



第二期 07-03-2025



林勁聰老師
 書名：齊開卷·讀五經 摩西五經猶太註釋系列：創世記
 作者：錫安初熟的果子

基督教源於以色列，其中聖經故事、教訓都具有深厚的以色列文化根源。熟習以色列文化背景有助我們理解聖經故事所深藏的意思，可讓我們對聖經的教導有更深層的領悟。本書從以色列文化講解聖經的頭一卷書：創世記，讓我們更深入體會上帝創世時對世間萬物的心意和愛。



鍾明珠老師
 書名：聊齋聊齋(上下冊)
 作者：蒲松齡 | 張國風

《聊齋誌異》收錄了各種奇聞軼事，通過閱讀人、狐仙、鬼和妖的故事，同學們能加深對中國古典文學的理解，感受古代的社會風貌，並且思考人性與道德。



石詠霞老師
 書名：被討厭的勇氣
 作者：岸見一郎 | 古賀史健

阿德勒心理學乍聽起來似乎複雜且抽象，但透過年輕人與哲學家的對話，讀者能夠逐步理解並探討如何應用當中理念。本書不僅讓我反思自己在待人處事或工作上的態度，也幫助我理解許多年輕人的心態。例如，學生對自己外表的重視以及對校規的反抗，其中有一句深刻的說話是「介意自己外表的人，只有自己」。

雖然阿德勒心理學不包含信仰的元素，但其應用卻與信仰的實踐有相似之處。它反對「預定論」，提出「目的論」，這引發了對自由和人生方向的思考：究竟上帝是否為我們的人生設下了路徑？自由的定義又是什麼？阿德勒心理學更對活在當下及人生的意義提供思考的方向。它強調Here and now (此時此刻)的概念，認為人生是由每一個瞬間組成，人不應被過去的經歷所束縛，重要的是如何理解並作出回應。所有問題都源於人際關係，這鼓勵年輕人接納自我、信任他人和貢獻他人。

其實，你從今天開始就可以變得幸福！只需擁有甘於平凡的心態及面對批評的勇氣。知易行難，但讓我們從今天開始一起努力吧！



彭嘉恩副校長
 書名：急症室的福爾摩斯II——守護生命的故事(增訂版)
 作者：鍾浩然

曾經擔任香港急症室醫生的鍾浩然先生編寫了《守護生命的故事》。這本書透過描繪多個真實的急症室病人急救或診症的場景，像偵探故事般引導讀者思索病人的症狀，並結合科學理論和醫學知識的講解，讓讀者對一些習以為常的病理狀況有了全新的理解。本書不僅滿足了讀者對相關知識的求知欲，還透過故事探討了一些值得反思的生命議題，值得一看。



譚偉妍老師
 書名：無料AI
 作者：洪錦魁

在這個資訊爆炸的時代，人工智慧(AI)已成為我們生活中不可或缺的一部分。這本書主要探討「文字」、「繪圖」、「動漫」、「視覺」、「音樂」、「影片」和「簡報」等七大領域的免費AI軟件。通過這本書，同學們可以了解如何有效地使用這些工具，並發掘它們在不同領域的潛在價值。



胡柏恒老師
 書名：神秘優雅的數學家日常
 作者：二宮敦人

你是否曾經覺得喜愛數學的人都是怪胎？現實生活中好像從不缺這類人——他們對數學以外的事物往往顯得漫不經心。作者在書中訪談了11位數學家及數學愛好者，結合他們家人的分享，試圖揭開這群數學家的神秘面紗。



朱鳳仙老師
 書名：洋蔥心理學
 作者：蘇文朗 | 林汝正 | 鄭光言

為什麼豬隊友的薪酬比你高？為什麼隔離飯比較香？為什麼自己排的那條隊特別慢？本書以貼近生活的例子為出發點，幽默地介紹了各種心理機制。透過這些日常場景，讀者可以學習到常見的心理謬誤、錯覺和偏差，從而懂得如何在工作、生活和人際關係中避開誤導、欺騙和洗腦的陷阱，做出更明智的決定！



