

受日本国际交流基金会之邀,青年作家蒋方舟去年在东京独居了一年。新书《东京一年》收录了她在这一年的日记,从社会、艺术到当今中日两国世间百态,都有其独特又不失严肃的描摹与思考。

【微书摘】

为什么中产会选择长跑

□蒋方舟

今天去表参道的ASICS买了跑鞋和运动服,晚上去住所附近的皇居跑了步。

绕着皇居跑步一圈刚好5公里,沿路有专门为跑者提供饮用水和休息的地方,是东京的跑步圣地,据说是村上春树爱跑步的地方。

跑步的时候我刻意留意四周,看看是否能偶遇村上春树,结果发现大部分男的都和村上春树差不多,矮小结实的身材,简素规律、神情肃穆,我就像是在和一堆村上春树的克隆者同时跑。跑者白天是坐地铁的上班族,穿着米色和黑色的商务装,地铁门一开再一关,他们的疲惫和麻木又加深了一层。到了晚上,他们换上专业的跑步服,庞大的上百人的群体呼吸在同样的频率之下,在窄窄的跑道上连绵不绝,仪式感就像是参加弥撒。

这种沉醉是宗教性的。跑步的确具有宗教的一些特征:人群聚众,大脑中分泌出一种宗教性的欢愉。因为聚众,这种欢愉又变得更为强烈。

这两年跑步也成了中国中产的新宗教。

可是说实话,我很害怕在朋友圈看到人晒长跑之后的照片,直视镜头的脸面色潮红,全身汗湿,裹在紧身衣里。我朋友有一个朋友是超级马拉松(一种在野外环境里长达100公里,甚至300公里的马拉松)的跑者,我每次看他的朋友圈都很紧张,晒伤的身体,起泡的双脚,皮开肉绽的肩膀。

这或许可以解释为什么中产爱跑步,因为跑步是一种苦修。而苦修,是对过剩的回应。

食物过剩,糖分过剩,卡路里过剩。而互联网创业的热潮中,很多人的很多努力都是为了让别人更懒一些,人和食物之间的距离被缩短了,食指



《东京一年》
蒋方舟 著
中信出版集团

一动,就等着外卖小哥敲门。

我们的社会充盈而饱和,由一个肥胖者的社会进入了一个厌食症的社会。

中国最先胖起来的一代诞生于饥荒之后,饥饿的记忆告诉他们的大脑要不断储存热量,因此对于食物有着穷凶极恶的热情。肥胖者说:“我什么都缺,所以我什么都吃。”而新兴的城市中产说:“我什么都不缺,所以我什么都不吃。”

戒糖,戒油,戒一切因为过于幸福而让灵魂出窍的食物。在跑步这个近乎受苦的单调运动中,把过剩的能量呕吐出来,中产再次控制了自己的身体。

受苦对于中产是陌生的身体经验,对于富人阶层更是。跑马拉松的潘石屹和登珠峰的王石是中产看齐的对象。我相信潘石屹和王石并不是为了作秀,或者为了征服的虚荣,而是真的享受这种对于他们的日常生活来说遥远而陌生的身体痛苦。痛苦放大了人对身体的觉知,痛苦让人感觉到自己正在活着。

现代科技的发展与其说“解放了身体”,倒不如说“剥离了身体”。工具代替了身体的功能,中产要借助马拉松找回自

己的身体。所以,你很难想象一个重体力工作者,或是一个快递小哥在结束了一天的工作之后决定在城市公园跑个步。

在缺乏宗教的社会里,过剩的中产需要跑步这种宗教般的欢愉来缓解自己的焦虑和压力。中产的压力是方方面面的,一方面是日常的琐碎,刘震云20年前写的《一地鸡毛》依然没有被扫走,妻子、孩子、保姆、单位的是是非非确凿地存在于生活的每一天;另一方面是“均质”的焦虑,是每个生活在这片土地上的人共享的,雾霾和地沟油,诈骗和毒奶粉,房价和养老,股票和医疗……它们既抽象又具体,如乌云般遥遥而至,压在每一个中产的头顶上。

跑步所带来的愉悦成为缓解这种焦虑最好的方式。关掉糟心的新闻,远离唠叨的妻子和讨厌的同事,把孩子的吵闹遗留在身后,关上房门,换上跑鞋,戴上耳机,美妙的协奏曲取代了嘈杂与抱怨,肉身与灵魂瞬间进入真空。

“运动让人产生愉悦”这一点似乎有科学的解释。所有运动都能让人产生愉悦,比如打篮球、踢足球、跳广场舞。为什么中产会选择长跑呢?

