

馮磊

拒食中樞

我第一次聽說「拒食中樞」這個詞，是在作家阿城的《常事與通識》中。

阿城說，人的大腦某個部位，有一個進食中樞，號召人們放開肚子吃。與之相對應的，還有一個拒食中樞。作用，則與之相反。

老實一點講，我一直懷疑是否真的有這麼一個中樞存在。又或者，這個拒食中樞是否有效。我一直想，如果真的有這麼一個中樞存在，為什麼街上到處都是患有肥胖症的兒童？在澡堂裡，為什麼經常可以看到大腹便便的「成功人士」？

這樣講，並沒有貶低胖人的意思。倒是我，因為過瘦，洗澡的時候，顧影自憐，林黛玉一般鶴立亭亭玉立，並不好。

大約二十多歲的時候，就是說還沒結婚之前，我還是很志氣的一個人。每天早晨或者傍晚，我都用煤氣罐自己煮東西吃。食髓知味，久而久之，竟也炮製出一種獨特的湯來。具體做法如下：雞蛋兩個，蔥花一把，用熱油炒了。加水烹煮，到湯汁發白為止。然後拿黃瓜一根，刀子打去皮，用刀背拍扁了下鍋一起煮。二十分鐘後，加入少量食鹽。這樣，一鍋美味的湯就做好了。

這樣燒出來的湯，味道清爽白嫩，口感非常好。沒有女朋友之前，我每天都要熬上半鍋，晚上與鄰居打牌後一起喝。且為之命名曰「白玉翡翠湯」。

結婚以後，有了小家，就再也沒有自己做東西吃。這種美好的創意，也就此罷休。後來想，如能把烹飪的活兒繼續下去，不知道我還能搞出什麼新鮮的發明來。

去，不知道我還能搞出什麼新鮮的發明來。蓋一個男人越來越懶，總是家中妻子能幹的緣故。嬌慣得久了，自然就變成了無能白癡之輩。當然，這類話不能多講，講多了，不僅得罪賢內助，目前這種悠閒自在的日子就不會長久矣。

再後來，身體沾惹小恙，竟生了一種叫做腸胃綜合症的怪病。肚子動不動就提意見。我本來是個饕餮之徒，從此以後，大魚大肉是不能吃了，酒水是不能喝了。再後來，發現忌諱越來越多。因此感嘆，所謂拒食中樞，也許真的，也許是作家杜撰。但對於我而言，此病比拒食中樞要靈敏多了。

前日上網，發現到處都是「塑化劑」的影子。所謂塑化劑，據說是鄰苯二甲酸酯的總稱。據權威機構發佈的消息說，內地的白酒幾乎都含有塑化劑。某些白酒因此在股市上連續跌停。——至於我們的專家，總是能夠在關鍵時刻站出來的。這次，有專家接受媒體採訪稱，一次喝一斤含有塑化劑的白酒也沒有問題。對這類事兒，作為外行的我們無從置喙。我總是覺得吧，從安全的角度講，喝一斤含有塑化劑的白酒和吃一斤饅頭相比，我們還是選擇饅頭更好一些。當然，我也自以為比所謂專家們稍微厚道一點。

河豚是傳說中的美味。但是，這東西有毒，運氣不好就有毒發身亡的可能。蘇軾是個饕餮之徒，且是那種吃起來不要命的角色。他被貶於常州時，曾應人邀請去吃河豚。接到請柬後，老先生大搖大擺就去了。傳說，當時屋裡和院子裡都站滿了人，大家都想親眼看看這位大文人是怎麼死的。在這種悲壯的氣氛中，東坡先生面無表情，他抄起筷子，慢條斯理地，把盤中的美味吃得乾乾淨淨。然後抹嘴道：「也值得一死！」

前不久，有名作家去赴河豚宴。在死亡的邊緣走了一圈後，回來把吃河豚的事兒寫得十分驚險。他寫道，烹調河豚的廚師，在客人開吃之前，必先當着大家來一口，以示真誠。

我因此突然覺得信任的可愛與擔當的重要。——唉，饕餮之徒不畏死，吃點河豚肉又算得了什麼呢？！



河豚 網上圖片

陶琦

湯婆子

寒流南下，氣溫驟降，和幾個朋友聊天，談到各自晚上睡覺時的禦寒方式，有用電熱毯的，有開空調的，也有用電暖器的，只有我一個是用湯婆子，於是被眾人笑話OUT（過時）。大家都笑說，在科技日新月異的今天，湯婆子這種老古董，與現代生活已有着數百萬光年的距離了。

