

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“非常不认同”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，找到了一个精准的形容：“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



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，草草地关掉了电影，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，宋持是个阅读面极广的“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”消失了吗？

24岁的贺奕是一个“剧女”（热爱音乐剧的女性观众——记者注）。在江苏州工作的她，曾有过周末前往上海连看5场音乐剧的“纪录”。

职场压力是消耗文化体力的重要因素，但影响文化体力的不只是工作。

19岁的宋持对此深有体会。高中时，宋持是个阅读面极广的“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”。

贺奕认为，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。

和贺奕的观点类似，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：“认定你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”。

贺奕说，《午夜巴黎》中的主角吉尔最终没有沉溺于他向往的“过去的巴黎”，而是选择回到现实，去创造自己的美好。“对我来说，电影就是我心目中黄金时代的‘巴黎’，但是我要做的不是留在那里，而是在现实生活中为自己和这些孩子制造看到‘巴黎’的可能。”

面对工作压力，贺奕也更能实现平衡：“在和学生一起观影的时候，偶尔也有家长打电话进来，但是当我解释我在组织学生活动之后，他们基本能理解。如果没有急事，会在观影会结束之后再打电话来。”

“我们不必执着于回到某个过去的‘黄金时代’，而是要在当下的现实中，为自己和同路人点亮通向精神家园的灯。”贺奕说，“如果再回到一年前的那个晚上，我想，我会把《午夜巴黎》看完。”

“文化体力是有限的，但是我可以作出自己的选择。”贺奕说。

在生活中寻找新的精神家园

意识到文化体力的“消耗”或“转变”后，一些年轻人开始主动寻找“重建精神家园”的方式。

宋持选择循序渐进地“恢复阅读习惯”。她知道，自己无法立刻回到高中时高专注度的阅读状态，便从可读性较强的书籍入手。借着诺贝尔文学奖的契机，宋持开始接触自己从前了解不多的韩国文学。“虽然还是没有把《舆论》读完，但上个周末我一口气读完了李沧东的《烧纸》，这是我在大学之后第一次有这种连续五六个小时阅读的经历。”宋持说，合上书的瞬间，自己感觉特别畅快。

贺奕告诉记者，一个学生在向他提问时看到了他笔记本上的贴纸，“是岩井俊二《情书》里的一个经典镜头。她很惊喜地说自己也喜欢这部电影，还和我分享她看之后的感受”。

“那天下午第四节刚好是我们可以自由支配时间的活动课，我们俩聊了大半节课。”贺奕说，“我惊奇地发现，我仍然能够对一部电影侃侃而谈。有些我以为自己已经遗忘的东西，其实成了我的一部分。”

现在，贺奕成为学校电影社团的指导老师，在没有重要考试的情况下，他每两周会组织一次观影分享会，和孩子们一起看电影并分享感受。

贺奕说，《午夜巴黎》中的主角吉尔最终没有沉溺于他向往的“过去的巴黎”，而是选择回到现实，去创造自己的美好。“对我来说，电影就是我心目中黄金时代的‘巴黎’，但是我要做的不是留在那里，而是在现实生活中为自己和这些孩子制造看到‘巴黎’的可能。”

面对工作压力，贺奕也更能实现平衡：“在和学生一起观影的时候，偶尔也有家长打电话进来，但是当我解释我在组织学生活动之后，他们基本能理解。如果没有急事，会在观影会结束之后再打电话来。”

“我们不必执着于回到某个过去的‘黄金时代’，而是要在当下的现实中，为自己和同路人点亮通向精神家园的灯。”贺奕说，“如果再回到一年前的那个晚上，我想，我会把《午夜巴黎》看完。”

（应受访者要求，于冬冬、贺奕、宋持、韩珂、程思然为化名）

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，钟澍佳担任总监制及执导。该剧讲述了金牌主播文慧心（余诗曼饰）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”这一选题，更是直击行业前沿话题。“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”；古肇华一味追求商业利益，“根本不做新闻，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。

《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的后果。“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。余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、导播，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细节得起推敲，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办公室与录影棚整套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、梁景仁遭遇火灾的下水道场景，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“守得住魂”，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”，找到与内地观众的共情点，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》剧组

戏剧的未来：“在场”还是“在线”



2025第七届大凉山戏剧节现场。

戏剧节组委会供图

中青报·中青网记者 蒋肖斌

泸山之畔，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第七届大凉山戏剧节展演。

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。中国戏剧家协会副主席濮存昕说，中国戏剧界有一句行话，“不怕手艺差，就怕眼界窄”，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半山腰的露天剧场举办，“戏剧在场还是在线”，成为讨论焦点。

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”。

祖拉泽观看了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米哈伊尔·谢尔盖耶维奇·杰米科夫说。

杰米科夫认为，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，都希望回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，欣赏邛海的美景，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到底在探索什么。

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余人与线上的近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夜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，那就共同探索。”濮存昕说。

《狂人日记》的舞台就运用了很多科技方式。影像“炫酷”，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！”

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办公室与录影棚整套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、梁景仁遭遇火灾的下水道场景，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“守得住魂”，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”，找到与内地观众的共情点，不论是职场的烦恼还是生活的美好，都能引起共鸣。

