★107/04/26（四）晚上8:00 山河館臉書直播預告★

【十步芳草】人物專訪—— 詩集作家 蔡梅芬小姐

遠的近了，近的遠了

像一朵雲忽近忽遠

風來了，飄走了

忘了冬已逝

忘了春又回

~相忘江湖~

以上是山河館今日再度專訪的嘉賓--詩集作家蔡梅芬小姐最近的作品，她的詩中常帶禪意，令人吟哦再三。“覺察，只是為了與自己相遇。”蔡梅芬小姐如是說，而她臻於此種心境，卻是來自於六年前的一番轉折。在最近即將發行的詩集序言中，她提到：「現代人長期處於壓力之下，靠著物質滿足慾望，來作為暫時舒緩的方式。這是治標不治本的方式，有時帶來的卻是身心更多的不協調，反而慢慢成為”厭世”的心理狀態。連我自己也不例外。」

六年前蔡小姐正徘徊於尋找生命的答案，尋思著如何去看待自己的生命？直到她開始寫詩，一切便有了轉機。她說：「詩是”寺中之言”，有其莊嚴清明，那美好讓我大夢初醒，將內心的自己從最深處的恐懼與各種關係中，重新認識自己，領悟生命的意義。」她體認到：原來每個人都不是別人眼中看來的那般堅強，總是堆疊許多外在的成就，來掩飾生命裡不敢直視的恐懼。而”詩”卻能以智慧拆解，從身處問題的核心裡，找到各自的答案。她以詩為良藥，治癒內心的痛苦和疑惑，也將這個療癒的過程和成果與人分享。今晚八點，邀請粉絲朋友來分享這一條生命覺醒之路，歡迎留言按讚哦！

~進入手機上的臉書→在最上面一行「搜尋」打入「山河館」進入粉絲專頁→滑動螢幕點選live直播→在直播影片下留言~