

聚焦 贵州文化人

■ 人物名片

龚琳娜,歌唱家,中国新艺术音乐创始者和奠基人。1975年出生于贵阳,1999年毕业于中国音乐学院民族声乐系。致力于研究民歌、戏曲、古诗词等中国传统艺术和发声方法,到各地采风学习。她以全新的演唱风格演绎了《忐忑》《静夜思》《小河淌水》《弦歌清韵》《自由鸟》《24节气歌》等经典作品。

龚琳娜多年坚持不懈地学习和突破中国声乐艺术,积极探索新艺术音乐的践行之路,奉献了《心经》《苏武牧羊》《胡笳十八拍》《行走的声音》以及“二十四节气古诗词”音乐会等一系列全新作品。



龚琳娜在音乐会上。

做自己 不忐忑

——黔籍歌唱艺术家龚琳娜出版新一册成长随笔集

贵阳日报融媒体记者 郑文丰

黔籍歌唱艺术家龚琳娜,在五十岁这一年出版了自己的成长随笔集《做自己 不忐忑》。书中写的,是她从四十岁到五十岁的成长故事。过去的十年,她经历了什么呢?

2014年,龚琳娜在首部成长随笔集《自由女人》一书中,讲述了一个女人冲破束缚、找到自己、寻获自由的故事。这个过程也是她“不断学习、打破框框”的过程。在音乐上,已经颇有名气的龚琳娜遇到了未来的丈夫,致力于中国新艺术音乐创作的德国作曲家和音乐制作人老锣。老锣觉得龚琳娜唱歌的表情、动作、唱法、声音,和中国其他“学院派”民歌手简直一模一样,没有自己的风格。龚琳娜在自我剖析中深觉对方说的是对的,且敢于离开自己的小天地,开始突破脑子里的音乐“框框”。2010年之后,她演绎了《忐忑》《金箍棒》《法海你不爱》《天马行空》等一系列打破观众习惯的音乐模式,这些被封为“神曲”的作品广为传唱、轰动一时,龚琳娜也被封为“神曲女王”。此外,她还凭借《小河淌水》《静夜思》《相思染》等蕴



含东方韵味的作品,让人感受到了她高明的声乐技巧、丰富的音色以及深厚的根脉,又敢于将“神曲女王”的“框框”打破。

“‘神曲’之后,内心的‘忐忑’才真正开始。”龚琳娜在新书《做自己 不忐忑》中如是说。2010年《忐忑》爆红后,打通音乐筋络、在自由歌唱的路上一路狂奔的她突遭严重腿疾,数月卧病在床,大城市生存发展的压力、人情世故的紧张、身体和心力的透支,促使她做出一个决定:离开北京,迁居大理;在突如其来的巨大关注面前,她不得不在适应明星身份与坚守艺术理想间作艰难的平衡。但市场对“爆款”的追逐过后,又面临演出机会的缩减。她逐渐清醒地意识到,长期演绎老锣的作品虽得心应手,却也陷入模式化的困境亟需突破。龚琳娜尝试多元音乐合作,探索新的艺术表达,但这探索也使其与丈夫老锣在创作理念上产生深刻分歧,两人长期捆绑的合作与生活逐渐让关系失衡。她开始意识到:真正的爱,绝不是彼此缠绕。比起“翅膀连在一起”的比翼鸟,龚琳娜更愿意做“自歌自舞”的凤凰,散发自己的光芒。

2023年,年近五十的她走出舒适区,

登上《乘风破浪的姐姐》舞台,挑战《爱如火》等流行金曲,甚至尝试说唱。在寻求艺术新生的过程中,龚琳娜和老锣二十年的婚姻画上句号。

今年8月1日,在北京音乐厅举办的“做自己 不忐忑——龚琳娜公益生日音乐会”上,她与一路相伴的音乐教师、邻居朋友和一直支持她的歌迷同台,用音乐诠释新书主旨,共庆生命新篇章。台上,龚琳娜分享自己写书的初衷:“我想要保护身心,明确自己与他人的边界,想要建立健康平衡的关系。随之而来的,是生活中更大的冲击,更大的改变,更大的丧失。我好像弄丢了命运的地图,不得不重新寻找人生的道路。我用五年时间,学会了做自己;又用五年时间,学会了不忐忑。”在新书中,龚琳娜以“回归自我”为主线,将镜头对准真实的自己,剖析过去十年的心路历程,毫不避讳地呈现了婚姻变故带来的情感震荡、事业瓶颈期的深度焦虑,以及在巨大名利冲击下对自我价值的重新审视。

访谈

■ “不怕痛,就怕不总结”

记者:《做自己 不忐忑》距离您的第一部书《自由女人》刚好十年。是什么样的契机让您开始写作这部新书?

