

中央电视台《为您服务·旅游风向标》栏目组 编



经济管理出版社
ECONOMY & MANAGEMENT PUBLISHING HOUSE

一切皆可
由零开始



图书在版编目(CIP)数据

由零开始 / 中央电视台经济频道编. — 北京: 经济管理出版社, 2005

ISBN 7-80207-410-X

I. 由... II. 中... III. 旅游指南 — 中国
IV. K928.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 113226 号

出版发行: 经济管理出版社

北京市海淀区北蜂窝 8 号中雅大厦 11 层

电话: (010)51915602

邮编: 100038

印刷: 精美彩色印刷有限公司

经销: 新华书店

责任编辑: 张永美

技术编辑: 陈 力

美 术: 杨雯荻

787mmx1092mm/16

14 印张

151 千字

2005 年 9 月第 1 版

2005 年 9 月第 1 次印刷

定价: 58.00 元

书号: ISBN 7-80207-410-X/G·21

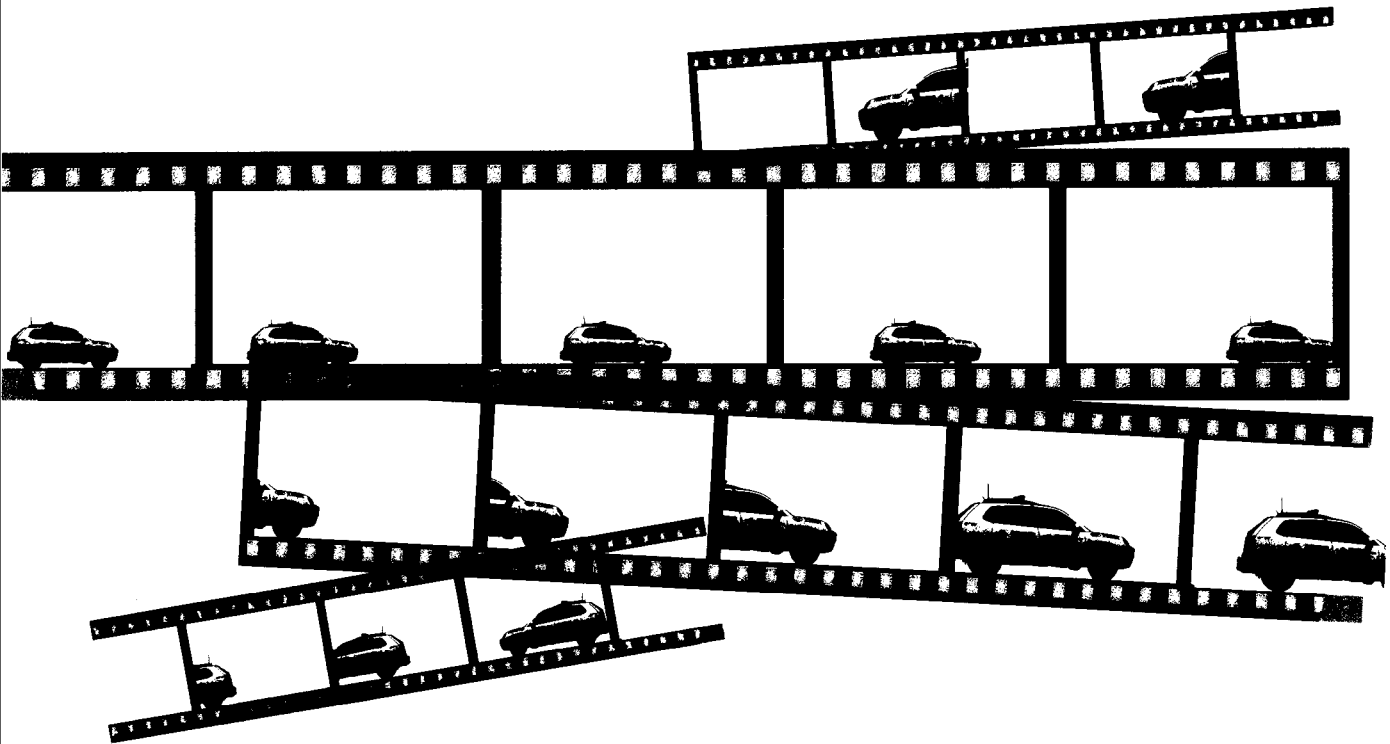
· 版权所有 翻印必究 ·

凡购本社图书, 如有印装错误, 由本社读者服务部

负责调换。联系地址: 北京阜外月坛北小街 2 号

电话: (010)68022974

邮编: 100836



谨以此书感谢那些关注《旅游风向标》

关注《由零开始》的观众和曾经帮助过我们的朋友们！

CCTV—2《为您服务·旅游风向标》

《为您服务》栏目是中央电视台历史最长、知名度最高的栏目之一，其贴近生活，服务观众的理念一直被广大观众所喜爱。如今，您在中央电视台经济频道看到的《为您服务》栏目是1999年改版后的节目，在新版《为您服务》节目中，设立了一个名为《旅游风向标》的子节目，这档节目定位于向观众推介优秀的旅游景区，传达新颖的旅行概念，推崇健康环保的旅行新主张。经过几年的运作，其迅速成为了国内知名度最高的旅游节目之一。

《旅游风向标》从2002年开始，每年会精心打造一档重点节目，这些重点节目除了展示不同地区的风光风情以外，还不断推出最新的旅行概念和介绍前卫时尚的旅行产品，如雪山攀登纪实、自驾车越野旅行、野外生存、徒步穿越、户外生活与装备等；视角独特，选题新颖，受到广大观众的喜爱，这些重点节目也创造了每年的收视高峰。

