

USED TO BE ALONE



总要习惯一个人



蕊希 —— 作品

治愈千万人的电台主持人、作家 蕊希 诚意新作

原来，所有的煎熬和孤独

都成了我走向你的路

世界欠我一个你，是世界欠的，不是你



知名情感公众号“蕊希”粉丝近1000万
全网听众破2000万，音频总播放量过30亿人次

总要习惯 一个人

蕊希

—— 作品



图书在版编目(CIP)数据

总要习惯一个人 / 蕊希著. — 长沙: 湖南文艺出版社, 2018.8

ISBN 978-7-5404-8767-6

I. ①总… II. ①蕊… III. ①故事—作品集—中国—当代 IV. ①I247.81

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第135888号

©中南博集天卷文化传媒有限公司。本书版权受法律保护。未经权利人许可, 任何人不得以任何方式使用本书包括正文、插图、封面、版式等任何部分内容, 违者将受到法律制裁。

上架建议: 畅销·青春文学

ZONG YAO XIGUAN YI GE REN

总要习惯一个人

作 者: 蕊 希
出 版 人: 曾赛丰
责任编辑: 薛 健 刘诗哲
监 制: 蔡明菲 邢越超
策划编辑: 李彩萍 蒋淑敏
特约编辑: 姚长杰
营销支持: 吴 思 霍 静 张锦涵
封面设计: 潘雪琴
版式设计: 利 锐
封面摄影: 二中兄
出版发行: 湖南文艺出版社

(长沙市雨花区东二环一段508号 邮编: 410014)

网 址: www.hnwy.net
印 刷: 北京市雅迪彩色印刷有限公司
经 销: 新华书店
开 本: 880mm × 1270mm 1/32
字 数: 139千字
印 张: 9
版 次: 2018年8月第1版
印 次: 2018年8月第1次印刷
书 号: ISBN 978-7-5404-8767-6
定 价: 49.80元

若有质量问题, 请致电质量监督电话: 010-59096394

团购电话: 010-59320018



我会一直陪着你
无论多久我都愿意





世界因你而不同

谢谢你来到我的世界

给了我那么多快乐和美好

谢谢你一直认真地爱我

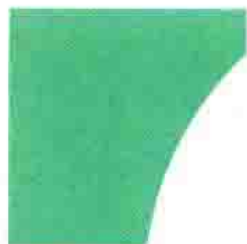
让我不再对任何人感到不安和恐慌

我终于知道了我之谓人世间的所有辛苦的意义

原来我所有的痛苦和泪水

都成了我走向你的路

自序



2018年2月17日，凌晨，失眠。

我发了条朋友圈，写道：

“希望在未来很长很长的日子里，我都还是那个，因为吃到喜欢的糖葫芦和烤红薯，因为看到一部可以把我感动到每集都流泪的美剧，因为司机大哥一个充满善意的提醒，因为清晨醒来的时候有刚出锅的亲吻，因为还能在今天去为自己和在乎的人做些事情，就开心好久的小女孩。真希望，你总能找到轻而易举的开心。”

真希望，我总能找到轻而易举的开心。

2017年写我人生的第一本书《愿你迷路到我身旁》的时候，我说我从来没想到在我的人生标签里会有一个“作家”，

我说我是一个不懂得任何写作技巧的人，
 我说我是靠着我所有的真诚和我全部的二十几岁的人生把那
 本书写出来的，
 我说那是我当时所看到的和正在经历的世界，
 我说是那本书让我有机会把记忆摊开，去看看故事里有趣的
 人们，
 我说谢谢你们给了我做成这件事情的勇气和决心，
 谢谢你们的爱成全了我的梦想和我的当下与未来。

写完《愿你迷路到我身旁》之后，其实我没想过我会紧接着
 在第二年再写一本，我想着要再多沉淀几年，再多经历些事情。

但最后，我还是没忍住，我还是决定开始我的第二本书，我
 想继续用这种方式和你们聊聊天、说说话，我想跟你们多讲讲我
 这一年的生活和变化，我迫不及待地想和你们分享我的喜悦跟幸
 福，我也想告诉你们这一年我又吃到了哪些人生的苦头，记住了
 哪些命运的忠告。

