八十多幅新作寄託愛樹之情

陳一權畫展宣揚環保訊息

【本報訊】**記者俞凱穎報道**：創作靈感的泉源，很多時都是從觀察身邊事物而得到啓發。熱愛寫生的陳一權，繼二〇〇八年以花爲主題，舉行了「姹紫嫣紅」畫展後；今個農曆新年，他取材本港及其他地方的樹木，舉行「樹：陳一權水彩畫展」，展出八十多幅水彩新畫作，風格明快自然。陳一權說：「愛是從認識開始，樹與人關係密切，透過畫展，希望令大家加深認識樹木，學會惜樹，提高環保意識。」

熱愛大自然的陳一權，放下教鞭後，不時跟畫友四處寫生，或與家人旅遊登山，欣賞山林美景。他說樹木與人的生活密切相關，是很好的作畫題材，他覺得難度在於如何取捨細節，運用水彩透明的特性及控制水分，來掌握畫面的虛實。習畫多年，加上愛樹，他坦言有信心可以畫得好，從愛樹開始，他閱讀了一些關於樹的書籍，經驗的實踐令他對樹木的特性及品種，更加了解。

畫展其中一部分是專畫榕樹的，陳一權在畫旁加上解說，文中寫道：榕樹是本港最常見的古樹種，種類繁多，有細葉榕、大葉榕、斜葉榕、印度橡榕等，市區彌敦道至海防道一段最多，很多已有百年以上的歷史，有些被視爲樹神或願望樹；而且香港還有很多花樹，最熟悉有市花洋紫荊和宮粉羊蹄甲，春天盛放火紅花朵的英雄樹木棉，還有鳳凰木、黃槐、鐵刀木、白千層、樟樹和檸檬桉。陳一權仔細畫來，或局部或遠景，片片

▲《紅花小鳥：木棉、紅耳鵐》，取材春季常見開滿火紅花朵的木棉 本報攝

利落的翠綠和淡綠，不期然讓觀者想像身在濃蔭下的涼快。

關注地球暖化問題

享受寫生的過程中，陳一權視樹爲人類的好朋友，他的心願是：「地球暖化問題嚴重，我們要保護樹木，因爲樹木會製造氧氣。」

出外旅行，陳一權帶備畫具抽空寫生，「中華樹蹤」展示的是上海的法國梧桐、北京的國槐、南雄的銀杏，這些都是香港沒有的樹種；一九九八年九月及十一月間，他與太太先後遊覽日本及東歐；去年十月去英國，賞遍多處秋色，香楓長滿紅葉，金黃的「銀杏染秋」，色彩豐富。

退休後，陳一權每天畫一張畫，一畫便是兩三個小時。他說很relaxing，有放鬆精神的功效，如今他不用應付繁重的工作，他笑言掌管邏輯的左腦要休息了，要多用右腦抒發感情。憶述讀幼稚園時，畫作獲老師稱讚，令他感到飄飄然，從此喜

◀陳一權與他的畫作《彌敦道古榕》 本報攝

愛畫畫；長大後基於現實考慮，大學未有選讀美術科，但畫家的夢想，一直等待實現的機會，工餘時他隨李克倫和陳海鷹學畫，他說兩位良師皆身體力行教導學生，並非只大講理論。

要畫一萬個小時

下次畫展的題目陳一權擬定爲「大街小巷」，他說是創作的另一新挑戰：「學習每一件事物，必須花長時間專心研究和練習，如音樂家李雲迪，他花在練琴的時間不下於一萬個小時，我也要畫一萬個小時去浸淫呢！」

畫展日前揭幕，香港大學地理系教授詹志勇獲邀爲主禮嘉賓。詹志勇致辭表示，中國北方有松柏，南方有榕樟，他和陳一權都是愛樹之人，他自己從科學的客觀角度研究樹木，拍下不少幻燈片與照片，但是未能將樹木的另一面表現出來。而畫家則抽取樹木的精髓，以畫筆來表達出類拔萃的樹木形態，更值得永遠留存，詹志勇呼籲學生應來觀看畫展，從中吸收觀察樹木的知識。

「樹：陳一權水彩畫展」由香港美術會主辦，在尖沙咀文化中心四樓展覽館舉行，展期至本月九日（明天），查詢可電九六八一四五九零或登閱http://hk.myblog.yahoo.com/ykyychan。