莫穎雯老師
 書名：聆聽寂靜：什麼是寂靜/何處可尋/寂靜為何如此重要
 作者：厄凌·卡格

在一間什麼都沒有的寧靜房間中，只要你能安靜獨處，什麼都不做，就能按靜待的時長賺取金錢。你有自信能在這房間待多久呢？美國有大學曾進行過這樣的研究：安排受試者靜待房間獨處15分鐘，期間什麼都不能做。結果顯示，不論貧富學識、男女老幼，普遍受試者都感到侷促不安，甚至近一半的人願意對自己施以電擊，以換取減少枯坐的時間。

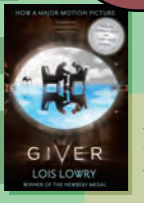
曾獨自徒步穿越兩極的作者卡格說：「人很難只是坐在那裡，什麼都不做。」當你覺得無聊時，可能會滑手機、聽音樂、東找西找些人與事作伴，試圖填滿自己。不想錯過身邊的動向，不願獨自面對自己……不願停下來的原因有很多，其中都包含「害怕寂靜」——為什麼我們必須填滿自己，逃避寂寞與寧靜？

愈逃避無聊，就愈覺得無聊。如法國哲學家巴斯卡所言：「人類的的所有問題，都源自人無法獨自一人安靜地待在房間裡。」如果你今天不懂為何總是無法獨處，難以放空，害怕靜下來，盼望這本書能讓你在必須靜心獨處時，也能安然與「寂靜」作伴，在自己的世界中漫遊。



陳妙君老師
 書名：鹿鼎記
 作者：金庸

金庸筆下的武俠世界令人神往，因為他所塑造的每個大俠都正義凜然、武功高強。有人說這個世界需要英雄，金庸先生筆下的大俠便是這種能鋤強扶弱、拯救世界的大英雄。偏偏《鹿鼎記》的主角——韋小寶卻不是他一貫書寫的典型大俠：韋小寶出身妓院、為人油滑而猥瑣。小時候最不喜歡《鹿鼎記》就是因為這樣的主角太不切合人們對英雄的想法。長大了重看，卻另有一番體悟：韋小寶仍是那個言行粗鄙、好色重利又滑頭的小人，但這個小人在國家大義與私義私利之間斡旋，致力「不負如來不負卿」，漸漸體現「俠之大者，為國為民」的情懷，這比天降神兵般的「英雄」更動人且珍貴。



周倩雯老師
 書名：The Giver
 作者：Lois Lowry

Are you happy when you don't need to make any decisions in your life? Are you even happier if you don't need to experience any sad and horrible things? This novel is a page turner that gives you both an exciting sci-fi story and food for thought. Go and get the book!

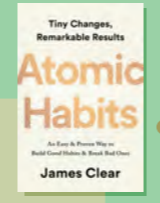
何采妮老師
 書名：Wonder
 作者：R.J. Palacio

The story follows August "Auggie" Pullman, a 10-year-old boy born with a facial difference that has prevented him from attending a mainstream school. After being homeschooled for years, Auggie starts fifth grade at Beecher Prep, a private school. The novel explores his journey as he navigates the challenges of fitting in, making friends, and dealing with bullying and prejudice.



沈佳怡老師
 書名：Atomic Habits
 作者：James Clear

"All big things come from small beginnings. The seed of every habit is a single, tiny decision. But as that decision is repeated, a habit sprouts and grows stronger." Transform your habits and life by making tiny changes that will lead to remarkable results.



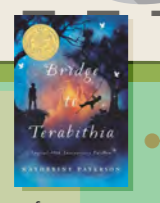
曾宛雯老師
 書名：一本書終止你的拖延症
 作者：大平信孝

這本結合腦科學與心理學的書，以漫畫形式，教導讀者如何透過「小行動」來刺激大腦分泌多巴胺，從而打破拖延的習慣。書中提供了37個實用的小秘訣，例如「十秒行動」、「將時間劃分為15分鐘的單位」，幫助讀者更有效地管理時間、提升工作效率。



艾樂靈老師
 書名：Bridge to Terabithia
 作者：Katherine Paterson

In this children's novel, two children from broken homes come together as friends and create a magical world of their own. Bridge to Terabithia tells a story of love, friendship and loss, which I'm sure many of you will find relatable.



