

憂鬱病患的日記



[憂鬱病患的日記_下载链接1](#)

著者:時枝武

出版者:小知堂

出版时间:2000-8-14

装帧:

isbn:9789570349917

憂鬱病已成為現代社會常見的精神病，每個人都聽過它，但大多數的人都誤解了它，甚至對它存有偏見。憂鬱病不只是心理方面的疾病，更深受生理機制之苦，包括不由自主地失眠、全身無力、不安、倦怠等症狀，而並非只是一般人眼中的情緒不穩定、悲觀、消極等模糊的名詞。常常有人無法正視憂鬱病，甚至還認為，因為軟弱才會得憂鬱病，可見我們對憂鬱病的認知，普遍呈現不足的現象。本書作者時枝武是三度自殺未遂的憂鬱病患，他試圖以日記的形式，公開隱為人知的患病生涯，他希望能藉此傳達憂鬱病患內心深處的聲音，書中詳述了他的心理困境、家庭關係中的折磨，以及他和整個龐大社會的歧視、偏見對抗的歷程。透過寫作，時枝武同時也找到一條與自己內心溝通的新途

徑；透過寫作，他得以瞭解自我、治療自己的病痛，進而為憂鬱病開創另一頁紀實文學的歷史。受憂鬱病所苦的著名女詩人希薇亞·普拉絲（Sylvia Plath），曾寫下形同憂鬱病代名詞的名句：「我坐在同一個玻璃鐘形瓶下面，在我自己的酸苦之氣中慢燉慢熬，自作自受。」由此可知，每一位憂鬱病患都在如同「鐘形瓶」的封閉世界中獨自掙扎。而本書正為身為讀者的我們，提供一個深入瞭解憂鬱病患的契機。

作者介绍:

目录:

[憂鬱病患的日記_下载链接1_](#)

标签

忧郁

日本

憂鬱

2012读

评论

[憂鬱病患的日記_下载链接1_](#)

书评

憂鬱病患的日記 下载链接1