

文字救地球



merry
CHRISTMAS
& HAPPY NEW YEAR

第五十六期

■ 書名 一件有益的小物
作者 米哈
出版社 P.PLUS LIMITED



本書以作者米哈的經歷為主，講述了52種為作者帶來「小確幸」的物品，從並與讀者分享自己的故事。米哈在文章中提及的「小物」，有些已在我們不知不覺中消失了，就如作者所說：「有一些物、事，或人，每一次遇上，每一次見面，都可以帶來輕巧治療的快樂……我們往往以為如此重複的樂得來容易，直至失去，我們才明白了一點什麼。」

在書中有寫到音樂盒、紙鎮，這些都是現在比較少用的物品，因此閱讀過後我們也可以有更多了解。作者在每一章都會先介紹物品的由來和歷史，再開始說他的故事。例如作者在書桌上放着一個沙漏，沙漏的時間是倒數的，是連續而不能被打斷的，因此讓人聯想到生命的倒數。每個人都有自己的人生沙漏，我們停止不了時間的流動，但是我們能夠選擇沙漏裏的時間是為自己而活的一手時間，還是為別人而流的二手時間。

五丙 周惠豐

■ 書名 西西看電影
作者 西西
出版社 中華書局



彩色的螢幕閃爍，斷斷續續的音帶在一幀幀跳動的畫面間訴說着故事，或許是情人們的纏綿與痴等，或是生死之間戰場上欲聲的轟鳴，又或是令人捧腹的瑣碎家常。不論是愛情片、戰爭片、喜劇，電影總是人們打發閒暇的不二之選。但電影真只限於消閒嗎？在這本書中，西西給出了否定的回答：電影，是關於美的欣賞。

書中，西西結合歷史、美學，介紹並賞評了三十部以上的電影，縱貫二十世紀，橫跨世界各地。西西致力以文字灌溉香港影壇逐漸乾涸的旱土，祈求荒漠之上再綻放嬌豔的花。

六戊 翁茵馨

■ 書名 星星是暗夜的眼睛
作者 幾米
出版社 大塊文化出版股份有限公司



一如幾米以往的風格，這本書以繪本形式，把各個孩子的童年呈現於讀者眼前。故事以一個意外為開始，緊接著是春、夏、秋、冬四季的合照，而隨著季節的更替，照片中的的人亦漸漸凋零。此繪本最大的特色，便是畫中的孩子總是會懸浮在半空，而非腳踏實地。我認為這是因為作者想表達出孩子在面對離別、哀悼和命運時的被動及無奈，正如他們懸浮在空中隨風搖曳一樣，無法選擇。

每個人對此書的解讀或有不同，作者亦沒有給予明確答案。不過，作者希望透過繪畫孩子對童年的哀悼和思念，鼓勵人們在面對離別時勇敢面對，特別是在疫情下。「每一天都是僅有的一天。」我們唯一能對抗命運的武器，只有活在當下，珍惜每一天，因為每一天也是平凡而又神奇的一天。

五丁 黎凱澄

■ 書名 我一個人走走停停：
美好日常的小旅行
作者 米果
出版社 大田出版有限公司



大家有否試過獨自旅遊？這本書記錄了作者一個人旅行過程中的大小事，抒發短距離旅行的美好。

生長於台灣的作者，在疫情期間也如同其他人一樣無法遠行。然而，作者利用受疫情所困的幾年間，遊歷她居住以及留學的地方。

作者細膩地紀錄了自己的緩步足跡，從台灣到日本，以及持續每天都能再發現新事物的故鄉台南，例如即將歇業的重慶南路書街，因都市更新計畫而被拆除的陳茂通宅，還有經歷過重要歷史時刻的梅屋敷等等，作者逐一記錄稍瞬即逝的美好事物，並訴說大疫年代無法遠行至遠方的旅行新態度。

