

# 《我有一个岛：卡儿哈甘》

## 图书基本信息

书名：《我有一个岛：卡儿哈甘》

13位ISBN编号：9787508647106

出版时间：2014-9

作者：崎山克彦

页数：256

译者：廖诗文，曹翠云，唐一宁

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)

# 《我有一个岛：卡儿哈甘》

## 内容概要

世界上独一无二的梦想目的地——卡儿哈甘岛

500位淳朴岛民，15000平方米纯净土地，360度海洋无限湛蓝……

一个地图上找不到的小小岛屿，一个接近乌托邦的完美彼岸。

一位年过六旬的老人，20年前潜水时邂逅了太平洋中的一个美丽小岛——卡儿哈甘，用全部积蓄将其买下，并辞职生活在岛上。20年来，他与岛民一起经营小岛，自给自足，过着远离尘嚣的自在生活。作者笔下和镜头中的卡儿哈甘岛就像宇宙中的一小点。在这里，时间仿佛停止流动。作者笔下和镜头下的小岛，看似微不足道，拥有属于自己的大哲学和大世界。

# 《我有一个岛：卡儿哈甘》

## 作者简介

崎山克彦

1935年出生于日本福冈县

毕业于日本庆应义塾大学

曾任讲谈社编辑、讲谈社国际部负责人

现任NGO「来自南方岛屿」的代表

我的人生旅途，有30年以上都生活在东京、纽约这样先进的大都会中，就如同大部分的人一样，为工作过着忙碌的日子。1987年去宿雾潜水发现了卡儿哈甘，为之惊艳，决定告别30年上班族生活，用退休金一千万日币，买了这个南洋小岛「卡儿哈甘」。1991年正式到岛上生活，现在与500多位岛民一起生活，经营民宿。

# 《我有一个岛：卡儿哈甘》

## 书籍目录

### 【梦想之岛】

邂逅

第一本记事簿

愿意住在岛上的人

NGO“来自南方岛屿”

梦里的情境

### 【自然之岛】

被风追逐的小岛

生机盎然的海滨

幸福的青鸟住在这里

寂静之声

南十字星闪烁的天空

重新检视一下大量消费能源的生活吧

比矿泉水还要清澈的水

卡儿哈甘热带珊瑚礁保护区

### 【悠闲之岛】

会循环的时间

没有资讯也是好事

经历“家住期”、“林住期”、“游行期”的幸福人生

我的船“阿米汉”

（新加）顺子的拼布教室

岛上的猫咪

莎拉的恋情

白色沙洲和岛上的经济

我们要怎么赚到一点点的钱呢？

装载着飞往未来的梦想，我们如今得偿所愿，今后还要继续飞翔……

### 【美味之岛】

椰子是岛民生活的必需品

南洋风味的椰奶用法

岛上的蔬果

节庆料理“脆皮烤乳猪”，真是极品！

### 【未来之岛】

卡儿哈甘的未来

### 【在小岛散步才是正经事】

欢迎光临卡儿哈甘！

到底来岛上玩什么？

“一千个人心中有一千个卡岛”——卡友笔记

# 《我有一个岛：卡儿哈甘》

## 精彩短评

- 1、文笔一般或许是因为翻译的关系 但朋友启发
- 2、原来从52岁到82岁，还能开启第三段人生。岛上各种美食看得人流口水，从新鲜的自然之物中获得美味，在自然里，美和残忍既是并存的，又皆不存在。
- 3、每一個人都有一个梦想中的岛屿，不管在哪个地方都要拥有此处的心境，这样就很好吧。去海岛住一整年，也是自己的一一个心愿哦。
- 4、没有作者的魄力，只能去感受一下他的生活
- 5、有机会再去菲律宾，哈哈
- 6、主要以随感为主，文笔比较平白，也有一些肺腑之言。插图质量不错，文图参杂对于读者理解这样的生活方式有很大的帮助。
- 7、书里写的是崎山克彦的岛，也是所有人心中的岛。去过，便可以拥有这座岛；不仅可以拥有它，还可以和岛主海阔天空去畅聊朴实的梦想，去体验拂面的柔软海风，和煦的海岛阳光，用天然食材做成的异国美味.....不想在城市里蜗居，就去卡儿哈甘过时间也消失了的、永恒的生活吧。
- 8、寒假去看看
- 9、我的梦想也是拥有一个自己的小岛，想干嘛干嘛，心情不好就站在海边发呆，心情好了就在海边奔跑，快乐的我，自己的岛~
- 10、一岛，一家，一世界。
- 11、逃离
- 12、现在有的人 享受着现代文明和所谓精神空虚 然后期待别的人去守护质朴的原始【。 【默默地马克了地址 有机会想去看
- 13、1000万日元，能做什么？买一个拥有碧海蓝天的岛！！！！！！生活有无限可能。
- 14、要去！
- 15、好想去看看~~~
- 16、生在岛上，工作在岛上，我也想有个岛。。。。
- 17、在游记的分类书架上找到了这本书，在网上被安利过，一看到就买了，读了以后越来越向往那种生活，作者也绝对是个懂生活的人
- 18、我是座小小岛 容易满足的小岛  
我爱的人爱我就好
- 19、台版书，直接改成简体字出版的。作者在52岁的时候，选择开始预计30年的第二人生，十分精彩，心神往之。回顾自己，每天被困住，被折磨，拼命的工作，只得到稍许酬劳，不禁摇头自叹。
- 20、很神奇的岛上生活，不仅仅是本旅游书籍，作者为了岛民的生活一直在努力着，希望什么时候有时间也能去岛上住住
- 21、“他们一定会放弃‘虽然丰富却什么也没有的生活方式’，我必须得做点什么才行了。这是一个很大的问题。”希望有朝一日我也能到卡岛！
- 22、海风、沙滩、一座岛，有机会也想去瞧瞧。
- 23、作者崎山先生很令人敬佩。从发达国家、很有成就的位置急流勇退，选择退隐一个略原始穷乏的小岛，能坚持自己与众不同的决定已经难能可贵。更可贵的事，他虽然买了这座小岛，却决定与原住民共享小岛的、自然、资源，甚至认真的帮助岛民和小岛可持续发展，既让他们开阔眼界、提高收入，过上有尊严的生活，亦努力保护人们心中的净土不受消费主义、拜金主义的浪潮侵袭。既有想法，又能坚持执行这么多年，与自然、原住民和谐共处，不但自己获益，也让周围的人受益，是令人敬佩的人。这也是一种另类的、双赢慈善吧。
- 24、我有一个愿望，像是住在小岛一样的生活
- 25、好想去看看
- 26、三星半
- 27、虽然后面变成旅游宣传，但买岛这个想法真是川崎给我的。
- 28、看到了一种未曾见到过的生活方式。给自己很多思考。
- 29、不明白这本书为什么拿那么高分。大量海岛图片，重复的语言。在我看来就是一本岛屿宣传软文。岛主自己搞传媒业，出版书是很容易的事。很遗憾书里没有看到我期待的内容。

