

一个人最后的清单



[一个人最后的清单 下载链接1](#)

著者:[美] 大卫·蒙纳许

出版者:企业管理出版社

出版时间:2015-12-1

装帧:平装

isbn:9787516411193

【编辑推荐】

亚马逊近满分好评！本书即将改编成电影！

著名主持人·畅销书作家 蔡康永 畅销书作家·梦想达人 郑匡宇 畅销书作家 李伟文
作家·广播主持人 吴若权 感动推荐！

大卫的故事被他的一个学生发表在《迈阿密先锋报》上，立即引起全美瞩目，《今日美国报》，《赫芬顿邮报邮报》以及CNN、NBC电视台等各大媒体纷纷跟进报道，感动和激励了无数读者！

“我或许很倒霉，但还有很多值得我活下去的事物。在最后一口气之前，我都会好好活着的。”——大卫·蒙纳许

101天，31个城市，8000公里，一段追寻生命的旅程。这不是一趟感伤的告别之旅，而是一场丰盛的生命之旅。

如果给你一张纸，让你写上对自己来说最重要的事。属于你的清单上，最终会留下那些东西？这一生，你将会按照怎样的方式去生活？

要等到什么时候，我们才能认清人生中真正重要的事是什么？

【内容简介】

美国一位普通中学的英文老师，在迈阿密的珊瑚礁高中教了十五年书。青少年时期叛逆过，迷失过，最终找到了自己最喜欢的事，就是成为一名老师，他教了整整十五年书，却在自己三十六岁教书生涯正值顶峰的时候，诊断出脑癌，只剩下几个月的寿命。

但是他拒绝了妥协，经历了3次手术，两年半的化疗和30次放射治疗，离开了讲台后的蒙纳许，开始了一场特殊的旅程，穿越了整个美国，独自行走去探访曾经的学生。

蒙纳许多年来一直在推广“优先清单”概念，鼓励学生去发掘自己内心最忠实的东西，勇敢去追寻去想要的人生。

在一趟旅途中，他惊讶地发现，这些学生，大都按照自己内心的需求在生活。

作者介绍:

大卫·蒙纳许，在美国东岸的迈阿密长大，毕业于佛罗里达国际大学。

曾信誓旦旦绝不教书的他，却一头栽进教育界，只说自己是“挺身”出来当老师，后来更成为备受学生爱戴的模范教师。他曾在迈阿密的珊瑚礁高中教了十五年书，并在2012年时获得年度最佳教师奖。

34岁的时候，他发现自己确诊为癌症晚期，只剩下几个月的生命。但他拒绝向病魔屈服，经历了3次手术，两年半的化疗和30次放射治疗，直到彻底失明和左半身瘫痪，才离开讲台。

15年来，他教过3000多个学生，鼓励他们勇敢地去追求个人的价值，跟他们一起分享关于人生最重要的事的“优先清单”。

大卫的“优先清单”概念，源自于他过去与学生研读莎士比亚《奥赛罗》的课堂活动，他请学生用二十六个字母组成的清单来形容剧中角色的个性特质，再进一步形容自己，他发现这是了解自己很好的方法。

大卫的故事被他的一个学生发表在《迈阿密先锋报》上，立即引起全美瞩目，《今日美国报》，《赫芬顿邮报》以及CNN、NBC电视台等各大媒体纷纷跟进报道，也感动和激励了无数读者。

2014年11月20日，大卫在家人及好友的陪伴下离开了人世。

目录:

[一个人最后的清单_下载链接1](#)

标签

励志

成长

教育

清单

最重要的事

生命最后一刻的愿望

感人

生活

评论

2016年已读115：基本上呈现了一个重症患者的日常：肉体的骤然崩塌，生不如死的痛苦治疗，面对生死大限的仓皇、不舍与愤怒，婚姻的破裂与爱人的背弃等等。被宣判死刑、一点点走向死亡的感觉，大概就是面对那越来越多的丧失而只能坐以待毙的困窘与绝望，而又在绝望中生出力量，如果不会再有明天，如果只剩下眼前，坚强似乎就成了一种必然。直视黑暗，并试图跨越黑暗，生命中最后的日子，教会我们什么才是最重要

