

思旋天地

香港中學文憑試(HKDSE)昨放榜，今年考生總人數約六萬八千多，不少報到也提及考生面對不少壓力，有的更晚晚難眠。自從實施三三四學制後，很多學生認為一試定生死，若一時想不開，便覺萬籟落孫山，從此頹廢一生。

放榜後續

早前香港家庭教育學院院長志遠曾指出新一代孩子物質不缺，食物營養豐富，卻少了一份恒心、耐性和面對困難的能力。現今社會千變萬化，面對事情比從前複雜，孩子更加需要非凡抗逆能力、堅毅意志、樂觀心態等才能抵擋風雨。高抗逆能力沒有速成班，應從小培養，每次失敗就是鍛煉好時機，愈捨得放手，孩子愈能展翅高飛。

創意郎世寧

以前只是在一些畫冊上，看過郎世寧畫的馬，以及那幅著名的《百駿圖》。這次在展覽上，看到了二十八幅畫作，在由學生擔任的介紹員口中得知，原來不少畫作，主體是郎世寧親自繪畫的，中西畫風現在同一幅作品中，融為一體。我這才知道，真是隔行如隔山，自己對繪畫的了解，真是外行之極。

隨想園

承蒙城市大學校長助理陳慶茵邀約，在城大藝術樓(三)十八樓，觀賞了由台北故宮博物院和城大聯合主辦的《藝域漫遊——郎世寧新媒體藝術展》，除了讓我認識到這位在清朝盛世享譽一時的意大利畫家的藝術成就之外，更了解到城大「創意媒體學院」的學生，如何在互動藝術上，有些怎樣的創意。

有不多調查也指出孩子壓力有大部分來自父母期望，供書教學多年，望子成龍心態不為過，特別現在孩子貴精不貴多，當然「下重注」，希望孩子必成鳳凰。曾有男生在國外留學，耗盡父母積蓄，原來他早已報學，又不敢告訴父母，在外面玩樂幾年回港，父親氣得差點斷絕父子關係。其實上面所說的，只是極少數的學生。大多數學生功承庭訓，在父母的關懷愛護下經歷了十多年的童年生活，至今已是成年人了。十八歲的青年在人生是新的開始，部分家境不允許者，只得結束校園生活，真正踏入成年人的道路，走進社會職場開展新生活。當然，大部分同學家境還可以繼續升學，不過最重要的是文憑試的放榜，成績如何是決定因素，關鍵在成績達到大學學位入學標準。事實上，六萬餘名應屆畢業生爭取大學學位，僧多粥少，無可否認壓力甚大。不過，中學畢業生的出路多樣，升大學只是其一，可以修讀副學士、專業學院等等。

有條件者喜歡赴海外或進入內地讀大學。香港回歸祖國後，愛國青年投考內地著名學府者眾。北京的清華大學、北京大學等，上海的復旦大學、交通大學，廣東的暨南大學、中山大學等等，都是畢業生嚮往的學府。但是，由於歷史關係，更多的畢業生選擇到美國、英國、加拿大，近年更多是去澳洲升讀大學。最近，英國脫歐，英鎊大跌，對於準備到英國留學的學生及其家長是好消息，所需學費及費用，約略計算，可節省四分之一。不過，亦有家長經過深思熟慮後，反而有憂慮，因歐洲受恐怖襲擊威脅日增，反而是赴港升學的致命傷。每年每當蟬鳴荔熟時，正是莘莘學子為前途而深思的日子。

《百駿圖》的趣味，還有就是利用創意媒體的技術，可以看到整幅景象在下雨天和晴天有什麼不同，馬如何涉水渡河，更特別的是，其中的「百駿圖畫室」可以讓參觀者自行在馬身上塗繪顏色，可以顯現在整個畫面。這個展覽本來到本月底就結束，但應要求延長至八月底，很適合一家大小前往觀賞，欣賞藝術之餘，還可以看到新媒體的藝術創意。

琴台

上個月離開深圳到鄉下去呆了幾天，從鄉下回來時大包小包的帶給親戚朋友的手信，全是我自己在趕在機場前從菜地裡親手採摘的還帶着新鮮露水的瓜果蔬菜，還有從荷田折下的一堆蓮蓬。

琴台

如果你懂得蘇蘇，你便會知道，鮮嫩的紫蘇葉子可以做成一道濃香的涼拌菜，老一點的紫蘇葉，莖可以切碎炒菜調味，也可以放進泡菜罐子添香，曬乾後磨成粉末可以做調味料，也可以當護膚品做面膜……紫蘇簡直是一種凝固了的「荳蔻」。

