



梁君度

印象派一百五十年

在藝術的長河中，印象派就像一顆璀璨的明星，在過去的一百五十年裏閃耀着燦爛的光輝，她以獨特的方式挑戰傳統，引領着藝術的變革與發展。

一百五十年前，歐洲還是傳統學院派天下，古典寫實主義的宗教畫，皇室和貴族的肖像畫，幾乎就是藝術的代名詞。直至印象派橫空出世，對傳統學院派來一次大膽的叛逆，藝術才變得更有青春和活力。

傳統繪畫強調清晰的線條、精確的造型和細膩的明暗對比，而印象派畫家則走出畫室，走進大自然，追求瞬息萬變的光線、色彩和氛圍。他們不再熱衷於描繪宏大的歷史場景或宗教神話，而是將目光投向日常生活中的平凡場景——美麗的花園、熱鬧的港口、溫馨的咖啡館。莫奈的《日出印象》、《睡蓮》和《魯昂大教堂》；雷諾阿的《船上的午餐》和《午茶時光》；畢沙羅的《蒙馬特高地的大浴場》和《收穫季節》；西斯萊的《塞納河邊的春天》和《馬爾利橋》；德加的《舞台上的舞女》和《芭蕾舞者》……在他們的畫作中，朦朧的光影，跳躍的色彩，打破了傳統繪畫的枷鎖，用看似未完成的

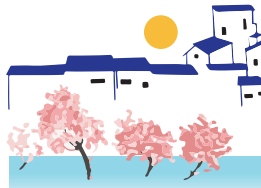
筆觸將光影與色彩的變化展現得淋漓盡致，讓觀者彷彿置身於不斷變幻的世界之中。

莫奈等藝術家通過他們的作品推動了印象派運動的發展，他們的作品共同體現了印象派對光和色彩的獨特追求，以及對自然和生活的敏銳觀察。印象派不僅僅是一種藝術風格，更是一種對生活的全新感知方式。它教會我們用更加敏銳的目光去觀察周圍的世界，去發現那些被忽視的瞬間之美，讓我們感受到生活中的每一刻都是值得珍藏的。印象派就像一把鑰匙，為後來的現代藝術打開了無數扇門。無論是表現主義對內心情感的直接宣洩，還是抽象派對於形式和色彩的極致探索，都能找到印象派的影子。

一百五十年的歲月，沒有讓印象派褪色，反而讓它的價值愈發珍貴。它提醒着我們，在這個瞬息萬變的世界裏，要保持對美的追求，要用獨特的視角去感受生活，創造屬於自己的「印象」。我也希望能從印象派中獲得啟發和靈感，創作出具個人風格的水墨畫。



◆《荷池》水墨畫。作者供圖



袁星

靠近花椒樹

受不了花椒那種味，幾次三番後，堅信這輩子都與之無緣。那種並不罕見的植物，似乎沒啥可取，於我是可有可無的。

樹上的鮮花椒，曬後的乾花椒，磨成的花椒粉，我一概不吃。那東西，有種令我無法接受的味覺和觸覺體驗。不是單純的麻，是種形容不上來的難以接受。

不吃花椒，不吃薑。這兩種東西入口，即便是碎粒和粉末，即便我事先不知道或被其他味道掩蓋沒品嘗出來，也可能飯後不久即引起一陣劇烈嘔吐。我一度懷疑，我對這兩種東西過敏。要不然，毫無察覺的情況下，怎麼會突然狂吐呢！

若說接觸，我很少接觸到薑。這種植物，我老家那邊幾乎沒人栽種。花椒樹倒是有，但是不多。小時候，鄉親們時不時會提到一句話，光着腓爬花椒樹——麻木不仁。那時的花椒樹，都是栽在菜園或果園邊上的。花椒樹上有尖刺，栽到田地邊上，枝條彼此交叉生長，糾纏搭連就形成一道天然的柵欄。村裏那些調皮搗蛋的孩子，被其輕鬆隔擋。

花椒樹上的刺，對我來說，的確棘手。一般情況下，有花椒樹「保護」的東西，我不願意輕易去招惹。只是真若惹惹時，花椒樹只能算個麻煩，並非不能逾越。比如花椒樹上有一窩我喜歡的小鳥，比如花椒樹柵欄內栽有特別誘人的水果，比如花椒樹上有一群蟬或幾個知了猴，那是一定要穿過或接觸的。

