



愉韻 梁君度

做畫展導賞員

10月10日至25日，我在廣州文化公園舉辦「滄桑入韻紙間凝」個人書畫展，這次展覽我展出了108幅作品，當中有90幅畫、18幅書法。為了讓觀眾能看懂我的畫，我為自己的展覽做導賞員。

可以說，展廳中每一幅作品都凝聚着我的心血與情感，我渴望能引領每一位觀眾走進我用色彩和水墨構建的藝術世界，讓他們領略到我創作背後的理念——通過光影和色彩詮釋感情。

我有幅代表作《春雨》，畫的是雨霽的紫丁香，含着水珠的花朵和葉子泛着冷冷的光，而瓦簷上一串串水珠不停往下滴。我畫了大片紫色和翠綠，紫色和綠色是對比色，兩者的搭配可以產生鮮明的對比效果，綠色屬於大自然的顏色，與紫色搭配會顯得輕鬆有活力，能夠激發出紫色的清雅柔美，加上光影，我希望觀眾感受到這詩的意境：

雨霽丁香淚未乾，
瓦簷滴翠醉時看。
清新香氣沁心繞，
詩意悠然夢自安。

我畫的那幅《荷塘夜色》，夜色中幾片荷葉靜靜躺在水上，通過水墨的層層渲染，那柔和的月光灑在水面上，形成了明暗交錯的光影效果，營造出一種靜謐而神秘的氛圍。

在展出的這些作品中，色彩是我抒發內心情感的直接語言。每一種顏色都承載着特定的情緒和意念。比如，《紅樹宜秋晚》中熱烈奔放的

的紅色，象徵着我對生命的熱愛與激情；《海礁》那寧靜深邃的藍色，是我在喧囂塵世中尋覓內心平和的表達；而《葡萄》那充滿生機的綠色，則代表着我對大自然的讚美和對生命不息的信念。我通過色彩的對比或和諧交融，去傳達複雜而微妙的情感。通過色彩與光影，將西方印象派的藝術與中國水墨藝術融合，是我表達情感的方式，我需要觀眾了解我這種創作理念，因此，每個觀眾在我這些畫前駐足，我都會親自給他們講解。

雖然我用宣紙、毛筆、水墨、國畫顏料作畫，但大部分時間我用七成油畫的畫法，三成中國水墨畫法，所以我的畫不是傳統國畫或水墨畫，我試圖用這種獨特的表現方式，讓觀眾感受到光影不僅僅是物理現象，更是一種能夠觸動心靈的藝術語言。

這次書畫展，我希望觀眾不僅僅是用眼睛去觀看這些作品，更是用心去感受、去體會我在色彩與水墨中所傾注的情感和思考。每當看到觀眾因為我的講解而對畫作有了更深的理解和欣賞，我心中便充滿了成就感。



畫家自己做畫展導賞員，誠意可嘉！作者供圖



文公子

趙無極的香港情

文公子10月27日應蔡冠深基金會副主席、香港中文大學聯合書院校董蔡關穎琴女士所邀，到香港藝術中心古天樂電影院出席《趙無極藝境三部曲》首映禮。該部紀錄片全長約150分鐘，以3大篇章，深入講述了蜚聲國際的近代傑出藝術家趙無極在杭州、香港及巴黎的藝術生涯，並透過對中法藝術機構、藝術家、收藏家等的深入訪談，勾勒出趙無極橫貫中西的藝術人生。影片由蔡冠深基金會資助，分別在杭州、香港和巴黎三地攝製，既是對趙無極個人藝術經歷的總結，更是對中法藝術文化交往的重要見證與紀念，正好作為國家75周年國慶暨中法建交60周年的誌慶之作。

首映播放的是《趙無極藝境三部曲·香港篇》，片長約50分鐘。大會邀請到中央政府駐港聯絡辦王松岳秘書長、外交部駐港公署李永勝副特派員、中央政府駐港聯絡辦宣傳文體部李曙光副部長、法國駐港總領事杜麗緹(Christie Drulhe)女士、政制及內地事務局胡健民副局長等出席主禮，以襄其盛。當日在會場見到中大聯合書院王香生院長與余濟美前院長，原來電影其中一位訪談嘉賓，香港收藏家及演藝工作者蔡頌思小姐是聯合書院校友。蔡冠深基金會主席蔡冠深先生也是香港中華總商會會長，所以場內亦遇到不少中總會友，大家都認為電影可觀性強。王香生院長觀後更向文公子表示，該片適合在大學播放，是可幫學生擴闊視野的通識教育的好題材。