## 《我有一个岛：卡儿哈甘》

- 30、作者在努力帮助岛上的居民在减少物欲，赚的钱够正常生活，让他们保持原有的朴素灵魂，但是这真的非常难。
- 31、什么也不做 慢慢的过日子。
- 32、向往那样的体验，极大好奇
- 33、书买回来一年，断续读完。生命只有在你不懂得体验和感受的时候才会被浪费掉，想再多都不如今天去做一点什么。理想的岛屿，期待有机会去发呆。@2015.6.22
- 34、日本人买下岛之后，对于人与自然，城市人与当地人，以及现代化与原生态的种种思考，他边思考边行动，坚持了20多年，挺有意义的。看完想去拜访这位老人家。
- 35、心，向往之.....
- 36、买岛 额 太不可思议了 这种与世隔绝的生活 2001年岛上才有电。。
- 37、#2014年读过的书# 想象一下，成为岛主是什么感觉？大海泛舟，伸手指向前方，“看，那座小岛是我的！”那种感觉会不会爽极了？当然！不过，要想成为岛主，也要放弃很多东西，比如你所习惯的城市生活，你所依赖的网络和社交媒体，等等。。。岛上意味着另外一个时空，原生态，自给自足，与世无争，应该是这个时空的显著特点。所以，要想长期生活在岛上，也是有标准的，不是每个人都有这样的资格。除了足以买下小岛的金额，你的内心够平和吗？

# 《我有一个岛：卡儿哈甘》

## 精彩书评

1、每个人的心中都有着属于自己的梦想。拥有一片属于自己的天空，拥有一片纯净的天地，徜徉一个独一无二的旅途，定居一个属于自己的梦想殿堂-----也许太多的时候，这样的想法实在有点渴望而不可及，但是追梦的我们或多或少地可以通过各式各样地渠道一圆自己的美梦！今日我就通过一本书，见证了一个看似平常的人实现自己那不平常的梦！由中信出版社推出的《我有一个岛：卡儿哈甘》一书带领着我们感受和领略到了一个不平常的奇迹旅途。世界上独一无二的梦想目的地——卡儿哈甘岛；世界上令人无法想象得到的世外桃源之岛——卡儿哈甘岛。尽管它在地图上根本无从寻觅，但是它却是真真正正地用属于它的方式呈现着与众不同的所在。于这个岛而言，它是神奇的；于这个岛屿的主人而言，他的追梦经历是让人难以想象的。也正因为有它和他的存在，我们书外的读者一同感受了一回这样美丽的奇迹梦想殿堂。乍然看到书名，我就深深地喜欢上了这本书。作为一个久居城市的孩子，我每天都沦陷在了三点一式的家—单位—家。原本追梦的心早已经在日复一日，年复一年的单独生活中丧失。但是于这本书中我内心深处原本被抑制的那份自由逐梦的渴望又再一次得以滋长和蔓延。作为一个地球上存在的不知名的岛屿，它也许在太多的人们眼中实在微不足道。但是作为一个纯纯萌动着梦想的日本人，这个岛十足地散发着无穷的魅力。在那里，他放弃了原本城市的生活；在那里，他与岛民一起经营小岛；在那里，他过着无拘无束的自在生活；在那里，他向大家证明着关于逐梦的行动到底。哪怕是粗翻本书的目录，我们都会发现这个岛屿的与众不同。它是一个多方位，立体感的神奇之岛：梦想，自然，美味，悠闲，未来的元素时刻在这个岛屿中有如音符般地跃动着。放下原本烦躁的心情，踏上这片宁静的小岛，书外的你我也会感受到一片祥和，幸福，满足之情！独一无二的梦想殿堂透过它的每一个角落，每一个岛民，每一份岛上的景致呈现着无穷的迷人魅力。尤其是本书之中众多原汁原味的，来自于岛上各个角落的照片更是给予我们最为深刻的视觉震撼。跟随着这个岛的主人，我们一同散步其间。观景，看人，品岛，无尽的感叹和回味无穷，无穷的美感恣意萌动！这里真的太美了。

