



现代



生



活

手



赋



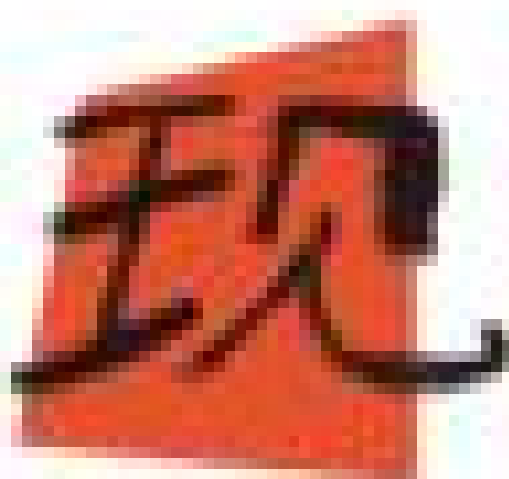
如何用崭新的  
文学形式  
书写我们这个  
迅疾变化的时代 ?



现代生活的  
一面照妖镜  
探询数字时代的  
人性与情感

原来小说还可以  
这样写 !

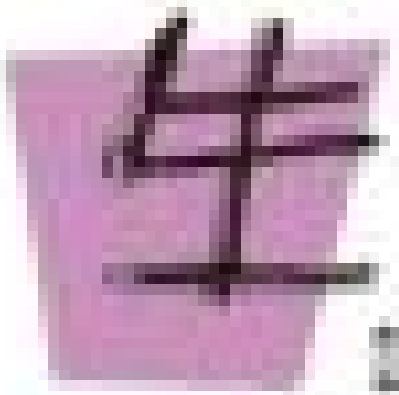




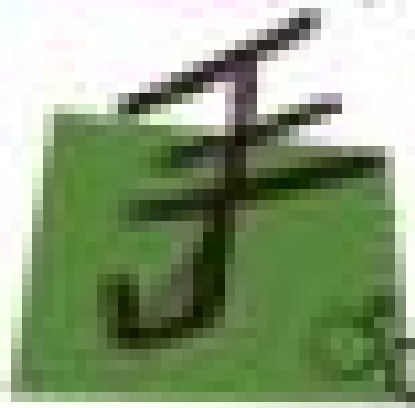
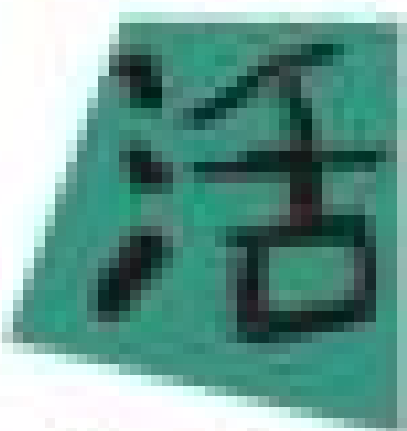
天



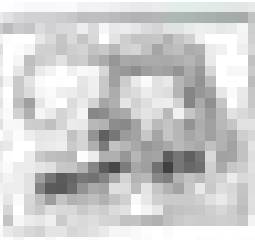
火



土



天 (Tian) - Blue  
火 (Huǒ) - Red  
土 (Tǔ) - Yellow  
水 (Shuǐ) - Black



火 (Huǒ) - Red  
土 (Tǔ) - Yellow  
水 (Shuǐ) - Black  
木 (Mù) - Green



---

图书在版编目(CIP)数据

现代生活手账/李潇潇著. --郑州:河南文艺出版社,  
2023.12

ISBN 978-7-5559-1591-1

I. ①现… II. ①李… III. ①小说集-中国-当代  
IV. ①I247

中国国家版本馆 CIP 数据核字(2023)第 226072 号

---

选题策划 杨 莉 王战省  
责任编辑 杨 莉 王战省  
责任校对 殷现堂  
装帧设计 张 萌

---

出版发行	河南文艺出版社	印 张	10.5
社 址	郑州市郑东新区祥盛街 27 号 C 座 5 楼	字 数	236 000
承印单位	郑州新海岸电脑彩色制印有限公司	版 次	2023 年 12 月第 1 版
经销单位	新华书店	印 次	2023 年 12 月第 1 次印刷
开 本	890 毫米 × 1240 毫米 1/32	定 价	98.00 元

