

湖南广播电视台官方图书 感动千万家庭的真实成长记录

变形计

成长之痛

· 第七季 ·

让孩子改变孩子的世界

《变形计》栏目组 编著

一档坚持了8年的真人电视节目
节目编导真情解读幕后细节

城市与乡村、贫穷与富有、迷茫与坚强……
在每一个孩子的内心，唤起变形的力量

最适合家长与孩子共读的心灵教育读本



漓江出版社



变形计

X-change

· 第七季 ·

成长之痛

《变形计》栏目组 编著



漓江出版社

图书在版编目(CIP)数据

变形计:成长之痛 / 《变形计》栏目组编著. --
桂林:漓江出版社, 2014.10
ISBN 978-7-5407-7167-6

I. ①变… II. ①变… III. ①电视节目-介绍-湖南省 IV. ①G229.276.4

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第163340号

选题策划: 邹立勋 石 颖 方悄悄

责任编辑: 刘 鑫

文字编辑: 熊肖肖

封面设计: 周伟伟

内页排版: 顾 红

出 版 人: 郑纳新

出版发行: 漓江出版社有限公司出版发行

社 址: 广西桂林市南环路22号 邮政编码:541002

印 刷: 长沙湘诚印刷有限公司

长沙市开福区伍家岭新码头6号(邮政编码410000)

开 本: 710mm×1000mm 1/16

印 张: 14 字数: 160千字

出版日期: 2014年10月第1版 2014年10月第1次印刷

定 价: 32.80元

如发现印装质量问题,影响阅读,请与承印单位联系调换。
(电话:0731-88387676)

序

从“变形”到变心

张华立（湖南广播电视台副台长、总编辑
湖南卫视总监）

八年辛苦不寻常！

作为一档充满人文关怀的结构性的纪录片，《变形计》能在八年起伏后立于潮头，并扛起一面社会责任和电视伦理的大旗，实在算是电视界一个不小的奇迹。

《变形计》始于2006年。当时，湖南卫视在经过多重论证后，研发了这档生活类角色互换节目。它采取结构性纪录片的模式，在出世之日就打上了“新生态纪录片”的标签。它弥漫的悲悯情怀，它企图缝合社会裂隙的热像，如今看来，就如同这个标签一般，有那么一点“浪漫英雄主义”的色彩。

没有灯光，没有舞台，没有明星，“土得有点掉渣儿”的《变形计》，居然迅速吸引了业界的目光。城市少年与农村孩子的变形之旅，就像浮躁时代的一剂定心丸，让很多守着电视欢呼的观众静下心来，默默思量。

从2006年至2008年，《变形计》在中国的大江南北画了一个圈后，暂别江湖。休整，不等于结束，而是为了更好的出发。2012年，《变形计》强势回归。期间，支撑我们的正是身为媒体人的情怀与芒果人的担当。

序

INTRODUCTION

在偏远的中国山村，我们的导演睡在用木板临时隔出来的小房间，底下就是猪圈和牛栏。他们夏天蒸桑拿，冬天冷成冰，私底下自嘲“起得比鸡早，睡得比狗晚，干得比驴多，吃得比猪差”。正是这种“打死仗”的芒果传统，成就了今天满怀诚意的《变形计》。

依然是综艺节目称霸天下的年代，依然像一位孤独的行者，但相较当年的“有价无视”，这一次的《变形计》开启了它的全盛时代。青春、叛逆、轻狂、阵痛，城乡文化的裂痕，人与人之间的隔膜，当这些细节被以一种更直接的方式予以呈现时，观众很快与之形成共鸣，并产生一系列化学反应。

这档被学界视为道德公益纪录片的节目，处处透露着让人自省的厚重而深刻的人文关怀，一度几乎被弱化的媒体社会责任也被唤起并重塑，这不正是湖南卫视在泛娱乐时代的责任与坚守么？

没有什么比真实的力量更可怕，没有什么比成长的力量更强大。八年坚守，拨云见日。如今，《变形计》已经成为湖南卫视一档有影响力的品牌节目。

一切才刚刚开始，我始终和同事们讨论：导向是天，价值观是天，媒体伦理是天，要时刻以时代的思维、人性的思维去创作内容。

我期待，《变形计》的意义可以超越节目本身。它不仅仅是青少年的一次变形之旅，更是国人的一次集体“变心”之旅，从中关照社会时代的成长变化，由此升华世道人心的境界与品质。

