

让古籍“鲜活起来”，叩响了通向历史深处的时光之门

# 从《但是还有书籍》到《穿越时空的古籍》 高分纪录片润物细无声走向大众

■本报记者 汪荔诚

古籍收藏者卢冉和团队历时5年将古籍中记载的“蟹酿橙”“素蒸鸭”等300多道宋朝佳肴用手艺逐一烹饪而出；服饰史学者、影视服饰顾问陈诗宇通过古籍考证古代服饰，将平面的考古资料还原成立体造型……首部中华古籍活化纪录片《穿越时空的古籍》近日在西瓜视频上线，观众目睹着学者和艺术家修复古籍、演绎古籍内容同时，也感受原本束之高阁的古书逐渐“鲜活起来”。

近年来，聚焦古籍的纪录片、综艺节目不断涌现，今年2月份登陆B站《但是还有书籍》第二季首集就聚焦古籍，在网络上取得了9.4的超高好评。去年中央电视台综合频道推出了《典籍里的中国》，借助舞台剧和古今对话，节目网络视频播放量迅速破亿次，其中《尚书》一集的微博相关话题阅读量就超7亿，成为现象级传播产品；《中国影像方志》《古书复活记》等纪录片节目也让古籍逐渐深入人心。

业内人士表示，这一类古籍之所以可以圈粉，得力于借助了“人”这一要素，让原本艰涩的古籍“鲜活起来”，走进了更多观众的内心，让观众借此叩响通向历史深处的时光之门。

**以人作为叙事的核心，灵动的形式来讲述古籍的故事**

“古籍其实是一种‘雅’文化”，华东师范大学古籍研究所研究员顾宏义在接受记者采访的时

候表示，这一类古籍纪录片之所以可以圈粉，“除了知识性、学术性的普及之外，‘故事性’成为吸引观众的地方”。

如何在纪录片中展现故事性？不少纪录片都把和古籍相关的“人”——古籍的整理者、研究者，或是古籍的演绎者作为叙事核心，展现他们对于古籍的执著热爱以及对于工匠精神的赓续，正是这份执着，让古籍传承下来。

用七十载的光阴研究古籍版本和源流领域的版本目录学家沈燮元、用画笔勾勒出《山海经》神兽的撒旦君、以古籍字体为母版设计4万多艺术字的应永会、修复《永乐大典》“湖”字册的国图古籍修复中心杜伟生、抢救翻译并整理东巴古籍的东巴文化研究院院长李德静……不论是《但是还有书籍》还是《穿越时空的古籍》，这些纪录片无一例外都通过一个人的故事来切入，让原本生涩的古籍变得生动。

敦煌莫高窟曾饱经沧桑，正如史学大师陈寅恪曾说过，“敦煌者，吾国学术之伤心史也”。《穿越时空的古籍》之《拼接撕裂的文明》篇章中，浙江大学敦煌学研究中心主任张涌泉通过字体、行款、纸张、缺口的综合对比，将分散于世界各地的敦煌碎片残卷进行拼接、缀合，使之成为可供阅读和研究整体，打动了很多人；在《但是还有书籍》中，耄耋之年的版本目录学家沈燮元仍旧每天坚持坐公交车到南京图书馆工作，这让复旦大学图书馆副馆长、中华古籍保护研究院常务副院长杨光辉看了之后备受感动，“沈老一辈子都乐在其中，因为古籍版本目录本身就具有无穷魅力”——在镜头的演绎下，这些纪录片所挖掘的不仅是古籍本身，更是对于工匠精神的传承和发扬。

**古籍作为引子，叩响了通向历史深处的那一道时光之门**

“春兰秋菊”“栗糕”“螃蟹羹”——在《穿越时空的古籍》中，一道道佳肴被还原出来，在阅读古籍和复原宋食的过程中，卢冉“不断地与宋人的心灵发生共振，他看到了他们掩藏在柴米油盐里的真实，也感受到了他们生活的热烈与风雅”。正如片中的画外音“以古籍为药引，卢冉似乎叩响了一道通往宋代的时光之门”所说，古籍成为很多当下研究者、观众叩响通往历史深处大门的引子。

