

《亲爱的，我的脑袋里住了一只山雀》

图书基本信息

《亲爱的，我的脑袋里住了一只山雀》

内容概要

德国亚马逊心理类图书排名榜首

年度最令人动容的温情家书

张德芬 身心灵作家

李建中 李建中心理工作室创始人

戴影频 武汉大学（深圳）健康管理研究所所长

重磅推荐

这是一个将人的恐惧、重担、愧疚、思念和爱转化为救赎力量的真实故事，51封家书总有一封触动你心底最坚强的那根弦，请一定要读一读！

你知道吗，当人们说「你的脑袋里住了一只山雀」，是指一个人得了抑郁症。现在，爸爸的脑袋里也有一只山雀。爸爸想让你知道我的山雀从哪里来，还有，它作怪的时候，我怎么努力赶走它。

我是山雀爸爸，我爱你！我正走在重回你身边的路上

心中有爱

就能找到回家的路

《亲爱的，我的脑袋里住了一只山雀》的作者许洛瑟在入院治疗期间，因思念幼子，又试图亲自向7岁的他解释所发生的一切，于是写了这坦诚真挚又带着几分黑色幽默的51封信，字里行间体现出父亲对儿子深深的怜爱与歉疚。

对许洛瑟来说，儿子和妻子是上天赐予他的两个最珍贵的礼物，为了他们，他自愿住进精神病院；为了他们，他又奋力将自己从抑郁的深渊拯救出来。

这是一部充满辛酸自嘲与含泪微笑的作品，在德国出版后好评如潮，堪称当之无愧的年度好书。相信在阅读的过程中，你定能受到感染。

《亲爱的，我的脑袋里住了一只山雀》

作者简介

德国最具哲思气质的天才导演

抑郁症后浴火重生的勇敢父亲

许洛瑟年仅27岁便作为戏剧导演而大获成功，不幸的是，随着盛名高涨和压力渐增，他的精神也被逼到了崩溃的边缘。他失眠、割腕、酗酒、吸毒，在柏林的一场首演前情绪失控，穿着浴袍上街故意引起警察的注意，被诊断出患有抑郁症而住进了精神病院，一帆风顺的事业也因此画上了句号。

出院后，在家人的温暖和关爱下，他重新调整人生的方向，回到大学攻读法律。目前他和太太及两个孩子在汉堡过着正常人的幸福生活。

《亲爱的，我的脑袋里住了一只山雀》

书籍目录

- 第一封信 不得不住进杜鹃窝
- 第二封信 我想出去透透气
- 第三封信 还是没感觉到有任何好转
- 第四封信 痛恨假装专家的人
- 第五封信 你也怕我吗？有可能喔
- 第六封信 抑郁山雀的狂野之举
- 第七封信 那些美妙的感觉，让人上瘾
- 第八封信 终于等来你的第一声啼哭
- 第九封信 偷时间的灰色男人
- 第十封信 生存还是毁灭
- 第十一封信 山雀，还是喜鹊？
- 第十二封信 思绪转得太快
- 第十三封信 我不需要睡眠
- 第十四封信 一坨肥爆了的大便
- 第十五封信 再会了，柏林
- 第十六封信 烧钱的败家子
- 第十七封信 如果人人恣意妄为
- 第十八封信 想念米玛
- 第十九封信 熟悉的陌生感
- 第二十封信 被遥控的火箭
- 第二十一封信 重逢
- 第二十二封信 山雀筑巢那年
- 第二十三封信 山雀惹的祸
- 第二十四封信 我想过正常人的生活
- 第二十五封信 偷吃泡面的胆小鬼
- 第二十六封信 我想离开这里
- 第二十七封信 地狱留下的疤痕
- 第二十八封信 我终于出来了
- 第二十九封信 夏日即将逝去
- 第三十封信 儿子，我很快就回来
- 第三十一封信 前途无量？前途无亮？
- 第三十二封信 寻找希望
- 第三十三封信 没有终点的考验
- 第三十四封信 工作让我害怕
- 第三十五封信 把鬼工作结束掉了
- 第三十六封信 打肿脸充胖子
- 第三十七封信 “假”爸爸与真儿子
- 第三十八封信 儿子的秘密殿堂
- 第三十九封信 逃离深谷
- 第四十封信 生命绝缘体
- 第四十一封信 其实我并不勇敢
- 第四十二封信 虚假的幸福时刻
- 第四十三封信 不想再逃
- 第四十四封信 兴奋地期待新生活的到来
- 第四十五封信 不再管别人怎么想，我只想回家
- 第四十六封信 太渴望见到你
- 第四十七封信 你是我心灵的润滑剂

《亲爱的，我的脑袋里住了一只山雀》

第四十八封信 干点体力活儿如何？

第四十九封信 观察镜中的自己

第五十封信 一个人的日子

第五十一封信 走在回家的路上！

《亲爱的，我的脑袋里住了一只山雀》

精彩短评

- 1、写的还是不错的，但是现在好像体会不到那种感觉~
- 2、爱和疯狂都是不受控制的冲动
- 3、打开之后发现作者是个做戏的27岁的男人。书未开启前是被抑郁症和温情牌吸引，读了两行就觉得除了文字够呛、内容也大多是在叨逼自己的悲催人生，确定这种与孩子交流的方式没问题么？【顺带吐槽这个作者的名字真是影射了他的loser生活.....
- 4、自私自利的劈腿艺术家！活该！哼！我也活该！哼！我没劈腿！
- 5、总觉得是不停的吹嘘
- 6、虽然我一向对搞艺术的人怀有偏见——嗯，偏见，我也知道是偏见。但是，我还是从这本书里感受到回归的勇敢、以及作者自我的救赎，当然，还有爱——家人的爱和对家人的爱。

《亲爱的，我的脑袋里住了一只山雀》

精彩书评

《亲爱的，我的脑袋里住了一只山雀》

章节试读

1、《亲爱的，我的脑袋里住了一只山雀》的笔记-第21页

里面这些行动迟缓的人和外面那些装模作样的人，全都让我不由得烦躁起来。我得想尽办法避开他们，否则一定会起冲突。可惜其他人完全不放过我，他们才是大多数人，可是他们总是求我做这个做那个。一会儿是驾照，一会是证书、证词、意见、解释、道歉、感觉、承诺、约会、合约，有时还有人问我对他们乏味、一成不变的生活作何感想，真是太让人受不了了。接着，这些人像吸血鬼一样，吸走我所有正面、有趣、优秀的创意，让我也变得和他们一样，成了无力又懦弱的行尸走肉。对这些人来说，别人比自己好、比自己快、比自己轻松风趣，甚至比自己成功，他们都无法忍受。因此，他们整天弄出些新规则来，想整垮我们，这些规则只有他们那种斤斤计较的小人物才懂。

2、《亲爱的，我的脑袋里住了一只山雀》的笔记-第20页

想要活得与众不同是件很累的事，想过和别人不一样的生活也很辛苦，毕竟有决定权的是那些大多数人。

《亲爱的，我的脑袋里住了一只山雀》

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.tushu000.com