事件观

毕竟骂他不是目的

□ 秦珍子

用生命对抗暴力的崔译文，不该再一次遇见“暴力”。

她的故事，我们3年前报道过。她在同学遭遇歹徒袭击时挺身保护，身中8刀。她的伤口要用钢丝缝合，疤痕像用订书机订过。

看上去，小崔弱质纤纤。当时她才20岁，体重不到90斤。被刺中一次后，她捂着伤口追上歹徒，再一次把同学挡在身后。

“我们俩都活下来，就是最好的结局。”她说。

这样的英勇，值得这个世界的注目，无数人以自己的方式向她表示敬意。

广西灵川县政法委向她颁发“见义勇为积极分子”荣誉证书，教育部授予她“最美大学生”称号，最近，她被评为“全国道德模范”和“全国向上向善好青年”，数亿人在社交平台读过她的事迹。前几天，有个微博账号发了崔译文的故事。在这条微博下面，出现了画风奇怪的评论。

“麻烦转告她，我愿意娶她，真的。”一名网友写道。

这句表白瞬间就陷入了围攻。

有人说“能别这么自信吗”，有人反问“你配吗”；有人讥讽“姑娘是立了功，又不是犯了罪”……回复超过8000条，牢牢站住热评第一的位置。

我也不喜欢这句表白，理解网友的“气结”之处。

“我愿意”原本是一句郑重的承诺，它应该发生在两个彼此相爱、相托的人之间。但一句随口的“我愿意”，则显得一厢情愿，在上述的语境中，还有一种“怜悯”和“施舍”的口吻。中国女性已经到了自由、自主、自立的时代，早不需要“有人愿意娶”来确认价值。正如网友所说：“好像你愿意娶她是给她的至高荣誉似的。”

更何况，崔译文的英勇从一开始就脱离了“性别意义”，是人类、人性的“至善”——拿一只甜筒去装月亮，装得下吗。

批吗？批吧？论吗？论啊！

这样的批评与讨论，的确有价值。且不说能改变啥，推动啥，最起码，能让一些人反思一下自己的观念，润色一下自己的赞美，调整一下自己的行为。

然而，这场讨论中还夹杂着另一些声音，有侮辱谩骂，譬如“晦气”“围观精神病”“还有人身威胁，譬如“我愿意揍你”“受不了了，有没有同城‘代打’”之类。

这就超出“批评”和“讨论”的范畴了吧。

不少人涌到表白者私人微博页面，在与此事毫无关系的个人记录下，骂他是小丑，质问他为什么想害人家姑娘，说他是令人作呕集大成者，甚至扒出他照片嘲讽他的外貌。一条评论格外引人注意：“你配不配啊，你是清北毕业？还是海归留学？你是有一个亿？还是有三套房？”在我看来，功利主义地、用这些标准去匹配崔译文的光荣，和用婚姻丈量女性的价值一样差劲。也许这位网友，是想用魔法打败魔法吧。

这不就是网暴的基本形态吗？当小崔姑娘用生命对抗暴力时，说着敬佩她的人，却在亲手实施暴力。然后他们骂着骂着就忘了，最开始让大家围拢而来的，是小崔啊。她的伤对生活有影响吗，歹徒被绳之以法了吗……大家忘了问了吗？

至于那个表白者，我也相信，他是出于对小崔姑娘的“敬爱”才说出了那句令人“不适”的话。

每个人都是有局限的。在理解与表达这两件事上，我们都受限于知识框架、价值观念、思考角度和深度、词库是不是丰富……不存在完美的人，也不存在完美的表达。此一刻达成共识的、普世皆美的，下一刻亦未知如何。

同是赞美一大片水，范仲淹说“浩浩汤汤，横无际涯”，我三舅爷可能说“大海真是大”。我三舅爷和范仲淹怎么比，但他没有权利表达吗。再比如，一个乞丐真诚地赞美国王王冠上的宝石，“我愿永远装它在我钵钵里”。善良的网友大概也不会说出“你也配”“宝石差你一只讨饭的碗来装吗”。

那个表白者，也许他的表达拙劣，不够正确，但他就是一个普通人，不一定读了很多书，不一定有过很多思考。他以为他的表白，是他拿得出手的最动人的“话”了，结果他面前是“认知”的千沟万壑，随意跳一跳，就跳沟里了。那些抖着机灵辱骂他的人，和他的“自信”有什么差别呢？当我们自己还在反复地“燃”“破防”“yyds”，我们有资格笑话别人“词穷”吗。

