

北京木子合成公司的《影响世界的中国植物》评析

北京木子合成公司历时近三年摄制的《影响世界的中国植物》，是科学纪录片系列，一共10集，每集50分钟。中国的科学纪录片多属小众题材，但这个系列在爱奇艺上线后，反响热烈，弹幕满篇。实际上，它不仅关于植物知识的科普系列，更是一套关于生命力、爱、文化精神的科学纪录片，散发着深刻的哲思和深沉的情怀。

我们可以探讨一下，这个成功出圈的科学纪录片系列，其传播策略上的得失。

成功：在科学新知的通俗叙述中饱含人类的深情

科学纪录片的基本任务是完成知识传播，能否完成这个任务并形成一定的社会影响力，首先取决于它是否具有正确而适量的知识性，这是科学纪录片的立足之本。

《影响世界的中国植物》描述植物演化的历史进程，展现植物的生命活力和生命传承的奥秘，充满植物科学的新知。《水稻》一集，精湛描述了稻米的生命机理，让人觉得日后吃米饭都将成为一件神圣的事情。《茶树》一集，介绍茶树顽强进化的努力。《桑树》一集，讲述桑与蚕如何实现共生，桑树怎样塑造了中国文明，又给世界带来了怎样的巨大变革。《花卉》一集，展现花如何为繁衍而进化，揭示隐藏在花卉基因中的魅力密码。知识性在这个纪录片系列中得到了完美实现，知识的正确性和权威性由数十位植物专家提供保证，而知识的信息量与节目时长匹配得当，没有因为对收视市场的过度忧虑而大幅减少知识点，也没有因为无视受众的接受能力而硬性添加海量信息。

真正考验科学纪录片传播策略的，是通俗性和趣味性，这是实现新知传播的必由之路，没有这个考虑，科学纪录片便不是大众媒介产品。

《影响世界的中国植物》通篇使用的是通俗易懂的语言，凡是不易理解的概念和原理，统统借助受众的日常经验来解析。说到植物历史的漫长，它说，如果把地球产生植物开始至今算作一整天24小时，那么人类历史只是最后3分钟。说到巨龙竹的粗壮，它说，砍一截就是一个水桶。说到家蚕，它说，在短短20天里，它们的体重会增长10000倍，相当于一个人在一个月长成大胖子。说到桑树，它说，其雄花的弹粉速度能达到每秒200米，仅次于子弹出膛的速度。

在趣味性上，植物科学纪录片最大的问题是，难以像人片和动物片那样形成故事叙述，所以冲突性不强烈。《影响世界的中国植物》的一个策略是，逐步展示植物与不利环境斗智斗勇的智慧，呈现冲突和悬念。为抵御天敌，海芋会在叶片被咬伤后，沿叶脉输送毒素，将侵略者杀死，当受众由感叹海芋的防御机制时，却看见甲虫在海芋叶子上划出一个圆圈，它切断了毒素传导系统，吃

光了圆圈内部的叶面，受众会转而感叹甲虫的韬略。最后两个镜头是，布满空圈圈的海芋大叶子，颇有诙谐效果。《影响世界的中国植物》的另一个策略，是揭示自然界中的关系矛盾，将其延展为人与自然的冲突。月季解决它与低温气候之间的矛盾，首先是生出发红的嫩枝叶，储存能量，抵御低温，然后是延缓开花，避免过多消耗能量，片子将自然界这种矛盾斗争延展为花农花商与花期延迟之间的利益冲突。稻秧收拢完毕，在运往稻田的过程中，其生死存亡的命运与水分快速蒸发的矛盾，外化为挑担农民与时间竞赛的冲突。这些冲突均为科学纪录片增添了趣味性。

《影响世界的中国植物》的撰稿人，没有使用缺乏情感的科普语言，而是采用拟人化手法，用人类的细腻情感诠释植物世界。这显示出一种情怀，提升了科学纪录片的文化价值，是它获得成功最关键的要素。它不仅予人新知，而且让人含泪。

