

112 學年度第一學期 華岡藝術學校・閱讀心得寫作 推薦作品

學生姓名	邱晏溱	班級／學號	舞蹈一／112314
指導教師	王柏森		
標 題	女性自主權		
書 名	《女神自助餐》		
作 者	劉芷好	編譯者	
出版單位	逗點文創結社	書碼 (ISBN)	9789869817042
出版年月	2020 年 4 月 出版	版次	初版

■ 圖書作者與內容簡介：

折射出女性被社會拒絕、侵擾的千百種的遭遇，犀利辯證當代的婆媳角力，母女關係，性別政治，身體論述，男性凝視，女性勞動，育嬰教養，職場後宮歧視話語的話題說明女性的背後苦勞真相，與無奈的身世，不該有思想的限制女性，應該卸下濃妝，摘掉濃密假睫毛。這本書把「女力」發揮的淋漓盡致，在其中寫盡台灣女性的暗處，那些充斥恐懼且真實的心境，同樣身為女性相當有的感觸。

折翼系小說家劉芷好，以輕盈細膩，筆觸寫下這本書，她自東華大學創英畢業，寫過奇幻小說，也熱愛寫作，但因為之後名聲被摧毀，這本短篇小說可以說是復健之作，寫下了這本書，同是女性的你為了再多看清一些這個生理性別的處境，為了責備自己減少一點，為了嫌棄自己的眼淚少一點，為了對別的女生更加可以寬容一些，下次遇到不順遂的事情愣住的時間再少一點，對自己再更好一點。

■ 內容摘錄：

1. 避免被物化的關鍵，絕對必須先是自己，如果沒有真正認同自己、覺察到自己是獨立無二的，你要怎麼說服別人你不是一群面目模糊的人群裡其中一個而已…… (P. 4)
2. 與其說她恨自己的年齡，不如說，她恨的是明知不該有卻無法克制的自卑。(P. 11)
3. 那些女性網站上的專欄一個一個要求女人勇敢做自己，可是當作自己都需要勇敢，這世道究竟有多艱辛？(P. 7)

■ 我的觀點：

這本書其實帶有很多敏感話題，有提及性騷擾、減肥整形、抑鬱症的內容，平常人們覺得羞恥避而不談的事情，赤裸的公開在大庭廣眾議論。書中有很多內容是可以引起讀者的共鳴和討論度，例如在求學時期班上都會有身材較為豐滿的女生，身材受到別人異樣眼光看待排擠，因此有了霸凌欺負的問題：嘲笑太胖，言語攻擊像豬……，或者在公眾運輸上毛手毛腳的人，這些人俗稱鹹豬手。相信以上這些問題都不是只有少部分人有過，而是變成稀鬆平常，平凡的事情，但也是大多數人不願提出的問題點，或者是性騷擾，受傷者沒有及時止損，旁觀者也沒有伸出援手，因為怕越幫越忙。

我想社會上應該多點關注觀察這些事情，有可能因為沒有及時發現，導致受害者一輩子的創傷，心理陰影，成為永遠藏在心底的秘密，也逐漸成為慢性自殺心靈的主要之一。書中提及到的故事也都是如此，大多不幸的人都會選擇沉默，不願意揭開傷疤，通常他們的心理素質都很強大，身旁的人不易察覺，其中裡面也有提及性侵的議題。這本書是一個很正向的教育書籍，藉著這本書，我們希望它能讓社會上的大家看見，因為或許你身旁的朋友家人正接受不公平的處境及受到羞辱。

在書裡有一段寫到「一直到了初中生物課才了解到什麼是性行為」，當下讀到的我很震驚，社會上對於這件事關心程度顯然還是有待加強，書裡寫到有些孩子甚至認為性行為是場遊戲扮家家酒，甚至還有親人包庇強姦犯。看到這裡我覺得很可惡，因為一次次的容許、包庇，最後跟滾雪球一樣越滾越大，總有一天會崩塌，一次次原諒所以社會上無法無天的人也更加明目張膽。這問題必須一起檢討，但沒有一個正義的人出面阻擋一切的發生，因為很多犯罪的性案件和加害人都是父母沒有灌輸正確性觀念導致憾事發生。

身而為人每天要煩惱擔憂的東西實在太多，多到數不清，求學階段因課業壓力同儕相處而焦慮，出社會在職場受到比較潛規則，年紀大被父母左鄰右舍催著結婚生子，成家立業，婚後上有長輩，下有小孩婆媳關係、孩子的教育、經濟上開銷負擔人每天的壓力實在太大了，每個人都有自己的不容易，這本書以女性聚焦，裡面的故事，都是作者以虛構故事寫下女性的困境，但卻又如此真切，有人把書名解讀為「女性使用了平權論述，取用自己有利的部分，而不願意承擔相應義務？」可為什麼都是在針對女性呢？期望社會上多點民主、開放、公平、正義促成真正的性別平等。

■ 討論議題：

1. 為什麼因為擁有女性特質而感到羞恥？
2. 為什麼社會上弱勢的族群總是畏畏縮縮不敢勇敢出來正面發聲？
3. 明明只是在於生理性別上的不一樣，女性就該接受一切不合理的待遇？