

肥胖:不只与你有关(下)

◆ 邱笑非



■ 保罗·波烈设计的服装

艾米·埃德曼·法艾尔所著《肥胖耻辱:美国肥胖文化史》就在历史的语境中研究现代观念中人的体重与社会地位、公民身份之间的关系。她认为我们如今是在一个对肥胖特别的敏感文化中。举例说明:2008年《纽约时报》制作了一个海报,名字是“如何衡量一个男人”,发布了自19世纪末以来美国所有总统候选人的身高和体重——只有在很关注体重的文化媒介上才会有这种海报出现。这种影响下,肥胖的身躯被看作不健康也不美观,在现代文化的人际交往中普遍不受欢迎。如果从这个角度看,肥胖就不仅仅是一种医学或者美学问题,而且是一个政治问题。

减肥运动

减肥运动其实自19世纪就开始了——1863年,威廉·班廷发表了世界上第一本明确提出依靠节食

减肥的书——《一封写给公众的关于肥胖的信》,减肥这事才算真正进入普通人的视野。这本书记录了作者的减肥历程。该书一度十分流行,以致于节食减肥法,至今都被称为“班廷减肥法”——但此时,人们既觉得肥胖不健康,也不觉得需要费多大力气减掉肥肉。

20世纪是减肥的开始。1918年,《食谱和健康》是当年的畅销书,其作者露露·亨特·彼得斯博士让读者关心摄入的卡路里,而非吃了什么食物,他写道:“你应该尽可能多用卡路里这个词,这样你吃东西的时候,就会感觉到自己在摄入卡路里,而非仅仅吃了一面包包、一块派。”这本书畅销了20年。1920年代,开始出现低卡路里食谱。“好莱坞18天减肥计划”建议人们每天摄入585卡,主要从柑橘类水果摄入。

减肥药诞生于1910年代,其中很多都包含绦虫,正如劳拉在《美国传奇:1930-1940年代美国小伎俩》中声称,1930年代,美国人会有意吃几条绦虫下去,觉得这样可以减肥——最著名的是歌剧演唱家玛利亚·凯勒斯,报纸炒作她因为吃含绦虫的鸡蛋减了50磅,绦虫都在以吃她的内脏为生。后来她不得不辟谣,说自己是通过低卡路里的沙拉和鸡肉减肥的。

1920年代,香烟商人还在推广用香烟减肥的促销广告。1930年代,包含二硝基酚的减肥药短暂盛行,后因为有致盲和致死的案例,销声匿迹。20世纪下半叶,出现了许多可疑的减肥药和减肥器具,有减肥饮料、饼干、冰激凌、鞋垫、眼罩,以及包在腹部和大腿上的减肥带。尽管有些听起来完全匪夷所思,还

是有人愿意在上面花钱。

1948年,伊斯特·曼兹这位重208磅的主妇建立了TOPS(Take Off Pounds Sensibly,理智减肥小组),这是第一个号召团队减肥的小组。她是从参加产前教育小组获得的灵感,女性们可以互相支持,互相鼓励。2004年,理智减肥小组有了23万会员,成功减肥的人成为KOPS小组成员(理智保持体重小组),也会时不时地举行聚会。

1945年7月5日,巴黎时装周设计师路易斯·里德发明了“比基尼”之后,肥胖彻彻底底与不时髦联系起来。在这个观念的推动下,减肥栏目在各个网站报纸杂志都被归类到“时尚专栏”里。同时无数以“美女”“沙滩”“比基尼”为主题的电影、电视、广告、海报,都在不断强化这个观念。而人们的生活方式却越来越容易造成肥胖——1950年代电视的时代到来,越来越多的人喜欢窝在沙发上看电视,而非在户外锻炼;1960年代,汽车基本可以代替人的双脚,带你到所有的地方去。因此肥胖率急剧上升,肥胖已经不是少数人面临的问题,减肥成为一种全民运动,一个有利可图的商业市场。

1956年,世界上第一个电视减肥节目开播,全美女性开始随着电视在家里蹦蹦跳跳以减掉脂肪。同时,越来越多的减肥互助组织出现——1963年5月,美国纽约长岛的家庭主妇吉恩开始了流行到现在的“体重观察”减肥运动。在这种活动中,朋友们一周一次,互相支持鼓励,并监督彼此锻炼、节食。如今“体重观察”成为一个庞大而受欢迎的公益组织,为肥胖人群制作了一系列便捷节食菜单、减肥锻炼计划、菜

