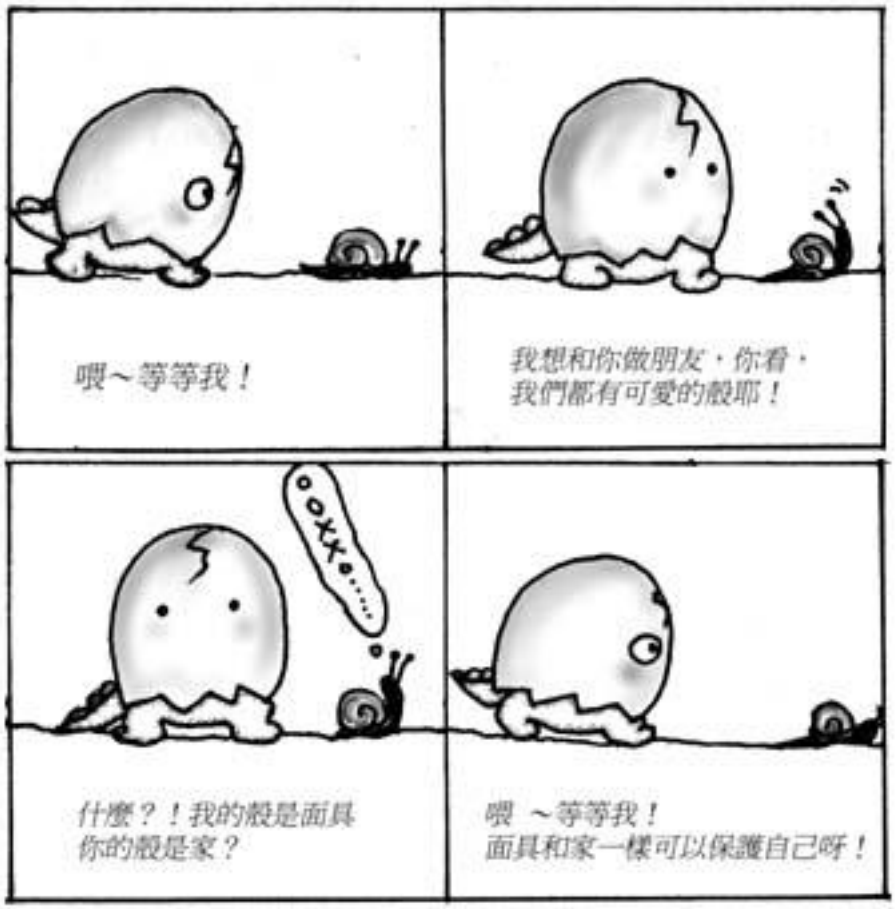
面具篇

專題報導

面具是為了因應他人對待所發展出來的外在表現，它有時候保護我們不受傷害，讓我們感到安全；有時候卻隔絕了與他人進一步接觸的機會。當我們愈能用言語、表情、肢體等方式，向他人表達自我真實的狀態時，我們便逐漸捨棄對僵化面具的依賴，而能自在地享受人我之間的關係。