

孤独的人，你要吃饱



[孤独的人，你要吃饱](#) [下载链接1](#)

著者:黄马可

出版者:北京联合出版公司

出版时间:2016-5-1

装帧:平装

isbn:9787550270527

生蚝最鲜美的感觉，莫过于入口一瞬，正如爱情。

法国大作家普鲁斯特每天的早饭是两个羊角面包，据说能给他带来灵感。

美味的幸福往往相同，人生滋味却各各不同。当我们在吃东西的时候，我们吃的也许是回忆，是情感，是乡愁，是友情，是欢乐，是抚慰，是治愈，是陪伴，是母爱，是当时的感动，是每个人独特的人生体验。

一道看起来十分平凡的食物，也能将人带入心灵深处的幽境，一个人从小到大所经历的食物与人事，会决定一个人的人生态度和生活方式。每个人都有属于自己的秘飨时光，哪怕只是一碗简单的面条，你也能从中找到你的心灵答案。

本书是一本与美食相关的短篇集，颇具人文气息。作者通过写从小到大自己最喜欢的食物，以及与这些食物相关的人和事，写出了一种平和、安静的人生态度，也写出了对旧时光的浓浓的情意，对现在的生活和际遇的热爱。

作者介绍：

黄马可，水瓶座，同济毕业，广告人，在浦西生活的浦东人，骨灰级文艺大叔，简书最受欢迎的作家之一，庄13咖啡馆的老板。混过奥美，进过李嘉诚公司，曾任广告公司创意总监，创办过红白蓝广告。“无用沙龙”和庄13围棋俱乐部发起人，希望通过围棋捍卫和平。

目录: 1st course 邂逅

上班族的午餐.../004

长沙的米粉.../007

我的小龙虾，不是你的小龙虾.../011

上午咖啡下午茶.../015

假如，康德流浪到台南.../019

Farine.../022

阿明猪心.../026

永来香.../030

冷热冰.../033

2nd course 味道

吃你的豆腐.../038

臭豆腐.../041

皮蛋的皮.../045

番茄炒蛋.../048

炸鸡的快乐.../051

君子远庖厨.../054

雪菜春笋河豚.../057

那些水饺告诉我的事.../060

记一次有意义的外卖.../062

一根香烟燃烧的时光.../066

茶之三昧.../069

无花只有果.../074

便宜坊烤鸭，不便宜.../076

干了这杯白酒.../079

3rd course 抚慰

论味千拉面倒还没倒.../084

午餐的祷告.../087

爱巧克力哟.../089

蛋炒饭，嘿，蛋炒饭.../092
庄13咖啡的第三只猫.../095
再来一杯酒.../097
有所不吃.../101
点亮秋天的柿子.../103
时光机与沙姜鸡.../106
花椒了这男孩.../110
我达达的马蹄是美丽的错误.../113
4th course 欢乐
生蚝的意义.../118
以酒代茶.../121
天气，鱼和薯条.../124
无法随意的焦糖鹅肝.../127
阳光下的意面.../130
啤酒之王.../132
5th course 情感
草莓了这女孩.../136
一个人的咖啡简史.../141
漂洋过海的珍珠奶茶.../145
小苹果.../148
榴莲酒店.../151
6th course 乡愁
毛豆的背景.../156
爱家香.../159
莼鲈之思.../163
万水千山“粽”是情.../166
吃火锅，没有川崎怎么行.../169
如何正确剥鸡蛋.../173
蚕豆如昙花.../176
寄居蟹.../180
台北牛肉面.../183
莴笋男孩.../187
我最厌恶的食物.../190
夏虫语冰.../193
7th course 平凡
伯父和兰州牛肉面.../198
楼下的青椒肚丝面.../202
茶叶+蛋≠茶叶蛋.../205
味道好极了.../208
米饭的世界.../211
苦瓜之味道.../214
李安家对面的面馆.../217
世界上什么东西最好吃.../220
听妈妈的话，吃妈妈的菜.../223
· · · · · (收起)

[孤独的人，你要吃饱](#) [下载链接1](#)

标签

文艺吃货必读

我想读这本书

孤独的人，你要吃饱

愿你被这世界温柔相待

千万别晚上看，会很饿

美食

心灵

好书，值得一读

评论

简书的作者朋友新出的书 推荐文艺吃货一读~ 美食+文艺

我司书架上随遇拿到的一本书翻翻看，如此质量的书真有人花钱买来看？？？怀疑人生

做人呢，最重要的就是开心啦。饭可以乱吃，话不可以乱讲。我觉得我就是够虚荣的了，但是没想到作者虚荣成上仙级别，都开始出书炫耀自己的狗血三观！连自己的心都看不明白，或者说看的太明白以至于自以为是非要捧高踩低把自己的活法当成至高无上对别人的生存嗤之以鼻，这么幼稚的行为还有脸写书？！

这类书就是适合看看封面封底，选题不错，但是文字功底欠佳（我自己当然更差），所以买书买文学经典不是装逼，而是经典的文字看起来就是不会那么随意，观点也值得推敲，应该说是有共鸣的部分。而这类作者的文字更多的是一种很个人化的的情感的宣泄，是一种自我的感觉和认为，冷不防会用一个很大的概念去套用，比如突然就中国化，

