

## 陈其钢：做真实的自己

各位好，我目前的状态不太适合录视频，其实说话也有点上气不接下气。这样的情况经过了五六年的时间，我总是抱着希望，说能不能好一点，结果是且战且退，一直退到今天这个状态。途中也有些沮丧，不像你们在影片中看到的那个我，胖胖的。我甚至看到影片中那个我，比方说，在工作坊跟大家讲课的时候，两个腮帮子还有肉的那种感觉，那简直就是一个大肥猪，哈哈。现在的我和那时候的我完全不一样了，而且由于吃各种药，对身体都有害处，让我变得……大家说我（以前）挺白的，我现在完全是一个接近“黑人”的人。我到医院的时候，比如看到一个民工或者什么人，我就会问我周边的人，我比他黑还是怎么样，结果我得到的答案一般都是，“你比他更黑”，哈哈。

言归正传。这个片子做出来非常不容易，我也借这个机会感谢一下郭旭锋导演。我这个人生总是很有运气，会碰到一些个奇奇怪怪的人。在完全没有经济支持，完全没有希望电影做出来会是什么样子，有没有放映的机会……（在这些）一概不知的情况下，去投入这么多年的时间和精力。非常坚强，不怕打击。就像我以前经常说的巴尔扎克一样，这样一个片子，改了至少十次，不厌其烦，别人有意见，他从来没有生气，也从来没有气馁过，就这么改了下来。

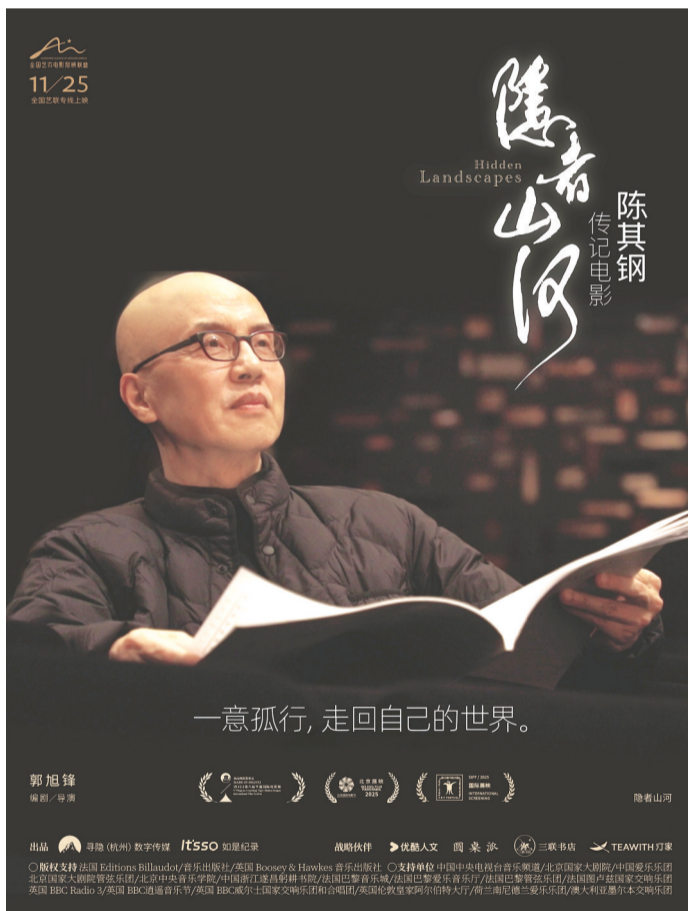
其实跟我一样，我现在是胡扯哈。我自己的回忆录，《悲喜同源——陈其钢自述》这本书，我改了二十遍。因为当年我就是看了巴尔扎克的经历，他的每一本小说——他一共有七十本书，每一本书他都从头到尾改了七遍。而这个“改”可不是一般地改，几乎是重写。你要花多少时间，多少精力，有多大的韧性和热情去做这样的事？结果没想到，我自己也做到了。结果郭旭锋也很玩命。做片和写文字还不一样，那是一个创作。写文字，我作为一个作曲的来讲，大家可能有体会，写字比写音乐容易多了。

后来我又将我有限的精力投入了《躬耕书院—陈其钢音乐工作坊实录》（这套书）。所谓“实录”，就是将整个课程的过程用文字整理出来，把它变成一本书。文字一共一百五十万字，先要把它精选出来，进行剪辑（编辑），最后剩下六七十万（字）。这要比我回忆录的量大多。我们现在已经从头到尾改了七遍，每一次都要从头到尾通读啊，让你读一本七十万字的书，你试试看！你要花多少精力和时间，而且不是一般地读，而是要进行修改。

回到这个电影，大家刚刚看过的这个电影，如果说我们想分享一些经验给观众的话，不是说我们做了什么，而是，我怎么做。这才是最重要的。时代在变，我做了什么，实际上你们无可借鉴，也无法分享。因为我做的就是《逝去的时光》《蝶恋花》《江城子》这些，这就是我，这个你