被花椒樹的刺扎到，既麻又疼，它對小孩們不友好，我也懶得搭理它。當然，不喜歡花椒樹不能作為不吃花椒的理由。酸棗樹、大棗樹有刺，摘棗時常被扎手，我照樣喜歡吃。花椒樹和我，並非仇人關係。而薑，那個看上去脆脆的東西，應該汁水飽滿吧！吃到嘴裏有點兒辣，卻不是辣椒的那種辣，總感覺在辣之外，還有一種怪味。我喜歡吃辣椒，多辣都沒問題。但吃不了薑味。小時候，一直不吃花椒和薑，只要見到飯菜中有這兩樣，鐵定不吃。

結婚前，去過妻子家幾次。第一次去時，妻子忘了提醒，雞蛋湯中放了薑絲。看着眼前的雞蛋湯，我是左右為難。喝吧，無法下嚥；不喝吧，碗已端到跟前。強忍着喝了兩口，就像五行山鎮壓孫悟空般艱難。趁身邊人不注意，還悄悄把喝進嘴裏的薑絲又偷偷吐了出來。妻子偶然發現我的窘態，想起我不吃薑，才跑過來打圓場。

不是矯情，是真吃不了那個味。相當長的時間裏，花椒和薑，就像我的死對頭，彼此不對付。我曾覺得，或許一輩子，我都吃不了花椒的味。我喜歡吃油餅和水餃，尤其家中有人時，母親烙油餅或包水餃時，時常忘記。油餅中撒了花椒麵，水餃餡中刺進了碎薑粒，一準會引起我的情緒失控。後來，次數一多，父母就記住了。家中不買也不放花椒和薑。因為沒有，也就無所謂因為忘記而「失誤」。

但是，花椒和薑，是兩種常用調味料，幾乎所有飯店都在用。作為中西

醫結合專業的醫生，我也深知花椒和薑的諸多功效。飯桌上，也常見身邊人津津有味嚼薑塊的情形。看他們吃得那個香啊！心中有些癢癢。

酸辣魚、水煮肉片、炒羊臉、火鍋雞，或多或少，都放花椒和薑。排斥這兩種東西，但魚好吃啊，肉片和羊臉好吃啊，火鍋雞好吃啊！一開始，我少量挑揀着嘗試着吃，只吃魚或肉。嘗試着，嘗試着，偶爾有粒被油炸乾的花椒入口，特別是有麻椒參和的，嚥下去一點，也沒事。這種嘗試，就像是「脫敏」過程。時至今日，我已經接受了花椒和薑的味道，只是依然不敢和人家那樣咀嚼薑塊。

喜歡吃蒜和辣椒。調菜時，把蒜和辣椒搗碎，味道立馬提升。有時，裏面放少量鮮花椒粒，搗碎後味道被蒜和辣椒遮蓋掉大部分，也蠻美味。

在飯店裏吃過用花椒葉做的酥菜。嫩葉外裹上層薄澱粉，油炸定型。那道菜有淡淡的鮮味和香味，吃到嘴裏，單憑味道辨不出是啥。咬上去，隱約有股鮮香在充盈。曾經厭惡的花椒的那種怪味，好像並未出現。樓下南側靠牆處，長方形地塊裏，被誰家栽上了十幾棵花椒樹，已擰樹杖粗。冬天時光禿禿的，只剩下枝條和大刺。春天一到即萌芽，然後開花、結果。透過陽台的窗戶，一低頭總能看見。花椒本無錯，有葉有果時，也還悅目。

花椒還是花椒，它沒變，變的是我。以前的決絕，在時光天平的震盪中，已然鬆動了一些，猶如堅冰漸融。麻，有時也蠻不錯呢。



王嘉裕

凡事提前做好準備

在社會上累積了一些經驗後，便發現有些人的生活能力特別強，而他們的強並不在於對社會有着強大的適應能力，也不是因為性格等各方面有天赋等等，而是有着一個非常重要的能力，就是會凡事提前做好準備。