作者相信在疫情之下，海外旅行對世界大多數人而言變得極其不容易。這個時候，以短距離旅行來代替遠行，不僅是好主意，而且是絕對必要的。小遊遊遠處，大遊遊近處，並不是精神勝利法，而是在旅遊概念上的重要突破。其實，各位同學也能如同作者一樣在疫情期間善用時間，多探索並遊歷自己居住的地方，說不定能夠從中找到樂趣。

五戊 陸詠恩

■ 書名 隱形古物商
作者 周芬伶
出版社 INK 印刻文學



說起古物，會令你想起些什麼呢？是博物館裏被放在玻璃櫃中的文物？還是古董店中被掛上價目牌的珍藏？

古物對大多數人而言，它們的歷史價值和身價實在令人敬畏。人們總是為了得知過往的文明，或是為了名利，到沉寂許久的荒土中發掘古物。然而，古物又是不想被發現呢？在《我看見昨天》中，作者指出土文物是被強迫的文化遺產，古人墓葬絕不會想被發現；《航海王》中，考古人員說古船打撈出土是我們的幸運，對這些古物也是幸運。作者只同意前一句。

比起描繪物品的價值，作者更著墨於描繪古物的身世。每件古物背後都隱藏著當時使用者的遺憾。人們闖入墓穴發掘古物，只想找到珍稀文獻，可以造福世人，卻沒有想過逝者是否願意被打擾；人們潛入深海，在沉船中挖掘古物，只看見古物的價值，卻看不見逝者面對觸礁的恐懼。作者的文字令人深思，到底我們要繼續滿足自己的好奇心，還是讓這些沉寂已久的古物繼續陪伴逝者呢？

另外作者亦講述了很多關於自己與古物的故事。母親過身後留下了不少遺物，當中不乏奢華之物，但作者都不想要，因為看見了只會更加想念母親；作者想送一隻古錶給兒子但猶豫不決，其實是因為對兒子的關愛。可見古物最可貴的不是其價值，而是當中隱藏著的情感。

古物最珍貴的不仅是其價值，更應被珍惜的，也許是古物背後隱藏著的遺憾和情感。

五乙 黎采穎

101 Ways to Say Thank You: Notes of Gratitude for All Occasions

Written by Kelly Browne

Publisher: Sterling, New York (2007)

Which module(s) in Liberal Studies
are relevant?
Suitable for whom?

Module 1 Personal Development
and Interpersonal Relationships
From S4 onwards



"Thank you" are two simple words that have the power to transform our health, happiness, performance and success. Why is a simple "thank you" so powerful? Research published in the *Journal of Personality and Social Psychology* found that expressions of gratitude increased feelings of both self-efficacy and social worth. The studies also proved that it is the feeling of being socially valued which encourages people to provide more help in the future.

Are you saying "thank you" frequently? How can you show appreciation and express gratitude to others? Read *101 Ways to Say Thank You: Notes of Gratitude for All Occasions* to find out!

In the book, etiquette expert Kelly Browne shares more than one hundred sample thank-you note templates and guidance for all occasions, using both traditional and up-to-date digital methods, including dinners, birthdays, weddings, social gatherings, business, career and sympathy. These sample notes can provide inspiration for your own personalized messages. This book also contains a variety of quick tips and easy checklists for sending stylish and warmly courteous thank you notes.

Gratitude leads to happiness. Cultivating a spirit of gratitude in your life is extremely important. Do explore this book and you will learn how to express gratitude articulately and sincerely in your everyday life.

By Miss Cheung Kayuk



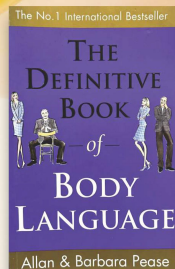
Book sharing ~

The Definitive Book of Body Language

Authors: Allan & Barbara Pease

Publisher: Orion Publishing Group

Version: Paperback edition published in 2005



It was really fun to read this 392-page book, even twice. Who doesn't want to make a positive impression on or cooperate with others? This book contains research, studies and examples (with diagrams and photos), illustrating things that we may not be aware of and facilitating our understanding.

