

2026年仲春的一个清晨，上海外滩的天际线还笼罩在黛蓝色的薄雾中。黄浦江面上没有船，只有风推着细碎的水纹。在江边一座酒店的高层房间里，他没有拉窗帘，等着第一缕阳光把自己叫醒。这是林依轮多年来的习惯——每次到上海都住同一家酒店、同一朝向的房间。他说，喜欢被光唤醒的感觉。在这里，他接受了《新民周刊》记者的专访。

玻璃窗外，缓缓升起的美丽朝阳，他迅速按下快门，外滩美景跃然手机之上。

忙碌的日子，林依轮早已习以为常。那天，他只睡了一个半小时。凌晨3点，起床，做妆造，一小时后赶到外滩。天色一点点亮起来，东方明珠的轮廓从夜色中浮出。他站在江边，身后是一群年轻人，他们正在等日出，也在等他。

继西湖蓝调时刻出圈之后，林依轮要和这些孩子们在外滩跳一支舞。那支舞的音乐，已经在中国大地上回响了整整三十多年——“树上停着一只一只什么鸟？”没错，是《爱情鸟》。旋律响起，周围人体内的DNA跟着节奏舞动起来。

1994年，一个叫林依轮的年轻人用这首歌横扫全国各大排行榜，成为第一代内地流行偶像。三十多年后，这首歌在短视频平台上再次爆火，00后用各种方式翻跳、翻唱，让它成为跨越代际的集体记忆。

2026年4月15日，那个曾经在黄浦江边被歌迷追着跑的青年，如今站在桥上，跳起了熟悉的舞蹈。当《新民周刊》记者问，如果将《爱情鸟》这首歌重新填词，你会填什么？林依轮笑着说，想把歌词改一改：“这只爱情鸟已经来到吧。希望它不再是一首失恋的歌，要相信爱情。”

这不是怀旧，这是一个男人用三十多年完成的一次回旋与起飞。

## 神曲回归，只是换了一个枝头

时间回到1993年。北京的一间录音棚里，一个二十出头的年轻人正反复录制一首歌。

这首歌叫《爱情鸟》，作曲者是林依轮的老师张全复。张全复最初只写了前面一段旋律，却迟迟无法完成后半部分。直到他看到了林依轮——那个年轻人身上有一种罕见的朝气，唱歌不是苦情的嘶吼，而是带着一种近乎倔强的轻快。张全复忽然明白：这首歌虽然写的是失恋，但内核不该是沉沦，而是继续向前走。

于是“我爱的人已经飞走了”这句歌词诞生了。它不是绝望的哀鸣，而是一个年轻人拍拍身上的灰尘，说“没关系，失恋无妨，生活还要继续”。

录制过程持续了将近一个星期。那时候，林依轮还没有形成自己的个人风格，每一个音符、每一处转

## 林依轮小传

林依轮，原名林方，满族，1970年4月生于北京，在河北长大。1993年以一首《爱情鸟》横扫华语乐坛，1995年首次登上央视春晚。随后跨界影视剧，2005年开始以美食节目主持人的身份出现，2014年创立“饭爷”品牌，2019年开始直播带货，在每个赛道都十分成功。



音都需要反复打磨，但他不觉得苦。他说，那是他第一次真正感受到“热爱”两个字的分量。

1993年11月，《爱情鸟》专辑发行，第一场订货会只订出了3万张卡带。这个数字在当时不算成功，甚至可以说有些惨淡。林依轮不甘心，拿出全部积蓄自己出钱做宣传。跑电台、跑电视台、跑唱片行，一站一站地跑。跑到一半的时候，专辑在上海火了。他至今记得那个场景：在上海做完一场电台直播，从直播间走出来，发现门外已经围满了歌迷。

他跑，歌迷就在后面追，沿着