

Princess Simple Life

跟着心灵去旅行

一辈子当公主

〔韩〕阿内斯·安 (Aness An) ◎著
〔韩〕崔叔喜 宋秀贞 ◎绘
郑杰 李宁 ◎译

韩国畅销书作家
人气插图名家
联袂引爆女性励志新风潮

提升魅力指数
增强快乐系数的
“魔法书”



重庆出版社
重庆出版社

跟着心灵去旅行



一辈子当公主

[韩] 阿内斯·安 (Aness An) ◎著

[韩] 崔淑喜 宋秀贞 ◎绘

郑杰 李宁 ◎译

重庆出版集团  重庆出版社

프린세스 심플 라이프 Princess Simple Life

Written by 아네스 안 Aness An

Copyright © 2007 by WISDOMHOUSE PUBLISHING CO.

All rights reserved.

Simplified Chinese edition copyright © 2013 by **Grand China Publishing House**

This edition is published by arrangement with WISDOMHOUSE PUBLISHING CO., LTD
through EYA (Eric Yang Agency)

No part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted
in any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying, recording, or
otherwise, without the prior written permission of the copyright owner.

版贸核渝字 (2013) 第 239 号

图书在版编目 (CIP) 数据

一辈子当公主 (珍藏版): 跟着心灵去旅行 / (韩) 阿内斯·安著; 郑杰, 李宁译. — 重庆:
重庆出版社, 2013.9

ISBN 978-7-229-06896-7

I. ① —… II. ①阿… ②郑… ③李… III. ①女性—成功心理—通俗读物 IV. ① B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 202970 号

一辈子当公主 (珍藏版): 跟着心灵去旅行

YIBEIZI DANG GONGZHU

[韩] 阿内斯·安 著

[韩] 崔淑喜 宋秀贞 绘

郑杰 李 宁 译

出版人: 罗小卫

策 划: 中资海派·重庆出版集团科韵文化传播有限公司

执行策划: 黄 河 桂 林

责任编辑: 朱小玉

责任校对: 谭艳莹

版式设计: 袁青青 张 英

封面设计: 陈文凯 张 英 占芳蕾



重庆出版集团
重庆出版社 出版

重庆长江二路 205 号 邮箱: 400016 <http://www.cqph.com>

深圳市彩轩印刷包装有限公司制版印刷

重庆出版集团图书发行有限公司发行

邮购电话: 023-68809452

E-mail: fxchu@cqph.com



重庆出版社天猫旗舰店
cqpbs.tmall.com

全国新华书店经销

开本: 787mm × 1092mm 1/32 印张: 9.5 字数: 144 千

2013 年 12 月第 2 版 2013 年 12 月第 1 次印刷

定价: 32.00 元

如有印装质量问题, 请致电: 023-68706683

本书中文简体字版通过 **Grand China Publishing House** (中资出版社) 授权重庆出版社在中国内地出版
并独家发行。未经出版者书面许可, 本书的任何部分不得以任何方式抄袭、节录或翻印。

版权所有, 侵权必究



目录 Contents

Prologue 与其听天由命，不如追求更有活力的自我 / 6

Chapter 1

高贵的公主是自我 S.E.L.F. 一族

Adventure 冒险让我重生 / 23

Braveness 幸运总是光顾勇敢的人 / 31

Change 主动出击，改变人生 / 41

Discover 别样的风情需用心去发现 / 49

Experience 在生活中领悟人生的真谛 / 59

Free 在广袤的世界里放飞自由 / 67





Chapter II

高贵的公主是精英 BOBOS 一族

Gate 敞开你的心灵之门 / 79

Healing 做自己心灵的治疗师 / 87

Invitation 欣然接受世界的邀请 / 97

Journey 在幸福快乐中享受旅行 / 105

Kingdom 建造只属于自己的快乐王国 / 113

Chapter III

高贵的公主是简单 S.I.M.P.L.E. 一族

Let It Be 放手过去，展望未来 / 125

Me 请珍爱本色的自己 / 133

Now 昨天是历史，明天是未知，只有今天是礼物 / 143

Open Mind 乐观的心态是打开幸福之门的钥匙 / 151

Paradise 寻找藏有珍宝的天堂 / 161

Chapter IV

高贵的公主是智慧 W.I.S.E. 一族

Question 唤醒沉睡的好奇心 / 173

Relax 好好地享受休闲时光 / 181

Solitary 在享受孤独中学会坚强地生活 / 189

Thankful 装满感恩的花篮 / 199

Understand 珍贵的人生不可虚度 / 209

Vacation 稍微喘口气，放松一下 / 219





Chapter V

高贵的公主是时尚 S.T.Y.L.I.S.H. 一族

Wander 在流浪的生活中发现快乐 / 229

X 果断地拒绝无谓的事情 / 239

Yourself 人生中崭新的一页由我翻开 / 249

Zeal 只要充满热情，人生的每一天都是新的 / 259

Mission Diary / 269



一辈子当公主

跟着心灵去旅行



一辈子当公主

[韩] 阿内斯·安 (Aness An) ◎著

[韩] 崔淑喜 宋秀贞 ◎绘

郑杰 李宁 ◎译

重庆出版集团  重庆出版社

프린세스 심플 라이프 Princess Simple Life

Written by 아네스 안 Aness An

Copyright © 2007 by WISDOMHOUSE PUBLISHING CO.

