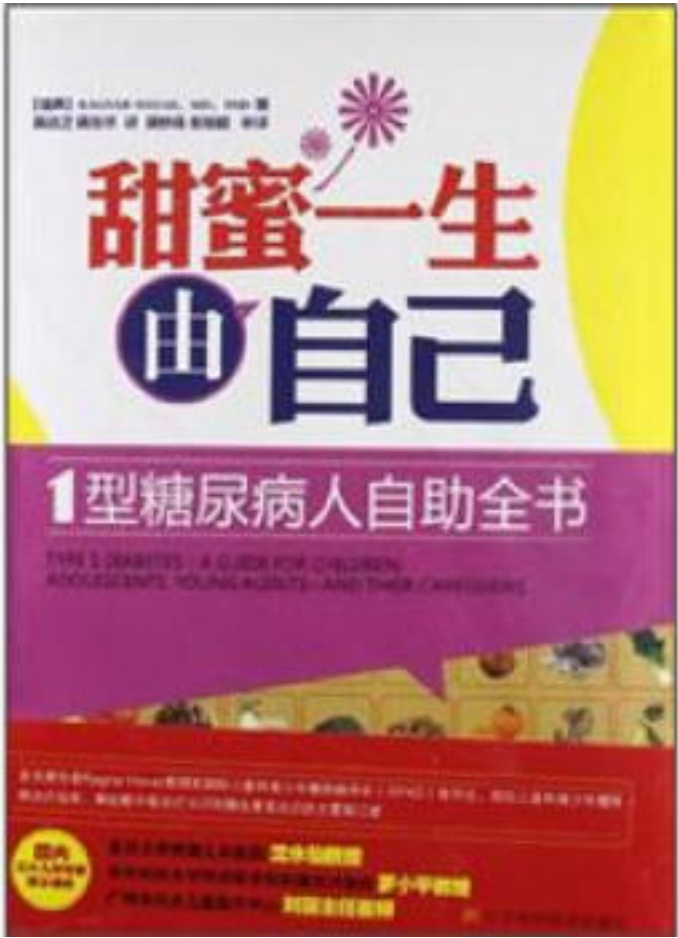


甜密一生由自己：1型糖尿病人自助全书 [Type 1 Diabetes:A Guide for Children, Adolescents,Young Audlts--and Their Caregi]



[甜密一生由自己：1型糖尿病人自助全书 \[Type 1 Diabetes:A Guide for Children, Adolescents,Young Audlts--and Their Caregi\]](#) [下载链接1](#)

著者:[瑞典] 哈纳斯（Hanas.R） 著

[甜密一生由自己：1型糖尿病人自助全书 \[Type 1 Diabetes:A Guide for Children, Adolescents,Young Audlts--and Their Caregi\]](#) [下载链接1](#)

标签

评论

很好的教材，懂了很多

很好的一本书，多学习了一门学问。纸质很好，没有味道，送货也相当快。

简单易懂是一本非常有价值的书

速度还是很快的，包装很好，这本书很详细地讲解了糖尿病人的保养和预防并发症的了解

书质量不错！但是这本有点连叶！最主要就是物流够快！！！！！！

很好的书，值得购买，对一型糖尿病患者帮助很大

很多人都推荐的一本书，读了读，挺好的，建议糖尿病患者买。

一如既往的速度快、质量好，快递员态度很好。

希望对于这种病患人数众多的选题，出版社多多出这种“接地气儿"的好书！

很好，比较便宜，快递也很给力！

内容很系统，对于初次接触1型糖尿病的大人很有帮助

感觉挺好的，正品，包装完整，质量不错

买给家里老人的保健书籍，有用

满意很好非常好

好好，比实体店便宜啦。

这本书写的对1型糖尿病人很有帮助让大家更了解1型糖尿病了

我也是听朋友介绍说看看这本书，能学到很多知识。

看评价很好送人的。

介绍挺全面的，但是觉得不够详细，通俗易懂。还没有食谱。

准备好好看看，希望有用。

不错，对我及家庭都有帮助。

给朋友买的人说挺好的挺实用

还可以普及知识

就想要点豆豆，可以说别的吧

这本书不错，与国内其它的同类书大不一样。但是里面有的做法需要核对，望糖友们注意。呵呵。

非常好的书。

快递速度很快，书正在看

值得买的书

看完再说……

很有帮助

太好了

很适合

书不错

给认识的一个 mm 的，特意选的1型糖尿病适用的书。该书作者是外国人，不知道里面讲的东西是不是符合国情。里面也无法确定这本书的权威度如何。但是多了解一下总是好的。

还可以

标注京东自营，可配货时间太久

好书

挺好

很好

不错

大部分都是讲小孩的， 专业术语太强，理解费劲

好

不错的书，学了不少知识

还没看完，但是介绍比较全面。

包装精美，不错，很好

书不错，服务一般，很失望的一次购买经历。

算是外文中的一本，可以参考

东西不错东西不错东西不错

儿童用书成年人不合适

读书心得书，陶冶了我的性情；书，丰富了我的知识；书，开阔了我的视野；书，给予了我人生的启迪。以书相伴，人生就会有大不同。生活可以清贫，但不可以无书。博览全书的人，往往知识丰富，能集众家之所长于其身，因此能使人喜欢读书，将使他终身受益。
\N\\N虽然我们都知道要多读书，读好书。可仍然有一些人没有养成良好的读书习惯，究其原因，那是因为他们没有对读书产生兴趣，兴趣才是最好的老师。
\N\\N读书不仅可以让孩子获取广泛的知识，陶冶情操，还能使孩子得到放松休闲，缓解焦虑，调节情绪，与孩子一起读书，既能留出一些时间与孩子共处，又能要求自己也养成读书的习惯，一举两得。
\N\\N经常读书的人会思考，知道怎么才能想出办法。他们智商比较高，能够把无序而纷乱的世界理出头绪，抓住根本和要害，从而提出解决问题的方法。经常读书的人不会乱说话，言必有据，每一个结论会通过合理的推导得出，而不会人云亦云、信口雌黄。
\N\\N读书的最终目的当然是为了提高对人性的认识，锻炼心胸，逐步训练感受幸福的能力，培养自信心，形成实践能力。有道是“腹有诗书气自华”，因此，养成阅读习惯将受用终生。阅读习惯是在心灵深处装了一部发动机，一个人养成了读书的习惯，一辈子不寂寞。养不成读书的习惯，一辈子不知所措爱是恒久忍耐，又有恩慈；爱是不嫉妒，爱是不自夸，不张狂，不做害羞的事，不求自己的益处，不轻易发怒，不计算人的恶，不喜欢不义，只喜欢真理；凡事包容，凡事相信，凡事盼望，凡事忍耐；爱是永不止息，读书心得——读《淡定的人生不寂寞》有感。但是爱情是什么呢，有人问过我你认

