



我们终将与自己 相遇

we are rushing
in the morning and evening

朝生为潮
夕生为汐

我们终将
与自己相遇

姜潮

著

 北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.



图书在版编目 (CIP) 数据

我们终将与自己相遇 / 姜潮著. — 北京 : 北京
联合出版公司, 2017.2
ISBN 978-7-5502-9245-1

I . ①我… II . ①姜… III . ①姜潮—
自传 IV . ① K825.78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 262853 号

我们终将与自己相遇

作者: 姜潮

责任编辑: 龚将 夏应鹏

北京联合出版公司出版

(北京市西城区德外大街 83 号楼 9 层 100088)

北京市雅迪彩色印刷有限公司印刷 新华书店经销
字数 166 千字 700 毫米 × 980 毫米 1/16 16 印张

2017 年 2 月第 1 版 2017 年 2 月第 1 次印刷

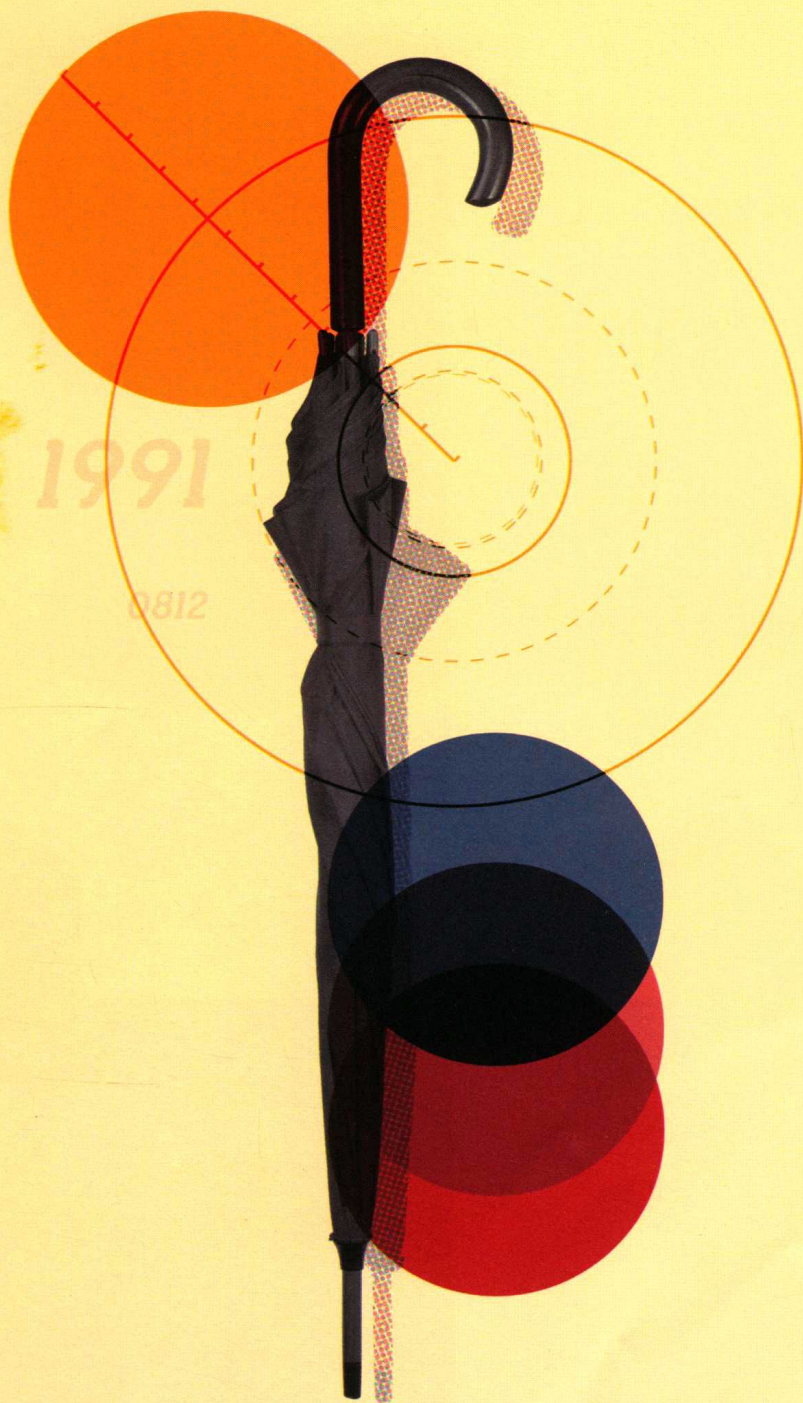
ISBN 978-7-5502-9245-1

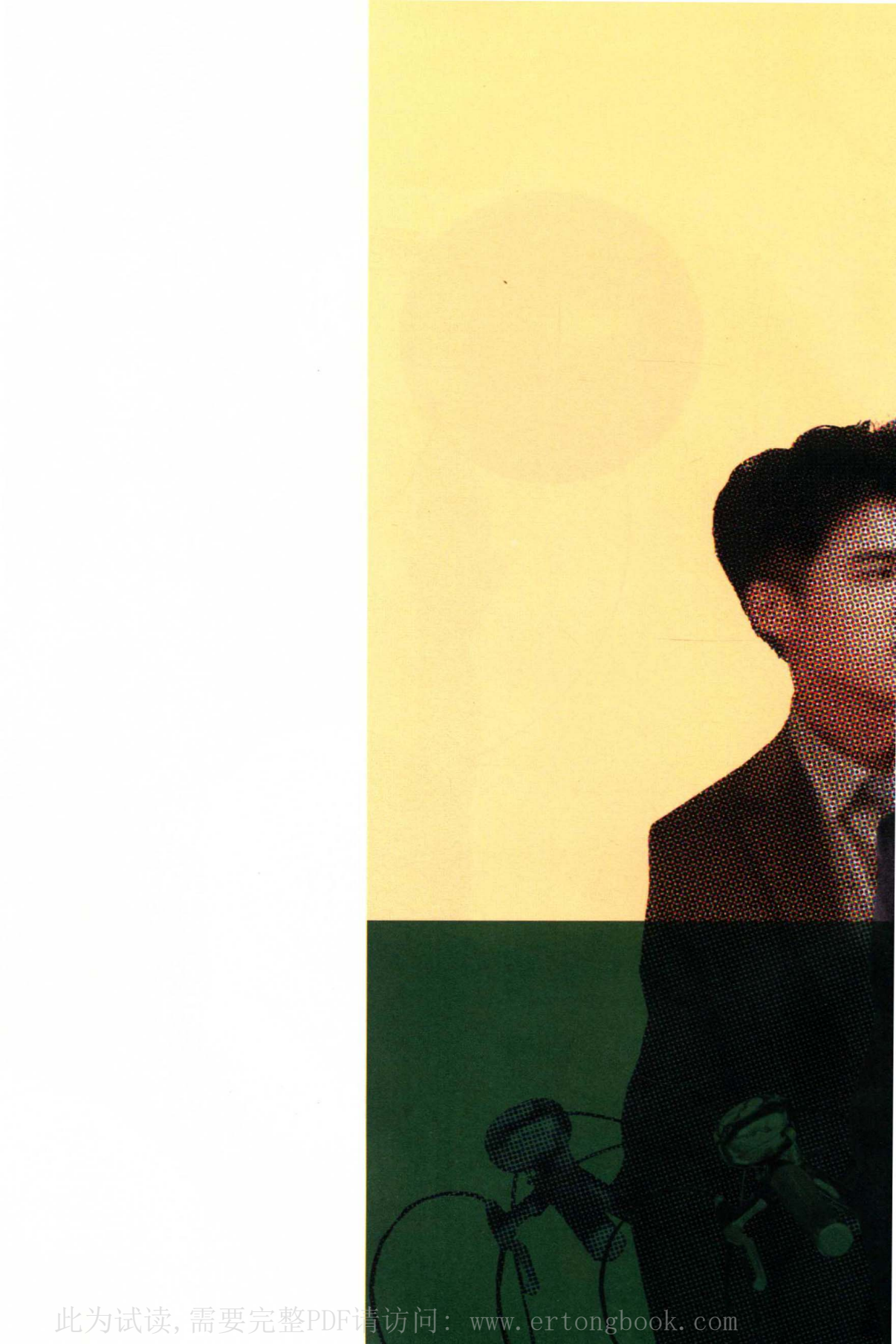
定价: 49.80 元

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容

版权所有, 侵权必究

本书若有质量问题, 请与本公司图书销售中心联系调换。电话: 010-82069336







AS
V-
018
0245-1

FACE TO FACE

**WITH
THE YOUNG MAN
WAS ONCE**



我们终将
与自己相遇

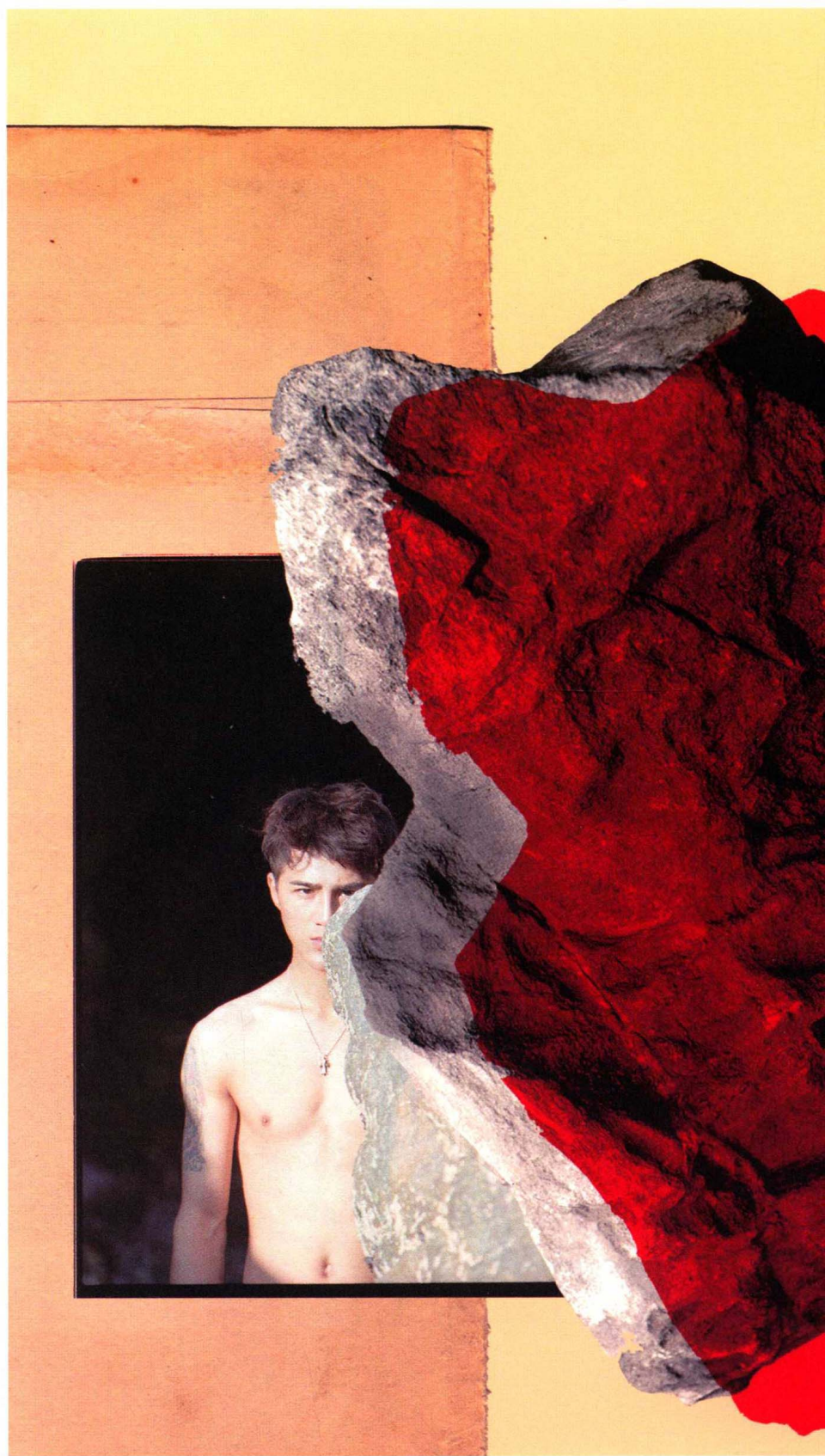
姜潮

著



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.





前言

PREFACE

JO JIANG





