



陳復生

### 讀《論語》的好處

自幼熟讀《論語》的香港浸會大學樂休校長陳新滋教授跟我們分享了《論語》一些經典名句：「我想起周禮來。他是一位莊重的君子，使我想起《論語》有一句『君子不重，則不威；學則不固。主忠信，無友不如己者。過，則勿彈改。』我們必須要莊重，無論是言談、禮貌都需要莊重，表達出來都是不怒而威的，周禮來便是這樣。」

「學則不固」，很多人以為是指學習不夠穩固，其實另一說法也許較合理，就是多學習，人便不會頑固，不會固步自封。

「主忠信」，很多人以為是指忠君，其實「忠」是可以指忠於國家。朱熹對孔子思想的解說是「夫子之道，忠恕而已矣。」盡己之謂忠，推己及人之謂恕，盡自己力量做到最好已是忠的了。

「無友不如己者」別誤解以為是與不如己的人做朋友，「不如」的意思是指不與自己志不同道不合的人做朋友，要與志同道合的人一起為共同理想努力，這樣力量便會大。

「過，則勿彈改」是指一個人犯了錯是不重要的，承認錯誤，然後改好它，那樣便是君子了。

聽陳教授娓娓道來，不難發覺他

身上亦傳承着周恩來那一代「讀書人」一派謙謙君子的儒雅風範，舉止莊重，不怒而威，忠於國家，推己及人。

一生致力追求創新科研的世界著名有機化學家陳教授認為，在現今二十一世紀的社會，《論語》不但沒有古舊過時，更為我們帶來深刻的啟示。《論語》有20篇，內容涵蓋很多方面，是孔子多年與學生對話的摘錄，是最精彩的。經過兩千多年，流傳到今天，已經是經典了，能幫助我們思考人生的哲理。所以他認為每個人都應該讀《論語》。

朱熹當時把學、庸、論、孟四本重要經典列為「四書」，陳教授認為我們現在也要一樣——學、庸、論、孟，人人都應該要讀。《論語》特別容易讀，因為內裏的語句都是很短的，如果大家能夠深刻地讀、清楚地讀，對人生的幫助會很大。



◆香港浸會大學樂休校長陳新滋教授認為，讀好《論語》對人生幫助很大。 作者供圖



文公子

### 中大校長論創新

文公子是現屆香港中文大學校友會聯合會的會長，該會除以凝聚校友、回饋母校為宗旨外，亦是辦學團體，屬下有兩間中學、一間小學及三間幼稚園。六月是學校的畢業季，文公子亦收到各屬校邀請，出席其畢業典禮。作為會長，文公子的確有意全數出席，然而，最後卻只能無奈缺席其中一間屬校的典禮，因為與中大60周年一個重點校慶項目的啟動禮撞了期。

該項目為新亞書院校友會與中大校友事務處合辦的「咫尺之圓·甲子有藝」香港中文大學60周年校友藝術展，將於6月23日至25日一連三日假西九文化區舉辦。該展覽陣容鼎盛，將呈獻逾60位校友藝術家及老師之創作，包括國學泰斗饒宗頤教授、丁衍庸教授，以及黃連曦、周俊輝、張子軒、劉彥韜、張小黎等校友藝術家；而展覽售出之作品收益，於扣除開支後將捐助「中大60周年大學發展基金」，喜愛藝術及收藏者，不容錯過。

在忙碌的6月份，中大校友會聯合會亦剛舉辦了一個非常有趣的活動，就是上星期邀得中大校長段崇智教授，於紀利華木球會主講「再生醫學的前途與挑戰」。當晚筵開6席，席間70多位來自不同書院的校友，都認為獲益良多。

再生醫學(Regenerative Medicine)指製作具有功能與生命性之身體器官組織，用於修復或替換人體內因為老化、患病、受損所造成之健康器官與組織；或以方法刺激體內組織或器官再生之學問。而段教授就是再生醫學的世界級權威，研究領域是骨骼再生，特別針對關節炎的再生治療研究。

段教授以深入淺出的方式，介紹其研究成果及專利。據段教授的比喻，關節發炎就像馬路出現了一個窟窿，簡單的做法就是找人重新填進物料，然後封口，並確認封口的四周，能與原來的馬路結構緊密黏合起來。而段教授就是能借助再生醫學的方法，為以往只能替換人造關節的關節炎患者，帶來治療的新方向。

