

我穿越疯狂的旅程：一个精神分裂症患者的故事



[我穿越疯狂的旅程：一个精神分裂症患者的故事_下载链接1](#)

著者:[美] Elyn R.Saks 著，李慧君，王建平 译

[我穿越疯狂的旅程：一个精神分裂症患者的故事_下载链接1](#)

标签

评论

朋友推荐的书，应该不错。印刷质量不错，应该是正版。

书的纸质量很差，而且字好小，不方便阅读！

还可以吧，希望京东越来越好

此用户未填写评价内容

希望有用。。。。。。。。。。

买这个书是实在没办法，亲人病了，只能学习。祈祷病会好起来吧

经济实惠，质量不错，下次还买，性价比高，终于够了

不错的！！值得一买！！

好多亟待解决的就开始可能的半死不活的贺卡还是该悲伤的干部大会

屯书慢慢阅读中。

很好的书，了解了精神分裂症病人的内心世界，其实也了解了每个人的内心世界！

这本书挺不错的，买了两件，适合对心理学感兴趣的人看

给家人买的。改天问问。

看完了，有很多感想和收获

不错，打开视野，正版，送货快

很喜欢这本书，书是正版的

包装完美，跟网上描述一样。原装正版图书，值得信赖!

希望了解之后少一些恐惧

值得一读，下次继续惠顾。

根不错的一本书，对心理学感兴趣的可以看看

发货速度快，送货速度也快

感觉故事还不错，但是有很多错别字，但这不是京东的问题，而且纸张质量不好。

人物内心剖析深刻

老师推荐的，还没读，会好好读。

一本看了催眠的书，还是看完丁

纸质很好 还没看完 应该还不错

很好的很好的很好的，心理启发之书。

喜欢这本书。只是这个翻译真的是，有点怪怪的。

偶尔发现的书，个人也觉得很不错。对了解精神分裂患者有新的视角。

好书，值得看看。

确实是一本不错的书，看着仿佛身临其境，对自己很有帮助很有感触

励志 精致 书很有趣 能学到看到很多不一样的东西

价格有点贵，但书还不错。

很满意，质量很棒

非常好的书，质量很好，快递也给力，很好

书的质量不错，外国人的思维，读着不是太顺畅。

很好，正版书~不错不错

内容不错，讲精神分裂很具体，看了一百多页

可以说，我是带着一种异常激动的心情看完此书的，我希望国人都可以买来看一看，一来可以改变我们对身边精神疾患者的看法，二来，可以再次解读我们人性的最初面目。感谢书里的作者，她是人类伟大的灵魂！她让我们一起有勇气去面对这份远古的人性美：哪怕是残缺的。。。

，很好，一直都用的非常好。你值得拥有。

一下子买的太多，还没看到，先给好评

感动。对自己透明，把自己真诚地记录下来，不是谁都能做得到。

真的很不错的商品，支持京东。

一级棒，值得购买，下次一定再来购买。

没看完！翻译有些生硬

看完值得深思，更能理解病痛的折磨

家里有病人，了解下，希望有帮助

货物已经收到。

原来这病很可怕。

正在看，这个系列不错

不错不错不错不错不错不错不错不错

作者身残志坚，值得敬佩。

不错希望看完有帮助……！！！！

深入了解这样的病人 其实他们真的很痛苦

还不错，还不错，还不错……

老师推荐的一本书，质量不错……深入了解精神分裂症患者生活……

正版联系临床，印刷质量优良，特别适合查询，开阔思路，很有趣

不错，很满意!

一本好书，让人对精神类疾病有了深入了解。

很好看的一本书，纸质不错，好评，赞

一本理解精神分裂症患者的好书，减少歧视

对精分的描述特别真实，引人入胜

送给别人的不知道怎么样还没问他

挺好的，速度快。挺好的，速度快。

非常好，感动，深受启发

送货速度快，适合心理爱好者阅读

东西很好，我喜欢，质量都不错

很好的书！让一班人对精神分裂症有个更全面的认识！

这书特别棒~看着很有意思，很多事也值得反思

快递哥哥最好了，快递哥哥最好了

很好的书，强烈推荐………

物流速度很快，服务也很到位。

好书不说，装帧精美，很好很好很好

喜欢作者这种坚强面对的人生态度

很有感悟，值得一看，，

教学用书，老师让写读后感，内容精彩但跟京东无关，纸质上看是正版

书字清晰，正版，服务周到

准备好好研究下

很喜欢，正在看！京东快递速度真快！

买书上瘾了……先收着吧

值得学习，不是买了放着长毛了

不错，是正版的书，学习中。。。。

挺好的嗯嗯嗯嗯.):):)

书很不错，送货也很快

共同与机会，哈哈家家户

寻找自己需要的书籍比书店方便

还行吧还行吧还行吧还行吧

书挺好的，作者很不容易

有参考价值。故事情节好。

很好 很有力量的书 看后 你会变得慈悲

非常好非常好非常好非常好

书很棒，建议大家看一看

人的心灵如此强大！！！

非常好的一本书

一本不错的小说

书看了一半了，很不错

是正版很满意！！！！

书的质量没问题

来得快，书也好

还没有开始看,但肯定会好好看.

