

# 大人的伤口 也是软软的花

荷小何 绘著



没事的, 小狗,  
都会好起来的。

被自己爱着的自己  
才会笑得更好看

超人气治愈系漫画家  
“薄荷温泉”IP主理人  
荷小何暖心之作

序

(小狗代我出镜)



其实严格来说，  
我是一个比较悲观的人。



我总是对快乐和伤痛  
都很敏感。



常常在想，  
为什么让我在拥有  
捕捉人间美好的能力同时，



又让我轻易为世间苦难  
而落泪。





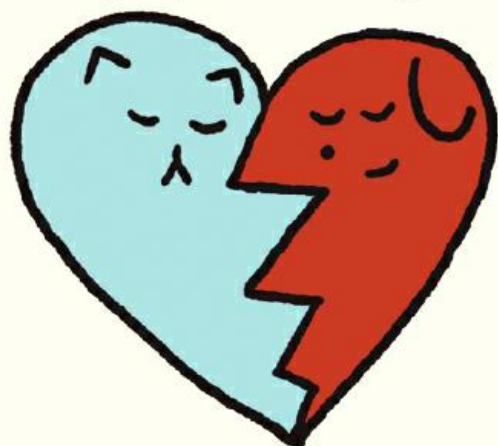
就像一颗滚烫的心……



泡在了薄荷味的温泉里。



但幸运的是,在我内心深处  
有一只小狗和一只小猫,



它们代表了我的理性和感性,  
我的热情和我的孤独。



它们像我身边的朋友一样，  
常常鼓励我，安慰我。



让我拥有面对生活的勇气  
和重新开始的信心。



于是我给它们取名

薄荷和温泉，



希望它们把我心里的故事，  
用漫画的形式讲出来，





可以给每一颗受伤的心  
带来治愈的力量。





01  
有這樣  
一只小狗

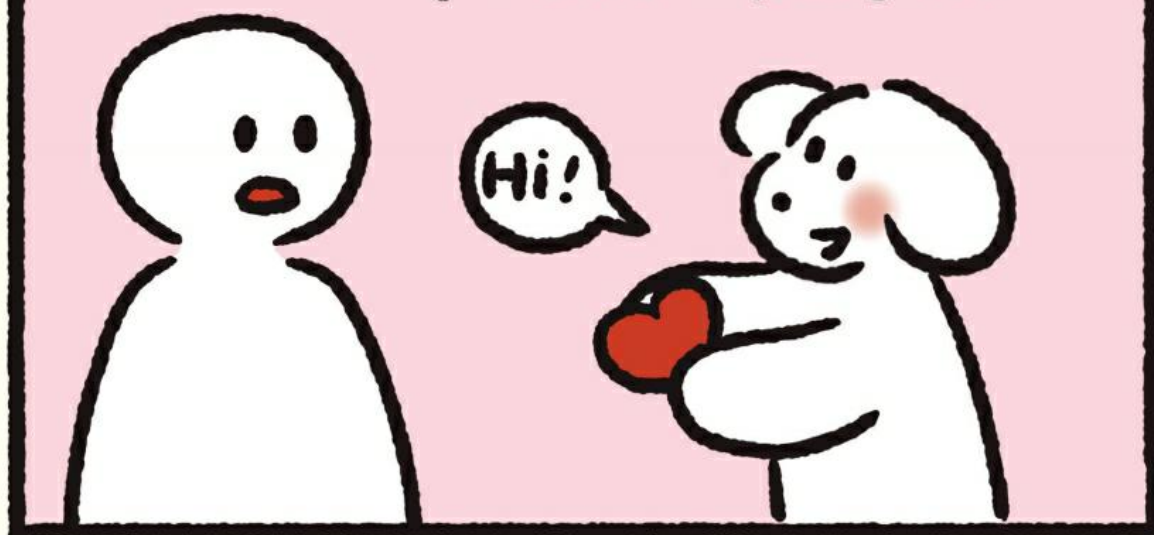
小狗的心思很好懂，  
它的世界只有好多好多雞腿  
和好多好多對你的愛意。



小狗只是做自己，  
也会有人喜欢吗？

小狗常常会

毫不掩饰地表达喜欢。



但总碰到有人说：“我不喜欢  
你这样的小狗。”





“怎样才能讨人喜欢呢？”

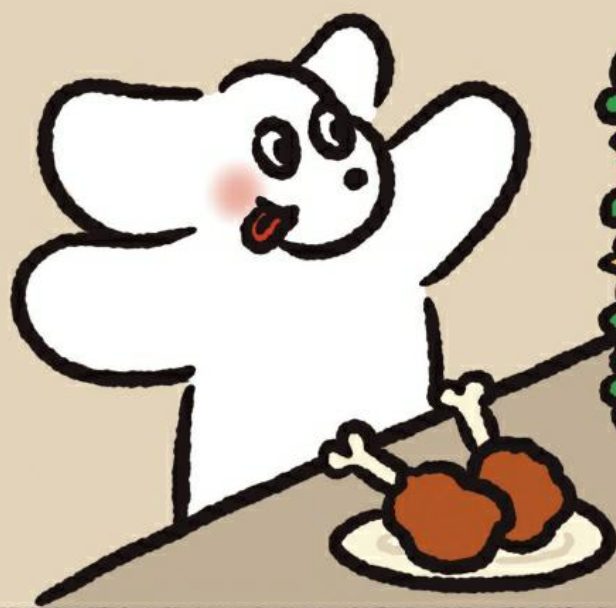
如何讨人喜欢：

1. 肚子不可以太圆
2. 要做只听话的小狗
3. 每天只吃1个鸡腿

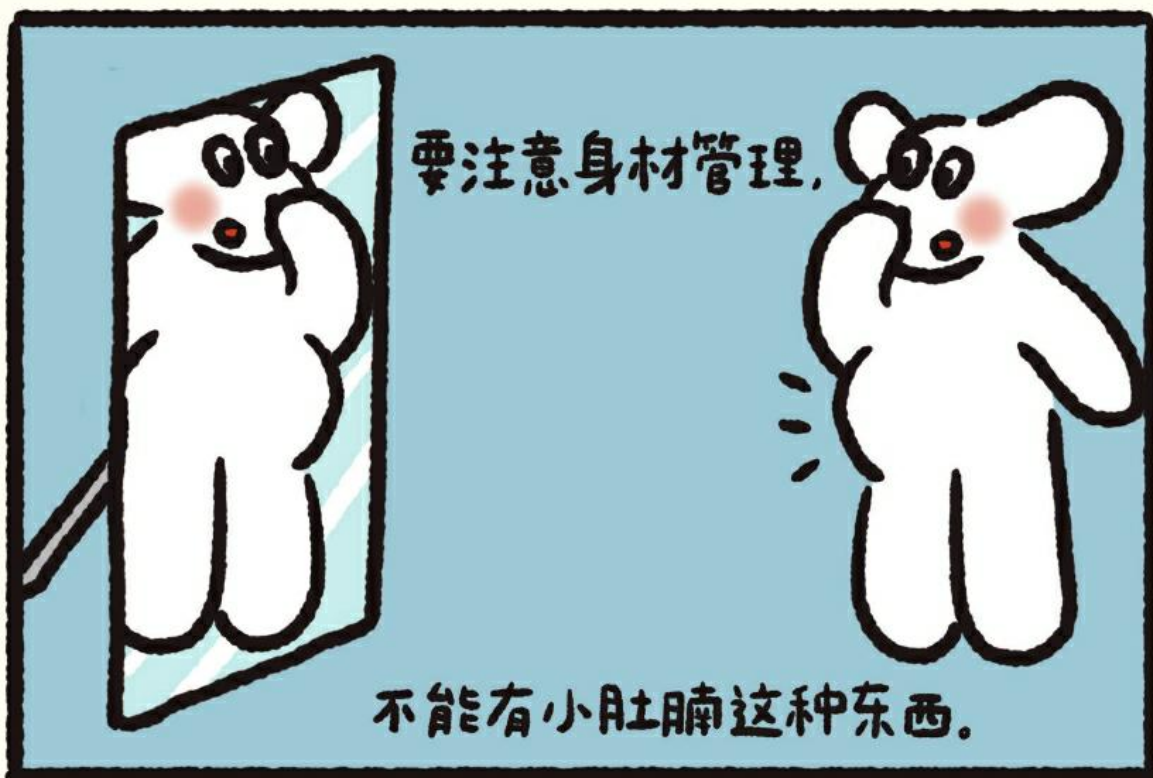
小狗看了看书上说的，  
发现自己要做很多改变。



不能再顿顿都吃好多，



还总是嘴巴馋。











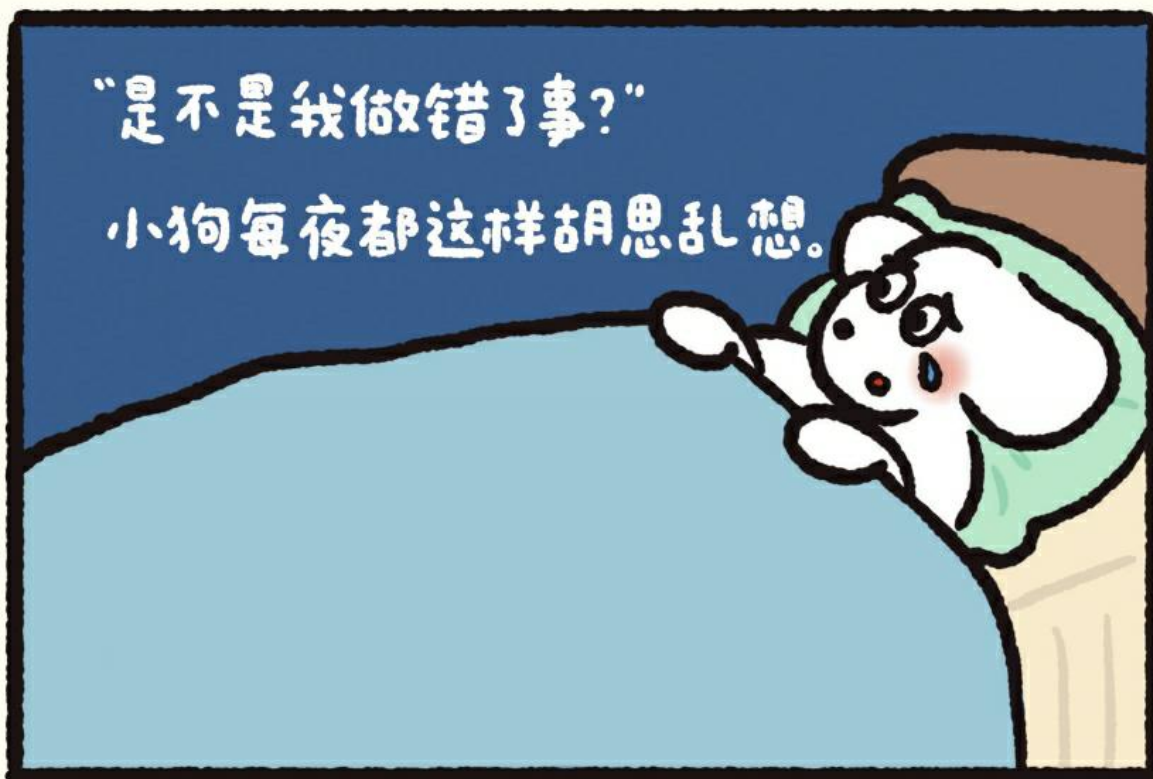
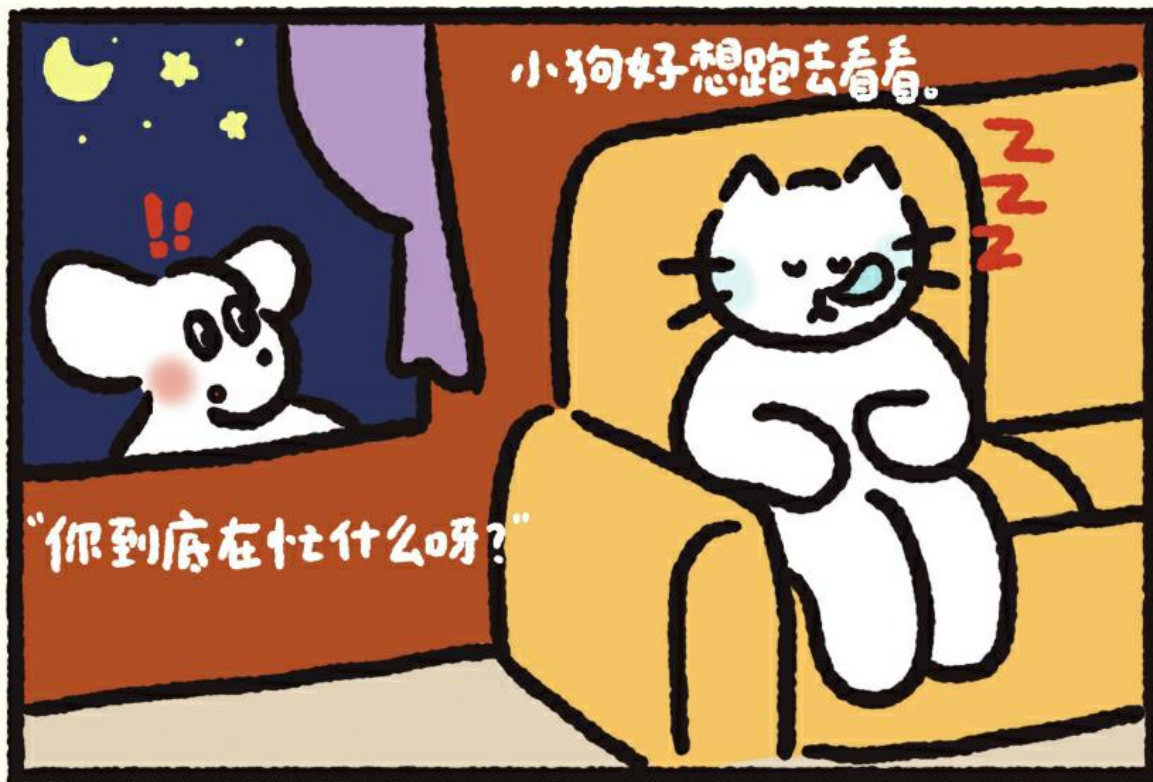


忙完之后，  
记得联系小狗！

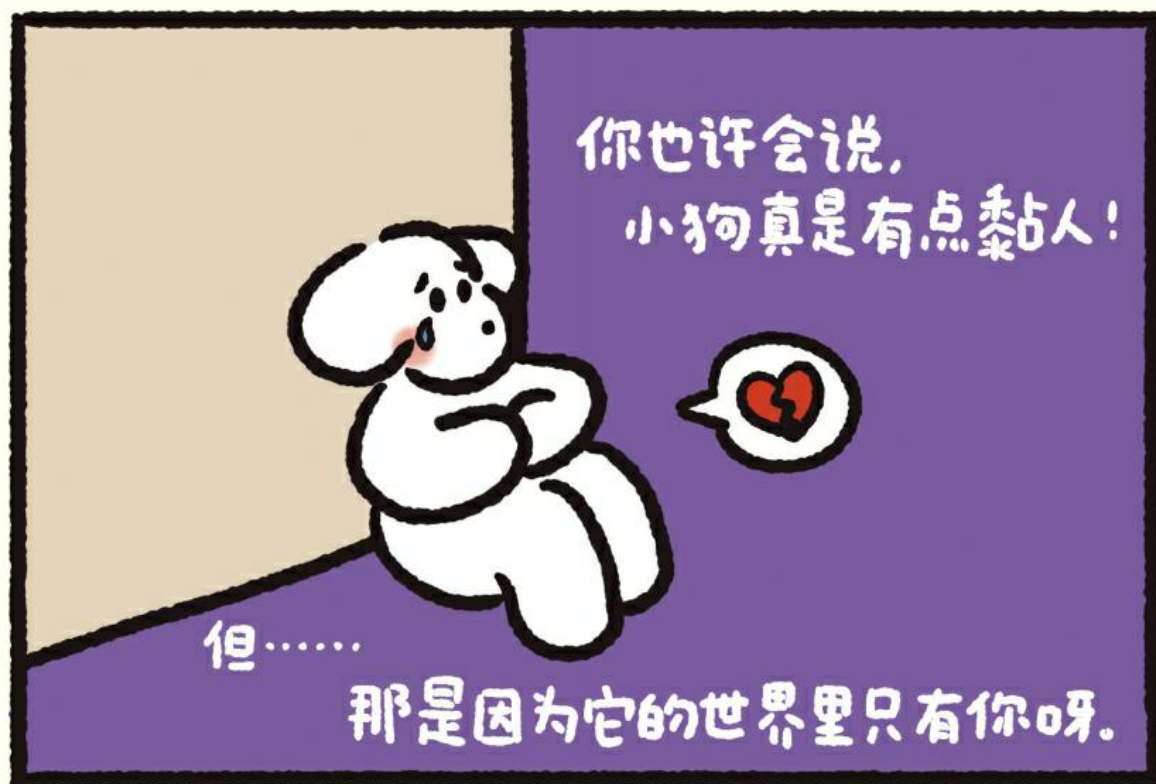














摸摸小狗头，  
万事不用愁！









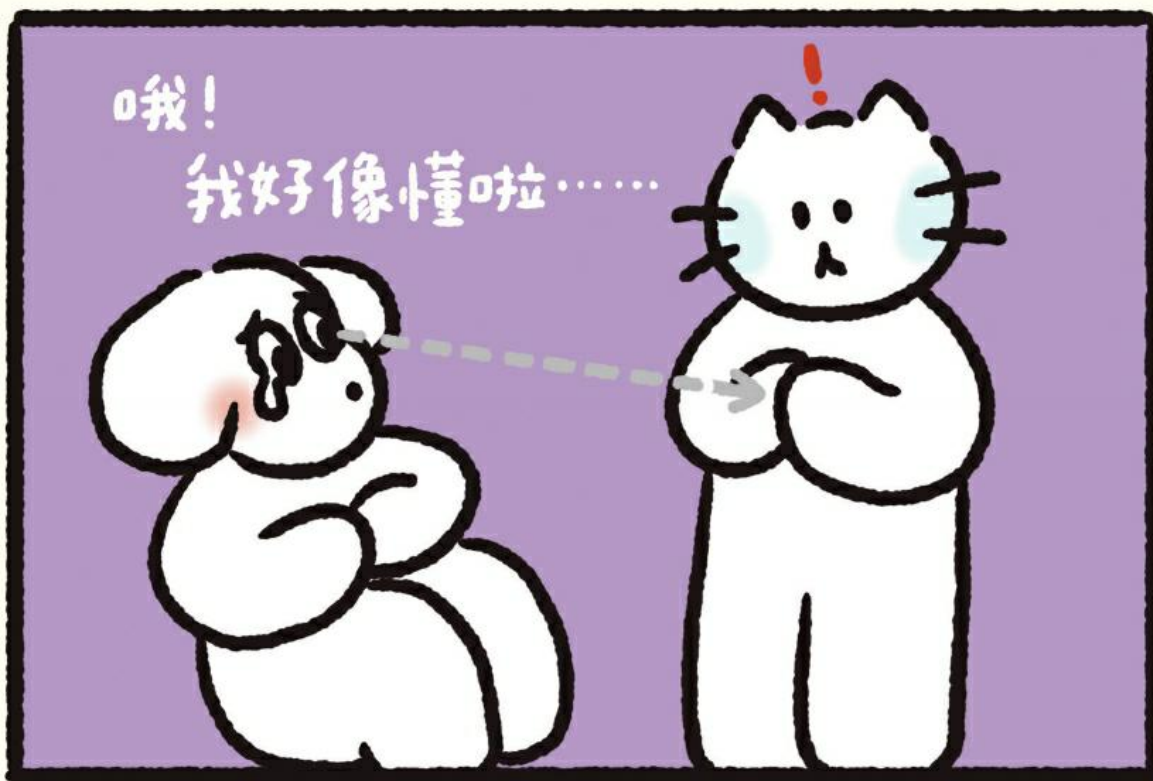
或者是，  
说很多遍“你是好狗狗”？



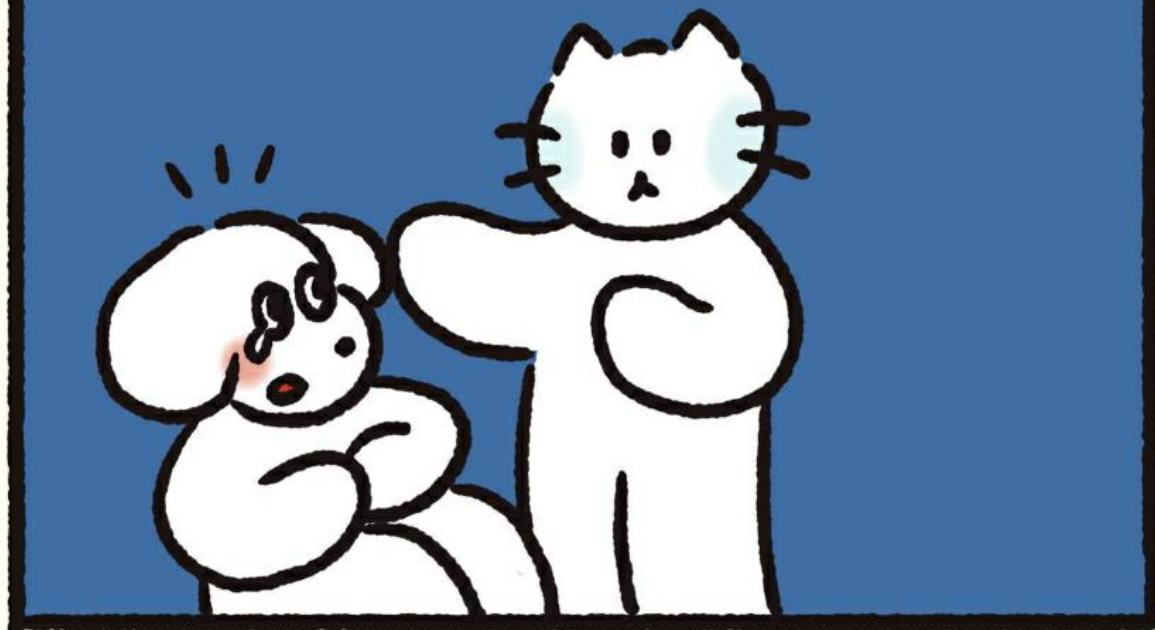
也许是把冰箱里

塞满小狗  
最爱的鸡腿？





原来，想让你的小狗开心……



只需要轻轻摸摸它的脑袋瓜  
就好啦！







+ 记得接听  
小狗的来电!

