

Struggle to be alive

李敏 著

活着就很美

这是穿越灵魂苦旅之后的巾帼发声



—— 李敏自传

国内“女版尼克·胡哲”

2015-2016 年度亲子教育新星导师

亲子教育界的维纳斯

国际萨提亚亲子导师

假如命运捉弄了你，你会选择妥协还是奋起反抗？



南方日报出版社
NANFANG DAILY PRESS

Struggle to be alive

李敏 著

活着就很美

这是穿越灵魂苦旅之后的巾帼发声



—— 李敏自传



南方日报出版社
NANFANG DAILY PRESS

中国·广州



图书在版编目 (CIP) 数据

活着就很美 / 李敏著. — 广州: 南方日报出版社, 2017.2

ISBN 978-7-5491-1577-8

I. ①活… II. ①李… III. ①中国文学—当代文学—作品综合集 IV. ①I217.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 027037 号

HUOZHÉ JIÚ HENMEI

❖ 活着就很美 ❖

李敏 著

出版人: 周洪威

策划人: 柏沐芸

责任编辑: 方明 陈颂贤

责任技编: 王兰

责任校对: 王燕

出版发行: 南方日报出版社

地址: 广州市广州大道中 289 号

经销: 全国新华书店

印刷: 长沙鸿发印务实业有限公司

开本: 880 mm × 1230 mm 1/32

印张: 5.625

插页: 4

字数: 113 千字

版次: 2017 年 2 月第 1 版

印次: 2017 年 2 月第 1 次印刷

定价: 38.00 元

投稿热线: (020) 83000503 读者热线: (020) 83000502

网址: <http://www.nanfangdaily.com.cn/press> <http://www.southcn.com/ebook>

发现印装质量问题, 影响阅读, 请与承印厂联系调换。

序 言



今天，我给李敏的新书写序，这给了我再一次思考人生意义的时间。我在问我自己：假如那个人是我，我真的会认为活着就很美吗？

自从认识李敏后，在我的生活里好像多了一份意义，这份意义是什么？不知道。可内心里多了一份感恩与感动，也可以说是一种力量和对上天的敬畏，直达信仰。

李敏是不幸的，也是幸运的。从李敏的真实故事里让我感受到生命的恩典来自于你是否还相信爱的存在，同时你是否还积极地面对一切。那是一种强大的感召力，它足以感动天、感动地。

每个人都有他的使命，不管你现在处于什么样的状态，你都要相信，你的存在一定是有意义的。

我记得去年我 15 岁的女儿跟我说：“爸爸，你可不可以帮我治疗一下我的同学？我的同学不想活了，她整天都很不开心。”

我说：“可以，女儿，你很有爱，等爸爸回来，你带她来找我吧。不过我短期内不一定能回来，可能要 20 天之后才能见面哦！”

过了两天，我女儿发来信息：“爸爸，我已经把她治疗好了！”

我很好奇：“你是怎么把她治疗好的？”

女儿说：“很简单啊！我就跟她聊天，然后不断地放大她的光明，逐步减少她的黑暗，同时让她知道她的存在是有意义的。”

我很激动！我跟李敏讲：“你的存在一定是有意义的。”

我深深地相信，李敏是上天对众生的恩典。借着李敏新书的出版，我知道这本书意义非凡，它将会像圣诞老人手上的礼物，送到哪里，哪里就有生命的爱、希望与信心。

它将唤醒一个又一个生命。

2017年，我们“爱、自然、生命力”体系将会在中国关心下一代基金会、全国残联的支持下启动爱心基金，发动社会上的爱心人士，一起去帮助更多人走出黑暗、走向光明。

林青贤

2017年1月11日于珠海



自

序

我是李敏，如果要以外界对我的身份来评判的话——“女版尼克·胡哲”、卓越父母研究院亲子导师、心理能量导师等这样的头衔也挂了不少。只是在我看来，真正给予我新生、造就如今的我的东西并不是这些亮闪闪的荣耀，矫情地说，是爱与希望。

是爱和希望，让我活得人模人样。

客观地说，从小我与他人并无二致，该吃吃该喝喝，学生时代也是一个不犯浑的好孩子。若不是疾病对我的“馈赠”，现在的我想必泯然众人。并不是说平凡就不好，相反，可以说追求正常几乎成为我的一生所向，即使到现在也是如此。你们可能很难体会一个身体有残缺的人对于“完整”的渴慕，这也是为什么我只能通过自己强大的精神力量来弥补固有缺陷。

2001年，世纪之交，春暖花开时，我去了趟西安。我在火车上遇见初恋，对方是“兵哥哥”。后来我截肢，我们鸿信传书，伺机恋爱。此路不通，我结成信仰，再遇爱人，结婚生子，一步步走进“正常人”的“院子”，也不再视自己为漂泊的异乡人，内心渐渐定了乾坤。诚然，这些年来，我的个人履历怎么看怎么像是“抗癌战士”“疾病达人”——大大小小十多次手术，五六

