

《那時候，我只剩下勇敢》

图书基本信息

书名：《那時候，我只剩下勇敢》

13位ISBN编号：9789862352205

10位ISBN编号：9862352205

出版时间：2012-12-1

出版社：臉譜

作者：雪兒·史翠德

页数：400

译者：賈可笛

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《那時候，我只剩下勇敢》

內容概要

《出版人週刊》、亞馬遜網路書店2012年最佳選書、《紐約時報》強力推薦

一本讓全球媒體領袖、慈善家歐普拉忍不住大叫的書：

「我愛死它了！一頁一頁讀著，我愈來愈覺得自己很沒種。」

什麼是勇敢？

坦然面對心碎是一種勇敢；接受一無所有是一種勇敢；

在絕望中堅持到底是一種勇敢；決定原諒自己是一種勇敢.....

而真正巨大的勇敢是 - - 正對著恐懼，瞪視它。

在太平洋屋脊步道上，我別無選擇，

這是一趟喚醒自己的旅程，一旦放棄，也等於放棄了自己。

走進世界的荒境，走出人生的荒蕪。

一本徒步旅行的著作要讓《紐約時報》、《華盛頓郵報》、《華爾街日報》和奧斯卡最佳女主角瑞絲·薇絲朋（Reese Witherspoon）同時極力大推，實在少見。

雪兒·史翠德這本《那時候，我只剩下勇敢》寫的不僅僅是一段旅程的記事：

「那年夏天到太平洋屋脊步道徒步旅行，我學到的是，選項是那麼少，卻常常被迫選到最不想做的事，而且沒有逃避或拒絕接受的機會。那天，當我緊貼著灌木叢包紮著鮮血淋漓的手指，同時因為周遭可能隨時出現長角牛而戰戰兢兢時，我只能在『可能會碰上牛的回程』與『可能會碰上牛的去程』之間做出選擇。

於是我繼續往前走。.....

迂迴複雜的人生竟然可以變得這麼簡單純粹，讓我驚奇萬分。我漸漸領悟，即使在步道上的這段日子，沒有把時間都花在思索生命的悲傷、不幸與失敗，又有什麼關係呢？」

六歲，生父從生命裡缺席；二十二歲，母親過世，姐姐和弟弟因悲痛漸行漸遠。雪兒·史翠德在傷痛的占據下，沉淪在毒品與一大堆男人中，婚姻緊接著破裂。四年後，她一無所有，做了最衝動的決定：徒步走太平洋屋脊步道，開始人生的許多「第一次」。啟程前往一個一直知道它在那裡，卻從未造訪過的世界，背著自己連提高一公分都沒辦法的超大背包，她懷抱的只是一個希望 - - 期盼一切變得不一樣。這樣的渴望如同漫漫荒野。

沿途戰勝了響尾蛇、黑熊、酷熱氣候與破紀錄的大雪封山，也坦然接受步道上的美麗與孤獨。本書具備了充滿張力且特色獨具的文筆、溫暖動人又幽默詼諧的風格，更鮮明生動地表現出一個年輕女子排除萬難、往前挺進時所經歷的恐懼與快樂。一千一百哩的路程一層一層剝開史翠德的痛處，最終也療癒了她的傷口。

出書後歐普拉在節目中訪問雪兒：

歐普拉：「這趟徒步之行教了你什麼？」

雪兒·史翠德：「『接受』。我必須接受時數的事實、哩數的事實、夏天的事實、人生的事實.....一遍又一遍。我發現一旦接受所有的難題，其他所有的事就會跟著退讓幾分。每踏出一步，就會引領我踏出下一步，下一個真相也跟著自己揭開。我們全都會受苦、我們全都會心碎、我們全都會有難題，它們是人生的一部分。光是體會到這項事實，對我就意義深遠。」

人需要的不是「逃避的出口」，而是「面對的入口」。

得獎記錄

- 《紐約時報》、《時人》、《華盛頓郵報》、《華爾街日報》、《洛杉磯時報》強力推薦
 - 《出版人週刊》（Publisher's Weekly）2012年最佳讀物
 - 亞馬遜書店2012年編輯選書自傳類第一名
 - 歐普拉俱樂部（Oprah's Book Club
- 2.0）2012年6月選書
- 美國獨立書商聯盟（IndieBound）2012年4月首選書
 - 美國邦諾書店「發現新人」（Discover Great New Writers）2012年假期選書

