

我遺失的時間



[我遺失的時間 下載链接1](#)

著者:Baer, Richard

出版者:高寶

出版时间:2009/07/29

装帧:

isbn:9789861853376

◎長達十八年的治療過程！最驚世駭俗的處方；最聳人聽聞的告白。

◎重度多重人格患者罹病的祕密實錄，令人聞之色變，讀之膽寒。

◎亞馬遜書店讀者一致評價：最毛骨悚然的閱讀經驗！

如果你不是我，那麼你還不曾到過地獄！

我的腦中彷彿有個開關，一旦按下了它，

名字不是我的，身體也不是我的，
孩子不是我的，就連時間也不是我的，
我的生命就此混沌失序……

一覺醒來後，我的下腹疼痛不已，我輕輕一摸，發現那裡有一條剛縫好線的傷口，像極了一抹猙獰的微笑。站在身旁的陌生男子告訴我，我剛生下了第二胎，而他，是我的丈夫……

我彷彿遺失了時間，那些與我有關的事彷彿也成了他人事。奇怪的是，我既不驚慌也不意外，就這麼接受了有關我和我家人的「新發現」。雖然這一切令我十分困惑，但我隱約意識到自己過去也有過相同的處境：虛應故事、默默蒐集各種資訊——這感覺很熟悉，而且不知為何，我知道我最好緊緊閉上嘴巴，什麼都別說。

我丈夫對我越來越惡劣。他對我大吼大叫，因為我在醫院待了六個禮拜，回到家也不能處理家務。疼痛加上疲倦使我能做的事非常有限，為此他狠狠咒罵我。我不想跟丈夫做愛，因為我根本不認識他。最糟糕的是，在我兩歲的兒子眼中，我是個陌生人，他知道我根本不是他媽。

誰能告訴我，我究竟發生了什麼事？

這是一本精神科醫師治療患有多重人格分裂症病患的十八年記錄，從患者得病的原因、治療過程和治療結束後的追蹤記錄。書中有許多血腥、暴力、噁心、互助的描述。

病患凱倫自剖腹產中甦醒後驚覺發現自己並不認識周遭的一切，甚至也不知道自己不久前才分娩了一個小嬰兒，更不用說還有一個二歲的兒子，對於這樣的情況凱倫感到非常害怕而且也不敢讓別人知道，就這樣過了三年後，尤於長期處於憂鬱和心情沮喪使她鼓起勇氣求助貝爾醫師。

凱倫是一個肥胖的三十多歲婦女，她把自己長期沮喪、輕生的念頭告知貝爾醫生但卻避重就輕不敢全部說出自己悲慘的遭遇，因為怕被醫生看輕或被放棄治療她。經過幾次諮詢凱倫漸漸與貝爾醫生建立信任關係後，凱倫告知貝爾醫生自己常會有失去意識的狀況，比如說自己以為已上床睡覺了，但下一刻卻是在看電視，會有二到三個小時的時間是記憶空白。又比如說她已有二個小孩但自己卻沒有任何跟丈夫發生性關係或生產的記憶。聽到這樣的狀況醫生要她開始寫日記並於下次會診時交給他，且一有不舒服或輕生的念頭也要立即打給他。

在醫生看了凱倫的日記後驚訝的發現凱倫長期遭受到來自丈夫的身體和語言暴力，醫生要她求助警察但凱倫總是有很多顧慮而不敢採取醫生的建議。後來凱倫的父親遭指控性侵姪女罪名成立後，凱倫更多不可告人的悲慘記錄逐步浮現在她給醫生的日記上。

原來凱倫从小就遭到來自父祖的家暴(包括身體、語言)、性虐待、亂倫、拍色情影片和被迫參加恐怖、邪惡的宗教儀式。他們從小就灌輸凱倫是惡魔的化身必而被淨化、被處罰，又因為她是女人所以要聽男人的話、服侍男人，而所有的事情她都不得對外說出否則就會遭到殺害。小凱倫根本無法承受這樣的心理和身體的壓力和虐待，心靈上的自我保護竟分裂出十七種人格，而每種人格都有負責的工作、個性、名字和年紀，以下便是書中的十七種人格名單及產生的原因描述。