宣称“跑步是种宗教”的中产没有资格嘲笑跳广场舞的大妈。除了装备不如跑者,背景音乐落后了20年,其实两者没有太大区别:同样欢愉,同样缺乏对抗性,同样切割城市空间,参与者同样热情地邀请你加入他们的队伍,像传教士一样伸出双手。

可鄙视链却依然真实地存在着,最大的原因就在于:广场舞不够中产。中产需要自己小群体的阶层认同。

当中产刚刚开始俄国流行时,纳博科夫是这样刻薄他们的:“他们被两种相抵触的渴望煎熬着:一方面他想和所有人一样,用这个用那个,因为

成千上万的人都在这么做;另一方面他又渴望加入某个特殊团体,某个组织、俱乐部,成为某个宾馆的贵宾或者远洋航班的乘客,然后因得知某集团的总裁或欧洲的某伯爵坐在自己身边而欢欣雀跃。”

跑步不仅仅时髦,而且像是某种成功人士的标配。中国的企业家和企业高层们为了显示自己的追求,纷纷把马拉松的奖牌当作自己的勋章。而中产选择跑步而非广场舞来锻炼身体,显然是因为跑步更像是身份的象征。

乐观的人会把跑步的中产看作阶级自我意识的觉醒。

中产在财富以外,开始关注健康,并且以此为起点,关注一些大于自身的东西,比如大气环境、食品安全、医疗健康、公众权利、财富安全。跑步既是一种焦虑下的反应,也是一种自救。而跑者彼此抱团,更让人有一个政治群体崛起的集结号已经吹响的想象。

然而真的是这样吗?

日本以及西方的上班族开始追求一种戒糖、长跑、岁月静好、去政治化的生活方式,是因为某种社会规则已经成为共识。而在中国,这种规则与底线并未形成,当奶粉出现问题,中产开始寻找代购;当疫苗出现问题,中产去香港打疫苗;当空气出现问题,中产戴上口罩继续长跑。

很多中产并不认为自己有推动社会变革的责任,而仅仅是想通过长跑和秋葵把自己修炼得百毒不侵,水木清明。

然而,我们并没有办法指责中产的犬儒和自私。他们仅仅是无力,在无力与无力的每一天交替的缝隙中,大脑借助运动产生内啡肽,那半真半假的愉悦与沉醉,便成了生活中最大的安慰。

(摘自《东京一年》,有删节,标题为编者所加)

【编辑推荐】

《潮来潮去:海关与中国现代性的全球起源》

[英]方德万 著
山西人民出版社

本书将海关历史放回中国近代史和近代全球化的历史当中,通过分析一个在中国政府的运作中处于中心地位长达百年之久的机构——海关,方德万令人信服地证明,如果不置入全球化背景之下就无法理解近代中国。

《记一忘三二》

李娟 著
中华书局

李娟近几年的一些生活随笔合集。她的写作全都围绕个人生活展开,对她来说,这是一条“滔滔不绝,手忙脚乱也不能汲取其一二”的河流。

《五日谈》

[意]吉姆巴地斯达·巴西耳 著
广东人民出版社

《睡美人》《灰姑娘》《白雪公主》《穿靴子的猫》《长发姑娘》这些童话故事最早都来自17世纪意大利宫廷诗人吉姆巴地斯达·巴西耳所著的这部故事集《五日谈》,比格林兄弟的童话集早了近两个世纪。它一改人们印象中的美好纯洁的童话故事套路,将暗黑进行到极致。

《慈禧回銮:1901年的一次特殊旅行》

杨红林 著
生活·读书·新知三联书店

本书首次披露60张反映慈禧辛丑回銮沿途所路过地方情形的照片,系负责打前站的官员请照相馆拍摄的。这些照片的内容,既有洛阳、开封等地预先为慈禧兴建的行宫、牌楼,也有河南、直隶各地慈禧驾临过的名胜古迹,还有地方官员们准备迎驾时的场景。

