



你的文化体力去哪儿了

实习生 周家安
中青报·中青网记者 蒋肖斌

“请帮我生成一份读书报告。”在和AI的对话框中输入这样的指令后，大三女生于冬冬对着电脑屏幕叹了口气。一年前，大二的她还能在图书馆静心读完整本学术著作，但自从这学期开始实习后，冬冬发现，回到寝室“连打游戏都觉得累，只想躺在床上发呆”。面对迫在眉睫的“DDL”（deadline缩写，此处指作业提交截止日期——**记者注**），她最终选择了曾经自己“非常不同”的方式。

于冬冬的经历并非个例。本想在通勤地铁上读书，却忍不住打开了短视频软件；对一部电影很感兴趣，于是在网上搜索“5分钟速看”视频；打开之前喜欢的历史纪录片，看了不到半小时就开始犯困……

一种进行深度文化活动的能量，似乎正从越来越多的年轻人身上悄然流失。他们为自己这种“心有余而力不足”的状态，找到了一个精准形容：“文化体力”不支。

文化体力是一个对应着生理体力的概念，指的是我们进行严肃阅读、进修学习、艺术欣赏等泛文化休闲活动所需的精力与专注力。

那么，年轻人的文化体力流去了哪里？当文化体力不支已经成为既定事实，他们又应当如何应对？

是什么在消耗我们的文化体力

马克思认为，生产力的发展节约了劳动时间，从而为个人赢得了闲暇时间。这部分时间不应只用于娱乐和休息，还应当用于从事“更高级的活动”，以此发展智力，提升精神涵养，吸收历史上遗留下来的科学、艺术等一切真正有价值的东西，进而通过自由时间实现个人的全面发展。

文化体力正是我们从事这些“高级活动”的精力基础。

然而，对许多职场中的年轻人来说，维系这种文化体力正变得越来越困难。

24岁的贺奕是一名初中数学老师兼班主任。大学期间，贺奕是学校电



视觉中国供图

影社团的社长。他经常组织同学们观影，大家会在观影结束后围坐一桌分享感受。

“但在入职后的很长一段时间里，我没有完整地看过一部电影。”贺奕告诉中青报·中青网记者，“有一天下午我突然很想看电影，就特意提前把所有工作做完。晚上，我调好了酒，打开了一部我很喜欢的电影《午夜巴黎》。”可电影只播放了十几分钟，就有一通学生家长的电话打了进来。

“学校要求我们必须接家长的电话，我没办法，只能接。”贺奕回忆，那通电话“并不算很长，只持续了十几分钟”。但挂断电话后，贺奕兴致全无，草率地关掉了电影，提前上床休息。

职场压力是消耗文化体力的重要因素，但影响文化体力的并不只是工作。

19岁的宋持对此深有体会。高中时，宋持是个阅读量极广的“书虫”，不管是类型小说还是严肃文学，甚至是一些艰深的学术著作，她都有所涉猎。然而，进入大学后，各种学生工作和社交活动占据了她的时间，“微信的图标整天都是闪烁的”。

碎片化的信息不断切割着宋持的注意力。她告诉记者，自己的专业课老师

在“开学第一课”推荐了一本书。“是李普曼的《舆论》。高中的我至多两周就能读完，但现在来到大学已经一年多，我只翻了30多页。”宋持说，对她来说，“静下心”已成一种奢侈的能力。

文化体力并未消失，只是“迁徙”

像贺奕和宋持一样的年轻人并不在少数。然而，深度阅读和观影的减少，真的意味着他们的“文化体力”消失了么？

24岁的韩玥是一个“剧女”（热衷音乐剧的女性观众——**记者注**）。在江苏苏州工作的她，曾有过周末前往上海连看5场音乐剧的“纪录”。

“我认为我的文化体力并没有消失。”韩玥说，“上学的时候，我的文化体力更多地用于阅读或看电影——可以随时随地开始，并且不需要太多金钱支持的活动。但是现在我可能就会选择去看音乐剧。”