从“变形”到变心，相信是一次真正有意义、有价值的美好行程。

》》 目录 《《

[CONTENTS]



序

从“变形”到变心

001 / 山路弯弯

002 / 李锦鉴：蜘蛛侠的变身

012 / 韦志忠、韦方芳：会长毛的思念

031 / 母爱的呼唤

032 / 施宁杰：如果有爱同行

040 / 蒋鑫、王红林：在城市中心呼唤爱

053 / 逆风飞翔

054 / 赵迪：“古惑仔”的别样生存

064 / 和志军：来自大山的礼物

083 / 天籁之爱

084 / 胡政尧：大山深处的天籁

094 / 何久平：有爱的城市便无暇

113 / 远方，远方

114 / 刘珈辰：限量鞋不懂我的忧伤

124 / 杨杰：我知道，你们一个爱着一个

143 / 少年游

144 / 顾剑桥：260斤的责任

156 / 邵奕江：被爱包围的“浪里白条”

181 / 成长季 黄土地

182 / 周祺泰、谢卓颖：黄土地治愈公主病

192 / 张凯龙：我要去看 NBA

206 / 后记

207 / 《变形计》终究只是一个电视节目

210 / 草根少年的真实成长剧

山路弯弯

文：麦九



李锦鉴

年龄：十四岁

出生地：重庆

变形前的他：网瘾暴力少年，殴打老师，欺负妹妹，痛恨学校和老师



韦志忠

年龄：十三岁

出生地：广西河池

变形前的他：阳光开朗，懂得谦让，照顾妹妹，不敢睡午觉



韦方芳

年龄：十一岁

出生地：广西河池

变形前的她：听话贴心，渴望母爱

BIAN XING JI

李锦鉴：蜘蛛侠的变身



李锦鉴的进山之路

暴力冲动，殴打老师，沉迷网络游戏，才上初一的李锦鉴是妈妈口中的“魔鬼”。

和老师冲突最严重时，李锦鉴曾经捡了两块砖头和木棍打老师，还写了张字条威胁班主任，“你给老子记着，君子报仇十年不晚”。

这个十三岁的少年酷爱CF（穿越火线），只要他坐到电脑前，任何打扰他玩游戏的都是敌人，即使妈妈来劝一句也能毫不犹豫地挥拳相向。

李妈妈说，只要儿子一玩电脑，整个人就变成了魔鬼。

她想不明白，为了李锦鉴，两夫妻放弃在北京打拼了十一年的外贸生意回到重庆，她甚至辞职当起了全职太太，事无巨细，亲力亲为，就是想照顾好儿子，就连让儿子喝汤，都要先吹几口气，生怕烫着他。她把所有的爱都给了孩子，可为什么李锦鉴会变成这样？

“我也想为他好，我说如果你打了我，如果能改变你，妈妈也就认了。”

妈妈的哭诉却让李锦鉴觉得烦，没面子，他把自己关到卧室。短短一天，他打了老师，又推了妈妈，却毫无悔意，忍无可忍的爸爸把李锦鉴拖出来，动手揍了他。然而李锦鉴却直着脖子，把门甩得砰的一声巨响，离家出走了。

离家出走对李锦鉴来说，早已是家常便饭。他随便找了家网吧继续玩游戏，还洋洋得意地介绍：“我是人民币玩家，不费钱的我不玩。”

“我爸是pig（猪），我妈超烦，一直在唠叨，看见了就想揍她”，这是李锦鉴对一家人的评价，就连乖巧可爱的妹妹也是他的心头恨。说到老师：“痛恨，反正我就是看全世界的老师都不顺眼，如果以后当上警察，我一定要整死他。”

输了游戏，李锦鉴跑到江边游泳，弄得一身湿。李爸爸赶过来给儿子送衣服，刚对儿子动手的他明显很内疚，对儿子百般示好，但李锦鉴毫不领情，嫌带的衣服不好，换好衣服，骑着自行车走了。

可怜天下父母心，李爸爸拿着湿衣服回去，还不忘打电话叫李妈妈煮碗姜汤，怕他感冒。为了缓和儿子的情绪，说服李锦鉴参加《变形计》，李爸爸拿出一贯的方法：给钱。

钞票到手的李锦鉴态度180°大转弯，把钱铺了一地，往天撒，给编导秀肌肉，证明他有当电影明星的实力，穿着蜘蛛侠的服装在游乐场肆意狂欢。夜幕降临，李锦鉴一个人走在回家的路上，只有这时，他落寞的背影，才有点像十三岁的孩子。

