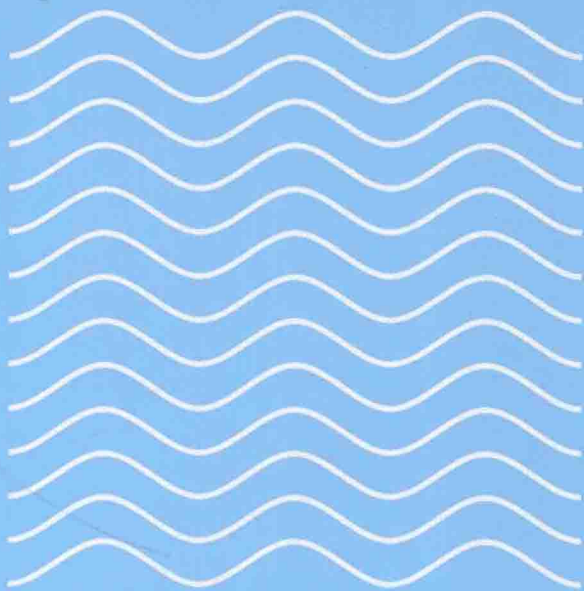




不 如 游 泳

SWIM

WHY WE
LOVE
THE WATER

Lynn Sherr

[美] 琳恩·雪儿 著 叶盛 译

最有文化底蕴的
游泳纪事

《经济学家》
《金融时报》
《科克斯书评》
倾情推荐

上海译文出版社

不如游泳

〔美〕琳恩·雪儿 著

叶盛 译

图书在版编目(CIP)数据

不如游泳 / (美) 雪儿 (Sherr, L.) 著; 叶盛译.

—上海: 上海译文出版社, 2015.4

书名原文: Swim: Why We Love the Water

ISBN 978-7-5327-6689-5

I. ①不… II. ①雪… ②叶… III. ①散文集—美国
—现代 IV. ①I712.65

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第095972号

Swim: Why We Love the Water

By Lynn Sherr

Copyright © 2012 by Lynn Sherr

Simplified Chinese translation copyright © (2015) by Shanghai Translation Publishing House

Published by arrangement with Public Affairs, a Member of Perseus Books Group

Through Bardon-Chinese Media Agency

All rights reserved

本书全部内容版权为本社独家所有, 非经事先同意不得作任何形式的转载、摘编或复制

图字: 09-2013-347号

不如游泳

[美] 琳恩·雪儿 著 叶盛 译

责任编辑/王巧贞 装帧设计/未氓设计工作室

上海世纪出版股份有限公司

译文出版社出版

网址: www.yiwen.com.cn

上海世纪出版股份有限公司发行中心发行

200001 上海福建中路193号 www.ewen.co

杭州恒力通印务有限公司印刷

开本 890 × 1240 1/32 印张 8.75 插页 6 字数 118,000

2015年4月第1版 2015年4月第1次印刷

印数: 0,001—4,000册

ISBN 978-7-5327-6689-5/I · 4027

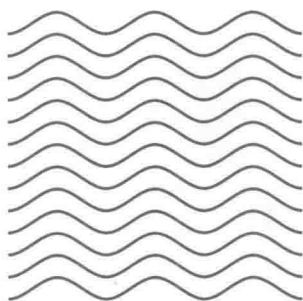
定价: 42.00元

本书中文简体字专有出版权归本社独家所有, 非经本社同意不得连载、摘编或复制

本书如有质量问题, 请与承印厂质量科联系。T: 0571-88506965

SWIM: WHY WE LOVE THE WATER

LYNN SHERR



上海译文出版社

目录

第一章	初入水 1
第二章	水宝贝 23
第三章	出水鱼 57
第四章	四泳姿 81
第五章	快泳道 111
第六章	身随波 147
第七章	流线型 185
第八章	沉或游 213
第九章	泳艺术 229
第十章	人之泳 255
致 谢	269

第一章 初入水



>> 古罗马行省的硬币上展现了勒安得耳在赫勒斯滂海峡中游泳的场景。

海水环绕着我。那温暖而又华丽的蓝色铺陈开去，波澜不兴。然而，平静只是表象。为了横穿这条奔流不息的水流，我正在奋力击水。右臂，左臂，翻身，吸气。托举着我的是海水，遥不可及的是陆地——属于另一个大洲的陆地。我告诉自己：放松点，你可以做到的。

这里曾经叫做赫勒斯滂海峡，然而今天人们叫它达达尼尔海峡。这是一条充满了传奇的海峡，位于土耳其西部，是欧洲与亚洲的分界线。所以，从地理的角度来看，我正从一个大洲去往另一个大洲（当然，更合理的选择通常是乘轮船或者坐飞机）。从历史的角度来看，我正游在一条分界线上，那曾经是已知世界的边界所在。在我前面，海峡的东岸上矗立着特洛伊的残垣断壁——一场十年战争的遗迹。荷马在他

