来保持清醒，抑郁症的患者用它来改善情绪；甚至医生还用它来治疗帕金森氏症。在正统的医学使用范围之外，考试前的学生们用它来

保持精力复习功课，卡车司机们用它来在开夜车的时候保持注意力。在第二次世界大战的战场上浴血奋战的士兵们，无论是同盟国还是轴心国，都在广泛使用安非他明药片来保持自己的精气神和战斗力。

“二战”结束后，士兵们解甲归田，他们带回了各种各样战争留下的创伤，也带回了服用安非他明的风潮。也就是在那段时间里，人们慢慢意识到，安非他明会产生严重依赖性和戒断反应，是一种需要严格管制的精神麻醉品。从上世纪 60 年代开始，世界各国开始收紧对安非他明的使用限制。直到今天，全世界仍有数千万人沉醉于安非他明类药物的快感中，人数超过了可卡因和鸦片类毒品的拥趸。

安非他明的结局显然谈不上积极向上，但硬币总有它的两面。目光敏锐的医生们观察到了它在精神“效用”之外的一个意外作用：降低体重。1938 年，美国医生莱斯 (Lesses) 和迈尔森 (Myerson) 令人信服地证明，安非他明能够用来减肥，它能强有力地抑制实验狗的食欲，也有效地降低了受试人的体重。在安非他明日后一步步滑向毒品的无底深渊的时候，这项研究让它的命运峰回路转。

科学家和医生们手里有了这么一种化学物质，它有着确凿无疑的临床减肥效用，但也有着难以避免的成瘾性副作用。类似的两难局面在人类医学史上出现了太多次，科学家们的对策总是一样的：改。简单来说就是，如化学家们最初根据麻黄碱的结构改造出了安非他明一样，他们的后辈继续利用化学修饰改造安非他明的结构，试图碰运气找到一种安非他明的类似物，在尽可能保持其临床效用的同时，降低其副作用。很快，一种名叫芬弗拉明 (Fenfluramine/ 氟苯丙胺) 的化学物质被合成了出来。在上世纪 70 年代，就在美国联邦政府把安非他明正式列入二类限制药物名单的同时，医生们证明芬弗拉明同样具备了抑制食欲和减肥的功效，却完全没有成瘾性。

但是芬弗拉明的减肥效果不尽如人意，远没有安非他明来得那么强劲，而且一旦停药体重反弹很严重；另一方面，虽然没有成瘾的危险，但芬弗拉明的其他副作用要比安非他明严重不少，诸如恶心、焦虑、头痛等等。于是这种 1973 年上市的减肥药一直卖得不

温不火。

直到1992年，美国罗切斯特大学教授迈克尔·温特劳布（Michael Weintraub）证明，如果把芬弗拉明和市场上另外一种同样表现平平的减肥药芬特明（Phentermine）联合使用，能够产生“一加一远大于二”的神奇效果。在临床试验中，平均体重200磅（约90.7公斤）的肥胖症患者在接受芬弗拉明—芬特明联合用药后平均瘦身约30磅（约13.6公斤），减肥效果达到了惊人的15%，与此相比芬弗拉明单独用药的效果只有3%。兴奋不已的温特劳布给这个药物组合起了一个响亮易记的名字芬芬（Fen-Phen，也就是芬弗拉明和芬特明的缩写）。这个朗朗上口的词在之后的几年内响遍美国各地。在胖子们的热情达到最高潮的1996年，全美的医生开出了1800万张芬芬处方。

和安非他明的故事一样，芬芬的热潮也很快烟消云散。1996年7月，美国梅奥诊所的医生们报道了24例因服用芬芬导致的瓣膜性心脏病病例，FDA立刻采取行动要求全国的医生汇报类似心血管病例，数字很快上升到数百人并持续攀升。特别是一位名叫玛丽·林纳（Mary Linnen）的美国年轻女性在服用芬芬后死亡，震撼了全体美国人的神经。1997年9月，FDA勒令芬芬退市，成为美国医药历史上的一次重要的公共危机。芬芬的教训让美国监管机构对于减肥药的批准和监管空前严厉，客观上也导致了迄今为止仅有寥寥几种减肥药被允许上市销售。

在芬芬惨败的时候，科学家们已经知道，芬弗拉明是通过操纵大脑中一种名为5-羟色胺的神经信号分子发挥食欲控制功效的。说得更具体一点，芬弗拉明之所以能够抑制食欲，是因为它能够提高我们大脑中5-羟色胺的水平，从而直接激活了一个特殊的5-羟色胺受体蛋白（5HT_{2CR}受体）。5-羟色胺是动物大脑中一种非常重要的神经信使，能够影响人类的许多高级神经活动，如情绪、睡眠和性行为，现在市场上大多数抗抑郁药物也是通过5-羟色胺系统发挥作用的。

失去了芬弗拉明和芬芬并不是减肥药的末日，化学家们

可以在实验室里合成和检验成千上万的新化合物，只要保证对5HT_{2CR}受体蛋白的激活和对人体的安全性，新的减肥药物就能在芬弗拉明和芬芬的灰烬上凤凰涅槃。

到了2012年，被从麻黄碱到芬芬黑历史折磨的FDA，终于在极端审慎的反复评估后，历史性地批准了一个全新的减肥药Belviq（氯卡色林）。氯卡色林与安非他明和芬弗拉明相比，都是通过直接或者间接地激活5-羟色胺信号，特别是激活其受体分子5HT_{2CR}，起到抑制食欲的功能。

除了抑制食欲这个阵营之外，减肥药领域还有一个阵营能通过抑制身体对营养物质的吸收起到减肥效果，它发挥功能的地方是小肠。通过破坏肠道内负责消化营养物质的酶——淀粉酶、蛋白酶、脂肪酶等等，食物中的营养物质不能被消化分解。药物奥利司他（Orlistat）正是消化系统中胰脂肪酶的抑制剂。基于这个简单的原理，服用奥利司他能减少约30%的食物脂肪吸收，让三到五成的肥胖者减轻5%的体重。效果虽然谈不上惊世骇俗，不过考虑到奥利司他不错的安全性，也算是为全世界的胖子们提供了一个选择。事实上，在美国和欧洲市场，奥利司他也是唯一一种可以非处方购买的减肥药物。

但是奥利司他有一个让人特别尴尬的特点：因为能有效阻断脂肪酶降解脂肪分子，服用奥利司他的患者很容易有油腻大便自动漏出的尴尬体验。

最近几年，FDA又批准了几种新药上市。除了2012年批准的氯卡色林之外，还有同年批准的复方制剂Qsymia（Qsymia的两种有效成分早已分别单独上市，其中之一就是运气还不错的芬特明），以及2014年上市的大分子减肥针剂利拉鲁肽（Saxenda）。

今天，全世界仍有大量的实验室在深入研究究竟是什么调节了人类的胃口。沿着历史演进的逻辑，我们可以乐观地想象，未来会有更多的药物能帮助我们更好地控制食欲和体重，带着亿万年进化赐给人类的好胃口快乐地生活。■

（作者系浙江大学生命科学学院教授）



美国梅奥诊所的医生报道了多例因服用芬芬导致瓣膜性心脏病的病例。图为该诊所的医生手拿芬芬减肥药（摄于1997年）

与脂肪为敌

主笔 / 徐菁菁



北京协和医院肠外肠内营养科副主任医师陈伟

(张雷摄)



这场与肥胖作战的道路相当漫长。

胖从口入

协和医院营养科肠外肠内营养科副主任医师陈伟的一顿食堂午饭很简单：一条鲑鱼，一份芹菜炒豆腐皮，一碗小米粥，小半碗米饭。两餐之间饿了的时候，他会吃一种被同事们戏称为“狗粮”的麦片充饥。与此同时，他还在摸索“轻断食”的效果：每周一和周四禁食两天。禁食期间，他将能量摄入减少到原来的1/4，约600千卡左右：相当于一袋低脂奶、一个鸡蛋、一个水果、一两主食、半斤蔬菜、一两肉、一勺油。陈伟能够通过饮食对自己的体重进行精确的调控。但作为医生，他深知与脂肪作战并不容易。

陈涛（化名）在过去两个月里减少了50公斤体重。两个月前，为了终结过度肥胖带来的高血糖、高血压、脂肪肝和呼吸睡眠暂停综合征的折磨，这个30岁的小伙子接受了袖状胃切除手术。陈伟告诉我，胃是个皱壁肌肉黏膜组织，它里层是黏膜，外层是肌肉，肌肉纤维可以拉伸。正常人的胃容量是200~400毫升。一个肥胖的人可以将胃撑到500~1000毫升。通过手术，陈涛减少了大约600~800毫升的胃容量。然而，这种最终极办法并不意味着减肥事业大功告成。在接下来的很长一段时间里，他都必须陈伟的指导下习惯全新的饮食方式。原因很简单：“我们也遇到过手术后完全不在乎饮食规范的患者，术后一年，体重减一斤。”

在术前一个月，陈伟为陈涛安排了每天1200大卡的饮食计划。“我们要求他使用一个小碗，50~100毫升。用这只碗来计量食物，你可以每天吃好几次，但每次只能吃这些。这一方面是为了让他在术前减轻3%的体重，实现代谢获益，减轻手术风险；另一方面，也是为了

形成饮食习惯，防范手术后的报复性进食。”

最近几十年来，关于肥胖的医学研究层出不穷，但对于一个临床医生而言，除了并非一劳永逸的手术，并没有什么突破性的进展。“抛开在肥胖中占据非常重要位置的遗传，真正和体重有关系的有两个因素。”陈伟说，“一是能量；二是食物结构——同样的能量总量，人们获取能量的结构比例是什么。在这两者里，能量基本已经是一个共识，摄入超标什么都白搭。营养结构的争议就比较大了。不同的理论都有自己的一套观点，有的增加蛋白质，有的增加脂肪。但是万变不离其宗，无论是增加蛋白质，还是增加脂肪，其实都有控制食欲的作用在里面。”

吃还是不吃，怎么吃，陈伟和他的病人处于一场人的生理本能和现代生活的拉锯战中。

生物的进化需要百万年时间，而生活的变化只需要数十年就足够了。在人类历史 99.5% 时间里，人类都需要为了生存渔猎采集，辛苦劳作。直到 1 万年前，人类才开始较为稳定的农耕生活。200 年前，工业化劳作诞生；最近的三四十年，人类又进入了数字时代。生理学家们用代谢当量 (MET) 来测量相对体力活动强度。坐一小时的代谢值相当于 1 单位代谢当量 (1MET)，慢走时为 3MET，慢跑时为 7MET。像我这样对着电脑干活的职场人士，尽管绞尽脑汁，每小时的代谢值也仅大约是 1.5MET。这意味着，以体重 77 公斤的成年男子计算，即使我们的祖先从事每小时仅比我们多消耗 1 单位代谢当量的体力劳动，在 10 个小时内，他们就将比我们多消耗 630 卡路里，大约等同于 10 公里的跑步。

而在另一面，我们的基因显然没有做好准备应对一个食品充裕的时代。陈伟告诉我，“节俭基因”理论目前是一个医学界普遍认同的观点。用美国潘宁顿生物医学研究中心的临床科学副执行主任埃里克·拉文森的话说，人类从事渔猎生计的祖先们不得不以任何他们可以得到的东西为食。严酷的生存环境使得人体内必须找到一个能储存能量的地方，脂肪凭借其完美的细胞特性成为中标者。漫长的人类历史经历过无数的丰年和灾年的轮替，那些有脂肪保佑的人们更容易生存下来，并把基因传给他们的后代。变得更胖一些成为最基本的生存法则。然而，我们的饮食成分已经发生了根本的变化。我们祖先由狩猎获取的肉类只含有 3% 至 4% 脂肪，而优质牛肉就含有高达 30% 或更多脂肪。在培植了诸如小麦和玉米之类农作物之前，人类吃掉富含纤维、消化缓慢的各种谷物。而最近 100 多年来，普及开来的高度精制食物加工

能使碳水化合物被消化系统迅速吸收。

去年 5 月，权威医学杂志《柳叶刀》发表了一项时间跨度超过 30 年、空间跨度 188 个国家的研究。研究显示，全球肥胖或超重人群已经达到了 21 亿人，这差不多相当于 30% 的地球人口。中国未能在这一大趋势中幸免，根据中国国家卫计委发布的 2015 年《中国居民营养与慢性病状况报告》，我国 18 岁及以上成年男性和女性的平均体重分别为 66.2 公斤和 57.3 公斤，成人超重率为 30.1%，肥胖率为 11.9%，比 2002 年分别上升了 7.3 和 4.8 个百分点。

难以成功减肥的原因可能各有不同，但发胖的原因总是相似的。在中国，1986 年，人均肉类消费量为每年 35 公斤。而 2014 年这个数字增加到 60 公斤。1990 年，中国城市居民每人每年消费 100 个鸡蛋。2010 年，包括直接从店铺购买食用的鸡蛋和作为预加工食品配料的鸡蛋在内，中国平均每人每年蛋类总消费量已经达到了 414 个。“改革开放 30 年，中国人一下子从吃不够到吃太撑。”陈伟说。

而另一种变化，可能比“吃撑”更为危险。我的同事、一位热爱菜市场的北京姑娘不久前痛心疾首地发现，颇具特色的北京钟菜菜市场被关闭了。这并不是一个特例。1994 年，日接待顾客峰值达到 5 万人次的西单菜市场被拆除；1997 年，服役了近百年的东单菜市场被拆除；2010 年，最后一个传统柜台式菜市场崇文门菜市场被拆除；2014 年，二环内最大的综合市场德胜门内的四环批发市场被拆除。事实上，在中国不断扩张的各个城市里，菜市场都在从城市中心的街道上以及许多郊区地带消失。保罗·弗伦奇 (Paul French) 和马修·格莱博 (Matthew Crabbe) 在《富态：腰围改变中国》一书里说：在中国最大的 8 个城市中，菜市场的交易量在 1996 到 2005 年间下降了 50% 到 54%。“中国国家统计局报告从 2005 年以后不再统计菜市场增加或减少的具体情况，显示了菜市场在城市化进程中地位的衰落。”

取代菜市场的是便利店、超市与大型超市。“为了经营下去，店主们必须集中于销售那些边际利润较高、能够在货架上保存时间较长和不容易损坏的商品，当然也包括那些能支付较高进场费的商品。”保罗·弗伦奇和马修·格莱博指出，“究竟是哪些商品的边际利润最高呢？当然不会是新鲜水果和蔬菜，主要是那些包装好或冷冻的食品，还有经过各种处理的零食、糖果、软饮料等。”全世界尚未适应优质牛肉和成堆精制碳水的人类基因，都在超市的货架和冷柜前遭遇了最大溃败。



为了经营下去，店主们必须集中于销售那些边际利润较高、能够在货架上保存时间较长和不容易损坏的商品，当然也包括那些能支付较高进场费的商品。

制造肥胖

不久前，网络美食达人“艾格吃饱了”在微信公众号上向“粉丝”们推荐了一款白巧克力薯片。她评论道：“白巧克力的甜腻与盐分很好地中和，有一股难以名状的好吃。”她说，自己甚至不敢在家打开一包这样的薯片，因为一定会全部吃掉。“零食界的恐怖片”——她这样向跃跃欲试的“粉丝”们发出警告：“白巧克力的热量是每100克539千卡，薯片是536千卡，这包巧克力薯片共重190克。”

1963年，美国广告人莱恩·霍尔顿为百事旗下生产薯片等零食的菲多利公司(Frito-Lay)撰写了世界上最有名的广告宣传语之一：“当然不能只吃一片。”(Betcha Can't Eat Just One)这几个字将薯片的精髓展现得淋漓尽致。薯片成为“沙发土豆”们的标准零食显然不是一个意外。我们的舌头会首先接触到包裹在薯片中的盐，给味蕾以巨大的刺激。咀嚼薯片时会产生一种独特的口感。那是脂肪带来的效果。在薯片上覆盖香甜的白巧克力绝不是无心之举。另一些薯片制造商会在薯片中直接添加糖。而土豆淀粉同样是一种由葡萄糖构成的碳水化合物，在你咬下去的那一刻，它比等量的糖吸收得更快，促使你血液中的血糖迅速飙升。这会保证你在吃下薯片的一小时后，有很大概率忍不住拆开另一包。正因为如此，美国调查记者迈克尔·莫斯(Michael Moss)在《盐糖脂：食品巨头是如何操纵我们的》一书中将薯片称作“加工食品的典型代表”。

19世纪中后期，肥胖已经开始在富足的西方世界成为问题。但20世纪下半叶以后，人们的腰身才进入了飞速扩张的时期。与之相伴的饮食革命显而易见。

1959年，通用食品首席执行官登上了《时代》杂志的封面。标题是《现代生活，只需要加热就能吃》(Modern Living, Just Heat and Serve)。文章描写了工作日晚上，一位好莱坞员工下班回家后如何准备一场有14名客人参加的晚宴。“她为客人提供的几乎每一道菜，都已经事先被‘工厂女佣’洗净、切块、去皮、去壳、烹煮、混合以及分装，最后才到达她的手中。从前，这样的‘即时烹饪’方式会让奶奶们不寒而栗，但今天它却为数百万的美国家庭主妇带来了欣慰的笑容。打着‘即食’‘可烹饪’和‘一热即食’口号的方便或加工食品的崛起，掀起了美国饮食习惯的革命，将魔法带入了美国厨房。”1958年，引发这场革命的伯德兹·艾伊(Birds Eye)冷冻食品将250

种产品分装成45亿个包装，销售额高达11亿美元，产品包括果子冻、速溶咖啡、谷物早餐、蛋糕等等。

50年代，人们没有像现在一样的新鲜橙汁。当时的浓缩橙汁，冻得如同冰块，需要放在厨房的水槽里解冻半天。罐装橙汁，带有浓浓的罐头味，甚至还有被煮过的感觉。1962年，美国宇航员约翰·格伦在“水星”宇宙飞船上试喝了一种名叫“果珍”的饮料。这种粉状物冲出的“果汁”，解决了宇航员携带液体果汁饮料不便的困难。而且在失重的情况下，人的味觉会变得不灵敏，但它依然能够征服宇航员们的味蕾。这个场景不久出现在电视广告里。80年代，果珍进入中国时，它仍是该产品的重要卖点。

加工食品与现代生活如此契合。对于消费者来说，它是最为唾手可得的卡路里，它的味道和口感比天然食物更具有吸引力。但一个悖论是，作为食物，它们并非以让我们吃饱为目的。法国波尔多大学的神经科学家塞尔日·艾哈迈德(Serge Ahmed)这样描述现代食品工业遇到的天然课题：“当饿已经不是人们吃东西的主要原因了。那怎么才能让人们吃得更多呢？”

答案之一是糖。在加工食品中，糖分几乎无处不在。除了作为甜味剂，糖可作为发酵细菌所需要的碳源；糖在糕点中起到骨架作用，能改善组织状态，使外形挺拔。它对口感至关重要：糖在含水较多的制品内有助产品保持湿润柔软；在含糖量高、水分少的制品内，糖又能促进产品形成硬脆口感。糖的高渗透压作用，还能抑制微生物的生长和繁殖，从而增进产品的防腐能力，延长产品的货架寿命。

糖的意义不仅如此。20世纪60年代，安东尼·斯科拉法尼(Anthony Scalafani)发现，实验小白鼠生性不喜欢宽敞明亮的地方，在笼子中，它们喜欢待在背光的角落或边缘。但当斯科拉法尼放了一些糖分极高的水果麦圈在笼子正中央的明亮区域时，这些小动物都克服了对光恐惧的本能，挤到笼子中央来抢食水果麦圈。几年后，斯科拉法尼成为布鲁克林大学的助理教授，继续用啮齿动物来进行这项研究，从心理学和大脑的角度来研究人们为何会对高糖、高脂肪的食物有如此大的兴趣。他的实验论文在1976年发表。他被尊为最早证明饮食冲动的几位科学家之一。

嗜甜是人类的本性。美国费城的莫奈尔化学感官中心(Monell Chemical Senses Center)主管盖里·比彻姆(Gary Beauchamp)曾做过一个汇报，他指出，孩子从4~5个月大建立起对咸味的感觉，而他们对甜味的喜好确是与生俱来的。一方面，食物的甜味是充满能量的象征。由于孩子生长的速度很快，他们的



左图：2月17日，莫斯科的抗议者向国家杜马议员叫卖高价面包，以反对“垃圾食品”税提案

右图：加工食品能让人们在不知不觉中吃下更多卡路里



身体对于能量的需求也十分大。另一方面，作为人类，我们的生活环境并没有向我们提供很多非常甜的食品。这很可能提高了我们在吃甜食时的兴奋感。更重要的是，甜食让人感到开心。很多人都有在身体不适时希望吃甜食的体会。科学家们发现，甜食“甚至可以减少一个新生儿的哭泣次数。如果一个孩子口中吃着甜食，他甚至可以把手泡在冷水中很长时间”。

2001年，莫奈尔的科学家发现了T1R3甜味受体蛋白质。这是味蕾中探测甜味的分子。后来他们发现这种糖分感应器在消化系统中无处不在。丹妮尔·里德（Danielle Reed）解释我们身体对糖的喜好：“糖分或者说是甜味分子，会在你的唾液中溶解。我们的味蕾并不是平滑的小颗粒。味蕾的一部分有很多细如毛发的叶状体，会从味蕾中伸出来。这些叶状体叫作微绒毛，微绒毛内就含有检测和接受味道的细胞。这些细胞会在内部对味道做出一系列的反应。总体来说，味觉感应器会和它味蕾中的朋友对话。感应器就会向我们大脑中的神经系统发射神经传导物质，也就是引导我们的大脑做出反应。”科学家认为，糖分的刺激：“会停留在快乐中枢，比如大脑中的眶额前脑皮层（orbital frontal cortex）。到这时，你才会对食物的味道发出感叹‘好甜啊’，这就是甜味为我们带来

的快乐。”

相对于科学界，食品行业很早就发现了糖分对人们的吸引力。1975年，在休斯敦退伍军人管理局医院工作的牙医艾拉·香农（Ira Shannon）对年轻蛀牙患者人数的飙升感到震惊。他购买了78种品牌的麦片带回实验室。他发现，三分之一的品牌含糖量在10%~25%，另外三分之一高达50%，剩下的11个品牌超过了50%，其中一种居然达到70.8%。

之所以如此大剂量的添加糖，是因为食品行业观察到了“极乐点”现象——食品和饮料的糖分有一个最佳浓度，它能够带来最大的感官享受。这个浓度就是“极乐点”。它可以影响我们在不知不觉中吃得更多。

作为20世纪最著名的饮料之一，果珍的成功就在对极乐点的使用。尽管它标榜自己像天然橙汁，但实际上，在研发过程中，人们先加入了真正橙汁所含的营养成分，包括维生素和矿物质，但这样做出来的橙汁喝起来就会十分苦涩并且还有一股金属味。当时的市场部主管霍华德·布鲁姆奎斯特（Howard Bloomquist）指出，技术人员误读了消费者的潜在需求。大多数人只会将橙汁和维生素C联系起来。技术人员只需要在橙汁里添加维生素C这一种营养成分，不影响它的味道就可以了。果珍的含糖量并没有大幅



度超过天然果汁。如果人们遵循标签上的说明，舀一茶匙到玻璃杯中，他们就会发现果珍的甜度只比天然橙汁多出一点点。但消费者可以向同样一杯水里加入更多的果珍，让它变得更甜，直到自己的极乐点。“可控极乐点”的营销卖点在通用食品向其他国家销售果珍时异常奏效。20世纪70年代，通用食品在中国进行果珍的市场营销和味道测试，从北京开始测试，他们发现，越往南，人们希望果珍能够越甜。

提高食品的含糖量对于加工食品的生产是一件成本极低的事情。从前，蔗糖（指甘蔗和甜菜提取的糖）是食品生产商主要使用的糖。甘蔗和甜菜的种植都有地理限制。20世纪70年代，从玉米中提取高果糖玉米糖浆的技术成熟，这种极为便宜的人工果糖开始大规模应用到加工食品中。当时，蔗糖正在遭受科学界的质疑。1969年尼克松总统的顾问、哈佛大学营养学教授吉恩·梅耶（Jean Mayer）发现人们进食的欲望由血液中葡萄糖含量和大脑下丘脑所控制，这两者都深受糖的影响。他成为最早一批反对添加糖的人。最初，由于高果糖玉米糖浆是一种果糖，其代谢不通过胰岛素，它被食品工业标榜为健康的。但科学界的后续研究显示问题并非这么简单。“工业合成的果糖的代谢和天然果糖不一样，它的代谢非常快，供能非常多。

也就意味着它转化为脂肪的速度非常快。”陈伟告诉我，“新加坡对华裔群体的研究显示，发生二型糖尿病的风险因为甜饮料的摄入增加了40%。这是因为果糖也会导致肥胖，而肥胖使人体产生胰岛素抵抗。”

世界卫生组织认为，成人一天糖的摄入量不应该超过25克。如果不能把加工食品从菜单上清除，人们很难将糖的摄入控制在这个范围内。中国人的软饮料人均消费量从2007年的39升大幅提升至2012年的96升。“一个水果的果糖不到10克，但一瓶甜饮料中的糖就能够达到40多克。”陈伟说。

事实上，消费者必须有极其敏锐的眼光看穿加工食品中的糖分游戏。2012年5月，一件诉讼案在美国加利福尼亚立案，几个月后修正成为集体诉讼案。这起诉讼控告乔巴尼酸奶公司在标签上使用“脱水甘蔗汁”一词，无视美国食品及药品管理局禁止使用这个词的警告。“脱水甘蔗汁”使消费者忘却这样一个事实：它只是糖，并不是水果汁。另一种情形更加常见。迈克尔·莫斯指出，只要使用了浓缩果汁作为原料，食品公司就可以肆无忌惮地在包装盒上写上真正果汁等广告语。然而果汁浓缩物的制作主要包括以下步骤：给水果去皮，从而除去了大部分有益的纤维和维生素；从果肉中提取果汁，使得水果失去了更多的纤维；添加去除苦味的化合物，通过混合来调节甜味，还要蒸发掉水果之内的水分。这种浓缩果汁基本就是纯糖，几乎没有纤维、香精和香料，或者其他任何与水果有关的东西。该浓缩物只是糖的另一种形式，与蔗糖和玉米糖浆相比营养成分并不更多。它的价值在于利用了水果的健康形象。

另一种让我们发胖的成分脂肪对食品工业的意义毫不逊于糖。它可以使索然无味的土豆条变得香脆美味，让面包干变得如丝绸般柔滑，让土褐色的午餐肉变身可口的熟食。和糖分一样，它能够延长食品保质期。它代替水分，让饼干的口感更柔软。它能同时掩盖和彰显食物中的其他味道。酸奶油就是一个例子，因为它本身含有酸的成分，尝起来并不美味。但脂肪裹住了舌头，让味蕾不会接触过多的酸性物质。同时，脂肪又反作用于酸奶油中的香味，刺激舌头。它还帮助生产者节省大笔开支。汉堡包其实是全世界屠宰场卖出的牛肉边角料的混合物，其中油脂最丰富的部分一半是脂肪，一半是蛋白质。它们和油脂少些的部分按照1:9的比例混合，最终达到理想的脂肪水平。

脂肪和糖一样能够让人对它欲罢不能。神经学家爱德蒙·罗斯（Edmund Rolls）召集了十几位健康的成年人，请他们在3小时内停止进食，保持微饿的状



“阿特金斯减肥法”创造者阿特金斯医生（摄于1974年）

态后一次进入功能性磁共振成像机（fMRI）。受试者的嘴里放入两根塑料管，一根输入糖分溶液，一根输入植物油。糖分溶液激起了大脑的活跃反应，机器捕捉到脑电活动呈亮黄的斑块。而摄入脂肪时，他们的大脑神经元回路和受到糖刺激时一样活跃。

脂肪还有糖所没有的优点。糖分存在“极乐点”，人们从糖分中得到的满足只能达到一定的程度。多余的糖分反而会降低快感。但脂肪就没有所谓的“极乐点”。人们能够分辨出食品中不同的糖分含量，但却很难估计脂肪的含量。商家可以用脂肪增加产品的吸引力，而不必担心顾客的大脑对此做出激烈的反弹。留意一下许多速冻食品、饼干、薯片、蛋糕、派的营养标签，你会发现，它们通过脂肪提供一半或以上的卡路里，但我们在品尝这些食物时却不会认为这些是油腻的。

近20年来，科研和公共卫生管理机构对食品加工行业的批评越来越多。2014年底，世界卫生组织和联合国粮农组织在第二届国际营养大会上抨击现代食品的工业化体系带来了肥胖。在公众心目中，过多的糖和脂肪的摄入带来肥胖几乎成为共识。然而，这意味着我们吃下更少的加工食品吗？

消费社会的吊诡之处在于，人们对加工食品的嫌弃促成新的消费潮流。食品加工业反倒从中获得了更多的机遇。

2007年，雀巢公司推出了一款名为Enviga的绿色茶饮料。它的成分包括绿茶、咖啡因及两种人工甜味剂。它的标签上写着：“卡路里燃烧器”。据说，喝得越多瘦得越多。这种说法对消费者具有极高的诱惑力。不过，美国的维权律师抓住它的把柄。他们将雀巢告上法庭，指责其犯有欺诈罪：根据雀巢的说法，人们需要喝下180罐饮料，才能减去1磅体重。事实上，有些消费者在饮用该饮料之后减重的速度减慢了。

Enviga的折戟沉沙并没有阻挡这个行业的趋势。百事公司董事长兼CEO卢英德每周工作7天，每天睡眠时间不长于4个小时。她辛勤工作的最大目标之一是使百事的“营养事业”迅速扩张。她把谷物、水果、坚果、蔬菜、乳制品制成的零食和饮料叫“对你有益”（good for you）的产品。到2020年，她要将这些产品的业务额从现在的约100亿美元增长到300亿美元。以饮料为例，在美国，软饮料和薯片的市场仍然巨大，但已经不再增长了。但人们会喝更多饮品：比如那些“营养”产品，如添加了多种维生素和抗氧化剂的饮

料以及价格昂贵的果汁。另一个增长潜力巨大的品类是“功能性”食品饮料。过去，你在健身锻炼时可能只会购买一瓶饮料，现在你需要买三瓶，因为它们有不同的定位：运动前喝，运动中喝以及运动后喝。

薯片这种令人欲罢不能的零食也开始有了“健康”身份。百事和慕尼黑的晶体技术人员合作，开发出了“15微米盐”。这种新型食盐能与过去使用的食盐产生同样的味觉曲线，但钠含量少25%~40%。但这很可能是另一个陷阱。“只要薯片依然诱人——通过调整脂肪、脆度可以替代盐的咸味调料——营销宣传活动就可以让你产生心理许可，想吃多少就吃多少，但这些薯片仍然含有很高的热量，”迈克尔·莫斯指出，“毕竟，这才是肥胖的终极原因。”

脂肪恐慌

2003年4月8日清晨，72岁的阿特金斯医生在距离他办公室仅半条街的地方不慎滑倒，头部重重地击地，昏迷9天后，他去世了。阿特金斯的死因几乎成了一个谜案。2004年2月，《华尔街日报》披露了纽约医学鉴定中心出具的阿特金斯死亡鉴定书复印件。这份鉴定书显示，阿特金斯有严重的心脏病和高血压史，他死亡时的体重为117公斤。很快这个鉴定书受到了阿特金斯亲友和事业伙伴的批驳。他们坚称，阿特金斯入院时的体重为87.5公斤，处于正常范围，同时否认他有严重的心脏病和高血压史。他们称，阿特金斯在去世前一年确实出现过心脏问题，但那是由细菌导致的心肌炎造成的，和他的饮食无关。纽约医学鉴定中心随后致歉：根据他们的说法，一位工作人员不慎将信息泄露。死者的病史不是公开信息。该机构仅能将死因公之于众：阿特金斯死于外伤导致的脑部血肿。

尽管如此，怀疑并没有被平息。美国医师医药责任协会成员内科医生约翰·麦克道格尔称，他在一年前见过阿特金斯，保守估计，他至少超重18~27公斤。这种说法佐证了纽约市长布隆伯格的话。市长曾在非公开场合表示：“我不相信阿特金斯是简单地死于头部着地，两年前我见过他，一个真正的大胖子。”

阿特金斯究竟是否有心脏病，他死亡时的体重到底是多少？这些问题直接关系到许多人对健康的判断。

1972年，阿特金斯颁布了著名的“阿特金斯医生饮食法”。他宣称，减肥者控制摄入脂肪含量，只

会使他们的血糖指数偏低，从而促使他们想吃更多的东西。他建议：减肥人士应当多吃牛排、鱼排、黄油和鸡蛋，少食米面类和蔬菜，果汁和啤酒则是“禁区”。

1992年，阿特金斯出版了《阿特金斯新饮食革命》，将他本人与他的减肥理论推向了一个新的高度。他走上美国著名脱口秀节目主持人奥普拉·温弗莉的脱口秀；一众好莱坞明星成为他的忠实信徒。他旗下的“阿特金斯新营养品公司”总共推出了340种低碳低糖食品。联合利华、卡夫食品公司等著名食品工业也不得不顺应潮流。一时间低碳食品创造出了一个全年销售额高达17亿英镑的巨大市场。而阿特金斯本人则成了一名亿万富翁。

阿特金斯减肥法的短期效果已有公论。它主要利用人体的生酮作用。“人体的大脑、心脏等重要脏器主要依靠糖来供能。当你没有摄入糖的时候，人体会动员内脏的脂肪和肌肉来供糖。这个过程会产生酮体。”陈伟说，“酮体一方面会抑制食欲，使人根本不想吃东西；另一方面它会继续动员体内的脂肪供能。这样一来减重减得很快。”

但这种减肥方式从未被美国医师医药责任协会正式接纳和认可。2003年，英国食物标准局指出，低碳水化合物饮食者所摄取的食物脂肪通常偏高，容易增加心脏病、糖尿病以及癌症的危险概率。就在阿特金斯去世这年，佛罗里达人乔治·戈龙将阿特金斯和他的减肥公司一并告上了法庭。2001年，50岁的戈龙因为肥胖问题决定尝试“阿特金斯医生饮食法”。在开始之前，他曾经做过心脏检查，显示他在今后5年内发生心脏病的概率低于4%；他的胆固醇指数为146，属于正常范围。两年后，戈龙减掉了90斤体重。但在2003年10月，他突然感到胸闷疼痛难忍。检查发现，他的一根主动脉几乎被完全堵塞了，不得不接受心脏支架手术。而他的胆固醇指数更是攀升至215，即使通过治疗，也还是在209的高位徘徊。第二年，美国前总统比尔·克林顿也做了心脏搭桥手术。他承认，他也在尝试低碳减肥法。《柳叶刀》报道，纽约一名40岁妇女通过“阿特金斯饮食法”在一个月内减去了9公斤，后因呼吸困难、恶心及呕吐不止紧急入院，经医生检查后发现她酮酸中毒。

2005年，阿特金斯营养品公司所经营的低碳水化合物产品销量直线下滑，最终公司宣布破产。当时有观察人士认为，这标志着疯狂追捧低碳水化合物时代的终结。然而，事实并非如此，时至今日，人们依然在互联网上争论阿特金斯的死因。以其为基础的各种低碳减肥法层出不穷，依然拥有大量追捧者。

阿特金斯只是我们这个时代追求减肥效应的一个缩影。与之对应，尽管严酷的节食减肥早已被医学界抛弃，但依然有无数人试图通过这种方式减轻体重。美国流行病学研究报告统计，美国女性神经性厌食症终身患病率为0.5%~3.7%。有统计称，我国有30%~60%的青春女性试图通过节食来减轻体重，其中7%~12%是极端节食者。

世界卫生组织告诉我们，脂肪过多会导致种种严重的健康后果，比如心脏病和中风等心血管疾病、二型糖尿病、骨关节炎等肌肉骨骼疾患，以及子宫内膜癌、乳腺癌和结肠癌等一些癌症。这些病症会造成过早死亡和严重残疾。但对健康的担忧显然不能完全解释我们这个时代对脂肪的恐惧：为什么人们宁可冒失去健康的巨大风险也绝不放过身体的脂肪？

阿特金斯并不是第一个提出低碳减肥的人。1863年，威廉·班廷(William Banting)发表《论肥胖的公开信》，提出他在一年的时间里用低碳饮食瘦了21公斤。班廷只是一名专门为伦敦上流人士服务的葬业者，但这不妨碍他的减肥方法风靡一时。“班廷”一词在英美都成为节食减肥的同义词。“我正在班廷”这种说法一直沿用到上世纪20年代中期。班廷如此之红，他的名字甚至出现在当时的许多畅销小说里，包括阿加莎·克里斯蒂。

1866年的法语词典中，“丰满”一词的解释还是“身体状态良好”，到了1884年版就变成了“一个胖子”。美国宾夕法尼亚狄金森学院教授艾米·尔德曼·法瑞尔(Amy Erdman Farrell)在《美国文化中的耻辱与肥胖》(*Stigma and the Fat Body in American Culture*)一书中指出，肥胖和健康挂钩是“二战”以后才普遍被接受的观点，而现代社会的减肥潮显然具有更深层次的社会因素：瘦被赋予了现代意义，它作为身份的一部分，成为一种能够带来收益的稀缺资源。

19世纪中期之后，在西方社会，第一次工业革命已经完成。食物的普遍充足使富态再也不是一种值得彰显的资本。相反，许多关于文明开化的论述将肥胖与较低的文明水平联系在一起。20世纪初，美国医生莱昂纳德·威廉姆斯(Leonard Williams)指：“在一些缺乏教育，甚至受过一定教育人中存在一种根深蒂固的观点，认为一个人应该尽可能多吃，以保持体力。这种想法大概源自食品匮乏的时代。”根据这种理论，底阶层的人依然无意识地保留着对饥饿的记忆，这促使他们吃得更多。而富裕阶层已经习惯享受充裕且高质量的食物。这解释了，为什么“野蛮部落”更青睐肥胖的女性，而在英格兰和美国，女人们则忙着

减肥。女权主义哲学家苏珊·博尔多描述她生活的19世纪末：今天，像贵族那样冷淡和漠不关心地对待生存材料是件非常时髦的事情。物质欲望主宰着饥饿的中产阶级，但他却希望像贵族一样表现得超然。要做到这一点，他的捷径就是娶一位身姿瘦削、符合他贵族品位的妻子。

甚至，在当时的女权主义者中，瘦削也是一种政治正确。美国女权运动的先驱领袖伊丽莎白·凯迪·斯坦顿(Elizabeth Cady Stanton)认为，妇女的身体胖瘦直接与她的智识水平相关。1927年，支持女性就业的全国妇女党在其刊物中说一个职业女性资本就在她聪明、瘦削的外表里。

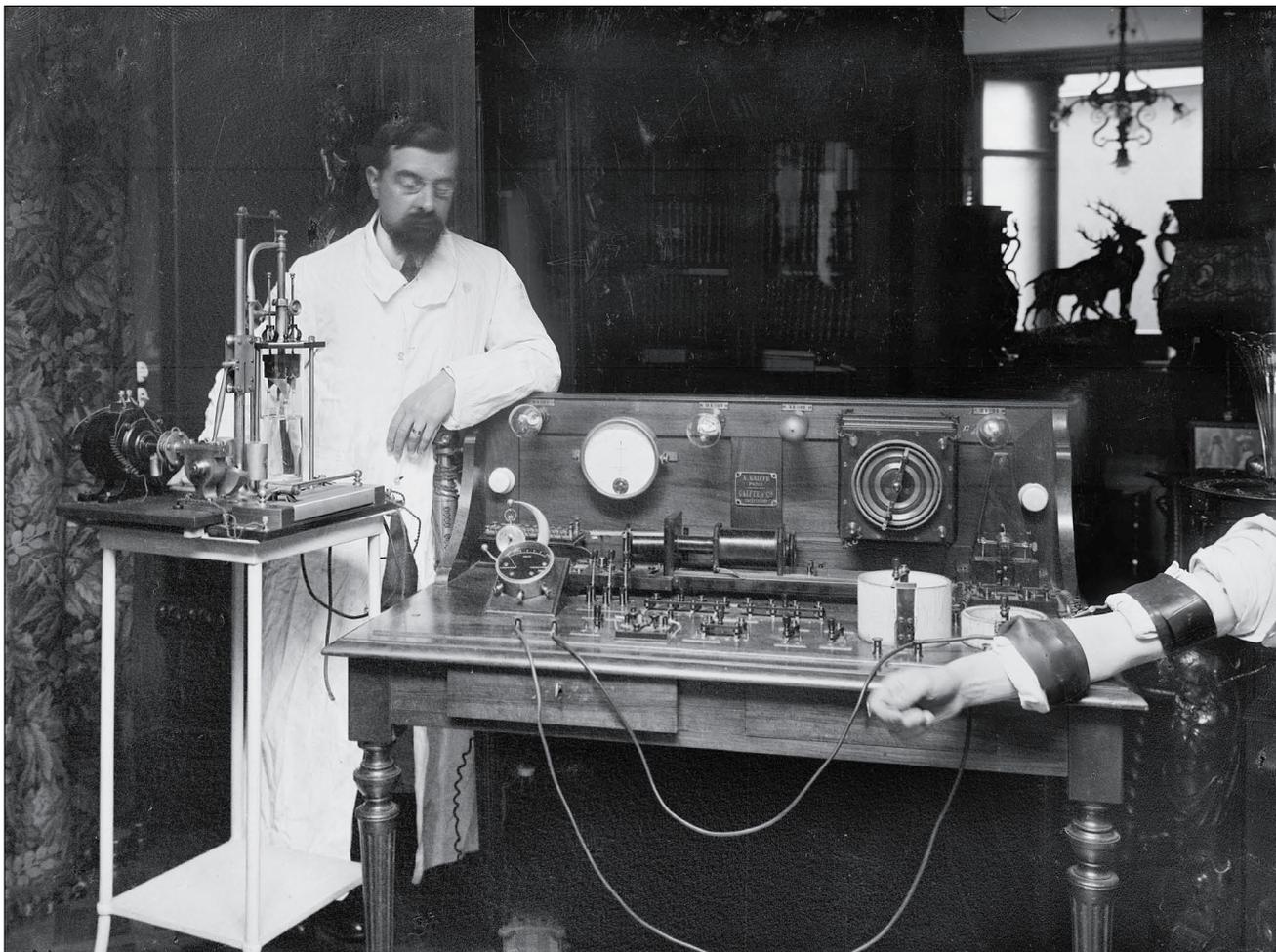
镜像身体

1908年，法国服装设计师保罗·波烈(Paul Poiret)创造舍弃腰臀曲线，拥抱高腰、平胸的“帝国线条”。1922年，香奈儿改造了平口直筒衬裙。腰线降到臀位，裙摆拉得更高，露出更多小腿，整体轮廓更加平顺。相比过去的服饰，新的服装潮流都更突显身体的真实形态。新兴的休闲潮流将人们引向海滩，在那儿，他们的身形再也无处躲藏了。

艾米·法瑞尔指出，汹涌而至的消费社会紧紧抓住了文化思潮中对身体的重新认识，它从中牟利，并推波助澜。

没有什么比减肥更适合刺激欲望、创造需求。肥胖研究各种结论相互矛盾，医学界给不出一个明确、直接、见效迅速的应对方案，于是消费者有动力去尝试任何新鲜甚至荒谬的减肥方法。

1914年，全美第一家瘦身中心在芝加哥开幕，中心的加德纳瘦身仪专门服务男性顾客，顾客被包围在两组可调整的滚筒中进行积压。20年代，减肥药在美国风靡一时，甚至引起了医学界的担忧。某些药物里加有砒，再与番木鳖碱、咖啡因、商陆(一种植物，用于催吐与泻剂)混合。在法国，贝贡尼(Jean Alban Bergonie)医师的诊所红极一时。人们躺在安装电极的躺椅上，大腿、腹部、手臂上覆盖着链接电极的湿毛巾，再以橡胶环及沙袋固定住身体。贝贡尼医师便以50毫安的电流将整个装置通电，使病人的肌肉每分钟收缩100次。尽管病患身上已经压了40公斤沙袋，50毫安的电量仍然足以使身体弹起。贝贡尼称，电疗一小时相当于穿厚毛衣跑16公里。1956年，世界上第一个电视减肥节目开播，全美女性开始随着电视在家里蹦蹦跳跳以减掉脂肪。健身俱乐部行业的



法国医生贝贡尼的电击减肥法曾经风靡一时

年收入从1972年的约2亿美元激增到2005年的160亿美元。溜冰、山地车、徒步健身机、旋转有氧健身法、巴西武术班等所有运动形式都是自肥胖蔓延以来发明或改良的。而时至今日，任何一个潮流之上的认真减肥者都至少在手机里安装了运动APP，购买过私教课，尝试过营养学家并不推崇但红透半边天的昂贵的轻体果蔬汁。

消费社会不仅追随了我们对脂肪的恐惧，还进一步放大了它。“在消费的全套装备中，有一种比其他一切都更美丽、更珍贵、更光彩夺目的物品——它比负载了全部内涵的汽车还要负载了更沉重的内涵。这便是身体。”鲍德里亚（Jean Baudrillard）在《消费社会》一书里感叹，“在经历了1000年的清教传统之后，对它作为身体和性解放符号的‘重新发现’，它在广告、时尚、大众文化中的完全出场——人们给它套上的卫

生保健学、营养学、医疗学的光环，时时萦绕心头的对青春、美貌、阳刚/阴柔之气的追求，以及附带的护理、饮食制度、健身实践和包裹着它的快感神话——今天的一切都证明身体变成了救赎物品。在这一心理和意识形态功能中它彻底取代了灵魂。”

谁来告诉我们身体应该是什么样的？1945年7月5日，巴黎时装设计师路易斯·里德（Lewis Reard）发明了“比基尼”之后，肥胖彻彻底底与不时髦联系起来。在这个观念的推动下，减肥栏目在各个网站报纸杂志都被归类到“时尚专栏”里。同时无数以“美女”“沙滩”“比基尼”为主题的电影、电视、广告、海报都在不断强化这个观念。20世纪中后期，录音机、照相机以及电视等现代传播媒介的出现，使人们仿佛处在一个巨大回音室或一间满是镜子的大厅里。镜头在放大我们的身材，而流行文化给人们塑造

典型身体的标杆。图片修涂技术使时尚杂志的读者们不会看到明星的小肚腩，也不会瘦削美人骨瘦如柴、头发稀疏光泽暗淡、眼袋色斑密布的一面。相反他们各个肢体张扬、眼眸灵动、魅力四射。一方面，“美人”形象狂轰滥炸使人们对自己的身体愈加不自信。哈佛大学的一项研究发现，80%的女性对自己的身体不满意，只有1%的女性“完全满意自己的身体。”美国心理协会的一项研究发现，翻阅时尚杂志超过3分钟，就有70%的女性感到“沮丧、内疚、惭愧”。另一方面，时尚和消费社会强化这样的认识：个体是能够驾驭身体的，无论是衰老过程还是身体胖瘦。于是，与班廷的时代没有本质区别的是，任何个体的减肥活动只要能够获得暂时性的成果，或者受到公众人士和意见领袖的推崇，人们又会充满热忱地投入新一轮的身体改造，孜孜不倦。

追求美的人们难以意识到的是，美本身并非一定符合消费社会的商业逻辑。2008年的一项调查显示，美国女性最常见的服装尺寸是14号。政府统计数据 displays, 64%的美国女性有超重问题（平均体重约75千克），其中1/3属于肥胖。然而在该国女装总产量当中，大号尺寸（14号以上）只占18%。这一数字在过去20年间没有发生过大的变化。服装产业不愿生产更多大码服装的一个重要原因是出于对成本的考虑：相对而言，瘦子的身材较为相近，胖子的身材则千差万别。体重越大，变数就越多。如果要让大码女性也穿得美丽，服装生产者就必须细化制版，于是成本也就更高。

“二战”后的60年余年里，人们可能经历了数次思想上的解放，接受了层出不穷的新观念。但对于身体，固有的观念其实在不断强化：身体是广告、自我推销以及公共关系核心。身体作为一个区分标记、作为阶级差异的象征地位牢不可破。

2007年美国民主党总统大选初选阶段，《纽约时报》的一篇文章描述了候选人对保持精瘦身材的执著：“候选人们，甚至包括他们的配偶，都在努力减轻体重。2004年，伊丽莎白·爱德华兹（Elizabeth Edwards，民主党政治家约翰·爱德华兹的妻子）在竞选中走下旋梯，一条写着‘肥婆’的标语在等着她。这一次，她成功让自己穿下了小好几个码的裙子。她说这并不是因为她的乳腺癌和癌症治疗，而是将其归功于其随身携带的蛋白棒、香蕉、轻卡路食品等。”麦克·哈克比（Mike Huckabee）在竞选前减去了大量体重。他说：“如果你真的超重了，一些人会看看你，然后迅速将你从他的选票上划掉。他们会认为，你是个散漫的人。”事实上，从19世纪开始，体形就成为

美国选民衡量候选人的标准之一。那时的美国总统格罗弗·克利夫兰（Stephen Grover Cleveland）就曾因为肥胖被媒体大肆嘲笑，从1880年开始尝试减肥。

