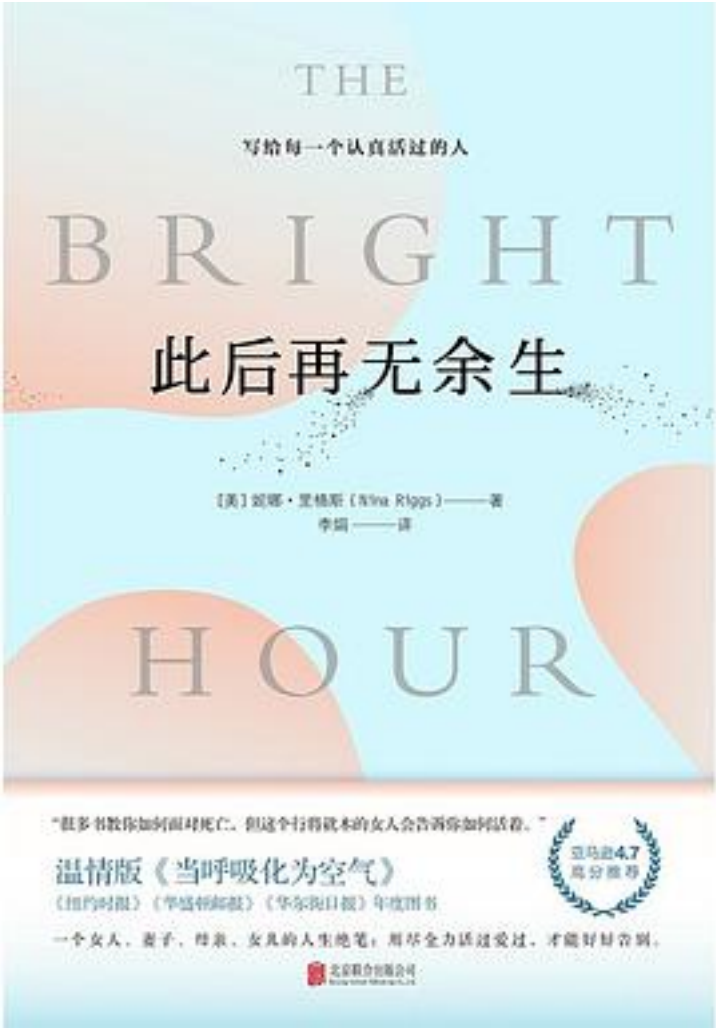


此后再无余生



[此后再无余生_下载链接1](#)

著者:[英]妮娜·里格斯

出版者:北京联合出版有限公司

出版时间:

装帧:平装

isbn:9787559630957

一个女人、妻子、母亲、女儿的人生绝笔：认真活过爱过，才能好好告别。

里格斯生长在一个有癌症基因的家族，在被确诊患病后，她没有失去自我、放弃生活，甚至还要面对母亲的离世；在与病魔抗争的同时，还要照顾患有先天性糖尿病的大儿子，以及关照两个儿子的心理健康，让他们能够自然地接受妈妈将要离开的现实。

里格斯的人生看似已天塌地陷，生活中的一切被打乱，但她的内心依然充满热爱，对丈夫、孩子、父母、亲友，以及书籍，直至生命的最后一刻，安然离去。

作者介绍:

妮娜·里格斯 (Nina Riggs)，曾是一位老师，也是一名诗人。美国思想家、文学家、诗人拉尔夫·沃尔多·爱默生的玄孙女。在2015年38岁时被确诊为乳腺癌，2017年3月去世。2017年6月《此后再无余生》出版。

目录: 序言：学骑自行车

第一期

- 1 | 一个小点儿
- 2 | 麻烦重重
- 3 | 庞纳特方格法
- 4 | 不是什么好消息
- 5 | www.嘿，妮娜·里格斯一切都会好起来的.com
- 6 | 不知所措
- 7 | 癌症不会控制我
- 8 | 你还好吗？
- 9 | 多疑之境
- 10 | 我相信（爱上你，便是永恒）
- 11 | 跟自己跳舞
- 12 | 狐狸诗人
- 13 | 存在与虚无
- 14 | 透明的眼球
- 15 | 秀发不再有
- 16 | 空荡荡的大海
- 17 | 可我需要那些药
- 18 | 生前预嘱
- 19 | 身处黑暗中
- 20 | 更多的类固醇
- 21 | 读书会
- 22 | 小兽猫

