

# 《她们知道我来过》

## 图书基本信息

书名：《她们知道我来过》

13位ISBN编号：978751532225X

出版时间：2014-4-1

作者：张大诺

页数：235

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)

# 《她们知道我来过》

## 内容概要

这些高龄老人，是世上的宝贝。因为她们就是我们自己，她们就是在替我们生活，让我们看到活生生的自己的将来。如果我们能够找到让她们幸福的方法，以后就会有人以这些方法让我们获得幸福。本书作者在长达十年的时间里，关怀近百位八十岁以上的老奶奶，他发现：高龄奶奶的精神世界异常丰富；她们的烦恼与痛苦非常复杂；她们身上的人性温情与生命力量让人震撼。

# 《她们知道我来过》

## 作者简介

张大诺，1972年出生。曾任新华社国际先驱导报编辑、记者，现为北京志愿者联合会理事、志愿者培训导师。获得“北京十大志愿者”、北京“最美慈善义工十大榜样人物”“北京奥运会残奥会志愿者先进个人”“2009首都公益慈善优秀个人”“全国百名优秀志愿者”；“全国十佳生命关怀志愿者”等公益荣誉称号。

在北京大学、清华大学、中国青年政治学院、中国传媒大学、中国银行总部、人民出版社等高校、企业、机关做“关怀高龄老人”公益演讲几十场，为多个助老公益团队提供公益指导。人民日报、中央电视台、中央人民广播电台、北京日报、北京青年报、《中国新闻周刊》《中国青年》、中国日报、新京报等媒体曾报道其事迹。

## 书籍目录

推荐序：陪伴幸福高超  
自序：她们，是神圣的  
第一章“警惕奶奶”和“佛奶奶”  
“警惕奶奶”的厚日历  
智斗  
日历牌的秘密  
为九十岁的老人戴手套  
一个人的鼓掌  
第二章自创体操的郝奶奶  
郝奶奶真的要走了  
自创“体操”  
老榜样  
替她打的电话  
别了，郝奶奶  
第三章三位如此特殊的奶奶  
不能接近的老人  
若有所思的老人  
“奶奶，今天数数了吗？”  
第四章背台词的“眼睛奶奶”（上）  
奶奶，这是几？  
主动寻找痛苦  
听力骗局  
对孩子有意见  
劝导接力  
第五章背台词的“眼睛奶奶”（下）  
猜字  
把奶奶“吓”出屋  
“人怎么这么能活呢……”  
将奶奶骗向三楼  
“眼睛奶奶”与“欢乐奶奶”的见面  
“到我家去住吧”  
第六章高危老人的生命发现（一）  
虚幻人群  
迷雾  
本质快乐  
安乐死？  
宝贝  
第七章“电话奶奶”和“百岁奶奶”  
不拨号的电话  
一生只剩下五分钟  
“拽我起来”  
我是“逃兵”？  
“吃的喝的都不赖”  
第八章高危老人的生命发现（二）  
大脑潮汐  
记忆就是生活  
话语免疫

## 《她们知道我来过》

老年想象症

最后拥有的东西

孩子没有长大

第九章终生难忘的“俄语奶奶”（上）

“我老伴在哪呢？”

重要一刻

“你为什么给她下跪？”

“你别装听不见！”

“斗心眼”