《那時候，我只剩下勇敢》

作者簡介

雪兒·史翠德Cheryl Strayed

小說家和散文家，她的第一本小說《火炬》（Torch）在二〇一六年出版，並進入大湖圖書獎（Great Lakes Book Award）的決賽，而且由俄瑞岡州居民評選為西北太平洋地區作家年度十大圖書之一。她的文章曾刊登在《紐約時報》、《華盛頓郵報》等，散文作品也兩次被選入美國最佳散文集。她畢業於美國明尼蘇達大學，擁有雪城大學小說寫作碩士。她是婦女文學藝術組織薇達（VIDA）的創始成員，並擔任其董事會。她目前與丈夫和兩個孩子居住在俄勒岡州波特蘭市。

《那時候，我只剩下勇敢》

精彩短评

- 1、读完也很想去徒步！觉得在人类最原始的需求面前，好多烦恼真的没有任何意义。而人的潜能真的超乎想象！
- 2、你會發現人生是一個段落一個段落組成，最長久的不是停靠在身邊的事物，而是擁有時的那份心情，4顆星
- 3、竖排书看得累得不要不要的，各种绝处逢生 就是要让自己加厚的地方 是心脏！
- 4、米格威奇

《那时候，我只剩下勇敢》

精彩书评

1、世上只有抱青一人可以打乱我的读书计划，只要她推荐，我就必须放下手头任何读物，转向她泣血呻吟的推荐，尤其电话里那句因激动而颤抖的“你一定要读，一定要读”遗言般的威胁。拿到书，作为一只徒步老驴望着封面那个千疮百孔风尘仆仆的登山靴，心想，千万别一开页就是一种我遇到的危险比你们都大，我克服的困难比你们都多，我悟到比你们都深的浓鸡汤。读罢良久立，心有千千结，老驴的那种怀着一路风景万般磨难，纵与谁人诉说的孤独优越感一下回到我身上，此书作者击中了我。不仅途中她只身一人的独行故事，更是她一边走一边拿着剔骨刀对自我进行心灵的割戮剖卸的真实。只有老驴知道在途中绝望干渴，万径踪灭时自我的心灵对话，只有老驴能体会在道上跌爬滚打时咬牙发誓一朝行程结束，直捣各种油腻热腾饭馆老巢，回归葡萄美酒夜光杯的世界，绝不放过任何热水蓬头和澡盆的狠劲。欲望和希望有时是一回事儿，是野外徒步中最自然不过。除此之外，在前无古人后无来者，方圆二百里只有你自己的呼吸时，此生重要的人生排序便自动出现了。这是作者最叫绝的地方，她开始对自己的心灵动刀，使得此书成为深刻心理学的纪实案例。雪儿有个完美而早逝的母亲。圆满伟大的母爱体现在混蛋、家暴、弃家而逃的父亲反衬中，母亲拼力维持三个儿女与继父的家，操劳乐观，尊重自然，好学质朴，集世间所有优点于一身的妈妈，按作者雪儿的话：“我妈对我的爱胜于宇宙万物，甚至那万物之上的万物。”完美的母亲突患癌症，很快撒手人寰，她拼尽全力希望为儿女准备好对付世间的一切，而儿女们终究在心里未能接受这个事实时，死亡已经发生了。设想完美的母爱，周全细致的教育，结果导致当爱消失后，家族每人要面对自己心灵上那个空洞，完全无力填补。雪儿需要出门走走，这一走就是4600多公里，双脚交替为太平洋屋脊的进行按摩，也一步步重新踩过她活过的26岁人生。长达小半年的野外徒步，她开始慢慢理清命运中哪些可以控制，哪些不能。她开始尝试把自己的能量用在能够准备的事情上，而对哪些无法预知的不做任何准备。她开始学会妥协，向自己的体力妥协，向欲望妥协，向母亲希望她扮演的角色妥协，向她认为的堕落妥协。从妥协中慢慢发现生活中某个角色是她打着“母亲”的名义强加给自己的，另外某个角色是她打着“婚姻”的名义去主动摧毁的。她人生的顺序开始慢慢显现了，遇到临危时，谁第一个跳到她脑子里会来救她。遇到感动时，谁是她第一想分享的人。