

# 《中国诗词大会》冠军陈更： 阅读让我“分裂”也让我游刃有余



《中国诗词大会》  
第四季冠军

陈更

推荐书目：  
《红楼梦》



陈更

图片由受访者提供

华西都市报·封面新闻  
记者 刘可欣

莎士比亚说：“一千个读者眼中就会有一千个哈姆雷特。”如果这句话有中国文学的“入乡随俗”版本，那么一定是“一千个读者眼中就会有一千种《红楼梦》的解读”。说到中国小说，说到中国古典文学，《红楼梦》是一定要被提起的。在封面新闻、华西都市报“我为书狂”——4·23一起穿阅吧特别策划中，《中国诗词大会》第四季冠军陈更就向观众推荐了这本写尽人间悲欢的《红楼梦》。

在报道发布的同时，由陈更穿“阅”扮演林黛玉的视频也同步释出。在前期沟通的时候，陈更就提到过，自己并不想演绎“黛玉葬花”的经典桥段。因为在她看来，葬花的黛玉并不能体现这个人物的精神和性格。陈更认为，黛玉身上更多的是“临风袅袅，宁折不弯”。因而，她选择了《红楼梦》第八回中“探宝钗黛玉半含酸”的情节，演绎她心中的林黛玉。

《红楼梦》中的一万个世界  
能够窥得两三个已经很好

“理解中国人，理解中国文化，永远绕不开《红楼梦》。”在陈更看来，《红楼梦》就是中国文化的集大成者。书中既有文学、建筑、饮食、人情世故、家族风貌等相关的描写，也有中国古代对于爱情、亲情、友情、考取功名等方面的观念。“喜欢看通俗故事的人，可以在书中看到通俗故事；喜欢纯文学神韵的人，可以读书中的诗词。它就像是一个博物馆、一个大观园。每一个人读《红楼梦》，都会有自己的收获。”

这一点，也是这本书留给陈更印象最深刻的地方。“《红楼梦》将大众文学的特征与纯文学的特征结合得非常好，书中的诗文和情节完全融为了一体。我们在阅读《水浒传》或者是《三国演义》时，很少会有这样的感受。”陈更举例说，同样是描写外貌，《红楼梦》中表现警幻仙姑的美貌时，使用了一篇赋来描写：“……其素若何，春梅绽雪。其洁若何，秋菊被霜。其静若何，松生空谷。其艳若何，霞映澄塘……”这些文句即便是拿出来单独欣赏，也是极优美的。但反观《水浒传》在描写名动朝野的李师师时，却只一句“灯下看时，端的好容貌”。虽然两本书题材和时代均不同，但从文学性来说，陈更



陈更扮演的林黛玉。

认为，《红楼梦》更胜一筹。

陈更第一次阅读《红楼梦》，是少女时期。因为那时候读的是少儿版，情节和语言都有所简化，因此，《红楼梦》在陈更心里，只是一个一见钟情的故事。后来再读《红楼梦》，就已经是研究生时期了。“那时候每天睡前都会读一小段，既看故事，也看诗词歌赋。它的故事能让人沉浸其中。”陈更特别讲道，读《红楼梦》，一定是纸质版的书本更加合适。“书中有很多的注解和批注。而纸质书一半是正文，一半是注释，比起电子书需要挨个点击注解才能显示，纸质书会方便很多。”

面对书中数量庞大的注解和典故，陈更说，其实也不必惧怕。“例如开头冷子兴和贾雨村的谈话，如果难以读进去的话，可以先跳过，把握整体内容之后，再来细读。”陈更说，“因为，如果《红楼梦》中有一万个世界，我们能够从中读出两三个，已经很好了。”

张爱玲曾在《红楼梦魔》中提到，人生有三大憾事，“一恨鲥鱼多刺，二恨海棠无香，三恨红楼梦未完。”对于陈更来说，与红楼相关的憾事，也是如此。“如果说遗憾，就是我现在也没有读完。一是因为我读得慢，另一个原因就是读到后四十回时，无论是从人物塑造，还是文辞的精彩程度来说，我觉得都与前八十回有差异。而且后面家破人亡、作鸟

兽散的场景，也不忍读下去。”陈更如此说。

阅读让我“分裂”  
给了我游刃有余生活的能力

在《中国诗词大会》的舞台上，陈更积累的诗词数量之多，给观众留下了深刻的印象。这也得益于她长期的阅读。在陈更看来，读书不仅仅是学习的方式，也是非常重要的心灵瑜伽和生活修行。

“读书能让我保持内心平和、上进心和对工作热情，这也是我获取幸福感的一大来源，是我化解疲惫的方式。尤其在读小说时，这点特别明显。”在读小说时，书中人物的喜怒哀乐，可以让陈更暂时忘却真实的生活。“读书让我自己的世界只有百分之五十。这样一来，如果现实世界出现了百分之二十的问题和烦恼，那么对我来说，其实只有百分之十的大小。因为我的另一半世界是由诗书构成的。现实世界的扰动，或是小小的不幸，都能被读书化解。”

在所有阅读的场景中，让陈更印象最深的，就是以前坐在父亲的车上看书的时光。“爸爸会跟我聊天，但这并不影响我看书。我甚至能一边聊天，一边看书，一边拿着手机背诗词。阅读好像可以让我‘分裂’，让我有同时处理好几件事情的能力，也给了我游刃有余地生活的能力。”

