

北仑图苑

BEI LUN TU YUAN

准印证号码：浙内准字 B140 号 内部资料，免费交流



地址：宁波市北仑区中河南路 288 号
邮编：315800
电话：0574-86781992
0574-86891318

NO.38
2023/ 第 1 期
主办单位
北仑图书馆
北仑区图书馆学会

“海濡之声 情动港城”

——北仑 4.23 图书馆之夜掀起阅读活动高潮

饶红英 汤丽莲 / 文



草长莺飞四月天，千里书香飘港城。4月23日是世界读书日。为尊崇经典、致敬梦想、立足北仑、讴歌时代，营造“爱读书、读好书、善读书”浓厚书香氛围，4月23日18:30，由北仑区委宣传部、北仑区文化和广电旅游体育局主办，北仑区图书馆、北仑区朗读联合会承办的“海濡之声 情动港城”图书馆之夜在北仑图书馆广场举行，为观众带来了一场铿锵有力、掷地有声的视听盛宴，将世界读书日系列阅读活动推向高潮。

活动旨在深入推进“书香北仑”“朗读之城”全民阅读品牌建设，以书香见证城市的日新月异，用阅读阐明城市的品质内涵，也彰显了北仑在“双一流双示范”新征程中的文化作为担当，厚植群众精神富裕文化土壤，助推港产城文融合发展。本次活动吸引了近千名读者现场观看，线上直播关注量达1.2万人次。

晚上6点半，悠扬的《三字经吟诵》拉开了“图书馆之夜”的序幕。本次活动分为“海濡之声”“诗画江南”“峥嵘岁月”“潮涌北仑”四个篇章。活动现场设置环绕立体声，通过水上舞台、



灯光的效果营造，将沉浸式的氛围感拉满，高度还原声音细节，以声音为卷轴、以经典诗歌为画面、以原演绎为线条、以歌舞为水墨，让“视觉”、“听觉”、“记忆”和“想象”全部打开，构筑全方位体验的诗画世界。

节目涵盖情景诵读、朗诵、吟诵、亲子表演、情景剧表演等多种阅读展演，朗读者们以饱满的热情，时而激情澎湃，时而婉约轻述，时而深沉含蓄，时而雄浑高亢，虔诚的吟诵、激情的演绎传递“朗读之城”的生动表情，沉浸式舞台、情景式表演，每个篇章，都赢得观众们的掌声阵阵。

为更好地丰富群众阅读生活、打造全民阅读氛围，本次世界读书日期间，北仑图书馆联合各街道分馆，上下联动，准备了一系列多元多彩的全民阅读活动，线上线下同步掀起全区全民阅读热潮，除了诗歌朗诵大会，还举办了九峰讲坛《中国传统经典的选择与阅读》、“弦间流转 丹心胜金”傅丹琵琶艺术赏析会、“对话王安石”2023宁波阅读进行式 北仑站、“寻梦国学 对话千年”国学主题在线知识竞赛以及生命的律动主题展览等主题活动。



梁启超的读书之道



梁启超是中国近代史上大名鼎鼎的人物，他不仅在政界叱咤风云，是维新派的一员猛将，而且在学术上也取得了骄人的成就，他一生著述丰富，以其56年的有限人生，创作出数以千万言计的作品。梁启超在读书上很有见地，

今天重温他的读书之道，对我们依然颇有裨益。

首先，一个人要养成爱读书的习惯，才能尝到读书的趣味。梁启超认为，打算做专门学者固然要如此，从事其它职业也是这样。一个人无论他的工作是在工厂里、公司里、议院里……做完一天的工作出来之后，随时立刻可以得着愉快的伴侣，莫过于书籍，莫便于书籍。养成读书习惯，才能尝着读书趣味，这种习惯必须在学生时代养成，如果在学校中不养成主动读书的习惯，这个人简直是自己剥夺自己终身的幸福。

第二，每日所读之书，最好分两类：一类是精读的；一类是浏览的。因为我们一面要养成读书心细的习惯，一面要养成读书眼快的习惯。心不细则毫无所得，等于白读；眼不快则时候不够用，不能博搜资料。具体到一部书，也可以分为泛读和精读两种。在《中国历史研究法补编》一书中，梁启超提出“读史的方式，可以说有两种：一种是鸟瞰式，

一种是解剖式。”他对这两种方式同样重视：“单有鸟瞰，没有解剖，不能有圆满的结果；单有解剖，没有鸟瞰，亦不能得良好的途径。二者不可偏废。”

第三，有些内容要做到“熟读成诵”。梁启超在自己所读的很多书目中标有“希望熟读成诵”字样，他认为需要熟读成诵的内容有两种：一种是最有价值的文学作品；另一种是有益身心的格言。

第四，勤学习，并且做到不动笔墨不读书。梁启超做学问讲究方法，读书学习亦如是。他提倡做读书笔记，在《国学入门书要目及其读法》中明确提出：“若问读书方法，我想向诸君上一个条陈：这方法是极陈旧的、极笨极麻烦的。然而实在是极必要的。什么方法呢？是抄录或笔记。”

第五，读书学习要心态端正。在《中国历史研究法》里，梁启超提出了两件无论是读书学习还是做学问都应该注意的事情：一是“不要为因袭传统的思想所蔽。”这是说不要迷信古人，不要盲从权威。只有做到这一点，我们才有可能提出新问题，阐述新见解，发明新思想，而不至于在先哲面前望而却步，畏缩不前。另一件要注意的事是“不要为自己的成见所蔽”，梁启超很严肃地认识到了这个问题，他自己做学问时就竭力避免，这从他的学术名著《中国近三百年学术史》中不难发现。在此书中，他基本上是公允地评价了自清以来近三百年的学者，尽管有些人的学术、风格他可能不赞同。



2023/ 第 1 期

编委会

顾 问：葛晓波
主 编：戚 音 何颂英
副 主 编：石 笑 饶红英
编 辑：于震雷 周 燕 段忠花
贡金涛 乐思诗 杨春平
郭晓玲

主管单位：北仑区文化和广电旅游体育局
宁波职业技术学院

主办单位：北仑图书馆

地 址：宁波市北仑区中河南路 288 号

电 话：0574-86891318
0574-86781992

邮 编：315800
E-mail: blbib@163.com
525472644@qq.com

承印单位：宁波三和印刷有限公司

电 话：0574-86880005
0574-86963300

发送对象：省内图书馆

印刷日期：2023 年 5 月 30 日

印刷数量：500 册

封 面：“海濡之声 情动港城”——北仑
4.23 图书馆之夜掀起阅读活动高潮

封 底：港城艺廊：“丹青吟咏——赏析
名画，品读唐诗”美育展在高校
馆开展

本期所有文字和图片作品，经著作人授权本刊，
未经许可，不得转载、摘编。

CONTENTS

卷首语

馆内动态

- 01 参与寒假教师研修，提升馆员综合素养
- 02 加强馆际交流 互学互鉴促发展——高校馆赴杭州兄弟院校图书馆参观学习
- 03 以书之名，向光而行——高校馆阅读推广服务部馆员工作会议
- 04 学习清廉家风 守初心担使命——高校馆党支部开展主题党日活动
- 05 拥抱春天 感受自然——记高校馆分工会春游团建活动
- 06 广西柳州铁道职业技术学院周澜处长等一行莅临高校馆交流指导
- 07 四川师范大学周建芳教授莅临高校馆交流指导
- 08 高校馆开展巾帼文明岗岗位练兵系列活动
- 09 公共馆举办全区公共图书馆基层管理员业务培训班
- 10 公共馆馆员素养提升专题培训——2023 第一期“图书馆员专业知识培训”
- 11 鄞州区图书馆与公共馆开展文化走亲活动
- 12 “仑美同心 共沐书香”公共馆 & 城关小学图书捐赠仪式

读者服务

- 13 AI 让我们与心灵面对面——高校馆举办 AI 心理测评体验活动
- 14 北仑图书馆迎来课本剧《疯狂语文课》
- 15 九峰朗读者“朗读北仑”沙龙第 16 期：春日颂
- 16 九峰公益课堂：情暖三月 如花绽放——“三八”女神节插花活动
- 17 九峰公益课堂：春回大地，“植”此青绿——植树节科普活动
- 18 九峰公益课堂：画说清明 创意伞绘
- 19 九峰公益课堂：欢乐迎元宵 彩灯 DIY
- 20 九峰公益课堂：魔法实验室（风力发电机）
- 21 九峰公益课堂：魔法实验室（自动甩干机）
- 22 仑图“我是小小故事王”讲故事比赛 2023 年第一季度赛
- 23 第 67 期“苗苗悦读”英语故事会：《An Interesting Picnic!》
- 24 第 68 期“苗苗悦读”英语故事会：《A Big Guy Took My Ball! 》
《I Love My Toy! 》
- 25 第 98 期“苗苗悦读”中文故事会：《睡不睡觉，还这么吵! 》
- 26 第 99 期“苗苗悦读”中文故事会：《爱挑食的小狐狸》
- 27 第 100 期“苗苗悦读”中文故事会：《爱读书的一家人》

活动展览

- 28 书香家园：书香氤氲春伴读，焚香浮融暖古今
——“书香贯古今，文墨传旧薪”宁职院第九届书香家园读书游园会
- 29 四季美学课堂：辉光日新，言语之道——高校馆开展“四季美学”演讲与诵读活动
- 30 四季美学课堂：甬城诗情，唐风远韵——高校馆开展四季美学之“唐诗里的宁波”活动
- 31 书香家园：“典籍记载华夏，书香点缀流年”讲书接力汇——第一期《诗经》
- 32 书香家园：“泼墨弄丹青，提笔述风意”——高校馆开展书法体验活动
- 33 港城艺廊：“丹青吟咏——赏析名画，品读唐诗”美育展在高校馆开展
- 34 宁职艺韵：以书为媒 共赴一场“沉浸式阅读”之旅
——高校馆举办“傅丹琵琶艺术赏析会”暨《丹心胜金》新书签售会

目录

- 35 宁职书香：生活美学系列之——茶艺文化主题书展
- 36 宁职书香：来自“women”的力量——女性主题书展
- 37 宁职书香：星辰不问赶路人，时光不负有心人——专升本主题书展
- 38 宁职书香：以食物之名，展人生百态——美食主题书展
- 39 宁职书香：读百部经典，品千年文化——经典名著主题书展
- 40 宁职书香：品影视原著 享灵魂盛宴——影视经典原著主题书展
- 41 北仑图书馆“对话王安石”2023 宁波阅读进行式·北仑站
- 42 仑图 4.23 世界读书日主题展——阅读：让世界更精彩
- 44 仑图展览：日出新卯 春暖兆福——2023 年新春典籍文化展
- 44 仑图展览：玉兔呈祥主题漫画剪纸展
- 45 仑图展览：志愿青春别样红——“学雷锋日”中国青年志愿者在行动
- 45 仑图展览：放断鹞 疫病消——清明节风筝文化展
- 45 仑图展览：生命的律动——林间的二十四节气

讲座论坛

- 46 追寻视觉之美——高校馆举办“仑图悦享”手机短视频拍摄公益讲座
- 47 一点即通，逢考必过”——高校馆举行博学易知考试平台介绍讲座
- 48 “九峰讲坛”第 217 讲：《妆容与服饰搭配》
- 49 “九峰讲坛”第 218 讲：《中国传统经典的选择与阅读》

领读人

- 50 致力推广数字资源，事半功倍学与成——记阅读推广部杨春平老师

专业好书

- 51 化工学院院长推荐好书

党史经典

- 54 中国共产党人的精神谱系

荐书堂

- 55 好书推荐

征文推荐

- 58 《霍乱时期的爱情》书评
- 59 往事笑谈中——读《三国演义》后有感
- 60 与校馆的独家回忆

图书馆与读书

- 61 读书和不读书，过的是不一样的人生

参与寒假教师研修， 提升馆员综合素养

周燕 / 文

2023 年寒假期间，高校馆全体馆员根据学校人事处、教师发展中心的 notification 要求，通过教育部在国家智慧教育公共服务平台设立“寒假教师研修”专题，积极参与在线研修，完成了所有课程的学习。此次学习内容主要包括：教师直播教学安全培训、深入学习贯彻党的二十大精神、加强优秀教师典型的示范引领、强化对教师的关心关爱、提升教师综合育人能力五大块内容。

通过学习，馆员们进一步认识到新时期图书馆馆员的素质要求，明确了高校馆现阶段工作目标，以及未来高校馆的工作方向，对自身的工作和使命有了新的认识和理解。为了更好地服务读者、倡导全民阅读理念，今年高校馆将积极做好空间改造项目，营造温馨舒适的阅读环境；围绕“国学经典”推进沉浸式阅读推广项目和阅读学分课程建设，培养大学生终身阅读的好习惯；同时推出大学生信息素养深化提升工程，分层推进信息素养教育工作。

高校馆作为一个积极进取、团结和谐的团体，坚持以“以人为本，服务至上”的工作理念，在今后的工作中将不断完善“热心、诚心、耐心、细心、虚心”的“五心”品牌服务，努力提升馆员专业素养和服务水平，为校内外读者提供更好的文献资源和专业服务。

加强馆际交流 互学互鉴促发展 ——高校馆赴杭州兄弟院校图书馆参观学习

周燕文 / 摄

为了更好地推进高校馆空间改造工作，美化阅览环境，提高读者满意度，2023 年 3 月 8 日至 10 日，高校馆威音馆长带队一行 4 人前往杭州电子科技大学、浙江育英职业技术学院、浙江水利水电学院、浙江机电职业技术学院 4 所高校图书馆进行参观调研。杭州电子科技大学图书馆馆长赵乃良、浙江育英职业技术学院图书馆馆长陈颖、浙江水利水电学院图书馆馆长王洪军、浙江机电职业技术学院图书馆馆长周秀梅等领导和同仁们热情接待了我们。

在参观调研过程中，各位馆长陪同我们逐层参观了图书馆，并重点介绍了图书馆的空间布局、信息化设施、

家具建设及馆藏布局等情况。其中浙江育英职业技术学院图书馆陈馆长详细介绍了其图书馆空间改造的设计理念、施工过程、家具配置等情况。浙江机电职业技术学院图书馆周馆长详细介绍了浙江机电职业技术学院两校区图书馆的基本情况，重点围绕海宁校区图书馆空间改造和功能布局，向同行热情分享了图书馆有效规划纸电空间布局，建设文献信息服务中心，实现 RFID 智能图书管理的成果与经验。随后，双方进行了进一步交流，并表示今后兄弟院校图书馆要进一步加强合作与交流，共同促进高校图书馆事业的发展。

此次参观调研收获良多，使我们对兄弟院校图书馆近年来的发展创新、空间布局、人性化服务有了深入了解，为高校馆今后空间改造、服务创新提供了借鉴。



以书之名，向光而行

——高校馆阅读推广服务部馆员工作会议

黄凯文 / 摄

3月6日下午，高校馆组织阅读推广服务部全体馆员在513会议室召开了新学期工作会议。会议由部门负责人郭晓玲老师主持。

本次会议中，郭老师向大家传达了馆长对于新一年的部门工作要求，她指出馆员们要提高服务意识和服务能力，持续关注师生的各项需求。第十九届世界读书日即将来临，高校馆更要未雨绸缪，提前计划好一系列丰富多彩的活动，激发广大师生对阅读的兴趣。郭老师还表示，2023年的阅读推广活动将围绕“经典”这个主题来展开。就此议题，祝艺萱老师向大家分享了她关于2023年经典

系列书展活动的一些展望和想法，大家在这个基础上展开了热烈讨论，就各自的阅览室特点发表了不同的活动建议。会议的最后，为了让大家了解新版汇文系统的操作流程，郭老师还对大家进行了汇文系统的升级培训。

众人拾柴火焰高，高校馆全员群策群力，将充分发挥高校馆第二课堂的育人功能，服务学生多读书，读好书，为学生的成长提供丰厚的知识和营养。



学习清廉家风 守初心担使命

——高校馆党支部开展主题党日活动

石笑文 / 摄

党的二十大报告指出在全面建设社会主义现代化国家新征程上，我们要进一步加强家庭家教家风建设，培育社会文明新风尚。为了深入学习党的二十大关于“廉洁文化建设”的内涵，高校馆党支部组织全体党员于3月28日下午走访鄞州姜山镇走马塘，开展廉政文化主题党日活动。

走马塘有“四明古郡，文献之邦，有江山之胜，水陆之饶”之美誉，历朝历代，这里出过76位进士，被誉为“中国进士第一村”。村口的“进士第一村”门碑，蕴含着浓烈的儒雅之气，使人不由的生出敬意。其中主要以陈氏祖训、治家格言、廉政文化为主题，讲述了走马塘陈氏家族门风正直、为官清廉的故事。在讲解员的带领下，我们了解了“中国进士第一村”的丰厚底蕴，深刻领悟陈氏家训在彰显中华文明和宁波文化中的气度。近年来，走马塘紧紧围绕基本实现农业和农村现代化的目标，以古村保护开发为重点，加大新农村环境整治力度，农村经济和社会各项事业得到了较快发展。

在走马塘会议室，高校馆党支部纪检委员赵顺勇为我们开展了《以廉洁家风涵养清风正气》的微党课，他指出家庭家教家风既是家事，也是国事，关系个人健康成长、社会和谐稳定和国家繁荣发展，对党员队伍建设有着重要意义。并从家风的由来与传承、家风的新时代内涵与要求、家风的正反典型四个方面详细讲述了家风与党风的重要性。老师们纷纷表示家风连着党风，我们要严格按照《中国共产党廉洁自律准则》和《中国共产党纪律处分条例》的要求，规范自己的言行，构建团结和睦、相亲相爱的家庭关系。

通过本次参观学习，我们更加深刻地理解和领会了党的二十大报告中提出的要“弘扬中华传统美德，加强家庭家教家风建设”的精神内涵。我们要学习一代代共产党人秉承奉公守法、廉洁自律的优良传统，守初心担使命，担当家风建设的“示范者”、“传承者”和“培育者”。



拥抱春天 感受自然 ——记高校馆分工会春游团建活动

石笑文 / 摄



为丰富高校馆分工会全体教师的业余生活，更好地亲近自然，近日，高校馆分工会组织全体教师开展春游团建活动。

活动的第一站是宁波咸祥镇芦浦村，在导游的带领下，我们了解到芦浦村远离喧嚣，宁静古朴，恬淡自然，到处充满着乡愁，是一个美丽的世外桃源，更是一个集自然风光、人文古迹和红色元素于一身的古村。芦浦村的村民

大多数姓舒，已有 700 多年的历史。村内建有宗祠，图文并茂的展示着芦浦的革命历史。英雄烈士纪念馆位于村头，1927 年爆发了著名的“芦清暴动”，打响了浙东革命第一枪。在清明时节，我们既欣赏了村内清新可人、恬淡静雅的自然风光，又能追寻了红色足迹，缅怀英雄的革命历史。

