

有料、有趣、有温度，一趟跨时空的美食文化历史之旅

以“先生”为切入点 《鲜生史》重塑美食家定义

原来你是这样的“先生”

《鲜生史》遵循“见人、见文、见美食、见细节”的创作原则，以“文界老饕”为切入点，深入挖掘美食产生的横切面和饮食传承的纵向线，共同探讨了文豪与时代碰撞、文化与美食交融之路。

节目里，鲁迅被冠以“爱吃甜食的斗士”。他吃过的零食点心数量繁多，网罗了糖饵、柠檬糖、柚子糖、叮叮糖、葡萄干、羊羹、蛋糕等等，而且1912年至1935年间，看牙、医牙高达75次之多，30岁时竟然只剩下5颗真牙了。但就是这样的一个人，以笔为枪，成为全民的偶像。

苏轼虽然在做官这事上“高开低走”，但是他在美食、文学赛道上缔造了亘古绵长的雄伟传奇。在苏轼全部存世作品中，涉及食材、食品、食事之作，总计1212篇。与吃有关的诗有五十多首，全国各地冠以“东坡”之名的菜肴有六十多道。

《鲜生史》不仅透过美食和文化生动诠释了文豪们的生命跨度和情感能量，也在环环相扣、生动有戏的讲述中为观众建立起人物生平与饮食文化相对完整的知识体系。眉山市三苏文化研究院研究室主任、中国苏轼研究会副秘书长刘清泉表示：“纪录片借助‘文界老饕’——白居易、苏轼、曹雪芹和鲁迅，介绍中国的‘名人菜系’，以点带面，独具匠心。”

当然，《鲜生史》也跟随文豪们在美食领域留下的印迹，聚焦饮食的传承和变革，让观众在岁月流转中找到历史与自己的连接，找到古今互动的话题。如鲁迅在文章《孔乙己》中提及的茴香豆，已成为一方水土的“代言”。苏轼先生原汁原味的烤生蚝，也已有各种调料加持，味道更加鲜美，是年轻人追捧的网红单品。

《鲜生史》以温故而知新的创作理念，开展了饮食的跨时空对话：前人对美食的创造是对生活希望的给予，百姓对美食的改造是对舌尖上幸福的守护。这不仅彰显了中国饮食兼容并蓄、海纳百川的文化底蕴，也让观众在这趟美食文化历史之旅中增添了更多不一样的乐趣。

晨报记者 曾索狄

日前，饮食文化类纪录片《鲜生史》昨日在CCTV-9纪录频道收官。该片通过鲁迅、苏轼、曹雪芹和白居易四大文豪笔下的文字与时代影像，以生活化视角重塑历史形象，展现美食的创造与传承，解锁国人在舌尖上的生命态度和哲学思考。

开播以来，《鲜生史》凭借高度的文化自信、浓郁的风土人情以及深厚的历史底蕴好评不断，不仅收视表现亮眼，热度和口碑更受肯定，刷新了观众对美食纪录片的认知。纪录片以四大文豪与美食的史料和作品入题，既实现了史实与诗意的有效结合，也打破了纪录片与影视化表达的视听语言壁垒，营造出跨时空的沉浸感，可谓有料、有戏、有视野，是一部非常形象的“人文美食影像教科书”。

古今对话有新意

《鲜生史》用青春化视角和青春化表达，上演“古今协奏曲”。纪录片中，四大先生化身为穿越者来表达对当下饮食流变的见解，突出“视觉化”呈现，不仅让演员和观众的情感得到抒发，也互动无形地促成了饮食文化精髓的传播。

比如，对于笋干肥肠烧鸡这道菜，当掌勺师傅感慨“白居易如果换到现在这个年代，肯定爱上笋干肥肠烧鸡这道菜”，节目的画面一切为二，白居易捧着胡须登场，他说：“那确实，要是能尝到这道菜，我肯定是喜欢的。”