---

版权所有 盗版必究

图书如有印装错误,请寄回印厂调换。

印厂地址 中国河南省郑州市管城回族区南曹街道金岱工业园鼎尚街 15 号

邮政编码 450000 电话 18695899928

## 作者简介

李潇潇，1981年生。2002年毕业于中国传媒大学戏剧影视文学系，同年入伍至南海舰队政治部创作室任创作员。2007年考入解放军艺术学院就读文艺学研究生。文学硕士。

在《十月》《当代》《人民文学》《小说月报》《北京文学》《天涯》《山花》等刊物发表中短篇小说30余万字，发表论文评论等20余篇。

出版小说集《我是一条80后的狗》。  
现居北京。

## 目录

### 壹 它 1

朋友圈 3

公众号 23

直播间 43

### 贰 他 61

茵莱夫手账 63

西海岸手账 94

唐邛广的赌局 127

白雪 133

松针 164

### 叁 我 191

小男友 193

MK 女孩 224



大师 233

### 肆 你 269

一艘军舰的意识 271

访谈录 313

壹 它



编者注:为了原生态地呈现自媒体写作和手机阅读的特点,在“壹 它”部分的小说里,有些句子后面没加标点符号,并使用了一些手机使用中常见的符号。特此说明。



朋友圈



- 对话现代生活
- 数字化的孤独
- 自由的表象
- 走近文学故乡

码上发现

30<sub>11月</sub>

♥56 □6

4月的亚丁之行还历历在目,仙乃日、央迈勇、夏诺多吉,想念你们!如今我又在四姑娘山脚下了。比起高原越野,5月的喀纳斯百公里、9月的长白山50公里赛程显得轻松无比。马拉松永远如此叠加瘾头,Skyrunning!我又来了!亚丁第一日的高原反应下马威让我心有余悸,“眼睛上天堂,身体下地狱,灵魂受震撼!”好在4月的跑友再次相聚,Roger,小林,明道,Vivian,还有半年胖了4斤的庄小鱼(嘘!),愿我们的友谊如雪山一般纯洁永恒!p.s.:预防高原反应小贴士【①防寒保暖,避免抵抗力下降致感冒侵袭。②少食多餐,低盐饮食,不可暴饮暴食。③充足睡眠,尽量选择舒适的宾馆入住。④糖果、巧克力都能帮你迅速补充糖分。⑤携带维C、感冒药、消炎药、跌打药、散列通(我这里很全,需要的来找我)。】(分组标签 1:所有朋友可见)



Kyle 每一天都要活成自己想要的样子

回复 Kyle:嗯嗯!您才是我的榜样

林梢 玩这么高端了,让我们在奥森溜达的人情何以堪。

涂小君 美女又出发了

妈妈 注意安全

庄小鱼 嘘!!



## 详情



6

♥9 □4

潜在高净值客户:年龄 40+, 男性, 山地越野, 娱乐上市公司总监, 年薪 200 万+, 有高血压病史, 妻子全职主妇, 低血糖病史, 双胞胎男孩 4 岁, 有先天性心脏病; 年龄 20+, 女性, 全马, 北京大学生, 官(厅局级)二代; 年龄 35+, 女性, 山地越野, 金融精英, 年薪 80 万+, 女儿 10 岁, 疑似离异; 年龄 35+, 女性, 极限越野, 博士, 高校教授, 年薪 20 万+, 单身。把相应保险设计方案(粗略)发我邮箱。请 Rosie 晚餐前将今天的合影 PS 好发回。(分组标签 2: 仅同事可见)



李云 好的, 李总

胡静怡 一定办妥, 李总

Tracy 搜集了一些行业话题发过去了

Rosie 合影已发至邮箱。

瞄了一眼签到处, P 还没来。他的房间是 412, 我的 312, 一想到整整 7 天我都能听到他的脚步声, 全身都热了起来。4 月的亚丁, 经幡、雪山、预知未来的五色海, 我正凝神注视, 想要参悟一些我自己的宿命, P 主动停下来帮我拍照, 那一秒的眼神交错, Terrific! You're amazing! 他称赞我, 他跟我说话! 越野大神和我距离不

...

