

# 发现西藏，接近灵魂

文海南日报记者 王玉洁

西藏，这个佛光闪闪的高原，三步两步就是天堂。两年来，著名电视纪录片人马小钢、方燕妮夫妇行走了6万公里，拍下6万多个镜头。他们去了很多连西藏人没有去过的地方，付出常人难以想象的艰辛，呈上了系列撼人心魄的纪录片《西藏发现》，从本土化独特的视角诉说属于西藏的神秘，表达他们对西藏的敬畏和热爱。

1月23日，马小钢、方燕妮冒着寒冬的绵绵细雨，走进《老街讲坛》，与海口各界听众一起分享他们走进西藏的艰难历险和人生感悟，获得现场的阵阵掌声。他们的精神追求感人至深，让这个寒冷的日子充满暖意。



马小钢、方燕妮走进《老街讲坛》。 张运第 摄



方燕妮在西藏。 马小钢 摄

1月23日下午，海口南洋骑楼文化展示馆《老街讲坛》，来自各界的听众济济一堂，在此静静聆听著名纪录片导演马小钢、方燕妮伉俪倾情讲述他们《西藏发现》之旅。马小钢开篇即说：“去西藏，在藏民面前我们会变得特别渺小，他们的善良、他们的淳朴、他们对自然与神灵的心存敬畏，令人为之动容！”方燕妮说：“去西藏，我在无数次的进藏中领悟到了观世界的另一种角度。西藏让我自知，更是我生命中的一部分。”

西藏，地球的高峰，世界的第三极。这片阳光灿烂、自信包容的土地上，有太多的未知和已知。十多年来，马小钢和方燕妮一直用他们的镜头和内心无数次地追寻西藏、发现西藏。这一次，这对伉俪采访了300多位当地百姓，用藏人话西藏的“本土化”表述，听他们讲述西藏的生活与神秘。



马小钢、方燕妮眼中的西藏。 方燕妮 摄

## 西藏魂：人神共处 精神富有

《中庭·拉萨》纪录片从一幅精美的唐卡画展开，故事在吟吟诉说下徐徐拉开，该片也是《西藏发现》系列片之一。

“你叫什么、家在哪儿、喜欢西藏哪儿？”马小钢和方燕妮在拍摄时会问这三个问题，他们用各阶层各种身份人物的诉说，让西藏历史文化的内涵与魅力跨越时空，与观众产生共鸣。

片中，排练藏戏的小学生、音乐人、盲人、画家、宫廷朗玛会堆谐传承人、西藏勉萨派唐卡继承人、西藏牦牛博物馆馆长、牧民画家、到西藏买珠宝的北京姑娘、在拉萨开咖啡馆的美国人、骑行爱好者等等都款款深情地讲述他们的故事。他们爱上西藏、爱上拉萨的原因不同，也在用不同方式的参与和坚守西藏，让爱更厚重。

西藏，与其他各处迥异的地域特征和民俗让无数人为之神往。多年来，把西藏列为旅行目的地的人越来越多、到西藏的人越来越多、拍摄西藏美景的人也越来越多，正因为如此，才让西藏爱的深沉的马小钢和方燕妮有所思考。

“我们选择拍人。”马小钢说，都说西藏有“净化心灵的”的奇效，究竟如何净化？这个时候，西藏的人文、民俗和信仰就显得尤为重要和有分量，“他们独特的语言、眼神、动作、深情和信念就是一个个‘净化心灵’的源泉，不需要刻意强调。”

短短一个小时，片中当地人的现实生活与西藏的佛像、庙宇、僧人、唐卡、牦牛，西藏的雪山、星空、云、天幕交融碰撞，擦出处处充满温情、充满信仰、充满爱和善意的火花。当商品经济冲击着西藏的同时，仍有那么多质朴的藏民、那么多执着的继承人仍在保护和坚守这片土地的灵魂。

就这样，西藏的习俗、宗教、历史和文在片中都曾被马小钢和方燕妮记录着、传达着。当片中壮观的展佛仪式渐渐跳进观众的视线，当排成长龙的僧人和川流不息的游客不停地在画面中交织，当片中人物肃穆虔诚的神情不断重现时，现场观众的眼眶湿润了，“我敬佩藏民，敬佩他们精神的富有，敬佩他们对宗教的虔诚和对大自然的敬畏。”

