

# 透過閱讀探尋生活的意蘊

藍夜 藝文創作者

對許多人來說，生活是在不同的生命階段上，自然地將精力投注其中的事物，如：工作、家庭或課業等，但對生活有所追尋的人來說，總希望生活不僅如此，因而設法於其中增減些什麼，無論怎樣都很不錯的是，每個人都能自由地讓生活呈現自己想要的面貌，也因此在這之中有很大的空間，能讓人們探尋與發現它的多樣性，其中最簡單，也有可能讓人逐漸深入的方式即是：透過文字、經由閱讀，以靠近、探尋那些自己所不知道的事物。

一直都很喜歡藉由這樣的方式窺探那自己所不知道的世界，當然從閱讀而得的知曉，到真正的明瞭總還有一段距離，但若沒有那探尋的開始，大概也沒有此後的了解，因此從描述生活的著作開始探尋，期能發現生活的真意。

## 日記——生活的記錄

大略地觀覽、搜尋與此相關主題的出版品，很快地便會迷失在那豐富、多樣的題材與內容中，像是充滿異國風情的生活，或生活中美食、旅行的發現與體驗等，在在都欲告訴人們生活真的是可以有著多采多姿地樣貌的，這些琳瑯滿目的著作反映的即是人們的追尋。

在散文、隨筆、日記等文類中隨處可見關於

生活的書寫，其中讓人感到有趣的是從1998年起，張妙如、徐玫怡兩位作者合著的《交換日記》。（注1）初讀《交換日記》第一集後，很快地便被手寫的輕鬆風格，加上簡單的繪圖吸引，改變了對於日記的刻板印象，讀著讀著感受到，作者們是多麼認真地在記述那再平凡也不過的生活，將有時總會讓人覺得生活就是這樣，卻又不只如此，但卻又無法清晰描述的感受，用文字、圖示、圖照各種方法設法描述出來，讓讀者看完有種感到原來如此的有趣。

或許透過兩位作者一起寫的日記，與一人、單視角的日記記述有著很大的不同，在時間線上兩位作者一前一後記述自己的生活，不單只是回覆，而是很好地呈現了交換的意涵，真的非常有意思！爾後約一年出版一本的《交換日記》，持續了將近20年，不可思議地記錄了兩位作者生命經驗的開展與轉變，也讓一年年跟著閱讀的讀者們深刻地體會到，沉浸在其中一點一滴的時間元素，同時亦領略到日記之本質並反思，倘若自己有寫超過15年以上的日記，想必也能發現看似由每日都差不多的生活所構築而成的每一年，都不一樣；對於日記，對於生活，需要的似乎是一點堅持。

## 尋常生活

生活，是尋常，也是不尋常。或許是因為時空的流轉，總在人們的內心增減些什麼，讀著那由古至今耳熟能詳的詩句「采菊東籬下，悠然見南山。山氣日夕佳，飛鳥相與還。」陶淵明〈飲酒其五〉（注2）「狗吠深巷中，雞鳴桑樹巔。戶庭無塵雜，虛室有餘閑」陶淵明〈歸田園居其一〉（注3），千百年後的人們對他所描述的那些看似悠閒、淡然的田園生活，依然心生嚮往，仔細思量其實許多場景，如：山、夕陽、飛鳥等，亦無不存在於我們的生活週遭，只是人們是否有悠然的心境或餘暇欣賞？

在繪畫表現方面也有能讓人看見尋常生活的地方，如：清末畫家齊白石即有不少畫蝦、蟹、草蟲、蔬果等題材的畫作（注4），多是描繪生活中許多微小事物、平凡卻又充滿生氣的鮮活風格，除了讓人印象深刻外，亦讓人在欣賞中重新思索尋常生活對於個人的真意。

現代作家葉涵，對於自然、對於生活亦有相當豐富的著作，如：1990《春天的拜訪》、1991《溫柔的角落》、1992《天天天晴》、2001《雲端的彩虹》、2010《沉思的百合》、2012《簡單。幸福。真滋味》等等，寫山、寫水、寫季節、寫天空，也寫人、寫生活、寫心情……，「雨後，太陽從雲層中露出臉來。當我仰望，碧空如洗，有若寬闊的海洋；而雲朵全都像浪花一