“《传习录》只有两卷，何来三卷？”“这第三卷，由您的弟子、这位钱德洪先生所编撰”——这是《典籍里的中国》中，辛柏青扮演的王阳明和400年后的现代人撒贝宁跨越时空进行对话，《传习录》在明代的创作环境、王阳明和弟子之间的点滴故事逐渐呈现出来。

这部纪录片通过演员扮演的古人和主持人之间对话，叩响了通往古籍背后的历史之门，让观众设身处地地感受古籍创作者当时的环境和心境，抵达历史深处。

在顾宏义看来，“古籍在哪个朝代印刷、印刷的城市、哪个城市中刻书的书坊、刻书的情况、经过哪些人的收藏传承、藏书楼里藏着怎样的故事、收藏者的兴趣爱好以及鉴赏交流等等都蕴藏着生动的故事”，如何在讲述修复古籍、传承古籍之时一并展现传统文化的无穷魅力，古籍纪录片创作者眼前有着辽阔的未来。



制图：李洁

又一次成了“买房的人”，《心居》中冯晓琴的饰演者海清说——

## 接受角色的不讨喜，但努力生活的人值得尊敬

■本报记者 王彦

以冯晓琴之名，演员海清又一次奔波在了买房路上。巧的是，导演正是十多年前合作的滕华涛。

乍一看，外地媳妇买房子的故事元素似曾相识。做演员的对“角色固化”有着审慎态度，所以海清坦言：“一开始我是有顾虑的。”与导演间的默契以及剧本里的闪光点，推动着她最终成为冯晓琴，演她的精明和苦衷、她的自尊和自卑。

电视剧《心居》在东方卫视等平台播了十多集后，观众对冯晓琴的评价一分为二。眼见她辛苦操持家务却依然被同一屋檐下的婆家当成“外姓人”，不少网友对她的执意买房抱以理解的心情。另一部分人，纠结她张口就来的100万到底是“借”还是打算“有借无还”，也质疑她既然处看不惯又何苦嫁给顾磊的夹杂私心的婚姻算计。纷杂的观众反馈如演员所料。海清说：“我可能比较钟情于这样的角色，她们不会让所有人都达成一致的喜欢或厌恶。她们会犯错、会有不讨喜的地方，有认知的局限，也有阳光的一面。”

笼统的人性“好”与“不好”之间，是海清所看重的演员职业的迷人之处。她说，演到后来，自己有些喜欢上了冯晓琴，“我敬佩努力生活、好好生活的人，从这点说，我觉得冯晓琴是值得尊敬的”。

**“就喜欢摔到泥土里的戏”**

儿子的早餐、奶奶的苦瓜汁、公公的八宝茶全都考虑周全，精准定位丈夫找不到衬衫和手表还顺手带数落对方没脑子……旁人眼里兵荒马乱的早晨，冯晓琴应对起来就像多线程并行的处理器一气呵成。一个嫁到顾家八年、早把料理家务做成肌肉记忆的主妇形象活了，一个既倚仗婆家又对丈夫颇多不满的媳妇形象也立住了。

网友们对冯晓琴的为人处世意见相左，对演员的评价倒是高度相似，“演生活剧，海清是自带烟火气的”。

剧中最具场景感，是日常。《心居》在上海拍摄时，别人的戏份场景很多，有逼仄楼道，也出入过外滩源、交响乐团、金融街区等都市摩登文艺的一面。海清基本上在柴米油盐里打转。演员自己给角色编了个顺口溜，意思是冯晓琴的戏份就是大菜场、小菜场、广场，场场接地气。

而在“颜值焦虑”仍是大势的演艺圈，“自带烟火气”于女演员而言更是个意味深长的判词。脸上会不会脏、睡觉是否卸妆、淋雨过后发型会不会乱等形象上的适当让渡，常是“接地气”的指征。事情到了海清这边，盒饭是真吃的，电瓶车是真骑的，“买次烧”都由自己上手，诸



