



北宋的皇帝大臣有中年危机吗？现代人在宋朝拥有什么技能最快乐？北宋的女仆又能有怎样的传奇人生呢？

在北大历史学系教授赵冬梅的抖音主页，更新着关于宋朝的小故事。赵冬梅1988年入学北大，主修宋史，博士毕业后任教至今。

赵冬梅很早就开始关注象牙塔以外的知识传播。2012年、2018年，她曾在中央电视台《百家讲坛》讲述北宋政治家寇准和司马光，成为北大历史系第一个走上电视向公众传播历史学知识的学者。前年电视剧《清平乐》热播，她也以宋史研究者的身份参与了诸多讨论，今年另一部展现宋代生活的电视剧《梦华录》火爆荧屏，她也不吝赞美：“他们对宋史的传播没有坏处，只有好处。”

在赵冬梅看来，通俗表达的传播力量是巨大的。“我们作为一个学术共同体，多少前辈前仆后继地研究宋朝，可它的力量能有多大？”时代在变化，赵冬梅决定拥抱新的传播媒介。她说：“如果我的短视频接触到了一万个观众，最后有一百个、十个抵达了，我都觉得非常了不起。”



假如宋朝有抖音 苏轼开美食号会火

北大教授赵冬梅

给大众一个牵引一个线头

抖音最初给我的印象是它很短、有很多生活化的、让大众发声的内容，现在它有很多比较难的、小众的知识，而且平台还给知识类创作者这样的支持力度，我其实很意外的。

我入驻抖音，是和出版社团队商量的结果。去年到今年年初，我与西瓜视频合作过18期节目，比如推荐宋史入门必读书目、讲《资治通鉴》的创作背景、讲宋朝有名的“乌台诗案”到底怎样改变了苏轼的人生等等。团队觉得这些内容还可以有更深远的传播，便建议把原本比较长的视频切成小条放到抖音上。

与其他媒介相比，短视频确实是直指人心的，它要你短平快地给到一两个金句，同时正好回答一个问题。它很便于把一件事情说清楚。虽说，有时它可能不如书那般缜密，但短平快传播这个过程仍是有意义的。

我有时做家务的时候会听介绍书的节目，这本书可能是正常情况下以我的研究范畴和个人兴趣不会接触到的，可这个节目让我知道有这么本书，我灵机一动觉得它不错，没准就会买来看看。所以我做抖音也是一样的，其实是给大众一个牵引、一个线头，也许推开了一扇窗，也许让你的生命就此丰富了起来呢？

我从象牙塔里踏出一只脚、开始做知识普及以来，一贯的态度就是“只管做就行了”。传播有时不是能靠理性来推知的，所以对“红”这件事儿，我没有那么高的追求。我们会看数据，但不完全听它的指挥。我认为应该分享给大众的，我就会去做，至于有多少人爱它，没有关系，就像我做讲座，底下坐了200人，只要有一个人听懂了，我觉得我就赢了。

不要把剧当作历史来苛求

除了做短视频讲宋史，现在热播的电视剧《梦华录》其实也是让大家认识宋朝的窗口。

网上有一些争议，但我的追剧体验还不错。首先，我们不要把剧当作历史来苛求，因为影视剧与学者根据文字资料复原的历史场景是不一样的。影视剧需要动态画面的表达，而这更丰富的内容一定是要靠现代人的想象去填充的，而且影视剧表达的东西一定是立足于现代的。放到古代，赵盼儿曾在贱籍，不排除能成为顾千帆那样出身的人的正妻，但大概率就是一个很受器重的妾。因此影视剧就是个现代的东西，不用吹毛求疵。

另一个便是《梦华录》《清平乐》这些作品是全新的创作者做出来的。他们受过良好的教育、受过科学的训练，他们和“传统的通俗”表达者是不一样的。所谓“传统的通俗”多指杨家将、

岳飞、包青天的故事，它为老百姓喜闻乐见，已经是中国历史记忆的一部分，尽管它并不反映历史真实。新的创作者会提供一个相对陌生的故事，培养新的观众，他们与从小在评书和戏台上听杨家将故事的观众不一样，但我相信新观众的数量会越来越多，老观众也会被吸引过来，毕竟谁也不会排斥符合常识、赏心悦目、又能产生情感共鸣的东西的。

我很感激他们将公众的目光吸引到宋代这个朝代。作为学者，我觉得它（宋代）是有一些光芒闪耀、值得我们珍视的文化遗产的，我们认识它，会丰富我们的历史认知和当下的生活，对于我们建设一个更好的中华文明也是有好处的。看了电视剧对宋代感兴趣的人或许会看看我的视频，更感兴趣的话可能会读我们的文章著作，这不就过来了吗？这是一个很良性的互动。

