新園地・校園

責任編輯：李 淼

東寫西讀

五度減絕

軒轅伯

《金融時報》報道，全球的平均氣溫每上升攝氏一度，地球環境都會產生極大變化——每上升一度會怎樣呢？

氣溫上升攝氏一度，全球的火災風險會以幾何級數提升。換言之，即使相對濕度達八十至九十個百分點，但如果全球平均氣溫上升一度，火災危險訊號在所謂潮濕的環境中也可以經常生效：因爲，地球的基數氣溫變得更高了。

氣溫上升攝氏兩度，全球有三成的動物和植物品種，很可能從此消失絕種。亦因爲如此，人類大量食用農作物也會消失，令地球上大部分國家都有進入大饑荒的危機。然後，海底的珊瑚也幾乎會全部消失——有專家預計，地球的平均氣溫，最快在未來五十年內，便能向上攀升兩度。

氣溫上升攝氏三度，百分之三十的沿岸濕地，將會完全消失，包括香港沿岸地區。另外，全球所有因爲水災或旱災而死亡的比率，將會較現在高一倍。同時，將會有接近一億人缺水。香港的天文台台長已經表示，我們很可能不會再次回到一個可以擁有寒冬的香港。或許，我們的下兩代到三代，有機會要天天「制水」。氣溫上升攝氏四度，地球上有一億至二億人現時生活的地方——特別是亞洲和非洲的低窪地區——每一年都會有如「南亞海嘯」般的大型水災。

氣溫上升攝氏五度，全球百分之四十五的動物和植物會絕種。接着，是全球經濟失衡——全球的醫療體系到時該沒有任何辦法，可以應付相關的病患，因爲人類在僅存的土地上之生產比率、與人們整體的醫療費用，已經不可能互相平衡——也就是說，部分病人必死。

這一刻，希望各位眞心關注全球暖化，關注地球的健康。

與你同遊

政府山

陳天權

閱讀最近發表的施政報告，我覺得最有新意的就是政府計劃保育僅有五十多年歷史的現代主義建築物。另外政府亦開始改變以往只着眼於保護單一樓房的政策，而考慮保育一個區域。備受關注的政府山前景，在報告中便有交代，可惜並非整體保護，當局以中區政府合署西座「文物價值不高」爲由，建議拆卸重建。

獲得「留低」的中區政府建築物，計有一九三九年開幕的中環街市、一九五一年入伙的荷李活道已婚警察宿舍、一九五四年和五六年落成的中區政府合署東座和中座，以及一九六九年建成的美利大廈。至於中區警署建築群及終審法院，因已列爲法定古蹟，所以不會清拆，但日後如何活化仍未決定。

政府山及鄰近的中區警署建築群，是香港最後一塊未被發展商染指的處女地，當中可以見到不同年代、不同性質的歷史建築物，從而拼湊出一幅由開埠至今的演變圖象，堪稱是香港最古老的城區。加上四周古樹林蔭，猶如石屎森林中的綠洲，給繁忙的都市人有一個喘息空間。

政府如果有心保育中環，政府山上的建築物便須整體「留低」。政府合署東、中、西座是一個完整組合，建築風格一致，中座和西座之間有一棵屹立百年的紫檀樹，那空間成爲了市民聚集向政府表達訴求的場所。若西座改建爲高層商業大廈，我難以想像日後的政府山會變成何等面貌。

中區政府合署中座和西座之間的空間廣場

樂在其中

唱片中的新秀

賴建群

最近唱片業跳出近一年來的常態，有不少新錄音推出，當中更有多位新秀的精彩作品。

備受矚目的，首選〇五年蕭邦國際鋼琴大賽首獎得主Rafał Blechacz的蕭邦協奏曲錄音。他是我近期非常留意的鋼琴家，除了年輕一輩鋼琴家必會具備的比賽制度下磨練出來的準繩技巧外，他的琴音甜美自然，這是天賦，也是最珍貴的。此外，蘇格蘭小提琴家Nicola Benedetti最新唱片《Fantasie》選取了充滿幻想奇思的名曲，由抒情的拉克曼尼諾夫《無言歌》，到聖桑華麗的《前奏與迴旋隨想曲》均收錄其中，都是旋律優美，易於感受的作品。由〇五年推出首張唱片後，她至今已累積極高知名度，這張唱片相信可以爲她再下一城。

