

壹度书话

《美貌的神话》 打破束缚你的“美的幻象”

记者 吴璇

在消费文化流行、社交媒体无孔不入的时代，“美”似乎成了高悬在女性头顶的达摩克利斯之剑。从精心修饰的杂志封面，到千篇一律的网红滤镜脸，从铺天盖地的医美广告，到不断推陈出新的美妆产品，“完美之美”的标准被无限拔高，女性在这场永无止境的“美丽竞赛”中疲惫不堪。而《美貌的神话》一书，为我们揭示了“美貌神话”背后隐藏的那些鲜为人知的秘密。

”

“美貌神话”的诞生

这本书如同一把锋利的解剖刀，划开了化妆品广告的糖衣，暴露出规训女性的社会压力；又像一面照妖镜，让我们看清是谁在定义“美”，以及他们如何从中获利。

作者在书中犀利地指出，所谓的“完美之美”并非天然存在，而是消费主义与父权制合谋编造的谎言。在工业革命前，普通女性的价值更多体现在工作技能、经济能力和生育能力上，“美丽”在婚姻市场并非关键因素。然而，随着家庭生产单位的瓦解、中产阶级的扩大以及新技术的发展，美貌神话逐渐成形并不断强化。

书中揭示的种种现象，在当下社会依然屡见不鲜。打开社交媒体，满屏都是身材火辣、面容精致的“完美女性”，她们似乎成了衡量所有女性的标尺。女性们为了接近这种虚幻的标准，不断购买昂贵的护肤品、化妆品，尝试各种医美项目，在身材焦虑中疯狂健身、节食。然而，换来的往往是更深的自我怀疑与焦虑。

书摘

得到的同时也意味着失去

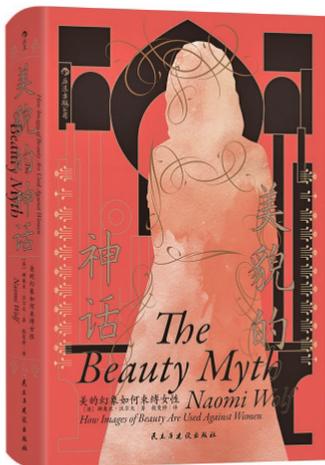
亲爱的曼拉，年轻的时候我想远离这块土地，离开父母，离开家，重新建设一个自己想要的世界，过上一种和父母完全不同的生活。成为白领，每天早上喝现磨的咖啡，读很多很多书，靠脑力劳动养活自己。我想让自己时髦，放松，说话再也不结巴，成为弄潮儿，与时代同呼吸共命运。

我假装热爱写作很多年，写作才慢慢内化为真的热爱。

我几乎得到了多年前想要的一切。然而我没想过一点：得到的同时就意味着失去，失去和父母的亲密，失去走近他们的可能，同样也失去争吵，失去生命中必要的碰撞，失去粗俗的人情味。我早应该明白，没有一样得到值得我们以失去

这些东西为代价。

经历了父亲的离去，一切都变了，过去乡村生活只是一个背景，而现在，在我离开乡村这么多年之后，父亲的死把我拉了回去。只要一想到那片土地，想到在那片土地上经历过的和正在经历的一切，我就很难安于现在的状态。即使我每天安坐家中，不安仍然将随时伴随着我。我知道，躲进舒适和安全的生活中，我将会浪费掉父亲和母亲以及那片土地带给我的一切。没有任何一种所谓的宁静、喜悦值得让我忘记曾经在我生命里发生过的痛苦和纠缠。现在，父亲的离世唤醒了发生的一切，那些赋予生命意义的东西，其重量当然远胜于星期三早晨一杯现磨咖啡。



《美貌的神话》

作者：[英] 娜奥米·沃尔夫 出版：民主与建设出版社

找回真实的自我

但作者沃尔夫并非只是揭露问题，更在书中呼吁女性摆脱美貌神话的束缚。她告诉我们，“美丽”并非普遍的、不可改变的，不同文化、不同时代对美的定义大相径庭。我们不应再用焦虑的目光看待自身的“偏差”与“缺陷”，要敢于打破外界强加的审美标准，实现从“Body Shame”（身体羞耻）到身体自主的转变。当我们不再将外貌视为评判自身价值的首要标准，不再被消费

主义营造的虚假需求所左右，才能真正看见真实的自己，寻回被美貌神话掩盖的自由与力量。

《美貌的神话》提醒着每一位女性，不要被“美貌神话”束缚，要勇敢地挣脱枷锁，以更加具有自我意识的方式理解“美貌”与自身的关系。在这个“颜值即正义”的时代，阅读此书，无疑能让我们保持清醒，汲取打破框架、接纳自己的力量，在追求自我价值的道路上，走得更加坚定而从容。



我可以继续写那些关于如何布置家居，关于审美或者“生活方式”的文章，但真正的生活不是这样的，它充满怀疑和抗争。我记得有一位艺术家说过一句话：带上你的伤痛，使之成为艺术。

（摘自《写父亲》，宁不远著，湖南文艺出版社出版）

新书架

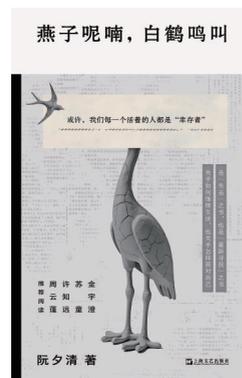


《唐诗里的十八场旅行》

作者：蔡丹君

出版：四川文艺出版社

本书是蔡丹君创作的唐朝诗人传记。蔡丹君老师以旅行为线索，将唐诗与地理结合，串联起诗人们跌宕起伏的人生，全景式呈现唐诗的演进脉络。诗人在路上，见山河，见天地，见生民疾苦，也照见真实自我，并化作不朽诗篇。



《燕子呢喃，白鹤鸣叫》

作者：阮夕清

出版：上海文艺出版社

停笔十一年后，阮夕清拾笔再写。这是他的第一本书，收录短篇小说《运河铁人》《燕子呢喃，白鹤鸣叫》《讲苏州话的人》等。这些作品将读者带入对“失去”与“重新寻获”的思考，予人慰藉，给人勇气和力量。



《穿衣自由？》

作者 [美] 韦罗妮克·海兰

出版：广西师范大学出版社

本书以女性视角剖析时尚背后的权力游戏，揭示着装如何成为社会身份编码、性别规训与资本营销的工具，同时提供挣脱审美枷锁、重夺风格自主权的破局思路。

记者 李尚 整理

本版图片均为资料图片