活动的第二站，我们来到了咸祥航空飞行基地，基地位于咸祥镇新湾沙滩附近，是目前长三角地区唯一一个专业用于航空运动培训赛事的基地。在“2022 年度浙江省十佳户外露营地”评选活动上，宁波（咸祥）航空飞行营地成为鄞州唯一获评的“2022 年度浙江省十佳户外露营地”。在导游的讲解下，我们了解到该基地以发展航空运动为主，带动体育旅游经济产业融合发展，打

造集运动、休闲、旅游、休养、户外体验于一体的综合性航空飞行营地。这块曾经被废弃的船厂，现在已经活灵活现地展现着新的生机。在此，我们围炉团建，面朝大海，春暖花开。老师们还组织了“鼓动人心”、“急速 60 秒”等运动，在活动与欢声笑语中感受团建的乐趣，享受春天的活力，体验勃勃的生命力。

此次春游团建活动，老师们不仅体验了村民的古朴与自然魅力，还追寻了红色历史，缅怀了革命英雄，更让我们在大自然的怀抱中感受团队的力量与活力，这让我们在工作之余体会到了奋发进取、团结向上的精神力量，为以后更好地开展工作提供了更有效地帮助。



广西柳州铁道职业技术学院 周澜处长等一行莅临高校馆交流指导

周燕 / 文 金则凯 / 摄

2023 年 4 月 11 日上午，广西柳州铁道职业技术学院科技与图文信息处处长周澜、采编科科长李薇、读者服务科科长汤新卿等一行 4 人来高校馆参观交流，高校馆周燕老师热情接待了他们。

周老师首先介绍了高校馆基本情况，以及近几年来两馆在文献资源建设和阅读活动方面的共享情况，并陪同她们参观了高校馆二楼报刊阅览室、三楼社科阅览室、展厅、四楼自科

阅览室、外文借阅室，并向她们介绍了高校馆的室内环境、自助借还设备、各项阅读活动。随后，大家在五楼会议室观看了高校馆宣传片，并就高校馆阅读推广服务、信息咨询服务、阅读学分课程建设、特色品牌活动进行了深入交流。

通过此次交流，加强了兄弟院校之间的合作与联系，为双方图书馆事业和业务发展提供了宝贵的经验。

四川师范大学周建芳教授 莅临高校馆交流指导

周燕 / 文叶威良 / 摄

2023年4月24日上午，高校馆邀请了四川师范大学图书馆研究馆员周建芳博士，就大学生信息素养教育工作和信息素养大赛备赛工作进行交流指导。高校馆戚音馆长、信息服务部贡金涛、阅读推广服务部杨春平等4位老师参与了此次交流。

周建芳教授是中图学会学术委员会信息素养工作组委员，2019和2022年担任全国高职院校信息素养大赛决赛评委。长期从事信息素养教育的研究与教学，发表核心论文十余篇，出版专著一部，主编教材一部，主持建设的MOOC在中国大学MOOC、学习强国等多个平台上线，相继被认定为国家精品在线开放课程、国家线上一流课程，累计选课人数超过60万；主讲的课程2020年被认定为国家级线上线下混合式一流课程。

周教授认为信息素养课程主要内容不仅局限于文献检索，更重要的是通过课程学习使大学生在终身学习、探究精神、效率提升三方面有所收获。作为高职院校面向大学生的信息素养教育工作可以淡化学术检索相关内容，增加专业学习、工作需求等信息检索技巧和能力的培养，通过场景、知识点、意图解析教学内容。在信息素养大赛准备过程中，可建立大赛训练营，通过QQ群及雨课堂等方式辅助完成培训课程，并介绍了不同类型的信息检索解题案例。

通过此次交流，加强了兄弟院校之间的合作与联系，对高校馆今后开展大学生信息素养培训和信息素养大赛工作提供了指导和帮助。



高校馆开展巾帼文明岗 岗位练兵系列活动

周燕 / 文叶威良 / 摄

为进一步加强高校馆国有资产管理，推进资产日常建账管理等工作，2023年4月25日下午2点在高校馆513室开展了关于资产管理系统培训，即高校馆巾帼文明岗岗位练兵活动。

周燕老师主持了本次培训，她首先对学校发布的《关于做好2023年度固定资产清查工作的通知》进行了解读。根据学校要求，以此次新版高校固定资产管理系统软件使用为契机，所有人员按照“谁领用、谁负责，谁使用、谁负责”的原则，通过资产清查，明确资产使用管理的责任主体和管理职责，防止资产损失和浪费，确保资产管理信

息完整。随后，应贤军老师对新版资产管理系统领用人建账、系统资产调拨等内容进行了详细讲解和现场操作。石笑老师作为高校馆资产管理员，对本次资产清查工作进行了详细说明，同时对资产存放地点变动、部门内领用人变动、二级单位内调拨操作进行了演示。郭晓玲、乐思诗、杨春平、贡金涛等老师就此次资产清查的细节问题进行了提问和讨论。

通过本次岗位练兵活动，使大家熟悉了新版资产管理系统的使用方法，同时对高校馆内部资产清查起到了良好的推动作用，为提升高校馆内部治理水平奠定了基础。



公共馆举办全区公共图书馆 基层管理员业务培训班

谢峰静文 / 摄

为加强全区公共图书馆管理，提升基层管理员业务能力，增进业务交流，2月16日上午，公共馆在一楼会议室开展了北仑区公共图书馆基层管理员业务培训，全区各街道分馆及城市书房管理员参加。

此次培训重点对图书编目加工流程、全民阅读在线系统填报流程及注意事项、手机借还系统操作、图书馆综合管理平台等方面基础业务知识进行了详细讲解和实操演示。培训中，管理员们认真聆听，仔细记录。大家纷纷表

示：区馆安排的培训内容很有针对性和实用性，受益匪浅。

最后，各街道分馆及城市书房管理员对日常业务内容进行探讨、交流，副馆长于震雷对基层图书管理员在图书管理服务工作中遇到的疑问和难点现场做出解答，提出工作建议。

通过此次培训，进一步提升了基层图书管理员业务素质 and 图书馆服务水平，推动全区公共图书馆工作再上一个新台阶。



公共馆馆员素养提升专题培训 ——2023 第一期“图书馆员专业知识培训”

饶红英文 / 摄

为提升馆员专业知识与服务能力，3月6日，公共馆利用周一闭馆时间，组织开展馆员素养提升专题培训——2023 第一期“图书馆员专业知识培训”。

本次培训课程主题是《双减背景下图书馆少儿阅读推广》，围绕图书馆少儿阅读推广概念、类型、工作基础以及阅读推广活动的反思和写作等方面进行了全面讲授，专业知识和案例分析结合，并对做好少儿阅读推广活动给出了指导性建议。

“我们馆现在有‘悦读伴你成长’‘北仑区未成年人读书节’等少儿品牌活动，深受读者喜爱。这次课程内容干货满满，对我们日后更好地开展少儿阅读活动很有启发性，受益匪浅。”社会活动部工作人员说道。

通过本次馆员素养提升专题培训，参训馆员纷纷表示一定会学以致用，将学到的知识运用到实际的工作当中，

为图书馆高质量发展贡献力量。公共馆一直坚持做好少儿阅读推广活动，我们也会继续努力丰富北仑区少年儿童们的业余生活，营造更加丰富有趣的阅读环境，进一步推动了全民阅读在我区的落实。



鄞州区图书馆与公共馆 开展文化走亲活动

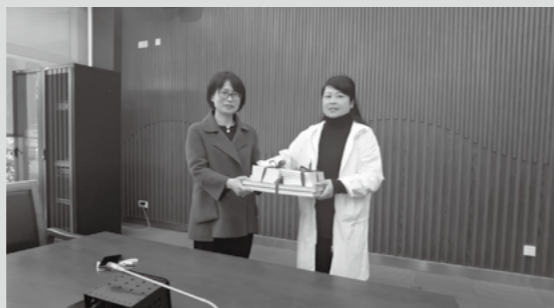
张红娃文 / 摄

3月16日，为促进区域间文化交流，推进基层公共图书馆事业繁荣发展，鄞州区图书馆一行在陆幸副馆长带领下，赴北仑区开展文化走亲活动，公共馆长何颂英等陪同。

鄞州区图书馆一行参观了公共馆各开放窗口和功能科室，随后就两馆城市书房、分馆建设、业务开展等进行了交流，并向北仑区图书馆赠送了鄞州地域特色书籍《王安石治鄞》《王应麟故事》《图说三字经》。

当日，鄞州区图书馆一行还参观了北仑的戚家山街道图书馆、春晓明月湖城市书房。

本次文化走亲活动，促进了鄞州、北仑两地文化交流，更好地推动了两地全民阅读服务水平的提升。



“仑美同心 共沐书香” 公共馆 & 城关小学图书捐赠仪式

饶红英、汤丽莲 / 文 汤丽莲 / 摄

书籍，让我们攀登高处，眺望辽阔的远！
书籍，让我们插上翅膀，翱翔蔚蓝的天空！
书籍，让我们拥有梦想，畅想美妙的未来！



在4·23世界读书日到来之际，北仑文旅体对口协作工作团带着3000余册图书，翻过千山万水、走过2300公里，来到了美姑。

2023年4月18日下午，“仑美同心 共沐书香”北仑图书馆 & 城关小学图书捐赠仪式在美姑镇城关小学举办。北仑区文广旅体局党委委员、副局长尹宝伟，美姑县教体科局党组成员高翔，美姑县城关镇小学校长何春福等嘉宾出席。

会上，双方领导进行致辞并交接捐赠牌，又将图书送到学生手中，受到了同学们的欢迎和喜爱。仪式当天，正值城关镇小学春季运动会召开，同学们在积极参加运动、拼搏争先的同时，也感受到了北仑的热情友好与书香阵阵。这3000余册书涵盖了人文地理、科普知识、名著故事，摆

放在学校寝室阅览室内，供学生在课余时间阅读，也欢迎同学们带回家，分享给兄弟姐妹们。

北仑区与美姑县是东西部协作对口地区，两地友好协作、携手共赢。

为了更好地满足美姑的同学们喜欢阅读、喜欢看故事的需求，前期，北仑区文化和广电旅游体育局联合公共馆发起了“仑美同心 书香传递”爱心图书传递活动。近一个月的募捐活动吸引了大量读者热心捐书，共同收集了6086册图书。这次带去的是其中一部分，剩下的图书也会陆续送往其他学校，让书香在美姑传递，让进步的阶梯更长远。

捐一缕书香，献一份真情。

美姑与北仑以书籍为媒介，共同沐浴在书香下，启迪心灵、播撒智慧、指导实践，推动全民阅读在两地走深走实。



AI 让我们与心灵面对面 ——高校馆举办 AI 心理测评体验活动

乐思诗 汪洁 叶泽羽 / 文

为了让同学们摆脱迷茫的心理状态，更好的认识真实的自己，4月21日，高校馆举办了“探索心灵密码——AI心理测评体验活动”。本次活动采用了AI检测技术进行辅助，将多项先进技术进行结合，从生理健康指标、心理健康指标以及心理素质指标三方面入手，以科技手段帮助同学们了解自己的心理状态，帮助同学们更好解决自身心理问题。

本次活动受到了同学们的广泛关注，同学们积极参与，借助心理测评系统了解自己的心理状况。人工智能3224班的杨星月同学在参与活动后说到：“这次活动让我大受震撼，我一下子就明白了我目前的问题出在哪里，接下来我要给自己定一个目标，帮助我摆脱每天不知道该做什么的局面。”

健壮的躯体是薪柴，而健康的心理是助燃剂，唯有身心健康，保持健康才能够使得生命的火花越燃越旺。关注心理健康，让我们与心灵面对面，以良好的精神状态迎接充满希望的未来。



北仑图书馆迎来课本剧 《疯狂语文课》

张诗曼 / 文 张璐琦 张红娃 / 摄



绚丽三月，如诗如歌。在这春意盎然的季节里，北仑图书馆在一楼报告厅推出《疯狂语文课》课本剧表演，该剧由浙江演艺集团儿童艺术剧团出品，融合诗词朗诵，弹琴说唱，舞蹈表演等多种艺术形式于一体，讲述了亲情、团结和友情的主题，通过传统故事与戏剧课表演的结合，用弹琴说唱的方式将孩子们引入到《游子吟》《负荆请罪》《管鲍之交》的故事当中。

《游子吟》

“慈母手中线，游子身上吟……”母亲坐在昏暗的灯光里，为儿子细心的缝着衣服，一针一线中饱含着母亲对儿子的牵挂、担心，只怕儿子出门太久不能早日回家，这样的母爱百世流芳。诗人捕捉住生活中的“一瞬”，一个看似平常的临行前缝衣的场景，却深深地表达了游子思乡念亲的至深情感。

《负荆请罪》

赵国大臣蔺相如完璧归赵立下大功，得到了君王的重视，位高于廉颇将军。因为一些流言，两位大臣产生嫌隙，最后胸怀辽阔的大臣蔺相如用顾全大局的言语感化了廉将军。而廉将军也知错就改，负荆请罪，两位忠心的大臣和解，共同为赵国更好的未来一起努力。小演员们将课文的内容

通过精湛的表演展现了出来，一个宽宏大量、顾全大局的蔺相如形象和一个忠勇、爱国、勇于改正错误的英雄廉颇形象跃然眼前。

《管鲍之交》

《管鲍之交》中管仲与鲍叔牙之间的深厚友谊。两人自小一起长大，鲍叔牙不仅经常对管仲慷慨解囊，还在性命垂危之际救了管仲一命。最终，在鲍叔牙的引荐之下，管仲协助齐桓公成就了一番大业。两人至深的友谊，让同学们深受感动之余，也明白了帮助朋友应尽力而为。

小演员们在对课文故事理解的基础上，把握人物性格特点，将各自角色演绎得真实灵动，赢得了雷鸣般的掌声。台下观众朋友们聚精会神地观看着表演，时而跟着演员们一起背诵诗词，时而不自觉地跟着音乐节奏打起了拍子，时而被诙谐的舞台效果逗得哈哈大笑。

时间在观众们的欢声笑语中悄悄溜走，课本剧完美落下帷幕。这场特殊的“语文课”，激发了孩子们的学习兴趣，加深了对课文内容的理解，让孩子们能自己思考经典故事大意，与经典人物来一场穿越时空的邂逅，让孩子们爱上阅读，爱上语文。

九峰朗读者 “朗读北仑”沙龙第十六期：春日颂

张璐琦 / 文 张璐琦、张红娃 / 摄



2月26日下午，九峰朗读者“朗读北仑”沙龙第十六期如期与热爱朗诵的读者朋友们见面了。本期活动在北仑图书馆二楼音像视听室举行，朗诵主题为“春日颂”，共五十余名读者来到此次沙龙活动现场。

朗诵以张锦柏和方梦莹的亲子朗读《美丽的春天》拉开序幕。春雨悄悄地打开了春天的大门，春姑娘又来到了人间。蔡金讯小朋友的《春夜喜雨》，在古典诗词中寻找春天的妙影。

接下来的《2023 甬·春》《燕子》《三月桃花水》《你好，春天》《二月是复苏的开始》《祖国的春天》《春的消息》等朗诵，在朗诵者们抑扬顿挫的声音中，展示出了诗歌的

春风拂面，万物苏醒；人间万物，随季节变化，都在慢慢地转变着，唯有那文字和声音~在历史的长河长存。内涵和情绪，带领在坐的各位读者感受到了春天的意境。北仑电台资深主持人启航老师在每一个作品朗诵结束后，都给予了认真细致的指导和示范。作品哪里读得非常好，哪里稍稍有欠缺等等，经过启航老师的点拨，参与活动的大小读者豁然开朗，获益良多。最后，本期沙龙活动在启航老师示范朗读的《美丽的春天》中落下帷幕。

朗诵是一种“读”的艺术，是一种有声语言的表达方式，北仑图书馆为热爱朗诵的读者们提供了这一展现自我的平台，每一期我们都着力打造，精心准备，旨在希望服务更多的读者朋友，让更多的人参与到这个活动中来。



九峰公益课堂：情暖三月 如花绽放 ——“三八”女神节插花活动

张璐琦 文 / 摄

插花，在中国又叫瓶花。自宋代到现在已有一千多年的历史，插花不仅是将花插在瓶、盘、盆等容器里展现出每种花材的色调、姿态和神韵之美。人们通过插花，陶冶了性情、消遣时光，还可以美化环境、增加情趣。正值三八妇女节之际，北仑图书馆在3月6日推出了情暖三月如花绽放——“三八”女神节插花活动。

本次插花活动，我们邀请到了资深花艺师胡老师为大家讲解插花知识和技巧，并在操作过程中给予现场指导。本次的插花材料有向日葵、粉玫瑰、康乃馨、小雏菊等，

大家跟着老师一步步学习不同科系花木的剪枝方法和插花技巧。在过程中，读者们接着按照自己的创意和想法动手操作。不一会儿，简单的花叶、枝条，经过精巧的加工、装饰变得错落有致，配上粉色丝带，浪漫的氛围扑面而来。

通过插花，美丽的花儿重新被创作成富有诗情画意，能再现大自然美和生活美的花卉艺术品。一篮篮的鲜花寄托了大家对生活最美好的祝愿，此次活动的开展不仅让市民读者亲手体验到了插花的乐趣，还让大家感受到了插花艺术的文化内涵。





九峰公益课堂：春回大地，“植”此青绿 ——“植树节科普活动”

张璐琦 文 / 摄

三月早春，春风拂面，植树正当时。3月12日是植树节，是倡导人民种植树木，鼓励人民爱护树木，提醒人民重视树木的节日。为使孩子们能积极地与环境“对话”，主动参与植树节的活动，亲身体验劳动的乐趣，感受美化环境的意义，激发幼儿热爱环境的情感，北仑图书馆推出九峰公益课堂：春回大地，“植”此青绿——植树节科普活动。本次活动在北仑图书馆一楼阅读指导中心举行，共有三十对亲子参与，快来看看活动现场吧！

本次活动邀请了蒋老师，老师先给大家科普了植树节的来历和变迁，接着又给小朋友们讲述了绘本故事《树真好》。“树真好。高的大树遮住了天空”；“树长在河边，树长在山谷，树长在高高的山顶上”；“很多很多树在一起，就叫做大森林。树让一切都变得那么好”；“如果你只有一棵树，那也很好。因为，树上有好多树叶。整个夏天，都可以听到风吹树叶，沙沙地响”……在老师绘



声绘色的讲述中，小朋友们了解了生活中有关树的一切美好的记忆和体验。

故事结束后，就到了种植多肉环节。蒋老师先给小朋友们讲解了各种材料的作用，接着讲述了种植的过程。小朋友们听完后，一个个都迫不及待，跃跃欲试。在家长的帮助下，每一个小朋友都完成了自己的多肉创意盆栽。看着手中的小盆栽，小朋友们脸上洋溢着笑容。

