



手指揸著眼在字裡行間探險  
或沉思悠悠低谷，或停頓蒼鬱林道、或勇闖巍峨山巔  
哪一段都可以是起點  
有風的時候 便讓它拂上滴了汗的臉  
走過崎嶇，就能讀享蔚藍晴天。

\\天下雜誌

Library Weekly News

發刊日期：106年03月14日

期 數：105學年度第二學期第5週

發行單位：教務處/圖書室

【請張貼班級公布欄】

## 新知鮮聞

105學年度開南商工  
閱讀代言人報到！  
「團結！集氣！」



◎第一代言人◎  
廣設三忠黃詳歲



◎第二代言人◎  
觀光二忠簡婷弘



◎第三代言人◎  
綜高二忠符瑞心

按讚啦！



## 讓陽光灑在心上

資料來源：刊載於2016年11月20日【李偉文的聞見思／部落格】



年輕時曾經看過一個著名的禪宗公案，一個老和尚獨坐禪房，忽然聽見庭院青蛙跳入池塘撲通一聲，當下他就開悟了！

當年會好奇老和尚到底悟到了什麼？那隻青蛙怎麼如此厲害？如今才瞭解，重點不在於那一隻青蛙，老和尚可能已經聽千百萬次青蛙跳入池塘裏，卻都沒事，可是當他的心境對了，因緣成熟了，那一聲撲通就是引起他身心靈共振的契機。

因此，當我們看周遭的世界時，花就是花，樹就是樹，流水就是流水，陽光就是陽光，可是當某一天，某個時刻，我們能夠與自然萬物共鳴時，就會像美國國家公園之父的翰繆爾所說的：「讓陽光灑在心上而非身上，溪流穿軀而過而非從旁流過。」

當然，這種情境不是很多人可以體會的到的，因此，多年來心中一直有個夢想，想推動一個運動：「給荒野24小時」，這個口號是仿效「饑餓30」，透過實際不進食30個小時來體驗非洲難民在饑餓邊緣掙扎的情境，我想提倡的給荒野24小時源自於我小時候參加童軍，有一個人獨自移動露營的經驗，以及童軍考驗裏一個人在森林或曠野中守靜的儀式。

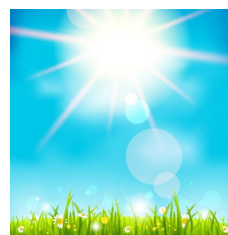
我發現一個人獨自在大自然裏漫遊行走，周邊沒有任何同伴，甚至視野所及之處沒有任何人類，也沒有任何人為設施，比如建築物，電線杆或柏油馬路，然後沒有任何目的性的與這一片自然荒野共處（不為了作調查，也不是做特定物種的觀察或攝影），這種方式，大概是最能融入自然，感受到自然生命的法門了。

一般來說，不管是大人自己或帶領著孩子接近大自然，除了覺得可以讓我們情緒放鬆，戶外活動對身體健康也有幫助之外，往往也著重在自然知識的探索，當然，這並沒有錯，人類的食衣住行物質生活的需求都來自於大自然，甚至我們也可以從大自然中獲得源源不絕的想像力與創造力，但是，若是只看到這些太具體的「功效」，就太可惜了，因為荒野大自然是萬物生命的源頭，是人類古老的鄉愁，自然荒野可以更新我們生命的能量，和一種與萬物合一的連結，這種超覺經驗的體會，可以安定我們的心靈，甚至領悟到生命的終極意義。

對於孩子來說，接近大自然更是重要。

《寂靜的春天》作者瑞秋卡森女士曾說：「小孩如果要一直擁有他天生的新奇感，那麼，至少要有一個能分享他新奇感的大人陪伴著，與他一起重新發覺世界的驚喜、奇異與神秘。」

能夠帶孩子到戶外，真正感受到大自然的豐富與美好，甚至想辦法讓他們被大自然的生命所感動，才是孩子成長過程中最重要的教育。



讓孩子在感受力最強的時候，給他正面且善意的情緒感受，讓大自然的生命力內化為孩子面對各種難題的力量，這種力量乍看似乎微不足道，卻可能是一個孩子改變的契機，或是成長歷程中永不枯竭的活水源頭。

## 智慧小語



小孩如果要一直擁有他天生的新奇感，那麼，至少要有一個能分享他新奇感的大人陪伴著，與他一起重新發覺世界的驚喜、奇異與神秘。

《寂靜的春天》| 瑞秋·卡森