

本校圖書館邀請侯文詠校友蒞校演講「變成自己想望的大人」

圖書館於 2025 年 9 月 25 日特別邀請傑出校友、著名作家侯文詠老師蒞校演講。這場以自我成長為主題的專場講座，吸引了 167 位師生熱烈參與，迴響熱烈。侯老師從校友經驗出發，以幽默而富有哲理的風格，鼓勵學子探索內在、定義屬於自己的成功與幸福。

臺北醫學大學圖書館為深化永續發展目標（SDGs）閱讀推廣，於 2024 年 6 月起展開與讀冊生活的首次合作，推出「SDGs 精選新書・讀冊悅讀書展&作家講座」系列活動，包括 SDGs 主題書展（展出 120 冊新書）及暢銷作家講座，拓展閱讀視野，也為校園注入豐富的人文氣息。



侯文詠老師是臺北醫學大學醫學系校友，曾兼任醫學人文研究所副教授、萬芳醫院醫師等，現專職寫作的侯文詠老師。這次帶來最新作品《變成自己想望的大人》，他強調真正的自我成長在於如何感知與對待自我情緒，學會從生活體驗中進行深刻的體會與思考，最終找到自己獨特的人生路徑。【左圖：侯老師以自己在東京購物的旅遊體驗為例，輕鬆詼諧地引導在場師生思考認知決定人的苦樂】【右圖：提問時間與會者踴躍提問，並分享深受侯老師創作的鼓舞】

短暫 1 小時的午間講座充滿了啟發性與正能量，侯文詠老師精采的分享引起了現場師生熱烈迴響，多位與會者回饋收穫滿溢，表示這場分享不僅有趣，更帶來了對自我價值和人生方向的重新思考。會後侯老師親切地為學員簽書並合影留念，現場氣氛溫馨動人。一位學員在回饋中表示：「聽完老師的講座，我認真變成自己想望的大人，堅持自己的夢想，走出自己的路。」



皇冠出版社特別贈送侯文詠老師的「成長四部曲」套書給北醫大圖書館典藏，包括：《變成自己想望的大人》、《我的天才夢》、《不乖》與《請問侯文詠》。圖書館歡迎所有愛書人能踴躍借閱，透過這套作品，延續講座的啟發與感動，將「自我成長」的動力融入日常學習與生活。本次系列活動圓滿成功，不僅豐富了校園文化，更展現了圖書館在推動學生人文素養和心靈成長方面的影響。（文/圖書館）

【左圖：由邱子恒館長（左）代表接受皇冠出版社贈送侯文詠（右）的「成長四部曲」套書】

【下圖：侯文詠老師吸引大量人氣，誠樸廳裡座無虛席】

