

大地 ID

每逢歲末，各省都會有一些盤點式、總結性的新聞，在大眾傳媒上刊發播出。細心留意的話，「大地」是一個經常出現在題目裏的高頻詞。試舉幾例，《雪域大地惠風和暢》《巴渝大地好「豐」景》《天府大地「糧」辰美景》《京華大地湧新潮》《讓愛灑滿隴原大地》《憲法之光照耀津沽大地》……這些都不難理解，依次指西藏、重慶、四川、北京、甘肅、天津等。

「大地」，不單單在字面上有土地廣袤、地大物博之意，而且是一個自帶充沛飽滿感情的詞彙。對一方水土的洋溢熱愛，對發展變化的熾烈感慨，對自然山川的由衷讚美，對未來前景的豪情壯志，盡在其中。

正因此，各省都有自己的「大地」ID。有些以名山大川和地理方位為標誌，如「贛鄱大地」江西，贛江和鄱陽湖南北輝映；「江淮大地」安徽，長江、淮河平行穿越而過；「江源大地」青海，是母親河源頭、「中華水塔」。「塞北大地」內蒙古、「塞上大地」寧夏、「嶺南大地」廣東，其在祖國版圖中的位置一目了然。

有的側重歷史厚重底蘊，典型是「齊魯大地」山東、「燕趙大地」河北、「荆楚大地」湖北、「吳越大地」浙江、「瓊崖大地」海南。

同樣是「三字頭」，「三湘大地」湖南主打自然派，「三秦大地」陝西、「三晉大地」山西、「三吳」大地江蘇，則吹拂濃濃古典風。《高標準農田鋪展三迤大地》看起來相對生僻，清代在雲南設置迤東道、迤西道、迤南道，遂有「三迤大地」之名。

四川、重慶「分家」後，四川仍繼續沿用「巴蜀大地」之稱，有時亦以「天府之國」代之，重慶則是「巴渝大地」。「松遼大地」比較有迷惑性，指的是吉林而非遼寧，是松花江、遼河兩條大河的合稱，遼寧則是「遼瀋大地」。



伊比利亞火腿

到了西班牙才知道，這裏的人烹飪豬肉是多麼在行。說句「不成體統」的話，在如此百家爭鳴的環境裏，哪怕沒有一隻豬能活着離開，但也算「死得其所」了。不怪有人說，一隻豬最高的「境界」，就是成為伊比利亞火腿，把自己的全部精華留給那個遙望直布羅陀，和比斯開灣流過的地方。

在英文中，ham泛指火腿，但到了西班牙，平行的詞彙Jamón可就只能指代後腿了，至於前腿，有另外一個稱號Paleta。我們常說的經典伊比利亞火腿（Jamón ibérico），多指代後腿肉，跟前腿相比，它更油潤、鮮美；而體型更小的前腿吃起來則更鹹一些。不僅如此，他們做火腿，是從一開始就要在豬的品種選擇上下功夫。除了脂肪均勻、肉質鮮美的伊比利亞黑豬，其他同類都只能望而卻步。血統越純正，製作出的火腿等級就越高，價格自然也更高。在這個範圍內，還能細分成黑標、紅標、綠標，達到黑標級別的火腿，是百分之百的伊比利亞黑豬，被養在橡樹林中，以天然橡果作飼料。傳說中的伊比利亞火腿，可以說經歷着地球上最嚴苛的監管，上一個有同等「待遇」的，還是法國的香檳。

另外一個區分質量優劣的關鍵，就是熟化時間。時間越長火腿口感越好，香氣越複雜濃郁。熟化一年的被標註為初熟火腿（prime infantil），而達到三十六個月的，就可以帶着Segundo的標籤笑傲群雄了，最長時間可達五年，被老饕們笑稱為「肉中黃金」。西班牙火腿不會使用煙熏和其他香料，只靠時間讓脂肪融化，風味滲透到肌理中，促進更多香味物質的形成。切出來的一片閃着驕傲的光澤、有明顯大理石紋和雪花質感的入口豐腴細膩的絕世美味啊，果然不是浪得虛名。



