

平淡细节里感受生活的波澜壮阔

——访《喜马拉雅天梯》导演萧寒

一座山、一群人的故事？是萧寒在影片拍摄中需要面对的难题。

萧寒说，如果是剧情片或一般的纪录片，他可能会突出极限登山的高难度和生死攸关。但是，严酷的自然环境里，人类会本能地挣扎求生。所以，影片反映人与自然的思考是应有之义。但一直以来存在的“喜马拉雅”被外界过度消费，甚至被人地符号化。如果不用平实的记录手法还原出来的话，人与环境的真相永远只是单一的理解。

宗教元素的暗含其中也注定了主题表达的多元性。上绒布寺僧人阿古桑杰说，对藏族人来说，珠峰是神圣的，相传莲花生大师曾在此修行，作为圣地，珠峰不该被打扰，但现在，攀登它却成了都市人热衷的时尚。萧寒说其实阿古桑杰还有一些更尖锐的话没有在影片中播出。他认为珠峰上的尸体，是山神的愤怒，是对攀登的抗议。但是，当登山者、高山向导来庙里祈福时，他又非常真诚地为他们祈祷保佑。

萧寒说，在藏传佛教当中，神山从来不是用来攀登的，而是膜拜和转山祈福。

面对这些现实，萧寒并没有把观点强加给任何人，而是记录和呈现。最终，他和团队选定了“弱故事、弱人物”的线条，初赴珠峰的登山向导索多，在登顶前的满满欲望，登顶后的倦怠；经验丰富的总指挥次仁桑珠，对一心圆梦的“客户”们一二次的规劝；一僧一寺的阿古桑杰，面对圣山今昔的感伤与无奈……

这种创作风格，在影片放映后曾引起一片热议。团队延时摄影师王恒拍到的美轮美奂的冰塔林星夜银河，深蓝色神秘静谧的夜空闪烁着绸缎式的质感，点缀着碎钻般的星，只在片尾处用一秒几帧的速度快速闪过。

“我们想让大家都知道，生活本来就是这样的，把这种平实、真实的状态呈现出来。让大家在真实、平淡的细节里，去感受生活里的波澜壮阔，而不是画面制造的绚烂，哪怕这种绚烂也是真实的。”萧寒说。

执与惑：一场修行与磨练

登山是一场修行，是一场磨练。对于萧寒来说，拍摄《喜马拉雅天梯》也像是完成了一场修行。

在此之前，这个选题已经被搁置了两年。雷建军不是没有跟其他人接触过，但是没有一家机构愿意出钱来拍摄。大家都很清楚，这是一件太费钱的事。

“我也不知道为什么那么自信。”萧寒打了200万的谱，即使全赔了，不影响生活就可以了。



2011年，雷建军与萧寒正式筹备拍摄。2012年，田野调查。2013年9月，正式开机。

没想到，还没拍到登山，200万元就花完了。为了拍摄，萧寒卖掉了一处房子，“500万，够不够？”然而，萧寒还是太天真了，500万，很快又没了。可是，哪怕在最难的时候，萧寒也没有想过中途停下来。就跟登珠峰一样，停下来，可能就意味着再也没有下一次机会。

好在，难度不断出现的同时，萧寒也看到了希望。就在钱花到最后一分的时刻，影片迎来了第一笔赞助，陆续又有新的投资。这让萧寒觉得有一股强大的力量在支持着他。萧寒说：“四年前，我以为是我找到了它，这个世界上最高的女神；今天我才明白，是它给我机会去呈现一个本就在山里的故事。”

影片的选题和视角也吸引了优秀的团队。一开始，只有萧寒与雷建军两个人，后来导演梁君健加入。搭班子、建团队，他们吸引了最优秀的高山摄影师孔西旺加等人。每个人都以极大的热情与毅力投入其中，他们都在海拔5300米以上的珠峰大本营驻扎过两个月以上，有人甚至患上了中度肺水肿，高原反应的滋味，让大家记忆深刻。只爬过北京香山的摄影师，被逼成了登山运动员，扛着机器爬到了海拔7028米，体重从160斤减到了140斤。