小狗听说，



你最近  
常常不开心。

“我懂的！”

小狗说，  
自己也有过  
这样的时候。



忙着羡慕别人的，



却忽略了自己拥有的。

总是太纠结外表，  
变得不再自信。







小狗现在知道，

这样是永远  
不会快乐的！



小狗决定打电话来告诉你，

记得接听

小狗的来电哦！





你知道吗?  
小狗偶尔也会说谎





明明口水都流出来了，



却说自己不饿。

肚子还在咕咕叫，



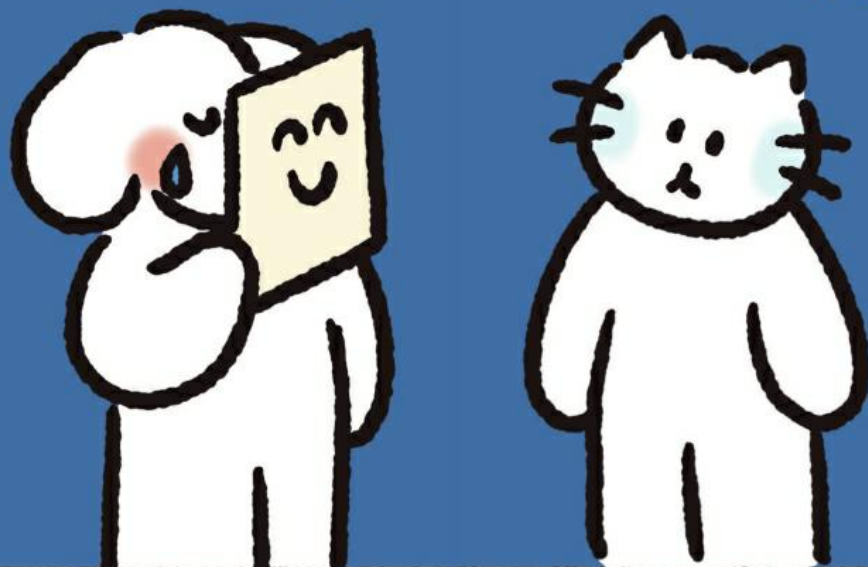
它却说饱了，  
给你吃。







其实小狗挺笨的，  
以为你识不破它的谎言。



所以聪明的你，  
别被小笨狗骗到了。

好吗？





亲爱的日记本，  
今天小狗好开心！



亲爱的日记本，我是小狗。

我今天很开心！



因为早上看到了一朵，

看起来很好吃的云。





因为中午点的  
新口味炸鸡，

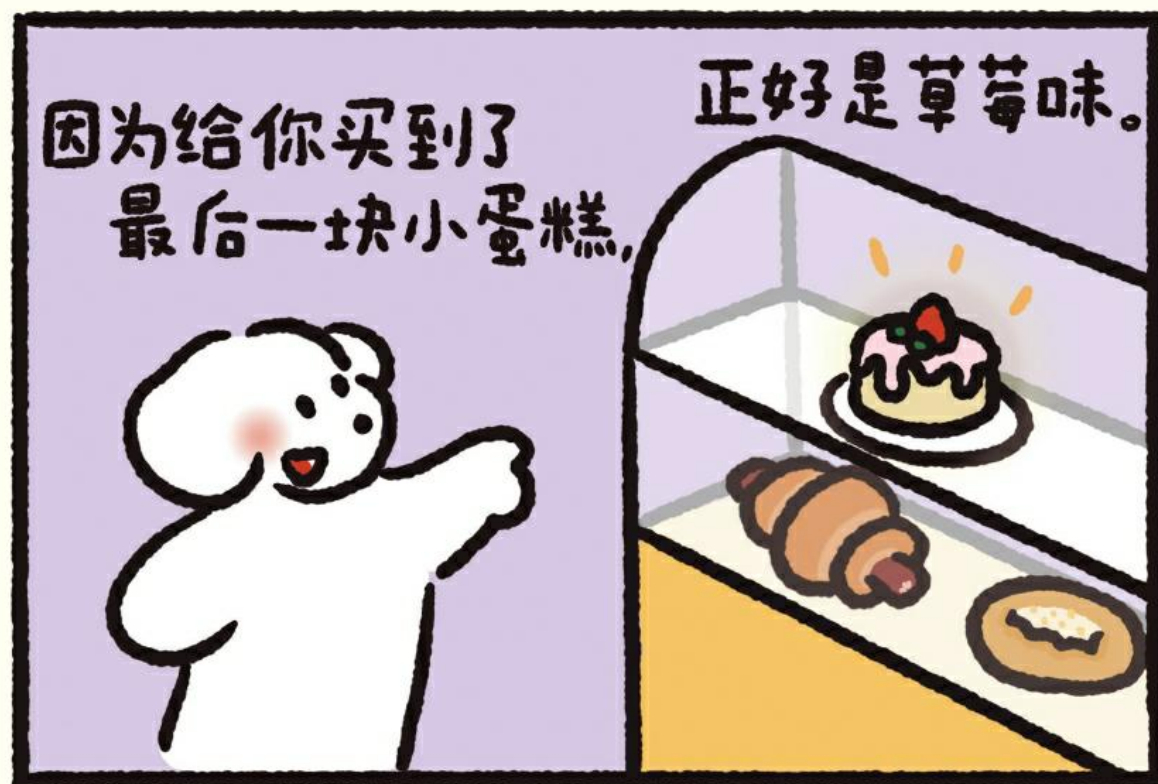
实在香喷喷。



因为傍晚  
路边的小花，

装点了美丽的黄昏。



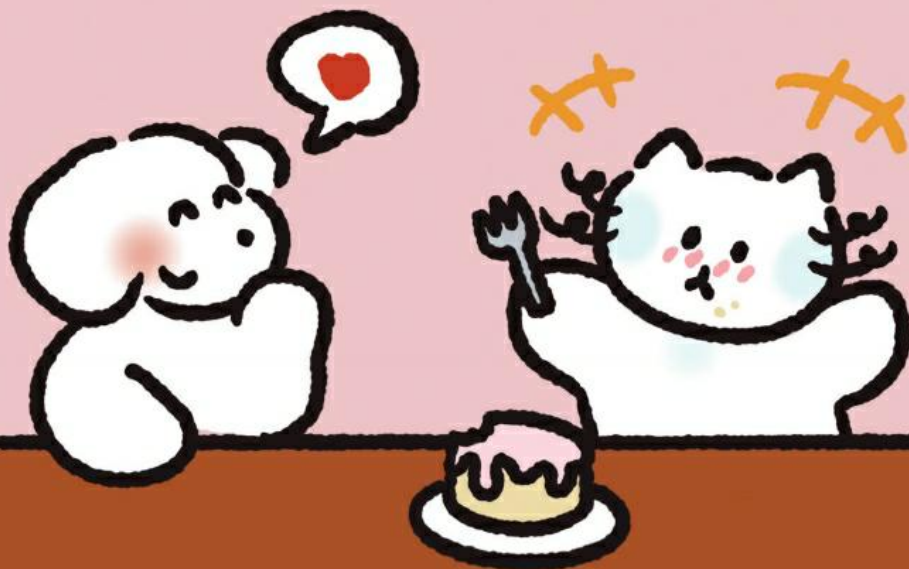




是因为



吃了那块小蛋糕的你，



是我今天最想见的人！





+ 就算吵了架，  
还是和你天下第一好！



小狗喜欢的东西

有很多。

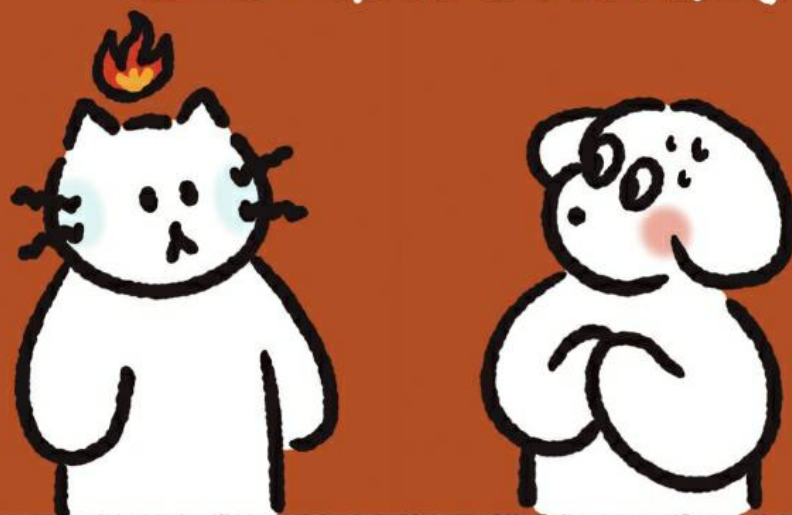


但要说小狗  
最讨厌的东西，

那就是吵架。



小狗讨厌，吵架时的气氛，  
总让人紧张到无法呼吸。



小狗讨厌，  
明明可爱的脸蛋，

却变成冷漠的背影。

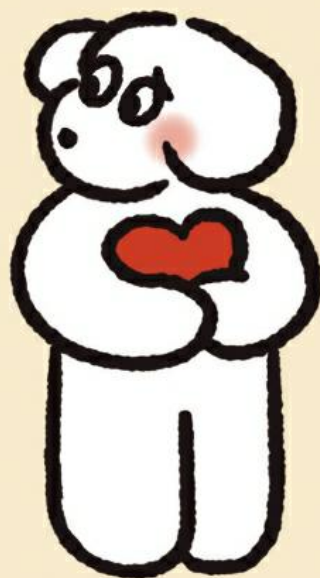






小狗不确定，  
吵架后的你

对小狗的爱  
有没有减少。



拜托答应小狗，  
哪怕是吵架后，

还是和小狗  
天下第一好……  
可以吗？





身边有这样的小狗，  
请不要嫌弃！



你身边  
有这样的小狗吗？

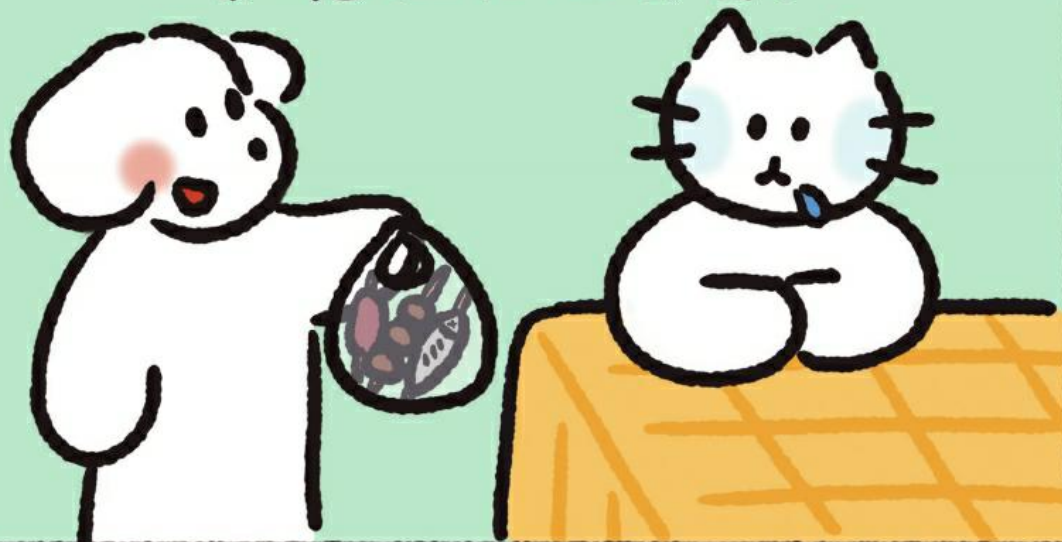


它每天都想了解，关于你的一切。



你在干啥呀？  
你早上吃的啥呀？  
你在忙吗？

吃到美味的东西，  
就想让你也尝尝。



哪怕嘴巴再馋，

你吃……

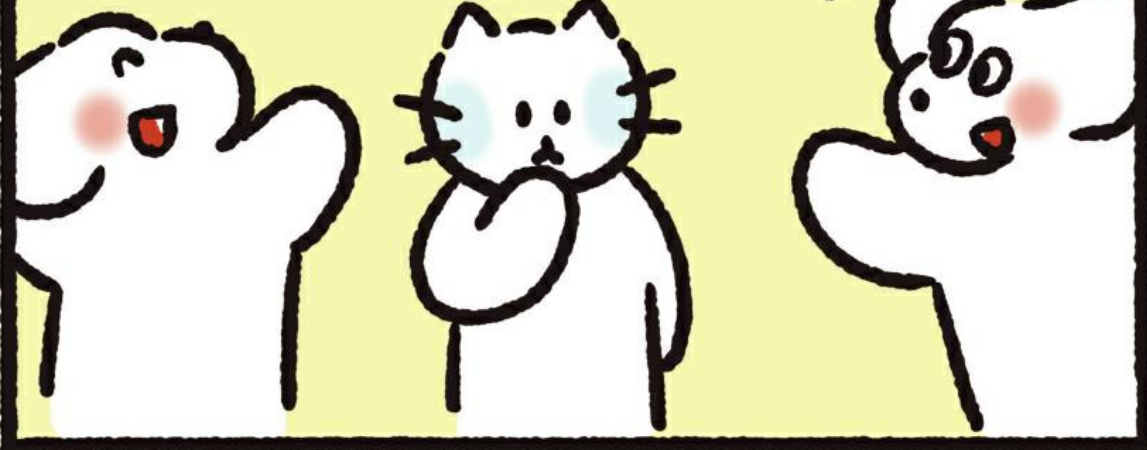


要不还是  
你吃吧……

最后一口  
也不会和你抢。



小狗想把生活的  
每分每秒，  
都与你分享。

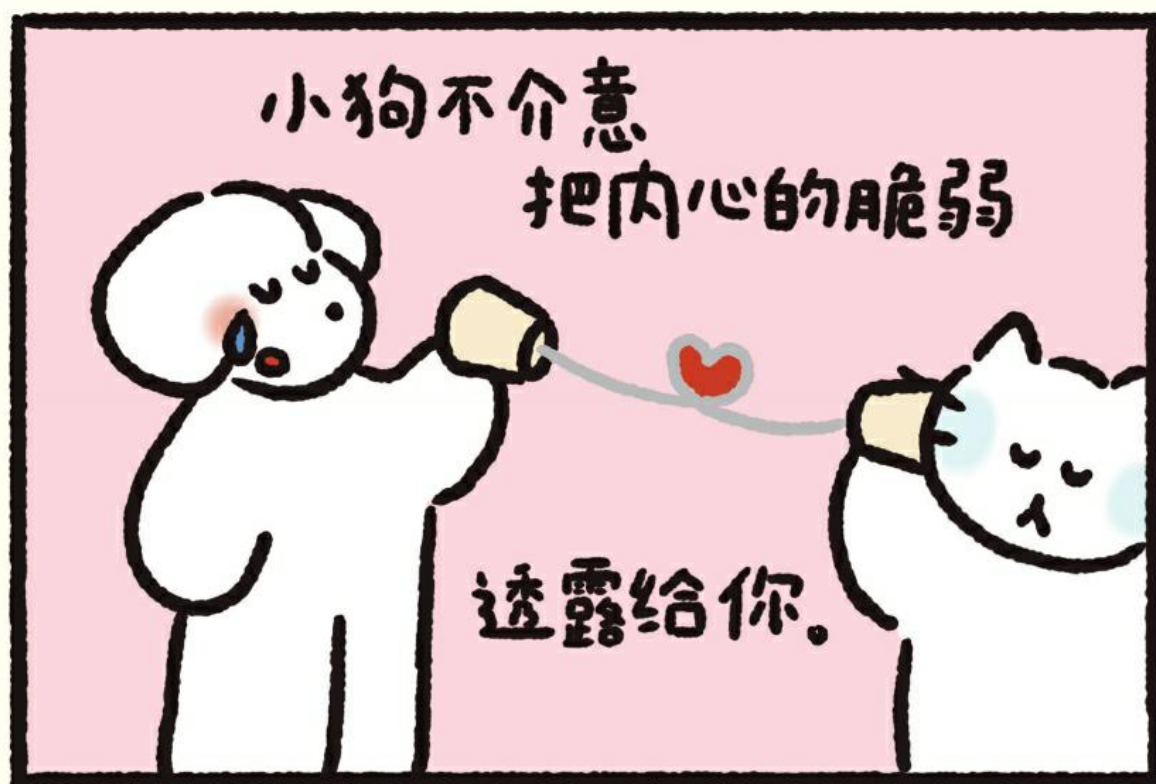


遇见美好风景，

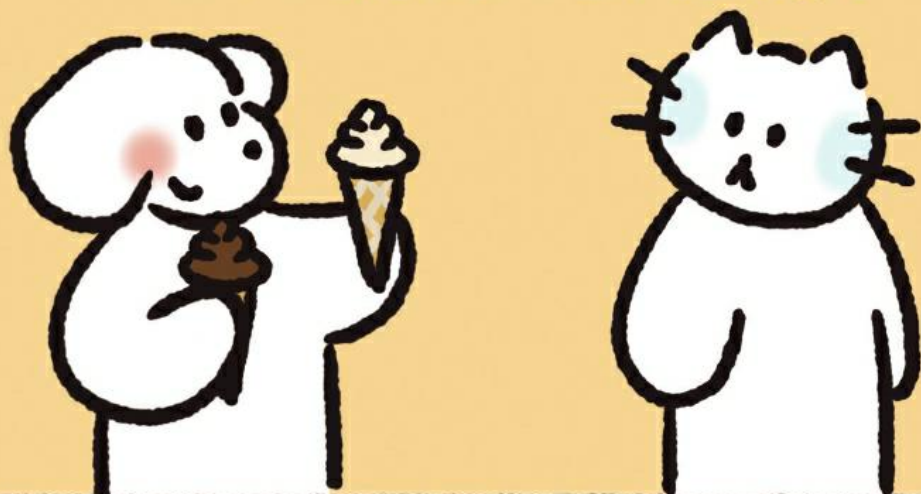


总想和你一起欣赏。





若你有一只这样的小狗，  
请别嫌它太过依赖你。



因为你呀，  
一直在小狗的心上！





小狗的伤口，  
开出了软软的花

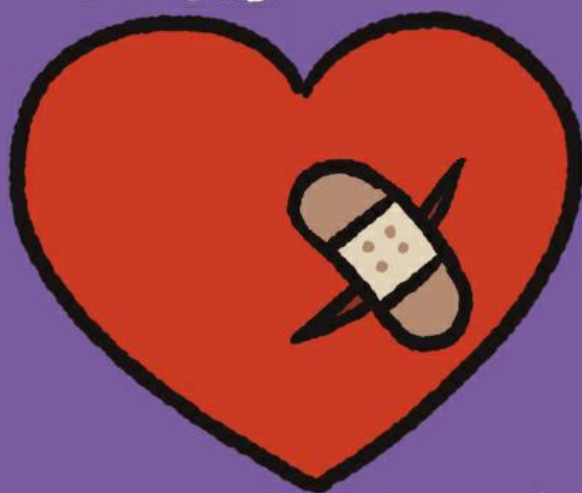


曾受过伤的小狗，



心上有道  
深深的伤口。

小狗把它隐藏起来，



以为它会愈合。

却发现一碰它，



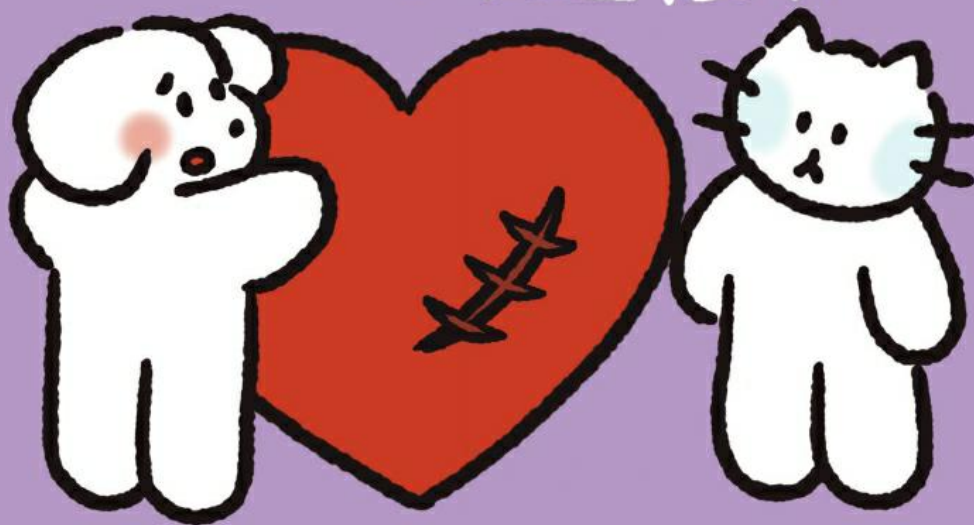
它就会重新流出血来。

所以小狗用时间，

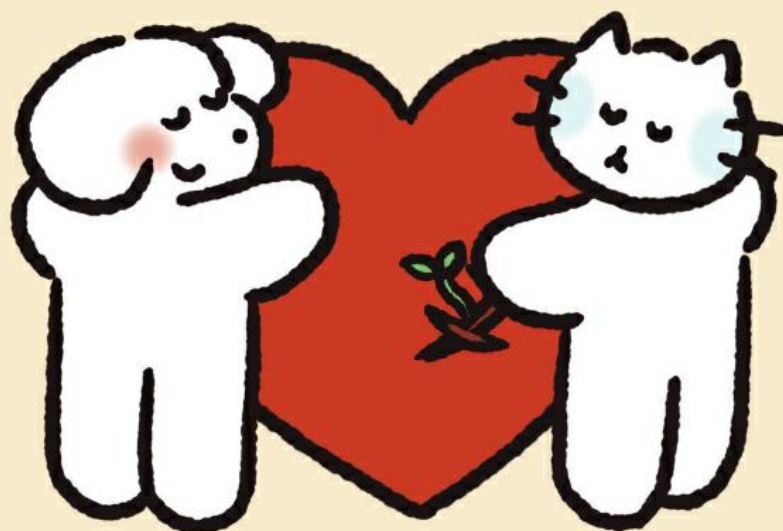


让伤口结了硬硬的痂。

直到有一天，小狗遇见了你……



发现硬硬的伤疤，





竟然开出了



软软的花。



## 02 让小狗来 治愈你

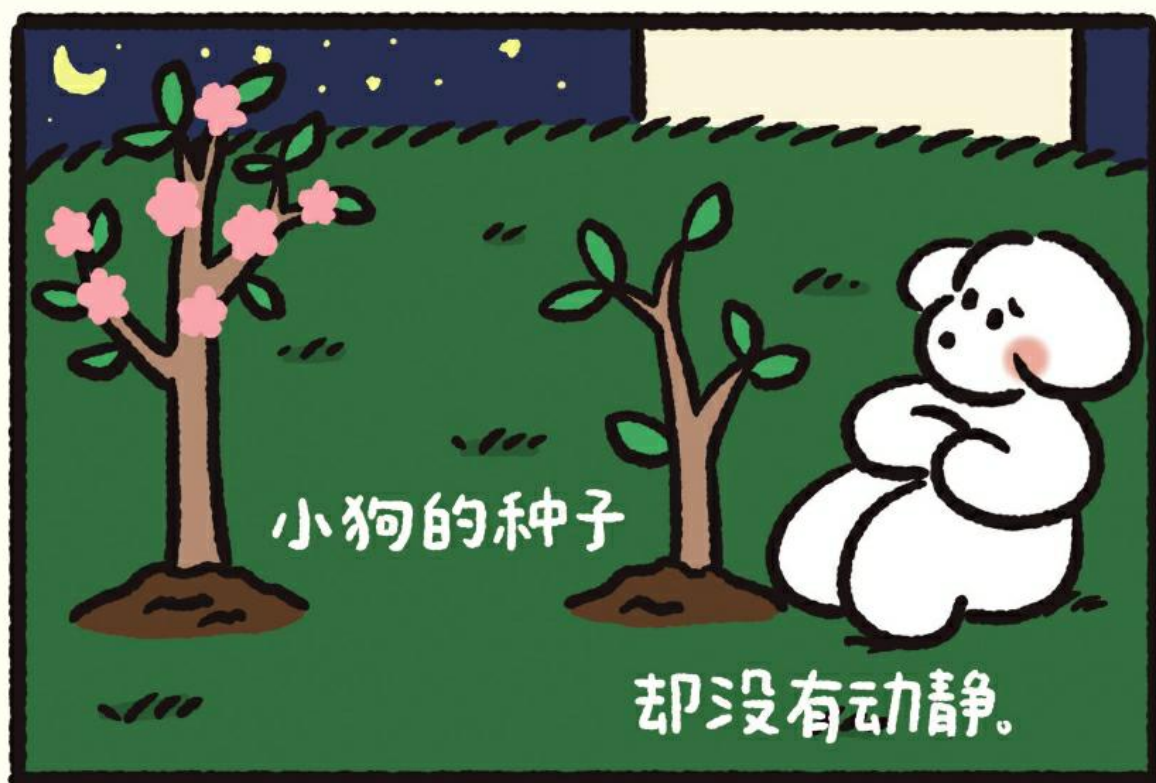
勇敢地走进黑夜吧，  
不要害怕，  
因为小狗会在那里等你。

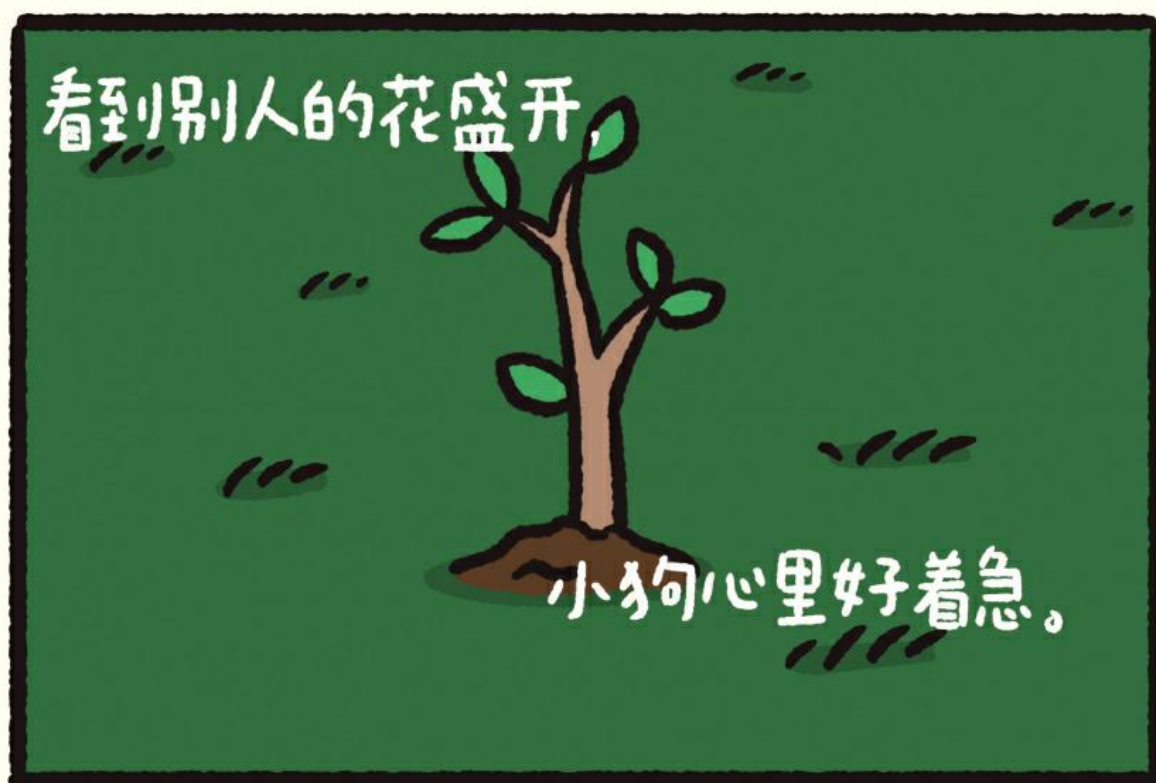
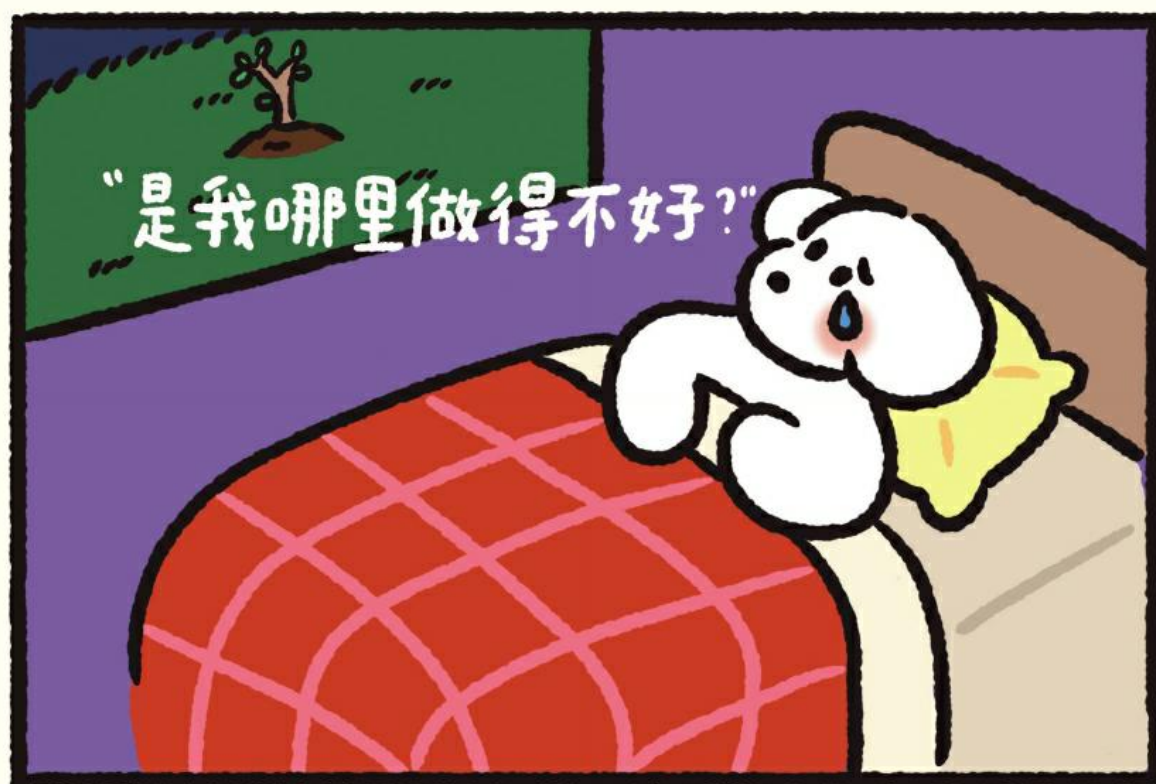


如果种子还没开花，  
那就再等一等吧！















因为它种下的

是一棵参天大树呀!



+ 很多幸福 +  
都是免费的哦!

+



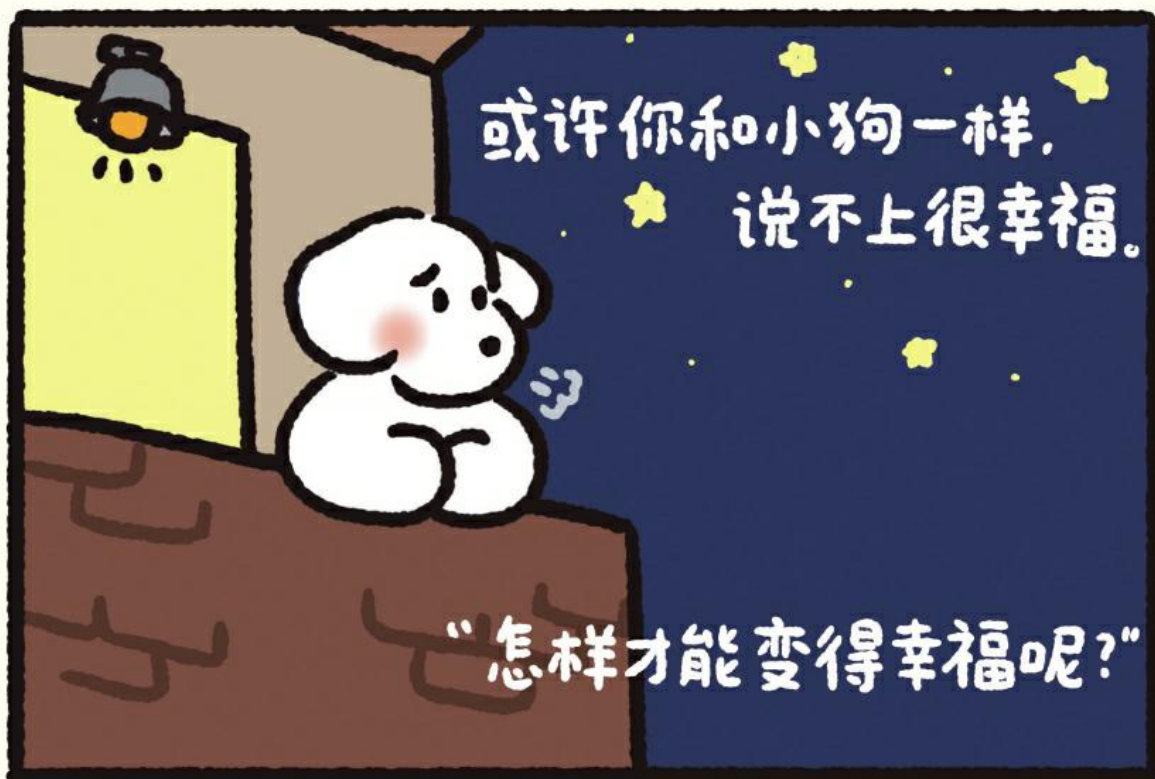
你好，小狗想采访你一下：

“你幸福吗？”



或许你和小狗一样，  
说不上很幸福。

“怎样才能变得幸福呢？”

