

<<別來無恙>>

图书基本信息

书名：<<別來無恙>>

13位ISBN编号：9789862296158

10位ISBN编号：9862296151

出版时间：2011-12-14

出版时间：三采文化出版事業有限公司

作者：鄧惠文

页数：224

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：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;別來無恙&gt;&gt;

## 前言

【後記】 旋轉的世界 後記 整理完稿的這段時間，我正在英國進修榮格發展學派的心理分析。

沉浸於各種心靈對立概念的閱讀、講課與討論，是一個強烈的經驗過程。

不斷地分析、解體又重組，觸及許多複雜難解的思辨，使我回想許多在治療室、攝影棚或個人經歷中曾經留下的、不容易回答的問題。

於是我重新開始琢磨，嘗試與它們對話。

這本書的主題是：自由與依戀、個體與連結、探尋與回歸，可以說還是關於愛與關係的思緒，但更著重於各種同時存在的矛盾，也就是對立的概念。

有些像是答案，但很多並不是答案。

有些問題需要的並不是直接的答案(或者沒有那種答案)，而是需要先演繹出更多的問題，釐清我們到底想問甚麼。

如果能用很精準的方式問問題，通常答案都會清楚地自動浮現。

(其實，這也算是回答了一個常見的問題：「為什麼心理醫師都不直接回答問題，老是反問我更多的問題？

」) 另一部分，我相信影像能夠傳達超越語言的意涵。

許多想法最初都是以視覺的影像形成，經過思考的後處理，才變成語言文字的。

因此我嘗試將眼中所見、觸動思維與感受的影像拍攝下來，直接呈現在書中，希望在有限的文字之外，傳達更多情感與直覺的訊息。

寫完最後一篇書信，一種時間不夠用的感覺終於舒緩下來，我決定不再啃麵包，出門去吃中國菜(非常想念米飯！

) 飽餐一頓之後，店家送我一個幸運籤餅乾。

我小心攤開捲成一小筒、吸滿餅乾油分而變得透明的籤紙，上面寫著： 「Love doesn ' t really make the world go round. It just makes people so dizzy it looks like it. 19 22 33 35 46 49 」

意思是：「愛並沒有真的使世界旋轉。

它只是讓人暈眩到以為世界在旋轉。

」 至於那一排號碼，應該是要用來簽樂透吧？

我不那麼在意樂透。

我比較在意愛能不能讓世界旋轉。

都不能嗎？

總有某種很棒的愛可以吧？

如果不管甚麼愛都不能轉動世界，那麼，該讓自己繼續暈眩，才能享受愛很偉大的錯覺？

還是該把自己變成不會暈眩的強健體質？

世界不轉，自己也不暈..... 嗯，以修道而言應該是極上的境界。

但會不會很無聊啊？

是不是偶爾能旋轉一下比較有趣..... 別來無恙，獻給對於愛的暈眩仍然難以割捨的人們。

特別致謝Dr. David Hewison提供本書首篇的畫作。

## <<別來無恙>>

### 內容概要

除了那些專業名詞，告訴我，愛 到底是甚麼？

療癒系愛情心理作家 - - 鄧惠文 以撼動人心的溫暖筆觸V.S.超越語言的心之影像 展現個人全新文字、攝影創作 你有多久沒親筆寫信給你的 愛人 / 親人 / 好友？  
捎一封信寄給久未見面的人 信中有想念的 字 與 氣味 郵戳 郵票 一片拾起的枯葉 還有 信紙背後一行行凸起的筆痕..... 真正的堅強不是拒絕情感，而是承受情感的沉重

鄧惠文醫師再次用細密溫暖的文字書寫成的一封封「情」書，更拍出許多觸動思維與感受的影像，文字之外透過影像傳達更多情感與直覺的訊息。

信中跨越時間與空間，詮釋著人與人之間關於愛與關係的思緒，進而衍生看似對立的概念：自由與依戀、個體與連結、探尋與回歸等。

引領我們在回望曾經告別的念戀情懷時，能更清晰的思考許多有關「愛」的矛盾存在。

別來無恙，獻給對於愛的暈眩仍然難以割捨的人們。

不論是誰管理著世界 祈求你 給我的親愛 美好一天 - - 鄧惠文 本書特色 1. 鄧惠文醫師嘗試以書信體作為療癒文學的全新個人創作。

2. 作者多次居遊歐洲，除了進修專業課程外，許多感動人心的文字也在異鄉不同的空間與氛圍之下孕育而生，傳遞出更真實的內心感觸。

3. 書中挑選超過70張的攝影創作，為作者居遊歐洲期間所拍攝的照片，不僅超越語言的意涵，在有限的文字之外，更傳達許多情感與直覺的訊息。

<<別來無恙>>

作者簡介

鄧惠文 精神科醫師 / 心理治療師 現職： 會心診所 / 台安醫院精神科兼任主治醫師  
從事精神分析取向的個人 / 伴侶心理治療、心理成長課程、電視 / 廣播媒體、以及寫作。

