責任編輯：李 淼

東寫西讀

無論如何都要試

軒轅伯

有教會不單呼籲年輕人承諾自己不會進行婚前性行爲，現在越來越多「與時並進」的教會表示，不可只管婚前不能有性行爲，更要鼓勵婚後要增多性行爲！

負責發起這次「增加婚後性行爲」運動的得克薩斯州楊格牧師表示，其教會絕對沒有邪教色彩，並表示許多夫婦總是在婚後家庭穩定下來，理應有更多「二人時間」的時候，才減少行房。楊格牧師並解釋，其實在現今經濟前景不明朗的情況下，不少夫婦各自自困愁城，溝通少了，亦不留意要多些陪伴對方、支持對方；所以此刻經濟不景，正是兩夫婦需要積極行房的最佳時機，以「行動」來給予對方更多時間和支持。

得克薩斯州此教會建議教友的「振興」方案，就是要求已結婚的教友，試試連續七日都有性行爲，並名之爲「夫妻性挑戰」。事實上，有醫生、心理學家及社工證明，經常行房的夫婦在處理婆媳關係、子女關係及睦鄰關係上，都顯著較一般夫妻好，其工作表現亦會因此提升，並大量減少婚外情危機（因爲一方面既滿足了需要，而另一方面亦沒有餘力再偷情）。專家指出，就算兩夫婦雙方都沒什麼心情去行房，也應持續嘗試：實驗發現原來這樣做的效果，像明明不愉快卻持續臉帶笑容一樣，行爲能反過來帶動整個人的內在心情。

不知香港有多少夫婦願意試試這個「沒心情也持續試試」的建議，但我們也不妨正面一點，思考一下「沒心情也持續試試」這句說話：現在我們確是不一定會找到工作、保得住客戶，甚或經常兩手閒着沒實事幹；然而與其在辦公室裡托着腮發愁，不妨試試聯絡些舊客戶、甚至以往的業務對手來聯誼。做上司的，現在可能要煩惱周轉不靈，公司的現金也不知是否足夠，但一臉愁眉苦臉也於事無補，不想笑，也盡量笑容滿臉地面對員工吧，笑容是有感染力的。

梨園保護神

陳天權

與你同遊

大江南北信奉的戲神各有不同，香港的粵劇戲班以華光爲尊。在後台的神壇可見三眼華光像，其背後放置一面神牌，上面除了刻寫「五顯靈官華光先師」外，還有田竇二師、天后元君、譚公仙聖和張騫先師等神靈。爲何粵劇戲班拜那麼多神？我問過幾位資深的老叔父，他們都說不出所以然。

華光最爲人熟悉，相傳它是玉皇大帝之下的火神。有一次凡間演出粵劇，鑼鼓聲驚動天廷，玉帝命華光下凡火燒戲棚，但華光被演戲吸引，不忍加害，便教戲班子弟焚香化寶，讓玉帝以爲戲棚已燒。結果戲班逃過了祝融之災，自此奉華光爲行業神，尊稱「師傅」。

至於其他戲神，文獻記載甚少，但老一輩仍記得田竇二師的傳說，但版本略有不同。有說兩名小童在田邊對打，武功卓絕，吸引戲班演員觀看和學習，其後兩小童翻筋斗進入田竇，大家認定他倆是神仙，但不知其名，便呼之田、竇二師，奉爲武師的祖師爺。天后和譚公也被納入粵劇戲神之列，我相信與「紅船班」有關。

昔日的戲班演員終年在船上作息，穿梭各地演戲，天后和譚公都是海神，自然深受拜祭，希望賜予平安。另一位戲神張騫先師，則與東漢的張騫不同，據說他原爲北京名伶，又名張五，綽號「攤手五」，雍正年間因得罪官府而南逃廣東佛山，教授少林拳法，後來成爲了粵劇南派武功的開山祖。

戲班後台設置神壇供奉華光及一衆神靈

樂在其中

魯特琴歌

賴建群

Sting來港演出，雖未見鋪天蓋地的宣傳和報道，但他的樂迷自然懂得準時報到，其實隨他而來的還有兩個名字——十六世紀的英國作曲家杜蘭特（John Dowland）和原籍波斯尼亞的魯特琴演奏家卡拉馬佐夫（Edin Karamazov）。

