

香港公共圖書館
Hong Kong Public Libraries

通訊

NEWSLETTER

issue
137
july
2024



www.hkpl.gov.hk

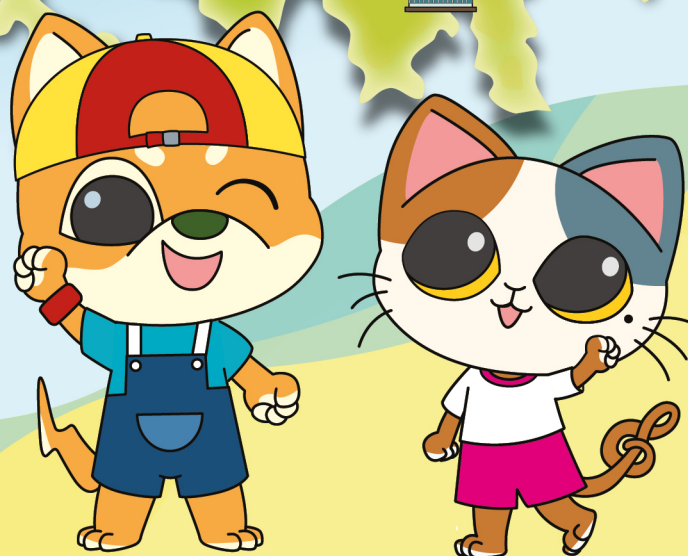
香港公共圖書館
Hong Kong Public Libraries

夏日圖書館節 2024

SUMMER LIBRARY FESTIVAL



漫步建築
Walking into Architecture



夏日 圖書館節 2024 漫步建築



今年夏天，相信不少讀者都會計劃旅行，又或緊貼巴黎奧運賽事，為香港運動員應援打氣。香港公共圖書館舉辦的「夏日圖書館節 2024」，是大家的另一個選擇。連場實體和網上活動以「漫步建築」為主題，融入內地及香港建築物的特色和元素，從欣賞建築及背後的文化故事開拓閱讀領域。

活動詳情請留意圖書館內的宣傳海報或「夏日圖書館節 2024」網頁：
www.hkpl.gov.hk/slf2024



故事劇場



故事工作坊（粵語）：電車小叮與不同人物一起發掘不同特色的香港建築物，繼而穿越地域，尋找國家歷史悠久的建築物，如故宮、長城和四合院。

故事工作坊（英語）（普通話）：由兩隻小水豚帶各位小朋友暢遊香港各地建築。

適合 4-7 歲小朋友

親子音樂劇

《寫作特攻隊》：透過話劇形式，與小讀者分享寫作竅門，並提升他們的寫作興趣。例如，讓參加者認識六種「行為句」，以及包含記敘要素的「四素句」，從而學習組成句子。

適合 4-12 歲小朋友



親子工作坊

Fotomo 香港故事：Fotomo 是以相片製作出來的模型，既有相片的真實感，也有立體模型的層次感。參加者會用相片一層層製作香港特色建築的袖珍立體模型，從中也可加深對香港的建築物以至香港故事的認識。