2、“找个南方岛屿过日子，应该是很多人的憧憬。”别的人说出这样的话来还不过只是有感而发，但是身为自己就拥有一座真正的南方小岛的作者提笔写下这样的话来，看了只会让人感觉是在炫耀吧~~(一一)~~~真的没法不羡慕作者啊，居然能够住在接近东京巨蛋体育场大小的南国岛屿上，过着每天碧海白沙棕榈环绕的闲适生活。没有了城市的光污染，没有了汽车的噪音，白日里阳光明媚，海风送爽；夜空的星空璀璨，无比宁静。海平如镜，水清如湛。看到图片上特别明媚的大片土耳其蓝，感觉真的好梦幻.....那么美，那么美！为此，就算明知道岛上缺水严重，日常只能用积储的雨水来洗漱清洁，但是既然能有这样动人的风光相伴，就算偶尔过一段岛上的生活，相信也不会有什么无法忍受的吧。这是一本很漂亮的书，都是托了两位摄影师的用心，才将许多卡儿哈甘的美丽封存在照片上，让我们看到了这么多精彩的图片。真的很想也到卡儿哈甘去看一看，看一看近海因为太澄透的水，明明很幽深，在明媚的阳光下，看似清浅；远海别有一番风情的美丽！“平常没有什么特别的感觉，但是有时想想，还真怀念在卡儿哈甘的自然生活。仔细观察，就会发现东京没什么大自然。想到这里，我就会怀念卡儿哈甘的风，怀念被海、风以及椰树围绕的生活，它就像一个美丽的梦境。”

(P.151)与其说该书的内容是在介绍卡儿哈甘和卡儿哈甘旅游情况的，又或者是在写关于作者是怎样逐步实现自己的梦想，还不如说是作者为了推广一种不同的旅行观和生活观而写成的。书中收录了作者许多散见于各家报刊专栏的文章，包括从第一次邂逅卡儿哈甘到买岛经营，集合了这20多年来的点点滴滴和体验到的人生哲学。除了内容都多少与卡儿哈甘扯得上关联之外，主题上并不相同，有写卡岛美食美景的，有写旅游推介的，甚至是自己怎样建设小岛的，对小岛和岛民若干的未来规划，帮助岛民过上更好的生活的等等。但更多的还是关于环保，人生哲学，生活哲理的内容。很喜欢“自然之岛”这个单元。尤其像是其中介绍卡儿哈甘用水用电的这两篇，作者的感情真挚，但又不光是在卖情怀，很有知识性，却也不乏趣味性。不过读到了这里不禁突然联想到了，在某部小说中看到的“未来桃花源”的桥段，——在那里人们的科技非常先进，却也同样的珍惜大自然赐予我们的宝贵财富，不愿意去生产那些不易降解的东西，生活中也都是采用风能水力等绿色能源来驱动洗衣机和冰箱。不正像是作者在书中描述的卡儿哈甘的生活吗？只是后者之前不用发电机发电不是怕破坏环境，而是单纯的用不起罢了。甚至，现在卡儿哈甘的岛民们也在日益被外界的物欲生活所腐蚀，或许不久之后的将来便会蜕变为完全的物质动物。大概作者是个比较传统的人的关系，能够看出他对膨胀的全球化资本主义市场经济价值观一点好感也无，甚至作者描述自己离开现代都市舒适方便的生活时干脆

