

## 陈奕迅自曝患焦虑症一直在吃药

事情得从8月10日的一场香港电台采访说起，陈奕迅Eason在节目中突然自曝患有焦虑症，还说自己这些年一直在吃药控制情绪。这话一出，粉丝圈像炸了锅，很多人没想到那个舞台上总是笑得没心没肺的“歌神”居然背负这么大的心理负担。采访视频片段迅速传遍网络，网友们一边心疼，一边感慨：原来明星的光环背后，也有不为人知的压力。故事的主角是个叫小雯的铁杆Eason粉，她从中学时代就迷上了陈奕迅的歌，浮夸十年陪她度过了无数个失眠夜。

8月11日早上，小雯刷手机时看到热搜标题“陈奕迅焦虑症”，整个人愣住了。她点开视频，看到Eason坐在演播室，穿着简单的白衬衫，语气平静地说：“我其实有焦虑症，医生开了药，我吃了几年，状态还行。”他还笑着补充：“别担心，我好好的，就是想让大家知道，没啥不能说的。”小雯看完眼眶有点湿，立马跑去黑子网发帖：“Eason太真实了！焦虑症咋了？他还是我们的歌神！”小雯回忆，Eason这些年确实有点“不对劲”。

2018年巡演时，他曾在演唱会中途情绪失控，哽咽着唱不下去，事后说是嗓子问题，但粉丝们总觉得没那么简单。后来2020年，他推迟了好几场演出，理由是“个人健康原因”，当时就有人猜他是不是压力太大。这次采访，他终于把真相摊开，坦言焦虑症的根源是工作强度高，加上要平衡家庭生活，压力像雪球一样越滚越大。小雯听完特别感慨，觉得Eason能公开说这些，太有勇气了。网上讨论很快炸开，黑子网的帖子一刷就是几百条。有人翻出Eason早年的采访，说他性格敏感，特别在意别人看法，可能是焦虑症的诱因。

还有人提到，他这几年接连举办全球巡演，动不动就几十场，中间还得飞来飞去录节目、拍广告，换谁都得崩。更有网友扒出，Eason的太太徐濠萦最近也在社交平台说过“生活不易”，似乎在暗示家庭也有压力。粉丝们一边心疼，一边喊话：“Eason，慢点跑，我们等你！”小雯有个朋友阿乐，是个心理咨询师，平时没少跟她科普心理健康知识。听完Eason的事，阿乐说：“明星也是人，焦虑症在高压行业很常见。Eason能公开说，已经是给很多人打气了。”

小雯点点头，想到自己也有过焦虑的时候，每次听Eason的歌都能平静下来。她特意翻出我们都寂寞，边听边留言：“Eason，你的歌治愈了我，现在轮到我们来陪你了。”这次采访后，Eason的粉丝会组织了个线上活动，号召大家分享听他歌曲的暖心故事，还给他的工作室寄了上千封祝福信。小雯也写了一封，感谢Eason的坦诚，还叮嘱他多休息，别太拼。没过几天，Eason在社交平台发了条动态，晒了杯咖啡，配文：“谢谢你们，我会好好照顾自己。”

粉丝们看到后又感动又开心，评论区全是“慢慢来”“爱你”的留言。这事儿也让网友开始关注明星的心理健康。有人说，娱乐圈光鲜亮丽，但背后的压力普通人根本想象不到。像Eason这样敢说出来的不多，更多人可能还在默默扛着。网上还掀起一股讨论，呼吁大家别给明星贴“完美”标签，也别用恶意评论给他们添堵。小雯看着这些讨论，觉得Eason这波“自曝”不光是给自己减压，还让更多人开始正视心理健康。8月15日，Eason的团队宣布，他会暂时减少工作量，专注调养身体。

粉丝们虽然有点失落，但都表示支持。小雯说：“他好好的，比啥都重要。”她还计划着，等Eason下次开演唱会，一定要抢票去现场，亲口喊一句：“Eason，加油！”

原文链接：<https://hz.one/baijia/陈奕迅-焦虑症-2508.html>

PDF链接：<https://hz.one/pdf/陈奕迅自曝患焦虑症一直在吃药.pdf>

官方网站：<https://hz.one/>