

在这个伤感的城市里，注视着熟悉的自己渐渐迷失。
看见自己来时的脚印，却看不见自己前行的方向。
看透了世态炎凉、却始终看不透自己。

沫碎颜

/ 著

越大长越孤单 越大长越不安

音乐与文字的奇妙结合，细腻的笔触描绘成长，
值得细细品读的青春岁月之书。

牛奶咖啡主唱 kiki 推荐



金城出版社
GOLD WALL PRESS



沫碎颜

/著

越大越孤单
越大越不安



金城出版社
GOLD WALL PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

越长大越孤单 越长大越不安/沫碎颜著. —北京: 金城出版社, 2014. 8
ISBN 978-7-5155-1095-8

I. ①越… II. ①沫… III. ①散文集—中国—当代 IV. ①I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 119913 号

越长大越孤单 越长大越不安

作 者 沫碎颜
责任编辑 梁一红
开 本 880 毫米 × 1230 毫米 1/32
印 张 8
字 数 117 千字
版 次 2014 年 8 月第 1 版 2014 年 8 月第 1 次印刷
印 刷 三河市鑫利来印装有限公司
书 号 ISBN 978-7-5155-1095-8
定 价 29.00 元

出版发行 金城出版社 北京市朝阳区广泽路 2 号院 (东区) 14 号楼 邮编: 100102
发 行 部 (010) 84254364
编 辑 部 (010) 64210080
总 编 室 (010) 64228516
网 址 <http://www.jccb.com.cn>
电子邮箱 jinchengchuban@163.com
法律顾问 陈鹰律师事务所 (010) 64970501

请加油做自己吧

——推荐序

今天晚上录完电台节目，我一个人背着吉他走在南礼士路地铁站旁边的长安街上。回想上一次这样走着，还是2001年这个季节的某个夜晚，好久远啦！十三年一转眼就过去了；我发出感慨的声音。还有些淡淡的伤感，是来自回想起当时身边的朋友如今全都变了，他们的样子、他们的想法、他们的人生……因为变得太多了，他们也几乎都从我的生活中走远了；而欣慰的是，自己还没变，这一刻在同样的时间走在同样的地方，依旧带着一颗追梦的心；而同时伤感的也是——什么都没变，十三年前在追梦的路上，现在还在追梦的路上；十三年前追逐着遥不可及的明星梦，十三年后还在这条看不到尽头的路上走着。

所有人都在变着，留下的注定孤独。

我想这就是“越长大越孤单”的意思吧，并不是说长大让人孤单，而是随着长大，你身边的人会一个个离开你走上别的路，你要被迫面对孤单，面对不安。

这是我们每个人成长中的必修课。

这些年，我身边的朋友很多都结婚了，还有的有了孩子；有的人出国了，还有的人在苦修佛学准备出家；有人自己开了公司整日奔波，还有人每天上班加班怨声连连……每个人都在自己的人生轨迹里。聚会的共同语言越来越少了，人群中出现

了一个个利益圈子，聊着与自己相关的话题。慢慢的，聚会越来越少了，来往越来越少了。早几年我还会因此叹息甚至流泪，现在不会了。

我在学习享受孤独，适应不安。这也是成长给我的必修课。

欣慰的是，每条路上，不仅有人走远，还有新的相遇、相伴，虽不知会同路多久，也都是要去感谢和珍惜的！

认识小沫（沫碎颜）是在网上，说实话我也不记得她是如何出现在我的 QQ 里了，网上太多的离合聚散，最后能在心里留下很深印象后来又能成为朋友的难能可贵。

我想小沫给我最深的印象就是那份单纯又梦幻的心，很好很难得。而更难得的是，她不是一个只会做梦的女孩，她把一个个梦变成了现实。她说要做电台，很快就做起了“空欢电台”，听说听众越来越多（同时感谢小沫经常在节目里播放我的音乐）；她说要出书，突然间我被拉过来写序，书稿将要付梓出版了！真是了个了不起的女孩子！

说实话，我实在不想以一个前辈的口吻来写序，并恳请大家“请支持这个女孩吧！”我只想对小沫和每个读这本书的朋友说：加油做自己吧！不要怕。如果有一天感到孤独，感到不安，想想还有和你一样的人，陪你走在和你一样的寻梦路上。

王小熊猫（王小洋）

2014. 3. 25

目 录

CONTENTS

从未以自己的方式成长

请将我遗忘·····	3
踏碎我们的盛夏光年·····	4
回忆里的沉默·····	7
荏苒之际，悲莫离兮·····	10
亲爱的高三·····	11
在文字里熬夜·····	15
如果时光不走·····	17
很傻很天真·····	18
孤傲·····	19
凉·····	20
忙碌·····	21
想太多·····	22
恋旧·····	23
碎颜·····	24
我是疯子，不是傻子·····	25

