

本在清理博物馆的藏品



《白雪公主的简历》陈丹燕 著
浙江文艺出版社 2020年5月

这是一个明澄的早上，木偶博物馆打开的圆窗外，传来高墙下护城河哗哗的流水声。那河水清澈之至，从香气扑鼻的波西米亚森林里流出，围着城堡所在的山丘转上一圈，然后以整个弦乐队浩大的抒情，汇入奔流不息的伏尔塔瓦河，向布拉格流去。

本今天起得很早，他要在十点博物馆开门前清理一下陈列馆里最重要的藏品。那是一座巴洛克式舞台，十八世纪的木偶戏舞台。上面挂着一群人鬼混杂的提线木偶，它们却是二十世纪初留下的旧物。社会主义时期，这个城堡成为国家粮仓，城堡剧院因此完整地保留了下来，包括一些古老的木偶。后来城堡成为联合国的世界文化遗产地，国家在城堡剧院里开设了一座木偶博物馆，渐渐把散落在各地的古老提线木偶集中到这里。现在，布拉格每夜还在老城中心的木偶剧场演出莫扎特的《唐·乔万尼》，在布拉格过夜的游客们总要去看一场欧洲最正点的古老木偶戏，但欧洲各地最古老的木偶唐·乔万尼，则放松了所有的提线，挂在楼上一扇圆窗旁。

本是美国人，所以还不像那些生来就有一个老灵魂的古老民族那样，身心都会与古老的器物响应唱和。他只是喜欢这里的静，和被忘却，或者被抛弃的默然。

本沿着窄小的木楼梯往楼上走，听到自己的粗布裤子在腿上摩擦发出的声音。从塔楼打开的窗子处，他闻到早上总是弥漫在整座古城上空的、从森林里飘来凉森森的芳香气味。

本想起爱荷华州无尽的玉米田，在有雾的清晨，田野也会散发出类似的气味。本越上大学时代以及后来的华尔街岁月，好像在河里钓鱼一样，一点点从浩瀚往事里钓起少年时代，它们好像被压碎的饼干一样，被后来的生活压得支离破碎，本都没想到自己还保留着它们。

万籁俱静的春天中午，阳光发白，兄长的小飞机摇摇晃晃地掠过开着无数白色花朵的果树。草坡的细长土路上，乔希的爷爷那被漆成黑色的单人马车扬起一小团细土。少年时代的本、乔希的爷爷和爸爸总穿阿米什男人穿的白衬衣黑外套，在阿米什人的村子里，人们努力保留着一百多年前从德国移民过来时的生活，他们的村子里总有成群的孩子，因为阿米什人的宗教不允许避孕。

珍妮特少女时代白皙狭长的面孔被金发包围着，好像芝加哥博物馆里古老的欧洲油画里的少女。她美得惊人，是从德国来的交换生。本的第一外语不是西班牙语，也不是法语，而是德语。珍妮特身后是爱荷华州的大地。秋天到来，夜里雾重了，白色雾气好像一床厚被子一样，伏在收割后裸露着褐色的田地上。

清晨，城堡还未开放，四处静得就像悬在半空中的一朵云。

因为管理木偶博物馆，本可以住在城堡里。

捷克人看中他能将重要木偶的说明从德文翻译成很好的英文，而且要价不高。本看中这份工作，是因为能免费住在城堡里。

这两年来，要是深夜梦回，本就翻身起床，喝一杯酒，慢慢让自己平静下来。山丘上的城堡高悬在夜空与下面的古老城镇之间，本觉得自己就像这座城堡一样，高悬在自己的少年和老年之间。

本的睡眠比年轻时差了好多。原先工作非常紧张，所以半夜里一醒，马上就吃一粒思诺思，他喜欢这种毫不拖泥带水的白色小药丸，好像小号子弹。吃下去二十分钟一定能睡着，好像上了麻药一样。四个小时后会醒来，一醒，就完全醒了，不会有一点其他安眠药惯常会留下的倦怠。现在生活停顿下来，不需要怕第二天精力不足，所以本就不再吃药了。

现在午夜醒来，他常常在自己住的塔楼里走来走去，闻着从张开的嘴里散发出来火辣辣的酒气，有时他端详一下在月光里变得惨白的手掌，有时则静静站在玻璃窗后俯瞰城堡庭院。

这座森林边缘的城堡有典型的巴洛克风格，在墙面上画满透视分明的假砖和假窗，在每块假砖下，都画着一道阳光照射下的阴影。白天时看过去，人们总觉得自己看到了一座石头城堡。夜晚，城堡的墙面在月光下长出笔直的、真实的阴影。白天凹凸有致的假砖和假窗消失在月光倾泻下来的阴影里。可当春夏之夜月光分外强烈时，墙上画上去的阴影和墙上真实的阴影交错，会令人更为错乱。本总想，要是这时他看到有人穿着十九世纪末的黑呢大氅，急急走在墙根下，砰的一声推开城堡对面的木门，那是很自然的事。他有时甚至想，难怪那人走得这样急，一定是刚发现女儿死在一把刀上了。