## 《我有一个岛：卡儿哈甘》

抨击说，“这是一个大量使用能源的文明时代。日本或美国等现代社会的生活方式就是因大量消耗能源而形成的。”（P.94）说来很不可思议是不是，虽然我们大多数人都不愿意往那个方向去想，——但是驱动现代生活完全依靠能源，生产大量商品需要大量能源，如果没有了足够的各种资源以供人类消耗，现代社会将会以快到不可思议的速度崩解吧。无怪乎作者会如此看不惯了。或许就是这样，他才会觉得够了的时候干脆的辞职，用退休后的时间通过自己的行动来实践自己的梦想，想要通过自己的行动，一点一滴的改变这个自己越来越无法喜欢的世界吧。作者以旁观者的视角来对比现代都市人方便舒适，但会对自然造成极大破坏的生活常态，和卡儿哈甘人简单贫瘠，但与自然和睦共处的生活方式。或许通过作者的文字对这处远离繁华的岛屿生活的描摹，我们也可以从中寻觅到，生活在钢筋水泥丛林中的都市人所最缺少的东西。同样的，我们也和作者一样寄希望于这个遥远小岛上，能够提供给人们更多实验性质的关于建立生活共同体，以及如何保护地方特色等问题的参考。说真的，我特别欣赏作者的性格，那可不是位会委屈自己的人，这点很好，最起码他自己的生活会过得很称心的。已经有了一份安稳的工作，但是觉得这不是自己真正想要从事的工作，就干脆的辞职；想要出国去闯荡，哪怕没什么钱，只能边上学便打工刷盘子洗碗也要去；想要工作了，找家公司进去就踏踏实实的一干就是二十几年；觉得越来越力不从心的时候，也能毫不留恋的退下来，选择辞掉工作离开了那么久的公司，去开创属于自己的人生。看似随波逐流，却也别有坚持。这个时候的作者崎山克彦已经52岁了，退休前早已和育有两个小孩的前妻分居，在离开公司的一年后，用他之前所有的积蓄1000万日元买下了位于菲律宾宿务的卡儿哈甘，从此过上了每一天都是面朝大海，春暖花开的日子……可以确定是是，作者是个理想派。这不是讽刺。想想看，在八几年的时候能够为了实现自己的人生理想，就毫不犹豫的投入千万日元购入小岛，这是一种什么行为？别因为现在看来这笔钱也就约合52万人民币，就觉得不算啥了，要知道当年是个什么时候，这可不是1991年日本“泡沫经济”破灭后的日元啊喂！当时作者手上握着这么一大笔的钱，无论是投资地产还是股票都好，可以轻而易举的让这笔钱翻个几番，结果他没去用钱生钱，反倒拿着钱去追去求梦想了~当然，这真是值得庆幸的事儿。幸好他没想着要拿钱去做投资，要不然没几年等日本的经济泡沫一破，辛辛苦苦赚来的钱就都打了水漂了。我估摸着，当年知道他买下小岛会笑话他是傻了的人，等到几年之后被无理取闹的现实打了个嘴巴，都会发现原来自己才是真傻了的人。现在想来，作者能够这样简单的做出决定，和家中没有家累亦有很大的关系。不过，从书中给人的感觉作者就是个率性敢为之人，可能就算当时全家上下都有口一同的去反对他也不会觉得怎样，并不会特别去为了别人的好恶来勉强自己。虽然有些人可能会觉得这样的人太不会为别人着想了，但是作为一个从小到大一直都在持续不断的为别人着想的人，我很负责的告诉你，这样的人或许不会有多讨人喜欢，但就自身而言一定会更加的幸福，也更容易获得幸福感！PS.啊嘞，年纪这么大了还能这么精力充沛的折腾，真是令人羡慕，作者今后也要继续加油啊~\(\ )/~

3、文/沈青黎 印度教有这样的一种说法：理想的人生分为四个时期，它们分别是：学生期、家住期、林住期和游行期。在学生期，人们会学习各种各样的知识与技能，为将来的生活积累经验；接下来人们会结婚生子，组织家庭，是为家住期；家住期结束后，人们会走进森林，试着摆脱俗事的羁绊，让自己的心清静下来，为游行期做准备；接下来，人们会到圣地苦修，在深奥的冥想世界中游行，平静地迎接死亡的到来。19世纪70年代，在美国工作的日本人崎山克彦偶然从一位印度朋友那里听到了上述的“人生四期说”，心灵受到了强烈的震动，他渴望着在人生的后半段能找到一个地方来安放“家住期”之后的两个时期。后来，崎山用全部积蓄买下一个名叫“卡儿哈甘”的小岛，并在这个仅有15000平方米的小岛邂逅了最原始的快乐。而《我有一个岛》一书，便记录了他在林住期的所幸所思。崎山买下卡儿哈甘时，岛上共有300多名原住民，因为土地归属权的变动，他们都成为了非法占有土地的人。但崎山觉得，岛民们祖祖辈辈住在岛上，本来就是小岛的一部分。虽然拥有一个无人居住的自然环境很棒，但他对处理与岛民之间的关系更感兴趣。于是，他决定不赶走岛民，而是跟他们一起生活。海岛上的生活惬意而舒适，虽然卡儿哈甘的面积只有日本巨蛋体育馆那么大，花20分钟就可以走完，但那儿的夕阳月影，椰林清风都姿态万千，岛上的生活时常悠闲得令人忘却了时间。在享受迷人的自然风光的同时，崎山也发现，岛民们的生活匮乏至极，岛上没有电、没有厕所、也没有医生，教育资源严重不足，岛民的收入连联合国最低标准的一半都不到。因此他决心为岛民们做些什么。在崎山的努力下，卡岛修建了厕所，开设了小学，医疗条件也得到了改善。为了改进岛民的生活，岛主崎山决定开发旅游业。他在杂志上撰写旅游专栏，介绍卡岛的方方面面。慢慢的，小岛开始为人们所了解，开始有游客拜访这个岛屿。随着游客的增多，岛民们开始做生意，传统的打渔生活一下子被



