

获 2008 年勃朗蒂浪漫小说奖 ■

*Still Alice*



# 我想念我自己

[美] 莉萨·热那亚 著 楼武挺 译

河北出版传媒集团  
河北教育出版社

# 我想念我自己

[美] 莉萨·热那亚 著 楼武挺 译

河北出版传媒集团  
河北教育出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

我想念我自己 / (美) 热那亚著; 楼武挺译.

— 石家庄: 河北教育出版社, 2013.1

书名原文: Still Alice

ISBN 978-7-5434-9963-8

I. ①我… II. ①热… ②楼… III. ①长篇小说—美国—现代 IV. ①I712.45

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第016136号

冀图登字: 03-2012-125

## Still Alice

Copyright © 2007, 2009 by Lisa Genova

Simplified Chinese translation copyright © 2013 by Hebei Education Press

Published by arrangement with Gallery Books, a Division of Simon & Schuster, Inc.

through Bardon-Chinese Media Agency

All rights reserved.

本简体字版 © 2013 由台湾麦克股份有限公司授权出版发行

书 名	我想念我自己
作 者	莉萨·热那亚
译 者	楼武挺
策 划	北京启发世纪图书有限责任公司 台湾麦克股份有限公司
责任编辑	袁淑萍 高群英 邱晓亮
美术编辑	牛亚勋
装帧设计	刘黎炜 雷双华

---

出 版	河北出版传媒集团 河北教育出版社 <a href="http://www.hbep.com">www.hbep.com</a> (石家庄市联盟路 705 号, 050061)
发 行	北京启发世纪图书有限责任公司
印 刷	北京天来印务有限公司
开 本	880毫米×1230毫米 1/32
印 张	9.5
字 数	152千字
印 数	5000
版 次	2013年4月第1版
印 次	2013年4月第1次印刷
书 号	ISBN 978-7-5434-9963-8
定 价	29.80元

---

版权所有·翻印必究

如有印装质量问题请与印刷厂调换 电话: 010-60695281

发行电话: 010-59307688

## 序

有出版机构希望我能对美国小说《我想念我自己》写篇序言。

我作为一名医务工作者，虽粗通笔墨，但不懂文学，怎敢为一部北美畅销小说作序？可翻阅细读、静思其意之后，我不仅为书中的人物情节所打动，更敬佩本书作者的爱心与敬业。我决定写出点滴心得，不知能否称其为“序”，但总可以借此短文表达自己以及长期致力于我国老年痴呆防治工作的同道们的所感所悟。

本书的作者莉萨·热那亚 (Lisa Genova) 是哈佛大学的神经学博士，从事记忆障碍、中风、药瘾等专业研究工作，真正促使她进行与阿尔茨海默病（即我国大众所称的老年痴呆症）相关的文学创造的原动力则始于她八十岁祖母罹患了此病之后。正如她在回答记者提问时所说：

“她一直都非常聪明、活跃和积极，而我们却眼睁睁地看着这个病逐渐夺走了她。”正是这种失去亲人的切肤之痛，这种至爱亲情的真实感受促使这位科学研究工作者投入了大量的时间和精力进行了痴呆临床病症的探寻。她向医院神经科、精神科以及心理学方面的专家咨询，和患者以及他们的家属广泛交流，采集到大量真实、可靠的信息，通过高超的文学表现手法，向人们讲述了一个虚构的，但却是极具代表性的早期阿尔茨海默病患者的“真实”故事。

在人类已经步入老龄化社会，“银发”浪潮滚滚而来的今天，与增龄密切相关的老年期痴呆问题不可避免地显现在我们每个人面前。无论是年过花甲的老年朋友，还是年轻朋友的至亲至爱都有可能被这个可怕的疾病所袭。之所以谓之“可怕”，是因为此病的患病率随年龄的增加而提高，每增加五岁，患病率则可翻一翻。在“人活七十古来稀”已成为历史的现今社会，千百万企盼天伦之乐老年朋友却面临着逐渐忘记家人、远离社会，甚至失去生活能力的疾病威胁。由于中国老龄人口的基数巨大，六十岁以上的老年人口已超过一亿七千八百万，所以依老年痴呆的患病率推算，中国现有约八百万的痴呆老人，占全世界老年痴呆患者的四分之一。

