小心專欄作家小伎倆

東寫西讀

軒轅伯

小心那些有兩個命題的專欄文章——剛逝世的「全美第一健筆」薩菲爾（W. Safire），在其生前最後一篇的專欄文章指出：當一篇專欄文章包含兩個題目，很多時候因爲專欄作家不知該寫什麼，於是寫至一半，便需「急轉彎」了。可是，當一篇文章寫上三個或以上的題目時，卻又是值得看下去的：因爲，作者應是有設計地希望讀者能一次性的比較三個或以上的論題，從而找出它們之間的共通點。

小心有很多學術名詞或用論文結構的專欄文章——例如文章常用「設想」、「假定」、「推斷」等字詞時，多數是「僞科學」作品：因爲，眞正的學術文章，不可能用如此短的篇幅來交代來龍去脈。薩菲爾表示，通常撇除那些艱澀字詞後，這些文章大多欠奉具體內容，純粹是在文字演繹上的雕琢。

小心有很多驚喜及結論令人意想不到的專欄文章——因爲寫專欄文章的那位作者，很可能是爲了營造那種驚喜效果，才在文章起初作大量鋪排，要表達的是其技巧，而並非是其訊息；所以這些文章一般徒具娛樂性，內容卻充滿「水分」！

小心一篇文章有巧妙而強烈的首尾呼應——薩菲爾的經驗，是這一類文章其實十居其九並沒有完整結論。由於作者寫至尾段時，不知有什麼與衆不同的結論，於是會利用修辭技巧，把文章帶到原來開頭的論點，讀起來像有極強的連接感覺，然而其實仔細看看，結論多不算很強、甚或欠奉。

小心一開始時便承認自己犯了小錯誤的專欄文章——譬如說自己錯別字、又或是某個詞語不該這樣用。千萬不要以爲那位作者眞的在認錯，通常認錯後會大大斥責原先指出其錯誤的人。所以這一類專欄作家絕不謙虛，一般更相當討厭。也要小心借此方式在其專欄把秘聞曝光或公開一些內部討論資料的作家，因爲這些人很可能已被當權人士招攬了！

郊野全接觸

陳天權

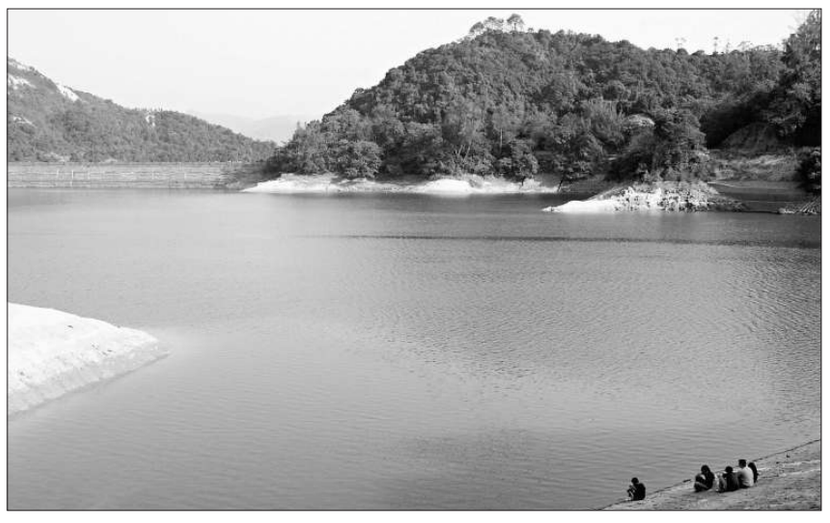
與你同遊

旅遊發展局本月份首辦「香港郊野全接觸」遠足活動，一連五個星期六，由遠足專家帶領旅客分段漫步麥理浩徑，欣賞優美的景色，獲知當中的故事。這是一項值得推廣的活動，使外地人知道香港不僅有高樓大廈，還擁有秀麗的山川景色。漁護署也應舉辦類似的系列活動，好讓更多香港市民走進郊野，投入大自然懷抱。

麥理浩徑全長一百公里，共分十段，由西貢伸延至屯門，連貫八個郊野公園，大部分依山而建，但地勢不算崎嶇，只有北潭凹至大老山一段較爲難行，其餘都適合一家大小行走。該路徑在一九七九年麥理浩任港督時設立，很多香港人仍未踏過整段麥理浩徑，原因並非交通不便，只是缺乏推動力，未能激發遠足之心。

此外，旅發局再爲外地旅客推出「自然生態萬花筒」行程，在導賞員介紹下，從不同方面認識香港的生態與歷史環境。行程共有七條路線，包括米埔濕地、嘉道理農場暨植物園、昂平古道、松林廢堡歷史徑、大澳、塱原濕地，及黃泥涌峽軍事遺址徑。除了米埔和嘉道理農場要收取入場費外，其餘免費。

