



敬一丹：阅读帮助人成长

记者：作为一位优秀的主持人，能分享一下自己的成功经验吗？

敬一丹：我幸运地遇到媒体发展的好时候，又遇到自己喜欢并适合的专业。环境和赛道，都决定了能不能走得远，走得好。我一向害怕和机器、数字打交道，上学的时候就想着，自己肯定当不了工程师、做不了金融。但我喜欢和人打交道的职业，这能唤起我的好奇，并保持持久的热情。媒体人是职业沟通者，在我的职业生涯里，常做的事就是记录和传播，让人们彼此听到、看到，减少障碍和沟壑。世界这么大，矛盾和冲突很多是来自沟通不畅，内心世界的孤独、抑郁，外部世界的冲突、误解，都和沟通有关系，学校、职场、家庭、青春期、更年期、男女老少……沟通伴随着整个生命历程。我作为媒体人，能在变化的时代做一个记录者、传播者、沟通者，是很幸运的。

记者：我们都喜欢您的主持风格，真诚朴素、理性又温暖。我想这种温暖，是因为您心里装着观众。这种风格是怎么形成的？

敬一丹：这和性格、经历、职业都相关。我生于20世纪50年代，当过知青，经历过历史变迁，每一段经历，都会留下痕迹。我刚到《焦点访谈》栏目时，觉得自己缺少锋芒，不是很自信。后来体会到，这个栏目不仅需要锋芒，还需要平衡、执着、韧性，这才使我有力量和栏目相伴20年。《感动中国》是我倾情投入的节目，那些感动你我的人从各种各样的背景中走来，带着光，带着爱，给我精神滋养，让我有信心面对现实。我喜欢去采访现场，半生光阴路上忙，见不同的人、走不同的路、谈不同的话题，都潜移默化影响着我。

记者：在央视这个又喜欢又投入的岗位27年，离开的时候会难过吗？

敬一丹：不会，对我来说就是自然而然，按部就班。我做好了这种准备。临退休前一年，我开始回望自己的职业生涯，我要给自己写个“述职报告”，这就是2015年出版的《我遇见你》。这本书出版十年了，母校中国传媒大学的学弟学妹还在看。为什么？因为这不只是一个人的职业记忆，也是媒体发展史的侧记。媒体发展史可以从教科书里读，也能从个人记录中读，《我遇见你》可以为年轻同行提供一些参照。最近十年，我的读书和写书是融在一起的。我在读别人的书，也在写自己的书。《走过》是我的第十本书，也是我所有书里，最有松弛感的一本。这本随笔集以二十四节气为时间轴，以走过的东西南北为空间点，时空交叉中记录下心动的时刻。当我把近年的新媒体实践和体验写进《走过》时，我想，这本书所呈现的状态，也可以理解为：走着。

记者：以不同的方式沟通表达，您感觉有什么不同？能谈谈您的阅读和写作吗？

敬一丹：媒体人可以有不同方式的表达，适合哪种就用哪种。我在话筒和镜头前说的话、传达的内容多半是公共话语，而文字表达更有个人色彩、更有沉淀感。特别是退休后写的书，很多内容是怀旧的。

《那年那信》是一部书信体作品，我父母保留的家信有1700封，不同年龄重读家信，有不同的感慨，当父母年迈将告别人世时，我越发认识到这些信件无比珍贵。这些信只是千家万户中的一家人的信，是民间记录的小碎片，但碎片拼接起来，就还原了社会图景。这本书的书名《那年那信》，“信”是小家的，“年”是大家一起走过的岁月。从父母相遇到四世同堂，跨越了68年，社会变化巨大，这些朴素的文本有

一种独特的记录和认识价值。后来，我把自己中学生、知青、研究生时期的四封信捐给了家书博物馆。

我还和我的大学同学一起写了一本书：《我末代工农兵学员》，以口述历史的方式回忆知青岁月和求学经历。年轻人不知道什么是工农兵学员，是因为亲历者没有告诉他们，如果那一段历史在他们视线里是模糊的，那就是我们该做的事情没有做，代际沟通是互相解词。书的封面有一句话：趁着我们还没有忘记，留给孩子。这本书收藏在母校的校史馆。

面对至亲告别时，人会非常自然地思索生命。在父母走向生命至暗时刻时，我和他们有过深度交流和沟通。母亲走后，我写了《床前明月光》。面对生死的时候，人往往是孤独无力的，读这些书，我得到启发和帮助，书给我一种精神的力量，帮助我直面生命历程。我妈妈用最后的生命时光给我上了一堂生命课，怎么老去，怎么面对告别，怎么和孩子谈生死……写作不仅是回味失去至亲的眼泪和痛苦，还有更多的对于生的思索。

