



點滴 陳復生

### 「照鏡」的意義

2014年5月跟中國國際戰略學會共同在京主辦《亞太地區的安全與合作國際學術研討會》之後，我就馬不停蹄會合攝製隊，一起乘車前往天津南開學校，追尋周恩來總理昔日的足跡……

從踏入南開的大門，也就是奠定周總理成為開國總理的第一步。周總理就是帶着他的抱負，來到南開上學。1898年出生的周總理，年少時候已是十分有抱負。其中最為人熟悉的事跡，就是在他13歲那年，老師問他為什麼要讀書時，他說：「為中華之崛起而讀書！」他這樣崇高的偉大抱負，當下令人留下深刻的印象。

天津南開學校被國家教育部定為全國重點中學，在民國時期，更是中國最有名望和影響力的中學之一。這所名校，多年來有不少著名的政治家和名人均是在此畢業的，例如前國家總理溫家寶、作家曹禺等等，而老舍也曾經在這裏教授中文科呢！當然，還有人所共知的周總理。周總理是在1913年入讀南開的，當時他是15歲。

南開有100年歷史，當年周總理上課的地方，用過的書本物品等，至今仍然保存良好。這些珍貴的古物，平時不作公開，在拍攝《感恩

東來愛香江》電視特輯時，是首次在香港播放。

其中在南開學校正門大堂豎立的一面鏡子——「儀容鏡」（又稱「整容鏡」），讓我印象深刻，原來當時校方規定每位學生回到學校，第一件事就是要「照鏡」，照這一面「儀容鏡」，要學生們習慣整齊和注意儀容舉止。所以，周總理每天回校都要「照鏡」。

其實，「照鏡」甚有深意，「儀容鏡」的上方刻有容止格言：

「面必淨，髮必理，衣必整，鈕必結。

頭容正，肩容平，胸容寬，背容直。

氣象：勿傲、勿暴、勿怠

顏色：宜和、宜靜、宜莊」

校方希望每位學生，必先學會尊重自己，繼而懂得尊師重道，時刻保持謙和包容的心態，尋求知識與真理。

1916年，哈佛大學的校長十分欣賞這「儀容鏡」的意念，更將這意念帶回美國去。

周總理的儀表莊重出眾，周秉德大姐（周總理侄女）在《感恩東來愛香江》說，伯父除了管教嚴謹外，其實很溫文爾雅，甚有儒者風範，這跟他在天津南開受教育很有關係……（待續）



◆陳復生在紀錄片《感恩東來愛香江》介紹天津南開學校的「儀容鏡」。作者供圖



嬉笑樂與 路美

### 因疫情又再宅在家

疫情猖獗，政府已通知大家盡量留在家中，除了必要的返工或者返學之外，最好就是留在家中，安全一些。我們這幾年面對疫情，已習慣了戴口罩、噴消毒噴霧等，但是這些措施也有副作用，用得太多酒精搓手液，手皮便會開始硬化，皮膚潰爛，所以真係順得哥情失嫂意。本來平靜的疫情開始有所緩和，就是因為一個飛機師不聽話，令到我們整個社會陷入緊張狀態，真的沒有辦法。

我有很多朋友及明星藝人也是做餐飲業的，雖然他們之前被疫情殺個措手不及，但已經習慣了。惟現在接近新年的日子，我們又不可以外出用膳，這對餐飲業的朋友打擊是很大的。當然大家為了安全起見也是應該的；其他工作也有直接的影響，本來有一些已經決定的婚宴或者大型活動，也要取消。有很多本來相約外出可以在緩和的疫情當中見面吃飯的，也因為這個嚴峻的疫情被迫取消。

這些年來我們都面對很多不同的天災人禍，令到我們感嘆生命無常，好像脫離不了痛苦的感覺，重創經濟，令到百業蕭條。雖然特區政府已經努力支持市

民，但是疫情令到一些市民、一些市面以上的行業大受打擊。在我身邊有很多朋友本來打算新年期間和家人有很多不同的玩樂聚會，就是因為這個疫情所有的計劃取消了。

在這個問題上，令到我們繼續留意網上世界。無論娛樂購物高談闊論也集中在互聯網上，好像我的工作就是在互聯網上直銷直播，這個仍然是轉變後的重心，因為電視台也大力發展這行業，無論香港或是內地，都希望能夠開拓更好更穩健的網上直播，所以在工作上我並沒有受到那麼多的影響。但在學業上是絕對有影響的，雖然現在還可以上學，當然也有危險，就是因為人多同學不能上學，也可以從互聯網上用電腦進行教學，這個也不是太大影響。