2007年大选的获胜者奥巴马正是这股潮流的佼佼者。关于奥巴马夫妇健身和饮食习惯的报道贯穿了整个竞选以及他们日后的任期。夫妇俩总是热诚地对记者提出的健身和饮食问题发表长篇大论。无数的报道都在描述奥巴马高中时代如何通过打篮球改变了体形。几乎所有流行杂志都报道过他的例行健身安排和他对垃圾食品的敬而远之的态度。2007年，《美国新闻与世界报道》杂志注意到，奥巴马对于体形的敏感程度显然非同一般。当《今日美国》的政治评论家凯西·基利（Kathy Kiely）戏谑奥巴马和希拉里的关系让他想起50年代美国故事片《蜜月伴侣》里一对夫妇拉尔夫和爱丽丝时，奥巴马大吃一惊。“你说我像拉尔夫（剧中体形发福的公交司机）？”他立刻抗议道：“我和他的体形可不一样！”“这只是个隐喻，参议员。”凯西·基利解释说。一旁，奥巴马的助手罗伯特·吉布斯（Robert Gibbs）哀叹道：“哦，不！现在他会翻倍自己的运动量了。”

艾米·法瑞尔分析说，奥巴马的过敏反应并不奇怪。《蜜月伴侣》中的拉尔夫是一名缺乏教育的大嗓门黑人公交司机，他一心想想要快速致富，但全都失败了。在《蜜月伴侣》中，拉尔夫发福的体形是笑料的重要来源。肥胖的身体是他低下的社会地位、孩子般的不可理喻和难以控制的坏脾气的体外标志。在今天的美国，肥胖依然和大量消费廉价加工食品的黑人中下阶层形象密切相关。那时，作为第一位有可能稳坐总统宝座的非洲裔美国人，奥巴马正处在初选的鏖战中，当他向记者声明自己不是拉尔夫时，是告诉人们不要将他拉低阶层，将他和那些加诸美国非白人、移民和少数族裔身上的刻板印象联系起来。

肥胖的负担

澳大利亚的减肥手术开拓者乔治·菲尔丁医生发现自己没有权利“保持”肥胖了：他身高约1.83米，体重却达到了136公斤。上世纪90年代末，这并不对他造成困扰。他那时身着阿玛尼西装，志得意满地给病人看病。然而很快，事情发生了逆转。虽然身为国际知名的胃部束和胃绕道手术方面的专家，但菲尔丁医生意识到自己的体形令病人望而却步：人们会来做咨询并答应照着做，可他们实际上却是一去不回头。2013年，菲尔丁自己接受了胃部束带减肥手术，把每

天的热量摄入控制在 800 卡路里，使体重控制在 95 公斤。“病人和大夫对我的态度完全不同了。”但这种尊重有时候会令他唤起内心的积怨：“我还是那个同样的人，我还是乔治。”

与其他人相比，乔治·菲尔丁可能是幸运的。2014 年，一位丹麦人在丹麦比隆德市政厅工作 15 年后被市政厅解雇。这位丹麦人称其被解雇是由于单位对其体重的非法歧视。欧盟法院（TJUE）在一场判决中称：“对于求职和工作，欧盟并未确立一项基本准则，来专门抵制歧视肥胖员工的现象”；“肥胖也的确会被认为是一种生理缺陷，因为肥胖员工可能会患有某种心脑血管疾病，或者某种精神、心理方面的病症，因此它会带来一些工作上的不便。在工作条件相同的情况下，肥胖员工就不能很好地全身心投入到工作中，而且这种不好的工作状态还会持续很长时间”。欧盟法院最终认定：“若员工因肥胖而引起的行动不便或者疾病突发，致使他无法顺利完成工作，那就允许企业将肥胖视为一种缺陷。”

肥胖究竟是什么？在这个时代，回答这个问题就会令肥胖人群进退维谷。一方面，社会对肥胖是一种疾病的认识和界定能够帮助他们缓解经济压力。2000 年，美国食品及药品管理局（FDA）承认了肥胖的疾病地位，这一决定意味着医药公司可以开发和销售针对肥胖症的药物和医疗器械。2002 年，美国国税局（IRS）正式承认肥胖是一种疾病，和治疗肥胖相关的费用可以得到部分的税务减免，这意味着国家开始部分负担肥胖相关的开支。而在美国医学会（AMA）在 2013 年终于认可了肥胖症的“疾病身份”后，不少保险机构已经开始将肥胖症治疗纳入保险覆盖范围。

但一方面，一些人怀疑，当全社会把肥胖看作疾病时会对肥胖人群造成更多困扰。肥胖的污名化可能进一步加剧。2010 年，美国肥胖症协会（Obesity Society）发表的文章说，肥胖的人的生产效率比瘦人低。因为他们有各种各样的疾病，他们不工作的时间要多。当他们工作的时候病态的肥胖会让他们的效率下降，大约每年要失去 22 个工作日。由肥胖导致的高医疗成本和低生产效率迫使美国工厂迁往那些人们暂时瘦弱而且看起来很饥饿的国家。当肥胖被定义为疾病——而且是一种没有特效药的病症，肥胖人群在劳动力市场是否会遭遇不公正的待遇？

肥胖的复杂性和未知性使其成为一个远远超越了医学范畴的问题。一种依然普遍的看法是，治疗肥胖需要的不是医学手段，而是面对食物的自我约束，坚持定期锻炼的意志。如果是这样，那么用公共卫生资

源予以治疗对于善于自我约束者而言是否公平？进一步的，如果肥胖纯粹是个人生活方式的选择，那么从公共层面予以干涉是否侵犯个人权利和自由？如果肥胖完全可以通过改变个人行为加以逆转，那么肥胖症药物和其他治疗手段是否必需？

今年 3 月，英国财政大臣奥斯本在其年度预算报告中表示，计划在两年内开始对软饮料征收“糖税”。该项税收将对生产含糖饮料的企业征收，具体税率将取决于饮料中的糖含量。此前英国议会下院卫生委员会建议，对含糖软饮料征收高达 20% 的税收。奥斯本表示，预计该项税收每年将为英国政府带来 5.20 亿英镑的收入。

这一新闻再次引发了关于政府动用行政权力影响公众饮食的争议。人们在两个问题上争执不下：第一，它是有效的吗？2011 年 10 月，丹麦宣布对肉、奶及烹饪油脂类产品征收脂肪税，试图减少公民摄食高脂肪类食品，以解决该国肥胖人口比重达 13% 的问题。丹麦成为全世界首个引入该税种的国家。但一年后，丹麦当局就宣布，在目前经济不景气的条件下，该类税收增加了公司的管理成本，对丹麦本地产品销售与就业产生了负面影响。同时，消费者从邻近成员国如德国购买的产品却有明显增加趋势。特别是脂肪税对于改善公众健康的效果仍有待考证，鉴于此，丹麦当局决定在 2013 年 1 月取消征收脂肪税，原计划在 2013 年推出的食糖税也不再实施。

第二，它是合理的吗？2012 年，作为纽约市对抗肥胖运动的组成部分，纽约市长布隆伯格（Michael Bloomberg）发布行政命令，禁止在纽约市的饭店、剧院和体育场销售超大杯（指体积超过 500 毫升）的含糖饮料。这个被人们戏称为“苏打水禁令”（Soda Ban）的命令甫一颁布就立刻招致批评。一部分人指责布隆伯格的命令是在赤裸裸地暗示胖子们缺乏自控能力已经到了不得不由政府来管理其行为的地步，是对胖子们个人道德品质的无情羞辱和歧视。另一部分人则批评政府的手伸得过长。一张讽刺纽约市苏打水禁令的漫画上，纽约市长布隆伯格手拿苏打水禁令说：“这（个禁令）很酷，很清爽，而且最重要的是，你别无选择！”背后的大可乐上面写着“保姆国家”（Nanny State）。■

（参考书籍：迈克尔·莫斯：《盐糖脂：食品巨头是如何操纵我们的》；Amy Erdman Farrell：《Stigma and the Fat Body in American Culture》；Susan Greenhalgh：《Fat-Talk Nation：The Human Costs of America's War on Fat》）



如果肥胖纯粹是个人生活方式的选择，那么从公共层面予以干涉是否侵犯个人权利和自由？

我一定要像轮子上的小白鼠那样跑个不停?

口述 / 洪都拉斯地毯 主笔 / 徐菁菁

我最近正在约会一位画家。这既是趣味上，也是身体上的考虑——大概只有少数受过职业视觉和美学训练，且通晓人体构造的人，才会以一个活生生的人，而不是以当今的所谓“美体”标准来要求他的女友。从前，一个喜欢我的男孩让我发张比基尼照给他。我选择了一张浮潜时候的照片。人浸在水里，拍的是背面，体形若隐若现。照片背后隐藏着我的焦虑：一张真正的比基尼照会让我失去爱情。而当我和画家一起翻阅画册时，他指着那些有着突出小腹和松弛小腿肚子的女性说：“画得多好！”那一刻，我知道我无需用瘦成淘宝模特的方式来成为他的女神。一种隐隐的安全感令我感到难得的放松。

我并不是“胖子”。本人女，身高167厘米，体重约60公斤，BMI指数21.5——从这个意义上说我属于标准身材。但十几年来，我一直在减肥。过去，我希望达到完美的体重：54公斤。后来我认识到，体重不等于体形。一年以前，我把体重秤送给了我妈。现在，我的法宝是一根皮尺。早上起床，我深吸一口气，用它来丈量我腰部最细的地方。

杨德昌的电影里有这么一段，大意是：黑道大哥抽了小瘪三一个嘴巴，派遣他差事，瘪三不服，反问：“凭什么？”大哥答：“凭什么？就凭这世界上没人知道自己想要干什么，都要大哥来告诉他。”

我自诩清高，拒绝用满身商标的名牌包来提高自己的身价。我坚定地认为，奢侈品是商业社会强加于人的逻辑。但在瘦面前，我无路可逃。即使我从未因为体重受到过什么歧视，也深知明星瘦削的身材并不真如屏幕和杂志上那样完美，但这并不妨碍无形的“大哥”指着我的鼻子说：“要！瘦！”我穿不了所谓“均码”。这提示我，我比大多数女性“大只”。我一年四季几乎只穿裙子，因为所有的裤子都不适合我：裤子的臀围和大腿围合适的时候，腰围就太松；腰围合适的时候，臀围和大腿围会太紧。吊诡的是，我并不会认为造成这种局面的原因是自己的腰太细，不会指责服装业不提供更多的尺码选择，而会坚定地嫌弃自己的臀部和腿。我从内心里认定，纤细如同天鹅的脖颈，意味着优雅。而我希望我的体形配得上自己的内心。

统计数据显示，中国人在变得越来越胖，而我

所处的圈子似乎恰好相反：我身边人越来越瘦，或者正在努力变瘦。小时候做的数学题中举例：送男女宇航员上天，女宇航员身高一米六几，体重60公斤。在那个时候，这是身材的标准。而如今，朋友转发网上的帖子，会告诉你什么叫标准体重，什么是美体体重，女神体重又应该是多少。在朋友圈里，一天运动超过3万步的大有人在。从前，街上发的小广告都是订机票和餐馆优惠券，现在全变成了健身房。我有一个朋友，是那种常常遭遇星探的美人儿，她四五岁大的女儿已经会用这种方式和人打招呼：“阿姨，你瘦了。”这一切都形成了巨大的压力场。压力渗透了所有涉及减肥的人际交往。过去，我说我要减肥，总有人答：“你这么瘦哪儿还用减？”我觉得这大概是恭维和安慰。后来我才明白，话语的底色是焦虑——我的减肥无形中也会带给他人压力！

作为独立生活的女性，你不结婚，他们叫你“剩女”；如果你碰巧因识字而会看地图认路、会组装宜家家具，就会被尊为“女汉子”。这都不在话下。你可以说他们目光短浅、三观迂腐，而瘦，它和蓝天、白云一样是普世审美观。如果有人指责你没有马甲线，因为你懒，你不爱健身，不知节制，就只有哑口无言，败下阵来了。

与所有减肥的女生一样，我试过很多减肥方法。一开始我喝减肥茶，那就是普洱加泻药，拉得我小腿发抖眼前发黑。之后我吃过减肥药，盐酸西布曲明真是阉割食欲的神药，可惜很快被禁掉了。我常想还有没有可能再弄来一些，所谓的心脏危害大约概率很小吧。“减肥小白鼠”尝试过网上流传的苹果减肥、西红柿酸奶减肥等等，无一例外的有效且飞速反弹。

2000年前后，拍打疗法、掌纹诊病、醋蛋治百病一类精神叨叨的理论盛行，大学里疯狂传阅一本教人用细线扎紧手指穴位减肥的书。一时间放眼自习室，一半女生指节上缠着白线，跟要集体作法似的。不出一个月，白线消失了，宿舍里随处见人啪啪打自己——听说敲胆经最减肥。

我自己试过的最另类的方法是催眠：睡前打开下载音频，在轻音乐和大自然背景声中，跟随一个浑厚的男声放松身体。十几分钟后进入似睡非睡状态，台湾腔的男声切入正题：“我喜欢从新鲜蔬果里摄取糖



因服用芬芬减肥药引发原发性肺动脉高压的托马斯（左）和朋友们在一起（摄于1997年）

分和营养，那些蛋糕啦，巧克力啦，简直腻……死……人……了……我好讨厌那种甜腻腻的口感，新鲜蔬果嚼起来该有多爽……”我每次都听完录音就睡着了。

运动减肥也是神话之一。在我认识的四个跑马拉松的人里，有一人体重真实超标（医学肥胖），一人在正常范围，但看起来依然是个“胖子”。后者告诉我，在一次马拉松快跑到终点的时候，他听见人群为他喝彩：“胖子，加油！”“我一下就跑不动了，我他妈就是这种儿，我累死也没他们漂亮，老子不玩了！”

我有个女友，久减不瘦，只好启动神秘学终极大招：辟谷。首先要通经络，一群人手拉手站一圈儿被通电，周身酥麻麻的；还要被辟谷老师打得嗷嗷叫，然后就不吃饭，取而代之的是“服气”——一天几次在指定的时间对着太阳的方向大口吞气，另外配合些打坐冥想的功课。实在扛不住了就吃老师给的神秘“黄晶”，据说是植物提取物，能综合胃酸。辟谷为期14天。女友说她第三天就脚踩棉花，眼冒金星。跟饿比起来，更难抵抗的是馋——梦见自己破戒吃了东西，吓得惊

醒后煞是怅然：好不容易吃了两口，还是在梦里，早知是梦就该多吃两口再醒。第四天早上，她吃了早饭，破了戒。一个男性朋友听说后哈哈大笑，说想在北京这种超级大都市辟谷可太难了：人多、事儿杂、心乱。他每年夏天在北欧辟谷一周，每天打打坐、看看书，人静得很，不吃饭也不觉太辛苦。他俩的故事让我更没勇气，看来要想短时间一劳永逸减少10公斤体重，只有截肢这一条路了。

我看到过一种说法：野生世界里的豹子，为了保持足够的警醒和矫健，从来不会吃饱，只要“不饿”就可以了，这是生存环境对它的要求。对于人来说，对瘦的追求同样是一种环境压力，足以让人用理智战胜本能。

很长时间以来，我一直习惯不吃或者吃很少量的晚饭。我喜欢睡前喝点小酒。半瓶红酒据说有400大卡的热量，我要为这个小嗜好留出热量的缺口。我不喝甜饮料；只在经前食欲特别强烈的时候吃蛋糕和巧克力；每天和同事出去午餐，我会让他们随便点菜，最后自己点一个最素、油脂最少的菜，不然我就觉得我没菜可吃。我一年吃一两次烤鸭，一个月允许自己吃一次炸鸡。我喜欢吃坚果。每天中午，我会去公司下面的炒货店买一块五毛钱的花生，也就是半个杯子的量。有一次，老板实在烦我了，说你就不能多买点？可我怕买多了一嘟噜都吃了呀！在超市里，买所有的加工食品我都要看营养表：热量超过日代谢量20%的不买，脂肪含量超过日摄取标准30%的不买。甚至在水果面前，我也有严格的规矩：香蕉抗饿，类似馒头，早上吃最好；吃苹果不是为了享受它的味道和口感，关注点在于果胶等成分的健康效应，和纤维能够带来饱腹感。有一阵我似乎体会到了什么叫“财务自由”——买超市里那种智利进口的小青苹果都不看价钱了！这种昂贵苹果的优点无他：酸。糖心苹果里那都是糖啊。去年夏天，我只吃过一次西瓜。我问卖西瓜的老板：“哪个瓜最甜？来半个！”旁边一对老头老太太说：“姑娘，你也有糖尿病啊。剩下半个我们要了。”

瘦如果仅仅关乎好看，它没有那么大的魔力。事实上，它拥有一系列的附加标签。我身边有好些人，追求高质量的食物，品茶、品酒、品咖啡，他们在饮食上非常节制。一种理论是：当你有时间细心品尝食物的时候，你会变得非常敏感，一点点食物的滋味就能让你满足。与之相对，当我们坐在电视机前无意识地大嚼薯片时，就变身为一个毫无灵性的填充玩具。所有这些指向一种意向：瘦意味着节制，意味着精致，

意味着高质量的生活水平。而胖是有原罪的，意味着沉溺、放纵、低端。

当我在超市里花了半天时间，按照我的严格标准挑选出一袋消化饼干，到收银台结账的时候，我后面排着一个“胖子”。男人，穿着“胖子”们常常穿的宽大的圆领体恤，脑后的肉叠在一起，两只手提着6瓶2升装的大可乐。他鲁莽地撞了我一下——可能是无意的。我用眼神回敬了我的不满。我为什么会对这个场景记忆犹新？还有一次，在一家麻辣烫店里，我叫了一份不放麻酱不放油的麻辣烫。旁边一对体重超标的情侣正纠结是吃麻辣烫还是吃煎饼，男的说：“刚吃了汉堡，再吃煎饼，回家吃不下晚饭了怎么办？”女的回答：“我真不是不爱吃晚饭，你妈妈做饭都不放肉，能吃得下么？”我为什么能牢牢记住这样的对话？因为我把这故事讲给好几个人听了。这又是为什么？我们自己都很难意识到的是，在比自己更胖的人面前，我们往往会产生莫名的强大优越感。

我花几千块钱买了一辆自行车，每天骑行30公里穿城回家。刷长安街的时候，我骑得特别快。我不断地超越其他人，满足感的高峰会在红灯下降临，我一面等红灯变绿，一面等那些被我甩在身后的人追赶上来。三个因素促成了巨大的优越感：一是体能——我比你的体力更棒；二是装备——我买得起昂贵的自行车；三是心理——你们所有人都不如我。“瘦子”在“胖子”面前的优越感如出一辙：智识上，我比你懂更多的营养学知识；硬件上，我能够比你付出更多的金钱和时间来追求更好的体形；在心理上，我比你更有意志力，更能够控制自己。

佛教的终极教义就是教人超越二元分别。说的是一个简单的道理：只要有比较就有高低，只要在意比较就会产生痛苦。我在比我胖的人面前产生优越感，意味着我在意比较，也就意味着我会为不能变得更瘦这件事儿痛苦。我减肥最大的一次成果是瘦了10斤。但当我不再苛求自己时我就又被打回原形。我感觉自己就是希腊神话里的西西弗，每天把巨石推到山顶，第二天石块又在山下，再推，日复一日。“鸡汤”不是告诉你吗？成功的秘诀在于坚持。挨饿受累，是基因赋予我的宿命。

有时候，我清楚地意识到这件事儿的荒谬。我认识的一个医生曾经对我说，来找他看病的许多女孩因为减肥而闭经。现在所谓的美体标准其实是要求女性在健康和失去“大姨妈”的界限上走钢丝。一位整容医生曾经让我看过抽脂病人的术前术后照片，差别并

没有我想象中的那么大。他坦率地对我说：“抽脂对我来说是一门生意。但打心眼里说，如果你想提高自己的幸福指数，与其花钱抽脂，不如找个心理医生，学会接纳自己。”足够瘦的标准究竟是什么？一次我去广州的服装批发市场，那儿的均码衣服就没有我能穿得进去的。这本来是一件非常沮丧的事，然而在当地坐地铁的时候，我发现我比其他女生都高了一头半头，我突然就对穿不了均码衣服的事情释然了。我们应该把自己束缚在服装的号码里吗？另一次，我在一家连锁服装品牌看上了一件大衣，试穿的结果是大号略小，加大码略大。后来我在阿布扎比转机，在机场看到了这个牌子，也有这件大衣，我决定再试一试。结果是：同样的衣服，我在小码和加小码里选择了加小。还有一回，我和一个南美来的同事见面，我当时穿着一条短裙，他见到我的第一句话是：你的大腿好粗。我的内心是崩溃的，可是他接来说：真漂亮！

我们这个社会，所有人都在朋友圈里展示自己最好的一面。这种炫耀性的热闹场域其实是在制造孤独，制造自责，使我们对自己和他人变得越来越不宽容。对瘦的病态热情其实只是其中的一个方面。最近两三年里，我特别强烈地感受到一种价值观念的单一化倾

向。这常常让我想起十几年前在韩国留学时的感受：在海滩上，几乎所有人都要在比基尼外面罩上盖过臀部的宽大衬衫，因为没人有勇气露出自己并不完美的身材。所有女生都染着亚麻色的头发，都穿破洞牛仔裤。一位同学曾对我说：“你是我们当中最没有个性的人，只有你不穿破洞牛仔裤。”

久病成医，久减成精，我学习了一肚子的减肥理论，从中医药到BBC纪录片，概括起来就是三个字——“反人类。”万年的进化让身体倾向于存储脂肪，我在打着一场不可能获胜的战争。我逐渐学会和自己和解：我原谅自己不是女神，想吃的时候就多吃一点，不想动弹的时候不苛求自己去运动。现在，我会在比我瘦的人面前自嘲为“胖子”。这说明我没有那么在意了。而从前别人自嘲的时候，我会觉得他们大概是在影射我。

每个人都希望自己变得更好。这个世界永远存在一些稀缺资源。从前是留学、买房、买车，那都是一劳永逸的。但减肥不一样。我坐地铁时永远走楼梯，刷牙的同时会做深蹲。两个星期不这么做，我就能发现身体形态发生了变化。我们就像轮子上的小白鼠必须一直跑个不停。可如果有一天，减肥不再是一件困难的事情，瘦不再稀缺，那它还会是一种巨大的需求吗？



《寻味套装》
内含三联生活周刊2014年
《最想念的年货》与《春宴》两期美食特刊

启程最动人的美食之旅
寻找记忆中曾温暖你的味道

踏访20多个省市自治区
记录上百种地方特产
还原中国最本真的饮食秩序

可在以下电商购买本产品

亚马逊 amazon.cn | 京东 JD.COM | 当当网 dangdang.com

进食障碍：减肥与完美身材之暗影

记者 张星云

过犹不及，减肥成病。

午饭在一片秩序中进行。中午 11 点整，护工将手扶推车推进餐厅，从中取出一盘盘装满饭菜的铝制餐盘，并分别叫出每位患者的名字。两条长桌旁，患者已经纷纷落座，十几二十几岁的女孩们因为害怕变胖而节食或者暴食再催吐，个个瘦骨嶙峋，脸颊凹陷，薄薄的短袖 T 恤露出她们特别瘦弱的胳膊，腿上则穿着住院专用的宽松条纹裤。11 点 03 分，午餐开始了。护工们将一盘盘装满饭菜的铝制餐盘摆在住院的小女孩身前，所有女孩在十几名护工和一名护士的监督下吃饭，整个餐厅里特别安静，只有筷子碰触餐盘的声音。她们吃的是炒笋片、炒圆白菜和米饭，整个氛围很压抑。每名患者面对这些食物的反应各不一样，有些人将菜里面的葱丝挑出来，有些人反复用筷子搅拌菜，有些人将菜汤和米饭拌在一起，有些人先吃菜再吃白米饭。每名患者吃完，护工都会将空餐盘拿给护士看一下，以确认吃完了。

12 点 03 分，午饭时间结束，餐厅的广播开始播放着舒缓的音乐。患者们各自回屋躺在床上休息。迎迎（化名）自己一人坐在餐厅的长桌前，面对着盘里吃剩下的半碗饭，使劲地哭泣已经将她的脸扭成了一团。小姑娘是东北人，20 岁左右，像小男孩一样留着很短的寸头，头发染成金色，胳膊特别纤细。由于她今天分配到的午餐饭量从半份增加了一份，她只吃完了一半。“真的吃不下了，姐姐。我还有那么多加餐呢。为什么对我这么残忍啊。你可怜可怜我，求求你了姐姐。”迎迎哭闹着。一名女护士站在旁边，劝慰说：“吃吧，别喊了，迟早得过这一关。”

迎迎所在的就是北京大学第六医院住院部进食障碍病房，如今这样的进食障碍单病种病房在全国也属

唯一一家。目前这里只接收女性患者，总共不到 10 间病室里，每间病室最多可以摆下 3 张床。

“我们这边，大多数患者是神经性厌食。神经性厌食又分两种，一种是几乎不吃饭，另一种是她们吃了饭后再催吐来保持一个特别低的体重。除了神经性厌食，还有神经性贪食患者，这种就是通过暴食和催吐行为保持身材，但体重在正常范围内，后者这种住院的患者并不多。”主任医师李雪霓说道，她在这里工作已经 10 年了，当年正是国内进食障碍最初研究者张大荣把她招入这个科室门诊工作。

进食障碍是一种精神心理疾病，分为神经性厌食和神经性贪食，患者主要以青少年女孩为主。极端的暴食和节食使得患者的体重大大低于标准体重，进而导致脱水，体内电解质平衡被打破，激素分泌紊乱，很多女孩停经，第二性特征发育停滞。而进食障碍还会引起其他精神科并发症，如精神分裂症、抑郁症、躯体化障碍或者强迫症。

近些年，进食障碍逐渐成为一种十分流行的社会病，病发率逐渐增高。西方的研究显示，以女性、30 岁前、经济水平高、发达地区的人群为主要患病对象，12 岁至 20 岁的女性患病率为 1% 至 3%，病程如有迁延，则会有 5% 至 15% 的患者死于营养障碍、感染和衰竭，个别死于意外和自杀。

国内目前还没有进食障碍发病率的全国性统计数据，而社会乃至专业人员对该病的了解和识别率依然偏低。1992 年上海和重庆两地医学院“大一”新生中的女生曾接受过一次有关进食障碍患病率的调查，结果显示患病率为 1.1%。2002 年钱氏和刘氏在北京女大学生中调查发现进食障碍患病率为 3.62%，仅有 44.3% 的女大学生从不节食。2013 年，上海女大学生中可疑的进食障碍患者高达 17%，而在 7 个城市开展的调查则表明 20% 至 30% 的中学生有进食障碍的行为。北医六院进食障碍病房的主任医师李雪霓最近曾在他们病房专门的微信公众号上发了一个进食态度评测问卷，评分高于 20 分的人患上进食障碍的风险很大，结果李雪霓收回了 1500 份问卷，其中 20% 的问卷评分高于 20 分。

复杂的病因

进食障碍不是单纯的进食和体重问题，它受到遗传、心理、家庭、社会文化等多重因素的相互影响，无论哪国专家至今都无法完全弄清楚病因。1873年，法国内科医生夏尔·拉瑟古（Charles Lasègue）和英国内科医生威廉·古尔（William W. Gull）爵士分别从心理病理学的角度对“癔症性厌食症”进行了深入研究，由此，“神经性厌食”这一名称正式确立。

心理学认为，未解决的潜意识冲突是导致进食障碍的主要原因。吃是人的本能，但如果一个人将最本能的部分当作一种表达潜在冲突的方式，生命就会面临挑战。按照病理学解释，神经性厌食并非真正的厌食，而是一味怕胖，忽视自己的饥饿感，为了达到所谓的“苗条”而忍饥挨饿。女孩们开始减肥时只是因为觉得瘦了漂亮，会被周围更多人喜欢。但当体重减轻，变瘦后，他人的赞美成了一种正性强化，而患者从减肥过程、体重控制中获得了一种控制感和满足感，拥有自信的同时，患者更想继续减肥。

1940年，精神分析理论开始应用于神经性厌食。人们通过弗洛伊德提出的俄狄浦斯情结理论进行分析，认为个体在进食障碍中找到了自我感和身份感。而进食障碍患者就是停留在前俄狄浦斯阶段，即使有时非常聪明，但他们的一部分情感层面却停留在婴儿层面，没能建立起真实的身份认同，也还触及不到成熟的性。

神经性厌食的患者对身体发育成熟有着极度的恐惧，体重增加、青春期和性都会使他们恐慌，而他们发现进食障碍能阻止这些恐惧事件的发生，因而获得安全感。美国心理学家希尔德·布鲁克（Hilde Bruch）于1974年发表的论文认为对食物的拒绝代表对心理自主性和控制的挣扎。当孩子进入青春期阶段之后，自我的缺失感逐步加重，偶然的状况下，孩子学会用自我饥饿来对抗父母的控制，因而转向控制自己的身体，以节食或者暴食催吐的方式，在控制自身体重的同时觉得掌控了自己。虽然精神分析一度成为主流，为神经性厌食患者提供了丰富的理解，但精神动力学模式的心理治疗耗时且昂贵，治疗效果却不一定让人满意。

20世纪下半叶，神经性厌食心理治疗理论越来越深入。希尔德·布鲁克提出了“发现事实”的心理治疗方法，逐渐对来自有过失成长体验中的思维错误

或误解谨慎地给予重新标签，该治疗通过鼓励、允许患者真实地表达自己的想法和感受，来帮助他们发现一个“真实的自己”。他在做心理治疗时强调病人的信念和假设，打破了传统精神分析法的局限，成为神经性厌食现代认知治疗的跳板。

进食障碍的发病率增加与社会历史环境也有关系。而都市化与现代化推动着社会变迁，瘦和低体重被等同于美和成功，肥胖或者超体重被看作丑陋、失败、缺乏自我控制，然而大多数人难以拥有“完美”的身材。理想和现实的体相冲突会激发部分人群患上进食障碍。体重作为一种权力和控制的象征表现，是人们应对瞬息万变的社会、克服不确定感给人内心带来恐惧的“武器”。现代社会中，女人在选择理想体形和身体形象方面并没有太多选择。

此外社会生活中的同伴关系也深刻影响着进食障碍的患病概率。青少年女性不仅会受到同龄人对身体重视程度的压力，也会从中意识到苗条的重要性，甚至从朋友那里模仿节食、导泻等行为，这种青少年女孩小团体成员的进食态度通常类似。此外施加和强化同伴影响的一个重要手段就是戏弄和嘲弄他人。

治疗的局限与未来

“这里所有人都在承受着痛苦，她们还没有找到爱自己的方式。”青青（化名）说道。北医六院住院部进食障碍病房里，她坐在自己的床上，拨开圆眼镜，双手轻轻按在眼睛上，虽然一句话轻描淡写，但痛苦的回忆还是使她流下泪水。窗外，北京初夏的暖阳照在绿叶上，随着清风微微颤动着。而病房内，是一种无形的压抑。青青26岁，在目前住院的所有患者中算年龄大的，其他人都是14岁至17岁的小姑娘。青青恢复的情况很好，打算下个月初出院，并在今年11月份参加心理咨询师资格考试。“我对进食障碍有着不同于常人的理解，我在这里接触了很多病人。我从小就对心理学感兴趣，我觉得在我经历了这些之后，可以把我自助的过程用于帮助更多人。”青青从小吃饭就不规律，暴食严重，3年前开始，她发现用手抠嗓子进行催吐的方法可以使她的体重迅速下降，一发不可收拾。“神经性贪食确实帮助我获得了很多好处，它给我带来了父母的关注，成为我释放压力和逃避现实的方式，我遇到的任何问题，现实中我没有能力解决的时候，我只要暴食催吐，就不用再想别的东西了。”

但是，那种好处只是暂时的，因为它具有毁灭性，它会越来越加剧你对现实的抗拒，越来越会让你跟现实脱轨，让你跟一切脱离关系，让你远离你的家人，远离你的朋友，最后把自己变成一个低自尊、没自信，对世界充满失望、对自己充满失望的人。所以，这个病所谓的好处真的能骗住一个人，现在这里住的大多数孩子，都还在这些好处里。但是我相信，肯定有一天会有她们自己真的想要走出来的时候，只有认知改变了，苦难才能成为力量，这是每个人的功课吧。”

病房主任医师李雪霓记得很清楚，最早进食障碍患者中患有神经性厌食症的病人很多，因为大部分这样的病人都有家族基因遗传的原因。而现今患有神经性贪食症的人越来越多，主要就是因为社会中的瘦身文化，并养成了暴食后呕吐的成瘾行为。李雪霓很清楚，即使进食障碍是一种精神心理疾病，但住院部提供的急性期治疗还是以营养治疗为主，每天三顿正餐三顿加餐，为了让患者的体重和身体状况恢复到正常健康水平。“我们之所以关注营养治疗是因为他们的营养不良会影响大脑供应，病人的认知、理解能力、注意力和情绪调控都会受到影响。如果营养跟不上，我们对病人做心理治疗，病人的接受度是很有限的。那么如果营养跟上了，无论通过住院还是门诊，我们就可以进行下一步心理干预。”李雪霓表示，病人在这里一般住院4至6周，但由于住院的进食障碍患者经常会给家属和监护人压力，使得患者在没有痊愈的情况下提早出院，心理治疗还远没有完成，进而反复出院住院的情况很多。李雪霓他们的心理治疗分为两个部分，心理治疗师一对一的个体单独治疗和团体家庭治疗，前者关注个人的成长，后者则针对家庭成员与患者的互动，以及培训父母对孩子的照料。

中国依然很缺乏针对进食障碍患者的心理治疗。“两种心理治疗，我们都是从外面请心理治疗师，我们很缺这样的人。”即使像北医六院这样的住院部进食障碍单病种病房，李雪霓们也没有自己的心理治疗师。她曾经去英国的进食障碍治疗机构考察时，看到了一本名叫《进食障碍的动机促进与心理教育》的手册，手册里面都是进食障碍的一些知识。李雪霓看到英国机构的工作人员跟患者们一起拿着这个手册做练习，帮他们分析患病的促发因素，包括患者升学转学、离家独立，或者失恋等。患者还可以通过这个手册练习自己分析患病的维持因素，哪些因素阻碍了自己好起来。和患者一起分析之后，工作人员就可以着手帮助患者改变其维持因素，认识病的危害，看到病患特

点，在工作人员的帮助下让患者把自己的经历过一遍，从里面找到一些可以改善的部分。李雪霓很心动，她把这本手册带回了北医六院，翻译成中文并引进到北医六院病房，成为这里最基础的心理辅导治疗方式。

除了李雪霓一名主任医师外，北医六院的进食障碍单病种病房还有1名主治医师、3名住院医师、1名护士长和8名护士。此外还有大量护工，三班轮班倒，24小时看护病人行为，以防患者在饭后、夜里或者上厕所时催吐。两名外面请来的心理咨询师则是李雪霓在参加中德高级心理治疗师连续培训项目时认识的，这是我国最早引进的心理培训项目。

回望，李雪霓觉得这10年来他们的病房在治疗上已经有了很大的进步，如鼻饲等强制性营养治疗如今已经非常少了，目前有一部分住院患者甚至不服用任何药物。尚无证据可以证明，药物治疗对于神经性厌食症是直接有效的，但抗抑郁药物会有效治疗伴随进食障碍出现的各类精神病学并发症，比如抑郁、焦虑等。现在越来越多的人通过互联网意识到自己或者自己的孩子有可能患有进食障碍，并直接在网上找到李雪霓咨询。

“进食障碍在青少年中多见，其实跟青少年本身容易多发这种心理行为问题是一致的，就像青少年犯罪一样，很可能当他们成熟了，融入社会了，慢慢也会变好。我们看到的进食障碍临床群体只是冰山的一角，可能周围很多人都有这样的问题，只是没有说出来，随后自愈或者病情状况没有恶化那么严重而已。随着中国社会的发展，这部分隐形基数会越来越大，基数大，病情严重的人数也会增加，有人预测接下来的一二十年，中国进食障碍会出现一个高峰。”李雪霓说道。



进食障碍在青少年中多见，其实跟青少年本身容易多发这种心理行为问题是一致的，就像青少年犯罪一样，很可能当他们成熟了，融入社会了，慢慢也会变好。



(参考书目：《实用精神医学丛书·进食障碍》，陈珏主编；《精神障碍诊断与统计手册（第五版）》，美国精神医学学会编著；《食物瘾君子：经历并战胜贪食症》，凯瑟琳·艾尔薇著；《打开“家”锁：中国家庭治疗与厌食症的临床研究》，马丽庄著)

为艺术而减肥

文 / 薛巍

法国学者布里亚-萨瓦兰说,过度肥胖会让人变丑,十个胖子中有九个是圆脸、凸眼、狮子鼻。他认为女性原始的体形与美丽很容易就埋葬于肥肉之中。克拉克斯顿医师说,胖子会遭到人们的嘲笑。他推测这是因为肥胖的身躯本身有失庄严,那种稍微丑陋的容颜实在令人忍俊不禁。他还认为,胖子通常很有趣,许多个性幽默的人多少都有点胖。美国的菲什拜因医师不同意这种说法,据他研究,体重过重的人有高达六成表示自己容易激动又神经质,只有一成认为自己冷静不情绪化。他说,要是你正好认识一个容易激动的胖子,就会了解他们看起来比容易激动的瘦子更情绪化。

一部医学百科全书中说,英国哲学家休谟身体很胖,但他学术成就很高,这证明肥胖并不必然会让人变笨。但诗人拜伦相信肥胖会令人有气无力、迟钝愚笨,他还担心饮食过量甚至是正常的食量都可能会使他失去创造力,因此他经常让自己处于挨饿状态。英国医学史学者路易丝·福克斯克罗夫特在《卡路里与束身衣》一书中说:“拜伦笔下浪漫诗意的男性苍白、纤瘦,他本人却是体形微胖,他像当今影视名流一样费尽心思维持身材。在剑桥大学读书时,他厉行节食,并穿上多层衣服以利发汗。等他饿到极点便开始暴饮暴食,最后则以服用过量的氧化镁缓解胃胀气。他最爱的瘦身餐是饼干配苏打水。他曾推掉一顿丰盛的大餐,只为了服用一套把马铃薯压平浸在醋中的新式减肥餐。”

减肥很不容易,有时要努力许多年,因为人爱吃的本能太强大:一项针对5000名对象的研究发现,四分之一的人每半小时就会想到食物,而每半小时就想到性爱的人却只有十分之一。威尼斯商人路易吉·柯尔纳罗1588年出版了《长寿的艺术》一书,他强力主张生活应该规律节制,人不应继续被饮食享乐所奴役,饮食享乐不过是致命的幻象。他建议每日的饮食是总共570克面包、汤、蛋黄、肉类,以及400克葡萄酒。他年老后整天只吃一个蛋黄。德国哲学家尼采由于久坐而发福。他在19世纪晚期读过柯尔纳罗的著作,却对这本书不以为然。1888年,他在《偶像的黄昏》中写道:“柯尔纳罗之所以食量极少,是由于其异常缓慢的新陈代谢。这个年代的学者体力会因为紧张而快速消耗。要是吃得像柯尔纳罗一样少,肯定是自寻死路。”

胖胖的约翰逊博士试过节食,块头确实变小了一

些。作家卡夫卡和亨利·詹姆斯都信奉弗莱彻的减肥法。弗莱彻(1849~1919)提倡大量的咀嚼,每一口食物要嚼100次。他说,只要能把食物咀嚼透彻,想吃什么都行。他40岁时体重98公斤,到50多岁时,已经能像年纪只有他一半的人那样运动。畅销作家克拉克斯顿也采用咀嚼饮食法。他写道,人不应该像大蟒蛇那样吞噬食物。据说英国的社会名流会举行咀嚼派对,并以码表互相计时,确保每一口食物都会嚼上5分钟。

女高音歌手一般块头都很大。美国女高音歌唱家德博拉·沃伊特说,一定的体重对她们的表演是有帮助的:“当我们呼吸时,一些肌肉就会被调动起来帮助我们发声。作为一个非常、非常胖的女性,我唱的时候根本无需动脑。我只要吸一口气,我的身体就会自动调动那些肌肉,声音就能飞到乐队上方。过去许多伟大的歌手都是胖女人和壮硕的男子。”但2004年,她因为身材过胖被英国皇家歌剧院解约。当时她的体重是159公斤,穿不上给剧中角色设计的服装。之后主要是因为体重超标使她双膝疼痛,她开始减肥,但尝试了多种减肥措施都未能获得预期效果,最后她采取了比较激进的措施——做胃部手术,减少胃容量。结果她的体重减轻了一多半。她因此变得更自信、更健康了,也能够继续登台演出了。她说:“现在观众能更清楚地看见我手臂的动作,因为我没有18公斤肉从那里垂下来。”



“营改增”最后攻坚

主笔 / 谢九

自今年5月1日起，“营改增”试点正式全面推开，试点范围扩展到建筑业、房地产业、金融业和生活服务业，实现了增值税对货物和服务的全覆盖。同时将所有企业新增不动产所含增值税纳入抵扣范围，比较完整地实现规范的消费型增值税制度。

此次新增试点的四大行业涉及纳税人1100万户左右，比前期试点的590多万户增加近一倍，涉及的营业税规模占原营业税总收入的比例约80%，在经过了4年多的试点之后，营改增开始进入最后的攻坚战。从我国税制改革的历史来看，此次营改增的影响之大，仅次于1994年的分税制改革。

营改增试点开始全面实施，同时也意味着营业税在我国正式退出历史舞台。营业税主要针对企业和个人经营的营业额征收，长期以来是我国的第三大税种，也是地方政府的第一大税种；增值税主要针对商品流转过程中的增值部分征收，是我国的第一大税种。由于两大税种均在流通环节征税，很容易造成重复征收，尤其是随着近年来我国服务业的快速发展，重复征收的矛盾越来越突出。为了避免两大税种之间的重复征税，同时也为了重点扶持第三产业的发展，更好帮助中国经济向服务业转型，营改增从2012年开始在上海的交通运输业和部分现代服务业试点，并逐渐过渡到更多的省市和更多的行业，今年5月1日起开始正式全面实施。按照最初的计划，原本应该在“十二五”末期就全面完成营改增，不过由于复杂性超出预期，最终推迟至“十三五”的开局之年。

从4年多的试点时间来看，尽管存在一定的争议，营改增试点在整体上还是实现了减税的初衷。按照财政部和国税局披露的数据，2012到2015年底，营改增及增值税改革累计为企业减税6412亿元，其中，自2012年启动的营改增试点中超过97%的试点纳税人实现税负下降或持平，累计减税已达3133亿元。按照今年《政府工作报告》的承诺，营改增全面实施后，确保所有行业税负只减不增，财政部测算2016年减税金额将超过5000亿元。

避免重复征税，实现结构性减税，这只是营改增最表面的目的，从更深层次来看，营业税改增值税也体现了我国经济结构调整的意图。首先是服务业崛起减负，在营改增之前，我国的服务业基本上都处于营业税之下，由于全额征税且无法抵扣，重复征税的现象比较严重，由此导致服务业税负过重。而从中国经济结构优化的角度来看，服务业是中国经济结构转型的必经之路，但长期以来，我国服务业占GDP的比重始终难有实质性提升，距离发达国家服务业普遍占比70%以上的比重还有相当大的距离。从产业结构调整的角度来看，营改增的最大受益者就是服务业，今年5月1日开始最后实施的四大行业中，金融业和生活服务业都是我国最重要的服务业。

除此之外，营改增还可能会在一定程度上消除我国的产能过剩矛盾，对于当前的去产能起到意想不到的效果。在过去营业税的时代，营业税是地方政府的最大税收来源，而且营业税针对商品的营业额征税，这就使得地方政府出于税收和就业的考虑，扶持大量僵尸企业，但是在营业税退出历史舞台之后，地方政府失去了税收的激励，也就失去了继续为僵尸企业输血的动力，这可能会对困难重重的去产能起到关键作用。

营改增虽然从5月1日开始全面实施，但并不意味着改革已经尘埃落定，还有很多挑战才刚刚开始，比如中央和地方政府的收入分配如何重新划定。

在过去营业税和增值税并存的时代，营业税绝大部分归地方政府所有，是地方政府的第一大税收来源，大约占地方税收收入的三成左右，而增值税属于中央和地方共享，75%归中央，25%归地方。在营改增之后，营业税退出历史舞台，意味着地方政府最大的税收来源也随之消失。最近几年来，地方政府原本就面临土地财政萎缩、债务负担上升等难题，如果营业税就此凭空消失，地方政府的压力可想而知，因此，在营改增全面实施之后，如何妥善处理中央和地方的收入分配，已经成为当务之急。

在今年5月1日营改增全面实施之际，国务院关于《全面推开营改增试点后调整中央与地方增值税收入划分过渡方案》也随即下发，大致内容是，中央和地方政府的增值税分成从此前的“75：25”调整成

“50 : 50”，增值税五五分成，同时，中央上划收入通过税收返还方式给地方，确保地方既有财力不变等等。这份过渡方案自2016年5月1日起执行，过渡期暂定2~3年，届时根据中央与地方事权和支出责任划分、地方税收体系建设等改革进展情况，研究是否适当调整。

营改增全面实施之后，可能也会加快中央和地方事权和支出责任重新划分的进程。1994年分税制改革以来，中央和地方事权和财权划分不匹配的矛盾上升，中央财政实力大大增强，但是地方则承担了相当比重的支出责任，这种局面被业界戏称为“中央点菜，地方买单”，改革的呼声也是由来已久。

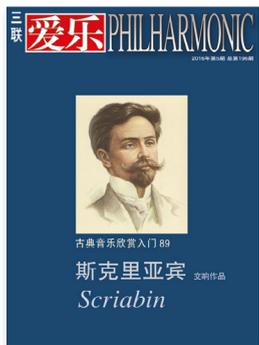
十八届三中全会提出“建立事权和支出责任相适应的制度，适度加强中央事权和支出责任”，揭示了未来中央和地方事权改革的大方向：“国防、外交、国家安全、关系全国统一市场规则和管理等作为中央事权；部分社会保障、跨区域重大项目建设和维护等作为中央和地方共同事权，逐步理顺事权关系；区域性公共服务作为地方事权。中央和地方按照事权划分相应承担和分担支出责任。中央可通过安排转移支付将部分事权支出责任委托地方承担。对于跨区域且对其他地区影响较大的公共服务，中央通过转移支付承担一部分地方事权支出责任。”这一次营改增可能是一个契机，在一定程度上会加快中央和地方事权改革。

在营改增全面实施之后，增值税立法也会提上日程。我国的税收立法处于比较落后的状态，在现有17个税种之中，只有个人所得税、企业所得税和车船税通过了全国人大立法，其余都是通过全国人大授权国务院以暂行条例等方式征收，营改增之后，增值税将成为我国的超级大税，如果依然长期处于“暂行条例”之下，显然也并不合时宜。

按照我国税制改革的整体规划，在营改增全面实施后，下一步改革的重点有可能会转移到直接税。我国的税收结构以间接税为主，无论是此前的营业税，还是现有的增值税和消费税，都属于间接税，间接税主要面对商品和服务征收，间接以公众为征税对象，其弊端在于税负隐藏在商品价格之内，容易推高商品价格，不利于消费。我国目前的税制结构中，约有三分之二来自间接税，而发达国家正好相反，普遍以直接税为主。对于致力于向消费转型的中国经济而言，间接税比重过高，其实并不利于经济转型。

十八届三中全会曾经提出“逐步提高直接税比重”，在营改增全面实施之后，有可能会将重心转移至直接税改革。直接税是指直接向个人或者企业开征的税，目前主要包括个人和企业所得税，以及房产税和遗产税等等，由于这几大税种和个人更加息息相关，未来如何改革将比营改增更受关注。■

大家都来听一点古典音乐



读者服务热线电话：
(010) 84050425 84050451
84681046 84681042 (传真)
E-mail: dzfw@lifeweek.com.cn
《爱乐》杂志网址：
<http://www.lifeweek.com.cn/philharmonic>

《爱乐》2016年第五期要目

古典音乐欣赏入门系列 89

- 俄罗斯音乐树上的奇异果
- 曹利群、刘青、孙冰洁、袁利军对斯克里亚宾的《狂喜之诗》、《神诗》和《火之诗》等的精彩解读

纪念册 门德尔松《第四交响曲》的首演

话题 电影配乐中的现代音乐
谈哈农库特风格之一隅

爱乐笔记 键盘好声音之齐默尔曼

精彩回放 巴赫圣乐演出史中的一环

唱片说明书 说不尽的富特文格勒：“悲怆”交响曲

歌唱家档案 著名男中音歌唱家托马斯·汉普森访谈

作品 小议阿连斯基两首钢琴三重奏

听片购片与收藏 加德纳指挥柏辽兹作品的唱片

《爱乐》2016年订阅须知

2016年《爱乐》月刊，每期240页，全年12期，零售单价：20元，全年定价：240元。

2016年《爱乐》邮局发行，邮发代号：82-24，读者可到各地邮局直接订阅，也可汇款至杂志社订阅。全年订阅8折优惠，订阅年价：192元。欢迎咨询、订阅与作为礼品馈赠他人。或在卓越网订购：www.amazon.cn

邮局汇款：北京市朝阳区霞光里9号B座
邮编：100125

收款人：爱乐

银行汇款：开户行：工行王府井金街支行

户名：三联生活周刊

账号：0200000719004641092

网上支付：www.lifeweek.com.cn

在山西寻找野生华北豹

记者 刘敏

很少有人知道，在距离省会太原不到 100 公里的太行山里，还有野生的豹子。

4 月 18 日，太行山才刚刚进入春天，漫山遍野的桃花、杏花刚刚进入盛花期，背阴处的山涧里还能见到厚厚的、尚未解冻的冰壳。

明子和当地村民老张正在山沟里大步流星地往前走，在这漫山的油松、辽东栎、白桦组成的针阔叶混交林里，中国猫科动物保护联盟（以下简称“猫盟”）



中国猫科动物保护联盟在山西太行山里用红外相机拍摄到的金钱豹（图 1、2）和狗獾（图 3）照片

1



2



3

布置了近 100 台红外自动照相机，明子赶着去给这个沟里的两部相机更换存储卡。经常来山里工作，在这种荆棘丛中的羊肠小道上，他比老张走得还快些。

“哎？哎哟？！”明子突然毫无预兆地惊呼一声，喜出望外地蹲在了小道上：路中间有两坨粪便，一元硬币粗细，有成人手掌那么长。粪便是黑色的，说明刚刚被排泄不久，能明显看出来里面夹杂着大量的兽毛。

