

# 《会烘焙的女人，走到哪儿都有人》

## 图书基本信息

书名：《会烘焙的女人，走到哪儿都有人爱》

13位ISBN编号：9787554603779

出版时间：2015-1-1

作者：小木头

页数：304

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《会烘焙的女人，走到哪儿都有人》

## 内容概要

四十篇心灵告白，四十款治愈甜点。

最温情甜点女王，让每一个日常，都成为连续发生的幸福和爱情。

小木头是一个女人，一个职员，一个妈妈，一个闺蜜。在家庭、工作、孩子、未来之间，她有很多情绪崩溃、迷失自己的时候。

本书中，她跟读者分享做蛋糕的那个人，从女孩到女人再到妈妈，背后慢慢成长的心灵故事。她向你展示，当所爱的人心满意足吃着你做的食物时，一小勺糖也能膨胀出巨大的甜蜜和幸福；她说，在职场压力特别大的阶段，烘焙是她给自己的心灵放松、按摩的过程；她邀请孩子和她一起进入厨房，告诉他美好的东西，就像发酵一样，需要时间和耐心。

外表坚强、内心柔软的泡芙，特立独行的芝士蛋糕，安静柔美的提拉米苏……她在每篇文章的后面，附上这些给予她生活启示的糕点做法。——她用烘焙治愈了自己，她也得到了很多很多真心而珍惜的爱！

# 《会烘焙的女人，走到哪儿都有人》

## 作者简介

小木头，《视周刊》杂志主编，开设的微信烘焙公众账号，因为真心、温暖、细腻，很受大家追捧。喜欢做好吃的东西给自己、家人和朋友。热爱一切美好细碎的小事物，并热衷于分享这件事。在多家杂志、网站开设美食、情感专栏。

# 《会烘焙的女人，走到哪儿都有人》

## 书籍目录

用心生活的女人，不会老

Let it go

8

欢喜

11

自我的力量

13

你是谁，你就会遇见谁

15

与情绪握手言和

19

逃离

22

晒幸福

25

孤独倔强的花朵

27

女神不需要安全感

30

与年龄无关

33

少有人走的路

35

如果怕痛，那就不要爱了吧

38

嘘，安静一下

40

我愿意

43

只要你想，就可以不

46

有时候

49

走了那么久，你变了没有

约会

51

记事本

55

没有人比我更爱你

58

永远，到底有多远？

61

情人节的情

64

青春饭

67

只有爱情不会老

## 《会烘焙的女人，走到哪儿都有人》

69

嗨，让我的天真再飞一会儿

72

只与时间有关

75

阳光的味道

77

难念的经

79

选择性快乐

83

.....

## 《会烘焙的女人，走到哪儿都有人》

### 精彩短评

- 1、热爱生活。
- 2、旅途的路上偶遇了这本书，薄荷绿的封面就这么让人停下了脚步。恰逢落雨时节，窗外的落雨与作者文字透出的悠然不谋而合。谢谢小木头，治愈温暖的文字，让我一颗动荡不安的心宁静了下来。
- 3、小木头的这本书，是给我们的惊喜，是新年的礼物，是内心的共鸣，是厨房的闺蜜，是一路走来的陪伴。
- 4、其实读一本书最大的感受就是作者的真诚，不是为了写书而写书，而是为了心而写。在小木头的书里，我看到了这份真诚。愿你我都能被这世界温柔相待，减去那不必要的浮华，做个安静的女子。
- 5、去年夏天的时候才开始接触烘焙。从打蛋白开始慢慢学，到轻松地捣腾出各种饼干和基础蛋糕，那份久违的成就感，不失为消除工作、生活烦恼的好方法。小木头的一篇篇小短文，讲述的正是生活中的点点滴滴，而烘焙一直贯穿其中。当中的乐趣只有亲历过才能体会；对美食需要有耐心。对幸福，同样需要有耐心。
- 6、请专心做一件事儿好么
- 7、看的我尴尬癌要犯了。原来年纪大了是看不得这种文字的。作，可劲儿作。
- 8、美食不仅仅是女人的第一道菜，更是男人的学习教材。做美食需要很多心思，也有很多时间思考和调试，这期间的思考，弥足珍贵！
- 9、简单生活有事做，就是一种幸福。小木头的书总是自然而然地写到你的心里去。有感性也有实战经验，你值得拥有Hi~ o(\*^\_\_^\*)
- 10、之前在书店随意翻翻觉得一般 但是看过小木头的最好的时光刚刚开始再看这本 感觉挺不错 喜欢她对生活的态度 喜欢那种心境
- 11、温暖的文字，精美的照片，带着我打开了烘焙新世界的大门！爱生活爱自己享受美好食光。
- 12、我就是无法抵抗美食的人，尤其是蛋糕啦面包啦，所以这本书我会翻开看。但是它们的做法我还是真的学不来，最起码在这个年纪.....我还是默默地去买着吃吧。
- 13、很轻松温馨有爱的一本书。与烘焙相关的故事，多么美好：)

