



蔡康永新书诠释生命意义

几年前的《奇葩说第五季》，曾经有一个议题在网络上掀起一番不小的争论：如果有一瓶可以消除悲伤的忘情水，你要不要喝？蔡康永在节目里的结论是：不要，因为“人生如果追求每一秒都快乐，最后快乐就会没有意义”。

蔡康永的挚友大S（徐熙媛）去世，很多网友仍然在网络上怀念她，蔡康永去看了那些文字，觉得很感动。他的观点是，人并非奔着死亡而去，而是一路上弯来绕去，尽情体会沿途的风景后，最终才抵达一个叫做死亡的地方。他觉得人很容易忽略这件事，于是写了一整本书来讲述沿路的风光，分享要如何有力气去体会和珍视这个过程。

最近，这本新书——《你愿意，人生就会值得》出版，这也是蔡康永情商课三部曲的完结篇。

B “两个人睡在同一张床上不会互相打扰吗？”

直到今天，蔡康永时不时还会在社交媒体收到别人推送来的《康熙来了》切片，尽管距离2016年1月14日的停播已经快10年。这档由蔡康永和小S（徐熙娣）搭档主持的谈话节目豆瓣评分9.3，被视为台湾综艺的巅峰之作，也是台娱黄金时代的见证者。很多“80后”“90后”，至今还记得《康熙来了》刚开播时带给他们的冲击和震撼。

2004年1月5日，《康熙来了》首播第一期就“炸了”，小S一屁股坐在了台湾作家李敖的大腿上，从此，无论亚洲“天王、天后”，还是议员、政客，通通在“妖女”小S和“书生”蔡康永火花四溅的默契配合下“落了地”——初代全民偶像费翔当众剪下一根“胸毛”、总是把场子搞冷的伍佰被小S“气”笑、耍帅装酷的周杰伦对自己被揩油毫无招架之力……在那个社交网络还不太发达的时代，它塑造出了另一种话语方式。

“我们本来就不是要谁来讲你的丰功伟业啊。我们的问题都是出自对于生活的真实体会，就是我们自己平常爱八卦别人什么事，我们在节目里就八卦别人什么事。”蔡康永对《中国新闻周刊》说。例如他自己没有结婚，就很好奇，两个人睡在同一张床上，不会互相打扰吗？结果真的就有夫妻回答：“其实我们不想同床哎。”一旦得到一个这样的回答，故事就此展开了，大家已经习以为常却难以关注的角度中，被节目挖出了新鲜的内容。他觉得那时候的“康熙”就像一群人一起散步，看起来漫不经心，其实肯定是往“鸟语花香”的地方去，往大家都感兴趣的地方去。

C “燃烧是值得的吗？”

从1996年34岁开始主持第一个节目《翻书触电王》，蔡康永的主持生涯马上接近30年了。知名作家、演艺人物几乎没有不在他访问名单中的，有人带给他能量，有人解答他的困惑，但提到这些谈话，最先冲进他脑子的，却是和王家卫聊旗袍。

“我从小生活在一个充满旗袍的世界里，我还记得妈妈跟裁缝交代怎么做她的旗袍的。她挑一块紫色的衣料，要求裁缝去找颜色‘押韵’的纱来做外套，又叫裁缝在纱外套的袖口跟领口镶上狐狸毛，那个讲究的程度很有趣。”蔡康永说，可是，旗袍突然不见了，没有人再穿，所有旧事烟消云散，直到看到王家卫电影里那些考究的旗袍，他们聊起这件事的时候，他的童年才得到一些回应。

熟悉《康熙来了》的老粉都知道，蔡康永出身世家，父亲蔡天铎毕业于复旦大学法律系，联合创办了当时中国最大的中联轮船公司。父辈从当时的亚洲第一大会上海，来到穷乡僻壤的台湾，大概就像《花样年华》里那位上海房东太太一样，屋里布置着上海带来的家具，吃的还是上海菜，肉身离开了，精神仍然眷恋旧日的故乡。蔡康永从小就总听家人对他说，“你已经错过了所有的好事情”。

小时候，父亲带他去看京剧，孙悟空从3张桌子上翻跟头下来，不等他称奇，父亲说“我们上海那边都是从5张桌子上翻下来”；演员转了30个“飞叶子”，父亲说“从前盖叫天可以转60个”；黄鱼上来，父亲会讲“西湖的黄鱼

节目内容包罗万象，从明星访谈到生活琐事，从职场文化到性别议题，几乎涵盖了台湾社会的方方面面。长达12年迎来送往，有些小角色以惊人的速度爬上顶峰，有人结了婚又离婚，有人胖了变瘦，瘦了又胖，有的人你眼睁睁看着他那么努力可是一直没有成功。很多观众觉得它不仅仅是一档娱乐性的谈话节目，更像综艺版《老友记》，也像是台湾社会的一面镜子、一个生动的社会学观察窗口。

