

責任編輯：李 淳

殘障藝術家的作品。圖片中有坐輪椅及撐着拐杖的舞蹈員跟健全芭蕾舞者共舞、癱瘓的用嘴咬筆繪畫色彩斑斕的作品，又有手語話劇團。這些朋友都是用心的戲劇人，她會嘗試在演出時加入手語翻譯，讓聽障朋友都可以融入戲劇中。她又計劃引進肢體導賞，令他們的毅力所吸引；他們排除萬難的克苦精神，令他們像星星般閃耀。

最近認識了一位做展能藝術的朋友，她的機構負責展現當天分的堅持和能耐，不是人人能及；起碼，他們對生命的尊重和那努力生存得更精彩的精神，絕對值得當年輕人好好學習的！

我眼裡的他們

林家琦

現今社會追求平等：男女平等、種族平等、年齡平等。還會小心的處理各種歧視問題，從前叫殘廢，今天叫殘障或傷健，盲的叫失明人士，閱讀困難叫閱讀障礙，總之就是把負面的詞語正面化。但我們跟這些朋友相處時有真誠的做到「禮尚仁」，不帶半點同情？

遮打與置地

陳天權

○二年改名遮打大廈。最近置地為慶祝一百二十周年，請本地雕塑家朱達誠塑遮打銅像和浮雕，放置在遮打大廈大堂和門外。該集團又在交易廣場舉行「流金歲月百年變遷」展覽，以圖片回顧置地在中環走過的歷程，展期至本月底。



放置在中環遮打大廈門外的遮打浮雕

安神三寶

思 健

人有時要提神，如閱讀、寫作或疲累時；但更多時則需要安神，如煩躁、激動或失眠時。提神容易安神難，要提神可以洗冷水臉，塗風油或擦於太陽穴，要不就喝杯濃茶或咖啡，刺激效果明顯。安神的效果則較慢，有些失眠頑固者，唯有藉安眠藥入睡，劑量越服越大，不能自拔，這種苦惱只有自己知，米高積遜是一個明顯的例子。

安神需要自然，因為它的效果慢，所以急不得。失眠症患者不妨多留意一下安神的食物，雖然一時收效不明顯，但持之以恆或許會收到意想不到的療效。

譬如可以常以小米煲粥。小米中富含色氨酸，這種物質可促使大腦神經細胞分泌出一種使人安神的血清素—5 羣色胺。我們往往有這種體會，夏日午飯後，人易感覺困倦，這就是米飯色氨酸的原因，在所有穀物中，小米乃含色氨酸之最。

記住白天常喝茶，晚上不喝濃茶。茶既提神又安神，當茶葉初泡時，茶葉中的咖啡鹼被溶解到茶水中，這時的茶具提神功效；而過些時間，茶葉中的鞣酸逐漸溶解到茶水中，抵消了咖啡鹼的作用，這時茶就以安神功效為主了。常飲脫脂牛奶，同時服用鈣片。人要有睡意，需要以睡眠中樞貯存定量的鈣，而血液中的乳酸可促使鈣進入睡眠中樞。脫脂牛奶加上鈣片，實為最佳組合的安神入眠之寶。

訓練「爾乃世之光」的精神，普照四方。傅燈禮完結後，主禮嘉賓徐立之教授接受了校園小記者的訪問。徐教授曾就讀真光小學，與真光有深厚淵源。他表示，對畢業禮當日的傅燈禮印象尤為深刻，箇中意義深長。他還回憶起小時候在真光大家庭生活的日子，最難忘的是那白色上衣和藍色短褲的校服。徐教授說，小時因為家庭經濟環境不好，而父親會在每天的午膳時間親自為他送來飯盒和牛奶，這些生活片段至今仍歷歷在目。

此外，徐教授更與正面臨最後一屆會考的中四同學分享讀書心得，教導他們要先找出適合自己的讀書方法，不要只靠死記硬背，一定要因應自己的能力，深入了解課文內容，並要認清自己學習的目的。他亦希望同學們明白：讀書是為將來，而不是為會考。

徐教授勉勵真光同學，做人除了要勤奮外，誠實同樣重要。一旦能善於與人溝通，多顧及別人的感受，擁有同理心，那麼就能建立更好的際關係。

◀ 校園小記者訪問畢業禮主禮嘉賓、香港大學校長徐立之教授



探索生活科學趣味

香港浸會大學理學院在暑假期間為中學生舉行了為期三天的科學夏令營，主題為「生活點滴大發現」。旨在提高年輕人對科學的興趣和知識。活動吸引了超過七十位中學生參加，他們透過參與遊戲、講座、實驗示範和分組競賽等活動，如酒精測試原理、認識微生物、Wi-Fi 無線通訊應用、統計學應用、環保意識等，探索與日常生活有關的科學小智慧。

