香蕉哲学

杨昌溢@飞机的坏品位

重庆出版社

BANANA PHILOSOPHY

香蕉哲学

SHUXUE CONCISE

杨昌溢@飞机的环品位 著

重庆出版集团 重庆出版社

图书在版编目（CIP）数据

香蕉哲学/杨昌溢著.——重庆：重庆出版社，2012.11
ISBN 978-7-229-05834-0

Ⅰ．①香… Ⅱ．①杨… Ⅲ．①散文集－中国－当代
Ⅳ．①I267

中国版本图书馆CIP数据核字（2012）第250958号

香蕉哲学
XIANGJIAOZHEXUE
杨昌溢著

出 版 人：罗小卫
责任编辑：杨　帆　周　瑜
责任校对：杨　媚
装帧设计：周　瑜　杨　帆

书籍设计：胡靳一　冉　潇

ADC AMAZED DESIGN CENTER

重庆出版集团出版

重庆出版社

重庆至乐文化传播有限公司 出品

重庆长江二路205号　邮政编码：400016

http://www.cqph.com

重庆市金雅迪彩色印刷有限公司印制

重庆出版集团图书发行有限公司发行

E-MAIL:fxchu@cqph.com　邮购电话：023-68809452

重庆出版社天猫旗舰店

cqcbs.tmall.com

全国新华书店经销

开本:787mm×1092mm　1/32　印张:7.25

2012年11月第1版　2013年4月第6次印刷

印数:110001-160000

ISBN 978-7-229-05834-0
定价:48.00元

如有印装质量问题，请向本集团图书发行有限公司调换：023-68706683

版权所有侵权必究

目　录

[你要意识到你是渺小的](#)
[序壹](#)
[序贰](#)
[与精神病患者MSN](#)

很多时候
我们面对的那个液屏后的世界
其实
只是个幻觉

[法兰西不举多士](#)

法兰西
像一块圣地
除非它遇到不举的多士

[上流社会几何学](#)

在这个大家都力争上流的时代

在下流也许你能拾到许多宝贝

人际关系上的洁癖

有这样一群人
他们对于复杂的人际关系束手无策
最后才知
患上的是人际关系上的洁癖

床头 笔记 回忆录 书信

这里面记录的
都是那些伴随廉价荷尔蒙的青春
适合对逝去的那一部分青春还有眷恋的人

欲望 抽屉 恋人 碎语

这里面记录的
依然是关于青春的笔记
献给那些秘密的爱

广场恐惧症

他们害怕在公共场所

或到人多拥挤的地方
乘公共汽车、火车等交通工具
更是会让他们害怕、紧张

音乐电影疗法

有时候
听音乐
或者看电影
是这世上少数的几件相对安全的事
并且它能帮助你理解自己

每只猴子都是危险的

你若坦露内心最真实的情感
在这个琢磨不透的世界上
无论如何都是危险的

比起性欲我更愿意谈论爱情

性
有时候是一种武器
是对自己情感上无能的一种报复

知心大叔信箱

所有贪恋的，嫉妒的，都是通往痛苦的根源
那是因为还不够放松。
所有的爱、人际关系、工作、都应该是放松的。
你试图去讨好的、迷恋的、都不是最真实的、缺乏实质意义的，
而更重要的是，他们终有一天会厌倦你的讨好。
那时你就会白费所有工夫
而有一个人适合你一辈子去讨好，
那个人就是你自己。

坏品位谬论

“我喜欢粗俗，
我对坏品位有浓厚的兴趣
——它比那种假想中的好品位令人激动得多，
后者不过是人们看待事物的一种
标准化了的方式而已”（赫尔穆特·牛顿）

你要意识到你是渺小的

序　壹
PREFACE ONE

莫泊桑，1880年写出了《羊脂球》，尼采，1886年出版了《悲剧的诞生》，村上春树，在他29岁时写了《且听风吟》，他们都是该作家人生中的第一本书。

这本《香蕉哲学》也是我第一本正式出版的文集，当然，它并不完美，但它的确真实记录了我某个阶段最真实、最自然的写作状态，甚至是我的整个青春。之所以举以上几位作家的例子，并未妄想与之并论，只因他们都是我所敬仰的作家，以及，第一本书对于作家的重要意义所在。每个人的生命轨道里，一定有着一些愿望或者执意要做的事，也许那个愿望会迟到，我始终相信它终会发生，因为梦想一旦播种于心中，便会有股莫名的力量牵引着你朝着那个方向前行。

序　贰
PREFACE TWO

写作，之于我是一个治病的过程。首先，是治愈自己心中的病，同时，也为遇到相同问题的人，找到了一个出口，而这些人，也许会成为我的读者。

我希望我的读者是清醒的，是被一种光明的力量牵引着的，在这个焦躁的时代，谁没有点儿病呢，这本书并不是严肃的哲学书籍，它是我所称之的“谬论集”。

这些年，看到太多人变富裕了，然后开始惶恐、迷失，甚至用毒品来给他们带来一种“快乐的幻觉”，这都是因为被局限在错误的单一价值观里，不够放松所致。

还有，我的朋友们，他们有稳定的工作，但不快乐，这是为什么呢？也许，他们只需要你为其推荐一本带他们脱离苦海的书，我希望这本书能够为大家找到一个出口，或者打开一扇门，通往光明。

CHOOSE
JUICY
Juicy Couture





与精神病患者MSN

很多时候
我们面对的那个液晶屏后的世界
其实
只是个幻觉

WITH A PSYCHIATRIC PATIENT MSN

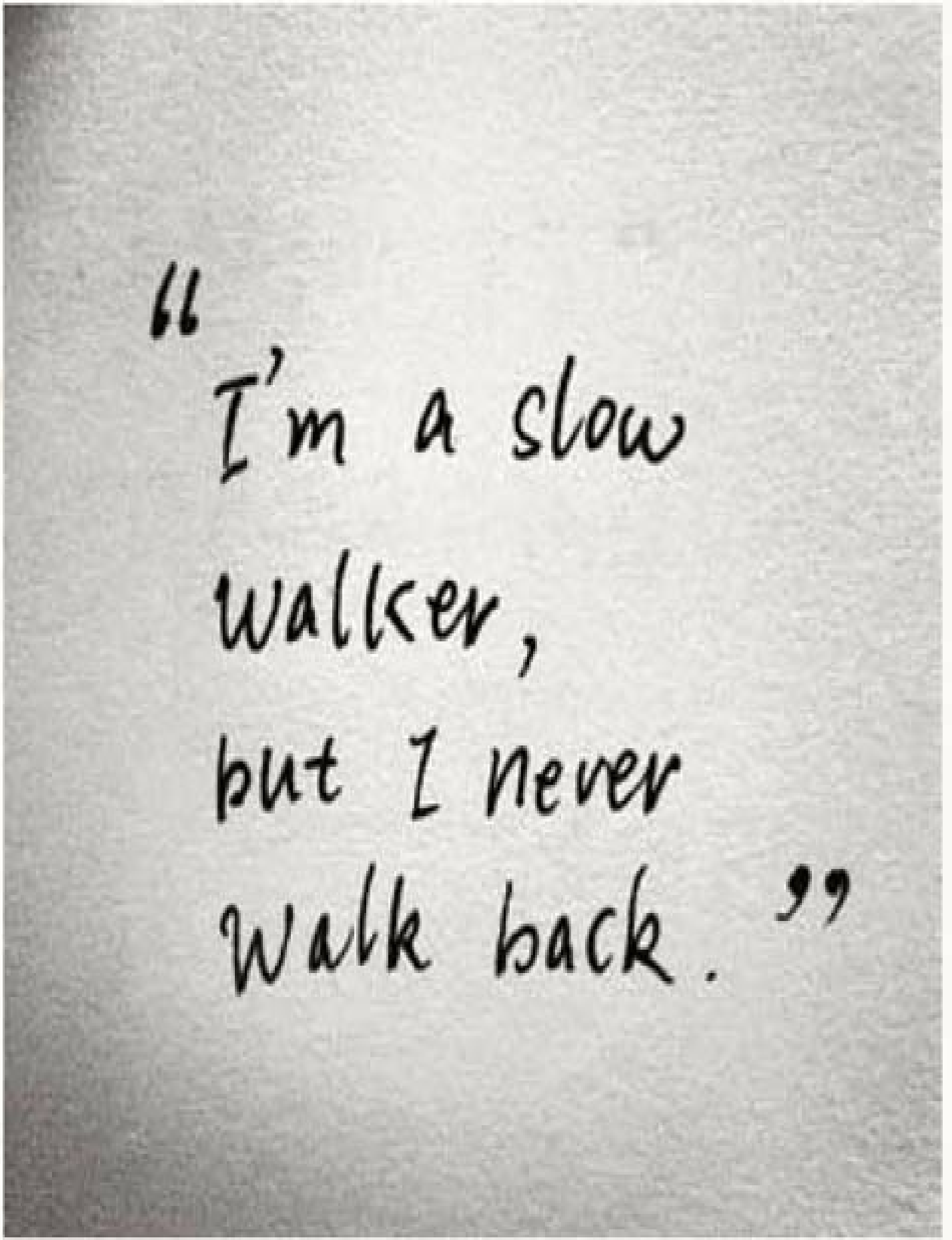


1．这个社会给我们展现的大趋势，是让你变成和他们一样的人，而如果你照着那个模板变成了他们理想的那个人，那谁又去成为你自己？

2．有时候一觉醒来一切都有了新的开始，有时候一觉醒来一切都还是停滞不前，但那又怎样，用心去呼吸，总会感受到不一样的变化。

3．这次旅行的机票也算订得干脆，因为我非常清楚哪些时候是真的会上路，而哪些时候只是随便说说，我们并没有给旅行留太多的时间，而大部分时间只是随便说说，这是危险的，你必须得时刻提醒自己保持足够自由。

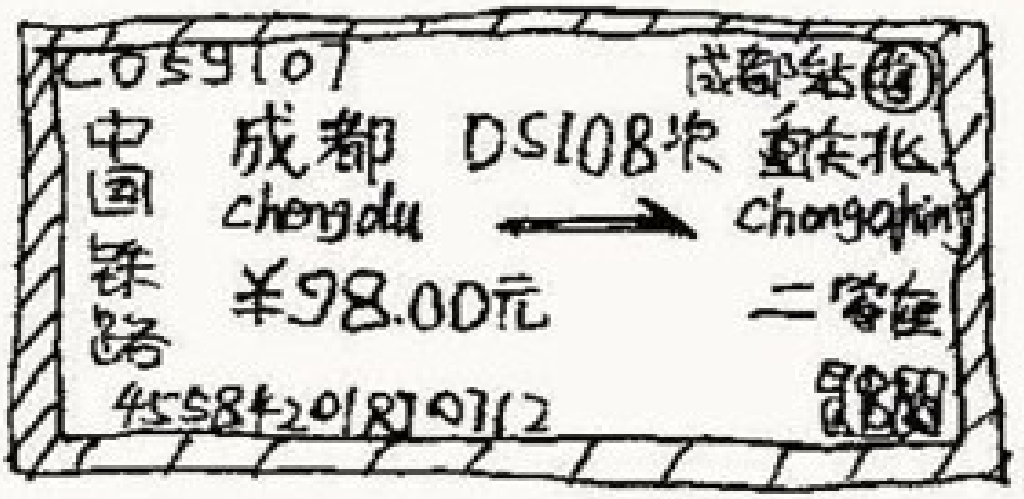



"I'm a slow
walker,
but I never
walk back."

4．比绝望更绝望的是那些你自己都听厌了的希望。

5．很多时候是这样，你们在一起的时候，什么都是对的，一旦关系解除，你就可以找出一万个不在一起的理由（适用于爱情、工作以及所有关系）。所以，没有合适与不合适，只有在乎与不在乎，你此刻认为是对的，它就是对的。

6．我小时候还真没想过当科学家什么的，公交车上卖车票的倒还真想过，当时觉得他们坐的位置特高端，和所有人的都不一样，还有那车票盒，总有一股神秘的力量。


C059107
成都站
中国铁路
成都
chengdu
D5108次
重庆北
chongqing
¥98.00元
二等座

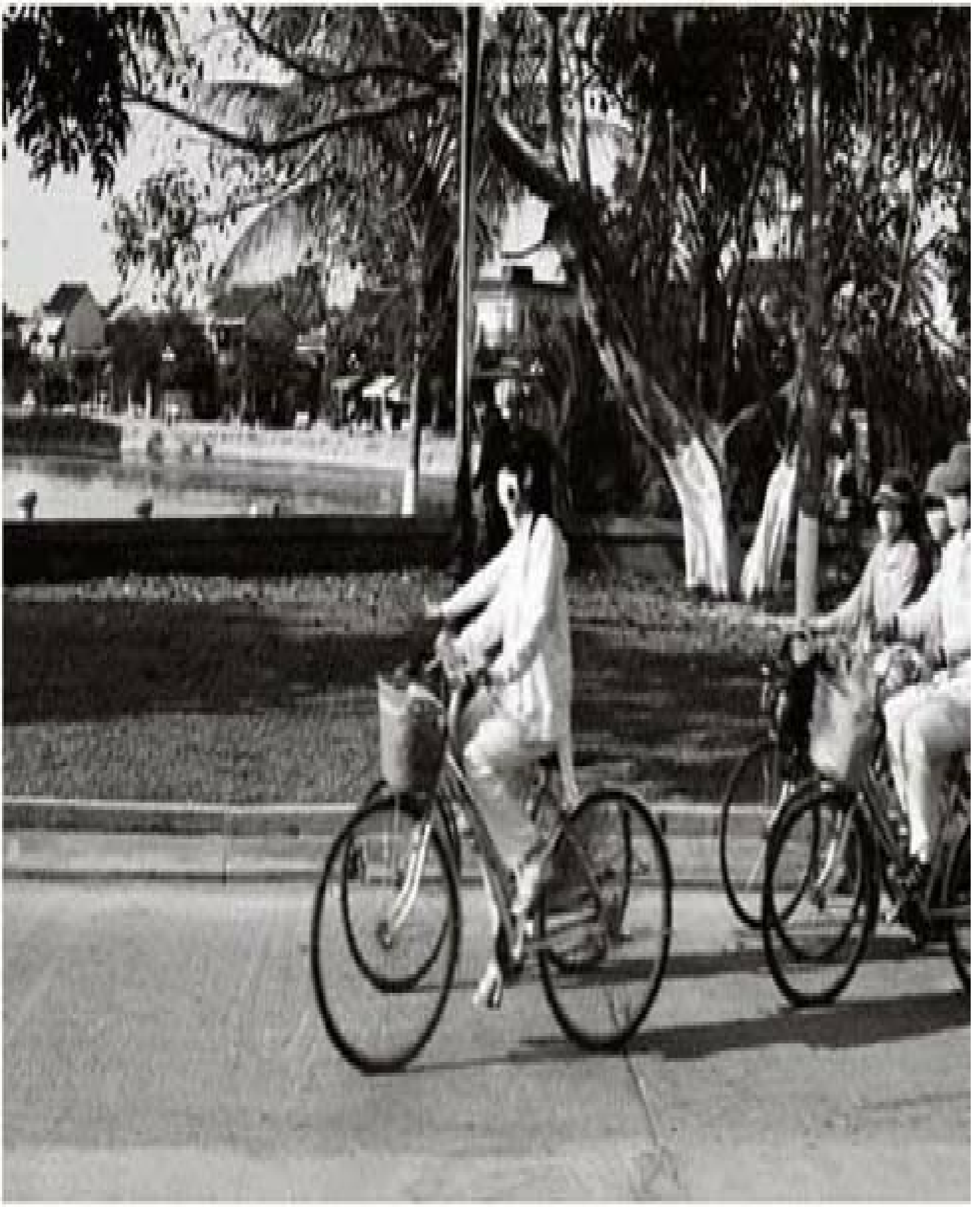

重庆
Little bear
重庆站
CHONGQING



7．忙碌的唯一好处就是忘记烦恼，虽然它很有可能将你推向另一个更大的烦恼之中。

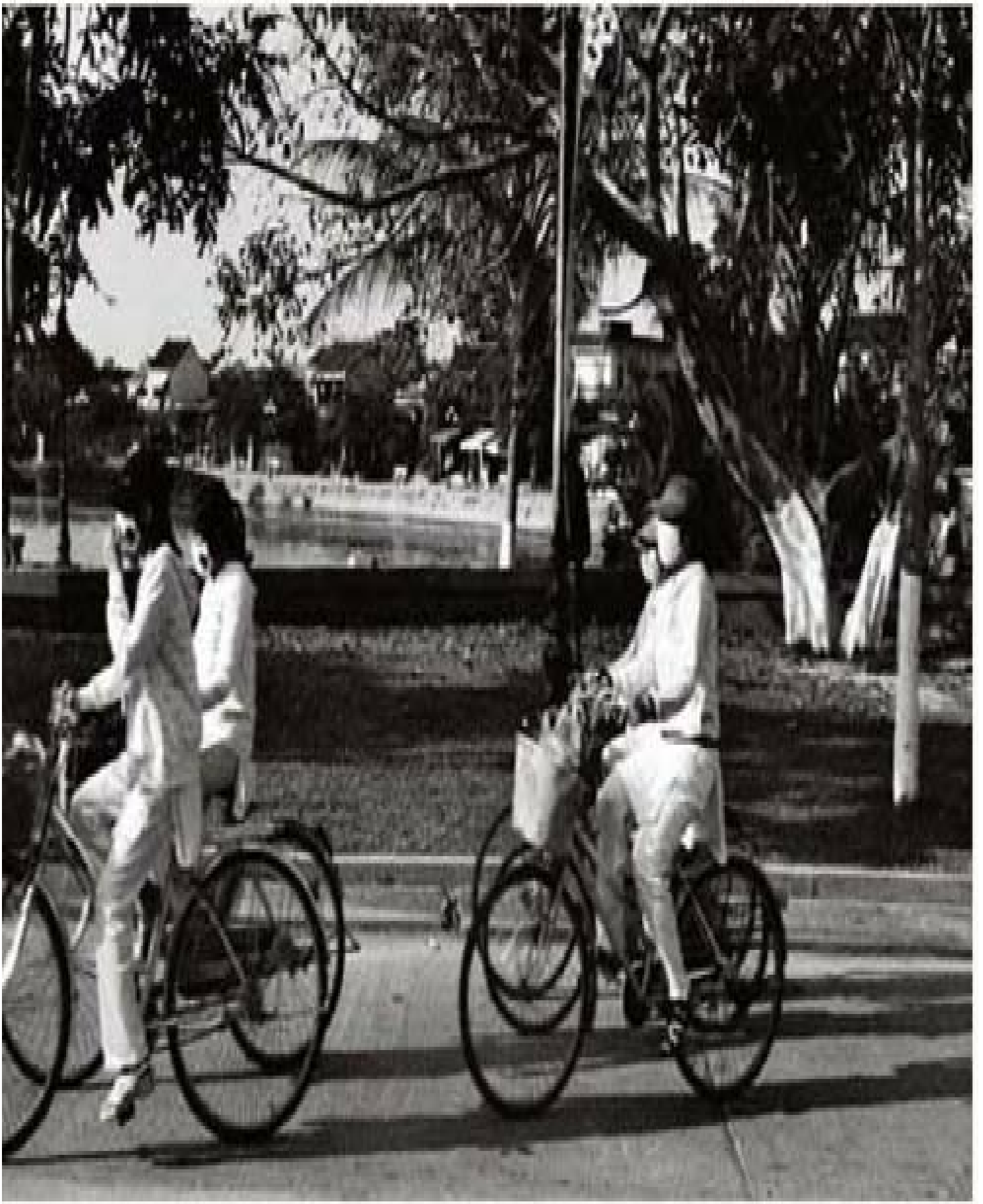
8．这些年我笨拙地生活在这个世界上，受到的取笑与不屑也是时常遇到的事，但还是得谢谢那些嘲笑过我的人，因为你们一定是比我了解更多才这样“温柔地提醒”，每个人都会遇到这样的温柔提醒，当然也包括你。其实除了自尊心，没有什么不好的，接受它，避免下次出错，你会变得更美好。

9．我有个朋友，不常联络，但你会不时地发条信息确定对方还存在于这个地球上，我们还保持着书信往来的习惯，因为她几乎不用电脑与电话。每个人都需要一些灵魂伙伴，他们不会吵到你，但你会很清楚地听到他说的话，在这个越来越模糊又极其喧嚣的世界里尤为珍贵。



10．给对方他真正想要的而不是你认为他想要

的，这很重要。如果一个人想睡觉，你只需为他提供一张柔软的床，倘若你非得给他一打钞票，他是睡不着的。



11．当你无力面对这个世界时，适合做两件相

对安全的事：

（1）睡觉。

（2）睡觉。

12．人与人之间的尊重应该是相互的，至少也得不冲突，如果你丝毫没有要尊重我的意思，那么我再尊重你，就是我的不对了。



13．能够把紫色衣服驾驭好了的都说明你拥有与生俱来的高贵气质。



14．有时候，我们怀揣一颗非常单纯的心去做一些事情，反而会收获美好。就拿最近热映的某部电影来说，我看之前就没有在脑里灌输冲奥斯卡呀巨资什么的，就是很直接地去欣赏一部电影。越来越多的人习惯被各种信息包围着的感觉，认为那是安全的，有助于我们理解的，却忘记了你去做那件事的初衷。

15．事情总是这样，你越想求成的东西，越是会得不到，放开点，也许它就在转角处。


LEONARD COHEN
TEN NEW SONGS
Jack Johnson

16．我想很多人都有“上大学前充满美好想象，但上大学后，每天上午坐在教室里，脑子里只盘算着中午吃什么”的亲身经历，所以我认为最该感谢的是——昨天的自己，让你经历了这么多幻灭后，还能健康地生活着并对什么还有所期待。

17．个人梦想：一般人问我的理想是什么，基本上我都会说出名呀，晋级为上流社会一员呀，因为这样说，对方比较好理解，我为什么要把自己的理想到处拿出去说呀，但是我希望爱人能懂我。

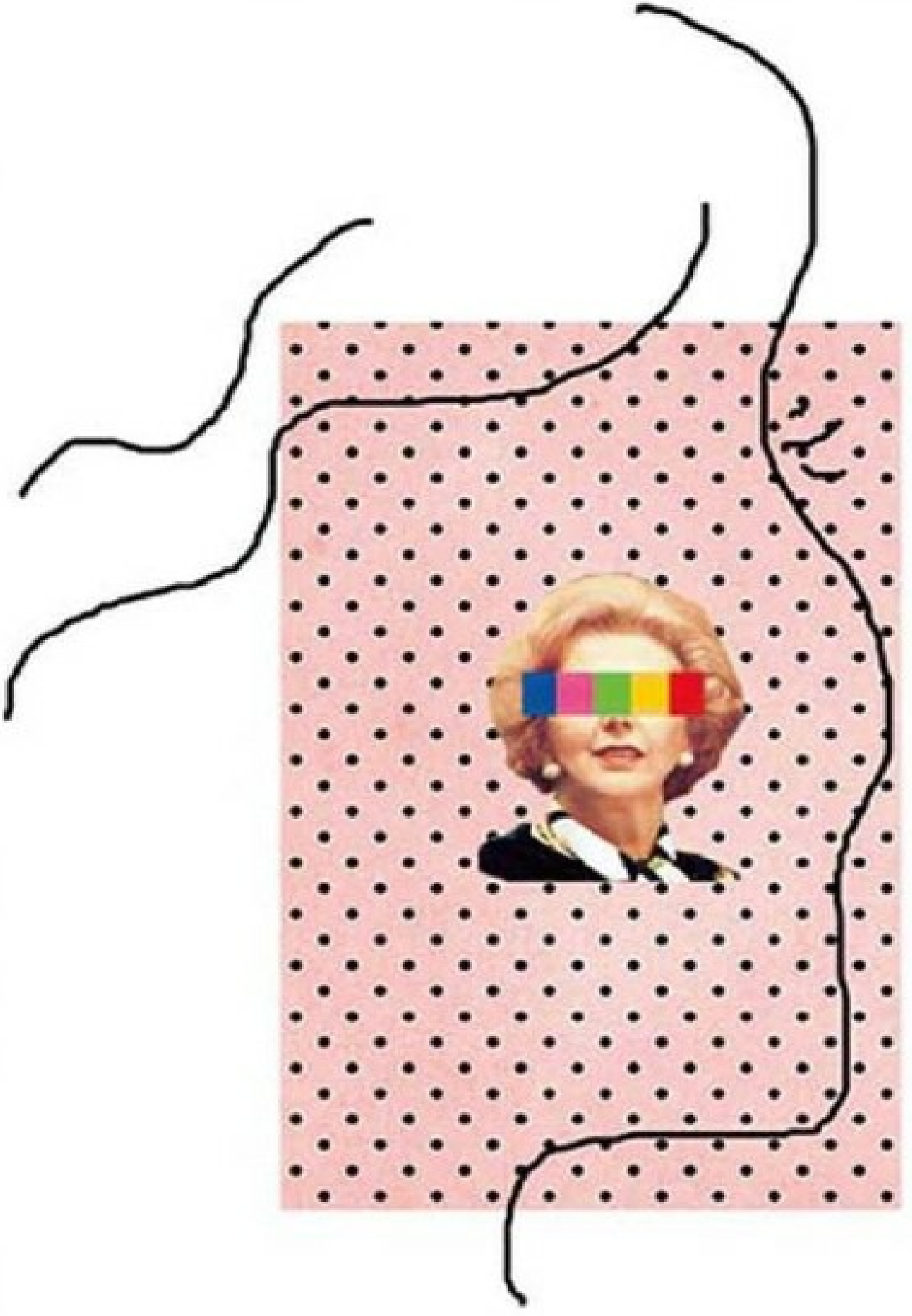

All my
friends
are dead.


Restaurant
023 511 141 - 020 571 2896
Tiger
Beer
World's Acclaimed
LAGER BEER
Tuk Tuk Service

18．要当坏人就当个纯粹的坏人，好人堆里不缺你一个。以前有个蝎子与青蛙的故事，告诉我们的是，一个人也许会改变信仰，改变初衷，改变自己的容颜和谈吐，就是不会改变本性。

19．我记得前些年特流行一句话，大概是：我奋斗这么多年就是为了和你在这里喝杯咖啡……可是，喝完了人家可能就去楼上的豪华全景房与山西煤老板做爱做的事了呀，我一直觉得不要把理想寄托在某人或某物身上，因为人和事都是会变化的，你应该做一些更靠近自己的事，然后让爱你的人主动靠过来。

20．有的人羡慕你，有的人嘲笑你，有的人嫉妒你，有的人忽略你。可是，那又怎样？你永远都是人生这出戏的主角，其他的都是配角，仇人是跑龙套的，朋友是友情客串，爱人是最佳搭档。

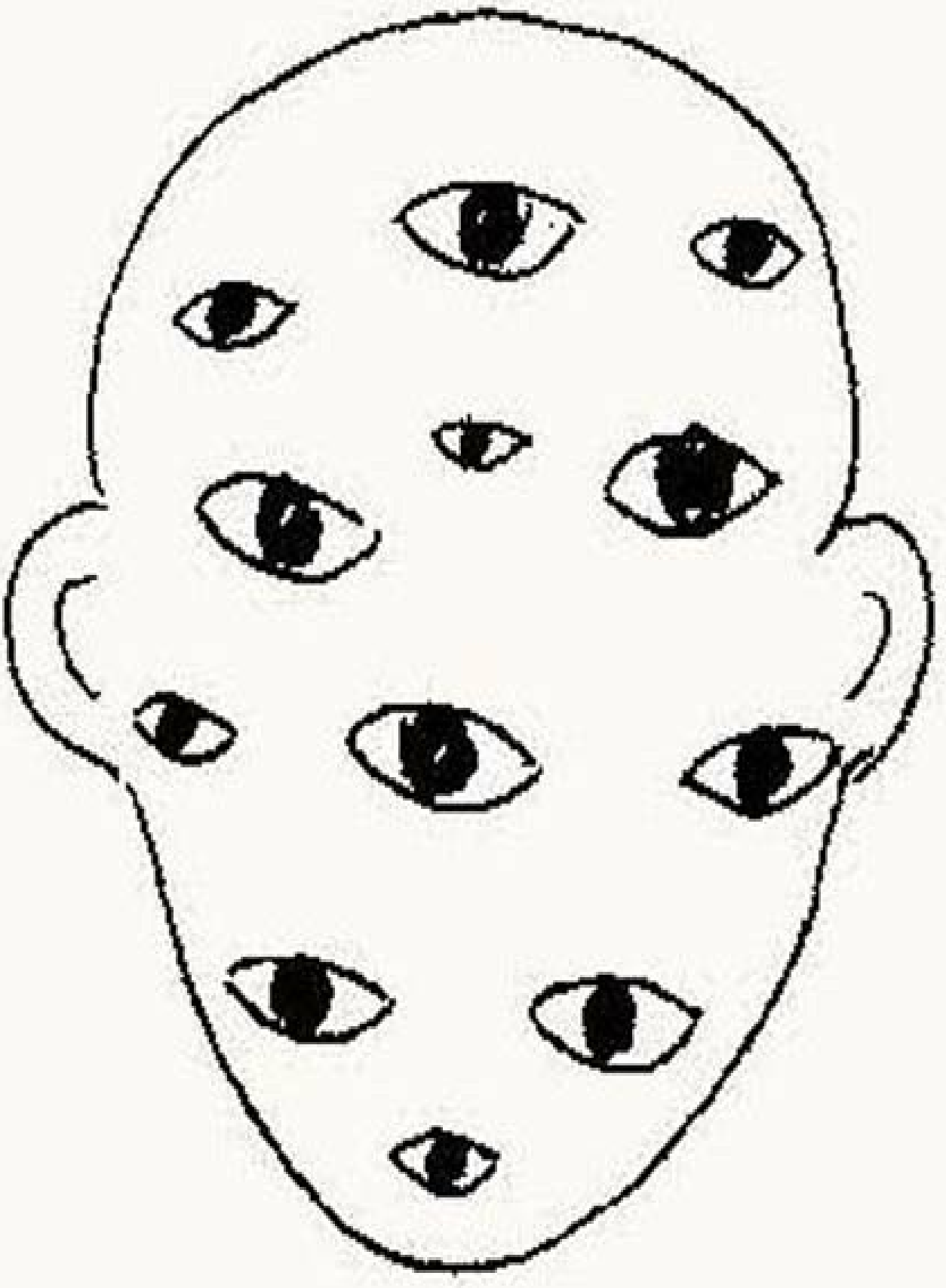


法兰西不举多士

法兰西
像一块圣地
除非它遇到不举的多士

THE FRENCH CANNOT AFFORD TOASTS





21．一个人可以不用长得太好看，懂太多事，明白哪只手夹雪茄更迷人，对所有红酒的年份倒背如流，但你得有自己的气场，这很重要。

22．我喜欢和有智慧的人交朋友，他们是稀有动物，可以不时髦，也不一定聪明，但你对知识的好奇是最具吸引力的，我相信人以群分，也相信自己所能触及的范围，从出生到死亡，做个受欢迎的人。

