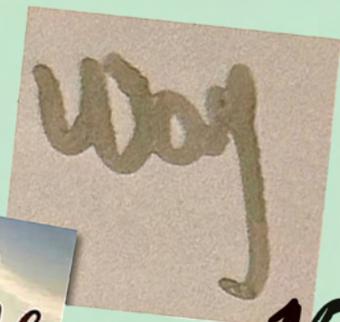


路——著



10.21 與光同行

任性出走，
在路上尋找更好的自己。



目 錄

- 4 推薦序一 蔡祥熙
- 6 推薦序二 曾蕭雪妹
- 8 序

1/ 馬耳他 (Malta)

- 11 馬耳他的三點色

2/ 不丹 (Bhutan)

- 27 不丹大師：是建築設計師，也是藝術家
- 41 不丹風情畫
- 53 不丹的生活點滴

3/ 奧地利 (Austria)

- 63 奧地利高第 ~ 百水先生
- 68 傳奇皇后：Sisi
- 73 電視機經典 Screen saver ~ Hallstatt

4/ 德國 (Germany)

- 81 迷失黑森林

5/ 澳洲 (Australia)

- 89 為愛出行 ~ 澳洲墨爾本

6/ 日本 (Japan)

- 101 奧飛驒溫泉鄉的神奇魔力
- 108 輕井澤的約定

7/ 西班牙 (Spain)

- 121 Jerez de la Frontera 的意外收穫
- 134 是天然而成，也是匠人巧工 ~ Ronda
- 145 Cádiz

8/ 意大利 (Italy)

- 151 遊山玩水之水都 Venice
- 159 遊山玩水之樂遊 Lake Como
- 170 遊山玩水之體驗 Dolomites

9/ 挪威 (Norway)

- 181 挪威的世外桃源
- 193 Viking Spirit ~ 探險家的精神

10/ 中國 (China)

- 199 杭州的山與水
- 207 火社之兄弟情
- 220 跋

推薦序一

旅行使我們成為更好的人

卓韻芝在《旅行之必要》中說“每一場旅遊，都是由知道變成不知道，再由不知道變成嶄新的知道。旅行，是一場修改（Revision）”。

看了“路”傳來旅遊新書《On the Way》文章，感受她視旅行不是打卡吃貨，最重要的是使自己成為更好的人，然後藉分享“感染有緣人更有動力和能量”。這使我想起《易經》第五十六卦“旅”卦：旅，小亨，旅貞吉。旅人付出代價，困難重重，拋棄安逸生活走遍世界尋回自己。我想這是“路”多年來到處旅遊記錄出書的初心。

龍應台認為生命所以美麗因為注視。行醫的最高境界是拉丁文的 oxymoron “Festina Lente”（慢慢地快），意即在有限時間內如何慢下來聆聽關懷。“路”很成功地把這些能力放在旅行上，縱使行色匆匆，但字裡行間仍充滿人文精神。例如在奧飛驒溫泉鄉尋治癒，輕井澤教堂解心結，Fram 山水中聽內心，不丹 Takin 及市場找童真，石家莊火社歌頌兄弟情。看她

筆下的世界，使你對無論曾經去過，或更多未曾到訪的地方都懷著滿腔熱情，不禁讚美神創造的偉大。

《百年孤寂》作者馬奎斯在自傳《活著是為了說故事》中說“生命不只是一個人活過的歲月，而是他用甚麼方法記錄，又如何將它訴說出來”。很期待“路”的下一本旅遊經歷。

內分泌及糖尿科顧問醫生
蔡祥熙

推薦序二

作者“路”是我的學生。猶記中學時代的她，是一個學習勤奮，做事負責，性格堅毅沉實和守紀律的模範生，深得老師們的鍾愛。她從不跟人爭執，總是禮讓別人，加上樂於助人，同學們都喜歡跟她做朋友。由於會考成績優異，畢業後順利入讀大學醫科，現在已是一名醫生了。

“讀萬卷書不如行萬里路”，作者喜愛旅遊，每有假期，必為自己安排旅程，至今足跡已遍及歐亞美澳各大洲，說有大半個地球也不為過。她遊覽了多個國家的名勝古蹟，更探討了它們背後的歷史背景，除了給自己在工餘“充電”之外，也開闊了個人的視野和胸襟。

作者是一個理性而又感性的人。在書中，讀者可以看到她敘事時有條有理，描述事物時清楚翔實，抒情時又細膩真摯。她用清麗流暢的文筆，介紹了她遊歷過的地方，更加插了照片，圖文並茂，令人有身歷其境之感，對其所抒發的情懷更易產生共鳴。所以大家除了把這書當作一本遊記來閱讀，還可以把它當成與作者思想感情交流的橋樑哩！