# 《会烘焙的女人，走到哪儿都有人》

## 精彩书评

1、极爱这本书。在家庭、工作、孩子和未来之间，谁没有很多情绪崩溃、迷失自己的时候？是的，苛刻的世界，不会让任何一个人的心灵永远平安宁静。找车位不顺利，工作小纠葛，任何一点小事情可能都会引起我们情绪上的波动。但作者这位看起来小小的女人（书里看过她的照片哦！得意偷笑），聪明的用自己喜欢的烘焙来填实了不愉快的点点滴滴，她用北海道牛奶吐司，减轻时间的忧愁，用柔软的舒芙蕾乳酪蛋糕，记录自己的幸运，用豆沙面包，讨论爱情中中的温柔……看她的书，读她的文字，学习她精心推荐的蛋糕面包，心里有种说不出的舒服！喜欢书里开篇的一句话：用心生活的女人不会老。我嘛，也正学习用心生活呢！

2、生活简单且美味-----油泼鲤鱼/评《会烘焙的女人，走到哪儿都有爱》初入职场的我们什么都没有，什么都不会，什么都不敢；听人使唤，看别人脸色行事。逐渐的，社会的大锅炉将我们每个人都烤焦了，我们不再惧怕，敢说敢做，在任何事情上都充满了斗志与压力，希望能将事情尽善尽美，希望将事业做的更上一层楼。直到某天你突然看了一部电影，或者突然遇见一个人，或者突然淋了一场雨，虽然这些都是不经意间发生，但是确实是发生了，并且由此我们的心境也由此改变，就那样不想去上班，不想见客户，而是想去郊外走走，想去老家看看，想去旧书店逛逛，没有任何缘由，只是想那样而已。可是，这个是说明，我们堕落了么？不，是我们该换个环境换个继续生活的方式了。生活不只是一种，我们也可以生活的多种多样。譬如做一份喜欢想吃的早餐，煮一份下午茶，将生活的滋味渗透进日常点点滴滴。爱自己的女人才会得到更多的爱。烘焙的女孩可以让自己更好的爱自己，且烘焙的过程中，锻炼了自己的心性，在这个过程中每一个步骤都不能操之过急，一旦一个步骤因为着急而出现糊弄，一整道美食就不是那个味道了。所以爱好烘焙的女孩，遇见你就娶了吧。现在的吃货是越来越多，其实我觉得很好，很多吃货是因为压力太大，靠吃来释放压力。这种既能解决温饱，又能释放压力的事情，何乐而不为呢。每个人都有偏爱的美食，都想自己也能做给自己吃，分享给自己的朋友爱人，这是一个多美的过程啊。对于这本书，我最爱之处就是作者能够分享美食，而且能够将自己在这其中的所见所想写下来并分享给所有的人。

3、喜欢烘焙，已经是很久很久的事情了。而开始烘焙，则源于朋友送的一台小小的烤箱做生日礼物，于是欣喜又期待的开始了在烘焙的路上——一边摸索一边享受其中的快乐。休息日的下午，睡饱了懒觉的我不想出门，于是在温暖的午后，一边煮着咖啡，一边开始叮叮当当的做点心。耳边响着喜欢的歌曲，手下也不停的忙活着，融化黄油，搅打蛋白，准备模具，直到把蛋糕糊送进烤箱，闻着香气等待着它一点点变大，一点点变松软，会觉得时光都是香甜的。其中最喜欢做的，还是原味黄油曲奇。虽然简单，但是做好之后，每一片里面都是幸福的味道。就像小木头在《会烘焙的女人，走到哪儿都有人爱》里面的那些温暖的文字，那些精致的小点心，让在这苍茫的人世间、冰冷的钢铁森林里行走的我们，手捧一份暖意，有勇气继续行走。做烘焙需要有耐心，生活需要有耐心，感情需要有耐心，而感受幸福，更加需要有耐心。只要我们耐心去等待，只要我们愿意，时光总会给你想要的东西。就像小木头说的那样，哪怕走的再慢，只要开始走了，就距离目标更近一点了。没事的时候，烦躁的时候，静下心来，给自己做一片小饼干。用等待饼干成熟的时间发一会呆，你会知道自己的心在哪里，幸福在哪里。