杜蘭特與莎翁是同時代人，以魯特琴歌馳名歐洲。不過對當時的音樂家而言，像他那樣找不到達官貴人長期支持、有名無利的，談不上成功。杜蘭特的歌曲精練含蓄，簡單時只需一位歌手一架琴演出。經過四百多年，這些古曲仍未被遺忘，卻不得不承認喜愛這類作品的人已越來越少。Sting最初也不曾留意杜蘭特，但身邊古典樂界的朋友，包括拉伯克姊妹（Labeque Sisters）和卡拉馬佐夫都向他積極推介杜氏的作品。Sting由純粹好奇而學習，到因爲熱愛這些歌曲而帶上舞台演唱，不過是幾年間的事。他此次來港演出的即是杜蘭特的音樂。

與Sting來港演出的，還有卡拉馬佐夫。後者以前名氣不彰，事業上，Sting絕對幫了他一把。但不要因此忽視卡拉馬佐夫的實力。

最近他推出個人專輯《The Lute is a Song》，由傳統琴曲到現代新作都一一收錄，使我對魯特琴的表現能力重新定位。比起兩年前與Sting在《迷城之歌》專輯中的表現，今天的卡拉馬佐夫更自主，也更自然。

開性閒情

扇面花卉骨肉豐美

李英豪

清代書畫篆刻俱絕的名家趙之謙（無悶、悲庵、冷君、撝叔），有不少設色水墨扇面佳作，皆以不同花卉作主題；像**附圖**所繪的菊花，寫於同治九年八月，敷色獨特，結構精密，筆酣墨飽。其後另兩位名家吳昌碩及齊璜（白石）皆在設色與水墨方面受他影響。

趙之謙和任伯年皆爲晚清江滬一帶繪寫意花鳥畫的高手，受楊州八怪畫風感染可說一脈相承。事實上，趙之謙畫的扇面雖屬小幅，但同樣顯得瀟灑，渲染得體。他筆下多爲南國奇花異卉，取材廣泛，結合寫實與寫意，富生活氣息。

後世畫評家和收藏家均認爲其虛實、疏密、顯隱、奇正、開合等，各得其妙。他亦靈巧地把沒骨法及勾花點葉法融匯無間；常以粗筆寫意，工筆寫實，諧和並容。

趙之謙喜歡用自己的書體入畫，款題多「顏體、魏面」的魏筆書，或用篆書。顏，乃指他早期學的顏眞卿（魯公）體，後學北碑，並深得篆刻名家鄧石如的漢碑額和篆分筆法。

其題款輒使人感到「骨肉豐美」、樸厚沉雄；加上其花卉與題款匠心獨運的布局，如渾然天成，別具風格。

後人縱使仿其花卉有幾分相似；但絕難仿其字，必然露出很大破綻。

郵購藥品需謹慎

思 健

醫學與養生

前不久，筆者的一位朋友在網上看到「北京某某醫院糖尿病治療中心」刊登的藥品廣告，宣稱是科研新成果，能徹底根治糖尿病的製劑。朋友病急亂投醫，先匯二千多元至指定私人戶口，要求盡快郵寄。

錢匯出後不見回音，打電話去問，回答是香港郵寄不便，我朋友逐託人前去醫院自取。受託之人按照地址尋上門，滿以爲正規醫院，求症者衆，但找遍指示牌不見有糖尿病治療中心，醫院問訊處也稱不知。

於是受託人再打電話，對方稱中心設在後院。那是排宿室似的平房，不見招牌，摸進去，整個一層空無一人。受託人逐戶敲門，終有一門應聲，一個農婦模樣的人，穿着一套皺巴巴的白大褂出來，自稱是楊主任，問清緣由後說：「我們這裡不設藥庫，只設郵寄，既然你那麼遠地方來，我可以通知他們晚上到火車站交收。」好在朋友在火車站收到藥，但是，我朋友服完這來之不易的十盒藥，全無療效。

