

擁有填滿自己時間的機會， 你才能享受新的體會！

我在沙發客的網站上面的自我介绍寫著：「我覺得人終其一生，能夠有五個好朋友，就真的要感謝上天了。」可能我天生對於情感有點悲觀，但是又極度嚮往，憑著這份嚮往，就奮力往前衝。

其實我從來沒有以沙發客自居，因為當沙發客其實是非常累的，以我這種社交熱愛指數偏低的人來說，每一次踏進一戶人家，都是一個能量消耗的大挑戰，多虧這些年下來的訓練，我也稍稍練就了一套與人相處的模式，但往往從台灣出發的旅行，我還是選擇airbnb，因為我在海島上消耗殆盡的能量，需要靠放空來填補。

反觀在倫敦、巴黎生活的階段，我反而很愛沙發衝浪，因為歐洲的生活步調，讓人有機會（想望）填滿能量，隨時準備好面對迎接新的刺激和挑戰。

如果台灣人也每天固定工作到六點一定要下班，不准加班，



週末完全禁止工作，生活品質一定會提升吧？

怎麼說呢，因為無聊嘛，晚上要幹嘛呢？看電影好了，可是總不能天天晚上都看電影吧？那就偶而看個劇場或舞蹈（然後慢慢就會開始欣賞比較喜惡），偶而上酒館品品小酒（然後味蕾慢慢就敏感了，年份產地也開始懂得分辨）。

週末兩個整天閒得慌，不如來大掃除？不如來學做個菜？不如全家一起去公園散散步？還有時間查查圖鑑看看到底這個天天經過的樹木到底叫什麼名字，下一次經過的時候還能品頭論足說：「老婆，咱們家前面這顆細葉榕長得真好。」

這不就是細節的開始嗎？

「這棵樹長得很好。」跟「這棵細葉榕（Chinese Banyan）嫩綠色（Fresh leaves）的樹葉很美。」就是不一樣啊，不是嗎？

我們的字彙是如此的貧乏，有很大一部分的原因是我們不重視細節。對於描述越來越不講究，只求「效/笑果」或謀個大概。

套一句紀伯的話，年輕人語助詞越來越多，啦啦喔喔耶耶，只要裝可愛，只要夠萌，就會有一堆人按讚，然後大家又迷



戀數字膚淺的高潮，持續盲目地追著一個迅速隕落的流行。小胖是道道地地的台灣人：工作狂，吃苦耐勞（好敢講），工作帶回家，三餐外食，休閒娛樂幾乎是零，連看電影有時候都累到懶得去。我這種犯賤的個性，在歐洲，好像也「被迫」停下來，思考到底下午可以去哪走走？週末可以安排什麼樣不一樣的活動？這週要來學什麼新的食譜呢？

這種會想要「填滿」生活的慾望，好像是長久以來生活在台灣漸漸被遺忘的，因為我們不用思考「如何填滿」，我們的存在就是一種「溢出」，就像一杯水被迅雷不及掩耳之速倒滿之後，溢出去的那一點點，造就杯口還有一點點空間，讓我們被誤導「還可以再裝一點點」，或者自得其樂地擁抱這空間作為小確幸，最鄉愿地是，還頭頭是道地認為自己這個叫做超級感恩，下輩子一定會投胎轉世好人家。

懂得適時放下手邊的工作吧。放下了，別人才會注意/理解到，你其實也需要自己的時間。唯有開始有填滿自己時間的機會，才能開始發覺新的事物，體驗新的細節，然後，生活才有改變提升的可能。

網路圖片／文章來源 <http://blog.cw.com.tw/blog/profile/164/article/2078>

