

一文教你看懂《长安十二时辰》



伴随着《清平乐》的徐徐展开，恢宏壮美的长安城尽在眼前……日前，在优酷上热播出的国产网络剧《长安十二时辰》，一经推出便得到了业内和观众的好评。它除了剧情烧脑、刺激之外，还最大程度地还原了大唐盛景，复原了千年长安的风貌与气质，营造了真实感。

对原著细节的尊重，促成了

《长安十二时辰》的高口碑，但似乎也增加了《长安十二时辰》的观看“门槛”。《长安十二时辰》的第一集是按“西”来交代信息的，一下子铺开了靖安司、不良人、狼卫等多条线索。观众需要密集地吸收，包括但不限于唐代三省六部的政权体制，复杂的长安城地理名称，各英古代文言用语等等。

人物

马伯庸笔下的主角们也都“真实”可靠。男主角张小敬出现在唐代官员姚汝能写的《安禄山事迹》。书中对他如此描述：“骑士张小敬先射国忠落马，便即屠首，屠割其尸。”

靖安司司丞李必，其原型就是深得四朝皇帝信任的隐士李泌。

看小说时，导演曹盾第一个想到的就是易烜千玺。曹盾心目中的李必，少年老成，运筹帷幄。表面上仙风道骨，实则心系大唐众生，想去那一人之下，万人之上之处，施展抱负。

“易烜千玺的气质有一种文

人的风骨。”曹盾说，他印象中的易烜千玺，有一种不符合他年龄的沉稳。而他在书法、雕塑上的才华，也与自己心中的李必有几分贴合。曹盾回忆，易烜千玺在与剧中的老戏骨对戏时，发挥完全不差水准，让剧组演员以及话剧老师都很惊喜。

其他主要人物，也一一采用唐朝真实人物为原型。李必的老师可达，其原型就是大诗人贺知章。李必的好友大将军王宗祀，其原型就是唐朝名将王忠嗣。书中大反派林九郎，其原型就是唐朝宰相李林甫。

长安

为了还原繁华的长安城，剧组租下了70多亩地，启动了浩大工程——搭建长安城。以考古报告为基础，以历史典籍为参照，一一画出各坊章样。再把样图一一建造成真实建筑。其实现到什么程度？张小敬在追击狼卫过程中，有一场“枯水井”打井戏，这一口井的修建，也参照了现在幸存下来的“西市的水井”。

【东市和西市】

长安城的结构可谓布局严谨、结构对称、排列整齐，外城四面各有三个城门，贯通十二座城门的六条大街是全城的交通干道，而纵贯南北的朱雀大街则是

一条标准的中轴线，展现了典型的中式对称美学。

剧中所呈现长安城的每个坊，包括西市东市都是方形的形状，非常规整。西市的主街道宽是在15米到16米，基本上是按照这个记载来做的。方方正正的坊其实都是居民住宅区，坊间筑有高墙，并不能随意临街开门卖猪。

做生业商业区，其实只有东市和西市而已。其中东市主打国内市场，和现在的三里屯相比只是差街拍，西市是国际性大市场，只有你想不到的，没有买不到的。

服饰

长安男子或身着圆领袍干练帅气，或头戴青鸾玉冠、手持拂尘俊逸出尘；女子或着艳丽齐胸襦裙、高髻簪花贵态十足，或戴薄黛、着胡服英姿飒爽。这些形形色色的男女照照摸摸，并肩行于长安城内，尽显大唐包容、多元的社会风气。

《长安十二时辰》中，从女子高至胸口的齐胸襦裙，再到短衣襟，再到渐变色的披帛，璎珞、描梳一样不少。唐代时期，丝织品工艺高超，产量丰富，为服饰的丰富多样打下了坚实的物质基础，而且盛唐时期，对外来文化毫无排斥，与外国交流甚欢，形成了文化大荟萃的局面，开阔了唐代人的眼界，也使唐代女子最为开放懂得装扮。