朋友上當之處在於輕信：

一、糖尿病、心腦血管疾病乃至癌症這些全世界尚未攻克的頑疾，能在網上輕易解決，藥到病除、徹底根治嗎？

二、是否核實過經國家食藥監局批准的文號？

三、是否留意過網站標示的《互聯網藥品交易服務機構資格證書》之編號？

四、藥款匯出後有無收到合法的收據？

郵購藥品不得不謹慎。

蘿蔔的防癌作用

易經緯

中國民間將秋冬蘿蔔視爲與人參一樣有益，西方醫學又如何看待呢？據營養學家分析，蘿蔔除了含有豐富的多種維生素與磷、鐵、鈣等微元素外，還有一些防癌物質。

蘿蔔所含的糖化酵素，可以分解食物中的致癌物質亞硝胺，減低人類患癌機率，這是外國科學家實驗結果，與我國傳統智慧「蘿蔔解毒」的說法不謀而合。蘿蔔的木質素較其他蔬菜、水果豐富，可提升人體內巨細胞吞噬癌細胞能力。蘿蔔的粗纖維與芥子油，能促進腸胃蠕動，幫助消化，是最佳清道伕，預防大腸、直腸、結腸、胃癌，功不可沒。所含的維生素A與C，能增強人體免疫力，不但防癌，而且可協助已形成的癌細胞轉變成正常細胞，這就是中醫學所講的「扶正祛邪」。調動身體的積極因素，形成一股正氣，難怪有「藥無分貴賤，識者是靈丹」的說法，幾塊錢（在內地有些地方，甚至只用幾毛錢）就能買到一斤白蘿蔔，與幾十元甚至幾千元一兩的人參同樣擔負起維護人類健康重任。不過，體質極度虛弱者，小便自利，大便稀溏，不宜多食蘿蔔，而服用中藥者，亦須諮詢中醫師才可食蘿蔔。

可為天

閨閨新天地

冬 景

梁式芝書院 中七 蕭燕芬

近了，近了。我聽到了冬天的腳步，它匆匆接過秋天的傳令棒，爲人間大地換上新衣裳。

清晨，冷冷清清的街道只有寥寥數人。他們穿上厚厚的衣服，圍着長長的圍巾，口中不時噴出白茫茫的煙霧。冬天帶來的寒氣遍布在每個角落，無論走到哪裡，都會被冬的寒氣找到。即使晴朗無風，也會令人感到又乾又冷，在大街上逗留一會兒，便會面紅耳赤，手腳冰冷。凜冽的風像要鑽入心肺，身體蜷縮着，腦海想的是暖烘烘的家。

大地脫去了繽紛色彩的外衣，換上清純的裝束。一棵棵大樹暫時放下了它們的榮耀，脫下翠綠的冠冕和繽紛的花衣，餘下光禿禿的枝椏傲視寒冷，不畏強風，默默地等待春姑娘的來訪，期待大放異彩的季節。生機勃勃的小草也在冬的威嚴之中嚇彎腰了，萎頓無力地攤在地面；它們蟄伏土壤之中，作着酣夢，等待重生。

冬天的風，起初像一縷輕煙緩緩地飄過大地，只是輕柔地帶來冬的信息；當大地萬物雀躍地準備迎接冬的來臨之時，它開始拍打着窗口，有節奏地歌唱，並開始搖曳纖細的樹枝，掃下繁多的葉子。

風，漸漸地膨脹，終於，它發出吼叫，開始散發它的威力，鼓起驚濤大力地拍岸；剎那間還會變成一個不受控制的醉漢，橫掃落葉，推倒樹幹，讓街道上的每一種生物都敬而遠之……

冬天也有引人入勝的景觀。當一把一把的白色雪花飄灑大地之時，有如鵝毛般輕柔地重新粉刷世界。山川和河流都靜止了；農田被雪白掩蓋，仿如潔白無瑕的柔絲。屋檐下整齊地掛上排列有致的冰錐；樹木枝葉以亮麗的冰掛呈現另一種美；大地蓋上了雪白的被子，讓頑皮的孩子在上面築起他們的樂園，印上快樂的足印……