韩玥认为，文化体力的总量是恒定的，但是它的支出方向会随着人生阶段、经济能力和社会环境的变化发生转移。

和韩玥的观点类似，20岁的程思

然也认为自己的文化体力并未流失。“在社会学家布迪厄的定义里，文化以艺术品、画廊、博物馆、图书馆、音乐厅、书籍等物质的形式表现自身。那么，听巴赫的《勃兰登堡协奏曲》是文化体力充沛的表现，听流行歌曲就是文化体力流失吗？我并不这样觉得。”程思然说。

谈到流行歌曲，程思然分享了一首她常听的歌的歌词：“认定我都绝非倒悬江河中泛泛之辈，是重名的乱世萍水。”程思然告诉记者，这首歌以革命志士秋瑾和吕碧城为原型，“被这样的歌词所展现的时代女性共鸣所打动，难道不能算作有价值的‘文化活动’的一部分吗？”

在程思然看来，文化体力指的是人们用于“泛文化休闲活动”的精力，而这种“休闲活动”的内涵应该是多元的，关键在于个体是否能在其中获得收获与触动。

“传统的、需要高度专注和沉浸感的文化消费可能有所减少，但我们并不是放弃了文化消费，而是转向了一些更新颖的形式。”程思然说。与其说文化体力“消失”，不如说它进行了大规模的“迁徙”。

戏剧的未来：“在场”还是“在线”

“原始的戏剧是萌芽于山水之间的，后来才有了舞台，但在今天数字化的背景下，戏剧的形态正在悄然改变，‘第四堵墙’正在被打破。”中央戏剧学院院长郝戎回忆，过去我们去北京人艺看戏，习惯一场戏完了之后拉幕、换景，但现在，科技对舞美设计带来颠覆性变革，比如有了AR体验、线上戏剧等。作为有着鲜明“在场性”的戏剧艺术，如何面对这些变化？

这些变化并非只在中国发生。在本届大凉山戏剧节中国首演的格鲁吉亚舞台剧《狂人日记》，改编自果戈里的同名小说。导演莱文·祖拉泽用细腻的细节，讲述了主人公波普里希茨的“疯狂”人生。

祖拉泽并不讳言，戏剧在过去几十年间，已经与电影、电视、互联网有了合作，“它们都曾被视作给戏剧带来了危机”，但危机同样能转化为机遇，“我现在完全相信，来自线上和虚拟世界的挑战，能转化为新的艺术语言”。

祖拉泽观看过一部青年导演执导的

莎士比亚经典《哈姆雷特》。剧中，当哈姆雷特明白了自己的处境后逃亡到了伦敦。这段情节的呈现是通过线上技术实现的，观众在剧场中看到了演员在伦敦的画面。“线上线下融合，会成为未来戏剧的发展方向。”祖拉泽说。

在莫斯科，情况有一些不同。“莫斯科人去看戏剧，往往有着很强的仪式感，直到今天也更喜欢去剧场观剧。”莫斯科文化局副局长卡拉伊尔·谢尔盖耶维奇·杰米坚科说。

杰米坚科认为，线上戏剧最大的缺点是表演者无法与现场观众进行实时交流与情感互动，“（线上戏剧）的推广仍需要较长时间，目前还不能替代现场”。他还提到一个更直接的原因，线上戏剧吸引不到更多知名演员参与。“大多数观众粉丝，都希望到现场与明星演员面对面接触。在莫斯科，很多剧场也是用明星效应来吸引观众。”

在法国导演塞赫日·尼古莱眼中，线上和线下戏剧是“完全不一样”的，“就像今天我们相聚在这里，只有

在这个现场，才能享受阳光的温暖，欣赏碧海的美景，闻到花香，听到鸟鸣——这些感受是在屏幕上无法替代的。他认为，受客观条件限制，人们无法抵达剧场时，线上戏剧对文化传播来说是一件好事；但只有在现场，才能通过戏剧知道我们在探究什么。

戏剧一词，在希腊语中源于“行动”的词源。“戏剧是活的艺术。戏剧节是一个很好的平台，让大家能真正走到人群中，共享戏剧的能量。如果我们不做‘在场’，只做‘在线’，我们会失去非常好的人与人之间的沟通方式。”塞赫日·尼古莱说。