這智慧，自古以來便已總結出來了，有句古訓：「凡事豫則立，不豫則廢。」任何事，提前做好準備，往往更容易走向成功。大家可以留意身邊一些成功的人，他們身上無一例外都擁有着凡事提前做好準備這個特質，這些準備從小方面來說可以在出門前準備好要拿的東西，在出遊前做好行程規劃，而從大方面來說，也可以是人生某個階段的規劃，例如為什麼有些人一畢業便能夠找到令人羨慕的工作，為什麼有些人與別人同時踏入工作崗位而卻比別人更早升職？除了有着

機遇和運氣等成分外，更多的是他個人的造化，因為懂得提前規劃，提前做好準備。

在生活中，我們因為不懂得做準備而經歷過很多的挑戰：巴士緩緩駛出站台，奮力奔跑拍着車門，尷尬地擠進車廂；上班時間馬上到了，但小食店前排着長長的隊，自己只能摸着肚子安慰道「當減肥了」。

提前做好準備，其實是給自己充分的時間去思考。例如說話前做好準備，思路一定會更清晰，在做某件事情之前做好準備便可以條理分明，有次序而不雜亂……其實一直認為人生的寬度應該再大一些，而人們似乎一直在跑馬拉松，總是追求人生的長度，人生是曠野而非軌道，這個曠野的重點在於要有寬度，我們應對生活進行思考，規劃未來才能活出不同的人生。

所以不管我們有多忙碌，不要忘記抽出時

間對事物做規劃；儘管身處繁華喧囂當中，也要保持冷靜，對事物預先有個判斷。

不管是生活還是工作，懂得未雨綢繆都可以讓自己更從容，尤其是在創業的朋友們，一定要把眼光放長遠，懂得提前做好規劃，不管是成功還是可能會失敗，心底裏都要有一個大概的答案。

有句話想要送給大家：「惟事事乃其有備，有備無患。」一個懂得居安思危的人，必然是目光長遠能看到危機，並提前做好準備，這樣才能防患於未然，其實在創業中很多的機會和風險，我們都可以事先預知一些的，做好了萬全的準備，當機遇一來到的時候便能穩穩地抓住，就算是巨大的風險來臨，也應該在我們的掌握之中。

事先做準備，目光看長遠便能發現潛在的風險，這樣能減低與危險擦肩而過的機會。



文公子

食安危機處理

近期有兩宗與食品安全有關的公關危機發生，其中一宗涉及一個本地百年老牌腐乳生產商，被食物安全中心抽查發現有樣本蠟樣芽孢桿菌超標，呼籲消費者停止食用。雖然該品牌立即宣布結業，惟其發言人則一直高調回應，而且似乎也獲媒體和輿論的正面反應，但及後卻被揭發產品30年來均非本地生產，品牌一直隱瞞真相，發言人的解釋又愈描愈黑，最後導致誠信大受打擊，要東山再起，恐非易事。

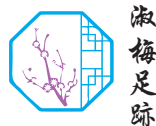
文公子常言，危機管理必須以誠信及負責任的態度去處理，最忌在面對公眾時有所隱瞞，一旦被人揭發，後果可能更嚴重；今次足以作為教鑑。至於另一危機，則涉及內地品牌農夫山泉，其於香港消委會《選擇》月刊的瓶裝水測試中，被發現溴酸鹽含量遠達上限。消委會指汲取大量溴酸鹽，可引致噁心、腹痛、嘔吐及腹瀉，嚴重情況甚或影響腎臟及神經系統。

食品安全涉及消費者信心，是品牌成功的關鍵，一旦出現負面消息，必須立即處理。消委會的報告一發布，品牌即時承受巨大輿論壓力，消息更蔓延至內地，嚴重影響產品形象，也即時打擊了銷量及股價。

農夫山泉即時發出律師信予消委會，並派出執行董事與律師登門，稱如不獲道歉將追究到底。此舉可達迅速處理、盡快冷卻的效果。然而，卻有不少細節，可以做得更好，以下是文公子的一點愚見，予各位參考。

