



为算法植入价值观

北京师范大学新闻传播学院执行院长 喻国明

正如蒸汽机和电力一样，人工智能正在重塑我们的世界。算力的提高、数据的积累以及算法的进步使人工智能成为本世纪最具战略性的技术之一。毫无疑问，基于人工智能的算法正在改变着我们的世界。

算法的秘诀在于，它可以凭借大数据的输入与分析，形成较之人类更迅捷、更实时、更敏锐、更优化的预测，以及在此基础上的决策与服务，从而带来在社会协同、市场服务、内容提供方面更加“自动”的响应、更加便捷的服务、更具兴味和沉浸感的内容制作、分发与提供。

算法的崛起必然是对于传统秩序与格局的重大改变，它所带来的一系列现象与后果也自然而然引起了人们的议论、焦虑甚至直言不讳的批评。它造就了好看、好玩、使人沉浸其中甚至难以自拔的魔力，这一方面挤占了人们越来越多的生活时间和休息时间，另一方面则把人们的精力和注意力吸引到“一地鸡毛”的琐碎以及虚拟世界当中而置社会生活中更重要的人和事于不顾……凡此种种，都是让我们不能不认真对待和严肃思考的。

必须指出，尽管存在着上述现象与问题，但我们也不能也不应该用简单粗暴的方式，对待算法及建立在算法基础上的新功能、新服务与新产品。智能型算法的出现、沉浸式产品的问世，这是互联网时代发展的一种必然，拒绝算法，就像工业化革命初期人们拒绝蒸汽机一样，是荒唐和可笑的。以传播领域为例，在人人都是传播者的今天，传统意义上的专业化内容生产所占的份额早已是互联网时代海量内容大潮中的“沧海一粟”，如果我们只用人工编辑的传统手段去处理，恐怕绝大部分内容都无法得到有效的处理与分发，互联网作为一种先进的内容生产力所释放出的巨大价值就会处于一种空置状态，人们对于内容消费的迭代升级就无法实现，日益活跃的长尾市场与利基市场就无法得到有效的开发和利用，社会生活的“毛细血管”就得不到必要的活跃与滋养，文明进步就会受到严重的阻滞。

算法不是洪水猛兽，沉浸度好的传播产品也绝非等同

于白粉摇头丸。问题的正确打开方式是：我们如何为算法植入价值观，如何为极易产生沉浸感的算法型产品加入干预和提醒机制。换言之，我们应该拥抱人工智能所引发的算法革命，构筑以人为本的人工智能型算法发展的战略，强调智能型算法的价值观，为沉浸式产品植入必要的干预机制，确保其朝着有益于个人和社会的方向发展。笔者认为，这一战略应该包括三大支柱性举措：

一是让智能型算法全面进入我们生活的方方面面，发展我国在人工智能算法领域的技术和产业能力，促进人工智能技术向整个经济、社会、政治、文化等领域的全方位渗透，因为只有社会各方的全方位参与，才能造就多重价值逻辑的互相作用与互相协力，单靠互联网企业一方的努力，社会价值观的植入必定是不完整的。

二是注重人工智能型算法时代全民的科技素养与新媒体素养的教育，以更为良性的社会文化准备迎接社会的经济、文化与生活的变革。这就要求我们必须让教育和培训体系跟上时代发展，密切监测用户与劳动力市场的新变化，普及新媒体知识，培育新型人才。

三是确保国家具有与人工智能发展和应用相适应的伦理与法律框架，包括阐明算法型服务、沉浸式产品的产品责任规则的适用，深入研究人工智能技术带来的新挑战和新问题，通过国家力量、社会力量与互联网企业的协同，促进利益相关方的交流合作，从而制定出人工智能型算法服务与沉浸式产品的伦理指南。

最后，借用《算法帝国》一书的作者克里斯托弗·斯坦纳的话来说，在未来的发展中我们将面对一个如何划定效用和威胁之界限的任务。未来20年的故事，是人工智能算法和大数据的故事，而这个故事的结果好坏将取决于如何划定这些界限以及由谁来划定。无论如何，在人工智能和算法系统日益代替人类进行各种决策的时代，设计出验证、证实、知情同意、透明性、可问责性、救济、责任等方面的机制，对于我们来说是至关重要的。■



卷首 Prologue

1 为算法植入价值观

瞭望 Outlook

5 抑郁症：一场漫长的感冒
11 我与抑郁症的故事

后窗 Showpiece

15 生命暮年，被“拴”在北京站的老人
19 守艺
——北京西派皮影戏资深演员陶淑珍女士专访

广角 Vastviews

24 管窥变装文化
28 2019年你的避“丧”指南
31 “入戏”太深？演员之悲！

《守艺：北京西派皮影戏资深演员陶淑珍女士专访》



清唱 Accapella

- 32 麦当劳教授闪耀时
——与翻译大家舒昌善的闲谈随记
- 36 留学生在北京：我来自哈萨克斯坦

人物 Figure

- 41 国奖巡礼

数说 Datastory

- 48 “四有好老师”评选活动舆情研究报告

视界 Vision

- 51 师大之秋



2019

6

2019年1月 第六期

校内统一刊号：BNU-043

《新外大街19号》总监

郑伟

监制

祁雪晶

主编

都芑

副主编

李健祺 林澜

主笔

李健祺

出品人

北京师范大学新闻传播学院

主办

北京师范大学新闻传播学院

瞭望融媒体工作室《新外大街19号》杂志社

社址

北京市海淀区新外大街19号京师大厦9412B

记者

都芑 李健祺 林澜 蔡华丽 张鉴之 马银鸿 周孟博

林雨潼 徐靖雯 陈上 何唯祺 许瑞

张沁萌 余冰玥 李亚慧 吴彤

电话

010-58803081

编辑

都芑 李健祺 林澜

传真

010-58803081

美编

李健祺 都芑 张鉴之 余冰玥 张沁萌

微信公众号

铁狮 NEWS

封面

李健祺

邮箱

823760540@qq.com

长期欢迎投稿，优先考虑非虚构写作和人物

专访类型稿件，稿酬从优

摄影

李健祺



北师新传学院官网



铁狮 NEWS 微信



北师新传学院微信

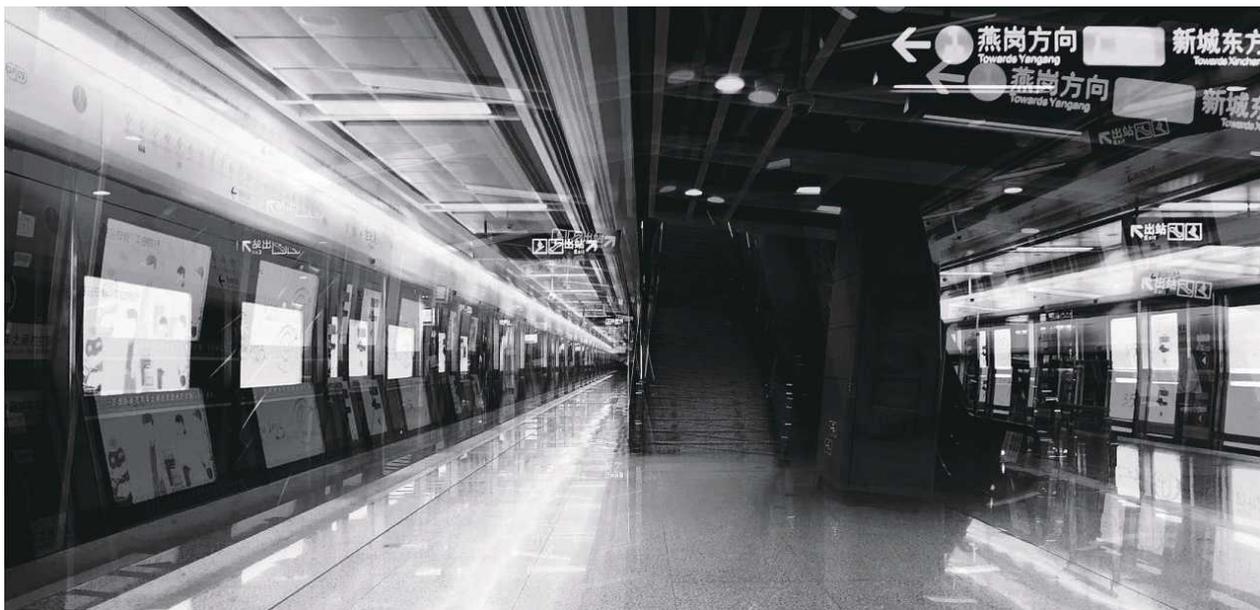
《新外大街19号》杂志订阅方式

发送“姓名”+“宿舍地址”至15634832973

我们将会把杂志送到您的宿舍！

抑郁症： 一场漫长的“感冒”

记者 | 都 芑
美编 | 都 芑



“我本想这个冬日就死去的，可最近拿到一套鼠灰色细条纹的麻质和服，是适合夏天穿的和服，所以我还是先活到夏天吧。”只想活到夏天的太宰治，如他所愿，在70年前的初夏自桥上一跃而下，三十九岁。

太宰治曾在《人间失格》中毫不避讳地写道，“有人问我想要什么时，我总是突然就什么都不想要了。什么都好，反正任何东西都不能让我快乐”。一位抑郁症患者标准的自我陈述。

抑郁症^病

“心灵感冒”

心理学家称抑郁症为“心灵感冒”，但这场“感冒”着实漫长而又痛苦，且几乎不能凭自己的力量痊愈。它总是被用来给天才做注脚，仿佛这是其璀璨人生最好的退路，但殊不知茫茫人海中那些被灰色笼罩的身影才是它真实的样貌。高楼的纵身一跃总能为它搏来关注，但除了一声沉闷的声响却什么也留不下，那些抑郁而又平凡的人们啊，依然在忍受生活的折磨。

抑郁这个词严格来说描绘的不只是一种情绪，而是一种情绪的向量，即向下的。它可以是悲伤苦恼，也可以是沮丧无趣，抑郁像个筐，什么都可以往里装。任谁都会有抑郁情绪，无论是失恋、考试失利还是某种无形的压力，太多因素都可以轻而易举地让一个人不开心。但当抑郁情绪一旦提升到“症”的水平时，便不再只是情绪那样简单。情绪低落反而是其最微不足道的症状，抑郁症患者会像遭受其他疾病那样受到生理上的折磨。他们时常会感觉到胸闷压抑，像有巨石在胸喘不过气，有时候会像一只脱离了水的鱼，不停地张开嘴巴大口吸气。而情绪郁郁寡欢的后果则是精神萎靡，身心俱疲，哪怕是下楼取一次外卖也

觉得是长途跋涉，疲惫不堪。许多患者则普遍有失眠或是早醒症状，身心的双重折磨让许多患者注意力下降，精神无法集中，无论是工作或者学习都难以继续。也许有人认为这完全是心理作用的结果，可以通过心理调节来改善，但抑郁症患者恰恰是已经逐渐丧失了这种调节功能。就像是人们对一位腿部骨折的患者说，“你要坚强，你可以站起来，加油！咬咬牙坚持一下！”，这是同样的道理。

抑郁症最为基本的两个指标是时间和强度，短时间的郁郁寡欢不能称之为抑郁症，而长时间的伤春悲秋也可能只是性格使然。但若具体问究竟多久的抑郁或者抑郁到什么程度才可以称之为抑郁症，恐怕也无人能够说得清楚。每个人的状况都是如此的特殊，很难用一个固定的标准去测量，最大的标准只能是自己。当你觉得抑郁的情绪已经超出自身控制，并难以承受时，便一定要寻求专业人士的帮助。除此以外，“自我评价降低”与“快感缺失”则是抑郁症患者更为典型的两个症状。抑郁症患者的自卑往往是超出常人的，他们无时无刻不对自身以及自身的生活充满着失望，糟糕的自己则又让他们对最亲近之人充满愧疚，以至于时常认为自己的存在不仅毫无价值而且是个累赘。快感缺失则更为普遍，抑郁症患者并非失去知觉，他们仍然可以品尝出一道菜是好吃还是无味，一支花是清香扑面还是令人掩鼻。但即使面对美食，他们也仍难提起食欲，美食也变成了只是可以吃得下的食物。他们看到一条段子时也可以笑到忘形，但内心其实心如止水。快感缺失带来的最大问题是生活动力缺失，虽无欲无求但却并不坚强。失去对生活索求能力的他们也将无法再接受生活的馈赠，随之而来的便是周遭的一切都将变得索然无味，人生的夜幕可能就此降临。

晚年遭受抑郁折磨的丘吉尔曾说：“心中的抑郁就像只黑狗，一有机会就咬住我不放。”有多少人曾希望扼住命运的喉咙但却被命运反戈一击，压得动弹不得。也许我们都应该学习如何与命运相处，与这只“黑狗”周旋。

不能说的秘密

几个月前的某一天，一个在西雅图机场工作的年轻人，趁所有人不注意偷走一架飞机并开上天空，最终在空中飞行了75分钟后坠毁在了一座小岛上，无人幸还。当空管人员询问他偷飞机的理由时，他的回答是：“我想去看看那条逆戟鲸。那是条背着丧子，在海中游荡了1600公里，整整17天的母鲸。”

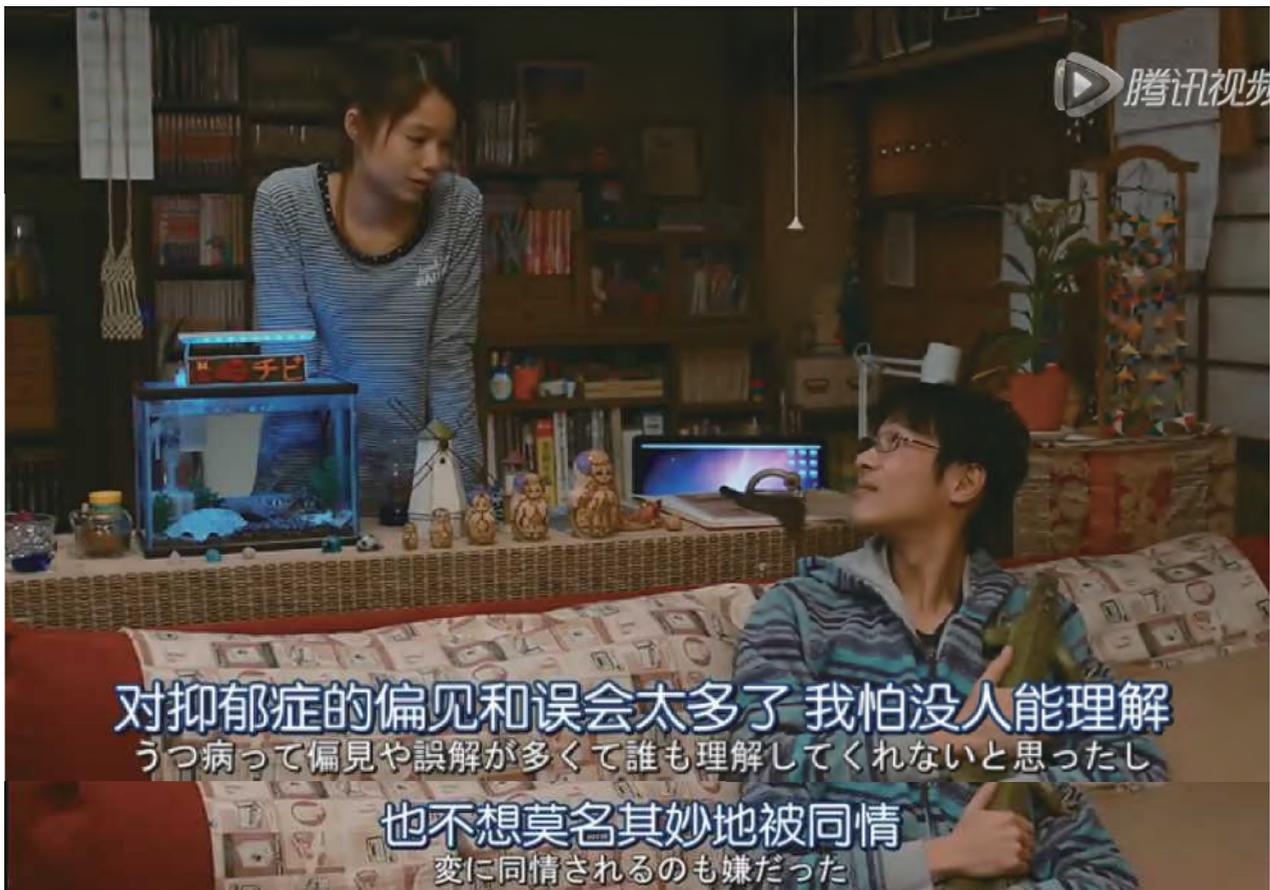
在社交网络上，人们称他为“space cowboy”，太空牛仔，他的冒险精神和浪漫情怀令人悲悯而又温暖。所有认识这个年轻人的朋友都说，他为人正直、善良，乐于助人，“有一颗金子般的心”。家人眼中他是一个温暖而忠诚的丈夫，是一个关爱父母的儿子，是一个正常的无法再正常的社会一员。但却依然没有人知道他这样做的理由。公众号“假装在纽约”写道，“可惜的是，记者和评论家们可以轻而易举地找出土耳其里拉崩盘的原因，滔滔不绝地指点委内瑞拉的局势，或者跑到最危险的新闻前线报道发生的一切。但这个世界上再也没有人能冲进这个29岁年轻人的内心，找出他当时真正的想法。”就像电影《大佛普拉斯》中那样说的，虽然现在是在太空时代，人类早就可以坐太空船去探索月球，但却永远无法探索人内心的宇宙。