那个表白者，他需要知道，在当下这个时代，女性的美和力量，已不需要“婚姻评价”，需要知道在中国，各类高等教育中女生占比均超过男生，在校生中女研究生人数50.9%。那些辱骂者，也需要知道，为各阶层争取权利“平等”，需要热烈的表达，更需要实在的奋斗。辱骂骂不出真知灼见，只能看见口水横飞，真想让这个小伙子“醒醒”，需要理性的批评。

有人总结，当下的互联网讨论，常常掉入一种于追寻真理、建立共识无效的循环。比如“狂欢——制止狂欢——反思——制止反思——接着狂欢与反思——骂战”，比如有人愤怒，就有人出来劝人息怒，再引发新一轮针对“请息怒”的愤怒。

大家怒着骂着，离事件的核心越来越远，最后的结局，不是在对骂中找到真理或真相，而是在对骂中渐渐遗忘。

我翻了翻那个表白者的微博，在过往的岁月里，他曾赞美中国核潜艇之父黄旭华老先生“伟大”，也曾为国旗护卫队发“大拇哥”，他“致敬”过抗战老兵，也在国家公祭日送上“蜡烛”。他调侃过自己单身，也怀念过和友人的情谊。他的文字一直都很普通，没有太华丽，也没有什么恶意。遗憾的是，在密集的攻击中，他设置了“半年可见”，也删除了一些内容。辱骂者砍去了他互联网形象的一部分，他怕了，这就对了吗？

我们批评、反思、抗议、斗争，都是为了寻求更大的共识，这过程大概永无尽头，但寻求共识的过程，正是为大多数人谋求福祉的过程。

骂那个表白者，能让他瞬间一激灵，建立更多共识，才能让这个时代，配得上小崔姑娘的英勇。

最后想说一句，他的“词穷”是真的，但他的敬意也是真的。

“麻烦转告他，我愿意相信他，真的。”

□ 魏 晞

夏天夏天悄悄来临，气温震惊你。刚刚过去的这个星期，四川许多城市气温突破40℃，且持续“高烧不退”。这里气象观测站的实时气温，一度超过新疆吐鲁番。7月10日，湖南一天发了99条高温预警。而就在同一天，上海徐家汇观测到的气温达到40℃，这是上海自1873年有气象记录以来，最早达到这一温度的一天。

这并不是局部的现象。拉开一张中国地图，热浪还席卷着陕西、重庆、湖北、安徽、江苏、浙江。有气象爱好者预测，今年夏天，还将出现更热的天气。

高温是夏天的宿命，但是如今它的到来越来越超出人们的想象。因为它，人们甚至必须改变一些日常的计划。在这波热浪到来之前的六月，河南一些地方的玉米地、花生地都干裂得长出了皱纹，农民不得不延迟水稻播种的时间，直到盼来几场雨灌溉农田。意大利关闭了城市里的喷泉，为了节约用水，一项新通过的条例禁止居民洗车、浇灌花园。意大利博洛尼亚省的一座城市要求，城内理发店不得为顾客冲洗两遍头发。

我们就这样生活在一个天气越来越极端的地球上。最明显的感觉是，温度越来越高，夏天来得异常得早。巴基斯坦早在3月就迎来了今年第一波热浪；法国经历了有史以来最热的5月；截至6月中旬，美国堪萨斯州热死了2000头牛。

今年3月，北极和南极的气温已创下历史新高——根据《地球物理研究快报》的最新研究，北极变化的速度是全球的4倍多，在此前许多科学家的预测里，两极的异常升温，应当作为极端天气事件的重要预兆。

高温改变着人类的生活，连高效率运转着的城市，都摁下降速键。法国的用电量激增，不得不进口电力。同样激增的还有医疗人员的工作量：法国大多数医院因高温处于饱和状态，卫生部门只好建议居民减少外出，避免体力劳动。美国的米德湖，是世界最大人工湖之一。如今，它的水位降至有史以来最低水平，影响了近2500万美国人的饮水供应。

西班牙城市里的雏鸟，在这高温天气里挣扎着起飞——被鸟类研究小组的成员发现时，它们已经掉落在地面上，脱水死亡。山川雨林也同样遭受着高温侵袭。西班牙的山林火灾变多，挑战着消防工作者。在澳大利亚一项新研究中，1979年至2019年这40年间，澳大利亚更频繁出现容易引起野火的“火灾天气”，倘若气温持续上升，这类天气会更频繁发生。

