

THE REASON I JUMP

The Inner Voice of
a Thirteen-Year-Old Boy with Autism

我想 飞进天空

张怀强 | 译
〔日〕东田真树 (Naoki Higashida) | 著



在自闭症的世界里，理解是最适当的陪伴

田惠萍 / 蔡春猪 / 周迅 / 许晴 / 武佳碧 / 大卫·米切尔 / 囧司徒 感动推荐
知名公益机构壹基金联合推荐



中信出版集团 · CHINACITICPRESS



THE REASON I JUMP

The Inner Voice of

a Thirteen-Year-Old Boy with Autism

我想

飞进天空

〔日〕东田直树 (Naoki Higashida) 一著

张怀强 译

图书在版编目(CIP)数据

我想飞进天空 / (日) 东田直树著; 张怀强译. --
北京: 中信出版社, 2016.4

书名原文: The Reason I Jump: The Inner Voice
of a Thirteen-Year-Old Boy with Autism
ISBN 978-7-5086-5965-7

I. ①我… II. ①东…②张… III. ①随笔—作品集
—日本—现代 IV. ①I313.65

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第041195号

The Reason I Jump by Naoki Higashida
Copyright in Japanese text ©Naoki Higashida 2007
Copyright in English translation © KA Yoshida and David Mitchell 2013
Copyright in Introduction © David Mitchell 2013
This edition arranged with CURTIS BROWN-U.K.
through BIG APPLE AGENCY, INC., LABUAN, MALAYSIA
Simplified Chinese edition copyright © 2016 CITIC Press Corporation
All rights reserved
本书仅限中国大陆地区发行销售

我想飞进天空

著者: [日] 东田直树

译者: 张怀强

插画: 张汉

策划推广: 中信出版社 (China CITIC Press)

出版发行: 中信出版集团股份有限公司 (北京市朝阳区惠新东街甲4号富盛大厦2座 邮编 100029)
(CITIC Publishing Group)

承印者: 北京通州皇家印刷厂

开本: 787mm×1092mm 1/32

版次: 2016年4月第1版

京权图字: 01-2014-6113

书号: ISBN 978-7-5086-5965-7 / I · 783

定 价: 36.00 元

印 张: 6.75 字 数: 57千字

印 次: 2016年4月第1次印刷

广告经营许可证: 京朝工商广字第8087号

版权所有·侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页, 由发行公司负责退换。

服务热线: 010-84849555 服务传真: 010-84849000

投稿邮箱: author@citicpub.com





世界对自闭症这个群体的认识经历了几个阶段：早期（20世纪40~80年代）主要依赖于他人的观察和主观的评判；从20世纪90年代开始，陆续出现的自闭症人士本人的讲述，成为世界认识和了解这一群体的重要信息来源和组成部分。他们的自述是如此的惊人和不容置疑，使得人们对世界都有了不同的理解。

首先，是他们让我们知道人与人的不同是精彩世界的一部分，因此我们没有理由评判谁更“正常”，所有的生命形态都值得尊重和珍惜。我们还认识到，自闭症人士需要有适合他们（各自）的沟通渠道，无论是图片、文字、符号，还是发声、打字或手语……让他们学习并掌握这些沟通工具，创造运用这些工具与这个世界沟通的机会，是我们的使命。

也许有一天，科学的进展会使我们对导致自闭症的因素有更多的认识，但今天自闭症尚不是一种疾病（disease），而是一种障碍（disorder）——如同有人有视觉障碍，有人有听觉障碍，有人有肢体障碍。自闭症人士深陷于沟通障碍之中，他们是有特殊需求群体的一部分，如同盲人、聋人、肢障和智障人士，为他们提供所

需要的沟通支援是文明世界的使命，是现代社会的任务。

面对自闭症这个“谜”一般的群体，我们没有资格认为自己是专家，认真地倾听和阅读他们的心声，发现不一样的世界，享受和他们共同的生活，能让我们在生命的领域学到更多的东西。

身为自闭儿的母亲，我 30 岁的儿子杨弢是我生活的老师，我还会继续拜他为师，再有 30 年也未必足够……

——田惠萍

自闭儿家长，北京星星雨教育研究所创始人、理事长

通过壹基金举办的特殊儿童音乐会，我第一次接触并了解到自闭症这个群体。有数据显示，我们国家自闭症儿童数量已经超过 200 万，他们像星星一样孤独地闪烁在另一个世界。在这座柔软的孤岛上，一群可爱的天使们用他们独特的频率向我们发射信号。《我想飞进天空》这本书通过最简单的一问一答形式帮助我们接收他们的信息。不是旁观，不是倾听，不是记录，是带着温暖和理解走向他们。通往他们星球的路上，邀你们一起同行。