第十章终生难忘的“俄语奶奶”（下）

## 《她们知道我来过》

### 精彩短评

- 1、主题很好，让我对高危老人的生活有一定了解，但文笔稚气，特别是一些多余感慨，看着像小学生作文，有点反感，后面是带着耐心才看完的。
  - 2、“现在的她们就是我们的未来，关注高危老人，也是关注我们自己”  
高危老人的生活，就像关闭一扇沉重大门，时间默默地推着，吱呀吱呀，直到安静闭合。  
太多的关注，都给了孩子们，我们亏欠老了的自己太多了。  
等我老了，我会怎么样？  
我想要幸福平静地等待死亡到来。  
如作者这样，一直关怀着高危老人的人们，真心的，谢谢你们，原来这个世界，也可以这样温暖。
  - 3、我们每个人都应该读的书
  - 4、不自恋，不做作，语言饱含深情。能写出这样的书，来自作者内心深处的关怀。看文章的时候我总是会想起奶奶，她也是个可爱的人，但是我对她的关心真的不够。
  - 5、她们的现在便是我们的未来，学会陪伴学会关怀这些高龄宝贝，我们所能收获的将不仅仅是一段难忘的经历，而是对人生以及生死的思考。这本书使我看到了一个不一样的老年生活世界，我希望能以自己的力量为这些高危老人的晚年生活带来一些好的改变。期待着……
  - 6、书编写水平太差，广告太多。但内心和向往是好的，许多方法和技巧写的很隐晦但确实让我受益匪浅。老年人是生活是无休止的重复与枯燥，但一颗有爱的心能化解一切的困难，作者的本心表现了善与快乐，值得学习。
  - 7、作为一个记者的良心体现在本书中，一老人相处简而言之真的是平淡的温暖，不免想到自己家中的老人，我不想去做志愿者，还是多花些时间陪陪家人吧。
  - 8、一些瞬间想到已经离开多年的姥姥
  - 9、值得一看，尤其是我的外婆也开始逐渐脑萎缩了
  - 10、临终关怀
  - 11、一名志愿者对高危老人的记录，都是点滴的小事，都是平常的生活，然而，生命，越到后期，一点一滴就越是精华
- 用心体会一个老人的期盼、渴望、开心和偶尔的小情绪，突然的，人就不在了...整个心都是揪起来的
- 12、看的时候想起我的外婆，想到外婆也八十多岁了一个人住在大房子里妈妈每天去看她一次，想到老人的孤独，不觉掉了眼泪。这本书的题材真的很好，也很打动人，美中不足的是作者文笔有点不好，全文的架构也很散，题材很好很难看到这类的书，只可惜内容只能到三星。不过作者在其中加入不少自己照顾老人的经验，很宝贵，值得再加一星。
  - 13、有一些温暖，有一些遗憾，我很喜欢。
  - 14、真的佩服作者，如果是我，我做不到。这是一件没有希望的事，所做的一切都可能在不久的某一天突然变成一张空空的病床，可这又是在捍卫和守护生命最后的尊严和快乐，这是这件事最大的意义。而我们既不了解老，也不了解老人，这是这本书最大的意义。
  - 15、这些高龄老人都是世上的宝贝，因为她们就是我们自己，她们就是在替我们生活，让我们看到活生生的自己的未来。如果我们能找到让她们幸福的方法，以后就会有人以这些方法让我们获得幸福。...四星全给这样的作者沉下心来做着这样一个伟大的事。
  - 16、感动，真实，不过语言比较平实。感情非常真挚。为临终关怀志愿者、从业人员点赞！

2016年2月17日读完。

- 17、总算磨磨唧唧把这本书看完了，看这本书的目的是为了了解老人的世界在想些什么，也行未来自己的父母老了会更理解他们一些，书的语言很平时，就好像自己写的日记一样~~~
- 18、流于表面的文笔，毫无逻辑的架构，愧对这个话题的深度。
- 19、多一点关爱。
- 20、老年关怀往往比不上对幼儿的关注多多少少有一种自暴自弃的想法书中描述的方法不一定是绝对正确的然而对老年人那种打从心底温暖的关怀是真正可敬的 为作者点赞
- 21、老人是一家人中最宝贵的宝贝，越老不总是越糊涂，也有可能是越年轻。耐心，细心，悉心照顾

