

УДК 159.922  
ББК 56.14  
Д40

Переводчик Мария Фаворская  
Редактор Алиса Черникова

**Джеймисон К.**

Д40      **Беспокойный ум: Моя победа над биполярным расстройством / Кэй Джеймисон ; Пер. с англ. — М. : Альпина Паблишер, 2017. — 226 с.**

ISBN 978-5-9614-6178-7

Кей Джеймисон, известный психиатр и профессор Университета Джонса Хопкинса, написала несколько мировых бестселлеров на тему депрессии и биполярного расстройства, но эта книга — особенная. «Беспокойный ум» — откровенный рассказ о жизни человека с биполярным расстройством. Жизни, в которой есть невероятные эмоциональные вершины — и такие же невероятные спады. Жизни, в которой чувства остры до предела, а неудачи приводят к черным депрессиям.

Кей Джеймисон испытала все это на себе — депрессии, мании, попытку самоубийства. Будучи психиатром, она посвятила себя изучению аффективных расстройств в целом и биполярному расстройству в частности. Откуда берется болезнь? Насколько она поддается лечению? Что будет, если отказаться от медикаментов? Что дает психотерапия? Но книга будет интересна не только людям с БАР, ведь это и увлекательный рассказ о человеческой психике, и личный опыт человека с иным восприятием мира, и история о том, что человек способен преодолеть все сложности.

УДК 159.922  
ББК 56.14

*Все права защищены. Никакая часть этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в сети интернет и в корпоративных сетях, а также запись в память ЭВМ для частного или публичного использования, без письменного разрешения владельца авторских прав. По вопросу организации доступа к электронной библиотеке издательства обращайтесь по адресу mylib@alpina.ru.*

- © Kay Redfield Jamison, 1995
- © Предисловие Kay Redfield Jamison, 2011
- © Фотография на обложке Tom Wolff
- This translation published by arrangement with Alfred A. Knopf, an imprint of the Knopf Doubleday group, a division of Penguin Random House, LLC.
- © Издание на русском языке, перевод, оформление.  
ООО «Альпина Паблишер», 2017

ISBN 978-5-9614-6178-7 (рус.)  
ISBN 978-0679763307 (англ.)

# Содержание

---

<i>Предисловие переводчика</i> . . . . .	9
<i>Предисловие: 15 лет спустя</i> . . . . .	13
<i>Вступление</i> . . . . .	17
 <i>Часть I. ДАЛЕКАЯ СИНЯЯ ВЫСЬ</i> . . . . .	23
К самому солнцу . . . . .	25
Школа жизни . . . . .	51
 <i>Часть II. СОВСЕМ НЕ ПРЕКРАСНОЕ БЕЗУМИЕ</i> . . . . .	71
Полеты разума . . . . .	73
Тоска по Сатурну . . . . .	94
Морг . . . . .	113
Постоянная штатная должность . . . . .	126
 <i>Часть III. ЕЩЕ ТАБЛЕТОЧКУ, ДОРОГАЯ</i> . . . . .	137
Офицер и джентльмен . . . . .	139
Мне говорили, идет дождь . . . . .	152
Как на безумие глядит любовь . . . . .	162
 <i>Часть IV. БЕСПОКОЙНЫЙ УМ</i> . . . . .	175
Говоря о безумии . . . . .	177
Беспокойная спираль . . . . .	183
Врачебные привилегии . . . . .	196
Жизнь и настроения . . . . .	207
 <i>Эпилог</i> . . . . .	215
<i>Благодарности</i> . . . . .	219
<i>Об авторе</i> . . . . .	224