

小船说翻就翻

林宛央
著

这本书
轻松有趣、接地气
犀利真实、有共鸣

不装、不端、不说教
陪着你的小心脏一起振动

友谊的小船，说翻就翻，
爱情的巨轮，说沉就沉，
好好的梦想，说崩就崩。



文匯出版社

小船 说翻就翻

林宛央
著

LINWANYANG WORKS

 文匯出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

小船说翻就翻 / 林宛央著. -- 上海: 文汇出版社,
2016.7

ISBN 978-7-5496-1763-0

I. ①小… II. ①林… III. ①随笔—作品集—中国—
当代 IV. ①I267.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 120200 号

小船说翻就翻

出 版 人 / 桂国强

作 者 / 林宛央

责任编辑 / 戴 铮

封面装帧 / 阿 赖

出版发行 / 文汇出版社

上海市威海路 755 号

(邮政编码 200041)

经 销 / 全国新华书店

印刷装订 / 三河市金泰源印务有限公司

版 次 / 2016 年 7 月第 1 版

印 次 / 2016 年 7 月第 1 次印刷


开 本 / 889 × 1194 1/32

字 数 / 196 千字

印 张 / 8.5

ISBN 978-7-5496-1763-0

定 价 : 36.80 元



推荐序

心理分析家 石勇

这是一个回归内心的时代。我们的情绪或者被撩起，或者被压抑，缺乏一种内在的力量。林宛央的笔触轻快朴实，进入并抚慰我们的内心。她的文字是坏情绪的释放器。在释放之中，我们触摸到自己，生长出内在强大的力量。

愿大家都有幸福的能力，从不将就！

自序

是谁弄翻了小船？

究竟是谁弄翻了小船？是你？是我？是他？是私心、贪心、利欲熏心啊。

前几天，一个朋友更新了一条朋友圈，说自己变瘦了变美了，随附高清照片一张。发出去之后，她坐等收赞，然，并没有。

另一个朋友对她说，不如你更新一条：手机丢了，求安慰。果不其然，小伙伴们纷纷上线了。朋友备受打击，360度无死角感受到了来自“朋友们”深深的恶意。

我最近喜欢跑步，朋友圈里微信运动数据一路飙升，点赞的就那么几个。偶有一天，没出门，运动数据低到可怕，几个从不点赞的“朋友”却给我点了赞。后来我发现，只要我数据比他低的时候，他都会毫不吝啬地伸出小手，给我比个心。

我的玻璃心碎了一地，碎成渣渣，捡都捡不起来。

友谊的小船说翻就翻。为什么呀？因为我们都未曾交付真心。

人，好像一座孤岛，自己走不出去，别人走不进来。在封闭的内心里，渴望有一只小船满载温暖，带我们离开孤岛。后来这只小船真的靠近我们，我们跳上船，同行一段路，却不能同行一辈子。

有一天，她变瘦了，你在胖的路上一去不复返，小船说翻就翻；她更美了，你在丑的路上如入无人之境，小船说翻就翻。

这是我们的私心，每个人都希望自己是最好的，别人最好做那黯淡无光的陪衬。友谊不能长久的秘密是不是因为相比较于别人，我们

心里装的全是自己？

“翻船体”大热，微博上有个人说：“全TM在讲友谊的小船，好像你们都有友谊似的。”

哎呀，要给这个小伙伴的机智点一万个赞。我想正是因为生活中太多人并未拥有真正的友谊，我们才如此害怕翻船。

这世界上看似免费的东西，往往是最昂贵的。比如友情、爱情，还有梦想。在磕磕绊绊追求这些东西的时候，我们习惯严于律他，宽于律己。我们常常把维系美好事物的顺序弄颠倒，先要求别人付出，再奉献自己的真心。