为爱情真的存在吗？我的回答是信则有不信则无，在生活中，经常能听到“神鬼妖魔”的传说，说到神会崇敬，说到鬼怪会惧怕，或许有人见到过，但我没有，也不是很希望见到。爱情不也是一样吗，说到爱情都会憧憬，或许有人拥有过，但我没有。看完这本书后才明白，成熟的感情都需要付出时间去等待它的果实，爱情也一样，但我们一直欠缺耐心。不要束缚，不要缠绕，不要占有，不要渴望从对方的身上挖掘到意义，那是注定要落空的东西。有谁会用十年的时间去等一个远行的人？有些爱情因为太急于要得到它的功利，无法被证明，于是显得单薄。爱，要经的起平淡的流年。但人的感情也是有底线的，与其苦苦等待不可能有的结果，还不如放弃。放弃也是一种爱！因为爱他，所以离开他。很感人的一句话。有些感情如此直接喝残酷，容不下任何迂回曲折的温暖。带着温暖的心情离开，要比苍白的真相要好。\\N幸福没有一种特定的模式，只能是一种相对的概念。对于大众而言，觉不会有事先安排的道路，更不会有上天赐予的幸福。所有幸福的产生，皆源于人们的不懈追求的价值值的不断实现。鼓起生命的风帆，勇敢地迎接命运的挑战。对我来说幸福很简单，早起时伸个懒腰，刷牙时看到洁白的牙齿，上班的路上能及时赶上公交，到公司时看到同事们，晚饭时吃到大块的肉，一个人时耳朵里能有音乐的声音，洗澡时能有足够多的热水，睡觉时有暖和的被子，心得体会《读书心得——读《淡定的人生不寂寞》有感》\\N古龙曾经说过：真正的寂寞是一种深入骨髓的空虚，一种令你发狂的空虚。纵然在欢呼声中，你也会感到内心的空虚、惆怅和沮丧。曾经有一段时间，手机只是当做钟表来用，走在大街上，会感觉过往的车辆人群都那么的让人烦躁，食堂的嘈杂更是难以忍受，音乐在耳边也显得刺耳，不想与任何人联系，常常会在噩梦中惊醒，动不了，黎明过后才慢慢睡去。这就是我感受到的寂寞。原来大可不必这样，如果在工作学习中不得志，不要悲观迷惘，静下心来好好审视和反思自己，积极乐观面对挑战；如果被爱情抛弃，不用悲伤更不要怨恨，守住一颗淡定而宁静的心，重新面对生活，珍惜身边的人，你会觉得生活依然还是那样美好。\\N如果你因为错过了太阳而哭泣，那么你也要错过群星了，人生就是一个学习的过程，只有在体会过失去的痛苦以后才知道珍惜，但以前的永不再来，这就是成长的代价。坚守自己心中的本真，不去过多地考量别人的错误，不要在乞求他人对自己的理解中消耗过多的时间和精力，要从被动地适应他人中解脱出来，否则你就是在用别人的错误来惩罚自己，最后被伤害的或者失去的是自己而不是别人。一根手指指向别人的同时，会有三根手指是指向自己的，这就提醒我们：要平静下来，多反省自己，观照内心，宁静以致远。\\N人的心理是非常复杂的，寂寞、悲伤

每位吉他手都想在乐队里担任主奏吉他手，《超级实战主奏电吉他SOLO教程》将教你如何成为一名有表现力的优秀吉他手。书分为两部分“技术提高篇”和“实战应用篇”。技术提高篇重点讲解了主音吉他手常常会遇到的棘手问题及破解办法；实战应用篇为《超级实战主奏电吉他SOLO教程》的精华，精选了经典的电吉他SOLO片段，让你在实战中学习，提高。作者简介
李全，1969年出生在中国美丽的海滨城市—青岛。十几岁的时候听到邻居优美的吉他声，感觉那就是天籁之声开始学习古典吉他。92年后开始研习民谣吉他和电吉他，二十四岁，组建了青岛的第一支电声乐队——飓风乐队。并一直从事商业演出，曾被誉为“青岛第一吉他手”。期间任教于青岛的各大音乐进修学校担任吉他主讲教师。2010年后与湖南文艺出版社合作先后出版发行了《超级实战电吉他名曲教程》、《电吉他入门大教本》、《超级实战主奏电吉他SOLO教程》等。热门推荐 李商隐全集
诡异死亡：李全悬疑官场小说 李煜全集 李清照全集（诗词文汇 编汇评汇校）
李白全集校注汇释集评（套装共8册） 李敖大全集（第21-40册） 李敖大全集
李广田全集（套装共6卷） 目录 技术提高篇 第一节 第一弦至六弦各音位置与换把练习
第二节 吉他的盒子把位 第三节 E调布鲁斯全把位音阶 第四节 推弦练习 第五节
左手止弦单音切音 第六节 右手止弦Pick止弦 第七节 闷音单音闷奏 第八节
双音闷音与布鲁斯节奏 第九节 分解和弦 第十节 支点音符 第十一节 琶音速弹奏法
第十二节 点弦奏法 第十三节 新古典主义摇滚速弹 第十四节
滑音技巧每位吉他手都想在乐队里担任主奏吉他手，《超级实战主奏电吉他SOLO教程

》将教你如何成为一名有表现力的优秀吉他手。书分为两部分“技术提高篇”和“实战应用篇”。技术提高篇重点讲解了主音吉他手常常会遇到的棘手问题及破解办法；实战应用篇为《超级实战主奏电吉他SOLO教程》的精华，精选了经典的电吉他SOLO片段，让你在实战中学习，提高。 作者简介
李全，1969年出生在中国美丽的海滨城市—青岛。十几岁的时候听到邻居优美的吉他声，感觉那就是天籁之声开始学习古典吉他。92年后开始研习民谣吉他和电吉他，二十四岁，组建了青岛的第一支电声乐队——飓风乐队。并一直从事商业演出，曾被誉为“青岛第一吉他手”。期间任教于青岛的各大音乐进修学校担任吉他主讲教师。2010年后与湖南文艺出版社合作先后出版发行了《超级实战电吉他名曲教程》、《电吉他入门大教本》、《超级实战主奏电吉他SOLO教程》等。 热门推荐 李商隐全集 詭異死亡：李全懸疑官場小說 李煜全集 李清照全集（诗词文汇 编汇评汇校） 李白全集校注汇释集评（套装共8册） 李敖大全集（第21-40册） 李敖大全集 李广田全集（套装共6卷） 目录 技术提高篇 第一节 第一弦至六弦各音位置与换把练习 第二节 吉他的盒子把位 第三节 E调布鲁斯全把位音阶 第四节 推弦练习 第五节 左手止弦单音切音 第六节 右手止弦Pick止弦 第七节 闷音单音闷奏 第八节 双音闷音与布鲁斯节奏 第九节 分解和弦 第十节 支点音符 第十一节 琶音速弹奏法 第十二节 点弦奏法 第十三节 新古典主义摇滚速弹 第十四节 滑音技巧