乡愁，血液……细想起来并没有什么逻辑和根据可言。其实能够像作者这样认真生活，认真吃饭，认真记录生活已经很让人羡慕了，可碌碌无为的自己还要絮絮叨叨说人家的不好，^“实在是太过分了！”（可是这书真的写得不好，页码顺序还有标错的哈哈哈）。那为什么买这书，还不是因为封面封底看着还不错(ω)，对吃的又没什么抵抗力

这也能是简书热门作者？这些东西都能拼起来出书？书的题目确定没有仿张佳玮那本？

目前读过最差的一本关于美食的书，作者应该好好写文案不要随便写书，书里面很多负能量的评价，美食写起来一点不美回忆写起来一点不温暖，每篇最后一段结尾特别像无病呻吟式的前后呼应，请作者大人多读书再来圈钱~

一本随便聊聊的书，所以随意看看，倒也轻松。

内容太点到为止，文采也很寡淡，可能只有书名比较戳我心

作者有时候挺富有童趣的，文风有些像一个作家，但我想不起来是谁。

絮絮叨叨，关于食物的随笔

西红柿与鸡蛋，世界上两大伟人的相遇

一本随便聊聊的书，所以随意看看，倒也轻松。

不知道为什么，我看的这本书的时候脑海里不是一个美食家或者吃货或一个普通人在品尝美食，而是一肥头大耳的贪婪的人类在吞食。

可以放心的晚上看，因为我一点也不想吃~觉得文字过于矫情了，都快赶上无病呻吟了，我觉得在透过食物讲故事这方面，别说日本的了，连舌尖上的中国都赶不上

和食里面的大师没法比…只能说书门槛太低…生活态度还是好的

读着读着感觉不是很舒服。

作者挺清冷的一个人，但是所谓的孤独好像是被他自己定义住的，画地为牢。而消极的心态似乎不太适合写这种烟火气重的文，些许虚荣也不是十分接地气，或许作者有意无意是想跟普罗大众划清界限。

豆瓣读书赠送给我的第一本书，也是除了我自己买书外的第一本免费的书，仔细看了两遍。

可惜我读来丝毫没有走心又是为哪般？！

大约是踩中了今年书单的第一个雷。

上一次看这种食物题材的书还是七年前，《盐之书》，那会没看出深意，只记住了撒胡椒面和香料的米饭、两勺黄油的煎蛋以及烤焦的托克拉斯羊排。

但这本书说实话我看完以后满脑子空白。

也不是没有可取的地方，但是这种刻意营造的孤独感和些许清高的虚荣真的让读者一言难尽。

“我们向往的美好是人间氤氲的烟火，而不是绞尽脑汁琢磨出来的文字游戏。”

我想作者大概只是感动了自己。

许多人吃饭是填饱肚子，大体只走了胃。从黄马可精瘦的身形猜想，他进餐时经常走了神，从他的一段段散文看出，他回忆美味时走了心。

不同的食物代表不同的人生，人生百味，待有心人去品尝。有的像亲情，如奶奶的酱油蛋炒饭；有的似爱情，如法兰西顶尖的生蚝；有的是故友，如那盘经典的鱼和薯条。人、情、味，本就是三位一体的东西，千万思绪，才下舌尖，却上心头。

良心提示，本书建议在饭后阅读，字里行间产生的活性有益菌，有助于您的消化，请慢用！

书评

马克同学是个很专一的同学：在同济大学学的广告，毕业后就一直从事广告；而同济在上海的大学里是以“吃在同济”而闻名，这个优良的传统也融入了马克同学的基因，对吃也颇有研究。

作为一个写文案出生的人，文字是他吃饭的家伙，因此，文字入侵了他生活的各个地方：工作、...

许多人吃饭是填饱肚子，大体只走了胃。从黄马可精瘦的身形猜想，他进餐时经常走了神，从他的一段段散文看出，他回忆美味时走了心。

不同的食物代表不同的人生，人生百味，待有心人去品尝。有的像亲情，如奶奶的酱油蛋炒饭；有的似爱情，如法兰西顶尖的生蚝；有的是故友，如那...

黄君马可新书出版之际，邀我写个书评。我无言以辞，故不揣鄙陋，勉力为之。

黄君新书名为《孤独的人，你要吃饱》。与黄君相识相交，已越二十年。在我印象中，黄君确是一个孤独的人。大凡世上有三类人，可称为孤独。一类人阳春白雪，曲高和寡，如独孤求败之流。一类人卓尔不群...

刚看到这本书名的时候还以为是心灵鸡汤，与食物无关。仔细阅读几篇文字，有点日剧《深夜食堂》的场景。书里介绍了很多台湾的风味美食，倒是勾起了旅行的欲望，寻找作者特别推荐的美食，做一个攻略。

作者可谓是一个十足吃货，对美食的挑剔与独到见解，颇有专业美食评论家的样...

你听，肚子在唱歌0.0、看这本书觉得很饿啊，就算是刚刚吃饱也会不停的分泌唾液呢，每一种食物都被写成了一个故事，每一种味道都被写成了一段经历。看得我好饿，只能狂喝水。人类和食物之间是很亲密的关系，因为人很少愿意让其他的事物进入自己的身体。

文创庄13黄老板的新书，当当网上一有货，马可就通知了我，拿到书，蓝色的书衣有小王子的感觉，褪去外衣，书面居然是黄色的，是不是应了作者的姓。一气呵成的看完，庆幸我在上海，可以吃到很多美食，遗憾没去过台湾，错过了很多饕

餐，阅读过程中还淘宝了美食代购，永来香的牛肉...

[孤独的人，你要吃饱](#) [下载链接1](#)