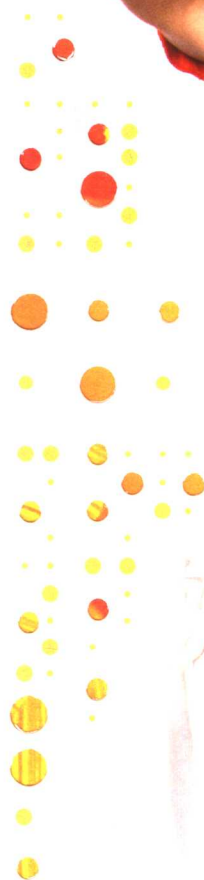


娜'S必笑技
爱的疯向标



谢娜
↓
著

湖南文艺出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

娜是一阵疯 / 谢娜著. —长沙: 湖南文艺出版社, 2006.5

ISBN 7—5404—3759—6

I. 娜… II. 谢… III. 谢娜—自传 IV. K825.78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2006) 第054907号

娜是一阵疯

作 者 = 谢 娜

插 图 = 赵 敏 [Http://www.kq-home.com](http://www.kq-home.com)

全程策划 = 杨 芹

摄 影 = Peter 王 剑 等

责任编辑 = 唐 明

装帧设计 = 进 子 吴学军 蒋武智 小洋 阿明

排版制作 = 非·视觉印象设计 [Http://www.free-vision.net](http://www.free-vision.net)

无限坊设计工作室

湖南文艺出版社出版、发行

(长沙市雨花区东二环一段508号 邮编: 410014)

<http://www.hnwy.net>

湖南省新华书店经销

湖南新华精品印务有限公司印刷

2006年6月第 1 版第 1 次印刷

开本 = 889×1194mm 1/24

印张 = 8

印数 = 1—20,000

书号 = ISBN 7—5404—3759—6/I · 2289

定价 = 23.80元

若有质量问题,请直接与本社出版科联系调换。

本书有部分照片尚未来得及获取原作者通讯方式, 敬请作者与本社联系, 以便及时付酬。

何炅： ○

我的朋友谢娜是一位著名节目主持人，主持风格活泼大胆，尤其是不怕出丑的特质在全国主持人中名列前茅。

陈坤： ○

总会期待在朋友的聚会上她早点儿到来，用她独有的幽默和孤苦在愚人愚己的外衣后以智慧的语言挑动每个人心里都有的话痨天赋……

孙俪： ○

大家看到台上的谢娜永远都是一副精力充沛的样子，其实谁知道她还曾因为太劳累而放声大哭呢……她就是这样一个小孩子，看着大咧咧，其实内心很丰富也很脆弱也很坚强。

卜学亮： ○

娜娜=谢娜=一姐娜娜。我比较常叫她一姐娜娜，有些人干脆直接叫她一姐，反正怎么喊，娜娜都知道我们在喊她。

黄子佼： ○

她就有欢笑，不分台上台下，当然也有我怀念的冷笑话，她脑子装了一堆而我却得拿录音机才记得，哈！好一个狠角色！

曾宝仪： ○

很真实的一个女孩子，很用力地活着。和她相处的片段永远就像是综艺节目的情景再现！

胡歌： ○

娜娜就是这样每天都生活在她的童话世界里，她眼中的一切都是美好的。而她在我的眼里就像是一个行侠仗义的游戏。

姜培琳： ○

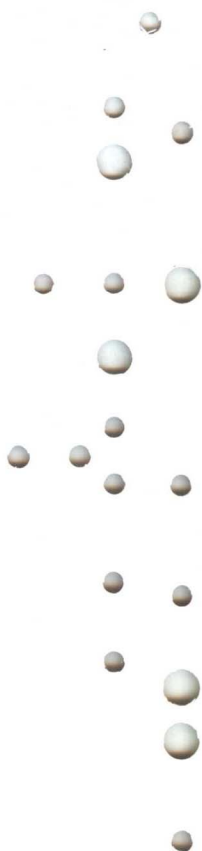
那个时候一语惊人、造歪点子的是她；那个在人群中捧着零食吃个痛快的是她；在飞机起飞的一刹那，仍趴在机场咖啡厅睡得云里雾里的是她；坚定是她，好强是她，最讲朋友义气的也绝对是她。

萧正楠： ○

如果她喝酒不加冰块，我们就少了个可以嘲笑的对象；如果她不热衷于表演，我们去哪里找这么好的餐前“开胃酒”和“饭后甜点”，所以，我真的很重视你这个兄弟！

何洁： ○

认识娜娜开始虽然时间不算长，什么都可以见到，就是见不到她不快乐，没有人有任何理由不和她在一起，因为就算你有烦心事，只要见到她任何级别的烦事都不翼而飞。



娜米心声~~~~~

我是真的真的爱上了娜娜，爱上她那亲切的笑容，爱上她那开朗的个性，爱上她的平易近人，爱上她那流氓兔的表情……爱上她的点点滴滴，而爱上她也等于爱上了快乐，因为生活早已被她感染，想到她就觉得身边洋溢着快乐的味道。

