



偷懶度曲
梁君度

書法家畫國畫

日本有位畫家說：「每個人人生來不會寫字，卻會畫畫，只是大多數人在成長的過程中遺忘了。」

書法家張成浦從未畫過國畫，偶然間來我畫室參觀，我告訴他，即使從未畫過畫的人未必不會畫畫，我強烈建議他嘗試一下。

作為學友，我十分希望成浦和我一樣，手中的筆能畫能書，於是便給他示範畫一幅牡丹，隨即讓他依樣畫葫蘆，他二話不說，提筆便寫，10分鐘不到，一枝牡丹便躍然紙上。他再在上面題上劉禹錫「賞牡丹」的名句「唯有牡丹真國色，花開時節動京城。」詩書畫合璧，他的第一幅國畫便這樣誕生了！

每一個成功者都有一個開始。勇於開始，才會成功。

其實畫畫是一項技能，是可以通過不斷的練習和學習逐步掌握的。即使你沒有任何繪畫基礎，只要你熱愛繪畫和給自己信心，大膽嘗試，就可以學會。書法家大多熟悉文房四寶，更兼書畫同源，用筆墨寫畫比一般不懂書法的人有更多優勢。

此外，現在網上很容易看到國畫名家的作品，可以通過上網學李苦禪、王雪濤

等畫家作畫。筆墨掌握的難易順序是筆、墨、水。其實，水分淋漓的畫法是較易表現的，而乾枯見筆處才真正需要功力。書法家的筆墨表現，對繪畫意境有很大影響。畫家李苦禪非常重視書法，他說：「書至畫為高度，畫至書為極則。我的字是畫字，我的畫是寫出來的。」

書法家字寫得好不等於畫就畫得好，只能說字寫得好可能對線條的感知力會強一點，對變化的觀察會更仔細一點。而且畫包含點、線、面，畫面多用側鋒，寫草書的書法家會用側鋒，而一般書法家習慣用中鋒，這是書法家寫畫要注意的，此外畫畫還包括了色彩和相關技法的運用，這些不通過學習與實踐是不能達到「很好」的水平。

古代畫家大都是文人，文人畫是中國傳統繪畫的一種形式，起源於宋代。在文人畫中，書法常常是繪畫的重要元素，用筆墨書寫自己的心聲。文人畫家們常常會把詩詞、書法和繪畫結合起來，借用詩詞來表達自己的思想，用書法來點綴畫面。王維、米芾、唐寅、張宏、徐渭等文人畫家都善於此道，所以，若書法家學畫畫不妨學畫點文人畫。



◆張成浦繪畫。
作者供圖



文公子手記
文公子

ICT加薪跑贏通脹

香港特區政府近年已將創新科技視為推動經濟發展的火車頭，而國家「十四五」規劃中，更將香港定位為國際創科中心；加上疫情期間，大中小企都加速了數碼轉型，各行各業均加入「科技+」的行列，而「北部都會區」的發展以至於大灣區的融合等，均令香港對創科人才的需求，有增無減。

香港資訊及通訊科技（簡稱ICT）業界，早已面臨人才青黃不接的問題。在上世紀八九十年代，電子計算系屬於大學「神科」，往往是高考狀元的首選。但在科網熱潮爆破後，尖子們紛紛轉而青睞看似更有「錢景」的醫科、環球商業，以至會計法律等專業。ICT學系更一度淪為「水泡科」，即成績未達入讀「神科」者的次選。

然而，在學生選修由一個極端去到另一個極端的同時，創科卻沒有停止過發展。由開拓智能生活，到構建智慧城市，以至自動化的日常通訊及娛樂，基本上都離不開創科的支持；需求大，但業內卻一直在鬧人才荒。

有見及此，本港歷史最悠久的ICT專業組織香港電腦學會，一直以推動專業發展，培育年輕人才為己任。然而，如何才能有效吸引並鼓勵年輕一代修讀ICT？相信首先要讓他們了解投身ICT行業的前途。因此，該學會每年都會發表薪酬趨勢調查，透過明確的數據說話。