我相信未來這10年也是電腦的世界，也是互聯網的世界，電子科技世界；所以對我來說，讀書學習互聯網上面世界的事，是沒有年齡限制，自己無論幾歲都要學習，若不學習相信不能夠在社會中找到立足之地。在這奉勸大家，中年人是不能一成不變的，一定要尋找一個跟貼潮流文化的方向，才能令到其他人欣賞自己。



愉韻度曲 梁君度

### 暫停活動閉關創作

一個籌備經年，政府耗資數百萬，盛況空前的「全球水墨畫大展2021」竟斷送在幾個從外國返港不好好隔離、四出活動的飛機師手上，真是可悲可嘆啊！

政府為避免變種病毒Omicron爆發，立即推出新防疫措施，於是，不但大型藝術活動要中斷，許多中小型的藝術活動也紛紛夭折。我查了一下活動時間表，本來應邀出席朋友1月7日在香港文化中心舉行的《與水墨共舞》展覽泡湯了；應邀出席的1月8日中國文化藝術旗幟總會晚宴取消了；原定1月9日獅子山文藝協會與立橋人壽聯合舉辦的書畫家與小朋友聯合創作大幅國畫《百花迎春圖》的活動暫停了；1月15日香港凱利山學校的書法課無法如期進行了；1月17日應邀為香港「中藝」會員寫揮春的活動取消了；1月26日獅子山文藝協

會與九龍區七校文化推廣活動推遲舉行了。

雖然香港本地不明源頭個案清零很長時間，但從外面傳回來的變種病毒卻無時無刻威脅着香港人的生命。一會兒有Delta變種，一會兒又是Omicron變種，沒完沒了。因疫情我被迫取消或暫停參加的藝術活動還是第一次，這次終於令我切身體會到新冠肺炎這疫症對各行各業都具破壞力。

配合政府防疫對每個市民都責無旁貸，所以，我們除了出門戴口罩、勤洗手、打第三針，不參加多人的聚會還是必須的。

我們這些年長的書畫家，不用「返工返學」，最好還是像兩年前疫情剛爆發時那樣，關起門來「耕雲種月」，多創作，待疫情過後，拿出一批新的創作成果，組織更多的藝術活動，讓香港之春綻放更燦爛的藝術之花！



文公子筆記 文公子

### 禁晚市堂食病毒會睇鐘？

為應對新一波疫情，政府宣布於1月7日起，收緊社交距離措施14天，餐廳食肆晚上6時起禁堂食，各相關表列處所均須關閉。但限聚令收緊了一星期後，政府就再在1月14日公布，將措施延長多14天；換言之，起碼要至年初四，一切限聚措施，才有機會放寬。

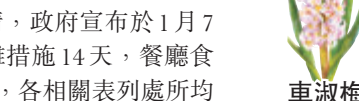
去年底，本地感染個案開始受控，加上政府派發消費券刺激，餐飲零售業開始有復甦跡象；去年12月中，政府更揚言通關在望，市面洋溢一片樂觀氣氛。而近年飽受疫情折磨的餐飲業界，也期望可於農曆新年前後，藉團年飯、開年飯與公司春茗等，幫補一下收入。在餐飲業界準備「迎春接福」之際，新公布的限聚令，禁止晚市堂食直到初四，可謂晴天霹靂！業界不只「春夢成空」，部分能否安渡年關，恐怕亦成問題。

華人社會，傳統都非常重視農曆新年，對安排團年飯、開年飯等，更是重中之重。一般不與父母同住的家庭，往往會安排一家人在酒樓團年；不少公司亦會設宴慰勞員工。政府「快、狠、準」地禁晚市堂食至初四，此舉雖屬防疫為上，但卻明顯忽略民之所需，不近人情，絕非一條既安民心，又能抗疫的好橋。

