

# 不开灯 我可睡不着

[德] 英格丽德·于 蓓 / 撰文

[德] 安蒂尔·博恩施泰特 / 绘图

宋 娥 / 翻译

怎么办？

如何帮助孩子  
克服恐惧



成都地图出版社



# 不开灯 我可睡不着

[德]英格丽德·于 蓓 / 撰文

[德]安蒂尔·博恩施泰特 / 绘图

宋 娥 / 翻译



成都地图出版社



图书在版编目(CIP)数据

不开灯我可睡不着 / (德) 于蓓编文; (德) 博恩施泰特绘; 宋斌译.

—成都: 成都地图出版社, 2014.4

(怎么办. 如何帮助孩子克服恐惧)

ISBN 978-7-80704-881-7

I. ①不… II. ①于… ②博… ③宋… III. ①儿童文学—图画故事—德国—现代 IV. ①I516.85

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第273203号

著作权合同登记

图进字:21-2013-85号

---

Published in its Original Edition with the title

Ohne Licht schlaf ich nicht!

Copyright © Verlag Herder GmbH, Freiburg im Breisgau, Germany

This edition arranged by Himmer Winco

© for the Chinese edition: Beijing World View Books, Ltd

本书中文简体字版由北京  文化传媒有限公司独家授予北京天下美景图书有限公司, 全书文、图局部或全部, 未经同意不得转载或翻印。

---

不开灯我可睡不着

策 划 北京天下美景图书有限公司

责任编辑 范玲娜

编 辑 种子绘本·马经纬

封面设计 李 维

出版发行 成都地图出版社

地 址 成都市龙泉驿区 邮政编码: 610100

印 刷 河北省欣航测绘院印刷厂

地 址 河北省廊坊市广阳区曙光道30号 邮政编码: 065000

开 本 210mm×280mm 1/16

字 数 4千字

印 张 2

版 次 2014年4月第1版

印 次 2014年4月第1次印刷

定 价 15.80元

---

版权所有, 盗版必究。





# 不开灯 我可睡不着

[德]英格丽德·于蓓 / 撰文

[德]安蒂尔·博恩施泰特 / 绘图

宋 娥 / 翻译



成都地图出版社



喧闹的一天过去了，外面已经黑咕隆咚了。睡觉的时间到了，莉雅应该去睡觉了！

可是，莉雅觉得一点儿都不困，她还有好多事情要做呢！莉雅根本不想去睡觉。





莉雅要给她的小动物们做夜宵：

小熊要吃煎蛋饼；

小猴子要吃香蕉糊；

小企鹅要喝鲜鱼汤；

小狗要一根烤香肠；

小猫要一碗牛奶粥。

