

绘乐堂都市新生活绘本

亲一下 轻一下

—— 华丽蜕变！纯爱私剧场

HeHe 编绘



HeHe 编绘

陶乐堂都市新生活绘本



南海出版公司

2007·海口

图书在版编目 (CIP) 数据

亲一下轻一下/何可人编绘. —海口: 南海出版公司,
2008. 1

(淘乐堂都市新生活绘本)

ISBN 978-7-5442-3961-5

I. 亲… II. 何… III. 漫画-作品集-中国-现代
IV. J228. 2

中国版本图书馆CIP数据核字 (2007) 第196566号

TAOLETANG DUSHI XINSHENGHUO HUIBEN • QINYIXIA QINGYIXIA
淘乐堂都市新生活绘本 • 亲一下轻一下

策 划	淘乐堂文化		
图文编辑	毕鸥 张越		
编 绘	HeHe		
责任编辑	张爱国 刘世财		
出版发行	南海出版公司 电话 (0898) 66568511 (出版) (0898) 65350227 (发行)		
社 址	海南省海口市海秀中路51号星华大厦五楼 邮编 570206		
电子信箱	nanhaicbgs@yahoo. com. cn		
经 销	新华书店		
印 刷	北京亚通印刷厂		
开 本	889毫米×1194毫米	1/32	
印 张	4		
字 数	20千字		
版 次	2008年1月第1版	2008年1月第1次印刷	
书 号	ISBN 978-7-5442-3961-5		
定 价	19. 80元		

南海版图书 版权所有 盗版必究

前言

为了爱我的人，我要变身！

从小学开始，我的体重就超过正常的孩子。

小时候别人说我胖，在我听来是一种夸奖，因为在那时“胖”往往和“可爱”用在一起。随着年龄的增长，“胖”字越来越多地与另一个意义相联系。无数议论在我耳边碎碎念地低声响起：胖胖胖胖胖胖……但我从来也没有去尝试改变，因为我有一个华丽的借口：

心灵美才是最重要滴！！

后来，我有了一个重要的人。看着他日复一日为我作出的努力，我突然开始想，美丽健康也是我可以给予他的爱。于是我作出一个决定：一定要让心爱的人看到自己健康好看的样子！！尽管他说：但是，让自己变得更好看，不是博取爱的筹码，而是一种体现爱的方式！

我不在乎你的体重呀！

为了把快乐和经验分享给他人，我笨手笨脚地画了这本书，在书里装进了我的减肥经验、心得、坎坷和值得回忆的小事，

还有让我感到无比幸福和骄傲的

爱情！

“如果有一天变瘦了，生活会变成什么样呢？”

胖胖的追不到他？不，我爱的他才不会在意我的胖瘦！

可是真的好想好想让我爱的他看到好看的自己呀！





我相信即使我还是胖胖的，
他对我的爱仍然会一如既往



可是这份爱能充满更多惊喜吗？





看到我变得比过去好看，他也为我高兴，
因为他最希望的就是我更加快乐健康



如果我能主动改变自己
不仅是我的爱情，
连我的生活也会变得越来越完美吧！

目录

第一章 觉醒！爱与瘦身之魂！ 1

第二章 苹果地狱5日游 19

第三章 我想变瘦不想变态 35

第四章 我流方法初心！ 51

第五章 他不在身边的瘦身进阶 71

第六章 暴风骤雨平台期 89

第七章 纯爱瘦身新旅程 105

觉醒! 爱与瘦身之魂!

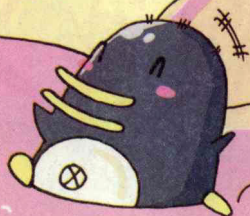


这有啥好看

夏季的某一天……

觉醒！爱与瘦身之魂

哇！吃饭啦
吃饭啦！



今天又是这样……

太烂了
太烂了

阿企，食吃的伪专业南极企鹅，俺的“好盆友”！

慢用

大笨蛋

又是吃！
又是吃！

大笨蛋



哇!!!

我受够啦!



哇!你到底
怎么了嘛!

人家生命中最最
重要的晚饭!!

其实，今天本来该
是非常棒的约会啊！



这就是我，
HeHe，体
重刚刚一
举到达55
kg，而身
高已经停
留在一米
五很多年
了。

啊、喂！

HeHe！！
我在甘木家！
你过来玩
吧！！

耗子，
我的男
朋友

一看你的脸
就知道是谁

去游泳?

万一这个样子被他看到。



我……我皮肤过敏……

为啥?

呃, 我不能游泳啦……

啊?

真笨……
我、我这几天不能游泳, 你懂吧

去啊! 干吗不去?
你可是企鹅的徒弟啊!!



噢,
那你先过来再说吧!



那时候我和他才刚在一起不久, 还处于一起出去会紧张的甜蜜期

挑什么哦,
反正都是差不多样子的大衣服

借我吧

好!

最喜欢的裤子还被借走了



hello——

我来啦!

HeHe

哦!

呜呜呜，太直白了!

啊! HeHe! 几天不见
你又胖了一大圈啊!

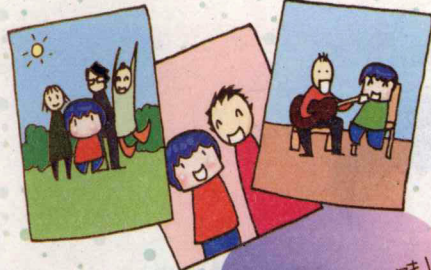
太糟了! 我
腰上居然有
脂肪哦! 得
加强锻炼
了!

你现在多
重啊?

我都没称
啦! 不知道，
哈哈哈

她……
唔

HeHe! 耗子!
过来过来!



不管怎么照,看起来都好胖,
所以我最不喜欢照相了

真不错啊! 哈哈

哇! 太酷了! 看这个!

拜托,
不要再看了
啦!



喂喂! 到底去
哪玩嘛!



我们都定好了!
今天去买衣服!



啊?!

不过……
总比去游泳强!

好吧

我也去!

两个神经病



果然，一到
商场就好茫
然哦……

HeHe, 你想
买什么样的衣
服啊?

啊? 随便
吧! 哈哈

笨! 哪壶
不开提哪
壶!

使劲儿收

收腹?
我没有啊

使劲儿收

给您量一下,
请不要收腹