近日，該學會公布了最新的ICT行業薪酬趨勢調查，結果顯示，今年有77.78%受訪公司預期會提升ICT從業員的薪酬，當中55.72%公司的平均增幅將高於4%。至於在2023年度，87.78%的本地ICT從業員可獲加薪，其中60.76%僱員的加薪幅度亦高於4%，跑贏財政預算案所公布的1.7%通脹率。面對疫後復甦，有84.45%受訪公司並無裁減ICT人員，56.67%更逆市增聘，顯示行業的就業情況理想。此外，有五成受訪公司在2023年有招聘ICT應屆畢業生，其中80%的入職薪酬超過1萬8千元，35.56%更高達2萬2千元或以上；可見主修ICT的大學生行業之前景及出路，均非常可觀。

香港電腦學會會長鄭松岩博士指出，要解決人才不足問題，政府除盡力去「搶人才」外，亦應積極培訓更多本地人才，除傳統的ICT學科外，更應注重人工智能、金融科技、網絡保安、新興科技方面的人才培育，以應付長遠發展的需要。

曾經有個笑話問：如果所有工作都交給了電腦處理，人還可以做什麼？答案是維修電腦。在科技世界，仍然離不開人才，各位年輕人不妨考慮。



淑梅足跡
車淑梅

「亞洲流行音樂教父」——鮑比達

入行60年，金牌製作人鮑比達（Chris Babida）老師是土生土長的中菲混血兒，「其實我的生命注定與音樂有關，14歲時父親患病，為生活我入行了。他是一位音樂人對我影響很大，記得那一次，在彌敦道金巴利道的大樹下，他告訴我如果喜歡音樂，一定要做一個全面的音樂人，什麼都要去學習，包括電影、歌舞劇、作曲、不同樂器等等，這句話我一直記在心裏。」

在老師的人生路上除了父親，還有一位重要人物，著名作曲家王福齡前輩，「是的，《不了情》對我來說是一個很奇妙的經歷，在一次作曲家及作詞家協會的宴會上，王福齡先生鋼琴演奏《不了情》，前奏起動掌聲雷動，我仰慕不已，希望自己也有代表作！想不到10年後，突然有一套電影《新不了情》主題曲和配樂都落在我身上，太奇妙了，是誰聽到我心聲？其實那首主題曲注定是我的，當年我住愉景灣，那個早上我準備拿兩首剛寫好的歌過海給導演挑選。怎料我錯過了10點鐘那班巴士，在等待下一班的20分鐘內，我寫多一首，結果導演選了第三首……假如我沒有錯過那巴士，相信世界上沒有《新不了情》這首歌了。」

老師不斷的努力和到外地學習，見證了整個亞洲樂壇的發展，甚至1983年紅館的啟用，「其實我們

早在尖沙咀海城夜總會時，張耀榮先生每晚都在台前欣賞表演，當時他就將整個概念搬上紅館，我的大樂隊由18人變成40多人，大牌如林子祥、徐小鳳、張國榮、許冠傑、梅艷芳、甄妮、羅文等等，每晚都非常熱鬧，檔次不斷提升！」

其實老師曾在海峽兩岸暨香港的樂壇工作過，這三地音樂人的態度可有不同之處？「有的，好坦白音樂在內地比較傳統，他們的品味比較嚴肅；台灣的空間比較大，如果沒有台灣我也沒有機會寫到八九首歌舞劇；香港早期好好，八十年代好多一流歌手，今天是快餐文化，我們應該放多點心機在製作和指導歌手歌唱方面。藝人可分兩種，一種是真的歌手，另一種商業味道重的，一首歌不單止是好聽還有深度和本身的靈魂藝術。我欣賞炎明熹，她的歌聲領域很廣，可以有很多不同的風格，可以溫柔可以澎湃，她好適宜做歌舞劇！如果有機會為她寫歌當然好，我是Open的，其實我最大夢想是在倫敦上演自己創作的歌舞劇，可惜機會很微，年紀大了……」

其實老師創意不斷，也是第一位將中樂帶到流行樂壇，如林子祥的《在水中央》。本月7至9日在香港文化中心舉行老師入行60年的紀念音樂會「新不了情」就是跟「香港中樂團」合作，裏面有很多色彩，我有兩位歌手胡琳和萬芳，我從未給萬芳伴奏，好新鮮。