首先，品牌犯了不少企業做傳訊時的毛病，就是長篇大論。在公關傳訊，特別是危機管理而言，反駁誤區，必須言簡意賅，因為受眾未必有時間和耐性細閱長文。今次品牌選擇公開發表律師信內容，反不及在律師的基礎上，由公關撰寫一份專發予傳媒的新聞稿為佳。新聞稿內容大致是認同消委會對維護消費者權益的貢獻，惟亦希望可認清品牌為何不同意報告的觀點與理據，最後促請消委會澄清，並對結論用語作出適當調整，以釋支持品牌的消費者疑慮。行文語氣應大方得體，至於要求道歉或索賠之類內容，應免則免。

此外，當面對一個形象正面的機構時，應予人文明有禮的態度，客觀陳述及澄清事實，冀還產品食安一個公道即可；而非惡形惡相地採取一連串令人感覺過火，甚至看似盛氣凌人的行為。在公關傳訊上，道理未必不在己處，但語氣與手法，卻可顯得更具同理心，對企業及產品形象會更為有利。



車淑梅

Vincent的奧運使命

巴黎奧運開幕，全城投入奧運狂熱。恭喜江旻德在大家見證下勇奪女子重劍金牌，成為本屆巴黎奧運隊第一金。感謝政府買下了轉播權，讓全民受惠。在熒光幕上，我們可以看到很多新鮮面孔的、有實力的運動精英主持人，其中一位是香港電台「體壇123」的嘉賓主持，大型體育活動事務委員會副主席、立法會議員鄭泳舜（Vincent）。

Vincent不單愛運動，更是香港教育大學「健康與體育學系」的碩士，「其實我自小喜歡運動，中小學時期也給我很多滿足感，可是我卻沒有太多機會接觸和處理有關的政策。入立法會初期，我專注民生有關的劏房、過渡性房屋、社福等問題。好多謝當時時政局徐英偉先生委派我出任『香港體育學院』的董事，讓我了解到運動醫學、科學物理、飲食、教練培訓等等。參與後見證東京奧運取得突破好成績，引發我更投入，原來由小運動員至精英運動員至退役，每一個環節都有好多工作，我想不如在學習方面更進一步！」

Vincent在好朋友雷維德博士的鼓勵下，終於開始了課程，「真的好大挑戰，每個星期上課兩晚，讀書睇書做功課差不多一星期20個小時。我讀的是運動科學，包括教練體育課程，也有全世界的

體育政策、身體骨頭和筋絡等等，我都要去學習和考試，那些字個個差不多，要花很多力氣，話雖如此卻是非常有趣的體驗。我的同學仔都是年輕人，我可能是全班年紀最大的，他們多數是運動員，他們可能不知道我是誰，告訴我很多現在的情況，想做的和做不到的，對我立法會的工作很有幫助。」

有心有力的Vincent日前已飛抵巴黎，匯合「港台」奧運採訪大隊，其中有何重要任務？「第一，支持香港隊，代表香港市民為他們打氣；第二，難得去法國，要了解一下這樣大型的體育活動，香港有借鏡的地方，因為今年有很多新興的項目如滑板和霹靂舞等等；第三，推廣香港文化體育旅遊三合一的文體旅發展，香港和法國關係一直不錯，究竟有沒有什麼商機？可以帶來一些文化藝術的項目嗎？最重要，我答應了每天都在奧運節日放一些獨家片段，我帶了高清的攝錄機，我喜歡自己剪接，我在網上搜集了很多資料，發掘這地方的好人好事和好環境；我亦跟運動員打定招呼，比賽完畢後要接受我的訪問，他們不可Say No啊！哈哈！」

事親視力親為的Vincent 4年前親自到「日本鑽石公主號」協助港人，今次他現身巴黎奧運，他將以不同角度為港台31、32台的觀眾帶來更多國家隊、中國香港隊揚威巴黎奧運的好消息。祝一切順利圓滿！



◆鄭泳舜是一位愛運動的人。作者供圖



陳復生

從未名到未名

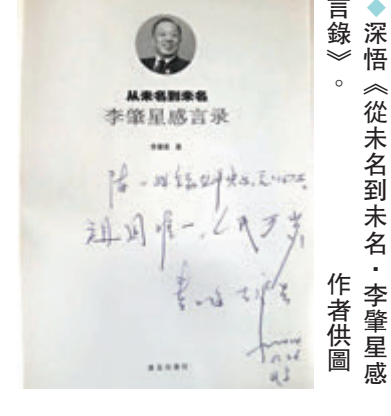
前文提到近月在北京，獲有「詩人外交家」之稱的中國前外長李肇星贈書：《從未名到未名》，這是李部長外交生涯數十年的隨筆生活點滴和感想匯聚，修訂於2008年8月北京奧運期間，9月經由青島出版社問世。