All rights reserved.

Simplified Chinese edition copyright © 2013 by Grand China Publishing House

This edition is published by arrangement with WISDOMHOUSE PUBLISHING CO., LTD
through EYA (Eric Yang Agency)

No part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted
in any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying, recording, or
otherwise, without the prior written permission of the copyright owner.

版贸核渝字 (2013) 第 239 号

图书在版编目 (CIP) 数据

一辈子当公主 (珍藏版): 跟着心灵去旅行 / (韩) 阿内斯·安著; 郑杰, 李宁译. — 重庆:
重庆出版社, 2013.9

ISBN 978-7-229-06896-7

I. ① —… II. ①阿… ②郑… ③李… III. ①女性—成功心理—通俗读物 IV. ① B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 202970 号

一辈子当公主 (珍藏版): 跟着心灵去旅行

YIBEIZI DANG GONGZHU

[韩] 阿内斯·安 著

[韩] 崔淑喜 宋秀贞 绘

郑杰 李 宁 译

出 版 人: 罗小卫

策 划: 中资海派·重庆出版集团科韵文化传播有限公司

执行策划: 黄 河 桂 林

责任编辑: 朱小玉

责任校对: 谭艳莹

版式设计: 袁青青 张 英

封面设计: 陈文凯 张 英 占芳蕾



重庆出版集团
重庆出版社 出版

重庆长江二路 205 号 邮箱: 400016 <http://www.cqph.com>

深圳市彩轩印刷包装有限公司制版印刷

重庆出版集团图书发行有限公司发行

邮购电话: 023-68809452

E-mail: fxchu@cqph.com



重庆出版社天猫旗舰店
cqpbs.tmall.com

全国新华书店经销

开本: 787mm × 1092mm 1/32 印张: 9.5 字数: 144 千

2013 年 12 月第 2 版 2013 年 12 月第 1 次印刷

定价: 32.00 元

如有印装质量问题, 请致电: 023-68706683

本书中文简体字版通过 Grand China Publishing House (中资出版社) 授权重庆出版社在中国内地出版
并独家发行。未经出版者书面许可, 本书的任何部分不得以任何方式抄袭、节录或翻印。

版权所有, 侵权必究



高贵的公主！

现在就出发吧！

Noblesse Princess!

It's time to hit the road!

哎呀！忙晕了，可这人气还一直在飙升。
最近找我的人越来越多，
他们总是对我充满憧憬和渴望，
身心疲惫时总是想起我。
我有很多名字，
有时叫“冒险”，
有时叫“激情”，
有时叫“休闲”或者“回忆”……
偶尔会招来个别人的中伤，
叫我“逃避现实”“驿马星^①”“奢侈”等。
每每此时，我都觉得冤枉，
那些没有责任感的人破坏了我的形象。
但管他呢，
只要能够给大家带来特别而珍贵的经历和感受，
我就会感到欣慰和自豪。
请把我作为礼物送给他们吧——
那些感到生活空虚、人生痛苦的人们，
那些想忘记过去、重新开始的人们，
你最亲密的朋友和爱人。
因为我是最玲珑的八面美人，
将会引领他们走入一个新世界，
他们一旦喜欢上我就像染上毒瘾一样，
会常常想念我，
回忆和我在一起的美好时光……
你无法抗拒我的魅力，
那么我究竟是谁呢？

Travel

呵呵，大家好，我的名字叫“旅行”

① 这是八字命理中的术语，如命中带驿马，则此人命多走动。



与其听天由命， 不如追求更有活力的自我

小学的时候，我喜欢穿粉红色的连衣裙，有蓬松的喇叭袖，腰间镶着美丽的蕾丝，头上总是扎着大大的发球（一定要大才行，因为我对这句话深信不疑：发球的大小和女孩子的自尊心成正比），还一定要穿上画有魔法公主的鞋子。每次我只有打扮成这样才肯出门，我甚至以为自己会这样娴静地生活一辈子。

然而后来一切都发生了改变，我的人生在原地优美而急速地旋转了 180° ，只是因为一本书……

我忘了是不是在小学三年级的时候，我也忘了那一天的天气，我只记得在一家图书馆无意中发现的那本书《环游世界 80 天》。当在书中看到主人公——英国人福格向印度女子求婚，我突然明白：韩国人不是只可以嫁给韩国人。那一年，我 10 岁。同时我也意识到：要想和