很好很好很好很好很好很好

还行吧，我是看内容来的，，

质量不错，还没看呢！

一直想买的书，趁打折立马下单了

内容不错，回忆录。对家里有有类似症状的病人来说，可以参考。

还没有看哦，希望不错

看了ted演讲，对这个女人产生了兴趣，读了书以后，更体会到他穿越疯狂的艰难

还ok，以后会继续买的，呵呵呵

内容写得很真实，没有华丽的词句很实用

快递很快，货就包装得很好。！

满意的一次购物，递送也很迅速。

是一本写的很深刻的书啊！

好还好好好还阿红啊好好

一看到标题就特别想看这本书,很好看。

不错的书，买了不后悔。 这本书的质量不错。 值得你拥有。

包装好应该是正品，还没看，听说是本很好的书

商品很好，服务好，挺快的

很好，质量不错!

书很好看，虽然起初看来有点恐怖！

不错的，送货快.....

这本书还没读，不过冲着内容买的相信不会失望

价格优惠 5元运费合理 到货及时 很好

很不错的一本书

比想象中好，写的很生动。翻译也不错

我一个朋友有点精神分裂症，买给他看的

很好的一本书！值得购买。

感人，健康真好，这本书值得一读

还好了 还OK了，价格还是公道的

不错不错不错不错不错不错不错

书质量不错，内容也很好

很好，谢谢!

看看吧，了解一些情况

先睹为快 包装 印刷 纸质 都没地说

正品，包装和印刷都不错

很受用很好很受用很好

推荐好书，找时间慢慢看!

还没看，应该不错的啊

不是很看得懂

书的内容蛮好，只是运输不给力。

翻译的非常不通畅，读起来不太舒服。但还是值得一看吧。

非常满意，五星

我比较喜欢看[ZZ]的书，看了[BJTJ]之后，很想亲眼读下完整的内容，所以就买了一本看下，快递很给力，趁着我的好奇心还没散就把书送到手了，赞一个。书的[QY]直接入题，给我留言很深的印象，我希望[ZZ]能多写写这样的好书，有风格，有深度，有内容，我很喜欢。

在了解精神分裂症发病与治疗过程的同时，钦佩作者艾琳.萨克斯的毅力与勇敢。

在这个复杂的社会，保持自我的认识。

书内容一般，不是我想要的

还好，生病很辛苦，但仍然努力活。

看了啊 像小说

正版，很有参考价值。

还不错，去理解一个人的心理，就如同一次探险

真的太好了

还没开始看

有个朋友得了精神分裂，特意买来看，学到了很多。但里面的内容也有注水的成分。

看了一半，是作者的精神病史传记。描写多了些，像读故事

励志故事，看了知道自己不是最惨的

不错，家里人很喜欢，京东真快

不好看。。。。。

给力，就是价格有点贵

还没有看

艾琳·萨克斯不幸患有精神分裂症，这意味着她一生都可能随时爆发妄想、幻觉和精神错乱。很少有人能在挣扎于这种疾病的泥沼的同时过上富有成效的生活，但是艾琳，萨克斯却不同。她不但毕业于牛津大学、耶鲁大学等世界一流的学府，更成为法学终身教授，并致力于保障精神病患的权益。《我穿越疯狂的旅程：一个精神分裂症患者的故事》便是这个坚强的女人的回忆录，她勇敢地描写了她真实的人生、她所接受的药物和心理治疗，以及她的家人、朋友、心理治疗师和精神科医生给予她的所有帮助。这部深刻而真实如铁的回忆录将给那些遭受这种疾病困扰的人士及其家人带来莫大的希望与激励。

还不错。○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

学习知识

好好好好好好好好好好好好好好好好好好好好好好好好好好好好好好好好
好好好好好好好好好好好好

看完了，觉得作者这一生真的很不容易，也知道了坚持服药与心态的重要性

很难懂

还可以再便宜的

挺好的

很好！

还可以，还可以！！ 还可以，还可以！！

此书一点用没有，没有任何有用的信息，内容就是学习-得病-学习-得病-学习-得病，我花了一个晚上看完，看完后直接扔了，垃圾书没用，别买

不错

挺好

.....

津大学、耶鲁大学等世界一流的学府，更成为法学终身教授，并致力于保障精神病患的权益。本书便是这个坚强的女人的回忆录，她勇敢地描写了她真实的人生、她所接受的药物和心理治疗，以及她的家人、朋友、心理治疗师和患的权益。本书便是这个坚强的女人的回忆录，她勇敢地描写了她真实的人生、她所接受的药物和心理治疗，以及她的家人、朋友、心理治疗师和成为法学终身教授，并致力于保障精神病患的权益。本书便是这个坚强的女人的回忆录，她勇敢地描写了她真实的人生、她所接受的药物和心理治疗，以及她的家人、朋友、心理治疗师和是这个坚强的女人的回忆录，她勇敢地描写了她真实的人生、她所接受的药物和心理治疗，以及她的家人、朋友、心理治疗师和

