提案。

on the desk

聚合日常閱讀與
風格採買的書店誌。

2023 September VOLUME 115

封面故事——

我吃故我在

在小吃攤：鄭順聰、魚夫

在廚房：近藤弥生子、游惠玲

在手機：倪瑞宏、商社男、盧怡安

本月注目——

餐桌上的靈感

焦點人物——

孫中興談《詐騙社會學》

誠品書店
eslite bookstore

Eat, therefore I am
我吃故我在

飲食是當下直覺之選，
也是深思熟慮的存在法則。
平凡三餐成爲第一手資料，
透露社會的轉變；
以食之所在，
探看現代人如何生活。

Volume 115
創刊自2013年4月，本期爲第115期，
每月1日可至誠品書店免費索取。

on the desk 提案。

那些我們在乎的，吃過並不會消失

提案 on the desk

小時長輩囑咐「不要盯著別人吃飯。」餐盤是私領域，不輕易窺視才是禮儀。但現在，我們偏愛讀別人的食記，在雜誌社群、綜藝節目，打開他人的冰箱；甚至分分秒秒在SNS上發文一日三餐；就要別人多看。

這一看，不管是帶著八卦之心的推敲：「原來這作者食量不小」、「這盤子（很貴）我也有」，或是「做菜桌面的凌亂度（論整潔）、喝不喝咖啡茶酒（論興趣）、從味噌醬油讀出此人家鄉口味（戰南北？）」透過飲食觀察，可看出對方不特別言說的眞性情生活。

飲食也道出社會變化：外送大興，因科技與產業變革（及疫情間遠距政策的加溫）、環境破壞漁獲少，餐廳失去主食材無以經營。看似平行的各式議題，在每日三餐被端上桌，吃過，但不會消失。

編輯室謹上

Cover Story

02 我吃故我在
04 流動的菜單．攤前的風景
06 還在談小吃的CP值？
08 日本媽媽的味噌湯裡什麼都有
10 現代通用的主婦煮夫機智生活
12 仙女可以只吃鮮花素果過活嗎？
14 現代人的飲食地圖是如何被改寫的
18 電影感寫作法

Observasion

20 本月注目｜餐桌上的靈感
22 本月注目｜24家不打烊書店，24種日夜閱讀想像

Feature

24 焦點人物｜孫中興《詐騙社會學》
27 總編特選｜*Matrix*、*Home in the World*
31 職人選讀｜《死亡不是問題，衰老才是》

Monthly Recommendation

32 中文書 ・ 外文書 ・ 兒童與青少年
44 選樂 ・ 影音

這些事，書店發生中……

你不能錯過的全台誠品書店
藝文活動、書籍講座，
請上【 迷誠品 】即時掌握。

發行人｜吳旻潔　　社長｜李介修
企劃｜謝淑卿．蔡瑀玲．吳宜臻
編輯｜楊子玉．劉芳妙．陳益郎
美術指導｜王政弘　　美術設計｜潘珈汶．黃柔雅．陳庭佑．劉乃嘉
攝影｜十月攝影工作室
發行所｜誠品股份有限公司11075台北市信義區松德路196號 B1
製版印刷｜秋雨創新股份有限公司 02-8768-1966

選物的寓所，月月換好禮，只為你嚴選好物。
濃厚人情誌，實踐生活趣，讓我們一起發現台灣之美。

誠品人 eslite member

雙日有禮

2天 999 元送KiKi拌麵

每月2天，門市單筆滿 999 元
立即兌換會員禮！ 每月每人限領一次

期間限定：2023.06.01 —— 2023.09.30

集章兌換查詢

贈品數量有限，本公司保有更換等值贈品/商品之權利。

現代人吃得安穩富足，花招多樣。我們無須煮時代的惡狼，但環境確實影響了飲食觀，也帶來新的課題。本期封面故事「我吃故我在」，想談飲食如何展示生活與社會，藉三處日常飲食「重地」：小吃攤、廚房與你的手機APP，透視今日吃食樣態，並邀請創作者談平時怎麼吃，翻攪一下習以爲常的覓食路線。如每個城市都有「孤獨美食家五郎」，自由又自帶風範的行腳大叔鄭順聰，把夏夜在夜市的一頓晚飯，吃成了梵谷的星空。長居台灣的日本編輯近藤小姐，謙虛說不擅煮飯，但對味噌湯的講究，煮出了營養與文化傳承的細節。藝術家倪瑞宏說她的吃飯超無聊，我們卻偏偏讀得興味盎然，像在自助餐店偷偷配著自己煮的飯，彷彿內心那些無可對人言說、自己獨有的飲食執念瞬間被釋放。

人與食物密不可分，吃也並非只單純進食，還會牽涉到與誰一起吃、怎麼吃。《食記百味》作者、自稱「宇宙大饕客」的吉本芭娜娜說「今天的晚飯亂七八糟，一定是我的腦袋也亂七八糟。」還有「看著自己這一路走來的做菜之道，發現和『寫小說』非常類似，眞的很有意思。」

被飲食悄悄透露的，一定不只這些。

覓食路線

我吃，在小吃攤

LIFE ＼鄭順聰

「在攤位店面之間流轉的樂趣，是台味的獨特迷人處。」

ISSUE ＼魚夫

「台灣小吃沒理由不趕快變身。」

我吃，在廚房

LIFE ＼近藤弥生子

「味噌湯是我對自己和家人健康的小小貢獻方式。」

STORY ＼游惠玲

「如果將飲食文學當作勵志書來讀，精神面與實質面都照顧到了。」

我吃，在手機

LIFE ＼倪瑞宏

「有次和曖昧對象吃飯，我對他認眞地拍攝那碗普通至極的咖哩豬排飯的行爲感到煩躁，之後他就娶了別人。」

ISSUE ＼商社男

「爲何你會選擇某間餐廳店家消費？最基礎的理由，就是那家店對當下的你是有價值的。」

TIPS AND TRICKS ＼盧怡安

「當我們想說：『這個很好吃。好吃到爆掉。』能不能先不直接用好吃這兩個字。」

我吃故我在！

EAT, THEREFORE I AM.

「有人問我爲什麼畫罐頭濃湯？因爲那是我常吃的東西。
過去二十年間，每天，我都吃一樣的午餐。一直都吃同樣的東西。
有人說，我的生活左右了我；不過我喜歡這種說法。」

——摘自《天才的餐桌》

作者四方田犬彥，考究了普普藝術家安迪．沃荷 (Andy Warhol) 受訪內容
吃不只能等於你（的身體），還能展現你是一位什麼樣的人，以及你的生活。
雖不能斷定安迪．沃荷是否吃了二十年的罐頭，但他在藝術界出奇制勝，
想必是把對飲食的注意力都放到創作中了。

道地）的舊味道。吃著吃著，發現熱鍋之間有枚小碗，裡頭液體黑湛湛，且以醬瓜的空罐頭頂起，底座用裝水之碗盛著，是要防螞蟻爬入？我拿起長柄湯匙舀了些入湯，果然是醋，酸味將腴厭轉化爲輕靈的香氣。

隔著熱鍋跟老闆聊天，店名「鴨頭（Ah-thâu）」爲第一代創始者之名，編號七十六，新一代接手，誠懇親切，我頻頻稱讚其手法及口味之優，說這湯眞好喝，怎麼做的呢？

祕密。

老闆的回答斬釘截鐵……見我碗中已見底，拿起大勺豪氣加湯，人情加添一味。此時此處，唯我獨享。攤前的風景頓時幻化爲星空，閃爍動人。

聰哥的飲食生活中，不可或缺的即是小吃攤位前搖滾區的視角。

台味飄撇：食好料的所在

作者｜鄭順聰

出版｜遠流

台派男子漢（對食物的）瀟灑與深情，都在這一本上桌。除了風土和語言調研，讀來趣味、如臨小吃攤現場的「氣味」才是著迷的關鍵。

鄭順聰

作家。嘉義民雄人，中山大學中文系，台師大國文研究所畢業。曾任《重現台灣史》主編，《聯合文學》執行主編，教育廣播電台《拍破台語顛倒勇》主持，公視台語台《HiHi導覽先生》創意發想與台語顧問。著有《晃遊地》等十餘本書，最新作品《台味飄撇》。

我吃，在小吃攤

LIFE

流動的菜單・攤前的風景

大叔的點餐前小劇場

撰文、照片／鄭順聰

西餐點菜的模式是先選前菜與湯，有時附麵包，再來決定主食，最後以甜品與飲料做味覺的收尾。整個過程由服務生來詢問並確認，顧客全程坐在位置上，大多是被動的。至於台派的夜市點餐，攤位招牌就是菜單，沒有固定順序，食客自行決定要吃哪樣，奔走於各攤之間，充滿了能動性、自主性、機動性。

來到台北寧夏夜市，看到滿溢的人潮與奔放的燈光，像我這樣的夜市食客就開始盤算：要吃哪幾樣？順序與動線如何？此次的味覺主軸是什麼？

若在冬日，我會選祛寒補氣的「環記麻油雞」，前菜是筍絲，更要有麻油煎的荷包蛋，配碗麵線或滷肉飯，還有赤肉湯（tshiah-bah-thng，豬瘦肉湯），連同薑絲一起發出清美的滋味，最後移駕到甜品店喝碗紅豆湯。夏日則必吃冰品配燒麻糬，「祥記」與「林振櫂」各擅勝場，走遠一點還有「雙連圓仔湯」。想喝酒，民生西路上有三家鵝肉店，清燙或煙燻的都好，自冰箱中抓瓶台啤出來，涼筍細擠上沙拉插牙籤，夏夜獨酌眞清涼。我的夜市菜單，會根據季節、胃容量與心情調整，在攤位店面之間流轉的樂趣，是台味的獨特迷人處。去過上百次寧夏夜市，總會有新發現；夜市再怎麼喧鬧擁擠，恰有攤前的吧台空著，讓我大腳一跨、坐上。老闆就在我正對面，拿起蛋輕輕敲開，雙手一剝，滑溜的鴨蛋便落入圓形、帶著漏孔的淺湯盤上。蛋白在熱湯中慢慢凝結，半熟蛋黃一顆一顆點亮半個湯盤，像梵谷的〈星空〉。

湯盤的另一半，是滿爆的赤肉羹，好似魚兒就要躍出。將這兩者合體，加湯帶幾塊醃瓜，就是古早味「蛋包瓜仔肉湯」。滷肉飯澆頭是切成小細條的肉皮，油豐味厚，攪白飯扒個幾口後，以瓜仔肉湯沖淡，蛋白軟嫩，澄黃蛋液勻於湯中，鮮美啊！肉羹裹粉頗厚，口感很是舒服，赤肉非帶筋耐嚼款，而是一咬而脆的爽快。

那些號稱懷舊的古早味，不僅復興還大爲流行，但當今市面上蛋包瓜仔肉湯並不多見，可說是正港（tsiànn-káng，

夜市攤位老闆用行動代替言語，和顧客眞心交陪。

面臨了轉型危機，那怎麼轉呢？

在我喜歡的小吃攤裡，其實很多願意承繼的年輕人也在思考這個問題，他們在食物品項創新、用餐環境等無不絞盡腦汁來顛覆人們過去印象，比起上一代連移動灶頭都認爲會破壞風水的迷思、而更勇於嘗新，我這樣想，小吃本來就可以進化的，現在我們耳熟能詳的日本壽司、蕎麥等等，在江戶時代也都是挑擔呼賣的，時至今日，人家早就日益求精，成爲高級料理了，台灣小吃沒理由不趕快變身；至少 CP 值不是唯一衡量小吃美食的標準吧？

加一匙台灣味

四維街一號

作者｜楊双子

出版｜春山

《臺灣漫遊錄》作者最新長篇小說。日治時期的老屋，房東及房客五名年輕女子，因古董食譜的出土，開啟了一段探尋時代料理與對彼此情感牽引的青春時光。

一午二紅沙，三鯧四馬鮫：台灣海產的身世

作者｜曹銘宗

出版｜貓頭鷹

四面環海的台灣，離不開海鮮。從歷史脈絡與語言學追溯台灣海產的身世，讓你輕鬆征服熱炒店的菜單與魚市場的採買。

喔！臺味原來如此

作者｜陳靜宜

出版｜麥浩斯

潤餅、豆花，雞卷、滷麵，日常熟悉的庶民美食，隱藏了台灣身世，透過作者歷時八年的探訪，尋根「最美味」的歷史故事。

還在談小吃的CP值？

進擊的B級美食

撰文、插畫／魚夫

有家賣魚粥的著名店家，最近價格漲價後遭到有些輿論的非難，這期間老闆阿堂和我巧遇，我問他調價的原因，他居然說因爲太陽能種電種太多了，養殖虱目魚需要行光合作用，不能共生，魚塭很多改成太陽能板田，使得虱目魚價格上揚，只好跟著漲了。

太陽能影響虱目魚價格？眞是始料未及，咱們有許多美食瀕臨食材危機，諸如火燒蝦是因爲過量捕捉，造成漁源不足，連帶害需要火燒蝦包餡的蝦仁肉圓、蝦殼炕湯的擔仔麵、蝦仁炒飯以及蝦捲等特色小吃幾乎做不出該有的口感；再如鱔魚，因爲環境污染無法生存，而外國進口的鱔魚則不夠香脆，在地「食食通」（老饕）抱怨連連；再如狗母魚源的短缺，致使某家著名汕頭魚麵居然宣告關門大吉，令人傻眼！

還有叫美食家反感者，有些店家因爲世代交換、使得味道走精（tsáu-tsing）（走鐘）了。這固然是因爲有些接手的年輕老闆嫌某些製程太過麻煩，而乾脆找來代替作法，譬如虱目魚丸、摃丸一旦使用機器射出，由於內餡太過紮實，沒有空隙，失去了吸納湯汁的空間，從此少了那股口腔爆漿的刺激，再者，養殖或栽培的食材過程不同，滋味當然也隨著轉變，試想從前吃廚餘的豬隻，怎會和現代科學飼養的豬肉味道相同呢？吃草的紐澳牛和餵食玉米的美國牛，不也就差別很大嗎。

小吃攤因便宜大碗又好吃，成了庶民最愛。不過這一行傳承預見了一大堆問題，開小吃攤的父母賺了錢，把子女培養成碩博士或其他光鮮亮麗行業的業者，那麼誰來接攤？許多只能靠移工或外籍配偶來接手水的辛苦工作，林林總總歸納起來，許多小吃業者都

