

# 《享受吧! 一個人的旅行》

## 图书基本信息

书名：《享受吧! 一個人的旅行》

13位ISBN编号：9789867247483

10位ISBN编号：9867247485

出版时间：2007

出版社：馬可孛羅文化事業股份有限公司

作者：伊莉莎白．吉兒伯特,Gilbert, Elizabeth

页数：400

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《享受吧! 一個人的旅行》

## 內容概要

108則享樂與平衡的故事

享受人生 體驗人生 熱愛人生

紐約時報排行榜暢銷書

歐普拉雜誌推介

各大時尚雜誌好評

她在小時候有個夢想：以為自己長大後會是兒女成群的媽媽。但在30歲以後，她才發現自己既不要小孩，也不要丈夫。

這是女性對自己的覺醒，當然也是對自己困惑的開始。為什麼我想要的，和原來的世俗標準都不一樣？既然如此，不如享受自己的最佳身心暢快計畫！

好吃！義大利 以前我們尋求娛樂 這裡的人尋求快樂

在令人疲憊的婚姻結束之後，作者在義大利、印尼、印度等三個不同國度之間尋找自己。108個短篇象徵了靈魂探索、自我發現之旅：到義大利品嚐感官的滿足，在世上最好的披薩與酒的陪伴下，靈魂就此再生。她再到了印度，與瑜珈士的接觸，洗滌了她混亂的身心。峇里島上，她尋得了身心的平衡。在義大利極盡吃喝的享受後，作者忽然有了罪惡的感覺，這個感覺的出現，讓她害怕：既然我擔心罪惡，為何我還要放假？原來，以往我們是在耗費心神後，才去尋找「休閒娛樂」，然而，有人正是以「無所事事的生活」為最高目標！

這是個漂亮的措辭。Bel far niente是「無所事事之美」的意思。聽我道來 傳統來說，義大利人自古以來一直存在著勤奮工作的人，尤其是那些長期受苦的勞動者，即所謂braccianti。但即使在艱苦勞動的背景，「無所事事」始終是大家抱持的一個義大利夢想。無所事事的美好是你全部工作的目標，使你倍受祝賀的最後成果。你越是閒暇舒適地無所事事，你的生活成就越高。你也不見得要有錢才能體驗。

體驗！印度 以前是「觀光」 現在要懂得「體驗」

作者到了印度，學習瑜珈與禪坐，這是人人對於印度習以為常的印象，也似乎是到了印度該去學習的事，但是她其實不喜歡每日早晨之後古魯梵歌的詠唱。外在的標準是教導我們必須忍受，或努力學習外界「認為對的事」，但是只有「勉強忍耐」一個方法嗎？既然得面對「不愉快」，不如學習體驗人生吧！

「這東西或許不好受，卻很受益。」

「該如何保持堅持下去的動機？」

「有別種選擇嗎？每回遇上挑戰就放棄？瞎混一生，過著悲慘、不完整的生活？」

「你剛說『瞎混』？」

「沒錯，我是這麼說。」

「我該怎麼做？」

「你得自己決定。但是我勸你 - 既然你問我 - 趁待在這裡的時候繼續吟唱古魯梵歌，特別是因為你對它有如此極端的反映。假如哪個東西這麼用力摩擦你，八成對你奏效。古魯梵歌正是如此。它燒燬你的自我，把你變成純粹的灰燼。小莉，它是一條艱苦的道路，其動力超越理性所能理解。你待在道場的時間不是只剩下一個星期？之後你可以隨意去旅行，找樂子。所以，就請你再吟唱七天吧，之後永遠不用再去碰它。記得你的導師說過 研究你自己的心靈經驗。你不是來這裡觀光或報導，你是來這裡追尋。所以就去體驗吧。」

去愛！峇里島 自以為是的「自由」，其實是混亂 尋求定位自己，才能身心平衡

作者以為走出平常的生活是追求自由，沒想到和峇里島人相比，只是更顯得自己的步調混亂！在峇里島，人們最常問外來客的問題是：「你要去哪裡？」、「你從哪裡來？」、「你已婚嗎？」，三個問題表現了峇里島人相當注重自己的人生定位：了解自己與家人朋友的關係，與上天的關係，才能找到自己的平衡。

Gibler的文字充了機智、聰慧與無法抗拒的豐富情感。

紐約時報書評

聰明、極具娛樂的回憶，作者在印度的回憶相當美麗，充滿了香料的氣味。

時代雜誌

## 《享受吧! 一個人的旅行》

食物、語言、各式各樣的情感，都是愛的各種形式，而作者毫無保留的坦率，成為本書閱讀上的最大樂趣。

洛杉磯時報

經過一場婚姻，作者才知道她既不要孩子也不想要丈夫。她踏上探索之旅，豐富與自我嘲諷的幽默文字使得這次旅途活潑了起來。

紐約客雜誌

試想《慾望城市》的凱莉停下她的每周專欄，與她的三個好友離開摯愛的紐約，到達義大利品嚐從未吃過的美味披薩，買了性感內衣，.....是一部值得發展為電視劇的好故事。

Elle Magazine

在本書令人著迷的文字中，作者尋訪了義大利、印度與印尼.....她從中學得的旅遊經歷是如此珍貴。

Marie Claire

這部由才華洋溢的Gilbert寫成，極具娛樂性的書，絕不僅專屬於女人的讀物。

# 《享受吧! 一個人的旅行》

## 作者簡介

伊莉莎白·吉兒伯特 Elizabeth Gilbert

具備小說家與新聞記者的身份，兩度獲得National Magazine Award深度報導獎，作品The Last American Man入選美國國家圖書獎決審名單與2002年紐約時報年度好書，故事集Pilgrims獲Paris Review最佳新人小說等獎項。曾為知名雜誌GQ、Bazaar、The New York Times Magazine撰稿，小說作品曾於Esquire、Story、Paris Review刊載。《斷背山》作者安妮·普露譽其為：「一個閃閃發亮的作家」。

# 《享受吧! 一個人的旅行》

## 書籍目錄

序言：或說「本書如何組構」；或說「第109顆珠子」

第一部 義大利

或說「像吃東西那樣說出來」；或說「三十六則追求享樂的故事」

第二部 印度

或說「恭喜認識你」；或說「三十六則追求信仰的故事」

第三部 印尼

或說「就連內褲裡頭也覺得不同」；或說「三十六則追求平衡的故事」

最後的感謝與確信

# 《享受吧! 一個人的旅行》

## 精彩短评

- 1、等我老到三十岁，我也要去这三个地方
- 2、最后在巴厘岛找到真爱。
- 3、翻拍成了电影咯！~
- 4、NND，换了一个书名，书的价格就高了N倍，千万不要买这个版本的eat , pray , love

# 《享受吧! 一個人的旅行》

## 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:[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)