

CNR

文艺之声

文
艺
之
声
日
记
本

折腾吧

小青年

李峙 小马 等著

央广文艺之声出品
FM106.6

趁年轻，适度折腾

写给都市中奋力前行偶尔困顿的你

Enjoy!
You Youths

有态度的「文艺之声」

迷茫、狂躁、叛逆，以及欲望的蛊惑，造就了一个个爱折腾的小青年。但后来，这些小青年都乖乖地向房子、车子、票子、面子缴械投降。

当青春越来越模糊，当日子越来越温顺，愿你还记得，那个爱折腾的小青年。

全彩四色精美印刷 最具文艺范儿的读本
央广「文艺之声」频道第一本最有态度的文艺图书

中国出版集团
现代出版社

CNR
中央人民广播电台

文艺之声
FM 106.6

1201.1
1856

小 青 年 折 腾 吧

李峙 小马 等著

趁年轻，适度折腾
写给都市中奋力前行偶尔困顿的你



中国出版集团



现代出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

折腾吧, 小青年 / 李峙, 小马等著. —北京: 现代出版社, 2015.9

ISBN 978-7-5143-4067-9

I. ①折… II. ①李… ②小… III. ①人生哲学 - 青年读物 IV. ① B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 217231 号

作 者 李 峙 小 马 等

责任编辑 张桂玲

出版发行 现代出版社

通讯地址 北京市安定门外安华里 504 号

邮政编码 100011

电 话 010-64267325 64245264 (传真)

网 址 www.xdcbs.com

电子邮箱 xiandai@cnpitc.com.cn

印 刷 鸿博昊天科技有限公司

开 本 889 × 1194

印 张 9

版 次 2016 年 1 月第 1 版 2016 年 1 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5143-4067-9

定 价 39.80 元

版权所有, 翻印必究; 未经许可, 不得转载

目 录

008 序

1

013 电影《毕业生》：再不折腾就老了 / 李 峙

017 蔡蓝钦：静止的理想永不走样 / 李 峙

021 折腾吧！加州梦 / 李 峙

025 Simon&Garfunkel：二重唱 一辈子 / 李 峙

031 好妹妹乐队：不要变成坏婶婶 / 李 峙

037 钟立风：在路上的生活家 / 李 峙

043 许美静：傻女人 / 李 峙

049 那些草儿 / 李 峙

李 峙 /	筠子：永远青春 永远二十三岁	055
	李 峙 / 陈升：我一直在玩	059
李 峙 /	李寿全：做个节制又自由的张三	063
	李 峙 / 麦田守望者：远方就是方向	067
李 峙 /	听 Bob Dylan：朝圣还是打酱油？	071
	李 峙 / 尹吾：未完成的红	077
	李 峙 / 郁冬：郁结的冬	081

目 录

2

- 087 回家，是一个温暖的字眼 / 马宗武
- 093 厚夫，还原一个形神兼备的路遥 / 马宗武
- 101 惬意的睡前阅读时光 / 马宗武
- 107 生活的英雄主义 / 马宗武
- 113 杨绛，走在人生边上的思考 / 马宗武
- 121 难以割舍的蓝 / 宫 伟
- 129 我恨你，青春 / 宫 伟
- 135 一次幸福的可能 / 宫 伟

宫 伟 / 等到光芒万丈那一天	141
宫 伟 / 虚构的大学，沸腾的青春梦	147
宫 伟 / 治愈你，但并不干预你的人生	153
宫 伟 / 当火车变成站台	159
宫 伟 / 在未来等你	165
宫 伟 / 遇见一次名叫失败的旅途	171
宫 伟 / 只有一次的绽放	177

目 录

3

- 185 于爱情，是一大堆毛茸茸的美好 / 曹 然
- 195 所有伤心的人生活在这个世界上 / 曹 然
- 201 王小波，构筑一个诗意的世界 / 曹 然
- 207 足球高于生死 / 曹 然
- 213 越过山丘之后，渴望一个拥抱 / 黄 欢
- 219 时间里的飞人 / 黄 欢
- 225 国境之南恒春 / 霍树正
- 231 小酒馆里的探戈香 / 王 雪
- 237 西西里，世界是个隐喻 / 王 雪