## 《我有一个岛：卡儿哈甘》

改变了。这让岛上的一些老人非常不满。崎山也担心淳朴的岛民一旦受到物质的侵袭，就会失去抵抗力，丰盈的内心会渐渐枯竭，他决定做些什么来改变这种局面。为了控制人流量以保护自然资源，也为了保留传统，崎山决定对参观者收取较高的入岛费，并组织岛民表演捕鱼和织网的技巧。虽身为“岛主”，一直在为改善居民的生活水平和保护卡岛的生态环境而努力，但崎山从不觉得自己高人一等，他一直提醒自己，岛民与自己之间是平等的，他们和自己一样会思考、会烦恼，同样有悲也有喜，自己可以传递给他们一些新的想法，但也要向他们学习，因此他从来不会用自己的想法来强制岛民，总是耐心地与他们沟通，将自己的观念解释给他们听。崎山在卡岛上生活了23年，在此期间，他一面发挥余热，一面感悟生命，因此《我有一个岛》一书不仅收纳了无与伦比的自然风光，介绍了卡岛上的美食美景，风土人情，还充满各式各样的哲学感悟。而这段时期被崎山描述为他的“林住期”。随着年龄的增长，崎山也渐渐感受到了身体上的衰弱。但他并不认为这有什么不好，在他看来，“身心衰老是符合自然规律的，老化也是一件很美很美的事”。经过多年的努力，崎山已经让卡岛居民基本接受了“自给自足，与环境共存”的理念，接下来他会在适当的时候放下工作，将小岛的经营权交还给当地居民，然后转入人生的第四个时期——游行期，过着种菜、读书、捕鱼的生活，随时准备迎接死亡的到来。

4、没什么事，是此次此刻非做不可的。这是种理想中的生活状态。而这本书就是讲，世界上，真的有一个国度就是这种生活状态。总是谈理想，谈得多了，听得多了，就觉得，大多数只是妄想。真正能横下心坚持到底的人，到底是不多。这世上，相信有太多比这位作者财富积累更多的人，但少有像他和小岛那样的缘分，也少有这份在这个年纪的人生出的赤子之心。大概还需要一点勇气，才能促成。不过说到底，看到的某一个结果，或者你认为的某种幸运，其实都是这个人在日常生活中的累积。选择读哪一本书，也是种缘分的累积。奇怪的就是，每当在人生的某个阶段有困惑，那么刚好翻到的书里，往往就有答案。最近在让脑袋放空，多了很多阅读时间，读了各种各样的书，最抵达最近心里状态的非要属这本不可。平淡真实的语言，但一点也不会觉得乏味，随便读上几行，便不知不觉停不下来。脑子里充满了对陌生小岛的想象，但很享受相遇的美妙时刻，所以也不急于读完。纯净的天空海水，白色的沙滩，夏日的夜晚，满天的繁星，当然最美好的还有，岛上的人都是那么淳朴可爱热情。物质不那么发达，水源欠缺，但一点也没有影响岛上人民对生活的热爱和热情，或者说，正是因为没有过度的物质，所以才能保有赤城。大家彼此有爱，不会计较，互相帮忙，没有盗窃，真诚可爱。理想的过度，喝雨水也是甘甜。--“在岛上，没有什么事情是非做不可的。不管是阳光、风、潮水等自然万物，还是人与人的相遇相约，都没什么是特别需要安排或者在意的。只要平平稳稳度过每一天就行了。”--“今天，什么都不用做，等到时机成熟了，时间就会自己来到。不用焦躁，只要轻松地过着现在的时刻就好了。没有恐惧，也无须慌乱。”这种生存方式，用实际行动告诉我们，物质的贫穷不可怕，比这个更可怕的是过度物质繁盛带来的自私，贪婪，膨胀的欲望，人与人之间的不信任。适可而止保有余地的发展，能够让我们生活舒适的同时，心里得到富足，才能发挥出每个人的潜能，踏实的工作认真的生活。前一阶段的生活，总被什么追赶，总也停不下来，说的最多的就是：没时间。没时间见喜欢的人，做喜欢的事，也没时间和自己相处。时间塞得满满的，一天下来，觉得很累，但又觉得空空的，好像做了很多事，又好像什么都没做。问自己，这一天，做了的事，有几件事是自己的意愿，有几句话，是真实的内心表达不是敷衍寒暄。如果一天下来，做的都是别人希望自己做的事，说的都是对方想要听的话，那么这一天，等于是别人的一天。想到这，就觉得心痛难忍。所以决定调整方向，调整生活的轨迹。总是在尝试，也总是在疑问，告诉自己，只要努力，一切都不晚。羡慕作者先生在岛上和大自然无限制接触的生活状态，也更喜欢他在这个年纪有的生命状态。眼见处，在这个年纪的人，因为完成了自己工作地使命而有了很多空闲时间，因为一直处于茫然被推动的工作的状态，导致突然得闲而无法适应，比较好的状态就是不回忆往事，不过度担忧自己女，有自己的生活圈，维持忙碌的兴趣爱好。不太好的一种状态是，不愿意接触新鲜事物，没有交际圈，过度思考人生和子女，终日沉默寡言。无论哪一种，好像都没有作者先生的畅快呢！没有把余生倒计时，不把自己定义为老了所以可以无为，没有沉溺于安逸的生活，而是用余生尝试另外一种可能性，勇敢实现自己的梦想！喜欢书里他提到的印度的人生观。印度把人生分为四个阶段：学生期，家住期，林竹期，游行期。学生期：努力学习，锻炼身体。家住期：结婚生子，抚养家庭。林住期：出家隐退。游行期：隔断与世界羁绊，进入冥想，等待死亡的来临。这个过程简单讲就是：释放，然后收回。而最后，也没有任何的悲观意味，而是安详等待长眠的淡然画面。生长了，开花了，凋谢了，归于尘土了。一个轮回的完成。岛主在人生的各个阶段都完成的很好，家住期让妻儿有保障，林竹期出离到了岛上