爱上姐姐，爱上快乐，愿姐姐以后的每一天都能过得健康、快乐！也想对姐姐说“爱上你是我们最好的幸福，以后别做夜猫子了，我们会心疼的宝贝们会一直在”。

娜娜，我恨你

娜娜啊，你可把我害惨了，每到有你节目的时候，就是我难过的时候。

就拿昨天晚上来说吧，我们回家的时候都快7:30了，由于我和我女朋友都喜欢看你的节目，所以我们谁都不去做饭。一直饿得看完你的节目才出去买了点东西吃。

娜娜啊娜娜，我恨死你了，是你让我知道了饥饿的感觉，你给我出个主意吧，我应该怎么办呀？

可爱的娜娜，以前总是在电视前看着她在台上快乐地主持着，没有接触的机会，本以为不会有机会和她近距离接触，谁知道上周既然有机会见到她，在见到娜姐那一刻，她给我的感觉好好哦，一样是那样的开朗，活泼，而且并没有让我们感觉她是个明星。却像个姐姐一样，给我们亲切感，这样感觉好好哦，我希望她永远快乐!!! 永远幸福!!!!!!

喜欢你很简单，没有什么理由，就是很单纯的喜欢。在众星云集的娱乐圈中你不是最漂亮的，却是最可爱的（在我心中）在那么多人中你是最闪亮的一颗星，你永远都是那么的坦白直率，永远都能给身边的朋友带来快乐，希望你永远都这么的快乐！你的快乐就是我们娜迷最大的幸福。

录姐姐生日那期，我去了。当她唱着《最好的幸福》走下来跟我们握手时，心疼了一下，她的手好冷因为她那天感冒了。当录完节目，我走上去把我们买的草莓送给姐姐时，姐姐抱住了我，除了幸福我不知道还能用什么词语来形容。能陪姐姐过她的26岁生日真的很幸福！

娜娜，我讨厌你，每天都要主持那么多节目，当上及听到“谢谢的哥甜甜甜甜，疼倒在地上”，你知道我们有多么难受，多少人为你牵挂，怎么不多注意下身体？

娜娜，我讨厌你，你怎么那么爱感动，娜迷们不就是在外面等了个几个小时吗？你亲自开车请大家吃饭。

娜娜，我讨厌你，你怎么那么单纯，娱乐圈如此复杂，没有几个明星公开感情，而你敢。

娜娜，我讨厌你，每周六晚都要霸占电视，看那个《快乐大本营》，笑得眼泪出来，笑得旁边人精神已经。

娜娜，我讨厌你，哪里来的这么大力气？让这么多人爱着你！

娜娜，我讨厌你？我爱你？不爱你吗？爱吗？……是的，我爱你、和所有娜迷一样爱着你。

当一个看起来文静得像水的女人可以那样糟蹋自己，有的时候觉得这个女人“够狠”，够猛。

记得她有首单曲叫《疯了》，老何还说它歌如其人，人如其名。（此处允许读者狂吼）歌的最后一句还是她招牌的笑声，晚上临睡前如果听到的话，你一定会失眠（有的人因为很讨厌，有的人因为很回味。）不信你听听看啊。

我只听过两个女孩子唱过《天堂》，一个是如跑车般的纪敏佳，另一个就是娜娜了。让人哭笑不得的是后者。（哈哈……）

与别人做心有灵犀游戏时明明猜错了很多，还说自己“好有默契的”（应该是长沙味道的普通话吧），这个玩笑是不是很“冷”啊。

用老何的一句话作结，娜娜，主持界的一朵奇葩。

在贴吧里看到很多人说娜娜是个疯子，我也曾经不怎么钟意这个“疯子”，但是后来不知怎么就习惯看她的节目了。有人说她“装”。一个艺人可以为了观众（你也可以说是为了她自己出名）装得歇斯底里，难道还不高尚吗？

原本以为我对你的喜欢没人赶得上，可是来了快乐站后，觉得自己的喜欢好像根本不算不了什么。现在，我想见到你、和你认识，这好像是一个梦，但是我听说过：一个梦只要坚持，就一定能实现的！

我想把能够见到你这个梦放在心里，直到见到你、和你认识后。不过就算那时我喜欢你的心也不会变!!! 娜娜，我们永远爱你！全世界的娜迷都好幸福，因为你总是那么乐观，那么搞笑，那么善良，那么替别人着想……