趙無極一生作品類型多元化，涵蓋東西方的多種藝術流派，其水墨作品的創新性，啟發了亞洲乃至世界藝術家對中國水墨的思考，激勵了藝術界對水墨在傳統美彩之外的藝術前衛性的挖掘；而原來這位國際大師與香港有深厚的淵源，而且與中大新亞書院也有關。《趙無極藝境三部曲·香港篇》中提到，1958年，他應新亞書院所邀，到香港講學一個學期；雖然當年中大仍未正式成立，但他已可算為中大一員了。在港期間，他認識到一生摯愛，與本名陳美琴的電影演員朱纓結為夫婦，然後同回法國繼續創作生涯。陳美琴由於健康欠佳，於1972年離世，令趙無極深感悲傷，有近一年沒有畫作。而因為情緒哀傷中難以繪畫需複雜思考的油畫，因此轉向水墨創作，由是成就出一代大師。

《趙無極藝境三部曲》已於10月13日由鳳凰衛視向亞太地區正式播映，鳳凰秀平台及中國教育電視台新媒體網絡平台均可收看。



淑梅

愛如陽光，星級評判張佳添

《中年好聲音》星級評判、音樂製作人、歌唱導師張佳添(添Sir)，為何樂意第三次效勞？「我最滿足替有實力的人追夢，見到他們進步改變了人生，漸漸我多了一份使命感。」外傳添Sir是「外貌協會」會員，愛看美女，添Sir回應，「我覺得任何男士女士都喜歡睇靚女，我評分一定公正客觀，聲色藝全最好，但如果《中年好聲音》就要側重聲音，因為已到非偶像的年紀了……」

添Sir同是《星夢傳奇》評審，第一屆炎明熹(GiGi)奪冠，也曾說過她是百年難得一見的超新星，前途無可限量，怎樣看她突然沉寂的情況？「我不知道發生了什麼事，只能夠說一句，如果現狀維持下去好可惜。這兩年我們沒有接觸，我希望她知道自己的方向，無論她是否繼續下去，都希望她存有一顆感恩的心，包括任何幫助過她有今天知名度的人或機構，只要有這個心就夠了。她的現況背後一定有原因，未必是她的想法，可能受很多人影響，但如果GiGi有任何迷失，絕對歡迎來找我，我會給她一些中立長遠的看法，其實不單GiGi，任何後輩在這個行業上遇到問題和迷失，都可以找我傾訴。我現在做這一行真的不是為了金錢，11月我便54歲了，到了這人生階段，我希望做有意義的事，貢獻到我的職業，再貢獻社會。人生好短時間好寶貴，我希望GiGi沉澱過後，能找到自己的發展方向，她是個非常難得的人才。」

添Sir有過兩段婚姻，在當中學懂

怎樣去處理情緒，遇上一些情況一定要冷靜。所有關係都是一面鏡，最重要獨處時都覺得熱愛自己的人生，很自然和身邊的人相處得好。我感恩自己經歷了很多，終於找到最開心的自己，醫治了自己。」

添Sir自言自己是個不婚的人，但每日都跟自己談戀愛，也可以舒暢地和人家談戀愛。為什麼添Sir願意分享往事？「做人要坦蕩蕩，如果分享後別人得到啟發，我好樂意。希望我的經歷除了自己學到之外，也可令他人不再走冤枉路，放下執着，讓世界更美好。不要想太多得失，作為一個成功的人，特別是年輕的歌手藝人，若要成功就要承擔社會責任，最有價值的藝人是誰？就是健康的藝人、健康地服務社會，不要只顧為錢，到時候錢會找上你的。」

非常贊同添Sir所言，愛如陽光，不會因人的美醜好壞、國家的富裕貧困有分別，一樣地照耀着大家，我們應該如太陽般愛自己，把滿灣的愛分享給別人，那麼就會有愈來愈多人愛你！

多謝你，陽光先生張佳添！



《中年好聲音》星級評判、音樂製作人、歌唱導師張佳添。作者供圖



百家廊 采拉

牡丹花開宣紙上

水墨畫老師教我們畫牡丹。

先用毛筆過清水，筆肚水分含量要達至飽和，再調點白色，白粉量要大，筆頭蘸紅仔細調至均勻，再以筆尖點胭脂色，稍微調一下。下筆時以筆尖向下，筆肚朝上，三兩筆即畫出中心的幾個花瓣。要特別注意用筆，控制運筆的力度以及顏色的微妙變化，使顏色自然滲化，只一筆便呈現幾個不一樣層次的紅色，並讓花瓣內繁外鬆。中心部位的顏色較重，畫到外邊的花瓣顏色漸淡，可再加水略調淡，繼續讓外圍顏色較淡的花瓣向中心靠攏，增加層次，表現出立體感，最後以赭石或花青混藤黃色調出汁綠色，筆尖微調墨色，點出花萼和花托。