程德敏老師
 書名：經濟學百科
 作者：奈爾·傑思坦尼

經濟衰退時期會發生甚麼情況？貨幣又如何發揮作用？我們納稅的目的何在？從工作展開到消費場所，我們生活的每一個方面無不受到經濟學的影響，而偉大的經濟理念持續塑造著世界的發展。

《經濟學百科》一書以淺顯的語言、簡練的分析解釋了經濟學的專業術語，並利用清晰的圖表梳理複雜的理論。書中引用經典經濟學家的名句，使經濟學理論便於理解和記憶，更採用清晰的插圖將經濟學家的思想逐一剖析，讓讀者更深入地體會經濟學的魅力。



杜育駿老師
 書名：你是你吃出來的(慢性病康復的飲食密碼)
 作者：夏萌

本書的姊妹作《你是你吃出來的》告訴大家「怎麼吃不生病」，而本書則主要講解「得病了怎麼吃」。它涵蓋了高血壓、高血脂症、糖尿病、慢性腎病、痛風、腫瘤和心臟疾病等七種慢性病。當面對這些慢性病時，讀者不再感到茫然，也不會盲目用藥或隨意使用營養品，而是冷靜地分析高血壓、糖尿病和冠心病等病症的產生原因，從根源上解決問題。

閱樂慕德



1K 曾文慧同學
書名：色彩
作者：Jose Ma Parramon

如果你想了解藝術知識，這本書或許適合你。顧名思義，本書介紹了各種色彩，你可從中學會色彩的歷史和運用技巧等，是一本非常實用的書籍。

5T 吳梓豪同學
書名：全知讀者視角
作者：Sing N Song

主角金獨子的現實世界突然變成了他曾閱讀過的小說世界。主角運用他在小說中所了解的情節，不斷憑藉個人技術和記憶突破難關。故事情節緊湊、悲喜交集，令人感同身受，情不自禁地追看下去。



1T 羅沛彤同學
書名：人類大歷史
作者：哈拉瑞

本書以漫畫形式介紹了人類的大歷史，內容生動有趣。書中深入揭露了原始人的生活方式，使讀者能夠一探遙遠時代的故事和文化。

START



4T 羅羽芯同學
書名：圖解壓力紓解大全
作者：堀田秀吾

基於不同因素，我經常感到壓力，這本書正教導了我舒緩壓力的方法。本書內容詳盡，由早上到夜晚、工作日到假日，根據不同場景構思了各式紓壓方法。我亦曾實踐，發現這些方法有效幫助我在測考之後減壓。



5P 施凱殷同學
書名：小書痴的下剋上
作者：香月美夜

這本書的內容引人入勝，生動地描繪了主角在一個沒有書籍的異世界中，如何努力探索各種造紙技術，最終製作出一本書的過程。主角在這條路上經歷了無數次的挫折與失敗，但他憑藉自己的智慧和毅力，終於成功創造出紙張。製紙過程中，主角不僅追求自己的夢想，還不遺餘力地幫助了身邊的親朋好友，例如協助姐姐研製出超強護髮洗髮水。雖然某些行動是出於自我實現，但他同時也為周圍的人帶來了實質的幫助，這使得他成為一個充滿魅力的角色。

5T 董淨妍同學
書名：Dior：穿迪奧的女孩[暢銷紀版]
作者：安妮·葛琴歌

在經濟大蕭條的衝擊下，全球隨即迎來了第二次世界大戰。然而，迪奧這個品牌在戰火中依然屹立不倒，為當時低迷的社會氛圍注入了全新的活力。走到今天，品牌以其經典的馬甲和圓點長裙設計，持續引領時尚潮流，成為歷久彌新的時尚象徵。