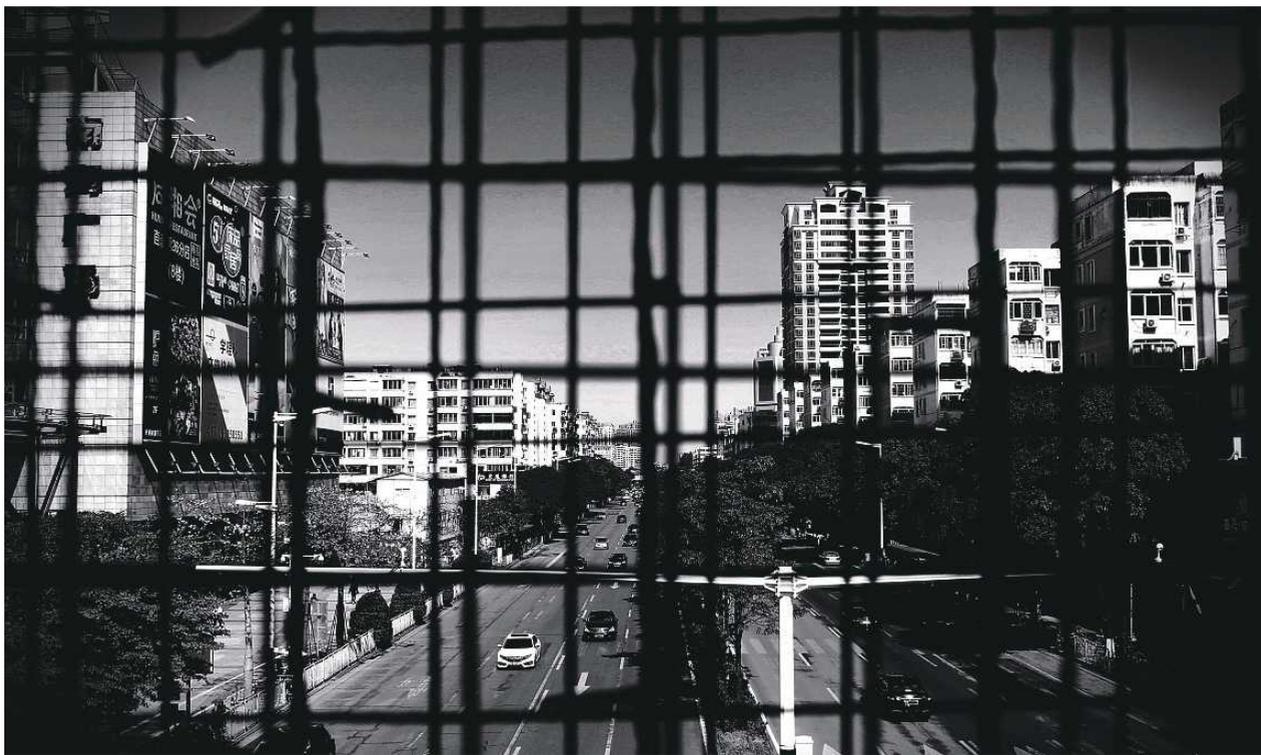
这个年轻人在最后飞机即将坠毁时与塔台说道：“我知道有很多人关心我，他们如果知道我做了这样的事一定会很失望的。我想向他们每一个人道歉。我只是一个已经坏掉的人，我猜是不知道哪里有几颗螺丝松了吧。以前我没意识到，刚刚才弄明白。”

“已经坏掉的人”。被贴上抑郁标签的人无论在自己心底还是他人眼里，都是一个已经坏掉的人。他们选择将自己隐藏在人海茫茫之中，若无其事、混然众人，浮出水面时也已是浪花破碎时。

我国抑郁症人数已超四千万，但就诊率不足10%。面对自己比面对疾病更加困难，而周遭人群目光的灼视则是挡在医院门前的又一重阻碍。华中师范大学心理学博士李凤兰曾就中国公众对心理疾病的评价和态度进行研究，其结果显示中国公众对心理疾病的评价十分负面，充满着误解和偏见。日本电影《丈夫得了抑郁症》中，男主角曾向妻子解释他隐瞒病情的原因，也许代表了许多患者的想法：“对抑郁症的偏见和误会太多了，我怕没人能理解，也不想莫名其妙地被同情。”

人们时常将抑郁症与懦弱、矫情联系在一起，而对自己不能理解的痛苦嗤之以鼻。但当人生的夜幕降临时，没有人可以对抑郁免疫，因为我们永远不知道生活将给予什么，而我们又能够承受什么。给予他人足够的尊重和理解，也是为自己的人生留下余地。





那些抑郁的年轻人——高校，抑郁症重灾区

迎着纽约曼哈顿地铁呼啸的风声，一位来自中国的18岁大一新生在列车进站的刹那间自月台一跃而下跳进轨道，瞬间便湮没在列车的滚滚车轮之中。

新鲜的生活灯红酒绿，但这个年轻的生命最终却选择了放弃。随着她一起烟消云散的，还有她所背负的压力和期许。这不是我们第一次听到高校学生自杀，也远不会是最后一次。就在这四处都浮动新鲜荷尔蒙的校园里，不被我们所察觉的灰色阴影却在暗流涌动，抑郁症这颗定时炸弹一直深埋其中，只在当有学生自高楼纵身一跃时，才能引爆它的冰山一角。

高校学生的抑郁症比例在逐年增加。世卫组织曾指出，中国有四分之一的大学生都承认有过抑郁症状。而我校心理咨询中心的接待咨询人数也在连年上升。那些抑郁的年轻人们，就这样悄无声息地生活在我们身边，是同样的风华正茂，前途光明，未来似有着无限可能，但谁也无法了解每个人背后又究竟承受着怎样的压力。

来自于原生家庭的影响是高校抑郁的主因之一。尚未成家立业的他们自出生至求学都一直生活在原生家庭中。无论是生活琐事抑或求学择业，一个心智尚未完全成熟的

生命与一个饱经世事的权威之间的碰撞总是惨烈，两个世代相互之间的倾轧和误解足以给一个不成熟的心灵带去阴影和恐惧。原生家庭的阴影会渗透至人格的各个角落，潜移默化地形塑着个人的世界观。而当最终得以走出原生家庭之时，周遭环境的巨大改变和瞬息万变的生活让他们迅速失去此前那些仅有的安全感，世界观的冲突则又使他们陷入矛盾和挣扎之中。抑郁这只黑狗便得以趁虚而入，咬住不放。

高校抑郁的另一主要原因则是不断增加的学业与生活压力。不同于中学较为单纯的学习与生活环境，大学中的新鲜生活让每个人应接不暇。而对于缺乏心理建设与压力管理能力的高校学子，无论是面对父母老师的殷殷期许，还是与同学朋友亲密关系的处理，任何一种过大的压力都有可能使正处于人生十字路口的他们无法承受。而面对压力的打击，他们能做的除了逃避也许只有放弃。

“病耻感”是高校抑郁不被察觉的主要原因。从艰辛生活中走出的父辈人往往对生活在新世代年轻人的消极情绪不屑一顾，生活宽裕的年青一代似乎没有资格再去抱怨生活，抑郁症更是成为荒唐的代名词，如此更加重了年轻人的心理负担，吐露已是不可能，就诊便更无从谈起。而





正值青年时那高昂的自尊让被习惯视为天之骄子的高校学生对抑郁更加羞于启齿，待到浮出水面却也已是无法挽回。

写在最后

每位抑郁症患者无论是在疾病初期还是最后走到自杀的关口，他们几乎都曾向周围人求救过。也许是一句不经意的“活着好没意思”，或者是一句看似玩笑的“我好像抑郁了”，都有可能是他们发出的求救信号，即使无能为力也可以做到认真倾听。而即时的就诊建议则更是莫大的支持与鼓励。

也许并不是所有人都需要心理咨询，但心理建设与压力管理却是必需。每个人都生活在压力和情绪之中，学会与压力和情绪相处是所有人的必修课，没有人可以逃脱这个过程，我们需要在这个过程中成长，也无时不在这个过程中生活。

我们总是习惯将人生看做一条有去无回的单向度时间轴，希望将每一个夺目的时间点点缀其上，通向最后的终点。但人生从来就不是一条孤独的直线，它是一个有着无数方向的圆，而我们一直都站在圆心，无论最终决定走向哪里，都将通往最后的终点，留下的也只是脚印而非得失。

最后引用“那个在耶鲁自杀的年青人”父亲的一段话结束这篇文章。送给无论是正在抑郁还是有幸健康生活的你，“你会明白，其实存在不止一条通往幸福生活的途径，而你的最终真正价值并不是由职业成就或物质收益来衡量，而是通过你在人生旅途中所遇见的生活。……当你经历生活时，尽量保持心胸开阔，灵活处事，善待他人。还有更重要的是，学会善待和宽容自己。做那个现实情况下能达到的最好自己，而不要活在什么柏拉图式的理想主义里。最重要的是你是什么样的人，而不是你已经取得的成就。努力做到最好，但要接受自己，无论你是谁。” 





我与抑郁的故事

作者
——
李雨哲
编者
——
都 芃

离别

父亲去世了，但我毫无感觉。

只记得他在去世的前两天得了精神分裂。他觉得爷爷奶奶都要害他，许多发生在亲戚之间的陈年往事又一次活生生地在他眼前上演了起来。他疯了，但是还认识我，还认识家里的金毛狗。

我知道，他潜意识里被爷爷奶奶控制与压抑积攒下来的黑暗终于以精神分裂的形式释放了。

那时发生的很多小细节我都记得清清楚楚。早上，他满屋子走动，把我扔在桌子上的擦鼻涕纸扔进垃圾桶里，然后又伸手去够抹布。

“如果你不想这么说的话，可以不做，”我说，“你一晚上没睡觉了，快躺下来休息。”

他震惊地看着我：“你怎么知道我在强迫自己做不想做的事情？”他问道。

“因为我也抑郁，所以我懂。”

我知道，如果他不一直做事情的话，会觉得自己没有价值。我还知道，他即使做事情了也照样会觉得自己没有价值。因为做的事情没有价值，这个世界也是没有价值的。

他又忙活了半天，终于躺下来，告诉他兴奋了一夜，睡不着觉。“似睡非醒的时候，我就看见一支梅花，开得特别大，很漂亮。但是当我意识到它即将枯萎的时候，它果然就枯萎了，我好像能预知到它的枯萎。”父亲一边说一边比划。

父亲说，因为我发烧了，他很担心，所以睡不着觉。但我总觉得他没有告诉我全部的事情。果然，他去世后我才从姑姑那里得知，他把我存了很久的钱炒股炒没了，我想这件事带给他的内疚感才是真正压垮他的最后一根稻草，而不是我的病。

他不知道我知道这件事后会原谅他。

他患尿毒症四年了，没法工作，前些天还查出来了脑部并发症，他的自我价值感一直处于低水平。



他一直压抑着自己。

第二天，他依然没睡觉，幻觉和被害妄想越来越严重。已经完全失去了理智，通俗点，就是疯了。我的态度也很消极，我选择和朋友住宾馆来逃避着一切。

第三天，因两三天不睡觉而恶化的脑病最终结束了他的生命。奶奶虽然伤心到痛哭，但是从她把我父亲所有的遗物都烧掉不留任何纪念，就当没存在过这个人的行为来看，我奶奶也是恨我父亲的。她恨父亲超出了自己的控制。

我是个废物，暗示也罢，明说也罢，父亲一直在告诉我这一点。父母在离婚时忙着吵闹和打架，从未理会我的哭喊，我的诉求。这种被亲人抛弃的不安全感一直延续到现在。我觉得我是任他们摆布，祈求他们爱和怜悯的附庸。从那以后，向亲人表达爱与需求时，我会有强烈的耻感，潜意识中似乎觉得，家中没有任何一个人真正关心我，而我需要爱的行为就像乞求一般低贱。

我的家庭归属感极差，电话号码也罢，年龄也罢，甚至声音，模样，关于家人的一切，我都记不真切。闲暇时也几乎不会想到家人。

父亲去世时，我没流下一滴眼泪。



抑郁

抑郁的世界里，一切都是没有联系的。你或许认识书里的某个字，但是许多字连起来，你就是读不懂它们的意思；甚至二十以内的加减法做起来也同样出现了计算困难。

仿佛整个世界之间的一切都没有联系，孤立的图片，孤立的景象，一切都是孤立的。一切都是没有价值的，仿佛一切的一切都是徒劳的。你也弄不明白声音所携带的文字的意思，对你滔滔不绝讲话的人的声音仿佛是电视没有信号的雪花屏的杂音。一点点小事情都会让我焦头烂额，它们是那么的琐碎与无止境，最重要的是，它们没有价值。伴随它们而来的，是漫长的时间，一秒的时间像是一年一样煎熬。那时，我每天都在经历着度日如年的折磨，有些艰难的时光自己现在都弄不明白是怎么熬过去的。医生也觉得我的学习没有受到大影响是个奇迹。

其实，我害怕向人们，哪怕是我至亲或者是最亲密的同学，表达自己的病态思想。我觉得，无论看起来和我多么要好，向他们展现自己真实的黑暗仍会被当成精神病耻笑。是的，我没法相信任何人。我感觉自己是个累赘，在滑向深渊的同时还在连累自己周围的人，有一段时间，我



的社交能力几乎降到了零。有些东西，似乎已经积压了一个世纪那么久，似乎根本没办法转变。我潜意识深处认为，我是个没用的扭曲的废物，没有任何一个人的思想会像我那样变态。

那时的我，几乎每天都纠结在想自杀的思绪中。

虽然我现在对自己进行精神分析时也隐约明白，一些境遇，比如，我上一秒还可以信任他人，下一秒却觉得所有人都显得如此虚伪，是在重复童年时写下的某些人生脚本，这些人生脚本在童年时写下后便不断地重复与轮回。

探索

爷爷奶奶毁了爸爸，爸爸妈妈毁了我，原生家庭的悲剧在我们家不断重复上演。而这一切都得从我五岁的时候说起。

爸爸妈妈的婚姻在那时以吵架与打斗结尾。最后，强势的奶奶完全地掌控了我，不让我见母亲。她和父亲试图把他们对我母亲的恨强加到我的身上。昨天还是可以依赖的母亲，今天则在奶奶和父亲的催化下变成了不共戴天的仇人，从那时开始，我的安全感和信任他人的能力便降到了冰点，不信任他人的人生脚本也由此写下。

其实类似的脚本还有很多，似乎我现在的很多问题都是当时问题的轮回与再现，现在的许多问题在当时都能找到对应。

父亲曾在那时摸着一把宰牛的刀，恶狠狠地对幼小的我说：“等你妈来了，把她脑袋割下来让你当球踢。”

或许他本人也没意识到这种类似的话语会给我带来多么深的伤痕。我那时隐隐觉得，如果想在爸爸和奶奶掌控的家中生存下去，就只能回应他们的权威期待，附和着他们一起恨我妈妈。我知道我的内心深处不是这么想的，其实我想我妈妈。而这种表里不一的矛盾就导致了我那时的无休止的叛逆，那时我经常和父亲吵架，作为对父亲和奶奶不满的反击。

现在的我即使吃药，也难以稳定住情绪，总会懊恼，为什么这种事情偏偏发生在我身上。十一放假和母亲一块逛商场，一阵难受袭来，便止不住地又一次问她那些问了无数遍的问题，为什么离婚时不给我足够的关心，不商量好离婚后她何时来看望我等事宜，为什么她那时的任性让我来买单，为什么这个家庭会欠我那么多。母亲似乎这时仍未意识到我抑郁的根源，回答我时还是搪塞，她总是觉得，再难受的事情，过去了也就过去了。现在，虽然潜





意识里仍反感甚至憎恨母亲和奶奶，但是我仍然会在有时间的晚上去给她们打电话，报平安，因为我知道，其实归根到底，没有一个人是错的。

渐渐地，我学会了给自己允许，也渐渐地得到了解脱。难受时，我会允许自己用很长很长的时间休息和恢复，做自己喜欢的事情，或者干脆就是睡觉，提醒自己千万不要对休息有罪恶感和愧疚感，当感觉到外界环境束缚自己时，我会允许自己表达自己的不满……

大学的氛围真的比高中好太多太多了，目前我在阅读一些哲学和心理学的书籍，看一些有关宇宙和海洋的纪录片，我想向内探索的更深些，可能会对自己有帮助。我身边的同学、朋友中，患抑郁症或者有抑郁倾向的人很多很多，几乎每隔一段时间，就会有人咨询我一些心理问题，要我给他们心理医生，每当这时候，无论我事情多忙，多么劳累，都会拿出自己最旺盛的精力去帮助他们，抑郁症的痛苦我体会过，现在既然有所恢复，所以我觉得，自己有责任让自己周围的人过得好些。我也希望有抑郁问题的人能够及时让家人或者朋友知道，去找专业人士对心理问题进行干预和治疗。前段时间，我的一个好朋友的表弟因为抑郁症

跳楼自杀了，而他还未到中考的年纪……这让我十分震惊，如果我知道他的情况，我一定会跟他沟通，说服他去做心理辅导，如果他家长不同意的话，哪怕用自己的钱带他看医生我都乐意，因为抑郁对那么小的孩子来说，真的是太残酷了……

我们不应该对世界抱有恶意预期，而是应该相信世界是爱自己的，虽然这对原生家庭差的人来说，难以信服。但是当你抑郁到拒绝接受来自外界的一切，自己封闭麻木到不能自己时，一片医生开的草酸艾司西酞普兰就会让你再次感受到自己的力量，感受到来自世界的无条件的爱与温暖。



李雨哲

2018年10月14日

谨以本文感谢现代医学救我狗命



北京站西面有一条水泥路胡同，很狭窄，一个男人跨两个步子的距离。狭窄到就算是正午也不会接收到很多阳光，给人一种阴冷潮湿的感觉。

分散其中的大多数都是一群白发的老人，女性居多，零零散散加起来可能有几十个？反正十几个是肯定有的。老人们坐在小巷的地上、台阶上，周围摆着一些瓶装水和泡面，这些都是她们营生的行当。平日里便在广场上卖水，卖泡面，节假日的时候也会捎带着卖些板凳。

她们大多数都相熟，也和周围的小商小贩能打个面熟。但是互相却叫不出对方的全名，方老太，华老太，这些是她们称呼对方的方式。

她们在人生的后半程由于各种原因纷纷聚集在这个广场，大多数人也会一直待在这里，直到生命的完结。

深夜 11 点天桥下的老人

没有人知道是谁最开始想出在广场上卖水这个行当的，总之大家公认卖水最久的应该就是华老太，大概有 30 个年头了。

华德秀是这群人里面最大的，今年已经 82 岁了，花白的头发，灰褐色的斑爬满了她的胳膊、面颊和一切视线所及的皮肤。还有一双灰白色的眼睛，可能是某些眼疾，但

是她从没去医院检查过，反正能看得见东西就可以。

30 号下午一直下雨，傍晚的时候低洼的路面上还有着一些积水。80 岁的华德秀老人拉着自己的推车准备从天桥下避雨的地方走出来，一个小小的推车上载着 3 箱农夫山泉，侧面的把手上还挂着 7、8 个小凳子，外加挂上几盒桶面，本来不起眼的小推车摇身一变成为了一艘沉甸甸的“军舰”。