她的小孩四岁的时候在一次流感育苗注射后，小孩的胰脏就坏了，现在一直体外注射胰岛素，希望这本书对她的孩子有帮助！

内容很细，值得购买。

一本很详细的书 很喜欢 有作用

书简单的翻了翻，不错，看来京东的书籍还不错噢

从配货到送货也很具体，快递非常好，很快收到书了。书的包装非常好，没有拆开过，非常新，可以说无论自己阅读家人阅读，收藏还是送人都特别有面子的说，特别精美；各种十分美好虽然看着书本看着相对简单，但也不遑多让，塑封都很完整封面和封底的设计、绘图都十分好画让我觉得十分细腻具有收藏价值。书的封套非常精致推荐大家购买。

内容还不错，内容很详细，挺给力！

最初是在台湾的一家医学期刊上看到的书评，繁体版叫做《第一型糖尿病：自由自主》，英文版叫做《Type 1 Diabetes: a guide for children, adolescents, young adults-and their caregivers》，作者Ragnar Hanas是瑞典有名的儿科医生，此书被英国皇家医学学会评为2004年最佳大众医疗书。对于使用胰岛素的患者，这是最好的一本书。相比之下，其他的书大多数是东抄西抄，或者罗列一些食疗配方。除了内容好之外，翻译质量也很高，大约和译者是患者家属也有关。最后一点，这本书在全世界，就属简体中文版最便宜。附：书评网址
希望对大家有帮助

给孩子自由，那会属于自己的糖尿病治疗的自主权。《甜蜜一生由自己：1型糖尿病人自助全书》内容非常丰富，包括教给你关于血糖的调节与检测、低血糖的处理、胰岛素的治疗及日常计量的调整、胰岛素泵的使用、饮食与营养、糖果零食和冰淇淋、体重的控制、运动、压力、生病、怀孕与性生活、旅游、如何降低并发症、最新的研究和进展以及更多的糖尿病科普知识。糖尿病是一种以高血糖为主要特征的全身慢性代谢性疾病。儿童糖尿病和成人糖尿病一样，其发病率呈逐年增高趋势，欧美国家发病率较高，亚太地区发病率相对低些。据我们调查，上海市14岁以下儿童1型糖尿病的发病率在1980—1990年是0.65/10万，到2000年为1.2/10万。中国的发病率虽不高，但我国人口众多，全国儿童糖尿病的总人数并不少。任何年龄均可患糖尿病，从出生几个月到青少年，以4~9岁发病最多。有些家长百思不解的是家中几代人均无糖尿病，而孩子怎么会患糖尿病呢！目前认为儿童1型糖尿病的病程进展有6个阶段，即遗传易感、环境因素诱发、胰岛自身免疫反应、胰岛功能受损伤、临床出现糖尿病、最终胰岛功能衰竭。患者有遗传易感基因，在环境因素（诱因）作用下启动了针对胰岛的特异性自身免疫过程，胰岛特异性自身反应T细胞则是导致胰岛功能损伤的直接原因。目前已知1型糖尿病是一种多基因性疾病。致病诱因主要为病毒感染，如柯萨奇B3病毒、柯萨奇A13病毒、埃可病毒、人副流感病毒、腮腺炎病毒和脊髓灰质炎病毒，还有一种在仓鼠中发现的微小核糖病毒——Ljungan病毒，感染此病毒的仓鼠会发生糖尿病，也发现新发病的1型糖尿病患者Ljungan病毒抗体阳性。病毒感染可能触发了自身免疫反应而引起糖尿病。除病毒感染外，还有饮食因素，如小儿出生后过早地摄入谷物类，人工喂养的牛奶中含有胰岛素，维生素D缺乏或缺乏不饱和脂肪酸omega-3均可引起糖尿病。另有研究发现：城市小孩患糖尿病的几率比农村小孩多很多，由于城市小孩良好的卫生状况，肠道菌群改变，影响免疫系统成熟，感染机会少，会降低人群的免疫力，即体内抗病能力差，也易患1型糖尿病。儿童2型糖尿病的发病则与肥胖、家庭遗传密切相关。

网购已成习惯!正版，便宜，快捷，非常满意

闲暇之余，有人乐于下棋、玩麻将；有人喜欢打牌、酗酒、游山逛水；余独爱书。为消遣而读书，常见于独处退居之时，为装饰而读书，多用于高谈阔论之中；为增长才干而读书，主要在于对事物的判断和处理。

读书费时太多是怠惰，过分的藻饰装璜是矫情，全按书本条文而断事是十足的学究气。读书使天然得以完善，又需靠经验以补其不足，因为天生的才能犹如天然的树木，要靠后来的学习来修剪整枝，而书本上的道理如不用经验加以制约，往往是泛泛而不着边际的。

读书不可专为反驳作者而争辩，也不可轻易相信书中所言，以为当然如此，也不是为了寻找谈话资料。而应当权衡轻重，认真思考。有些书浅尝即可，另一些不妨吞咽，少数书则须咀嚼消化。这就是说，有的书只要读其中一部分，有的可以大致浏览，少数则须通读，读时要全神贯注，勤奋不懈。有些书也可请人代读，取其所需作摘要，但这只限

于题材不大重要和质量不高的作品。

第一，循序渐进。朱熹说：“读书之法，莫贵于循序而致精。就是说，读书要有个先后顺序，读通一书，再读一书。就读书而言，则要逐字逐句逐段按顺序读，先读的未弄通，就不能读后面的。这样才不会生吞活剥或杂乱无章。朱熹还进一步指出，读书要从易到难，从浅到深，从近到远，急不得，也慢不得。“所谓急不得者，功效不可急；所谓不可慢者，工夫不可慢。”这是在告被读书人既不可急于求成，也不可松松垮垮，而要进度适当，方能见效。

第二，熟读精思。他认为有些人读书收效不大，是由于在“熟”和“精”二字上下功夫不够。他还批评那种读书贪多的倾向，一再讲“读书不可贪多，且要精熟。如今日看得一板，且看半板，将那精力来更看前半板”。