世纪初，还生活着一个名叫尤利乌斯·施托泽，以教书为业的人。当他还是一个学生，一个十六岁的文科中学学生的时候，与艾克曼博士住在距歌德寓所仅几步之遥的同一幢房舍里。施托泽与跟他同住的一个同学有时当老人坐在他的窗下时，偶尔会伴随着怦怦心跳瞥见他若明若暗的身影。两个孩子怀着真正从近处仔细看他一热的切愿望，求助于这个与他们同舍居住的助手，恳请他无论如何要为他们寻找这样一次机会。艾克曼天性和善可亲；他让两个孩子在一个夏日从后门进入这个著名寓所的花园，他们惴惴不安地站在那里等待着歌德，让他们大吃一惊的是：他确实也走了过来，身着一件浅色外衣——大概是我们所知道的那件法兰绒睡衣——每逢这一时刻在这里漫步，由于他看见了这两个孩子，便向他们走去，散发着eau-de-Cologne（科隆香水）的香味，自然是背着手，挺着腹，面带一副帝国直辖市法律顾问的表情，借以掩饰——这已被证明是可信的——他的尴尬，他站在他们面前，问他们的名字和要求——很可能同时问两个孩子，若果真如此，这就显得很严肃了，而且几乎不容作出回答。由于他们有点儿吞吞吐吐，老人建议他们努力学好功课，他们也许将这领会为：这胜似在这里张着嘴巴发呆，他们最好是坐下来做好自己的功课，——接着他继续走下去了。这是全部过程，事情发生在一八二八年。——三十三年以后的某天中午一点钟，当时已经成为一个优秀的、怀着爱献身于自己职业的中学教师的施托泽，在二年级教室正要开始上课，这时，师范学校的一个学生推门探头进来报告说，一个外国人求见施托泽先生。这个外国人随即走了进来，比老师年轻很多，蓄着不太长的络腮胡子，颧骨突出，一双灰色的小眼睛，黑黑的眉毛之间有两条皱纹。他没有自我证明或自我介绍，而是立即问，今天下午上什么课；当他得知，先是历史，接着

送货上门,服务好工作之余,人们或楚河汉界运筹帷幄,或轻歌曼舞享受生活,而我则喜欢翻翻书、读读报,一个人沉浸在笔墨飘香的世界里,跟智者神游,与慧者交流,不知有汉,无论魏晋,醉在其中。我是一介穷书生,尽管在学校工作了二十五年,但是工资却不好意思示人。当我教训调皮捣蛋的女儿外孙子们时,时常被他们反问:“你老深更半夜了,还在写作看书,可工资却不到两千!”常常被他们噎得无话可说。当教师的我这一生注定与清贫相伴,惟一好处是有双休息日,在属于我的假期里悠哉游哉于书香之中,这也许许多书外之人难以领略的惬意。好了,废话不多说。书不错 还送光碟 就是快递不给力 太慢了 但还行好期待的书

可来了在我还没有看这本书的时候，我丝毫不怀疑它是一本好书，很符合80后读者的口

味。很难想象一本图书会被我看得像郭德纲的相声书一样，在地铁上都如饥似渴地手不释卷。人都说《红楼梦》是一部罕见的奇书，是人生的镜子，那么对于这部书，在某种意义上也令我感到了丝丝“找出心中所想”的意味，因为我不仅从中看出大论的味道，更是以一种看搞笑图书的心情在愉悦自己，事实上这本书确实不失幽默，在大论了一把之后确实愉悦了广大读者，在此之前，我从来没想过会像一本幽默小说一样去看这本书，因为多年来这类书的泛滥使我对其十分不屑。京东商城图书频道提供丰富的图书产品，种类包括小说、文学、传记、艺术、少儿、经济、管理、生活等图书的网上销售，为您提供最佳的购书体验。网购上京东，省钱又放心！在网上购物，动辄就要十多元的运费，往往是令许多网购消费者和商家踌躇于网购及销售的成本。就在买方卖方都在考虑成本的同时，京东做了一个表率性的举动。只要达到某个会员级别，不分品类实行全场免运费。这是一个太棒的举动了，支持京东。好了，现在给大家介绍两本好书：被美国学界誉为“思想巨匠”和“最具前瞻性的管理思想家”的史蒂芬·柯维博士，他的集大成之作《高效能人士的七个习惯》已成为中国企事业单位和政府机关必备的最经典、最著名的一部培训教材；在美国乃至全世界，史蒂芬·柯维的思想和成就，与拿破仑·希尔、戴尔·卡耐基比肩。《高效能人士的7个习惯（20周年纪念版）》在每一章最后增加了一个“付诸行动”版块，精选柯维培训课程中的实践训练习题，以帮助读者加深对“七个习惯”的理解和掌握，使“七个习惯”成为属于每个人自己的行动指南，价值堪比18000元的柯维现场培训课。史蒂芬·柯维被美国《时代周刊》评为“20世纪影响美国历史进程的25位人物”之一，他是前总统克林顿倚重的顾问，《财富》杂志100强中的90%和500强中的75%的企业是他的直接受教者，AT&T、通用电子、全禄、可口可乐等大公司的高级主管都是他的学生，李开复等中国顶尖的企业家和管理者也深受其思想的启发。每年，来自全球的个人、家庭、企业、教育界及政府领导者的受教生更是高达百万人之多。东东枪和地下天鹅绒是两位在博客、微博、专栏里都非常受读者喜爱的作家，两人思维跳跃，观点奇特新颖，对待感情，他们也细细琢磨，也插科打诨。同在滚滚红尘中摸爬滚打，两位勇士将他们对两性情感的所感所悟一一精彩呈现，得此《鸳鸯谱》，闪着智慧幽默的光。鸳鸯谱，靠谱。