1. 候登：
34歲男性，在凱倫嬰兒時期患動脈瘤時就被分裂出來，以父親、保護者、決策者的身份管理其它的人格。

2. 凱撒琳：

34歲女性，與候登同時被分裂出來，以母親的角色照顧其它分裂出來的人格，並協助凱倫在現實生活中的工作。

3. 凱倫寶寶：

2歲的貝比，與前二種人格一樣是同時分裂出，是凱倫內心世界最平靜的一環，一直被其它人格保護著，不會出來主導凱倫的意識。

4. 凱倫一號：

10歲女性，當凱倫11歲遭到祖母弱智兄弟強暴時而從候登被分裂出來，她是最想結婚的人格。

5. 凱倫二號：

21歲女性，從候登被分裂出來，是個快樂的人格並與現任丈夫保持婚姻關係、生下一雙子女且沒有任何家暴記憶，一直被其它人格好好保護著。

6. 凱倫三號：

從候登被分裂出來，是最常與外界聯絡的人格，雖然一直有自殺的念頭但她個性也最溫馴，負責接受貝爾醫生治療，後來也成為眾人格合併的中心。

7. 克麗兒：

1歲小女孩，當小凱倫被迫參與邪教儀式被父親以十字架插入她的陰道時，凱倫無法承受其痛楚而從凱倫寶寶分裂出來的人格，平時會出現與凱倫的小孩玩耍，有著不安全感的性格。

8. 史丹利：

15歲男性，當凱倫3歲父親逼她吃糞時而從凱倫寶寶分裂出來，他被父親教育去偷竊以取悅父親，但父親又會以偷竊為由處罰他，是個渴望得到父母親關愛的人格。

9. 邁兒：

8歲小男孩，並不喜歡待在女性身體。因凱倫被迫參與邪教儀式而遭到性虐待時從史旦利分裂出來，他是被創造出來承受所有的憤怒並捍衛凱倫的身體，當他出現時都是凱倫痛苦遭到性虐待並被傳播她是惡魔、撒旦的語言暴力，是個憤世嫉俗想殺掉其它所有人格以求得到解脫。

10. 卡爾：

10歲小男孩。當凱兒被父祖及不認識的人全身脫光把她壓在死人身下並侵泡死人的血水時而從邁兒處分裂出來，與邁兒、愛絲一起承受凱倫的痛苦，是所有人格中承受最大痛苦者，他一直想切掉凱爾的胸部以為這樣她就會變成男人而不被性侵害。

11. 愛絲：

8歲小女孩。與前二種人格一樣主要是幫忙承受凱倫的痛苦，當凱倫被關在黑暗處時她便會出現。

12. 茱麗安：

15歲女性。當凱倫四歲第一次參加邪教儀式，眾人取她的血、肉、髮時從凱撒琳分裂出，當受儀式凌辱時，像是眾人取她乳頭、陰道內的皮時，便是她出現。

13. 安：

16歲女性。當凱倫十歲時而從克麗兒處分裂出來，因為個體需要一個給人平靜、能教育凱倫小孩、免於受教會人傷害的角色。

14. 茱麗亞：

13歲女性。當凱倫的父親把她賣給他朋友做性交易時產生，其記憶一直停留在很多男人壓在她身上，致使她無法走路、害怕男人、怕黑，是個非常碎弱痛苦的人格，遂漸死亡

中。

15. 傑森:

1歲男孩。當凱倫10歲時他從史旦利分裂出以掛衣架反抗要強姦凱倫的人，他特別痛恨老男人，欲拿掉凱倫的陰道使她免受男人的性侵害。擅繪圖，給醫生看的圖都是他畫的。

16. 珊蒂:

18歲女性，一直都想讓凱倫自殺並有很多自殺計劃，當她主導凱倫意識時便一直吃垃圾食物，以為凱倫變胖變醜就可以免於男人的迫害，是個難以控制的人格。

17. 蒂亞:

