



《夜夜谈》节目组 编著

夜夜谈

杨锦麟
主讲

时事评论员
前凤凰卫视主播
前香港卫视副总裁

《夜夜谈》，思考让娱乐更欢乐！

冯 唐

夜 夜 谈

杨锦麟
主讲

时事评论员

前凤凰卫视主播

前香港卫视副总裁

《夜夜谈》节目组 编著

图书在版编目(CIP)数据

夜夜谈 / 《夜夜谈》栏目组编著. — 北京 : 中华

工商联合出版社, 2014.9

ISBN 978-7-5158-1059-1

I. ①夜… II. ①夜… III. ①谈话—电视节目—汇编—中国 IV. ①G229.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第203715号

夜夜谈

编 著:《夜夜谈》栏目组

主 讲: 杨锦麟

责任编辑: 胡小英 邵桃炜

特约策划: 沈 超

封面设计: 周 源

责任审读: 李 征

责任印制: 迈致红

出版发行: 中华工商联合出版社有限责任公司

印 刷: 三河市宏盛印务有限公司

版 次: 2015年1月第1版

印 次: 2015年1月第1次印刷

开 本: 710mm×1020mm 1/16

字 数: 212千字

印 张: 16.25

书 号: ISBN 978-7-5158-1059-1

定 价: 45.00元

服务热线: 010-58301130

销售热线: 010-58302813

地址邮编: 北京市西城区西环广场A座
19-20层, 100044

<http://www.chgslcbs.cn>

E-mail: cicap1202@sina.com(营销中心)

E-mail: gslzbs@sina.com(总编室)

工商联版图书

版权所有 侵权必究

凡本社图书出现印装质量问题,
请与印务部联系。

联系电话: 010-58302915

自序 夜夜谈

PREFACE

人生太短，黑夜太长

与“腾讯”结缘，并非偶然，也许是冥冥天意的安排。

那是2012年，应邀参加腾讯公益基金会在贵州黎平的一个公益活动期间。记得那晚夜宿肇兴侗寨，在那隔音设备极差的木板房昏暗的灯光下，我与李玉霄、傅剑锋促膝交谈，我们都是媒体人，对于媒体——传统媒体、新媒体的交流，毫无沟通障碍。那晚的谈话，其实已经勾勒出“夜夜谈”“天天看”两个栏目的轮廓。那是我第三次媒体转型，再出发的“黎平会议”。

再就是几位志同道合的朋友持续的“脑力激荡”，再就是当年中秋节前在深圳腾讯总部的一次正式拜会活动，和孙忠怀、马延琨第一次见面，没有太多的拘谨和拘泥，很快就“英雄所见略同”，再就是可以想象得到磨合互动的艰难，“夜夜谈”创意和栏目的酝酿，几乎胎死腹中，一波三折，几乎夭折，几乎难产，几乎无法问世，但终因王云鹏带领的节目运营团队和锦绣麒麟节目制作团队的全情投入，终因北京、香港两地团队彼此之间的真诚以待，《夜夜谈》终于呱呱落地了。

创业之初，为两个在锦麟频道播出的节目投资兴建的摄影棚仍在设计图纸上，《夜夜谈》的录制只能临时租借香港兰桂坊，以及北角英皇道两家白天歌

业的酒吧，感谢所有为这个栏目开创之初做出贡献的所有朋友，因为你们的鼎力支持，拔刀相助，义薄云天，《夜夜谈》才能顺顺当当地开始它的新生。

旅居日本的蒋丰，在上海滩扎下根基的李蕾，还有台前幕后的导演、编导、摄制组同仁，因为你们，才有《夜夜谈》此时此刻的精彩。

《夜夜谈》从2013年5月9日开播至今，每周三期节目，每期两到三位嘉宾，一年多下来，也累积了上百位嘉宾，两百多期节目，近5个亿的播放量。不过今天不是要炫耀这点得之不易的成绩，想说一说节目内外，印象深刻的一些人和事。

蔡澜是个爱玩的人，他说：“人生的意义就在于吃吃喝喝。”4月份恰逢《舌尖上的中国2》开播，蔡澜是这部纪录片的总顾问，于是邀请他上《夜夜谈》聊聊“吃吃喝喝”。他特意推迟了去新加坡的行程，专程赶来参加节目。