书是正版。京东商城图书看这本书有着以品德为基础，以及能达到个人效能和人际效能的由内而外的修炼。由内而外即反求诸己，由个人最基本的部分，思维、品德与动机做起。

习惯一：积极主动。主动为自己的过去现在和未来负责，并依据原则和价值观，而非情绪或者外在的环境下决定。积极主动的人是改变的。读后感：

信号灯的例子也很有趣。其实是个很老的故事了。

夜航中，在必须有一方转弯不然将相撞时候，双方僵持。

上校一直坚持要对方转弯，不断发出信号。告诉对方我是上校；告诉对方这是战舰。

直到对方说“我是二等水手，这是灯塔”上校终于改变主意转弯了。

经验论并不在任何情况下有效，我们需要走出自我，谦逊、看清事实，完成思维转换，从而对事件作出正确判断。”有人根据自己的经历建立思维定式或...

我们可以把思维定式比作地图，我们都知道地图不代表地域，只是对地域的某些方面进行说明，思维定式就是这样，它是关于某种事物的理论，诠释或者模型。

假设你想去芝加哥中心的某个地方，地图本应该帮你到达目的地，但是由于印刷问题，你得到了一张标注为芝加哥，实际上却是论著特律的地图，你能想象无法到达目的地的那种沮丧和无助吗？你可以改变行为，比如说更努力，更勤奋，更迅速，

但是这种努力只会让你更快地到达错误的地点。京东商城图书频道提供丰富的图书产品，种类包括小说、文学、传记、艺术、少儿、经济、管理、生活等图书的网上销售，为您提供最佳的购书体验。网购上京东，省钱又放心！..

我们生活在一个互赖的社会中，最辉煌的成就就要靠互赖和合作才能成就，远远不是个人能力可企及的。2.

我们要平衡现在和将来两种需求，前者满足今天的需求，后者满足投资并提高竞争力，以取得将来持久成功的需求。3.

当我们最后向命运低头，认为自己是环境的牺牲品，屈服于宿命论带来的厄运时，我们

就丢弃了希望，抛却了理想，习惯了听天由命，选择了停滞不前。 4.
心灵的平和宁静取决于人们是否明白什么是最重要。一、积极主动；二、以终为始；三、要事第一；四、双赢思维；五、知彼解己；六、统合综效；七、不断更新；没有正确的生活，就没有真正卓越的人生。
要改变现状，首先要改变自己；要改变自己，先要改变我们对问题的看法。
人的一生包含了许多成长和进步阶段，必须循序渐进，每一步都十分重要，而且需要时间，不能跳过。
自然的成长过程不容违背，忽略或缩短，那只会让你平添失望和挫败感。积极主动
社会之镜，自己的人生被“基因决定论”“心理决定论”“环境决定论”决定，。这种以“刺激／回应”理论为基础的理论，其基本观点认为我们会受条件左右，以某一特定方式回应某一特定刺激。
那么这种“决定论”地图的准确性和作用如何呢？能否反映人类的真正本性？
上帝领域。选择的自由／刺激和回应之间。
如果像动物一样，听命于本能及后天的环境的影响，发展自然及其有限。
在刺激和回应之间自由选择就是我们最大..
桃李不言，下自成蹊。家长的行动比语言更有说服力。要尽可能减少环境中的诱惑而不是劝说孩子去抵抗诱惑。