世上的路有平坦也有崎嶇，人生的路亦然。希望人人規劃好自己的路，邊走邊細味路上的風光，活出精彩的人生。

曾蕭雪妹

2025年1月



序

喜歡旅遊，出行總讓我感到幸福。

我還常戲言，Travelogy 是我第三個專科。

（英文並無 Travelogy 這字，這是我創作的，意思是 Travel 的 Specialty。）

出遊，有時無需要理由。

朋友都喜歡說我任性。

任性，何嘗不是一種幸福。

去喜歡的地方，見喜歡的人，走自己的路，做自己的夢。

我認為世界上沒有甚麼地方一定要去；

然，當你踏上那塊心心念念的土地上，

那種感動會是一輩子的回憶。

這就是愛吧！

走在旅途上，沿途的風光、遇到的人事、各地的文化，總有擴闊自己眼界的能量。

懷著光明的心，路上種種皆能改變自己的一生。

在路上，我更能感受自己的心、更能找到自己。

這些年，因為不同的原因，走過不同的地方。

我選擇了 10 個國家，撰寫了 21 篇遊記，結集在這本《On the Way》裡。

這些地方，或許不算是最受歡迎、最熱門的旅遊點，但卻是讓我為之感動的地方。

旅途上的經歷築起我心靈地圖的一隅，

歷練，使我們的人生更強大，旅行如是，人生也如是。

我希望藉著文字、藉著照片，將這些地方介紹給大家，也將我在旅途上得到的幸福和正能量分享給讀者，更希望大家無論在旅行的途上、或是人生的路上，都能找到真實的自己。

路

2025 年 4 月



2/ 不丹 (Bhutan)

不丹大師：是建築設計師，也是藝術家

走自己的路，
創自己的風格。

既然說到快樂，還是有一個地方因為快樂而聞名。

這就是最快樂的國度：不丹 (Bhutan)。

不丹位於亞洲南部，她的西面與喜馬拉雅山脈接壤，要到這個快樂國度旅遊，說難也不算難，但卻不是可以說走就走。

要到不丹，要申請簽證，並且必需有導遊同行。

即使一個人去，也要有當地導遊帶領，所以在這裡是不會“孤單”的。

各人有各人的節奏和步伐，一般 6 到 14 天是合理的安排。

導遊會隨旅客的興趣計劃行程，在旅客到埗那天開始，他們都會熱情款待，全程穿著不丹的傳統服飾，很有禮貌，很好客，基本上是有求必應。



Tashichho Dzong 是在 Thimphu 的城堡，這是不丹很常見的建築設計。

不過，必須提一下，不丹旅行，每天是要付一個金額給其政府的，所以計劃去不丹的朋友，也要預算多一點。

不丹不只出名於她“快樂國度”的形象。

她明媚的自然風光和寫滿歷史的建築，是享負盛名的。西藏和不丹有著很深的淵源，她倆的歷史文化和宗教也是息息相關的。

完成西藏之行，我曾經說過：感恩、感激、感動。

而西藏是必須親身到過、經歷過，才能完全認識這個地方，因為那種高原稀薄的缺氧感，只有親歷其境，才能體會得到。

我還記得站在布達拉宮上的感動。

西藏的海拔高，走一趟也不容易，我當年亦很擔心高原反應，預備的工夫也不少。

不丹沒有西藏高，最高大約是海拔 3000 多米，所以我沒有特別準備，幸好也沒有不適。

為甚麼到不丹就提到西藏，因為當時有不少宗師（Masters）由西藏去不丹，去治病、去建築、去做一些宗教活動，這兩地的交流是很密切的。

而兩地的建築風格也有不少相同之處。

首先想介紹的是不丹的城堡（Dzong）。

Dzong 像西方國家的堡壘 Forts，開始的時候也是作為保衛國家之用。

到現代，它們大都用作行政辦公室和宗教活動的地方。

說到 Dzong，難免提到 Zhabdrung Ngawang Namgyel，他不是興建早期 Dzong 的人，但他卻建了不少 Dzong，也給予了這些建築新的元素。



Tashichho Dzong 裡的廟。

Viking Spirit ~ 探險家的精神

對夢想就應該不惜一切地付出

去到北歐，經常會看到 Viking 這個字。

航海事業對北歐來說是挺重要的。

從前，8-11 世紀 Viking age，北歐的國家版圖和現在不一樣，所以 Viking 色彩的展覽、歷史不限於在挪威，我不肯定當時的人是不是有冒險精神，但其中一個原因催使他們踏上航海之路是因為天氣太冷，他們有需要去發掘新的國度、佔領土地或經商去解決他們在寒冬的生活。

