文化风来

让心中的世界不断生长

今年两会期间，文化学者蒙曼接受了多家媒体的采访，话题丰富、金句频出，被网友戏称为“有事问蒙曼，蒙曼的知识目前看没什么盲区”。

从“爱你老己”到“新大众文艺”，从“年龄焦虑”到“文化传播”，从“人工智能”到“古典诗词”，这些各异的话题，其实都在回应同一个问题：在这个时代，一个人该如何好好活着？

而蒙曼给出的回答，就藏在她一路走来的轨迹里：媒介在变，传播方式在变，但内心坚守的东西始终未变——做自己，做教育，做那些古老而鲜活、能贴近人心的事。

从书斋走到镁光灯下，再走进山河之间，对蒙曼而言，这不是一次刻意的“选择”，而是一种生命自然的“生长”。

本报记者 黄玮 王一

从镁光灯下走进山河之间

周末周刊：从2024年起，您开始行走于神州大地，并通过直播、短视频与大家分享路途见闻，让大家再次看到了您的变化——曾经从书斋走到央视节目《百家讲坛》《中国诗词大会》的镁光灯下，如今又从镁光灯下走进山河之间。这既是您个人的轨迹，似乎也呼应着这个时代文化传播者走出象牙塔、走向广阔天地的某种趋势？

蒙曼：我对镁光灯的接触很早，先是去电视台录《百家讲坛》等节目，2017年又到喜马拉雅做音频内容。这和做电视节目不一样。在音频里你就是你自己，对着录音笔说，自由多了。现在走到山河之间，整个状态就更加自由了。

媒介一直在变，但对我而言，一以贯之的东西就是做我自己。我喜欢做教育，我从来没有想过去做和教育完全不相关的事。

周末周刊：无论您在什么样的媒介中被看到、被关注，传播的内容都是一以贯之的东西。

蒙曼：我喜欢做教育，只是做教育有一个怎么做的问题。你看孔子在那个时代做教育，他设杏坛讲学，还周游列国去传播，就是希望把自己的思想传播出去。后来有笔墨纸砚、印刷术之后，人们传播的能量扩大了，直到今天，传播的方式始终在变，我想我就是跟着这样一个时代节奏在走。

但传播的核心是什么？是我想要传播那些古老的思想。那些古老的内在的思想和核心的理念其实一点都不陈旧，它们在今天依然是鲜活的，是能真正贴近人、滋养人的。

周末周刊：2023年，为期一年半的《红楼梦》课程录制完，您松了一口气。“我想着，要送自己一个礼物，有去祖国边疆走一圈的想法。”这个礼物，恰是从镁光灯走向山河的一次自然衔接和巨大跨越，如同一个微妙的隐喻。

蒙曼：这个礼物开启了“曼行中国”系列活动的起点“曼行国道219”。219国道就是从新疆喀纳斯到广西东兴的沿边大道，里程长，自然多样性非常丰富。我们翻过最高的垭口接近6000米，住宿的最高点是珠峰大本营。文化多样性也很丰富，世世代代居住在沿线的民族有20多个。走在路上，一切烦心事都没有那么重要了，我们现在团队的4个人都变开朗了，在行走中发出了“杠铃般的笑声”。

外部世界会塑造你的精神容器

周末周刊：跟随着“蒙曼”视频号和抖音号，大家看到，您的行走确实如您所言，是“脚下路，心中诗”。

蒙曼：这两个点对我来说不是一种刻意的营造，更像是一种自然的生命历程。为什么行走要有“心中诗”？如果光是走路的话，骡马也在走路，但我们的走路和骡马不同，我们的行走充满梦想，充满对这个世界的希冀，我们眼睛里看到的那些美好、那些触动心灵的东西，综合起来用“诗”来形容是最好的。这是我们对世界的全部热望。

周末周刊：“心中诗”如此美妙，但“脚下路”免不了艰难吧？

蒙曼：行走中确实有艰难。比如，穿越西藏阿里到新疆的那段路，那天早上我们8点出发，走到下一个落脚的地方要到凌晨2点，中间是漫长的无人区。我们一直往前赶，身体消耗特别大。下午6点，我们到了一个兵站，每人吃了一盘拉条子，继续前行。走到三十里营房驻地的时候，已经是夜里了，我们本不打算吃饭了，但边检所的同志非常客气，说给我们煮点面片。一锅面片端上来，那个锅很大，但瞬间就被我们吃完了，人家默默地给我们煮了第二锅、第三锅。到最后，我们都不知道每个人吃了多少。这种记忆特别生动，一辈子都难忘。