◀陳一權熱愛行山，並帶備畫具寫生，圖為《芭蕉小徑》 本報攝

◀《桃花園2：林村》畫的是鄉郊花農悉心栽培的桃花 本報攝

◀《大榕樹》畫的是本港常見樹種，在市區許多地方均可見到 本報攝

漫畫人法國之行收穫豐

◀出席安古蘭國際漫畫節一行人對展覽獲得成功甚為開心

【本報訊】香港藝術中心聯同十五位漫畫家及出版人，應邀以「翼動萬花筒——香港漫畫歷史」展覽的方式，參與了法國西南部文化城安古蘭舉行的爲期四天的國際漫畫節。

「安古蘭國際漫畫節」是歐洲最大的漫畫節。「翼動萬花筒——香港漫畫歷史」展覽展出六個多媒體互動展箱，將本港漫畫今昔風貌呈現。而參與的藝術家，涵蓋不同年齡的漫畫人，作品既有主流亦有非主流，讓觀衆更好地了解香港的創意藝術，凸顯香港創意之都的地位。除了展覽，還舉辦一系列的交流活動，其中有講座、現場作畫表演、示範、漫畫家專題介紹、漫畫書銷售攤位，以及介紹新出版有關香港漫畫的英文專著，得到當地及歐洲其他各國朋友及媒體歡迎。

是次法國之行對香港漫畫界甚具意義，除向外國朋友及漫畫愛好者介紹香港漫畫外，亦有助本港漫畫家接觸海外市場，鼓勵本港漫畫家拓闊國際視野。香港藝術中心總幹事林淑儀說：「此行有很多收穫，既可將豐富多彩的香港漫畫創意藝術，展現於海外觀衆及不同媒體面前，推動創意產業發展；更可透過不同形式的分享，從中觀摩學習、擴闊視野，促進不同地方的文化交流，爲漫畫的未來發展提供了一個豐富探索和發展的空間。」

今次參與的藝術家及出版人包括：香港動漫畫聯會理事溫紹倫、鄧永雄、以及本土漫畫家如歐陽應霽、李惠珍、李志清、劉雲傑、利志達、楊學德、智海、蘇敏怡、黎達達榮、江康泉、李香蘭、阿高及Kai。

◀蘇敏怡（左）與李惠珍兩代漫畫人期望香港創意藝術有更好的發展

鄉村點燈

陳天權

與你同遊

新界許多鄉村在新春期間「點燈」，把燈芯燃點放在大花燈內，象徵添丁和繼後香燈。有些鄉村在祠堂或神廳舉行，有些在空地搭建臨時燈棚，向祖先和神明稟告有男丁出生，同時向村民傳達添丁喜訊，並要宴請親友或族人吃一頓盆菜。

對村民來說，添丁是生活中的大事，除了繼承祖宗香火外，也可得到原居民的權利和分得祖業。點燈儀式有如爲新生男丁在族譜上「註冊」，可以正式成爲宗族或鄉村的一分子。即使整家移民外國，當有男丁出生時，也盡量在新春回來參加點燈儀式，以確認新成員的身份。

但隨着社會的生育率下降，有些村落因新丁數目不足而取消點燈，延至翌年才一併舉行。錦田鄧氏是大族，分有幾房，如果某房在過去一年只有一名或三名男丁出生，是年便不點燈，他們認爲「單丁」意頭不佳，而「三丁」又與「三腳橇」諧音，有不穩定之意思。

參觀鄉村的點燈活動，可以了解新界居民的傳統觀念，及認識一些遺留至今的生活習俗。錦田清樂祖的族人便保存了吃燈粥的習慣，這一餐爲小孩而設，故傳統上以粥代飯。正月十五日早上，添丁家庭準備好多種菜餚，放在一個有八至十二格的攢盒內，連同一大煲粥帶到祠堂供奉祖先，隨即在祠堂內招待親人，如同擺滿月酒一樣。最後，添丁爸爸從大花燈取出燈芯放在斗桶內，捧回家中安奉。

