

# 《一切都没那么糟》

## 图书基本信息

书名：《一切都没那么糟》

13位ISBN编号：9787807698942

出版时间：2014-12

作者：易懿

页数：215

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)

# 《一切都没那么糟》

## 内容概要

1张轮椅，3口之家，2000多个日日夜夜——8个月重症监护，3个月病危警告，2年康复治疗；90天，28个国家，60余座城市，35000公里路程……这是他们仨共同经历的生命故事。

折翼女孩易懿用仅能活动的小拇指敲下了自己及家人在艰难岁月里磨炼、成长的心路历程：留学前夕遭遇严重车祸，她高位瘫痪；跌落人生谷底，父母是她不离不弃的后盾；在生死边缘挣扎1000多天，她没有放弃活着的希望；通过了几乎不可能被批准的出国签证，全家人开始了一段不可思议的“侣行”。3个最脆弱的生命支点撑起了最稳定的家庭三角，用对彼此的爱、鼓励和包容走完了一段重生之旅。

作者聊美食，谈时尚，讨论生死、伤痛、寻找和幸福的人生哲学，行文饱含着炙热的激情和浓浓的父/母女深情。

# 《一切都没那么糟》

## 作者简介

易懿

“前生”叫“刘燚”，信赖味觉的85后射手女，书虫、码字爱好者及“冷笑话大王”。一直想做个“上得了厅堂，下得了厨房”的“人生赢家”，却在留学前夕遭遇车祸，导致高位截瘫，成了名副其实的“坐家”。

8个月重症监护期间，她收到过无数张病危通知单；脾脏被摘除，气管被切开，她无法进食也无法正常呼吸；第一次撤掉呼吸机，她差点儿丢了小命；两年后出院，她的身体失去了温度调节功能；“再上路”行走欧洲90天，她要面对种种不便……

她是轮椅上最美的“行者”，她在网络社区发表的文字感动了无数年轻人；她用仅能活动的小拇指敲下的博文、短评、游记、歌词达30余万字；她的故事将给8500万伤友带去温暖；现为多家知名杂志供稿。她说：“无法站得更高，就让心变得够宽。”

“今世”用名“易懿”，取自《易经》“君子以懿文德”，原来的“燚”已“易”，目标是当好四六不靠的“烂牌庄主”，只求虽“败”犹荣。

新浪微博：<http://weibo.com/styliteyiyi>（@易懿-默墨）

# 《一切都没那么糟》

## 书籍目录

### 目录

Sit On the Road · Route 0	.....001
春至，急相争艳。待，未夏前，化作荼蘼	.....003
写在最前	.....003
这不是序	.....006
逃避，还是告别？	.....006
不怕路远，只怕心苦	.....010
Sit On the Road · Route 1	.....013
丢掉执念，怀抱希望“再上路”	.....015
连“呼吸”都成为一种幸运	.....015
不畏远方，只为遇见	.....018
不求感同身受，唯愿冷暖自知	.....021
唯是巴黎：给“完美”留个出口	.....026
那些消失的朋友，各自珍重	.....030
一场游戏，一场梦	.....031
世界那么美好，怎么舍得死	.....035
惊艳的味道，需要自己寻找	.....035
感谢生命的美意	.....038
途径波尔图，杯酒品人生	.....042
一座城，因真善而美	.....045
世界那么大，心安处即是家	.....049
安道尔印象：不慌不忙，不急不躁	.....052
即便刹那绽放，也可成为永恒	.....055
蓝白色的凋敝，谁来偿还？	.....055
关于爱情：心有所归，便无所惧	.....060
所有相遇，缘分都来之不易	.....065
Sit On the Road · Route 2	.....071
苦归尘土，清风自来	.....073
所有的“牵绊”，都要自己整理	.....073
古典浪漫，让漫步变成流浪	.....078
生与死，何敢轻谈	.....081
经历磨难，才有建造天堂的力量	.....085
理性的温情	.....090
因为曾经失去，所以倍加珍惜	.....092
以心当墨，也许有憾，但求无悔	.....096
把指尖的温度留给自己	.....096
挣脱还是融合？永无止境的命题	.....099
谁来庇护，谁来救赎？	.....104
把生命当作信仰	.....109
放大细微处的美好	.....112
精神上的充实·心灵上的宁静	.....117
再华丽的辞藻也抵不过“母亲”	.....121
不离不弃，唯有深重的母爱	.....127
相逢何必曾相识	.....132

## 《一切都没那么糟》

《美人鱼》，流血的“童话”	134
错过了青春？那就认真老去	137
Sit On the Road · Route 3	141
慢慢来，让灵魂跟上脚步	143
每个女孩儿梦里都住着一个“至尊宝”	143
大多时候我们只是匆匆过客	145
平和背后，总有旁人看不到的忧伤	148
忘却是最好的解药	152
为什么是远方	155
发现未知的自己	158
路过全世界，你值得拥有更好的	162
爱上生命中的不完美	162
做一个匍匐前行的勇士	165
相遇屋檐下，只因为罗马	177
不许愿，凡事皆会有交代	170
父爱·背影	172
身后有个人叫父亲	176
多变的面具·不忘的初心	179
当眼泪流干	181
心系当下，由此安详	185
即便只是暂短驻足	185
茜茜公主，你幸福吗？	189
最后的旅程	193
终将回归	197
后记。	201
附录：他们说。	204