到了约定的那一天，蔡澜提前十分钟到了。72岁高龄的他精神很好，满脸红润，说话非常谦和，嘴角带着笑意。蔡澜是大家公认的美食家，但是，他却对“家”这个字不太有好感，在节目当中有嘉宾尊称他为“美食家”时，他直言对家这个字不太有好感。“我好学，但对一切知识只能用八个字形容，那就是：一瓶不满，半瓶晃荡。做任何事，都是一知半解，绝对不能称得上什么家。”

对于当下流行的“吃货”这个词。蔡澜在节目当中抗议：“‘吃货’这个名词实在是很低贱。‘吃货’‘骚货’都是骂人的。什么叫吃货呢？这个事，我有意见。”

“爱吃”的人不会坏。因为他没有时间去考虑坏点子害人，有这点时间，还不如去找点好吃的、好玩的。

在节目录制的过程当中，发生了一点意外，在有人看来或许是小事，但发

生在《夜夜谈》团队是非常大的事故：不知道是谁的手机铃声突然作响，导致节目录制不得不中断和暂停，正聊得火热的场面瞬间凝固，蔡澜脸上登时露出不悦。我当下脸都绿了，团队素来兢兢业业，从未发生过这样有违职业精神的事情。虽然马上便知道是当天临时外请的一位摄像师犯下的过错，但这样的事情怎能像官方的危机公关那样凭一句“临时工干的”了事？

处理完意外，节目录制继续……

录制结束之后，我送蔡澜到电梯，就刚才发生的意外向他表达歉意，他赶紧制止：刚才的事情已经过去，不必再提，人生嘛总要往前看。

蔡澜就是这么洒脱。人生太短，他所有的夜晚只用来寻求快乐。一直到今天，古稀之年的他还常常飞到世界各地，尝美食、品美酒。旅行的意义，就在于看看“生活在别处”的人怎么活。在旅行中，远离现世生活，有所超脱和出世。

郑佩佩，是香港电影界的金牌老戏骨，她在事业最得意时选择了息影结婚，嫁给了日本的一个黑帮大佬，随丈夫在美国生活了20年。期间，她怀孕8次，4次小产，生下三女一儿。离婚后，她一边带孩子一边拼命赚钱。1992年，阔别影坛20载的她又重回香港打拼，因没有房子，她住了两年的佛堂，直到今天，她跟女儿在香港还是租房子住。

录节目那天，郑佩佩是坐地铁来录影棚的，而且丝毫不觉得这有什么。由于担心造型师妆化得太浓，她已经在家提前自己化好了妆。淡淡的，看得到岁月的痕迹，但她的美丽是可以打败时间的。她为人处事无不体现出香港老一代电影人的风骨，在她身上，有光。

当天节目的话题之一聊的是“遗体捐赠”。在佩佩姐随身携带的环保袋里，除了装着维他命、钥匙、纸巾、毛巾等日用品之外，还有一张特别的证书——“遗体捐赠证书”。在美国，大部分人都会在自己的驾照后面写着他

愿意捐赠器官，一旦发生意外，那么医院就可以遵照当事人的意愿来处理遗体。回到香港之后，68岁的她在朋友的见证下和有关机构签署了“遗体捐赠证书”。对于生死，她看得如此坦然、淡然，不得不说她已经参透了生命的真义。她说，“人不能光活着有用，死了也要有点用”。

郑佩佩的到来，对于当时的我来说，无疑是非常大的鼓励。那段时间，因为工作上的压力我一直睡不好，创业一年多以来，个中甘苦冷暖自知。但是，看到穿过了岁月幽暗和风霜的郑佩佩，看到她一生经历的跌宕起伏，看到她在谈起这些过往时嘴角露出的浅浅笑意，备感温暖，眼前的种种都只是烟云。

人生太短，郑佩佩把所有的夜晚都奉献给了温柔，虽然她一直以来的形象都是“中国第一打女”，曾被报界封为“武侠影后”，虽然她回顾离婚原因的时候，说那时的自己不像女人，虽然在她的个性和人格当中，你看到的是独立和强悍的一面，但，这样的一个人，的确是温柔了岁月。

