東寫西讀

# 送禮要夠「綠」

軒轅伯

市道轉差，許多企業都在設法留住客戶。此刻很多對外部門在整理「聖誕購物預算」時，都正在苦惱該送些什麼禮物給客戶，務求繼續獲取現有客戶的歡心，免得肥水流向別人田。

在送禮這方面，不少企業近日修訂了「送禮政策」。例如，日本很多公司現時連「環保袋」都棄用，索性以一塊布包着禮物送予客戶——不要輕看這一塊「禮物布」，原來這做法在日本傳統文化裡大有來頭：從前只有武士的家族，才會把自家徽號印在布上作識認，是故此「禮物布」在古時可是貴族物品！不過，現在則由「家族印徽」變成企業品牌。當中巧妙之處，是這塊布既是禮物花紙、亦是禮物袋，而且這塊布日後還可以再用作裝其他禮物品，一舉三得。

至於英國方面更有明文規定，要求他們的商業夥伴如果要送禮的話，有兩大要求：第一，整份禮物該完全用環保物料製造，且可循環再用；第二，禮物的物料應該有六成以上在英國本土生產——此舉的目的是希望可以振興本土經濟——這個要求可比第一個更困難，因爲現時確實大多數的企業禮物，都是由中國生產，要在英國本土找到合意又合價錢的禮物，眞是談何容易。不過，也不要批評這些公司對其商業夥伴太過分，因爲這些企業對自己的要求可更高：例如，公司會要求所有同事必須根據一個「指導性原則」去思考送什麼類型的禮物給別人：那禮物要令別人收到後，不會只看一眼就棄置。

現時英國流行以木盒盛着的禮物：精美的木盒裡，可能有兩副撲克牌和一套籌碼，又或是木刻首飾盒、桃木雪茄盒之類的禮物。「木盒禮物」的送禮原理跟日本的「禮物布」異曲同工，就是禮物的「包裝」本身、亦是禮物的一部分。此招既值得企業借鑒，且當引發管理層深思，什麼才是全面環保。

與你同遊

# 風水名穴

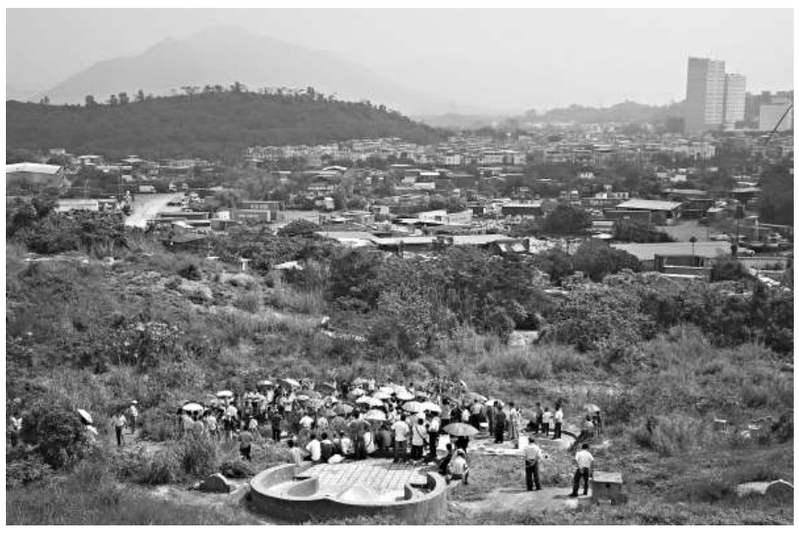
陳天權

新界各大氏族中，以鄧氏較早來港定居。據其族譜記載，宋朝初年，鄧漢黻由江西遷居廣東，是爲新界鄧族的一世祖。到了四世祖鄧符協，因考取進士而獲授廣東陽春縣令，他赴任途中經過屯門海道，望向山峰之間，知其中必有福地，於是登岸尋龍追脈，結果覓得四處風水寶地，遂起遷居香港念頭，卜居岑田（即錦田）。

那四個名穴就是新界鄧族的四大祖山「玉女拜堂」、「金鐘覆火」、「半月照潭」和「仙人大座」。相傳當年鄧符協把鄧漢黻之骨殖由廣東移放元朗丫髻山的「玉女拜堂」，二世祖鄧冠葬於元朗山貝峯地的「金鐘覆火」，三世祖鄧旭在荃灣曹公潭的「半月照潭」，而元朗丫髻山的「仙人大座」則留給他自己，這些地方現都成了香港著名的風水墓穴。