最後，段教授指出了創新的4個特點，以總結再生醫學研究的創新所在。該4個特點，包括「創新是一個產品、過程或服務」「創新是改進(增進或轉化)，不僅是創造新事」「創新是團隊活動，需結合不同專長」，以及「創新需要對社會有所影響」。

據悉，段教授在出任中大校長以來，依然研究不斷，共發表了75篇學術論文，可見其真能善用時間，下次有機會時，應邀請校長分享時間管理之道。



車淑梅

### 「樂壇小天后」傑出少年炎明熹

父親節當天「可愛小天后」炎明熹(GiGi)直言除了多謝親生爸爸之外，更要多謝她的姑姑們，「我有5個姑姑姑丈，他們都當我女兒一樣地愛錫，我就好像有6個爸爸一樣幸福爆棚。爸媽在香港生了我，小時候我曾跟他們回鄉生活，當年我見四姑丈姑媽拖着行李唸要離開汕尾，他們說去香港，我就硬要跟着去，就是這樣我來了香港！由幼稚園至初中我都跟四姑丈住，後來因為方便學唱歌我就搬去和五姑丈姑媽一起生活，五姑丈知道我喜歡唱歌，他甚至先到歌唱學校試堂，滿意了才讓我去上課，所以沒有他們就沒有今天的我，我也不知道如何報答，只希望自己做得更好，然後孝順他們。」

GiGi由2021年參加《星夢傳奇》至今引起不少前輩的讚賞和注意，譚校長更曾稱GiGi是香港樂壇10多年來難得的歌手。對於被稱為「樂壇小天后」她有何感受？「我完全沒有想像過歌唱歌程會走得這麼快，我本來的心願和媽媽一樣當護士照顧病人，而且以前我是個無目標的人，目標是家人給我的，我帶著它成為自己的目標，繼續下去使他們放心讓我前行。現在我對自己要求高了，希望現階段先將歌唱好，我也明白天外有天，人外有人的道理，我會盡全力做好自己！」

自從成為《星夢》冠軍，GiGi的機會不斷，更獲邀參演《聲生不息》，「當時我最擔心影響學業，我找家人朋友商量，我好多謝曾生(曾志偉)鼓勵我說如果你是我的囡囡，我一定叫你參加，因為學到的經驗都是自己的……那段時間我繼續早上上網課，下午採排和拍攝，多謝學校和好同學的幫忙，我在網上交功課也參加考試，我將試卷印出來，完成後有一個程式叫Google Classroom可以在網上交卷，當時是一

個頗特別的體驗。而面對《聲生不息》，我也接受了各種挑戰，唱不同風格的歌曲，當時我每天最少練唱1小時，亦會在網上上音樂課，可惜網絡間中有問題，往往會錯失一些寶貴的點子。」

相信大家都記得節目最後那一天，GiGi代表致感謝辭的那一幕，「向Uncle Lam(林子祥)和Sally姐姐(葉蒨文)致意的演詞，寫字功不可沒，前一天給我，我也有加入自己的意思，採排的時候撰稿老師也在旁邊指導。現場我要用自己的情感去兩位前輩致敬，寄予最真誠祝福，採排多次我也忍得住，但那一天我真的忍不住了，我見到了前輩的事跡，我停頓下來欲泣，工作人員擔心，但是我真的哭了……是真情的流露。」

「我喜歡梅艷芳前輩，曾生和張文新前輩也說過我和她有點相似，我好驚喜和榮幸。我有上網看她的演唱會，特別的最後演唱會我也看過兩三次，我是那種動情能力頗強的人，所以每次都看到眼濕濕，好感動，因為知道她的遭遇……她唱低音時好有感染力，我會毛管戰；她唱快歌時的肢體動作，爆發發出小身軀大力量，我好想和她一樣，我知她一定付出了很多。她的眼神好吸引，我有時也不太懂聚焦，眼神會飄來飄去。我家對面有個小山丘上有一棵突出的樹，老師叫我有時間每天望上5至10分鐘，這樣的眼神訓練是不可少的。我知道梅姐(梅艷芳)都很喜歡幫助朋友，我也希望做到，這種大家姐的性格是發自內心的，我好想照顧別人，將最好的和他們分享，有困難也可以和我商量。」

