

陈鲁豫

著

# 偶遇

面对无解的爱情和人生  
我们唯一能做的其实就是  
尽力按照自己的心意生活  
不被任何人的意志所左右

北京出版集团公司  
北京十月文艺出版社



陈鲁豫

著

# 偶遇

北京出版集团公司  
北京十月文艺出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

偶遇 / 陈鲁豫著. — 北京: 北京十月文艺出版社,  
2018.2

ISBN 978-7-5302-1785-6

I. ①偶… II. ①陈… 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 (2017) 第 313739 号

偶遇

OUYU

陈鲁豫 著

出 版 北京出版集团公司  
北京十月文艺出版社  
地 址 北京北三环中路 6 号  
邮 编 100120  
网 址 www.bph.com.cn  
发 行 新经典发行有限公司  
电话 (010)68423599  
经 销 新华书店  
印 刷 山东鸿君杰文化发展有限公司  
版 次 2018 年 2 月第 1 版  
2018 年 2 月第 1 次印刷  
开 本 850 毫米 × 1168 毫米 1/32  
印 张 10  
字 数 120 千字  
书 号 ISBN 978-7-5302-1785-6  
定 价 39.00 元  
质量监督电话 010-58572393  
如有印装质量问题, 由本社负责调换

版权所有, 未经书面许可, 不得转载、复制、翻印, 违者必究。

## 序

2017年，我变得爱哭了。以前做节目，当嘉宾讲到动情之处热泪盈眶的时候，现场的观众甚至工作人员都会跟着流泪。只有我，因为自己哭不出来，而着急、惭愧，怀疑自己要么太过理性，要么就是冷漠了。可是一个人回到家里，看剧发呆，外面雨雪阴晴，任何一点小事都有可能让我感触落泪，我知道我只是不善于在公众面前表达自己的情感。

2017年在大庭广众之下，我的眼泪来得太迅猛了。其实，什么也没发生，或者有些变化一直静水深流，反正心里的那堵墙就那么轰然坍塌了，没有任何征兆。采访霍建华，他说宣布恋情当晚，他和林心如手拉手去台北最热闹的火锅店吃饭，简简单单的一个陈述句我就哭了，因为他们牵手，因为他们坦荡，因为我知道这样做需要的勇气。他又说，抱起新生女儿的一刻，他几乎泣不成声，因为平生第一次切实感觉到他和怀里这个生命完完全全属于彼此。听到这儿我又哭了，突然觉得有一个自己的孩子，是件神奇而美妙的事情。

在《我是演说家》的舞台上，一个年轻的记者讲到凌晨四点，

在大城市打拼的人们，和那些住地下室却依然乐观的年轻人。我又是稀里哗啦。我太知道凌晨四点的香港的呼吸和味道了，微咸而黏的海风，静谧的街道只有我和我的脚步声。整个香港还在熟睡，呼吸平稳，可那份无处无刻不在的压力和活力，那种每一个大城市都有的压力和活力就那么清晰地跟着我。无数个凌晨四点，我匆匆赶往演播室，去准备清晨七点的新闻直播。好奇怪，那时候心里从来不觉得凄苦、孤独，仿佛一切理所应当。

拍摄这本书的封面时我突发奇想，要一张流泪的照片，表情不要悲苦，只是默默地，有泪、脆弱，但温暖。我请教一个戏骨朋友，如何面对镜头流出真诚的眼泪。他说，你就静静地酝酿，让镜头耐心地等待捕捉。你不要计较有没有眼泪流出，心里有比挤出来有力量。拍摄的时候，放着 Adele 的 *Some One Like You*，我心里并没有那些前尘往事、新仇旧恨，无遮无拦的心就那么全然地敞开着。当 Adele 唱道：“I remember you said, sometimes it lasts in love, but sometimes it hurts instead”，我的眼泪就那么不知不觉地流了下来。

我们总是在别人的故事中流自己的眼泪，而我，一直努力地封存着我的眼泪。因为，我怕自己溃不成军。我仍然觉得不可思议，一个自己的生活并没有过明白的人，居然可以解答别人的困惑。其实，哪儿有什么解决方案，谁的人生不是一堆麻烦？所有麻烦、痛苦除了死等时间给出答案，哪有其他的办法呢？那些来信不过是絮絮叨叨地说，我的回信也不过是絮絮叨叨的陪伴，相互取暖而已。但是，这个过程却无比治愈。