冯唐这小子是个人间奇才。他是北京人，也是香港新一代移民。在他身上，有着一一种我特别欣赏的“混蛋劲”。他的《不二》一直排在香港畅销书的前十名榜单上下不来，新书《素女经》在香港甫一出版就卖断货，对年轻人越来越不爱读书的香港来说，这不能不算是一个传奇。香港从来不缺少传奇，这里从来都是传奇故事发生的土壤。

在回香港参加书展的间隙，冯唐来参加《夜夜谈》的录制。雁过拔毛，冯唐难得来一趟，更是要拔得一千二净，一口气录了他三期。

从协和医科大学医学博士到麦肯锡合伙人，从畅销书作家到华润集团战略管理部总经理，冯唐的经历本身就是一个传奇。2013年第八届中国作家富豪榜中，冯唐以295万的版税收入排在第39位。这样一位“富豪作家”，成长于一个家境普通的家庭，他的父母是北京汽车制造厂的普通技术员，靠几百块死工

资养大3个孩子。他家的房子不带厕所，在大学食堂吃饭时他内心会挣扎要不要打肉菜，兜里的钱不超过200块。他想让老妈住上带厕所的房子，想在请姑娘吃饭时点得起四菜一汤。

如今的冯唐和当年的张海鹏当然不可同日而语，他不仅靠文字打败了平庸，也靠文字打败了孤独和虚无，也靠文字来打败中年危机。冯唐在节目当中坦言，《不二》这部小说就是用来解惑的。对于那时候要一周工作80个小时的他来说，写作的过程，就是一种顿悟。他分享了这样一个小故事：有一天晚上，冯唐忽然从睡梦中醒来，他住处的窗子就冲着香港大学的那座山，月光照射下来，忽然觉得周遭极其澄清澄彻，他好像体会到了所谓“醍醐灌顶”的感觉。桶底没了，所有的烦恼、所有的妄念没有了。他心里变得特别安宁……然而第二天一上班，来了几个人，这个说张三真惨，那个说王五真不是个东西，冯唐觉得一盆水又浇上来了。

“哪怕在某种瞬间体会到了那种境界，但是想要无意识地经常性地保持这种境界，我觉得差得还挺远的。”冯唐说。可见，所谓顿悟，只是瞬间的事。难的是一直保持顿悟的状态。

人生太短，冯唐把所有的夜晚交给了文字，他用文字打败时间。

每每出差回家，当飞机从香港的夜空降落的时候，望着舷窗外维多利亚港湾的灯火，内心无比宁静。1988年，我35岁，离开故乡厦门，拖家带口来到香港，过了罗湖桥，月亮便是另一个世界的。

二十余年，不过转眼一瞬。在香港摸爬滚打、起起伏伏，做过投资，当过顾问，干过分析员，最后在媒体界安身立命；从报社记者、编辑、主任、主笔，到电视台主持人、执行台长；几度改行，几度创业，几度失业，几度归

零；经历过香港的金融危机，看遍了泡沫和繁华……我们这一代人被耽误了整整十年的青葱岁月，如今当下活得如此用力，如此用心，如此奋不顾身，只不过想把被耽误的青春夺回来。

许多过去曾经觉得不可能的事情，如今都化成了可能。香港这座城市的巨大魅力，就在于它充满了无限的自由和无限的可能，无数的人在这里面对着漫长夜，用自己的方式书写着人生。

人生太短，我将所有的夜晚交付给你，我的读者、观众。从前，我们通过纸和笔交谈，通过电视交谈，现在我和你通过网络交谈。

当华灯初上的时候，温一壶老酒，约两三知己，浅酌戏谈夜归时，举杯邀明月，将古今中外天下事，都付笑谈中。

人生太短，黑夜太长，但心底里的那盏灯还亮着，还能释放出温度，还有温暖，真好。

继续与你相约“夜夜谈”。

杨锦麟

甲午年仲秋

目录 夜夜谈

CONTENTS

001 自序：人生太短，黑夜太长 / 杨锦麟

一 万里长梦

第一章

- 002 席慕容：因爱成诗
- 011 琼瑶：雷剧奶奶的萝莉心
- 019 金庸古龙也代笔
- 027 华人喜剧的变革
- 035 功夫电影困兽斗

健康新主义

第二章

- 044 小心，你喝的水有毒！
- 053 奇葩养生术
- 061 抑郁症，生命不能承受之轻
- 070 不要过劳，也不要死
- 078 催眠：披着迷信外衣的科学