大型演出方面，俄國青年指揮Vasily Petrenko指揮皇家利物浦愛樂，最新灌錄了蕭斯可維契的第五交響曲。這是蕭氏作品中氣氛極緊張，極受樂迷重視的一首。別以爲利物浦愛樂不是最頂尖樂團就輕看此錄音。他們有英國樂團一貫的穩定和可塑性，受Vasily Petrenko影響，音樂氣氛濃烈，叫聽者動容。

還有本港樂迷熟悉的年輕鋼琴家張緯晴、近年引起國際樂壇注意的楊天媧都有新錄音推出。雖然只是一張唱片，但正好讓不同地方的樂迷有機會認識這批來自不同國家的音樂家，希望這股新碟風氣能繼續保持。

閒性閒情

真假宣德器的年款

李英豪

曾有友人以「超低價」購進一件明代青花瓷器，上有「宣德年造」的字款。他喜洋洋地拿來給我鑑賞。我看看年款，再細察胎質、釉面、造型與紋飾等各方面，毫不諱言指該青花器絕非眞正宣德時期燒製的官窰瓷器。我說光看年款的一個字，其實已可鑑證爲後代的仿製品，而非武斷。爲什麼呢？理由十分簡單，因爲根據出土文物、傳世品及所有可靠文獻所載，眞宣德官窰青花瓷器上，從來沒有用過「造」字。晚明天啓年間，不少民窰仿宣德青花器，就偶有「造」字出現；清代、民國以至近代，亦有很多仿品妄用「造」、「置」的字款，露出最大破綻。

基本上，仿品絕非用宣德官窰專用的進口青花料「蘇泥勃青」，色非藍中泛青和嬌艷欲滴，更無自然形成的下凹黑鐵斑和釉面的桔皮紋（釉層中含較多氣泡）。

像**附圖**的青花扁盌，上有「宣德年製」款；青花色調凝重與暈散，胎質敦實、厚重、堅致和細膩，紋飾筆法豪放。眞宣德青花器字款總的風格是晉唐小楷筆法，甚有筆氣（如人般具氣質及骨肉勻稱），且筆劃周圍似蒙上一層獨特的薄霧，乃仿品所無的現象。

醫學與養生

肩痛≠肩周炎

思 健

在人體所有關節中，以肩關節最爲靈活，也最易受傷。

肩關節疼痛的日子不好過：白天無法轉動和抬起伸手臂，在洗臉時無法擦到脖頸，晚上肩脖酸疼僵硬，左側睡疼，右側睡痛，欲坐起，手撐床又一陣麻痛，往往整晚被折騰。

患者將症狀向親人朋友訴說，還向一些醫生求診，往往總得到這樣一個結論——你患上了肩周炎。

傳統的肩周炎治療，不外乎理療、推拿針灸、局部封閉、外用膏藥等，醫囑還要堅持做手指爬牆、繩操、拉環等，不讓肩關節僵化。治療肩周炎的原則沒錯，但是肩痛一定是肩周炎嗎？如果病因有誤，治療方法不是無效嗎？甚至還可能有反作用，這是很多肩痛患者誤診後長期不愈的原因。

事實上，肩痛患者中被確診爲肩周炎的不到六分之一，而肩峰撞擊綜合症及肩袖損傷佔肩痛患者的三分之二以上。這兩種肩痛症的治療與肩周炎不同，如讓肩袖撕裂的病人繼續進行爬牆、繩棒操等運動鍛煉，或人爲地以手鬆解肩關節，可導致已撕裂的肩袖口繼續擴大，最後形成更大的不可修復的肩袖撕裂，加重傷情。

