

## 伊北：就小说创作来说，就是做好自己的事



■受访人：伊北（作家、编剧、紫禁城影业文学总监）  
□采访人：郑甜 孟丽媛（中国出版传媒商报记者）

伊北是土生土长的安徽籍作家、编剧，深耕文学创作与影视改编领域多年，凭借细腻温润的笔触、对现实生活的深刻洞察，创作出多部兼具口碑与影响力的作品。其小说《小敏家》《熟年》《小日子》等被改编为同名热播剧；代表作长篇小说《六姊妹》由其亲自担任编剧改编，在央视一套和腾讯视频开播后，迅速引发广泛社会共鸣，成为近年唯一单集收视率破五的电视剧，并有效带动地方文旅升温，是“文学IP影视化”的成功范例。

《青春外史》是伊北对个人成长记忆与时代风貌的深情回望。他在书中巧妙融入地域文化元素，以主角周言重返故乡为引子，细腻复刻世纪初小城少年的青葱岁月。

□为何将笔下的青春定义为“外史”？

■既然叫“外史”，那就区别于正史，是民间视角、私家著述。其实本质上“外史”不是“史”，它用“外”标明了自己的虚构性质。这里面涉及“史”和“小说”的区别问题。归根到底，小说是一种艺术创作，所以《青春外史》也是一种虚构的艺术创作，但它是对正史的一种补充，揭示的是情感的历史、心灵的历史，剖析历史事实之下的情感逻辑，并从这个情感逻辑中看到某些人的精神史，乃至窥见社会风俗史。

但并不是说这本书关注的就是被主流青春筛掉的次要真实。真实不分次要、主要，而是视角不同。我写的是20世纪90年代中期到21世纪初这一段时间的青春，以及从那个时间点出发，对当下的影响。

□这部《青春外史》与你早期的作品有何不同？

■宽泛地说，《青春外史》里的不少人物不妨视为现在流行的“小镇做题家”的前身。小说分为三个部分，是一种结构设计。第一部分和第三部分都是主人公当下的状态，第二部分则是20多年前，也就是20世纪90年代末到21世纪初的生活回忆。讲述在物质文明高速发展、高考重压之下，那一代人走过的青春历程。

□作品中的“青春”，发生在怎样一个具体的时代背景下？

■那时互联网刚刚兴起，但还没有在高中校园里普及，所以青少年们还处于前互联网时代，也是书信时代的末尾、电话的全盛时代。但社会相较于之前已发生很大变化，这种变化包括不同家庭之间的差距、家庭内部的人际关系，社会的变化也已经投射到校园中。校园也是个小社会。现在回过头看，这是一个年代故事。但逝去的那个年代，又深刻地影响着主人公们当下的生活。他们是从那一片青春的沼泽中走出来。

□如何定义你作品中“英雄”或“反英雄”的形象？

■高中生其实也很难成为弄潮儿，尽管当时已经有弄潮儿出现，比如新概念作

文兴起，一批80后作者被推出来。《青春外史》里面的人物还是相对主流或者说传统。但他们不是观察者或游荡者，他们是自己生活的主角，也不是被动者，他们很主动，在竭尽全力寻找出路，与这个世界对话，寻找自己的未来。他们是普通人，但也是自己生活的英雄。小说中的人物是青少年，可能刚成年，但在当时的语境中，这些孩子觉得自己已经很成熟了，他们不把自己当孩子。

□作为深谙北京的写作者，北京在《青春外史》中扮演什么角色？你的北京叙事，与王朔、石一枫等作家笔下的北京有何不同？

■北京在《青春外史》里只是一个遥远的所在。主人公青少年时对北京充满憧憬，长大后也来到北京。大概就这么一点“戏份”。但北京也很重要，无论当年还是当下，北京对小说中的人物来说，更多是一个精神上的目的地。

你说的这几位作家都是北京本地作家，我看他们的作品不是特别多。石一枫我了解得多一点，过去我们是同事，他那时候刚写出《世间再无陈金芳》。粗浅理解，可能视角不同，我小说中通常是北京外来者的视角。

□作为资深编剧，如何处理“适合影视改编的生动故事”与“坚持文学内在复杂性”之间的平衡？

■我只编过一部电视剧，还是根据我自己的小说改编的，所以可能也不算多么资深的编剧。

写小说的时候没有特意进行场景设计和情节节奏的设计，这些可能都是你们后置的分析。写的时候就是正常写小说。写小说就要涉及描写、叙述，包括场景描写、动作描写，这都是小说写作的一部分。可能我行文比较简白，也强调故事性。而且在小说创作时也没想太多后面影视改编的事情。有没有人来改编是不可控的。就小说创作来说，就是做好自己的事。

