

悄悄话

对你说



全释美丽
女孩心事
美故事

少年儿童出版社

悄悄话

对你说

殷健灵等 著

少年儿童出版社

图书在版编目(CIP)数据

悄悄话对你说/殷健灵等著. — 上海:少年儿童出版社, 2002.3

(少女成长丛书)

ISBN 7-5324-4918-1

I. 悄... II. 殷... III. 散文-作品集-中国-当代 IV. I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 013563 号

悄悄话对你说

殷健灵 等著

赵晓音 装帧

责任编辑 唐 靖 美术编辑 赵晓音

少年儿童出版社出版发行

上海延安西路 1538 号

邮政编码 200052

全国新华书店经销

上海美术印刷厂印刷

开本 850 × 1168 1/48

印张 4 4/24

2002 年 3 月第 1 版

2002 年 3 月第 1 次印刷

印数 1 - 10,050

ISBN 7-5324-4918-1/I·1949(儿) 定价:8.00 元

悄悄对你说



《“痘”留年华》 顾菲菲 2

《美丽疙瘩豆》 雨 后 10

《烦恼身高》 晓 晓 20

《魔鬼身材》 逸 舟 28

博士姐姐评点 34

胸部变化 37

《女孩子的秘密》 雨 后 38

《怀旧的小鱼》 赤 穹 46

博士姐姐评点 54

《初潮》	殷健灵	58
《尴尬玻璃心》	逸舟	66
博士姐姐评点		74

《瘦身特别行动》	谢冰清	80
《胖墩汤加》	丘晓辉	90
博士姐姐评点		99

《天然秀发》	宋佳音	102
《长发飘零》	黄泓泓	108
博士姐姐评点		112

《内向还是外向》	陆梅	116
《赠礼》	赤穹	124
《盼望长大的季节》	抒晨	132
博士姐姐评点		140

《走不出的遗憾》	殷健灵	144
《曾经拒绝做女孩》	抒晨	150
《幻想长大的日子》	石磊	158
博士姐姐评点		164

《当时年纪实在小》	雨君	168
《那两双眼睛》	陆梅	174
《阳光灿烂》	逸舟	180
博士姐姐评点		196

清月对你说

MAAF 35/14





横看成岭侧成峰，大小深浅各不同。

不识友人真面目，只缘有“痘”生其中。（改自苏轼《题西林壁》）

这首诗，是我的一位好朋友闲暇所吟的。因为时逢春末初夏，气候转变令她一夜之间脸上疯长了不少痘痘，不堪忍受之余，用以自嘲。

其实，曾经或正有着类似经历的青春女孩还真不少。想想，原本光洁细腻的皮肤，就那么突然地冒出了不

少或红或肿的痘痘，没有心理准备也就算了，可这下连出门逛街都没有了兴趣。

有的女孩子，开始还不以为然，谁知那小痘痘便愈发猖狂起来，千军万马似的日益放肆。于是急着投医问药，化妆品、中医、西药，大千一场，日日夜夜对镜暗自忧愁。

有时候，好不容易略有成果，可一到春夏季，痘痘却大有“野火烧不尽，春风吹又生”之势。接着，“全副武装”，又再次加入“痘”争。

以下 COPY 几份战“痘”实录档案，如有可借鉴之处则佳，若无也可一笑了之。

上海市浦东新区华夏东路 2110 弄 11 号 301 室(201200)

档案一：全面攻击型

在我所见过的战“痘”场面中，盈的方法是最别开生面，也是最令人目



不暇接的。

从化妆品、药品到植物疗法，她一应俱全。

化妆品：从“clean & clear”

的青春痘调理凝露，到显臣粉刺

净，再到特效洗面



奶。反正市面上名气较响的，她都网罗详致。每天，她起得最早，又洗脸又东抹西涂的，总忙得不亦乐乎。

药品：中药西药，应有尽有。有时吃这种，偶尔也换那些。一溜排开的药瓶，不知情的人还以为她有多么弱不禁风，营养不良。

反正，她的策略是多管齐下，多多益善。必要时，土洋结合，中西合璧都在所不辞。可惜她屡试不爽，但决不屈服，越加屡败屡战，精神可嘉。

档案二：全面防御型

阿霞是我的堂姐，肤质一直较好。最近或许由于在航空公司工作，生活规律变动大，脸上时不时就跳出些痘痘来找麻烦。

自小她就爱漂亮，这么一来更是心急如焚。也算是未雨绸缪吧，除了格外注意皮肤的清洁，在饮食方面更是格外谨慎。

新年里，逢着好几家的喜宴。眼前佳肴香飘味美，一旁的阿霞却愁眉不展。

庸人不晓，便问为何。

她曰：“此乃皆油腻易上火之类，不宜食。”