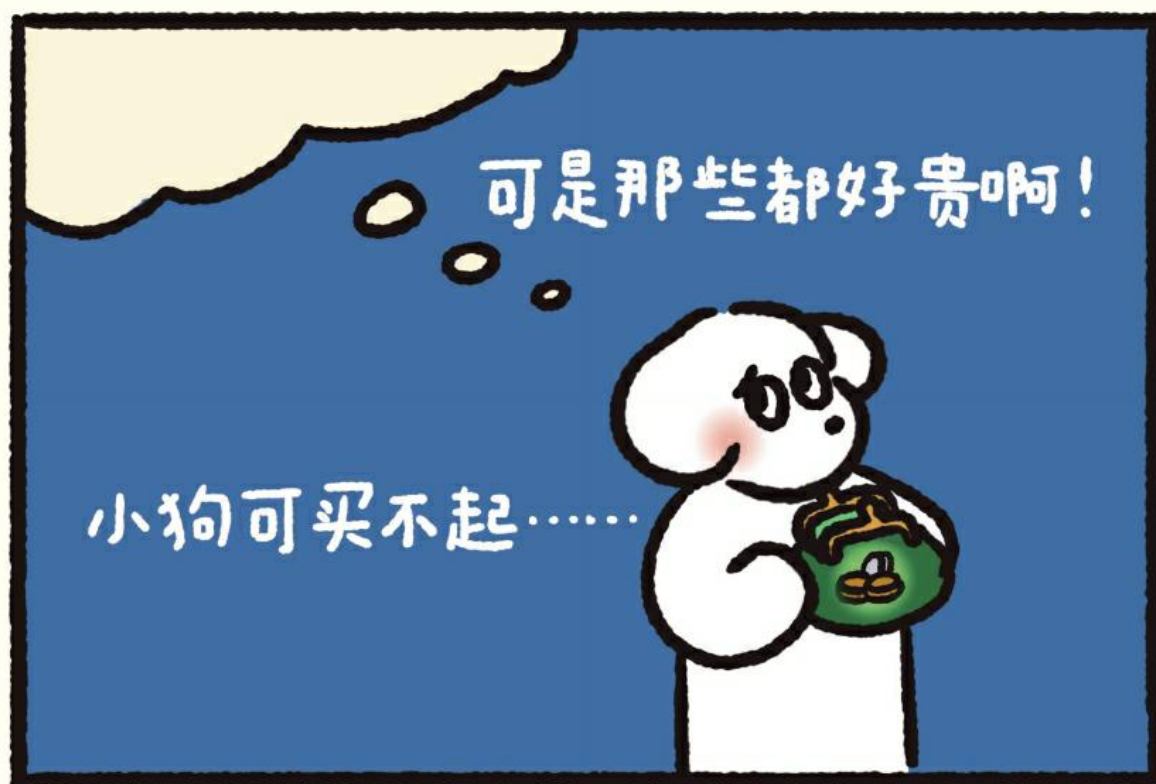


也许是有花不完的钱，  
可以买任何想要的东西。



或者是变得人见人爱，  
成为最聪明、好看的  
明星小狗。







可是小狗你知道吗，



FREE



其实很多幸福  
都是免费的呀！

比如晴天暖暖的阳光，  
公园里不知名的  
漂亮小花。











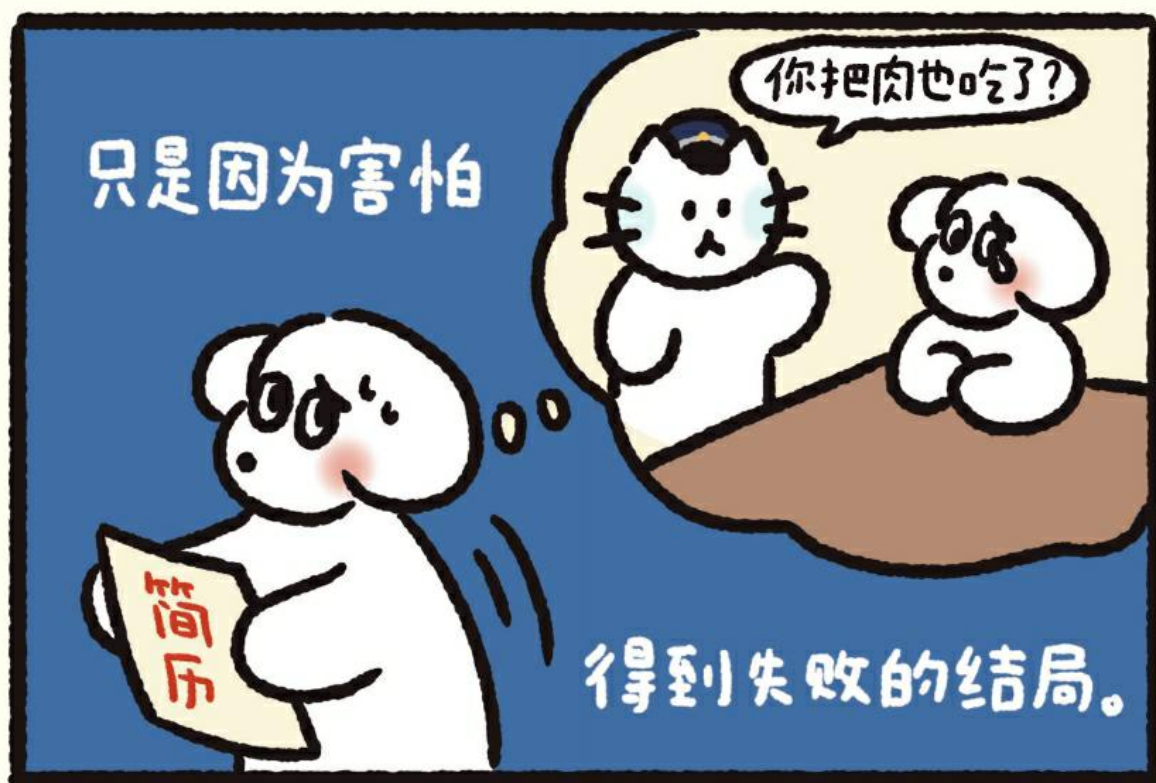


你也是一只  
爱焦虑的小狗吗？













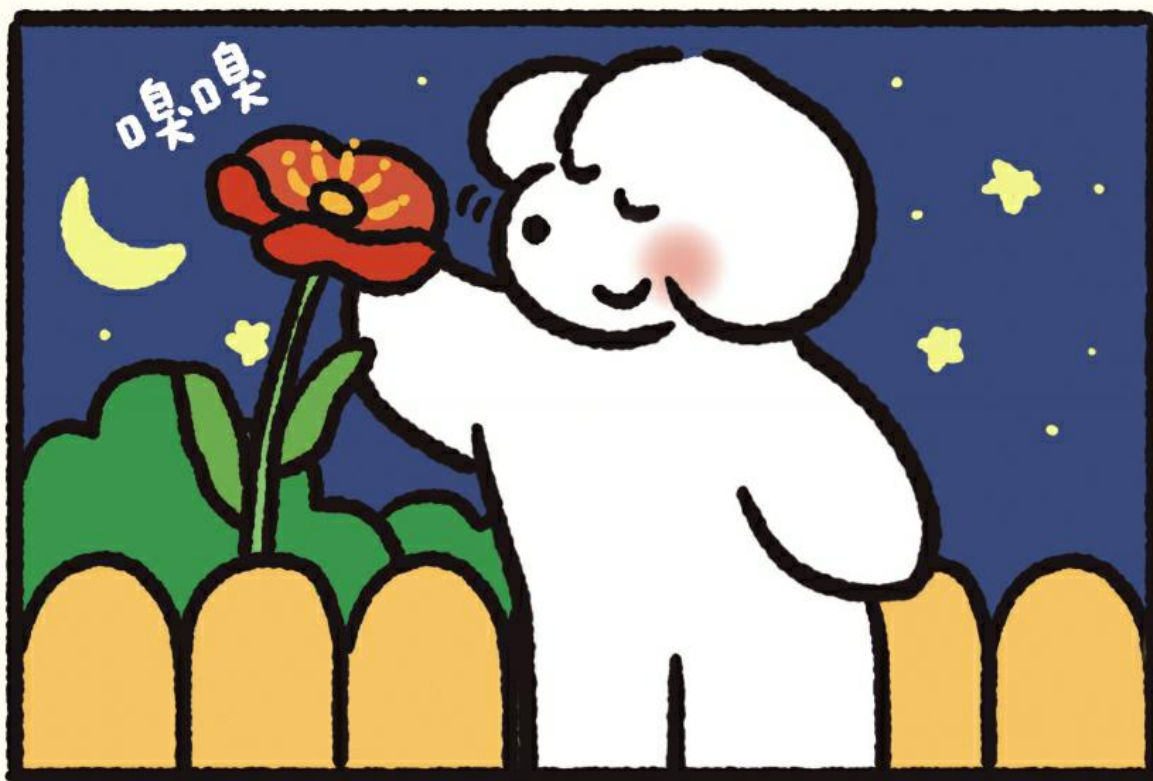






不开心的时候，  
就看看小花吧！











我们都会犯错，  
没关系的！

以前的小狗，  
总会害怕犯错。



害怕种下一颗种子，



却开出了错的花朵。







其实犯错  
并没有那么可怕。



在漫长的生命中，  
所有人都会犯错。





云朵会犯错。

哎呀不好！  
应该是明天  
才下雨……



早知道  
出门前  
不洗澡了！

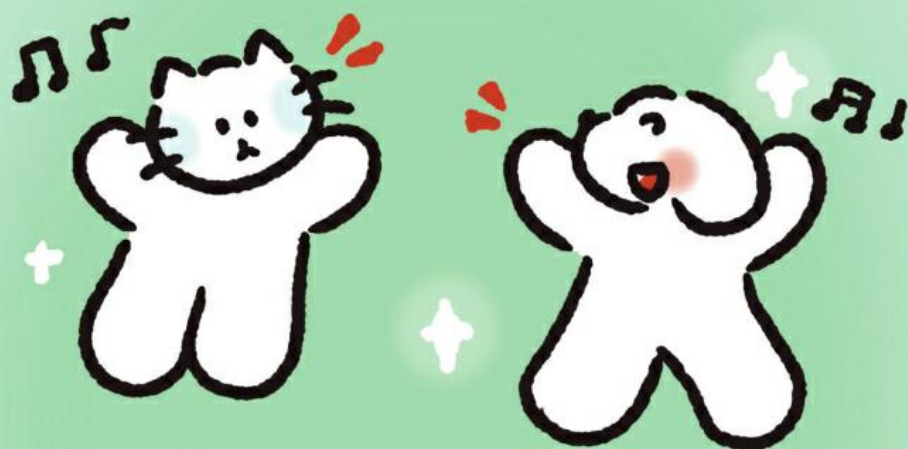
小猫会犯错。











原来快乐的秘诀，  
是偶尔做回小孩

小狗发现，



当我们



有烦恼的时候，



只要吃一个



甜甜甜冰冰激凌，





和好朋友大声唱歌。



玩耍嬉戏，



就会找回那颗



最纯粹、  
快乐的心。

原来……  
无论我们  
长到多大年纪，



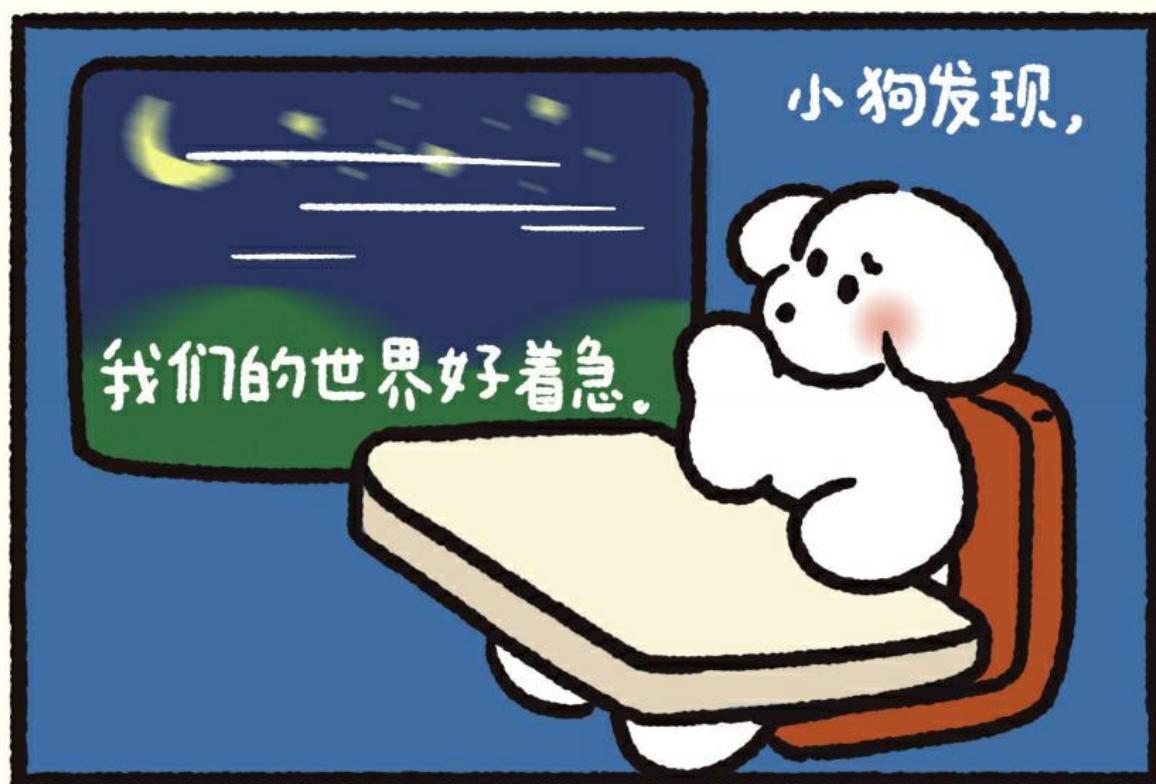
快乐的秘诀，  
永远都是  
当个小孩而已！





小狗只是想要  
慢一点、再慢一点……





十几岁时,就要快点决定  
未来生活的方向。



二十几岁时,就要快点找到

与自己  
共度一生的人。



好像无论做什么，  
都要快点得到结果。



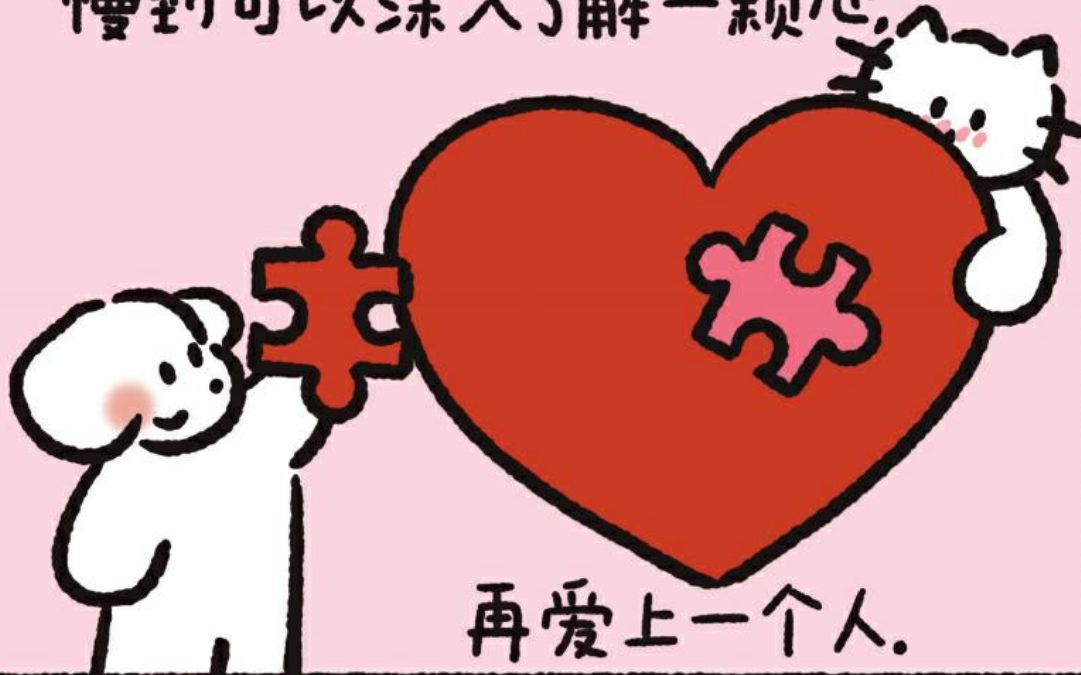
可有些事  
要慢慢来，  
才知道答案。







慢到可以深入了解一颗心。



再爱上一个人。

慢到能够  
充分认识自己。

拥抱自己。









你也会在安静的夜里  
想起“如果当初”吗？



如果当初没犯那个错，

就不会那么丢脸。



那不是  
巧克力!



如果当初  
跟随内心，

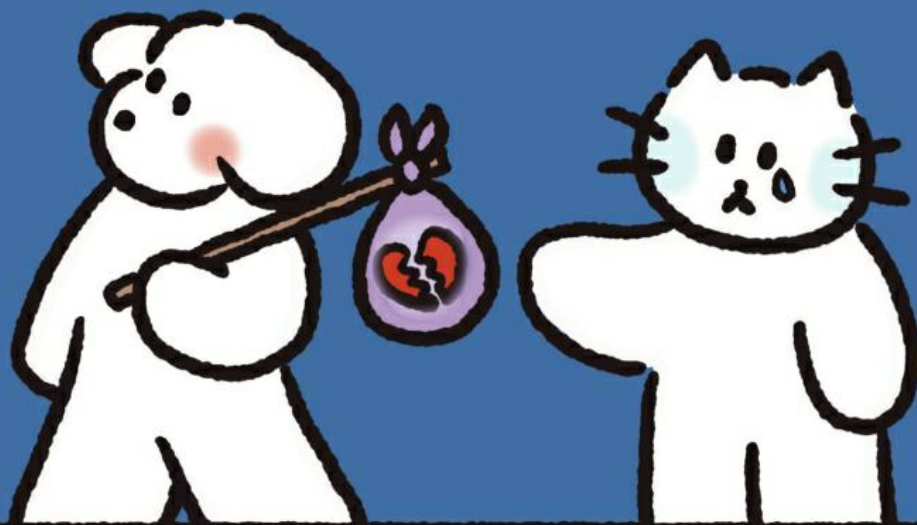
黏人小狗大学



报了自己喜欢的志愿……



如果当初再勇敢一点，  
我们的结局会不会变？



如果当初做了另一个选择，



人生会不会  
更加圆满？



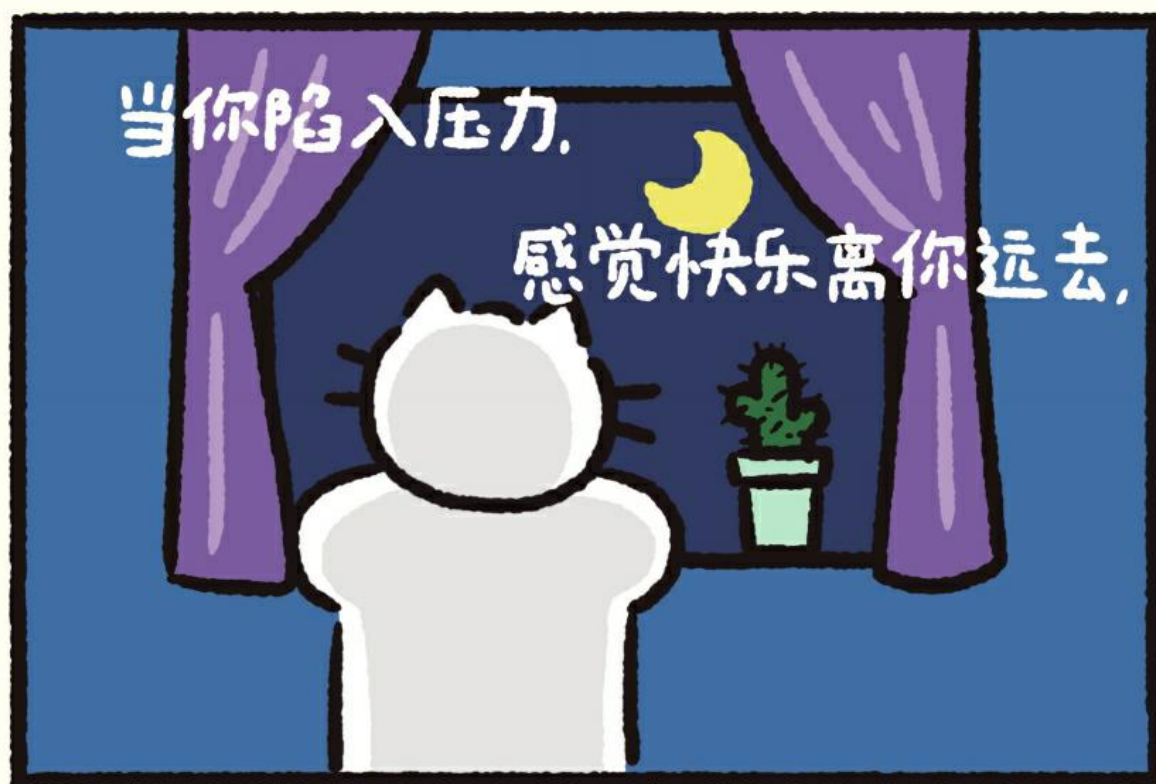








当你不快乐时, +  
请向小猫学习!





你知道吗？

小猫爱着生活中



许多不起眼的小美好。

比如，小猫爱着

似乎毫无用处  
的纸箱。









生活很辛苦，  
若你想找回快乐，



就学着像小猫那样，  
z z z



爱上小美好，也爱上自己吧！



人生是旷野，  
不是轨道！





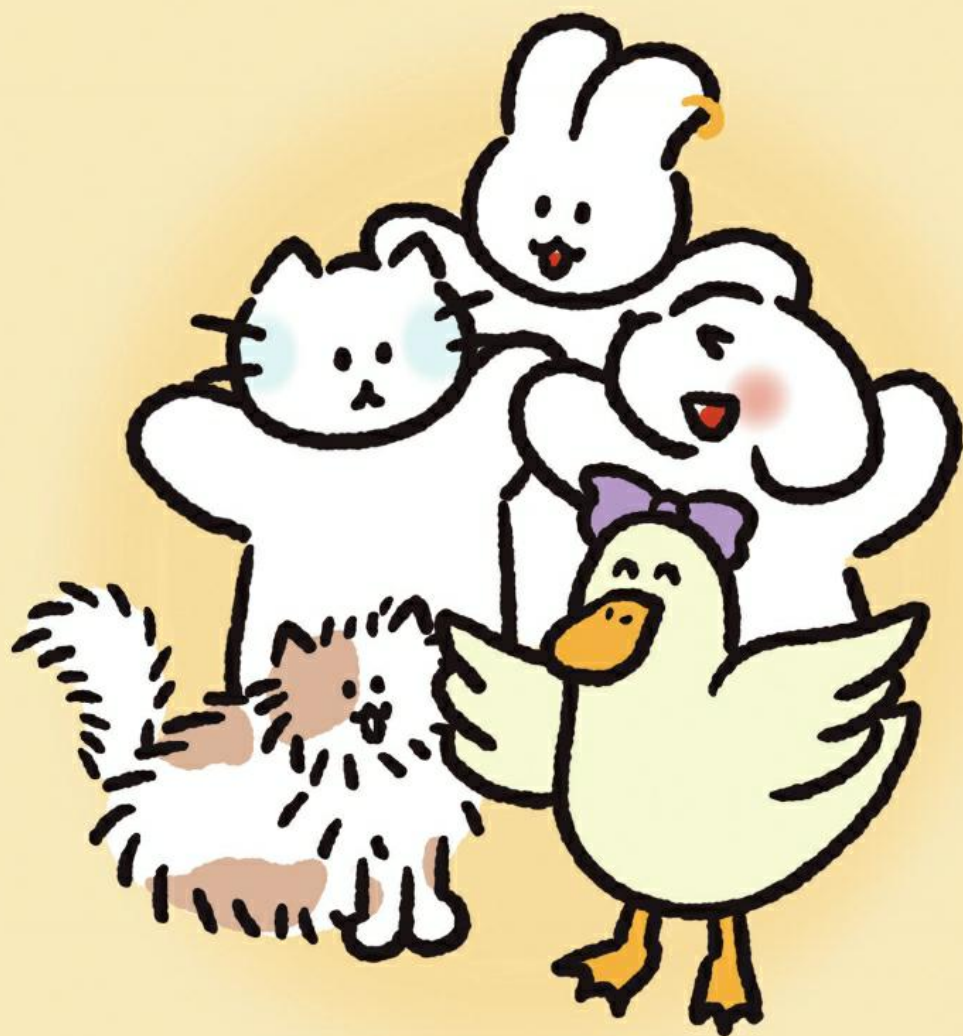








人生是旷野，  
不是轨道。



我们都有光明的未来！



先珍惜已经拥有的。  
+ 才会快乐! +



你也像小狗一样，



会有这样的时刻吗？

发现别人拥有的，



比自己多好多。







“我也能拥有这些吗？  
什么时候能呢？”