二〇〇九年九月十八日 星期五



銀行不肯還錢予市民

軒轅伯

美國政府注資銀行，一輪升浪中賺了不少，卻不肯還錢予政府！正值金融海嘯一周年，回顧過去一年內這些銀行的回報：花旗集團往一年靠注資金額賺了百分之四十六點八，在一年內賺了百分之二十三點四。大派花紅的公司高盛則排在第三位，利用注資賺了兩成；排第四及第五位的分別是摩根史丹利及摩根大通集團（JP Morgan Chase），俗稱「大細摩」的它們各自透過注資救市的錢賺了百分之十六點八與百分之十三點三。

首五位的「大賺銀行」，都是香港人十分熟悉的美國投資銀行。至於第六位，則是以金融和信用卡業務為主、零售業務為次的第一資本金融（Capital One），以注資救市的錢賺了百分之十點六。與之旗鼓相當的，也是香港人相對不太熟悉的 Northern Trust，這所在「納斯達克」上市

的九大銀行全都能以公帑來賺超過一成，回報率相當高。前十五位靠政府資助步出危機的美國銀行中，也未有向政府回購相關的政府有之「認股證」（即「窩輪」：Warrant）。五大當中，反而賺得相對沒花旗集團那麼多的高盛、美國運通及「大摩」，都既向政府回購其「窩輪」、也全數把注資還了——好讓其業務不用再受官員及議員干預。至於摩根大通，雖則已選擇政府注資，卻也仍未回購相關之「認股證」。

太太節

易經緯

為女性而設的節日比男性多，三八婦女節，是國際性的，還有以女性居多的職業節日，護士節、秘書節。西方情人節、中國元宵節與七夕，都是男士向女士獻殷勤的節日。母親節比父親節熱鬧，而且被確定為節日的歷史較早。

還有一個太太節，剛剛在德國慶祝。每年八月底至九月中，德國都會舉行慶祝活動。丈夫承擔大部分家務。這個節日起源於美國華盛頓的女士節，如今在美國已式微，但較為剛烈、甚至有些大男人主義的德國男士，卻由於這個太太節，而變得尊重、愛惜、保護、照顧太太。歐盟一項調查顯示，德國男士每周做家務的時間越來越多。

不知道聯合國或者國際婦女組織，何時才正式確定某月某日為國際太太節？一個成功男人背後必有一位偉大女人，一個幸福家庭必有一位好太太。全世界歌頌太太的文章很多，而我覺得寫得最真、最好、最感人的，是國畫大師黃永玉的《獻給妻子們》：「不是好女兒／哪來的好情人／不是好情人／哪來的好妻子／不是好妻子／哪來的好母親／我自有個妻子／一個班駕的妻子／一個長相廝守的妻子……人家說／我總是那麼高興／我說／我是我的妻子慣的／人家問我／受傷時幹嗎不哭／我說因為／妻子在我身邊／我驕傲我的祖國／有數不盡堅貞的妻子／年少的／中年的／白髮的／跟丈夫共同戰鬥的妻子。」



校園

校園事件簿

活力校園

香港真光書院畢業禮 學姊傳燈宏耀世之願

香港真光書院 中四 左燕玲

香港真光書院二〇〇八至二〇〇九年年度畢業禮月前於學校禮堂舉行。預科畢業生共五十五人、中五畢業生一百五十人。大會邀得香港大學校長徐立之教授主禮和致辭。他訓勉畢業同學要有積極開朗的人生態度，建立良好的溝通技

巧，以誠待人，貢獻社會。

畢業禮後隨即進行別具意義的傳燈禮。這個儀式是真光的傳統，儀式中，由中五級的學姐把「真理之燈」傳給中四級的學妹，象徵「薪火相傳」之意，並藉以祝願真光女兒繼往開來，發揚校



▲傳燈禮饒有深意



責任編輯：何曉明

逢星期一至五刊出（假期停刊）

韓國最高科技學府「KAIST」（Korea Advanced Institute of Science and Technology）質疑了現今所有電動車都必須使用電池的「固有想法」，利用現時大部分「電動牙刷」的充電方式，完全避免使用電池來驅動汽車；而那專為電動車而設的垂直插座，則是更省電省時的補充能源方法。

據「KAIST」的計算，兩台基本的核能發電機組已足夠驅動六百萬部電動車的日常用途。免卻電池而直接用插座為汽車充電的兩大優點，分別是：(1)卸除電池後可令汽車的重量減少，從而提升機器輸出的功效；(2)製造電池本身其實已是耗能且容易污染環境的過程，直接充電可間接減輕生產電池所帶來的對環境的副作用。

韓國政府高度重視這種本土研發的電動車，因為此科技跟現時日本的電力推動技術極不相同，因此是汽車製造業的突破性發展。而且，韓國的科技過去總予人抄襲日本的感覺，這一回把電動牙刷技術成功轉移到汽車上去，可謂令國家吐氣揚眉！