之后几道菜，每次都是我先品尝，她再问：“味清淡否？系海鲜、辛辣一类否？”

一顿酒宴完毕，堂姐吃的还不足我的三分之一，而我倒像极了个品尝

大师。

阿霞近来也愈加喜睡。一张桌，一只沙发，她都可以视“睡”如归。俗人又不明究竟，她笑曰：“美女贪睡，睡足则痘易消。”

其实，她的痘痘真的就那么几颗，可她的全面防御体系牢固得一塌糊涂，意志也异常坚定。

档案三：攻守结合型

不同于以上两个极端的是敏。

她爱吃酸辣的东西，更偏好油炸食物。因此，痘痘不请自来，不定时地就报一报到。

而她，生性乐观开朗，每回都从容应对。脸上有痘痘了，她便忌口不食那些油腻辛辣的食物，也非常注重脸部的清洁。

几星期之后，等到炎症消除，痘痘偃旗息鼓之时，她便大开食戒，大快朵颐一番，全然忘了战“痘”的辛苦。

她的八字箴言就是——敌进我攻，敌退我休。

不过我更相信她是“敌退就贺”，她这样既有“面子”，又能满足自己的胃。她也甘愿如此，且乐此不疲。

以上的
档案只是一



小部分，还有“盲目乐观型”、“杞人忧天型”、“放任自流型”种种。每个女孩子面对脸上碍面子的痘痘，根据各自不同的性格、观点。都有自己的一套方法。

但是，请绝对不要黯然神伤，或每天对着镜子挤啊挤的，要么病急乱投医，一旦皮肤过敏，情况就会更糟糕。

有青春也就会有“痘”，青春痘的产生也无非是一种生理现象。如果你有充足的睡眠、合理的饮食，还包括有良好的心理状态，那么红润有光泽



的脸庞又将会属于你。

找到适合自己的战“痘”方法，才能事半功倍。青春易逝的流金岁月，不要被白白“痘”留了。待到有一日，尘满面、鬓如霜，回忆过往，我们都拥有一段花样年华。

民是因为脸上那一脸的美丽疙瘩豆，才引起闻沁注意的。

到了初中，同年龄的男孩，多半比女孩发育得慢，个头不高，成熟也不够，喜欢像个孩子似的打闹和拌嘴，所以班级里的女生对他们总是爱理不理的。可民是个例外，他像许多正处在青春期的女孩一样，脸上长满了可爱的小痘痘。这让闻沁对他一开始就有了同病相怜的同情。当然那时她

并不知道，民却在为他一脸痘痘的酷相而暗自得意呢！

男生和女生，对于同一件事情的理解，有时竟然会南辕北辙！

闻沁那时正在为额头上的痘痘烦恼，那痘痘呀，其实不算多，但闻沁刻意留的刘海却怎么也遮盖不住它们。上课的时候，她于是总拿着一面镜子，塞在课桌肚里不停地照，生怕那些痘痘又从刘海的间隙逃了出来。

所以，当有一天民将一管不知名的油膏放在闻沁的化妆包里时，闻沁的心马上就荡漾起来。

那时，他们正前后排坐，闻沁有时会将镜子放在竖起的课本里面，于是不经意地就会从镜子里看到民那张饱经沧桑的脸蛋，民在镜子里朝他狡黠地一笑，弄得闻沁的表情丰富起来。

时间长了，闻沁回头与民说笑的

时候，自然就多了一个话题——关于青春痘的处置问题。

没想到民一脸的诧异：“你每天不停照镜子，原来就是为了这几颗痘痘？差点让我会错了意。”民觉得有点不可思议，也暗暗提醒自己，差一点就以为那是闻沁喜欢自己的一种表示呢！还好，还好！

“你难道不觉得这些痘痘很烦吗？”闻沁想，民可满脸都是，应该比她更烦恼的。

“这样一来，看上去有点层次，也省得我装成熟了。我觉得，可能这对我来说倒是件好事！”到底是男孩，思路倒很开阔！

这便成了闻沁与民交往

