



## 動物數隻數隻：另類爆笑的動物行為觀察筆記

作者：張東君（青蛙巫婆）  
繪者：唐唐  
出版社：遠流

使人閱讀心情愉快，小讀者增長知識，老讀者變年輕。原來喜悅可以感染，閱讀可以使人回轉像孩子一般。

### 內容簡介

書中勁爆搞笑、不為人知的動物觀察祕辛外，還有千奇百怪的動物食譜做法，想要體驗靈長類專用的猴米糕口感嗎？想知道怎樣揭發偷吃鴨子飼料的紅鶴犯人？如何製造讓刺蝟為之瘋狂的健康跑步機呢？……只要照著這本巫婆祕笈調製，這些困惑保證會迎刃而解！

書名更加符合老是數個不停，不但看到蟲魚鳥獸就數數有幾隻，在路上書上看到動物插圖也會數數手指腳趾畫得對不對、隨時隨地考考旁人知不知道青蛙有幾根腳趾，弄到現在周圍的人在看到青蛙飾品圖像都會數隻數隻。書中附有 36 道食譜，是用來「正向回饋」、增進大家對動物的認識用的。不過要是你的聯想力太豐富的話，就請在看文章之前，先把做出來的食物吃掉吧！巫婆之所以被稱為「巫婆」，還是有它的道理存在的。嘿嘿嘿！

本書分為：

**Part1【動物吃吃喝喝】**

**Part2【動物沒事找事】**

**Part3【動物五花八門】**

**【巫婆上菜 Forgwitch Recipe】**收錄 36 道動物魔法食譜，等你來嘗鮮。

資料來源：博客來網路書店。



## 溫柔是我剛強也是我：來自薩提爾的生命啟發

作者：胡慧嫻  
出版社：方智

自己，也是一篇最深邃的長篇小說，也是一個最大也最美好的謎。

### 內容簡介

彷彿宮崎駿動畫裡的角色，蘇青是自在的藝術家，艾莉是忘了魔法的女孩，兩人在某個夜晚相遇，艾莉就此踏上一段自我蛻變的覺察旅程。

在充滿生活感的小說情節中，艾莉是你也是我。具巧思地在蘇青與艾莉的對話中，偷偷埋入薩提爾模式治療理論，充滿療癒與內在探索，也隱藏了慧黠的質疑與頓悟。

透過全人圖、冰山圖等輕鬆的「遊戲方式」，看見過往的創傷、原生家庭的影響、情緒背後的真正需求…這趟奧祕的「心」旅行，學習去尊重自己和他人的內在深層渴望，覺察人性需求，覺察自己，進而改變，活得自在。

◎本書溫柔提醒：

- ✓要解決問題之前，得先安頓好身心。
- ✓我們都誤以為需要成為一個完美的人，但其實完整才是我們要去的方向。
- ✓「改變」常常是跟在「混亂」之後發生的。
- ✓父母在任何時候都是竭盡所能的，只是他們的「能」往往有限。
- ✓家庭的確深刻地影響我們，但我們並沒有被家庭所決定。
- ✓我們常覺得很累的原因，往往是因為自己只活在「角色」裡。

資料來源：博客來網路書店。



## 青春方程式：27位名家給青少年的私房話

作者：王小棣等 27 人  
出版社：台灣東方

什麼樣的資產，絕是你對要好好守住的珍寶。什麼樣的抉擇，是可以讓你愈來愈好的途徑。

### 內容簡介

在這個多元的、多變的、充滿前景又隱含陷阱的生活裡，特別邀請許多不同領域的名家，給你一段私房話，勉勵你用積極、理性的態度面對未來。就像前人的智慧與文字曾經豐富許多人的心靈，這些社會導師的文字也必能引領你，走出一條坦坦大道。

好朋友什麼祕密都會與你分享共擔，你也必須遵守跟他訂下的所有約定。假使你不傾聽他的訴說或不為它著想，就很可能失去這個朋友。因此我能夠給年輕的你一點真心的建議，我希望你跟你的身體做一個一生的約定：好好對待它，它也會好好待你。健康的體魄可以成為發光發熱的基石。無論你未來做什麼，或去了哪裡，一定要珍惜你這個最好的、無可取代的朋友。

- 1 王小棣……珍惜無可取代的朋友
- 2 孔繁錦……青春真好
- 3 任培豪……功夫就是我的人生
- 4 朱學恆……找到你的方向
- 5 李家同……給青少年朋友的一封信
- 6 李偉文……我們永遠都有選擇的機會
- 7 李筱瑜……找到生命中某個領域的熱情
- 8 林良……我的第一次自學經驗

資料來源：博客來網路書店。