錦田鄉民在清樂鄧公祠點燈，以示家中添丁

趁一個墟

洪嘉

微言博語

剛過去的年初四，K去看了神功戲嗎？

很久以前他一直在嚷嚷，要到三門仔看神功戲。不知怎的，一直沒有去。後來有次我們到長洲度中秋，剛好看到大街搭了個戲台，本來打算等着看那熱鬧的戲碼，到街上逛了兩圈回來，人已圍得密匝匝；還有一次在坪洲，我們擠進戲棚裡，看着台上的《六國大封相》。卻似乎一直沒有看過神功戲。

我說，那便到青衣去看吧。

去年的天后誕，我們在元朗玩了個夠。前一天晚上特地到天后古廟去看「還花炮」，附近各鄉各村的獅隊、麒麟隊、龍隊搖頭晃腦地過來，在古廟前的空地舞弄一番，把去年得的花炮還給天后娘娘，翌日再來抽。然後天后誕當天，我們在街頭站了一整天，看天后誕巡遊。

我還記得事後去理髮時，師傅和街坊一直搖頭：今年的巡遊眞是沒看頭。

聽說，青衣的天后誕才是盛事。闊大的戲棚裡上演着神功戲，空地上還聚集了許多攤檔。那天晚上在元朗天后古廟前的攤檔不過三數個，賣些燒腸、雞翼之類的熟食。W告訴我：「青衣的天后誕，那些攤檔賣的東西可多了。雞蛋仔、魚蛋、零食……」光是去年，聽說便有二三十個攤檔，今年還要更多。

W肯定地說。隨即嘆了口氣：「領匯上場後，很多小店都被趕出屋村商場，店主沒了生計，一到這個時候，便都湧出來擺檔了。」今年的青衣天后誕，據說，將會很盛大。

春在枝頭已十分

李英豪

閒性閒情

正如《鶴林玉露》載某尼悟道詩：「盡日尋春不見春，芒鞋踏遍隴頭雲；歸來笑撚梅花嗅，春在枝頭已十分。」

宋代林逋（林和靖）把生命與梅、鶴融合，視作「梅妻鶴子」。筆者羨慕古人踏雪尋梅的雅興。雖然經歷風寒，不懼迢迢迂路，最終覓不到春梅；但卻欣賞整個過程，領略途中情趣。

在南方難以踏雪尋梅，而春節期間能夠欣賞清代名家畫梅圖及其題字，亦屬一樂也。像「揚州八怪」的金農及羅聘，皆以畫梅名。此外，吳昌碩筆下的梅石，也深得我心。

後者畫梅，多佐以頑石，正是「石得梅而益奇，梅得石而愈清」。金農畫墨梅較多，輒以淡墨爲主幹，濃墨寫枝，勾線圈花，濃墨點蕊；疏密相間，穿插有姿，富金石筆意。有時落葉梅枝欹斜歷亂，花朵疏落，別有一番情趣。**附圖**乃金農畫梅圖（部分）；左上方和右方題字如「漆書」，古拙樸茂，筆力渾厚。

港、澳、粵三地市民度春節，多喜歡插桃花，以示「花開富貴」，或寓意「行桃花運」。不過，每年春節，筆者總想起梅花，鐵幹虬枝，格高韻勝，可說獨佔春魁。梅蕊更能破寒衝雪。

好生活指數

軒轅伯

東寫西讀

各國不斷追求更大的國民生產總值本無不妥，但當通脹壓力日益嚴重之時，只追求短期GDP增長卻只會令發展商、銀行家及律師等商賈先富起來。結果是貧富懸殊加劇，導致大部分人民的生活越加艱難，造成社會不公平的現象。

爲了避免此惡性循環再出現，法國、英國、美國等政府均積極研究一套全新的方法去量度「人均生活質素」。不過，許多組織已多次嘗試定義一套合理的新標準，但往往因牽涉到太複雜的計算，是故難以應用。然而，美國經濟協會最新建議的「好生活指數」（Well-Being Index），則算是簡單易明，並不失指示性作用。這些資深的經濟學家認爲，只要在國民生產總值上多加三個元素，便能得出這個具指導作用的「好生活指數」：（1）平均壽命；（2）空閒時間；（3）不公平情況——（1）及（2）的數值上升，可以理解爲人民的生活好了；至於（3）的數值若是上升的話，便意味着人民的生活變差。

