

我就是想停下来， 看看这个世界

陈宇欣 著

所谓成长，
不只是拥有梦想，
还要拥有为梦想埋单的勇气

22岁单身女孩独自上路，休学一年北欧慢行记



穷游网副总裁 蔡景晖

《搭车去柏林》作者 刘 畅

旅游卫视总制片人 刘 航

时尚传媒集团全媒体总编辑 廖 敏

《户外探险》杂志执行主编 何亦红

资深旅友、“过客”文化创始人 小辫儿

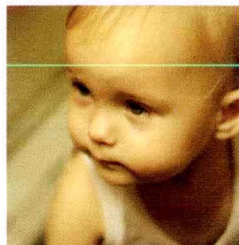
联袂推荐



中信出版社 · CHINA CITIC PRESS



我就是想
停下来
看看
这个世界



陈宇欣 著

中信出版社
北京

图书在版编目 (CIP) 数据

我就是想停下来, 看看这个世界 / 陈宇欣著. —北京: 中信出版社, 2012.4
ISBN 978-7-5086-3201-8

I. 我… II. 陈… III. 游记—作品集—中国—当代 IV. I267.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 281101 号

我就是想停下来, 看看这个世界

WO JIUSHIXIANG TINGXIALAI, KANKAN ZHEGE SHIJIE

著 者: 陈宇欣

策划推广: 中信出版社 (China CITIC Press)

出版发行: 中信出版集团股份有限公司 (北京市朝阳区惠新东街甲 4 号富盛大厦 2 座 邮编 100029)
(CITIC Publishing Group)

承印者: 中国电影出版社印刷厂

开 本: 880mm × 1230mm 1/32 印 张: 8.75 字 数: 138 千字

版 次: 2012 年 4 月第 1 版 印 次: 2012 年 4 月第 1 次印刷

广告经营许可证: 京朝工商广字第 8087 号

书 号: ISBN 978-7-5086-3201-8/I · 274

定 价: 36.00 元

版权所有 · 侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页, 由发行公司负责退换。

网 站: <http://www.publish.citic.com>

服务热线: 010-84849555

投稿邮箱: author@citicpub.com

服务传真: 010-84849000

推荐语

不是每个人都能够在裹挟着你汹涌向前的生产线上停下来，也不是每个人都有勇气拒绝成为墙上的另一块砖。没有车票混上穿越西伯利亚的火车？第一个在北极裸泳的女孩？这些都不是最能吸引人的。在这个关于寻找自己的故事里，最动人的就是她的勇气。如同她自己所说，希望老的时候能自信地说：“我这辈子，最自豪的，就是我的勇敢，敢于听取内心的声音，并敢于去实现。”加油，小欣，等着你说出这句话的那天。

——蔡景晖

穷游网副总裁

在 798 尤伦斯有幸和小欣一起做了个分享会，这个流浪世界的单身女孩有一张比想象中更甜美的脸。她眼神里拥有着某种欣喜，也许是出走世界所得到的答案。我们愿意分享这双眼睛所看到的世界，愿意分享她旅途的风华正茂。

——刘畅

《搭车去柏林》作者、导演

单身姑娘流浪江湖，一路顺风的时候，不必急速前进。而一旦陷入天堂抑或地狱，旅途终将成就一个侠侣。

——刘航

旅游卫视总制片人

大多数人有激情有梦想，但总是停留在口头或者纠结层面，太少付诸行动。陈宇欣，一个普通的女孩，独自上路了。她的生活不只是在路上，更是在探寻价值。独自和孤单是两个概念，就如 alone 和 lonely 的区别。孤单与否在于内心的强大与否。没有人能真正安慰另一个孤独的灵魂，快乐是从自己的内心创造出来的，属于自己的快乐，那是一片纯粹的天空。户外只是一种通达心灵的外在形式，只有充盈的好奇和探寻的心，才能让女人坚持走在路上，并且在其中得到更为深远的乐趣。对于小欣来说，旅行，就是一切的意义。