记者：在您的生命中读书和写书是互相影响的——爱读书是受谁的影响？

敬一丹：我妈特别在乎文字。她第一次见到我爸爸时，他正在读书。在我妈心里读书就是最美的样子、是最好的事情，这个倾向对我们的影响是潜移默化的。上世纪60年代时父亲就给我们四个孩子订杂志。我妈妈说，报纸副刊的故事孩子们也可以看，或者可以订一本杂志，四个孩子轮流看。但我爸爸坚持给姐姐订了《中国少年报》，我是《儿童时代》，弟弟是《小朋友》。邮递员送来报刊，我们拿着花花绿绿的杂志，在院里小朋友羡慕的眼光中跑回家，特别满足。我父亲在家里手不释卷，那形象，无声地影响到我们。

记者：刚才您谈到的《那年那信》，也和母亲的珍惜文字有关吧？

敬一丹：我妈妈珍惜一切家人的文字，她把家人离散时的信做了整理装订，编辑成册，交还给儿女。四世同堂的大家庭，幼小的孩子们还能看这些泛黄的信吗？我在父母和孩子之间做了一场接力，以信中信的方式结构，融入信中背景，把这些信件故事化了。

我珍惜着父母的珍惜，希望让日渐无力的妈妈得到精神慰藉，出书之后我内心安宁，《那年那信》是我妈读的最后一本书。后来爸爸得了阿尔茨海默症，不能看书了，我们仍习惯推着轮椅带他去书店。他在书架上那么多书中，发现了《那年那信》，他停下来，指给我看。我流泪了。

记者：您现在读什么书？也会围绕写作选择相关的读物？

敬一丹：熊景明的《长辈的故事》、梁鸿的《要有光》。我在写《那年那信》的时候读齐邦媛的《巨流河》，是写时代背景下的家族命运，非虚构比虚构的故事更有启发意义。阿那亚社区就有一个家史群，交流自己长辈的故事。读的虽然是别人家的故事，但在读的过程中认识了共同的大时代。我喜欢读这一类作品，而且更倾向于女作家的作品。

记者：《走过》中还提到《读者》曾作为枕边读物。您的枕边书还有哪些？

敬一丹：我的枕边书多半是和二十四节气有关的。比如说气象先生宋英杰写的《二十四节气志》就是一部“气象百科全书”，我把它当成工具书。十几年前

我做过新媒体音频传播，就是朱伟的《微读节气》，是他在微博发表的节气主题短文，后来和年轻人合作《节气·长城》融媒体节目，对我来说也是新体验。“节气”和我同在，半个月一次的节奏，不疾不徐，成了我的生命节奏。

记者：您在文学作品里看到过您自己吗？最有共鸣的是哪一本书？

敬一丹：我在《班主任》里看到我自己。上大学的时候，我读到刘心武的《班主任》，女主人公谢惠敏是团支部书记，特别自律，严格要求自己，也严格要求别人，相信一切印出来的东西。老师说团组织生活不一定念报纸，也可以爬山。谢惠敏说，爬山叫什么组织生活？我们读的是批宋江的文章；到农村的时候，她看到一个男生手里拿着麦穗，就批评说，你怎么能带走贫下中农的麦子？得送回去！那个男生不服气，说要带回家给家长看看麦子长得有多棒。最后谢惠敏还是把麦穗还给了农民。看了小说之后我想，我就是谢惠敏。我在少年时代相信一切印出来的文字，心里从来没有问号，天真烂漫也不属于我，我就是缺少独立思考的“小大人”。刘心武的小说触动了我，使我有自省，难忘那个时代的阅读帮助我成长。

记者：面对海量的图书，您怎么选择？

敬一丹：对我来说纸质书和电子书是互补的。手机里看到的信息有点导读的意味，看到有兴趣的、值得细读的就找纸质书来读，需要泛读的就在手机上读了。这两种阅读，不是非此即彼，是互补的。

记者：在不同年龄阶段，您读书的倾向有什么不同？有什么难忘的记忆？

敬一丹：我青年时期喜欢看传记、读小说，中年以后喜欢看非虚构。在应该读书的年龄，我经历了书荒年代。《走过》中有一篇《53年 同一个图书馆》，写到我中学时无书可读，图书馆是封闭的状态，不封闭的话那些书可能被烧毁、被批判。黑龙江图书馆要倒库，需要学生帮忙整理图书，我才有机会走进图书馆，发现竟然有这么多书！我第一个反应是，这些书我能看吗？这不都是被批判的“毒草”吗？比如《红楼梦》《简·爱》《红与黑》《安娜·卡列尼娜》……每天收工，我们可以悄悄拿书回家，读了这些书让我看到了书海的边缘。书荒年代图书馆给了我光，53年后，我去寻找那个书库，我不想忘。

据《中华读书报》



敬一丹，中央广播电视总台播音指导、电视节目主持人