

从都市情感剧《狙击蝴蝶》到恋综《日落时分说爱你》 任何年龄的人，都值得最真挚的爱情

◆ 卜 翌

都市情感剧《狙击蝴蝶》意外成为去年年末现象级的作品，用一段年下恋的炽热治愈让观众走向集体“真香”；而紧随其后的恋综《日落时分说爱你》，一群平均年龄50岁+的男女嘉宾坦率交锋，其直接、坦荡，甚至略带“抓马”的情感互动亦引人入胜……两者题材、形式截然不同，却在收视与话题上双双出圈，更在深层观念上达成了某种默契，松动了某种长期被默认的偏见——爱情并非青春专属，其质量与权利，从不隶属于某个特定的年龄阶段。事实上，两部作品真正打动观众的，恰是成熟个体在情感中的主体性、清醒与赤忱。任何年龄的人都值得最真挚的爱情。

以《狙击蝴蝶》为例，其开播之初，并没有被普遍看好，但剧情推进后，弹幕里频频刷出：“我居然比弟弟先爱上了姐姐。”

女主岑矜之所以让大量观众——尤其是熟龄女性迅速代入，并不是因为她被弟弟追逐，而是因为她本身就是一个完成度极高的成年人。她的魅力，源于清晰的事业认知，处理复杂问题的社会历练，以及敢于付出也敢于设定边界的果敢。即使身处失婚与事业压力的交叉点，她也没有因此丧失对生活的掌控力。她不急于进入关系，也不把爱情当作拯救自身的唯一出口。

恰恰是这种成熟，使她在关系中成为引导型的一方，却不构成压迫。她推着李雾去看更大的世界，而不是把他留在自己身边作为情感附属。正因如此，这段关系才从“不对等”变成了“双向奔赴”。其克制与坚定，让爱情显得可信，也让“年下男”不再是仰望，而是一种需要时间才能抵达的平等。她证明了，见识、财富与智慧，这些随时间增长的资产，在爱情市场中并非负担，而是极具吸引力的筹码。

弟弟李雾的吸引力，则在于未被世俗完全打磨的诚恳、专注与成长潜力。姐弟组合呈现了一种健康的情感图景：爱情不是谁依附谁，而是在不同维度上的互补。“先爱上姐姐”本质上是一种价值投射，也瓦解了年龄焦虑——人们爱上的，并不是年上或年下，而是一个在情感中稳固站立的人。

如果说《狙击蝴蝶》以相当理想化的情感样本破除年龄偏见，那么《日落时分说爱你》则用真人实境挑战了更顽固刻板的世俗之念。

长期以来，社会习惯于给熟龄群体贴上“退休”“带娃”“无性”的标签。传统叙事中，女性的情感价值被认为与青春美貌高度绑定，年长男性则被期待将全部精力投入事业与家庭责任。无论男女，在人到中年后追求浪漫与情



绪价值就成了一种“不合时宜”。将成熟年龄段的爱情冠以“黄昏”“夕阳”之名，本身就反映了一种将爱情青春化的狭隘视角。然而，情感是贯穿生命始终的基本需求，对爱和陪伴的渴望是人类的本能，从不因年龄而失效。

《日落时分说爱你》最重要的意义，并不是让50岁+群体重新“看起来年轻”，而是把他们从只剩功能、没有欲望的社会标签中，重新还原为完整的人，并且以其人生积淀赋予的睿智与真诚，纠正社会成见。

节目中的嘉宾们完全重塑了熟龄魅力，他们性感而优雅，状态在线，有钱、有闲、有审美；他们有故事、有判断力，表达欲旺盛。正如评论所言，“岁数到50了，其他没咋样”。年龄在这里更像背景音，而非主旋律50岁+。他们证明了：即便人生进度条过半，依然可以保持鲜活的生命状态和对爱情的赤诚向往。

无论是《狙击蝴蝶》，还是《日落时分说爱你》，两部作品带来的“爽点”，都并非来自荷尔蒙的失控，而是来自情感秩序的稳定。破圈走红，实际上也是大众对良性亲密关系的一次普遍共鸣。