適合 8-12 歲小朋友



冷光霓虹燈牌：五光十色的霓虹燈廣告牌是香港鬧市街道的特色，並拼湊出獨特聞名的香港夜景。參加者將學習製作獨一無二的迷你冷光霓虹燈牌。

適合 4-7 歲小朋友

趣味剪紙畫：參加者以剪紙及插畫構思的方式呈現中國的特色建築。

適合 8-12 歲小朋友



中國建築小模型：中國是多民族國家，在遼闊的土地上容納了 56 個民族。不同民族的建築物也各有特色。參加者可體驗嵌砌建築模型，並從中認識一些民族的建築特色及文化。

適合 4-7 歲小朋友

STEAM 工作坊

電筒小光繪畫：參加者繪畫具中華文化特色的建築物，再以黑白畫紙構成的「電筒」映照出來，從而認識光影原理。

適合 8-12 歲小朋友

風車轉轉轉：參加者製作迷你風車，並設計具中華元素的圖案，從中了解內地與香港的能源發展。

適合 8-12 歲小朋友

青少年及成人工作坊



啡山水—咖啡山水畫工作坊：參加者運用咖啡和乾粉彩等物料，勾畫出山水景觀及簡單的亭閣建築，從中領悟建築物與自然和諧共存。

適合 12 歲或以上人士

「築」手可及紙藝工作坊：參加者製作展現內地與香港獨特都市景觀的紙藝。

適合 12 歲或以上人士

直播活動

似與不似之間



我的青花瓷



親親小熊猫



網上實時工作坊：透過 Zoom 及香港公共圖書館 YouTube 頻道現場直播，讓參加者在導師的帶領下繪畫水彩畫和水墨畫。參加者需預先準備繪畫工具和材料。





「小小眼睛大想法」特輯

香港公共圖書館也上載了「小小眼睛大想法」特輯，讓參加者在導師的帶領下按步驟自行繪畫水墨畫和西洋畫，以及製作剪紙和迷你花牌等手工藝。參加者需自備所需工具和材料。

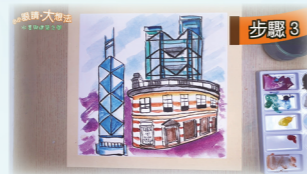
點點心意在茶樓



中國剪紙



水墨與建築之間



迷你花牌



網上讀書會

沿著中軸線—從故宮到香港公共建築：

故宮的建築特色是以中軸線為中心排列，左右對稱，前後分區。註冊專業規劃師黃保傑先生將帶領觀眾沿著中軸線—從北京故宮到香港公共建築，探究其獨特的建築特色及背後有關香港及內地環環相扣的建築故事。

電車軌上—穿梭香港建築之間：

康樂及文化事務署博物館專家顧問鄭寶鴻先生將會帶著觀眾沿著電車軌穿梭香港建築之間，了解與我們生活息息相關的建築物 and 香港故事。

Summer Library Festival 2024 Walking into Architecture

How do you spend your summer this year? Will you go travelling or watch the Paris Olympic Games and support the Hong Kong athletics? Delving into summer reading fun by joining the Summer Library Festival 2024 offered by the Hong Kong Public Libraries is your alternate choice. An array of on-site and online activities themed on “Walking into Architecture” are organised for readers to explore the beauty and cultural merits of buildings in the Mainland and Hong Kong and expand their scope of reading.

Storytelling Theatres

Storytelling Workshop (Cantonese): Participants will learn more about the Hong Kong architecture with different characteristics. In addition, they can appreciate historic structures in the Mainland such as the Imperial Palace in Beijing, the Great Wall, and *Siheyuan*, a courtyard surrounded by buildings on four sides.

Storytelling Workshop (English)(Putonghua): Two copybaras will explore with participants various buildings in Hong Kong.

Target: 4-7 years old



Parent-child Musical

“Writing Hero” : In the musical drama, the protagonist will share with young readers writing tips and raise their interest in writing.

Target: 4-12 years old



Parent-child Workshops

Fotomo Hong Kong Stories: As its name suggests, Fotomo is the combination of “photo” and “model”. In the workshop, participants will use photos to create the miniature of Hong Kong iconic buildings and streetscape. They can also gain understanding of the city’s buildings and Hong Kong stories.
Target: 8-12 years old

DIY Neon Sign Décor: In Hong Kong, neon light signage in bustling streets makes up famous brilliant night view. In the workshop, participants will be guided to make their own neon light signs.

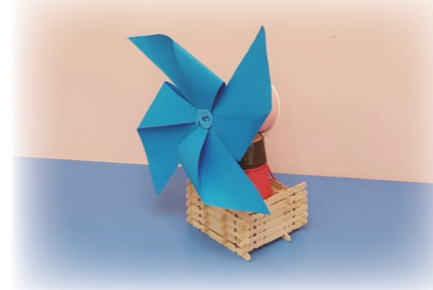
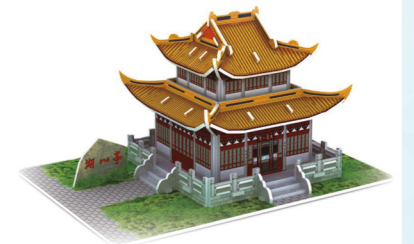
Target: 4-7 years old

Interesting Paper Cutting: Participants will craft Chinese iconic buildings with paper cutting and drawing.

Target: 8-12 years old

Model of Chinese Architectures: China is a multi-ethnic country which has 56 officially recognised ethnic groups. The buildings made by different ethnic groups are often distinguishable. Participants will experience making models of these buildings and understand their culture.

Target: 4-7 years old



STEAM Workshops

Torch Light Painting: Participants will draw buildings with Chinese culture characteristics and reveal them with a “torch”. The workshop allows them to understand the effects of light and shadow.

Target: 8-12 years old

DIY Windmill: In the workshop, participants will make mini windmills and decorate them with Chinese cultural elements. They will also learn more about the energy development of the Mainland and Hong Kong.

Target: 8-12 years old

Teens and Adults Workshops

Coffee *Shanshui* Art Workshop: Participants will use materials such as coffee powder and soft pastel to draw natural scenery and some simple pavilions, learning the co-existence of buildings and nature in Chinese culture.

Target: 12+

Paper Art Workshop: Participants will create Mainland and Hong Kong landscapes with papers.