南方的冬天沒有暖氣，天氣又潮濕陰冷，尤其是體弱的老人，晚上睡覺鑽到冰涼的被窩裡頭，要大半天才能熱乎起來，須暖一暖腳，才能睡得更舒坦。故在家用電器普及之前，湯婆子是百姓家中最為常見的取暖用物。人們睡覺前會燒一鍋沸水，注入用金屬製成的扁壺內，蓋緊，燙暖的壺身，就像一個專門為人暖腳的奴才般貼心，故名「湯婆子」或「腳婆」。

為了使用方便，人們還會用棉布做一隻布套，籠在湯婆子上面，如此既不會燙傷腳腳，又可以延長壺內熱水的續溫時間，睡覺時放到被子裡頭，一晚上都是暖融融的。到了早上，從壺內倒出的熱水還可以拿來洗臉，可謂一舉兩得。

湯婆子一物，於宋代就有。蘇軾在寫給朋友楊君素的信裡就提到：「送暖腳銅壺一枚，每夜熱湯注滿，塞其口，仍以布單衾裹之，可以達旦不冷。」黃庭堅亦曾作詩戲詠曰：「小娘暖足臥，或能起心兵；千金買腳婆，夜夜睡天明。」讚嘆湯婆子帶來的溫暖，會令人心感物而動，就像一個善解人意的奴才一樣富有吸引力。南宋范成大也有一首《戲贈腳婆》詩：「日滿東窗照被堆，宿窗猶自暖如煨；尺三汗腳君休笑，曾踏靴霜待漏來。」自敘他過去冬天睡覺，猶如兩腳



「湯婆子」。網上圖片

西太平洋的海鷗

加拿大溫哥華當地時間10日上午9時35分，一艘名為「慶祝號」的渡輪，穿越西太平洋秋季的濛濛雨霧，向着我們這次首訪的BC省省會維多利亞市行進。密匝的細雨中，海鷗飛翔；那些潔白的或藍色的精靈們在近在咫尺的渡輪甲板上方雨色天空，以各種優美的姿勢與純藍的雲彩相吻，有時甚至於逼近我們站立的渡輪甲板前，毫無顧忌地飛翔，一幕幕人與海鷗和諧共處的情景，一隻隻鳥兒逐浪的驚奇，一片片移動中的綠洲風光，讓我感受著異域自然界的別樣風情。

BC省省會維多利亞市被西太平洋海域環繞，翻譯告訴我們，去加拿大BC省省會維多利亞市公務拜訪，必須穿越西太平洋東海岸這片充滿神秘感的海域，兩點拍打着「慶祝號」的舷梯、窗櫺以及頂棚上方巨大的玻璃幕鋼觀景台，那一面面五彩繽紛的異國小旗，在濕潤的海洋氣流中迎風招展，婀娜多姿；而那些潔白或藍色的海鷗昂首飛翔的姿

勢，猶如正在演出一場場精彩的舞會，優美之極，這些小精靈們彷彿是舞會的主人，唱着清麗、明朗、動聽的歌，悠然自得地在這片清澈的海域上空表演著最純情、最和諧、最溫馨、最美麗的藝術：忽兒俯衝，忽兒仰視，忽兒靜止……儀態萬方、風情萬種；鷗鳥的精彩表演，使西太平洋以東這片充滿神秘的海域更顯撲朔迷離。

雨止。陽光猶如天兵，齊齊照射「慶祝號」渡輪的每一個空隙，氣溫驟然升高；剛乘坐「慶祝號」渡輪時，氣溫僅攝氏十度，而此刻已是攝氏二十度。抬腕看錶，已是當地時間上午10時15分。汽笛長鳴，翻譯提醒我們，10分鐘後就可到達公務活動的第一站。回眸處才發現：一群鷗鳥竟然與我們一起站立在渡輪最高處的甲板上，我點了點數整整5隻：頰長的頸項，那潔白中略帶金黃的羽毛，那全身的流線型結構，那藍色的長喙，那青色的腳以及長長地拖在甲板上的翅膀，目中無人的海鷗彷彿在聆聽人間或喜或

悲的故事。我被西太平洋海域這一群群鷗鳥吸引著、感動著，人與自然的和諧共處到了異國他鄉才有了親密的接觸，才有了真切的體會。我深深地呼吸著神清氣爽的西太平洋海域的負氧離子，翻閱著加拿大當地的資料，法律為這些鷗鳥提供了自由與安全，誰殺殺這些小精靈，就有坐牢的可能，這不是聳人聽聞。但願鷗鳥以及所有自然界的動物能享受人類一樣的普善待遇。

