

最具风格主持人
用最本真的心态 最麻辣的语言
分享青春心情 解读成功智慧

非常静距离系列-1

做自己

李静[>]著

李宇春 范冰冰 郭敬明 王珞丹 韩庚
林俊杰 张杰 朱丹 文章 黄海波



中信出版社 CHINA CITIC PRESS

非常静距离
系列
1

自己做

李静
著

中信出版社
CHINA CITIC PRESS

图书在版编目(CIP)数据

做自己/李静著. —北京: 中信出版社, 2011.8

ISBN 978-7-5086-2792-2

I. 做… II. 李… III. 人物—访问记—中国—现代 IV. K820.7

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第081069号

做自己

ZUO ZIJI

著 者: 李 静

策划推广: 中信出版社 (China CITIC Press)

出版发行: 中信出版集团股份有限公司 (北京市朝阳区惠新东街甲4号富盛大厦2座 邮编 100029)
(CITIC Publishing Group)

承印者: 中国电影出版社印刷厂

开 本: 880mm×1230mm 1/32 印 张: 8.25 字 数: 120千字

版 次: 2011年8月第1版 印 次: 2011年8月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5086-2792-2/K · 185

定 价: 35.00 元

版权所有 · 侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页, 由发行公司负责退换。

服务热线: 010-84849283

<http://www.publish.citic.com>

服务传真: 010-84849000

E-mail: sales@citicpub.com

author@citicpub.com

contents
目录

序言	
作者序	
青春榜样	李宇春 007
我把梦想献给你	范冰冰 027
青春无价	郭敬明 055
奋斗未完，待续	王珞丹 083
舞动奇迹	韩庚 107
音乐才子	林俊杰 133
真实的青春	张杰 159
女主播变形记	朱丹 187
坚持爱	文章 211
十年余味	黄海波 237

作者序

本来我觉得《非常静距离》出书没必要，现在网络那么发达，打开电脑电视就可以看，谁会买书呢！在出版社的劝说下，发现还是有人像我一样喜欢纸质的读物留存，出书留下一些记忆，对我，对喜欢这个节目的你们，对幕后的每一位，都是一份回忆。

其实我觉得我没有刻意地把访问的对象定在80后，我觉得每个年代的青春期的都是一样的，代表着这个年代的激情和叛逆。他们是梦想家，是迷茫者，是被讨论的一群人。

这些不仅体现在80后身上，也体现在每个时代的年轻人身上！

80后的幸运，在于这个时代更关注人性，因此才会有那么多媒体去讨论他们的精神世界。无论社会理解与否，被关注是幸运的！

我并不完全了解80后，没办法发表更多表扬或批判的评论，但是，我欣赏他们的很多特点。我们70后不具备的，在这一代身上却很多：真实，敢于表达自我；不相信完美，不欣赏没有缺点的人；关注自我的感受多于世俗的评判。我欣赏，是因为我自认为就是这样一个人，却在当时没有完全释放。我喜欢他们在节目中更洒脱，不加掩

饰地评论别人；我也喜欢他们坐在我面前内心矛盾、自信与自卑交织时率真的表情。他们不像以前的明星，因为太过完美而近乎不真实，不生动。

我希望这本书借由我们当时采访的归纳，让大家了解到他们真实的内心世界！我追求的采访是舒服、真实、幸福，我不期望大家获得什么，那是字典的功能。

你能喜欢我的节目，我已经深感荣幸。

最后我要感谢安徽卫视，感谢我们节目的每一位导演、工作人员，为了这个节目，我有时不那么温柔。还有亲爱的观众们和接受我采访的每一位嘉宾，惜缘！

李 静



青春榜样

李宇春

美国《时代周刊》称李宇春为“正面的叛逆”，并称她以满不在乎的个性成了新偶像，还真是不无道理，她那些让人发冷的、发笑的、发毛的，还有噎得人找不着北的语录，说到底都是自信和松弛的表现。

不善表达的她时常给人一种冷静和忧伤的感觉，她跟很多80后一样有爱有怨有悲有喜有泪水，也有一颗脆弱的心，她一直用自己的音乐证明着自己，以自己的方式表达真实的情感。



手作 记者

我觉得，最近这几年里，要问中国最火的是谁，李宇春肯定会被提名。

春春做客《非常静距离》那期，我很明显感到了她的变化，自信从容多了，5年时间让她青涩的青春开花了。

很欣慰的是，那期节目里我和制片人尽可能地让李宇春的个性绽放，这一点上，她的很多特别好的性格和品质没有变，个性与朴素依旧未改。

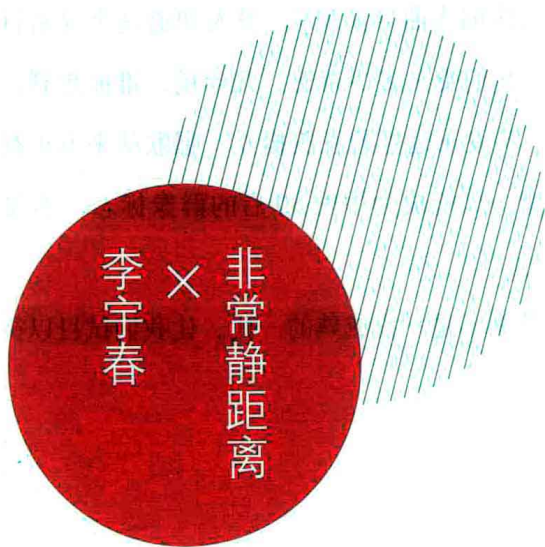
李宇春21岁之后的人生轨迹，真是灯光一改，命运大变。她的身份越来越难以界定，作词、作曲、做自己的MV导演，不管打多少分，一个人敢于去突破自己就可喜可贺。