23．你所给人呈现的，也许会让人误解你是怎么样的一个人，但那个形象只是他们自己脑海里主观构建的，也没经过你的同意，所以你不必为其负责，你只需要做好自己，不求深刻，只求简单。


My little airplane

24．把一件看似特别复杂的事用极其简单的方式处理就会变成一件特别伟大的事。

25．有阳光的时候，就不应该用丑陋的窗帘布将其遮挡，可我们中的大部分，有谁能做到不顾一切，所以，才出现了羡慕与遗憾，羡慕的是那些你渴望做却没做的，遗憾的是错过的一切美好风景。

26．浪费时间的方式太多了，你得尽量挑一种高级的，或者说最适合自己的。有时候你真心想做一件事的时候，请迅速做出决定，因为那些让你“不自由”的理由会趁你左顾右盼时迅速占据你心。



27．昨天有个朋友问我的理想职业是什么？我说是作家。我从来没有这么坚定地回答过这样的问题，我是平面设计出身的，后来工作了，所有公司都没有那么在意我的设计，反而很喜欢我的创意，但这些我都认为只是有些许天赋，我更爱写作，每个人都应该找到自己所擅长的以及热爱的，让它们牵引你前行。



28．我们都应该长大，都应该学着有责任心，都应该试着最大限度地减少他人的麻烦，这样才不至于成为一个讨厌鬼。

29．其实很多规矩我不是不懂，只是我还是天真地认为，我有实力通过更顺应自己内心的方式将其实现，请尽可能保留那一份天真，即使失败了，你也从未不安过，况且也许根本就没有失败这个说法。

30．有时候你发现过不了任何人的那一关的时候，只有过自己那一关了，我们无法预知何时会堵车，正如我们无法预知爱人何时会变心。爱情是虚构的，我们甚至没有耐心将其看完。



31．我们都应该学着和他人保持一段优雅的距离，这是一种美德，真的。

32．不管是写作还是阅读，或者好好欣赏一部电影，都是需要你自己为其预留一些时间的，或者说精力。这是一个创作者对自身的负责，你获得高潮的方式毕竟与一些人是不同的。

33．懒惰的另一解释是：证明你没有多大压力。



34．中国的大部分父母有一个共同的标杆，就是“别家的孩子”，他们的工作都稳定，爱好不需要太广泛，收入颇丰，有理想，按时结婚，保障齐全。

35．有时候我们宁愿相信一些假的东西，因为现在“真实”这个词已经很难界定。那些说工作太忙不会影响感情的一定是疯了，工作清闲对感情有利也一定是在胡说，因为感情是流动的，你应该多听听它的感受。





36．我对朋友的定义是：你们见面后三秒钟就能产生出一种属于你们之间特有的化学作用，可能是熟悉感也可能是种语境。

37．自恋，是一种长久的与自己相爱并共处的过程，这其间一定存在着摩擦，和所有相爱的情侣一样，但它能最大限度地消减误读，每个人都可以误读你，除了你自己。

38．想象着你被激怒，想象着被你崇拜，想象着我们不期而遇，又各自分离，想象所有人都能够来到我的快乐王国，在那里没有仇恨也没有嫉妒与贪婪，你可能要说我是名幻想家，但我想我不是唯一的那个。

39．从今天起，做一个更像自己的人，写作、设计、刷微博，空了就去旅行。看到靓衫，试着脸不红心不跳地刷卡，不喜欢的聚会坚决不去，整理房间，滴漏咖啡，多看书，少看影评，与所有妨碍自己创作的，保持一定距离，虽不面朝大海，但从心底要能够春暖花开。



40．误会是怎么产生的？你没说出来，或者你说太多，邪念只会在穷途末路及孤独绝望中涌现，我们远离以上几点就能远离邪念，但很明显，我们做不到。

Yes,
I Am Blind

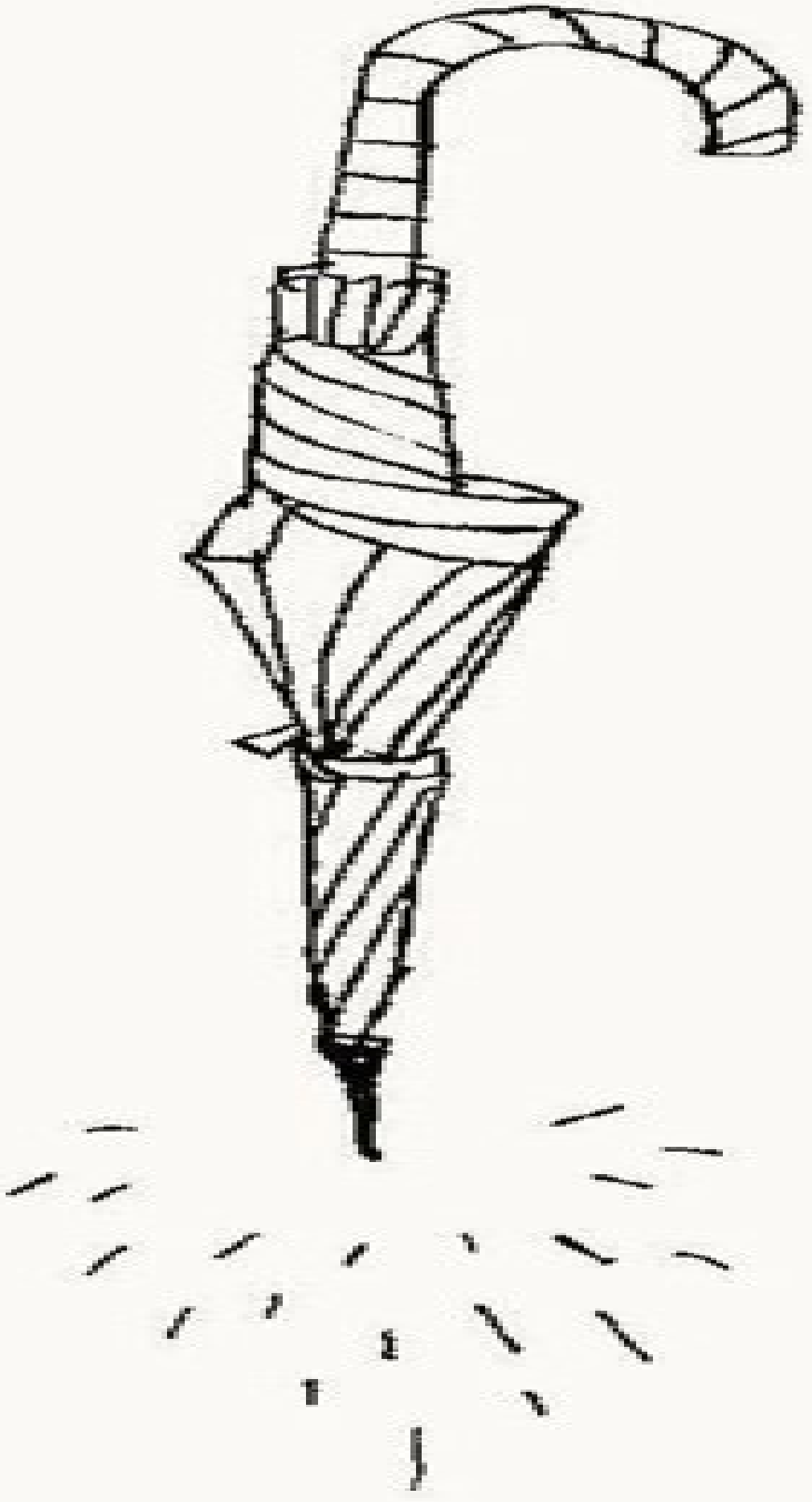


上流社会几何学

在这个大家都力争上流的时代
在下流也许你能拾到许多宝贝

THE GEOMETRY ABOUT THE HIGH SOCIETY





41．不要用别人的方式去成功，要用你自己的方式去成功，而最后你会发现，那『成功』是根本不存在的，但你至少获得了自我。

42．我从来不迷恋于去大公司，做一名体面的白领，每天手握几本时尚杂志，装出一副资产阶级范儿。很多人的理想生活就是这样，但又觉得自己没有了灵魂，说这根本不是我的爱好嘛，那你的爱好是什么？有没有去合理兑现那份爱好，还是一股脑地跳进主流价值的人堆里？做爱做的事其实特别简单，只要你愿意。

43．我现在做的每份工作都只是想证明一件事：赚钱的方式有很多种，并不是只有成功学书上说的那些。人生不应该给自己设定这么多限制，更重要的是，大部分时间你一定要像你自己。



44．我们到了一定岁数，就不再谈论梦想了。几个看上去很熟悉的朋友，坐在一起，夸夸其谈的大都是理想，比如，要出国深造几年后做到总监或更高的位置；再或是，顺利成为每天出入于CBD白领中的一员，可这些其实都是现实主义的理想，而梦想是纯浪漫主义的。

45．一大早听到的第一个新闻就是《杜拉拉升职记》中的男二号因抑郁症自杀身亡，突然想到有一次洪晃在访谈中和一男嘉宾聊到演艺圈里的很多不为人知的一面，有些女星精神抑郁到用刀片割下体，平时很正常，一到片场就发抖。所以，有时真的需要一个坚强的心，抵抗这个同样坚强到不行的世界。

46．报纸上说白领的另一个爱好是看星座专栏，星座专栏为什么经久不衰？因为它一出现就伴随着争议，有争议就有市场，当你为其辩驳耳红面赤时，已经促进了它的传播并正在消费它。就我个人而言，它只是一个出口，另一种八卦，因为我们都是在记住它说得准的部分，而忽略了大部分的瞎蒙。


KH.CAT B TONG
0912.300.222

47．今天提前回到家，他们还没有回来，我倒了杯汽水，躺在床上有一种不真实的放松感。

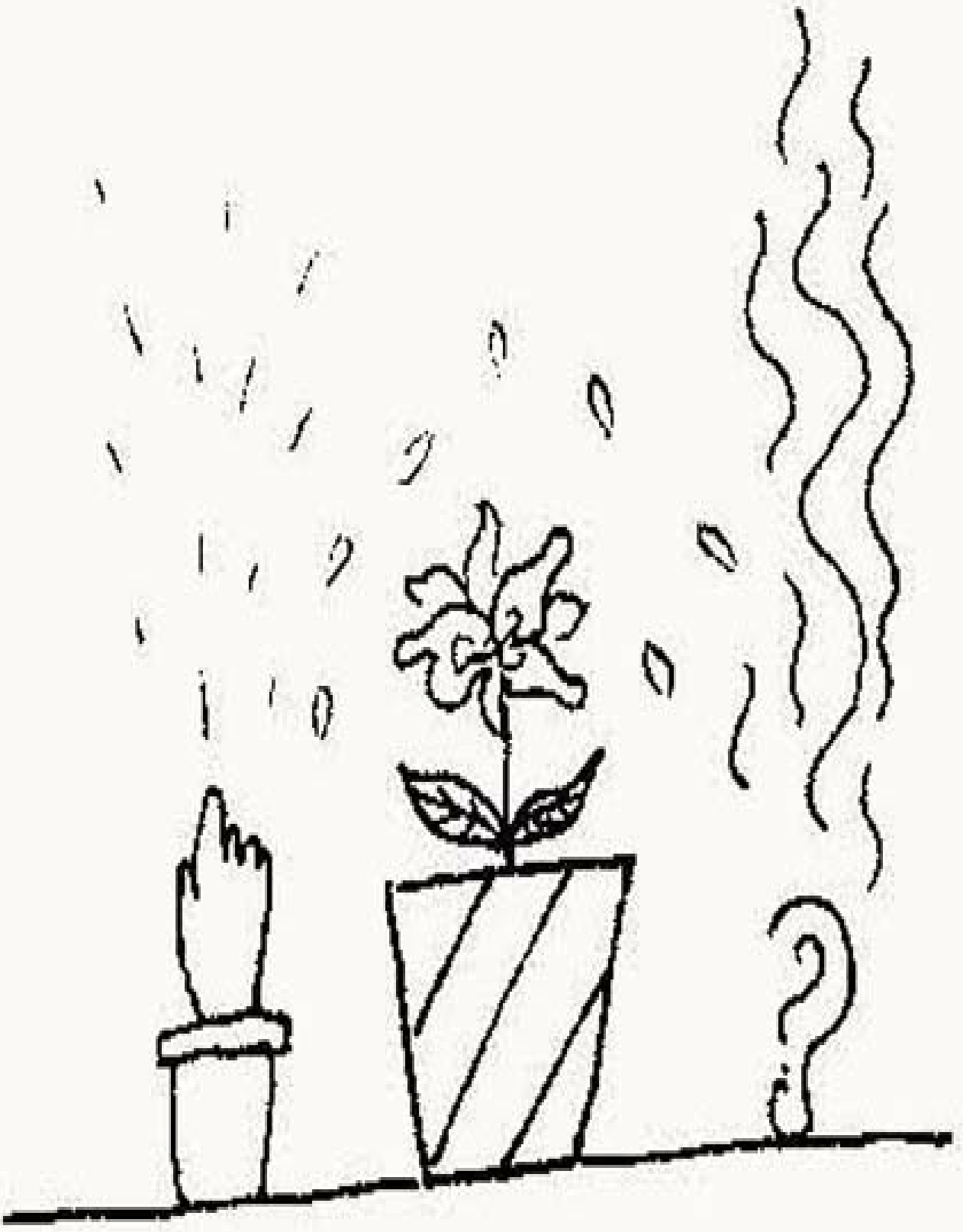
我指的放松是区别于每个周末的那种应得的放松，一种意外，就像你去一个城市旅游，突然发现一个精致的小道一样，没有任何的安排，像小时候提前放学回家无所事事的感觉，我先打通了个电话，但没人接，我就开始在报纸封面上帮Colin Firth画胡子，我忘记了微博、设计任务、身份的焦虑，我在思考现代人也许已经变态了，只是习惯了每天以这种变态的身份生活，所以认为这就是符合逻辑的，而我要谢谢这几个小时，让我意识到自己的变态，并试图时刻提醒自己揭下生活的面具，与真实的自己待一会儿。





48．和朋友吃饭，话题总离不开工作、人生观、圈内八卦，我是一个对自己特别没安全感的人，我随时觉得自己会出问题。所以，我对别人的要求特别低，其实从某种程度上也是希望你们最好不要管我到底要干嘛。我说我的存款都用来旅行了，对方就会说，将来怎么办。可是将来是什么？把当下的自己处理好，已经是一件特别靠谱的事儿了。

49．我们痛苦的根源在于我们要的太多，一会儿想着去高档写字楼做一名体面的白领，一会儿又想去丽江开家小店，又说想当职业作家。这些都没问题，但关键是心中要有一个重点，并为其兑现、努力，至少先实现其中一项，那样才不至于停滞不前或彷徨不定。大多数白领是这样的：每天早晨，在拥挤的地铁里，通往公司的小道上，身体在路上，灵魂在铺上。

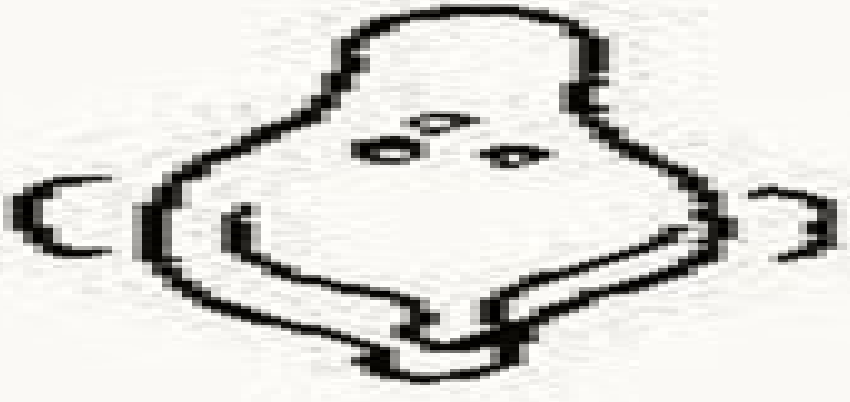



SABECO
SAIGON

50．每当遇到那种堵车堵到你心肌梗塞且你已经预料到今天的薪水基本上泡汤时，就想直接跳下车，随便找个咖啡馆坐一上午，假装之前什么都没发生过或我在度假。







51．我认为这世界上大概可以分两类人，一种是特别有个人的看法，基本不受外界过分打扰型；另一种是基本上没什么个人见解，但特别容易受他人影响型。前者比较沉迷于自我构建的系统里，后者需要外界不断地刺激，当然，这两种人都没有好坏之分，因为最后都是殊途同归。只是，我恰巧成了前面那种，我特别相信自我价值，因为这是陪伴你最久的一种特性，就算你脱离了任何一个群体，你也会因为自身的独特性，重新获得新的机会，而这不是靠你身份而获得的。很大一部分是因为你的不可取代性，而很多人都忽视了这一点，把太多时间浪费在如何升职加薪上了，遇到突发情况，就会马上迷失自己。



52．我们生活中实际拥有的，总比我们想象中的多。

53．我的晚年计划：住在一个靠海的城市，养狗，清晨即醒，环岛跑步，稿费为生，适度欢愉。

54．我个人非常欣赏一句话：“如果你想造一艘船，先不要去雇人收集木头，也不要给他们分配任何任务，而是去激发他们对海洋的渴望。”很多人说想旅行，但又没钱，其实，你什么时候看过那些真正热爱旅行的人怀揣着巨款到处行走的呢，除了存钱，还有很多方式可以去到你想去的地方，只要你心足够自由。

55．喝醉了一点都不酷！你的身体完全不受自己控制，你好像可以把它交给任何人，难不成这就是很多人选择酒精的原因，和陌生的空气做爱？

56．读书的时候有自由，没有钱，工作后，有了钱，没自由。每个阶段都有那个阶段的好以及不满足，所以，工作后能试着降低欲望，去买些读书时想买的东西，比较容易幸福。

57．刚刚回家正要上楼的时候，看到一个穿得很单薄的捡垃圾的女人背着重重的一堆废品，旁边一群年轻人欢呼着从她身边走过，圣诞节总是欢乐的、做作的，城市里的每张脸都有它的故事，有些令人感动，有些你却提不起半点兴趣，好好生活、写作，是孤独的也是清醒的，它负责记录这世间的各种滋味。

58．总会遇到这样一类人，他们来自小地方，却极其艳羡大城市，买的是淘宝，却只提奢侈品，对他人不太硬的专业文凭表现出不屑。其实，再大的城市都有很垃圾的人，所以，这些“比较”真的是很愚蠢的，还是下点工夫做出点自己的成绩吧，那些名号、头衔都不是真实的。当你在做一件事情时，你是投入且有热情的，这一件事一定就是对的，这是我的唯一标准。



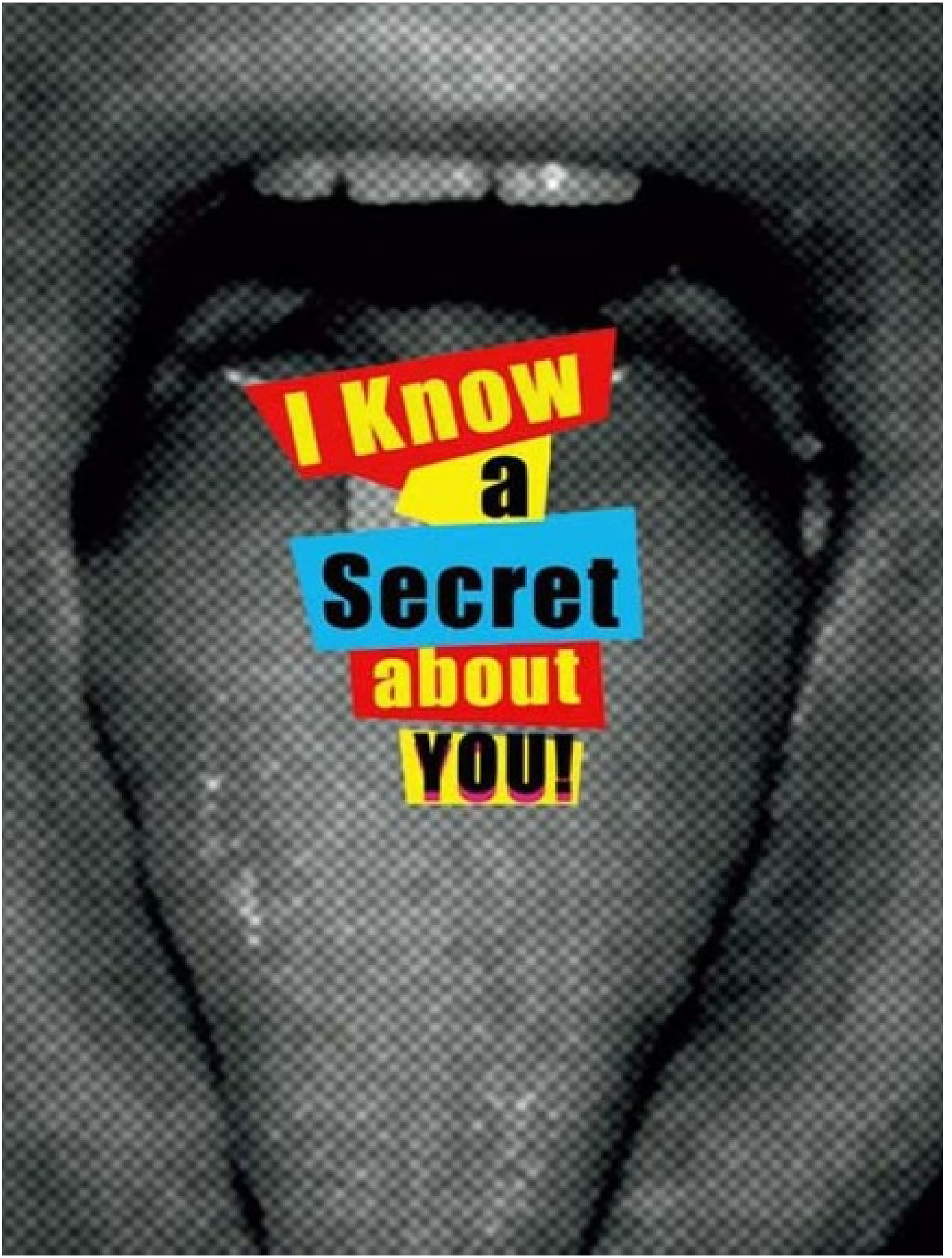
59．当你在做一件事情时，你是投入且有热情

的，这一件事一定就是对的，这是我的唯一标准。


WC
NỮ · NAM



60．要想做成一件事，必须是要付出双倍努力的。人家花花公子们，手头准备着的逗女孩儿的笑话也是普通人的几倍！所以，不要问他们是如何做到的，问问你都做了些什么。


I Know
a
Secret
about
YOU!

人际关系上的洁癖

有这样一群人
他们对于复杂的人际关系束手无策
最后才知
患上的是人际关系上的洁癖

OVER THE TOP ON INTERPERSONAL RELATIONSHIPS





61．情人节是这样的一个节日，男孩儿们企图弥补平日对女孩儿的疏忽，可方式又是乏味儿的，除了巧克力就是玫瑰，甚至不及超市收银台的那一盒避孕套。

62．设想一下，一个中年留须男人在潮湿的地下室，看各种pinky violence

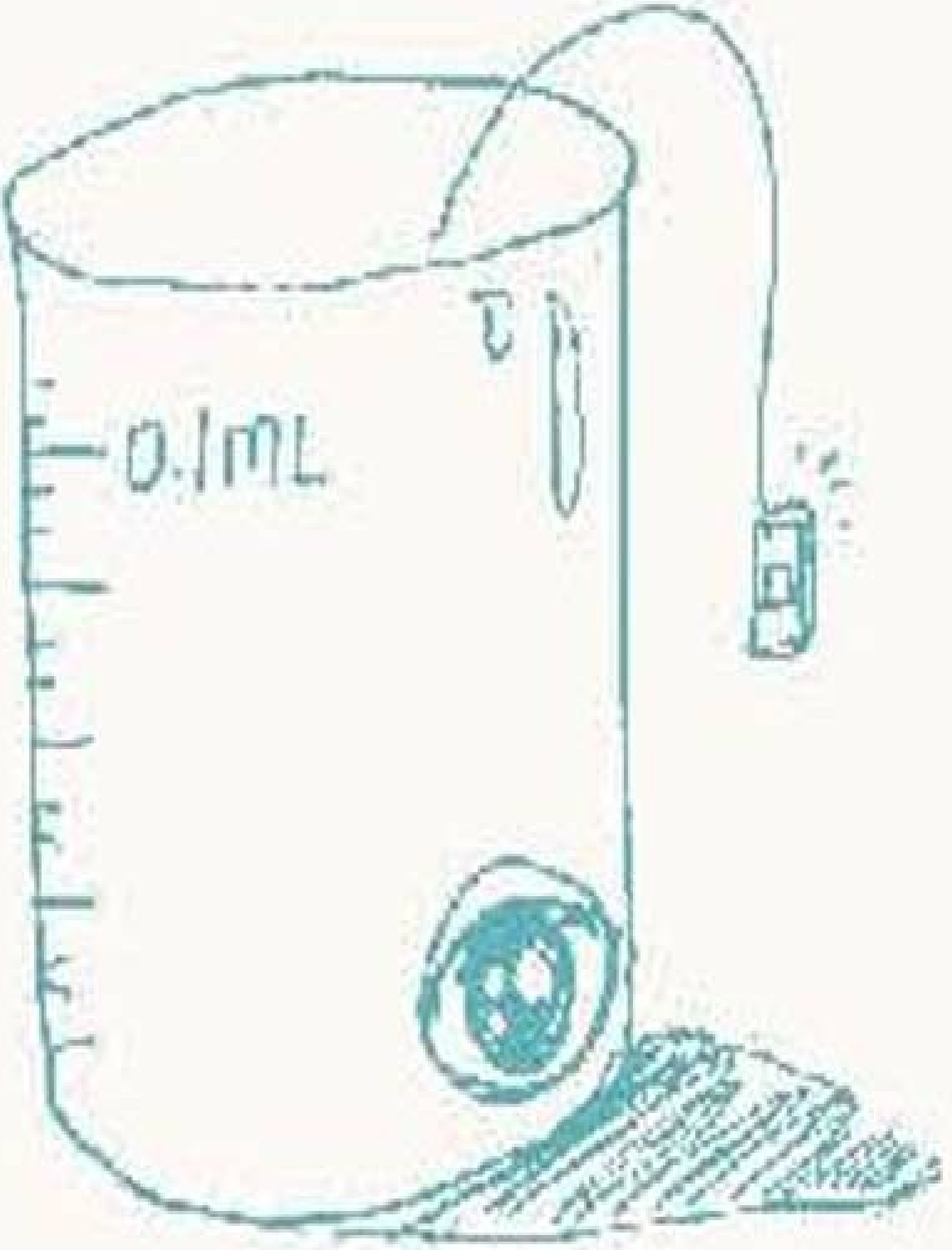
是一种什么场景，其实这就是我从小想做的。我只想开一家自己的音像店，

收集各种低保真cult影片，但自从开始假正经地搞什么平面设计以后，我

儿时的梦想就再也没有实现过，这段时间，趁着失恋的悲伤心情，找来80

年代各种发霉泛黄的午夜场电影，追寻那段难以磨灭的儿时回忆。

63．我近视，但很少戴眼镜，因为我不想把这世界看得太清楚。


0.1mL

64．那天和一哥们聊到了伟大前程这个于我来说很远也无太大意义的话题。从小，我都不屑于老师或父母口中的诸如“要好好读书呀，不然考不起大学”或“人际关系很重要，要细心呵护”。其实，很多路，是靠自己一步一个脚印走出来的，哪有这么多规则。我没有熬过一天夜依然考起了大学，我从来不会厚起脸皮去呵护人际关系，一样结交了真诚的朋友。而且，我妈常在我耳边唠叨说“听说美院毕业了也不好找工作”，我还真想看看，自己找不到工作，在家闲置的样子。

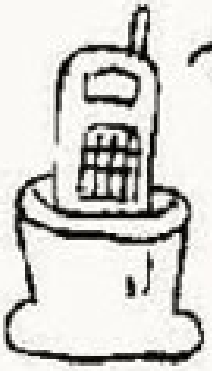

Wish u
a
warm
2011.


Photo by

65．《录像带》我身边的人都知道我喜欢随手拍一些生活中的录像，我喜欢看爸爸对着镜头向我敬礼以及朋友在我面前大聊男友的坏话。

《梦》最让人伤脑筋的梦，是梦到爱人与陌生人共进晚餐，其次是友情决裂，想跑却跑不动。

《工作》我当然不热衷工作，但我需要它来换取人民币，并用它来旅游、买书、请客、吃用白盘子盛放小份食物的菜肴。

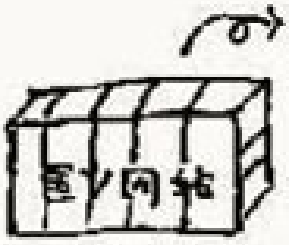


电话座

《wallpaper》



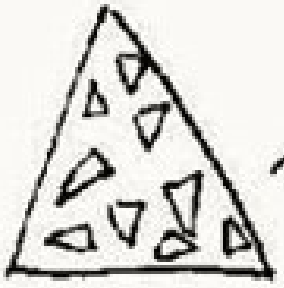
彩铝金



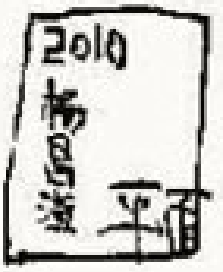
素材



标签.