“寿比南山”始终是中国人心目中重要的追寻目标，但能否在“长

寿”到来时享受到真正的“福如东海”却成了未知，因为先决条件是寿星不能被“痴呆”所困扰。而且由于老年痴呆的病程冗长、逐渐发展，数年、十几年甚至二十余年的病程折磨着患者以及他们的家庭，同时也给社会经济造成了巨大负担。在“未富先老”的我国，如何应对这一老龄化带来的痼疾，对于我们每个人、每个家庭，乃至全社会都是一个新课题、新挑战。

依据目前的医疗救治水平，我们还无法治愈阿尔茨海默病，但这并不意味着科学界近几十年来的努力研究和探索一无所获，也并不意味着临床医护人员对此病一筹莫展。通过合理的药物治疗、科学的护理方法、积极的康复训练，完全可以改善该病的临床症状，延缓病情发展，提高生存质量，可以将疾病带给患者、家庭、乃至社会的伤害降低到最低水平，这就是我们在向疾病抗争过程中一步步向前推进的可贵进展。更何况，这个吸引全世界科学家目光的疾病已经在实验研究中取得了可喜的成果。小说中提及的治疗阿尔茨海默病的新药，目的是减少有害蛋白质在大脑内的沉积，就是旨在“治本”，而不再是“治标”。或许在不久的将来，有效控制疾病发展，甚至逆转疾病病理过程的新药物、新方法就有可能问世。让我们共同企盼这一天的早日到来，有希望，就有明天。

但是如何在现阶段让我们的痴呆患者和家庭能像小说中的主人公一样，“勇敢地为每一天而活，为当下而活”，做面对疾病的强者，已经成为我们急需解决的重要问题。这不仅是医学科学层面所需要探讨的课题，更是对生存理念及生命价值观的重新思考与认同。

本书作者之所以选择一位事业有成的中年女性作为小说的主人公，其主要目的是在通过她的经历，告诉人们：痴呆患者和他们的家庭应该勇敢地直面疾病，克服“羞耻感”，早期就医、早期治疗，避免与社会隔阂、自我封闭。实际上，自我封闭正是促使疾病快速发展的重要因素之一。小说中的主人公虽然不幸患上了阿尔茨海默病，也经历了初获诊断时的震惊、痛苦与无奈，但她终于坚强地站起来，从家庭、同事、朋友以及周围生活环境的点滴美好事物中体会关爱，享

受快乐，使生活的每一天依旧美好、幸福。

本书充分发挥了文学作品的想象力与感染力，脱离了我们医务人员平日里对医学知识枯燥、乏味的说教，带领读者进入特定的文学情节，以丰富、细腻的生活体验，对疾病的症状、治疗，乃至发病机理都进行了阐述，避免了晦涩与单调，增添了灵动与乐趣，难怪北美地区的读者如此喜爱此部小说。

本书虽然是一部文学作品，但因为作者的专业背景，书中不断出现一些医学词汇，甚至是专业术语，因此应该衷心感谢本书的译者楼武挺先生。他以“信、达、雅”的高超翻译技巧，不仅将大洋彼岸的人文景观、生活习俗栩栩如生地介绍给中国读者，而且将生涩的医学内容转化为故事情节，从而使读者获得丰富生动的阅读体验。

最后还应感谢河北教育出版社有限责任公司和北京启发世纪图书有限责任公司为我们中国读者送上了这样一部好书，通过小说这种大众喜闻乐见的文学形式介绍了老年群体中这种常见病症的社会影响力，为我国老年痴呆疾病的防治工作增添了鲜活的色彩。

中国有成百上千万的老年痴呆患者，他们都曾为家庭和社会做出过努力和奉献，有些还是为民族振兴做出过重大贡献的杰出人士。他们虽然日渐迷茫，但在心灵深处，依旧深深镌刻着自己曾经踏留的足迹，仍然希冀着一份来自家人、亲友以及社会的尊重和关爱，正如本书主人公发自内心的呼唤：“我想念我自己！”。因此，衷心地希望我们的社会、我们的民众，挽手并肩为老年痴呆患者及其家庭尽其所能，奉献爱心，在他们与疾病博弈的漫漫征程上，送上我们的温暖与救助，永远与他们相伴相随，不离不弃。