如此类算是基本项。真正让观众赞叹的，是她能与“一身尘土”无痕对接。

顾磊意外身亡后，冯晓琴干起了外卖。有段时间，街头穿梭的外卖员、快递员，都成了海清的观察对象。小哥们怎样拿东西、怎样跑步，演员认真捕捉细节。“要赶时间又怕汤汁洒了，他们跑起来的姿势很别扭、很难看。”于是在戏里，冯晓琴也跑得没有美感。如果说放弃对镜头前“好看”的计较，是接地气的第二层表现，那么另一场街边吃饭的戏，距离“真听真看真感受”更近了。那是冯晓琴刚入行送外卖，摸不着门道的她，奔波不少，接单量却很小。趁着见缝插针吃饭时间，她打算在外卖群里求助几句。就是这场边吃饭边刷手机的戏，海清设计出层次感。

起初，她坐在花坛边，饭盒摆在腿上，扒几口饭，拿起手机看两眼。但这样的姿势对一个既不想错过群消息、又要争分夺秒吃饭的人来说，实在谈不上效率。她索性靠着花坛蹲下，不宽的路沿石成了临时搁手机的桌子，还能给端盒饭的手借把力。疲惫、饥饿、惜时、要强，一个在男人帮里初来乍到的女外卖员形象，就在姿态的变化中建立了。

海清说，演现实生活里朴素的人，往往是她钟情的。“我就喜欢摔到泥土里的戏。”她把自己对类似角色的偏爱归结为剧本的不偏爱。没有光环、没有奇迹，前一秒钟老公意外身亡，下一秒，一切重

启。生计、生活，都变成生命不可承受之重。“这样的人演起来真的需要一点一点、一场一场戏去拼，让观众相信她就是如此一步步往上走。而不是依靠剧本的先天架构，赋予她唾手可得的好位置、好境遇。”冯晓琴的世界没有童话，演员便跟着角色跳进现实，哪怕一身泥。

**“演员对生活的理解应当是全景的”**

海清遇上生活剧，游刃有余和舒适区是外界观感的一体两面。演员本人同样在寻找生活恒久命题下的变量。在她眼里，倘若“清官难断”的家务事是生活剧的必修课，那么不同时代进程、社会情绪下的人的关系，便是戏剧能生发的选择空间。

《双面胶》热播时，胡丽鹃与婆婆的拉锯揭开了国产剧中“城乡结合”的家庭组合模式；《王贵与安娜》的夫妻相处之道，是两个生活背景有差异的人如何在漫长岁月里包容对方；《小别离》《小欢喜》里的童言无忌，在处理教育问题时，还面临一道排序题：自己和孩子，谁才应该优先幸福；当然还有绕不开的《蜗居》，大都市里一套房子的问题，荡开了人性的复杂地带。《心居》的主要矛盾集中在姑嫂之间，这是从未接触过的人物关系。”海清说，两位年龄相仿的女性因为

生活、教育的背景不同而产生了认知偏差，她们的认知差又会持续作用于二人关系，考验的是演员对人生的理解是否足够整体性。

比家族里旁的人知道更多冯晓琴的前史，顾清俞对年长自己两岁的弟媳始终心存芥蒂。然而，随着精英女性与白月光初恋闪婚，她个人的家庭关系从原生猝不及防转向了婚姻，她与冯晓琴的姑嫂关系也因个人立场不同轻轻撬动了共情。海清将类似流动的人物关系视作剧作对演员的要求之一，生活变动不居，“演员对生活的理解应当是全景的。冯晓琴的公公、大姑子以及其他成员在各自的时间点上遭遇了哪些事情，都会在纵向、横向交错，最后共同驱使着角色在那一刻作出独特反应”。

也正是基于对生活整体的把握，海清是理解冯晓琴的。“我是南京人，我到北京，也希望能够立足、有所发展。”每一个背井离乡到大城市打拼的人，都渴望城里的月光无差别地洒在普通人的身上、心上。这是人之常情，也是流动的时代很普遍的追求。“可能我们很多人都是冯晓琴。”海清说，从布满争议的前半生，经谷底后慢慢向上攀爬，冯晓琴的价值航向在找回自我奋斗后悄然转舵。“有时我会假设自己是冯晓琴，在遭遇了人生致命打击后，还能否翻身？”打心自问的结论是，“很大程度上，我佩服她。靠自己双手打拼找到的那份心安，也许比买房带来的更丰沛”。