時光荏苒休辜負

蘇。趁著那幾日頭頭好，把紫蘇葉子洗淨曬乾碾成粉，尋了一隻美麗的玻璃瓶裝好保存起來。因為是從鄉下的田邊地頭採回的野生植物，便不用擔心它的農藥超標或是基因變異，放心地留作日後作美食和美容之用。

重讀《紅樓夢》，看到第三十八回裡，中秋時節，寶玉與眾姐妹偶結海棠社，吃罷螃蟹作菊花詩，湘雲作的詩句裡有一句「秋光荏苒休辜負，相對原宜惜寸陰」。因了螃蟹和紫蘇最配的緣故，我便毫不詩意地猜測同樣作為吃貨且能飲得幾杯的小酒鬼湘雲筆下的「荳蔻」即是美味的紫蘇，只是被湘雲借寫菊花而帶進了菊花詩裡。否則，豈不是真正辜負了螃蟹，辜負了紫蘇，辜負了大觀園裡姐妹們相對的美好時光？

如果稍稍花點心思養育，紫蘇會長成一兩米高的小樹，到秋天便會開花，花朵或紫或白，歡喜地張着小嘴，毛茸茸地，一串一串地，小巧而精緻，濃郁，所開出的花兒儘管挺立，在味道上仍舊顯得黯然失色。我種植紫蘇不僅是因為喜歡吃它美味的葉子，或者喜歡看它開出的精緻美麗的花朵，更是因為喜歡它的另一個幾乎不為人知的「好聽名字」：荳蔻。

那些花草們就這樣滋養着我的皮膚，我的身心，讓我在光陰荏苒中永遠有着花草們清麗芬芳的陪伴。

懷念汽水

每逢炎炎夏日，最奪人眼球的街景莫過於數不清的冷飲攤了，各式各樣五花八門的新潮飲品應接不暇：什麼脈動、酷兒、激活、鮮橙多、冰紅茶、冰爽茶、芬達冰橙、百事可樂、小茗同學、和路雪、聖代、冰粥、綠豆沙、紅豆沙、蜜香豆等等數不勝數，走進一家家時尚的奶茶舖子，菠蘿冰、冰咖啡、椰子冰、水果冰塊、酸梅冰塊、石榴冰塊、芒果冰沙、枇杷冰汁、水果酸奶冰、水果巧克力、巧克力牛奶等等更令人目不暇接，眼花繚亂，其外觀之精美、色澤之靚麗、味道之可口成為孩子們的最愛，價格自然也不菲，令節儉了的中老年人不敢消受。

一瓶自飲，另兩瓶分贈我的師傅和一名工友，那情景今日想來，依然恍若眼前，神清氣爽……猶記得1980年夏天，我跟廠供銷科長去北京出差，任務就是為廠裡購買一批製作冷飲的設備和原料。為了訂購冷飲機，我們頂着烈日東奔西走，當時北京樹木不多，滿眼都是水泥地，直走得渾身是汗。科長在一個冷飲攤停下，掏幾毛錢買了兩瓶橘子汽水，味道絕佳，當時我就記住其商標叫北冰洋，是北京雙合盛啤酒汽水廠出品。我對科長說：「這汽水比鄭州的火車牌還好喝，咱做的汽水要能趕上這個水平，就好啦！」科長笑道：「爭取吧！」

真是鬼使神差，我們跑了大半個京城，沒有買齊需要的原料，最後還是跑到雙合盛啤酒汽水廠，才買到足夠的白糖、檸檬酸、苯甲酸钠、小蘇打、橘子香精等等，還接受了該廠師傅的幾天培訓。在與北京師傅交談中，得知該廠五十年代就開始生產北冰洋汽水，很受京城百姓喜愛。除汽水外，他們還生產北冰洋果汁和果子露，甚至出口蘇聯、蒙古、朝鮮和東歐國家哩。後來得知，北冰洋汽水還與上海有關。原來1956年在周恩來總理親自過問下，上海著名的屈臣氏飲料廠派出一批有經驗的技師北上京城，為雙合盛啤酒汽水廠帶來幾條當時堪稱先進的一體化灌裝流水線，從而大大提高了生產能力，讓首都人民得以在炎炎夏日盡情品嚐到北冰洋的清涼。那物美價廉的北冰洋汽水不但對孩子是擋不住的誘惑，也深得大人們青睞。改革開放後，北冰洋與美國百事可樂集團合資生產百事可樂飲料，這是後事了。

我們返廠後，就開始按北京師傅的傳授，為職工製作冰鎮汽水。為了讓全廠一千多職工都能喝到汽水，廠裡專門印製了汽水票，每人30張，每張一元大勺，約1,000毫升。兩大勺可灌滿一個5磅暖水瓶。開張當日，廠裡熱鬧如過節，全廠老少、家家戶戶喜笑顏開提着暖壺、水瓶紛至沓來，連書記、廠長也喜盈盈前來「觀戰」……我們自製的汽水雖然比不上北冰洋，但用的全是白糖而非糖精，味道還算純真，冰鎮效果也很棒，30多年後的今天，偶爾遇到廠裡一些老人，回憶起當年的自製汽水，他們還顯得津津有味！