——许晴

壹基金明星义工

“东田直树的文字恰如醍醐灌顶，让我不再自怨自艾，而是开始去思考我儿子的生活有多么艰辛，以及我能做什么让他的生活少些艰辛……直树将自己重度自闭症的亲身体验传播给更多的人，这个过程的劳神费力，并不亚于你我双手捧着一捧水穿过人潮拥挤的时代广场。”——大卫·米切尔

“我们甚至无法控制住自己的身体……这就好像我们在远程控制一个失灵的机器人一样……希望你们能一直留意我们——意思就是：‘请永远不要放弃我们。’我用了‘留意’这个词，是因为你们仅仅是在一旁看着我们，就能让我们更加坚强……对我们而言，最大的折磨就是看到自己为别人带来了这么多的痛苦。我们可以很好地应对自身的困难，但是我们难以忍受自己的存在成了别人的负担……那些整天跟我们待在一起的人，请不要因为我们而感到压力……每个人类个体，无论他或她有没有缺陷，都需要努力拼搏。而且，只有在为幸福奋斗的过程中，你才会找到幸福。”——东田直树

我把书中震撼着我的字字句句分享给大家，译者与作者这些短短的细碎的情绪，需要我们持续而长久的爱去解读。

——周迅

壹基金明星义工

这是一本独特、有力量的书。它让我们能够以一名自闭症青年的视角来重新审视这个世界。他身上所体现出来的简单而美好的特质，显得那么与众不同，但其实这些特质也深藏于你我心底，将我们联系在一起。

——Andy Shih

美国自闭症之声 (Autism Speaks) 副总裁

两年前，当我们决定发起“敢爱星球”公益行动时，目的很明确：认识、了解、帮助那些和我们生活在同一星球，却只能孤独地活在自我世界的自闭症孩子们。两年来，我们听取了很多建议，其中有专家、家长、媒体人士……获益匪浅，但我一直有个遗憾，一种最为珍贵的声音——来自自闭症孩子的声音缺席了。

所以，当我看到《我想飞进天空》——一个13岁自闭症孩子写的书时，我是很激动的。东田直树是一个没有口语表达能力的孩子，幸运的是他学会了使用文字，让我们有机会走进他的内心，真正了解他是谁、在想什么、怎么想的……

我们总是说：走进自闭症孩子的世界。而唯有让更多人了解他们，直到每个人都了解他们，走进他们的世界才有可能。只有真正走进自闭症孩子的世界，才能提供最切实的帮助，为他们构筑平等、和谐、友爱的“敢爱星球”，这也是英菲尼迪一直“敢·爱”努力的方向。如果你也希望加入其中，那么拿起这本书，就是开始。

——武佳碧

东风英菲尼迪总经理

这本书真的很有价值。对了解我的孩子，他为何是这样，他是怎么想的，大有益处。我看过太多关于自闭症的书和材料，就我目前所看到的，这本书是最接近自闭症儿童的内心世界、最真实的。

——蔡春猪

自闭儿家长，著有《爸爸爱喜禾》

这是我读过的最了不起的一本书，真正感动人心，让人眼界大开，描写得无比生动。

——乔恩·斯图尔特(囧司徒)

美国《每日秀》主持人

精彩再加一百万倍。

——乌比·戈德堡

美国著名影星

这本书以充满智慧、美善、亲密和勇气的方式解释自闭症，正是这位了不起的少年每天生活的方式。东田直树带我们一窥“镜子后的世界”，不管是家长、教师、手足、朋友，还是那些所爱之人患有自闭症的人，都应该读东田的叙述。我只希望自己在东田这个年纪的时候，能有这本书为自己辩护。

——蒂姆·佩奇

美国作家，南加州大学新闻系教授

这本书就好比罗塞塔石碑……我得一直提醒自己，作者写这本书的时候只是个13岁少年……书中的叙事口吻明快，同时蕴含丰沛的智慧。读这本书大概只需要90分钟，读完将会大大拓展你身而为人的眼界。

——英国《泰晤士报》

这是一张难能可贵的地图，引领我们进入重度自闭症儿童的世界。东田直树拥有高明的见解，绝对能让那些有自闭症孩子的家庭再多一点耐心，让我们终于能够看见他们“奇怪”的行为中藏着的美好。