愿本书在中国的沃土上，像在她家乡的花园中一样，绚丽夺目！

中国老年保健学会老年痴呆及相关疾病专业委员会 主任委员  
解放军总医院老年神经科 主任医师 教授



2012年12月 北京

纪念安吉，  
并献给阿莱娜

## 感谢

通过国际痴呆症互助网和美国痴呆症网，我认识了许多人。衷心地感谢你们，尤其是彼得·阿什利、阿伦·本森、克里斯汀·布莱登、比尔·凯里、琳·卡利弗、莫里斯·弗里德尔、雪莉·加尼特、凯迪·哈里森、查克·杰克逊、林恩·杰克逊、西尔维娅·杰克逊、詹妮·克瑞斯、杰伊·莱德、珍妮·李、玛丽·洛克哈特、玛丽·麦金利、特雷西·莫布里、唐·莫耶、卡罗尔·马利肯、吉恩·奥帕尔卡、查理·施耐特、詹姆斯·史密斯、杰·史密斯、本·史蒂文斯、理查德·泰勒、黛安·桑顿和约翰·威利斯。你们和我分享了个人的脆弱、恐惧、希望和见识，你们的智慧、勇气、幽默、热心和同情心让我获益匪浅。得益于你们的故事，我对爱丽丝的描述才能更加丰富、更加充满人性。

在此，我要特别感谢詹姆斯和杰，你们给了我太多关于阿尔茨海默病和本书之外的东西。认识你们，我真的感到三生有幸。

我还要感谢以下这些医学专家。他们不吝时间、知识和想象，帮助我对爱丽丝所患的阿尔茨海默病的发现和恶化过程有了一个真实而细致的感觉。他们是：

鲁迪·坦齐医生和丹尼斯·赛尔克医生——帮助我深入了解了关于这种病的分子生物学；

阿里礼萨·阿特里医生——让我跟着他在马萨诸塞州综合医院的记忆障碍科实地观察了两天，并向我展现了他的智慧和同情心；

道格·科尔医生和马丁·塞缪尔斯医生——帮助我对阿尔茨海默病的诊断和治疗有了更深刻的了解；

萨拉·史密斯——让我旁听了她对病人进行的神经心理学测试；

巴巴拉·霍利·马克萨姆——为我解释了社工和马萨诸塞州综合医院患者家属互助小组的作用；

依尔琳·林恩布瑞纳——扮演了爱丽丝的遗传病咨询师；

乔·马洛尼医生和杰西卡·怀斯奎斯特医生——扮演了爱丽丝的全科医生。



感谢史蒂文·平克博士让我了解了哈佛大学心理学教授的生活。  
感谢内德·沙欣博士和伊莉莎白博士让我了解了学生眼中的教授生活。

感谢史蒂夫·海曼博士、约翰·凯尔西博士和托德·卡亨博士解答了我关于哈佛大学和教授生活的各种问题。

感谢道格·库佩跟我分享了关于表演和洛杉矶的一些细节。

感谢马丁·布朗、安妮·凯里、劳雷尔·戴利、金·豪兰、玛丽·麦格雷戈和克里斯·欧康纳阅读了每一章的内容。感谢你们的评论、鼓励和热心。

感谢编辑黛安·巴尔托利、雷拉伦·凯、罗斯·欧唐纳和理查德·佩。

感谢凯利和霍尔公司杰出的推广员乔斯林·凯利。

衷心感谢贝弗利·贝克姆给了我每个自费出版者梦寐以求的最佳评论。感谢你为我介绍认识了朱莉亚·福克斯·加里森。

朱莉亚，我真不知道该怎么感谢你。你的慷慨大方改变了我的  
人生。

感谢维基·比尤尔为我代理，并坚持建议我改变故事的结局。你  
真的很有才华。

感谢路易斯·伯克、约翰·哈迪、凯西·萨根和安东尼·奇卡尔  
迪对此书的大力支持。

我要感谢人多势众、“大嘴巴”的热那亚家族。你们“厚着脸皮”  
叫认识的每一个人都来买你们的女儿/侄女/姐姐/妹妹/表姐/  
表妹写的书。你们是最优秀的游击推销员！

我还要感谢不像热那亚家族那么人多势众，但绝对同样“大嘴巴”  
的索伊夫特家族。感谢你们为我宣传。

最后，我要感谢克里斯托弗·索伊夫特为我提供技术和网页支持，  
帮助我进行原始封面设计和把抽象的东西形象化，以及为我做了无数  
其他的事情。不过，最重要的是，谢谢你给了我那些蝴蝶。

目 录

2003.9	2	2003.10	25
2003.11	34	2003.12	46
2004.1	63	2004.2	77
2004.3	85	2004.4	95
2004.5	104	2004.6	116
2004.7	136	2004.8	149
2004.9	168	2004.10	181