详情

>

7

到一个拳头。他把相机还给我,我竟然没有说一个字。或许是海拔 5000 米的感官延迟,但我发誓,我记得他脸上的每一个部分,每一条被高原风霜雕刻的皱纹,每一个毛孔,他吐出的气息和空气凝成的每一缕轻烟,他的睫毛……天哪,我爱你,我爱你,我爱你,我真的需要不停地吐出这几个字,I love you (我爱你),I love you,I love you。我愿意为你做任何事情,哪怕让我抛弃父母、家庭甚至两个孩子,我发誓我愿意!噢,我知道我昏了头,在法国 UTMB 环勃朗峰的颁奖台上,你隔空拥吻你的妻子,你是出了名的好男人、好老公、好父亲。这也是我爱你的原因。但我知道你的妻子并不能和高山对话,她不是那个可以和你比肩天空的知己,我才是最懂你的那个人,总有一天你会明白的。到那时,我要和你露营在海拔 4500 米的星空下,时间停止,空间静谧,只有我们,我们是对方的氧气罐……就算此刻,我也是最幸福的人!我预备做完工作、洗完澡就躺在这里等你的脚步声。(分组标签 3:仅自己可见)

26<sup>11</sup>月

♥80 □13

起个大早先去运动旅拍。网红摄影师果然名不虚传,为了拍摄效果一脱再脱,练了半年的人鱼线最终还是输给了携带猫主子一同参赛的香港小哥哥。大神 Patrick 抵达!欢呼!小妖精 Vivian 竟然邀请到他和我们 Team 共进晚餐。牦牛汤、松茸鸡汤咕嘟咕嘟,大家敞开心扉,虽然各有心事,却都正能量满满,神山将缘分带



## 详情



8

给我们,将祝福带给我们,感恩世界有爱,世界有你! (分组标签 1:所有朋友可见)



傅世男 你太美了!

Vanessa 越玩越高级!

Jason 膜拜

Vlad 下次能否带上我

Judy 远离俗世的仙女

Wendy 羡慕

陈彦滕 如何这般自虐

Alexander 朝圣

Lily 又有颜值又有毅力的女神

吴新语 女神

回复吴新语:明年我想把八月底档期留给 UTMB,撸一圈 OCC,吴总一起啊!

Sam 井喷式发展的越野跑

Isabelle 请收下我的膝盖

...

详情



9

♥10 □3

潜在高净值客户:年龄 50+,夫妇,山地越野,个体工商户,年收入 50 万+,无子女;年龄 45+,极限越野,中央警卫局前军官,中年创业,儿子留学英国;年龄 40+,夫妇,山地越野,建筑师,年薪 100 万+,二胎备孕中;年龄 55+,温州富商,心脏搭桥 3 根。把相应保险设计方案发我邮箱,昨天的鱼重点推进娱乐总监方案。另准备烘焙话题、水培植物话题。这一部分高士杰做一下,他语言比较时髦、幽默。帮我订一束花送到我老公的 Office,玫瑰过敏,其他随意,卡片写生日快乐,顺便提醒他周末送文文去浦西的书画班,记得强调是浦西那个陈文远老先生,我上个月刚换的。还要提醒他今天付阿姨薪水,本月请假两个半日,扣除三百块。(分组标签 2:同事可见)

□ 高士杰 收到!