香港的旅行遠足活動，現靠本地的旅行隊伍推動，但宣傳效果肯定不及漁護署或旅發局。其中一個旅行組織「獵影遊」將於本月十四日舉辦「旅聞紀事、舊景重溫」講座，透過今昔照片和行山見聞，展現香港郊野在過去幾十年的變化。


麥理浩徑第七段繞經城門水塘

力臻完美

賴建群

樂在其中

很多作曲家習慣將作品改完又改，力臻完美。像布魯克納將交響曲不停修訂，無法評判新版是否比舊版好，只能說是作曲家心意變了。

最近聽過兩張新唱片，都以演奏作曲家著名作品的另類版本爲主題。先有賈維（Paavo Jarvi）指揮法蘭克福電台樂團的《4 Movements》，唱片名稱所指的四個樂章，都是馬勒的作品。包括被馬勒從第一和第二交響曲移除的兩個樂章、未完成的第十交響曲中可供演奏的慢板樂章，及布烈頓（Benjamin Britten）將馬勒第三交響曲的樂章簡化而成的《野花對我說》。

新近聽到的另一張「奇碟」，有杜鳴高和女高音奧瑪拿（Violeta Urmana）演繹浦契尼著名歌劇的另類版本。浦契尼不像布魯克納般善變愛修改，實則他爲了達到更好的舞台效果，也會將作品修訂。唱片收錄了名劇如《蝴蝶夫人》、《燕子》、《西部女郎》、《曼儂》的另類版本。唱片中一段段耳熟能詳的片段，過往以爲只有一個版本，現在才知另一個版本的存在。像《曼儂》女主角的飲歌《孤獨、迷失、被遺棄》，聽慣了今日五分鐘，有一個高潮，樂隊靜靜完結的版本，今天才知道原來最初這段詠嘆調長達七分鐘，有兩個高潮！唱片演唱有水準，小冊子資料充足，讓我知道浦契尼爲什麼要改。有趣，也有欣賞價值。

宣德青花盤的鑑別

李英豪

開性閒情

喜愛明代官窰瓷器的朋友們，皆夢寐以求宣德時期精製的青花瓷器。不過，其中部分人士可能「嗜古心切」，加上鑑別的功力不足，往往誤購仿品。

筆者曾於十多年前，先後遇見幾件仿宣德的贋品，均露出破綻。例如有一件青花瓷方瓶，器形明顯地較明代宣德器爲大；而且妄添回紋、如意雲等，乃清代規律工整與繁複的紋飾，卻非明代所有。仿者竊以爲「錦上添花」，其實弄巧反拙，畫蛇添足。

另有一青花山水盤，不但筆法生硬而且刻意，更用人工方法於青花深處加堆疊點紋，以爲可仿宣德青花自然的斑點，掩蓋較劣的釉面，怎知欲蓋彌彰，「尾巴」頓現。仿品最大毛病是款識不對勁，不是款字草率筆力弱，就是排列稀疏，字體大小不一，書寫頓筆甚顯，全非宣德制度及那時官窰的嚴謹要求。

有些後仿品用加釉法燒出黑鐵斑，與宣德官窰青花「蘇泥勃青」料自然形成的下凹黑鐵斑迥異。有些黃釉青花盤仿品底部有旋削紋，但宣德原器必打磨光致。像**附圖**的黃釉青花蟋蟀瓷盤，乃宣德眞品，十分珍稀；不但瓜葉紋繪工精湛，而且盤底打磨光致細滑，胎釉上乘。

宣德黃釉青花罐

血壓測量不宜頻繁

思　健

醫學與養生

隨着電子技術的發展，現在的便攜式血壓計進入千家萬戶，不僅使用方便，而且精確度也與醫院的水銀柱血壓計媲美。

正由於太過方便，也產生了問題。不是血壓計不準，而是患者的緊張焦慮情緒產生的「血壓不安症」。有老人晚上睡眠不足，清晨感頭昏，便懷疑自己的血壓升高，由於情緒緊張，首測偏高，於是再測一次。第二次測量時，焦慮更甚，測出的血壓更高，引起惶恐不安。結果是測了一次又一次，有患者一天要測二十多次，陷於惡性循環之中。

血壓測量太頻繁易產生焦慮症，況且按照血壓升高的假象，輕率地服用過多的降壓藥，反對心臟產生不良影響。

人體血壓在不同的時段有波動，屬正常現象。人在經過體力活動和精神刺激後，血壓也會出現一時性升高，這種現象不足爲憂。患者在休息放鬆或情緒平穩後，大多數人的血壓會自行下降。

