

# 失眠的人



[失眠的人\\_下载链接1](#)

著者:莫子仪

出版者:新经典图文传播有限公司

出版时间:2017-11-8

装帧:平装

isbn:9789865824891

“除了表演，我只有我自己。只有这两个世界。像白天和黑夜。”

“黑暗中看不见光，往暗里走，暗里就是我的光。”

——莫子仪

褪下戏服、妆发，从舞台聚光灯走下的莫子仪，在人生这出没有剧本的戏剧里，最常对戏的对象其实是失眠。如果白天是一场面对外在世界的演出，黑夜就是他与自己的内在对话，在世界都沉沉睡去的每个夜里，他在寤寐之间看进自己的内里，透过书写那些于自我的、关于作为一个演员的、或关于角色的种种来安顿自己。

收在书里的杂记、散文、诗句和照片，是莫子仪从大学开始累积的自我对话与望向世界的观察。他的文思多半出现在黑夜，在失眠时，交杂着愤怒、悲伤、无奈或疗愈的心情。“之前从来没有想过要发表这些作品，为了这次音乐剧场‘失眠的人’的演出，我开始寻找散落各地的它们，有的从书柜翻出来，有的从抽屉挖出来。回头看这些文字，过去的情绪和画面也再度出现，其实满痛苦的。”他在访谈中说。

不能跟过去说再见吗？莫子仪语气坚定地说：“生命是一种循环和轮回，我们生活到某一个阶段，会以为自己已经改变了，跟过去不同了，但事实上并非如此。过去的永远都在，曾经的你就是你，现在的你也是你，如果你不接受那些懦弱或讨厌的你，那只是在逃避或抗拒。我们必须要去面对并且跟它相处，才能真正的成长，否则它会一直回来找你，而且那股反扑的力量会更强大。”

“那些日子并不像烟 像昨天”

散文．诗．剧本．摄影——莫子仪的创作集

他在舞台上以演技诠释每一个角色，而褪下角色后，他时常思考，更时常沉默；不愿在真实人生中做戏，也不与夜晚妥协。他，不只是演员。他是莫子仪，而这一次，他用文字和影像告诉你最真实的他自己。

本书收录41篇文字作品，文体遍及散文、诗、对话及剧本，文字或长或短，篇幅不一。这些积攒多年的文字散落在笔记中，都是莫子仪每个曾经的真实思绪，有些是在半梦半醒的夜里犹如呢喃的自我独白，有些以自我质疑的理性眼光，冷静看向自身状态的不确定性，有些则像在和自己的影子吵架，尽情地宣泄情绪。对莫子仪而言，它们原是一团复杂暧昧、矛盾和纠结的综合体，是很个人的产物，不为特定阅读对象而书，如今被一一捡拾起来，梳理清楚，希望给拥有同样思绪、情感的人作为陪伴。

『失眠的人』莫子仪×黄裕翔 音乐剧场【朗读篇目 完整收录】

2017年9月底起，莫子仪与音乐家黄裕翔携手合作，借音乐剧场形式，以他擅长的声音表情诠释私人书写，搭配黄裕翔丝丝入扣的钢琴旋律和即兴演唱，演出的十个篇目都完整收录于本书中。

每个人的内心，或许都有这么一团复杂暧昧、矛盾和纠结的综合体，都有两个世界，就像白天和黑夜。让莫子仪的文字和声音成为你面对自己内心深处的陪伴，不用顾忌太多，因为和失眠对戏的时候，从来不必刻意去厘清什么。

作者介绍:

莫子仪 (MO Tzu-yi)

，演员，毕业于国立台北艺术大学戏剧系，主修表演。1996年开始参与剧场与影像演出至今，作品横跨舞台、电影与电视，近年代表作品包括剧场演出《红楼梦》、《明年，或者明天见》、《孽子》、《西夏旅馆》、《档案K》、《水浒传》、《西游记》、《SMAP×SMAP》、《Michael Jackson》、《肤色的时光》、《残》，

》、《哈姆雷特的最后一夜》等，电影《相爱的七种设计》、《一席之地》、《最遥远的距离》、《梦幻部落》，连续剧《酱园生》、《寒夜续曲》等，多元的戏路与爆发力深受众多导演喜爱。曾以连续剧《罪美丽》入围金钟奖男主角奖，以人生剧展《艾草》、《瓦旦的酒瓶》、《浊水溪的契约》3度入围金钟奖男配角奖。

目录: 段落一 失眠的人

——只是因为除了表演，我只有我自己。只有这两个世界。像白天和黑夜。

沉默

关于四毛

失眠的人

我穿着一只破袜子

什么时候

午后雷阵雨

轻轻巧巧

你没醒来

无关紧要地落寞

无题（如果失眠是因为停不下来……）

段落二 影子在跳舞

——睡不着的时候想像城市里的影子们都在跳着舞，当你熄了灯，他们便开心地唱着。

无题（他说，睡不着的时候……）

无题（为什么钻牛角尖……）

潜入者

嗨

段落三 醒不过来

——彷彿活在另一个时空中，和这个世界平行走着，走着走着，但我却不在那里。

无题（我的心沉在一座湖底……）

眼底有雾

憎恨

另一个色调的失眠

沙漠玫瑰

玛莉兄弟

无题（好像醒不过来……）

段落四 Limbo

——For me, it is not summer, it is not autumn, it is limbo.

无题（借以消解巨大的孤寂……）

白露

无题（失眠其实我在耍着你玩……）

天微亮

没有人陪他玩的小孩

无眠

惊蛰

段落五 失重

——我依旧低着头默默／看渐渐倾颓／还有你的微笑／和我的记忆与梦

无题（人的一生很短……）

我的天空

如烟消逝

圣诞红

狙击手

无题（雨一直下……）

段落六 黑夜

——黑暗中看不见光，就看不见。往暗裡走，暗裡就是我的光。

斜倚在阳光下

无题（一切都已离去……）

我将被淹没  
沙漠玫瑰之二  
恍惚  
乱  
无题（每一天都是一场争战……）  
后记  
• • • • • ([收起](#))

[失眠的人\\_下载链接1](#)

## 标签

莫子儀

隨筆

随笔

书

散文

已购

在書架上

台湾

## 评论

写作是自我投射，在写作中是没有办法躲藏的。人跟人之间归根结底无法彼此理解，所以愿意以呈现自己的方式提供陪伴已经非常有勇气也非常温暖了。

-----

1月初在台北买的 有几篇仿佛看见当下的自己 小莫是非常敏感的人  
敏感的人能演出很好的戏剧 也会在不经意间灼伤自己 有幸见过小莫本人 温柔低调  
一直笑笑的 讲话声音轻轻 握手都是双手握

-----  
随笔

-----  
"想到了他的書給我的悸動與陪伴"

-----  
失眠的夜看《失眠的人》，因为是莫子仪，所以多加一颗星。

-----  
细碎的文字还是不太合适成书。

-----  
从文字中更能感觉到小莫的纤细和敏感，失眠的痛以及他与失眠的和解，只有自己和表演这两个世界的他，活得纯粹

-----  
[失眠的人\\_下载链接1\\_](#)

书评

-----  
[失眠的人\\_下载链接1\\_](#)