剛開始學習畫中國畫的南洋人，平時極少用毛筆，水墨畫既要注意筆法的運用，還要兼顧顏色和墨色的層次變化，簡直就像爬山的人遇到珠穆朗瑪峰高度般的大挑戰。

效果通常是慘不忍睹。不是顏色不足，就是暗紅色調不勻，或者把胭脂過量地調到筆肚，花色層次缺乏變化，本來應該畫出像老師形容和示範的那樣「雍容富貴、大氣磅礴」的牡丹，在我筆下變成瀟灑凋萎的哀落狀態。偶爾把花頭畫得富麗堂皇，雍容大氣，卻在點花萼和畫花托時，沒細心留意水分、忘記等待花瓣半乾才下筆，一朵絢麗的花頭被糊成一團色澤混濁的不知名圓形物。

老師說牡丹是收藏家們的最愛，因為牡丹花大色艷、富麗端莊，有「國色天香」、「花中之王」的美稱，且被人們當做富貴吉祥、繁榮興旺的象徵。

年輕時候，最怕平庸粗俗，嚮往清高嫺雅。幻想自己不附炎、不趨勢、不隨流從俗、不苛求富貴。一心要把自己培養得超凡脫俗、傲岸冷峻、清遠超逸、氣質不凡。

所以，誰看得起牡丹呀？彷彿只要和富貴兩個字掛上鉤，孤芳自賞的人就得遠離和撇清。僅僅在學習時期臨摹幾幅老師的牡丹圖，過後再也不畫牡丹。

從來沒有想過，竟在不經意間和牡丹花相遇，那個時候應杭州書院邀請去採風，西湖湖畔的著名老賓館花園裏，牡丹開得正盛。不都說看牡丹要到洛陽嗎？我問陪同一起並告訴我這是喜愛牡丹花的女作家。她愣一下，然後微微一笑：「除了河南，北京、山東、四川和重慶等地都是賞牡丹之地呀！」

原來牡丹到洛陽開花居然是武則天的旨令。女皇下旨「明朝遊上苑，火速報春知。花須連夜發，莫待曉風吹。」臘月寒冬，百花不敢不開，唯獨牡丹不遵旨，震怒的武則天把牡丹貶到洛陽。

到了洛陽的牡丹卻得了出人意表的結果。且看唐朝詩人白居易「花開花落二十日，一城之人皆若狂」，再看劉禹錫「唯有牡丹真國色，花開時節動京華」，徐凝眼中的牡丹花是眾人至愛「何人不愛牡丹花，占斷城中好物華」。五代皮日休心中的「獨立人間第一香」也叫牡丹占魁。

千嬌百媚、綽約多姿，芬芳幽香的花散發出無窮魅力，引得諸多騷人墨客為之神魂顛倒，謳歌、讚美的詩文和繪畫源源不絕，自唐代始，從無中斷，直到

今天。不曾見過牡丹之前，只聞牡丹乃富貴花，便堅決不再畫牡丹。真正遇見牡丹花，方知「天姿國色、富貴艷麗、華麗典雅、香氣襲人」並非誇張之詞。面對美艷不可方物的牡丹花一見傾心。從此心心念念。

也許人來到某個年齡，富貴不再被排斥。甚至不明白為什麼要推開富貴？稚氣地以為拒絕富貴就能提升個人品質或讓生活素質達到某個高度。難道不畫牡丹便足以顯露個人的清高風範嗎？更大的可能不過是在為自己畫不好牡丹找藉口。真正的畫家，描繪的不只表面絢爛，還要讓人看見精神風貌，能做到去俗求雅，才是克服了困難和挑戰。再說，牡丹富貴是人們賦予牡丹之象徵意義，在本質上，牡丹就是一朵花。

傾慕神馳不已的後果，日日反覆在筆下復活牡丹。花形寬厚、花瓣厚實，卻不想看見金碧輝煌與璀璨奪目的花頭在自己的筆下出現，尤其那些雙勾再填充濃彩的牡丹，居然可以畫到每一朵都是同樣呆滯刻板，彷彿印刷品一般過分艷麗的假花。

