

一个人也可以不孤独



[一个人也可以不孤独_下载链接1](#)

著者:杨杨 主编

出版者:化学工业出版社

出版时间:2016-2-1

装帧:精装

isbn:9787122256027

每座孤岛，都被海深深拥抱。

孤独是一份礼物，生命中那些没能打败你的，便会许你以新生。

这本书里，有你只能自己去经历的遇不到、走不出、逃不掉、放不下、舍不得、离不开、忘不了。

它是一本陪着你一起对抗孤独的暖心读本。

它想告诉你，孤独是每个人一生中的必修课。

它希望你懂得如何面对孤独，希望将你从这条名为“孤独”的河流中拉上岸。

它希望你知道，只有让自己所承受的孤独、迷茫、疲惫、牺牲，都变成你内心的温柔、厚重与丰盛，才不会辜负这段在日后提起时，连自己都会被感动的日子。

唯愿现在的你，有方向，在路上，不辜负。

57篇情感美文，戳中你心中最柔软的地方。

随书附赠心情卡片2张。

作者介绍:

杨杨

暖心治愈系美文主笔，曾主笔多部情感类美文图书。

代表作：《你的一生，我只借一程》《时光不老，你我不散》《在故事的结尾不说对不起》《每个人都是过客，每片记忆都是曾经》《无论爱与不爱，下辈子，都不会再见》等。

目录: 前言

第1章 不矫情，有勇气

不介意孤独，别拒绝勇敢

孤独之前是迷茫，孤独之后是成长 / 008

寂寞，其实是另外一种自由 / 012

开到荼蘼 / 015

你的孤独要变成值得 / 018

别害怕孤单，别拒绝勇敢 / 021

一个人，也能做出很牛的事 / 026

愿你不装聋作哑，不辜负岁月 / 030

唯有美食与孤独不可辜负 / 037

你还有很多很多的以后 / 040

你不必害怕 / 045

这个世界，你最珍贵 / 049

愿未来的我们，会感谢如今的一切选择 / 053

一个人也好 / 056

第2章 不孤独，不慌张

很高兴你能来，不遗憾你离开

向温暖缴械投降 / 062

有底气等待 / 065

遇不到对的人，可能是你改不掉错的自己 / 069

很高兴你能来，不遗憾你离开 / 073

单身就狂欢，恋爱要勇敢 / 078

时候到了，就会有人做出你爱喝的咖啡 / 085

请先把自己升级成女神 / 088

生命中没有捷径 / 092

在没有遇到他之前，请把最好的年华留给自己 / 096

一个人的日子也可以阳光灿烂 / 101

抱歉，我不将就 / 107

你会站在最登对的人身边 / 112

爱情总能找到肯相信它的人 / 116

第3章 不辜负，肯放下

当关心和陪伴变成打扰，孤独就是救赎

当关心和陪伴变成打扰，孤独就是救赎 / 122

同路的人，所有的故事才会有后续 / 127

真正值得的东西，永远都不会那么轻易 / 130

你还在耿耿于怀吗 / 134

不对等的热情 / 139

心在何处 / 142

世上没有谁能花光你所有运气 / 145

你是否需要一句对不起 / 148

时间会告诉你，谁会一直爱你 / 151

别让怀念变成打扰 / 154

愿你始终不疑真心 / 157

爱情并非天大的事 / 161

最牢固的感情，大都势均力敌 / 166

前任也曾是对的人 / 170

所有的相遇其实都是有意义的 / 174

第4章 有方向，在路上

请你好好疼爱这世上唯一的自己

致亲爱的自己 / 180

这个世界，多的是你不知道的事 / 185

一切都是最好的安排 / 188

外面没有别人，只有你自己 / 193

愿你我都能遇到这样的温暖 / 196

好好爱这世上唯一的自己 / 199

好好爱自己 / 203

你需要什么样的自己 / 207

爱自己是一种责任 / 212

你最好的样子 / 215

总会有一条路，能带我们走向最想去的地方 / 218

做一个温暖的女子 / 222

当我真正开始爱自己 / 225

取悦自己，你才会是一个值得爱的人 / 228

你有多少孤单，就要有多少温暖 / 231

你是你所有的安全感 / 235

• • • • • [\(收起\)](#)

[一个人也可以不孤独_下载链接1_](#)

标签

孤独

好

温暖

情绪

思念

幸福

情愫

伤感

评论

治愈系情感美文集，和自己相处的安静时光

2016年开始读的书 内心没方向的时候，读的书质量也不高

也许每个人在最初都如同那头孤独的鲸 直到有一天 终于得到了同类52Hz的回应

一个个小故事，让孤独变成值得享受一刻的安宁，让孤独变成自己前进的动力，让孤独不在仅仅是只留下伤感，感恩孤独，让自己反省自己内心的真正需求。

很治愈 很暖 鸡汤但蛮舒服

暖心治愈系美文,唯愿现在的你, 有方向, 在路上, 不辜负。

发现自己已前未发现过的东西

十八岁、十九岁、二十岁…… 当看见二十岁的自己
，止不住的泪流。一个人去图书馆，一个人到点吃早餐中餐晚餐。对，这是我的现况。
虽始孤独， 但衍生的情绪起伏不大了。 会因为无人问候而伤感时， 我已经不会了。
一个月的习惯， 会成为我往后不可撼动的坚持。
一个人其实不孤独，只是你以什么孤独方式过活而已。可以是一个人的房间，
一个人的孤独 亦或是一个人的独处。 嗯，一个人的独处最好。
将依赖戒掉，将独处养成。用这些成为自己往后生存在这座城市的养分。去珍惜吧。
女孩，坚定信念吧。勇敢的无谓地前进吧。为自己向往在这座城市生存 加油努力吧！

[一个人也可以不孤独_下载链接1](#)

书评

- 1、我的自尊和懦弱只能陪你到这儿了，我喜欢过你，就是我写给自己的结局。
- 2、女神和女神的区别就在于，一个不断完善自己，一个在任岁月蹉跎自己。
- 3、即使不见面、不提起、不说话，心里总会留一个位置，安安稳稳地放着一个人。
- 4、有时候，觉得自己就像仙人掌，明明活得很...

[一个人也可以不孤独_下载链接1](#)