

# 《素颜修行》

## 图书基本信息

书名：《素颜修行》

13位ISBN编号：9787552009888

出版时间：2015-9

作者：彭彭

页数：179

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)

# 《素颜修行》

## 内容概要

一本“走心”的故事书。一个心灵出走的记录。

一颗孤独的心灵，离家出走！！

一个有才华的出走者，记录下所有出走的历程！！

24岁的女孩失恋后，在江南古镇宅了半年，给自己写了57封信，一封封记录下自己的人生故事，对生活思考与自我治愈的过程。

# 《素颜修行》

## 作者简介

# 《素颜修行》

## 书籍目录

### 目录

#### 一 秋分

- 1 独行
- 2 初遇
- 3 心经
- 4 双生子
- 5 鸡血与鸡汤
- 6 女人三十
- 7 梦与夜
- 8 命中注定
- 9 理想
- 10 虞姬虞姬
- 11 幻灭

#### 二 霜降

- 12 自由职业
- 13 寺
- 14 生病
- 15 笨拙的爱
- 16 味觉散步
- 17 三毛
- 18 同情
- 19 打印机
- 20 匠人
- 21 结
- 22 字恋之徒
- 23 恋爱的女人
- 24 向死而生

#### 三 小雪

- 25 枯竭
- 26 夜
- 27 影子先生
- 28 旧梦不须记
- 29 简单
- 30 绝交
- 31 摔坏的手机
- 32 减肥
- 33 家人
- 34 80
- 35 意淫的伤害
- 36 不忘初心
- 37 秘密
- 38 拖延症
- 39 美丽致
- 40 当冬夜渐暖

#### 四 春分

- 41 做咖啡

## 《素颜修行》

- 42 不喝酒的品酒师
- 43 燕子
- 44 猫
- 45 爱自己
- 46 荒
- 47 一个人逛街
- 48 外圆内方
- 49 鱼之乐
- 50 因上努力
- 51 打包的哲学
- 52 杨珍贵
- 53 房子
- 54 只因有黑
- 55 愿被世间善意以待
- 56 念念不忘
- 57 花开25

# 《素颜修行》

## 精彩短评

1、感觉像看到了自己

1、文/友竹以前从没在心底想过，时间对一个人来说到底有多珍贵，直到读了彭彭这本书。书里的文字以写给老朋友的书信的形式出现，但在我看来，更像是一个人的自言自语。有时候是回顾过去、展望未来般的梦呓，有时候又是异常清醒的自我剖析。一个90后女孩以这种方式向世界阐明自己对人生与理想、恋爱与独居等种种问题的看法，实在是一件很有意思的事。她说自己好似有“时间恐惧症”——总觉得整个生命都是眨眼而过的，必须张大眼睛，紧紧盯着，不然一不小心一辈子就过完了。最初看到这段话，不免惊异她年纪轻轻就对时间抱持了这么夸张的观念，后来一想，不过是我在浪费时间之后太会为自己开脱，其实谁又不知道时间的可贵与生命的短暂呢。虽然觉得对时间的过分焦虑会给她带来情绪困扰，但是她有时候很庆幸自己得了这个“病”。因为如此看重时间，时间已经成为了她的计价器。这个计价器使得她决不愿多浪费一点时间去做自己不喜欢的事，也很少花时间在和不喜欢的人在一起。能达到这种状态真是太棒了，也是我一直向往的。不过又暗自觉得，这种生活状态是需要付出很多代价的。因为她平时都是一个人独来独往，所以能够拒绝外界的很多打扰，而社会上群居的大多数人可就不容易推开那些突然而至的聚会邀请和应酬了。首先，工作上的需要就不允许。所以，彭彭的洒脱很大程度上得益于她的自由职业者身份吧。说到理想，彭彭说真正的理想是融入血液、扎根灵魂的使命，是一个人不得不去做的事，而不是那些过段时间就自我否定一次、改变一次的梦话。若要实现理想，除了努力和坚持，还需要一些天赋和机缘。这是一种很客观的态度，比起那些一味给人打鸡血灌猛药的作者所言，要真诚得多。的确，一个人在确定自己的理想之前，需要先对自己进行全面与深刻地认识。如果随着时光的流逝，你最初的理想已经面目全非，一能说明你对理想付出的汗水不够，二或许说明那个理想不适合你。结合彭彭的个人情况来看，这个问题会更明了。她说自己一直喜欢写字，初中的日记里就有将来要出书当作者的梦想了，当然还有环游世界。高中晚自习后在万物俱静的时刻就用心构思小说了，那是她青春岁月里最难忘的记忆。想象着一个高中女生在深夜的路灯下独自构想小说情节，也让我深受感动。所以她今天能够以写作为生，并独自走遍了大半个中国，甚至出国旅行等等，这些都是她在坚持做的结果，也是因为自幼喜欢并适合做的结果。彭彭还说，但凡能够实现理想的人，都有点理想主义者的傻气，否则那些现实主义者心里要考虑的、手里要抓的都太多太多了，根本留不出地方给理想。所以，她的文字里还有很多是关于“舍弃”的哲学的。如果不愿意舍弃那些无用的，我们的负担将会重得使我们不得不放弃那些真正宝贵的东西。这些内容在别的书里有时也会看到，但是读过之后，感触反而没有彭彭这本书里的深。感谢这位年轻的作者，让我真正领悟这些看似老生常谈，实际上还有很多人“只会说不会做”的道理。为了不让最初的理想沦为日后的笑谈，每个人都应该素颜修行。