魏晉時期的畫家顧愷之提出「以形寫神」與「遷想妙得」的美學命題，說的是人物畫，清代石濤說山水畫時認為「名山許遊未許畫，畫必似之山必怪。變幻神奇惟畫間，不似似之當下拜」，畫花鳥的畫家則服膺於齊白石的名言「作畫妙在似與不似之間，太似為媚俗，不似為欺世。」

我教學生畫牡丹的時候，強調3位經典名家的審美，期待似與不似之間的牡丹開在宣紙上。

後，開始對「本草」（中國傳統藥物學）加深認識，尤其特輯的顧問及嘉賓主持趙中振教授，是當今本草學的權威，教學相長，我們也獲益匪淺。

趙教授特別推崇明代偉大的醫學學家李時珍（西元1518-1593），適逢2018年是李時珍誕辰500周年紀念，當時，整個攝製團隊更特別前往他的故鄉蕪春拍攝、雨湖岸邊的陵園憑弔……

綜觀李時珍一生歷盡艱辛，27年間為編著《本草綱目》疲於奔命。完成書稿後的十年間，又要四處張羅為其出版……可惜在他臨終前仍未能看到為之奮鬥一生的著作出版。但這位被譽為「醫中之聖」的偉人，卻以其個人力量，樹立起中國古代本草史上的一座豐碑，其光輝業績與不屈精神，讓世人景仰！

關於李時珍形象的描述，趙教授在《世說本草》告知，根據明代大文豪王世貞在《本草綱目》序言中提到的寥寥數語：「晬然貌也，癯然身也，津津然譚議也。真北斗以南一人。」用現代語言講，就是面容溫潤祥和，

清瘦頹秀，聰穎健談，乃天下奇才。1951年在維也納世界和平理事會上，李時珍獲選為世界文化名人之一，時值莫斯科大學修建，他們希望製作包括李時珍在內的傑出科學家們的紀念像。當時蘇聯向中國政府尋求李時珍像原形，但中國歷史上無論史書還是李時珍的故鄉，都沒有留下其真人真像。時任中國科學院院長的郭沫若委託著名國畫家蔣兆和先生創作一幅李時珍畫像。蔣兆和隨後以其岳父、北京四大中醫之一蕭龍友為模特兒，創作了李時珍的形象。畫像上的李時珍身穿明代儒巾道服，目光炯炯，神采穆然。此畫像問世後，為國人所認同，逐漸成為了中國偉大的醫學學家李時珍的「標準肖像」。



中國偉大的醫學學家李時珍的「標準肖像」。作者供圖



點滴 陳復生

李時珍畫像

自2017年攝製電視輯《世說本草》後，開始對「本草」（中國傳統藥物學）加深認識，尤其特輯的顧問及嘉賓主持趙中振教授，是當今本草學的權威，教學相長，我們也獲益匪淺。

趙教授特別推崇明代偉大的醫學學家李時珍（西元1518-1593），適逢2018年是李時珍誕辰500周年紀念，當時，整個攝製團隊更特別前往他的故鄉蕪春拍攝、雨湖岸邊的陵園憑弔……

綜觀李時珍一生歷盡艱辛，27年間為編著《本草綱目》疲於奔命。完成書稿後的十年間，又要四處張羅為其出版……可惜在他臨終前仍未能看到為之奮鬥一生的著作出版。但這位被譽為「醫中之聖」的偉人，卻以其個人力量，樹立起中國古代本草史上的一座豐碑，其光輝業績與不屈精神，讓世人景仰！

關於李時珍形象的描述，趙教授在《世說本草》告知，根據明代大文豪王世貞在《本草綱目》序言中提到的寥寥數語：「晬然貌也，癯然身也，津津然譚議也。真北斗以南一人。」用現代語言講，就是面容溫潤祥和，



紅畫館 查小欣

《焚城》皆因貪婪

《焚城》是香港史上首部以輻射災難為題材的電影，11月1日正式上畫，來先睹為快。電影節奏明快，一場接一場逼真的摧毀性場面，十分震撼，尤其題材是啟發自「有毒洋垃圾轉運」的真實事件，講述因一些人的貪念，將700多萬人的生命陷入滅絕危機，這些人包括貧窮低下階層及上流社會的鉅富。大有大貪，鉅富明知有毒垃圾，會帶來嚴重後果，但為一己私利，不理全城人死活，窮人為生活及出於無知而造成一場大災，個人認為含意甚深，你看「焚」跟「焚」字體多像，所以起題：《焚城》皆因貪婪。