小狗想。



其实，  
小狗不必为

自己暂时没有的东西陷入焦虑。







毛毛没那么靓，  
但还有其他可爱之处可以欣赏。



不是天才，却也有小小的  
闪光点。



那些更好的东西会拥有吗？



小狗也说不好……

但现在的小狗，  
不再忽略



自己已经拥有的快乐啦！





小狗呀，  
你别忘了笑！

他们说，小狗，



你需要玩命奔跑。

To be No.1

你需要把事情  
都做到最好。



可我觉得，  
那些东西，

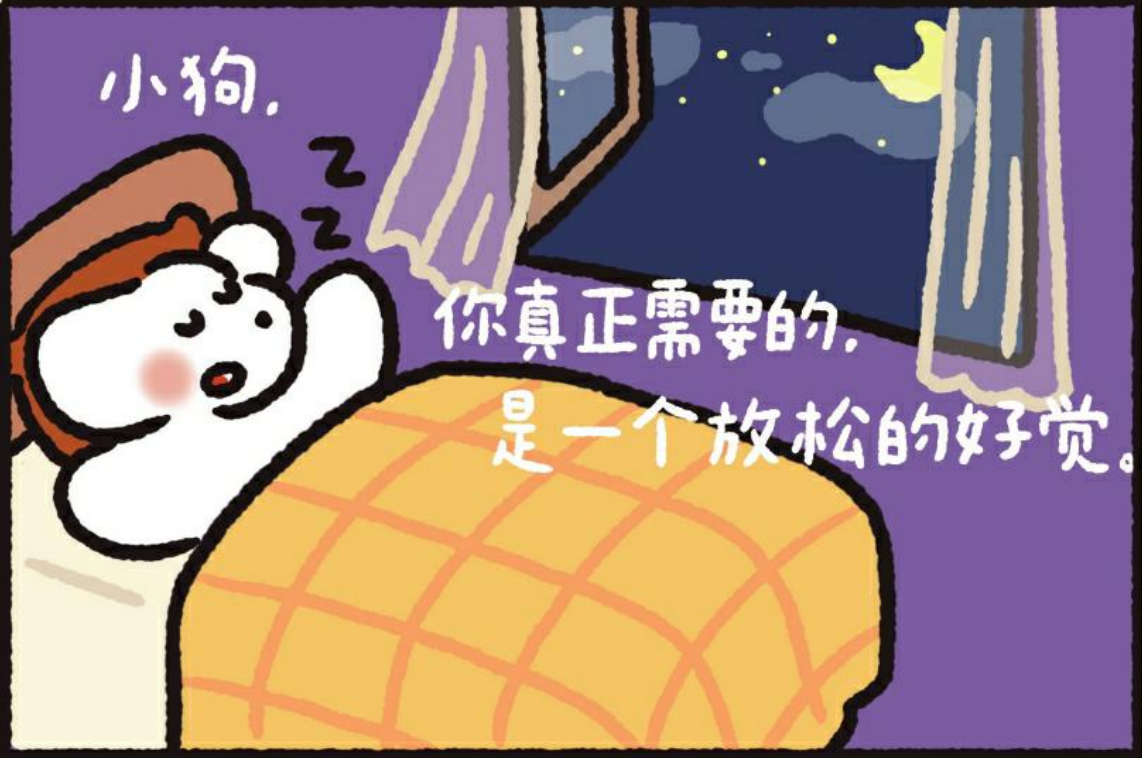
你都不需要。



小狗，

z  
z

你真正需要的，  
是一个放松的好觉。





一个甜甜的、  
带草莓的小蛋糕。



一个相聚的夜晚，



和好朋友  
慢悠悠地闲聊。

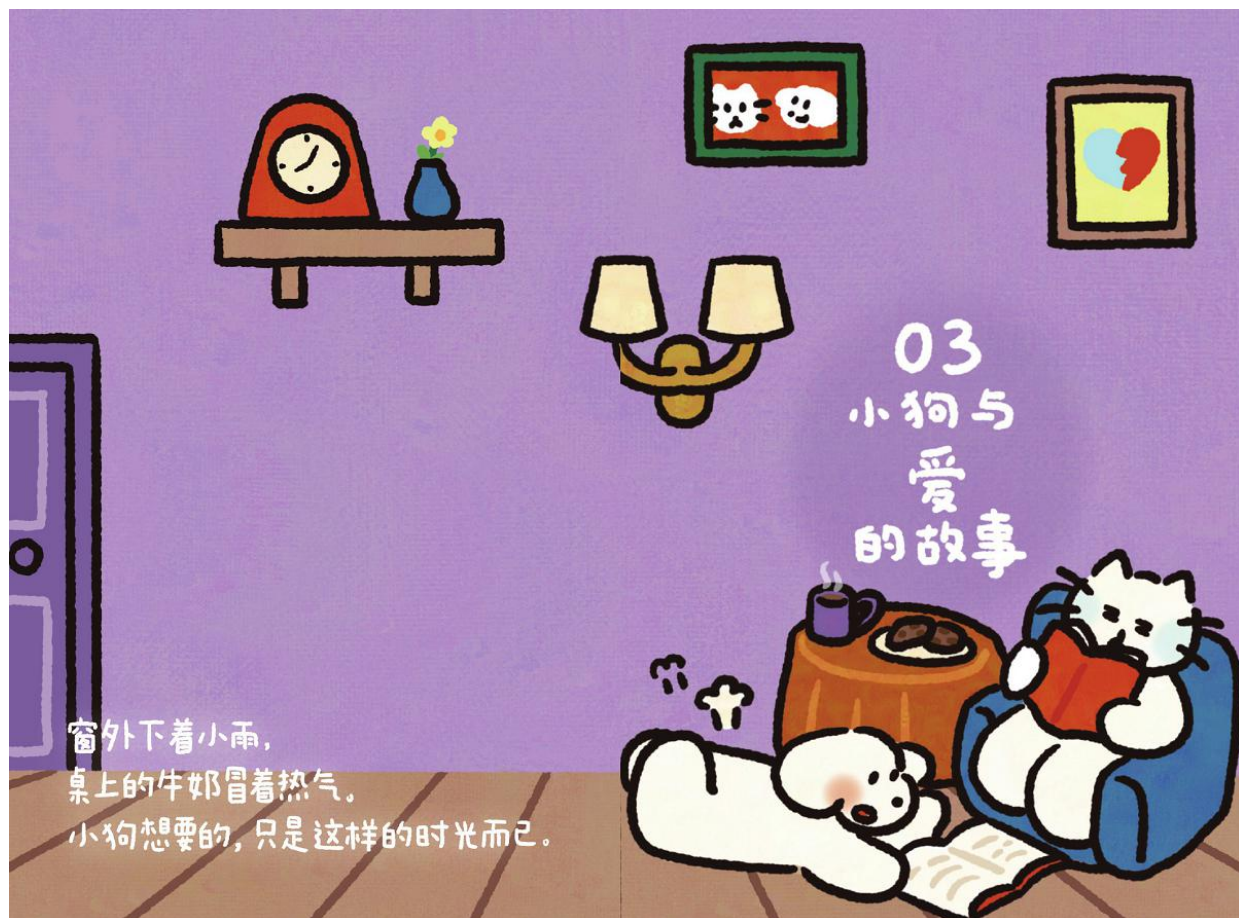


大大的拥抱！



小狗呀，  
你很努力了。  
所以，别忘了笑！





窗外下着小雨，  
桌上的牛奶冒着热气。  
小狗想要的，只是这样的时光而已。

### 03 小狗与 爱的 故事



小狗的爱，  
像是大海

小狗总是喜欢



大大方方地表达爱意。

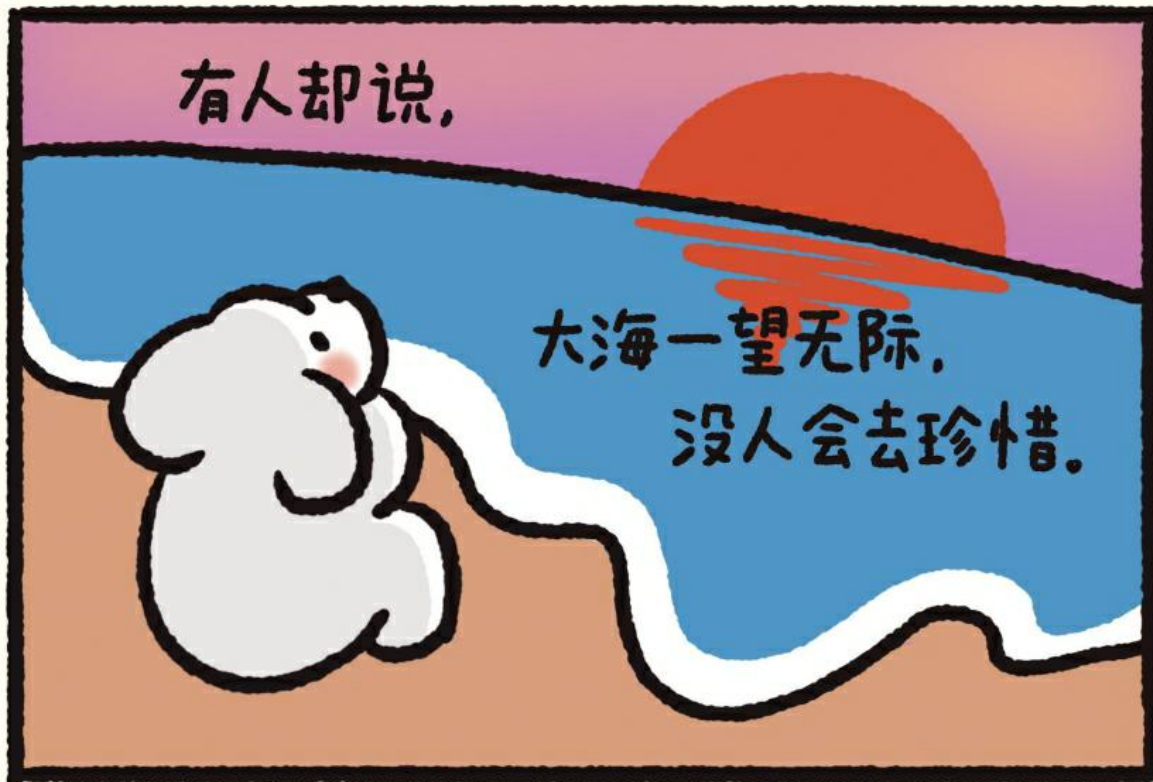
那爱像

大海里的水滴，

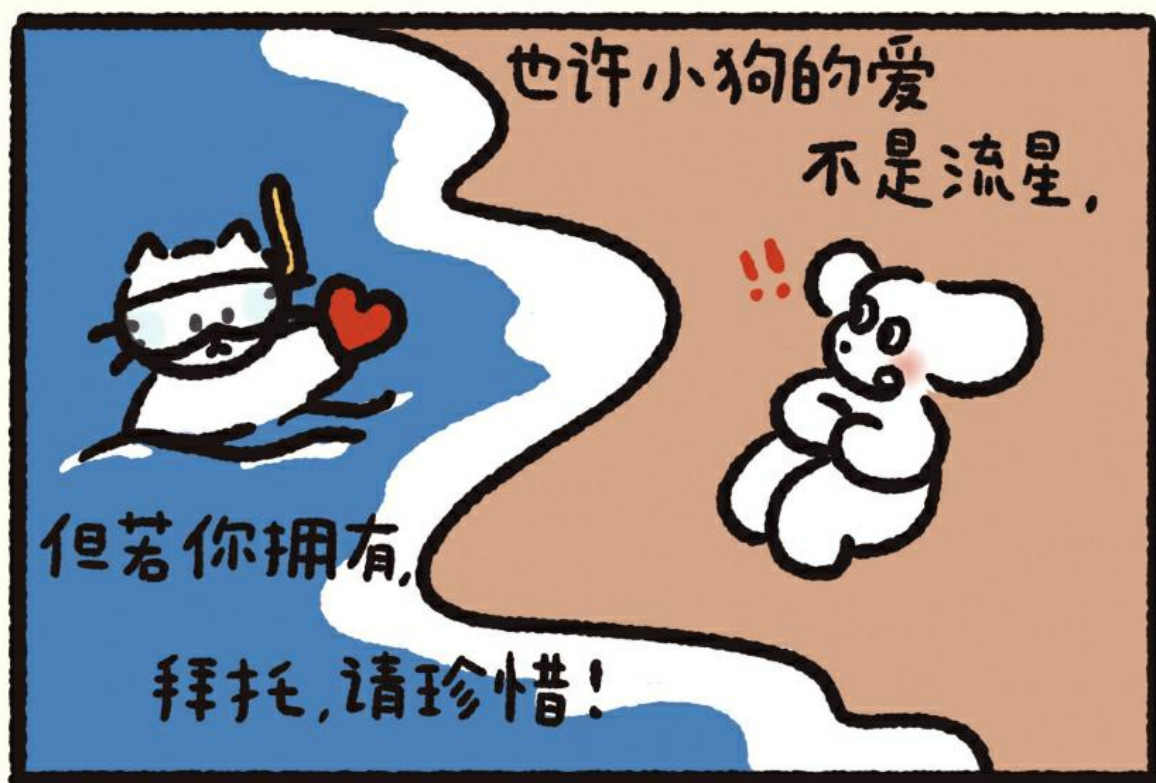


多到数不尽。













小狗的建议是，  
请大声说爱吧！

人真是奇怪，



明明总是  
羞于说爱，

在吗？

怎么啦？

没啥事……

别联系我了。



却轻易将伤人的话脱口而出。

明明难以割舍，  
却要假装满不在乎。



“不趁还有机会的时候说爱，  
要等到什么时候呢？”



小狗不明白……



因为伤人的话语一旦说出口，



就没有退路。

总是口是心非的人，

会变得孤独。



如果不想爱的回忆，



被违心的  
伤害填满，

小狗建议，



请让说爱的声音  
再大一点！

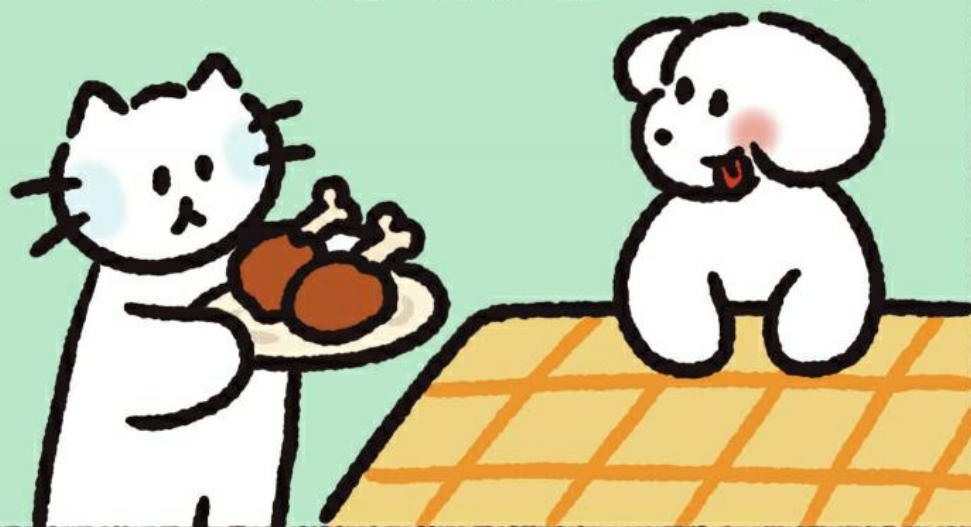


✦ 爱就是要  
常挂在嘴边！



你发现了吗？

小狗会在吃东西的时候，



说：“好吃！好吃！”



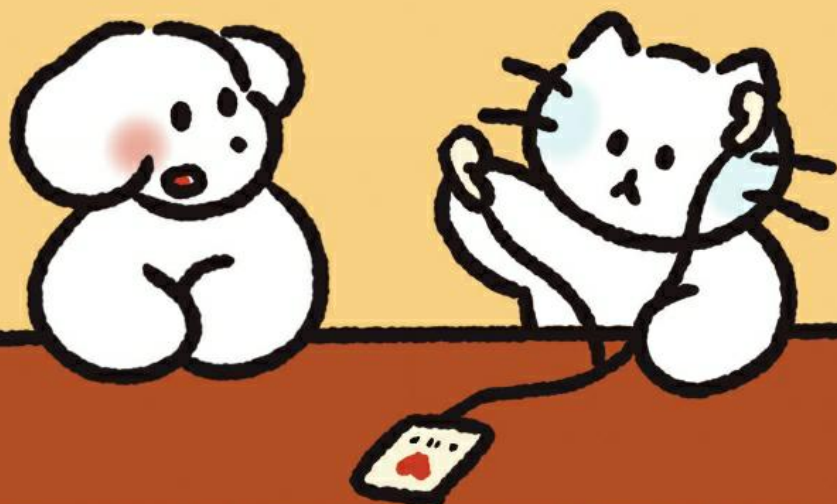
会在旅行的时候，



说：“好玩儿！好玩儿！”



会在听歌的时候，

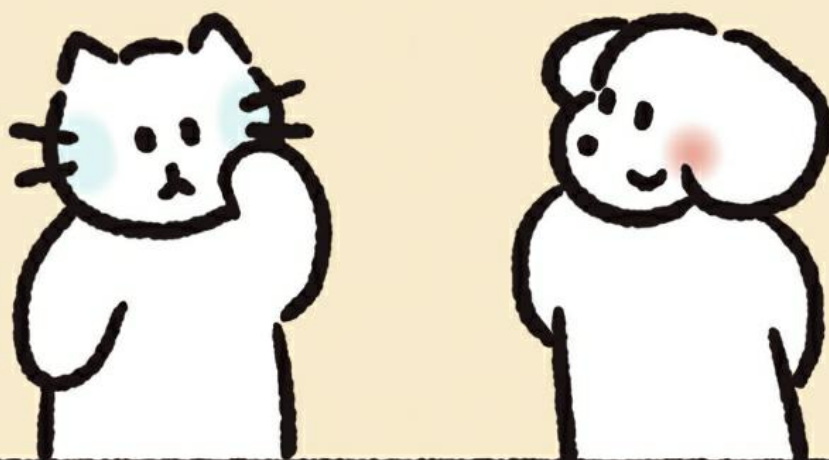


说：“好听！好听！”





还会在  
和你在一起时，



说：“好爱你！好爱你！”



小狗从不遮遮掩掩，

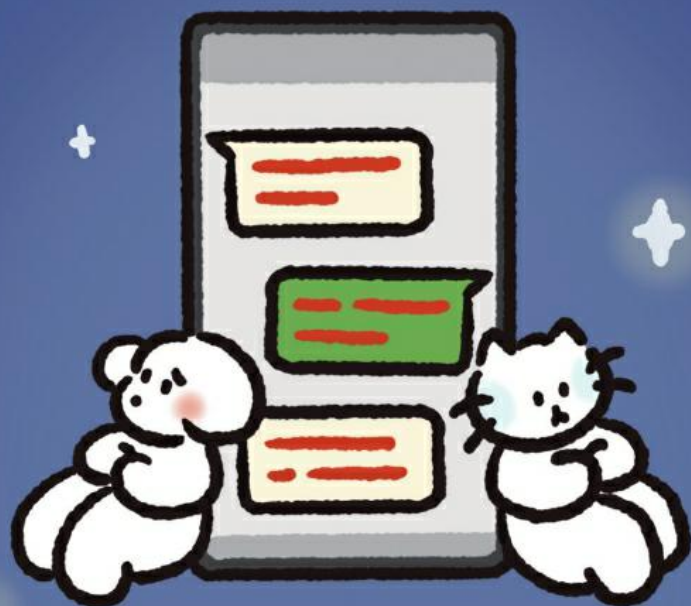


它要让它爱着的人，

感受到  
最明确的爱意！



让我们  
向小狗学习！



小狗说：  
不要隔着屏幕吵架！





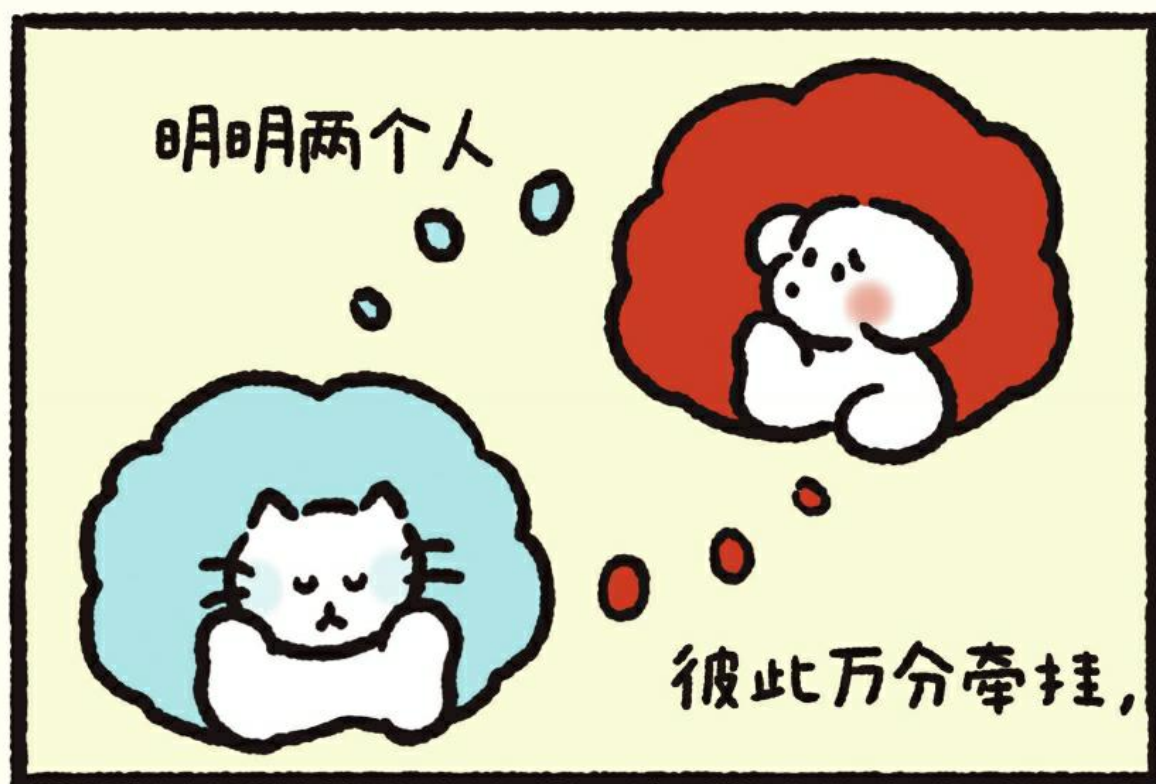
透过冰冷的屏幕，  
说着伤人的话。



没有表情和语气，

令人难分真假。









在说出后悔的话之前，

不如先  
使劲拥抱吧。



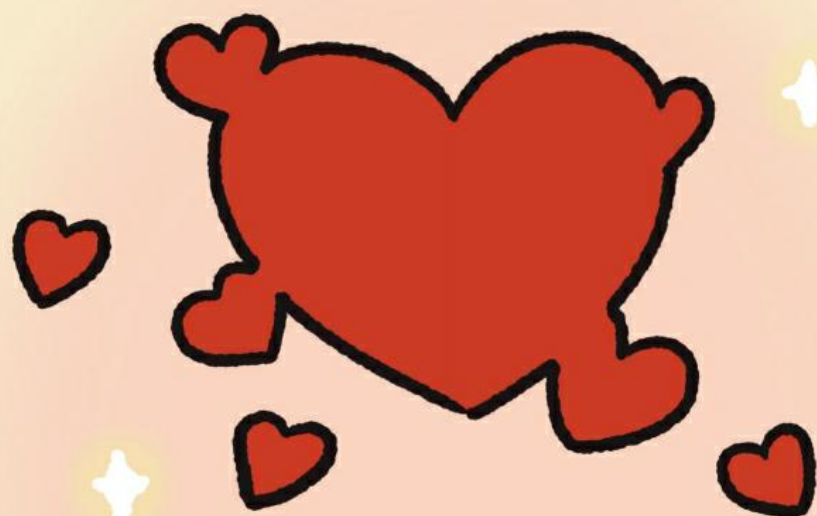
很想你。

小狗建议，



即使隔着时差，  
也要打开视频通话！

我也是。



一点点、一点点，  
慢慢就变成好多









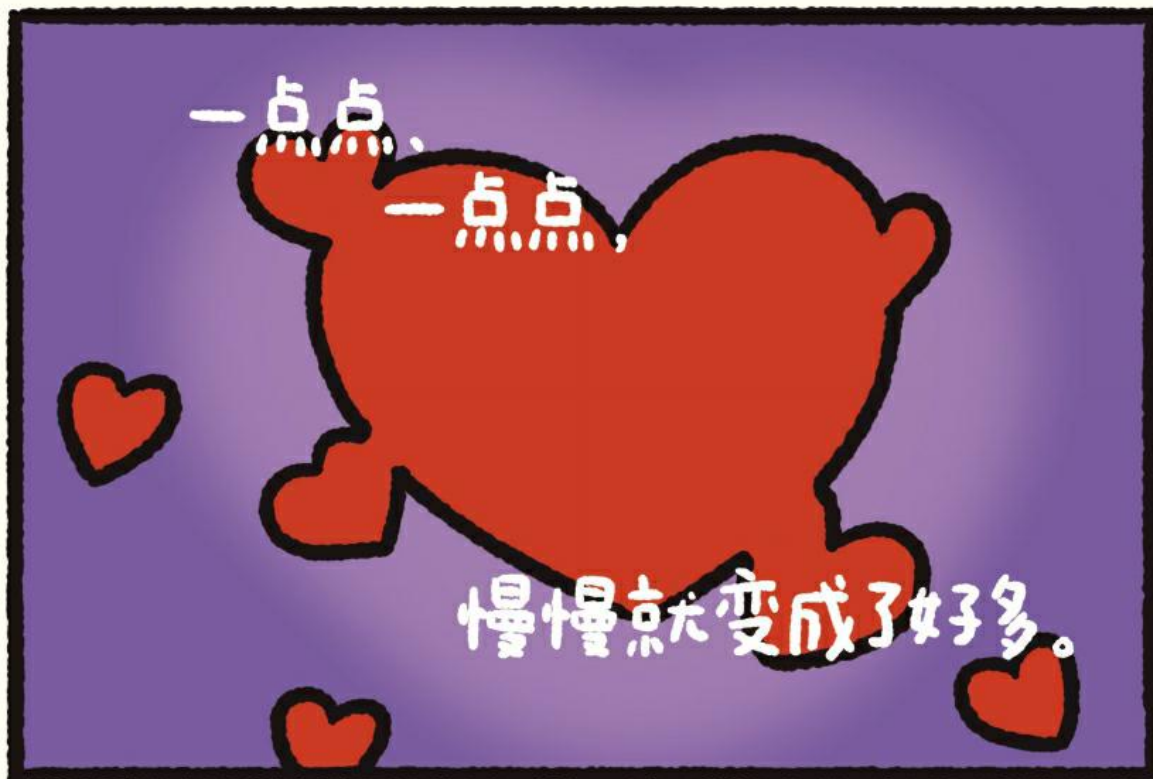


心情好像变得郁闷了呢……



所以……有一点点想你。





就可以攒在一起，  
全部送给你！



所以……  
抱抱也用力一点点吧！

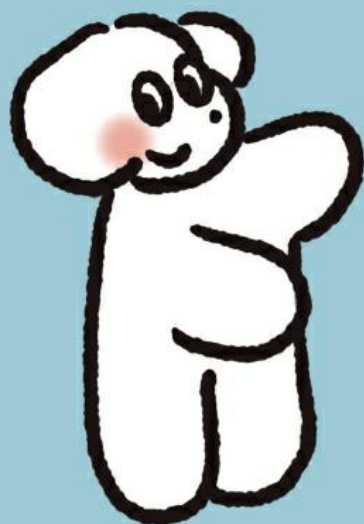






让我们说，  
谢谢小猫！

据说，每只小狗

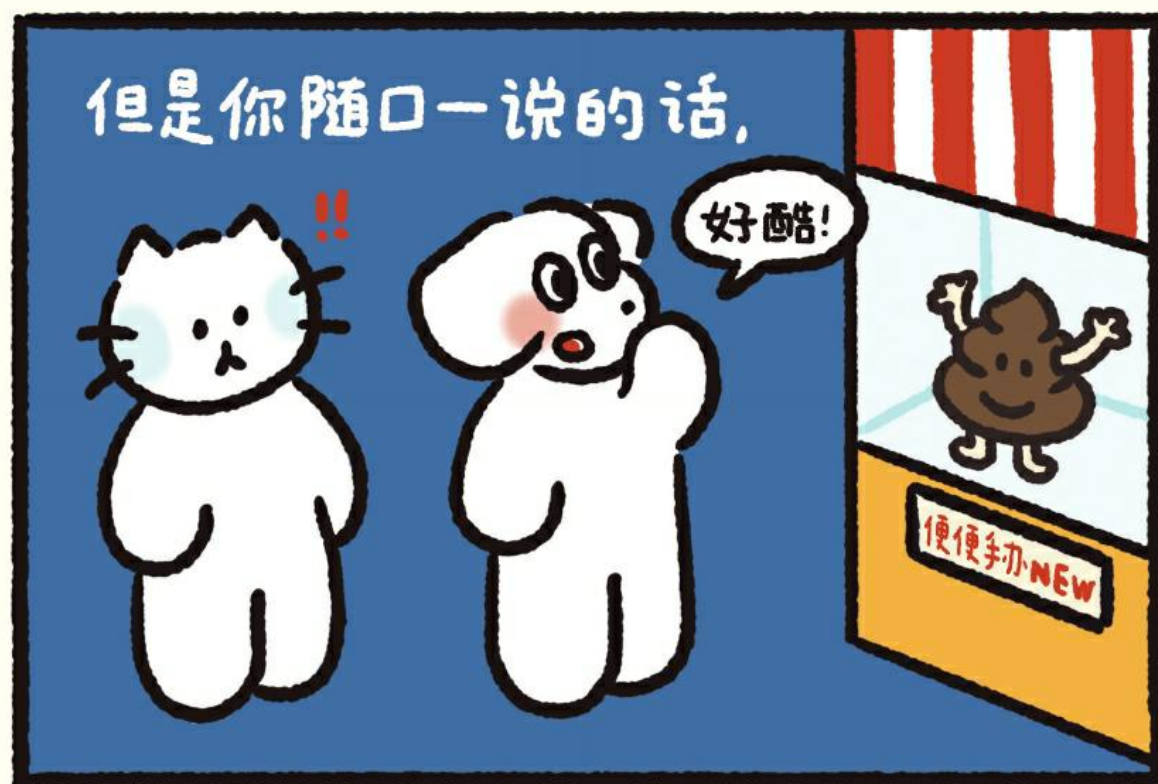


都有一个小猫朋友。

容易害羞的小猫，

话往往不多。







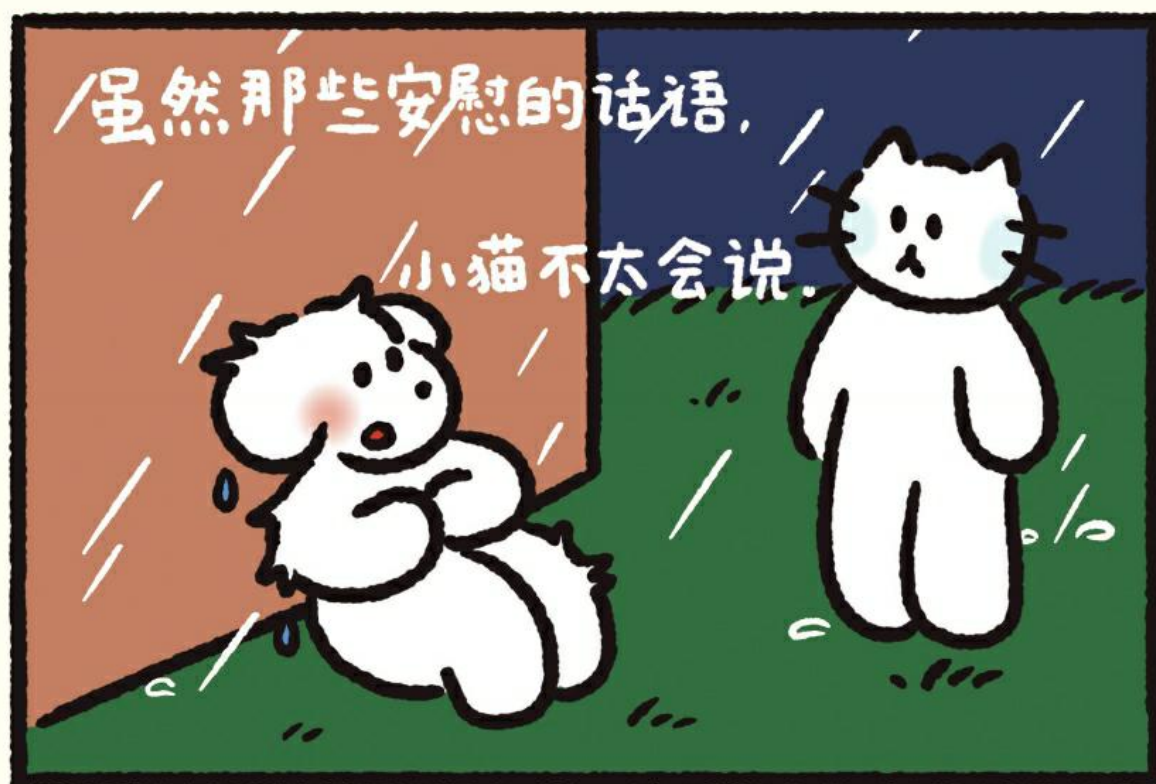
那些不懂小猫的人，  
总说小猫冷漠。

总臭着一张猫脸，  
笑都不笑!!