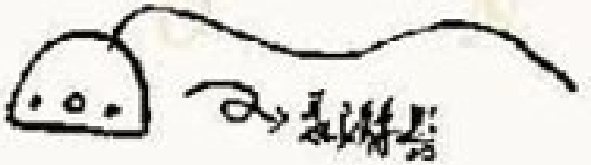
置物盘



绿化树指



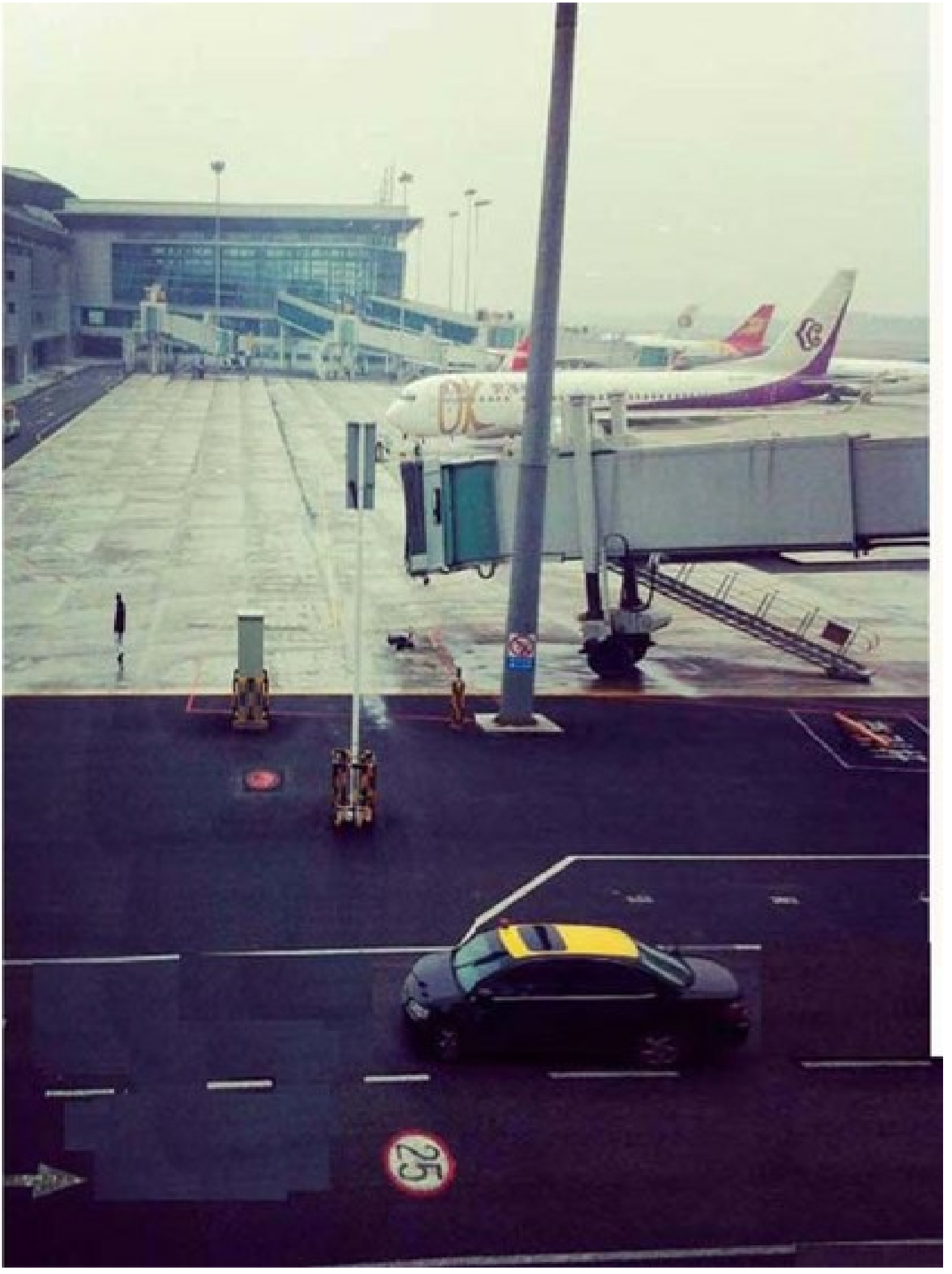
香腊



录游器



66．如果你想测试你们的爱是否还在？请远离彼此一小段时间，然后在最自然的状态下，去感受空气中、喜悦中、失落中、静闲中，那个人的影子是否会清晰地出现在脑海。


25

67．大部分人表现出洒脱、很酷、不解风情，其实都是在给自己披上一件华丽的『距离外衣』在其之下，依然是无助，缺乏安全感，讨厌被忽视。

68．我从来不觉得网络有大家说的那样虚幻，因为，现实生活更加深不可测，真实的永远在那里，而虚假只是换了一种方式躲闪。

69．亲戚最爱做的一件事，就是将自己的主流思想灌输给其他的家庭，但他们无法理解的是，每个家庭都有属于他们自己的生存法则。

70．每次参加社交派对，我都会意识到自己在某些方面的局限性，我认为社交也是需要天赋的，就像有些人学游泳一学就会，一些人永远都学不会，能够在谈笑中就把生意谈成的绝对是件技术活。

71．精神病与正常人的区别是他们不会装没病。

72．其实人是一种很复杂的动物，你在不同的人面前呈现出的状态是不同的，正因为如此，你才

更需要不同类型的朋友，他们像多棱镜般地反照出各个层面的你，有时候我们是困在自我的迷宫里了，必须走出来透透气。

73．基本上，社会就是一个让你说谎成性的地方。那些对你说要懂游戏规则的人，是对这一切最完美的维护，但是你可以选择去争取你想获得的那一部分自由，往往拒绝说NO的人，已经和那些人私下签订了魔鬼合约，当我在说这些话的时候，我确定自己是还没有签下那份魔鬼合约。



74．周末的早上醒来，朋友在卧室睡觉，父母忙着洗衣服煮饭，我一个人把笔记本移到客厅想写些东西。那天去参加了一个饭局，各种职位的人坐在一起，你会发现每个人都惊人地顽强地站立在自我的那个城堡里，而且你可以看到每个人截然不同的姿态。市场方面的你会发现他们永远都在想，怎么把手上获得的一百升值为一万，但如果你要问他那一万得到后想“干嘛”，他的答案永远是十万，而不会想到要“干嘛”。但我们如此截然不同的人会有缘分聚在一起吃一顿饭即使这并不代表我们会长久合作，但我相信在此之前我们都曾被一种积极的光明的共同价值牵引着，虽然它也许最后会变味儿，但它本身就只掌握在少数人手里。

75．今天又有个人特别迂回地对我说，你们美院的人是不是和常人想的不一样，你不要多心哈，我只是觉得你们的思维很奇怪。什么叫常人，以前有三个男人闯进一个已婚女人的家里，把她强暴了，而那三个人就是那女人的邻居，平时跟常人一模一样。



76．我们都在有限的空间里感知周遭的一切，但事实是，这个世界如此之大，我们所了解到的是如此之微小。

77．潮湿的秋天看了一部闷片，三个处于青年危机的男人说了下面这些话。

卯ル19:49:03
抛去利益，咱不是又交到朋友了么。

焦虑的实验室19:49:02
当周围的人都变得利欲熏心时，很多事就不是自己能控制的了，
也就变成了个“废”人。

卯ル19:49:43
你得学着有欲望，你连自己都抓不住。

焦虑的实验室19:50:29
我真希望我一开始就有这些欲望。

Edmund.Chow20:30:25
我就是长久以来都不知道，所以走来走去，浪

费了许多时间。

焦虑的实验室20:32:19
有时，我就想试试看，我什么都不改变，会不会死。

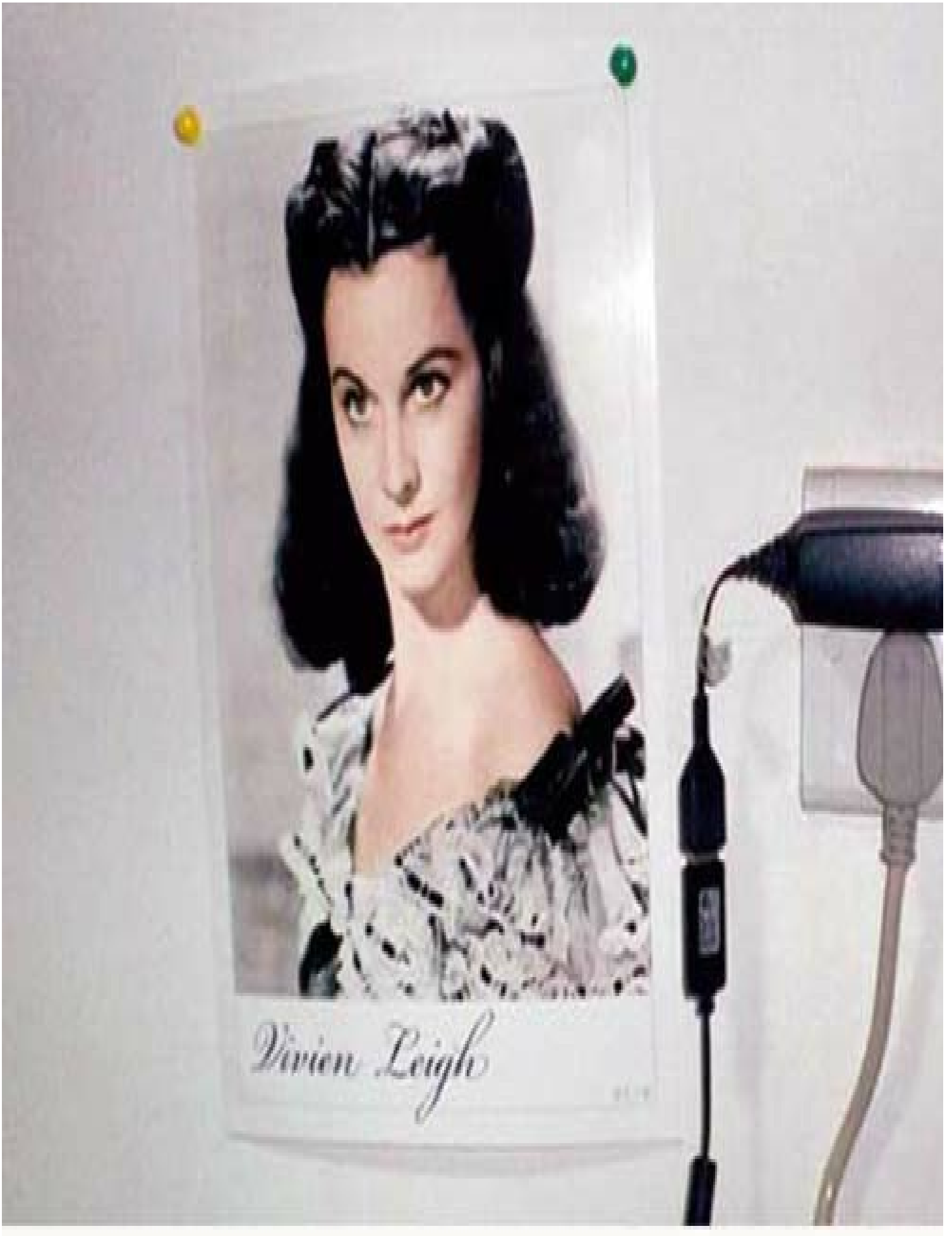
Edmund.Chow20:32:51
应该不会。

LE PARFUM DE L'INVISIBLE

TOME I

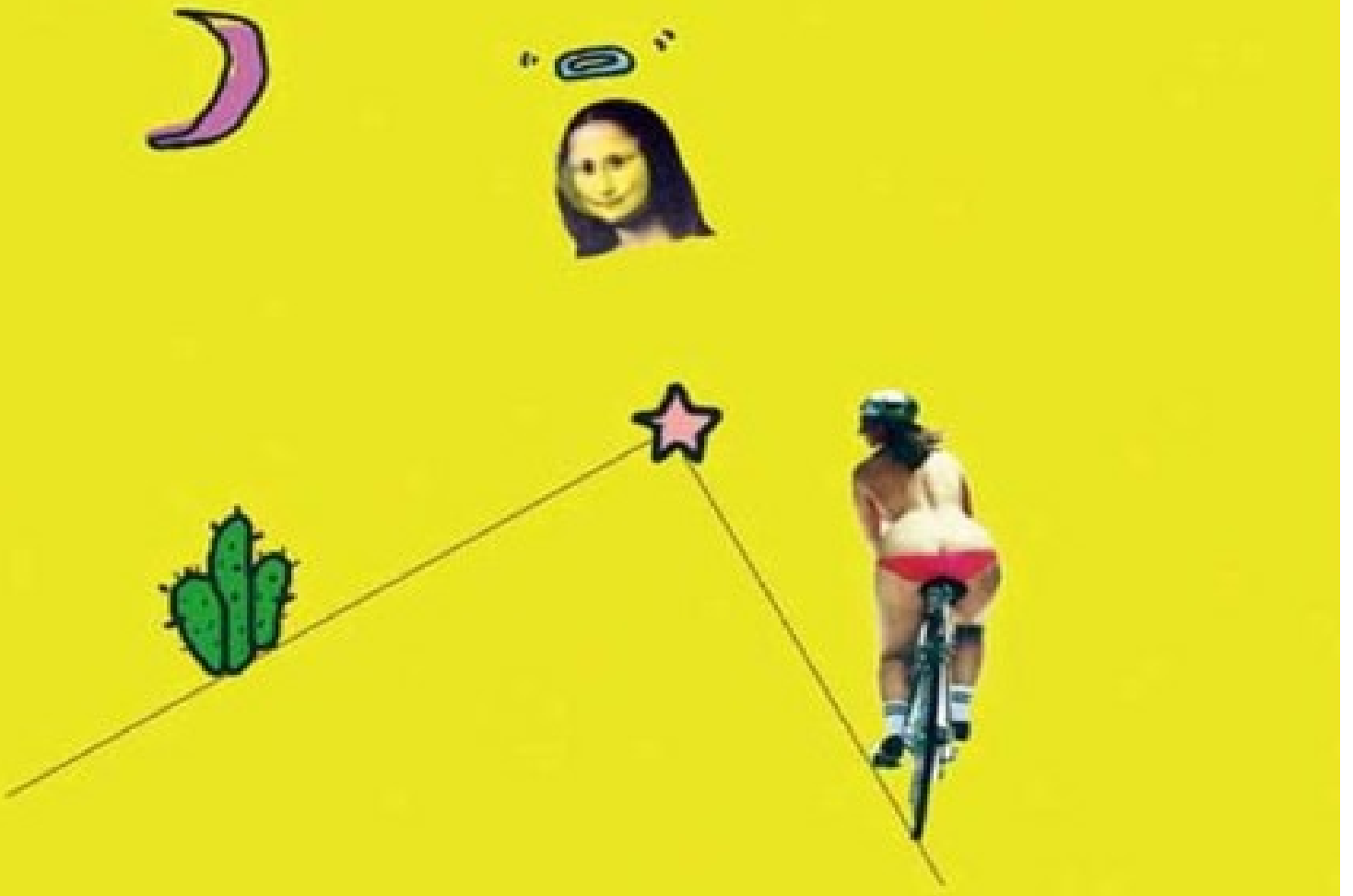


78．诗人写出一首好诗，会达到他自己的高潮，而我，把自己最原始的想法表达出来，也同样很高潮。


Vivien Leigh

79．没有所谓的正确或错误，只有你相信还是不相信。

80．我从来不会偷看别人的手机信息也不爱打听别人不打算主动透露的个人隐私，因为窥视者其实比被窥视者更累：你要假装不在场，皮笑肉不笑，揣测那个秘密对自己的利益分量，我不认为这是一件可以带给我兴奋感的事。



God Save the Mona Lisa

He comes off as a simple man, not at all like the great cinematic genius he was. The film, at 56 minutes, is just long enough to sustain our interest without becoming boring

床头 笔记 回忆录 书信

这里面记录的
都是那些伴随廉价荷尔蒙的青春
适合对逝去的那一部分青春还有眷恋的人

BEDSIDE, NOTES, MEMOIRS AND LETTERS



81．今天和L小姐在茶餐厅吃饭，
我点的是鳝片煲仔粥，
出于礼貌，
我用小碗也为她盛了一碗，
以前我很少干这事的，
它会让人觉得特绅士，
而这些形容词在我这边都会被理解为危险的，
因为你一次没做好，
就会毁了你之前维持的所有形象，
所以我选择另辟蹊径，
幽默很重要，
女孩儿会向你坦露心事的时候说明她一定是不反感你的，
我几乎从不参加任何高中小学同学聚会，
因为我觉得一对一是最舒服的状态。
我今天和这个喝茶，
明天和另外一位聊一下午的天，
他们不会聚在一起，
所以就很难有所谓的圈子，
但我的个性决定我拥有这样的朋友，
我可以真真切切地感受到你在听我讲述一件事时的兴奋表情，
并且我也愿意和你交换秘密，

这对于我来说就够了，
生活没有什么是一定要去完成的，
我喜欢这种游历的感觉，
不对任何人和事抱过多的希望，
却要时常感到快乐。

82．昨天晚上CCTV6带我们一起重温了那部清纯、浪漫的片子La Boum，
印象最深的除了影片本身的细腻与感动之外，
就是片中不断响起的主题曲Reality。
看来还是回到以前那种看部电影，
喝杯热茶的生活比较适合我。

83．我有一个弱点，
就是不善于自圆其说，
常常会被别人用语言击倒，
人不由自主地会把自己的困境美化，
于是我在没有同伴的情况下，
会用大量的书籍来将自己密封成一位伪文艺青年，
因为我始终觉得现在那些拼命为自己的钱途着想的人，
其实想得并不长远，
因为人的精神富了，

才是永恒的，
而不在乎到底赚了多少，
是work to live，
而不是生活为了工作。

84．在平山家做客，
我是非常拘束的，
尽管我尝试用一些看上去比较自在的肢体语言来掩饰我的不安，
但还是被对方识破，
我们的话题也围绕在一些保守问题上，
比如双方都熟悉的人和事，
在闲聊过程中，
我用余光环顾这个房间，
感觉他受欧阳应霁先生的影响应该不小吧，
不过没关系，
只要他自己觉得舒适就好，
哪怕在外人眼里会显得有些做作，
我能确定的是，
在我来之前他花了4~7分钟将房间收拾了一下，
因为我不小心瞟到有件不太干净的内衣被硬塞进CD架旁的一个角落，
他突然问我要不要杯薄荷水或别的什么喝的，

通常情况下我都会拒绝，
然后为刚才的决定感到后悔，
我的目光被他电脑旁的那堆DVD吸引了，
里面居然有法斯宾德的片子，
这让我对他的态度有了一些改观，
可他却用一盆仙人掌挡住了我的视线，
并若无其事地在那边给它松土、
浇水……我起身示意要离开与他最后一次对话，
间隔大概10分钟，
这在一个房间只有两个人的情况下，
已经很让人窒息了，
他送我到了门外，
客套说下次再来玩时，
我们双方都露出了尴尬的笑容，
因为大家都知道应该不会有下次的可能了。

85．弗洛伊德说，
要看一个国家是否宽容，
就得看这个国家对待homosexual问题上的态度，
这方面显然欧洲的国家更加开明，
而这些自由开放的国度也同时被自由开放的人们所喜爱。

86．这样说吧，
我是一个特别能给自己找乐子的人，
但令我父母特别遗憾的是，
我找的那些乐子大概跟他们的理想有点出入，
基本上，
我是一干正事就会人格分裂的人，
我会一边听豆瓣电台一边发几封E-MAIL，
再更新条微博，
再在D盘里溜达几圈，
一张海报就完成了，
所以，
我坚信我是干不了“大事”的，
但我认为衡量一个人的能力，
不能只看他对国民GDP的贡献率，
还是得看下你的价值，
不要把价值理解得特别抽象，
你的一句话影响了一个人的生活态度，
你这就叫有价值，
而你把这些影响力无限延长，
你将会成为一个有价值的人。

87．有时候不是自己非要去回忆过去，
只是突然心血来潮翻出一些某人遗留下的物品，

比如说一本过期杂志、
一张珍藏版CD……总会让你想起某张脸，
可现实终究不允许你这样无休止地想下去，
所以你只有把那些支离破碎的回忆通通装进塑胶袋里尘封起来。

88．感情，
必须双方做出各自的妥协，
就像在跳交谊舞，
你突然来一个澎恰恰，
这舞是跳不下去的。

推荐几部我认为还不错的电影，
它们在不同时期，
给予我不同的力量……

第一部，
Homme de sa vie，L′
那一片向日葵的海洋，似梦非梦的画面。

第二部，
Reign Over Me
逃避型人格、孤独、音乐、书籍、古怪物的收藏

第三部，
A Home at the End of the World
爱情、责任、忠诚

第四部，
Ta’ me guilass
生与死的哲学思考，我最爱的一部电影

89．晚上看了一部法国片，
是我最喜欢的TALKING风格，
片中充斥着成人之间的婚姻、误解、谎言、欺骗、互相坦白、婚外恋、七年之痒、仳离等，
我喜欢电影由一系列谈话贯穿，
因为这样的电影，
有空隙可以让你参与其中，
获得很多乐趣。

90．“忠贞是对自己的背叛，背叛是对自己的忠贞”
——很喜欢电影中的这句话，
一枚回味无穷的橄榄，
其实，要过怎样的生活，

终究还是自己决定的
只要还会有期许，
其实不需要特意改变，
做自己最快乐。

91．无奈地从床上挣扎起来，
弟弟告诉我外公得了白血病，
脑中一片空白。

这段话是豆瓣上一位友邻十分钟前说的，
每次听到这样的话，
我都会惜命。

觉得自己以往的那些抱怨，
是那么的苍白无力，
我一直都是一个不缺爱的人，
当然我指的爱，
更多的是家庭的爱，
因为家人总会时刻给予我最大的关心，

有时我会迫切需要所谓的爱情，
但它似乎老爱和我捉迷藏，
但又让我欲罢不能，

其实这个世界上没有，
忘不了，
这件事，
如果你找到了新的方向。

92．一段歌词：
Candy says I’ ve come to hate my body
坎迪说我开始憎恨自己的身体

And all that it requires in this world
以及世界提出的所有要求

Candy says I’ d like to know completely
坎迪说我想彻底了解一切

What others so discretely talk about
其他人都在支离破碎地说些什么

Candy says I hate the quiet places
坎迪说我憎恨那些安静的场所

That cause the smallest taste of what will be
那里会预示出未来的轻微征兆

Candy says I hate the big decisions
坎迪说我憎恨那些重大的决定

That cause endless revisions in my mind
它们会让我心里无休止地反复犹豫

93．记得有次在车站等车的时候，身旁有两个孩子，他们的谈话如下：“今天真轻松，只有背一二单元的英语单词，你们呢？”“我们也还好，把最后一套黄冈密卷做了，就可以打魔兽了。”每个时期都有你不想做但却必须得做的事，也许你会暗暗飙几句脏话，但终究还是要去完成，我还是在不停地犯错，然后又给自己，搪塞一个理由。

94．这几天，又在看一些哲学方面的书籍，大多数人，都会觉得哲学类，是一种很晦涩难懂的东西，其实不然，我反而认为它是最能够被人接受的，我时常觉得那些富有哲理的词句，都像是智者们在你耳边的轻声低语，我还偏爱一些短小精悍的随笔，比如木心，他说：“生命是时时刻刻不知如何是好。”多美的句子呀。可是，世间又有多少人，有幸品味其间的美好。木心的《琼美卡随想

录》是他的作品中我个人比较偏爱的，我总是对一些有绘画天赋的作家特别偏爱，也曾不知天高地厚的，幻想自己哪天也能成为他们中一员。虽然，我常在友人面前，透露出我的一些胆怯与不自信，其实，我心中一直都有一股强烈的动力，是它支撑我一步一步走下去。

95．爱情，一直占据着我生活中的很大一部分，和大多数人一样，会在爱人面前，自谦自惭，有一段时间，我曾一度相信爱情宿命论，觉得很多东西都是自己不能控制的，到头来，人去楼空，曾经的誓言呀承诺呀，都不过是眼中的沙粒，其实，我很少在自己博客里记录关于爱情的东西，一来觉得矫情，再来就像前面说的那样，怕物是人非时，重读觉得伤感，所以还是少记为妙。

96．每次仰起头，我就会想起你快乐吗，每天我心里发一则短讯息，说我想你，我们都记得，编过的梦境，深信不疑bye　bye就挥别了过去，天蔚蓝如昔，有朵云，我们曾为它取过名，刚从我窗前飘过去。在你最青春年少的时候，能遇见一个人并度过了一段美好的时光，虽然可能因为一些原因，你们不能一直在一起，但给你留下的尽是些美好的

回忆，我们除了微笑、挥手，还能说些什么呢。

97．从图书馆出来的时候，在一个转角处，看见一个老人在锻炼身体，旁边几只黑猫与鸽子在偷吃他放在地上的食物。

98．前天与两位陌生女子散步，我突然问到，她们的幸福指数是多少，以及是否曾经想过自杀，这两个问题，她们的幸福值是50%～60%，而我的回答是80%以上，她们又问我，是否感到孤独，其实坦白讲，那些整天嚷嚷寂寞、空虚、无聊的人，其实并不算真正的孤独，因为，如果你真的感到孤独，是找不到人和你分享这两个字的。

99．“人的一生中，有意义的女人，不可能超过三个”，儿时，爸爸这样对淳平说。有时，我在想，既然好看的人，不好看的人，都会出轨或变心，且相貌平平的那位的花心指数，丝毫不逊色于好看的那位，所以，那我还不如找个好看的，那样，就算对方变心了，我也觉得理所当然，不会觉得落差那么大。

100．有个朋友，偶尔会在我面前抱怨另一个朋

友的一些缺点，这是朋友与朋友最常发生的事，两个人之所以成为朋友，一定是除了那些抱怨以外，还能看到彼此相通的地方，如果没有共同的爱好支撑，大概也不能在一起这么久了吧，那天和一同学聊天时，得知班上另一个同学的父亲前不久离开了这世上，不禁感慨我们整天嚷嚷的那些不愉快，比起生离死别又算得了什么呢？


We soon
believe
what we
desire

欲望 抽屉 恋人 碎语

这里面记录的
依然是关于青春的笔记
献给那些秘密的爱

DESIRE
DRAWER
LOVERS
BROKEN LANGUAGE



101．如果你发现对方在亲吻你耳垂的时候不够用心了，就去寻找另外一个能花半把个钟头为你“前戏”的人，但他终有一天也会厌倦，然后你再找另一个“厌倦”，这样的新鲜感算新鲜吗，它不过是一个轮回而已，年纪大了，就会慢慢懂得什么是欲望，什么是爱。

102．最近偏爱纯度很高的黄，他们说这是欲望的颜色，如果，单从性欲这个层面，我同意这个说法，不过，我一向对金钱与名誉的欲望很低，熟悉我的朋友都知道，最近生活多姿多彩，每到周末都会对自己说，下个星期又会很快过去，在想这些问题的时候，这个星期已经过去。

103．不知道为什么，陌生人见面，习惯性地会朝着对方的鞋看，试图以此来揣测他人的性格，那你能知道我是怎样的一个人呢，这段时间，有些事情停滞不前，索性就让它搁在那边。最近在读古人的一些哲学书籍，荀子认为，人性本恶，我赞同他的观点，但我想我们能做的是，怎样把人性中恶的一面加以克制，从而往善的那面努力，我已意识到这点，接下来的便是持之以恒。

104．我的青春大概都在为三件事烦恼，性欲、情感、别人的评价，我是个超级不脱俗的人，我当然在乎身边以及根本就不认识的人对我的评价、情感，天啦，今天我把一个阳光明媚的周末，整个奉献给了一位临近崩溃边缘的女人身上，关于性，从我知道它是什么东西那天开始，我便在一边享受它带给我的快乐同时，对它忧心忡忡。

105．如果非要说我现在的生活有什么变化，我会觉得是得到了更多人的尊重吧，我指的尊重包含对你价值的肯定，以及对你所选择的生活方式的理解，同时明白两个朋友或爱人若想长久在一起，就必须学会尊重。

106．读大学的时候，每到夏天经过图书馆那个转角处时都会看到一个老人、两只大猫，我爱叫它们龙猫，老人在那里一边锻炼身体一边与龙猫对话，好像他们之间建立起了某种友谊，我总会小心翼翼地从他们身边经过，因为，害怕弄翻了摆在地上的猫食，我还是那么爱观察周遭的小风景，它们让我觉得活着是件还不错的事。

107．我忘了在哪本书上，看到某位哲学家说，

其实我们每个人，都是有可能成为天才的，只是大部分人都没有意识到这一点，我大概这辈子也当不成什么伟大的人，但我不想浪费我仅有的那份才华。

108．我一直觉得两个人谈恋爱，很像在玩多米诺骨牌，每张牌的间距都要细心排列，别以为你可以掌控大局，一个小小的疏漏也许都会成为今后的一个托辞，比如暧昧，是玩不得的，你以为你很有情调吗，这只能反映你还不够成熟，德国人最让人尊敬的便是他们对任何事物的严谨态度，这是你我都应该学习的，对待生活、爱情、学习、工作都应如此。

109．我一直不喜欢，任何短暂的关系，短暂的友情，短暂的爱情，短暂的合作伙伴，也许我的缺乏安全感就是体现在这些方面，我不喜欢不停变换室友，不停建立新的关系，我希望它是长久的，尽管它表面看上去并不完美，所以，我目前的快乐，只是通向另外一个不快乐的过道而已。

110．嫉妒，是一种病态的喜欢。

111．看了《水牛66》每次淘碟的时候，都将它放过了，现在真后悔没有将它入手，我喜欢Vincent Gallo穿着紧身裤坐在边缘小镇石板上露出股沟的样子，他跟那些时尚潮男不一样，然后是爱情，有时我觉得我宁愿为了一个人，当一个牧羊人，我看他长大看他在我所能触及的范围内，自由游玩。

112．卡夫卡说，世界上每多一个人就多一份烦恼，其实，我觉得每长一岁，我就会更拧巴了，人长大一点后就会变得越悲观，爱情、生活一样。

113．以前，我喜欢看Eric Rohmer的电影，剧情大概就是几个热爱艺术的青年或老者，在一起抱怨对爱情的厌倦，以及探讨各种活着的意义，爱情一定是会有赏味期的，在日语中赏味期限的意思不是就过期不能食了，只是过了最佳品尝期哪有一直新鲜的爱情呀。

114．每个人都有自己的生存法则，我才没工夫去想东想西，我只知道遇到有趣的人就和他多聊几句，也许可以一起分享美好的岁月，不那么有趣的人，就给他一个微笑，管他怎么想，关于嫉妒、美