——何亦红

《户外探险》杂志执行主编

“所谓成长，就是不仅拥有梦想，还拥有为梦想埋单的勇气。”任性要趁早——非常时期，非常必要。

——廖敏

时尚传媒集团全媒体总编辑

推荐序



这厮，胆儿有多大？

辛辛苦苦、一地头发地码了这么一大堆字儿容易吗！居然随随便便找一文盲给折腾序。不解之余，为其暗自揪心，试试吧。但我可不是一个随便的人（此处可配兰花指）。如果非让我选择一个合适的做序身份，我希望是——酒友；如果非让我选择一个截稿的时间，我希望是——一万年。

硬逼着自己翻开几页。应该承认，无论在他乡求学小住之时，抑或于奔波旅行路上，这厮记录的那些人那些事儿都会让我有一种立刻将其从纸上揪出来干上一杯的冲动。如果马上静心细阅，我肯定是看不下去的，毕竟从来没正儿八经地读过书，这个酷似文学天才的习惯直接导致了一个有点儿迫不得已的结果——就是时不时地窜出去旅行。话说这玩意儿也的确是个人就可为，弄个包就可背。无他，唯腿儿熟耳。谁不曾仰望着墙上的世界地图憧憬过足踏上下南北、中

外东西，与各类厮把酒高歌，呕遍江河大川……

我同此书作者的交集，基本可归纳为网友见面、博友碰头、酒友相约、驴友汇合（详见本书第 xx 页，看了别后悔）。也就是在去年，手机里一条微博留言引起了在斯德哥尔摩小客栈马桶上久坐的我的强烈兴趣，直接导致我几天后购买了驶往赫尔辛基的轮渡。我的旅行经常漫无目的，随意更改。当然，这类风格的形成原因可能同我不懂英文有关，迈出国门后基本丧失了识别目的地的能力。但好像某些人某些事儿一旦降低了预期标准，破罐子破摔的快感也就不约而至。这种已婚大龄男青年同未婚妙龄女青年他乡异国以酒会友的莽撞行为颇给了一些人（包括我自己，其中主要含我老婆）制造 N 多浮想联翩的机会。世界小啊！在小欣位于芬兰坦佩雷的宿舍里听其大谈洲际间旅行的故事夹杂着毕业论文的纠结情绪时，我们无论如何也想不到两个月后她竟被一个朝气蓬勃的年轻旅游网站招募进京，无论如何也想不到两个月后以日常抨击我为生的几个朋友当中的一人竟成了她的上司，更无论如何也想不到在她的处女作问世之时，我能在大理参加我们员工家庭白族婚礼之余为其写序。而如今我的这位员工正在为我们瑞典斯德哥尔摩的一个老客人工作……人在旅途，每日风雨无常不也是这般不可预料吗？必须再感慨：路上的感觉真好啊！未知的东西永远在鞋垫的前方！

XXIII

又翻了几页，居然不知不觉中还心生了妒意。就此搁笔，也实在憋不出来了。各位看官欲知详情，那就携书走人吧。

话说至此，您知道这厮胆儿到底有多大了吗？

小辫儿

于大理

自序



2008 年，大学本科毕业，散伙酒连续喝了 30 天。这 30 天当中的某一天，迷迷糊糊的酒后，一句怒吼响彻校园：真够操蛋的生活！

就像是一阵冷风，吹走了我的醉意。

读了十几年书，背了一栋楼高的学习资料，你准备继续读研，背更多的资料，就是为了顺利找个高薪的工作。然而可笑的是，你从来没有问过你自己究竟喜不喜欢这样的安排，就连喝醉了都没有想过这个问题。你是谁？从哪里来？到哪里去？这些问题很早就曾经在你脑海里闪过，却因为太过于复杂而被大脑自动过滤掉。然而，你终究得面对它们。

2009 年，我决定休学一年，让自己停下来看看，从周边的世界里寻找答案。抛弃一切、出走世界是最简单的逃避方式，单身女孩流浪世界的事儿我在十八九岁时干过，可青少年式的任性放纵并不是我想要的。此时，内心里多了一份责任感，即使肆