的《伊利亚特》之中记载了这场发生在3200年前的史诗级战争，成了讲述战争残酷性的最早文字。在我身后的岸上耸立着一座纪念碑，用以纪念在血腥的加利波利战役中阵亡的双方军人。这场发生在第一次世界大战中的战役又被称作“游泳者之战”，因为那些惨死的士兵整日漂浮在被自己的鲜血所染红的海水之中，如同在游泳一般。这片如今已然空旷的战场，曾经上演了一个又一个世纪的冲突，只为争夺此时此刻我身下的这片水域。赫梯人、迈锡尼人、希腊人、波斯人、罗马人、奥斯曼人、热那亚人、威尼斯人、拜占庭人、土耳其人，他们都曾是这片土地的统治者。阿喀琉斯和赫克特曾经为了争夺这条水道而以命相搏；来自亚洲的波斯王薛西斯从舟桥上跨过这条水道，入侵了希腊人的领土（当首轮进攻失败之后，他曾用鞭子愤怒地鞭挞过这片海水）；亚历山大大帝则从相反的方向而来，重新夺回了失去的领地。伊阿宋驾着阿耳戈号从这里启航，开始了他寻找金羊毛的旅程；这些金羊毛来自一只会飞的公羊，赫勒公主曾经骑着这只公羊逃离了邪恶继母的魔掌。当赫勒从公羊身上掉入这片大海时，这里就用了她的名字：赫勒之海，也就是赫勒斯滂的原意。这片神话之中的海水曾经让历史改变，让帝国崩毁。一直以来，赫勒斯滂海峡都是一条道路，它通往更加伟大之事：一次新的征服、一个新的国家、一块新的大陆、一场新的历险，以及一段关于浪漫爱情的传世佳话。

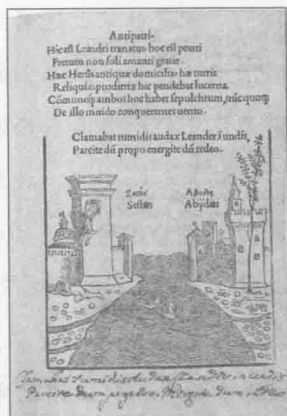


>> 勒安得耳游向正在高塔之中等待他的赫洛。

早在时间无法追溯的久远过去，在一个夏天的夜晚，精力充沛的年轻小伙子勒安得耳遇上了美丽的少女赫洛，双双坠入爱河。后世的诗人克里斯托弗·马洛是这样形容的：“一见钟情”——这个说法也就成了“浪漫”恒久不变的定义。赫洛住在海峡

希腊这一侧的塞斯托斯的高塔之中，作为女祭司侍奉着阿芙洛狄忒女神，注定要在塔里永守贞洁。勒安得耳则是海峡亚洲一侧阿卑多斯的一名普通市民。长者们告诉他：不要妄想了，眼前的海水就会把你们分开。这可不是年轻的恋人们想要听到的说辞。于是每天晚上，我们的英雄勒安得耳都会跃入水中，游过海峡，只为与他的女神赫洛密会，享受这一个月晚上的浪漫。每晚，女孩都会挂起一盏提灯为男孩照亮来路；而男孩来的时候总是气喘吁吁，浑身上下满是海水的咸味和鱼虾的腥味。淋上几滴玫瑰油之后，两人便相拥着开始了一夜的缠绵。到了清晨的时候，勒安得耳重新跃入赫勒斯滂海峡，神不知鬼不觉地

游回家去。有一晚，初冬的狂风怒吼着化作一场暴风雨，浇熄了赫洛的提灯。海水打着漩，巨浪咆哮着，勒安得耳辨不清方向，溺水而亡。当他的尸体在第二天早晨被冲上岸时，赫洛悲痛欲绝，从她的高塔上一跃而下，随她的爱人共赴黄泉。这出双重悲剧的主角演绎了水中的罗密欧与朱丽叶。不过，他们逝去的生命却成就了一段民间传说：这对未能逃脱厄运的爱人成为西方最著名的游泳神话故事的主角。



>> 在用延时手法表现的画面中，勒安得耳被淹死，赫洛也跳下高塔，步其后尘。

诗人乔治·戈登也是一名游泳好手，并且对一切与古希腊有关的东西都感到着迷。他有一个更为人熟知的名字，拜伦勋爵。海峡两岸这对恋人的故事引发了拜伦的兴趣。这个故事有可能是真的吗？有可能游泳横渡这段湍急的水域吗？在他1810年的地中海之旅中，拜伦决定亲自去寻找答案。他征召了一位来自护卫舰上的海军军官与他一起尝试横渡。在经历了一次失败之后，拜伦成功地横渡了赫勒斯滂海峡，成为全世界所有游泳好手争相超越的目标，同时也确立了横渡赫勒斯滂海峡作为一项浪漫挑战的地位。他的那位同伴，海军上尉威廉·埃肯海德，其实在横渡中以5分钟的优势击败了