貌、权力、天赋、知识、智慧、好运、青春。

115．晚上去看了电影，虽然是没什么深度的商业片，但还是觉得很开心，因为，电影本身其实没那么重要，重要的是你在这一个半小时享受到了什么，人越大就越容易忘记一些事情，所以就多做点能够让你记起的事情，在你觉得最对的时候。

116．突然想起来蔡明亮的电影《爱情万岁》中的一个镜头，卖楼小姐在公园的椅子上哭泣，生活中总有一些问题，等待我们去提出。

117．每一次旅行对于我来说，都是一次和自己交流的过程，只是多了一些树、陌生人、幻影，但这些都是好的，我们需要它，人生总是无聊的，不管外表多美丽，我们试图跳出去，但总会弹回来。

118．那天看到某人说要去一个地方旅行，有人留言说，现在去那里已经很土了，首先，旅行是一种重新认识自己的方式，不时髦很土是建立在流行的基础之上，流行本身就是种趋同，而旅行是不会过时的，所以这种说法是不自由的，总有那么一些人，在误解快乐的意义。

119．半个小时前，我做了件严肃的事，关上笔记本去睡了个觉，已经很久没在这个时间段睡觉并观赏自家的天花板了，醒来后去厨房泡了杯热巧克力，才发现对自己家里的厨房是如此陌生，好像新搬的，真的是太不应该了，我们总是对自以为熟悉的东西极度陌生。

120．我们可能每隔一段时间，就会遇到一些和你以往轨道完全不同的人，他们或多或少都会将其价值观影响到你，而如果你又想不被打乱步伐，唯一能做的就是合理消化掉他们所说的，然后用自己的系统将其整理成一张适合你的报表，并时刻翻出来看看，没错的。




Amy Winehouse
orever

AGORAPHOBIA



广场恐惧症

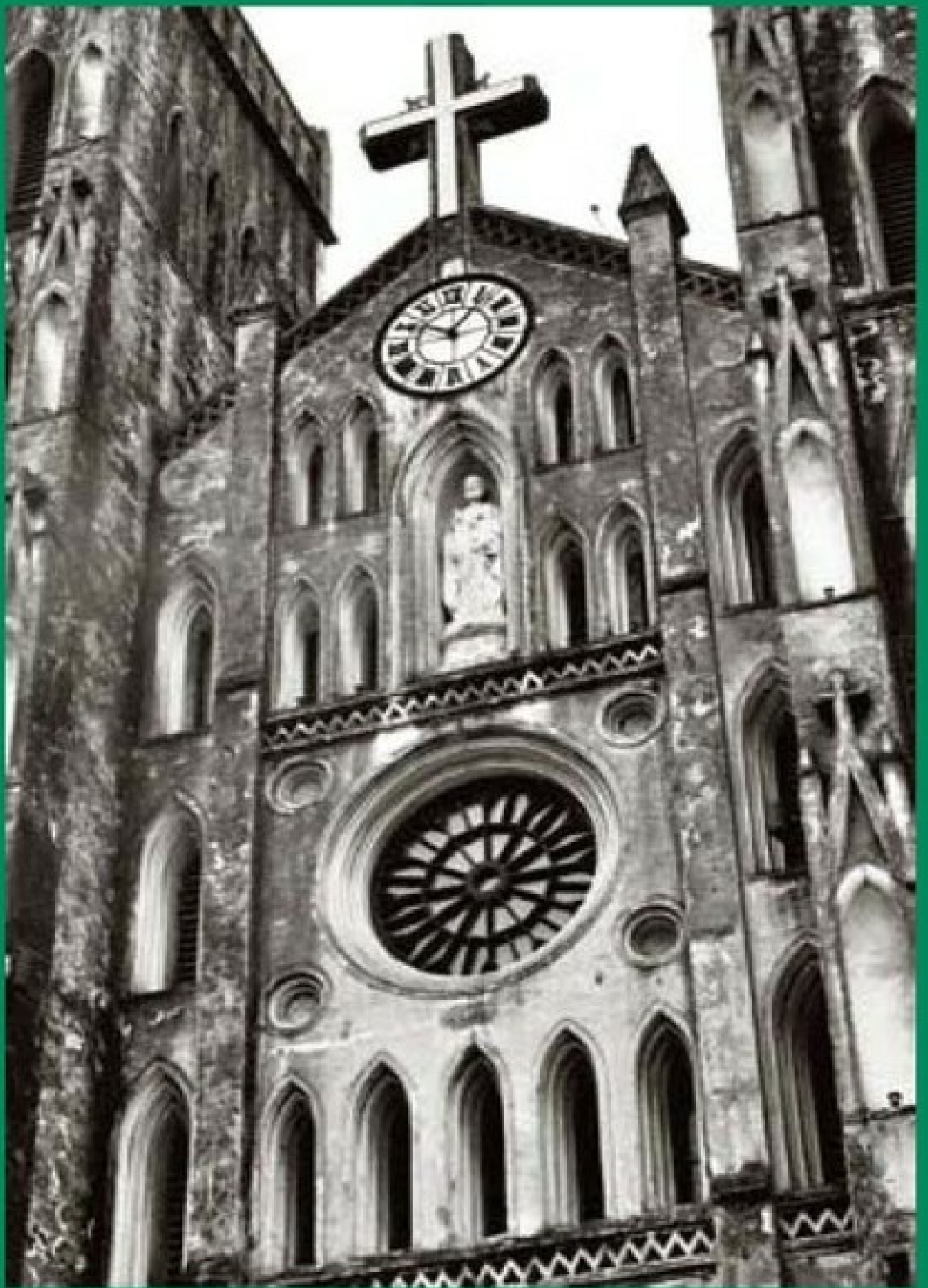
他们害怕在公共场所
或到人多拥挤的地方
乘公共汽车、火车等交通工具
更是会让他们害怕、紧张

AGORAPHOBIA



121．半夜起来看《物质生活》，然后，又回去做梦，我梦到了被一只狗追杀，情节非常紧凑，完全是一部公路片。后来我才知道，是因为我睡前看了《爱情是狗娘》，这段时间混乱中又好像有条不紊，生活一定不会还原它本来的面貌，除非你真正去体会它。

122．明天早上就出发，离开现有的城市，这是我能够想到的唯一途径。我认为人在一个地方待久了，是必须要出走一次的，这对于你接下来的生活是有帮助的，爱你的人怎会让你受伤，学会宠爱自己。



123．我很想玩一个游戏，是关于在谈话途中将自己化身为弱智，也就是，你和对方都非常清楚一点，你们只能用最简单、最幼稚的语言交流，然后，允许你犯错，因为弱智犯错是被允许的，而聪明的那位决定不玩了，弱智还在那里。





124．我们生活在一个按着自己感觉走的时代，我们渴望对方做出一些改变的需求多过于让自己有所改变，因为，你总是觉得自己是对的，才会要求对方改变吧，而什么又是对的？

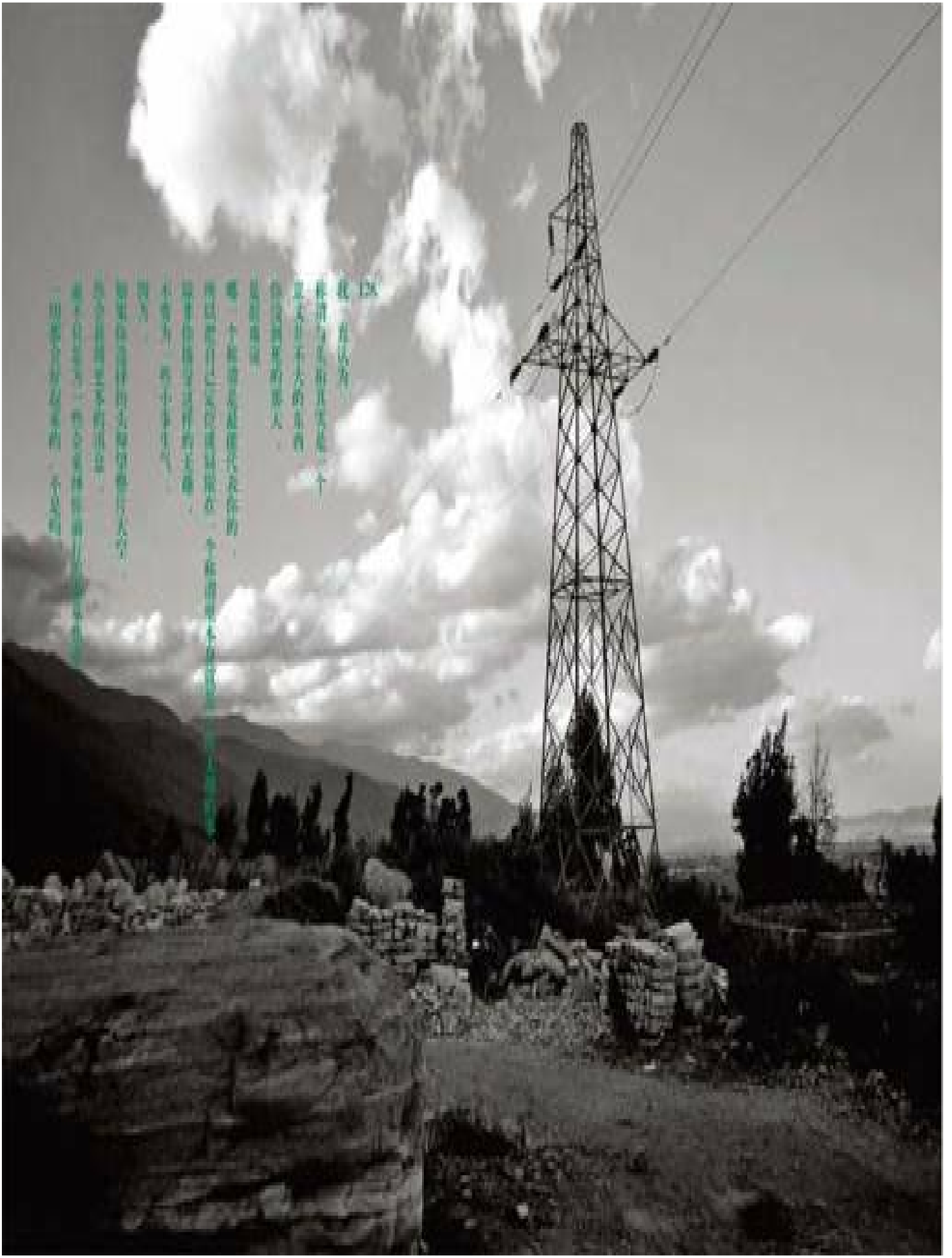
125．故事讲述的是一位想成为作家的男人，如何与他的爱人发生口角，并将其责任推给这浩瀚的宇宙，但最后男人明白了，他在哲学上的领悟能力一点儿没有为他的生活带来多大好处，在爱人面前更是像个不会走路的小孩儿，这就是问题的所在，好在男人有了一些变化，他珍惜爱人，并愿意为此做出适当改变。



126．外貌对于我来说只有性吸引力，因为它不永恒，有个载体在那里，终会看腻，但智慧就不一样了，你永远不知道它下一秒会以怎样的方式呈现，那永不厌倦的美。



127．我认为人与人之间最宝贵的一种关系，就是互助，网上有些人会时常质疑我的图片出处之类的问题，我没有过多理会，不是我在回避，我只拒绝投入这无休止的交战当中，因为我始终相信:如果你想得到回馈，一定是要不断付出的，而你把这两者的时间都用在对外界事物的质疑上，其实是不自由的、不快乐的。



128．我一直认为称谓与头衔其实是一个意义并不大的东西，你没到死的那天，是很难说哪一个称谓是最能代表你的，所以把自己定位或局限在一个称谓里本身就是一件无趣的事，除非你接受这样的无趣，不要为一些小事生气，因为，如果你选择抬头仰望整片天空，你会获得更多的讯息，而不只是为一些会束缚你前行的杂草焦虑，一切都会好起来的，不是吗？

129．我对外部世界的种种有所了解，但兴趣真的不大，因为我相信它们再绚烂都会回到原点的，所以那些并不稀奇，我不会把自己框在力量有多大，责任就有多大的笼子里，我是随时会出逃的那种人。

130．《旅行笔记》

（1）在河内一杯接着一杯喝咖啡，时间变成了一种容器，我就躺在里面。

（2）沿途有嫩绿色的大片田地，它的作用是洗涤你的眼睛。

（3）车窗外云雾袅绕的山峰，我相信这是仙境

中的一种。

（4）朋友都忙着拍照，我用眼睛帮他们记录瞬间即逝的美景。

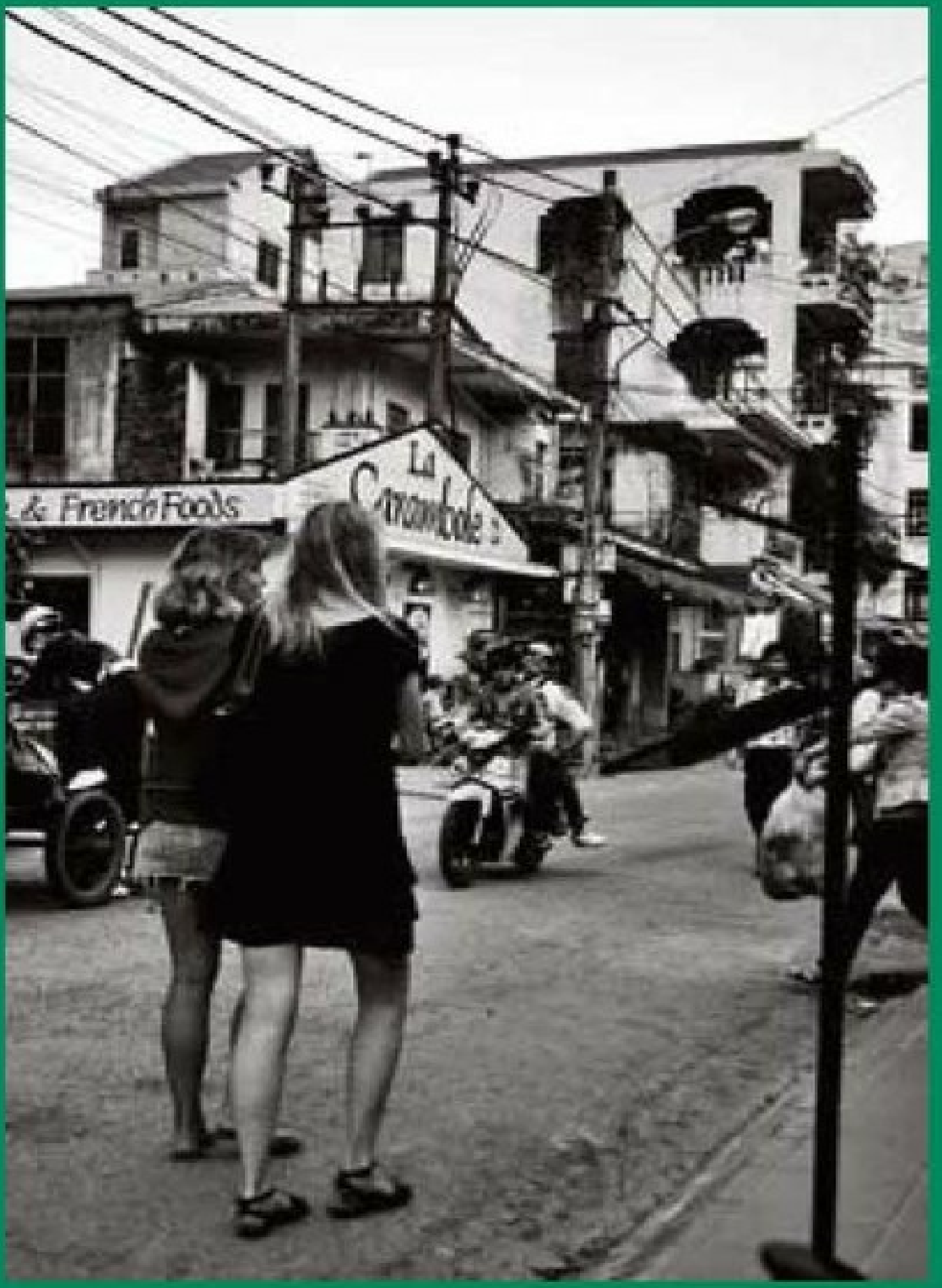
131．合理淡化掉我们的嫉妒与贪念，尽量去理解爱的本质，抓住你时刻决定要放的，看一场好戏，多读几本书，学会记录，把无可奈何都写进风里。



133.

當你在做任何事情之前，
問下自己，
是不是出於愛，
或者，
它是為了我自己，
這兩者之間有區別，
這種愛的質地是沒有自己的，
沒有對個的期望，
期待沒有對人生的失望，
期待沒有對人生的失望，
你的自然是基於你的愛。

132．当你在做任何事情之前，问下自己，是不是出于妒嫉，或者，它是否善良，这两点都可以衡量，这件事的初衷是从你自己出发，还是有别的原因，周末是留给有情人的，孤独或单身的人才会去看文艺片，情侣们都走进了好莱坞包厢。


& French Fools

133．并不是每个周末都是这么顺利的，我出门的时候带了相机，但是从头到尾没有拍一张照，我从Marguerite Duras读到Jan Morris，关于后者，也许可以多聊聊Jan Morris，他被欧洲文学界誉为“20世纪最优秀的叙事作家”，1972年进行了变性手术。

134．最近在看一些关于平行世界与反转人生的电影，也就是说，它们并不能真正解决你的问题，特别是像今天这样的，好在这一天总会被另一天所取代，如果不遇到什么突发意外，我认为所有自大的人身边都需要一个和善的朋友，时刻提醒他，其实你有多渺小。

135．每个人都有他自己的选择，我只是选择了一种对于我是舒服的生活方式，我喜欢现在和其他城市的这种关系，比较自由地通过网络联系各种工作，偶尔去那边看个展览，旅游下什么的，而大部分的生活，还是自己熟悉的环境让我觉得比较自在，我也很鼓励大家去到各自想去的城市实现自己的梦想，总之都要先了解自己。

136．《论聚会》理想的聚会：彼此价值观相近、话题轻松远离金钱、不分地位阶层。厌恶的聚

会：皮笑肉不笑、话题围绕着金钱、博取他人的羡慕、互相猜疑。

《论品牌》你要成为自己的代言人，他人对你贴的标签永远都是暂时的。

《论关系》我认为人与人之间还是保持一定距离比较好，太明白了，何尝不是一种慢性自杀。



35

137．拖着行李回到家里已是23点，挂了电话、洗澡、睡觉，清晨醒来，打开电脑，翻看旅途的照片，太多美好回忆，这就是生活的奇迹。如果你没遇到某些人，大概也不会经历那些事，我很感谢上天在我短暂的生命里，安排了一些有趣的人，做了一些有趣的事，它们都是我一辈子都会去感激、怀恋的。

138．我想陪父亲看完一部电影，春日在午后阳光，该等的始终没等来，欲望是把锋刀，我在看它如何将我阉割。

139．阳光照射的车厢，水族馆里的各种动物在玻璃里面，游来游去，登山，一路上的美景，海滨小店、红色的大巴、灯塔、夜市、一盘好吃的海鲜、海边浪花拍打着岩石、海风向我迎面扑来，谢谢你，忍受我在旅途中的坏脾气。


BRIGHTON
ROCK
FOOTBALL
LOUIS

140．一个人的时候看DVD，剪杂志里自己喜欢的电影海报，拍自己特写镜头的照片，对着镜子刮胡子，抽烟，听朋友讲不那么好笑的笑话，两个人的时候去电影院看肤浅的爱情轻喜剧，去超市买双份面包，有规律的性爱，在对方的脸上找时间流逝的回忆。

141．每到一个陌生的城市，我都会去当地的旧书摊，因为，那里有过期的杂志、书籍，你可能会淘到九七年的国片电影手册，或有你感兴趣选题的过期刊物，这些，就是我觉得有趣的东西，旅行中能遇见它们，我甚至比看到一壮美景色更能让我欣喜，大多数人都不能理解我就像我不能理解大多数人一样。

142．我常会记起一个场景，和朋友从后海回旅馆的路上，我们进了一家7-11，然后什么都没买，我推开门，像到了另外一个世界，我认为，这些旅途的回忆，你一辈子都不会忘记，下篇日志，应该又要隔一段时间再更新了吧，因为，马上就要去长沙，然后青岛，这是我选择的，不一样的假期。



143．我认为一个人活在这世上，一定是被一些东西支撑着的，诗歌、戏剧、小说、信仰、总之，一定有那么一样东西。

144．当我起来的时候，朋友还在熟睡，我打开阳台的门，深吸了一口气，我看到了被雨水打湿的整个城市还有远处的乌云，空气中夹杂着秋天的味道，我喜欢这种气候，它会让我闻到生命的气息。在我想这些问题的时候，朋友起床上厕所，从我身边走过，很疑惑地看着我，我想没有人能真正知道我为什么如此喜欢秋天，也没有人真正想知道。

145．我认为所有痛苦的来源，在于有了选择，不然会轻松爽快很多，可一旦我们没有选择的时候，便又迅速掉进另一个痛苦深渊了，什么是生命，生命就是时时刻刻不知如何是好……



146．昨天，看了一部叫The New Twenty的片子，电影描述了一个不那么好看的年轻人，在网络与现实都频频受挫的故事，他与网友见面，被人嘲笑肥胖的身材，于是，只有在家看肥皂剧以及靠手淫解决自己的性问题，于是，我想到了这个世界上，原来还有这么多活得比较吃力的人。

147.

我需要一种安全的东西，
只消它保有上去学不来的
我的笨拙的语足够分散风在心去的注视
我唯一担心的是失去
我自由平衡的
某一个
支点。

147．我需要一种安全的东西，尽管它看一去并不美好，我幼年期的满足感导致现在心态极度健康，我唯一担心的是失去，我对面坐的是一个悲剧。

148．此刻，太阳又将冉冉升起，似乎昨夜的不幸并没有降临，不幸单单落在我的身上，太阳却依然普照众人，——费里德里希，当你不知道该干嘛的时候，最好去读几首好诗。



149．基本上，工作有三个好处，可以用自己赚的钱来做你爱做的事，有新的社交圈甚至认识新的朋友，最大限度地消除空想，因为你在公司就没什么时间胡思乱想。

150．做一个有未来的人，无论刮风下雨，你一定记住，做一个有未来的人，日出日落，爱。

151．到了一个完全陌生的国度，穿过一个马戏团、篝火和年轻人，在路边写了张明信片，寄给一个朋友，她在为小孩做早餐的时候，收到我寄的那张明信片。

152．先去世界各地走一圈，然后回来买一块地，基本上就可以死了。



153．《自我问答题》

A．我喜欢电影，但却从来不把时间浪费在研究电影这件事情上。

B．我追求成功是想站在高处藐视成功。

C．一个人的审美高过他的所有才能。

D．做一个对国家没有贡献但努力脱离低级趣味的人。

E．我是一个时刻都不知如何是好却很明白自己要什么的人。

F．粉碎那些不切实际的幻想。

154．上了点年纪，你就会明白，世界上没有天上掉馅饼这件事，你拥有的一切都是因你的努力而来，我不相信命运这回事，我相信爱与力量。

155．《两位中产阶级对800元一件的睡衣展开了对话》由于手机没电了，我去银座找了家面包店点了半价的咖啡旁边，一格子衬衣中年男人在看报纸，过了大概10分钟女人走进来坐在他对面，

女：我刚才看见一件睡衣在打半折，我特别喜欢它。

男：什么款式的？

女：睡衣。

男：我鼓励你买，但我是觉得贵了。

女：可是，我在想我们吃顿饭也不止花这点钱呢！

男：你喜欢就买，我没问题呀，只是怕你又后悔。

女：你怎么每次都这样模棱两可呢？

156．我总会意识到自己的一些局限性，很影响我的社交能力但却不构成什么太大的危险，比如我总拿不定主意，对数码产品的认知程度极其浅薄，我看过无数电影却很少能记起某个导演的全名，我总是对别人说I Don’t Care，你不是我要沟通的对象群，其实我内心又是多么愿意接纳不同种的声音，所以，我原谅那些留长指甲的手机销售人员，因为他们是为了更快速地帮你把手机后盖揭开，以便你能享受到更体贴的服务。



157．我曾有两个朋友，朋友A是研究前卫音乐的，那时我们在一起讨论最地下边缘的前卫音乐，一起看阿巴斯的《樱桃的滋味》，他还把他写的诗读给我听，说实话写得很烂，后来我们没有了联系。朋友B是在路边擦身而过时认识的，她希望一个人散步，我们的话题也总离不开哲学问题，后来

我们没怎么联系，偶尔发下短信，知道彼此还活在这个世界上。因为我不想自己的生活过得太辛苦，也不认为艺术一定是和商业背道而驰，虽然我们没怎么联系，但我相信我们还是精神上的朋友，你们都在我的某个阶段给了我启示，我爱你们就像爱我的每张设计稿，希望你们在自己的未来里过得很畅快且美好，名誉是一群原本有才华的人上演的一出把戏。

158．《北海公园之老年人俱乐部》以前和朋友一起出去玩，很热闹充实且快乐，看到觉得美的事物便立即掏出相机将其拍下，好像可以瞬间占有这些美景似的，而这次旅行没怎么拍照，却很扎实地感受到了我心目中的北京，我记得在北海公园散步的时候，给我爸妈打了个电话说，明年这个时候一定带你们来玩儿，这便是单独旅行的意义，是自己重新认识自己的一次机会，要懂得感恩，以后我去其他地方旅行还是尽量去一些接地气儿的地方，三里屯很酷，但和我好像没什么关系。



159．《艺术青年北京地铁遇袭事件》依然是手机没电了，旅行中两块电池都用光了是最麻烦的事，我是路盲+无方向感，所以后果是不断地走错道儿，但我看到无数所谓的北漂迷茫的眼神时，更加坚定了不去北方打拼的决心，很多人对我寄予比较高的希望，我很感激你们看得起我，但我比谁都知道我更愿意过怎样的生活，我在麦当劳看见一小孩儿在吃别人剩下的汉堡，当我离开餐厅时，他向我点头微笑，也许他认为，刚刚那几分钟，我们已经是朋友了。

160．《评价良好的下午在单向街》在单向街书店的那个下午是我这次旅行最美好的回忆，我一边喝着卡布奇诺一边看着一本叫《1945年以来的设计》的旧书，没有任何的欲望与压力，只是心平气和地感受艺术的美，我还会继续去遇见你们，我们可以简单地交谈，在不同的城市，这就是我生活的意义。


ALL ABOUT
MY
BAD
FACE
DEAN KO
HARC
WHERE
NATU
CAUSE

音乐电影疗法

有时候
听音乐
或者看电影
是这世上少数的几件相对安全的事
并且它能帮助你理解自己

THERAPY WITH MUSIC AND MOVIES





这很有可能是中国最好的民谣
周云蓬
《沉默如谜的呼吸》

161．“鱼忘记了沧海，虫忘记了尘埃，神忘记了永恒，人忘记了现在。太阳出来，为了生活出去，太阳落了，为了爱情回去。班若波罗揭谛……他爱过一个姑娘，但姑娘不爱他，他恨过一个姑娘，那姑娘也恨他。他整夜整夜地喝酒，朗诵着〈号叫〉。

远方只有在死亡中凝聚野花一片，明月如镜，高悬草原，映照千年岁月，我的琴声呜咽，泪水全无，只身打马过草原……”我必须得把这些歌词记下来，因为的确太棒了，每个人的经历都是不可能复制的，周云蓬是那种你一听他的歌，便知道是有故事的那种男人，他的《九月》《盲人影院》都是

沉甸甸的作品。



14岁时你在听什么歌？
王菲《浮躁》

162．有一篇文章，挺八卦的，说是音乐品味的成形，14岁是关键。我回忆了半天，想起的是王菲的那张《寓言》，但我个人最喜欢的是《浮躁》。有些专辑听一遍就不想听了，但有些经典真的是经得起时间考验的，豆瓣电台有整张专辑连续播放的功能，今天就一直重复这张。最近，很多事情像磁铁一样向我吸来，设计，创意监督，筹备书，微博……幸好我是爱它们的，不然，我会感到万分的压力，至少目前是没什么压力的。14岁时我在听什么歌，做什么事，我记不得了，我只知道，现在我在听这张专辑，我在做我爱做的事。



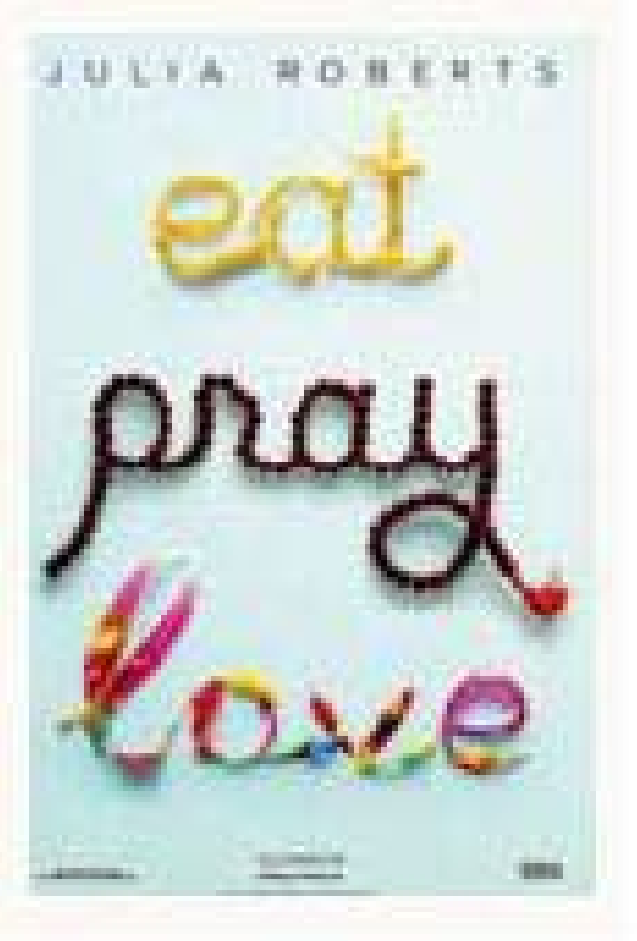
小人物的那些积极向上的小理想比空洞的英雄形象更迷人
电影《钢的琴》

163．事实上，《钢的琴》可能是2011年所有中国电影中最棒的一部。我拿着可乐进了电影院（非常小的厅，而且场数极少）最后起身的时候才发现，全场除了我和朋友，就只有一对情侣与一个看上去很像导演的中年男人。这绝对不是一部迎合市场的纯商业片，我在里面看到了贾樟柯等第六代导演的影子，片中的插曲大多是俄罗斯风格的音乐，激扬且怀旧，而且通过这些配乐你大概可以揣测出导演的个人品位。我和朋友开玩笑说：设想这部片子是张艺谋或冯小刚拍会是这样？不太敢想，但至少绝对不会在配乐上出现“超级玛丽”。我非常喜欢该片的美术以及配乐，剪辑比张猛上一部《大耳朵有福》更完美，总之，看多了《变形金刚》的朋友真的可以来洗洗眼睛。



