

Unit 53 塑膠微粒的真相

塑膠微粒是世上新的汙染。塑膠微粒是塑膠廢棄物的小碎片。從食物到海洋，塑膠微粒無所不在。問題是塑膠微粒太小以致於看不見。大部分的人都不太關心。此外，新的研究顯示我們每個人每天吃掉幾乎一張信用卡（的塑膠）。當我們吃海鮮時可能吃進它們，呼吸時吸進它們或吃有塑膠包裝的食物時。舉例來說，當我們喝瓶裝水時，我們同時也喝進很多塑膠微粒。塑膠微粒變成我們生活中可怕的殺手。

科學家在意這個問題。他們努力嘗試著找出塑膠微粒的真相。他們在外頭設置一臺特別的機器來觀察會發生甚麼事。他們說：「你將會看到所有閃亮的塑膠碎片在空氣中。這景象很可怕。我們確信你也會看到很多在建築物中的塑膠微粒。」當人們吸進塑膠微粒，他們也許就會有健康問題。除此之外，科學家也指出另一個問題，假如我們回收塑膠，他們遲早會變成塑膠微粒。回收不是我們問題的答案。較好的方法是使用較少的塑膠製品。

Unit 54 Musk 的夢想

（訪談中…）

記者：可以請你跟我們談談你的「火箭夢」嗎？

Musk：它不只是個夢。對我而言，它是夢想成真。

記者：我聽過「太空 X 計畫」。

Musk：「太空 X 計畫」是我們的未來。幾天前，我們藉由把生物放進火箭，把它們發射到外太空。

記者：這真的是最令人興奮的時刻。你介意跟我們分享你的計畫嗎？

Musk：我計畫送更多生物去外太空。你知道外太空距離地球很遠。我們通常享受天空中美麗的星星，然後想像著有人可能住在那裡。但太空 X 計畫讓未來人類在那裡居住化為可能。

記者：你設立了里程碑。

Musk：事實上，前三枚獵鷹 1 號火箭都發射失敗。

記者：你是如何克服的？

Musk：我從不放棄。我花很多時間追根究柢問題的核心。

記者：怎麼說？

Musk：我不斷問我自己：「我還能做什麼來解決問題？」然後，我跟我的朋友們討論關於我的問題。

記者：我們有很多學生聽眾。你有什麼其他想跟他們說的？

Musk：犯「正確的」錯誤是對未來有幫助的。不要害怕犯錯。

Unit 55 極簡主義生活

極簡主義生活意味著專注於真正重要的事物而不要有太多東西在身邊。它幫助學生善用時間、在學校做好事情，並透過簡單的生活而對自己所擁有的感到快樂。

極簡主義有助於學生更好地管理時間，並專注於學習。讓學校生活變得更簡單，就像制定待辦事項清單一樣簡單，這有助於學生在學校妥善管理時間。尤其是當他們有很多事情要做時。此外，丟掉不需要的東西，例如舊書，學生可以使他們的學習空間變得整潔，並更好地專注於學習。

和極簡主義交朋友意味著選擇真正的朋友。那些可以信任和依靠的朋友。朋友是重質不重量。與其花太多時間在社交媒體上，學生應該試著與現實生活中的好朋友深入的交談或參加活動。

在學校以外，極簡主義是從人們已經擁有的東西中尋找快樂，而不是一味追求更多。例如，學生應該明智地使用金錢，不購買過多不需要的東西。周圍有較少的東西，他們可以擁有更簡單、更幸福的生活。

如果學生在日常生活中遵循極簡主義的基本理念，他們可以在學校表現出色，結交真正的朋友，明智地花錢，並對自己擁有的感到滿足。這是一種讓生活更輕鬆、更愉快的指導方法。

Unit 56 最佳教師

什麼是好老師？每個人都有不同的答案。有些人說一個好老師必定要友善和親切。其他人認為一個好老師必須懂很多並且喜愛分享他們的知識。此外，其他人相信好老師應該永遠在那裡為了學生並且幫助他們。但，誰是世上最好的老師？

在 2019 年，Varkey 基金會把全球最佳教師獎給了一位 36 歲的肯亞老師，Peter Tabuchi。他是一位科學和數學老師。他在一個小村莊的高中工作。幾乎百分之九十五的學生都很窮。很多學生中輟。即使他們待在學校，他們也還在有 80 個人的班級中。他們每天必須走超過六公里的崎嶇道路去學校。學校沒有圖書館，但只有一臺電腦。雖然有很多挑戰，Tabuchi 老師幫助學生贏得很多科學競賽獎。

Tabuchi 老師希望藉由教他們科學，去改變學生們的人生。「若你不失敗，你不會學習。若你不學習，你不能改變。」Tabuchi 老師說。他也說：「當我跟學生們一起學習時，它給了我很多樂趣。」Tabuchi 先生把他大部分的薪水給學生們。在贏得全球最佳教師獎後，他將得到一百萬美元，然後他將把這筆獎金給窮人並使學校變更好。