前段时间，我们在河北围场，那里零下30摄氏度，我们使用的“小蜜蜂”马上被冻得没电了，手机一个小时之内就关机了，但是人一直“有电”。我就觉得人和机器的逻辑不一样，人有内在的热情。当时我感觉头好像都要被冻掉了，但仍然有热情去记录、去感受、去表达。“小蜜蜂”也好，手机也好，这些电子设备没有这种内在的热情，在极寒的情况下，它们就失灵了，而我们人始终没有放弃，这就能看出来人精神的伟大。

周末周刊：一路上要做到记录、感受、表达“不失灵”，除了内在的热情，是不是还离不开丰厚的知识储备？

蒙曼：我本身就是读书人，而且我觉得学历史特别棒，因为历史里融合了地理、文学等学科的内容，也包含了一切人类古典文明，我们的行走与传播也从来没有越出自己熟悉的范畴。比方说，我不会去讲工业、航天这些，就算讲到工业遗址，还是从人文历史的角度去解读，触及的始终是人文的领域，核心还是想探讨祖国山河和中华文明在今天能给人留下怎样的印迹。

行走任何一个地方之前，我们都会做大量的功课，首先是从看地图做起，通过地图学习这个地方的地形地貌。我们是沿着三种道路在走：边道、古道、城市道路。那么，我们就要去学习这条道路何以形成，边道的形成其实就是一部边疆史，古道的形成就是古代文明史，城市道路的形成其实就是城市史。看完地形，再去研究当地的历史。比如，我们去浙江衢州，就要了解衢州的书院文化、南孔文化，其背后就是南宋那段波澜壮阔的历史。

当然，做功课的过程，也是自我拓展的过程，能延伸出各种各样的知识。而且，走的地方愈多，学到的知识愈丰盈。一方面，行走需要知识的积累，那是出发时的底色；另一方面，行走过程中又会不断注入新的知识。当再次出发时，你已经成为一个更丰富的自己。这便是一个持续成长、持续变好的过程。

人的精神，一定要有这样一种博大。不能一开始就钻牛角尖，钻到地心去。这个世界除了地心，还有如此广袤的天地。人要先能“博”，再能“约”。人生其实就是博约相济、不断成长的过程。外部世界会塑造你的精神容器，让它变得无限开阔。

行走能“治”人的自大

周末周刊：在这个持续成长、持续变好的过程中，一路引领你们的是什么？

蒙曼：那就是要谦虚谨慎，要有敬畏感。

我们骑了几次马，特别是在新疆恰西草原骑马穿越到库尔德宁之后，我就觉得“我可以了，会骑马了”。可是到了内蒙古锡林郭勒草原，我们骑的是2岁到4岁之间的小马，这些马是没有经过调教的，我们骑上去，就知道自己根本搂不住马，完全是马的天性在主导。那个时候才发现，我们其实完全不会骑马，只是会坐在温顺的马上，保证自己不掉下来而已。这就让我们学会了戒骄戒躁，面对自然要有敬畏。

面对知识更要有敬畏，知识是千变万化的。比如都是佛教洞窟，但你看到的每一个洞窟都是不一样的，你觉得自己已经掌握了一些这方面的知识，可到了现实中才发现，自己的知识极其有限。所以，行走能“治”人的自大，这点我觉得特别重要。我们太容易沾沾自喜了，面对这个世界、面对高科技，总觉得“我行了，可以了”，但走到天地之间，你会发现自己“不行”。

周末周刊：行走的最大收获，不是走了多远，而是知道自己不行。或许，这份“知道不行”的敬畏，比“觉得自己行”的自信更接近人生需要的智慧吧。

蒙曼：与此同时，还会深深地感受到古人有多了不起。现在我们有一种面对过去的盲目自大，觉得我们比古人优秀、聪明，但你试试去建一个古人建的那样的建筑。现在我们建了这么多高楼大厦，哪一个你能确保它1000年、2000年之后还能留下来？就算留下来了，这个躯壳能不能构成一个时代的审美，让1000年、2000年之后的人一看就惊叹？真不敢说。而古人没有学过力学，没有现代的工具，却做到了。

做任何事情，要是不灌注精神的力量，都会黯然失色。人信仰佛教的时候，塑造的佛像是有精神的，一旦信仰消失了，佛像就只是泥塑木雕。古代的长城，你很难想象古人怎么会用一道墙去阻挡骑兵，但如果沉浸其中，代入古人的情绪，就能看出古人曾经为此付出过多大的努力。