## 《我有一个岛：卡儿哈甘》

，用自己前半生的经验回馈社会，努力建筑一个美丽的乌托邦世界，接下来，他将像一个打坐僧人般，静静等待。人生画下一个圆。希望自己在五十三岁的时候，也能保持如作者的状态，依旧珍重自己，有健康的体魄，有和之前经历断离的勇气，番能够开启另一精彩的人生。乐观，豁达，不拖沓，自由自在，最大限度的亲近大自然居住。最后面临死亡的时候，平静安详，不逃避，不恐惧，亦不焦灼冲上前。PS.非要挑一点毛病，就是在提到某些有意思的景色，或是住宿，食物，手工艺品的时候，多配一点相应的图片就好了，就满足了对那个场景的全部想象。这样也好，答案需要到当地自己寻找，这不正是岛主出书的目的嘛哈哈。

5、文/安诺 书里说时代周刊社长夏珍说：人需要孤独，却又害怕寂寞。所以，逃离成为每个人无法克制的欲望，回归却又是不可避免的结果。年复一年，很多人就只能在日常琐事的空隙，远离自己熟悉的人事地物，远走他乡，接近陌生人，在完全疏离的情境中，得到必要的心灵安抚。

辞去工作，远走他乡，在另一个完全陌生却令人欣喜的地方生活，是很多人向往却又只是想想的生活，而崎山克彦却这么做了，并且做的很好，让自己心里的梦想一步步成为，并且实现它。

《我有一个岛：卡儿哈甘岛》作者：崎山克彦，1935年出生于日本福冈县，曾任讲谈社编辑、讲谈社国际部负责人，现任NGO「来自南方岛屿」的代表。1987年去宿雾潜水发现了卡儿哈甘，为之惊艳，决定告别30年上班族生活，用退休金一千万日币，买了这个南洋小岛「卡儿哈甘」。1991年正式到岛上生活，现在与500多位岛民一起生活，经营民宿。

在书中崎山克彦很尽职的为我们介绍了卡儿哈甘岛的一切，介绍了卡儿哈甘岛的风土人情，自然风貌和大自然给予的馈赠，是风，是海，是海里所有的生物，也是卡儿哈甘岛与生俱来的静谧与安详，作者在经过工作30年之后开始冥想，这样的生活是不是还具有意义，剩下的几十年是不是还是在重复的过着日子。当崎山克彦遇到卡儿哈甘岛时才明白，放下手上的工作，于海为伴，与大自然亲近，变成了最重要的生活。

他在给自己梦想适应的空间，从一开始隔一段时间去岛上居住，到最后永久的生活在岛上，他在努力让岛上变的更好，他想到的不是利益，而是想要把岛变的更好，市岛上的居民生活变的更加好，在一步步探索的过程中，崎山克彦通过个人的努力带动他人给予这个岛最大的发展。得到它，却不希望过多的去改变它原有的样貌，使它的自然环境得到保存，这才是真喜欢和懂得。

如果你累了，倦了，想要感受大自然的风光，那么卡儿哈甘岛是一个很好的地方，在这里你可以听到风的声音，吃到各种椰子的吃饭，傍晚夕阳西下看着海面，你会觉得生活原来这般惬意自然，不再有嘈杂和烦恼，不再只有汽车滴滴和冰冷的水泥。

看这本书最大的感受时，如果你想做什么，便会为之付出努力，要真正的爱一个地方，而不是把它变成自己心目中的样子，在进步的空间里，尽量的维持它原有的样子。看这本书，特别想去海边，想去卡儿哈甘岛，在晨起的朝阳看看海，乘着帆船遨游海洋里。书里的插画很美，书中言语很美，朴实中带有独特的温情。从细腻中能看到作者对于卡儿哈甘岛的爱。就像书里写，在这里什么也不做，慢慢的过日子，慢慢的感受生命里真实而缓缓流动的美。

6、最开始是关于一个镶嵌于蓝宝石中的一颗闪亮钻石般迷人的小岛的故事，每个人心中都有这样一个梦不是么，逃离现代文明，逃离拥挤人群，逃离繁杂琐事，在一个与天地同在的地方自然醒来，吹风听海闻花香。卡儿哈甘就是这样一个岛，有珊瑚礁，有白沙滩和椰树林，更有淳朴简单的岛民，好像一个不易存在的世外桃源。接下来是关于在岛上生存的话题，梦想渐渐回归现实。习惯了现代便利的我们，怎样回归本质去生活，在缺乏基本生活设施的情况下，还能安心享受大自然的美景吗。大部分人遇到这些困难的时候，怕是会退缩吧。崎山先生之所以不同，便是他完全接受和享受这一过程，接受落后和原始，享受改进的成就感。他为小岛付出了很多，以至于岛民用God来形容他的存在。他称这个小岛是自然共同体，他希望岛民拥有健全的生活医疗保障，接受好的教育，同时保存本真的质朴和无欲的超然。小岛目前还是个瑰丽的梦一般，一切如崎山先生所想所愿的发展。只是人性真的能拒绝复杂和琉璃的诱惑吗，在被越来越多关注的时候，岛民会不会变质，小岛会不会被污染，乌托邦真的能存在还是只会是个梦。我只能祈祷我能早一点去到卡儿哈甘，亲眼见见这个梦一般的小岛，若有幸能遇见岐山先生那就更完美不过了。

