

# 在緩慢中看見風景 在旅途中遇見自己

See the scenery in slowness. Find yourself in the journey.

學期的喧囂漸漸遠去，終於有時間回望這一路的自己。

As the bustle of the semester gradually fades away,  
there's finally time to look back at the journey you've taken.

這個夏天，不妨放慢腳步，用一段屬於自己的內在旅程，

This summer, why not slow down and embark on an inner journey of your own.

去傾聽、去整理、去修復，然後，再一次溫柔地出發。

to listen, to reflect, to heal —and then, gently set out once again.

閱讀本月精選推文！一起在字裡行間，看見那個正在長大的自己。

Let's Read the articles and find the growing version of yourself between the lines.

1. Don't call me a shopaholic, okay? / Xin-Yi Peng
2. 鍛鍊，飛往未來的翅膀/林世媛
3. 正念溝通：聽見你的聲音/龔蕾
4. 勇敢面對自己的脆弱——活出真實的我/吳致廷
5. 「與我同在」——多元性別探索與認同/洪梓修
6. 人生的第一堂必修課——培養自我肯定的能力/徐安立
7. 和自己在一起——論身體意象對自我認同的影響/鄭麗瑄
8. 透過文字的溫度認識自己-淺談書寫與自我療癒/賈宜蓁
9. 與時代共舞，用連結尋找數位裡孤獨的真實自我/余卓穎
10. 怎麼跳出「生涯焦慮」？-找工作前，先找自己！/羅迦馨

掃 QR CODE 看更多相關文章  
SCAN QR CODE TO SEE MORE ARTICLES