魚夫

作家、畫家、美食家、生活家。興趣廣泛，不墨守成規的雙子座，曾任報社主筆、漫畫家、主持人、電視台總監、動畫公司老闆、大學教授。半百後，移居台南享受慢活人生，探尋各地飲食文化，藉畫筆鍵盤和大家分享。著作等身，圖文並茂為其特色，近期著有《雨的布魯斯》、《臺北食食通》等。

媽並沒有特別教我怎麼煮，直到我十八歲離家、在東京開始一個人生活，發現原來味噌湯是很有營養的料理，可以放青菜，蛋或豆腐，也可以放豬肉來當成豚汁，很自由自在的。忙碌時，午餐就算只準備飯糰和味噌湯，對我來說也算營養平衡。現在，這也是我對自己和家人健康的小小貢獻方式。

味噌湯在我的認知上，有三個關鍵：高湯、味噌、配料。

很幸運的，來到台灣後，我變得很會熬高湯；因爲遇到了電鍋這個台灣國民家電，朋友青木由香小姐教了我這個好方法：將高湯包放在內鍋水中，電鍋的蓋子打開著煮，就可以有黃金色的高湯了！熬高湯變得很方便，不用在瓦斯爐一直顧。就算沒蓋蓋子，電鍋裡的溫度也不會太高，煮起來的高湯完全沒有腥味，很像高級餐廳的高湯呢。大家也可以試試看。

近藤小姐飲食生活裡，不可缺少的就是日本媽媽每年親手做的「卡哩卡哩梅」
（可以直接吃，或切成小塊做成飯糰，好吃又好用；也是小朋友的最愛。）

我成為台灣歐巴醬的修練之路
作者｜近藤弥生子
出版｜大旗
透過台灣生活大小事件，深入觀察台日文化差異、直率道出：藏在「雞婆」精神裡的台灣魅力。

再來是味噌。在日本各地都有當地的味噌喜好，我是九州人，習慣吃「麥味噌」。我們在台灣的一家四口，消耗味噌的速度非常快，每次回日本探親，都會帶一堆麥味噌和高湯包回來，確保庫存。最後是味噌湯的料，大家喜歡吃什麼呢？我是白蘿蔔和海帶，或是茄子。但目前都比較配合小孩的喜好，像是我們家弟弟喜歡吃豆腐，所以我們家的冰箱一直都會有豆腐。而且台灣豆腐很好吃，完全不輸日本。

我問過小孩「你們喜歡哪一道媽媽的菜呢？」，他們的答案是「飯糰！」、「章魚燒！」、「御好燒！」。結果都是些很簡單的料理，眞覺得很沒面子。而且好像在小孩的選項裡，對味噌湯沒什麼印象。不過沒關係的，雖然味噌湯的口味和效果很清淡，沒有什麼存在感，但我相信它可以慢慢變成孩子的故鄉味道。

日本媽媽的味噌湯裡什麼都有

不擅長料理也沒關係

我是住在台灣十二年的日本媽媽。台灣朋友聽到「日本媽媽」，好像大部分的人都以爲我很會煮飯。但很可惜的是，我是屬於「不會煮一手好菜」的日本媽媽。（當然在日本這樣不擅長料理的媽媽也是有一定族群的）

撰文、照片／近藤弥生子

近藤弥生子

現居台灣，編輯、紀實文學作家。曾在東京的出版社從事雜誌編輯，2011年移居台灣。著有四本關於台灣數位大臣唐鳳之相關中日文著作。最新散文書為《我成為台灣歐巴醬的修練之路》。

在台灣約前六年，我曾是單親媽媽。然而六年前，與現在的台灣人先生再婚。「台灣人先生」很會煮飯，所以通常都交給他。有時候我也會想要煮飯給家人吃，但小孩總是要爸爸煮；畢竟像中餐或晚餐，他都會煮三菜一湯，菜色很豐富，當然會想要他來煮呢。話雖如此，那我有沒有機會，讓我的家鄉味可以傳給小孩？當然有啊，例如日本跨年時吃的蕎麥麵，及日本過年期間會吃的御節料理，我都會準備。但更接近日常生活的話，我的答案是「味噌湯」。

十二年前剛來台灣時，才知道台灣也有所謂的「台式味噌湯」，現在的我已經很喜歡吃涼麵時配上台式味噌湯，覺得這樣搭配，可以有完美的一餐。不過，我認爲日本的味噌湯和台式味噌湯是完全不一樣的東西。主要差別是：調理日本味噌湯時，會先熬好高湯之後加熱，並在瓦斯爐關火後，才會放入味噌。加味噌之後就不會再滾煮，不然味噌的香味就會消失了。很意外的，在日本生活時我對味噌湯沒有特別的感情，但在國外生活時，總會突然想起日本的味噌湯。小時候媽

過牠自己射出的厄運之箭的突襲，在歷時兩週的無憂少年時代，找到乾淨平滑的棲息所，其後的歲月也會充滿著壓力、激情和危險。」

引人垂涎的食譜，則是這些書裡最實用大方的餽贈（眞的有雞湯，也有烤雞）。安閑園的「薑味烤雞」，全雞腹內塞滿薑、外皮也貼滿薑片，是「轉大人」的補品標配，耗時費工，「以稻稈燒上兩個鐘頭，薑的藥效便會完全滲進雞肉中，薑與雞肉的效用相輔相成，對發育期的身體特別有益……同時也是讓邁入成年的孩子有所自覺得一種儀式吧。」

費雪鑽研古今中外食譜，在《如何煮狼》的〈如何燒水〉篇章中，她提到「中式清湯」，以清牛肉湯或清雞湯或蔬菜汁爲底，加入青蔥及多種蔬菜烹煮而成。讀費雪寫的食譜，像是姊姊在身邊提點注意事項，說明如何享用。兩位東西方飲食作家的生活時代背景都在廿世紀。辛永清歷經日治時代、國民政府來台等政局動蕩期，她婚後隨夫婿前往日本生活，在孩子出生後離婚，獨自帶著孩子在自宅經營烹飪教室，從法國菜教到台灣料理，廣受歡迎，NHK電視台甚至邀請她開設烹飪教學節目。在那年代，離婚女子生活並不容易，她卻能在異國活出自我。

費雪的《如何煮狼》談的是美國二次大戰後的困頓歲月，許多物資都得透過配給取得，她讓好好吃飯成爲一種行動、一種信仰：「戰爭誠然是獸行，但有件事足以證明我們是人類，那就是，即使碰到戰爭，我們都有能力從中學習如何過得更好。」至於那頭「狼」，費雪在書中引用莎士比亞名句：*Appetite, a universal wolf.*（詩人張錯在該書總序中巧譯爲「食慾是一匹無所不在的狼。」）我們不但不能被牠吃掉，還得設法煮狼才行。兩人用生命實踐信念，生活再侷促不安，也要努力保持餐食美味、餐桌優雅，因爲那是生活尊嚴的防線與底限，不可妥協。

如今，廿一世紀的當下，國泰民安、豐衣足食（至少台灣如此），倒是忙忙碌碌讓生活成了日復一日的戰場，那匹狼正伺機而動、乘虛而入。捕狼需要勇氣、毅力，以及多一點的刻意。我們可以找回辛永清的生活儀式，清明吃潤餅、端午包粽，冬至搓湯圓；也要記住費雪的叮嚀：「用一切可能的技巧、精緻的美食和日漸增長的歡喜心，來滋養自己……這麼一來，命運即使被冷戰和熱戰所糾纏，也傷害不了我們。」

日日夜夜的廚房芝麻小事，會積累成時時刻刻的人生大事；在老派的餐桌上，優雅永遠前衛。

給廚房練習生的情書

府城的美味時光：
台南安閑園的飯桌
作者｜辛永清
出版｜聯經

將1930到1950年代台南的飲食生活，透過回望家族的日常與慶典之日：生日、婚禮等，如實記錄下來。除了探查彼時台灣風情，也一窺辛永清到日本學習鋼琴、成爲一代中華料理家的生活觀與堅韌性情。

美味的饗宴：
法國美食家談吃
作者｜薩瓦蘭
出版｜時報

本書英文版由費雪親自翻譯。作者名言「告訴我你吃什麼，我就知道你是怎麼樣的人。」展現了對飲食探研的自信。身爲十九世紀的政法大家，薩瓦蘭將畢生體驗過的飲食樂趣化爲本書，談飲食現象、歷史和文化知識，也訴說吃食經驗中的奇遇。經典的美食之書。

我吃，在廚房
STORY

現代通用的主婦煮夫機智生活

向20世紀飲食作家學做心靈雞湯

撰文／游惠玲　圖片／編輯室

如果將飲食文學當作勵志書來讀，那麼作家辛永清及費雪（M.F.K. Fisher）烹煮的心靈雞湯絕對是「眞材實料」。可讀可嘗，精神面與實質面都照顧到了。辛永清的《府城的美味時光：台南安閑園的飯桌》敘述別緻生動，是兒時台南生活的回憶。一開場就寫「珠寶婆」攜來一大箱玉鐲手飾，搖曳生姿，能言善道，掀起安閑園裡太太與姑娘的笑。「這位婆婆不知道多大年紀，身材嬌小，一雙腳是當時已經罕見的纏足，照樣蹬著有跟的鞋子。她每年總有三、四回，搖著大屁股，走過前院鋪了草皮的石板路進來。」

成爲台日料理名家的辛永清（圖片／聯經出版）

舊時台南仕紳的大戶人家傳奇，一幕幕活靈活現，像追劇，台版的「紅樓夢飲食生活記」，循著節氣與節慶，跟著辛永清度過當時的美好無憂。

有「美國飲食文學掌門人」稱譽的費雪著作等身，可惜中譯著作僅兩本（且已絕版，向出版社許願再印）：《如何煮狼》及《牡蠣之書》。光聽書名就知道費雪寫作絕不甘於平鋪直敘，其文字慧黠靈巧，觀點犀利有理。教科書裡的生物學，在費雪筆下像是偵探小說般滋潤曲折。《牡蠣之書》第一章的篇名〈軟體動物的愛與死〉就不尋常，開頭扣人心弦：「牡蠣過著恐怖但刺激的生活。說實在的，牠活命的機會渺茫，就算牠能躲

游惠玲　｜攝影 李俊賢

料理與廚房生活研究者。從小想當廚師，長大成為記者，專跑飲食及農業，發現從料理角度看人生，美麗美味無窮無盡。目前持續文字及料理創作，保持好奇心及好胃口。著有：《飲食是最美好的教養：給孩子的40篇美味情書》。

炒麵。我認爲每天要想今天要吃什麼實在很傷神，我也不太熱衷烹飪和看美食節目，能可以吃飽趕快回去工作就好。

去年在高雄圖書館裡借了一本日本女醫生教你二十八天荷爾蒙美容法，提到每天早上喝一碗味噌湯可以促進消化，我就這樣喝了半年，每天早上都起來煮一鍋加了蔬菜和小魚的味噌湯當兩餐抵。

我也不太會追食物流行，對現在大家正在排隊的美食並不太關心，我也不習慣替食物拍照記錄，有次和曖昧對象出去吃飯，我對他認眞地拍攝那碗普通至極的咖哩豬排飯的行爲感到煩躁，之後他就娶了別人；一位長相甜美的棉花糖。

倪瑞宏

1990年出生，天秤座，來自台北的全職仙女藝術家，著有《仙女日常奇緣》、《蓬萊仙山【悲情夢】》。出道多年深受誠品各部門照顧，近期作品於台北捷運中山站，誠品 R79漫讀丰景節展出（展期至2023/9/30），內容是關於中山區的神祕夜生活產業。

蓬萊仙山錄影帶雙封面盒裝套書：春遊記 + 悲情夢

作者｜倪瑞宏、黃郁仁

出版｜鯨嶼

透過田調，將台灣電視史上快被遺忘的歷史事件（蓬萊仙山電視台及創辦人莊添光的故事），以幽默、奔放的文字與視覺，重啟討論俗世文化、美學的定義。

今年四月的清明連假，和男友去中部玩，看到電視上介紹在埔里鄉間，日式美宅裡的高級甜點店，就吵著要男友帶我去。但我並不確定自己是不是眞的想吃那塊海綿蛋糕，還是被「出來玩就該去體驗」這個念頭給迷惑，就是想和大家一樣。思考同時，男友就在門口停車場大力倒車，撞到隔壁的後車箱，凹下一個大洞。冒著冷汗下車，去店裡找車主商量，趁他在門口狂抽菸冷靜時，我點了一份店裡招牌日本鮮奶油水果蛋糕和一杯茶。被剛剛那一幕嚇到，我早已味覺失靈，眞的不太確定我在吃什麼，只是開始檢討爲了品嘗這小小一塊精美的碳水化合物，要噴了超過四萬，這就是盲目追逐潮流的下場？像我這種麻煩又敏感的藝術家，沒事還是不要試圖去隨波逐流好。

至於平日午餐，今年夏天我搬去大坪林租了間工作室，將附近的餐廳吃完一輪後，我還是喜歡吃自己煮的雜糧飯，但我又不想外帶配菜食物回來，於是我想到的解決辦法是，偷偷帶一碗自己煮的飯，去自助餐不點白飯，座位選在最角落，趁沒人注意時快速拿出自備的飯，配著吃，能吃就是福。

我吃，不在手機

LIFE

仙女可以只吃鮮花素果過活嗎？

飲食界的I型人格（內向型）

撰文、圖片／倪瑞宏

提案編輯室邀稿給我的暫定標題是：「仙女常常肚子餓，打開我的彩色冰箱」，但編輯可能要失望了，我的冰箱貧乏到不行，裡面只會有我接下來的三天早餐材料，無糖豆漿和幾顆雞蛋，下面抽屜通常會有放到乾癟的蔥。更別提兩個月前我才爲了改善家裡電費問題，把用了三十年的美國製「惠而浦」巨大冰箱給強制報廢，要不是它會漏水和沒有節能商標認證，它三十年如一日的超強冷度和超寬敞空間，我還眞捨不得它離開我。新冰箱來的那天，兩個工人將它辛苦地從我家四層的老舊公寓樓梯，一階一階的拖走時，我都聽到它在哀傷啜泣低鳴，好像強制把一個有長期漏尿困擾的長者送去安樂死。從陽台目送它被載離，我覺得我好慘忍。

