

# 新竹高工圖書館訊

發行人：陳世程

出刊日期：2025/10/27

發行期數：169

主編：陳惠青

編輯：古紫彤

創刊號：2003/11/01

題字：張雙土

地址：新竹市中華路二段二號 圖書資料館

參考諮詢專線：533-8751 # 290,291

## 最新消息

- 【全國中學生閱讀心得寫作比賽】本校共有 10 篇作品參賽，本館預祝參賽同學都能榮獲佳績，為個人及學校爭取榮譽。
- 【全國中學生小論文寫作比賽】本校共有 5 篇作品參賽，本館預祝參賽同學都能榮獲佳績，為個人及學校爭取榮譽。
- 【SDGs2 消除貧窮與飢餓主題書展】本館將於 114.11.3~114.11.28 在小藝廊舉辦，有相關圖書、影片等展出，歡迎全校師生蒞館參觀。

## 優秀作品分享

### 全國中學生閱讀心得寫作比賽甲等作品

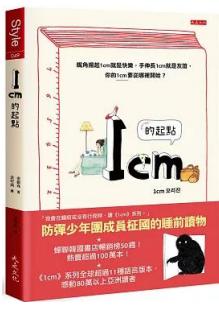
作者：室三甲 許巧

書名：**《1cm 的起點》**

作者：金銀珠

### 一、圖書作者與內容簡介：

這本書的作者是一位韓國作家，叫做金銀珠，這本書裡主要是文字搭配一些小插圖，這本書的宗旨是「如果人生就像一把長尺，你要怎麼刻畫上面的每一公分？」書中寫了許多作者自己的成長經歷中所體會和觀察到的事物，也寫了許多關於她如何看待這個世界的想法和對於與人相處的心得，是一本實用又有趣的書，讓人看了能對這個世界有更多不同的看法。



### 二、內容摘錄：

- 兩條平行線之間，即便只改變一度，最終都會相交，人與人之間，只要邁出一小步，距離便會縮短。(P6)
- 當你聽到某人講：「我要做好萬全準備」，背後的意思就是「永遠不會開始」，就像我們常說「今天開始減肥」，意思就是減肥永遠是明天的事。(P12)
- 世界上每個人的解讀不盡相同，如果沒有主見，就只能以他人訂下的結論看待世界。(P140)
- 在超級英雄身邊的人，反而容易忽略英雄的偉大，其實許多人最大的缺點，就是看不見他人的優點。(P144)
- 如果生活是兩片吐司，幸福就像是夾在中間的果醬，雖然藏在裡頭，卻能為生活增添甜蜜的滋味。(P208)

### 三、我的觀點：

看完這本書，我感覺我看待這個世界的視野變得更寬闊且通透了，作者透過簡單質樸的筆調寫出現實生活中我們正經歷著的大小事，並幫我們想了一套如何面對生活的方法，其中也提到很多人性和現實的黑暗面，但作者總能用幽默可愛的筆法讓我看了既感同身受又會心一笑，整本書呈現一種輕快的步調，但仔細品嚐和咀嚼那些文字後，卻也能發現其中藏著的真

理。這本書裡我最喜歡的一句話是「許多人最大的缺點，便是看不見他人的優點。」

我對這句話有很深的感觸，隨著慢慢長大，我接觸到越來越多各種形形色色的人，以前的我很常在看到這個人的前幾秒就斷定他可能是個怎麼樣的人，並決定要不要和他認識，但也在這些過程中，發現了許多和我第一印象完全不同的人，那個我以為冷漠自私的人，竟在我被老師訓話時跳出來幫我講話，那個表面上看起來兇悍的大塊頭，竟然也喜歡草莓味的麵包，那個看起來調皮搗蛋的男同學，做起手工藝竟然既專注又細心，太多太多諸如此類的反差使我開始改變自己看待他人的眼光，我開始試著拋開所有第一印象，去用心認識那些人，才發現那些所謂的第一印象不過只是我的刻板印象罷了，而拋開成見後，我變得更願意去了解一個人的性格和他性格背後的原因，也明白了書中的道理「世界上沒有完全無法理解的人，只有沒機會解釋的人」，在我試著代入他們的成長故事後，我發現每個人的每個選擇背後，都有其原因，而那些選擇，造就了如今的他，我的思想也慢慢變的開放，不再認為一個人是完全的壞亦或是完全的好，我能從那些被大眾指指點點的人中，看到他們沒被發現的光芒，看到那些獨特的閃光點，而不再只是一味的跟從眾人的想法和世俗的價值觀了。