路上的行人大多数都在疾步小跑，可能为了赶上 23:24 的末班地铁。但是华德秀走得很慢，在水泥路面上用力挪着自己的脚，她单手拽着车，身体整个前倾，与地面保持 45 度角，用自己的重量带动这沉甸甸的“军舰”。速度可能是别人的五分之一，人流很自然地在她这里分了叉，从她的两边涌过，然后把她淹没。

等到这一趟班次的人群散去，她才走到了天桥的入口。在路灯这里停住，扶着自己的推车，弓着腰，开始向行人售卖自己的这些小货物。

路人很少有注意到她的，甚至有些人还会刻意的绕开，但是华德秀已经习惯了，她静静的伫立在天桥的路灯下，灰白的目光总是向下，看向地面。时间在她身边似乎都流动的很慢。

华德秀是很需要钱的，每天需要吃东西，而且还需要



▲深夜卖水的华老太

买药。每隔一周华德秀就会拿着零零散散的 15 元钱去药店买上一盒阿莫西林。她的身体经常会疼，发胀。于是她感觉自己需要吃阿莫西林，没有任何人告诉她，吃完了好像确实没那么疼了，于是就多了这样一笔固定的花销。

一个凳子赚 3 块，一瓶水赚几毛

一个凳子赚 3 块、一瓶水赚几毛，每天老人们都在心里盘算着，计算自己一天大概能有多少收成，毕竟这是支撑自己生活的唯一来源。

巷子里的小卖铺是她们进货的地方。小卖铺的老板是个中年大叔，和他老婆一起维系着这个店。“这些人我都认识了，都多少年了，我咋可能不认识，她们都在我这拿货，别的地方给她们的价都贵，赚不着什么钱。”

但是即使老板给了优惠的价格，老人们也只能紧紧巴巴的维持自己的生活。

“她们赚的比我们多多了”，周围小商贩们经常这么打趣。但是大家都知道那些只是玩笑话罢了，没人会深究，大家都心知肚明。

老人们总盼望着过节，因为只有车站的人多，他们的

生意才会好。国庆节一过，下一个卖马扎的高峰期就是过年了，那是老人们收入最高的一段日子。这些短暂的日子里老人们大致能一天赚上几十块钱。但是在平常的日子里可能钱数就会减半，甚至更少。

孙秀美是这群人里的劳模，她来北京的日子短，身体也算好的，每天从早到晚，24 小时无休的她的日子也是紧紧巴巴。

每天孙秀美她只会买上 3 个馒头，早中晚各一个。平时也会翻一下垃圾桶，里面经常还会有一些被浪费的“美味”，运气好的话没有被咬过的鸡腿之类都可以找得到。平时周围小饭店也会主动给她们送些剩菜剩饭，也会有路人给她们扔下一点自己没有吃完的东西，总之，好心人还是有的。

说到这里，孙秀美有点激动，她低下头，用两只手捂住了自己的眼睛，嘴角却是上扬的，映入人们眼中的只有那没被手掩住的皱纹和枯槁的像树枝的手，沉寂的像一棵冬天的树，在深巷。

前不久，孙秀美她们遇到了一个小危机。国庆节之后管得严，警察不让卖了。老人们开始和警察玩起了捉迷藏，晚上成了他们的主要活动时间，等到天空变成灰色，老人们才慢慢地走到广场，主要的活动地点就是地铁口，火车站门口。

深夜，孙秀美站在地铁的出站口，面前路过一个人，孙秀美就会举起自己的矿泉水，朝向行人的方向，“2 块钱一瓶。”

一次次的举起，一次次的放下……

她们都是一家人

10 月的北京已经转冷，这条阴暗的小巷里更是弥漫着寒意。白天的最高温只有十度，最低温四五度。如果来点秋雨，湿气可能侵进到骨子里，这是一年之中最难捱的日子。

下雨的时候，老人们会挤进公共厕所和地铁口，她们喜欢在北京站右侧的公共厕所里面待着，管理不严的时候会睡在里面，里面足够暖和，至少没有凛冽的风。但是国庆之后，管理的严了，她们也就不去了，“专心”的待在自己的小巷里，累了困了就找个角落睡一觉。

日子慢慢地走，生活也不是一成不变。“哪是买的啊，都是捡的！”说这话的邱桂兰老人在北京总共应该也有 20 个年头了，她现在穿着三层衣服，一个黄色的秋衣，套着一个男士卫衣，最外面再裹上一个黑色的夹克外套，可能



▲小巷里风餐露宿的老人

是棉的，但是总感觉很薄。手套只戴了一只，戴在右手上，是那种棉纱的工人手套。

前两天她在火车站旁边的小饭店的地上捡了一个褥子，和农村家里的花褥子一样。正正好好的铺在巷子里的一个台阶上面，不大不小。

孙秀美不知道在哪里捡来了一个破棉被，散出来了好多棉絮，已经变成了土黄色。她把这个铺在了曲子香的褥子上。接下来大家“收集”来的东西都七七八八的放在了上面，红红绿绿的袋子占据了半床褥子，显得杂乱而拥挤。

这样老人们也算有了一个据点，慢慢地大家都挤到了这个“豪华”床铺的边儿上，平常不卖水的时候就在上面坐着，似乎有些热乎气儿。

商店的老板说她们现在是一家人了，看着确实像那么回事儿。从全国的各个地方来到北京的这群老人，停留在这个车站，操持着同样的行当，最后聚在了这场喜庆的大红被褥边上。

每个人都有不想走也走不了的理由

没事的时候华德秀总是念着自己的孩子们。华德秀家

里有三个儿子，三个女儿。大儿子残疾，二儿子有点精神上的问题，只能靠着一个月 200 块的低保维持着自己的生活。小儿子和女儿们倒是健全，但是生活也过得拮据，顶多是个温饱水平。

华德秀最开始是来北京上访的，她的大儿子杨兴林 20 年前为了保护集体的青苗和犁具变成了终身残疾，大儿媳因为这个跑了，家里瞬间冷清了许多。地方处理得不到位，低保金也成了问题，老人心里不舒服，让别人写了控告书就来了北京上访。

后来华德秀干脆想在北京找个工做赚钱，但是 2006 年却因为卖发票进了拘留所待了 6 个月，60 块卖了 25 份定额发票和 6 份专用发票。她一直嘟囔着自己是被一个人骗了，但是自己又解释不明白，她的口音重，发不出高音量的声音了，逻辑性又差，至今这件事情也没搞明白，但是她在辩护的时候应该是又委屈又无奈吧。那份工作记录和判决书被华德秀复印了好几份，放在一个黑色的塑料袋里随身放着，没事也会拿出来就在手里攥着，尽管她一个字都看不懂，说的话别人也听不清，但是就是想着以后案子可能还有变化。



▲谈到家里人时心情激动的老人

之后二女儿来过北京几次，要接母亲回家，免得最后一个人死在北京，周围一个亲人都没有。但是老人却坚决不回去，去年老伴去世华德秀回去了一次，后来又偷偷跑来了北京，轴得很。

邱桂兰则说是因为文革的时候遗留下来的问题，她是个老教师了，文革的时候受过迫害。1978年是她在北京的第一年，自己的问题后来也被中央接待之后解决了。老家政府批给她一天20块的饭钱，给她盖了一个房子，总算是有个安身的地方。

但是后来自己的院子墙不知怎么样被抓了，院子里还建了一个污水井。再后来一天20块钱没了，老伴也死在了细菌感染上面。没有人知道这些事情的联系，邱桂兰也不知道。她只想着来到北京，北京地方大，总会有门道儿，自己的事情总会解决。

但是反反复复，家里人已经不管了，邱桂兰说到这里，用手抹了一下眼睛。那个黄色的信封里面是她的材料，她

用手来回抚摸着，每份材料的第一句都是“我做了一辈子好人。”

曲子香则是因为和家里人的关系不好，干脆跑出来，但是具体的细节又从来不说，平常话不多，别人说话就凑过去，默默的听着。

孙秀美是因为自己的丈夫郑守亭，丈夫因为工作服毒自杀，自己后来也有了个寻衅滋事的罪名，老家待不下去了，于是来了北京。

方老太则不同，说不出来什么原因，对什么都只是笑笑，来到了这里之后就决定在这里生活下去，或许已经成了习惯，又或者回不去原来的生活。

大家各有各的原因，总之大家在生命的后半程聚集在了这个广场，不想走也走不了。

不回家，只能死在这个广场上

聊到死亡，每个人都很平淡，平淡得像似乎不关自己的事情。

“这个月又有两个人死在这个广场了，被政府给安置了。”方大娘操着磕磕绊绊的河南话，“一个人应该老死了，另外一个好像是被人打死了，但不是警察，也不知道是什么人。”

她们坐在自己的被褥上，背对着巷子里的灯，帽檐的阴影打在她的脸上，看不到她的具体表情，声音没有丝毫的起伏。

“等到天气冷了，死的得更多了。”

大家貌似事不关己地讨论，周围的小贩们也经常会对这些事情插上一嘴，很少人去讨论自己未来的归宿，大家好像都已经知道了自己未来的结局，心知肚明。

大家都不会走了，她们的生命被钉在了这片广场上，她们在这里生活，最后自己的生命也要在这里消逝。临近6点，天渐渐黑了，周围的老人们也都拿上了泡面、拎起自己的水放到自己的小推车上，开始了自己的叫卖。82岁的华德秀也缓缓起身，步子很慢，往北京站广场的方向走去，一波接着一波，追逐着人群，从不间断。

随着昏黄的灯光照亮大半个广场，她们的工作刚刚开始。田

（本文中人物为化名，部分图片来自网络）



守艺

北京 西派皮影戏 资深演员 陶淑珍女士 专访

记者 | 蔡华丽
美编 | 李健祺

一张口，一双手，就是一台戏；一块布，一盏灯，就是舞台。

“一口道尽千古事，双手舞动百万兵”，这是简单与复杂的极致组合，在方寸之间，在灯影之间，展示风云变化，满目人物风流——这，是皮影戏。

今年9月，由中国民间文艺家协会批准成立的“民间艺术大师进高校工作坊”挂牌暨“中国民间文化教育指导委员会”成立仪式在我校举行，首批皮影艺术大师马瑞全、陶淑珍在仪式上接受了我校“客座教授”聘书，并现场表演了技巧戏《古洞魔影》、传统剧《龟与鹤》等，受到广大师生的一致好评。

北京皮影剧团组建是在北京西派路家德顺皮影班社的基础上的，自1957年来，已有六十多年的历史，是国家级和北京市级非物质文化遗产“北京皮影戏”的保护、传承单位。北京皮影剧团坚持走传统与现代题材并举的道路，在坚守传统的文化立场的同时积极与时代接轨。由于清政府捉拿“悬灯匪”和日本侵华战争等历史原因，北京皮影中的东派皮影已经消失了，原本于紫禁城东西两侧交相辉映的璀璨的北京皮影，只剩下西派皮影的点点星光。作为北京皮影剧团的“老人”，陶淑珍对北京西派皮影戏的传承做出了重要贡献。

生活较茶淡，从艺比酒醇

陶淑珍租住在百顺胡同的一间一室一厅的小屋子里，

屋内空间不大，一张红色布艺沙发，一张玻璃面的小茶几，一个木制置物架，连着同色的电视机柜——全都贴墙放置着，客厅里的空间却依然拮据。窗户几乎占了整面墙壁，午后的阳光从外头淌了进来，泻了半个客厅。在另一个比沙发稍高的黑色柜子的柜顶，静静地趴着一只灰黑色的猫，慵懒得像这小小空间里的时光一样，对屋外此起彼伏的人语声、狗叫声，一概不过问。

谈及皮影戏的现场表演，陶淑珍兴致勃勃地到房间里取出已经完成了的樊梨花的皮影人儿，只要是有关皮影戏表演的邀请，陶淑珍仿佛都十分热情，哪怕舞台就在自家寻常的客厅里。她左手抓着一根连着人物颈部的操纵杆，那樊梨花马上就端庄地立着了；另外有两根操纵杆分别连接着人物的双手，她将两根操纵杆抵在右手手心，在拇指和食指一推一收之间，真可谓“翩若惊鸿，婉若游龙”了。没有了幕布的遮挡，皮影人儿背后陶淑珍的动作神态一览无遗，和皮影戏一样精彩——“得儿、得儿、得儿……”樊梨花小步款款，她也作细步纤纤；樊梨花明眸微举，她也缓缓扬首：“官人——你到哪里去呀——”想来，陶淑珍说起的那些观众不坐在台前，反而跑到幕后来看皮影戏的美妙经历，确是一分不假。

虽然有工作坊的工作，但陶淑珍回到家里依然在忙活着皮影戏的事儿。为了给后辈们制作表演用的皮影，陶淑珍往往要在案前雕刻上色至凌晨三点。一张皮料，往往要经历许多个这样的夜晚才能蜕变成皮影。首先是选料，皮



▲图为陶淑珍在制作皮影

影人物上轻下重，各个部位分开制作，哪些部位用厚重色暗的皮料，哪些部位用轻薄透亮的皮料，每一步都是讲究。接着用针在上头“画”出图案纹样，再用雕刻道具镂刻。北京西派皮影是能禁得起放大镜检验的皮影，无论多小的皮料，无论多不起眼的角落，制作皮影的艺人都能在其中填充细节，精妙绝伦。雕刻时皮料要用专门的“板子”垫着，陶淑珍说，她手上的这一块是当年老师给的，里面的成分她倒知道，但各自的比例就不得而知了，只怕也是要失传的……北京西派皮影的上色也特别讲究，无论是多简单的颜色，细看都层次分明，以前称为“三色”，现在则叫“渐变”。

陶淑珍开始接触皮影是在上世纪七八十年代，皮影剧团刚刚恢复，部分皮影戏老艺人回归授课，开始面向社会招生。

那一年，陶淑珍十八岁，高中毕业。

文化课优异的陶淑珍原本是陪姐姐参加皮影剧团的考试，结果自己考上了，姐姐没考上，她便进了班。“收了三十多人一个班，也没有工资，给你一张月票，拿这张月票可以坐车。月票嘛，一个月就一张，上车就给人看一下，上面有人的照片。这就是工资了……”由于经济原因，陶淑珍决定退出剧团，转而报考电影院。虽然成功了，但当时皮影剧团和电影院都属文化局管，剧团不愿放人，也不让她去电影院，最后，剧团给出了优惠条件，与家人商量过后，她便留在了剧团。

“后来觉得还行，因为我又爱唱爱跳，又能够写写画

画，就在这坚持了三十六年。这三十六年太艰辛了，真的……有的坚持不了，像我们那个，三十多个孩子就剩了几个……”回想起艰难的日子，陶淑珍不禁皱起了眉头，仿佛细细咀嚼，口中仍能尝出苦味。

非物质文化遗产项目有两类传承人，一类是代表性传承人，技艺都是家族一代代传下来的；另一类是普通传承人，主要是学习技艺的年头比较长。陶老师就属于普通传承人这一类。所谓“肥水不流外人田”，自家的看家本领怎能随随便便传授他人？像陶淑珍这样“半路出家”的学徒，自然不受师傅们的待见。“其实皮影戏门道特别多，就是艺术元素也特别多，像雕刻啊、绘画啊、演唱啊、对白啊，最后是要耍，你说，这么多项目，没有人去系统地教你——他怕你！因为大家都要争这口饭吃，他教了你，他怎么办啊！所以人家学艺的或排戏的，都把门关上。我们学习就只能留意，你自己要有心就去留意。”

经济不景气，温饱尚是问题，更何谈文化！当时的皮影戏，不是艺术，只是饭碗；不是理想，而是现实。因此，狭隘也就成了顺理成章，开放反倒是强人所难了。然而，在那样艰难的时代，正是像陶淑珍这样的普通手艺人凭借自己的坚毅，克服重重困难，使一门技艺得以用另一种方式传承下去，并在许多年后的今天以开放的姿态面向后辈。

“大浪淘沙始见金”，这是一个时代的无奈，同时也是一个时代的幸运。也许时代的滤网阻碍了许多梦想家的通过，但是那些顺利通过的人，并不是因为天生苗条，而是因为他们在其间痛苦的挣扎过、钻过、爬过。





▲ 图为传统艺术皮影

境内瓦砾，海外珠玉

陶淑珍的女儿三十多岁了，之前一直不愿意接触皮影戏，最近几年却表现出了明显的兴趣，她十分欣慰。“有一回，我那姑娘在外边看到有卖皮影的，她就拍下来回来给我看，说：‘妈，您看人家那皮影多好看啊！’我一看，这不都是我做的嘛……”这次陶淑珍到北师大来参加仪式，她的女儿也是在偶然路过校园时看到了宣传图片才知道——自己的母亲为皮影戏做了这么多事。

在陶淑珍的印象里，最深刻的都是国外演出的经历。“第一次出国是随杂技团出访西班牙。那时候特别激动，到那儿以后看到人家外国人早上起来冒着雨去买票，真的都有那种流泪的感觉。国内怎么就，就根本不知道你有这个剧团，有这个剧种。”许多年过去，从陶淑珍的目光里，依然能看到在西班牙某个下雨的早晨，有个女孩正站在熙攘的剧场门口，热泪盈眶……

演出罢，外国观众往往蜂拥而上，要求买皮影，但由于国外政策禁止在剧场现金交易，大家都只得在后台偷偷操作。“他（外国人）对你这个东西那么肯定，那么喜爱，你自己心里面想想，在国内这么受冷落，就，没法比！”

真的没法比……

由于观众太少，目前北京皮影剧团演出都不售票，全靠国家拨款。“现代文艺方面的项目太多了，就把这些传统的东西冲击了。你看，京剧那么好，还是国家的宝贝，都没人看，何况你这样一个小剧种。”

自己热爱了一生的宝贝无人问津，中国人自己的宝贝中国人视若无睹，陶淑珍心中的失落可想而知。

近两年，随着国家政策的支持以及皮影戏申遗的成功，皮影戏渐渐得到了人们的关注。最典型的形式就是皮影戏进校园，无论是对皮影戏的传承与传播，还是对培养青少年的爱国主义精神，都十分有意义。然而问题也是存在的。