電影由兩屆金像獎最佳攝影潘耀明執導，卡司陣容爆棚，包括劉德華、白宇、莫文蔚、謝君豪、王菀之、王丹妮、廖子好、何啟華、魏浚笙、梁仲恆等聯手拯救危城！

劉德華飾環保專家、知識學者，具說服力，他排除萬難，竭力瓦解一場浩劫。內地90後演員白宇演英勇消防員，顏值、眼神很有梁朝偉影子，吸晴。在演唱會上艷麗性感的莫文蔚演香港第二把交椅高官，行政套裝打扮，老成霸氣，與影帝級演技的劉德華對着幹，駕馭得綽綽有餘，

完全摒棄歌星形象。謝君豪飾演老練消防員，Man爆。王菀之一改喜劇戲路，演忠誠公務員，十分討好。眼前一亮的是何啟華，他飾演消防員，從未看過他演出，在芸芸戲骨中，他的演技能令觀眾留下印象，提議他走實力派路線應有為為。

災難片最忌是只顧炮製災難場面，而忘記劇情，《焚城》在劇情推演上，做到環環相扣，場面層層加強，令人意想不到，緊張感不散，一套135分鐘的電影有此效果是功力之作。

該片反映日益嚴重的垃圾回收和環保問題，以災難片形式叫大眾注意人禍可能會帶來的巨大危機，增加大家的警覺性和危機感，我覺得是很好的提醒，少了人為的災難，就減少了消防員發生意外的機會。



劉德華飾環保專家，學者造型說服力強。作者供圖



從零創舉 王嘉裕

近幾年開始流行邊界感這個詞，這個詞非常精準地概括了人際關係中的一些準則，面對一個沒有邊界感的人，會覺得很厭惡或是感覺到不被尊重，而和一個邊界感掌握得很好的人交流時，就像君子之交淡如水，感覺舒適順心。在複雜的人際關係和社會結構下，邊界感如同一道隱形的盾牌，保護着每個人的心靈領地不受侵犯。

每個人都是獨立的個體，擁有自己的想法、情感和空間，它提醒我們在與他人交往時，要保持適當的距離不要越界和干涉，這種尊重不僅體現在言語上，更體現在行為上，例如：當朋友向我們傾訴煩惱時，我們會傾聽並給予建議但不會擅自替他們做決定，因為那是他們的權利和責任，又如當同事在忙碌時，不會隨意打擾而是等待合適的時機再進行交流，以免干擾到他們的工作節

邊界感

奏。也就是說我們要學會尊重他人，保持邊界感，但也有另一個面向，就是學會分辨自己和朋友的界線，和別人交往應有個分寸和自我控制的能力。由此聯想到一位朋友，每次他的朋友想要敘舊的時候，總是帶有一些道德綁架，而他卻沒有理清自己的思路，認為怎麼能不去赴老朋友的約？於是，凡是朋友約他便會隨傳隨到，可是漸漸地發現這種習慣已經在影響着自身的生活，問題就出在他沒有把握好邊界感，也可以直接地說，有時候保持邊界感確實也是在維護自己。

在人生中，每個人都會有朋友，而在工作上也會有同事，更不用說在創業中，我們會和許多各種各樣的人打交道，如何處理好這些關係其實也是一種智慧，有多少人是合夥創業最後卻鬧得不歡而散？這就是過度地依賴和控制，破壞了關係的平衡，使雙方感到

壓抑和束縛，所以常常說凡事應放寬心，這種寬心不僅是對於挫折的淡然，而對於夥伴關係也可以抱持這樣的心態，一旦走上了創業這條道路，就意味着會遇見很多人，也會依靠這些關係成就自己的事業，但我們一定要保持適當的邊界感，人的控制力一旦增強，慾望也會變得可怕，對於物質的掠奪便會隨之發生，而從長遠的人生來看這些都是得不償失。在這個年代當中，大家都希望能夠擁有足夠的財富，然而對於「足夠」這個詞怎麼理解，各人又有自己不同的看法，有人永遠不滿意，在獲得了屬於自己的一份財富之後又渴望得到他人的利益，這也是邊界感失控的一種典型表現，最終吃虧的只會是自己。

總之，邊界感是 interpersonal 中不可或缺的一部分，它如同一道隱形的盾牌，守護着心靈領地，讓我們在與人相處時更加從容、自信。