The chapters include understanding the basics, the magic of smiles and laughter, arm signals, cultural differences, hand and thumb gestures, eye signals, how the legs reveal what the mind wants to do, space invaders, evaluation and deceit signals, mirroring – how we build rapport, courtship displays, cultural differences, seating arrangements and interviews. This book isolates and examines each component of body language and gesture in simple terms to make it accessible.

As a young boy, Allan (one of the authors) sensed that what people said was not always what they meant or felt. You can call it a hunch or gut feeling. Usually women have this "sixth sense" more often than men do, accuracy included. According to the authors, subtle twists of body language do tell, for sure with repeated patterns.

One section about why women are more perceptive caught my eye, perhaps yours. "She can watch a television programme while talking on the telephone, listening to a second conversation behind her and

drinking a cup of coffee." Wow, multi-tracking! It is about reading signals from body language consciously or subconsciously (higher percentage of women), and hence how and what we should respond appropriately to others' real needs.

At the end, the authors point out that research has shown convincingly that if you change your body language, you can change many things about your approach to life. You can alter your mood before going out, become more likeable and feel more confident at work/study. Authors surely don't want to give readers a feeling that learning body language skills is manipulative or insincere.

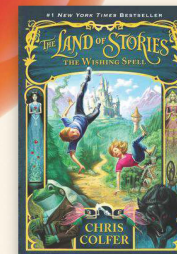
Finally, here is a summary of how to make a positive body language impression on others. Let me highlight some from the seven secrets of attractive ones.

- | | |
|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| (1) Face: | Make smiling a part of your regular repertoire so that others can tell even when you are wearing a mask. |
| (2) Gestures: | Be expressive but don't overdo it. |
| (3) Head: | Keep your chin up. |
| (4) Eye Contact: | Give the amount of eye contact that makes everyone feel comfortable. |

By Miss Mak Lim Luen

Book sharing ~

An action-packed adventure: Land of Stories – The Wishing Spell



I caught a glimpse of the book when browsing in a bookstore. Two kids and a castle on the cover. "Land of Stories," I thought to myself, "Is this about kids having adventures in a magical world?" As it turned out, I was right and this magical world was created back in 2012! I have no idea how I never came across this book in the last ten years but let's get right into it.

Alex and Conner Bailey are twins. Their family is going through a rough patch so to cheer them up, the children's grandmother gives them a book. It is no ordinary book because it glows and hums and sucks the siblings into a fairy-tale world, where characters like Cinderella and Little Red Riding Hood live. Though enthralled and fascinated, the two young visitors must find a way to return to where they come from. They find out that they have to collect 8 items to create the Wishing Spell, hence the name of the book, and this spell will send them back. Obviously, there are many dangerous hoops for the kids to jump through, where, on some occasions, they escape death by the skin of their teeth. At the end of their quest, the two protagonists discover something surprising about their father and grandmother.

I'd say this book is quite fun to read. The idea of putting fairy-tale characters all in one place might not be the most creative but this makes the storyline much easier to relate to, especially for students who find it difficult to really immerse themselves in a story. In the book, you get to see another side of the Evil Queen in Snow White and might feel sorry for her misfortune even if she's a callous witch. You will also meet Goldilocks as a strong and independent woman, instead of just a home invader.

The fun take on fairy tales is not the only thing the book has to offer. It also describes some thrilling treasure hunting, fighting, and hiding that will keep you on the edge of your seat. This book is fast-paced and jam-packed with actions. The occasional humorous remarks by Conner are the icing on the cake.

Some people compare this book to Harry Potter or Narnia. Honestly, it's not there yet in terms of writing quality and character development. But to be fair, not a lot of books are in the same league as the two classics. I like that Land of Stories is a light-hearted and easy read, perfect for a lazy afternoon.