苏轼如果做抖音会得心应手

打破旧传说、建立相对真实的历史叙事，其实更多的是我们学者的责任。学术界作为一个集体，有责任用比较正确的知识和观念来影响大众。

像我在《百家讲坛》讲寇准，首先要告诉大家杨家将故事从头到尾的架构都是错的。宋朝统治者对于武装力量具有很强的破坏性这一点有非常清醒的认识，以寇准为代表的士大夫才是真正的国家柱石。我讲这一点时，不会花很多时间纠缠，但起码能帮观众进入到“打破旧传说、建立相对真实的历史叙事”中。

这样的深入浅出，其实是非常不容易的。但在学术界，这是长期被低估的能力。“浅出”需要你对“深入”的对象有非常深刻的理解，你才能在通俗化的时候不至于走样。

这些年，我在做学术研究时的态度是极其严肃的，但表达方式是流畅的，我把它称之为“光滑叙事”。我写《大宋之变》《法度与人心》《人间烟火》这些书是这样，做西瓜视频、抖音也是这样。叙事是光滑的、外表是通俗的，但底下的依据一定是非常扎实的，正如胡适先生所说，有几分证据说几分话，这是我们历史学的基准底线。

我现在刚入驻抖音，还没时间去关注其他文史学者，也还没为抖音网友“定制”视频，不过，对于“如果宋朝有抖音”这个脑洞，倒是有一些想法。

我常说苏轼是“华夏最美人格典范”，是“最具人民性”的历史人物。他做抖音应该会很得心应手，说不定还会有关播，今天吃蟹，明天吃东坡肉，他可能会展示酿蜜酒、制墨，有点像李子柒那样，只不过他不是每件事都能成功。再加上他老被贬，说没工作就没工作了，做直播他还能赚钱。

另一个大家不一定能想到的抖音博主是方方正正的司马光。在洛阳如果是有个很信任的朋友极力怂恿他，说要影响老百姓，最能抵达普通老百姓的是抖音，说不定真会放下包袱来做那么一两场直播，而他板着脸说出来的金句可能会被切成短视频放到抖音上。要是有人告诉他现在有多少粉丝了，他或许还会感慨：“你看就因为跟你在抖音上聊，耽误我修《资治通鉴》，我得赶紧把功课补回来。”

最后一个我能想到的人则是苏舜钦。他的外祖父、祖父都做过宰相、副宰相，娶的也是名臣杜衍的女儿，他才气大、格局大，是当时政坛的明日之星。后来他因支持范仲淹庆历新政被贬苏州，修建了沧浪亭。他的亲戚其实都能罩住他，但他仍然觉得委屈，要是那时候有面向大众的输出方式，也许就能弥补他在政治上的失利，也许他就能活到环境变了的时候呢？他那么有才华，一定能够大红大紫的。

据《北京日报》

中国第一历史档案馆新馆首次面向个人开放预约

新华社北京7月4日电（记者董博婷）记者从国家档案局了解到，中国第一历史档案馆新馆4日起面向个人开放预约，社会观众可通过中国第一历史档案馆网站、“皇史宬”微信公众号、“中国第一历史档案馆”小程序进行预约查档、参观。该馆将于6日正式对公众开放。

这是中国第一历史档案馆新馆首次

面向个人开放预约。馆内设有“兰台翰墨·家国春秋——明清历史档案展”“盛载千秋——明清档案装具陈列”“守护国家记忆·传承民族文脉——明清档案事业发展历程”等展览。在这里，参观者可以看到包括入选联合国教科文组织《世界记忆名录》和《世界记忆亚太地区名录》在内的数百件珍贵的中国档案文献珍品。

为更好服务党史学习教育常态化长效化和全社会“四史”宣传教育，馆内“百年恰是风华正茂——大型主题档案文献展”此次也一同面向个人开放预约。展览精选300余件馆藏珍品档案、100余张照片、20余组音视频以及历史革命图书和实物，深刻揭示了我们党不断取得胜利的成功密码和力量所在，诠释了伟大建党精神。

据了解，相较于故宫西华门内老馆，新馆内的档案查阅区查档机位成倍增加，达114个。馆内档案信息化管理平台开放44个全宗档案468万余件，官方网站可供检索的档案目录达410万余条。同时上线《清实录》《清会典》2个全文检索数据库，供公众免费使用。