

釋放壓力 水世界裡盡情思考

—— 台北士林前港公園

文、圖／陳昭淵

Q1. 閱讀／工作／寫（創）作／編輯時的靈感角落、地點。

公園及游泳池。工作到很煩躁的時候，我會去住家附近的游泳池動動身體，或在水裡漂浮發呆。

Q2. 當您置身所愛的靈感角落，喜愛做些什麼？會有什麼樣的感覺與想法？

我的工作環境就是自己的住家，一個小房間裡頭，除了電腦，還堆滿文件、畫材、收集品等等東西，由於工作時間很長，所以若是有機會外出我都希望去人少或步調慢一點的地方。游泳和工作是差異很大的兩個狀態，所以可以作為轉換及放鬆，游泳時我不會一直盯著螢

幕，身體可以自由伸展，腦袋也可以保持清澈，有助於思考很多問題以及過濾想法，我會在水中重新規劃接下來的工作順序或是內容、想想過去和未來的記憶畫面，常常靈感就是在這樣的縫隙中竄出來。而且游泳池的淋浴間的熱水實在是太舒服了，不像家裡的都會忽冷忽熱（笑），運動完也會到旁邊的公園散步，看樹葉間陽光的變化非常療癒。

Q3. 到達靈感角落的方式。

以步行或騎腳踏車方式抵達。前港公園 ㉑：台北市士林區前港街 45 號。