第三，虚心涵泳。朱熹曾批评当时普遍存在的两种毛病：一是“主私意”，就是以自己的想法去揣测书中的道理，穿凿附会，歪曲了古人本来意思。二是“旧有先人之说”，就是先前接受的观点不肯放弃，从而排斥接受新的观点。

为了纠正以上这两种不好的毛病，朱熹主张读书必须虚怀若谷，静心思虑，悉心体会作者本意。朱熹强调读书要耐心“涵泳”，就是要反复咀嚼，深刻体会行中的旨趣。

第四，切己体察。朱熹主张“读书穷理，当体之于身。”什么叫“体之于身”？就是要心领神会，身体力行。从读书法的角度来看，朱熹强调读书必须联系自己，联系实际，将学到的理论转化为行动，这个观点是可取的。

第五，着紧用力。“着紧用力”：包含有两个意思：一是指时间上要抓紧，要“饥忘食，渴忘饮，始得。”二是指精神上要振作：要有刚毅果决，奋发勇猛的精神。“如撑上水船，一篙不可放缓。”

第六，居敬持志。所谓居敬持志，就是读书必须精神专一，全神贯注，还要有远大的志向，顽强的毅力。这也是朱熹读书之法的最基本精神！晕，老是在京东买书，送书的那小伙子都把我认熟了，家里有亲戚朋友也让我在京东买来着，呵呵，不错的购物地方啊！

昨天看的一句话有一个错别字，因为不会晒单，要不就可以给大家看了。

这本书在国外的畅销书排行榜上很有地位，然而这绝不是我阅读它的理由，因为我从来都不把那些所谓的畅销书排行榜甚至畅销书本身看在眼里。只有真正有“料”的书才能吸引我的眼球，通常来讲经典书籍尽管过时了也不会有碍他的闪光点显现出来，畅销书最多能红极一时罢了，但是这本书带来的材料是非常有价值的，甚至几十年后也依然不会过时。

本书作者约翰·珀金斯是一名为美国全球战略服务的高级经济专业人员，用他自己的话来讲就是一名“经济杀手”，这个人群一直以游说一些国家的政治、经济精英为手段推销美国的全球战略，当然这种推销绝对不能以简单的强制力作为后盾的逼迫、威胁来达到目的，而是运用了非常睿智或许说非常诡异的手段让包括沙特阿拉伯这样的国家甘愿为美国服务，自愿购买美国的基础设施建设服务，向美国疯狂贷款在经济上被美国彻底控制。当然还是有人不愿意就这样被美国控制，他们可能会一眼看出来“经济杀手”的而真实目的，他们可能不会答应“经济杀手”们的任何建议或要求，那么他们就因此被这些“经济杀手”背后的那些真正的杀手干掉，当然这还不是美国最后的手段，最后的杀手锏仍然是强大的军事力量这是目前世界上任何一个国家都无法单独抗衡的力量。书中讲到的一些人例如危地马拉总统、巴拿马总统他们不是什么共产党人或者赤色分子，仍然被中央情报局的人无情的干掉了，而另一些人如智利前总统阿连德，一个在美国人看来要步卡斯特罗后尘的人，被中央情报局以卑劣的手段设计并杀害了，即使包括现在健在的卡斯特罗也曾经遭遇过多次中情局的暗杀。约翰·珀金斯在本书里讲的这些资料、信息并不是说是对自己工作的完全解读，他的目的很明确即要告诉世人这些事件背后的真相。

美国的全球战略一直是很多人关心的问题，尤其是很多政治家对这一问题都很关注。如果一些小国如伊拉克、巴拿马、危地马拉甚至是现在的利比亚对美国的全球战略有一个比较全面的认识，那么他们的领导人就不会有那么悲惨的下场。当然在约翰·珀金斯看来这些国家的领导人并非对美国的全球战略缺乏全面的认识，而是他们本身就有正义的爱国、爱民族的心理作为他们行事的出发点。约翰·珀金斯在本书的写作方式更让人感受到了，这些内容不是冷冰冰的东西而是发自内心的、真实的，所以他客观上对美国的全球战略进行揭露，但主观上并非无情的揭露而是深情的揭露这也是本书闪光点之一。如果说约翰·珀金斯用一种学术式的、理论式的方法来阐释他亲身经历的这些有价值的资料，那么就会使这些资料变成真正没有生命的材料了。整本书也会因此大打折扣了，那些牺牲在美国全球战略中的那些国家的领导人也许会缠绕作者一生，成为他的梦魇吧。

可以说整部书没有太多的政治倾向，如果说刚开始阅读它还能感到作者是为第三世界国家或是社会主义国家说话，那么随着你阅读的不断深入你会发现他现在反省他所做的那些事情并非受任何政治观点的左右，而是一种对事实的回顾性梳理，是对美国全球战略的深情揭露。当然很多人依然会说约翰·珀金斯胡说甚至抨击他得了妄想症，但事实终究是事实它不断的随着美国全球战略的深入而不断的显露在诸人的眼前了。

与小说初次恋爱时的加西亚·马尔克斯

很多年后，马尔克斯常会说起他年轻时那几个著名的故事。比如他少年时在阁楼上，初读到卡夫卡《变形记》那著名开头“一天早晨，格里高尔·萨姆沙从不安的睡梦中醒来，发现自己躺在床上变成了一只巨大的甲虫”时，曾经大呼“原来如此！”——他发现，隔着大西洋的卡夫卡先生，与他马尔克斯自家外祖母，在叙述手法上有类似之处：无论讲什么故事，都一副“天塌下来也要咬定不放的冷静”；比如，而立之年，他去墨西哥，白天在移民局没完没了的排队，然后初次读到胡安·卢尔福的《佩德罗·巴勃莫》，点燃了他之前业已疲倦的灵感；比如，他写作《没有人写信的上校》时，住在一个没有暖气的旅馆，冻得瑟瑟发抖；比如，《百年孤独》要往出版社寄时，他甚至没有邮票钱……

但谈到《枯枝败叶》，他说得最多的，却是年少时在哥伦比亚那段职业岁月：那时候，他还是记者，白天街上溜，晚上去个妓女出没的大车店，把皮包抵押在柜上，就找床躺下睡觉。那个做抵押的皮包里，唯一的东​​西，就是《枯枝败叶》的手稿。

那时的马尔克斯还年轻。这是他的第一部正经小说，就像是他第一个女朋友。他曾说，写这部小说时，搭进了一切他所会的技巧。你可以理解为：他对这部小说的投入，就像他小说里那些痴心汉子对初恋的投入一样，不计后果，倾泻其中，仿佛第二天世界就要毁灭似的。1973年，马尔克斯45岁，说《枯枝败叶》是他最喜欢的小说，“那是我最真诚、最自然的小说。”听上去，就像是对初恋的态度一样。

