

<<我的十年抑郁奋斗史>>

图书基本信息

书名：<<我的十年抑郁奋斗史>>

13位ISBN编号：9787807106760

10位ISBN编号：780710676X

出版时间：2008-10

出版时间：济南出版社

作者：冷馨儿

页数：274

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：<http://www.tushu007.com>

## <<我的十年抑郁奋斗史>>

### 内容概要

《我的十年抑郁奋斗史》从社会关注的大学生抑郁与自杀的问题角度入手，叙述的是女主人公：一个才华横溢由于创作成绩突出被保送进名牌大学中文系的女生，由于家庭环境、学习压力及感情困扰等导致抑郁，生不如死、备受周围人歧视和尝试各种自杀经历的艰难历程。

然而，女主人公在坚强信念的支撑下，忍辱负重、想尽各种办法顽强自救而最终云开雾散获得了幸福的生活。

小说以女主人公的高中、大学就业经历为线索，真实展现了女主人公一系列的心理发展过程。

## <<我的十年抑郁奋斗史>>

### 作者简介

冷馨儿，原名张冬梅女，1988年由于文学创作成绩突出被保送进山东大学中文系，至今已于《诗刊》、《诗神》、《中学生文学》、《湖南文学》、《山东文学》及《黄河诗刊》刊物发表作品若干，获全国及省级奖项30余次，山东省作家协会会员，现就职于山东省滨州市妇联。

<<我的十年抑郁奋斗史>>

书籍目录

上部第一章第二章第三章第四章第五章第六章下部第七章第八章第九章第十章第十一章

## &lt;&lt;我的十年抑郁奋斗史&gt;&gt;

## 章节摘录

上部 第一章 十五岁，我就出落成一个美丽的女孩子。那时，我依然穿着才枝姐姐穿过的旧衣服，不合身，也没有什么式样。我已经在长高，蹿着个儿，腰身纤细，几乎是孱弱的，胸脯上有着小小的萌芽的乳，没有化妆品，清白着一张稚嫩的脸。

一种真实的青春的气血在心中涌动，激荡着我。

这是个开始，我对自己的身体感到好奇，我在无人的时候，在洗澡盆旁洗澡时，偶尔在穿衣镜里，在极短时间的空隙里望着自己的变化，感受到成长变化的这种奇特的痛痒和微妙的烦躁。

才枝姐姐似有所觉察，她像无处不在的眼睛一样盯着我，她恨恨地说女孩子家要庄重，不能去想那些乌七八黑的东西，那是不正经的行为。

我，十五岁的妙龄女孩子，健康挺拔，在风中亭亭玉立，像池塘里无暇的荷等待着阳光的沐浴。我试着展开一个笑，甜甜的，孩童的纯真和正日益趋于成熟的妩媚令人倍感清新。

（这是个开始，这确实是个开始，记忆的大门刚刚掀开了一个角，我已然悄悄地感到了那层慢慢袭来的凉意和荒芜，我的心似乎是浸在了冰水里，愈合的疤痕又点点地渗着血。

但是，但是我必须面对它，面对它，把伤口一点一点地撕开来给人们看，让那些抑郁的人们在看到我的不堪的过去时，疏理历史，让自己坚强。

因为，因为我又看到了一则令我痛心的消息：一个在读的大学生跳楼自尽。

2004年一年的时间里，仅北京高校自杀死亡的大学生就高达十九人的惊人数字。

而我，而我就是那个站在死亡边缘十余年而没有跳下去的那个抑郁的人哪，在这十年的艰难岁月里，死亡的念头每一天都纠缠着我，我想到过各式各样的自杀方式……如今，我长发飘飘，生活幸福。

）十五岁半，我以优异的成绩考入高中。

我走在这个梦寐以求的县城中学的小道上，两边的树林郁郁苍苍，散发着沁人心脾的树香，这在我生长的地方是不多见的。

中间的小土路笔直地伸过去，树两边是层层排开的平房，一式的红瓦白房，我们的教室在东边，西边大多是教师宿舍和学生宿舍。

我走在小道上，刚刚进来时的喜悦不知为什么在不知不觉间一寸一寸地被消磨着。

到处都是人，人，人们在说话在打招呼，空气里飘动着嗡嗡声嬉笑声，人们在到处攘攘流动着，像水一样无处不在，这原本是我在那样一个贫瘠的小镇上所希望的，可是，我在这水一样的涌动中却奇怪地感到了寂寞。

