


The road you take is the only way

# 你所走的都是 必经之路

白晓亮 编著


翻山越岭，跋山涉水，  
你脚下的每一寸土地，你身后的每一段道路，  
都是构筑人生的石瓦砖块，  
没有一块是无用的，也没有一块是多余的。



 中国言实出版社

# 你所走的都是 必经之路

白晓亮 编著

 中国言实出版社

图书在版编目(CIP)数据

你所走的都是必经之路 / 白晓亮编著. — 北京: 中国言实出版社, 2019.8

ISBN 978-7-5171-3173-1

I. ①你… II. ①白… III. ①成功心理—青少年读物 IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2019)第149060号

出版人 王昕朋  
责任编辑 王战星  
责任校对 宫媛媛

出版发行 中国言实出版社

地址:北京市朝阳区北苑路180号加利大厦5号楼105室

邮编:100101

编辑部:北京市海淀区花园路6号院B座6层

邮编:100088

电话:64924853(总编室) 64924716(发行部)

网址:www.zgyschs.cn

E-mail:zgyschs@263.net

经销 新华书店  
印刷 北京温林源印刷有限公司  
版次 2020年9月第1版 2020年9月第1次印刷  
规格 710毫米×1000毫米 1/32 7.75印张  
字数 120千字  
定价 42.00元 ISBN 978-7-5171-3173-1

# 前 言

小的时候，总觉得未来的路很长，还有大把的时间可以挥霍，可走着走着，内心却开始惶恐起来：为什么还没有真正地年轻过，就开始隐隐约约感受到老去的寒意？那些自己所经历的时光，那些曾经让我们执着的梦想，那些让我们纠结多年却放不下的执念，那些无比煎熬却又独自挺过的夜晚，是什么时候开始渐渐走向淡忘？

每个人都有属于自己的精彩故事，每个人都是一部无可替代的大部头小说。生命虽然朝气蓬勃，却也拥有自己脆弱的午夜时分。我们就这样一边经历，一边体味，内心的情绪起伏激荡，深邃的大脑中保留着数不尽的往事印象。不论人生这本小说最后的结局怎样，你所走过





的路全部都是必经之路，倘若这世上真的有命运二字，人生注定只有半张把握在自己手里的入场券，那就让我们好好享受其中的每一处转折起伏，将心中那个真实的自己活出最精彩、最自豪的样子。

人生的道路上，无论如何选择，我们都将拥有属于自己的过往。我们快乐过也哭泣过，我们追逐过也失去过，我们在拥有的一刻微笑，在离去的一刻伤怀，从拥有青春的入场券，到激情慢慢淡出自己的岁月，所有的喜怒哀乐、欢乐忧伤、徘徊期待、低落释然都是人生旅途中不可或缺的一部分。一路上我们时不时地会遇到同行者，有的人与你交谈甚欢，却注定只能陪你走一小段路；有的人一言不发，却始终不离不弃出现在你的视线之内；也有人眼看要与你相守到最后，却不知道什么原因永远消失在了某个拐角……其间所发生的故事，提起来的时候，总是令人久久回味。每当想起它们的时候，嘴角还是会带着一丝笑意。那些曾经拥有的，仿佛还带着年轻的温度；那些失去的，仿佛又再次来到自己





身边。

不管人生之书怎样书写，不管你愿不愿意努力去体会，总会有一些伤痕不可避免。即便你努力想要规避很多不必要的弯路，但有些弯路还是会来到你身边；即便你想要忘记那些不快的过往，却总有那么一些往事会在你脑海闪现。很多时候，我们的失落不在于是否失去，而在于我们从来没有珍视拥有；我们的伤怀不在于是否离别，而在于自己从没好好去爱过；我们伤感流泪不在于经受了什么痛苦，而在于没有来得及跟往事好好告别。但不管怎样，所有你走的路都是必经之路，我们在路途中经历的种种都是生命中最美的奇遇。每当回眸往事，总有一些记忆值得牵挂；每当展望未来，总能感到岁月积淀的力量。所以，带着孩子般的好奇心去拥抱一切吧！在拥有的时候珍惜，在失去的时候坦然，倘若一切都是最好的安排，就让我们坚实地迈好每一步，人生的分分秒秒，自己陪伴自己从容度过。

