

出走

用旅行找到
生命的亮点

黄丽穗
— 著



北方联合出版传媒(集团)股份有限公司
万卷出版公司

出走

用旅行找到生命的亮点

黄丽穗

— 著

北方联合出版传媒(集团)股份有限公司
万卷出版公司

著作权合同登记号：06-2014年第93号

© 黄丽穗 2014

图书在版编目(CIP)数据

出走 / 黄丽穗著. — 沈阳 : 万卷出版公司,
2014. 5
ISBN 978-7-5470-2684-7

I. ①出… II. ①黄… III. ①游记—作品集—中国—
当代 IV. ①I267.4

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第089689号

出 走

责任编辑 郝 兰
出 版 者 北方联合出版传媒(集团)股份有限公司
万卷出版公司
地 址 沈阳市和平区十一纬路29号 邮编: 110003
联系电话 024-23284090 010-57454988
经 销 各地新华书店发行
印 刷 北京紫瑞利印刷有限公司
版 次 2014年5月第1版
印 次 2014年5月第1次印刷
成品尺寸 150mm×210mm
印 张 14.5
字 数 150千字
书 号 978-7-5470-2684-7
定 价 45.00元

丛书所有文字插图版式之版权归出版者所有 任何翻印必追究法律责任
常年法律顾问: 徐涌 版权专有 侵权必究 举报电话: 024-23284090 010-57262357
如有质量问题, 请与印务部联系。联系电话: 010-57262361

推荐序

这女子“玩”必有方！

终身义工 孙越

她常常与我太太通电话，是关怀也是聊天。

某晚，她又来电，是我接的，我说你等等，我就将话筒交给太太，瞬间，太太又把话筒给了我，黄丽穗找你！

对方声音极其温柔，并提高了嗓门儿（因我重听，而她声音又太小）：“孙大哥，在台北很闷吧？想不想再出去逛逛？从欧洲到耶路撒冷！顺着耶稣的脚踪走。”一听就对她说，好！

她开始像每次出游认真地筹划，我也开始了我的幻想，幻想自己在两千年前的耶路撒冷，幻想我一无所有，又残缺地坐在毕士大池边，竟遇见了耶稣。

想象在欧洲访古，走在 20 世纪 30 年代的街头，与太太及好友喝着咖啡聊天的情景。

我想到我们走在某城市幽暗的街灯下，细雨微风，任其吹湿了头发与衣裳，此时我绝不在意这些，因为这是舞王金·凯利《花都舞影》都无法享受到的街景，虽然我没有唱《Singing in the rain》（《雨中曲》）的本钱，但是我们却有黄丽穗相陪！

在之后的日子中，黄丽穗与旅行社的曹小姐，紧锣密鼓声声催，我也由梦游般的幻想中回到我的现实生活。

一个患有 COPD（慢性阻塞性肺病）的我，心血管安了四根支架的我，一个行路须靠手杖的人，再像从前那样“为所欲为”到处玩，方便吗？那是不可能了！

黄姓女子竟跟我说：安啦！孙大哥，一切有我！我真见识过与她同游，有多快乐。黄丽穗是不爱独乐，爱众乐，看见众乐她更乐的女子！

这次她说：我们随行就有一位医生朋友，跟医生一起玩，你安啦！我会给你预备“轮椅”，推着仍可到处逛，只要带着所有你每天该吃的药，就万事 OK 啦！

记得在过往的二十年里，她带我夫妇与朋友们，去过两次地中海，一次北欧至东欧，更于加拿大乘游轮到阿拉斯加。在这些旅途中，所有我们没想到的，她都给我们大家想到了。过去在游轮上，常见洋人带着行动不便的家人随船、随车地旅游，要我跟着黄丽穗这位女子大