6歲小女生。當凱倫準備動手術，其父母一直要凱倫去死等負面語言暴力時而從凱倫寶寶分裂出，負責凱倫在醫院的生活，曾主導身體一年半。

這些人格透過貝爾醫生的催眠而有機會透過凱倫的身體來接受心理治療，但仍不可避免遭到人格崩裂的危機，最後由候登提出要整合所有人格為一體以免造成凱倫精神錯亂，而開始了人格整合之路。以凱倫三號為中心來逐漸合併其他人格，由狀況最危急的茱麗亞開始，接著是克麗兒、珊蒂、邁兒、安、史旦利、蒂亞、凱倫寶寶和卡爾是同時合併、愛絲、凱倫一號、凱撒琳、茱麗安、凱倫二號、傑森、候登。

歷時十八年的治療在人格整合後的追蹤狀況都良好下，結束了治療。

作者介紹:

理察·貝爾醫師(M.D. Richard K. Baer)

行醫三十年，擁有伊利諾州立大學的精神病學醫學博士學位，以及西北大學創作碩士學位；伊利諾州、印地安納州、肯塔基州、俄亥俄州的執業醫師。曾擔任伊利諾州心理治療協會主席長達十四年之久。既有精神病理學領域的權威知識，又有寫作的專業訓練。

Switching

Time肯定會讓他成為繼薩克斯之後的新一代神經文學專家。除了記錄多重人格病患的真實故事、深入人類心智中的奇異天賦外，貝爾醫師也像《玻璃城堡》的作者珍娜·沃爾斯一樣，挖掘不堪童年對成長經驗的大破壞力，並用其自身的醫學學識，幫助社會重新定義和理解多重人格障礙，以及如何正確醫治該病症。

目錄: 序言

第一部 苟且偷生

錯誤的開始

雲霄飛車

時間不見了

選擇死亡

父親被捕

母與父

堅定承諾

童年夢魘

第二部分 身

克萊兒的信

自我介紹

耶誕禮物

重啟連結

脈絡

說故事時間
教堂裡的照片
第三部 人格重整
賀頓的辦法
融合克萊兒
珊蒂與邁爾斯
安與席尼
蒂亞與凱倫波
卡爾
愛麗斯與凱倫一號
凱薩琳
茱莉安與凱倫三號
凱倫二號與簡森
賀頓
後記
凱倫的話
作者的話
• • • • • (收起)

[我遺失的時間](#) [下载链接1](#)

标签

多重人格

心理学

精神分析

美国

小說

超想要!!!!!!!

心灵成长

+

评论

其实活着是很不真实的一件事。什么是你的，我的，他的。

读了比较震撼，更理解多重人格了

前半部是一层层痛苦的剥离，后半部用爱和理解将剥离的部分再一层层贴合

inner peace 21。

还是不能想象拥有这么多人格的感觉

一口气读完

一位失憶症患者恢復記憶的過程，故事轉折起伏，原來一開始雙眼看見的，不一定是真實的

[我遺失的時間 下载链接1](#)

书评

罗豫/文

作为首屈一指的心理学大国，美国在这个时代仍源源不断产出于人性的，也许不怎么深刻却总能给人以启发的探索结果。这些渗透在学术文章、著作、通俗读物和电影中的观点，在视觉上远不如美国人抛向各个星球的一堆堆探测器械来得拉风惹眼，其长远影响却未必比不上...

EEO书评人 焦建

可以说，《24重人格》和《我遗失了时间》这两本书之间，存在着诸多的近似于微妙的相似之处。两个对人格分裂症有着切身或者亲密体验的作者——一个作为男性，曾经身患此症。另外一个，治疗的对象则为女性。而两位译者，也相应的都是台湾人，也是一男一女，文字功...

到底哪一个才是我？是那个头上长着肿瘤的女婴，
是那个希望做个完美女儿的女孩儿，
是那个穿着白圣衣在阴森的殡仪馆地下室等待“受礼”的小姑娘，
是那个参加了辩论社、戏剧社的高中生，是她们吗？
还是那个被父亲用50美元都卖给下属“做一做”的“小婊子”？还是那个被祖父...