心绪不定	26
沐光	27
雨湿了心情	28
我不想说再见	29
解语	31
没资格懵懂	32
似乎忘却，努力记得，我的残缺	35
她说流年曲折迂回，似海岸，似流水	38
满纸落寞和伤悲	39
待见的春暖花开	41
夜雨	43
把时光雕刻成你最爱的模样	44
祝我生日快乐	46
眼泪	51
我不快乐，我有点厌学	53
无法左右的心情	55
一个人行走在北京	56
往事如梦	59
致十年之后的自己	60
学姐，你好	63
消失	66
自尊	67
无畏人生	68
矛盾	69
湘潭大学	70
光阴的故事	72

短发女人	75
原来世界一直明媚着	77
岁月何曾阻你变化	79
我们这一代人的青春	82

没有原因的各种消失

空欢	89
听友群	94
不拒绝眼泪	95

爱我的人还能爱多久

遇见	101
心悦君兮君不知	104
亲爱的，请许我一片碧海蓝天	105
我等你	109
有什么熬不过	111
有你最美	114
携手共尽阑珊	118
冬天的热饮暖不过人心	120
你比自己更重要	124
最重要的小事	125
爱我，非你莫属	127

究竟谁是谁的过客

依米	139
不改初心	140

你一定要过得比我幸福	142
夕花朝拾，泪已成诗	143
谁没有过一次暗恋	146
那朵花	148
寒冷	150
女人实在无须楚楚可怜	151
疼痛	152
停留一生	153
离人	154
纯色之美	157
与君书	158
看穿	159
谁的心会疼	160
泪妆	163
孤独患者	165
酒不醉人人自醉	167
我将自是萎谢	169
反正	171
南城风韵	172
我愿意幸福，我只愿幸福	174
谁在轻唱离歌	177
失眠的夜	178
自疑	180
为生命而生活	181
失去后才珍惜	183
二次元	185

好好对自己	186
衡阳之旅	188
勿忘心安	190
爱如流沙，恨于一刹	192
不待见的忧伤细水长流	195
晴空下的王小洋	210
眼泪知道	213
悲情主角	218
流光容易把人抛	220

有爱的家，无根的人

回不去的少年时光	225
时光剪影里的轻微疼痛	227
郁结在心中的物非人非	232
后记——我只想留下一片回忆	238

从未以自己的方式成长

有没有想过，曾经的你，是一个怎样的人，而现在呢？

时间由眼皮底下划过，你，抓住了吗？

我在这里写字，你在那里看书，可他呢？

这样的我，这样的沫碎颜。

喜欢可好？

请将我遗忘

（配合阅读音乐：王筝 - 《合影留念》）

和你的记忆都是些零碎的片段，如此琐屑，却又是如此的不可或缺。就如拼图中的模块，缺了任何一角都不可能变得完美。

我不太喜欢“勿忘我”的承诺。真正的情感是由心生，而不需要借以任何虚假抑或夸大的言辞来支撑和延续。

我不奢求你记忆中永远会有我模糊的影子，我也不想任性地希望我的未来会有你的陪伴。我不太崇尚“友谊天长地久”的说法，不是不相信友谊，而是因为太重视友谊。这句话很神圣，并不是那么随便；这句话很沉重，并不是那么简单。

我甚至很小心眼地认为一句话重复多遍，就会变得很廉价很廉价。因此，我讨厌一天之内就说十多次对不起的人。

其实，淡淡的友情，淡淡的感觉，总会在人的指间留下淡淡的余香、淡淡的温馨。淡淡的回忆，让人舒心，就像你的浅唱低吟，简单却饱含深情。

是谁说友情不是深刻就是没感觉？是谁说友情不是伤得太深就幸福得要死？是谁？到底是谁？

我不想对你说“好遗憾，没能更深地了解你”，我也不想对你说“好遗憾，没能成为你的知己”。

我想，我想说的是“真庆幸，我竟认识了你”，抑或是说

“真庆幸，你教会了我一门重要的人生课程——淡淡的温存。”

离开你，我不想哭泣；告别你，我不想会如此默契，两人沉默不语；抬头仰望你，身后的那一米阳光深深地刺痛了我的眼睛。不敢看你，我转身离去，忽视太阳灿烂，细数太阳黑子。脚步向前，思绪飞扬，落叶点缀其间。如果下一个转角还能匆匆碰头，就轻轻握手，道一句深深的问候，自己的路途仍在前头。

但是，我希望，我真心希望你不要站在原地等我，如果某天，你记忆的长河中出现了更美好的记忆时，请将有我的模块遗忘，替换掉我的丑陋不堪，只留下幸福的画面……

亲爱的，可好？

踏碎我们的盛夏光年

（配合阅读音乐：大乔小乔 - 《消失的光年》）

时光吹出一缕记忆的风，潋潋了一碧已然破碎的往昔。我站在风口浪尖上，参不透日子的含义。缅怀过去，踏碎时光，雾气吻湿回忆的脸。

做何念想？唯有不堪。

遥远的不是梦想，而是那一颗颗逐渐冰冷的心。陌生的气息席卷身心，如何还记得那些熟悉而又已死在脑海的言辞？日历撕了一页又一页，每天都在繁琐的小事上仓促度过。直到现在，直到将来，也怕是找不到哪怕一件值得引以为傲的事。沙