后来我发现幕后的李宇春更有特点，“红药水半瓶触碰你

温暖的手心，还有那没流泪却已经湿润的眼睛”，从头到尾就是不用特别明确的爱、痛、伤，就是绕着弯儿说。

从歌坛红人到电影新人，从媒体宠儿到时尚宠儿，从唱别人歌到自己作词作曲导演MV，没人知道这个寻常百姓家的女孩儿还会给我们带来多少奇迹。几年前，谁能想到，一个不习惯穿裙子、头发永远伴着发胶挺立、唱歌从来不正视摄像机的女孩，有朝一日能成为中国80后的群像标志，不仅改变自己也影响他人？

80后从来不是一夜成熟的一代。让我们拭目以待！



从台前到幕后

做这期节目时，《非常静距离》导演组着眼于李宇春的变化和突破。曾经的超女皇后，经历五年蜕变，如今开始尝试幕后创作，从湖南卫视的超级舞台，到《Why Me》、《会跳舞的文艺青年》。每一次精彩，李宇春的所到之处，一定会伴随着歌迷的阵阵欢呼，每一次出现一定会引起轰动，她用自己独特的表达方式和不可复制的魅力，征服了一批又一批观众。

2009年，李宇春第一次做客《非常静距离》时，同名专辑《李宇春》终于尘埃落定，她特有的春式情歌再一次向世人证明她非凡的音乐才华。《下个路口见》据她说是“两个没能相遇的人可能在不同的时间、不同的空间，各自做的事情都是一样的”，无论故事怎样，旋律很好听。这首歌是李宇春自己

写的，当时去试的时候，她已经是名人了，我觉得这个勇气是很厉害的，万一不好，岂不是很丢人？“没想那么多。”她只是心到手到，就动笔了，“我就会觉得就算是我写了垃圾，也是我自己的作品，我要面对它，我觉得写词跟我们写博客写文章不一样，但是我觉得每一个写词人，都有他个人的一个特色，像我的就是那种，很多词大家理解不了。”

5年时光中，李宇春的粉丝大大增加，她以自己超强的人格魅力征服了越来越多的人，人们称她是实力非凡且极富舞台魅力的歌手，极具才情的导演，多才多艺的MV专辑策划人，而她自己还在不断地自我挑战，也交出了一张又一张傲人的音乐成绩单。

“春春只管唱，玉米管销量。”“盗版止于真爱。”够给力吧？先不说“玉米”，新专辑呈现出的最自由的李宇春，这个状态也是我们所喜欢的，去看看歌词，有意思有回味。与以往不同的是李宇春这次不再歌颂自己的王国，而是走进人群，唱出平凡爱情的感受。

李宇春经常会在做一些专辑企划或者演唱会前期筹备的工作时，将自己的想法融入其中。有的时候因为意见有分歧，所以



非常静距离 系列1

李宇春：青春榜样

也会跟人吵起来。节目中问她是不是有过跟人家当面拍桌子的经历，她本能的反应是：“你跟我拍我就拍啊！”似迷糊其实凌厉。

有一次她真的是急了，开始学会说“不”。

2005年，比较突然地出名了，春春没有想过一个比赛就能改变自己的一生。上了轨道之后，觉得只要是公司安排的就都要去做，没有想过原来可以拒绝。2006年，做唱片是她很在意的一项工作，但还有很多乱七八糟的工作，让她没有办法安心在北京录音。她一下子就觉得，这个容忍不了，于是脱口而出：“不！”感觉不错，重点是以后就可以常常说了。

尽管在采访中，李宇春一再跟我们谦逊地表示，自己只是80后中表现突出的人。但瞧瞧她一年里做的事：广州、北京两场万人演唱会；《十月围城》“触电”；新专辑创作大爆发；蜡像入驻杜莎夫人蜡像馆……更何况，这几年里，李宇春的名字不断出现在各种报章杂志的封面头版，就连一向言辞苛刻的西方媒体也毫不吝啬地称她为亚洲英雄。亚洲音乐节上李宇春又一次凭借实力，斩获“亚洲最佳歌手”的奖项，令人惊艳的表演也令她荣登韩国最权威搜索榜单的第一名，更为她带来了“中国青年领袖人物”的美誉。

李导二三事

《非常静距离》栏目组的同事跟李宇春沟通特别顺畅，像是在跟同行说话一样，一点就透。私下里大家叫她李导，李导跟我们的编导说，为了一场演唱会，她开会开了无数次，最长一次达14个小时，但对她来说，“音乐的部分，怎么都不会累。”这几年，每一年的WHY ME生日演唱会都是她自己做导演，已成为中国内地唯一已延续6年的个人音乐会品牌，堪称奇迹。

完全属于跨界地担任了两首MV的导演后，“李导”的称号不胫而走。“现在拍MV都很无聊，尤其是情歌，很多都是一个男主角一个女主角，然后一方被撞死了，或者就是得了什么绝症，就类似于这样，我觉得太多了，大家都可以猜到结