书店看上了这本书一直想买可惜太贵又不打折，回家决定上京东看看，果然有折扣。毫不犹豫的买下了，京东速度果然非常快的，从配货到送货也很具体，快递非常好，很快收到书了。书的包装非常好，没有拆开过，非常新，可以说无论自己阅读家人阅读，收藏还是送人都特别有面子的说，特别精美；各种十分美好虽然看着书本看着相对简单，但也不遑多让，塑封都很完整封面和封底的设计、绘图都十分好画让我觉得十分细腻具有收藏价值。书的封套非常精致推荐大家购买。
打开书本，书装帧精美，纸张很干净，文字排版看起来非常舒服非常的惊喜，让人看得欲罢不能，每每捧起这本书的时候
似乎能够感觉到作者毫无保留的把作品呈现在我面前。
作业深入浅出的写作手法能让本人犹如身临其境一般，好似一杯美式咖啡，看似快餐，其实值得回味
无论男女老少，第一印象最重要。”从你留给别人的第一印象中，就可以让别人看出你是什么样的人。所以多读书可以让你感觉你知书答礼，颇有风度。
多读书，可以让你多增加一些课外知识。培根先生说过：“知识就是力量。”不错，多读书，增长了课外知识，可以让你感到浑身充满了一股力量。这种力量可以激励着你不断地前进，不断地成长。从书中，你往往可以发现自己身上的不足之处，使你不断地改正错误，摆正自己前进的方向。所以，书也是我们的良师益友。
多读书，可以让你变聪明，变得有智慧去战胜对手。书让你变得更聪明，你就可以勇敢地面对困难。让你用自己的方法来解决这个问题。这样，你又向你自己的人生道路上迈出了一步。
多读书，也能使你的心情便得快乐。读书也是一种休闲，一种娱乐的方式。读书可以调节身体的血管流动，使你身心健康。所以在书的海洋里遨游也是一种无限快乐的事情。
用读书来为自己放松心情也是一种十分明智的。
读书能陶冶人的情操，给人知识和智慧。所以，我们应该多读书，为我们以后的人生道路打下好的、扎实的基础！读书养性，读书可以陶冶自己的性情，使自己温文尔雅，具有书卷气；读书破万卷，下笔如有神，多读书可以提高写作能力，写文章就才思敏捷；旧书不厌百回读，熟读深思子自知，读书可以提高理解能力，只要熟读深思，你就可以知道其中的道理了；读书可以使自己的知识得到积累，君子学以聚之。总之，爱好读书是好事。让我们都来读书吧。其实读书有很多好处，就等有心人去慢慢发现。
最大的好处是可以让你有属于自己的本领靠自己生存。
最后在好评一下京东客服服务态度好，送货相当快，包装仔细！这个也值得赞美下
希望京东这样保持下去，越做越好

这本书叫我穿越疯狂的旅程一个精神分裂症患者的故事是（...美1.美）...1..写的最经典的作品之一。很多人都推荐的，比如有一类人，占人类总数的1%。他们深陷无法言说的孤独之中，与现实几近隔绝。为了远离自己的类似感受以便远离焦虑，跟他们不一样的所谓的正常人，将这些人诊断为精神分裂症患者。这个诊断名称如此荒唐，而这个诊断所描述的状态却真实如铁。我在精神科工作了26年。我一直以为，精神分裂症患者丧失了自救能力，只能依赖外界帮助。所以读这本书直接导致了我的精神的分裂——既往的信念坍塌，新的信念升起原来他们也可以如此有效地悲壮地自救。精神分裂症的自救，是整个人类寻求自救的一部分，而且一定是最惨烈、最辉煌的那一部分。在我们满含泪水地观看的时候，也别忘了施以援手，因为他们不仅仅是他们，他们也是我们的一部分他们代替我们变得疯狂，所以我们才得以远离最深重的苦难。——曾奇峰精神科医生

武汉中德心理医院创始人在穿越疯狂的旅程中，艾琳·萨克斯不断地从浩瀚的治疗宇宙中的许多角落搜集光亮于是，她也变成了一颗耀眼的星宿，自豪地与世界同行，并照亮了一条充满希望的路，也让我们为自己的职业能守护着像她一样的人而自豪不已。她不是第一个在这场暴风雨中艰难航行的人，但她的故事将成为一个传奇，指引后人在这场严酷考验的洗礼中驶向光明的未来。——美国精神病学杂志主要讲得是关于艾琳·萨克斯不幸患有精神分裂症，这意味着她一生都可能随时爆发妄想、幻觉和精神错乱。很少有人能在挣扎于这种疾病的泥沼的同时过上富有成效的生活，但是艾琳，萨克斯却不同。她不但毕业于牛津大学、耶鲁大学等世界一流的学府，更成为法学终身教授，并致力于保障精神病患的权益。我穿越疯狂的旅程一个精神分裂症患者的故事便是这个坚强的女人的回忆录，她勇敢地描写了她真实的人生、她所接受的药物和心理治疗，以及她的家人、朋友、心理治疗师和精神科医生给予她的所有帮助。这部深刻而真实如铁的回忆录将给那些遭受这种疾病困扰的人士及其家人带来莫大的希望与激励。。打开书本，书装帧精美，纸张很干净，文字排版看起来非常舒服非常的惊喜，让人看得欲罢不能，每每捧起这本书的时候似乎能够感觉到作者毫无保留的把作品呈现在我面前。作业深入写出的写作手法能让本人犹如身临其境一般，好似一杯美式咖啡，看似快餐，其实值得回味无论男女老少，第一印象最重要。从你留给别人的第一印象中，就可以让别人看出你是什么样的人。所以多读书可以让人感觉你知书答礼，颇有风度。多读书，可以让你多增加一些课外知识。培根先生说过知识就是力量。不错，多读书，增长了课外知识，可以让你感到浑身充满了一股力量。这种力量可以激励着你不断