将去旅游，我想，完了，这一团人全等于是“陪病号孙越去玩”。唉，我干吗让朋友们跟着我受这份罪呢？

最后，在黄丽穗邀请众友人倾听旅行社做行前说明的晚餐上，我斗着胆子，低着头大声地说：“黄老师，我俩不去了，请各位好好玩儿吧！”

太太怕大家误会，接着说：“黄丽穗，孙越的决定是对的，他觉得为了照顾他而劳师动众的，而你们这些好友们，都在提心吊胆地担心孙越的健康，一定不好玩。还有，每次跟你出去，到哪儿都好玩，但一回来我又全忘了。可是，你写的旅游书，像《走，我们坐船去》，我看了就如同又跟你回到船上，回到你带我们走过的欧洲街上，我想起来就看一遍，想起来就又看一遍，就仿佛你带着我们走一样。孙越常说，往后，你就只要看黄丽穗的书就行了，不用跟着去玩儿啦！”

就这样，我们临阵脱逃，没去！

不过，现在想想有点后悔，因为我若乘游轮随着黄丽穗去耶路撒冷，若真要在外面犯了病，“蒙主宠召”，还有柳健台、柳沈招治两位牧师可以在游轮上的“小教堂”为我做“安息礼拜”，那多好玩儿，在海上耶！

推荐序

在她的身上， 我见证了梦想的驱动力

克缇国际集团总裁 陈武刚

她是克缇文教基金会的艺术总监，是传递健康、美丽的克缇产品的国际形象大使，是已经出版 15 本畅销书的旅行作家，而她更是与我牵手结褵多载的爱人同志。我们相知相守地合组家庭、共创事业，值此她荣登热门排行榜的近作《出走：用旅行找到生命的亮点》即将改版付梓之际，我很乐意以见证者的立场，为我这位亲密伴侣的“出走”说几句话。

向来被克缇人称作“黄老师”的丽穗，犹如无限包容的地母一般，不仅具备美容与整体造型的专业知识，还能襄助我抚慰军心、鼓舞士气。每当我站在表彰大会的舞台上，申述德国思想家尼采的名言“人类因梦想而伟大”，借此号召营销团队设定目标、树立愿景时，她总会温暖而坚定地替还在犹豫的伙伴们排疑解惑。因此我十分相信，凡是踏

着稳健步伐实现了自己梦想的克缇人，蓦然回首，必难忘怀丽穗曾伸出的这双推动梦想的手。

梦想究竟能激发出人类多大的潜能？数千年来历史早已证明，举凡科技与文明的进步，最初几乎无一不是源自个人发想的力量。但尽管典型在夙昔，真正能够让我大开眼界、衷心佩服的，仍是发生在我身边的事例。而丽穗用这五年来累积的旅游经验写成的《出走》一书，适足堪为我亲见梦想不可思议的驱动力的大作。

行万里路胜过读万卷书，此生想要周游世界，是丽穗在年轻时便许下的愿望，多年来，她也从未间断地一步步趋近这个梦想。不过随着时间的流逝，她因时不予我的迫切感，而对圆梦展现出的坚强、笃定、勇气与毅力，在在令我啧啧称奇。

造访不曾涉足的陌生地方并体尝新经验，当然需要非比寻常的胆识。然而平日居家时的丽穗，一向称不上是个“勇者”。她怕蛇，即便只是听人说说，都会感觉不舒服；她还怕蜘蛛，偶尔从花园里爬进一只蜘蛛，她会惊呼不已。不过这样的“弱女子”却在旅行这个至爱的召唤下，变得勇气过人。

她两度飞抵荒僻原始、群兽环伺的非洲草原。为了追逐动物，乘敞篷吉普车在大草原上奔驰寻觅不说，还夜住树屋、宿帐篷，甚至摸

黑早起以搭乘热气球从高空俯瞰其踪迹，谦卑地进入了厮杀捕猎、迁徙传承的动物世界。以局外人的眼光审视，在物竞天择的丛林法则里，任何的闪失、大意都可能招来横祸，尸骨沦为胜利者的美食。但对满心向往的丽穗而言，能够与各类色彩缤纷、活力十足的野生动物徜徉于同一穹苍下，却似乎是“余愿已足”的幸运。