意流浪江湖，也要有所担当，不能让父母为我的任性埋单。于是我终于把出走方案修改成：找一份国外的实习工作，这个国家要够远，实习期要够长，工资要保证我的所有生活和旅行开销，允许我在工作之外请假旅行——看起来像是一个不可能完成的任务。我花了整整一年的时间来申请，就在即将放弃的时候，一家芬兰的公司向我伸出了橄榄枝，按下了这次旅程的出发按钮。

2010 年以西伯利亚铁路开始。我曾经在 2006 年做交换学生期间环游过欧洲，穷游过欧洲绝大部分国家，对欧洲非常熟悉，也可以说对欧洲一无所知。看过令人赞叹的风景，却始终没能进入当地人的生活，是我最遗憾的一点。这次，我要弥补这个遗憾。所以，在一整年里，我坚持用一种极其缓慢的方式去旅行，和身边的人建立联系，成为他们生活的一部分，了解他们的喜怒哀乐，聆听他们，读懂他们，并通过他们来反思我自己。

XXV

2011 年 7 月，在回国的途中，回顾这一年半的缓慢时光，我确信我已经找到了答案。

可惜，这答案无从直接分享，于是我把我的旅行日记，打开来给你看。

推荐序 ... XXII

自序 ... XXIV

目录



第 0 章 前因：It's all about travel

这就是成长吧。我非常讨厌“成长”这个词，成天把它挂在嘴边的，多是乳臭未干的孩子，可真没有比它更贴切的词了。

- 1. 当标准产品开始思考 ... 2
- 2. 当梦想遇见责任 ... 5
- 3. 路依旧艰难 ... 9
- 4. 一个大胆的计划 ... 12

第一章 西伯利亚：去往欧洲的慢车

不作计划和期待，让一切自然发生。然而生活会还给你的惊喜，超出想象。

- 1. 惊险刺激一小时 ... 18
- 2. 折腾到死的过境 ... 24
- 3. 旅行爱情理论 ... 31
- 4. 我的室友老陈 ... 35
- 5. 炸鸡翅和孜然牛肉 ... 39
- 6. 莫斯科，你准备好了吗？ ... 44

第二章 莫斯科：人生何处不重逢

这是我至今最勇敢的旅行，也是我至今最懦弱的旅行。习惯了依靠与呵护，便很难再独立站起来。但是，亲爱的，要成为一个完整的人，你必须变得坚强。

- 1. 莫斯科生存第一课 ... 50
- 2. 继续走吧，一切都会变好的 ... 55
- 3. 最糟糕的青旅和最美丽的保洁工 ... 58
- 4. 情人节快乐 ... 62
- 5. 从天而降的旋转木马 ... 66
- 6. 我能有幸为你提行李吗？ ... 71

XVII

第三章 芬兰之冬：冰雪封锁的大地

彼时，彼刻，在遥远、偏僻又荒蛮的北国，几个人赤裸着窝在一起谈天说地，不问世事，想想都觉得美好。

- 1. 海娜的中国梦 ... 78
- 2. 岳倪 ... 82
- 3. 桑拿人生 ... 86
- 4. 凯伦的聚会 ... 90



第四章 汉堡：转世记

对于我来说，旅行就是离开自以为是的
生活，串联起以前的回忆，并以开放的
态度结识日常生活之外的有趣之人。至
于风景，那只是附赠品。

- 1. Before Sunrise 的真实结局 ... 98
- 2. 晏斯 ... 102
- 3. 伪摄影爱好者 ... 105
- 4. 渔夫的故事 ... 107
- 5. 旅行的意义 ... 110
- 6. 夜，店 ... 112
- 7. 转世记 ... 115

第五章 芬兰之春：无言绽放的力量

桑拿房里飘出袅袅轻烟，烧烤炉上的香
肠刺啦作响，觥筹交错间，不禁赞叹：
醉在这里真不错。

- 1. 阿其 ... 122
- 2. 酒坛子里浸泡的国度 ... 125
- 3. 萨拉，走吧 ... 131
- 4. 瓦普节来了 ... 136

第六章 格拉斯哥：我的家就是你的家

芬兰、上海、广东、湖北，从某种程度上来说，都不是我的家，没有出发，也就无所谓到达，在哪里都是漂浮。我是在旅行还是在生活？哪里是旅行地，哪里是家？

- 1. 签证心得 ... 142
- 2. 一袋樱桃引发的惨案 ... 145
- 3. 伦敦，在浓雾中闪着迷魅的光 ... 147
- 4. Mi Casa Es Tu Casa... 152
- 5. You' ve got a mail... 154
- 6. 你就装做是游客好了 ... 156

