

前不久，由滕丛丛导演的热播迷你剧《我的阿勒泰》圆满收官，收获了豆瓣8.9分的高分。同时，该剧也是首部入围戛纳电视剧节主竞赛的长篇华语剧集。

这部改编自作家李娟同名散文集的电视剧，拥有着其独特的艺术魅力与艺术价值，不仅展现了新疆阿勒泰地区令人心旷神怡的大美风景，且在快节奏生活的时代背景下，更是为人们的心灵搭建了一方宁静的避风港，而在影像创作上，也成为近期极具影响力的影视作品，给人带来耳目一新之感。

TV

看剧

鉴定对象:《我的阿勒泰》

播出平台:央视一套、爱奇艺

文/北京电影学院 谢宜霖

# 一片净土，我的阿勒泰

## A 边疆之美，治愈人心

有人说，如果新疆是距离天堂最近的地方，那阿勒泰就是天堂的中心。阿勒泰，位于中国的西北之极，在雄鸡版图的凤尾尖上，延绵2000公里的阿尔泰山，是我们这颗蓝色星球上距离海洋最远的一片陆地。阿勒泰原本应该极度干旱，然而，几亿年前的地质运动，奇迹般地孕育了它丰富又立体的垂直地貌景观：高山、冰川、森林、草原、峡谷、沙漠、雅丹。这个位于我国西北边陲的瑰宝之地，以其辽阔壮美的自然景观，成为了剧中不可或缺的灵魂元素。获奖前的人，跟随剧中李文秀（周依然饰）的脚步，穿越郁郁葱葱的林海，感受草原的广袤与雪山的巍峨，仿佛亲身游历在这片神秘而纯净的土地上。原始、粗犷而又不失细腻的视觉盛宴，不仅是对阿勒泰自然之美的致敬，更是一次精神上的洗礼。

## B 松弛烂漫，抚慰焦虑

在快节奏、高压力的现代生活中，多少人在工作的往复中筋疲力尽，承受着生活的重压，无数人的日常被无休止的忙碌吞噬。“人生是旷野，而非轨道”，剧中台词如同一股温暖的春风，轻轻吹散了观众心头的阴霾，治愈了多少精神内耗。张凤侠（马伊琍饰）对待生活的态度总是让人敬佩，“床塌了又不是天塌了，还能影响我睡觉？”李文秀在追梦的路上一路坎坷，可谁的人生不是这样呢？“就是去生活啊，去爱，去生活，去受伤”，剧中李文秀眼中含泪地说道。哈萨克族少年巴太（于适饰），在他的身上，你能看到原来质朴真诚地与人交往，才是最让人动容的，“哈萨克文化里，人与人之间产生友情或者爱情，是由于被看见，所以在哈萨克语中，我喜欢你，意思是我清楚地看见你”。影片中的这一幕幕，总让我思考着，在追求速度与效率的同时，是否遗忘了生活的本质和内心的宁静？哪怕生活在繁华的都市，我们追求的仅仅是生存吗？抚慰观众内心的焦虑，是他们对待事物的松弛感，是他们生活态度的积极与乐观，是他们那颗自由烂漫的心。《我的阿勒泰》以其独特的叙事节奏和深刻的情感表达，成为快节奏时代中的一剂心灵良药。



《我的阿勒泰》是对现代人生活态度的一次深刻反思与启示

## C 叙事细腻，回归本源

在“短剧”“爽剧”“快节奏短视频”大行其道的今天，《我的阿勒泰》敢于逆流而上，没有跌宕起伏的剧情，也没有眩人耳目的装饰，选择了一条更为质朴、深沉的道路，不追求瞬间的刺激与满足，而是通过细腻的人物刻画、诗意的镜头语言，以及对原著散文气质的忠实保留，缓缓铺陈开来，讲述了一个关于成长、关于理解、关于和谐共生的故事。滕丛丛导演没有盲目追赶潮流，而是以一种近

乎虔诚的态度，将阿勒泰的自然美与人文情感融合，创造了一部能够触动人心、引发共鸣的作品。这样的影像创作，无疑为当代影视圈提供了一片难能可贵的净土，证明了即便在快餐文化泛滥的当下，深刻而细腻的叙事依然有着不可替代的价值和力量。