本次活动，小朋友们既了解了植树节的相关知识，又锻炼了动手能力，真是一举两得。

九峰公益课堂：画说清明 创意伞绘

张诗曼 / 文 张璐琦 / 摄

“燕子来时新社，梨花落后清明”。清明节，亦称踏青节，二十四节气之一，有清洁明亮之意。清明时节，草长莺飞，气清景明，万物生机勃勃，它不仅是人们踏青游玩、享受春光的美妙时节，也是一个中华民族礼敬祖先、弘扬孝道的传统节日。

为了帮助小朋友们更好地认识传统节日，加深对清明节的了解，4月2日，北仑图书馆开展了“画说清明·创意伞绘”为主题的清明伞绘活动，共有18对亲子参与了本次活动。

一盒画笔，一把白色雨伞，孩子们脑洞大开，天马行空，尽情发挥想象，以雨伞为依托开始创作，绘制属于自己独一无二的伞面。

在开始涂鸦之前，绘画老师简单地介绍雨伞涂鸦的过程、画笔的使用方法及注意事项。雨伞涂鸦不是一件简单的事情，孩子们不仅要发挥自己的想象力和构图能力，还要发挥动手能力，将自己的创意通过画笔表现在伞面上。尽管过程中有些小困难，但在老师和家长朋友们的细心指导和帮助下，不一会儿，一个个有着别样特色的雨伞展现在眼前。

有的小朋友画上了各式各样的小花，有的则画上了人们在草坪上放风筝的风采，还有的在伞上写下了关于清明的小诗，惟妙惟肖、挥洒自如，从颜色搭配到布局结构，无不凸显孩子们的动手能力和巧思。经过精心设计与绘画，



一把把充满童趣的雨伞在孩子们手里竞相绽放。很快，大家的作品纷纷完工，春意盎然的草坪雨伞、惟妙惟肖的小花雨伞，蕴含着少儿创意的各种图案让人眼前一亮。

绘画结束后，大家互相参观对方的作品，活动现场充满欢声笑语，参与活动的孩子们心情愉悦，兴趣浓厚，享受了一场充满趣味的文化活动。

“平时孩子就很喜欢绘画，今天能够带小朋友参加这样的亲子活动，陪他一起创作，真的感到非常开心，非常感谢图书馆。”活动结束后家长纷纷表示认可。

这是一场孩子们与清明的伞约，通过此次活动的参与，不仅丰富了孩子们对“清明”这一节气的了解，切身感受到节气文化，也提高了幼儿的动手能力及创造力，培养了他们的想象力，让这个周末变得其乐无穷。





九峰公益课堂： 欢乐迎元宵 彩灯 DIY

张璐琦 / 文 张红娃 / 摄

春节刚过，迎来的就是中国传统节日——元宵节。在这天，人们吃元宵、赏灯、猜灯谜，庆贺新春的延续。正值美好的元宵佳节，2月4日上午，北仑图书馆在一楼休闲吧开展了九峰公益课堂：欢乐迎元宵 彩灯 DIY 的活动。活动现场火热异常，快来看看吧！

活动时间还没有开始，就有小朋友早早的在现场等待了。活动开始，我们的工作人员开始分发制作提花灯的材料，领取地点不一会儿就排起了长长的队伍。

拿到材料后，小朋友们迫不及待地开始动起了手来。有的小朋友自己一步一步地摸索，有的小朋友和家长一起

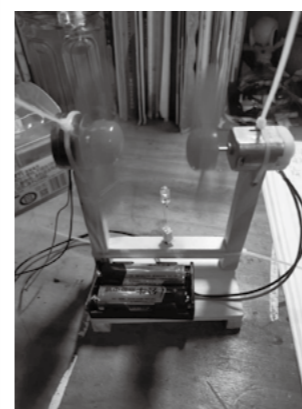
制作。首先大家把灯笼外壳的图案清理干净，把图案中间多余的材料给抠出来。然后再把不同的几片灯笼外壳拼接在一起，组成一个灯笼的形状。最后安装上小灯，把彩灯的绳子系在提灯的把手上，再用流苏装饰在灯笼的底部。一个漂亮的彩灯就完成啦！

看着手中漂亮可爱的彩灯，小朋友们一个个脸上都绽开了笑容。本次活动，既普及了中国传统节日元宵节的来历和习俗，又锻炼了小朋友的自主动手能力，可谓一举两得！



九峰公益课堂： 魔法实验室（风力发电机）

张诗曼 / 文



才制作好的零件，将胶水涂抹在侧板底部，然后固定在方板上；取出木板、端子线、马达和电机，先将端子线穿过中间横板的孔，然后将马达和电机用扎带固定在侧板上；取出 LED 灯，将 LED 灯安插在端子线上，将端子线上的导线与马达上的导线接在一起；取出电池盒，将电池盒上的导线接在电机上，取出扇叶，将扇叶安装在电机和马达上，取出双面胶，将双面胶粘在电池盒底部，然后将电池盒固定在方板上，安装电池，风力发电机就制作完成了！摁下开关，风力发电机就可以工作了，一个风扇带动另一个风扇，然后带动灯亮。

亲爱的小朋友们，一月一度的魔法实验室又和大家见面啦！让我们一起走进一种可再生的、无污染的自然能源——风能，并通过学习制作出简易风力发电机。

风力发电机的工作原理比较简单：风轮在风力的作用下旋转，它把风的动能转变为风轮轴的机械能，发电机在风轮轴的带动下旋转发电。

领取到材料包的小朋友跟着步骤一起来制作吧！

本次材料包含拼装木片、扎带、电机、扇叶、LED 灯、电池盒、胶水、马达、端子线、双面胶等零件。

首先，我们要取出拼装木片和胶水，将胶水涂抹在长条板上，然后固定在方形木板上；再将胶水涂在横板两端，然后将横板固定在侧板上，注意孔向上；接着取出刚

小朋友们，你们知道在利用风力发电之前，人们是怎么发电的吗？人们通常利用可燃物来发电，通过燃烧后产生的化学能转变为电能。这种方式虽然可以为人们提供日常用电，但是却造成了巨大的环境污染。

后来，人们发现了具有极大能量的风。三千年前，风就被人们利用来提水、磨面。风力发电是当今世界上应用最广泛的一种环保发电方式。有人估计过，地球上可用来发电的风力资源约有 100 亿千瓦，几乎是全世界水力发电量的 10 倍，全世界每年燃烧煤所获得的能量，只有风力在一年内所提供能量的三分之一。因此，国内外都很重视利用风力来发电。今天，我们一起解锁了这个保护地球的新方式——风力发电，让我们一起为保护环境节约资源吧！



九峰公益课堂： 魔法实验室（自动甩干机）

李静超 / 文

4月14日，新一期的北仑图书馆“魔法实验室”小课堂开课啦！今天的小实验将带领大家动手制作简易“自动甩干机”。有了自动甩干机，就再也不怕阴雨天啦！

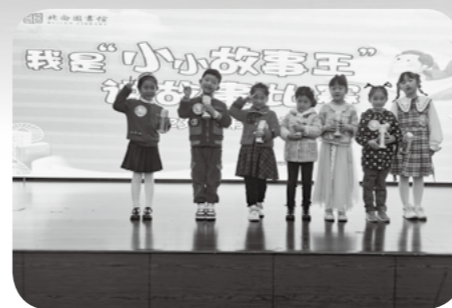
本次小实验我们将独立制作一个简易的自动甩干机。在制作过程中可以培养小朋友们拧、插的动作。与此同时，我们将了解甩干机的运动原理——离心现象。甩干机在运转时会产生很大的离心力，能够在短时间内排除我们衣物中的水分。离心力是一种虚拟力，是一种惯性的体现，实际是不存在的。为使物体做圆周运动，物体需要受到一个指向圆心的力（即向心力），使旋转的物体远离它的旋转中心，这种现象叫做“离心现象”。

九峰公益课堂：魔法实验室致力于通过小实验，培养小朋友们观察生活中有趣的科学现象，提高动手能力，增强科学素养。领取到材料包的小朋友们记得跟着微信公众号上的步骤一起来制作哦！



仑图“我是小小故事王”讲故事比赛 2023年第一季度赛

张诗曼 / 文 张璐琦 / 摄



3月18日上午，“我是小小故事王”讲故事比赛2023年第一季度赛在北仑图书馆报告厅圆满落幕。本赛季，共有18名小朋友到场参加。

本次“小小故事王”比赛，小选手们准备的故事形式多样、内容丰富，有《守株待兔》《小马过河》《三只小猪》《想飞的乌龟》《三个和尚的故事》《小宣传员》等我们耳熟能详的故事。

也有《爱挑食的小狐狸》《聪明的鲁班》《爱吃糖果的皮皮狗》《企鹅寄冰》《巧克力饼屋》等充满童趣和创意的故事。可爱的小狐狸、聪明的鲁班、英勇的小宣传员、机智的小黑鱼等角色被孩子演绎地生动有趣、惟妙惟肖。

比赛过程中，小选手们个个精神饱满，信心十足，大胆、自信、勇敢地表现自己的故事，他们极具形象的肢体语言，稚嫩的表情加上可爱的动

作，征服了在场评委及小观众，大家沉浸在美妙的故事世界中。

经过激烈的角逐，本着公平公正的原则，评委们对小选手的完整讲述、通顺表达、声音洪亮、声情并茂等四个方面进行综合评分，评选出7名小朋友入围年底总决赛的小小故事王。

小故事，大精彩，每个孩子都是舞台上最闪耀的星星。讲故事比赛为幼儿们提供了展示自我风采和交流的平台，帮助幼儿提高语言表达能力，发展幼儿的故事欣赏能力，既锻炼了胆魄，又张扬了个性。希望动听美妙的故事能在孩子们的心灵中播下希望的种子，让故事滋润他们美好的童年生活，创造出属于自己的精彩！





北仑图书馆第67期“苗苗悦读”英语故事会： 《An Interesting Picnic!》

李静超文 / 摄



来北仑图书馆阅读指导中心看一看吧!

经过简单的自我介绍和暖场活动后，课堂的氛围越加和谐、活跃。首先 Mo 爸为我们带来的英语绘本是《An Interesting Picnic!》。这是一本儿童英语分级阅读读物，非常适合英语启蒙。这本绘本通过野餐引出了许多关于食物的英语单词。为了增加趣味性，让孩子们有学习英语的乐趣和动力，Mo 爸通过“击鼓传花”和“抢凳子”的游戏结合童谣《Going on a picnic》带领孩子们学习了一些有关食物的英语单词，比如：sandwich(三明治)、salad(沙拉)、apple(苹果)等。小朋友们都非常积极地参与到这个环节中，即使游戏失败了也大大方方地接受了“惩罚”——

3月5日，迎着初春的暖风，第67期“苗苗悦读”英语故事会开始啦!今天 Mo 爸带领我们学习哪些英语知识呢?快

学唱童谣。

接下来，Mo 爸讲解了一个非常有趣的英语故事——《Ready for anything》。故事讲述了阳光明媚的一天，鸭子和浣熊约好去野餐。但是浣熊改变主意不想去了，因为它怕遇到各种危险而自己却没有做好任何应对的准备。而鸭子却认为我们不一定会遇到那些危险，最后浣熊在鸭子的劝说下决定还是出发去野餐。在 Mo 爸绘声绘色地讲解中，小朋友们不时地哈哈大笑，都沉浸其中……

本期英语故事会就落下帷幕了，喜欢参与故事会的小朋友们别错过下期的报名哦!



第68期“苗苗悦读”英语故事会： 《A Big Guy Took My Ball!》 《I Love My New Toy!》

李静超文 / 摄

4月2日，迎着阳光，在落英缤纷的季节里，第68期“苗苗悦读”英语故事会在北仑图书馆阅读指导中心顺利展开。本次英语故事会，Mo 爸为我们带来的故事是小猪小象系列故事中的《A Big Guy Took My Ball! 1》和《I Love My New Toy!》。

首先，Mo 爸带领小朋友们学唱了简单的英语童谣《The More We Get Together》。重复的单词，朗朗上口的曲调让小朋友们很快喜欢上了这首儿歌。

接下来就是故事时间啦!今天 Mo 爸先后讲述了经典的小猪小象绘本系列故事——《A Big Guy Took My Ball!》和《I Love My New Toy!》。“小猪小象”系列，适合零基础的孩子。有趣易读，能够轻松引导孩子爱上英文阅读。故事的主人公都是小猪和小象，这对鬼马老友记之间的有趣对话，每个幽默生动的小故事展现的都是不同的主题和场景，但是却始终贯穿着小猪和小象之间深深的友爱和情谊。

通过故事《A Big Guy Took My Ball!》(一个家伙拿走了我的球!)，小朋友们着重学习了单词“Big”，通过绘本画面和两个主人公之间的对话，小朋友们对单词“Big”有了很好的理解，接着在 Mo 爸的指导下，孩子们的发音也越来越标准。第二个故事《I Love My New Toy!》(我喜欢我的新玩具)则重复出现了“New Toy”。在有趣又贴近生活的故事情境中，小朋友们对“New Toy”有了深刻的印象。

在轻松和谐的氛围中，本期“苗苗悦读”中文故事就落下了帷幕，我们下个月再见!





第 98 期“苗苗悦读”中文故事会： 《谁还不睡觉，这么吵！》

李静超文 / 摄



2月25日，在初春的阳光里，公共馆阅读指导中心迎来了第98期“苗苗悦读”中文故事会。本期的故事妈妈是66妈妈，今天她为我们分享的绘本故事是《谁还不睡觉，这么吵！》。

66妈妈已经多次主讲“苗苗悦读”中文故事会，在她耐心的引导下，15位小朋友们都大胆地进行了自我介绍。随后，66妈妈通过让小朋友们猜测动物的叫声来引入本次故事会分享的绘本故事——《谁还不睡觉，这么吵！》。

经过互动环节，小朋友们对动物的叫声有了一定的认

识，那就快到绘本故事中来吧！一个静谧的夜晚，动物们都要睡了，却传来奇怪的声音搞得大家睡不着！小朋友，你知道是哪发出的声音吗？跟着动物们去找找吧！经过66妈妈绘声绘色地讲解，最后发现原来是一只小小的尖嘴鼠，它居然能发出那么那么大的呼噜声！讲到这里，小朋友们都惊讶极了！小小的老鼠，居然能发出这么大的声音！看到一双双好奇的小眼睛，66妈妈为大家科普了这种小尖嘴鼠。尖嘴鼠的学名叫鼯鼠，尽管它与老鼠看起来很像，但它们实际上并不是同类。它们是最早的有胎盘类动物，产生于中生代白垩纪，大多数以昆虫为食。

最后是亲子手工环节，今天66妈妈带来了一次性餐盘，小朋友们可以利用彩笔、超轻黏土等在上面作画。经过天马行空的想象，一幅幅富有创意的作品就完成啦！



第 99 期“苗苗悦读”中文故事会： 《爱挑食的小狐狸》

李静超文 / 摄

3月25日，在春的气息中，北仑图书馆阅读指导中心迎来了第99期“苗苗悦读”中文故事会。今天的“故事妈妈”是燕子姐姐，她为小朋友们带来的绘本故事是《爱挑食的小狐狸》。

故事开始前，燕子姐姐带领大家完成了一个“破冰游戏”——大风吹。“大风吹，吹什么？吹穿黑鞋子的小朋友！”“大风吹，吹什么？吹穿红色衣服的小朋友！”……所有小朋友们都全神贯注地听着燕子姐姐的指令并迅速作出相应的反应，一时间教室里充满了孩子们的笑声和阵阵惊呼。

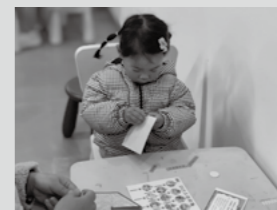
游戏结束后就是故事时间啦！今天的绘本故事跟我们小朋友们的生活可是息息相关呢！我想很多小朋友都

和故事中的主人公小狐狸有着相同的经历。

小狐狸阿布非常挑食，吃午餐的时候阿布把不想吃的食物一点儿一点儿地挑出来，这个不吃，那个不吃。有一天学校组织郊游活动，阿布偷偷躲在角落里，把不爱吃的菜全部扔掉了，最后只剩下一片奶酪。吃过午餐，大家在海滩上玩耍，阿布也和同学们玩起打排球，可是他一个球也没接到，最后，他连回家的路都走不动了。咦，阿布的力气都去哪里了？

很多小朋友都有挑食的习惯。挑食不仅会影响孩子的抵抗力，还会影响孩子的成长发育。今天的绘本故事采用有趣的图画形式讲述了一个故事，提供了一种情境，让小朋友们在故事里感受到了挑食是不正确的。

最后的亲子手工环节，燕子姐姐带领小朋友们完成了古诗贴画。每个小朋友都拿到了不同的古诗，根据提示将文字和图片粘贴到对应位置即可。这次的手工既锻炼了小朋友们的动手能力，还掌握了一首简单的古诗，真是一举两得！



第100期“苗苗悦读”中文故事会： 《爱读书的一家人》

张诗曼文 / 摄



4月22日，在临近4·23世界读书日的这一天，“苗苗悦读”中文故事会又和大家见面啦！今天的故事妈妈是郑燕老师，她跟小朋友分享了一本关于读书的绘本故事——《爱读书的一家人》。

故事开始前，郑燕老师询问了各位小朋友平时有没有和爸爸妈妈一起读书的习惯，小朋友们积极回答了老师的问题，一部分小朋友非常热爱阅读，也有爸爸妈妈陪同阅读，但是也有一些小朋友的家长工作压力大，没有那么多时间陪伴孩子。郑燕老师就着这个话题将《爱读书的一家人》这个绘本故事娓娓展开。



《爱读书的一家人》是一本关于爱、家庭和阅读的绘本，它讲述了一个小男孩如何在爱读书的一家人中间快乐成长，又是如何从阅读中汲取生活的财富和智慧。这本书能够将阅读与父母和孩子之间的爱联系在一起，让孩子和父母在亲子共读的同时，将心联系得更紧，爱变得更浓。这本书还能让孩子充分了解阅读带来的乐趣和广阔视野，不仅仅了解到读书，更了解到人们对整个世界的观察和思考。

故事结束后就是小朋友们最喜欢的手工时间！郑燕老师带领小朋友和家长们制作了美丽的书签。

“世界读书日”如约而至，我们的中文故事会也来到了第100期，北仑图书馆衷心希望能在各位孩子的心中种下阅读的幼芽，每日浇灌，终会采撷芬芳书香之花。



书香家园：书香氤氲春伴读，焚香浮融暖古今 ——“书香贯古今，文墨传旧薪”宁职院第九届书香家园读书游园会

乐思诗、程锦弘、陈雅婷 / 文 唐瑞 / 摄

最是书香能致远，腹有诗书气自华。为了增进同学们与书籍之间的联系，激发同学们的阅读兴趣，打开蒙尘书籍的新窗，让同学们在无声中体会春日游书会的书香氤氲，4月21日，高校馆举办了“书香贯古今，文墨传旧薪”宁职院第九届书香家园读书游园会。