有基本的生活费然后有假期就和朋友出去旅游仅此而已
Jack Johnson
To The Sea

164．早上到了办公室，打开电台，放的是Jack Johnson的To The Sea这张专辑，我特别喜欢的民谣歌手，听他的歌你就会很想度假，度假是多么美好的事呀，我看过他的演唱会的录像带，在夏威夷。就是那种，人们拿着啤酒，穿着拖鞋，随意聊天，听音乐会的感觉。我喜欢的生活就是这样，所以，从某种角度上看，我是很满意现在的生活以及工作的。很多人都以为我急于成名，追求不切实际的格调，其实，那些只是我生命中很细微的一部分，我只是想做一些好玩的事，有基本的生活费。然后，有假期，就和朋友出去旅游，仅此而已。

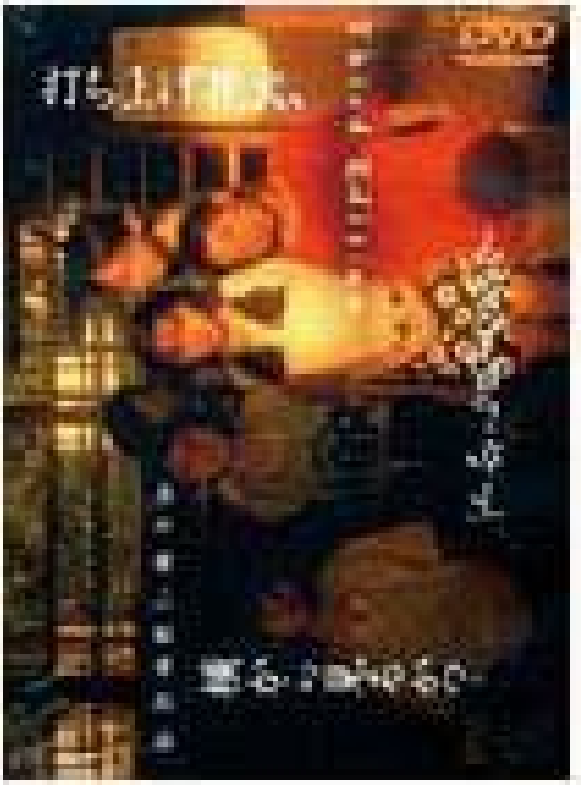


你的伤疤
你的才华都是真实的
电影《美食、祈祷和恋爱》（Eat Pray Love）

165．丈夫：“我不想去阿鲁巴岛”

妻子：“我不想结婚”。我认为这无疑是朱莉娅·罗伯茨回归真我的一部片子，我很奇怪有舆论质疑为什么她也选择拍一部对她来说没什么“好处”低票房的文艺片儿。可是，一个演员想拍一部自己觉得有感的电影是一个问题吗？当一个人有所谓影响力的时候，外界会限制他去做一些事，但只要你坚定自己的内心，一样地可以冲出任何阻扰，去干那件你认为值得的事，只有在那个时候，你才能品尝到胜利的滋味，而且是跟你之前预计的一模

一样。



从侧面看烟火是圆的还是扁的呢？
岩井俊二电影《烟花》

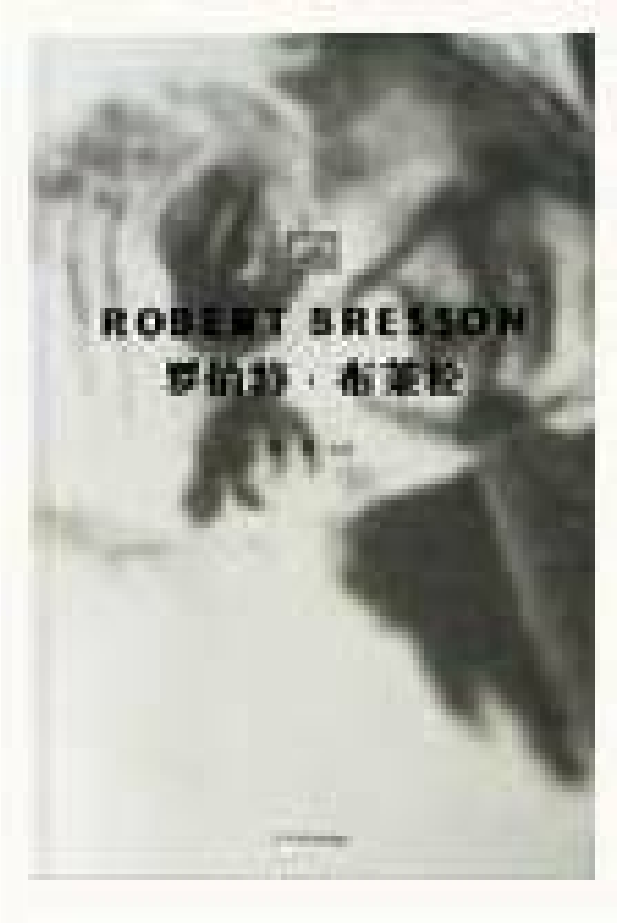
166．几个小孩儿在暑假计划一起去灯塔看烟花，可是，当他们到达目的地时，烟花已经结束了。其实，看没看到烟花有什么关系呢？孩子们一直在询问一个问题“从侧面看烟火是圆的还是扁的呢？”大人们随便找个理由打发了他们。当最后老师的男朋友向老师求婚时，放了剩下的烟火，歌声响起了“hold me like a friend, Kiss me like a friend, but we are not only friend……”青春的苦涩与甜蜜全部化在歌声里了。



冬天是吃西兰花的最好季节

Jack Johnson En Concert

167．这次去北京，买了两本书Lonely Planet的《旅行小贴士》与《1945年以来的设计》，若干明信片，然后就是这张演唱会专辑。Jack Johnson一直是我喜欢的民谣歌手之一，他的很多歌都能让你彻底放松。我很想快点住进新家，这样我就可以把那台旧电脑专门用来放音乐，朋友可以席地在家喝酒，看书，我喜欢自己的生活是有品质且简单的，因为这才会令我真正快乐。



一起雕刻时光

书籍《罗伯特·布莱松》

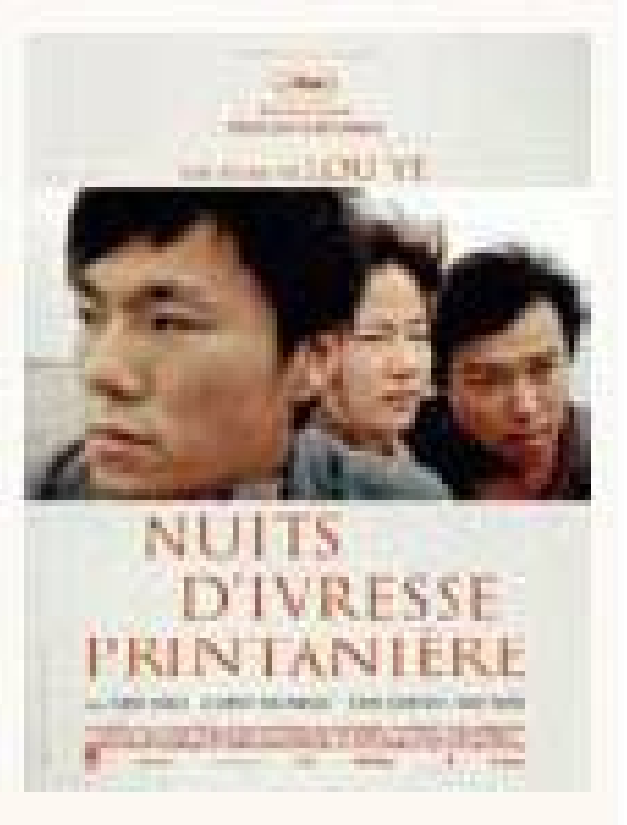
168．这本书是在苏州一家旧书店买的，我还记得当时黄昏的光线洒在旧书架上。我一眼就看到了这本书，其实它是一系列电影大师集，也就是还有戈达尔、库布里克、塔可夫斯基什么的。但为什么我只买了布莱松，因为他比较低调，但又真的认真地在拍电影，我爱电影这件事是毋庸置疑的，小时候唯一的爱好就是看电影与画画，我从来没想过要成为什么导演、作家。因为我知道我的局限性，每个人都有他的局限性，所以我不会对别人要求太高，我是在沙发上一边喝牛奶一边吃香蕉蛋糕时读的这本书，布莱松是谁？那幅意味深长的《扒手》

海报你总看过吧。



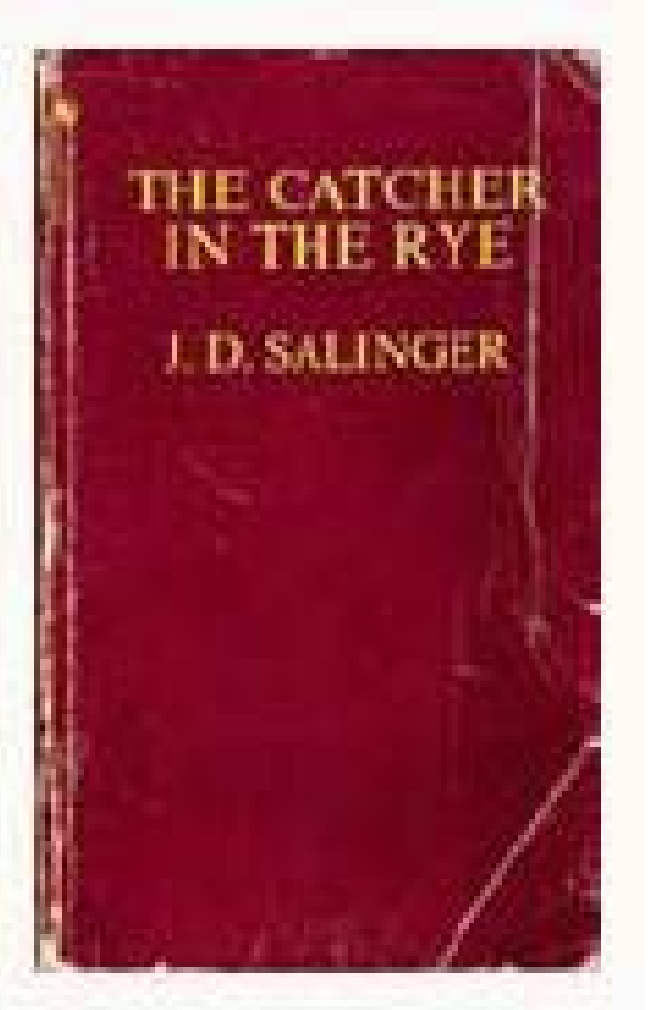
上了点年纪的女人
Cat Power
Dark End of the Street

169．女人到了点年纪都会对自己的一些方面有所放弃，可能说话不注意形象，可能会在爱人面前肆意地放屁。我觉得这相当可怕，我喜欢举止优雅，最好能口吐莲花的女人，不管是男人女人都不应该因为年纪的增长，而对自己的言谈举止。不加注意。这会让你看上去不可爱，也永远谈不上美丽，Cat Power是优雅的典范。



反正每段关系都是孤独
电影《春风沉醉的夜晚》

170．昨晚看完这片儿，心里拔凉拔凉的，我觉得拍得挺好的，不管那摇晃的镜头有多做作，可谁没做作过。我就特做作，但这不重要，片中的男人女人，男人男人，每个角色都是不快乐的，每段关系到最后都是孤独的。从《苏州河》到《颐和园》，娄烨每部作品都紧紧抓住着那一部分文艺青年的心，你在里面看到了自己的青春，绝望，叛逆，无解。



人人都会互相羡慕
没人能看到自己的未来
Ｊ．Ｄ．塞林格《麦田里的守望者》

171．很喜欢开篇那段话“有那么一群小孩子在一大块麦田里做游戏。几千几万个小孩子，附近没有一个人，没有一个大人，我是说，除了我，我呢？就在那混账的悬崖边，我的职务是在那儿守望，要是有哪个孩子往悬崖边奔来，我就把他捉住——我是说孩子们都在狂奔，也不知道自己是在往哪儿跑。我得从什么地方出来，把他们捉住。我整天就干这样的事，我只想当个麦田里的守望者。”有时候，我会想：如果我不工作，会不会比

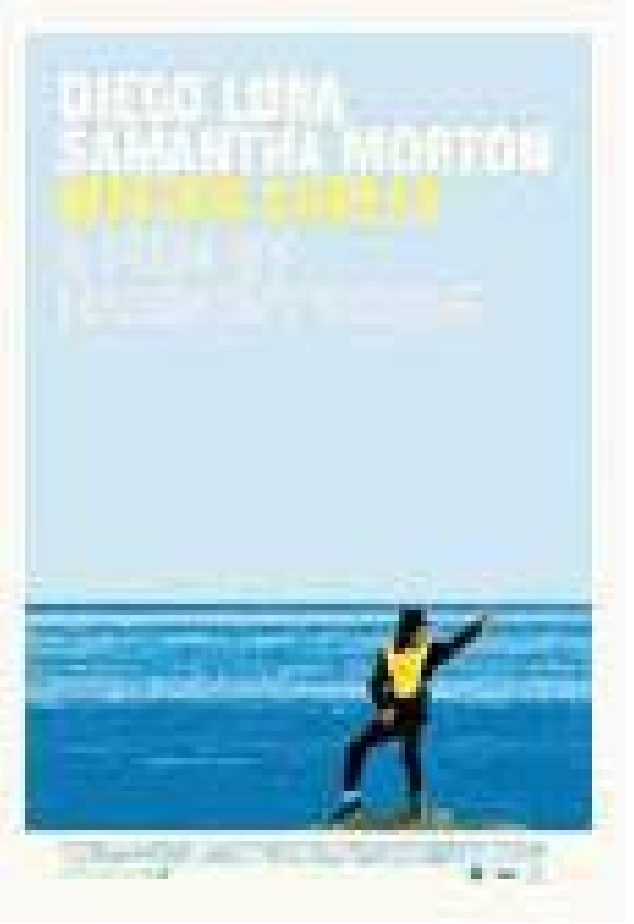
较快乐点。



不管是灾难片还是文艺片两个人一起看就是爱情片
电影《2012》

172．在电影院里仰着头，2个小时的头晕目眩得出的结论与新浪网友不谋而合“最浪漫的三个字不是‘我爱你’，而是‘在一起’”。可能两个人的世界也像一个人的世界一样，相比于外物的丰富，更重要的是内心的契合，需要两个人的忠诚。但是什么样子的男人才能让我们不但放心让自己和他在一起，并且，在危难来临之时，还会一直“在一起”？如果真有2012那一年，那么谁会在大灾中牵住你的手，一直到世界的尽头？这个问题很棘手，一直想下去，也不是我的风格。所以，珍惜眼前的那个人，选择你能承受的一切，勇敢地走下去

吧。



下一个孤独先生
电影《孤独先生》

173．电影开始的那首Lonely, I’m Mr. Lonely. I have nobody for my own. I am so lonely, I’m Mr. Lonely.让我觉得回到了以前某个阶段，也许每个人都是孤独的，只是大多数人，善于掩饰。



这个冬天不寂寞
书籍《不失者》

174．“他是一个普普通通的都市小职员。他又是一个绝不普通的‘不失者’。为了找回失去的记忆，为了追寻真正的自我，二十九岁的他踏上了一场奇妙的逃亡之旅。”书读到一半，放下，觉得还是应该写点东西。我一直觉得小说只有两种：好看的和不好看的。怎样区分，其实很简单，当你读到一部小说，想一口气将其看完时，大概它再差也不会到哪去。突然发现，已经很久没写书评了，可能是这段时间，都在看专栏类小文章的关系，所以一直没有认真读完一部小说。本来以为这个冬天会很寂寞，但现在想想，其实有文学与朋友的陪伴，也

不会觉得有差。虽然，偶尔也有点孤单，我想别人也不易察觉。我，还是一个耐不住寂寞的人，本以为一个人可以过得很通透，但大部分时间，还是不免俗地想要有人陪，现在胡子是越来越长了，以前我会考虑到别人对我外形的意见，可现在只想彻头彻尾地，做回自己。



喜欢摇滚的人都是孤独的电影
电影《从心开始》

175．我喜欢看电影，我喜欢看喜剧电影，我喜欢打电动，今天的治疗结束了吗？这完全是典型的逃避型人格，他们不愿意谈及自己设法忘记的事，即使不小心谈及，也会马上转移话题。喜欢摇滚的

人都是孤独的，至少曾经孤独。他们会暴怒，而你只能忍。因为他们和你不一样，他们读奇怪的书，那是因为这些书没人会去读，他们有很多麻痹自己的方法：音乐、古怪物的收藏。

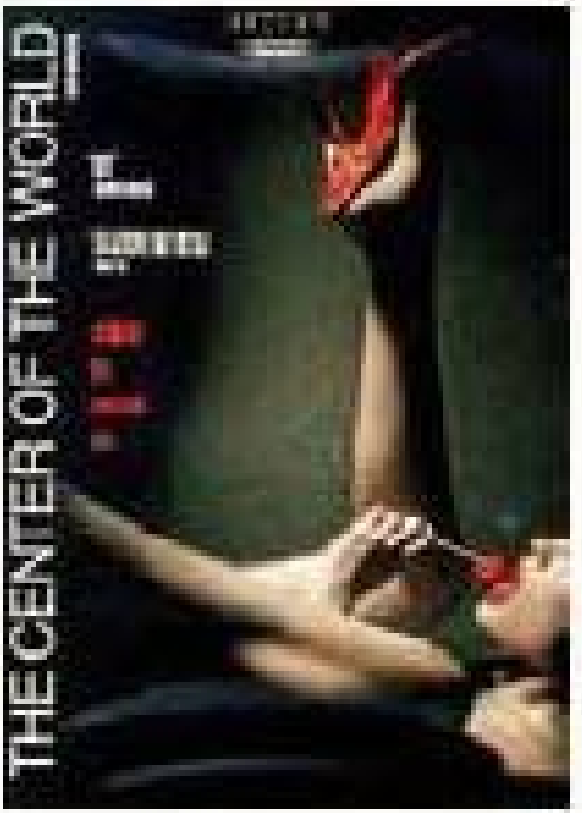


比爱情更重要的东西是？
电影《双城故事》

176．今晚把一些90年代的香港文艺片，翻出来看，突然又回到了，以前那些只有影碟陪伴的暑假。

《双城故事》令我们明白了“这世上除了爱情，还有些别的东西，比如友情，还有就是，有些人他生来就是具有奉献精神的，你可以把它理解为宿命。”虽然它没有像《甜蜜蜜》那样大红大紫，

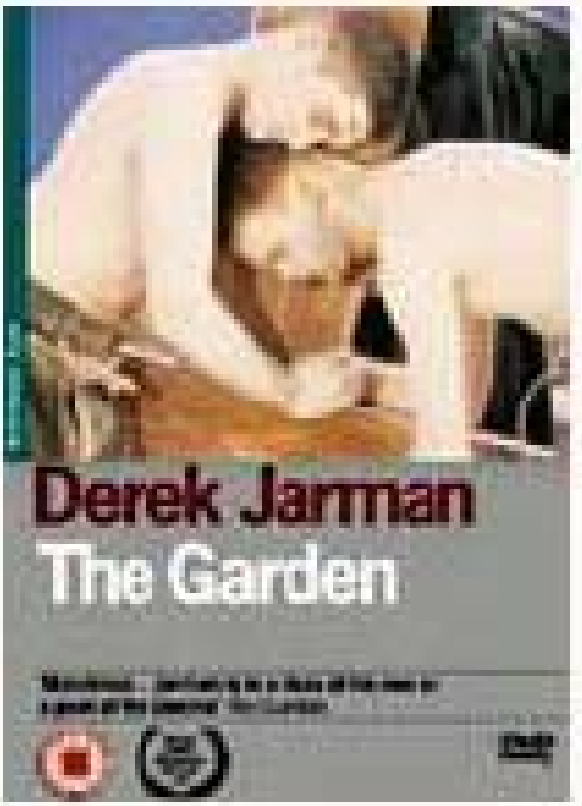
但你仍然会被曾志伟的出色演技所征服，电影之于我的意义就是，能在那一个半小时里忘记时间的存在。



你的双腿之间就是世界的中心
电影《世界中心》

177．晚上看了《世界中心》，导演指的世界中心，其实就是女人的“中心”。这个我们都曾经过的地方。从大的角度看，电影讲的其实是灵与肉，导演企图站在女人的立场，去阐述一个“爱情交换游戏”的故事，女人答应了男人提出的陪游计划后，女人也提出了“NO KISS, NO TOUCH, NO INSERT”的要求，结果是男人企图违反游戏规则，女人为夺回她自己那仅有的自尊，而回到自己最初

的位置。



世界就是一个大花园
我们迷失其中
电影《花园》

178．我想Derek Jarman大概也是个自恋狂吧，他将镜头放在圣洁的吻，年轻的身体，恶作剧，SM，海边的葬礼，奇怪的乳头，地平线，天边的浮云……这些游离的事物上，我喜欢那些想到什么就拍什么的导演，不用计较那些条条款款，它呈现的就是一个乌托邦的世界。



爱自己是一场终身恋情的开始
书籍《自我的迷宫》

179．我一直都很推崇王尔德说的这句话，可能也是因为我和他都有个共同的“坏习惯”——自恋。有些书是因为名字将你吸引去看的，当然也和自己当时的情境有关，比如这本《自我的迷宫——艺术家的“我”》是在我自恋鼎盛期看的，一相情愿地将自己与某位大师的心路历程对上号，还有《我的抑郁症》，当然是抑郁鼎盛期看的了，我一直用朱立安·李布的书名《躁狂抑郁多才俊》安慰自己，不管情绪多囧，都不要怨天怨人，因为不是每个人都会静下心来思考，也不是每个人都有机会在自己情绪低落的时候，看到一本可以拯救自己心

灵的好书。



任何地点都适合听民谣
唱片
Peter, Paul And Mommy

180．上了大学后，接触的音乐类型太杂了，也曾一度痴迷于摇滚、电子、迷幻朋克……它们都包含了我某个阶段的情绪与心情，但最持久的，还是民谣，因为是不分阶段与场合的，什么时候听都不会为过，最近听到了这张我寻觅已久的Peter, Paul and Mommy，百听不厌，最喜欢Music Speaks Louder Than Words，觉得它就像一位少女在阳光

下轻拂你的脸庞，其实有时想想，只要有美妙的音乐陪伴，我们何时会感到寂寞呢。



论模仿，谈设计
书籍《靳埭强设计奖》

181．关于这本书本身，其实没什么特别的，像其他设计类书刊一样，有别致的封面设计，插页的印刷也很有质感，在里面，你能够惊奇地发现，当今中国的设计新势力其实都是很有想法的，当然，或多或少，还是能找到一些国外优秀作品的影子，但我一直觉得，模仿这个东西本身是没有错的，关键是在你模仿完过后，要做什么，这个才是最重要的，因为一个搞设计的人，你长期要接触到很多国外的优秀作品，它们是会驻扎在你脑海里的，所以

你的设计中有它们的影子是再正常不过的事了．要没有它们的影子，只有一个办法，就是不看，不听，不接触，自己在一个空房间里想，不可能吧，所以，只要将自己的想法用一种别出心裁的方式展示出来就足够了



忘记过去是最好的休闲方式
唱片
Private Lounge

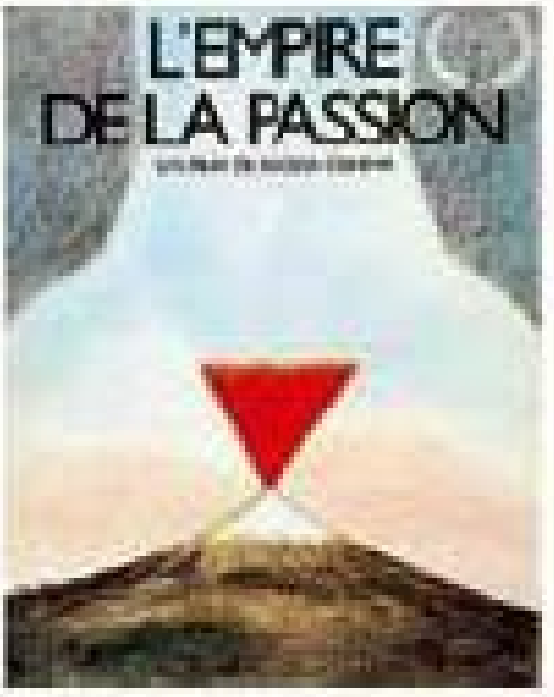
182．也许LOUNGE　MUSIC是一种精神鸦片，最近疯狂迷恋上它……你可以完全沉醉在那种迷幻却又空灵的氛围里，什么都不用想。如果说遗忘可以让我们更轻松，毫无负担地进入畅想世界，那么忘记过去是最好的休闲方式，没有人想把悲伤带上一张床．所以，没有人会在快乐来临前回忆和感伤，曾经的遗憾。永远的不满足。深刻的创伤。无法放下的不舍，我们在灵魂的躯干上自己刻满伤痕。又带着满身伤疤匆匆上路。何苦呢？遗憾是因

为不满足，不满足是因为想得到。如果一直得不到，为什么，还在一直要。



一张唱片拯救了我
唱片
Beautiful Tomorrow

183．没想到在我情绪最低落的时候，找朋友吐苦水，越吐越郁闷，看可笑的综艺节目，看到一半，就笑不出来了，睡觉，梦遗了……但无意间听到这张专辑，却让我萎靡的精神为之一振，也许Chill Out就是有这种让人忘却烦恼的作用，让人达到身心舒畅，制造欢愉的想象气氛，让聆听者无负担。虽然没有红酒的微醺，但有这种布满了骚灵与爵士的气息的电子音乐的陪伴，还是觉得惬意的。



善于搞唯美暧昧的日本人
电影《爱的亡灵》

184．记得我买的第一张DVD就是这部大岛渚的《爱的亡灵》，是和我室友一起在寝室看完的，当时我们还热烈讨论片中隐射出的对男尊女卑社会的不平，还说想拯救片中的那个勤劳却又卑微的妻子……现在脑子里都还会浮现往枯井里撒树叶的神秘景象。谈到日本电影，我又想到了日本歌曲，我发现日本人都很会取名字，而且善于将事物唯美化，就像这首《东京病》，光看歌词，就觉得很美“搬入这城市已经几年，经过若干次迁徙才迎来今日，每当想象着下次会从窗口看到什么样的风景，总会忘却些什么，喧闹与寂静交织，整理行装时发现的旧箱子，表皮剥落硬板纸已经褪色，打开

时听见往昔尘埃洒落的声音，装着一本纸张破落的课本。

喧闹与寂静交织，绚黑和苍白交织，拿起那本记满笔记的国语课本，突然发现曾喜欢过的诗，想起故乡的广阔天空，那片喜欢得不忍心再次想起的广阔天空。”是谁说过“东京是没有天空的”，我是否也曾度过话中所说的日子，对于被东京病荼毒的我而言，自己双眸中映出的这片如今依旧笑着的天空。



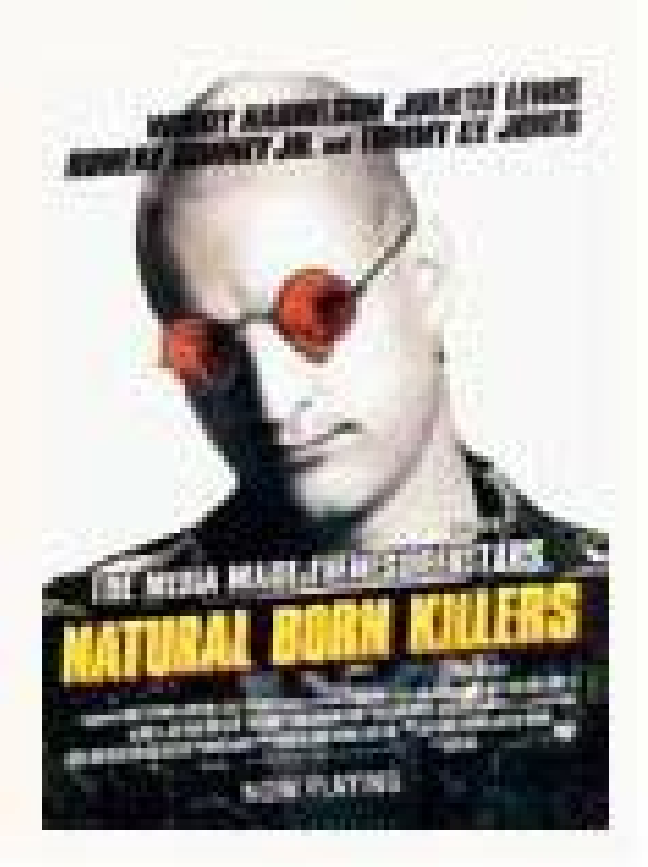
普罗旺斯的薄雾

电影

L’ homme de savie

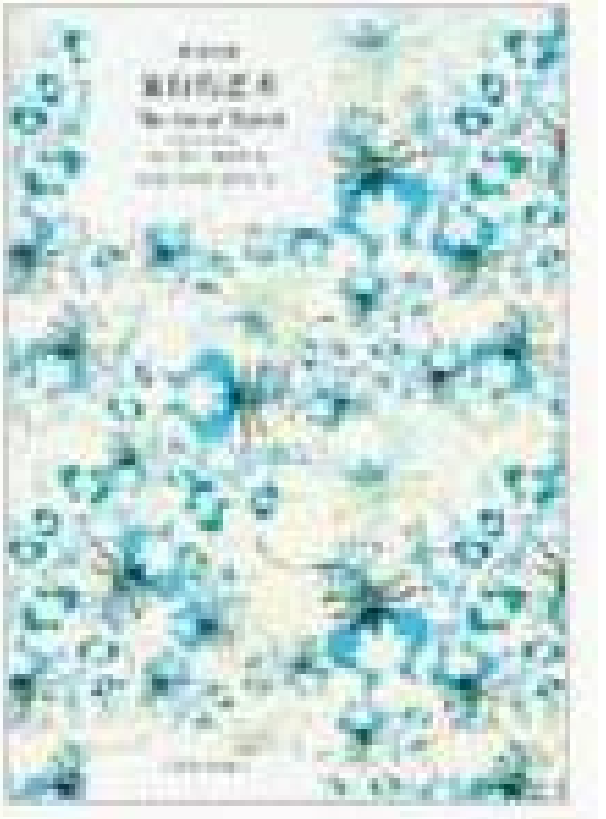
185．今晚我又再次把这部片子翻出来看，看了一半，就禁不住按下暂停键，不是因为看不下去