剛滿18歲的GiGi就是這樣一位不怕困難、勤奮、孝順、懂事、懂感恩、正向活潑的女孩，難怪她獲選為本年度的「香港傑出少年」，可喜可賀，她正是現今年輕人學習的好榜樣。希望GiGi繼續維持本我，在團隊的努力下，並非成就就出一位吸金小女王，而是香港樂壇新希望！



◆炎明熹與她的五姑丈(右)。 作者供圖



路美

### 「新聞女王」余詩曼的吸引力

這兩個月裏我參演了一套電視劇，劇名叫《新聞女王》，女主角余詩曼、男主角馬國明，還有李施嬅、何廣沛、何依婷等等，差不多有50名藝人共同參與這套劇集，我好榮幸能夠參與其中。

在劇集裏，有我之前已認識的一位朋友葉凱恩，有這個老友記相伴比較好，起初跟什麼人都不認識，有了這位朋友做中間人介紹絕對是感恩！這套劇拍用的大多數是無線電視訓練班畢業或者是香港小姐入圍者，他們都是年輕貌美青春壯志，有着一顆夢想的心投入電視圈，讓我感受到他們的青春氣息，以及一股毅力。其實拍一部電視劇最少要3個月的時間，就等同於舞台劇一般，原本對方跟自己不認識去到最後不捨得離去；在3個月裏令我們的友情升溫，感受到每一個人的好！

其中一個令我深刻的便是余詩曼，其實我在娛樂圈30年也沒有機會認識她，很多人都說作為一個香港小姐，能夠做到成功及在內地甚至乎亞洲區有一定的知名度，絕對不容易，這當然是她的才華和努力所得。

起初我還以為她不是一個容易捉摸的人，不出一個禮拜她給我的感覺竟截然不同，她說話

的熱情張力好有趣，甚至乎喜歡吃喝玩樂的她，就是有一股迷人的吸引力。我們也知道作為主角的一定有很多對白，她的記憶力也是不尋常的好，當然我相信每一個藝人最基本的訓練對白，如果這樣也不合格，哪裏可以做到演員呢？但今次電視劇內容主要是講電視新聞，如果你有看過新聞報道就知道當中有許多資料是絕對資訊性的，要背這一類型的對白並不容易，但是她根本沒有問題琅琅上口，當然中間也有一時三刻突然不記得一句半句，但可以说順利達到99.9%，真的絕對不容易！

具有專業之外，她仍然是很有童真的一個女孩，喜歡攀爬傾倒不計身份，與任何人都能溝通，絕對沒有擺架，最開心的便是她常常叫我們一起在休息的時間玩樂打發時間，可能你會覺得我講得太多她的好，但是一點都沒有誇張，我只能說以我的尖酸刻薄性格，也能看到這位女主角的好，就算打折扣我也相信她的吸引力達到85%，信不信由你。

若果有機會你也去感受一下，這部電視劇希望大家不要錯過，並不是我有份參與的原因，最重要的是這部劇的每一位主人翁都是真心拍攝，希望大家能夠欣賞。



◆余詩曼人緣好。 作者供圖



高明昌

### 苦命蔬菜

麻雀蛋的模樣，真的是不忘初衷，使命連達。

燒土豆時，我們先要將土豆的皮剝掉，還要切成塊，切成條，切成絲。有一次，我偷懶，洗乾淨後直接燒了，吃時剝皮，發現土豆皮比黃金還要閃亮、嫩滑，我勸母親今後不去皮了，母親說，不去皮味道進不去的。土豆平時不單燒，都是混搭，如土豆燒牛肉、土豆燉鹹肉、土豆燒紅豆、土豆燉鹹菜湯。炒土豆絲也是放點青椒、紅椒，土豆被單獨燒煮的機會少得可憐，土豆無語，一切都隨意於人的安排。土豆知道：與「人」為伍，是因為自己有用場，有用場就行。

我覺得比土豆還要苦的，是蘿蔔，蘿蔔個子大，最長的有1尺，比農夫山泉的瓶子還要粗，在地下長大，都是靠自己的身體一點點拱出地方的，很難想像這種拱地的用力是多少，反正是艱辛，總覺得拱出一個洞，體力是重要的，耐心是必須的，時間是寶貴的。蘿蔔還要經歷一個寒冬，溫度零下幾度，泥土結了冰，蘿蔔要使自己不凍僵，不凍死，需要自我保護意識與行為，蘿蔔做到不露身體。我見過不少的蘿蔔，到了冬天，蘿蔔葉子被風吹得只剩下幾根，光禿禿的，很是孤寂，但蘿蔔的葉子從不因為寒冷而停止自己的工作，它擔當着輸送營養的任務，使得泥土裏的蘿蔔同樣生長。在土裏一天，就要長身體一天，從不停歇自己的生命運動是蘿蔔一生堅強的寫照。