恭喜老師實踐了父親的期望，貴為「亞洲流行音樂教父」，可喜可賀，因為機會永遠屬於有準備、有質素的有心人！



◆鮑比達本月舉行入行60年紀念音樂會。
作者供圖



百家廊

張淑蓉

風景這邊獨好

「六一」兒童節沾着孩子們的光，作為老師的我們放假了！上午是班級裏熱鬧的美食節活動，下午陣雨過後，天氣晴好，藍天白雲引路，我帶着孩子們和朋友同事一起前往曹溪街道東部的科桃村。

沿着彎彎曲曲的山路，開了一小時的車，我們終於到達目的地。這裏環山竹林青翠，樹木茂盛，空氣新鮮。山腰上那一座座白牆黑瓦的村舍，在翠綠的山林間，尤顯古香古色。最引人注目是居委會前那口碧波蕩漾的池塘，池塘上有一個長廊亭子，亭子裏掛着一串串燈籠。我們搬出爐子、茶具和美食。不巧下起了毛毛细雨，我們便在長亭裏小憩，品嚐美食，談笑風生。此時此刻，遠離城市的喧囂與煩躁，好像只有放開所有的情緒和思想，感受全身心的愉悅與舒暢，才能不辜負如此曼妙的時光。

10分鐘後雨停了，空氣更清新了。繞過池塘往前走，是一條依山傍水的小徑。靠山的一邊種着許多桃樹，上面長滿小小的桃子，難怪叫「科桃村」。靠溪流的一邊有荊棘、狗尾巴草、蘆葦，溪流清澈沙白。走了大概10分鐘，順着小路下去我們看到了從上而下宣洩下來的瀑布，水花四濺，涼氣逼人。清澈見底的水中有許多鵝卵石，潺潺的流水聲，讓人感覺像來到了仙境。孩子們看到水，快速地脫掉鞋子，跳下水、打水仗、撈魚、撿石頭、潑水……此時後悔沒穿沙灘鞋和泳衣。我靜靜地看着湍急

的瀑布，感受冰冰涼涼的水汽，聆聽鳥兒嘰嘰喳喳的叫聲，不禁閉上雙眼，盡情享受炎天夏日裏的清涼。恍惚間彷彿自己也成了這山水間一個靈動的小風物，美好而又和諧，也許這就是回歸生命本質的覺知吧。玩了半小時，聽說往下去還有十多個瀑布，我們又繼續前行。很快來到第二個瀑布，絲滑如哈達的瀑布令人清爽無比。時而聽聽蟲鳴，時而撫撫溪水。兩旁青竹林立，一切皆散發着自然的詩意，讓人無比歡喜！

石頭長青苔，大寶一不小心滑倒水中，全身濕了。他卻更開心了，說好刺激！索性就穿着衣服在水裏玩水了，徹底放飛自我，盡情地玩了。我擔心他感冒，沒有接着往下看另外的瀑布，就折回亭子。拿了換洗的衣褲，叫他進衛生間裏換了。這裏的衛生間就在亭子附近，非常方便。有了衛生間，野餐、泡茶也很方便。

換好衣服後，大寶準備在池塘邊釣魚。朋友嫺熟地裝好魚竿，和好魚餌。他教大寶把魚鉤放在盤子裏，然後一團魚餌蓋在上面，魚鉤一拉，就沾上魚餌了。他照着朋友的樣子興高采烈地把魚鉤往外一拋，不到1分鐘，浮標動了一下，他連忙把魚竿往上一拉，大叫：「我釣到魚了！」真的釣到了一條！首戰告捷，他信心百倍，後來又釣了好幾條。大人們開始燒火煮粉和丸子，炊煙嫻嫻。不遠處房子的煙囪上空也升起一縷縷白煙，這不就是人間煙火氣嗎？

趁着燒火的空隙，我和當地的一位老大爺聊起來。他告訴我科桃村原本有100多人，現只剩下七八個老人在家，年輕人都出去外面賺錢了。所以看到有遊客過來，他們也很開心，因為更熱鬧了。