受这本书的评论吸引在当当网上买回来看，刚开始的时候有点害怕，感觉人格分裂是很可怕的事情，但是当看到各个人格开始出现，便渐渐被它的情节吸引，开始喜欢上所有17个人格，不禁感叹人类脑体系的精密，对于人格分裂有了总体认识。里面每个人格都很有特点和魅力，有各自的优点...

合上书的时候，本能地看了下最后一行文字下署名的日期：2007年1月。突然有种说不清的躁动不安在心中鼓荡。这个仿佛昨日的日期似乎一直暗示着我与这本书在现今时空交叉中的神秘联系。这种联系无疑是真实的，但面对真实也往往意味着面对的是很多残酷。对我而言，《我遗失了...

大学时期，曾看过一本心理小说，24重人格，深深入迷，更对心理学产生了浓厚的兴趣，几年来，一直寻求类似题材的小说，然，这本心理治疗案例型纪实的故事让我期待已久。

艾伦的童年，已不能用灰色来形容，本应该保护她成长的亲人们，却用无尽的折磨和虐待让她生不如死。我感叹人...

《我遗失了时间》(Switch Time)

这真是一本很棒的书，不曾想到现实生活中会有这样不可思议的经历与奇幻的人生。也由衷的钦佩Bear医生精湛的医术与高尚的职业道德，特别是耐心，一个长达18年的医治经历，太难了。也谢谢Karen的分享，有机会让Dr Bear把这么一个Amazing的过程讲...

世界上的另几个我——《我遗失了时间》读后感
这是一本值得一再翻看的书。至少我是这么做了。

第一次的阅读过程，最初是抱持着纯粹的好奇，多重人格的背后，藏着的是怎么样的秘密。因为一开始就知道这是一个心理医生记录自己病患的真实故事，所以对情节并没有抱太大的期待，甚...

面对近似孤绝的情境，生存本能发展出畸形但是非此不可的存在方式，这是一趟艰辛的、代价无可挽回的精神之旅。

生与死之外，存在以各种方式呈现着它本身。你必须相信，总是有着这样一种可能性。

。。

一边准备职业考试，一边看的这本书，断断续续看了好几周才看完。感触非常多。大多数人对于这本书的评价可能集中在同情卡伦的遭遇及感叹人精神力量的强大，贝尔医生的职业精神及耐心，不知道有没有人和我一样关心书中的日常。卡伦做过什么工作，交的朋友怎么样，小时候被带去参...

个人主义的又一场噩梦——评《我遗失了时间》 罗豫/文

作为首屈一指的心理学大国，美国在这个时代仍源源不断产出于关于人性的，也许不怎么深刻却总能给人以启发的探索结果。这些渗透在学术文章、著作、通俗读物和电影中的观点，在视觉上远不如美国人抛向各个星球的一堆堆探...

耶稣将手伸向天堂，召唤天使。十七个天使飘下来，进入卡伦体内。我们是来保护卡伦的。每颗星星代表一个人格。每个人格都是卡伦的守护神啊！最最最最让我觉得神奇的就是治疗过程的人格融合，每次都是分两到三个人格融合进卡伦。每次融合前贝尔医生先会和人格进行谈话，了解他...

第一次知道DID是某一天搜索反社会人格的时候，当时抱着好奇的心态点开视频。只有一位女性坐在那里，声音很小，非常腼腆。不过才过了一会儿，她忽然换了口音，操着上流社会的口音，优雅且端庄。我被她吸引，直至她闭上眼睛突然透出了光彩。那不过是一个很老的片子了，你却...

或许每一个人都有多重人格特征。人的多面性或许就是多重人格在作祟。也许每一种情绪都是一种我们所说的“人格”，他们各自独立体现就出现了我们目前所认知的多重人格？或许只是人的记忆被片段化，特定情绪下承受与遗忘的记忆体现？是人类大脑系统自我保护机制？从本书精彩绝伦...

[我遺失的時間](#) [下载链接1](#)