

大概是時間在煮我吧  
作者：張西  
出版社：三采文化

沒有橋的時候，就是戲水的時候！

## 內容簡介

「活得越趨清楚不是為了證明，而是能夠分辨什麼是自己的真實、什麼是別人的真實。」從出外探問世界的天真女孩，到深掘疼痛中的自我，從關注「你」，再回到「我」。

從 23 歲，一路快抵 30 歲，時間慢慢煮著張西，時光給予的，或感受或疼痛，都成了她面對自我最誠實的書寫。「認真凝視過身上的坑疤，才能夠自在地在時間裡流動。」許多藏在過往時空裡的細節，長大後才聽見裡面藏有的情感，這正是時間的餽贈——能活得仍有點尖銳但安心，是因為活得有感情。

在時間裡，她被綿密的苦澀扎痛，但又被它拯救，誠實既疼痛又珍貴，人是自己選擇的累積。

在時光裡，她用柔軟的心慢慢找到自己。她的柔軟，並非把自己的視角修成溫潤的圓，而是讓仍帶著稜角的觀點，找到一種平衡。誠實與理解，在時間裡是種動態的平衡，永恆轉動著。理解世界的同時，仍保有自己。

「謝謝時間把我煮成一個仍會徬徨害怕、仍有所憾恨和幸福的普通人。生命中的輕重開始並存，而輕飄飄的白煙能夠去到更遠的地方，我已經期待下一次要說的故事了。」張西說。

資料來源：博客來線上書店



人生啊，歡迎迷路  
作者：米米  
繪圖：迷路  
出版社：方智出版

管他奔跑還是散步，不都是往前走嗎？

## 內容簡介

「慢慢走、靜靜體會人生風景，不行嗎?!」他的童言童畫，讓整個世界都開心起來！

人氣臉書專頁「我是迷路，我 9 歲」精采未曝光圖文&迷路全新四格漫畫創作！

插畫家馬來貘也大喊：「怎麼辦他好強，我要封鎖他！」

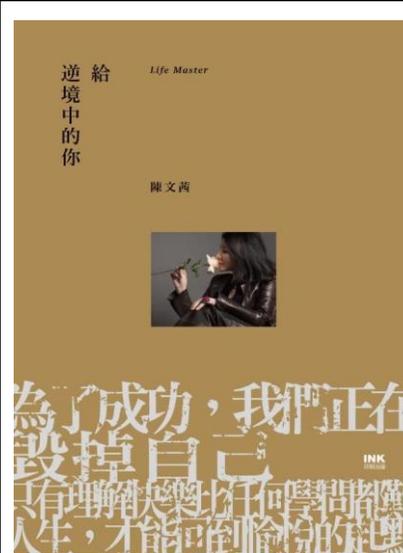
蕭青陽／旅行藝術家、陳文祺／實踐大學媒體傳達設計學系（所）主任、陳婉若／伊林娛樂董事總經理、林淵源／建築師、徐玫怡／暢銷圖文作家……也想迷路+按讚力推！

一個最早發現「迷路」與眾不同、卻用好大好大的愛陪伴他慢慢成長的神奇老木「米米」說：

「迷路不是繪畫天才，但他是個與生俱來的幽默大師；迷路少根筋，所以宇宙交付給他的任務就是令人發笑，療癒快樂力嚴重失調的大人們。」

這是小插畫家迷路令人驚喜的童言童畫，也是單親媽媽米米溫暖感人的陪伴手記，每個需要補充快樂與元氣的大人小孩，都能從中看見不一樣的「迷路」人生！

資料來源：誠品線上書店



給逆境中的你  
作者：陳文茜  
出版社：IND 刻印文學

記得人生兩條路，一條用來惜福，一條用來遺憾。

## 內容簡介

兩千三百多年來最難修的一門課：快樂——愉悅學校 X 逆境哲學

為了成功，我們正在毀掉自己  
只有理解快樂比任何學問都難  
人生，才能回到愉悅的起點

陳文茜：「過了五十五之後，我開始練習和死亡對話。當我開始面對真正的『一無所有』，我學會了對生命更多的寬容。」

恐懼老死、害怕遺忘是人之常情，陳文茜卻說「我不想念我自己」，過去已經浪費太多時間悲傷，是時候從廢墟中站起來，接受必要的殘缺，自在學習「快樂課」了。穿越古希臘哲人的愉悅學校，一窺伊比鳩魯的快樂清單，退出「高速運轉」的場景，給自己喘息的空間（或者，一顆巧克力！）。鼓勵年輕人出國壯遊，敲叩不同的歷史之門，去理解世界有殘忍的殺戮，同時也能看見瑰麗的風華。最終的核心課題是理解死亡——「死亡，不是悲傷的事」，而一個人最好的年華是，當你體悟死亡的智慧時。

陳文茜的快樂存摺七點建議：

- 一、你必得練習和死亡對話，正如和日月星辰對話；你才會頓悟宇宙之大、生命之微、時間之貴、死亡之近。
- 二、記得人生兩條路，一條用來惜福，一條用來遺憾。
- 三、許多事情只是一段路而已，不要把悔恨弄的比經過還長。
- 四、若想要保住某件東西，最好的辦法就是不要太在意結果，過於執著反而容易毀滅。
- 五、寬容生命曾經對你的冒犯。
- 六、訓練你的眼睛只對美好的事物睜開，只是向最美的生命記憶深處回眸。
- 七、度不過傷痛的過去，那麼把燈關上，你會發現連背影都不會存在，何況過去。

資料來源：博客來線上書店

# 悅讀佈告欄

聖心女中圖書館製作 112.05.31