我也想给自己的这一年做个记录，留个纪念。
 这一年，我分手了，和谈了三年的男朋友。



这一年，我又恋爱了，在我分手六个月之后。

这一年我的事业遭受重创，被我原来的工作伙伴害得有点惨。

这一年，我重新创业，开了两家公司，有了一个很棒的团队，我们说好要一起做点“大事”。

这一年，我被人坑了上百万，钱不重要，教训比较重要。

这一年，我买了两套房子，一套给自己，一套给爸妈。

这一年，我又去了三个国家，长了好多见识，也听了好多故事。

这一年，我签售走了十几个城市，见到了好多可爱的你们，这是这一年中最让我高兴的事情，是真的特别特别高兴的那种。

这一年，我谈了一场很幸福的恋爱，和一个我很爱很爱的人，我很爱他，想和他，有个家的那种。

大概，这就是我的这一年吧。

但好像，我的这一年，也不是只有这样而已。

所以，还是想写写，才不枉经历一场。

无论你是通过什么方式认识我的，无论你因为什么样的原因翻开了这本书，

也无论你会看到哪里，在哪一个故事选择结束，





我都真诚地谢谢你来过。
谢谢你愿意掏出几十块钱买下这本书，
谢谢你愿意了解节目之外声音之外的我，
谢谢你愿意看我的文字和我对生活的态度。

我知道，我们一定有着不同的关于这个世界的想法，
我也知道，我们一定都各自怀揣着对于旧时与来日的心愿。
但我依旧满心欢喜地邀请你来我的故事里做客，
看看我心爱的人和事，看看他们平凡却又了不起的人生。

你可以在任何时间离开，也可以陪我一起走到最后。
不管你选择了哪一种，我都谢谢你曾经将你的时间交付于我。

我不知道当你看完这本书的时候会不会觉得今年的蕊希长大了一点，

我也不知道这本书里的文字是不是真的会比去年的更成熟一些，

但请你相信我，
我仍然在用我全部的真心与赤诚将它完成。

希望当你们看完这本书的时候，你们记住的不再只是我的声



音和外表，而是还有我的思想和信仰。

我今年 25 岁了，总觉得这个数字是个坎，
不再是 90 后的小姑娘了，也是个可以当妈的大人了。
我知道我一定无法保持一年出一本书的节奏，
但我希望我每写一本都能对得起自己和你们。

我不确定一年后、三年后、五年后，甚至更久的将来，
我在这本书里提到的人还会不会继续陪在我身边，
我也不确定那时候我的人生会是怎样的，会不会就如同此刻
我所期待的这般。



但我可以确定的是，我无比感恩我现在所拥有的一切，哪怕我终将面对失去的那天。

我总觉得写书的过程就好像是在完成一次自我的洗礼和净化，我打开那个装满旧人和往事的匣子，重新审视那段时间里的自己。

我看着自己的阴暗面，也想象着来日的光芒。

∞

写这篇文章的时候，我趴在床上，一个人。

房间里很安静，只有我敲打键盘的声音和耳朵里的音乐声。

忽然觉得很幸福，我还开心地活着，还做着无比热爱的事情，还拥有着陪伴了我这么久的美好的你们。

想跟你们表个白：

我是可爱的女孩子，你们是可爱。

（我是不是会很会撩！！！！）

人生真的挺难的，但人生也真的可以从艰难中找到很多幸福。

希望我们终于有勇气，和过去与当下的不堪，握手言和。

希望我们活得生动独立，无论处于怎样的境地，都拥有从容

不迫的勇气。

希望岁月赐予你我如同往昔不变的明日，哪怕历经沧桑，也依然保持可爱与纯良。

愿你善待自己年轻的皮囊，也愿你拥有不会陈旧的有趣的灵魂。
愿你活在当下，即使深陷泥沼，也能活完一生的天真与骄傲。
愿，年岁渐长，但你仍如今日般无惧岁月风霜。

愿如此美好可爱的我们每一个人，
都能特别特别幸福地生活着。

谨以此书献给所有在我的生命中扮演着重要角色的人。
谢谢你们出现在我的生命中，让我知道何为“光芒万丈”。

人生苦短，才要念念不忘。
借由此书，牢记恩情与过往。

我是蕊希，欢迎你来到我的世界。
跟我，走吧。