男子基本以圆领袍居多，受胡服的影响，制衣形式更为轻便。而官吏多为圆领窄袖袍衫，官员衣服的颜色由所在的官位等级来决定。《长安十二时辰》对于男性角色的服饰，细节之处确实很较。

虽然只是简单的圆领袍，但很多人觉得唐风和和风非常相近，事实上，盛唐的天宝初年是一个十分“国际化”的都市，仕女妆容恰恰是国际化交流的体现。那个时代，并非是中国日本，反而是日本在学习唐朝的服饰和造型。

众所周知，唐代女子对于发

是搭配了鱼符等，都是属于满分的小细节。重点要讲下这个唐代的发髻，唐代时期达官显贵都以佩戴这种玉带为贵，这种玉带的独特之处在于每块玉带下方都有穿孔或者小钩能够挂住一些小物件，便于日常活动。

【“子午髻”】

易烜千玺的发髻由后向前插，戴法不同于以往剧集，是主创团队经过详实的考究之后，呈现的“子午髻”的正确佩戴方式。因为唐代寓意，髻子从后往前插，代表子午水火相济。

张小敬的服饰，织锦缺胯袍配六合靴，因是侦查人员，身上佩有弯刀、短剑等。其中短剑在抓捕可疑人员时，发挥的作用令人感叹唐朝办案人员的机警。

女子服饰线条上升，上升至胸部以上。而以丰腴为美的唐朝，最大限度地修饰女子身材，显得曼妙高挑。剧中舞者许鹤子的出场造型，高度还原了唐代的“彩袖双环望仙髻女舞俑”，这个女舞俑是陕西历史博物馆藏品之一。



妆容

唐朝仕女妆容也非常值得关注。在《长安十二时辰》中，为了让妆容能够贴近历史，同时又尽量贴近当代人的审美，化妆师就要更加用心。唐代妆容艳丽透骨，女子妆容要一层层叠加才显自然，光粉底妆就要用掉一个小时。

很多人觉得唐风和和风非常相近，事实上，盛唐的天宝初年是一个十分“国际化”的都市，仕女妆容恰恰是国际化交流的体现。那个时代，并非是中国日本，反而是日本在学习唐朝的服饰和造型。

众所周知，唐代女子对于发

文礼

在剧情中，有非常多涉及到唐代礼仪的戏份，都做到了精准还原，包括拱手礼等。拱手礼作为唐代生活中打招呼的礼仪，经常被用到，尤其是在回话时，经常加上这类动作以示尊敬。

【拱手礼】

所谓礼，自我约束而敬重他人，约束自身而得内心自由。动作形于外，文化藏于里。

事实上，每个朝代的礼仪都根据其地域、文化、传统有着自

己独有的特点，唐朝文学家柳宗元有诗：“人躬便恒折，逢人手必尽。”而唐朝最与众不同的礼就是拱手礼。执此礼仪时，双手交于胸前，左手握住右手，右手拇指上翘，非常优雅。这个场景，现在的有关唐朝的影视作品很少见到，《韩熙载夜宴图》有记录到。

由史书记载和出土实物资料显示，拱手礼这种行礼方式，出现于唐宋，流行于三代、汉、

宋、金、元时期的。这种行礼方式无论男女老幼都可使用，是地位低者向地位高者行的一种礼，以示尊敬。

军队盔甲的还原，所属不同，也细心地在颜色上做出了区分。太子的旅资军为蓝底黑甲，右相的右卫则是银甲，而龙武军和神武军则是银甲和金甲。剧组挖掘历史典籍，参考各种文物、雕塑和壁画，终于复原出了四种铠甲。

传统

【上元节】

上元节是正月十五，也称元宵，当晚没有宵禁，娱乐活动必不可少。剧中有一段表现了唐代长安市民在街头的“道真”现场。剧中，长安著名女歌手许鹤子和她的搭档在长安街头的表演引起轰动，市民跟着许鹤子唱起了《清平调》，这个场景同时表现出唐代人对诗歌的推崇。