一瓶自飲，另兩瓶分贈我的師傅和一名工友，那情景今日想來，依然恍若眼前，神清氣爽……猶記得1980年夏天，我跟廠供銷科長去北京出差，任務就是為廠裡購買一批製作冷飲的設備和原料。為了訂購冷飲機，我們頂着烈日東奔西走，當時北京樹木不多，滿眼都是水泥地，直走得渾身是汗。科長在一個冷飲攤停下，掏幾毛錢買了兩瓶橘子汽水，味道絕佳，當時我就記住其商標叫北冰洋，是北京雙合盛啤酒汽水廠出品。我對科長說：「這汽水比鄭州的火車牌還好喝，咱做的汽水要能趕上這個水平，就好啦！」科長笑道：「爭取吧！」

真是鬼使神差，我們跑了大半個京城，沒有買齊需要的原料，最後還是跑到雙合盛啤酒汽水廠，才買到足夠的白糖、檸檬酸、苯甲酸钠、小蘇打、橘子香精等等，還接受了該廠師傅的幾天培訓。在與北京師傅交談中，得知該廠五十年代就開始生產北冰洋汽水，很受京城百姓喜愛。除汽水外，他們還生產北冰洋果汁和果子露，甚至出口蘇聯、蒙古、朝鮮和東歐國家哩。後來得知，北冰洋汽水還與上海有關。原來1956年在周恩來總理親自過問下，上海著名的屈臣氏飲料廠派出一批有經驗的技師北上京城，為雙合盛啤酒汽水廠帶來幾條當時堪稱先進的一體化灌裝流水線，從而大大提高了生產能力，讓首都人民得以在炎炎夏日盡情品嚐到北冰洋的清涼。那物美價廉的北冰洋汽水不但對孩子是擋不住的誘惑，也深得大人們青睞。改革開放後，北冰洋與美國百事可樂集團合資生產百事可樂飲料，這是後事了。

我們返廠後，就開始按北京師傅的傳授，為職工製作冰鎮汽水。為了讓全廠一千多職工都能喝到汽水，廠裡專門印製了汽水票，每人30張，每張一元大勺，約1,000毫升。兩大勺可灌滿一個5磅暖水瓶。開張當日，廠裡熱鬧如過節，全廠老少、家家戶戶喜笑顏開提着暖壺、水瓶紛至沓來，連書記、廠長也喜盈盈前來「觀戰」……我們自製的汽水雖然比不上北冰洋，但用的全是白糖而非糖精，味道還算純真，冰鎮效果也很棒，30多年後的今天，偶爾遇到廠裡一些老人，回憶起當年的自製汽水，他們還顯得津津有味！

一瓶自飲，另兩瓶分贈我的師傅和一名工友，那情景今日想來，依然恍若眼前，神清氣爽……猶記得1980年夏天，我跟廠供銷科長去北京出差，任務就是為廠裡購買一批製作冷飲的設備和原料。為了訂購冷飲機，我們頂着烈日東奔西走，當時北京樹木不多，滿眼都是水泥地，直走得渾身是汗。科長在一個冷飲攤停下，掏幾毛錢買了兩瓶橘子汽水，味道絕佳，當時我就記住其商標叫北冰洋，是北京雙合盛啤酒汽水廠出品。我對科長說：「這汽水比鄭州的火車牌還好喝，咱做的汽水要能趕上這個水平，就好啦！」科長笑道：「爭取吧！」

這是一條遙遠的名字，雖然貴為「中國電影皇后」，名噪一時，但畢竟是上世紀三四十年代的電影明星，中青年一輩對她了解甚少。近半個世紀，她在香港度過半個多活，絕少參與社會活動，幾代影壇半紀浮華變幻，人事躁動，幾代人共處一鳥一隅，竟不曾察覺這位巨星，離世是這麼遠，卻又那麼近。

九十七歲中國老牌影星陳雲裳去世，有點驚然，畢竟曾經有過片刻的共聚。如果告訴你，我曾在陳雲裳前輩家中作客，可能大家都會問我今年貴庚。約十多年前，發現了一個重分量的名字——陳雲裳，遂冒昧預約訪問，完全出乎意料之外，當年八十多歲的她，接受了《文匯報》的獨家訪問，邀請我們到她的石澳(可能是赤柱)別墅作客。正因為她近半個世紀的平靜，偶爾被挑動輝煌的過去，掀起了小小的激