而書中還有一篇內容同樣令我頗有共鳴，作者寫道現在是個「說謊不用付：代價的時代」，比起沈悶無趣的真相，人們似乎更想要聽到有噱頭又驚人的謊言，人們只要從某人那裡聽到震驚的八卦或消息，便會想要直接分享給所有人知道，而這種不經過查證，不清楚事情真相，卻能很有底氣的和他人說的像是自己親眼證實的勇氣，我想就來自於大部分的人說謊是不需要付代價的，而被誤解的當事人若想了解是誰傳播假消息，也是一件很不容易的事，沒有人會主動承認自己是壞人，就跟沒有人會和自己討厭的人承認自己討厭他一樣，他只會在你看不見的地方，像一個幽靈一樣瘋狂的折磨著你，而謊言最可怕之處，就在於它讓人完全不在乎真相，這讓我想到奧運賽事，台灣拳擊選手林郁婷遭受的性別爭議中，也同樣充滿著很多不知名的幽靈，而能夠被這些幽靈影響的，便是那些跟著隨風起舞的淺白靈魂，那些人不在乎事情的真相，他們只相信他們所相信的，當我去深入了解這整件事情後，感到十分氣憤和為台灣選手感到不捨，但當我看到林郁婷對待這些幽靈的態度時，我才明白了書中的道理，林郁婷並沒有被這些惡意攻擊所擊敗，她用她的金牌作為對這些幽靈最好的回應，她也說過她聽到這些聲音時，心裡會很不好受，但她仍然熱愛拳擊，並不會因為練拳擊必須經歷那些討人厭的事就因此放棄拳擊，就像書中作者提到她有一首喜愛的歌，融合了她最喜愛的旋律和最討厭的歌詞，但那仍然是她喜歡的歌，就像人生一般，即使美好的日子裡，藏著討厭的日子，但那終究是我喜愛的人生，討厭的部分，終究贏不過喜歡的部分，而林郁婷如今也繼續打著拳擊，而那些幽靈也從未消散，他們仍然偷偷摸摸的繼續躲在每個暗

# 新竹高工圖書館訊

發行人：陳世程

出刊日期：2025/10/27

發行期數：169

主編：陳惠青

編輯：古紫彤

創刊號：2003/11/01

題字：張雙土

地址：新竹市中華路二段二號 圖書資料館

參考諮詢專線：533-8751 # 290,291

處裡，但我想，或許對於林郁婷和我們來說，如果讓我們喜歡的日子多過讓我們討厭的日子，這或許就是一件值得繼續堅持下去的事。看完這本書，真的讓我收穫了許多，但這些好像不全然是新的觀念和新的想法讓我豁然開朗，更像是它讓我回顧起自己的經歷和走過的過程，並引導我從中用新的角度去重看一次那些原本已固化的想法，在這本書的帶領下，我和很多個以前的自己和解了，也和很多個糾纏已久的執念和解了，我想，看完這本書最大的成長便是我能以更寬廣的視野去看見事情的更多面貌，並享受在其中的豐富之景，逃脫固化的思想和偏見，去眺望更遠更美的風光。

## 四、討論議題：

1. 我們為何會對一個完全不了解的陌生人，產生刻板印象呢？
2. 偏見的存在只帶來負面影響嗎？是否有其存在的意義與必要？
3. 如果人生是一把尺，你想怎麼規劃上面的每一公分？
4. 生活中有什麼事情，只要做出一公分的小改變，就會有截然不同的結果呢？
5. 我們該如何在那些已固化的思想中，發現全新的視角呢？
6. 您認為人性本善或人性本惡？原因是什麼呢？

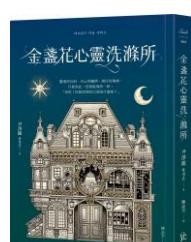
## 好書推薦-心靈療癒主題書展

### 1. 《停止怒氣內耗：你不必好脾氣，但不要一直生悶氣！》

索書號：176.56/3623

### 2. 《其實你很好》 索書號：178.8/4591

### 3. 《金盞花心靈洗滌所》 索書號：862.57/1738

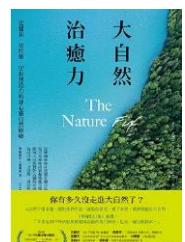


### 4. 《大自然治癒你：更健康、更快樂、更有創造力的身心靈自然療癒》 索書號：172.8/5304

### 5. 《轉大人微焦慮求生指南》 索書號：176.527/4444

### 6. 《療癒孤寂：30堂課學會接住自己，建立內在安全感，成為能與他人連結的完整自我》 索書號：176.52/4425

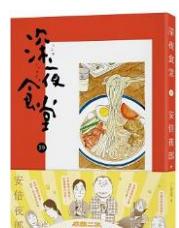
### 7. 《離家，出走：帶回迷路的自己》 索書號：191.9/0324



### 8. 《生活裡，遇見阿德勒的溫柔》 索書號：191.9/4031

### 9. 《最好的溫柔，是徹底放自己自由》 索書號：177.2/1020

### 10. 《深夜食堂》漫畫 索書號：947.41/3203 限館內閱覽



## 館藏雜誌介紹-科普類

### 《科學人》

Scientific American (SA) 發行於 30 多國，中文版於 2002 年引進台灣，讓台灣得以與世界最新科學的發展趨勢無縫接軌。其編審顧問群，是由國內外各科學領域最具盛名科學家、專家學者共同組成，藉由其專業與學養，讓台灣《科學人》成為華文世界最愛閱讀的跨域科普雜誌。



### 《How It Works 知識大圖解》

是一本國際知名的科普雜誌與系列叢書，以豐富的高解析度全彩圖解，將複雜難懂的科學、歷史、工程、人體、自然等知識，以淺顯易懂、引人入勝的方式呈現給讀者。

### 《科學月刊》

1970 年創刊的《科學月刊》，是台灣歷史最悠久的科普雜誌，專業但不艱深。我們堅持原創科普文章，以本土的力量，接軌國際科學專業。



### 《自然保育季刊》

是由農業部生物多樣性研究所（原行政院農業委員會特有生物研究保育中心）發行的推廣性刊物。其宗旨是推廣自然教育，並將自然資源保育的相關知識和資訊普及給大眾。



### 《科學教育》

是由臺師大科學教育中心編輯發行，並由教育部委託出版的綜合性刊物。旨在推動科學教育，促進學術研究，提供課程資料，並報導國內外科學教育的最新動態，以及補充中學課程與教材，提供教師教學所需的參考資料。