从刚一入行开始，就有很多人跟我说，姜潮，你不适合进入演艺圈。六年来，这样的声音从来没有停止过。他们总跟我说，姜潮，你太直爽了，说话容易得罪人，你也不够成熟，不懂得如何圆滑处世。而身边的一些朋友也会劝我，他们说姜潮啊，你太容易相信人了，你不知道这个世界有多复杂。

也许真的是这样，我承认他们说的是对的。我知道我并不是个处世圆滑的人，有时候，我很容易因为无意中说了什么冒犯到别人，但自己却不知道。有时候，我也会有任性的时刻，哪怕是想要任性地为自己获得一些私人的安静的空间，为了保护身边的人尤其是家人不受伤害。但即使这样，也仍然会被人误解。这到底是情商低还是智商低，我已经不想对此深究了，毕竟，即使知晓了让我如此不“开窍”的原因，恐怕我也很难改变自己，或者变成一个完全陌生的姜潮。

我记得当我还是个孩子的时候，就常因为说话不小心惹恼了其他的同学而被他们告状，被排挤；但同时，我依然还是那个最愿意拿出所有玩具和他们分享的人，所以总会有许多同学来找我玩。那时候我还小，并未清晰地认识到自己是怎样一个人，可从那时我就知道，在这个世界上，有人会讨厌你，有人会喜欢你。