## 《她们知道我来过》

，换来老人的笑容，是一辈子最美和最值得的回忆。

22、很浅，很平平。

23、这个世界曾经是她们，她们要去的地方，我们也要去的。人总会老的，临终关怀是给她们最后的温暖。生命轮回，她们成了脆弱的小孩子，多点耐心，多点关心吧

24、文字浅显，也不深奥，不过关注高危老人这个视角倒是很特别，很人文。

25、关怀高危老人就是关怀未来的自己 从身边做起 孝顺自己的父母开始 父母正在慢慢变老

26、我们都是幸运的，只要我们还有陪伴他人的能力，能为自己所爱和关心的人带去所需的快乐，就已经是对彼此最大的幸福。

27、你写的我相信都是真的 哭了很多次 以后会再读 愿你一直这么好 愿他们都能碰上如你的人 但我还是希望清醒的活 清醒的死 原谅我不能面对那样的自己

28、想到了很多熟悉的老人，很多有趣的往事

29、开始几篇看着看着会忍不住落泪，心疼老人，看到最后却是微笑着合上书页，心里暖暖的。能活到九十多岁这本身就是一件值得快乐的事情啊！漫漫人生路，希望所有人在生命的尽头都是平和安宁的。

30、帮助 珍惜

31、看了之后真是不敢老.可又没法不老.

32、题材不错，再有深度一点更好

33、书名很吸引人，但是整体它就是一个故事的合集，写得很浅，就像是日记一样，只是单纯的记录了这些故事的发生，没有延展，没有深度的思考，没有过度衔接。很平淡的一本书。

34、这本书记录故事时也教给我们陪伴老人的一些方法。作者是心中有大爱之人，以志愿之心，去陪伴去敬爱每一位老人，走过生命最后的日子。“往往当你坚持着你的坚持时，命运会将拥有共同信念的人安排到你的面前。”

35、生命就是一个轮回但却不是封闭的圆

36、文笔缺善可陈，但作者的行动以及经验，在我们关怀高龄老人的过程中，将起到很好的楷模和指引作用。

37、写的很务实，细节处理的好。有些场景还是感动人的，看完整本书能增加一个人的善心。

38、看这本书的简介时候我还很激动的，因为自己曾经也想过要出一本关于老人的书，他们真的是一部智慧的宝库，真的会让你看尽人生百态，我们每个人都会走到生命的终点，发生在他们身上的每一件事情都将有可能发生在我们身上，年轻人的不理解不认同都有可能是未来我们身上的一个反映，理解与包容是最美的。

39、心里有个地方被触动了。

40、真的很感动，这是读完唯一想法，但文笔稚嫩，缺乏生活阅历，本以为是对生死的感悟，结果对了前面一个字，因为写的是生活，所以温暖却不深奥

41、想到了奶奶，以后要对老人家更有一些耐心。

42、作者很用心，文字简单而朴实，更像一本老年人关怀指南。

43、内容叙述给3分，精神可嘉可敬加2分。

44、人从生来的单纯，到暮年濒死，又回复了简单。希望我们到那天有足够的能力让自己可以体面一点的离开。

45、前面几章就感动的不行，后来愈发觉得作者在老人关怀很有一套嘛，推荐

46、向年轻人介绍衰老死亡为何物的纪实佳作

47、很温暖的一本书，她们也曾经年轻，我们也将老去，“因为她们就是我们，她们就是在替我们生活，让我们看到活生生的自己的未来。”

48、一本有关于临终关怀的书。虽然描述的很浅，但老年关怀往往比不上对幼儿的关注，多多少少有一种自暴自弃的想法。书中描述的方法不一定是绝对正确的，而对老年人那种打从心底温暖的关怀是真正可敬的。推荐给想做志愿者或者想要了解老人的朋友。

49、读出了高危老人知道自己临终了对世界的不舍。一想到30年后的自己和父母，就想哭。

50、爱心的关怀如果源自同情，则是把自己放在了优势者的角度对待那些弱者。这本书给了新的视角去看待和我们不同的人，学会尊重不同的人理解世界的方式。这对我们对待弱者或者普通人都有重要意义。