本次读书游园会活动共设六个打卡点，分别为“你选书我买单”、“行墨心千里，读书共春深”中国古典书展、“点点墨香，阅览异邦之美”外国名著展览、“追忆过往，品味艺术檀香”体验净手焚香活动、“丹青吟咏——赏析名画，品读唐诗”展览、“VR阅读体验活动”，根据打卡点要求完成任务即可获得印章。

打卡点“你选书我买单”体现淘书之乐，其乐陶陶；文化之韵，其韵袅袅。从中国古典中，品味绵密的东方韵味；从外国名著中，寻找异乡的美丽人文。在“丹青吟咏——赏析名画，品读唐诗”书法体验活动中，同学们从不同的名画作品中品味作者心境，从不同的诗词中感触古人情感，凭借此次的书法体验活动和古人进行互动，一幅幅风格迥异的作品在一抬一落、一起一停中从同学们的笔端跃然纸上，书写这他们对汉字的认真态度。留在纸上的不仅是同学们工整的字迹，还有同学们对美好生活的憧憬。

每个时代都有每个时代的读书方式，文字的载体从很早就一刻不停的发展，人类阅读方式一直伴随着历史的发展

而缓慢的前进着。古代文人士大夫“长日乐清闲”，焚香读异书”，读书伴以焚香，是追求的清适之乐。同学们在打卡点的体验中将生活之琐事烦恼，尽付于袅袅炉香之中，焚香的出尘之趣和闲中雅趣让人心驰神往。读书方式的时代变迁之快犹如白驹过隙，VR、AR、三维成像等技术在图书上的运用在新世纪开始涌现，阅读变得更加轻松和愉悦，在本次VR阅读体验区，我们通过现代化手段走进作者笔下的世界，穿越过时间和空间，享受VR带来来的视觉冲击。

书香润泽心灵，六个打卡活动让我们领略中国五千年来的文化底蕴，从别致的角度出发，在兼顾艺术性和时代性的同时用不同的亮点带我们体验不一样的人生。这次活动以书香渲染生活，每个活动都承载着闲雅逸然的书墨文气，充满浑厚情韵，引出诗篇般的东方遐想，就让这些强有力的文字融入我们的血脉之中吧！

我们用一柱香的时光，诉尽春日书香，手执一卷，自觉心开目朗，神清气爽，妙不可言。这次游园会旨在培养同学们的阅读兴趣，为同学们提供一个可在繁琐的日常沉淀内心，舒缓自身的闲余场所，这四月的春意让淡淡的书香浸润高校馆。读书沾衣杏花雨，游园拂面墨香风。如果同学消闲，就趁这春意阑珊之际，学人间善本围坐，清吟联句，遣此长日，与初识之人略展杯茗之敬，少叙片刻吧！

你选书
我买单

四季美学课堂：辉光日新，言语之道

——高校馆开展“四季美学”演讲与诵读活动

朱婷婷文 / 摄

“口者，心之门户，智谋皆从之出”，演讲者舌灿莲花、诵读者滔滔不绝，演讲与诵读，是向周围的世界传达自己的思想、观点和感悟，以此渴求听众共鸣，到达一种美的境界。

3月24日下午1点40分，高校馆围绕“演讲和诵读”这个主题，在高校馆513以讲座的形式开展“四季美学”活动，由宁波财经学院常勤毅教授担任讲座的主讲人。同学们积极报名参加本次活动，此次活动线上线下共有317人参加。

诵读有利于深入体味文字作品，将无声文字变为有声语言；演讲有助于个人自信心的提升培养，提高思维能力，提升自身的修养、学识与素质。常老师让演讲与诵读带给我们美感

具象化，从四个方面——读、诵、讲、演解读了语用美学：读，依照文字念；诵，用有高低抑扬的腔调念；讲，把事情和道理说出来；演，把技艺当众表现出来。并且常老师让同学们进行自信心训练和口语表达的基础训练等模式，丰富了同学们对美的认知，提高了同学们的语言能力和综合素养。

讲座结束后，常老师对5位热爱演讲的同学进行了答疑与一对一专项指导，对同学们的演讲稿提出了修改意见以及演讲视频录制的建议。同学们纷纷表示收获良多，其中建工3213赵思海在讲座后发表自己的见解：“这次活动让我对美的认识又进一步加深，对我的语言表达有很大的帮助。”

尼克松曾经说过：“如果让我重进大学，我将修好两门课：演讲和说服。”本次活动后希望大家能在今后的日子里勇敢地地进行口语表达，在每一次的演讲或者诵读中找寻关于美的定义，自信地阐明事理而或是抒发情感。

四季美学课堂：甬城诗情，唐风远韵

——高校馆开展四季美学之“唐诗里的宁波”活动

朱婷婷文 / 摄



“四明三千里，朝起赤城霞”。江浙一带如同人间仙境般美丽风光，引无数文人骚客折腰。唐诗里的宁波，万物勃发，风光正好，全是赏不尽说不清的人间绝景。

4月14日下午，高校馆围绕“唐诗里的宁波”这个主题，在高校馆一楼报告厅，以讲座的形式开展四季美学活动，由宁波大学人文与传媒学院敖运梅副教授担任主讲人，宁波职业技术学院共164名学生参与本次活动。

此次讲座，敖老师从宁波名称的溯源、宁波相关唐诗总览和“浙东唐诗之路”以及唐代诗歌中的宁波三个方面探究唐代诗情画意下的宁波。首先，敖老师讲解了“明州”、“宁波”地名的由来，宁波虽建城悠久，在明代以前称“明州”，洪武年间，朱元璋取“海定则波宁”之意，得名宁波。

随后敖老师从空间上给大家解读浙东区域、宁绍平原，沿着著名的“浙东唐诗之路”，总览唐代有关宁波的诗歌，感受宁波的景色和诗人们的心灵碰撞。“浙东唐诗之路”是一条

唐代诗人往来频繁，对唐诗发展具有重要意义的旅游风景线。

最后以李白、白居易、岑参、张祜等诗人咏宁波的几首代表性诗作为例，深入解读宁波的山水之美，感悟其历史韵味。“日出红光散，分辉照雪崖”是四明山的风光旖旎；“柳色供诗用，莺声送酒须”是明州的诗酒风情；“天晴花气漫，地暖鸟音和”是对龙泉山的盛情赞美；“溯本追源思甬地，三江相会五洲通”是文人墨客的寻幽访古。

讲座内容结束后，同学们仍保有极高的热情，积极与老师互动交流。很多同学请教敖老师“如何找到适合自己的唐诗学习方法”，敖老师耐心解答，认为首先要广泛阅读唐诗，找到自己感兴趣的内容，然后再找相关专著进行深入学习；并建议大家抄写古诗，尤其是抄写繁体字的古诗，有助于理解其中的含义。还有一部分学生认为古代诗人的怀才不遇和当今大学生内卷焦虑的心态十分相似，请教老师如何解决这种现代的“愁”、“抑郁”，敖老师认为“读万卷书，行万里路”，增长自己的人生阅历，所谓的烦恼郁闷只不过是人生道路上的过眼云烟。

物流2220胡诗梦同学在这次讲座后说：“经过敖老师的一番解读，就感觉这些诗的美色都要溢出来了，真想赶紧去游览一番！”

此次活动的顺利开展，让同学们领略了无数诗人在这里留下的脍炙诗篇，充分学习到“书藏古今，港通天下”宁波这座城市的文化底蕴、开放意识和进取拼搏的精神，并感悟个中人生哲理。学习唐诗，学习并弘扬中国传统文化，我们一直在路上……

书香家园： “典籍记载华夏，书香点缀流年”讲书接力汇

——第一期《诗经》

朱婷婷 / 文

传统经典承载千年岁月，横包四海心音。风云吐于行间，珠玉生于字里，传统文化经典总是承载着厚重历史思绪，在当下熠熠生辉，在未来闪耀寰宇。浪漫璀璨的诗词歌赋，历史悠久的文化遗产，积淀遗存的经典著作，是国人屹立于世界文化舞台的底气支撑，精神力量的不竭泉眼。

知所从来，以明所去，为弘扬中华传统文化，让同学们更好地感悟国学经典，并发扬传承阅读精神，2023年3月2日—3月20日，高校馆举办了以“典籍记载华夏，书香点缀流年”的讲书接力汇活动，由同学们自己做讲书人，对自己读过的书及期间的感悟、理解进行讲述，高校馆每一期以视频的形式推出这本书，让学生对传统文化典籍的兴趣，因交流而丰富，因传递而发展，提升人文素养，筑牢文化自信的同时领会中华文化的魅力。

本次为大家带来的第一期讲书视频是关于中国第一部诗歌总集——《诗经》。十五国风中华大地，情之起，思无邪。来自国贸3224班的讲书人徐瑞媛讲述了一位痴情女子与负心男子从相识相知到成婚最终却婚姻破裂的故事，这个故事出自《诗经·卫风》里的《氓》。文中“士之耽兮，犹可说也。女之耽兮，不可说也”道出了女子千般无奈。在古代社会，男女地位不平等，女子只能成为男子的附属

品，在恋爱婚姻问题上备受压迫和摧残。海誓山盟犹在耳，哪料反目竟成仇。莫再回想背盟事，既已终结便罢休……

《诗经》是我国文学的光辉起点，它的思想性及艺术成就，在我国乃至世界文化史上均占有极高的地位。其民歌部分所表现的“饥者歌其食，劳者歌其事”的现实主义对后世文学影响尤甚。“文章合为时而著，诗歌合为事而作”，它推动诗人和作家去关心国家的命运和人民的疾苦，而不仅只局限于流连光景、消遣闲情。历代民歌也均是它的嫡传，从汉魏乐府直到近代歌谣都深刻体现了这种精神，历代进步文人在创作中倡导“比兴”、“风雅”，实质上也就是倡导《诗经》的现实主义精神。其情感表达构思独特，多为后世借鉴化用；其对韵律的追求，也在后代辞赋、五言七言古体及格律诗词中得到回响。故所谓《诗经》不仅仅是一部不朽的巨作，更是中国诗歌文学的鼻祖，它引领着中华文化在历史长河奔腾不息。

滔滔江河水，浓浓万古情。只有真诚的文字，才有拨动人心的力量，灿若星河的文化遗产，如源源之水，亦滋养着中华民族绵延不绝。展望未来，道阻且长，手持文化的“火炬”，才能排除艰难万险，到达光辉灿烂的未来。



书香家园：“泼墨弄丹青，提笔述风意”

——高校馆开展书法体验活动

朱婷婷、陈雅婷 / 文 唐瑞 / 摄

书法是中华民族历史一颗璀璨明珠，到如今已有三千多年的历史，是古人智慧的结晶，一直被誉：无言的诗，无形的舞，无图的画，无声的乐。练习书法可以陶冶人的高尚情操，提高人的文化素养，使同学们在履践躬行中了解到书法的历史和文化价值，激发同学们的民族自豪感和爱国主义情怀。

为弘扬中华传统文化，让墨香传递在校园内，3月20日—4月30日，高校馆在三楼展厅开展了“提笔述风意，泼墨弄丹青”书法体验活动，此次活动高度自由，同学们可以在为期四十天的期间内，来到展台前面自行创作，最后共计146名学生提交书法作品。有熟练书法者，笔上有游龙；有书法初学者，第一次感受笔墨的亲切接触，感受和硬笔书法全然不同的恢弘大气。无论对于书法是否熟悉，来到现场的同学无一不流露出欣喜的笑容，为感受到这一传统文化的魅力而感到兴奋。

书法形于色，方寸烟台之中，自有万丈波澜。人写着字，字也在塑造着人。书法艺术与人格塑造“书以人传”，书法家作品的风格高下，最终是书法家个人情性、品格的自然流露。环境5220覃天同学在纸上握笔飘墨，书一段墨韵幽幽散，抒发自己对于世间美好事物的向往；物流2220傅钰

同学执卷伏案，细笔宣纸赏墨香，写下“前程似锦”四个字，表达自己对未来的殷切期盼；临近专升本考试，同学们为备考的学长学姐们写下“上岸成功”祝他们考试顺利，金榜题名；还有的同学在纸上写下宁波职业技术学院校训，让墨迹慢慢地洇开来，丝丝缕缕渗进宣纸显现出三个字——“勤信实”，激励自己立朝乾夕惕之志、践履信思顺之行。

调律2220范思怡同学在此次活动后发表自己的感想：“我觉得写书法就是在修炼心志，写字时不能急躁，要排除杂念、专心致志，平时做事情也是这样，要戒骄戒躁。”

这场和书法的零距离接触和体验，让同学们在用手中之笔挥斥方遒时，感受书法这一传承至今的古老艺术。小小的方块字里蕴含着中华民族发展的奥秘。练习书法的过程也是书者发现美、领悟美、创造美的过程。磨浓墨一砚，展宣纸一卷，觅微光一束。墨染尘匿，同学们碾开那柔软的狼毫，在挥笔创作的过程中，感受快节奏社会里难以追寻的慢时光，仿佛时间被凝固，世间唯独书法者和游走的笔锋。

此次活动让同学们领略书法的世界，一点一滴，塑造书法之美，以书法之美坚定文化自信，促进自信之发展，日后，高校馆也将举办更多的中国传统文化活动，促进学生传统文化素养的提高。

港城艺廊：“丹青吟咏”——赏析名画，品读唐诗”美育展在高校馆开展

朱婷婷文 / 摄



诗画本一律，天工与清新。这短短十个字就道出了诗与画的关系。以诗画的方式展现当时之景。“诗为有声画，画为无声诗。”可以说，诗是画的延续，画是诗的依托。诗与画的结合使二者交相辉映。诗之盛者莫过于唐，诗画的历史源远流长，名家辈出，名篇佳作浩繁。

中国绘画的发展与中华民族长期以来形成的审美观和中国的整个文明史是分不开的。了解那泼墨洒画下的悲哀与豪迈之后，我们感受到的是诗、是画、是意境、是文人的情趣、是人生的感叹，我们看见生命的意识与自然之美交织，咏叹着、升华着……赏鉴过绝世丹青的人才知诗画之美绝非人工刻画，要由自然之美来诠释。唯有一览那古诗古画，才能品味那千百滋味的人生。

丹青之美，触动人心。为了使每个人都能感受到诗画之美，高校馆特此举办“艺术与阅读”美育展览，本次展览选取近 40 幅名画，分为诗中境、诗中性、诗中入三大模块，通过鉴赏唐诗与欣赏绘画、书法作品的形式，配以相关的音乐，向观者展示中国诗书画之美。观看

展览，我们仿佛进入诗书画的美学世界，与古人进行一场跨时空的对话，使我们拥有更深的民族认同感与文化自信。

这是一首洋溢着浓郁生活气息的纪事，表现诗人诚朴的性格和有客来访的喜悦之情，语言浅显易懂，感情真挚。

此册是依据杜甫诗意，为外甥董旭成绘制的。王时敏作画，极力主张恢复古法，反对自出新意，曾自白：“迩来画道衰，古法渐湮，人多自出新意，谬种流传，遂至邪诡不可救挽。”（《西庐画跋》）无论大轴巨幛，还是扇页小品，俱要“略不失古人面目”，对元代山水画大师黄公望更为心折，此册亦不例外，但在笔墨技法上，不独仿黄公望，也融汇了董源、巨然、王蒙诸家，组合成自己的面貌，和其他单纯摹古的作品相比，显出难得的生动随意。

画面右下角一人正在打扫院外的小路，庭院的大门敞开，为迎接客人的到来。全图纯以湿笔绘成，苍润中富清秀，诗画相应，可观，可游，可居。

对幅乾隆题诗：“春江满月印潮平，视若无形听有声。人似嫦娥倚梅树，默然对以认三生。”作者对人物神态深入细致的描绘，印证了“嫦娥应悔偷灵药，碧海青天夜夜心。”把嫦娥倍感孤寂之心情表现得淋漓尽致。

结语

宋人蔡绦在《西清话》中说：“丹青、吟咏，妙处相资。”唐代诗人留下了许多极具画意的诗篇，不仅当时的画家据诗意而作画，后世画家也常取材于此。唐诗的优美画境，拓宽了其审美表现领域。

“画得诗之意，诗助画之思。”一边是吟诵千年、包罗万象的唐诗，一边是气韵生动、酣畅淋漓的书画，让我们一同细细品味唐诗与书画间的意蕴流转，在诗情画意的艺术世界中畅游。

宁职艺韵：以书为媒 共赴一场“沉浸式阅读”之旅——高校馆举办“傅丹琵琶艺术赏析会”暨《丹心胜金》新书签售会

文 / 乐思诗 汪洁 程锦鸿 摄 / 汪洁 黄可欣

4月22日晚，在第27个世界读书日来临之际，高校馆座无虚席。

“弦音流转 丹心胜金”——傅丹琵琶艺术赏析会暨《丹心胜金》新书签售会”在此举行。北仑区文化和广电旅游体育局副局长章春华，校党委委员、副校长杨林生，原副校长、校工会主席葛晓波，高校馆馆长戚音等领导嘉宾出席本场音乐会。

浙江省音协琵琶协会首任会长、琵琶演奏家（国家一级演奏员）、浙江省原文联副主席、宁波市原文联主席傅丹为 250 名读者带来了一场琵琶艺术鉴赏和一次难忘的“沉浸式阅读”体验。

一曲《阳春白雪》拉开了本次赏析会的序幕。乐声时而轻盈流畅，时而铿锵有力，恰如“大珠小珠落玉盘”，观众们被琵琶声带到了冬去春来，万物向荣、生机勃勃的初春。曲终音落，人们却仍沉浸在琵琶曲中，余音绕梁，让人流连忘返。

《丹心胜金》一书中谈到：“傅老师是一位艺术拓荒者，她创造了宁波乃至浙江省艺术界的 14 个‘第一’”。在当晚访谈中，傅丹向观众分享了她认为最有价值最难忘的“第一”——创建宁波市歌舞团。

1990 年，傅丹初来宁波，歌舞团团部是原天然舞台拆剩的几间“危房”和一幢在废墟上搭建的两层建议排练厅，这与傅丹原来所在的南昌市歌舞团可谓云泥之别，她感觉身上的担子很重，同时也充满信心，她曾在灵桥边，对着滔滔东去的奉化江暗暗许下诺言：“给我三