Target: 12+



Live Stream

Online Live Workshops: Watching the online live demonstration through Zoom or HKPL YouTube Channel, readers may follow instructions to experience watercolour paintings or ink wash paintings. Participants are required to prepare their painting tools and materials.

“Think Big with Tiny Eyes” Episodes

“Think Big with Tiny Eyes” Episodes will be uploaded to the HKPL YouTube channel. Following the instructions, readers may enjoy and self-practise ink wash painting, western painting, paper cutting and making handicrafts such as mini flower plaque.

Online Reading Club

Along the Central Axis: From the Imperial Palace to the Public Architecture in Hong Kong: The Imperial Palace in Beijing is renowned for its symmetrical structures. In the video, Mr. WONG Po-kit, Jeffrey, a registered professional planner, will explore with readers the characteristics of some iconic buildings from the Imperial Palace to Hong Kong public architecture and the stories behind.

Along the Tram Tracks: Shuttling Through Hong Kong’s Buildings: In the video, Mr. CHENG Po-hung, Museum Expert Adviser of the Leisure and Cultural Services Department, will explore with us the iconic buildings along the tram tracks and the history behind.

科技同行 迎接未來

科技已融入我們每個生活層面，既為日常生活帶來便利，也啟發我們的思維，擴闊創作空間。葵青區和北區公共圖書館於七、八月期間分別舉辦以科技為主題的活動，與男女老少讀者分享應用科技的知識。

葵青區 資訊科技同行系列

專題講座
三場講座以不同年齡層的讀者為對象，例如兒童認識攝製短片的工具和軟件、青少年學習製作影片、運用社交平台建立 Vlog、長者認識常用的應用軟件，以及如何防範受騙。

編程工作坊
學習編程，可以發展計算思維能力，提升創意。讀者在工作坊可以運用線上程式設計學習平台 Microsoft Arcade，製作小遊戲。



書籍展覽
區內三所圖書館於七月至九月期間舉辦資訊科技書籍巡迴展覽，讓讀者了解資訊科技的應用及發展趨勢。



活動詳情：



日期及時間	地點	小遊戲
2024年8月10日(六) 2:00-3:30 p.m.	青衣公共圖書館	小迷宮遊戲
2024年8月11日(日) 11:00 a.m.-12:30 p.m.	北葵涌公共圖書館	貪食獸遊戲
2024年8月18日(日) 2:00-3:30 p.m.	南葵涌公共圖書館	射擊遊戲

地點	展覽日期
青衣公共圖書館	2024年7月1至31日
北葵涌公共圖書館	2024年8月1至31日
南葵涌公共圖書館	2024年9月1至30日

* 參加者須自備智能電話、平板電腦或手提電腦。

查詢：北葵涌公共圖書館 (2421 4740)
南葵涌公共圖書館 (2429 6338) 青衣公共圖書館 (2497 2904)

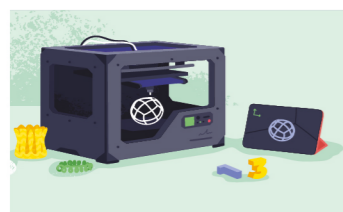
北區 「發現·未來·科技」活動系列



故事劇場—愛因斯坦與他的小小指南針
講述愛因斯坦的成長經歷。一個小小的指南針，如何啟發童年愛因斯坦對自然科學的興趣？

日期及時間	地點
2024年7月27日(六) 3:30-4:30 p.m.	粉嶺公共圖書館
2024年7月28日(日) 2:00-3:00 p.m.	粉嶺南公共圖書館
2024年8月3日(六) 3:30-4:30 p.m.	上水公共圖書館

查詢：上水公共圖書館 (2679 2804)
粉嶺公共圖書館 (2669 4444) 粉嶺南公共圖書館 (2670 7408)



「3D 打印」工作坊
以「宇航科技」為主題，講解 3D 打印技術的原理，參加者可以發揮創意思維，體驗從平面繪畫轉變為立體宇航作品的過程。

日期及時間	地點
2024年7月7日(日) 2:00-3:30 p.m.	上水公共圖書館
2024年7月21日(日) 2:00-3:30 p.m.	上水公共圖書館
2024年8月4日(日) 2:00-3:30 p.m.	粉嶺公共圖書館
2024年8月18日(日) 2:00-3:30 p.m.	粉嶺公共圖書館