「KAIST」的主管更認爲韓國政府應該趁此機會大刀闊斧地改革現時的教育制度，推動創意教育的發展。情況就如半世紀以前美俄的太空科技競賽，藉此令創意教育及相關的學術研究有長足的進步。

「KAIST」認爲現行制度太過着重考試，而且欠缺其他評估學生整體表現的方式，因此建議今後應主力以面談形式作評估（絕非以口試方式），再以「項目」（project）計分，而考試則只作後備計分用途。

如此的改革構思，本身已極富創意了！



理大學生的「明日時裝」



▲鄧美欣同學以流星體為主調的設計，是從中國傳統燈籠的造型中得到啟發

理工大學的理大紡織及製衣學系學生，在暑假期間獲連卡佛（香港）的支持，於連卡佛旗下位於中環國際金融中心的旗艦店內舉辦時裝匯演，一展各人的時裝設計才華及創意。

展覽以「明日時裝」為主題，主辦單位從一百二十多位理大服裝及紡織學系學生及高級文憑課

程的應屆畢業同學中，選出十二位同學設計的合共十八套創意作品公開展出。十二位參展同學中，鄧美欣、鄧劍駒及張敏儀曾於理大畢業生時裝匯演中獲頒獎由連卡佛贊助的「最具前途青年設計師獎」及現金獎。

連卡佛（香港）有限公司視覺總監兼是次時裝匯演評判之一的Mark Baumann表示，時裝匯演及展覽為同學提供了一個難得的機會，讓時裝設計的明日之星向業界人士展示自己的作品，並可以視這次活動作為踏足時裝界發展的跳板。這項活動於二〇〇六年首次舉辦，旨在表揚並支持一衆天才橫溢、畢業於理大紡織及製衣學系的香港新一代時裝設計師。理大紡織及製衣學系是全港唯一提供有關服裝設計及紡織學大學課程的學系，自一九五七年成立至今，透過多方面的研究及教育活動，協助推動香港服裝及紡織業發展。

▲理大同學的作品極具創意，充分展現出時裝設計的才華

靜靜起革命

孫慧玲

她出生於中等家庭，爸媽都要上班，但很注重子女的教育，送她去著名的教會學校讀書。修女們傳統保守，修女們傳統保守。

最怕學生鬧出醜聞，影響校譽，所以校規極嚴，而她在這樣的熏陶中成為一個純潔天真的孩子。

爸媽工作時間長，無暇管她。她放學回家只有忙這忙那忙着「煲電話粥」的菲傭姐姐為伴，溫習做功課，或者閱讀在學校訂閱的報紙，而藉着上網做功課，她開始了網上交友活動。

無論網上或報紙，她獨愛潮流版和娛樂版，加上常用MP3聽歌，她漸漸有了自己的偶像，尤愛「小喬」。她覺得小喬漂亮性感，一頭鬆髮實在「有型」，慢慢地她以小喬為模仿對象；首先

是留了一頭長髮，小喬穿什麼她也穿什麼。

爸媽知道她迷上了小喬，爲了逗她高興，凡是有小喬的唱片都買給她。不過，父母哪裡會想到，一個偶像竟帶來了女兒的「革命」！

最近，學校成立了「通識研究會」，要學生發表對「淫照」、「援交」、「曬模」的看法，女孩子交上去的都是令老師安心的答案：

「拍淫照，敗壞社會風氣，絕對噃心！」

「援交的少女不知恥！」

「怎可以爲了『博出位』而不要臉、賣肉？」

下課後，幾個女孩子在洗手間七嘴八舌，包括她在內。

「哼！有什麼大不了，這裡是開放自由的社會啊！」

「即使援交也是各取所需吧。誰叫

家裡給的零用錢不夠花呢！」

「嘆唔知恥？短短時間裡又出名又賺了錢，管人家說什麼！」

這群女孩子，由天真到世故，由純潔到墮落，由懂得害羞到不知廉恥，是什麼造成的？

既然大家都認為是社會風氣影響了兒童成長，為什麼大多數傳媒，包括報紙、電視、電台、網絡都在宣傳渲染色情性感、賺快錢？即使進入校園的某些報紙，打着以知識分子為對象，但仍然是？不信的話，請留意那些照片、標題，奇寄奇在，這些報紙是學校介紹學生意圖閱的；學生要上網做功課，也是學校要求的。誰叫一打開報紙、一連上網，那些妖孽便自動充斥畫面，裝成看不見也難。

社會在劇烈地改變着，要錢不要臉的思想充斥，家長在拚命地賺錢，只知賺更多的錢而不知管教子女；孩子卻在默默地起革命。到了最後，家長管不了孩子了，只好把他們交回給社會。