比如，若你读过《百年孤独》，你会记住马贡多镇。

若你读过《霍乱时期的爱情》，你会记住小说开头，看到那个孤僻外来者自杀后，乌尔比诺医生收葬了他的情节。

若你读过《疯狂时期的大海》和《巨翅老人》，你会记住马尔克斯最爱用的题材：一个宁静小镇被外来的商业文化侵入，变得繁荣而杂乱。

你知道，马尔克斯的父亲加布里埃尔是药剂师，母亲路易莎是军人家的女儿。他的外祖母会说许多神话，会把房间里描述得满是鬼魂、幽灵和妖魔；而他的外祖父是个……上校。一个保守派、参加过内战的上校，一个被人视为英雄的上校。他曾经带幼时的马尔克斯去“联合水果公司”的店铺里去看冰。他曾经对“香蕉公司屠杀事件”沉默不语。他曾对马尔克斯说“你无法想像一个死人有多么重”——你知道的，这些细节和句子，会在马尔克斯之后的小说里反复出现。而《枯枝败叶》里，这个外祖父，这个会在此后不断出场的上校，是真正的主角。

他说这是他“最真诚、最自然的小说”，就是这个意思。

很多年后，马尔克斯会把这些主题一再呈现，只是改头换面，而且披上他的魔幻幕布。但在《枯枝败叶》里，他像是怕第二天世界就会毁灭似的，风风火火，把一切都写了。他搭进了一切技巧，非只如此；他仿佛要把一生要抒写的主题和人物，全部挤在一部短

小说里：

死亡主题、隔绝主题、被幽禁的外来者、孤独、战争、涌入镇子的枯枝败叶、多视角叙述、一点点（但是不多）魔幻现实主义、香蕉公司，以及他身为上校的外祖父。许多年后的马尔克斯，会变成这个世界上最擅长和小说调情的人物。他对待小说随心所欲，可以用一切方式，写他想写的故事。但回到《枯枝败叶》时节，他还不是最娴熟妥帖的（比如《一桩事先张扬的凶杀案》）的马尔克斯，不是最挥洒纵横（比如《霍乱时期的爱情》）的马尔克斯。但却是最真诚、炽热、年轻、叙述欲旺盛的马尔克斯，这是他和小说的初次恋爱。你可以从《枯枝败叶》里读到一切：他日后那些伟大小说的雏形，他少年岁月的雄心和惶恐。他的马贡多镇及之后的宏伟世界，在这里，在房间里的半小时三人独白里，奠下了地基。岁月还没来得及给它添上繁华枝叶，但那些后来一再出现的主题，那些他过于迷恋、不得不再改头换面的传说，都在这本书里出现了：《枯枝败叶》，最真诚的、与小说尚在初恋时节的加尔列夫·加西亚·马尔克斯。

很好.很专业，价格公道，纸质不错

书是真品，很好

一直想买这书，又觉得对它了解太少，买了这本书，非常好，喜欢作者的感慨，不光是看历史或者史诗书，这样的感觉是好，就是书中的字太小了点，不利于保护视力！等了我2个星期，快递送到了传达室也不来个电话，自己打京东客服查到的。书是正版。一般情况下，女人的社会交际交需要比男性更加强烈。在传统上一般都是主张“男外女内”，而购物则使家庭主妇堂堂正正走出了家门，这样就暂时逃离了家人的束缚，使她们有机会同别的人、店员、商店老板以及其他购物者交往。因此，女人喜欢和朋友手挽着手去购物，在买东西的时候互相怂恿或者制止。相反，我们很少看到有两个大男人会约好一起购物的。我是一名传统女性，购物欲比别的女人更加需要的，当然，尤其是网上。好了，我现在来说说这本书的观感吧，网络文学融入主流文学之难，在于文学批评家的缺席，在于衡量标准的混乱，很长一段时间，文学批评家对网络文学集体失语，直到最近一两年来，诸多活跃于文学批评领域的评论家，才开始着手建立网络文学的评价体系，很难得的是，他们迅速掌握了网络文学的魅力内核，并对网络文学给予了高度评价、寄予了很深的厚望。随着网络文学理论体系的建立，以及网络文学在创作水准上的不断提高，网络文学成为主流文学中的主流已是清晰可见的事情，下一届的“五个一工程奖”，我们期待看到更多网络文学作品的入选。据悉，京东已经建立华北、华东、华南、西南、华中、东北六大物流中心，同时在全国超过360座城市建立核心城市配送站。是中国最大的综合网络零售商，是中国电子商务领域最受消费者欢迎和最具有影响力的电子商务网站之一，在线销售家电、数码通讯、电脑、家居百货、服装服饰、母婴、图书、食品、在线旅游等12大类数万个品牌百万种优质商品。选择京东。好了，现在给大家介绍两本好书：《电影学院037?电影语言的语法:电影剪辑的奥秘》编辑推荐：全球畅销三十余年并被翻译成数十种语言，被公认为讨论导演、摄影、剪辑等电影影像画面组织技巧方面最详密、实用的经典之作。[从实践出发阐明摄影机位、场面调度、剪辑等电影语言，为“用画面讲故事”奠定基础；百科全书式的工作手册，囊括拍摄中的所有基本设计方案，如对话场面、人物运动，使初学者能够迅速掌握专业方法；近500幅机位图、故事板贯穿全书，帮助读者一目了然地理解电影语言；对大量经典影片的典型段落进行多角度分析，如《西北偏北》、《放大》、《广岛之恋》、《桂河大桥》，深入揭示其中激动人心的奥秘；《致青年电影人的信:电影圈新人的入行锦囊》是中国老一辈电影教育工作者精心挑选的教材，在翻译、审订中投入了巨大的心力，译笔简明、准确、流畅，惠及无数电影人。二、你是否也有错过的挚爱？有些人，没有在一起，也好。如何遇见不要紧，要紧的是，如何告别。《莫失莫忘》并不简单是一本爱情小说，作者将众多社会事件作为故事的时代背景，俨然一部加长版的《倾城之恋》。“莫失莫忘”是贾宝玉那块通灵宝玉上刻的字，代表着一段看似完美实则无终的金玉良缘。叹人

间美中不足今方信，纵然是举案齐眉，到底意难平。“相爱时不离不弃，分开后莫失莫忘”，这句话是秋微对感情的信仰，也是她对善缘的执念。才女作家秋微近几年最费心力写的一本小说，写作过程中由于太过投入，以至揪心痛楚到无法继续，直至完成最后一个字，大哭一场，才得以抽离出这份情感，也算是对自己前一段写作生涯的完美告别。

