

1928年,46岁的伍尔夫曾在英国剑桥大学作过两场关于女性和写作的分享,讲稿经过修改和拓展在1929年正式出版,名为《一间自己的房间》。书中伍尔夫开门见山地提出:“一个女人如果要写小说,那么她必须拥有两样东西,一样是金钱,另一样是一间自己的房间。”

日前,由上海译文出版社推出的一本非虚构作品合集《最好朝南》,书名正是由此延伸而来,女性一定要有一间自己的房间,并且最好朝南——有能够让充足阳光倾泻入室内的窗户。它温暖、洁净、安静、舒适,提供书写和表达的空间,亦为独处和向内的探索者提供保护。这是《最好朝南》这本书名字的由来。

## 用文字“整理”成长经验 她们“生命的写作”就开始了



### 从留守儿童到乡村教师 她感谢写作带来的拯救

在《最好朝南》这本书中,22位女性作者写下了24个真实的生命故事。这些女性从自己内心生发出力量,活出了女性原本的样貌。这些故事涉及12个关于女性的问题和12种女性的境况,向读者深入展现了女性“第一人视角”视角下面临的各种挑战。这些问题包含“女性在生育之前,知晓身体可能受到的伤害吗?”“长期遭遇家庭暴力,靠自己能离得成婚吗?”“随先生搬到陌生城市,事业停滞,顺势成为家庭主妇是应该的吗?”“35岁未婚女性跳槽,新公司可能会视之为‘不稳定因素’”等等。

来自湖北恩施的秀红写下了一段她作为乡村留守女童成长至今的经历。对于大部分拥有城市生活经验,从小没有与家人被迫长期分离的人来说,很难想象“乡村留守女童”这六个字意味着什么。秀红现在是一名乡村教师,守护着她的学生们健康成长。不久前,《最好朝南》作者之一的秀红、律师张颖与“三明治”编辑李依蔓来到成都,在轩客会书店与读者分享并探讨了女性的成长,以及女性的“朝南房间”与生命写作。

《最好朝南》中收录的秀红文章叫《从留守女童到乡村教师,我经历过的那些梦魇》。在该文中,秀红回忆了自己在乡村留守期间的遭遇。秀红从一个糟糕的环境中成长为一名乡村教师,并勇敢地分享了自己的经历。秀红说,很感谢写作这件事对她的拯救力量,“就像在海里游泳已经快要被淹没,突然一只伸来的手,把我从海里捞起来了。”

在另外一个故事中,毕业后不久回到家乡工作的阿离,匆匆恋爱结婚,生下一个儿子。婚后阿离才发现丈夫有诸多不太对劲的地方,比如不停攻击贬低她的相貌和身材、信用卡每月欠债无法偿还、常有大大小小的暴力行为……一次意外冲突中,阿离被先生掐住脖子几近窒息,终于下决心离婚。她写下遭受家庭暴力后,自己是如何在没有家人支持的情况下,保护自己并与有暴力倾向的

丈夫成功离婚的经过;目前45岁仍然未婚未育的淑伶写下她的生存感受:上一段感情结束于11年前。因为年龄的关系,她反而逐渐从一定要走进婚姻的想法中解放出来,在不排除任何可能性的情况下,心理上逐渐预备好“一个人到老”。她在关于自我的书写中描述45岁未婚未育的生活,以及一直独居的可能性。文字为我们提供了想象另一种女性生命状态的路径。

### 一个“普通人”的对外表达 是很重要和有价值的

《最好朝南》是上海译文“纪实”系列第二本原创图书,与国内比较成熟的非虚构写作平台“三明治”合作。这是一个帮助大众记录自己生活的非虚构写作平台,更是将生命成长叙事运用于个体探寻的生命写作实验。该平台目前已经开展这些实验:每日书、短故事写作社群、出版策展、播客电台,以及位于上海的线下文化空间等等。

《最好朝南》的作者是22位女性。她们身份很多元,有自由职业者、品牌策划、银行职员、老师、医生等,这使得本书故事多样,内容极为丰富。她们选择写下自己的故事,而非选择遗忘它们。这些女性写作者用文字构建自己的“朝南房间”。她们大都不以写作为生,把故事写下来的目的,是理解自己。她们所讲的故事往往是个体遭遇,是对个人而言有重大意义的生命片段,是在日常生活中不会轻易对别人提起、甚至连最亲密的家人朋友也不知晓的经历。通过写



《最好朝南》作者之一秀红给读者签名。张杰摄



《最好朝南》分享会现场。张杰摄



《非常究“结”》。

### “健康管理智慧丛书” 推出首部科普作品

在众多图书品类中,科普书是备受喜爱的一种。尤其是跟生命健康相关的医学科普更是让读者格外关注,《非常究“结”》就是这样一本书。该书是四川省健康管理师协会与四川科学技术出版社携手打造的“健康管理智慧丛书”的首部作品。

这本书由四川大学华西医院相关专家根据多年临床经验编著而成。全书共分三篇,包括肺结节、乳腺结节、甲状腺结节,每一篇都深入阐述了认识结节、诊断与治疗、护理与康复、健康管理等内容。

书中采用一问一答的形式,图文并茂,内容丰富,用语轻松质朴,接地气的科普形式,生动普及结节防治相关医学知识,让医学知识“飞入寻常百姓家”。本书为结节相关疾病的患者及家属提供科学的指引,直击知识盲区,使他们能够更好地理解和管理与结节相关的健康问题,做好自己健康的第一责任人。全书旨在传播科学的健康知识,倡导健康生活方式。

据介绍,“健康管理智慧丛书”是四川省健康管理师协会与四川科学技术出版社实施科技出版服务“健康中国”战略的具体行动,旨在为大众奉献丰硕的健康管理出版成果,推进“全媒体健康知识传播”,提供健康科普知识高质量供给。

华西都市报-封面新闻记者 张杰  
四川科学技术出版社供图

作,她们向身处的境况提问:作为女性,“我”经历了什么?为什么“我”会经历这些?这些经历对“我”意味着什么?它们如何构成了“我”的一部分?她们写自己的生命,也用生命写作。

据李依蔓在《最好朝南》序文中介绍,书中大部分作品完成的方式,是由一位来自“三明治”平台的编辑和她们一对一地工作。写作者最初可能只有一个模糊的想写下点什么的冲动和念头,编辑和作者沟通具体方向、确定写作选题,之后作者每天或每几天写下几百字,编辑再根据作者写的内容给予反馈和建议,比如如何寻找合适的开头和结尾、如何搭建作品结构、如何找到自己的语言风格,直至作品最终修改完成。在“三明治”中,这个项目叫做“短故事学院”,发起于2017年,有超过1000位写作者在“短故事学院”写下了自己的生命故事。因此从一开始,这些作品就不是奔着什么功利性目标去的,和“流量”“爆款”无关。每位写作者想要书写和讲述的冲动是一个开始,在写作的过程中,她们对自己的生命本身进行提问、整理,落成文字。

一个“普通人”的向内探索和对外表达,是有价值的吗?许多作者在讲述和书写个体故事的最初,会有这样的顾虑和疑问。这些经历和情绪,会不会太“家长里短”,太“鸡毛蒜皮”,太不值一提了?真的有讲出来、写下来、让更多人看到的必要吗?会不会不够宏大和重要,没有公共性?“三明治”的平台编辑们总是一遍遍地鼓励这些作者,“你的感受和讲述都很重要,首先允许自己讲出来、写下去。”

华西都市报-封面新闻记者 张杰