年，一定让宁波市歌舞团在省里拥有一席之地”！

一年后，宁波市歌舞团第一次在浙江省音乐舞蹈节上亮相就获得不少奖项。八年的时间，宁波市歌舞团从默默无闻到如今在全国歌舞团中占有一席之地，并多次走出国门进行艺术交流展演，还承办了全国首届琵琶大赛、荷花奖比赛以及全国梅花奖颁奖等大型文化赛事，为宁波市专业艺术培养了一批优秀的艺术人才。

傅丹致力于民族文化的弘扬和挖掘，推广和繁荣民族音乐，在 75 岁高龄之际，她丰满的艺术人生有了新的起点，那就是古琴艺术的推广与传承。2021 年，由宁波中华文化促进会和宁波市音乐家协会共同倡议发起的宁波古琴学会成立，她希望通过几年的努力，把宁波打造成长三角有影响力的古琴艺术传承中心。

琴韵悠悠，丹心不移。《秋水夕照》、《流水》、《梅花三弄》……乐音灵动却又含蓄，琵琶声停，古琴语歇。在一片片热烈的掌声热潮中，本次艺术赏析会进入高潮。活动现场，傅丹老师带来了她的新书——《丹心胜金》，并进行现场签售。她在书中谈到的五十余年音乐生涯，数十载的指上磨砺，她面对逆境迎难而上，她面对成就没有止步，她对民族音乐的坚持激励了在场的观众，更让观众们深刻感悟到了中华传统文化独一无二的价值。

近年来，高校馆坚持以美育人，深入打造“宁职艺韵”音乐鉴赏活动，携手专业人士，精心策划专题，通过听觉与视觉对国内外的经典音乐著作、演奏家传记进行解读，以书为媒，以音乐鉴赏为纽带，打造沉浸式阅读体验。高校馆根据阅读内容的不同打造符合阅读氛围的环境让读者身临其境，提高阅读带来的乐趣，为高校和地方架起了一条文化沟通的桥梁，使高校文化与地方文化在此融合，共同服务大众。



宁职书香：生活美学系列之 ——茶艺文化主题书展

周红蕾文 / 摄

茶，是中国的国粹之一。茶文化作为我国古老悠久的传统文化，与老百姓的生活息息相关。明代的饮食文化中，“开门七件事”就是“柴、米、油、盐、酱、醋、茶”。鉴茶、泡茶、品茶不仅是一个物质过程，更是一个精神享受、精神陶冶、体悟人生的过程，茶适应了“淡泊以明志，宁静而致远”的性格和追求，使人产生一种神清气爽、心平气和的心境，让生活变得变加更好，这个尤其适合压力山大的当代都市人。

高校馆准备了“生活美学系列之——茶艺文化主题

书展”，共展出图书 40 余本。有茶圣一唐代陆羽于公元 758 年左右写成的世界上最早的茶叶专著《茶经》，系统而全面地论述了栽茶、制茶、饮茶、评茶的方法和经历。以及更适合现代人品读的《茶经新读》《中国茶经茶道》。手把手教你《跟着茶经学喝茶》《茶艺师教你泡好茶》《学茶全面入门》，及各种茶的介绍，如《西湖龙井茶》《铁观音》《福鼎白茶》等，全方位的展示茶的禅意之美。品茶之味，悟茶之道，日本作家“千鹤大师”的《茶与悟》，让人在品茶的同时感悟人生。



宁职书香：来自“women”的力量 ——女性主题书展

周梦琦文 / 摄



《包法利夫人》一书堪称为女性的警示录。还有实用的心理学书籍：《心理学：关于女性》从心理学视角出发，探讨了女性在年龄、种族、社会阶层、国籍、性取向和身体健康等方面的心理多样性；《成为最好的自己》记录了世界知名成功女性的人生故事以及对 9 位中国当代知名女性的专访。此外也不乏写给妈妈们们的生活指南：《妈妈的自由》从中年已婚女性的角度，反思家庭、社会中对女性的各种角色期待和人际关系中常见的困境和问题；《母亲进化论》则帮助广大母亲从普遍接受并习以为常的受难、贫乏和自我牺牲的文化藩篱中解脱出来，指引她们转向一种完全崭新的母亲视角。

三八妇女节是全世界妇女共同的节日。为了纪念这个日子，高校馆推出了以“来自‘women’的力量”为主题的特色书展，展示了 80 余本有关于女性成长与心理健康方面的书籍。

这些书籍包括经典的名著，如《傲慢与偏见》，书中女主角伊丽莎白的爱情观对抗着时代的主流：“只有真挚的爱才能让我结婚。”还有福楼拜笔下那价值观扭曲、极度虚荣的爱玛，

在这些书籍中，我们特别推荐《飘》这本小说。书中讲述了南北战争时期庄园主家的女儿斯嘉丽跌宕起伏的人生经历。她骄傲又富有魅力，她原本享受着男孩们众星捧月般的围绕，然而一夕间，宁静的田园时光在战火中湮灭，富足的生活变成时刻与死神竞赛的生存斗争，面对家园被毁、至亲离世、时局动荡斯嘉丽随着战事的侵染、家庭的变故、情感的挫折，她渐渐长大，变得坚强、聪明。她是个敢作敢为的人，即便是面对最后一个人孤单，她还是很勇敢。最喜欢她说的一句话：“明天又是新的一天。”希望我们每一个人的内心都能变得强大，为自己而活！

通过此次书展，我们希望能够更全面地呈现出女性的形象和价值，同时也能够提供一个交流和学习的平台，让我们不断的提升自己，绽放属于女性的光芒。





宁职书香：星辰不问赶路人，时光不负有心人 ——专升本系列图书展

张燕文 / 摄

专升本作为人生的“第二次高考”，报考人数不断增加，考试难度逐年提高。作为一项选拔性考试，考生不光要掌握好各科考试的知识点，考出优异成绩，还要确保比竞争者分数考得高，因此考试的复习至关重要。复习教材作为整个复习过程的指导，其重要性不言而喻。因此，为了增强学校专升本同学的自信心，加强学习动力，本学期外文阅览室推出了专升本系列图书展。

本期面向读者推出的图书共计 75 册，主要分为两大内容：大学语文和英语专升本辅导用书。其中，浙江专升本考试专用教材《大学语文》辅导用书由学科专家和阅卷专家联袂编写，全面阐述考试大纲所要求的知识点，对考试重点、难点以及常考知识点进行深度剖析，对有难度的例题给出解题思路和分析，加强考生对基本概念、原理的理解和运用。同时，在每章最后，精心设计一定数量、与真题难度相当的题目供考生练习，使考生在熟练掌握基本知识的基础上，达到轻松解答真题的水平。另外，在专升本考试辅导《英语核心词汇必背》用书中，分别从核心词汇详解、高频词组、词汇经典习题演练着手，对必考词分别从音标、词性、词义、词组、派生等方面进行剖析，为考生彻底攻克浙江专升本英

语词汇提供了极大的帮助。

《英语经典 500 题》辅导用书则主要分为（一）阅读理解部分，其题材囊括了社会、文化、教育、政治、科普等多方面的选材的同时也包含了多种文体，并通过大量真题例证剖析了专升本考试阅读的特点，系统性阐述了攻克这一题型的对策；（二）综合测试部分，除了归纳总结各类完型填空的考点，详细讲解难点之外，还提供了大量仿真模拟题，方便考生进行有针对性的训练，从而巩固对综合测试中各知识点的掌握；（三）翻译部分，分析近几年的真题，选出了大量高质量翻译题，给出了详细的答案并指出所考察的知识点，方便考生查漏补缺；（四）写作部分，独创性地浓缩出适用各类专升本作文的黄金模板，使考生能够根据不同的写作要求，准确快速地写出内容贴切，表达流畅，逻辑清晰的作文。本书不仅能作为老师们的课堂教材，也能用作考生的自学宝典。

希望本次的图书展活动能让更多有专升本意向的学生明确学习方向、制定学习计划，在备考过程中为大家助力、在专升本考试中取得满意的成绩！

宁职书香：以食物之名，展人生百态 ——美食主题书展

黄凯文 / 摄

饮食是人们最基本的需求，表达着人们对美好生活的向往，不仅刻画了人类历史的线条，也是塑造人类文明的因素。喜爱美食的你，是否了解美食的历史与文化呢？

本次书展为大家选取了 30 余本有关饮食文化的优秀图书，有《中国饮食文化》、《中国食谱》、《民国味道》、《舌尖上的汉味》等 30 余本图书，让大家在享受美食之余，了解美食背后的故事。

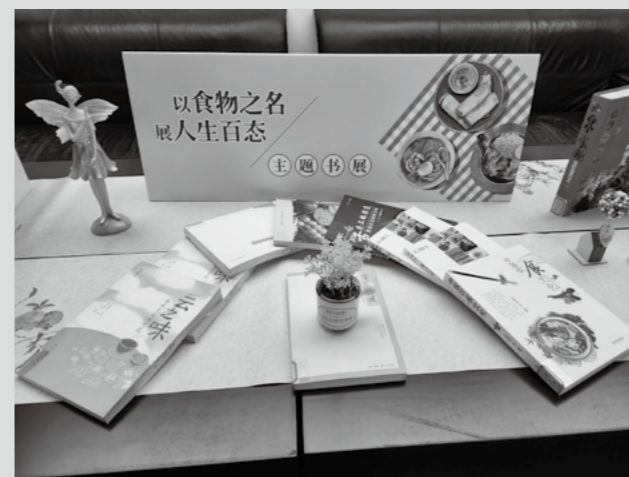
其中最值得称道的便是《半壁民国一碗粉》一书。这本书以编年史和史料考据的形式，再佐以 100 多张精美的图片，来为读者讲述桂林米粉的起源、影响及围绕桂林米粉所发生的牵动中华民族心魄的重大历史事件，是史上第一部专门为某种地方小吃立传、考据和书写编年史的大型书籍。这本书通过米粉这个寻常的美食将前辈留下的一段段简单

文字，重新组合起来，逐渐构成城市历史血肉读本，帮助读者从细节处读懂逝去的大

时代、大事件，再现祖辈的悲欢、辛劳与成就。

美食不止是美食，也是一段岁月的结晶，它见证了一个民族，一代人的变迁与成长。一方水土养一方人，无论是置身繁华的闹市，还是深居乡野陋巷，世间的美味就这样流转于方寸餐桌，交织着冷暖人间，细细品味品味生活，总能追寻到生活的乐趣，总能发现美丽的风景。

欢迎大家来高校馆参观本次书展，在阅读中感受美食带来的魅力！





宁职书香：读百部经典，品千年文化 ——经典名著主题书展

陈国英文 / 摄

走进经典，我们重温那份感动；传唱经典，我们重拾那份信念。为此高校馆特推出了“读百部经典，品千年文化”主题书展，邀请同学们来一起阅读与经典相关的书籍。

这些经典里，描绘了许多值得我们深思的故事。如《简爱》，书中讲述了简爱对命运的不屈服，从而奋起反抗命运的故事，字里行间无不体现出她那种不屈不挠，敢于反抗的精神；《老人与海》中，老人圣地亚哥的迎难而上，即使无功而返也坦然面对，这种乐观和不服输的精神令我们动容；《悲剧人偶》向世人阐述了一个道理：过多的执念反而会成为自己的枷锁，我们只有读懂了“暗”，才能够体会“明”所带来的可贵；《复活》告诉了我们人行善道的道理，只要

自己进行反思后的改过自新，就能创造出自己的另一种人生。

在《假如给我三天光明》一书中，详细描写了年幼的小海伦因病失去了听觉和视觉。尽管上天同她开了一个玩笑，但是她没有放弃自己，在往后的日子里，她遇到了人生中对她最重要的人，使她逐渐对学习感兴趣，并且踏上了一条求学之路，最终如愿成为一名作家。海伦的故事告诉我们，生命璀璨如歌，就算前路未知，我们也要秉持着一往无前的气势，不要轻易的对自己说放弃。

此次书展旨在增强同学们对名著阅读的理解和认识，在名著阅读中体验别样的人生。欢迎同学们前来浏览借阅！

宁职书香：品影视原著 享灵魂盛宴 ——影视经典原著主题书展

祝艺宣文 / 摄

影视，具象化、更直观地传达给我们丰富的信息，呈现出故事的画面感；文字，则能以影像无法抵达的细腻情感、隐喻伏笔等，描绘出画面无法表达的细节。大热的影视作品吸引着观众的眼球，其背后的原著更是经典，为此，高校馆推出了以“品影视经典，享灵魂盛宴”影视经典原著主题书展活动。

本期书展展出国内外影视经典相关原著书籍 100 余本，涵盖了各个类型题材的影视经典原著。国内影视经典原著包括有现实题材的如《人世间》、《欢乐颂》等，其中不得不提的是被誉为“2017 年第一大剧”，根据本书改编而成的同名电视剧《人民的名义》，描写了反腐反贪高压下中国政治和官场生态，将官场、人性的阴暗面毫无掩饰地呈现在大家眼前；科幻题材的如《流浪地球》、《三体》等，可以进

一步感受到中国科幻文学的力量；年代题材的《白鹿原》、《金粉世家》、《芳华》等等，阅读这些书籍就像是坐上了时光机器，回到那个年代，感受到那一代人的青春和情怀。

国外影视经典原著包括有像经典中的经典《羊脂球》、《简爱》、《茶花女》等；有影迷群体庞大，一部关系到希望、现实和自由的《肖申克的救赎》；还有小说影视化大户东野圭吾，日本著名悬疑、推理小说家，作品包括《解忧杂货店》、《彷徨之刃》、《绑架游戏》等等，其中《祈祷落幕时》是其近几年创作中罕见的亲情佳作，并获得第 48 届吉川英治文学奖，同名电影上映后，得到各界好评。

不论各位读者是否欣赏过这些影视作品，相信大家阅读原著里更细腻的文字描写的过程中能够体味出与影视剧作不一样的感受！



2023 宁波阅读进行式

——“对话安石”甬城共读活动·北仑站

张璐琦 / 文 各街道分馆 / 摄

2023年，宁波高度重视“阳明、安石文化建设”工作，重点打造阳明文化、王安石文化标识，致力推进宋韵文化传世工程，彰显海丝风情、士人风雅、民艺风俗。王安石，治鄞千日，影响千年。在鄞县的三年，是他人生重要的关键点。而他在鄞县留下的，是灵动的山水、务实的精神。读书谓已多，抚事知不足。春风又绿江南岸，春天正是读书天。

2023宁波阅读进行式在徐徐春风中正式启动，馆际联动，相约在线。对话安石，缓寻芳草。北仑图书馆邀请你一起在书里寻找春天的踪迹。

本次活动共有五个街道图书馆参与联动，分别是新碶街道城市书房、小港街道图书馆（海天书房）、大碶街道图书馆、梅山街道图书馆、大榭街道图书馆，我们一起去现场看看吧！



新碶街道爱心·公园城市书房



新碶街道玉兰社区城市书房



小港海天书房



梅山街道图书馆



大榭街道图书馆



大碶街道图书馆

参与活动的读者们在二个半小时的阅读时间内沉浸在了《北宋政治改革家王安石》的书香中，了解了王安石与宁波的渊源。在勤县任职的三年间，王安石重民生、兴水利、兴教育，积极推动了宁波乃至整个浙东地区的经济文化发展。参与者认真阅读书籍，并在阅读卡片上写下自己的读书感悟。

本次活动锻炼了读者的专注力和意志力，为读者养成良好的阅读习惯奠定了基础。穿梭时空回眸历史，相信本次活动结束后，大家对不仅王安石有更深入的了解，也对阅读有了更浓厚的兴趣。

仑图 4.23 世界读书日主题展

——阅读：让世界更精彩

蒋红文 / 摄

4月23日世界读书日全称“世界图书与版权日”，又称“世界图书日”。最初的创意来自于国际出版商协会，1995年11月15日联合国教科文组织正式确定每年4月23日为“世界图书日”。其设立目的是推动更多的人去阅读和写作，希望所有人都能尊重和感谢为人类文明作出过巨大贡献的文学、文化、科学、思想大师们，保护知识产权。每年的这一天，世界100多个国家都会举办各种各样的庆祝和图书宣传活动。

春日芳菲时，读书正当时。

值此“世界读书日”来临之际，为倡导读书之风，营造全民阅读的良好社会氛围，北仑图书馆特此在4月14日——4月28日推出“阅读：让世界更精彩——4·23世界读书日主题展”。此次书展精选社科、文艺、文化、教育、生活等多种类别图书，满足各年龄段读者的阅读需求。



书展部分书籍介绍：



书名：《社交算法》 索书号：C912.12/800

内容简介：这本书主要内容是讲解人际网：社会结构的基本元素以及伴随它们的心理倾向如何塑造我们的生活。

耶鲁大学管理学院组织行为学教授玛丽萨·金花费近15年时间研究人们在社交网络中的自我发展状况，根据人们的表现总结出了科学的社交关系建构方法，并将基本的社交模式定义为三种：扩张者、中介者、召集者。

金告诉我们，可以通过科学的方法，建立有意义的、富有成效的关系网，它将帮助我们更好地做出决策，赢得生活和事业的成功。



书名：《苏东坡：不孤独的美食家》 索书号：K825.6/461

内容简介：苏轼是文学家、政治家、书法家，位列唐宋八大家。但按他自己的说法，“先生一笑而起，渺海阔而天高”，“老饕”二字足以概括他的一生。

他屡遭贬谪的一生是悲苦的，但在所到之处，当地的友人温暖了他的心、美食装点了他的人生，能够获得的食材消解了他生命中的苦难；在他坎坷的人生旅途上，美食绽放出了不一样的烟火，也为中国人的餐桌，增加了几道不寻常的美味。

B站新潮纪录片《历史那些事》总编剧搜集史料、实地走访，探寻苏轼的贬谪与美食之旅，梳理苏轼诗文中的美食故事——酸甜苦辣，悲欣交集。



书名：《不正经的科学奇妙人体的另类研究》 索书号：Z228/442

内容简介：这本书分为3部分。第一部分为“生长与发育”，主要展示了在人体从受精卵开始成长的过程中，遗传学、环境如何影响基因的控制。第二部分为“学习与认知”，主要讲述了人体与环境的关系，也就是外部环境如何影响人体。第三部分为“生存与挑战”，主要阐释面对环境变化和威胁，人体如何取得平衡。



书名：《学习技巧》 索书号：G442/420

内容简介：本书是东尼·博赞在学习技巧、脑力、发散性思维、专注力、多维记忆工具和思维导图等领域近四十年的经验总结和集大成之作。

本书展示了大脑与学习之间的关系。每个人都不该低估自己的学习潜力，东尼·博赞先生为你开启你的大脑提供了可靠的方法。揭示了影响学习效率的精神、情感和身体等障碍因素。介绍了博赞学习技巧（BOST）的8个要点——浏览、时间管理、唤醒记忆等。同时还介绍了东尼博赞成功的三大发明——快速阅读、思维导图、超级记忆与学习之间的关系。