种奇形怪状的疾病名称，但正是因为有了它们的陪伴，我才能体会疾病在我体内发芽、生长，体会疼痛与悲哀、希望与失望，才能感受到人情冷暖，感受到同情、怜悯、爱与期待，最终认识到我李敏何其渺小而又何其强大。这些刺痛的转变、艰涩的感受，在这本书里都会有所体现。

事实上，我以前失去的和现在拥有的，都是这些带来的。尤其是我的光荣、内心充盈的爱、坚强、正能量、亲子教育等，这些一度成为我标签的名词，其实并非我的功劳。在这里，借此书付梓之际，感谢那些在我生命中出现并让我“人模人样”的人：

我的父母兄弟，我的丈夫刘同仁，我的孩子以诺，卓越父母研究院院长林青贤、湖南分院许馨匀，我的导师李瞻和彭娅，本书的策划人柏沐芸……是你们，让我颤颤巍巍站起来、走出来、喊出来：我，李敏，活着就很美！

还有很多不能一一具名的心地善良的陌生人，我相信他们比我更加可爱、美丽。同样也感谢有人期待我这样一个人，期待这本书。如果你对我的故事充满好奇，不妨打开这本书，这里面包含了具有新生蕴意的黎明所具备的一切黑暗和光明。

李敏

2017年1月于长沙

第1辑 说时依旧

生活的意义 · 3

在苦难的第七页书写着文明 · 7

不会弹琴的家庭妇男不是好牧师 · 11

爱哭鬼电影爱好者和猪八戒背媳妇 · 15

湘江风光带风云人物 · 19

覆水可收 · 23

五伯娘、迎客松和女超人 · 29

在路上 · 35

第2辑 生而为人

落下病根的童年 · 41

短暂的学生时代 · 45

恶魔之疾初现端倪 · 49

抑郁笼罩下的花季 · 55

自杀未遂 · 59

笃定信仰，执笔为记 · 65

火车上的偶遇 · 69

我的右手没了 · 73

初恋这件大事 · 77

无疾而终的初恋 · 81

三句话，一场婚姻 · 85

一家三口的平静生活 · 89

病魔再次侵袭 · 95

“妈妈，你像光头强！” · 103

初涉亲子教育 · 109

与卓越父母课程的不解之缘 · 115

暴风雨前的宁静 · 119

截肢，截肢 · 125

“癌症，你去死吧！我要活着！” · 131

永不言弃：活着就很美！ · 137

第3辑 如是人生

大病过后的感悟 · 145

亲子教育：不相信花哨的捷径 · 149

父母最好的教育是投资自己 · 153

前辈的力量 · 157

后 记 · 161

说时依旧

第1辑

人这一辈子，要么腐朽地活着，要么炽烈地燃烧。

我当然喜欢“玩火自焚”。



生活的意义

我很庆幸，此时此刻还能端坐几前，一笔一画写下内心的所感所思。在这之前，我写字的左手才忙完一些家务——扫地、抹桌子、洗晾衣服……俨然一名家庭主妇。

我写字时，以诺有时会歪着头站在一旁看我横竖折弯钩，逮着我好不容易犯错，便兴奋地喊叫：“妈妈错了，妈妈错了，你画倒笔！”那个样子，仿佛这一上午的旁观没有令他感到白费。

“可是，妈妈是左撇子，本来就跟你们写字笔顺不同。”

十岁的以诺，显然难以理解我的这点不同，一会儿跑到我身子右边，模拟写字状；一会儿跑到我的左手边，继续歪着大脑袋看我写字，一脸的若有所思。

也就是在这一刻，我幡然领悟生活于我的意义：陪伴。

过去我看萨提亚，听弗洛伊德，了解心理学，为的是诊疗。就好像一个人身体得了病，自己得寻求药方，对症下药。现在不了。现在坐在干净的书桌前，读书、思考成为常态，不再像过去那般匆忙、如饥似渴，也不再是为了找到那个救治自己的正确答案。一次次从鬼门关涉险而过，心中反倒有了释然。我常觉得，就算孟婆亲手为我递来那碗姜汤，我还会找她老人家再要上一点红糖。“肿瘤”“截肢”……这些本身就很刺眼的词，以万劫不复的形态在我的身上反复操刀，挨过来才能得到平静，这时候回过头来看，心境自然大不同。

我来说一说现在的生活状态。

距离左腿高位截肢业已一年有余，这期间，我由之前的“女版杨过”成为“手足皆残者”，还一度认为有望从生理缺陷上超越尼克·胡哲，不过这一年休养生息下来，自觉越来越贪生怕死，全无巾帼大侠的英雄豪气。

有次我独坐轮椅，对窗怀情，忍不住吟诵“你站在桥上看风景，看风景的人在楼上看你……”却被“姑姑”同仁的呼食声打断：“吃饭啦吃饭啦！”他一边喊，一旁的“大雕”以诺一边用筷子敲着碗沿。那时候就会想，哪里还需要做什么巾帼英雄，就这样不起波澜地过着属于我们的“古墓生活”就够了。生活原来还可以这么简单而美好。

