

新竹高工圖書館訊

發行人：姚清輝

主編：陳惠青

題字：張雙士

出刊日期：2016/04/20

編輯：古清慧

地址：新竹市中華路二段二號 圖書資料館

發行期數：93

創刊號：2003/11/01

參考諮詢專線：533-8751 # 290, 291

最新消息

- 1.【全國小論文寫作比賽】第 1050331 梯次全國中學生小論文寫作比賽，本校共有 16 篇作品參賽，本館預祝參賽同學都能榮獲佳績，為個人、學校爭取榮譽。
- 2.【全國閱讀心得寫作比賽】第 1050315 梯次全國中學生小論文寫作比賽，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、學校爭取榮譽。
- 3.【圖畫書創作展暨全校公投】將於 4 月 27 日至 5 月 13 日於小藝廊舉辦「圖畫書創作比賽全校公投」，由全校師生共同選出繪本組前 3 名及佳作若干名，得獎者將榮獲獎狀、圖書禮券及「悅讀少年」認證章一次，歡迎全校師生蒞館投票。
- 4.【高一二多元學習機智搶答競賽】將於 5 月 4 日第 5-6 節在力行館舉辦，歡迎高一二同學一同參與這一場充滿知識性、趣味性的閱讀競賽(感謝綜二乙姜昱安/蘇冠豪/林育汶/黃靖雅/李翊僑/鍾沛珊/徐培欽/陳書庭/彭聖祐/廖彥淮/羅珮瑄/羅嘉慧及化二甲龔天育擔任工作人員，協助辦理活動)。
- 5.【板金科、室設科學生畢業成果展】將於 5 月 13 日至 6 月 10 日在小藝廊、數位區舉辦，歡迎全校師生蒞館參觀。
- 6.【小論文寫作研習】於 5 月 18 日第 5-6 節在欣學樓 B1 媒體欣賞室舉辦，本館邀請了詹文克老師擔任講師，歡迎全校師生踴躍參加(欲參加同學請於 5 月 12 日前至書庫區報名)。
- 7.【校內閱讀心得寫作比賽得獎名單】本學期校內閱讀心得寫作比賽得獎名單如下，請各班前 2 名同學於 4 月 29 日前至書庫區領取圖書禮券(得獎同學可榮獲獎狀乙張及「悅讀少年」認證章一次；請於本學期結束前至書庫區蓋章，逾期恕不補蓋章。)。

104 學年度第 2 學期校內閱讀心得寫作比賽得獎名單(二)

班級	姓名	名次	圖書禮券(元)	班級	姓名	名次	圖書禮券(元)
綜一甲	陳加芳	第一名	100	板一甲	羅祥霖	第四名	無
綜一甲	林泰均	第二名	100	板一甲	鍾俊豪	佳作	無
綜一甲	彭元奎	第三名	無	板一甲	陳則奇	佳作	無

綜一甲	陳俞蓉	第四名	無	室一甲	林志翰	第一名	100
綜一甲	湯鎮嘉	佳作	無	室一甲	鄒佳如	第二名	100
綜一甲	童鈺銓	佳作	無	室一甲	鄭雅靖	第三名	無
綜一甲	黃康綸	佳作	無	室一甲	張力彤	第四名	無
綜一甲	詹沐融	佳作	無	製圖二	陳冠樺	第一名	100
綜一甲	魏俊宏	佳作	無	製圖二	林佳儒	第二名	100
綜一丙	朱宜蓁	第一名	100	製圖二	楊柔裕	第三名	無
綜一丙	彭富鈺	第二名	100	電二甲	江威霖	第一名	100
綜一丙	陳莉安	第三名	無	電二甲	謝份明	第二名	100
綜一丙	黃文遠	第四名	無	電二甲	賴志熙	第三名	無
綜一丙	江家葳	佳作	無	電二甲	羅宇翔	第四名	無
綜一丁	林思西	第一名	100	電二甲	饒舜善	佳作	無
綜一丁	趙仁駿	第二名	100	電二甲	羅捷文	佳作	無
綜一丁	李紫瑜	第三名	無	電二甲	劉尚衡	佳作	無
綜一丁	范浩俊	第四名	無	電二甲	賴彥州	佳作	無
板一甲	張昌玄	第一名	100	電二甲	謝華生	佳作	無
板一甲	考量	第二名	100	電二甲	賴睿澤	佳作	無
板一甲	黃志洪	第三名	無				