拜伦。但是后来，这名上尉庆祝自己晋升为海军上校的时候醉酒溺亡，也就从人们的记忆之中消失了。而另一边，拜伦则无休止地吹嘘着自己的这项成就，并把赫勒斯滂海峡排在了伦敦的泰晤士河、威尼斯的大运河，以及瑞士的日内瓦湖前面，列为他所游过的水域之首。“我为自己能够取得这项成就而感到自豪，”他在给一个朋友的信中写道，“超过我可能取得的任何其他荣誉，无论是政治上的、诗歌创作上的，或是其他任何可以谓之为荣誉的事情。”

那么，在8月份的这个下午，在伊斯坦布尔西南240多公里^①的此处，远离我的家乡纽约8000多公里之遥，我又在这儿做什么呢？

赫勒斯滂海峡是一条至关重要的走廊。来自黑海的水流源源不断地穿过博斯普鲁斯海峡和马尔马拉海，最终从这条最南端的通道中流过，注入爱琴海。每年大约有五万条货船驶过这里，使它成为世界上最繁忙的高速货运通道之一。曾有人告诉我：小心水流，否则就会被冲到希腊去。还有人警告我：当心水里的生物，蜇人的水母和其他一些害人的动物同样游荡在这片水域中。可是，赫勒斯滂海峡对我的吸引力仍像磁石一般强大。我也同样着迷于古希腊的世界，并重拾

① 原文为150英里。本书中所有涉及英制单位处均换算为公制单位，后略。——译者



大学时学过的希腊语来阅读那段历史；我也同样热爱游泳，并被前人的热忱所指引；我也同样想要接受一次挑战，就在我恰好拥有更充裕的时间以及更健壮的体魄时，在这片标志性的水域中检验我的身体与意志。多年以来，我一直按自己的步调走在熟悉的道路上。现在，如果踏足这片陌生的海洋，去征服一段远超自己已有纪录的长距离游泳，那会是什么感觉？对于赫勒斯滂海峡，我会碰上盲眼荷马在特洛伊战争400年后所描写的“湍急水流”，还是莎士比亚（他也没亲眼见过这里）不屑一顾的“平缓水流”？经年累月地泡在标

准的游泳池里、美丽的湖水里，或是东岸^①的海水里，我已经练就了一身击水的本领。我能把所有这些运用到这条分隔了欧洲与亚洲的狂野海峡之中吗？我也同样能在赫勒斯滂海峡里游泳吗？

游泳对我而言意味着拯救。在深冬时节的某个时候，或者是一天紧张的工作结束之时，又或者是在电脑前长久的忙碌之后，如果你问我最想去什么地方，答案总是一样的：水里。我会在任何一片我能找到的蓝色水波之中，划开那平静的水面，享受那感觉不到重力的滑行。医生们总是会说要多想那些让自己开心的事情。那么我一定会想到在水中的感觉：被一片海洋、一汪湖水，或是一池碧波环绕，慵懒地游上长长的一段距离，安抚我的心灵重归平静。

从某一个层面来看，游泳纯粹是一种感观的愉悦：液体流过肌肤的丝般触感；在水中自由漂浮的感觉（那是我所能找到的最接近飞翔的感觉）；以及星星触手可及的感觉（当然不是真正的星星，而是海底的海星）。游泳让我的躯体超越了凡尘的限制，轻抚着每一块肌肉，舒缓着每一处伤痛。同时，它也是一次内心的旅程，是我的冥想时间。当我把自

① 作者为美国人，此处指美国的东岸地区。下文中未明确指明的地点均位于美国。——译者

己置身于这种熟悉的元素之中时，我发现自己的内心得以平静下来，能够——甚至是渴望——去激荡自己的思维，从而构想出新的可能性，或者不受嘈杂人声和现代生活的干扰，专心解决困难的问题。那种静谧简直棒极了！

我有没有说过自己是双鱼座？

多年以来，为了满足自己对游泳的渴望，我去过五花八门、大大小小的各种水域。我曾游过的地方有犹他州漫天大雪之中的室外人工加热泳池，也有希腊的黑色火山岩海滩，还有肯尼亚北部群山之中小溪汇聚而成的池塘，以及澳大利亚沙漠腹地的一池清凉碧波。我曾在克里米亚半岛与皮松肉弛的苏联老妪共享一片海水，也曾在贝弗利山与魔鬼身材的女星共用一条泳道。在位于泰国湾的旅游胜地苏梅岛游泳时，我有三个选择：清水的无边界泳池^①、咸水的自由形态泳池^②，以及美丽的海湾本身。我从未有过糟糕的游泳经历，因为我总是谨慎地作出选择。有一次，我计划着要去蒙古游泳，跃入库苏古尔湖的蔚蓝色深潭之中。那是一处尚未遭到人为破坏的高原美景，面积之大与纽约的长岛相当，在太空站上都能直接看到。它是仅次于俄罗斯贝加尔湖的亚洲第二