# 《她们知道我来过》



1、这几天小镇又进入了雨季，昨晚温着雨声看完了这本《她们知道我来过》。这是一本纪实类文学。作者的文笔谈不上多么的出彩和绚丽，却用很平很真的文字，硬生生把我这个铁石心肠的人看哭了。小的时候妈妈身体不是很好，还有印象的就是躺在床里的她在挂点滴的身体和微弱的呼吸，因为害怕还试探过很多次妈妈是否还活着这个命题，然后再长长的舒了一口气。记得在书上看到的，面对死亡，就产生了哲学。童年的时候想很多，害怕死亡，在被窝里哭泣。从骨子里不愿意承认自己会老去，爸妈会走，外公外婆会离开的事实。真的是佩服作者，用了近十年的时间了，陪伴了近百个老人，他熟悉怎么接近老人，怎么和老人沟通，怎么安老人的心，怎么哄老人高兴，换做是我，我做不到。我害怕面对老人，害怕面对生命的脆弱。反省自己，甚至连家里的外公外婆的看望都隔着好几个月。而在医院里的老人，生命已经开始倒数，这是一件没有希望的事情，所做的一切都可能不在不久的某一天变成一张空空的病床和一张洁白的床单，开始一个新的故事。可这件事最大的意义，就是捍卫和守护生命最后的尊严和快乐。终有一天我们会走向死亡，我们抵抗不了基因最后的毁灭程序。甚至在那之前，我们会有更为糟糕的一段灰暗的生活。这本书的题目，来自书里的其中一个老人的故事，到了最后，奶奶已经不会说话了，作者来到医院看到的是身上插满管子的奶奶，他静静地看了一会，默默的走了。那天晚上，奶奶就去世了，作者很是为没能和奶奶告别而遗憾。隔两天作者再来到医院的时候，护士告诉她，那天早上，奶奶知道他过来了。看到这里的时候，好像付出的一切都有了回报。书里有一个很特别的奶奶，她很快乐，每天都精神满满，充满了正能量，就像我的外婆一样，每次看到都是乐呵呵的。有她的地方，总是充满了笑声。但我总是很担心，这位奶奶心理，是不是都特别的苦，她的快乐，是她对抗整个世界苦难的武器，一旦放弃了，生命也就结束了。这些老人，都是世上的宝贝。因为他们就是我们自己，他们是在替很多年后的我们生活，让我们看到活生生的自己的将来，好像如果我们找到了能够让他们幸福的方法，以后就会有人也用这样的方法让我们获得幸福一样。我不知道我为什么要推荐这本书，你一定要问我这有多好看，我说不出来，好像随着阅读量的增加，我越来越说不出一本的具体闪光点在哪里。我只能说，这是一本有意义的书，它能让你看到一种社会显现，一种在死亡面前的社会形态，然后激发了你的思考，能够做到这样，这本书就已经值得拿在你手里。之前和小伙伴讨论，明年的计划有哪些，列了一个list，然后还差几样的时候，她这么说，我希望你能够选择挑战做一些善事，不一定为了能够做到什么或者得到什么，为了你保留你内心的善意不随着生活的忙碌而消失。从孩子变成年轻人，从青年人变成老人。我们又回到了最初最不讲道理的时候，整个社会都在呼吁着关爱老人，看书时候的一瞬间，我也有着冲动去医院，结伴一个老人，付出我这一颗不知从哪里来的热忱之心。然后，我又想到家里几个许久没去看望的外公外婆，自己家里还没做好，凭什么去外面做戏给别人给自己看呢。然后又想到前两天看到的一句话非常有道理，每个中国人都觉得中国人没素质，但几乎所有人都觉得自己很有素质。然后又想到“攘外必先安内”。然后就放下书睡觉了。祝你，安好。