激励萧寒和团队前行的，是他们都想借助电影进行探寻：面对宗教与世俗，传统与现实的冲击，以登山少年们为代表的当代藏族年轻人该如何自处？天梯通向哪里？为什么这么多人想登上珠峰？他们去山顶寻找什么？自然造就如此高的一座山，究竟又要启示什么？

4万5000多分钟的拍摄素材，1300万元的投入，整整4年的时间，当剪辑师终于停下手中的工作时，包括萧寒在内的所有人，心情是如此复杂。

梦与真：追寻纯粹与热爱

影片筹备四年，离西藏走得越来越近，藏人身上很多特质打动了萧寒，

也让他潜移默化间发生改变。

比如获得快乐的能力。如今，都市人获得快乐的能力越来越低，甚至连快乐时也不那么纯粹。而影片拍摄期间，萧寒看到，西藏人获得快乐的能力特别强大。影片的线索人物之一索多就给了萧寒很大启示。索多的快乐与烦恼，就是能否有机会登山，如果能登山，他就很快乐，很开心，而不像都市人，无论快乐烦恼与否，都仿佛缠着。

这让萧寒开始思考，自己有没有变得更纯粹。他希望自己的情感状态、生活状态也能变得纯粹自然，更加发自内心地选择自己热爱的东西。不要等到各种事情都准备好了，才真正开始做自己想做意思的事，那样反而很可能做不成。

作为大学老师，萧寒身上有一种不同于一般知识分子内敛、含蓄之外的个性。

在拍摄纪录片之前，萧寒先后做过画家、主持人以及戏剧策展。一直在艺术创作道路上行走的他，几乎每一步都取得了令人称赞的成绩。出身艺术世家，5岁学画，顺理成章入读美院，研究生毕业后却出乎意料地选择了大众传媒节目。1997年，他主持电台节目《孤山夜话》，2000年又主持钱江电视台《谈话》，均取得成功。他还第一次把先锋戏剧、孟京辉的《两只狗的生活意见》引入杭州。

拍摄《喜马拉雅天梯》，萧寒不希望把创作停留在学术探讨的范围内，而是把触角伸向社会、伸向市场，引发更广泛层面人们的关注。之前在宣传领域取得不错成绩的《大圣归来》团队主动提出合作，联合了几百位众筹出品人，这些人的名字出现在了影片最后的字幕上。萧寒的努力取得了效果。尽管限于纪录片属性，院线排片并不佳，但是有的观众专门请假去看，有的观众穿越大半个城市寻找放映影院，还有的观众连看了六遍。这些都让萧寒感到无比的幸福与感动。

地球顶端的风，巨大而又平静。最洁白的雪其实是蓝色的，银河寻转，透明的冰川映出白天和黑夜。一只鹰飞过头顶，姿态像一种信仰和另一种信仰在打招呼。还有像萧寒一样的人，正在用生命捍卫梦想，那些不容失去却越来越少的梦想……

下一步，他将延续西藏、喜马拉雅、登山主题的创作，希望能打造出第一部登上院线的3D纪录片。



◆本报记者王琳琳

雪山晶莹巍峨，明亮的阳光洒向峰面，高空俯视下，一道由雪筑成的阶梯直直地伸向天空，一队身穿黄红色防寒服的人缓慢而又匀速地在绝壁上移动。画面清晰而绝美。一转，镜头切向近景，四下静寂的影院里，只有荧幕上传来的冰爪踩在雪上的破碎声、前进过程中的呼吸声。这里是地球上最高的一片旷野——珠穆朗玛峰。

105分钟，影片放映结束，观众久久不能回神。渐渐地，音乐声缓缓响起，灯光重新照亮了放映厅，观众席中响起了不约而同的掌声，响亮、有力，为这第一部攀登珠峰的人文自然类纪录片《喜马拉雅天梯》。