## 西藏情：缱绻温情 直击人心

一位遭遇不幸失明的西藏小伙为其他盲人感受不到世界的五彩斑斓而难过。

“每当你问，他们都会告诉你‘天是蓝色的、草原是绿色的’，可他们连‘蓝色、绿色’是什么都不知道。”格桑扎西的脑袋耷拉着，很沮丧。方燕妮为之一振，一股暖流和苦涩涌进心田，《中庭·拉萨》把这一幕记录的很细腻。

画唐卡的人十年如一日地走进布达拉宫，僧人自发筹钱为佛祖上金，排练藏戏的孩子执着用心，被牦牛救过命的北京人建起了牦牛博物馆……片中的每个画面、每一句话、每一段音乐，都是马小钢和方燕妮从600多个小时的拍摄素材中精心挑选的。方燕妮说她也无法取舍，因为每一个都是那么地充满温度和温情，“这就是藏地的灵魂，永远感动着你、感染着你。”

无数观众都在感谢马小钢和方燕妮夫妇给他们带来如此有灵魂的西藏，但马小钢和方燕妮坦言他们在西藏获得的远比给予的要多。

熟悉方燕妮的作家蒋子丹都说她进藏后变了，由内而外散发出更多的平和、纯净和洒脱。在他们一路拍摄、一路前行的工作和生活中，方燕妮感受到了藏民的质朴，也从僧人身上学会了自知。

“在西藏的这些年，我认识到了人的渺小，改变了我对人与自然空间的认知。”方燕妮大方分享心路变化，她说西藏也教会了自己用“万物皆为生命个体”的角度去看世界，就像雨水滴落其实就是一个生命的陨落，这让方燕妮时刻携带谦卑的心前行：“直到如今，我仍然只是一个执着的纪录片导演，别无其他。”

“拍纪录片分用力、用脑和用心三个阶段。能把最独特的画面呈现在观众面前，用心讲好故事，就是纪录片导演的力量。”马小钢说，正如片中所讲，拉萨是一个“转”出来的城市，“转”是生命的轮回。在西藏经历了太多生死，马小钢更深刻地理解了人和自然的关系，心中无法不升腾起一种深深的敬意。

## 西藏恋：携手相伴 一世眷恋

对西藏那份魂牵梦绕的爱，是这对伉俪记录行程中的动力。西藏，从一个旅行目的地逐渐嵌入这二人的生命之中。

凡与生命相关的，都是刻骨铭心的。除却西藏令人无法忘怀的魅力，2000年开始的西藏拍摄之路，马小钢与方燕妮夫妇的一路欢歌、一路艰险同样永生难忘。

“为了拍摄《西藏发现》，老马的腿也断了、腰也断了。”这对年过六旬的“神雕侠侣”经历了无数次与死神擦肩而过后，这句话被方燕妮说得如此云淡风轻。继而，她又浅浅一笑：“或许是老马所受的苦为我们挡住了所有不幸，纪录片圆满成功！”

身为导演，马小钢的寥寥数语便能将一个故事讲述得极富画面感，从他讲述别人的故事中，我们分明看到了穿过羌塘无人区时身上无水无火却又死里逃生的万幸，攀爬数千米峻岭时的惊险。这些路，马小钢和方燕妮都走过，他们甚至多次深入许多连藏民都未曾达到的地方，只为寻求最极致的美景。

都说“极为地极景”，我们可以从无数或壮美、或清丽、或动人的画面中想象背后的艰辛。在每一次极景拍摄中，这二人既是编导、摄像、录音、策划，又是统筹，全身心地投入纪录片每一个环节，艰辛程度可想而知。

这对伉俪夫妇相契合的兴趣爱好和价值观，吃苦耐劳和坚韧精进的气魄，敢于挑战生命极限的勇气，不断追求技术进步的精神促使他们成功拍摄了《西藏发现》《水羊年·纳木措》《哲古油茶》等西藏题材的纪录片。《水羊年·纳木措》获得国家广电总局、中国广播电视协会颁发的“辉煌60年有影响的节目”、第八届四川国际电视艺术节“金熊猫奖”和加拿大世界华文媒体最佳电视纪录片奖和中国十大纪录片奖等，而马小钢、方燕妮夫妇更是获奖无数。

“从1995年第一次进藏开始，我就预感这片土地将会是我和老马一世的眷恋。”方燕妮缓缓说道。囍