

幸好我不是 满分女生

小寒成长笔记



著 小寒
〔新加坡〕

华中科技大学出版社
<http://www.hustp.com>
中国·武汉

作者简介 ■ ■ ■ ■ ■

小寒

七届新加坡金曲奖最佳作词人，曾为许多畅销歌手如蔡依林、陈奕迅、林俊杰、林忆莲、孙燕姿、梁静茹、蔡健雅、EXO等创作歌词，也是第一位三度入围台湾金曲奖最佳作词的新加坡人。

小寒是Funkie Monkies 音乐品牌创办人之一，开班授课的同时栽培乐坛新人。身为英校生，且于2002年荣获病毒学博士学位的她，抱着对华文写作的兴趣和推广华语语的热忱，在为流行乐坛写词之余，也为音乐剧创作歌词，如《老九》（2005、2012、2017）、《聊斋》（2010、2016、2019 [受上海上汽文化广场之邀，成为第一届上海音乐剧节参展作品唯一新加坡代表]）；电影如《881》《割爱》；大型活动如推广华语运动、新加坡国庆日（2008、2009）、2013年妆艺大游行（《雪中火》）、2014年公益金曲《一传一》等。

除了创作歌词，小寒也是个特约作者，在《联合晚报》有专栏。她的小品散文集《眼泪是胶囊》于2011年初上架，并已再版四次，2015年于中国出版。长篇小说《无指幸福》分别于新加坡（2013）、马来西亚（2014）与中国（2015）出版，还有生活励志小说《回不去的候车站》（2015）、得奖的生活励志小品《幸好我不是满分女生》（2017）都出自于她的手，也都已在中国出版。她为中学生所创作的校园小说《穿校服的老师》已于2019年底在新加坡上架。

内容简介 ■ ■ ■ ■ ■

一个脸蛋长得不怎么样的女孩，如何在处处都是满分女生的地球上长大成人、学有所成？

一个大脑不怎么灵光的小孩，如何在处处都是满分学生的世界里达成梦想？

天生只得矮板凳，能摘得天上的星星吗？

可以的，只要你相信，“不满分”也是一种福分！

汇集了自身与身边人的经历和心得，新加坡著名作词人兼作家小寒以幽默、逗趣、自嘲、尖锐的笔调整理出这个“成长懒人包”，并以笔记的形式呈现给读者，陪大家从另一个角度、另一个高度看待学习、成长与幸福。

策划编辑：姜志敏

QQ: 564143958

责任编辑：朱媛媛

封面设计： Amber Design

AMBER DESIGN

送给予希

18个章节，陪你到30岁。

和正处于成长期与成熟期的你。

自序

在书店里看到架子上摆放着好几本《满分作文》，心想：这世上有满分作文存在吗？有满分作文，是不是就有满分故事？有满分故事，就有满分人生了吗？有满分人生的人，又叫什么？满分男生？满分女生？

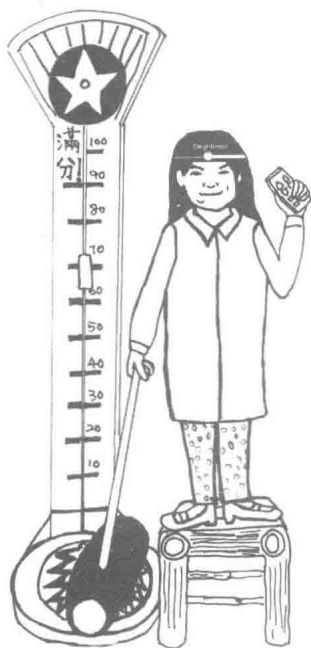
满分？我自从上完小学一年级之后，人生就再也没有过任何一次的“满分”。

我仅了解，人生是一场嘉年华，无论摆在你面前的设施与商品有多眼花缭乱，当我们看见别人玩那项老套又不起眼的打靶玩具时，不知为何骨子里就会一阵痒，忍不住试一试。

但我们当中有些人，即使再怎么努力、再怎么用力地将手里握着的那根棒槌打在靶子上，也得不到满分。其中一个就是我。

然而，得不到满分又怎样？因为怕再次得不到满分，就不敢投入银币，不敢举起棒槌了吗？你大可选择再试一次、和同行的人一起打靶子，或选择锻炼好肌肉后回来再玩。当然你也可以选择不加入这个游戏，反正好玩的、好吃的，到处都是。

