

Matt Haig

# Ziemlich gute Gründe, am Leben zu bleiben

»Weise, komisch, lebensbejahend.« *Joanne Harris*

Ein Buch, das es eigentlich gar nicht geben dürfte. Denn mit gerade mal 24 Jahren wird Matt Haig von einer lebensbedrohlichen Krankheit überfallen, von der er bis dahin kaum etwas wusste: einer schweren Depression. Es geschieht auf eine physisch dramatische Art und Weise, die ihn buchstäblich an den Rand des Abgrunds bringt. Dieses Buch beschreibt, wie er allmählich die zerstörerische Krankheit besiegt und langsam ins Leben zurückfindet. Eine bewegende, witzige und mitreißende Hymne an das Leben und an das Menschsein – ebenso unterhaltsam wie berührend.

dtv

MATT HAIG

ZIEMLICH  
GUTE GRÜNDE,  
AM LEBEN  
ZU BLEIBEN

Matt Haig  
**Ziemlich gute Gründe, am  
Leben zu bleiben**

Deutsche Erstausgabe  
304 Seiten

ISBN: 978-3-423-28071-6  
EUR 20,00 [DE] – EUR 20,60  
[AT]

ET 18. März 2016, 11. Auflage  
Übersetzung: Übersetzt von  
Sophie Zeitz  
Sprache: Deutsch

»Ich habe dieses Buch geschrieben, weil letztendlich doch etwas dran ist an den uralten Klischees: Die Zeit heilt alle Wunden, und es gibt ein Licht am Ende des Tunnels, auch wenn wir es zunächst nicht sehen können. Und manchmal können Worte einen Menschen tatsächlich befreien.« Matt Haig

Autor\*in

**Matt Haig**

Matt Haig wurde 1975 in Sheffield geboren und hat bereits eine Reihe von Romanen und Kinderbüchern veröffentlicht, die mit verschiedenen literarischen Preisen ausgezeichnet und in über 30 Sprachen übersetzt wurden. In Deutschland bekannt wurde er mit dem Bestseller »Ich und die Menschen«. -



© Kan Lailey

Übersetzer\*in

**Sophie Zeitz**

Sophie Zeitz übersetzt seit über zwanzig Jahren aus dem Englischen, unter anderem die Bücher von Joseph Conrad, John Green, Marina Lewycka, Matt Haig, Jilliane Hoffman und Leanne Shapton. Sie glaubt fest an die Wechselwirkung zwischen Metrik und Psyche und lebt mit ihrer vielsprachigen Familie und einem völlig unbegabten Hund in Berlin.

## Weitere Bücher von Matt Haig

- Die Menschen von A bis Z, E-Book 42843, ISBN: 978-3-423-42843-9
- Mach mal halblang. Anmerkungen zu unserem nervösen Planeten, Paperback 26228, ISBN: 978-3-423-26228-6
- Wie man die Zeit anhält, Taschenbuch 21810, ISBN: 978-3-423-21810-8
- Ein Junge namens Weihnacht, Hörbuch 741829, ISBN: 978-3-86231-829-2
- Die Menschen von A bis Z, Taschenbuch 21605, ISBN: 978-3-423-21605-0
- Ziemlich gute Gründe, am Leben zu bleiben, E-Book 42913, ISBN: 978-3-423-42913-9
- Ein Junge namens Weihnacht, E-Book 43991, ISBN: 978-3-423-43991-6
- Ich und die Menschen, Taschenbuch 21604, ISBN: 978-3-423-21604-3
- Ich und der Weihnachtsmann, Hardcover 28965, ISBN: 978-3-423-28965-8
- Das Mädchen, das Weihnachten rettete, Hörbuch 640188, ISBN: 978-3-7424-0188-5
- Wie man die Zeit anhält, Hardcover 28167, ISBN: 978-3-423-28167-6
- Mach mal halblang. Anmerkungen zu unserem nervösen Planeten, E-Book 43545, ISBN: 978-3-423-43545-1
- Mach mal halblang. Anmerkungen zu unserem nervösen Planeten, Taschenbuch 21938, ISBN: 978-3-423-21938-9
- Ein Junge namens Weihnacht, Hardcover 28088, ISBN: 978-3-423-28088-4
- Ziemlich gute Gründe, am Leben zu bleiben, Hardcover 28071, ISBN: 978-3-423-28071-6
- Ich und die Menschen, E-Book 42226, ISBN: 978-3-423-42226-0
- Ein Junge namens Weihnacht, E-Book 43093, ISBN: 978-3-423-43093-7
- Wie man die Zeit anhält, E-Book 43384, ISBN: 978-3-423-43384-6
- Eine Weihnachtsmaus namens Miika, Hörbuch 642524, ISBN: 978-3-7424-2524-9
- Ein Junge namens Weihnacht, Taschenbuch 8673, ISBN: 978-3-423-08673-8
- Das Mädchen, das Weihnachten rettete, Hardcover 28128, ISBN: 978-3-423-28128-7
- Das Mädchen, das Weihnachten rettete, E-Book 43284, ISBN: 978-3-423-43284-9
- Ich und der Weihnachtsmann, Hörbuch 640665, ISBN: 978-3-7424-0665-1
- Ich und der Weihnachtsmann, E-Book 43471, ISBN: 978-3-423-43471-3
- Das große Herz der kleinen Elfe, Hardcover 76304, ISBN: 978-3-423-76304-2
- Ziemlich gute Gründe, am Leben zu bleiben, Hörbuch 741661, ISBN: 978-3-86231-661-8



- Eine Weihnachtsmaus namens Miika, E-Book 44637, ISBN: 978-3-423-44637-2
- Echo Boy, E-Book 43013, ISBN: 978-3-423-43013-5
- Eine Weihnachtsmaus namens Miika, Hardcover 76397, ISBN: 978-3-423-76397-4
- Evie und die Macht der Tiere, Hörbuch 642069, ISBN: 978-3-7424-2069-5

## News

### LovelyBooks-Leserpreis 2016

Matt Haig wurde 2016 für Ziemlich gute Gründe, am Leben zu bleiben im Rahmen des LovelyBooks-Leserpreises mit Bronze in der Kategorie Sachbuch & Ratgeber ausgezeichnet.

