

# 114-10-29 閱森活週報

新商圖書館 館訊 N 0. 22

(請各班圖資股長務必於班會課宣讀並張貼公告)

## 一、【作家介紹-蔡璧名教授】

被譽為「當代最會講莊子」、「莊子跨越時空的忘年交」-蔡璧名教授近日離世，除學界人士外，連歌手盧廣仲、蔡依林等人也紛紛發文悼念，究抵蔡教授何許人也？以下略述之：蔡璧名女士為國立臺灣大學中國文學系教授，長年專注研究道家思想、先秦諸子與醫家哲學，其開放式課程《正是時候讀莊子》探討自由、愛與生命的哲學，被譽為「台大最療癒的課」，也被視為「讓哲學變成生活」的代表；她出版的《莊子，從心開始》、《正是時候讀莊子》、《解愛：重返莊子與詩歌經典，在愛裏獲得重生》等書，銷量與口碑俱佳，讓古典思想走出學院，成為大眾文化的一部分。

向來凡事如拚命三郎、要求完美的她，在 42 歲罹患子宮頸癌第 3 期(醫囑 5 年內死亡率達 75%)，除接受西醫治療以外，也勤練太極拳，以傳統醫學《黃帝內經》養身、用道家思想《莊子》養心，半年後奇蹟病癒，讓她對傳統文化、醫學有更深的認識，《穴道導引》、《醫道同源》等暢銷書都是癌後著作，重新探索心靈與身體的關係。蔡教授曾於臉書寫給抗癌、抗疾、抗情傷路上的朋友：「如果你願意徹底關掉焦心與傷心之門。專注地走上『好好吃飯、關機睡覺、鍛鍊己身、愛養己心』的鬆柔之道，肯定能發現鏡中人氣色、體態、神情，不斷發生微妙到令人深感生歡的美好變化。」

想進一步了解蔡教授的思想與著作嗎？本校館藏有《正是時候讀莊子：莊子的姿勢、意識與感情》、《莊子，從心開始》、《穴道導引》、《人情：正是時候讀莊子. 二》、《勇於不敢愛而無傷》《鬆開的技、道、心：穴道導引應用錦囊》《正是時候讀莊子，完結篇：莊子的遊心、養身、學愛，真自由》、《醫道習慣：心、身、情、食、寢，習慣成自然》、《鬆柔歌訣：虛實步、頭目減、詩生活》等書，歡迎來師長同學來借閱！

## 二、【新書推薦】

| 書訊                                                                                          | 推薦原因與內容介紹                                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 書名：《午夜圖書館》<br>作者：麥特. 海格(Matt Haig)<br>譯者：章晉唯<br>出版社：漫遊者文化<br>索書號：873.57 H149<br>2021（新書展示區） | ☞透過虛構的奇幻設定，每個人心中都曾有過的疑問「如果當初我做了不一樣的選擇呢？」這常讓人陷入自責與遺憾。每個人人生都有光與暗、得與失。幸福不是來自完美的人生，而是來自於你選擇如何面對它。諾拉的旅程讓人想起自己的後悔與希望。在面對抑鬱與無望時，書中傳遞了一種力量——就算再黑暗，也還是有選擇的空間。午夜圖書館不是一個結束的地方，而是一個重新出發的象徵。<br>☞推薦給您：需要肯定自我的你。 |
| 書名：<br>《素人也能當人氣團購主！+1+1 就成團的社群經                                                             | ☞由胖爸與胖媽共同撰寫，主要分享他們從素人夫妻到年營收破千萬的團購主歷程，揭露如何透過社群經營、粉絲互動、品牌合作與帶貨策略，實現變現與規模化。利用貼文、直播、限時動                                                                                                                |

|                                                                                                                   |                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>營互動方程式，打造從零到千萬營業額的帶貨力》</p> <p>作者：胖爸(盧室辰), 胖媽(沈芳竹)</p> <p>出版社：博碩文化</p> <p>索書號: 496 2137</p> <p>2024 (新書展示區)</p> | <p>態，打造粉絲黏著度與轉換率。如何從被動接案轉為主動出擊，建立雙贏的合作模式。逐步拆解從月收萬到千萬的策略、心法與經營觀念。</p> <p>☞推薦給您：有興趣成為團購主、直播主的新手或創業者，想學會如何將日常分享轉化為商業價值的人。</p> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### 三、【資媒組宣導事項】

請同學使用公用載具(電腦、ipad、ChromeBook、SurfaceGo…等)後，務必記得登出個人帳戶，以維護個人資料安全。

另，如借用圖書館載具，使用後請登出個人帳戶即可，毋須關機。

### 四、【圖書館活動】

1、講座活動--10/29(三)14:00-15:50 財經網紅作家陳詩慧女士演講【闖出人生好業績】，請已報名參加同學於 13:50 準時到圖書館四樓集合！

2、[萬聖節魔法咒語借書樂]-本週至圖書館借書時，口唸 6 字以上自創咒語，即可獲萬聖節糖果一份，每日數量有限，趕快來借書喔！

### 五、【第三次拾穗心得分享】

10/29(三)班會時間為第 3 次拾穗閱讀心得分享，請圖資股長填寫圖書分享紀錄表並至圖書館蓋章，及將班上同學分享的照片分享至 Line 群組相簿(註明班級、分享同學姓名)。

### 六、【精選期刊文章摘要】

\*以下為精采文章推薦，歡迎師生使用本校圖書館網頁[天下文化知識庫群]下載或線上閱讀

| 篇名或系列報導名 | 作者            | 出版時間       | 雜誌/期別      |
|----------|---------------|------------|------------|
| 失智症帳單    | 張雨亭, 邱玉珍, 梅緣緣 | 2025/10/01 | 康健雜誌 316 期 |

台灣 80 歲以上人口，約每 5 人就有 1 人失智，台灣平均壽命超過 80 歲，換句話說，失智不再是少數人的問題。失智照護期平均 8 年，總花費動輒數百萬，這還不包括辭職照護帶來的薪資損失、無形的心理壓力與內在消耗等「隱形成本」。人口老化、失智人口增速高於全球的台灣，當然更該及早破除誤解，更積極地預防、更快速地找出應對之道。

### 七、【竹苗藝文資訊】

苗栗縣美術家邀請展-「墨馨不惑」葉修宏書法創作展

展覽日期:2025-10-21 ~ 2025-11-23 展覽地點 第一展覽室「墨馨不惑」不僅回顧葉修宏的重要代表作與書藝成長歷程，更象徵他在四十歲之際對書法之道的深刻體悟與自我反思。誠摯邀請觀者一同走進他以墨為筆、書寫人生的真摯篇章。