幸好我不是满分女生，减一分没有太多人留意，而每加一分就



会被视为进步。

幸好我不是满分女生，为了每天能多进步一点点，必须昂首挺胸，绝不低头，这样老来也不会驼背。

幸好我不是满分女生，或许成功会难一些，但一路上累积的故事却多得可以写一本成长指南，一本从寒酸角度去提取幸福甜度的阿Q秘籍，一本自我管理的书。

无非是想让你看到，我们实在不必满分，也能过着满足的人生。

目 录

关于美貌

笔记1 正着正着就歪了 / 001

歌词：连诗雅《时间开的玩笑》 / 014

关于朋友

笔记2 挤一挤脂肪，圆的也能方 / 015

歌词：王心凌《BFF》 / 030

关于学业

笔记3 学业：学习应付事业 / 031

歌词：Shila《到时说爱我》 / 056

关于异性

笔记4 一场化学烟火表演 / 057

歌词：李幸倪《君子兰》 / 069

关于健康

笔记5 乱码了的数码世界 / 071

歌词：蔡健雅《偷窥秀》 / 088

关于爸妈

笔记6 吸血吸得你们头发都白了的跳蚤 / 089

歌词：邓养天《暂停键》 / 102

关于梦想

笔记7 记仇的女生才励志 / 103

歌词：萧亚轩《敢伤》 / 118

关于放弃

笔记8 只因气球本来就承受不起重量 / 119

歌词：梁文音《掉拍的节奏》 / 132

关于事业

笔记9 成功在你无可取代时 / 133

歌词：蔡淳佳《整装》 / 148

关于善良

笔记10 善良的女生才闪亮 / 149

歌词：蔡健雅《一克拉》 / 163

关于受伤

笔记 11 刺猬，大概最怕痛 / 165

歌词：丁当《保护色》 / 178

关于脆弱

笔记 12 有急流才会有桥梁 / 179

歌词：彭佳慧《懂你才懂爱》 / 191

关于单身

笔记 13 一半的“半”不是量词 / 193

歌词：杨丞琳《单》 / 207

关于婚姻

笔记 14 丑小鸭当然要变天鹅 / 209

歌词：乔毓明《好人家》 / 221

关于孩子

笔记 15 用充气球送你去外太空 / 223

歌词：苏永康《有愁必抱》 / 243

关于生命

笔记 16 用动词活成一个形容词 / 245

歌词：蔡健雅《活着是最好的死亡》 / 261

关于幸福

笔记 17 半杯水总好过半桶水 / 263

歌词：A-Lin《平衡感》 / 270

关于自己

笔记 18 我：当你“找”到“一”的时候 / 271

歌词：安心亚《慢陀螺》 / 281

结语 / 282

歌词：萧亚轩《记得要微笑》 / 285

鸣谢 / 286

小寒酸语录 / 287

关于美貌

笔记1

正着正着就歪了



正着正着就歪了

镜子是诚实的，但看着它时，你对自己的评价也会跟着被“左右”。因此我除了偶尔化化妆、挤挤痘痘时会照镜子之外，几乎都不靠近它。但我也不是一辈子都长得不怎么样的。

有图为证，虽然我脸上有胎痣，但我生命中的确有一阵子长得还蛮正的。有一位朋友还评价说那时候的我长得像中国台湾影星天心，令我沾沾自喜了好一阵子。但人是不能逆向生长的，我已经离“天心”越来越远了。



七岁之前的我，每天扎着两条长长的辫子，坐在教室椅子上静静地做功课、看书和画画。在小男生眼里，我就是他们心目中的“校花”。不是在臭美，“校花”这两个字，确实出现在他们递给我的纸条和礼物包装纸上。

当然他们有所不知的是，我在教室里做功课是为了回家能只看电

视节目，其他的什么都不做；看书，是为了看图片而已；画画也只是为了挑战自己在老师来上课之前，能画几只螃蟹，实在是称不上文雅。

脸蛋长得正就是有好处。除了有不少贴纸、弹珠、公仔和零食可收，连弄丢一支铅笔时流个两行泪都能发动班上的男生趴在地上帮我找，回家时还有男生帮忙扛书包，兼充当保镖护送我到校门口。

岁月如风，吹袭着每一个人，有些不怎么样的小孩，越大越正；本来很正的正妹，也有可能正着正着就歪了。时间就爱开这种玩笑。

正如我。如今我的样貌、身材及身高都偏离“标准美女”的轨道太多了。但这也不是一件坏事，因为我就是一个活生生的“正妹长歪”的例子，让大家看到，有些女生年轻的时候国色天香，但谁也难预料到，基因、环境、几率还有自身的纪律，都可能改变她的外表。

你今天班上的校花，或许其新陈代谢率在毕业后就会降低，变成一个外观不可观的大婶。而今天还不太起眼的你，或许只是“时辰未到”。那个塌塌的鼻梁脱掉重重的眼镜后，或许会长高一些；歪歪的门牙会因为脸型加宽而变整齐；内双的眼皮终于在拥有足够睡眠后选择出现。

不妨耐心一点。

瓜子脸，国字脸

我的脸型、五官和骨架都遗传自我爸爸，而他算是当代的美男子。如果我是男儿身，应该也是一名俊男，但一个百分百的女儿身，却长着一张男生脸，是谁，都无法成为满分女生。

一个女生称不称得上是美人，大家可都是看一眼照片就下定论了。国字脸的女生给人的第一印象就是，脸有点大，五官有点塌，人有点男子气概。

也不知是哪个具有大男人主义的古代审美学者定下的标准，男人方脸，下颚线条分明就算是有阳刚味，女人必须恰恰相反才行。

其实阿Q一点，瓜子（guā zǐ）、国字（guó zì），拼音就差一个字母。

偏偏命运就差这么多。

如果依据世俗的审美观来鉴定，国字脸真是梳什么发型都不好看。长发梳中分，下颚会显得很宽；扎马尾大家会惊叹你的脸怎么这么大？！剪短发更不用说了，大家都会觉得你是个男人婆。中学的时候有人就真的指着我，问我妈：“你这个儿子今年多大了？”