珠穆朗玛峰的冰川，也正以每年1米的速度变薄，以至于为攀登者、探险队提供补给的大本营，因冰川融化带来的潜在风险，正计划重新选址。7月初，意大利的冰川滑坡事故，造成至少6人死亡——这个山顶温度常年在0℃以下的高山冰川，近日山顶温度攀升至10℃。

南极蠓，唯一生活在南极洲大陆上的特有的昆虫，也有可能因此灭绝。尽管它为抵御极寒学会让身体脱水，但在当下，高温会加快耗尽它脱水所储存的能量，降低存活率。

联合国政府间气候变化专门委员会警告人类：未来全球绝大部分有人居住的地方都将出现更多、更强、更持久的极端高温。

与气温一同上涨的，还有耐高温的电缆销售量：一家国际市场研究机构发布报告，到2026年，全球高温电缆市场增长势头将以8.9%的复合年增长率加速。

每年都有媒体在说，这是有史以来最热的夏天，但再过一年，人们又迎来更热的夏天、破纪录的气温，以及接踵而至的因高温而引发的灾难。

根据统计，美国每年因高温死亡1500多人，超过飓风、洪水、龙卷风。在世界卫生组织的数据里，高温热浪引发的伤亡人数，增长速度也远高于其他极端天气事件。

与突如其来的龙卷风、地震等灾害相比，高温太稀松平常了，因此它的危害性，常常被人们忽略。每年因高温而导致的灾难，在重复地上演。然而，我们却没有足够认识这个“沉默的杀手”。

南洋理工大学一位教授曾做过预测，如果气温持续升高，未来太阳一冒头，人类就不再适合外出，“当人体温度因高温超过40℃，热衰竭和中暑的风险随之提高。”

但南京信息工程大学一位硕士生发现，高温热浪结束后的强降温天气，高血压患者的就诊量和死亡量都明显增多。这似乎是目前高温热浪研究的短板——国内外大多研究集中在高温期间的心脑血管疾病，而极少关注温度大幅下降后，对人体的影响。

生活在一个发烧、退烧、再发烧的地球上，人类显然没有完全做好应对的准备。在高温面前，人类建造起无坚不摧的大城市，显得并不那么牢固。

人们往往以为日落后温度自然会降低，但城市里那些高耸入云的建筑物，在白天吸收热量后，夜间散热慢，延续了白天的高温。香港的一项研究表明，高密度城市缺少绿化和通风，使得“热夜”引发的健康风险甚至高于日间酷热。

近年来，各地学者呼吁，城市规划设计应该注重预防城市高温灾害：多中心的规划，比单中心更有助于缓解城市高温；在高温严重的区域，可以更改土地类型，增加自然植被、水体等降降温；城市的道路朝向应该考虑夏季主导风向，打造易于通风的道路系统。

在2003年欧洲高温灾害后，英国开始每年编辑、更新全国范围内的高温规划：《2011伦敦气候适应战略规划》就从城市、社区、建筑3个方向采取措施，减少城市热量，增加对脆弱人群的保护，比如在城市的上风向区域，和人口多的中心区，规划马赛克式、小规模而密集的绿地。

除了日常的城市建设要适应高温气候，英国还建立了高温灾害发生时，及时监测、预警、应急救援、灾后评价的一套完整的城市高温防灾体系。

但是相比于一波又一波的高温天气，我们的准备还是太少了。比如，关于农村应该如何度过高温热浪的研究乏善可陈，关于应对高温有效的法律和规章，也不成体系。我们的生活经验、城市规划、法律规章似乎只适用于过去的地球，而面对未来逐渐升温的地球，我们还没做好充足的准备。

从沙发上站起，来一场囚徒健身

中青报·中青网见习记者 赵安琪

傅思文健身时的镜子是卧室玻璃。床边到窗户这个仅容一人通过的空地，摆着哑铃。每天晚上，他拉开窗帘，仔细端详玻璃反光中的肌肉剪影。这是上海小区封控后，他开启居家健身的第5天。

居家办公的第二周，傅思文所在公司在工作日的夜晚定期安排了线上跳操课，所有员工在腾讯会议App里，和一位运动达人一起舞动。傅思文跟着同事跳的第一节课是尊巴，“家里场地太受限了。”当教练喊着往前走三步、往后退三步的时候，他只能原地踏步，“往前走三步就撞墙了，往后退三步就躺床上了。”跟了一次操课之后，傅思文选择放弃。