这本书的作者[ZZ]写的的书都写得很好，最先是朋友推荐我看的，后来就非常喜欢，他的书了。他的书我都买了，看了。除了他的书，我和我家小孩还喜欢看郑渊洁、杨红樱、黄晓阳、小桥老树、王永杰、叶圣陶、金庸、杨其铎、晓玲叮当、方洲、冰心，他们的书我觉得都写得很好。[SM]，很值得看，看了收益很大，价格也非常便宜，比实体店买便宜好多还省运费。

书的内容直得一读[BJTJ]，阅读了一下，写得很好，[NRJJ]，内容也很丰富。[QY]，一本书多读几次，[SZ]。快递送货也很快。还送货上楼。非常好。

[SM]，超值。买书就要来京东商城。价格还比别家便宜，还免邮费，真的不错，速度还真是快，特别是京东快递，快得不得，有一次我晚上很晚才下单，第二天一大早就送到了，把我从睡梦中吵醒了，哈哈！真是神速，而且都是正版书。[BJTJ]，买回来觉得还是非常值的。高尔基先生说过：“书籍是人类进步的阶梯。”书还能带给你许多重要的好处。

多读书，可以让你觉得有许多的写作灵感。可以让你在写作文的方法上用的更好。在写作的时候，我们往往可以运用一些书中的好词好句和生活哲理。让别人觉得你更富有文采，美感。

多读书，可以让你全身都有礼节。俗话说：“第一印象最重要。”从你留给别人的第一印象中，就可以让别人看出你是什么样的人。所以多读书可以让人感觉你知书答礼，颇有风度。

多读书，可以让你多增加一些课外知识。培根先生说过：“知识就是力量。”不错，多读书，增长了课外知识，可以让你感到浑身充满了一股力量。这种力量可以激励着你不断地前进，不断地成长。从书中，你往往可以发现自己身上的不足之处，使你不断地改正错误，摆正自己前进的方向。所以，书也是我们的良师益友。

多读书，可以让你变聪明，变得有智慧去战胜对手。书让你变得更聪明，你就可以勇敢地面对困难。让你用自己的方法来解决这个问题。这样，你又向你自己的人生道路上迈出了一步。

多读书，也能使你的心情便得快乐。读书也是一种休闲，一种娱乐的方式。读书可以调节身体的血管流动，使你身心健康。所以在书的海洋里遨游也是一种无限快乐的事情。用读书来为自己放松心情也是一种十分明智的。

读书能陶冶人的情操，给人知识和智慧。所以，我们应该多读书，为我们以后的人生道路打下好的、扎实的基础！[NRJJ]

这本书叫我穿越疯狂的旅程一个精神分裂症患者的故事是（美）.写的最经典的作品之一。很多人都推荐的，比如主要讲得是关于艾琳·萨克斯不幸患有精神分裂症，这意味着她一生都可能随时爆发妄想、幻觉和精神错乱。很少有人能在挣扎于这种疾病的泥沼的同时过上富有成效的生活，但是艾琳，萨克斯却不同。她不但毕业于牛津大学、耶鲁大学等世界一流的学府，更成为法学终身教授，并致力于保障精神病患的权益。我穿越疯狂的旅程一个精神分裂症患者的故事便是这个坚强的女人的回忆录，她勇敢地描写了她真实的人生、她所接受的药物和心理治疗，以及她的家人、朋友、心理治疗师和精神科医生给予她的所有帮助。这部深刻而真实如铁的回忆录将给那些遭受这种疾病困扰的人士及其家人带来莫大的希望与激励。有一类人，占人类总数的1%。他们深陷无法言说的孤独之中，与现实几近隔绝。为了远离自己的类似感受以便远离焦虑，跟他们不一样的所谓的正常人，将这些人诊断为精神分裂症患者。这个诊断名称如此荒唐，而这个诊断所描述的状态却真实如铁。我在精神科工作了26年。我一直以为，精神分裂症患者丧失了自救能力，只能依赖外界帮助。所以读这本书直接导致了我的精神的分裂——既往的信念坍塌，新的信念升起原来他们也可以如此有效地悲壮地自救。精神分裂症的自救，是整个人类寻求自救的一部分，而且一定是最惨烈、最辉煌的那一部分。在我们满含泪水地观看的时候，也别忘了施以援手，因为他们不仅仅是他们，他们也是我们的一部分他们代替我们变得疯狂，所以我们才得以远离最深重的苦难。——曾奇峰精神科医生武汉中德心理医院创始人在穿越疯狂的旅程中，艾琳·萨克斯不断地从浩瀚的治疗宇宙中的许多角落搜集光亮于是，她也变成了一颗耀眼的星宿，自豪地与世界同行，并照亮了一条充满希望的路，也让我们为自己的职业能守护着像她一样的人而自豪不已。她不是第一个在这场暴风雨中艰难航行的人，但她的故事将成为一个传奇，指引后人在这场严酷考验的洗礼中驶向光明的未来。——美国精神病学杂志。打开书本，书装帧精美，纸张很干净，文字排版看起来非常舒服非常的惊喜，让人看得欲罢不能，每每捧起这本书的时候似乎能够感觉到作者毫无保留的把作品呈现在我面前。作业深入浅出的写作手法能让本人犹如身临其境一般，好似一杯美式咖啡，看似快餐，其实值得回味无论男女老少，第一印象最重要。从你留给别人的第一印象中，就可以让别人看出你是什么样的人。所以多读书可以让人感觉你知书答礼，颇有风度。多读书，可以让你多增加一些课外知识。培根先生说过知识就是力量。不错，多读书，增长了课外知识，可以让你感到浑身充满了一股力量。这种力量可以激励着你不断地前进，不断地成长。从书

