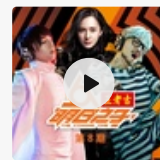


# 我们都很好看

Original 吴希杰 549号列车 2018-10-24

## 像我这样的人

毛不易 - 明日之子 第8期



## 像我这样的人

毛不易 - 明日之子 第8期



睡前在寝室外的走廊晾衣服，一个同学走过，说：“思哲，我远远看你的腿，好白啊！”另一个同学经过，附和道：“是啊！又白又细。”

我：“灯灯灯！这灯正好打到我这。”

爬上床后，我写了一条微博。

一直被人说瘦。

以前我总是很羞涩和尴尬，不知道该回应什么。因为听语气好像是在夸我，推脱显得虚伪而承认又仿佛是骄傲。

不知道从什么时候开始，我居然可以理直气壮甚至飞扬跋扈地怼回去：只是看起来瘦，你知道我肚子多大吗，你知道我体脂属于肥胖吗？

我想某一天估计不远了，我终于变成一个显而易见的、货真价实的胖子。，再也没人和我谈论身材问题。

（体脂率 $\geq 28\%$ 属于肥胖，我最近一次指标为31.3%）

本来到这里应该结束了，毕竟我的微博向来充满段子。但是我闲来无事多想了一秒，然后就没发这条微博，因为我想说更多。

我逐渐学会如何轻描淡写地暴露真实而残缺的自己，以转移别人羡慕的眼光。对方会释然，露出惊诧或理解的表情，幸运的话还可能被我逗笑。她明白她不是一个人在对抗那

些恼人的问题。

每个女孩在表达“你好瘦”、“你腿好细”、“你好白”这些指向明确的赞美时，都发自真心实意的羡慕。羡慕别人的背面，一定有对自己的遗憾，因为我们选取的参考系在我们的前面，观照自己，总是怅然若失。这种双向的感觉像榴莲外皮，柔软的善意给你，尖锐的怒意留给自己。一般情况下，两种情绪组成一对相互作用力，有多少羡慕，就有多少遗憾。

我不喜欢听见别人对我身材和肤色的羡慕。一方面，我觉得我的身体不匹配那样高的评价：我有小肚子，我手臂太细，我小腿太短，我肩膀太宽，还有时驼背；我长痘6年挤痘6年，脸上毛孔很大还有痘印；我腿白脸黄，肤色一点都不均匀……另一方面，我对我的身材和皮肤没有付出任何努力。我食量巨大，我明知道夜间暴饮暴食容易堆积腹部脂肪还常常这么干，就因为我想吃；我粗糙到活了18年不做保湿和防晒，因为我怕麻烦。这样的“好”，我认为胜之不武，受之有愧。

但最重要的是，我根本就不觉得“体瘦”和“肤白”是值得夸耀的——不如听见有人喜欢我的个性、人品，我的文笔，甚至我的穿搭、气质或小聪明。瘦怎么样？相比过度肥胖，可能瘦更健康；但是不胖不瘦的中等身材很匀称，微胖的身材更丰满，圆滚滚也很可爱，各有各的风情。白就更奇怪，皮肤再黑或白，我们都只是黄种人。生活中，只要不是黑到脸上显脏或者白得全身发光，我基本分辨不出谁的肤色深浅，相信很多人也是一样。白色只是一种颜色，白衣服不比黑的黄的贵，为什么白皮披到中国女性身上，就变成了某种优越？

这个社会所呈现的对女性的外形要求已经是病态的了。我认识太多明明身材很匀称的女孩，每天都在减肥，为了变瘦不吃晚饭、买流脂茶，为了瘦脸买瘦脸面膜，因为她们觉得自己“太胖”，因为身边某些人觉得她们“不瘦”。我听见朋友在和母亲通话时崩溃大哭，因为她很努力了却“减不下来，还更想吃东西了”。我很心疼很不解，其实她真的只是一个光彩照人、长相气质都很出众的女孩子。我说她不需要减肥，她回答，我减肥，是我想掌控自己的身体，让自己变得更健康。这个答案近乎完美，可是，她身材颇长匀称挺拔，从小练舞使肌肉紧实，真的属于胖子吗？

读《人物》对女星大S的采访 [太S下凡](#)，我为女星自困的图圈而深切地疼痛；而看见《人物》的另一篇报道 [港版罗拉：像女人一样强](#)，我真喜欢这标题，就像喜欢女主人公手臂上的肌肉一样。

可是事实是，我很难拥有和维持肌肉。九月中开始跑步半个月，我增加了0.4kg的肌肉；十月初暂停跑步半个月，尽管我日均走路超过一万步，肌肉还是掉了1.1kg（因为在北体，我得以测精确的身体数据）。

必须承认，就像BBC的纪录片揭示的那样，基因在我们的身体构造上扮演了极其重要的作用。我的基因决定了我必须付出比别人更多的努力才能化脂为肌，决定了我是黄种人中肤色较浅的那个，我是骨架偏细长和宽的那个，我是吃再多都不胖、实际上不过是脂肪堆积在了肚子上的那个。我接受。

接受不是消极。既然基因有多种可能性，为什么人不可以拥抱这种差异？我时常被千姿百态的美击中，或许是女孩小麦色皮肤和爽朗的性格相搭时很和谐很酷，或许是老同学的新发色染出了很棒的效果，或许是陌生人一瞬间静谧安详的神态让我感到圣洁，或许是男孩女孩明晰的肌肉线条展现的蓬勃的力量。当一个男人落泪或勇于展现软弱，我觉得这是他最帅的时刻。

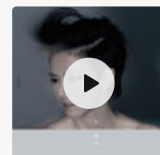
爱美是人的天性，男女通用老少咸宜。每个努力追求美的人都值得尊重，因为这真的并不容易。但鼓吹某种标准、封杀其他形态，这算不算是美学上的封建专制？这种单一的追求，大部分是环境给的，但是我们其实可以跳出来审视和批判；不行的话，起码不让这框架钉住我们自己。这当然需要一点点信心、勇气和毅力，可能比忍受不吃晚饭的饥饿还要艰难。但是对自己的认可，对多姿多彩世界的包容和欣赏，将让我们生活得更快乐和从容，让我们看起来更美。

初中的时候，我曾一度羡慕别人而自我否定，很不快乐——因为我不知道自己有多好。是的，我现在知道了，我发现我也是会被人羡慕和欣赏的人。有一天你也会发现的。

---

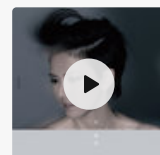
克卜勒

孙燕姿 - 克卜勒



克卜勒

孙燕姿 - 克卜勒



.第一首歌很丧，昨晚第一次在朋友圈听见。放这两首，我想表达的是，既然每个人都有烦恼和悲伤的时候，那么每个人也都有发光的时候。你不是一颗寂寞的星星。



### 思哲说

有朋友对我说，这个社会对男性的要求也一点都不低啊。

可能我就是个理想主义者，游离于规矩外的人，我希望“我们”能少受“他们”的影响。

我希望我们都能满足自己对自己的期待，并且坦然地接受不完美的部分。

这个“我们”不分性别。