

信

「谁的心事」笔记书

世上的
一切美好，
唯你而已

宁待 著

你让每个简单的日子，都有了天壤之别

谨以此书献给所有对爱一往情深的人



化学工业出版社

世上的
一切
美好，
唯你而已

宁待 著



化学工业出版社

·北京·

这是一本满足读者互动需求的实验性图书。我们想以此传达一种特别的理念：阅读的乐趣不是被动接受，而是主动参与。你可以把它当作书籍阅读和收藏，也可以把它当作一本特殊的笔记本使用。本书甄选了那些路过心头、留在心上的文字，内容涵盖了暗恋、初恋、热恋、约会、失恋、祝福等多个方面。愿你能留一段美好的记忆给自己，留一段小心剪裁的珍贵光阴给自己。

图书在版编目(CIP)数据

世上的一切美好，唯你而已 / 宁待著. — 北京：化学工业出版社，2017.6

ISBN 978-7-122-29507-1

I. ①世… II. ①宁… III. ①随笔—作品集—中国—当代 IV. ①I267.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第081567号

责任编辑：张 曼 龙 婧 梁 虹

装帧设计：远流书衣

责任校对：宋 玮

出版发行：化学工业出版社（北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011）

印 装：北京新华印刷有限公司

889mm×1194mm 1/32 印张6 字数150千字

2017年7月北京第1版第1次印刷

购书咨询：010-64518888（传真：010-64519686） 售后服务：010-64518899

网 址：<http://www.cip.com.cn>

凡购买本书，如有缺损质量问题，本社销售中心负责调换。

定 价：48.00 元

版权所有 违者必究

谨以此书献给所有对爱一往情深的人

初恋 初恋这东西很好也很坏。好的是，我永远记得那个人是谁；坏的是，我往往失去他了。



表白 就是冒着以后连朋友都不能做的危险，去赌以后能正大光明牵你手、拥抱你、爱着你的机会。表白或者被表白都不可怕，可怕的是，结局不是谈一次恋爱，而是少一个朋友。



失恋 我恨你这个不入戏的对手，明明我们能演一出好戏，有一个美好的结局，但你却偏偏要逼我精神分裂、满怀阴暗，人物性格复杂到值得捧回一尊奥斯卡奖杯。



思念 你成了我最不想见的人，却成了我天天想念的人。而思念一个人的滋味，就像喝了一杯冰冷的水，然后用很长很长的时间，变成了一颗一颗热泪。

暗恋 暗恋啊，就是闷热的夏日里躺在床上看着天花板，突然想到了你，心里就像开了无数个粉色的小风扇一样，呼啦啦地吹起来一阵风。



约会 等待、沉默、浪漫、闲谈……这些都是约会的一部分。为何还没有初吻，便要怕失恋？约会未完，便开始挂念？



热恋 可以什么都介意。只要是脱离了视线、手机，就会挂念。也可以什么都不在乎。只要你要，只要我有。因为我爱你，所以我愿意。



祝福 我比这世上任何一个人都更加热切地盼望你能幸福，但是，想起你的幸福与我无关，还是会非常难过。

关于这本书

- 这是一本满足读者互动需求的实验性图书。我们想以此传达一种特别的理念：阅读的乐趣不是被动接受，而是主动参与。
- 你可以记录下某一时刻的想念或者小情绪，你可以划线、标记、折角……让在这里珍藏的每一个瞬间，都有你的倾情出演。
- 留下自己痕迹的书，读起来会格外亲切。当你翻阅从前的笔迹，你会发现，你的每一段经历，都是一个温暖又犀利的道理。
- 这本书精选了那些路过心头、留在心上的文字。
- 你可以每日分享，可以时时记录；可以誊写、转发、作为情书、当作情话，也可以把它变成你的私人阅读笔记，还可以作为礼物赠送。

说到心坎上的话

时间线

说到心坎上的话

喃喃细语

你的过去
我未参与，
你的未来
我亦陪到底。

最好的爱，是兩個相對的人在「配」，身心也朋友，需要時你更可愛了。而不是每天活在對方够不够在乎我的忧患中，照顧不到自己，進一步為他改變，越好的相處，是保一點做自己，對方還像当初一樣喜歡你。

天晴



22

度必然轉趨惡劣。這不是千鈞一髮，更不危急的
作惡一切視其自便。最好的自己帶給最好的人。
无论怎麼遇見，他都是你生命中該出現的人。他來
固然，他一定會會做一些什麼。而以你為動因。
无论走多遠，那都是你該去的地方，经历一些
你應有的事。遇見你該遇見的人。