阿基米德曾经说过：“给我一个支点，我可以撑起整个地球。”而我想说，我愿作为一个小小的支点，为我深爱的他们撑起整片天空。他们是我的支点，虽然他们和我生活在不同的时期，他们为生活奔波的时候我还未曾睁眼打量这个世界；而当我正值青春的时候，他们却已经随着年华的河流飘远。他是我的支点，虽然他目光呆滞，表情木然。他就这样静静地笔直地坐在椅子上。寒冷的气温让他裹上了厚厚的棉衣，冷风让他缩紧了脖子。可他的神色丝毫没有改变，就好像一个虔诚的信徒，静默地等待着遥远而神秘的梦。于是他慢慢变成了一棵树，扎根在渺渺的时间里，扎根在茫茫的人潮中。“老头子，别等了。这么冷的天，咱回家吧”“你回去吧，我要等悦儿，悦儿说了要来的，我要拿麻花给她吃。”他手里捏着藏在衣兜里温热的麻花，抬头看了看时间，皱了眉头念叨着：“悦儿怎么还不来呢。”然后，又继续静默地等待。后来，陪在旁边的外婆也消失在人海，只留他一人，一个人静立。即使他的悦儿已经不再爱麻花朴实的香甜，即使他的悦儿因为玩耍忘记了承诺的时间，即使他的悦儿说自己长大了不喜欢别人唤小孩一般叫自己丢人的小名。他是我的支点，虽然他苍老病态，神态低迷。他就这样屈起病变的腿斜躺在床上。病痛把他折磨得不成样。动脉硬化，发现过晚。他只能看着着自己的腿一天天腐化成玄色的朽木。蚀心的疼痛让他难以入睡，每个每个夜晚都像是难渡的荒漠。在黑暗的刺痛中全身冷汗地醒来已经是每天必经的叹息。冷意入侵的后半夜，他一遍遍地按摩着“枯木”的腿，病魔终于留他以喘息的时间，让他在浅浅的睡眠中暂时松了紧咬的牙关。突然，他惊醒了过来，瞟了一眼时间，立马神情紧张地大喊大叫起来“老婆子，6半点了，快打电话叫悦儿起床，不然她得迟到了，快点！”见一直没人应声，他便气哼哼地爬起身，也不顾穿上外衣，踉跄着撑着拐杖扶着矮柜吃力挪动着，慌忙之间还撞到了病腿，终于奔到了电话机前。他倒吸着冷气，用微微颤抖着的冻得通红的手摁着早已烂熟于心的号码。“喂，悦儿阿”他一如往日般地和蔼低沉“快起床，要迟到了，星期一了记得穿校服，一定要吃早饭.....”即使他的悦儿已经改了几次作息时间，换了几个闹钟；即使他的悦儿已经听腻了他每天早上都重复的相同的话；即使他的悦儿因为他看错时间而早了一个小时的电话乱发着脾气。他们都已经年老，岁月遗弃了他们。他们不再高大强壮，不再有固执的坏脾气，不再有说不完的老故事。他们甚至快遗忘了一直引以为傲的整洁和坚韧。可总有点什么是他们不会忘怀的，譬如一个叫悦儿的小女孩他们永远不会忘记自己曾经把这个胖胖的小女孩举得高高的，乐呵呵地说着小女孩听不懂的成语，“悦儿是外公的无价之宝呀！”“悦儿是爷爷的掌上明珠喔！”。如今他们的悦儿已经成了他们的支点，成了他们在病痛和苍老中，在痴呆和遗忘中的精神支点。也许幼小的悦儿只能在他们铭心的记忆里嬉笑玩耍，只能在过去的岁月中和他们一起跳一起跑；在冬天的清晨和外公一起奋力地推着粗糙沉重的售货车柜；在夏天的夜晚和爷爷一起轻柔摇着带有虫鸣的清凉的蒲扇。已经长大了的我，只愿默默地，用尽所有温柔地，陪着他们度过安静而舒适的夕暮年华。在平静的日子里对突然忘记了往事或碰疼了病腿的他们报以最最令人安心的微笑。一个星期天，阳光很好，我和爸爸载着爷爷去兜风。爷爷一扫往日的沉闷，又和从前一样话多了起来，很精神也很快活。薄暮，我们上楼回家，爸爸把穿的厚厚的爷爷背起，青筋暴起，大汗淋漓。爷爷愉悦地伏在爸爸宽厚的背上，仿佛丝毫不在意自己是否添了点小小的麻烦。我看到大片暖暖的橘红下爸爸就像是一个支点，以他全部的爱，支撑起家庭的幸福的重担。

那一刻我是多么羡慕他，羡慕他沉沉的满满的担子，羡慕他那可以让人心安的肩膀。随着我的成长，家人们也在慢慢变老。总有一天，我也会像爸爸一样，化为一个支点，为我深爱的他们撑起整片天空。

买回来觉得还是非常值的。

医学研究证明，只要好好地管理自己的糖尿病，把血糖控制在正常范围内，就可以避免并发症的发生。由瑞典教授编著，黄洁芝等人翻译，甜蜜一生由自己1型糖尿病患者自助全书为你提供了应对糖尿病的所有对策和秘诀，只要你通过几周的学习，掌握了管理糖尿病的方法，你就可以和其他人一样快乐地生活。，阅读了一下，写得很好，甜蜜一生由自己1型糖尿病患者自助全书给孩子自由，那会属于自己的糖尿病治疗的自主权。甜蜜一生由自己1型糖尿病患者自助全书内容非常丰富，包括教给你关于血糖的调节与检测、低血糖的处理、胰岛素的治疗及日常计量的调整、胰岛素泵的使用、饮食与营养、糖果零食和冰淇淋、体重的控制、运动、压力、生病、怀孕与性生活、旅游、如何降低并发症、最新的研究和进展以及更多的糖尿病科普知识。，，绝大部分的职业场所都看得到糖尿病患者，你可能也知道你的城市或国家有哪些有名的糖尿病患者，以下是一些成功应对疾病的美国糖尿病名人。哈利贝瑞哈利贝瑞（）是好莱坞史上酬劳最高的非洲裔女星，曾经是青少年模特儿、选美皇后、007女郎、奥斯卡得主，也是一位母亲。她没有让糖尿病妨碍她的发展。哈利在1989年拍摄电视喜剧时于片厂昏倒，才知道自己罹患1型糖尿病，她当年21岁，并下决心一定要成功。虽然她好几周身体都非常虚弱，而且受到很大的惊吓，但是她自我挑战要好好控制住糖尿病，不让糖尿病对她正在上升的演艺事业产生任何负面的影响。她定时注射胰岛素并无时无刻不在努力地控制血糖。今天，哈利的决心展现了成果她以靓丽的外貌和精湛的演技而出名。人们可能不知道她是国际青少年糖尿病研究基金会（）的义工，她踊跃参与活动。哈利不愿意在公开场合谈论她的糖尿病，但也有例外。2004年洛杉矶举办了一项大型慈善活动希望的旋转木马，很多影视明星和名人都出席了。哈利在那次的活动中公开谈到她的糖尿病，把她的成功归根于疾病，她说老师在我10岁的时候说，我长大后收到一份礼物，而糖尿病就是这份礼物。因为它赐予我力量和坚强，所以我能够面对现实生活里所有的不愉快。她是个活生生的例子，能启发所有的糖尿病患者。哲·李文堡哲·李文堡（）目前进入了他的运动生涯中第八个职业美式足球赛季。哲在1999年9月和辛辛那提的孟加拉国虎队签下一年的合约，担任进攻先锋。在这之前，哲在印第安纳波利斯当了3年的首发球员。哲在12岁被诊断出糖尿病。我测很多次血糖，聆听身体说了些什么，有比赛的日子我一天要测20~30次的血糖。比赛开始前2小时，我每15分钟测1次血糖，这样我就知道血糖的走向。我真的感到很幸运，我在14年的职业足球生涯中从来没有在球场上发生过任何紧急事故或被送去医院。