2004.11.....193

2004.12.....201

2005.1.....216

2005.2.....230

2005.3.....238

2005.4.....243

2005.5.....253

2005.6.....257

2005.夏.....268

2005.9.....273

尾声.....275

附言.....279

对莉萨·热那亚的访谈.....280

早在一年以前，在她脑中离耳朵不远的地方，有些神经元就已经被勒死，只是动静很小，她没听到。有人可能会争辩，说是巨大的隐患逼得神经元开始进行自我毁灭。不过，无论是分子谋杀还是细胞自杀，它们都没能在死亡之前警告她，即将发生的一切。

2003.9

爱丽丝坐在卧室的写字台边；约翰正在楼下挨个房间跑进跑出，吵得她怎么也集中不了注意力。上飞机前，她得审完投给《认知心理学》的一篇文章。她刚把一句话反复读了三遍，但仍然没弄明白是什么意思。这会儿，闹钟上显示的时间是7点30分——她估计闹钟快了十分钟。根据这个近似的时间和楼下不断提高的声响，她知道约翰正急着出门，却想不起把某样东西扔在什么地方了。她用红笔敲着自己的下唇，边盯着闹钟上不断变化的数字，边竖起耳朵听着。

“爱丽？”

她把笔往写字台上一扔，叹了口气。来到楼下，她看见约翰正跪在客厅里，在那几个沙发垫下摸索着。

“钥匙？”她问。

“眼镜。不要教训我，我要来不及了。”

他慌慌张张地瞥了一眼壁炉台。顺着他的目光望去，她看到华生牌老爷钟上显示的时间是8点整。这钟因为精确而价格不菲，但他早该知道它也是不能信赖的。他们家的钟几乎没有能准确报时的。爱丽丝过去经常被它们那貌似忠良的外表所欺骗，因此，

她早就只相信自己的手表了。果然，走进厨房时，她再次陷入了时间错乱——微波炉固执地认为现在还只是6点52分。

她望向光滑整洁的花岗岩案板，看到他的眼镜就放在蘑菇形的盆边，下面垫着一封未拆开的信。眼镜没被压着，也没被挡着，一眼就能看得到。他这么个聪明人、科学家，怎么连眼皮底下的东西都看不到呢？

当然，她自己也开始丢三落四了。不过，她并未向约翰承认这一点，也不想让他帮自己找东西。幸好约翰不知道，就在几天前，她花了整整一个上午的时间来寻找她黑莓记事本的充电器。她先是把家里翻了个底朝天，接着又去办公室狂找了一通，最后，无可奈何地去店里买了个新的。结果，那天晚上，她发现原来的那个就插在她那一侧床边的插座上。她怎么就没想到来这里瞅一眼呢！对于发生在他俩身上的这一切，她大概只能这样解释：他俩承担了太多的工作，实在忙得不可开交，而且年纪也越来越大了。

他站在厨房门口，只顾盯着她手里的眼镜，连正眼都没有瞧她一眼。

“下次再找东西，试试把自己当成一个女人。”爱丽丝笑着说。

“再穿上你的裙子。爱丽丝，拜托，我真的来不及了。”

“从微波炉上的时间来看，还早着呢。”说着，她把眼镜递给了他。

“谢谢。”

他像运动员接力棒那样，一把抓过眼镜，急匆匆地向大门冲去了。

“我星期六回来的时候，你会在家吗？”她跟着他来到门厅，在他背后问道。

“不好说，星期六实验室有重要的事情。”

他从门厅的桌上拿了公文包、电话和钥匙。

“旅途愉快，替我问候莉迪亚。对了，记得尽量别跟她吵架。”约翰说。

她看了看门厅镜子里的他俩：一个戴眼镜的高个子男人，满头棕发中夹杂着缕缕银丝，显得很体面；一个娇小的卷发女人，双手抱在胸前——两个人马上就要像平时那样没完没了地吵起来。她咬紧牙关，咽了下口水，忍住了。

“我们好久没在一起了，请尽量回家吧？”她请求道。

“我知道，我会尽量赶回来的。”

他亲了亲她。虽然一心想走，但他还是给了她一个“深吻”，尽管比“蜻蜓点水”强不了多少。要不是对他非常了解，这个吻大概就要让她浮想联翩了。她可能会满怀期望地呆在那里，等着他说：我爱你，我会想你的。但看着他在街上横冲直撞的身影，她肯定他刚才说的是：我爱你，但要是我星期六不在家的话，请千万不要发火。