此時小寶特別安靜，原來他在逗一條大狗，這條中華田園犬倒也溫柔，一點也不兇。孩子把薯片扔給他，牠也會配合着舔兩口。如果扔下骨頭，牠吃得更快，吃完還不忘蹭蹭小寶。

煮好粉後，我們一碗碗打出來，加上檸檬泡雞爪的配料，嘗起來太美味了！孩子們用筷子把肉丸串起來，變成烤串，吃得很開心。吃完後，我們又開始泡茶、喝茶、吃零食。一陣風吹過來，涼涼的，風中還帶來芳草的清香。孩子們在居委會門前的籃球場上玩老鷹抓小雞、木頭人等遊戲，我從居委會那裏進去，哇，小橋流水人家，似乎走進一個世外桃源。我提議去村子轉轉，大家都贊同。於是大家都往裏走，嘩啦嘩啦的溪水聲傳來，原來有一條清澈見底的小溪。如果孩子想玩水，可以直接進來，不要去找瀑布。水面上方有木橋，小小的水泥路通向一戶戶農家。每一座農家大院都是兩三層的規模，白牆黑瓦，燈籠高掛，2樓牆外還有一條走廊，沒事兒時倚着欄杆曬曬太陽，吹吹山風，看看風景，真是神清氣爽！

偷得浮生半日閒，半天光景，我們便領略了古樸原生態的科桃村美麗景致，幸甚至哉！



點滴
陳復生

我們上一代的中國人父母輩，替兒女取名字的時候，大都喜愛將中國傳統文化或價值觀體現其中，甚具意義。前華懋集團執行董事龔中心女士一直熱愛中國傳統文化，她在電視特輯《世說論語》分享說：「我的確非常愛傳統文化，我也一直在學習，正是學到老，人是學無止境啊。談到我家4兄弟姊妹的名字，應該都是從《論語》來的。相信大家一定聽過這句：『夫子之道，忠恕而已矣。』」

「『忠』就是忠誠的『忠』，『恕』是饒恕的『恕』。這裏面也包括了我們的名字，她叫龔如心，我是龔中心，『如』加『心』正好是一個『恕』字，意思就是對人要寬和，不要計較。『忠』在《論語》談得更多了。『忠』是Loyalty，就是說要忠誠。答應的事、已經獻身的事情，譬如說我們對自己的國家、自己的民族，對中國的文化，就是要有這樣的態度，忠於這樣的大環境，忠於你的出身處。」

可以看到她的父母輩在替他們起名字的時候，融會貫通了《論語》的核心價值觀在內。

從《論語》中取名

龔中心女士續說：「我弟弟的名字叫仁心，『仁』這個字在《論語》裏至少出現過百次，正好他是醫生，也就是要仁心仁德啊！他是我家唯一的男孩，他出生的時候，我母親已經30多歲、父親40多歲了，他們認為兒子得來不易，所以希望他能成為仁心仁德的人，也就貫穿了《論語》的最基本思想。再說到我們的小妹妹因心，『因』跟『心』加在一起，是恩惠的『恩』。《論語》裏也說及很多孝道，對自己有恩的人，我們要感恩。譬如父母，因為父母我們才能夠來到這世上，所以我們要永遠感恩父母。」

自幼在這樣的氛圍中成長，無論是讀書學習、在社會做事，都充分反映出父母對他們的期盼——傳承中國傳統的價值觀和文化。



◆龔中心女士分享《論語》和她4兄弟姊妹取名字的由來。
作者供圖



煥生樂與
路芙

豬腩炒蜆

今次同大家介紹自家炮製的豬腩炒蜆！豬腩炒蜆是一道口感鮮美、香氣撲鼻的海鮮菜餚。這道菜結合了豬腩和蜆兩種食材的獨特風味，深受吃貨的喜愛。這道菜的歷史可以追溯到古代，隨着人們對飲食的不斷探索和創新，豬腩炒蜆逐漸成為了一道傳統的中國美食。

在古代，豬腩和蜆都是人們飲食中常見的食材，人們發現豬腩和蜆搭配在一起好有創意，這不僅可以提升菜餚的口感和風味，還可以使菜餚更加營養豐富。因此，豬腩炒蜆逐漸成為了人們餐桌上的一道美味佳餚。