奋斗是青春最亮丽的底色，幸福都是奋斗出来的。





在新时代，祖国发展日新月异、蓬勃向上，给我们青年人提供了广阔的平台，让我们用青春的奋斗扮靓我们的世界，用奋斗的汗水创造出让世界刮目相看的新奇迹。

加油，青年人！



# 目 录

## 第一章 每个人的人生都是一部精彩的小说…………… 1

那些可以任意挥霍的时光，人们叫它“青春”  
…………… 2

你有没有被自己的人生感动着 …………… 6

别让小事影响了你的情绪 …………… 10

忙乱的追寻，伴随着的是凌乱的脚步 …………… 14

孤独的行者，都是虽败犹荣 …………… 17

## 第二章 那些遗失的美好，都是另一种人生的鞭策…… 22

打翻人生五味瓶的，原来是你的执着 …………… 23

因为失去过，所以得到的要珍惜 …………… 27



别做“赢了一场战争，却输掉全世界”的傻事儿 .....	30
不打算回头的事情，何必记得那么清楚 .....	35
回过头来，再看看你想改变的生活 .....	38
<b>第三章 即便孑然一身，至少你还有最真实的自己.....</b>	<b>43</b>
不经历风雨，怎能见彩虹 .....	44
在这个看脸的时代，幸福还是由内心决定的 .....	48
所有愤恨，都是对你最有力的鞭策 .....	52
灯红酒绿之下，总有一盏灯是属于你的 .....	55
人生虽艰难，但也别轻易放弃诗和远方 .....	59
<b>第四章 每一个曾经的背后，都有一个指向未来的箭头         .....</b>	<b>64</b>
生命的过程就是一个改变接着又一个改变 .....	65





你有权处理“下一步是什么”的感觉 .....	69
即便生活再悲惨，也会有很多快乐的单元格 .....	74
站在此刻与下一刻的转折点上 .....	78
疾风知劲草，动荡识真情 .....	82
<b>第五章 自我挖掘，你就会发现自己的独特之处.....</b>	<b>87</b>
每个人都有独特之处，你也不例外 .....	88
体验人生的过程，每道风景线都很亮丽 .....	92
没有敏锐的洞察力，怎能看清真实的自我 .....	96
打破自己与自己的隔阂 .....	100
<b>第六章 不经意间，很多意义已经走进了你的生活.....</b>	<b>105</b>
人生的意义在于行动 .....	106
那些日日夜夜不安的心绪 .....	110
别为了紧迫感，将事情一概而论 .....	114





每一次自我颠覆，都是一场重生 .....	118
没错！你就是自己毫无争议的主角 .....	122
<b>第七章 经常与自己的内心对话，会让你的生命更加强大</b> .....	<b>126</b>
当一切改变时，改变一切 .....	127
创造内在对话，告别悲惨的过往 .....	130
发挥想象力，将美好的灵魂带入生活 .....	134
终极问题终极答案 .....	138
创造崭新的过去，拥有全新的现在 .....	143
<b>第八章 必须用些语言，启发你生命中最重要的一刻</b> .....	<b>149</b>
告慰那些你不会白白经历的岁月 .....	150
每一段叙述背后，都是一张心灵地图 .....	154
在获得认可的那一刻说点什么 .....	160
成就你的是你对自己的肯定和赞美 .....	165





---

独处的時候，试着与自己聊聊天 .....	169
<b>第九章 过度的聚光，扭曲了谁现实中的样子.....</b>	<b>174</b>
最高配的生活是从零开始 .....	175
别再一边兜圈子一边安慰自己了 .....	179
藏在“很有价值”背后的秘密 .....	183
<b>第十章 胜利逃亡，切断那些不受欢迎的过去.....</b>	<b>188</b>
相忘于江湖，也是对自己的一种慈悲 .....	189
让那些不美丽的，变得可爱起来 .....	193
艳丽的玫瑰都是带刺的 .....	197
所有的过去，都配有一个好的结局 .....	201
想迎接幸福，就在失意的时候咬紧牙关 .....	204
<b>第十一章 总有一天，那些曾经的苦难你都会笑着说起</b> .....	<b>209</b>
无论昨天如何，今天都是余生的第一天 .....	210