了，只是觉得该说点什么，或是记录点什么，因为此时的感觉是最新鲜的，影片中有晨间普罗旺斯的薄雾，夜里农庄庭院的虫鸣，还有孩子们在静静的水中摇摆的身体。普罗旺斯是一个叫人忘记时间的地方，在这里尤其是。大片的向日葵是梵最钟爱的植物，而男人们却在其中陷入梦魇一般的象征性情欲，白日恹恹地，如中魔咒。令人印象深刻的是那个妻子，徒劳而艰辛地维持着心中的爱，几近癫狂。很少有一部同志电影可以让我静下心来慢慢品味，但这部法国片的确太美了，美得有点奢侈，片中没有同性情欲的肆意渲染，有的只是理性与感性的激烈争论，但留下来的还是那一片向日葵的海洋，看到那些似梦非梦的乌托邦似的画面，真的让人有想亲吻电脑屏幕的冲动。



我纯洁的一刻胜于你一生谎言
电影Natural Born Killers

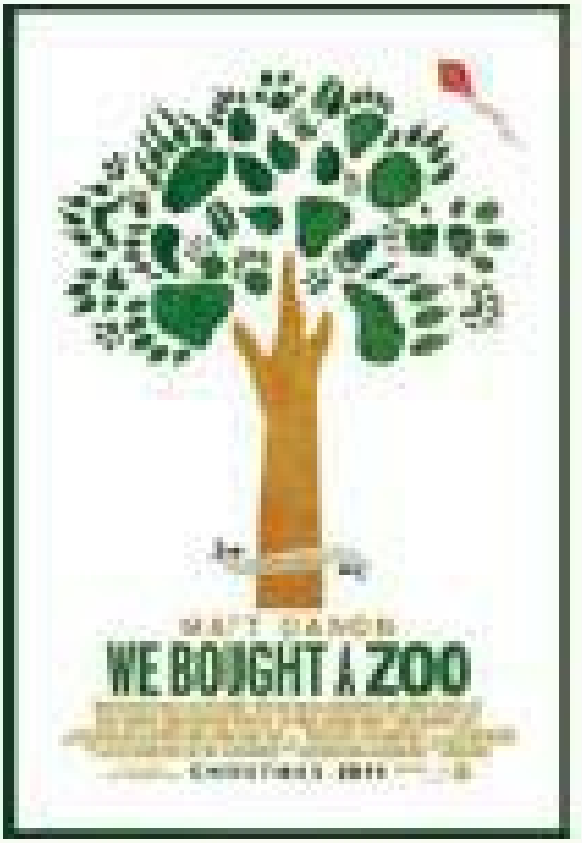
186．很喜欢Natural Born Killers中这个场景，两位夺命鸳鸯在桥上紧紧拥抱，然后，在自己的手掌心划出鲜血，让对方的血液渗透彼此，这样的爱不是更干脆，更热烈吗？



旅行的再教育

书籍《旅行的艺术》

187．阿兰·德波顿大概是所有作家中，对我影响最大的一位，不止是文字，他对待生活及人生态度上，也给了我很多灵感，第一次读他的书，是在美院的书架上撞见的，正是这本《旅行的艺术》有一种区别于其他作家的高贵气质，他可以把一件平常的物件，写得富有灵魂，正如毛姆先生所说，“任何一把剃刀都有其哲学”。其实，旅行也是一种再学习。学习更多便于与异国人交流的语言，学习像当地人那样简单地对待生活，学习在混乱中找寻属于你的那一刻宁静。



有梦想这件事情永远都不会晚
电影《我家买了动物园》

188．看了马特达蒙的这部文艺片《我家买了动物园》，讲述的是作家本杰明·密，生性喜爱冒险，然而半年前的丧妻之痛令他至今无法释怀，于是做了个疯狂的举动，就是在征得可爱小女儿的同意后，买下了一个动物园。后来，他们凭借自己的努力，将本来已经快被荒废的野生动物园，重新修葺，让喜爱它的人重新感受到自然的魅力。当然，最后动物园在他们的努力下，重新面向大众开放，也引来了人们的喝彩，这个故事告诉我们，其实有时候，你只需要一个很小的契机，也许就能为你的人生带来你自己都预想不到的变化。我们随着年龄

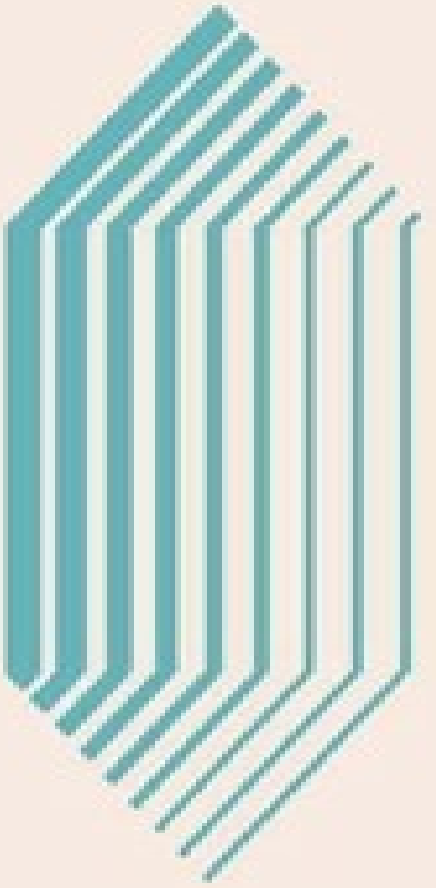
的增长，会开始慢慢排挤那些“没那么重要的小事”认为，它们不会给我们的未来版图带来太多影响，其实，任何伟大的创举，都很有可能是因那些微小的事而酿成。你的一次狂想，也许在十年后的今天，你会惊讶于它的真实与美好。


Fuck Off !!
Bad Taste
チャンピ

每只猴子都是危险的

你若坦露内心最真实的情感
在这个琢磨不透的世界上
无论如何都是危险的

EVERY MONKEY IS IN DANGER



189．关于骷髅的时尚美学

骷髅除了在时尚舞台上成为各路设计师的灵感缪斯之外，在艺术界也有其灵魂性的重要位置。早在1950年，艺术家菲利普·哈尔斯就创作出那张著名的“达利的美女骷髅”，后来的Andy Warhol、Damien Hirst都是出了名的“骷髅控”。以下是设计师与艺术家们通过不同的媒介，对“骷髅”这一特殊元素进行的艺术创作。骷髅从来都不是一个简单的元素，据说梦见骷髅，预示疾病、误会以及他人给你带来的伤害，梦见自己成为骷髅，预示你忧心忡忡。画有骷髅的旗子是信念的象征。包括我们的唱片架上也或多或少有“骷髅”的元素，封套设计师们也会根据自己的品位以及唱片本身的内涵，设计出一些有“骷髅”元素的封面。骷髅，这个词一直与死亡、黑暗联系在一起，我记得读大学的时候，室友是名研究前卫音乐的怪青年，他整天放着或抑郁或狂躁的地下音乐。有一次，我看到他桌上放着一张哥特专辑，我对哥特音乐没啥偏好，但那张封面却一直印在我脑海：两个穿着长袍的骷髅在一扇门的两旁庄严地站着。但这次，我们不太想重复那些我们对“骷髅”的传统印象，因为这的确不是一本死亡美学教科书，我

们想给大家展现的那一面是：它也可以是另一种姿态出现在我们面前，可以是精致的，并非主流的，甚至是有些可爱。然后，它就在我们身边，我们并不惧怕它，因为我们心中有爱。

190．我们来谈谈坏品位

坏品位，起初只是一部1987年的CULT片名，后来被定义为各种千奇百怪，颠覆传统的事物的统称。坏品位不能用传统刻板的理论去解读它，因为虽然它从古到今一直存在但目前并不是主流，所以正因为如此更能引起我们的好奇，不管是时装秀场或者街拍网站，我都会特别注意那一双双被各种闷骚元素包裹下的坏品位皮鞋，它们用色大胆，但设计绝对有型，有哥特混搭萝莉风的，有文艺大叔型的，也有雅皮配奶油小生型的，就连鞋底也可以玩弄一下颜色，各种糖果色底都出现在了街上，只有鞋底一圈边缘发亮，有些更是骚到爆的荧光色系，你可以想象一身素色内敛的实用衣着之外，突然多了一双坏品位亮鞋，是多么令人叫绝的事儿。总之就是不要让你过目即忘，当然袜子很重要，它就像卧室里的窗帘，反映出主人最独特的品位。

品位这个词从字面上讲，是对事物的分辨与鉴赏能力，而“坏”只是给了它一个附加值，也就是用另一种视角去审视周围的一切，你会发现这个世界不是只有那一面，它其实是可以很立体，很包容的，从而发现更多层面的美。

191．你住在禁片的第几层？

说到禁片，应该从我买了第一台VCD开始，当周围的朋友都痴迷于热血动漫或者TVB的喋喋不休时，我已经拉上窗帘，放进碟片，开始用心观摩《Salo.o.le》了。其实，我认为禁片就像书店里的那些被一层膜包住的书籍，越是遮遮掩掩的，越是勾起大家的欲火，结果，把书拆开一看，纸张有些粗糙，也没有包装上面那些噱头精彩。

《Salo.o.le》，似乎是为“禁片”而生的，改编自法国最“臭名昭著”的性作家萨德侯爵的作品，导演乃是大名鼎鼎的帕索里尼。片中包含了挑战人类观影极限的各种场景，现在回想过来，就算不说它是“禁片之王”，也应该颁给它一项“最具创意电影桥段设置奖”，看过该片的朋友都应该能明白我指的是什么。

重口味与小清新在各大社交网络火速蔓延之际，我们一起重温了这些在当年被视为“禁片”的经典电影，但对于现在的文艺青年以及资深怪咖来说，也无外乎是一些“小清新甜点”随便点进一个重口味论坛，就可以找到血浆四溅、眼珠横飞的CULT短片，只是我个人认为他们都是短暂的，直接刺激肾上激素的，而那些被封藏已久的“禁片”也许更掺杂着些许文学性，以及对死亡美学的探讨，希望我们不要被“禁片”这个头衔弄得神经兮兮，它只是各种电影题材的一个补充，有了它你会发现心底的欲望是没有限度的，没有它，你也可以潇洒地活在文艺或警匪的世界里。

192．你的红唇为谁留

红唇，总是能调动起所有人的情绪，不管是阿莫多瓦电影中的那些奔放热情的西班牙女人，还是安迪·沃霍尔作品中的代表消费主义，物质文化的艺术符号，它永远都是男人们的宠儿，女人们的致命法宝，所以，让我们在冬天即将来临之时，抹上最鲜艳的口红，来一场复古且惊艳的时髦蜕变吧。在过去，红唇之于女人的关系，就如同胡子是男子

气概的象征，有一定的阶级意义，如果你是一个家庭妇女或者非社交名媛，你都不好意思抹个鲜亮的红唇出门，就算抹了也会被斥责你是在明目张胆勾引他家男人！而现在，以上的麻烦基本上不会发生，翻开时尚杂志，各种派对女郎，街拍IT GIRL，个个烈焰红唇，金黄卷发，都有着标志性的长发，复古的浓眉和红唇，就像Gwen Stefani，美国著名Ska-Punk风格的No Doubt乐队主唱，她的每次出场无不是红唇搭配金黄卷发，性感且有种醉人的美丽，更重要的是，让你过目不忘。可是，红唇不是你想涂就能涂的，涂不好就可能沦为“乡村名媛范儿”，而且红唇也是会有保鲜期的，早上出门时，它搭配着你微翘的长发，好像整个宇宙的磁场都被你HOLD住了似的，可下班后的情景就完全不一样了，唇彩的饱和度不够，粉底也跟着脱落，唯一让男人们打起精神的，却是胸前少扣的那几颗扣子。所以，女人的红唇是把利剑，你必须时刻保持住它的光泽与气场，让它成为你的镜子，折射出最具闷骚文艺范儿的心。



193．坏品位厕所读物

根据某网站统计，人们上厕所时看得最多的依次是：洗发水成分表、洗面奶说明、牙膏生产日期、沐浴露说明以及村上春树。我们不管该统计是否真实，至少说明了厕所读物这一“市场”的确存在。英国作家毛姆曾说“任何一把剃刀都自有其哲学”，越是平常的、微小的事物越能反映出一个人的情趣以及个性。所以我想给大家介绍几部可以在马桶上轻松阅读的“厕所读物”。妹尾河童继《窥视印度》、《窥视欧洲》、《窥看舞台》之后又推出这本《窥视厕所》，同样以新颖的视角通过对厕所的观察看出人的生活习性、美学考量以及家庭模式的不同。看到她以厕所为主线，对四十九位日本名人厕所的采访，介绍东西方厕所的历史演变，甚至太空飞船上的高科技厕所。在本书中，河童又一次展现了其异于常人的艺术魅力。而另一本武田笃典的《型男讲桌》从封面上这段简介就很能说明问题了，“型男无所不在，捷运车厢中、办公室中、餐桌旁、电梯中……每个地方对型男来说都是伸展台，他们表面若无其事，但举手投足间又总是华丽地吸引异性闪烁如镁光灯的眼神”。

人类“挖鼻史”已经超过6000年了，这是多么令人叫绝的一个数字，所以这本《挖鼻史》自有它存在的意义，记录那些被我们忽略的“美好”。书中还公布了11项“挖鼻必杀技”，像是“盲鼠钻洞式”、“上上下下式”以及靠手指旋转的“玉黍螺式”等等。哪种挖法最爽也最受欢迎呢？答案是“玉黍螺式”。当然还有一本适合放在厕所里的无聊闲书，是由著名的畅销书作家兼讽刺大王马克·雷纳与来自纽约的医生比利·戈德堡一起，为我们解答177个关于人体的稀奇古怪问题的《男人为什么有乳头》。

最后要给大家介绍的是这本深受白领女性喜爱的《大便书》，此书的副标题是:迈向优质便便的幸福生活！据说还出来2，其实坏品位并不觉得这些“怪书”有多大的文学价值，但正如毛姆说的那样，既然它们存在，必然有其意义，它不同于一般的大众读物，语言风趣幽默，既是一本文化史，也是一本通俗读物，你可以把它们理解为一种对“正统”图书的一次挑衅或者是补充，但绝对是无毒无害，厕所必备良品！

194．如果你房子着火了

如果你房子着火了，你会带走什么？这是一个经典且有粘性的假设问题，也是http://theburninghouse.com/这个网站的主要创意点，任何人都可以在上面提交“自己最想带走的东西”。我们生活在一个各种新奇事物就像下水道冒出的气泡一样频繁出现的时代，点开豆瓣，你会看到无数人围绕着一个“终极无聊”的话题喋喋不休，也出现了像《无聊的哲学》、《论扯淡》这样的“无聊”畅销书，其实它是抓住了人们的一个共同爱好——无聊，如果一个人花大把时间，去研究整理一件看上去“很无聊”的事，它一定是会得出一些专属于他的个人经验，并很有可能创造出一种风格，一种流派，正如英国剧作家肖伯纳说的那样，“醉心于某种癖好的人是幸福的”。这位将各种无关大雅的“逃亡必带品”收集整理成一个官方博客的Robert Holden，何尝不是一位坏品位的策展人，装置艺术家？但我相信它远远不想成为我说的那些，因为一定有一股更光明的，更强大的力量驱使他去做这件事，而那个“无聊”的癖好一点儿都不比任何“成功人士”精心编制的致富之道差。另外，坏品位再向大家补充几条专业逃生指南，这很重要，正如《银河系漫游指南》封面上用大而友

善的字母写下的忠告：不要恐慌！

（1）calm down不要惊慌，冷静地面对问题

（2）use quilt or wet towel to cover my body and hold my mouth and nose and rush out用棉被或湿毛巾裹着身体冲出去

（3）do not take the lift切记不要乘电梯

（4）do not risk不要冒险跳楼

（5）do not shout不要呼救浪费体力

195．时尚是用过即弃的卫生纸



川久保玲说：“我对现在的时尚提不起兴趣，人人都是只想穿廉价的快速时尚品牌，而且他们很乐意看到自己和别人穿得很像。”当H&M，ZARA越来越受到年轻人的追捧，平民时尚博主们千篇一律地复制各大秀场最新发布会微博时，我们真的需要一剂新鲜且强有力的兴奋剂，让时尚这个词不那么呆板、乏味、重复。所以坏品位想给大家推荐一些“冷门时尚单品”。它们可能不是最大牌的，但一定有自己鲜明的态度，独特，富有想象力且让人过目不忘。它们的设计与剪裁不能算是经典且无可挑剔，但它们至少做到了独一无二性，不是那种你存了半个月工资，买了某品牌的最新款，一走上街，刚过马路，就撞见一人和你穿得一模一样……这些设计中，有用文艺的人脸和狰狞的动物面部为主要视觉的泳衣设计。这一季实在太流行动物图案的单品了，鞋子、衣服、皮包等全部被猫头鹰、大象、狮子占领了！还有冷峻且幽默的骷髅元素内裤、高跟鞋设计。典型的“外表”低调内部风骚型，而也正因为如此，才更加受到文艺青年及潮流怪咖的偏爱。

Andy Warhol曾说：“时尚是用过即弃的卫生纸！”其实，我认为时尚更像是护垫，它是一种隐

性保护，每个月都要换上几次，但最重要的还是要感觉舒服，适合自己，只有你才知道哪种风格、型号、品牌更适合你。而也正因为有了这些不一样的设计，以及不一样的人：他们不喜欢让你一眼就看穿他们穿的是什么品牌，由哪位设计师设计的，他们更愿意自己去重构，解读时尚的定义，而这些冷门的怪异单品恰恰符合了这一小撮人的审美趣味儿，他们敢于和别人穿得不一样，他们让时尚跟着自己的感觉走。

196．慢热青年

有一群慢热青年，他们习惯与他人保持一定距离，这个距离包含身体的和心灵的。那天，与友人聊天，才得知，在他们眼里，我也是这样的慢热青年，我并不是那种愿意与人深度交流的人，也就是说，我在与人交谈时，是会给自己设立一扇门的，一般人很难走进那扇门，甚至连钥匙都找不到。后来，我开始自我分析，其实我并没有特意为自己设立一扇门，只是，我更像一个导演，我爱自己填写剧本，并且由自己一个人饰演生活中的各种角色。我并不热衷，也不需要他人给我太多意见，反而我时常给身边朋友出谋划策。这不是自命清高，也不

是固执，只是一种长时间的自我操练习惯。况且，有些事情，比如感情，特别不适合拿出去到处与人分享，因为它是非常私密的事，属于你们两个人的课题，其他人并不适合过多地分析或读解。

这个世界大概分两种人：一种并不认为自己可以解决生活中的种种问题，于是，他们习惯在他人身上获得灵感或者意见，甚者更是直接复制他人的经验去实验自己的人生。我认为这是危险的，因为同一件事情，在不同的人身上，或者不同的境遇下，一定会有不同的结果。他人的经验，只能做参考，但它不一定适合你。而另一种人，他们被称为内心强大者，他们花了大把时间，用于构建自我的城堡。这种人，往往因为自己的体验过剩，以至于有余力去开导或者牵引其他更多需要被感染的人。但这不代表他们就不需要被爱，所有人都是渴望被关注的，从小孩儿哇哇大哭企图引起大人的关注起，到对爱人撒娇，或在网络上将自己的行踪公布于众，都是渴望被关注，以及获得我们所理想的爱。但也正因为这样，没有足够的爱，用以供给这些渴望它的成年人们。于是，产生了消极情绪，孤独，背叛，猜疑，思恋……这些成了我们生活中的大部分。

就像我们身边充斥着形形色色的人，他们其实都没有绝对的对错，只是性格驱使他们用怎样的方式与这个世界相处，就像慢热青年，他们没有办法快速地融入一个陌生的环境，所以，他们选择在某个角落默默地观赏着这一切，但这并不代表不友好，很有可能是因为害羞，这个世界本来就是由各类型的人构成的，善待自己，宽容他人，允许各种的存在，痛，并快乐着。

197．时尚这个圈儿

我记得有一年，日本的年度汉字是“变”，这是日本的一个传统，每年汉字能力鉴定协会都会在京都清水寺宣布最能代表当年的汉字，那是日本人表示希望看到政治、经济和社会变革，他们受到奥巴马变革信息的启发，但更重要的是，那暗示着（个人）必须有所改变。这一年发生太多变故，我们不想再重复那些记忆，不管是好的、坏的，都已经过去，2012年绝对是一个转折点，大家都在说世界末日，其实世界末日一直都在发生，但却没人能说明其尽头，因为这一切都在你的掌握当中，不要忽视你自己的强大个人力量，变，从自己开始。

我在写这篇专题时，在微博上征集了“来年，你们希望自己有哪些改变？”有人希望“明年此时我有一份我热爱的工作，并彻底摆脱当前纠结不清的无奈感情”或“2012来的时候太平洋结个冰，我还能走过太平洋见他一面”、“不再害怕别人的质疑。一个人旅行。要快乐。”或者“身材变S形”等等，其实只要换个发型，哼首新曲儿，换个角度看这个世界，过去，我们都写博客，现在都改写微博了，人手一台iPHONE，各种APP取代了以前的报纸，掌上游戏机，拍照也不用抬着超重的单反或者等上一个星期看胶片出来的质感，一个拍照应用程序就解决了所有问题，每个人都宣称要和别人不一样，却又千篇一律，在社交网络里，各路潮人抢占着时尚的一席之地，最新入手的潮物，每天的食谱，派对照片，圈内八卦全部晒在各自的微博上或豆瓣上，而这些，都是前几年想都不敢想的。时尚当然是变得最快的一种，它总是试图追赶在一般人的前面。

198．爱情故事二则

《不许和》

在客厅看父母打牌，我爸正要“和”，被我妈

强行要求“不许和！”我爸笑眯眯地一脸鄙视，却终究没有和。这件事在外人看来，是我妈在耍赖，但即使是这样，也不能掩饰他们之间的那种高超爱情经营模式。的确，婚姻关系是需要睁一只眼闭一只眼的，这样才有相处的乐趣，并且还得有耐心，我们这一代人已经学不会了，总是坚守于自己用沙堆砌的堡垒，丝毫不愿退让。有时爱情就像跳恰恰，你一前我一退、才能跳出绝妙的舞步。不过，似乎大多数人都爱抢拍，这样非但舞跳不好，还可能会绊到对方的脚。

《伍贰零》

另一个故事，是一位网友提供给我的，他的父母结婚快三十年了，有一个传统却一直没变过，也就是在对方生日时，定赠红包，网友询问他爸：“人民币贬值都贬成这样了，我们生日红包数值有没有上升呀？”他爸说：“没有，那数字比较特别，一辈子都不会变。”“啥数字呀？”“520！”

199．一个会浪费你很多时间的网站

文艺青年们都上过一个叫ffffound的网站，该

网站的LOGO是一个人弯下腰在捡一个字母“F”，很有戏剧性，你可以想象是在捡别人掉下的东西，也可以理解为他仅仅是在摆放自己手里的字母而已，这就是该网站的魅力所在，你猜不透它的初衷与最后想要达到的目的，但有一点可以保证的是，你点进去了，就很难忘记它了，设计师、创意人、插画师在里面上传分享自己或他人的“奇怪”图片，更新的速度更是让人咋舌，你每天登陆它的时候，就会发现，昨天看的图片已经快速地被新一批美图替换掉了，感觉创意就像关不掉的水龙头，在你不经意间快速流淌着，ffffound的图片风格没有限制，你可以在里面看到60年代PLAYBOY珍藏版明信片，也可以看到全球最新锐插画师的最新作品，也有网友自制的GIF动态图，五花八门，但它们都有一个惊人的共通点，就是都还“看上去很艺术”！也就是该网站里很少会出现别的网站不可避免的三俗图片，我认为这是一种筛选设计灵感的能力，一种坏品位的集合，它另一个特征就是只能获得邀请码的情况下才能注册，类似的网站还有www.72dpi.cn。

200．皮衣癖

如果你不小心点开http://www.x20.com/这个网站，你会看到各种凶猛的、文艺的珍贵皮衣资料，也不知道从什么时候起，Vintage成了文艺青年的口头禅，你没收藏几件复古大衣，霹雳太阳镜……都不好意思给别人说你是混FA型圈的，但这也有好的一面，比如它的确促进了一批小商家的新销路，本来压在箱底的撞色毛衣，被文青小商贩们如见珍宝似抢购一空，但所有心血来潮的时尚都有一个共同的命运，就是很快被新的标签所遮盖，就像Vintage，在猛吹一阵后，现在你很少再看到杂志的头条会大字头地歌颂复古风了，特别是朋克，因为它表达的是对现实的不屑与反叛，现在的小清新们都拿着iPHONE4对着一盆不明植物45度仰拍了，谁还去叛逆、挑战传统呀，所以，向大家阵列的这些皮衣，更像是一种悼念，对那些有力量的、直接的、夹杂着一层灰的时尚，进行博物馆似的观摩与欣赏。但是，如果你是对皮衣背后的历史以及文化有所了解后，你会发现它就像一件艺术品，记录着当时的艺术青年或那一批年轻人最真挚的情感宣泄与艺术表达。

201．迷人的未来主义

毕业于中央圣马丁艺术学院的Christopher Kane，是那种一出现就会让你爱上的设计师，他的digital-print（数码印花）是会让你对服装有重新定义的，他把大自然中的动物、瀑布、河流、星空、银河、工业等元素天马行空地融入到自己的作品中，糅合成一种让你会产生生理冲动的“艺术品”。像这样的服装以及单品，你会不为之心动吗？他总能捕捉到你心底的秘密，关于梦想，神秘主义，未来，爱……前阵子，他的一系列以“迷幻星云”为主题的设计，在网络上掀起了一股迷幻风潮，而本期的2012 Christopher Kane春夏系列，依然没有让大家失望，灵感来源于棱镜和反光面料，有才华的人如果能遇到一个伯乐，那更是锦上添花的事儿，还在校园的时候克里斯托弗·凯恩就被范思哲品牌现任当家唐娜特拉·范思哲看中，聘为创意顾问，并资助了他的毕业展。斯托弗·凯恩为TOPSHOP设计过一个时装系列，不久前还获得了“苏格兰年度设计师”的称号。中央圣马丁艺术学院给我的感觉像一个“奇幻马戏团”，从那里出来的设计师总能在人群中脱颖而出，因为他们天生具有挑战性，他们总是和别人不一样，他们有一套自己的视觉审美法则，你看他们的作品就知道，思维不受限制，保持童真是一件多么美好的事。

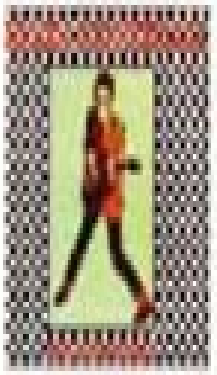
202．时尚男宠

在时尚的舞台上，年龄越小，越具备竞争力，特别是在这个男色当道的时代，过去的例子是，女孩儿们永远都是电影导演、服装设计师、唱片公司老板的宠儿，因为她们的面孔对于市场与消费者是新鲜的，也就排除了审美上的疲劳，她们敢于表现，有冲劲儿，对着镜头，不用化妆也很美，雀斑与一脸稚气反而成为了她们独有的气质，也敢大胆地笑，例如《洛丽塔》里的那位女孩儿，清纯外表下却掩盖不了内心的欲望，苍白面孔下的红唇成了一个时代的经典。到了现在，翻开各种时尚杂志，以及时尚T台上，年轻的男孩儿们占据了大量版面，我们就来细数下，近年来爆红的时尚男孩儿们，来自伦敦的型男Robbie Spencer在大学期间专修时尚新闻业，18岁开始就在Wallpaper，The World of Interiors，Attitude，GQ，10等杂志实习，后来到Dazed&Confused和Another Magazine做编辑，因为自己扎实的专业背景，有一套自己独创的穿衣法则，同时，也成了年轻人们追逐模仿的对象。还有那些具有浪漫忧郁气质的北欧男模，他们让杂志封面变成了一个发光体，既满

足了赏心悦目，也充分表达出了杂志想要传达出的年轻态度。还记得Marc Jacobs广告里面女装男穿的Cole Mohr吗？他的面孔后来成了各类时尚杂志的新宠，出现在各类大牌的秀场上，包括Dior Homme，Marc by Marc Jacobs，Burberry。生于美国德州的Cole Mohr拥有天赋的模特儿身形，加上可塑性甚高的脸孔，能轻易驾驭各种不同的造型，成为设计师与时尚媒体们的缪斯。我相信还会有各种新鲜的面孔出现在杂志封面与T台上，他们生机勃勃地为我们传达着时尚的魅力。

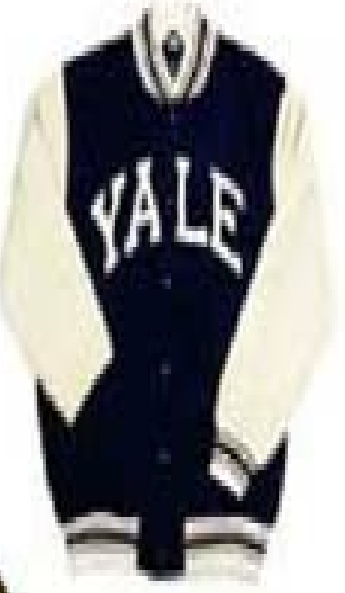

Rave






FHM




YALE


PLAYBOY












7 00
NEW YORK










LITE
BEER


WE JUST
NEED TO
LOVE

比起性欲我更愿意谈论爱情

性
有时候是一种武器
是对自己情感上无能的一种报复

I PREFER LOVE TO SEX



203．个人问题

我在微博上开设了个板块，也就是承接各种感情问题的投诉，开通到现在，遇到的各种问题一点儿都不逊色于村上小说里的那些畸形恋情与苦涩青春回忆。比如：（１）“我长期被公司的同事语言攻击，每天抬头不见低头见，该怎么办？”其实每个人都不可能碰到百分百如意的环境，但我真要奉劝那些爱对别人说三道四的，想想自己有没有真正做到很好。我曾在路上看见一女的，对走在前面的胖女孩儿指手画脚，但我也看到她自己的文胸都跑到外面来了，所以，还是先调整好自己吧。（２）“坏品位，我马上将要面临异地恋，怎么办？”我最擅长回答异地恋问题了，爱情大部分是这样的：你觉得这个人对了，就脑袋一“嗡”跟他去，但如果你更在乎“嗡”后面的事，请留下来。一个你爱的人，可能你这次放弃了，他就到了另一个人的床上，而家人其实一直都在，而且家人是不由你选择的，所以，如果是我，我会选择爱人，趁我变麻木不仁之前。（３）“我发现以前很好的朋友现在对我的感觉变了……以前有个很好的朋友，突然就断绝了往来，很舍不得。”其实这个问题，我也曾疑问过。但是，你能说这几年，你自己一点

