



## 【影视论坛】

## 跟着《六姊妹》穿越时代

文 阿康

央视开年大戏 38 集的连续剧《六姊妹》笔者一集不拉地看完。这出“年代大剧”延续广大观众对现实主义年代剧的“关注度”，尤其是吸引了 50 后、60 后长者们的眼球。播映期间，无论网上评论还是坊间饭后茶余的聊天，《六姊妹》成为话题。笔者以为，尽管前有《乔家的儿女》《家有九凤》的“全女班”阵容聚焦女性成长故事，《六姊妹》还是有它独到之处，要不然，也不会成就该剧赢得酷云实时收视峰值破 4.239% 的不菲业绩。

说其“独到”的表现之一：剧中何家，包括汤家等一众人均是“草根阶层”。不像《人世间》里还有省长这高级干部家庭出现。“六姊妹”中嫁的层次最高的也就是人武部干部张建国，而张建国也是孤儿出身的“草根”。这些芸芸众生就是 50 后、60 后普通百姓的身边人，他（她）们经历中的上山下乡、自谋生路、招工就业、婚嫁生育、下岗失业等等故事，是那个已经逝去的时代之缩影。这一“故事”成就了该剧赢得收视率的基本保证。

说其“独到”的表现之二：该剧



生活底蕴扎实深厚。故事发生地是第一次登上荧屏的煤矿城市淮南。选择淮南，是因为原著小说作者、同名剧编剧伊北出身在淮南。伊北小学就读田家庵第四小学，直至考取大学后离开淮南。80 后作家伊北写自幼生活的家乡自然是熟门熟路。在当剧中出现田家庵、姚家湾、大河北、老北头、上窑等地名时，让熟悉淮南的观众莫名地激动，网上出现了许多该剧取景地的短视频，说明观众的追剧心理。特别是当地土话“串沟”（插队）出现在台词中时，笔者第一时间认定编

剧一定是“淮南人”。

说其“独到”的表现之三：剧情进展删繁就简，叙事节奏不拖沓。1962 年，是剧情展开的起始年，“三年困难时期”刚刚结束，物质生活还很匮乏，剧情仅用家丽偷吃“油渣”（猪油渣）；猪肉限量供应这么两个细节表现，点到即止。又比如，十年“文革”的处理，历史上的淮南当年是重灾区，编剧避开这一“麻烦”，直接从 1969 年的下乡上山切入。该剧仅用 15 集篇幅，便完成了剧中主角何家丽从少年、青少年到成年的三次跨年龄转换，跨度长达 20 年。

说其“独到”的表现之四：何家三代女性折射 50 年的女性成长史。“全女性”家庭结构是《六姊妹》最大的特色。自从何常胜意外离世后，奶奶何文氏、妈妈刘美心，以及六姊妹组成了“新何家”。该剧的叙事主线围绕女性成长展开，男性角色自然成为“陪衬”。从小要保护家人的老大何家丽逐从“半边天”成长为“顶梁柱”；老二何家文对生活环境认知清醒，知足常乐；老三何家艺爱折腾，对于婚恋、事业的选择极有主见，敢于打破固化思维；老四何家欢是“六姊妹”中唯一大学生，既有新时代知

识女性的特征，又有执着叛逆的性格；老五刘小玲离经叛道，敢和仇人家的儿子走到一起；老六何家喜从小被保护，自私地安排人生之路。汇集起来构成一部女性成长史和当代家族史。

还需一提的是，该剧演员表演的成就：少年何家丽假小子的表演很出彩，成年何家丽的饰演者梅婷的表演拿捏到位，无可挑剔；高露饰演的老二何家文，善解人意，温婉可人；颖儿饰演的老三何家艺，泼辣率真有主见；吴倩饰演的老四何家欢内心脆弱还有点执拗；曹斐然饰演的老五刘小玲敢爱敢恨、行事鲁莽；李嘉琦饰演的老六何家喜，会耍小心眼，却不能担当，都塑造得可圈可点。有老戏骨奚美娟的表演可谓该剧的“定海神针”，她饰演的阿奶何文氏，一个眼神、一声言语，让观众感觉这就是“何文氏”。郭君梅饰演的母亲刘美心，应该说是郭君梅表演道路上的一次突破，她第一次在生活剧中扮演跨越半个世纪的角色。剧中“男配”们也不逊色，无论是陆毅饰演的有担当的大女婿，还是刘钧饰演的勤奋工作、爱家顾家的父亲何常胜，亦或是林永健饰演的仇家大老汤，都把人物性格刻画得入木三分。

## 【七彩人生】

## 倩倩：从长春走向东瀛

文 王平华

在现实世界中，总有一些人勇敢地踏上陌生的旅程，书写属于自己的传奇篇章。前不久，公司组织去日本团建，带领我们团队的导游倩倩，便是这样一位令人钦佩的人物。她身形苗条，行事干练，举手投足间尽显自信风采。

