



8

从康巴人
生存心境
进入
从康巴人
生存智慧
进入
从康巴人
生存哲学
进入



一、生命纪实：绝境之中的生存博弈

本篇章跨越万里山河，铺展开一幅多元又残酷的自然生存画卷。冰封的北极荒原，零下五十度的极寒与漫长极夜是永恒的考验，北极狼以族群为依靠，依靠协作捕猎延续血脉。古老的狼与麝牛的世代博弈从未停歇，捕猎失败、病死猎物携带疫病等危机接踵而至，全球

频繁的极端天气，正在打破万物千万年来形成的生存平衡。

二、审美意趣：野性之美与现实沉思

整部纪录片沉淀着克制又震撼的自然审美，摄制组以漫长的蹲守与耐心等待，捕捉大自然转瞬即逝的光影之美。晨光中的雪原、簇拥成团的蝴蝶、峭壁之上的雪域生灵、雨后幽深的洞穴，每一帧画面都兼具写实质感与艺术美感，将冰原的苍茫、荒漠的辽阔、丛林的静谧、峡谷的幽深尽数呈现，让观众沉浸式领略地球多元的野性风貌。

影片以极致环境对比构建叙事张力，北极的极寒、非洲的燥热、戈壁的荒芜、雨林的潮湿，冰火两重的生存场景相互交织，展现自然的残酷与包容。群居动物的抱团取暖、独行生灵的孤军奋战，繁衍的希望与死亡的绝望时刻并存，让生命的韧性脆弱形成强烈反差。

在自然风光之外，作品始终贯穿着深刻的人文反思。全球气候变暖、极端天气常态化、人类城市扩张、过度放牧、生态破坏等人为问题，不再是遥远的概念，而是直接作用于野生动物的生存日常。动物迁徙路线被截断，栖息地退化、疫病蔓延、食物匮乏，一幕幕悲剧直观敲响生态警钟。

自然从不属于单一物种，万千生灵共生共栖，才是地球原本的模樣。影片以温柔又沉重的视角提醒观众：野生动物的绝境，本质上是生态环境恶化的缩影，人与自然的矛盾日益加剧，守护万物、和解共生，是人类不可推卸的责任。即便生存之路不断收缩，万物依然在绝境中奋力生长，这份生生不息的生命力量，也赋予了影片温暖而坚定的底色。

三、镜头语言：以影像叙事，赋予自然温度

成熟细腻的镜头语言，是本片直击人心的关键。摄制组深入无人之境，穿越狭窄地缝、泛舟幽暗暗河，深入韩松洞地下秘境，记录石笋、穴珠、盲鱼、荧光水藻等罕见景观，解锁地下极端生命世界，拓展了观众对地球生存边界的认知。

影片严格遵循影视构图法则，巧用三分法、对称构图、中轴线取景，结合光影变化、景别切换、焦点调度塑造画面层次。横移、推拉摇移、跟拍等多元运镜手法灵活运用；推镜头聚焦捕猎细节、动物神态，放大生死博弈的残酷；拉镜头延展天地全貌，烘托环境的苍茫与荒凉；摇移镜头串联场景，营造空间纵深感；持续跟拍追踪动物迁徙、捕猎、觅食的全过程，让叙事连贯流畅。

剪辑节奏张弛有度，形成鲜明的情绪表达。捕猎追逐场景采用快节奏剪辑，交替切换猎手与猎物的视角，穿插细节特写，渲染紧张刺激的氛围；雪原休憩、蝴蝶蛰伏、万物蛰伏的画面则放缓节奏，以长镜头营造静谧苍凉的氛围。镜头的对立与连接强化矛盾冲突，物种差异、环境反差、生死对比，让叙事更具冲击力。

同时，镜头刻意弱化人为痕迹，以客观冷静的纪实视角观察自然，隐蔽拍摄让动物展现最真实的生存状态。特写镜头捕捉小象夭折、狼群觅食、猕猴相拥等细腻瞬间，赋予野生动物情感温度，拉近人与万物的距离。配乐与画面深度契合，贴合不同场景的氛围，补齐叙事节奏，让冰冷的自然纪实拥有情感共鸣，引导观众透过画面读懂生态危机与生命重量。

四、结语

《极端之境》用客观的纪实、绝美的画面、深沉的思考，书写了一曲绝境生命之歌。严寒、干旱、风暴、贫瘠，限制着生灵的生存，却磨灭不了生命繁衍求生的本能。自然法则残酷无情，但生命本身永远坚韧而磅礴。