《我的阿勒泰》不仅是一部剧集，是一封写给大自然的情书，是一首献给心灵的安魂曲，更是一次对影视艺术深度与温

度的回归。它告诉我们，无论世界如何变迁，内心深处对美好与宁静的向往永远不会改变。在这片阿勒泰净土上，我们找到了久违的平静，也重新审视了生活与梦想的意义。在这个意义上，《我的阿勒泰》不仅是一次视觉与心灵的旅行，更是对现代人生活态度的一次深刻反思与启示。在未来的日子里，愿我们都能在心中保有一片属于自己的阿勒泰，让心灵得以栖息，让生活充满诗意与远方。

（本版评论仅代表个人观点）

## 岭南人的宝藏女神藏不住了



文/李丽

鉴定对象:《淇国夫人》  
上映日期:7月5日

备受期待的粤剧电影《淇国夫人》近日发布“山河无恙”版海报，冼夫人携丈夫冯宝对坐山水中，眺望自己守护的岭南大地。该片是继《白蛇传·情》后，珠江电影集团携手广东粤剧院在戏曲电影领域的又一创新力作，将于7月5日正式全国公映。



### 山河无恙，冼夫人“汉俚联姻”促进民族融合

冼夫人，中国南北朝时期著名的政治家与军事家。她团结百越各部，守护岭南和平，维护祖国统一，其传奇事迹迄今仍在岭南人民和海外华人中广泛流传。

《淇国夫人》穿越历史迷雾，寻觅一千多年前冼夫人的成长轨迹——统领俚僚、团结百越、率军平叛……通过一次次重大事件的重现，探究其内心的和平之志。

冼夫人的成长历程中，其与高凉太守冯宝的联姻是一个重要节点。两人带头实行汉俚通婚，为当时岭南地区的民族融合起到了模范作用。婚后，两人同心共志“搞事业”，努力在当地推广汉族的先进文化和生产方式，更在多次朝代更迭中坚定

地守护岭南安定和国家统一。

“山河无恙”版海报，展现的正是冼夫人与丈夫冯宝笑着美好家园的幸福场景。海报的背景中，岭南山峰奇峻，风景这边独好。画面中心，夫妇俩对坐于榕树之端，神态悠然。两人所坐的高台，由冼夫人的“扶南犀杖”变幻而来。两人的脚下，黄花风铃木和水梯这两种岭南代表性植物在榕树的藤蔓间绽放。配以“山河无恙，天下一心”的宣传语，整张海报给人以悠远宁静之感，风格与此前冼夫人执弓骑射上沙场的定档海报形成鲜明对比，更让人感叹和平的美好与来之不易。

### 粤剧界顶级阵容，曾小敏归来又是“大女主”

2021年，由曾小敏和文汝清主演的《白蛇传·情》上映，该片是珠江电影集团携手广东粤剧院打造的“粤剧电影创新三部曲”的首部。凭借对戏曲电影的创新表达，该片迅速吸引了大批年轻观众，在上映短短20天内便打破中国戏曲电影的票房纪录。影片还斩获了第19届中国电影华表奖“最佳故事片”的殊荣，成为中国戏曲电影的里程碑之作。

如今，作为“粤剧电影创新三部曲”的第二部，《淇国夫人》也即将在万众期待中公映。影片此前已获得第36届中国电影金鸡奖“最佳戏曲片”奖，在今年的第28届香港国际影视展上更是获得国际片商的高度关注。自定档以来，外界对该片的期待便一日高过一日。不少《白蛇传·情》的影迷对“白蛇

夫妇”变身“冯洗联姻”翘首以待，熟悉冼夫人的华南地区观众和海外华人更是为自家的“宝藏女神”即将亮相大银幕而兴奋不已。

《淇国夫人》由著名导演萧锋执导，王志伟担任编剧，陈锦荣担任粤剧编剧，国家一级演员、文华表演奖与中国戏剧梅花奖获得者曾小敏领衔主演，国家一级演员文汝清，国家一级演员、梅花奖获得者彭庆华主演，特邀文华表演奖、梅花奖获得者、国家级非遗传承人丁凡，著名粤剧表演艺术家彭炽权等十位国家一级演员联合主演。