爱上谁，被谁爱上，都不叫爱。爱是，相爱，一个人，一颗心，一生等待；一个人，一阵痛，一生心理；一个人旅行。走陌生的路，看陌生的风景，听陌生的歌……直到有一天，你遇到一个人，让你彼此相爱，卸下所有，所有的记忆，都有一个过程从过去开始，到今日回忆。

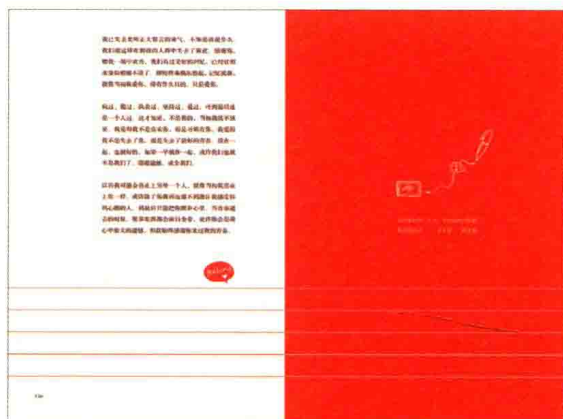
让人感动的爱情不是天生一对的幸运，而是你期望另成高枝的女孩能够面对你的抛洒了心。你曾以红着脸给打篮球的学长递矿泉水，如今却站在爱运动的他在图书馆里补习枯燥的数学题，明明没有天成地爱的样子，你却觉得找到了一直想要的某个人。

姓名: _____ 学号: _____
 班级: _____ 姓名: _____
 姓名: _____ 姓名: _____
 姓名: _____ 姓名: _____
 姓名: _____ 姓名: _____



「唔係咁㗎！」以我的學，知道我的意，但似乎「唔打緊」——
唔爭，唔試着不知位，唔爭我的故事，唔使與
你爭我的情——

- 在这本书里，你可以从任何一页开始阅读。
- 你可以把它当作书籍来阅读，也可以把它当作一本特殊的“记忆笔记本”来收藏。有些话与其埋在心里，不如誊写在这里，换个舒坦。
- 哪怕是一句话、一个词、一个符号、一条横线，都无妨，只要它们有让你如释重负和恍然大悟的作用就够了。



写下你想说的话

横线方便书写

时间线

写下你想说的话



前 言

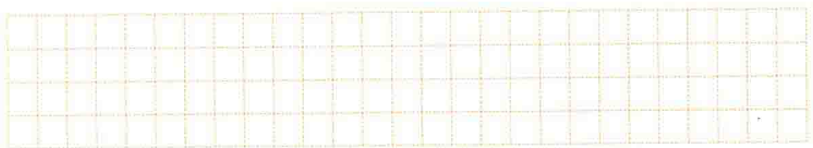
你知道什么叫意外吗？就是我从没想过会遇见你，但我遇见了，我从没想过会爱你，但我爱了。我记得我跟别人聊天时，开口闭口全是你。我知道你的温度不过 37℃，却足够让我沸腾。

你问我到底有多喜欢你，我说不出来，但我心里明白，我宁愿和你吵架，也不愿意去爱别人。你看你多幸运，你可以选择爱我，或不爱我，但我只能选择爱你，或更爱你。

就算你是一个仙人掌，我也愿意忍受所有的疼痛来拥抱你。即使在千万人中行走，我也能一眼认出是你。因为别人都是踩着地走路，而你是踩着我的心在走。

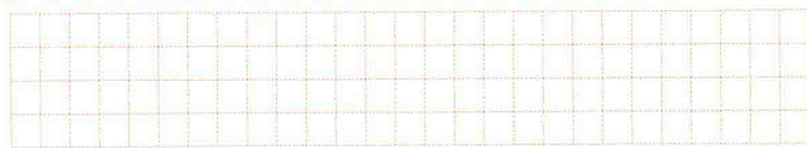
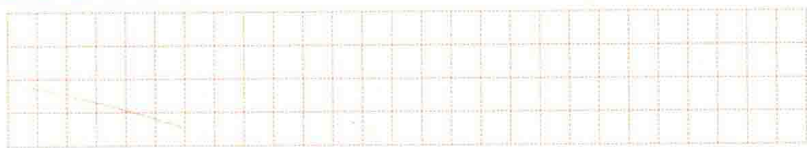
我是个不善表达的人，太多的幸福与美好潜藏在心里，安静地自我满足。想要告诉你那些有关于我的小幸福，想要告诉你那些有你之后的心满意足，想要告诉你有你在便一片天蓝的安心踏实。可是，所有的这些，我都不知如何开口说给你听，但愿我不说的，你都懂。