般 此時最美的，是山。不像平日的暗淡山，互古以來靜默如斯。它是否也有屬於自己的憂愁和歡笑呢？……」（注5）每本書多是由短篇文章輯錄而成，文章風格相當輕巧簡單，令人喜歡。

近年隨著人口組成與社會變遷，樂活、慢活的思維漸成為生活風氣，其宗旨與前述文人們觀照生活而得的體會有些相似，但在著重形式的大眾化影響下，在許多時候，樂活、慢活變成是到郊外走走、踏青、喝杯咖啡……，或參與一場帶有藝文氣息活動的代名詞，在此並不是要批判人們對於生活的詮釋，而是抱著有趣的心思來看此現象的興起，是否在某些層面上，代表著愈來愈多的人們對於悠閒生活的追尋？

當注意到那對於悠閒生活之追尋的企求後，也許會發現真能過著悠閒、平靜生活，實屬不易；因為每個人都是人，只要是人就不可能是完美的，總是會因為自己或他人的些許疏忽，而不小心在生活中創造不少讓人感到不順心的事物，這些大大小小的煩惱，讓人難以抱著悠然的心態生活，這時充滿簡單哲理的繪本、小書，如：黃明堅 1995《輕輕鬆鬆過日子》、1996《迷迷糊糊過日子》、1999《簡簡單單過日子》繪本，或朵朵的《朵朵小語》（注6），書中的字句「什麼是你的唯一？找到它，守住它，過日子的秘密盡在其中。」（注7）「無論如何，你都是這世間的唯一。也許有人和你同名，但他不會有和你一

樣的秘密 你就是這世間無可取代的唯一，所以，你怎能沒有自信？ 既是唯一，又何必比較？……」（注8）總能適時地喚醒人們，換個方式思考，讓生活好好繼續下去。

在這循序漸進的閱讀過程中，不難發現這些作者們多是從那尋常的生活中，攫取文學、藝術的美或生活哲理等，以對於本該如此的生活，豐富的洞見；如果我們繼續探尋，或許會想探知，是不是每個人都能對生活有所領略？亦或是第一次讀到那充滿哲理的字句時，豁然開朗，但一段時間後好像不再與這些字句產生共鳴等種種問題。

然而也是這些問題，讓探尋的旅程持續著，同時發現閱讀生活這類書籍的經驗是很不一樣的。相較於閱讀歷史、小說等，它不會讓人著迷，反而很需要在讀一些後，停下來思索、品味，嘗試在閒暇時，動手做看看作者在交換日記中提到的手工藝或異國料理；在夜深人靜時，問問自己：從書中看見的許多定義，若是自己會如何界定？或是想想為什麼陶淵明的生活也不是那麼順遂，他卻能領略生活的美？

## 生活就在當下

繼續經由閱讀探索生活，讀到艾克哈特·托勒（Eckhart Tolle）於2008年所著《當下的力量》、《一個新世界》，2009年《當下的覺醒》等書，這些與前述的文類相當不同，多半是用理

論的語句描述、解答人生疑惑，其深入心靈的模式和以往所認知的很不一樣；赫然發現其著作中所提出的核心概念：當下，給了思索前述許多問題明晰的解釋。

他在《當下的力量》中寫到：「時間一點都不珍貴，它只是個假象。你會覺得珍貴的，其實不是時間，而是時間之外的一個點，這個點就是『當下』，那的確無比珍貴。……它是你所能擁有的全部。……請問，你經歷過、做過、想過、感受過的事情，有哪些發生在當下之外的嗎？顯然是『沒有』，對不對？過去未曾發生什麼，它們只曾在當下發生。未來也不會發生什麼，它們只會在當下發生。……」（注9）依此思索，還真是如此！但不知道這個概念時，鮮少會注意到，這就在現在所在的當下這個點，當留心到這個點就會想到，也許詩人、藝術家即是在那「當下」，體會、感受到生活之美的；往後，被煩惱纏心時或許可以試試就在當下仰望天空，也許能被當下的美所震攝。

