

適用單元	價值的認知-認識人生價值
書籍名稱	瑪洛·摩根著、李永平譯，《曠野的聲音》，臺北：智庫文化，1994年。
書籍介紹	「通過任何考驗的唯一方法，就是面對考驗。這是無可避免的。」—澳洲原住民長者 皇家黑天鵝 「只有等到最後一株樹被砍掉了、最後一條河被污染了、最後一尾魚被捕食了，人才會發現金錢並不能充饑。」—克里族印第安人的預言 由於受到「真人部族」的召喚，瑪洛·摩根加入了原住民徒步穿越澳洲大陸的曠野漫遊。從第一天的旅程開始，她便持續接受來自生理、心理不同的測試與考驗。在這段不平凡的旅程中，她驚訝地發現原住民是如何與大自然維持和諧的生態關係，並見證了「真人部族」沿襲自然、原始本能生存方式、傳統五萬年古老文化的哲學智慧。 致讀者 這本書根據事實寫成，靈感源自真實的經驗。你將發現，在寫作過程中，作者並未依賴筆記。本書以小說形式出版，是為了保護書中描述的原住民小部落，以免他們遭受法律困擾。部分細節已被刪除，以尊重不願洩漏真實姓名的朋友，並確保書中描述的原住民聖地、地點繼續保持隱密。 為了省去你到公共圖書館走一趟的麻煩，我特地將重要的歷史資料納入書中。我也能幫你省去親自到澳洲走一遭的麻煩。要瞭解今天澳洲原住民的生活情況，只需到任何何美國城市，看看那些居住在城市的一隅、過半數依賴失業救濟金度日的黑人——有工作的，幹的是低賤的粗活。他們的文半已經淪喪——就像美洲原住民，被迫居住在指定的地區，世世代代不准奉行他們的傳統信仰。 我不能幫你省掉的，是書中傳達的「變種人訊」！ 美洲、非洲、澳洲似乎都在努改善種族關係。然而，在澳洲內陸乾燥的心臟地帶的某個角落，我們仍能聽到一個緩慢的、穩定的、古老的脈搏聲，那兒有一群特立獨行的人類。他們對種族主義不感興趣，他們只關心其他人類和我們的生存環境。瞭解那個脈搏聲，就是進一步瞭解人類的處境和人的本性。 本書原本是一部立場溫和、自費出版的作品，後來卻引起廣泛的爭論。讀者可能會認為，書中那位充當我的翻譯的原住民，在過去幾年並未遵守政府的法令規章：人口調查、賦稅、強制投票、土地使用、採礦許可證、出生和死亡報告等。他也可能煽動其他部落民眾，不遵從政府的法律。有人要求我，讓此人公開露面，並且帶領一批人沿著書中我走過的路線，到沙漠中走一遭。我拒絕了！這一來，別人就可以指控我幫助這些人違反法律，或指責我撒謊、憑空捏造出這些人，因為我沒辦法讓這些部落民眾公開露面。 我的答覆：「我並不代表所有澳洲原住民發言。我只代表內陸一個被稱『野人』或『原始人』的小部落。」後來，我再度探訪他們，一九九四年元月前幾天回到美國。我再次接受他們的祝福，他們也讚許我執行這項任務的方式。

