

四月天

让
心
中
有
泪
推
开
孤
独
，
假
装
坚
强
的
人
得
到
力
量
。

<<<<



你受的苦 ▲ 将照亮你的路

这世间，苦难皆有其意义

你要相信，你所吃的亏、忍的痛、扛的罪、流的泪
都会变成光，照亮你的路

——李月亮 著

中国友谊出版公司

你受的苦
将照亮你的路

Every suffering will light your way

——
李月亮
著

图书在版编目 (C I P) 数据

你受的苦将照亮你的路 / 李月亮著. -- 北京 : 中国友谊出版公司, 2014. 3

ISBN 978-7-5057-3235-3

I. ①你… II. ①李… III. ①成功心理—通俗读物
IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 024582 号

- 书名** 你受的苦将照亮你的路
著者 李月亮 著
出版 中国友谊出版公司
发行 中国友谊出版公司
经销 新华书店
印刷 东莞市信誉印刷有限公司
规格 880×1230 毫米 32 开
8 印张 120 千字
版次 2014 年 4 月第 1 版
印次 2014 年 4 月第 1 次印刷
书号 ISBN 978-7-5057-3235-3
定价 32.80 元
地址 北京市朝阳区西坝河南里 17 号 -1 号楼
邮编 100028
电话 (010) 64668676



Part 1 我们必须从吵闹的世界中后退一步

那些你不知道的大事情 · 002 / 一只伟大的蚂蚁 · 005 / 不怕做蛋 · 009 / 你是谁，你喜欢什么 · 012 / 最在意的结局 · 015 / 留点精力看演出 · 018 / 圈套 · 021 / 弱点成就你 · 025

Part 2 沉淀后我愿意做一个温暖的人

哭也算时间 · 030 / 这个世界需要你 · 033 / 一部好电影能被一只蚊子毁掉 · 036 / 爱她就…… · 039 / 不得已变成大欢喜 · 042 / 装大了挨揍 · 045 / 吃肉难道不重要 · 048

Part 3 对男人的爱，限量供应才最好

最好的女人没人追 · 054 / 不能让他太放心 · 057 / 不能说谎的时刻 · 060 / 媒体营造出来的世界 · 063 / 男人的炫耀 · 066 / 你是蛾，还是蚕 · 069 / 叫你喜欢小媳妇 · 072 / 听说爱情中风过 · 075 / 为你你自己 · 078 / 珍珠翡翠白玉汤，就一碗 · 081

Part 4 每件事情到最后都会是好事

把后半句话说出来 · 086 / 先把枪竖起来 · 090 / 他人的不幸 · 094 / 如果女人翻牌子 · 097 / 让我深爱的你感到光荣 · 100

Part 5 慢下来，清醒地走下去

神到底怎样想 · 104 / 最怕你得优越症 · 108 / 爱为财死 · 111 / 看不起最可怕 · 115 / 沙漠里的千里马 · 119 / 向别处看 · 122 / 宁可羡慕少一尺，不让嫉妒生一寸 · 126

目录
CONTENTS

Part 6 今天的你完全不能预测到明天的你

这世界另有隐情 · 130 / 最终都是不了了之 · 133 / 不到死，都不是永远 · 136 / 灵魂会记账 · 139 / 强势爱情更接近胜利 · 142 / 你在抢胶水吗 · 145 / 和男人变成利益共同体 · 148

Part 7 复杂的事情简单化就是皆大欢喜

把嫉妒送出去 · 154 / 结婚要低调 · 156 / 命是心中坎 · 159 / 你不怨，他不冤 · 163 / 第二女主角走好运 · 167

Part 8 唯单纯与善良不可辜负

谈恋爱还得是中医 Style · 172 / 留百分之十天真 · 175 / 百搭姑娘注定幸福 · 179 / 最可贵，男人那一抹娇羞 · 183 / 真的想嫁灰太狼 · 186 / 善终是男人的品质 · 189 / 你看男人多单纯 · 192

Part 9 最好的你，要用最好的去相见

不精准，不成活 · 196 / 时间拯救矮瘦穷 · 200 / 要什么自行车啊 · 203 / 向发起进攻者致敬 · 206 / 男诗人和女暴发户的距离 · 209 / 旧情人的价值 · 212 / 情欲必须靠后 · 215 / 事儿妈的真爱 · 218