鄧符協是鄧族在香港的開基祖，其後人分爲五大房，分居錦田、屏山、廈村、龍躍頭、大埔頭和東莞等地。每年農曆九月十七日和十九日，這五房人都會到四大祖山拜祭，感謝先人努力開墾，令子孫開枝散葉。

登上元朗的三個鄧族名穴，可見前方地勢開揚，遠處山色連綿，但平原上已沒有阡陌農田，代之是丁屋、廢車場，甚至是高樓大廈。至於荃灣曹公潭的「半月照潭」，因位處市區，景物變化更大，墓前有一條青山公路橫過，後面雖有穩固的靠山，但前方的海景已被密集的工業大廈擋住了。



丫髻山的「玉女拜堂」朝向遼闊的元朗平原，盡享地理優勢

樂在其中

# 訴諸權威

胡銘堯

看過嬰兒奶粉的廣告片，不同牌子總有些醫學權威、專家等評說，嬰兒需要什麼營養才能爲他們的發育提供足夠的營養。權威論述，固然是說明產品對孩兒好，叫一衆父母購買。

訴諸權威，廣告宣傳的常用作法。最近撰寫完一輪宣傳稿，權威這個詞語當然也寫過。不過，在音樂上，訴諸權威，有什麼重要意義？

說權威，不論是學者還是樂評，總有比普羅大衆有先見之明的感覺。他們說這首作品好、這個錄音好、這個音樂家好，言下之意是那套音樂有其過人之處。

只不過，音樂不同奶粉。升斗市民相信廣告專家推介，繼續單純相信專家之言，購買專家推薦的產品，可就是關乎健康性命的事。好與不好，全靠這些消息，於是專家之言有着影響力；當然，我們無法知道那專家之言有多可靠。

可是，聽了差的音樂，不會危及生命。聽了好的音樂，最多是叫人賞心。音樂權威之言，同樣和營養學權威一樣，可作參考。但音樂卻沒有奶粉般來得致命。錯信了專家，最多只會令你敗了一晚樂興，也說不定會給你另一份驚喜？所以，我作爲聽衆，對待音樂權威之論，就是只作參考，反正信了他無害。

開性閒情

# 寓意吉祥的玉圓雕

李英豪

清代不少玉雕（包括圓雕與玉佩等），皆注重意頭，以吉祥圖案、動物或花鳥等爲題材。例如玉牌上浮雕一對喜鵲踏在梅枝上，相對而鳴，諧音「喜上眉（梅）梢」。

清代乾隆盛世，征服新疆後，一些從和闐採來的羊脂白玉，圓雕者輒刻三羊相倚而卧，一大二小，大羊口吐祥雲及陰陽魚，取意「三陽（羊）啓泰」。

後來，很多民間玉圓雕，題材可說比較庸俗，近乎牽強附會居多。像玉雕柿子與如意串連，寓意「事（柿）事如意」。雕蝠鼠前方有一兩枚銅錢，以示「福（蝠）在眼前（錢）」。玉佩雕穀穗數枝，襯以兩隻鵪鶉，寓意「歲（穗）歲平安（鵪）」。又如猴子騎馬背上，乃深盼能「馬上封侯（猴）」。

雖然這類清代玉器主題較俗氣，但其中不乏溫潤堅結的上佳玉質，亦屢有圓熟精細的碾法與技巧。比方附圖爲清代中期雕琢的卧姿回首玉麒麟，乃屬佳作之一。麒麟爲古代想像出來的動物（像龍也是），但《禮記》老早視「麟鳳龜龍」爲「四靈」；清代民間亦視之爲吉祥靈獸。此一玉圓雕工藝精湛，神態活現，足以媲美乾隆初期的回首玉馬及和闐玉雕回首駱駝。

# 不必強求「八杯水」

思　健

醫學與養生

「每天要喝八杯水」，「不渴也要多喝水」，此類「健康秘訣」已深入民間。但這種說法是否科學？是否有益健康？值得商榷。國外有關專家甚至提出：「喝太多水會爲身體帶來麻煩。」