谱、健康食物以及一本杂志,目前有超过百万成员。

1960年代,化学的进步为怕胖的人提供了很多甜味替代品,让人们可以尽情享受甜点而不因为摄入大量卡路里而担心,比如人造糖精,尽管后来因为可能引起膀胱癌而退出市场。1968年,两位美国大夫加入到倡导减肥的行列里,《快速节食减肥法》一书成为当时的畅销书。1972年“吃肉减肥法”正式面世。创始人阿金斯博士建议想减肥的人不吃或是极少吃碳水化合物,敞开吃肉。尽管这种方法非常流行,但近来的研究表明其危害比想象的要大很多。

当1994年,导致肥胖的基因被发现时,人们以为很快就能找到简单的解决肥胖问题的方法。但是这个科学上的进展只是印证了人类与肥胖的斗争之艰难。直至今今,人们还在年复一年地花费大量金钱在减肥上。在亚马逊上浏览关于肥胖的书,可以看到《肥胖,愚蠢和丑陋:一个女孩的生存努力》《好女孩不肥胖》《前胖女孩的秘密》《减肥的科学》,诸如此类,不是推销减肥方法,就是推销苗条与美好相连、肥胖与“丑陋、愚蠢”相连的观念。这些书的数量、畅销度和大量评论,让人们确信,肥胖问题在我们的生活中已经占据了重要位置。

全世界的精神恐慌

1980年代,“肥胖流行病”这个词在报纸上广泛出现。医生和公共健康官员开始警告人们一种新的流行疾病——肥胖——正在威胁整个社会的健康,尤其是孩子们。减肥已经不仅仅是个人的行为,甚至成为

政府健康官员关注的问题。

尽管1983年2月美国著名歌手卡伦·卡彭特死于厌食症,科学家也开始关注因为过度减肥而造成的营养失调问题,但是总的来说,人们还是怕胖超过了怕瘦,各种减肥食谱、减肥药丸、减肥项目无处不在。2005年,报告称三分之二的美国成人超重或者肥胖,三分之一可归类为稍有肥胖,30%的美国儿童体重超标。

一波波新的减肥节目出现——如今热播的美国电视比赛节目《减肥达人》,可以说是美国电视减肥风潮的继续。而关于胖子电视剧也越来越多起来,尽力扭转人们对胖子的偏见——比如2010年推出的美剧《胖子的爱情》,它在2011年获得艾美奖。

随着现代生活方式使得人们坐在桌前的时间越来越长——1990年代,电脑普及普及,需要坐在屏幕前进行的工作也越来越多。在娱乐方面取代了电视的位置,人们有了各种可以长时间坐着,不需要怎么动的消遣——电视机、电脑、PSP、i-Pad……肥胖人口与日俱增。

2005年,世界卫生组织忧心忡忡地估计,全世界肥胖人口约有十亿之巨,并且在20年内,这个数据可能翻番。美国政府甚至将肥胖问题提到了“国家安全”的角度来讨论。因为肥胖成为许多应征参军青年遭拒的主要原因之一,如问题得不到妥善解决,将使得美国出现“兵荒”。

在人人都担心胖起来的时候,人类正式进入对肥胖的恐惧时代。“肥胖”成为一种全球性的“精神恐慌”。

摘自《看历史》2012年第1期

《新民晚报》分类广告总代理:

上海立鑫广告有限公司

广告投放热线: 62775877 62779998

聘

上海立鑫广告有限公司主要经营《新民晚报》分类、中缝广告代理。现因业务扩展,需诚聘以下人员:

★业务代表30名:高中以上学历,有相关工作经验或者客户渠道者优先。有良好的沟通能力,能吃苦耐劳。

电话:13817856556 赵先生 Email:kexin1108@126.com 地址:延安中路829号达安广场西楼7A 邮编:200040

松江新城
特快取执照
万代办增票
64688707

金山经济区
特办医疗器械
特办一般纳税人
64696698

投资上海找奉浦
电话: 021-67100456
全国免费热线: 800-988-1863
网址: www.fengpupsp.com
上海洲洲生产性服务业功能区有限公司

上海众欣经济城
无限商机尽在众欣 众欣是你发展源泉

招租各类写字楼用房、厂房
内外资企业办证一条龙服务
64773768 彭先生 64542907 张先生
总部地址:虹梅南路1755号 网址:www.mlzhongxin.com

南翔高科技园区
特惠大招商 “庆祝南翔高科技商务中心开工建设”

市区联络点
天目中路469号-3 51002100
中山西路1511号202室 54246800
曹杨路930号B楼302室 52662830
漕溪路169号215室 54243320
武宁路350号388-B室 62574355
江苏路96号303室 32302085/32502085
公司总部地址:上海沪宜公路1188号 招商热线: 021-69120222 69121700