最近史丹福大學便已嘗試用此方法，來驗證「好生活指數」的效用，比較了不同地方的「人均國民生產總值指數排名榜」有多少差異——假如把美國的「人均國民生產總值指數」及「好生活指數」均定爲一百以作比較之用，新加坡及香港的人均國民生產總值指數可謂之極高：分別是八十三與八十二，名列全球第二及第三位。可是，當把平均壽命、空閒時間及不公平情況因素加進去後，香港即時跌至第五位，而新加坡更下跌至第八位！

不過，香港由人均國民生產總值指數轉換到好生活指數之後，總算尚有加分：由八十二上升至九十分。（生活比香港好，但人均國民生產總值指數較我們低的有日本、法國及德國，這三國的好生活指數都在九十以上。）新加坡則被大扣分，好生活指數僅爲四十三點六——似乎在印證「有錢不一定活得快樂」的說法！

值得留意的倒是，香港獲加分的地方是因爲「人均壽命」相對很長，但在「空閒時間」這一項則被扣分不少！

聚寶盆狂想曲

吳昊

人間百貨

在財神的年畫下方，往往見到一個滿載元寶的盆，叫做「聚寶盆」，此盆能生財，是一個取之不盡，用之不竭的寶庫，所以民間也有拜它求財。

童年時代，我讀到一個新編聚寶盆故事，印象深刻，至今還記得。

從前，有個拾荒者拾得一個破舊的瓦盆，偶然留下一枚錢幣在盆中，未幾竟發現錢生錢，滿盆皆錢，再放下一粒珠子，又滿盆珍珠，他拾到的竟是傳說中的「聚寶盆」。拾荒者成了縣裡的大財主，他暴發的老婆窮奢極侈，不愼泄露玄機，惹來縣官垂涎，土匪搶奪，軍閥圖謀，總之人打人鬼打鬼，亂成一片。這故事倒有點像童話版的《讓子彈飛》，表面神怪荒誕，暗中戲謔貪官污吏和人性醜惡。

原版聚寶盆發生在明朝初年，窮困的沈萬三拾得一個瓦盆，只要把少許財物放進去，很快便出現滿盆珠寶，萬三亦成爲江南巨富。傳說明太祖與沈萬三同年同月同日同時生，而一個雖貴爲天子，卻國庫空虛；一個富可敵國，財源茂盛，所以招太祖嫉忌，加罪於他。於是，沈萬三給流放雲南。

聚寶盆也就下落不明，才有後人狗尾續貂，寫出故事新編了。

我小時很喜歡這個神話，每次過年貼揮春，總愛用紅紙寫上「聚寶盆」三字，找家中最空空如也的器皿貼上去，當然是貼在米缸之上了，在那艱苦的年代，最希望此物常滿。米生米，滿缸米，這是窮人的集體狂想曲。

新年健康新開始

思健

揮別二〇一〇年，新年有什麼新祝賀新希望？根據調查，排名第一的不是「恭喜發財」或「事業成功」，而是「身體健康」，理由很簡單，沒有健康萬事空。

新年總是下決心、做計劃的時刻。

新年健康新開始，在未來的三百六十五天，希望健康的人們記得做一個健康計劃吧！健康這件事，看似複雜，其實它常掌握在我們自己的手中，只要每天從身邊許多易實行的小事做起就能改善體質。

有人在虎年伊始，就決心要送給自己的身體十個健康禮物，包括堅持每天三次有氧運動，每周五天吃粗糧等較難做到的項目。年終總結，發覺只有兩項一直堅持在做：一、每天上午起身喝一大杯溫開水；二、不熬夜，無論再忙，每晚都需比舊年早睡半小時。僅此兩項使他感受到體質大有受惠，體能狀態比舊年好多了，疾病少光顧，連皮膚彈性也有改善，年齡看上去比舊年不是老一歲，而是年輕一歲！

身體的健康狀況，同飲食、運動、心情、休息、其他生活習慣等諸多方面都有關係。制定新年健康計劃無需面面俱到，只要能堅持做到一、兩件就好。

有一件事對作出健康計劃很重要，那就是要花些時間做一份健康檔案。檔案中包括家族病史，例如自己直系親屬的病史，針對罹患的疾病，可在計劃中列入定期接受相關檢查的項目，並有針對性地調整生活方式，預防潛在疾病。

醫學同養生