这几天整理书稿，我重温两年来所有的录音文字，一次又一次地哭成狗。我的心里越来越确信我要的生活，要么孤独，要么和爱情一起，没有其他。这样的话说出来，自己都觉得幼稚。可我却真心实意地相信着。我们都按各自的意愿生活，接受过程中的所有冷暖、疼痛、悲喜。

从1995年开始，我看每一期的 *Vanity Fair*（《名利场》杂志），杂志的最后一页总是 Proust Questionnaire（普鲁斯特问卷），其中一个问题是：Who's the love of your life?（谁是你今生至爱）多年前第一次看到有人回答他的人生至爱是爱犬、是儿孙，而不是自己的伴侣和爱人时，我震惊到无以言表。我难过又恐惧地想，难道，一个人的成长过程就是慢慢失去对爱情的相信和渴望的过程吗？我对自己说，如果这是每个成年人的宿命，我要打破这个魔咒，可以受伤，但不可以失去爱的能力和信仰。可是，生活无比强悍凶险，它逼着你在生存、生活，努力出人头地的同时慢慢接受并且和自己和解，接受现实和梦想的差距，接受爱情并不是每一个人时时刻刻的必需品，接受你的爱不被珍惜、得不到回应。可我还是固执地认为，转瞬即逝的只是激情，而爱情，是会长存的。

爱情有什么用？它带给人的伤痛似乎远远多过甜蜜，而人是本能地趋利避害的呀。可是，再曾经沧海、心如止水、游戏人生的人，一旦遇见生命中的那个“终结者”——terminator，所有的怀疑、犹豫、防御、算计都会消失，在爱情中，一边犹豫，一边好了伤疤忘了疼，是人的常态。因为爱情没有任何用，但它像诗歌绘画音乐舞蹈一样，让你的内心充盈着美好。就像我第一次去罗浮宫，排了

长长的队，然后被一堆人挤着，踮起脚，注视着不远处的《蒙娜丽莎》，她静静地看着我，那一刻，周围的一切都不复存在。在她的微笑中，我流着眼泪，驻足凝视。短短的时间，我又被人群拥着向前走，并没有不舍和留恋，因为我内心的激动、狂喜、无法相信已经满溢出来。那份回忆将陪伴我一生。而爱情，就是类似的感觉吧。那或长或短的一刻，真实、真诚地发生着。如果可以，我仍然渴望那种灵魂出窍的幸福。谁是你此生至爱？这个问题，在节目中，我也问过我的嘉宾，有人回答得犹豫，有人明显并不真诚，我都理解，真正能任性、按自己意愿生活的人并不多，而真正按自己意愿任性生活的人也未必幸福，所以人生至爱是谁，只要你知道答案就已经是天大的福气了。

每一次，我也会重新认真填一遍普鲁斯特问卷，关于人生至爱，我的答案有过变化，但始终清清楚楚，比如现在。爱和拥有，也许是两回事，可我总是一厢情愿地相信，此刻，如果爱，就在一起吧。被出版社逼着交稿这天，我还是忍不住跑出去看了 *Darkest Hour*（《至暗时刻》），Gary Oldman 演丘吉尔有多牛我就不赘述了，丘吉尔夫夫人 Clementine 一段台词让我潸然泪下，她说：“结婚前一晚我打了退堂鼓，可我二十一以前已经取消两次订婚了，我怕可能会落下个逃婚的名声，再取消一次订婚就有点儿太失礼了，但我想悔婚的真正原因，是因为我知道就算是那个时候，他也会把民众的福祉放在首位，不过这样会成为年轻姑娘的心病，担心自己在他的心目中永远排第二。婚后也是这样，没过多久，咱们的孩子们也得接受同样的事实，我们都以自己的方式接受了。”虽然关于丘吉尔和初恋帕米拉、第二任女友 Violet 以及太太 Clementine 几个人之

间的情感纠葛我没有去深入了解，可我仍然被这样的态度和表白所感动。再独立、自我、任性的女性，遇到她认为值得的人，因为爱、因为崇拜或者因为其他而将自己放在第二位，接受这一生自己爱他都会多过他爱自己，换作是我，我也可以。不需要对方是丘吉尔，只需要我足够爱他。

