

責任編輯：馮金泉

在韓國參賽獲兩金獎三優異獎

展能藝術家分享創作心得

【本報訊】記者洪捷報道：在香港，藝術家要闖出一番成就，已非易事；展能藝術家更是難上加難。然而，早前於韓國舉行的「第八屆國際展能節」上，數位展能藝術家代表香港奪獎而歸，獲兩個金獎三個優異獎，是歷年參賽成績最佳的一次，為港爭光。

昨日在香港展能藝術會的傳媒聚會上，得獎藝術家與新聞界分享了創作歷程的心聲，出席者包括：獲「創意繪畫」金獎的畫家高楠、獲「室內創意攝影」金獎的李業福、獲「室外創意攝影」優異獎的鄭啟文、獲「創意花藝」優異獎的陳淑芬及「編織」優異獎的黃麗星。



勇奪「創意繪畫」金獎的高楠在比賽中完成了《花與熱情》的繪畫



獲獎展能藝術家與隨團工作人員向新聞界分享感受

香港展能藝術會執行總監譚美卿介紹說，今年香港派出二十五名展能人士赴首爾參加有「殘疾人士技能奧運會」之稱的「國際展能節」，參賽團加上工作人員共六十人。展能藝術家之前已在香港舉行的展能藝術節上過五關斬六將，贏得香港區冠軍，並進行了近半年的準備、培訓，才於今年九月與五十七個國家及地區的展能選手一較高下。

李業福第二次奪金獎

獲「室內創意攝影」金獎的李業福是聾啞人士，他已是第二次奪得金獎。李業福透過手語表達得獎感受。他表示，在現場比賽時燈光很亂，男女模特兒都有，動作也很多，開始時也有點不知所措。後來他終能冷靜下來，捕捉男模特兒憂鬱的神情，以統一的風格貫穿整組作品，獲得評審的青睞。本港攝影師謝致德今次應邀擔任大會評審，他表示，在第一輪評選時，李業福的作品已很受評審欣賞，最後李業

福更獲得二百九十二分（滿分是三百分）的第一名。李業福補充說，今次獲獎心情較四年前平靜，獎項對他來說是一種鼓勵，讓他成為專業攝影師繼續努力。

獲「創意繪畫」金獎的高楠，本身已是香港著名畫家，經常舉辦個展。這次大會定下的主題是「花與熱情」，高楠覺得這個題目相當難，尤其是「熱情」的概念很抽象，較難表達。他在香港時已知道題目，便翻開書籍，再加以思索，於是決定以一個女孩子，加上花園錦簇的花朵為主題，繁花包圍着女孩子，加上兩隻色彩斑斕的鳥兒，這幅水彩畫寓意世界充滿熱情，世界和平，人與自然和諧相處。

高楠視繪畫為生命

現場四小時的比賽過程，高楠坦言並

不緊張，本身是聾啞人士，他表示反正也聽不見聲音，便靜心地專注創作。高楠自幼學畫，上屆亦曾參賽，這次終能獲獎，他表示畫畫是他的生命。高楠在三年前開始於展能藝術會教畫，希望其他展能人士都能通過藝術衝破障礙，開拓自己的一片天空。

獲「室外創意攝影」優異獎的鄭啟文，坐在輪椅上拍照，他覺得在取景角度上遇到一定困難，因視線比一般人低，有時要爬高來拍照，不過為了愛好的攝影，他不怕辛勞。這次比賽是要拍攝展能藝術家參賽的過程，「我是第一次參賽，開始時無從入手，如夢遊般，後來才想到捕捉選手專注的神情。」鄭啟文覺得自己很幸運，自幼得到家人愛護，有時在家中拍照至三更半夜，家人依然支持，因此他想拍

攝一些低下層弱勢社群人士，用自己的角度為他們發聲。

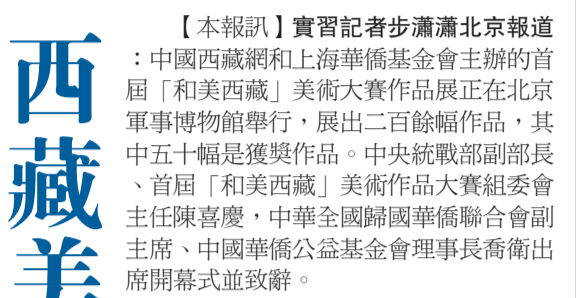
獲「創意花藝」優異獎的陳淑芬在兩歲時患上小兒麻痺症，但她卻是個常帶笑容、熱情樂觀的人。陳淑芬說這次得獎是幸運，坦言平時練習不算努力，創作力亦不足，幸好得到老師王雨蓮的指導，這次真的得了獎項。她曾經為朋友的婚禮布置現場花朵及製作襟花，老闆在公司的開幕禮也請她製作剪綵花束，令她感到自己得到認同。除了花藝，陳淑芬也愛好刺繡、刺繡，非常活躍。