	對你，讀者諸君，我願意說這樣的話：「眾所周知，有些人看書只為了消遣。倘若你是這樣的人，那就請隨興一讀，讀完就擱到一旁，就當看完一場好戲，對你來說，這只是一本小說書，而做為小說，它不會讓你失望的，你不會浪費你的錢。 不過，你若是有心人，這本書的訊息會清晰響亮地傳到你耳中。讀了之後，你會有刻骨銘心的感受。瞧，被挑選參加那次徒步漫遊曠野之旅的，原本極可能是你。相信我，不知多少，次我但願被挑中的是你。 每個人都得面對自己的『內陸經驗』，我的只是碰巧發生在真實的澳洲內陸。但我所做的，你也會做，不管是誰參加那趟旅行。」 當你的手指翻動這些書頁時，但願書中的人打動你的心。我用英文寫這本書，但他們的真理是超越任何語言的。 建議你，玩味書中的訊息，品嚐你認為正確的、唾棄其餘的，這畢竟是讀書的不二法門。 依照沙漠部落的習俗，我也取了個新的名字，以反映我的新技能和任務。 「旅人之舌」敬上 ※「本書是虛構的作品，靈感源自我在澳洲的經驗。故事也可能發生在非洲和南美洲，或其他仍保持文明真正意義的地方。讀者可從個人的角度，詮釋這部作品的意義。」—作者識 ※ 行政院新聞局 1998 年中小學生優良課外讀物 ※ 全國教師會推薦 10 大好書 ※ 台北市 91 學年度中小學畢業生「局長獎」指定贈書 ※ 2005 年博客來年度百大網友推薦 100 ※ 《天下雜誌》1999 薦給教師的 10 本好書 ※ 賴國洲書房《百人 百書 百緣》推薦
建議閱讀	頁 115-128。 頁 207-219。
電子檔下載	無
書籍封面	
作者介紹	瑪洛·摩根女士是位醫生，原居住在美國，致力於推展預防醫學教育計畫，應邀前往澳洲參與一項預防醫學研究計畫。 有鑒於澳洲的種族歧視問題，瑪洛·摩根為原住民在經濟獨立、種族融合上貢獻心力。她輔導一群原住民青年創業，頗具成效，因而獲得「真人部落」的邀請，前去參加一項會議，結果既沒午宴也沒頒獎，卻展開一場意外的人生之旅，加入原住民徒步穿越澳洲大陸的沙漠曠野，這本「曠野的聲音」就是瑪洛·摩根在沙漠中所經歷的意外而驚險的心靈旅程紀錄。

章節	再版序 洪蘭 第一章 來自文明的貴客 第二章 投下假票 第三章 天然的鞋襪 第四章 就位、預備、起跑 第五章 振翅高飛 第六章 饗宴 第七章 何謂社會安全？ 第八章 無線電話 第九章 在澳洲內陸戴的帽子 第十章 無價的珠寶 第十一章 肉汁 第十二章 活埋的樂趣 第十三章 療傷 第十四章 圖騰誌 第十五章 鳥 第十六章 縫紉 第十七章 音樂的藥 第十八章 解夢人 第十九章 晚餐的不速之客 第二十章 螞蟻的滋味 第二十一章 率眾前進 第二十二章 我的誓約 第二十三章 夢境乍現 第二十四章 檔案 第二十五章 受命 第二十六章 非生日快樂 第二十七章 隨波而去 第二十八章 洗禮 第二十九章 脫離樊籠 第三十章 圓滿的結局 致讀者 證言
重點書摘	● 【洪蘭教授〈推薦序〉】（中央大學認知神經科學研究所所長） 我一直以為，「寧靜致遠」是修身養性、品格方面的形容詞，從來沒有想到它有生活上的真實性。在我看到《曠野的聲音》一書後，才發現「寧靜」的確可以穿透時空的阻隔，達到前所未有的境地。當你把所有人為的東西（珠寶、首飾、衣服、鞋子）通通都拋下，以你最初來到人間的本色去體驗大自然時，你就會聽到風要告訴你的話、看到雲要傳給你的訊息、聞到遠處水的氣息，你就能赤手空拳地在沙漠中生活了。 《曠野的聲音》是一本令人震撼的書，最主要是因為作者瑪洛是跟你、我一樣在大都市——

所謂「文明社會」中長大的人。她能跟著澳洲土著一起在滾燙的沙漠中行走、沒有任何文明的配備而活了下來，表示你、我也有這種可能性，這是我們從來不敢相信的。我們從來沒有想到當拋離一切文明，沒有太陽眼鏡、沒有防曬油、沒有 Nike 鞋，赤著腳在沙漠中遊蕩時，你身體裡祖先傳給你的本性會再度躍出，讓你用幾百萬年前祖先生活的方式，在這地球上生存下去。這是為什麼本書的英文名字叫”Mutant Message Down Under”，我們以為已經沒有了的本能，在層層文明外衣之下，仍然存在；當然，這本書名的另外一個原因，是原住民給瑪洛取的名字是”Mutant”。澳洲在南半球，從北半球人的觀點來看，澳洲是”Down Under”——這個書名有很多層意義，很有趣。