Part 10 漂漂亮亮毫无怯懦地走进生活里

没事别叫人家做思想准备 · 222 / 睁眼说瞎话害处大 · 225 / 听妈妈的话 · 228 / 表白，你有证据吗 · 231 / 木桶理论之择偶 · 234 / 最靠谱择偶期 · 237 / 男人也要很多很多安全感 · 239 / 别计较爱情的面目 · 242 / 吵架先算百分比 · 246

Part 1

我们必须从吵闹的世界中后退一步





那些你不知道的大事情

在你的生命里，经历了一些很重大的事情，可是你并不知道。

5岁那年，爸爸下班回来，你跑去迎接他，不小心摔了个狗啃泥，不过没有受伤。你并不知道，就在我摔倒的地方往左两厘米，立着一根小钉子，如果你稍微偏一偏，左眼大概就一辈子失明了。

10岁那年，你一个人在家煮方便面，刚把水坐在煤气炉上，就接到妈妈电话让你去姥姥家，你完全忘了开着的煤气炉，锁上门就走了。多么幸运，当锅里的水被烧干了，锅被烧红了，煤气正好用完了。一场势不可挡的火灾没有发生。

15岁那年，某一个晚上，你下了晚自习，像往常那样回了家。你肯定没有想到，在刚刚经过的那条小路上，几个小流氓本欲拦住你图谋不轨，可是刚好一对夫妻走了过来，坏蛋们一胆怯，放过了你。

25岁那年，你怀着孕，不小心感冒了。去医院打针时，粗心的药房给错了药。当大夫拿着会导致胎儿畸形的甲硝唑准备给你打时，路过的护士无意间看了一眼，她已经走过去了，又折回来，悄悄提醒大夫说，孕妇不能用这个药啊。谁也不知道，如果那天药打进去，会是什么结果，反正你是幸运地躲过了厄运。

……

有那么多次，你都差点掉进悲伤的深渊，可是，你幸运地躲过去了。不得不说，有那么多时候，上帝眷顾着你，救你于苦海。

如果知道了这些，你还会为了一点小困难小失败痛苦和埋怨吗？考试的低分，恋人的背叛，身体的伤病……相对那些躲过去的灾难，都算不得什么。所以，亲爱的，在困难的时候要相信，其实生活对你很照顾。

当然，在你的生命里，还有一些大事情，你并不知道。

6岁那年，爸爸准备送你去少年宫学习绘画，可是，由于奶奶生病，那个暑假他们没有时间接送你，就把这件事放下了。没有人知道，如果当时得到专业的培训，以你的天赋，一定会在这方面取得不凡的成就。

18岁那年，你暗恋已久的男生准备向你表白，信已经写好了，又专门跑到你家楼下小心翼翼地投进信箱。可是他记错了楼号，那封信，被邻居拿到，疑惑好久，丢掉了。一个好男孩，一段青春里最美好的恋情，就这样与你擦肩了。

24岁那年，你到一家非常好的单位求职，费尽心思终于闯到最后

一关，却还是失败了。你并不知道，其实本来你的名字已经在录取名单里面了，可是，在敲定人选的会议上，一位重量级的评委把你记成了另一个表现很差的人，坚定地投了反对票。就这样，别人一个莫名的小失误，让你失去了一份梦寐以求的好工作。

……

这样的事情，大概还有不少。有那么多次数，命运本来已经要改变了，却在最后的关头，因为莫名其妙的偏差，掉转了方向。哦，或许，你的运气实在不怎么样。

所以，亲爱的，当你的彩票中了奖，当你的古董升了值，当你顺利地考上大学又考上研究生，当你成为单位里最年轻的中层……不要让自己飘起来，不要轻易地以为自己的运气和实力多么好，要知道，这只是你人生里本来可以发生的美好事情的一部分，还有一部分，你并没有得到。

真的，生活并不完全是你看到的样子，很多大事情你经历了却并不知道。如果知道了这些，你大概就不会对现在的得意或者失意太在意了。

没错，每个人都不是步步跌跟头的倒霉蛋，也没有人是一帆风顺的上帝的宠儿，看淡那些事情，平静而踏实地经历生活的起落，相信你会活得更好。



一只伟大的蚂蚁

张学友发《想和你去吹吹风》那年，我高二。有天和舍友去学校门口的书店借书，我先选好了一本《高考古诗文赏析》，然后坐在书店门口的小方凳上等舍友。百无聊赖中，发现了脚边的一群蚂蚁。

