

# 女性健身新观念:我要我想要的样子

□ 余昭漾

点睛

曾经,女性的“身体美”受制于男性制定的规则,女性对身体形态的改造也主要是为了迎合“男性凝视”。随着社会经济文化的发展,女性在身体审美上体现出越来越多的自主性和独立性,正在逐渐回归到自然本真的女性身体状态。

在电影《热辣滚烫》的宣发中,贾玲发表表明自己在电影拍摄的一年中减肥100斤,练成了拳击手的样子。虽然为了配合电影宣传,她并未公开减肥后的照片,但此事引起网友们广泛讨论,不少网友直呼:“求减肥健身教程!”

无论是风靡全网的“秦昊减肥法”,还是点赞观看超千万的“帕梅拉燃脂操”,都体现出当下民众对于身材的重视与追求。《2022年中国健身行业数据报告》显示,女性健身消费者占比达61.93%,是男性的1.6倍;同时,我国健身活动年轻化特征明显,19~35岁青年健身者比例达到63.1%。从以上数据中可以看出,青年女性是健身需求极为旺盛的群体,这也体现出青年女性对“身体美”的关注与追求。

回顾社会发展的历程不难发现,人们对女性“身体美”的关注与向往是一个恒久不变的话题,所不同的只是对“身体美”的定义标准以及获得“身体美”的方式方法。曾经,女性的“身体美”受制于男性制定的规则,女性对身体形态的改造也主要是为了迎合“男性凝视”。随着社会经济文化的发展以及女性主义思潮的兴起,女性在身体审美上体现出越来越多的自主性和独立性,正在逐渐回归到自然本真的女性身体状态。女性对身体形态的关注与打造,也更多是基于自

我愉悦与健康的考量,摒弃“节食”等手段而转向“健身”。

在对身体外形的认识上,年轻女性的审美体现出多元化特征,不再一味沉浸于“瘦身”的迷思中,而是更多体现出自身的审美偏好,并将健身运动作为改善体形的重要手段。在健康层面,女性群体对自身健康状况的审视则主要源于工作生活压力所可能导致的一些身体问题。在当下快节奏生活中,青年女性普遍面临生存压力,特别是部分已经婚育者要不断进行家庭内外的角色转换,所受影响更为明显。因此,健康的身体成为重要的个人资本,对健康状况的自我审视变得尤为重要。

任何一种社会现象的出现都不是毫无缘由的。那么,是怎样的因素让女性的身材观念发生转变?

首先是国家制度层面的推动,我国体育政策的目标已经从鼓励人们强身健体,为建设贡献力量转变成为“为幸福生活添健康底色”。政府将女性群体作为全民健身工作的重点实施对象,并特别指出“女性体育运动要以女性自我的身心健康、生活康乐为核心”。

其次是女性社会地位的提高与自我意识的成长,从“男耕女织”到“妇女能顶半边天”,从“行动处似弱柳扶风”到“乘风破浪的姐

姐”,附着于女性身体之上的固有属性已经随着社会发展而发生转变,女性也有更多机会参与到多样的社会活动中展现自我。多元、开放的文化环境为女性自我意识的发展创造了条件,过去社会主流审美所推崇的理想“白幼瘦”标准其实是“男性凝视”在女性身体上的具象化表现,女性的身体也成为男性审美的附属品而被控制和规训。但是随着社会经济文化的发展以及女性主义思潮的兴起,女性开始参与到众多社会领域中。女性的自我意识、身体能力逐渐受到关注,女性的自我认同感也在她们的各种社会实践中不断得到提升。

当下,“身体美”仍然是对女性评判的重要标准之一,但女性正在逐步摆脱男性中心文化的审美客体角色,走向具有自主精神的审美主体地位,也在积极寻求身体的解放和自我的重新建构。从青年女性的健身实践中便可以看出,她们对于掌控自己身体的渴望,对于力量的向往,以及对自我的关注:她们对于身体的塑造与自我的呈现更多是基于“我想要的样子”,而不是“我应该的样子”。

## A一周声音

### 深圳街头弹琴的工人大叔 受邀看春晚

近日,广东深圳,58岁的建筑工人易群林收到“春晚等着你”的邀请函。2023年,他因在街头弹奏钢琴的视频走红。如今,受邀前往春晚现场,他激动得双手都有些颤抖:“我一个老农民,做梦都没梦见这么高光的时刻!”“希望大家都能坚持自己的梦想。”

(1月21日 央视新闻)