野外徒步仅仅提供了一个环境，就是当全世界就剩下你一人，有时甚至你都不在了，而只有呼吸时，生命依然能够活着，对哪些自愿或被迫被打乱的日子，你会从怨恨到感激，从感激到释然，这一切只因为你活着。你活着，让别人的善意有了个去处儿，你活着跟自己的怨恨有个了结。付出爱，比接受爱要容易，帮自己做决定比替他人下狠心要容易，对付压力比对付自我厌恶要容易，这一切就像爱一个人比爱自己要心安理得一样。走着走着，你会分清“自己是谁”和“以为自己是谁”完完全全是两回事情。正在学习占星的我乐意从星盘的角度去分析雪儿史翠德。她文中说过她是太阳处女，月亮狮子，上升双子座。太阳处女，不仅代表她父亲的一些征象，更代表她从父系遗传来的一些心理特征，比如自觉自愿地为他人服务，而且细致入微，对母亲的照顾尽能说明此意，但对自我的期待与现实世界的无力感也让她处在对自己的深恶痛绝之中。处女座是一种向下旋的力量，遇到危机仿佛最先想到不好的结果，同时对自我期望过高而让她反之产生对自己深恶痛绝的反省。潜意识中被伟大母爱奴役，被世俗轻视而无力反抗，很容易让她对自己的精神世界施虐，于是自暴自弃，吸毒，滥情，无法控制自毁而同时清醒地渴望救赎。这是太阳处女的典型心理，面对芝麻大点的细节，而无法关照整体生命，母亲一死，她所付出的努力和欲取得的成就仿佛失去了全部意义，完美的母爱无法超越，她反而由爱生恨，绝不放过赛了一半就退出人生的母亲。处女座对细节的过度扑捉与敏感让她即使体能透支也能将此书写的淋漓尽致，尤其在饥寒交迫中对食物的渴望，更是处女座作家对心理描述达到原子级通透。月亮狮子，月亮代表妈妈，无疑妈妈是她潜意识的权威。同时月亮代表基本安全感的渴望，狮子是孤独的大型猫科，她本就是在世界上独来独往，厌恶他人打扰的自由本性。如果她有心为他人付出什么，那或许出自她需要被认可被尊重的需求。走到最后，雪儿对自己说，万一她就是个烂人，就想吸毒，就想堕落，就想混乱，又如何？！精彩，到此地，狮子的本性显露无疑，狮子需要世界，是因为没有世界它就不知道自己是不是王。它需要世界，象需要一面被夸奖被注视被尊重被吹捧的镜子，镜子碎了，狮子顿成困兽。狮子座代表恋爱与冒险，也代表游戏与性爱。书中的雪儿但凡能喘口气，就开始窥视偶遇的男队友，开始性幻想。从小生活中男性的缺席，让她在性爱中寻找被爱被认可的安全，她想要在性爱中征服。只有征服才让她感觉安全，性爱带来男性对她的臣服，从中她可以获得优越的存在感。上升双子，行动总是多变，并以信息为导向，孩子气的天真。书中不知她多少次翻看地图，坐标，每晚必须阅读才能入睡，写作才能安

《那時候，我只剩下勇敢》

心，这都是双子的特点。从来遇到陌生人，她不会冷场，风向星族的双子就是靠沟通活着。同时，双子这样一个双体星，也代表她过一辈子，相当与别人过两辈子的生命，她至少有两套不同的人生。人类是宇宙能量的作品，从文字分析作者心理，的确是我个人热爱读书的一大理由。文字会骗人，但文字的节奏，情节的安排完全可以观出作者真实的个性。你选择在某个时刻出生，就好像windows中的挖地雷，出生星盘是埋好的雷，而点哪里可以炸开一片，点哪里会引爆重来，这是个人智慧的体验。读此书时，也正经历我的密友去世，那几天书中书外的情节让我惊叹宇宙的同时发生性，也不得不思考当下时刻对我未来生活的意义。蓦然发现，某些事情从来不曾以你的逻辑而演进，相反，当你看穿它时，它立刻会改变。或许，生命就是这样一个过程，破碎之后，才得到圆满。

《那時候，我只剩下勇敢》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:www.tushu000.com