毫无疑问，那是我人生中一次意义重大的发现，在十五年又七个月后的今天，我仍然对那群蚂蚁记忆犹新。

大约有几十只，围着指甲大小的一块面包，爬上爬下，忙碌不堪，一会儿推着面包挪动一点点，一会儿又让它翻一个跟头，但每次面包挪动的方向都不一样，所以忙来忙去，它们基本都在方圆一厘米的地方打转。我看得着急，几乎想直接动手帮它们把面包放到窝边。当然我没那么做，因为又想到，如果我帮了这个忙，那些等在窝边的蚂蚁就会平白无故捡了这个便宜，它们不费吹灰之力就得到这么大一份口粮，去贡献

给蚁后，那功劳就成了它们的，对在外面忙活了半天的这一群不公平。

我不知道蚂蚁们是怎么协调合作的，它们里面有没有一个德高望重的领导者，反正几分钟后，那块面包已经歪歪斜斜地挪向蚁窝了。

而在蚁群簇拥着美食离开后，我忽然发现有一只蚂蚁没有走。它待在原地，头朝着同伴们离开的方向，一动不动，仿佛在思考，或者告别，或者嘲笑——实在不好猜出它的心路历程，但我立刻觉得，这真是一只与众不同的蚂蚁。

当时书店里正播着那首正在火起来的《想和你去吹吹风》，张学友深情地唱着：想和你再去吹吹风，虽然已是不同时空，还是可以迎着风，随意说说心里的梦……

在这美好的歌声里，那只蚂蚁转过头，慢慢地爬向与蚁窝相反的方向，在它前面的不远处，是一排花墙，一大排丁香花正香气四溢地盛放。

请容许一个17岁的文艺少女发挥一下想象力吧。当时的我是这样解读那幅画面的：那也许是只心里有梦的蚂蚁，也许没有别的蚂蚁愿意迎着风听它说说心里的梦，但它想要自己去寻找，所以当所有同伴都一门心思投奔面包时，它选择了去更远的地方，也许它闻到了远方的花香，也许它只是追随心中按捺不住的渴望，也许它途中会饥饿劳累，也许它最后并没有抵达，但无可否认，它是一只伟大的蚂蚁，它的生命比别的蚂蚁更丰满壮阔。

我在心里为那只蚂蚁鼓掌，然后抬起头来，看着马路上来来往往的人，那些急匆匆赶路的身影，仿佛都走在抬着面包回家的路上。

我呢？我忽然想。我是要和所有人一起去抬面包，还是去更远的地方闻一闻花香？

午后温热的阳光照在我身上，也照进了我的心里。我跳起来，重新走进书店，把那本《高考古诗文赏析》换成了早就想读的《麦田里的守望者》。

而我那磨磨蹭蹭的舍友也终于选好了她的书，《瓦尔登湖》。

看到那个书名，我笑了，拍着舍友的肩膀说：你是一只伟大的蚂蚁。

她莫名其妙地瞪我一眼，而我对此也无法做出解释。我们各自偷偷揣着一本不敢被老师看到的书，像各自偷偷揣着一个不能被理解的伟大梦想，回到学校，回到忙碌辛苦的学习中，在静谧压抑的晚自习上，偷偷钻进梦想的世界，我的麦田，她的瓦尔登湖，在那里，我们快乐不已。

从那时起，我对自己放开了手脚，不再把所有时间都捆在物理化学英语习题中，开始允许自己花一点时间去探寻生命中更广泛的乐趣。我读很多游记，看国际新闻，听西方音乐，研究梵高的画……到高考后填报志愿时，我已经大体明确自己喜欢的是什么，要过怎样的人生，所以放弃了亲友的推荐，选择了一个自己喜欢的专业。时至今日，我越来越庆幸那个历史性的选择。

说来好笑，居然是一只蚂蚁指导了我的人生。而且关于那只蚂蚁的壮举，很可能只是来自我一厢情愿的想象，也许它只是迷了路，或者偷懒贪玩，甚至遭遇驱逐……但无论如何我要谢谢它，是它无意间勾勒出的那幅画面，影射到了我心里，启发了我，让我明晰了自己内心深处的渴望。

后来很多次面临人生大大小小的选择时，我都会想到那幅一只蚂蚁背离蚁群，义无反顾地爬向丁香花墙的画面。它不断地提醒我，要勇敢地做出遵从内心的选择，勇敢地走向更远的地方，因为生活并不只与面包有关，那些关乎灵魂关乎生命的梦想，也许更值得我去探求。