當瑪洛赤著腳在滿是荊棘的地上走，芒刺扎進她的腳，使她無法行走時，原住民跟她說：「現在你只有忍耐，忘掉腳上的疼痛吧。學會忍耐，把注意力轉到別的地方。」「忍耐」、「把注意力轉到別的地方去」，這是多麼好的處世之道——人是動物，受到大自然的規範，在大自然中哪有處處順利的事？動物出來覓食，找得到食物是福氣，找不到是本份。我們看到大自然中所有的動物都很有耐性，獅子在潛行追蹤獵物時、貓守在老鼠洞口等待時，牠們都知道最後的勝利是屬於有忍耐力的一方，只有人類沒有耐性。人類稍不如意便怨天尤人，以致於憂鬱症越來越多，自殺變成人類死亡的十大原因之一。過去心理動力學派治療憂鬱症病人，是要他們把憤怒發洩出來；後來發現，越發洩越糟糕，本來是小怒，大吼大叫發洩完後，生理反應使小怒升級為大怒，對身心更不利。「忍耐」、「把注意力轉移到正向的事情上」，原是現代治療憂鬱症的方法，想不到竟然從澳洲土著嘴裡說了出來——我們才發現，它原來就是我們祖先能夠生存下來、把基因傳因傳到我們身上的不二法則。現在想一想有多少事，如果當事人忍一忍，風波就能過去，世界會少了多少戰爭、人間會少死多少人命。

瑪洛發現，每天黃昏紮營時是部落人最快樂的時光，他們講故事、唱歌、跳舞、玩遊戲、談心，他們互相搓揉肩膀、背部。靈長類學家發現，猿類黃昏時的「梳理」(Grooming)也是他們最快樂、最寧靜的時光，只可惜現代人每天無事忙，全台灣竟只有不到四分之一的家庭可以全家坐下來一起共進晚餐。人際互動、肢體接觸，本是動物情緒發展的必要條件；但文明的社會為了追求物質的享受、犧牲了心靈的需求，憂鬱症變成了現代瘟疫。然而，在一無所有的原住民身上，他們保有人類最初始的快樂——互信、互動、互助。瑪洛提到部落人沒有醫療設備，但他們的壽命卻很長——心靈的平靜與滿足，應該是他們長壽的原因之一。

另外一個原因，應該是「飲食簡單純樸」。瑪洛說，原住民的大餐是用樹枝到樹叢中去挑、去掏，然後用一片樹葉托著美食，再用一片樹葉蓋著、放進火裡去烤。她好奇打開樹葉一瞧，美食原來是一條條的蛆，她從此學會不再說：「永不 (Never)。」

很早以前，南中國海有次船難，有十七個人飄流到澳洲北部達爾文港附近，登陸後，因不知身在何處，便往內陸走，結果大多數人飢渴而死，最後被救的是一個中國人。他說，他去腐木中找蛆吃，白人看了嚇壞了、寧死不肯吃。他記得，小時候聽過大人說晉朝的石崇宴客，有一道美味的菜是別的有錢人怎麼也燒不出來的，有一個客人好奇，偷潛入廚房去看用的是什麼肉這麼香滑可口，只見石崇的大師傅拿個盤子到廁所去，用力拍打掛在廁所的一塊腐肉落下許多蛆——原來這個人間美味是「蛆」。他想起了這個故事，知道蛆是可以吃的（是蛋白質），於是他就硬著頭皮吃了，結果就活下來了。

其實，一切都在我們一念之間：「覺得是蟲，就噁心不敢吃；覺得是大自然賜的蛋白質，就

可以安心地吃。」所以瑪洛說，他們每天出發行走前，必先禱告，感謝上天將要賜給他們的食物，他們也絕不多取——既然是上天的恩賜，有吃就好，怎可多要？瑪洛這一路上，吃過甲蟲、螞蟻、白蟻、青蛙、蛇、食蟻獸……任何他們遇見的動物。有時，早上或中午都找不到東西吃，她就將路上的風景當成饗宴，在石頭上、在天空中看到隱藏的圖畫，用這個方法來忘記飢餓。

原住民沒有時鐘、手錶，山中固然無歲月，但他們有他們計時的方式。他們以唱歌的方式來測量距離和時間，一百句歌詞的、五十句歌詞的，就像中國古代的銅壺滴漏或民間所說的一盞茶功夫、一柱香的時間，一樣可以達到計時的目的。瑪洛說，澳洲原住民排斥書寫的語言，因為他們認為那等於丟棄記憶的能力；我很驚訝地發現，二千年前蘇格拉底也是如此說：「字母的發明，使學習者的心智產生遺忘，因為他們已經不再需要用到記憶了，他們交給外在的書寫文字而不再用記憶來記。」不同的時空、不同的民族，竟然講出一樣的話，它使我有「古人不見今時月，今月曾經照古人」那種時空交錯的感覺。