首先是与现代社会观念的冲突。在活动推广之初，许多家长是抵触的，认为文化课才是孩子需要重视的；对于一些面临升学压力的年级，甚至连学校老师都是反对的。对此，陶老师表示：“文化课当然重要，但是这些传统文化也很重要。不一定得干这个，但是得知道，到底老祖宗给咱们留下了什么！”一个民族，如果连根基都不要了，再富丽堂皇的楼宇都只能是空中楼阁，生活其中，不仅心灵是空虚的，连未来都是缥缈的。

其次，皮影戏进校园的推广活动也存在教学质量参差不齐的问题。“现在很多人都是会点儿这个就教学去了，完了就让孩子们去画画。孩子们现在就觉得皮影就是这个东西，他不知道这是一个戏，他都不知道这是一个戏种！很多老师让我们去讲讲‘皮影’，我就说‘那都不能叫皮影，得叫皮影戏’！”的确，皮影戏面临着传承的巨大压力，等不起时间，但是，传承面前不能将就，相比与过去的割裂，任由对传统与历史的错误解读代代相传，其危害更是有过之而无不及。

另一方面，皮影戏艺人的培养前景也十分黯淡。近年来，由于有国家的拨款，陶淑珍所在的剧团留住了五六年级学生，但是，也就这么多了。

“技术也传不下去，丢的东西太多了。现在都没人给他们上课，就剩我们这几个老人，有道具就给人家弄好，他们就上台演出。光鲜亮丽的啊，那么多接班人……”社会生活节奏加快了，皮影戏这样的传统匠艺难以追赶，再没有人愿意用自己的一生去承载皮影戏博大精深的文化系统，这样的代价也许太大了……

星火燎原，静待佳期

为什么社会上都在呼吁保护非物质文化遗产？因为相

比物质文化遗产，它们实在是太容易被忽视了。我们不允許紫禁城的一砖一瓦受到破坏，因为这种破坏直观可感，它们的每一次“伤筋动骨”都会引起轩然大波，但非物质文化遗产的“寿终正寝”却往往无人关照。等到我们都在为非物质文化遗产高声呼吁时，它们已经濒危了。当我们置身看台，远远观望这场拯救非遗的大戏时，或许都不由自主地为传统文化能重新焕发生机而感动，同时又为自己能成为给予非遗以关注的一员而沾沾自喜。然而，实际上，这些非物质文化遗产依旧是在自生自灭。

依靠国家政府的力量，我们可以将皮影戏的物质成就用设施最好的博物馆收藏起来，我们可以通过影像手段将皮影戏的制作和表演技艺记录下来。但是，这不是在拯救皮影戏的生命，而是在庄严肃穆地处理它的尸体——它已经不是皮影戏了。

我们宣称要保护传统，自己却将灵魂从中抽离。

陶淑珍之所以是传承人，是守艺人，不在于她掌握了多少皮影戏的技艺，而在于她从心底里尊重皮影戏，热爱皮影戏，期待皮影戏。将皮影戏尽可能地传承下去，陶淑珍一直在努力。但她并不为此过分忧虑，她依旧享受和皮影戏融为一体，像她在客厅里用皮影人为我们表演皮影戏时一样，每一个姿态都是她最该有的样子。

▼ 图为陶淑珍在传授皮影知识





管窥变装文化

记者 | 徐靖雯
美编 | 李健祺

“我们中国最伟大最永久的艺术是男人扮女人”

——鲁迅

近年来网络上有这样一批人出现：“她们”面容清丽，身材修长，举手投足之间流露妩媚风情，但其实却是男儿身；而另外一些人，“他们”眉目清秀，眉宇间满是英气，但衣装底下却是女儿身。这些人，被称为“女装大佬”和“男装大佬”。

你在现实中看过他 / 她们吗？

你身边有这类人群吗？

你喜欢变装文化吗？

▼图为男性高中生网红 abbily
平时多以女性装扮出现





古来圣贤皆寂寞，唯有“变装”留其名

中国的变装文化自古时就存在。

《晋书·五行志》也许记载了我国最早的变装现象。早在夏商周时期，变装甚至误了国。末喜是夏桀的妃子，书中记载：“末喜冠男子之冠。”“桀常置妹喜于膝上，听用其言，昏乱失道”。

而《荀子·非相篇》中也曾写到：“今世俗之乱君，乡曲之僇子，莫不美丽姚冶，奇衣妇饰，血气态度拟于女子；妇人莫不愿得以为夫，处女莫不愿得以为士，弃其亲家而欲奔之者，比肩并起。”乡里穿着女人衣服的轻佻少年竟然能够让少女们心神荡漾，甚至愿意抛家舍业和他们私奔，这是何等的妩媚。

古时，女子穿男装有时是封建文化与男权社会压迫下的体现。《旧唐书·舆服志》记载：“（女官）或有著丈夫衣服、靴、衫，而尊卑内外斯一贯矣。”在传统的男性权威意识支配下，抛头露面的女官往往要身着男装，以男性的形象站在人们面前，这恐怕是唐初女性身穿男服的重要原因。但其后在武则天的影响下，唐朝女性的社会地位得以提高，在较为开放宽容的社会环境中，女性的穿衣风格发生变化，女装的男性化反倒成为一种潮流。

最早具有戏剧表演性质的男扮女装自上古便有，最早或源于《九歌》，男巫扮成女性进行祭祀。此后，男扮女装更依附于戏剧这一表演形式。汉唐开始流行淫褻小戏，唐代出现了“弄假妇人”等伎艺，而宋杂剧则有了“装旦”，直到明清，男旦艺术随戏曲繁荣而逐渐成为主流。

装的嬗变

而来到现代社会中，变装文化则有了不一样的内涵，它的意义也在不同途径兴起与传播中不断发生演进。

“女装大佬”一词出自二次元文化，形容男生穿女装不仅毫无违和感还很好看，尤其是cosplay中常常会有男生反串cos（扮演）女性动漫人物的现象。“大佬”一词是二次元文化中对一些大神的称呼，因此高质量的男扮女装者往往被称之为“女装大佬”。“男装大佬”亦同。网络上还有许多形容他们的相关流行语，比如“大雕萌妹”，还有大家常见的“这么可爱一定是男孩子”等等。随着“女装大佬”等词汇的流行，以及受到二次元文化的影响，不少网友都开始对身穿女装的男性能感兴趣，“女装大佬”人群也逐渐成为了大家关注的焦点。

男性穿女装的原因有很多，有人为了追求刺激或者具

有恋物癖；有些人是对ACG文化有着极大的狂热，有些人则在心理人格上实为女性。此外，还有一部分人则是为获利而身穿女装（在网络上博人眼球吸引观众或者站街援交）。不仅如此，日本最近又出现“无性别男孩”。无性别指的是虽然拥有男性或者女性的身体特征，但在精神上被认为是没有性别之分的，即男性也可以做大众认为的男性不应该有的行为。比如他们化妆、美甲，身穿女性服装上街，但他们却从不认为自己的装扮女性化，他们相信人们可以按照自己的选择和喜好活着。

女扮男装的原因也同样复杂。有人仅是认为男装更适合自己的气质，有人则是为了追逐个性，当然也有很多人是遵循内心的指引而穿上男装。玛琳·黛德丽是近代第一位穿上男装的女星，此后女性着男装的风潮日建旺盛，许多女性穿着改良男装去上班。这种模仿男性的装扮，被一些学者认为本质上是“反女权”的，因为这可能在潜意识中代表了对男性特质的推崇。乔·保莱蒂认为“它们帮助女性进入男性主导的专业领域，但在一定程度上是反女权主义的，因为这是基于男子气概下的‘权力的装扮’”。

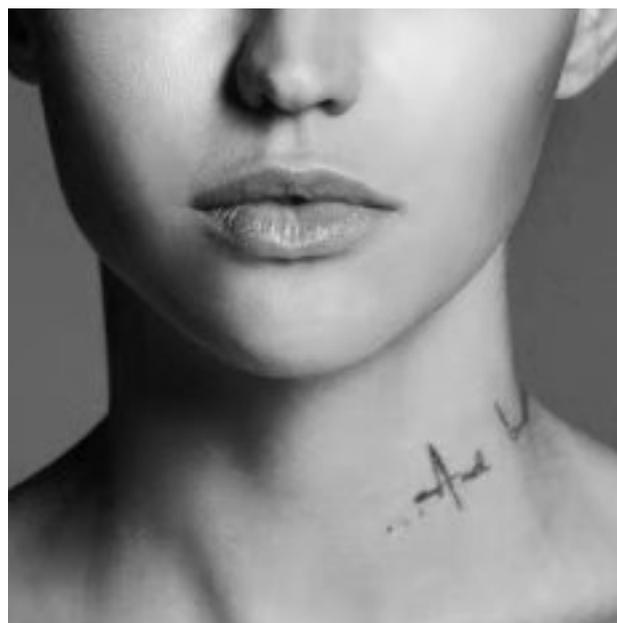
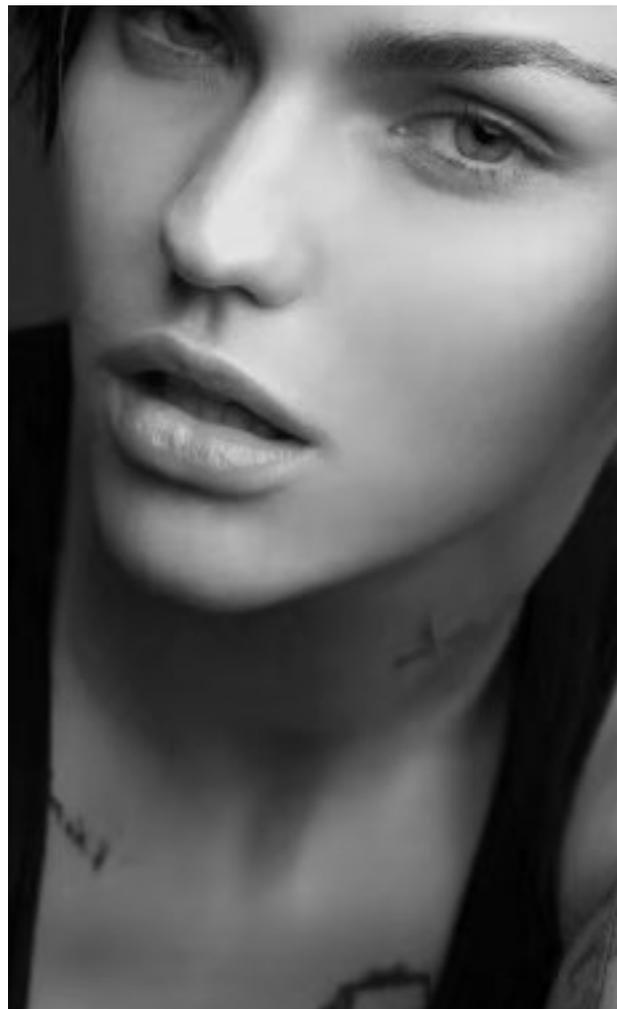
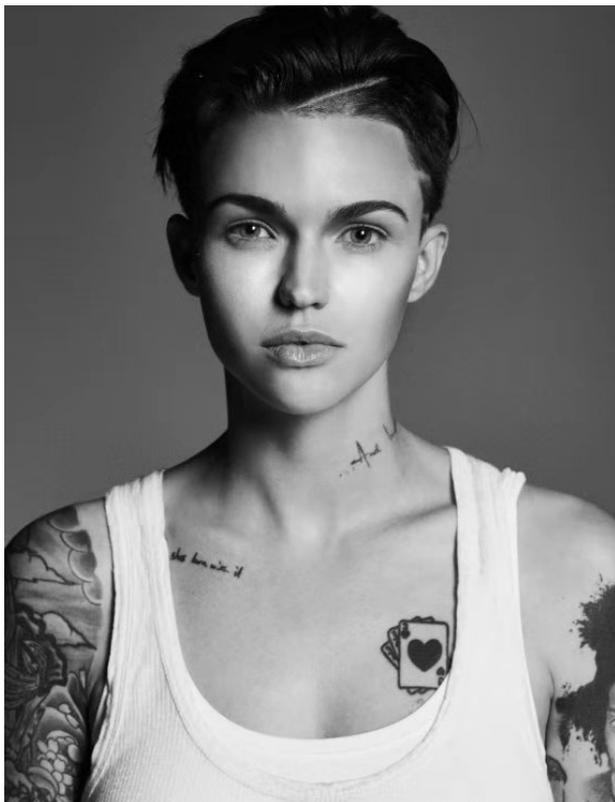
服饰与文明

服饰与社会文明的发展变化休戚相关。在原始社会和奴隶社会初期，由于物质生产的匮乏，文化不够发达，服饰功能强调以“用”为主，秦汉等时期的男女服饰差别不大。随着社会文明的发展和完善，服饰也越来越成为一种国家和社会意识的载体，服饰的伦理功能得到强化，男女服装的区别也日渐显露。历史越发展，男女衣着区别越明显。女性的服装渐趋贴身。男装则宽大英气，行动较为方便。

随着封建社会逐渐发展达到鼎盛，如唐朝，思想的开放，物质的丰裕使服饰开始重视审美功能。安史之乱后，整个封建王朝开始走向下坡路，与之相适应的是服饰也开始呈现出一片暮相。后来宋朝的保守、拘谨和压抑取代了唐朝服装所呈现出的鲜活生命力。这种状况一直延续到封建王朝的结束。由此可以看出，服饰不仅仅起到遮羞的作用，它更是一种时代的表达。

而变装文化的盛行可以从一方面体现现代社会的开放，进步和发展，社会允许一部分人勇敢的反对社会约束，追求自我。并且互联网的发达让这些此前位于主流社会边缘的人群逐渐来到了舞台中央。在网络匿名的聚光灯下，“他们”尽情表演着，似乎丝毫不在意世俗的目光。

当看到一个女性身穿男装时，我们通常会夸赞其个性，



或者很少将男装带来的装饰效果同“变态”等词汇联系起来。但相比于人们对“男装大佬”较为平和的评价，面对“女装大佬”，人们则时常恶语相向。根深蒂固的男权思想则是其中的根源所在。男权社会中，人们往往对男性有着更高的要求，阳刚的男性气质更是不可或缺、备受推崇，所以当男性脱掉阳刚气质换上一身女儿装时，偏见便不请自来。

但变装文化某种程度上又可以打破这种男权思想。

宝冢歌舞剧团是日本著名的一个剧团，所有台上表演者，包括男性角色，都是女演员，这是该剧团最大的特色，也是它享有盛名的主要原因之一。这些女演员扮演得如此逼真，许多人认为她们在表现男性魅力方面超越了男演员。这种由一个性别的演员扮演另一个性别的角色的做法，在歌舞伎中也有着异曲同工的表现，歌舞伎是一种全部由男演员表演的戏剧，其中扮演女性角色的男演员比真正的女人散发出更多的女性魅力。谷崎润一郎也在《阴翳礼赞》中写到偶然发现美少年的“能乐”演员，他们肌肤细腻，有着稚嫩的容光照人的姿色，格外显眼，具有与女演员相异的独特的诱惑力，难怪昔日的达官贵人沉溺于童龄演员的美色，其原因即在于此。男演员或者女演员通过相反的装扮来扮演另一种性别并达到以假乱真的地步，这无疑消解了人们对于某些性别特有气质的固化认识，女性可以高大阳刚，男性也未尝不可以阴柔妩媚。无论何种性别特质都能够随着装扮的改变而随之改变，那么对于某些特质的推崇也自然将土崩瓦解。

人生的变装

纵然这股风潮正热，但仍然还不能称其为主流文化，有时甚至是一种病态文化。我们也不难看出，大部分中老年人对变装文化依然持有保留意见甚至是负面评价，并且负面评价更多的指向男扮女装者。而这种态度在以开放、个性著称的年轻人身上也仍不鲜见。在网络中有关变装的视频下常会出现诸如“知‘男’而上”、“千载‘男’逢”、“‘男’能可贵”等字样，其背后反映的则是部分年轻人更多是带着一种猎奇与娱乐的心态去看待变装现象，甚至是对其加以调侃和讽刺，以满足自身的猎奇心理。如今变装文化的流行，一方面可以体现社会的开放与进步，但另一方面其带来的负面影响也不容忽视。变装文化的受众年龄偏低，加之此种文化的流行得益于互联网的发达以及其类别属性的模糊，因此许多信息的传播流通没有被加以监

管，这便造成了一部分低俗信息的传播。比如有人借助自身为男性的机会，展露自己的腿部与胸部，或是男扮女装做出不雅行为，这无疑对于尚且缺乏辨别能力的低龄化受众造成较为恶劣的影响。并且，在此文化潮流中起到关键作用的仍是变装者的“颜值”。“颜值”甚高的变装者可以轻松收获大批粉丝。而“颜值”较低的则一不小心就会变成受众口中的“保加利亚妖王”，难以继续自己的道路。此种“颜值”至上的评判标准缺乏对他人的尊重，而对于真正具有不同性别认同的人群，此种评判无疑是一种伤害。

变装文化中隐含着人们对于完美人格的期许，这股雌雄莫辨的风潮弥补了刻板文化中男女性格特质的缺憾。变装能够使人迅速拥有不同的气质，结合对特定人群的期许，人们通过服饰能够轻易改变形象。正如波伏娃的名言“一个人之为女人，与其说是‘天生’的，不如说是‘形成’的”所指出的那样，温柔、内敛等所谓女性特质，并不具有天然性，而男性也并不是天生勇猛。又有谁规定女性就一定内敛，男性就一定刚强？而通过变装，人们则可以获得一种前所未有的特殊吸引力。

男性可以阴柔，女性也可以阳刚，我们不应因性别本身怀有先入为主的偏见，谁都有机会也有可能成为自己想要的模样。不被刻板的服装限制了自由表达，变装文化潮流从一个角度打破了固化的社会观念，使其显露出无限可能，而我们则可以借助这个角度为社会注入更加富有活力的色彩，使更多人有勇气遵循内心，走出想要的人生。





2019 年你的避“丧”指南

2017年是丧文化的元年，从16年葛大爷那开天辟地的一躺被网友们文化考古挖掘出来以后，便刮起了妖风，飒飒地吹了两年，让你在一个来之不易的早起清晨在寝室门口打了个寒噤，然后又躲回了自己的被窝。自此，你的表情包中出现了一个眼袋有你下巴那么大的腊肠嘴青蛙，一只四肢健全的咸鱼，或者一个咪咪眼的溏心蛋，还有一个肚皮上的毛可能需要用除草剂才能压制的马脸男，丧文化席卷全球！