2004年10月，《旅游风向标》推出了年度重点节目——《由零开始》，这是一档横跨中国的大型自驾车旅行节目，其线路设计长度、节目播出时长以及制作实力都是史无前例的。

游山玩水玩电视

冠冕堂皇的话说了，牛也吹了，我们说点实在的。在《为您服务》栏目里，《旅游风向标》那十几个人天天泡在外面，干的都是游山玩水的活儿，最为自由散漫，我们的工作由此也成了最令人羡慕的职业之一。在圈里，同行们总是笑谈我们的活儿最甜，“你们那叫工作吗？那叫公费旅游！”这种话，我们听多了，也就一笑了之，可是这里面的酸甜苦辣只有当局者最清楚：做旅游节目和旅游真是两码事，至于怎么个两码事，一言难尽，咱们慢慢说！

再回头看看《旅游风向标》这几年的成长历程，刚开播时的摸索与探知，使得节目犹如花蕾般初蕴色彩，但始终感觉眼花缭乱且规模甚小。尔后，在点滴的积累



中慢慢成熟起来的几档系列节目，也让观众随着我们的镜头在游走城市山水间大呼过瘾，渐渐的，《旅游风向标》影响力大了，经验丰富了，前面的浇水施肥也终于开花结果了。2004年，我们制作了《由零开始》，这次不仅在行走中过足了玩电视的瘾，同时也在这一路历经了两个多月来痛并快乐着的日子里得到了一次全新的突破。

这是一本关于旅行的书，但它不会告诉您该如何去旅行，只想通过对旅程中的记载，与您共享这其中的愉悦与艰辛，还有那一点点启发和感悟！

这是一本关于电视节目如何产生的书，但它不会告诉您怎样拿起摄像机，怎样进行后期剪辑，只想用电视人拍摄旅行节目的故事，带给您一个与众不同的视角！

《由零开始》横跨中国自驾车队在两个月的时间内，经历平原、丘陵、山地、峡谷、高原等多种地貌，从婉约细腻的江南水乡到波澜壮阔的江汉平原，感悟长江流域文化的博大精深，经历三峡大坝的雄伟之后进入秦岭和横断山脉夹击的西南山地，沿川藏公路进入青藏高原，亲历雪域风情和高原民族的文化精髓与世界之巅的壮丽美景。在整个过程中，车队还经历了高速公路、国道、山路、砂石路、泥泞路、高原搓板路等不同路况，感受了风、雨、雪，从酷暑到寒冬一年四季的气

候变化等。旅游风向标摄制组在此过程中也拍摄了一套完整的旅行纪录片，并已与广大观众见面。

《由零开始》节目播出后，受到了观众极大的好评，这让我们为这一路上所付出的一切感到欣慰，同时也促使我们想以另一种方式更全面地表现一路上的风景和故事。每一个参与活动的队员在途中都拍摄了大量的照片，每一颗曾经在路上跳动着相同频率的心，都留下了不同的回忆与足迹，这些都是电视节目中未曾表现也难以表现出来的。我们期望以这本书来补充在镜头背后发生过的故事……