变化都没有吗？如果答案是否定的，那你怎么能要求他人不变。人是一种不停适应新环境，不停与昨日挥别回忆的动物，我们多多少少会突然想起一个人，而那个人也许在和上司调情或者与家人兜风，这些都是我们所不能控制的，但幸好我们有这些回忆与想象，它让我们内心变得柔软有分量。你们断绝往来，也许不是你的问题，也不是他的问题，是你们共同回忆的问题。回忆并不都是美好的，如果他选择和你在一起了，会勾起他那段不愿意面对的回忆，这让他觉得难堪、不愉快，所以选择相忘于江湖，可你不也重新认识了新的朋友吗？所以，不必纠结于这些问题。

204．爱情万岁

写这篇稿子的时候恰逢情人节，说来也心酸，在这“特别”的日子，不能寄情于山水间，却只有在不冷不热的办公室里自己和自己聊爱情。

我有个朋友，你接她的电话通过第一句话，就会明白，她是分手了，还是分手了……每个人身边大概都有几个这样的朋友，他们永远看上去像个爱情的“牺牲品”，他们和你打电话，不是想要解决问题，是想让你温暖她的孤独，他们已经习惯了这

种被另一个人“折磨”的氛围当中，你甚至会发现，她第一次和你聊与那个人的情事，与最后一次谈起的内容没有什么两样，所以，你千万不能太认真，安静听完就是最好的慈悲。

其实，女孩儿遇到感情的问题，我建议你们可以去看场电影，那种你平时很少看的类型，或者听音乐，音乐总是能够解决我们最本质的问题的，它可以指引我们去思考，不再限制于单一的情绪当中，或者看本小说，我们可以暂时与平日“习惯的那个我”保持一定距离，这很重要。其实，与朋友的叙说只是情绪宣泄的一种，它并不是最持久的治愈方式，我们需要更了解自己所真正想要的，以及不那么重要的，这样才能平衡，才能给自己多一些选择的机会。

爱情从来都没有一个答案，它只是一个问题，并且，很多人争着在提。我们在自以为抓住了什么的时候，某些东西也以同样的速度流逝了。你喜欢一个人，也许只是喜欢上了和他在一起的那种感觉，但感觉是随时都在变的，所以，没有持久的喜欢，但爱是神圣的，它的起初也是喜欢，但后来它会承载很多形而上的东西，让它变得复杂，立体，

但也更容易悲伤，一旦我们置身于爱情这个“氛围”之中后，会做出很多愚蠢的事，但它又是艺术的，迷人的，所以，人们都热衷于歌颂沉甸甸的爱情，而没有人会留意随风而逝的喜欢。

205．公路爱情

电影的主角往往是两个，后来顶多加了第三个，但不会再超过这个数字，然后，是漫长的公路，气温大概在45℃左右，地面是没有植物的，或者干脆是积满灰尘的啤酒瓶。有的是为了逃离平庸的，犹如这沙漠般的枯燥生活，有的本身就属于自由，男主角是一名想成为作家的普通工人，最后被生活所遗弃，绑架了富翁的女儿，驱车逃到了荒漠之中，然后是职业摩托赛车手巴德·克雷，独自驾车从新罕布什尔州出发，又是一个接一个的漫长午后，电影中的阳光都很美，配合女主角的薄纱裙。而爱情在哪里呢？它在主角的中间。我们有时要感谢电影，它带我们去流浪，至少精神上你脱离了现实生活，而这个世界每一分钟，另一头都可能诞生一场爱情，或者悲剧。

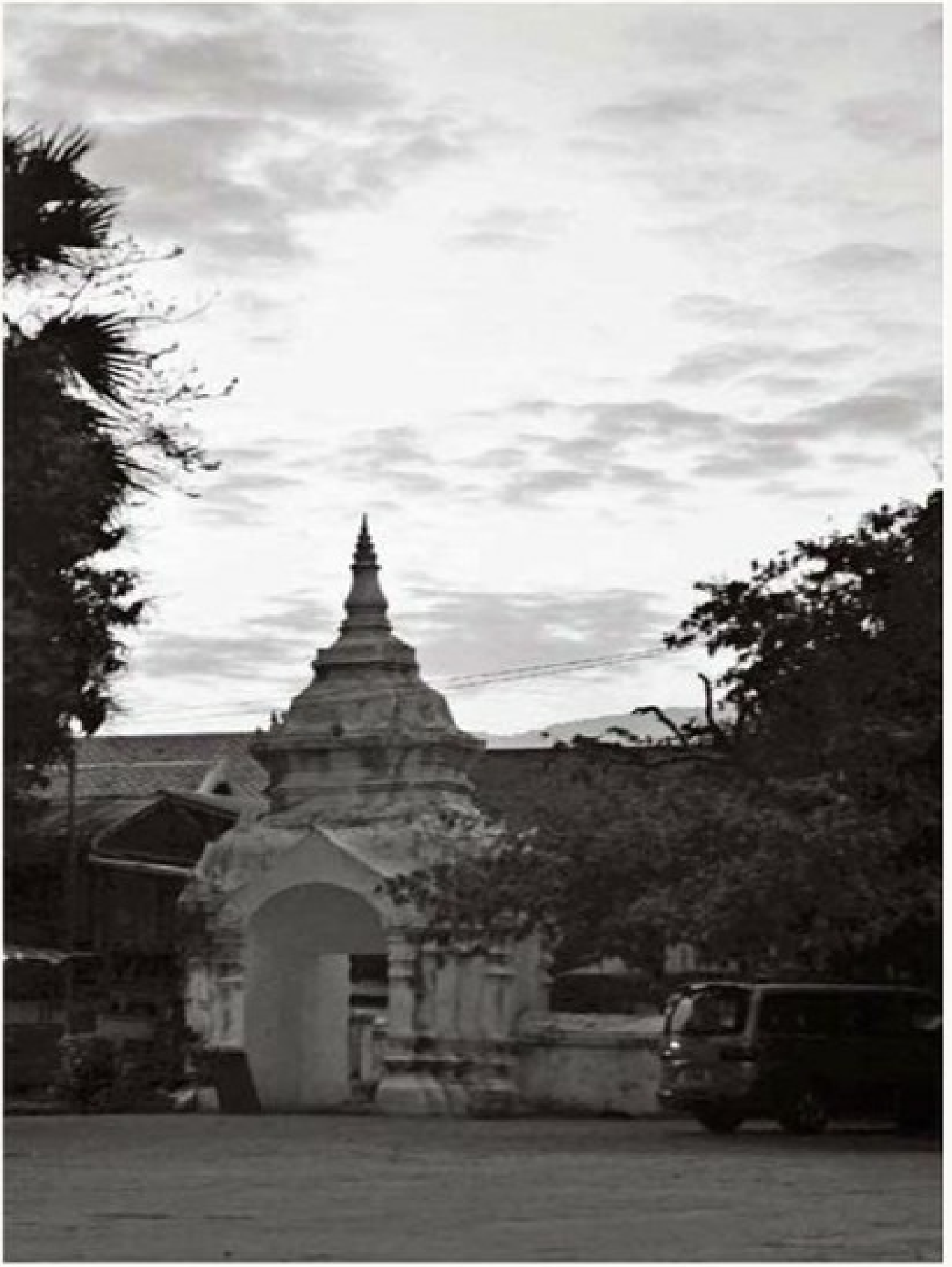
这次为什么会提到电影，是因为我认为电影是

很好的一种和自己沟通的方式，也是一种情感良药，它有时药性温和，有时又是剧烈的，这取决于你在里面，看到什么。有一些读者经常邮件我，叫我给他们推荐一种忘记现在痛苦的方式，其实，看电影就是一种简单却有效的方式。当你投入进去时，你会发现，这世上不止你一个人遇到这些问题，甚至别人遇到的比你还惨。电影《通天塔》有一段，我个人非常喜欢，年轻的聋哑女主角去看牙医，结果情不自禁地亲吻了正在为她拔牙的男医生，其实，这也许是一种都市人的心理防线被击垮后的迷失感，也有可能是女主角对于自我认同感的错位。

其实，每个人都是渴望被关注的，你的打扮，说话的方式，你发的每条微博，以及你所抱怨的，都是等待着一个回应。而一旦那个回应没有如期所至时，你的情绪就会失控，这是一种危险的与自己相处的方式。有时候我也会收到一些朋友的私信问类似这样的问题：“要如何找到生活的方向，对目前的生活及以后要面对的生活很乏味迷茫……”——你先回想下今天中午吃的什么？是你真正喜欢吃的吗？你最近一次吃到自己都兴奋到不行的食物是什么时候？我特别喜欢一部电影，叫

《美食、祈祷和恋爱》（Eat Pray Love）。讲述一名厌倦每天朝九晚五的都市生活的女作家在漫长的离婚拉锯战后，踏上了周游世界的旅途，在美食、祈祷和恋爱中，认真地思考人生的种种……改变从生活方式开始，先丢掉固有的乏味习惯，挖掘你心底渴望已久的真实欲望，看看你可以比以前美丽多少。

206．失恋参考



两个以固有方式生活在一起的恋人，会忽然发现，找不到曾经的那种“爱的氛围”。主要表现是，找不到共通的语言，无法静下心来倾听彼此，或者更友好地交谈。这不一定是你们不爱对方了，有一种测试你们之间关系的方法，便是其中一方，选择一次短期的单独旅行，在旅途中去梳理你们之间的问题。爱是一种氛围，这种氛围不只是会出现在你们面对面的时候，在空气中，在一个人的孤寂中，在失落中，如果对方的影子会清晰地出现在你脑海中，那说明没有想象中的那么糟。

我身边的所有朋友似乎都处于“失恋”或“被失恋”或“正在失恋”中。这样的气氛，让我想要写点高兴的都难，那我就如实地叙说下这三段恋情吧：“失恋”的那位在给我叙述这个分手过程时，是最情绪激动，悔恨在心的，他是她的初恋男友，但她大学时和一女孩儿交往过一段时间，转而又与这位初恋男友在一起来，还同起居来，一起搬到某个城市共同生活与工作。前段时间，男友以一句“卡里的钱算是对你的补偿”结束了这段爱情。“被失恋”那位，是一段异地恋情，一个在上海，一个在重庆，我们都觉得这样的柏拉图式爱情不靠谱，可当事人却依然坚持“玩”了四年，最

后，当然是，从之前的每天一通电话，到每月一次，逐月递减，最后，不说分手，也没有下文，就这样把答案丢给风中了。“正在失恋”的那位，男孩儿是一独子，少爷脾气可见一斑，两人会在路上就吵得面红耳赤，然后，男方自己驾车离去，当然，他们也是异地恋。以上三段故事的女主角都有一个相同的问题：“难道这就是要和我下半辈子生活在一起的男人吗？”而问出这个问题的女孩儿，心里其实都有个否定答案。

女人对一个男人的信任结束于两人分手之前，也就是说，你们在一起的时候，特别是热恋的时候，什么问题都变成了不是问题，家人的反对，朋友的质疑，反而成了你们要坚定携手走下去的动力。而一旦那层关系解除，你又可以找出一万个你们不适合在一起的理由，这期间，人心的变化，只有你自己最清楚。

不变的，是你们两个人本身，变了的，是你们两个的忍耐力。

207．幸福药店

我们每天都生活在一个叫“幸福”的药店里，里面的人都在寻找治愈自身各类问题的灵药。

但是，药品是放在那里，前提是也要你对自己的病情足够了解，这样会更容易获得理想的疗效。

病情一：“我很难过，因为我坚信演艺圈没有潜规则，我坚信爱情努力就会有回报，到头来都错了，以后的路会是什么样？我感觉老天一直对我很好，但是我偏偏想要的，却怎么也得不到”轻易就可以得到的，哪会是你万分想要的呢，我们应该把自己的目标设立成两项，近期目标与远期目标，只有这样，你才不至于会把你“终极想要”的与“只是想试试”的混为一谈。其实，有时候，我们想想，曾经那些我们渴望得到或者去经历的事情，当它们被兑现或者经历过后，我们会马上忘记它，转而投向另一个新的“想要”，所以，欲望是无休止的，成功如果立即降临，那么你就该做好厌倦它的准备了，充分地度过当下吧。病情二：“我是因为他对我太好，才答应做他女朋友。可是我说一些品牌、作家、小众东西他都不知道，我们越来越平淡。”你说的那些小众的东西，作家……完全可以给你的朋友聊，爱人是和你寄情于山水间，并和你

平分一碗牛肉面的人，还有，千万不要因为感动和谁在一起，爱情不需要那么多廉价感动。病情三：“为什么我不管怎么努力，都会被他人挑出毛病。”你要知道，人们在喜欢一个人的时候，会看到他每一面的好，他的所有举动都变得有魅力，不爱的时候，你打个哈欠都会被嫌不优雅。但那又怎样，你的出生不应是为这些而活。有时候，时间是两个人最好的化学剂，它可以见证你们俩的关系及变化。

有时候，我会收到一些演艺圈的朋友发给我的邮件，诉说他们所面临的压力及最渴求的简单快乐。简单快乐？这不是普通大众最举手可得的吗？但似乎并不是我们说的那么容易。模特，摄影师，演员……大概是受诱惑最多的一个群体。他们的生活被无限放大，但他们所要面对的问题，也许和我们所有人都一样。对名利的追求，爱情的渴望，亲人的慰藉，以及朋友的支持。而这一切都在超负荷的工作强度下，显得极其没有把握。每天在地铁站，下班人流中，你都会听到各种抱怨及对现实无奈的谈话，这些琐碎的言语连在一起，似乎还原了我们的整个日常生活。“我们最大的问题其实是总觉得别人有问题”，大部分时候，的确是这样。



208．性是武器

前段时间，我在微博上发表了一段对某部地下电影的评价，其中一句“性，有时候是一种武器，是对自己情感上无能的一种报复”引来了不少争议，其中也不乏情感类作家的“挑衅”，认为“一般有能力的人，不需要通过这种低级动物反应来证明自己”。听到这里，我就有点不高兴了，什么叫做“高级动物”？抽着雪茄，随意地翻几本时尚杂志，饿了，有人送小份鱼子酱才算高级动物吗？其实，生活远比我们在媒体上看到的那些更复杂。我记得某作家在采访中提到，他曾写过一本讲人与人之间情感的晦涩面及挖掘人性最深欲望的书。在写这本书之前，他曾潜伏于各大情感贴吧及地下网站，一篇一篇浏览那些匿名网友分享的各类大胆、怪异的情爱关系。他才发现，原来，就在当今的中国，也不乏各类极其边缘，让人咋舌的非正常情爱关系。只是，它们不能摆在台面上来说，但并不代表不存在。

我的有些朋友，特别是女性朋友。她们在一些感情上受到伤害后，会习惯性地将自己放在一个危险的位置。谁也叫不回她，因为只有当她们自己再

一次，或者屡次受过同一次伤后，也许才会发自内心地去放弃一些事，或者接受一些事，而这些，是旁人不能及时给予真正有效的帮助的。因为，要让一颗燃烧的心，一下熄灭，是不可能的，只有靠她自己去经历。电视上，某谈话节目，请到一对前段时间备受关注的“厚脸皮”母女，他们在常人的眼里，是为了出名不顾一切。高调征婚引来骂声一片，其实，女主角是曾被某男导演伤得很深，而这一切都是想报复他，让他看到。听到这里，我有点疑惑了，要他看到什么？你每天在各种二流电视节目上的滑稽表演，以及对自我价值的不断贬低。这样的“报复”，至少站在男人的角度上，是苍白的。没有什么比投入下一段恋情以及重新挖掘自身不一样的美，更值得女孩儿们去做了。

209．爱一个人最好的方式就是不要给他内心添堵

我指的这种爱，当然不是某一种具象的、单一的男女之爱，它是我们在任何地点任何场所都会发生的爱。我们在做出任何自以为是的决定前，也许并没有想到，它已经触犯了另一个人的权利。人类就是不安于在自己的盒子里自如地生活，我常在别

人睡着的时候进行写作，因为那个时候足够安静，更准确地说，是那个时候，让我感觉不到一丝生机。生机，我喜欢这个词儿，有人的地方，似乎不可避免地伴随着生机，这是危险的，只要有一个人醒着就可能让你分心。而最伟大的杰作，一定不是在你分心的状态下创作而成的。我尝试着与很多人分享一个我虚构出来的人物，人人都喜欢它，并接受它的神秘，每天阅读它，就像阅读《圣经》那样虔诚，它的存在就像呼吸一样自然。我们常说爱上了某个人，也许是因为你还没有看到你更爱的人，你狭小的视野让你以为对方就是你的全部，而忘了给他自由……

“你给一个人最好的爱，就是不给对方内心添堵，让他自己找到爱你的灵感。”





ACTING FOR THE CAMERA











知心大叔信箱

所有贪恋的、嫉妒的，都是通往痛苦的根源

那是因为还不够放松。

所有的爱、人际关系、工作都应该是放松的。

你试图去讨好的、迷恋的都不是最真实的、缺乏实质意义的，

而更重要的是，他们终有一天会厌倦你的讨好。

那时你就会白费所有工夫

而有一个人适合你一辈子去讨好，

那个人就是你自己。

INTIMATE UNCLE'S MAIL



210．坏品位，我马上将要面临异地恋，怎么办？

我最擅长回答异地恋问题了，爱情大部分是这样的，你觉得这个人对了，就脑袋一“嗡”跟他去，但如果你更在乎“嗡”后面的事，请留下来。

211．我是一名在上海还没有出柜在读本科的G，我与男友地下情已经持续将近3年半了，可是直到最近才发现他想要去新西兰读PHD并定居在新西兰，他说想带我走。

我想说的是：一个你爱的人，可能你这次放弃了，他就到了另一个人的床上，而家人其实一直都在，而且家人是不由你选择的。所以，如果是我，我会选择爱人，趁我变麻木不仁之前。

212．我发现以前很好的朋友现在对我的感觉变了……

其实这个问题，我也曾疑问过，但是，你能说这几年你自己一点变化都没有吗？如果答案是否定的，那你怎么能要求他人不变。

213．长期被同事语言攻击，该怎么办？

其实每个人都不可能碰到百分百如意的环境，但我真要奉劝那些爱对别人说三道四的，想想自己有没有真正做到很好。我曾在路上看见一女的，对走在前面的胖女孩儿指手画脚，但我也看到，她自己的文胸都跑到外面来了，所以，还是先调整好自己吧。

214．我特别没有安全感，要如何克服这一点？

我一直认为任何问题，只有从自我解决才是最恒久的，也就是说不要试图在任何人身上获取安全感，只有自己拥有一颗强韧的心，才最安全。

215．不想做作业，觉得很多时候是在伪装自己，是在演戏给别人看，很想做自己。

其实，我想说的是没有人是所谓的真正的自己，你无时无刻不和他人连接在一起的。关于做作业，我的建议是，你按着老师的要求做一份，再以自己的标准做一份，当你成长以后，就把前一份丢

了。

216．很多应届毕业生给我邮件诉说因为他们没经验，被很多公司拒之门外。什么叫有经验？

退休老职工就最有经验，那你招什么大学生呀？技术培训学校一大把这样的员工，如果你是一个真正有能力的人，也不屑于去这样把员工当“零件”的公司。经验是通过一系列事和体会串联起来的，它并不是最重要的。

217．很多朋友邮件我寻求关于如何将爱好融入工作的问题。

我的新书也收录了这些问题，我也只是找到了适合自己的方法而已，如果你是在校生，又对艺术与设计感兴趣，我建议你养成去图书馆的习惯，多看国外的杂志，保持独立思考，大胆地创作，耐心听长辈说话，会对你有帮助的。

218．最近新接了一个女性杂志的情感专栏，专门医治情感问题，这方面的选题我最不缺写的，因为总有接连不断的人提出类似“为什么怎么做都会

被他人挑出毛病”等问题。

你要知道，人们在喜欢一个人的时候，会看到他每一面的好，不爱的时候，你打个哈欠都会被嫌不优雅，但那又怎样，你的出生不应是为这些而活。

219．经常收到类似“以前有个很好的朋友，突然就断绝了往来，很舍不得？”的问题

也许不是你的问题，也不是他的问题，是你们共同回忆的问题。回忆并不都是美好的，如果他选择和你在一起了，会勾起他那段不愿意面对的回忆，所以选择相忘于江湖，可你不也重新认识了新的朋友吗？所以，不必纠结于这些问题。

220．车上一女的一直在抱怨，友人示意该下车了，她还在抱怨，然后全车的人都知道她被炒鱿鱼了，全车的人都知道她老公在外面有一腿。

有一本书叫《不抱怨的世界》，这本书不是叫你不抱怨，只是提醒你，抱怨真的没什么用。

221．经常收到私信问我“不知道自己适合做什么，总觉得目前的工作乏味……”

我的另一个工作就是定期给某卖场提供店内的背景音乐，其实都是我平时听的歌，只是我善于整理。所以，不是只有一种方式赚钱，用心挖掘自己有别于他人的点，不要局限你的想象力。

222．收到一私信“常常感到孤独，常在午夜醒来，觉得自己撑不下去了……”

非常感激有很多朋友愿意向我倾诉内心的秘密，我想说的是，虽然我不会在午夜中醒来，但也时常午夜了都还不能入睡。所以，你们并不是世上唯一遇到这些麻烦的人，矛盾终将伴随，焦虑也会一直持续，但请相信，一切都会过去的，珍惜生命。

223．收到私信问“要如何找到生活的方向，很乏味迷茫……”

你先回想下今天中午吃的什么？是你真正喜欢吃的吗？这是周末呢！改变从生活方式开始，先丢

掉固有的乏味习惯，挖掘你心底渴望已久的真实欲望，看看你可以比以前美丽多少。

224．一个人去看电影，一个人吃饭，是不是也是一种生活态度？

我以前也是这么想，认为那些抱着爆米花，挽着爱人去电影院的人特别俗气，可昨天生平第一次一个人去电影院看电影，成功地粉碎了“一个人也可以很文艺美好”的传言，因为你除了避开人群与时刻产生“如果是两个人看多好呀”的念头，别无其他文艺情调。

225．每次他下班回家，遇到一点小事就要冲我吼，然后我就比他声音还大，两个人越吵越凶，是我的错吗？

记得有一次在地铁上看见一位小孩一直在哭，母亲说：“不准哭！”小孩儿依然在哭，有人递给他只哆啦A梦，他笑了。所以，当一个人出现愤怒的情绪时，你不应该再给他增添新的负面情绪，给他更感兴趣的就好了……

226．有时我总会为觉得生活停滞不前，很困惑，但又不知道如何前进，到底是哪里出现了问题？

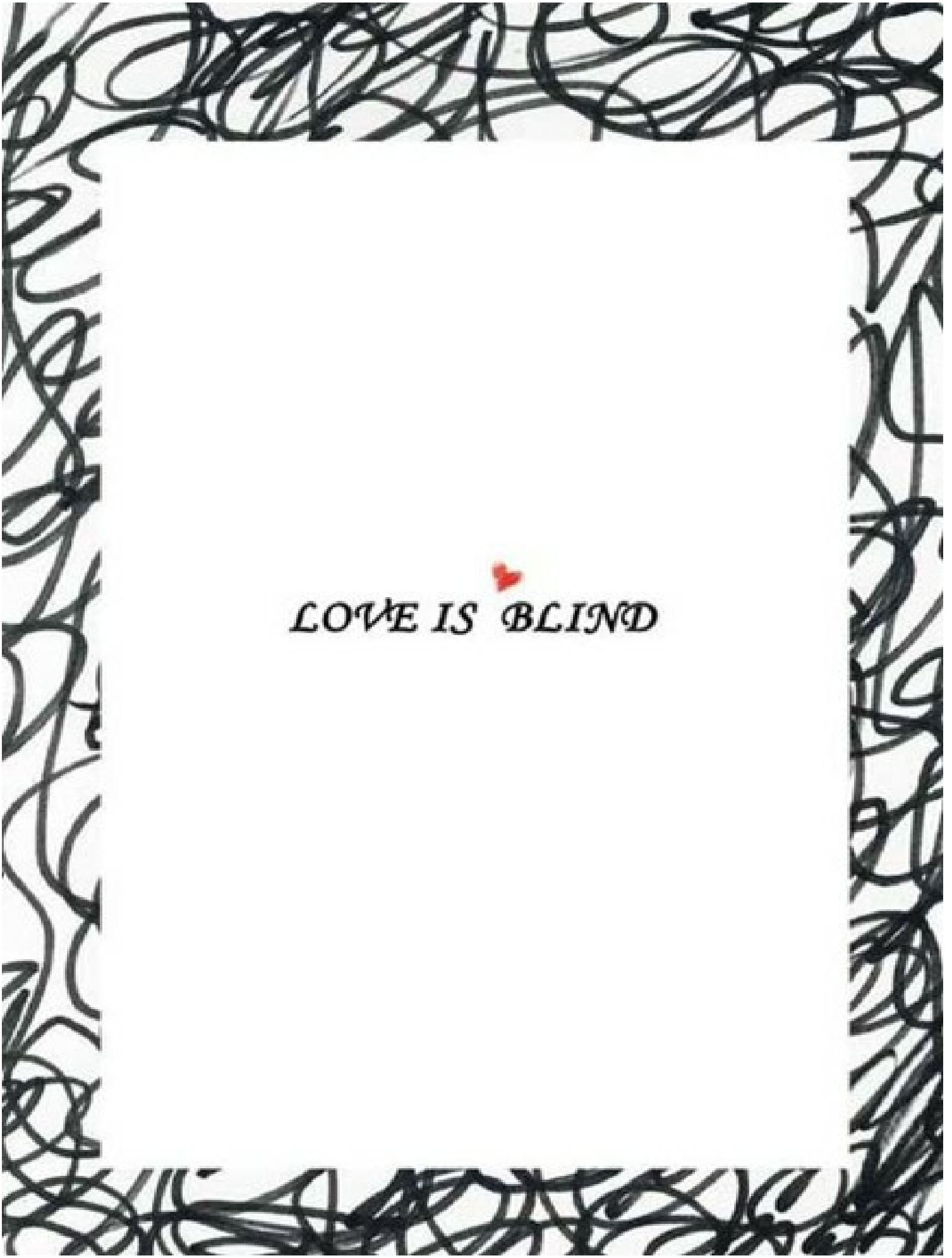
基本上，我喜欢每个周末的早晨，准确地说，应该是周日的早晨，它让很多疑惑得以解开，让所有的问题变得不那么重要，而最后，你会发现，为其修复的是你自己。

227．如何在面试过程中让自己给考官留下更好的印象？

今天面试了位女孩儿，最后问她对于薪金的要求。她说无所谓！我补充道，那我们就随便给哟，她说：年轻人嘛，重要的不是赚多少钱！随着阅历的增长，钱是会有的，但梦想与自我价值，是现在比较想追求的，到了四五十岁，就没工夫追求这些了……借以送给有梦想的人，世界是等着看年轻人的好戏的。

228．我总是在职场中扮演一个可有可无的角色，很苦恼，但又怕太耀眼了，招同事嫉妒，反感。

听说有人在背后说我是职场中的“花瓶”，我完全接受这个赞美，花瓶，人生中一定要当一次，首先它得让人们看顺眼，倘若桌布搭配得好，更是完美。而那些充电器，投影布什么的，虽常换常用，但老爱出问题，有时还漏电伤人。花瓶，就在那里，关了灯，没准儿人家是镀了金边儿的痰盂。


LOVE IS BLIND

坏品位谬论

“我喜欢粗俗，
我对坏品位有浓厚的兴趣
——它比那种假想中的好品位令人激动得多，
后者不过是人们看待事物的一种标准化了的方式而已”（赫尔穆特·牛顿）

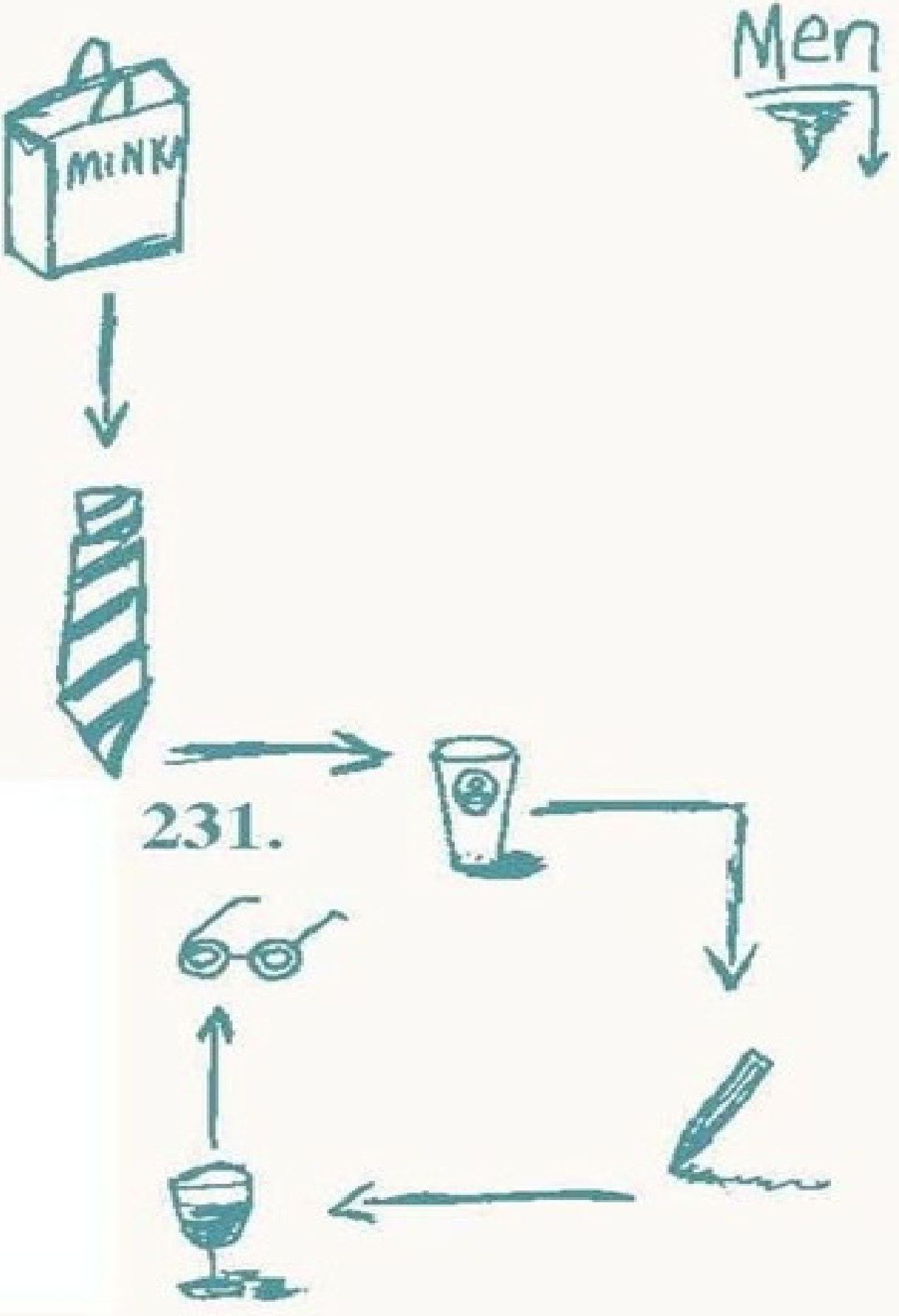
THE MISTAKEN IDEA ABOUT A BAD TASTE



229．有时候不是别人瞧不起你，是你自己太低估了个人的能力，我们做很多事情，其实都没有真正尽力，不然，你会被自己重燃的创造力吓倒的。

230．我以前拒绝得挺多的，现在越来越爱接受了，别人我不管，但我会选择保持住一些原本独有的东西，他们让你专业，善于应变，成熟，接受一切，争取……对于大多数人是好的，但也许并不适合你，你能拒绝的越多，你拥有的就越多。

231．你分担不了一个人的痛苦，很直接的后果便是得不到那个人的快乐。

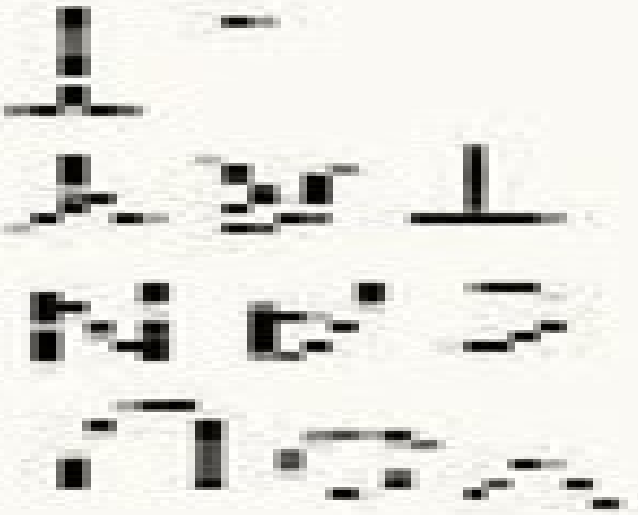


231.