大学时期，我渐渐认识到，相比较其他的来说，我热爱音乐，我也喜欢电影、电视剧。我第一次知道了什么是梦想。它是这样一种东西，看起

来是模糊的、虚无缥缈的，像是一个遥不可及的远方，不知该如何抵达，可又像是黎明时天空中的最后一颗明星，因为有它的存在，你有了努力的方向，不会感到慌张。

那段时间我去学习声乐，也学器乐，也爱和学电影的同学厮混在一起，只为了能够从他们那儿偷学点知识。直到参加《快乐男声》，我意识到，我遇见的那个内心里有个梦想的姜潮，终于有了能够触摸梦想的机会。

感谢所有爱我的人们，比赛还算顺利。然后是加入了 8090 这个小团体，那时候，我们单纯快乐地做音乐，单纯快乐地唱歌，单纯快乐地跳舞。如今回想起来，尽管每天的训练非常辛苦，也并不算富裕，可那是我最快的时光。那时候，我遇见了一个义无反顾的自己，我每天早起的时候都会浑身充满力量，每天都有无限的动力和热情，去与世界碰撞。

随后，我开始演电视剧和电影。这是一个与音乐不同的全新的世界，这里的人们有另一套游戏规则，而我却仍然是那个愣头青男孩，我身上还带着童年时那个小男孩的影子，说话直接，不假思索，看待事物黑白分明，没有灰色地带，坚持对就是对、错就是错。

身边仍然有人持续不断地告诉我：姜潮，你不适合这个行业。但此时的姜潮，已经不是最初的那个小男孩了，我想要证明自己，不是为了向任何人，只是向我自己证明，我可以是一个好演员。我努力背台词，有时候

整夜不睡觉，我努力磨炼演技，揣摩角色。我也不怕吃苦，只要是为了更好地表现角色，我愿意去尝试一切我不曾尝试过的。那时，我遇见了一个坚强的、脾气倔强的姜潮，他仿佛在跟我说：他们这样说，我偏不信。

当我最最艰难的时候，我会想起初次踏入这个行业的时候，始终默默站在身后支持我的妈妈对我说：“既然选择了，就要一往无前。”此后，每当我遇到艰难困苦，总会想起她这句话，也总会再次得到她坚定的支持。我要感谢她一直以来对我无微不至的关怀。

稍有名气之后，我开始收获鲜花和掌声，也收获嘲笑和嘘声。名声带来了爱我的人们，给了我更大的认可和动力，但同时，我的一举一动也招致了许多人的讨厌。最初，我很不习惯这样的自己，迫切地想知道他们为什么会讨厌我，甚至一言不合就以践踏“姜潮”为貌似正确、正义的行为，那迫切的程度甚至超过了对研究人们如何喜欢我的渴望。

在经历过社交网络上的诸多不愉快的事件后，我意识到，哪怕是一些正常的事情，我也不敢在社交网络上发布了。甚至有一次，从新闻中看到家乡安徽发洪水了，身在远方的我真的很想发一条微博来为家乡的人们加油，呼吁所有人帮助家乡渡过难关。可是，微博文字拟好之后，我又犹豫了，半天也没敢点下发送按钮，我非常担心网友会骂我伪善、蹭热点，但我更担心的是会不会因为我而让家乡也连带遭殃。于是，就为了发不发这条微博，我纠结了很久，还去征询同事、朋友们的意见，结果众人也是各执一

词。原本一个非常简单的举动，后面似乎也被迫埋下了极其复杂的牵连。

那时，我遇见了一个无法将自己的私人生活完全与公共生活撇清的姜潮，他对于名声有些许困惑，对于别人的评价无法释怀，他甚至开始陷入深深的不自信，他在想，那些人说的话是不是真的？我是不是真的不适合这个行业呢？我是不是他们砸过来的那些词汇、头衔，脏得就像他们鞋底的口香糖一样让人嫌恶呢？这种困惑，让他每天起来照镜子时，都仿佛看不清自己了。

但所幸的是，即使我把自己的公众形象经营得如此被动，身边还是有众多的亲朋好友在开导鼓励我，支撑着我没有放弃，没有放弃我的梦想、我单纯快乐的处世原则、我所珍视的人与事。当我认识到，所有这一切喧嚣都会过去，也终将过去的时候，我发现了一个更加成熟的自己，不再畏惧别人的眼光，也从未停止过去成为一个好歌手、好演员的步伐。我对自己说：所有这些外界对我的否定都不能阻止我去成为那个我想要成为的人。

侯孝贤导演曾说过：“所有的时光都是被辜负被浪费后，才能从记忆里将某一段拎出，拍拍上面沉积的灰尘，感叹它是最好的时光。”而我回首过去六年，却觉得，所有那些时光都没有被辜负和浪费，而遇见自己的每一个时刻，也都变成了我最好的时光。

姜潮



Nº 1



在世界的每一个角落，与自己重逢

Page_018

Nº 2



发现另一个自己

Page_108

Nº 3

Nº 4



我问另一个自己，
成功是什么

Page_157

我问另一个自己，
演员是什么

Page_191