科技創新與未來職業講座
兩場講座分別介紹各種技術如何建構未來，以及對各行各業的影響。

日期及時間	地點
2024年7月14日(日) 2:00-3:30 p.m.	粉嶺公共圖書館

日期及時間	地點
2024年8月24日(六) 3:30-5:00 p.m.	上水公共圖書館

「好奇號—納米世界」漫畫巡迴展
展出香港科學館科學推廣組製作的展板，向讀者介紹納米科技在日常生活中的應用。

地點	展覽日期
上水公共圖書館	2024年7月1至28日
粉嶺公共圖書館	2024年8月1至31日

活動詳情：



神話文學 解釋萬物定律

神話從遠古流傳下來，記載了宇宙起源、諸神戰爭、人類誕生等故事。由於古人的知識有限，無法以科學解釋一些自然現象和社會變化，於是運用想像力創作神話故事，以解釋各種因果定律，並口耳相傳下來。這些神話故事屬於人類最早期的口頭散文作品。「文學 101—賞讀文學」已推出一連六集的《神話文學：諸神的故事》，香港中文大學中國語言及文學系副教授陳煒舜與讀者一起走進光怪陸離的神話世界，從古人的視角認識宇宙。(附參考書目)



《神話文學：諸神的故事》
(附參考書目)

女媧煉石補天

首集介紹中國神話中的創世女神—女媧。相傳遠古時代，支撐四方的天柱折斷，烈火洪災，猛獸四處出沒，於是女媧用五色石修補蒼天破洞，人類方能存活。古人也用女媧創造人類的方法，解釋貧富之別。

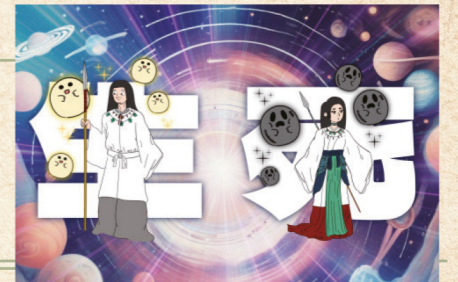


洛神紅顏釀禍

洛神在中國神話中是伏羲氏的女兒，因溺死於洛水而被奉為洛水之神。洛神容貌美麗，唯其愛情經歷崎嶇坎坷，是後世不少文人墨客的靈感來源，當中最廣為流傳的是曹植的《洛神賦》。

伊邪那岐、伊邪那美觸發生死

伊邪那岐和伊邪那美是日本家傳戶曉的神話人物，古代日本人認為他們掌控人類生死。本集會講述遠古人類運用天馬行空的想像力，以神話角色的愛恨鬥爭，解釋人類生死的自然定律。



阿特拉斯擎天

希臘神話約於公元前八世紀出現，是西方最早的文學形式。在希臘神話中，阿特拉斯被宙斯懲罰在世界最西處以雙肩扛天。原來，我們某個身體部位名稱，都源於這位神話人物。

索爾戰巨人族

遠古人類因無力消除各種自然災禍，所以幻想借助力量強大的神明來消災解厄。北歐神話以英勇善戰聞名的雷神索爾，保護諸神國度的安全，並在人間巡視農作物。然而，索爾卻始終未能勝過三名對手，到底這三「人」是誰？



梅林輔亞瑟王

睿智兼法力高強的魔法師經常在世界各地的神話傳說中出現。凱爾特神話中的傳奇魔法師梅林，把亞瑟王養育成人，輔佐他成為偉大王者。

繼《神話文學：諸神的故事》後，「文學 101」也推出一連六集的《貓之書寫》，講解這種與人類關係密切的動物，如何在古今文學中佔一席位。



《貓之書寫》
(附參考書目)

館長選書 定期為你送上好書介紹

書海茫茫，如何選擇？哪裡可找到稱心的書單？香港公共圖書館一眾圖書館館長每季更新書目，並介紹和分享不同主題的優質讀物，今季主題有**成人中文小說**和**深度旅遊**。只要登入圖書館的「館長選書」網頁，便可與館長一起發掘好書。



書名：《山茶花文具店》
著者：小川糸著；王蘊潔譯
索書號：889 9022



小說主人公兩宮鳩子經營名喚「山茶花」的文具店，該店主要從事代筆書寫的業務，對生活在商業社會的我們仿似走進「不知有漢」的桃花源。故事情節藉一封封承載着委託人心情的書箋推進，他們心情的忐忑、靦腆、尷尬、不安，無法宣之於口，需委託代筆人執筆，完整又圓滿地把心思傳達開來。鳩子收到委託後，就會找尋合適的載具，從字體、筆法語調、筆的類型、書寫順序、文字顏色、信紙材質及花紋、以至於郵票上的圖案及年份等等，所有細節都加以琢磨，務求「在文字的軌跡裏，鐫刻着委託人的呼吸」。