你把升学就业、选房购车、早睡早起等诸多回天乏术的问题暂时抛诸脑后，沉浸在自己的小小情绪世界里，迷人又惬意。但长时间处于这种状态会让你的眼睛日益充血，大脑渐渐停滞，其害处是自不待言。所以在“丧”热潮席卷全国一年多后的2018年，我们需要想想如何不让自己成为或者继续成为一个丧气boy/girl了。

戒掉你的风流病

古有魏晋风流，披头散发，衔觞赋诗，忘情竹林之间；今有饮食男女，烨然光鲜，撸串唱k，纵情声色犬马。魏晋风流人士看似潇潇洒洒，不拘于世，实际只是郁郁不得志，将头埋进沙里酒里，逃避喧嚣黑暗的现实。就如以超脱淡然闻名的陶潜，其千古名句“采菊东篱下，悠然见南山”又何不浅浅埋着一种丧气。陶渊明采下一朵菊，痴望那若隐若现的南山时，想必也是“葛优瘫”着的吧。此外他的三首《拟挽歌辞》更是幻想了自己死后的场景，一首收殓，一首哀悼，一首出殡，丧到了骨子里，毕竟哪有正常人会没事幻想自己被钉在棺材里，脸上血色全无的样子。

魏晋风骨们除了如陶潜这般作诗醉酒，其性也是各异。

西晋孙楚，喜欢学驴叫。王济“丧时，名士无不至者。子荆（孙楚字子荆）后来，临尸恸哭，宾客莫不垂涕。哭毕，向床曰：卿常好我作驴鸣，今我为卿作。体似真声，宾客皆笑。孙举头曰：使君辈存，令此人死！”葬礼上的一声驴啼让人哭笑不得，却也是高山流水似的悲歌。在险恶的社会环境下，他们或愚蠢，或浮夸，但又让人指摘不得。

可见，魏晋风流其实是一群丧气男孩的自嗨。而如今的饮食男女们是否也有其相似之处？比起学驴叫，抖音快手上高唱着娱乐至死的猎奇玩意怕是有过之而无不及。所以，当你想小小放纵下自己的时候，不如想想自己死后收殓、哀悼、出殡的样子，再学声驴叫，就不会给自己理由了。你问那我们该如何放松解压呢——我们都是用爱发电的啊。如果你觉得累，可能是你爱得不够深沉吧。



有钱

“不要再看” 532 “了

欧风美雨近来刮得猛烈，裹挟着资本主义的腥臭味一起进入了我们社会主义好青年的精神世界。去年很火的英剧《去他*的世界》就是其中的丧气急先锋。这部由两个未经世事风雨的温室花朵自以为是瞎胡闹所构成的剧，就如同当代丧气青年无病呻吟的精神写照，在丧文化风行的今天荡起层层涟漪，亮起了红色信号。其他的英美剧也多少带着一定的腐朽气息——《生活大爆炸》揭示西方科学人士私生活的无序与糜烂，《神探夏洛克》表现英国公安部门的无能和法制的混乱。

什么？你说你是从不崇洋媚外的小可爱。

前段日子爆红的电影《西虹市首富》在让人捧腹的同时，也将现代人的丧气病暴露的一览无遗。满是消费主义符号的影像里夹带着“后周星驰时代”的无厘头，带领着影院里的每个观众一窥西虹市王思聪的奢侈生活，它无时无刻不在告诉你：有钱，真的可以为所欲为。可以让自恃崇高的杰出青年点头哈腰，可以让巴菲特跟你共进午餐，可以让梦想里的那支球队尽情配合你演出。除此之外，影片里还充斥着大量白日梦式的反差：一堆烂股票，赚到手发软，一批烂项目，赚到眼发直。

吵架的夫妻看到烟花直接深情拥吻，蠢货成了天才，媚俗成了崇高，一切都走向了自身的对立面。这些当然只是作为笑料存在的，但从中仍能看见我们的影子——想起今年铺天盖地的“拜锦鲤教”了吗？



我们逐渐失去了对生活的掌控力，不断寻访空中楼阁，做着白日梦，希望霸道总裁爱上我，希望 deadline 会倒车入库，希望和王多鱼一样与十亿现金共枕眠。另外，影片的结尾一改“平平淡淡才是真”的鸡汤模式，长长的账单才是催我们向前的直接动力，要操心的事情那么多，看着自己的花呗账单，思索着师大哪里的泥土比较可口时，谁还有心情去当一个圣母呢？可见，现在的影视作品对我们的欲望和丧气真是毫不掩饰。这很难说不是是一种趋势，危险的趋势。

所以，管住自己追剧追番的脚步吧，“532”这种东西，最好碰都不要碰。

卸载你的网易云音乐

丧歌对网易云的渗透是病毒式的。不知道什么时候，也许是一个百无聊赖的清晨，也许是个满心走马的夜晚，你点开了网易云的日推或是私人推荐 fm，然后这样一些歌曲钻进了你的耳朵。它们的名字可能是一串没空格的小写单词，可能是酷似火星文的符号，有着世纪初非主流的复古味道。然后屏幕上的黑胶唱片开始转动，你会听到意义不明的电影对白的采样，时而急促脱线时而忧郁零落的吉他，还或许会有低沉的 808 鼓机敲击你的耳膜，这一切被“粗心”包装成一枚枚以低保真嘻哈做封皮的糖衣炮弹，让你欲罢不能。它们的封面也很配合，往往是模糊的照片或者

意象阴郁的动画截图。总的来讲，这些歌从包装到内容都散发着苦咸的荷尔蒙味道，简单说，就是丧。而且，这类歌曲不但极具上瘾性，且在网易云随处可见，深刻地威胁到了每个网易云用户的听觉纯洁。

也许对大多数人来说这些歌只是小众范围的乌烟瘴气，但事实上，丧气早已渗透到了主流音乐圈。

李荣浩十月份新专的 outro 可谓让人耳目一新。这首《贝贝》，四秒，195kb。在北京冰冷的秋风里，你揉了揉耳机，擤了擤鼻涕，如此便听毕这一曲。简短的一声 baby 早已褪去了九十年代 R&B 里情深雨蒙蒙的灵魂感觉，成了现代人在浮躁又快节奏的生活中气若游丝地呻吟。曾经重重叠叠，深情款款的情歌，如今只剩空洞寂寞的 baby 在浅浅回荡，又好似一声“拜拜”，对从前车，马，人都慢的日子含泪告别，也诉说了当代丧气青年们的“爱无能”。如此一曲，怎能不让人不丧气上脑，潜然泪下？

所以，为了自己的身心健康赶紧把那个红色小小图标拖到垃圾桶里吧。毕竟，大家都是祖国未来的花朵啊。

如果以上你都做不到

没关系，你还有一条路可走——成为肥宅吧，至少肥宅是快乐的啊。每当你被丧气包围，不如来一个肥宅套餐：快乐水、快乐饼、快乐茶、快乐鸡……快乐源泉这么多，人还会丧吗？毕竟，人生易老，开心就好。 📺



“入戏”太深？ 演员之悲！

记者 | 李亚慧
美编 | 李健祺

单田芳先生长眠于世，让人们再次心存无尽遗憾，我们失去了一颗在说书行业的璀璨明星，昔日顶梁柱就这样消失，而后辈小生总是望尘莫及，虽可模其形，却不可达其意。

忽又想到现今表演难以淋漓尽致的现象在演艺界又是极为普遍，演员们拍戏多数走的是表现派的路线，想象自己是该角色，设身处地的将自己带入情境之中，这便是演员们讲究的“入戏”。诚然我们应该对这种做法持以肯定的态度。对于演员来说，演好角色首先需要去了解这个角色，那么便需要演员入戏，可是我们依旧在网上看到网友不断吐槽某某明星的演技不够精炼。当下演艺界小鲜肉层出不穷，跨界演员纷至沓来，老戏骨即使逐渐远离荧屏，却依旧占据最优越的资源。为什么导演界的大佬永远找老戏骨拍戏，而中国进入好莱坞的演员无法拍到重要角色？而对于演员来说什么才是他们的追求？

游本昌穷其一生，只诠释了济公一个角色，而我们眼中的孙猴王亦只有六小龄童一人，对于他们来说演好角色在入戏的基础之上，更重要的是打好基本功练就演艺技能。六小龄童出身猴王世家，自小便练童子功，琢磨猴子的一举一动，而他只消一个眼神一个动作便可将猴子演绎的淋漓尽致；济公亦是如此，他是大器晚成，多年默默无闻，在底层摸爬滚打摸索经验，是他成就了济公，也是济公成就了他。对于他们来说，接各色各样的戏不是他们的追求，反而，精致的演绎好自己拿下的角色才是最重要的。

而演员们的“入戏”，却在无形中助长了演员的惰性之风。有些演员自诩把自己和角色融为一体，却总是把自

己代替了角色本身，最后演出来的角色总有着自己的影子，打着入戏的旗号只顾自我感觉角色，却由于自己缺乏专业素养，往往忽略了去研究角色本身的意义，这样演出来的角色，哪怕是演员倾心演绎的，又如何能够使观众满意？可见，“入戏”太深难以让演员完成他的本分之职。

当下演员追求入戏的感觉，会往往忽略了演员最基本的素养，那便是演员的演艺技能。张一山被很多网友捧上天的《十里春风不如你》里那段喝醉了边哭边骂的戏，实则是演员的基本功，而当今又有多少演员能把它做的扎实？现下多数演员追求数量忽略质量，追求速度忽略精确。他们只期望拍更多的戏，拿更多的片酬，吸引更多的眼球，博得更多的关注，却忘记了自己从事演员这一行业本身的工作所在，是要给观众们塑造更多更精准的角色。

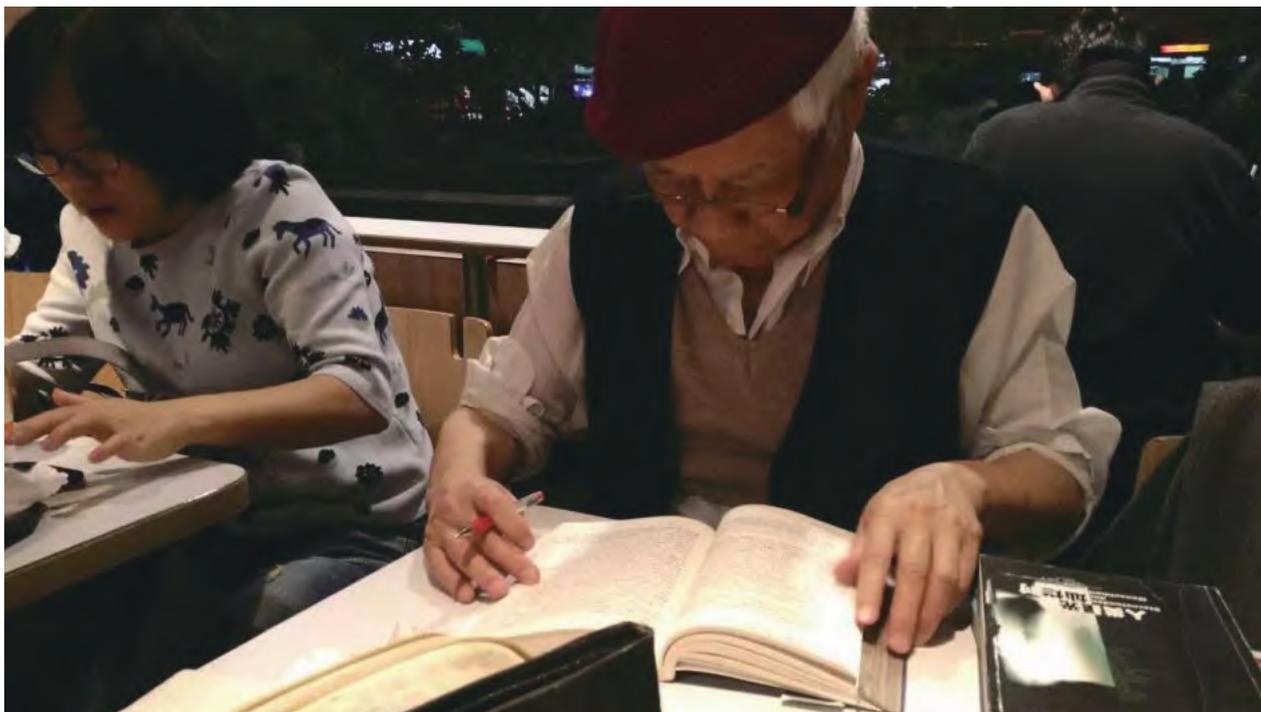
对比小鲜肉和老戏骨，正是因为老戏骨们历经了多年演艺的磨练，积攒了无数的演艺技能，他们可以在拿到角色第一时间琢磨好角色的定位，鲜明特色，并在表演的时候拿捏得当。可现下多数明星也恰是由于执迷于“入戏”，放弃了对表演技巧的学习，导致演员的表演能力下降，受到网友吐槽也是必然。我们期待的镜头下的演员，不是刻意表现自己博取关注的艺人，不是综艺节目中大放光彩的明星，不是绯闻漫天常登热搜的人，而是怀有一颗敬业精神，能够以专业眼光，尽心尽力演绎好每一个角色的人。能够入戏固然是值得肯定，我们依旧要认识到对于演员来说，他的追求应当是精确塑造角色，而这首要条件便是表演技能和专业素养。入戏可为辅要条件，却不能成为演员的根本和捷径之路。 



麦当劳教授闪耀时

——与翻译大家舒昌善的闲谈随记

记者 | 吴 彤
美编 | 都 芑



▲ 2016年10月19日，学生在北师大麦当劳遇到正在修订《人类的群星闪耀时》的舒昌善先生

《人类的群星闪耀时》是茨威格的传记名著，记载了14个历史伟人的闪耀时刻，他在序言中写道，“我想回顾这些发生在不同时空与地域的特定时刻——群星闪耀时刻——我之所以这样来命名这些时刻，是因为，它们宛若星辰，在人类的黑夜中散发着璀璨的光芒！”



▲ 聊至兴起时笑得眯起眼睛的舒昌善先生

麦当劳北师大店，每天接待顾客约 2000 人次，无数的时光在这里留下印记。畅意交谈的三五好友、带着耳机埋头补作业的高中生、匆匆解决晚饭的上班族，很多人的故事，都在麦当劳发生。食客们可能不会注意到，在某个安静的角落里，一位头戴枣红毡帽，手推着眼镜的老先生在默默书写着，他的桌上有一本厚厚的德语词典，一本有着反复修改痕迹的文稿，一杯酸奶。他是舒昌善，北师大文学院退休教师，今年 79 岁。

北师大校长董奇曾在 2015 级毕业典礼上讲道，“大家对我校文学院退休教师舒昌善的名字可能并不熟悉，三十多年来，舒老师翻译了世界著名作家茨威格几乎所有的历史传记作品。如今高龄的他，每天还会出现在图书馆德国大百科全书阅览区。他说，我并不渴望别人谈论我是谁，而是希望五十年后还有人认真读这些伟大的作品。”一字一句的推敲，经年累月的积累，正是这种平实的作风，成就了舒老师翻译大家的风范。除了扎根图书馆，舒教授经常在这家麦当劳工作，前后已经有四、五年的时间。一个秋日的黄昏，他为了修订再版的《蒙田》，再次来到了这里。

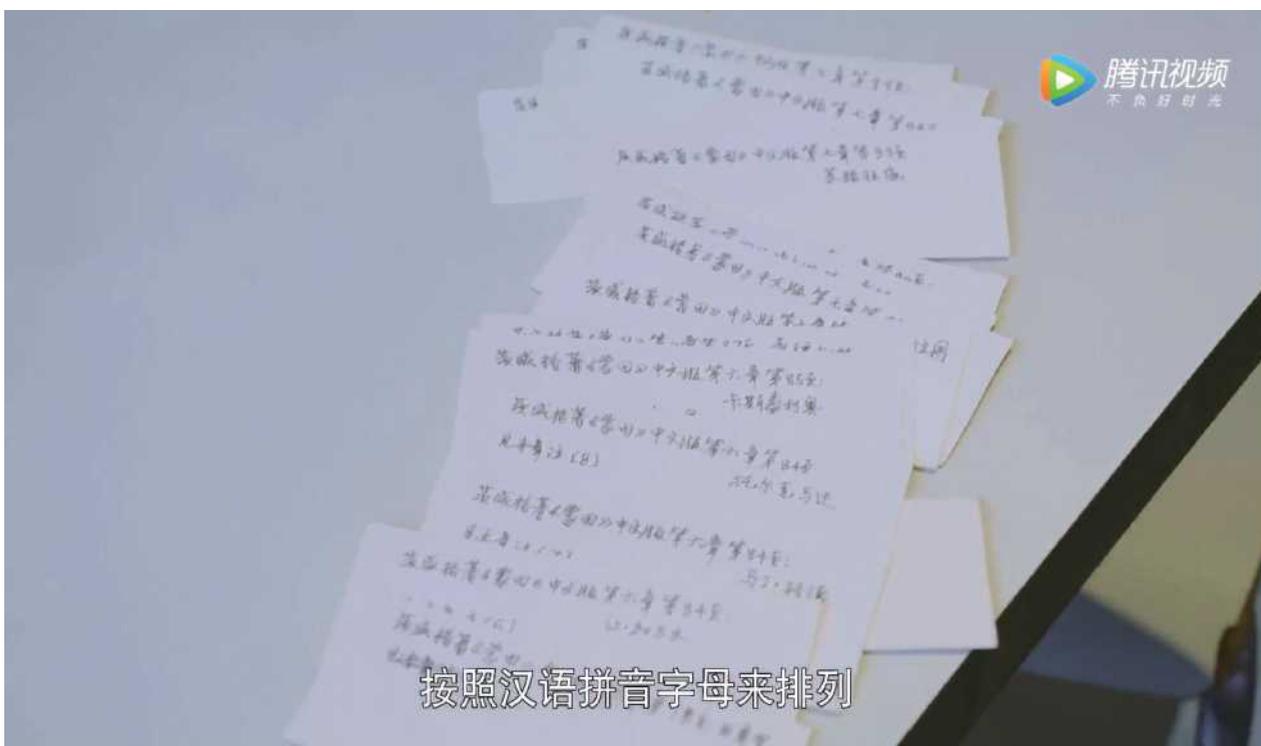
退休不休

舒教授从事文学翻译工作已经半个世纪，年近八旬依旧保持工作的热情。即将发行的新版《人类的群星闪耀时》修改了旧版注释的位置，由每页脚注改为尾注，解决了注释内容比正文多而导致的读者阅读体验不佳的问题。注释内容主要是介绍书中提到人物的经历，都是舒教授自己到图书馆找百科全书挨个查阅的，常常为了核准一个人名会翻阅大量词典。面对如此繁琐的工作，老先生没有半点松懈，因为读者的一句翻得不错就是他的精神力量。