尽管我再怎么注意饮食，身体再健康，高中时依然有人问我是否患上流行性腮腺炎！

国字脸型也给化妆师带来很多不必要的麻烦。我这个客户的脸面积大，化妆师用的化妆品自然多，还要特意将深褐色的腮红，搽在靠近下颚附近，好让我上电视当评审或接受访问时，脸会稍微看

起来小一些，不至于从胖子变成大胖子。

发型师也必须费尽心思，尽量将我的头发吹得蓬松一点（像怨妇），不然就是梳到前面来（像怨鬼）。

所幸有地心引力这回事。人年龄越大，表示在地球上待得越久，接受地心引力的影响也越多。相信我，地心引力绝不是女人身材的好朋友，曾经“挺胸做人”，如今却落得“低头思故乡”的下场。但地心引力对脂肪重新分布的功能也不完全是坏消息，因为我发现，远离婴儿阶段越久，我脸上的婴儿肥也跟着重新分布到大腿上去。脸大遮不了，大腿粗呢？就在服装上着手吧，反正我也不好意思穿热裤。

国字脸有让我烦恼得吃不下饭吗？当然没有，否则脸可能早就变小了。

我认识的人当中，有一位去医院削骨，有些选择打肉毒杆菌，有的把智齿拔了，有的买仪器天天进行脸部按摩，有的朋友则每晚戴牙套。

我呢？什么都没做，除了继续吃，就只是等着变老，因为我相信相由心生。我天天都表情多多，脸上的肌肉自然也跟着多多锻炼，燃烧脂肪。我终于在不惑之年后，有了尖下巴！

时间是一把免费的刻刀，你不用飞到韩国，它就会随着你的表情自然为你进行削骨。

说不定可以当模特儿

究竟是不是美女，自己决定就好。可惜有好多天生丽质的女生都希望靠参加选美比赛来证实这一点。她们觉得，有资格和其他公认的美女一起站在台上，穿着比基尼，接受评审打分，才表示自己够漂亮，够资格。谁若能让评审举起手中10分的满分牌，她就是今年世上最美的女人。

我不美。说实在的，就算我美得可以当国际小姐，也没有戴皇冠的命。我有奇特的头型，头顶是扁的，头的两侧还突出来，像两个牛角。想想科学怪人的头。对了，就是那样，如果连发带、耳机都不合适，如何戴皇冠？

原来人圆圆的头颅形状是在挤出母亲的“生产隧道”的那几分钟内就形成了。但我不是自然分娩生下来的宝宝。母亲难产，医生是在发现我心跳几近停止后，替母亲进行紧急剖腹生产，才将我生下来。

母亲为了生我必须进行输血，从此染上了一种皮肤疾病，两条腿上长满难看的疙瘩。我又怎会因扎马尾不好看而埋怨她难产或自己胎位不正呢？况且，我可为自己感到骄傲了！那年圣诞节前夕，在娘胎里奄奄一息的自己，要不是生命力很强，也不可能一直撑到主治医生从医院聚会归来。

但这并不能阻止自己悄悄地羡慕其他女生圆圆的头型，翘翘的后脑勺，马尾可以扎得很高，剪短发样子很俏，绑发髻时脖子显

长，多高雅！而且嘛，方方的头型就有方方的国字脸，这是不变的事实。

世上只有一种方脸的美女，那就是超级模特儿。我十几岁时从电影里看到，只要能把一本书顶在头上，沿着一条直线来回走几遍，就可以当模特儿了。我信以为真，反正超级模特儿也不是每一个都长得沉鱼落雁的，我不能变美，但我至少能变高！要是我天天在房间里跳绳，说不定就能变高、变瘦，然后进入这行咧！

可惜地心引力并没有优待我，身高在抵达164厘米之后就没有增加，不能向直发展，多繁殖出来的细胞就只好横向扩充了。这下子，脸更方了。

不过呢，嘿嘿，拥有一副不能戴耳机，又当不成模特儿的“方头方脸”，也不是英雄无用武之地。你看，在尼日利亚、古巴、南美洲、哥伦比亚这些国家的街头，不就到处可见头顶着水果沿街兜售的女性小贩吗？头顶不够扁，不够平，那一大箩的凤梨、香蕉和葡萄如何安稳地顶在头上？不都摔下来变果汁了？在印度，人的头顶就如自行车前载货的篮子一样，能把鱼、牛奶、脏衣服、文件甚至砖头，从一个地方运输到另一个地方去。我的头型在那些国家应该算是一种优势吧。

所以说，一个人在某件事上的缺点，在另外一件事上，很可能是非常难得的优点。

但当然也不是所有缺点都有可能变成优点，青春痘就是其中之一。或许和我的急性子有关，我和青春痘的战争自13岁就开始了，