倩倩来自中国吉林省的长春市。由于东三省历史上遭受日本侵略军长期占领，东北人对日本人的了解自然比其他省份的人更透彻。国门打开后，东三省赴日本留学或打工的青年也特别多。倩倩中学尚未毕业，父亲的一个决定，让她随着“洋插队”潮流，奔赴东瀛求学谋生。就此，她开启了一段满是挑战与机遇的异国之旅。

初抵日本，语言不通，文化迥异，周遭的一切都显得陌生且艰难。但她没有丝毫退缩，凭借顽强的毅力和不

懈的努力，一步一步跨越重重阻碍。时光悠悠流转，她在这片土地上挥洒汗水，追逐心中的梦想。

为了更好地适应并融入日本社会，体重曾达 150 斤的倩倩，毅然决然地踏上了近乎残酷的减肥之路。在日本，社会的审美观念与快节奏的生活，仿佛都在向她发起挑战。看着身边步履匆匆、身姿轻盈的人们，倩倩心中涌起一股强烈的渴望，她渴望改变自己，以全新的姿态拥抱这个陌生的国度。

减肥之路，从来都布满荆棘。倩倩开始严格管控自己的饮食，果断告别那些高热量、高脂肪的美食。曾经钟爱的甜品、油炸食品，渐渐从她的餐桌上消失不见，取而代之的是新鲜的蔬菜、水果，以及富含蛋白质的食物。每一口食物，她都细细咀嚼，品味着健康带来的满足感。

运动，也成为倩倩生活中不可或缺的一部分。清晨，她迎着第一缕阳光奔跑，感受微风轻拂面庞的温柔；傍晚，她在健身房里尽情挥洒汗水，挑战自身的极限。每一次运动，都是一次与自我的深度对话，都是一场对毅力的严苛考验。

日子一天天过去，经过两年坚持不懈的努力，倩倩的付出终于有了显著成效，体重降至 80 多斤。体重秤上的数字持续下降，她的身体愈发轻盈。镜子中的自己，眼神里多了一份坚定，脸上洋溢着自信的笑容。

减肥的过程，不仅是身体的华丽蜕变，更是心灵的成长升华。倩倩学会了坚持，学会了自律，学会了在困难面前绝不轻易放弃。她深知，自己的努力，不仅是为了适应日本社会，更是为了成为更优秀的自己。

在未来的日子里，倩倩将继续阔

步前行，以更加自信的姿态融入日本社会。她坚信，只要持之以恒，就一定能够实现自己的梦想。多年的拼搏奋斗后，她在日本福冈成家立业，还拥有了一家专业经营珠宝的公司。公司规模虽不大，却有八位员工，每年销售额高达四亿多日元，同时她还当兼职导游。单是这家公司的业绩，便见证了她的拼搏与智慧。每一件璀璨夺目的珠宝背后，都凝聚着她的心血与付出。她的成功，完美诠释了“爱拼才会赢”这一普世真理！

如今的她，生活安稳而幸福。福冈的街道上，或许时常能瞥见她自信的身影。她用自己的亲身经历告诉我们，只要心怀梦想，拥有勇气与坚持，无论起点高低，都能在异国他乡绽放属于自己的耀眼光芒。她的故事，宛如一颗明亮的星星，在我们心中闪耀，激励着我们勇敢追寻自己的幸福之路。

## 【异域风情】

文 赵德威

斯里兰卡这个国家有点意思，历史上一直被称为锡兰，后来独立后就改国名为斯里兰卡，由于国土地形酷似一滴眼泪，且位于印度洋上，又被称为“印度洋上一颗泪珠”。国家虽小，故事不少，其中最著名的故事就发生在狮子岩。狮子岩被誉为“世界第八大奇迹”。我们斯里兰卡的行程就是从狮子岩拉开序幕的。

据导游介绍：狮子岩位于丹布拉平原之上，海拔 200 米。1500 年之前，当时的古摩利耶王朝的卡西雅伯国王杀父篡位。他为躲避弟弟的复仇，耗费 18 年在此建造了一座集军事防御与奢华生活于一体的空中宫殿。这个空中宫殿虽仅存 18 年，却成就了人类建筑史上的不朽传奇。

## 悬崖上的王朝

导游在带着我们穿过山脚下的护城河时说：这条河流当年不仅用于防御，还养满了鳄鱼，威慑来敌。穿过护城河，就看到了保存完好的花园遗址，包括对称的池塘和喷泉系统。古人利用雨水循环，让山顶的蓄水池全年供水，溢出的水流向山下时还能形成喷泉，堪称古代水利工程的杰作。

行至半山腰，看到岩壁上不少洞穴，里面藏着珍贵着“锡吉里耶仕女图”。这些半裸的仕女壁画色彩艳丽，据说是卡西雅伯为安抚父亲亡魂而绘，以父王宠妃为原型。原本有 500 多幅，如今仅存 22 幅，画面上半裸的仕女身披缕缕，眉眼低垂，仿佛在云雾中起舞。导游说，这些色彩历经千年仍鲜艳如初，是东南亚古代艺术的巅峰之作。再往上走，就是一