“好啦好啦，晚饭已经吃得很饱啦，睡觉前不应该吃很多东西！”妈妈说。

“那好吧，我去哄他们睡觉。”莉雅说。

“好好好，快点儿吧！”妈妈催促她。





可是，莉雅的动物朋友们还有各种各样的愿望：

小熊想再喝点儿饮料；

小猴子想再做一组体操练习；

小企鹅想要带上那条厚围巾；

小狗想再去花园里溜达一圈；

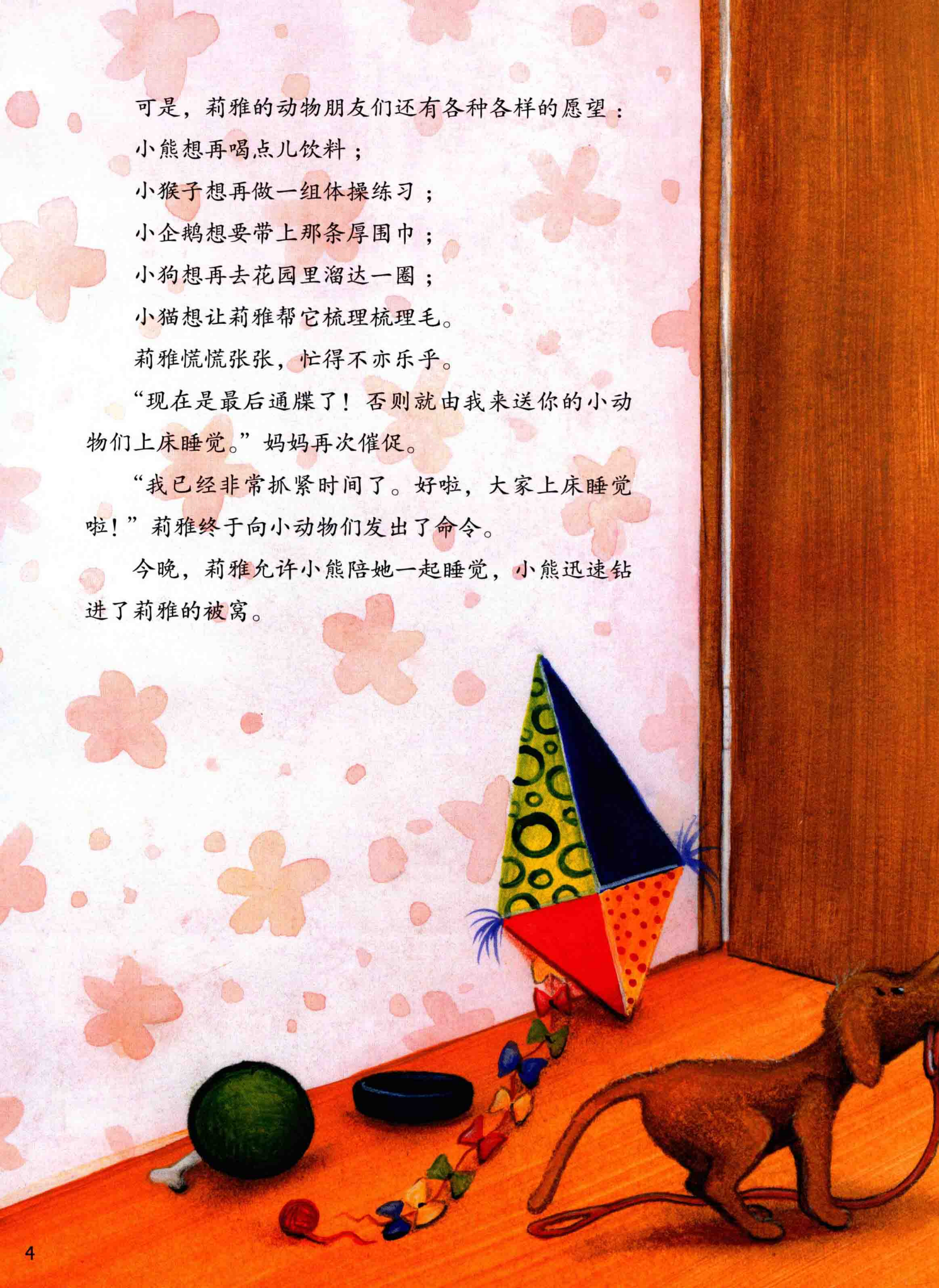
小猫想让莉雅帮它梳理梳理毛。

莉雅慌慌张张，忙得不亦乐乎。

“现在是最后通牒了！否则就由我来送你的小动物们上床睡觉。”妈妈再次催促。

“我已经非常抓紧时间了。好啦，大家上床睡觉啦！”莉雅终于向小动物们发出了命令。

今晚，莉雅允许小熊陪她一起睡觉，小熊迅速钻进了莉雅的被窝。









“哎呀，忘记跟爸爸说晚安啦，我去去马上就回来。”莉雅向小动物们解释说。

小熊呜呜叫；

小猴子哇哇叫；

小企鹅咳咳叫；

小狗汪汪叫；

小猫喵喵叫。

“快睡觉，快睡觉，我要关灯啦！”莉雅说。

“不要！不要把灯关掉！我怕黑！”

“不要！不要把灯关掉！我也怕黑！”

小动物们七嘴八舌地喊起来。

莉雅还是把灯关上，

把门带上，走出房间。

“不开灯，我可睡不着！”

小熊在被窝里大声嚷嚷。

莉雅笑了，小熊的说法她十分同意。









“晚安，爸爸。其实，我一点儿都不困。”莉雅说。

“你一直都是这样啊。晚安啦，宝贝。”爸爸说。

“您能再给我讲个故事吗？”莉雅爬上爸爸的膝头。

“今天不行，已经很晚啦。”爸爸坚决地摇摇头。

爸爸抱着莉雅走到窗前。窗外月亮又圆又亮，花园里树影婆娑。

“莉雅，我知道，你很喜欢月亮，从小就非常喜欢。”爸爸说。

“可惜啊，月亮要是能在我的床上发光就好了。”莉雅说。

“不过，在黑暗里睡觉才更安稳，睡得才更香甜。”爸爸笑着说。

“我的小熊可不这么想。”莉雅说。









“晚安，好梦，玫瑰花香正浓……”妈妈给莉雅唱睡前歌谣。

莉雅安静地躺着，认真地听着。小熊在她旁边，好像已经睡着了，其他的小动物们好像也睡着了。

“幸福甜美地睡吧，梦里你会看见飞舞的蝴蝶！”

“妈妈，再唱一遍。”莉雅央求道。

“不行，现在必须睡觉了。”妈妈说。

妈妈送给莉雅一个晚安吻，然后关了灯。

“不开灯，我可睡不着。”莉雅小声说，这回轮到妈妈笑了。

“这个灯太亮了，需要关上，不过我可以把房门打开一点点。”妈妈安慰莉雅说。









妈妈把门虚掩上了，窄窄的门缝透进微弱的光，房间里还是一片黑暗。

“嗨，小熊，你真的睡着了吗？”莉雅轻声地问。

“没有，太黑了，我看不见东西就睡不着觉。”小熊轻声地回答。

“我也是。虽然这听上去挺愚蠢的，我们又不是不知道那些东西长什么样儿。”莉雅说。

“是吗？你知道那些东西晚上的样子吗？”小熊反问。

莉雅抬起头，一切正常，她又四下看看。

天哪！

——墙角里蹲着的是谁？