现在大家都在讨论以后AI会不会打败人，我不知道答案，但是，要是你连斗争都没有斗争一下，就举手投降了，那是可耻的。人是要有英雄气的。一代代的人，成也罢、败也罢，到最后真正感动你的，不是结果，而是人的那股只属于人的力量。

读书与行走的碰撞、交融

周末周刊：在行走中，您打开了生命更多的面向。您说自己50岁之后越来越健壮——这何尝不是一种自我发现和生命力的体现？

蒙曼：确实是这样。行走让我重新认识了自己。我以前从来不运动，整天窝在家里。只有进入山河，我才知道我这么能走、能跑、能骑马，才知道我原来是这样一个朝气蓬勃的人。

所以说，人应该在环境之中认识自己。当你所处的环境改变时，你对自己的认识也会改变。人是有无限潜力的。可能很多人会觉得一个急速变化的时代对人非常不友好，害怕AI会取代人，但实际上，人的活力是无限的，你怎么知道在一个新的刺激之下，人不会迸发出新的力量、焕发出新的生机呢？

周末周刊：走进山河，让书卷中的历史与现实产生了碰撞。当您站在那些承载着历史风云的地方，会不会产生那种“历史活了”的感慨？

蒙曼：没错，走进山河，更是让书卷中的历史和现实的山河产生碰撞，这种碰撞会让你对历史的理解更具象、更深刻。比方说我们讲“上党从来天下脊”，可是一直都没有看过上党到底是什么样子，为什么是“天下脊”？当你真的站在太行山上往下一看，瞬间就明白了。上党处于一个俯视的战略位置，它怎么可能不是“天下脊”呢？站在实地一看，那些历史知识就变得鲜活了。

在浊漳河谷，我们到了虹霓村，一个现在看来都极偏僻的村子，这里有一座五代时期的塔。这个村子有条河往东通往河南安阳，古代这个地方的人如果不从事商业，很难活下去，因为山区平地太少，没有农业种植的条件，但是它有路，交通便利，行商是最好的选择，所以这里才会有商帮，才会建起这样的古塔。现在，这条老路被新的铁路、公路取代了，不再是交通要道了，所以这座古塔就被孤零零地留下来了。从这座塔就能看到真实的历史变迁，有种沧海桑田的感觉，山河、文明、古代、今天就这么连在一起了。

周末周刊：您把行走的道路归纳为三类：边道、古道、城市道路。这三种道路，恰好对应着中国的边疆史、古代文明史和城市史。作为一个历史学者，当您真正站在219国道上、站在太行山上，站在北京中轴线上，您脑子里那个“书本里的中国”是否发生了变化？

蒙曼：这就是读书与行走之间的碰撞、交融。看山河，不只是丰富原有的历史认识，更重要的是，它会让你思考人究竟以什么样的姿态活在天地之间。这才是核心的问题。所有的知识学习，归根结底，都是为了让我们更好地活在天地之间。而自然给人的触动是直观而深刻的，它“砰”的一下打到你这里，又“砰”的一下打到你那里，让你全身心都被激荡起来，所有沉睡的认知都被唤醒。

有人问我：你怎么到这儿能想起一句诗，到那儿又能想起一句诗？其实不是刻意去想，而是看到眼前的景，诗句就自己冒出来了。前两天看北京的柳树刚冒芽，我脱口而出“嫩于金色软于丝”，一看到它，就知道诗句写的就是这个样子。必须亲眼见到，才会有这样真切的感受，才会被自然触动，那些曾经积累的知识才会活起来。

我们做“曼行中国”系列活动，就是想告诉大家，走到一个地方，除了眼前的风景，你还能看见它背后的历史、文化与地理。这才是“曼行中国”独特的地方。我们走在路上最深的感受是什么？看到那么多草和树，有的人只能说“植物”，有的人只会说“好绿”，连庄稼和野草都分不清，便觉得自己特别乏味。你看《诗经》里写了多少种草木、多少种鸟，到我们这儿，就只剩下“鸟、树、草、庄稼”这几个词了，这是可怕的事情。

归拢到一起，就是人怎样活着的话题

周末周刊：今年两会期间，您回答了很多记者的各种提问。令人印象深刻的是，您始终关注的是人之所以为人的那一部分，无论什么样的问题，最后都会落实到人如何成为自己、成为人。