一路上，明子和老张都动不动发现野猪、豹猫、狐狸的小坨粪便，这一次的兴奋感明显不同，明子找了只笔做参照物放在旁边拍照，又记录下发现的时间和地点，拿出袋子如获至宝地封装起来：“啾啾！”

这袋充满了臊臭气味儿的新鲜粪便，来自这座山里最顶级的捕食者：华北豹。

山西有豹子

“山西还有豹子？”猫盟跟外界介绍自己的工作，最常听见的就是这句话。豹子的意象在生活中到处都是，总代表着狂野、疾速、尊贵的意味。越是有神秘感，越说明这个物种离普通人的生活异常遥远，它们像是生活在另一个次元的物种，永远只在商标和纪录片中存在。

所以当 2008 年，猫盟的前身“三北猫科”创始人王卜平在网上发布华北豹照片时，所有人都觉得极其不可思议。王卜平是晋中市当地的一名警察，曾于 1994 至 1997 年在可可西里做环保活动。从 1998 年开始，王卜平钻到家乡榆次区、和顺县的林子里，开始寻找大型猫科动物。马坊的副乡长范新国还记得，王卜平总在山上一待好几天，连帐篷都没有，就睡在树枝搭的棚子里。“冬天冷得很，我们就给他带个炉子、带点炭上去。他拍的照片可多了。”

王卜平找猫科动物，实际上是找当地生态系统中的顶层生物：如果一个地域的生物圈中存在虎、豹这样的大型猫科动物，就能证明这个地域拥有一个完整的食物链，生物多样性处在一个健康发展的环境之中。

王卜平所找的这片太行山林区，位于山西省东部太行山脉中段，跨越晋中市的和顺、左权、榆社三县，这里的森林砍伐一直相对有序，做森林抚育也要早于其他地方林场，因此森林自然条件也要好很多。在这些密林里，老虎的行迹已经消失很久了，华北豹却意外地活跃。王卜平最开始只是自己扛着摄像机上山拍，但山林里人的可视范围非常有限，独居的豹子活动范

围横跨一个或几个山头，有些山沟一个月也难得走一次，靠短期蹲守显然是不现实的。

2008 年开始，王卜平自费买了一批红外自动相机，按照过去打猎的经验，王卜平把相机拴在他认为会有豹子经过的小路边，当有活的、有体温的个体经过时，红外线感应器就会自动向相机发出信号，完成对焦和拍摄。现在猫盟的负责人宋大昭，就是这个时候变成了王卜平的志愿者，他每次利用假期自费跑到山西给王卜平帮忙，这个阶段一切调查都是出于直觉：“就是在豹子可能出现的地方绑相机，拍到就行，没有别的目的。”

按动物特征来说，豹子的分布理应是很广泛的，从沿海低地到高海拔山区，从西非的干旱地区，到年降水超过 2000 毫米的雨林地区，都有豹子的分布记录。然而，因为国内对猫科动物的调查还在起步阶段，真正找起豹子来，会发现这种大型猫科动物的身影远没有想象中常见——此前有科研机构在中国西南部 11 个自然保护区进行了大规模的红外触发相机调查，其中有 10 个保护区的野生哺乳动物名录中都有豹子。然而几年下来，研究者却只在秦岭一处自然保护区拍到了豹子的实体。科学界感叹：从来没有任何一个物种的“期望值”与“观测值”之间存在这样巨大的反差。

作为国内第一个用红外自动相机拍豹子的民间人士，即便跟当时的科研单位比，王卜平的成果也是惊人的：从 2008 到 2009 年，王卜平的红外自动相机拍到了 285 张豹子的图像，因为每只豹子的花纹都不一样，经过辨认，他们一共拍到了 21 只华北豹。

华北地区并不是国内生态研究的焦点区域，一种物种的研究的水平，跟保护区的行政级别和物种的关注程度是正相关的。在晋中这里，省级保护区、各级林业局的工作大多集中在处理盗猎、护林防火和野生动物救治上，关于豹子的科研基本是零。这群爱好者们镜头下活生生的豹子，就更加珍贵了。

爱丢的红外自动相机

4 月是猫盟春季巡查的时间，18 日大清早，4 名队员兵分两路，分头上山更新红外相机。

2011 年，宋大昭从一家 IT 企业辞职，专职做猫科动物的保护工作。他牵头成立的“中国猫科动物保护联盟”现在已经有 5 名全职人员。还有北京师范大学生命科学学院生态学博士冯利民做团队的科学指导。跟以前拍着玩不同，猫盟的工作已经从简单的拍

豹子，变成了做华北豹的生态研究和保护。

带我上山的明子，全名崔士明，今年38岁，过去在北京一家广告公司工作，他从2011年认识宋大昭开始就不断往山西跑，最后干脆也全职加入了猫盟。

明子是黑龙江人，打小在农村长大，对野外的生活特别熟悉。今天的4台相机都是他找的点。猫盟现在涵盖了从榆次区到和顺县220平方公里的调查范围，在谷歌地图上，大家先根据经纬线给这片区域打上网格，每个格子都是2公里乘以2公里大小。“这个比例是冯利民给我们定的，按这个面积做出来样方，之后好放在专业的数据分析模型里计算。”

格子是虚拟的，放到林区里就变成了复杂多变的山区地形。“我们来之前都得看地图，研究这里面的山脊、山沟。时间长了就能看出来应该从哪条路进山。”头一天考察时，看上去一个简单的山顶，从山下到山脊全是连续的爬坡，野兽可以从灌木丛下的空隙中跑过，对人来说根本无路可言。我们拨开还没长叶的荆棘喘着粗气往上爬，一不小心就被刺扎了手，回弹回来的树枝刮在脸上，很快就破了相。

今天的4个点都在山沟里，越野车开到半山腰就再也进不去了。后面的路程全靠徒步。跟我们一起的还有村民老张：2015年，猫盟在当地成立了一个“老豹子队”，招募了5名当地村民做巡防员。像老张就管着11台红外相机，每个月要上山巡视一圈机器不在，3个月给相机换一次存储卡，半年换一次电池。

猫盟每个月给老豹子队成员们开500块钱工资。“十几个相机距离那么远，紧着跑也得跑两整天，这点钱雇人谁能干啊？就是个补贴。”宋大昭说，这些老豹子队队员都是范乡长帮忙找的，其实对本地农民来说，有没有豹子都无所谓，这些年下来，猫盟跟本地人相处很融洽。“他们吃啥我们吃啥，我们上山比村民走路走得还多，大家感情都挺好的。”

在山沟里走了40分钟后，我们到了第一个相机点，明子发现相机已经关机了，SD卡半插在外面。“老张，你上次换卡没插进去啊，机器都没开。”老张瞅了瞅：“这是有人动了，放牛的谁把卡拽出来了。”

果然，再看照片回放，一个放牛信的大脑袋显示在了屏幕上。

在山里，红外相机最大的麻烦是被偷。今年春节前，明子就发现一台相机不见了，正好猫盟给老乡们做了新年年历，发年历时，明子就挨家挨户说：旁边沟里丢了一台相机，知道是谁拿走了吗？

“后来真有个老爷子说他看见了，是饮马村的老

王头给拆了。”明子直接拿了一台同款式的红外相机去了老王家，一进门就说：我这个机器是不是被你拿走了？你拿着没用，还给我们吧。

老乡一下子蒙住了，半天没反应过来明子怎么直接找到了自己，挺不好意思地把相机翻了出来。明子嘀咕：“在你们村子边还丢了一个呢。”老乡主动请缨：“我帮你找！”

“第二天我顺着他们村子走，想再给这老乡送两份年历，老头一看见我就招呼：‘正找你呢！又给你要回了一个！’”——老乡们上山放牛，看见路边多出来这么个东西，出于好奇就给拆回去了。

更有意思的是面前这台相机，去年一次巡查中发现这台相机丢了，明子到附近村里找了好几次，碍于情面，谁都没当面承认。下一季巡查时，明子带着全新的相机来补装。“再一看那棵树，给我绑回来了！”明子说。

“山西的老乡都淳朴，好打交道。其他云南、江西相机丢得才多呢，南方山上盗猎的人多，他们怕你的机器把自己拍了，直接就把相机拆走了。”明子说。

这次巡查除了更换SD卡，另一个任务是重新梳理编号，之前老张的相机都以“WS”开头，代指万山林场的“万山”，但村民们文化水平不高，普遍不会写英文字母，往往换下来的存储卡标记就写错了。红外相机上也没有汉字，看到“Replay”（重播）这样的字眼，村民更不懂是什么意思了。这次猫盟把所有的代号都改成数字，老张的相机都以2开头，变成201、202……猫盟把格式全都设定好，下次直接换卡就行了。

这次的卡被拔了出来，只录了一个月的内容，但回放时依然惊喜地看见了豹子的身影：3月初的一个上午，相机拍到了一截高高翘起的豹子尾巴晃出画面。再倒到上一个文件，这次完全看清楚了一——入镜的是一只成年雄性豹子，长着肉垫的爪子轻轻扣在山道上，姿态优雅地踱步经过，豹子的侧脸、身上的花纹，全都清晰可见。

怎么拍到豹子？

“我们每台红外相机都拍到过豹子，就是拍得多少的区别。”明子对猫盟的拍摄能力很自豪。最早安红外相机是王卜平手把手教的，时间长了大家就都有经验了。

比如面前这条两人宽的小路，处在山沟和山崖之



刘敬摄

“猫盟”成员宋大昭（右）、黄巧雯（中）和村民老魏给架设点的红外相机换电池

间，是条野兽的必经之路。相机如果装在旁边的灌木丛里，镜头前太乱不说，野兽也不会放着兽道不走去钻灌木丛；如果装在紧贴路边的树干上，又会因为距离太近没法把豹子拍全，日后难以识别。

岩松鼠喜欢在路面岩石上跳跃，如果相机装在大石头多的路面，没几天就会因为频繁触发耗尽电池；相机如果放在背阴处，又会因为逆光看不清拍摄物体。

那些几条小路交汇路口、野兽粪便密集的小路边，山脊上，都是拍豹子的好地方。每找到一个新架设点，猫盟的成员固定好相机后，会弓下身四肢着地来回爬一趟，模仿豹子的高度和步速，检查相机是否能拍得到。

而选择安装点是最难的，队员们往往要把一个4平方公里的样方彻底走一遍，在陌生的羊肠小道上留心寻找，最终确定一个合适的安装点。

按照红外相机标准的安装要求，相机往往需要对安装，以便拍下动物的全身花纹做辨认。但猫盟每个点只装了一台相机：“我们也想装一对儿，不是没钱嘛！”明子说，一台相机加上存储卡、电池，大约

成本是2000多块钱，最早都是猫盟成员们自己掏钱买，最近有阿拉善等基金会赞助。猫盟需要尽快扩大调查范围，有限的相机要扩散到更大的区域内。“不过我们技术好，都能拍到豹子全身。再说如果被偷相机，你装俩，那一丢就是丢一对儿了。”

像这样，需要因地制宜做调整的事情太多了。

我们更换相机时，几头小牛跟着母牛，叮叮当地甩着铜铃从我们身边经过。等到5月份到了小牛出生的季节，这些牛犊就会变成村民与豹子最大的冲突。

和顺县是肉牛养殖大县，马坊乡的农民都是把牛赶到山上放养，晚上再把牛召回家，或者干脆一两个星期才上山看看。在城里人看来这是最健康的饲养方式了。但牛群所经之处，小型有蹄类动物都会四散跑走，而这些孢子、野猪又是豹子最主要的食物来源。此时豹子只好对肉牛下手，最容易被捕杀的就是小牛犊。

范乡长告诉我，当地农民养牛，主要是靠卖牛犊赚钱，一头母牛一年半生一胎，一只小牛犊养上五六个月，能卖出五六千块钱。农民平均年收入一万元出

头，咬死一只牛犊，大半年的收入都没了。因为豹子会反复回来吃猎物，曾经有农民在被咬死的牛身上下毒，把豹子毒死泄愤。

“实际上这乡里面好多都是禁牧区，牛一上山没人管，自己走到禁牧区里面，被豹子咬死都不应该赔的。”猫盟成员万绍平说，山西也没有制定出豹子咬死家畜的赔偿或保险办法，按照法理来讲，这应该农民自认倒霉，但现实的形势是，如果不做引导，也许很快豹子就会被愤怒的村民们赶走或毒死了。

从2015年开始，猫盟开始支付豹子吃牛的赔偿。咬死的小牛赔付1000元，一岁以上大牛赔付2000元，由老豹子队成员做伤痕鉴定。这个价格远达不到农民的真实损失，但起码能缓解人豹领地的冲突。2015年猫盟一共赔付了48头死伤牛，总计7万元左右。去年的钱是“嘉道理中国保育”和和顺县人民医院赞助的，今年的赔付款还在众筹中，随着5月份到来，最焦头烂额的季节就要开始了。

在太行山上，村庄与野生动物实在太近了，走在村道上，就能看见漂亮的雄性野鸡落在春耕的农田中，丝毫不怕犁地的农民。公路边的小溪流里能看见苍鹭、白腰草鹮，成对的鸳鸯扑棱一下子飞远了。走在山间，只要静下来，就能听见四处不同的鸟叫，音调高低相和，层次分明。山风一吹，层层叠叠的松涛声累积着涌过，就像海浪一样连绵不绝。

在回程的路上，明子捡到一根野鸡艳丽的翎子，他告诉我：“单根羽毛是自然脱落的，如果一堆鸟毛，准是被狐狸啥的给吃了。”话刚说完不久，他就眼尖地发现草丛里有一堆星鸦的羽毛，大小羽毛四散，看不见身体在何处。“这肯定是被动物咬死的，能吃的部位都被叼走了。”

此时我们已经徒步走了10公里路，这是当天整理完的第三台红外相机，是这次春季考察的第八天，是在这里安装红外相机的第五个年头。

明天、下一次夏季调查、明年，都还是一样的工作。

猫盟到底要做什么？

今年猫盟进山的第一件事，是去拜祭王卜平。老王在2015年因肺病去世了，他的墓地选在榆次的山上，俯瞰着他走过无数次的太行山梁。猫盟和当地人都把他视为一个传奇人物。很多人问过猫盟，为什么选择山西？最直接的原因，就是老王开辟了这里。

华北豹不仅仅在山西分布，根据资料，河北、陕西、

宁夏、甘肃、河南、内蒙古和四川仍能见到豹子的活动。猫盟也想去其他省份找豹子，但王卜平丰富的野外经验和当地的人脉资源，现在看来是不可复制的，在一个没有国家级保护区的地区，做一个长期非明星物种的研究，远远比想象中更难。

猫盟现在的主要收入，是给其他环保组织、国家级保护区做野生动物调查。在山西积累的经验拿到云南、江西、河北等地，他们很快就能找到合适的区域安装红外相机，拍到雪豹等当地要摸底调查的野生动物状况。

这些收入都反哺了山西的自留地，最后算下来明显是赔钱的。“去年豹子咬牛赔偿了7万块钱，‘老豹子队’工资3万多块，总共10万多块钱，去掉外界支援的几万块，其他都是自己掏的。我们自己的吃住行都没算进去，大家都没领过工资。”万绍平用自家的越野车给猫盟做交通工具，从北京出发，出一次季度调查就要开掉2200公里。上山的路窄，两边的枯枝噼里啪啦地挠着车漆，万绍平已经习惯得完全不心疼了。

跟着猫盟做调查，会发现看起来野外自由的生活实际上枯燥得要命，徒步上山、换SD卡、换电池，大量的户外工作都是单调重复的。每年调查内容的变化也不大。“三年能进一步就可以了，最近几年政府就更认可我们了嘛。”宋大昭说。

类似熊猫这样的明星物种，早已有充足的国家拨款，大量研究人员研究熊的习性、饮食、繁殖等，从生到死都有详尽的研究。猫盟冯利民工作中研究的东北虎、东北豹，也有国家和北师大生命科学学院做政策和技术支持。而关于华北豹，连最基础的种群数量都还是空白。猫盟仅有5名常设员工的力量无疑非常单薄，科研上能做的事就是拍豹子、数豹子、算豹子总量，再扩大领域继续拍豹子……仅仅依靠红外相机的捕捉，想要研究豹子的繁殖、捕猎、行为习惯等常识性问题，也还远远不够。

宋大昭觉得猫盟最主要的工作还是做保护：“豹子本身不需要我们做什么，人家自己会繁殖会捕食，人类不干扰比什么都强。我们的主要工作就是缓解人和豹子的冲突。”山西的豹子并不安全，上世纪60年代，华北豹曾经被视为害兽遭到大量捕杀，山西省60年代捕杀了1750只华北豹，在马坊乡，90年代还收缴过200多支村民家的猎枪，至今仍常有人上山去盗猎，偷偷打了野猪、豹猫出来卖钱。“我有生之年这里的豹子还灭绝不了，但如果哪个环节出了问题，这些豹

子会消失得很快，最多半个世纪就没了。”范乡长说。

范乡长的担心很现实。市场的风吹草动，都会影响到豹子的生存：因为一直找不到替代产业，乡里人养牛是性价比最高的产业，因此豹子咬牛的冲突越发激烈；此前更干扰环境的是养羊，漫山的羊一放出去，不光是影响其他野生动物，连植被都被破坏了，但因为近年来羊肉落价，最头疼的禁羊反而立刻实现了。

山西是产煤大省，马坊乡就有丰富的煤层，而且都是地表煤，一旦开挖，对环境的破坏可想而知，因为这里被国家列为战略储备煤矿，才在前几年火热的煤炭市场中躲过一劫。

猫盟这些年已经拍了3000多条华北豹的视频，识别出近20只豹子个体（不含幼崽），地方政府、猫盟，都希望能把当地华北豹的情况进一步摸清楚，变成一个科学的数据统计，以便推行其他生态保护的政策，最终把这里升级为国家级保护区——这是最现实也最可行的目标了，由有固定编制、固定经费的官方来保护，把自己的科研项目真正正规化，猫盟再把这里的成熟经验复制出去。

在国家真正制定政策之前，这个起了很大的名头

（“中国猫科动物保护联盟”）的队伍，觉得自己跟其他非政府组织一样，在补充政府顾不到的地方。“我们做的事，就是把目前没人保护华北豹的这个时间段保护好，免得将来再回过头想保护了，豹子已经没有了。”

宋大昭说这句话时，是4月20日的晚上。因为雨情，猫盟提前结束了春季调查工作。从20元一天的乡村小旅馆回到北京流光溢彩的大街上，不过6小时车程，眼前已然是另一个世界。车窗外是霓虹闪烁的中关村大街，几年前，他们的工作几乎都围绕着这里，宋大昭曾在这里做过网站运营总监，也关心过敲钟上市，明子所在的广告公司办公室也在这里。

很多人都问过猫盟的成员们，是什么契机让他们去山里工作，宋大昭总被问得很烦：“大家总想问出点冲突、戏剧性，其实哪有那么多冲突，就是喜欢动物，觉得这事儿比坐办公室有意思多了，就出来了呗。”

现在，窗外流光溢彩的创业大街都与他们无关了。所有人都急匆匆地想回家洗几天来的第一个澡，那已经是另一种生活了。☑

（实习生唐瑶对本文也有贡献）

踏寻旅人心目中的心灵圣地
深入绝美与隐秘之境
呈现与众不同的行走记忆

内含周刊：
《最美的滇藏线》
《去墨脱》
《腾冲》
《西双版纳》

可在以下电商购买本产品

亚马逊 amazon.cn | JD.com 京东 | 当当网 dangdang.com

中英教育，一位老师的经历与比较

文 / 吴琪



2015年8月20日，英国伦敦一所学校的学生拿到了中学会考成绩

在中英两国都做了十几年的老师，比较两国教育之长短优劣，自有见识。

“英国过分强调‘以学生为中心’，不主张记忆性的学习方法，学生连基本的乘法口诀表都记不住，基本功比起中国学生差多了。很多学生遇到挫折就叫苦，特别容易放弃。另外他们对老师和家长缺乏尊重。我父亲那一辈人教育我谦虚谨慎，戒骄戒躁，我觉得这既是中国的传统价值观，也正是英式教育中的贵族绅士精神。当今天越来越多的中国家长希望接近英国精

英教育时，英国人却在改变自己的传统。”

说这话的中学教师杨军，曾是2015年风靡一时的BBC纪录片《我们的孩子足够坚强吗》的女主角。如今她带着她的教育观，成为英国教育大臣的改革小组成员，开始了推动中英两国教育模式互补的努力。

缺乏纪律，何谈有效率地学习？

“菲比，住嘴！听我的，听你的老师在说什么！”

当电视里一个熟悉的女声响起时，杨军听到那又高又尖细的声音，突然明白了过来：“天呐！那是我吗？BBC拍的中国学校的预告片开始播出啦？”2015年8月4日晚上，作为英国一所公立文法中学的科学

(生物、物理、化学)老师,杨军正在给学生批改作业。参与BBC纪录片拍摄,对她来说只是人生中一段意外的插曲,她已经淡忘了这件事情,投入到日常忙碌的工作中。没想到这部反响强烈的纪录片不仅引发了人们对中式和英式教育的持续争论,也改变了杨军的人生道路。

“在汉普郡的一个宁静村庄,战争即将开始。”BBC从一开始就善于制造纪录片的悬念。汉普郡的博航特中学是英国排名前列的公立学校,5位中国老师到来,试图用4周的时间在这里的实验班贯彻中国教育理念,以此来挑战英国目前典型的教学方法。穿着深色职业套装的杨军,在片中“出演”了一位要求严格、板着脸但情感热烈的中式教师,她和另外4名老师努力维护着自己的权威,其中杨军尤其显得笃定、坚毅、不容置疑。为了做这场教育实验,50个13~14岁的博航特中学学生合并为一个班级。他们按照中国学生的方式,上学日每天在校学习12个小时,课堂上大量地记笔记、做练习,很少有时间讨论和互动。

生活中的杨军与纪录片中的形象相比,显得娇小而活泼,言语幽默,极富感染力。如今她作为英国教育大臣“钦点”的改革小组成员,是小组里唯一的一位华人。杨军在纪录片中突出的形象和捍卫的价值观,表现出了中国教育者传统和严格的一面,可它又让英国社会的一部分群体受到了震动。

去年底,英国教育大臣尼克·吉布的秘书找到杨军,请她到自己办公室见面。杨军走进尼克·吉布的办公室,看到大型办公桌的另一端,放着这位大臣搜集的自己写过的论文、媒体对自己的报道等厚厚一叠材料。尼克·吉布与他的前任特鲁斯一样,早已注意到中式教育的成果——在好几年的PISA(国际学生评估项目)中,中国学生表现优异,而英国学生成绩不佳。英国学生即使是考英语,也只在国际学生项目评估中排20多名,更不用提他们不擅长的数学了。上海学校的学生成绩位居国际排行榜榜首,15岁学生的数学水平比英国同龄学生超前三年。

这也正是BBC于2015年拍摄中英教育纪录片的重要动机,它试图讨论:为何英国学生的成绩明显落后于中国学生,目前的英式教育有没有问题?如果有问题,它错在哪里了?英国教育大臣希望唤起全社会的注意,英国媒体报道:“为什么中国的孩子们,爸爸妈妈可能是扫大街的,他们的孩子考出来的数理化成绩,比我们国家医生、律师的孩子们成绩还要好,是什么东西使他们做得更好?”

在BBC的纪录片《我们的孩子足够坚强吗》播出之前,英国大臣对于中小学教育成果的不满,尚难以引起英国人的共鸣。而在这部纪录片中,中英教师团体的对垒赛,使得他们各自所代表的教育模式更具深意。如果中国教师在这场试验中失败,那么敦促英国教育制度改革的人,似乎暂时得闭上嘴巴;但是如果中式教育获得胜利,至少英国人得想想,他们一直过度强调的“以学生为中心”的教学方式,或许真到了需要反省的时刻。

就在BBC拍摄这样一个纪录片的想法出现时,在中英两国都有过教学经验的杨军,成为了候选人。杨军曾经在中国做过中学老师,她1997年到英国留学,后来成为了一名英国中学的老师。在英国教书10年,并升到高级教师级别之后,又回到高校攻读教育比较学硕士学位,研究方向正是中英教学方法之比较。

向本刊记者回忆起她人生中戏剧性的这一个机会时,快言快语的杨军说:“BBC通知我去试镜,看我面对镜头怵不怵。我已经在英国教了10年的书,由于刚开始时对英国文化了解肤浅,洋相早就出尽了,哪里还会怕你的镜头?!”英文讲课流利又非常认同中式教育方式的杨军,顺利地成为BBC看中的拍摄者。纪录片播出后,杨军成为公众人物,国内的一些教育机构经常邀请她参加活动,讲述她对两种教育方式的想法,或者是指导中国的教师,这使得杨军有更多机会了解到两个国家对于教育改革各自的需求。

虽然既教过中国学生,又教过英国学生,但是杨军之前用的是这两个群体各自适应的方法。在国内的时候,她作为教师天然得到了学生的尊重,中国学生乖巧听话,学习效率高。说到在英国教书的10年,杨军做事的出发点都是为了尽量让自己融入英国人的规范,学会“以学生为中心”来开展教学。刚开始,英国孩子并不服杨军这位外国人来教育自己,但是随着时间的推移,学生们发现了老师的能力和魅力之后,和杨军之间建立了良好的关系。

不过在BBC纪录片的这场试验中,5位中国老师没有多少时间来建立权威,他们只有4周时间传授知识,然后接受两种不同教育方法的学生之间要展开好几个科目的考试。纪录片中,中国老师的教学方法是我们非常熟悉的单方面讲授方式,英国教育大臣认为正是这种“全班教学”的方式,使得老师传授知识的效率非常高。而英国学生被鼓励自我探索,学生们根据自己的进度或小团体的方式学习,老师只是提供帮助。

中国式的教学方法很快就激起了英国学生的反抗，学生们从心不在焉到窃窃私语，进而公然违抗纪律。5位中国老师都需要花很长的时间维持课堂纪律，可还是只能眼睁睁地看着学生们越来越失控。这让杨军想起了她刚刚在英国当老师时，就深刻感受到中英两种文化的区别：她在为人处世上，总是遵循父亲的教导，为人要“谦虚谨慎、戒骄戒躁”，要“己所不欲、勿施于人”。在和英国同事们相处时，杨军也希望自己做到谦虚好学，尊敬上级和长者。但是这些特点在英国同事们看来，反而是属于缺乏自信的表现。杨军心里很不认同：“我没有自信吗？我当然有！别看我柔柔弱弱的一个小女子，我非常坚韧，像个钢镚一样，你想把我砸断可做不到，只是我们的文化和你们不一样罢了。”

当杨军作为个体融入英国社会时，她谨慎地学习如何遵循英国社会的规范。但是在BBC拍摄纪录片时，因为她代表的是自己曾经熟悉的西式教育方式，所以她不用刻意遵从“别人的规范”，反而可以强势地要求英国学生遵守自己的一套。杨军义正词严地教育实验班里的英国学生：“纪律非常重要，如果缺乏纪律，你们不可能学好！”“我们（中国）学生的学习能力，比你们大约领先三年，这是为什么？！”在中国老师们看来，他们应该天然地拥有权威，课堂纪律正是学生们尊重权威的一种表现。如果学生们连纪律都不遵守，哪里谈得上学习效率？

在纪录片中，杨军教的是科学课，她一个人承担了在英国由物理、化学、生物三科老师上的课。面对没什么紧迫感的英国学生，中国老师们越着急，与学生们的冲撞越厉害。“英国学生习惯了质疑老师、用各种方式为难老师，中国学生完全不这样，完全不！所以对双方来说，两种教育方式需要向对方学习。”而这两种文化的冲突，也正是杨军个人经历中受到的两种教育的冲突。人生的头30多年，她在传统的西式教育中成长。在英国教书10年之后，她虽然懂得如何按英国人的要求做一个让学生喜欢的老师，但偶

中式教育的实质是让学生向知识丰富的传授者学习，老师带领学生们凝结成一个往前冲刺的集体，学生们在一次次克服学习中的困难后，变得坚毅顽强。

尔也会质疑这种方式，杨军说：“我为什么又重新回到高校去读教育比较学的硕士？我对于自己在两种文化中的身份错位产生了困惑，我希望找到答案，知道我是谁，知道什么样的教育方式对学生们更有利。”

学习一定是快乐的吗？

可是当杨军试图把中国的这套教育方法教授给英国学生时，错乱的情景出乎她的意料。中式教育需要上课时大量地记笔记，回家后参考笔记复习功课。学生不屑地说：“老师把我们当作机器人，只要记下课堂上的板书，考试就能得优秀，不然就挂了。”课堂纪律更加失控，老师们开始让调皮学生罚站，或者放学后留校。渐渐地，老师的尊严荡然无存，杨军受到沉重打击。一次和学生们冲突后，她忘了BBC安装的摄像头正在黑板上方对着自己，忍不住哭泣了起来。这位感性、好胜而又意志笃定的老师，因为连日劳累而嗓音嘶哑，但她仍然坚定地说：“我们不能失败！我们站在这里，代表着中国的教育方式。我要竭尽全力去展现中国的教育方式！”

中国教育方式的核心是什么呢？它是疲倦与不屑的英国学生形容的那样——机器人般地拼命记笔记、不停地重复、用枯燥的方式来磨损学生的好奇心吗？杨军对本刊记者说，西式教育的实质是让学生向知识丰富的传授者学习，老师带领学生们凝结成一个往前冲刺的集体，学生们在一次次克服学习中的困难后，变得坚毅顽强。“英国的方式完全不是这样的，如果一个孩子数学成绩不好，家长就会说：噢，你不适合学数学，试试别的吧。老师也不强迫学生。孩子们太容易放弃了！”

在BBC的纪录片中，另一位中国女老师更加直言不讳：“是英国良好的福利系统消磨了学生们的上进心，他们不用工作都可以拿到钱，所以他们不担心。但是在中国，孩子们不努力就什么都没有，所以他们知道知识改变命运的道理，他们发自内心地觉得：我要努力学习，我要努力赚钱养活我的家庭。”

但是英国人或许不这么想。纪录片的第二集播出后，杨军的英国邻居对她丈夫说：“我为你妻子所承受的一切感到很抱歉，但是很遗憾，看来她们赢不了了。中式教育赢不了了。”博航特的英国班主任也一再表达出了自己明确的理念：“如果我们英国人经过这么长时间的摸索得出的‘以学生为中心’的教育模式，还不如中国死记硬背的教育方式，那怎么可能？”



2015年，在英国中学从事中式教育试验的杨军（中）参与拍摄的BBC纪录片《我们的孩子足够坚强吗》

难道我们这些年的教育改革都做错了？我不相信这种事情会发生。”

英国学生的不配合，使得这场试验看上去将会让中国老师惨不忍睹的方式终止。中国老师拿出来最后一种补救方法，按照中国的方式叫来了50位家长，让家长们坐在教室里听听这5位老师怎么讲。杨军说，英国学校的家长会与中国学校的家长会是完全不一样的，各科老师都和每个家长单独谈话，对学生们的针对性特别强。于是，当这50位家长在大型教室里“排排坐”时，很多人脸上露出了迷茫和质疑的神情。或许他们仅仅是短暂地坐在这样大型的班级里，就感觉到了浑身不自在，更不能想象自己的孩子要一天在这里待上12个小时。

家长会的一幕让人印象深刻。头两位老师讲述了知识改变命运的观点，向英国父母们强调，如果学生们如此浪费时光，他们将来一定会为自己没有学到什么而后悔。轮到杨军了，她因为忙碌和感冒而嗓音嘶哑，说起话来非常费劲，客观上倒是更增加了这场家长会的戏剧性。杨军的发言一下子抓住了家长们的心，她说：“我是个小小人物，我的家乡在中国西北部的一个小村子，我没有什么大道理能够

跟在座的各位讲。你们家长是各个行业里的专业人士，但是你们愿意在这场试验中把自己的孩子放进中国班，说明你们对英国教育有失望的地方，你们在找答案，希望做些改变。”家长们的心事多多少少被杨军说中了。杨军提到自己在英国接受教师培训时的重重困难和失败，但受到中式教育理念的指导，使她不停地奋斗，永不放弃。这种理念使她能够在陌生的国家靠自己的本领获得一份工作，自食其力。她也遵循父亲的教导，“己所不欲、勿施于人”，她认为这也是英国人认可的传统品德。可是英国的孩子们呢，他们是否明白“少壮不努力、老大徒伤悲”的道理呢？年轻人应该具有的责任感，应该培养的百折不挠的品德哪里去了呢？杨军也表示，勤奋努力难道不也是英国人看重的传统贵族精神吗？这种精神在今天也需要。

听杨军这么说，家长们之前扬起的头慢慢放松了，开始平视这几位焦急而诚恳的中国老师。不管教育理念有多么不同，中国老师为孩子们操碎了心的情感，打动了家长们。散会后，几位家长说道：“老师们太棒了，回家后我们得跟孩子们谈谈了。”

杨军告诉本刊记者，其实在上世纪五六十年代，

英国的教育方式与中国现在的方式非常接近，老师上课需要穿黑袍子、戴帽子，教师和学生之间有尊敬和距离感。但是最近十几年，英国的教育似乎完全变成了以学生为中心，学生变成了学校的主人。学生们很清楚自己的权利，可是忘了自己的义务，老师的权威受到很大的挑战。而教育的目的是为了让学生学习知识，如果学生们过于以自我为中心，浪费了在学校里宝贵的时光，那教育岂不是丧失了它应有的方向？

在拍摄纪录片期间，几位百折不挠的中国教师，除了争取家长们的配合，还开始对学生进行全面沉浸式的中式教育。他们按照管理中国班级的方式选出班干部，帮助老师管理纪律。杨军教扇子舞，做眼保健操和广播体操，几位老师带着学生们包饺子、做剪纸，试图培养孩子们的中式思维。

出人意料的是，在教育实验的最后一周，情况来了个大逆转。英国学生们开始在临近的考试压力下备战，英国老师也对学生们表现的奋斗精神感到吃惊。曾经那么排斥中式教育的学生们，在闹过之后终于静下心来投入学习。几位中国老师加班加点带着孩子们往前冲刺，最后中国实验班的每项考试，都领先于博航特中学的英式班级。

杨军说，先不说两种教育方式的具体技术，单单是学习态度，中英两国学生就很不一样。学习并不全是快乐的感受，孩子们需要在漫长的学习过程中遭遇挫折、努力闯关、战胜困难，这是每个人学习的必经阶段。这样锻炼出来的坚韧性格，才能适应今后人生中的各种变化。

“我经常在给英国家长一对一的家长会上提到我父亲。我喜欢文科，父亲却让我学理科，这虽然与我的最初意愿不符合，但是这种要求使得我学习了一项硬本领，让我在陌生的国家能够养活自己和孩子。如果我学习了文科，来英国当老师的难度就更大。”

杨军从自己的经历出发，她认为她最大的价值是：如果我的学生们以后走向社会，在遇到挫折时，能够想起杨老师曾经说过的某句话，最后帮他们渡过了心理上的难关，那我觉得我这个老师就做好了。

BBC 拍摄纪录片的经历，在某种程度上也使杨军有了机会和自信表达出自己的观点。英国“以学生为中心”的教学方式，在她看来有明显的不足。首先，英式教育过于在乎学生的个体感受，使得学生遇到困难很容易退缩。而学生在缺乏约束的时候，学习态度往往涣散。杨军说，如果你打开某些女生的书包一看，

恨不得全是化妆品。老师让学生交作业，总有学生说：“老师，我的作业本不小心被狗吃了。”让学生写作业，学生打开书包一看，说：“老师，我没有笔。”老师赶紧递过去一支笔；学生再一看：“老师，我没有尺子。”老师赶紧递过去一把尺子；学生再一看书包：“老师，我没带书。”老师已经被气得半死了。

杨军也拿教学生做实验来举例。她在中国教学生时，学生们基本会保留所有的实验记录，井然有序，可是英国学生喜欢乱扔实验记录，如果老师不替他们保存，一个班不会有几个学生保留好所有的实验记录。最后只有老师自己来帮学生留下每一次的实验记录，因为这些记录不仅是学生用来复习的资料，也是学期末教师教了什么，教了多少的证据。

“以学生为中心”的方式为了强调与学生互动，老师需要每 5 分钟或 10 分钟就出各种形式的考试题，以考查学生听懂了没有，跟上了没有，杨军说她看到英国同事们一堂课下来非常累，而且老师的思路也容易被打断。这样老师成了舞台上的表演者，只看重当时热热闹闹的教学氛围。“可是这种热闹只带给学生短时记忆，孩子们往往转个身就忘了知识点。学习是个长期的、潜下心的过程，并不总是非常愉快的体验。”

英式教育鼓励学生自我探索知识，在杨军看来有些过了头。“什么事情都靠学生自己动手去发现，什么知识都恨不得要通过聊天（讨论）获得，这样学习效率很慢。我觉得有些知识是拿来就用的。比如牛顿定律已经被发现了，这还需要每个学生自己再去发现吗？如果大家是在理解了牛顿定律的基础上做出了新的发现，那才有意义。可是对于前人已经取得的成就，也靠学生慢慢去发现，我觉得很多时候没有必要。”所以英国教育大臣希望把“以学生为中心”的教育思路往回拽一拽时，杨军感到非常认同。教育大臣吉布从 2014 年开始，每年邀请上海 60 名数学教师到英国交流三个月，不仅给英国的学生们上课，也给英国的数学老师进行培训。每次吉布都亲自接见这些老师，以表示他对于中式教育的重视和认同。

对于杨军来说，她又回到了自己任教的英国中学，但是除了自己的教学任务之外，她现在需要经常参与英国教育部的改革会议，并且在做一个很大的教育项目。杨军说，中国教育对于学生个性的过于压抑是事情的另一个极端，如果两种教育都能看到互补性，两者都会受益。而中国家长们在看到英国教育长处的时候，千万不要忽略了中国教育的独特优势。■

别笑， [海量] 就是爽

职场千机变，看我变变变，
这心情，倍儿爽！



企业用户APP下载 个人用户APP下载

GOOD CHOICE GOOD JOB **好工作尽在前程无忧!**



2016年北京国际车展在中国国际展览中心举行，梅赛德斯-奔驰旗下入门级跑车新款SLC首发亮相

中国车市风向标

主笔 / 李三

每两年一次的北京车展已然是一场全球盛会，来自14个国家和地区的1600多家展商带来了1179台汽车，各显其能。北京车展成为最受厂家重视的国际A级车展，其中最重要的原因莫过于中国市场的绝对分量。

车展前夜，奔驰公司在活动现场用一曲经典老歌《在希望的田野上》为大戏预热。正是借助在中国市场良好的表现，奔驰成为第一季度的全球销量最大的豪华品牌，难怪奔驰总裁蔡澈由衷感慨中国是奔驰“第二本土市场”，他甚至半开玩笑半认真地对坐镇中国业务的董事会成员唐仕凯说：“对你来说，中国可是第一个故乡。”

无论是对于丰田、大众、通用以及福特、现代等规模动辄上千万辆轿车的超大型车企，还是像奔驰、宝马、奥迪以及捷豹、路虎等一干在豪华车市场上拼杀的豪门，无一例外，在中国市场成功与否决定着车企在全球的地位。中国市场虽然已经过去了高速增长“青春期”，但是即便在新常态下保持的增长速度也已经足够让豪华车巨头欣喜若狂。刚刚结束的2016年第一季度，大众公司尽管面临“尾气门”困境，但由于中国市场的助力，大众取得了第一季度的全球销量冠军。在中国市场不能占据市场主动，要争取全球汽车行业的大佬地位几乎不可能，这个道理正在成为共识。



2016 北京国际车展上亮相的宝马 i8

如果说在 2012 年的北京车展上新能源还是一个新事物，那么 4 年后的今天，新能源车已经成了“老话题”。记者在车展官方手册上看到，本次参展的新能源车型多达 147 款。今年北京车展特意设立了一个新能源展厅，但这个所谓的新能源展厅被放在了老国展，与主展区之间的车程至少一个小时。不过，距离不是问题，因为几乎所有的参展车企都会拿出自己的新能源车型，记者在车展现场发现，大部分厂商都把新能源车摆放在最醒目的位置。如今，没有新能源车，都没底气闯荡汽车江湖。

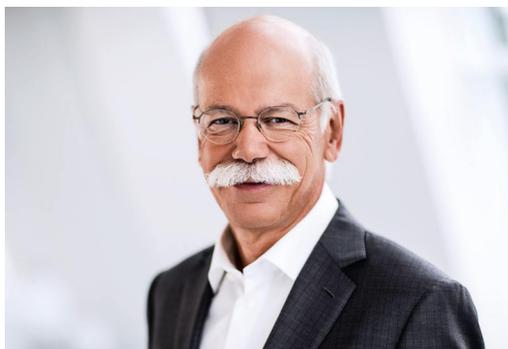
车展是参展厂商展示新产品、新技术的舞台，与两年前相比，智能互联和自动驾驶登上了热词榜，汽车黑科技在本届车展粉墨登场。沃尔沃推出量产版自动驾驶的全新 XC90，这是一款带有高度自动驾驶科技的量产车，它配备了自动排队和转向辅助功能的 ACC 自适应巡航系统。这项功能可以在直行状态根据前方车辆速度变化而调整自身车速，而且在跟随前车的过

程中，只要路面有清晰的车道标识，车速在 50km/h 下，就能实现自动转向辅助，将车辆始终保持在车道中间。

细分市场正在发生变化，在中国汽车市场从一个以轿车为主的市场变得越来越倾向于 SUV。汽车大佬们当然不会忽略这个变化。柯达营销总监欧阳谦直截了当地表达了对这个市场的关注：“我们目前只有一款产品，但单靠一款 SUV 销售是不够的。”奥迪董事会主席施泰德也明确表示，像 A 系列车型一样，奥迪在 SUV 车系上也会有类似的产品阵容。种种迹象表明，围绕 SUV 的一场角逐即将上演。

在汽车互联方面，奔驰、宝马、奥迪已经跟互联网企业展开了合作。汽车未来要向智能、互联、环保发展的大趋势已经形成，一个非常明显的例子就是，大家无论时间有多紧张，都会去特斯拉的展台看看，尽管特斯拉的展台面积不是很大，车型也不是很多，但硅谷出身的马斯克的电动车已经触动了汽车工业的神经。☑

奔驰眼中的希望田野



戴姆勒股份公司董事会主席、梅赛德斯-奔驰汽车集团全球总裁蔡澈博士

北京国际车展前夜，梅赛德斯-奔驰全球总裁蔡澈博士坦白地告诉记者：“之前我对《在希望的田野上》这首歌不是很熟悉，但是昨晚看到了中国朋友的反应，感受到了大家对这首歌的情感。我们希望更加了解中国市场、了解中国客户，而我们近些年所取得的进步也得益于我们对市场更为深入的了解。现在中国更让我们感觉到了家的亲切。”

在蔡澈博士看来，戴姆勒股份公司董事会成员唐仕凯，不仅是亲自坐镇中国市场的掌门人，也是戴姆勒深入洞察中国市场的窗口。奔驰打出的不是简单的感情牌，作为奔驰目前全球最大的市场，中国已经成为奔驰名副其实的“希望的田野”。今年第一季度奔驰在华取得 39% 的销量同比增长，这无疑是一个非常好的开年。出现在媒体面前的蔡澈博士显得很放松，他表示，至于年底算账时能否重返第一已经不那么要紧和急迫，重要的是如何让第二故乡的中国消费者满意。

三联生活周刊：你对未来奔驰在中国的市场有怎样的预期？

蔡澈：我们注意到有中国的权威机构对今年中国的乘用车市场增长预期为 7.8% ~ 8%，我们认为这个预期相对合理。今年一季度中国乘用车市场同比增长为 10% 左右，豪华车市场也有不错的表现。梅赛德斯-奔驰第一季度在华的同比增长达到 39%，这是非常好的开年业绩，然而我们也很清醒地意识到，这并不意味着我们全年都会有如此高昂的增速。

E 级车所在的细分市场在整个豪华车中占 20% 左右的比例，它也是奔驰核心的车型。依据在 C 级与 S 级车上的表现，我们对 E 级车的市场表现非常自信。全新长轴距 E 级车带来了许多期许，但它将在今秋正式推向市场，相信明年它才会真正发力。

三联生活周刊：记得你说过要把奔驰重新带回世界第一的位置，你对奔驰目前的表现是否满意？

蔡澈：我们今年一季度在全球范围内比宝马多卖了近 6000 辆车，但奔驰的目标始终是希望实现有营利的、可持续性的增长，而且全球增长要综合新产品的发布、市场营销以及各国不同经济状况。从长期来看，我们希望增长是由客户需求带动的。在销量增长方面，我们希望能顺其自然，希望我们的增长是源自对奔驰产品需求的增长。目前的状态非常好，我比较满意，我希望在未来的几年或者更久，能帮助公司实现我们的目标。

三联生活周刊：奔驰今年第一季度超过了宝马，这是否又重燃在中国超越宝马、奥迪的信心？

唐仕凯：凭借在中国的良好表现，奔驰与竞争对手的差距在去年就进一步缩小了。我和在华管理团队一致认为，我们要致力于品牌长期的发展，而不仅只看短期的表现。我们不希望过于冒进而影响到产品的价值和服务的品质。而现在的势头非常不错，C 级车、S 级车、GLA SUV 以及 GLC SUV 取得了非常稳健的发展，我们希望持续这一势头。相对于排名，品牌的长期健康发展更为重要。

三联生活周刊：奔驰近几年发展非常好，你认为与本土化有着怎样的关联？

蔡澈：如果把本土化放在更为宽泛的概念来说我是同意的，除了产品的本土化，还有不断积累的对本土市场和客户的认知，因为这里是“奔驰的第二故乡”。我们希望更好地了解中国，了解中国消费者的需求，并希望将这些需求与了解反映在整条价值链中。无论产品定位、生产或是营销策略，我们都希望能更好地了解中国、更好地亲近中国客户。目前为止，我们在中国成立了研发中心，针对本地市场进行营销活动。当然还有唐仕凯先生长期在北京，所有这些都是帮助我们实现本土化的相应举措。

三联生活周刊：你对中国经济的乐观估计来自何处？

蔡澈：中国消费者没有把所有积蓄都花在股票上，大的股票波动对选购汽车来讲影响是有限的。尽管不会有像过往那样两位数的增长，但从中长期来看，中国经济还在持续发展，并已进入新常态的稳定发展态势。与欧美国家相比，中国家庭拥有的汽车数量相对较低，基于这个判断，我们认为中国市场还有很大的潜力可以发掘，中国对经济结构的进一步调整，将可以释放出更多机会，这样的机会对我们未来发展是有利的。

三联生活周刊：出行解决方案是当前的热门话题，在这方面奔驰有何建树？

蔡澈：在我们看来，10年以后，相比“提供服务”，汽车销售仍然会是主要的业务。我们希望更广泛地拓展业务，并且在这些方面都保持领先的位置。现在出现车辆共享的元素，对目前业务结构会有一些影响，比如对平台的影响、对客户各个业务领域的相关度的影响，但如果我们把汽车放在更大概念来审视，比如交通或者出行，我们就会看到不同的模式。非常重要的一点，也是我们努力在维系的一点，就是与客户之间的直接关联。

未来我们不可能进入智能手机这样的领域，但有

很多细节值得去关注。在30年前，我们所说业务整合是基于当时的产业背景，比如说合作造飞机，现在更多的是在软件方面的整合。我们非常关注全球趋势，去硅谷了解业务模式，也会参观阿里巴巴学习中国互联网发展趋势。在中国客户更年轻，他们喜欢智能手机，更容易抓住新的潮流和趋势。我们也希望能够与互联网发展进行无缝链接，例如和滴滴合作进行市场推广及试驾活动。

三联生活周刊：戴姆勒未来将如何抓住“中国机会”？

唐仕凯：我不止一次被媒体问到同样的问题：“中国GDP增长不再像以前那么强劲，中国不再会有两位数的持续增长，你会不会感到一些担忧？”我觉得视角决定一切，我认为中国政府从之前的高速发展调整为长期稳定发展的策略是非常正确的，中国政府正在非常努力改善经济结构，从而进一步释放更多的潜力，这也意味着有更多机会。

中国城市化进程仍在继续，随之而来也会释放出更多机会。上海、北京、成都这样的大型城市在汽车消费方面还是充满了潜力。现在增速降低了，但是它仍然是个持续增长的市场。未来，我们在稳定发展的社会当中，人们还有购车需求，因此我本人是非常乐观的。☑



全新梅赛德斯-奔驰长轴距E级车在北京车展全球首发

永远不会妥协的宝马



4月25日，宝马集团在北京车展上正式发布旗下M4 GTS车型

宝马大中华区总裁康思远用中文开始了车展前夜的演讲，这一天，宝马为M家族专门举办了一场“M，终极荣耀”之夜。康思远说：“M是宝马品牌的运动精神和驾驶乐趣的旗帜，我们致力于把最新的宝马M车型引入中国，让更多人感受宝马M和宝马品牌的激情与力量。通过活动，我们要传递出一个清晰的信号：不管什么时候，宝马的驾驶乐趣永远不会妥协。”