2、1、我家里有位91岁的奶奶，耳聋还特唠叨，交流基本靠吼，你在这边面红耳赤半天，她还在咿咿呀呀，说的话和你的话题风马牛不相及；这岁数了，脾气还特犟，女儿是妈妈的小棉袄，去女儿家住几天多好，偏不，去了一天就嚷嚷着要回来，回来就回来吧，这么大年纪，腿脚不利索还偏爱往外跑，一天是出去半小时在家五分钟，反反复复，你想找到她，那可真是概率事件，一点儿不省心；不识字没文化，读不了书，看不了报，心心念念的不是什么节该拜哪个菩萨，就是哪一天该祭祀哪位逝去的亲友，全是旧黄历，要不然就是哪个村的老人得了什么病，哪个村的老人去世了……这样的奶奶，她的世界，我真不懂，如何与她相处，我不知道，可是，我想懂，我想知道！2、张大诺的《她们知道我来过——中国首部高危老人深度关怀笔记》，就这样闯入了我的生活，带着探究的心，我开始阅读，在高铁上，简直后悔不迭！所谓高危老人，主要指八十岁以上，身体极度衰弱的人，他们中的许多患有脑萎缩老年痴呆，甚而丧失了记忆和理性。作者是一名临终关怀志愿者，书分为两部分，主要篇幅讲述了他接触的奶奶们的故事，准确的说是回忆，每一位奶奶单独成篇，其间穿插对高危老人的生命发现，如何走入她们的世界，提供让她们幸福的方法。回忆部分，根据奶奶们的特征，起名“严肃奶奶”、“佛奶奶”、“欢乐奶奶”、“俄语奶奶”等等，简单甚至平和的讲述，文字质朴，观察入微，时不时让我忍不住大呼“对，她们就是这样的”，在作者的笔下，每一位奶奶都是那么的可爱、可人，我看的是一会儿笑，一会儿又被老人质朴的心思打动，不自觉湿了眼眶，在高铁这个公众场合，旁边座位的人都用异样的眼神看着我，他们对我或许也带着探究的心吧。生命发现的部分，作者

## 《她们知道我来过》

来源于理论与实践相结合的心得、方法，使我埋藏已久的困惑找到了出口。3、对高龄老人来说，一生中最核心的性格会表现的非常明显。书中的“欢乐奶奶”乐观而坚强，见到谁都是笑嘻嘻的，似乎没什么烦心事，即使在身体不便下不了床的时候，也能通过点滴的事情发现欢乐，甚至制造欢乐，所有的志愿者都喜欢她，都愿意来看她，也慢慢了解到正是这样的性格，让她度过了“文革”那段艰难的岁月。我的奶奶一辈子倔强，年轻时本可以和她的妹妹们一样，留在上海，但作为家中长姐，她深信长姐入目，回到了家乡，担起了赡养父母，照顾幼弟的责任；前夫随同国民党一同去了台湾并且重新成家立业的时候，她没有寻死觅活，但很多年过去了，即使白发苍苍，也未曾原谅；在大饥荒的年代，旁人家甚至有饿死人的情况，她硬是没让家里断过粮，即使一顿是稀的不能再稀的粥，拉扯六个孩子熬过了那段时光。4、对高龄老人来说，他们的未来不被期待，甚而他们似乎是一群没有未来的人，他们常常回忆过去，把心思放在下一代、下下一代身上，关注晚辈胜过关心自己。人一辈子经历的种种，随着时间的沉淀、记忆的衰退，最后可说的就那么印象深刻的几件，或大喜或大悲或大爱，翻来覆去的说，陈年往事又不是传奇人生谁愿意一遍遍的听，渐渐的也没了语言，见面周而复始的话题是，好好吃饭，不要省，往往又留下了唠叨的印象。作者说，最快和高龄老人亲近的方法是谈论他们的子女、孙辈，如果你还能赞扬、夸奖，那老人必然很快就把你当自己人了。奶奶不愿意在女儿家过夜，是怕自己给女儿带来麻烦，她根深蒂固的观念，嫁出去的女儿终究是要过自己的日子的。在家又总是往外跑，是担心她的儿子、孙女，即使儿子、孙女都在外地，即使是铁将军把门，只要在门口转转，亲眼看看也就心安了，之所以知道，是亲友们吃的闭门羹多了，基本也掌握了规律，多跑几家，总会见到她在附近。5、对高龄老人来说，死亡随时都会降临，可是无论年纪多大，经历多少，死亡对她来说都是陌生的。作为临终关怀志愿者，作者接触了很多的高龄老人，经受了许多的死别，高龄老人因为年纪、身体渐渐的虚弱，对于他们的离开，无论是对于本人，还是对于亲人，一般是有所准备的，可能正因为如此，或许我们也日渐忽略了高龄老人对于死亡的恐惧。爷爷去世后，奶奶常常念叨的事情就是死亡，时而念叨自己年纪到了，差不多可以走了，那会儿，她82岁，一开始，家人还会生气，让她别瞎说，安慰她会活到百岁，说的次数多了，大家也就只是听听了，上个月的时候，被电话告知，奶奶身体不适倒下了，爸爸安慰我说，人老了都这样，是啊，91岁，如果真的走了，按风俗是喜丧了吧。可是细细想来每次我短暂的归家，奶奶都会说“那个谁谁谁走了”，“那个谁谁谁没多少日子了”，然后伴随一声叹息。这叹息声记忆太过清晰，说那些话的时候，她对于熟悉的年纪相仿的人的离去是怎样一种态度，对待死亡是怎样一种心情呢，或许她也会孤单、害怕吧。6、奶奶的世界，好懂，像作者归纳总结的“吃饭睡觉晒太阳看热闹偶与人交流”，私以为，还有人人皆有的“爱”与“怕”，这与年龄无关，与经历无关。如何与她相处，简单又不易，作为家人的我们，有更多的渠道了解她的过往，因而理应成为更能了解她行为背后动机的人，因理解而接受，不可怜不同情，尊重她的倔强，如果她的倔强曾经是儿女最有力的依靠，那么我们如何能抱怨这份倔强在年迈时带来的不便。耐心聆听她的唠叨，平等接受她的害怕，享受她的爱，安慰她的脆弱，聊她感兴趣的话题，陪伴她，哪怕只是静静的。7、生命到了最后，一点一滴都是精华。阅读的时候我不太理解，写文的此刻，我似乎有了一点了然，我们常说老人如小孩，其实并不尽然，小孩出生时，未经世事，笑与哭都是本能，人世一遭，酸甜苦辣尝遍，笑是满足、是释然，哭是悲怆、是不能言说的痛，而所有的过往，最终的最终，都是返璞归真。