《康熙来了》从来没有脚本，全由两位主持人自由发挥，来宾太多时，蔡康永讲话就会稍微指示一下，例如说“今天头发染绿色的那位先生”，好给导播时间把镜头转去找头发染绿的人，可是即使如此，他仍然感觉不可思议，“很多时候小S一个突然的反应，你也不知道导播怎么就抓到了那个表情，居然在如此有限的条件下还能够做到这件事”。

离开“康熙”后他做的节目都有了脚本，这样比较有规划，导演知道主持人接下来讲什么，就可以让摄像先拍到那个人身上去，打光也方便。不像当年的“康熙”，跟转播足球赛似的，导播四处找，“球”去哪里了，谁也不知道这个人要跳舞，他忽然站起来，就跳了，场子没弄好，光也没打好。整个节目“乱糟糟”的，布景不整齐，音乐很随便，蔡康永觉得，那时候的“康熙”其实和真实生活很相似，就是我们生活中那种“兵荒马乱”对付着过的气息，慌里慌张，却又真实。

才不是这个味道，这个是腥的”。大概是这些无法触摸、永远错失的“过去”，让他后来对很多事都比较冷淡，即便在风光热闹的娱乐圈，他也始终像个旁观者，在雅和俗之间更是来去自由。

主持时，遇上嘉宾在节目中回忆伤心事而满脸泪痕，别的主持人，比如张小燕，就会眼圈泛红，陪着伤心，而蔡康永总是温和有礼地等待着他们情绪平复，再继续问下一个问题。有来宾因此而在录完影后抱怨：这个主持人冷酷。

他承认自己的人生缺乏燃烧感，写的书也都算工具书，工具书容易畅销，但是显然并不“燃烧”。虽然自己看书时，“最讨厌看到平静的人”，武侠小说里少林高僧一出场他就觉得“没劲”，看空一切，不发脾气，还要挨坏人几掌，吐血，“简直快被他气死了”。可是落在生活里，蔡康永选择做这样的人，他觉得平静的价值远超快乐，有时候给人家写生日祝福，都有点想说“祝你生日平静”而不是“生日快乐”。

而他身边，曾有炽烈的燃烧者。一圈朋友里，大S是他眼中最勇于采取具体行动追寻幸福的人，类似的人当然还有，可是他们毕竟不活在众人的目光之下，所以不会被观察、被讨论、被追踪。大S不同，她的一举一动是被万人瞩目的，可是这样的压力之下，她身上依然保有那种不计代价、勇往直前的力量。

据《中国新闻周刊》

A “如何懒惰地把日子过好”

市面上的情商书籍，往往有清晰的方法论——“五步嫁入豪门”“八步提升人际关系”“十步成为亿万富翁”……蔡康永每次在书店看到这类书，都要好奇地翻翻看。人活着想要成功没问题，有人教学这些步骤和法门也很棒，只是在他看来，情商不是成功学，情商要处理的事情本质上是如何对抗生命的空虚感，如何对抗动不动就来临的“我活着到底有什么意义”的质问。何况他自认不算成功，又是个懒惰的人，看方法论顶多看到第三步就觉得超出负荷了，压根不太可能继续去做第四步，自己都做不到的事，怎么教别人？所以，他这次写《你愿意，人生就会值得》，整本书只讲一个方法就好了，就是“如何懒惰地把日子给过好”，这是他原本取的书名。因为他见到的人们，都太累了，这个感受从他做《真情指数》的时候就已经开始。

《真情指数》是蔡康永踏入电视圈后主持的第二个节目，当年他从美国学电影归来，却跨进电视圈，他说也是因为好逸恶劳——拍电影要花费巨大的力气，节奏慢，反响也来得慢，电视就不一样了，例如后来让他爆火的《康熙来了》，只花一天就可以录完一周的节目，其余6天，都可以自在地安排。

1998年开播的《真情指数》是蔡康永主持的第一个名人访谈类节目，在主持中他发现一个有趣的现象，有些话题嘉宾落泪他是能想到的，例如父母亲离世，但是有一个题目，他完全没想到会是泪点，却常常惹哭人家，就是——“你这样难道不会很累吗？”

《真情指数》最著名的一次“惹哭来宾事件”是成龙，如今故事的各种版本还在网上流传，那大概是正值盛年的成龙第一次在公开场合哭泣。蔡康永记得，当时成龙刚拍完了一部电影，时间安排得很紧，平时要录2小时的节目，成龙只能给45分钟，蔡康永很自然地问道“不会很累吗？”，没想到成龙直接被问哭了，过了快15分钟才平复情绪。“哦，居然这么累吗？”蔡康永很意外，后来，这个简单的问题又问哭了好几个明星，这件事一直留存在他的记忆里，当情商课三部曲写到最后一本，他觉得是时候专门谈谈这件事了，也许可以让大家不要活得这么费力。哪怕是很忙碌、辛苦的生活里，也还是可以找到一点机会善待自己。