永远不会妥协，正是宝马要宣示的态度。

三联生活周刊：第一季度宝马集团取得了55.7万辆销量的历史最好成绩，作为宝马中国的第一负责人，你认为这个销量背后的主要因素是什么？

康思远（Olaf Kastner）：第一季度在中国市场，BMW和MINI品牌增长10.5%，这样的增速在现有市场条件下来之不易。目前的市场仍然有非常大的波动和不确定性，我们预计到今年底，基本会保持相对较高的个位数增长。我们的整体策略是在中国市场保持稳

健的发展，不操之过急，无论是我们自己还是经销商合作伙伴，大家都在调整商业模式进行转型的过程中。我们希望在这样的过程中帮助经销商削减成本，提高效率，同时努力帮助他们改善现金流，这些方面我们做了很多基础性的工作。另外，我们对售后业务、零部件业务、大客户、二手车等业务进行转型，使他们能够有更好的表现。

从长期来看，我对中国市场的发展充满信心，即使中国GDP增长速度进一步下滑到6%的水平，仍然是世界上增长速度最快的国家之一，远远好于欧洲。中国的城市化进程仍在继续，经济社会的发展仍然还会继续向好的方向发展。长远来看，我们对中国市场有充分的信心，中国目前尚处于一个转型期。

三联生活周刊：我们注意到宝马最近推出了很多款车型，包括3月份上市的2系旅行车，为什么推出这样一款国产车型？另外，你对BMW X1长轴距版有哪些期许？

康思远：2系旅行车上市之后在世界各地都取得了良好反响。BMW 2系旅行车今年实现国产，主要是因为我们在全球范围内对于紧凑型豪华车的需求非常之大，在中国市场也是这样，它的多功能性以及对于年轻家庭的吸引力是最大的亮点。在市场营销活动中，我们也主要瞄准了年轻家庭作为目标客户，目前来看效果非常好。

全新BMW X1是一款非常激动人心的车型，它是为中国消费者量身打造的又一款车型。作为长轴距版，轴距加长11厘米，将成为细分市场中新的标杆。除了非常宽敞以外，它的发动机效率也是非常高的，四驱系统、八速变速箱，同时标配动态减震控制系统。它的发动机是由今年1月份刚刚开业的沈阳新发动机厂提供的。这款车非常好地平衡了驾驶乐趣和节能高效，我们相信今年的销量会是很不错的。

三联生活周刊：宝马未来的产品方向如何定义？

康思远：在未来，宝马会继续发展BMW M和BMW i。我们认为一辆车不只是一般的交通工具，而是带有情感的。乘客，尤其是驾驶者，他需要驾驶的乐趣。不管是具备纯正赛道体验的BMW M，还是电力驱动、非常节能的BMW i，都有其自身的驾驶乐趣，这样的一种驾驶乐趣，这样的一种情感诉求适用于所有产品。在这个过程中，驾驶乐趣是我们不变的坚持。

客户对豪华车有不同的要求，比如M2的顾客可能觉得这样的空间就可以了，而对X1长轴距版的客户来说，充足的空间是豪华的应有之义。我们的策略是按照消费者的需求对每一个细分市场进行划分，每个细分市场我们都会提供一到两款产品，来满足消费者的需求，让他们找到合适的BMW出行工具，

同时又是充满激情、充满驾驶乐趣的。无论是前驱也好，后驱也好，都只是一个技术平台。前驱平台能够给我们带来更大的后排座椅空间，从空间的角度来讲，前驱平台能够更好地满足我们顾客需求，同时又不会牺牲驾驶乐趣，这样两者的结合往往是我们希望提供给客户的。

三联生活周刊：宝马在新能源车上有有什么新的动作？

康思远：关于新能源车，我们有非常全面的战略，几乎在每一个细分市场中，都能够找到BMW新能源车型，我们会把插电式混合动力技术应用到几乎所有的车型中去。目前来看除了插电式混合动力，我们还有纯电动BMW i3这样的车型，今年我们也会进一步推出其他的插电式混合动力车型，比如740Le和X1的插电式混合动力版本。

我想特别提一下740Le，这将是宝马将i系列技术用于超大型豪华车的成功案例。首先，BMW 7系可以保证非常强大的驾驶乐趣，同时又在城市通行过程中实现电动出行。它的燃油经济性非常高，只有2.1升，每公里二氧化碳排放49克，非常低的排放。我自己开了很长时间的530Le，它有非常好的驾驶体验，能耗非常低，对于环境的影响也非常低。在传统内燃机和最先进的电力驱动技术的结合方面我们做了很多研发的投入，未来我们会把这方面的技术应用到更多的车型和更多的细分市场。

三联生活周刊：接下来宝马有什么动作应对来自竞争对手的挑战？

康思远：一个好的产品应该是不用每年调整它的战略的，一旦战略制定了，就应该能够持续贯彻很多年。竞争对手推出新产品是正常的市场现象，对此我们也做好了充分的准备。2010年5系长轴距版上市以来，是这个细分市场中迄今为止最为成功的一款车型，而且也超过了原来的市场领导者，去年我们超越原来市场领导者的时候也非常的惊讶，整个团队都感到非常骄傲。

宝马有非常全面的产品系列，今年我们会在中国推出10款新车型。比如7系，有各种不同的车型满足各种不同细分的市场的需求，上市之后获得了大量国内外奖项，客户反响非常热烈。今年我们会推出M760Li，这是可以充分体现宝马驾驶乐趣的一款车型，它的加速性能可以媲美赛车。同时我们也要强调，如果没有竞争就没有宝马今天的辉煌，竞争是市场上推动创新的重要力量，也是让每一个厂商能够突破传统思维、不断前进的动力，所以我们非常欢迎竞争。☑



宝马大中华区总裁康思远

过渡期的奥迪如何升级换代



奥迪股份公司管理董事会主席施泰德

自称处于产品升级换代过渡期的奥迪，仍然以全系 20 余款车型组成阵容亮相车展。奥迪股份公司管理董事会主席施泰德在接受记者采访时表示，奥迪仍将进一步加大在中国的投资。“2015、2016 年对我们来说是一个相对的过渡阶段，因为占整个销量 60% 的车型会经历一个升级换代的过程。到 2017 ~ 2019 年，加上我们更多车型，更多电动车型推出，奥迪未来是非常光明的。”

三联生活周刊：你是否关注奔驰近一个时期的增长势头，作为豪华车的领先者，奥迪将如何保持领先？

施泰德：确实，我们过去 30 年在中国非常成功，而且在中国市场上处于领军地位。从整个产品的生命周期来说，奥迪有一些产品正处于生命期末期，所以我们现在处于一个升级换代的过渡阶段。大家看到了，奥迪 A4L 和一些其他车型即将升级换代。奔驰现在整个产品系列中，新款车型相对较多，所以有比较强劲的增长势头。

即便目前奥迪处于产品升级换代的过渡阶段，我们今年在中国也呈现出明显的增长趋势，一季度的销售增长达到了 5% 左右。对于今年在中国的增长，我们是非常乐观的。从销售策略来说，我们不是一定要把车强推到市场上去，而是希望实现好的用户满意度，希望能够可持续增长，这也是我们一直以来所倡导、实行的原

则。我们会关注经销商网络健康发展，关注经销商的盈利，希望不断地加强用户对我们品牌的认知。

创新科技会支撑我们在中国市场进一步的成长和发展。Audi connect 技术、奥迪智能等，包括和自动驾驶有关的创新，在 e-tron 方面，在电动技术方面，奥迪将会有非常多的创新，这些创新将进一步支撑我们的发展。

三联生活周刊：在目前的增速下，未来两到三年里会不会影响奥迪在中国的投资计划？

施泰德：就这个问题我可以非常清楚地回答，完全不会影响到我们的投资，奥迪会进一步加大在中国的投资。因为现在奥迪所开展的项目，包括在数字化方面、电气化方面的工作，都需要大量的资金，所以我们对中国有着非常深的承诺，会继续扩大在中国的业务，继续扩大在中国市场的投资，而且我们也非常有信心。

三联生活周刊：奥迪的品牌理念是“突破科技 启迪未来”，但是奥迪对数字和科技的传播不是非常足够，你如何评价？

施泰德：在科技和数字化方面，比起说了什么，我觉得归根结底要看做了什么。奥迪在豪华车品牌当中，是最早开始参与 CES 展的，已经参加了好几年。而我们的竞争对手只是后来跟进的。在自动驾驶方面，我们有非常大的投入，而且进行了很好的研发，应该说处于自动驾驶技术的开发前沿。在 2017 年我们将量产新款奥迪 A8，相信会是在豪华车当中第一款具有自动驾驶模式的量产车型，这是我们竞争对手都没有的。至于说在消费者端、在经销商端的数字化，我们也在做一些工作。

三联生活周刊：基于 SUV 在中国市场发展的态势，奥迪未来是否会在 SUV 的市场上发力？如何应对可能到来的激烈竞争？

施泰德：我确实认为未来我们会看到更多的 SUV 车型，包括奥迪的 SUV 车型，也包括其他的厂商推出的 SUV 车型。那是因为我们市场上看到用户对于 SUV 车型非常感兴趣，因为 SUV 比较高一点，所以驾驶者觉得有一种控制感，会感觉更安全，也比较方便。我觉得这可能是为什么大家对 SUV 如此感兴趣的最重

要原因，也是基于对这样一个趋势的认识，我们决定像奥迪的 A 系列的车型一样，在 SUV 车系上也会有类似的产品阵容的发展。

三联生活周刊：奥迪在豪华车市场所占份额大致是怎样的情况？随着竞品，包括二线豪华品牌销量的提升，份额有没有变化？

施泰德：从整个的豪华车市场的销售情况来看，欧洲豪华车大概是 300 万辆规模，中国大概 190 万辆，美国市场大概跟中国类似。毫无疑问，这三大市场是豪华车品牌最为重要的三大市场。我们对这三个市场都是高度重视。在欧洲我们是领先的，在中国我们也是领先的，而在美国市场，我们也处于一个非常牢固的位置。在第一季度，尽管整个美国豪华车市场出现下滑趋势，但奥迪还是保持了增长。

三联生活周刊：新的 Q7 销量如何？你对新 A4 在中国市场的表现有何期待？

冯德睿（奥迪股份公司市场销售董事）：A4 对我们来说是非常重要的一款车型，现在看来销售非常成功。我们也希望它能够延续以前在不同市场取得的成绩。从客户保有量来说，A4 可能是在中国拥有客户保有量非常可观的一个车型。而全新 Q7 相比上一代车型，是一个比较新的定位，我个人觉得在这个类别中它是能买到的最好的 SUV。这款车在多个市场供不应

求，从目前的产能看，还有一些限制，如果整个车的生产供应都能跟上，可能很快就能实现我们对它的市场预期。

三联生活周刊：你领导了奥迪将近 10 年，中国市场在你心中占据了什么样的位置？

施泰德：正在进行的奥迪 2025 战略中，我们做了很多的分析，对全球市场的分析。在分析当中，确实认为中国是我们最为重要的支柱，未来也将继续是奥迪最为重要的支柱之一。无论是数字化趋势、新技术趋势，还是可持续趋势，从奥迪进一步的增长和发展来看，中国都将会是一个重要的支柱。

三联生活周刊：现在越来越多的互联网公司加入了汽车行业，对此你怎么看待新加入的竞争对手？

施泰德：我们和奔驰、宝马一起联手购买了诺基亚 HERE 平台，这个是数字地图的一个平台。这说明作为竞争对手在全球也会去携手做一些这方面的事情，这确实是一个重要的趋势，融合、合作是我们现在所处的行业的一个游戏规则。汽车的未来将会是最大的一个移动互联设备，移动互联不只是手机，更有汽车，它不仅仅是车，也是互联设备、联系的工具。人们在使用自动驾驶功能时，或者在路上遇到拥堵，会有这种跟别人联系的需求，汽车将会是最大的一个移动设备。☑



2015 年上海国际车展上亮相的奥迪 Q7 e-tron

斯柯达锁定主攻方向



2016 日内瓦车展上，斯柯达 CEO 梅博纳正式发布 VisionS 概念车

斯柯达 CEO 梅博纳上任后第一次在国内接受媒体采访，他的一左一右分别是斯柯达中国总裁韩麦安、上汽大众斯柯达营销总监欧阳谦。说到未来发展的新技术、新车型等业务，梅博纳说：“这对于我左手边和右手边的同事来说，将是非常大的挑战。”

斯柯达去年在中国市场收获了不错的成绩单，销量达 28 万辆，今年的销售目标是 30 万辆。斯柯达 CEO 梅博纳先生表示：对实现全年目标非常有信心。

三联生活周刊：斯柯达未来将主攻哪些方面？

梅博纳：2019 年我们会有插电式混合动力速派，在这之后还会上市一款新车，之后大家会看到我们有越来越多的电动车上市。还有一款插电式混合动力 A+ 级 SUV，也将在 2019 年上市。在数字化方面，所有东西要做到互通互联，这方面我们也将有更多投入。

三联生活周刊：斯柯达在中国汽车市场将推出什么新产品？怎么完成销量目标？

梅博纳：除了 A+ 型 SUV 之外，我们接下来会有越来越多的产品在中国市场推出，还包括新的技术和应对数字化带来的挑战，这是重中之重。在未来我们会逐步推出新的车型。我们在一、二线城市有着非常强的布局，我们今后会在三、四、五线城市进行积极的布局。我们的目标是在 2020 年前把我们销量翻番。

韩麦安：现在中国的市场结构也在发生变化，汽车市场正在往小的城市或者农村地区转移，斯柯达也在顺应这一潮流。对于限购的城市，我们会提供电动车，我们也有针对小型城市的 CUV 车型，这就是斯柯达对于中国市场结构和经济变化采取的应对策略。

三联生活周刊：如何针对复杂多样的中国市场进行战略布局？

欧阳谦：在过去的一年半，我们在中国市场上看到细分市场正在发生变化，从一个以轿车为主的市场变得越来越倾向于SUV，我们注意到，中国增长最快的是SUV，但我们目前只有一款产品，2016年Yeti款销售得非常好，但单靠一款SUV销售是不够的。未来我们在产品层面会推出越来越多的SUV车型，抓住中国市场变化的机遇。

斯柯达在中国汽车市场的份额并不大，但在我们提供产品的细分市场却占有可观的份额。我们在一线城市和二线城市经销商网络非常强大，但在三、四、五线城市却很不够，要开车很久才可以找到一家经销商。我们做过一个分析，就是在城区以及县的行政级别当中，我们大概有100多个空白点。在未来的三年斯柯达的目标是每年新增加100家网点。

三联生活周刊：SUV战略对于斯柯达意味着什么？

梅博纳：SUV的战略非常重要，它进一步丰富了我们的产品组合。在中国，你会发现几乎所有的品牌都在专注于SUV市场，新兴市场尤其是这样。有了全新SUV的战略，就能够更加容易帮助我们进入新的市场。过去这样做非常不易，现在我们已经准备好了，我们下一个市场会进入韩国。如果谈到未来15年更长时间的发展，这中间会有很多步骤，我们现在正在市场调研阶段，还没有做出最终的决定。

三联生活周刊：在集团的层面，如何推进2025

战略？如何实现销量翻番？

梅博纳：我们现在的关注重点是2025战略，在这个战略中，中国是非常重要的的一环。这有两个组成部分，我们要进入更多的市场，我们现在产品销往120个国家，我们还要进入新的细分市场，我们的概念车代表了斯柯达未来几年的发展方向，特别是SUV战略，我们未来三年会在中国推出多款新车型。

为了实现这样的一个战略目标，同时要做的就是对于经销商网络的铺设，我们要做的不仅仅是对于量的提升，现在我们已经有了560家零售经销商网点，到今年底的目标是增加到600家，这个目标不只是数量，我们要做到的是提升整个经销商网络的质量，这比较重要。

三联生活周刊：斯柯达如何跟上汽集团以及上汽大众合作推进斯柯达发展？

梅博纳：在中国市场，我们将进一步加强和上汽大众的合作，斯柯达还将为中国市场专门开发设计两款车型，这两款车现在已经在研发的过程当中，不仅是它的设计，包括它的研发都是专门针对中国消费群体的，而且也是在本地进行生产的，所以我们称之为“在中国，为中国”，预计未来两到三年将会推向市场。讲到合作，有一个非常重要的基础，大家有着统一的目标，我们共同的统一目标就是为消费者群体提供最好的服务，如果说组织架构方面有必要发生变化的话，我们也会做。☑



《新知》2016年第2期上市

关心一些恒久的事情——理性进步，智识生活的乐趣，美

Wir müssen wissen. Wir werden wissen.

英菲尼迪如何扮演挑战者



英菲尼迪全球总裁罗兰·克鲁格在2016北京车展上致辞

在英菲尼迪全球总裁罗兰·克鲁格的日程表上，中国是他一段时间以来频频到访的目的地。出现在北京国际车展现场的罗兰·克鲁格在接受媒体采访时表示：“我们相信中国市场还有很大的发展潜力，未来将成为英菲尼迪全球市场的增长引擎。”

在豪华车细分市场，英菲尼迪把自己定位于挑战者，罗兰·克鲁格坦言，希望英菲尼迪成为德系三强之外的另一个选择。

三联生活周刊：英菲尼迪对国产车型占销量比重的预期是达到50%以上，现在已经提前实现了预期，下一步对国产车型有何期望？

罗兰·克鲁格 (Roland Krueger)：目前，英菲尼迪国产车型大概占总销量的60%，这个比例和豪车市场上其他同行的比例是差不多的。我们非常关注本土化生产，也致力于进一步提升国产车型的销售占比，这是我们非常清晰的规划。

今年下半年，消费者将在中国市场上见到QX30。

QX30 的推出无论是对英菲尼迪还是对于我们的经销商而言，都意味着非常有利的机会。一方面，它扩充了我们的产品阵营，另一方面，它将提升我们的品牌。对于整个网络而言，经销商都能够从中获得更多机会，吸引更多客户。

三联生活周刊：英菲尼迪如何使品牌形象的定位更加明晰？此前，英菲尼迪的技术已经有很大的飞跃，未来如何继续发展？

罗兰·克鲁格：相比豪华车细分市场上的成熟品牌，英菲尼迪是一个挑战者，是德系三强之外的另一个选择。对于我们而言，相比成熟品牌，我们还比较年轻，对于目标消费者而言，英菲尼迪为豪华车细分市场提供了一个新的选择。未来，我们会推出更多拥有鲜明的视觉呈现的款式，瞄准我们的目标客户，表达他们的个性以及他们的生活方式。我相信市场上有很大一群这样的客户。

三联生活周刊：围绕新能源，各大车企频频发力，英菲尼迪如何在这些方面展现自己的技术特点？

罗兰·克鲁格：相比竞争对手，其实我们在更早的时候已经在市场上推出了 QX60 混合动力汽车以及其他的混合动力车型。另外，我们在新能源汽车或者相应的技术方面不断投资和投入。英菲尼迪是雷诺-日产联盟的一分子，而雷诺-日产联盟是世界上最大的电动汽车生产商。我们的工程师有出色的能力，致力于电气化方面研发，无论是混合动力汽车还是纯电动汽车。电动车的发展有个循序渐进的过程，在当下，我们会专注于混合动力汽车的发展。

三联生活周刊：整个行业都在谈论更聪明的汽车，例如自动驾驶等，英菲尼迪有哪些新的运用和举措？

罗兰·克鲁格：当其他品牌还在对无人驾驶汽车进行测试的时候，我们的线控转向技术在 2013 年就已经上市了，而且在驾驶的时候用不着手放在方向盘上。此外我们也提供主动车道控制技术，减少偏离车道的危险。所以我们的车在高速公路的单车道上、在速度高达 60 公里到 70 公里每小时的情况下能够实现无人驾驶的时候，其他的品牌还正在做相应的测试。

另外，我们是雷诺-日产联盟的一部分，之前联盟宣布到 2020 年会有 10 款无人驾驶车型上路，而其中必有英菲尼迪车型。因此我们会一步一步地在这个新技术方向上进行努力，不断推出 Q50 以外其他的车型。这是英菲尼迪的一个核心战略。

三联生活周刊：未来一段时间，英菲尼迪在品牌营销方面将会有有什么计划？

雷新（东风英菲尼迪执行副总经理）：英菲尼迪是一个年轻、成长的品牌，2014、2015 年我们前进的步伐是比较快的，连续两年成为中国豪华车市场增速最快的品牌。中国豪华车市场的消费者正在发生变化，“80 后”“90 后”成为购买主体，他们对个性化、多样性的选择上有更多的需求。英菲尼迪的产品造型，特别是车的美学造型，跟“80 后”“90 后”消费者的需求是非常契合的，和他们的生活价值和生活追求是非常贴近的。此外，年轻人比较喜欢的操控性，在我们的产品开发中都有充分的考虑。

三联生活周刊：英菲尼迪在中国的销量在全球市场份额是多少？对中国市场有着怎样的期待？

罗兰·克鲁格：2015 年，英菲尼迪全球销量达 21.525 万辆，其中有超过 4 万辆来自中国市场，占比近 20%。这是非常好的销售业绩，但我们相信中国市场还有很大的发展潜力，未来将成为我们全球市场的增长引擎。在中国，我们已经制定了清晰的发展方向，我们的期望是能够更好地执行发展战略。

三联生活周刊：今年销量目标是什么？东风英菲尼迪在新车投放方面有怎样的规划？

雷新：过去两年，我们在豪华车品牌中保持了最快的增速。我们自己很清楚，英菲尼迪还是一个成长中的品牌，还有很大的上升空间。未来我们要成为主流豪华汽车市场的重要一员。今年，短期的销量数字仍然不是最重要的追求，我们还是要让品牌在客户满意度和知名度方面继续提升，保持业务稳健、可持续的发展。

今年，我们将在中国市场推出全新 QX30、2016 款 Q50L、全新中期改款 QX80，以及 Q70L、QX60、QX70 新年型车在内的六款新车型。产品阵容的丰富将提升我们的市场竞争力。■

ROSEN

◀ 罗森夫妇收藏品 ▶



清 18 世纪 铜鎏金喇嘛坐像



清或更晚
铜鑿胎珐琅鑲硬石透雕纏枝番蓮紋香亭



清乾隆 铜胎拍丝珐琅番莲纹四方出戟烛台



清乾隆 西洋式铜鎏金嵌料宫灯

明 17 世纪
铜胎拍丝珐琅缠枝莲纹铺首耳壶



罗森夫妇

记者 李晶晶

罗森楼中有 18 世纪中国手绘壁纸，也有来自欧洲庄园及宫殿特定年代装潢，与其中艺术珍品相得益彰，互作辉映。现今，此宅邸已被列入美国国家史迹名录，其中依然保留罗森夫妇多次旅行欧洲所购藏的大量古董珍品。

Caramoor 是国际知名的表演艺术中心，位于美国威斯特彻斯特郡，从纽约市向北约一小时车程，占地面积 90 英亩。Caramoor 中心经常上演歌剧、管弦乐、室内乐、爵士乐以及美国本土音乐会等。表演场地除了有可容纳 1546 人之威尼斯剧院外，还有草地花园、西班牙庭院及罗森楼（Rosen House）音乐厅等。Caramoor 庄园以及坐落其中的罗森楼最初为沃尔特·罗森（Walter Tower Rosen, 1875 ~ 1951）与妻子露西·道奇（Lucie Bigelow Dodge, 1890 ~ 1968）的私人宅邸，1945 年由夫妇二人改为音乐艺术中心。

沃尔特·罗森是成功的银行家、音乐家和艺术收藏家。他生于柏林，10 岁后随父母来到纽约定居生活，毕业于哈佛大学，获得法学学位。毕业后他开设了自己的律师事务所，不久之后，他决定加入家族企业——拉登堡国际银行公司，担任高级合伙人。此后他成为铁路专家，并连续多年担任墨西哥国家铁路董事会主席。道奇生于美国上流社会家族，亦是一位杰出的音乐家，其外祖父曾拥有《纽约晚报》，同时是纽约公共图书馆的联合创始人之一，曾于林肯任职总统期间作为外交使节出使法国。因母亲弗洛拉（Flora）与父亲查尔斯·道奇（Charles S. Dodge）于 1905 年离婚，故道奇从小在加拿大长大。

罗森与道奇初识于 1914 年，时年罗森 39 岁，道奇 24 岁。罗森常旅行于世界各地，深爱艺术与音乐。二人相遇后立刻坠入爱河，六周后便结为连理，自此共享旅行、艺术及音乐之乐。

1928 年罗森夫妇从前律师事务所合伙人查尔斯·霍伊特（Charles Hoyt）的母亲卡洛琳·摩尔（Caroline Moore）手中购入 Caramoor 庄园，庄园便是因她而命名。Caramoor 庄园里有漂亮的意大利花园，

高大的香柏树以及无处不在的翠柏。

罗森夫妇深爱 Caramoor 庄园中意大利风格的花园，从而决定改建原本“艺术与工艺”风格的家居设计，故此兴建罗森楼。罗森楼于 1929 至 1939 年依罗森本人设计逐步建成，他把原建筑改造成意大利式别墅，内含宽敞的音乐厅及数间小房以供娱乐，于各房间中皆可望见中央庭院，设计巧妙。

罗森经常前往欧洲，他有很多朋友和生意伙伴，但威尼斯是他们夫妇最喜爱的城市，每年都会在那里居住一段时间。罗森可谓是一个狂热的收藏家，每年夏天他都会在整个欧洲购买艺术品。一年夏天，他遇到了古董商阿道夫·洛伊（Adolph Loewi, 1888 ~ 1977），洛伊是一个德国犹太艺术品和文物经销商，1911 年他在威尼斯开设画廊，以经营纺织品为主，1933 ~ 1934 年在纽约开设分支。罗森与洛伊从此开始了长期合作的关系，这也加剧了罗森的收藏激情。

罗森楼及其纽约市宅邸逐渐置满了罗森和道奇旅途中购藏的艺术品及古董，他们时常在家招待好友。二人交友甚广，朋友中多有画家、雕塑家、作家、演员、作曲家及音乐家等。而罗森本人更是一名钢琴爱好者，而且还是 1913 年成立的音乐之友协会创始会员。他在哈佛大学求学时与知名收藏家伊莎贝拉·斯图尔特·加德纳（Isabella Stewart Gardner）成为好友，在波士顿期间时常拜访加德纳，共同练习弹奏钢琴。

加德纳太太是一位传奇人物，她和同时代的女性不一样，非常独立，从来不怕表达自己的观点。她抽烟，会邀请波士顿的一些著名人物在家举行晚会。她学习所有对她有重要意义的东西，如艺术和文学等，还与一些有趣的人建立友谊。她是美国画家约翰·辛格·萨金特、詹姆士·麦克尼尔·惠斯特和作家亨利·詹姆士的好友。她想要建一座温馨、明亮的博物馆，意大利古建筑设计影响了她的博物馆设计。1903 年伊莎贝拉嘉纳艺术博物馆对公众开放，并成为美国最著名的私人博物馆。1990 年 3 月 18 日，博物馆所藏伦伯朗的名画《加利利海风暴》被盗，同时被盗的还有其他 11 幅作品，至今下落不明。这是世界十大名画失窃案之一。

也正是在加德纳的影响下，罗森对意大利风格室



罗森夫妇

内设计与装饰艺术尤其钟爱。罗森收藏有一对中国乾隆西洋式铜鎏金嵌料宫灯，这一对华美的宫灯是清代知识、文化和物质交流的最佳体现。中西方结合的复杂装饰是乾隆皇帝精心挑选的，用以显示皇权至上和庄严的品位，他命中国和西方工匠携手合作创造出这样独一无二的华丽作品。这对灯笼的各个设计元素虽然并不独特，但是考虑整体的话，就很难在其他艺术品上见到了。

虽然乍看之下，这对宫灯看起来非常西方，然而仔细观察会发现中国的风格、用料和工艺。棱面尖锥顶和卷叶状的设计都让人联想到意大利和法国风格，而镀金和红色内嵌则是典型的中式风格。每一侧的圆形镂空上都有高度变体的如意云头，而灯笼底座上的花瓣则是取自佛教造像底部的花样。复杂的卷草是莫卧儿和欧洲风格相结合的产物，在夜间如果点亮宫灯，可以透过重重纹样投射出绚丽美妙的光影效果。

“中国风”在18世纪的欧洲宫廷之中极为流行，在同时期的清廷，欧洲装饰风格也同样受欢迎。18世纪中叶，清廷任用耶稣会的艺术家在圆明园的北部设计了一系列宫殿，这个建筑群落结合了意大利和法式洛可可，以及中国和莫卧儿风格的花卉草木图案。这对宫灯可能诞生于清廷痴迷欧洲风格的时期，圆明园中也有非常相似的设计图案。乾隆让工匠用华丽的欧洲装饰品、瓷器点缀宏伟的殿堂，他同父异母的兄弟

果亲王弘瞻（1733～1765）的肖像画里（现存弗利尔赛克勒博物馆），果亲王端坐在一个欧式门楣之前，学者们认为这幅画为圆明园内的场景。

罗森夫妇的收藏偏向于东西方装饰艺术，罗森楼中有18世纪中国手绘壁纸，也有来自欧洲庄园及宫殿特定年代装潢，与其中艺术珍品相得益彰，互作辉映。现今，此宅邸已被列入美国国家史迹名录，其中依然保留罗森夫妇多次去欧洲旅行所购藏的大量古董珍品。

罗森与道奇建造罗森楼的初衷是为宴客及举办音乐会之用，自从其儿子于1944年在加拿大皇家空军服役期间殉职后，二人便决定改造Caramoor，使其可以专门用于音乐及艺术推广。1946年，Caramoor举办了首场公开音乐会；1958年，其威尼斯剧院正式开放。罗森于1951年去世，道奇秉二人之志，继续对Caramoor中心进行改造，不曾有怠，直至1968年去世。自1970年起，在女儿安妮·毕格罗·斯特恩（Anne Bigelow Stern）的精心经营之下，罗森楼开始对外开放。

之后，罗森楼又纳入了罗森夫妇二人纽约宅邸的收藏，并在原有基础上加建新翼，增添三个复古房间及数个展示柜。罗森夫妇珍藏广博多样，逾千件艺术品外，许多房间内还有特定年代的天花板、嵌板及壁纸。艺术品囊括意大利、法国、英国和西班牙家居物品，与装饰艺术搭配，时代风格明显，优美典雅。其卓越的亚洲藏品以中国珐琅器、玉器及瓷器为主，上至辽代，下至20世纪初，所藏极丰。藏珍皆购自当时顶尖艺术商，包括伦敦Spink & Son、纽约Chait、山中商会、Farmer、Seligmann & Rey以及威尼斯Adolfo Loewi。罗森夫妇将古董收藏完全融入生活，同时又得利于1918至1939年这段特殊历史时期，大量艺术品涌入美国及欧洲，故此方能于短时间内建立如此庞大收藏。虽然罗森夫妇已逝世多年，然其收藏历经数十载依然保存完整，所聚珍品纵横两千年历史，跨越十余个国家，实属罕见。

今年纽约苏富比推出罗森夫妇的收藏专拍，共呈现82件珍品，其中包括多件中国宫廷珐琅器，重点包括清乾隆铜胎画珐琅福寿双全图小长颈瓶一对、清乾隆西洋式铜鎏金嵌料宫灯一对，以及清乾隆铜胎掐丝珐琅缠枝莲纹五供，该五供曾为塞缪尔·埃弗里（Samuel Avery）收藏，并曾展于纽约布鲁克林博物馆。中国艺术品部分来自罗森夫妇私人珍藏，曾置于罗森楼及其位于纽约市西54街34号府邸中，拍卖之所得，将被用于整善保护罗森楼所藏余珍。■

She Seaside

海天一舍

主题·派对·酒店



海天一舍主题派对酒店由十栋独立别墅组成，共109间客房。地处大鹏半岛南澳水头沙社区银沙素裹的长滩海岸线，前有蓝色海岸环绕衬托，后有青峰山峦叠翠如屏，空间环境极为优美。海岸风光一览无遗。

海天一舍结合酒店独立的装修风格，私人定制各式主题派对活动，给客人营造一个自由，随性，小资和惬意度假之旅。

海天一舍的观海长廊，太阳伞下的静坐，一杯咖啡，迎面海风拂袖，沙滩近在眼前，场景常被客户誉为：深圳的三亚、大理的双廊。



百年宝马，规划未来

主笔 / 李三

宝马集团董事长科鲁格去年5月份出任宝马集团总裁，当时他只有49岁。他是宝马集团细心呵护培养的一个德国工业界的领袖。担任总裁不久，宝马集团迎来了百年纪念。在科鲁格看来，回顾固然重要，但是更应该面向未来。

三联生活周刊：在宝马集团创立100周年之际你一直在探讨未来，并没有着重讨论过去，请问这是你自己的考虑还是集体决定？

科鲁格（Mr.Harald Krüger）：宝马集团的100年，非常辉煌，我们要庆祝，但想使这个公司长期存续下去，还要为它创造一个成功的未来。这是董事会的集体决定，我们决定在这样一个历史里程碑的时刻，向所有的利益相关方展示我们眼中的未来。

三联生活周刊：每个公司的CEO都是一个公司最大的销售员，请问你会用什么样的语言向中国消费者介绍宝马集团的与众不同？

科鲁格：怎样作为一个销售员去赢得中国消费者的心：第一，当然是倾听中国消费者的心声，了解中国消费者偏好；第二，要给中国消费者提供最优秀的产品；第三，当然是用强大的创新能力去赢得中国消费者的心，这包括我们的iDrive、智能互联、安全功能、电子地图等一系列创新科技。

三联生活周刊：目前宝马集团智能出行服务是否已经盈利？你们是否担心未来庞大的投资会对宝马集团短期利润产生影响？

科鲁格：关于利润率，在全新第一战略当中，宝马集团设定了明确的利润目标，即税前利润达到10%，目前汽车板块的税前利润率大约为8%到10%，这就意味着新的交通出行服务要为提升利润率做出贡献。每上马一个新的出行服务项目都能够帮助实现10%的税前利润，如果不能做到，这个项目是不会获批的。到目前为止，每一项出行服务都能够盈利，为集团实现10%的税前利润目标做出贡献。

三联生活周刊：宝马集团在宣称面向未来的同时，仍然强调“终极驾驶者”概念，与现在互联网企业造

车在理念上有一定差别，互联网企业希望的是颠覆，未来的自动驾驶和无人驾驶会不会对汽车品牌产生削弱或者让汽车品牌消失呢？

科鲁格：出行当然是未来大家都需要的，如果互联网公司造出来一辆车，它只是能把人从A点运到B点的运输机器的话，那么我们一点也不担心那样的竞争，因为我们认为汽车不仅仅是一个从A点到B点的运输机器。这样的车可能对于中低端车会产生一些竞争压力，但豪华车客户非常重视设计、豪华内饰和数字化的智能互联功能，他们仍然会选择像宝马这样的品牌。同时，我们在技术方面丝毫不落后，比如说我们有BMW iNEXT项目，把创新技术融入到新的产品中去。在新材料、轻量化结构、自动驾驶、电动出行方面，我们一点也不亚于这些互联网公司。我们100年来积累的经验知识，我们的品牌、我们的传承、我们的热情，这些是他人无法在短期内获取的。

我们非常欢迎竞争，因为竞争使我们变得更好。我们希望最终交给消费者的车是让驾驶员有选择的，宝马车以后可以做到。他如果想去兜风，感受风吹到脸上的感觉，也可以选择自己驾驶。我们认为IT公司目前还无法提供这样的选择，他们只是在测试从A点到B点的运输机器。BMW M2双门轿跑车就是非常优秀的一款车，能够帮助我们把技术和驾驶乐趣这两者结合在一起。我们一直以来以驾驶乐趣为中心，这一点我们会继续传承下去，以驾驶者为中心的概念我们也会继续推进。

三联生活周刊：中国在全新第一战略，或者说第一战略的2.0版中承担了怎样的角色？

科鲁格：关于全新第一战略在中国的实施，我们有非常具体的措施。中国是BMW最大的市场，未来有巨大的市场潜力和机会，所以首先从产品角度，我们将在中国推出更多新产品。目前有4款国产车型，未来会增加到6款，包括刚刚上市的BMW 2系旅行车，这款车在欧洲获得巨大成功，客户中有70%到80%都是第一次购买宝马汽车的新客户，相信BMW 2系旅行车未来在中国也会获得巨大成功。另外X1、X3这些SUV车型增长速度也非常快，所以我们推出了国产



宝马集团董事长科鲁格

BMW X1 长轴距版。未来新的X7上市之后就会来到中国。M代表着宝马的极致动感和力量，对于M系列，我们也推出了新的产品战略，未来还会继续扩展M的经销商网络。这些都是产品层面我们在中国的计划。我们会继续增加在中国的研发投入，比如我们在上海的设计工作室，以前基本上都是德国外派员工，现在大部分都是中国本土员工。我们还跟本土合作伙伴开展合作，包括跟百度的合作，在数字化方面进一步引领行业。我们非常重视本土人才的培养，刘智博士就是一个很好的案例，他作为宝马（中国）汽车贸易有限公司的总裁，是在中国本土培养起来的人才。我们会继续成为中国市场上最具吸引力的雇主，不断吸引中国最优秀的人才为宝马工作，提拔本土人才就职高级管理岗位，是我们一贯的战略。我们会继续加大在品牌方面的投资，今天的活动就是我们的系列品牌活动之一，我们在未来会进一步加大这方面的投入。在电动出行方面，我们有非常明确的新能源车计划，通过合资公司以及进口车，我们会有更丰富的新能源车产品。比如刚才提到BMW X1长轴距版很快就会有插电式混合动力版本，5系长轴距已经推出插电式混合动力，7系也会有插电式混合动力版本。我们有一套完整的推广电动出行的计划，因为我们认为中国未来会成为世界上规模最大的电动出行市场。除了产品以外，我们

还会提供出行服务解决方案。

三联生活周刊：宝马集团是一个汽车制造公司，应该说是一个硬件公司，宝马明确提出宝马未来是汽车制造和服务提供商，这就是说未来宝马集团既是硬件公司也是一个软件公司，你们在软硬兼修发展方面达到什么样的程度？

科鲁格：我喜欢从硬件到软件的转变这个说法。汽车行业的价值创造过程以及形式正在发生重大变革，软件在汽车行业中所扮演的角色越来越重要。大家也许注意到了，我们正在招聘更多软件工程师进入宝马集团，对于传统的机械工程师我们也提供内部培训，比如说到慕尼黑某所大学培训两年时间，学习软件相关的知识。在我们看来，硬件仍然是非常重要的，比如碰撞测试就无法通过模拟方式来完成，还有一些政府监管层面的要求。软件所扮演的角色也越来越重要，我们会有更多软件应用和服务植入到产品中。宝马集团在软件方面是非常领先的，比如iDrive一直引领行业潮流，减少了车内的控制按钮，让人机交互更智能。我们将战斗机中的平视显示系统应用到汽车行业，不用低头看仪表盘，所有数据都显示在挡风玻璃上。未来在汽车内饰中，触摸屏、材料等都会涌现新的技术。现在消费者买车的时候可能会因为软件不够好而放弃购买，软件对汽车行业的重要性显而易见。☑



《权力的游戏》第六季剧照。守夜人琼·雪诺及其“乌鸦”伙伴

《权力的游戏》的想象力

记者 / 张月寒



我们看所有剧的初衷都是因为我们无聊，而我们喜欢任何剧的理由，或许都代表了一种出离现实的高尚。

于这个世界，人类总是有着各种各样的不满。于是，我们一直通过各种各样的方式泅渡这种“不满”。乔治·R.R. 马丁 (George R.R. Martin) 的方式就是铺陈出这一部关于冰与火与权力与人性、历史、欲望交织的想象力帝国。我们可以沉迷、消费此种“帝国”，却也不得不思考：这一切究竟是为了什么？为什么我们这些看似和过去毫无瓜葛的现代人，能对这样一部仅凭想象力完全构造的中世纪虚构土地产生如此大的执迷？

黑格尔在《精神现象学》中说，那最初或者直接是我们的对象的知识，不外那本身是直接的知识，亦即对于直接的或者现存的东西的知识。于是，整个《精神现象学》其实就是一种把知识当作唯一救星的观点。而于如今这个时代，知识或想象力、创造力，是否就是一切呢？一种伟大的想象力，和我们现实生活的真正联系到底是什么？

原著和电视

如今这部全球所熟知的电视剧《权力的游戏》(Game of Thrones) 片名来源于乔治·R.R. 马丁的大型小说《冰与火之歌》第一卷的卷名。此卷首次出版于1996年。随后，则接连出版了我们现在所能看到的五卷。2011年之后，屡屡呼之欲出的《冰与火之歌》第六卷却始终没有出版。历时5年的写作，马丁终于将于今年5月推出第六卷。可是，正如我们在电视剧第五季看到的那样，电视和原著已经出现了较大的偏差。

据外媒报道，原著中第六季的新英雄将是史坦尼斯·拜拉席恩 (Stannis Baratheon) 和小侏儒 (Tyrion Lannister)，而不是第六季第二集中似乎显示出的雪诺趋势。然而，电视剧主创大卫·贝尼奥夫 (David Benioff) 和丹·韦斯 (Dan Weiss) 却在采访中表示，看电视剧的原著党不用担心电视剧会暴露太多马丁即将出版的第六卷内容。“看过第六季的人再阅读原著这本新书，将会感到非常惊讶。”他们说。丹·韦斯进一步补充：“马丁创造了一个不可思议的非凡想象国度。而如今，这个‘国度’有了两个版本。”

其实，早在第五季珊莎线的明显改变（将变态小剥皮强奸的人变成珊莎而不是原著中不知名的替代艾莉亚的女孩）以及小恶魔横渡狭海后的经历明显和原著不同，我们就可以看出电视剧已经越来越走向和原著不一样的趋势。即将出版的第六卷和HBO 鼎盛剧场同步播出的第六季无疑将掀起一场更大的好奇。

然而，《权力游戏》的电视剧和原著的一个最大区别是，电视剧主创还是多多少少具有一种好莱坞动作片式的“比喻”思维，比如刚刚播出的第六季第一集珊莎和席恩被拯救的那一场戏，塔斯 (Tarth) 的布雷妮 (Brienne) 出现的时间点过于精准，正是一种太过明显的好莱坞动作片思维。更不太合理的是，之前一直被布雷妮嫌弃武力不佳的随从也突然间具有神力可以战胜变态小剥皮训练有素的武士们。而马丁某种程度上是



“反比喻思维”（trope-subvertin）的。这是原著作者和电视剧主创最大的区别。

当一部小说被改编成电视剧，并且成为一部全球盛名的电视剧，它无疑已经变成一种全新的产品。读者在原著中最喜欢的人物，在电视剧中可能由于情节的改变以及演员的重新塑造，使受众在电视剧中喜欢的是截然不同的人物。最典型的例子也许就是琼·雪诺。然而，无论如何，让我们着迷的始终还是故事本身。这个故事，最初仅来源于马丁的脑海。虽然不可否认的是，电视剧将这个最初的故事，推成一种更加庞大的全球文化现象，但是，究其根本，我们为什么会如此迷恋《权力的游戏》呢？

真正原因

这一切首先来源于它的“锐利”。一种可以将观者割裂的锐利。这种锐利，首先体现在乔治·R.R. 马

丁的文风，也成功移植到了电视剧。所有你能想象的人性拉扯的极限，这个故事都将这种极限在极限的程度上更推一步。无论是欲望，还是人性的丑陋，以及人类的阴暗面到底可以有多深，《权力的游戏》中都是极致的。你可以发现小剥皮那种极端折磨人的变态的残忍，也可以发现乔佛里小国王莫名的嗜血。同时，也有很多人都看好的具有领袖才能的主角，会在一瞬间以一种人类所能想到的最惨烈的方式死去，譬如“血色婚礼”。张力，这种整个作品中时时都展现出的张力，使得它变成观者思维沉溺的鸦片。

这种“锐利”，也遵循了一贯的人们对于反乌托邦题材的迷恋。从乔治·奥威尔的《1984》，到电影《饥饿游戏》的成功，乃至美剧领域的《行尸走肉》《权力的游戏》以及英剧《黑镜》。这种反乌托邦题材的反思感已经屡屡证明它在当代受众群体的一种因“引起更深刻情愫”而产生的受欢迎。把场景设置在一个即将毁灭或已经毁灭的世界，于现代人对这个世界的



《权力的游戏》
剧照：

1. 龙母丹妮莉丝·坦格利安
2. 瑟曦太后及弟弟詹姆·兰尼斯特
3. 席恩和珊莎，他们从小一起在北境长大
4. 红袍女巫梅丽珊卓，追随史坦尼斯·拜拉席恩

“绝望”不谋而合。《权力游戏》的标志性台词“凛冬将至”就凸显了这种灾难即将到来的末日感。

“锐利”之后，则是“扭曲”。当你看到“血色婚礼”那一集时你更是无时无刻不感到这一点。弗洛伊德说，导致过失产生的心理机制和做梦的心理机制类似，都是被压抑于意识中的愿望经过扭曲掩盖后的表达。通过对这种过失行为的分析，能够发觉深层潜意识的内在。《权力的游戏》将人最“坏”的一面诱发、展示出来，完成人们在现实中不可能之出格。生活，有时是一个磨灭所有人勇气而使之成为懦夫的过程，而《权力的游戏》中所有意想不到的人物的死去，让观众意识到，任何生命都是脆弱的，任何人，也都是可被替代的。

“扭曲”的另一种表现则是“难以预测性”。观众永远不知道谁，会在什么节点、以什么样的方式死去。与以往美剧不同，这部剧颠覆了“主角总不会死”原则。也不得不承认马丁作为一个作家是够“狠”的。一般小说家都会极钟爱自己笔下创作之角色。很少有作家费

尽心力塑造了一个角色后再毫不犹豫地把他（她）杀死。托尔斯泰在《安娜·卡列宁娜》里运用了一次，已经让这部作品不朽，而马丁无疑更毫不吝啬地一再运用。

然而，如今，再追问或猜测谁将在这季中死去，或许已经是一件比较幼稚的事。主创的高明之处就在于，每一个人的死都让你出乎意料、极度惊异，从而佩服幕后团队的绞尽心力。

《权力的游戏》另一魅力还在于一种“大于生活”的观感。无论从任何角度看过去，这都是一部和你现实生活完全无关的奇幻巨制，但是它却煽动你的血脉，让你辽阔、雄浑，甚至伟大。它得以让环境污染、政治腐败、人性丑陋等现实生活中不能直面抨击的内容影射于此剧，让人们有种参与某项重大事件的快感。

弗洛伊德在《性学三论与爱情心理学》的《诗人和白日梦》这一章里说过，他始终不理解所谓诗人等艺术家，不明白他们是怎样创造出那些作品并引起人们阅读，“引起我们前所未有的各种感情的”。他对很多

诗人做了采访和调查，发现还是没有人能解释清楚诗人对其想象性材料选择的因素到底是什么，也不知道他们何以有能力创造出那些富有想象力的作品。后来，他发现了重要的一点，即诗人对于他们所创造的那个虚构的世界，是用一种非常真实的态度来对待的。意即，他们对待他们所创建的那个虚构世界，投入了非常多的真实感情，甚至在某些作家的心中，那些世界就是真的。伍尔夫的姐姐就曾对自己的女儿说：“你的姨妈（指伍尔夫）一直比我们拥有多一个世界。她一直拥有着两个世界。一个是她笔下的那个世界，一个是她本人所处的现实生活。”马丁也把虚构的维斯特洛大陆当成一个真实世界去创造，他为这个全球观众所正在消费的“虚构国度”投入了大量的真实情感和信息进行构造。

这和其他奇幻体裁的作品——诸如《纳尼亚传奇》、“魔戒”三部曲——如出一辙。而这些作品，无论它们的世界怎么虚构、怎么奇幻，内里其实都需要一种古老文明作为依托。比如包含巴洛克审美以及早期摩登时代文化，斯堪的纳维亚以及亚洲古文明，古希腊、古埃及文明，希腊悲剧元素（弑父、乱伦等）、凯尔特人传说、习俗、英国贵族制度等。譬如《权力的游戏》就明显以古英国中世纪历史及文化为托底，马丁又加入了龙和巫术等神秘色彩元素。J. R. R. 托尔金热爱古英语，曾在牛津教英国文学，得天独厚的渊博让他创造出《霍比特人》和《魔戒》。

这里又引出欧美文化现象中的一个“中世纪迷恋”。在美剧《生活大爆炸》《邪恶力量》等都有反映这种欧美书呆子界对于中世纪的迷恋，他们对于游戏《魔兽世界》的热爱，周末参加中世纪游戏的线下角色扮演，观看《指环王》《权力的游戏》……这种“中世纪情结”有一种心理学解释：对于一种过去时代的服装、道具、习俗、审美的熟知，使人们能够摆脱现实生活中的某种“无力感”，从而使自己重新获得一种“掌控现实”的感觉。尽管那种“现实”，已不是真正的“现实”，而是过去的倒影。因为我们眼下所处的现实太充满“流动性”，而中世纪的一切或者说沉迷于中世纪却获得了某种“恒定”。同时，陷于中世纪那个世界还容易让人产生一种俯视感——任何人回望过去，似乎都会成为智者。