正在修订的新版《蒙田》在旧版基础上，补充了十篇蒙田随笔，这些篇目是舒教授从 138 篇中精心选出的，修改后更严谨，例如将“论”修改为“话说、谈”，是因为随笔逻辑性较差，不是论文；更具文学性，例如小标题“研究哲学是学死”，改为“研究哲学是学会面对死亡”，使意义积极乐观。目前舒教授已翻译完成两篇，细心翻译一篇至少需要 20 天的时间，这样的工作要持续到 2019 年 3 月。他指着目录里新章节的笔迹，眼神坚定地说，“我的工作是有意义的”，当在做的事情有意义，就能一直坚持下去。



▲纪录短片《纪实 72 小时·北师大麦当劳》碰巧纪录了舒昌善先生



▲先生将书稿的每一处修改一一记录在卡片上

与德语结缘

17岁时，舒教授报考了南京大学德语系，不是因为文学兴趣，而是因为想去德国学化学。大二结束时，学好德语基础的舒教授想转化学专业，却未能成功，就这样他怀着理科的梦想，从事文学翻译一辈子。

硕士毕业后，舒教授在1984年第一期《读书》杂志上发表《真实、渲染、魅力》一文，介绍茨威格的《人类的群星闪耀时》。杂志发行后，发现内容里写着下一期将刊登《人类的群星闪耀时》。“我当时好奇谁来翻译？”舒教授眼睛瞪圆圆的，疑惑地皱了眉。“于是我打电话问出版社，得到的回复是：你呀，你会同意的。”舒教授笑着拍了一下额头，好像这件事每次提起都让他难忘。从此和茨威格结缘，翻译了大量著作。他感受到茨威格的人物传记内容真实，格调高雅，在丰富历史知识的同时陶冶高尚情操，倡导独立思考，反对盲从狂热，教人以宽容的情怀放眼未来，关心人类的命运，建议学生们多阅读这些著作。

德国留学贴士

谈到40岁时到德国进修的经历，舒教授印象最深的是德国人的认真严谨，建议现在的学生学好德语去德国留学。“现在留学美国的学生较多，主要是德语没有学。现在开始学两年德语，在校内的瀚德学院就可以学习，读完硕士到德国读博，提升竞争力。”同时，教授指出德国留学的优势是学费没有美国贵，德国缺乏劳动力，在那里留学打工是合法的，有小费制度，还比较安全。

说到尽兴时，舒教授挺起背演示起德语最难的小舌卷舌音r与其他国家卷舌音的不同。

“德国人吃饭很节约，用面包蘸盘子里的酱，盘子最后都很干净。”回忆起多年前与还是小学生的女儿吃自助餐时，舒爸爸乐得眼睛眯起来，洋溢着满满的幸福感。他女儿拿了很多食物，最后说“爸，我吃不完了”，他说“没事，爸吃”的一个充满父爱的小故事里，舒爸爸总结出“吃的越干净，学问越高”的新颖关系。这可理解为，严谨认真的治学态度，先从生活的点滴中体现。

健康十三字口诀

“不抽烟、不喝酒、多睡觉、多喝酸奶。”

这是老先生的保持健康的秘诀，偶遇的两次，桌上的确都备着一杯酸奶，翻译的间隙抿一口又低头陷入厚文稿中。他的日常生活安排是上午工作2小时，下午工作2小时，在麦当劳翻译或是在图书馆查资料。

在这一话题上，舒教授特别提到了现在年轻人熬夜现象。回忆起大学时光，舒教授说当年9点半就熄灯睡觉，到现在也从不熬夜，一直保持良好的生活作息习惯。交谈过程中，舒教授思路清晰，目光如炬，说到开心时会身体往旁一倾，手捂额头畅意一笑，像老顽童一样，状态年轻有活力。

此刻，退休的舒教授在麦当劳角落里书写着，正如茨威格笔下的人物，有一种异乎寻常的勇气，在未来能成为一颗闪耀人类黑夜的星辰。





▲ 初到北京时的欧拉

21岁的欧拉来自哈萨克斯坦，是北京某985院校的一名留学生。2018年，已经是她来到北京的第四个年头。她如今是49万在华留学生中的一员。

“我是哈萨克人，也是俄罗斯人”

虽然是哈萨克斯坦人，但是欧拉的身份却有着冷战时代的缩影——爸爸是俄罗斯人，妈妈是哈萨克人。在填写身份证民族一栏时，欧拉选择了爸爸的“俄罗斯族”。“我的母语是俄语，我汉语现在都比哈萨克语说得好。”欧拉说，她选择民族时，其实非常随意，“我们不会去特别注意一个人是哪个民族，我就写了我爸爸的俄罗斯。毕竟我们没有高考加分。”说最后一句话时，她边说边向她的中国朋友们挤眉弄眼。

在中国呆了将近四年以后，欧拉的身份意识更淡了，“以前我是半个俄罗斯人，半个哈萨克人。现在我在中国呆了将近四年，我有时候又觉得自己像半个中国人，说实

留学生在北京： 我来自哈萨克斯坦

美 记
编 者
一 都 一 陈
芃 上

话我现在真的说不清楚我到底是什么人了，不过我也不太在意这个，我如果现在说我是个中国人，我家里人可能也不会介意，在我们国家，对民族和国家的意识很淡。”

“为什么当初选择来中国留学？”“啊哈，为什么选择最后成了半个中国人吗？”欧拉哈哈大笑，“因为当时想出国看看，中国比较近，而且费用也比较合适。而且感觉以后也会有不少的工作机会。”的确，虽然欧拉当初来中国时，“一带一路”还没有提出，但如今她快毕业时，作为“一带一路”沿线的第一个国家，中国和哈萨克斯坦以后可能会有大量的合作，这证明了欧拉一家的远见。

“我们的小学和中学学习比较轻松，我也听我的中国朋友说过中国学生课业的压力，我们没有哟，当然了，我还是付出了一些努力来到中国的，学习汉语之类的。我小时候生活非常丰富，学习只是我生活的一小部分，放牧，坐着我爸爸的二手宝马出去兜风，和朋友们出去玩……这些都是我以前最重要的事。”“其实你们也应该多看看，



▲在中国胖了30斤的欧拉

那些才是生活，所以可能你们大学才那么放纵，是因为你们之前没有生活。”

食在中国：“来中国三年我胖了30斤”

刚到中国时的欧拉，是一个高高瘦瘦，金发碧眼的姑娘，欧拉拿出手机，给我们看她三年前的照片，照片中的她身材高挑，没比现在矮多少，身材纤细的就像一个模特。而现在，她比那时胖了整整30斤，变成了一个“典型的俄罗斯女子”，183的个子，强壮到可以轻易抱起160斤的中国男性朋友。“没有办法，中国的饭真的很好吃，确切地说是学校的食堂真的很好吃，在我们哈萨克，真的除了烤就是煮，哪有中国这么多花样，所以我越吃越壮。”

但是，欧拉仍然不能完全接受中国的饮食文化，尤其是和中国朋友们一起出去吃饭时他们喝的羊杂汤，鸭血粉丝汤。“内脏怎么能吃呢，羊的肺？羊的肝怎么是可以吃的东西？还有血？血居然能吃？你们是怎么吃进去的？”

欧拉的朋友们笑着对我们表示，她在这个学校的最后一年，他们的目标就是让她喝一次羊杂汤，能再来一次鸭

血粉丝汤就再好不过了。

玩在中国：“我超级喜欢白敬亭！”

开朗外向的性格加上熟练的中文，让欧拉在大三时交到了很多中国朋友。她的几个中国朋友评价说她有着很“俄罗斯”的一面，第一次踢足球，从来没看过足球的她就可以做出很多男生都做不出的凌空打门和很多女生根本不敢的头球动作。平时有什么活动或娱乐，她的中国朋友都会叫上她，在他们所在学院举办的活动里，经常会看到她的身影。她玩的时候也会叫上他们。小到抽空打个乒乓球、踢踢毽子、吃个夜宵，大到去livehouse看演出、参加泼水节、跳藏族的锅庄舞。用欧拉自己的话说，他们在一起的时候“已经完全感觉不到国籍的差别了”，“和他们在一起的时候，我感觉自己就是一个中国人。不过和他们一分开，我就又成了哈萨克斯坦人。”

每天在中国刷微博朋友圈、和中国朋友聊天，欧拉对中国的娱乐圈动态也是了如指掌，欧豪和马思纯分手了，薛之谦和李雨桐高磊鑫的情感大戏，她都能和中国朋友们“跨文化吃瓜”，而当被问及有没有喜欢的中国明星时，欧拉脱口而出“白敬亭！”“我超级喜欢他！他拍的剧和综艺我都看了！就连我没来中国之前的那些也看了！《匆匆那年》真的很好看！还有……”这个答案也在记者这里引发了骚动，于是大家一起聊起了白敬亭的影视综艺，聊着聊着，我们发现，我们真的忘了她是一个哈萨克斯坦人。

欧拉活泼的个性和熟练的汉语让她在中国过得轻松自在，交到许多朋友。

那她身边的其他留学生呢？是否也像她一样潇洒呢？欧拉说，这个还是得看留学生的民族性格和个人性格，“其实来留学的，大部分都挺外向的，所以大家关系都挺好。确实中文水平对交到中国朋友是挺重要的，像我这样有关系这么好的中国朋友的留学生真的不多。”“像我们学校里，中亚的留学生相对和中国学生交往的多一些；韩国的留学生喜欢自己在一起，也不太和我们交流，剩下来自自陶宛啊，美国啊，匈牙利这些国家的，他们人比较少，和我们关系不错，但是基本不出我们国际教育学院，他们的中文也不



是很好。这样一看，可能我其实还是个个例吧！”

学在中国：“我也是会四国语言的人了”

欧拉的中文水平，已经得到了她老师同学们的广泛认可，再加上她那些自嘲为“朋克青年”的中国朋友们的“悉心教导”，她已经变成了一个不折不扣的“亚文化中国青年”。

“毒奶”、“朋克”，这些很多中国青年可能都很难准确描述含义的词语，她都了如指掌，经常挂在嘴边。期末考试周，她对带着狡黠的笑容对说“你一定不会挂科的”的中国朋友表示“求您别奶我”。

现在的欧拉已经是国际教育学院里的一个“兼职翻译”了，当哈萨克留学生和中国学生互相手语画不清，英语中文并用也说不明白时，就会来找欧拉帮忙，“过敏”、“防晒霜”这些实在说不明白的词，对于连“毒奶”都懂、会四国语言的欧拉自然不在话下。而她的中国朋友在和哈萨克语言文学系踢球赛时，也会让欧拉来“帮忙”：“他们都在场上喊些什么啊，你帮我们听听，我们的战术他们能听懂，他们的我们一句不懂太吃亏了。”

在学业方面，欧拉表示学校里学业对她来说非常轻松，“因为我中文非常不错，再加上这个学校课程本来就轻松，所以学习对我来说没有什么问题，不然怎么有空去和他们学亚文化知识呢哈哈。”

对其他留学生，中文不好的话，学业确实有点困难。他们有时候也会找我来帮忙，这个作业看不懂啊，这个题不会啊，这个病句找不出来啊之类的。”对于中国的课堂有没有很无聊，会不会很难跟上：“老师们都很好，会非常照顾我们，问我们能不能跟上，我们跟上了他才往下讲，至于课堂无不无聊嘛”，欧拉又露出了她神秘的微笑：“那就得看老师了，有的课程确实很有意思，这我就不想细说了，课我肯定是会努力认真听的哟。”当被问及将来的打算时，已经大四的欧拉表示她准备考北大的研究生，经过四年的本科生活，她不但已经适应了中国，也喜欢上了中国和这里的人们：“中国人一点儿都不内向，一个个闹腾得很。”她笑着挑挑眉说。

未来：“我还是会回哈萨克”

虽然准备继续在中国读书，也喜欢上了中国，但当被问及未来的打算时，欧拉说她应该还是会回哈萨克斯坦，“我的家人都在那边，我虽然适应了在中国的生活，但是毕竟哈萨克的生活才是我原本的生活。”不过，欧拉也说，在中国的经历是她到目前为止人生最重要的片段，“我到中国来以后性格变了很多，当然了，体型也变了很多，中国已经让我成为了另外一个欧拉。”听到她的这句话，中国朋友们哈哈大笑，说她假正经，不过她认真的补充道：“我会带着中国给我的印记继续在哈萨克斯坦生活的。”



人物 Figure



国奖 巡礼

✈️

○

○

○

○

○ 美编 — 张沁萌
○ 记者 — 李健祺 都芃 吴彤 蔡华丽



何苑：坚持梦想 砥砺前行

何苑，北京师范大学新闻传播学院2016级博士研究生，2017年学业一等奖学金、2018年教育部国家奖学金获得者。就读以来曾以第一作者和第二作者的身份在《新闻大学》、《新闻界》等核心期刊发表论文。参与完成教育部、中央网信办、外交部、国家食品安全风险评估中心等部门的多项科研项目。部分科研成果曾以论文形式被国际传播学年会（ICA）、国际舆论协会年会（WAPOR）等国内外学术会议接收并在会上进行展示。

重回校园：静下心之后的选择

“北师大对于我来说，就是成就梦想的地方。”冬日寒风刺骨，屋内暖意融融，面对面谈话时，何苑的语速不疾不徐，同时又非常直接地表述出自己的观点，开宗明义，显示出她思维的条理性和对自己清醒的认识。“学校给大家提供了前沿和多元化的平台，同时又有严格的学术机制保障正向的激励和竞争，老师们也积极鼓励大家勇于尝试和表达，不遗余力地成就每一位学子的梦想。”

与大家身边许多熟悉的同学不同，何苑并没有从本科一直读到博士，而是经历了一系列的人生阶段之后才重新回到校园。在经历了留学法国和归国工作的历练后，

经济与生活都已经稳定了下来的她决定重拾自己的“校园梦”。关于这个选择最重要的考量，何苑认为是“状态”：“相比起刚回国的時候，现在的自己更能静下心来，这是最重要的。”告别二十几岁时的年轻气盛和浮躁，现在的何苑给人更多的是一种平静恬然的感觉。

沉下心来之后，何苑需要一个不断充实自己的机会。“北师大浓厚的人文气息和新闻传播学院良好的学术氛围吸引了我，我就是在那个时候下定决心要报考这里的。”在何苑看来，即便个人有着继续学业的美好愿望，但是成就主要还是得归功于学校和老师的教育。“当初决定读博的时候，很多人都跟我说你年龄不小了，又马上要生孩子，还折腾什么呢，肯定不行的。但是得益于学院开明的学风、过硬的科研实力，还有博学、包容的老师们，才能够让个人的努力有所回报。每天看到那么多优秀老师和同学，大家都在求知的路上孜孜不倦地默默耕耘，我觉得备受激励和鼓舞。”

在完成学业之余，何苑也很重视学院和同学们组织的集体活动，以积极、健康的方式将课余时间利用起来。“记得刚开学的时候，虽然已经三十好几了，但是我还是跟大家一起往学校的‘青春梦想邮局’里投递了



明信片。现在想来，博士三年也已经过去了大半。这几年里我无论是在学业、友情还是生活上都有很多收获。”

感谢导师：学术方法和思维训练让我受益匪浅

谈起自己的导师张洪忠老师，何苑用“受益匪浅”四个字来概括自己的感受。“人的一生很长，但很难遇到让自己在专业和人品方面都非常敬重的人生偶像，更难得的是，这个人竟然能成为自己的导师。”何苑说，“而我就是那个幸运儿。张老师是新媒体传播效果测量、媒介公信力研究领域的专家。他的优秀并不仅仅体现在学术方面，更体现在对学生的培养上。”在



▲何苑在论坛现场

何苑看来，张老师很重视对大家的学术方法和思维的训练，“张老师特别注重同学们的跨学科思维拓展和量化研究方法训练，这点对文科生搞研究特别重要，让我受益匪浅。这些在学习中的收获，并不仅仅能运用在学术研究方面，更能够让我们有很多进步。”

能够跟随这样一位做任何事都充满干劲、果断高效的导师搞研究，何苑坦言自己感触颇深，“张老师不会给学生设置很多条条框框，我们可以选择自己感兴趣的课题和方向，同时老师又会适时地提出建议和点拨。在任何时候都是一针见血，老师的点拨经常让我在思路陷入死胡同的时候茅塞顿开。”就是这样一位导师，也有令学生们感动的一面。在何苑眼中，张老师课堂上很严厉，但是课后很慈爱，“最让人印象深刻的是，即使是很久以前带过的学生，点滴细节他都能如数家珍。这让我在敬佩之余也会设想，等到毕业多年之后，

老师是否也会向学弟学妹们提起我们现在的表现呢？”

不舍象牙塔：未来想站上三尺讲台

这学期已经没有课的何苑基本上每天早上从家里径直奔向实验室，在实验室看文献、写论文成为了她现在日常的主要任务。在实验室呆上一整天之后，晚上七八点再回家，就像正常的上下班一样，“实验室里设备先进、资料齐全，学术和生活气息都很浓，给大家提供了非常棒的工作环境！”虽然偶尔也会有需要加班的时候，不过，何苑并不建议大家经常熬夜。她给出了一个暖心建议：一定要把握生活规律，健康地生活和学习，切记不要经常熬夜。

对于未来的职业规划，何苑有着自己的打算。她坦言自己希望能够成为高校老师，这些源于自己对北师大良好学术氛围的感悟。“以前人们喜欢形容大学为象牙塔，为什么叫象牙塔？并不仅仅是因为高校在教育序列中处于最顶端，而是因为做学术的人，心无旁骛，心思纯净，就像象牙一样皎洁；而塔则寓意不断攀登，每一个数据的积累、每一个实验的成败，都是攀登塔尖的过程，这个过程永远没有终点，就像学术研究永远没有尽头。”