7、这本书做的很精致，排版舒服，中间有很多岛屿的配图，很美，很让人向往，看完这本书，我也想去一趟卡儿哈甘岛，看看这个美丽的地方。这本书又不全是旅游介绍，有很多作者买下这个岛的心路历程，作者记叙关于自我反思的话，可能大家都会有共鸣“正常的人生三段论是出生到求学、学业结束到追求事业、退休到为自己的人生写下句点，而每个人都有机会为自己不同阶段的人生挥洒全然不同的色彩。”作者毅然放弃自己“成功”的事业，拿着自己的退休金买下这个岛屿，开始远离家乡的生活，这不得不说不是一种勇气，作者用这书记录了经营这个岛的一些自己和岛上原住民，志愿者

## 《我有一个岛：卡儿哈甘》

们的故事，相信不少跟我一样的读者能从里面找到自己想要的思考。作者买下这个岛之后，“虽然拥有一个没有人住的自然环境很棒，但深思后我发现，自己对与当地具名的互动关系更感兴趣。”没有把那些非法占有土地的原住民赶走，而是和他们一起生活，成立NGO，帮助原住民更好的生活，这种帮助不是单纯的提供给他们物质的东西，相反他回避这些物质的东西，从知识传播，医疗，水源这些方面帮助他们，让他们更好的发展。作者在经营这个岛的时候，很注意循环发展，连出这本书，都是希望这个版税能够赚钱来建设岛上的太阳能和风能设备，而志愿者们也都是和作者一样用自己的力量帮助岛民，顺子小姐的拼布教室，都是在保护环境，维持岛民原来的民俗基础上，帮助岛民更好的生活。作者和其他志愿者，在这片纯净的岛屿之上，创造自我的新价值观和生活方式，他们可能不会有多强大的物质享受，但他们活的充实而快乐，不一定有多富足，但却幸福而健康，我想这是我追求的生活，我羡慕这样的生活。

8、一口气看完，很佩服作者的魄力，能够用毕生的积蓄去买下一座岛，在北京连一套房都很难拥有的情况下，有个岛就只能是个梦想了，看看书就算长见识了。不过书里面的岛确实很吸引我，以后如果有机会也许回去看看这个小岛。

9、估计这个卡尔哈干，大多数中国人不会知道，比斐济肯定人少，我一生想去的岛屿很多，有着蓝天碧海的圣托里尼；四面落地窗在海中的教堂---美国关岛；菲律宾长滩岛的夕阳。到今年75岁的崎山克彦，在他年近六旬时，辞职、用全部积蓄买下了菲律宾的一座小岛——卡儿哈甘，开始了岛上生活，迎向未知的世界。下面是这个来自南方岛屿的故事。一个地图上找不到的小小岛，一个接近乌托邦的完美彼岸。位置：菲律宾中央、宿务岛东南方大约15千米的海面上。由7座岛屿构成，是一群位于峨兰哥环礁中央的小岛。

10、某天在朋友圈看这书的介绍，直接入list，居然在图书馆搜到，一不小心成为借阅第一人。在毕业后居然能保持阅读习惯，真的很欣慰，对于书的选择也有自己的标准和风格，很多时候一看简介就知道适合与否，一见钟情吧。外文类的比重较大，因为喜欢旅行，而书也是了解一个国家多元素的渠道，如果阅读过部分文学作品后再去这个国家旅行，那种欢欣那种踏实感只有体验过的人才知其中的快乐。无论一场旅行还是一个城市，如果有一定的文化底蕴支撑着，那么独特的韵味就慢慢显现，不会让人感觉无聊没劲。2013年在菲律宾呆过个把月，最后的净土巴拉望，没有浓厚的商业味，一切都那么原始且有条不紊，相比这个物欲横流的社会，那里简直是伊甸园。尤其是未遭破坏的海洋环境，享受过一次就梦魂牵绕，果冻般的海水已经代替大马暂时成为我心目中的最佳。岛居，一直是我退休后的计划，憧憬着给现在的生活来点动力和激情。崎山先生买了卡尔哈甘岛，他没有赶走岛民，而是建立了属于他们的一个可持续发展的“乌托邦”，把对环境的破坏降到最低，逐步建立岛民的自立能力，进而靠他们自己的力量来提高生活水平，这样比单纯买岛过退休生活来的更有实际意义。最中意的还是崎山先生关于生命的一些顿悟，那是在经历了自己现实生活后，犹如智者娓娓道来。里面竟有些我一直在寻找的答案，也使自己更坚毅地去感受生命，be tougher。印度教把人生分成四期，他们以不同的幸福观来诠释人经历过的每个时期。这四个时期分别是学生期、家住期、林住期与游行期。学生期是为了今后的人生而必须努力学习的时期。印度教把锻炼实体也看作这个时期相当重要的部分。这个时期大约是从刚离开学校到25岁之前。接下来的家住期是结婚、组织家庭、养儿育女，为抚养家庭而努力不懈的时期。这个时期大概是从开始工作到五六十岁的阶段，也可以说孩子从进入社会到完成一项工作的时期。通常，这个阶段占了我们人生最长的一部分，而且这个阶段也可以说是人生的中心时期。这个看法，应该是现在大家普遍的共识。宇宙也好，人类也好，总是持续着并不断循环。家住期是个让生命循环且能够不断更新的阶段。拥有家庭、养儿育女，把生命从这一代延续到下一代，从某个角度上来看，这样的模式是一种循环，也是我们之所以会把人生称作人生的原因。这个阶段结束之后，就会进入林住期，这个时期好像是该出家引退的阶段。再来就会进入游行期，在这个时期里，人应该完全与这个世界的羁绊隔绝，进入深奥的冥想世界，以期未来能够平稳地迎接死亡的来临。很欣赏印度教关于人生不同的阶段的定义，觉得宗教在一定程度上是一门哲学课程，无怪乎那么多人会去修行。个人对于宗教没有特别的偏见，总觉得每种都有可取之处，喜欢就接触一点而不过分热衷，就当选修哲学。现在处于家住期，深知自己的责任与意义，虽然辛苦，但是更是遵从大宇宙的循环，凡人亦凡事，seize the moment，生命经不起等待，去做去感去悟。我希望自己能顺利地在这个次元空间顺利过完这四个阶段，有机会再到另外一个次元空间过另外的阶段。FYI：虽然现在菲律宾的负面影响比较多，也不是大部分人海岛旅行的首选地，但个人认为还是很值得去，我想我有机会还是会去的，潜水环境很好，性价比高，海洋环境基本上保持着原始的状态，大部分未开发或未过度开发，没



