

《小说药丸》

图书基本信息

书名：《小说药丸》

13位ISBN编号：9787208139024

出版时间：2016-10

作者：[英] 埃拉·伯绍德,[英] 苏珊·埃尔德金

页数：360+别册112p

译者：汪芘

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《小说药丸》

内容概要

由多年小说阅读经验+书目治疗临床经验+两千年文学史中的珍贵药材炼制而成的小说药丸
人生疑难杂症全收录，另类文学诊疗手册
对症下药，一盒起效。有病治病，无病强身
乔伊斯止痛药、巴尔扎克香膏、托尔斯泰止血带、萨拉马戈药膏和佩雷克与普鲁斯特牌泻药……总有一款能治你。

本书对生理、心理的病痛一视同仁，因此从脚痛到心痛，各种药你都可以在这里找到。此外还有你可能遇到的各种日常烦恼，包括搬家、寻觅另一半到中年危机等，甚至重大的人生挑战也能找到药，比如生离死别、成为单亲父母等问题。从打嗝到宿醉，从害怕投入到缺乏幽默感，无论大病小病，找我们开药就对了。

我们相信小说是书目治疗中最纯粹且最有效的药，这个信念是建立在我们累积的临床经验之上，并有数不清的传闻佐证。有些小说的魔力在于故事情节，有些是它的文字以安抚或撩拨的方式治疗了心理症状，有些则是有角色身陷类似的困境，而他们所提供的某种想法或态度具有疗效。

《小说药丸》

作者简介

埃拉·伯绍德 Ella Berthoud，五岁时从德黑兰去往伦敦，旅途中靠在一辆Wolsey 1300的包裹架上开始阅读生涯。此后十三年间在各种不合时宜的地方读过书，比如在滑雪缆车和蹦床上。进入剑桥大学就读英国文学专业之后，她更是全身心地投入到了小说阅读中。

苏珊·埃尔德金 Susan Elderkin，2003年被《格兰塔》(Granta) 评选为二十位最杰出的年轻英国小说家之一。现从事小说写作，著有《日落巧克力山脉》(入围柑橘奖决选名单)，以及《声音》(入围国际IMPAC都柏林文学奖长名单)，同时教授写作、撰写书评。

两位作者二十五年前同为剑桥大学英文系同学，上学时她们便给彼此推荐各类小说，并相互交换，结下了深厚的友谊，同时积累了大量的阅读。两人在阿兰·德波顿开办的“人生学校”负责书目治疗，为全世界客户开书目处方，经过五年“临床治疗”的累积，才有了这本独一无二的文学诊疗指南。

书籍目录

序言 001

A

唉，21世纪 005

矮个子 007

爱出风头 008

爱到无法自拔 008

爱发牢骚 008

爱上不该爱的人 010

傲慢 012

懊悔 014

B

疤痕 016

爸爸的乖乖女 017

搬家 019

暴怒 020

暴食症 022

暴躁 023

悲观主义 025

悲伤 026

悲恸 028

背痛 028

被裁员 029

被炒鱿鱼 029

被催生孩子 031

被孩子耽误人生 031

被控诉 033

被冷落 034

被欺凌 036

被甩 038

被锁在门外 038

扁桃体发炎 040

便秘 041

不敢冒险 042

不会再爱了 044

不老实 045

不满足 045

不受欢迎 047

不顺畅 047

不思进取 048

不想当父亲 049

不幸已婚 051

不知谦逊 052C

肠胃胀气 052

肠躁症 054

痴迷 054

仇外情结 056

出柜以后 058

出卖灵魂 060
出洋相 061
粗枝大叶 062
D
打嗝 063
打呼噜 065
打破瓷器 067
打退堂鼓 068
大嘴巴 069
单身 071
担心被“剩” 074
得了癌症 074
等待中…… 076
滴酒不沾 077
敌意 079
都市疲劳 079
独裁 081
赌博 082
断腿 083
多愁善感 085
恶心想吐 086
噩梦 088
耳鸣 090
F
发疯 091
反社会 093
反胃 094
放弃 094
飞行恐惧症 094
肥胖 097
分娩 099
分手 100
愤怒 104
父母年迈 105
腹泻 108
G
尴尬 110
感冒 110
感情问题 112
肛门滞留型人格 112
高潮不足综合征 114
高潮过多 116
高龄 116
高血压 117
格格不入 119
更年期 121
工作狂 123
购物狂 124
固执 126

- 乖乖牌 126
- 关于存在的焦虑 128
- 广场恐惧症 129
- 过度进取 130
- 过度冒险 132
- 过劳 133
- 过于井井有条 134
- H
- 害怕暴力 135
- 害怕冲突 137
- 害怕老年生活 138
- 害怕衰老 140
- 害怕投入 142
- 害喜 143
- 害羞 144
- 荷尔蒙作祟 145
- 花粉过敏症 146
- 花钱如流水 147
- 怀孕 147
- 环境太吵 148
- 幻灭 150
- 挥霍 151
- 婚礼 153
- J
- 饥饿 153
- 鸡蛋沾到脸 154
- 鸡蛋沾到领带 154
- 嫉妒 155
- 寂寞 157
- 家人不在身边 159
- 家庭主妇综合征 161
- 坚持等待理想的另一半 163
- 见鬼了 166
- 焦虑 168
- （脚痒）总想出门 170
- 截肢 171
- 戒烟 171
- 筋疲力尽 174
- 紧张 175
- 经济萧条 175
- 经前综合征 177
- 绝望 179
- 觉得自己一事无成 180
- K
- 咖啡瘾 182
- 抗拒改变 182 靠不住 184
- 渴求 184
- 空巢综合征 185
- 恐慌发作 186