可是啊，我一直觉得，所有美好的事物，都是一个相互的过程，我拿一点真情，你拿一点实意，唯有如此，小船才能升华成巨轮，在不安的世界里，稳稳地行进。

作者 林宛央

Chart 1 | 友情的小船
说翻就翻

柳岩 / 比友尽更可怕的，是人性的小船说翻就翻 /002

友谊的小船，翻于不走心的聊天 /008

孙俪 / 没有毫无道理的成功，只有随随便便的翻船 /016

少点套路，多点真诚，荡起友谊的小船 /022

人生小船行走于尊重之间 /028

刘诗诗 / 人生从来没有风平浪静，独立是最好的航向标 /034

胡歌 / 孤独与破碎，是成长的必修课 /041

何必比较？你的稳定从不低人一等 /056

抱怨是最可怕的传染病 /064



爱情的小船

说翻就翻

宋仲基 / 爱情这艘船，最要紧是势均力敌 /070

一心一意，才配做爱情掌舵人 /081

迟到的另一个名字叫自私 /087

爱错了人，死不回头，小船说翻就翻 /094

船小人多，爱情出轨，说翻就翻 /103

好姑娘，不做渣男收割机 /109

为什么遇到渣男的总是你 /115

爱情小船翻于婆媳不和 /123

爱情在伪装，小船在搁浅 /132

在这善变的世界，我想看一下永远 /139

我们要彼此成全，我们要永不翻船 /156

爱情的巨轮说沉就沉，我们要彼此珍惜 /164

就是喜欢你看不惯我又干不掉我的样子 /174

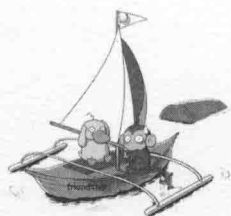


Chart 3 | 梦想的小船 说翻就翻

我不愿向这个世界投降 /184

和喜欢的一切在一起 /191

最怕你书读得太少，又想得太多 /200

互不打扰，才能职场不翻船 /211

接纳翻船，去爱这个现实的世界 /219

按自己的意愿过一生 /226

王凯/走千滩过万险，你要感谢你自己 /235

你总是那么自卑，小船说翻就翻 /245

你那么优秀，何必随随便便上条说翻就翻的破船 /254

Chart **1** | 友情的小船
说翻就翻

柳岩

比友尽更可怕的，
是人性的小船说翻就翻

伴娘事件后，第一个出来道歉的是柳岩，因为她不想失去好朋友。娱乐圈的友情比普通人更玄，友谊的小船说翻就翻。伴娘事件，不过是用醒目的方式提醒我们：中国人群居而离心，小船说翻就翻，因为我们从来没有同心同德。

包贝尔结婚，柳岩火了。网友们说：一切不尊重当事人的开玩笑，都是在耍流氓。

闹伴娘的伴郎都在喊冤：今天大喜，我们只是图个热闹，开个玩笑啊。

可是，看热闹的不嫌事大，被热闹的满腹辛酸。明明被耍了，还无从抱怨，要不然就是玩不起。我都替柳岩叫屈：老娘说了要陪你们玩吗？你们玩我的时候，问过我了吗？考虑我了吗？

没人问，没人考虑。因为，伴娘就是用来被调戏的啊。

真不知道这种扯淡的观念是从什么时候开始形成的。

但是，连我那一辈子墨守成规的老爸老妈在曾经某一刻得知我要做伴娘的时候。也曾对我进行夺命连环 call，苦口婆心地劝我：别去当伴娘啊，伴娘都是陪玩的，你都不知道那些参加婚宴的男人们，脑子里藏着什么齜齜的想法。婚礼，给了他们一个光明正大调戏女人的机会。

我爸说：“小心被人左拥右抱。”

当然，那时我不信。

哎呀，都是读过书的人，总要讲文明的嘛。所以，我义无反顾地为朋友两肋插刀，还是去当了伴娘。结果，那天，我听到了有生以来最多的高格调带色儿笑话，收到了无数个戳瞎双目的“媚眼”（贼眉鼠眼）。