## 《我有一个岛：卡儿哈甘》

终，认真规划小岛的未來，改善大家的生活。徜徉于这样一个民生幸福的岛上，我们可以去尽情领略小岛的自來之美和悠閑之乐了。自由的風的奔跑、星星閃耀的天空、比礦泉水還要清澈的水、深藍的珊瑚礁保護區、美味的椰子和烤乳豬，无不让人炫目心动。在自然与现代之間、在原始与先进之間、在保守与进步之間所做的調适与平衡，是更吸引人的收获。买下一个島，同时，买下了一个島的梦想。这就是崎山克彦先生的卡儿哈甘。

15、正如崎山先生所说，每个人心中都有一个南方小島的愿望，我也不例外。南方岛屿在我心中埋下的种子，从大四寒假的三亞之行便已深深埋下，买这本书的时候，我就知道它已经生根发芽。卡儿哈甘这样一个一万五千平的小島，两个小时走上一圈还能在海边吹个風，却能吸引这么多人向往，我想除了崎山先生的宣传和管理以外，更重要的是他的这个小島的故事，牵引出每个人心中深藏的寻求本真的梦。当生活变得极简，你每天要做的就是吹海風、晒太阳，潮落就去捡拾暴露在外的貝螺，潮起就等着日落吃上一顿美餐，无须关心社会咨询，也不用担心工作压力，只是简单的生活、思考。我在三亞鹿回头渔村做义工的一个月，便是在这样的环境下度过的，就像是浸入盛满牛奶的玻璃缸，只是在其中游荡，就能觉得满足。早上会起的很早，跟村子的孩子们去赶海，捡些被冲上岸的珊瑚或是肉乎乎的貝壳，不用工具挖那些钻进沙土中的海类，即使捡些被宿主遗弃的小螺，等着海水在不知不觉中染红整片视野，便光着脚回去吃早饭了。中午的烈日总是来势汹汹，忍不住从树上敲下一顆黃橙的木瓜，用裙子撑开在下面稳稳接住，看木瓜在阳光下划出美丽的弧线，流淌出的白色汁液也循着弧形轨迹滴落在花布裙子上。静悄的中午总是过得很慢，仰着头看天空中飘动的白云，看着看着就坠入梦乡，然后被孩子们吵醒，穿着短裤套上泳圈就跳进海里泡上一阵子，直到脚踩的海水开始变得有些凉意，在沙滩上滚上几圈，夕阳照着回家的路，慢悠悠的把影子拉得好长。静静读着这本小书，回忆便像洪水一样，每字每句都会让那些似曾相识的片段汹涌的流淌到眼前。虽然海南島比卡島大很多，但卡島就像一个鹿回头村的模型一样，有自來的大海，有淳朴的渔民，有高耸的椰树...只是我们有电，有光亮的夜晚。最近一次回到鹿回头村，村子也是一片黑漆漆的，听说整个村子都拆迁了，很多村民都搬到安置区，他们都是暴发户了。这样的消息令我感到悲伤，那种如同失去庇护所一般的感觉，让我现在想来都觉得痛心。崎山先生在为了卡島不至于沦落成鹿回头村而不懈努力，他引导島民环保自足的生活，成立NGO组织保护生态小島，开办拼布教室，将卡儿哈甘拼布带出小島，提倡自然慢生活，将島上本土风情世代相传，为了卡島能在以后的时间长河中得以保持单纯的态度长久发展，他正在一步步向着梦想的南方岛屿前进。这也正是我珍爱鹿回头渔村的原因，那个简单淳朴、清静自然的渔村已被都市吞噬，如此令人痛心。我希望能有更多的人加入崎山先生的队伍，为保留本真而做出努力，以后的我希望能为此付出自己的一份力量，让更多类似卡島、类似鹿回头渔村这样的地方，不至于被世俗掩埋。这是像崎山先生和我这样的人的愿望。

# 《我有一个岛：卡儿哈甘》

## 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)