

# 《没有人应该坚强一辈子》

## 图书基本信息

书名：《没有人应该坚强一辈子》

13位ISBN编号：9789869374859

出版时间：2016-12-1

页数：300

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.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《没有人应该坚强一辈子》

## 内容概要

艾莉坚定回归，找回柔软的自己！

张手拥抱那些不安、无助、孤独的心情，  
一个喘息、一个逗号，都能让暂时停下脚步的自己，  
有了举步踏前的力量。

艾莉首次为新书发『声』，精选书中篇章片段，让艾莉说故事给你听

收录51则关于自我追寻故事，关于「一个人」、「课题」、「爱情」、「运气」、「自己」、「坚强」、「大人」等七种面向，希望不要再独自逞强，偶尔的不坚强也很好。

『微』图文书设计，宛如像走进大人式童画书。

『微』有声书形式，艾莉将会朗读书中某些篇章，透过感性的声线，建构出独特的故事画面，只要一扫书中QR Code，就能拥有不一样的阅读感受。

跨界合作！KKBOX x 艾莉，【没有人应该坚强一辈子】精选歌单同步放送中！

每道伤疤、每段过去

都是你人生的故事

这些曾经告诉了别人

你到过哪里

发生过什么。

我们都是孩子，只不过被逼着一夜长大。

明明对爱放不下手，也只能懂事离开；

想要维持表面和谐，释出善良却是一种过错；

对于近在咫尺的幸福，就像得了强迫症而死命推开……

想要获得被重视，却转身走向普通人生。

矛盾一直在心中滋长，

大人与小孩在心中打架。

内心渴望与人连结，却又莫名疏离，

与其成为这样大人，不如像个孩子，

懂得不坚强的嚎啕大哭。

哭过后，将会明白

没有当初的软弱，今日的坚强就无所依附。

示弱，是我们极力掩盖的秘密，

好似只要揭露一些，就会四分五裂。

在藏了那么多年之后，

只希望在不是太打扰或麻烦了别人的时候，

能不能偶尔不坚强呢？

亲爱的

不坚强，不是示弱，

那是放下

作者介绍

艾莉

几年前因为陶子的邀约，跨足至两性书写的领域，擅长以冷调幽默的笔触，又让人不觉落泪的励志描述，抚慰都会女子心灵。工作之余，也是重度自助旅行上瘾患者，与日本有难解的缘分，一年三至四次，于公于私不计其数前仆后继地前往，近年则是爱上欧洲高贵及海岛放空路线。

「姊妹淘」网站超人气驻站作家。现任媒体节目制作。

曾任无线台综艺节目编剧、执行制作，从事媒体工作逾十年。

执笔多出广播剧、偶像剧电视小说、报章杂志旅游报导及乐评。

出版作品：《那些年，我们都学着自己长大》、《没有你，到不了的地方》、《在最好的时候，遇见你》、《爱、不爱都有病》。

绘者简介

# 《没有人应该坚强一辈子》

詹筱帆 ChanHsiaoFan

毕业于国立台北艺术大学美术系，现为自由接案者，创作风格多元。

卖艺为生，靠右手和眼睛吃饭。与你我他一样，乐于当社会中的一颗小螺丝。

# 《没有人应该坚强一辈子》

## 作者简介

艾莉

几年前因为陶子的邀约，跨足至两性书写的领域，擅长以冷调幽默的笔触，又让人不觉落泪的励志描述，抚慰都会女子心灵。工作之余，也是重度自助旅行上瘾患者，与日本有难解的缘分，一年三至四次，于公于私不计其数前仆后继地前往，近年则是爱上欧洲高贵及海岛放空路线。

「姊妹淘」网站超人气驻站作家。现任媒体节目制作。

曾任无线台综艺节目编剧、执行制作，从事媒体工作逾十年。

执笔多出广播剧、偶像剧电视小说、报章杂志旅游报导及乐评。

出版作品：《那些年，我们都学着自己长大》、《没有你，到不了的地方》、《在最好的时候，遇见你》、《爱、不爱都有病》。

# 《没有人应该坚强一辈子》

## 书籍目录

### Chapter01一个人

一个人的日子过得再好，都不代表放弃了爱情。

01. 放不下，才是爱
02. 会没事的，在不远的将来
03. 凭什么一个人过日子
04. 命中注定是可以造假的
05. 单身是选择
06. 三高女的不安与焦虑
07. 跟樱花的约定

### Chapter02课题

难搞，不过就是坚持原则。我们可以独善自身但不得罪人，不见得就要暗自隐忍总是被人得罪。

01. 不完美，就是妳最美的模样
02. I Was Wrong About You
03. 人生最倒霉的那一天
04. 不要拿别人的错误来惩罚自己
05. 被讨厌需要的是实力
06. 过份的善良是一种罪过
07. 道歉的勇气
08. 不要忘了曾经坐在那张椅子上的自己

### Chapter03爱情

人生并不是不停的赶路，不必急着赶赴到自己设定好的目标。

沿途有些风景非得要等到你愿意停下脚步来，才能够看得见。

01. 人生打了个叉
02. 女人为什么外遇？
03. 期待着怦然，却等到了日常
04. 有没有可能比较幸福？
05. 非要历经沧桑得到的，才是幸福吗？
06. 不幸福强迫症
07. 爱情里最美的样貌是从容

### Chapter04运气

你明白我有不能轻易放过自己的好强，我懂得你偶尔也想停下脚步休息，

我们在自己人生的道路上，以自己想要的速度前进，却依然能携手相伴。

01. 人生最后一场恋爱
02. 在爱情中学会单身
03. 爱上妳是失控的意外
04. 老套恋爱情节之必要
05. 赤名莉香的白色大衣
06. 信号里的暧昧信号
07. 谁是你的不可或缺
08. 谈恋爱的好运气

### Chapter05自己

名片只是一张薄薄的纸，当你不在那个位置后，真正还看得到你的人有几个？人生才是你一辈子的志业，而工作只是这份志业当中的一小部分。

01. 名片只是一张薄薄的纸
02. 自己就是自己的加害者
03. 每一次的相遇都是久别重逢
04. 有时候会忘记了，我还爱着你

## 《没有人应该坚强一辈子》

05 . 理直气壮地喜欢上自己

06 . 普通的人生

07 . 女人的蛋蛋危机

Chapter06坚强

人生说来也还算公平，在狠狠帮妳上过一课后，就会给妳一些时间恢复勇敢。

但如果妳因为这样就怕了、如果妳不让自己再勇敢一次，那么，曾经的痛就不值得了。

01 . 每个人都希望被找到

02 . 在，也不见

03 . 在没有你的地方坚强

04 . 看起来坚强的人比较吃亏

05 . 钢铁人的玻璃心

06 . 终于落下的眼泪

07 . 人生本就该有千样姿态

Chapter07大人

长成大人之后，我们太容易忘记痛就要说，流泪不可耻这样简单的事情。

01 . 什么样的谎言能够被原谅？

02 . 比起全垒打，更想要四坏球保送

03 . 只要我过得比你

04 . 成为大人是怎么一回事

05 . 做为一个大人要忍耐的事

06 . 世界上唯一重要的事情

07 . 最难开口

# 《没有人应该坚强一辈子》

## 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.tushu111.com](http://www.tushu111.com)