4、小木头是一个女人，一个职员，一个妈妈，一个喜欢烘焙的家庭煮妇。本书中，她跟读者分享做烘焙的那个人，同时分享的还有，从女孩到女人再到妈妈，背后慢慢成长的故事。她向你展示，当所爱的人心满意足吃着你做的食物时，一小勺糖也能膨胀出巨大的甜蜜和幸福；她说，在职场压力特别大的阶段，烘焙是她给自己的心灵放松、按摩的过程；她邀请孩子和她一起进入厨房，告诉他美好的东西，就像发酵一样，需要时间和耐心。这不是一本纯粹的典型意义上的烘焙书，它更像是一部心灵成长笔记。是女人们努力想要向更好的生活走过去姿态，是作者在这生活中以自己的微小的方式所做出的探索。四十篇心灵告白，四十款治愈甜点。最温情甜点女王，让每一个日常，都成为连续发生的幸福和爱情！！

5、题目摘自《会烘焙的女人，走到哪儿都有人爱》一书作者的序言，序言里文字隽永，落落大方；家长里短，个人成长、学习和工作情况简洁明了的交代清楚了，接近文章末尾突然来了一句“我对幸福有耐心”，给我震惊不小。似乎读到这一句的时候，我才知道烘焙的完整意义。对于幸福，我们总是习惯性的定义太多。读书的时候，要做第一名、要做优等生，似乎第一名和优等生才能得到更多老师、同学和家长的关爱；工作后，我们要做先进个人，做劳动模范，似乎做到了第一我们才有尊严，

## 《会烘焙的女人，走到哪儿都有人》

才能让大大家开心；结婚后，我们总是要老婆、孩子按照自己的习惯这样、那样，似乎这个家里没有了谁，就不能旋转下去……当我们真的能主宰一些东西的时候，幸福何曾在内心游荡过半分？幸福不是优等生，做一个有自己的学习者，比站着演讲在台上夸夸其谈或许更能接近平凡的幸福吧；做一个普通但有目标的人，也许幸福来的慢一点，但快乐从来不会缺席啊。幸福，就是在你做完了一顿大餐被大家吃的精光；幸福，就是你通过自己的努力让客户得到满意；幸福，就是一个人世界的任何角落都能被人记起，又被人遗忘…当沉浸在幸福的感觉里，做美食便成为我最向往的休息场。一顿美食可能需要好几个小时的时间准备、烧制与摆设出有个性的造型来，但一切的汗水和幸福都在你心爱的人吃到美味的瞬间，似乎就全部释放。爱，是一个说不清道不明的事情；你喜欢她，便会变得聪明，变得包容，变得异常的好学…。我还记得我第一次做饭、第一次烧菜、第一次做复杂的鱼汤的那些场景，一切看起来不可能完成的事情都因她的赞美与认可变得美好。我愿意去努力尝试、愿意努力去学，而她愿意去吃我做的菜，哪怕不好吃，哪怕没有经验做出来的酸甜苦辣的菜，她都愿意去吃…这，是我平凡而追求的幸福。用爱做桥梁，爱能教会你很多、很多。在《会烘焙的女人，走到哪儿都有人爱》里面，文字和美食都是秀色可餐的。不论你在什么时候，吃到心爱女人做给你的便当，不论味道好与坏，心里也都是暖暖的。书中文字特别真实，从一个一直标榜自己是“优等生、有原则”的人，到慢慢变得懂生活、懂得了爱的人，这个过程是烘焙教会她的；阅读完这个“爱心便当”的制作过程，她把幸福传递给了我。如作者所说，我在做菜的时候，也有那种“这个世界只有我和她的世界，而没有一切的困难、烦恼和不如意；做美食似乎成了我心灵的瑜伽”。这个过程思考的想法，转变为生活的动力是异常惊人的。或许，这就是成长吧。当心中有爱，再多的困难也不过是多一些汗水，少一些泪水罢了。关于做饭做菜，我花了一年的时间，学会了做基本的饭菜，也学会了做一些有造型、特色的佳肴。若再给我一年时间，烘焙的技巧是否也能学会呢？《会烘焙的女人，走到哪儿都有人爱》里面的制作步骤非常精细，但作者也都写的明白：这些方法和步骤在网络上都能找得到，问题是你什么时候去实践做一些自己喜欢的烘焙作品？什么时候用心去给你心爱的人一些生活的乐趣？爱在心里，烤箱已经在路上，而幸福就在生活的点滴之间。