而在所有自然危机背后，人类活动成为加速生态恶化的关键变量。这部纪录片不止是一场视觉盛宴，更是一份生态警示。当地球极端之地不断扩张，越来越多的野生动物陷入生存绝境，人类必须正视与自然的关系。敬畏自然、守护生态、包容万物共生，方能让冰雪荒原、雪域戈壁、丛林旷野，永远留存生生不息的生命回响。

极端之境下的极端生命

评《地球脉动》第三季之《极端之境》

陈可欣

变暖引发的动物疫病频发，让本就艰难的觅食之路雪上加霜，唯有拼尽全力猎杀，方能抵御极寒、熬过寒冬。

北非阿特拉斯山脉的雪松林，巴巴里猕猴以相拥取暖对抗刺骨严冬，群居是它们活下去的屏障，离群便意味着直面死亡，残酷的自然筛选下，近半数猕猴难以跨越寒冬。万里之外的墨西哥丛林，数百万只黑脉金斑蝶集群越冬，却要直面风暴、霜冻的致命侵袭，极端天气每年都会夺走绝大多数蝴蝶的生命，渺小生灵在天灾面前不堪一击。

广袤的非洲草原，世代传承生存智慧的大象，正在被极端气候与人类活动步步紧逼。过度放牧、持续干旱割裂了家园，食物与水源日渐匮乏。象群首领背负整个家族的存亡，营养不良的幼崽最终倒在荒原，成为生态失衡下无声的悲剧，折射出大型哺乳动物生存空间不断被挤压的现实。

荒芜戈壁与雪域高原之上，雪豹是独树一帜的绝境王者。这片百万年苦寒贫瘠之地，是生命禁区，却孕育出强悍的雪山精灵。雪豹独居独行，母豹独自抚育幼崽，用两年时光传授捕猎与求生本领，凭借极致的速度与强悍的捕猎技巧稳居食物链顶端。但同类相残、栖息地破碎、食物短缺等问题，也让雪山之王的繁衍之路危机四伏。

除此之外，春临雪原逆流繁衍的欧洲林蛙，依靠周期性野火焕发生机的南非非洲波斯植被，不同物种以各自的方式适应极端环境、延续种群。优胜劣汰、生死轮回，是自然界不变的法则，而愈发

《阿扣》的故事，始于金川土司莎罗奔的崛起，终于阿扣血染梨花的悲剧落幕。作为大金川土司的掌上明珠，“阿扣”在嘉绒藏语中意为“掌上明珠”，她天生丽质、聪慧果敢，既有雪域女子的纯粹坚韧，又有不被世俗束缚的率真洒脱。然而，在土司割据、战乱频发的年代，美貌与身份从来不是幸运，而是裹挟命运的枷锁。父亲莎罗奔为扩张势力、巩固地位，将阿扣当作政治筹码，先后把她许配给丹巴革什扎土司、康定明正土司，最终嫁给小金川土司泽旺。三段身不由己的婚姻，让阿扣辗转于各大土司的权力博弈之间，也让她意外遇见一生挚

翻开韩玲的长篇小说《阿扣》，金川的雪山、碉楼、梨花便在文字中徐徐铺展。这部荣获第三届青稞文学奖长篇小说奖的作品，以雍正至乾隆年间的金川历史为底色，聚焦嘉绒藏族女性阿扣的传奇一生，打破“红颜祸水”的千年偏见，为被历史污名化的女性正名，也让我们在爱恨情仇与家国风云中，读懂雪域文明的厚重、人性的复杂与生命的尊严。读完这部近三十万字的作品，心中满是震撼与深思，既有对阿扣命运的悲悯，也有对历史叙事的反思，更有对民族文化与女性力量的深刻感悟。

雪域明珠的历史微光

读韩玲长篇小说《阿扣》有感

昌旺多吉

爱——良尔吉。在等级森严、男权至上的土司时代，阿扣的爱纯粹而炽热。她不顾身份悬殊、不惧世俗眼光，与良尔吉相知相守，这份敢爱敢恨的勇气，在封建礼教与权力规则面前，显得尤为珍贵又脆弱。但乱世之中，个人的情爱终究抵不过权力的洪流。大小金川土司之间的纷争愈演愈烈，乾隆皇帝为巩固边疆统治，两次派兵征剿金川，战火席卷整个嘉绒大地。阿扣的婚姻、爱情与命运，彻底被卷入这场巨大的历史漩涡。在野史《金川妖姬志》中，她被污蔑为引发战争的“妖姬”，背负祸国殃民的骂名三百年。而韩玲的笔触，拨开历史的尘埃，还原了一个真实的阿扣：她不是挑