这个春夏，上海北京接连出现新冠肺炎疫情，年轻人被困在居住的一方天地，在几平方米的空间中，他们生活、吃饭、工作，同时还保留了一项爱好：健身。

早在2011年，保罗·威德的《囚徒健身》首次出版，这本书一开场便介绍了罪犯在监狱中为了生存，如何利用自重健身获得力量的故事。如今，这个概念再度流行。《2020年中国居家健身短报告》显示，新冠肺炎疫情的隔离、观察期，让更多健身爱好者、渴望提升免疫力的人群开始关注居家健身。

没有条件也要创造条件

以玻璃当镜子能让傅思文知道他的动作是否对称，白天天气不好的时候，玻璃的反光不够，傅思文只能自己体会肌肉酸痛是否一样，来调整第二天两只胳膊的位置。

居家头10天，傅思文处于躺平状态，一天的日常内容就是工作、做饭吃饭、下楼做核酸，他开始入睡困难、经常半夜做梦惊醒。傅思文把这个问题归结于运动量不够，疫情之前，他上班前先去公司旁边的健身房打卡。

同样的问题发生在白领姜杨身上。被封控在上海家中的姜杨正在为他的同事编排居家操课。他是一名兼职的健身教练，疫情之前，他是健身房的常客，每周教授3节左右的莱美和单车课程。

姜杨从学生时期就开始健身，这让他从一个180斤的胖男孩变成一个8块腹肌的健身教练。对于姜杨而言，健身已经成为一种习惯。

4月8日起，因为他的健身教练经历，姜杨公司的HR联系他，请他晚上线上带领同事在家跳HIIT（高强度间歇训练），做深蹲和有氧，“波比跳肯定是要收着点，天花板一共就3米高，大开大合地跳肯定是不行的。”

3月中旬，姜杨所在的小区被封，他同步开始打造他的居家健身房。疫情之前，姜杨家里只有瑜伽垫，疫情之后，他清理干净阳台，又买了俯卧撑支架和动感单车。4月，居家健身房和训练模式打造完毕：每天在家做100个俯卧撑，早晚各50个。晚上跳操或者骑单车，“感觉像在外面骑自行车一样。”

居家健身房“营业”之前，这里是他的客厅。办公结束后，姜杨把带轮子的沙发和茶几都移开，在客厅空出六七平方米，垫上瑜伽垫，连上音响，再拿出两个5升的矿泉水瓶。

“没有条件就创造条件。”这是姜杨第一次“组装哑铃”，把两个矿泉水瓶放在肩膀上做深蹲。

卞大典住在北京，曾经洗澡只需要10分钟，最近时间增加了一倍。为了居家健身，他买了一个引体向上杆，后来发现只有家里的卫生间悬挂尺寸合适。疫情居家后，卞大典每天洗澡前在杆上“荡秋千”，这是他居家后的晚间休息仪式。

2020年疫情时，他曾因为居家，体重突破了200斤。5月北京疫情，卞大典楼下的健身房关门了，他开始尝试居家健身，“体重不能再上去了，太难减了。”

因为卫生间的高度较低，卞大典垫着脚尖就可以碰到杆子，每天洗澡前，他收回小腿，蜷起双脚，双手挂在杆子上，以此来训练自己的核心力量。

白天在午休时间，卞大典喜欢沿着鸟巢旁边的马路走5公里，起初，为了不被家人干扰，卞大典在家里的阳台上用哑铃健身。但他总是担心一抬手碰到玻璃门，一迈步踢到花盆，最终不得不改为户外走路。

疫情居家时，姜杨在家里阳台用矿泉水瓶代替哑铃进行健身直播。

姜杨疫情前在健身房教动感单车课程。

李宗慧在游泳。

图片均由受访者供图

健身是一天中的仪式感

5月4日后，李辉因为北京疫情开始居家办公，但他可以走出房间健身。这段时间，李辉最期待的就是每天中午“盛装打扮”去举重。

中午12点一到，李辉脱下睡觉和工作时一直穿的睡衣，换上运动衣，给自己调制一杯电解质水，背上健身包出发。在疫情之前，李辉早晨会研究穿哪件衣服上班，晚上会给自己和朋友调酒。

上午工作时，李辉常常瞟一眼屏幕右下角的时间，“快到12点的时候心情都激动了”。他每天午休90分钟，去练习一次举重，这个时间刚刚好。

李辉说，精神状态、运动能力的提高是他健身后最大的成就感，“肌肉变大，比之前跳得高跑得快，举重的重量越来越大。大重量会逼你，把所有的身体肌肉全都调动起来。每深蹲一下，全身肌肉都绷紧，刺激一下太爽了。”