有時頸部疾患，心臟疾病向左肩部放射痛，膽囊疾病向右肩部放射痛，也可能誤認爲是肩周炎。故肩痛的病因需有專科醫生和臨床經驗豐富的醫生才能鑒別診斷。

讓身體交好班

易經緯

時值深秋，風高物燥，天文台經常發出黃色或紅色火災警告信號，這段日子，山火最容易發生。人體在這樣的自然氣候下，也很容易上火，秋屬金，主肺，五行火克金，肺是火旺的受害者，呼吸道疾病，如感冒、咳嗽、支氣管炎、肺炎、哮喘、喉嚨沙啞，這段日子當時得令，若不根據「天人合一」自然規律去調理身體，就會百病叢生，「多事之秋」這四個字，是養生的警號。

更糟糕的是，秋天不把身體調理好，帶着一身毛病進入冬天，麻煩就多。冬屬水，主腎，五行金生水，肺金搞不好，就不能生腎水，肺弱腎虧，寒冬日子怎會好過？

明天霜降，是秋季最後一個節氣，再過半個月就立冬，是冬季第一個節氣，秋冬交替，身體要交好班，把一個健康的肺部交給冬天，才能經得起寒冬考驗。要肺部強壯，光進補不能全功，多食潤肺的滋補固然重要，更重要是調整心態，不悲秋，趁秋涼晚晚睡好覺，醒後做適當運動。所謂適當運動，是運動強度不大、運動量不多，但運動時間要長，劇烈、需要爆發力的運動要減少，可選擇散步、緩跑、騎單車、跳交誼舞、太極、舞劍、舞扇等等。在不知不覺間增大肺活量，讓新鮮空氣洗滌肺腑，人就健康。

可為天

校園 校園孩子眼

責任編輯：黃秀娟 逢星期一至五刊出（假期停刊）

閫閫新天地

我看毒品

陳瑞祺（喇沙）書院 中三 黃英偉

「毒」是一種危害生命的服用品，但不知道爲什麼仍然有這麼多人服用！（當然，服用的人不認爲它是毒品吧！）近年，青少年接觸「毒」的機率增多了，相對吸食「毒」的人數也大大提升了。雖然他們知道毒品的害處，但仍然要服用，爲什麼？

有青少年說是因爲好奇心驅使，我就說是他們定力不夠，明知毒品有害，卻竟以生命、健康做賭注，結果，試一試可能就因此永遠戒不掉，但他們仍然要嘗試！我想，這不但只是好奇心，應該還有其他原因吧。例如：朋輩影響、喜歡反叛、生活枯燥……甚至可能他們享受剎那服食後的感覺。

但，無論是什麼原因，我都認爲吸食毒品是不應該的，何況吸食毒品可能會賠上金錢、體力（健康）、家庭生活，甚至正常社交活動……總括來說，吸食毒品是百害而無一利的。

如今政府爲了引領青少年擺脫毒品的危害，大力推行不同的活動：或演說、或講座、或海報宣傳、或傳媒報道。而「校園驗毒計劃」更是不惜動用大量人力、物力推行的。這活動的大概是：政府不定期派員到每一間學校作突擊性地爲學生驗頭髮或尿液，然後作跟進。

雖然這個計劃能夠起一定的阻嚇作用及功效，可能令一部分的學生感到害怕而放棄吸食毒品，縱是如此，我並不贊成這個計劃，原因是它會引起「標籤效應」，這應是很多人不想見到的。另一方面，「校本驗毒」的成本也不便宜。據官方數字所得，每一個人驗毒的成本大約爲港幣二百元左右，如每間學校抽驗三十人，而香港則有差不多一千所中學，那麼，總成本的數目不就是天文數字了？這除了會大大加重政府的負擔外，還是一個治標不治本的方法，實在不是明智之舉。但應如何杜絕「毒品」的問題，也眞需要各方面再仔細檢討。