由此道理推及，纵观当今的美剧领域，“怀旧情结”也获得了其他的成功。《广告狂人》《性爱大师》《唐顿庄园》等都是此种理论的受益者。人们对某个特定时代的一种近乎偏执的怀念，有时会衍生成一部极好的作品。换句话说，回忆总是美好的。一种被理想化的过去，无疑比肮脏丑陋无法改变的现实，更具有魅力。

无论如何，今年67岁的马丁有一整个权力游戏的世界萦绕在他脑海。而全世界，也随着他一起陷入这股仅凭一个人的想象力就构筑的疯狂宇宙。作为一个新闻系讲师出身的作家，马丁在上世纪70年代坚持一边教新闻一边进行自己的奇幻小说写作。后来，终于辞去全职工作成为一个专职作家。从孤独的小说家走向大众。从深夜独自于书桌前只有自己相信的一个梦，到一场全球都与之狂欢的迷思。热闹和蒸腾之间，原来只隔一线而已。

地理魅力

将近200年前，美国小说家霍桑曾带着对古老欧洲文明的向往，认为美国“没有阴影，没有古风，没有秘传，没有绚丽而昏默的冤孽”。200年后的今天，一个出生在美国新泽西的作家，怀着同样的对于古欧洲文明的热爱，谱写出一部流行于全球的文化现象。

《权力的游戏》中人物性格的“地理感”非常强，或许就得益于马丁早已用自己的想象力在这世界上遨游了大半。这部剧中，人物的性格以及命运走向，和他们来自的那片土地紧密相连。而剧中的几大地理景观，也将故事的几条主线走得异常浮凸。比如来自北方终年被白雪覆盖的史塔克家族，他们的小孩有冰原狼护身，并且行事、做派也有着北方贵族血脉的那种勇敢、果断、坚毅、隐忍——艾莉亚的忍辱负重只为复仇、罗勃和雪诺能吃苦的领导才能、布兰的长途跋涉寻找三眼乌鸦……而来自凯岩城的据说便壶都是金子做的兰尼斯特家族，行事奢华、追求享乐，因此有着一种特别明显的自私性。做父亲的决意杀死自己的儿子，而小侏儒也最终弑父，姐姐极度厌恶弟弟，最后仅存的温暖，居然是詹姆和小侏儒这一对兄弟。

在英国待过的人看《权力的游戏》能很明显地被唤起那种“不列颠感”。全剧几乎按照英国地理位置分布的英国口音——苏格兰口音、曼彻斯特口音、伦敦贫民区口音、女王（RP）英语、南部口音、约克郡口音、跨过狭海的带有浓重欧洲口音的英语……英国有一句话，口音决定阶层。英国人类学家凯特·福克斯也认为英语被首选为当代英国划分并界定社会阶级地位的标志。马丁的原著中波顿当时对已经变成阉人的席恩说他的口音还是暴露了他的贵族出身。于是，当观众听着剧中君临的市井人民说着伦敦东部著名的贫民窟英语、瑟曦、詹姆等说着一口标准的“女王英语”时，不得不赞叹美剧的细节化程度。■

（除图标以外供图：鼎级剧场）

艾莉亚·史塔克的困惑

从《权力的游戏》上一季开始，艾莉亚·史塔克(Arya Stark)的角色线就明显地进入一种杀手学徒训练旅程，这一季的发展想来也不会太多脱离此纲。

每次观看艾莉亚的时候，我都不禁浮现出一个长久以来萦绕于脑中的思维：当你人生中只有两个选项的时候，一个是A，一个是B，你会选择哪一个？当大多数人被迫做出选择的时候，他们都会选择A或B其中的一个。但是“超出盒子”(out of the box)的思维却是：选择C。永不接受一种被安排的仅有选项，而偏要创造自己的另一个选项。当艾莉亚在黑白宫殿的时候，给予她的规则非常明确：忘记自己；只杀被派任务的人。但是在第五季末尾她却毫不犹豫地违反了这一规则，杀了自己每日背诵的“复仇名单”上的一个人。从这一点来看她这个角色是始终有一种哲学上的矛盾的：一方面，不能违反规则，才能学到精湛的杀手技艺；另一方面，她学习杀手技艺的终极目的始终是为了给自己的家族复仇，所以，最后她总是会“违反规则”的。

正在HBO 鼎级剧场播出的第六季，艾莉亚将沿袭第五季双眼失明的结局，在狭海对面的布拉佛斯，继续在黑暗中追寻自己终极的旅程，要从心底里做到“忘记自我”的哲学寓意，从而才能顺利走向下一阶段。

齐泽克在《意识形态的崇高客体》(*The Sublime Object of Ideology*)一书中，借用拉康的话说：真理来自误认。艾莉亚这个角色，她的很多生命契机都是在一种误打误撞中产生的。自她在台下目睹父亲被砍头后，她的生活似乎就是在不断的漂浮和逃命中获得契机，从而一步一步走到狭海对面，开始她复仇必修课程的训练。

自艾莉亚踏入黑白宫殿起，她就被要求“忘掉自我”，成为无名小卒。必须要忘却自己曾经的贵族身份以及亲人被杀害的悲剧，成为一个没有身份、没有过去的人。弗洛伊德曾说，人类的自我(ego)甚至连它本身的主宰也不是，人并不是一种理性动物。在书中，瞎了的艾莉亚每天早晨都被问：“你想要你的眼睛重回吗？如果是，只要说出来，我们就重新给予你视力。”而她的回答每次都是：“明天。明天我会想重新要回我的眼睛，而不是今天。”于是种种，一切进入一个死循环。

我们采访了《权力的游戏》中艾莉亚的扮演者麦茜·威廉姆斯(Maisie Williams)，让她为我们解释艾莉亚角色的种种身份困惑。



(供图：鼎级剧场)

“忘记自我”是艾莉亚·史塔克在黑白宫殿里要持续思索的一个命题

三联生活周刊：艾莉亚在第六季中的角色继续失明。你如何扮演“盲人”的角色？有做什么特定功课让扮演盲人更加真实吗？

麦茜：艾莉亚在第六季中的瞎子形象是通过戴白色隐形眼镜来呈现的，而戴着它们很痛苦，因为它们又大又厚，我戴着会觉得眼睛很干。而且本身戴着这个眼镜就不能看得很清楚，所以对于演一个“瞎子”来说是很有帮助。同时我扮演的时候，会抓住她身上的“不确定性”来进行更多揣摩。

三联生活周刊：你最喜欢艾莉亚身上的哪一点？

麦茜：我喜欢她的自信，喜欢她坚韧好斗的品格，作为一个年轻女孩她具有如此难得的品质。

三联生活周刊：在黑白宫殿里，所有人都不停强

调艾莉亚应该完全忘却自己的身份，成为“无名小卒”（no one），在表演时，你如何扮演这样一个充满哲学意味的 no one 的角色以及你如何揣摩一个人放弃过往一切、成为 no one 的那种境界？

麦茜：她的生命中要寻求复仇，这一点对她来说是非常困难的，这一点对我来说也非常困难。我喜欢这个角色，她要成为“无名小卒”，丢弃全部我这些年辛苦建立的有关她的角色的一切，这一点对于我来说也是艰难的，我想，艾莉亚本人也应该这么想吧。艾莉亚忘记身份那一段也是第五季中我最深刻的场景。

三联生活周刊：这个角色是一个复仇的角色，你本身也认为生活是一个充满因果报应的过程吗？

麦茜：我倒不一定认为生活是“报应不爽”，而是，从故事角度考虑，复仇或许是这个角色最有趣的一点，复仇是她的全部旅程、父亲死后的全部人生。在现实生活中我倒没有考虑过这一点，如果在现实生活中，我特别讨厌或者愤恨某人，我想我能做的也就是遗忘或宽恕吧。这么说也许听上去很被动，但是如果一个人将自己的全部生命都投入到复仇的时候，那个过程是很痛苦的，他（她）将无法再对自己的生命做出“解释”。

三联生活周刊：第六季中，艾莉亚这个角色发生了哪些心理层面的变化？

麦茜：我觉得这一季她的生理变化更大于心理变化，我们会发现，生理上，她将会变得非常“弱”。我们见识过她心理上的脆弱，见识过她精神上的挣扎，但是这一季，她的生理“脆弱”更多一些。她在黑白宫殿的经历、训练，一切的一切导致艾莉亚在第六季会有比较大的生理上的变化。

三联生活周刊：在《权力的游戏》中，你最喜欢的角色是谁？你觉得哪个角色最终能存活？

麦茜：从角色角度来讲，我非常喜欢瑟曦这个角色。我在情感上没有特别沉溺于《权力的游戏》这个故事（不像有些观众会恨角色所恨，爱角色所爱），所以当瑟曦做一些非常坏的事情时，我想，我或许是很享受“恨”她的那个过程。我对这个角色可以秉承一种比较客观的态度。特别是这一季，她的角色也会让人觉得前所未有的“坏”。对，这个角色是很邪恶，但她很擅长“邪恶”。在理想世界中，也许我希望“好人”可以活着，但是《权力的游戏》是一个很扭曲、超出常理的世界，所以，也许红袍女巫梅丽珊卓最终能活着？她有种种苦交错的感觉。

三联生活周刊：在第六季中，艾莉亚的新技能是什么？

麦茜：听和学。■

“布兰并不是一个复仇型的角色”

布兰（Bran）这个角色，从一开始似乎就是为衬托史塔克家族更深的悲剧感所设。第一季刚出场时他还是一个很可爱的小男孩，姐弟和父母都爱护心疼的对象，却很快因为撞见瑟曦和弟弟的乱伦而被推下塔楼，从此不能走路。在第五季缺失了整整一季后，第六季布兰的角色终于重新回归。在他长途跋涉找到三眼乌鸦之际，他是否会像原著中说的“将永远不能走而却能飞”？

在 HBO 鼎级剧场刚刚播出的第六季前两集中，布兰似乎拥有了回到过去的的能力。在这次采访中，扮演布兰的演员伊萨克·亨普斯特德·怀特（Isaac Hempstead Wright）告诉本刊，布兰也有去到未来的能力。这似乎和原著作者乔治·R.R. 马丁本人的经历直接相关。从小生长在新泽西的马丁，一直有着想看看世界的愿望，但是苦于条件当时他不能，于是他只能用自己的“想象力”去遨游这个世界，恰恰就像布兰的通灵。

三联生活周刊：很多童星都有此种困扰：随着他们的长大，他们没有小时候那么可爱了，或人们非常强烈执著于他们童年时的样貌而无法接受长大后的他们，你刚出现在第一季的时候也很小，才 11 岁，如今你 17 岁了。你也有这种困扰吗？

伊萨克：随着我们长大，面容都会多多少少发生变化。但是，我觉得，成长对我来说很有意思的一点就是，当我第六季重回片场的时候，我觉得我似乎可以以一个成人演员的身份开始演戏，而不再是一个儿童演员。而更有趣的一点是，我可以在镜头中一点一点发现我的成长，这种记录，不仅是“生理”上的，也是心理上的。

三联生活周刊：布兰这个角色在第六季有什么新的变化？

伊萨克：其实我非常高兴自己在这一季可以重新加入拍摄。第五季我这个角色缺失了一年，那种感觉有点“吓人”，因为当我一点一点目睹这部剧在整个第五季发生了多么大的变化时，我却坐在屏幕前什么都干不了。布兰在新一季多了更多的“成人气质”。相比于第四季在乡村场景中他不停地在路上驰骋去往寻找三眼乌鸦的旅程，于这一季，他已经成功到达了那个地点并遇见三眼乌鸦。他变得更专注了。我觉得在这



《权力的游戏》中布兰·史塔克的扮演者伊萨克·亨普斯特德·怀特

一季他具有了很多“禅”意。他将能见到很多维斯特洛大陆过去，也能看见未来。和三眼乌鸦一起开始了自己的“训练”旅程。

三联生活周刊：你有没有想过，有一天，这个电视剧结束之后，你将何去何从？

伊萨克：这其实是一个蛮恐怖的想法。因为《权力的游戏》存在于我的生命中已经很长一段时间了，是我生命中很重要的一部分。结束之后我想我会继续表演吧。我很喜欢表演，我想我会坚持它。

三联生活周刊：你觉得电视剧中的布兰和小说里的布兰有什么相似和不同？

伊萨克：很遗憾我没有读过原著。但是我却知道电视里的布兰其实和小说里的布兰有很大不同。也许在第一、二季，布兰在书中和电视剧中的差别并不大，但是随后差别却越来越大。原著的内容非常丰富，几乎每个主要人物都有自己丰满的故事线，但是电视剧由于容量、时间有限却不可能铺叙成这样。但是，不可否认的是，电视剧很好地保留了小说中的原创性，精髓几乎都被保留了下来。我想，一旦拍摄完成，我会开始阅读这部小说。

三联生活周刊：第六季中你会成功为史塔克家族复仇逆袭吗？

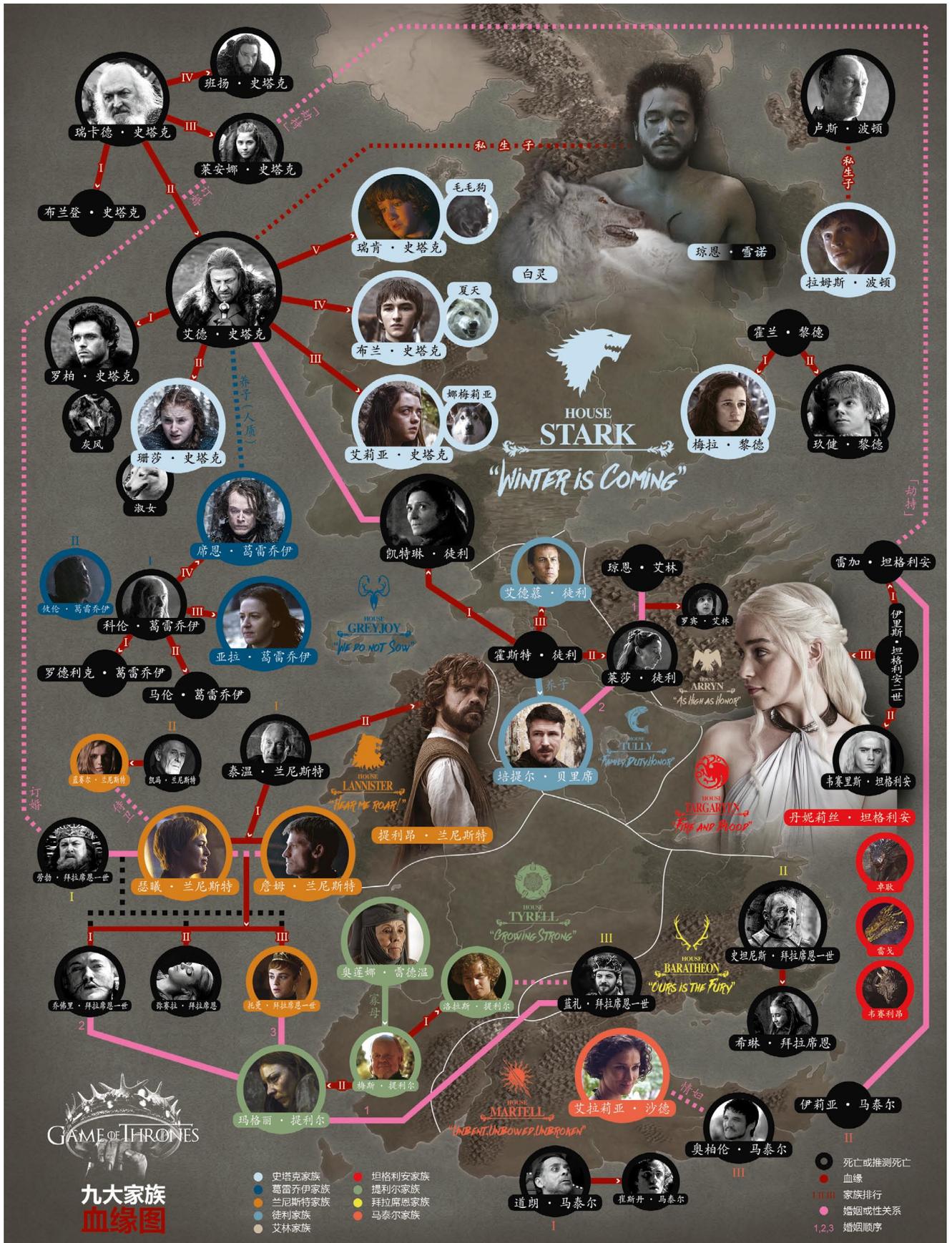
伊萨克：布兰并不是一个复仇型的角色，当然这是我的个人看法。我觉得他更倾向于是一种“平衡”型的角色，平衡各种局势，平衡整个王国。

三联生活周刊：在《权力的游戏》中，每个人都似乎有着自己的能力，有的人善战，有的人聪明，有的人具备领导才能……你觉得最后要在这场游戏中成为最终的胜者，最应具备的能力是什么？

伊萨克：我认为要想在那个世界生存，只具有一种能力是不行的。最终具有综合能力的人能成为胜者吧，把以上这些优点都具备的一个综合体。因为任何能力都有优点或缺点。综合起来才能胜算更大。比如魔山，虽然他武力高强，却只知一味蛮打，最终被欧柏林武器上的毒药毒死。比如琼·雪诺，他具备领导才能，具备优秀的武艺和格斗技巧、战略指导才能，身体也很强壮。总体来说，如果要在场游戏中取胜，我认为脑力才能是更优于身体以及武力才能的，因为维斯特洛是一块很“政治”的地方。

三联生活周刊：扮演幼年布兰和第六季中即将成年的布兰有什么不同？

伊萨克：幼年的布兰更快乐，在一切还未发生之前。他不具备如今成人布兰所具有的一些性格特点。但是，成长后的布兰，在经历了这世间人类所能想象的所有最糟之后，失去了腿、失去了家人、失去了家园，他必须得长途跋涉去不可知的更北方……但是，他却可以最终专注于他的使命，追随心底使命的召唤，一步步前进。我觉得成长后的布兰有一种幼年的布兰不具备的强烈的关注某一件事或某个点的能力，也更智慧。这是童年时无忧无虑的那个男孩所不具有的。■





《权力的游戏》中拉姆斯·波顿的饰演者伊万·瑞恩

伊万·瑞恩：如何刷新变态的底限？

记者 程磊

在影视剧中，“技术型”变态总是不缺人气的。

变态的巅峰

《权力的游戏》中拉姆斯·波顿的饰演者伊万·瑞恩，把变态演绎出了新的高度，人们对这个角色的怕、恨、恼、恶心等情绪，转化成了对演员的爱，这让伊万在社交网络爆红，很多人甚至将自己的“疑似”变态行为表达出来向伊万请教，伊万成了鉴定变态的“网红”。

在他之前，对于变态这类角色的诠释，已经有了若干个需要仰止的巅峰。《惊魂记》大概是悬疑惊悚类电影中第一次出现精神分裂症的桥段，安东尼·珀金斯饰演的诺曼·贝茨，已经成为了电影史上无法被遗忘的角色；《越狱》里的T-bag，每一个小动作、小表情，就连走路的姿势都让人深切感受到顶级变态的风范。

初级的变态是灭绝人性的，如《德州电锯杀人狂》；中级的是玩弄人性，如《沉默的羔羊》；顶级的是你不知道这个人到底有没有人性，比如《老无所依》里安东这个角色，怪异的发型，惨白的脸，邪恶的笑容，喜欢用扔硬币决定猎物生死，扮演者哈维尔·巴登这张脸就是戏的灵魂。

法国精神病学家塞缪尔联合 10 位精神病学科的医生，花了 3 年时间研究 1915 ~ 2010 年拍摄的 400 部影片中精神变态的样本，2013 年，他的论文被《法医学学科》收录作为学科案例。论文指出，最具有现实意义的精神变态角色是《老无所依》里的安东。现在塞缪尔是伊万的“粉丝”，他认为伊万已经成功刷新了扮演变态的新高度，成为新的典范。

每个时代都有正反派的标准设定，影视作品无非是在原有的设定上增增减减。随着叙事与审美的进化，过去符号化的阴谋家、野心家、逐利者、变态者等，就显得愈发空洞，难以满足观众猎奇和感情冲击的需求，所以反派的表演也需要不断地丰满，才会获得认同。伊万所扮演的拉姆斯有这么几个关键属性：残酷、

野蛮、不守礼教，以折磨他人之乐。把这些放置于家族的背景下去观察则更能理解这位超级变态的养成。

数百年以来，波顿家族一直效忠于史塔克家族，家族领主卢斯·波顿，也是拉姆斯的生父，主导“血色婚礼”亲手杀死罗柏·史塔克，这一剧情在美国播出当天至少让影迷砸坏了 10 万台电视机，还上了新闻。

波顿家族因喜欢活剥敌人的皮而广为人知，家族的徽记也是剥皮人，他们信奉的信条是“吾刃尚锋”。但他们更喜欢一句流传于家族内的格言：“裸体的人少有秘密，但被剥皮的人没有秘密。”拉姆斯不仅继承了这一变态传统，更是把这种变态升华到极致，于是影迷送他“小剥皮”的外号。

小剥皮坏得令人不忍叙述，他的脸有些婴儿肥，嘴唇像大蠕虫，经常露出令人惊悚的微笑。他喜欢虐待和病态的行为，例如把赤裸的姑娘放进波顿家森林里，带着一群野狗追猎她们。对于那些委身于他的姑娘，他会“慈悲”地让她死得痛快些，再剥皮。为了“纪念”这样的“好姑娘”，他会以她们的名字为自己的狗命名。那些宁死不从的姑娘，有时是被他，有时是被他的狗，有时是一起，她们会被活生生地剥皮。

一间“狗棚”，是他的屠宰场，也是游乐场。当他得知父亲和继母诞下一子，他只用了不到 10 秒便对生父痛下杀手。随后将抱着同胞弟弟的继母一同带至狗棚。继母知道接下来要发生什么，哀求地说：这可是你弟弟啊。拉姆斯冷酷地说：“抱歉，我喜欢自己是独子。”

私生子的内心世界

拉姆斯原本姓雪诺，这是北境所有家族中私生子的专有姓氏。他是卢斯抢走某平民新婚妻子初夜后的“产物”，后因为表现出了对父亲极大的忠诚和对待敌人一脉相承的残忍，被父亲破格转正，改姓波顿，还承诺了继承权。

私生子在冰火世界是个尴尬的存在，和侏儒一样，生来便披着被世人任意嘲笑和凌辱的外衣，成为继承人的念头，恐怕只有在房间独处时才敢琢磨，甚至还要拉上窗帘才敢放肆。庶子夺嫡，潜意识里当然源于

对自己地位的不安全感。一切令人发指的行为，恐怕皆源于“转正”。他身体中骄傲的血液叫嚣着他才是恐怖堡真正的继承人，对一切忤逆他、不承认他的人施以暴行。

铁群岛葛雷乔伊家族的席恩，印证了拉姆斯畸形的性格。两人初次见面时，席恩作风浮夸，形象很贴近普通人心目中的纨绔子弟。而拉姆斯靠装怂才得以偷生。后来席恩落到了小剥皮手里，他以穷尽人类想象力极限的方式虐待席恩这个葛雷乔伊家族的独子，小剥皮要把席恩打造成自己的奴隶，还是不敢有丝毫反抗的奴隶。

第一次被抓住，刚开始被折磨的时候，席恩还是有反抗的心的。小剥皮把他放走，给他希望，当席恩以为马上就要安全的时候，让他回到原点，又是无限的折磨。然后反复给他希望，让他自以为安全的时候，给予比前一次更痛的折磨。小剥皮给他美好的姑娘，让他体验原始的冲动，然后把，他，阉了。

在观众看来，席恩有机会逃跑，在他自己看来，他根本跑不掉，跑了也会马上被抓回来。久而久之，席恩的精神已经完全崩溃，并在头脑中形成了一个不可动摇的看法：绝对服从，不能反抗，否则下场会很凄惨。这一切，不过是小剥皮通过惩罚贵族正统继承人而获得快感。

简单的杀人剥皮对小剥皮来说已味如嚼蜡，对待史塔克家族的长女珊莎也是如此。他先和父亲一起杀掉了她的兄长跟母亲，随后强迫这个家族唯一存活的女儿嫁给自己，抢走这个少女的初夜。每天向珊莎炫耀她的至亲是如何死在自己手里的，这对于拉姆斯这样的变态来说，恐怕是口水直流的极致快感。同时作为一个私生子，他本无身份娶珊莎这样的望族之后。而他不仅娶了珊莎，还可以无尽地羞辱珊莎，并让珊莎怀有他的孩子。这是一种极大的成就感，珊莎对拉姆斯来说，不过是带来名利的稀有玩具。

珊莎、席恩，都是北境声名显赫的领主的嫡亲，小剥皮大概能从摧残他们的过程中获得征服感。私生子的身份让小剥皮自卑到变态，他需要通过摧毁上一任征服者或贵族的血脉来向卢斯·波顿证明自己。

《权力的游戏》中并不缺乏印象深刻的心理扭曲的变态，乔佛里便是之一。他是统治七国的国王，他刻薄寡恩、骄横跋扈，残忍无情、心胸狭隘，他与小剥皮完全可以合著一本书：《如何更快乐地把人精神弄崩溃》。但乔佛里的残忍是愚蠢的，没什么技术含量，甚至有些像每个人生命中都遇到过的熊孩子。而拉姆

斯在心理学、人体解剖学上建树颇深，能学以致用，坏的境界实在太高。

以至于每一次小剥皮一出场，很多观众内心的声音应该是：“怎么还不死，还不死？”推特上，关于他的讨论比较热门的话题是：“小剥皮适合什么死法？”“如果小剥皮落到你手里你会怎么对待他？”

所有剧迷都知道，小剥皮必将死掉，也早已翘首以待，大家都在等待着一场关于他的酣畅淋漓的死亡发生。编剧们也知道，这场关于小剥皮的死亡安排，不编排一个解气的死法，剧迷不依。

小剥皮当然不是《权力的游戏》主要的角色，尽管这部以角色众多而著称的剧集并无严格意义上的主角，很多看似光芒万丈的角色很快便死掉，但像龙女、小侏儒这样的角色，应该就是主要的叙事线索，也是戏份最多的。相比之下，小剥皮这个角色完全要依靠在较少的戏份中去赢得观众的欣赏。

小剥皮也不仅仅只有变态，他在剧中好多挖苦和恶意的笑话其实仔细想想非常搞笑。而扮演者伊万优秀的表演和对他所饰演角色众望所归的结局，也许还能让小剥皮这个角色走得更远。正如编剧大卫·贝尼奥夫（David Benioff）所说：“我们也希望剧情的发展是出人意料的。”从第三季走到第六季，拉姆斯这个扭曲的变态和新一季的所有角色一样，已经不再受原著左右。

更惨无人道

伊万在《权力的游戏》最初的角色选拔中，差点就成为琼恩·雪诺的饰演者，这也是一个炙手可热的人物。而他自己，在角色确定之前，是希望去演拉姆斯的，因为他希望去演一个自己从未演过的角色。

伊万毕业于伦敦音乐艺术学院，是一位获得过英国奥利佛奖的威尔士演员，同样也是一位歌手、吉他手。看过他在《极品基佬伴》里饰演“小鲜肉”艾什的表演，再看看他演绎的拉姆斯这个角色，你会非常好奇这个家伙是如何把一个变态演绎得高潮迭起又顺理成章的。为此，本刊对伊万进行了专访。

三联生活周刊：在人物众多的《权力的游戏》中，波顿是最坏的家族之一，你所扮演的拉姆斯更甚。扮演超级变态有什么特别的滋味吗？

伊万·瑞恩：首先我要说，我在实际生活中可没这么恶心。拉姆斯是一个很棒的角色，对话很棒，角

色所置身的场景也很棒，坏人坏得也很棒。《权力的游戏》中，有些角色比他人有更长的成长历程，这意味着观众对这个角色所投注的关注情绪也会随之发生变化。这一季你恨得牙痒痒，下一季你就因为怜悯和理解而爱上他们。老实讲，波顿家的角色并不在此列。

三联生活周刊：有什么原型是你借鉴的，你觉得拉姆斯是一个怎样的角色？

伊万·瑞恩：《蝙蝠侠：黑暗骑士》里的小丑给了我极大的启发，他阴险狡诈，没有任何底线，也不受任何教条约束。他的邪恶是登峰造极的，创造邪恶和施展邪恶几乎是唯一的追求。小丑真正想做的，只是证明每个人心中都有阴暗的一面。他认为每个人都是邪恶的，只需要将人们“轻轻推一下”，每个人都会放弃正义，变得很自私和丑恶。此外，绿洲乐队的主唱利亚姆·加拉格尔，从人生经历里透露出来的嚣张，我也要借鉴一点。

挑战在于要让人物真实，饰演变态力度不够会被人遗忘，但却又很容易演过火。拉姆斯是个很高调的角色，要找到他在做所有事时的那种快乐，是抓住这个人物的关键。他并不是窝在那里只管邪恶就好，而更像是——“哦，这太棒了，我得搞一下。”他是真心实意地乐在其中。基本上讲，他是反社会型人格，对任何人都没有同理心。所以，不要把人物演得太满是我总得操心的地方，但他又是个从不喜欢透露自己真实想法的角色，我认为这一点演起来很有意思。

三联生活周刊：在你看来，拉姆斯的变态是有特别的意图，还是仅仅因为反社会人格？

伊万·瑞恩：我觉得他在生活中的确有动机，就像其他所有角色在追逐权力的过程中所做的那样；同时毫无疑问，他也有反社会人格。他对任何人都不会有同情心，并且热衷于伤害任何人，这很吓人。然而，生来就背负着的私生子身份，也驱使他有建功立业的动机，以伤害他人的方式去回应过去所遭受的冷眼及侮辱，这在这个世界里你不过是二等公民，身边达官显贵和各族魁首环伺之下反差尤甚。你离得那么近，却总是差一点，生存在这古怪的罅隙里，给拉姆斯的世界带来了很大的不确定性。他总是落在人后，总有被抛弃或被忽视的担忧，生活从未有过安全感。他自问可有可无，便总是要证明自己有用。

三联生活周刊：对于令人好评如潮也恨之入骨的这个角色的扮演者，你上街会引起观众什么样的反应？

伊万·瑞恩：大家会说：“呃呃，你可真是吓死人。”

总体来说也没什么，人们都很尊重而有礼。他们会说爱看这剧，从未遇到过让自己感觉对方不够理智的情况。我想大家总体上还是喜欢拉姆斯的，因为他不只是单纯的邪恶。不像乔佛里，你就是恨他，因为他就是垃圾。乔佛里的残暴毫无理由，起码拉姆斯自己作恶自己担，对吧？

三联生活周刊：在新一季中，扮演拉姆斯你所需考虑的要点是什么？

伊万·瑞恩：对拉姆斯来说，击败史坦尼斯的得意与意识到珊莎逃跑的震惊接踵而至。这一事件显然对很多人都影响巨大，但对拉姆斯尤甚。我得说，与珊莎的结合使拉姆斯在北境的位置大为巩固，自己家中拥有一位史塔克成员也显然是个重要缓冲，毕竟没人待见姓波顿的。这个家族想尝试通过得到珊莎并诞下嫡生继承人来全面赢得北境各家忠心，此举使两个家族得以联合坐稳北境，她是此局之中的有力同盟，北境还有很多剧中尚未露面的其他家族，他们也必须得到安抚。这事关波顿家族存续，而拉姆斯和珊莎·史塔克诞下的继承人，本能在北方形成有力的联盟，不仅这事告吹了，人也跑了。所以我猜对拉姆斯来说，失去她是个大问题。

三联生活周刊：要更黑暗、更加惨无人道吗？

伊万·瑞恩：对呀，角色越绝望，就会越疯狂。只有在拉姆斯真正绝望时，你才会看到他能做到什么地步。就全剧来看，上一季已经相当黑暗了，如果说强暴珊莎让人尚堪忍受，但史坦尼斯烧杀女儿就太过恐怖了。你要问我会不会比这更令人难以接受，我猜是值得期待的吧。☑



《权力的游戏》第六季第2集剧照。拉姆斯·波顿和父亲卢斯·波顿

(供图：鼎级剧场)

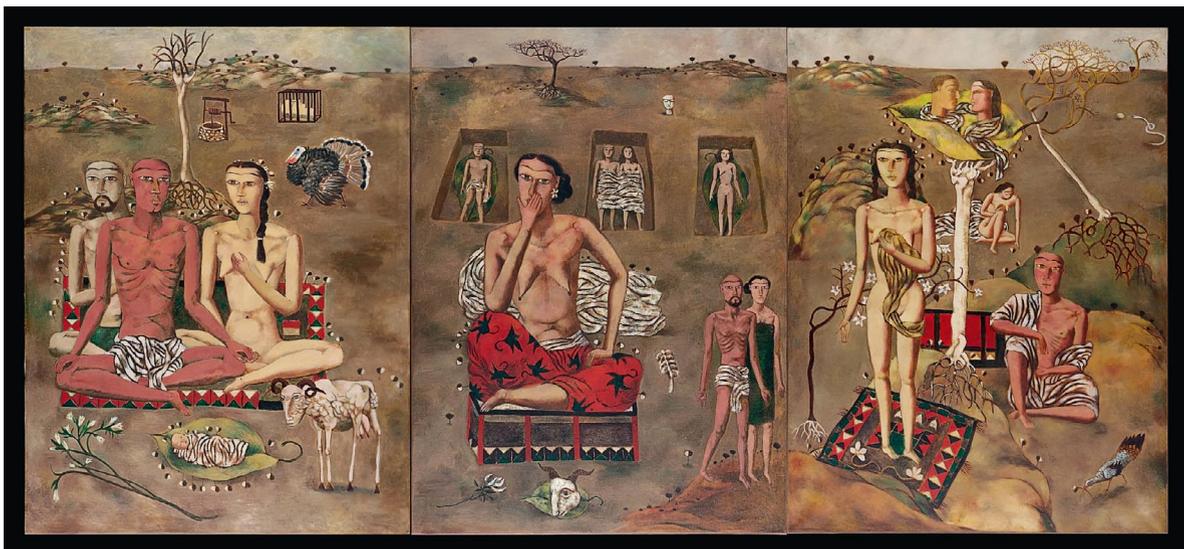
“绘画者” 张晓刚

文 / 曾焱

“你有时会焦虑自己在艺术史上的位置吗？”
“不是焦虑，但会在意。我想，每个艺术家可能都会在意他（她）在艺术史上的位置。”



张晓刚



张晓刚早期代表作品《生生息息之爱》(1988年,三联布面油画)

纽约

2013年初那个冬天,张晓刚在工作室做出了几件自己比较满意的头像试验品。在他看来,他做的也不算是雕塑,只是把绘画变成了他所想象的“立体作品”。

那是在京郊“一号地”的工作室,昆明“死党”狗庆之前老早就来帮他搭了这么个雕塑车间,让他有空就进去玩一玩。但从前他进去一点感觉都没有,“还是绘画者的思维”。

纽约佩斯画廊的老板阿里(Arne Glimcher)2013年正好来北京,看到那几个头像,问他为什么不用铜做出来,提出要在纽约为他做一个雕塑展。张晓刚却不想做成简单的雕塑,他并不喜欢那种可以复制的感觉。“我想,干脆我来尝试把绘画和雕塑结合在一起。”他决定应该用油画颜料破坏掉它,而不是让雕塑更完美。

阿里帮他在纽约租好了工作室和公寓。工作室就在切尔西第九大道22街,是从他们版画工厂里腾出的一间房,六七十平方米。公寓隔着大约七八条街。张晓刚每天步行去上班,在工作室从中午一点关到深夜一点。纽约那段时间大雪天气,在陌生的城市,孤独地工作,这种记忆令张晓刚很难忘。每天他走过那条幽暗的楼道进到工作室,没有助手,没有社交,吃盒饭。把生活放到最简单之后,他觉得自己一下子回到了一个纯粹艺术家的状态,就像30年前在昆明、重庆,20年前在成都,十几年前在北京。

2003到2010年,张晓刚记忆中那是他人生最浮夸的一段生活。2006年春,张晓刚的《血缘—大家庭:同志120号》在纽约苏富比拍出了97万美元,成为中国当代艺术第一个“百万纪录”。两年后,“大家庭”系列的《血缘:大家庭3号》和《血缘:大家庭2号》分别在两大拍卖巨头苏富比和佳士得的香港拍卖中创下4200万和2642万港元的成交纪录。因为成了“最贵的艺术家”,张晓刚的名字也就从艺术界进入了大众传媒的关注中心。刚开始他也很喜欢,因为觉得自己成功了,但很快就虚无不。每天叼着雪茄,拿着香槟,挥金如土,很多人对此沉迷不已,但张晓刚很快发现自己不习惯这种生活。当他和王广义、岳敏君、方力钧被台湾媒体称为“中国当代艺术F4”的时候,他觉得自己不再是个“正常”的画家。

到2007年张晓刚已经精疲力竭。他说:“你见过一个人跪在面前流眼泪说要买你的画吗?老外,真跪也真哭,进工作室就哭着说太喜欢你的东西,如何地想自己拥有一张挂在房间天天看。然后一转头,你就在拍卖场上看到低价卖给他的作品。”成都时期的老朋友、批评家吕澎回忆,那两年去晓刚工作室虽然不多,但每次见到他,都会听他在无奈地抱怨:“好烦。”

他那时已经等不及要找到一个屏障来把自己和市场隔离。2008年和佩斯画廊签约后,他好像很快就如愿了:没有人再来找他,也没有人再给他送好酒和贵重礼物。他总算分清谁是真正来和自己喝酒的朋友了。从前他每天都和“非常重要”的人一起吃饭,他

们负责邀请他去全世界，向他描述成功人士的蓝图：去哪里度假，吃什么喝什么玩什么，听起来就像童话故事一样。他每天感受最深刻的就是艺术圈里的这种成功学，而他已经应付不来，只想快点回到工作室。

2008年的第一个展览《修正》在纽约举行，题目现在看来就是他当时的心境写照，也可说是愿望：修正自己的方向。

生生不息

“我发现我好多代表作都是在小房间里画出来的。”张晓刚说。

1986年他刚从昆明借调到四川美院的时候，房间只有8平方米。他有一个“里面装满了秘密”的木箱子，是知青时代带回来的，那时就成了床以外的唯一家具。他在上面放块玻璃当桌子，也当画画的地方，所以那时画的画都很小，也不敢用画布，因为没地方放，而纸上作品画完了往哪里一塞就行，到后来连他自己都找不到。

两年后他很幸福地在学校分到一间房，不到15平方米，竟被他难以置信地隔成了“三室一厅”，还带个卫生间。所谓的卧室就是一张床，放沙发的位置算客厅，旁边十来平方米当画室，在那里他完成了“手记”系列里面的几件作品。

为了能画稍大一点的画，他只能到教室里边去。《黑色三部曲》就是在教室里画的，学生在前面上人体课，他在后面画，惹得学生都好奇地来围观。

参加圣保罗双年展和威尼斯双年展的作品，则是他在川美教室的20平方米的地方画出来的。后来他常跟人讲：谁说小空间不能画大画？

《生生不息之爱》画在成都一个10平方米房子里。这组画在张晓刚以《大家庭》成名之后也颇受艺术市场关注，围绕它发生的故事，就像是当代艺术那几年传奇的浓缩版本。

张晓刚在80年代因为创作条件的限制一直画纸上小画。1988年结婚后，他在成都走马街邮局宿舍安了家，有了间稍微大点的房子，就想着要画大点的布面油画，把那几年自己对“彼岸世界”的想象和描述全部浓缩在里面。先画了一组两联，觉得不过瘾，又加画了一张变成三联，就是后来那组充满波折的《生生不息》，画题是那个时期非常典型的寓言风格，关于男和女、生与死、现实和梦幻。

张晓刚参加了评论家吕澎策划的“88西南现代

艺术展”。展览结束后，好些作品都堆放在吕澎家客厅，包括《生生不息》和何多苓《马背上的圣婴》，他的生活起居因此变得十分不便。吕澎催着画家把作品取走，画家们则希望他能帮忙卖掉算了。张晓刚回忆，吕澎有个做生意的朋友有意愿出1000元一张买走《生生不息》。这么大的画就被3000块买走了？张晓刚当时已经有了卖画的经验，一般都是认识的国外熟人买，一张小纸上的油画能卖到60美元到100美元，够管两三个月生活。再看这组三联，张晓刚心想，怎么也得要1000美元一张。1000美元当时就是七八千人民币，别人都觉得他疯了。

张晓刚把画带回家，没隔多久就带去北京参加了“中国现代艺术”大展。在展场，有个美国人看上其中一张，问卖不卖，他说卖啊，1000美元。美国人当场掏出现金，把画拿走了。张晓刚想，原来这是真的啊。

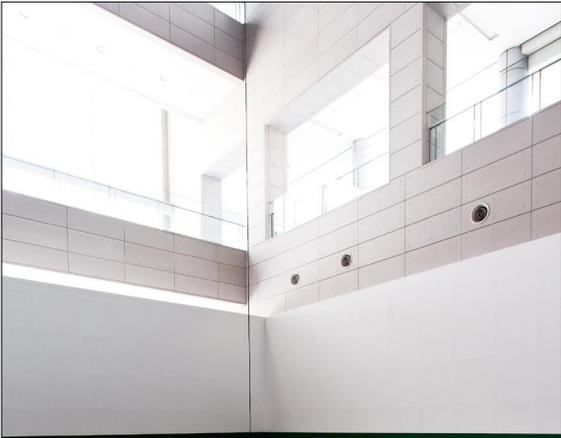
另外那两张，很快也被支持现代艺术展的商人宋伟买了。谈好总共1万块人民币，张晓刚负责把卖掉的那张也补画给他。张晓刚说，很奇怪补的那张交接后从此没了下落，他至今再没见到。这组画后来三张一起出现时，里面也都没有后补的那张。他被欠了一半画钱，每次到北京都得去追债，最后总共拿回7000块。他当时跟妻子说，剩下的钱算了，再也不来北京要了，太没尊严。

《生生不息》后来的周折，讲起来也是起起伏伏。宋伟因为身体出了问题，把自己藏画都送给了身边一位女性友人，那批画很齐全，里面还有王广义、张培力、毛旭辉等人的作品。2002年，那位女性友人在某个场合碰见张晓刚，告知那两张《生生不息》都在她处，但因为保管不当有损坏，问画家本人要不要买回去，开价约2万美元，差不多20万元人民币。张晓刚说“你开的太高了，我买不起”。又过了一段时间，法国犹太画商约翰·马克（John Mark）来找张晓刚了，拿了张照片请他过目，问是不是他的画。张晓刚认出是宋伟买走又送了人的那两张《生生不息》。马克告知，原主开价3万美元。马克又找到了美国人买走的那张，把一组三联收藏完整了。据张晓刚所知，后来马克以几十万美元转手给尤伦斯，赚了一大笔。等到2011年尤伦斯将《生生不息》送到拍卖场上，成交纪录已是7906万港币。

在诞生这些绘画的1981～1996年，张晓刚正热爱着和朋友们做古老的书信交流。他保留下来的那些书信，敏感、忧伤而深情，在他成名后，让他成了艺术圈有名的书信体作家。1988年5月23日，张晓



1



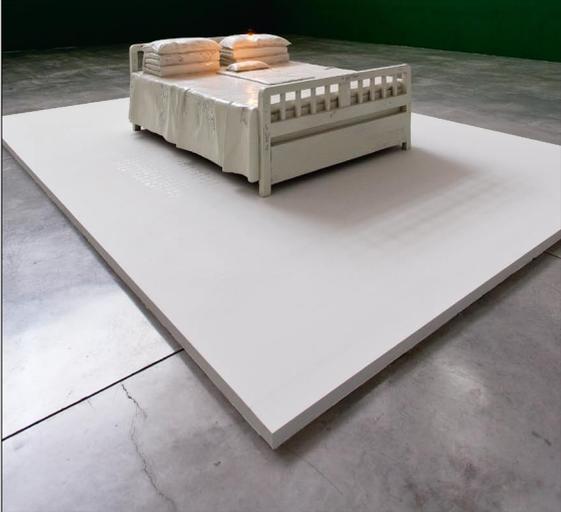
3



1~2. 2014 年，张晓刚在韩国大邱美术馆的个展现场

3. 2013 年，张晓刚在纽约佩斯画廊个展上的雕塑作品

4. 张晓刚在纽约创作时的工作室（摄于 2013 年）



2



4

刚致好友、画家毛旭辉的信中写道：“……你说得对，艺术家总是使别人成为了富翁，当他们赚了钱之后，又反过来‘赞助’艺术家。这就是我们的宿命，就这样我们还是要喊一声赞同的口号。因为我们坚信这一点，只要人还没变成机器，就会不自觉地询问艺术为何物？实际上艺术什么也不是，就是人自己。”

此时的张晓刚虽然还根本看不到《生生不息》未来的遭遇，但他和他的艺术家朋友们都感觉到，自己已经被推向市场最势利的挑拣之中。

工作室

1995年在成都，画家周春芽有天兴冲冲地给张晓刚打电话，说在玉林小区砂子堰东巷五号看到一个房子，可以买了做工作室。他去看了以后也很激动，一间房就有50多平方米，他判断在里面可以画两米大的画，还能退得很远地看。“我觉得这辈子都够了。连卫生间都有5平方米，真奢侈。现在想想那就是一个普通的公寓楼，但那时我已经觉得是终极。可是不过5年以后，就觉得那房子不够用了。”张晓刚说。

1999年，因为家庭变故，他带着2万块钱到北京来做艺术北漂，在望京花家地租了套两居画画，60平方米左右。

“北京好几种工作室的形式，我们几个都是创始人，我、陈文波、宋永红、马六明。最早就是在朝阳区的花家地，租普通公寓，把隔墙打掉后改造成工作室。我不愿意去通州区的宋庄那边，我跟他们几个说，守在城乡接合部，来人方便，没想到这还真有用，好多机会就这样来了。我想，我到北京来不是为了去农村待着，否则在西南任何地方都比这里好。如果每天关在屋子里，跟一帮熟悉的人吃熟悉的东西，那为什么要到北京来？”

“2002年，我们到费家村租库房改工作室，在北京也是第一回，把库房改成彩钢顶，再自加一个卫生间。到了费家村我咬咬牙，决心一定要很牛地来一次，结果租了300平方米。在那里我待了三年。”

他之后到酒厂艺术区又住了几年，吵得受不了，才搬到“一号地”。张晓刚说，他从费家村搬到酒厂也是这个原因，周围喧嚣得没办法画画了。有一次他在工作室画，总觉得身后有什么，回头一看是个陌生人兀自在拍照。他说：“你怎么进来的？”那人说：“你门没关啊，我就进来了啊。”他想，这地方再待下去就很无聊了。

他去酒厂租工作室的时候还没什么人，没过多久一看，两个画廊直接开在他门口。“其中一个程昕东，我跟他开玩笑，说你这样什么意思？画廊都开到我家门口了。”他们每次一开展览，张晓刚就进不了屋，到处是人，他得挤过人头攒动的门口才能进到工作室，然后那些人就指着他，快看，那谁谁谁。

换到“一号地”以后，张晓刚坚决要求独门独户，不与任何人在一起。“这些年我好像不断地在逃跑过程中，逃离那些热闹。但如果真要我和外界完全隔离，我会选择回昆明去。到现在还没有回去，还是因为离不开北京。80年代在昆明的时候人年轻，把世界看得极端，也刻意过极端的生活。那时候比现在骄傲，看不顺眼的来往，但也不会和人冲突。那时不爱说话，不会说话，也不太会笑。别人觉得这人不好玩，没什么幽默感，喜欢什么不喜欢什么，很直接。现在看有些年轻人也是这样，一个人坐在那里闷闷的，但其实内心在翻江倒海。昆明的时候我是单身，又有一间房，他们都愿意来，慢慢圈子就越来越大，不是我有多好客，是他们可以感觉我不存在。经常半夜都随时有人来，也不是来看我的，是看别人的，我就是提供一个提供场地的人而已。到川美教书以后就没有这种事了，所以他们都说我完全变了，变成了一个把门关起来的人。”

绘画和处境

“大家总是说八九十年代如何如何，其实80年代和90年代是两个概念。有些80年代艺术家进入90年代以后就不见了。现代艺术大展是个分界，有人消失了，有人出头了。我算是比较幸运的，慢慢地，还继续在往前走，走到了2000年后。”

张晓刚从工作台上的一堆书里翻找出一本关于“85新潮”艺术的画册，里面收录了徐冰、王广义、方力钧、夏小万、刘炜等人，也包括他自己，这些人现在仍然都是大众视线之中的重要艺术家。他指着其中一页，说：“你知道吗，这是当时最火的画家，在‘85新潮’时期比前面提到的所有那些名字都要火。”他表示完全不知道这个名字，张晓刚沉默片刻，叹了一口气：“太惨了，你已经不知道他的名字。当时是那么重要的一个人！”

“我现在愿意承认我是一个画家。我不算一个有才情的画家，但我算一个用绘画来表达自己的。”才情如何来描述和定义？他想想说，比如毛焰，还有刘小东、周春芽、刘炜。“有绘画的趣味。他们都对

这个把握得很好。”

怎么看待自己？张晓刚始终是清醒的。正因为清醒，所以他总有那么一点身处目光中心却随时想要逃离热闹的姿势。已故批评家黄专生前就在筹划出版《张晓刚：作品、文献与研究 1981～2014》，于是 2014 年初，张晓刚开始着手为这套书撰写自述。但他没有料想到，一向对文字表达有欲望的自己，将艺术人生叙述到 2000 年就写不下去了，没有感觉了。他诚实地说：“2000 年之后，我的个人生活不断变化，就像‘失忆’一样，我想躲在花家地拼命‘遗忘’过去的东西，但又忘不掉。反而这种‘记忆’变成像梦一样的东西不停出现，但是有时候‘记忆’离得太近反而抓不住……”为了完成自述的后半部分，他请助手搜集了这些年的采访、对谈、随手写下的文字和展览，将自己这 15 年的生活和艺术，像片段一样拼接起来。