同理可证，原本胆小的她来到能“涤净视野与心灵”的阿拉斯加，果敢地登上六人座的螺旋桨水上飞机，从高空遍览冰原的奇景；还乘坐了世界落差最大的滑索，挑战脚下万丈深渊，以时速约 90 千米的速度飞经峡谷上方；甚至是凌驾于美国大峡谷之上、与悬崖峭壁为伍的“天空之桥”（玻璃桥）开放未久，她便已躬逢其盛，尝鲜不落人后。

其实就连她自己也对读者这样告白：“从前的我最胆小、最怕死。因为旅行的锻炼，胆量与眼界就像快乐的能力一般，放大了！”

为了实现“探索这美丽且充满惊叹的世界”的梦想，她的生活益发显得目标明确、计划周详。为了维持健康和体能，她的饮食习惯素来清淡、节制，更自律甚严地每天都在跑步机上运动。有时她会自娱娱人地取笑自己缺乏逻辑概念，但每当做起年度旅游计划时却是思路清晰、层次分明。事实上，与梦想挂钩的不仅是头脑，她的身体亦然。“做我喜欢的事，游山玩水、赏景尝美食，我可以从早到晚一连活动六七

个钟头依然神采奕奕，不显半点疲态。”我亲密的老婆黄丽穗如是说。

至于封她为传递健康、美丽的克丽缇娜产品的国际形象大使，亦跟她在穿梭于不同洲界的圆梦之旅时，经常因皮肤光泽、体态轻盈，具有超越年龄的丰姿而吸引了国际人士的注目有关。她从不吝于与人分享长途旅行的保养之道：趁登机前的空当卸掉彩妆，擦上润泽的保养品；一上飞机就换上舒适的衣物，并在身体的几个部位涂抹上保湿霜以免干痒；双手擦上护手霜，戴上棉质手套。这样，下机前她只要薄施脂粉，就可以容光焕发、充满自信地踏上旅程了。

近年来我因为公务繁忙，鲜少有机会与她携手同行，但总是诚心诚意地满足她强烈的旅游愿望。我竭尽所能地为她打造足够的空间让她圆梦，每当看到她用娇小的身躯、坚强的意志完成一趟趟旅行，带着充过电的快乐眼神回到家时，我往往也会兴起一股浓浓的成就感。