□职业身份如何反过来滋养或制约你的纯文学创作？

■职业身份对文学创作既有滋养也有

制约。肯定会有影响，但不会那么大。这确实是另一个领域，接触到一些人、一些事，这种经历本身对创作有帮助，会有启发。过去只是闷头写小说，接触多了，可能更了解影视制作这个行当。

□如果这部作品进行影视化改编，你认为其最大的魅力和最大的改编难点分别是什么？

■其实在所有影视化改编首先遇到的难点就是剧本。剧本改得怎么样？小说改影视还涉及转译问题，改得是否有效？作为改编者，可以遵循原著，也可以大幅度改编，总之是基于小说的基础做或多或少的改编，但最终还是要看成品能否立得住。

影像风格我是外行，但作为观众我比较喜欢写实风格。至于写实风格怎么拍，我不了解。导演我也不了解。

□从你的职业视角看，当下怎样的文学IP更受影视市场青睐？

■这个还是具体问题具体分析。现在行业里也提倡，很多严肃文学也希望能被改成影视。每年都有很多推荐各种文学IP的场合，其中包括严肃文学。但归根到底，小说的影视改编，无论是严肃文学还是通俗文学、传统文学还是网络文学，只要改编，最终都要看改编效果，影视作品是否立得住。在这一点上，大家面对的问题是一样的。就严肃文学来说，有些相对比较难改，那么谁来改、改出来效果怎么样，这是一个现实问题。

大多数作家没法保持主动，因为很多作家不会亲自下场当编剧，去改编自己的小说，这里的情况比较复杂。但好在，你还是有一个原创作品作为立足点放在那里。

□《青春外史》之后，你的文学创作会继续深耕“青春”与“城市”的主题，还是会开启全新的探索领域？能否透露下一步的创作计划？

■我一直写的都是城市，以青春为主题的小说长篇不多，就这一部。未来还是写社会生活，也可能会以古代为背景写故事。时间追溯到更早，讲述的空间也更大一些，爱恨情仇都可以比较极致。

## 叶红：精准的表达是让你每分努力都能被看见

■受访人：叶红（资深职场表达培训师、作家） □采访人：孟丽媛（中国出版传媒商报记者）



□是什么契机促使你动笔写作这本《直击人心》？

■我们确实每天都在说很多话，但很多时候，信息并没有有效传递，意图被误解，协作也因此变得困难。

长期的观察和培训经历让我发现，问题的核心不在于“说”，而在于如何“说得准”和“听得进”。很多职场人陷入了误区：要么过于追求演讲技巧而显得不真诚，要么只有信息、干货却无法打动人心。这种“表达”与“接收”之间的错位，是导致一切沟通问题的根源。

所以，《直击人心》这本书，不是一本泛泛而谈的表达手册。它更像是一张针对职场高频表达场景的“导航地图”，专注于解决从“想清楚”到“说明白”，提供了一套非常务实、可即刻上手的“表达操作系统”。

我写这本书，就是希望帮助每一位职场人，都能掌握这种“直击人心”的能力，让每一次关键表达都成为价值的放大器。

□在你看来，什么才是“直击人心”的表达？

■很多人会把“直击人心”误解为口才好、演讲有激情，但它们的本质完全不同。

在我看来，“能说会道”或“口若悬河”，更像是语言的表演。它的核心是“说话者”自己，关注的是自我的展现是否流

畅、精彩、有气势。而“直击人心”的表达，则是一种价值的传递，它的核心是“倾听者”，关注的是我的表达是否为你创造了价值、解决了疑惑、推动了行动。

您看，这正是我书中强调的，从“关注自我”到“以听众为中心”的根本性转变。它必须包含三个要素，缺一不可：利他、逻辑、真诚。如果说“能说会道”是舞台上的独奏，追求个人的华彩乐章；那么“直击人心”就是职场和商业表达中的导航仪，它的唯一使命，就是高效、准确、可靠地把双方带往目的地。

□你为何认为书中的这四种场景是最高频且最考验表达能力的“战场”？有什么故事或数据支撑吗？

■“战场”这个词，非常贴切。我选择这四种场景，正是因为它们绝非普通的日常沟通。它们的共同特征是：领导在场、机会长得、结果重要，就像是职场路上的四个“大考”。当面汇报、会议发言、竞聘演讲、年终述职这四种场景，直接决定了一个职场人的见度、资源获取和发展。我的《直击人心》不想做一本覆盖所有职场沟通场合的“百科全书”，而是想成为一份精准的“关键战场生存指南”，在这些决定命运的时刻，为读者提供最能保护并放大自身价值的表达利器。