▲北大论坛



作为一个两岁半孩子的母亲，何苑喜欢和不同年龄段的同学交流。在读博前她曾经有教授法语的经验，也在中国青年政治学院执教过《传播学理论》课程。“每段经历都收获满满！同学们都特别有想法，与他们交流令自己也能每天会吸收到很多新鲜的东西。能够看到每个人眼中不同的世界，这是件特别有意思的事情。”不过当老师并不

像大家想象的那样“轻松”，搞学术并不是一件容易的事情，是需要耐得住寂寞、不断挑战自己的。“要热爱，也要坚守。”从何苑的语气里，可以听出她对这份事业的向往和喜爱，“思想的交流与碰撞所产生的火花最频繁的地方可能就是高校了，也希望这里能成为我的梦想和归属所在。”

（记者：李健祺）

胡世明：行者

在晚十一点时，我冒昧地添加了胡世明师兄的微信好友，紧接着便收到一句“师弟你好”。对于白天几乎不怎么看微信的他，我似乎找对了时间。

胡世明师兄本科学习的便是新闻传播专业，研究生继续选择传播学似乎是自然而然的决定，而谈及为什么选择北师大时，师兄一笑而过，并没有给出答案。作为今年新闻传播学院的五位国奖获得者之一，他谦虚地将获奖归功于运气。但同时，他也有想要与我们分享的学习生活经验。

研一生活

研一紧张的课业让人无法喘息，一篇又一篇的文献压榨着本就为数不多的课余时间。而当问及师兄刚刚过去的研一生活时，他仍是有些“后怕”，但似乎又有些意犹未尽。

“研一课业还是非常紧张的，平时在时间安排方面，我个人认为还是要认真学好当下的课，不要想其他的东西比较好。对于学弟学妹而言，如果导师已经确定，就要踏踏实实，按照导师的要求，认真做好导师安排的工作。实

习等校外活动可以放在暑假或研二，到时时间较为宽松，比较好安排。当然对于专硕的同学而言，还是要看个人的发展规划，究竟是想要追求什么，当然相对地也要舍弃一部分。研究生一年级虽然真的很忙碌，但也是一个快速积累提高的过程，当你真正投入进去时，一定不会觉得虚度。”

“不设限”

对于每个初入研究生生活的同学，一切都是新鲜而又模糊的，凭借多年的学习习惯走到今天，未来看似遥远却又似乎触手可及。当谈到对未来的规划时，师兄一直在反复强调“不设限”。

“研一我个人建议还是要对自己未来有一个规划。但是这个规划往往可能赶不上变化，所以不要过早的给自己设限，而且要多与老师、家长沟通交流。就拿我举例子，当时我的想法是继续读博，但还没有一个很明确的想法。我的导师徐敬宏老师是一个对学生很负责的老师，无论



是对于我的具体课业指导还是在学业生涯，他都会非常耐心地给予帮助，因此我非常感谢我的导师。因此我觉得，同学们如果对未来的规划感到迷茫，不妨向老师寻求一下帮助和建议，我相信老师们都会非常愿意给予指导。”

而对于怎样才能做到“不设限”，师兄认为敢于尝试、勇于试错是关键所在。“到了研究生阶段，我们需要将以前由老师引导的学习过程变为主动思考的过程，一开始这么做可能会让你走一些弯路或者遇到些挫折，但我个人认为这些挫折是一个人成长的必经之路，是无论如何都需要经历的。因此可以多尝试一些自己感兴趣、喜欢的东西，哪怕最终不合适也没有什么关系。”

“诚”

“获得国奖最重要的品质能力方面，我个人觉得自己没有能力去回答这个问题。作为我们学院普通的个体，我觉得自己能获得这个国奖已经非常幸运了。看过其他同学的实力和经历，真的有一种人外有人，天外有天的感觉。”

谈及国奖经历，师兄一直在反复表示是幸运所致。但能够最终获得国家奖学金，除却幸运外，师兄认为最重要的还是一个“诚”字。“如果让我去思考，什么样的人最有可能获国奖，我觉得是一个字‘诚’。这么说可能有点中二，但对于这个字的理解，我自己可能仍不到家。对待学习、对待工作，要以专注和诚心去对待，不要有抱怨和

怨言，同样对待老师、对待家人也一样。不要想自己能得到什么，而要想自己在这个过程中收获了什么，自己又有哪些需要向别人学习的地方，以‘诚’心做事，以‘诚’心待人，方能有所收获。”

“行者”

击剑是他学业之外的一大爱好，他认为这项小众运动能够对忙碌的研究生生活起到很好的调剂作用。“除课业之外，我的个人爱好相对比较广泛，体育方面报了击剑课并参加了跆拳道社团。击剑是我们学校老师开的，只有研究生可以选修，个人比较建议男生选报，女生建议可以报一些运动量小一点的形体课。我报体育课的目的也比较简单，锻炼身体，放松身心，结交新朋友。作为一门竞技运动，击剑能锻炼我们自身的协调性、敏捷度和柔韧程度。”当谈及怎样平衡学业和学业以外的生活时，师兄认为最重要的是始终保持一个“行者”的心态。“学习固然重要，但我觉得大部分人终究都不可能一生只困于象牙塔之内，入世把自己当成一个行者，时刻保持一颗学徒的心，才能让自己有所收获。”无论是生活还是学习，本没有明显的分野，师兄认为我们始终都是在不断“行走”、不断学习，无论是怎样的经历，最后都会化成人生中的一部分。

一点建议

当谈到给师弟师妹的建议时，胡世明师兄这样说：“还是建议大家在研一的课余时间培养一点兴趣爱好，最好报一门体育课，在繁忙的学习课业生活之外，强迫自己锻炼身体、结交其他专业的朋友，这一点对于以后是非常有帮助的。其实有时候我个人也比较惫懒，但是有精力的同学应该充分利用课余时间充实自己，比如考个雅思、学门除英语以外的外语，对自己以后好处多多。”（记者：都芄）



丁磊：一场与自己的较量

他担任过瞭望总编、班长、研会副主席；他参加过学术年会、出境交流、返乡调研。他说，他是“新传第一帅”，有更大的舞台等着他施展。

他就是2018年新闻传播学院国家奖学金获得者，2017级硕士研究生丁磊。



多学半小时的板球少年

不是突然的惊喜，亦不是长久的期待，对丁磊而言，国奖是经过一年研究生生活“顺其自然”获得的。他早早到达了约定的采访地点，拿出评奖时的个人资料，“有很多申请者，会存在竞争，关键要自己放平心态，更好地展现自己。”丁磊介绍，学业是首要的评选国奖因素。他简历第一页上写着：平均学分绩91.38，综合成绩87.31，综合排名班级第一。拥有优秀的“学霸”成绩，丁磊的学习诀窍简单又实用——每次下课在教室多学半小时。“既能温习知识，又能错过食堂就餐高峰。”丁磊有早起早睡的好习惯，不熬夜学习，他说功夫在课上，上课认真听，课下不需要太多时间。

课本学习之余，丁磊选修了板球体育课，从此爱上板球这项运动。“和棒球有点像，《我不是

药神》里还出现过！”，他从电脑找出打板球的视频，激动地介绍着。让丁磊难忘的经历，是在校板球队遇到了很多志趣相投的朋友，一起刻苦训练，参加北京市大学生板球比赛，获得了男子组第一名。

学生工作是有感情的

对于丁磊，不得不提的学生工作，是瞭望融媒体工作室总编。“我对瞭望是有感情的”，谈起瞭望，丁磊的眼神一下明亮起来，“师兄师姐们是从零开始的，在2016年11月11日成立瞭望，我是第二任总编”。丁总编日常主要负责统筹各部门工作安排、每周二智库活动新闻稿的编辑工作，以及培训、团建等管理组织工作。他坦言总编的工作压力非常大，大大小小的事情都要安排和实施，没完成的工作最后也要由他来补上，所以在下一届成立了新的总编室，分担新总编的工作，并创新性地将一周两次推送的“铁狮news”并入官微公众号，集中力量展开宣传工作。一年任期结束，丁磊留给瞭望的创新与责任，还在继续。

作为2017级专硕班班长，丁磊说当班长主要是想服务同学。他认为班长是老师与同学们的纽带，最基本的一点就是不逃课，起到榜样作用。班级事务虽繁杂，丁班长仍不忘安排聚餐、在平安夜送平安果和贺卡等关爱团结同学们的活动，丁磊谦虚地说，“这些不是自己一个人的功劳，是班委们一起做的。”



▲参与北京师范大学板球队

在学院，丁磊还担任了院研究生副主席、学院学生事务助理。凭借优秀的英语成绩，丁磊两次参与学校出境交流，并担任研究生骨干英国团和美国团的副团长，负责摄影、画册、视频制作等宣传工作。从学院到学校，同样的宣传工作，丁磊收获了不同经历、友谊与成长。

感恩导师的“徒步”教导

丁磊在张洪忠教授的导师组中，每周课题开会，老师会布置采集数据、写步骤等工作。在导师指导下，丁磊在《新闻与写作》发表论文《5G时代的VR 社交会取代微信吗》，在《中国记者》发表论文《人工智能时代打造新型主流媒体的路径探索——封面新闻调研报告》，会议论文投稿《算法权力的规制：关于算法问责制建立的讨论》被中国新闻史2018学术年会接收。作为项目组成员，他参与了《中国大学海外传播力报告》、《建立健全网络发声引导制度研究》、《教育舆情应对处置案例选编》课题，完成8万字书稿。

除了专业上的帮助，张老师对丁磊日常生活也很关心。“张老师很有亲和力，经常和我们一起徒步奥林匹克森林公园，讲一些故事来启发我们，本科生3公里、研究生5公里、博士生10公里”，丁磊笑着说，还强调了一句“上次我们走了10公里”。他滑动着微信聊天窗

口，在49人的师门群里，张洪忠教授的学生们经常分享学术知识，交流生活感悟。“在实验室大家也会互相分享橘子、月饼这些吃的，特别暖心。”丁磊说，因为实验室的温暖，更喜欢在实验室学习，而不是去图书馆了。

校外舞台拓宽眼界

走出学校，丁磊参与了侨乡文化调研实践队；进入北京青年报实习，赴北京四中、北京五十中代课；从几万报名的志愿者中脱颖而出，前往黑龙江担任亚布力中国企业家论坛志愿者。与会者有马云、潘石屹等企业家和投资人，让丁磊感觉“很见世面”。

4月，丁磊到四川成都对封面新闻进行了实地调研。从封面新闻的CEO到记者，丁磊在大楼里跑上跑下采访了三天，深刻体会到实地调查法的不易。最近的实习经历，是进入微软亚洲互联网工程院STCA担任产品经理实习生。丁磊参与了机器人写作、制作模板进行填充或实验等业界前沿的项目，将学校所学理论应用于实践，提升了不少技能。

丁磊建议学弟学妹眼界要放宽，多经历一点。丁磊的经历也实践着他的话，“从学院到学校再到校外，未来有更大舞台等着我们施展”。（记者：吴彤）



▲ 亚布力中国企业家论坛志愿者



▶ 赴北京四中代课

▼ 微软实习



◀ 导师组合影



郭坤玉：后来者值得被期待

大学教室的前排往往是空的，在那里，被问到不知如何回答的问题时，会无处躲藏；精神涣散时，游离的眼神会被瞬间捕获；集体举手表态时，无法判断自己是否属于强势意见的一方……不能玩手机，不能开小差，不能在课堂上做学生工作，还处在师生互动高频发生区……

不知是从哪天开始的，第一排来了个“常客”，叫郭坤玉。

“我是个后来者”



大一的时候，郭坤玉绝对属于慢半拍的人，只会按部就班地完成课程表上的学习任务，“不知道自己做什么”。当许多同学们都已经开始去自习的时候，她还在问辅导员“我们可以在哪里自习”的尴尬问题，更不用说加入到激烈的学习竞争中。即使是在获得国奖之后，回忆起大学四年，郭坤玉依然表示大一是最遗憾的，如果可以重来，真应该趁着大一的时间多读点书……

“我是个后来者。”郭坤玉不止一次这样说。

谁能想到一个获得国家奖学金的学生，一个成绩名列前茅的“学霸”，当初竟是个连三等奖学金都排不上号的落伍者呢？

但是，即使是排名接近倒数的低谷也没有让郭坤玉沮丧过。“我不会失望，也没有想过放弃。”她用吸管喝着酸奶，半抬起头，回答得毫不犹豫，“人外有人，山外有山，你一直和别人比是无穷尽的，你只要比过去的自己优秀就可以。而且，大神总是凡人变成的，其实都是一个过程，

一切都是水到渠成。”

也许失败对于很多人来说是一件很受伤的事，但对于郭坤玉来说不是，在感到伤痛之前，她就选择用行动来自我治愈。

郭坤玉将自己的学习概括为两个阶段：前期是技术性学习，后期是艺术性学习。

所谓技术性学习，就是用所有人都知道的方法来学习，为了提高分数而学习。“既然上课认真听讲，积极回答问题，作业提质提量，能把成绩提上去，那我就去做。”

随着学习的深入，郭坤玉发现了学习的乐趣所在，功利心化为了决心，学习和兴趣变得不再矛盾，渐渐地，就达到了她所认为的学习的“艺术境界”。“把自己好奇的问题当作选题，结合课程特点与要求，这样上课也变成了寻找答案的过程。”由于晚上宿舍会断电，她便到处找自习室学习，后来甚至“常驻”了，带一个毯子，将椅子一拼，就是一夜。学习到了沉迷的程度，大概就是所谓的“衣带渐宽终不悔，为伊消得人憔悴”了。成绩的提高，反倒成了意外之喜。

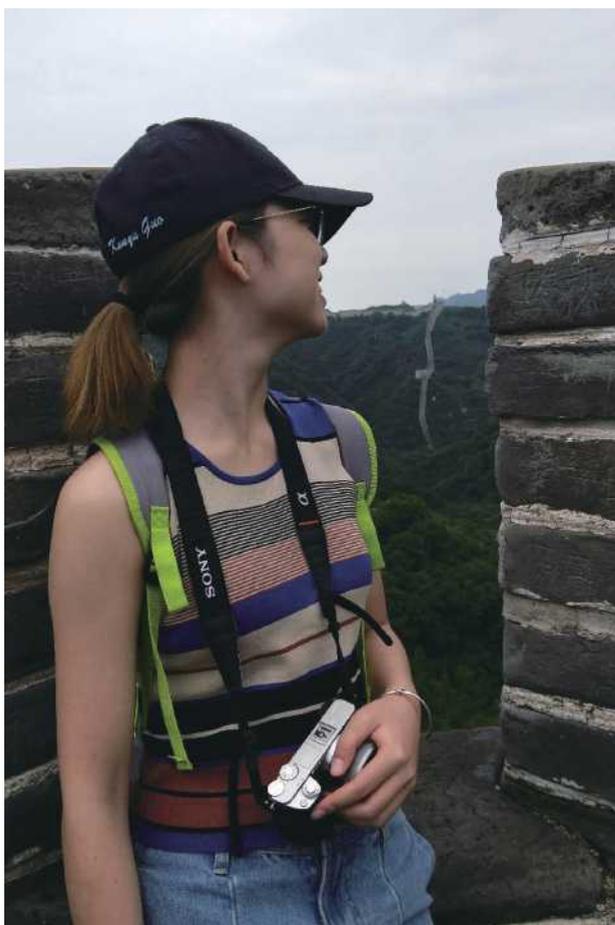


▲郭坤玉在哈佛大学合影留念

“耕耘不问收获，水到自然渠成”

就像掘井，蜕变也是这样一个缓慢而不断深入的过程。传播学既是一门高度理论的学科，更是一门高度实践的学科，“读万卷书，行万里路”，二者缺一不可。

老师要求策划一本书，她就以真正出版为目标，斟酌选题、内容、出版费用，招募采写人员，外出采访；为了完成一本“小书”，她可以长日地在图书馆的古籍阅览区



翻查晦涩的典籍；老师随口布置的思考题，她也能跑到老北京布鞋的店面去考察，向销售人员请教……她的课堂作业可以成为国家创业项目的实践，她的课程论文可以投稿获奖……

“作业真的不只是一份作业，如果你真的把它当成一种任务，确实是狭隘了一点。”

机会难道需要寻找，需要等待吗？有人把大学看作象牙塔，寻求其庇护，拒绝成长；有人把大学看作微型社会，不断打磨自己，千锤百炼；前者在标准的底线徘徊，后者不断挑战自我上限。正如郭坤玉形容自己的那句话，“我不是创造机会的人，我只是能把握机会”。

当然，没有谁的成功是能够提前规划，然后步步实现的，就像真正的旅行者一旦启程，就不以目的地为终点，因为享受旅程本身比到达某个地点更为重要。

获得过国奖，申请过国创，参与过课题，获得过论文奖项，担任过校刊的部长……这些收获与其说建立在能力的基础之上，不如说是建立在兴趣与热爱之上。



▲郭坤玉赴青海支教，负责摄影课程

第一次作为队长参加创业赛，郭坤玉今年的参赛感受比去年要深刻得多——咨询老师、返稿、修改、队内沟通……“今年一定要比去年更进步”的压力让她在各方面都精益求精。“可能对于这一届的成员来说，她们相当于是拿了一个现成的项目去比赛，但是对于我来说不是，我是看着它成长的……”

决赛场上，郭坤玉和队友站在台上答辩，老师问：“你们这群人中毕业之后还有多少人会做这个？”她毫不犹豫地举手了，随后，身边的同学也都纷纷举起了手。

带着有些讶异的表情，老师最终还是笑了。

“虽然我没有看到（大家一起举手的画面），但是我能够想象出那个画面。”

这是一个不用声音回答的问题，答案就是对自己所做事情的坚定与坚持，热爱与崇拜。

在评价标准当中胜出与盲目迎合评价标准是不等价的，人并非糯米团子，可以被不同的模具压制成不同的形状和花纹，试问，一个人穷其一生到底又能活出多少个别人的样子呢？

“你成功的秘诀是什么？”这是人们对所有优秀之人的好奇。

“应该是耕耘不问收获，水到自然渠成吧。”郭坤玉这样回答。

作为一名大四的老师姐，郭坤玉在17、18级师妹妹中的活跃度可谓是很高了，无论是规模多么小的分享会，只要收到邀请，她都不说二话。她的分享没有鼓动人心的漂亮句子，更像是故事会，我们听她将自己经历和经验娓娓道来。她说：“我希望我讲的东西对你们来说都是实际的。”也许，所有听过她分享经验的学生都会给她一个肯定的回答。（记者：蔡华丽）