为了那些成就你的苦难 ..... 214

用你的努力换取明天的幸运 ..... 219

即便被推入深渊，照样可以不堕落 ..... 223

所有的失去都会以另一种方式归来 ..... 227



## 第一章

# 每个人的人生都是一部精彩的小说

每个人的人生都是一部精彩的小说。我们被自己的喜怒哀乐深深地吸引着，一点点地把自己融入剧情中的角色，感怀着故事里的情节，倾力地编织着属于自己的梦。没错，在每个人的生命中都有着属于自己的故事，我们是编剧，是导演，是演员，也是后期制作，一气呵成以后便呈现出了一个非同凡响的人生。从莽撞到成熟，从稚嫩到老练，整个过程都流淌着诗一样的情怀，每每吟唱，都会有一种特别的韵味和感受，一切都是属于自己的，而这一切从未从我们的世界离开过。





## 那些可以任意挥霍的时光，人们叫它“青春”

人生是一部精彩的小说，其最引人注目的部分，就是说不尽道不完的青春。在这段美好的人生旅途中，我们犯过错，也长过教训；得意过，也失意过；体会过爱情的甜蜜，也经历过职场的摧残。总而言之，在这段无惧无畏的年华里，刻录着属于我们的真实的影子。

是否还记得当年的自己，风华正茂，背着书包、戴着耳机穿行在学校与宿舍的林荫道上，听着周杰伦的旋律，认为自己天下无敌。路上偶尔有个人无意地碰了一下自己的肩膀，就免不了斜睨人家一眼。倘若此时对方也正值血气方刚，抬头质问一句：“怎么了？”忍不住的你顿时火冒三丈，那时你觉得为自己挣得面子很重要，觉得被人质问很丢脸。可等到真的步入职场，过了那股初涉江湖的新鲜劲，才意外地发现，原来人生就是一路被人质问过来的。上司会质问你，媳妇会质问你，路上的行人也会质问你……





而曾经那个谁也不服的自己，反而变得脾气越来越好，不再去争辩。我们不再面目狰狞，甚至不再理会，好似别人口中描述的是另外一个人。或许我们不愿相信他们所说的一切，不愿意承认他们说的就是自己，但不管怎样，每当回忆起那段天不怕地不怕的青葱岁月时总是忍不住地伤感，当初的自己在回忆中冲着自己微笑，却不知道他究竟去了哪里。

毕业若干年后，同学聚会，当年风华正茂的年轻人，已经今非昔比。帅气的小伙子开始发福，当年的校花早已是明日黄花。有的人在台面上炫耀着自己的风光，却在离场的时候舍不得打一辆出租。有的人直接袒露生活的失意，回味当年，不禁潸然泪下。于是什么也不再说，拍拍对方的肩膀，举起酒杯：“哥们，什么都别说了，干了，走一个。”回味起当年前后桌的往事，回忆起饭堂里热闹排队的场景，回忆起当年一起追过的女孩儿，回忆起球场上挥洒汗水的惬意。如今这一切都尘封在了相册里，我们不愿意提起。尽管年轻的岁月里做过很多傻事，也做过很多糗事，





但你所走的每一步都成为人生的必经之路。从涉世不深到磨平了棱角，不再争，不再抢，觉得能平平安安活到现在实属不易，这都是一个过程。到底是什么改变了我们的逻辑，平淡了我们的生活，熄灭了我们的斗志？虽说有一脑门子的抱怨，但最终还是要归根于自己。这么多年，原来改变你的就是你自己。你觉得自己不再年轻，你开始越来越安于现状，你开始意识到自己的脆弱和无能为力，你开始接受平淡，这一切都是怎么了？尽管你说不清，却一步步地把它们带进了生活。

曾经有人说，人过了20岁时光就过得飞快，以前不觉得，可一晃自己已从20岁晃到了中年。都说老婆孩子热炕头，却忍不住要泪奔。压力山大，活着不再是为了自己。正所谓一个人的时候想两个人，两个人的时候想三个人，三个人的时候被父母催着要成为四个人。四个人以后，心里却又忍不住地想要成为一个人。

然而一切都是自己做出的选择，想要回去谈何容易。于是说服自己，这都是人生的必然经历，聊以自慰。一路