50分鐘後，渡輪到達維多利亞市公用碼頭，專車駛離渡輪後直達我們此行的第一站加拿大BC皇家博物館。

這一晚，我夢見與飛翔在西太平洋海域上空的海鷗作伴同行。



海鷗逐浪。網上圖片

在香東區灣銅鑼灣區與維多利亞公園，對着這座無奇的兩層建築，這建築屹立在這位置僅僅六十年，但是，它蘊含着香港一百五十年中學教育的歷史。她發源自中區的歌賦街和鴨巴甸街，那兒也正是香港初期發展的核心，一百五十年前，港英殖民地政府先後在那裡建立了中央書院繼而改名為皇仁書院，然後在1952年遷校至銅鑼灣畔。

香港皇仁書院建校一百五十周年(上)

今年剛公布的香港首屆中學文憑試結果：5名7科5**狀元，其中兩名是皇仁學生。其實，皇仁歷年以來的優良育才成績已被大眾公認，她為香港培育了千百位德智體優質的畢業生，為香港各行業服務。今年的結果只不過是歷史的延續，她那一百五十載的光輝仍會保持，仍會不斷發揚光大。

1842年英帝國一群巨艦的轟天炮響，震醒了大清皇室的深宮大夢，死了人民、丟了面子、賠了銀子、開了門戶、割了國土、簽了《南京條約》，更要命的是由此引狼噬，列強相繼仿效入侵，攫取各種利益，簽下各種不平等條約，從此我國便變成半封建、半殖民地社會。

《南京條約》的來龍去脈前後果大耳熟能詳，香港遂從此割給英國，小島亦從此成為英國及其他國家進入我國從事各種活動的重要門戶。英政府以其在印度殖民的經驗，深知文化教育對當地人民懷柔教化的重要，同時亦因應當時商業經濟需要，培養翻譯人才，因而興起辦學，經研究後遂成立中央書院（The Central School），這便是皇仁書院（Queen's College）的前身，在1862年應運而生。

歷史人物 愛國愛民

籌辦中央書院的主要人物是蘇格蘭漢學家李雅各博士（Dr. James Legge），他是牛津教授、研究孔孟，居港多年有辦學經驗，籌辦就緒後他推薦師弟史劍域博士（Dr. Frederick Stewart）來港任校長，同時兼任政府的視學官。建校初期，殖民地政府的官員往往是政、教



皇仁書院建校150周年。作者提供圖片

（宗教和教育）三位一體，由英國老家派來的教師時會兼任警官、消防官之類。史氏筆路藍縷，敬業樂業，孜孜建校19年，稍具規模，交棒給胡禮博士（Dr. Bateson Wright），此公更一做28年，至1909年才退任。

皇仁學生不單勤修學業而且素來關懷國事，創校伊始便對國內清政府的政制改革熱衷，何啟、胡禮垣等因甲午戰敗，加以官僚腐敗、國弱民窮曾屢呼籲改革，宣揚革命思想。繼而孫中山、謝纘泰等革命先驅皆曾列皇仁門牆，其事跡已廣為記載及傳頌。本港有學者曾於講座中稱中央書院為「辛亥革命黨人搖籃」，良有以也。同時，當年也有不少皇仁校友回內地工作或升學，大都獲佳績。直到新中國成立後，這優良傳統仍綿延繼續，有高材生入讀香港大學後仍銳意返內地攻讀，學業有成，服務社會甚有成績。其中一例可參閱2000年5月8日《文匯報》「中華風采」全版拙作：「張佑啟：工程界權威名揚四海」。又如1955—56屆畢業生11名回內地升大，其後7名獲歐美名校博士學位，返港工作後成為政協委員或人大代表，為我國建設事業作出貢獻。

黃龍騰飛 作育英才

皇仁作為香港第一所政府主辦（官立）中學，150年以來，作育不少英才，為香港的成就獻出心血。譬如建校初期的何東家族、中華總商會創建人之一的劉鑄伯、香山親親章玉（寶珊）等知名人士；其後，服務於政府和其他機構的各行業人才更不可勝數。校內學術風氣亦漸形成，1899年6月首創雙語校刊《黃龍報》，顧名思義，很具民族意識。封面常以巨龍作主題，黃龍翱翔，形象鮮明，寓意清晰；師生撰稿內容有論及鴉片毒害及我國興建鐵路等時局議題，關心國家大事。

至民國時期，日寇侵華，青年救國當仁不讓，不少皇仁子弟回內地投筆從戎。新中國建國初開，廣招有志青年開天闢地，畢業生北望中原，自然也屬時代精神。皇仁150年來歷經殖民地社會及港英政府管治，本來已難與母體膾炙交流，但昭昭日月，狐死首丘，於無形中竟能意會國民教育而具毋忘為民謀福祉的赤子之心。此可能是殖民地港英政府教育的一樁漏筆，亦應該作為今天探討推行國民教育的一種啟發。

