



一部成长与自我认知的自传

光源

GUANG
YUAN

“我是李明源
我的存在有棱有角”

“明日之子”人气选手
抖音治愈小哥哥

李明源 作品



华文出版社
SINO CULTURE PRESS



李明源

青年演员、歌手，综艺《明日之子》第一季全国前12强，外表阳光帅气，被人称作“小宋仲基”。他歌声清澈动人，演技真实可感，代表作有影视剧《魅者无疆》《医妃难囚》《闪光少女》等。

项目出品 名人励志奇葩说

著 者 李明源

主 编 顾 平 杜普洲

总 策 划 蔡 燕

责任编辑 潘 婕

策划编辑 黄 磊

特约编辑 赵 军

封面设计 资 源

美术编辑 金 宇 李雪菲

「光

源」

GUANG



YUAN

李明源

图书在版编目（CIP）数据

光源 / 李明源著. -- 北京：华文出版社，2019.9
ISBN 978-7-5075-5158-7

I. ①光… II. ①李… III. ①李明源 - 自传 IV.
①K825.7

中国版本图书馆CIP数据核字(2019)第152294号

书 名 光源 GUANGYUAN
项目出品 名人励志奇葩说
著 者 李明源
主 编 顾 平 杜普洲
总 策 划 蔡 燕
责任编辑 潘 婕
策划编辑 黄 磊
特约编辑 赵 军
封面设计 资 源
美术编辑 金 宇 李雪菲
开 本 880mm×1230mm 1/32
字 数 100千字
印 张 8
版 次 2019年9月第1版
印 次 2019年9月第1次印刷
出 版 华文出版社
印 刷 嘉业印刷（天津）有限公司
书 号 ISBN 978-7-5075-5158-7
定 价 40.00元

版权所有 翻印必究

（如发现印装质量问题，请与承印厂联系退换）







①
目录
CONTENTS



第一章 YUAN QUAN 源泉

有幸遇见懂我的你 / 李明源

新生篇

XIN SHENG

努力成为妹妹一辈子的好哥哥

003

甜食篇

TIAN SHI

为小天使开一家甜品店，
就叫Sweet

019

少年篇

SHAO NIAN

年少不识愁滋味

029

家人篇

JIA REN

未来我会成为你的样子

043

第二章 SHUI JING 水晶

做过了，不后悔 / 李明源

自由篇 ZI YOU

“噢，你发传单的样子好帅！”

甜蜜而烦恼的打工生活

059

苦涩篇 KU SE

所谓的英雄梦想，

是为了成为一个真正的男人

063

大理篇 DA LI

在那远方，一杯敬大理，一杯敬自己

077

驻唱篇 ZHU CHANG

有首歌叫爱，想唱给你听

091





第三章 ZHUI GUANG 追光

演员之路，全新启航 / 李明源

抉择篇 JUE ZE

在直播中被人发掘，
从此和《明日之子》结缘

109

晋级篇 JIN JI

不断晋级，我一路过关斩将

117

《室友要相亲相爱啊》篇 SHI YOU YAO XIANG QIN XIANG AI

无论遇到怎样的泥沼，都不忘抬眼望星辰

125

《医妃难囚》篇 YI FEI NAN QIU

迎接第一部古装戏的挑战

139

《闪光少女》篇 SHAN GUANG SHAO NU

明媚的青春，年少的欢喜

155

《忘川茶舍》篇 WANG CHUAN CHA SHE

忘川河畔茶一杯，铭心刻骨是为谁

171



第四章 GUANG MING 光明

感谢我所有的粉丝们 / 李明源

演员篇 YAN YUAN

想要做一位优秀的演员，
就要在每一部戏中磨砺自己

193

宠物篇 CHONG WU

宠物绝对是你的第二个朋友

205

元气篇 YUAN QI

有了家人的关怀，我更加元气满满

211

礼物篇 LI WU

给我温暖的女孩，我要对你说一声谢谢

219

未来篇 WEI LAI

未来是自由的

229

十年篇 SHI NIAN

十年，做最好的李明源

235

后记 HOU JI 活成一个光源 242



第一章

源泉

DIYIZHANG

Y U A N Q U A N



生命好似永不休止的源泉。

在这个我们赖以生存的地球上，
每时每刻，那么多人擦肩而过，
那么多人并肩相守。



可是又有多少人，真心实意地
拥有那份斩不断、切不掉的羁绊？

短暂的生命中，总会有一些人
能读懂你的心灵。



漫长的岁月里，总会有一些人
能揭开你心灵最深处的秘密。

这个世界上，有你，有我，还
有一点点的了解。

——有幸遇见懂我的你/李明源

新生篇



×
×
×

努力成为妹妹一辈子的好哥哥

十岁，是一个对这个世界半知半解的年纪，正是在那一年，让我内心触动最深的，莫过于我妹妹的诞生。

记得那一天，还在上小学的我第一次产生了无比复杂和奇妙的情绪。医院新生儿房的玻璃很凉，我却不管不顾，脸紧紧地贴在玻璃上，恨不得穿过那层近在咫尺的障碍去抱她，我的眼睛睁得大大的，一动也不动，生怕惊扰了婴儿床上的小可爱。

妹妹刚出生时红彤彤的，长得像一只小猴子，这是我对她的第一印象。

于是，我很不解地问：“爸爸，这个就是妹妹？”

父亲爱怜地抚摸着我的头，轻声道：“是，你以后就是哥哥了，做哥哥的要爱护妹妹，你能做到吗？”

妹妹蜷在枕头边的小手，是那么袖珍，那么脆弱，让我的保护欲更加强烈了。她的降临，让我们一家人充满惊喜、忐忑，以及对未来无限的憧憬和希望。

太奇妙了，只有真正见证过新生的人才能体会出属于生命的奇迹和伟大。那种感觉现在想起来还会回旋在脑海里，不曾散去。

“相信我，我一定会是一个好哥哥的！”我面对父亲，回答得斩钉截铁。