黃麗星學編織四十年

獲「編織」優異獎的黃麗星亦是聾啞人士，自幼向母親學習編織，至今已四十餘年。她時常織毛衣給八十歲的母親、中風了的丈夫，還為有需要的人士做義工織衫，這次是她首次參賽，由於開始時織錯了，要再織一次，但她覺得有機會參賽已很开心，下次還會參加。

香港展能藝術會主席林彩珠表示，雖然這次展能藝術家成績很好，但政府卻沒有任何表示，政府亦沒有資助參賽資金，該會的營運與活動費用，亦很少由政府提供，只能逐項活動向各界爭取贊助。香港社會服務聯會總主任（復康）宣國棟表示，今次往首爾比賽所需的一百三十萬元經費，由「社聯」及香港復康聯會提供，由於經費有限，部分參賽者所需的照顧人士，都要自費。林彩珠與宣國棟希望政府多點關注展能人士的藝術發展需要，讓展能人士有機會一展所長，用自己的技能賴以維生。

首屆「和美西藏」美術作品展開幕，有關領導及嘉賓出席剪綵儀式



首屆「和美西藏」美術作品展開幕，有關領導及嘉賓出席剪綵儀式

西藏美術作品展北京舉行

【本報訊】實習記者步瀟瀟北京報道：中國西藏網和上海華僑基金會主辦的首屆「和美西藏」美術大賽作品展正在北京軍事博物館舉行，展出二百餘幅作品，其中五十幅是獲獎作品。中央統戰部副部長、首屆「和美西藏」美術大賽組委會主任陳喜慶，中華全國歸國華僑聯合會副主席、中國華僑公益基金會理事長喬衛出席開幕式並致辭。

陳喜慶表示，西藏文化是中華文化中的一顆璀璨明珠，也是世界文化的寶貴財富。新中國的成立，打破了西藏文化長期封閉和停滯不前的局面，給西藏美術事業的保護與發展創造了有利條件。西藏和平解放後，黨和國家高度重視西藏優秀文化的傳承保護與發展。隨着改革開放的深入發展，特別是西部大開發戰略的實施，西藏的美術事業不斷走向繁榮，美麗的西藏成了藝術家們創作的樂園。

陳喜慶說，這次展出的眾多作品，既充分反映了西藏美術多元發展的蓬勃生機，更展示了社會主義新西藏發生的翻天覆地的變化。這次作品展，為全國美術界專業人士和業餘愛好者提供了一個展示、交流的平台，為進一步推進西藏文化，特別是美術事業的發展起到了積極的作用。

這次活動是慶祝西藏和平解放六十周年系列活動之一，旨在通過美術作品的徵集與展示，客觀反映六十年来西藏發生的巨大變化，以及西藏文化及文化工作者取得的進步。

活動啟動以來受到廣大美術工作者和藏族同胞的熱烈響應，共有全國各地三百七十二名作者的一千多幅作品參加了比賽。開幕式上，大賽組委會公布了獲獎名單，其中郭華的《晨曲》、姜新成的《期待》、金泳向的《高原陽光之一》等五幅作品獲得一等獎，另設二等獎十名，三等獎十五名，優秀獎二十名。

「和美西藏」參展作品涵蓋了中國畫、唐卡、油畫、水彩畫、水粉畫、版畫、素描等多種形式，是西藏題材美術作品的一次集中展示，展期至十月三十日。

新園地

東寫西讀

金融冰河時期

一位內地廠商接受媒體訪問時說：「如果二〇〇八年那一次是金融界之海嘯，恐怕……這一次則要說是經濟的冰河時期了！」美國及歐洲的經濟都陷於癱瘓，以至大家都對第四季此不平常之銷售旺季也不甚樂觀。就連被譽為「國際金磚四國」的索羅斯（George Soros）亦相信，是次金融動盪將有機會令世界進入真正第二次「大蕭條」時期。

索羅斯過去兩年憑藉大手購入黃金，成功使自己成為美國十大億萬富豪之列。因此，除了狙擊企業之外，他現在對如何防守資產也有其獨到的看法，並提出了三招去避免今趟浩劫：而重中之重的問題，自是如何解決當前的歐洲債務危機。不過，索羅斯卻大力反對把四百多億「歐洲金融穩定危機」內的資金，由一間「變相金融機構」（例如是多國控制的

軒轅伯

另類銀行，或是一所歐洲中央保險公司——操縱，即以中央集權方面來支援全歐洲其他金融機構。索羅斯認為，中央歐式機制的反應往往太慢，措施的力度亦常常不足；而且此種機制既易受新人的手，又要另訂內部程序，到時歐洲的危機可能已是萬劫不復之災。是故最直接的拯救方式，還是要依賴現行體制，即透過歐洲央行去管理此「歐洲金融穩定機制」基金。