比如，大豆通过豆荚爆裂，将种子奋力弹射到数米之外，让它们获得更大的生存空间，以免相互倾轧，这是母亲般引颈前瞻的生活智慧。比如，竹子一生只开一次花，当它们的种子散落世间，那却是它们生命的终结，莲花孕育莲子，必须牺牲美丽的花瓣，全力以赴为莲子节省能量，这比人间的母亲还要伟大，它们必须全部牺牲自己，才能为后代打开天地。

在《水稻》一集，解说词缓缓介绍稻花精心孕育稻米的艰辛过程，弹幕不断出现“好感动，都不忍心吃饭了”“不要伤心，别浪费粮食就好了”“要让孩子懂得粮食来之不易”的留言。画面呈现出整片枯黄的稻田，当旁白说水稻已经把一切能量留给了种子，弹幕是“致敬，地球上所有物种”。看到不育水稻的稻花，没有花粉，仍在无望地等待，许多人说“受不了，哭了”。《水稻》的尾声说，“大约45天的时间内，稻穗上的上百个颖壳，逐渐被淀粉充满，就像是母亲给远行的孩子准备行囊”，“丰收，是人们一年辛劳的回报，对于水稻来说，却是生命的谢幕”，这是惆怅而诗意的语言，吟咏着水稻为人类做出的牺牲。

当科学纪录片倾注着制作者神圣的情感，它便有了文化上的精神力量。《影响世界的中国植物》的主题表达是，植物是所有生命的守护神，它孕育了人类文明。片中对于所有植物的指代，全部使用“她”字，将人与植物的因果关系进行了调换。这种生态观，既是这个科学纪录片系列的起点，又是它的理论支撑点，也是它的结论。

成功：用心摄制汇总结出惊人的视听盛宴
制作人、动物、植物的视频产品，最有故事性和冲突性的必然是人，最可爱的肯定是动物，但最美的一定是植物。只有把美强化到极致，才能使植物科学纪录片在收视市场上

上与关于人或动物的媒介产品相抗衡，吸引更多关注。

《影响世界的中国植物》使用的是4K超高清摄影机，捕捉到许许多多质量上乘的唯美镜头，大量的画面，完全可以说是美到了心灵深处，每一帧都可以做电脑屏幕壁纸。大型航拍器收获了许多恢弘大气的移动全景镜头，在画面叙事上，它为每一株植物的个性展现提供了缤纷绚烂的大环境。实景延迟摄影，让观众看到稻花开启、竹笋生长、荷花绽放的全过程，感受到生命力带来的蓬勃之美。棚内延迟摄影，让观众看到千年古莲子破壳发芽，它像是静谧天宇中焕发的生命。为了表现转移稻秧时必须争分夺秒，摄像师在扁担上安装了一个平稳拍摄器，用主观镜头表现农民在田垄上挑担急走，后期编辑在稻秧旁添加上零星水珠，表示水分一直在蒸发，一种极具表现力的可爱模式诞生了。此外，水下摄影、高速摄影、显微摄影，共同完成了视觉语言的奇观化。

在电编方面，镜头组接自如舒畅，极大满足了受众的视觉体验。首先，编辑会精选恰当的镜头，生动展现撰稿词给出的意境，使之化为视觉美。当撰稿词写到，“在一千多年的时光中，他们在这里修建了四千多条水沟，有了这样的劳作，他们才能在高山之上模拟沼泽地，为水稻打造出空中家园”，编辑选择一个水面反射着天光云影的梯田全景，诠释了“空中家园”四个字。而后，编辑会按照逻辑顺序，剪辑一组组美的镜头，在完成画面叙事的同时，扩充美感的厚度。比如，讲述荷花育子的段落，受众可以清晰地依次看到，花苞在莲叶间探出头，准备繁衍新生命，清晨，花瓣绽开，露出十几个柱头，等待微风和昆虫送来雄蕊上的花粉，午间，花瓣渐渐收拢，保护好花托，荷花要坚持开放到第五天，在这个过程中，它要经受鱼和风雨的侵犯，完成受精后，花瓣不再消耗养分，从底部片片脱落，最后，一粒莲子在月夜中落入水塘，完成生命的轮回。这种美，不光是单纯的画面美，它因为生命美而显得画面更美。

一部片子，有十几个画面超美，不难做到。但像《影响世界的中国植物》那样，所有画面全部呈现出惊人的视觉美，是难以想象的。与此同时，它的听觉语言也不只是十几处抓人，而是从始至终精准细腻，沁人心脾，震撼人心。