其實喝水和進食一樣，人體需要多少，就該補充多少。水喝得太多也有弊端，如體內產生電解質不平衡（鈉、鉀離子大量流失）、水溶性維生素（如B群及C）容易流失等問題。健康成人在每日尿量一千五百毫升時，腎臟的負擔最小，功能狀態最好，而高於或低於這個量均會增加腎臟的負擔。如果長期飲水過多，必然導致腎臟長期超負荷工作，易出現腎功能受損，進而影響心臟。

從中醫的觀點來看，水喝入後首達脾胃，如過多的水滯留在中焦部位，剋伐脾胃升發之氣。清晨初醒，體內各組織器官尚待慢慢恢復功能。此時如飲用大量水，會對脾胃造成傷害，久而久之形成中醫所謂的「脾濕」。

「脾濕」的主要表現是以消化機能障礙爲主，可以見到腹脹氣、食慾不振、大便軟溏或不成形；舌苔白厚，眼泡浮腫，易倦怠，身體沉重無力等。

其實，我們每天吃的各種食物內含很多水分。例如，大部分蔬菜、水果的百分九十以上是水，這都要算入每天的飲水量中去。一般我們平均每天上午喝二杯水，下午再喝二杯，就能達到基本要求。

# 馬蹄入饌

易經緯

秋冬之間，當時得令的水果很多，最有益正氣，莫如梨與馬蹄，都非常清潤。不過，梨可以生食，馬蹄因種在泥中，削皮要小心，以免受細菌、寄生蟲污染。

兒時住廣州西關，有一位賣水果的，削皮有絕活。他講究衛生，顧客挑了梨，不論鴨嘴梨、沙梨、貢梨還是什麼梨，他都拋向空中，然後一手拿一把刀，實行「空中作業」，兩把刀飛快地削呀削，看得你眼花繚亂時，他已把皮削好，用刀尖戳着梨肉，讓你拿着梨蒂品嘗。削馬蹄難度更大，一來馬蹄個小，二來削了皮後，還得由幫閒的夥計，用小竹籤把削好的馬蹄串在一起，再用凍開水沖洗。今時今日，對這位刀法如神的祥哥仍有深刻印象，但我吃梨已習慣徹底洗乾淨連皮吃，馬蹄則一定熟食。

馬蹄入饌，美味可口，而且可以中和略爲燥熱的食物。例如土魷，青少年吃無問題，但上了年紀，其膽固醇不得不考慮。用馬蹄、土魷蒸豬肉餅，三者剁碎後，「一餸兩製」，一半由三者加生粉拌勻，另一半則只有馬蹄與豬肉，或者加入些少土魷，蒸熟之後，土魷香味四溢，即使只有馬蹄與豬肉的那一半，也可以解解長者的饞。不過，膽固醇高的人，千萬別用汁撈飯，土魷的膽固醇可能滲在肉餅汁中。

可為天



# 融入生命的「身外物」

月　堯

特稿

題材要創新、生活化、富意義；搜集資料要以第一手爲主、二手爲輔；資料分析要準確、客觀、有系統；要體現出處理資料的組織能力；着重製作水平，鼓勵創新、有效和具吸引力的表達方法。——如果一份考察報告能達到以上五項準則，那將是一篇什麼樣子的鴻幅巨製？

## 探尋生活與人生

在「消費文化考察報告獎」舉辦十周年的時刻，過去九年來參與活動的超過二萬六千位中學生，以親身經歷驗證了這個實行了九年的評審準則，如何引領自己在一個熟悉的環境裡探索到一個陌生的世界。九年來，在每一屆報告獎頒獎禮登上領獎台的同學，手中那幀「鴻幅巨製」或許僅有一張A4紙，又或者只是一張電腦光碟、一個技巧稚嫩的立體模型，當然也不乏洋洋灑灑的萬言書、裝訂精美圖文並茂的多媒體文章集錦，但不約而同的是，其中都蘊含着他們對生活、對社區、對人的行爲以及人與人之間關係的探索搜尋。

由消費者委員會與教育局合辦的「消費文化考察報告獎」經過近十年的發展，近年來已成爲香港最大型、最具學習成效的專題研習活動，〇七至〇八年度的第九屆活動，共有來自一百〇三間學校的七百六十一組隊伍參加。獲得初級組冠軍的作品，是來自宣道會陳瑞芝紀念中學四位中二女生製作的《「中」「環」交錯——中環嘉咸街街市》；高級組冠軍是聖保祿中學四位中六同學探討快餐文化的作品《Speed　Up》。