在这两部作品中，成熟并不是人生的退场，反而成为进入爱情的另一种方式。

《狙击蝴蝶》中岑矜的吸引力，恰恰来自她不需要通过恋爱证明自身价值。她有事业、有判断，也允许自己脆弱，但不会把人

生托付给任何一个尚未见识过世界的人。这种主体性，令很多熟龄女性产生认同感——不是幻想被拯救，而是确认“我这样的人，依然值得被爱”。李雾的成长线，实际上也是因其更成熟所导致的结果，但这并没有让爱情变得乏味。

恋综中的熟男熟女，同样如此。他们大多已经完成了对生活的基本经营：经济独立、关系自洽、对子女与过往有清晰的安放方式。他们在面对爱情时，反而更接近本能——喜欢就是喜欢，不喜欢就止步，不必反复权衡身份是否“合适”。当出现好感竞争或观念不合时，他们较少情绪化对抗，更多采用坦率的沟通。这种处世，源于数十年人际关系中习得的边界感与同理心。

这也解释了为何观众会觉得这些中年人的恋爱“比年轻人好看”——少了试探拉扯，多了真实反馈，情绪来得快，也去得明白。爱情并不因为年龄增长而失效，反而可能因为经验积累而更舒适。成熟，从来不是情感的敌人。

这两部作品成为爆款，实际上回应了正在发生的社会观念变化，也反过来推动了更宽容的舆论环境，为屏幕前的无数“岑矜”和熟龄男女提供了参照与勇气：

看，这样生活、这样去爱，是可行的，更是美好的——鼓励各个年龄段的观众，去正视并珍惜自己随年龄增长而累积的实力与阅历，将这些视为婚恋中的优势而非劣势，客观上也呼吁社会以更平常、更积极的眼光，看待所有年龄段的情感动态。

当爱情故事不再局限于二十岁的象牙塔与三十岁的婚育焦虑，而能平实地讲述四十岁、五十岁、六十岁的相遇与心动时，我们对于生活的理解才真正变得完整与包容。

《狙击蝴蝶》中的爱情，并非

对抗世界的姿态，而是在岁月差距中彼此成全的过程；《日落时分说爱你》里，熟龄的男女也并未刻意，只是顺着心意，把爱情重新带回生活中央，坦然而热烈，毫不逊色于任何青春时刻。

它们不过是共同讲述了一个简单的真理：在时间面前，爱情始终保持着它的自由。爱情从未衰老，老去的只是人们看待爱情的目光。当一个人拥有清晰的自我、经营关系的能力，以及不自我设限的勇气时，任何年龄都可以成为爱情的黄金时期。

故事的走向或许不是盛大的承诺，或所谓圆满的结尾，更可能是两个或几个成熟的灵魂，选择在人生的开阔处，共同建立一段舒适、自在且互相滋养的关系。这，或许是比青春热恋更为难得的风景。

2025年岁末，中国歌剧舞剧院与苏州湾大剧院联合打造的舞剧《垂虹桥·唐寅》在九棵树未来艺术中心迎来上海首演，以“非典型文人”的视角重构历史记忆，通过诗书画与舞蹈语汇的破壁融合，不仅颠覆了“唐伯虎点秋香”的民间想象，也让观众在水墨流转间触摸到中国文人“历劫波而赤子心在”的生命韧性。

该剧对唐寅形象的重塑，首先体现在对历史真实的回归。总导演李世博直言该剧创作立意“不欲重复才子佳人的浅唱，而要剖开中国文人共同的生命困境”，以此打破民间演绎对唐寅的符号化误读——当至亲离世的悲恸化作舞台上深蓝的冷光，当科场舞弊案的冤屈如乌云压顶，观众看到的不再是戏说中的诙谐才子，而是一个“被现实碾碎却始终守护内心桃花”的血肉之躯。在痛失至亲、科场蒙冤的双重打击下，唐寅靠友情与爱情重新振作，还原出命运多舛却坚韧不屈的历史真实。这种对“真情救赎”的聚焦构成了该剧的情感脊梁，使其超越了个人传记的范畴，成为对中国文人精神图谱的深度剖析。

