



一趟「心」的旅行

2010-10-31 記者 李雪岩 報導



這是一個關於「女人與自我」的故事。故事主角吉爾伯特原本以為她有一天會是個兒女成群的祖母，卻沒想到30歲的時候，發現自己既不想繼續婚姻又不想生孩子。於是，這個住豪宅，事業婚姻都可以在聚會時拿出來炫耀一番的女人，選擇了離婚。她把自己辛苦賺取的一切都留給了丈夫，換得一身自由，用一本書的稿費為自己換取一年的花費，開始了她的旅行生活。從義大利到印度再到印尼，彌補傷痕，尋找自我。



用一年的旅行來完成一場心靈的升華，真正的認識自己，享受人生。（圖片來源/誠品網絡書店）

這本書，對於人性的剖析極其透徹。心靈的歸屬、依託，對於自我意識的追求，對於家庭責任和人生義務的探索，都在作者離婚的過程中隨著心靈壓力的釋放而得到最終的詮釋。然而，婚姻沒有了，女人還是女人，身體還是需要撫慰，在重新尋找生活目的的一年半的時間裡，她遊歷了義大利、印度、印尼。在義大利，美味的匹薩、咖啡、甜食，讓她快樂起來，不再沉湎那段剪不斷理還亂的婚外情；在印度，修煉的道場裡，她體會靜默祈禱的力量，與自我心靈之神溝通，寬恕自己；在印尼，她放下，她前行，相信自己還能有永恆愛的能量。

長大後伴隨的複雜

人的本性不僅有「善」字，應該也有「樂」字。人在小的時候，隨便給一個正常的生活環境，就會一直處在快樂的生活狀態中，而且也很容易感到快樂。長大後卻不是這樣了，長大後的每個人都會進入一個相對難以應付，複雜的世界。就像作者一樣，以為小時候渴求的是這樣的世界，可是在長大以後又會發現自己想要的並不是如此，難道只是不想陷入瑣碎的家庭生活嗎？或許並不全是因為如此，她所處的現實世界裡，或許有一個她不喜歡的模式一直在循環吧，人處於這樣的循環之中，也比較容易崩潰。

其實，圍城不僅只存在於男人心裡，對於女人也一樣，只是很多作品都刻意地去雕琢女性的賢淑，女性對婚姻對男人的依賴，然而現實中，女人已不再是舊時代依靠男人穿衣吃飯、依靠孩子消磨時間的妻子。對現代女性來說，社會和婚姻的雙重標準是一種嚴重的束縛，為什麼要求她們既要職場強人、擁有眾多的朋友、參加熱鬧的派對，又要承擔家庭開支、做飯洗衣服，還要理家

媒體歷屆廣告

推薦文章

- 變化自如 幕後的聲音演員
- 那些年 爸爸與芭樂的回憶
- 關余廣色 我想說的事

總編輯的話 / 郭穎慈



本期共有十九篇稿件。頭題〈夢想配方 攝影甜點與咖啡〉忠實刻劃一位科技新貴勇敢出走，開設一間攝影風格咖啡廳的歷程和堅持。

本期頭題王 / 洪詩宸



嗨，我是詩宸。雖然個子很小，但是很好動，常常靜不下來。興趣是看各式各樣的小說，和拿著相機四處拍，四處旅行。喜歡用相機紀錄下感動，或值得紀念的人事物。覺得不論是風景還是人物，每個快門的...

