

80后姑娘赵令宾是口述史团队“候车式文化工作室”发起人，香港求学工作期间，她参与了香港青年旅舍协会对香港二级历史建筑美荷楼的发展和保育项目，积累了丰富的口述史经验。回到上海后，她先后在静安文史馆、西岸集团等处工作。2020年，在静安寺街道的委托下，他们策划了“枕流之声”项目，用口述历史的方式记录“海上名楼”枕流公寓的历史；疫情期间，她以采访者和外孙媳的身份，给新中国第一代播音员张芝做口述史整理，留下一段始于1929年、关于中国电台的历史记录。

在做口述历史的时光里，赵令宾有着丰富的与老人、与记忆、与历史打交道的经历。

她的合伙人王南游说，做口述史，仿佛在内心搭建小房子。当故事的刻度总以一生为单位，大概真的可以治好内耗，抵御焦虑和虚无吧。

赵令宾说，在当下的社会环境下，很多人都需要这样的小房子。只要人们有搭建小房子的意愿，她很乐意在能力范围内提供协助，让这座精神庇护所在他们的心中生根发芽。

那个下午，我也被温柔地搭建了这样的小房子。人生怎样都可以，关照个体的力量，可以重获希望。

这也是一场场与时间赛跑，抢救记忆的历程，有时她会感慨“还好尚有时间”，有时面对遗憾她只能由遗憾留在那里。

本文采用口述体记录，希望这篇文章也能帮你搭建起内心的小房子，如果还有机会的话，希望你能抓住身边的记忆。

如果你想了解更多大时代里的小故事，可以看看“候车式”微信公众号。

以下是赵令宾口述。

在漫无边际中串联人生

跟老人聊天和跟年轻人聊天是不一样的。年轻人聊起天来往往特别有针对性、直指目标，老年人有一定人生阅历，心态也比较平和了。

老年人聊天，有时候说着说着就“豁”出去说到别的事情了，但人生的精华都是在这些豁出去的地方。

我们昨天采访了一名88岁的老太太，虽然采访项目关于解放以来洗澡、理发、如厕的演变，但我们也不插话，老太太想到哪就说到哪。

她88岁高龄，刚做完一个心脏手术，医生问她，有的病人听到某某指标高出正常值十来倍直接就吓软滑下去了，她怎么一点反应都没有，怎么心态这么好的。老太太说：“我都想开了，没有什么的，吓自己又怎么样啦，这病又不会好，我的人生没有任何遗憾，随时随时准备好要走的。”

老太太说，每天上床之前，都会跟自己的拖鞋对话，她说：“拖鞋，很幸运今天我们多做了一天朋友，希望明天还能跟你碰头哦。”

听这句话时，我们三个采访人都哽住了，差点要哭出来。她是个特别可爱的老太太，有很多兴趣爱好，喜欢收藏洋娃娃，有很多漂亮的胸针。年少时是大小姐、独女，家庭条件非常好，妈妈是有点小名气的电影明星，爸爸是实业家，小时候住的房子也很大。但是她小时候剪头发，就是弄堂口一刀剪平。后来她看到妈妈去南京理发店，说怎



赵令宾

访谈间隙，访问员和受访者围坐小憩。

左起：张芝女儿朱宁、张芝、赵令宾和王南游



么做完那么好看，立志以后赚的第一份工钱就要去烫个头发。

后来，理发烫发就成为了她人生一直到现在都很重要的部分。这次她出院了，说住院22天了，该去洗洗弄弄了。直到这个年纪，还是会去弄的。

我们这个课题，洗澡、理发、如厕，是非常细碎的，但就是从最基础需求去看人生、看空间的变化、时代的变迁。乍看漫无边际，但是一生的故事就这么被串联起来了，好像女性主义的解放从这种生活方式的细节里也能看到。挺好玩的，很多时候人生的真谛都是在这些吃喝拉撒里面的。