不久前，著名导演王晓鹰执导的《兰陵王》在广西桂林上演。这部在中国国家话剧院演了8年的话剧，第一次把剧场安在桂林山水间。“山水不仅仅是背景，更是戏剧情感表达的一部分。离开这一片山水，就不会有这样的效果。这是戏剧最大的魅力。”王晓鹰说，“新技术能帮助我们了解关于戏剧

最理性的信息，也希望更多人能通过新的传播方式，走进剧场、了解戏剧。”

观点在碰撞。有意思的是，这一场对话本身也以“线上+线下”结合方式开展。现场的150余人线上线上的近10万人次，共同完成了一场讨论话题与讨论形式的互文。确实，看直播的观众也许这一次感受不到大凉山太阳的光热，但他们也通过直播知道这里有灿烂的阳光，下一次，或许就想来现场了。

中央戏剧学院在今年招收了第一届数字戏剧专业本科生。“戏剧的很多本质特征是科技无法替代的，但科技对戏剧依然可以赋能、可以融合。科技时代已经到来，我们必须面对现状，无法拒绝，那就共同探讨。”郝戎说。

《狂人日记》的舞台就运用了很多科技方式。影像“酷炫”，演员动情，濮存昕在看完后感叹：“那个演员21岁，我也想像他一样21岁，可我已经72岁了。但在面对现场几百名观众的时候，我依然想像年轻人一样大声喊！”



2025第七大凉山戏剧节现场。戏剧节组委会供图

中青报·中青网记者 蒋肖斌

庐山之畔，邛海之滨，山海之间，适合看戏。

11月7日至16日，来自中国、西班牙、美国、格鲁吉亚、意大利、巴西、法国、俄罗斯等8个国家15部邀请剧目，以及近百部入选剧目，相聚在2025第七大凉山戏剧节展演。

创作者与观看者，此时此地在线下熙熙攘攘，而更多讨论也正在发生。中国戏剧家协会主席濮存昕说，中国戏剧界有一句话，‘不怕手艺差，就怕眼界穷’，因此彼此的交流倾听就显得特别重要。这天，一场国际戏剧对话在泸山山腰的露天剧场举办，“戏剧在场还是在线”，成为讨论焦点。



11月5日，北京，中国国家话剧院，《牡丹亭上三生路》首演舞台上的“杜丽娘”与“柳梦梅”。塔苏摄

中青报·中青网见习记者 蒋欣雨
记者 蒋肖斌

“情不知所起，一往而深。生者可以死，死者可以生。”随着“柳梦梅”与“杜丽娘”在中国国家话剧院剧场的舞台上入梦、相爱、重逢，汤显祖那久远的慨叹，又一次在数百年后的舞台回响。

近日，作为北京文化艺术基金2024年度资助项目，由中国国家话剧院出品、演出的话剧《牡丹亭上三生路》首演，演出持续至11月16日。这出“执梦”的戏作，又一次踏上了“追梦”的旅程。该剧

这一次，杜丽娘搭起古今对话的“桥梁”

作以“戏圣”汤显祖的古典名著《牡丹亭》为蓝本，尝试在虚实交织、具有古典气韵的时空里，用贴近当代审美的舞台语汇，与汤显祖展开一场跨越400年的精神对话。

接受中青报·中青网记者专访时，《牡丹亭上三生路》导演高蕾蕾说：“《牡丹亭》中有不少古今能同频共振的情节，我们探讨《牡丹亭》如何表现文化基因，更希望带着现代人的生命体验，再次走入‘牡丹亭’。”

在创作手记中，高蕾蕾写道：“在江西大余牡丹亭公园的时候，眼前一闪而过滕王阁明朝重建后演出《牡丹亭》的一笔历史，这是第一次在阁里演出戏曲。没想到路过南昌，竟然真实地站在了滕王阁里，仿佛又一次穿越时空，与汤翁擦肩。”

谈论《牡丹亭》，总绕不开一个“情”字。那么究竟如何演绎至情？高蕾蕾的答案是“执梦追梦，以情演情”。

在《牡丹亭上三生路》中，柳梦梅与杜丽娘的“梦中情”“人情情”“人鬼情”交织于三生。“至真至情至深的爱，是我们想要去诠释的。”高蕾蕾说，“这

种超越生死的爱情往往在书里或电影里被演绎，但希望观众通过这部剧作也能着眼于现实中的情意，珍惜自己身边的爱情。”