XIX

第七章 芬兰之夏：日不落的奇迹

这是一个遥远寒冷被世人遗忘的角落，所有的激情都在夏季奋力迸发，一刹惊艳，接着陷入无边的黑夜。北欧人的性格也和这独特的气候一样，大部分时候沉闷寡言，只有在短短的夏季里，才爆发出他们欢欣激昂的一面。

- 1. 疯子阿兰 ... 160
- 2. 桑拿世界锦标赛 ... 165
- 3. 德豪先生的夏天 ... 171



第八章 朗伊尔宾：世界上最北的露营地

这些悲伤的旋律从一个人传到下一个人，
在朗伊尔宾形成了一股感伤的气息，它
让你不寒而栗，充满了对自然的畏惧。
但是人们还是不断来到这里，一遍遍传
唱着这悲伤的旋律，然后继续生活下去。
北极和征服，是人类戒不掉的瘾。

- 1. 有一天，你也会害怕 ... 182
- 2. 一次完美旅行的预兆 ... 184
- 3. 朝圣之路 ... 186
- 4. 第一夜 ... 190
- 5. 世界上最北的露营地 ... 194
- 6. 神甫 ... 198
- 7. 悲伤的故事 ... 201

第九章 斯瓦尔巴德：比极光更北

神甫告诉我：傻姑娘，别等了，这里比北
极光还北，若要看北极光，你要往南走。

- 1. 梦中的北极光 ... 208
- 2. 裸泳 ... 211
- 3. 出海记 ... 216

- 4. 你为什么来斯瓦尔巴德? ... 222
- 5. 离开 ... 227
- 6. 放弃 ... 229

第十章 芬兰之秋：绚丽的离歌

XXI

他们教会我感恩，教会我遵从自己的心，
教会我无论生活怎样背弃你，你都要勇
敢而坚定地走下去。只要怀着这样的心
态，那么无论你在哪里，哪里都是世界
上最幸福的国家。

- 1. Lonely Wolf... 234
- 2. 心灵的避风港 ... 237
- 3. 一首忧伤的歌 ... 243
- 4. 世界上最幸福的国家 ... 248

后 记 ... 252



Chapter 0

这就是成长吧，
我非常讨厌『成长』这个词，
成天把它挂在嘴边的，
多是乳臭未干的孩子，
可真没有比它更贴切的词了。

2009 年小年夜，雪满大地，月上梢头，我拖着一只大行李箱，站在北京火车站门口看滚滚人潮向站内涌去。电话适时响起，是一个许久没有联系的闺蜜。

“听说你休学了，”电话那头传来一个尖利的声音，“你疯了吗?!”

我已经记不清这是被第几个人称做“疯了”。从决定休学的那一刻起，这个词就如鬼魅一般缠绕在我的身边，同它相处久了，不但没有被吓退缩，反而因它而磨厚了脸皮：做一个正常人才是多么让人沮丧啊！

时光回溯到三年前。从踏入学校大门时起到三年前，我都是一个老师和家长眼里的好孩子——乖，学习刻苦努力，积极参加学校和社会活动，听老师和家长的话，阳光，人生态度积极向上。大三时，我也和其他的同学一样，把自己打扮清爽，打算去神奇照相馆拍一套标准求职照，用它来给面试官一个正面的印象。在白色背景墙前坐定，穿上假西装领子，肩部调水平，对着镜头微笑，咔嚓一声，相机液晶屏上出现又一个准职场人士。我看着摄影师电脑里待 PS 的脸，觉得有点儿奇怪，却又说不出究竟怪在哪里。

回到学校以后，我开始帮助就业指导中心的老师们整理毕业生简