

“龙餐馆”90后编剧郎群力：

把“好好吃饭”写成战乱里的锚



由文牧野执导、沈腾领衔主演、蒋奇明主演的电影《欢迎来龙餐馆》是2026年暑期档一部备受关注的作品——票房已破22亿元，豆瓣评分升至8.7，片方也公布了海外多地发行安排。

该片以一间中东餐馆为切口，讲述战乱动荡里的人情与烟火。电影有三位编剧，郎群力是其中之一。她1991年出生，从北京电影学院毕业后拍过纪录片，凭电视剧《装腔启示录》获2024年第29届上海电视节白玉兰奖最佳编剧(改编)提名。

《欢迎来龙餐馆》是郎群力参与编剧的作品中第二部拍摄成片的长片。在接受扬子晚报/紫牛新闻记者一个多小时的专访中，她的语速始终很慢，反复提到“学习”“体验”和“提炼”。这慢，或许正是一个编剧对故事、对生活最诚恳的姿态——不急着解释，不急着煽情，让“一桌热饭”自己说话。

扬子晚报/紫牛新闻记者 孔小平 剪辑 孙梦遥
本文照片由受访者提供



俊生做饭、给餐馆合伙人老扎患病的女儿做饭，直到最后，他带着孩子们逃离极端组织掌控时，在逃亡路上，就算是做他认为上不了台面的烩饭，也要让孩子们吃饱。

聊及沈腾，郎群力用了一堆形容词来描述她所认识的沈腾，“你在电视电影里看到他非常幽默，实际上，他就是非常幽默的人。腾哥在任何时间跟我们交流都能让我们笑。他的反应很快，有智慧，让人如沐春风，简直无法想象。”她更是透露，电影里很多台词是沈腾发挥的，“那些智慧的话，是我们在案头无法写出来的。腾哥给剧本加分很多。”

说到导演文牧野，在编剧合作的过程中，大家总是能被他的严谨、准确、热情和坚持所打动，“对于《欢迎来龙餐馆》应是什么样子，他有非常准确的判断，我们要不断想办法靠近他的判断。”

她还从文牧野身上学到了“叙事自信”。很多情节上的赘述其实都是叙事不自信的产物，只要关键情节写到位，不必反复描摹，克制的故事笔触会让电影的节奏更快、更紧凑，也要相信观众完全能跟得上，能看得懂，所以她学着不急着解释，不急着煽情，让故事自己说话。

二

郎群力相信，能打动人的作品，一定藏着非常真实的人生体验。

“作为编剧，有一句很俗的话——‘人生没有白走的路’。比如今天遇到一件很痛苦的事，就会自我安慰：没关系，有朝一日我会把它写进剧本里。”她说，这带着一点阿Q式的自我安慰，“当你痛苦时、喜悦时，稍微抽离出来，用第三人称视角看一看，也许以后真的可以写到剧本里。”

不过她也向记者解释，前面的说法带着玩笑意味，真正经历痛苦时，痛苦也是很具体的，并不会因为具备书写下来的能力就能更快走出来。在她的体会中，把抽象的痛苦写成具体的文字，也能带来一些疗愈。但她不会一遇到事就去记录当储备素材，“这样做，对自己有点残酷，有一种把自己当成观察目标的感觉。”她在生活

快问快答

K = 孔小平

L = 郎群力

K 《欢迎来龙餐馆》呈现了很多美食，那你自己的厨艺怎么样？

L 我之前是一个完全不会做饭的人，还是那种可以一个月吃同一种外卖的人。拍完电影，我不仅学会了一些家常菜，甚至有了拿手菜酱牛肉。

K 电影里有很多小朋友，有什么试戏或者相处趣事吗？

L 太多了。比如，扮演贾马尔的法鲁克，他那场戏是要从书包里发现炸弹，结果他和他爸爸花了3天时间，做了一个真的会亮的炸弹道具带来试戏，他非常认真，我们都很惊喜。

因为他是歌手，试戏后我们请他唱首歌，他就坐在那儿，给我们唱了一首很传统的歌，虽然听不懂，但那首歌很悠扬，他又是清唱，那一幕很美很震撼。

还有就是教孩子们唱儿歌，哇，太费劲了。尤其是苏苏，永远是记住这句，忘了下句。但是现在想想这个过程，又非常温馨，孩子们都好可爱。

K 影视剧接受市场检验，难免会面对观众吐槽，你一般怎么办？

L 《装腔启示录》开播时也遇到过批评的声音，看到批评当然会难受。但是同时我也会这样想：我的经历毕竟单一，观众的人生体验是我的无数倍。平时要收集这些声音得费大功夫，一开播却都真实地传到我面前，所以我很珍惜。