2、读过彭彭的《一个人也要美美哒》，现在再来读她的《素颜·修行》，读到的是两种迥异的风格。《一个人也要美美哒》有点无厘头，幽默轻松的，漫画中彰显九零后小女生的顽皮。而如果没有读《一个人也要美美哒》在先，单看《素颜·修行》会以为彭彭是个有点林妹妹式的文艺清愁女子。她在书中提到《金刚经》，更是让人以为这个小女子脱离世俗、着一袭蓝衫，轻踱在小镇青石板路上，或是宅在闺楼里吟诗作赋修行也。封面素雅得很，所以，我第一眼见到此书，就有种立马要让自己静下心来念的念头。书中是五十七封信，从秋分写到春分，半年的时光里，写给一个叫“明”的人，听起来好像是一位极好的闺蜜，但或许就是作者自己，因为每封信里总有些激励的话，像是说给自己听的。但是人往往最劝不动的是人自己，所以写下来，也许等到将来的某一天再来细读，会领悟其中的道理。从周庄古镇发出的书信，变成铅字配上黑白色的照片和水墨画，莫名地多了许多古色古香，有种悠远流长的深邃感。但是我又觉得古镇的风景照还是不宜印刷成黑白色的，因为古镇的墙瓦、青石板路，以及幽静深远的巷子，本身都是暗色调的，印刷成黑白色，显得特别暗，多了份凝重，少了份轻松，或者把照片本身的光线调浅，让线条变细，可能与水墨画更搭。这是我个人的感觉。书里有的照片效果不错，但是有些却显得太过暗沉了。倒是慢慢读着信件文字，还是能看出九零后女孩的俏皮。失恋后在古镇疗养达到自我治愈，不是一般人能做到的。若有同样处于烦恼中的人，读一读这本书，这些作者写给自己的信，或许也能开导一下自己。书里有句话说得极有道理：“人与人之间的关系，其实最终是回到对自己的感觉的，如果你爱一个人，最重要的不是为了他付出，而是让自己同他在一起的时候对自己的感觉越来越好，这样你就会越来越爱自己，同时也越来越爱对方。”所以说，每个人首先要爱自己，这样才能爱别人。我想，这或许也是彭彭编著这本书的原因。告诉读者，做真实的自己，不被烦恼牵绊。书里的插图，虽然是水墨画，但是仔细看，还是能从画中看出彭彭漫画的特