每个老人家各有千秋，访谈多了之后，在个体的身后，能看到他的家庭、他的性格、他的人生走向，再看得宽一点，就是家庭所在的社会环境是什么样子的。

再比如说，张芝老师的丈夫朱曾汶以前是华纳电影公司的。在做张芝老师口述文稿整理时，我们加入了少量有关她丈夫的内容。同济大学人文学院的汤惟杰教授前来看望二老时，拿了一本朱老先生在解放前创办的杂志——《水银灯》合集。杂志封面的角落上能看到定价，从1948年12月的七元，到1949年5月变成了金圆八十万元，这背后就是物价暴涨、推出金圆券、钞票不如草纸的那个时期，后来这本杂志也是因为成本较高，就停办了。这很有一种沙中看世界的观感。

去聊，趁着还来得及

我们做口述历史时常有一句话：每一个人都是一座博物馆。

每代人都会有自己时代的烙印在身上，辗转不同地方的人又会有独特的地域特色。在你没有跟他产生对话之前，只看他的外表，走在路上似乎都是微不足道的个体，但是当他坐下来阐述他这一生故事的时候，你就会发现像百宝箱被打开了一样。

每一场访谈过后，他们所有的最重要的这些事儿，好像都已经在了你的心里了，跟受访者就真的有点像灵魂之交。

其实很多老人蛮孤单的，欠缺陪伴，他很愿意聊很多以前的事情。我们的工作有时候像陪伴一样，跟他聊天他很开心，我们能聆听他们的故事，我们也很欣慰。

有一次，我们采访一个老爷爷，他说：“你看，这一说就是几十年啊。从12岁一个小毛孩子，一直说到退休。”

没有一个人的一生是没话聊的。可能出于中国传统观念，大部分人都比较低调内敛，不愿意多谈自己的事情，但在我看来，再平凡的人都有独特的经历。

拿我自己家的老人来说，我在香港做项目时，会想到底是从哪里来、我到底是谁、我以后要走向何方，就很想去听一听我们家老人家的回忆。遗憾的是，在我真正开启这个事情之前，他们陆续都过世了，我没能再听见他们的故事。

但在我的印象当中，他们都有一些很独特的人生经历。比如说我爷爷，外人在路上遇见，可能也就觉得是个很干瘪的老人家。但我有听奶奶说过，说到他们结婚不久，奶奶乘火车从浙江去东北看爷爷，因为爷爷在东北当志愿军。她说这辈子从来都没有去过那么远、那么寒冷的地方。那天好像还飘着鹅毛大雪，我爷爷就披着一个军绿色的大衣，站在火车站台上等她。从我小时候出生、留在我印象当中的，都是他们老去的样子，一天到晚吵得鸡飞狗跳。奶奶在说到这个场景的时候，就觉得也许爷爷奶奶也有一些很独特的事情。那就越来越想知道在这之前还发生过什么事情，他们的上一辈是怎样的，但是现在没有机会了。

所以，我觉得每个人都有独特的经历值得被记录下来的，只是我现在没有这样的机会了。我会鼓励大家，在还有机会的情况下，跟家里的老人家好好聊聊天，不要当真正想聊的时候，人不在了。我现在跟我爸妈就好好聊天。

当有这样的一个过程了之后，家人之间特别能够理解对方，家庭关系也可以变得非常融洽。张芝老师的项目做完了之后，我现在比我先生更了解他的外婆是什么样子的。



赵令宾在枕流公寓居民家中进行集体探访



赵令宾采访叶新建之子叶昱

老年人比较悠闲，可以很从容地分享人生经历。这些事情在他脑海里沉淀了几十年，我们去提问的时候，他们把那些记忆里最深刻的东西提炼出来分享，这些都是人生的精华。在某些场景里，跟他们发生这样的对话，我觉得还蛮幸运的。