有时自己少年时代的记忆会突然浮动出来，十七岁时的本穿着烫得平平整整的格子衬衣，去另一座更大一些的城市考ACT。与大多数中西部小城市里的少年一样，他的志向也是永远离开玉米田，成为爱穿一身黑呢大衣的纽约人，在华尔街工作。那时他即使做梦，也不会梦到自己像这样滞留在波西米亚森林中的一座小城里。

有时本听到细小的音乐声，从城堡的什么地方传出来，蛇一样地滑进自己的房间里。是热烈的吉普赛曲子，拉小提琴的人，常常把提琴直接架到胸前，而不是夹在下巴与锁骨之间。本相信那是城堡里的爵爷在举行舞会。夜深时分，本总能听见一些热烈而陌生的小提琴曲，从地板缝里、窗缝里、门缝里钻到他房间里来。

本想，脱离社会后，自己变得疑神疑鬼的了，像个睡眠不好的老女人。

木偶博物馆很静，有时能听到什么地方干燥的木板突然“格啦啦”地响一下。本在四十六岁时，才偶尔走进这间博物馆。那是他最后一次和家人一起旅行，要不是儿子想看木偶，本根本不会走进这里来。那时他和珍妮特的关系实际上已经破裂，只不过徒劳地想用一次旅行来拯救，或者确定一下。

儿子变得很固执，不停地嘟囔着“木偶！木偶！”，珍妮特默不出声地踱进旁边的琥珀饰品店，紧接着，在隔壁的玻璃橱窗后，他看到她又青又白、冷酷无情的鼻子在阳光下像一把利刃。他带儿子躲进木偶博物馆，名正言顺的。楼上陈列着好几台《浮士德》木偶戏的布景和木偶，大大小小、林林总总的浮士德木偶总是戴着一顶黑帽子，领子上有蕾丝，蕾丝大多已经发黄变脆。原来在古老的时候，欧洲各地都被浮士德的苦恼困扰着：要不要为了时光倒流而将灵魂与魔鬼交易。本握着儿子稚嫩的小手想，这种苦恼并不只是歌德的，也是在教堂前集市上观看木偶戏的小民的心头痛。不光是欧洲人老之将至时的苦恼，也是新大陆居民的。

这个古老的人生难题像洋铁皮发出的雷声一样，在本心里轰隆隆地回响。

那会儿，本怎么也想不到自己不久就会在这里当上个看店的，常常要用一只小吸尘器，一只细毛刷子，以及一些细布，去清除木偶身上那些古老衣服上的浮尘，去抚摸浮士德领子上已经变硬了的细布。

本也想不到三年后的今天，自己会开始读德文版的《浮士德》，作为没人上门参观时浩瀚的个人娱乐。

一间堆满古书和杂物的、有拱顶的哥特式房间里，浮士德在写字桌旁焦躁不安地坐着。

(摘自《白雪公主的简历》，标题为编者所加)

漫谈人生

野蛮其体魄

□朱步楼

近日到图书馆查阅资料，读到了毛泽东同志1917年发表在《新青年》杂志上的“体育之研究”这篇雄文力作，他在文中指出：“近人有言曰：文明其精神，野蛮其体魄。此言是也。欲文明其精神，先野蛮其体魄。苟野蛮其体魄矣，则文明之精神随之。”从而告诉人们，“体者，载知识之本而寓道德之舍也”，精神文明的前提是要有健康强壮的身体。

100年前，毛泽东怀着忧国忧民、拯救民族的远大抱负，从当时中国“国力荼弱，武风不振，民族之体质，日趋纤细”的现实出发，积极倡导“文明其精神，野蛮其体魄”的理念，并就发展体育、强身健体提出了许多深刻见解，今天读来仍震撼心灵。

强健的体魄是创造精神文明、改造客观世界的重要支撑。人生的最大财富是健康，如果健康是“1”，那么学业、事业、财产、地位、荣誉等，都是跟在健康“1”后面的零，有了健康的“1”，后面的零才有意义。只有具备强健的体魄，才能更好地学习和工作，才能应对各种困难和挑战，才能实现对生活理想的向往。没有健康，一切泡汤，哪还有“诗和远方”？而近年来的国民体质监测报告和调查显示，我国青少年体质呈下降趋势，各年龄段学生肥胖检出率持续上升，近视率居高不下。在成年人中，每年新增超重和肥胖症人口1100万，高血压和糖尿病患者持续增长。这种状况十分令人担忧。尽管今天国人体质的“肥胖”与100年前的“纤细”不同，但也是不健康、不强壮的“茶弱”。因此，我们必须向全社会大声疾呼：“欲文明其精神，必先野蛮其体魄”。