## 《素颜修行》

色，有与《一个人也要美美哒》里的胖妞的一样的自画形象，或在喝茶，或在泛舟，或垂钓在枝头...  
...不经意间就能发现作者忧愁如过眼云烟般的胸怀。文/ashley

3、想要这本书是因为素颜二字，而非修行二字。素颜在当今社会更显本真！而我想到的更多是妆容与素颜的差别。至于修行，何谓修行，太多了。素颜和修行在一起，又是什么情况，哪一种生活？一位九零后女孩，能潜心写下那么多作品，后辈的确不可小觑。在周庄，她写下的那么多封信，每一封都是一种心境，将自己的心境与好友分享，继而与读者分享。是一种勇气，也是一种生活的态度。素颜，就如此书的封面，淡淡的，似乎不想留下什么痕迹，没有浓墨重彩的描摹，但生活就本真地出现在我们面前。每天把自己的所思所想，用文字记录，那文字里有些许的落寞，有星星点点的爱恋，有对生活的感悟，更有对未来的期待。多好！女孩子，有女孩子的生活，美容，健身，减肥.....看着这些文字，对于我来说，兴趣不是很大，毕竟年龄的差距何止是代沟，简直是天堑。不过，相同年里的人读了，尤其是女孩子读了，会有共鸣的。因此里面很多文字，我只是大致浏览一下，能感受到作者的生活是淡然的，能感受到她对文字的喜悦。我想，在周庄里生活，柔媚的水环绕着房屋，是不是人也会变得柔柔的，不急不缓了呢？看那些文字，你的心会很静。文字不出声了，那些水墨画也静静地等在那里，等你去欣赏。写作是什么？我一直在思考。其实写作就是记录生活。抛开那些繁文缛节，就简单地用文字行走，走到哪里记录哪里，未尝不是一种大作。很佩服现在的年轻人，他们敢想敢做，不被俗套所束缚，就这样做真实的自己，这份自信是我们所不具备的。加油吧，继续你的文字之旅。

4、淡淡的文字《素颜修行》一个九零后的女孩，在周庄，写下了一封一封淡淡的信，周庄我也去过，以前也看过一个二十多岁的女孩写的关于水乡的书，名字就叫《坐一条船游江南》，和这本书的作者彭彭一样，作者也是一个学画画的女孩。没想到二十多岁的女孩彭彭已经出版了好几本书，彭彭是学美术的，被称为中国的高木直子，可惜的是在书里面并没有看到彭彭的画。不过感觉书里面那几幅水墨插图很可能就是作者的作品，水乡的味道，有点像吴冠中的风格，只是数量有点太少。周庄我也去过，那还是九八年，快二十年了，当年周庄就人满为患，不知道今天周庄会变成什么样子了。都让我不敢去想想，估计堵车都不算什么了，应该是堵人了吧。呵呵。不过无论这景点再喧嚣，一到晚上，都会马上安静下来，中国人还是喜欢速成的旅行，到一个景点后就开始飞奔，然后接着去下一个景点，很少肯在一个地方住下，那意味着要多花一倍到两倍的价钱和时间。所以无论多拥挤的地方，一旦到了晚上都会变得非常清静，这种清静会从晚上四五点钟开始，一直维持到第二天早上八点以后，新的一拨游客到达之前。所以选择住在周庄的确是一个不错的选择。提到周庄，就马上想到另一个女孩，也喜欢画画，那就是大名鼎鼎的三毛，在周庄有三毛去过的茶楼，现在就叫三毛茶楼，已经变成了一个景点了，是啊！三毛有太多太多的故事，也有相当的粉丝，有很多人肯追随三毛的足迹，做一个满世界流浪的人。其实书里面的内容大多数和周庄没多少关系，都是些减肥啊，拖延症啊，燕子啊，猫啊，咖啡啊，总之就是比较小资的，和三毛那种浑然天成的故事还是有很大的距离。文字淡淡的，故事也淡淡的，适合在空闲的午后，打开书，品味淡淡的文字。



# 《素颜修行》

## 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)