其实小猫的心里……  
也一样温暖炽热。



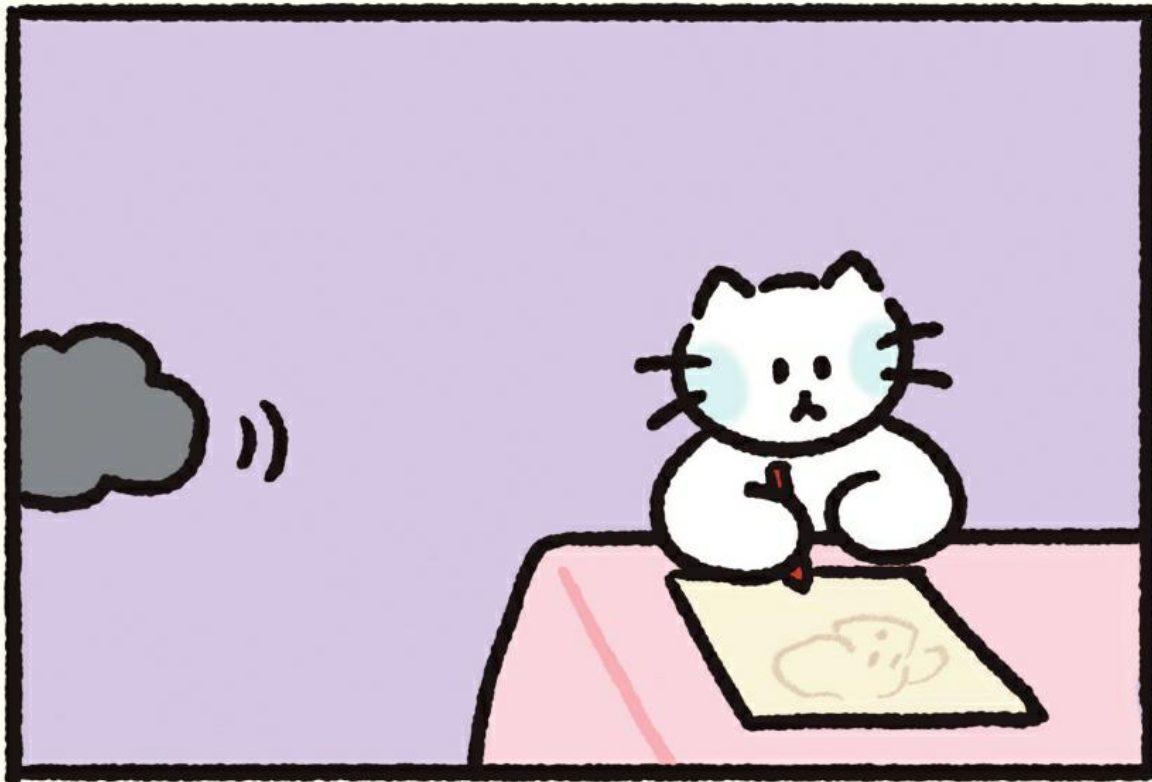








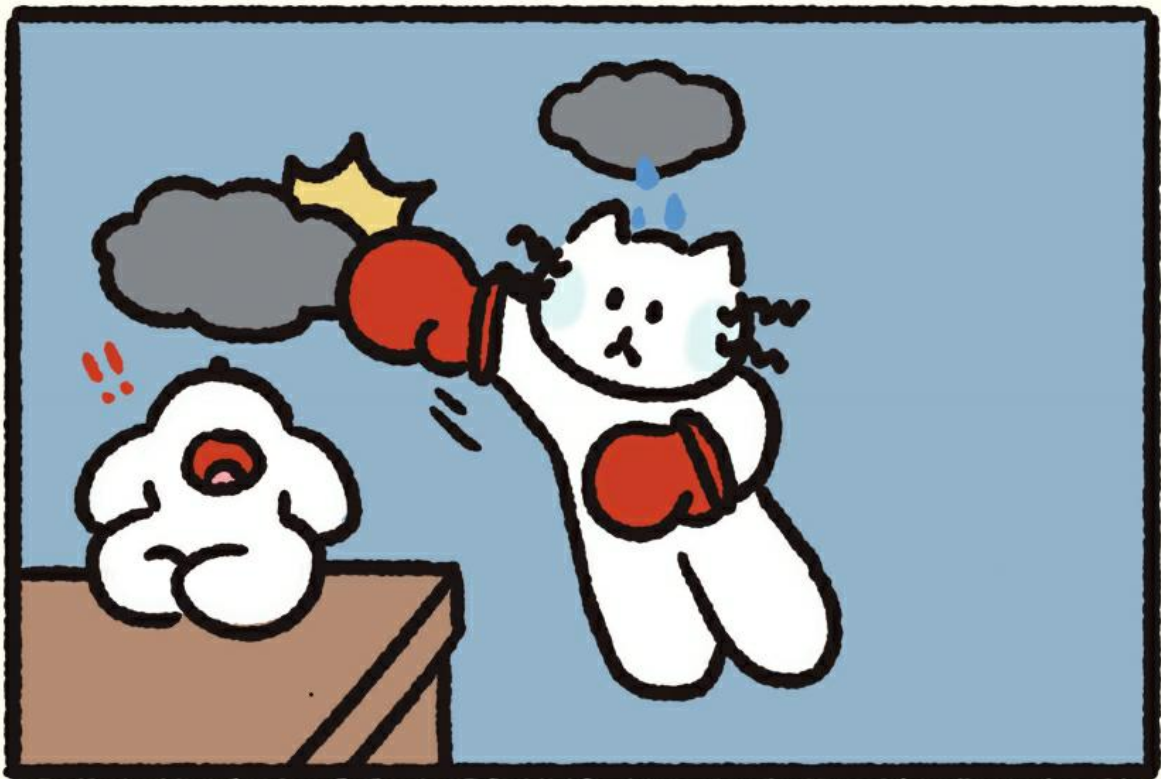
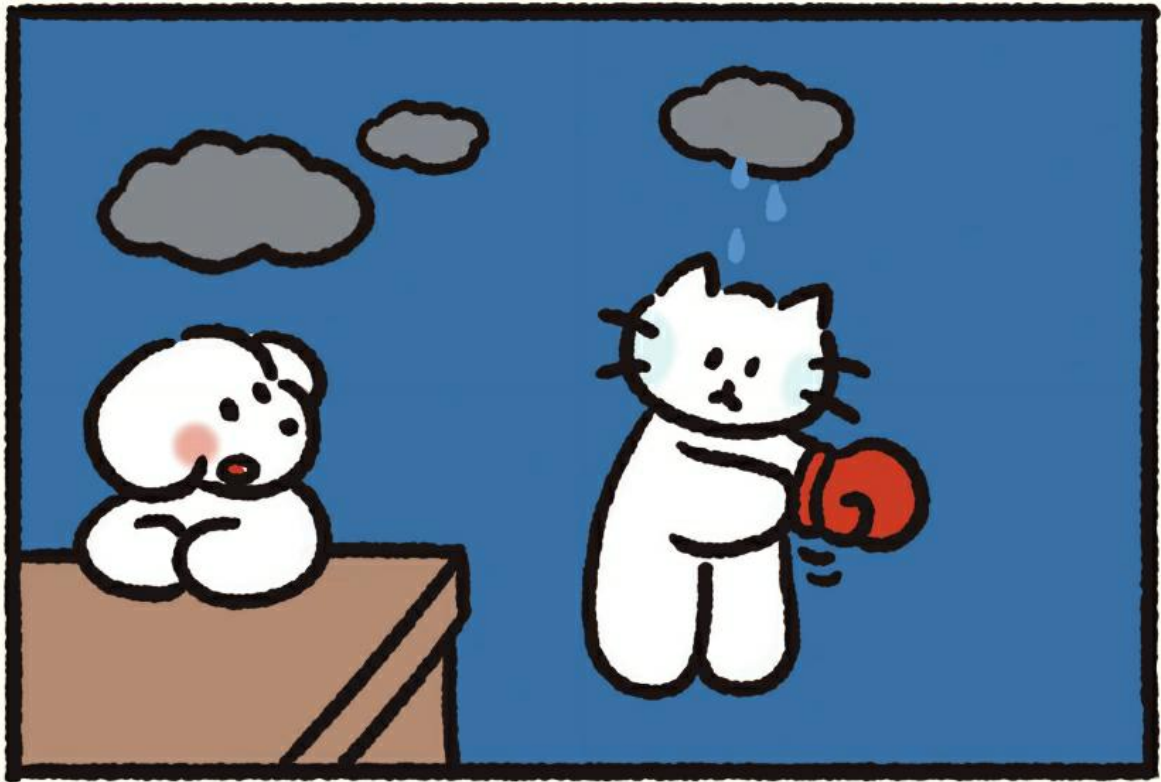
乌云乌云，  
快快散去吧！

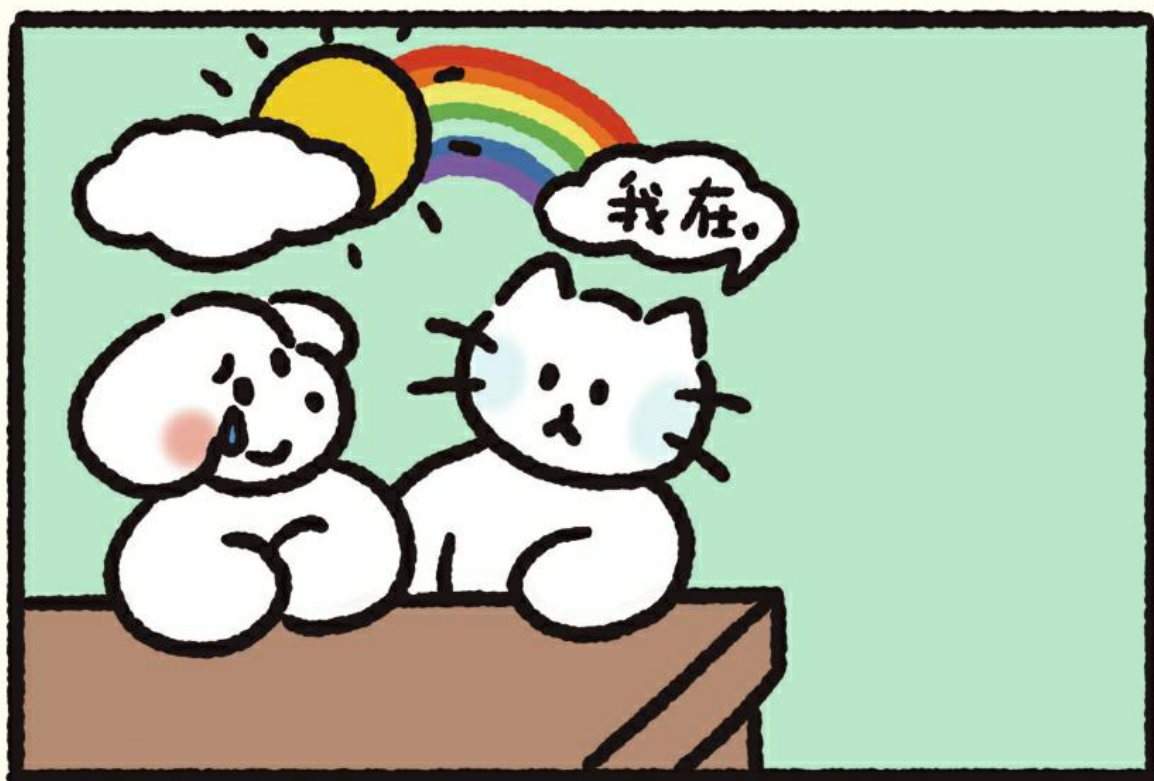
















今晚，  
我们去散步吧！

若你问小狗：



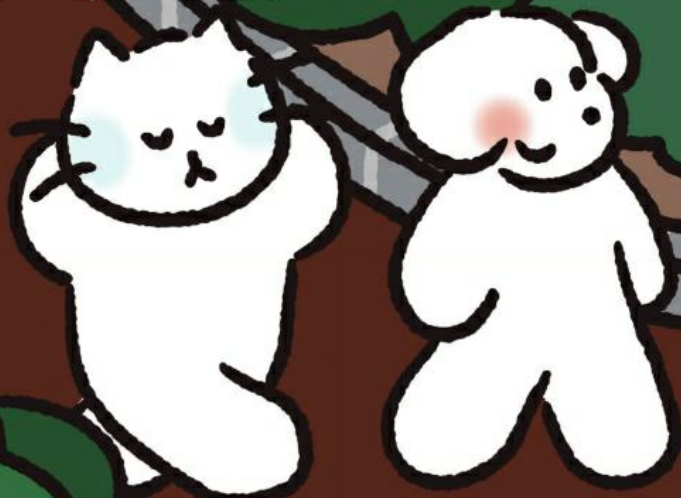
“和喜欢的人做什么事，  
最开心？”



小狗一定会回答：

“散步！”