娜娜，勇敢地往前走，娜迷是你坚强的后盾。

作者 = 谢 娜 插图 = 赵 敏 <http://www.kq-home.com>

全程策划 = 杨 芹 摄影 = Peter 王 剑 等

责任编辑 = 唐 明

装帧设计 = 进 子 吴学军 蒋武智 小洋 阿明

排版制作 = 非·视觉印象平面设计工作室 <http://www.free-vision.net>

无限坊设计工作室

鸣谢快乐站：
www.xiena.com.cn



娜是疯阵

谢娜著



湖南文艺出版社

此为试读, 需要完整PDF请访问: www.ertongbook.com

目录

序 006 008

第一节 娜小姐真帅

- 原子弹女生 010
- 花痴新扎师妹 014
- 呼机不打折 数学100分 017
- 谢鹿纯子传奇 022
- 黑芳吁天录 026
- 短冰相接 030
- 上京赶考 034

第二节 乌龙人生 038

- 亡命天涯之长安街 上 040
- 亡命天涯之长安街 下 043
- 针眼 教授 霸王餐 046
- 旗袍 盒饭 绣花鞋 050
- 汉城的夜啊静悄悄 055
- 被忽悠记 058
- 搬家记 062
- 小猪遭遇战 066

070

第三节 何嘉娜事儿

072

抱抱，算你狠

礼尚往来

078

点着灯泡去旅行

088

维嘉

090

PK三剑客

093

灵灵的生日

096

第四节 老友记

098

我所喜欢的丁薇

102

超标美女李小冉

104

MIKE的女友于娜

107

抢戏之王陈坤

110

铁打的胡歌

113

内心跟外表一样帅的任泉

116

吹开玉女的面纱

120

第五节 烨未央

144

第六节 娜就听你说

146

.....







谢娜出书 这事是我撺掇的

文 / 何灵

谢娜出书这事是我撺掇的。谢娜今年满十八岁（今年过完生日她就宣布自己满十八了，还说以后每年都满十八，可气的是好像也不能算是假话），在她之前的人生经历中发生了很多不靠谱的事情，我们朋友聚会的时候如果出现冷场，我们就会拿娜娜的不靠谱故事出来暖场，每次都取得非常好的效果。其中最受欢迎的有泰国游系列、抱抱系列和交通肇事系列，听多少遍大家还都前仰后合。有一天我看到娜娜拿本冷笑话的书在很认真地看，我就对她说这样的书有什么好看，你的故事要写出来，一个比一个冷啊！说者无意，听者有心，隔天就看见娜娜在飞机上拆人家的纸垃圾袋写字，问她做什么，她说写书。

从来没有哪个艺人可以这么大喇喇地把自己的不靠谱公开出来，特别是女艺人。谢娜绝对是一朵奇葩。每次大家说她的丑事的时候，最起劲的就是她自己。得知她写书我有两个担心，一是担心她把自己写成另外一个正常的人，二是担心这孩子笔力不够，写成一个不正常但是也不精彩的人。看到样稿我放心了，谢娜写得还真真是很有意思，虽然写在各种材质的纸上的张牙舞爪的字很难辨认，录入的时候有相当的难度，但是难得的是你会觉得她的文字好像也是在表演，大

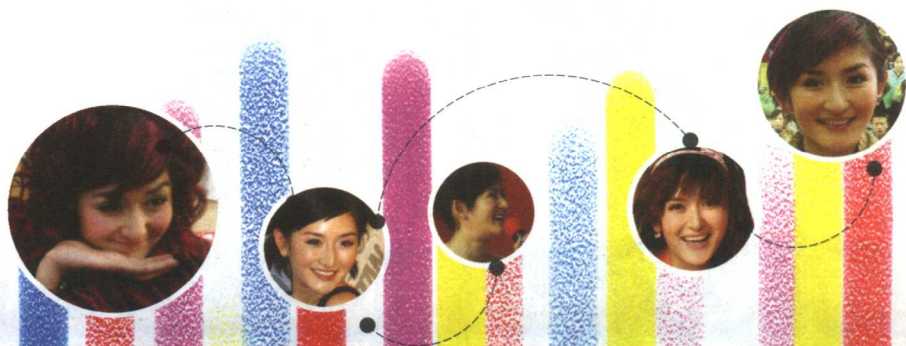


量的背景声让文章特别活泼，而且她的故事写到纸上变成文字居然也没有完全隐瞒和美化，这散落到民间会给成长当中的青少年提供多么鲜活的一个警示教材！当然也会因为她的特别和真诚让原来不太喜欢谢娜、了解谢娜的人把她当作朋友。

