

百勒丝

Pai.Le.Szu.

著



你是我疲惫生活里的 温柔梦想

让所有

为情所困的女子

于百转千回之后

找到真实的自己

无论生活多么艰难，

也要保持快乐和微笑；

勇敢，相信爱，

努力成为自己喜欢的样子，

过自己想要的生活。

互联网上

最动人的

爱情佳话

光明日报出版社

你是我

疲惫生活里的

温柔梦想

Believe
in
love



百勒丝 著

Pai.Le.Szu.

光明日报出版社

图书在版编目(CIP)数据

你是我疲惫生活里的温柔梦想 / 百勒丝著. -- 北京:
光明日报出版社, 2015.5
ISBN 978-7-5112-7986-6

I. ①你… II. ①百… III. ①散文集-中国-当代
IV. ①I267

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第037988号

著作权登记号: 01-2015-0809

版权所有©百勒丝 本书版权经由平安文化有限公司授权新经典文化股份有限公司出版简体版权, 委任安伯文化事业有限公司代理授权, 非经书面同意, 不得以任何形式任意重制、转载。

你是我疲惫生活里的温柔梦想

著 者: 百勒丝

责任编辑: 李 娟
封面设计: 壹诺设计
版式设计: 小 虫

策 划: 好读工作室
责任校对: 李 超
责任印制: 曹 净

出版方: 光明日报出版社
地 址: 北京市东城区珠市口东大街5号, 100062
电 话: 010-67022197(咨询) 传 真: 010-67078227, 67078255
网 址: <http://book.gmw.cn>
E-mail: gmcbs@gmw.cn lijuan@gmw.cn
法律顾问: 北京德恒律师事务所龚柳方律师

发行方: 新经典发行有限公司
电 话: 010-68423599 E-mail: editor@readinglife.com

印 刷: 北京顺诚彩色印刷有限公司
本书如有破损、缺页、装订错误, 请与本社联系调换

开 本: 880×1230 1/32
字 数: 150千字 印 张: 7.75
版 次: 2015年5月第1版 印 次: 2015年5月第1次印刷
书 号: ISBN 978-7-5112-7986-6

定 价: 38.00元

版权所有 翻印必究



自序

给女孩们的话

我们都曾经在爱里迷惘、受伤，
没有任何伤痛是过不去的，时间绝对会冲淡一切，
甚至把你变成另一个人。

但是，一定要记得，人都是要越来越好的，
保持着你喜欢的样子不为谁改变，
除非那也是你想改变的缺点。
唯有这样，才能遇见真正喜欢你所有的那个人，
你的心才能真正地自在。

学习爱和被爱的过程中，

我们会一起成为很棒的人，我们也会一样快乐地笑着。

别害怕，你就是最棒的女孩。

不论是单身，还是两个人，
都要成为自己喜欢的样子，这才是最重要的事。

百鍊絲



第一章 爱，是一种不死的欲望



对我来说，爱情里最美的一句话，就是“不离不弃”。在还没有结婚之前，不懂这句话的深义；如今，看着眼前自己深爱的人，我清楚地明白，他的心也和我一样，他是我生命中最重要的另一半，是我的知己，是我的左右手，是我不可失去的灵魂伴侣……我们紧紧守护着彼此，实实在在地感受着每一天的幸福。

- 准备好去爱的时候 02
- 遇见对的人 13
- 相爱的条件 20
- 最完美的幸福 27
- 你是我的女朋友，也是我最好的朋友 41
- 结婚是我们这辈子最棒的决定 48
- 没有保存期限的热恋期 58
- 爱情中最美的一句话 66
- 独一无二的你 74
- 幸福美满不等于一男加一女 81



第二章 愿你成为自己喜欢的样子

相信自己内心的声音，努力成为你想要的样子。你可以买下那件自己明明很喜欢，却在心里嘀咕着“这种衣服要什么时候才穿得到呢”的洋装，隔天就穿着它去逛街、喝咖啡，无须在意别人的眼光，因为这就是你！当你拥有了自己喜欢的样子之后，我必须说：“恭喜你！你找到自己了！”

- 有其父必有其女 /90
- 不后悔 /99
- 越有实力的人越谦虚 /107
- 成为自己喜欢的样子 /116
- 不怕失去的友情 /122
- 梦想的旅行 /132
- 工作代表着你的生活 /142
- 幸福快乐在你的手中 /149
- 活着的每一天 /157



第三章 勇敢，相信爱

亲爱的！没有人是天生就勇敢的，勇气是需要反复练习的。在你厘清了自己的所有感觉，看清了自己想要的是什么，也明白了自己真正需要的爱情以后，时间会带走一切。而当从前那些爱与恨都消失殆尽时，有一天，那个疼爱你的人就会带着微笑，走到你面前。