我是一個對吃不太講究的人，甚至可以說是十分保守，從小喜歡哪家餐廳，就會一直去吃，而且永遠只點同一道菜。例如台大對面的鳳城燒臘，我從七歲起，凡前往就固定只吃廣州

瑞宏飲食生活中，不能缺少的是伊朗亞茲德旅遊帶回來的太陽小姐碗。宏：「雖然不是特別注重飲食儀式，但看著她都讓我心情超級好！」

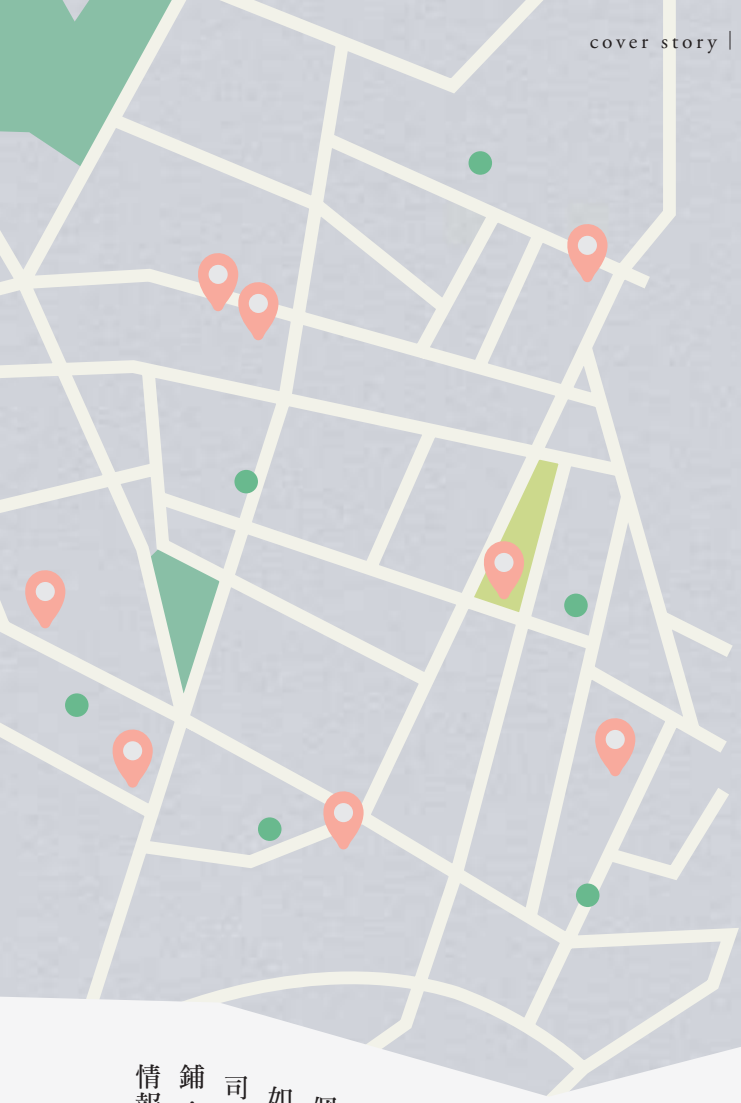
談細部之前，先假設一段消費被生成的邏輯。一個消費會被建立，從時間序來看，可假設由下面的順序生成：

①社會背景（需求的產生）→②情報工具（情報的發掘）→③資訊平台（價值的確定）→④交易手段（消費的建立）

再簡單的用情景文說明上面這個順序：

①回家不想煮飯（需求的產生）→②使用手機搜尋（情報的發掘）→③閱讀餐廳介紹（價值的確定）→④付款餐點外送（消費的建立）

上面的消費情境已是不少人生活中的一部分，或許有些人覺得理所當然，但其實這些「理所當然」都是從近期的情報工具所衍生出來之新服務鏈，下面從有「問券調查天堂」之稱的日本近況，依序說明情報工具的新服務鏈跟生活如何息息相關。



1 社會背景（需求的產生）

先從社會背景來說明。剛剛提到回家不想煮飯，從日本一九七八年調查的外食率突破百分之三十後，直到一九九七年外食比例又來到百分之三十八的高峰。爲何過去以在家開伙爲主流的生活型態，會轉變成不想煮飯，依靠外食的方式呢？不少人會想到雙薪家庭增加，下班回家還要再洗菜、燒飯、煮菜，之後再洗碗，讓原本想煮飯的人都打退堂鼓了。上班確實會讓人想放棄煮飯，但最近還冒出另一個原因，就是「想一個人吃飯的理由變得更多了」。

根據日本最近發表的「想一個人吃飯的理由」問券調查（複選），排行前三名的理由讓人非常有感，第一爲回答約百分之六十的「大家能吃飯的時間都不同，所以就各吃各的」，第二爲約百分之四十五的「雖然吃飯時間找得到人，但因吃飯習慣不同，就各吃各的」，排行到第三就大幅下降到約只有百分之十五的「大家對食物的喜好不同」。排行第二跟第三可是有幾乎百分之三十的大幅差距。簡單總結問券：社會更多元之後，要在某時間集合習性相同的人之難度愈來愈高了，一起吃飯的理由不多，一個人吃飯的需求就這樣崛起。那一個人到底有什麼可以吃？如果在二十年前，情報量限制了消費者的選擇，不是在公司附近吃、就是在住家附近，最後所選的幾乎就是身邊的店鋪，直到十年前，情報工具技術革新，大幅提高了消費者的情報量，才開始有更多選項讓人離開目前的生活圈。

我吃，在手機
ISSUE

現代人的飲食地圖是如何被改寫的

以日本爲例

何時發現自己愈來愈習慣一個人吃飯？跟親朋好友聚會的次數沒以前多？更善於用金錢來換取自由時間？這些年的生活型態，是自然而然的改變？還是什麼原因讓它變得跟之前不同。能影響生活型態的要素，最直接的應該就是年齡成長後的社會身分變化，第二則是科技變革後的情報工具變化。

社會身分的變化，可說是影響生活型態上比較古典的因素。學生時期的經濟開銷還無法自主，食衣住行會有極大部分受到家庭或是學校的箝制，自主變化的幅度有限。而當身分轉變進入工作時期，開始有了固定收入，經濟的可自主性提高，慢慢脫離家庭跟學校的生活圈，生活型態也隨著公司以及居住所在地（因工作搬家等），產生之前沒有的變化。但這改變，也僅限於物理上移動距離的框架，體現於從起床上班、到回家休息，這條路線上的交通風景以及情報量對你的影響。

情報工具的變革，則完全打破過去的限制框架；即使身分沒變化，也能讓生活過得比之前更豐富。科技在二〇一〇年左右，開始前所未有大進化，透過升級的情報工具，能讓原本通勤之路上既有情報量，產生倍數變化。這些新情報，除了改變我們對既有生活型態的看法，實質上也讓我們走出過去，嘗試新奇的服務跟體驗。

下面從飲食消費的變化，來說明情報工具是如何默默發揮其影響力的。

撰文｜商社男

曾任職於日本前五大商社之台灣現地法人。十餘年商社經驗，業務範圍從飼料、大宗物資、畜產肉品、加工食品、百貨纖維、業務用食材、實體通路，投資業務，到經營企劃等，專長於日本企業，國際貿易，消費者行為，及店鋪經營之研究，以介紹台日消費流通之趨勢與消費原理為主軸，提供不同角度的思考方向。

4 交易手段（消費的建立）

要是在過去，看到一連串的餐廳訊息後，經過比較以及考慮自己的偏好，到最後終於選出一家很想消費的餐廳，問題來了，要是不出門你是吃不到的，這個類似紙上談兵，看得到吃不到的情況，也在大家已熟悉的外送服務登場後，把前面一連串訊息消化後，轉換成實際的交易。不需要出門，也可以付款以及取貨。

外送是個老服務，日本從江戶時代，就開始有外送服務的概念，那時候是扁擔一邊放熱湯，一邊放食材，這樣的移動式攤販，不只是移動餐點，而是一個把餐廳移動到你家的概念，缺點是店鋪位置不固定，想消費的時候不一定找得到店。九〇年代後美式連鎖比薩店蓬勃發展，只要有聯絡方法，隨叫隨送，但只限於比薩相關產品。二〇一五開始發展的外送服務，一下把過去只限於比薩類產品爲主的外送方案，擴大到所有的餐飲品項，帶來巨大改變。這最後一哩路的附加價值，雖然看起來就只是「配送」這個功能，但它可承載的產品內容接近無限多組合，在不出門的狀況下，想在餐桌上出現什麼就出現什麼，豐富了我們的飲食生活。

上面說明的「①社會背景（需求的產生）→②情報工具（情報的發掘）→③資訊平台（價值的確定）→④交易手段（消費的建立）」新服務鏈，巧妙的跟個人化的社會背景相互契合，並且在需求發生時，用手機就可解決生活上之問題，時機，時效加上便利性，讓現代人的生活更脫離不了其中。

無論情報工具如何進化，消費者還是會走出家門，看到移動途中的沿途風景，這些風景還是會讓消費者發現其他的選擇機會。科技影響我們的生活才剛開始，十年後的餐桌，應該又會與現在呈現不同的風貌。

邊等外送邊讀

吃的抉擇
作者｜碧．威爾森
出版｜常常生活文創
以高明見解，講述現代人飲食的變化與未來趨勢。如社群發文讓人只重視外表、忽略食物的美味；飲食過剩卻營養不良。幫你快速建立飲食新思維。

超級外送員
作者｜蔡宛芸
出版｜游擊文化
集合衆多外送員的集體經驗，從眞實案例挖開外送工作的內幕。吃著直送到家的餐點時，你會知道它們經歷了什麼。

2 情報工具（情報的發掘）

個人認爲手機是這世紀最大的發明，目前爲止，它應該是歷史上最強大的情報收集工具，雖然電腦的顯示性更佳，但手機可攜帶又便利，讓它站穩情報收集工具第一名。寫這段時，聯想到 LINE 這個通訊 APP，如今 LINE 幾乎已成生活一部份，體感上會以爲這個服務存在許久，查了才發現 LINE 是二〇一二年二月於台灣推出，差不多才十年多時間。爲什麼要說這個，因爲手機要是只剩「硬需求」的通話功能，沒有打發時間的「軟功能」，是無法變成高度黏著的生活必需品。而變成必需品之後，就有更多機會點開它、接收不同情報，有接收，才有機會變化。

手機跟我們的生活結合得多緊密呢？看一下現代人一天黏多少時間在手機上。根據日本二〇二二年的手機使用調查，日本每個手機用戶一天平均花4.8小時在使用手機 APP，也太多了！而消費者都是安裝哪一類 APP 呢？排行第一爲工具類（就是 Google 搜尋，計算機，時間等），排行第二爲生活類（便利商店，點數管理等），通訊類則是排行第三（LINE，Gmail 等）。從這些脈絡可假設，因爲常使用手機的通訊功能，手機成爲使用率高的情報工具，之後，連解決「搜尋」及「生活類」的需求，都開始依賴手機，手機就這樣透過 APP 連結到外面的生活服務。再回到「①社會背景」，外食率變高，及一個人吃飯的社會現象興起，上面提到的手機特性，剛好成爲解決這類生活需求的最佳情報工具。在十年前，可是沒有這麼方便的工具可以解決問題。

3 資訊平台（價值的確定）

手機雖讓進入消費者腦海的訊息變多，但到底要選哪一項？仔細想想選擇某間餐廳消費，最基礎的理由，就是那家店對當下的你是有價值的；產品符合口味，服務滿足你的需求，氣氛舒適，都是價值。而如何找到對你有價值的店家，近年竄起的資訊平台（類似 Google 地圖評論）就提供了這個服務。

餐廳的價值要被消費者認可，從日本這個後疫情時代的問券調查（可複數回答）可見端倪：「消費者去哪種類型的店家，會先用網路搜尋？」回答餐廳的爲百分之七十七，美容院爲百分之五十一，超市爲百分之三十四；可見去超市時，網路訊息影響沒那麼大，消費者還是比較靠實體宣傳來決定。但是否會去某家餐廳，網路訊息可是極爲重要。據調查，大家在意的訊息類型，排行最高的爲百分之五十七「評論數量」，及排行第三的百分之五十「評論內容」，意即餐廳價值要被建立，跟網路評論數與內容有高度正相關，而短時間內可看到最多評價內容的地圖工具，提高並改善了消費者的決策正確率與效率，發揮了對於決定餐廳價值、前所未見的影響力。

要在競爭激烈的資訊平台產業中勝出，基準就是：刊登符合實際造訪體驗的內容；現在的主流，評價都是由消費者自行撰寫，搭配防呆機制，避免特定人員寫入有預設立場的內容。既然內容沒太大問題，店家也不用擔心很難被尋找到，因爲爲了要讓自己的資訊量能最豐富，幾乎所有平台連超級冷門的店家都會寫入，加上關鍵字搜尋的功能，與其說網路評價限制了我們觀看的選擇性，更貼切的應該是，資訊平台降低了資訊獲取的距離以及搜尋門檻，讓生活出現更大可能性。

了下來。」爲的是要襯托，有多麼值得一吃：「一小碗麵，上面放了一湯匙深色、鮮嫩的牛絞肉。但只要你一用筷子拌開，就喚醒了碗底油亮亮的香辣調味料的風味……只要幾秒鐘，你的嘴巴馬上就像著火了一樣。嘴唇因爲受到花椒的突擊開始顫抖，全身因爲發熱而活了起來。」

在電影裡我們不會老是看到有角色對著鏡頭說：「我現在很悲傷。」導演會安排特寫眼淚滑過的臉龐，會有肩膀抽動的背影。這還是最直白無聊的層次。捏爛的紙、破掉的花盆，被風吹得翹起來一飄一飄的什麼，鬆開的手掌滾出一個什麼，都可以訴說讓觀眾也掉淚的悲傷。發現了嗎？在電影裡，那些客觀的場景本身，更揪心。

那麼，當我們想說：「這個很好吃。好吃到爆掉。」能不能先不直接用好吃這兩個字，卻用許許多多客觀的場景來說呢？被舔得不留湯汁、只留一條一條痕跡的麵碗底部；長到令人倒抽一口氣的排隊人龍；或者一分二十秒，就被完食。特寫鏡頭、廣角大景的場景描述，或是奇妙的數字、宛如縮時攝影的急促場景轉移句子，文字也可以充分「拍」出有壓迫感的美味震度。