“人没有不可能实现的梦想，只在于你是否有足够的勇气、意志坚强的真心去完成！”我相信，丽穗以实际行动告诉了所有读者朋友。

推荐序

旅伴们如是说……



每一次“旅行”对妈妈而言，永远都像小学生的初次远足那么令她期待。出发前的殷切等待与计划，旅程中的目不暇接与兴奋，归来后的细细回味与珍藏。

只要旅行，就可以让她变得聪明灵巧；只要旅行，就可以让她变得不屈不挠；只要旅行，就可以让她变得文思泉涌。

旅行让她青春不老！

——娃娃

和丽穗同学出游，可以磨炼你的心、你的脑、你的眼，因为你得用你敏锐的心去感受美的飨宴，得用理性的脑去接受异国的文化熏陶，得用你澄澈的眼去观看造物者的神奇。

她常营造“surprise（惊喜）”，它是旅行中的亮点，不过我觉得她才是个最美丽的“surprise”。

最重要的一点，跟她出游，你得美美的哦！

——徐美珍

旅行是人生旅途中持续不断的启发和思索的重要事件，旅途上的友人是媒介，也是生命记忆中难以抹灭的印记。是师、是友，亦是亲——丽穗即是。

——高慧芬

我们出游，已经数不清有多少次。大游、小游，为吃一个小摊、为一个景色、为再见远方友人，有千百个理由令我们出走，人海茫茫，如沙众多，却在我们的生命中印下深深的记忆。

当你拥有一位永远充满活力、玩起来从不喊累的朋友时，顿时完全翻转成缤纷彩色人生！

——陈红丽

自序

寻觅人生中不同的风景

一晃眼，五年过去了。距离我上一本书，已然飞逝了一千多个日子。但飞逝的是光阴，我并没有荒怠自己的人生。

前面的两年半，我全心投入于台东初鹿牧场的规划与设计，日日夜夜脑袋里转的全是“树怎么种？道路怎么铺排？人车如何分道”。诸般琐碎却又轻忽不得的细节，笃钝的心智因此无法再容下任何一点文字。好不容易大事底定，后面的两年半，我慌慌然拾掇起久违的至爱——旅行，努力地实践“出走”哲学。

如是这般，当行囊重新装满，我才胆敢再度执起羞赧的笔，为您书写这份——出走的心情！

出走，到底是什么？

对我来说，出走是为了离开原有的缤纷，远行至一个不同色彩的世界；它让我得到情绪的休憩，找到向阳的出口；它让我与早已习惯并依赖的生活暂别，以便学会珍惜；它也让我因为拉开的空间和时间，重温思念的美好，重新练习爱人的能力；它甚至让我反躬自省，调整生命要件的次序！

出走是一种训练，是一种培养，是一种启发，是一种对已然被生活锈蚀的脑袋最好最速效的救治！

出走是为了发现生命的亮点，寻觅人生中不同的风景！

出走绝不是为了逃避，而是为了找寻回家的路！

因此，这本书，我从荒僻原始的非洲大地，书写到繁华光灿的日本东京；从水汽氤氲的意大利威尼斯，书写到两岸温风煦煦的南法河轮；从古意盎然的北京，书写到前卫多彩的纽约；从神秘炽热的开罗，书写到苍茫冷冽的北极；从群兽环伺的非洲草原早餐，书写到银座香奈儿餐厅的优雅晚宴；从细腻雅致的三星法国美食，书写到温润暖胃的地道日本拉面……

而我所有倾心相诉的书写，仍然一本初衷，希望能与读者们携手同游，一同探索这美丽且充满惊叹的世界。当您打开我的书，进入我

的文字与照片，您必能了解我的心意，与我共赏美景，同享这丰美的盛宴！

如果您喜爱我的陪伴与导览，那么，接下来，我还将探索格陵兰的绝世美境；也想带着大家，细游法国古堡……让我们在此预约下一本的旅程，谁教这可爱的世界，是如此令人遍游不腻，如此令人甘心“出走”呢！

C O N T E N T S

推荐序

这女子“玩”必有方! …i

在她的身上,
我见证了梦想的驱动力 …iv

旅伴们如是说 …viii

自序

寻觅人生中不同的风景 …xi

PART 1

乐在旅行

旅行的福分 …2

用双眼与心记住的风景 …6

繁华落尽后的平静安谧 …10

能屈能伸的“旅行力” …13

心上的甜味 …17

A380 圆梦之旅 …20

惊喜与失望的一线之隔 …24

与“对味”邂逅 …26

属于我的度假意义 …29

存在心中眼底的印记 …31

加倍的快乐, 无价 …35

如人饮水, 美味自知 …38

五星级的机上美容 …41

启程, 为了一场感动 …44

关于“运气”这回事 …48

PART 2

非洲 · 缤纷

小小的幸福居所 …52

原始与文明的冲突之美 …55

惊奇优美的草原王者 …57

天光乍现时, 升空! …61

树屋一夜 …65

温习满眼的斑斓 …68

史上最有价值的飞行 …71

PART 3

法国 · 沉醉

穿着不需要信仰 …76

永不烦腻的欣赏 …79

不容许少玩的旅行哲学 …82

所谓的完美旅程 …86

星级的美食飨宴 …89

古城阿尔的迷人内涵 …93