By Miss Wong Man

A/ 書名 **回憶維修師**
作者 **唐啟澄**
出版 **亮光文化**
受訪者 **三甲 呂穎恒**

採訪者 **三戊 趙海澄**

「修復」它們，好讓這些回憶能順利「結案」，人們亦毋需再陷入苦痛之中。

然而，與其將他們忘記，何不好好面對它們，並將它們化為成長的印記呢？作者想帶出縱使我們過去的回憶未必是最好，甚至帶點缺陷；但有了這些悲痛，才能使我們更珍惜當下的美好，成就今天的自己。

這本書文字淺白，但流露出強烈的情感，觸動人心。呂同學在看這本書的時候感慨萬分，因許多回憶都被驚然勾起。作者細膩、真摯的描寫，讓她代入其中，彷彿成為書中有着不同遭遇的人物。因此，呂同學誠意推介此書給同學，她希望同學也能喚醒一些回憶，並給自己一個修復的機會。



B/ 書名 **遺憾修正萬事屋**
編選 **理想很遠**
出版 **點子出版**
受訪者 **四丁 黃朗怡**

採訪者 **四丁 鄭至賢**

故事圍繞一位遺憾修正師。被遺憾折磨的人被安排來到萬事屋，更正自己做過的每一個決定。修正師將剪斷那纏綿不斷的絲線，讓絲線重新交織，編織出迥然不同的人生。然而，這真的能讓自己不再遺憾嗎？一子錯滿盤皆落索，一個小小的決定也能引起軒然大波。「修正後亦無圓滿結局，遺憾必定與你共存，折磨一生。」

黃同學引用了一個背包客的故事，他在改寫遺憾事後，反迎來更大的遺憾。她認為我們沒有重來一次的機會，唯有活在當下，並為自己的選擇負責。亦不要因遺憾而蒙蔽自己，不然會失去更多。



英華人在看甚麼？

A / B / C / D /



C/ 書名 **杏林深處**
作者 **沈思彤、鄧童**
出版 **萬里機構**
受訪者 **五丁 陳欣希**

採訪者 **五乙 潘雅琳**

這本書記載的是二十一則醫療工作者和病人之間感動人心、有血有淚的故事。

醫院每一位工作者都是醫院這個龐大機器的小齒輪，獨一無二而不可或缺。早上清潔工的噓寒問暖，已能為辛勞的醫護帶來一絲溫暖和安慰。故事中的一名抽血員即使患病，也選擇繼續獻身醫療行業。他們儘管渺小，卻希望盡自己綿薄的力量幫助他人。

陳同學對一則有關寧養中心照顧人員的故事尤其難忘。當人走到生命盡頭時，總會恐懼、不捨與遺憾。這些照顧人員選擇陪他們走過最後一段路，盡力為他們達成心願：協助病人註冊結婚、聯絡家屬修補關係、拍攝全家福留念等。他們每天都在上生死教育的課堂，見證一次又一次的死亡和離別。他們在有限生命中創造無限可能。

在疫情的陰霾下，每一名醫療工作都在平凡的崗位行不平凡之事。這些無名英雄在杏林深處默默付出，為人們帶來曙光和希望。

「有一分熱，發一分光。」陳同學誠心向大家推薦此書，希望同學亦能從書中獲得溫暖和力量。



D/ 書名 **長椅的兩頭**
編選 **胡燕青**
出版 **中華書局香港有限公司**

受訪者 **李舒婷老師**

採訪者 **四乙 邱麗璧**

這本書是一本散文集，以生活、人生、家庭和社會為主題。作者以細膩的筆觸描述貼身的生活片段。作者見微知著，由細微的事物中抒發自己對人生、家庭和社會的看法。

李老師認為英華同學生活繁忙，而這本書內的文章篇幅較短且內容深入淺出，不難理解，適合各位同學在忙碌的生活中閱讀。另外，李老師認為生活的忙碌容易令同學逐漸失去觀察和思考的能力，而這本書正提醒同學生活中除學習外仍有許多細微的事情值得關注，因為這些在思考後所悟到的感受才是我們活着的憑證。