龚琳娜:《自由女人》讲的是我离开中国去德国,面对中国文化和德国文化的差异性 & 由此带来的艺术启发,怎么开始找寻自己新艺术的路,以及怎么从一个少女成长为一位母亲的历程。那是我的第一本书,是跟出版社编辑陈曦合作的。2019年,陈曦又找到我说,是否希望续写?我觉得我从德国回到北京,从《忐忑》进入名利场,又从名利场离开搬到了云南在山上生活……人生轨迹又有了巨大变化,艺术之路、家庭生活都在变化。鉴于此我想记录下来,不要让自己忘记。

这本书讲述了2015年到2025年这十年的故事。不像《自由女人》是经历过后的明确记录,这本书更像是开启下一个个人生阶段的记录,我也想看看新的阶段我会有怎样的成长。从2019年开始,陈曦就跟着我一路成长,我们一起记录每一个阶段。所以这本书不是突然有的,而是整个过程中一直都在记录。我认为这本书最大的特色也在于此,它像一部纪录片,所有内容都是一边发生一边被记录下来的。正是这些实时记录的内容,让我能回忆起很多细节。因为事后回忆往往会失真,而当时的记录更贴近真实,所以我想这本书最大的特色是它太真实。

记者:这本书中,哪些事是您最不想暴露出来的?

龚琳娜:最不想暴露的就是我最相信的:爱情。秀恩爱是真的,那个时候的爱也是真的。但是我后来发现,爱情跟长久没有关系。

为什么我还相信爱情?因为爱就要全心全意地去爱,不要把爱贴上一个白头到老或者长久的标签,那是人们美好的期许,但不是一定会 发生的事。所有的美好只是那一瞬间,也可能是转瞬即逝。但是转瞬即逝之后的困难或痛苦,才是人们要历练的重点。

对我来说,最痛苦的时候我是以积极的、正向的方式去转移这些情感,而不是说不睡觉、喝酒、自暴自弃,因为我有音乐,我把所有的注意力和力量放在

了我热爱的事情上,用这个强大的力量去学习。

记者:您在写作中如何平衡真实剖白与隐私保护?

龚琳娜:其实这个时代没有太多隐私,因为每个人都有个人平台。但是为什么有些人做非常讨喜、很幽默的工作,但最后还是患上了抑郁症?因为强颜欢笑或者去做一个压抑自己的事,肯定很别扭。所以在这本书中,我非常真实地面对了自己的隐私,在剖析的同时进行自我反思和学习。

我觉得如果那些隐私的部分能够激励到别人,能让别人与我产生共情,或许还能让他们明白应该用什么样的方式走出困境,从中获得一些借鉴,那么这样的隐私是可以暴露的,这也是我出这本书最重要的初心。

记者:家人和朋友看过这本新书后有哪些反馈?

龚琳娜:痛。他们没想到我会经历这些痛,因为很多人看到我是比较乐观的,没想到我其实经历了很多痛。因为在音乐里、或者就我自身的性格而言,我是比较阳光的,这倒真不是装出来的,我本来就是这样的人。但我不怕痛,就怕不总结。

记者:您在书中既是记录者也是反思者,有没有某个“困扰许久”的问题通过文字梳理后“想通了”?有没有产生一些新的困惑或问题?

龚琳娜:我想不明白老锣为什么离开。所以在整个过程中用了很长时间,就是在前面几年写的时候也不知道我们爱情的结尾。写到后面也决定走出来,就是完全想通,也放下了,这本书确实有这个过程。

至于新的问题和困惑目前没有,但人生总有困惑,不是说现在不困惑了,而是不过分执念、继续往前走,生活生命自然就会给你答案,所以不要纠结眼前的答案。

■ “尝试突破,没有评判之心”

记者:您是怎么意识到自己事业的瓶

颈期,并去突破它的?