5T 陳芷榕同學
書名：你怎樣過一天，就怎樣過一生
作者：梁爽

作者以個人經歷啟發讀者的自律心。書中提到的觀點讓我明白，自我提升的關鍵在於自律的日常，保持良好的生活習慣，不要過份在意外界的眼光，好好活出滿意的人生。



Mystery for Teens



And Then There Were None
by Agatha Christie



Mystery Royale
by Kaitlyn Cavallanca



High-rise Mystery
by Sharna Jackson



2W 黃俊然同學
書名：我們為什麼要讀書？為什麼要工作？
作者：池上影

這本書深入探討了工作與學習之間的關係，強調了工作在個人成長中的重要性。作者建議讀者將「喜歡」的元素融入工作中，以提升工作滿意度和效率。本書巧妙地運用了圖表來解釋複雜的概念，使內容更加易於理解，亦增添了趣味。



3K 卓雨菲同學
書名：如果歷史是一群喵(5)亂世三國篇
作者：肥志

本書非常有趣且易於理解，熱愛歷史或希望提升歷史成績的同學千萬別錯過。書中詳盡講述了三國時代的各項事件，許多戰爭故事刻畫得深入人心，讓人輕易便記住了關鍵的歷史細節。本書特別適合那些覺得歷史無趣的人，以輕鬆愉快的方式，讓學習變得有趣。



5T 邱素霞同學
書名：給中學生的成長型思維——女孩指南
作者：坎卓兒·寇茲

本書以多種形式表達了青少年的各種思維，讓我輕鬆理解目前能夠達成的目標，有效改善了我對挑戰的心態，使我不再逃避困難，而是努力以正向的態度去面對。



5P 梁茵然同學
書名：十字路口
作者：桐山成人

本書非常有趣，讓我深刻理解許多人生道理。特別是關於人生不同的十字路口和選擇，強調了認清自我方向的重要性。此外，本書亦提醒我們要懂得享受生命中的每一刻，珍惜當下。



Fantasy for Teens



The Forgotten Magic of Zoey Turner
by Erin Stewart



Death of the Author
by Nnedi Okorafor



The Wild Robot
by Peter Brown



Landscape with Invisible Hand
by M.T. Anderson



3K 吳穎恩同學
書名：高敏感抗內耗手記
作者：陳塵

這本書深入探討了高敏感人與普通人之間的差異，讓讀者能夠一窺高敏人的日常生活。對於過敏高敏人來說，這本書尤其合適，因為它不僅讓他們意識到自己並不孤單，還提供了實用的應對策略。書中分享的經驗和見解，可以幫助讀者更好地理解自己的感受，並學會如何在這個世界中找到適合自己的生活方式。



4T 林綺婷同學
書名：颯風家族
作者：市井點線

本書文筆優美且風格獨特，內含幾個感人的家族故事，內容既幽默又深刻，不時引出人生智慧，令人耳目一新。每一個故事都如同一幅生動畫卷，讓讀者在輕鬆的氛圍中，感受到家庭的溫暖與人生的哲理，讓人不禁反思自己的生活與價值觀。



5P 蔡芷沂同學
書名：圖解繪畫心理學
作者：蔡慧芝

這本書透過多樣的講解，深入探討了不同人在畫畫時的內心想法。例如，將物件放置在畫面的不同位置，所傳達的意義各異。書中提供了實例加以說明，使內容更加生動且易於理解，有效增強讀者對藝術表達與意圖的認識。



6W 駱芷澗同學
書名：通往夏天的隧道，再見的出口
作者：八目迷

這本書講述了男主角在無意中發現傳說中的隧道秘密——據說進入隧道就能獲得任何想要的東西，但一切都得付出代價。機緣巧合之下，男主角與女主角相遇並成為朋友，兩人攜手探索隧道的奧秘，並合力調查其中的謎題。然而，隨著故事的發展，他們因為某些事情產生了爭執，讓情節變得難以預測。緊張的衝突與探索元素交織在一起，讓人不禁想要一口氣讀完，揭開隧道的真相。

DEAR

Drop Everything And Read!