家有血壓計是好事，但每周只需測量兩天即夠。這兩天可選擇：

一，在清晨睡醒時或傍晚測一次，一般人的白天血壓有兩個高峰期，即上午六時至十時，下午四時至八時，此時血壓水平可反映自己最高的血壓水平。

二，用降壓藥控制血壓的患者可在服藥後二至六小時測一次血壓。降壓藥的降壓作用分短效和長效，根據有效時間量血壓可給醫生在處方時作參考。

老可敬可愛

易經緯

可為天

有人怕老，談「老」色變，忌諱言老。「老」其實是尊稱，對上了年紀或者已爲人祖父母者，都會恭敬地稱呼「老伯」、「老太」，在社交場合，父子一齊出現，而子已婚者，假如姓易，大家都會稱其子爲「易先生」，其父則稱「易老先生」，以資區別，否則一聲「易先生」，父子一齊回應。對有學問、德高望重者，則尊稱「老」，例如：郭沫若、董必武，不論公開場合或見諸文字，都稱「郭老」、「董老」。

老有親切的意思，即使畏老，夫婦不論年紀大小，都互稱老婆老公。表親關係稱老表，襟兄弟稱老襟。同一單位、圈子有兩個同姓氏的，不管陳李張黃何，都以小陳老陳、小李老李……來區分。

爲人師表，不論這師表年紀大小，學生、家長都尊稱爲老師。在工廠、作坊，受人尊重的老行尊，更被稱爲老師爸。薑是老的辣，湯是老火的好味，店舖是老字號的予人信心，人是老伴可靠可依，古董是越老越值錢，約會見面是老地方踏實……

老，其實不可怕，反而可親，老照片給你溫馨回憶，老樹更是寶貴的集體回憶。酒是老窖香醇，老歌，更能喚回久違的青春。國慶六十周年晚會，天安門前起老歌「讓我們蕩起雙槳，小船兒推開波浪……」老年、中年、少年都沒了年齡界限。

尖沙咀街坊福利會辦專家講座

尖沙咀街坊福利會於9月23日在尖沙咀會堂舉辦了平安紙及醫療講座，講者爲錢志庸律師。該講座主要是對個人及家庭影響及重要性，令每個人都清楚知道怎樣去理財，甚至可以請理財顧問幫助大家，避免日後家庭糾紛、浪費及拖延時間才獲得財產。

另外，講座還提到當失去意識昏迷在床時，誰可以給予最合適的意見？原來，自己最清楚自己需要怎樣的治療方法。當日講座逾二百多名會員出席。

逾二百會員出席平安紙講座

理事長蘇仲平先生表示，該會將每月邀請專業知名人士講者，舉辦各類型專題講座，如：健康資訊、投資資訊、旅遊資訊、飲食資訊、長者防騙、防爆竊、道路安全等等……並計劃安排會員到澳門及內地的各類交流活動、長者參觀平安鐘服務；使社區人士大衆透過各類講座及交流活動，加強及提高意識及認知。

尖沙咀街坊福利會理事長蘇仲平（左四）、監事長林祖光（左二）與主講嘉賓錢志庸律師（左三）等出席講座

澳門旅遊塔舉辦中國建築高手擂台會

（左至右）澳門建築界「高手」馬若龍、澳門旅遊塔高級聯席董事董志遠、資深漫畫「高手」陳偉輝主持揭幕儀式

澳門旅遊塔舉辦「中國建築高手擂台會之哪吒篇」活動，以中國近代建築物爲主體，由與澳門素有淵源的封神猛將哪吒作號召，讓市民和旅客透過觀賞十座優秀建築的模型，感受國家的輝煌成就，體會中華大地高手處處。擂台會於本月8日下午正式揭幕，活動舉辦至12月，除模型和哪吒畫像展覽外，還設有「至尊高強建築」選舉，供市民和旅客投選最喜愛的其中一個建築，以贏取餐飲禮券和禮品。

適逢澳門雙慶年，澳門旅遊塔於今年陸續舉辦多個慶祝活動，而「中國建築高手擂台會之哪吒篇」是其「愛國愛澳」系列之壓軸活動。活動以哪吒廣邀中國近代建築到旅遊塔所設下的擂台「比試」作引子，以「高手」相逢，彰顯國力。著名澳門建築界「高手」馬若龍應邀選出十座內地、港、澳優秀建築物，並將其製成模型展出。此外，由資深漫畫「高手」陳偉輝所繪的哪吒畫像亦同期展出。他們也應邀出席擂台會開幕禮，與澳門旅遊塔高級聯席董事董志遠共同爲活動揭開序幕。