堵山墙壁，导游说这就是著名的“镜墙”，当年打磨得如镜面般光亮，能映出国王的身影，如今镜墙布满斑驳，至于当初怎样如镜面那般光亮，只能凭想象了。

接近山顶时，巨大的狮爪城门赫然出现。导游说当年国王正是从狮口进入宫殿，彰显威严。入口处原本雕刻的巨型狮头与狮爪，可惜狮头已风化千年，如今只剩两只两米高的狮爪，成为历史的见证。

从入口到岩顶的台阶陡峭险峻，导游提醒我们抓紧铁链，注意安全。真难想象，1500 年前的工匠如何将建材运上绝壁的？登上岩顶，眼前是面积近 2 公顷的废墟：干涸的蓄水池、坍塌的寝宫地基、杂草丛生的花园。尽管宫殿仅存 18 年，但古人的智慧令人惊叹：蓄水池能储水供千人使

用，排水系统设计精巧，甚至能形成喷泉景观；议事厅、宴会厅的布局彰显王权，而陡峭的岩壁本身便是最坚固的防御工事。

站在悬崖边俯瞰，整片平原尽收眼底。这里曾是卡西雅伯的“避难所”，他弑父夺位后，将宫殿建在云端，试图以天险阻挡命运。然而仅 7 年，弟弟便率军攻破防线，卡西雅伯自刎于逃亡途中，王朝随之湮灭……让人唏嘘的是，天险救不了心虚的罪人！

我抚摸着残存的砖墙，忽然觉得这故事像极了狮子岩本身：野心铸就的奇迹，终究敌不过时间与人心。当年的蓄水池能储水供千人使用，壁画能震慑万民，可如今，它们只是游客相机里的背景而已。

## 【灯下漫笔】

## 春天的心情

文 陈日旭

逝去的冬天不算太冷，但终究让人佝偻缩颈，单调乏味。春天来了，风不再寒，水不再冷，那久违的煦暖阳光漫洒在满是生命的大地上，万物开始生长。

“竹外桃花三两枝，春江水暖鸭先知；蒌蒿满地芦芽短，正是河豚欲上时”。此乃苏东坡之名句，当然是古人对早春的速写。然而，你看现实生活里，原先农户出身的老人们，他们似乎嗅觉更灵，比常人先感知到春天的信息。兴致一来，老伯、老妈们带上小铲、马甲袋，寻踪宅前屋后，漫步小河畔、绿地边。不消多少时辰，马兰头、枸杞头、荠菜、蕨菜等时鲜野菜，收获颇丰。回得家中，拣清洗干净，或翻炒，或凉拌，原生态香味四溢，然后大快朵颐。

我呢，不谙农事，春光全在阳台上。熬了一冬的大小盆栽，该搬出的搬出，该整理的整理。于是，松土、剪枝，忙个不亦乐乎。春雨贵如油，再加上翌日灼热阳光的照晒，不过几天工夫，那些稍贱生的植枝，如冬青、清香木的枝桠间已有嫩芽绽出，心情自然如春水般高涨。我素来挑剔，眼里容不得隔年的枯枝残叶，细微间隙，我爱用一支长镊子伸入夹取；细枝不如人意处，着手加工造型，令其顾盼生风，错落有致，让盆栽充分彰显春天的曼妙。

值得一书的，是米兰属亚热带植物，万万不可急于出房，要耐心度过“黎明前的黑暗”，必须过了“清明”，甚至“谷雨”，方能逐步“出闺”。然而，经去年一个夏秋的茁壮成长，已见枝繁叶茂，一冬也保养得当，翠绿可人，该是换盆的季节了。我去花鸟市场前，先用拉尺量好尺寸，作好功课，挑了一只质地不十分讲究，但围圆略大，有兰花雕案的陶盆。顺便买些山泥和营养土，回家拌和后晒两个太阳，备用。等来一个温暖之日，正是翻盆的黄道吉日。事不宜迟，脱下旧盆，嗨，红红的根须布满盆壁，这是生长良好的征兆。栽入新盆，填入沃土，自我欣赏陶醉起来。噫嘻，春天分明在我的手指间、目光里、盆栽中！

众所瞩目的全国两会成功召开，让人们心头如沐春风。哦，还有我心仪的足球运动，也拂起春风，去年获得中超亚冠冠军的海港、申花两支强队的比赛我是一场也不落下的，还将他们出战的日期在日历上标出，期待他们在新的赛季继续给我们带来新的惊喜！

时光不饶人，不觉吾年已耄耋，但老已至却不觉老。目光的清澈、心灵的清纯、情绪的愉悦、精神的振作，就会让自己天天拥有春天的心情。