研究與教學主題：人際思維的拆解與重構，個體化歷程的心理探索。

個人著作： 《還想遇到我嗎》《寂寞收據》《非常關係》《寫給你的愛情床邊故事》等。

學經歷： 台大醫院精神科總醫師 萬芳醫院精神科主治醫師 台北醫學院醫學系 台北醫學大學醫學人文研究所碩士 英國塔維史托克心理治療中心 ( Tavistock and Portman Clinic ) 進修 英國塔維史托克伴侶關係研究中心 ( Tavistock Center for Couple Relationships ) 進修 美國國際心理治療機構 ( International Psychotherapy Institute ) 培訓

<<別來無恙>>

書籍目錄

起點Origin手寫的卡片獻祭．愛紅鞋子你那情聖的寂寞代你參加她的婚禮小靈的腳趾甲 賦格Fugue 常常  
出走的女朋友賦格旅記吃襪子怪獸--關於安全感蜜莉公寓--關於獨處與陪伴亞特的秩序與混沌--關於男  
孩與男人那是個甚麼樣的地方 關於可能性家 Family重讀你的信心的鏡頭攝政公園的水鳥星期天的  
爹地與你同行艾比路錄音室的塗鴉牆(後記) 旋轉的世界

## &lt;&lt;別來無恙&gt;&gt;

## 章节摘录

1. 手寫的卡片 無論如何都不想失去的人，最好保留在朋友的關係以內。  
如果跨越界線成為戀人，結局可能是永遠，但也可能是永別。

Y： 在下雪的地方度耶誕，很美，卻也真冷。

整個月氣溫都很低，行道上的雪結成薄冰，穿普通的鞋寸步難行，開車也十分危險，沒事的人都盡量待在家裡，獨居在樓上八十幾歲的老先生卻裹著毛氈般的大圍巾、吐著白色霧氣出門了。