曾经，他俩每天早晨都一起步行去哈佛园。在离家不足两公里远的同一所大学任教，一块儿上下班是她最喜欢的事情。他俩总是在杰里咖啡厅停留片刻，他要一杯纯咖啡，她要一杯柠檬茶——视季节而选择冰镇的或热的。然后，他俩就继续朝哈佛园走，边走边聊各自的研究、课程、系里的大事、他俩的孩子或当晚的计划。刚结婚那会儿，他俩甚至还是手牵着手。每天，在紧张的工作和强烈的事业心把他俩折磨得心力交瘁、筋疲力尽之前，她都会好好享受这放松而亲密的晨间漫步。

但现在，他俩已经有段时间没有一块儿步行去哈佛了。整个



夏天，爱丽丝都在拉着旅行箱到处奔波，去罗马、新奥尔良和迈阿密参加各种心理学研讨会，还作为考试委员会成员去参加了普林斯顿大学的一场论文答辩。在此之前，春天的时候，约翰的细胞培养研究每天上午都需要有人花费一个小时来进行恶心的清洗工作。他不相信哪个学生能够坚持做这项工作，所以只得亲自上阵了。至于春天之前他俩为何没有一块儿去哈佛的种种理由，她已经完全记不起来了，只知道每次它们听起来都合情合理，也都仅仅是暂时情况而已。

她坐回桌前，但仍然无法静下心来。因为小女儿莉迪亚的事，她真恨不得刚才就跟约翰吵上一架。支持自己一次，能要他的命啊？鉴于此刻心神不宁，时间又紧，她只得一反平日里精益求精的态度，匆匆地看完了论文余下的部分。写完评语和修改意见之后，她把论文装进信封并封了起来。想到自己可能漏改了论文在立意或阐述上的某处错误，她不禁感到一阵歉疚，并因为未能尽善尽美地完成工作而不停地咒骂约翰。

她重新收拾了行李——上次出差归来之后，旅行箱里的东西还没有完全收拾出来。她希望接下来的几个月能够少出几次差。她的秋季学期日程中只有为数不多的几次邀请演讲，而且她把其中大部分都安排在了没有课的周五，比如明天。明天，她将作为演讲嘉宾参加斯坦福大学认知心理学秋季系列研讨会的开幕会议。之后，她将跟莉迪亚见面。她会努力避免跟莉迪亚争吵，但她无法做出任何保证。

爱丽丝毫不费力地找到了斯坦福大学的科尔迪尤拉会议厅。它位于校园西路和巴拿马路的交会处。灰泥外墙、琉璃瓦房顶和



郁郁葱葱的景观花木——在来自东海岸的她看来，这更像是加勒比度假海滩上的一家酒店而非学术大楼。她来得太早了，不过还是走了进去。因为，她觉得她可以坐在寂静的听众席上，利用这段空余时间再检查一遍发言稿。

大大出乎她意料之外的是，这时会议厅里已经挤满了人。只见他们都围着一张自助餐餐桌兴致勃勃地狼吞虎咽着，活像一群落在富人区城市海滩上的海鸥。她正想悄悄地溜进去，却发现乔希挡住了她的去路。他是她曾经的哈佛同学，是个极端自私自利的人。此刻，他正叉着腿站在路中间，摆出一副饿狼扑食的架势。

“这些都是为我准备的？”爱丽丝微笑着打趣道。

“哪能啊，这只是我们的家常便饭。我们的一位发展心理学同事昨天评上了终身教授，我们正在为他庆祝。对了，哈佛待你如何？”

“挺好的。”

“真不敢相信，过了这么多年，你竟然还待在哈佛。你要是在那边待烦了，随时都可以考虑来这边。”

“要来的话，我会跟你打招呼的。你过得怎么样？”

“相当不错。演讲过后，你去我办公室看看我们最新的模型数据吧。绝对会让你大开眼界的。”

“不好意思，我去不了，我得赶飞机去洛杉矶。”她说。她为自己有这个现成的借口而感到庆幸。

“啊，真是太不凑巧了。上次见到你，好像是在去年的心理规律研讨会上。遗憾的是，我错过了你的演讲。”

“没事，其中的大部分，你今天都能听到。”

“你这两年一直都在炒冷饭呀？”

