翰林 時時讀書樂

第 1 期

閱讀維他命

。。。時時補充您的閱讀能量。。。

書名：活出每分每秒的精采
作者：宋晶宜
出版社：新手父母出版／城邦文化事業
出版日期：2011 年 10 月 21 日

國中國文〈雅量〉作者──宋晶宜女士，睽違 10 年首度公開發表的 90 餘則感動人心清新小品集。

『如果人生面臨瓶頸，或停滯時，要學會轉彎，再找一條新的生活方式，新的價值觀，是很好的決定，因爲生命真的是一條大河，處處有嶄新的風景。我始終相信，一個人做自己最喜歡的事，往往就會知道生命的價值在哪裡？上帝的恩賜是什麼？』

──摘自內文〈嶄新的生命大河〉

宋晶宜用文字記錄下對朋友、對生活、對家庭、對職場、對夢想、對人生最真實的感動，一瞬間的畫面轉換成永恆的文字記錄。文中所述的故事，透過真摯的筆觸，透過閱讀欣賞轉換成笑淚交織的畫面。同時，也成爲最激勵人心的正面能量。

全書以宋晶宜老師所擅長的散文及報導文學爲主，文字簡短但寓意深刻，特別適合國高中生閱讀，在增進閱讀能力的同時學習品格，及學習以正面態度面對人生事物！

跟著宋晶宜老師一起深入書中文字，您將學會幸福、知足、包容及感恩。

情感篇

若你喜歡或深愛一個人，或某個事，會想到心痛、心痛時的微笑，或是心痛時的眼淚，都是幸福！

學習篇

學習是一種巨大的力量，會讓麵糰變成蛋糕、會讓美夢成爲事實；會讓我們一天比一天富足，一天比一天勇敢。

生活篇

每個人的每天都是二十四小時，你要有智慧去捨棄怨天尤人，你要有智慧內躲嫉妒憤怒，那麼就像你清除電腦裡的垃圾文件一樣，你的生活忽然變得比別人容積率大多了。

生命篇

生命可能很短，但很偉大。生命可能很長，但很渺小。最幸福的是，生命又長又偉大。

【特別收錄】九位來自全台灣北、中、南國文名師之推薦賞析
知名親子作家＆北市建國中學陳美儒老師專業導讀

※更多內容及精采試閱請至 http://www.books.com.tw/activity/2011/10/psp/0010520226/

心靈充電站

■ 臺北市 100 年掌中戲觀摩匯演-唭哩岸布袋戲團「蘇東坡傳奇」

演出單位；唭哩岸布袋戲團

演出日期：**11** 月 **12** 日（週六）

演出劇碼：【蘇東坡傳奇】

地點：臺北市萬華區艋舺公園(廣州街龍山寺正對面)

日期：**2011/11/12(**六**)**

時間：**19:00**

■ 近代「書道禪」名家曹秋圃的理念與心法

研習內容：

一、曹秋圃生平簡介。

二、書道禪理念與心法：

（一）書道理念。

（二）書道心法：

1.執筆與運筆。**2.**入帖與出帖。**3.**讀書與養氣。**4.**善悟。

（三）創作理念：

1.下筆周秦，貴拙不貴工。

地點：四樓會議室　　免費自由入場

日期：**2011/12/3(**六**)**

時間：**14**：**30**

以上資料轉自台北市立社會教育館

課後下午茶

S.H.E 的 **Selina** 如願在 **10** 月 **31** 日幸福出嫁，當天她並不刻意遮掩尚未完全平復的傷疤，即使如此，她仍是最美麗善良、勇敢堅強的新娘。原本嬌美可人、被捧在手掌心上呵護如公主的 **Selina**，去年 **10** 月於大陸拍爆破戲時不幸發生意外，全身 **54%**三度灼傷，之後經歷的治療與復健過程無論多痛苦，她卻總以樂觀開朗、積極努力的心態面對，並不因此怨天尤人或頹喪消沉，正如杏林子在〈心囚〉一文中所言，真正的突破了心靈的枷鎖，這個世界再也沒有什麼能困住她，因而更顯寬廣與美好了！