“梅才秀，”老师叫着我的名字，没听到我的动静，拿眼睛从眼镜上使劲地看过来。

我从一个座位上移到一个老师指定的座位上，极不情愿地慢吞吞。

“怎么，不合适？”

下了课再调。

来，来，下一个，陆建国。

”课后，我从老师指定的中间最前排调到了靠南窗的第三排，坐了还不到半天，又支吾着要调回来，气得那个长着大辫子的女生说：“你，你，好你个梅秀才。

”引来四围此起彼落的笑声。

还是不对劲，不管怎么样调来调去的还是不对劲。

在我家住的小镇上，在我读书的初中课堂上，全班才只二十余人，脸面清楚得看一下轮廓就知道是谁，黑板是朝东的，玻璃是透明的，老师的声音是清澈的。

在这里，一切都不同了，黑板的位置不对；门口有两个；一回头，满捋垭的一屋子的小头发的小脑袋壳，记不住是谁对谁；我不再在班上领读英语，我的作文不再当成范文，我的数学不再考第一了，一切都不同了，一切都不同了，就觉得哪里不对了，哪里不对了。

“怎么了？”

”屋檐下，才枝姐姐看着我问。

我说没怎么。

## &lt;&lt;我的十年抑郁奋斗史&gt;&gt;

那个三岔小镇，贫瘠的地旷人稀的小镇，三面环海，那里长年刮着湿湿的海风，空气里弥漫着好闻的鱼腥气。

没有风的时候，就会是长空如洗，光灿灿十分耀眼，偶尔三两云片在蔚蓝色的天空划过，海岸上晃动着敲敲打打唱着歌的修船的渔民，歌声响遏行云，一幅油画般的生动多彩。

但是母亲并不喜欢那里，那里的潮气使她十多年来都不适应，刚刚有了点冬的意思，她的关节就开始疼痛。

她抱怨那里的风太大，水太咸，土地里没有庄稼。

那个小镇，渐远渐淡，在记忆里却渐清晰。

十五岁，我读高中一年级，就离开了那个充满了我童年、少年无忧无虑笑声的三岔小镇。

那个小镇，向西三十里，一片盐碱地。

记忆里，小学到初中，母亲几乎很少问到我的学习情况，不知是因为我是女孩子无所谓，还是因为我的成绩一直保持优秀。

我母亲是读过书的，五六十年代的师范生，一个女孩子家在那样刚刚允许女子读书的年代和小地方已经是高等学历了。

但她骨子里还是有着封建文化的残余，毕业后结婚相夫教子，那份聪明和智慧就渐渐地沉下去，尽管还当过教师上过讲台，但在我父亲那棵大树的荫凉里，母亲似乎越来越没有了什么壮志，或者，根本就没有过。

或者，她对我也没有抱过什么希望，不是她不想这样，而是环境，那样的一个小镇，那样的环境，就没听说过出过什么大学生。

我经常听到她会对着别人说，看，我们家二丫头，秀，就数她脾气拗，又能干。

在我母亲的三个孩子中，我行二，叫梅才秀，姐姐梅才枝，到了弟弟这里不知什么缘故就不再韵下去，叫梅爱国。

小时候，我就常常想，老大干活多，是该疼的；老三是老小，又是男孩儿，更是该疼的，就数我，不上不下的，谁也疼不着。

从小，我就喜欢干活喜欢读书喜欢笑，但始终话少。

十五岁，我读高中一年级，从小镇上来到城里，住在当教师的才枝姐姐的木板床上，小小的屋子不足二十个平米，里面摆满了漆了油亮淡黄颜色的家具，只留下一个巴掌大的地面来回走动。