6、一本装帧精美的小书。书里是几十篇随笔，还有作者自己动手做过的甜点配方，配着她居家生活的照片。我是计划永远多于行动的，烘焙工具买了一堆了，却只做过最简单的桃酥，买来这本书的动力之一是照着其中简单易学的方子继续烘焙大业，因为所有的烘焙配方之后都有作者的碎碎念——她的小提醒小贴士。但是，里面的文章真的蛮有意思，其中几篇很是令我想到我自己，啊，我小的时候也是这样的……我恋爱的时候也是这样的……我跟儿子也有过这样的时刻……读来每每会心一笑，烘焙书写成这样真是蛮有趣的。在我跟作者差不多一样年纪的时候，日子过得简直焦头烂额，如果那时候我能读到类似的，也许我今天的状态，会更好一些。多少女子，有职业、家庭、孩子、老人团团围着，留给自己的时空用来做什么？作者小木头的选择之一是烘焙，那是她的生活禅，她沉浸在里面的时候，会暂时放空自己，只专注烤箱和手中的面团，如此安静地独处之后，又能满血复活。做自己爱做的事，提升自己对幸福的感受力，非常认同作者的话，于是有以上文字。

7、我一直都觉得，喜欢烘焙，并且能耐心把烘焙做好的女人，都是对生活有高质量要求的女人。因为烘焙准备过程就很长，其次是做的过程也很复杂，最后终于出烤箱，又有一堆器具需要清洗，能把这一套内容都做好，需要足够的耐心，而后又惊喜的发现，喜欢烘焙的女人，也都有些小文艺范儿，比如小木头。拿到这本书很是惊喜，因为我近期也刚买烤箱和烘焙工具不久，翻看主要内容的时候就发现，这本书不仅仅是小木头对生活的感悟散文，每篇的后面，都有一篇简单容易操作的烘焙食谱，简直就是我这种刚入门的烘焙小白的福音，这本书给我一种白加黑感冒药的感觉，因为有了这本书，很长一段时间里不会感到无聊了，累了的时候读读散文，休息日来朋友的时候，又可以随手翻出一个小甜点做给大家。小木头的的生活，就如作者本人一样简单真实。我一直以为结了婚的女人会成熟耐心到不跟自己的宝宝争论，但是文中看到小木头在自己的宝宝喋喋不休一直说“我要变小汽车啦”n遍之后，终于忍不住爆发，说道“你变啊，我让你变了啊，一直说我要崩溃了！”那一刻我分明看到了两个孩子嘛！当看到宝宝被自己吓到快哭了，又顿时恢复理智说对不起，感到抱歉。感觉小木头如果是我身边的人，我一定会跟她是很好的朋友，因为我也一样的“偶尔神经质”，控制不好自己的脾气，但也同小木头一样，会在犯错之后立马意识到错误，并反省改正。除喜欢她真实的性格外，还喜欢她的生活态度，她说：我觉得生活最好最棒的状态就是我愿意。比如她会在情绪不好的时候，直接给朋友说，我最近不适合见人，比如她会和先生临时决定逃离现实生活，买票冲进电影院看一场电影，用故事中人物的故事来发泄下自己的小情绪，这些刚好也是我喜欢的~小木头的爱情，婚姻，家庭似