另一位高手是寫過《日日是好日》的作家森下典子，她有一本散文《記憶的味道》，從泡麵寫到白粥，都不是特別了不起、大家沒吃過美妙得天上才有的食物，而是大家都熟悉的家常味道。但卻可以讓人好奇地不停想問：「然後呢？」「然後呢？」典子小姐用筆拍電影的技巧，其實不難，容易得俯拾即是。

那就是寫下各種生活中的聲響。我常以「耳朵似乎很好」來介紹這位作家出場。因爲她僅僅是用「唰」地放進平底鍋拌炒的聲音，或者「叩」地倒入四方形的飯塊，再「喳、喳」地切開，「咻、咻、咻」地飛濺出瓶子裡番茄醬的幾段字，再怎麼用力抵抗的人，也不小心浮現了那個做蛋包飯前炒香白飯的香氣、煙霧、熱度，和想吃的感覺。告訴我，你是不是不小心吞了一大口口水？

試著寫下各種美好食物發生前、發生時的細微聲響，你會發現它自帶香味，自帶熱度，那就是電影感的魅力。太多了，你還可以寫入許多對白，有意識的勾勒幾個角色等等，平時用在電影裡的安排，都會讓現在屢屢被嫌棄的純文字，誘惑躍然眼前、鼻尖、舌上。

愈寫、愈發掘，當然被你勾引得口水直流的人愈來愈多，但大爲滿足的，其實往往是更陶醉於美食現場蒐集各種新感覺的，你自己。

讓發文香香的

魚翅與花椒：國際川菜權威扶霞的飲饌起點

作者｜扶霞．鄧洛普

出版｜貓頭鷹

當研究中國邊疆民族的學者，變身西方川菜權威，不只有對中國菜的驚嘆與文化書寫，還能偷師描寫料理的美妙文筆！

餐桌攝影的法則

作者｜ Nana*

出版｜原點

SNS 上會寫也要懂拍。NHK 文化中心講師的桌上攝影課，分享關鍵的拍攝訣竅，新手也能完美拍出高質感照片。

我吃，在手機
TIPS AND TRICKS

電影感寫作法

SNS 發文有救了

撰文／盧怡安

我是個話多的人。也喜歡（逼）別人聽我說話。久而久之練就了逼別人聽我說很多話的技能（笑）。

在 SNS 上寫個兩千字依然有人讀完的原因是什麼呢？大概是試圖勾引大家花十分鐘時間，看我用文字播出一小段帶有音效與情緒的電影吧。（謝謝大家捧場。）

想讓人身歷其境，讓大家不由自主地被牽著情緒走。我稱之爲「有電影感的文字」。可能我手中的電影拍得並沒有那麼好，不過，許多前輩們是電影感寫作高手。寫《魚翅與花椒》的扶霞．鄧洛普就是其中翹楚。出身英國 BBC 記者，扶霞在九〇年代去成都，在四川廚藝學校拿菜刀和鍋鏟學川菜。無論語言或味覺、武器和空氣，全新又陌生，卻能夠得到當地的敬重。我覺得她很威。

但更威的是她筆下如電影般的文字。沒有照片，沒有影像，單憑文字（甚至是翻譯過的），就能帶我們登入沒有手機可以錄影那年代裡的成都街頭：川流的腳踏車、茶館裡嘩啦啦洗牌打麻將的人，拿滾水四處走動加水的侍者，挑竹擔叫賣「擔擔麵、擔擔麵」的小販……成都在她手中變得立體。

我時常分享她寫的何老闆的〈擔擔麵〉。

她不說：「這他X的是一間環境很破的麵攤。」她說：「把我的書包丟到地上，距離川流不息的腳踏車不過幾公分的地方，在搖搖晃晃的凳子坐

秋刀魚變溫柔了
作者｜盧怡安
出版｜重版文化

讀完後變溫柔的不只秋刀魚，還有你自己的生活。一本彷彿原本就放在家中隨處隨翻的飲食散文。（內含怡安流食譜喔。）

盧怡安

飲食作家。從 fine dining 到市場小吃，熱愛飲食，也愛動手做菜的人。喜歡安靜地待在家，也喜歡衝動型旅行的雙重人格。市場、小鎮、新奇的食材總會勾起好奇心。攝影、寫作、策展、食譜設計，參與領域總無法定義。2021年 Tatler 雜誌選為亞洲最具影響力的250位 Taste Maker 之一，2018年開設「流口水寫作俱樂部」至今。曾出版《秋刀魚一條半》、《秋刀魚變溫柔了》。

饕客的有感體驗

59棵大茶樹呼喚：十年不覺茶山夢

作者｜張耀

出版｜積木

張耀封筆多年後首部茶山著作。
困鹿山、西雙版納、臨滄冰島，到極邊之地騰衝的偏僻角落，進出雲南崎嶇山區行腳七、八萬公里，就爲了跟活著的古老生命——大茶樹，相知相惜。

小食客的食育練習

台灣早餐地圖

作者｜百香果　繪者｜百香果

出版｜聯經

你最喜歡吃怎樣的早餐呢？19 張精彩的手繪早餐地圖，結合各地美食與文化風貌，挑動你的味蕾，讓人口水直流。更讓美食不只是美食，而是深入了解台灣的第一步。
全台各地的美味早餐，一次收錄！現在就啓程，來一場按圖索驥的美食之旅！
一日之計在於晨，讓台灣早餐每天跟你說早安，帶給你滿滿的元氣。

PLAN TOYS小主廚／陽光早餐托盤

陽光灑落的早晨，最適合來份營養滿分早餐，附托盤可讓孩子享受送餐的樂趣，是孩子扮家家酒的必備玩具。

Jellycat趣味萊姆／18cm

擁有最柔軟的絲滑觸感、溫柔安撫心靈的魔力，隨時獻上最溫暖的陪伴。

探索更多靈感提案

2023.09.01 Fri.——10.01 Sun.
參展書籍79折起 精選商品85折起

餐桌上的靈感

2023秋日飲食提案

Inspiration for Your Table

飲食的靈感探索

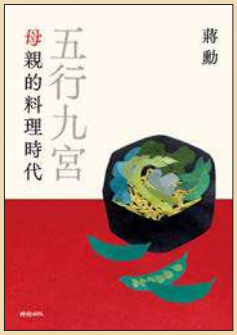
透過「吃」體驗人生百態 了解世界脈動

慢食天下

作者—焦桐

出版—二魚文化

焦桐人稱「臺灣飲食文學教父」，本書系統性描寫飲食各面向，文字幽默，深刻，充滿畫面感，可讀性極高，深受讀者歡迎，再爲華文世界的飲食文學樹立新標竿。



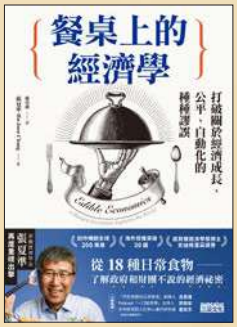
五行九宮：母親的料理時代

作者—蔣勳

出版—時報

以「五行九宮」的概念，書寫作者回憶母親在餐桌上端出的美食。

以大自然環境入題，讓讀者通過植物知道季節，學習了解生命的循環。味覺記憶的甘、鹹、辛、酸、苦，自然調和平衡。「五味雜陳」，像是味覺，彷彿又更像人生。



餐桌上的經濟學

作者—張夏準

出版—三采

原來咬一口草莓、喝一口可樂都是經濟難題？

經濟學者張夏準以食物爲線索，證明「生產自動化」、「股份有限公司」、「初生產業保護論」等全都關乎食衣住行；他將以歷史實證，拆解現代經濟面貌的背後眞相。

不打烊的書店奇幻時光｜精選推薦——

9/16（六）馬來西亞吉隆坡店 Light on eslite 雕刻時光 一夜星辰下，點一盞無眠

14:00—16:00

詩歌的無限性

表演單位｜詩無Ji Dan×口口詩刊

以詩與聲音的結合，讓詩歌從書頁裡，從字裡行間跳脫，透過一系列實驗性嘗試，重新理解「詩」這個載體。「口口詩刊」爲大馬首個數位詩刊搭配「詩無Ji Dan」大馬華語詩歌朗誦open mic平台，共同呈現詩歌的萬千變幻。

詩無Ji Dan

口口詩刊

17:00—18:00

本土民謠的新表達

表演單位｜Bayangan

馬來西亞本土民謠歌手 Bayangan（本名 Fikri Fadzil），以低沉而溫暖的嗓音，帶領聽衆進入歌者的內心世界，與其共鳴、反思及探索這片土地上的故事與旋律。

Bayangan

19:00—21:00

激辯與火花

表演單位｜有亮點辯論團隊

「有亮點」由一群馬來西亞前大專辯手組成，積極推動辯論結合脫口秀的表演活動 —— Open Debate 。以創新與互動的方式，結合有趣議題進行辯論，讓各群體間進行思維的碰撞。

有亮點

—— 24小時書店的各種想像！

9/2（六）誠品生活時光 淡水英專店

身心靈的休憩所

透過一次閱讀、一本好書、一場講座，讓自己從內而外提升；
慢下腳步，到誠品生活時光享受多種愛自己的方式。

- 澳式生活旅遊講座——同遊澳洲體驗生活
- 星光電影院——放映片單《花生醬獵鷹的願望》
- 晨間時光Happy Time——美式咖啡/豆奶拿鐵，$149無限暢飲

誠品信義與讀者及不熄滅的靈光相遇！——24 x24 主題夜讀講座｜3F典藏敦南專區

9/16（六）20:00—21:00

名人夜讀：我的閱讀與創作

主講人｜黃山料／暢銷書作家

連續兩年登上誠品暢銷榜年度冠軍，出版作品含療癒系散文集《好好生活 慢慢相遇》、青春戀愛小說《好好再見 不負遇見》、失戀療傷小說《餘生是你 晚點沒關係》奇幻初戀小說《那女孩對我說》，2023年最新著作《人間孤獨 卻與你一見如故》。

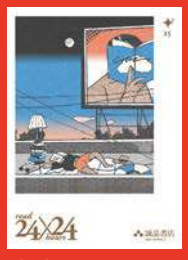
黃山料

read 24x24 hours

24x24：24家不打烊書店, 24種日夜閱讀想像

永遠會有一個地方，不論白天或黑夜，都歡迎身爲讀者的你，走進書店享受閱讀時光。1999年三月的誠品敦南，作爲全球第一家24小時書店，記錄著人們在台北晝夜閱讀的身影，而從今年六月開始，誠品書店串連海內外24家門市一起挑戰不打烊的閱讀企劃。每個週六，你都能期待著哪一間誠品書店將在這週化身爲24小時書店，展開奇幻的一夜。

9/2-9/3 誠品生活時光 淡水英專店



9/9-9/10 誠品書店・台大店

9/16-9/17 誠品書店 馬來西亞吉隆坡店

9/23-9/24 誠品書店・宜蘭店

24款紀念藏書票

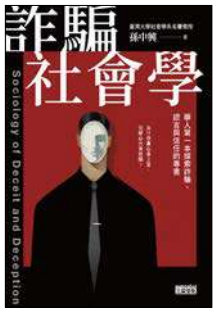
由8位台灣插畫家分別繪製及詮釋不同的閱讀想像，以「日耀、月光、星辰」對應一日24小時，期間發行、限定珍藏！

★每週六日，誠品會員於「信義書店或當週主題店」單筆消費滿 $600或參與24x24系列活動即可獲得 紀念藏書票 乙張（每人每日限兌換乙張，共24款）

★集滿24款紀念藏書票，即有機會抽中誠品行旅住宿 乙晚！

孫中興

臺灣大學社會學系名譽教授。著有《詐騙社會學》、《學著，遇見愛》、《穿越時空，與孔子對話》、《學著，好好分》、《學著，好好愛》、《論語365：越古而來的薰風，徐迎人生四季好修養》、《久等了，韋伯先生！〈儒教（與道教）〉的前世、今生與轉世》、《令我討厭的涂爾幹的社會分工論》等書。



《詐騙社會學》

作者｜孫中興

出版｜三采文化

還治其人之身」這種快意的報復心理。

所以，我才會用身體相連而頭部各自獨立的連體嬰來做具體的比喻，幫助讀者了解信任和詐騙的同異：相連的部分是信任，不相連的部分就是眞實和詐騙的區分。沒有要歧視連體嬰的意思，請不要過度解讀。

Q4. 想請問孫老師，社會上有一部分聲音會嘲笑詐騙受害者，覺得他們不夠聰明。您會想對受害者說什麼呢？

A 任何在社會中生活的人都可能會受騙，不管你當初受騙的動機是助人還是自利還是無心還是開玩笑等等。問題的關鍵在於欺騙者的動機往往只是害人而且自利，不管被騙方的死活。所以該譴責及緝拿判刑的是詐騙方才是正道。

至於不想在無意間成爲受騙者，多接受社會上的基本知識，多接觸防詐騙的宣傳，多聽多看多思考，應該是基本的防騙第一步。自己立志不騙人也是很重要的。

Q5. 您於二〇一九年秋季開課「詐騙社會學」，當時是否曾收到令您印象深刻的提問或回饋？

A 這門課我教過三次，每次都有一個訪問作業，希望學生訪問生活中的三位親友，談談他們被詐騙的經驗，最後也反思自己被詐騙的經驗。從這幾年的作業中，發現有些女同學在各地火車站前的地下道或較偏僻處，被自稱廣告公司星探的男子搭訕，說法是可以培養女同學成爲模特兒或明星。男同學則在同一類地點碰到比較多騙小錢的各色人。至於長輩，被騙最多的大概都是推銷的某些養生產品或是靈骨塔投資之類的訊息。

我個人比較好奇的卻是這幾年的修課學生當中，沒有人提及學生經常碰到的「作弊」現象，這種現象理應是同學經常會有道德衝突之處。沒人提及可能已經是視爲平常了吧！當然會有不作弊的學生，但是作弊的學生會有人認爲這是「說謊」或「詐騙」而感到內心羞愧嗎？其實，說謊或詐騙是我們一般人都會做的事情，不是詐騙集團的專利。我這本書也有部分提到這種我們自己「習焉不察」的現象，很值得我們自己在日常生活三省吾身啊！

精采全文

關於騙與被騙的五大提問

——專訪孫中興教授

去年於臺大社會學系退休的孫中興教授，過往曾開設超人氣受歡迎的「愛情社會學」，引領無數爲愛所惑的人們透過社會學觀點討論愛。這次，孫中興教授推出新作《詐騙社會學》的研究視角，來到你我都不免會碰到的騙——大至社會犯罪的詐騙事件，小至日常說的謊，孫教授同樣從社會學之眼，剖析騙與被騙。