鳩子的文字不僅寬慰着委託人，當她越了解這份工作的重量時，亦開始反思與其外祖母的關係。外祖母如母親般撫養鳩子成

人，並傳承這門手藝給她。及後鳩子叛逆離家，拒見外祖母最後一面，其中的不解和鬱結，均藉由外祖母與其筆友的一疊書信而化解了。

本書作者擅寫生活細節，用文字梳理人與人之間的關係。小說中有不少題材煽情的書信，如替離世的父親寫情信給腦退化的母親，卻因文字質樸簡單，反顯得純粹療愈，盡見功力。小川藉鳩子對文字表述的執念，令仍然相信文字具穿透力的讀者感動。書中娓娓介紹不少文房四寶，亦妥妥適合「文具控」閱讀。

文具店門前紅紅的山茶花，映照出文字的溫度。

助理館長 J

這本書一共收錄了二十一個很有意思的故事，透過動物之間、人與人或物之間的小故事打造出一個有情世界。當中故事內容簡單，卻恰似一杯饒有餘味的茶，讓人不自覺地回甘。

生活在香港這個繁榮大都市，社會上各式各樣的人，每天都要為工作而奔波勞碌，營營役役地生活拼搏，連小朋友也要忙著上興趣班、趕功課。是否忘了停下步伐，看一看身邊的人和事？

阿濃將動物之情寫成小故事，以物喻人。希望能喚起人與人之間的愛及溫情。如《刺蝟寶寶》中講述了寶寶的內心轉變。刺蝟寶寶因為身上的刺捱了苦，同學都因為怕碰到牠的刺而不願跟牠同組，甚至遠

離牠。明知身上的刺可保護自己，內心卻渴望自己身上沒有刺。寶寶最終卸下了武裝，拔光了身上的刺，為的是與喜愛的人相擁。「活在世上，還有比刺更重要的東西」。

故事中並沒有艱深的文字，卻帶著重大的意義。或許，我們在漫漫人生中獲得了許多，其實失去更多。忙碌工作的你，獲得了事業成就，回家後有否擁抱家人，或與孩子伴讀共度親子時光？忙著責備孩子的你，有否稱讚他曾經付出過的努力？

這本書可咀嚼的故事還有很多，請讀者慢慢細味！

助理館長 CT

《石頭與桃花》其中一篇《桃花塢》以科幻小說的筆觸，敘述了全球受不明來歷的病毒襲擊，主角因此被禁足，宅居在家，而隨著電腦屏幕對主角推薦了「管人的『烏托邦』」這個選項，主角耳畔隨即響起淙淙的流水聲，滿眼盡是艷麗欲滴的桃花，腳踏著粉紅花瓣的軟泥上，主角被電腦帶進了世外桃源。主角隨著村民的引領步入桃花塢，桃花塢有秦朝後人，有漢人也有胡人，各人亦能互相尊重地生活。主角深入桃花塢，眼前是久違了的自然美景，他探訪農戶，和村民共進晚餐，席間嚐到已遺忘的新鮮滋味，就想起了自己的世界，人們還吃著添加了各種口味的維他命藥丸當主食。

晚飯後，對外面的世界充滿期盼的村長兒子問：「可以也帶我到外面去嗎？」主角

告訴他「有位王子生活在無愁谷裏，日子久了，覺得沉悶，就想看看外面的世界。他以為外面有他要找尋的幸福生活。他到了外面去，經歷磨難，發覺幸福的生活，其實並沒有。他終於還是回到谷裏去。外面，年輕人，絕對不是你想的那麼有趣。」村長兒子說：「我還是想去看，不看看，怎麼知道要回來。」主角假裝考慮他的建議，然而已急急回到自己的世界。作者的筆觸饒有趣味，將自己心中的「烏托邦」勾畫出來，書中所提出的去留問題也令人深深細味。

館長 F



書名：《心向群山：人類如何從畏懼高山走到迷戀登山》
著者：羅伯特·麥克法倫著；林建興譯
索書號：993.819 8025



紙本書



電子書

探索空間——往更高處去——是人類心靈固有的渴望。

「行山」是香港人熱門的假日活動之一，但原來「行山」被視為休閒活動，卻只有短短二、三百年的歷史，在此之前，人們更是將「行山」視為畏途。

作者在這本書內為大家介紹了登山的歷史。一直以來，人們都把山岳視之為充滿危險的不毛之地，就連當時的地圖，也會在山岳的位置畫上奇形怪狀的怪獸，仿似要警告大家生人勿近。一直到18世紀初，當時社會上開始出現了對「崇高」這哲學概念的討論，登山才慢慢走入大眾的視野。

所謂「崇高」是一種審美的概念，簡單來說是當你親歷名山大川，身臨大自然的險峻奇景時，令你同時產生恐懼與愉悅，進

而刺激你更進一步去作出各種探險。影響所及，整個歐洲迅速掀起登山熱潮，發展至今，登山已是一個每年有幾千萬人參與的活動，全球相關產業甚至超過百億美元。

「無限風光在險峰」：在險峰上你能遇到「高山輝」現象，即在日出日落時，太陽光反射在雪山上的一片迷蒙紅色；「邁達斯光」，將山岳變成一片金黃；「布羅肯幽靈」，登山者自己的身影，在山頂的雲霧之上幻化成一片光冕。