記得去年，政府曾在疫情趨趨嚴重時，推行過全日禁堂食措施；惟於推行首日，就發現原來有不少須戶外工作者，如司機、清潔工人、地盤工人及各式外勤工作者，午飯時間如無堂食，只能在路邊就地「開餐」，於是立即取消禁午間堂食措施，以回應強大的民意需求。

對於分時段禁止堂食，坊間早有「病毒會睇鐘？」的諷語，意即感染機會，不會因堂食時段不同而有所分別。觀乎限聚令要求，餐廳應在早上5時恢復堂食。文公子建議政府，何不急民所需，考慮改為禁早市堂食至早上11時，並將容許堂食時間，改為由早上11時開始，至晚上10時？其間，餐廳及食客均須嚴格遵守防疫規定，每席用餐時間也可收緊至2小時內。

每天早上，眼見不少藍領白領，都會在茶餐廳或快餐店，匆匆買個外賣早餐趕上班，部分更是先上班再「電召」外賣，因此相信限制早市只提供外賣，對市民以至不少食肆的生意，影響都不明顯。然而，晚上如可堂食到10時，多能爭取時間一家團年，而酒樓亦可由6時到10時，多做兩輪晚飯生意；整體禁堂食的時間，卻是有增無減，有助防疫。未知當局會否考慮？



淑梅足跡 車淑梅

### 衣着的風采和巨星品味

香港第一位建立個人品牌的本地時裝設計大師Walter Ma（馬偉明）小時候最喜歡跟媽媽逛彌敦道，那裏有好多著名的布行，「上世紀六七十年代甚少時裝店，當年流行裁縫上門訂做衣服，媽媽和家姐的服裝布料都由我負責挑選，每當看見靚布真的好開心，又喜歡逛美美百貨公司，可能接觸優質產品多了，品味檔次自然也提升了。」

「父親是做茶餐廳生意的，他是白手興家，我非常崇拜他，對子女和朋友非常闊綽，小時候我愛畫畫，他說窮畫家不好，後來我學時裝設計，他也不介意，直至見我在家裏車衣，他開始不順眼說男人做女工唔啱一世窮……1975年我在浸會秘書管理系和遠東裁剪學校同時畢業，爸爸打本2萬元，我膽粗粗的用自己的名字Walter Ma做招牌，開了第一間時裝店，選址在尖沙咀柯士甸道太平館餐廳對面，地方不大，我採用竹枝去設計，間店猶如一個竹棚，第一個星期已經有記者到來採訪……再因為太平館有好多高消費的顧客，他們也順道過來光顧。當年月租2,000元，第一個月已經賺到1萬5千，我打響旗號「香港製造」，吸引了不少名人明星包括紫羅蓮、芳艷芬、林鳳嬌、張艾嘉、黃秀秀等等。」

「張國榮和張曼玉都做過，不是刻意的，只是知道他們到來，我專誠從工作室過去招呼幫忙，巨星都很讚我，什麼穿到身上都演繹得很好。當時劉德華和郭富城都買好多，他們都有好多活動，好密集！當時小美常常帶着郭富城來添新裝，我們也要特別留意他們最好不要碰臉，因為兩位都是天王！馬俊偉、陳慧嫻頗瘦，一定要在裏面攝一些物料……周慧敏最愛腰細，腰線的高低是她特別注意的。」

「我有看電影《梅艷芳》，帶來好多個觸動和回憶。古天樂不像劉培基（Eddie），因為Eddie性格好Strong，不是那麼的柔，我特別欣賞那套性感的烈焰紅唇舞衣。雖然我不是專注舞台服裝設計，只是專責做平常服和晚裝，但我也留意到現今香港的舞台服裝比較一般……例如胡鴻鈞有好多服飾與他的歌路不太配合，可能我古老，為什麼要扮得不像自己？與鄭秀文、容祖兒不同，我好欣賞她們平日穿衣的品味。」

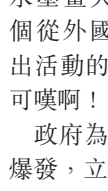
「當然我最鍾情汪阿姐，她勇於嘗試，從不會修圖，好勁！總之，她有辦法可以突出到自己，每次晚裝都好出眾，這種功力並非人人有，阿姐絕對是服裝傳奇，有膽識好過癮！Do姐人太瘦，她穿套裝OK，但頭髮方面可以變動一下，嘗試改一次半次，變一變好過次次一樣。」