□你认为一个成功的公开演示，最能“直击人心”的部分是开头还是结尾？

■我的看法是：开头决定了听众是否愿意“听你说”，而结尾决定了他们是否会“跟你走”。两者都至关重要，但如果必须

二选一，一个成功的开场具有压倒性的的重要性。

理由很简单，如果你无法在最初的60秒内抓住听众的注意力，那么无论你的结尾多么精彩，你所传递的大部分信息已经在开始时被他们屏蔽了。

开场是建立信任、激发兴趣的“黄金时间”。要做到制造共鸣痛点、暗示价值承诺、激发好奇心。当然，一个有力的结尾同样关键，它负责将整场演讲的能量转化为行动。但这一切的前提是，你必须先用一个“直击人心”的开场，赢得讲述这一切的权利。

在公众表达中，没有成功的开场，甚至没有资格谈论成功的结尾。我的建议永远是：把你最多的时间和创意，投入到设计那个决定生死的第一分钟里。

□对于内向、不善言辞的职场人，你建议他们如何从这本书入手，找到适合自己的表达风格？

■首先不要用“内向”“外向”这样的词语来定义你的表达潜力。“内向”不是表达的敌人，甚至“外向”也不代表就是表达高手。

对于内向的、不善言辞的职场人，我想说：《直击人心》绝非要求你变成夸夸其谈的演说家，而是帮助你找到一种真诚、舒适且有力的方式，让你的价值被看见。

我建议从以下三步入手：从“表演”到“交付”、掌握“模块化”的表达框架、提前做好准备，创造你的“黄金一分钟”。总之，适合你的风格不是“口若悬河”，而是“言之有物，掷地有声”。这本书将为你提供一套系统的方法，将你的内在深度，转化为外在影响力。

在袁隆平院士辉煌的科研生涯背后，有着许多不为人知的温暖故事，辛业芸就是其中一个，没有精心的安排，只有一个普通青年的勇气，和一位科学大师的慧眼。在袁隆平院士去世后，作为他曾经的秘书和长期合作者，辛业芸继续致力于整理和传播他的生平与精神。在一次深入的通话中，她回顾了与袁隆平结缘的往事，并分享了其新书《稻济苍生：袁隆平》背后的故事与思考。

## 而立之年的迷茫与追寻

时光回溯到上世纪90年代中期，将满三十岁的辛业芸在湖南省农科院办公室工作，内心却充满了困惑。“人都说三十而立，我却觉得自己什么都没‘立’起来。”辛业芸回忆道，当时的她每天处理着繁杂的行政事务，渴望找到一份能让自己全心投入的事业。就在那时，同在农科院的袁隆平和他所代表的杂交水稻事业，如同一道曙光映入她的视野。

“我想，如果能进入湖南杂交水稻研究中心，哪怕只是做最基础的工作，也是为这个伟大事业尽一份绵薄之力。”这个念头在她心中生根发芽，最终促使她做出了一个改变一生的决定。

辛业芸选择了一个最传统却最见真心的方式——写一封自荐信。

“我用信纸一遍一遍地誊写，直到涂墨或圈绕都没有了，才觉得满意。”如今回想起来，她仍能感受到当年的那份郑重其事。

这封精心准备的信长达三页，字里行间满载着一个青年对事业的渴望、对科学的敬仰。

然而，信写好后，如何交到袁隆平手中又成了新的难题。

辛业芸想出了一个“笨办法”，到杂交水稻研究中心附近“转悠”，期待能碰上机会。

功夫不负有心人。一天，她果然遇到了正在散步的袁隆平夫人邓则老师。

“我立刻上前，对邓老师说：‘我给袁老师写了一封信，想请您转交。’”辛业芸记得，当时邓老师很和蔼地询问了她的想法，虽然旁边有人表示“中心不进人”，让她的心沉了一下，但邓老师还是收下了那封信。

这个看似微小的善意，成为了她走向杂交水稻事业的第一步。

## “莽撞”电话

信件送出后是漫长的等待。在

期盼与焦虑中，辛业芸做出了一个更大胆、更妄为的举动。“我在电话本上居然找到了袁老师家的电话号码，直接就拨了过去。”这个举动看来或许不合适，而且需要极大的勇气，但辛业芸心想应该会是家中人先接电话。然而让她意想不到的是，电话那头传来的竟是袁隆平本人的声音。