野蛮其体魄，必须加强青少年的体育教育和锻炼。少年强则国强。青少年的体质状况不仅关系个人成长和民族幸福，也关乎国家未来和民族希望：从学校来讲，要以培养德智体美劳全面发展的一代新人为目标，实施素质教育，加强对学生的体育教育和锻炼。从家庭来讲，要发展精神与体魄有机结合的家庭教育，家长有责任以身作则并带领孩子参加体育锻炼，让孩子在多种运动项目体验中发展、发掘和发展他们的运动兴趣、运动特长，使他们从小养成良好的运动习惯。从社会来讲，要为青少年的体育锻炼提供条件、营造环境。

野蛮其体魄，必须广泛开展全民健身运动。“生命在于运动”，是法国著名思想家伏尔泰的一句名言。参加运动、锻炼身体，既是个体生命存在的需要，也是群体生命得以延续的前提和保障。这种运动，是人们根据需要自我选择，运用各种体育手段，并结合自然力和卫生措施，以发展身体、增进健康、增强体质、调节精神，丰富文化生活和支配业余时间为目的的体育活动。

运动是保持人体代谢过程旺盛的重要因素。《吕氏春秋·尽数篇》说：“流水不腐，户枢不蠹。形气亦然，形不动则精不流，精不流则气郁。”坚持适度的运动，能够在呼吸系统、循环系统、消化系统、神经系统等方面促进人的生理机能，使人的器官和精、气、神保持活力、延缓衰老，从而修炼容貌、塑造身材、提升气质。

运动是提高人的体质和免疫力的重要途径。体质就是人的质量。长期有规律的体育健身运动，能够提升人的身体素质，如速度、力量、耐力、灵敏度、柔韧度等，改善免疫细胞的再循环功能，有效抵抗外来病原微生物的侵入，防止疾病发生。抗击新冠肺炎疫情的实践也充分证明，提高人的免疫力是根本之策。

运动是磨练人的意志、增强自信自律的重要手段。参加体育锻炼的过程是枯燥的、重复的、劳累的，需要不懈的坚持才能达到健身效果。这是一个磨练意志和毅力的过程，也是一个加强自律和时间管理的过程，能够增强自我挑战的信心，体会自我超越的欢愉。体育锻炼中的集体项目和竞赛活动，还能够培养人的团队协作和集体主义精神，使人格得到健全、情操得到陶冶、道德得到升华。

随着经济的快速发展、人民生活水平的提高，网上办公、线上交易的兴起，不少宅男宅女出门坐车、上楼电梯、吃饭外卖，参加体育锻炼的时间和机会比过去大大减少。这种现象必须引起警惕，切实加强以纠正。全民健身，贵在坚持。

野蛮其体魄，必须养成科学文明健康的生活方式。锻造强健的体魄，既需要科学适度的运动，也需要科学合理的营养，更需要科学文明的生活方式。要树立健康至上的观念，不暴饮暴食，不长期熬夜，不透支身体，合理膳食、戒烟限酒、远离垃圾食品，坚决杜绝野味，做到作息上有规律、生活上有节制还要增强节约意识、环保意识、生态意识，树立“合理使用资源、践行绿色生活”的绿色消费理念和“能走不骑、能骑不坐、能坐不开”的绿色出行理念，在尊重自然、顺应自然、保护自然中实现人与自然和谐共生。只有这样，才能真正让强健体魄与我们永远相伴。

内容简介

《白雪公主的简历》是作家陈丹燕的最新实验长篇小说作品，一部充分发挥图与文的想象功能，在空间和时间上多层次开放的立体长篇小说。

小说分为“悬丝”“镜子”“蛇果”三个部分，分别带出以本、张洁、梅为主角的三段中年人的故事，每一个故事又枝蔓开“盗梦空间”式的多重叙事线索，这些线索好似特写镜头一般把每一个主角的境遇、感情、心理以及周围人的关系等种种细节展示出来。作者还将小说语言与自己平日所拍摄的照片融合在一起，让虚构的书写在可触可感的空间氛围里拥有了真实的温度。



作者简介

陈丹燕

作家，当代都市文化的代言人，中国作家中率先到国外的背包客，创作领域覆盖儿童文学、都市文学、非虚构纪实创作以及漫游世界的旅行文学，近年开始电影制作。主要作品有“陈丹燕旅行汇系列”（《我的旅行哲学》《驰想日——尤利西斯》地理阅读》《捕梦之乡——哈扎尔辞典》地理阅读》《去北地，再去北地》等）；“上海系列”（《上海的风花雪月》《上海的金枝玉叶》《上海的红颜遗事》）。