採訪、圖片提供｜三采文化　撰文｜孫中興

Q1. **請問您爲什麼想研究詐騙呢？**

A 我一直以來都喜歡用社會學的觀點來觀察生活中息息相關的現象，也喜歡走前人沒有或鮮少走過的學術道路，所以以前研究過愛情、幽默、知識、聖哲等等，退休前幾年又開始對說謊和詐騙的現象產生極大的興趣。退休前詐騙開過三次課程，這次趁機會將目前的研究心得和大家分享，希望對於了解和防制詐騙工作有一點微薄的貢獻。

我有一年買到一本叫作《騙經》（也叫《杜騙新書》），才知道原來明朝時候早就有人將當時的詐騙行徑都整理成一本書，希望杜絕詐騙。後來我自己從思想史方面的閱讀，發現這個問題是東西很多思想家都思考過的，所以也興起了自己好好來了解一下的想法。經過幾年的準備，就開設了「詐騙社會學」的課程。

Q2. **以社會學的觀點，您認爲詐騙是人類的共業嗎？**

A 講「共業」像是宗教觀念。我不是從宗教的觀點看這個問題。我覺得詐騙是依賴信任而生，所以日常生活中很難避免詐騙。只要詐騙的程度還在不影響社會正常運作之下，其實都還好。而且社會有詐騙犯罪，也有懲治詐騙的司法制度，這種道魔糾纏的狀態在人類社會其實是常見的現象。所以要根絕詐騙犯罪基本上是不可能的。

Q3. **《詐騙社會學》中提到「謊言與信任就像是連體嬰」，請問這代表謊言與信任是零和遊戲嗎？**

A 詐騙者的謊言不依靠被詐騙者的信任或信賴，詐騙行爲就不會成立。特別是詐騙的行爲在一開始的階段，都和現實生活的眞實狀況差不多。被騙者的信用卡確實可能出問題，檢警確實可能需要民衆配合辦案，但是都不會是詐騙者所要求的那個樣子。但是後面的部分大家可能比較不明瞭，所以容易在「信以爲眞」的基礎上，不知不覺走上被騙之路。

但這不代表謊言或詐騙和信賴的關係是「零和遊戲」，也就是，不是說「謊言或詐騙多就信任少」或「信任多就謊言或詐騙少」，而是「謊言或詐騙需要被騙方的完全信任」，同時詐騙者或說謊者也要「信任」被騙者是「信任自己的詐騙行爲是眞的」；如果碰上了「騙中騙」的情況，這兩種不同層次的「信任關係」就更明顯了。「詐騙獵人」的劇情是許多影視作品青睞的原因之一，就是發洩了我們不少被騙者期望「詐騙者也嚐嚐被騙的滋味」或「以其人之道

瑪麗的勝利

——從一無所有到跟姊妹們一起打造烏托邦的女性小說*Matrix*

八年前，美國小說家蘿倫．葛洛芙（Lauren Groff）以《完美婚姻》(Fate and Furious) 一書出盡鋒頭，「藝高人膽大」的葛洛芙，把一段婚姻寫得像一齣希臘悲劇、一則寓言，甚至是一部偵探小說。該書不但登上各大暢銷排行榜、入圍美國國家圖書獎，還囊括了當年十多家媒體書店年度選書。連當年的總統歐巴馬都放在個人年度愛書清單中。（他說：「這本書，勝過我 2015 年讀過的任何一本小說。」)

撰文｜葉美瑤（新經典創辦人暨總編輯）

二〇一六年，現實世界紛紛擾擾讓葛洛芙決定創造一個自己願意踏入其中的小說世界，遂展開全新寫作計畫 *Matrix*。讓評者書迷意外的是蘿倫爲新小說選擇的背景時代竟是中世紀，故事發生地點還是修道院，而主角則是神祕極了的女人：來自法蘭西的瑪麗。

瑪麗是英王亨利二世同父異母的妹妹，也是第一個用法蘭西語寫作詩歌的女性，她留下的詩歌集結編成 *Lais de Marie de France*，書中的十二首籟歌內容都是中世紀騎士浪漫愛情故事，擅長表現忌妒、忍讓、犧牲等內在情感。

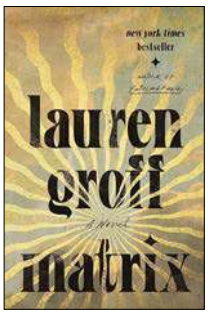
後世對這位女詩人所知有限，包括臆測她來自法國北部、推論她可能是夏夫茨伯裡修道院的院長。歷史材料不足正是小說家發揮才能之處，葛洛芙利用少數的線索，描繪出一個富有遠見的領袖，她還是位同性戀者、詩歌寫作者。瑪麗出身宮廷，但卻是母親遭強暴生下的私生女，亨利二世的王后特別不喜歡她，想盡辦法將其逐出宮、送往偏遠又窮困的英國鄉下修道院。

瑪麗當年抵達的修道院，並不是個清修美麗的地方，小說形容那是一個「陌生、黑暗、讓人感到悽慘」的地方，被送去該院的女子，個個都是遭家庭社會拋棄的女兒們，來到了這裡往往會因爲饑餓和疾病，又無聲離世而去。

對瑪麗來說，當時的英格蘭已經是個夠糟糕的地方了，修道院竟然更慘上數倍。憤怒、孤獨、渴望讓瑪麗開始致力改善生活處境。接下來的五十年，瑪麗以院長身分展開外人難以想像的建設計畫。她帶著修道院的姊妹們學習知識、工作，一點一滴把這裡打造成繁榮、自給自足的社區，名聲遠播到不但是修女，連退休的富裕寡婦和想學習的女孩們都爭著想來。

「我想盡可能遠離川普主政時的美國。」寫作此書時，是葛洛芙對現實世界最忿忿不滿的時期。然而蘿倫寫的並不是逃避現實的歷史小說。*Matrix* 故事裡的女子忙碌的是編織和烘焙，農場經營和醫療所的設置……這讓此書搖身一變而成自信的現代小說，修道院裡的女人讓我們讀到的是女性的領導力，事業抱負和夢想。

書名 *Matrix* 一詞，原本即有母性的意思，呼應了小說裡一無所的女性，賴以生存的眞正力量：她們天生就能創造。



Matrix

作者｜ Lauren Groff

出版｜ RIVERHEAD

誠品生活新店 *eslite spectrum xindian*

GRAND OPENING

敬請期待

A place for
all people,
a city for
tomorrow.

連結
眾人之所

探索
明日之城

Right here and right now.
Let's explore and connect with each other!

誠品生活新店 eslite spectrum xindian store

地址　新北市新店區中興路三段70號（新店裕隆城B1－4F）

營業時間　週日至週四 11:00－21:30｜週五及週六 11:00－22:00

大眾運輸　近捷運七張站1號出口、大坪林站5號出口

迷誠品網站
meet.eslite.com

寫在家國以外的世界

——讀沈恩的回憶錄 *Home in the World*

諾貝爾經濟學獎得主沈恩（Amartya Sen）教授在回憶錄 *Home in the World: A Memoir* 裡提到，自己最早的童年記憶之一，是船隻的汽笛聲。那時候他快三歲，和家人坐船從印度加爾各答沿著孟加拉灣要航向緬甸仰光。對他來說，湛藍的孟加拉灣海水，好像是從阿拉丁神燈裡倒出來的令人目眩神迷。

撰文｜胡金倫（時報文化出版第一編輯部總編輯）

二〇二三年即將度過九十歲的這一位哲學與經濟學教授，在 *Home in the World* 裡非常感性地娓娓道來自己的年少歲月記憶，尤其是曾經住在緬甸三年多，曼德勒（Mandalay）的美麗宮殿、宮殿外迷人的護城河、伊洛瓦底江兩岸的風光景致，還有處處可見的寺廟塔樓。沈恩教授最早的記憶幾乎都發生在這座城市。在緬甸度過童年時期後，沈恩教授回到達卡，很快又搬回去故鄉桑蒂尼蓋登。就在這個地方，他進入泰戈爾創辦的「印度國際學園」（Visva-Bharati）就讀接受教育。

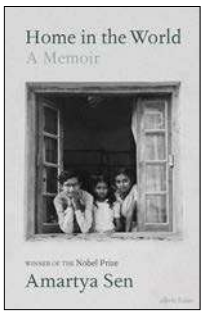
從印度國際學園讀了十年書後，沈恩教授又搬去加爾各答上大學。之後同樣選擇海路，改從孟買出發到倫敦下船，到了英國劍橋。接著沈恩教授又去了美國。最後他回到了印度，開始有時間省思歷經三十年的前半生。尤其是從第三世界到第一世界，再回到第三世界，面對不同的東西方文明。

沈恩教授認爲要思考世界上不同的文明，有兩條截然不同的路徑。一是採取「碎片式」觀點，把紛呈萬象當作是不同文明的具體展現。這個觀點認爲不同碎片之間彼此敵對，威脅到了長期以來「文明衝突」的看法。

另一條路徑則是採取「包容式」，專注從各種殊途中找出最終的文明——也許可以稱之爲「世界文明」——開枝散葉的證據。沈恩教授選擇了後者，傾向於包容式的理解。

從恆河印度文明中，沈恩教授敘述了西元十世紀末、十一世紀初，曾於印度居住多年的伊朗數學家阿爾—畢魯尼（Al-Biruni）。他介紹了印度在一千年前就發展出來的數學、天文學、社會學、哲學與醫學，更證明了人類確實可以透過友誼而擴增知識。阿爾—畢魯尼對印度人的親暱讓他對印度數學與科學產生了興趣，成爲一名數學與科學專家。不過儘管親暱，阿爾—畢魯尼還是免不了輕輕嘲諷印度人。他說，印度人的數學非常好，但是印度學者最了不起的才能是：能夠把自己一無所知的東西說得天花亂墜。

是嗎？沈恩教授在這本回憶錄裡也捫心自問。如果他也是如阿爾—畢魯尼所說的能言善道，會對自己的才華感到自豪嗎？沈恩教授沒有給出答案。他只從自己確實知道的事情開始說起，無論是不是眞的知道，那至少總是他的親身經歷。這位諾貝爾經濟學獎得主不平凡的一生，就從達卡與曼德勒開始。



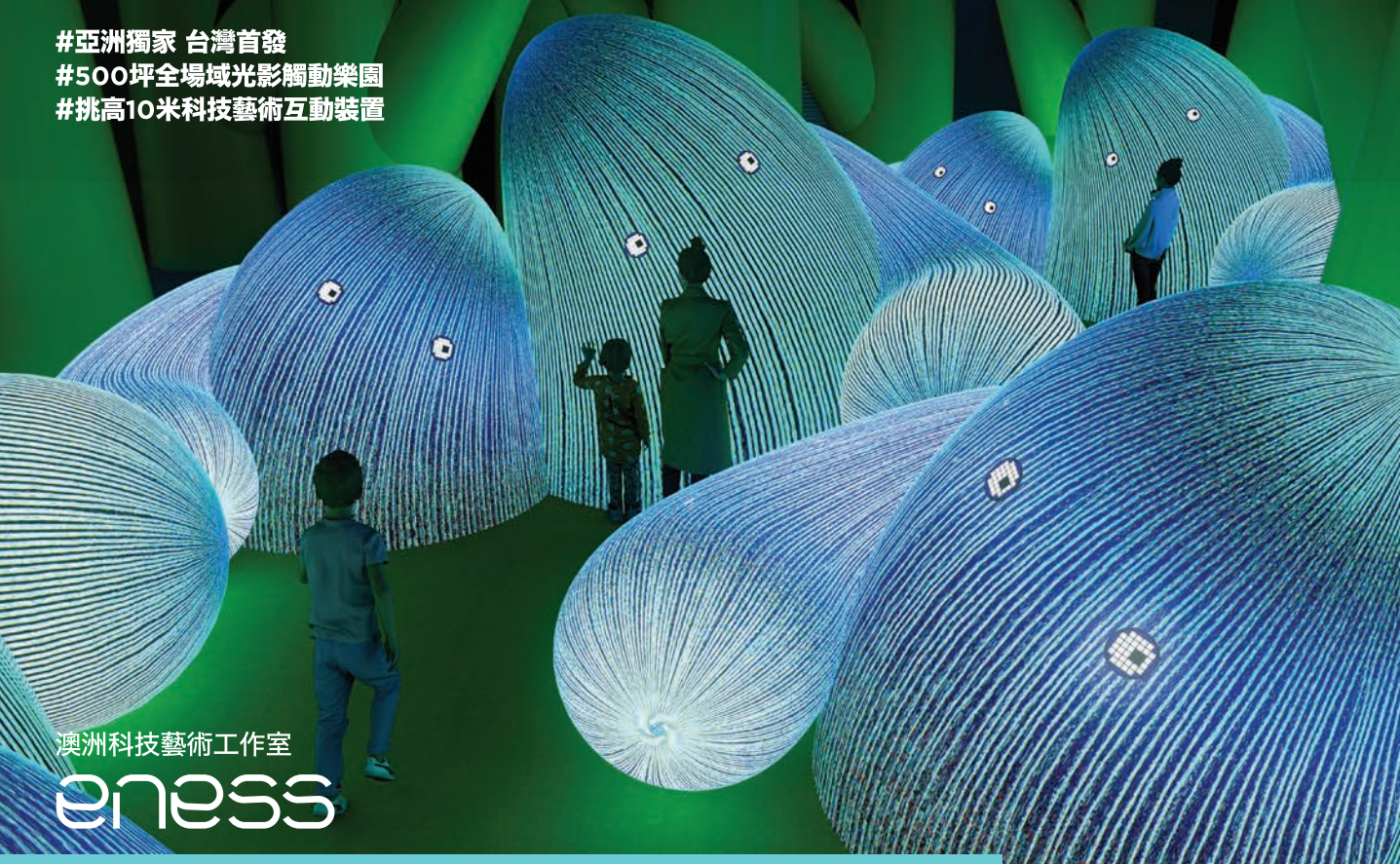
Home in the World
作者｜ Amartya Sen
出版｜ Allen Lane

2023
亞洲最大誠品
開幕特展 敬請期待

AI 靈感大師：
澳洲 3D 光影觸動樂園

I'm only human.