四有好老师

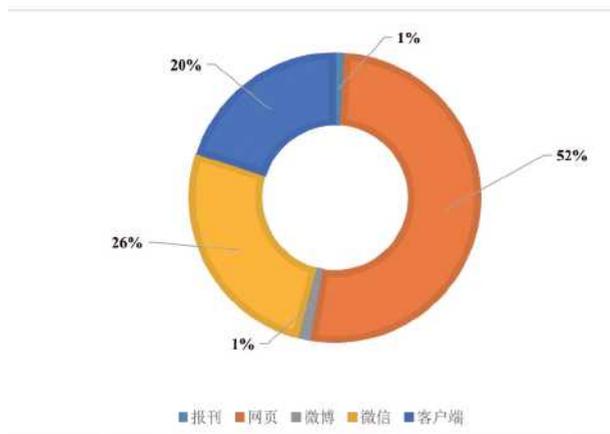
评选活动舆情研究报告



美编 | 张鉴之
数据 | 京师中国传媒智库

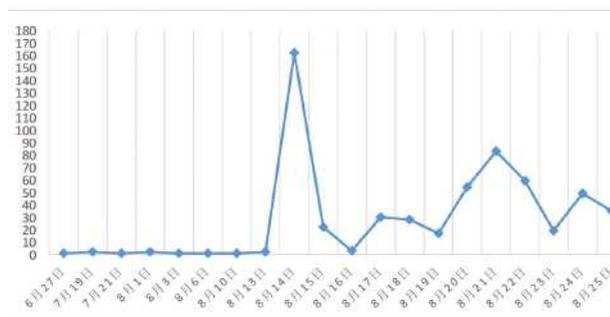
（一）“四有好老师”评选活动的媒体传播扩散情况

1. 媒体场舆情流量大，传统媒体和新媒体双重覆盖

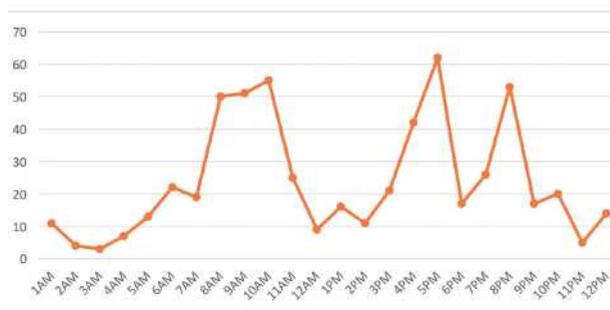


图：报道媒体来源分布图

2. 八月份媒体场舆情最活跃，舆论热度延续近一个月；通勤时间舆情最活跃

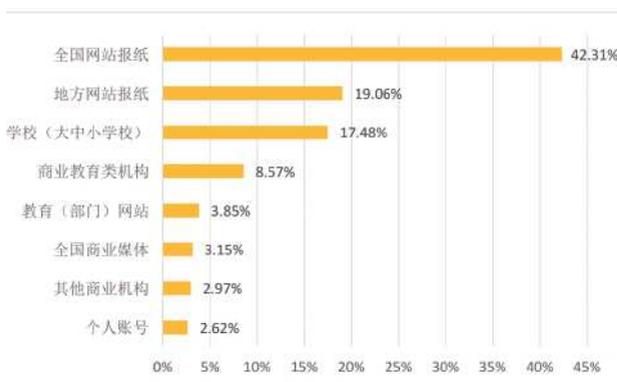


图：媒体报道舆情走势图

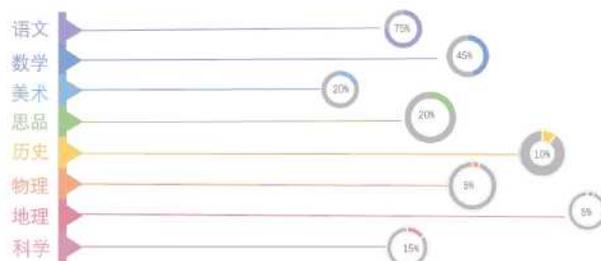


图：媒体报道舆情一天时间分布图

(二) “四有好老师” 候选人的人物画像



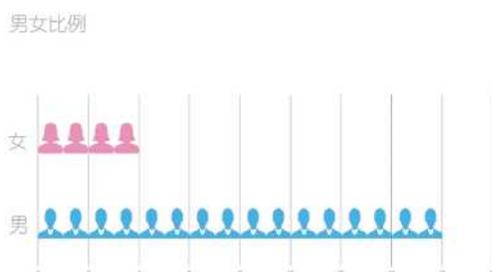
图：媒体报道的第一落点情况



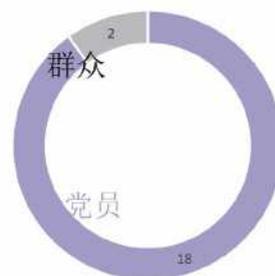
图：四有好老师候选人任教学科类型

四有好老师候选人政治面貌：党员为主

四有好老师候选人性别比例：男性居多



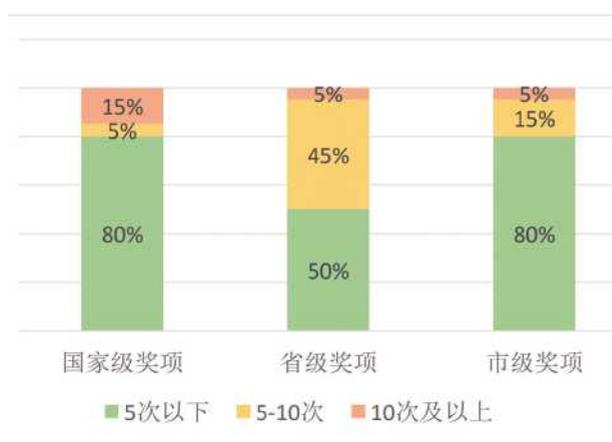
图：四有好老师候选人性别比例



四有好老师候选人分布地域：分布全国，青海最多



图：四有好老师候选人分布地图



图：四有好老师候选人获得奖励情况

(三) 高频词云图

文本的中心词均以“学生”“教育”为主



上图可见，网民在讨论“四有好老师”的认知上，最高的词为依次为学生、教育、学校、教师、孩子、教学、工作等，关键词依然以“学生”“教育”为中心，体现网民热议的中心词与媒体报道、报道组好老师事迹文本、好老师候选人自述文本表现出较强一致性，媒体议程设置与网民议程设置高度相关；同时，词云图中也出现京师、北京师范大学、中国教育报等机构类关键词，表明四有好老师的评选单位。



图：四有好老师候选人人物报道高频词分析

在报道这些人物的时候，媒体都突出了他们自我牺牲和敬业精神，比如多位教师都被报道了身有残疾或者身体不适但依然坚持在岗位的事迹。教师本身的专业能力也是媒体侧重描写的教师品质，即“四有好老师”中的“扎实学识”，在这方面，媒体一方面突出教师们投入教学的时间精力，同时有个别描写教师们与时俱进地创新教学方法、学习新科技并引入教学等，比如乡村教师“买了第一台电脑”，或者学习引进“微课堂”、“白板教学”等新教学理念。

除了偏远地区的乡村教师之外，成都中医药大学老师梁繁荣、成都信息工程大学教师邹茂扬等也是被报道的对象。在地域方面，和评选标准一样，对于偏远的乡村地区的报道更集中，比如有“山村”“乡村”“大山”等高频词。



图：报道热点话题词云图



图：媒体报道中积极类词汇关键词

视界

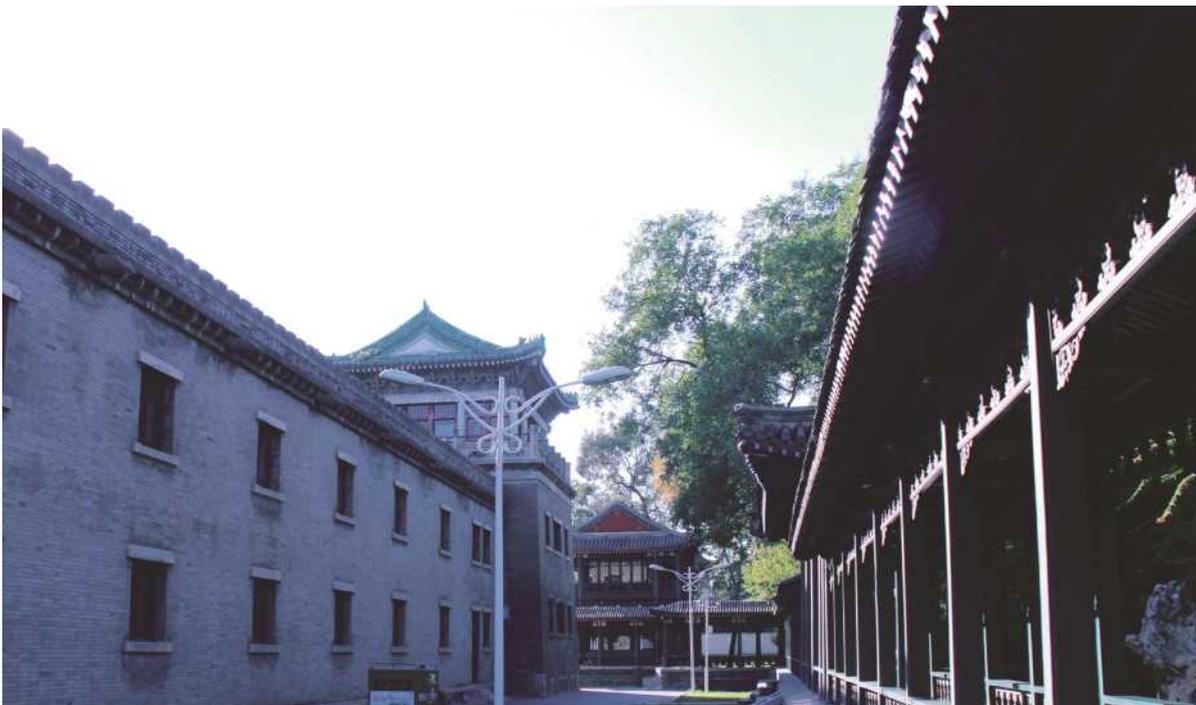


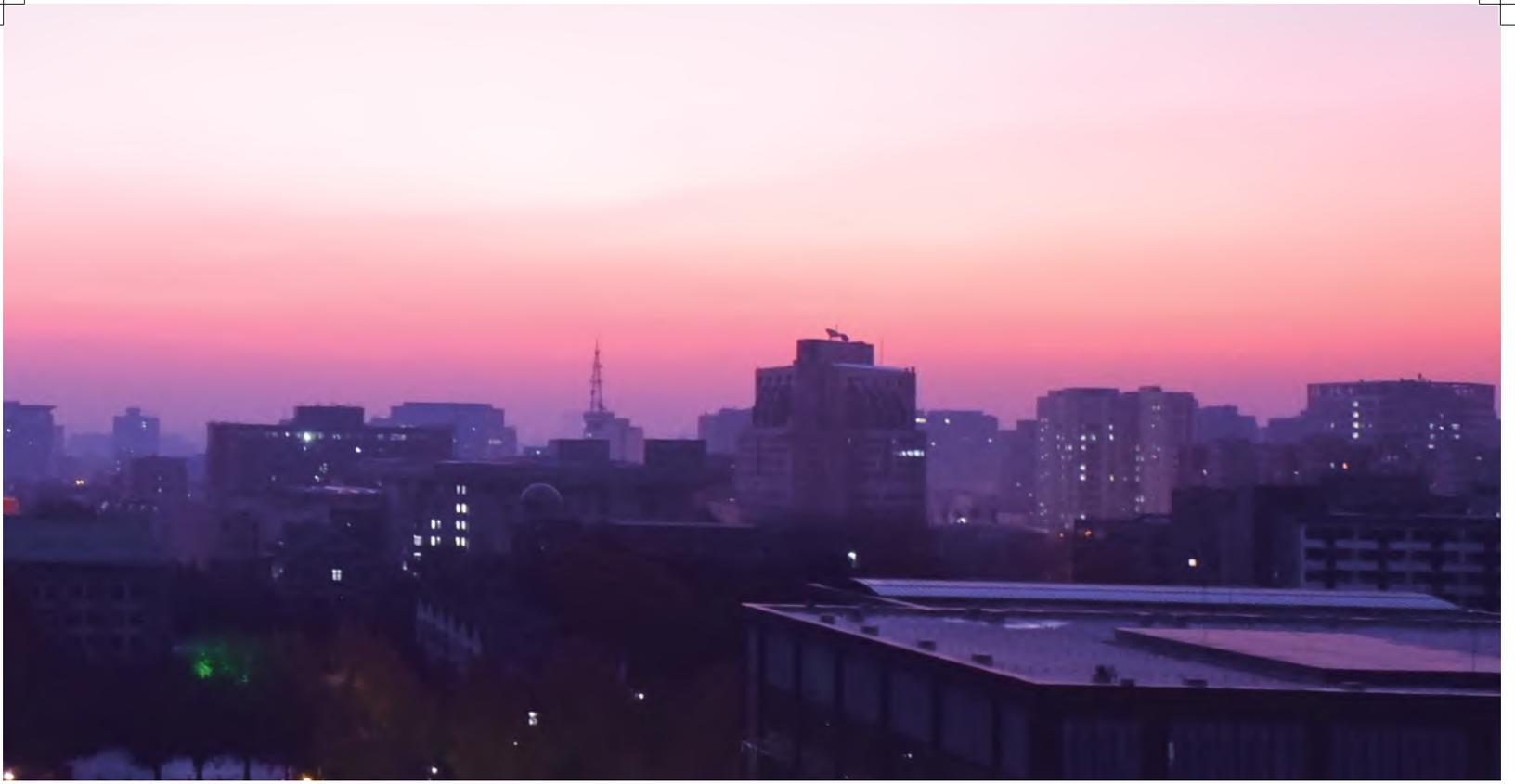
摄影 | 都 芃
美编 | 张鉴之



秋晨六点的北师
学四12楼远眺，北师大

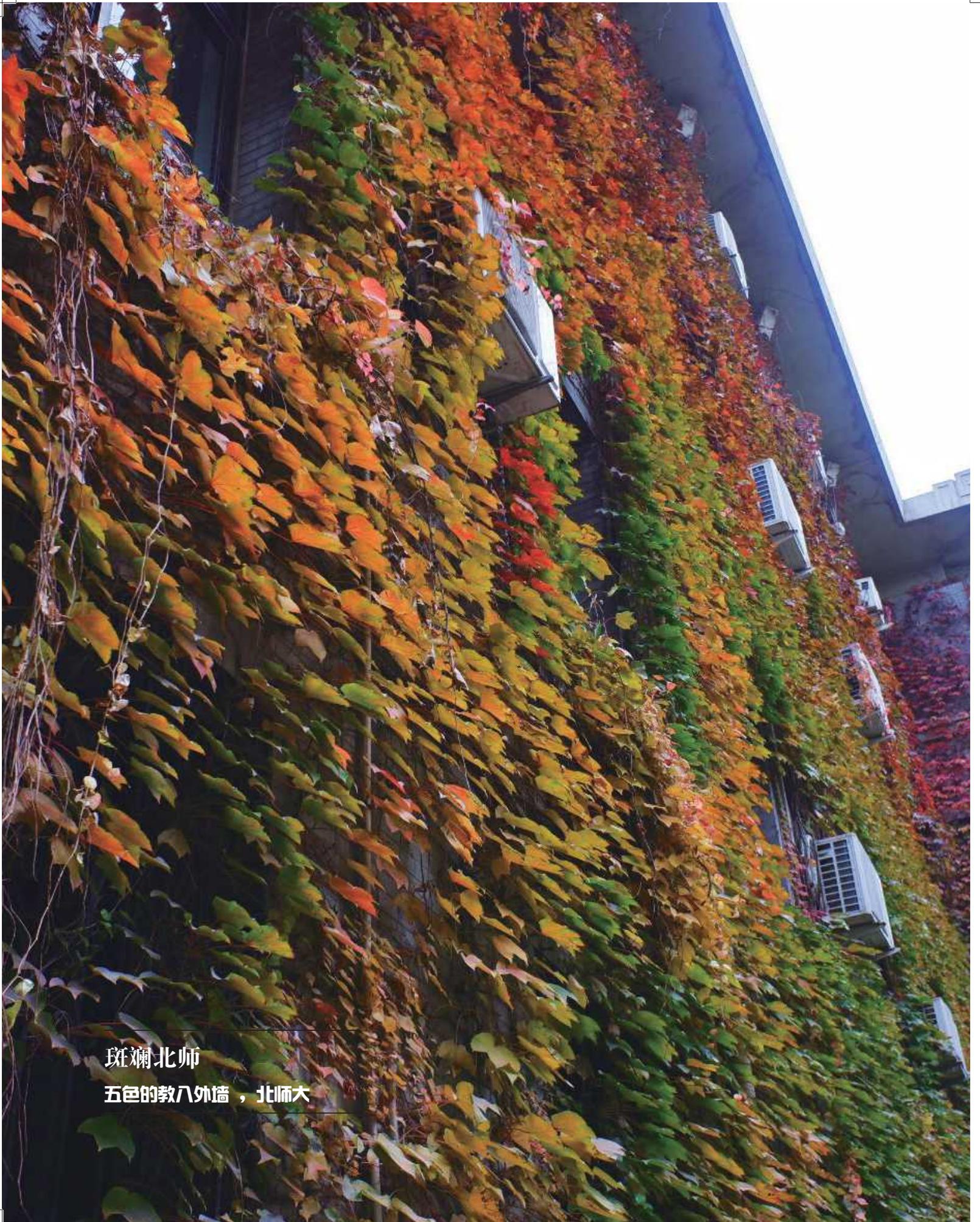
午后辅仁
辅仁校区秋景，北师大





午后辅仁
辅仁校区秋景，北师大





斑斓北师
五色的教八外墙，北师大



一半是夏天，一半是秋天
操场外街道，北师大



秋色连波

秋雨潇潇，北师大

碧云天，黄叶地

晨曦路落叶，北师大

