

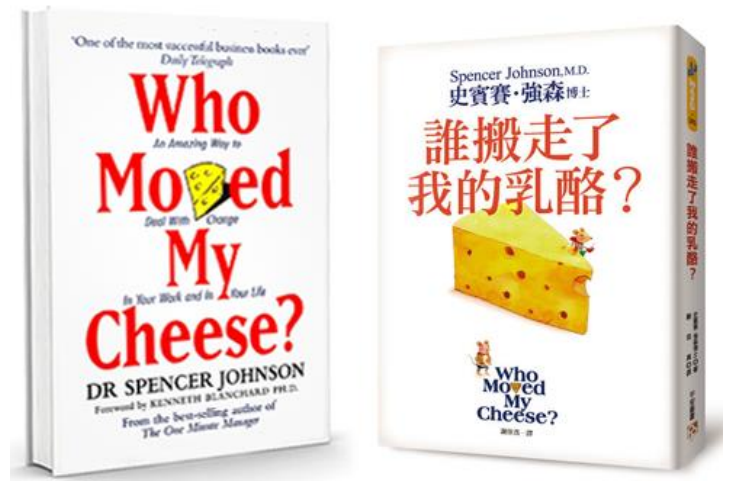
老師姓名：李韻之老師

書籍名稱：“Who Moved My Cheese?”

《誰搬走了我的乳酪?》

作者/編者：Spencer Johnson, M.D.

(史賓賽·強森)



分享感言：

本書講述四個住在「迷宮」裡的人物 - 兩隻「小老鼠」和兩個「小矮人」，他們竭盡所能地在尋找能滋養他們身心、使他們快樂的「乳酪」的過程。故事中，他們原本住在一個無限供應乳酪的迷宮裡，憑著不同的方法和態度，他們找到一座看上去可以吃不完的乳酪山，並定居在那裡。突然有一天，乳酪山不見了！四個人物中，有「人」積極地再跑進迷宮裡，不斷嘗試和探索，成功地尋找到新的乳酪；相反地，有「人」卻怨天尤人，無法接受突如其來的轉變，不斷分析又討論誰搬走了他們的乳酪，而沒有付諸行動。最後，究竟誰能找到新的「乳酪」？

作者以「乳酪」比喻為我們生命中最想得到的東西。它可能是學業成績、人際關係、健康、心靈寧靜、工作或金錢。「迷宮」則代表一個你願意付出時間與精力追尋你所欲求的東西的地方，它可能是你的學校、公司或所居住的社區。

作者表示我們每人心中都有一塊「乳酪」。他透過此書，讓讀者反思：「當遭遇環境改變時，該如何應付？」他以寓言的方式，藉由小老鼠和小矮人在迷宮裡找乳酪的過程，來說明人們在面對生活中或工作中的「變化」，所可能會有反應。每個人在成長的過程中，失敗和挫折似乎是無可避免的。如何從中取得教訓或獲得成功，則視乎我們的態度。