喜欢。。这书不错！可以拥有。朋友给他丈母娘买的。。哈哈！

很好很值得看的书 京东很不错

在京东上购买商品已经很多次了，图书这是第一次购买，非常棒的购物体验，首先是发货很快，刚下的订单，很快就显示正在配货了，对于网上购物来说，速度很重要，京东的发货速度令人非常满意。快递的服务态度也非常好，不像有些快递根本不打

电话联系你，直接往传达室里一扔就完事了。拿到书后真的是让人出乎意料，外面是用纸箱包装，然后里面还用塑料泡膜包裹，非常严实，收货那天是下雨天，拆开后，书籍完全没有收到下雨的影响，完好无损。书绝对是正版这个不用说了，在京东买东西，你完全不用担心质量问题。高尔基说过：“书，是人类进步的阶梯。”开卷者古来就有，有“五柳先生”那“不求甚解”读法的；也有朱光潜倡导的“字字推敲，咬文嚼字”读法的；更有王国维所谓的三种读书境界……但终归来看，开卷是有益的，因为开卷既是知识之源，又是古人之鉴，更是修养之法。其实读书有很多好处，就等有心人去慢慢发现。最大的好处你有属于自己的本领靠自己生存。让你生活活得更充实，学习到不同的东西。感受世界的不同。

古代的那些文人墨客，都有一个相同的爱好-----读书。书是人类进步的阶梯。读书是每个人都做过的事情，有许多人爱书如宝，手不释卷，因为一本好书可以影响一个人的一生。那么，读书有哪些好处呢？1.读书可以丰富我们的知识量。多读一些好书，能让我们了解许多科学知识。2.读书可以让我们拥有“千里眼”。俗话说的好“秀才不出门，便知天下事。”“运筹帷幄，决胜千里。”多读一些书，能通古今，通四方，很多事都可以未卜先知。3.读书可以让我们励志。读一些有关历史的书籍，可以激起我们的爱国热情。4.读书能提高我们的写作水平。读一些有关写作方面的书籍，能使我们改正作文中的一些不足，从而提高了我们的写作水平。读书的好处还有一点，就是为我们以后的生活做准备。读书的好处很多。读书足以怡情，足以傅彩，足以长才。其怡情也，最见于独处幽居之时；其傅彩也，最见于高谈阔论之中；其长才也，最见于处世判事之际。练达之士虽能分别处理细事或一一判别枝节，然纵观统筹、全局策划，则非好学深思者莫属。读书费时过多易惰，文采藻饰太盛则矫，全凭条文断事乃学究故态。读书补天然之不足，经验又补读书之不足，盖天生才干犹如自然花草，读书然后知如何修剪移接；而书中所示，如不以经验范之，则又大而无当。有一技之长者鄙读书，无知者羡读书，唯明智之士用读书，然书并不以用处告人，用书之智不在书中，而在书外，全凭观察得之。读书时不可存心诘难作者，不可尽信书上所言，亦不可只为寻章摘句，而应推敲细思。书有可浅尝者，有可吞食者，少数则须咀嚼消化。换言之，有只须读其部分者，有只须大体涉猎者，少数则须全读，读时须全神贯注，孜孜不倦。书亦可请人代读，取其所作摘要，但只限题材较次或价值不高者，否则书经提炼犹如水经蒸馏，味同嚼蜡矣。读书使人充实，讨论使人机智，作文使人准确。因此不常作文者须记忆特强，不常讨论者须天生聪颖，不常读书者须欺世有术，始能无知而显有知。读史使人明智，读诗使人灵秀，数学使人周密，科学使人深刻，伦理学使人庄重，逻辑修辞之学使人善辩：凡有所学，皆成性格。人之才智但有滞碍，无不可读适当之书使之顺畅，一如身体百病，皆可借相宜之运动除之。滚球利睾肾，射箭利胸肺，漫步利肠胃，骑术利头脑，诸如此类。如智力不集中，可令读数学，盖演算须全神贯注，稍有分散即须重演；如不能辨异，可令读经院哲学，盖是辈皆吹毛求疵之人；如不善求同，不善以一物阐证另一物，可令读律师之案卷。如此头脑中凡有缺陷，皆有特药可医。由此可见读书的好处了。

读书养性，读书可以陶冶自己的性情，使自己温文尔雅，具有书卷气；读书破万卷，下笔如有神，多读书可以提高写作能力，写文章就才思敏捷；旧书不厌百回读，熟读深思子自知，读书可以提高理解能力，只要熟读深思，你就可以知道其中的道理了；读书可以使自己的知识得到积累，君子学以聚之。总之，爱好读书是好事。让我们都来读书吧。

读了这本书之后，甜蜜一生由自己1型糖尿病人自助全书，超值。买书就来京东商城。价格还比别家便宜，还免邮费不错，速度还真是快而且都是正版书。医学研究证明，只要好好地管理自己的糖尿病，把血糖控制在正常范围内，就可以避免并发症的发生。由瑞典教授编著，黄洁芝等人翻译，甜蜜一生由自己1型糖尿病人自助全书为你提供了应对糖尿病的所有对策和秘诀，只要你通过几周的学习，掌握了管理糖尿病的方法，你就可以和其他人一样快乐地生活。，买回来觉得还是非常值的。我喜欢看书，喜欢看各种各样的书，看的很杂，文学名著，流行小说都看，只要作者的文笔不是太差，总能让