八卦不落幕

第三章

- 086 选美究竟选什么
- 096 明星产子经济学
- 104 揭秘“职业观众”新产业
- 112 看明星跨界七十二变
- 120 韩星是怎样炼成的

伊甸有个园

第四章

- 130 关于星座：那些你不知道的事儿
- 137 我的爱情可以“赤裸裸”
- 146 男闺蜜，你值得拥有！
- 155 用心写，勇敢爱
- 163 剩男自由论：要女人，不要“被结婚”

一支时间舞

第五章

- 174 幸福是什么?
- 181 泪眼里的“老漂族”
- 188 探秘国人炫富心理
- 196 新时代蓝领炼金术
- 203 春节恐归症

青春不迷茫

第六章

- 212 你真的懂屌丝吗?
- 220 最难就业年
- 227 那些年，我们跃过的龙门
- 234 逃离北京，青春何处安放
- 241 无秘的“秘密”



杨锦麟与嘉宾席慕容

夜夜谈

原创制造
资讯品牌

第一章

一万里长梦

／浅／酌／戏／谈／夜／归／时／

夜夜谈

席慕蓉：因爱成诗

主持人：杨锦麟

特约嘉宾：席慕蓉 当代著名诗人、散文家

毕 竟 资深媒体人

袁 苑 电视节目主持人、制片人

播出时间：2013年9月14日

有人艰难地逃离这片土地，有人不断地追寻这片故土，有人在现实中打造自己的金刚不坏之躯，有人坚持在黑暗中寻找光明和美好，有人迷失了自己，有人在寻求自我，在这个被快餐文化侵蚀的世界里，诗歌中纯真美好的情感更显得弥足珍贵。

提到诗歌，就不得不提《诗经》。在这部诗集中，最能引起人们情感共鸣的莫过于爱情诗。它如一朵陌上之花静静地绽放，展示了一幕幕温馨、动人的画卷，其中一些不忍卒读的美妙诗句更是让人唏嘘感慨。

诗歌的妙处正在于此。一首好的诗歌读起来不仅千回百转，而且意境无限、韵味无穷。本期《夜夜谈》，和席慕蓉一起聊聊诗歌，感受诗歌的无穷魅力。

台湾别样文化陶冶国人心

台湾四面环水，不仅环境优美，而且人才辈出，比如三毛令人难以释卷的游记、琼瑶令人心碎的唯美爱情小说，当然还包括席慕蓉的诗歌。单从席慕蓉的名字来看，就充满了诗情画意，让人浮想联翩。她的诗简单直白，读起来朗朗上口、荡气回肠，对好几代人产生了巨大的影响，直到今天，仍然有许多读者争相传抄、背诵她的诗。

【夜夜回放】

杨锦麟：随着两岸关系的开放和文化的交流，很多人扮演着文化使者的角色，邓丽君的歌、席慕蓉的诗、三毛的随笔，让很多大陆的孩子第一次惊奇地发现，台湾在云山雾罩的政治宣传背后，竟然有人性的真挚。

毕 竟：像我这代人小孩的名字，都有三毛作品的痕迹。

杨锦麟：就我们这代人而言，缺乏的是情感方面的细腻。席慕蓉、三毛、琼瑶，她们的诗、小说、随笔、故事，影响、陶冶了“文革”后那代人的心灵。

毕 竟：让我们的心从坚硬变得柔软，让一个民族从狂躁变得温和，其中台湾的音乐和文学起了很大的作用。

席慕蓉：我觉得台湾真正稳定的力量在民间，台湾民间非常了不起，稳定而自信，也愿意帮助人，对很多事情都有一个很豁达的想法。

毕 竟：您将来会不会像有些台湾人一样，选择到大陆定居？

席慕蓉：我要做一只候鸟。我刚从大兴安岭下来，9月还要去阿拉善。我以前回来的时候，都是到处跑，到布里亚特，到贝加尔湖，到蒙古国、乌拉巴托，更远去了肯特省。我觉得每个地方我都想去，现在很多地方我都有了朋友，有了朋友之后我有时候会去七八次。