跟原住民在一起生活久了以後，瑪洛開始懂得珍惜、凡事不再視為理所當然，幾口清水可以紓解乾渴、任何食物都有滋味。她這一生，無時無刻不在煩惱著如何保有工作、如何討好老闆、如何投資發財、如何儲存退休老本，在澳洲的沙漠中這一切都不存在了。部落民族唯一的保障，是日出日落、永無休止的大自然循環。而這個最沒有安全保障的民族，卻是最沒有罹患胃潰瘍、高血壓、循環系統毛病的民族。它就是三千年前《左傳》〈顏觸說齊王〉中的「歸真返璞、終身不辱」同樣意思。只要是真理，古今中外不論民族、文化，看到的都是一樣。

這本書給我最大的震撼，是「人竟然可以這樣一無所有地活，而且得的這麼滿足」。人只要不去計較雞毛蒜皮的小事，心一放開，「美」就進來。瑪洛本來最討厭蛇，但在沙漠中看到一窩蛇，有兩百條之多，都有姆指粗，鑽來扭去：如果是過去，她一定驚恐大叫噁心而逃，但現在的她感恩，因為這些蛇的存在是提供旅人的食物、保持自然界的平衡，而任何食物中所含的水份，都是極其珍貴的。他們晚上躺在沙漠中睡覺、圍成雛菊形狀、腳趾相接在圓圈中心，這樣能使有限的獸皮發揮出最大的保暖效果。在星空下，她感受到這些純潔天真充滿愛心人身上所發出來的氣息；他們的「無」，使他們無時無刻不在碰觸全人類的意識、不需語言而能相互溝通，他們無所求、故無所不在。

我們渴望這樣的社會，一個互信互助、各盡所能、各取所需的社會。在經過這麼多年選舉的暴力語言後，對於這種心靈的平靜特別嚮往。「寧靜致遠」不再是一句話，它是可以改變一個人的行動力。這本書在物慾橫流的現在社會像一股清流，讓我們眼睛一亮、心胸自然變大。人是百代的過客，應求此生的目的與意義，就像達文西說的：「充實的一天帶來好眠，充實的一生帶來安息。」但願每一個人都能體會到瑪洛所送出的訊息，不伎不求、充實地過一生。

●【孫碧霞處長〈推薦序〉】（勞委會勞動條件處）

《曠野的聲音》〈澳洲原住民部落的心靈之旅〉

這本《曠野的聲音》，是之前勞委會的讀書會、大家推薦的好書。其中，描寫一位美國女醫師因為接獲頒獎，意外前往澳洲中部某部落，與澳洲原住民展開一場原始的心靈之旅。

閱讀過程令我非常震驚，因為隨著這位來自文明社會的女醫生，到了被外界視為落後的部落，讓她發現過度依賴文明與資訊的結果——讓她喪失許多的智慧與能力。她在部落經歷的四個多月間，原住民族充滿熱忱、生命力的特殊才華，反璞歸真的可貴，讓她也開始自我反省——來自所謂文明社會的她，其實反而必須仰賴原住民的智慧，解決一切的難題，是何等的諷刺與弔詭。

這是一本探索人類純真本能的書。女醫生從一位每天泡澡享受的城市人，到可以接受好幾天不洗澡，甚至只以布衣裹身，完全擺脫文明的羈伴。我也會思考：「是不是大家已經太習慣文明社會的一切，以致忽略自己最本能的潛能，甚至忘了最簡單的快樂？」

● 【本書概要】：

由於受到澳洲原住民「真人部落」的召喚，瑪洛·摩根意外地加入了原住民徒步穿越澳洲大陸的曠野漫遊。在將近四個月不平凡的旅程經驗中，她驚訝地發現，原住民在一個與外界隔絕極為惡劣的地理環境下如何生存，並且與大自然維持一種平衡與和諧的生態關係。透由這一次的經歷與考驗，她也見證了「真人部落」沿襲自然、尊敬宇宙間的萬事萬物、發展直覺本能的生存方式，以及傳承五萬年深具智慧的古老文化。