的。

我决定终止全部治疗，踏上旅程。我找到了自己独门的癌症药方：健康，快乐，拥有生活的目标。我能这样活多久都无所谓。我这辈子都要帮助别人，就像你帮助了我们所有人那样。蒙纳许多年来一直在推广优先清单概念，鼓励学生去发掘自己内心最忠实的东西，勇敢去追寻想要的人生。在这趟旅途中，他惊讶地发现，这些学生，大都按照自己内心的需求在生活。这26个词语包括：荣誉，敬重，爱，独立，安全感，冒险，家庭，旅行，胜利，庇护，教育，友谊，婚姻，工作，乐趣，精神，艺术表现，技巧，力量，接受，健康，性，隐私，富裕，风格，拥有。

哭得我脱水。想到世界上有绝症这件事，全人类就应该停止生育停止痛苦。蛮真实的，六年蹉跎，不能再举案齐眉了，爱被磨蚀，我们只能爱暂时困境的人。

“人人都想要的老师”是对老师最大的褒奖了。很佩服这位老师，在癌症面前还能如此坚强，坚持自我，完成旅行的心愿，与曾经教授过的学生同吃同住同感慨往昔。平淡朴实的语言却震撼着我们的心灵。值得现在的老师学习！

身为老师，看此书别是一番滋味，若有一天身患癌症踏上路程，有几个学生会接待你，会记得你，会感激你给她／他的帮助与影响。我素来不喜随波逐流搞什么清单，但有些心心念念之事，倒是可以趁早着手。

病前自己为人师，病后，一百多天国土跨越，来自学生和朋友以及陌生人关爱。亲密关系也会有结束，也会有开始。R.I.P

还能写下这样的文字，心怀感恩，大卫字里行间描述的和孩子们最终表达的，曾经的师生是如此心在一起，希望自己也能成为一个确定并不断完善自己的孩子眼中的好老师。

74/100
非常好的一本书，是一位伟大的老师，在自己在老师岗位时给了无数孩子启迪，改变生涯，而他在最后生命弥留之际，妻子远离了，家人无能为力的时候，正式方面那些孩子给了他温暖，支持，和前进的方向。

主人公真的很有勇气，因为视力几乎看不见，腿不听使唤，身体时刻都可能坏掉，毅然踏上了探访学生之旅。我觉得很多时候冥冥之中都是有定数，因果的。因为方面他种下了爱的种子，所以在他需要的时候也收获到了希望。

对于老师我一直觉得是孩子学生时代重要的角色，但是只限于学习，没想到真正从事教育可以做的事情那么多，真正热爱教育，力量是那么强大。

感谢作者，让我对教育燃起了希望，也让我意识到启迪多么重要。等我的宝宝出生，要做好启蒙老师，让他爱生活，爱一切。

关于生命与爱，一位热爱学生的教师，身患癌症6年，直到失明后才退出教室，开始旅行，花了一百零一天，造访了三十一座城市，拍摄了一千八百四十张照片，录音六十二小时，见到七十五位以前的学生。通过优先清单触动每一位学生的生活，让每一位学生在初涉人生后知道自己所爱，践行自己所爱，每一页都感动着！

不要在人生最后的时刻才知道真正重要的是什么

翻译水平拉低了这本书的档次

重生之旅开始之后有可读性

一位非常棒的老师，他的学生真的很幸运。我也想起高中时可亲可爱的老师们。

其实是一本讲教育与自我教育的书。作者不得晚期癌症的话大概可以成为教育学者。内容不多，两小时看完。印象比较深的是创造奇迹的癌症患者，最终也还是跟结婚23年、患病后6年间互相支持的妻子分道扬镳，再乐观的笔触背后还是能体会到深刻的孤独感。作者于2014年11月20日去世。