互换的时间到了，路上妈妈嘱咐李锦鉴注意事项，却只招来儿子的不耐烦。机场临别，李锦鉴怕再也吃不上肉，啃着大鸡腿，求爸爸多给点钱。当遭到拒绝，他立马翻脸，扔下一句“鄙视你”，头也不回地走了，冷漠得让人有些寒心。

难怪李爸爸说，儿子走了，感觉像压在自己身上的包袱，一下给释放了。



意气风发的李锦鉴

二

李锦鉴的第一站是上镇小学。

他准备了特别的开场，穿着蜘蛛侠的衣服现身，却被上镇小学隆重的欢迎仪式给吓到，“感觉有点Hold不住！”不过这只是个开始。

第一夜，一群铺天盖地的飞虫袭击了学校。“在这里睡觉，绝对比睡在珠穆朗玛峰还危险。”无处可逃的李锦鉴穿回蜘蛛侠的衣服，变身超级英雄，却扭头跑进黑暗中。原来他去搬救兵了，抓了几只癞蛤蟆，准备捕飞虫。

变形第一天，李锦鉴表现出过人的胆量，抓住一条蹿进学校的蛇。可惜上课铃一响，这位大少爷又习惯性地逃课，拿着矿泉水瓶抓蜈蚣，就算被劝回教室，也是对着镜头各种搞怪耍滑头，看漫画，戏弄同桌，把脚架到桌子上。

老师忍无可忍：“大家不能像他这样！”

这句话伤了这位城里大少爷的自尊。下课后，甩下一句“老子不干了”，李锦鉴推倒课桌，走了出去，午饭不吃，把校长买的饭盒扔出去，同学帮他捡回来，他再扔出去。把同桌小绿骂哭，一拳打翻低年级同学，他的暴虐性子又一次发作。为了缓和李锦鉴的情绪，哥哥韦志升带他回家。山路迢迢，起初李锦鉴还兴致勃勃地模仿CF里“GO!GO!GO”的喊声，但很快就变成“妈妈，help me”，“我一定要发帖子，诅咒一下《变形计》，不能再让它办下去，省得危害别人”。

翻了三座大山，走了二十多公里的山路，李锦鉴累得够呛，只想回到家，在冷水里洗个澡，然后吃一顿大餐，打一下CF睡觉。在同行同学的帮助下，李锦鉴总算回到家，可面对韦家底下养牲口、搭块板子就住人的茅草屋，他完全找不到躺下的地方。

“反正我不睡这里。”养尊处优的李锦鉴在空地搭起了帐篷，对李家

失望极了，只想逃离这不是人待的地方。

三

变形第二天，韦爸爸早早起来，打着手电筒为新儿子做早餐。

因为半夜外面来了只狗，哥哥韦志升陪怕狗的李锦鉴睡了一夜的帐篷。一大早，李锦鉴问哥哥，你不感觉这里很痛苦吗？

“我感觉这里好痛苦，我只想逃出去。”他的痛苦也不是假装的。

为了平息弟弟的怨念，志升带着李锦鉴去钓鱼。在玩闹中两人迅速建立起友情，李锦鉴又跟着哥哥去放牛，他还想法子支开了哥哥：“你去帮我买水，牛我帮你看。”下山买水，一来一回就得20多里山路。等志升回来，他惊呆了：自家的牛把别人家的玉米给吃了！

而李锦鉴想到的补救方法竟是去拔别人好的玉米，种到被牛吃的玉米地上！志升担忧地反对：“过几天它会死的。”

“死了就不关我们的事了。”李锦鉴满不在乎，他还说志升，“你怎么智商那么低！”

麻烦很快就找上门，玉米地主人要求赔钱，30块。被爸爸责备的韦志升伤心地哭了。

李锦鉴对哥哥的眼泪束手无策，他不懂哥哥在哭什么，30块钱有什么好哭的呢？殊不知，在这个家庭里妈妈一走了之，爸爸独自苦撑，家里的债，爸爸的病，弟妹的学费，全都压在这个十五岁少年肩上，身为长子的志升比谁都明白，自己的家再也经不起一点风雨，哪怕是城里孩子根本看不上的30块钱。