只是肩并肩走着，



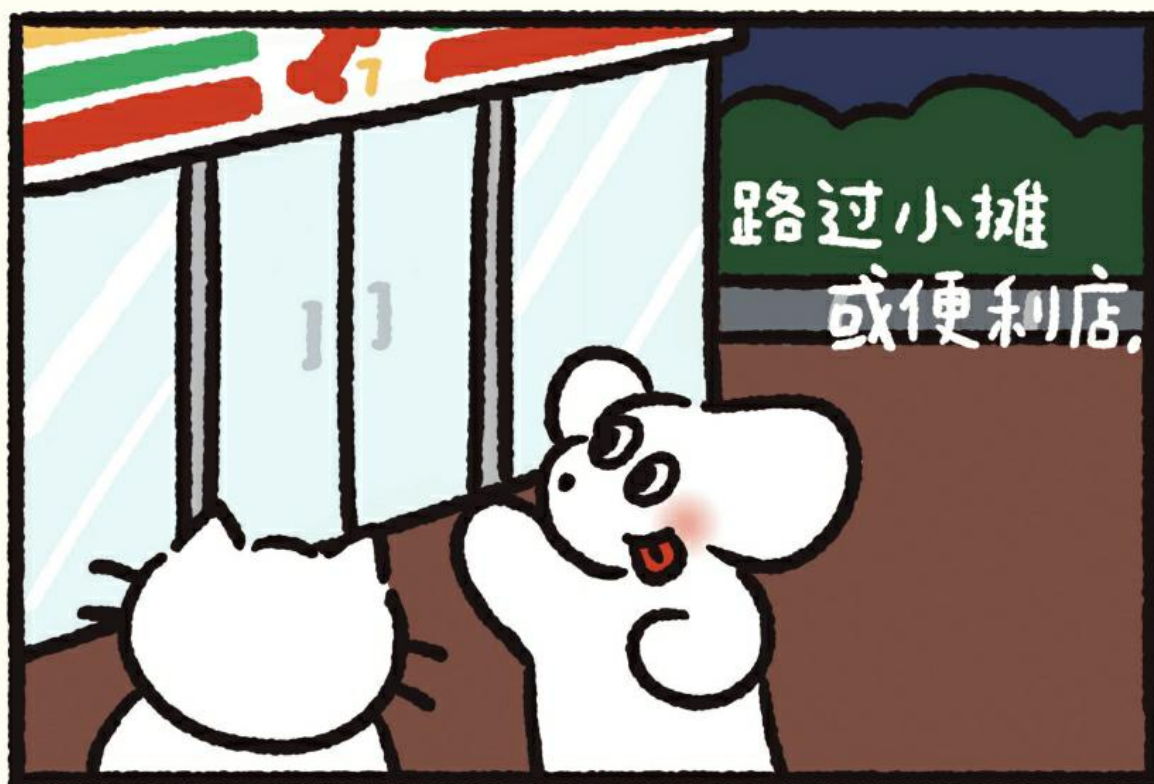
没有特定的目的地。

吹着舒服的晚风；

聊着稀奇古怪的话题。







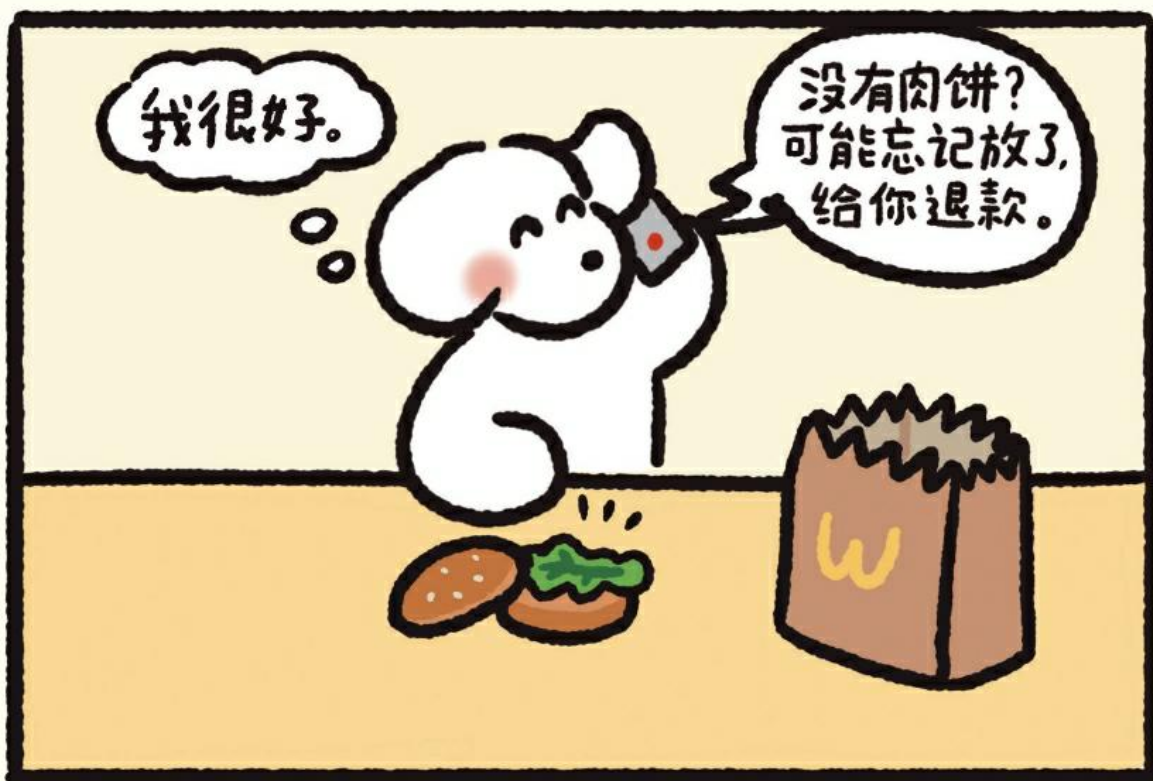


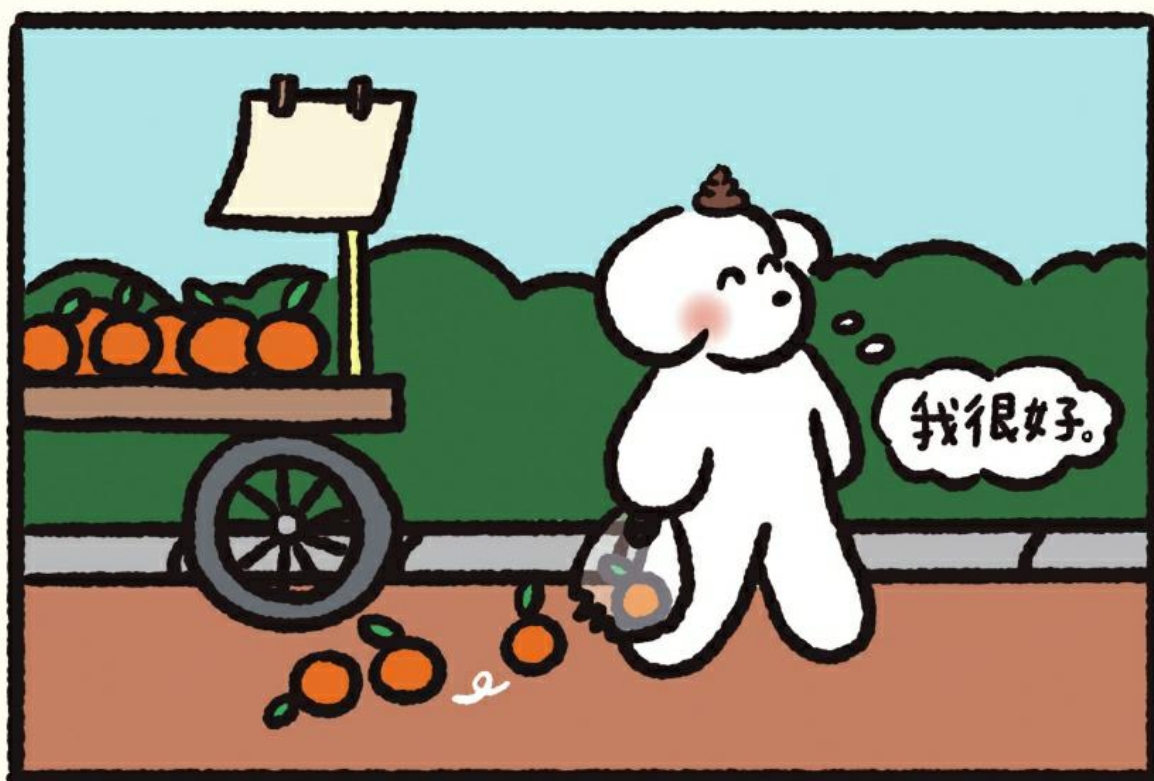




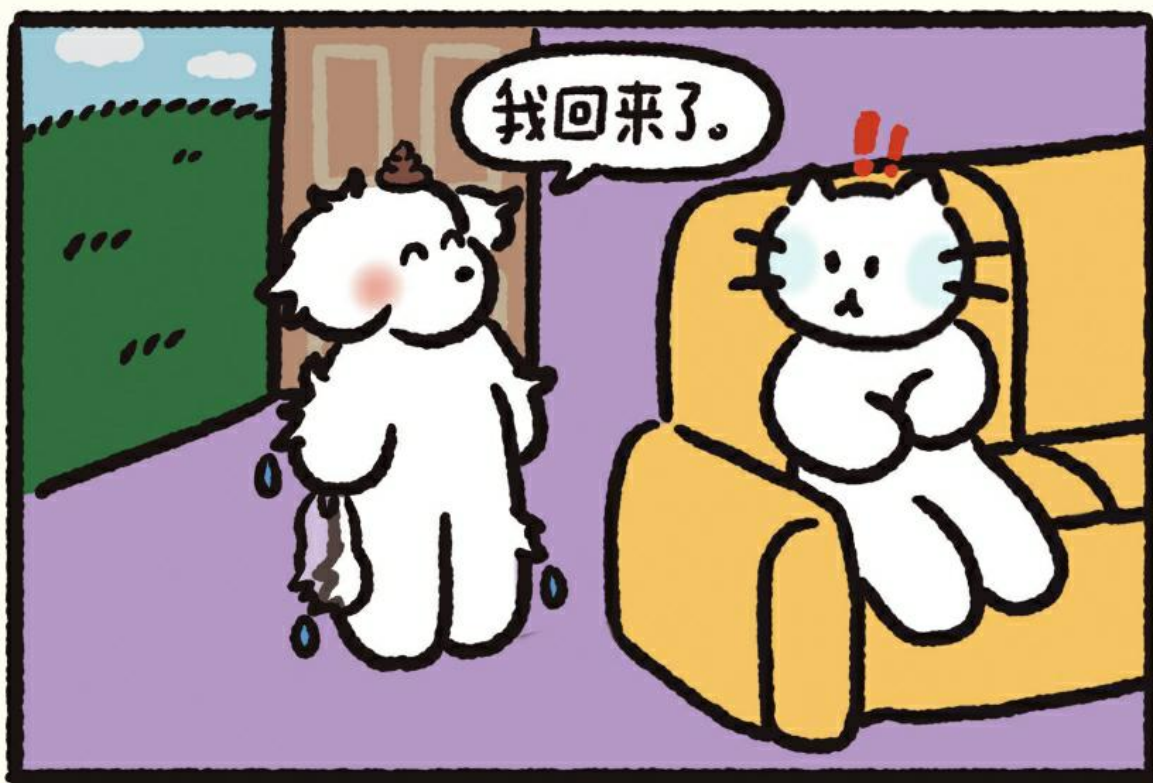


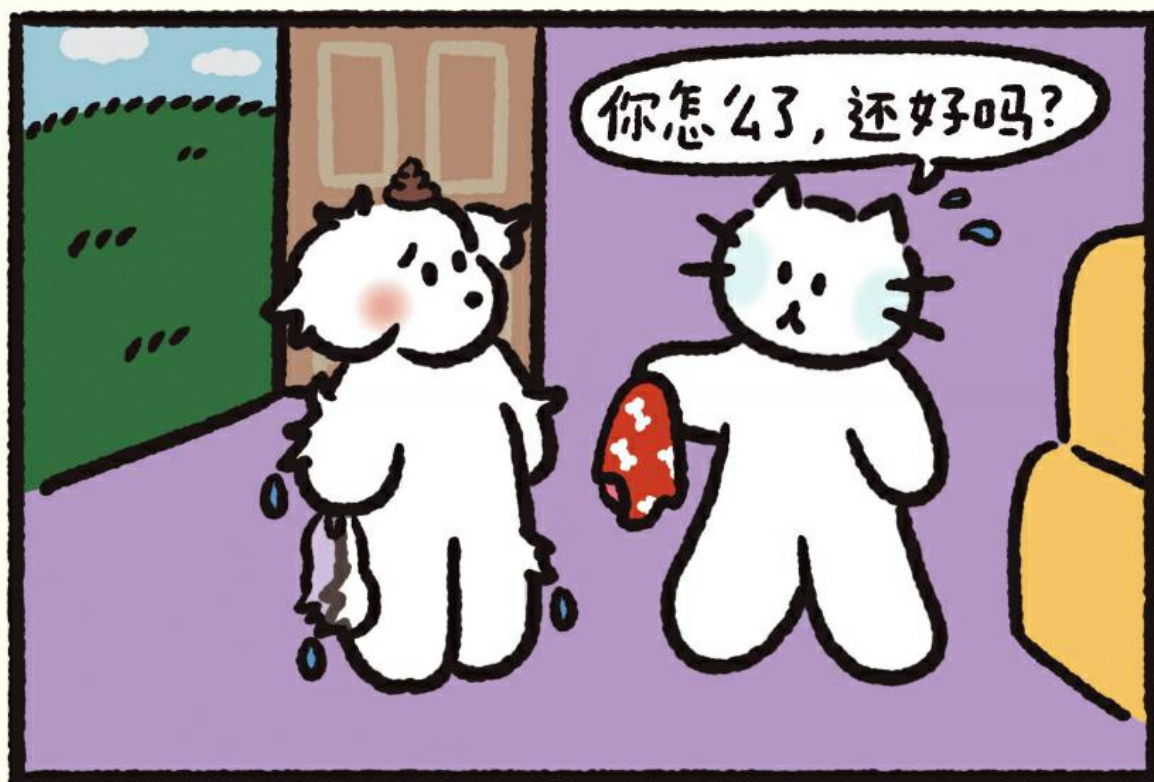
最治愈的时间，  
是有你在身边













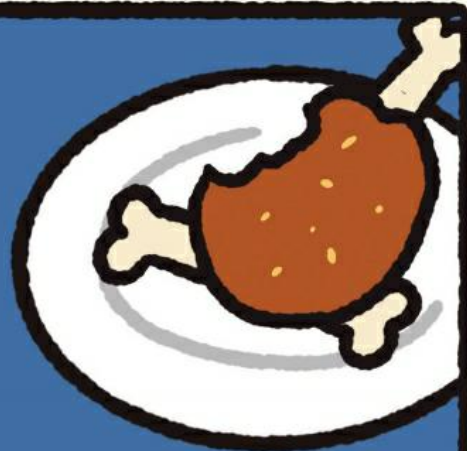
那些老朋友，  
谢谢你们曾出现在我生命里！



小狗发现，  
不知道从哪一天开始，



和你的对话框，



再也没闪过一次。

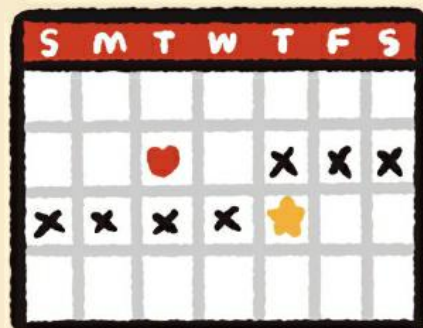






亲爱的朋友，

其实小狗  
不曾忘记你，



甚至牢记你的生日。

小狗的青春日记里，



永远留着和你的故事。







04

小狗教你  
爱自己

“你可以允许自己偶尔哭泣。”  
小狗说。  
因为眼泪遮不住你爱笑的眼睛。







爱自己的  
100种方式是……

有人问小狗：

“爱自己的100种方式”，

是什么？



是不是  
给自己买小蛋糕，

还有带汽的  
冰可乐？



是不是学会享受  
独处的快乐？

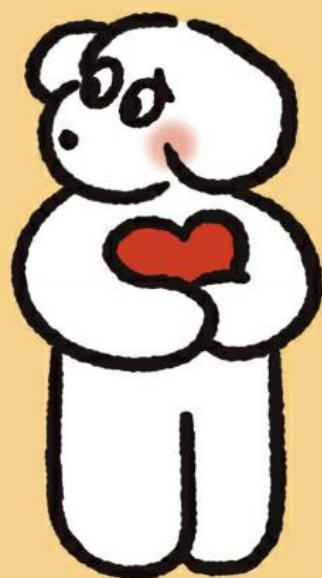


是不是偶尔送自己  
一束漂亮的花呢？





但是小狗感觉，  
好像少了点什么。



小狗觉得，  
也许爱自己的开始，

可以是这样的……



爱自己，  
是允许自己  
犯错。



是允许自己  
把时间用来难过。







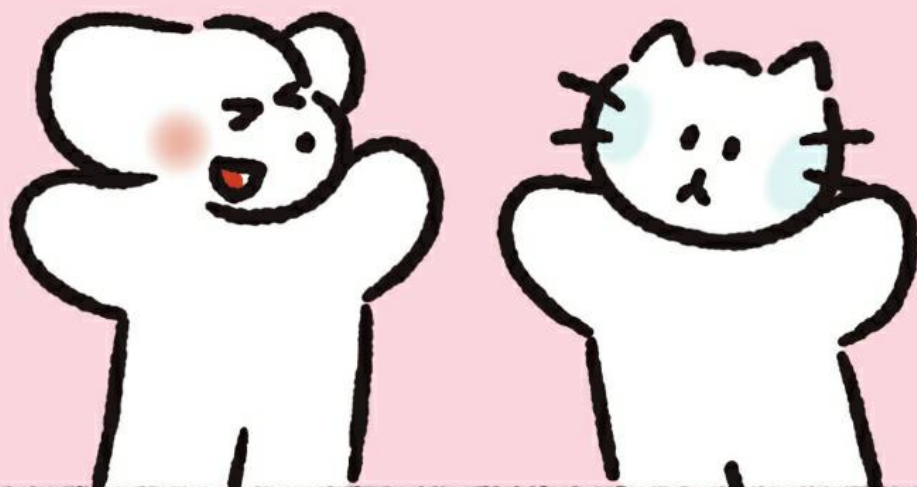
最重要的是,允许自己

在被别人赞美时,



自信地大声回答:

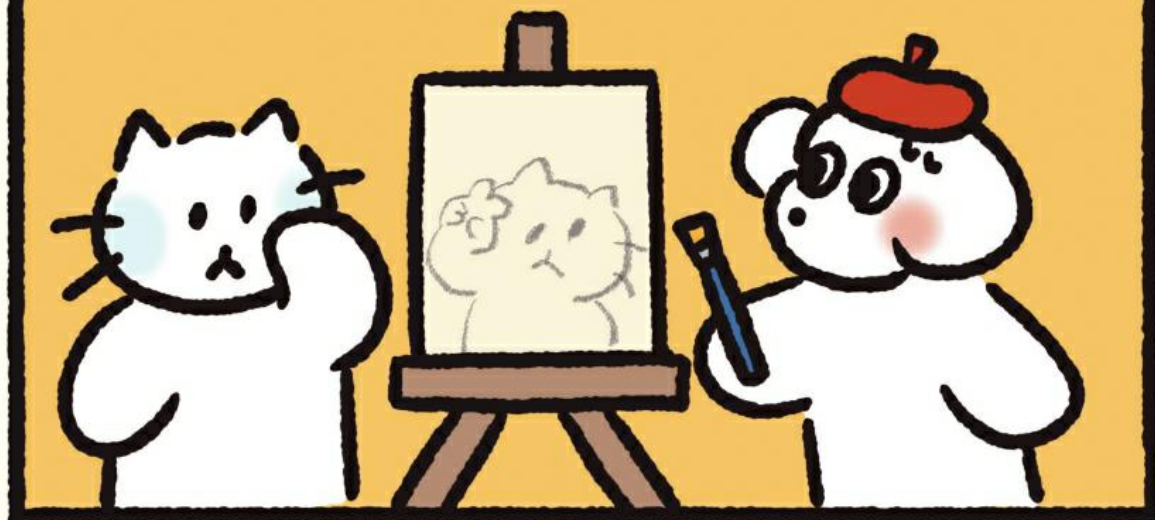
“谢谢,你说得没错!”