世界各国不同的人交流，就一定要先学好英语。

就这样，我开始努力地学习英语，渴望有一天能像福格大叔那样去环游世界。谁也不会想到我小小的脑袋里藏着这么一个伟大的梦想，就像谁也不会想到昔日那个梳着羊角小辫，忽闪着眼睛，坐在图书馆角落里的小女孩有一天会成为一个总在匆忙翻找着机票的公主……

高一的暑假，偶然间我在姐姐书桌上发现了两本书：村上春树的《挪威的森林》和弗·司各特·菲茨杰拉德的《了不起的盖茨比》。

很快我就被这两本书深深吸引住了，吸引我的不是作品本身，而是两位作家的生活和经历。尤其是《挪威的森林》最后那两页后记，更是让我着迷。

村上春树在回顾《挪威的森林》的创作过程时说，这部小说是他在希腊、西西里亚和罗马旅行时完成的。当不经意间看到这些信息时，我的心跳莫名地加速，感觉异常兴奋。“旅行让我成长，”村上春树说，“它不仅使我获得了极大的精神满足，也使我迸发出大量的创作灵感。”

弗·司各特·菲茨杰拉德喜欢和他的夫人一起环游

世界，他们说：“我们不喜欢没有旅行包的房间，因为激情在那样的房间里会荡然无存。”他们的人生经历让我对自己的人生充满了无限的遐想。

“啊，人生原来可以如此洒脱，如此精彩！”感叹之余，我也开始憧憬拥有这样的人生……

自那之后，我常常沉浸于这样的想象：在威尼斯一家漂亮的咖啡店打工，休息时悠闲地写作和摄影；在迈阿密海滩的冲浪代理店做售货员，闲暇时自由地漫步于海边，与冲浪手邂逅并且成为朋友；或是在伦敦某个偏僻的旧书店里做店员，没有客人时坐在某个角落里尽情阅读我喜欢的图书。在平淡得没有一丝波澜的日子里，我常常期待着能发生一些变化，哪怕是到一个没有人认识我的地方自由自在地生活一个月。

人总是因为某种目的而活着，或是为了生存，或是为了名利，或是为了成功和得到别人的认可。而我，更希望为了遵循内心的呼唤而活着……

看了《日出之前》后，我梦想能在某次旅途中遇到心中的白马王子，在彼此的注视中一见钟情；听《甜蜜



咖啡屋》中很温暖的 O.S.T. (Original Soundtrack, 电影原声带。——译者注) *Calling You* 时, 我幻想着能到加利福尼亚的沙漠中用我的余生去品味远离人世的荒凉和孤独; 看过《末路狂花》后, 我又开始想象有一天能和朋友一起开着敞篷车, 随心所欲地去世界各地旅行。

以上列举了我最欣赏的图书、最喜欢的电影和最钟爱的音乐, 它们共同宣扬着一个口号, 那就是“旅行”。

不知你有没有这样的经历? 无意间看到某本书中的某句话, 它似乎就是你的写照; 不经意间被电影中的一句对白深深打动, 剧终人散, 你却依旧无法离开自己的座位; 走在路上, 偶然飘来的一句歌词拨动你内心深处的琴弦, 引起无限的惆怅, 一种疼痛之感油然而生……

对我来说, 这样的经历和回忆实在太多了。旅途中咖啡屋墙壁上相框里那也许从未被人留意过的字迹, 在旅游地和人闲聊时获知的陌生旅行者的故事, 在书中读到的那些会让我永远铭记在心的语句, 在火车上遇到的修女以及她犹如珍珠般可贵的话语……我将这些只属于自己的文字和话语记录下来, 不知不觉已写满好几本厚厚的笔记。

书店的畅销书架上总是摆着那种鞭策人们“为了成功而努力奋斗”的书，让你每时每刻都感觉到生活的艰辛。因心中对美好的未来充满了憧憬，从而使你忙碌和躁动，甚至与现实永无休止地抗争……

这些不是我需要的，我渴望的是这样一本书：她永远是旅行中最私密的朋友。当你在机场候机时，她可以拂去你内心的不安和焦躁；当你乘着飞机亲近蓝天时，她可以倾听你澎湃的心潮；当你坐在充满异国情调的露天咖啡馆里时，她可以和你一起分享手中的白兰地以及阅读所带来的轻松惬意……

带着这本书行走能让你更好地体会旅行的妙趣：在旅行的那几天里，你可以不用顾忌别人的脸色，可以尽情地享受午睡的美妙时光，感受没有任何束缚的自由人生；你还可以以一种极其悠闲的姿态，翻看这本小书……

留学的时候，我有幸结识了一位音乐治疗师 (Music Therapist) 和一位美术治疗师 (Art Therapist)，他们让我知道原来还有“音乐治疗系”。这真是太神奇了。用非物理性的力量，比如音乐或美术来治疗人的心理，这本身就让人充满无尽的想象。于是我想用旅行来医治那些

