



全方位呈现不一样的·娜小妞



平凡小妞·倔强小妞·迷糊小妞·勇敢小妞

娜小妞

厉娜图文成长集

厉娜 著



图书在版编目(CIP)数据

娜小姐: 厉娜图文成长集 / 厉娜著. —上海: 上海人民出版社,
2008

ISBN 978-7-208-07730-0

I. 娜... II. 厉... III. 厉娜-生平事迹 IV. K825.76

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 018473 号

策 划 人	邵 敏 王 鹏 王 柯
责 任 编 辑	徐尘远 邬元华
装 帧 设 计	五行人平面艺术设计有限公司
漫 画 插 图	吴 筱(百度 ID:挺厉娜)
文 字 整 理	徐 帆
统 筹	李玉霞
摄 影	冯 海
部分照片提供	漆 蓉

娜小姐

——厉娜图文成长集

厉 娜 著

世纪出版集团

上海 人民出版社 出版

(200001 上海福建中路 193 号 www.ewen.cc)

世纪出版集团发行中心发行 上海锦佳装璜印刷发展公司印刷

开本 720×1000 1/16 印张 8.5 字数 40,000

2008 年 4 月第 1 版 2008 年 4 月第 1 次印刷

印数 1-10,100

ISBN 978-7-208-07730-0/G·1239

定价 28.00 元





上海人民出版社





线索 →

线索 →

引言 寻人启事一则

从翻开书页的这一刻起，你就进入了一个属于我——厉娜自己的小世界。那么，首先让我对你说一句：欢迎来到我的地盘！

也许你听过我的名字，在电视上瞥见过我的脸，除此之外对我几乎一无所知；也许你已经对我有很多了解，从“超级女声”的比赛开始，就为我加油鼓劲，关注我的近况，搜集关于我的各种消息。但不管怎么样，总有一些关于我的故事，是你还从来没有听过的。现在我要做的，就是把它们讲给你听。在这本小小的书里，藏着一个很不一样的厉娜，翻动书页，你就能找到她。

她有时会把自已“掩饰”得很好，不过这没关系，小心留意，仔细寻找，你就能发现这个“不一样”的娜娜。因此，你可能需要下面这些线索：

外貌特征：留短发、穿牛仔裤、喜欢干净的颜色。总之，“简单”就是最高原则。

日常兴趣：一切不需要动脑筋、花力气的事情，比如——吃。为美食疯狂，同时也担心变胖，很想找到一种既能解馋又能保持苗条的方法。

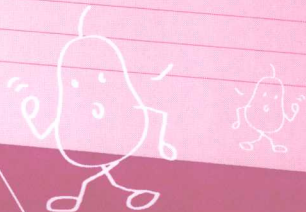
个性经历：天生胆大独立，个性里有横冲直撞的成分。认为梦想是生命里最重要的东西，梦想在哪里，人就追到哪里。就算吃点苦头，受点委屈，也都是一种成长。

目前职业：艺人。演戏唱歌，都是喜欢的事。常被人说有安静慵懒的气质，其实私下里也爱搞笑，会闹乌龙事件。因为工作面对当年偶像时，觉得自己还是没有长大的小粉丝。

糗事一堆：神经大条想法简单，迷糊“宅女”走四方，旅途中留下笑事糗事一箩筐。

家庭成员：爸爸，妈妈，弟弟，还有三只小狗。被人疼爱，也疼爱着别人，家永远是最坚实温暖的后盾。

翻至下页，寻人之旅即刻开启……



目录

线索1

穿·简单是美 (25)

- 26→ 这也是我?!
- 28→ 小美女养成记
- 29→ 惹人烦的“活癖”
- 31→ 纯白年代
- 33→ 尴尬的“情书”
- 35→ 短发是一种生活态度

线索2

吃·乐食享“瘦” (39)

- 41→ 鱼饵被我吃完了
- 42→ “果冻门”事件
- 43→ “赎”求的馒头
- 44→ 美食家，笨厨子
- 46→ 危险诱惑——双皮奶
- 49→ 跟脂肪斗争到底