春上二三月，我們每次回家，都要拿一把雞毛菜回來，那些雞毛菜桿很長，桿上的葉片少得可憐，它們都被蟲子咬斷了，留在葉面上的也都是蟲子的咬痕，有的洞穿了，有的只留下葉面裏的筋筋拳拳。雞毛菜的死敵是隱匿地下的蟲子。這些蟲子，白天裏，只有清晨你可能有機會在菜葉間看到一二

條，其餘時間是很難見到的，它們都是夜蟲賊，一到晚上，夜深人靜的時候偷偷從土裏爬出來，趴到雞毛菜的葉片上面，開始撕咬，一口一嫩葉，口口有狼狽，葉碎了，葉穿了，洞眼連連洞眼，白乎乎一片。但雞毛菜不認輸，你咬我的葉，我長我的葉。每個晚上，雞毛菜上，就會演練一場生長與毀滅的搏殺。我們每次吃到這樣的雞毛菜，心裏就顯得很平靜，都感謝雞毛菜的堅強與奉獻。

現在到了吃玉米的時節，玉米長得如何，玉米種子很關鍵，管理也有大講究的。當玉米長成1公尺高的時候，內行的人就開始修剪玉米樹了。我的二妹告訴我，從下面數上去第3張葉子開始，所有的葉子都要剪掉三分之二。為什麼要剪掉，一來減少玉米樹的承受重力；二是保證玉米樹的風道暢通；三是減少玉米樹不必要的營養浪費，這樣玉米會長得更加粗壯。而到了玉米長苞的時候，就需要將玉米樹頂上的花苞剪掉，一定不要心疼。說起來都是很悲慘的做法，玉米的生長過程裏，挨了兩次刀，刀刀都是狠，都是疼，但這樣做了，確實能夠最大程度上保證玉米長得更圓潤、更飽滿，今後自然更好吃。而在整個過程中，玉米，一直面帶着一種愉悅的容儀，向修剪它的主人展示自己愈發簡練的身體與笑意。

幾乎所有的蔬菜都是無言的植物，但無言的植物，都在向我們傳遞着生命律動的華彩樂章，比如生存、吃苦、取捨、理解與奉獻，所以吃蔬菜之前，有菜園的我們，會經常去田裏走一走，看一看，有時會在嘴邊、心裏表揚一下蔬菜的青綠顏色，挺拔身姿，以及各異的長相等。我覺得，那個時候你至少可以獲得一點生活與生命的啟迪。生活中，你的許多不如意，與蔬菜的經歷比起來，其實都不是個事兒。



梁君度

### 黃永玉的重彩荷花

我喜歡荷，也愛畫荷。最初學水墨畫，就畫荷，那時喜歡臨摹王雪濤的荷，因為王雪濤的小寫意荷花總是給人不染紅塵、清麗脫俗的感覺。欣賞王雪濤的荷花，我們能體會到他說畫理、畫情、畫趣。由於構思精巧，又富有筆墨情趣，所以我認為王雪濤的荷花有人情味。

偶然間，我接觸到黃永玉的大寫意荷花，覺得他的荷花又是別樹一幟。他濃墨重彩的大寫意荷花，非常出彩，而且寫法完全不受傳統約束，簡直天馬行空。

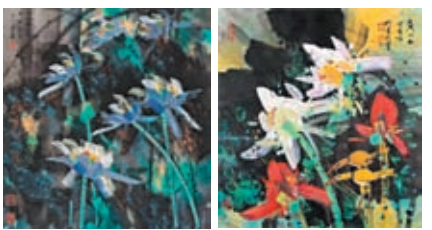
黃永玉畫的荷花，遠觀近看，都感覺有一種高雅的氣質，這緣於荷花鮮的色塊在濃重而粗獷的墨色襯托下，顯得明快而響亮，加上豐富變化的線條，畫面更顯絢麗奪目。他的荷花像是從天外飛來，集天地靈氣而生，聚日月精華而長，使賞花人有如入仙鄉的感覺。