实现这一切的人叫萧寒，纪录片导演、画家、主持人、戏剧制作人以及大学老师。

源与行：一僧一寺的感动

因为萧寒，我们看到了海拔8848米的珠穆朗玛峰如此壮美震撼的风景。

拍《喜马拉雅天梯》，是萧寒一拍大腿的决定。2010年，萧寒开始接触纪录片。2011年，刚拍完《丽江拉夫斯基》的萧寒认识了雷建军，一位清华大学从事纪录片研究与教学的老师。他和萧寒年龄相仿，人生经历、学养背景也有很多共同话题。雷建军给萧寒讲了一个故事：

2009年，雷建军给央视拍片子时途经拉萨一所登山学校。在学校里，他认识了一个年轻的藏族学生。得知雷建军要去珠峰大本营拍摄，少年问他，可不可以把从拉萨买的十几本经书带给他父亲？

雷建军答应了。海拔5300米处的珠峰大本营有一个寺庙，叫绒布寺。绒布寺再往上，还有一个上绒布寺，建于1899年，距顶峰约20公里，是地球上海拔最高的寺庙，寺庙里只有一个喇嘛，名叫阿古桑杰，是那个藏族少年的父亲，经书就是送给他的。老雷说，寺庙里没有电，当他把经书交到阿古桑杰手上时，年迈的老人咧开了缺了两颗门牙的嘴，抚摸着经书笑了。

这个画面打动了雷建军，更打动了萧寒。在西藏，天梯是接引世人灵魂通往圣地的梯子。西藏本土原宗教佛教的传说中，天有13层，由一条天梯连接天上和人间。当地藏民相信山体即是“天梯”，常见河谷或岩壁上有着白色颜料画成的天梯形状。

你能想象，全世界最高的一个寺庙里，只有唯一一个僧人在守候，而且他并不赞成攀登珠峰，认为这是对圣山的一种打扰。然而，他的儿子却一心想要成为高山向导吗？

“这种时空的交错和命运的安排瞬间打动了，生命、选择、信仰、现实、理想、纠结、时空、命运，所有的一切都在瞬间迸发。我说，我一定要把它拍下来。”于是萧寒锁定了这个一僧一寺、一座山、一群人的故事。

人与山：多元的原生真实

早在十几年前，萧寒就来过西藏。这个世界最高自然环境里的服饰、绘画、庙宇、雕塑、文化、理念和信仰，无不吸引着萧寒。不过，如何具体展现一僧一寺、

让孩子重新回到自然

◆王婷婷

在王愉看来，一个社会对于自然观的改变，可能需要很多年才能体现出来。这是一条很长的路。自然中感受到的智慧则给予她力量。

创建云南在地自然教育中心后，她希望通过户外体验，将孩子拉回自然中，重新建立孩子与自然的关系。

关注生物多样性，支持当地环境的本地保护

在云南大学读书时，王愉偶然听到了自然之友创始人梁从诫先生的演讲，就像一记当头棒喝，敲醒了内心。关爱自然、保护环境，需要每个人都承担一份责任。讲座结束后，王愉和朋友创办了“唤青社”，这也是云南最早的高校环保社团。

最初的环保实践过于简单形式化，效果并不好。她意识到，重要的也许不是自己付出多少精力去捡垃圾，而是如何让别人不扔垃圾。环境教育的种子自此在她心里种下。

毕业后，王愉开始在云南省生物多样性与传统知识研究会工作。那几年，她经常在城市与农村之间来回奔波。她接手的第一个

重要项目，就是云南省红河州哈尼族社区的生物多样性保护。

哈尼族以其独特的梯田稻作而闻名。他们世代生活在高山上，开垦梯田种植水稻，并且发展出了一套十分完备的民间森林保护和水资源管理方式，使得在大山深处种植水稻成为可能。

头顶是森林，山腰是寨子，山下是梯田。为了保持水土，哈尼族百姓把农田与其周边的生态环境融为一体，形成了一个相互依存的生态系统。王愉和她的团队要做的，是以生物多样性的原则，支持当地环境的本地保护。