秋冬之際，寒風漸起，萬物收藏，中醫的養生之道顯得尤為貼切與重要。越來越多的港人選擇北上，踏入內地的中醫院，探尋那份源自古老東方的健康智慧。

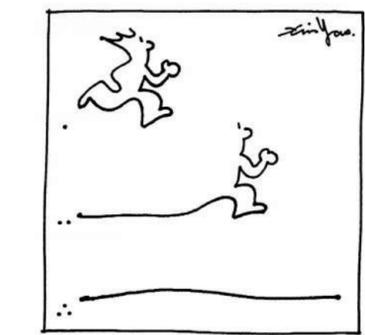
港人重視中醫，用各種食材煲湯是他們擅長和喜愛的一種養生方式。中醫養生強調「養陰潤燥，固護陽氣」。在這個季節，人體應順應自然，進入收藏狀態，通過飲食調養、情志調護、適量運動和生活起居等方面的調整，來達到增強體質、預防疾病的目的。對於大部分人而言，中醫

臨近歲末，喜迎回歸二十五周年的澳門特區，盛事連連，星光熠熠。繼十二月七日，《2024愛奇藝尖叫之夜》在澳門銀河綜藝館驚喜亮相，《更好2025江蘇衛視跨年演唱會》官宣十二月三十一日在澳門銀河綜藝館全球直播，陪伴億萬觀眾辭舊迎新；《2024騰訊視頻星光大賞》亦於九日官宣，二〇二五年一月四日再登澳門威尼斯人綜藝館，為觀眾帶來一場視聽盛宴。

以上內地兩大平台年度娛樂盛會和一場省級衛視的跨年舞台，不僅每場都是演藝明星和行業大咖重磅集

某人為徒弟在兵荒馬亂之際選擇轉投別公司而氣憤，加上其新老闆是跟自己做生意過節的人，所以倍感失望。念師徒之情與忠誠盡義的人，在現今社會或如瀕危受保護動物般稀有；加上個人及自由主義盛行，大多年輕人凡事按自己的意願和需要而行，因此舊式的師徒關係恐屬過時。「教識徒弟無師父」是其次，學生不轉轉槍頭已是尊重，若真的倒戈，為師的也徒嘆奈何。

過去做徒弟的，除了學藝，往往要兼任師父的助理或家傭。為了學



人們常說時間流逝。其實不對，時間是靜止的，流逝的是我們。

漫條思理 鄭辛遙 逢周二、四見報

企業書院

在日前的嶺南學術論壇中，企業書院話題引起大家的討論，在當今瞬息萬變的商業環境中，企業間競爭日益激烈，如何培養、留住人才，以及外流的人才成為自己企業的強力對手，成為現代企業不得不面對的問題。

書院教育在中國歷史悠久，古代書院由學者聚徒講授、研究學問，到了近現代，企業開始意識到人才培養的重要性，於是，企業內部的培訓應運而生，這些機構逐漸發展成為今天的企業書院或是企業大學。

企業書院是企業為了培養符合自身需求的人才而設立的教育機構，有知名企業和高校合作，公開招生大學三年級及研究所的學生，這些學生被企業書院錄取後，就成了企業的儲備人才。企業書院會安排必修課程、實習機會，幫助學生提升職業技能，確保他們畢業後無縫接軌進入企業

不僅僅是一種治療手段，更是一種文化的傳承與心靈的慰藉。

在快節奏的都市生活中，許多人因長期勞累、壓力大而面臨各種身體困擾。這時，中醫以其獨特的理論體系和治療方法，為大家提供了另一種健康選擇。從推拿按摩到針灸拔罐，從中藥湯劑到食療養生，中醫以其全面、個性化的調理方式，贏得了認可與信賴。內地中醫資源豐富，特別是在一些具有深厚中醫底蘊的城市，如深圳、廣州等地，匯聚了眾多知名的中醫院和專家。這些醫院不僅擁有先