这本书解决不了情感问题，但它可以让你在人生的至暗时刻感受到陪伴。无论是谁，我们都曾经或正在经历各自的人生至暗时刻，那是一条漫长、黝黑、阴冷、令人绝望的隧道，可是，2017年我经历的一切告诉我，无论多么艰难，那束光、那份暖，就在隧道的尽头等着我。

谢谢我内心的爱。

谢谢过往的岁月。

谢谢 2017 年。

谢谢我的朋友、家人、团队、观众、听众、读者。

谢谢为“偶遇鲁小胖”熬过夜加过班的孟一毛、陈阿牙、不二、玮小宝、艳丽、吕小鑫、曾靖书。

谢谢……



## ii) 1 序

## iii) Part1 按自己的意愿生活，别人闭嘴

- 3 我就丧了，就不合群，就特无聊，那又怎样？
- 7 你参与这个世界的方式是什么？
- 11 鸡汤有毒
- 15 恋爱也好，工作也罢，女孩子别被这些套路牵着鼻子走
- 20 是什么让你丧失了回怼的能力？
- 25 生活不是做给别人看的行为艺术
- 28 我享受独身，注定将来就老无所依？

## iv) Part2 迈出第一步，人生就有可能豁然开朗

- 33 离开父母，我们究竟会变成什么样子
- 36 最可悲的人生不是多么艰辛，而是一片空白
- 40 在大城市辛苦谋生，还是回老家安稳一生
- 44 谁说双子善变？超长续航倒是真的
- 49 生活是自己的，别被烂人扫了兴
- 53 新的一年，你应该抡圆了生活

### 4) Part3 新的人生，就是要直面我们的问题

- 63 此生，你不来，我不老  
67 亲吻王子之前，总要先亲几个癞蛤蟆  
71 爱就是没辙、活该、愿意……  
75 若是真爱他就不会走！走了，就不会再回来……  
79 就算明天要分手，那今天先不要放弃  
83 何时向他交代你的人生？  
88 用尽我的洪荒之力去爱你  
91 Coffee, tea or me ?

### 5) Part4 爱情是两个人的战役

- 97 找一个我爱的人，还是爱我的人？  
101 我们都是俗人，唯有爱情才能拯救我们  
105 爱情是一场精确的匹配游戏  
109 和“作女”谈恋爱是种什么体验？  
116 这世上只有一个女人不需要“潜力股”  
121 有个帅到心慌的男朋友是种什么体验？  
127 那些在人前狂秀恩爱的男人们  
131 三个人的爱情，未免太拥挤  
135 与比自己小的男人在一起，会幸福吗？  
138 你认为，女人最不能容忍男人的地方是？  
142 我不在乎你给我多少，而在乎你是否尽你所能  
146 皮特和朱莉离婚了，但我依然相信爱情  
151 经不起考验的友情、爱情，就让它自生自灭吧  
155 我爱你的这一刻，就是我和我的天长地久

ii) Part5 爱情本来就是一段心甘情愿的冒险

- 161 你们的爱情只是败给了时间  
167 你那么爱他，为什么不想嫁？  
171 你是否拥有过一个触不到的恋人？  
175 不该在一起的人总会走散，对的人什么也拆不散  
178 当爱已经麻木，是否还能相伴一生  
183 你到底要和什么样的人结婚？  
188 遇到更好的异性，我们该不该变心？  
191 美貌终将过去，但真爱会跨越偏见  
195 人生挺艰难的，不爱的人就放过彼此吧！  
199 你那么爱他，为什么还总是找碴儿  
203 为什么你的生活和爱情全都在别处

iii) Part6 上天眷顾勇敢去爱的人

- 209 在爱里无可救药地“犯蠢”  
212 那时有多甜蜜，现在就有多悲伤  
218 等一个不爱你的人，就像在机场等一艘船  
222 爱得那么委屈，不爱也罢  
226 你别皱眉，我走就是  
230 让你们爱情走到尽头的究竟是什么？  
234 爱上朋友的另一半可不可以挖墙脚？  
237 没有不幸的婚姻，只有不幸的夫妻  
240 姑娘，准备好婚了吗？  
244 多少不幸的婚姻，都是这样开始的

ii) Part7 话题

- 251 我是三十岁的“剩女”，你有意见？
- 255 直男癌别拿刻薄当率性，直女癌别拿无礼当有趣
- 259 全世界都为六十四岁的她狂欢，除了沉默不语的直男癌
- 263 有一种友谊叫我不会借钱给你
- 267 最好的闺蜜，是苦痛各自承担彼此只须陪伴
- 271 你愿意做全职家庭主妇吗？
- 276 但凡不能杀死你的，终将使你强大
- 280 租房还是买房？人生永远有另外一种活法
- 285 开放式关系是个什么鬼？
- 291 在爱情里追求百分之百的忠诚有意义吗？
- 297 这不是男人和女人的战争，而是你和恐惧的战争
- 302 认真去爱就好，是直是弯没那么重要
- 306 你说相逢恨晚，我说相遇太早