本书由旅游风向标节目组《由零开始》活动主创人员根据此行归来后对部分队员的采访，结合纪录片资料编写而成。

特别感谢：陈华提供个人日记为本书增添了许多耐人寻味的心灵体验！

心灵透一口气

说句实在话,《由零开始》剧组从策划到出发,一直没有太动过情,多少以为只是一个特别节目而已,在我们这些多少年来,被这份职业激动过,也着实为这份职业疲惫不堪的心里,少许的眼前一亮,已经分不清多少是属于自然流露,多少又属于职业习惯了。

甚至至于,当节目成形后,坐在审片室里,用被塑造的理性审视节目时,虽有些间或的兴奋,但点点火花,远远不足以冲破所谓的收视和业绩逼迫的那份理性。

直到有一天,临近珠穆朗玛时,那一组恬静的画面,那一组壮汉的泪水,在瞬间震撼了我,让我几乎忘记了看节目的责任和目的,完完全全被那群成熟的探路者,带着一路奔波的尘土;带着远离俗世,远离规则,远离束缚的挣扎;带着被挑战和战胜的童趣;带着和眼前的雪山、白云、蓝天有关又无关的复杂难言的心绪,畅快淋漓地任泪水放纵的一幕击垮了。坐在监视器前的我仿佛被他们拉到了数千里以外的那个原始境界,人单纯变成了一撇一捺,没有了符号,也没有了包袱。

于是,眼前的节目也不再是一帧帧电子技术构成的简单复制,而是真真切切地体会了一次别人的体会,虽然假人之心,却如同亲历。

一阵心紧过后,定定神,长舒一口气,好象心里轻松了些许?

其实,我们都于自觉与不自觉间,于自愿与不自愿间,周旋在钢筋水泥构筑的规则里,争夺生理和心理的安全,从期待到慌乱,到习惯,再到麻木,我们在收获的同时,也



《序》

在遗失。遗失那些曾让自己年轻的心不眠的骚动，那些长久以前曾暗自发誓为之忘我，甚于为之牺牲的冲动，也许正是这些习惯和这些遗忘，让我们每个人的生活都相似起来，不相似的也只留下惶惑的频次和惶惑时解放心灵的自治良方。

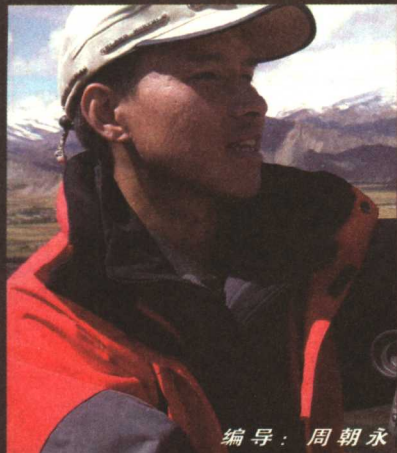
眼前一张张被高原的阳光和风沙打磨得红扑扑的脸上，写满了数十年经历的悲喜，写满了数十天奔波的劳顿，又充溢着儿时逃学成功的窃喜，我不知道，身处其境的他们，泪流满面时，是否也闪过我这般自怜的悲悯，而我倒是情不自禁地和他们一起，给心灵一次从零开始的瞬间。

