

朵，轻盈的生活

朵朵小語

文：朵朵 图：万岁少女

让今天的自己轻盈飞起来吧！

亲爱的你，别再留恋昨日的悲伤，

一颗星的发光，是所有宇宙的微笑；

一朵花的盛开，是整座森林的绽放；



知识出版社

朵 朵 小語

轻盈的生活

文字 ◎ 朵朵

图画 ◎ 万岁少女



总编辑: 徐惟诚 社 长: 田胜立

图书在版编目(CIP)数据

轻盈的生活 / 朵朵著. —北京: 知识出版社, 2003.8

ISBN 7-5015-3904-9

I. 轻… II. 朵… III. 散文—作品集—中国—当代
IV. I267

中国版本图书馆CIP数据核字(2003)第061351号

中文简体字版由台湾大田出版有限公司授权出版

北京市版权局著作权登记号 图字: 01-2003-2577

策 划 人: 张 勇

责任编辑: 严 峻

责任印制: 张新民

装帧设计: 红胶囊视觉传达设计工作室

知识出版社出版发行

(北京阜成门北大街17号 邮编: 100037 电话: 010-68315964)

<http://www.ecph.com.cn>

印 刷: 北京管庄永胜印刷厂

开本: 880 × 1230毫米 1/32 印张: 4.375 字数: 100千字

2003年8月第1版 2003年8月第1次印刷

印数: 1-10000册

ISBN 7-5015-3904-9/I·315

定价: 18.00元

本书如有印装质量问题, 可与出版社联系调换。

朵， 朵 小語

轻盈的生活

文字 ◎ 朵朵

图画 ◎ 万岁少女



轻盈的生活

刚才我在堆满泡沫的浴盆里睡着了。做了一个短暂而甜美的梦之后，我醒来，乍见雪白的泡沫，恍惚之中还以为自己置身于温暖的冰雪。

在这有阳光的午后，能在薰衣草的香气和巴哈的无伴奏大提琴中沉沉睡去，我觉得自己太幸福了。我想这正是我要的生活，轻盈的生活。

我写作的窗子面对着起伏的山景，夏天飘来清凉的南风，冬天刮着冰冷的北风，清晨常常有雾，深夜往往繁星满天。四季不停地流转，黑夜不断地连接白天，我在窗前为你写下“朵朵小语”，一篇又一篇。

写作的时候，我心里想着你，也仿佛看见你，因为文字的传递，使我们互相靠近。我收到了你的信，也知道你对我的期许和鼓励，这正是让我一直写下去的原因。

于是就这样写到了第四本“朵朵小语”。如此的坚持，像是窗外流转的四季。



《轻盈的生活》，是这第四本“朵朵小语”的书名，也是我认为你应该有权利拥有的生活。而轻盈的生活，必须抛弃许多让你不堪负荷的东西，例如对昨天的怅惘，对今天的焦虑，以及对明天的担忧。

丢掉了那些缠绕你的沉重绳索，你才会感到轻盈，就像热气球总是要丢弃沙包才能升上蔚蓝的天空。

亲爱的，如果可能，请你带着这本我为你写的第四本小书，在堆满泡沫的浴盆里阅读它。我希望它也能像是充满薰衣草香气的泡澡水一样，可以让你感到温暖与放松。若是你也睡着了，就让我们一起做一个甜美的梦吧！

选择自己的角色

不用怀疑！你就当自己是超级偶像剧的男女主角吧！

当觉得自己真是糟糕透了的时候，我会这么想着呢！

想像自己是命运不济的“抠门”的女主角——

那就会觉得自己幸福多了！

想像自己是悲情的“火花”的女主角——

那就会觉得自己快乐多了！



想像自己是挥霍的“大和拜金女”的女主角——
那就会觉得自己节俭多了！

是嘛！？所以我总是扮演着许多不同的角色，
大声哭大声说话和笑，用力唱KTV 还有胡闹高兴。
不过戏剧也有杀青的一天，也有拍续集的可能，
不过这选择继续的权利是在于自己哟！
就如朵朵说的：“一个优秀的演员必须随时能入戏，也随时能下戏！”
所以呢！嗯——让我想想——
我想我今天还蛮适合演周星驰的搞笑电影吧！？