攀登險峰未必適合所有人，但我們不妨從普通「行山」開始，因為香港也是世界級「行山」勝地，就算西貢、龍脊也有好風光！

助理館長 JC



書名：《北歐極光旅行：芬蘭、瑞典、挪威，自助規劃 x 人氣景點 x 極地活動，此生必去夢想旅程超完整規劃！》
著者：辛翠芸
索書號：745.9 0014



紙本書



電子書

有一種美輪美奐的自然現象，無法用錢買到，這就是北極光。

是真的，北極光的奧妙絕非筆墨所能形容。我有幸於早年踏足芬蘭，由首都赫爾辛基轉乘內陸機直抵北極圈內最大的城市：羅瓦涅米，目的就是為了一睹這神秘的北極光。

讀完整本書，當年遊歷過的地方重現腦海，彷彿正在跟作者一同重遊舊地。香港前往芬蘭的第一站必定是首都赫爾辛基，市內古堡一樣的酒店和神聖莊嚴的大教堂已令人對這趟旅程充滿幻想。一路向北，正式踏入北極圈展開追光之旅。聖誕老人村是圈內不可錯過的景點，一隻隻雪白的馴鹿映襯着鮮紅色的小木屋，根本分不清映入眼簾的景色是現實還是童話。跟聖

誕老人合照過後便騎上由北極犬拉着的雪橇，入住玻璃屋酒店憧憬躺在床上張開雙眼便能看到極光，在暖氣的加持下小屋顯得格外溫暖。可惜上天毫不眷顧不勞而獲的人，等了兩個晚上連半點月光都看不到。深深不忿，只好離開玻璃屋酒店再往北移，轉移陣地睡在冰酒店內，晚上抵着零下30度的寒風參加導賞團，奢望能一睹那難能可貴的北極光。果然，皇天不負有心人，突然眼前飄過數點綠光，一層層薄薄的窗紗開始在天空搖曳着！神秘莫測，美不勝收！

助理館長 YY

● 成人中文小說 ●



書名：《阿濃的有情世界》
著者：阿濃文；Birdy Chu 圖
索書號：857 7135



紙本書



電子書



書名：《石頭與桃花》
著者：西西
索書號：857 1010



享受深度旅遊的樂趣並非大人們的專利，小朋友也可以在書本當中享受旅遊的樂趣、擴闊視野，認識地方的歷史及文化。

我們都聽過外國有水鄉之都威尼斯，其實香港也有一個充滿水鄉情懷的地方——大澳。大澳居民以前要利用橫水渡渡河，後來隨著大涌橋的建成，方便了居民出入，也方便了遊客往來。到訪大澳，除可到大涌橋上拍照、打咭外，也可以欣賞到當地特色建築文化並品嚐地道食品。包括大澳大涌橋在內，這本書透過介紹香港六座充滿特色的橋以及它們的興建原由，帶領小朋友深入了解橋樑所在地區的歷史文化及鄰近居民的生活點滴。

看完這本書，小朋友們定會對香港特色的地方認識更多，從而推介給父母。這個週

末一起出發，親身體驗一下香港的地方情懷吧！

館長 Bai

說好香港故事 悅讀樂寫意

《白蘭花 (紀念版)》 舒巷城著

TELL GOOD STORIES OF HONG KONG:

THE JOY OF READING AND WRITING
White Orchid (Commemorative Edition)
written by Shu Xiangcheng



精神科醫生曾繁光先生
Dr TSANG Fan Kwong, a psychiatrist

精神科醫生曾繁光先生與我們賞文學，並向大家推介舒巷城著的《白蘭花 (紀念版)》。曾醫生與我們分享閱讀此書的樂事，從小說中的故事聯繫自身經歷，引發共鳴、遐想，反映文學作品跨越時空、觸動人心的魅力；同時，曾醫生也分享讀寫之間密不可分的關係，鼓勵大家持之以恆地通過閱讀豐富個人內涵，並多用文字記錄所思所想，運用多元平台發表自己的作品。

縷縷幽香，絲絲記憶。《白蘭花 (紀念版)》講述一位嚮往文學與音樂的年輕人駱家明，因周潔美的琴音，與之相識相知，他們的愛情猶如白蘭花般高潔。後來，香港淪陷，一切都出現了變化……欲知後事如何？我們不妨細閱此書，追蹤白蘭花香，思索答案。

Dr TSANG Fan Kwong, a psychiatrist, appreciates Chinese literature with us and recommends "White Orchid (Commemorative Edition)" written by Shu Xiangcheng. Dr TSANG shares the joy of reading this story, including how he connects the stories in the novel with his personal experiences, which evokes resonance and imagination. The enduring charm of literary works, which transcend time and touch our hearts, is manifested. Dr TSANG also highlights the inseparable relationship between reading and writing, encouraging us to cultivate our character through reading continuously, record our thoughts in writing and publish our works on multiple platforms.