珍惜身边人和眼前事，乐观生活。

很意外，这不仅是一位脑癌末期患者的自白，更是一位卓越教师对教学和学生的慢慢的热忱。

太伟大了，看下去吧，不要为了开头几章而觉得他矫情，后面会有比较多的叙述，我最喜欢看他的课堂描述了，还有学生们对他的回忆。

strength

把握每一天啊

2019/2/26刷完

一个罹患癌症的优秀老师的终末之旅。故事很具美式个人英雄主义，于我而言，感动倒显得廉价，更多的是一种伤感和释然。就其教学方式很棒，对学生尊重且关心。遇到一个好的老师是不容易的。他提倡的清单排列在书里却没有过多的介绍太过可惜。Get Point:1.26个相关词汇所罗列成清单，每个人的清单顺序是不同的。按照自己认为的重要性去生活。2.癌症真是个可怕的敌人；此事若发生在我身上，恐惧，痛苦，回避，基本可能放弃治疗；而他，乐观之人所拥有的比失去的多。

一个得知自己患了癌症的老师，被预言只能活六个月，然而他却努力为自己争取了好几年的时间，在讲台上坚持到了半边身子瘫痪，横跨了大半个美国去拜访自己教过的学生，他让这些学生们明白了什么才是自己生命中最重要的事。

[一个人最后的清单_下载链接1](#)

书评

摘录：

- 1.我或许很倒霉，但还有很多值得我活下去的事物。在我咽下最后一口气之前，我都会好好活着的。
- 2.我坚决主张做人要诚实坦白，即使真相很可怕，即使公开真相会招致不愉快的后果也是如此。(接纳真实的自己，接纳不完美的自己)
- 3.身为一个老师，我可以自由运用的最佳权力，...

如果你要问我，看过的电影里哪部最好的话，我可能一时答不出来。但是要问我，哪部最感动你，或者你哭的最久，不用说，肯定是很久看的日剧《一公升的眼泪》。相信很

多看完这部剧的人，都被女主亚也留下了很深的印象。虽然高中她被告知得了绝症，但不放弃人生，依然很努力地尝试...

一本160页的书，断断续续看了好多天，正如同我的生活一样，断断续续，时好时坏，几乎一切都糟透了。在某一刻我羡慕作者的强大，但我不能，我太害怕失去，所以我总会纠结于过去的一切错误和失败。我知道这些事是我该受的，只是在某一刻我会真的感觉到累了，那种累平常都不会觉察...

作者确诊脑癌就是晚期，医生告诉他不治疗还有两个月时间。但是他活了六年。3次手术，两年半化疗，30次放疗，退步了，视力丧失了80%，身体要撑不下去了，最后他放弃治疗，要好好度过生命最后的时光。于是他开始旅行，101天去了31座城市，去见识他一直想看的的地方，去拜访十五...

当然，我没有得癌症。
癌症，死亡，是个沉重的话题，我们总是巧妙地不去想，或者根本就没意识要去好好想想这个问题，毕竟光是思考如何在这个花花世界里好好活着，就已经占据了我們几乎所有的思维。但有时候，我们就是要想到死，才能学会如何生！
▲电影《遗愿清单》剧照 01 不...

本书主要是写了一个热爱教育事业的教师，在得知自己患有脑癌后，经历了3次手术，两年半的化疗和30次放射治疗，随着身体健康的一步一步，决定在可能生命的最后阶段，不再进行治疗而是开始一次特殊的旅行，穿越整个美国在旅途中与过去曾经教过的学生会面，发现她们的变化的一系列...

癌症挺让人绝望的，这种不可控的感觉相当！！
身为一个自律要强的成年人，蒙纳许遇到的障碍远比想象多。但这本书并非一味埋怨命运不公，也没强调信仰的神奇。回归本身，让我们一同验收那些令他无比自豪的学生的“人生作业”。并非其他人来叙述作者生平真是太好啦...

一个人最后的清单 下载链接1