我们在做枕流公寓第一个个案的时候，采访的是上海市文联退休职工、文艺理论家叶以群次子叶新建。当时我刚刚离开上一份工作不久，整个人依然处于焦头烂额、魂不守舍的状态。

那天我和摄影师王柱扛着设备、敲开叶老师家门的那一刻，整个人好像从那种很糟糕的状态里抽离出来了，回到了可以思考、可以感受这个世界的状态，觉得自己活了。

他家的房子其实蛮旧的，五六十年代的样子，墙漆有一点剥落，地板颜色也有点陈旧，但是这是一种原汁原味，让人踏实的感觉。房间挑高很高，那天的阳光又特别明媚。他很从容地泡杯茶放在窗台旁边，冒着烟，然后就坐在那边开始说了。他是哪一年搬到这里来的，全家多少人口搬来的，房间是怎么分配的、爸爸平时在哪个位置工作，我的脑海就跟着他的叙述展开想象了。

“文革”初期，他上山下乡选择了北大荒。我问他原因，他说他很清楚地记得父亲在遗书里交代孩子们一定要到农村去、一定要到广阔的外头去感受这个世界。再加上他父亲之前跟他们共同相处的经历，他曾经带孩子们看过一部电影——《老兵新传》。于是，他选择了特别遥远的北大荒，去感受一下，一去就是十年。

那一刻作为访问员，我能够感同身受，虽然从来没有见过他父亲，但他父亲在他的讲述当中活过来了。访谈快要结束时，他

你，来自你的记忆

口述历史在历史学、社会学、人类学等不同学科都有不同的做法，我们博取众长，形成了一套自己的门路。经过若干事件以及调研，我们决定在文稿中保留对话的方式，这样子比较原汁原味，就像在访谈现场一样。每个人的语言特色本身，就是一种人生经历的体现。这些稿子和片子发布之后，不同学科、不同背景的观众会有自己的阅读偏好和研究重点。

我们除了做To B的比较大兴的集体记忆项目以外，也提供针对私人的口述史服务，出乎意料地发现，这项服务的送礼属性还蛮强的。在一些特殊的人生节点，比如结婚、退休等等，一些人会希望为他的好友或者他敬重的长辈购买这样的服务，让他们留下一份独特的人生纪念。

其实口述历史不一定非要去做年纪大的人，不同人生阶段会有不同的感悟，三十几岁去回忆前面1/3的人生，跟在六十几岁去回忆前面的五十年，会有不同的感悟，就像拍人生纪录片一样，记忆会自动过滤掉一些东西、重复加重一些东西，还有一些回忆可能会被扭曲、被淡化，这都是人生的一部分。

当然针对高龄老人，我们的工作确实是在抢救人类的非物质文化遗产。

我们有遇到一位老先生，他在访谈次年过世了。当时，他的故事正好在媒体上发布了，他太太对此非常感激。她说幸好有了这场采访，因为先生走得很突然，她没有办法接受。看完文稿和短片，她觉得她的先生还活着，因为他就在短片里坐着说话啊，她对着片子老泪纵横。

他们的儿子当时在国外，因为回来要隔离，连父亲最后一面也没见上。我们把录像的素材放进U盘，照片洗好装框给他们，对他们来说，也是个留念，因为老人平时也没有拍照的习惯。

对于这些遗憾，我没办法处理，只能让它留着，化悲痛为干戈，更好地投入到已经认定的方向上去，像一个传道士一样不断地跟人家说，如果你有这样的机会，去做这样的事情是很值得的。

还指着不同的方向开玩笑说：“你怕伐？我们家三个人都在这大楼里走的，父亲、我外婆和我母亲。”我发自内心地觉得不害怕，我们对于受访者很感激的，感激他们可以把家里这么隐私的生死离别、人生每一个重要的抉择，都毫无保留地跟我们分享。

走入现场的次数多了之后，就会有这样心灵相通的时候，在某一刻被触动到，会“上瘾”、“中毒”，于是离口述历史就更近了一步，不可自拔地想把这个事情做下去。

我们在做项目时，有时也会和一些有着一技之长的朋友相遇。今天，我们身边一位很好的朋友Luna，她拍照特别好看，我们近期在一起策划一场线下活动《你好，_____》摄影工作坊，鼓励和陌生人聊天，聆听他们的故事，用手机记录他们的状态。Luna那天脱口而出：“感恩大家，让我无聊的生活有了些活力。”