“从三年级起，我家里就没有收入，都是爸爸一个人在撑，我也想去打工，反正我想早点离开学校。”志升曾经这样告诉节目组。

这一切，和李锦鉴的生活相隔太远。

而他更没想到的是，自己会从韦家大伯那得知一个惊天秘密。

那是变形的第三天。韦家大伯在帮邻居家修围墙，交谈中，李锦鉴无意中听到，两个月前，重病发作的韦爸爸在县医院检查时，被查出疑似白血病。“那他爸爸和志升知不知道？”工作人员问。

韦大伯摇头：“不知道，他们俩都不知道。”

听到这里，李锦鉴拔腿就跑，躲到玉米地里抹眼泪。

“不可能，哥哥要是知道，怎么不带爸爸去医院看病。”

“管他多少钱，反正要把爸爸治好。”

和大伯确定了消息，这个曾经骂自己爸爸是猪的少年，心里充满愧疚：“早知道的话，我就不会这么对不起韦爸爸。难道韦爸爸的病就治不好了吗？”

心里沉沉地回到学校，李锦鉴又出了意外：他被蜈蚣蜇了一下。

哥哥赶紧跑过来，给他抹消毒液。“很痛的，你忍一下。”李锦鉴乖乖地任他上药，可不放心的韦爸爸还是拿着这星期卖菜赚到的钱，去镇上给他买消炎药。回来的时候，他把一双凉鞋递给李锦鉴：“这是买给你的鞋。”

“我不要，给志升哥。”心里藏着巨大秘密的李锦鉴，有千言万语要说，却只能这样推让。最后面对韦爸爸的坚持，他只低着头说了句：“谢谢爸爸。”

韦爸爸的病，自己的无能为力，让李锦鉴情绪低落，毫无食欲。不想吃饭的他，坐在走廊上，曾被他骂哭的小绿过来劝他：“吃一点吧，大哥，你不吃我们也不吃，我们全校在这里陪你一起吃。”

真的吗？曾经被自己粗暴对待的同学们，居然真的这样关心自己？李锦鉴看着围上来的同学，“你不吃我们也不吃。”“你不吃我们全校在这里陪你一起不吃。”盒饭在他面前堆成了一座小山。

他沉默了很久，说：“那我吃一口你们也要吃一口。”

在城市里没有朋友的李锦鉴，第一次感受到了友情的簇拥。

“现在我感到没那么孤单，不是在这里一个人生活，而是有很多朋友。”

原来，在这个独来独往的少年内心深处，也害怕着孤单。
他只是假装不在乎。

四

一切似乎都在慢慢好起来，但爸爸的病还是像一座大山压在他心头。

为了让李锦鉴开心起来，小绿邀请他到家中做客。在小绿家，他称赞小绿外公做的菜和自己妈妈炒的青椒肉片味道好像，还拒绝外公给他倒的酒，说：“我小孩不喝，小孩喝酒会不健康的，而且我喝酒，就不是乖孩子了。”

那一刻他似乎忘记，自己曾经最鄙视“乖孩子”这个词。

外公特意烧了热水，让李锦鉴洗澡解乏。拿换洗衣服时，从包里滑出照片，是曾经被撕碎又细心粘好的全家福。“看一下，想他们的时候看一下。”李锦鉴望着照片发呆。

变形第五天，看到小绿外公和邻近村民在开山修路，他转身跑去拿出自己珍藏的雪碧，给大家解渴，还主动提出帮外公干活。

村民在修的，是从山里到上镇小学唯一的一条公路，因为没有公路，小绿是山上唯一在读书的孩子。修路的人中很多是留守的老人，还有体弱的妇女，从早上6点到晚上6点，一天十二个小时。一位修路的村民大哥告诉节目组：“原先我们村里有八九十岁的老人，问车，他都不知道车是什么样。所以我们一定要改变我们农村的面貌，改变我们农村艰苦的生活。为了孩子，为了山上面所有的人。”