果然，流氓不可怕，就怕流氓有文化啊。

（人果然还是要听麻麻的话）

但是鉴于我比较污，而且集美貌与才华于一身（我真的不是 papi



酱)，最终，成功调戏了一帮臭男人，所以他们羞涩地离开了。还好没有友谊，翻不翻船无所谓了。

柳岩比我惨。

第一，她比我美。第二，她穿的比我少。第三，她比我有名。

所以，她成了伴娘里最容易下手的那一个。贾玲，你懂的。其他伴娘，嗯，惹怒了她们谁知道好不好收场呢。

他们以为柳岩不会怒。因为她走的性感路线啊。

可是，性感就等于放荡吗？

穿的少，就等于不要脸吗？

平常嘻嘻哈哈，就代表真的不在意吗？

又美又性感，就活该不被尊重吗？

我看过柳岩很多访谈节目，她虽然胸大，但绝对不是无脑。她和娱乐圈众多明星保持极好的关系，成为众多屌丝心目中的女神，在《欢乐喜剧人》中，被王宁、大潘双双邀请，靠的不是她的胸，而是智慧与人格。

然而，当她穿着湖蓝色的抹胸礼服，以伴娘的身份站在婚礼现场，他们只记住了她的胸。有几个人能看到，在和新娘包文婧合影时，她把手放在自己的胸前，显然，她并不希望人们过多地把眼光投放在某个点。

她其实是以主持出道，结果因为胸而成名。有人称其为幸运。可是对于胸有大志的人来说，也是一种无奈吧。

她在《煎饼侠》里的眼泪，我相信是真的。那些年的煎熬也许现在也无几人能懂。

舒淇说过，要把脱掉的衣服一件件穿回来。可是很难，人们喜欢贴标签。

一个娱乐圈的工作人员说，以前某次录节目，柳岩穿着普通的衣服到了，但是公司又非让她回去换件性感的，因为她的定位就是性感。没办法，她不得不回去又换了一件才回来。

其实相比唐嫣这种萌甜定位的女星，柳岩这种定义的女星挺心酸的。她和唐嫣一起参加跑男，一个被当成小公举，一个随便开开玩笑无所谓了。

可是，性感是种资本，同样也应该需要尊重。

胸大不是她的错。以为胸大就活该，那是你们有偏见。



当柳岩抱着贾玲的时候，那种恐惧真真切切。毕竟是个女孩子，毕竟还穿着裙子，毕竟还有闪光灯。

可惜，开玩笑的朋友看不到。因为他们的心声和柳岩可不一样。有的也许是图个乐，有的恐怕在看笑话。所以，友谊的小船说翻就翻。

然而我以为，一些事情，究竟是开玩笑，还是戏弄，应该由当事人来表态，而不是其他谁说了算。

视频刚出来的时候，有人说，柳岩不会表态。不，其实她已经表态，只是她不说出来，大家就装傻当作不知道。还能用一句：当事人都没说话，关你屁事。堵住很多人的嘴。

微博上，这件事议论挺热的。最高的呼声是：这是男性对女性的不尊重。

我承认，是不尊重。

但恐怕，不仅仅是对女性的不尊重，更是对人性的不尊重。

人们特别喜欢贴标签，然后把你钉死在道德的十字架上。

把你定义为性感，这样才能撩拨你。

把你定义为卑微，这样才能鄙视你。

把你定义为人渣，这样才能辱骂你。

娱乐了别人，才能爽到自己。

人以群分，就是这么来的啊。

然而，对人性的真正尊重，其实是人以个体分。

柳岩让我想起蒋勋的《孤独六讲》里一个小女孩。

她喜欢超短裙，然而学校规定不让穿。认为那是不美的，放荡的，只有不良少女才会那么穿。

她于是用了一根皮带。在无人看见的时候，把那条长裙子折成短裙，用皮带固定。然后在校门口，微笑着松一松皮带，成为一个好女孩。

这是她的小秘密。也是人性的秘密。

我穿得少，不代表我放荡。

我沉默，不代表我没意见。

我特立独行，不代表我有病。

每一个正在生活的人，都应该被温柔相待。中国人群居而离心，外国人离居而同心，小船说翻就翻，因为我们从来没有同心同德。