恐惧症 187
恐同 188
控制狂 189
苦追修女 191
苦追有夫之妇 192
夸大病情综合征 193
困在一段糟糕的感情中 195

L

阑尾炎 195
懒惰 196
滥用药物 197
老少恋 199
乐观主义 200
冷漠 202
离不开床 203
离婚 204
力有不逮 208
脸红 210
领养 211
流产 214
流汗 215
流行性感冒 217
路怒症 218 旅行上瘾 220
啰唆 223

M

没邻居 223
没胃口 223
梦想破灭 224
迷恋 226
面对家人 227

N

拿破仑情结 228
纳税申报恐惧 229
脑袋钝化 230
脑筋有问题 231
年龄拉警报 231
懦弱 231

P

怕过生日 234
怕死 235
攀龙附凤 237
劈腿 237
品位欠佳 238
破产 239

Q

欺凌者 241
气体过多 242
青春期 243
青少年阶段 246

情欲 247
全心全意 248
犬儒主义 250
缺乏安全感 251
缺乏常识 253
缺乏撩人技巧 254
缺乏条理 256
缺乏同理心 256
缺乏幽默感 257
缺乏自信 259
R
人见人厌 261
人生无意义 262
入错行 264
S
丧偶 265
上唇紧绷 267
身份认同危机 269
身为单亲家长 271
身为开罚单的交警 273
身为外国人 273
身无分文 274
神经性厌食症 274
生产 274
生儿育女 275
生活不幸福美满 275
圣诞节 275
失控 277
失礼 277
失眠 279
失去纯真 281
失去四肢 283
失去希望 284
失去信任 285
失去信仰 286
失去自我 288
失业 288
失忆 290
时差 291
手足竞争 291
睡太多 294
睡太少 294
说不出话来 294
说谎 296
思绪纷乱 297
死别 298
死亡 303
素食主义 305
宿醉 306T

太诚实 307
太忙 308
贪婪 309
讨厌自己的鼻子 311
疼痛 313
天才 316
天生扫兴 316
痛恨另一半 317
痛恨自己的工作 317
痛失亲人或朋友 317
头痛 318
秃头 318
退休 320
拖延症 321
脱发 323
脱轨 324
W
外遇 325
完美主义 329
晚餐糊了 329
网瘾 330
妄下评断 332
妄想症 334
为人父 334
为人父母 337
为人母 338
为人婆婆 / 岳母 340
为人无趣 342
未能把握当下 342
无回报的爱 344
无家可归 347
无精打采 349
无可救药的浪漫主义者 351
无聊 353
无知 354
误机 354
误入邪教 356
X
膝下无子 357
陷入困境 359
羡慕 360
乡愁 360
相思病 362
想报复 363
想成为超级英雄 364
想念儿女 365
想杀人 366
写作遇到瓶颈 367
心力交瘁 368

心灵创伤 369
心碎 371
信心不足 373
信心过剩 373
兴味索然 375
星期一综合征 377
幸灾乐祸 379
性趣不足 380
性生活太频繁 382
性生活太少 383
羞耻 384
虚荣 385
需要好好哭一场 387
需要朋友 389
酗酒 389
寻找爱情 392
寻找理想的另一半 392

Y

压力 395
压抑情绪 396
牙齿痒 398
牙痛 399
烟瘾 399
一成不变 400
一心寻仇 401
衣柜危机 404
依赖 405
遗弃 406 疑病症 407
易怒 408
意志消沉 410
饮食失调 411
庸庸碌碌 413
优柔寡断 415
忧郁 416
幽闭恐惧症 422
友谊破碎 423
与邻居相处 423
与婆婆 / 岳母相处 425
与挚友绝交 426
与众不同 428
语塞 429
语言障碍 429
欲火焚身 430
遇到错误的另一半 431
怨天尤人 433
晕车 434

Z

早泄 436
憎恶人类 437

《小说药丸》

憎恨 438
找不到一杯茶喝 440
找不到一杯好咖啡喝 442
照顾癌症病人 443
痔疮 446 智商过高 447
中年危机 449
种族歧视 450
骤然戒断 452
住院 454
注定失败的爱 456
专横跋扈 457
装模作样 458
撞到脚趾 458
追求幸福 459
自恋 461
自满 461
自私 461
自我中心 463
罪恶感 463
后记 465
致谢 468