自从娜娜进入到我们的生活，给我们添了不少的麻烦，也给我们带来了很多的欢乐。有的时候真的恨不得没有认识过她，可是每次只要有好事，又会自然而然地想起和她分享。她最大的好处是真实，混娱乐圈的都是贪心很重的人，但是没有几个能像谢娜一样到处嚷嚷说要这个要那个的，也没有谁会像她那样心机都摆在明面上。你别指望她会有什么谦让之举，但是她也绝对不会使阴招害人。每次看到弱小或不幸，第一个流泪的也准是她。还是很善良的好孩子。所以就算她常常叫嚣着说早晚会占领我在综艺界的江湖地位，我也还是“将就”地和她来往，心里其实是不相信疯丫头一个的她能做得好。没想到，这一天真的到了，来得还这么快！

个人诚意推荐“烨未央”的章节。因为这是平时你不太能够在屏幕上看到的谢娜。虽然娜娜常常嚷嚷着要把这个那个姐妹推进江河湖海，然后和她们的男朋友或老公幸福地生活在一起，但是那其实是她表示对朋友欣赏的一种方式。她心里真正在意的只有那一个人。满城风雨的那段日子，娜娜没有办法去跟家里人倾诉，跟我们这些狐朋狗友讲也讲不解恨，小姑娘自己在房间里干了一整瓶红酒，五点多想打给到一个失恋的姐妹，听听别人比自己惨一定会好很多。（什么心态？）电话打过去居然是男的接的，那两人又好了！郁闷得谢娜放声大哭，这样的娜娜你一定没有想到过。

谢娜红了，可是她快乐不快乐只有她自己知道。我们这些人在生命中遇见谢娜其实是福气，试想还有谁可以二十四小时无休止地给你搞气氛。今天她冒着让天下人看穿她的危险出这本书来搞气氛，请一定支持她！







娜姐真帅



原子弹女生



——我必须认真而严肃地思考一个问题，那就是当别人谈到谢娜的时候，可以总结出几大优点呢？当然，美丽、可爱、贤淑……这些就不用说了，我认为这个没有什么可讨论的余地。（那些额头上冒出三条线和一颗大汗珠的麻烦到墙角去吐……）

——经过冥思苦想，为了使大家对我的认识更立体、更丰满，我决定骄傲而矜持地自我曝光一下：我还有一个优点，我打架可不是盖的！战力指数少说也在9000以上吧！

热烈地鼓掌！





——作为一个格斗女天王（向四方微笑领首），我出道时间最早可以上溯到小学三年级。那是一个秋天，风儿那么缠绵，让我想起他们无助的双眼，就在那美丽风景相伴的地方，我听到一声巨响震彻山谷……我一直想跟韩红说，她这首《天亮了》简直就是我的出道之歌。那声巨响是怎么发生的呢？没错，就是我的巴掌携着从丹田处纠集的两股真气发力，呼呼呼扇出来的！

——话说有一次上课的时候，我突然感觉到我那个不靠谱的同桌男孩身上哪个地方不对劲，定睛一瞧，原来他的鞋子后面还耷拉着一张唧唧歪歪的臭鞋垫，也不知道这好像皱皱的咸菜一样的鞋垫什么时候从他的鞋里跑了出来。我当时就忍不住哈哈大笑，笑得那叫一个惊天动地、花枝乱颤。其他的同学顺着我嘹亮的笑声一找，也都指着他的鞋垫哄堂大笑起来。同桌男孩儿恼羞成怒、急火攻心，当时就把鞋脱了吧唧砸在我头上。**奥买高的！**我的笑容瞬间凝固，等我回过神来，小宇宙立时爆发，“啪”一声顺手给了他一个大耳刮子！接着，我先来一个恶狼扑食，紧紧用双手锁住他的咽喉部位，然后使出二踢脚，猛攻他的下三路。一时间，教室内风云翻涌，我们俩的气场掀起了万丈狂澜……最后，由于老师和同学们出面斡旋（其实就是分别抱住我俩），双方终止恶斗，本人以手长脚长的优势稍稍领先对手，夺得这一局的初步胜利，并且为以后的格斗生涯打开了局面。也就是说，我……红了……



⇒ 012/013

所有人头朝下深度昏迷，无数只臭鞋垫飞出来……



YEAH!

——从此以后，江湖上多了一个以腿脚功夫见长的女侠，人送外号“原子弹”，意为一触即发。这个女侠当然就是区区在下了。OK，在故事的最后，请让我再给大家讲一个冷笑话吧：请问原子弹和谢娜是什么关系？如果原子弹爆炸，谢娜就会死翘翘这个当然没错，不过更冷的答案就是：谢娜小时候的绰号叫做原子弹！