历代的元宵灯会不断发展，灯节的时间也越来越长。唐代的灯会是“上元前后各一日”。

【胡旋舞】

剧中，为了躲避官兵的追踪，狼卫（“偷渡”进城的危险人物）戴上面具，跳起了胡旋舞。而这胡旋舞正是当时长安最流行、最时髦的舞蹈，它是从西域流传而来。其伴奏音乐以打击乐为主，与它快速的节奏、刚劲的风格相适应。

现在新疆维吾尔族、哈萨克族、乌兹别克族的民间舞蹈中，仍然保留着急速旋转的特点。伴奏也以鼓（如手鼓、纳格拉、冬巴鼓等）为主，舞者动作急速起伏，欢快热烈，从音乐舞蹈诸方面看，都可以推想唐代胡旋舞的面貌。这些正是古代能歌善舞、待客热情“精神”的继续。

【十二时辰】

时辰是中国传统的计时单位，中国古代把一昼夜平分为十二段，每段叫做一个时辰，合现在的两个小时。十二个时辰分别以地支为名称，从半夜十一时起算，分别是：子时、丑时、寅时、卯时、辰时、巳时、午时、未时、申时、酉时、戌时、亥时。

剧中“十二时辰”，每半个小时不仅是办案的重要节点，全长安城的日常作息也遵守着严谨的时间节奏，所谓“一更鼓闭城门，二更鼓上床眠，三更鼓到子时，四更鼓睡沉沉，五更鼓城开门”。

剧里的报时都古音盎然、大气磅礴。观众感叹，看懂了《长安十二时辰》，把古代的计时方式也学会了，“子丑寅卯看管比电子手表洋气”。

熊猫界的“百岁老人” 后代137只，已是“五世同堂”



在重庆动物园里住着一只全球现存最年长的大熊猫“新星”。“新星”1982年出生于四川省宝兴县，它今年37岁，相当于人类的百岁高龄。据了解，“新星”从1992年开始繁育种，共繁育后代8胎10只，成活6只，

截至2018年底，它的后代已有137只，分别居住在加拿大、美国、日本以及中国台北、香港、成都、雅安、上海等20多个国家和地区，是真正的“五世同堂”。

网上抢红包要缴税了

收取企业的网络红包也要缴纳个人所得税。为做好有关政策衔接工作，财政部、国家税务总局日前联合发布公告，对个人税法2018年修改前部分原按“其他所得”的征税项目进行了调整，并对网络红包等收入是否需要缴纳个税进行了明确。根据公告，网络红包纳入礼品范围，按照“偶然所得”项目计算缴纳20%个人所得税。不过，并非所有在网上抢的红包都需要缴税。此次调整仅限于企业向个人发放的带有中奖性质的网络红包，并不包括亲朋好友之间互相赠送的网络红包。

近年来，网络红包成为一种常见的营销方式。不少企业通过发放网络红包开展促销活动，一些平台也通过网络红包刺激消费者重复消费。除此之外，由于操作

便利，不少企业还通过网络红包未转账，甚至有的单位还通过红包来发放工资。

根据公告，企业在业务宣传、广告等活动中，随机向本单位以外的个人赠送礼品（包括网络红包）以及企业在年会、座谈会、庆典和其他活动中向本单位以外的个人赠送礼品，个人取得的礼品收入，按照“偶然所得”项目计算缴纳个人所得税。但企业赠送的具有价格折扣或折让性质的消费券、代金券、抵用券、优惠券等礼品除外。

财政部、国家税务总局相关负责人介绍，原按“其他所得”项目征税的部分收入具有一定的偶然性质，公告将其调整为按照“偶然所得”项目征税，税率同为20%，与原“其他所得”税率相同，纳税人税负保持不变。

腰太粗你以为只是胖？ 还可能是脾虚、大脑萎缩

近年来，中国人不仅肥胖人数飙升，而且多向中心型肥胖（梨型身材）为主，不少人年纪轻轻就挺起了大肚腩，这不仅增加脂肪肝、心脑血管等疾病的风险，还有可能与脾虚、大脑萎缩有关。