總而言之，我認爲毒品眞是百害而無一利，且會累人累己，所以希望青少年千萬不要誤入歧途啊。

辛苦卻快樂的歐洲之旅

學 子

「快樂的時光過得很快。爸爸，你說對不對？」不用爸爸回話，我也知道答案了。

是的，時光過得眞快，五天的歐洲旅遊，一晃眼就溜走了。

雖說旅程一下子結束了，但這五天，卻使我不得不用快樂和辛苦來形容。

先說快樂吧。我們一家四口，就在那一天——八月二日早上，到達機場後，先把證件交給導遊，替我們辦理手續，再把行李寄艙。

導遊名叫雷文（英文譯音），一位身材肥大但動作輕靈的男士，他的外形頗像肥版超人，他爲我們帶來了不少快樂。

當我們進入離境大堂，使用E道時，我有點替妹妹擔心，但她終於可以使用E道，不必麻煩媽媽了。看見妹妹長大了，我心感快慰。

很快下機了！我們首先到一個小國——梵蒂岡參觀。美麗的希臘特色及宗教氣氛，都抵擋不了猛烈的陽光，所以我們整團人都異口同聲地要求盡快進入聖彼得大教堂，繼續享受導遊的介紹。

之後，我們參觀古羅馬鬥獸場。雖然經歷了歷史的風雨，鬥獸場的外表仍然保持美觀。我們一家四口快樂地不停拍照留影。

最後，到了德雷斯噴泉。這是最出名的旅遊景點之一。人們會拋錢幣進噴泉許願，當然妹妹和我也不例外，結果，拋掉了所有的零錢，但我們是快樂的。

笑笑、談談然後返回酒店休息。三天，就在快樂、嬉笑中過去了。

可是，第四天，我竟染上了肺炎。那天——八月五日，早上起來感到很不舒暢，咳嗽、發燒出現了。媽媽急忙和我乘出租車到醫院去，等足了五小時，才有醫生見我們。哎！「雞同鴨講」。幸好，我沒有染上豬流感，只是肺炎罷了，不過右邊肺部大部分給細菌「攻佔」了，這能說不辛苦麼？

幸好，不兩天後我便完全康復了。也是最後一天，跟隨大隊到處購物，才結束了這雖「辛苦」但卻「快樂」的五天歐洲旅遊。

文物徑

徐振邦

古蹟導賞

爲了方便市民認識古蹟，政府將一些有關聯的古蹟景點，擬定考察路線，闢爲「文物徑」。

現在，共有六條文物徑可供市民參觀。由古物古蹟辦事處管理的文物徑共有三條，分別是：中西區文物徑（中區再分三段路線：中區線、上環線和西區及山頂線）、龍躍頭文物徑和屏山文物徑。此外，還有另外三條文物徑，由不同的政府部門管理，包括中西區區議會的「中山史蹟徑」（「中山史蹟徑」的景點亦融入在中西區文物徑之內）、水務署的「大潭水務文物徑」和市區重建局的「灣仔歷史文物徑」。

六條文物徑都有出版小冊子，市民可以按小冊子的資料進行「考察自由行」活動。

推介活動：除了出版小冊子外，市民亦可以團體名義申請免費的導賞團服務。古物古蹟辦事處的申請文件，可以在http：//www.amo.gov.hk/form/docent.pdf下載。

導賞員在屏山文物徑內帶導賞的情況

找到目標與未來

香港專業進修學校 商貿學高級文憑二年級 何鎧媛

ABC共踏成功路

我今年就讀港專商貿學系二年級，主修市場學。在剛過去的暑期，我很幸運地有機會參加學校舉辦的北京實習與生活體驗計劃，在短短的五十四天內，我有很多深刻的感受，同時獲益良多。

我被安排到北京日立北工大信息系統有限公司實習。這家公司是日本的日立公司與北京的一所重點大學——北京工業大學合作成立的，主要業務包括高科技產品的設計及生產，如手指靜脈檢測機、電子白板和智能交通等等；公司也要爲日本總公司生產的產品打進內地市場提供協助。這家公司最特別的地方，就是普通話和日語是公司的通用語言。

在實習期間，我的主要工作是爲公司其中一個產品——電子白板擔任企劃工作，以制定產品的宣傳手法和風格，以及設計產品網頁等。在實習初期，我大多是先在網上參考其他公司的產品宣傳方案，比較自己的產品，然後製作出一個能突出自己產品的優點也能吸引顧客注意的宣傳方案。到了實習中段，我們開始要爲產品構思一個有獨特風格的網頁。爲了完成這些工作，我們一衆實習的同學不但要熟悉及掌握產品的知識和操作方法，也要嘗試以不同角度，如老師或企業家的身份來使用產品，由此令我們可以在宣傳時利用不同身份的感受去突出產品的賣點。到了後期，我們要把之前所有的構思、想法、方案等結合成最終的產品策劃書，上呈給指導老師。