## 《会烘焙的女人，走到哪儿都有人》

乎都很简单，也很幸福，书中有不少的插画，我都很喜欢，清爽的短发，森系的服装，单眼皮的宝宝，帅气的老公。。。也只有这样拥有简单幸福生活的女人，才能把烘焙和文字都做的这么好吧？除了那些简单美好的文字，小木头的烘焙教程也写的极好。我之前和烘焙小白一样，都以为烘焙是个高大上的爱好，需要去专门的学校学习，后来网上看了一些视频教程之后，开始自己琢磨着做，发现也能做出七分像，并且练习次数越多，结果就越好。小木头这本书最大的好处就是，掰开了揉碎了给你讲烘焙究竟该怎么做，即使是一款最简单的小甜点，作者也用四步分享她的心得：所需材料，准备工作，具体步骤，碎碎念。我最喜欢碎碎念部分，因为网上教程都很多，碎碎念却是作者根据自己做的过程提炼出来需要注意的点，独一无二的经验教训，有时候会关系到一款甜点的成败。最后如果你是烘焙小白，想要参考这本书做烘焙，我建议倒着看，因为作者在书的最后解释了很多烘焙名词，比如打发，比如干性发泡，比如水浴，这些词如果不懂，就去做烘焙，很难成功哦。

8、《会烘焙的女人，走到哪儿都有人爱》书评刚拿到这本书时，我拍了封面在空间里晒，朋友在说说下回复，烘焙？你首先得有烘焙的电器。我在评论下写，不知道别人半年前送的一台面包机算不算。后来我想，我不是缺了一台电器，也不是缺了一本教我如何烘焙的书，我只是缺了一份热爱，我并不爱烘焙这件事，所以我始终未曾行动。想通之后，会有些担忧，倘若这是本教我如何烘焙的书，我又有什么耐心将它读完呢，我压根不喜欢这件事呀。还好，撤掉包装后，翻开内页，以文字居多，我便安静的坐下来开始了阅读，这才是我喜欢的事情，我总是可以轻易安静下来阅读一本用心的书。作者在序里写：“这不是一本纯粹的、典型意义上的烘焙书，它更像是一部心灵成长笔记，是我们努力想要向更好的生活走过去的姿态，是我在这生活中以自己的微小的方式所做出的探索”，这段话更是给我上了一针定心剂，我喜欢去看别人的成长故事，看别人是如何一步一步走到如今。无任何打扰下的三小时阅读之旅，小木头没有让我失望，她一路走来的经历，正是千千万万的我们，正在奔赴的人生，通过她，更加坚定了自己的某些坚持与信念。全书主要分了三大板块，分别是“用心生活的女人，不会老”、“走了那么久，你变了没有”、“因为你，我长成了更好的自己”，每个板块分别由数十篇文章构成，每篇文章之后，会附图加制作方法，教大家如何制作美食。当然，这是很文艺的分类，这文艺里，想来是作者内心真实的答案吧，所问即是所答。“用心生活的女人，不会老”里16篇文章，主要是讲这么多年来，作者如何同自己的“情绪”相处的故事，有抗争，有屈服，有共处，最后情绪越来越被自己所接纳，特别是通过身心灵的学习之后，作者变得越来越坦然了。其中一篇写张曼玉的文章《女神不需要安全感》里，作者总结了自己对安全感的认识和看法，她说：“安全感是个很吊诡的东西，你越是看重它，痴迷它，追求它，它越是小得可怜，怎么都抓不住。你若是内心强大，能够无视它，不在乎它，它反而会在某个角落等着你，始终陪伴着你——因为自己的内心已经生出了巨大的能量，这就是一种安全感”。这16篇精选的文章，个人认为颇具代表性，展现了一个很真实的小木头。“走了那么久，你变了没有”包含了15篇文章，作者通过“关系”，达到自我认识，这其中包含了自己与丈夫这一路走来的故事，以及朋友间相处的一些趣事。这板块的名字，当作反问看，更有趣味，你变了没有？我们似乎可以通过文章找到答案，但答案又显得那么不重要。其中一篇《为自己加冕》里，作者写：“突然意识到，我们穷其一生追求的幸福，不过是内心安宁，心满意足；我们勤勤恳恳想要去实现的所谓的功成名就，实际就是要发自内心地接受自己。是，外界所有嘈杂的评论与喧嚣，都只是一种画外音而已，只有我们在内心中为自己加冕，才是真的成功啊！”小木头是找到了自己的答案的。“因为你，我长成了更好的自己”里包含了9篇文章，主要是在写“亲子关系”，无疑，豆豆与小木头的相处模式，是令很多家长很羡慕的，在多次受到幼儿园老师赞美教育的小孩真好之后，小木头是清醒的，她说，“是孩子自己的特质，跟我们的关系其实没有那么大，这是实话。虽然从小到大，潜移默化给孩子的是我所能想到的最好的理念，但这些都是最最基本的理念，相信所有的家长都会交给孩子，剩下的更多，都是豆豆自己的发挥，真的跟我们没有太大的关系。”潜移默化确实是诸多家长都知道的最基本的理念，但真正足够重视的家长又有多少呢？这三个板块的内容，包含了我们人生中特别重要的主题，如何与自己相处，怎么处理亲密关系、亲子关系，如果你还没有找到答案，不妨走进书里，看看小木头的体会，这无疑是一本用心的书。在这个嘈杂匆忙的时代，多一些朝内看，善于自我反省的人，是件美好的事儿。2015年2月3日文/斑斓的花非商业转载，请注明作者。商业用途，请联系作者。