Wisps of fragrance evokes fleeting memories. "White Orchid (Commemorative Edition)" depicts the story of LOK Ka Ming, a youngster with a love of literature and music. He was drawn to CHOW Kit Mei because of her piano music, and gradually developed friendship and understanding. Their love was as pure and graceful as the white orchid. During the fall of Hong Kong, everything changed. To find out how the story unfolds, why not savour this book, trace the alluring scent of the white orchid, and muse on the answer?



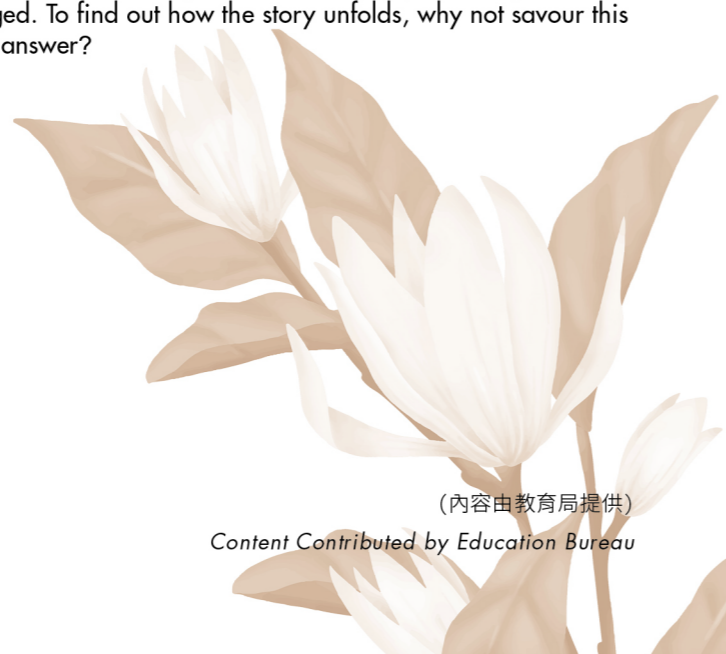
《喜閱一生 - 曾繁光》



《白蘭花 (紀念版)》
圖書館藏



《白蘭花 (紀念版)》
電子書館藏



(內容由教育局提供)

Content Contributed by Education Bureau

延伸越讀

越讀書本、越讀表演、越讀展覽

只要帶著心靈眼睛
無論那種文本都有觸動你的方式
讓康文署最新藝文活動
帶你跨越欣賞領域

「香港流行文化節」延續文武縱橫

以「也文也武」為主題的第二屆「香港流行文化節」正進行得如火如荼，精彩節目浪接浪，多個以「文壇巨匠」金庸以及「輝黃」組合顧嘉輝及黃霑為主題的節目正陸續推出，不論是流行音樂會還是展覽，都展示著香港流行文化的傳承、流轉、融和、突破。節目詳情：www.pcf.gov.hk/tc。



Hong Kong Pop Culture Festival "Arts & Action" on Show

The second "Hong Kong Pop Culture Festival" with the theme of "Arts & Action" is in full swing. A series of fabulous programmes, featuring the literary master Jin Yong and the legendary duo, Joseph Koo and James Wong, are being presented one after another. The programmes, whether a pop concert or an exhibition, all showcase the dynamic inheritance, diffusion, integration and breakthroughs within Hong Kong's pop culture. Programme details: www.pcf.gov.hk/en.



滄海一聲笑 — 黃霑

為紀念香港音樂巨匠黃霑，香港文化博物館於 7 月 17 日起舉行專題展覽，介紹他在歌、影、視、廣告及文學等方面的貢獻，讓公眾了解其作品在文化上的融會貫通，以及他如何將傳統內容譜寫成現代流行文化的精髓。

A Laugh at the World: James Wong

To commemorate Hong Kong's music giant James Wong, the Hong Kong Heritage Museum hosts a special exhibition from 17 July, which focuses on his life and contributions to the local culture, including music, movie, television, advertising, literature and more. The exhibits demonstrate not only the cultural integration of his work, but his talent of translating traditional contents into contemporary pop culture creations.