或許是這種天時地利和人民歷史，營造了這種冒險精神。

挪威有一個“Fram Museum”，是一座有著探險家精神的博物館。



我是坐船去 The Fram 的，遠遠已能看到這獨特的建築。

The Fram 是 The best museum in Norway。三角形建築是它的特色。

這裡述說著一些嚮往北極圈的探險家故事，更重要是展示著承載他們的船隻 Fram。

Fram Museum 有其獨特的外表，三角形的設計，離遠已經看到它，而這個外形的設計也彷彿特別適合船隻的主題。

The Fram 這裡的主角，是設計來探索一些人類未知的地方的。

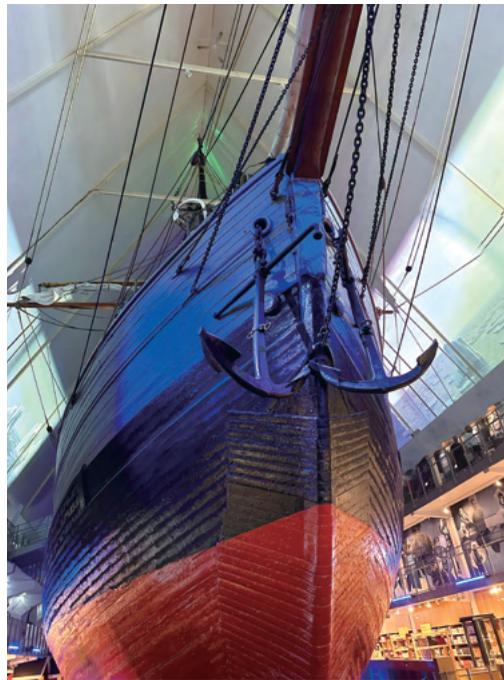
它的用料當然特別堅固，設計亦別具心思，目標是讓它即使在兩極，也能發揮正常功能。

當時 The Fram 最顛覆性的設計是讓它能在冰上凝結，這種想法在當時有種 Mission impossible 的感覺。

但 The Fram 成功了，它抵禦了頑強的冰壓。

它圓滑的船身讓它在冰塊的擠壓下，不降反升，不沉反浮。

這建築是很配合 The Fram 的造型。



當然結實的材料也是它成功之道，木條的排列更密，令它更能抵抗外力，船舵和推進器能夠收起來，放進船艙，以免受損。

所以 The Fram 能在寒冷的區域航行。

經歷了不少風雨、歷練、滄桑，The Fram 完成了其在航海上的事業，在 1936 年被送到現在這個博物館。

在這裡，可以參觀這艘遊歷過很多地方的船，也能踏上它的甲板，近距離感受它的雄偉和力量。

你可以在展覽中看到更多歷史事跡，看到嘗試還原當時景象的場景。

在這裡，有著濃厚的探險氛圍，感受到當時探險家的堅毅和夢想，充滿了對大自然的未知的好奇。

這裡有成功的歡愉驕傲，也有犧牲的悲哀。

探索冒險本身就存在著很多風險。



從 Museum 望出去，風景美得日不暇給。



10.21 與光同行

任性出走，在路上尋找更好的自己。

作者 路
攝影 路
設計 VN
編輯 青森文化編輯組

出版 紅出版(青森文化)
地址：香港灣仔道 133 號卓凌中心 11 樓
出版計劃查詢電話：(852) 2540 7517
電郵：editor@red-publish.com
網址：<http://www.red-publish.com>

香港總經銷 聯合新零售(香港)有限公司
台灣總經銷 貿騰發賣股份有限公司
地址：新北市中和區立德街 136 號 6 樓
電話：(886) 2-8227-5988
網址：<http://www.namode.com>

出版日期 2025 年 6 月
上架建議 旅遊 / 散文
I S B N 978-988-8917-04-4
定價 港幣 120 元正 / 新台幣 480 圓正

版權所有 不得翻印



專業出版 國際銷售

紅出版文化平台

加入我們：www.red-publish.com

Mod. E

上架建議：旅遊 / 散文

定價：港幣 120 元正 / 新台幣 480 圓正

On the Way

10 個國家，21 篇遊記。

路上種種，皆是歷練。

與光同行，處處都有好風景。

寫下的不一定可歌可泣，

卻是我掏盡心血的感受。