对于背景音乐的制作，总作曲代博说，当我了解到竹子不可预测的开花时节和它们同生共死的奇特现象，知晓了劈梅的向死而生，我愈发觉得，对植物世界的音乐刻画，不应该停留在宁静之中，应该展现生命在进化过程中的抗争。因此，这个纪录片系列的音乐，尽管有时是静美舒缓的，但更多的时候却充满着紧张感、斗争性、灵动与悬念。而有时候，比如在稻秧移栽那一段，在紧张

的节奏中，又掺杂着几份明显的诙谐和勇敢无畏的自信。

在同期声音效方面，总导演李成才要求摄录师捕捉自然环境中难于捕捉的真实声响，受众除了能听到空灵的鸟鸣，还可以听到稻穗生长的声音，听到蚕食桑叶的声音，听到种种罕见而新奇的声音。

可以试想，如果片中没有如此丰富的音乐音效，《影响世界的中国植物》会有多大程度的减色，反推回来便可知晓，音乐音效在片中的重要程度。

遗憾：在科学叙述中掺杂了没有必要的意识形态

定名“影响世界的中国植物”，显然是为了讲好中国故事，传递中国声音和中国价值观，共塑中国形象。但是，片中究竟有多少篇幅是在讲中国植物对世界的影响呢，我们以两期节目为例做一个分析。

第五集《竹子》：竹子长高的原因和结构——砍伐竹子，获取纤维，造纸——竹叶与熊猫——环境对竹子的考验——日本尺八（3分10秒）——竹子的审美品格，清廉，守正不阿，虚怀若谷，坚贞有节——竹根——石大宇的竹材设计——日本岚山竹林，英国皇家园林邱园，意大利利用竹子建造迷宫（57秒）——竹子的繁衍——竹子开花谢世——竹苗新生。也就是说，50分钟的片子，涉及国外的部分，只有4分7秒。

第七集《大豆》：野生大豆的驯化——鉴真将大豆带入日本（7分38秒）——大豆传入美国（8分16秒）——韩国大豆画展（2分2秒）——大豆的繁衍。这是中国植物对世界影响占比最高的一期，涉及国外的部分不过是17分56秒，在全篇中的比例是36%。

所以总的来说，尽管我们看到，水稻成了世界上重要的粮食作物，猕猴桃成了新西兰国果，美国有波士顿倾茶事件，日本有茶道，但篇幅远远不够，大多数是浅尝辄止。

影响世界的中国植物，重心在“影响世界”，应该以散布世界的中国植物为叙述核心。但从拍摄体量的区域分布上看，预定目标无法实现，摄制组在国内进行拍摄的地区有93个，但国外地区只有30个。笔者这样认为：标题是节目的总任务，要么奋力去完成它，要么根据实际完成度，修改标题；如果标题是“影响世界的中国植物”，受众和评论家会依照制作者自订的标准做出评判，认为它文不对题，名不副实；但如果把标题修改为“中国植物”，那么片中涉及中国植物对世界的影响，便是超额完成任务。

总之，真正的文化自信，应该是坚信片子做得如此精美，一定会让世界爱上中国植物，认可并扩大中国植物对世界的影响。从外宣思路上讲，应该淡化对外影响，避免引发反感，只要专注于中国植物且做得精彩，对外传播的实际效果一定会更好。阿忆