我把与《由零开始》第一次亲密接触的感受记录下来，作为书的序，只是希望大家和我一样，在翻阅的同时，静下来，抚摸一下他们的足迹，也抚摸一下自己心灵里倦怠的那个角落。

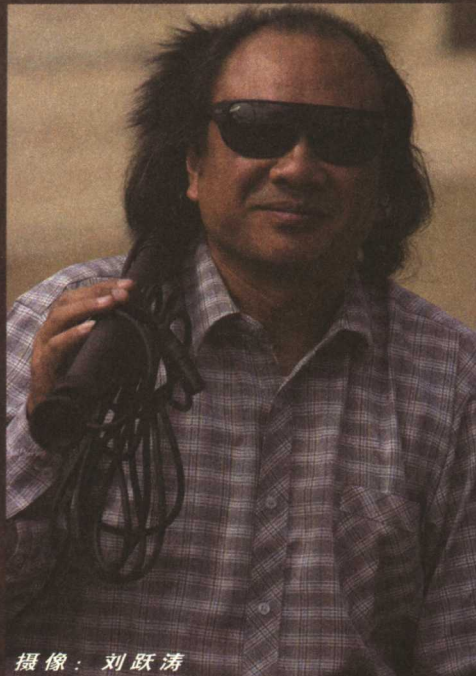
还有一个提醒，给读者，更给自己。

别忘了，让心灵透一口气！

郑蔚



编导：周朝永



摄像：刘跃涛



总导演：叶曼鹏



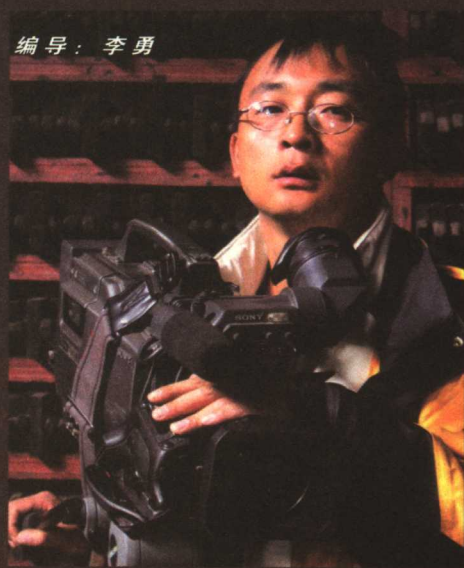
编导：孙晓伟



编导：唐彤



制片人：魏首平



编导：李勇



编导：孟斌



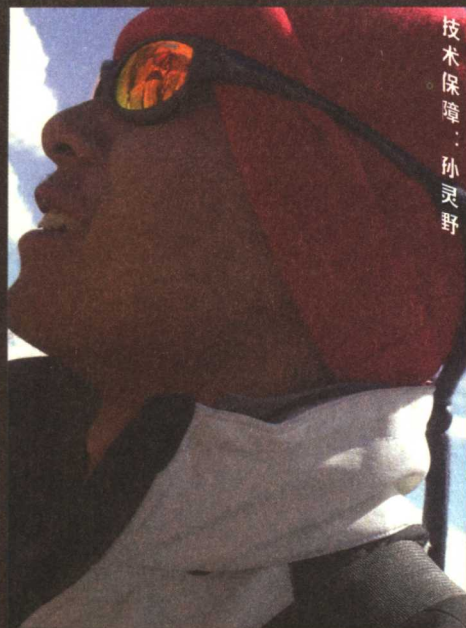
摄像：郭义平



主持人：韩冬



编导：佟永军



技术保障：孙灵野



队医：陈华



后勤：谢欣



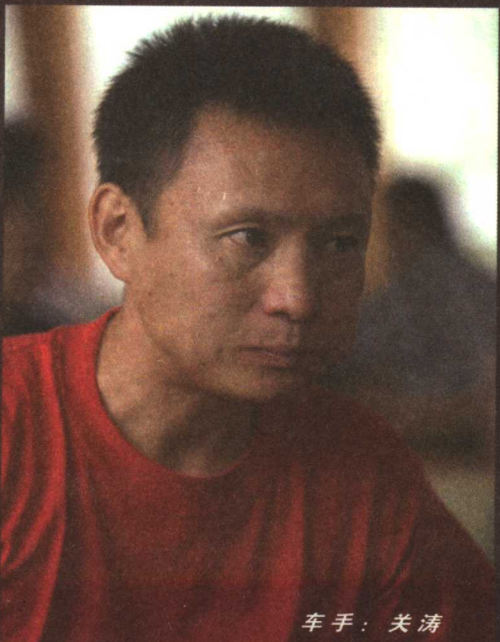
向导：罗浩



车手：谭金泉



车手：赵宁



车手：关涛



车手：董京京

缘起珠穆朗玛

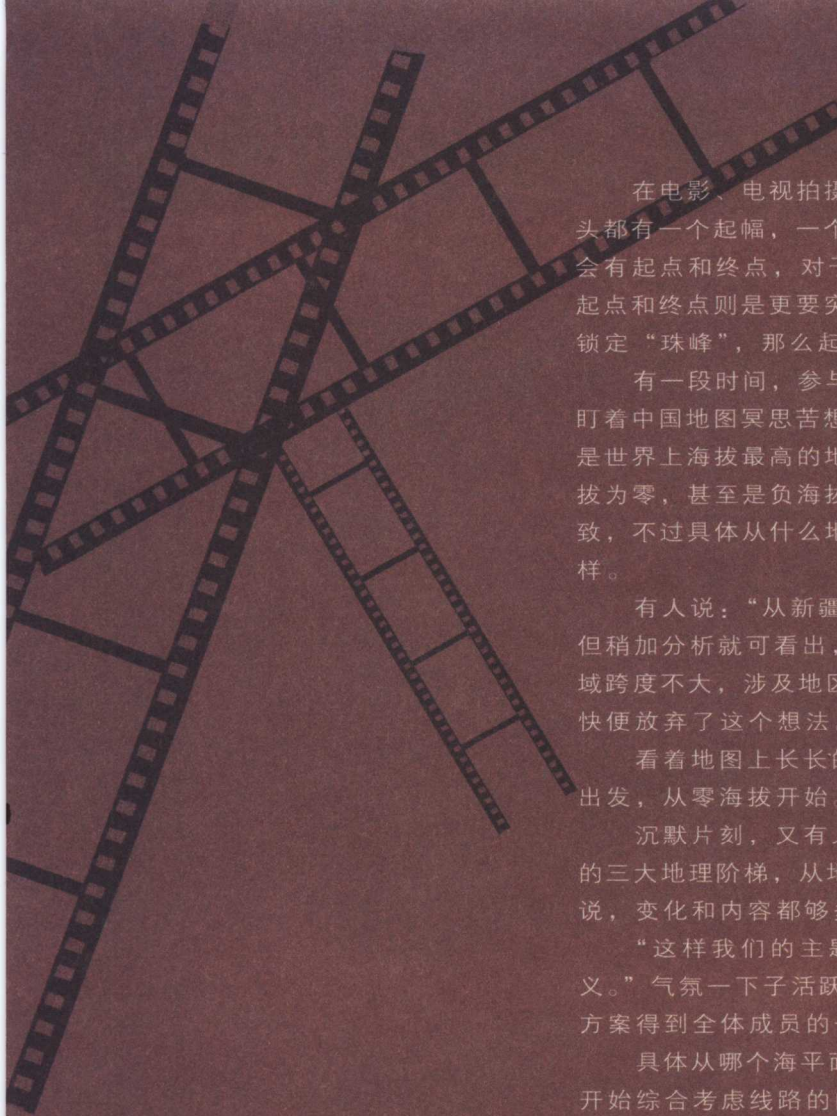
2003

2003年5月，就全国人民抗击“非典”最激烈的时期，中央电视台连续十几天直播了为纪念人类登顶珠穆朗玛峰（以下简称“珠峰”）50周年而组织的大型登山活动，名为《站在世界第三极》。在这期间，由于许多地区为防御“非典”进一步扩散而停工放假，这档白天播出的直播节目成为了那一时期收视率颇高的电视节目。许多中国人就是因为这个节目认识了登山和珠穆朗玛峰。