腹部赘肉多是脾虚

河南省中医院治未病科主任任吕沛苑表示，腹部赘肉增多主要与脾虚有关。打个比方，脾的功能好比家里的女主人，湿邪好比垃圾，女主人勤劳能及时打扫垃圾，把垃圾清扫出去，如果女主人生病了，身体疲惫，房间的垃圾就会堆积起来。对于身体也一样，脾功能弱就不能清理好身体的“垃圾”——湿气。

一旦脾虚湿气就会伤脾阳之气，脾阳受损，无力将食物转化为营养，而留滞为水湿，湿久必浊，囤积为脂肪。此外，吃得多、久坐、缺乏运动也是原因所在。

腹部脂肪过多或关联大脑萎缩

英国研究人员发现，身体多余脂肪尤其是腹部堆积脂肪，或与大脑萎缩相关。而脑容量减少，关联记忆衰退和阿尔兹海默病的风险较高。研究报告刊载于最新一期《美国神经学》周刊。

改变饮食习惯缓解腹部肥胖

有时腹部的隆起是因饮食不良而出现了胀气现象。对于这类问题，解决办法很简单：吃饭时宜安静舒缓，用时至少20分钟，不在咀嚼时说话。还应多吃水果和蔬菜。

饮食过于丰盛尤其是糖类摄入过多是腹部脂肪堆积的主要因素之一，因此控制快糖和精制碳水的摄入量是最好的减腹办法。

有些食物不仅可以均衡饮食，还非常有利于减少腹部赘肉。比如富含山梨糖醇的梨就有助消化。苹果也是瘦身饮食的好帮手。

山东惠民经济开发区总体规划 (2019-2035年)环境影响评价公众参与第二次信息公示

山东惠民经济开发区总体规划(2019-2035)性质为修编，高端装备制造和金属制品业为主导产业，以农副产品加工、纺织业为辅助。规划年限为2019-2035，总体规划目标为：以“工业新城、城市新区”为导向，建设成为：生态环境优美、功能设施完善及产城协调发展的黄河三角洲新兴工业基地。目前，《山东惠民经济开发区总体规划(2019-2035)环境影响报告书(征求意见稿)》已编制完成，现面向公众征求意见。

一、环境影响报告书征求意见稿全文的网络链接及查阅纸质报告的方式和途径
环境影响评价征求意见稿全文的网络链接为：<https://pan.baidu.com/s/1Uy-Na9AXQ5ZBA1oMC28ubR> 提取码：ll6v
报告书征求意见稿纸质版查阅方式和途径：惠民经济开发区环保局办公室。

二、征求意见的公众范围
公众范围：环境影响评价

三、公众意见表的网络链接：https://pan.baidu.com/s/1p1xf-FwhnxZna14pk_cbtQ 提取码：qvsv

四、提交公众意见表的的方式和途径
公众可按上述链接下载公众意见表，填写完成后发送规划组织编制单位联系人邮箱，也可通过电话直接向建设单位反映。

五、公众提出意见的起止时间
自本公告信息发布日期起10个工作日内。

六、规划组织编制单位名称及联系方式
规划组织编制单位：惠民经济开发区管理委员会
联系人：陈磊
联系电话：0543-5308161
E-mail: hmkqhbz@126.com

惠民经济开发区管理委员会
2019年7月16日

俯瞰亚洲大陆 地理中心标志塔

进入夏季，作为边城乌鲁木齐“新十景”之一的亚洲大陆地理中心标志塔塔影不熄。

亚洲大陆地理中心（东经87度19分52秒，北纬43度40分37秒）位于新疆乌鲁木齐市乌鲁木齐县永丰镇永丰新村，是由中国地理科学工作者于1992年7月经过科学测算确定的地理位置。亚洲大陆地理中心标志塔为景区核心，该塔由四根方形立柱组成，四面均为“A”字形，取“亚洲”的英文单词“Asia”的首个字母，寓意亚洲之心。