对于当地居民来说，生物多样性这个外来词汇显得十分陌生，尽管他们的耕作方式中处处体现着这一点——一个几百人的村子里种植的水稻多达几十种。

最开始的沟通很困难。经过一年的相互了解，项目开始在当地村落中实施。其中有一项，是以乡村集市的方式开展“换种会”。通过换种的形式，让村民了解被外来种子冲击大潮下所种植的杂交水稻品种的多样性，并且思考如何有利于长期发展。

对王愉来说，项目至少在回溯乡村根源上起到了一些作用。这些举措，终究会对未来的乡村发展有所帮助。“如果没有这些外力促使当地居民重新思考过去实践的价值，没有人帮助他们寻找传统当中有意义的地方，

那冲击之后，传统难存。”王愉说。

倡导浸入式体验，重新建立孩子与自然的关系

在乡村工作时，王愉发现这里在环境教育上严重缺失。美丽的村庄旁边，环绕着从雪山而来的河流。本来清澈的河水，在流经农田的地方，漂满了垃圾。乡村自身缺乏处理垃圾的能力，也没有认识到环境污染的威胁。环境教育的需求很大，关注的人却很少。

2005年，王愉获得了去美国威斯康星州留学的机会。她选择将环境教育作为主修专业。威斯康星州对环境教育十分重视，对此有立法保障。大学里也设有环境教育专业，还有针对师范学生、在职教师的相关课程。课程大纲还规定了孩子在不同的年龄段有不同的环境教育目标。

通过学习，王愉得以了解美国完整的环境教育体系，在环境中心由老师带领，参与浸入式教学方式，体验真正的自然。

学成归来后，王愉又进入一家环境保护协会工作，担任项目部培训主管，通过采取在保护区周边进行社会营销的方式，推动生物多样性热点区域周边社区的行为改变。在这



一过程中，王愉学到了大量培训技巧和社会营销方法，为她之后创立“云南在地自然教育”积累了经验。

2012年，王愉和几个朋友成立昆明自然教育互助小组，探讨自然教育相关的理论方法和实际案例。他们之前践行环境教育时，主要以环境问题出发，实施的过程中总是遇到很多瓶颈，如课程乏味沉闷、案例流于表面等。

“在自然教育方面，现在的孩子面对前所未有的挑战。一方面是缺乏好的自然环境去玩耍；另一方面是没有时间，他们的学习课程排得很满。像这样长大的孩子，连一只燕子都没好好看过，他能去爱护国家一级保护鸟

类，或者是关注几千米以外的一个保护区吗？”王愉试图换一个视角，从自然教育出发，把孩子拉回到自然中，重新建立孩子和自然的关系。

云南在地自然教育中心跳出学校教育模式，以社会运作的方式开展活动，给孩子更多的机会感受自然，使之逐渐产生保护自然环境的意识。

王愉在不断探索、不断深入。活动大多以户外体验为主。随着自然教育理念不断深入，王愉对这条路越来越有信心。原先曾有人质疑，这种强调体验和趣味性的方式是不是过于风花雪月，但从孩子们身上却可以看到实实在在的改变。

2014年寒假，王愉和团队带领孩子到云南南黎贡山开展冬令营，观察白眉长臂猿，认识森林生态系统。这个过程中，王愉并没有刻意讲解如何保护野生动物

但当孩子们经过跋山涉水，看到长臂猿的一刹那，一下子被动物本身的灵性所打动。之后的活动中，孩子们都在谈论白眉长臂猿生存状况的话题，并开始关注它们生活的环境。

“在这样充分的体验下，孩子的心里便自然而然地播下了一颗种子。”王愉说。为了更好地促进机构发展，2015年，在地自然教育加入了劲草同行项目。在资金、导师和诸多伙伴的陪伴支持下，团队不断壮大，全职人员从4人增加到了7人，石城自然学校成立，越来越多的孩子参与到这一过程中。“云南在地”希望搭建可持续生活的平台，将这份改变传递下去。