## 結語

如果在生活中，有閱讀這個喜好相伴，便能持續地經由讀讀、想想，探索生活在這個世界更多樣的面貌，而逐漸發現生活的意蘊就是那隨著生活延續、擴展的特質。生活到底會有什麼？從文學、藝術等文類開始，最後進入心靈的領域探索，這一路的發現並非是探索前所預期的，特別

是最後所提到的那類書籍，其中的許多理論與見解，不是一時之間能理解的，因此暫且先停留在生活就在當下的這點，這剛好也能用來象徵生活與閱讀所能涵蘊的自在與廣博，不同的時候、不同的階段都能問問自己現在過著怎樣的生活？滿意嗎？或要再去創造什麼樣的生活？一點一滴地積累著那屬於自己的意蘊。

## 注釋

1. 張妙如，徐政怡作。《交換日記》（臺北市：大塊文化，1998）。張妙如，徐政怡作。《交換日記·2》（臺北市：大塊文化，1999）。張妙如，徐政怡作。《交換日記·20》（臺北市：大塊文化，2016）。此後，《交換日記·3》~《交換日記·20》皆一年出版一本；最後，2017年所出版的《交換日記Plus》為《交換日記》1~20經典剪輯版。
2. 引自杜少春主編。《田園，我們心靈的故鄉：陶淵明詩名篇欣賞》（臺北市：學鼎，1999），頁54。
3. 同注2，頁15。
4. 相關畫作可參閱馬騰非主編。《經典繪畫臨摹範本·齊白石》（蔬果篇、工蟲篇、水族篇）（高雄市：高雄復文出版，2016）等。
5. 引自葉涵著。《春天的拜訪》（臺北市：文經，1990），頁68-70。
6. 《朵朵小語》自2000年起出版，不一定一年出一本；最近的一本為2019年出版的《朵朵小語：現在的你，就是剛剛好的自己》（臺北市：皇冠）。
7. 引自黃明堅著；涉谷陽子圖。《簡簡單單過日子繪本》（新竹市：和英，2000），頁20。
8. 引自朵朵文；萬歲少女圖。《朵朵小語》（臺北市：大田，2000），頁141。
9. 引自艾克哈特·托勒（Eckhart Tolle）著；梁永安譯。《當下的力量：找回每時每刻的自己》（臺北市：橡實文化，2008），頁68-69。



## 村上春樹超短篇小說 100% 解謎

原善 著；賴明珠 譯

聯合文學 / 10906 / 304 面 / 21 公分 / 350 元 / 平裝  
ISBN 9789863233442 / 861

村上春樹一方面創作嚴肅的長篇小說，一方面撰寫名為「村上朝日堂」的輕鬆隨筆，和讀者的幽默問答系列也達六集之多。此外，村上春樹還擁有頑皮的童心，出版過《またたび浴びたタマ》、《村上かるた》等難以翻譯的迴文和字卡書；呈現其長篇以外明朗一面。本書對準明朗的春樹，也映照黑暗的春樹，是理解村上文學不可或缺的重要讀本。作者以前所未有的、全新的角度，揭示了村上春樹文學的魅力！（聯合文學）



## SKimmy 的台北戀愛圖鑑

SKimmy 著

平裝本 / 10907 / 207 面 / 21 公分 / 320 元 / 平裝  
ISBN 9789869890649 / 863

愛情就像一面「照妖鏡」，在愛情的世界裡，你也會是「黏牙怪」、「噬人魔」、「渾沌妖」或「空心鬼」嗎？善於觀察人性的 SKimmy，便將浮世男女的戀愛百態，描繪成 14 個都會愛情故事。這些愛情中的「妖魔鬼怪」，都在作者的筆下一一現形，也讓我們被深深觸動的同時，彷彿看到了自己。而透過這些故事，作者想告訴我們：真正的愛，是用「對方喜歡的方式」對待對方，也是用「不苛待自己的方式」疼愛自己！（平裝本）