## 《一切都没那么糟》

### 精彩短评

- 1、文章写的随心、随性，记录下90天欧洲之旅的点点滴滴，并且将生活的感悟恰到好处的融合在一起，很放松的文章，感觉好像再跟作者聊天一样
- 2、第二本关于旅行的书，轮椅上的90天欧洲之行，没有励志没有鸡汤没有正能量。她安静的聊着一路的见闻感受，我想在忘记自己的时候她是有过快乐的，。
- 3、文字有些深刻，深刻到我不想忘记
- 4、豆瓣是个可爱的地方，有很多可爱的人。没想到这个上面还能搜到，真是意外惊喜。
- 5、这是我读的最慢的一本书，无数次拿起面纸，但更重要的是书中的阳光，作者的坚韧不拔。
- 6、2016-08-07
- 7、偶然的的机会看到作者的一篇文章不经意间发现她的这本书好奇的想了解折翼女孩的心路历程，完全看不出是一个85后，经历飞祸后在父母的大爱支持下涅槃重生，却通过90天欧洲游记的方式平静的穿插表达，如此化蛹为蝶的心灵成长令人感动。引用普希金的诗“世界上没有幸福，但有自由和宁静”。
- 8、第一次觉得一切不是那么理所当然，也是第一次对生命有啦敬畏之心，女主人公在我看来简直是英雄！
- 9、文字中透着伤感。P200：“多，还想再多，就会一无所有；一无所有之后，稍微一点点，就会心满意足”。

## 《一切都没那么糟》

### 精彩书评

1、《一切都没那么糟》，作者易懿。书中记录作者与父母用90天旅行28个国家，游历60余座城市，分享途中见闻，手边美食，眼中美景，心中感悟。她在阿姆斯特丹看梵高的画作，到比利时吃巧克力，在希腊拍下五官轮廓深刻的武装警察，在维也纳“邂逅”茜茜公主，到布拉格听颂歌，她甚至还去了乔斯坦·贾德所在的奥斯陆……如果没有看作者简介没有仔细阅读文本内容，相信很多人都会以为，啊，一个有钱有闲的姑娘在晒出游美食时尚照了。作者易懿，信赖味觉的85后射手女，书虫、码字爱好者及“冷笑话大王”。但与很多年轻漂亮的女孩不同的是，她是一个高位截瘫患者。大学毕业即将赴英留学之际，一场突如其来的车祸让她高位截瘫，脖子以下都不能动，《一切都没那么糟》20余万字是她仅能活动的小拇指一个字一个字敲出来的，那双练过书法写得一手好字的手，可能再也无法握笔。医生说，你瘫痪了；她说，好；医生说，你永远站不起来了；她说，好；医生说，你大小便失禁生活不能自理；她说，好；医生说，你要注意随时可能出现的并发症，危及生命；她说，好……即便跌落人生谷底，她没有逃避，也没有放弃，而是用坚韧的毅力寻找生活的希望。她四肢瘫痪，坚持用仅能活动的小拇指练习打字，她写下的博文、短评、游记、歌词达30余万字；她在网络社区发表的文章起无数年轻人的共鸣；她的故事给8500万伤友带去温暖。她和年过半百的父母，克服了种种不便，90天穷游欧洲60余座城市。是逃避，还是告别？这已不重要，重要的是这段另类“侣行”，给我们带来了爱、勇气、信念与力量。她还说：“我必须得承认我是幸运的，有一对伟大的父母在保全我第二次生命的前提下、在承受了身为父母最撕心裂肺的伤痛之后，还有心力满足我曾经的期待。如今我还可以坐在轮椅上，还可以来到万里之外的国度，呼吸着完全不一样的空气，即便是有万千的坎坷和哀伤，都没有理由再抱怨什么。生活其实给予过我太多，但我之前却明白得太少。”罗曼·罗兰曾说过，世上只有一种真正的英雄主义，那就是认清生活的真相后依然热爱生活。与所有迷茫、困惑，缺乏自信和行动力的年轻人共勉。

2、我一直以为读书需先静心，再花时间，才能品出这本书的好来，但读《一切都没那么糟》时，彻底颠覆了我一直以来信奉的观点，第一次发现好的书，好的文字，也能引导你的心情。读这本书的背景：我正在烦恼朋友倾倒给我的负面情绪垃圾，自己接受的太多，又扔不出去，心情很烦躁；在想生活过的好糟啊？一切都没那么糟吗？跟随作者的文字，一起旅行，一起思考，将思考带到自己的生活中去，发现为什么非得把自己的生活想的那么糟呢？换个角度，我正拥抱着幸福呢……所以重新整理心情，积极的去面对生活，一切只会变得更美好( o )哦！

# 《一切都没那么糟》

## 章节试读

### 1、《一切都没那么糟》的笔记-第30页

人生很多时候就像一个无厘头的笑话，有太多人记不清因何而相识，然后无觉察地相知，悄无痕迹地消失，如果不是某天突然因为一件事想起，也许你根本不会意识到他在你生命轨迹中曾真实地存在过。

### 2、《一切都没那么糟》的笔记-第8页

积极向上的转折点往往是螺旋上升的，而向下的拐点则是在天台看风景时被无情的黑手用力推下，瞬间就会坠入万劫不复的境地，这落差实在太太大。这个时候，像「倒霉的不止我一个」之类聊以自慰的暗示是完全不起作用的。不得不说这点是非常赞同的。我觉得走出困境虽说只能靠自己，但是在此期间，也一定要人陪伴才行。



# 《一切都没那么糟》

## 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)