《三俠四義》音樂會

音樂會於 7 月 21 日及 22 日在香港文化中心舉行，集合了樂壇幾位新世代實力唱將，包括李駿傑、吳林峰、岑寧兒、鄧小巧，以及一眾頂尖音樂人，加上音樂總監王雙駿精心策劃，重新演繹文壇巨匠金庸、音樂大師顧嘉輝及黃霑相關的經典金曲，為觀眾帶來火花和驚喜。



ART!ON POP Concert

Renowned music producer Carl Wong collaborates with talented music-makers and singers, including Jeremy Lee, Wilson Ng, Yoyo Sham and Tang Siu Hau in this concert, to offer a fresh interpretation of the timeless melodies associated with legendary writer Jin Yong, music maestro Joseph Koo and James Wong. The ART!ON POP Concert stages at Hong Kong Cultural Centre on 21 and 22 July.



俠之大者 — 金庸百年誕辰紀念·任哲雕塑展

香港文化博物館現正舉行「俠之大者—金庸百年誕辰紀念·任哲雕塑展」。透過雕塑家任哲的造型能力和想象，重現了 22 位金庸筆下的經典人物，配合由藝術家黃宏達創作的多媒體體驗，引領觀眾深入金庸武俠的想象世界。

這個展覽亦是弘揚中華文化系列的活動之一。康文署一直積極推廣中國歷史和文化，透過舉辦多元化的節目和活動，讓市民認識博大精深的中華文化，想獲得更多資訊，請瀏覽網頁 www.lcsd.gov.hk/tc/ccpo/index.html。

A Path to Glory – Jin Yong's Centennial Memorial, Sculpted by Ren Zhe



Hong Kong Heritage Museum holds the exhibition "A Path to Glory – Jin Yong's Centennial Memorial, Sculpted by Ren Zhe". Renowned sculptor Ren Zhe brings 22 of Jin Yong's characters to life in unique representations infused with visionary creativity, alongside captivating multimedia installations created by artist Victor Wong. Visitors may immerse themselves in Jin Yong's imaginary world of martial arts.

The exhibition is also one of the activities in the Chinese Culture Promotion Series. The LCSd has long been promoting Chinese history and culture through organising an array of programmes and activities to enable the public to learn more about the broad and profound Chinese culture. For more information, please visit www.lcsd.gov.hk/en/ccpo/index.html.



弘揚中華文化辦公室
CHINESE CULTURE PROMOTION OFFICE

閱讀 啟發自我

專注而進步 專注而幸福

沙畫藝術家分享「心流體驗」

本人曾經是一位手術室護士、現在是沙畫藝術家。做手術和藝術創作兩方面都需要特別專注於某種技術和心態，而今天想介紹一本叫做《心流》的書籍給大家。

《心流》這本書探討了人類在完全沉浸和投入某一活動時所體驗到的特殊心理狀態，名為「心流體驗」。

簡而言之，心流指的是一種深度專注、全神貫注於當下，並完全投入某項活動的心理狀態。在這種狀態中，人們會感到時間流逝飛快，完全忘我地享受著手頭的活動，從而獲得極大的滿足感和快樂。人們在運動、工作、學習、創作等各種活動中都有可能進入心流狀態。

心流體驗的一般特徵，包括目標清晰、注意力高度集中、自我意識消失、時間感失真等。心流狀態是人類最幸福的體驗之一。

進入心流狀態三大條件

要進入心流狀態需要具備幾個重要條件：一是活動本身要有明確的目標和反饋機制；二是活動的難度水平要與個人的技能水平相匹配，不能過於簡單也不能過於艱難；三是個人要主動投入並積極參與活動。

當然，除了上述核心因素，性格較為內向的人更容易進入心流狀態，因為他們通常更專注於內在體驗。而擁有豐富技能和知識的人，也更容易在活動中找到最佳的挑戰水平，從而獲得心流體驗。

但肯定的是，這種心態是可以訓練的，像是沙畫藝術創作方面，需要全神貫注，忘記時間，專心享受每份創作，更會容易到達心流狀態。

懂得享受比努力更重要

對本人來說，雖然不是一早便認識「心流」，但現在回想起從前的經驗，如果沒有用這種狀態去維持我們的創作，可能也未必能夠堅持讓技術提升至某種層次，懂得享受、有時比努力更重要，所以心流與幸福生活是息息相關的。

最後，如果一個社會中廣泛存在心流體驗，那麼整個社會也將因此受益。只有當人們熱衷於投入這些促進社會進步的活動時，整個社會的創新能力和生產力才會得到提升。因此，培養心流體驗不僅是個人幸福的關鍵，也是推動整個社會進步的關鍵所在。

所以今天想推介這本書給大家，希望能和大家一起達致心流狀態，得到幸福和進步。



沙畫藝術家

鍾雪



《心流：高手都在研究的最優體驗心理學》
圖書館藏