

放鬆，together



[放鬆，together 下载链接1](#)

著者:Soupy

出版者:原点

出版时间:2013-5-9

装帧:平装

isbn:9789866408724

?100% Hand Made，一字未打，「全手繪」放鬆大解密！

?一位台灣女生遠赴愛丁堡，用畫筆畫出「台英放鬆 PK 大調查」

?自創裸體小黏土+超迷你水彩插畫，手做+手繪創意開心集合

?32頁精緻小別冊+海報，展讀放鬆驚喜

?按摩 VS 除比基尼線、奶茶 VS 啤酒、酒吧 VS 快炒、跳蚤市場 VS 夜市、薑母鴨 VS 兔料理、草地練功 VS 草地日光浴??台英文化差異，比你想得還有趣，嘿

用插畫，我看見英國人和台灣人放鬆的不同。

Soupy，一個喜歡把生活重心放在觀察小事的插畫家，學設計且熱愛畫畫，笑點低又愛胡鬧，正經時卻容易緊張，壓力大時會更加拼命地畫，如此歇斯底里的靈魂，卻意外在愛丁堡學插畫時遇見懂得慢活的民族——蘇格蘭人，因此決定實地調查，用畫筆描繪出他們的放鬆方式，分享給步調很快很快的台灣人。

從街頭訪問到諮詢心理醫生，從生活觀察到消費行為，透過調查，Soupy找出了8種台灣、英國都愛的放鬆方式——「洗澡」、「購物」、「躺在草地上」、「旅遊」、「按摩」、「吃喝」、「烹飪」、「運動」。為什麼我們愛珍奶，他們愛啤酒？我們愛進香，他們愛戶外音樂會？我們愛夜市，他們愛跳蚤市場？我們愛薑母鴨，他們愛兔料理？我們愛腳底按摩，他們樂除比基尼線？英國不見得是全世界最懂得放鬆的國家，台灣人也不見得是最勞累的族群，但在放鬆這件事上對照的文化差異，卻讓人忍不住笑出聲來。

Soupy擅長畫水彩，認為色鉛筆也能變得很大器，甚至粘土雕塑也能讓人很感動。所以在這本書中，她運用了多樣素材，完出多樣的手做樂趣，還特別設計了32頁小別冊與一張海報，帶給讀者閱讀上的放鬆驚喜。畫畫或許只是一種溝通的方式，但重要的是讓人溫暖，真心希望台灣人可以透過這本書學會讓自己開心與放鬆。

為什麼英國人白天洗澡 vs. 台灣人晚上洗澡？（勝）

他問我：你不覺得晚上睡覺流汗，需要早上洗乾淨才能出門嗎？

我問他：你不覺得出去一天很髒，需要晚上洗乾淨才能入睡嗎？

（勝）為什麼英國人早起逛跳蚤市場 vs. 台灣人晚睡逛夜市？

你知道這兒是全英國唯一可以殺價、掏寶的好地方嗎？

我們的夜市營業到凌晨，可以隨便亂殺價，什麼都可以買到！

為什麼英國人餐餐有酪梨 vs. 台灣人做菜會放蔥？（勝）

英國料理注重食材原味，健康養生沒有重口味。

蔥、薑、蒜、辣椒、香菜、九層塔，台灣料理注重烹飪調味。

為什麼英國人愛除比基尼線 vs. 台灣人老愛腳底按摩？（勝）

優雅的英國人熱愛光滑的肌膚，SPA助曬除比基尼線是們好生意。

真正的按摩大國是台灣，專供穴位，拿張板凳隨時方便馬一下！

畫畫的時候，我很快樂，很放鬆！

每個人偶爾都需要放鬆一下，

每個人都有屬於自己放鬆的方式，

每個國家的人放鬆的方法也都不同，

平常你都怎麼放鬆？

想一想，哪種方式最讓你放鬆？

take shower / bath 洗澡

eating / drinking 吃喝

exercise 運動

massage 按摩

shopping 購物

cooking 烹飪

lie down on the grassland 躺在草地上

travelling 旅遊

作者介绍:

Soupy 舒皮

舒皮姓湯，由於本名過於文靜像在詐騙讀者，所以以soupy為名。

一個真實人生過得極度荒謬，因此喜歡把生活重心放在觀察無意義小事的插畫家，容易沈溺於非常非常小的細節裡不可自拔，並且從中得到放鬆的樂趣。

學設計且熱愛畫畫，笑點低又愛胡鬧，正經時卻容易緊張，壓力大時會更加拚命地畫，如此歇斯底里的靈魂，卻意外在愛丁堡學插畫時遇見懂得慢活的民族——蘇格蘭人，因此決定實地調查，用畫筆描繪出他們的放鬆方式，分享給步調很快很快的台灣人。

五歲起就會很早爬起來畫畫，對於生活中其他事情都不很在意，唯一只對畫畫執著。因為喜歡凱西所以選擇復興美工讀書，因為立志想成為Sara Midda而去了英國念愛丁堡大學插畫研究所。

欣賞各種類型的風格，也喜歡用各種素材呈現作品，擅長以水彩、油畫、版畫等形式縮短純美術與人的距離，並認為色鉛筆也能變得很大器，甚至粘土雕塑也能讓人很感動。

畫畫或許只是一種溝通的方式，重要的是讓人溫暖。

喜歡自創裸體小黏土及超迷你插畫，將乏味的生活點綴成色彩繽紛的怪奇小世界，期待與更多生活樂趣的同好們，分享咬下一口舒皮濃湯的溫暖！

【個人網頁】 vasilis-tsirimokos.com/wan-ju/

【舒皮粉絲團】 www.facebook.com/pages/Soupy-Tang/451699024911508

目录: 前言

I. 放鬆大調查

．心理醫生篇：專家談放鬆

．街頭訪問篇：兩地放鬆行為調查

II. 放鬆大解密

method 1 - take shower／bath 洗澡

白天洗澡 vs. 晚上洗澡

台灣沐浴用具 vs. 英國洗澡文化

英國佬Mark的泡澡人生

method 2 - shopping 購物

英國人的購物習慣 vs. 我的戰利品

我在英國的生存法則

台灣夜市 vs. 後車廂跳蚤市場

method 3 - lie down in grassland 躺在草地上

草地上看書 vs. 草地上練功

英國日光浴 vs. 台灣人防曬

method 4 - travelling 旅遊

英國背包客 vs. 台灣觀光客

阿公阿嬤進香團

我的巴黎小日記

method 5 - massage 按摩

英式按摩 vs. 台客style

腳底按摩 vs. 家庭美髮

英式除比基尼線

method 6 - eating／drinking 吃喝

台式紅豆餅 vs. 英式waffle

百元熱炒 vs. 英式酒吧

台灣食材 vs. 英國食材

我的吃喝小日記

method 7 - cooking 烹飪

英國烤雞 vs. 台灣辣子雞丁

教英國人做餃子

英國兔子 vs. 台灣薑母鴨

愛丁堡廚房 vs. 台灣廚房

method 8 - exercise 運動

戶外演唱會 vs. 阿公阿嬤公園熱舞

最有勇氣的滑雪運動

英國人遛狗 vs. 台灣人遛狗

III. 我的放鬆日記

．愛丁堡制服觀察

油漆工＋肉店老闆＋警察＋救護人員＋藝術表演者＋插畫家＋穿蘇格蘭裙吹風笛老人

．我的窗外風景

安靜窗外風景＋丟雪球的小孩＋藍色小精靈＋窗外兇殺案

．．．．．[\(收起\)](#)

[放鬆，together 下载链接1](#)

标签

绘本

生活

生活系;天然系;旅行系

繪畫

2013

读物

插画

圖文書區

评论

台湾人对按摩的热情比我想象的远高阿ゝ (ノ ∇ ヽ) ㄟ

2018.6.8 ~ 6.13

全手绘 很棒

台湾人和英国人的culture crossss 会有不同放松方式和两地人的放松建议，很有趣。

水彩简图配图就让人看着很轻松的感觉，繁体与英文相间，顺便补一补英文啦，轻松的一本小书，放松方式有take shower，take a bath，massage，travelling，shopping，eating哈哈

画风很可爱，就是读起来有点费劲

很漂亮的画风~！ 喜欢

[放鬆， together_ 下载链接1](#)

书评

[放鬆， together_ 下载链接1](#)