龚琳娜:我意识到自己事业的瓶颈期,首先是因为演出机会越来越少了。自从《忐忑》爆火之后收到了很多邀请,但是怎么可能每首歌都火呢?所以我肯定不能只按照那个方向去做歌曲。那个时候如果完全做这种纯古诗词的歌曲,又会面临市场的需求问题。我就思考到底是我的作品出了问题,还是市场的需求出了问题。

第二是多年来一直演唱老锣的作品,我逐渐察觉到作品风格趋向雷同,也意识到自己缺少与其他作曲家、其他风格音乐的合作。但是老锣当时是我最重要的爱人,这就让我陷入了艺术选择与家庭选择的两难境地。如今回想起来,我们在艺术上不再合作,或许正是分开的导火线。

我一直渴望在技术上、艺术上获得新的挑战 and 突破。但我真切地感受到自己唱歌的音色越来越趋向雷同,表达方式也比较单一。我对唱歌爱得深沉,音乐在我生命中占据着极其重要的地位,所以如何在艺术选择上开阔自己,成了我面临的一个主要瓶颈。

记者:当您重新回到自己的音乐事业中,如何找到新的发力点和新的受众?

龚琳娜:《忐忑》火的时候,每个人都希望我再做《忐忑2》《忐忑3》,要求我的下一个作品要创新、要成功,要有很多能量。但我只想去尝试没尝试过的东西。也许这个作品不会多成功、多经典,但只要它能带给我新的认知和技术挑战,我就很开心,也愿意跟观众分享。所以对这些年的尝试,我没有评判之心。

比如在《浪姐》的舞台上唱《爱如火》,前不久还看到有人在视频里说这个作品什么都不是,但我觉得它有可创作的空间。还有和美依礼芽演唱《花海》,这些都是我尝试各种风格的体现,包括说唱。不同的风格对我来说很有挑战,我也很乐于向年轻的歌手请教和学习,他们那些速度特别快的唱法是我原来不曾接触的。我喜欢这个学习的过程,所以才有了现在这种比较多元化的状态。我很享受这种状态,而且在学习过程中也能让我忘掉很多烦恼。

■ “越有挑战的事情,生命力越能充分燃烧”

记者:《做自己 不忐忑》是一部女性成长之书。您希望女性读者从中获得什么?

龚琳娜:其实我觉得不仅仅是针对女性的。我有两个儿子,我带大儿子参加了我的离婚 Party,还和小儿子重游了结婚时去过的夜郎谷。我私下里会想,因为他们是男孩,现在年纪还小,可能还不明白这些事,但还是希望这本书不仅对女性,对男性也产生影响,让大家都懂得珍惜生命、珍惜缘分。

记者:您认为这本书能给当下的年轻人什么启发呢?

龚琳娜:不要小看每一件小事。很多人不理解我为什么愿意参加一些节目,唱网红歌曲。别人会觉得我是在“下山”,这么简单的歌我居然还愿意唱,但我这样认为,只要是我没尝试过且喜欢的,我都愿意一点一点去学习。我不喜欢每天都在重复,没有任何新意,两眼无神的生活。我喜欢有新意的生活,在接触新鲜知识的过程中,人会慢慢变得越来越开阔。

我从来没觉得自己是经典,只是我唱过经典作品而已,我觉得只要每天能有一点点进步,学会一个小技能,生命就很美好。

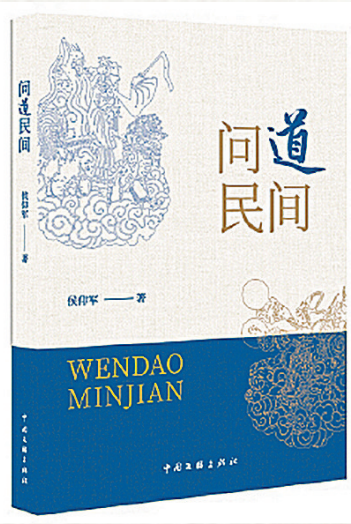
记者:四十不惑,五十知天命。人如何面对命运呢?