我从头到脚看完整本书。只不过很多时候是当成故事来看，看完了感叹一番也就丢下了。所在来这里买书是非常明智的。然而，目前社会上还有许多人被一些价值不大的东西所束缚，却自得其乐，还觉得很满足。经过几百年的探索和发展，人们对物质需求已不再迫切，但对于精神自由的需求却无端被抹杀了。总之，我认为现代人最缺乏的就是一种开阔进取，寻找最大自由的精神。中国人讲虚实相生，天人合一的思想，于空寂处见流行，于流行处见空寂，从而获得对于道的体悟，唯道集虚。这在传统的艺术中得到了充分的体现，因此中国古代的绘画，提倡留白、布白，用空白来表现丰富多彩的想象空间和广博深广的人生意味，体现了包纳万物、吞吐一切的胸襟和情怀。让我得到了一种生活情趣和审美方式，伴着笔墨的清香，细细体味，那自由孤寂的灵魂，高尚清真的人格魅力，在寻求美的道路上指引着我，让我抛弃浮躁的世俗，向美学丛林的深处迈进。合上书，闭上眼，书的余香犹存，而我脑海里浮现的，是一个皎皎明月，仙仙白云，鸿雁高翔，缀叶如雨的冲淡清幽境界。愿我们身边多一些主教般光明的使者，有更多人能加入到助人为乐、见义勇为的队伍中来。社会需要这样的人，世界需要这样的人，只有这样我们才能创造我们的生活，甜蜜一生由自己1型糖尿病患者自助全书给孩子自由，那会属于自己的糖尿病治疗的自主权。甜蜜一生由自己1型糖尿病患者自助全书内容非常丰富，包括教给你关于血糖的调节与检测、低血糖的处理、胰岛素的治疗及日常计量的调整、胰岛素泵的使用、饮食与营养、糖果零食和冰淇淋、体重的控制、运动、压力、生病、怀孕与性生活、旅游、如何降低并发症、最新的研究和进展以及更多的糖尿病科普知识。我曾经属于后一类。那时，我处于极度危险的境地。看薛老师这些话，你能觉得这是一个真实的老师，她说的话就象是邻居唠家常那样真诚自然。对于书中她大胆、直率的言辞，我很钦佩，不是每个人都有这种胆识、思维的。她能把一件看似简单惯常的事情剖析提头头是道，透过表象看到了它的内在根源。她有勇气把一些不同与大

《眠空》文字来自日记、笔记、杂录。有的正式写在电脑上，有的零散记录于旅途所携带的纸页。文字具备即刻的意义，记下的观点或细节，过后回望，已显得不再重要或与自己无关。但从记录中回溯，可看到自我构建和行进的一个过程。

我写下这些随性的文字，并不打算长久保留。选择性整理出一部分之后，其余的也就清空或消除了。这些思想、情绪、感受、知见的痕迹和旧躯体，已属于过去。从中摘录的文字成书之后，进入被阅读的世界，自此流向它自己的道路。彼此也就相忘。

二〇一二年七月末，《眠空》止稿。窗外花园蝉鸣狂热，查日历原来是立秋。所谓水落石出，是在时间的回旋中仍相遇自己的本性。无力的终究无力，有力的依然递进。这些文图被整理成行李，推入时间的轨道。我因此而感觉到一种新生。我们的确有可能时时刻刻成为一个新的自己，具备无限的生机和活泼。

《眠空》的记录是一种私人形式，表述零散、跳跃、漫不经心。但我并不顾忌这种任性的方式与大众阅读之间的距离。不同的心路，导致对事物的感受和理解有差异。认知的隔阂也会产生阅读中的障碍或者偏差。我们在各自的疆域生活。像花朵盛开在阴面或者阳面的山谷，盛开在海边或者草丛之中，但都是在自己的本性里盛开。这是人与人之间的一体性。它是平等的，开放的。

我意识到与这个世间，与诸多读者，与从未曾谋面的陌生人之间的一体性。愿意分享我所知所想的一切，即便它微小琐碎，但来自内在的真实与思考。表达和阅读，得以触摸到深处的自己，并相互发生联接和印证。这种印证，有时在我与“我”之间，有时在我与“你”之间。他人文字是一种启发、借鉴、对镜自照。它们也会在有感应有因缘的生命之中，播下漂流的小小种子。这是美好的相遇。

人的表达有各自的局限。有它在不断被推入过去的即时性。有也许曾经被古人或过去早已反复陈述的困守挣扎。但这并不意味着表达的虚妄。表达延续生命个体的存在感，在书写和阅读中传递。表达也承载即刻的明心见性，发出声音，让自己“听到”。也让能够“听到”的人知晓。

二〇一一年，出版长篇小说《春宴》。《春宴》于我，如同翻过一个山头。翻过不是终结，是为了看到新的路在另一侧展开。《眠空》是某种生发、循环、分解、消释。这些文字对我而言，如同把一枚铁钉敲入岩石，缓慢、坚定、持续、深入；也如同把一封书信投入大海，随手撒落，没有目的。它们是内心的一种觉知和清理。

那年，在京都，与一位日本的禅宗师父见面，他说，脚步有力而坚定，不断地走下去，就可以走一条长路。一位西藏的师父则说，期待和恐惧应成为我们的戒律。即人应无所期待，也无所恐惧。我喜欢走路。走路时，当下是全部。播下种子，让花开放，让果实结出。而不必追究其结局如何，有何意义。
勇猛之心，渴望人生加速，强烈地感受和完尽事物，更多的承担和行动。用全力去负荷，或者全然放下。疑问最终需以实践全然的究竟。人们只是走在路上。

送货快，一天就到了，喜欢

还行，东西不错。

很难得找到一本关于一型糖尿病的书籍 老公看的很来劲 希望他能好好的保护自己 书里从很多方面告诉了患者如何认识自己的病 如何进行合理的控制和治疗 很好

很好，很实用。1型的都是孩子，多一些1型的知识。

正品，不错的一次购物

装帧好，纸张也挺不错，正版。

好~~非常的棒~！！~

[甜密一生由自己：1型糖尿病人自助全书 \[Type 1 Diabetes:A Guide for Children, Adolescents,Young Audlts--and Their Caregi\]_下载链接1_](#)

书评

[甜密一生由自己：1型糖尿病人自助全书 \[Type 1 Diabetes:A Guide for Children, Adolescents,Young Audlts--and Their Caregi\]_下载链接1](#)