我知道，做一只离经叛道的蚂蚁，要冒很大的风险，付出很多代价，但我愿意承担这些，愿意从疯狂逐利的人群中退出来，转回身去，遵循着梦想的香气，去看看在我的生命里，盛放着怎样的丁香花。



不怕做蛋

这是一个心理学游戏，但最初我们不知道。

那时候马上就要大学毕业，我们一众同学整日四散奔逃地找工作，各怀心事。有人找到了工作，但签的薪水不高；有人正在经历一次次的面试，前途未卜；有人一再碰壁，丧失信心——在就业率越来越低的情况下，找到满意工作的同学很少。

毕业答辩那天，班主任给我们开了个鼓舞士气的小会，之后他说，我们玩个有趣的游戏吧。

他先规定了游戏的四个角色：蛋——抱住双臂蹲下；鸟——站起来，扇翅膀；人——胸前两手搭棚做一“人”字；神——攥拳举起前臂。

规则很简单，所有同学最初全部是“蛋”，大家随意找另一个

“蛋”石头剪子布，赢了可以晋级为“鸟”，输的继续做蛋；然后鸟去找鸟，蛋去找蛋，石头剪子布；胜利的鸟成为人，胜利的人成为神；输掉的神再次成为人……

大家就投入地玩这个游戏，叫嚷着，嬉笑着，非常开心，直到班主任喊停……停的时候，有的同学是“神”，有的是“人”，有“鸟”也有“蛋”。

然后我们围坐一圈，说自己的感受。

“无论做什么都很快乐，最快乐的时候就是寻找到同伴的时候。”“做蛋的时候是最不担心的，没什么可怕的。反正再输了也是蛋；但是成为神的时候，就有压力，输了就得降级……”“我觉得我老是做蛋，老在人家的腿缝里找同伴……”“做蛋的时候，最怕的就是要是一个蛋也找不到怎么办。”

……

班主任笑呵呵地听我们讨论，之后做了总结。他说：“我是10分钟喊停的。试想如果5分钟喊停，或20分钟喊停，结束的时候大家又都是另外一种状态了。可能从没做过神的人也体验过做神了。人并不是在每一个时候都是神、是人、是蛋、是鸟……可能这一刻是神，下一刻就是人了；这一刻是蛋，下一刻就是鸟了。”

我们纷纷点头。班主任又问：“如果你开始是个蛋，结束的时候还是个蛋，会是什么感受呢？”大家纷纷说：“那也正常，反正玩得非常

开心！”“中间体验过神和人就行了嘛！”

听我们这么说，班主任很高兴，他说，前几天，有同学给我发短信，说自己找不到工作，很悲观，他认为人终究是个死，现在又为了生活这么烦恼，真没什么意思。现在，那位同学知道怎么做了吗？

同学们一起回答：知道了。我的声音最大，因为班主任说的那个人，就是我。

关于“重在过程”这句话，重复过很多次了。如果班主任把这四个字给我，我或许会弃之如敝屣。但是现在我知道了，此刻我是一无所有的蛋，但只要不断地接受挑战，我总会成为鸟、人，甚至神。而且就算最终我再次成为蛋，也没什么可沮丧的，毕竟，我做过人或者神。还有，只要游戏不结束，我永远都有成为神的可能。

我还怕做蛋吗？

你是谁，你喜欢什么

刘谦在韩庚家跟韩庚拼酒，输了，只好答应义务给韩庚设计个魔术。庚粉们听闻此消息，个个喜洋洋：又给我们家庚宝省了嘿。而谦迷们也没觉得亏，大度表示：免费就免费，哥儿们情义最珍贵。

见多了明星们为名利厮杀，偶然有这么桩小事儿，还真挺让人赏心悦目的。现今社会太功利了，什么都拿钱来衡量，老这样，挺没劲的。建议明星们都来学习刘谦好榜样，反正本来都不穷，少点入账多点爱，情谊融融的，多好。在钱之外，我们的世界总该还有点别的什么。

去年王功权私奔的时候，他的商业伙伴汉庭酒店CEO季琦说，一次有件十万火急的事情要找王功权，财务总监联系不上他，他就短信加电话猛呼，好不容易那头接了，声音还压得很低：季琦你等一会儿，我在一个诗歌朗诵会上，等结束了再打给你，抱歉……