随后，我们得知，台里还将在2005年直播为纪念“珠峰”测量30周年而组织的珠峰重测活动，当时我们有一种预感，像此类户外探险题材正在急剧升温，不久将会受到前所未有的关注。

其实，在2002年，《旅游风向标》就做过攀登雪山（海拔7206米的宁金岗桑峰）的节目，2003年同样筹拍了登山（海拔6590米的桑丹康桑峰）节目。这两次

节目播出后，观众反应比较强烈，好坏各半，由此我们总结经验：一方面，类似登山这样的探险节目在不久的将来一定会成为旅游节目中比较有分量的题材。另一方面，这类探险题材的节目，目前在国内的确过于前卫了，如果选题单一地继续做下去，在满足观众猎奇感之后，必然会造成节目乏味的结果。我们既不想放弃好的题材，又希望能照顾广大观众的喜好，并且有所创新，那么能否把这几点有机地结合在一起呢？我们又想起了《站在世界第三极》，能不能借助纪念人类登顶“珠峰”50周年的大好时机，将珠穆朗玛也作为我们重点节目策划的重点呢？经过大家讨论，珠穆朗玛——这一极具地标概念，又具备探险和旅行的特质，更是广大旅游爱好者向往的世界第一高峰，成为了我们2004重点节目的终极目标！



在电影、电视拍摄中有一个基本规则：任何一个镜头都有一个起幅，一个落幅。那么，做任何一件事也都会有起点和终点，对于一个主题旅行线路的制定来说，起点和终点则是更要突出的地方。既然我们的目标已经锁定“珠峰”，那么起点应该选在哪里呢？

有一段时间，参与《旅游风向标》策划的编导天天盯着中国地图冥思苦想。“珠峰”被称为地球的第三极，是世界上海拔最高的地方，那么和它相对，就应该是海拔为零，甚至是负海拔的地方。对于这点，大家意见一致，不过具体从什么地方开始，每个人的想法却不太一样。