左右我的人，我无可选择地，从母亲变成了才枝姐姐。

这是个好姑娘，谁见了谁都会这样说，她就是那种在乡下到了婚嫁年龄让媒婆子踏破门槛的典范。

秀丽的脸，高挑个儿，肥臀，细腰，更可贵的是，在家老大的本分使她练就了一手针黹好活。

她性情温婉，忍辱负重，而且，承继了我母亲极爱干净的倾向。

（她的某些优点在后来的年月里，成了我最可批判的例子，就像解放了一个新朝代，最可打击的就是先朝极端的引以为傲的亮点。

）（日记，就是从那时起，跟随我十年有余，使我在以后那么艰难的日子里，没有疯掉。

她起了非常重要的作用，她成了我最贴近的人儿，也是我十余年来在抑郁中奋斗的见证。

我最初接触她的意图却非常简单明了，就是勸勉、督促自己在学习上超越所有的人，出类拔萃。

日记开头就是我摘的一首打油诗：山外有山楼外楼 英雄好汉争上游 争到上游莫骄傲 还有英雄在后头）一九八五年九月二十二星期日 今天是星期天，从昨天晚上就淅淅沥沥地下着小雨，这是我来到县城一中的第一场雨。

“唰，唰，唰”地充满了节奏感，真好听！

听着，听着，我好像是陶醉了，醉眼朦胧里我仿佛又回到了家乡。

家乡的雨下起来总是很大很大的，“哗啦啦，哗啦啦”地从混沌的天上倒下来，大雨点子打得你直痒痒。

每到这个时候，下课铃一响，我就冲进溟濛的雨里，鞋子踩湿了也不管，“咯咯”地笑着跑回家，扑进妈妈的怀里。

看窗上的水花，看屋檐上挂下的小瀑布……我好想家啊，想小镇，想妈妈，也想儿时的朋友……

## <<我的十年抑郁奋斗史>>

一阵凉风吹过来，我打了个寒颤，这才想起还得去问物理题，我慌忙擦了擦脸上的雨水和泪水，匆匆地跑了去。

物理老师姓陈，课讲得很好，我认为。

但不知我问问题时，老师会什么态度。

我有些胆怯地敲了敲门，喊了声“报告”，老师亲自开了门。

——老师讲题的认真劲，出乎我的意料，他很热情，虽然他刚刚还忙着，见了学生问题，就放下了手里的活。

在讲题过程中，他很耐心，有一道题我怎么也听不懂，他足足讲了半个多小时，直到我听懂为止。

我想好了，不懂就问，一定要把每一个问题搞清楚。

十五岁，临近十六岁，我收到了第一封情书，确切地说，是一张纸条。

上面写着：秀，我喜欢你，和我做朋友吧。

我很敏感，很快就知道是谁写给我的了，那双眼睛盯我很久了，在我听课、上体育课、回头和同位说话时都能感到那双眼睛。

在八十年代初，这是一件多么叛逆的事情，但这种大胆却激荡着我。

我的心“咚咚”地跳着，那双眼睛是属于一个微胖的高个子男生的，谁都知道他很聪明，他的数学考试总是名列榜首。

他长了一张在一部什么影片里看过的贵族脸，脸稍长而白，嵌着深而亮的眼，可是我不知怎么就有点不喜欢他。

是他伸出来的傲慢的长下巴，还是他过短的人中线？

怎么看都有让我不舒服的一面，似乎是哪里不符合了我梦中王子的形象。

我很快地把纸条收起来，我不希望被任何人发现。

走出教室，在明亮的阳光下我困惑了很久。

（现在我可以回忆了，当时的心情、心态以及周围的环境又慢慢地回来。

在我后来的十多年里，我深陷抑郁的泥潭时，许多的事情都已经给忘记了，许多的感觉也变得麻木，我像个傻瓜，木头人一样地呆呆地望着前面，我似乎想了很多事情，但似乎什么也没有想。

)

## <<我的十年抑郁奋斗史>>

### 编辑推荐

《我的十年抑郁奋斗史》作者通过富有诗意的文学语言和起伏的故事情节，展开对大学生抑郁与自杀心理的开始、形成、挣扎及真实社会压力的描述，让读者真正认识到抑郁原来像感冒一样的自然和不可怕，呼吁社会能够理解和关爱那些身患抑郁、挣扎在死亡边缘的人们，以尽量杜绝悲剧的发生。



<<我的十年抑郁奋斗史>>

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:<http://www.tushu007.com>