

# 《没有双脚，所以努力奔跑》

## 图书基本信息

书名：《没有双脚，所以努力奔跑》

13位ISBN编号：9787513318905

出版时间：2016-5-1

作者：(美) 艾米·珀迪, (美) 米歇尔·伯福德

页数：328

译者：陈嘉宁

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](http://www.tushu000.com)

# 《没有双脚，所以努力奔跑》

## 内容概要

谁的青春不迷茫？

谁的人生没遇到过挫折？

在绝望与痛苦的时刻，我们如何重新振作？

奥普拉、李开复、俞敏洪等众多名人感动推荐

一部写给亿万年轻人的勇气之书！

——《没有双脚，所以努力奔跑》

《纽约时报》年度畅销书！全球销量过100万册！

一个从绝境逆转命运的神奇女孩！被奥普拉盛赞为“鼓舞人心的英雄”！

从命悬一线、双脚截肢，到获得3次世界滑雪冠军、全美舞蹈新星，她向我们展现了生命的坚韧和伟大。被《时代》杂志称为“全美励志女神”。

一部写给所有年轻人的勇气之书！感动美法日等50国读者！

与《人生不设限》作者力克胡哲一起感动世界，让每一个身处困境的人重新找回前行的方向和动力！

感动美国、法国、意大利、澳大利亚、韩国、日本等50国读者！

李开复、俞敏洪、杨澜、赵薇、希拉里、桑德伯格等众多名人感动推荐！

我们要相信，精彩的人生大多是在挫折中不断造就的，挫折是人生的炼金石。——李开复

9分钟TED演讲，感动亿万网友，连续30天置顶推荐，北大、清华、新东方推荐观看。

在中国，她的演讲视频被“新东方”等教育机构作为开学励志短片，各学校老师纷纷推荐，每到开学季都会刷爆微信、微博。

当你在绝望的时候，请打开这本书，她会给你信心和力量。

她不会假装理解我们，却又以高姿态无视我们的现状空乏说教，她直面我们切肤的实际，讲述同样的苦闷，体慰我们的境况；除了带给我们感动，她更切实地为我们提供了经验，让我们的现实有所变化，让梦想落地生根。

扫描本书封底二维码，即可免费获得作者TED全程演讲视频，累计点击量过亿次，给你完全真实的心灵震撼。

## 内容简介：

谁的青春不迷茫？谁的人生没遇到过挫折？

我们每个人都曾沐浴幸福和快乐，也会历经坎坷和磨炼。当我们的学业、事业、生活陷入人生低谷、彻底失败的时候，该如何应对？

《没有双脚，所以努力奔跑》是“全美励志女神”艾米·珀迪写给亿万年轻人的勇气之书，在本书中，她与世界各地的年轻朋友倾心分享从绝望中寻找希望的人生成长之路。当身患致命病菌，全身器官衰竭，左耳失聪，膝盖以下全部截肢，脾脏和肾脏相继失去的悲惨境况下，她并没有放弃，也没有退缩，而是凭借乐观的心态和顽强的毅力重新站了起来，连续3次获得世界单板滑雪冠军；晋级《与星共舞》总决赛并获得亚军；成为TED有史以来备受欢迎的励志演讲家，感动了全世界亿万网友。

挫折是人生珍贵的礼物！只有打破自我的局限，挑战人生的不可能，才能走出困境，战胜一切缺憾。

艾米·珀迪坚信：真正改变人生的，不是我们的命运，而是我们的态度，并用自己的实际行动激励千千万万和她一样身处低谷的人，重新找回前行的方向和奋斗的动力！

如果你曾孤独迷茫无助，或者脆弱不安，愿这本书能给你带来勇气和力量！

## 名人推荐：

我们每个人的生命旅程都无比珍贵，每个人都应该好好体验人生，让每天的自己都比以前有进步有成长；同样，我们要相信，精彩的人生大多是在挫折中不断造就的，挫折是人生的炼金石。——畅销书《做最好的自己》作者 李开复

当你一无所有的时候，是上帝帮你倒空了垃圾，让你装进去对你最有用的东西。此时，你离那个人生腾飞点已经近了。——新东方教育集团创始人 俞敏洪

艾米·珀迪远不止是一个世界冠军那么简单。她是一位勇敢的开拓者，是一座象征力量的灯塔。读过她诚恳真实、笔锋犀利的回忆录后，就像和她面对面时一样深受鼓舞。——畅销书《一辈子做女孩》

## 《没有双脚，所以努力奔跑》

作者 吉尔伯特

人生最可悲的并非失去四肢，而是没有生存希望及目标！人们经常埋怨什么也做不来，但如果我们只记挂着想拥有或欠缺的东西，而不去珍惜所拥有的，那根本改变不了问题！真正改变命运的，并不是我们的机遇，而是我们的态度。——畅销书《人生不设限》作者 力克·胡哲