微评:实际上,除了“弹钢琴的建筑工人”易群林之外,还有农民诗人“田鼠大婶”裴爱民、“农大丁同学”丁习功和摄影博主“良田”施嘉栋……他们,正是平凡的大多数——也恰恰是他们,才有资格代表千千万万和他们一样热爱生活、拥有梦想的奋斗者。

具体到易群林的个人经历,毫无疑问地说明了所谓“眼前的苟且”会让一个人不得不为了生存付出大量精力,但并不足以让他抛弃所有的“诗和远方”,任何劳动人民都有享受艺术创作和欣赏的乐趣的权利。

### 一大学生到“网红点”爬火车引发悲剧

就“大学生到网红打卡地爬火车被电伤”一事,“南京火车站官方微博@铁路南京站”1月19日中午发布回应称,受伤男子目前没有生命危险,正在医院治疗。事发现场的“电化区段 严禁攀登”标志明显、照明良好,铁路部门再次提醒:铁路车站、场区接触网均带有高压电,非铁路专业人员一定不要靠近,以免被高压电击或高压电灼伤。

(1月20日 光明网)

微评:2024年的第一个月还没有过完,“网红打卡攻略”便至少有两三次成功引发广泛关注,且都扮演着不那么光彩的角色——因为它,有人在南京火车站冒着触电危险打卡,还有人在武汉军事禁区冒着泄露国家机密的风险打卡。

让受过九年义务教育的年轻人,安全意识、法律意识淡薄如斯,类似的“有毒攻略”“悬崖种草”有不可推卸的责任。作为平台,当然不能寄望于所有攻略发布者都能保证内容的安全性和合法性,必须把好审核关。

### 重庆万州一下水道被扔鞭炮后发生爆炸

1月21日,有网友发视频称,重庆市万州区南滨上院有小孩扔鞭炮,引发爆炸,多个井盖被炸飞,该小区所在的陈家坝街道办事处工作人员告诉极目新闻记者,事发当天下午,街道办事处工作人员赶到现场进行了处置,一名小孩受伤。

(1月21日 极目新闻)

微评:2024年的第一个月还没有过完,类似的新闻就有多起,1月3日在四川内江,1月3日在安徽阜阳,1月4日在广西南宁,1月10日在四川峨眉山……很多人这类事情不过是“熊孩子”调皮而已,却忽视了其造成的严重后果,财产损失尚有补偿的机会,致人受伤甚至死亡又如何赔偿?

如此危害公共安全的行为,造成过如此严重的后果,依然如此多发,是不正常的。未成年人在家长监护下燃放烟花爆竹,能有多难?对于这么简单而重要的事情都不放心上的家长,是不是也应该有法律上的约束呢?

何飞 点评

## A画中有话

# “静音车厢”是倡导 宁静的一个示范

□ 钱凤伟



## 餐饮预订爆棚

漫画/王铎

半成品菜依然是除夕餐桌上的重头戏,可以满足不出门堂食的消费者的需求。目前,生鲜平台、各大电商、商超、餐饮门店都陆续开卖龙年春节预制菜。龙年春节的脚步越来越近,年夜饭包间预订已近满员。北京青年报记者了解到,除了餐饮业,线上线下的零售企业也盯上了“年夜饭”这门生意。

(据2024年1月21日 北京青年报 报道)

记者从中国国家铁路集团有限公司获悉,自20日起,铁路部门提供“静音车厢”服务的动车组列车新增35列,拓展至72列动车组列车,更好地满足广大旅客对美好旅行生活的需求。(1月21日《杭州日报》)

据了解,静音车厢内的语音播报音量是正常音量的30%至40%,乘务员还会掌握每名旅客的到站信息,为每位旅客提供“一对一”到站提醒服务。有网友在社交平台分享了自己实地打卡静音车厢的体验。一位网友谈到,静音车厢里的乘客都很安静,基本只能听到高铁运行的声音,没有人大声交谈,也没有人外放短视频。不过,也有乘客对静音车厢产生质疑。体验了两次静音车厢的一位乘客称,“静不静全看运气”。

这其实应在预料之中,宁静于每个乘客都是需要的,选购“静”字头车厢,就是为了能够享受宁静,但另一方面,对创造宁静从自己做起,却还没有成为习惯,一当有事,比如接听电话,比如遇到有事与人交谈,就控制不住自己的音量。而除了乘客缺乏自我约束力,没有形成制约机制,也是一个因素。对此,铁路方面称,“可以采取以后禁止其购买静音车厢的车票等惩罚措施”,而如果恶意破坏静音车厢的规定,严重干扰了其他乘客的休息,甚至涉及违法乱纪,也可以根据《治安管理处罚条例》采取更加严厉的手段。但这目前显然还没有落实到位。