经典要重新焕发生机，需要与当下“对话”。在剧中，高蕾蕾希望建立起一个“对话的桥梁”，引导观众“入梦”。“我一直在思考这部剧作与当下的关系。比如，从亲子关系的角度来看，杜丽娘的父母其实在现实中是普遍存在的，他们能够给女儿提供自认为最好的一切，却很少真正关心孩子作为个体的情感需求。”

要完成古今“对话”，还需要“语言相通”。传统文化该以什么样的语言为媒介，才能与现实“沟通”？带着这个问题，《牡丹亭上三生路》完成了一次现代“转译”。

时以更具现代感的台词来表现，以调节节奏。”

完成了“转译”后，又如何“传意”？在舞台上呈现上，《牡丹亭上三生路》尝试从现代视角切入，结合中式审美，将表象与表意结合，打造一个象征现实与梦境的无边界“同一”的舞台。“在道具设计上，我们融入传统文化元素，同时运用传统工艺，杜丽娘所执的牡丹扇子是苏绣工艺定制而成，油灯也是由非遗工艺精心打造。”高蕾蕾说。

“在中国人的美学理念里，诗、书、画是一体的。”高蕾蕾补充道，“诗由演员念出，书由多媒体展示，演员在舞台上的走位又构成了画的元素。这样意味的三层画面叠加在一起，形成了统一的诗意表达。”

在汤显祖诗意的笔触下，一出“因情而病，一梦而亡，又因情复生”的爱情故事赫然纸上。但《牡丹亭》的内核，真的只有爱情吗？创作团队尝试从对生命意义的求索出发，将杜丽娘与柳梦梅的爱情故事，转化为每一个现代个体都可能经历或正在经历的“自我觉醒之路”。

“不到园林，怎知春色如许？”舞台

上，杜丽娘推开的那扇门，隔开了园林里的春光，也遮蔽了一个人生命里的“春意盎然”。这一“推”，既是对世界的追问，又是对自我的叩问。

“‘自知’‘觉醒’不是有压迫才能触发的，太多的机缘都会触发个体生命意识、人生意义的追问，以及对世界的关注、对我和世界关系的关注。”高蕾蕾说，“本剧杜丽娘身上承载更多的是：推开世界的门之后，该当如何？”

这扇“门”后，《牡丹亭上三生路》所呈现的，不止于一个爱情故事，更是一次对自我的追寻。这部作品不仅是对400多年前经典的致敬，更是对每一个“突然醒来”的现代个体的温柔关照，讲述属于“我们”——发现自我、追寻自我、完成自我的心灵旅程。同时，他们希望通过剧作传递一种信念——不计得失的热爱、不问结果的追寻。

高蕾蕾认为，这个世界上，“执梦前行”的人是千千万万的，他们不乏执念、不乏勇气、不乏行动。这样的“梦”看似只对个体生命意义非凡，却也是群体自我意识觉醒的宿命。因此，她希望这部戏“可以作为一朵小红花，送给所有一直在努力的人”。

人物

中青报·中青网记者 沈杰群

作为《新闻女王》系列总监制，钟澍佳用两部作品构建了一个充满张力的新闻职场世界，把“Man姐”文慧心带到观众面前。从传统媒体的办公室博弈到自媒体时代的全域交锋，他始终围绕新闻行业的核心命题展开创作，在跌宕剧情中传递对行业的思考。

最近，由原班人马打造的《新闻女王2》回归，钟澍佳担任总监制并执导。该剧讲述了金牌主播文慧心（佘诗曼饰）在离开传统媒体SNK后，加入刘艳创办的网媒“公开平台”，昔日的“新闻女王”因更换平台重新面对职场新挑战。在新闻行业遭遇转型期与阵痛期、传统媒体与网媒酣战的环境下，一众媒体人极速成长，多方“抢新闻、拼深度”成为最大看点。日前，钟澍佳接受采访，分享了对新闻行业的理解。