据悉，同为粤剧电影的顶级制作，《淇国夫人》不同于《白蛇传·情》的唯美风格，着力于将现实主义的电影叙事与抒情诗般的粤剧表达完美融合。

6月27日，《乘风2024》年度席位总决选在湖南长沙录制完毕。这档国际女性文化交流与音乐竞演综艺由尚雯婕、陈昊宇、袁娅维、萨顶顶、乔伊丝·乔纳森（Joyce Jonathan）、陈丽君等36位全年龄段女性参与，她们来自世界各国、拥有舞台梦想。历时两个多月、经历五场公演后，《乘风2024》年度席位尘埃落定。

总决选赛前，自节目开播以来便备受关注的尚雯婕接受了羊城晚报等媒体采访，她用很多个“很幸福”“很有爱”“突破自己”来描述此次乘风之旅。

据悉，《乘风2024》年度席位总决选将于7月5日播出并公布最终结果。

## A 继续挑战肢体，“争取做一个电子唱跳人”

羊城晚报：你作为节目中的Vocal担当（唱功突出的角色），网友们评价“姐姐们谁跟你一组就是在大师课”，你有看到这种说法吗？

尚雯婕：过奖，过奖。姐姐们都非常有才华，都很有魅力。感谢大家的厚爱，我觉得大家过奖了。

羊城晚报：是“Vocal担当”，也是“肢体语言困难户”，不过你在节目里几次挑战了唱跳。今后还会在舞蹈领域继续挑战自己吗？

尚雯婕：之所以敢挑战，是因为姐姐们的鼓励，像赵奕欢姐姐，多次跟我表达过“大家很同频，要一起合作”，也不嫌弃我跳舞不太行。苗苗姐姐在我遇到问题的时候，都会伸出援手，对我加以教导。

很多姐姐在舞蹈领域帮我打开了一扇窗。我觉得不能白费这一趟旅程，今后应该在肢体上继续探索，争取做一个电子唱跳人，把这件事情一直做下去。

羊城晚报：节目中，和法国姐姐乔伊丝·乔纳森无障碍交流，展示了法语技能，你分享的語言学习方法在网上也特别火。你現在沒有总结出舞蹈学习方法？

尚雯婕：哈哈，外语是我的老本行嘛，基本上外文系学生都会有自己学语言的拿手绝活、私家方法，所以很容易分享。

至于舞蹈，我前两天刚看网友对我跳舞的评价，说我“展示了什么叫大体格舞蹈”，这个评价我觉得挺搞笑的，特别喜感。所以，出跳舞教程就算了，有机会我教一下大家如何做大体格广播体操，这个我现在应该很行了（笑）。

羊城晚报：感觉你现在比之前“e”（性格外向）了很多，你有感受到这种变化吗？原因是什么？

尚雯婕：我确实也觉得我好

像“e”了很多，哈哈。不仅跟姐姐们相处得很开心，包括有时看着台下观众一张张脸庞，一双双眼睛，我也会非常激动。可能在某些时刻，我确实比曾经的尚雯婕要更“e”了一些。

原因可能是我松弛了，我很喜欢各位姐姐，心情愉快。来了节目之后，我时常会感叹“哎呀，来迟了”。早就应该打开自己，多多跟大家交流和相处”。总而言之，经常感到幸福的我，更能够回应大家的情感了。

羊城晚报：你觉得学跳舞更难，还是打开自己更难？

尚雯婕：原来以为学跳舞是最难的，但现在看来，突破自己的个性，把自己打开，对于我们“i人”（性格内敛）来说是更难。因为学舞蹈你只要够努力、练得足够多，总归是能进步的。但是真的要打开自己，我觉得需要天时地利人和。我的乘风之旅就是在天时地利人和的情况下，让我这个“i人”在这里交到那么多好朋友，这是最难能可贵的。