在這個過程中有一個很難忘的經歷，就是我很榮幸地參與了公司與內地某著名教育集團合作的新產品發布會。這次發布會不但是兩所公司向媒體公布旗下的新產品，也是兩所公司宣布締結合作聯盟的新聞招待會。我能與張擁軍老師合作，一起爲公司的新產品「DUO」擔任介紹工作，眞的感到很興奮。雖然介紹部分主要由張老師負責，我只是配合他而操作新產品，進行簡單的示範；然而，我有此參與的機會已是十分難得。因爲這次發布會意義重大，我們事前已進行了很多次綵排和演練，藉此讓我可以有機會與不同部門的同事合作。令我最高興的是，當發布會結束後，很多賓客都以爲我是日立的員工，稱讚我在操作產品時表現得十分專業；但當他們從老師口中知道我只是來了三十多天的香港實習生時，令他們驚訝不已呢！

這次實習經歷令我有很多得着，我是主修市場學的，而實習又安排了與我的學科密切相關的工作，令我可以學以致用。通過實習也令我更容易理解和掌握在課堂上學過的知識與技能，這次實習，不但令我在內地工作時領略到與香港截然不同的文化和風格，也令我更親身了解到內地市場的需要，讓我在踏進社會工作前上了寶貴的一課。

這次的實習經歷讓我有很多新的嘗試，工作能力亦被認同，這些都超出了我原本的期望。在工作中，由於我能靈活應用學過的知識，令我提交的產品網頁版面設計及宣傳手法等都一一被公司採用。我的指導老師更認爲我知識面較廣，能將學術和實際生活知識靈活應用於工作中。這一點點的讚許，不但令我對自己的能力加強了信心，也令我對市場學的興趣提升了，成爲我努力學習的一股新動力。回想從前猶豫不決地選擇了這個學科修讀，到今天，我已肯定了自己的決定與學習方向。

（香港專業進修學校「暑期北京工作體驗計劃二〇〇九」・之一）

▲何鎧媛最感興奮的是自己的工作能力獲得實習機構的認同

李鄭屋邨

陳志華

ABC談街談地

李鄭屋邨得名與李屋村和鄭屋村有關。這兩條古村在清代文獻已有記載。這兩小村位於尖山和畢架山的山腳交匯處。這兩條村以村民的姓氏爲村，一村以姓李爲主，一村以姓鄭爲主。

及至上世紀五十年代，古村已消失，古村已變爲木屋區。1953年，石硤尾木屋區發生大火，政府決定在石硤尾興建徙置區，安置災民。鄰近的地區如大坑東、李鄭屋等也先後興建徙置區，應付需求。1955年，在李屋村及鄭屋村等地發展成徙置區時，發現漢代古墓，即現今李鄭屋漢墓博物館位置。建邨完成後，因新邨的位置橫跨原本李屋村和鄭屋村，因此得名爲李鄭屋邨。

1956年十月十日前夕，九龍李鄭屋徙置大廈上升起青天白日旗。十月十日早晨，徙置大廈管理人員按規定要求居民除下旗幟，頓時引起不滿。居民要求賠償，並要求在報章上刊登道歉聲明。後來，一些暴亂分子乘時搶劫及焚燒徙置大廈辦公室。這次暴動，後更蔓延至荃灣和油麻地等地。

八十年代，政府決定重建李鄭屋徙置區，成爲新型公共屋邨。整個新屋邨共有十座公屋和兩座相連的居屋。公共屋邨以傳統品德人格命名，例如：信義樓、和平樓、忠孝樓、仁愛樓、和睦樓、廉潔樓、禮讓樓、道德樓、孝廉樓、孝慈樓。

新樓宇在1984年入伙，後在2002年於租者置其屋計劃第5期將邨內部分單位出售予租戶，現由業主立案法團管理屋邨事務，房署及房協等共同協助管理。