## 编者按：

2025年11月，《隐者山河》开始在全国上线，因为身体原因，陈其钢先生无法到现场与大家见面。片方在去一所音乐学院分享电影时，应学校老师邀请，请陈其钢老师录了一段音频，以鼓励年轻的学生们砥砺前行。片方认为，这段录音太珍贵，想分享给所有人，作为《隐者山河》献给观众的礼物。



且你不能靠这个吃饭，你要想吃饭，你得有其他的本事。

当然话说回来，现在正在到来的这个时代给了我们很多新的方法，新的思维。比如说AI，我说AI不可能代替人写出人们的心灵之声，我至今还是这么认为。但是AI可以大大地改变你的思维，让你有更多的方法，更宽的眼光和胸怀，去做你原来完全不可能做的事。这都是学校不能教的。因为我们想的就不是人的心灵，我们想的是，怎么好卖自己，作曲的人尤其会想怎么把自己卖出去。你们要想做一个作曲家，你必须做一个独一无二的人。这不是狂妄，这是必需的条件。要想做到这一点，你必须吃苦。如果你这个人没有吃过苦，无论是心灵的苦还是物质的苦，你根本就做不了作曲家。

我也想跟大家分享一点，人生，它是一个艰难的人生。没有一天可以像我们所说的，阳光，新开始的一天啊……不是。我每次为什么痛苦？就是因为拿起纸来或者打开电脑的时候，我写下那东西它不是我。做到（写下那东西是我）这一点太难了，但又很巧合的是，我很有运气。在过去的这些年，由于我的性格，我写出的那些作品是非常鲜明的我，这一点还是让我挺欣慰的。但是这一点并不能掩盖我的痛苦，作为一个创作者，你要想高高兴兴地就“成功”，这个“成功”是带引号的，几乎就是不可能的。

郝维亚老师跟我说，我们现在学作曲的同学中间会有很多人迷茫，会有心态上、精神上的压力，这个我特别能理解。我也愿意和你们分享，我这五六年在生病，在过去六年里，我没有成功写出一首作品。作为一个“作曲家”——所谓“作曲家”，我没有。我不是不想，我甚至经常写出一些素材，但没有一个满意的。我痛苦也是（因为）有些很好的音乐家，世界级的，来找我，希望我能为他们创作作品。面临这种机会的时候，我也会努力，但是我努力不成，最后只好提前一年告诉人家，我完成不了。

当然身体也是一个因素，所以有的时候我会抑郁。甚至一天最过分的时候，我可以哭四五次，而且是真的痛哭，想不开了，没有路了。尤其是想到我的家人对吧，父母都不在了，儿子也不在了。当我说到一句话，“他们都走了”……这句话我是不能说的，我只要一说，就受不了。

作为一个作曲家，所有这些东西，实际上都是造成你的特性、你的人格的因素。离开一点时间，你会发现，太宝贵了，因为你就是这样一个人。一个真实的，可以面对自己，敢于面对自己，可以和自己的朋友分享自己的一个人。

我就是借这个机会，跟大家分享一下。我希望通个这么一部影片，大家也可以回去思考一下，我们怎么样做，能够做出一个真实的自己。好，就说这些，谢谢。

们学不了什么。你们可以学的是，一种独立、自主、自由、开放的胸怀和精神，这是可以提供一种借鉴，一种人生的方式。

今天这个时代和过去任何一个时代，包括我们自己的时代，已经完全不同了。现在你们在学校所学的，和我们不太一样。但说实话，无论是中国大环境还是世界大环境，我们所有的人，不管干什么的，还都停留在过去呢。我们并没有意识到，时代在发生一个巨大的变化。我们现在所学的，所讲的，什么技术啊什么中国风格外国风格……等等一切都没有用了，因为时代将把这些东西远远地扔到一边儿去。或者，最多把它作为博物馆的藏品。比如我们现在听的古典音乐，包括20世纪的现代音乐，都已经是过去了。而你们将要

做的，不是这些，必须不能是这些。所以有的时候我会觉得有点心疼，我们请来的专家讲的话，都是过去的话，什么先锋啦保守啦……这些观点本身根本就不搭边。作为一个创作者来说，心里想的根本就不应该是这些东西。你作为一个人，你在你们班，你们班有佼佼者对吧，你不是佼佼者，你是你们班最落后的一个人，那没有关系，你就做好你自己。因为你要写的，是你的心灵之声，那和佼佼者毫无关系。做好了你自己，当然，非常难，你挣不了钱，你得了不了奖，你参加比赛连门儿都没有，学校也不会送你，你到那儿也得不了奖，因为你不符合这个时代的一切标准，你要做的是自己的事情。当你有这个勇气的时候，你必须下决心走一辈子孤独的路。而