Vincent。

我偶爾會跟他聊天，雖然聽不太懂他的口音。

大概是食物用完了，不得不上超市吧？

我在窗口喊他，自告奮勇地想幫他去買。

結果他說要去郵局寄卡片。

「最近手抖得厲害，寫得很慢，希望還來得及！」

他朝我揮舞一疊紅色的卡片信封，在白色的雪景裡好漂亮。

他緩緩前行，去寄人生第七十幾回的耶誕卡，表情慎重，一如他等待郵差送來信件的時候。

你多久沒有收過手寫的卡片了？

最後一次互寄賀卡那年，我們幾歲？

好像是二十五吧。

我有沒有告訴你 那張是在公司的福利社買的。

那年忙到都沒上街，不只是沒見你，連阿嬤家也沒去幾次。

在畫著天使的卡片上，我看見燭光搖曳，你也看見了吧？

小時候每年都會寫很多卡片，給同學、給老師、給喜歡的男生。

如果是給喜歡的男生，一定會買最有氣質的卡片。

不一定要有亮粉、音樂或立體聖誕樹，但一定要有氣質。

即使不吃飯、把便當錢省下來買也沒關係。

有時候同一張卡片要買好幾份，如果覺得字不好看或寫歪了，再心疼也會咬著牙丟掉，重新再寫一張。

通常是參加當年的夏令營之後，開始迷戀某個明星高中的學長，從暑假就一直等著耶誕節 總算有個可以聯絡的理由。

常常要寫壞好幾張昂貴的卡片，最後才寄出一張勉強滿意的。

所謂滿意，其實是認清自己不可能寫得更好的事實，不得不就此寄出去。

將卡片投進郵筒的那一刻，青澀愚傻的心好像也跟著投進去了。

然後，從十二月中等到耶誕節，過了耶誕節又等到新年，大多是沒有回音的。

偶爾收過的回信，也只是寫些「彼此勉勵，好好用功」，那種就算攤給父母師長看也不會尷尬的東西。

接著在失望中度过農曆新年，被新學期的課業和考試淹沒，慢慢忘記萍水相逢的面容，期待下一次暑假和營隊，尋找下一個值得寫卡片的男生。

我還是不知道，你為什麼會開始寫信給我？

除了那個老答案 你總是邊笑邊說的答案 你真的同時寫給很多女生，但只有我回信嗎？

「大概是沒人追吧！」

你說。

那時候真的沒人追，天啊，一個也沒有。

但我沒說過決定回信的另一個原因 因為你用的信紙摸起來很舒服，很厚實。

每週一封信，你都用多少時間寫成？

你的字跡一筆一畫刻進信紙裡，在紙背形成反面的凸起。

拆信之後，我會先閉著眼睛觸摸信紙背面，猜測你寫了些甚麼，然後把信折好，放回信封，夜半無人時再正式地、慢慢地讀。

## <<別來無恙>>

那些信真應該珍藏回味。

你解說函數比我們老師高明多了，ABBA的歌詞也很棒。

不過，我想不起來我都談些甚麼了？

大抵是無病呻吟吧。

為了看新公園滿開的紫色小花，上學遲到。

跟教官爭辯指甲白色的部分有沒有超過指頭尖端，頭髮有沒有過耳垂大於兩公分，還有校慶為什麼不可以邀男校生進來開舞會……其他應該就是世界文學名著的讀書心得吧？

你真是一個有耐心的好人。

跟阿K一起喝酒那次，你說：「妳覺得我曾經追求過妳嗎？」

我斬釘截鐵地說「絕對沒有」。

你微笑著點頭，只問我有沒有想過那些信紙為什麼印有我的英文名字。

其實阿K在幫你搬印表機的隔天就跑來跟我抱怨了。

那時候印表機很大、很重，我不會不知道。

我們錯過了甚麼嗎？

如果你說了，或者我問了，某些時刻。

而後是各自探險迷失的歲月經年，如今我們還能這樣對話嗎？

無論如何都不想失去的人，最好保留在朋友的關係以內。

如果跨越界線成為戀人，結局可能是永遠，但也可能是永別。

Vincent回來了。

我說，打開信箱能看見寫著自己名字的信件，不是廣告、不是帳單，而是親友的筆跡，多麼幸福。

他說，人們逐漸不再手寫卡片，改用e-card或只是一般的e-mail。

像他這樣的老人，很覺悵然。

我大概也是老人了，缺乏擬真的想像力。

無論如何，電子卡片怎麼能取代實體卡片呢？

一張飄洋過海的卡紙，上面有寄件人撫觸的痕跡，從一滴渲染的墨水猜想你書寫的桌面，或是讓指紋重疊著指紋，猜想彼此近來的生活。

我喜歡朋友隨興夾寄的花瓣、一片楓葉、一縷香氛，還有交換彼此的第一根白髮。

希望在Vincent卡片名單上的人們有足夠的時間和心情，看見信封上雪花濡濕的點點斑駁，知道他在甚麼樣的日子裡惦念著、祝福著他們。

這台印表機印照片還蠻快的（我會考慮印一些有你名字的信紙）。

你看見Vincent的身影吧？

郵局就在這條路盡頭右轉再走大約十五分鐘。

我換上雪鞋就去。

希望這邊的郵差不要發動第二波罷工，卡片能及時飛到你的手上！

S

<<別來無恙>>

媒体关注与评论

醫生作家 侯文詠

知名作家 張曼娟

知名小說家 廖輝英



<<別來無恙>>

编辑推荐

1. 鄧惠文醫師嘗試以書信體作為療癒文學的全新個人創作。
2. 作者多次居遊歐洲，除了進修專業課程外，許多感動人心的文字也在異鄉不同的空間與氛圍之下孕育而生，傳遞出更真實的內心感觸。
3. 書中挑選超過70張的攝影創作，為作者居遊歐洲期間所拍攝的照片，不僅超越語言的意涵，在有限的文字之外，更傳達許多情感與直覺的訊息。

作者簡介 鄧惠文 精神科醫師 / 心理治療師 現職 會心診所 / 台安醫院精神科兼任  
主治醫師 從事精神分析取向的個人 / 伴侶心理治療、心理成長課程、電視 / 廣播媒體、以及寫作

研究與教學主題：人際思維的拆解與重構，個體化歷程的心理探索。

個人著作 《還想遇到我嗎》《寂寞收據》《非常關係》《寫給你的愛情床邊故事》等。

學經歷 台大醫院精神科總醫師 萬芳醫院精神科主治醫師 台北醫學院醫學系 台北  
醫學大學醫學人文研究所碩士 英國塔維史托克心理治療中心 ( Tavistock and Portman Clinic ) 進修  
英國塔維史托克伴侶關係研究中心 ( Tavistock Center for Couple Relationships ) 進修 美國國際  
心理治療機構 ( International Psychotherapy Institute ) 培訓

<<別來無恙>>

#### 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:<http://www.tushu007.com>