

學校名稱：私立曉明女中

年 級：一年級

班 級：戊

科 別：

名 次：甲等

作 者：王品文

參賽標題：別讓慌亂影響了自己

書籍 ISBN：9789861202099

中文書名：享受吧！一個人的旅行

原文書名：Eat, Pray, Love: One Woman's Search for Everything Across Italy, India, and Indonesia

書籍作者：伊莉莎白·吉兒伯特

出版單位：馬可孛羅文化

出版年月：2010年10月08日

版 次：二版

一、圖書作者與內容簡介：

主角小莉原本是一位很成功的作家，但是她漸漸發現人們所追求的家庭或事業似乎都不是自己真正想要的，於是赫然放棄了工作和婚姻。小莉在義大利、印度和印尼開啟了獨自一人的旅行，在其中她認識了許多帶給他啟發的朋友，並過著自己真正想要的生活。

二、內容摘錄：

絕望的愛情不總是如此？在絕望的愛中，我們總是捏造伴侶的角色性格，要求他們滿足我們的需要。而在他們拒演我們一開始創造的角色時，我們便深受打擊。(p.25)

我們是尋求娛樂的國家，卻不見得是尋求快樂的國家。(p.75)

人類的不滿很簡單，只是因為身分認知錯誤。我們之所以痛苦，是因為我們只不過是區區個人，有恐懼、缺陷、憤恨與難逃一死。(p.146)

三、我的觀點：

「我震驚地發現，自己一點都不想要這些東西。」那種迷惘的感覺我能感同身受，因為我曾經也像作者一樣。那時的我對於生活中所有的事都提不起勁，上課、讀書、考試甚至是閒聊，那些在別人眼裡有意義的事情對我來說都好像是大海表面的那抹藍，渺小又沒有意義；這樣的想法在我的腦海裡一天天的迴盪，並且變得更加濃烈，我不禁感到徬徨無助，我不知道這樣的想法是怎麼孳生的？也不知道我應該要怎麼解決？和主角相同，我也去了旅行。當我收到可以去旅行的消息時，我的心中燃起了一絲希望之光，我想：也許我能藉這

個機會重新調整自己。

走在空無一人的大街上，呼吸著清新的空氣，嘴裡則哼著舒服的小調；那種什麼也不用多想的閒適，是我所喜愛的。一個月的旅行使我的心境改變了許多；我熱愛旅行，熱愛走訪個個自己從未到過的角落；我熱愛尋找，熱愛體驗那些在我的生活中所不能體驗的事物，哪怕只是漫步在青草當中。對我而言，旅行不只是放鬆，更是一種使心靈富足的饗宴；不知不覺中，在我的大腦不斷徘徊的那些魔音早已消散，而享受著旅行的我早已忘了此事。

在閱讀這本書的時候，我總覺得在某種心靈程度上，我也和作者相遇了，就像是兩條毫不相干的線在某個不經意的時刻彼此交叉重疊。這本書最令我印象深刻的一點，是作者為了找尋真正的生活而去旅行，在那之後卻又不知不覺的回到了原本的生活樣子，但不同的是，對作者而言，那是自己真正想要的。旅行過後，我又回到了原本的生活，但是這次有了不一樣的變化—我不再徬徨，也不再找不到意義，諷刺的是，我並沒有做些什麼或是得到什麼很大的體悟，我只不過是去旅行一個月罷了。這是如此不約而同的事啊！作者以旅行來改變她的生活觀，而我也是如此。

原來一直以來都是我自己影響了我。當我試著想要去釐清困擾的時候，我總是會下意識的慌了手腳，其實痛苦的來源並不是事情本身，只是因為我慌了，正因為如此，當我藉著旅行把自己心中的滔天巨浪給撫平了之後，困擾似乎也能迎刃而解。「你不能透過腦袋看世界，而是透過心去看才成。」書中的這句話正好表達了這個道理。

「別讓慌亂影響了自己」，這是有些人一輩子追求的事，也是有些人一輩子也無法真正理會的事；我們總是奢求自由的翱翔，卻沒有想到絆住腳的也正是自己。想要快點解決事情的意念固然重要，但我們卻時常忽略，冷靜且理性的處理方式也同等重要。在生活中，難免會遇到一些問題和困擾，在面對這樣事情的同時，也許我們只要好好告訴自己：冷靜，那麼事情便不會再像自己所想像的那麼繁雜，那麼難以克服了。

四、討論議題：

面對徬徨，小莉最終的選擇是跟著直覺走，而不在乎其他事物；反觀自己，若是在未來人生中遇到徬徨，又應該要怎麼面對呢？