# 《没有双脚，所以努力奔跑》

## 作者简介

艾米·珀迪 (Amy Purdy)

一个梦想环游世界的美国女孩，在19岁的大好年华，突患致命病菌，整个身体器官开始衰竭，紧接着，左耳失聪，膝盖以下全部截肢，脾脏和肾脏相继失去……世界仿佛一下子塌了下来。

当所有人认为她的生命即将终止时，她却说，局限和障碍要么让我们停滞不前，要么逼迫我们迸发出巨大的创造力。如果你停留在耻辱里，你就成了永远的耻辱；如果你把每一次挑战和困难，当作生命的礼物，它就会帮助我们超越自我、飞跃藩篱，创造更美的人生。

随后，她凭借顽强的毅力重新站了起来——连续3次荣获世界单板滑雪冠军；晋级《与星共舞》总决赛并获得亚军；仅仅9分钟的TED视频，感动了全世界亿万网友，成为美国励志女神，被奥普拉称赞为“鼓舞人心的英雄！”

她，就是感动全世界的无脚女孩——艾米·珀迪。

# 《没有双脚，所以努力奔跑》

## 书籍目录

自序 假如生活是一本书

1

第一章 与神秘老人的天意邂逅

2

第二章 我想四处遨游，泛若不系之舟

5

第三章 择己所爱并乐在其中的自由

9

第四章 人生的另一片天空

15

第五章 我不想死，我要活下去

19

第六章 死神来了，但我创造了奇迹

25

第七章 失去双脚，唯有梦想代步

28

第八章 写下人生故事的新开端

34

第九章 由衷地接纳和拥抱新生活

42

第十章 爸爸给了我两次生命

46

第十一章 涉足一无所知的新世界

52

第十二章 大步踏出自己的舒适区

61

第十三章 人生转折点来得如此意外

66

第十四章 非洲慈善之行与TED 演讲

69

第十五章 奔着目标极速前进

73

第十六章 我非常乐意尝试新角色

77

第十七章 登上索契残奥会的领奖台

83

第十八章 戴着假肢舞动我人生

90

后记 苦难成就了我

100

致谢

103

## 《没有双脚，所以努力奔跑》

### 精彩短评

- 1、看ted就够了，真没必要读这么长一本书。(并不是说女孩儿不棒，女孩儿很棒)
- 2、真正改变人生的，不是我们的命运，而是我们的态度！
- 3、艾米的惊人事迹是我在一本《人在纽约》的书中看到的，当时只知道她凭借惊人的毅力获得世界单板滑雪冠军，唯一的感受就是很棒，很励志。今天有幸看到这本《没有双脚，所以努力奔跑》，对于她的事迹有了更清楚的了解，我心充满了难以言喻的感觉，绝望、痛苦、疼痛、煎熬、抗争等等，这需要多大的毅力和忍耐力才可能拥有今天的成就，在哽咽中读完的一本书，一本带给你勇气和力量的书。
- 4、如果心情低落，请静下心来好好地读一读这本书，给你正能量，给你勇气，给你力量。
- 5、很励志的一本书，艾米的经历会让我们觉得我们生活中很多事其实都是无痛呻吟，如果你真的遭遇了重大不幸，那么请不要一味绝望堕落，希望你振奋起来，这世上还有很多爱你的人。
- 6、你如此不热爱生活，却总有人拼命活着。
- 7、Few things are impossible in themselves,and it is often for want of will,rather than of means,that man fails to succeed.
- 8、无论你是否在努力向上奋斗，还是处在人生低潮期，都应该读这本书，真正的给你勇气和动力的励志传记。
- 9、碰到困难不要觉得自己是世界上最倒霉的，看看本书相信你会获得重新站起来的力量
- 10、很适合中国人的一本书，读完作者的书，仿佛自己也跟着作者在一起成长，一起经历那些欢乐、痛苦、与荣耀！全书通俗易懂，以一人称的视角讲述了作者的成长以及所经历的传奇故事！就像《阿甘正传》所讲的一样，人生就像一盒巧克力，你永远不会知道下一颗是什么味道。艾米·珀迪的人生正如这样，她不断尝试，不断跨入自己感兴趣的领域，从而成就了十分耀眼的人生。  
通过她的故事，我也能感受到中美孩子在意识形态的差异，相比大多数中国孩子，美国孩子更注重个性的发展，且美国父母也更支持孩子的决定！
- 11、任何时不放弃
- 12、一切皆有可能，在她身上体现的淋漓尽致！
- 13、了不起

# 《没有双脚，所以努力奔跑》

精彩书评

# 《没有双脚，所以努力奔跑》

## 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](http://www.tushu000.com)