CA

232．有时候我们会喜欢对方给出个承诺，但一旦那个承诺丢出后，又会质疑丢出的那个人过于草率，不够成熟，所以，还是在自己心里种下个承诺，比较保险。

233．有时候好运没有这么快找上门来，完全是因为它太忙了，只要你准备充分，它来的时候，你脚一蹬就上路了，那速度比高潮还快。









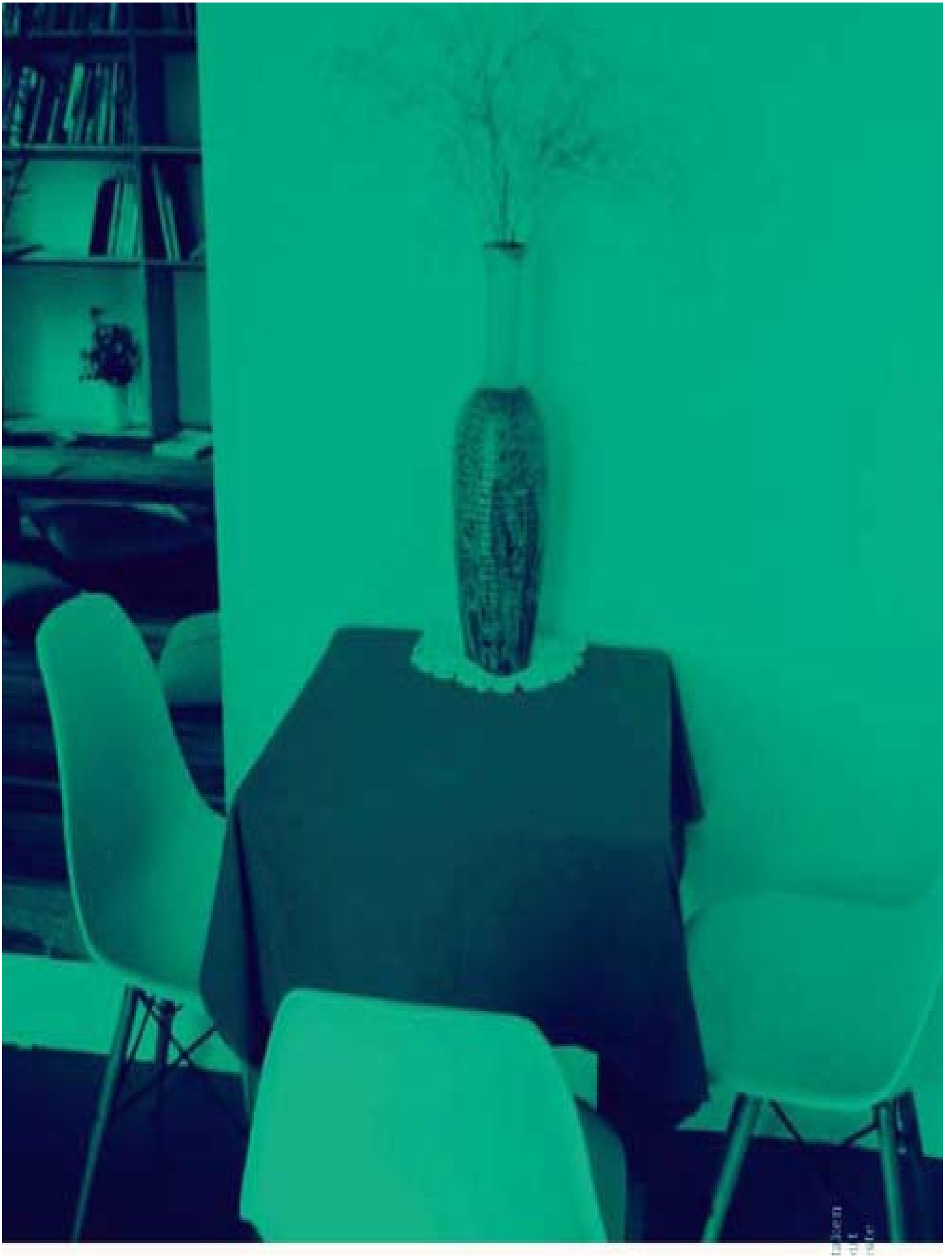
234．这世间最公平的事莫过于：你自我会被嫌无情，你有情难免丢了自我。



235．有时候，能安全地回到家也是一种幸福。如果悲伤太大声了，大不了把声音调小一点。

236．平日就像狗，你教它怎样它就怎样。周末与假期就像猫，你正想抓住它的时候，它转身就走了。

237．周末跟谁一起过很重要，就像旅行时的旅伴，他们都会影响到你这段旅行的质量，珍惜能让你觉得充实美好的人，他们绝对是稀有动物。



238．如果你是个真正的设计师，你做的每一件事都可以是你的设计作品，你的谈吐，你的文字，你的产品，你的创意点……这才是大设计。

239．那天有人问我，你认为自己成功吗？回答这个问题之前，应该先弄明白成功是什么？每个人对成功的理解不一样，如果是有钱有权有影响力，我显然非成功人士，但我更认为现在以我的年龄和心境，我更在乎像不像自己，活得是否自在，快乐，这是我比较想追求的。而成功，它该干嘛干嘛。





身体是革命的本钱，如果你麻木地硬着头皮来，终有一天会光荣牺牲。如果你知道问题出在哪儿，给自己一点时间，为了还原更好的自己，全世界都会等你。

240．身体是革命的本钱，如果你麻木地硬着头皮来，终有一天会光荣牺牲。如果你知道问题出在哪儿，给自己一点时间，为了有的还原更好的自己，全世界都会等你。

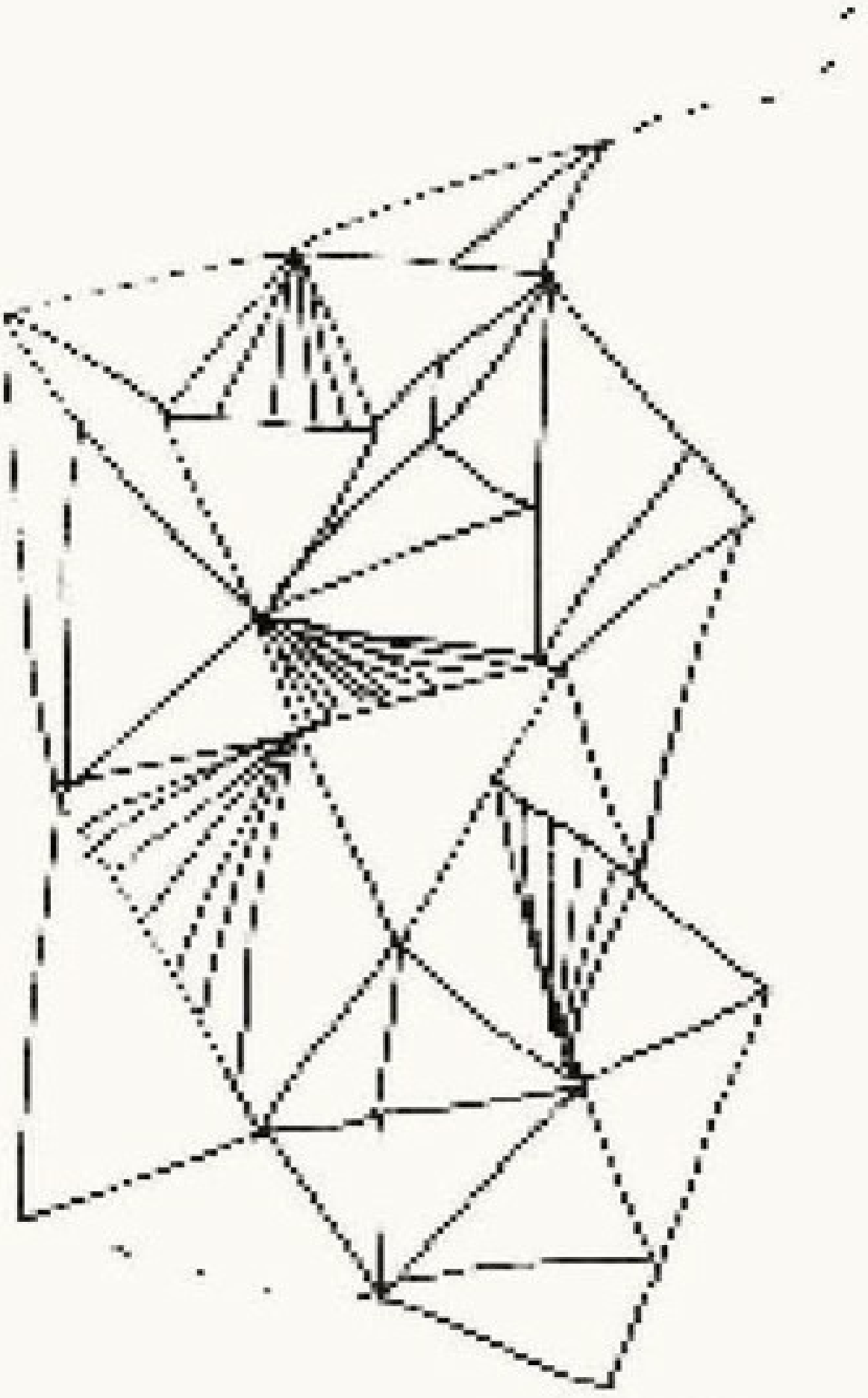
241．不只是爱情，很多事情都是这样：你们当初确定关系时，任何阻力都变成了你们的动力，天造地设般地觉得适合，可一旦那层关系解除后，便可找出一万个理由证明当时的决定是错误的，我认为这是不道德的。



242．两个人在一起，一点儿都没什么了不起的，可能够互相想念并保持新鲜，才是最难得的。

243．在看一部电影，本以为是部泡沫式的文艺剧，实质里面的一些台词足以震撼到你的心里，就像有些人，你表面上看他云淡风轻，当你真正走进去的时候，才发现像一座宫殿般的壮丽。

244．旅行之于我，就是让梦想照进现实的一种可能，我们必须适时地让自己走出去，与陌生人友善地微笑，换一种和这个世界打交道的方式，去重新学习爱。

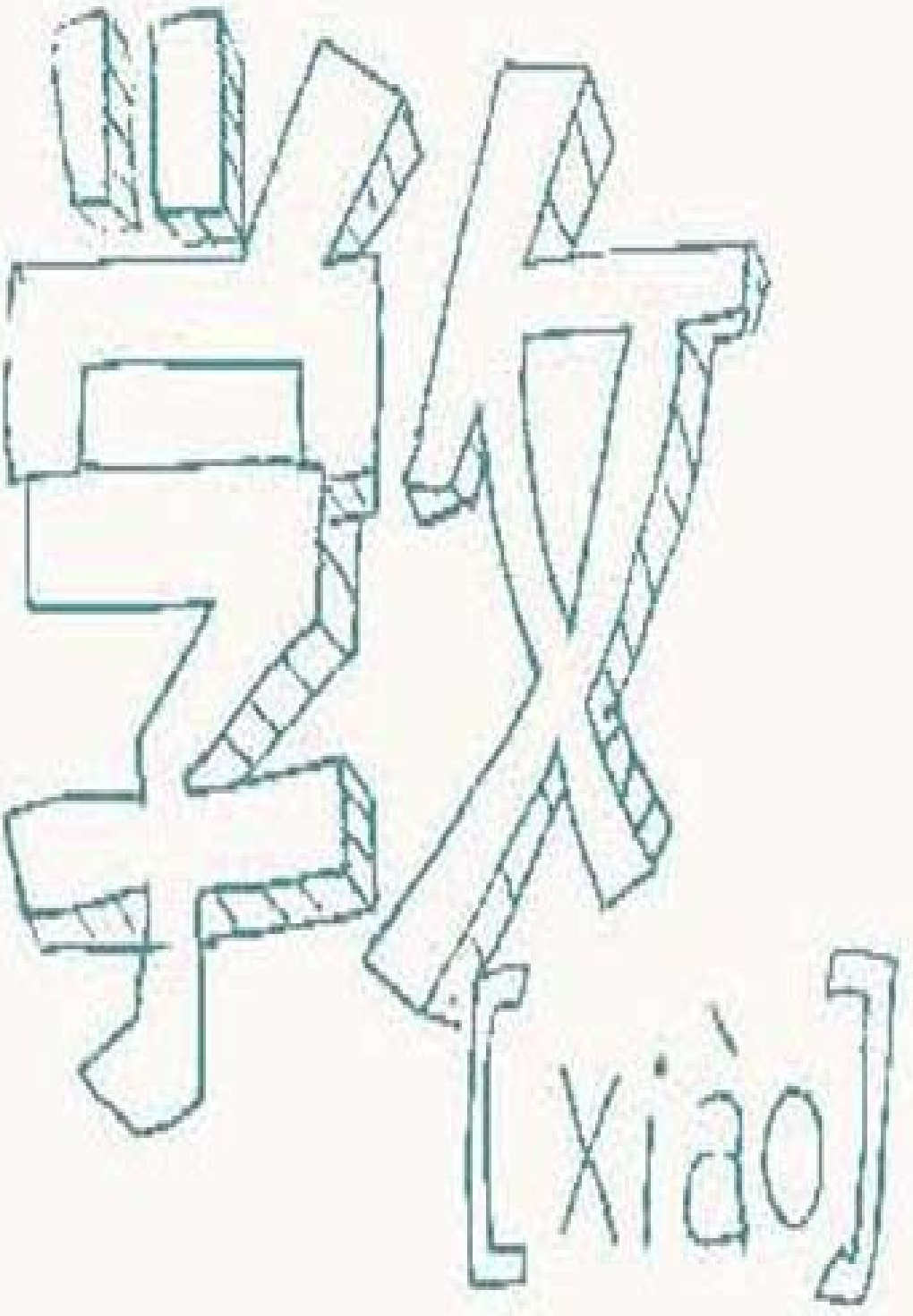




245．其实真的不必过分安排自己的生活，上天就是最资深的导演，你穿什么衣服，你以什么口吻说话，你接下来会遇到哪位配角……它都帮你安排好了，你只需要跟随自己的心，好好地扮演好每一天就对了。



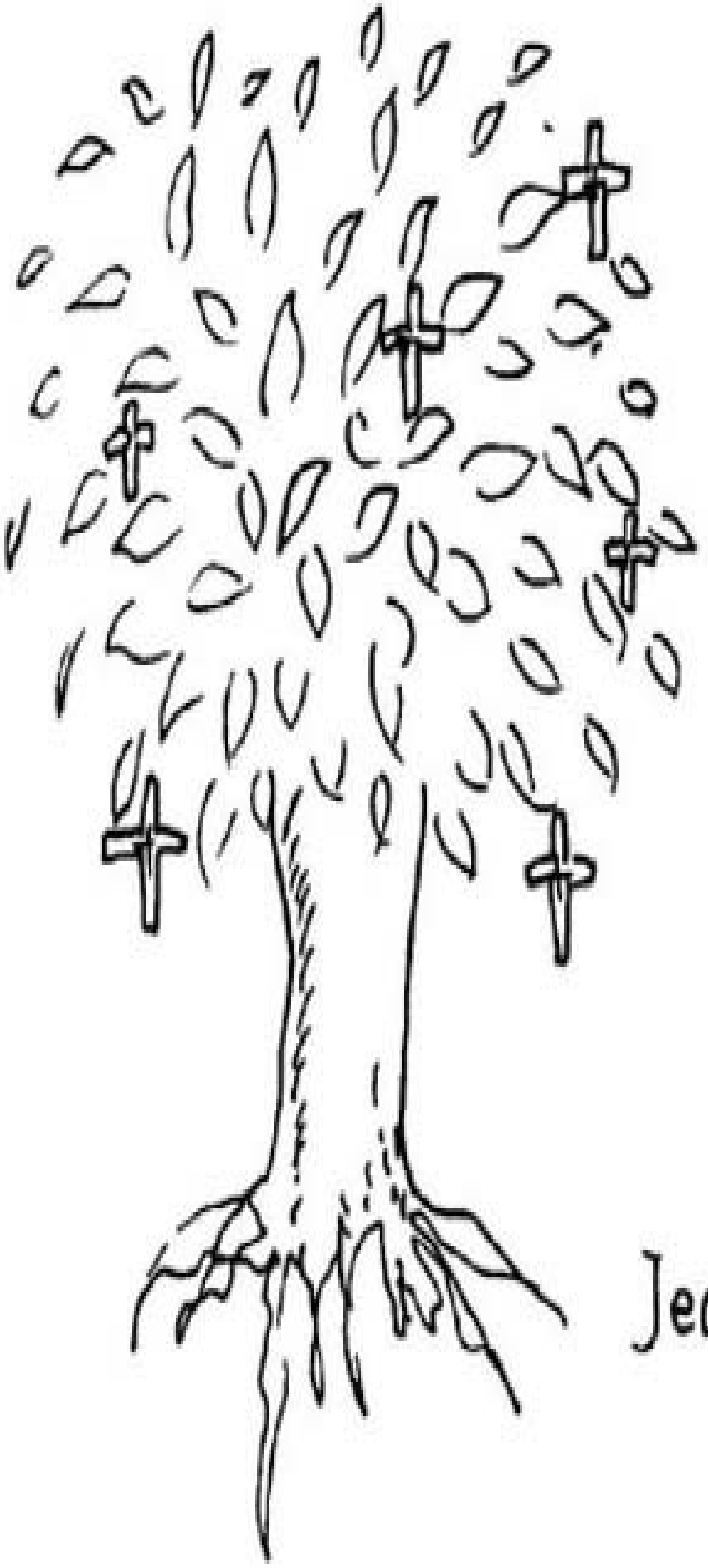
246．你非常专注地做一件事，或只给一个人认真地讲一句话，会更加容易得到简单的幸福。


[xiào]


believe
Lover

247．我不担心变老，只担心没有了好奇心，以及放弃了对这平庸世界的诚实反抗。

248．感谢那些发明了类似“好事多磨”、“万事开头难”、“丢钱免灾”这类治愈系词的人，有它们的陪伴，人类有安全感多了。



Jeanette Winterson

黃國倫.

249．当你达到你的梦想之前，他人对你的亵渎都是你为梦想所付出的代价，你必须接受它，不然，你的梦想是单薄的。



250．每一种适合自己的生活方式都是好的，痛苦的根源在于选择，让自己尽量不去考虑选择，如明知某些城市更适合搞我的一些创作，机会也更多，但它的确和我的性格会有冲突，我终究是个乐于简单生活的人，所以，生活是公平的，好的坏的各占一半，跟随你的心走，没什么好羡慕的。

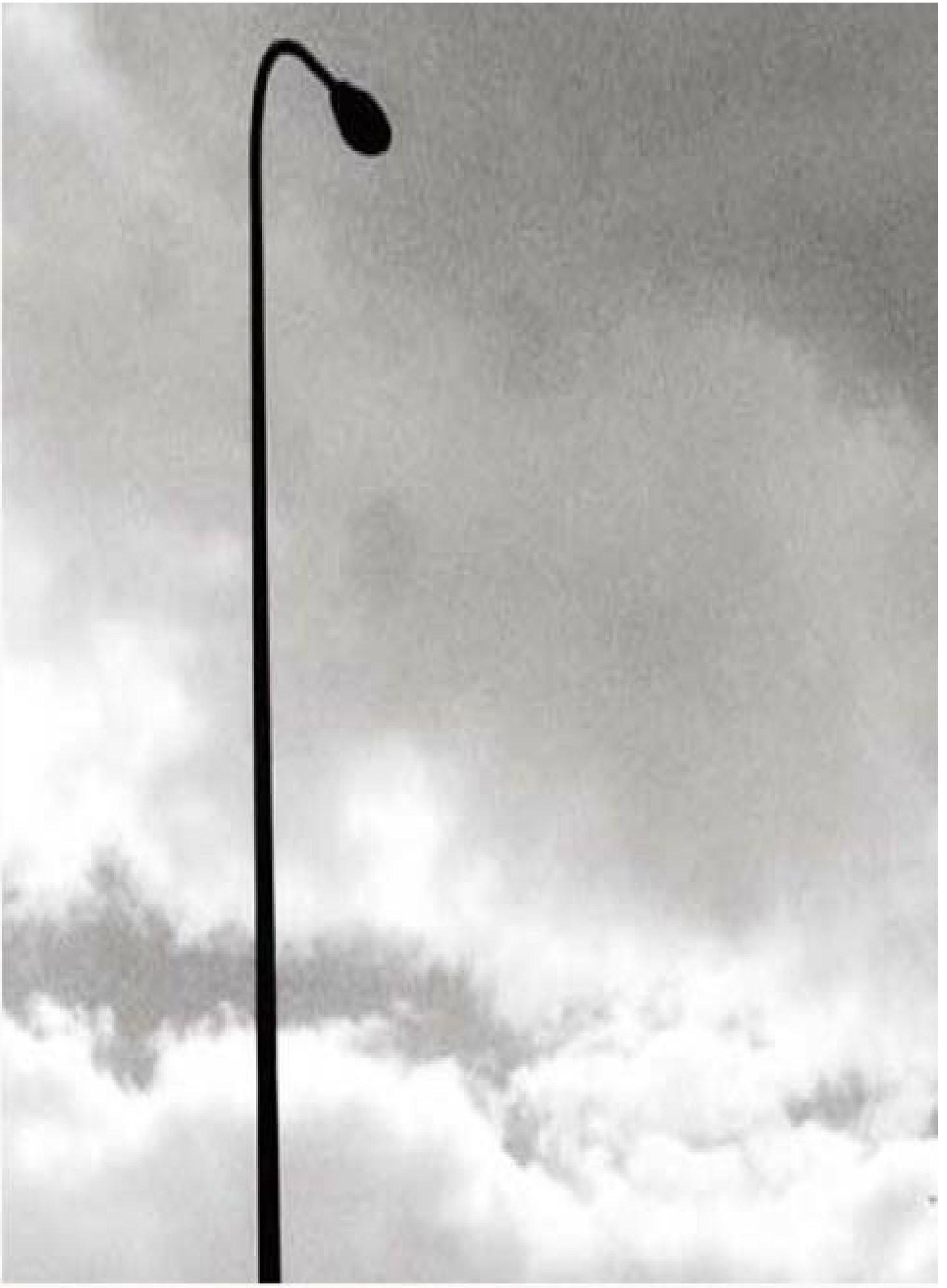
251．“我们总希望自己的名字被很多人记住，其实，只需要被一个爱你的人记住就行了”，刚刚在一部电影中看到这段台词，很浪漫，我都差点被感动了，只是，我又想到“能被爱人记住其实不难，可是又记住了另一个，或者另一个另一个，那就比较不浪漫了……”

252．我说过的话，别人记住了，我却总是记不得，但愿它能变为粪土，最好还能为他人开出一些花。



253．女人的腿是她的第二张脸，男人的第二张脸是屁股。

254．很多事情谈到最后就是『一声叹息』，所以有些人选择不再谈起。



255．周末的刷卡消费是对平日庸碌生活的一种复仇！凶手是你自己，战利品是服装与美食，最终宣判的徒刑是：你得继续努力，用你的智慧与爱赚够你下次迎战的钱。


citycore

256．有些人让你记住了，是他们给自己找到了个调性，比如，一直说谎是一种调性，一直发嗲是一种调性，一直失恋也是种调性，还有那种坚持不要脸的，都是非常痴情地为自己创造了一个扭曲的奇迹。


CÁP
ĐIỆN LỰC

257．一个人的名字本身是没有意义的，有意义的是它背后的那股力量，一种能被人长久记住的气质与内涵，我们会记住的某个人，不是记住的那个名字，是他的气质以及他带给我们的灵感。



258．爱是神圣的，它的起初也是喜欢，但后来会承载很多形而上的东西，让它变得复杂、立体，但也更容易悲伤。一旦我们置身于爱情这个『氛围』之中后，会做出很多愚蠢的事，但它又是艺术的、迷人的。所以，人们都热衷于歌颂沉甸甸的爱情，而没有人会留意随风而逝的喜欢。

每个人都有自己的“香蕉哲学”：

01．李雅雯（广东）：没有自己的“香蕉哲学”，只是说一句，支持你！

02．娄婕（江西）：爱情是一起看日出日落、一起欣赏良辰美景、一起苦恼、一起解决、一起奋斗、一起努力、一起赚钱、一起存钱，然后一起出走到世界的另一个角落，陪你一起慢慢地、渐渐地、逛尽这个世界。

03．张璇（湖南）：不要试探窥视他人的秘密，叫热闹的是给不相干的人看的，叫秘密的才是给特殊人群说的！

04．吴佳倩（江苏）：当你选择接受一个

凭空出现的人和物时，就必须做好他随时消失不见的准备！

05．曾晋（河南）：没有什么东西能把我系住，没有什么事情能把我束缚，没有什么人能把我驯服，我更喜欢海员式的爱情，接个热吻就匆匆离去。

06．林秋霞（上海）：越简单的日子才显得自己是生活着而不是活着。

07．吕玥倩（上海）：一只快乐的鸡，它长的肉也会特别好吃。

08．徐逸（北京）：只有食物、艺术和少女才是世界上值得花时间的事情。

09．关妙卿（云南）：如果你改变不了一些人那只有两种选择，要么放弃他要么改变你自己。

10．种铮（北京）：人生，比起功成名就，体验各种各样的自己感兴趣的事是最重要

的。

11．許慎盈（广东）：心情有点糟糕的时候，淋点橄榄油吃个清爽沙律，感觉就像来到一片带风的草原，没有草尼马，化身为一只鸵鸟，奔跑得欢快，再也不用一头戳进滚烫的沙堆。

12．姚春晓（辽宁）：一杯水，斟满总会溢出。一个人，锋芒毕露总会无端引起很多不必要的麻烦。智者懂得韬光养晦去隐藏不同于常人的光芒。

13．雷鸥（云南）：玩世不恭永远是对生活最好的态度，这样才能在不被生活嘲弄之下嘲弄生活。

14．孙思思（陕西）：一直觉得24是人生的分水岭，很多冲动的，幼稚的，不负责任的事过了24就不应该再做。有点能体会到女人怕老的心境了。25听起來可真老。

15．冯涛（江西）：我需要更多的睡眠来

补充想象力。

16．董艺星（北京）：无论你多么厌恶今天，以后都会怀念。

17．夏振（河北）：和大脑没有褶皱的人对话，对于自己无异于是找虐的慢性自杀行为，然而被迫地不得不与之对话，则是快乐人生中难以忘怀的悲惨经验。

18．郁金燕（上海）：恋人分手时总说对方不懂爱，但质疑对方的人往往正是那不懂爱的人。爱是种感觉，感觉消失了，自然不会懂。

19．邹丽芝（浙江）：人生在于不断地刷新自己，而不是一味的攀比。

20．邱悦杨（福建）：跌倒了不一定要爬起来，也可以匍匐前进。

——以上所有内容选自“点名时间”读者留言

展示一种清闲
时髦的中产阶层
生活状态。



Table of Contents

你要意识到你是渺小的
序壹
序贰
与精神病患者MSN