诗人漂泊数年首次归家乡

故乡，永远是一个言说不尽的话题。对于故乡的思念，古人和今人都喜欢用诗来表达对故乡的情感，字里行间流露出的复杂情感或许只有身在异乡的人才能读懂。对于席慕容来说，故乡内蒙古同样是她魂牵梦绕的土地，但直到多年之后她才得以回到故乡。可是，在踏上草原的那一刻，故乡的雕花马鞍、马奶酒以及白色的哈达，她会感到陌生吗？

〔夜夜回放〕

杨锦麟：我对“席慕容”三个字，不是从诗去体验她对人生的感悟的。从80年代末她到草原去寻根，寻找祖先的足迹。她走遍了内蒙古大草原，去了察哈尔，去了呼伦贝尔，去了科尔沁。

席慕容：1989年我刚回去的时候，第一次见到了我父母的故乡，第一次见到我的原乡。到今年是24年了，我觉得我变成了一个试验品，好像上苍把我丢在这里，就是为了让我去见那块土地。我一直认为我们对自己了解得太少，那块土地不只是空间，好像是我身体的一部分。有时候好像是血肉和骨骼一样，跟你在一起，可感觉又很缥缈。我第一次踏上蒙古高原，我就一直在惊叫，怎么觉得我好像见过它，我感觉我好像来过。对故土的感觉，从身体发肤跟心里一起跑了出来。

杨锦麟：席老师的诗非常洁净，有一首诗却很感怀，名字叫《出塞曲》。

席慕容：其实这个题目用错了。对于一个蒙古人，又出什么塞呢？应该是回家。我是一个汉化很深的蒙古人，尽管我身上有些东西是汉文化给予的。请允许我读一段：

请为我唱一首出塞曲/用那遗忘已久的古老言语/请用美丽的颤音轻轻呼唤/我心中的大好河山/那只有长城外才有的景象/谁说出塞曲的调子太悲凉/如

果你不爱听/那是因为歌中没有你的渴望/而我们总是要一唱再唱/像那草原千里闪着金光/像那风沙呼啸过大漠/像那黄河岸那阴山旁/英雄骑马，骑马荣归故乡

杨锦麟：也许成长的经历不一样，但对父辈、对生我养我的那块土地、那块草原、那土上长的草，都有发自内心的情感。诗是共通的，无论用什么语言吟诵，都能触动我们的弦。

诗歌面貌千万种

中国诗歌的历史源远流长，从诗经到唐诗，涌现出很多精美绝伦的诗，虽然这些诗有的艰涩难懂，但其抑扬顿挫的韵律却会令人不由得想象诗背后的故事。关于诗，集诗画于一身的席慕蓉也有着独到见解，且听她娓娓道来。

【夜夜回放】

杨锦麟：谈到您的诗，谈到您的80年代、90年代乃至今日，无论是讲粤语的、国语的还是外语的人，对您的诗都有一种怦然心动的情感共鸣。大陆有张报纸在批判郭敬明的《小时代》时，把您和汪国真并列起来说。

席慕蓉：诗本身写出来以后，它的生命有时候是读者给的，是读者把它的生命延续了下来。其实像诗经、唐诗、宋词也是它们那个时代的流行文化，所以当代人怎么说其实都算不得准，包括我自己。诗跟着自己的生命走，如果别人跟你不是一个轨道，就没办法让别人同意你。写诗的时候也不是去揣摩别人的心思，而是在表达自己内心的想法。如果有了读者，就是给诗增加了厚度。世界上有各式各样的人，有各式各样的想法。比如，我的《一棵开花的树》《沧桑之后》《出塞曲》，都是我二三十年前写的，可能很多年以后别人也就