

# 《躁郁之心（下）》

## 图书基本信息

# 《躁郁之心（下）》

## 内容概要

# 《躁郁之心（下）》

## 作者简介

# 《躁郁之心（下）》

## 书籍目录

### 自序

#### 第一部分 爱让我安心

##### 01 有他陪伴，夫复何求

从一开始理查德就念念不忘我那些可爱的品质，而对于我比较扰人的个性，他则尽量保持着超然的茫然不知状。他在这方面做得非常好，即使受环境所迫，我们也依然不离不弃。

##### 02 紫丁香与罗马戒指

我花了点时间寻遍那张超级大床，终于找到一个小红盒子。这是罗马一家珠宝店的盒子，里面铺着丝绸，丝绸上是一枚古董金戒指。还在枕头下面找到一张理查德写给我的纸条。

#### 第二部分 最后一杯香槟

##### 03 不完整的部分

我们最初的反应是回不过神儿，然后是震惊。这种反应持续了一个小时左右，接下来是噩梦般的经历。我们各自喝下一杯苏格兰威士忌，然后爬上床，紧紧地抱在一起。

##### 04 流星雨

我们对流星许愿，怀着一种甜蜜的放纵感亲吻着。仰望星空常会引起一种深切的恐慌，感到相对于宇宙，人是如此有限。但那天晚上，我们没有恐慌。大自然极尽其美丽，我们相守在一起。

##### 05 星光的欣喜

在理查德的葬礼上微笑是多么奇怪。他死了，我只能对自己微笑，这是悲痛使然。欢笑与绝望比邻，麻木与敏锐相近，记忆与遗忘相依。我不得不习惯它们，但当时我不知道这一点。

#### 第三部分 失去

##### 06 野花与花岗岩

在我们结婚纪念日那天，我戴上罗马戒指和星星戒指，来到了理查德的墓地。我努力去回想我们婚礼的场景，却无法摆脱他现在已冷冰冰地躺在地下的念头。在生与死面前，记忆是苍白的。

##### 07 哀悼与忧郁

尽管我们斥责悲痛，就像斥责死亡一样，但它教会人们必须寻找一种方式，重新开始生活。很多事物会随着死亡而遗失，但不是所有。生命不会轻易逝去，爱亦如此。

##### 08 莫名的色彩

感伤与怀旧在悲痛的一开始是必要的，但现在它们会妨碍生活的继续。血液必须流向身体组织：我想一把拉开那幅单调乏味的浅褐色窗帘。哀悼迫使我思考死亡，但设想未来才是生活。

### 译者后记

## 《躁郁之心（下）》

### 精彩短评

- 1、印象最深的地方是作者去看望有躁郁症的小孩，送给她一个塑料兔八哥并且告诉她一切会好起来的，虽然她知道事情远远没有那么简单。想到了一月底被正式诊断抑郁症的那天，advisor到我宿舍谈心，走前他说事情会变得更好的。每次听到别人给我这种安慰的时候都会忍不住哭，我知道一切都没有那么轻松，也许我也永远不会痊愈，但是还是会有人许诺给我各种希望。我不知道这算是残酷还是人性的温暖，但是我知道他们的意愿是好的。
- 2、三星。黄老师译本，流畅。作者的细致和敏感在这本的抒情和感慨之中表达的更为明显，体味这种美是一件不容易的事。连贯性上来说，其实完全没必要联系Memoir那本而作为“下”，硬要把不同题材扯到一起，反而影响读者的期待。这本的重点在于如何应对丧失，甚至没有太多双相障碍患者的特点，而只是普通人面对爱人的离去不得不经历的体验。如何区分抑郁和悲痛那一段写的很好。我们总以为患者会更难应对这些生活事件的打击，毕竟是个trigger，但作者却从另一个角度来探讨，也许惯于管理和掌控自己情绪的患者会更容易区分悲痛和抑郁，也许比一般人更懂得。如何面对死亡和丧失，这是我们共同不得不面对的东西。
- 3、这部传记式的美文（下）使得我终于领悟 当时并不懂的 在海外留学期间看到的自己导师的生活方式和点滴
- 4、这本书呢？其实和丘吉尔的黑狗可能就有很大的不同了，丘吉尔的黑狗很多专业术语，但是这本书还是主要讲作者与他丈夫的爱情，婚姻。。看完还是相当感人的，主要是有一个这么理解自己的丈夫，还是了解自己病情的同事，我觉得真的是一件特别幸福的事！主要和相爱的人在一起哪里都是幸福的。
- 5、好好生活
- 6、其实，身为患者的作者还是蛮幸运的
- 7、这本书初读和躁郁症无关，貌似全是对丈夫生前身后的缅怀。最后提到了躁郁抑郁和悲伤的真正不同。但是全文最打动人还是对感情的细微描绘。我生活在一个全是数字和理性的世界太多了，看电影电视也是科幻居多，很少看到这么细腻“专业”的感情描绘。
- 8、没价值
- 9、比起（上），这个关注的是爱与陪伴。
- 10、大概是在枫林时候读的，讲一个患有双向障碍的精神科医生的故事，了解了双相障碍的心理体验，不过记得最清楚原来锂离子可以治疗。
- 11、#我爱的是你的人 不是你的疾病#作者真的很幸运
- 12、第一本书中写的治疗方法除了锂盐外没有更多详细的描述。这本（下）说出了作者认为唯一的治疗方法——爱和陪伴。
- 13、这本离题了，参考价值不高
- 14、love is the cure
- 15、dull
- 16、看看
- 17、我怎么感觉在骗读者，借着上部的噱头，用了我们梵高的画，可内容躁郁症有什么关系。。。