#亞洲獨家 台灣首發
#500坪全場域光影觸動樂園
#挑高10米科技藝術互動裝置



澳洲科技藝術工作室
eness

MODERN GURU

購票資訊

AND THE PATH TO ARTIFICIAL HAPPINESS

地點 **誠品生活新店 3F實驗場**
新北市新店區中興路三段70號

票價 **全票360元** 誠品會員享9折優惠
親子套票600元

主辦單位 誠品生活 eslite spectrum
藝術團隊 eness
策展單位 INCEPTION 啟藝

書店人最近讀什麼？

過去的十四個瞬間，十四種意義
——《死亡不是問題，衰老才是》

人們會畏懼時間的靜靜流逝，也畏懼死亡的步步逼近，同時也別忘了還有衰老這件事，會爲每個人帶來全新的挑戰，在變老之前的人生經歷，將如何成爲直面衰老的智慧。

撰文—Zera Lin（誠品書店　商品行銷部）

在桂冠詩人以及數不清的獎項、頭銜之下，翻開唐納・霍爾的這本著作之前，我幾乎是已經做好翻閱字典的準備。但沒想到作者對於自己體力、生活環境的碎念抱怨直白登場，各種死亡地獄梗及用流行語來形容的「我廢我驕傲」精神隱然貫穿全書。在十四篇主題各異的散文中，讀者能以不同角度發現作者筆下的老年樣貌，同時不斷地被翻轉、挑戰世俗對於衰老與死亡的定義。

首篇〈窗外〉寫道「無論我們多警覺……老年依舊是難以預料的未知星際地帶。那是一個外星世界，老人是另一種生命形態。」本書出版於唐納的最後一本詩集之後，他自言詩歌女神已離去，隱喻與聲韻的奇蹟不再發生，但其實在散文中，讀者依然能見一代詩人的形容功力；他述說著現實事件，時不時迸出神來一筆的結論與結尾。在〈死〉一篇，他寫出具日常況味的場景，「我一生充滿理想與抱負，而現在我的理想抱負不再是規畫未來——除了這幾篇隨筆。我人生的目標只剩下順利走進浴室。」文中堆滿因智慧累積而成的詼諧，隨性憶起同伴侶、朋友的相處場景，此時的文字已像是紀錄片般充滿畫面感。袁瓊瓊老師在推薦時以「色香味俱全」比喻作者形容過往的精采性，讀者們皆可期待。

「衰老」縱然是一個龐大的議題，能以醫學、宗教各層次切入，而在一篇篇散文中，唐納並非讓文字去試圖解釋、定義，他唯一做的就是藉書寫過去，直面未來。例如意識到自己年輕時有多愛以死亡當成詩作的亮點，而在七十多歲時，開始覺得這件事不再有趣；三十歲時他自言活在未來，因爲當下難以忍受，老年的他坐在椅子上寫一點東西，疲憊已限制了精力。相異的時間點下有所別的體悟，就在這番不斷拉扯的過程中，在在回應著書名——《死亡不是問題，衰老才是》。

這並不是一本定義老化或哀嘆死亡之書，也無意傳達高深哲理。作者就是書寫，用了伴隨一輩子的文字寫出回憶過去的十四個瞬間。只是瞬間對於年輕人的定義許是科學單位上的五秒，而唐納已能整理歸納，傳達出十四種意義。無人知曉死亡何時降臨，作者以最坦然的姿態面對，在敲響讀者心中寫著「現在」的大鐘之餘，也終爲自己創作的一生，留下了一本詩意註解。

死亡不是問題，衰老才是
作者｜唐納・霍爾
出版｜悅知文化
出版日期｜2023/06/05

③大迷人現場

2023 TAIWAN PLUS

台日一緒に

由文化總會策畫台日友好計畫，
象徵台灣文化生猛又創新的「TAIWAN PLUS」，再度與誠品生活合作，
於日本舉辦各式精采文化活動，讓東京的秋天不僅有著濃濃台味，
更要將台灣滿滿的活力與原創力一起帶過去！

主場① 上野公園
9.16-9.17

台日一緒に
旺福、拍謝少年等超過10組
台灣表團熱唱、
文化與生活風格品牌出攤，
還有台灣神靈赴日出張！

主場② 誠品日本橋
9.1-10.2

大屋根廣場市集
9.16-9.17

台灣音樂Live!
限定兩天，不僅有文化特展、
講座，還有誠品音樂派遣
大夜班員工兼DJ Zero，
帶來黑膠唱片Live，搭配各式
攤位的台味美食與啤酒！

再加一味！
台灣繪 (Way to Taiwan 台日插畫特展)

文化部駐日台灣文化中心
9.12-10.31

台日14位插畫家
以台灣生活的感受與憧憬，
繪製一幅幅台味名景，
一起愛上TAIWAN WAY!

特別企劃
臺灣印事：
「台灣夜市」
系列印章首次展出
來場台灣味的紙上旅行！

誠品生活日本橋

TAIWAN PLUS 2023

由方序中設計，可愛的招財貓填滿台灣文化生活物件，
今年特別做出台灣人拍照時最常有的YA手勢。

主辦｜文總 GACC　共同主辦｜誠品生活 eslite spectrum

Taiwan 台湾観光局　國立台灣工藝研究發展中心　原住民族委員會 COUNCIL OF INDIGENOUS PEOPLES　三井不動産 MITSUI FUDOSAN　LiMA　工業技術研究院 Industrial Technology Research Institute　台北駐日経済文化代表処 台湾文化センター　Fourtwin　Shiny

6　7　8

誠品選書

未出版先轟動之話題書
切合當今時代，不可思議的對談組合

5／始於極限

作者—上野千鶴子、鈴木涼美
出版—悅知

不單單只是「女性主義」，更多是對於自我認同、女性社會、職場工作的探討，是一本與自我對話之書！日本女性主義知名學者上野千鶴子與新銳作家鈴木涼美，十二封真誠的書信往返，緊緊抓住當代女人的困惑，討論戀愛、母女、婚姻、工作、自由、自我認同、男人等，沒有唱高調，透過犀利中不失溫度的言語交鋒，一起思考：出生在這個時代的妳，要怎麼活出想要的人生？

每個人都有屬於自己的機會
股神巴菲特幕後推手的智慧箴言

7／蒙格之道

作者—查理・蒙格
出版—天下文化

查理・蒙格是巴菲特的傳奇合夥人，他們合作無間，共同打造波克夏龐大帝國。本書收錄二〇一四至二〇二二年蒙格在每日期刊股東會上與股東的雋永問答，帶你從近距離窺看這位當代最優秀投資人的思維模式，了解蒙格的獨到見解如何帶領他成就不敗的投資紀錄。蒙格以犀利、幽默的口吻，親口闡釋關於價值投資與人生的真諦。細細品味蒙格與股東的對話，將提供你探索人生道路的最佳指南。

挑戰原爆記憶的最新力作
可愛稱號背後無法痊癒的傷口

6／陽光小姐

作者—吉田修一
出版—新經典

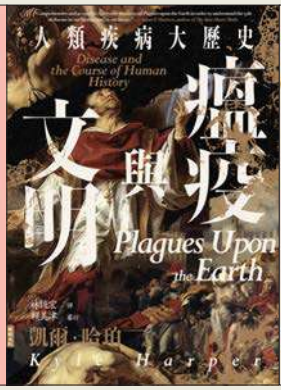
不是表面耀眼如陽光，內心卻藏著不為人知的傷口；而是今生必將懷抱著心底的傷口活下去，但仍堅定地要活得如陽光般燦爛。吉田修一出道二十五週年最新力作，輕快、溫暖的筆調挑戰長崎與原爆的記憶，以傳奇女明星和樂京子與她畢生摯友佳乃子的人生，道出投放在廣島、長崎的原子彈也不能摧毀的柔韌與堅強。即使世人的掌聲中隱含揶揄，她也不會退後半步，她的幸福，由她決定。

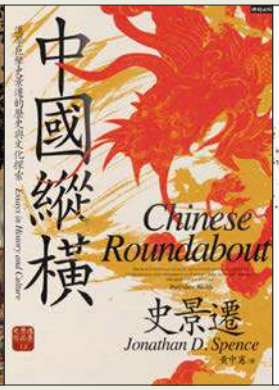
備受矚目的「食物設計」風潮
兼具新知、觀點與方法的實戰之書

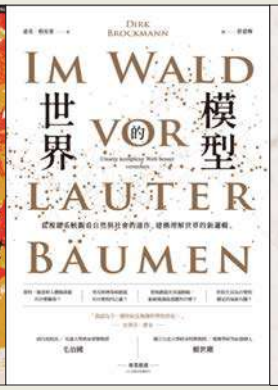
8／食物設計

作者—詹慧珍、黃若潔
出版—果力

作者詹慧珍是台灣第一位取得食物設計專業學位的食物設計師，結合產品設計師黃若潔，以本書帶領讀者進入「食」的設計思考，帶你一窺餐盤內外的世界。書中以六大領域，引介國際最新食物設計趨勢，收錄二十組精采個案；第一手專訪七位世界級頂尖食物設計師，分享他們對食物的未來想像與創作靈感；解析創意獨具的獨立工作室、藝術與實驗性展演計畫等，讓你眼界大開。







5 4 3 2 1

我們是否真正理解創造的意義？找回創造力，重寫現實的突變可能性

1／進化思考

作者—太刀川英輔
出版—雙囍

什麼是創造？創造力只屬於擁有天賦的少數人嗎？太刀川英輔熱切地讓我們相信創造是人類固有的能力，我們所欠缺地只是一套學習的系統，本書就是你我都需要的創造力學習工具。學習創造力只是邁向未來的開端，在過程中，太刀川反覆地提問釐清六大問題。在嘗試以「進化思考」找回我們固有的創造力的同時，也一併以永續發展，節約能源爲方向，重新思索人類跟自然的關係。

最會說故事的漢學家 耆萃學術關懷與研究精華的經典之作

3／中國縱橫

作者—史景遷
出版—時報

史景遷在廣受讚譽的學術生涯中，已確立其傑出中國歷史詮釋者的崇高地位，他的著作展示了非凡的學識、活力、優雅和想像力，吸引了無數讀者，讓一般大眾也能接觸到原本只有專家才能了解的主題。本書分成五大部分，這二十五篇文章包含了與史景遷的長篇巨作相互呼應的主題，讓讀者得以一窺其治學脈絡的核心精神，並在充滿情感與知性的筆致中，共赴一趟中國歷史與文化的探索之旅。

以複雜學打開人們新視野 思考「化繁為簡」，化解時代危機

2／世界的模型

作者—迪克・柏克曼
出版—商周

德國知名複雜學學者、防疫學者迪克・柏克曼關注這個時代的危機，在書中探討它們之間的模式、規律性，以及它們與自然界複雜進程的相似之處。例如森林大火與流行傳染病、覓食的金頭鯛與民粹主義，看似是獨立現象，彼此卻相依與相關。發現這些關聯具有高度啟發意義，可藉著對一個系統的認知去破解另一個系統的難題。作者舉出許多實例，說明我們可以獲得哪些觀看世界的新邏輯。

人類傳染病的宏觀歷史巨著 瞭解它的故事，以窺未來可能的方向

4／瘟疫與文明

作者—凱爾・哈珀
出版—時報

本書以宏觀視野剖析傳染病歷史，這是人類與微生物的長久鬥爭。微生物爲了生存繁衍而演化，有些成功適應人類，成爲人類的病原體，深深影響著人類文明，但同時，人類文明的進步也不斷在改變地球的環境，不知不覺替微生物營造新契機，病原體恰恰就是人類歷史的產物。現有的基因體分析研究，使微生物的演變更有跡可循。生物演化、疾病生態與人類歷史的糾纏關係，由此得到更清晰的梳理。

財經・商業

精準獲利
作者｜陳宗賢
出版｜墨刻

陳宗賢教授近50年經營心法，11個創新價值獲利策略，28家企業成功實戰案例。讓經營者、創業家、經理人不只勝出，營收還倍數成長。

人文・科學

劉必榮的國際關係課
作者｜劉必榮
出版｜明白

關鍵年代，掌握全球新局，立即必翻寶典！醞釀15年，權威教授劉必榮，又一國際關係重磅巨作！劇變世界，一本經典打開視野，瞭然國際局勢。

人文・科學

我可能錯了（誠品獨家版）
作者｜比約恩・納提科・
林德布勞、
卡洛琳・班克勒、
納維德・莫迪里
出版｜先覺

2023年心靈話題書 。作者用溫暖智慧爲你在困頓中找到撫慰與前進的勇氣！

人文・科學

栗山筆記
作者｜栗山英樹
出版｜天下文化

日本熱銷突破11萬冊，從日本第一到世界第一，鍛造出百年一遇的「大谷二刀流」大谷翔平、達比修有等美職球星，熱血教頭傾囊相授管理與人生心法！

健康・生活

脊椎不痛、能走能動
作者｜林恩能
出版｜博思智庫

全台首本脊椎病變全方位案例療癒實錄，結合神經外科醫療面向，彙整各種椎類病症等臨床案例，加入脊椎治療（術）後復健與保養的醫療照顧攻略。

休閒・趣味

黃阿瑪後宮生活8：
最珍惜的時光限量超值套組
（書+2024瑪瑪桌曆+
貓咪生活筆記本）
作者｜志銘與狸貓
出版｜布克文化

現在後宮貓咪的生活或許是無聊又平淡，但肯定是快樂又幸福了。

文學・華文創作

那些女孩沒有抵達
（誠品獨家版）
作者｜吳曉樂
出版｜鏡文學

出道十年，重探初心。小說家吳曉樂回歸教學現場的犀利觀察，細緻重塑當代教育下的升學壓力、師生互動與同儕關係。

文學・華文創作

如果愛情是一間鬼屋
作者｜黃凱德
出版｜寶瓶

新加坡創作鬼才黃凱德的首本情詩集，收錄百餘首極短詩，寄情於日常有機與無機物。在他幽默柔軟的筆觸下，道盡感情世界裡的感傷鬼故事。

家

傳

令人耳目一新的視角
重新審視中國幾千年的輝煌歷史

十二年之前，
一套四冊的《傳家》登場，
為華人父母打造給下一代的生活百科，
更為探索中國之美推開視野之窗；
十二年之後，
《傳家》內容精華淬鍊成冊，
以傳承文化、宣揚家庭價值的執著與追求，
串起滋味、回憶、情感和家訓……

姚任祥，出生於台灣台北，是台灣第一代民歌手，之後成為姚仁喜｜大元建築工場的合夥人，同時也是知名的跨界設計師，她的設計領域跨越了室內、珠寶與禮品設計。
育有三個孩子，她扮演虎媽、慈母與朋友多重角色教育兒女，她體會留給孩子們最重要的財富，是承傳生活的文化，與家庭情感凝聚所帶來的力量。