“我完全不知所措！但还是硬着头皮说：‘袁老师，我给您写了一封信，想到您的中心来工作。’”袁隆平的回应十分简洁：“这个事情我不管。”这句话让辛业芸的心瞬间沉入谷底，但接下来的话又让她重燃希望：“这个事情由常务副主任管。”

虽然得到了“指路”，但接下来的半年依然杳无音信。就在辛业芸几乎放弃希望时，转机出现了。第二年春节后上班的第一天，她接到了那位常务副主任的电话。“他非常客气地说，中心要为袁老师配一位专职秘书，问我愿不愿意，如果愿意，明天就来见一下袁老师。”这个突如其来的好消息让她既兴奋又惶恐：“给这样一位大科学家当秘书，我能行吗？”

在犹豫不决时，办公室一位老师给了她关键的鼓励。这位老师曾在20世纪70年代为刚到湖南农科院的袁隆平做过助手。她对辛业芸说：“袁老师是个好人，这个机会你一定要抓住，太难得了！”这句朴实的话语，打消了辛业芸最后的顾虑。

## 从秘书到传承者

后来超级杂交稻研究的故事，成为杂交水稻事业发展史上的一段佳话。而辛业芸不仅成为了袁隆平的得力助手，更在他的鼓励下攻读了遗传育种专业研究生，从秘书成长为研究者，最终成为袁隆平生平与精神的重要整理者和传播者。

回首这段结缘往事，辛业芸感慨万千：“从一封工整的手写信，到一个鼓足勇气的电话，我用自己的真诚敲开了理想事业的大门。”

这段看似偶然的缘分，背后是一位青年对人生价值的执着求索，也是一位科学大师对后辈的无私培养。它不仅改变了一个人的生命轨迹，更让袁隆平院士的精神与事业，多了一位忠实的记录者与传承者。

从秘书到学生，再到传记作者和精神的传承者，辛业芸用她的人生轨迹，诠释了何为“近朱者赤”。她的笔，不仅记录着一位科学巨匠的生平，更是在播撒一颗颗名为“精神”的种子。

## 对话

□你在《稻济苍生：袁隆平》中希望展现一个怎样的袁隆平形象？

■我希望展现他作为战略科学家和世界性科学家的一面。他不仅是杂交水稻的开创者，更早在1986年就提出了杂交水稻育种的战略蓝图——从三系法到两系法，再到一系法。这个战略眼光，已经几十年了，至今仍是我们的研究方向。当初评院士时，有人质疑他“学术性不够”，现在回头看，他的战略思维是超前的。

他也是一个不说大话的人。有些宣传说他从小立志解决人类吃饭问题，但我问过他，他很低调，只说想“学以致用”，想培育出好品种，帮农民提高产量。他的世界情怀，是后来在实践中逐渐放大形成的。

□在袁院士身边工作，最大的挑战和收获是什么？

■挑战非常大。首先是处理国际事务，那时国际传真、邮件很多，我自恃英语基础还行，哪知搁置了八年没有用，就等于丢了，压力很大。袁老师甚至会故意用英语打电话回来“考核”我。

正因为感到自己的无知，我后来下定决心要读他的研究生，从农业经济管理跨专业到遗传育种。他非常支持，还给我题字“有志者事竟成”。他对我没有性别歧视，是真心的导师，鼓励我不断成长。

□在你眼中，袁隆平院士最核心的精神是什么？

■我认为有两方面：第一，是专业上追求极致的工匠精神。他从三系法到两系法，再到超级稻，不断追求“高产、更高产、超高产”，这是他作为育种工作者永恒的主题。第二，是根植于心的使命感。他桌上总放着一个计算器，不算别的，就算“多少粮食能养活多少人”。他心中装的不仅是中国人民的饭碗，更有“发展杂交水稻，造福世界人民”的胸怀。

□这本新书与你之前的著作相比，有什么独特之处？

■这本书更侧重于对标和诠释“科学家精神”，从多个维度去展现他的精神风貌。在内容上，我也加入了一些新的梳理，比如更系统地阐述他早在1985年就提出的超高产育种思路，这与我们现在的科研方向依然高度吻合。

□未来在写作上还有什么计划？

■袁老师去世后，我就决心要写一本在他身边工作的回忆录。但这几年一直忙于他的文献建设与全集编纂，工作强度大到神经衰弱。直到今年，我才真正开始动笔。我还想写一本以“种子”为主题的科普书，用更生动的方式向公众讲述杂交水稻的故事。