進入內陸之旅前，真人部落燒掉瑪洛種種身外物的淨身儀式，隱含著擺脫物慾和某些信念的牽絆，在尋求人類「生存」意義的過程中是極為必要的一步。他們堅信，所有的人都是「靈」，暫時來訪這個世界而已，所有的「靈」都是永恆的存在。他們並不期待每一個肉身都完美無瑕，肉身內所保藏的無形珍珠，才是至善至美的。和其他的人邂逅，都是經驗，而所有的經驗都是永恆的聯繫，真人部落給每一樁經驗一個完滿的結局，形成一個完整的圓。如果你離開時，對某個人心存怨懟，這樁經驗就不會有圓滿的終結，往後還會在你的生命中重複出現。你會再受苦，一次又一次，直到你覺悟為止。觀察生命中發生的事，從中學習，使自己變得更有智慧。你應該感恩及祝福，然後帶著寧靜的心離開。

原住民和大自然之間有著特殊關係，每天早晨上路前，大家並肩圍聚成一個半圓形，進行約十五分鐘的吟詠早禱儀式，他們會為新的一天，為自己、朋友和全世界，對宇宙主宰說聲謝謝。有時，他們會提出比較特別的要求，但總會這麼說：「如果這對我以及全世界的生命都有莫大的好處，就請您俯允吧！」他們相信每件東西存在於這星球上，都有它的緣由，事事物物都有它的存在目的。人世間並沒有所謂的怪人或適應不良的人，也沒有意外事件，有的只是誤解和猶未向凡人揭開的謎團。

地球上雨水分布的情況已經改變，天氣越來越熱，真人部落發現，這些年來，植物和動物的繁衍能力持續降低，在澳洲的沙漠，很快就找不到水和食物了。真人部落正準備離開地球，不再生兒育女，當最年輕的族人去世時，人類最純潔的部族也將從地球上消失。透由瑪洛·摩根為使者，將真人部落萬物一體的永恆生命觀及離開地球的訊息帶給世人。反觀我們現代人的生活方式對水源、動物、空氣和人類自己造成了什麼禍害！我們是否能尋回失落的靈魂和真正的自我？

● 【本書特色】

在澳洲內陸乾燥的心臟地帶的某個角落，我們仍能聽到一個緩慢的、穩定的、古老的脈搏聲，那兒有一群特立獨行的人類，他們關心所有人類和生存環境。瞭解那個脈搏聲，就是進一步瞭解人類的處境和人的本性。

● 我思考著「自我反省」的問題——面對自己，把過往的經歷好好探索檢討一番。這是骯髒的工作，讓人害怕，甚至充滿危險。有很多舊習慣和舊信念，我曾站在既得利益階級的立場，加以維護。……我是不是已經瞭解，應該站在不偏不倚的立場，棄絕批判的態度，讓其他人追求他們自己的生活方式，並誠心祝福他們？我開始瞭解：我們並不吝於施捨，但我們選擇我們施予別人的東西。我們的一言一行，都在刻意為自己想過的生活作準備。P.117

● 他們對糖衣這種東西的看法，格外發人深省。它似乎反映出，在白人一百年壽命，許多時間

被浪費在人工的、淺薄的、暫時的、裝飾門面的、甜美可喜的事物上。在一生中，我們只花很少很少的時間，探索我們的心靈和永恆的存在。P.121

● 【問題引導】

1. 「肉身內所保藏的無形珍珠，才是至善至美的」，即「心靈具無限寬廣光明的特質」，您對此有何體會？（P124-125）
2. 您在活中有哪些負面的情緒，造成痛苦與害處？有無從負面情緒轉成安詳愉悅之經驗？
3. 文中所提到的「變種人」即「虛有其表的現代人」，您覺得現代人有何表徵？
4. 省思在日常生活中「使心靈成為物質奴隸」的例子？
5. 我們現代人的生活方式對水源、動物、空氣和人類自己造成了什麼禍害？我們若要扭轉地球的毀滅，從個人該如何做起呢？
6. 每個人都得面對自己的「內陸經驗」，作者的只是碰巧發生在真實的澳洲內陸，而您的呢？

（福智文教基金會提供）