姚仁喜 . 余光中 . 白先勇
蔣勳 . 陳怡蓁

溫馨推薦

定價 750 元
12.5×21cm 裸背精裝包書衣
8/31 出版

界限突破!人生覺醒
日本から学ぶ日常に彩りや深みを添えるヒット
——日文主題書展

2023/09/01-10/31 參展書籍85折（會員及特價品恕不重複折扣）

人容易被過往的經驗與習慣制約，但生命短暫值得活出美好。本檔精選多本日文好書，透過各種領域不同角度的詮釋與發現，開啟新的思維，豐富未來的想像，重燃生命熱情，邁向更好的自己。

カナヘイのゆるっと小動物 エンジョイDAYS！

作者｜カナヘイ
出版｜パルコ

卡娜赫拉小動物們20週年最新插畫書，收錄小動物們充滿治癒力的日常生活樣貌。

怪物（文庫）

作者｜佐野晶、坂元裕二
出版｜宝島社 JP

電影《怪物》的原著小說，導演是枝裕和與知名編劇坂元裕二首次合作，坂本龍一擔任電影配樂。

すずめの戸締まり: 新海誠 コンテ集 7

作者｜新海誠
出版｜新海誠

新海誠電影動畫《鈴芽之旅》分鏡圖，收錄新海誠描繪的《鈴芽之旅》設計圖稿和專訪內容。

今井龍満：偶然を生きるものたち（1999-2023）

作者｜今井龍満
出版｜求龍堂

日本藝術家今井龍滿第2本作品集，收錄1999年至2023年的藝術創作。

Slash with a Knife（新装版）

作者｜奈良美智
出版｜リトルモア

睽違25年復刻再版，日本當代藝術家奈良美智藝術原點的新裝版圖文集，收錄約100張以上的插畫。

オシャレでかわいい!がすぐできる イラスト配色アイデアBOOK

作者｜小尾洋平（オビワン）
出版｜角川

最新插畫配色書，8個主題介紹，搭配豐富案例與配色組合建議。

デキる猫は今日も憂鬱 公式レシピBOOK

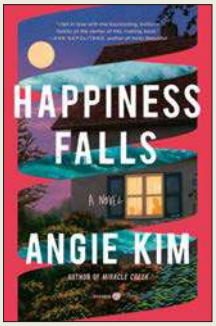
作者｜論吉
出版｜講談社

日本人氣動漫《能幹貓今天也憂鬱》官方食譜書，收錄能幹貓「論吉」超美味的手作便當食譜。

推しの子1stイラスト集：Glare×Sparkle

作者｜赤坂アカ、 槍メンゴ
出版｜集英社

日本超人氣動畫《我推的孩子》首本插畫作品集。講述在耀眼的偶像世界中閃閃發光的明星的故事。



不只是驚悚，獲獎新秀作家小說叩問人生課題

Happiness Falls

作者｜Angie Kim
出版｜Hogarth

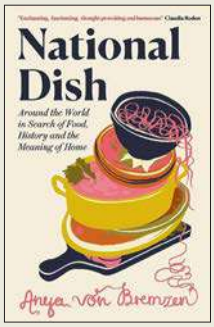
十四歲的弟弟染血獨自回家，一同出門的父親不知所蹤。弟弟患有罕見疾病天使症候群，無法言語。大學高材生姊姊米雅和家人開始協助當局尋找線索，但從父親執著研究「幸福商數」的筆記裡，她懷疑這是父親自導自演的社會實驗。國際驚悚作家獎最佳新人小說獎得主金秀妍藉由一個白人與韓裔混血家庭的危機，叩問家庭、種族、語言和身障者感知的課題。

艾薩克森書寫馬斯克，當代人物傳記再創新猷

Elon Musk

作者｜Walter Isaacson
出版｜SIMON & SCHUSTER INC.

打破規則的企業家馬斯克，推動了電動汽車、太空旅行和人工智能的發展。儘管已有多本馬斯克傳問世，名家艾薩克森的作品絕對是不可錯過的一部。他寫人物力求直白客觀，書名便是人名，傳主功過交由讀者蓋書論定。兩年來，他跟訪馬斯克出席會議、巡視工廠，也專訪本人與其親友、同事和競爭對手，求解：驅動馬斯克的惡魔是否也驅動了創新與進步？！

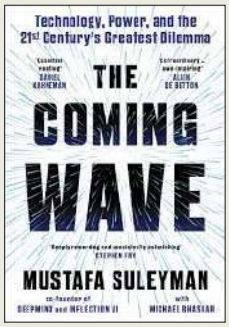


是食物定義了文化，還是文化定義了食物？

National Dish

作者｜Anya von Bremzen
出版｜Pushkin Press

俄裔美籍作家安雅．馮．布連姆森以筆尖書寫舌尖旅行，三次榮獲有美食界奧斯卡之譽的詹姆斯比爾德大獎。我們腦海裡都有如何判定什麼是法國菜、義大利菜、日本菜等的想法。這些想法從何而來？又由誰決定國別飲食標準？作者踏查法、義、日、西班牙、墨西哥和土耳其六國美食之都，與廚師、學者、陌生人對話，尋找飲食和土地、認同的連結。



在災難與反烏托邦之間，尋求高科技的狹窄生路

The Coming Wave

作者｜Mustafa Suleyman、Michael Bhaskar
出版｜Bodley Head

獲得多個矽谷巨擘支持成功融資十三億美元的 Infection AI 無異是2023年迄今最亮眼的人工智慧新創公司。意外的是其共同創辦人及執行長蘇萊曼卻在此時緊急呼籲，人工智慧與快速發展的科技固然創造榮景，卻也導致全球秩序前所未有的危機，造成傷害和無孔不入的監視。他闡明這波科技發展將定義未來十年，如何遏止科技失控至爲關鍵。

開學心準備

閱讀齊步走

九月是學校的開學時期，許多孩子第一次到幼稚園，或是要上小學時，都不是很順利，因爲他們得面對無數個「轉變」。而這麼多的轉變，不要說小孩，連大人都必須適應一陣子。所以一起陪孩子認識上學這件事吧！親子一起共讀，同時幫助孩子在上學前了解學校生活，卸下擔憂，做好入學準備的心理建設。

《魔法親親》的奇奇不想去上學，於是媽媽給了他一個「魔法親親」。透過小小的親吻儀式，幫助孩子在離家之後，依然能感受到父母的關愛，撫慰孩子的分離焦慮，進而安心上學；一起來看《彩色怪獸去上學》，其實學校不但有老師、有同學，還可以唱歌、聽故事，還有很多事情可以跟同學一起做，跟著彩色怪獸去上學，孩子會發現，上學並不可怕。

《紐約時報》排名第一的暢銷系列，最新作品 *The Crayons Go Back to School* 中的蠟筆們準備返校了，每支蠟筆都有一個他們最期待的科目，他們還準備好要結識新朋友了；鴿子要去上學了，他會乖乖背起書包到學校去嗎？*The Pigeon HAS to Go to School!* 中一隻讓人好氣又好笑的鴿子，總有千奇百怪的理由能反駁，不管做什麼事情都有滿滿的意見，最愛頂嘴的逗趣角色和似曾相識的日常對話，以幽默化解孩子面對陌生環境的焦慮，讓上學成爲一件值得期待的事情！

魔法親親
作者｜奧黛莉・潘恩
繪者｜茹絲・哈波、南西・理克
出版｜上誼

彩色怪獸去上學
作者｜安娜・耶拿絲
出版｜三采

The Crayons Go Back to School
作者｜Drew Daywalt
繪者｜Oliver Jeffers
出版｜HARPER COLLINS

The Pigeon HAS to Go to School!
作者｜Mo Willems
出版｜WALKER BOOK

看見可愛的自己，直擊心坎的真切之聲

海星女孩

作者—麗莎．費普絲
出版—東方

伊伊五歲就學會了「胖女孩守則」，來自於學校與旁人的歧視讓人受苦，但來自於母親各種激勵的減肥方式與手足輕視的言談是最讓人受傷。看著伊伊從被霸凌的困境到自我肯定的心路歷程。獻給每個曾經被人說「如果你怎樣怎樣會更好」的孩子，無論別人怎麼對你，你都要擁抱自己獨特的樣子。

快慢之間，在生活中找到自己的步伐

慢慢與我

作者—葉曼玲
出版—小山丘

在成長過程中，小孩要學習好多「快一點」的事情，被催促著長大，但生活中總有需要慢慢來的階段，慢慢地吸收學習的知識、慢慢地認識新的朋友，只要走對路，慢慢走也是會到的。作者以獨特的玻璃版畫技法，鬆軟溫和地訴說故事，讓這份「陪伴」的力量，溫暖鼓勵孩子在生活中找到屬於自己的步調。

不同的初心，奏出生命各自的機遇之歌

平行森林

作者—則竹佑紀子
出版—青林

兩兄弟，一片森林，兩種不同的選擇。黑髮少年覺得「在這裡，剛剛好」，金髮少年則想「思考接下來的事」。黑髮少年慢慢建造自己的小屋，與自然更加親近；金髮少年的房子愈蓋愈豪華，他還有更大的計劃。隨著翻頁，雙軸線的故事持續進行，在跨頁兩邊呈現森林截然不同的變化，領人深思。

穿越時空的歌仔少年

作者—李潼
繪者—阮光民
出版—國語日報

遊走於夢境、現實、歷史、文化之間，攜手探尋宜蘭本地歌仔的前世與今生，拾取在時代洪流中失落的技藝與記憶。

農場老屋的故事

作者—蘇菲．布雷克爾
出版—水滴文化

以一間歷經光陰流轉的眞實老屋爲主角，化爲筆下溫暖優美而畫風細膩的繪本工藝，不論歲月如何更迭，故事一直都在，回憶也在。

最好的一場比賽

作者—法嵐．皮塔德菈
繪者—拉格爾．卡塔莉娜
出版—奧林文化

一位赤腳最佳足球選手，心中在球賽最閃耀的時刻，不是使出絕妙球技、也不是得分的那一刻，而是有媽媽在球場上爲他加油的時光。

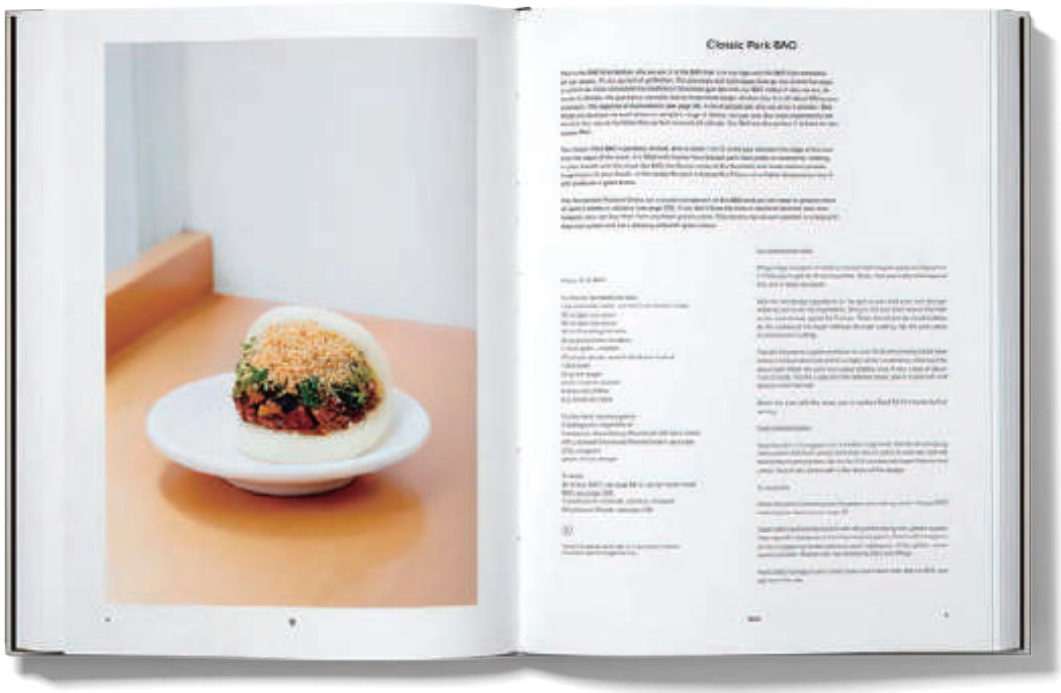
打造一場精彩的展覽

作者—朵蘿．葛洛芭絲
繪者—蘿絲．布雷克
出版—小典藏

藝術家如何創作雕塑或是畫作？藝術作品怎麼進入美術館？進入這趟藝術的旅程，看看每一位專業夥伴，如何共同打造一場精采的展覽吧！

台灣街頭小吃攻陷倫敦胃
BAO

在英國，吃刈包是一件很潮的事！學設計、愛吃也懂吃的台灣女孩與香港兄妹，憑著對亞洲文化的讚頌與庶民美食的熱情，開設了台灣風味餐廳品牌 BAO，菜單上除了必點的滷肉 BAO（刈包），尚有豬血糕、茶調性的精釀啤酒等，都是團隊一步一路研發的經典；不妥協的台味，成功在倫敦掀起風潮。本書收錄了 BAO 五家系列餐廳不同的飲食主軸與故事，及從包子麵食到飲品，共100道BAO迷人的食譜。



Japan: The Vegetarian Cookbook

作者｜ Nancy Singleton Hachisu
出版｜ PHAIDON PRESS LIMITED

Taste: My Life Through Food

作者｜ Stanley Tucci
出版｜ Fig Tree Books

作者｜ Erchen Chang、Shing Tat Chung、Wai Ting Chung
出版｜ PHAIDON PRESS LIMITED

線上閱讀

eslite 誠品Fun聲

歡迎來到南嶼肯島　時值島嶼秋分盛祭
南西肯恩邀請廣大島民們相聚此地此刻
將用暖心的歌聲與島民同唱共鳴
相伴同樂

南嶼肯島・秋祭

南西肯恩
NeciKen

10/14
Sat. 20:00

誠品生活松菸店
B1表演廳

票價
1000元 早鳥購票享8折優惠 (9/15止)
◎主辦單位保留演出異動權

購票請上
iNDIEVOX

主辦暨製作
誠品表演廳

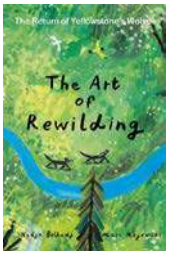
售票連結

動物們的深夜食堂
Night Lunch

台裔繪本作家范揚夏，與羊毛氈藝術家迪娜 · 塞弗林合作的魔幻繪本。在散發神祕氣氛的夜晚，以巧妙的英文聲韻開場，讀來好像聽得見馬蹄聲；貓頭鷹的午夜餐車緩緩駛入小鎮，準備開張。餐廳高朋滿座，動物食客蜂擁而至後，疲憊的大廚發現了一名小小客人身處黑暗中，瑟瑟發抖。透過文字韻律、細膩的光影畫面勾勒出感人情節，將這個夜晚變得溫暖療癒。