■ 書名 **燈下拾零**
作者 **舒巷城**
出版社 **花千樹出版有限公司**
索書號 **855 8762**

夜深人靜，遊子伏案疾書，述志趣、記遊歷，在昏黃的燈下拾著零碎的故事……作者愛夜，夜裏執筆成習，筆下作品無數，皆深夜執筆留下的文字。

此合集收錄了三十篇散文，當中題材廣泛，舉凡謀生、旅行見聞、談吐說藝，無不信手拈來。這些看似微不足道的瑣事，在作者的詮釋下，顯得尤其珍貴。煙花，留下一刻的璀璨後，便散於煙霧之中；長街，熱鬧過後，皆是一片虛無……篇篇雜文隨筆，就如燈下拾零，拾起那奪人的一瞬，被遺忘的回憶、被留下的時光。而這些零碎的文字背後，顯示了作者看事的深入、見解的精闢、學問的淵博，實在令人欽佩不已。

四甲 黃朗怡



■ 書名 **身上的每道傷疤**
作者 **李慧詩**
出版社 **啟思出版社**
索書號 **782.88 4040.c.2**

對作者來說，奧運獎牌背後是一道又一道的傷痕。這本書記錄了作者在十九年的運動員生涯中受傷的經歷。作者對前途的迷茫及多次的傷患，卻能磨練出驚人的意志和面對困境的勇氣。她希望藉這本書勉勵讀者為自己的目標堅持下去。

從這本書可以了解到職業運動員鮮為人知的一面。我彷彿能親身感受到訓練時的辛酸，讓我十分敬佩她。除了身體上的傷痕，心理上的傷痕也不少——被同學嘲笑，跟主教練不和，有如至親的教練逝世等。希望她的經歷能讓大家領略在逆境時應如何自處，遇到問題如何冷靜應對。

五乙 黃靖桐



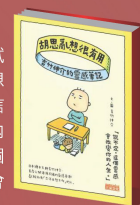
■ 書名 **胡思亂想很有用：吉竹伸介的靈感筆記**
作者 **吉竹伸介**
出版社 **三采文化股份有限公司**
索書號 **861.6 4060**

你有試過胡思亂想嗎？我相信每個人的內心都會有個小劇場，會很好奇心。

作者是心思細密的人，將他平時所見的微不足道的東西，用筆記本記錄下來，再加上有趣的想法和小插畫分享已見。或許你平常不會察覺到的小事，又或者轉頭就忘了的事情，會在看這本書時回想起，並身同感受，甚至會得到小啟發。

例如你有時會對自己說「明天我會拚一波，但是我今天要先睡了。」；又或者「真希望他有一天會後悔，偏偏他不是這種心思細膩的人。」你可能曾想對身邊某一個人這樣說。希望同學可以多觀察身邊事物，獲得啟發！

三丁 梁毅瓊



■ 書名 **無法預知的遠方**
作者 **陳志堅**
出版社 **突破有限公司**
索書號 **528.47 7529**

看完這本書我問自己：我的志願是什麼？喜歡做什麼職業？面對未知的將來必然會困惑、徬徨，有人會選擇堅持追夢，有人會向現實低頭。

五位年輕人分享他們的追夢故事，他們離開學校之後，生活頓時沒有了方向。在此時你會發現，原來自由自在並不是完全快樂，反至會有無盡的焦慮和不安——前路該怎樣走？走歪了又怎算？

人生很難，成長路上荊棘滿途。面對未知的未來，年輕人總會焦躁，感到無力。作者伴著學生成長，記下當中的點滴，寫成一個又一個動人心弦的故事。

人生路上總有掙扎，面對理想與現實的分岔路。有人會為了生活而選擇放棄理想；有人卻會因為追夢而捨棄安定愜生活。

書中其中一句令我很鼓舞：「孩子請在這變幻莫測的世界仍然堅守忠誠，尋找價值，有天惜花人悄然走過，將會塑造出難以想像的美好來。」

五乙 黃靖桐