## 章节试读

### 1、《会烘焙的女人，走到哪儿都有人爱》的笔记-第62页

仿佛过了28岁以后，我生命中的计时器就骤然停止了。岁月在我的脸上留下了痕迹，经历在我的生命中沉淀下了过往，可是我心中却一直默默地守护着自己28岁的想法，改都改不了了。对爱的追求，对美的渴望，对生活最美好的本真的梦想，这些，都和年龄无关。年轻时候，我们真的有好多事情都不懂，做什么都凭着一股热情，有目标已经难得，许多人甚至在毫无目的地横冲直撞，不知道前途茫茫等待着自己的会是什么。那时候是好，好的是可以有时间挥霍，有机会重来。年龄，永远只是一个数字而已，从1岁到100岁，只要你的心按照你默认的年龄值设置好，你就可以保持着最棒的状态，度过每一个春夏秋冬。你可以保持着16岁的单纯，可以保持着26岁热情，可以保持着36岁的坚韧，也可以保持着46岁的豁达。秘诀不过是，你想明白自己想要成为什么样的人，然后就去向TA靠拢，仅此而已。

### 2、《会烘焙的女人，走到哪儿都有人爱》的笔记-第114页

从最开始恋爱时的热情如火，到后来的平淡如水，再到有一天在婚姻中找到一个独立的自我，并愿意在彼此的帮助和注视下，渐渐成为更好的自己，这算是我所理解的婚姻的真谛了。我很认同，也是这样实践了之后才有相似结论的。从前上学的时候常爱和人讨论爱情，其中一个话题就是爱情到底应该热烈还是平淡。现在想想好幼稚，其实很多辩论都没有必要，因为人生是那么丰富，你实践了之后才知道，爱情的内容哪里是一两个词语就能概括得了的。爱情是立体的，是经历，是人生的一部分，甚至是你生命和灵魂的一部分，是你和伴侣相互陪伴与成长的过程，并不是一个供你欣赏描摹的静物。不过，虽然那些莫须有的烦恼会让小少女们头疼，那些二不愣登的岁月也是必要的经历之一啊。

### 3、《会烘焙的女人，走到哪儿都有人爱》的笔记-第206页

突然意识到，我们穷其一生追求的幸福，不过是内心安宁，心满意足；我们勤勤恳恳想要去实现的所谓的功成名就，实际就是要发自内心地接受自己。是，外界所有嘈杂的评论与喧嚣，都只是一种画外音而已，只有我们在内心中为自己加冕，才是真的成功啊！

### 4、《会烘焙的女人，走到哪儿都有人爱》的笔记-序

这不是一本纯粹的、典型意义上的烘焙书，它更像是一部心灵成长笔记，是我们努力想要向更好的生活走过去姿态，是我在这生活中以自己的微小的方式所做出的探索。

### 5、《会烘焙的女人，走到哪儿都有人爱》的笔记-第91页

看已故的香港时尚教母黎坚惠的《时装时刻》，里面有一段旧闻当年黎坚惠写文章非常之快，一篇专栏半个小时就能写就品质极高，很是惊人。她在书中写道：因为爱写，每时每刻都在惦念这件事情，写出来虽然只要半小时，但腹稿也许已经打了一个星期了啊。她说：“我爱文字，渐渐文字也爱我。”想到那句鸡汤，大概意思就是你只看到他人成功时的光鲜，看不到他人付出时的辛苦。做任何事情都要爱吧，爱才能全身心投入，并不是为了成功而付出。记得上次开会时某主编也说，写作，首先要抛