進的醫療設備和技術，更傳承了中醫的精髓與智慧。

深圳某骨傷科醫院在大灣區擁有較高的知名度，這家醫院以其精湛的中醫骨傷科技術和服務贏得了大家的讚譽。許多港人慕名而來，尋求解決筋骨疼痛、頸椎不適等問題的良方。年逾七旬的宋伯，是醫院的「常客」。他每月都會從香港趕來，進行腰部的針灸治療。他笑稱自己為「中醫的粉絲」；港青禧年長期伏案工作，肩頸受損嚴重，也是那裏的「常客」。該院全年港澳及外籍患者診

習，晚輩不敢開罪師父，任其勞役打罵，還要做牛做馬，無疑不當，所以這種學師方式日漸式微。現在師生要像朋友般相處，課堂內外打成一片，大家平起平坐，老師也不再永遠是對的。若以飲水思源作考量，凡事都因師徒之情留一線，處世持守尊師重道的原則，還可能被視為愚忠或「盲撻」。

「飲水思源」這成語出自北周庾信的《徵調曲》，原文為「落其實者思其樹，飲其流者懷其源」，叫人不要忘本，別忘記曾受他人的恩惠。筆

還記得上世紀四十年代末、五十年代初，我就讀的中學有一個簡陋的舞台。就在這個舞台上，我們演出了《雷雨》《日出》《綠窗紅淚》《結婚進行曲》，這樣的學習和參與，對同學未來的發展都有一定的影響。

香港有校際朗誦節、舞蹈節、戲劇節，但報道不多，傳媒對影響香港未來文化藝術前景的學生活動熱情不足，主辦方的宣傳、推廣力度也不夠。譬如頒獎禮就應該當教育

學校戲劇

盛事辦，像樣的場地，除參加學校有贈券外，還可售票讓更多的人看得獎者演出。

我不清楚戲劇節的比賽詳情，但應參考電影節的做法，有多種獎項：最佳演出、最佳導演、最佳男演員、最佳女演員、最佳劇本、最佳舞台設計……所有這些獎勵，都會為造就未來新人，奠下基礎。

更期盼戲劇活動成為從幼稚園到大學的常規，不一定參加校際比賽，校內的班級匯演、戲劇學社，都能通過戲劇



北上看中醫

不僅僅是一種治療手段，更是一種文化的傳承與心靈的慰藉。

在快節奏的都市生活中，許多人因長期勞累、壓力大而面臨各種身體困擾。這時，中醫以其獨特的理論體系和治療方法，為大家提供了另一種健康選擇。從推拿按摩到針灸拔罐，從中藥湯劑到食療養生，中醫以其全面、個性化的調理方式，贏得了認可與信賴。內地中醫資源豐富，特別是在一些具有深厚中醫底蘊的城市，如深圳、廣州等地，匯聚了眾多知名的中醫院和專家。這些醫院不僅擁有先

進的醫療設備和技術，更傳承了中醫的精髓與智慧。

深圳某骨傷科醫院在大灣區擁有較高的知名度，這家醫院以其精湛的中醫骨傷科技術和服務贏得了大家的讚譽。許多港人慕名而來，尋求解決筋骨疼痛、頸椎不適等問題的良方。年逾七旬的宋伯，是醫院的「常客」。他每月都會從香港趕來，進行腰部的針灸治療。他笑稱自己為「中醫的粉絲」；港青禧年長期伏案工作，肩頸受損嚴重，也是那裏的「常客」。該院全年港澳及外籍患者診

飲水思源

習，晚輩不敢開罪師父，任其勞役打罵，還要做牛做馬，無疑不當，所以這種學師方式日漸式微。現在師生要像朋友般相處，課堂內外打成一片，大家平起平坐，老師也不再永遠是對的。若以飲水思源作考量，凡事都因師徒之情留一線，處世持守尊師重道的原則，還可能被視為愚忠或「盲撻」。