蒙曼：媒体的那些提问，也是我关注的话题，AI的话题、女性的话题、青年的话题，还有旅行的话题，所有这些话题最后归拢到一起，就是人怎样活着的话题。

周末周刊：作为一名高校教授，站在今天的课堂上，您会如何定义自己与这个时代、与这群年轻人的关系？在这个充满不确定性的时代，您认为教育最应当给予学生的是什么？

蒙曼：时代的车轮向前，如果还是讲原来那些东西，简直就是一种虚度。所以，我们一直在思考这个问题——在今天的课堂上，该向学生传授什么？

上一次上课是个大风天，我们学校校园里有一个小山坡，很空旷，适合放风筝，我就问学生：“最近有人出去放风筝吗？”结果学生跟我说：“那个小山坡不太平整，可能会崴脚。”我就积极鼓动他们说：“春天一定要和少年的心相互鼓荡。这种鼓荡带来的作用，可能比你听一节课、看一本书的力量还要大，你不要放弃这样的内心冲动和活力。”

因为人有这样的活力，才会想怎么样把这份活力表现出来。首先，要拥抱自己，让自己变得蓬勃有力量，这是做任何一件事情的基础。其次，不要对世界发生的变化视而不见，有新的东西出现，你要热情地拥抱它。比如，面对AI这个新事物，老师和学生站在同一条起跑线上。面对这些崭新的事物，学生自己能够创造出来的东西，和老师能够给到你的东西相互呼应，才叫真的学会了。所以，我觉得，教育很重要的一点是鼓励学生去热情地拥抱新事物、鼓励学生内心的热情，人有热情，可以做很多事情，做什么事情都需要有那种内在的力量。

周末周刊：从课堂上鼓动学生放风筝，到拥抱AI时代的热情，您身上始终有一种蓬勃的热烈。这份热烈从何而来？

蒙曼：我觉得是发自内心的对生活的爱，而这份爱又源于我得到了全部的爱，我从来不缺爱。我小的时候特别闹，人家小孩中午都会睡觉，我精力特别旺盛，中午从来不睡觉，还喜欢玩树上掉下来的毛毛虫，我爸爸就带我去抓毛毛虫。他从来没有制止过我，还陪着我一起玩。我就想，真的是因为这样的陪伴，让我对这个世界有安全感，而且觉得自己对什么好奇都是被允许的。

周末周刊：您一直在做文化传播的工作。在您看来，当下大众对传统文化的热情呈现出哪些新的特质？

蒙曼：大家现在回头看传统的热情很高，都在思考如何从我们的历史和文明出发，去寻找通向未来的路。我们今天追求现代、追求先进，与此同时，也将一些具体的古人或古代文化变成了现代的精神符号。比如苏东坡，如今很火，几乎成了全民偶像。苏东坡和他的生活方式当然很好，但我想说，除了他，还有其他的古人、其他的活法，同样值得我们去了解。

就我个人而言，我更喜欢辛弃疾，更喜欢陆游。他们身上有一种劲儿——明明知道撞上去会疼，但下一次还是想撞。这当然是我个人的审美偏好，但由此我也在想，当下大家对传统文化的了解似乎还是有些单一，缺乏更全面的认知。我们至少应该让大家知道，除了苏东坡，还有辛弃疾；除了辛弃疾，还有很多人。比如毛滂，你可能都没听说过这个名字，他在当年是北宋词坛五大家之一，可惜今天鲜有人知。再比如李清照，很多人对她的印象停留在喝酒、打牌上，觉得她是个洒脱的才女，但这远远不是她的全部。她遍读诗书，自有其独到的文学见解和思想，有着属于她自己的格局与境界。

所以我觉得，当下的传统文化传播还需要更深入、更全面一些。或许，传播传统文化可能也需要辛弃疾、陆游身上的那股劲儿，哪怕知道会遇冷、会被误解，依然要一次次地做，让历史长河的回响始终流转在现实生活之中。

蒙曼

中央民族大学党委委员、历史文化学院教授，全国妇联副主席（兼），第十四届全国政协委员。长期致力于中华优秀传统文化的普及传播，担任《百家讲坛》《中国诗词大会》《典籍里的中国》《唐宋八大家》等大型文化节目主讲嘉宾、点评专家，出版过《蒙曼说唐》《蒙曼说隋》《蒙曼品最美唐诗》《蒙曼女性诗词课》等系列专著。