## 《会烘焙的女人，走到哪儿都有人》

弃功利心。

### 6、《会烘焙的女人，走到哪儿都有人爱》的笔记-第57页

安全感是个很吊诡的东西，你越是看重它，痴迷它，追求它，它越是小得可怜，怎么都抓不住。你若是内心强大，能够无视它，不在乎它，它反而会在某个角落等着你，始终陪伴着你——因为自己的内心已经生出了巨大的能量，这就是一种安全感。

### 7、《会烘焙的女人，走到哪儿都有人爱》的笔记-第51页

若是有一天，我再也没有那种孤独感，没有那种倔强的坚持我可能就会成为路上的甲乙丙，成为汹涌人潮中连自己都无法辨认的模糊面孔，可以有很多一起逛街吃饭聊天的朋友，有很多跟别人重叠的生活空间，可是我却很难再找到一个属于自己的小小角落，我再也没有机会翻检那些属于自己的，孤独的，倔强的小片段。

虽然“孤独感”在天朝可能被看作是不热情、不合群甚至性格怪异等带有反面色彩的特征，但实际上独来独往、偶尔情绪化，这都是很正常的，只是在我们的文化中，迎合别人、扎堆才更正常。所以能不在乎他人眼光，在世俗与自我之间找到平衡，也是成长必修课吧。还是要多去外面的世界看看。

### 8、《会烘焙的女人，走到哪儿都有人爱》的笔记-第56页

张曼玉的人生，就是一首长长的摇滚乐，她自然，随性，倔强，爆发力强，我行我素。她好像总是随心所欲，总是顺着命运的河流漂流而下，没有企图抓住过什么，就这么顺水顺风的接受了命运给予她的好与坏。

安全感是个很吊诡的东西，你越是看重它，痴迷它，追求它，它越是小的可怜，怎么都抓不住。你若是内心强大，能够无视它，不在乎它，它反而会在前方的某个角落里等着你，始终陪伴着你，因为自己的内心已经生出了巨大的力量，这就是一种安全感。

她不用担心失去，不害怕尝试，更不吝惜为自己花更多时间和精力去探求更多的乐趣。

真正强大的女人，比如张曼玉，她并不是不要安全感，她自己就是安全感本身。她智慧，她坚强，她愿意尝试各种各样的可能性，她不怕付出与失败，这才是女神啊！

### 9、《会烘焙的女人，走到哪儿都有人爱》的笔记-第30页

在我情绪低落郁郁寡欢的时候，先生劝我说：“你要想，生活本来就是普通的、简单的、平淡的、朴素的，偶尔有一点开心的事儿就不错了。有谁会每天生活在刺激当中呢？你要接受这种平淡，这才是生活。”

很有道理。

等我走过那段泥沼般的历程后，我想，大约找到自己的兴趣爱好，就有足够的力量支撑自己的人生，这才是最根本的——你的心要有力量，才会有属于自己的安全感。

那时候，你会发现，你完全可以掌控自己的身体、思想、兴趣、爱好，而不是妄图用一种所谓的惊喜刺激后的情绪来调动整个身心，那真的只是短暂的刺激而已。

一个人，有自己的喜好，有自己的内心世界，有一点点属于自己的空间、追求，是一件无比重要的事情。

最起码，你有安全感，知道自己将会去向何处。当这一切被你一件件握在手中的时候，你会发现掌控情绪，也成为一种很简单的事情。

我老公也跟我说过这句话，几乎是一模一样的。在迷茫的年纪看看别人与自己相同的迷茫，是安慰也是启发。从这个角度看，成长就是从依赖外物到依靠自己的蜕变吧。

### 10、《会烘焙的女人，走到哪儿都有人爱》的笔记-第65页

## 《会烘焙的女人，走到哪儿都有人》

年龄，永远只是一个数字而已，从1岁到100岁，只要你的心按照你默认的年龄设置好，你就可以保持着最棒的状态，度过每一个春夏秋冬。

你可以保持着16岁的单纯，可以保持着26岁的热情，可以保持着36岁的坚韧，也可以保持着46岁的豁达。

秘诀不过是，你想明白自己想要成为什么样的人，然后就去向ta靠拢，仅此而已。&lt;原文开始&gt;&lt;/原文结束&gt;

# 《会烘焙的女人，走到哪儿都有人》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)