李云 昨天补充部分已发

Rosie 百合康乃馨,花想容旗舰店,八折 298,姐夫很满意。说阿姨辞职了,你回来之前文文奶奶会住过来帮忙。

昨天 P 什么时候抵达的? 我竟然一觉睡到天亮了。还好他答应了 Vivian 的邀请,是因为他看到我了对吗? 晚餐的气氛很诡异,傅世男一直用膝盖触碰我,他难道不知道他的妻子就坐在对面吗? 无耻! Roger无微不至



地给我盛汤夹菜,他果然还想如长白山站那样溜进我的房间,可是这一站有 P,我的爱纯净得一尘不染,他哪里知道,纵使有全世界的男人追求我,我的眼里也只有他。整个晚上我都小心翼翼地打发 Roger,怕 P 吃醋。可是我也吃醋啊,Vivian 几乎要黏在他的身上,借酒撒娇,极尽搔首弄姿之能事。我知道他根本不会喜欢她这种货色,要不是她很爽快地购买了一整套高级保险,我很可能将她踢出整个 Team,其他人早就对她颇有微词,有知道底细的甚至说她混在极限马拉松圈里,就是要钓大鱼,找饭票。成天说自己 28 岁,成天蹦几个英文单词,果然在 checkin 的时候,我扫到一眼身份证,地址是某村,出生日期显示是 70 后。怪不得人说,前几年“钓鱼”去酒吧、高尔夫球场,这几年“钓鱼”就去马拉松圈。业绩自然是一如既往地出色,每吃一顿饭就有半桌子人成为客户。或许高原反应就是多愁善感,就是热泪盈眶,就是任凭自己无法无天地信任和讨好彼此,这里简直是亲密渴望症患者云集,攀比着展示大度和单纯,像是光溜溜地袒露这一时,就可把几十年的业障除得清爽干净了。你进屋了!我听到了,我终于听到你的脚步声了!我爱你!我愉快得想要窒息,你是不是有点翘起,你喝了酒,你是燥热的你吗?真想去抚摸你的脸。我要合上电脑,让业绩保单见鬼去吧,我要进被窝,关灯,静静地听。你就在我的上面,而天空在你上面,我最亲爱的。(分组标签 3:仅自己可见)

...

详情



11

27<sup>11月</sup>

♥46 □5

今天练习雪地下山跑。Patrick 被我们闹得没脾气。大家先按他的指导做了两次,都开始自创花式雪地下山跑,有屁降的,有狗熊滚的,也有干脆头朝下躺下来的,也是这一片雪实在蓬松厚实,让大家都起了童心。攀冰练习可没那么容易了,Vivian 干脆放弃,整个下午她都在对抗艳阳,用她的爱马仕把自己五花大绑,只露着眼睛继续向大神送上迷妹秋波。天气晴朗得让人想哭,我们顺利赶到猫鼻梁看日落。今天遇到的王姐,让我很是受教,“为了充分享受极限运动,其他的事情都交给专业人士来处理!”这是多么智慧的人生。怪不得她年近半百保养得如此之好。真的,跑步除了收获无龄感少女心,更重要的是认识了很多有趣的人,又有趣又是各行各业的狠角色!向你们学习!学习创造快乐的能力,学习不仅让自己快乐,更让周围人快乐的能力!夜晚我们露营在海拔 4200 米的地方,不一样的篝火和啤酒,半醉之时滚进睡袋,落雪在帐篷上写着情书,我们无所畏惧。(分组标签 1:所有朋友可见)



Vivian 好感动

Joseph 单纯而美好

朱子诚 登山鄙视链的顶端



## 详情



12

**曾茜** Some birds are not meant to be caged,that's all,their feather are just too bright.

**李国庆** 一定找个好的探路人,雪下常常有尖锐的岩石,危险难以想象

♥12 □9

潜在高净值客户:年龄 30+,男性,艺人,全马,年薪千万,甲状腺弥漫病变轻微,高血脂,儿子 4 岁,肺炎;年龄 40+,山地越野,国企中层,年薪 40 万,离异;年龄 40+,男性,互联网公司 CEO,年薪百万;年龄 45+,女性,山地越野,私募基金管理人,规模几个亿。提醒我老公明天去开二宝的家长会,准备好给幼儿园 3 个老师 1 个园长的礼物。想好了给我报备。(分组标签 2:同事可见)

□ **Rosie** 香水?

回复 Rosie:不行

**Rosie** 护肤套装?

回复 Rosie:不行

**Rosie** 健身卡?

回复 Rosie:OK.

**高士杰** 收到!

**李云** 好的,李总