有意思的是，他的两位老朋友也没能或者不愿再走进离得更近的“记忆”。2016 新年刚过，老友狗庆——大名聂荣庆出版了他那本《护城河的颜色：八十年代的昆明艺术家》，书里讲述张晓刚、叶永青、毛旭辉、潘德海等艺术家在那个时代的真实生活状态和艺术追求。另一位老朋友、批评家吕澎，也刚刚将张晓刚作为中国当代艺术 30 年的典型个案分析，完成了《血缘的历史：1996 年之前的张晓刚》。他们两位，一个将叙述终结在 80 年代的最后一个夏天；而另一位，也以 1996 年做了全书的结束——这是张晓刚彻底完成“大家庭”风格的时间。这一年，他们一家三口也用香港汉雅轩老板张颂仁预支的一幅《大家庭》画作的报酬，在成都玉林小区购买了那套包括工作室在内的新房子。

通过画老照片，张晓刚在“大家庭”系列中将主题从抽象的哲学问题转化为对历史问题的形象分析，也让自己在 1994 年以来对绘画的疑虑获得了解答。从那以后，他虽有对材料和方法的探索，却都没有阻碍他将自己视为一个坚定的“绘画者”。

“实际上艺术发展到今天，绘画无论是观念或是语言方式早已不属于所谓前卫艺术了，它的实验性意义早已被其他材质的各类艺术所取代，而退回到一种纯粹的个人迷恋之中。不愿接受这一点或者还试图将绘画作为某种工具而去充当前卫艺术，是否相当于用筷子吃牛排，既费劲又讨不了好呢？”

5 月 5 日，在微信朋友圈里，不少艺术圈的人都在转同一篇文章，比利时当代艺术家卢克·图伊曼斯（Luc Tuymans）谈论绘画在这个时代“令人窒息”的

处境。张晓刚在第二天也转发了，并附了上面这段读后感想。

作为一个“用绘画来表达自己的”，张晓刚不可能不经常思考绘画在当代艺术中的处境。1996 年他就对此说过，从样式和材料的革命性来看，绘画已经无所事事了。5 月 6 日发在朋友圈的小段文字，也保持了他一贯以来的感性和描述性——自上世纪 90 年代以来，这是有人喜欢他以及他的绘画的原因，也是有人批评他的理由。不在作品中标榜哲学思考或呈现社会批判的姿态，将绘画“退回到一种纯粹的个人迷恋之中”，对于一个已经被他者目光固着于“成功者”这种角色光环中的艺术家，这样说和这样做，都需要一种坦白。

张晓刚的工作室，之前“一号地”那个大厂房似的空间也好，今年刚搬好的位于某小区里的别墅也好，给人印象都令人惊异地有秩序。“我喜欢归类。”张晓刚说。他自称是个需要孤独的人，但最怕的也是这个，所以他不喜欢房间里太空旷，他要眼前有足够丰富的东西可供想象，但每件东西在哪儿他又必须很清楚。

他正在画一批头像，既像绘画，又像雕塑，想让它们完成后“像贡品一样装在盒子里”。另外的是几张“空间”，看起来与 2006 年《里和外》那个时期仍有相似的元素，通过环境来探讨一种艺术形态，或者是对历史、对人的一种印象。但里面的人、时间、物体都是无序的，错乱的。他描述自己想要画出来的这个空间实际上像是容器，记忆的，或者心理的。

2013 年他曾画了一件纸本油画《书囚》，少年的头忧伤地蛰伏在书页之中。这是对过去那个迷恋书本的自己的缅怀，还是对现在这个踟蹰于阅读的灵魂的描述？画家自己恐怕也难区别。

雕塑家隋建国有天给他打电话，说起最近在读哲学，但速度很慢，得一个字一个字地读。张晓刚心想，平时两个人很少通电话，老隋特意打过来，大概是想跟人聊聊读的书。但张晓刚自己近年却对读书兴趣寥落。他在自述中描述过的，那种 80 年代对西方现代主义著作的痴迷好像变得异常遥远了，那时他发工资的第一件事是买饭菜票，第二件事是到新华书店买一堆书，看到“现代”两个字就买回去。而这几年，“突然就不想读书了。2000 年以后也买书，但感觉不知道重点在哪了，读什么都提不起劲”。

除了少有读书，和前十几年相比，张晓刚说他最大的改变是不再想未来。生活在这个时代的中国，变化太多，所有的未来看起来都不堪一击。■

我不适合艺术圈的成功学

——专访张晓刚

文 / 曾焱



1993年，张晓刚于昆明毛旭辉画室中。那段时间，他的绘画正处在向“大家庭”系列转变的重要阶段

“想摆脱原来的东西”

三联生活周刊：1999年你从成都移居到北京，生活和艺术创作的状态发生了多大变化？

张晓刚：刚来北京头几年，住在花家地，认识了很多，每天都是混，美术、音乐、电影……各种各样的人，后来慢慢也没了来往。我们在成都那个圈子是一个很文艺的小团体，就几个画家和诗人而已，何多苓、翟永明、周春芽……跟社会其实是脱节的。来北京之后，就感觉进到了一个很大的名利场。

三联生活周刊：你是自觉地想做改变，还是无意地被推到了另一个方向？

张晓刚：我很自觉，我想摆脱原来的东西，所以

后来才有了画“失忆和记忆”的想法。我有意识地遗忘某些东西，觉得应该把四川的东西扔掉，融入新气场。我来的时候北京对艺术正开始变得包容、开放，之前还是很封闭的。等我再回成都，就发现差别越来越大。

2000年那时候人都很浮躁，对曾经很认可很相信的东西也遗忘了。大家都愿意谈现实的东西，怎么做展览、怎么出名、用什么方法去做。那会儿谈绘画本身谈得少，可能觉得要保密吧，大家都是竞争的关系。我们这代人经历了太多的东西之后，老被人摇来晃去，一会儿告诉你这是真的，一会儿告诉你那是真的，从小到大，永远在失忆和记忆中挣扎。

三联生活周刊：那时你对自己的艺术方向已经坚定了吗？

张晓刚：我1994年画出《大家庭》，到1999年几乎没停过，因为我画得慢，总是忙于画，来不及思考。每个展览都问你作品，我记得一年有十几个展，我也不懂选择，很多时候碍于情面。到了1998、1999年，我觉得老这么下去不行了，要枯竭了，就画了一些新的小稿，但还是没时间去实现。到北京本来是想离开《大家庭》画一种新的东西，但来了以后忙着适应新环境，心思不在画画，画画都是为了还人情和展览，这样混了两年。直到2003年，心慢慢静下来，有了“失忆与记忆”这个想法，把原来的小稿全用上了。从2004年开始，我把《大家庭》放到了一边。但《失忆与记忆》里很多符号还是延续的，只是增加了好多内容，比方说从2006年我开始画环境，《里和外》又把日常生活用品加进去，灯泡就出现在那个时期，药瓶是再后来一点。

三联生活周刊：2010到2014年，你尝试了装置和雕塑，在创作上打开了新的空间。

张晓刚：材料上看是这样。2009年我在北京个展第一次使用了绘画以外的材料和形式，金属、雕塑、装置，没有一件作品是过去传统的绘画，我想尝试不同的东西，把自己打开。2013年我开始在雕塑上画画，“绘画雕塑”，不按雕塑的规律来。雕塑有两个特点，一是可以复制，但我的作品是唯一的；另外是要有一个真实的立体，但我用绘画去破坏，所以搞雕塑的觉得我这个不是雕塑。

乔纳森(Jonathan Fineberg,美国著名艺术史家,其作为第一署名的《张晓刚：令人不安的记忆》2015年由Phaidon Press出版)很喜欢这个东西。2013年我在纽约做那批青铜油彩的时候，他在旁边看得很吃惊，说你怎么有这个想法的？我说就是想尝试一下。我问他有没有人这样做过，他说没有。他每隔两天到工作室来看一下，看我做到什么程度了，最后展览的时候他很喜欢，给我发微信，说要写一本书来做项目研究。我说好奇怪啊，我的“绘画雕塑”在美国特别受欢迎，在中国无人问津。

三联生活周刊：这个系列在国内展过吗？

张晓刚：北京没有，但在香港的博览会上展出，卖不掉，无人问津。他们只认绘画，《大家庭》，《失忆和记忆》也有人接受，但没有《大家庭》那么热烈。

“人和人的关系发生了一场质变，这是我最不情愿的”

三联生活周刊：你的画价（“大家庭”系列）突

然升高到连自己都不敢相信是哪一年？

张晓刚：2006年春天，97万美元，我之前的画最高价就是100万元人民币，大概12万美元。涨了10倍啊，就不懂为什么。虽然跟我没关系，但那是我的名字，而且跟别人的画价差距那么大，我没有办法判断这个事——我认为好的东西在市场上不一定受欢迎，我认为不怎么样的在市场上反而很火，所以对我的文化判断也是挑战，慢慢知道市场有它的一套规律，我们以为艺术的东西是另外一种。

三联生活周刊：那两年有明星的感觉吗？

张晓刚：没有，我不喜欢。我尽量回避社交场合。我也不看时尚杂志，没兴趣品牌活动，有的牌子很妖气，那种美学和方式我接受不了。但名气对我的心态有影响，不能说没影响。最大的好处是促使我去反省：我的价值在哪里，我该做什么样的艺术家。有时候这种反省也是被迫的：朋友本来都在一个锅里吃饭，分不出谁是谁，突然艺术市场起来然后把你们人为地做了分别，一下感觉身边人都变了，用文艺点的话说，你变得很孤独。

三联生活周刊：多年在一起画画的朋友，突然发生的巨大差距对你们的交往有多大影响？

张晓刚：很大改变。印象特别深的是2006年拍卖完之后我们就很少聚会了，有段时间没人约我吃饭。他们也有好心，觉得你肯定很忙，我也的确很忙，突然身边都成了做生意的人，原来的有些朋友也把你当成生意人，他也需要成功，你不能不帮忙。人和人的关系都变成项目的关系了，你就慢慢会想，哪个项目重要。人和人的关系发生了一场质变，这是我最不情愿的。

三联生活周刊：从什么时候感觉有所恢复？

张晓刚：市场不景气以后。2009年，又有人约我吃饭了。这几年市场的改变对人心理也是一种磨炼，中国人要过这一关，原来我们活得太单纯了，甚至到无知，经过这个之后你开始慢慢区别什么是艺术，什么是生意，慢慢就成熟起来。

“我一直想改变艺术和心理的关系”

三联生活周刊：有个心理学者说，从你的画里看到了很多心理学上的东西，诸如一个床上画三个孩子，分别是本我、他我和超我。

张晓刚：我同意他。三个小孩其实是一个人。不过我是本能的，并非刻意。我还画过四个小孩，画的



张晓刚作品：
左图：《父女2号》（2008年，布面油画，刘兰收藏）

右图：《失忆与记忆6号》（2002年，纸本油画）

时候想到了我们家四兄弟。其实这都是借口，绘画不是这么简单的东西，尤其对我来讲，我是在画一个自我想象的场景。

三联生活周刊：你的画不管有几个人，总给人一种孤独感。你童年是个很内向的孩子？

张晓刚：对，有关系。从小父母就是很忙，“文革”的时候两个人又被关在不同的地方，没人管我们，自然生长，很自由。我家里兄弟多，本来应该很热闹，但是可能性格原因，我从小在人群中就会有孤独感，这其实是贯穿一生的，在画童年的时候其实也是在画自己现在的心态。后来我画里的列车的符号也有种意象，跟心理学更接近，往往象征时间流逝。我用相反的方法去画：本来静态是车里，动态是车窗外，但我把车窗外画成静态，把车里变成动态。我不要表达物理空间，我要心理空间，这对我更有吸引力。我一直想改变艺术和心理的关系。

三联生活周刊：在你很多画里，包括《大家庭》《失忆与记忆》，都看得到一条若有若无的红线。我在南非参观远古岩画时也看到过这种细线，它被学者解读为一种精神和现实的连接。你画里的红线，对你意味着什么？

张晓刚：我最早使用红线就是想到连接的关系，仅此而已。可能源头是从墨西哥女画家弗里达那里来，她受过原始艺术的影响。而我是想把我体验到的中国现实中的各种复杂关系表达出来，它可能是血缘关系，也可能是别的什么关系，朋友、社会或者文化，我想

表现个体和社会之间这种复杂性。好多人问，你画这个是不是跟你家庭有关系？我说肯定有，但实际跟社会也有关系。我生活在重庆的时候，学校也很像个家庭，院长是大家长，一个系主任管着好多人，觉得自己了不起。那种家长意识特别强，关系特别复杂，盘根错节。我想把这种感受表达出来，即我们生活在“家庭关系”里面。后来我也画电线，其实想法是一样的，用电线把各种关系贯穿起来。我觉得中国人对相互关系的体验最深，不像西方人都很个体。

三联生活周刊：这种相互关系困扰你吗？

张晓刚：也困扰我，我也从中受益。这是中国人生活必不可少的方式。你想这个人，就会想到跟他相关的人，你想这件事，就会想到与此相关的事。中国人习惯这样去考虑问题，就事论事很难做到。

三联生活周刊：听起来你对抽象的精神世界诉求强烈，但表现在作品中又如此具象。当你画画的时候，你在画什么？

张晓刚：画一种感觉上的东西。我特别喜欢宗教，1998年去欧洲看得最多的就是宗教的东西，包括我喜欢的艺术家，也都是跟宗教相关的。我最早喜欢凡·高，不完全是被他的画打动，是被他狂热的有宗教信仰的精神打动。后来我喜欢格列柯（El Greco，16世纪西班牙画家），他是个宗教画家，但跟别的宗教画家不一样，他是神经质的、个人对某种神境追求到不正常的程度，这样一个画家我很喜欢。意大利的契里科（Giorgio de Chirico，形而上画派创始人）

我也很喜欢，他在20世纪初就用一个投影画出了世界的忧郁（《一条街的神秘和忧郁》），后来我觉得他自己也再没有超过那件的作品。他画投影和光线，把场景设定在古代，好像古希腊或古罗马，但同时又在现实中，太有魅力了。我觉得好多电影都受过他的影响。

我不是宗教学者，不是实践者，但对宗教有敬畏。有些词我很敏感，像行道者、修炼、信仰、信念，我后来发现自己写东西经常不自觉地用到这些词。我不具体地信教，没有归宿感。我太太去拜佛，我每次都在门口等着。但是我对佛教一直有很神秘的向往，我最感兴趣的是它用另外一种方式去理解时间和空间。佛教里有摩诃萨埵太子舍身饲虎的故事，现代人会问，人的生命重要还是老虎的生命重要？其实就不该这样问，因为理解世界的方式不一样。在国外有人说我的画有宗教感，说《大家庭》是在画“圣家族”，我觉得是有道理的。

三联生活周刊：乔纳森的书里披露了你很多私人书信。有没有觉得，写信其实是在把日常的东西神圣化？当年你写那么多信并认真保留下来，是有某种寄托在里面吧？

张晓刚：是，不光是寄托，甚至靠这个东西去挽救（自己）。很长时间我不习惯和人面对面交流，我觉得那太真实。写信的时候你可以听我说完，而且我是以另外一种方式表达情感。后来发现我的信谈具体事情很少，感受的东西比较多，因为这种感受在面对面的时候是说不出的。

三联生活周刊：如果对方没有保存呢？信就永远消失了。

张晓刚：没想过这些。估计我保存的信要比别人多，基本上每一封都留着，几大箱，跟着我搬了几次家，也遗失很多。现在跟着我的还有一箱没打开过，里面很多公函，我觉得很宝贵，有时间会整理出来。最遗憾的是我给母亲的那些书信没了。我妈生活中不怎么跟我说话，却喜欢给我写信，平均三天就有一封信，逼着我回信，哪怕很短，这样昆明和重庆写了差不多15年。她是国家干部，也曾是个文艺青年，我觉得我艺术的遗传基因是她那条线。我在给她那些信里说的所有事情都是编的，因为我妈有精神疾病，会臆想在现实中从未发生的事，比如说我在学校被人欺负了，东西被偷了，甚至具体到腿被打折了，眼睛流血了……她写信来问，我就要编故事报平安，然后她下封信又开始想新的故事。很可惜我的回信全被她烧

了，父母的习惯是不留东西，也可能搬家的缘故，总之没觉得这些信宝贵就都烧掉了。她的信我曾全部留着，后来实在太多，就精挑细选了其中一些保存，现在还有一箱子。这是母与子的，可以提供给心理学家去分析，是最原始的资料。我后来有个作品：写封信给妈妈，就是回忆曾经跟她写信的大部分内容。我妈2010年去世了。她后来曾很抱怨我，说你怎么不给我写信了呢？我说现在邮局都快没有了。

三联生活周刊：父母后来知道你的名气大到什么程度吗，比如你的画卖到天价？

张晓刚：2006年才知道。之前我不讲，他们也不问，我在父母眼里的身份就是个大学老师。2006年的时候他们突然问了一下，我就跟他们讲，我的画在纽约卖得很贵了，差不多100万美元，他们不相信。我哥跟我爸去讲，他听了也不吭声，不表态。过了几天我爸给我打电话，说你讲的事是真的，《参考消息》登了。从此他们就比较关心了。

三联生活周刊：他们看你的《大家庭》是什么感受？

张晓刚：没谈过，不交流。他们在昆明，我回家都是听他们说话，我不说什么。我的家庭很奇怪，如果是正常家庭，我的画可能会是另外一个样子。对我来讲画画就是治病。我小时候心理是有问题的，孤独自闭，跟人接触有语言障碍，动不动就哭，是家里重点保护对象。我母亲有病，所以全家人的重心都在她身上，小时候我们也不懂，就觉得妈妈是怎么了，因为她有时候发病还是很恐怖的。直到后来，我爸被关“牛棚”之前才告诉我们几个妈妈的病况。那时我才11岁（1969年），已经知道所有事情都要靠自己了，内心很惶恐，加上外面武斗正在打枪，我们把窗户用砖头堵死，家里也没电，天天点煤油灯，所以我后来回忆童年很长时间都是关在地下室的感觉。你看我的画里老出现一盏灯，那是80年代我宿舍里的一盏灯，可能也是一种心理需求的折射。我就喜欢画这些，灯、床、沙发、书信……为什么老画这些东西？我现在没法自己分析，在心理学上肯定能找到原因。

三联生活周刊：你的绘画可以说是一直待在个人的历史中。你未来的绘画会结束这个阶段吗？

张晓刚：我还有未来吗？如果我有未来我会好好对待。我觉得好像没有了，好像不重要了，我就生活在过去。我希望人一直奋斗到最后，终于找到了什么东西。■

郑京和：“自己的声音”

记者 周翔



郑京和

“在我生命的这个阶段，我当然变得更加自由，但是它没有变得更容易。生命中有许多东西是你必须学会放手的，不要恐惧。你要学会训练自己，你听到了什么，你想要传达什么，你的耳朵会不断地进步。”

只有距离很近的时候，才能看到郑京和手上的皱纹。68岁的她常常会让人意识不到她的年纪，手指依旧灵活，脸上的线条分明而硬朗，毫无半点松弛懈怠之感。当她穿着优雅的灰色长裙，疾步走上舞台的时候，她的身体就和手中的小提琴一样，绷紧了弦，准备奏响心中的音乐。拉到巴赫无伴奏小提琴曲的最后一首时，她脱掉了高跟鞋回到场上，赤足站在舞台中央，膝盖微微弯曲，身体前倾，完全沉浸在旋律的飞扬之中。你能感觉到那优雅的长裙后面是一个充满激情的灵魂，50多年时间在琴声里过去了，但她依然年轻。

郑京和1948年出生在韩国。因为母亲热爱音乐，所以家里的孩子都接受了良好的音乐教育，最后有四个人成了音乐家，包括后来和她一样蜚声国际乐坛的二姐郑明和、弟弟郑明勋。

1967年，在莱文垂特（Leventritt）小提琴比赛上，郑京和与同门祖克曼获得并列第一名，一举成名。1970年，她与安德烈·普列文执棒的伦敦交响乐团合作演出柴可夫斯基的小提琴协奏曲，轰动欧洲，为自己赢得了各种演出和唱片的邀约，成为西方古典音乐界的新星。她与祖克曼、帕尔曼一起，并称茱莉亚音乐学院名师伊万·葛拉米安（Ivan Galamian）门下的三大弟子。

因为左手无名指的意外受伤，郑京和曾在2005年告别舞台，回到母校茱莉亚音乐学院任教，直到2010年才开始逐步复出。2011年重返舞台后，郑京和说，她在享受音乐生涯的“最后一个阶段”，郑京和为此选择了一个巨大的挑战——尝试在一场演奏会中完整演绎巴赫的六部无伴奏小提琴曲。极少有小提琴家能够做到，更何况郑京和已经68岁了。她在20多岁的时候曾经录过其中的两部，因为不满意而停止了后续的录音。手伤之后的恢复，在她看来是上天的礼物，让她可以达成心愿，完成没有做完的事情。

三联生活周刊：你说过勃拉姆斯是你最喜欢的作曲家？

郑京和：那是在我40岁之后了。40岁的时候我录了三首勃拉姆斯的奏鸣曲，对他的生活和作品有了

更多的了解。大概 15 岁左右我就开始学习勃拉姆斯的奏鸣曲，我从 D 小调奏鸣曲开始练习，这是一件非常成熟的作品，对我来说也很难。因为勃拉姆斯和小提琴家约瑟夫·约阿希姆（Joseph Joachim）一起工作，所以他对小提琴非常了解。他非常热爱自然，他写交响乐是他在自然中漫步，听到了自然的声音，从中获得了旋律并把它写下来。他是一个古典主义的作曲家，虽然同时期的作曲家已经在写浪漫主义的作品，但他却致力于扩充古典主义的形式。所以当你听到他的《德意志安魂曲》时，感受到的是一种崇高、壮丽。我会不由自主地喜欢他的音乐。这次音乐会我演奏《D 大调小提琴协奏曲》，距离我第一次演奏已经过去了 53 年。但在这曲子里，我在不同的年龄能够发现不同的生命体验。这是一个作曲家的伟大之处，他的作品一直在持续地生长。

三联生活周刊：13 岁到美国后，葛拉米安是怎么指导你的？

郑京和：葛拉米安非常重视纪律和技巧，他很有教学的天赋。他花了很多时间管理他的暑期学校，因为美国的暑期很长，所以我有 8 个星期去暑期学校，在那儿我跟着葛拉米安以及约瑟夫·吉戈德（Josef Gingold）学习。吉戈德是一个非常传奇的音乐家，我有机会跟他学习室内乐，跟保罗·马卡诺维兹基（Paul Mekanowitzky）学习奏鸣曲，他是葛拉米安的第一个学生，后来回来任教。在那里我每天都努力练习。那是我接受的最好的训练，在青少年时期不用想着去和别人竞争、比赛，而是在一个美丽的环境中与自然相处，学习音乐。他们会在周三和周日带我们去给公众演奏我们刚刚学会的曲目，所以很快我们就能知道练习的反馈。

葛拉米安曾经跟我说，你应该成为一个更睿智、更有想法的音乐家，而不仅仅是练习小提琴。虽然你需要花很长的时间去学习跟你的乐器相处，但更重要的是你的脑子需要被各种想法装满，不只是音乐，还有绘画、文学，你得不断成长。

三联生活周刊：一般评价认为你的演奏中有男性演奏家的力量和强度，但是又有他们往往缺乏的细腻。在里面有一个感性和理性的问题，你觉得自己怎么达到二者之间的平衡？

郑京和：在我学琴的年代，很少有女性演奏家，所以我一开始希望演奏得像男性小提琴家一样有力。我追求大的声音，认为音乐的魅力就是大的声音，但是我演奏完之后经常精疲力竭，就像是完成一场运

动。但后来我慢慢意识到音乐的魔力恰恰在它柔软的本质，如何在舞台上传递它们，那是一个更大的挑战。众所周知，在艺术领域有两个方面，男性色彩和女性色彩，刚毅和柔和。女性不仅可以很温柔，也可以传达出男性的刚毅和力量，男性反过来也一样。有一段时间我通过训练让音乐有色彩、味道、停顿。我的声音开始变化了，一开始它是高亢明亮的，但是后来它变得温暖和深沉。这是发展的不同阶段，它包含了我听到的、我希望从自己那里听到的，我希望可以保持的所有方面。这是一种训练，是你要不断努力去达到的目标，这是音乐让人兴奋的方面。

公众听到音乐只是一方面，你也可以传达你想传达的东西，所以我有完全属于自己的自由。在我生命的这个阶段，我当然变得更加自由，但是它没有变得更容易。生命中有许多东西是你必须学会放手的，不要恐惧。你要学会训练自己，你听到了什么，你想要传达什么，你的耳朵会不断地进步。这不可能在一朝一夕之间达到，需要经年累月的时间。你发现了一种颜色，一种味道……一点一点地，它们会形成一种印象。

三联生活周刊：演出或者录音前你会紧张吗？

郑京和：这要取决于人们怎么看待紧张。如果你有了充分的准备，但是在心理上紧张，那你就去舞台上准备。但是如果你没有准备好，脑子就会开始神游，然后就害怕了。这是一种折磨，是非常非常困难的状况。当我演奏的时候，我不紧张；让我紧张的是突如其来的一些干扰，某人咳嗽了，或者突然的噪音，把我带出了音乐的语境。

演奏音乐是一场旅行，紧张是因为你不安，或者像我这次演奏巴赫的全本无伴奏小提琴曲一样，对任何人而言都是太大的挑战。但这是我的梦想，过去的 6 个月，我不想别的，只想巴赫的这部作品。而且我还要演奏勃拉姆斯的奏鸣曲。勃拉姆斯的作品充满力量，你需要很大的声响，但是巴赫的作品有另一种不同的本质，我只能运用不同的弓的技巧。有这么多需要去集中精力完成的事情，我没有时间去紧张、不安。而且可以在舞台上创造音乐，我非常兴奋。

三联生活周刊：据说以前你经常在演出前半个小时还在排练，现在还是这样吗？

郑京和：我现在不这样了，没法再这样。如果我在演出前半小时还在排练，正式演出的时候我就没有力量了。我会在脑海里排练它们。我以前之所以在演出前半小时还在排练，是因为我觉得乐曲永远是吸引我的，即便是演出前半小时我也能够发现一些新的东

西。我的确非常辛苦地排练，不仅仅是在身体的意义上，也在精神的意义上。

三联生活周刊：在巅峰时期，你曾经一年演出达到100多场，这样密集的演出，你怎么来调整自己的状态？许多演奏家随着年龄增长会面临体力问题，你似乎却能克服这些困难，依靠的是什么？

郑京和：我没有选择。小提琴和我之间有一种牢不可破的关联，当我到了55岁，没过多久我的手指就受伤了，只能退休。而现在重新回到舞台，我觉得这是我的命运。热情没有失去，消失的只是体力。在我妈妈那个年代，当你到了60岁，你就是老女人，你应该退休了。但是现在没人这么说。我在30多岁时结婚了，我把演出减少到80场、40场，但是我没有离开过录音棚。巴赫的无伴奏小提琴曲，我第一次录的时候是50年前了，没有录完，现在我受伤的手指恢复了，我想实现这个梦想。

如何保持我的激情？我想说，当有这么美妙的音乐，当我与这奇妙的、带着无限色彩的乐器紧密相连的时候，怎么能丢掉激情？对我来说很有挑战的是，每个演出的地方都有它不同于别处的“魔力”。所以我教导我的学生，当你去了一个地方演奏，你要用心听，什么样的声音围绕着你？在这个空间里怎么去传达？这需要训练，你需要保持你的兴趣，这样才能够保持激情和力量。恰恰是这种挑战让你想要去生活。不管你准备得多么充分，对于一个表演者而言，最棒的就是走上舞台，面对听众。这一刻是相当激动的，因为一切发生在当下，不可复制。它会成为一段历史……所以，我们拭目以待。

三联生活周刊：你可以说是第一个在西方古典音乐领域享有国际声誉的亚洲女性小提琴家，你也说过很高兴可以看到亚洲音乐家去拓宽西方古典音乐的广度。能否讲讲你所体会到的文化的多重性？

郑京和：我第一次去欧洲是1967年，我去了很多博物馆。在学校的时候我不喜欢历史，但是在实际的旅途中去感受他们的历史文化是一件非常美妙的事情。在这种氛围中，你呼吸、沉浸在整体的文化里，艺术的体验就会非常强烈。

对我来说，离开祖国，在纽约生活是非常痛苦的，我之所以能够坚持下来是因为我有两个姐姐也在那里，有我家人的支持。但是当我作为一个年轻女性独自巡回演出的时候，占主导的都是男性。怎样在他们中生存？我跟自己说：你需要变得非常强大。我从来不让别人看到自己的弱点，我只是关起门来哭，然

后再重新换上截然不同的面孔走出去。

三联生活周刊：什么样的情况你会哭得那么厉害？很多人看过关于大提琴家杜普蕾的电影《她比烟花寂寞》(Hilary And Jackie)，当她独自旅行的时候，她几乎得了抑郁症。你是怎么让自己一直保持在积极的状态中的？

郑京和：有很大一部分影响来自我的母亲。在我看来她是最积极乐观的人，没有什么可以打败她。生命太珍贵了，在生命中你需要克服各种困难，但她的信念是把这一切看作神的旨意。她相信当有糟糕的事情发生的时候，好的事情也会随之到来。我在美国有段时间跟母亲住在一起，她曾经开过一家餐馆，有一天早上餐馆发生了火灾，所有的东西都被烧没了。她跟别人说，别担心，三个月后我会重新把餐馆开起来的。我想换作大多数人，都要哭诉自己的坏运气，但是她只是说别担心。这让其他人印象深刻，都愿意借钱给她，所以三个月后，她真的把餐馆重新开起来了。这是一种积极的力量。所以当我哭泣的时候，我总是得到来自家庭的支持，他们给我提供了最好的保护。这么多的爱和关心，我觉得非常幸运。

当我跟随葛拉米安学习的时候，他教会我的座右铭是要耐心。他曾经跟我说，当你觉得一切都很糟糕的时候，那是你练琴的最好时机，因为你会努力让一切好起来；但当一切看来都非常顺利，你处在一种非常好的精神状态里，你就没有提高了。这是休息的时候，你享受你的音乐就好，但是别忘了，之后去提高它。

现在，我经历了失去父母、失去最亲近的大姐、失去老师，经历了生命中的每个阶段，我相信这些困难是神的意志，是我的命运。爱有许多种形式，在我身上，它是我对小提琴这个乐器不可磨灭的热情，它伴随着长久的痛苦。爱就是痛苦，就是要耐心。就像葛拉米安总是跟我说，耐心一点，耐心一点，该来的总会到来。

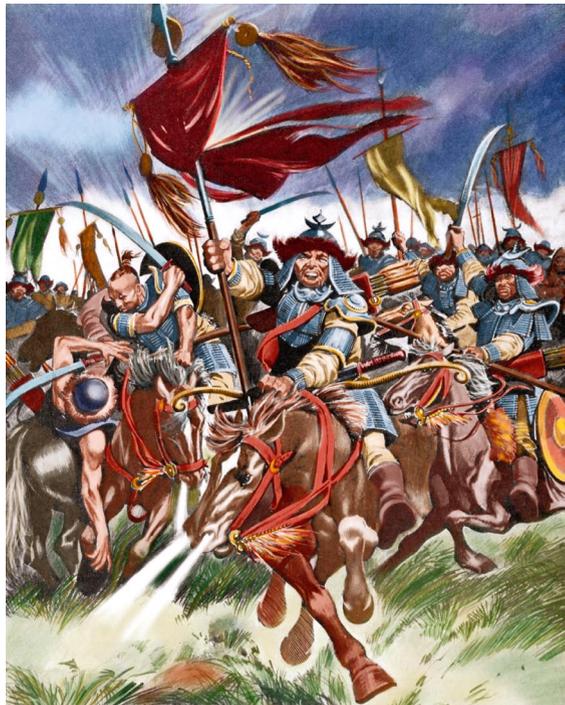
我现在比我生命中的任何时候都积极，有许多东西我已经不再需要，我放空自己。我现在有时候会遇到一些年轻人说，要放空你自己。不！生命中有的阶段你需要充实自己，然后才有阶段你懂得放手。你的选择会变得越来越清晰。我不会对我的孩子说你必须做什么，不做什么，尽管我知道有一些事情他们不应该做，但是他们必须去经历痛苦，然后才知道它是怎样的，它需要付出什么。■

(感谢王菲宇、马婷对采访的帮助)





布达佩斯砾石村的村民身着传统服装参加复活节庆祝活动



匈奴酋长阿提拉

匈牙利故事

主笔 / 袁越

匈牙利是蛮族入侵的终点站，在东欧历史发展的各个阶段都起到了至关重要的作用，了解匈牙利可以帮助我们更好地理解东欧。

东欧小巴黎

东欧，大概是很多 40 岁以上的中国人最早知道的“外国”。我们这一代人通过《瓦尔特保卫萨拉热窝》《第八个是铜像》《橡树十万火急》《多瑙河之波》和《沸腾的生活》等东欧老电影知道了罗马尼亚、南斯拉夫、阿尔巴尼亚、保加利亚、波兰和匈牙利，知道在这些东欧国家里有我们的同志，我们都是苏联老大哥手下



的小兄弟。这其中，匈牙利虽然只出过一部不那么有名的《牧鹅少年马季》，但却给我留下了很深的印象，因为我小时候听评书，得知当年的匈奴人被中国军队打败后逃到了欧洲，建立了匈牙利，所以匈牙利人都是匈奴的后代。虽然我后来知道这个说法是不对的，但还是对这个国家产生了很大的兴趣，今年3月终于得到机会，去匈牙利走了一趟。

匈牙利首都布达佩斯号称“东欧小巴黎”，市中心全都是那种老式的石头房子，大街上经常看到有轨电车叮叮当地驶过，很多条马路至今仍然是石子路，饭馆也像巴黎那样把餐桌摆到了大街上。如果你是直接从中国飞到这里的话，肯定会被这座城市浓浓的欧范儿唬住。但我从巴黎飞过去的，还是能很容易地感觉到双方的差异。巴黎有的东西布达佩斯大部分都有，但后者的质量稍差一些，不少楼房显然很久都没有翻修过了，街上跑的汽车也稍逊一筹。布达佩斯的街道比巴黎的脏，地上烟头尤其多。后来我注意到，

布达佩斯抽烟的人实在是太多了，匈牙利人的健康观念似乎还停留在上个世纪，和大部分西欧国家形成了鲜明的对比。

巴黎有个塞纳河穿城而过，布达佩斯则被多瑙河一分为二。这条横贯整个东欧的著名河流在布达佩斯附近突然变窄，使得驾船渡河变得十分容易，所以早在古罗马时期这里便成为罗马帝国在东欧地区的重要都城。布达佩斯（Budapest）原本是两座城市，多瑙河西侧是多山的布达（Buda），皇宫就建在山顶；多瑙河东侧是平坦的佩斯（Pest），曾经是务农的好地方，现在则密密麻麻盖满了房子。两座城市直到1873年才正式合并，多山的布达成为富人的别墅区，平坦的佩斯则被开发成了商业区，普通老百姓大都住在这里。

布达佩斯白天的景色可能比不上巴黎那么精致，但夜景却比巴黎漂亮多了。我到布达佩斯的第一天晚上就被朋友拉到了山顶的皇宫，从这里可以俯瞰整座



左图：布达王宫位于匈牙利首都布达佩斯布达城南端

右图：布达佩斯石村的复活节游行活动

城市。多瑙河上穿梭的游轮，富丽堂皇的国会大厦，以及连接布达和佩斯的几座桥梁都被灯光点缀得如梦似幻，宛若仙境。3月份的布达佩斯非常寒冷，夜晚游客稀少，我几乎独享了整个皇宫，这种感觉在平坦而又喧闹的巴黎是不会有的。

布达佩斯不但景色可以和巴黎媲美，而且物价也比巴黎便宜。匈牙利虽然早在2004年就加入了欧盟，但至今仍然使用老的货币福林，换算下来大部分商品的价格都要比巴黎便宜三分之一左右，匈牙利国产的商品和服务（比如住宿和交通）更是比巴黎便宜一半以上，这就是为什么匈牙利人的平均月工资虽然不到600欧元，但日子却还过得去的原因。因为这个缘故，匈牙利成为不少中国人的移民目标。我的一个朋友就花了30万欧元买了匈牙利国债，凭此移民到了匈牙利，来了没多久又花了相当于人民币60万元的价格在佩斯买了一间三居室的公寓。这是那种典型的欧式临街老房子，外墙面装饰繁复，古色古香，内部装修有些

陈旧，但水电、煤气等各种现代化设施一应俱全。虽然标明的使用面积只有90平方米，但因为顶高超过了3.5米，所以感觉比国内的150平方米豪宅还要宽敞。为了体验一下普通匈牙利人的生活，我在这间房子里借住了一个晚上，早上起来拉开窗帘，眼前的景象简直就是波兰斯基拍的那部获得奥斯卡提名的电影《钢琴家》的外景地。

那部电影讲的是一位犹太裔东欧钢琴家在“二战”时的经历。东欧是地球上相当独特的一块地方，它看上去像西欧，在外人眼里也属于经济发达的文明地区，但却多灾多难，历尽坎坷。人类历史上仅有的两次世界大战都发源于此，人类历史上最惨烈的种族大清洗也发生在这块地方。布达佩斯的那几个著名景点，包括皇宫、国会大厦和多瑙河上的数座桥梁全都毁于“二战”，我们现在看到的都是后来重修的。我借住的这幢公寓楼原本是犹太人聚居区，原来的房主大都在“二战”时死于纳粹集中营，“二战”结束后房子被政府



斯洛伐克首都布拉迪斯拉发。图中尖顶建筑是圣马丁大教堂，曾经是历代匈牙利国王加冕的地方

没收，修复了之后分配给了匈牙利“劳动人民”居住。虽然听上去似乎不太合适，但也可算是无奈之举，因为大多数匈牙利犹太人都被杀死或者赶跑了，找不到亲属能够合法地继承这些房产。

距离这幢楼房不远的地方有个恐怖博物馆，里面除了展示匈牙利人在两次世界大战中遭遇的苦难外，还把“二战”结束后到1989年这段时间作为一个独立的单元展出。这样算下来，匈牙利人民在整个20

世纪几乎都生活在恐怖之中，或者更准确地说，整个东欧都是如此。

为什么会出现这种情况？东欧为什么既是全世界的火药桶，又是超级大国的出气筒呢？

匈牙利也许不是最典型的东欧国家，但它在地理上位于东欧的中心，在东欧集团的形成过程中扮演了至关重要的角色，完全可以用来作为东欧的样本加以研究。



走进鴉石村

匈牙利的故事必须从匈牙利人开始讲起，而匈牙利人的故事可以从鴉石村（Hollóko）开始讲述。

鴉石村位于布达佩斯东北方大约90公里远的一个山谷之中，是迄今唯一保存完好的匈牙利古代村落。联合国教科文组织早在1987年就将其列入了世界文化遗产名录，是匈牙利唯一入选该名录的古村落。布达佩斯长途汽车站每天有一班汽车直达鴉石村，全程

需要两个小时。第一个小时车窗外只有一眼望不到边的农田，平整得好像被人用压土机压过一遍似的。原来这就是大名鼎鼎的匈牙利平原，也是当年东方游牧民族西征之路的终点站。这条路对于人类文明进程的影响太大了，其意义一点也不亚于丝绸之路。

大部分历史学家倾向于把古希腊文明、罗马文明、印度文明和中华文明并称为人类古典时期的四大文明，但自公元3世纪开始，来自中亚草原的游牧部落因为人口膨胀的缘故不得不向周边地区扩张，欧亚大陆开始了长达三个多世纪的部落混战，四大文明均遭受了不同程度的冲击。这场混战在中国导致了汉王朝的解体，中国被分成了魏、蜀、吴三国，之后又分分合合了很多次，史称“乱世”。但因为长城的阻挡，再加上当时中原地区的人口密度非常大，文明程度也很高，南下的北方游牧民族最终被中华文明同化了。印度的情况和我们类似，尤其是南部印度也没有遭到太大的破坏，印度古典文明得以一直延续至今。

古希腊—罗马文明的命运很不相同。因为缺乏天险，以及科技发展水平相对低下等原因，来自东方和北方的游牧部落纷纷涌入欧洲，不断蚕食原本属于罗马帝国的疆土，他们当中包括日耳曼人、斯拉夫人、波斯人、维京人和阿拉伯人等许多文明程度不及罗马帝国的游牧部落，欧洲历史学家把这一过程称为“蛮族入侵”。其中有一个来自蒙古草原的匈奴部落沿着中亚草原走廊一路向西迁徙，并于公元372年渡过伏尔加河，进入了欧洲地界。这群匈奴人精于骑射，骁勇善战，轻松地击败了沿途遇到的东哥特人和日耳曼人，一直打到了匈牙利平原。这里地势平坦，水源充足，土地肥沃，物产丰富，好似一个升级版的蒙古草原。于是这群匈奴人便停下了迁徙的脚步，放弃了游牧生活，在欧洲的中心地带建立了一个庞大的匈奴帝国。

换句话说，今天的匈牙利所在的这块地方正是当年游牧部落西征之路的最西端，也是各路蛮族入侵欧洲的终点站。匈奴人是这些蛮族当中最厉害的一支，所以有一种说法认为，匈牙利这个名字来源于匈奴。

虽然找到了自己的家园，但这群匈奴人并没有闲着，而是以匈牙利平原为根据地，不断地四处出击骚扰邻国，抢夺财物和奴隶。公元452年，著名的匈奴酋长阿提拉（Attila）率领一支匈奴军队一直打到了罗马城外，但没有攻城。一年后，这位让欧洲人闻风丧胆的匈奴首领神秘地死在了婚床上，身边躺着的是新婚的日耳曼公主。阿提拉暴死之后，匈奴内部爆发了争夺王位的内战，这个庞大的帝国迅速土崩瓦解，

几乎在一夜之间就从欧洲的地图上消失了。

匈奴帝国解体后，整个中欧地区出现了权力真空，被各种不同的蛮族部落轮番占领，包括同属日耳曼民族的凯尔特、斯拉夫、哥特、高卢、盎格鲁和撒克逊等部落。公元895年，另一支来自东方的游牧部落沿着那条蛮族入侵之路到达了匈牙利平原，他们自称马扎尔人（Magyars），原本是住在西伯利亚森林中的一个原始部落。他们的语言属于芬兰—乌戈尔语系，和匈奴人的语言完全不同，但他们和匈奴人一样骁勇善战，打败了欧洲大陆上的其他部落，占领了匈牙利平原这块风水宝地。

马扎尔人就是今天匈牙利人的直系祖先，鹅石村就是其中一个名叫帕洛克（Paloc）的马扎尔部落所在的村子。我这趟旅行的后半程一直在盘山，原来我们已经进入了喀尔巴阡山脉的地界。鹅石村就坐落在两座高山之间的一个隐秘的峡谷之中，仰仗天险逃过了无数次劫难，这才得以保持了马扎尔村落最初的样子。

我原以为这个定位和丽江有些类似的古镇一定会像丽江古城一样热闹，可一下车我就知道我错了。村子里一个人都没有，静悄悄地像个鬼城。好不容易找到一家酒吧还在营业，屋里坐着的几个酒鬼一句英文都不会说。幸亏女招待会说两句英语，知道我是来玩的，便打电话叫来一个开客店的朋友租了一间客房给我，我这才没有露宿荒野。

放下行李我出门转了转，发现这真是一个名副其实的小村庄。村里只有两条街，加起来一共六十几幢房子，建筑风格都差不多，一律是人字形屋顶加白色外墙，墙上开一个木制的小窗户对着街道。这些房子原本全都是用木头造的，历史上曾经被火烧过很多次，每次烧完后都原样重建，最近的一次重建发生在1909年，建筑材料改成了砖瓦，这才终于杜绝了火灾。

两条街道的交叉口处有一座木制教堂，看上去非常古老，教堂屋顶上有一个双十字架，据说凡是有这种十字架的基督教堂地位都很高，说明鹅石村曾经是当地的政治和文化中心。村里大多数房屋都有一个半地下的储藏室，我原以为这是粮仓，但房东说这是存放葡萄酒的地方，看来马扎尔人自从皈依了基督教之后很快就喜欢上了基督教特有的葡萄酒。从储藏室的那个小门来看，早年的马扎尔人身材并不高，甚至可以说相当矮小，和今天的匈牙利人差别很大。

最早来到匈牙利平原的那批马扎尔人是由10

个部落联合而成的利益共同体，他们自称乌奴格尔（Onogur，意为“十部落”），和匈牙利（Hungary）有些像，因此有一部分历史学家相信匈牙利这个词来自乌奴格尔，和匈奴无关。不管真相如何，马扎尔人和他们的匈奴前辈一样贪得无厌，一旦安定下来后便不断地四处出击，打家劫舍，最远甚至攻到过西班牙和意大利境内。盎格鲁部落和撒克逊部落干脆被马扎尔人驱离了欧洲大陆，只能跑到英格兰岛暂时栖身，这些人就是现代英国人的祖先。

至此，匈牙利历史的第一阶段总算告一段落。马扎尔人，也就是今天的匈牙利人终于登上了历史舞台。这一阶段的匈牙利历史充满了你死我活的部落战争，这是当时全世界共有的现象，因为那时的人类社会尚处于原始阶段，生产力低下，大部分人仅能维持基本的温饱。当一个社会生产效率的提高赶不上人口速度的增加时，他们能想到的唯一办法就是集体出动，用武力攻击周边那些生产效率更低的民族，把对方的财产据为己有，强迫对方成为自己的奴隶。那时的人类社会绝不是小说家们想象出来的美好天堂，而是充满了血腥杀戮的人间地狱，不同部落的人们根据血缘关系的不同组成了一个孤岛，彼此间充满敌意。一个东亚人在那个时代是不可能像我今天所做的这样单枪匹马走进鹅石村的，因为在那个年代，所有的异族人都是仇敌，都会被毫无理由地杀死。

那个年代还有一个特点，那就是战争的胜败和文明程度的高低没有必然联系，这就是为什么文明程度较低但却善于骑射的北方蛮族会在南下的道路上一路高奏凯歌的原因。这一点在缺乏天险保护的欧洲尤为明显，欧洲古典文明被入侵的蛮族破坏得相当彻底，近代欧洲几乎是在一片废墟上发展起来的，其结果就是欧洲被分割成了许多小的国家，每个国家都有自己独特的历史、语言和风俗习惯，没有一个民族能够一家独大，东欧尤其如此。东欧民族原本都是外来蛮族，彼此间有很长的斗争历史，不同部落之间的歧视和仇恨在连年不断的冲突中越积越深，最终在两次世界大战中爆发出来。

但是，分裂的欧洲使得欧洲人民没有亚洲人民那么沉重的传统包袱，接收新鲜事物的愿望和能力都要比后者高出很多，其结果就是欧洲率先开始了启蒙运动，并迅速超越了那些古老的东方大帝国。尤其是西欧，得益于大航海时代获得了巨额财富，发展得尤为迅速，不但文明程度上去了，战斗能力也随之提升，这就是为什么部落战争虽然哪里都有，但只有欧洲部

落之间的战争才有能力演变成世界大战。

欧洲人虽然在文化和语言上相当分裂，但在宗教问题上获得了统一。公元955年，马扎尔人在今天的德国巴伐利亚州被日耳曼国王奥托一世击败，被迫臣服于神圣罗马帝国，并于公元1000年皈依了基督教。从此匈牙利人便从文化到精神全盘西化，逐渐成为一个地地道道的欧洲国家。

不过，匈牙利人的饮食习惯依然保持了不少东方特色。我到的那天没有游客，所有的餐馆都关门了，房东从自家厨房里给我端过来一盘像香肠的东西当晚饭，我一吃才知道那不是香肠，而是用腌制的酸白菜叶子当皮，里面包着土豆泥和牛肉末做成的馅，虽然味道一般，但绝对价廉物美，干重活的农民一定喜欢。后来我又吃到了正宗的匈牙利牛肉汤“古拉什”（Goulash），就是用牛肉块和胡萝卜、土豆等蔬菜一起炖出来的肉汤，貌似加了味精和辣椒面，味道和中国的汤有些相似。匈牙利人也和中国人一样爱吃辣椒，匈牙利餐馆都会为食客准备红辣椒粉，辣度相当给力。

因为地理位置的缘故，加入基督教阵营的匈牙利一直是欧洲抵抗外族入侵的桥头堡。先是13世纪中叶蒙古大军入侵欧洲，蒙古铁骑从中亚草原一路碾压至匈牙利平原，杀死了将近一半的匈牙利人。鴉石村因为地理位置好，易守难攻，侥幸躲过一劫。鴉石村后面有座小山，山上至今还保留着一座为了抵御蒙古大军而修建的城堡，外表虽然破旧，但内部据说保存得还不错。可惜因为游客稀少，我在那天一直没有开门，无缘一窥究竟。

虽然蒙古人并没有在欧洲停留太久，但匈牙利人也没有过上几天太平日子。16世纪初期，奥斯曼帝国的军队攻占了匈牙利平原，鴉石村也落入了突厥人的手中。匈牙利国王逃到了多瑙河的北岸，在那里建立了新的都城，我的下一个目的地就是匈牙利王室的新都城——斯洛伐克首都布拉迪斯拉发。