「飲水思源」這成語出自北周庾信的《徵調曲》，原文為「落其實者思其樹，飲其流者懷其源」，叫人不要忘本，別忘記曾受他人的恩惠。筆

學校戲劇

盛事辦，像樣的場地，除參加學校有贈券外，還可售票讓更多的人看得獎者演出。

我不清楚戲劇節的比賽詳情，但應參考電影節的做法，有多種獎項：最佳演出、最佳導演、最佳男演員、最佳女演員、最佳劇本、最佳舞台設計……所有這些獎勵，都會為造就未來新人，奠下基礎。

更期盼戲劇活動成為從幼稚園到大學的常規，不一定參加校際比賽，校內的班級匯演、戲劇學社，都能通過戲劇

派對服飾添動感

節日的聚會派對，不僅只有佳餚美酒，時尚衣飾更是不可少的裝扮，今年流行充滿動感的派對服裝，正好將歡樂氣氛提升。

節日晚會，是不少女士展示華美衣服時刻。其實，每個人有不同的形象和氣質，衣飾打扮的關鍵，在於不盡相同之處，別人穿得好看的，未必適合自己，辨識度才是選擇衣飾重要的所在，如個別服飾造型，在外國流行，在本地卻未必受歡迎。

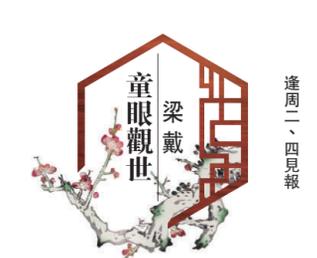
參加節日盛會，大致上會分為兩種形式，一是以玩樂為主，像年輕人的派對，衣着就可以簡約一點；另一種也是節日歡聚，但場面比較隆重，性質有分別，衣着就要選擇合適的來配合，首先要清楚聚會的性質和形式，如屬朋友歡聚或公司聯歡之類，以氣氛為主，衣服顏色方面可選取帶有節日情調的色彩，紅色與綠色是首選，如紅色毛衣或外套，

更是高達五萬人次。

近段時間，到深圳市中醫院尋求用中醫藥調理身體的港人驟增，該中醫院專門為港人提供粵語諮詢和粵語導診，讓港人在就醫過程中得到更加親切的服務。



騰訊視頻「星光大賞」，至今已舉辦七屆，此為第二次登陸澳門，定檔一月的《2024騰訊視頻星光大賞》，一場明星與粉絲雙向奔赴、見證榮耀的「年度狂歡」，令人期待。



時認真真真就算，不要以為對方多聽長輩意見，又能接受師父苦口婆心的勸勉教導，新一代自有他們的打算。願傾囊相授，是為師個人的專業操守，卻不要因全付而預期學生懂感恩圖報。



學校戲劇

活動，發展學生多方面的能力。

坊間的現成劇本不多，但青少年的故事、小說，豐富的成語和歷史故事都可改編。

期望有關各方共同努力。



派對服飾添動感

節日的聚會派對，不僅只有佳餚美酒，時尚衣飾更是不可少的裝扮，今年流行充滿動感的派對服裝，正好將歡樂氣氛提升。

節日晚會，是不少女士展示華美衣服時刻。其實，每個人有不同的形象和氣質，衣飾打扮的關鍵，在於不盡相同之處，別人穿得好看的，未必適合自己，辨識度才是選擇衣飾重要的所在，如個別服飾造型，在外國流行，在本地卻未必受歡迎。

參加節日盛會，大致上會分為兩種形式，一是以玩樂為主，像年輕人的派對，衣着就可以簡約一點；另一種也是節日歡聚，但場面比較隆重，性質有分別，衣着就要選擇合適的來配合，首先要清楚聚會的性質和形式，如屬朋友歡聚或公司聯歡之類，以氣氛為主，衣服顏色方面可選取帶有節日情調的色彩，紅色與綠色是首選，如紅色毛衣或外套，