隨着時代的進步，豬腩炒蜆的烹調方法也有所不同，人們可隨個人的口味而改變，所以在烹飪過程中也可加入自己喜愛吃的調料和配料，使得口感更加豐富多樣。首先把蜆清洗乾淨，然後可加入葱、薑、蒜蓉、青蒜段、紅椒粒適量等材料，來增加香氣和風味；也可以

加入辣椒、少許料酒、醬油等調味料，一道香噴噴的菜式就會變成鮮甜惹味、口味獨特的美食。特別是當豬腩吸收了蜆汁的精華，又帶有薑、酒的勁道，簡直香氣四溢，吃得十分過癮。其實在製作過程中也非常簡單，一碟美味的豬腩炒蜆並不難，只要掌握好火候和調料搭配，就會讓肉質更加可口嫩滑又鮮美，完全令你味蕾大開！

其實如今，豬腩炒蜆已經成為了一道經典之作，深受女性喜愛，皆因它是一種平民食材補品。不僅在家庭中常常出現在餐桌上，也成為了各種餐廳和飯店的招牌菜。人們在品嚐這道美味菜餚的同時，也在感受着其中蘊含的歷史文化和烹調智慧。不講不知，現今好多舊式的食物都被淘汰，例如一些舊式的菜式，已買少見少了。但原來豬腩含有鐵質及多種維他命，是一種豐富的食物。

總的來說，豬腩炒蜆成為了人們對飲食的熱情和對美食的追求。希望這道美味菜餚能夠一直延續下去，成為人們生活中的一道美味風景。



從零創夢
王嘉裕

好的人生，需要慢慢來

曾有位名人說過：出名要趁早。所以很多人都在跟生命爭分奪秒，期待在自己最年輕的時候能夠做出一些世人都羨慕的成就來，不說在什麼年代，就說在我們當下，現代的生活節奏就是追求一個快字。

當我們匯聚在一起時，談話間總是說到某某人年紀輕輕就順風順水創業成功，幹出了一番大事業；某某人還不到中年，就成為首富，已經達到了人生的巔峰等等……由此可見，世俗中的思想都是想要在有限的生命中盡可能做出更多的成就來，於是就把這個時間維度盡可能地縮短，比如也許在60歲才能幹成的事，如果在30歲就已經完成了，那就是了不起的事，當然不可否認了，生命是有限的，如果能創造出無限的價值那就是最好不過，可是我們一味追求「快」，也就增加了風險性，也有很多的反面例子，因為

急於求成而摔倒。生命是需要依照一定的順序，有時候慢就是生命的本質，其實看現在的人生就知道，很多事情慢慢來反而會更好，可是很多人卻因為自己的慢而焦慮，因慢而覺得失敗，常常羨慕別人的成功，卻忽略了這個過程中需要一點一滴的累積，要不斷地打磨自身的專業技能。

好的人生，需要慢慢來。我們所看到別人一夕之間取得的那些成功，也許是別人十年如一日的奮鬥與累積，不管如何，應該找到自己生活的節奏，好的風景需要慢下來欣賞，那些快樂幸福的時刻，也是在慢慢品味細細珍惜之中，才會顯得格外重要和難忘。尤其是生活在大灣區創業的年輕人，雖然知道時代的競爭很激烈，在創業中必須果斷抓住時機，可是對於整個人生來說，我們就像一葉扁舟，駕駛在波濤駭浪的大海中，那麼就要以穩和慢為目標，如此才能取得長遠

的成功。凡事慢慢來，總會有好結果，別因為追求快而將自己的人生毀於一旦。俗話說：「飯未煮熟，不能妄自一開；蛋未孵成，不能妄自一啄。」好的人生也一樣，需要沉住氣慢慢來，只要路是對的就不怕路遠，例如從一開始創業的時候就知道這是我們的夢想，那麼就算時間久一點，過程慢一點，只要最後能夠到達終點，這也是屬於勝利，而在創業的過程中，也有很多美好的東西是需要慢下來去珍惜的，比如世間最美好的友情、愛情、親情，那些無可取代的真心陪伴，都是慢下腳步，才能感受美好的。

每個人都有屬於自己的時區，在這時區裏，只要覺得值得的那便夠了。當找到自己節奏，不擔憂落後於人，也不急於超越別人，只專注於自己，專心一志地跑下去，終能達到勝利的終點。