歷史空間

崢嶸歲月 皇者之光

章剛

那一年，回到故鄉四川，我來到小舅家。那是一個優美而寧靜的小鎮，只有一條公路通往外面的世界，往青衣江上游走是山，往下游走是丘陵和河谷小平原。小鎮便如一個世外桃源般坐落在青衣江畔。青衣江發源於邛崃山脈的巴朗山與夾金山之間，在飛仙關處與天全河、滎經河匯合後，叫着青衣江。青衣江流經雅安、洪雅、夾江等縣城，然後在樂山市草鞋渡匯入大渡河。青衣江上游是高山峽谷，中下游流經丘陵和小小平原。而我小舅居住的小鎮正好就在青衣江中游的一個小平原上。青衣江水水量充沛，真的宛如一條青衣江的玉帶在雅安、洪雅、夾江廣闊的土地上蜿蜒流淌，流經處，綠水青山，物產豐沛，人傑地靈。青衣江古時候稱平羌江，若水，李白曾有詩句形容其特色：「峨眉月半輪秋，影入平羌江水流」，可見青衣江的美麗風姿。

來到這更美的地方，我當然不想錯過欣賞、遊玩的機會。為了更好地欣賞青衣江畔遍地的美景，我提出騎自行車沿青衣江畔往下游騎，騎車觀景，那沿途遊玩才帶勁

生活點滴

騎車在青衣江畔遊逛

蒲繼剛

那正是初夏時節，我和小舅舅，還有舅舅的兒子——小表弟便一人騎一輛自行車，沿着青衣江畔向下游騎去。多美的季節，多美的風景呀。山杜鵑花，野薔薇花，和許多不知名的野花在江畔開得正艷；片片竹林在不知不覺中換上了新裝；各種鳥兒的啼叫聲，把人的心都唱醉了。在這樣的風景中騎車穿行，真是眼睛都不夠用了。江中綠水悠悠，江畔風景如畫。騎一段路，我便停下來，好好欣賞這優美的風景，然後再騎上車往前走。

不知不覺中，我們已經騎到了夾江縣的千佛岩風景區。千佛岩風景區位於夾江縣城西三公里的地方。我抬頭一看，這裡的風景更加秀美。千佛岩依山傍水，壁立千仞，被稱作「青衣絕佳處」。大觀山和依鳳崗對峙，青衣江從中蜿蜒而過，形成一兩山對峙，一江口流一的風光。我從沒見過如此險峻、獨特的風光，前面是宛如青衣帶的江水緩緩流淌，後面是壁立千仞的巨大岩石聳立，岩石上刻滿了石像，岩石下面是一條別致的棧道。這是怎樣的一幅畫面呢？它險峻、雄偉，而又帶著幾絲秀麗，千佛岩在江岸

呢。小舅舅先是不同意，因為這一段路不太好走，還要來回坐幾次船。但他經不住我的軟磨硬泡，同意了我們的

邊的山崖修葺，滴籠着松的映襯下，真是集雄、奇、險、秀於一身。於是，千佛岩便有了「青衣江畔絕佳處」之稱。千佛岩石壁上，排列着二百多窟石刻造像，一共有二千四百餘尊，所以稱作「千佛崖」。這些岩像開鑿於隋、興盛於唐，延及明、清，顯示了中國古代高超的石刻藝術水平。除摩崖造像外，還有琳琅滿目的歷代題刻。我和表弟把自行車停在棧道邊，讓舅舅看着，表弟便陪我到千佛岩觀

站。千佛岩的高處，俯瞰一江碧水，真是讓人感慨萬千。從古至今，我們的民族，我們的人民真是創造了如此燦爛的文明，這文明歷經幾千年而不衰。千佛岩的岩像邊，也放著一些神龕，善男信女們在此燒香拜佛，這是他們的發心誠信，也是他們祈求美好生活的願望。是他們，這個民族雖然創造了無數燦爛的文明，但它卻受難深重，歷經艱辛。但不管怎樣，他們從沒有放棄過對美好生活的追求，因為這片美麗的土地，賦予了他們智慧和勤勞，更有去追求美好生活的勇氣……

騎過千佛岩，就進入夾江縣城內。夾江縣是中國西部瓷都，地處四川西南部，有天府明珠之美譽。青衣江繞夾江縣城而過，澆潤着這座歷史名城。來到縣城，舅舅想請我吃夾江縣城裡的大餐。我說：「吃什麼大餐，咱們小老百姓還是省點錢吧。我們就去吃當地的小吃。四川的小吃可是全國有名。」

我們又騎車來到青衣江畔，在江邊的小吃一條街開始了我們大快朵頤的時間……