■本报记者 董薇菁

据中国科学院心理研究所最新发布的《中国国民心理健康发展报告(2019-2020)》显示，2020年我国青少年罹患抑郁症的概率达24.6%，重度抑郁症的青少年比率高达7.4%。有关青少年心理问题越来越频繁，抑郁症已成为危害全球青少年健康的“隐形杀手”。这不禁让人沉思：孩子们的心理到底怎么了？

“否认孩子会抑郁是无益的，甚至是危险的。”近日由中国轻工业出版社出版的《万千心理·儿童青少年抑郁的父母指南：原著第三版》中写道。世界卫生组织的相关数据显示，目前全球罹患抑郁症的人数已经超过3.5亿，导致青少年致残的最主要因素就是抑郁症。

**孩子日常出现的“不快乐”，是否需要特别关注**

“抑郁症可能发生在任何人身上，它是由遗传和环境共同诱发，全世界都为之困扰的疾病。”作者之一的菲利普·格雷厄姆是英国伦敦大学学院儿童健康研究所儿童精神病学荣誉教授、伦敦大奥蒙德街儿童医院儿童精神病学专家顾问。另一位作者尼克·米奇利则是英国伦敦安娜·弗洛伊德中心儿童依恋与心理治疗研究中心的联合主任、伦敦大学学院副教授。凭借多年的临床经验，他们在书中总结了数十个5至18岁处于学生时期儿童和青少年的病例。

米奇利说：“有时候，父母很难知道孩子日常出现的‘不快乐’是否需要特别关注。我们希望这本书能够给父母、教师、社会工作者、健康随访员和家庭医生带来启发，及时发现孩子的抑郁倾向。”譬如书中所展示的两个病例：原本精力充沛、活泼好动的孩子突然失去了活力，甚至连昔日最喜爱的足球也无法再吸引到他。母亲为此深感不安，“他只是假装过着正常的生活，大多数事情他都同意去做，但是做起来没什么乐趣；他会因为小事哭泣，待在家的时间越来越长；他越来越少谈到他的朋友以及他们共同进行的活动……”又如一位名叫艾玛的8岁女孩，她在学校里的表现“让人头疼”，在全班应该保持安静时，她总是发出奇怪的声音，和同学玩耍时会故意推搡他们。在不捣乱的时候，艾玛会望向窗外，沉浸在自己的世界中。但艾玛在家里一点也不淘气，只是郁郁寡欢、无精打采。

**孩子面对的世界，并非成年人所想的“无忧无虑”**

孩子面对的世界并非成年人所想的那么无忧无虑——容貌焦虑、同伴拒绝、完美主义、父母否定、不当惩罚等，都潜藏在孩子的世界里，如果他们不能及时得到理解和支持，极易引发抑郁症。

中国科学院心理研究所发布的《中国国民心理健康发展报告(2019-2020)》显示，小学四到六年级的孩子中，重度抑郁的检出率有1.9%-3.3%；在初中阶段的孩子当中，这个比例上升到7.6%-8.6%，在高中的孩子当中，重度抑郁的检出率则高达10.9%-12.5%。

每个人都能经历抑郁的情况，成功、富有或者美丽并不意味着人们不会抑郁——这是《万千心理·儿童青少年抑郁的父母指南：原著第三版》揭示的另一重要观点。超模卡拉·迪瓦伊在15岁获得了巨大成功后，却感受到了“巨大的抑郁焦虑和自我憎恨”的打击。许多著名作家像诗人西尔维娅·普拉斯和小说家J·K·罗琳都曾生动地写过自己遭受抑郁症严重折磨的经历。

因此，抑郁不是某个人、某个年龄段的问题，而是人类都需要正视的一个公共健康问题。菲利普·格雷厄姆指出，当抑郁症表现真的发生时也不要惊慌失措，要精准确定“病与非病”的界限，只有及时发现、干预并治疗，才能避免悲剧的发生。

因为抑郁症不分年龄，富有、美丽也无法保证孩童的世界无忧无虑——  
**为什么父母需留心儿童日常中的郁郁寡欢？**