奥匈帝国两日游

欧洲不愧是火车的发源地，绝大多数欧洲国家首都之间都有直达列车服务，班次也相当频繁。从布拉迪斯拉发到布拉迪斯拉发之间的特快列车每两小时发一班，非常方便。不过我乘坐的那趟列车上座率极差，我所在的车厢里算上我只有三个人。后来我又坐过好几次火车，除了从维也纳到布拉格的那趟列车基本满座之外，其余往返于东欧城市之间的火车上座率都不

到10%，看来东欧经济相当不景气。

当然还有一个可能的原因就是人口密度太低。匈牙利和斯洛伐克给我留下的最大印象就是地广人稀，大城市里还能看到人群，小镇子里经常只有寥寥数人在大街上走，问路都找不到对象。城市之外的乡村更是几乎看不到任何人，甚至像鴉石村这样的名胜古迹也只有逢年过节或者盛夏的那几个月才能有些游客，其余时间门可罗雀。

从布拉迪斯拉发到布拉迪斯拉发的铁路线基本上沿着多瑙河走的，3月底正值初春，河边的柳树刚刚发芽，草也没有长起来，远不是多瑙河最美的时候，只有当河边出现古堡的时候才能引起火车乘客们的兴趣。欧洲遍布古堡，很多人来欧洲旅游就是为了看古堡的。其实这些古堡原来的主人都是地主或者贵族，古堡越是修得富丽堂皇，说明当地的贫富差距就越悬殊，农奴的生活也就越悲惨。

东欧实行过很长时间的农奴制度，失去土地的农民被迫给农场主当长工，往往一辈子都翻不了身。1514年，匈牙利爆发了一场声势浩大的农奴暴动，最终被农奴主调来的军队残酷镇压，7万名参与暴动的农奴死于酷刑。这场暴动削弱了匈牙利帝国的实力，12年之后在一场关键战役中被来犯的奥斯曼帝国击败。1541年，布达皇宫也被奥斯曼军队攻陷，匈牙利王室被迫逃往北方，搬到了现在的布拉迪斯拉发。这块地方的居民主要是斯洛伐克人，但很早就被匈牙利帝国征服，成为匈牙利王室的臣民。

如今这两个国家都加入了欧盟，同属申根国家，两国的风俗习惯和经济发展水平相差无几，几乎没有区别，我乘坐的火车不知不觉就跨越了国境，沿着当年匈牙利王室的逃亡路线一路开到了布拉迪斯拉发。这座城市位于多瑙河畔，和布拉迪斯拉发一样一边是山一边是平原。有山的一侧是老城，保留了不少欧式老建筑，不过和布拉迪斯拉发相比就要逊色很多了。山顶同样有一座老皇宫，这是当年流亡至此的匈牙利王室的所在地。这座皇宫后来毁于战火，现在大家看到的

欧洲遍布古堡，很多人来欧洲旅游就是为了看古堡的。其实这些古堡原来的主人都是地主或者贵族，古堡越是修得富丽堂皇，说明当地的贫富差距就越悬殊，农奴的生活也就越悲惨。

是上世纪 50 年代重建的，建筑风格比布达佩斯的皇宫要简朴得多。

站在皇宫可以看到当年的那个圣马丁教堂，匈牙利帝国的统治者一直在这里举行加冕仪式，直到 1830 年才回到布达，虽然布达早已在 1686 年就被基督教十字军收复了，由此可见匈牙利和斯洛伐克这两个国家有着非常深厚的历史渊源。后来两者都被纳入了社会主义大家庭，又几乎在同一时间脱离出来，历史发展几乎同步。如今的斯洛伐克已经采用了欧元，在欧化的道路上比匈牙利走得更远。正因为如此，斯洛伐克的物价比匈牙利高，已经和奥地利差不多了。斯洛伐克的经济状况还不错，很多国际知名的汽车厂商都在该国开设了分工厂，布拉迪斯拉发街头随处可见这些厂家的广告。匈牙利的经济状况不如斯洛伐克，尤其是制造业不景气，坚持不用欧元的主要原因就是为了促进出口。

不过，作为旅游目的地来说，布拉迪斯拉发远不如布达佩斯，主要原因就是城市景观不够美。多瑙河南岸的新城几乎没有任何老式建筑，而是充斥着苏式的火柴盒居民楼，站在山顶的皇宫往对面看，两种建筑风格的差异特别醒目。旅游手册上没少拿这一点开玩笑，指责社会主义国家没有情调，不过那块地方原本就没有老建筑，硬要仿制的话恐怕也不合适。一座城市总得为普通民众解决住房问题，价廉物美的公寓大楼才是最好的解决办法。后来我专门去新城的居民区走了一趟，发现那里其实非常干净整洁，房子虽然都是上世纪 60 ~ 70 年代修建的，但维护得非常好。楼房的密度远比中国的小，楼与楼之间的空地上建造了很多运动场，而不是中国居民小区里常见的那些人造假山花园。

斯洛伐克人不但爱运动，而且更喜欢大自然。这个国家有非常多的徒步道，户外运动已经变成了斯洛伐克的国家名片。布拉迪斯拉发新城的旁边居然有一个总面积达 730 公顷的纯天然保护区，沿着多瑙河一直延伸到奥地利边境。保护区内除了步道外没有任何人工痕迹，任由植物野蛮生长，甚至还有不少小型的野生动物生活在其中，和中国那些刻意雕饰的人工花园形成了鲜明的对比。东欧国家的环保意识普遍要比中国强，匈牙利也是如此。卵石村周边的森林就保护得非常好，维持了相当原始的状态。

东欧人的环保意识虽然比中国人强，但和奥地利相比还是有差距的。布拉迪斯拉发位于三国交界处，站在山顶的皇宫可以清楚地看到斯洛伐克、匈牙利和



奥地利的国土。虽然三国边境上没有围墙之类的东西，但奥地利的边界一眼就可以分辨出来，因为奥地利政府沿着边界线安装了好几排风力发电机，密密麻麻好似一片钢铁森林。斯洛伐克这边却只有一个炼油厂，那里的烟囱一天 24 小时都在不停地排放燃烧气体。

这种差异肯定是最近这几十年才有的。当初整个中欧都是哈夫斯堡王朝的领土，这一地区的意大利人、



1989年6月27日，奥地利外长莫克（左）和匈牙利外长霍恩共同割断边界隔离网

波兰人、捷克人、斯洛伐克人、罗塞尼亚人、斯洛文尼亚人、塞尔维亚人和罗马尼亚人统统都要服从奥地利人的管辖。曾经盛极一时的匈牙利帝国在和奥斯曼人的战争中伤了元气，等到奥斯曼军队被打跑后，匈牙利并没有获得独立，而是和周边的邻居们一样，也都成为哈布斯堡王朝的附庸，只不过匈牙利人在王朝中的地位一直很特殊，后来甚至和奥地利人平起平坐，

建立了大名鼎鼎的奥匈帝国。奥匈帝国的首都虽然设在维也纳，但真正的掌权者都是来自匈牙利的政治家。

奥匈帝国虽然强大，但在西欧国家眼里仍然属于二等公民。发源于英国的工业革命使得西欧的经济发展水平远好于中欧和东欧，奥匈帝国变成了欧洲的二流国家，变成了西欧资本家们的原材料和劳动力的来源，以及西欧消费品的倾销市场。从某种意义上说，



左图：1989年8月19日，匈牙利开放与奥地利的边境，上千东德人通过匈牙利逃往西德

右图：当年举行泛欧野餐会的地点现在被开辟成一处纪念公园

东欧地区甚至可以视为西欧国家的殖民地。不过，由于双方距离很近，宗教和文化等方面也都没有本质的差别，奥匈帝国很快就学到了西欧的长处，开始奋起直追。但领先者同时也在跑，西欧的优势并不是那么容易抹平的，追赶者逐渐失去了耐心，最终决定铤而走险，两次世界大战就是这么打起来的。

“二战”结束之后，东欧诸国因为地理位置的缘故被人为地划到了社会主义阵营。奥地利则因为距离西欧更近一些，留在了资本主义阵营。我这次专门去奥地利走了一趟，明显地感到维也纳和布达佩斯在硬件和软件等方面都存在明显的差距，双方将近半个世纪的社会制度差异很难在二十几年内弥补回来。

双方最明显的差距发生在大街上。维也纳街头可以看到各式各样的人，黑人和穆斯林的比例相当高，而布达佩斯几乎是一个白人城市，很少见到黑人，穆斯林就更少了。有知情人告诉我，造成这种情况的原因有两个：一方面是因为匈牙利本身比较穷，缺乏工作

机会，很少有人愿意来；另一方面则是因为匈牙利政府不欢迎移民，在政策上为移民设置了很多人为障碍。

“2014年匈牙利和德国政府曾经在索普朗（Sopron）举行过一次纪念仪式，纪念柏林墙倒塌25周年，就连德国总理默克尔都亲自出席了。但就在那一年，我们政府决定在匈牙利南部边境修围墙，挡住来自中东的难民，这真是一个莫大的讽刺。”

说这话的是一个在维也纳读书的匈牙利大学生，名叫本茨（Bence），我是在火车上和他认识的。我那趟旅行的目的地恰好就是索普朗，这是位于奥匈边境附近的一个匈牙利小镇，柏林墙的倒塌和它有很大的关系。

索普朗的泛欧野餐会

小镇索普朗距离奥地利边境线只有几公里远，走几步就出国了。镇上有一个保存完好的中世纪古城，

吸引了不少游客。我到达这里的时候已是夜里，狭窄的街道两边有昏黄的路灯照明，钟楼和教堂用不同颜色的探照灯打光上去，气氛相当诡异，很适合拍恐怖片。其实中世纪时照明条件不好，夜里的城堡估计是一片漆黑，视觉效果肯定更加恐怖。

白天的小镇就没那么惊艳了，不过路边随处可见的牙医招牌还是吸引了我的注意力。一问才知，因为匈牙利医疗费用低，距离又近，经常有奥地利人跑过来看牙，于是牙医诊所便如雨后春笋般冒了出来。其实索普朗原本和奥地利是一家，当年奥匈分家的时候索普朗被分给了奥地利，但索普朗人自己投票决定投奔匈牙利，所以匈牙利人称索普朗为“最忠诚的小镇”。如今这座小镇已经变成半个奥地利了，镇上所有路牌都是匈德双语的，镇上的人大都会说德语，说英语的人反而很难找。

那个名叫本茨的大学生曾经对我说，奥地利人把匈牙利视为倾销廉价商品的市场，同时又把匈牙利人当作廉价劳动力使用。“匈牙利已经快变成奥地利的殖民地了，我们已经变成了欧洲的二等公民。”他半开玩笑地说，“过去欧洲被分成东西两部分，现在则被分成了贫富两部分，本质是一样的。”

有意思的是，当年正是发生在索普朗的一次野餐事件，最终促成了欧洲的合并。此事发生在动荡的1989年，当时苏联内外交困，一些东欧国家蠢蠢欲动，试图摆脱苏联的控制。首先行动起来的是波兰和匈牙利，匈牙利社会主义工人党于1989年5月宣布放弃执政党地位，实行多党制。奥匈两国外长在索普朗举行会议，给予匈牙利人自由出入奥匈边境的自由。会议结束后，两国外长象征性地剪断了一小节边境铁丝网，似乎预示着边境线很快就要被取消了。这个消息很快传开了，一批正在匈牙利度假的东德人纷纷赶到索普朗，试图从这里越过边境逃往奥地利，但却失望地发现铁丝网仍在，还有很多巡逻兵在巡逻。

这件事被匈牙利反对党知道了，他们决定在索普朗郊区的一块草地上举办一次象征性的“泛欧野餐会”(Pan-European Picnic)，号召欧洲人民行动起来，停止分裂，建立一个统一的欧洲。8月18日那天下午，大约有1万名匈牙利民众聚集在索普朗郊外，一边野餐一边听各路人士发表演说。很多东德人也来参加野餐会，其中有100多名胆子比较大的东德人剪断铁丝网冲了出去。执勤的匈牙利巡逻兵不但没有阻拦，反而帮着东德人剪铁丝网。

野餐会的消息传出之后，每天都有大量东德人借

旅游之名来到匈牙利，然后试图从索普朗出境，逃往西方。眼看这股势头无法遏制，匈牙利政府干脆于9月11日宣布正式开放边境，之后短短的几个星期内便有超过7万名东德人从索普朗逃往奥地利，然后去了西德。此事从根本上动摇了东德政府的统治基础。1989年11月9日，柏林墙倒塌，欧洲结束了长达半个世纪的分裂，重新统一在一起。

我租了一辆出租车专程来到当年举行野餐会的地方参观，发现这里已经被开辟成一个纪念公园。草地中间立着一个群像雕塑，站在前面的是冒险冲出牢笼的东德人，躲在后面的是一群默默无闻甘当垫脚石的匈牙利人。

我去参观的那天天气不好，整个公园里只有我一个人，这个地方似乎已经被大众遗忘了。如今一提起东欧剧变，几乎所有人都会立即想起柏林墙的倒塌，很少有人知道第一枚多米诺骨牌其实是在索普朗倒下的，这个边远的匈牙利小镇才是真正的历史转折点。

尾声

布达佩斯郊外有个废弃雕像博物馆，从宣传照来看，展出的是社会主义时期建造的那些巨大的革命雕像。我原以为那是一个堆砌着各种列宁、斯大林像的巨大的废品仓库，没想到只是一小片空地而已，里面展出了不到10座雕像，门票却价格不菲。雕像保存得十分完整，它们都被小心翼翼地安放在基座上供人膜拜，仿佛是一个后现代主义雕刻家的作品展示会。

我去参观的时候已是黄昏，夕阳斜斜地照在雕像的身上，在地上留下了一个个长长的影子。📷





在特拉维夫玩耍，在耶路撒冷祈祷

文 / 何潇

三联生活周刊



与人们印象中的中东城市不同，以色列的特拉维夫是一个充满活力的现代都市

想哭的人去耶路撒冷，想笑的人来特拉维夫。

特拉维夫

我对“异域”这两个字的感受，是从走出机舱，洒到眼脸上的第一束阳光开始的。在别处，比如欧洲与东亚的大部分地方，阳光不似这般炽热明亮。这是靠近赤道地区特有的灼人眼目的光亮，与之相伴的，是炎热干燥的空气。人的皮肤是最为直接的地域感知器，然后才是眼睛。

在特拉维夫的古里安机场，我的目光所及的第一幕“异域”，是写着“出口”的指示牌。指示牌非常简单，甚至是普通的，然而，它让我感到了一些快乐，也令我的旅途困顿减轻了不少——它是由希伯来文写成的。这是我第一次看到“活的”希伯来文，这种文字曾经一度“死去”，随着古犹太国的覆灭，希伯来文亦从人们的生活里消失，埋没于黄沙之中。直到以色列建国，希伯来文才“死而复活”。

在过去2000年里，希伯来语只存在于《圣经》之中。在来到以色列之前，我尝试着学习一些简单的希伯来语，却发现这是一种比拉丁语和梵语还要“不食人间烟火”的文字——它的举例与语法，全然依附一本薄薄的宗教典籍。这令我对于以色列人产生了一些敬佩：在一定程度上，他们复活了已死的文明。特拉维夫，是2000年以来，第一座真正的犹太人的城市，也是第一座讲希伯来语的都城。“Tel-Aviv”的名字，包含着“重生的废墟”的含义。

人们怀着对于远方的异域幻想，开始旅行；而一场好的旅行，会打破这些僵化的异域想象。在这个意义上，特拉维夫是一个极好的旅行目的地——它打破了旅行者从电视新闻与网络传播中所获得的，对于中东的刻板印象。

“在群山后的远方，是激动人心的特拉维夫。”以色列作家阿摩斯·奥兹这样介绍这座城市。在他眼中，“特拉维夫这个名字有一种特殊的魔力”。这个地方是新闻的来源。从此地送来的报纸，有戏剧、芭蕾、现代艺术的种种传闻，有党派政治、激烈争夺的流言蜚语。这里有了了不起的运动健将，还有大海。



上图：西墙，又名哭墙，是以色列首都耶路撒冷的标志之一

下图：老城耶路撒冷鸟瞰



大海是特拉维夫在我脑海中留下的第一道痕迹。当汽车驶进城市，我看到了迷人的海岸线，我感到，这个城市充盈的欢愉，是海风给予的。实际上，这道大自然的蔚蓝弧线是如此具有力量，可以在一瞬间抹掉你对于这座城市预设的一切想象。眼前的景象，不似中东的任何一处，而是一个典型的欧洲地中海城市。海滩上，满是体格匀称、皮肤晒成古铜色的漂亮男女。这种情景，让我想到了巴塞罗那。

到来之前，我所阅读的一切都在告诉我，特拉维夫是一个特别的所在，就像插在中东地区的一根反骨。有人将它称之为“中东的孤岛”。它所做的一切，仿佛都在与此地几千年的传统对抗，它是尘世的、欢愉的，也是开放的、现代的。

“特拉维夫，大海、日光、蓝天、沙地、脚手架、林荫大道两旁的电话亭，一座正在兴建的新城，线条简单，在柑橘园与沙丘间崛起。它不仅是乘坐公共汽车去旅行的地方，它是一个截然不同的新大陆。”这是奥兹眼中的特拉维夫。

特拉维夫有着与耶路撒冷全然不同的基因。奥兹将之形容为“一种突变”，“像蝴蝶从蛹中奇妙的再生”。在作家看来，这两个城市是如此不同，甚至连举世皆然的东西——比如日光和万有引力，也不尽相同。在特拉维夫，人们走路的方式是特别的。他们健步如飞，就像阿姆斯特朗登上了月球。一切都是欢悦的，房屋、街道、广场、海风、林荫道、街道上的人甚至连天空上飘荡的云彩，也在腾腾地跳动。“整个城市就像只大蚱蜢。”

在酒店的房间里，我看到一张特拉维夫的老照片，拍摄于1954年。照片上有一个穿着比基尼的模特，正在伸展台上走秀，台下，坐着开心看秀的男男女女。这是典型的特拉维夫。在《爱与黑暗的故事》里，奥兹这样写道：“我一听到‘特拉维夫’，脑海里就立刻浮现出这样一幅画面：一个身穿藏蓝色男式背心、强健鲁莽的小伙子，古铜色皮肤，肩膀宽阔，一个诗人—劳动者—革命家，一个无所畏惧的小伙子，那种他们称之为‘哈维尔曼’的人，蜷曲的头发上戴着一顶破帽子，样子随意而撩人，嘴上叼着烟，在世界上无拘无束。”

特拉维夫崛起于沙漠，面对着古老肃穆的耶路撒冷，是2000年以来，第一座以犹太居民为主的、真正的犹太城市，它的诞生和发展都非同寻常。

这座城市由地中海港口老城雅法（Jaffa）起步，逐步发展成而今的现代之都。特拉维夫—雅法区域

拥有长达14公里的海岸线，居住人口中有一半以上是以色列人。雅法南北和特拉维夫一期共接纳了将近1/3的以色列人。“大特拉维夫”（Grand Tel-Aviv）包括了特拉维夫市本身，此区域内人口约38.5万，占地约52平方公里。

特拉维夫的城市延展，就像一块不断扩充的彩色拼图。在其发展初期，人们聚集在原Musrara河以东和亚孔河以北的地区。此后，El Mas'udiya等处阿拉伯人农地与Nahalat Yits-Haq犹太居民区都被纳入进来。1948年，以色列建国，特拉维夫再度向南扩展，覆盖了原雅法老城及其腹地。雅法南部各城镇如Adjami、Abu Kabir，及1930年开始形成的犹太街区Bat Yam等，都成为大特拉维夫的一部分。而今天的雅法，与著名的“白色之城”，就是由此发展而来。

人们所谓的“白色之城”，是特拉维夫现在的市中心，这里拥有大量特拉维夫学派（L'Ecole de Tel-Aviv）的作品，因为建筑多为白色，因而得名“白色之城”。自上世纪30年代开始，特拉维夫开始建造包豪斯建筑，是全世界拥有最多包豪斯建筑的城市。上世纪80年代，人们逐渐意识到这些建筑的价值，并开始实施保护。2004年，“白色之城”被列入了联合国教科文组织世界文化遗产名录。此后，200多幢建筑得到修复，有些建筑重建并用作他途。

为了清楚地看这座“白色之城”，我从罗斯柴尔德大街出发，缓慢前行。相较于那些用大理石建造的花岗岩古典建筑，现代派的包豪斯显得不那么能抗风雨。白色的墙面，在岁月的侵蚀下显出老态来。这令那些不懂建筑学的游客对它产生了误解，感到这个拥有年轻世界文化遗产的城市，是“不那么时髦、谦逊的”。

“特拉维夫的高傲、先锋和肮脏破败使人想起纽约。她既是与世界同节奏的生活时尚象征，同时又带有与母城截然不同的疤痕。”在《特拉维夫百年建城史》中，法国建筑规划师凯瑟琳·维尔—罗尚（Catherine Weill-Rochant）这样写道。实际上，特拉维夫与纽约的相似，还在于它们的“熔炉”性质之上。1948年，以色列建国之后，犹太人从世界各地回到这里，重建

“特拉维夫的高傲、先锋和肮脏破败使人想起纽约。她既是与世界同节奏的生活时尚象征，同时又带有与母城截然不同的疤痕。”



具有 4000 多年历史的雅法古城已经成为新的时髦区域

这个新兴的国家。

在雅法与特拉维夫之间、两市原先的交界线上，存在着这个城市的一切痛楚：肮脏、尘土、损毁、混乱……不一而足。这个麻烦地区再往南，过去也存在很多问题。东方风格“*Andromedia*”的奢华，与阿拉伯废墟之间形成强烈对比。然而，就像纽约、伦敦、巴黎这样的世界大都市一样，而今，这个“麻烦地区”被改造成了最时髦的区域。废弃的老城被精心修复，胡同和小巷通往艺术画廊和酒吧。存在于历史之中的“真实的城市”，埋在了城市建筑的“千层蛋糕”之下。

以色列人告诉我这句话：“在耶路撒冷祈祷，在特拉维夫玩耍。”在特拉维夫，你有一百种感受尘世欢乐的方法。在清晨，你可以去到卡梅尔露天集市，以色列最大的露天集市，在这里挑上一些美丽的以色列小番茄；在周五中午，你可以走到离集市不远的纳哈拉特本雅明步行街，挑上一些手工艺人的作品；在夜晚，你可以来到罗斯柴尔德大街附近，寻找一个热闹的酒吧坐下，感受这个中东不夜城的脉动。

“大部分以色列人还是向往特拉维夫，而不是圣城。”我的以色列向导对我说。

渴望哭泣的人去耶路撒冷，寻找欢笑的人来到特拉维夫。尘世的欢悦比天国的永生更令世人神迷。你欢笑，全世界的都在欢笑；你哭泣，只有你一个人在哭——一同欢笑的人，永比独自哭泣的人多。

耶路撒冷

我第一眼看到耶路撒冷，是在橄榄山上。它为群山环抱着，岩石清真寺的金顶闪闪发光。看起来古老

又安宁，仿佛从来没有被时间伤害过。

每一个圣城，都萦绕着对死亡的迷恋。朝圣者熙来攘往，渴望不死不灭的灵魂，而唯有死亡，才是这些城市永恒的主人。圣城像一个巨大的祭坛，向朝圣者敞开大门——一扇他们眼中，通往尘世与天国的大门。千百年来，朝圣者络绎不绝地来到这里，站在永恒之死的基石之上，面向永恒之生敞开胸膛。

来到耶路撒冷的前一个月，我去了瓦拉纳西。这个印度的圣城，被称为“湿婆之城”。作为毁灭之神的湿婆，经常在骨灰场接见他的门徒。传说中的骨灰场，就位于瓦拉纳西的郊外。许多人来到瓦拉纳西，是为了迎接死亡。这座城市的死亡是赤裸的，每天黄昏，都有人将死者的尸体送入恒河，以求新生。人的死欲，始于生欲，也终于生欲。

在耶路撒冷，人们展示了同样的渴望。这座城市建在墓地之上，为橄榄山所包围——山上布满的，是密密麻麻的墓地。许多圣迹，许多私人住宅，都建在坟墓周围。并且，人们还在继续来到这里。朝圣者为了“末日来临前的复活”做准备，希望死在这里，藏在圣殿山周围。古代圣徒的干枯躯体，被供奉在这个城市极为重要的地方，备受尊崇。“这里的死人宛如活人一般，他们只是在那里等待。”《耶路撒冷三千年》的作者西蒙·蒙蒂菲奥里这样写道。

“在耶路撒冷，人们走路就像参加葬礼，或是像音乐会的迟到者，总要踮起脚尖、测试地面，一旦放下脚，他们就不急着前行了。我们等了 2000 年才在耶路撒冷找到了立足之地，实在是不愿意离开。我们一抬脚，别人呢就会立刻把我们那一小块地方夺走。另一方面，你一旦把脚抬起，就不要急急忙忙地落下——谁知道你是不是有踩到蛇窝的危险呢。”阿摩斯·奥兹说。

一个问题是，为什么是耶路撒冷？从地理上看，这个城市并不具备优势。它远离地中海海岸的贸易路线、缺水，冬冷夏热，且岩石嶙峋，不适合定居。人们给予的回答是：“选择耶路撒冷作圣殿之城，不仅仅是人类自己的决定。”这座城市的神圣性，源自犹太人作为特选子民的“例外论”：耶路撒冷是上帝挑选的城市，巴勒斯坦是上帝挑选的土地。这种例外论，后来为基督徒和穆斯林所继承和接受。没有什么比宗教竞争更能提高一个地方的神圣性。并且，这种神圣性随着历史的流转，与日俱增。

许多来到耶路撒冷的人，在来到这里之前，已经开始想象该如何描写这座城市。然而，当他们来到这

里，往往发现自己的预设是错误的，又或者，相较于这个城市的深厚，他们的停留是如此之短，浅薄到不能对之做出任何评论。任何一种揣度，都是误读。与此同时，访问者遭受着期望与失望的折磨。尘世与天国的落差是如此令人难以接受，以至于每年都有许多人患上“耶路撒冷综合征”，这是一种由期望、失望和幻觉组成的精神病。

耶路撒冷有许多张门，每个人都有自己喜爱的那张。犹太人、基督徒、阿拉伯人与亚美尼亚人各占一隅，每个人都有自己的耶路撒冷。许多刚来到此地的人，都以为自己是少数的游客。然而，接触了许久后，你会发现，大部分人都和你一样，只是耶路撒冷的拜访者。

作为一个合格的游客，我从雅法门进入，走过大卫塔，并试图走遍那些圣地：哭墙（西墙）、圣墓大教堂、苦路、圣殿山……然而，在到达这些神圣之所之前，我需要穿过黑暗茫茫的尘世——实际上，这条路并非那么好走——闯过布满小商品的阿拉伯市场，绕过向你兜售圣物的人，摆脱可疑指路人，以及不知做了些什么，便向你讨要金钱的人……信仰与欺骗，总是结伴而行。令人反感的粗俗与不可触碰的神圣，不可思议地出现在同一座城市里。

耶路撒冷为犹太人占领了1000年，为基督徒占领了约400年，为伊斯兰教徒占领了1300年，是人人都想要争夺的“应许之地”。然而，它得到的并非全是褒扬。阿道司·赫胥黎称它为“宗教的屠宰场”，因为这里充满无休止的争夺、屠杀、破坏和战争，灾难将耶路撒冷变成了战场；福楼拜称它为一个“停尸房”；梅尔维尔则说，耶路撒冷是一个被“死亡大军”包围的“头盖骨”；而出生在耶路撒冷的东方主义者爱德华·赛义德，记得自己的父亲厌恶耶路撒冷，因为这座城市“使他想起死亡”。

即便如此，人们仍然对之怀着极大的渴望。耶路撒冷是一个神的殿堂、两个民族的首都、三大宗教的圣地，它还是唯一一个拥有天国和尘世两种存在维度的城市。“这个地方是如此娇美，以至于犹太人在其神学经典中以女性的口吻描述它——通常把她说成一个鲜活的尤物，一个地道的美女。但有的人也把她描绘成无耻的荡妇，或者是被爱人抛弃的受伤的公主。”

“耶路撒冷既是天上城又是地上城的事实意味着这座城市可以存在于任何地方：新耶路撒冷可以遍布全世界，每个人都有自己心中的耶路撒冷。”西蒙·蒙蒂菲奥里这样写道，“否认神圣就是否认人类对宗教的深切需求，没有这种需求就不可能理解耶路撒冷。

宗教必须解释快乐为何转瞬即逝、忧愁为何亘古恒久这个让人类既困惑又恐慌的谜题：我们需要感受一种比我们自身更强大的力量。我们敬畏死亡，渴望发现它的意义。”

较之瓦拉纳西，耶路撒冷的“死”，要含蓄得多。死亡的行踪，不会毫无遮挡地漂浮在水面上。相反，耶路撒冷的“死”，是需要挖掘的，很多时候，它隐藏在地下。耶路撒冷就像中世纪画家绘制的天国与地狱之图，有许多分层：圣殿山、大卫城、圣墓大教堂……地下的耶路撒冷与地上的耶路撒冷，都是充盈的、丰富的、藏有无数宝藏的处所。

在耶路撒冷的每个土层的沙石中，都能找到不同身份的对应人群。就像西蒙·蒙蒂菲奥里总结的那样，在耶路撒冷，“不仅有相对的两方，还有许多相互联结、相互重叠的文化和不同层次的忠诚”——它是一个由阿拉伯正统派、阿拉伯穆斯林、塞法尔迪犹太人、阿什肯纳兹犹太人、哈雷迪犹太人、世俗犹太人、亚美尼亚东正教徒、格鲁吉亚人、塞尔维亚人、俄国人、科普特人、新教徒、埃塞俄比亚人、拉丁人等组成的万花筒。

海因里希·海涅说，耶路撒冷是“犹太人随身携带的祖国，随身携带的耶路撒冷”。没有一个城市像耶路撒冷一样，拥有自己的圣书。耶路撒冷的历史，与《圣经》交织在一起，这让它的过去真假难辨。在这一点上，它与古印度有些相似。“雅利安的历史，存在于《摩诃婆罗多》之中。”

在这些地方，真实的历史远不如虚构的神话来得重要。实际上，也没有人能告诉你确实的真相。“在耶路撒冷，不要问我真相的历史，”巴勒斯坦历史学家纳兹米·朱贝（Nazmi al-Jubeih）博士说，“若拿走虚构的故事，耶路撒冷就一无所有了。”像古老的雅利安一样，耶路撒冷的历史，既是真相的历史，也是传说的历史。这种特性，让你在接近它的时候，不可能怀着百分之百的理性。

在离开耶路撒冷的那个清晨，我在太阳升起之时去了圣殿山。这是阳光刚刚洒下来的时刻。这个城市是如此安谧、清澄、仿佛能洗涤人的灵魂。圣殿山上，岩石圆顶清真寺打开了大门，迎接前来祈祷的穆斯林；圣殿山下，是承载了无数人泪水的西墙，犹太人正在祈祷；再往下，阳光透过古老的花岗岩，洒到圣墓大教堂之中，基督徒正在祈祷。此时此刻，不论犹太人、阿拉伯人还是基督徒，他们拥有的是同一样东西：阳光下的耶路撒冷。☑



晕眩的迷彩

文 / 钟和晏 图片提供 / Tobias Rehberger

德国当代艺术家托比亚斯·雷贝格复活了昔日英国海军的“眩目迷彩”图案和概念，远与近、物体与背景、表面与空间都被嵌入欺骗和伪装的无尽游戏中。



1



2



3

运用艺术的力量帮助保护战争中的海军，听起来像是一个完全不负责任的荒唐想法，但是英国的海军历史上却确有其事。1914年，被德国潜水艇数次无情袭击后，英国科学家约翰·格雷厄姆向当时的海军大臣丘吉尔提出“扰乱性伪装”策略，利用变形图案装饰皇家海军战舰，制造出视觉错觉。

配合海浪的波动，海军画家诺曼·威尔金森绘制了后来被称为“炫目迷彩”的装饰样本，一种立体主义风格的黑白锯齿状条纹图案。装饰的目的不是为了战舰消失，而是使敌军的潜艇难以判断军舰的准确位置和移动速度，使鱼雷错失目标。当时，“炫目迷彩”被绘制在2000多艘军舰上，获得不同程度的实战成功。

近一个世纪之后，德国当代艺术家托比亚斯·雷贝格（Tobias Rehberger）重新复活了这一图案和概念，昔日英国海军的“躲迷藏”战术转化成他的个人艺术武器。2009年的第53届威尼斯艺术双年展上，他与芬兰设计品牌 Artek 合作，用黑白迷彩图案改造威尼斯贾尔迪尼的“双年展咖啡厅”。

这是一个统一在迷彩主题下的狂野复古空间，黑白相间的折线像一种入侵物肆意蔓延着，杂乱无章地穿过墙壁、地板、天花板上的管道，爬上手工制作的 Artek 家具，间或有亮橙、亮黄的家具穿插其中。一些三维形状从二维墙面跳跃出来，加上空间中的镜面，加剧了视觉的迷惑感。

这间咖啡厅被雷贝格命名为“无论你喜欢与否，都会替你端上葡萄酒”，他因此赢得那一年的最高奖项金狮奖。评审团的授奖评语是——“超越以往展览白色立方体的模式，把艺术作品变成一家咖啡馆，同时把社会交流变成审美实践。”

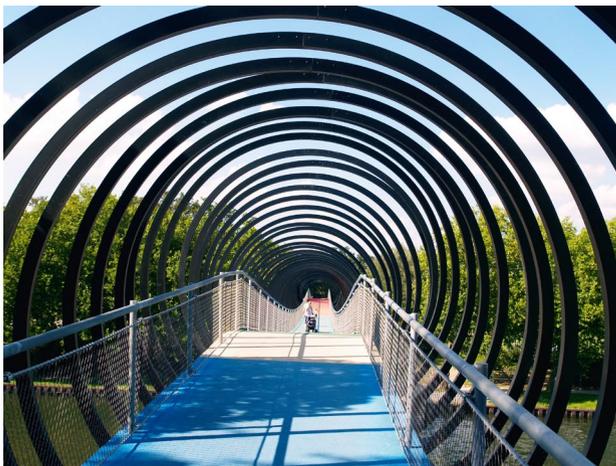
1. 由雷贝格改造的威尼斯贾尔迪尼的“双年展咖啡厅”是统一在迷彩主题下的狂野复古空间

2. 德国当代艺术家托比亚斯·雷贝格

3. illy 咖啡杯上的“炫目迷彩”成为雷贝格的作品标签



1



2



3



4

从那时起，从阿斯顿·马丁赛车到 illy 咖啡杯，雷贝格一次次使用这种让人眼花缭乱的图案，“眩目迷彩”成为他易于识别的作品标签。受利物浦双年展委托，他甚至确实重新为一艘 1918 年的英国军舰 President HMS 施加了伪装迷彩。

2014 年 7 月，作为第一次世界大战的纪念活动之一，被重新绘制船身的军舰停泊在伦敦泰晤士河畔维多利亚堤岸。雷贝格的绘画再现 20 世纪初期的粗糙风格，但不是完全复制当年的海军图案。

如今，他的最新施加对象是德国奢侈皮具品牌 MCM。今年是 MCM 创建 40 周年，品牌交织字母的徽标被连续的线性条纹渲染、放大之后，覆盖在一系列背包手袋上，构成 MCM 自己的“眩目迷彩”。最近，荧光灯管和锯齿线占据了香港中环皇后大道 MCM 旗舰店的橱窗和地下一层，商店转变成艺术性的装置性空间。

从地面、墙壁到天花板，整个空间被锯齿状的黑白条纹所覆盖，二维平面与三维幻觉的随意切换中，凝视变得困难。空间里有一些覆盖着相似几何图案的旅行箱和手袋，旁边莫名其妙地混杂着茶壶、头骨、蠕虫科学模型等。手袋像是有人不经意遗留在这里的，很快人们的注意力又被这一欧普空间本身吸引。

雷贝格这样解释他的创作动机：“通常手袋是商

店的主角，是人们最在意的东西，但我希望产品本身在某种程度上消失了。这是与观众的游戏，人们习惯用固定的方式看待事情，你所见的究竟是你期望看到的还是事实存在的？”

雷贝格显然乐于玩耍这种“似是而非”的空间游戏，他居住的城市法兰克福有间他最喜欢的“奥本海默酒吧”。2013 年 5 月纽约弗里兹艺术博览会期间，他把这间钟爱的酒吧复制到切尔西区的美洲酒店里。复制版的“奥本海默”与原来的酒吧是完全相同的尺寸和比例，从灯具、散热器到金属衣架也是完全相同的家具和细节，唯一不同之处当然是蔓延空间的 Z 字形怪诞黑白条纹。

与“双年展咖啡厅”或 MCM 商店相似，纽约的“奥本海默”部分是艺术作品，部分是功能齐全的酒吧。他说：“我把它当作一个手提箱，在纽约旅行的那些天带上我最喜欢的酒吧。因为有艺术博览会，所以它必须被打扮成一件艺术作品。”

过去十几年中，雷贝格一如既往地拉扯着艺术、建筑、设计和应用艺术之间的细线，他的艺术难以归类。他展示了许多迷人的想法，关于协同风格、增加价值以及不同学科之间的相互作用，有时候，他的艺术故意向曲解、借用和野性思维发展。

比如，1994 年的“我们周日从不工作”系列。当

1. 雷贝格作品回顾展上难以定义的雕塑作品

2. 雷贝格最大的一件雕塑作品位于奥伯豪森的人行天桥上

3. 法兰克福锡恩美术馆举办的雷贝格作品回顾展“主客场内”是用色彩、图案、镜像进行的感知欺骗

4. “主客场内”展厅

时他去喀麦隆旅行，凭借记忆在纸上画下几件 20 世纪设计史上的经典作品，唐纳德·贾德、马塞尔·布鲁尔、阿尔瓦·阿尔托和格里特·里特维尔德的凳子和椅子等，然后让喀麦隆当地的木匠根据他的绘画，重新制作出那些椅子。

里特维尔德著名的“红蓝椅”那个倾斜的靠背仍然清晰可辨，只是外框变得粗重笨拙，阿尔托经典的三条腿凳子出于稳定被额外增加了一条腿。这些现代主义设计的“山寨版”是为了显示文化的误读，还是质疑经典家具的权威以及品味的特殊性？

迄今为止，他最大的一件雕塑作品是一座位于奥伯豪森的人行天桥，以 7 公里长的螺旋多姿多彩地横跨莱茵—黑尔讷运河。有趣的是，这座桥的建造并非出于当地城市规划的委托，更多属于艺术世界的自主创作。

2010 年，他受邀参加鲁尔区那一年的“欧洲文化之都”艺术计划。某天，他站在人行桥现在的位置，身后是由旧城堡改建来的美术馆，对面是建于上个世纪 30 年代的运动场，被莱茵—黑尔讷运河分隔在两侧。突然间，他萌生了在此建一座桥的想法。对当地政府来说，作为艺术项目来建造桥梁，资金上还可以获得欧盟的资助。

美国人理查德·詹姆斯在 20 世纪 40 年代发明过一种预先压缩螺旋弹簧 Slinky，借助重力和自己的动力要素可以进行各种伸缩变形，后来变成美国流行一时的玩具。雷贝格说：“人行桥的螺旋就是受 Slinky 玩具的启发，一开始我就确定了两个主要的元素，黑色的螺旋和一条穿过螺旋的彩带——用作人行道。”

让人行道穿过螺旋，意味着螺旋必须具有结构性，但是螺旋本身又是一种非结构对象。他与斯图加特一家专业桥梁工程公司合作，经过漫长的碰壁过程之后，桥梁工程师找到一种解决方案，把它设计成细长的、9 厘米厚的悬索桥。

轻快的设计出于极简的结构，两条高强度的钢带连接成倾斜的支撑，通过外部的垂直张力杆，拉力被转移到坚固的桥台上。螺旋看起来很灵活，似乎可以像 Slinky 玩具那样上下弹动，多彩预铸混凝土板铺成的人行道加强了穿越人行桥的动感体验。

从创作出发点来说，人行桥是一件艺术作品，但是，在引入行人过桥的功能那一刻，它又被赋予了一种不是雕塑的可能性。在雷贝格看来，艺术是一种日光的投射，取决于你观看的视角和你的内心参数。“我喜欢切换视角的多种可能性，以艺术的视角去看，一

台收音机可以视为一件雕塑。像螺旋桥一样把艺术作品切换视角后，又具有了现实的功能。”

2014 年上半年，法兰克福锡恩美术馆举办过雷贝格的作品回顾展“主客场内外”，展示他 20 年艺术生涯中包括雕塑、绘画和装置等 60 多件作品。回顾展上，最令人难忘的还是他制造的空间本身，他确实是操纵和创造幻想环境的高手，用色彩、图案、镜像进行感知的欺骗。

与 2009 年“双年展咖啡馆”相对扁平的条纹相比，电脑生成的“眩目迷彩”在那里更加细化了，压缩、旋转、弯曲和交叉的线条形成一个构造性的整体，让人无法确定深度，远与近、物体与背景、表面与空间都被嵌入欺骗和伪装的无尽游戏中，像是上个世纪 60 年代电影中服用迷幻药之后的幻觉画面。

在这个万花筒般的混乱空间中，有一些让人觉得有些不对劲的雕塑作品，像是现代主义在哪里出了错。一个隐约毕加索式的造型有烟雾从鼻子那里喷出，巨大的绿色拳头以好斗的角度展示卡通式的暴力，“迈克尔·杰克逊布谷鸟钟”是放在地上的一台立体声音箱，每隔 15 分钟响起杰克逊用鼻音发出的短而尖的叫声。

一件由闪闪发亮的金属管、老霓虹灯管和灯泡构成的金属雕塑，看起来像是错位的美国国旗。雕塑在地面投下圆盘的阴影，阴影中拼出“后悔”这个单词。也许，这一切视觉上的混乱是混乱世界本身的隐喻？



雷贝格为 MCM 设计的旅行箱



腾讯综艺发起成立“嗨”联盟 10亿“嗨”基金支持网综发展

今天腾讯视频“下一站，越作越嗨”综艺先锋汇在北京举行，腾讯公司副总裁孙忠怀，腾讯视频综艺部总经理马延琨，上海东方娱乐传媒集团有限公司总经理李勇，国内金牌制作团队负责人俞杭英、谢涤葵、马东、易骅、李文妤、杨晖、金马、朱化凯，以及SBS综艺本部部长金昌佑、暴走漫画创始人兼CEO任剑逐一出席了发布会。

腾讯综艺设立10亿嗨基金专注综艺产业孵化成长

发布会上，腾讯视频综艺部总经理马延琨宣布，腾讯视频将携手中国金牌制作人成立“嗨联盟”，同时启动首批10亿“嗨基金”，专注优秀节目孵化及研发制作。之后孙忠怀在发言时表示：腾讯视频将投入更多资源，支持自制内容建设，广邀英才；投入更多资源，推出更多自制内容，为腾讯视频用户提供更多独享体验；提供更加广阔的营销空间，为自制内容提供支撑；提供更多的出海渠道和机会，并与一线卫视、海外平台等合作，创造更大的价值空间。

九款节目携手金牌制作人打造综艺内容王朝

在此次腾讯视频“越作越嗨”综艺先锋汇上，数档独家合作网综节目相继发布，内容丰富多样，制作人秉承“越作越嗨”的理念，打造腾讯综艺360度内容王朝。

“何尔萌”爆棚的料理类脱口秀《拜托了冰箱》以其原汁原味的年轻视角爆红第一季；由唯众传媒CEO兼创始人杨晖担任制片人的《你正常吗》沿袭《开讲了》与众不同的风格；金牌导演谢涤葵亲自主刀的心愿完成类明星节目《约吧！大明星》，请来美女徐璐清新助阵。由金牌制作人易骅带来的《RUN，看你往哪跑！》新意十足，米未传媒CEO兼创始人马东带来的《饭局的诱惑》开创国内首

档原创游戏类脱口秀。由东方卫视花样姐姐团队李文妤首次“触网”的亲子节目《放开我北鼻》，惊喜不断！“拜托了系列”新节目《拜托了衣橱》为明星打开另一扇门，时尚生活类的网综能玩出什么新花样？《请你跟我这样zuo》打入“90后”世界，将“90后”最“作”的新人类行动法则教给明星，让生活“作”出新花样。

网综带给用户的不仅是节目更是一种体验

发布会上，腾讯视频提出“体验才是网综核心竞争力”的观点。与传统综艺相比，网综的生命力正逐渐体现在其互动性上，它实现了真正的互动，发弹幕、实时直播连线、和偶像一起玩游戏，甚至决定节目的走向。所谓网络综艺的发展创新，不单是指内容环节改造，更是多元化交互体验的重新定义。

与客户建立全方位深度合作实现市场价值最大化

在今天发布的数档节目中，《拜托了冰箱》第二季、《你正常吗》第三季、《约吧！大明星》已经全部售罄，获伊利、脉动、欧莱雅美发等国内外一线品牌的认可。《放开我北鼻》虽然尚未开播，却已经获得了美素佳儿的节目冠名。“内容为王”的时代，唯有运用最匹配的价值观来充实内容创作、丰富用户体验，才能给合作伙伴带来更精准、更有效的营销环境。

腾讯视频将凭借最优质的内容资源为品牌广告营销提供丰富的可能性及传播机会，依托腾讯自身完善的用户平台矩阵，对用户进行标签化分类，来满足广告的定向需求。腾讯视频也将以内容为核心，高度整合自身平台优势；以创新体验为核心，以完成最大价值的市场挖掘。

基础代谢与减肥反弹

文 / 袁越

尽管专家们多次警告说，减肥是一个漫长的过程，欲速则不达，但大多数人，尤其是被称为“胖子”的那些人，都希望尽快完成任务，在最短的时间内达到预设的目标。其中不少人是受了某个特殊事件的刺激才开始减肥的，比如男（女）朋友的嫌弃，或者被查出得了某种病。于是他们加入了减肥班，或者在家人朋友的监督下开始控制饮食。一段时间后目标达到，皆大欢喜，于是防松了警惕，好不容易减掉的肥肉不知不觉间又偷偷地长了回来。

这样的事情大家不陌生吧？到底是什么原因导致减肥容易保持难呢？

美国国立卫生研究院（NIH）下属一家研究机构的凯文·霍尔（Kevin Hall）博士打算研究一下这个问题，他找到了一个绝好的实验素材，那就是美国NBC电视台于2004年开播的“超级减肥王”（*The Biggest Loser*）。这个节目让一群体重超标的人参加减肥营，通过锻炼和节食减肥，最终谁减得最多谁就获得一笔丰厚的奖金。2009年，霍尔和NBC电视台签约，跟踪调查第八季的16名参赛者。这些人在入营之前的平均体重为144.9公斤，节目录制期间平均每天减重0.4公斤，节目录完后平均每个人减掉了58.2公斤体重，其中80%以上是脂肪，可以说圆满完成任

务。节目播出后，霍尔继续对这16名参赛者当中的14人进行定期的随访。6年之后，其中的13人体重有了不同程度的反弹，更有4人甚至比参加节目之前更重了。这个结果虽说并不奇怪，但这些人



霍尔发现，秘密就在基础代谢上。这些人在节目开始前的基础代谢水平都属于正常范畴，基本上和他们的体重成正比。节目完成后，随着他们体重的逐渐反弹，基础代谢率并没有随之上升，反而越来越低了。

所谓基础代谢，指的是安静状态下的新陈代谢水平。也就是说，一个人即使不做任何运动，在床上躺一天，也要消耗一定的卡路里。一个健康成年人的基础代谢率大致在1200~2000大卡/天之间，具体数值和这个人的体重、性别、年龄和健康状况等很多因素都有关系。霍尔认为，每个人在其人生的每个阶段都有一个“标准体重”，他不需要怎么费劲就能维持这个标准体重。如果因为某种原因导致实际体重偏离了这个标准值，身体便会不自觉地改变新陈代谢率，以便能尽快恢复到这个标准体重。

具体到“超级减肥王”这个案例，参赛者录制节目之前体重超标，说明他们的标准体重比一般人大多。减肥营的训练和节食让他们的体重在短时间内迅速下降，大幅度地偏离了标准体重，他们的身体误以为主人遇到了某种危险，比如赶上了饥荒，于是便通过降低基础代谢率的办法保命，其结果就是摄入的热量更多地被转化成了脂肪储存起来，体重反弹也就在所难免了。

霍尔将调查结果写成论文，发表在2016年5月出版的《肥胖》（*Obesity*）杂志上。虽然此项研究的样本数量有限，但得出的结论早已被很多类似的研究间接地证明过了，可信度还是很高的。

霍尔认为，这个结果解释了体重反弹的原因，但并不能证明减肥成果就一定无法维持。现实生活中有很多减肥成功并维持了很久的案例，这些人无一例外都有着超强的毅力，足以对抗身体的本能反应。如果自认为毅力不够的话，不妨动员亲戚朋友都来监督，或者加入减肥俱乐部，抑或成为健身房的会员，这些外部刺激都可以帮助减肥者巩固减肥成果。

这篇论文从另一个侧面告诉我们，制定减肥计划的时候一定要把基础代谢考虑进来。很多人只会计算运动消耗的卡路里，没有考虑到运动对于基础代谢的影响。很多实验证明，体育运动以一种目前尚不为人所知的方式增加了基础代谢的水平。一个经常运动的人即使在休息的时候也比不运动的普通人多消耗卡路里，这才是运动有助于减肥的根本原因。■