「時下男藝人我喜歡周柏豪，他身形好不Over。古天樂最願花錢置裝，永遠不用贊助，他穿的都是自己買。女孩子方面Gin Lee好，她穿出了潮流的感覺，又不會特別誇張。其實，我最欣賞的是欣宜，她真的穿着得不錯，但她為何不逼自己多瘦10磅？多少少腰位，就算穿着直身貼身的服裝都更有曲線……我常感到浪費了她那麼好的聲線、表演天分又懂着衫，只是多了少的磅數，可以節食一下，最好向鄭秀文、劉德華學習，他們是最佳榜樣！」

Walter Ma大師70歲着入時，他說每一個年紀都應該穿出自身的風采，他的最大願望希望香港政府能協助新一代不單在國際比賽上取得名堂，更可在香港能夠有地方讓這班生力軍展銷自己的產品，在Walter Ma之後有一連串的接班人，再次擦亮香港購物天堂的美譽！



◆本地時裝設計師Walter Ma說每一個年紀都應該穿出自身的風采！作者供圖



從零創夢 王嘉裕

### 正確應對負能量

在日常生活中，我們常常會有多種多樣的心情。有些心情，是因為我們個人而起，由於個人情況的各種不如意而導致的負能量，但是也會有很多心情是受到別人的影響，能量是一種力量，但同時也會有殺傷人的東西，正能量事情能夠使人充滿信心，能夠激勵人向着光明奮鬥，但也不可避免會有一些負能量的小插曲常常會擾亂我們的心情。

我有一個朋友，她性格爽直，總是很樂觀開朗，不管遇到什麼事情都非常的寬容大度，但有一天她跟我說，自己非常傷心。感覺整個人都提不起精神來。一問，原來是她的朋友們都向她傾訴了不開心的事情。這些事情有些跟她有關，有些跟她無關，但是在她接收這些信息的時候，就被它們影響了。因此她變得非常煩躁，好像是一下子滅了燈一樣，不知該怎麼辦。後來與她輕

鬆地聊天和開導之中，她才慢慢走出了困擾。這雖然是一件小事，也引起了我的思考。其實我們都應該去想一想這個問題，在生活中我們和他人總是有着千絲萬縷的聯繫，會形成一個巨大的關係網，但是如果我們所有的情緒和喜怒哀樂都任由別人牽動時，我們就失去了自己，沒有辦法真正過好自己的生活。所以，一個人不僅要使自己的心靈充滿光明，保持盡可能的正能量，同時也要學會辨別和分析負能量，不要讓別人的負能量擾亂了自己的腳步。

又想起另外一個例子。有一位創業青年苦惱地跟我說，最近不知走了什麼霉運，感覺諸事都不如意，經常會收到別人的抱怨和投訴。有時候這一天本來是很有信心去做事情的，但收到別人的評價時，瞬間就像打了霜的茄子，會反反覆覆去想別人的負評。其實這是典型受別人影響的情況。並不是說，完全不管別人的評價，遮蔽耳朵

來不聽，而是我們要有一個客觀和開放的態度，在創業中確實會遇到很多困難和挫折，所謂萬事起頭難，也一定會犯一些大大小小的錯誤，可是如果我們能夠這麼想，正是因為別人提出我們的不足之處，這樣才能夠重新調整自己的定位，規劃創業的發展方向，彌補不足之處，進而取得更好的成績。有一句話說得好：別人投訴你，就是在投資你。如果我們能夠這麼想，在負能量中吸取一些有用的東西，摒棄一些有害的東西，用一份為二的目光看待問題，我們才不會誤入情緒的漩渦裏。

在創業中需要這種精神，在生活中也更需要這種胸懷和態度，世界是什麼樣子的，在於你眼中所看到的是什麼樣子。一件東西斜了歪了，如果你一直在看還是覺得不對勁，去解決了也解決不好，這個時候不妨調整一下目光。對待負能量，也是這樣的。



◆新年伊始，迎春接福！