逝去的爱情 /166

坚持勇敢 /174

分手之后 /183

回到爱最初的样子 //192

迎接崭新的你 /201

第三者 /206

放手不是绝望，而是新的开始 /214

Chapter_ONE

爱，是一种
不死的欲望

准备好去爱的时候



在追求爱情的路上，我是这么辛苦地走来，当身心都成了梦寐以求的模样后，发现许许多多以前的“我”也正追寻着我的脚步；因此，我更昂首阔步地向前走着，想要扶持你们一把，希望你们也能安全地降落在想要追求的幸福里。

原以为，天气可能会再多冷个几天，将挂在矮墙上的盆栽浇完水后，甩干手上的水滴，一转身，就看见洒在阳台上暖乎乎的阳光；看着蓝蓝的天空，我不禁趴在窗台上，发起呆来……

突然想起，很久以前有位女孩写私信给我，问我在面对网络上从四面八方涌来的情感类问题时，如何能够耐心地回复那些求助的信件。

我记得当时的回答是：“因为我也走过同样的路，我也曾经摔落在很低很低的地方，遥望着那位在我心中最高处闪闪发光的女孩，渴望自己能活得像她一样，希望我唯独写给她的那封信能够得到响应，即使只有一句‘加油’也好……所以，现在的我很乐意这么做，我希望让你们能因此拥有足够的勇气，去拥抱属于自己的下一个美好阶段。”

她听完我的回答之后，对我说：“我好像看到你一个人在溺水中痛苦地挣扎，可是在辛苦地爬上岸后，擦干了大把鼻涕眼泪，又回头救人的模样……”

我常想，也许是因为自己并没有一开始谈恋爱就一路风平浪静地走到现在，也没有很顺利地立刻就遇到那个对的人，然后步上红



办法继续承受接二连三的攻击而内心大崩溃！但即使你用力地甩上门，将心爱的东西摔得粉碎；或是努力压抑着、忍耐着不让自己的情绪爆发出来，而用指甲抓红了自己的手臂，最后还是用尽了身上的最后一丝力气，失控地尖叫哭泣……以前总是将你摆在第一顺位的他，仍然视若无睹地看着这一切。

你不明白，为什么你们之间明明没有发生什么问题，你对他的爱也完好如初，但有一天，他说不爱，就是不爱了！接下来，你可能会失眠两年，靠着安眠药才能入睡，过着以泪洗面的日子。

你对于这段感情的茫然不解，随之而来的歇斯底里，可能会让那些受不了你随时会因为悲从中来而情绪失控的朋友，开始避而远之。就像骨牌效应一样，你在工作、学业上开始感到力不从心，渐渐脱离了日常的生活轨道，整个世界也瞬间崩塌下来……

此外，你变得人格扭曲，不断咒骂着恋爱中的每个人，对这个世界感到彻底绝望。

你的脸上不再有笑容，对每个人都充满了敌意，甚至心里萌生了一股想要轻生的念头。看着过去照片里的自己，那种青春又单纯

的模样，然后再看着手上的烟，和镜子里浓浓的眼妆；你不知道，自己何时变成了眼前这个总是眉头深锁、一脸冷漠，不再讨人喜欢的女孩……

而上述的这些过程，都是我曾经历过的。



在这段人生的黑暗期中，我遇到了一些对我非常好的男人。我常常问自己：“当初没有选择他们的理由是什么？”也许我身上仍然带着上一段感情残留下来的阴影和后遗症，所以当我注视着他们的眼睛时，仿佛也看到了从前的自己。

我其实很懂得他们的付出，以及想要获得的东西，但是，当下的我一心只想拔出插在自己身上、血流如注的刀，往别人的身上捅……在结束大开杀戒的过程之后，伤痕累累的我又回到最初的位置，继续在爱情里蒙着眼、浮浮沉沉；反反复复地深爱着伤害自己的人，伤害着深爱自己的人。

酒
類
生
產
與
消
費



曾经有好多个辗转难眠的夜晚，我被不够坚强的自己内心所承载的负面情绪给彻底压垮！没有人告诉我下一步该怎么办。于是，我只能重新穿上一层又一层厚重的战袍。

其实，一开始我并不想发出任何攻击，我只是想保护自己。有时，我忍不住自问：“到底需要多久的时间，经历多少波折，才能造就出想要的爱情？”我渴望爱情的甜蜜能够冲淡原有的愤世嫉俗、偏激和不安全感，帮助我打开心扉，成为一个正常人……

直到过了很久很久以后我才明白，许多的问题，其实都只能靠自己的力量去解决！

在爱情里荒唐了十年，我一直用自以为对的方式，傻傻地、努力地追求着可望而不可即的爱情，但换来的一道道伤痕却狠狠地烙印在我的心底，反驳着每对相爱的恋人、试图带给我希望的朋友和那些真心对我付出的好男人。

曾经我对爱情有很多的不理解，如同别人对我的不谅解一样。于是我踏上那条连指路标都是问号的爱情道路，做着从前他对我做的事，说着他曾经对我说的话，只为了在这趟旅途中得到具体的答