第一招，是歐洲央行確認誰才是具「系統性風險」的大型銀行，歐洲央行當迫使這些銀行承諾，容許央行派人監控各銀行之風險管理活動，方會提供資金支持它們；若部分銀行拒絕由央行監管，便警告各該銀行並無擔保。

第二招，則是由央行主動降低意大利及西班牙這兩大「歐債國」之利率，利息下降，自然可以減輕此兩國的還款壓力。

第三招，是透過央行持續營造低息環境下，成立「歐盟債券」來長遠協助各「歐債國」集資。這招由於牽涉國家之間互相干預財政，肯定需時，故首兩招的短期支援極為關鍵。

人間百寶

我們全都患了「面盲症」。

看了一部心理驚悚片《人群中的面孔》(Faces in the Crowd)，覺得發人深省，不但使我我認錯人深省，亦引起我再三思考。

所謂「面盲症」(Prosopagnosia)，是因為腦部受損，喪失了對面孔的認知能力，最嚴重者，照鏡認不出自己，眼中所見的面孔每秒鐘在變，竟連親友，甚至連自己已變成了陌生人。感覺就像身處鬧市之中，湧來的都是一堆陌生的面孔，麻木的無情的，令你分不開敵友，令你恐懼，令你窒息。

對面盲症作哲學的推想，大都市石屎森林人際關係利益先行，仁義道德早已淪亡，我們都戴着假面具做人，今日與你稱兄道弟，他朝竟反面不認人，這不是面盲症又是什麼？而你看不到人的真面目，你自己不是患了面盲症，又是什麼？

社會病了，面盲症變成瘟疫，人就愈變得冷漠疏離，人不再相信別人，人也不會幫助別人，小孩子給汽車碾過，途人視若無睹，見死不救，因為她只是陌生人，與我無關。肇事司機不但逃之夭夭，竟無悔意：「我想她幹嗎？她又不是我的孩子。」此君病得更嚴重，他非但不珍惜別人(陌生人)生命，甚至不認為別人(陌生人)是人，他患的是「人性面盲症」。

最可怕的一天來臨了，你發現人潮之中，湧來的陌生面孔竟不再是人的面孔，而此刻惡夢真正開始。

遺忘了的大藍湖

洪嘉

曾翠珊的《大藍湖》，是一個關於記憶與謊言的故事。麗儀對於大藍湖的印象，是否自她在那裡出事後，便被大腦封存？後來我在書中看到李秀明一直無法知道自己媽媽為什麼而死，他卻一直記住了推開浴室的門，媽媽浸在鮮紅色的液體裡，喉嚨上插着一把剪刀的畫面。

被爸爸關在房裡的媽媽，是怎樣得到進入浴室的鑰匙？是怎樣得到那把剪刀？與麗儀一樣，被封存的記憶，到底有沒有存在過？

韓國小說《朝我的心臟開槍》與曾翠珊的《大藍湖》，在記憶的陳述裡，同樣充斥了謊言。《大藍湖》更多了一絲憤懣。大藍湖消失了，蠟燭也在改變中。一恍間，所熟知的世界已經變了樣。麗儀說謊了，媽媽錯過了記憶？真實到底是怎樣的似乎不再重要，改變仍在發生，關於過去的記憶，還有誰會看緊？

率意尚真難偽造

李英豪

法為主，行、草、楷各種字體皆備。不過，細察之下，全屬「蘇州片」、「河南造」等假畫色，以粗細本充細細本，紙張則多是染色造舊。由於諸名家名氣大，故後仿的贗品特別多。

例如沈周者，平板拘滯，筆畫不貫氣，瘦硬造作。仿祝枝山(祝允明)草書者，行筆狂縱，筋骨外露，有失法度。仿文徵明者，更粗疏無清秀之氣，卻有伸手掛足之弊。仿鄭燮者，墨色多灰暗，筆法更呆板刻意，輕觸無力。板橋的字基礎厚，功力深，性格顯；用力、轉折、意趣等獨特，筆筆有風格，豈是投機庸俗之輩可仿！

仿董其昌書法者比比皆是，偽作多如沙數。其實，董其昌的字最難學其神韻與精神。像附圖，乃藏於博物院中其難書真蹟(局部)；可見書風偏於「淡」與「虛和」(用筆上)，章法「疏」，率意向真，境界高遠雅靜，可說以秀逸為風骨，「從簡入妙」，「熟後求生」。