这其实是一种个人价值的再体现，很多人都希望可以被看到、被听见，就会很开心。

王南游其实也是在用业余时间做这项工作，她说之所以会一直做下去，是因为这个事情可以在内心为她搭起一座小房子，好像不会在工作里面被完全淹没，迷失方向。

我觉得，这项工作在为我们个人建设小房间的同时，也许还可以为很多人建设他们的小房子。

我的第一份工作是在香港做老师，我们说有教无类，每个学生都是非常不一样的，把这套的理念转换到生活当中，身边的每一个人都有他们独特的价值跟需求。

对我们工作室来讲，我们持有开放的态度，欢迎大家的加入，集思广益，发挥各自的价值。

以前在香港美荷楼工作的时候，我们采访过几百个住在深水埗石硤尾地区的受访者，里面包括大导演吴宇森，包括《岁月神偷》的导演罗启锐一家，还有一些看起来似乎默默无闻的住户们。我们在社区博物馆里把他们曾经的居住环境复刻了出来，小到关于一个菠萝包，大到关乎香港公共房屋的政策。那些有过公屋居住经历的人们喜欢来参观，国外的友人对这样的保育活化项目也非常感兴趣。罗启锐后来也来过，在罗氏鞋店故事前站了很久，跟他电影里拍出来的场景都能对应上的。罗老师去年过世了，他是通过电影的方式记录下了罗家的历史，香港在七八十年代的狮子山下精神。当我们在做美荷楼项目的时候去看这部电影，那真的是感慨万千，看到他们台风天去救鞋店，都会哭得跟傻子一样。

人的记忆有时候会有偏差，特别在针对一些特殊的时间、地点、人物和实践的时候，我们会对照档案史料去看，当然不是说档案史料完全正确，我们会反复考证，当看到多方资料可以互相印证的时候，真的会有一种触电的感觉。张芝老师受访时提到，1940年代末，亚美麟记电台有一个节目和“流动诊疗车”相关。当时我没懂，慈善事业和广播事业是怎么搭上边的？在整理访谈文稿的时候，联系了电台老板的女儿陈颂周，才拼凑出“流动诊疗车”通过电台宣传筹款的历史全貌，因为陈老师手上就有电台当时跟红十字会签约的文件。

龙应台说：“个人记忆跟集体记忆细密地编织在一起，你的记忆决定了你会忠诚于谁，反叛于谁，决定了你的爱、你的恨。如果把集体记忆想象成一片织布，每一个个人的记忆其实是一根丝线，如果把个人抽出来，他就会断裂。”

个体记忆是琐碎的，是一根丝线，集体回忆是一条条丝线串成的大网。这些记忆决定了你相信什么，决定了你坚持走下去的道路。一个人对于自我的认知、对于一个家庭的认知、对于社会的认知，都来自于他的记忆。

文/展报记者 唐玮

摄影/王柱 汤开畅



2016.2018
上海市著名商标

上海蓝天经济城

北虹桥商旅文化融合示范区 银南翔文化商务区 南翔游戏谷

网络游戏、元宇宙、互联网精准营销、新材料、新能源、人工智能、精准医疗、半导体、物联网享受产业扶持政策。商务楼宇资源丰富。对优质企业实行房租补贴。

热线:69125111

总部地址：上海市真南路4268号，招商电话：59129999，59122222

总部产业招商办：（021）

游戏产业部☎69029707 精准营销部产业部☎59126456

金融文化产业部☎69126090 物联网产业部☎59126934

物资回收

高价收旧书
画银元家具

准国旧大正堂高价收旧瓷器、玉器佛像、香炉、印章、砚台、旧扇子、竹木牙雕、古纸币、旧箱子、像章、小人书、旧旗袍、旧被面、布料、文学书籍等免费上门估价

南昌路611号近襄阳南路
汤经理 52733361 1356430778

《新闻晨报》综合分类、遗失、注销各类声明广告

投放热线：22895373