无悔——陈明忠回忆录

李娜 编辑整理 吕正惠 校订 定价：48.00元

一个日据时期的“台湾日本人”如何明白自己是中国人，一个大地主的儿子如何成为社会主义者，一个土生土长的“台湾人”为何是坚定的两岸统一派？请读难得的精神履历：暗夜行路，矢志不渝。

一百年漂泊——台湾的故事

杨渡 著 定价：46.00元

一段台湾农民家族五代人艰难奋斗的故事，一部台湾从农耕社会、工业社会到商业社会的演进史。呈现了台湾在经济高速发展过程中，寻常农村生民的困顿与艰辛；以及一百年来，台湾人从殖民地到现代化的过程中，心灵的流浪漂泊。



往书记

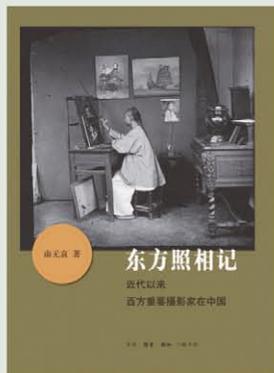
张宗子 著 定价38.00元

往书记，顾名思义，是对过往之书的回忆。古乐府有云：“衣不如新，人不如故。”书无新旧之分，凡是投缘的，都是好书。这里说“往”，好比对人。所谓故，含有对在时间中流逝之事物的珍重惋惜之意。

东方照相记：近代以来西方重要摄影家在中国

南无哀 著 定价：59.00元

深入探究从1844年中国引入摄影术至上世纪80年代初，十四位西方重要摄影家在中国的影像活动。勾勒出西方人拍摄的中国照片中潜伏的“东方学影像链条”及其演变，揭示影像背后隐藏的社会历史内涵。



城市的故事

【英】约翰·里德 著 郝笑丛 译 定价：44.00元

从“第一个城市”加泰上丘到斯德哥尔摩的理想城市规划，作者选取了世界上有特殊样本意义的城市，从生态学的视角展开叙述——它们如何生长，兴盛、衰亡并自我重建，以及它们与周边乡村的寄生关系。

千利休：无言的前卫

【日】赤濑川原平 著 郑民钦 译 定价：39.00元

作者怀着不可思议的热情搜寻无用之物，却与四百年前开创茶道的大宗师千利休不期而遇。于是绕开茶道史的繁文缛节，走进茶道发生之初的鲜活现场。小到极致的茶室，原来也是以小见大的思想运动的实验室。



成功了，那就好好说说一路艰辛

文 / 张斌



5月7日，在英国莱斯特皇权球场，拉涅利（左一）和莱斯特城众将士庆祝英超夺冠

64岁的拉涅利在穆里尼奥的词典里就是“系列失败者”，心高气傲的穆里尼奥有给别人贴标签的癖好，温格也是中枪者，“不仅是失败者，他是失败的行家”。没有冠军，就是得忍受冷遇和嘲讽，“补锅匠”虽然不愁工作，日子也算殷实，但也总想着“黄袍加身”。如今好了，英超冠军在手，世人总算可以安静地听听意大利人的一路艰辛，没有冠军，你说这些，在别人看来就是多余。

拉涅利在足球圈中口碑不错，大多数对手对他都存有好奇，在其执教的诸多城市中还曾上演过“人人都爱拉涅利”。做球员，拉涅利不显山露水，在家乡球队罗马一闪而过，浪迹他乡在意甲球队中打拼。退役时，队友们大多选择当教练，拉涅利的选择特立独行：“我就是不想当教练。”眼看而立已过，拉涅利心思变了，还是得当教练，至少检验一下自己到底懂不懂足球，那些只看电视直播的人都敢说懂这项运动。真干上了，拉涅利自己也才痛彻感知，“这真是一项完全不同的工作”，暗自许愿，5年内不进意甲，立马转行。

1986年，拉涅利南下开始执教处子秀，与业余球队拉莫齐亚共命运。赛季结束，球队一场没输，位列榜首，可俱乐部发生了“很奇怪的事情”，拉涅利

被解职了，这坚定了他对于职业足球的印象——政治、冷血和犬儒主义。一怒之下，回家了事。赋闲不久，那不勒斯郊区的一家小球会发来邀约，拉涅利再出发，在意丙联赛中闯荡一番。那年头意丙也是很狼狈的，拉涅利的球队居然凑不齐首发阵容，只好10人出战。苦打苦拼，赛季末总算保级成功，但拉涅利依然被冷酷辞退。“我只爱训练场，不想去现场，我讨厌足球的政治。”撂下这句话后，拉涅利又回家了。

虽然小球会也曾请回拉涅利短期“补锅”，但此后近一年的失业状态还是令拉涅利焦虑不安，直到卡利亚里队的召唤电话响起，生活才重新美好起来。作为意丙豪门的卡利亚里之所以垂青新人，全赖拉涅利曾经率领小球会让豪门吃尽苦头。这份信任足足持续了3年，拉涅利引领卡利亚里一飞冲天至意甲，小城人见人爱。日后，当拉涅利率领那不勒斯杀回卡利亚里时，他真切地感知到，城中每个人见到他都有诛杀之心。

在那那不勒斯，拉涅利将左拉塑造为马拉多纳的传人，率队拿下联赛第四，但逐客令还是来了。此时，拉涅利已不愁合同，佛罗伦萨给了帅印，得到了意大利杯的回报。巴伦西亚为拉涅利打开海外之门，收获了西班牙国王杯。在马竞短期补锅后，拉涅利加盟切尔西，4年间，联赛排名都在前六，足总杯决赛败给阿森纳。在阿布入主前，成功率队打入欧冠。

阿布来了，蓝军内部一度欣喜，新老板，大资金。拉涅利是少数冷静之人，他警告体育经理说：“你看着吧，你将是第一个走人的，我就是第二个。”阿布的理想人选是埃里克森，但瑞典人率领英格兰队，难以分身，拉涅利得以“苟活”，“死囚漫步”绰号上身了。直至欧冠败给摩纳哥，拉涅利被批漠然无激情，导致球队委顿。心怀委屈，拉涅利继续行走江湖，领着希腊受辱于法罗群岛后，算是步入人生谷底。此时，“补锅匠”感慨道：“谁说我冷静淡然，没有工作在家闲着，我也会疯狂，我老婆也疯狂。”还没有来得及疯狂，莱斯特城队来敲门了，只用了一年，“补锅匠”便有了“超人”和“传奇先生”的美誉。少年拉涅利在罗马家乡踢球时，父老乡亲就曾认定此子秉性中有英国人品性——少言、冷峻，年过花甲，在英伦岛上，一个意大利人也总算圆满了。☑

特朗普与国会有某种默契？

文 / 宋晓军

5月5日，白宫发言人欧内斯特（Josh Earnest）在新闻发布会上以奥巴马的名义表示，之前众议院通过的《2017财年国防授权法案》草案中挪用海外应急行动基金而迫使下届总统要重新申请新拨款的做法，是对众多男女军人冒着危险保卫我们国家的一种很不负责任的行为。看了这则新闻后，再联想一下之前特朗普一些看似很极端的外交政策主张，我脑子里忽然闪过了一个念头——难道共和党控制的国会与这位刚刚赢得了共和党总统参选人的亿万富翁之间有着某种默契？

要解释我脑子里闪过的这个念头，首先还要从美国2017财年的国防开支形成过程说起。简单说，今年2月奥巴马向国会提交了下个财年的财政预算，其中的国防预算要经过众议院和参议院的军事委员会明确了用途和去向，最终以立法形式形成《2017财年国防授权法案》才能送交国会的拨款委员会批准。奥巴马今年2月向国会提交的国防预算大致分两部分：一是受《2011年预算控制法案》（BCA）限制的基础预算，为5329亿美元；二是不受BCA限制的海外应急行动基金（OCO），为588亿美元。4月28日，在众议院军事委员会以60票对2票通过的《2017财年国防授权法案》草案中，为了避开BCA的限制将OCO中的231亿美元“挪用”进了受限的基础预算中，并明确

将用这部分经费增加飞机、舰艇的采购和提高军人工资的开支。这样一来，奥巴马提交的国防预算中所剩的OCO费用就只能维持到2017年4月，接下来美军在海外行动的经费就只能由下任总统再次向国会申请追加拨款了。这也是奥巴马政府抨击众议院做法的初衷。

有意思的是，虽然众议院明显是在利用手中的立法权迫使奥巴马为下任总统立下一个共和党喜欢的“财政分配规则”，但其所使用的这种“先安内、后攘外”的倒逼手段，却很难不让人猜想国会与特朗普之前“只安内、不攘外”的外交政策主张存在着某种默契。比如特朗普不仅要求北约、日本和韩国等盟国承担更多的国防开支，甚至要求日本和韩国发展自己的核武器实行“自保”。同时，他也重申了传统共和党抱怨奥巴马上任至今把军费开支砍掉了25%的观点，并强调“要支出必要的经费来重建军队，这是我们可以做的最廉价的投资。我们将研究、建造以及购买人类最先进的军事装备，我们的军事优势是毋庸置疑的”。

值得注意的是，无论是众院的“先安内”，还是特朗普的“只安内”，都还具有一定的民意基础。就在5月5日，美国调查机构皮尤研究中心公布的一项最新民调结果显示，支持增加国防开支的受访者达到了“9·11”后的最高点，为35%（支持维持现状的为40%，支持削减的为24%）。同时调查结果还显示：有57%的受访者认为美国应集中精力应对自身的问题，不要干涉别国事务；有41%的受访者认为美国干涉别国的事务太多，只有27%的受访者认为美国干涉别国的事务不够，另有28%的受访者认为适量干涉即可。

最后我想说的是，如果非要寻找共和党控制的国会与特朗普之间的某种默契，那就应该是以美国自身军事硬实力为基础的“实力政治”和“实力外交”。在这一点上，是他们与担任国务卿时大谈“巧实力”的希拉里的最大差别。如果从这个“差别”的角度去评判美国总统大选的结果，你到底是期望特朗普成为下任美国总统呢，还是期待希拉里成为美国下任总统呢？当然，对此应该有一个谁都可以说出来的标准答案：无论是谁当选，我们都要坚持把自己的事情做好。☑

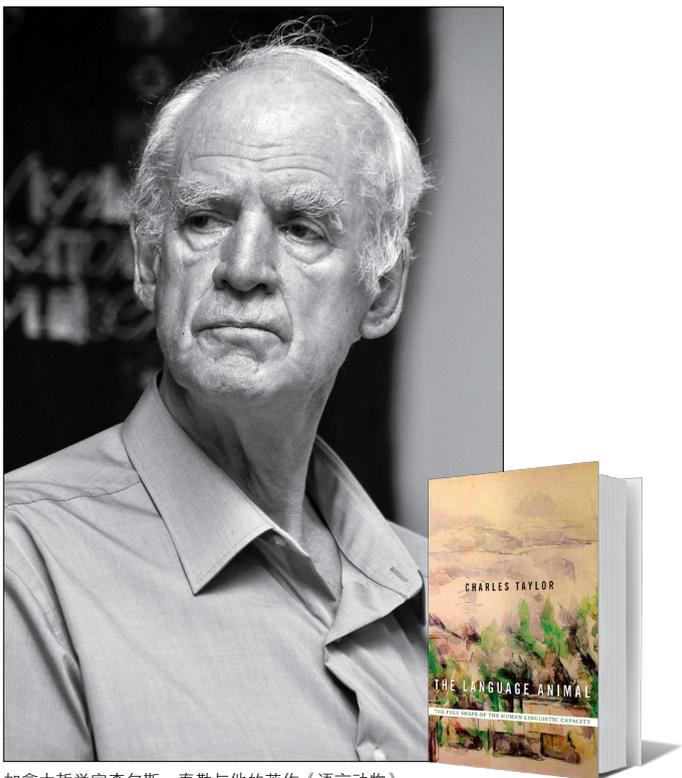


5月3日，白宫发言人欧内斯特在新闻发布会上答记者问

语言对人类的意义

主笔 / 薛巍

今年3月，85岁高龄的加拿大哲学家查尔斯·泰勒出版了新著《语言动物》，这还只是他计划中的上卷。他在书中努力要说明的是，人的语言能力不只是给信息编码和传递信息，它还包括创造意义的功能。



加拿大哲学家查尔斯·泰勒与他的著作《语言动物》

两种语言观

人和动物的区别是什么？亚里士多德说，求知是人类的本性；康德说人之所以为人在于人有自由意志、能够承担道德义务；笛卡儿说人的独特性在于理性。还有人认为，人和动物的区别在于人类有语言。语言一直被视为具有深远的、甚至神圣的重要性。在《创世记》中，上帝说的“要有光”创造了宇宙。《约翰福音》

的开头说：“太初有道（语言），道与上帝同在，道就是上帝。”在犹太—基督教的世界观中，人类的语言能力表明人类在某种意义上有了神性。但在当代哲学中，这种语言观受到了自然主义语言观的抵制。自然主义者认为，语言只是动物的表达延伸或者提升。比如乌鸦在看到园子里有猫时就会发出警示信号。自然主义的语言观认为，人类的语言虽然比鸟叫复杂得多，但最终可以用同样的刺激—反应过程来解释。

加拿大哲学家查尔斯·泰勒在《语言动物》一书中说，一些动物确实能够对环境做出估计，然后从一些可能的反应中做出选择，但人类能够加以区分、分析并在思考的基础上加以选择。“进入语言的维度，能够认出物体并聚焦于它们，这就创造了一个环绕我们的新的空间。我们没有被冲向我们的知觉的海洋淹没，而是能够分辨出一股海浪，并清晰、平静地注意着它。这种注意力的新空间，不同于当下本能般地反映，它是注意力很集中的意识，赫尔德称之为反思。动物会对自然的、偶然的信号（如烟是火偶然的信号，云是雨偶然的信号）做出反应。人也看到了信号。不同之处在于，人能控制他们自己的想象之流，而动物只会被动地去跟随触发它们的事件链条。”

泰勒区分了两种对立的语言哲学传统。一种是霍布斯(Hobbes)、洛克(Locke)和孔狄亚克(Condillac)提出的指称论语言观，他称之为HLC理论。18世纪法国哲学家孔狄亚克说，语言的诞生是因为我们的祖先对咕哝和手势感到厌倦，遂决定用发声的方式来分享他们的想法。几年之后，德国哲学家赫尔德批评说，孔狄亚克预设了他要解释的东西：如果野蛮人还没有用于表达想法的语言，他们怎么能知道他们拥有可以沟通的想法？

泰勒分析了这两种语言观之间的差异。首先，孔狄亚克认为语言是原子的，我们每次用一个词指称一种事物，而赫尔德则认为语言是整体的，词语只有作为语言网络的一部分才有意义。其次，孔狄亚克认为语言源于个人的经验，赫尔德则认为语言是合作的产物。最后，孔狄亚克把词语看作我们已经辨认出的实体的标签，而赫尔德则认为对于忠诚、法律、承诺等东西，如果我们没有表达它们的词语，它们就不会存在。

根据指称论，语言主要是命名和描述事物，语言的起点是个人把自己头脑中对外界事物的反映标示出来。通过发出跟内心所作分类对应的声音，人把自己的意思传达给其他人。这就是能指和所指的一一对应。最终许多个体的私人语言汇聚成了共同的语言。霍布斯和洛克强调，语言必须具有作为工具的效率。类似地，孔狄亚克说，语言必须能够让我们控制我们的想象。这一派把语言看作描述现实、传递信息的工具。语言把我们头脑中的观念翻译成词语。

哈曼 (Harman)、赫尔德 (Herder) 和洪堡 (Humboldt) 等构成论者认为，语言不只是我们生活于其中、环绕着我们的文化和社会的风景，语言还会塑造这种文化，因此它具有构成性的作用。它描绘的语言使新的目标、新的行为水平、新的意义成为可能。我们的观念通过语言而发展，跟语言密不可分。语言绝不只是实用的工具，它既是人类生活的手段，又是人类生活的目的，是人类经验的基本组成部分。泰勒把这种语言观称为 HHH 理论。

泰勒从一开始就表明，他赞同的是构成论的语言观。他说，现实并不是预先已经被打包成潜在的信息，只等待被人类贴上标签。对象在被指称时都会被改变甚至被创造出来。指称不是一系列相互分离的标签，词语只有在其他概念以及这些概念过去和潜在的用法的背景下才有意义。

普遍主义和多元文化

泰勒说，过去一百年间，哲学家对语言的兴趣近乎痴迷。所有重要的哲学家都有他们的语言理论：海德格尔、维特根斯坦、戴维森、德里达，各种解构主义者都把语言当作他们的哲学思考的核心。这种痴迷可以追溯到维特根斯坦在 1915 年做出的评论：“我的语言的界限意味着我的世界的界限。”也就是说，语言不只是记录和交流信息的工具，它还是我们的知识和经验的框架，语言决定了我们的思考方式。这容易导致一种相对主义的观点：每个人有着不同的框架，这些框架各有其合理性。泰勒提出，语言的使用者不只是会沟通的人，而且理解这种语言的社会和文化用

法。他说，一旦用构成论的模型来理解语言，语言的相对性就有了完全不同的角色：语言不会限制我们的思想，而且它反映了人类交往的社会含义。

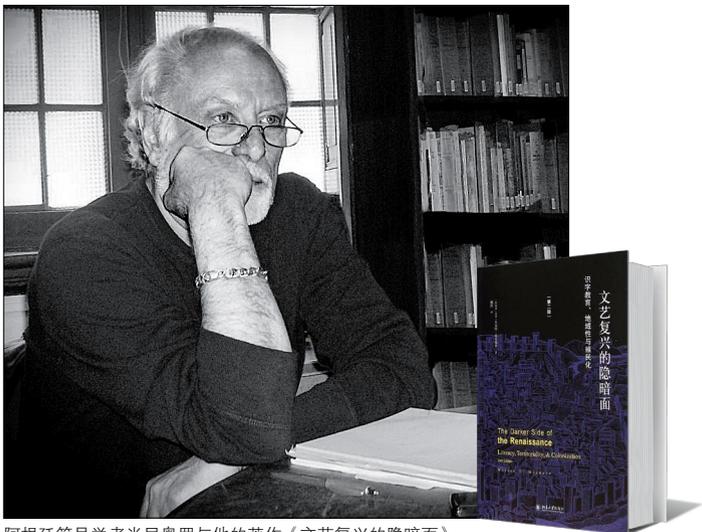
在书的最后，泰勒还从语言角度论述了普遍伦理问题。亚里士多德把人定义为“Zwōn echōn logōn”，这句话传统上被翻译为“人是理性的动物”，泰勒认为应该回到其字面意思：人是有逻各斯的动物。“逻各斯”这个希腊语的词有多种含义：在有的语境下它的意思是“词语”，有时表示“话语”、“叙述”。所以我们可以把亚里士多德的定义理解为“人是有语言的动物”。两种理解的区别在于，理性强调普遍性，逻各斯强调的是多样性：“语言不只是一种像其他动物的本性一样的本能和反复出现的行为模式。它的出现带来了更多的灵活性，带来了改变的能力，甚至是改变自我的能力，这是其他动物不具备的。”

多样性就带来了差异乃至冲突。每个社会在饮食、服装乃至婚姻制度上各不相同。“一种文化的音乐让另一种文化的成员感到困惑，幽默感和荣誉感也不一样，这些并不令人担心。但不同社会在核心伦理和基本道德准则方面的不一致则令人感到忧心，因为这些标准的要求是无条件的。我们无需否认自己文化中的音乐之美而欣赏其他文化的音乐，但我们要认可奴隶社会的原则就必须放弃我们自己的原则。面对这些冲突，我们要么接受某种形式的道德主观主义，认为它们都是合理的，要么把跟自己相异的人视为另一个物种。”在泰勒看来，这两种做法都不可取。他说：“在最好的情况下，我们能对方的直觉跟我们的直觉结合起来。有迹象表明，这种情况正在发生，比如围绕着普遍的人权、平等和人道主义行动的伦理，已经有了一定程度的共识。”

“语言不只是一种像其他动物的本性一样的本能和反复出现的行为模式。它的出现带来了更多的灵活性，带来了改变的能力，甚至是改变自我的能力，这是其他动物不具备的。”

阴暗美学

文 / 刘晨



阿根廷符号学者米尼奥罗与他的著作《文艺复兴的阴暗面》

阿根廷符号学者瓦尔特·米尼奥罗 (Walter D. Mignolo, 1941 ~) 把人类所能想象的以“殖民”为词根的各种造词法汇成一部无比详尽的词典，取名《文艺复兴的阴暗面》。1995年，这部交织文学、符号学、历史学、地图学、人种学和文化理论的百科全书式著作甫一问世便轰动学界，并荣获美国现代语言学会颁发的图书大奖。

该书由一个400多年前的故事说起。1570年，西班牙耶稣会士阿科斯塔 (José de Acosta) 到秘鲁传教。他翻越安第斯山来到内地，本以为会看到荒无人烟的热带景象，却发现这里不但人丁兴旺，而且气候温和。为了让更多的欧洲人了解新世界，他打算写一部西印度史 (美洲当时被称作“西印度”)。但是麻烦来了，这片土地的居民没有西方的书写传统，通过什么来重构他们的历史？阿科斯塔想起另一位耶稣会士托瓦尔 (Juan de Tovar) 曾送他一部绘本墨西哥史，他马上致信托瓦尔，提出质疑：这样一部历史的权威性何在？没有拼音文字的新西班牙 (墨西哥当时的叫法) 土著如何保存记忆？托瓦尔回信说，图像确实不如文字精确，但土著使用的符号足以记录他们的历史

事件，况且他们拥有非凡的记忆力，能把祖先的话一字不落地保存下来。托瓦尔让阿科斯塔放心，本土材料可以形成像样的历史。阿科斯塔最终被说服了。他回到西班牙后写出的《印度自然与道德史》(Natural and Moral History of the Indies) 成为16世纪后期最具影响力的历史著作之一。

在20世纪60年代的西方学者看来，阿科斯塔与托瓦尔的通信充满戏剧性：16世纪的欧洲人开始认识到，世上还有《圣经》和古代史书中不曾提到的文明。这一认知来得漫长而痛苦。学者们回头一想，比起拉斐尔《雅典学院》里走出的那些长袍智者，早期的欧洲人更像被征服前弗吉尼亚和墨西哥的赤身土著，不禁浑身冷汗。实际上，对征服行为的反思在征服发生之初就已开始。法国文艺复兴思想家蒙田就曾敏锐地指出，新世界的发现，实际上是对古代欧洲的智识声誉和现代欧洲的道德形象提出了双重挑战。一些民族在被欧洲人征服前已发展出灿烂的文化，基督教殖民者与其说是来传教，不如说是掠夺，他们的暴行证明自己才是真正的野蛮人。文明在地图上的位置突然变得模糊，它也许在巴拉圭的丛林，或者在秘鲁的山区，而不是在欧洲的城市中。托瓦尔的书信向世人昭示，一种与西方叙事思想截然不同的传统仍然可以保存基本事实。

由此，学者们在貌似已被开采殆尽的欧洲思想史矿藏底下打开了新的矿脉。随着萨义德《东方主义》(1978) 的出版，学界再也不得安宁，大家生怕自己被扣上“代替‘东方’说话”而不是“聆听‘东方’说话”的帽子。一时间，理论家把矛头指向所有传统的历史书写方式，象牙塔里西裔、亚裔、拉美裔学生的身份意识空前觉醒，各领域的专家纷纷卷起袖子，准备重塑“西方”与“他方”的文化冲突……酝酿已久的雷声最终在1992年爆发，那一年恰是哥伦布到达美洲大陆400周年，历史修正论者和他们的批评者互相谴责，义愤填膺。结果，16世纪那个文化碰撞、血光飞溅的十字路口成了现代学术最危险的雷区，往前走是剥削被殖民者，往后退是勾结殖民者，历史学家们吓得几乎瘫痪。严肃的学者互相打板子，

另一些人则干脆自打耳光。有关地理大发现的史书从现实中的书阁转变成了想象中的屠场，其诡异不亚于萦绕在16世纪艺术家和作家心头的那个加勒比魔影。大海上飘荡着“聆听土著”的歌声，学术的小船说翻就翻。

米尼奥罗显然是一位穿越雷区的勇士。他从阿科斯塔的故事中读出了殖民主义、殖民性和殖民化，反思了后殖民主义和权力殖民模式，鉴别了去殖民化和解殖民性，由此扬名立万。在《文艺复兴的阴暗面》里，他将已有的文化交流史看作欧洲中心论的陈词滥调，对其展开猛烈抨击。在材料的呈现上，他刻意拒绝传统编年史的时间次序，在时代、区域和民族之间来回游弋，常常把看似毫不相干的文本和作者放在一起。他并不满足于给读者讲一个有戏剧性结尾的简单故事（比如欧洲知识分子如何给西印度人贴上“原始人”的标签），而是把许多线索和情节编织起来，让读者觉得更像是在读一本符号学小说。米尼奥罗还自创了一个新词：“多重话题诠释学”（Pluritopic Hermeneutics）。

米尼奥罗写《文艺复兴的阴暗面》是一个拉美学者成功逆袭西方主流学界的故事。学生时代，受到本土和国际的双重压制，他和朋友们对自身的边缘处境深感忧虑。意大利新马克思主义理论家葛兰西让他们看到了希望，同时，本土学者研究美洲文化的独特视角也令他们耳目一新。为了发出自己的声音，米尼奥罗不惜放弃西班牙语，转向英语写作，并通过不懈努力成为美国杜克大学的讲席教授。背井离乡是他为进入主流社会而付出的高昂代价，这一点他不会忘记。他以自己的经历为依据，从16、17世纪美洲本土的智者身上找到了精神共鸣，然后对准他已了如指掌的现代殖民知识分子，全力开火。他不仅钻研身份学术，还推行身份政治。

米尼奥罗告诫历史学家不应当只沉溺于成王败寇的叙事，还要洗耳恭听被征服的“他者”的声音，要悉心关注他们留下的丰富多彩的器物。像大多数修正论者一样，米尼奥罗认为，16、17世纪的欧洲知识分子在话语权上占据绝对优势，而美洲土著的语言无法通过印刷传播于世，从而处于弱势。有关墨西哥社会与历史的各种记录，不管是本土的、欧洲的，还是混合的，都是在不平等的背景下产生的，并服务于特殊需求。因此，任何一种叙事都不应以牺牲其他叙事为

代价来赢得绝对权威。于是在米尼奥罗笔下，墨西哥民族史成了名副其实的“罗生门”。他逐字精读阿兹特克人用纳瓦特语写的书，并生动再现了印加结绳文字的奥妙；他指出，当年的西班牙传教士根本无法领会墨西哥说书人以图像唤起回忆的古老传统，因为他们脑子里只有西方书籍的字母文字。

《文艺复兴的阴暗面》论述极其迂回曲折，不时蹦出冷僻的新词，让人不明觉厉，但米尼奥罗用的一整套时髦术语都是为了抵达一个非常严肃的思想目标。任何能坚持读完这本书的读者都会由衷赞叹作者的学识和胆识。但问题也随之而来。修正主义在收获成功的同时也要付出代价：修正论者往往会夸大事件本身，而忽略历史背景，他们在攻击一种偏见的同时，走向了另一种偏见。早期的社会学者就像早期的物理学者和生物学者一样，会犯一些今天看来显而易见的错误，但他们绝非一无是处，至少，他们曾付出巨大努力去观察和记录。

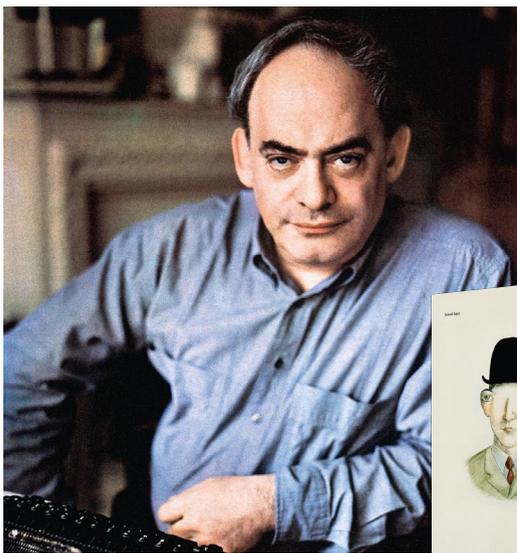
米尼奥罗不提福柯，但福柯的影子此起彼伏。他反对任何以现代学术标准批判早期欧洲学者的做法，但他自己却经常这么做。后殖民主义理论在他那里已经过时，“解殖民性”才是他独创的美学，他用一系列“不是”来定义什么是解殖民性，却让读者坠入更大的陷阱。他以一个侦探家的犀利眼光，按国别分析欧洲殖民主义，然而不知他是有意忽略还是真的忘了，殖民主义最不发达的地方，恰是文艺复兴的发源地意大利。细心的读者回到书名，不禁哑然失笑，与其叫“文艺复兴的阴暗面”，不如换成历史学家早已使用的一个更中性的词：早期现代，它更接近作者声讨的那个西方现代性。有意思的是，米尼奥罗后来真的写了一部《西方现代性的阴暗面》（*The Darker Side of Western Modernity*）。如果说《文艺复兴的阴暗面》是解殖民美学的欧洲版预告片，这一次则是全球发行的解殖民美学剧情片。两相叠加，最终成就的是一部用心良苦的阴暗美学宣传纪录片。

写到这里，发现今天刚好是米尼奥罗75周岁生日（5月2日）。这位著作等身、至今仍活跃在西方主流学界的拉美学者，大概仍记得自己一路走来的艰辛和那些必要的牺牲。历史学拒绝偏见，但没有哪一部历史著作完全不带作者的偏见。问题是，新一代学者能否突破阴暗美学的魔咒，在传统史学方法与现代流行术语的结合中创造奇迹，挑战而不是巩固偏见？

谁是《怪房客》？

记者 孙若茜

1976年，罗曼·波兰斯基导演了电影《怪房客》，20世纪最经典的恐怖片之一，是一部极具导演个人风格的作品，导演本人还亲自出演了男主角。因此常常被忽略的是，这部作品来自于作家洛朗·托波尔的同名小说。



法国作家洛朗·托波尔与他的作品《怪房客》

人们在讨论波兰斯基为何会选中这部小说时，首先会提到他的犹太身份和进过集中营的经历，认为他不可能摆脱“二战”的阴影，并更加了解人与人的关系中真实的冷淡和异化，对人性怀有充足的失望，因而与主人公特雷尔科夫斯基之间，虽然不是经历的直接相似，却有着某种隐秘的连通。

特雷尔科夫斯基的故事几乎全部发生在他新找的老式公寓楼里：前任房客从房间的窗口跳了下去，他取而代之开始了新生活。租约中事无巨细，禁止他演奏乐器，养宠物，带女友过夜，他小心翼翼地遵从——广播总是调到最小音量，一到晚上十点，他就上床看书，即便是想到什么事情而独自在床上扑哧一笑，他

也会用被子把笑声捂住。他认为：“如果以后我出于某个原因还是发出了噪音，他们会想起这么多个完全安静的夜晚，权衡比较后，他们肯定会判我无罪。”换句话说，他认为自己在房间中发出声响，是有罪的。

为了不显得莽撞无礼，他选择向在公寓楼梯上遇到的所有人问好。戴着帽子的时候，他会摘掉帽子略欠一欠身，说“先生您好”或是“女士您好”。不戴帽子的时候，他还是做出摘帽的动作。他卑微到认为自己的垃圾都是全楼最肮脏的，“恶心而下贱。和其他住客体面的日常垃圾一点都不像”。有时候为了让人难以辨认，他甚至会搅乱垃圾好把自己的和别人的混在一起。

因为在他看来，“要足够的卑微才能驱除怨恨赢得冷漠。大概需要说：我配不上让您生气，看看我，我只是个不负责任的畜生，活得一团糟没法不发出噪音，所以请别在我身上浪费您的时间，请别为了揍我而弄脏您的拳头。请忍受我活着。我当然不能求您喜欢我，我知道这是不可能的，因为我让人喜欢不起来，但请开恩鄙视我，直到无视我”。

萨特在《禁闭》中写道，“他人即地狱”。他的解释是，如果我们同他人的关系扭曲了，变了质，那么他人只能是地狱。我同他人的关系之所以很坏，是因为我完全依赖他人，这样我当然像在地狱里一样，世上有许多人处在这种地狱般的境况中，因为他们太依赖于他人对自己的判断。但这并不意味着我们同他人之间不可能有另一种关系，这只是表明所有的他人对我们都是极其重要的。特雷尔科夫斯基就是如此，无论如何努力，他都无法当别人不存在，生活的每时每刻，他都不会忘记他住的地方上面有人，下面有人，周围也有其他人。他只能寄希望于别人对他无视。他完全意识到自己的行为有多可笑，却无法改变。他身上这股可笑劲儿，也许就是他性格中最真实的一面。

他完全坠入了周边环境对他的驯化。在托波尔笔下，这种驯化并不完全来自于主人公性格的内因，而似乎是邻居发起的主动进攻。比如，只要房间里有些动静，墙壁就会被敲响，这让人很容易想到巴甫洛夫的狗，特雷尔科夫斯基在如同笼子一样狭小封闭的空

间中，遭遇着同样的条件反射训练。楼下的咖啡馆里，侍者从来不上他真正想要的咖啡和蓝高卢烟，而是递上一杯热巧克力、两片黄油面包和茨冈牌的香烟，他很快就被“训练”得习惯了前房客西蒙娜·舒勒的这些喜好，读着她在房间里留下的历史小说，像她一样会在晚上十点换上不容易发出声响的拖鞋……

后来，驯化的节奏变得激烈起来，一连串让人惊悚的怪事发生：他的房间被盗，但房东制止报警；他沉睡时被涂抹上女人的浓妆；像西蒙娜一样失掉一颗门牙，又在墙壁的洞中找到。他坚信邻居们要彻底改变他的人格，让他完全变成西蒙娜，并最终会从窗口落下——不管是他自己纵身一跳，还是谁来推他一把。他从公寓出逃，又被情人告密，在路上被邻居的车撞倒，被强行带回公寓。最后他真的从窗口跳了下来，像西蒙娜一样在病床上被缠满绷带发出惊人的尖叫。他已经完全失去了自我，变成了另一个人。这一点，似乎比他有没有摔死更加重要。

波兰斯基在电影中用图像明确地表明，主人公后来的这些极端遭遇都是他心理变态后自己的臆想。但书中原来的描述是相对模糊的，一方面陈述邻居的施暴，一方面又有一些指向主人公渐渐发疯的讯号，几乎找不到确凿的证据来佐证那些事件到底出自谁手，究竟谁才是怪房客？当然，到底是谁也并不真的重要，元凶终究指向个体与群体不平衡关系中的失控。作者这种暧昧的处理，让人与人关系中存在的怪诞的控制力更加清晰。他习惯用怪诞的笔调、丑陋的元素来表现自己眼中的世界，实际上，同时拥有画家身份的托波尔，在绘画创作中也是同样的风格。

作者提到主人公希望赢得冷漠以驱除怨恨，可是怨恨来自于什么？他写道：“人们就因为他身为特雷尔科夫斯基而不肯原谅他，因此恨他，因此惩罚他。”和波兰斯基一样，托波尔也是犹太人，出生在巴黎。“二战”期间因邻居和同事向盖世太保的举报，全家出逃到法国的另一个城市萨瓦，侥幸躲过了劫难。战后，托波尔回到巴黎，当初丑陋的告密和敌视已经经过粉饰而在城市中不着痕迹，但对于人性的失望却深植在他的心里，因此，即便在平和的世象中，他依然会直接以“敌人”来称呼自己的邻居和同事，他清楚地知道哪些是曾经企图置他，或置其他无辜的人于死地的人。他将自己与群体分开，个体意义对于他来说尤其重要。因此，特雷尔科夫斯基——我们更加清楚这个拥有典型东欧姓氏的主人公究竟从哪里来，又为什么会波兰斯基选中了。

人们通常会将托波尔和卡夫卡进行比较，认为前者继承了后者的传统。也有评论明确地指出二者的差异：“虽然托波尔和卡夫卡都感受到了异化，但卡夫卡的压迫体系是官僚的、姓名不详的。总是有另一个部门，另一间办公室，另一条走廊。而在托波尔的作品中，主人公必须和压迫者面对面进行抗争。”比如特雷尔科夫斯基曾经和房东据理力争，也拒绝和别的房客同流合污，不同意在赶走一对母女房客的联名簿上签名。另外，在对待死亡的态度上，“卡夫卡认为死亡是一种逃脱，在实现死亡的瞬间就可以脱离禁锢了独立个体的社会结构。但之于托波尔而言，‘生存在边缘，死亡是主流’。死亡只是主人公的一部分，死亡饲养了他也消费了他”。

当然，就《怪房客》而言，我们依然可以说，它是一部卡夫卡式的小说。至少，在书的封面上，作者就暗示了这一点——他画了一幅变形的卡夫卡肖像，头戴卡夫卡经典的黑色礼帽，眼睛却凸出地长在了耳朵的位置上——如果对比作者的照片，这幅画也很容易被看成是他的自画像。这种不确定，让这幅画又更像是作者在书中一段写到的人们被同化后的面孔，也正是作者在书中的诘问：“在他眼前络绎不绝的脸几乎都是同一个模子里刻出来的，仿佛顶着这些脸的人们都站在传送带上一样。有着蛤蟆一样突出的大眼睛的脸，刻薄的人那瘦削的脸，畸形婴儿一样硕大柔软的脸，公牛般的脖子，鱼鼻，兔唇。眨眨眼睛就能想象眼前只是同一张脸在慢慢变形。特雷尔科夫斯基对这些脸如此地奇形怪状感到惊讶。火星，他们都是火星。但他们对此感到羞耻，所以他们就想掩盖事实。他们将自己骇人听闻的怪异比例一劳永逸地命名为匀称，将他们不可想象的丑陋命名为美丽。他们从别处来，却不想承认。他们装作天生在此。一面橱窗玻璃让他看到了自己的倒影。他也没什么不同。一模一样，就和那些怪物完全相同。他和他们是同一物种，但不知为什么他被撇在一旁。”

“虽然托波尔和卡夫卡都感受到了异化，但卡夫卡的压迫体系是官僚的、姓名不详的。总是有另一个部门，另一间办公室，另一条走廊。而在托波尔的作品中，主人公必须和压迫者面对面进行抗争。”

刘心武：更自由扇动文学的翅膀（1）

文 / 朱伟



刘心武

（铁矛摄）

刘心武与王蒙的年龄其实只差8岁，但1949年作为一个时间分界点，8岁，却构成了截然不同的两种人。刘心武1942年出生，上小学已经是新中国，算新中国培养的第一代知识青年。他上小学时，王蒙已经是年轻的中共党员，共青团干部了。王蒙与刘心武，因此出发点、兴趣点都截然不同。王蒙19岁已经写成了激情洋溢的《青春万岁》，刘心武60年代初师范专科学校毕业后，波澜不惊做了15年中学教师，才发表了《班主任》。

刘心武属“文革”后期开始创作的那批作家。在《班主任》之前，他先有一部写中学教师生活的长篇，也在朝内大街人民文学出版社改过两年稿。我认识他是在《班主任》发表后，大约是1977年冬天一个快下班的傍晚，那时他已经在北京出版社当编辑了。他来《人民文学》找老崔（崔道怡），那时老崔主管北京，是《班主任》的责任编辑。他脖子缩在围巾里，拎着提包，我印象中，他多少年都是这样一个脖子缩在围巾里笑眯眯的形象，眼睛小，笑而眯缝。老崔那时坐在小说组后门，门是不开的。刘心武就坐在老崔桌边，小声密集地絮语，对老崔很尊敬。

刘心武以《班主任》走入文坛，他的第一阶段

创作，《班主任》《爱情的位置》《醒来吧，弟弟》，在伤痕文学兴起前，都敏锐提出了能引发拨乱反正共鸣的问题。这三篇小说，写得最好的是《班主任》，因为其中有他深厚的中学教师生活积累。《班主任》在1977年，不算一篇概念化的小说，它真实写出了“文革”培养出的两种不同类型的孩子——走上街头滋事的小流氓宋宝琦与被现代迷信僵化的团支部书记谢惠敏，其实都是愚民政策导致知识缺失而头脑简单的畸形儿。在这两个典型形象基础上，“救救被‘四人帮’坑害的孩子”在当时，才同时激起几代人的共鸣。

《班主任》后，第二篇《爱情的位置》发表在1978年8月创刊的第一期《十月》（当初还叫《十月文艺丛书》）上，提出的是从混淆的阶级感情中，恢复爱情位置的问题。比起《班主任》，它显然是“主题先行”——虽然给“爱情”这个名词正名是刘心武当时迫切的冲动，但故事基础只是一对青年在电车上的不断戏剧化相遇，他只提出爱情非物质生活为基础“找对象”的辨识问题，是否需要爱情的迷惘，最后是通过原型大约是杨沫的——历经革命的冯姨来安全解答的。那时《情爱论》还远未出版，还只能谈“革命爱情”，所以，冯姨也只是说，爱情是革命的一部分，爱情在革命中应有重要的位置。但在那个时代，能正名“爱情”，已是很大突破了。这在今天当然不可思议，但当时，部队作家徐怀中有一部叫《我们播种爱情》的小说，还是歌颂对祖国、对藏族人民之情的，都因称“爱情”而受批判呢。在极“左”思潮下，爱情被认为本属资产阶级或小资产阶级的。

《醒来吧，弟弟》是1978年9月我因《人民文学》解决不了户口问题而到准备复刊的《中国青年》，向他约的稿子。那时他还住在柳荫街的平房里，他在北京十三中当老师时分的，很小的里外间，幽静。他爱人身体不好，屋里有浓浓煎药的味道。他是太典型的中学老师了，这是我第一次到他家的感觉——小小的书桌，特别整洁。他与你说话时，就含笑眯缝着眼看着你，时不时会温和地问“为什么呢？”完全是老师对学生的神态。他的稿子，字迹不潦草，

但无棱角，是那种批改作业惯的，顺便就滚圆的字，涂改处就是个墨水圈。

我当初拿到他的稿子是激动的——它提出了“文革”带来最大的创伤是信仰危机问题，提出的问题是当时刚复刊，以敏锐思想为己任的《中国青年》之所需。这篇小说很快就在编辑部到处叫好，发表在复刊后第二期《中国青年》上。《中国青年》复刊第一期胡耀邦选定的“本刊评论员”文章，就是李洪林的《破除迷信，掌握科学》，提出的就是领袖崇拜形成的现代迷信问题。这篇小说简直就是为《中国青年》量身定制的。小说中立足的一个细节，来自“文革”中有人将毛主席像章别在胸口皮肉上的传说。在它发表的人人声讨“文革”的1978年，没人质疑这细节的概念性。它强化了刚复刊的《中国青年》在当时破除现代迷信政治需求中的影响力。

在我的认识中，刘心武应该算一个时尚作家。70年代末他这三篇构成巨大影响的小说，都是敏锐觉察到社会脉动而适时提出了振聋发聩的问题。而在当时他的小说中，已经透露出他对各种时尚的兴趣。《爱情的位置》前，他在《北京文艺》发表过一篇很简单的小小说叫《穿米黄色大衣的青年》，主题就是一个曾寄托于米黄色大衣的青年，终于意识到了有比大衣更为重要的事情。所谓米黄色大衣，是70年代时髦，街头有顺口溜：“匪不匪，看裤腿；狂不狂，看米黄。”而《爱情的位置》里那个追时髦的女孩，刘心武强调她的洋红拉毛围巾配宝蓝色呢外套；《醒来吧，弟弟》里代表时尚的那个朱瑞芹，刘心武强调她的“痰盂包”，也都是70年代时尚。自我认识刘心武，发觉他的外套、毛衣、围巾、包，都曾时时体现出时尚，起码80年代我熟悉他时是这样。他追求情调。王蒙也追求情调，但那是遥远50年代的，苏联的，再往前是俄罗斯，屠格涅夫或柴科夫斯基的。90年代初我创办《爱乐》杂志时，曾约王蒙写过一篇柴科夫斯基，他的标题叫《行板如歌》，没想到他对柴科夫斯基的理解那么专业。他说，柴科夫斯基最令人着迷的是他音乐中的摇曳感，他说在《组织部新来的年轻人》中，他写到了《意大利随想曲》，这曲子的动人之处就在它潮汐般的摇曳

感。这给我印象太深了。刘心武呢？追随的是最新的潮流。

严格说，刘心武第一阶段的创作是以1979年在《人民文学》发表《我爱每一片绿叶》为结尾。这篇小说借有诗意的绿叶写人，提出的问题是，能不能给特殊个性落实政策——每人的个性都是一片绿叶。它又回到了他熟悉的教师生活，写出一个孤僻又扎实的教师形象。这篇小说有意思的是，悬而未决了人物关系的一点秘密：抽屉里珍藏的照片与那个中年妇女，潜台词是对每人隐私应有的保护。这在1979年真是了不起的意识了。这篇小说重要在于，它使刘心武在敏感社会脉动的优势中，又增加了对人的问题的关注。

《我爱每一片绿叶》刊登的时候，朱光潜的著名文章《关于人性论、人道主义、人情味和共同美问题》尚未发表，人道主义的讨论尚未开端，但刘心武的敏感已经帮他觉察到了风将起，这引发了他顺着这个方向，写出第一个中篇小说《如意》，超越了他自己的简单社会化写作。❏（未完待续）



1. 中国青年出版社1979年8月出版的第一版《班主任》。这是刘心武第一个小说集，其中收录了《穿米黄色大衣的青年》《爱情的位置》《醒来吧，弟弟》等12篇小说，印数5.8万，定价0.50元

2. 《十月》这本创刊号上发表了刘心武的《爱情的位置》。其中的头条是河南作家李准的“电影小说”《壮歌行》。这本刊物当年定价1.00元

3. 1979年《人民文学》6月号发表了刘心武的《我爱每一片绿叶》。这期刊物的小说头条是陕西邹志安的《土地》

父亲

文 / 李金羲（昆明） 图 / 陈曦



我和父亲很不说话，这种状况持续了很长一段时间，长到我甚至记不起是从什么时候开始的。但有一件事我却清楚记得：两年前，在又一次激烈的争吵过后，我摔门而出，从此再没有回家住过。

父亲出生在河南农村一个没落的地主家庭。爷爷死后家财尽失，剩下奶奶和五个孩子相依为命，父亲在学校受尽了欺辱，早早地便辍了学，靠奶奶用尽家族最后一点颜面，托人找关系当上了兵。

这一走，就是40年。军营里的父亲继承了农村孩子那种与生俱来的倔强精神，受过枪伤，立过二等功。他并没有像同乡那样复员回家，而是在这座南方省城里深深地扎下了根，并在几年之后娶了当时部队大院里最漂亮的姑娘。

“我18岁就当上了班长，30多岁的同志没有一个不服气的。”从军的经历给了父亲足够的素材来总结自己成功的经验，我曾无比羡慕地听着他讲述那段往事，那时候，他是我眼里的英雄。可当我过了听故事的年纪，我逐渐发现，那些故事俨然成为他家庭教育的范本，他希望我能像他一样要强，他希望我能像他规划好的那样成功，却发现我做不到。从那以后，父亲便很少笑过。他像军人遵守纪律一样固执己见地奉行着“慈母严父”的理念，严厉甚至是严苛地处理着我们的关系，一个独裁者的形象慢慢取代了那个我童年眼里的英雄。

渐渐地，父亲在我的生活中成了一个缺席的角色，我曾一度希望我能在球场边上见到他，一度希望他能够像他向同事们炫耀的那样认真读读我的每一篇文章。而这些希望都统统变成了奢求。一次，当电视画面定格在一对父子在球场上嬉闹的场景时，我号啕大哭。之后，我甚至会害怕他的“出席”，一次又一

次观点鲜明地站在了他的对立面，直到我最终厌倦了争吵，用更为激烈的沉默取代了之前剑拔弩张的对峙。这是场谁也不会胜利的战斗。我们心里都清楚，可依旧像拔河选手般握紧自己手里的绳索，谁都不肯松劲。

最近父亲又住院了，年内第二次。出于尽儿子的义务，这几天我都在医院陪他，而这种“亲密”一度让我有些不知所措。他依旧像个战士，很少让我搀扶，依旧故作镇定地和同房的病友们谈笑风生，可只有我能从他对我说话时柔和的语气声中感到他的疲惫与困顿。有时我陪他散步，他蹒跚的步伐不禁让我想起很多年前，我走在他身后，使尽了力气也很难跟上他的步子，而现在，他却跟不上我的。而到了夜里，他那原来令我厌烦的如雷的鼾声竟变成了一剂让我安眠的良药，只有听见，才睡得安稳。

出院后我回到了久违的家中吃饭。父亲并没有老，因为他做饭的手艺仍在。四菜一汤，中间白瓷碗里满满当当地装着一碗清汤毛肚，翠绿的薄荷在嫩白的肚条上显得格外惹眼。

清汤毛肚是我幼年时最馋的吃食。记得在花鸟市场背后，胜利堂斜对面的街口，有一家专卖毛肚的馆子，口味特别地道，每个周末父亲都会骑着摩托车载我去吃。父亲每次都买两碗，我吃的时候，他却不吃，只是静静地看着我，待我吃完，便径自将他的那碗推到我的面前。嫩白的肚条和翠绿的薄荷叶上喧腾起一阵热气，隔着那团烟雾，父亲的脸似乎要比平时慈祥许多，我看着他笑，他看着我，也笑。✍