每一章都提供了不同的方法来开启大脑，并以成倍的效率来提升学习的效率。对于任何想从学习中获得更多、提高脑力、巩固注意力并向记忆大师学习的学生来说，这是一个完美的指南。



书名：《活着为了讲述》 索书号：K837.755.6/724

内容简介：生活不是我们活过的日子，而是我们记住的日子，我们为了讲述而在记忆中重新的日子。

“下个月，我就满二十三岁了。我刚从法律系辍学，时间净用在读书和背诗上，义无反顾地每天抽六十根劣质香烟，撰写每日专栏赚取聊胜于无的稿酬，天黑了，就随便在哪儿凑合一夜。前途一抹黑，生活一团糟……我的生活中充满了陷阱、推诿、幻想，更要竭力避开无数的诱惑：似乎我干哪行都行，就是当不了作家。”

加西亚·马尔克斯也曾贫穷、迷茫、缺乏勇气，像每一个在梦想的路上走得磕磕绊绊的年轻人。

面对生活抛给他的难题，他的回答是：生活。就算走到绝境，失去耐心，也要永远保有幽默感。四十岁写就《百年孤独》。五十五岁获诺贝尔文学奖。

仑图展览：“日出新卯 春暖兆福” 二〇二三年新春典籍文化展

张璐琦文 / 摄



千家欢聚，吉禄美满；万里同风，福瑞祥安。为丰富广大读者精神文化生活，2月6日，由中国图书馆学会主办，北仑图书馆承办的“日出新卯 春暖兆福”二〇二三年新春典籍文化展在北仑图书馆一楼公共区域展厅展出。

虎归深林辞旧岁，兔跃沃野迎新春。在十二生肖中，卯兔自古以来深受我国人民的喜爱。典籍中有很多与兔子相关的内容，或直露浅白，写尽兔子之可爱机敏；或意蕴深妙，充满人生之哲学真谛。

读者们在品读相关典籍内容、了解兔子寓意象征的同时，还能感悟中华民族内涵丰富的春节习俗和质朴深沉的家国情怀。本次展览展期至2月28日，欢迎广大读者朋友前来观展。

仑图展览：“玉兔呈祥” ——生肖主题漫画剪纸展

张璐琦文 / 摄



生肖，是中国特有的传统文化符号，是维系中华民族情感的文化纽带。在辞旧岁、迎新年、庆丰稔、除灾祸、保平安等民俗活动中，十二生肖艺术形象具有独特的文化意义。

今年是农历癸卯兔年，3月3日，北仑图书馆在一楼公共区域展厅展出了“玉兔呈祥——生肖主题漫画剪纸展”。

本展览由浙江图书馆特联合浙江省美术家协会、浙江省民间文艺家协会、上海市美术家协会漫画动漫艺术委员会、浙江省漫画家协会，集众多漫画、剪纸艺术家之力共同推出。

展览用生动的漫画、喜庆的剪纸，以各种玉兔形象把生肖文化与民俗文化和喜庆文化相结合，体现当今生肖文化的时代气息，促进视觉艺术与社会文化的融合，弘扬优秀传统文化、彰显时代精神、坚定文化自信。

本次展览展期至3月30日，欢迎广大读者朋友前来观展。



仑图展览：志愿青春别样红

——“学雷锋日”中国青年志愿者在行动

张璐琦文 / 摄



为迎接 2023 年 3 月 5 日第 60 个学雷锋纪念日、第 24 个中国青年志愿者服务日，北仑图书馆特别策划了本场展览：志愿青春别样红——“学雷锋日”中国青年志愿者在行动。

雷锋已离开我们 60 多年了，但雷锋精神仍然影响着我们的生活。雷锋身上所具有的崇高理想、坚定信念、奉献精神、敬业精神、创新精神、创业精神，正是我们民族精神的最好写照，是我们民族的脊梁。今天，越来越多的青年加入志愿服务行列。“奉献、友爱、互助、进步”的志愿精神，已逐步成为青年人乐于接受的精神时尚，志愿服务体现的精神关怀、自我完善、共同进步正在成为广大青年新的追求。

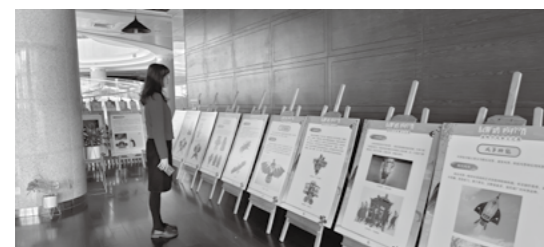
展览通过介绍学雷锋纪念日的由来和中国青年志愿者的志愿活动，展示了雷锋精神在新时代的传承与发扬。

本次展览地点在北仑图书馆一楼休闲吧，展期至 3 月 17 日，欢迎广大读者朋友前来观展。

仑图展览：放断鹞 疫病消

——清明节风筝文化展

李静超 / 文 张诗曼 / 摄



风筝是前人留下来的宝贵历史文化遗产，更承载着一个民族的精神与灵魂，是中华优秀传统文化的重要组成部分。2006 年，风筝制作技艺（南通板鹞风筝）更是入选第一批国家级非物质文化遗产代表性项目名录。保护好、传承好、弘扬好非物质文化遗产，对延续历史文脉、坚定文化自信、推动文明交流互鉴、建设社会主义文化强国均具有重要意义。

4 月 3 日，由北仑图书馆主办的“放断鹞 疫病消——清明节风筝文化展”在北仑图书馆一楼休闲吧展出。本次展览主要介绍了风筝发展史、风筝文化、风筝形态、风筝结构、风筝功能、风筝流派这六个部分。通过本次展览大家可以了解到风筝知识，品鉴风筝艺术的绚烂多姿，从而更好地感受中华优秀传统文化的独特魅力。

展史、风筝文化、风筝形态、风筝结构、风筝功能、风筝流派这六个部分。通过本次展览大家可以了解到风筝知识，品鉴风筝艺术的绚烂多姿，从而更好地感受中华优秀传统文化的独特魅力。

仑图展览：生命的律动

——林间的二十四节气主题展

张璐琦文 / 摄



“春雨惊春清谷天，夏满芒夏暑相连。秋处露秋寒霜降，冬雪雪冬小大寒。”这首藏在记忆深处的歌谣，吟咏的是中国传统的二十四节气，它是中国人诗意栖居的创造，是上古先民顺应农时，通过观察天体运行，认知一岁中时令、气候、物候等变化规律所形成的知识体系，蕴含着悠久的文化内涵和历史积淀，是中华民族悠久历史文化的重要组成部分。4 月 7 日，由浙江图书馆主办，北仑图书馆承办的“生命的律动——林间的二十四节气主题展”在北仑图书馆一楼公共区域展厅展出。

“林间的二十四节气”主题展带我们亲近自然，从节气释义、节气游戏等版块展现人间万物在二十四个节气中循环律动的过程，展现中国传统文化的智慧以及自然界勃勃的生命力。本次展览展期至 4 月 28 日，欢迎广大读者朋友前来观展。

追寻视觉之美

——高校馆举办“仑图悦享”手机短视频拍摄公益讲座

周燕、徐瑞媛 / 文 余习知 / 摄



从湿版摄影到胶片摄影，再到数字摄影，影像创作的技术门槛与金钱成本都在不断降低。近年来，随着智能手机的普及和更新，手机摄影已是常态。手机拍摄作为摄影发展史中最年轻的一员，也同样贯彻着将摄影门槛降低的理念，它的出现给予了我们随心创作、表达的最好机会，让每个人皆可成为创作者。

为了更好地传递手机摄影理念，让更多人能体验到手机摄影的乐趣，2023 年 3 月 5 日上午在北仑图书馆一楼举办了“仑图悦享”手机短视频拍摄公益讲座，吸引 30 多位北仑区市民参与活动。本次讲座由宁波职业技术学院数字媒体艺术设计专业吴多泽老师主讲，吴老师工作以来一直利用业余时间和寒暑假时间积极参与一线的影视创作，努力提升专业技能，曾担任摄影师参与拍摄专题片《六尺巷》，于 2019 年在中央电视台 9 频道（CCTV-9 纪录频道）播出，同时担任摄影师参与拍摄纪录片《点亮 II》，于 2021 年在安徽卫视、安徽电视台经济生活频道、中国教育电视台播出。

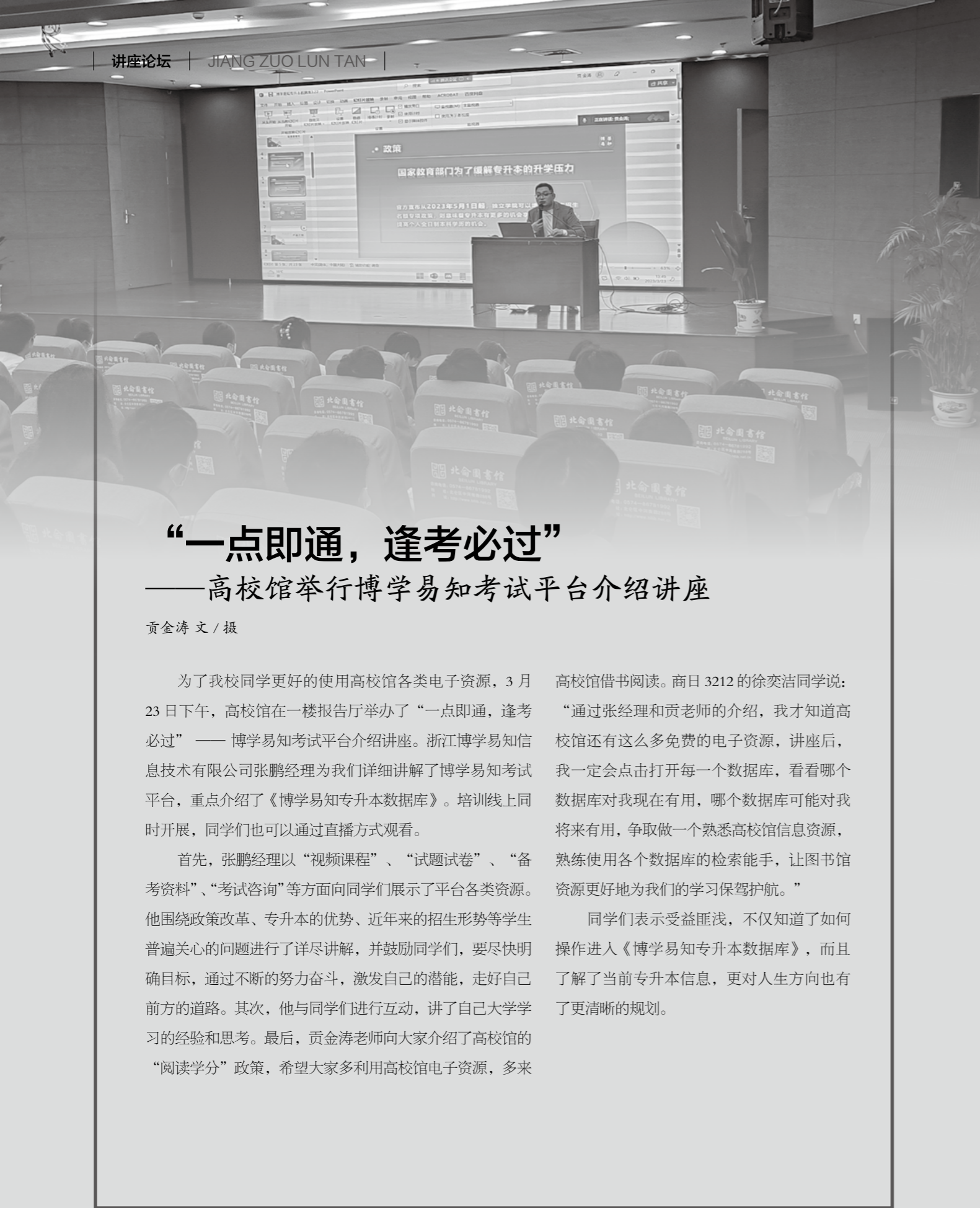
在一个半小时的讲座中，吴多泽老师主要介绍了画面构图要点及景别、镜头运动方式、无缝转场、延时摄影、手机拍摄技巧、辅助拍摄设备使用以及视频拍摄中常见问题等内容。讲座伊始，吴老师向大家推荐了一个剪辑 APP——剪映，它作为一款手机视频编辑工具，带有全面的剪辑功能，支持变速，多样滤镜效果，可以将多个视频片段合成一个视频并以“艺术”的效果表现出来。随后，吴老师通过播放以风、落日等为主题的多个视频作品以及越南文艺片《绿地黄花》

的电影片段，向大家逐帧讲解了摄影构图法则，并多次强调了摄影中应用最广泛的三分法构图，并分析

了视频作品中对比手法的应用，如影调的对比，色彩的对比，形态的对比等，突出视频的创作表现力。同时，吴老师指出了在拍摄素材中存在的问题，例如画面抖动、角度不好、卡点不准等，建议大家在创作短视频时，时刻保持洞察力，平时多累积素材，多加练习。最后，吴老师手把手教大家如何设置手机上相机的格式、录制视频、网格，如何对焦、调节光线等。整场培训学习内容翔实，贴近实际，气氛热烈，干货满满。不少市民表示，虽然手机拍摄功能很多，但是之前很少了解和使用的，通过此次培训使自己对手机拍摄有了更加深入的了解，受益匪浅。讲座结束后，不少市民向吴老师请教了手机拍摄中自己遇到的问题，吴老师对大家的问题一一耐心解答，市民们也更加期待下期《手机短视频制作及发布》的学习。

短视频拍摄对大多数人来说不仅仅是宣传某种事物的工具，更是记录美好生活的平台。本次公益讲座旨在提升北仑区市民的手机短视频拍摄水平，激发市民的创作意识，掌握短视频拍摄技巧，引导大家通过拍摄追寻视觉之美，打开心灵体悟人生真谛。





“一点即通，逢考必过”

——高校馆举行博学易知考试平台介绍讲座

贡金涛文 / 摄

为了我校同学更好的使用高校馆各类电子资源，3月23日下午，高校馆在一楼报告厅举办了“一点即通，逢考必过”——博学易知考试平台介绍讲座。浙江博学易知信息技术有限公司张鹏经理为我们详细讲解了博学易知考试平台，重点介绍了《博学易知专升本数据库》。培训线上同时开展，同学们也可以通过直播方式观看。

首先，张鹏经理以“视频课程”、“试题试卷”、“备考资料”、“考试咨询”等方面向同学们展示了平台各类资源。他围绕政策改革、专升本的优势、近年来的招生形势等学生普遍关心的问题进行了详尽讲解，并鼓励同学们，要尽快明确目标，通过不断的努力奋斗，激发自己的潜能，走好自己前方的道路。其次，他与同学们进行互动，讲了自己大学学习的经验和思考。最后，贡金涛老师向大家介绍了高校馆的“阅读学分”政策，希望大家多利用高校馆电子资源，多来

高校馆借书阅读。商日3212的徐奕洁同学说：“通过张经理和贡老师的介绍，我才知道高校馆还有这么多免费的电子资源，讲座后，我一定会点击打开每一个数据库，看看哪个数据库对我现在有用，哪个数据库可能对我将来有用，争取做一个熟悉高校馆信息资源，熟练使用各个数据库的检索能手，让图书馆资源更好地为我们的学习保驾护航。”

同学们表示受益匪浅，不仅知道了如何操作进入《博学易知专升本数据库》，而且了解了当前专升本信息，更对人生方向也有了更清晰的规划。

“九峰讲坛”第217讲： 《妆容与服饰搭配》

李静超 / 文 张红娃 李静超 / 摄



服饰与妆容是女性经久不衰的话题，根据不同的场合，大家可能会搭配不同的衣服和妆容。那么，你知道自己适合哪种妆容吗？你

知道服饰的搭配的基本原则吗？

为了进一步提升女性自身素养，塑造新时代女性形象与内在魅力，更好地绽放巾帼风采，3月11日下午，北仑图书馆特别邀请浙江纺织服装职业技术学院人物形象设计专业副教授、全国美容美发教学名师、全国化妆名师毛金定老师莅临“九峰讲坛”，做了一场关于《妆容与服饰搭配》的专题讲座，现场近两百名听众朋友参与。

讲座中，毛教授首先讲解了化妆的相关知识。她提出要根据自身特点来设计妆容。以眉毛为例，眉毛粗浓，此时只需要适当的修剪眉毛，露出眉形即可；而眉毛稀疏的话，除了修剪眉毛外还需要使用眉笔画出适合自己的眉形。

另外毛教授强调，口红是女性最基础也是最重要的化妆品，一支适合自己的口红不仅能提升气色还能塑造理想唇形，让颜值加分又有气质。

在服饰搭配方面，毛教授首先为大家普及了什么是无彩色和有彩色。随后为大家展示了服饰的无彩色（黑、白、灰）搭配、无彩色加上有彩色的搭配、同色系的搭配以及对比色的搭配。通过对颜色的认识，我们看到了服饰搭配不同的可能性。所以让我们跳出思维局限，积极搭配适合自己气质，实用又有美感的服饰吧！

讲座的最后，毛教授还向大家展示了素人通过妆容与服饰搭配改造成适合自己风格的真实案例并与现场听众进行互动，回答了大家在本次讲座中产生的一些疑惑。毛教授提出虽然化妆与服饰穿搭的理论技巧十分重要，但是最重要的要正确认识自己，选择适合自己的妆容和服饰搭配的风格，扬长避短，才能做到自在从容，悦人悦己。

爱美之心人皆有之，讲座结束后，听众朋友们纷纷表示不仅获得了实用的化妆穿搭技巧，还提升了对美的捕捉能力，愉悦了心情。今后要以自信、健康、美丽的状态投入到工作、生活之中。



宁波文化百科大讲堂第1293讲
Image des
日常妆容与服饰搭配技巧
浙江纺织服装职业技术学院
主讲人：毛金定 副教授
全国化妆名师 国家技能人才
主办：宁波市教育局
承办：宁波市北仑图书馆



“九峰讲坛”第218讲： 《中国传统经典的选择与阅读》

李静超 / 文 张璐琦 李静超 / 摄



4月22日，正值世界读书日来临之际，为进一步营造全民阅读氛围，传播中华传统文化知识，北仑图书馆邀请了北京大学信息管理系教授、博士生导师王余光老师莅临“九峰讲坛”，做了一场有关如何选择和阅读中国传统经典书目的专题讲座，约两百余名读者朋友到场聆听。

讲座现场，王余光教授就为何阅读经典与阅读哪些经典等问题详谈自己的看法。首先，他以“国学经典与人文素养”为主线，结合一些历史实际，如《四库全书》的修编、流转，以及对“为何阅读传统经典”这一争论的探讨，为在