起战争的祸水，而是权力博弈的牺牲品；她不是水性杨花的妖姬，而是渴望真爱、坚守气节的雪域女子。

小说最打动我的，是对人性复杂与生命尊严的深刻诠释。阿扣的一生，是挣扎的一生，也是坚守的一生。她身处权力漩涡，被父亲利用、被土司争夺、被世人误解，却始终没有丢失内心的纯粹与善良。面对强权压迫，她不卑不亢；面对心爱之人，她倾尽真情；面对民族危难，她心怀故土。韩玲没有将阿扣塑造完美英雄，而是赋予她真实的喜怒哀乐：她会因身不由己的婚姻而痛苦，会因爱而不得而心碎，会因战火纷飞而忧虑。正是这份真实，让阿扣走出了历史符号化的刻板印象，成为一个有血有肉、立体鲜活的女性形象。除了阿扣，小说中的其他人物也同样鲜活：野心勃勃、为权力不择手段的莎罗奔，勇猛善战、重情重义的良尔吉，懦弱无能、沦为傀儡的泽旺，还有无数坚守家园、浴血奋战的嘉绒藏族同胞。他们每个人都被时代裹挟，在权力、亲情、爱情与家国之间艰难抉择，共同构成了一幅波澜壮阔、人性交织的历史画卷。透过这些人，我们看到了乱世之中人性的光辉与阴暗，也读懂了嘉绒藏族人民坚韧不屈、热爱家园的民族品格。

作为一名生长在阿坝大地的读者，《阿扣》让我对本土民族文化有了更深刻的认同与自豪。韩玲是金川本土作家，她以细腻的笔触，将嘉绒藏族的民俗风情、宗教信仰、文化传统融入故事之中。巍峨耸立的碉楼，是嘉绒先民智慧的结晶，“攻一碉如攻一城”的惨烈，彰显着藏族儿女的勇猛无畏；悠扬的锅庄舞、清脆的银饰碰撞声、庄严的开坛祭祀，展现着嘉绒文化的独特魅力；漫山遍野的梨花、奔腾不息的大金川河、巍峨的雪山，构成了独特的壮美风光。这些描写不是刻意的堆砌，而是作者血液中流淌的文化密码，让我们在阅读故事的同时，深切感受嘉绒文明的厚重与璀璨。

更重要的是，《阿扣》带给我们一场深刻的历史反思。长久以来，在传统历史叙事中，女性常常被置于边缘化的位置，甚至成为权力斗争的替罪羊。从妲己、褒姒到杨玉环，无数女性被贴上“红颜祸水”的标签，承担着本不属于自己的历史罪责。阿扣的遭遇，正是这种性别偏见的缩影。三百年间，她被野史污蔑、被世人误解，背负着沉重的历史骂名。而韩玲以女性作家的悲悯情怀，打破这种固化的历史偏见，为阿扣正名，也为所有被历史遗忘、被污名化的女性发声。这部小说告诉我们，历史从来不是单一的宏大叙事，而是由无数个体的命运共同构成的。那些被忽略、被误解、被污名化的个体，尤其是女性，她们的悲欢离合、坚守与抗争，同样值得被看见、被尊重、被铭记。阿扣的悲剧，不仅是她个人的悲剧，更是时代的悲剧、男权话语下女性命运的缩影。而韩玲的书写，如同微光，照亮了历史尘埃中被遗忘的角落，让我们得以正视历史的多元性，反思性别偏见，珍视每一个生命的尊严。

掩卷沉思，阿扣的身影依然清晰：她是雪山脚下的雪莲，纯粹坚韧；是梨花丛中的精灵，美丽多情；是历史尘埃中的明珠，历经沧桑，依旧闪耀。她的一生短暂而传奇，悲惨却壮烈。《阿扣》不仅是一部历史小说，更是一曲女性觉醒的赞歌，一首民族文化的颂歌，一份对生命尊严与历史真相的执着追寻。