今天刚刚拿到书，这本（美）.写的我穿越疯狂的旅程一个精神分裂症患者的故事很不错，有一类人，占人类总数的1%。他们深陷无法言说的孤独之中，与现实几近隔绝。为了远离自己的类似感受以便远离焦虑，跟他们不一样的所谓的正常人，将这些人诊断为精神分裂症患者。这个诊断名称如此荒唐，而这个诊断所描述的状态却真实如铁。我在精神科工作了26年。我一直以为，精神分裂症患者丧失了自救能力，只能依

赖外界帮助。所以读这本书直接导致了我的精神的分裂——既往的信念坍塌，新的信念升起原来他们也可以如此有效地悲壮地自救。精神分裂症的自救，是整个人类寻求自救的一部分，而且一定是最惨烈、最辉煌的那一部分。在我们满含泪水地观看的时候，也别忘了施以援手，因为他们不仅仅是他们，他们也是我们的一部分他们代替我们变得疯狂，所以我们才得以远离最深重的苦难。——曾奇峰精神科医生武汉中德心理医院创始人在穿越疯狂的旅程中，艾琳·萨克斯不断地从浩瀚的治疗宇宙中的许多角落搜集光亮于是，她也变成了一颗耀眼的星宿，自豪地与世界同行，并照亮了一条充满希望的路，也让我们为自己的职业能守护着像她一样的人而自豪不已。她不是第一个在这场暴风雨中艰难航行的人，但她的故事将成为一个传奇，指引后人在这场严酷考验的洗礼中驶向光明的未来。——美国精神病学杂志艾琳·萨克斯不幸患有精神分裂症，这意味着她一生都可能随时爆发妄想、幻觉和精神错乱。很少有人能在挣扎于这种疾病的泥沼的同时过上富有成效的生活，但是艾琳，萨克斯却不同。她不但毕业于牛津大学、耶鲁大学等世界一流的学府，更成为法学终身教授，并致力于保障精神病患的权益。我穿越疯狂的旅程一个精神分裂症患者的故事便是这个坚强的女人的回忆录，她勇敢地描写了她真实的人生、她所接受的药物和心理治疗，以及她的家人、朋友、心理治疗师和精神科医生给予她的所有帮助。这部深刻而真实如铁的回忆录将给那些遭受这种疾病困扰的人士及其家人带来莫大的希望与激励。从表面上看，在那个时候，我们的家庭生活是很和谐的，俨然一幅诺曼·洛克威尔杂志封面的景象，或者类似轻松的20世纪50年代情景喜剧中的完美家庭。的确，我妈妈是今天所谓的全职妈妈。只要我们放学回家，她肯定是在家迎接我们，而且总是确保我们有一些美味小吃——直到今天仍然如此——速冲麦片粥是我最喜爱的食物。我们全家人一起就餐，虽然妈妈不经常下厨做饭（我们有一位管家为我们做饭，有时候爸爸也会为我们做，而且他做得非常好），但食品室总会有蛋糕（尽管是从商店买来的），冰箱里总会有水果，而且衣柜里总有干干净净的衣服。然而，在这愉快的表面之下存在着许多更为复杂的事情，就像家庭