刘宇迪 / 不要以善之名，谋杀无法碰触的感情	243
李雅男 / 与 2014 年，轻道一声后会无期	249
李雅男 / 陈百强：未完成的绽放	253
李雅男 / 2014 年随橄榄树飘远，致音乐大师李泰祥	257
姜赛乔 / 十七岁的单车	261
姜赛乔 / 曾在莉莉周的梦里	265
小 钊 / 查理与巧克力工厂	269
小 钊 / 聪明的一休	273
小 钊 / 流星花园	277
后记	280

D261.1
1856

小青年 折腾吧

李峙 小马 等著

趁年轻，适度折腾
写给都市中奋力前行偶尔困顿的你

目 录

008 序

1

013 电影《毕业生》：再不折腾就老了 / 李 峙

017 蔡蓝钦：静止的理想永不走样 / 李 峙

021 折腾吧！加州梦 / 李 峙

025 Simon&Garfunkel：二重唱 一辈子 / 李 峙

031 好妹妹乐队：不要变成坏婶婶 / 李 峙

037 钟立风：在路上的生活家 / 李 峙

043 许美静：傻女人 / 李 峙

049 那些草儿 / 李 峙

李 峙 / 筠子：永远青春 永远二十三岁	055
李 峙 / 陈升：我一直在玩	059
李 峙 / 李寿全：做个节制又自由的张三	063
李 峙 / 麦田守望者：远方就是方向	067
李 峙 / 听 Bob Dylan：朝圣还是打酱油？	071
李 峙 / 尹吾：未完成的红	077
李 峙 / 郁冬：郁结的冬	081

目 录

2

- 087 回家，是一个温暖的字眼 / 马宗武
- 093 厚夫，还原一个形神兼备的路遥 / 马宗武
- 101 惬意的睡前阅读时光 / 马宗武
- 107 生活的英雄主义 / 马宗武
- 113 杨绛，走在人生边上的思考 / 马宗武
- 121 难以割舍的蓝 / 宫 伟
- 129 我恨你，青春 / 宫 伟
- 135 一次幸福的可能 / 宫 伟

宫 伟 / 等到光芒万丈那一天	141
宫 伟 / 虚构的大学，沸腾的青春梦	147
宫 伟 / 治愈你，但并不干预你的人生	153
宫 伟 / 当火车变成站台	159
宫 伟 / 在未来等你	165
宫 伟 / 遇见一次名叫失败的旅途	171
宫 伟 / 只有一次的绽放	177

目 录

3

- 185 于爱情，是一大堆毛茸茸的美好 / 曹 然
- 195 所有伤心的人生活在这个世界上 / 曹 然
- 201 王小波，构筑一个诗意的世界 / 曹 然
- 207 足球高于生死 / 曹 然
- 213 越过山丘之后，渴望一个拥抱 / 黄 欢
- 219 时间里的飞人 / 黄 欢
- 225 国境之南恒春 / 霍树正
- 231 小酒馆里的探戈香 / 王 雪
- 237 西西里，世界是个隐喻 / 王 雪

刘宇迪 / 不要以善之名，谋杀无法碰触的感情	243
李雅男 / 与 2014 年，轻道一声后会无期	249
李雅男 / 陈百强：未完成的绽放	253
李雅男 / 2014 年随橄榄树飘远，致音乐大师李泰祥	257
姜赛乔 / 十七岁的单车	261
姜赛乔 / 曾在莉莉周的梦里	265
小 钊 / 查理与巧克力工厂	269
小 钊 / 聪明的一休	273
小 钊 / 流星花园	277
后记	280

坚守与绽放



在这个凡是与创业沾边就热闹非凡的年代，一个叫做文艺之声的电台频率，这个频率里三十几个男男女女日复一日的工作，就显得有几分落伍与落寞。

我曾不止在一个地方被动地听各色人等对中国媒体人的非议，全然不顾我这个从大学毕业就扎进了媒体圈 20 多年老媒体人的感受。这几年，敲诈勒索、有偿新闻的帽子变戏法似地扣在一个个曾充满媒体理想的人的头上，不管是罪有应得，还是捕风捉影，真真是坐实了媒体人的所谓不堪。

在这样一个有些暗淡的氛围里，文艺之声的红男绿女，在全世界最严厉的安全播出标准之下，面对口味千变万化的听众，以及环伺周围兄弟电台充满寒气的绞杀，每天都能款款而来准时坐在听众面前，通过看不见的电波，呈现出一道又一道为你精心调制，让你会心一笑或勾起记忆的餐食，也许平常，但是熨贴，像是在家里喝着温温的白米粥。且长年如斯，不曾辍弃。