



▲傳統以雞蛋为主的早餐。 作者供图

骨、叉燒包和滷味拼盤。我們的意大利朋友一家，每次吃完還要打包帶走半隻燒鴨和半打叉燒包，說晚上拌個沙律，晚飯就解決了。

如果覺得坐下來吃早餐太花時間，柏林的很多街口還有特色餐車，比如說韓國炸雞、日式章魚燒、土耳其烤肉……「隨手」解決一頓周末早午餐，可謂易如反掌的事情。

自由自在的柏林，好吃又快樂的柏林。

花式早午餐

周末便會變成早餐點心主題，提供各種中式早餐。有現做的煎餅果子，客人可以任選夾酥餅還是油條，還可加午餐肉、火腿腸變成「豪華版」；也有上海菜系裏必不可少的灌湯小籠包、生煎包、燒賣、菜飯團、蔥油麵、小饅頭；不用說，甜豆漿、鹹豆漿、豆腐腦也是人們必點的餐品。

自從有一次帶着家裏小朋友的同學一家吃過上海早餐以後，他們便愛上了這套「不可思議」的早午餐。他們一家是素食主義者，但這毫不影響他們把大部分的菜品點成「素食版」。比如說，素菜包生煎，蔥油麵不要蝦皮，煎餅果子不要香腸……

如果這還不過癮，柏林還有中式「自助早餐」。那也是一位能幹的中國妹子把一家奶茶點心店「變身」成為一個周末供應早餐的自助餐廳。十來歐元的價格，可以盡享各種國內早餐店裏的麵店菜式，它的開張着實讓柏林的華人們驚喜了一番。

就是這些簡單樸實的包子饅頭、豆漿油條、涼拌豆乾拍黃瓜，讓我們彷彿瞬間回到了以前走在國內的小街上，一路買着早餐，趕着上班上學。

港式早茶無疑也是早午餐裏最熱門的一種。有時候外國朋友們還會主動邀約我們一起去「飲茶」，他們點起菜來比我還熟練。最受歡迎當屬蝦餃、腸粉、豉汁排



柏林漫言

余 逾

了點兒，那就吃個「早午餐」吧。

早午餐在柏林特別流行，感覺柏林人周末睡懶覺的不少。不過看看柏林那麼多著名的夜店酒吧，也就不奇怪了。

和許多西方城市一樣，傳統的西餐早午餐裏雞蛋必須是主力。一般菜名都以雞蛋的做法來命名，比如說太陽蛋、雞蛋餅、班尼迪克蛋。對了，柏林那家「久負盛名」的西餐早午餐店就叫做「班尼迪克」。這家店門口總是有人在等位，還根本不接受提前預定，幾點來幾點吃，排隊入座。

除了雞蛋，德國很多早午餐餐廳也會有「隔壁」英國的英式早餐——雞蛋、香腸、培根、蘑菇、黑腸、烤豆西紅柿汁；當然了，菜單裏一定不會漏掉小朋友們喜歡的煎餅和華夫餅。

如果說這一切在許多歐洲城市已經不稀奇了，那麼柏林還有特別的「早午餐」——上海早餐。柏林有一家上海餐館每逢

講好香港故事

居，要「專益求專」，推崇新聞道德責任。新聞界同行當然知道這些話並非泛泛而論，不專業、不講新聞道德和社會責任，是近年來新聞界一個突出問題，特別是在三年前「修例風波」期間出現網媒遍地開花、人人都可自稱記者的亂象，傳媒行業公信力大受打擊，令每一個有新聞理想、有責任感的專業傳媒人深感痛心。「一國兩制」經歷二十五年風風雨雨，李家超對新聞界這一番期許，別具意義。

說到「專業者」，記者編輯雖然不屬於醫生律師會計師這類專業人士，不需要有專業資格的從業門檻，但毫無疑問新聞傳播是一門專業學科，絕大部分的媒體採編人員或是念新聞傳播院系畢業，或持有其他專業的學位並經過採編專業培訓，對新聞理想有追求，對新聞專業操守有堅持，因此，完全有資格以「專業者」自居。但隨着網絡和AI技術發展，新聞行業日新月异，本地經營網媒幾乎零門檻，網媒特別是自媒體從業人員質素參差，如何提升傳媒行業整體的專業水平和專業形象，做到「專益求專」，的確不容易。但任何時候，新聞界既要維護新聞自由，發揮傳媒監察力，又要重視新聞道德和社會責任，沒有專業精神，便會失去平衡。



◀「幻彩詠香江」光影匯演。

旅發局圖片



維港看雲

郭一鳴

小河彎彎向南流
流到香江去看一看
東方之珠我的愛人
你的風采是否浪漫依然
月兒彎彎的海港
夜色深深 燈火閃亮
東方之珠 整夜未眠
守着滄海桑田變幻的諾言
讓海風吹拂了五千年
每一滴淚珠彷彿都說出你的尊嚴
讓海潮伴我來保佑你
請別忘記我永遠不變黃色的臉