线索3

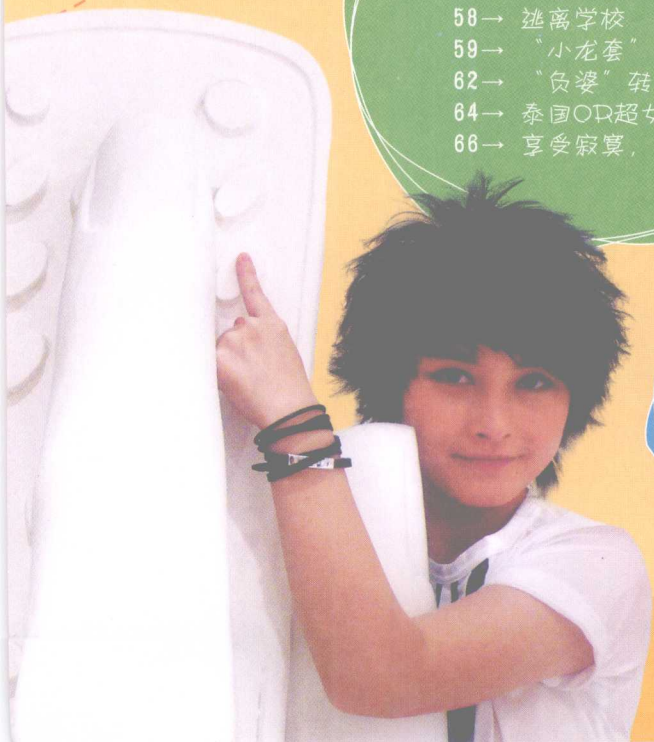
闯·冷暖自知 (53)

- 56→ “漂”去北京
- 58→ 逃离学校
- 59→ “小龙套”的艰难生活
- 62→ “负婆”转运了
- 64→ 泰国OD超女?
- 66→ 享受寂寞，感谢挫折

线索4

演·戏如人生 (69)

- 71→ 从“韩斗穗”到“郑希灿”
- 72→ 剧组众“王”
- 75→ 给我睡觉，其余免谈!
- 77→ 哭比笑容易
- 78→ 拍戏苦与乐



线索5

唱·从粉丝到偶像 ⑧1

- 83→ 从小就是电视儿童
- 84→ 竟有林志颖这么漂亮的男生?
- 87→ 偶像为我写歌
- 89→ 敬业的音乐人
- 91→ 录音室怪癖
- 93→ 雪梨的礼物吓了我一大跳

线索6

行·迷糊走四方 ⑪3

- 115→ 下一站——香港!
- 119→ 转战洛杉矶
- 124→ 在泰国“晕大家”

⑫9 特别篇：说说家里的狗狗们

⑬3 尾声：最后想说的话





保持一份童年时的天真
和随时都能
微笑的灿烂心情

06



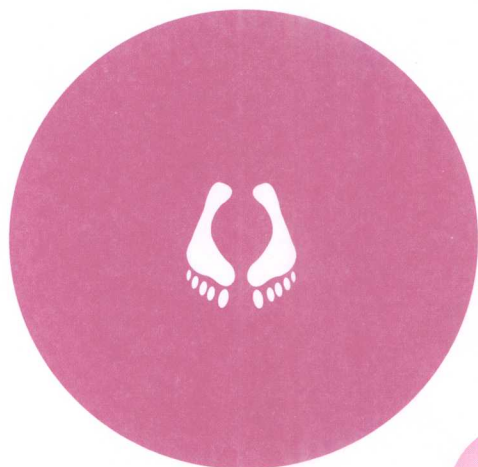
穿简单的衣服，
化淡淡的妆

喜欢这样自然
利落的自己





→ 亮亮的眼睛



↑ 小时候那些让人笑掉大牙的糗事还都那样清晰



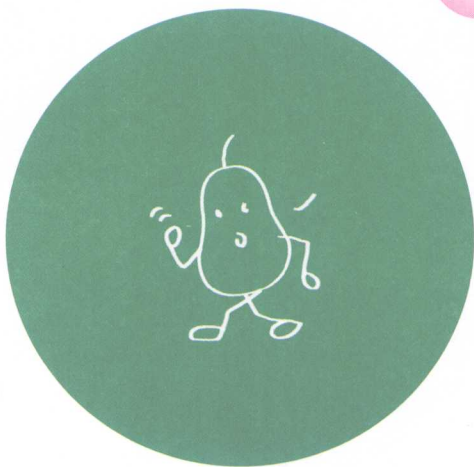
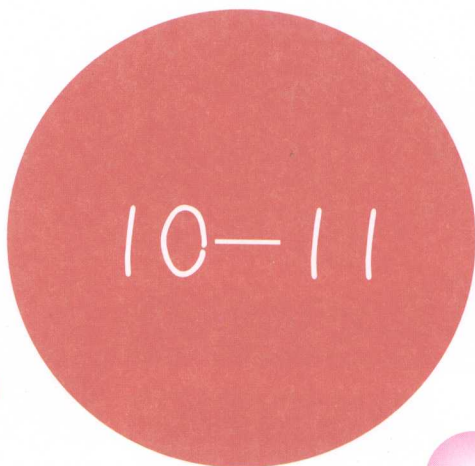
→ 这就是最最真实的娜娜





微微上扬的嘴角

→ 生活，其实也可以像小时候那样，
单纯、快乐



人生中，
难免会有很多不如意



或是经历失败与迷茫……

→ 12



一样应该微笑面对!

也是一种成长，

回忆过去，才发现挫折

→ 13



不同的舞台
不同的城市
一样的忙碌
一样的用心
每当掌声响起
音乐叮咚
就觉得所有的付出
都很值得

14-15