无论早晚，没有对错，无论是内心默契地互相抵达，还是我一个人的兵荒马乱，这都是我一生中最美的光阴。时间，在让某些事情变得面目全非的同时，也会让另一些事情在生命里纹丝不动。比如我对你的想念，还有无法休止的爱。





愿有人待你如初，疼你入骨，
从此深情不被辜负。





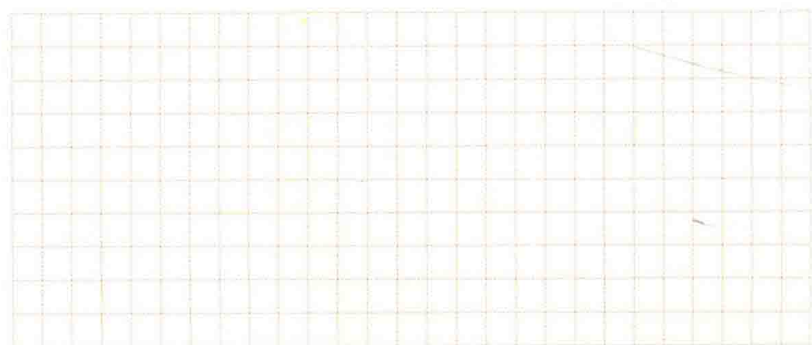
目 录

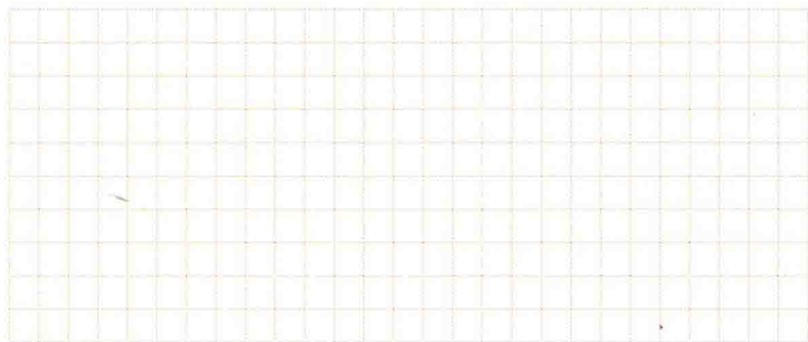
Part One 喜你为疾，药石无医

- • 说不清你哪里好，可就是谁都替代不了 002
- • 你是一只蜻蜓，点过我的湖心 006
- • 这世上的一切美好，唯你而已 010
- • 你不需要有多好，我喜欢就够了 014
- • 我为你翻山越岭，却无心看风景 018
- • 因为爱你，所以看谁都像情敌 022
- • 你的过去我来不及参与，你的未来我奉陪到底 026

Part Two 眼睛为你下着雨，心却为你打着伞

- • 我以为我的温柔，能给你整个宇宙 032
- • 我们都很擅长口是心非，又都很希望对方能有所察觉 036
- • 给我一个理由忘记，那么爱的你 040
- • 如果我能不爱你，那该多好 044
- • 每天想你，是我一个人的小天气 048
- • 你是我猜不到的不知所措，我是你想不到的无关痛痒 052
- • 我想你，也想忘了你 056





Part Three 你是漫天繁星，我是逐光之萤

- 你是一座孤岛，我是上不了岸的潮 062
- 你是漫天繁星，我是逐光之萤 066
- 和你擦肩而过的遗忘，是我一生的惊涛骇浪 070
- 你的一句晚安，媲美漫天星光 074
- 我在你的世界里，下落不明 078
- 我再也没有家，后来所有的感情都是寄人篱下 082
- 喜欢你，是一场漫长的失恋 086

