



圖書館簡訊

第 132 期
106 年 4 月 30 日
編輯:呂蕙貞老師

《愛你的 97 天》讀後感

代理教師 陳玉容 老師

一、全書大意

「愛可以有美好的開始，美好的結束。因為美好，日後再見，所有美麗的回憶會讓自己和對方感到舒適愉快，好像一道光，帶來感恩。」



谷梅，本名董谷梅。熱愛文學與旅行，擅長以不同形式的文字呈現對『愛』的探討與省思。本書的內容，是以日記體的形式來傳達對愛的感受及正向的態度，引導讀者思考愛的本質與意義，以及傳達暗戀苦中帶甜，甜中帶苦的滋味。書中也提出許多議題的討論與分享，包含憂鬱症、旅行等等。

二、閱讀感想

『愛』一直是人生重要的課題，不管是親子之間的愛，伴侶之間的愛，朋友之間的愛，亦或是師生之間的愛，在我們身邊總是被愛緊緊環繞，人的一生很難與愛絕緣。偶然看到封面寫著，「如果我們學會了如何愛人，自然就會知道如何愛自己，進而愛身邊的所有人事物。」這句話讓我有感觸，

畢竟，有多少人是真的懂得如何愛自己，給自己機會，滋養自己的心，進而才將滿滿的愛分享給他人。有時看到身邊的男孩、女孩為了家庭、情人或朋友無私的付出，忽視了自己其實也需要被愛護而感到心疼，照顧自己不是自私，而是讓自己更有能量與力氣去扶持所愛的人。

本來以為這本書就如同尋常的言情小說，充滿一見鍾情或浪漫淒美的情節，或如同童話故事裡的公主和王子一般，有著幸福美滿的結局，然而，作者卻是以日記的方式，紀錄與傳達暗戀的甜蜜、苦澀與糾結，以及愛的正向



態度。故事中的女孩雖然愛上了有婦之夫，但她每天仍是懷著滿滿的幸福，並不是希望對方有給予回應，而是她珍視她現在擁有的一切，可能只是每天上班能偷偷看男人一眼，說個幾句話，偶然的一次牽手，就能讓她得到動力，一開始會覺得她很傻，為什麼如此的執著，抱持著只求付出，不求回報的態度，就算知道這段感情不會有結果，她仍堅持無怨無悔的愛下去，就如同某首歌的歌詞寫著：「愛不聽使喚做不到滴情不沾，剪不斷記憶中不停刪卻死灰復燃。」後來我才意識到，或許，對女孩來說，愛是單純，愛是付出，愛是尊重，愛不會生恨，因為她是為了愛而愛，若是愛因拒絕而變質成了恨，豈不失去了原本的本質。其實人人都在愛的過程中學習接納與成長，當我們愛一個人的時候，重要的是從愛人的過程中得到愛的能量與溫暖，付出也是一種獲得，看著對方幸福或許就已足夠。

雖然，後來男人帶著妻小遷移到新加坡工作，可是女孩對男人的愛卻絲毫無減，但卻也因為男人的離開，使女孩開始注意到身邊的世界，她體悟到原來除了他之外，還有其他的事物是美好的，自己也是有人關心、珍惜的，但過去的她卻不曾將目光停留在其他地方。放下執著雖然令人痛苦，但也可能是找到另一片天地的契機，我們常常被眼前所發生的事件框架住目光，而未能看到身後的風景，這也讓我想起朋友曾告訴我的『半杯水原理』，有人看到半杯水可能想到的是，她只剩下半杯，也有人想到的是，至少她還擁有半杯水！差別只在一線之間，有時候想法轉個彎，就可以很不一樣。



書中也提到『人生就像是一站又一站的旅途，前往下一站要跨越的，可能是一座山巒，或是一段江海，我們從不知另一邊是什麼，只知跟著太陽落下的方向前進。』確實，在人生中，我們總是面臨一站又一站的關卡，並做出許多的選擇，在這個過程中感到擔心、害怕、猶豫，甚或是驚奇，因為我們永遠無法預知做出決定後，將會面臨怎樣的結果，可能是令人欣喜的，也可能是令人惋惜的，但這都是生命中的一部份。有些人會覺得自己被命運推著走，不得不前進，但我們也在前進中成長，學習去面對這些挑戰與抉擇，換個角度想，也許就是這些經驗才讓我們更能珍惜生命中某些的人、事、物，看到生命經驗中的亮點與希望。

谷梅說：『得到圓滿的愛情或婚姻是件很幸福的事，但是它似乎並不容易去執行或是獲得。』確實，經營一段關係並非容易的事，更何況是與一個來自不同原生家庭的人相處，還要包容與接納對方的生活習慣、喜好與價值觀。當彼此發生衝突時，有些人會感到委屈，但嘴上仍掛著：「我會努力包容她/他」、「只要擁有她就好，我不在乎自己是否受傷」等等的話語，難道表面上的包容與接納，就能擁有一段幸福的感情嗎？或許，你的委屈正在慢慢的嚙咬你們的關係。可是，換個角度想，正因幸福快樂並非唾手可得，感情路上的相互扶持、鼓勵，才更顯得幸福的珍貴，愛，也不一定要得到回報，因為我們在愛裡面獲得的溫暖與滋養遠遠大於結果，也許，女孩對男人的愛不只是那短短的97天，而是帶著這份情以及回憶迎向未來每一天。