今天刚刚拿到书，这本（美）写的我穿越疯狂的旅程一个精神分裂症患者的故事很不错，艾琳·萨克斯不幸患有精神分裂症，这意味着她一生都可能随时爆发妄想、幻觉和精神错乱。很少有人能在挣扎于这种疾病的泥沼的同时过上富有成效的生活，但是艾琳，萨克斯却不同。她不但毕业于牛津大学、耶鲁大学等世界一流的学府，更成为法学终身教授，并致力于保障精神病患的权益。我穿越疯狂的旅程一个精神分裂症患者的故事便是这个坚强的女人的回忆录，她勇敢地描写了她真实的人生、她所接受的药物和心理治疗，以及她的家人、朋友、心理治疗师和精神科医生给予她的所有帮助。这部深刻而真实如铁的回忆录将给那些遭受这种疾病困扰的人士及其家人带来莫大的希望与激励。有一类人，占人类总数的1%。他们深陷无法言说的孤独之中，与现实几近隔绝。为了远离自己的类似感受以便远离焦虑，跟他们不一样的所谓的正常人，将这些人诊断为精神分裂症患者。这个诊断名称如此荒唐，而这个诊断所描述的状态却真实如铁。我在精神科工作了26年。我一直以为，精神分裂症患者丧失了自救能力，只能依赖外界帮助。所以读这本书直接导致了我的精神的分裂——既往的信念坍塌，新的信念升起原来他们也可以如此有效地悲壮地自救。精神分裂症的自救，是整个人类寻求自救的一部分，而且一定是最惨烈、最辉煌的那一部分。在我们满含泪水地观看的时候，也别忘了施以援手，因为他们不仅仅是他们，他们也是我们的一部分他们代替我们变得疯狂，所以我们才得以远离最深重的苦难。——曾奇峰精神科医生武汉中德心理医院创始人在穿越疯狂的旅程中，艾琳·萨克斯不断地从浩瀚的治疗宇宙中的许多角落搜集光亮于是，她也变成了一颗耀眼的星宿，自豪地与世界同行，并照亮了一条充满希望的路，也让我们为自己的职业能守护着像她一样的人而自豪不已。她不是第一个在这场暴风雨中艰难航行的人，但她的故事将成为一个传奇，指引后人在这场严酷考验的洗礼中驶向光明的未来。——美国精神病学杂志从表面上看，在那个时候，我们的家庭生活是很和谐的，俨然一幅诺曼·洛克威尔杂志封面的景象，或者类似轻松的20世纪50年代情景喜剧中的完美家庭。的确，我妈妈是今天所谓的全职妈妈。只要我们放学回家，她肯定是在家迎接我们，而且总是确保我们有一些美味小吃——直到今天仍然如此——速冲麦片粥是我最喜爱的食物。我们全家人一起就餐，虽然妈妈不经常下厨做饭（我们有一位管家为我们做

饭，有时候爸爸也会为我们做，而且他做得非常好），但食品室总会有蛋糕（尽管是从商店买来的），冰箱里总会有水果，而且衣柜里总有干干净净的衣服。然而，在这愉快的表面之下存在着许多更为复杂的事情，就像家庭琐事在所难免一样。和天下

我看了这本书籍很好，有不错的感想。认真学习了这本书，给我几个感受

①多向互动，形式多样.互动的课堂，一定的活动的课堂，生活的课堂。互动的条件：平等、自由、宽松、和谐。互动的类型师生互动、生生互动、小组互动、文本互动、习题互动、评价互动。互动的形式：问题质疑、成果展示、心得交流、小组讨论、合作学习、疑难解析、观点验证、问题综述。

②民主平等是指在学术面前人人平等，在知识面前人人平等。不因家庭背景、地区差异而歧视，不因成绩落后、学习困难遭冷落。民主的核心是遵照大多数人的意志而行事，教学民主的核心就是发展、提高多数人。可是总有人把眼睛盯在几个尖子学生身上，有意无意地忽视多数学生的存在。“抓两头带中间”就是典型的做法。但结果往往是抓“两头”变成抓“一头”，“带中间”变成“丢中间”。教学民主最好的体现是以能者为师，教学相长。信息时代的特征，能者未必一定是教师，未必一定是“好”学生。在特定领域，特定环节上，有兴趣占有知识高地的学生可以为同学“师”，甚至为教师“师”。在教学中发现不足，补充知识、改善教法、提高效益，亦可谓“教学相长”。

③我们的教师为了控制课堂，总担心秩序失控而严格纪律，导致紧张有余而轻松不足。轻松的氛围，使学生没有思想顾忌，没有思想负担，提问可以自由发言，讨论可以畅所欲言，回答不用担心受怕，辩论不用针锋相对。同学们的任何猜想、幻想、设想都受到尊重、都尽可能让他们自己做解释，在聆听中交流想法、沟通中达成共识。

④关系和谐，才能有轻松愉快；关系融洽，才能够民主平等。生生和谐、师生和谐、环境和谐、氛围和谐，都需要教师的大度、风度与气度。与同行斤斤计较，对学生寸步不让，艰难有和谐的课堂。和谐的关键在于善待“差生”，宽容“差生”。

⑤教学生抓重点.教学难免有意外，课堂难免有突变，应对教学意外、课堂突变的本领，就是我们通常说的驾驭课堂、驾驭学生的能力。对教师来说，让意外干扰教学、影响教学是无能，把意外变成生成，促进教学、改进教学是艺术。生成相对于教学预设而言，分有意生成、无意生成两种类型；问题生成、疑问生成、答案生成、灵感生成、思维生成、模式生成六种形式。生成的重点在问题生成、灵感生成。教学机智显亮点.随机应变的才智与机敏，最能赢得学生钦佩和行赞叹的亮点。教学机智的类型分为教师教的机智、学生学的机智，师生互动的机智，学生探究的机智。机智常常表现在应对质疑的解答，面对难题的措施，发现问题的敏锐，解决问题的灵活。

教育智慧求妙点.从知识到能力，从情感到智慧，教育逐步进入它的最佳境界。教育智慧表现为对教育本

质的要求，对教育规律的把握，对教学艺术的领悟，对教学特色的追求。

[我穿越疯狂的旅程：一个精神分裂症患者的故事_下载链接1](#)

书评

[我穿越疯狂的旅程：一个精神分裂症患者的故事_下载链接1](#)