上周六（七月十六日）香港新聞工作者聯會在「東方之珠」號觀光船上舉行慶祝香港回歸祖國二十五周年晚會，在文藝表演環節最後一個節目，一眾理事上台大合唱，在「東方之珠」號船上高歌一曲《東方之珠》，把晚會的氣氛帶進高潮。

受疫情影響，這是新聞聯近三年來第一次舉辦大型活動，晚會的重頭戲是行政長官李家超透過視頻致辭，李家超表示，新聞聯是香港繁榮穩定的守護者，期望能夠繼續秉持客觀公正的行業精神，正確傳達政府施政資訊。他說，香港正邁入由治及興的關鍵時刻，新聞界任重道遠，必須要以專業者自居，專益求專，推崇新聞道德責任，以不斷更優質、不斷更專業為目標。李家超期望新聞界和政府一起講好香港故事，向世界廣泛傳揚好「一國兩制」成功經驗，以及香港在「一國兩制」獨特優勢下創造的非凡成就。

多家媒體報道李家超特首的致辭，特別提及他希望新聞界要以專業者自

「巨魔芋之夜」



市井萬象

七月二十日，北京，國家植物園（北園）展覽溫室內綻放的巨魔芋。據了解，巨魔芋為世界珍稀瀕危植物三大旗艦種之一，其花期十分短，只有四十八小時，且通常在午後開花。國家植物園（北園）展覽溫室在七月十九日至二十日專門舉辦「巨魔芋之夜」夜場活動，遊客可在展覽溫室內從多個方面了解這種世界珍稀植物。

中新社



我愛拉斐爾

在梵蒂岡博物館的入口處，有兩位半裸體的石雕「門神」，稱其為「神」是因為左邊一位是米開朗基羅，右邊一位是拉斐爾。拉斐爾是名副其實的帥哥，意大利文藝復興三傑之一：與達芬奇、米開朗基羅齊名。拉斐爾和達芬奇、米開朗基羅不同，他更傾心於繪畫，醉心和痴迷於油畫，在文藝復興時期，似乎再無人能在油畫上出其右。拉斐爾是面旗幟，是座高峰，也是一個時代。

拉斐爾從小聰明睿智，天生的藝術才子。一生無所好，唯有愛繪畫。他在繪畫上的成就無人能比。為紀念拉斐爾誕辰五百周年，在羅馬展出了上百幅拉斐爾的真跡，畫中人物細膩，鮮艷，豐滿，有活力。文藝復興時期到拉斐爾時代繪畫都在追求更「真」，越真越好，講究神似首先要形似。

中世紀的繪畫，追求的是要把神徹底神化，非人化，絕不能把神人格化，那是藝術上的「鐵律」，絕對不能突破，否則就會押上中世紀的宗教審判庭。尊神敬神，使得繪畫中的神千神一面，沒有絲毫的人性感，人情味，味同嚼蠟。

拉斐爾的傑出之處就在於他敢於突破宗教思想的束縛，創作思想不再有牢籠。文藝復興就是要把人復活，恢復成活生生的人。拉斐爾畫中的神不再是乾巴巴的神，兇巴巴的神，無血無肉的神，而是把神請下了神壇；不再是高高在上的神符，而是賦予了人的感情，人的情懷，越來越像活靈靈的人，普通人。拉斐爾的確是把周圍的人當成模特兒來畫「神」，包括把自己的情人當成畫神的模特兒。一五〇八年，拉斐爾創作的《聖母與聖嬰》已經看不出宗教色彩，聖母緊緊抱着自己的孩子，將臉貼近他的面頰，親子之情躍然紙上，分明是人



閒話煙雨

白頭翁

用雅典學院的台階自然組合，恰到好處，真實到如同人就立在學院台階之上。人物繁多，表情各一，真實生動。一大群活靈靈，又各具性格的「學院人」。此畫已是後世古典主義美術家不可企及的典範。更為難得的是，畫中充滿了學院氣、書生氣，自由探討，互相學習的氛圍和氣場，從學院的角角落落撲面而來；畫中每個人都有自己的表情，自己的感受，做自己的事情，講自己的話，思考自己的議題；彷彿每個人都再動，在走，在講，在思，甚至連學院上空的藍天白雲都清晰可見，細看，那白雲也在動。

這幅梵蒂岡博物館簽字廳中的《雅典學院》和西斯廷教堂中的米開朗基羅的《創世紀》被譽為西方美術的聖殿，神聖到誰想要學習西方畫派藝術，都必須至此深造，來此學習朝拜。

拉斐爾終於走向了高高神壇，但三十七歲英年早逝，永遠定格在世界畫壇的最高端。

拉斐爾死後葬在羅馬的萬神殿中，萬神殿裏是以政治家為「神」，以官為「神」，平民是葬不進去的。拉斐爾打破這道「神」的繁籐，讓藝術家、平民也能葬在這裏；他想把萬神殿打造成一個無階級之分，無官職之分的理想世界。拉斐爾的墓誌銘非常有意思，不知出自哪位大家之手。「拉斐爾於此長眠。在他生前，大自然感到敗北的恐懼；而當他一旦溘然長逝，大自然又唯恐他死去。」