读书需要知识敏感性和理解力，但陈更也会有特别疲惫的时候。这时她就会放下书本，看看《老友记》其中的一个小片段，很快就能重新获得思考的能力。

实际上，能够“满血复活”得如此之快，也是陈更在长期阅读中锻炼出来的能力。陈更认为，书是智慧最高度的凝结，文字一定是最能够传达智慧、经验、知识的途径。“这个过程是最能训练人的思维能力的。世界上最智慧的人，基本上都把他们的智慧留在了书里。我们总是希望自己可以处理更难的问题，站在更高的角度去处理问题。但如果总是接受没有智性的东西，或者是看视频、听别人的解说，就错过了与世界上最优秀的人直接交流的机会。我们的思维也错过了一个进入更复杂、更高阶平台的机会。”陈更如此说。

助推书香“出圈”

## 阿来“杜甫 成都 诗”系列讲座音视频全网发布

阿来讲杜甫 以多种形式线上发布

随着4月23日第29个世界读书日即将来临，“书香天府 全民阅读”系列活动逐渐展开。4月19日上午，阿来“杜甫 成都 诗”系列讲座音视频全网发布启动仪式在阿来书房举行，以新颖方式促进全民阅读。阿来“杜甫 成都 诗”系列讲座音视频将在全网陆续发布，阿来书房官方账号也同步全网上线。4月23日，“阿来书房”抖音账号的首场阿来文化对话直播将正式开播。

据悉，该仪式由四川省委网信办指导，四川日报报业集团、四川新华出版发行集团主办，四川川报上行文化发展有限公司、阿来书房承办。

启动仪式上，俞敏洪、罗伟章、蒋蓝、鲍尔吉·原野、蔡骏、谢云天等文化名家发来祝福视频。之后还在现场举行了“流量时代的阅读新主张”文化沙龙，大家一起探讨了流量时代的用户阅读习惯和优质文化内容的传播密码。

自2022年2月以来，阿来“杜甫 成都 诗”系列讲座已举办13期，他以诗歌为引，讲述了一位诗人的文学风骨和家国情怀。讲座不仅在阿来书房开展，还走进校园、博物馆、四姑娘山，用隽永诗意带来了一场场文学盛宴，用诗歌艺术展现了一座城市的历史文化。封面新闻对该系列讲座进行了全程视频直播。

在该讲座中，阿来根据杜甫在成都生活的5年经历，以杜甫诗歌作品为线索，讲述杜甫的命运历程，阐发杜甫与成都、与诗的关系，并勾勒出诗人特别的人格魅力。讲座内容精彩、深刻，每场都吸引线上线下众多读者观看、聆听。

此次全网发布活动，以“杜甫 成都 诗”系列讲座为主要内容，集结抖音、腾讯、新浪、咪咕、快手、百度、支付宝、知乎、小红书、喜马拉雅、听听FM等多家新媒体平台，以视频、音

频、图文等多种形式进行线上发布。通过现代网络视听科技手段与精品文化内容的完美融合，大大助推这些精彩内容“出圈”，让优秀内容被更大范围受众看见，让书香飘进更多寻常百姓家。

阿来谈互联网 最早“触网”写作的一批人

身为以文字为主要表达工具的小说家，阿来对互联网保持高度敏锐的关注。在仪式结束后，华西都市报、封面新闻记者采访了阿来。

谈到互联网、新媒体与内容、写作的关系，以及其传播上的价值，阿来说：“其实我属于国内比较早关注互联网的一批人。当我还在《科幻世界》杂志社的时候，就听说有Internet这个新事物。我请在海外访学的川大教授给我们杂志写文章连载。后来博客兴起，我也是最早注意并参与写作的那批人之一。我的《草木的理想国：成都物候记》，就是博文的结果。等微博兴起，我在腾讯微博上发文一年多，当微博的阅读量达到上百万级的时候，我突然觉得有点‘恐怖’，因为面对这样庞大的人群真有点不适应。我觉得自己需要重新思考：这种大流量对于我自己的创作带来了什么样的影响？如何把握内容质量和

流量之间的平衡？当下我们已进入5G时代，我又有新的思考。”

他透露，阿来“杜甫 成都 诗”系列讲座是在线上线下同时进行，网上直播也取得了一些效果。如今，把这些内容用新颖的方式在互联网平台上发布，与更大范围内的受众发生联系，他觉得确实可以尝试一下。

阿来谈阅读 每天都是“读书日”

世界读书日，全称为世界图书与版权日，又称“世界图书日”，最初的创意来自国际出版商协会，设立目的是推动更多的人去阅读和写作。

世界读书日的主旨宣言为：希望散居在全球各地的人们，无论你是年老还是年轻，无论你是贫穷还是富有，无论你是患病还是健康，都能享受阅读带来的乐趣，都能尊重和感谢为人类文明作出巨大贡献的文学、文化、科学思想大师们，都能保护知识产权。

阿来一直铭记这段话，每年参加读书日活动，他几乎都会将这段话脱口而出。“对我来说，读书是日常生活方式。当阅读真正成为一种习惯和生活方式，每一天都可以是‘读书日’。”

华西都市报·封面新闻  
记者 张杰 实习生 刘珈汐