第二期

- 1 | 灰暗如痛苦
- 2 | 神秘莫测的肿瘤
- 3 | 黑暗的使者
- 4 | 要说“请”
- 5 | 意大利母女之旅
- 6 | 朝圣者
- 7 | 残次品
- 8 | 追寻人生
- 9 | 地理概况
- 10 | 狼穴
- 11 | 一“回忆”大象
- 12 | 重新摸索边缘
- 13 | 派对酒食

- 14

收费员
- 15

哪儿都不行
- 16

个人广告
- 17

肿瘤联合研讨会
- 18

临终关怀
- 19

刀刃
- 20

紫色房子
- 21

乳头高速公路
- 22

短视
- 23

相册
-

• • • • •

([收起](#))

[此后再无余生_下载链接1](#)

标签

死亡

好书，值得一读

温情

外国文学

小说

此后再无余生

真实

歐美

评论

翻译不太行

这一小时，湿润温暖，闪闪发光，嫩芽吐露，旋律优美。我感到愉悦，推倒了我灵魂中那道狭隘的墙壁，并将其灵魂中的悸动和生命拓展至极限处。这就是清晨，停下来享受这明亮的时光，不再是这具病弱身体的囚徒，心胸越来越开阔，可以比肩整个世界。死亡并不是世界末日。妈妈在被诊断为癌症末期后，经常喜欢这样开玩笑。那时的我，始终未能真正理解这句话的含义，但在她去世几个月后，38岁的我突然间明白了。生命中有太多比死亡还糟糕的事，比如宿怨、没有自知之明、顽固性便秘、缺乏幽默感，还有丈夫将你引流管中的液体倒入量杯时脸上流露出的痛苦神色。谁在这世上那个紧张不安的灵魂，反反复复，纠结于已知之事。安妮迪拉德在《听客溪的朝圣》提到观看一词，她写道：一切仅在于一直睁大双眼。她一次次提醒我们要清除眼中的期待，试着不去理解，仅仅观看。

2019.11.28-12.3

看这本书的时候总是忍不住要想起于娟的《此生未完成》。患病后即使悲痛怨怼命运不公，还是认真过好每一天，把余生闪闪发光的小事记录成书。书里推荐的《当呼吸化为空气》和《最好的告别》也是非常非常非常推荐阅读。话说，书名就翻成明亮的时光不好吗（。）

一本非常美式的书，给予了生死和哀恸这两个主题以应有的空间感和仪式感。无论是主题还是风格都让我想到《当呼吸化为空气》，恰好也是作者读过的书。思考过的迷思问题之一在看到“勿忘你终有一死”（memento mori）这句话时涌上心头：有意识地慢慢预知离去还是无意识地突然离去更残酷？作为家属，也许会觉得离去是一种解脱，也许难以避免会遗憾没能做更多，也许会无法释怀“为什么会是她？为什么我们不能幸福？”很遗憾这已是一本遗作，“那时太阳刚刚升起，好像跟她的喜好颇为相称”，而我，真真切切爱过你。

一个女人、妻子、母亲、女儿的人生绝笔：认真活过爱过，才能好好告别

早就想读这本书，看过简介，觉得它能够让我痛快大哭一场。真正把它读完后才发现，它只会让我如鲠在喉，流泪真的太难了。从头到尾可以明显感到作者生命在一点一点流逝。这个女人的内心真的无比强大，才能够如此坦荡地将自己走向死亡的过程用一种如此平静的语气叙述出来，仿佛一名旁观者，讲述的是别人的故事。命运对待这个家庭真的太过刻薄。为什么要让他们一直遭受这些眼睁睁看着希望消逝以及离别之苦？

很感动。

一直以来，因为恐惧死亡而不敢了解，不过真正阅读到从患病到离开的整个过程，心情却并不是沉重的。虽然作者身体越来越差，生命却是在逐渐告别着，进行着的过程中，逐渐平静起来。