解说也成为该片的一大亮点。《鲜生史》以一种看似感性却又理性的主观讲述方式，拉近了古人与观众的距离，让年轻观众产生更强烈的代入感，从而引发强烈共鸣。北京曹雪芹学会秘书长、《曹雪芹研究》副主编位灵芝赞誉道：“《鲜生史》有料、有趣、有温度，是新时代的鲜活人文片。”也是从《红楼梦》中记载的老蚌怀珠、菊花酸菜猪肉锅、豆腐皮包子等美食，观众得以一窥一代文坛巨匠曹雪芹的人生、情感及其精神世界，通过短短48载的人生看尽他对生活的积极追求。

从这个角度上说，《鲜生史》并非仅是一张美食名片。节目里，曹雪芹弹窗说：“豆腐皮包的不是馅儿，是友情啊。”鲁迅弹窗道：“我们绍兴人，都是凭鼻子认得好酱鸭的。”苏轼弹窗显示：“不知道家乡的元修菜长势如何了。”白居易弹窗道：“一道鱼鲙，不免让我梦回大唐。”这些食物包裹着乡愁思忆、风土人情、友情畅叙，正体现了先生们用巧思装扮生活的文化韧性、生命韧劲。

《鲜生史》捕捉鲁迅、苏轼、曹雪芹、白居易与世界的亲缘性，与现代日常生活场景的交错呼应，展现了食物背后所蕴含的乐观生活、乐得创造、乐于分享的昂扬精神，传递倡导了东方生活美学。



陈晓化身有阅历的“老娘舅”

自认拍摄完成后更会“好好说话”了

晨报记者 曾索狄

事业遭遇瓶颈，家庭问题悬而未决，如何走出阴霾？

在湖南卫视金鹰独播剧场热播的都市生活情感治愈剧《好好说话》中，陈晓首度尝试外冷内热、擅长调解的主持人形象，他扮演的杨光在不断解决各类矛盾纠纷的过程中也逐渐解开自己的心结，成长为一名优秀的人民调解员。

在接受采访时，陈晓直言这是自己此前从未遇到过的角色类型，也带给他全新的创作体验，“杨光的性格是外表冷漠，好像已经对生活失去了信心和希望，但同时内心又有一腔热血无处投放。再加上剧中每一个案例也是很接地气，来源于生活，让人看了以后觉得这就是发生在生活中的事情。”陈晓说，杨光在不断帮助别人的过程中也治愈了自己，“我觉得杨光是一个曾经被留在灰烬里，又一步步走出灰烬，去拥抱阳光的角色。”

不仅如此，陈晓形容杨光是一个“过气的”、“遇到中年危机的主持人”，角色身上的阅历和沧桑，也是他之前完全没有尝试过的，“他是一个有阅历、有阅历的男人，对我而言，角色的设定和我是有年龄差的，再加上我也不可能有杨光那么多阅历，所以要去找（角色的）感觉，尽量去贴近角色”。

也是在接近角色的过程中，陈晓对于调解工作和调解员也有了全新认识：“开拍之前我并不了解他们（调解员）的工作，一是通过剧组的人给我们讲解，还有拍摄过程中有真实的调解员给我们上课，通过近距离的接触，逐渐明白他们的工作

非常的不容易，同时也在思考调解员工作的意义到底是什么。”

他感慨地表示，《好好说话》强调了“沟通”的意义，“我觉得不管是主持人还是调解员，还是作为一个平凡的普通人，在现实生活中都应该去承担一份调解员的工作。只有每个人都行动起来，让身边每个人都能好好说话，大家才能生活得更加和睦”。

有意思的是，在剧中化身“老娘舅”的陈晓，自认拍摄完成后自己也会更“好好说话”了：“这部剧里确实遇到了很多家长里短的调解案例，正好也借这次拍摄机会，跟着戏里的调解员杨光学习一些他的沟通技巧。在这个过程中我学到的最大的技巧可能就是尽量多一点换位思考，多一点从不同的角度去思考问题，多替别人着想，多替别人分担。”