建築物反映中國近代發展

董志遠表示，哪吒與澳門淵源甚深，曾保護澳門居民免受瘟疫災害。今次讓哪吒帶領大家欣賞中國近代的建築成就，是寓意中華大地，風調雨順、國泰民安；同時，讓遊客透過展覽，感受國家近年的強盛發展。馬若龍指出，好的建築除外貌、功能並重外，最重要的是具有時代意義。今次所揀選的建築物，不但設計獨特，更反映了中國內地與港澳經濟和都市發展。

獲選的十座優秀建築物包括澳門旅遊塔、澳門新葡京、澳門科學館、北京中央電視總部大樓、北京國家體育場（鳥巢）、北京國家游泳中心（水立方）、上海東方明珠電視塔、香港滙豐銀行總行大廈、香港中國銀行大廈以及廣東省博物館新館。

丁曉萍

英皇慈善基金夥拍善寧會步行籌款

由英皇慈善基金與善寧會主辦的「行善精英慈善行」將於11月15日（星期日）在北角寶馬山金督馳馬徑路線舉行。上午9:15分在寶馬山道遊樂場舉行起步禮；上午9:30起步。

慈善行截止報名日期爲11月2日。參加者請於12月18日或之前，把所有善款（劃線支票或其他付款證明資料），連同填妥之贊助表格寄回善寧會。

英皇慈善基金會於1997年初成立，對推動本港及內地的教育、醫療、文化、社區及環保等公益慈善活動不遺餘力，並熱心參與扶貧、扶幼及扶老等工作，協助有需要人士。

「英皇慈善基金」迄今累積捐款超過一億港元，較近期的一個重要項目是於湖北省資助開設善終服務中心「湖北省慈善香港英皇關愛老人護養中心」，項目涵蓋硬件設施、醫療服務及心靈輔導，截至2009年初共捐出逾千萬元人民幣，而以後每年亦繼續出資支持中心的營運開支。

如有查詢，請致電2230 9114／2230 9116。
電郵：frp@hospicecare.org.hk。

奧比斯藍色行動澳門展開

嘉賓們把象徵光明希望的藍色氣球放上天空

爲響應「世界視覺日」，澳門奧比斯首度發起「藍色行動2009」，並於日前假澳門旅遊學院望廈賓館會議廳舉行啓動儀式，呼籲全澳市民關注眼睛健康，正視全球失明問題。

澳門奧比斯高級籌募發展經理盧保珊表示，奧比斯爲一個國際性救盲籌款組織，亦兼負教育工作，救盲工作主要集中在中國、越南、印度和孟加拉等。自2006年成立澳門辦事處以來，四年均響應支持世界視覺日，亦得到本澳多間企業的參與和支持，期望今年繼續爲有需要的人籌得更多善款，幫助他們重見光明。奧比斯香港籌募發展總監劉慧思亦表示對得到澳門工商界大力支持致衷心感謝，呼籲市民應每年進行眼睛健康檢查，以保護健康視力。

當日出席主禮嘉賓除劉慧思外，還有七家澳門企業代表，包括陳錦泉、丘湘文、聶麗冰、陳靜儀、鄺達德、徐靜慧和梁小牧，奧比斯更特別請來仁伯爵綜合醫院眼科主任梁珍當主禮嘉賓。梁珍表示，澳門常見的眼疾包括近視、白內障和青光眼等，個案並隨年齡增長而有所增加。而企業爲表支持，均自行發起藍色活動，例如校園蒙眼什餐募款活動，員工穿帶藍色衣飾上班等。

馮嘉儀

愉景灣D Deck浪漫秋日獻禮

這個秋季，全港最大臨海露天美食熱點愉景灣D Deck，由即日起至10月25日呈獻「愉景灣D Deck浪漫秋日」，情侶們將可在一個完美的環境下，製造浪漫難忘體驗！

甫踏出愉景灣碼頭，一個精緻的巨型音樂盒送上悠揚樂韻，先在這兒留影，展開於愉景灣的幸福旅程。

此外，大白灣沙灘將是另一個不容錯過的拍攝景點。每個周末，沙灘上將以超過千支蠟燭，砌出大型心形及音符圖案。

圓滿的幸福旅程當然少不了浪漫饗宴！D Deck的餐廳會爲情侶準備特別菜式，周末更有樂隊於海濱長堤現場演奏經典情歌。

大家只需於D Deck 15間指定餐廳中任何一間消費每滿港幣100元，便可獲贈前往中環的即日渡輪券一張；若惠顧滿港幣300元或以上，更可多獲贈「D Deck浪漫秋日」幸福晶瑩水杯一對，數量有限，送完即止。

如有查詢，請瀏覽www.ddeck.com.hk或致電3651-2345。