情，雲裳前輩對陌生小輩熱情好客，如數家珍。當年我和另一位同事前往採訪，在她偌大的別墅參觀，歷史感的傢俱，瀟灑陳年氣息，像電影《時光倒流七十年》那樣，走進了朦朧的時光隧道，享受她為我們準備的陽光下午茶。記得參觀她二樓的臥室，她披露丈夫馮海濱為她蓋好被子才入睡，夫妻恩愛，鸞鶴情深。最深刻的她柔軟驚人的瑜伽照片，記得當時她告訴我們，她八十之齡還可以做到一些頗具難度的瑜伽動作，令我們嘖嘖稱奇，她得享長壽，與她勤練瑜伽有關。說實在，當年八十出頭的雲裳前輩，雍容華貴，保養得相當好，八十歲倒像六十歲的太太一樣，隨着歲月的遠去，在平淡中見從容，一份淡淡的美。

在精緻的茶具布前，翻閱陳年雜誌，雲裳前輩的美麗劇照，陳列着一齣齣戲碼，《木蘭從軍》、《蘇武牧羊》、《野薔薇》、《家》、《月兒彎彎照九州》等海報，訴說着中國黑白電影遠去的一頁。

百家廊

馬承鈞

我所認識的健身中心教練

有些店子生意稍為好一點，只要你較為敏感，便可以推想到租約期滿後，這店子準推不租租金倍數上升而可能要結業。

重要是過程！

香港這邊雖然也有選舉，但立法會選舉只有一半選席可供選擇，還是分區的比例代表制，可觀性有限。今年從各政黨發佈的參選名單看，名字都很陌生。至於特首選舉，雖然只是十二人的事，卻早在幾年前傳媒和網民已不停玩猜特首遊戲，反映人們還是很關心這場選舉的。本來，大家明年是有機會參與其中，投下手中神聖一票，卻在最後關頭被人「代表」否決了手中投票權，那班口口聲聲「代表市民」的人今年又玩「退休」了。

這是一條遙遠的名字，雖然貴為「中國電影皇后」，名噪一時，但畢竟是上世紀三四十年代的電影明星，中青年一輩對她了解甚少。近半個世紀，她在香港度過半個多活，絕少參與社會活動，幾代影壇半紀浮華變幻，人事躁動，幾代人共處一鳥一隅，竟不曾察覺這位巨星，離世是這麼遠，卻又那麼近。

當年我和另一位同事前往採訪，在她偌大的別墅參觀，歷史感的傢俱，瀟灑陳年氣息，像電影《時光倒流七十年》那樣，走進了朦朧的時光隧道，享受她為我們準備的陽光下午茶。記得參觀她二樓的臥室，她披露丈夫馮海濱為她蓋好被子才入睡，夫妻恩愛，鸞鶴情深。最深刻的她柔軟驚人的瑜伽照片，記得當時她告訴我們，她八十之齡還可以做到一些頗具難度的瑜伽動作，令我們嘖嘖稱奇，她得享長壽，與她勤練瑜伽有關。說實在，當年八十出頭的雲裳前輩，雍容華貴，保養得相當好，八十歲倒像六十歲的太太一樣，隨着歲月的遠去，在平淡中見從容，一份淡淡的美。

方寸不亂

這是一條遙遠的名字，雖然貴為「中國電影皇后」，名噪一時，但畢竟是上世紀三四十年代的電影明星，中青年一輩對她了解甚少。近半個世紀，她在香港度過半個多活，絕少參與社會活動，幾代影壇半紀浮華變幻，人事躁動，幾代人共處一鳥一隅，竟不曾察覺這位巨星，離世是這麼遠，卻又那麼近。

隱世巨星

這是一條遙遠的名字，雖然貴為「中國電影皇后」，名噪一時，但畢竟是上世紀三四十年代的電影明星，中青年一輩對她了解甚少。近半個世紀，她在香港度過半個多活，絕少參與社會活動，幾代影壇半紀浮華變幻，人事躁動，幾代人共處一鳥一隅，竟不曾察覺這位巨星，離世是這麼遠，卻又那麼近。

翠袖

有些店子生意稍為好一點，只要你較為敏感，便可以推想到租約期滿後，這店子準推不租租金倍數上升而可能要結業。

獨家風騷

今年選舉年，無論在香港或國際層面，都有多場大選，令新聞界不勝沒生意。跟港人關係密切的台灣再次出現政黨輪替，蔡英文在預料中突破性當選(首位女性)；菲律賓則選出年齡最大卻火力十足的「老總統」；美國的戲選在後頭，卻想不到一場公投，英國突然冒出個女首相，成為該國第二位「鐵娘子」。