以將被清拆的中環嘉咸街街市作爲研習課題，這類討論城市發展與文化保育的「爛熱」題目竟然能夠達至報告獎評審準則中「題材要創新」的標準，那是否預示了在現行的「專題研習」課程理念下，如此耳熟能詳的題目更能獲取老師的歡心？

## 融入生命的感受

「按照學校的課程評核標準，我覺得第一個就會『肥』了她們。」消委會教育部總主任王冠成認爲，當學校老師面對這些作品應該怎樣去評核、這樣的作品是否眞的不符合「通識」的要求，這裡引申的將是反映生活態度的問題。「爲何要學生去花時間研究一種『身外物』？當他對這件『身外物』有了了解、進行了研究之後，從中獲得的感受能融入他的生命，令他改變了對人生的一些看法，這是否來得更珍貴、更值得珍惜？」

王冠成表示，第九屆消費文化考察報告獎中有數份得獎作品，都可以感受到作者令把自己對事物的看法融入自己的生活中，成爲了自己思想的一部分，因此，這些作品不但讓人看到有心，而且已眞眞正正地內化，那不是學術上的定量研究可以統計出來的。「人情味、有呼吸、有血有肉、有主角——這個『主角』並非報告的研究對象，而是作者本身。這就是第九屆得獎作品的特色，並且帶給我們啓示，讓我們在策劃第十屆活動時提出了『尋常・生活・賞析・足印』的主題。是同學們的作品告訴我們，通過考察，他們有感受有思考，從中不但能明白到研究對象的處境，而且能把觀察到的生活思考融入自己的生活態度中，這正是『教育』最重要的作用。這相對於上一屆得獎作品所流露的人文關懷又更進了一步，這是一種很難能可貴的境界，而他們正正達到了。」

## 提供「實戰平台」

從學生們的作品中，報告獎的評審們認爲聰明的同學已明白到，考察研究的方法和角度不再是純粹地把主題陳述、把研究對象僅僅作爲一個研究的媒介，而是認識到面對的研究對象是一個活生生的人、經歷的是活生生的事。在考察報告中所呈現的不再是研究對象的處境，而是他們的生活問題和消費態度，這正好展現了考察探索的深度：體會溫暖的人情味、訴說老年的孤寂、探索時間的價值、明白社會存在的不公義。「儘管這些是屬於高層次的社會學概念，但中學生透過訴說故事表達出來，已超越了以往的問卷調查的框框，並且突破了難度。作品讓人感覺到有血肉有呼吸的原因也就在於此，令人感動的不是研究報告中的人和事，而研究者本身。」

從推出第一屆消費文化考察報告獎開始，主辦者至今積累了九年的評審經驗，王冠成認爲，報告獎爲學生提供的是一個「實戰平台」，從實戰中，同學們可以看到自己的成功；報告獎能做到的，就是讓一群在香港接受教育的十五至十七歲的年輕人，看到自己可以做到些什麼、需要些什麼。

「從今年報告獎的得獎作品中，可見同學們已懂得運用比較容易掌握的技巧，把探究的結果融合爲自己的人生經歷，那不只是一連串生活數字和描述，而是多了一種諒解。從這裡可以讓大家明白，『通識』不但是一門學科理論，而且是生活的一部分；如何能做得到？這些同學可以讓我們知道，他們所探尋的，既是概念也是生活，這就把推廣『通識』的理想提升了一步。」

