

個人系列

Personal Series

10

給所有追求自我的人

生涯放假

Time Out by Bonnie Miller Rubin

波妮·米勒·魯賓●原著
吳韻慈 周伯勸 余國芳●合譯

是當
你
那
成
工
只
裡
就
作
想
出
感
覺
要
了
不
成
一
毛
再
難
樣
病
令
以
東
？
你
忍
西
興
受
——
奮
的
時
間
壓
力
和
負
擔



個人系列⑩

生涯放假

本系列主責策劃◎周惠玲 本系列編輯◎郁冰

原著——波妮·米勒·魯賓

譯者——吳韻慈／周伯勳／余國芳

發行人——臧遠侯

出版者——時報文化出版企業有限公司

台北市10609和平西路三段240號4F

發行專線——(02)三〇六六八四二

讀者服務專線——(02)三〇二四〇九四

(如果您對本書品質與服務有任何不滿意的地方，請打這支電話。)

郵撥——〇一〇三八五四〇時報出版公司

信箱——台北郵政七九〇九九信箱

校對——陳怡全

排版——正豐電腦排版公司

製版——源耕印刷有限公司

印刷——協昇印刷有限公司

初版——中華民國七十九年七月五日

定價——新台幣一八〇元



◎行政院新聞局局版台業字第〇二二四號
版權所有 翻印必究

(缺頁或破損的書，請寄回更換)

ISBN 957-13-0162-0

個·人·系·列 10

生涯放假

原著◎波妮·米勒·魯賓
譯者◎吳韻慈、周伯勸、余國芳



關於 個人系列

在今天的台灣，「個人」，應該是十分飛揚又苦惱的。

飛揚，是因為大眾紛紛把「個人」（或其他類似名詞），各種新生的社會現象、消費行為等等互相解釋、結合，「個人」驟然成為許多潮象的中心。

苦惱，是因為自國際而國內，自政治而商業，自社會而家庭，個人置身的各種環境都在變動。而「個人」不論在生理或心理，道德觀或價值觀，自我反省或人際關係上，都面對著秩序重整的局面。

以前的「個人」，未曾體驗過這種飛揚與苦惱。

這正是我們推出「個人系列」（Personal Series）的原因。我們希望能夠提供「個人」一些多元而冷靜的思考、行為空間。同時，也反映出和「個人」相關，正在發生、或即將發生的生活與社會現象。



個・人・系・列 | 生涯放寬

作者序



我是在很偶然的情況下，開始提筆寫這本書。

六個從事不同工作的上班族，在享受一頓美好的晚餐後，玩一個簡單的餘興遊戲——「當你只有一個願望時，最想做什麼？」

大夥兒的答案，讓當場年齡在三十二到四十五歲之間的每個人感到震驚。

小兒科醫師首先說：「再回到學校，修音樂。」

「把架上沾滿灰塵的書，全部讀完。」這是一位律師的答案。

當會計師的朋友說：「到戶外把畫架架起來，完成鱈魚角(Cape Cod)的日落美景。」隨即贏得一陣喝采聲。

但是，在一陣熱鬧之後，我們全都陷入了低潮。

而我，更驚訝每個人藏在心底的平凡願望，聽不到勞斯萊斯、貂皮大衣、豪華別墅或是李爾(Lear)噴射飛機，大家想要的只有一樣東西——「時間」。

在回程的路上，我依偎著先生，輕聲對他說：「是那裡出毛病了？當讀書已被視為趕不上流行的娛樂時，我們都變成什麼樣子了？」

我知道自己變了，我已變成一位扮演多重角色，瀕臨崩潰的新聞記者、妻子、母親，一位窮於應付生活的三十三歲女子。從一大早被五點半的鬧鐘驚起，到工作十八小時後筋疲力竭地癱在床上為止，我的生活被緊緊地綁著，得不到一絲一毫片刻的喘息。

友誼、嗜好及任何個人的事務，都被我三振出局拋到一邊，更遑論暫停工作，給自己一段時間的休息。

第一次深切感受到，這些可望不可及的「享受」，似乎要花好高的代價才能得到。我想圓的夢，是讓自己置身在校園、在海灘，任何地方都可以——只要不是在辦公室。跑新聞對我而言已不是一份「職業」，而是一份被別人使喚來、使喚去的工作。從業人員可能時常向人訴怨，心裡害怕哪那天突然被解雇；每天都在截稿時間邊緣掙扎。然而，他們大部分卻都忍氣吞聲；並沒有積極採取進一步的動作。