《南明史:1644—1662》

[美]同徒琳 著
上海人民出版社

本书从“明朝为什么会灭亡”这一问题出发,讨论了明朝世袭君主统治失陷后18年的历史进程中所映射出来的溃败根源。

《哈利·波特背后的魔法师:J.K.罗琳传》

[美]马克·夏皮罗 著
黑龙江教育出版社

本书全面介绍了J.K.罗琳的成长、家庭、求学、工作和婚姻生活,尤其是创作哈利·波特系列小说的艰辛过程,J.K.罗琳成名背后的故事被逐一揭晓。

《生命之灯》

逢金一 著
华龄出版社



本书是济南作家逢金一的最新散文集,收录了作者近年来创作的散文精品。既有对现实和过往生活的追忆文章,逢金一是一名长期生活在济南的作家,在这本散文集中,他将济南的感情浓于笔端,化成独具魅力的文字。

【新书评】 中国茶叶如何影响世界的口味

□禾刀

重点研究近代中国经济史的日本东京大学博士陈慈玉在《生津解渴:中国茶叶的全球化》一书中研究了两方面的问题,一是中外饮茶习俗的变迁,二是茶叶走出国门的轨迹。虽说是两个问题,但大多数时候,二者又相互交织,相互影响,甚至不分彼此……历史有时就像是一团理不清的乱麻。

在陈慈玉看来,“饮茶文化是东方精神文化的象征,同时也是西方物质文化的表象”。在中国人眼里,喝茶代表“崇尚自然,幽趣的精神内涵”,象征着一种儒雅的生活情趣,所以茶在历史上曾长期与诗歌为伴。历史上中国喝茶风俗盛行之地,往往是物质生活相对富裕、知识较为普及的地带,比如江南地区。平民百姓也喝茶,不过难得像文人和富人那样优哉游哉,喝茶对他们而言就是解渴解乏。而在与中国一水之隔,深受儒家思想影响的日本,茶叶则被赋予了茶道这样“审美的宗教”内涵。

相比之下,英国人的喝茶习惯则明显带有西方物质主义的浓郁色彩。17世纪中叶查理二世的皇后凯瑟琳将引用红茶的习惯带入英国后,以宫廷为

代表的上层社会开始在茶里加入牛奶和糖。糖在那个年代尚为贵重之物,“依赖进口的砂糖的价格可与银块相匹敌”,这显然符合上层社会“只买贵的”的奢侈消费习惯。直到17世纪末,随着进口量的剧增,糖价才大幅下跌,同时也降低了大众饮茶的经济门槛。

英国新一轮饮茶风潮的再度掀起则是在18世纪中叶,主因是英国降低了茶税,另一方面工业革命风起云涌,飞速发展的通信和航海技术被纷纷应用于远洋运输,运输成本持续下降。1776年,亚当·斯密《国富论》的发表,更是为工业革命旺火添薪,围绕茶叶的竞争日趋激烈。竞争越充分,商品成本和价格自然越低,茶叶的奢侈形象一落千丈,自然为大众化消费开启了方便之门。

正是在竞争的强力驱动下,英国茶商开始不满意东印度公司垄断进口茶叶生意,也不满意单单从广州进口,不满意清廷的种种管制,当利益有了强权霸权撑腰,鸦片于是涌入中国,并成为战争的导火索。

面对英国人,清廷并非完全放弃努力,只是他们的努力

太过卑微,许多努力在不知不觉中走了样。且不说海关收受贿赂早就成为各路茶商的“硬成本”,英国茶商其实早就通过港脚和买办等,深入各地产茶一线。这些人压缩了交易链条,当然大大降低了成本。

需要指出的是,正是上述无序的深入,才有英国“植物大盗”福钧的乘虚而入。此人不仅盗走了中国茶种和制茶技术,还揭露了中国茶商用普鲁士蓝和石膏套色“保鲜”的内幕。自此,中国茶叶在英国市场上一落千丈,而由英国人盗走并在印度种植成功的茶叶则蒸蒸日上。

一些内地奸商以次充好,眼前获利,长久失信,最终付出的成本则是丢失英美这样的大片市场。论品相,中国茶明显比印度和日本茶好,但今天印度占据了英国市场,日本占据了美国市场。就此,陈慈玉一针见血地指出,“支配全球茶叶贸易的外国商人”成功激起三个产茶国间“发生激烈的竞争”。从这一视角看去,中国茶叶虽然历史上一度风靡,但操盘手并非中国人,过去不是,现在也不是,这当是中国茶叶重现昔日荣光最值得深思之处。



《生津解渴:中国茶叶的全球化》
陈慈玉 著
商务印书馆