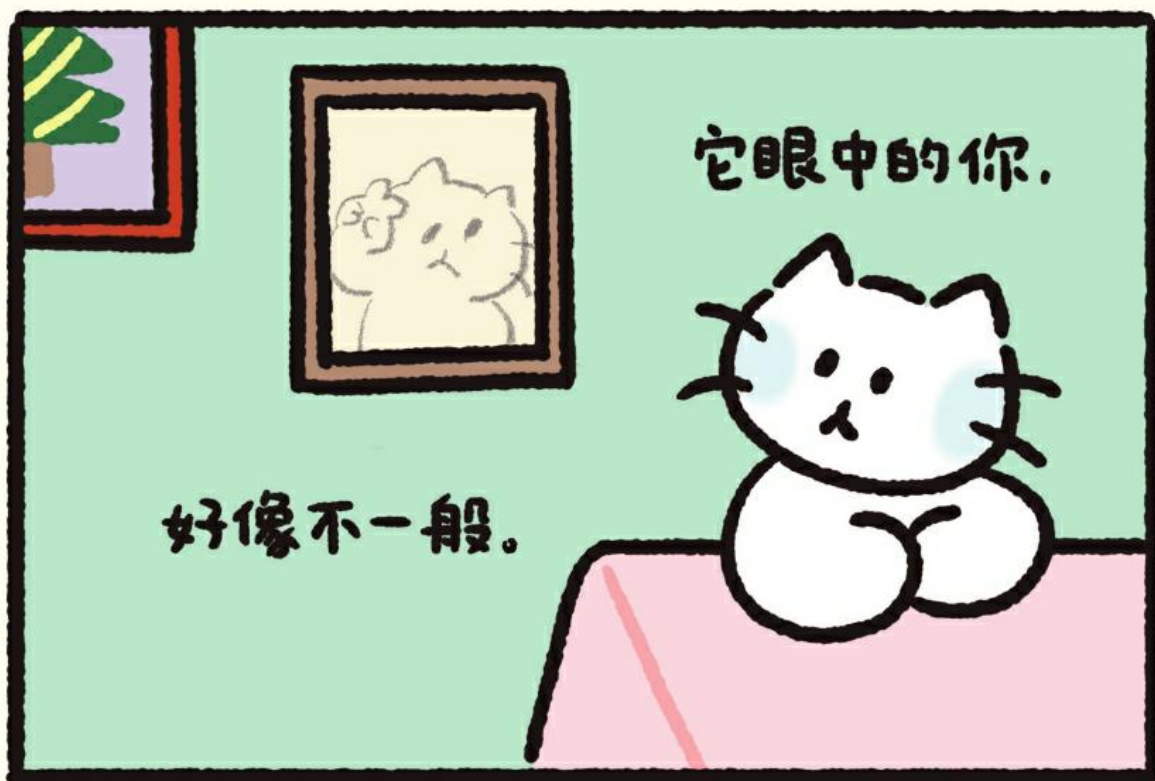
被自己爱着的自己，  
才会笑得更好看！

你是不是也像小狗一样，  
身边有这样一个人？



它眼中的你。

好像不一般。





明明小狗毛毛有些乱，

它却说有个性，

很有时尚感。



明明小狗肚子有点圆，

它却说不胖，



还能多吃点饭。



其实，在爱你的人眼里，  
你本身的样子就很灿烂。



可如果你都不爱自己，



你眼中的自己，  
怎么会好看？







你已经是  
个很棒的大人啦！





比如，可以自由地吃

美味的汉堡包  
和小蛋糕。



比如，去了一直想去的海边，

看了漂亮的日出。



比如，拥有了一只  
可爱的小猫咪，



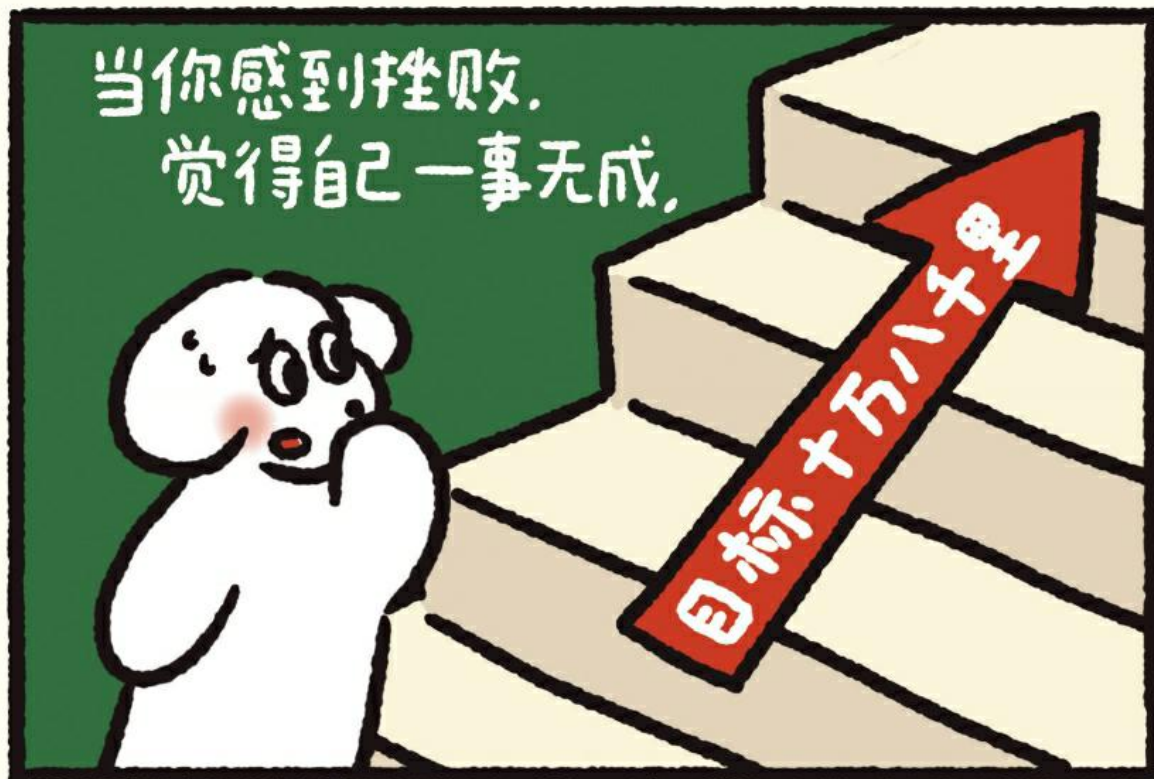
或是  
小狗狗、  
小兔兔、  
小鼠鼠  
.....

比如，  
大胆地去体验了



爱一个人的  
滋味。

当你感到挫败，  
觉得自己一事无成，



别忘记，  
在小时候的你眼里，

你已经  
是厉害的大人了。









你心里的那个快乐小孩  
其实从未离去！





但是小狗呀，  
其实小时候的你

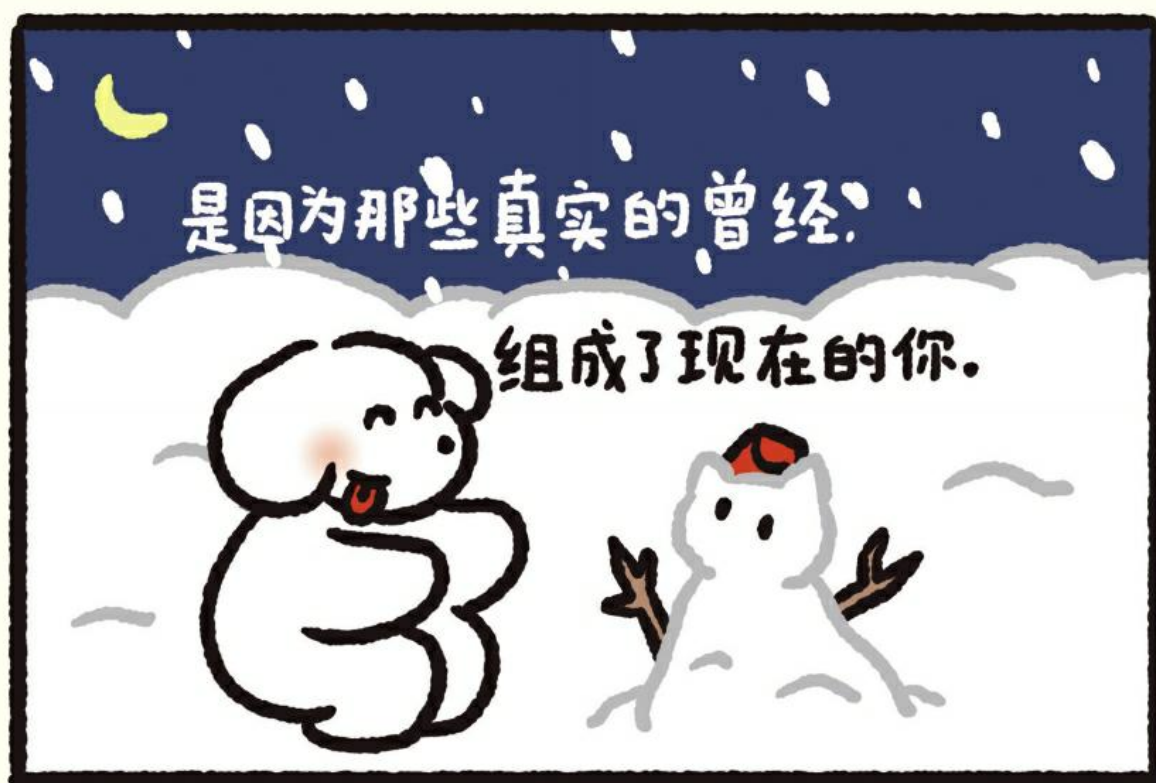


就在你心里，从未离去。

在你因失去心爱的事物而落泪时，  
那是4岁的你在哭泣……









不要害怕在长大后



依然像个小孩。

因为那个小孩，



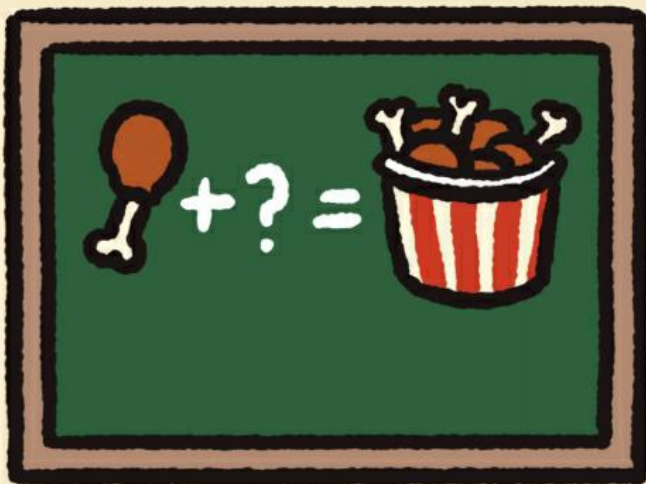
就是你心里最快乐的自己！



你眼中普通的自己，  
其实是别人心里的宝贝！

你总说，

自己是只  
普通的小狗。



学习一般般，

脑袋没那么聪明。







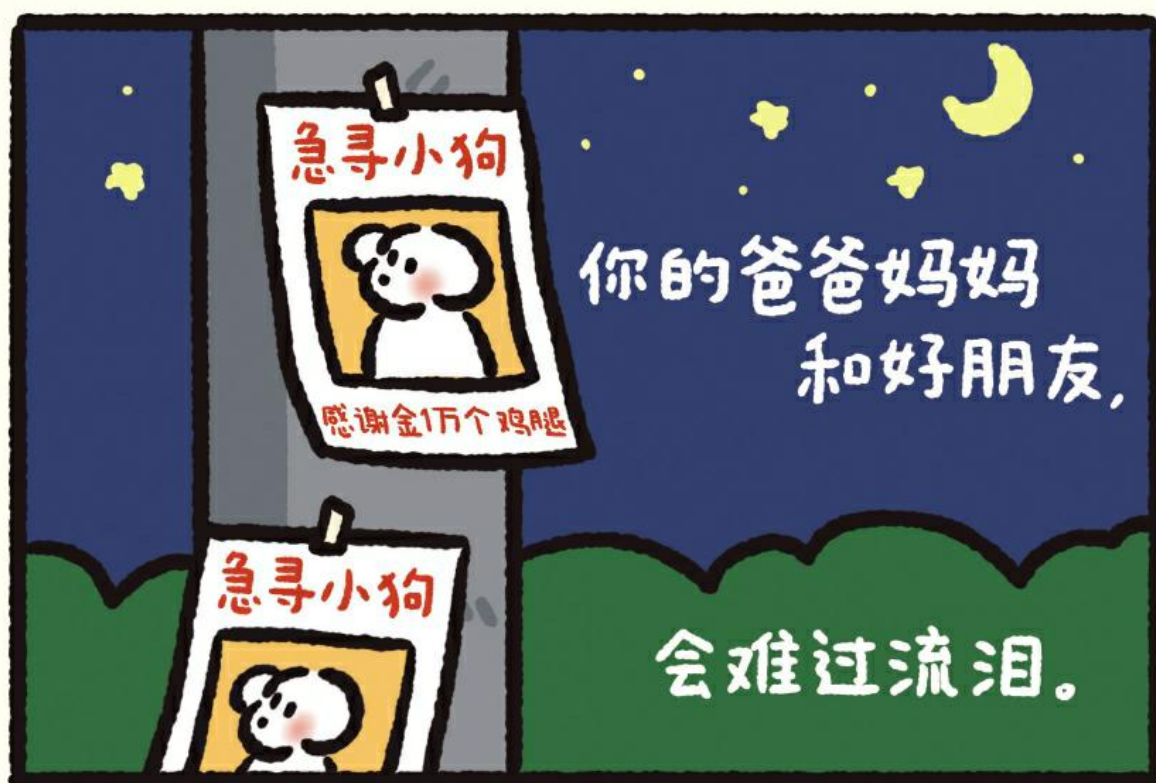
可是……

窗台上的小花  
在等你浇水，



家里的小猫  
在等着你喂。







所以小狗呀，



作者:小狗

你一定要记得，

你以为  
不重要的自己，



作者:小狗

其实是  
别人的宝贝!