## 《躁郁之心（下）》

### 精彩书评

1、美丽和灾难相互纠缠。在一切失去秩序的迷乱之後，这仍然是一种确凿的可能。初版于1995年的《躁郁之心》记叙了作为精神病学家的凯与自身的躁郁症漫长的斗争与共处的历程。专业与零距离，特殊的双重身份与真诚的记叙使得这本书在心理学历史上留下了特殊的位置。上下两部都记叙了凯队生活不息的抗争与探求，而上部更偏重如影随形的抑郁与躁狂，下部关于情绪障碍的篇幅较少，但补充了凯自己的感情历程，以及对生活的逐渐和解。可能抑郁-躁狂（manic-depress/bipolar disorder）是一个比较陌生的名词。患者困扰在抑郁和（另一个时期）过度精力充沛同时濒临疯狂的躁狂两种情绪障碍中。所以凯的记叙包含了严重的抑郁以至于自杀的阶段，和失控的，难以自抑的灾难性疯狂。这些体验，书中都有清晰的描写。摇摆在同样可怕的情绪两端，她的生活、人际都断裂成碎片，学业、职业生涯面临严重威胁。而躁郁症这种疾病，甚至于使她失去反抗这些灾难的能力。而对于这种疾病的认知，毒副作用不小的药物（必须说明如今的药物已经得到了副作用的更有效控制）的取舍，疾病的发展，都有完整的呈现。在这样的重压下，凯经历爱情，取得了博士学位，获得职业上的成功——即便躁郁症的阴影纠缠如旧。抛开对疾病的观察，这依然是一部相当动人的叙写。消沉与躁狂都是无比真实的。无论是过多的沮丧还是热情近似于疯狂（即便它们相对病态），因为凯直面自己的毅力（与勇气），深沉自省的习惯与天赋，或者还有无数次失控的生活，使她有更多机会体验生活伴随情绪的种种也许比多数人更深的层次。其实凯的生活是无比斑斓的。不过购买一匹瘸腿马还是好狂野啊哈哈哈哈哈~我也真的认为生活与情感的体验有无数种可能性。下部更贴合作者个人审美地引用了较多诗歌。凯与丈夫一起抗击癌症的经历，带给了我们克服阅读障碍的怀亚特医生。我想凯和她的丈夫都是同样对生活充满热情而意念坚强的人啊。凯沉静的笔调将与她相伴的人从内到外地复刻出来，舒缓而深情的语句让人动容。这本书带给我们的除了最近的生活描述，凯更为完整的人生发展与情感体验，也提供了那个年代两位高学历医学人士在专家朋友们的帮助下抗击癌症的直接记叙。补充一下下部还有对外界（对于已经出版的《躁郁之心》上部）反应的介绍。

2、《躁郁之心》下：宗教改革运动的发起人马丁·路德（Martin Luther）曾表示，即使世界会在明天终结，他也会在今天种下苹果树。罗尔瓦格写道：“拓荒者是那些明知不可为而为之，并最终实现了令人难以置信的成就的人。”给予的手正在获取，获取的手要赠予：树枝总是因为果实或积雪的重压而折断。——苏格兰诗人威廉·苏塔

# 《躁郁之心（下）》

## 章节试读

### 1、《躁郁之心》的笔记-全部

至始至终都是一位医生兼科学家。。。。理查德每天要比别人多工作45个小时（从小阅读障碍），但他坦然接受这一切，并对能追求自己的理想心怀感激。我从没听到他为写论文或者批论文有一句推托之词。。。。他的聪明才智和严格自律获得了回报，他拥有霍普金斯大学的医学学位，做过哈佛大学医院精神科的住院医师，并成为国家心理健康研究所首席精神病研究员。、、、、、、、、“我曾经很健康，在美国出生长大，受过良好教育，有幸进入医学院，完成医学训练。。。。一直觉得自己无所亏欠人生账户，这就意味这不比惧怕死亡。”。。。。我不应该去抓那支小蝴蝶，因为蝴蝶本该在花园里自由地飞翔。。。。他在说这话的时候，没有一丝嫉妒或遗憾。

逆境是对逆境的最好准备。。。。过去的经验让我知道需要高度警惕的症状：如果睡得太少，躁动不安，感到绝望或者想要自杀，我就知道自己该警惕了。。。。拜伦的诗当做勇气的来源：“看吧，他主宰了自己，并使他的痛苦屈服于自己的意志。”

“凯，我不知道该怎么办。”他沉默了一会儿又说。“药物是不完美的，”。。。“我是不完美的，你也是不完美的”。。。。之后他静静的说了一句。“爱情是不完美的。”（我们相遇时，他45我38.无论对生活，还是对浪漫关系，我们都有所阅历。）

# 《躁郁之心（下）》

## 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)