同仁习惯早起，每日做早餐，送以诺上学，自己再去上班。

我呢，看心情好坏。心情好，陪他们父子俩忙里忙外，感受“一天之计在于晨”的充实和饱满；心情不好时，指不定也会有起床气，以业余心理学家的侧目揣测爷俩谁会主动伺候我的早膳（结果显示，以诺凭借少不更事战无不胜，同仁因此练就一手好厨艺）。待他们上班的上班，上课的上课，偌大的房子只剩下我一个时，一种莫名的幸福感将我击中：天地万物似乎一下为我所有——无论我劳作、休息，或喧嚣或静谧，我都能感到切切实实的存在，所得到的反馈更会忠实于我。

自由离我是如此接近。

除了在家安心调养身体，读书和思考也是每日必修课。若干年前，“读书”对我来说无非是瀚如星辰的经文、以诺的少儿读物和怎么也读不完的《意林》。“思考”则意味着当下遇到麻烦了，这才需要启动大脑运行一番。最明显的区别在于，经过不断地努力学习，我的阅读范围和深度早已令同仁师弟和以诺小兄弟望尘莫及，他们纷纷表示愿意跟随我的步伐，在求知这条路上走得更远。可我不愿收留他们这般“天资愚钝”的徒弟，宣称宁愿他们多洗几个碗，也好过不自量力拜读那些对他们来说如同天书的心理学理论、哲学书籍。当然，结果证明——他们都是想当将军的伙夫。

虽然一心想要达到“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”的境界，但今时不同往日，在休养期间，我家的低矮门槛虽不致踏平，却也“屡遭”陌生脚丫拜访。其中，有各教育平台的

加盟商邀请我去演讲，“卓越父母”各级团队在全国各地的巡讲邀请也不断。本着“十八个月后又是一条好汉”的心态，我拒绝了大部分的邀请，只在出院早期带着病体参加过老东家在北京、广东、浙江等地的内训活动。仅仅是这几次内训活动，也遭到不少好心的“责难”，他们见我身手矫捷，纷纷表现出难以置信的诧异：“难不成少了一条腿还有助于她疾步如飞？”或许他们心中会这么想。其实我不过装了一只八斤重的义肢，戴习惯了，走起路来速度自然不会慢，顶多给人留下朱自清散文一般的“背影”，见者可能心里不太好受。于我而言，这又不打紧，即使我身如维纳斯，也要给别人留下打眼的美丽。

人啊，终究是要为自己而活的。

生活哪里需要刻意找一个意义，用心感受活着的每一天，能够健康快乐地给予一家人爱和陪伴，多用减法生活，足矣。



在苦难的第七页书写着文明

我在以诺的学校，算是一个不大不小的风云人物。

事情是这样的：作为可能是全班乃至全校最大龄的宅女妈妈，因为鲜有机会亲自接送以诺上下学，所以与他们班上的老师、家长、同学来往自然稀疏。久而久之，在别人眼里或多或少带了些神秘主义的色彩。这其实不是我有意为之，天知道，我多想左手牵着以诺，右手牵着小狗，优哉游哉地出现在学校门口。可我出行不便，体力难以维持，走多了，八斤重的义肢就会“罢工”。虽然义肢造价很高，使左腿行走时如同坐在独腿椅子上，虽然不太费力，但十分考验平衡呢，终究还是不能急转弯，像“车”一样，只能横冲直闯。



不过有两种“荣光”时刻绝对少不了我：一是学期家长会，二是全校优秀家长发表获奖感言。为此，我被同仁师弟奉为“屡登大雅之堂”的人。实际上，只有我自己明白——身为一辈子在烂故事堆里泡着长大的亲子导师、演讲家、布道家，这样的事情对我来说易如反掌，我也十分享受受人瞩目的感觉，它会让我感到自己正在热烈地活着。

人这一辈子，要么腐朽地活着，要么炽烈地燃烧。我当然喜欢“玩火自焚”。

当然，也有玩大了的时候。

记得有一次，班主任老师邀请我代表“优秀家长”发表获奖感言，我欣然答应，没写讲稿和课件，从容不迫地踏上讲台，台下全班同学的爸爸妈妈，还有的是爷爷奶奶，一个个抬头把目光放在我这娇小瘦弱的身体上，我没有用高言大志慷慨激昂的讲话，而是只讲述了我与儿子成长当中的一些心得体会，听得台下的爸爸妈妈爷爷奶奶们流下了大颗大颗的眼泪，当我走下讲台时，教室里响起了雷鸣般的掌声。

后来回到家，强行要求同仁和以诺必须对我在学校的演讲发表意见。毫无疑问，他们对我予以了高度评价，尤其前者，姿态过于露骨，一度令我觉得有些谄媚。倒是以诺，真诚得像是一颗尚未经过卤水的牛肉丸子，在对我做出一番略显“走过场”的评价之后，抛出了一个很好的问题：“妈妈，你在台上表现得棒棒哒！可是，‘在苦难的第七页书写着文明’是什么