

《寂靜之書》

图书基本信息

书名：《寂靜之書》

13位ISBN编号：9789867470877

出版时间：2014-2-27

作者：莎拉·梅特蘭

页数：352

译者：朱賓忠,王雲生

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

《寂靜之書》

內容概要

引發英國「寂靜生活」熱潮！

在面對喧囂忙亂的生活時，你需要「靜」的力量。

在現代都市生活中，幾乎沒有人能享有片刻的寧靜。嘈雜喧鬧的環境，匆忙緊湊的步調，疲於應對的壓力，在標準的都市生活模式之下，人們逐漸失去了心靈的平靜與自由。面對這個似乎不可能改變的模式，本書作者梅特蘭提供了另一種生活的可能。

梅特蘭出生於上流社會，自小接受父母的教育，能言善辯、不信權威，在成為作家和女權運動家之後，更時時與爭辯好鬥為伍，喧鬧不休。然而，這樣的生活並沒帶給她真正的平靜，她不時感到體內有一股莫名的躁動與不安。某個夜裡，初為人母的她在給孩子餵奶的過程中，突然體驗到靜默之美，她發現腦中那些鼓譟都消失了，那種前所未有的深刻安詳感，使她從此踏上尋找寂靜之路。

在書寫本書的過程中，她的足跡遍佈各個寂靜之地：斯凱島、埃及的沙漠、澳洲森林與蘇格蘭的荒原，在那裡體驗、思考靜默。她結合了個人歷程與文化歷史的觀點，透過神話、童話寓言、東西方宗教思想、啟蒙運動和現代心理分析，一手編織出引人入勝的靜默世界。

本書記錄了梅特蘭對靜默的親身體驗和理性探索，有詩意的語言、坦誠深刻的反思，也有智慧的探索，將自傳、遊記、沉思錄和散文融為一體，為讀者開啟一場探索內在與生命的靜默之旅，讓我們能從忙碌紛擾的時刻中暫且抽身，獲得心靈的寧靜與自由。

《寂靜之書》

作者簡介

莎拉·梅特蘭(Sara Maitland)

英國當代最具造詣的女作家之一，亦是著名的女權運動家。一九五一年出生於倫敦，畢業於牛津大學，為前美國總統柯林頓的大學摯友。

她熱愛寫作，才華洋溢，第一部小說《耶路撒冷的女兒》(Daughter of Jerusalem) 即榮獲一九七九年的毛姆文學獎，除了擅長的短篇小說外，也創作長篇小說與非小說類作品，至今共有二十多本著作。她另一部作品《極地禁戀》(Far North) 被改編成同名電影，由亞洲知名女星楊紫瓊主演，轟動一時。

她自小接受父母的教導，能言善辯、好與人爭，日子過得喧鬧不休。在一個契機下，她意外體驗到靜默帶來的豐足與美好，從此踏上追尋寂靜之路。十數年來，為了體驗與思考靜默，她的足跡遍佈荒原、沙漠、孤島、森林、高地，最後她在蘇格蘭北部荒原蓋了一間小屋，在那裡生活、沉思、祈禱、寫作，享受她親手為自己打造的美好寂靜生活。

現為英國蘭卡斯特大學文學碩士導師，主講基礎寫作課程。

《寂靜之書》

書籍目錄

- 第一章 長於喧囂
- 第二章 四十個日日夜夜
- 第三章 靜默的另一面
- 第四章 眾神與靜默
- 第五章 靜默之處
- 第六章 沙漠隱士
- 第七章 孤寂的幸福
- 第八章 回家

章节试读

1、《寂靜之書》的笔记-第1页

「清晨。流光溢彩的早晨，與平時大不一樣，危高處，並無一絲風。這裡寂靜得近乎完美：先是一對烏鴉沙啞地粗糲地叫了幾聲，拍打著翅膀飛過，接著不知名的小鳥也啾啾幾聲。今天是十月的第一天，

我端著一杯咖啡在自家小屋門前的臺階上坐下來，俯瞰峽谷，欣賞著只有我才讀得懂的空靈。實在是太美了。我們都知道維吉妮亞·伍爾芙（Virginia Woolf）那句家喻戶曉的話：每一位女作家都需要屬於自己的房間。在我看來，這話只對了一半。我需要整個荒原。一位朋友對此擔心得不得了，專門來看看我是不是瘋了，此舉顯然有些小題大做。最後她無可奈何地說：「看看，方圓二十英里什麼都沒有！」

這裡並非「什麼都沒有」。事實上，有千變萬化的雲彩，有蘆葦、雜草、石楠花和鳳尾草在風中別樣搖曳的身姿，還有瞬息變幻的光影：從早到晚，一年到頭也都是如此。太陽和雲彩交相輝映，轉瞬即逝。從某種意義來說，朋友是對的。正是這種無邊的空寂讓我身不由己地投向它的懷抱。我看著它，可觀之物甚少倒反而看得真切。我傾聽著，這無音之韻、無聲之律方才和諧。山上電線杆和電信杆踏著步，翻山越嶺而去；四周山脊線蜿蜒起伏，圍成碗狀，盛滿了寂靜。向下望去，隱約可見數條銀練，似斷非斷，似續非續。哦，這不是那山谷中蜿蜒而下潺潺的小溪麼？」

《寂靜之書》

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