從九歲那一年加入學校「四年級悍衛門士」社團（我已忘了當時是為何而「戰」）起，我便將自己完全獻給新聞室大學畢業後的十五年工作生涯裡，每天早起晚歸，

連周末都在辦公室加班，趕著永遠寫不完的報告。

這也是會有情緒問題產生的癥結，我以前總是天真地相信只要寫完一篇特稿、清完信件，或是回掉所有的電話，就能有屬於自己的時間。

然而，事實卻是明天仍舊有新的專題等著你，信箱裡仍是塞得滿滿地，仍有數不清的「最緊急」電話要回，就像是電視遊樂器裡的小精靈一樣忙得暗無天日。工作占去了我所有的時間，根本挪不出時間去做其他的事情，普通的旅行對我而言只是個OK繃，沒有實質的助益。

我知道自己需要足夠的時間去平衡一下失控的生活，需要挪出足夠的距離去遠眺工作。就在這情緒衍生之後的三個月，發生一件事改變了我的人生觀。

致命的失敗

這要從密西根大學新聞獎學金說起，它是一項提供新聞從業人員再充電的進修計畫。基金會從來自全國各地的衆多申請人當中，挑選出十二個得獎人給予在職進

修的全薪優厚待遇。由於條件相當吸引人，競爭之激烈可以想見。

我從填寫好幾頁的繁複申請表、打厚厚的論文報告，到飛往密西根參加口試，一次次過關斬將，終於讓我贏得這一份難得的殊榮。

在我正想辭掉工作，好好當個快樂的用功學生時，這項計畫竟然破天荒地被裁掉部分預算，學校當局不得不把原來的十二個名額裁掉兩個，不幸的是，我就是其中之一。這突發的意外，把我徹徹底底地擊倒了。

接連幾天我根本無法工作，失望及悲傷一波又一波地襲向我。當九月學季開始時，我不是徜徉在密大恩安堡的美麗典雅校園裡，不是坐在瀟灑古典氣息的教室裡咀嚼學術的尊嚴。我仍必須如過去七個年頭一樣，坐在原來的辦公室裡，臥在原來的辦公桌前，一個字一個字地填滿空白的版面。

我對著電腦螢幕發呆，完全擠不出一個字，一旁的同事鼓勵我：「低潮很快就會過去，你會克服它的。」然而，沒有用，我已提不起一點兒工作幹勁，無力再做另一回合的衝刺。

五年來，我安然捱過不少風風雨雨，歷經一次報社大兼併，兩次大規模的解雇資遣，跟過三位不同的主管。每天面對二十四小時的緊張壓力，坐在電腦前壓出所有的創作精力，填滿一個永遠餓不飽的機器。

在複雜的權力結構裡，身為專欄記者的我，也不能隨心所欲地去撰寫自己想要的主题。原本高昂的工作熱忱，如今已經變質成難以忍受的壓力及負擔。

失去了那個新聞獎學金，我無法瀟灑地只聳聳肩，擺出一副無所謂、毫不在乎的樣子。只要門是開的，舉頭所見仍是截稿鬧鐘、編輯室留言條，及種種隱形的政治鬥爭，這些不是能「砰」地一聲關上門，然後，像隻鸵鳥一樣假裝什麼事都沒發生。

也不知道什麼時候開始，「讀書」變成一股熾熱燃燒的慾望，我像著了魔般查遍其他的獎學金，但是天總不如人願，各學校早過了截止申請日期，我甚至申請自費參加密西根大學的課程，然而，一切都是枉然。

不僅如此，不順的事接二連三地發生，一位好朋友發生車禍，在床上足足躺了

三個月。我開始胡思亂想，總覺得這種不幸遲早會落到自己身上，也思索難道非得受到嚴重的傷害，才會讓人下定決心給自己一次再充電的機會？為什麼公司總是在你病倒時，才想到施捨一段長假，而不是在平常我們健康康地上班時。

假如公司的政策，無法給員工一段時間成長、求知、休息，或是放鬆，那麼，我決定不讓公司主宰我、控制我，我要用自己的力量——說服自己也說服別人，讓它成為事實——給自己一段足夠的時間，去做所有想做的事。

給自己一段長假

我不知道該從那裡著手進行這個計畫，但是我確確實實知道，我絕不再讓自己醒著的所有時間，全都奉獻給老闆，就像過去一個星期五、六十個小時待在辦公室裡，眼睜睜地看著生命流逝。