印度教燈節

陳天權

印度大陸幅員廣闊，每個地方各有不同節日，有人甚至說每天都是節日，分別由不同宗教的人慶祝。說到最重要和最多人參與的節慶，則非燈節莫屬。

燈節在踏入印度教陰曆第八個月的前一晚舉行，即西曆十月或十一月。印度教徒認為，吉祥女神(毗濕奴的配偶)當晚會到潔淨而美麗的民居給予祝福，因此他們預先打掃和布置家居，換上新衣，備以豐富菜餚，點亮燈火，誠心敬拜，希望吉祥女神光臨。這是印度教徒最重要的節日，他們並視之為新一年的開始。

燈節亦有慶祝光明戰勝邪惡的含意，表達印度史詩《羅摩衍那》中羅摩王子在猴神哈奴曼的幫助下，拯救妻子悉達及擊敗十頭魔王羅波那的故事，在星馬國家稱為「屠妖節」。羅摩是毗濕奴其中一個化身，悉達則是吉祥女神在人間的顯現。

在香港的印度廟，燈節當晚異常熱鬧。由大門通往廟宇的一道梯級旁邊放置一排燭火，寓意引領羅摩等人凱旋而歸。廟堂擠滿了男女教徒，在祭司引領下唱讚頌神明，有些小孩則在廟堂外的空地嬉戲。最後他們奉獻火盤向吉祥女神敬拜，並攝取火盤的煙以求庇佑，儀式完畢後眾人享用廟宇提供的豐富餐食。

新一代在港出生的印度人，生活雖然西化，但依然遵行固有的信仰習俗，參與節日慶典。這些活動好讓他們認識自己的傳統，同時又可藉此機會與親友共聚。

微言博語

據說，那是個很漂亮的湖，那個彈鋼琴的女孩，與他相約在大藍湖畔碰面，然後一起私奔。那清澈的湖水，晴朗的夜晚，仰頭是否會看見小美與小傑渴望見到的星星？

那患上腦退化症的媽媽，在記憶的深處仍有大藍湖的畫面，年輕時的她與丈夫、兩名兒女在大藍湖暢遊，成為她僅存的記憶之一。漂亮，但危險，幼女麗儀在湖裡遇溺的往事，也成為她的一個心結。

大藍湖真的存在嗎？麗儀尋找着大藍湖的蹤影，即使媽媽說她在那裡遇溺，她卻沒有更多的記憶。

問性問情

二十多年前，曾有人拿着一批「古」字畫求售，指是「歷代家傳寶」；其中著款包括明、清初期沈周、文徵明、祝枝山、董其昌、鄭板橋(鄭燮)等名家，甚至有一兩卷下款寫鮮于樞(元代)和米芾(宋代)，以書法為主，行、草、楷各種字體皆備。

不過，細察之下，全屬「蘇州片」、「河南造」等假畫色，以粗細本充細細本，紙張則多是染色造舊。由於諸名家名氣大，故後仿的贗品特別多。

例如沈周者，平板拘滯，筆畫不貫氣，瘦硬造作。仿祝枝山(祝允明)草書者，行筆狂縱，筋骨外露，有失法度。仿文徵明者，更粗疏無清秀之氣，卻有伸手掛足之弊。仿鄭燮者，墨色多灰暗，筆法更呆板刻意，輕觸無力。板橋的字基礎厚，功力深，性格顯；用力、轉折、意趣等獨特，筆筆有風格，豈是投機庸俗之輩可仿！

水溶性纖維力抗膽固醇

思健

現代人青睞食物纖維素，不過很多人往往是人云亦云，對纖維素的概念和作用一知半解。比如，大多數人對膳食纖維的認識，僅是把它看作是身體難以消化，但是對腸胃健康有益，且能通便，使人有飽脹感及讓大便變得蓬鬆柔軟，即減肥又防止便秘的絲狀物質。

但是以含纖維素最多的芝麻和腰豆為例，你即使把它們搗碎，也不能看到它們有類似紡織品那樣的纖維。相反，咬不動的豬蹄肉，倒含有不少筋渣，它們是否也稱得上膳食纖維呢？不一定。所有的植物食品都含有一定量的膳食纖維，但絕不包括動物食品，因為肉製品有殘渣，但仍有脂肪等會被人體吸收或滯留。更為關鍵的是此等殘渣不具水溶性，不會在大腸發酵，產生可以促進健康的短鏈脂肪酸。

即使植物纖維，也分不可溶和水溶性纖維，不過大多數植物食品都同時含有這兩種纖維。需要指出的是，功效不在於上述有些人理解的那樣，水溶性纖維會在腸內與膽汁液連結在一起，因膽汁是無法被腸道再吸收的，於是排出體外。是故肝臟需用更多膽固醇製成膽汁液，這就有助血液的膽固醇水準下降。

另外水溶性纖維發酵產生的短鏈脂肪酸，還能起到有吸定血脂，幫助特定礦物質的吸收及有利於大腸有益菌繁殖等作用。

責任編輯：李 淼



香港的印度教徒在印度廟內慶祝燈節