场的听众朋友们讲述了阅读经典的意义和内涵。

王教授表示：第一，作为中国人，就有必要读一些中国传统经典；第二，阅读传统经典，不仅是为了获取知识，也是为了对悠久文化的传承与发展。

随后，王教授强调国学经典对塑造人格有着极为重要的影响，并推荐了一些适合学生阅读的经典书目。针对小学生，他重点推荐了大家耳熟能详的《唐诗三百首》；针对初高中生，则推荐了《古文观止》《史记》《论语新解》《诗经今注》等。王教授表示一本好书承载并传递的不仅是知识，还有一个民族的价值观和文化自信。

讲座结束后，在场听众朋友们意犹未尽、受益匪浅。浩瀚如烟的中国传统经典，是中华民族数千年来智慧的结晶。本场讲座进一步激发了大家对中华优秀传统文化的热爱，也收获了许多适合自己阅读的高质量书籍。

全国高职院校图书馆 馆员科研素养提升专题研讨会

领读人

主办单位：教育部高等学校图书馆工作指导委员会高职高专院校分委员会

承办单位：浙江省高校图书馆情报工作委员会高职高专图书馆分委员会 协办单位：北京万方数据股份有限公司

2022年9月27日-9月30日 | 杭州

致力推广数字资源，事半功倍学与成 ——记阅读推广部杨春平老师

袁梦潇 / 文

本期“领读人”栏目被采访者是杨春平老师。出生于1990年的杨老师本科就读于苏州大学信息资源管理专业，硕士就读于福州大学情报学专业。杨老师坚持以读者为本，服务至上，积极推进文明校园与书香宁职建设，组织阅读知识竞答、垃圾分类知识竞赛、“以声传情 共同战‘疫’”、来图书馆当朗读者、“盛世颂华章 礼赞新中国”等活动，并指导学生参加第三届全国高职院校信息素养大赛，获最佳组织奖，2位学生分别获浙江省省赛一、二等奖；指导学生参加“30天超级阅读挑战赛”，获最佳组织奖。同时，杨老师已为宁波市数字图书馆平台传递文献4970篇；2019年负责动漫产业特色库管理与建设；为北仑区10余家科技情报站提供文献传递、信息咨询服务。此外，杨老师也开展信息素养教育，负责数字资源建设工作，做好科研服务，积极参与高校馆相关政策制定。

与在讲台上教书育人相同，杨老师觉得，在图书馆做一名老师也非常有幸福感和成就感，因为这是自己热爱的工作，并将学校里学到的知识应用到工作中，解决其中的挑战与问题。此外，服务老师、学生、社会读者、企业人员，为他们答疑解惑，尤其是开展信息素养教育的相关工作，对所学者今后发展也有帮助，这是非常值得感到开心与骄傲的。

杨老师负责数字资源建设与推广、信息咨询、信息素养教育，她认为要做好这些工作需要耐心、热心、细心：服务读者要有耐心与热心，在工作中要细心。为了更好地为读者们推广数字资源，杨老师注重自身的信息素养提升，紧跟数字化时代潮流，不断的学习新技能新方法。数字资源对师生非常实用，例如对于大学生们重要的大学英语等级考试，利用好数字资源能达到事半功倍的效果，利用新东方多媒体

学习库免费听新东方老师讲解真题与专项课程；利用博易易知考试数据库进行历年真题考试与专项模拟考试，相当于同时拥有了监考老师、批卷老师、讲解老师的支持。每年的新生入馆教育讲座中，都会有各个数据库的介绍；每年也会举办专题讲座，有针对这2个数据库的专门讲解。

高校馆以全国高职高专院校信息素养大赛为载体，贯彻落实《国家职业教育改革实施方案》、《教育信息化2.0行动计划》和《普通高等学校图书馆规程》等有关文件精神，杨老师多次组织了相关比赛，她提出“以赛促练，助推兴趣”的主题，使竞赛活动成为信息素养教育环节中一个重要的学习效果检验平台，培养学生自主学习的兴趣和热情。备战国赛的一位学生表示：“我最初只会简单地在网页上收集资料，现在可以熟练使用各大数据库，能够通过较为复杂的检索过程，精准地查找到自己需要的文献。此外，在专题信息检索和撰写文献调研报告方面，我也进步明显，自主学习能力得到了很大的提升。”

对于如何读好书，如何好读书，杨老师建议同学们阅读要有目标，有计划，选书要先广后深。作为一名大学生，所接触的知识面还不够，不能过早的将自己框起来，而是多涉猎，找到自己的路，再进行深入阅读。如果没有阅读的习惯，可以先给自己设个小目标，从一个月读一本书开始。杨老师还为同学们推荐了她喜欢的一本书《把时间当作朋友》，与时间做朋友的方法很简单，一句话：用正确的方法做正确的事情。

阅读是循序渐进的过程，阅读的方式也有很多种，数字资源和纸质图书共同为我们搭建了一个知识的海洋，希望我们能在其中尽情遨游，有所收获。

专业好书 | 化工学院院长推荐好书

院长简介:

彭振博,中共党员,博士,教授,化学工程学院副院长(主持行政工作)。入选教育部产业导师资源库技术技能大师,浙江省高职高专专业带头人,宁波市领军拔尖人才第二层次。获全国石油化工职业教育教学名师,浙江省“百行百星”,浙江省高校教坛新秀等荣誉。担任全国石化行指委化工生产技术专指委委员。主讲国家精品资源共享课程《应用有机化学》和省精品课程《化工废水检测与处理》。主持省部课题3项,发表学术论文30余篇。研究方向为新能源材料。



分院简介:

化学工程学院紧密围绕宁波绿色石化优势产业和生物制药新兴产业,深化产教融合、校企合作,致力培养从事生产运行控制、质量控制、生产管理等工作的具有创新能力的高素质技术技能人才。学院应用化工技术、环境监测技术和药品生物技术等专业组成的专业群立项成为国家“双高计划”高水平专业群;学院教学团队入选首批国家级职业教育教学创新团队、全国石油和化工行业优秀教学团队。学院现有专任教师33人,实验员5人,其中拥有博士学位及以上学历23人,高级职称17人,国家级教学名师1人,全国石油和化工教育教学名师4人,省级教学名师2人。同时学院还拥有一支由行业专家、企业高级工程师等组成的兼职教师队伍。学院建立校企长效合作机制,政校企行协同创新、协同育人,共建省级绿色化工人才培养产教融合人才示范基地、教育部协同创新中心和双师型教师培养基地,构建了“二元培养、书证融通、研训合一”的人才培养模式,为区域产业发展提供人才与技术支撑。

接下来跟着小编去看看彭院长推荐的好书吧!

以下是机电工程学院院长推荐的好书:



书名:《一本有趣又有料的化学书》 作者:胡孟阳
索书号: O6-49/5576/7759 馆藏地:自然科学图书借阅室一
内容简介:

一本妙趣横生而又让人受益无穷的化学科普读物!化学美爆了!燃爆了!可惜你却不知道!这怎么可以!本书用简短有趣的讲述方式,围绕着生活中的化学、工业上的化学、神奇的微观世界、化学脑洞、化学家与实验室、化学科技展望等几个主题,提出了100多个小问题并逐一解答。遇见化学,为它惊艳。无论是学霸还是学渣,不仅能从《一本有趣又有料的化学书》中领略轻轻松松化学的魅力,还能激活读者无穷的科学想象力,对生活中可以经常接触到的各种现象与化学知识的内在联系也能产生深刻的印象。

以下是机电工程学院院长推荐的好书:



书名:《一本有趣又有料的化学书》 作者:胡孟阳
索书号: O6-49/5576/7759 馆藏地:自然科学图书借阅室一
内容简介:

一本妙趣横生而又让人受益无穷的化学科普读物!化学美爆了!燃爆了!可惜你却不知道!这怎么可以!本书用简短有趣的讲述方式,围绕着生活中的化学、工业上的化学、神奇的微观世界、化学脑洞、化学家与实验室、化学科技展望等几个主题,提出了100多个小问题并逐一解答。遇见化学,为它惊艳。无论是学霸还是学渣,不仅能从《一本有趣又有料的化学书》中领略轻轻松松化学的魅力,还能激活读者无穷的科学想象力,对生活中可以经常接触到的各种现象与化学知识的内在联系也能产生深刻的印象。



书名:《杞人忧天:只有一个地球》 作者:王健民
索书号: X171.1/5111/1934 馆藏地:自然科学图书借阅室一
内容简介:

王健民、王玮、张毅、侯玫编著的《杞人忧天——只有一个地球》是学习50多年前(美)蕾切尔·卡逊女士问世的《寂静的春天》的习作,作者积40年环保科学之研究,从一个专业人士的角度提出了12个方面60个涉及全国性、全球性的重大生态环境资源保护热点问题,实事求是地扼要介绍了生态环境资源背景及其危机的严重现状、危害程度及产生根源。《杞人忧天——只有一个地球》提出了许多您闻所未闻的“为什么”?本书适合初中以上的学生、教师、学者、专家、工程师、企业家及关心环保读者阅读,可作为国家各级管理者及决策者参考,亦可作为媒体宣传、环保教育及培训班的参考书,希望得到广大读者的关注、共鸣和反馈。



书名:《化工原理上册》《化工原理下册》 作者:陈敏恒
索书号: TQ02/122/23194 TQ02/122/23354
馆藏地:自然科学图书借阅室一

内容简介:
本教材以过程工程原理的共性和处理工程问题的方法论作为贯穿化工单元操作的两条主线,注意从典型实例的剖析中提炼若干重要的工程观点,以期提高读者处理实际工程问题的能力。

全书分为上、下两册。上册包括:绪论、流体流动、流体输送机械、液体的搅拌、流体通过颗粒层的流动、颗粒的沉降和流态化、传热、蒸发共七章。下册包括:气体吸收,液体精馏,气液传质设备,液液萃取,其他传质分离设备,热、质同时传递的过程,固体干燥七章。每章均附有例题、习题、思考题。



书名：《重读国家地理》 作者：段玉山,李曼,王成如
蓝海洋工作室绘图 索书号：K92/5366/7854 馆藏地：基本书库

内容简介：

纵览整个人类文明历史会发现，世界上任何文化都会深深地打上地理环境的烙印。影响深远的两河文明、稳定持久的尼罗河文明以及错综复杂的印度河文明，这些人类历史上最古老的文明皆源于那浇灌种子的第一滴水。农业文明是华夏文化最深厚的积淀。占亚洲 1/4 陆地面积、约 960 万平方千米的国土上，生活着占世界人口 22% 的 13 亿中国人，他们分属于 56 个民族，共有 24 种民族文字、80 余种民族语言，共享着道教、佛教、伊斯兰教、基督教等多种宗教信仰。共同的民族意识成长记忆把如此庞杂的成员统一在一个大家庭中。今天的我们回顾这段历程，是否也能从那透明的液体开始呢？长江、黄河、淮河、海河、珠江、雅鲁藏布江……绵延的河道里流淌的是供养生命的血液。让我们顺着这一条条清晰的脉络重读中国地理，重新认识这片我们为之骄傲的土地。

本书以中国的河流为线索，带领我们进入一个融国土民风环境资源经济文化为一体的地理大中国。有让人感动的壮丽，也有让你我哀痛的灾害。大量图片提供了多维的视角。平原丘陵高原盆地、草原沙漠山脉河海，并不只在乏味的教科书中出现；翻开本书，感受立体生动的地理脉络的同时呼吸这些词汇。精美的手绘图使山脉的高峻与江河的蜿蜒得以完美地获取知识的同时得到阅读享受。

小编寄语：

李大钊曾说“谁都不会死读一本书。每个人都从书中研究自己，要不是发现自己就是控制自己。知识是引导人生到光明与真实境界的灯烛，愚暗是达到光明与真实境界的障碍，也就是人生发展的障碍。”愿每位同学都能在生活的大道上找到自己的方向。

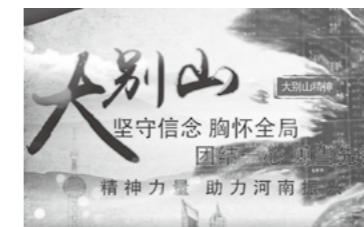
中国共产党人的精神谱系



（一）红旗渠精神：自力更生、艰苦创业、团结协作、无私奉献
同困难作斗争，是物质的角力，

也是精神的对垒。“自力更生、艰苦创业、团结协作、无私奉献”的红旗渠精神，是中华民族伟大精神的生动体现，是我们党的宝贵精神财富，是中国共产党人精神谱系的重要组成部分，激励着中华儿女为社会主义现代化建设忘我奋斗。正如习近平同志指出的：“红旗渠精神是我们党的性质和宗旨的集中体现，历久弥新，永远不会过时。”

（二）大别山精神：坚守信念、胸怀全局、团结奋进、勇当前锋



新时代弘扬大别山精神，就要永远铭记为民族独立、人民解放抛头颅洒热血的革命先辈，永远保持中国共产党人的奋斗精神，永远保持对人民的赤子之心，努力为人民创造更美好、更幸福的生活，确保优良革命传统和作风薪火相传、生生不息。新征程上，牢记初心使命，坚定理想信念，践行党的宗旨，永远保持同人民群众的血肉联系，始终同人民想在一起、干在一起，风雨同舟、同甘共苦，我们就定能在大别山精神的烛照下，不断实现人民对美好生活的向往，为党和人民争取更大光荣。



（三）西柏坡精神：谦虚谨慎、艰苦奋斗的精神，敢于斗争、敢于胜利的精神，依靠群众、团结统一的精神

踏上向第二个百年奋斗目标进军的新征程，我们千万不能在一片喝彩声、赞扬声中丧失革命精神和斗志，逐渐陷入安于现状、不思进取、贪图享乐的状态，而是要牢记船到中流浪更急、人到半山路更陡，继承和发扬老一辈革命家谦虚谨慎、不骄不躁、艰苦奋斗的优良作风，勇于变革、勇于创新，永不僵化、永不停滞，始终保持奋发有为的进取精神，永葆党的先进性和纯洁性，以“赶考”的清醒和坚定答好新时代的答卷。

（四）工匠精神：执着专注、精益求精、一丝不苟、追求卓越
三百六十行，行行



出状元。一切劳动者，只要肯学肯干肯钻研，练就一身真本领，掌握一手好技术，就能立足岗位成长成才，就都能在劳动中发现广阔的天地，在劳动中体现价值、展现风采、感受快乐。立足岗位、奋发有为，把工匠精神倾注于一个个零件、一道道工序、一次次试验，必将推动工人阶级和广大劳动群众用实干成就梦想，在平凡中彰显不凡，汇聚砥砺奋进的强劲动能。



（五）雷锋精神：热爱党、热爱祖国、热爱社会主义的崇高理想和坚定信念

今天，在全面建设社会主义现代化国家新征程上奋勇前进，我们要把雷锋精神广播在祖国大地上，弘扬无私奉献、团结互助的理念，自觉服务社会、服务人民，在全社会形成人人学雷锋、人人做雷锋的生动局面，让雷锋精神在新时代绽放新光芒。

好书推荐

《资治通鉴》

作者：司马迁

编辑推荐：读资治通鉴之前，对那些神神鬼鬼的东西，诸如图谶啊、天人感应啊之类还有一点畏惧。觉得这些多多少少算是中国的传统文化，也觉得是不是也有真的在里面。看了书才知道，其实古代大部分有识之士都是与这些东西作斗争的。每朝的盛世，都是理性精神和仁爱精神造就的。古今中外都一样。并没有什么中国独有的特质。反而是乱世，到处充斥着迷信，理性精神衰落。乱世的特质，就是充满了我们今天津津乐道的各种传统文化。所以根本没什么传统文化！如果非要说有，优秀的传统文化其实就是理性精神与仁爱精神。或者说，优秀的传统文化也好，现代文明也罢，内核都是理性精神，仁爱精神。这些，一点都不独特。独特的传统文化，除了打发时间用之外，在很大程度上，还真是理性与仁爱的绊脚石。



《逃离》

作者：艾丽丝·门罗

编辑推荐：门罗笔下的夫妻生活、死亡、逃离和回归，都是对平凡人民生活的真实反映。综合学者们的看法，可以知道西方的第一个意义在于使小说与现实、经典文本与名人言论之间形成一种互参互证的“互文性”关系。卡拉的“逃离”，既可以看作是对传统妇女角色的逃离，也可以看作是对现代自由生活的追求，正体现了后现代主义的人生追求中的不确定性和模糊性；也体现了对传统妇女角色的反讽和对“传统男性对女性压迫和统治”的反讽。西方社会生活被认为是合理的和文明的，但是后结构主义认为它是惩戒的和隔离性的。但是，卡拉的“回归”，不但体现了她对人生方向和人生目标的迷茫和恐惧，更体现了她对生活的一种“与其选择，不如不做出选择”，这也体现了多元化的后现代主义下，人们对于人生的抉择和追求不再是“量化”和“物质化”，也是对生活的一种“反讽”。



《1984》

作者：乔治·奥威尔

编辑推荐：《一九八四》中，作者借小说主人公温斯顿的心理及语言描写，表达了一种对民众麻木心理的“恨铁不成钢”愤懑，仿佛大洋国的所有人只有他自己意识到了自己所深处的社会的罪恶嘴脸，其他人却都置若罔闻，漠不关心。作者的文字间总流露着一种对极权统治，对乌托邦理想的讽刺，虽然最终的结局是失败的，但其中的斗争过程是具有永恒价值的。小说中一系列的精辟的语言“谁控制过去就控制未来；谁控制现在就控制过去”、“自由即奴役”、“正统思想就是没有意识”等等，充分表达作者内心思想的同时，也给我们敲响警钟。主人公温斯顿与裘利亚的地下爱情，虽然没能经受住严刑的拷打，但这爱情绽放的火光给予我们以人性向善的美好希望，温斯顿与裘利亚的爱情失败了，但他们毕竟在严酷的现实面前曾经绽放过，可以想见，未来的类似的爱情终将绽放并结出硕果。



《亲密关系：通往灵魂的桥梁》

作者：克里斯多福·孟

编辑推荐：在爱与被爱的过程中，我们都曾经历过痛苦、恐惧，也体验过狂喜与极乐，我们渴望建立永恒真挚的亲密关系，却又害怕再度受伤。《亲密关系：通往灵魂的桥梁》是克里斯多福·孟继《找回你的生命礼物》后，又一力作。他告诉我们如何穿透自我障碍，用爱酿造幸福秘方——没有人能年复一年地活在火辣、热情、浪漫的亲密关系之中，但我们能在亲密关系的旅途中，学习面对自己最好以及最糟的特质，学习接受和放手，最终找到通往爱和幸福的桥梁。



《海错图笔记》

作者：张辰亮

编辑推荐：聂璜是清代的“博物君”，将那个时代奇趣的海洋生物汇成一部广受欢迎的《海错图》。今日的“博物君”用现代的科学方法鉴定、考证、分析，创作出了幽默诙谐的《海错图笔记》。在隔代的对话，古今的碰撞中，不仅可以看到知识的更新，也不难发现中国海洋环境的恶化和变迁，警示世人该如何行动。



《人类群星闪耀时》

作者：茨威格

编辑推荐：《人类群星闪耀时》的内容正如它的副标题——十四篇历史特写。作者茨威格以诗人和艺术家的笔触，尊崇历史的真相，以其完全个人的独特视野创作而成。十四个故事，横跨不同时代和地域，虽然篇幅精短，但内容丰富完整，既保留了事件发生时的种种细节，也凭借茨威格深厚纯熟的笔力，展现了以旁观者视角面对这些关键时刻的复杂情绪：对悲剧英雄命运的关注、共情、怜惜，对造物主的敬畏，对在有限生命中具备的神性，迸发的创造力的肯定以及对人间正义价值的遵照和捍卫。遥远如古罗马政治家、演说家西塞罗在面临恺撒遇刺、局势混乱时的犹豫 ...