春雖然迷人，卻過於妖嬈；夏雖然奔放，卻過於沉悶；秋雖然豐碩，卻過於輝煌；只有冬是純潔的，縱有適度的放縱，卻從不爭妍鬥麗，更多的是默默地獻上大自然含蓄的美。

學中文

加拿大國際學校 第七班 譚嘉禧

我的姓名是譚嘉禧。我和妹妹跟隨禤老師學習中文，媽媽希望我們的中文水平能百尺竿頭更進一步。我們的課程包括了聽、說、寫。

第一次來到禤老師家上課，站在一道木門前，我很害怕，也很好奇，心情複雜極了。

中文課開始了，禤老師先講解了「譚」、「琳」和「禤」字的來源。原來中文字的來源是這樣的有趣；然後，我們認識了十六個成語。最後，禤老師向我們講了一個「緣木求魚」的故事。上完課後，我、妹妹和媽媽都得到了老師獎勵的一顆功克力。

第二次上課，我和妹妹很開心，雖然有些詞語很難，但我們用心地去學，老師教我們「易」和「昜」的分別。

這次上課好像時間很短促，我還學會了「嚴以律己，寬以待人」這個對偶句子。

到了第三課，是一個下雨天。首先老師訓練我們說中文；接着我們學了三十二個數字成語，老師講解了「今」和「令」的分別。最後，老師要求妹妹和我寫一篇四百字的記敘文。

我對我的中文學習有很大期望，但願終有一天，我的中文成績會令爸、媽刮目相看。

停在這刻中

中華基督教青年會中學 中七 李靜恩

黑夜拉上帷幕，柔風輕拂。電話筒傳來熟悉的聲音，線路聯繫着兩地的眞心。

明月銀輝灑遍大地，繁星點綴，像輝煌的金線般。我知道，它會一直延伸至你的身旁。異國的霜雪亂舞，白皚皚的飛花飄落於房頂，把屋子粉飾成童話王國般淒美。縱然大家沒有美麗的開始，卻也值得緬懷過去的點滴快樂。

每段關係都是以分開作終結，但願美好的一切都停在這刻中，如雪花優美的盤旋起舞。

只可惜時間有如白駒過隙。一抹流星劃過長空，帶走了最後的心願……

這一天，躺在白茫茫的一片之中，再也沒有半點聲音，只聽見風兒譜出的一首輓歌。

走進美麗張家界

漢華中學 中六 余淑貞 陳萃婷 嚴文卿

情繫中華

漢華中學早於十多年前已推展「中六級中國區域綜合學習計劃」，主張利用專題研習方法，探究不同地方的建築與藝術、文化歷史遺產，讓學生在眞實環境下學習中華文化。透過校外的學科考察，同學們可以學習如何親身搜集第一手資料，透過訪問、記錄，可以進一步對研習課題作出研究，培養自學精神。

二〇〇七至〇八年度的中六級綜合考察，目的地是湖南張家界，師生一行六十四人在四月初來到這裡展開爲期七天的考察之旅。行程第一天並不順利，由於航機誤點，我們在晚上十一時才抵達荷花機場。不過，大家翌日仍精神奕奕地向張家界第二個國家森林公園——天門山國家森林公園進發。

湘西第一神山

張家界天門山國家森林公園是納於張家界市內的一個森林公園。我們乘坐世界最長的高山客運索道——天門山索道，登上了天門山的凌霄台。其時氣溫急降，雲霧繚繞，還下着毛毛細雨，但是絲毫沒有妨礙大家觀景的雅興，奇偉嶙峋的岩石令衆人的相機咔嚓咔嚓響個不停。

天門山有張家界具代表性的自然景觀，峰林峽谷的地貌和空中石林的奇觀，被賦予了「湘西第一神山」的美譽。我們乘旅遊巴士經歷九十九彎的通天大道，抵達另一奇景——天門洞，這是世界最高海拔的天然溶洞，各人要踏過九百九十級梯級才能到達目的地。

尋幽探秘之後，我們前往市內的一所大學參加專題講座「張家界旅遊經濟發展與環境保護的關係」，主要介紹張家界的著名景點與地貌特徵及旅遊業和環境保護相互間的關係。我們從中獲得不少資訊，對相關問題有了初步的了解。然後，我們繼續開赴另一個旅遊景區——武陵源，並爲第三天行程前往袁家界、楊家界及天子山作好準備。

在湖南的第三天一大早，我們在大雨滂沱中來到了袁家界。這裡位居武陵源風景名勝區的核心，與峽谷金鞭溪一衣帶水，東接索溪谷、南眺鷂子寨、西望黃石寨、北靠天子山。

遇上大雨難免倍添狼狽，但雨霧縈繞下的奇山異峰更具神秘感。乘百龍天梯而上，在最高點俯瞰壯麗的煙雲，三千奇峰盡收眼底。但遺憾的是，那現代化的百龍天梯在袁家界原始的美之中實在有些礙眼。