原谅世界后，  
别忘记原谅自己

善良的小狗呀，  
你总是脾气好好。



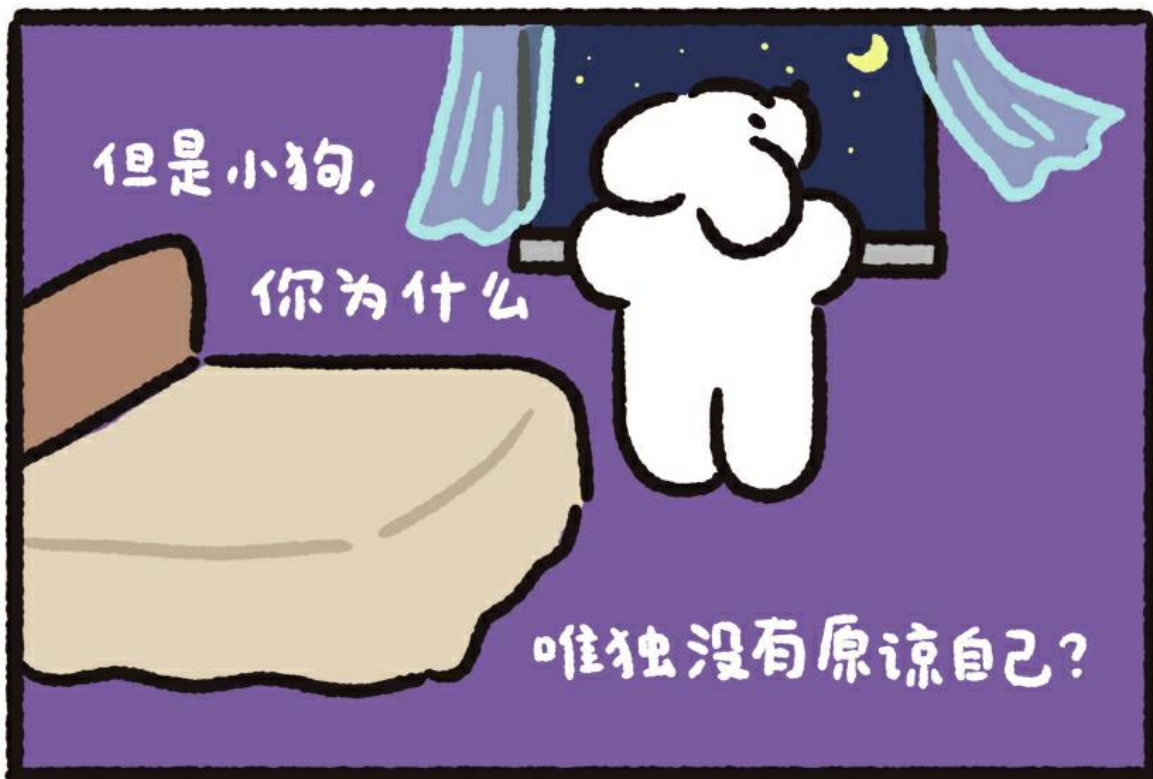
你会原谅小猫，

即使它  
总会打碎花瓶。









曾犯下的错误、

失败的选择、



在一个个失眠的夜里挥散不去。

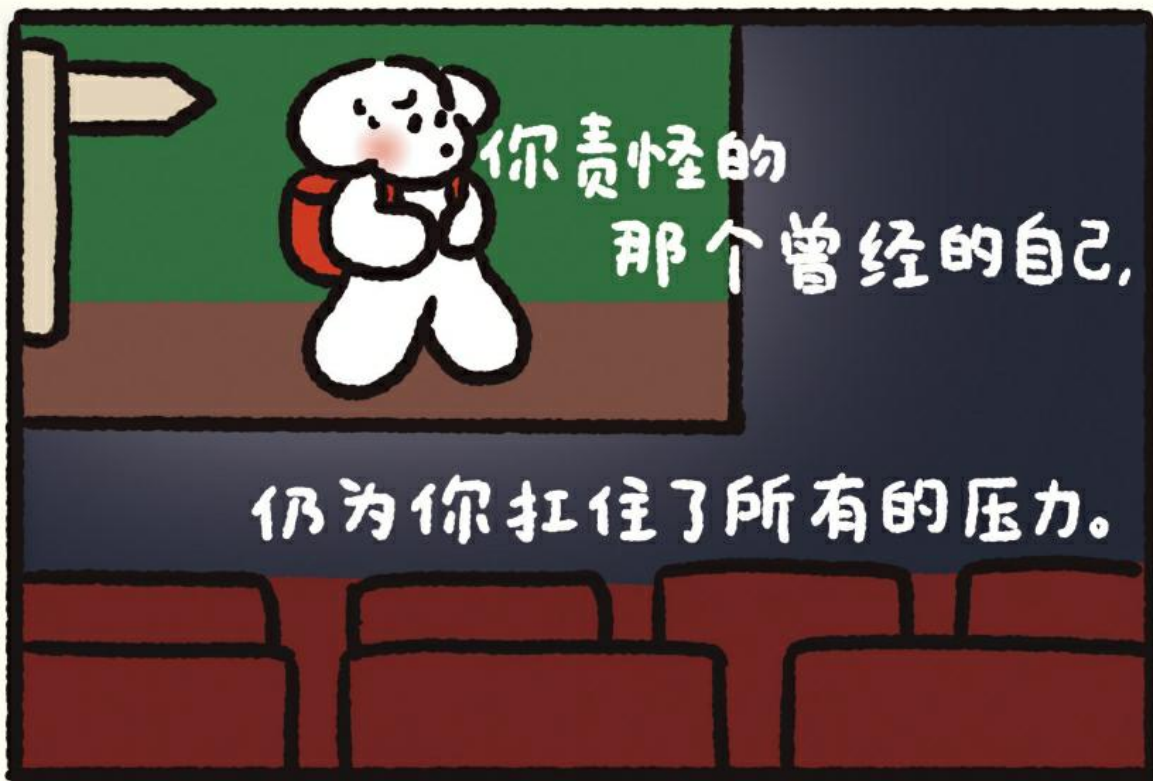
可小狗呀、

世上那么多事与愿违、



又怎能处处责怪自己？





小狗，

每个人都会犯错，



最重要的是学会原谅自己。

请抱抱那个曾经的自己，告诉她，



你很棒了，

没关系！



亲爱的小狗，  
我会陪你最后大哭一场







可是小狗，你越是去想它，



就会有越多的烦恼。

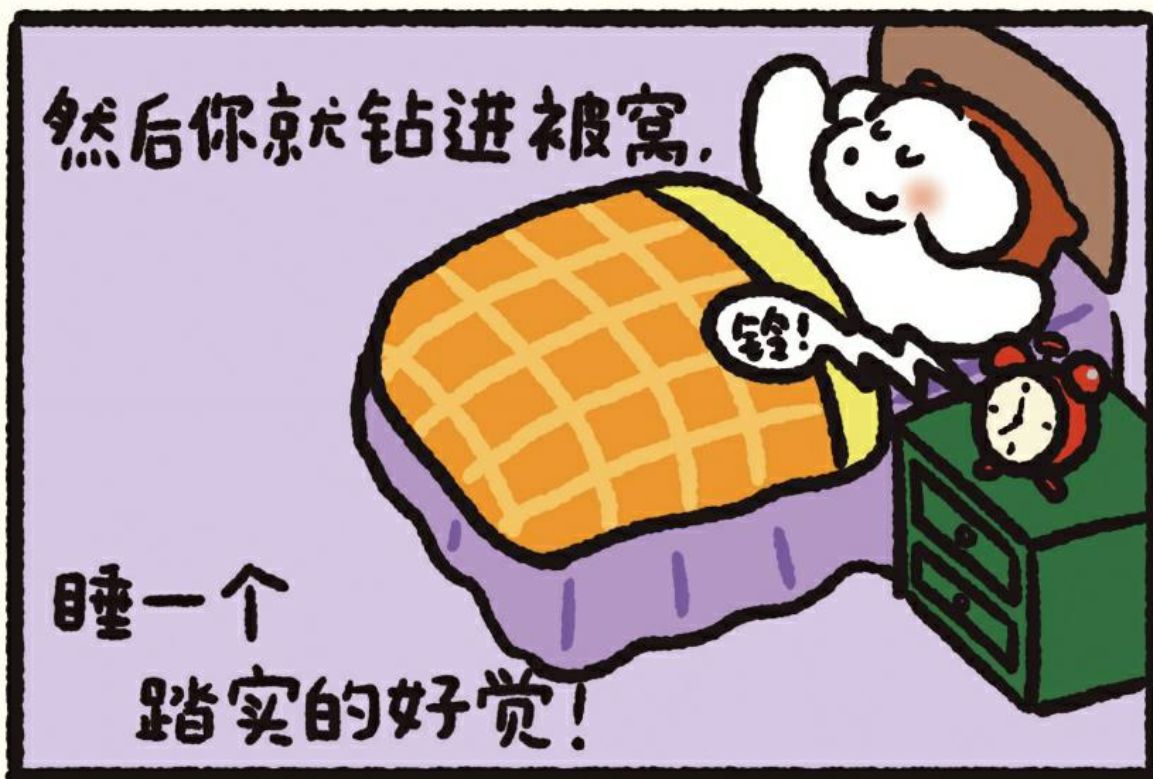
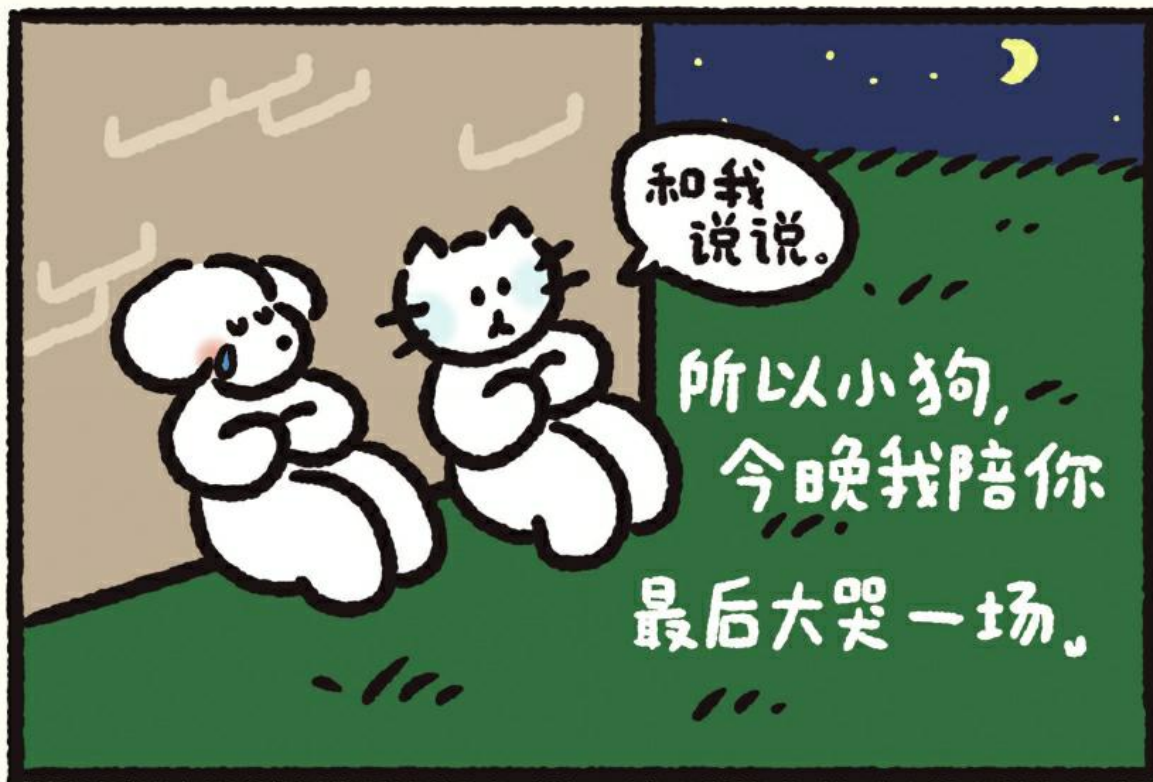
就连那些好的事情，



也快要被你忘掉。









用自己喜欢的方式  
去过一生！



从小时候开始，

小狗就听说……



你要不停奔跑，

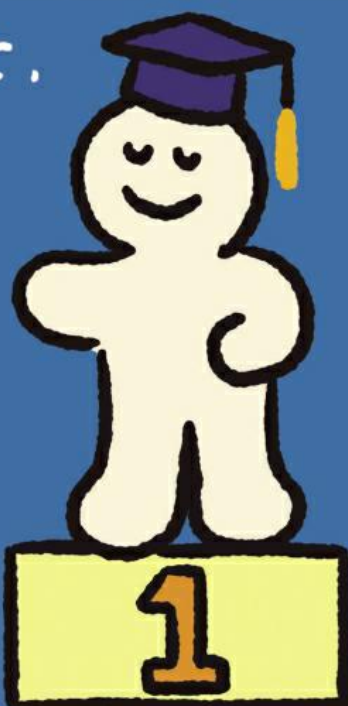
才能获得  
成功的人生。



人们所说的成功人士，



都事业有成、  
家庭美满。



可是小狗跑了又跑，

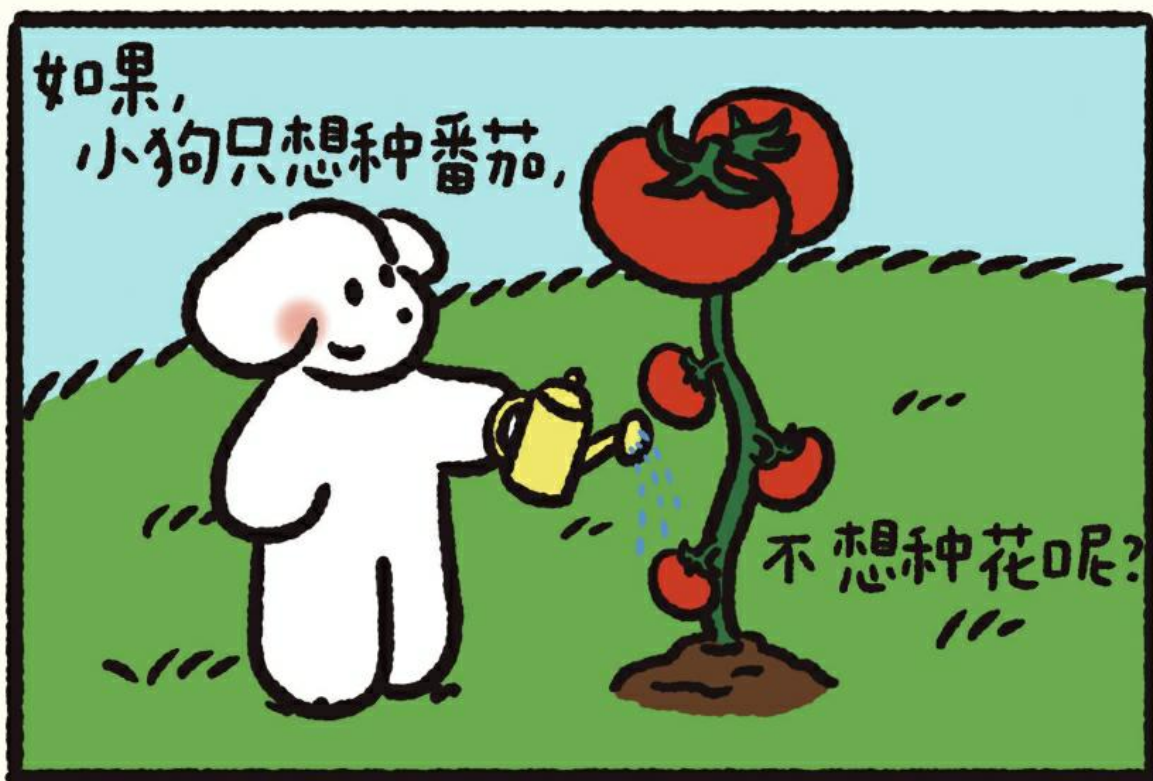
累得喘不过气，



却连成功的影子也没看到……







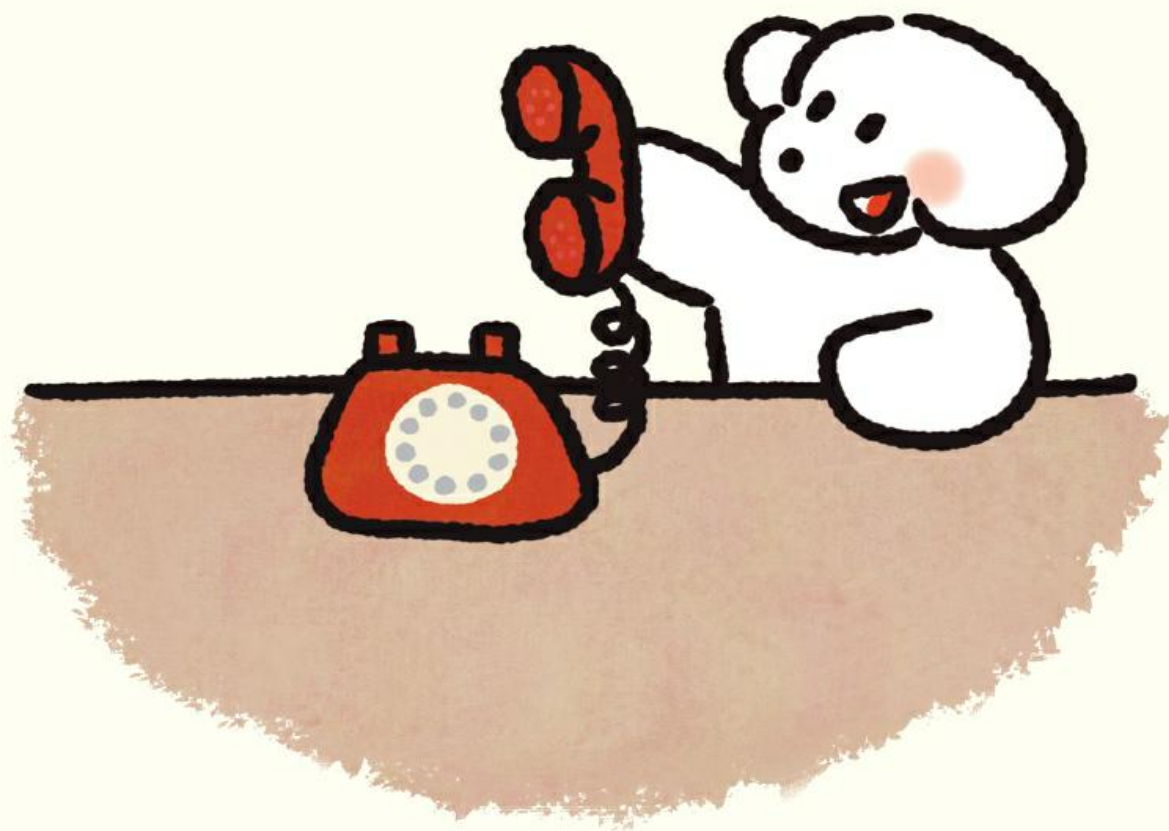








先别急着合上书呀！  
小狗这里有一通  
打给你的电话，  
请你接听！



在道别之前,我还有  
几句悄悄话想对你说:

无论你的心上曾经留下过怎样的伤口,  
无论你此刻是快乐的还是有一点点忧伤,  
无论你的未来将会绽放什么颜色的花朵,  
请记住,这世界上永远有一个人  
和我一样支持你,  
这个人就是你自己哦!❤