漏漏过时光，漏完了倒转一下又是一个全新的起点。可是日子呢？日子过完了一生就真的完了。

天地浩大，朗朗乾坤，而我们，只是沧海之一粟。

遥远的不是梦想，而是那一张张愈来愈薄的底片。我已全然不知，如何才能再现当年天真无忧的笑脸。日子飞速行进在人群之间，我们总是以仰望的姿态去追赶，追上了洋洋得意，追不上了自暴自弃。或许，年少的我们，都是这般极端而又愚昧不自知吧。

我想我是真的丢失了太多东西，我不再是以前那般勇敢。我小心翼翼地活在这个狭小的空间，握着我最爱的亲人、朋友的手，我希望我一转身，就可以看到你们，我亲爱的好朋友们。

如若置身于广阔无垠的空间，我会茫然无措，我怕我手上握着的只是冰冷的空气。我怕即使我误入了歧途也不会听到善意的提醒。我怕把自己弄丢，把你们弄丢，把这个可爱又可怜的世界弄丢。

平静安详的湖面，被突来的雨点打碎，旋涡暗涌，底下是鱼儿的生死时速，上面却是看客满足欣赏欲望的笑容。真想知道，什么时候谁会变成那条可怜又可悲的鱼？什么时候，谁又会变成那个无聊又无知的看客，看一池萍碎，看三分流水？

也不知道三月是个什么季节，太多朋友的生日聚在三月的尾巴上，而我恰巧是站在尾巴上摇摇欲坠的人。我是从不大肆操办生日的，只是和几个好朋友在一起喝几杯冷饮，吃烧烤辣得呛出眼泪就满足了。不用对我说生日快乐，哪些人对我好我一直都藏在心里。我讨厌说太多形式上的话，那些亦假亦真的句子更能在赤裸裸的真相面前如利刃般刺穿人的心脏，让

彼此苦不堪言。我不需要我的朋友用什么过于华丽过于文艺的辞藻与我交谈，你平时怎么样就是怎么样，你可以骂我可以拿我开涮但最好别骗我。

我能和你做朋友，只因你就是你。

我一直都很喜欢新买来的书上残留的墨香，它让我的灵魂得以洗礼和告慰。我甚至悄悄打算，以后不论哪位好友的生日，我都送一本自己珍爱的书，而书里所阐述的，便会是我想讲给他听的。所以，我的朋友，如果某天我送了一本书给你，你一定要明白，书里讲的，并不仅仅是个故事而已。还有，那代表着我相信你能读懂那个“故事”。

.....

日子是一口井，记忆在打捞湿漉漉的光阴。

孩子，孩子。

是不是切断了黑夜你就会笑？是不是融化了南极你才会觉得温暖？是不是踏碎了时光你才会不再孤单不再遗憾？呐，孩子，是不是？踏碎时光？踏碎我们的盛夏光年？

那些曾因为我的无知而不小心被我伤害的人，对不起，年少的我太不懂事，请原谅我的幼稚与不安的任性。

那些曾在无意之中帮助过我的人，谢谢你，你们的点滴帮助，我会好好藏在心里。

那些无论发生了什么却始终坚守在我身边的亲人和好朋友们，我爱你，你们为我筑造的名叫信任的堡垒，我此生定会铭记。

我没有太伟大的胸襟，相信我，我尚且只是个小孩子，一个妄想踏碎时光的孩子。

我不想茕茕孑立，踽踽独行。

我亲爱的好朋友，我只想与你，与你一起，踏碎这一场形影相吊的烟花祭。

任风吹雨打，任岁月擦伤。

疤痕，恶劣的疤痕，也会成为最美的祭品。

回忆里的沉默

（配合阅读音乐：卡洛儿 - 《何茫然》）

2010年7月8日7:23，一条短信把我从睡眠里惊醒。

刺眼的分数和排名一下子就让我的心跳漏掉一拍。看到这个成绩时，我震撼了一下，然后，脑子里一片空白。有片刻的恍惚，有持续的无奈。

我不曾想过我会因为这个成绩而哭，毫无预料地，泪水就流下来了。

看窗外，忙碌的人还在忙碌，说笑的人还在说笑。

我对我的高一生活做了一个简单的总结。那些开心的、难过的、无法无天的放肆的岁月。那些羞涩的、爽快的、敢爱敢恨的多情的季节。如今，都已远去。高一生活弹指而过，再也不能拿适应阶段来宽容自己的软弱，纵容自己的懒惰。中考的人山人海依然历历在目，而今，我却只能在拥挤的人潮里漫无目的地走着，心里落空了。

她们都说我不曾为成绩烦恼过，可谁知我是最在乎的。我