《红拂夜奔》

作者：王小波

编辑推荐：刚开始读这本书的时候，简直一头雾水，不知道它的脑洞开到了哪里去，为什么可以把历史写的那么荒诞。读着读着却忍不住给王小波天马行空的想象力献上膝盖，在这个世界里，出租车是由黑人把你装进麻袋里扛着去目的地，人们都踩着楼房高的高跷走路，男主角从来不穿内裤还喜欢从别人的脑袋上跨过去……



《如何阅读一本书》

作者：莫提默·J. 艾德勒

编辑推荐：阅读是成本最低的学习方式，按理说没有人不会阅读，但有质量和效率的阅读，是有准入门槛的。这本书用最系统的方法教你做好“阅读”这件小事，如何分类图书，如何用不同的方法去汲取信息，如何在脑中形成知识网络，等等。想学习成为一个优秀的阅读者，这本书大概是必读的。



《复活》

作者：列夫托尔斯泰

编辑推荐：本书是世界殿堂级文学大师列夫·托尔斯泰的代表作。小说以贵族聂赫留朵夫为主人公，通过一系列故事情节的发展，惟妙惟肖刻画了当时法庭、监狱和政府机关的黑暗以及官吏的昏庸，各个阶层、不同身份人物的生存状态和复杂人性，可以说是一面大时代的镜子。这部作品包括了非凡卓越的人性洞察，巨细靡遗的现实刻画，动人心魄的灵魂救赎，是一部完整体现列夫·托尔斯泰一生艺术水准和思想深度的文学巨作。



《瓦尔登湖》

作者：亨利·戴维·梭罗

编辑推荐：本书是作者独居瓦尔登湖畔两年多的随笔记录。书中的这些散文讲述了作者在大自然中的独自劳作和生活，描绘了田园生活的乐趣和自然的迷人景物，同时记录了作者内心的渴望、冲突、失望和自我调整的复杂的心路历程。书中还完整收录了美国古典木刻大师 Thomas W. Nason 专程为《瓦尔登湖》创作的 42 幅经典木刻作品。



《霍乱时期的爱情》书评

陈蕾伊 / 文

早就听说过《霍乱时期的爱情》这本书，趁着假期读完了。据说是根据马尔克斯父母的爱情故事改编的。

题目中有两个关键词，霍乱与爱情，而这本书确实是围绕着“疾病”、“衰老”这样的词汇来展开爱情故事的叙述的。而开篇的故事阿莫乌尔医生自杀，“带有苦扁桃气息的不幸的爱情的幽怨和隐痛”、以及中篇乌尔比诺医生年轻时的回忆，“街道上的粪便成堆、饥鼠成群”、“海浪忽东忽西地去而复来，海湾的潮汐把污水沟排进海里的垃圾又涌回地上，市场就躺在自个儿的粪便里”、“屠宰场也在那里倾倒脏东西，砍碎的脑袋，腐烂的内脏、牲口的粪便，静静地飘浮在血泊上，暴晒在阳光下”。这些语句都铺垫了当时的社会环境，疾病蔓延、落魄萧条，当时拉美文化中对科学的无知、对迷信的坚持。

小说的情节很简单，年轻而富有诗意的阿里萨与费尔米纳通过书信交往热烈的相爱了，费尔米纳在信中托付了终生，甚至与男主阿里萨结婚的细节都商榷好了，但由于家庭原因费尔米纳嫁给了当地最受欢迎的乌尔比诺医生。阿里萨因此为她等待了半个多世纪，在这半个世纪阿里萨四处寻欢作乐、在上百次的露水情缘后，肉欲的尽头却仍是对费尔米纳无可代替的想念。

在这里我不能理解的一点是，在漫长的五十年间阿里萨也遇到了很多比费尔米纳更优秀的女人，为什么还执着的“爱”着自己初恋情人呢？查了一下本书作者马尔克斯在谈到《百年孤独》里布恩迪亚家族的孤独感源自何处时说：“我个人认为，是因为他们不懂爱情。布恩迪亚整个家族都不懂爱情，不通人道，这就是他们孤独和受挫的秘密。”于是他出版了《霍乱时期的爱情》，通过种种故事交织在一起反映出了不同的爱情，其中男女主的爱情故事更是略微放大了“爱情可以战胜孤独甚至一切”这一点。

费尔米纳与乌尔比诺医生结合后的一段时间，她仍然分不清对乌尔比诺的感情是不是爱，她委身于安心，乌尔比诺娶她也是因为“好面子和虚荣心”。他们之间的婚姻仅仅作为婚姻是成功的，却不必然等于爱情。他们的婚姻是一个保护壳，这对夫妇将婚姻这个壳做得足够坚固。坚固到什么程度？坚固到即使婚姻不在了，它还能保护他们。在全城人看来，这是接近无限荣光的一对夫妻，但只有费尔米纳知道

在这背后的酸楚。可能马尔克斯正是这么安排这一情节的，让费尔米纳在年轻时断然舍弃了阿里萨，通过她后来真实的人生来感受，没有爱情的婚姻是怎样的。

在漫长的半个世纪后，乌尔比诺医生死了，阿里萨成功的接近了费尔米纳。文中有一个情节时费尔米纳的女儿认为七八十岁这样的年纪不能够重新拥有爱情，以此来极力阻挠他们的来往，费尔米纳大发雷霆，甚至不打算再与女儿相认，她吐露真情说：“当年就因为我同这个可怜的男人的关系，人们糟践了我的生活，破坏了我的幸福，因为我们太年轻了，而现在，人们又想把这幕剧重演，因为我们太老了。”半世纪多时间，费尔米纳终于为阿里萨公开地维护了一次，这是经历过一次婚姻后对爱情的残缺念想，费尔米纳用最后的力量对阿里萨保存了温情，维护了真正的爱情。看到这句真的好感动。费尔米纳在这时才意识到阿里萨的智慧、执着并为此打动，她的内心已经总结了半世纪的婚姻也向前迈了一步，她对她情窦初开时期的情人，怀有感激、倾慕、隐晦的依赖，甚至一点点对过去惯性仇视的疲惫，这才使得他们重归于好……费尔米纳珍视起阿里萨的感情，在这句话中也达到了顶峰。

再说回题目，我觉得作者是将爱情同霍乱类比，霍乱和爱情有两个相似之处，一是被动，二是都有身体上的征兆。回看费尔米纳的一身，她一直被动的和爱情相处，与乌尔比诺医生充斥社交意味的婚姻，还是与阿里萨的初恋，她都鲜少做出自己的选择。

最后费尔米纳与阿里萨在游船上，就像一对已经越过了艰苦磨难的夫妻。他们在船上温存。即将下船给他们带来恐惧，更不如说是他们害怕靠岸后仍要经历平淡的琐事，从而感受衰老的放大。阿里萨毫不犹豫的做出了决定——他们到最后一直没下船，他们的想法是“永生永世”，这是一种永恒的爱。

这就是马尔克斯笔下的爱情，它像霍乱一样摧毁人的心智和身体，可是人们还要义无反顾的在这贫穷、疾病丛生的世界去爱。因为只有爱才能治愈天生的孤独，让人们面对衰老时仍能坦然面对。



往事笑谈中

——读《三国演义》后感

吴萧 / 文

滚滚长江东逝水，浪花淘尽英雄。是非成败转头空。青山依旧在，几度夕阳红。白发渔樵江渚上，惯看秋月春风。一壶浊酒喜相逢。古今多少事，都付笑谈中。——杨慎《临江仙》

翻开历史的画卷，欲一探罗贯中先生笔下的三国，我看得入了迷，仿佛身临那个战火纷飞的三国乱世，漫天的厮杀呐喊声在我的耳边回荡……

恍惚间，我变成了孙权麾下的无名偏将，夜幕之下，江面尽是曹操大军的艨艟，披甲百万，纵横千里，来势汹汹。周郎雄姿英发，从容不迫，谓众将曰：“诸君且听，吾等背后即为江东，此战若败，贼兵必至，江东八十一州百姓皆系颈受戮矣。今日成败，在此一举！”言毕，众将皆精神抖擞，对曰：“犯吾江东疆土者，吾等必击而破之。”

待东南风起，举火为号，伏兵尽出，霎时江面上火光冲天，江东艨艟借助风势，如浴火炎龙般冲向曹军，一时四下着火，百万曹军被杀得落荒而逃。

周郎谓左右曰：“此照亮江东前路之火，吾为伯符见之矣。”谈笑间，烈火张天照云海，已破曹军百万师。

一眨眼，我又变成了卧龙先生的书童，时值早春，先生于草堂内昼寝未醒。只听屋外有人叩门，我开门出问，见来者三人，为首者作揖曰：“有劳仙童转报：刘备专来拜见先生。”我顿悟来者三人便是刘关张三兄弟。

“今日先生虽在家，但今在草堂上昼寝未醒。”我说道。

“既如此，且休通报。”玄德命关、张二人在门外等候，徐步而入，见先生于草堂几席之上，拱立阶下，待先生醒。

“为何将军不惜三顾茅庐，执意请卧龙先生出山？”我问道。

玄德正色曰：“汉室倾颓，奸臣窃命，备不量力，欲伸大义于天下，而智术浅短，迄无所就。惟先生开其愚而拯

其厄，实为万幸！”

也许关、张追随的正是这样礼贤下士、胸怀大义的刘备吧，我对玄德愈发的钦佩。

玄德等候多时，日至晌午，先生才醒，二人相谈甚欢。先生见玄德心甚诚，许之出山。

先生临行前，嘱咐其弟曰：“吾受刘皇叔三顾之恩，不容不出。汝可躬耕于此，勿得荒芜田亩。待吾功成之日，既当归隐。”

可我却听见先生转身轻声叹曰：“汉室气数已尽，逆天改命，明知不可为而为之，吾不复归矣……”

夕阳的余晖下，先生伫立的身影如同一尊金色的雕像，孤独且坚毅。

下一秒，我又变成了曹操的近侍，此时他身着素衣，手无寸铁，正端坐在书桌前研习《孙子兵法》。我顿感愤怒，我在小说里认识的曹操，挟天子以令诸侯，怀不臣之心，篡大汉江山，此刻正是刺杀他的大好时机。我摸了摸袖中的短刀，欲一刀了结了曹贼的性命，但转念一想，曹操挟天子以令诸侯，为何至死也没有称帝。我心中充满了疑问，于是假劝曹操称帝，欲试探一二，岂料曹操抚掌大笑，曰：“世人皆言孤挟天子以令诸侯，是怀不臣之心，设使国家无有孤，不知当有几人称帝，几人称王？百姓苦于战乱久矣，惟有霸道得以安天下。”我沉默了，收回了袖中的短刀，于百姓而言，或许乱世中正需要曹操这等枭雄才能平定天下。

曹公合上双目，曰：“青青子衿，悠悠我心。”

“但为君故，沉吟至今。”我喃喃道。

钢笔落在地上的响声打断了我的思绪，把我又拉回了现实。赤壁烽火今已寒，犹忆当年周郎梦。南阳草庐寻高贤，卧龙现世画三分。汉末群雄逐鹿原，魏武霸业扫狼烟。三分天下终成梦，后人凭吊空牢骚。

与校馆的独家回忆

傅海量 / 文

算作三年、三十六个月、一千零九五天。时光就在弹指间。

或许是眷顾，有幸走上了大学的这步人生路途的台阶，图书馆才大抵意义上融入到我校园生活的部分种，让我走进了图书馆，也走进浩如烟海的“书籍长道”，一次又一次星星点点的装饰着一个无知者的空房。每次的进馆，特别是踏步上台阶时，像是有种向上的感觉托举着我，什么都没有变，却多了几分信念和眼神的坚定。可能是知识的力量，又或是其中本身的魅力，藏着这么多瑰宝怎能不多来试尝？

书馆静静坐落在河畔旁，春风拂面，柳絮因风起。高立桥横跨而过，路铺到馆前，也踏实了学生的步履。花开桥栏，也开桥中，这美感一直在线。带着好心情去学习，去和书中的大师一同交谈。她是那样安静，又是那样让人坐在其中思绪翻涌，思想碰撞出火花，开出思考的结晶。于我而言，她在那，就很美好。以前坐在河对岸的小亭上对望她，默默又陌陌；现在又驻足，坐在小亭边，而感觉上的陌陌变成言语上的默默，多了几分近距离接触，流露几分回忆与感慨，即便她不会有回应，但她一直在的话，不就是好么？

当然，来到图书馆，免不了发生些故事，其实无论到哪儿也都是。只不过有些脚印浅一些，有些脚印深一些，就像冬日里厚厚积了雪我们踩上去过路一样，我们把它们当作回忆，也发起我对于一些事情的思考或感悟，在此叙之一二，追忆几许。

其一便是借还书。正所谓有借有还，再借不难。可我要说的便是单纯借书与还书是容易的，但如何在规定时间内消化掉我们自己借来的书，这才是难题。其实境况也分多种：能借多少本书看多少的人；借满书籍放在一角等期限到了赶忙还下一批的人；依旧是借满可借量，但是只能尝其一二的

人；也许借还书都没有的也算一类吧……我是属于给自己列出几项里的其中一类了。会借书，但不能完完全全的去读完书，能读完的也算囫圇吞枣，我想啊，每次读完书可以写点笔记，感悟，当然，这也按着书的类型，有些适合做些记录，读完了，总要留点东西在自己身上，别都又还给作者了。希望还是依旧保持能借便借，能读则读的心，毕竟借还书在于你对知识的冲动，有为自己“充电”的念头，而后来的读就是心力持续的过程。

另一面，图书馆提供了一个良好的氛围和学习环境，我们可以在书墨间游览，与学业作伴，也能坐一隅创造思想天地，其中看书阅读之于小，是个人的常事；之于大时，也是时间规划和抉择的功课，是以书为一种生活方式：人就像一个容器，我们要用什么东西装填？是顺着时间流逝搪塞自己让它白白溜过去，还是寻些事做。古有近朱者赤近墨者黑，并不是说读书或是学习有多高尚，因为劳动便光荣，各行出状元。不过书中自有黄金屋，就如我在一本养成习惯之类似的书籍上读过，其大意是：我们可用“替换理论”，以更好的习惯慢慢替换掉那些对自己生活造成困扰，让自己向下的习惯。因此，我想亲近图书馆，虽学的人太多，有时没有座位在校园其它地方一起追寻学习。但这教会我：只要你想，哪里不是学？读书，乃是一个积累的过程，而人生也是如此。能在学生时代有学习的环境，有阅读的资源，有一帮同伴一同奔跑在这条大道上，有时间多读些书，何其福也！

无知阅读，阅读无知，漫漫长路，其修远兮。图书馆，藏文聚学之地，也是校园展现文化底蕴的体现。对于我，二楼的自习，三楼的阅读汲取，以及放在四楼去寻找的专业书籍……独家回忆还在继续。念念不忘，必有回响！

读书和不读书，过的是不一样的人生

梁实秋 / 文



我们现代人读书真是幸福。

古者，“著于竹帛谓之书”，竹就是竹简，帛就是缣素。书是稀罕而珍贵的东西。一个人若能垂于竹帛，便可以不朽。孔子晚年读《易》，韦编三绝，用韧皮贯联竹简，翻来翻去以至于韧皮都断了，那时候读书多么吃力！

后来有了纸，有了毛笔，书的制作比较方便，但在印刷之术未行以前，书的流传完全是靠抄写。我们看看唐人写经，以及许多古书的钞本，可以知道一本书得来非易。自从有了印刷术，刻版、活字、石印、影印，乃至显微胶片，读书的方便无以复加。

物以希为贵。但是书究竟不是普通的货物。书是人类的智慧的结晶，经验的宝藏，所以尽管如今满坑满谷的都是书，书的价值不是用金钱可以衡量的。价廉未必货色差，畅销未必内容好。书的价值在于其内容的精到。

宋太宗每天读《太平御览》等书二卷，漏了一天则以后追补，他说：“开卷有益，朕不以为劳也。”这是“开卷有益”一语之由来。《太平御览》采集群书一千六百余种，分为五十五门，历代典籍尽萃于是，宋太宗日理万机之暇日览两卷，当然可以说是“开卷有益”。

如今我们的书太多了，纵不说粗制滥造，至少是种类繁多，接触的方面甚广。我们读书要有抉择，否则不但无益而且浪费时间。

那么读什么书呢？

这就要看各人的兴趣和需要。在学校里，如果能在教师里遇到一两有学问的，那是最幸运的事，他能适当指点我们读书的门径。离开学校就只有靠自己了。

读书，永远不恨其晚。晚，比永远不读强。有一个原则也许是值得考虑的：作为一个地道的中国人，有些部书是非读不可的。这与行业无关。理工科的、财经界的、文法门的，都需要读一些蔚成中国文化传统的书。经书当然是其中重要的一部分，史书也一样的重要。盲目地读经不可以提倡，一系列的古书是我们应该以现代眼光去了解的。

黄山谷说：“人不读书，则尘俗生其间，照镜则面目可憎，对人则语言无味。”细味其言，觉得似有道理。

事实上，我们所看到的人，确实是面目可憎语言无味的居多。我曾思索，其中因果关系安在？何以不读书便面目可憎语言无味？

我想也许是因为读书等于是尚友古人，而且那些古人著书立说必定是一时才俊，与古人游不知不觉受其熏染，终乃收改变气质之功，境界既高，胸襟既广，脸上自然透露出一股清醇爽朗之气，无以名之，名之曰书卷气。同时在谈吐上也自然高远不俗。

反过来说，人不读书，则所为何事，大概是陷身于世网尘劳，困厄于名缰利锁，五烧六蔽，苦恼烦心，自然面目可憎，焉能语言有味？



合照



傅丹与国家一级琵琶演奏员、宁波琵琶学会会长叶晓红合奏《阳春白雪》



傅丹在琵琶艺术鉴赏会现场讲述宁波市歌舞团的创建历史



宁波古琴学会副会长徐琮昊现场演奏《流水》



《丹金胜金》新书签售现场