似乎：关注当下，保持健康，热爱生活，当死亡来临的时候，我们是能够安然接受一切的。

与绝症共处的日常絮叨，写得相对琐碎，流于表面，缺乏深层的体悟。三星。这类书目前最触动我的当属张洁的《世界上最疼我的那个人去了》，青春类的则有田维的《花田半亩》，蕾吉娜的《等待我的离去》。

作者真的好勇敢啊 我应该不会有这样的勇气面对丈夫与子女吧

生命的每个终结，都是另一个开端。

“想要、需要”这些如绝境一般的字眼，如果不加修饰--“请”，就太危险了。

很感人，人怎样面对死亡，向死而生，每个人都有自己的回答，没有什么固定的模式，最好的告别就是能平静的接受，按照自己的想法有选择的走过。

一直会想象自己如果被命运审判，该如何自处如何度过余生。再多的准备与期望都是于事无补，能做的真的只有珍惜每一天，好好爱身边人，毕竟，勿忘人终有一死

文笔非常优美，相比《当呼吸化为空气》个人更喜欢这种灵动的感觉。没有多么深刻的哲理，就是生活中的那些不为人知的巧合，就足矣勾勒出整幅画的形象。

印象深刻的一句话：有时候，最重要的是知道该何时放弃;有时候，勇敢意味着适可而止。

我能够说并没有打动到我吗？可能是因为作者没有刻意卖弄自己患癌后内心与绝望进行的抗争，也没有煽情的感叹与父母丈夫子女之间的关系。其实就是这样波澜不惊的每一天，也能看出作者内心的强大吧！

我去接水的时候，弹钢琴的人正在弹奏<欢乐酒店>的主题曲，我皱眉瞪了他一眼，心情马上舒服了点儿。

在书店看到书名就被吸引了！死亡，之前没曾想过，15年妈妈过世真切感受到了…妮娜写她妈妈过世、火化那段真的触到了心底的痛……一个女人，母亲，妻子，女儿，乳腺癌，切除胸部，母亲过世，癌症转移，等待死神…还有什么没有经历？心疼妮娜也感恩她身边有爱她陪伴她的爱人、亲人和朋友！人生绝笔，只有认真活过才能好好告别，我们唯有珍惜现在才能不负现世的安稳！此后再无余生…

在面对死亡倒计时的时候，依然能坚强乐观的生活。生活的意义不在于活了多久，而在于如何活着。妮娜用她的行动和文字记录了她短暂有遗憾却在某种意义上美满的一生。有爱他的丈夫，同患病的挚友金妮，坚强后盾的父亲，还有许多支持她的人。斯人已逝，文字代替她继续活在这个世界。Memento Mori人终有一死，向死而生是为了更好地活着，也让我们更加珍惜现在的生活。断舍离，人生的常态。

此后再无余生，是一种多么绝望的事情。但作者就那么平静的接受了、让健康生活着的每个人都能更加珍惜现在的生活……

[此后再无余生_下载链接1](#)

书评

我们人的这一生都是直播，没办法回头做其他的事，即使回头做很多东西就不一样了。人生很是短暂，转眼即逝，没有人知道自己现在做的事情对与否，人生只愿无怨无悔就足以，这也是我对人生的期待。人的一生不知道自己为何而生，很多人却知道自己为何而死，人的一生生时没有好…

当看到这本《此后再无余生》的时候突然想起了一首歌叫“此后余生”。思考是有意识地慢慢预知离去还是无意识地突然离去更残酷？作为家属，也许会觉得离去是一种解脱，也许难以避免会遗憾没能做更多，也许无法释怀“为什么会是她？为什么我们不能幸福？”很遗憾这已是一本遗作...

最近阅读了一本外国文学作品，这本书的名字叫做《此后再无余生》，看到这样的书名，相信每一个人在内心深处都会有一些感伤。生命对于每一个人来说都是只有一次，每个人都应该珍惜这来之不易的生命，也应该珍惜当下的生活，认真的过好每一天。一个人生命看起来很漫长，其实也是...

[此后再无余生 下载链接1](#)