尚雯婕（左）和姐姐们

《乘风2024》中突破个性打开自己

# 尚雯婕：乘风之旅让我更e更松弛

羊城晚报记者 艾修煜



尚雯婕



尚雯婕演绎《热冬》广受好评

## B 时隔18年再唱《爱》，“更多的是想到幸运”

羊城晚报：最近，网友们“考古”了好多你过往的综艺和舞台，你作何感想？

尚雯婕：每次看到大家“考古”到的一些片段，我就有点无地自容，心想“哎呀，那个时候我怎么这样”，看得我自己好尴尬，觉得没法看，没脸看，很羞耻，哈哈。

羊城晚报：在“年度乘风席位抢先直播夜”上，你演唱了18年前在《超级女声》舞台上唱过的歌曲《爱》，并获得了第一，这首歌对你来说有什么特殊意义？

尚雯婕：在《乘风2024》的经历，对我影响很大。它虽然不是一个纯音乐竞技类的舞台，但是它在一定程度上打开了我的内心，我们可以在节目里互相扶持，节目外，我们也是可以一起继续玩的好伙伴。

我想来想去，决定用《爱》这首歌对我的歌唱事业很有意义的歌，来表达我对《乘风2024》整季节目的感受和对姐姐们的情感。

## C “无论什么成绩都是最好的结果”

羊城晚报：《乘风2024》和自己以往参加过的竞技舞台有什么不同？

尚雯婕：很不一样，因为在多数音乐竞演类节目，大家能看到的都是结果，但《乘风2024》不一样，它展示过程，而且姐姐们的很多魅力、风韵、情谊都是在过程中展示、培养出来的。这是《乘风2024》跟其他节目最不同的点。我们总被教导“要看过程，不要看结果”，在这个节目里，我真的感受到了过程带给我的收获远大于结果。

羊城晚报：出道多年，歌迷陪你一路走来，你有什么想对歌迷朋友说的吗？

尚雯婕：18年前我在广州分赛区和长沙总决赛比赛时，台上台下的片段一直留在脑海里，估计这辈子是挥之不去了。我非常感慨，当年误打误撞闯进音乐这个行业的时候，完全没有想到自己能够唱这么多年、能够唱到现在。

我觉得自己非常幸运，同时也觉得应该要继续努力一点，因为不能浪费或者辜负所有人对

可以说，在这个节目里，我真的感觉非常幸福、非常温暖、很有爱，许多经历都成为了珍贵回忆。

羊城晚报：你对于“爱”的定义是什么？除了电子音乐，以后会更多演唱或者创作情歌吗？

尚雯婕：隔了18年再来演绎《爱》这首歌曲，我对这首歌的理解是有一些变化的。在20多岁的时候，我唱《爱》，是很自我的，那时我处在一个比较封闭的状态。18年以后，我再唱这首歌，我脑海里想要的东西多了很多，我遇到好朋友、好伙伴、同路人，有了大家的陪伴，我的性格慢慢变得比较“打开”，所以现在再唱《爱》，我更多的是想到自己的幸运，歌声里也会多一丝欢乐。

羊城晚报：18年前的你和现在的你相比，最大的不同是什么？

尚雯婕：18年前的尚雯婕不太知道如何去回应别人的爱和支持，现在的我也不能说得懂，但肯定比18年前要更加知道如何去接受、接纳以及回应这些爱。

自己的那一份支持。歌迷的期待，于我而言，是鼓励、勉励，也是一种鞭策。

羊城晚报：你如何评价自己的歌唱事业？它给你的最大收获和影响是什么？

尚雯婕：我很幸运，能够唱歌、当歌手。我觉得会唱歌是父母送给我的一份礼物，我可以通过歌声去表达很多我说不利索的东西。我要感恩、要珍惜这项能力，用这个本领去唱更多好歌曲，给更多人带去一些情绪价值。

羊城晚报：《乘风2024》总决赛“乘风之夜”将在7月5日播出，你怎么看待最后的结果？

尚雯婕：好成绩当然是我期待的。不过，这次参与《乘风2024》的整个过程已经让我收获非常大。我在这里交到了好朋友，学了跳舞、训练了本来有点不太协调的肢体，让大家看到了可能在别的节目里面看不到的另一个我……所以，最后的成团夜，一方面我会全力以赴，另一方面，无论什么成绩我都觉得是最好的结果。