俠客出塵之境

跨在兩山峰之間的天下第一橋是張家界「十大絕景」之一，橋下白雲飛渡、奇峰林立，互相交錯恰到好處，一衆師生徘徊不願離去。我們的張同學更表示，從未看過如此渾然天成的橋樑，更希望這也是作爲香港學生了解張家界的友誼之橋。

回味着袁家界的美，我們走進了楊家界。這裡原本是一個不爲人知的天地，但初露頭角便一舉成名。此處自然風光同樣美不勝收，即使是下雨天，但幾乎每一處景點都擠滿了等待拍照的遊人。於是，我們繼而前往有「峰林之王」美譽的天子山景區。

天子山景區位於武陵源風景名勝區西北部，佔地面積約五千四百公頃，原名青岩山，於一九八三年七月十五日易名爲天子山。天子山景觀奇特、驚險萬端，峰高、峰大、峰多是它的特色。雲霧繚繞，峰峽瀑林遍布千山萬壑，越向上行走氣溫越顯差異。我們走過了石家檐、茶盤塌、老屋場及鴛鴦溪四個小景區，一睹「峰林之王」的代表——御筆峰的雄姿。自詡金庸迷的黃同學說，來到這裡令他初次體驗到武俠小說裡的意境。

天子山還有一個賀龍公園。高大的賀龍元帥與駿馬相伴的雕像是必遊之地。導遊向同學們仔細介紹了中國十大元帥之一賀龍的傳奇經歷，令大家對他有了更多認識。

【漢華中學〇七至〇八年度中六級區域綜合考察湖南行・之一・下周四待續】

◀在張家界天門洞上天梯前留影

長洲灣天后古廟

徐振邦

古蹟導賞

很多漁民傳統習慣上都是供奉天后，爲的是祈求保祐出海平安。

以往爲捕魚業爲主業的長洲，僅是天后廟已有數間，其中一座位於北社新村附近。這座古廟約建於清朝中期（廟內存有乾隆三十二年所鑄的銅鐘）。由於廟的附近如今已發展成安老院，於是便形成了廟與安老院合二爲一的情況，也就是說，若要進廟參拜，就要先經過安老院。

這座古廟如今已被列爲二級歷史建築，是長洲島上的主要古建築之一。

◀位於長洲北社新村的天后廟

啓業邨

陳志華

談街談地

啓業邨是香港九龍觀塘區的公共屋邨，位於九龍灣，鄰近有居屋屋苑麗晶花園。與鄰近的彩虹邨、坪石邨、牛頭角下邨等公共屋邨比較，啓業邨是較晚才興建的屋邨，不過至今也有二十多年歷史了。整個屋邨在一九八一年建設完成，共有六座大廈，分別是啓祥樓、啓寧樓、啓盛樓、啓賢樓、啓樂樓和啓裕樓。

啓業邨的命名與其所在地有密切關係。啓業邨的原址本是英國皇家空軍的基地。一九一八年，英國皇家空軍成立，並從一九二四年起派駐香港。一九二七年，香港的皇家空軍基地正式啓用，當時被納入其範圍的地區十分廣泛，包括衙前圍村以南和現時啓業邨、麗晶花園及觀塘繞道臨海一帶地方。一九八一年，英國皇家空軍遷離這個地區，部分設施改建爲啓業邨。屋邨名字中的「啓」有啓德之意思，「業」有作業之意思。既然原址是屬於啓德機場旁的空軍基地，以「啓」爲首可作紀念，「業」則期待作出新展望。

現時，當年的空軍基地仍有一些遺址尚在，與啓業邨爲鄰。如空軍基地總部大樓曾作爲越南難民中心，關閉後輾轉撥給明愛機構，現已改爲「向晴軒」，是一個支援問題家庭的機構。

而在觀塘道仍有一些當年空軍基地職員宿舍的建築，現在則成爲了香港浸會大學的啓德校園，主要用作學校的視覺藝術學院上課之用，而這些建築本應是與啓業邨原址的建築相配合的。