有人说：“从新疆或者云南的负海拔地区开始。”但稍加分析就可看出，从新疆或者云南到“珠峰”，地域跨度不大，涉及地区也太少，内容显然不够丰富，很快便放弃了这个想法。

看着地图上长长的海岸线，有人说：“干脆从海边出发，从零海拔开始。”

沉默片刻，又有人说：“这个跨度正好跨越了中国的三大地理阶梯，从地理、文化、风情几个不同方面来说，变化和内容的都够多的。”

“这样我们的主题也够鲜明，一路向上，很有意义。”气氛一下子活跃了起来，很快，从海平面出发的方案得到全体成员的一致通过。

具体从哪个海平面出发，依然没有确定。这时我们开始综合考虑线路的问题。

进入西藏，通常有五条路可以选择

新藏公路 叶城—拉萨

青藏公路 西宁—拉萨

川藏公路 成都—拉萨

滇藏公路 昆明—拉萨

中尼公路 加德满都—拉萨

中尼公路和新藏线
与我们要求的海平面无关
所以不作考虑

青藏线要从中国北部地区出发，沿途以北方地貌、风情，文化、历史为主。我们去年刚拍了一个类似主题的片子，名为《向北，向北》，内容上可能会产生强烈的重复，这条线很快也被排除掉了。

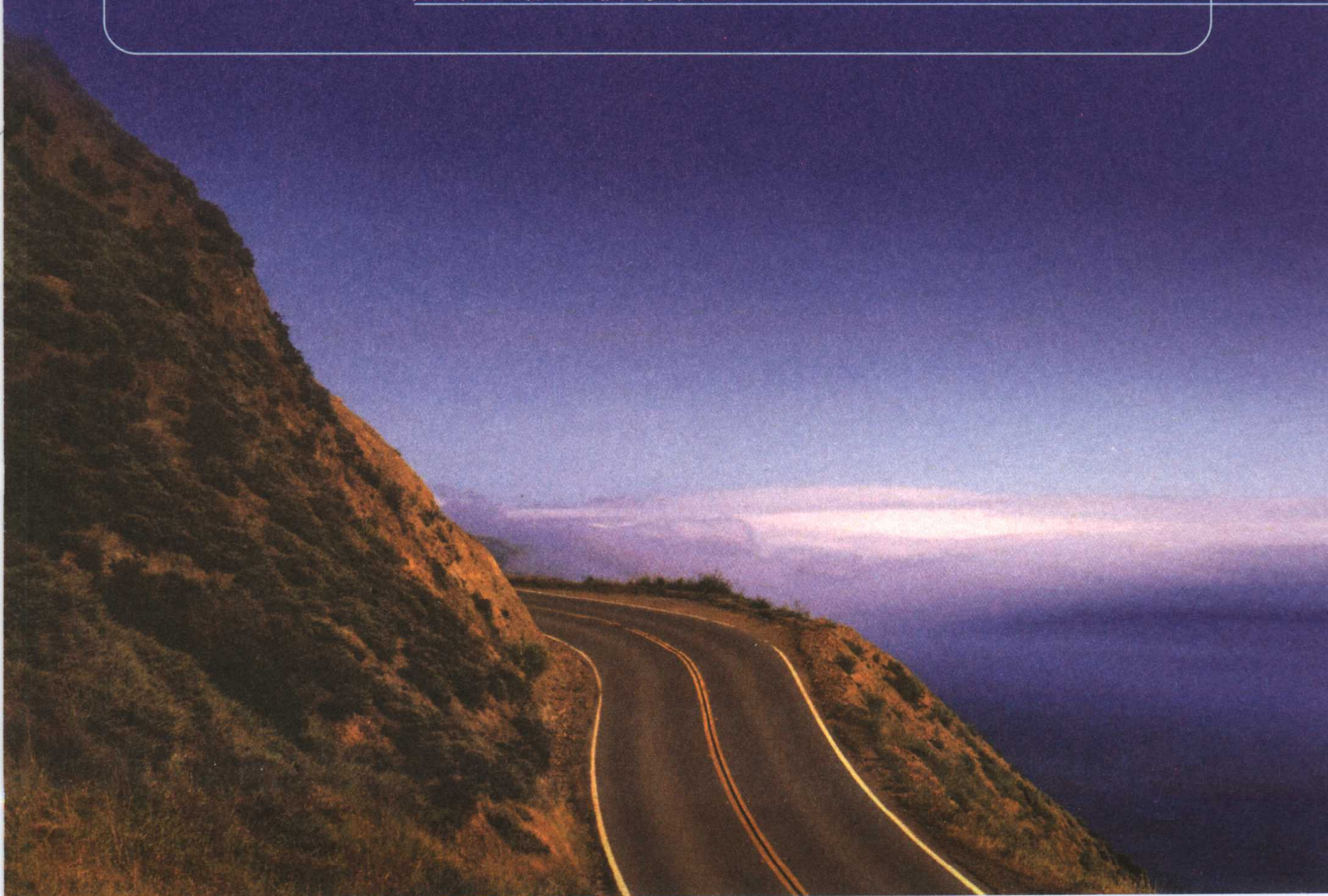
滇藏线可以从广东出发，经广西、云南到达西藏，在这条线路上将穿越多个少数民族地区，经历多种民族风情。

