



手指撐著眼在字裡行間探險
或沉思悠悠低谷，或停頓鬱鬱林道、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：107年07月17日

期 數：106學年度暑期輔導第2週

發行單位：教務處/圖書室

【請張貼班級公布欄】

新知鮮聞

一、「2018 玩字時代」
手寫字徵文比賽，自即日起徵件至7月31日止！

成人組(高中以上年齡不限)錄取25名，各獲頒獎金新臺幣5,000元及獎狀1幀。

活動注意事項：

- 題目自訂、自由創作、類別文體不拘、字體工整清晰
- 請採用本活動專用稿紙書寫(自行以A3彩色列印輸出)
- 請採用深色筆(原子筆、鋼筆或鉛筆)書寫
- 本活動為徵文比賽(文章不得抄襲)
- 報名資料請確實填寫，俾利通知獲獎事宜

活動官網請詳見



來一杯甜蜜可可

資料來源：《大智慧過生活》第一冊/陳幸蕙撰文



布丁阿姨家裡有各種可可粉，她是熱可可的擁護者。

兩年前當她因一場可怕的车禍導致脊椎受損，必須終生仰賴輪椅度日時，曾經歷一段非常黯淡低潮的日子。

「那才真叫心情不好哩！」阿姨說。

牢獄似的醫院整整待了一個月後，曾經，在一個痰濛濛的冬天早晨，窗外下著雨，陰冷、潮濕、疼痛，以及了無生趣的枯索之感，約好了似的聯袂來襲！

正懷疑自己是否還有勇氣支撐下去時，值班護士忽推門進來，遞給她一杯加了蜂蜜的熱可可。

看著裊娜的白煙自杯緣悠然飄起，不忍辜負護士一片好意，阿姨把杯子湊近唇邊，勉強啜了一口。

「哎，從來不知道熱可可竟然可以這麼香！這麼具誘惑性！」阿姨回憶。

當一股甜美舒適的暖流，自舌尖緩緩浸淌而下，熨貼了她的心！她忍不住開始以冰冷雙掌，緊奉住那小暖爐似的馬克杯，忽然覺得——劫後餘生，在這樣一個寒冷、蒼白、整個大地失盡顏彩的冬天早晨，有人像天使

一樣，為她送來一杯甜蜜芳香的熱可可，讓整顆心回暖起來，實在是人生一大幸福！

「所以心情不好的時候——」阿姨總這麼說：「就喝一杯甜蜜噴香的熱可可嘛！」

這是一個終生必須仰賴輪椅的劫後餘生者，對別人的忠告。

她的意思，不是歌頌熱可可的神奇；而是鼓勵人，心情不好的時候，要去找一些能改變心境、激發生命熱情的事物來，親近它們，享受它們，從中重新感受、發掘生命的美好！

坐在輪椅上的阿姨，是那場車禍的唯一生還者！

如今她在一個公益團體當志工，並且經常演講宣揚她的「甜蜜熱可可哲學」，整個人活得精彩熱鬧！

其實，每個人都有屬於他的「甜蜜熱可可」的。只是每個人的「甜蜜熱可可」不同。

——找出生命中的「甜蜜熱可可」！那是我們聰明、溫暖且健康地愛自己的方法之一。

——節錄自九歌出版《與玉山有約》，陳幸蕙著

面對人生中的困難，若能在心中找到一股動力，我們便能有力量度過難關。其實，並不是事情變簡單了，而是心中的支持，讓我們願意再次勇敢嘗試解決問題。如果你還不知道支持自己的動力是什麼，不妨試試開始尋找；當你有足夠的勇氣面對困難，你也將會是支持他人攀越峻嶺的力量！

智慧小語



快樂，並不是來自名利的大小多少，而是來自內心的知足少欲。

——聖嚴法師（108自在語）