对于李辉而言，长远的自我实现、家庭幸福、事业成功这些目标都太宏大、遥远了。疫情之后，每月定期旅行的短期快乐被迫取消，唯有运动能调适自我。

李宗慧是北京朝阳区海欣游泳健身房的店长，疫情期间，他每天在家分组完成200个俯卧撑。北京体育大学游泳教育专业科班出身的他，要求员工疫情期间在家打卡健身，进行抗阻力训练。

受疫情影响，不少上海和北京的健身房倒闭了。《2021中国健身行业数据报告》显示，场馆方面，由于部分地区受到疫情的影响，2021年与健身相关度较高的广义健身类场馆数约14.9万家，相比2020年的15.7万家下降了5.1%。其中商业健身俱乐部41917家，环比下滑5.39%，健身工作室51939家，环比下滑3.01%。

李宗慧是在疫情期间投资健身房的，2021年年末，他和合伙人抵押了房产投资健身房。他认为，健身的需求一直存在。北京疫情期间，他辗转于各个健身房的出租方，处理免租金的事宜。

健身房不开门，教练们没有办法做专项训练，“这些人都要急死了，有的员工甚至想去护城河里游泳，两个月不游肯定会有一些影响，动作没有那么柔和了。如果半年不下水就真的不一样了。”

李宗慧选拔员工的标准之一就是“身材”，除了教练，他对销售顾问和前台也有身材的要求，“只要是健身行业里的员工，身材就不应该很走样。如果我是客户，员工的身材会影响我。”

不仅是职业运动员和健身教练，普通人中也弥漫着身材焦虑。28岁的王小玮在居家封控期间瘦了11斤，身高172厘米的她，目标体重是100斤，目前还有6斤的差距。曾经一直练习跳舞的王小玮“总是感觉自己身材不够好”。

居家工作第三天，王小玮出现了颈椎疼痛，站起来头晕。小区的新增阳性病例越来越多，宠物狗的狗粮马上吃完，王小玮越发焦虑。第四天，王小玮开始跳操，这成为她居家两个多月来缓解焦虑的方式。

“健身的时候能让我忘记这些焦虑，分泌多巴胺，获得快乐。”王小玮说。

当看到体重秤上数字不断降低，王小玮很有成就感。最初健身，王小玮是为了疫情后在男友面前展现一个更好的自己。然而疫情期间他们分手了，健身成为她忘记负面情绪的一种方法。

在线出汗

疫情给全民“居家健身”带来了契机。曹梦琳是一名抖音健身博主，截至7月5日，她的账号卡里路老师有401.4万粉丝，7月的第一个周末，她涨了2万粉丝。

晚上7点，她准时开始直播，在动感的音乐里一边带领动作，一边告诉粉丝：“这个动作对瘦腿很有效果……臀要往后推……五四三二一”。在曹梦琳设计的燃脂健身操中，动作都可以在一步之内完成，不需要宽敞的空间和专业的设备。

6月下旬以来，曹梦琳的直播间平均有3.5万名观众。弹幕区尤其能感受到这种万人线上健身房的气氛，不停有粉丝互相加油打气、立下减肥目标。

2016年，曹梦琳开始从传统健身教练转型线上，2020年下半年，她全职做线上健身主播。

36氪《2021年轻人运动健身报告》显示，有规律运动习惯的90后和00后，分别占所属年龄群体的76.8%和58.3%。但是他们受“工作太忙”“缺乏场所”“缺乏器材”等问题困扰，期待找到更符合现代生活规律的健身方式。

每天跟在直播间健身的粉丝，并不是那些曾经泡在健身房的常客，相反，她的粉丝多是从未去过健身房，或是没有在健身房坚持下来的那批人。曹梦琳的粉丝画像中，主要集中在一二线城市30-50岁的女性，减肥、身材变好是粉丝的主要诉求。

“健身本身是一件比较反人性的事情，很难坚持下来。”曹梦琳最初也经历过迷茫期，在传统健身行业工作23年后，她在直播间变成一名新人教练。起初她的直播课程动作难度比较大，需要一定的体力和专业门槛，效果并不好，“我们的客户是从沙发上站起来的那些人。用户的需求很简单——能够出汗。”

对于傅思文而言，从单一场景下的重复性运动中寻找快乐，更像是一种不得已。6月初，傅思文公司附近的健身房恢复营业了一个周末。那个上午，他不顾风险，坐了40分钟地铁，扫了3次健康码回健身房锻炼。

（文中除姜杨、李宗慧、曹梦琳外，其他均为化名）