应该说,“静音车厢”是现实的需要,随着电子产品的普及,许多乘客在高铁车厢里大声打电话、外放声音,给其他乘客造成干扰,此前,有关高铁车厢中噪音大的争论多次引发舆论关注,设置“静音车厢”就是为了给旅客营造“静”的氛围,满足了一部分喜欢安静、不愿被打扰的乘客的需求,是满足乘客差异化需求的一个有益尝试。

但推出静音车厢,更远的意义,其实是对宁静生活环境的倡导。现在,随着生活水平的提高,人们对生活品质的要求也越来越苛刻,其中就包括原来可以忽略不计的噪音干扰,已经难以容忍,宁静的环境已成为每位市民的心愿。但是,另一方面,噪声依然无处不在,让人无法忍受的同时,却又无可奈何。显然,于倡导和实践宁静,需要有关方面有所作为,“静音车厢”不仅率先迈出了可贵的一步,而且不断拓展,无疑具有示范的价值。

# 以重大项目提速快跑开新局

□ 潘天庆

1月8日上午,市长张君毅主持召开市长碰头会。他强调,发展是硬道理,项目是硬支撑,各地各部门要以争先进位、大抓落实的劲头,精准谋项目、抓项目,努力为全年高质量发展奠定良好开局。(《安庆日报》1月10日)

新年一开始,我市新项目紧锣密鼓开工,在建项目也在全力推进。如1月2日,2024年全省第一批重大项目开工动员会安庆分会场在迎江区国科年产10GWh储能电池及系统智能制造项目现场举行。

我市这第一批开工项目33个,总投资246亿元,涵盖新能源汽车和智能网联汽车、新材料、高端装备制造等领域,这无疑将为我市全年经济发展奠定坚实基础。此次碰头会,张君毅市长又重点强调各地各部门要以争先进位、大抓落实的劲头,精准谋项目、抓项目,努力为全年高质量发展奠定良好开局。这都体现出了市委、市政府在全市上下树立狠抓重大项目、扩大有效投资、加快项目落地建设、投产达效的进度,以重大项目提速快跑开新局的鲜明导向和坚定决心。

“新年第一会”往往具有“风向标”意义。作为促进经济社会高质量发展的“压舱石”,重大项目的引进与建设对稳增长、调结构、惠民生等开新局,发挥着重要作用。

当前,国内经济仍面临有效需求不足、部分行业产能过剩、市场预期偏弱、风险隐患仍然较多等困难和挑战。需要我们在新的一年付出更艰苦的努力,去抓项目抓发展,去谋项目谋未来。确实,一个重大项目就是一个新的经济增长点,一批重大项目就能构成新的增长极。没有好项目、大项目的落地,产业培育就无从谈

起,高质量发展更是无本之木、无源之水。如1月2日开工的迎江区国科年产10GWh储能电池及系统智能制造项目,总投资55亿元,预计达产后年营业收入100亿元,利税约4.5亿元,创造就业500多人,充分显示出以重大项目提速快跑开新局不可替代的作用。

以什么样的状态开局、以什么样的劲头起跑,将决定我们这一年收获什么样的事业。以重大项目提速快跑开新局,需继续坚持“项目为王”理念,以“内搭平台、外引老乡”在顶格推进“双招双引”上发力,招来更多大项目好项目。

还需要我们凝心聚力,以等不得的紧迫感,盯紧新签约项目。要想想方设法让协议项目成为签约项目、开工项目;让协议资金成为到位资金。它需要将制度优化、政策供给、切实化为要素保障;需要各板块各部门“致广大而尽精微”,把重大项目的每一件事实办实,着力破解堵点难点痛点;使重大项目签约、建设、投产跑出“加速度”,放大双招双引的“虹吸效应”。

起步即冲刺,实干开新局。我市精准谋项目抓项目,带来火红的项目开工,激发出人们对未来的更多期待。我们要继续拿出实招硬招,稳存量拓增量,不断优化营商环境,提高项目服务温度,让项目建设“跑”起来、发展势头“热”起来,我们就一定能以重大项目提速快跑开新局,实现开门红、赢得全年满堂彩。

# 实施长江“十年禁渔” 坚决做到“四清四无”