川藏则跨度选择范围更大，可以从上海出发，沿着长江逆流而上到达四川，最后进入西藏，这条线路以风景壮丽、变化多样而闻名。

这两条线路都是旅行爱好者最向往的进藏的路线。

我们将两条线路进行了反复比较和讨论，最终，川藏线更符合节目拍摄的需要。从上海出发，沿着长江逆流而上，经过川西高原，进入西藏。这样可以跨越中国三个地理阶梯，可以感受从长江流域深厚文化到康巴藏区多种风情等一系列人文变化。线索最完整，含义最丰富，景色也最漂亮，大家都觉得这个线路非常棒，整个创意就这样诞生了……

确定下来线路，再回头看地图，突然发现这条线路除了长江、阶梯、海拔等一系列元素之外，还有一个特色，就是将中国从中间横向跨越了！自然而然，节目的标题创意浮现出来：由零开始——横跨中国。



中央电视台经济频道节目副总监：韩青

“从整个中国的旅游线路看来，这个线路确实很经典，是很有代表性的一条线路，创意很难得。”

中央电视台《为您服务》总制片人：张越

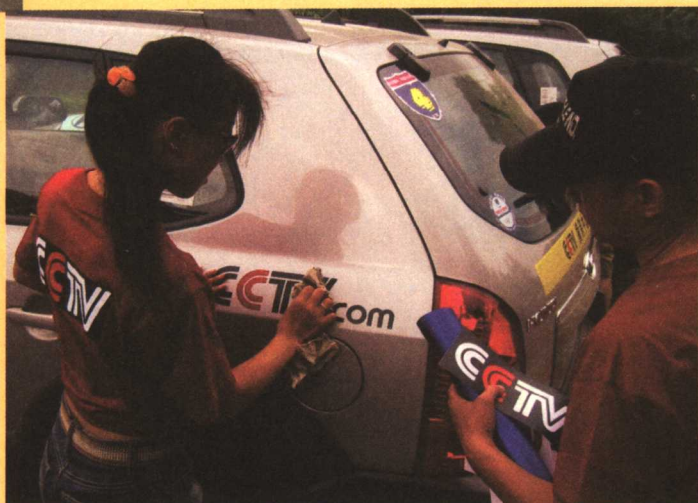
“线路设计之初想到过行程漫长、路途艰苦等问题，但大家都为这个创意所鼓舞，谁也就不在意路上会经历多少艰苦了。甚至大家都认为，需要通过身体的受苦来体验精神的愉悦，来感受旅程所经历的不同和美好。”

中央电视台《为您服务·旅游风向标》制片人：魏首平

“在这个节目中，要突出的是过程，是人在旅行中所经历的过程，而绝不仅仅是一个个的景点。旅程内容的丰满当然是重点，但节目还要反映一些和景相关的故事。我们希望节目里能表现参与人员切身的感受和体验，如果大家来自大江南北，从事不同的岗位，有着不同的人生，却都爱好旅行，喜欢美丽的山川河流，那么，他们必然会有不同的感受，旅程会充满由景色和人共同构成的内容。”

后来，在整个活动中，参与的每个人心里都给《一切皆可由零开始》赋予了特殊的定义。“由零开始”在活动结束的时候自然也有了更加丰富和深刻的内涵，这是节目组一开始没有想到的。