① 无边界泳池并非真的没有边界，而是通过一定的设计，让泳池与周边景致融合，获得水面似乎消失在无穷远处的视觉效果。——译者

② 自由形态泳池指形状非矩形的游泳池，边界多为弧线形，通常以休闲为使用目的。——译者

大湖，占了全世界淡水总量的2%。我看到了一个可以添加到我游泳纪录中的绝佳选择。而我没有预计到的是那里的湖冰，导致水温即使在6月份仍然冰冷刺骨。结果泳没有游成，换作了皮划艇。

简单地说，游泳会令人痴迷，有益且难以戒除。“如果你不能把自己扔到水里面，那你要怎么熬过这一天啊？”剧作家理查德·格林博格在他的剧作《美国计划》中借角色之口提出了这样的疑问。而且，一个又一个的游泳爱好者都曾经对我说过：他们如果不游泳就睡不着觉。因为游泳可以让他们平复心情，从这个疯狂的世界之中、从孩子们的吵闹之中，以及从他们自己的内心之中，得到解脱。于是，游泳成为生活中不可或缺的一部分。“要是没有这个游泳池，我肯定会变成一个酒鬼的，”埃斯特·迪森如此说道。她是一位高科技行业的资深专家，也是一位风险投资领域的投资人。从十八岁起，她每天都要游上几圈。“这就是我的重启键。”她在一次晨泳之后与我共进早午餐的时候告诉我，她过去还会在游泳的间歇把一些想法写在纸上，放在池边的长椅上，供她开创性的新闻简报使用。她现在仍然只住带游泳池的酒店，并且会把泳池的照片发到网上。游泳的事情甚至会出现她的梦中。“有时那只是条壕沟，但我仍然在里面不停地游泳。”她说，“有时泳池是空的，裸露着池底。那就是焦虑的感觉。”

泳道的分界线让我们懂得在多条道路之中专注其一，而游泳划水的节奏则赋予我们的感官以秩序。



单纯从审美的角度来看，游泳完全具有魔法的魅力。亨利·詹姆斯曾经说过，英语之中最美好的两个单词就是“夏日午后”（summer afternoon）。要是再加上“游泳”这个词，这一天就更完美了！特别是当水面如同安妮·塞克斯顿所描绘的那样时：

那水是如此清澈，
竟可透过它阅读。

英国作家查尔斯·斯浦劳森著有一本文笔优美的冥想录《黑色按摩师之萦绕》，已经被着迷于游泳的人们奉为经典。他在书中对历史上著名的游泳爱好者们做了一个定义：“这些人宁可告别日常生活，投身于这样一种体育运动：大部分身体要浸于水下，并且要专注于自我。”他写道，游泳“会吸引那些性格内向而古怪的个人主义者，他们往往沉迷于自己的精神世界”。我曾打电话到他位于伦敦的家中，以表达自己的敬佩之情。斯浦劳森在电话中坦承，他所描写的其实就

是他自己。“一群人在一起游泳不是我喜欢的方式，”他说，“我喜欢去那些有着传奇背景的怪地方游泳。”比如赫勒斯滂海峡，他就曾两次横渡。在我出发之前，他鼓励我说：“那会非常棒的！你将有足够的时间思考。”

游泳会强迫你集中精力，让思绪进入冥想的状态，并让你得以构建恢宏的梦想。游泳冠军安妮特·凯勒曼是默片时代的明星，并且在20世纪初发明了单件式的女子泳衣，从而让女性可以像她们的男性伴侣一样在海水中灵活自如地游动。她曾经写道：“游泳可以丰富你的想象力。最有想象力的人无论白天黑夜都可以在游泳中打发独自一人的时光，把黑土地上争先恐后的芸芸众生抛在脑后。”或者就如亨利·戴维·梭罗所说的，我们每个人都应该去探寻我们“自己的那片海，当一个人独处时的大西洋或太平洋”。

即便只是一个去游泳的想法，同样也能让人激动万分。当一个游泳爱好者路过一栋有游泳池的建筑时，你会发现些微的氯气味道就能让他的脸上浮现出向往的微笑。当一个游泳爱好者看到电视广告中有人游泳时，他会停止换台，用心观看。“那是能够让你拼尽全力的事情，过后还能让你的感觉好得出奇。”一位曾经的游泳教练解释道，“如果你到外面去，同样拼尽全力跑上一程，之后你根本就吃不下东西。你会感到糟透了，唯一想做的事情就是赶紧凉快下来，还有就