



作者 / 褚士瑩

出版社 / 大田出版有限公司

出版日期 / 2020/10/01

簡報者：鄧曉汝

# 選書動機

## ◎ 野蠻生長

【動名詞】透過不斷的選擇來主動參與世界，讓種子按照自己的意圖，生根、發芽、成長、茁壯，這就是愛，這就是野蠻生長。

野蠻生長

## ◎ 謝謝！謝老師

把自己人生當成有趣的科學實驗，有時候會爆炸

## ◎ 不拿走原來的，也不給原來沒有的

只要不搶走過多茶葉的營養，就讓它與茶園相處在一個相對自然的狀態

野蠻生長

# 願意花時間

- ◎ 三個月焙一鍋茶
- ◎ 一次寫一個字
- ◎ 一年做一個科學實驗
- ◎ 十年為自己的人生做一個好的決定

在一切求快的世界裡  
願意放「慢」的態度



# 跟熟悉的世界拉出距離

- ◎ 「學習」無非就是給自己的生命刻意保持足夠空間和時間的距離
- ◎ 如果沒有學會保持距離，我可能永遠不會愛自己

野蠻生長

# 看到自己的價值

- ◎ 有期待，才有價值
- ◎ 平庸與高貴的期待界線
- ◎ Do Not Touch-非請勿摸
- ◎ 價值操之在我，自己必須取得控制權

野蠻生長

# 刻意拋棄你所知道的，學會留白

---

- ◎ 只要留白，茶就會跟你說話
- ◎ 人要懂得放空，才懂得思考
- ◎ 剩下的不就留白

野蠻生長

# 別害怕跟人對立 做一個偏激分子

- ◎ 誠實，就是一種對立
- ◎ 對立的勇敢是成長的燃料
- ◎ 學會選擇不逃避
- ◎ 如何成為一個激進分子

野蠻生長

# 學習「無知」的態度

- ◎ 當自己的陌生人
- ◎ 無知的態度是有機的態度
  1. 人生必須是複雜的、有機的
  2. 原來身邊很多人過著無機的人生
  3. 灑下意圖的種子
  4. 找到違反常識的新視角
  5. 野蠻生長，就是只能去愛

野蠻生長

# 成為一隻安靜的老虎

---

- ◎ 我存在，所以我休息
- ◎ 靜觀不是等待，不是安靜，而是積極地觀察事物的根本

野蠻生長

# 決定做自己

- ◎ 人不是執拗地堅持，不去改變，就能做自己
- ◎ 忠於自己，要嚴厲
- ◎ 忠於自己，要謹慎
- ◎ 忠於自己，要操煩
- ◎ 忠於自我的10種方法

野蠻生長