被稱為「荷癡」的黃永玉與荷花結緣於十年動亂期間。他湘西鳳凰家鄉的荷花高潔清逸，仙骨神韻給他絕妙的美感享受，「出淤泥而不染、濯清漣而不妖，中通外直，不蔓不枝，香遠益清，亭亭淨植」，荷花這種氣節和品格，使逆境

中的黃永玉獲得心靈安撫和精神支撐。黃永玉一有閒暇就去荷塘賞荷畫荷，待10年平反回城整理衣物時，他才發現自己畫荷花的速寫竟然多達8,000多幅。

如同齊白石的蝦，徐悲鴻的馬，黃胄的驢，李苦禪的鷹，關山月的梅一樣，荷是黃永玉的「標誌」性畫作。由於黃永玉的畫大多數是濃墨重彩的，所以也曾經有人說他的國畫不正宗。據說，對於這類評論，他懶得回應，反而說，誰再說我畫的是中國畫，我就告他。真幽默！

我在香港中央圖書館一個水墨畫大展中看過黃永玉一幅巨型荷花水墨畫，可謂氣象恢宏。而他也為榮寶齋畫的「九荷圖」更非一般。畫高5米，寬6米，據說他整整畫了40天，每天10多個小時。整幅畫沒有草圖，黃永玉真正做到了「胸有成荷」。每一點一畫，都恰到好處。荷葉或舒或捲，莖莖或綻或收，飄飄若若清風，朗朗若若明月。這幅畫筆華雍容，氣度平和，可稱曠世之作。



◆黃永玉的重彩荷花圖。 作者供圖



王嘉裕

曾經有位媽媽訴說了她的愧疚，因為她動手打了自己的女兒，雖然只是拍了幾下小腿，但過後她卻感到非常後悔，剛開始她答應了要帶女兒去商場玩，後來臨時有事情，實際上這個事情可以推掉的，但她覺得去商場挺麻煩，所以改變主意騙了女兒說不到車。女兒當然感到傷心，從媽媽答應帶她去商場，她便滿懷希望的期待着，可是現在卻突然說不去，女兒一下子覺得非常委屈，不管媽媽怎麼說，她都在哭。

而她看到女兒愈哭愈起勁，慢慢覺得有點生氣：我就只是改變一下主意而已，怎麼就這樣哭鬧不停，一點都不會諒解！於是她也發起脾氣來，對女兒來說就更加委屈了，女兒兒狠狠地瞪着她，還說了兩句壞話，就這樣女兒挨了媽媽一頓打。

在傾訴的時候，很顯然這位媽媽剛開始還沒有理清頭緒，只是在說女兒的不懂事，本來並不捨得打她的，是女兒一步步挑釁而已，可是歸根到底是什麼原因？是因為媽媽不講信用啊！這件事情其實很簡單，換位思考，如果我們是那位女兒，這麼滿懷期待，讓步妥協是為了能夠實現那個小心願，可最後卻被放鴿子了，而且還不允許生氣……這樣當人也不能夠忍受吧。

由此想到生活中，我們習慣於把自己放在道德的高點，每當發生什麼事情，總是覺得是別人所導致的，卻沒有想到，其實很多事情的發展我們是參與其中的，尤其是這樣的衝突，更想到信守諾言是多麼重要，哪怕我們面對的只是一個幾歲的小朋友，可一旦許下諾言，這個諾言就會有千斤重，當違背了不管別人怎麼

譴責，我們都應該默默忍受着，因為這就是最開始的錯，說到卻沒做到。

而更想帶出的是，不只要做一位有威信的父母，在人生樹立正確的價值觀，做一個言而有信的人，就應該珍惜每一次守諾言的機會。從創業的角度來說，不管是面對重要的客戶還是下屬，人與人之間要建立信任關係，就必須要信守諾言，哪怕只是一件很小的事情。在這也勸告正在創業的年輕朋友們，財富的積累固然是我們創業的一個重要前提，但是人格的修煉卻是相當重要，不難發現，成功的人是具備很多高尚品質而在職場上打拚的人，乃至是創業者，最重要的就是講信用。

信守諾言，不要等諾言落空了，別人對我們投來失望的感情才去後悔，從某種程度來說，信用是一種比金錢還要可貴的財富。