《新闻女王2》的25集剧情囊括了十余个新闻事件，绝大部分都源于真实原型。钟澍佳的创作秘诀是将两三个真实新闻“拼接”融合，让剧情更具完整性。“第一集的塌楼事件源自某一年香港土瓜湾的塌楼真实事件，我还融入了某年的一个‘业主会维修纠纷’事件。我把这两件事和‘地产商阴谋’结合，这样剧情就更有张力。”而“AI主播”这一选題，更是直击行业前沿议题。“AI主播已经上岗工作，我想探讨得更远。”钟澍佳关注到技术发展带来的新问题，例如肖像权、道德观，还有法律覆盖不到的灰色地带，这些都值得拿出来讨论。

为什么要创作有关新闻行业的故事？钟澍佳说，新闻本身很神圣，“是不容侵犯的殿堂”，从业者应当追求真相；但这个行业又不免涉及经营公司、赚取利润等话题。

钟澍佳提到，剧中有一句台词是“报道中立，调查中立，但是人是最不中立的”。“新闻本身是客观的，但记者是人，会带主观判断，比如事件和自己有关时，就难保持中立。这种‘人性与职业的碰撞’，是行业有趣的地方。”

《新闻女王》主创通过角色塑造展现不同的行业态度：梁景仁“既要新闻又要商业”；古鉴华一味追求商业利益，“根本不是做新闻，而是在做市场研究”；“Man姐”文慧心则坚守新闻良心，即便转型自媒体也始终追求公信力。

在“人人皆是自媒体”的当下，钟澍佳尤其想向观众传递新闻人的价值观念。

“《新闻女王2》故事构思比较早。《新闻女王》第一部讲的是一个电视台内部的故事，剧中呈现的新闻生态是2020年之前的。但现实世界里，自媒体的发展已经超过我们的想象，所以我刻意做了一个‘时间差’在第二部剧里。”

钟澍佳谈到，现在手机开个账号就能发内容，没有门槛，传播假消息会造成很可怕后果。“你要确定新闻是真是假？这就要去一家有公信力的媒体确认。”

钟澍佳试图通过“战无不胜的Man姐”去诠释一系列议题：坏的自媒体可以坏到什么地步？一家守得住公信力、拥有新闻良心的自媒体应该怎么做？

无论传播形式如何变化，坚守新闻良心、追求真相的内核，永远不会过时。佘诗曼有句台词如是说：“想赢一定能赢，就看在哪里赢。”“要成为一个有公信力的自媒体不容易，所以Man姐才要把它做成。她主动去面对并解决所有困难，然后让‘公开平台’走上更广的路，更有公信力。”钟澍佳说。

为了让作品更具专业性与真实感，钟澍佳团队做了大量采风工作。从传统媒体的编辑、记者总编、导演，甚至相关专业学生，他们都进行了深入访问。团队不会去询问工作流程，而是着重挖掘从业者的内心世界：“为什么要当记者？为什么选择这个角度报道？”每一个新闻从业者背后的理念与想法才是最珍贵的，这种深度挖掘让剧集情节经得起推敲，也让角色更具魅力。

作为女性题材作品，《新闻女王2》不仅聚焦职场博弈，更探讨了女性的“选择自由”。在钟澍佳看来，无论女性是选择打拼事业还是回归家庭，“每一个选择，你都不能说她是错的，重点是女性应该有自由去作选择”。

“看第一部时，提到‘新闻女王’大家会想到Man姐；但第二部我们希望让观众看到，每个女性都在变成自己的新闻女王。”这样的女性群像，是钟澍佳眼中《新闻女王》系列的“基础”。

在制作《新闻女王2》时，主创团队将第一部主场景搬至大湾区，SNK办公室与摄影棚整条棚景都在深圳龙岗搭建。钟澍佳说：“文慧心与方太在SNK长达11分钟的一镜到底、梁景仁遭遇水灾的下水道场景，由香港与内地制作团队共创而成，力求让观众增添真实感。”

谈及“新港剧”跨地域合作的心得，钟澍佳提到，未来港剧的创作重点，一是要“守得住底线”，坚持传统的细节追求和精准的叙事节奏，这些构成了港剧独有的烟火气；二是要“接得住气”，用贴近内地观众的方式呈现剧情，满足他们的审美喜好；三是要“通得了心”，找到与内地观众的情感点，不论是职场的烦恼还是生活的美好，都能引起共鸣。



《新闻女王2》剧照。

剧方供图

《新闻女王》主创：追求真相永不过时