分餐，真的很难吗？

分餐可以是在上菜前分好1人1份，可以是自助式地取食物，也可以在桌上摆上公筷、母勺自己盛到小碗或骨碟里吃。

其实，2016年版的《中国居民膳食指南》就明确提出分餐制的建议；

2019年健康中国行动也再一次强调在集体用餐中要采取分餐制；

2020年春天的新冠肺炎疫情再次把分餐的迫切性提到了新的高度。

分餐至少有两方面的好处，第一是减少交叉感染，降低食源性疾病和传染性疾病的发生；第二是有助于每个人合理安排自己的膳食，放慢吃饭速度，细嚼慢咽，也减少铺张浪费。

然而分餐，对中国人的家庭来说，还真的很难。

不要说让我们像西方人那样一分一份，就是用公筷、母勺，很多人都觉得没必要。

如果是一家人一起吃饭，家中长辈不认同，“我都不嫌你们脏，你们还敢嫌我脏？”好家伙，子女做起来真的不容易。

如果家中只有两、三个人，互相亲亲热热的，好像用了公筷、母勺就生分了似的。

有些家庭会觉得，自家人吃饭还得分成一份一份的，或者用公筷、母勺夹来夹去，多倒一遍手，多麻烦啊，真的有必要吗？

其实，一件事儿难不难，与自制力有关，

但更与你对它的重要性认识程度有关。

有句俗语说：“如果你真心想做一件事，全世界都会帮你。”

如果你觉得做也罢，不做也罢，那可能真的做不成。

好吧，作为健康节目主播，翕子要说的就是分餐到底有多么重要。

象我们之前传统的“共餐”、“合餐”方式，每个人用自己的筷子、勺子夹取食物，餐具在每个人的嘴里进进出出，口腔和唾液中的细菌、病毒也随着餐具带到菜肴上，不知不觉间传播了疾病。

新冠肺炎的传播途径主要是以呼吸道飞沫传播为主，同时在患者的尿液和粪便当中也分离到了新型冠状病毒，因此有些人再次把分餐提了出来。

的确，预防新冠肺炎除了戴口罩、勤洗手，也包括实行分餐制。过些日子疫情缓解以后，我们还是会一起吃饭，到时别忘了分餐。

当然，分餐预防疾病，更重要的是预防经过消化道传染的疾病，如幽门螺旋杆菌、肠道感染的腹泻、痢疾、结核、肝炎、手足口病等。

特别是幽门螺旋杆菌，这是最容易忽略的传染病。

根据世界卫生组织报告，幽门螺旋杆菌

是世界上人群感染率最高的细菌之一，全球的人群感染率超过50%。令人担忧的是，我国幽门螺旋杆菌感染率约60%，远高于世界平均比例。

这可不是什么好事儿，幽门螺旋杆菌感染者可能会出现烧心、胃痛、口臭等症状，有时会反酸、恶心、呕吐等情况。

更多的人感染了幽门螺旋杆菌并没有任何感觉，也没有任何症状，这也是很多人忽略它的原因。

可是，幽门螺旋杆菌感染者与胃炎、肠炎的关系密切，据说，幽门螺旋杆菌感染者患胃癌的危险性是正常人群的4-6倍。

而幽门螺旋杆菌的传播就是口口传播和粪口传播。

饭前便后要洗手这个大家都做到了。但这还远远不够。

幽门螺旋杆菌感染的患者口腔中会含有少量细菌，如果和幽门螺旋杆菌感染的患者一同进餐，不注意分餐不用公筷的话，有可能会被感染幽门螺旋杆菌。

您也不必过于焦虑，幽门螺旋杆菌很容易通过检测的方法查出来的，也就是我们熟悉的碳13和碳14的方法来检测。只要您早上空腹去医院或体检中心，只要几分钟就可以完成检查。

治疗虽然有点麻烦，但也是可控的。虽

然通常需要服好几种药物，但坚持一个疗程一般都可以治好。

别高兴的太早，幽门螺旋杆菌比较麻烦的是，它不象有些感染，治好了以后会产生抗体，再不会感染了，而幽门螺旋杆菌变异非常频繁，即使产生了抗体，细菌会随时发生变异，所以人不能完全有免疫力去控制它，因此即使经过根除，仍然可能被再次感染。

所以，又回到分餐的话题来了，即使你曾经根除了幽门螺旋杆菌，也还是要坚持分餐才行。

咱中国人不习惯一人一份地吃，那就选择使用公筷、母勺吧。

开始可能会觉得麻烦，习惯了就好了。现在我们就从自己的家庭做起吧。

上一盘菜的同时，放上一个大勺子，或者一副公筷。每个人从大盘子里把菜盛到自己的小碗或骨碟里再吃。

其实虽然麻烦，却让我们不得不放慢吃饭的速度，细嚼慢咽对健康的益处也是翕子多次和您说过的。

很多人说我吃饭就是快，慢不了怎么办？这不，公筷、母勺也能让您吃得慢一些，对吧？