文集中提到李部長工作後，在國外跑得最多的地方是非洲和美洲，到達最遠的是拉丁美洲，最令他心動的是亞洲和大洋洲。以下節錄自其首篇文章：

「有趣的是，當學生時以為自己什麼都懂，當了外交官卻常驚嘆自己的幼稚。初出校門，幹什麼都對馬到功成信心十足，上了點年紀才知道內事外事都不容易。正像莎士比亞所言：『一個老人是第二次做嬰兒。』」更有甚者，50多年過去，十來歲時所夢想的顯得更遠了。終於發現，世間事物，已知的少，不知的多；有名的少，未名的多；涉獵的領域愈廣，其與未知領域的共同邊界線就愈長。名利無論多寡則全是從無到有，從有到無。總之，人活着，表面上看有點像從未名到有名，實際上更像從未名到未名。一輩子有機會學習時就得好好學點

有用的，有機會做事時就實實在在在做些好事，千萬不能忽悠自己和忽悠別人。所以，這本小書還是叫《從未名到未名》吧！……小車不倒只管推。走到哪兒說到哪兒，賣什麼吆喝什麼。這是歷久不衰的正確套話。一點與日俱深的感悟是：唯祖國與人民至上，和平與發展重要，親情與真知無涯……」

感謝這位學識淵博、洞察世情的風雲人物外交家贈書寄意，讓我深悟《從未名到未名》，願向李部長學習：常存赤子之心，上善若水，虛懷若谷。其實，豈止渺小人類，萬事萬物，何嘗能逃離《從未名到未名》?!此乃亘古不變的宇宙定律、自然法則——共勉之！



◆深悟《從未名到未名》-李肇星感言錄。作者供圖



路英

助力青年港漂

香港一直以來都是一個吸引青年人的城市，擁有優質的教育資源和多元的就業機會。因此，許多內地青年選擇在香港接受教育，並在這裏開展自己的事業。然而，隨着社會環境的變化和競爭的加劇，青年港漂（內地來港的青年）在香港的現今發展面臨着一些挑戰和困難。其實，內地青年對於香港的文化發展也起着重要作用，他們將不同的文化和價值觀帶入香港，豐富了香港的文化多樣性，也是未來香港文化創意產業的主要推動者。除接受教育之餘，他們也可以接觸香港各種文化活動和藝術表演，可以將香港的文化帶到世界各地，促進香港與其他國家和地區的文化交流。

所以，近來有一個專門幫助港漂更好地融入香港的青年港漂總會，是一個致力於支持和促進香港發展的機構，通過提供各種服務和資源，幫助內地青年實現他們的香港夢，讓他們在這個城市中發揮自己的潛力和實現自己的目標。

在香港這個競爭激烈的城市，許

多港漂可能面臨就業困難和挑戰。如果有一個機構可以提供就業輔導和職業培訓，又可以幫助他們提升就業競爭力，找到合適的工作機會，絕對是一件好事；同時，在這個發展機構當中也可以提供創業指導和資金支持，鼓勵青年港漂勇於創業，開拓自己的事業。

此外，如果青年港漂在香港求學和就業方面感到重重壓力，或可能面臨經濟壓力，青年港漂總會可以提供獎學金和學習資源，幫助內地青年在香港接受高等教育或職業培訓，為他們的未來發展打下良好的基礎，甚至乎設立一個專為內地青年提供的交流平台。在一個陌生的城市生活和工作，其實港漂可能感到孤獨和失落。青年港漂總會可以透過各種社交活動和文化交流，讓內地青年有機會認識新朋友，拓展人脈，建立社會關係。同時，也可以提供心理輔導和支持服務，幫助港漂克服困難，適應新環境。

希望青年港漂總會可以繼續努力，讓更多的青年港漂在香港這個城市中茁壯成長，共創未來，實現自己的夢想。