The Truth about Max

作者｜ Alice Provensen、Martin Provensen
出版｜ Enchanted Lion Books



The Art of Rewilding: The Return of Yellowstone's Wolves

作者｜ Nadja Belhadj
繪者｜ Marc Majewski
出版｜ Milky Way Picture Books

作者｜ Eric Fan
繪者｜ Dena Seiferling
出版｜ Tundra Books (NY)

線上閱讀

master
eslite 大師名家

不朽的靈光

歐陽伶宜大提琴獨奏會

永恆經典　名家之樂
一場大提琴聖經的純淨導讀
卓越技藝　醇美弦音
爲您溫柔典藏

9.24 SUN. 14:30

誠品生活松菸店B1表演廳

｜曲　目｜

巴哈：D大調第六號無伴奏大提琴組曲，作品1012
李紹嘉：明月湖
馬悌努：羅西尼主題變奏曲，作品290
拉赫曼尼諾夫：g小調大提琴和鋼琴奏鳴曲，作品19

｜演出者｜

大提琴｜**歐陽伶宜**（國立台灣師範大學音樂系教授）
鋼　琴｜**孫建如**（美國密西根州立大學音樂藝術博士）

｜票　價｜

500/800/1000

◎購票請上OPENTIX兩廳院文化生活
◎主辦單位保留演出異動權

主辦暨製作 誠品表演廳 eslite performance hall

貫徹搖滾精神的音樂極品，具國際視野的全新聽覺衝擊

Flow

演出｜楊乃文　發行｜亞神音樂

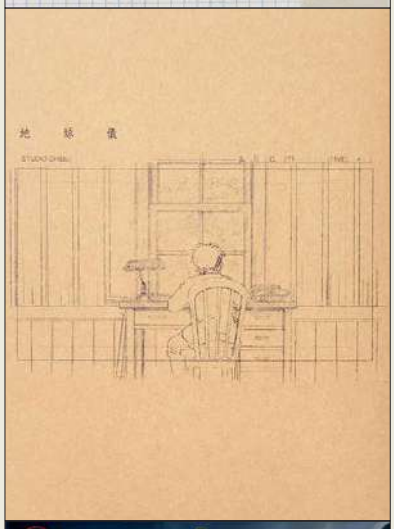
楊乃文全新專輯 *Flow*，十首淋漓盡致的風格單曲，匯集各派音樂潮流，展開打破時代界限的聯名合作，囊括華語樂壇經典與新銳的十組指標性樂團：伍佰、黃貫中、落日飛車、佛跳牆、傻子與白癡、I Mean Us、JADE、凹與山、守夜人、Crispy 脆樂團，以「楊乃文」爲命題，量身訂造詞曲、並親身參與錄製，帶著各自獨有的音樂色彩，與楊乃文率性鮮明的風格彼此交流，跨越獨立與流行之界，共演顛覆思路的十首風格單曲。

盡情探索名為「愛」的旅途，綻放想像拼湊自我

The Journey of Love

演出｜午夜午夜　發行｜好有感覺

每個人都有對於愛的想像，是渴望擁有溫柔的聲音、生動的表情還是微笑的眼睛；或是一種簡單的日常，一首歌就能帶走了一些失望、帶來另一片光景，所有的一切都在這些探索的過程裡綻放，像是一趟愛的旅程，我們在其中學習、理解，最終也將完整自己。*The Journey of Love* 爲新人樂團「午夜午夜」的首張作品，由曾入圍金曲獎最佳新人，並以歌曲《傻孩子》走紅的閻韋伶領軍，加上陳冠毅、陳冠皓、劉鳳武等成員組成，成爲一組「資深」的新樂團。



吉卜力最新動畫電影主題曲，米津玄師感動宮崎駿之作

地球儀（《蒼鷺與少年》主題曲）

演出｜米津玄師　發行｜ Sony Music

近乎零宣傳的吉卜力最新動畫電影《蒼鷺與少年》，是宮崎駿繼《風起》後，睽違10年再度執掌編導創作。本作主題曲〈地球儀〉由歌手米津玄師打造，深獲宮崎駿感動認可，封面也是米津參考分鏡，親詢導演意見後決定。實體單曲 CD 爲160頁攝影書形式，以精裝版與平裝版發行，包含米津玄師、宮崎駿及製作人鈴木敏夫過去5年的紀錄畫面、〈地球儀〉製作過程，還有米津將單曲送給導演的緊張瞬間。

科幻動作中的溫情，DC多元宇宙關鍵之作

UHD BD DVD

閃電俠

導演｜安迪．馬希　發行｜華納兄弟影片

《閃電俠》貝瑞用超能力回到過去，想藉由改變已發生的事件試圖拯救家人，卻衝擊了時空秩序也改變了未來，這使他受困於不同的時空。在這裡，薩德將軍正威脅著要毀滅世界，但卻沒有超級英雄可以相助，除非貝瑞能說服退休的蝙蝠俠重出江湖，並解救另一位被監禁的氪星人，儘管他可能找錯人。貝瑞爲拯救這個世界，並返回他所知的未來，唯一的希望就是用盡生命奔跑，但他最後做出的犧牲能夠拯救整個宇宙嗎？

跳脫傳統鄒語歌謠印象，唱出眾神對族人的獨白

YAYO 我們一直存在著

演出｜高蕾雅、悠巴歌謠傳唱隊　發行｜風潮音樂

傳統鄒族是屬泛靈信仰，像希臘神話的衆神一樣，鄒族至今仍保有完整的神靈體系，神明各司其職，而且有男有女各有特色，《YAYO 我們一直存在著》專輯的企劃概念就是從獨特的泛靈信仰文化出發。從一般大衆容易感興趣的鄒族泛靈信仰文化爲專輯主軸，跳脫一般對鄒族音樂的想像，用鄒族神話角度的觀點及方式呈現鄒族文化，不管是原住民或非原住民，都能夠用較親近的聆聽方式去理解本張專輯所要呈現的精神。

最純粹的人聲，如流動微風陪你走過日常風景

最好的日常 Those Days

演出｜歐開合唱團 O-Kai Singers　發行｜風潮音樂

生命中總有一些歌伴著你走過幽谷或晴朗，而那些生活的旋律，承載著每個人獨一無二的日常印記。邁向第20年的歐開合唱團（O-Kai Singers），從青春至壯年，從孩子變成父母，慢慢找到自己最舒適的姿態與模樣，和每個平凡又精采的生命相同，好好唱歌、好好過日子。2023年新作《最好的日常》（*Those Days*）將生活化成動人的旋律與和聲，在每一個精巧的爵士和弦行進間，找到安身之處，沉澱紛擾的喧囂，安靜溫柔地享受屬於自己最好的日常。

奇幻賽德克樂章，用歌聲描繪出壯闊山川河流

飛翔傳說 The Legend of Pskyanum

演出｜拉卡・巫茂 Laka Umaw　發行｜風潮音樂

2023年拉卡・巫茂（Laka Umaw）即將展開全新的音樂冒險，與知名電音製作人 DJ 大衛攜手合作推出史詩般的電音專輯《飛翔傳說》（*The Legend of Pskyanum*）。將原住民的獨特聲音與電子音樂元素完美結合，呈現出前所未有的震撼效果，帶領聽衆猶如穿越時空，探索古老的賽德克文化與現代科技的奇幻融合。拉卡・巫茂的深情嗓音在音樂的綻放中，如詩如畫地訴說著故事，每次聆聽，都讓我們沉浸在他創造的奇幻世界，體驗著原住民文化的深邃之美。

史上最成功的遊戲改編影劇，極簡主義下的聲情實驗

最後生還者：第一季電視原聲帶 The Last of Us Season 1

配樂｜桑塔歐拉拉 Gustavo Santaolalla　發行｜索尼音樂

由於遊戲版配樂獲得極佳迴響，電視劇版本請回配樂大師桑塔歐拉拉掌舵，並邀請配樂傳奇漢斯・季默（Hans Zimmer）提攜愛徒大衛・佛雷明（David Fleming）參與合作。團隊希望把重點放在情感上，追加兩首人聲演唱曲，包括：名導 Craig Mazin 的女兒 Jessica Mazin 翻唱全球破億暢銷曲 "Never Let Me Down Again"；由提名過艾美獎，縱橫影視劇場的 Nick Oerman 重新詮釋 Linda Ronstadt 名曲 "Long, Long Time"，動聽地令人著迷！

香朵《誘惑》
——上等威士忌的香醇感受

撰文｜潘宸芳

音響迷高度期待的加拿大歌手香朵（Chantal Chamberland）第七張發燒大碟，選曲別出心裁，唱功與詮釋無懈可擊，從二〇〇二年推出第一張專輯《我們的時光》（*This Is Our Time*）至今，香朵已經推出六張叫好又叫座的專輯，用她充滿魅力的煙燻嗓征服了全球音響迷。這位出生於加拿大法語區蒙特婁的女歌手於二〇一六年推出首張精選輯《傳記》（*Autobiography*），集合了香朵演唱生涯的精華。在這張第七張個人專輯《誘惑》中，她自己擔起了專輯製作人的重任，再次展現獨特的唱功與融合搖滾與爵士的絕妙選曲。

專輯《誘惑》融合了藍調、靈魂、爵士、Bossa Nova 等多樣的音樂風格，以湯姆威茲（Tom Waits）的〈誘惑〉（Temptation）拉開序幕，在雪警合唱團（Snow Patrol）的經典名曲〈追逐〉中香朵又再次讓人驚豔，麥可傑克森（Michael Jackson）二〇一四年推出的第二張遺作合輯《超脫》（*Xscape*）中的主打歌〈愛情從未如此美妙〉（Love Never Felt So Good）也唱出完全不一樣的韻味，在演唱 U2的反戰名曲〈塞拉耶弗小姐〉（Miss Sarajevo）時，更可聽出香朵在拿捏詞曲輕重的深厚功力。專輯中最巧妙的是香朵將 Bill Withers 的〈陽光不再〉（Ain't No Sunshine）與蒂娜透娜（Tina Turner）的〈我討厭雨〉結合在一起，唱出全新的風味。還有第九首將本來歡快愉悅的惠妮休士頓（Whitney Houston）的排行榜金曲〈與愛人共舞〉（I Wanna Dance With Somebody）改成慢板來演唱，更是神來之筆。

香朵的歌聲就有如上等的威士忌般，給人溫暖、香醇的感受。細聽她充滿韻味的磁性歌聲，總讓人意猶未盡。二〇二三年重新推出的2LP 黑膠《誘惑》，音效絕對能滿足音響迷最挑剔的耳朵。

香朵／《誘惑》

誠品生活義享店

COMING SOON

在閱讀的異想世界裡 分享知識
在生活的萬千提案中 豐滿想望

誠品生活
eslite spectrum

誠品生活義享店｜高雄市鼓山區大順一路115號 （義享時尚廣場3F）
營業時間｜平日（週一至週五）11:00-22:00 · 假日（週六至週日）10:30-22:00

閱之脈動

|食光選集|中秋禮盒

誠品行旅集結地道風味的三款傳統月餅，
期盼以閱讀的姿態與謙沖的款待心意，
邀請旅人在佳節之際、在味覺之間，
記憶土地豐饒的軌跡，重新書寫靜好歲月的旅程篇章。

【食光選集｜閱之脈動】中秋禮盒

$1,680/盒

月餅口味：香江經典奶皇｜川味椒麻滷肉｜廣式八寶擂茶

⊙ **獨享款待** ——— 凡訂購滿7盒再 **加贈1盒**

每組**$11,760** (88折)

- 注意事項：優惠方案恕不得重複或與其他優惠合併使用/誠品人會員可享點數累積。
- 訂購專線：02-6626-2892 (服務時間：周一至周五10:00-18:00)

即刻啓程，請造訪誠品行旅官網

02-6626-2888 www.eslitehotel.com 11072 台北市信義區菸廠路98號

eslite hotel
誠品行旅

誠品線上 eslite.com

即日起▶2023.9.30

與您共5指定日 優享30%

掃我享優惠

每月5日 **會員日**
圖書全面79折起
非書全面85折起

每月15日 **風格選物日**
九大館別
滿額立享優惠

每月25日 **外文日**
外文書滿$1,200
現折10%

每月30日 **黑卡會員日**
誠品點數5倍送

每週5 **週五再加碼**
誠品點數3倍送

* 30%回饋，係指2023.9.29限定累加之回饋；相關優惠與適用折扣，請依結帳購物車顯示爲主。

線上買·門市取·享好康！

單筆滿$199 門市取貨免運
單筆滿$800 加碼送80誠品點

1. 單筆誠品門市取貨訂單金額未滿$199，酌收訂單處理費$35。
2. 僅限台灣誠品門市(含誠品書店及誠品生活時光，詳細取貨店別請以購物車結帳頁面中之開放取貨店別為主)，目前暫無開放台灣以外之誠品門市取貨服務。

INSPIRATION FOR YOUR TABLE

餐桌上的靈感：秋日飲食提案

09.01 FRI. — 10.01 SUN.

誠品書店全台門市暨誠品線上同步開展

參展書籍79折起，精選商品85折起

探索更多
靈感提案

■ 實體門市與誠品線上優惠活動、售價依通路不同而有差異，依現場公告爲準　■ 會員與特價品恕無重複折扣
■ 活動詳情洽書店服務台或店內文宣；誠品書店保留活動更改與異動之權利，並於迷誠品公告後實施

誠品書店 eslite bookstore
on the desk 提案。
2023 09 Sep. FREE 免費索取
誠品書店 FB粉絲團 facebook.com/eslite
誠品線上 eslite.com
誠品 APP
迷誠品 meet.eslite.com
迷誠品 Podcast
copyright © 2023 eslite corporation Taiwan