——美国《人物》杂志

轻薄短小但见识卓越……东田直树的自白如此震撼人心而令人动容，让我们得见自闭儿脑中珍贵的面貌。

——美国《Parade》杂志

请不要把这本书当成又一本探讨自闭症的书籍……这本书触动读者的内心，让我们得以直接进入自闭儿的心灵，感受失去时间的束缚是什么感觉，为什么自闭儿需要时时有人提点激励，还有为什么他们很难紧紧握住别人的手。当然，自闭儿表现出的行为有很多种，所以“光谱”的概念才会这么受欢迎，听听这位自闭儿的心声，我们就能了解回荡其中的意义。

——美国《芝加哥论坛报》

这本书绝对值得瞩目……如今大约 88 位孩童中就有 1 位被诊断出有程度不一的自闭症，而自闭儿的家人、朋友、教师都渴求着更多信息。这本书能够启发每一个人，想必会让人一再提起。

——美国《出版人周刊》

我们已经有了既定的想法，相信这些想法大概都能解释自闭儿的行为，然后这本书出现了，推翻了这些所谓的知识。这本书能带我们进入另一个世界。

——英国《每日邮报》

每一页都打破了对于自闭症的预设……只要你知道东田直树如何写出这本书，你也会为他折服。

——英国《新政治家》杂志

太惊人了！这本书建立起一座坚实的桥梁，连结自闭儿的世界与一般人的世界。我有好多问题想问东田直树，但首先我要对他说：谢谢。

——英国《星期日泰晤士报》

这本书让人了解自闭症是怎么一回事……我们都应该记得一件事，东田直树就是活生生的证明：对每一位自闭儿来说，即使他们的外表看起来与人疏离、冷淡，但胸膛内依然跳动着一颗温暖的心。

——英国《金融时报》

透过东田直树充满童心的眼光看自闭症，这本迷人的书引发我们无限想象，就像是一本写给家长、照顾者、教师的指导手册。这本书让我们看见从未见过的自闭儿内心，为读者提供一个可靠的方向，进入几乎不为人知的秘境。

——英国《独立报》

大卫·米切尔夫妇就像几百万个自闭儿的家长一样，不断在寻找答案，但很难有令人满意的回答。最终他们找到了解答，这解答并不是来自某个研究机构，而是一位日本少年东田直树写的书。这本书就像打开了一扇门，通往另一种逻辑的世界，解释了为什么自闭儿会在脸前拍手、突然离开家，或是为什么要跳起来？

——英国《每日电讯报》

这本书太棒了，我不信有谁能够不受感动、不受吸引，不会因这本书而雀跃不已。

——英国《伦敦标准晚报》

不管你有没有养育自闭儿的经验，这本薄薄的书中传达出无比的诚实与真实，都会粉碎你对自闭儿处境的一切幻想、假设以及论调。东田直树说出他想说的实话，让照顾自闭儿的人能够往前迈进，教师也能以新的姿态对待自闭症学生，为自闭儿拓展更多可能性，而不会感到那么孤独。这真是不简单的成就。