3、我们年轻时总是忙忙碌碌，不停的奋斗，不停的赚钱。当走进那些临终的老人世界，你会发觉生活其实简单了，原因是因为能做的事已经越来越少。或许只是每天躺在床上，或许就是能下床走到病房门口晒晒太阳。这些老人也有青春，大多数八九十岁，经历过2个政权，2次战争，孕有子女，工作数十年，曾经是老师，工人，其实就像现在的年轻的我们，充满朝气，充满对日子的盼头。但是当岁月走到生命的尽头，大脑萎缩，行动迟缓，一切又像回到一个少不更事的哭哭啼啼的小孩一样。你会发觉，生命就是一个轮回。对生活感恩吧！我觉得是这本书给我们的最大鼓舞，看着那些老人用生命最后的气息，挣扎着点燃每天的生存的意义，我们没有理由再去哀叹，再去抱怨生活的不公。活着，很重要。无论你现在失去了什么，一天一天的奋斗总归会有所改变，但当突然有一天你发觉已经快没有几个明天了，那就该“放下”了。

4、这几天小镇又进入了雨季，昨晚温着雨声看完了这本《她们知道我来过》。这是一本纪实类文学。作者的文笔谈不上多么的出彩和绚丽，却用很平很真的文字，硬生生把我这个铁石心肠的人看哭了。小的时候妈妈身体不是很好，还有印象的就是躺在床里的她在挂点滴的身体和微弱的呼吸，因为害怕还试探过很多次妈妈是否还活着这个命题，然后再长长的舒了一口气。记得在书上看到的，面对死