K 你刚才也说四年前《欢迎来龙餐馆》收集资料时还没有AI工具，你如何看待AI对影视创作的冲击？

L 我觉得是，不盲目乐观，也不过度恐慌。不能高傲地认为“编剧是有生活经验的”，是不会受到冲击的。AI在一些环节能提高效率，也可能缩短制作周期，让作品更及时地回应当下。但也要警惕“效率对思考的挤压”——当行业习惯了AI带来的速度，创作者是否还有时间去打磨故事？这个问题，或许比“AI会不会取代编剧”更值得年轻创作者思考。

K 你以前拍过纪录片，之后还想回到这个领域吗？

L 我认为，可能纪录片应该会是寿命最长的影像记录，因为真实的魅力永远比虚构的魅力要大。我此前拍过偏人文的、偏科学方向的纪录片，还拍过野生动物。如果之后还想拍纪录片的话，我可能还是想去拍动物，大自然比人类更纯粹。

与创作之间保持着距离：先真实地经历喜怒哀乐，再回过头来理解和提炼。

这份分寸感也许是保持创作真实度的方法。她说，编剧大多是高敏感人群，“大家在经历一些事情的时候，内心会百转千回。我认为，可以记住这种感觉，不要麻木，然后提炼它，用到创作中。提炼的能力很重要。”

而这种“提炼”的能力，贯穿在她的求学和一系列的社会实践中。从2009年进北京电影学院文学系读本科开始，郎群力就一直在实践。大一、大二接一些栏目剧的小片，去剧组当场记，兼职做编剧，大三实习拍纪录片。毕业后继续拍摄纪录片，期间也兼职写剧本，后来回到学校读研。她认为，这些给她的最大收获，就是有了做田野调查、采访，以及迅速学习一门自己不了解的职业和生活的技能。

所以，呈现都市生活状态的职场爱情电视剧《装腔启示录》播出时，很多观众评价“编剧肯定是上过班的”，这部剧目前的豆瓣评分是8.2分。

“有一段时间，我确实‘四海为家’。”她也有过某海外律所的翻译工作，这些都让她跟《装腔启示录》里的角色产生了奇妙的共振。而且她创作剧本时还通过社交平台，查找现实职场人的经历，得到了很多灵感。《装腔启示录》播出时，她也惊喜地看到他们中也有人看了剧，还给出了评价。这种与观众的另一种“隔空共振”，让她非常开心。

这大概就是所谓的“击中社会情绪”。然而，谈到作品与社会情绪的关系时，她强调影视制作周期很长，创作者很难预判作品上映时的热点，而比起预判，更重要的是把故事打磨好。创作剧本时肯定不是抱着“今天必出金句”的心态来的，“我始终认为，只有自然流淌的、带着真实情绪所写的台词，才有可能引起共鸣。比如最近问世32年后首次在中国内地院线上映的《肖申克的救赎》，大家一样会为中间某个情节而感动，因为向往自由的愿望是不变的。所以，好故事是隽永的，能够反复被讨论的。”

战争和美食，听起来相去甚远，却在电影《欢迎来龙餐馆》里相互交织——中国厨师徐福远赴中东谋生，与餐馆经理马俊生共同经营龙餐馆，战争爆发后，被迫卷入动荡。这间餐馆连接着普通人的生计、情感与命运，也成为影片进入“战争与和平”这一主题的切口。

这是郎群力此前从未涉及的题材领域，“我记得特别清楚，是2022年，那天我的《装腔启示录》剧本刚好定稿，本来想小小庆祝一下时，文牧野导演让我去一趟公司，他问我愿不愿意加入《欢迎来龙餐馆》编剧团队。就这样衔接上了，很机缘巧合的一天。”

她此前从事过纪录片拍摄，对这种“从头学起”的模式并不陌生，这次从剧本创作到上映前的参与，持续了约四年，学习也贯穿其中——看资料、看论文，翻联合国关于战争儿童的文件，那时候还没有AI工具，主要靠自己一点点啃原文，查找需要的数据。不过，她很兴奋，“因为做编剧很有意思，一直在‘公费学习’。大家愿意给你时间，给你资源，愿意给你相关的一系列帮助，让你去重新了解一个领域，了解一个题材，了解一段历史。”

《欢迎来龙餐馆》的题眼，无疑是文牧野导演在剧本创作过程中提出的“好好吃饭”。对中国人而言，许多重要时刻都与一张餐桌有关。吃饭不只是生存本能，更是中国人维系关系、联结彼此的生活方式。

在郎群力看来，战争与美食之间的反差，能够让观众更直接地感受到普通人的生活处境。她解释，战争带来巨大的不确定性，吃饭却是人每天必须面对的事。美食能让观众通过熟悉的感受靠近人物，两者之间的反差，也使日常生活的可贵更容易被感知。编剧团队要做的，是将“好好吃饭”这四个字，从一句台词变成更多的具体动作。

这些动作，大多落在了由沈腾饰演的厨师徐福身上。徐福认为，吃饱是天大的事，再难也要吃饭，吃饱了就不想家了。他一边嘴硬，一边给战争孤儿们做饭、给朋友