一切都是为了孩子，为了下一代，所以就算没有休息，没有轮班，没有先进的工具，没有机械的辅助，村民们依然自发地聚集在一起，肩挑手抱，近乎愚公移山般地开山修路。

李锦鉴被震撼了，此时此刻他终于明白父母给的爱，就是这样一种无怨无悔的付出，而他从来只会觉得理所当然，却不懂得珍惜。他后悔了：

“村民修路也是为了自己的后代，为了让孩子以后走路更方便一点更轻松一点。原来的我却不懂那种爱，如果再给我一次机会，我一定要好好珍惜，这种妈妈爸爸给我的爱。”

离开重庆，他找爸爸要钱。被拒绝，直接给爸爸一句“鄙视你”，如今小绿外公给他二十块钱当零用钱，李锦鉴却说什么也不肯要：“不多也不能要，就是你给我一分钱，我也不能要。外公，你自己留着，算我求你了。”

五

因为剧组的到来，上镇小学六年级的班长决定给学校的唐老师办一场生日晚会。

唐老师在上镇小学已经教了三十五年的书，三十五年的青春年华，三十五年的执着坚守，这个朴素的山里汉子证明了自己是一个顶天立地的男子汉。因为剧组的到来，孩子们才有机会给唐老师买上一个生日蛋糕。李锦鉴和大家一起唱起《感恩的心》，在烛光中，有什么东西在心里慢慢融化。

变形第六天，李锦鉴不知道从哪里弄来一部手机，给妈妈发短信，“有很多话说不出来，我体会到自己过得太幸福了，我知道错了。”

他不知道，就是这样一条简单的短信，居然让妈妈激动得偏头痛发作，晕倒了。

李锦鉴一天天的变化让人欣喜，他甚至还主动请缨，给学前班的孩子上一堂课。他教孩子唱《死了都要爱》，当孩子问到什么是爱，李锦鉴笑着说，回家问你爸妈去。然后他迅速把音乐课切换成体育课，和孩子斗鸡，安抚哭泣的孩子……

学校的拔河比赛，他指挥同学，布置战术，赢得了比赛，和同学到后山洗澡打闹，为离开排练“正义联盟”……七天前，李锦鉴穿着蜘蛛侠的

衣服来到上镇小学，七天后，他穿着同样的衣服，却把这份快乐回馈给了真诚的山里孩子，他说：“感觉朋友是最重要的。”

离开的时候到了，最后一次班会，大家说起了“家”。

“我的父母、姐姐、外公，加我是一个家，我小的时候爸爸为了赚钱养我们，下崖就摔下去，手断了，妈妈驼背是因为摔了一跤，骨折了没有去医院治……”

“（父母）去很远的地方工作，过年过节才回来一次，家里只有我和哥哥妹妹，所以我很想念他们。”

“最难过的就是看见同学们的父母都来学校，我父母没有，很伤心，我的愿望是能有一个幸福的家。”

和李锦鉴朝夕相处的孩子大多是留守儿童或者孤儿，他们奢望的家人团聚，却是曾经的李锦鉴最为不屑的。这时的他，才看到自己临行前妈妈录制的视频：“儿子，妈妈希望看到你更善良、更有爱心、更棒的一面，父母在家里可以给你更多的爱，但你在外面得靠自己。”

躲在门后的爸妈出现在面前，泪流满面的李锦鉴上前拥抱了妈妈。

离开时，面对自发列队喊着“李锦鉴，上镇小学记得你”的同学，李锦鉴深深地鞠躬，“谢谢大家对我这么宽容，谢谢大家对我这么热情”。这一个真诚的鞠躬，是不舍，也是告别，告别同学，告别过去冷漠的自己。

离别的最后时刻，李锦鉴却扒开人群，转身跑了。他是跑去找韦爸爸。

“爸爸，我想带您去医院检查一下。”

不善言辞的韦爸爸拒绝了李锦鉴的好意，对这沉重的家庭来说，任何需要花钱的事都会让他犹豫。

万万没想到，李锦鉴这次出奇地强硬：“爸，您这次一定要去，不管您这次说什么，我们一定要去医院。以前我都是听您的话，这次您一定要听我的话，要不然我跪下来求您，好不好？”

“我求你了，爸爸，去医院检查一下！”李锦鉴竟真的跪下去……

所幸到医院检查，韦爸爸的病只是普通的贫血，并不是白血病。拿到

化验单的李锦鉴松了口气，嘱咐爸爸，以后哪里痛，就要去看病，不要忍着……

这条弯弯的山路带他见识了别样的风景，带着他去往曾经去不到的地方。