Part Four 唯愿你好，即使后来的你与我全然无关

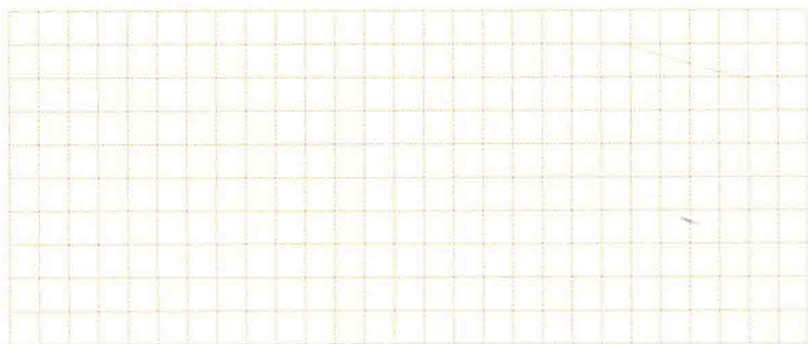
- 说了再见之后，竟再也未见 092
- 唯愿你好，即使后来的你与我全然无关 096
- 你不必觉得亏欠，以后谁在你身边就对谁好一点 100
- 我站在你左侧，像隔着银河 104
- 谢谢你的微笑，曾慌乱过我的年华 108
- 你出现的意义是什么，直到你消失的那天我都没弄懂 112
- 让我以友情的名义，继续爱你 116

Part Five 你还在故事发生的那天，不肯走

- • 你的眉目笑靥，使我病了一场 122
- • 如果过去还值得眷恋，别太快冰释前嫌 126
- • 躲得了对酒当歌的夜，躲不了四下无人的街 130
- • 你以为时间是最好的偏方，原来治好的只是皮外伤 134
- • 错过，我们都有过错 138
- • 我对你仍有爱意，我对自己无能为力 142
- • 能为你做的最后一件事，竟是走出你的人生 146

Part Six 后来，我喜欢的每个人都像你

- • 有些感情是一场天花，得过之后，终身免疫 152
- • 在所有人事已非的景色里，我最喜欢你 156
- • 如果时光可以倒流，我还是会选择认识你 160
- • 毕竟是我爱的人，我能怪你什么 164
- • 好在这一生兜兜转转，也曾被你温柔相待 168
- • 不打扰，是我最后的温柔 172
- • 在我最想念你的时候，我才发觉我错过了你 176



喜你为疾，药石无医

一个宇宙，

数百亿星系，

一个地球，七个大洲，两百多个国家，五万多个岛屿，

而我竟如此幸运，可以

遇到你。

说不清你哪里好，
可就是
谁都替代不了

日期

天气

心情

地点

喜欢上你，并不是你长得好不好看的原因，而是你在特殊的时间里，给了我别人给不了的感觉。喜欢你的感觉怎么说呢？就是想把西瓜最甜的部分给你，奶油蛋糕上的小樱桃也给你，最大的鸡腿给你，美好的东西都应该是合衬你的。

如果你问我有多喜欢你，我就会说：“就像喜欢看毛茸茸的小熊在洒满阳光的雪地里肆意打着滚那么喜欢！”如果你问喜欢到底是什么感觉，我就会告诉你：“是相遇时的刻意躲闪，是交流时的风度翩翩，是离开时习惯性的再看你一眼，是期待能快点再见……”

最好的感觉是当我朝你看过去时，你已经在凝视着我。我不知道为什么喜欢白色，就像我不知道为什么喜欢你一样。喜欢一个人根本是藏不住的，就像日出日落、海涨潮退，是那么自然的事情，哪怕我极力想要掩藏，可我温柔的眼神早已昭告天下：我，喜欢你。

也许很多人都知道我喜欢你。可是我想，就连几乎无所不知的你，大概也不知道，我喜欢你喜欢到了什么程度。我喜欢你的任性，喜欢你的倔强，喜欢你的坏脾气，我喜欢你所有好与不好的样子，包括喜欢犹豫不决的你，果敢坚决的你，一整天不说话的你，哭得一塌糊涂的你，笑颜如花的你，轻微强迫症的你，偶尔臭美的你……



你的一举一动都是承诺，
被另一个人 看在眼里，
记 在 心 上。



我想告诉你，只要我们在一起一天，我就会把我能给的、最好的，全部给你。因为，你在我的心里无可替代。没办法，我就是喜欢你，不管世俗的人怎么看，我还是想跟你在一起。不管别人说了什么，怎么评价你。你就是你，我唯一、独特的你，无可替代。谢谢你，敢和我相爱。

我昨天很爱你，今天不想爱了，但我知道明天醒过来，最爱的人还是你。因为你，我愿意成为一个更好的人，不想成为你的包袱。因此奋发努力，只是为了想要证明我足以与你相配。我在乎你，因为我爱你，但我不会挑剔你、伤害你，我能理解你。你的每一句话，每个动作我都很在意，可我不会发火，因为我的某些方面也有不足。

说不出来为什么爱你，但我知道，你就是我不爱别人的理由。我一直想要和你一起，走上那条美丽的小路。有柔风，有白云，有你在我身旁，倾听我快乐和感激的心。