(上)

丹青妙筆繪「仁心」



如是我見

汪平川

每當閒時，總喜歡翻一翻豐子愷的詩意畫作，品一品書中濃郁的儒學氣息，就這樣慢慢地成了一種習慣。初聞不知曲中意，再聽已是曲中人。小時候，只知道那就是一張張簡單的「家常畫」，還不如《龍珠》之精彩；長大後，才懂得那還是一首首深情的詩，含蓄着溫熱的「人間情話」。寥寥幾筆，卻能在不經意間觸動你的心弦，每一次品讀都是一次心靈的洗滌。

豐子愷自幼深受父輩的薰陶，接受了良好的中國傳統文化教育，熟讀各種儒家經典，特別是師從馬一浮先生後，逐步建立起以儒家思想為基礎的價值觀和人生觀。從他畢生追求的藝術創作可以看出，豐子愷的「護生」即「護心」，在其身上我們感受到「仁者愛人」的人生情態，以及其用藝術之筆將儒學之「仁」融入生活的入世態度。

出於對綱常倫理的信守，豐子愷在漫畫《親與子》中展示了日本風俗飲食——「親子丼」，畫旁引用了北宋著名文學家黃

庭堅詩句「今日爾吃他，將來他吃爾。循環做主人，同是親與子」，可以讀出作者對將雞肉和雞卵同置於米飯之上共食習慣的厭惡。在《某父子》中，我們看到了父子關係被異化為主僕關係的悲劇，這種違背倫理道德的現象，在當今社會仍屢見不鮮。除了「仁能克暴」的信念和「教惟以愛」的精神，我們能感受到其創作往往超越了戒殺、護生的表意，把「仁民愛物」的精神融會於畫作之中。漫畫《綠滿窗前草不除》引用了北宋理學家程明道窗前台階覆滿小草而不除的歷史典故，生動展現了「世間萬物同生天地」的和諧場景和「欲觀萬物自得意」的怡然心態。《歸市》《群魚》《猿的歸寧》等作品，亦勾勒了一幅幅人畜和樂的場景，營造了人與動物間相親相愛的和諧關係。

作為血緣親情的最原始情感，「親親」之愛（即「孝悌」）乃「為仁之本」，被視為「仁愛」的起始。生活在這個世界的每個人，皆因生命的關愛而誕生，因父母的

關愛而成長，因兄弟姐妹的關愛而強大。「孝悌」不僅是滿足物質層面的贍養，更重要的是常懷敬愛父母、尊愛兄長之心的精神寄託，唯有做到「入則孝，出則悌」，才能實現「民興於仁」和「民不偷」。

在漫畫《誘殺》和《殘酷的風雅》中，豐子愷將水邊垂釣的行為形容為「是以物命，而為兒戲」與「穿頸鑽唇皮，用刑何殘酷」，驚嘆「於心何忍」，為了克服自身慾望，感慨「風雅若如此，我願為庸俗」。《人道主義者》《餵雞聯想》《人之初，性本善》等作品亦從不同角度勸誡世人務必克服私欲、尊禮守樂。而《無人之處》則揭露了有些人在公眾面前戴着善良的面具，在無人之處就會卸下偽裝、暴露醜惡本性。《街頭》亦有異曲同工之妙，刻畫了一個外表衣着光鮮亮麗，行為舉止卻有違公德的人物形象，意在諷刺當今社會那些「金玉其外，敗絮其中」的虛偽之人。從《散拋殘食飼神鴉》《惠而不費》《餘糧及

雞犬》《施恩即望報，吾非斯人徒》等作品，我們讀懂了「仁愛」不分大小、只有為與不為的道理。

生活於戰亂年代的豐子愷，極其渴望安逸，他在漫畫《犬哺貓子》引述了宋朝張孟仁的妻子鄭氏與弟媳徐氏共室而居、妯娌關係親密無間，連家中的小動物也倍受感染，家犬得知乳貓被偷，便主動承擔起哺乳兩隻小貓的義務。《犬家同乳圖》展現了太原郭世儒家門和睦、七代同堂，家中牲畜在此良好家風的薰陶下，犬家可同乳、烏鵲可同巢，營造一幅休戚共處的和諧場景。同時，他更極度厭惡戰爭、嚮往和平，行筆之間無不袒露着對戰爭慘狀的悲鳴以及那源於內心深處對和平的吶喊，如《有清明月》以明月因死傷而落淚凸顯戰爭的殘酷，還有《父死戰場子在腹》《轟炸》等作品反映戰爭使百姓流離失所、家園千瘡百孔，尤其是《願作安琪兒，空中收炸彈》，畫中那種對世界和平的渴望溢於言表。