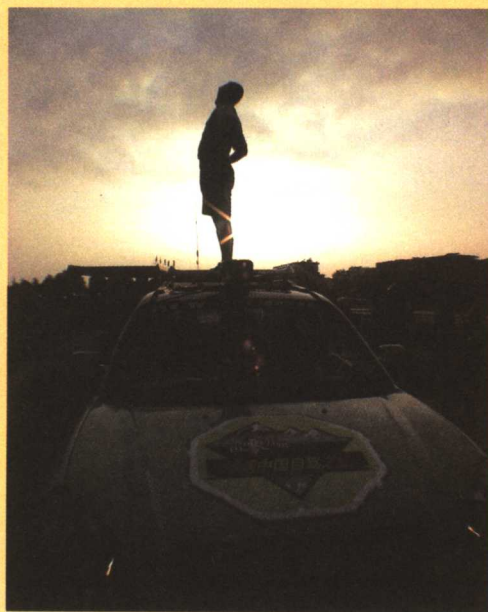
一 切 皆 可 由 零 开 始



着手准备
prepare for

在我们这次活动中，车辆是不可缺少的重要元素，但节目组没有那么多经费租车，更不用说买车了。好在我们事先播出了节目宣传片，所以有几家汽车企业主动与我们联系，随后广告部的同事又介绍了国内较大的一家专业生产越野车的企业与我们认识，可选择的余地较大，本以为不成问题了，然而，事情却是一波三折。就在我即将出发的时候，本来定好的一款车型却出了差错，放弃了赞助计划。就在大家急得心都快悬到嗓子眼的时候，“北京现代”出现了，在接下来为数不多的时间里，北京现代汽车公司很快与我们签下了赞助合约，不但将五辆崭新的名为“途胜”的SUV借给节目组使用，还携手沿途所到之处的经销商，为我们提供了强大且完善的技术服务支持。

如果您对北京现代提供给我们的这款刚刚面世的SUV的性能感兴趣，我们一路上的经历可以为您做一个参考！







our new friends

我们的新朋友

接下来的工作是招募同行志愿者。在节目组里，除了从事媒体工作的编导和摄像以外，没有长途车队旅行所需的车手、医生以及在高原工作的技术保障人员。因此，我们决定从社会上招募与我们同行的志愿人员。当然，除了这个重要原因之外，还有一个目的，就是希望能借此回报广大支持《旅游风向标》的观众并为节目做一些形象宣传。同时，我们也相信在观众的亲身参与下，把路途中新鲜生动的故事展现在我们的节目里，《由零开始》将会是一个更有力的节目。

为了志愿者的招募工作，我们特意制作了一个宣传片，在全国发起了征选志愿人员的活动。自宣传片播出后，我们的电子邮箱就开始每天堵塞。电话更是铃声不断，接通一个，放下，马上铃声又会响起来。当时我们留了两部电话给大家报名，结果这两部电话基本上就打不进来了，总是占线。我们的编导在深夜两点加班时还接到过报名电话。据最后统计，我们收到了大约2000多封有效的报名的邮件，电话当然是不计其数了。

选择志愿者是通过报名者自我介绍性的文字、图片加上我们的电话访问来了解情况的。为了在大量的报名者中间挑选适合的人选，每天看信、接电话以及对报名者按照性别、年纪进行分类，成了出行前急需处理并且非常繁重的工作，以至于到了后来不得不全组人员一起披甲上阵。

出于安全的考虑，年纪太大或者太小的人都不是我们所考虑的合适人选。但在健康允许的前提下，对于稍微年长的人却会优先考虑，毕竟年长者见识更多，面对问题时会更仔细全面，在团队里也能起到很好的润滑和协调作用。相反，岁数比较小的人基本上不作考虑，毕竟不仅是一次简单的拍摄任务，更主要的是，它是一场充满艰辛的极限之旅。

从志愿者的性别方面来看，我们倾向于男女数量搭

配，女性的认真与细致是活动后勤工作所需要的。从资料库里选择了10位最符合标准的女性，分别来自北京、上海、广东、四川、黑龙江等地。经过电话访问和讨论，出于做节目的需要，我们选择了普通话发音较为标准，从事专业户外工作的哈尔滨姑娘——谢欣。

在选择队医的时候，很快我们便从应征者中找到了一位特别符合我们的要求的人，一位曾为SOS国际救援组织工作，多次到西藏完成高原救援任务的医生。虽然年纪稍大，但从专业角度看，他是我们队医候选人中最合适的一个。可在见面以后，情况却急剧地发生了转变。这位医生要求我们准备太多的医疗器械和药品，将很多可能存在的困难和危险都惊心动魄地摆在了大家的面前。站在医生的角度，这是毋庸置疑的，但是对于一支要追寻和探寻未知世界并以户外形式出行的队伍来说，如果要按照他的要求做到百分之百安全的准备，那么，这个团队不但无法行动，也将失去它最根本的意义。他对困难和危险的过分渲染让我们觉