以前慎重其事擬定的「生涯計畫」變得不再那麼重要。許多人替自己訂下許多目標，要求自己幾年內當個知名的業務人員，或是四十歲前登上董事長的高位，然

而，停下來比較一下你所付出的犧牲，這一切「回報」又似乎變得好空虛。

即使是個閃亮的明星也有隕落的一刻，有一天你也會覺悟，自己只不過在重複別人做過的事，這些悲哀已經不是頭銜、薪水所能解決的。我不在乎死去時有沒有拿到普立茲新聞獎，我在乎的是未曾真正為自己活過。我已花太多的時間、精力去撰寫別人的故事，現在，該輪到我了，我要為自己做點事。

這就是生涯休假(Time Out)的精神——為自己做些事，給自己一段長長的休假。幾個月、一個暑假、一整年或更久，去學大提琴，去完成一部電影劇本，或是登上喜馬拉雅山峯。證明不只是大學教授，而是每一個辛苦工作的上班族，都可以為自己安排一段休息、充電的時間。

現階段的「工作」已被重新定義，而「休假」也不再是那些每天做同樣工作的人的需要，而是把箭頭指向高成就動機的專業人員，這本書便是針對這群衝勁強的工作狂。

在本書中我所訪問的對象裡，沒有一個人是閒來無所是事，相反地，他們都是

負責盡職，恪守本分的納稅義務公民。這一群有勇氣的上班族，只是暫時卸下工作的束縛，去完成終身夢想的願望：有人揹一個背包走遍歐洲，有人如「老人與海」一樣遊蕩在加勒比海，更有人的「旅行」不超過自家的地下室攝影暗房，或是鄰近社區的大學校園。他們要的是動動筋骨，用用腦，把工作暫時擱下，享受工作之外的樂趣。

你做得到嗎？我會教你什麼時候該拉開自己和辦公室之間的距離，如何向老闆爭取休個長假，如何增加口袋裡的現金（這樣可以減低你對支票的依賴），如何出租自宅賺錢，如何安置你的車……這雖是一本小冊子，卻是一本很實用的手冊。

因為我要給你的不僅是紙上的激勵，更是一個藍圖，教你如何實現腦海中迴盪已久，以為幾年內，甚至退休前都無法達成的心願，現在就可以行動把它扭轉成事實。

我自己就是個最好的例子。

當密西根大學的新聞獎學金化為泡影，我決定給自己一個機會，不到密西根，

也不回辦公室，我要靠自己的力量和家人走完整個世界，這是個相當強烈的欲望。

我和另一半大衛共同生活了三十年，我們擁有的，就是一個五歲的兒子、兩部汽車、一部割草機、一台除雪機、一隻漂亮的金魚，和一排玩具兵，這是一個典型平凡的郊區家庭生活，一點都不像要去一趟刺激的古希臘探險。

我們大多乖乖地照著教科書上說的度一生：求學、工作、結婚、為人父母，很少花時間去「找尋自我」，奉父母親的話為聖旨，從不動腦筋在「叛逆」上，因為我們害怕被隔離、被孤立。

以前我很自豪地告訴別人自己是星期六從學校畢業，星期一就開始上班的強人，如今，我才覺得這是件多麼悲哀的事實。

踏出校園的十年間，生活步調一陳不變，甚至在兒子才四個月大時，就回辦公室上班。第一天公司便分派給我一條新的採訪路線，和一位新的主管。

事實上，我和當建築師的丈夫，已經很能適應這種密不透風的工作氣氛，在他的工作時間表上沒有喘口氣的空隙，強烈的責任心驅使我充分運用每一刻鐘，

即使在超級市場購物，或是晚上躺在床上，也要擔心自己的稿子是不是能上報，是不是漏了些什麼新聞。

然而我開始感到懷疑，難道這就是理想？成就？頂尖？

「我們花一年的時間去旅行，好不好？」有一天，在晚餐後向大衛提出了這樣的試探，我接著告訴他：「我需要休息。」

至於老闆，我是一點都無法確定提出休假要求時，他會有何反應。但是我想，既然他願意給我一年的時間到密西根進修，應該也沒有理由不讓我去耶路撒冷、巴黎，或是羅馬度假。

我也知道大衛的個性，一九七三年加入聯合國和平部隊後，來來回回穿梭在各個機場，他的腳步總是輕快，有著無比的朝氣活力，即使身處在最惡劣的環境，仍舊充滿著希望。然而，婚姻和工作使他不得不放棄這份他熱愛的工作，那是一段令他終生難忘又時常向我們提起的歲月，如果現在有機會再過一次那樣的生活，他會願意嗎？