主演陈炳睿以极具张力的肢体语言，将唐寅从“科场得意”的挺拔到“佯狂避祸”的佝偻，再到“桃花庵悟道”的舒展，刻画得层次分明。尤其是终章“暴风雪幻作漫天花雨”，舞者通过肢体的震颤与呼吸的顿挫，完成了从“本我”到“超我”的蜕变——唐寅不再是戏曲舞台上的风流才子，而是历经劫波仍“守着枯桃枝等待花开”的精神贵族。

该剧最惊艳的突破，在于将唐寅的诗书画艺术转化为可感的舞台美学。舞美设计以“纸”为核心媒介，将垂虹桥设计为“书画卷拢时的自然弧度”，纯白桥体既呼应古桥多孔造型，又暗合“诗书画三绝”的艺术精髓。当这座流动的明代画卷在灯光下呈现出烟雨朦胧的灰色调时，唐寅“我问你是谁，你原来是我”的哲学叩问便有了物质载体。多媒体设计在此基础上也实现了“弃形求意”的视觉叙事。在唐寅与文徵明对饮场景中，《唐寅落花诗册》的书法字体“摇摇晃晃地从桥下‘淌’过”，既如流水冲刷的动态，又暗喻醉态中的人生踉跄。这种将书法笔触转化为时空语言的处理，实现了“人在画中，画是心境”的意境升华。

撕掉「点秋香」标签，唐伯虎究竟是谁

◆ 杨之

音乐创作则构建了另一重江南意境。该剧作曲从苏州园林“移步换景”的美学中汲取灵感，将曲径通幽转化为节奏与旋律的变化，将江南丝竹的婉转与电子合成器的颗粒感相融交织，明代的古雅韵致瞬间被赋予了当代气息。传统与当代声学对话，使观众在听觉维度上完成了对江南文化的沉浸式体验。

舞蹈编排以肢体符号构建了唐寅的精神成长史。在“恶犬追咬”段落中，灯光设计摒弃具象道具，仅用“圆形光斑的追逐与长光线的拦截”构成心理压迫的视觉隐喻。舞者在此段以急促的碎步、扭曲的脊柱模拟逃亡的狼狈，却在每一次跌倒后以倔强的足尖点地，形成“被命运打击却不丢热爱”的身体宣言，具有直击人心的感染力。

文徵明与沈九娘的角色塑造成为唐寅精神世界的镜像。当沈九娘以温柔的托举接住唐寅的颓废身躯，当文徵明以坚定的双人舞动作支撑友人前行，这些“患难真情”的舞蹈意象，恰是弥足珍贵的爱情与慷慨无私的友情的具象化表达，体现了主创“人间难得是真情”的创作主旨。

群舞的设计同样暗含深意。科场舞弊案中，身着官袍的舞者以僵硬的关节、机械的队列构成“体制之网”，而唐寅在其中以舒展的水袖突围，肢体语言的对抗性直指“个体与时代的冲突”。在僵化队列所象征的幻灭之中，这位风流才子正是在理想的泡影与时代的

幻灭中，淬炼并绽放出独一无二的自我。

旨在让江南文脉中的传统美学在舞台上活泛起来，舞剧《垂虹桥·唐寅》实现了三重超越：它以诗书画舞的跨界融合超越了传统舞剧的表现边界，以“非典型文人”的形象塑造超越了历史人物的刻板叙事，以“逆境中依旧把生活过得热烈灿烂”的精神内核，在当代语境中激活了传统文化的生命力。

舞台上桃花纷飞的意象，既映照出唐寅与命运和解的释然，也照见了每个现代人在生活洪流中守护内心桃源的可能。这或许正是《垂虹桥·唐寅》最珍贵的艺术价值——它不仅让观众看见一个真实的唐寅，也让每个在生活中跋涉的现代人，都能从“垂虹桥·唐寅”的深情回眸中，找到属于自己的精神垂虹。