

# 我不能用耳机线缠腰...所以呢？

忍冬自选集 忍冬自选集 2020-02-14 01:20

014

别再羞辱我了

“真正的自由者是坚忍地背负起奴隶重担的人。”  
——纪伯伦 《沙与沫》

晚间刷到一条这样的微博：

博主提出一个比赛形式：将耳机线缠腰并附上照片，向下翻了一下，清一色的女孩发布了自己提着一口气拿耳机线勒紧腹部的照片，语气或欣喜或骄傲，相同的是一颗等待夸奖的心。

这种“比赛”可能对于每一位女性都不陌生，数年前，它们是A4纸比腰，胸部放物件，和锁骨养金鱼，而隐藏在有所谓比赛下的，是看不见的身體羞辱和无可救药的审美固化。

身体羞辱（BodyShaming）可能对于国内很多互联网使用者是一个新名词，但这种现象实则已经肆虐：如果你停下来，想一想我们是如何经常被告知要改变自己的外貌和身材，想一想铺天盖地的整容广告医美宣传，小红书上里绵延不绝的变美方法，微博上无数个段子对于“胖”和“丑”这两个词的严重异端化和嘲笑，想一想“做一个精致的女生”这样的思想是如何不断在各个媒体渠道被强硬灌输给女性群体，你可能会意识到，身体羞辱的各种各样案例已经充满了我们的生活。

【某热衷于居民区广告投放的医美app】

撇开商家为了宣传商品所生产的营销策略不谈，这种主流价值观的形成是一个批判和残害心理健康与生理健康的恶性循环：女性从社交媒体和日常生活中被暗示她们应该改变，应该去在意她们是否身材苗条，五官端正，符合标准审美，而如果不加在意，则将面临着被别人施加身体羞辱评论的风险。

这也是为什么身体羞辱能盛行，它利用社会舆论压力把受害者转换成了施害者，所以不难发现，很多对于别人进行身体羞辱的就是女性本身。

把她们的心情拆开，我看到的是脱离被身体羞辱风险的庆幸，与把所面临的压力转化成更大的压力施加在别人身上的快感和优越感：“如果我多说几句别人胖和丑，我的美丽将显得更加来之不易以及珍贵。”

她们坏吗？当然坏，但她们也同样可怜，在作为施害者的同时，她们首先是受害者。我曾经也是她们中的一员。

很长一段时间，我一直以自己是班上最瘦的几个女孩子之一而感到无比自豪，为了维持这种荣誉感，我所经历的不只是一句轻飘飘的“青春期少女减肥”，而是长达数月的节食，几乎不摄入碳水化合物，以及对于身体和胃部造成的不可逆损伤。

我今年17岁，但我的胃已经很难支撑我摄入正常食量，我所将要面临的无数个急性肠胃炎，月经不调和失眠脱发，都被扔给了我以后的人生慢慢承受。

我很难描述我在打出这些字后的后悔和难过，而更多的是一种愧疚，因为我明白，在百度上输入“减肥方法”就可以搜到“7天苹果法”和“21天轻断食”的今天，我绝对不是个例，只会有越来越多的女孩以残害自己的身体为代价去换取一两句夸赞和符合审美价值观的安全感和优越感。

【很难理喻的“减肥法”】

“你要瘦，白，你才是漂亮的”——这种审美固化是对女性隐形的枷锁，是主权群体对弱势群体的哄骗，压榨，与欺瞒，而审美固化盛行于女性中却不止限制于女性，男性被告知要高，要拥有阳刚之气、男子气概，不然就是“娘娘腔”。

蔡徐坤和许多拥有阴柔美的男明星所遭受到的网络暴力以及身体羞辱就是最鲜明的例子，因为不够“男人”，所以活该被骂，似乎对这个素不相识的陌生人施加无端恶毒的羞辱与嘲笑就能使“我”摆脱被同样羞辱的危险，使“我”显得更加有男子气概。

身体羞辱所带来的伤害是社会性的，因为当我们对他人或自己进行身体羞辱，就等于在变相承认美的单一性和排他性，与默许思想的局限性，当这种畸形的枷锁影响到了社会的每一个人，我们才会意识到它的威力是如何巨大。

健康的社会不应该只有一种声音，也不应该只有一种审美标准。

尊重审美差异并承认美是多元的，这并不是带有政治正确意味的矫枉过正，而是我们每一个个体都应该做到的，并以此为基础，意识到某些广告，杂志，综艺节目对于畸形价值观的引导，不被带偏，是作为社会个体维持多样性与健康性应该尽到的责任。

站在权利的一方颐气指使一点都不酷，为了细腰长腿去折磨自己也一点都不酷，酷的是当你身边有人遭受到身体羞辱而不敢说话，站出来为他们反抗这种隐形暴力，酷的是自尊自爱，拥有健康的身体与健康的心灵。

我不愿意用耳机线缠腰，因为被勒出红痕的还有千万个被受羞辱的灵魂。

END