《小说药丸》

精彩短评

- 1、吃药的和做药的，好像离得很远
- 2、先打个分。。病还没好呢
- 3、睡前当“答案之书”玩~
- 4、好点子，但实现起来有难度。从头看到尾，书目介绍的质量总的来说还是令人满意的，我也顺藤摸瓜攒了一个新的书单。 Spoiler alert!
- 5、目标在大众 但大众喜欢的只是噱头 好多书怕他们都读不下去 # 跟着老大有书读 #
- 6、创意不错，可都没有深入的内容，有点像给中小学生开的名著简介那么敷衍。
- 7、有意思，喜欢到处翻着看，不喜欢一页接着一页看，反正就挺有意思。
- 8、一读到介绍就觉得好新奇。看看能不能治好我这条咸鱼病。
- 9、蛮有意思 让人想看小说
- 10、囤书癖还有救吗？
- 11、一本书单而不是书评
- 12、wc 这本书简直为我量身定制 还没看完忍不住先过来打分
- 13、工具书不算读完。嗯，如果根据病症找到十本书结果九本没有中文版，看这个书的动力是什么呢
...
- 14、列出的书单够我看好几年了
- 15、“这是一本医疗指南——不过稍微另类一点。”这是一本医疗指南，不过炒鸡有趣
- 16、用两个月抄完所有书单名称，如果是买的书，可能两年都翻不完一遍！书非借不能读！非借不能抄笔记！非借不可能通宵达旦抄笔记！
- 17、全员鸡汤化。装帧设计太差了，既不好玩也不好看还很麻烦，一本书搞成好几本，搞得盒子扔也不好不扔也不好。蓝色亮得刺眼，排版也不好看。关键是，明明是本地地铁书，但放在包里很容易蹭烂折损。希望设计什么的，还是多为读者考虑。
- 18、居然四。。。工具书
- 19、买来送人，打开看了一下，爱不释手。
- 20、原来不是要完，是真的药丸
- 21、类似巫医，疗愈功能并不令人信服。作为一份轻松的书单，倒是可以。
- 22、新颖的工具书（所以肯定没一字一句读完），想把蓝色小册子偷偷从书店带回去~
- 23、这本书最大的好处就是一旦你掀开第一页，你以后的所有空闲时间都会被各种各样的书填满。
- 24、247
- 25、还是挺推荐买来读一读的，相当于书单，每一篇一个主题，介绍几本书，写上书评。挺好的适合给学生买。
- 2017.02.15还不错，简短的书评
- 26、Like the best friendships and wine, the best novels get better over the years.
- 27、先翻了一下，感觉是近些年所见对待书和作家译名最认真的食单了。这位台湾译者对得起梁文道极力推介其《大亨小传》新译，编辑想来也有功劳。
- 28、哈哈哈哈哈
- 29、有病治病，无病强身~ 对症下药这事儿特别难，光摸清病症就不是件易事，更何况还要找对时机，再说君臣佐使，掐好剂量，用对火候，充满了风险。想想炖这个药膳鸡汤不容易，从问题出发，work backwards from users... 不管怎么说，可以作为感冒冲剂一喝的，治不了不治之症，但是总归是可以缓解一些症状的。
- 30、目前今年买的最有趣的一本书
- 31、题材新颖 受益匪浅
- 32、一份幽默的购书单。。。但都是浅尝即止适合入门的书迷。。。
- 33、手边最常拿出来看的就是这一本，简直可以看到天荒地老了。
- 34、不是专业人士读不来..... 读来莫名其妙
- 35、手感超级好，我还啥都想看。这本书就很适合我了。很有趣
- 36、对于不懂英文，看不了原版书的我来说，错过很多里面介绍的书。（炒鸡可惜心痛！）这本书单

《小说药丸》

是不错，但是可能年代问题？里面好多书都很难找，甚至压根找不到？不过能找到的书都挺不错的！虽说很偏门的书，但是真的很好！如果没这本书单，都不知道自己会错过多少好书！！

37、被书名吸引看的，原来此药丸非彼药丸，挺好看的。

38、特别有趣又可爱

39、加了点噱头的小说内容简介，书店翻完，幸好没买。比较适合初涉小说世界的年轻盆友。

40、书中推荐的文学以及准确的对症下药很棒

41、给三星吧，文字太速成，还是喜欢偶然的相遇。希望这个世界慢一点，文学的治愈是一种缓慢的疼痛

42、一剂良药

43、好玩

44、不算书吧.....这个，确实不符合中国人

45、哈哈哈哈哈，大概生活中的很多东西都可以写成这样一本药丸（名词）指南，看了一点就觉得非常非常好玩，幽默的治愈

46、很有意思，设计，内容，整体创意，各个方面

47、一间小小的图书馆

48、大概是我做课题做疯了，觉得这是个挺好的艺术治疗创意。这些药方，疗效未知，不过可以放在自己身上试验一下。如果真的结合了艺术社会心理的研究，那可真是十分的有趣了~ps：结尾虐狗预警.....

49、哈哈非常有趣的一本书，专治各种疑难杂症——保准见效的那种，所开的处方就是一本小说。适合常备案头，缓解各种不适，不过我不会买，因为有盒子、没封面，不好收纳[摊手]——大概这本书唯一治不了的就是收纳强迫症吧。

50、推荐给书荒的人，设计不错，我很满意。

《小说药丸》

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