9. August 2022

## Pressestimmen

» Menschen mit ähnlichen Leiden beschwört er durchzuhalten, weil jedem Hurrikan irgendwann die Energie ausgeht. «  
 , Astrid Hansen , Zeit Wissen

---

» Bücher sind Medizin. «

29. November 2016 , Kathrin Weßling , Spiegel Online

---

» Sehr eindrucksvoll. «

10. Juni 2016 , Hörzu

---

» Eine ehrliche Liebeserklärung ans Leben. 304 Seiten lesenswert! «

27. März 2016 , Bild am Sonntag

---

» Bin ich irre oder ist das normal? Für Haig ist irre normal. Und das liest man sehr gern. «

21. März 2016 , Susanne Baller , stern.de

---

» Eine bewegende, witzige und mitreißende Hymne an das Leben, unterhaltsam und berührend. «

, Gingko Blätter

---

» *Er beschreibt die Rückfindung ins Leben: mitreißend!* «

, Wellness Magazin Exklusiv

---

» *Authentisch, wamrherzig, weise und letztlich eine Hommage an das Leben.* «

1. Juli 2021 , Birgit Proisinger , PTA heute

---

» *Unterhaltsam und informativ - auch für Angehörige von depressiv erkrankten Menschen.* «

9. Januar 2021 , Westfalen-Blatt

---

» *Dieses kurzweilige, herzerweichende, hoffnungsvolle, farbenprächtige Buch ist für jeden da.* «

7. Juli 2020 , bakp.de

---

» *Es ist eine bewegende, witzige und mitreißende Hymne an das Leben und das Menschsein geworden.* «

1. Oktober 2017 , Praxis Ergotherapie

---

» *Dieses Buch kann Hoffnung geben.* «

1. April 2017 , Magazin BESTplus

---

» *Dieses Buch kann Hoffnung geben.* «

1. April 2017 , Magazin BESTplus

---

» *Was dieses Buch auszeichnet: Haig gelingt es auf überraschend unterhaltsame Art, die Krankheit Depression begreifbar zu machen, indem er von sich erzählt.* «

28. September 2016 , Siegener Zeitung

---

» *Eine bewegende, mitreißende, aber auch witzige Geschichte.* «

24. Juli 2016 , Osterland Sonntag

---

» *Eine bewegende, mitreißende, aber auch witzige Geschichte.* «

24. Juli 2016 , Osterland Sonntag

---

» *Es ist ein berührendes Dokument, das Betroffenen und Angehörigen Mut macht.* «

21. Juli 2016 , *GlücksPost*

---

» *Eine erhellende Lektüre.* «

22. Juni 2016 , *Georg Larcher , Bezirksblätter Horn*

---

» *Eine erhellende Lektüre.* «

9. Juni 2016 , *Georg Larcher , Bezirksrundschau Perg*

---

» *Ein Buch, das hilft, sich mit der Krankheit nicht ganz so allein zu fühlen.* «

30. Mai 2016 , *Stefanie Platthaus , Ruhr Nachrichten*

---

» *Eine erhellende Lektüre.* «

25. Mai 2016 , *Georg Larcher , Bezirksblätter Landeck*

---

» *Must Read für die ganze Erde.* «

6. Mai 2016 , *wolkenbunt.de*

---

» *Eine wohltuende Prise Humor gibt dem schweren Thema eine gewisse Leichtigkeit.* «

22. April 2016 , *rtv - Das Fernsehmagazin*

---

» *Eine bewegende, aber auch witzige Hymne an das Leben und an das Menschsein.* «

18. April 2016 , *Berner Zeitung (Schweiz)*

---

» *Es ist ein Mut machendes Buch, vor allem für Betroffene.* «

10. April 2016 , *literaturliebe.de*

---

» *Eine bewegende, witzige und mitreißende Hymne an das Leben und das Menschsein - ebenso unterhaltsam wie berührend.* «

24. März 2016 , *de.txtr.com*

---

» ›Ziemlich gute Gründe, am Leben zu bleiben‹ war für mich ein wirklich faszinierendes Buch, das für mich dafür sorgen konnte, die Krankheit ›Depression‹ etwa besser zu verstehen. «

23. März 2016 , *Julia Mizerski* , [myworldfullofbooks.blogspot.de](http://myworldfullofbooks.blogspot.de)

---

» *Lest dieses Buch!* «

21. März 2016 , *buechernische-blog.de*

---

» *Absolut empfehlenswert!* «

21. März 2016 , *Tina Müller* , [buchnotizen.wordpress.com](http://buchnotizen.wordpress.com)

---

» *Absolut empfehlenswert!* «

18. März 2016 , *buchnotizen.de*

---