(未列入班級，導師正評閱中；感謝各班導師協助評閱)。

- 8.【清大交借書證規定】因跨校借書證張數有限，為擴大跨校借書證之流動率，並顧及全校師生權益，請大家遵守下列規定：

- (1)請攜帶學生證至書庫區服務台借用，1 次可借 5 天(借用當日起算)；每人每學期限借 3 次。
*上學期起迄日期為 8/1~1/30。
*下學期起迄日期為 2/1~7/31。
- (2)學生證將保留在圖書館，於歸還借書證時返還。
- (3)不可連續借用，至少要間隔 7 天才可再借(以歸還日之隔日起算)。
- (4)逾期未還者，將停借 30 天(以歸還日期隔日起算 30 天)。
- (5)逾期達 5 日以上未歸還者將喪失借用權益。
- (6)因大學對於逾期或遺失之罰則較為嚴苛，因而產生的「罰金」，請借用人自行至大學圖書館服務台繳納罰金。
- (7)借書證遺失，重新製卡費為 100 元，請繳至本校圖書館，由本館統一至大學圖書館申請。

全國中學讀書心得寫作第 1041031 梯次得獎作品-優等

班級：綜三丙 作者：程婉蓁

書名：你就是自己的幸運星

觀點：



新竹高工圖書館訊

發行人：姚清輝

出刊日期：2016/04/20

發行期數：93

主編：陳惠青

編輯：古清慧

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

看到書名「你就是自己的幸運星」，心想是真的嗎？以為幸運是要靠天時、地利、人和，再加上一些巧合才能發生，沒有想到它裡面所寫的每一字每一句，幾乎都在探討自己的內心，要如何相信自己一定可以做得好，不要只是一味的逃避眼前所遇到的困難，要有「勇氣」、「負責」、「目標」、「謙虛」、「信任」、「愛」和「合作」的力量，徹徹底底的發揮出來，我想應該離夢想、成功不遠了。而作者告訴我們：人生是在得到「幸運」之後才開始的，只要你從書本中學會如何運用內心的力量，就能擁有心想事成成七大秘訣。

當青年武士肩負如此重大責任，心情是感到多麼的沉重，雖然他知道國王是多麼的信任他，於是他想在面對光明巫師之前，他必須先向自己深愛的人辭行，一方面聽取他們的忠告，或許也想藉此獲得些情緒上的解脫吧！三位武士毫不猶豫地回應了好友的要求：「親愛的好友，千言萬語到不近，我只能告訴你：你的處境將是變化莫測，不能就此輕易屈服，更不能陷入悲觀，唯有如此才能克服萬難。如果你遭遇的是困難挑戰，那就當它是一生難得的機會吧！這個誠懇的建議將會幫助你超越今天的自己，明天的你，一定會更好。」我看到這個對話，心想他說得沒有錯，但以往很多人，包括我自己，可能都會覺得說得很簡單，卻很難做到，因為人們缺乏的就是自信心和正面能量，而我每次想事情時，都會突然掉進那個漩渦，然後就打擊本來那個相信自己的自我，失去信心，當然想要爬起來是一件跟自己的心戰爭的時候，要多看一些正面能量的書，想想今天做了甚麼好事，建立信心，做了甚麼壞事，以拿來警惕自己，以後不要再發生了，要改進！檢討好自己，讓明天的自己不要後悔，不要煩惱，而是全新的自己，做事更謹慎、更細心、更小心翼翼。