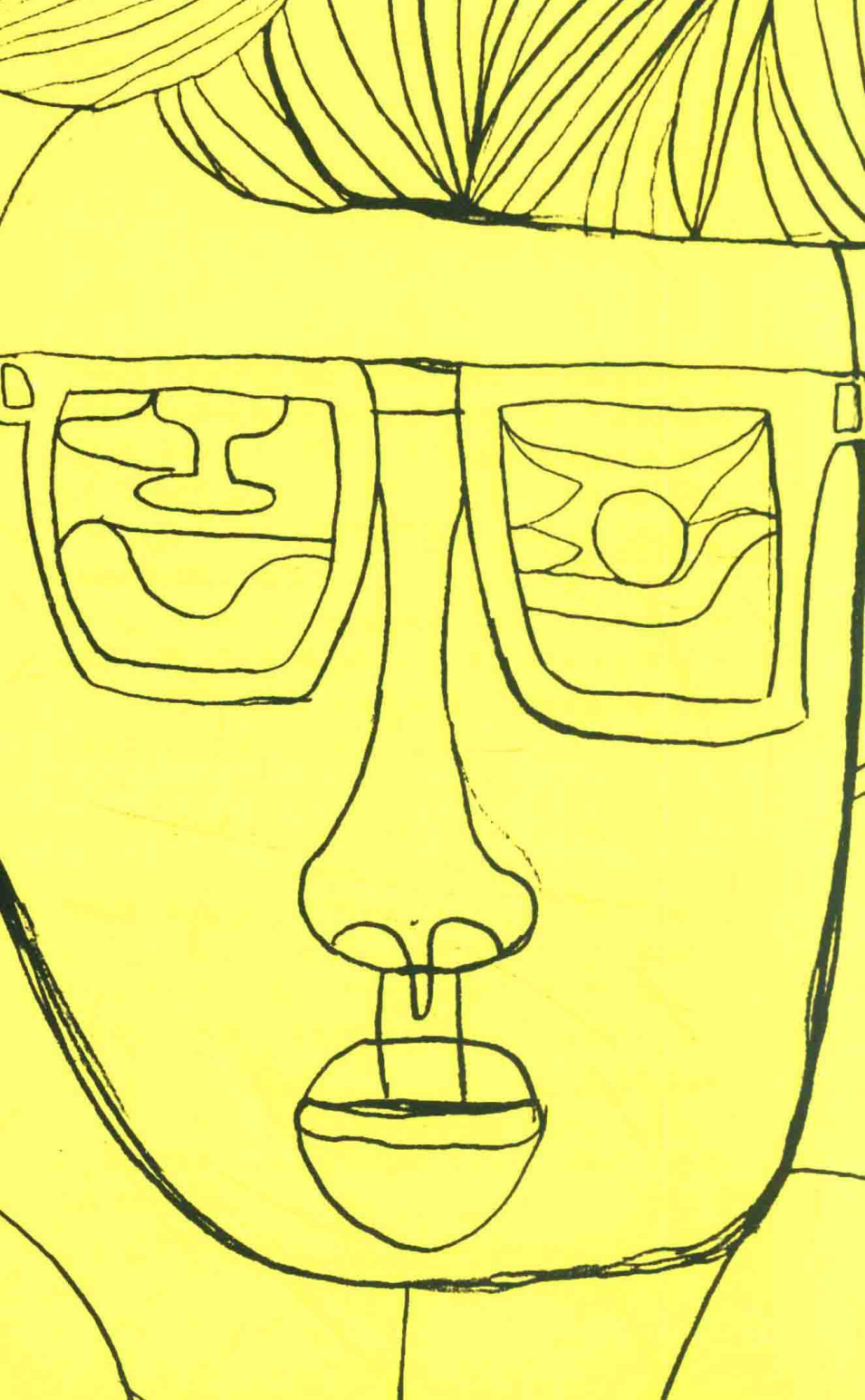
——爱尔兰《都柏林先驱报》

读这本书有如醍醐灌顶，让人深受感动与揪心。东田直树恳求我们付出耐心与同理心，读过这本书后，很难拒绝他的请求。

——英国《约克郡邮报》

东田直树让人一窥他身为自闭儿的内心，只要是努力想了解自闭症的人，都会很感谢有这本书的存在。

——美国《科克斯书评》



缤纷色彩显出的美丽，是因为它没有将每种色彩分开。

这是国内出版的第一本由自闭症少年讲述自己内心世界的书。直树向我们描述了一个不一样的世界，非常难得。

长久以来，我们一直认为和自闭症人士沟通是件困难的事。不断重复的自言自语，不理睬别人的问话，甚至无法直视对方的眼睛，这些自闭症人士在沟通方面的特征，使我们和他们分隔。沟通障碍是辨别自闭症人士的主要标准之一。

我们欣喜地看到，在社会各界多年的倡导努力下，自闭症为越来越多的人所知。但是，去年，明德研究中心的一项研究显示，尽管多数公众知晓自闭症，但对自闭症的正确认识普遍不高。有些人认为自己性格孤僻，或者宅，可能就是自闭症。我相信这本书可以打消这些朋友的顾虑。

即使对自闭症有一定的正确了解后，我们看待自闭症人士也往往从两个视角出发，优势视角和劣势视角。优势视角是指突出强调自闭症群体的某些天才型特征，即使这些特征并不是普遍存在的，比如钢琴演奏和绘画，比如电影《雨人》中的主人公。劣势视角则是以“不正常”来评价自闭症人士的行为和举动，或歧视，或怜悯。这两种视角都或高或低地定义了自闭症人士，不利于双方的理解和融合。

其实，不仅仅是我们普通人，包括很多和自闭症人士亲密接触的人，例如自闭儿家长、特殊教育老师、校长、同学等都存在种种疑惑，以至于众说纷纭。在自闭症的产生原因