龚琳娜:我觉得每次困难来临时,就像大海中的风浪,但我喜欢在大海里冲浪。浪来的时候确实会感到恐惧,就像很多小孩或女性怕走夜路一样,是一种自然的恐惧。但必须冲过去,否则就会被打翻。所以抱着这种心态,困难来了我就直接去冲。

我觉得这种勇气和迈出第一步的决心很难用一句话总结,或许看完这本书,每个人能有自己的体会。我不知道大家会怎么想,但我觉得旺盛的生命力才是活着的意义。我也要求自己不浪费时间,不断激活自己的生命。越是有挑战的事情,生命力越能充分燃烧。

长江文艺出版社/供图

■ 新书速递



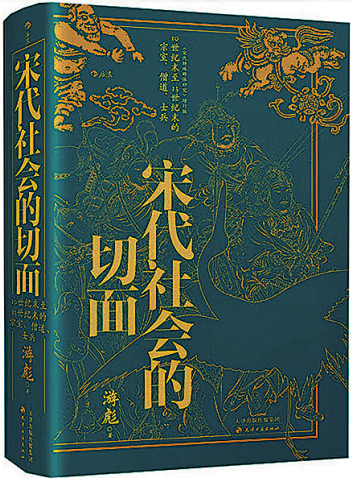
《问道民间》:

在田野中 探寻文明根系

《问道民间》是一部扎根田野、溯源中华文明的著作。作者侯仰军以历史学博士的学术功底与中国民间文艺家协会工作者的双重身份,深耕民间,总结出自己的研究成果。书中以“寻美、探源、问道”为脉络,通过节庆、传说、民俗等载体,揭示民间文化如何以有形遗产与无形观念滋养中华文明千年血脉。

该书体裁丰富,既有严谨的研究论文,也有旁征博引的探索文章,还有妙趣横生的散文小品。作者兼具历史学家的考据精神与田野调查者的现实关怀,其扎实的学识、编辑经验以及遍访乡野的谦和认真,共同铸就了这部集学术性、文学性与历史性于一体的著作。书中收录的十余篇寻古佳作,既是珍贵的民间文化记录,也是文采斐然的游记,对了解地方历史、延续文化脉络意义重大。

戴荣里



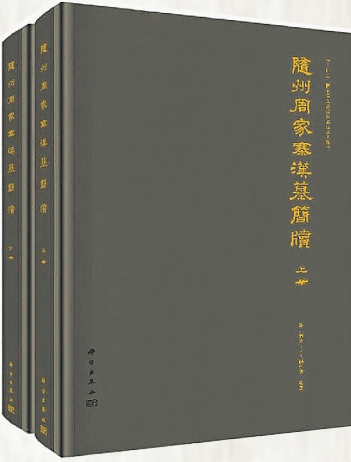
《宋代社会的切面》:

透过阶层 窥视宋代社会

《宋代社会的切面》,是宋史大家游彪先生的遗作,更是一份承载着学术深情与历史洞见的“社会解剖报告”。

宋代是中国历史上“近世”之开端。历经唐宋之变的中国,在社会层面上发生了与中古时代巨大的变化:商业的发达、人口流动的加快、社会阶层的变革……这一切构成了宋代全新的社会面貌。那么,经历了历史剧变的宋代社会面貌如何?这样的变化如何影响宋代的历史发展?各阶层人民的生活在这种社会变革之下又受到了什么影响?作者依借史事,深入观察不为人熟知的皇族后裔、官员子弟、出家人、士兵等群体,还原了从上层贵族到底层百姓的生活,让读者真正回到宋代的历史中去。

北言



《随州周家寨汉墓简牍》出版

经过10多年的整理,《随州周家寨汉墓简牍》近日由科学出版社出版,为学术界研究西汉社会提供了重要资料。

周家寨汉墓简牍出土于湖北省随州市,是我国近年来出土简牍文献的又一次重要收获。简牍主体内容为《日书》,经级合、编连后总数为502枚,可分为78篇,其中57篇为原有篇题,涉及古人的衣食、居处、出行、婚嫁、农事、仕宦等社会生活,对于我国古代思想史研究具有重要意义。

《随州周家寨汉墓简牍》是国家社会科学基金项目“随州周家寨墓地发掘报告”的结项成果,被列入全国古籍整理出版规划领导小组发布的《2021—2035年国家古籍工作规划》第一批重点出版项目,得到国家文物保护专项资金支持。

杨雪梅