亡，就产生了哲学。童年的时候想很多，害怕死亡，在被窝里哭泣。从骨子里不愿意承认自己会老去，爸妈会走，外公外婆会离开的事实。真的是佩服作者，用了近十年的时间了，陪伴了近百个老人，他熟悉怎么接近老人，怎么和老人沟通，怎么安老人的心，怎么哄老人高兴，换做是我，我做不到。我害怕面对老人，害怕面对生命的脆弱。反省自己，甚至连家里的外公外婆的看望都隔着好几个月。而在医院里的老人，生命已经开始倒数，这是一件没有希望的事情，所做的一切都可能不久的某一天变成一张空空的病床和一张洁白的床单，开始一个新的故事。可这件事最大的意义，就是捍卫和守护生命最后的尊严和快乐。终有一天我们会走向死亡，我们抵抗不了基因最后的毁灭程序。甚至在那之前，我们会有更为糟糕的一段灰暗的生活。这本书的题目，来自书里的其中一个老人的故事，到了最后，奶奶已经不会说话了，作者来到医院看到的是身上插满管子的奶奶，他静静地看了一会，默默的走了。那天晚上，奶奶就去世了，作者很是为没能和奶奶告别而遗憾。隔两天作者再来到医院的时候，护士告诉她，那天早上，奶奶知道他来过了。看到这里的时候，好像付出的一切都有了回报。书里有一个很特别的奶奶，她很快乐，每天都精神满满，充满了正能量，就像我的外婆一样，每次看到都是乐呵呵的。有她的地方，总是充满了笑声。但我总是很担心，这位奶奶心理，是不是都特别的苦，她的快乐，是她对抗整个世界苦难的武器，一旦放弃了，生命也就结束了。这些老人，都是世上的宝贝。因为他们就是我们自己，他们是在替很多年后的我们生活，让我们看到活生生的自己的将来，好像如果我们找到了能够让他们幸福的方法，以后就会有人也用这样的方法让我们获得幸福一样。我不知道我为什么要推荐这本书，你一定要问我这有多好看，我说不出来，好像随着阅读量的增加，我越来越说不出一本的具体闪光点在哪里。我只能说，这是一本有意义的书，它能让你看到一种社会显现，一种在死亡面前的社会形态，然后激发了你的思考，能够做到这样，这本书就已经值得拿在你手里。之前和小伙伴讨论，明年的计划有哪些，列了一个list，然后还差几样的时候，她这么说，我希望你能够选择挑战做一些善事，不一定为了能够做到什么或者得到什么，为了你保留你内心的善意不随着生活的忙碌而消失。从孩子变成年轻人，从青年人变成老人。我们又回到了最初最不讲道理的时候，整个社会都在呼吁着关爱老人，看书时候的一瞬间，我也有着冲动去医院，结伴一个老人，付出我这一颗不知从哪里来的热忱之心。然后，我又想到家里几个许久没去看望的外公外婆，自己家里还没做好，凭什么去外面做戏给别人给自己看呢。然后又想到前两天看到的一句话非常有道理，每个中国人都觉得中国人没素质，但几乎所有人都觉得自己很有素质。然后又想到“攘外必先安内”。然后就放下书睡觉了。祝你，安好。

5、我害怕衰老，因为不是每个人都像书中的这些奶奶一样，遇到愿意去懂她们的人，把她们当作孩子而不是用成人世界的种种严苛条件去约束他们。作者的一段话让我深有感触：“面对他们时，同情的的情绪总会不由自主地冒出来，但这一点真的是对他们的——不尊重，他们有自己的思维方式以及生活方式，这些方式被他们虚弱的外表以及智力退化的大脑所遮蔽。他们给人可怜巴巴的感觉，但他们并不可怜巴巴，他们按照自己的方式认真地生活，认真地烦恼，认真地高兴以及恐惧，他们的眼睛告诉你，他们的内心在正常地活动，他们是一群在心灵意义上最正常的人，你可以淡视他们的身体以及脑力，但不能淡视他们的心。”我很害怕等我老了之后不能遇到懂得这些人，他们强硬地要求我记住自己的名字认得自己的亲人，把我往“正常”的轨道上带，他们不记得我有着完整而独立的人格，不需要谁去同情，也不希望被人看轻。

# 《她们知道我来过》

## 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)