雖然說命運不能改變，但是我們可以改變選擇呀！好比書裡的一句話：「與其說征服恐懼，倒不如傾聽它、說服它。恐懼總是有很重要的話要告訴你而且它會跟你聊起你內心深處的願望呢！」若是否定，它就會侵略你；但是你若接受它，它就能改造你。害怕失敗的恐懼，足以使你一敗塗地。恐懼興起時，我們會在心中創造可怕的惡龍來限制自己，以為這就是生命唯一的可能性了。所以視野務必要超越自己的限制，當心中的恐懼消失了，每個挑戰立即轉變成難能可貴的機會。“勇氣”不只是無謂無懼，而是具有位重大任務犧牲冒險的道德良知。為有決心成為偉人的人，才會成為真正的偉人。此外，許多人專門找重要的大事來做，可惜願意做小事的人少得可憐。殊不知，只有從小事情著手，最後才能成就大事業！

終於主角哈諾遇上了虛無魔王，閃過一個念頭：黑暗不可能征服黑暗；唯有光明能夠征服黑暗！心懷仇恨的激戰，只會使這場戰爭永無終止日。惟有愛能征服一切，還有就是無私的奉獻，也就是人最大的力量。

最最最...最重要的就是“愛”，愛是各種力量的種子，我們是結合各種天賦以展現愛，也讓人人得以夢想成真，並尋著造福世界的理想。愛的力量很強大，但若加上團結的力量尤其驚人。無論是各種力量，若沒有團結為基礎，終將不堪一擊。合作的力量強大無比，如果大家都各自獨善其身，強大的力量是絕對不會形成的。

師長的書中佳句

*主任教官：黃衍貴教官

「當情勢危急，令人悲觀時，我提醒自己：『二加二依然還是四，人們不會在低潮中待太久。』」

---《成功EQ100課》杜衡

*活動組長：蕭耀宇老師

「幸福是一個點，而奮鬥和痛苦是一條線，只有走完那一條線，才能到達那個點。」

---《給正在路上追夢的你—像我這樣的普通人，怎麼成功》俞敏洪

*化工科教師：陳華芳老師

「『厲風濟則眾竅為虛』。大風一停，發出聲音的所有竅穴，盡在當下回復寂靜。可我們的心情，卻每每在事情過去後，還擾動不安。」

---《正是時候讀莊子》蔡璧名

好書推薦

書名：《越跑越懂得》

作者：陳彥博

出版：圓神出版（2015.12）

二十多年前，臺灣一年路跑賽不超過十場；但現在的臺灣可能是世界上馬拉松數密度最高的地方，馬拉松已成為時下最流行的運動之一，也是許多運動愛好者用來自我挑戰的目標。

臺灣知名跑者陳彥博參與的極地超級馬拉松，難度遠遠超過我們能理解的馬拉松。他曾經立下「用5年的時間，完成世界七大洲、八大站超級馬拉松賽事」的目標，並於2009-2014年完成挑戰。2016年，陳彥博前進全球四大極地超馬總冠軍賽，這將是他超馬生涯的終極挑戰。

陳彥博親自執筆的《越跑越懂得》，節錄了2012年~2013年參加的三場賽事，其中約有一半的篇幅紀錄2013加拿大育空700公里極地超馬橫越賽。期間不但幾度歷經生死交關，還罹患幽閉恐懼症，每一段路都在挑戰意志力與生命的極限。跑完全程後，陳彥博的體會是--「大自然使人謙遜，我們什麼都帶不走，和我一同離開的，是生命的淬煉與精采，謙卑的自信與感恩的心。」

馬拉松確實影響了許多人的生命，持續跑了將近三十年全馬的日本作家村上春樹說：「我寫小說的方法，很多是從每天早晨在路上跑步中學來的。」陳彥博也在書序中說：「對我來說，生命排序中最優先的是訓練與比賽，但寫作也是一種自我挑戰，我希望能親手執筆每一本書來回顧賽事。」正因一字一句都來自深刻的體會，閱讀陳彥博參賽過程，如同觀看一場生命歷程的縮影，其中的震撼與感動在闔上書本後仍縈繞心頭。

延伸閱讀：

《歐陽靖寫給女生的跑步書：連我都能跑了，妳一定也可以！》歐陽靖

《堅持求勝：林智勝的棒球人生》林智勝、瞿欣怡

《小腿來了！三鐵一姐李筱瑜的鐵人之路》李筱瑜、陳惠君

(陳惠青老師)