上海蓝天经济城
沪宁城际铁路第一站 另推出银南翔文化商务区 电话:69125111
商务办公新高地 20万平方米办公用房租售

招商热线: 59129999 59122222
恒丰道600号机电大厦 63537000
长宁路760号4楼(中山公园南大门) 58313422
乌鲁木齐北路425号3409室 56626637
中山西路2825号725室(永升大厦) 54971153
南溪路280号新纪元大酒店205室 54082304
青杨路1021号近武宁路口 52665191
长寿路522号310室 52760030
中山北一路678号310室(虹口) 65446618

东方路916号322室(瑞吉虹桥对面) 50584321
古北路447号202室(格林豪森酒店) 64380223
中山南二路1007号512室 64565550
昌平北路55号6楼101室(雁田国际商务楼) 65077060
长宁路347号青杉安泰宾馆319室 52371722
河南北路461号3楼301室(三阳宾馆) 63067116
海宁路1369号 63172262
斜土路1451号(近大本银禧) 54961672
曹家渡路825号2号楼3楼11室 64032911

网址:WWW.CNLANTIAN.COM 总部地址:上海真南路4268号

新年特惠
特快办理50万公司特价
1200全包
代办:请票、专业记账服务
510 96 510

一手房
商业旺铺

松卫北路295号9层1800m²
可分租,200-500-2千m²
适合办公研发、电子服装等
虹梅南路366号1800m²/层,800m²起租15692103696

租
商业街旺铺田林东路558号
适合各行业区域旗舰店银行
13311822906 杨老师(餐饮除外)

新亚棋牌室

包厢费:15-30元/小时,周一
至周四八折(台费),代客泊车
环境优雅,内设餐饮点心
预定电话:13003131310 新亚大酒店三楼
63242210-2025 赵先生 天潼路422号

咨询
服务

债务清理

用心 律师协助 专家主办 诚信
服务 当日办理 成功收费
热线: 021-60543130 快
务 24H 187-2191-5811 捷

个人短期应急投资咨询
个人房产应急投资咨询
受理便捷
15801864300 金先生
60908635 地址:上海市静安区南京西路
http://yuyut2.58.com.cn

八家八个人·企业房产抵押
53839108 53839128

整体转让

办公家具公司
有增票,价面议
18001714722

饭店转让或招租

五角场翔殷路饭店
3800m² 1到3楼,可
改行经营,房租低
13918987699 张

厂房出租

嘉定区百安路539号厂房
4万m²,水电齐全,绿证
18801669397 朱先生

杭州於潜小镇山水
田园式产权公寓
总价13.9万元/套
021-33530551 52522054

饭店转让

虹口曲阳近
同济大学大学地
区500m²精装修市口好证齐价面议
13601999773 高先生 广告勿扰

ANNEE 隐形发 | 金色年代指定合作单位
www.annelhair.com

会呼吸的隐形发

徐家汇店:徐汇区南丹东路300弄9号亚都商务楼508室(近漕河泾北桥) 021-63528233
人民广场店:黄浦区汉口路515号汇金大厦14楼1418室(上海书城对面) 021-63528231

大型酒店转让

6000m²营业,盈利中
证照设施齐全,精装修
13761547777
18918199945

厂房出租

杨浦内江路门面45m²
厂房:底层120m²,98m²
2楼130m² 3楼90m²
13701985577

商铺办公厂房

松江九新公路118号
6000m²可作旅馆,娱乐
大型餐饮等,可分割
18930979399

厂房出售/出租

松江天马工业区
14800m²可分割
水电齐,价格优惠
13916607071

招租/招商

闵行四星酒店,新装
未开张,承包或出租
13122223187

饭店转让

著名品牌1000m²,原
址开间,楼层250m,适
零售,服务等价面议
13621706037 13916432888 黎

宾馆出租

闵行梅陇1380m²
店18964938025
售:天目中路49
2m²商铺1200万
T:39190122

别墅廉售

嘉定博园路实用300m²
精装修果树花园180m²
售28万64467856

松江畅销楼盘 龙年特惠

15.8 (限5套)
万/套
繁华商务区,生活全配套 地铁9号线直达
温馨一房,舒适两房,可注册企业
TEL: 57698777
售楼地址:上海市松江区洞泾镇洞薛路298号
开发商:上海美善置业股份有限公司

ANNEE 隐形发 | 金色年代指定合作单位
www.annelhair.com

会呼吸的隐形发

徐家汇店:徐汇区南丹东路300弄9号亚都商务楼508室(近漕河泾北桥) 021-63528233
人民广场店:黄浦区汉口路515号汇金大厦14楼1418室(上海书城对面) 021-63528231