本期疾速王 / 吳建勳



大家好，我是吳建勳，淡水人，喜歡看電影、聽音樂跟拍照，嚮往無憂無慮的生活。

本期熱門排行



夢想配方 攝影甜點與咖啡
洪詩宸 / 人物



橙色的季節 唯美「柿」界
陳思享 / 照片故事



老驥伏櫪 馬躍八方
許翔 / 人物



追本溯源 探究大地之聲
劉雨婕 / 人物



變化自如 幕後的聲音演員
張婷芳 / 人物

、與親友寒暄？於是吉爾伯特選擇離開，離開所有的愛恨，獨自生活。然而，傷口卻無法避免地隨著離婚而被撕開，如果說離婚之前，她已粉身碎骨，離婚則徹底粉碎了她的生活。



一個人的旅行，只要用心體會美好。這場旅行，更會是一場自己與自己的心靈對話。（圖片來源/世界之門論壇）

唯一的救贖是自我

生活在都市裡的人大多害怕孤獨，渴望伴侶。在愛的過程中，會不由自主的按照自己的需要“創造”伴侶的性格，然後在相處中慢慢相互了解卻發現不能相伴終老。大部分人會在這樣既定的人生路上走到這個交叉路口，是勉為其難的繼續折磨，還是會勇敢糾錯自我救贖？《享受吧，一個人的旅行》給了我們正面的回答：“拯救我的人並非王子——正是我自己，在過去幾年裡，阻止我倒下。”

自我追求和不放棄生活的精神，貫穿了這本書。懂得改變，懂得果斷，懂得信心，懂得純真，懂得幽默，懂得珍惜，懂得去愛……從心底堅信生活的美好，任何時候都不動搖，生活自然會對我們微笑。

慢下腳步 停看聽

有很多時候，人們不停的向前趕路，卻忽略了要讓靈魂追上自己的腳步。其實抑鬱症並非一定是件壞事，因為它會迫使人們停下來，放鬆、思考、修整，然後再出發。而再次開始的時候，往往會比往前更上層樓，冥冥中似乎有種東西，拯救了自己，並促進了思考，最終得到昇華。

書中主角就是如此，當生活已經糟糕到嚴重影響情緒，或者當情緒已經糟糕到嚴重影響生活的時候，就應該停下來，去做點什麼，讓一切回歸正常甚至變得更好。停下來不是錯誤，可以看作是新的起點，停下來不是徹底的休息，而是養精蓄銳，蓄勢待發。但遺憾的是，有太多人沒有停下來下的勇氣。翻看這本書，也許不會和作者一樣有過那些相似的痛苦歷程，但是相信每一個人或多或少的都有一些內心中對生活的疑慮，對自己的不解，和希望搞明白自己的困惑，這本書，作者以自己最真實的體驗全部記錄下來，讓人覺得這不是編造的故事，讀者似乎也能跟隨作者感同身受地去了幾個地方接受各種文化的洗禮和內心的提升，直至轉變，直至認識你自己。

幸福其實就在身旁

回到現實中來。不是每個女人都好運地碰到有人願意提供給你一年的稿費，讓你遠赴義大利去品嚐美食；也沒人讓你有機會丟掉工作然後去道場清淨刷地板，清早起來祈禱靜坐；更沒人能真正遇到好的心靈導師指引你人生的方向。而且你也可以相信，終有一天陽光會到來，但卻沒有人告訴你何時來，來時有何徵兆。

所以，我們永遠有很多逃避的理由，難以放下的理由。在這樣的情況下，美食、祈禱、愛，他們對人的影響還在嗎？相信這個答案絕對是肯定的。跟著故事主角從自殺抑鬱一步步走來，看到那些挫敗與真實的反覆之心確實讓人覺得很難。但是，在她們的挫敗裡反省自我，在她們的那些快樂里看到希望，真的是很好的體驗。我們不一定要去義大利，去道場，去相信神。其實，溫暖自己的胃，靜默地與自我對話，並且相信愛。你就能發現那個自我就在離你五米遠的地方看著你，讓你覺得至少你不孤獨。一個人要走過多少路，才能認清自己？我們一生要擁有並享受很多關係，和朋友、和家人、和愛人，但最重要的，是和自我的關係。認識你自己，可以是長到一輩子的時間，也可以是短至一個轉身的剎那。所以，感激有這麼一個女人，真實地帶你走這一趟心靈之路。



那些年 爸爸與芭樂的回憶

在阿爸生日那天，樞樞憶起爸爸與芭樂的故事。

變化自如 幕後的聲音演員



資深配音員蔣篤慧，娓娓道來身為臺灣配音員的酸甜苦辣。

▲TOP

關於喀報 聯絡我們

© 2007-2014 國立交通大學 傳播與科技學系 All Rights Reserved.

Powered by  DODO v4.0