万岁少女 2002年 1月

目录

卷一：每一天，都是新鲜的

日历	13
迷迭香	14
干燥玫瑰	15
手表	16
时钟	17
茶杯	18
葡萄酒	19
世界的宽度	21
浴缸	22
毛巾	23
蒲公英	24
芦苇	25
咖啡	26

卷二：靠近自己的心

满天星	27
蓝星花	29
墙上的画	30
苹果派	31
蛋炒饭	32
百合	33
甜根子草	34
月见草	35
毋忘我	38
枕头	39
小绿芽	40
钥匙	42
发夹	43
拾起一片落叶	44

叶子	45
芒草	46
含羞草	47
鞋子	48
围巾	49
雨伞	51
羊齿蕨	52
百里香	53
沙滩	54
指环	55
幸运草	56
咬人猫	57
晾衣竿	59
淋湿的衣裳	60

笛音壶	61
-----	----

卷三：释放孤独的角落

三色堇	65
墙壁	66
假含羞草	67
茴香	68
未完成的角落	69
抹布	70
野姜花	71
窗	73
跷跷板	74
玩偶	75
风车	76
风铃	77

■	■	-	笑靥花	78	■	□	-	纸飞机	95
			野花	79				窗帘	96
			翅膀	81				野草莓	97
			秋千	82				凤凰花	98
			钢琴	83				路灯	99
	■	-	椰子树	84				薄雪草	100
			通泉草	85	■	+		太阳花	102
■			野百合	86				窗痕	103
			积木	87				露珠	104
					■	■		蝴蝶	105
								港口	106
								行囊	107
								天堂鸟	109
			紫玫瑰	90				珍珠	110
			会开花的树	91				山树	111
			纸褶船	92				夏雨	113
■	■	-	迷藏	93	■	■	-		
			蜻蜓低飞	94					

卷四：从低潮中毕业

卷五：成为一朵小太阳

- 浪花	116
海葵	118
柑橘	119
草莓	120
香草冰淇淋	121
橄榄树	122
茉莉香片	123
紫苏草	124
试管	125
飞花	126
贝壳	127
枫香树	128
独木舟	129
果冻	131

罂粟花	132
毛毛虫	133
发条娃娃	135
秘密基地	136
果酱	139

昨天已经过期了，今天正新鲜，
别让早就过去的事情腐坏了你现在的心情。



卷一

每
一
天
，
都
是
新
鲜
的



December

S M T W T F S



日历

你从睡梦里醒来，短暂的迷糊之后，你很快又清醒地想起，那些昨天的你曾经说错的话，做错的事。

也许只是小小地说错话，小小地做错事，但因为你不断地回想它，不断地以你的不安喂养它，它就从一只小蚂蚁被你养成了大怪兽。

谁都会偶尔犯一些无关紧要的小错误呀。亲爱的，不要太苛责自己了，对自己的小错误如此耿耿于怀，你不觉得是对自己的一种虐待吗？

从沮丧的床褥间起来，走到墙边，用力撕去一页日历吧。

昨天已经过期了，今天正新鲜，别让早就过去的事情腐坏了你现在的心情。

迷迭香

还记得你曾经暗恋那个人的往事吗？

那时的你比现在更年轻，心思比现在更单纯明净，所以喜欢一个人的时候，也比现在的你更苦痛于一份得不到回报的感情。

可是，那时曾经以为每一个明天都无以为继的你，现在回忆起暗恋的往事，唇角却微微泛起笑意。

回忆是一株迷迭香，回忆的本质一如迷迭香的花语，“在回忆里挥去忧伤”。

许多时候，陷溺在苦痛忧伤中的你，以为人生至此已是穷山恶水，然而当你事后再回忆起曾经跋涉过的风景时，看见的却是好山好水。

因为，你的心里有一株懂得对往事宽容的迷迭香，它在你的回忆里悄悄开了花。