按自己的意愿生活，别人闭嘴



我就丧了，就不合群，就特无聊，那又怎样？

爱情就是两个人欣喜地彼此陪伴。平等、尊严、坦诚，缺一不可。

### 橙子的来信

一直都很喜欢你，鲁小胖，喜欢看你的节目。我出来工作一年了，喜欢上了一个男孩子，跟他告白了。他比我大六岁。说实话，平常也没话聊，没有共同话题，但是我还是以我的方式对他好，然而还是没啥用！他觉得我很无聊，但是并不讨厌我。在没遇到他之前，我会去享受一个人的生活，但是和他在一起之后，就变了。

我想方设法去和他说话，感觉自己也慢慢地发生了变化，结果还是很无聊。说实话，我觉得挺可怕的。也许是我生活圈子小，没有形成自己的生活。我有点怀念以前的自己了，不管开心、无聊、忙碌，好的、坏的，根本不需要在意别人的评价。人们常讲，不要和无趣

的人谈恋爱。所以说，像我这样一个经常让人感到无聊的人，是不是就不配去谈恋爱？我是不是应该先去追寻自己的生活？

### Miss 芸的来信

鲁豫姐你好！我是 Miss 芸，一直都很喜欢你！大学毕业之后，我一直过得很不开心，不断相亲，就是一直找不到合适的，可是我又觉得一定要找个可以怦然心动的人。对于现在的生活我觉得特别不满意，我觉得自己一直都没有归宿，不知道属于我的幸福什么时候可以到来。我属于人们眼中的剩女。你说得对，婚姻不能将就，可是等待的时间太煎熬了！前段时间看一个节目讨论过，剩男剩女找对象是不是应该差不多得了。说实话，我很困惑。鲁豫姐，每个人都有属于自己的幸福吗？

### 鲁小胖的回信

英文有个词儿叫 doormat，本意是门口的擦脚垫。话说我家门口就有一张，用了很多年，又脏又臭，我得赶紧去换一个。doormat



引申出来是指逆来顺受的人。比如某渣，家里可能有老婆有女友，人前人后也秀着恩爱，平常也没什么工夫搭理你。你一个人隐忍、痛苦、期盼，他呢，隔三岔五又没事人似的招你一下，而你永远在他空虚无聊的时候回应他、原谅他、接受他，于是你就成了那张 doormat。

一生中总有某个时候，我们像昏了头似的任由别人 walk all over us（对我们为所欲为），还安慰自己说，那是因为爱，一点点受伤算什么，一点点自尊又算什么。Please！所有认为爱有多深就该有多痛的人，脑子都瓦特了（上海方言：坏掉了），包括我。

爱情又不是上天入地，不是柯洁和阿尔法狗人机大战，不应该那么复杂。爱情就是两个人欣喜地彼此陪伴。平等、尊严、坦诚，缺一不可。别人可以不爱你，那不代表别人渣，但是你如果允许一个不爱你或者不够爱你的人拿你当 doormat，那也不一定是别人渣，而是你傻。我们肯定都傻过，或许还正傻着，那就醒醒吧。

这两天听了个“doormat”的故事，有点儿受刺激，所以就想要和你们唠两句。橙子的信问到无趣的人是否不适合谈恋爱。这个问题其实和恋爱的关系不太大，而是关于什么是时下“政治正确”、喜闻乐见的性格。比如外向、不拘着、男男女女都有点“汉子”的劲儿、好玩、有趣，甚至有点儿“二”，这些都是被认为正确的人设，而相反的一切则被视作“装”或者“无趣”。

我就丧了，就不合群，就特无聊，就内心细腻而拧巴，那又怎么了？这世上没准儿就有一个和我一样，面目不可憎但也不喜兴的普通人呢。当然，如果碰不到，我就一个人待着，谁规定了非得恋爱非得结婚？