◀初級組冠軍隊伍陳瑞芝紀念中學的師生與頒獎嘉賓合照

▼教育局局長孫明揚（中）出席第九屆消費文化考察報告獎頒獎禮，參觀得獎作品展覽

▲每一年的報告獎舉行期間均為學校師生舉行工作坊及講座，啓發同學創意

**第九屆消費文化考察報告獎各主要獎項**

| 初級組獎項 | 考察題目 | 學校 |
|---|---|---|
| 冠軍 | 「中」「環」交錯——中環嘉咸街街市 | 宣道會陳瑞芝紀念中學 |
| 亞軍 | 「燒」費文化 | 妙法寺劉金龍中學 |
| 季軍 | 神通廣大 | 荔景天主教中學 |
| | 漂綠眞相 | 裘錦秋中學（元朗） |
| 傑出作品獎 | 高清・貧 | 東華三院馬振玉紀念中學 |
| 優異獎 | 求求祈祈 | 釋慧文中學 |
| **高級組獎項** | **考察題目** | **學校** |
| 冠軍 | Speed　Up | 聖保祿中學 |
| 亞軍 | 時間與消費 | 香港四邑商工總會黃棣珊紀念中學 |
| 季軍 | 廿一世紀「易」手網絡 | 田家炳中學 |
| | 「叟」望「商」助 | 香港四邑商工總會黃棣珊紀念中學 |
| 傑出作品獎 | 愛是這樣甜 | 五旬節中學 |
| | Love　Actually | 華英中學 |
| | 為善最樂？ | 華英中學 |

# 溫暖感覺

綽　綽（寄自巴爾的摩）

親子篇

耳際傳來女兒們與嬤嬤玩耍嘻鬧的聲音，「你眞壞！」嬤嬤笑罵着，因爲恩恩壞了她的棋步；另一邊廂，只見丈夫和他的父親在高談現今的經濟局勢，滔滔不絕。幾星期以來帶點憂慮的面容漸見舒展，這是上一代爲下一代帶來的祝福。

一家人圍在一起，吃着烤羊腿、土豆、沙律，爺爺嬤嬤對我的廚技讚口不絕。但自知廚藝不算精妙，不過是老人家厚愛，我樂於連聲「謝謝」回禮。爺爺嬤嬤開了六小時車來看我們，仍然有心情精力照顧到我們的情感需求。

第二天早上，爺爺最早起床，然後十六個月大的四女兒靜濤開始叫「媽媽」，爺爺立刻跑去抱起她，小靜濤一定很奇怪怎麼會突然來了一個老男人。不過，到了晚上，靜濤已經熟稔得坐在爺爺的懷中看故事書了。

「看不見、觸摸不到的東西比看得見、摸得着的更寶貴……」爺爺向十三歲的禧禧傳授智慧錦囊，不知道禧禧能否眞正領略這一番道理。爺爺嬤嬤來訪當然是可喜的事，但那段相處的時日、共度的時光所留下的美好回憶，以及那份慈祥的關懷與殷切的期望卻更寶貴，那份溫暖的感覺永遠長存。

## 新高中課程規劃（七）

# 找出核心概念

黃家樑

通識悟

在溫習和教授通識教育科時，面對只有一些問題和說明的課程文件，我們或會有點不知所措，不知道課程的重心在哪裡。再者，面對不同的主題，主題內又有多條問題，內容千頭萬緒，好像有很多東西要學要教。因此，筆者建議爲每一個單元找出一些核心概念，一方面用來貫串不同的主題和問題，作爲學習中心點，一方面可以聯繫多方面的內容，壓縮教學的時間。

以「單元二：今日香港」爲例，當中分爲「生活素質」、「法治和社會政治參與」、「身份和身份認同」三個主題，筆者在規劃課程內容時，就會用「一國兩制」的概念來把它們貫串起來。「一國」代表中華人民共和國，象徵國家主權或民族觀念，也預示內地香港密不可分的關係；「兩制」代表香港實施有別於祖國的制度，由港人肩負治理香港的責任，也預示了在回歸後兩地仍有某程度的差距。因此，這個基本法的核心觀念，對香港各層面事務有巨大影響，也是回歸後引發不少爭議的關鍵，以它作爲「單元二：今日香港」的骨幹實在最好不過。以下略舉一些例子說明：

| 主題 | 課程內容 | 跟「一國兩制」的關係 |
|---|---|---|
| 一：生活素質 | 人權法治 | 會否因「一國」影響港人人權和自由？ |
| | 污染程度 | 中港兩地如何協作解決空氣污染問題？ |
| 二：法治和社會政治參與 | 政治事務 | 中央是否有權參與香港政改討論？ |
| | 新聞自由 | 傳媒報道有關中國新聞時有否自我審查？ |
| 三：身份和身份認同 | 國家觀念 | 本港國民教育是否足夠？會否流於盲目？ |
| | 多元身份 | 香港人認同自己中國人的身份嗎？ |

類似的核心觀念也適用於其他的單元及其主題。例如用「傳統與現代的衝突」可以綜合單元三的「主題2：中華文化與現代生活」，而「全球化與本土化的互動」則可以貫串「單元四：全球化」的大部分內容。