

翠神 乾坤 余似心

今年的父親節特別有意義，當天也是老父的八十八歲生日，我們兒孫輩首一堂，為可敬的父親祝壽，席上我讀了一篇曾寫我父親的文章給他聽，當中包括以下的部分內容：「記得小至大，爸爸不斷為我們改善生活。自小家窮兒女眾，生活居所都不好：在我心目中，我的爸爸不斷在努力為我們、為家庭改善生活。爸爸（在家庭為我們做床架）的形象，一直深深留在我的腦海，他就是那樣地，不斷想著要讓我們生活得好一點。」

父親

父親是家中的重心，掌管一家的幸福。美國總統奧巴馬在父親節的致詞十分感人，當中內容，很值得每一位男士思考，撮錄如下：「今天我們有幸生活在一個瞬間可聯繫上地球任何人的科技時代。但無論科技如何發達，對父親而言尤其重要。我從沒真正地了解自己的父親，我由單親媽媽和兩個和藹的祖父帶大，他們為我做了不可想像的犧牲。全國有很多單親父母做著同樣偉大的帶大孩子的工作。但我仍然希望我父不僅在我身邊，且參與我的生活，作為另一個榜樣告訴我盡力所能給我的價值，如努力工作、品行端正、負責任、不貪圖享樂，所有這些價值，都給一個孩子去建基美好未來。因此我努力每天和太太和兩個女兒在一起……要做一個好父母不容易，須付出沒完的注意力、犧牲和耐心……這些年我學到的是，如果家庭失敗，我的成就將黯然無光。家庭是最重要的，當我回首自己的歲月，不會去想我所通過或推舉的任何一項立法，但會想太太（女兒）和我共同走過的路程和共享的安靜時光……這就是我該為應該如何為人父親，假如能盡全力為孩子展示（勇氣）和無條件的愛，並助他們達成理想，那我們便成功了。」

跳出框框 蒙妮卡

林伯上世紀七十年代從香港新界移民來英，一直在倫敦唐人街餐館打工；起初做侍應，後來學懂炒麵，做了大廚。每天忙至深夜打烊，索性住在餐館樓上員工宿舍。轉眼四十年，六十五歲的林伯月前遭遣散。他因長期困在廚房拋鍋煮菜，手臂患上嚴重關節炎；加上性格孤僻固執，他認為自己很難再找工作了。早年唐人街賭檔林立，很多華人因離鄉背井，生活苦悶，愛上賭場尋求刺激。結果積蓄盡散；更甚者，欠下周身身賭債。他遭遣散後，須搬離餐館宿舍，頓感前路茫茫，差點露宿街頭。林伯不懂英文，更不清楚英國的福利政策，後來聽從朋友勸導，向唐人街附近的公屋單位，華福會經常派員探訪他，幫他解決日常生活困難，例如修理水管和監督他定時吃藥。幫忙雖小，意義卻大。

老有所居

類似林伯的個案數以萬計。華福會主席陳奇驕接受《中國日報》訪問時強調，倫敦欠缺專為華人所設的老人院，獨居老人分散而居。他們因語言溝通困難，生活習慣和文化相異，不願意入住當地老人院。他們有社交圈子，無法安享晚年。華福會計劃籌集資金，建立華人老人院，讓老有所居。英國的老人福利政策，顯然疏忽了少數民族所需；相比之下，美國好得多了。姑媽現居三藩市的華人老人院，院內有中文電視和報紙；三餐有飯菜供應；院友可以聚集大堂打麻將下棋；院方定時舉辦旅遊活動。大家同聲同氣，樂悠悠。姑媽說，最開心是農曆除夕吃完團年飯，大家圍觀央視的春節聯歡晚會。英國的華福會，任重道遠。

琴台聚 潘國森

傳媒朋友來電，說有大學教職員聲稱要求學生跟他學《廣韻》的「反切」是為了學做古詩詞。言下之意，中國讀書人學做古詩詞都要識《廣韻》的韻部。問我有甚麼意見。

這令我想起三十年前的舊事，那時升上大學預科，即是大學三年制時代的中六，那時中學因為我讀的是理科課程，不用再修中文，十年後我讀的是理科學士。如果果想自學古詩文，應該看些甚麼入門書。黎公吟吟我學詩先讀《笠翁對韻》，學文先讀《古文評註》。結果，我只買到《古文評註》，學詩的事就不了了之。

後來因為對粵曲有興趣，讀了著名劇作家陳卓堃先生的《粵曲寫作與研究》，但是我不會讀譜，結果只因和粗通平仄。到了二零一二年初，兩位文友（即是大師父、二師父）鞭策我學寫對子，就由學做對聯、詩鐘入手。由從未正式對過對子，到寫了第一組七言絕句，前後不足二十天。我可以這樣說，當然是先有了近三十年讀古詩文的基礎。

現在簡介傳統中國讀書人學做格律詩的次序。第一步是背書，先背詩詞。詩可選《唐詩三百首》、《千家詩》、詞可選《宋詞三百首》、《白香詞譜》等，背詩詞是為了學會欣賞詩詞。然後背韻文，如：《笠翁對韻》、《聲律啟蒙》，背這兩部書是為了掌握用韻、對仗和平仄。當年黎公當我已

生死關懷

為且旦，她比我家人放鬆一點。本來我對她，但現在我什麼都聽。比方說：『你下午要睡懶覺。』我回答她說，『我不會的。』過了一段時間我有時候會的。不能說每次都，但是有的時候真的會。對我來說這是一個很大的進步。以前不能睡懶覺不重要，但現在放鬆是最重要，比辦事重要多了。」

我在寺院見到多例癌症患者或者病癱後又重獲生機、生龍活虎的老年居士，勸她也試試佛教的方法。這「臨時抱佛腳」，就算是「病急亂投醫」，也許可以有功。身體病了，心理也生着「驚怖」的病，把「心」交付給佛，借他一臂之力，讓心靜、讓心安，讓自己接受這個命運，也許「心」調帶來了「身」調，身心和諧、合作，就治癒了呢。

可我們離真正的宗教，都太遠了。我感動着胡益境隨順漢克的基督信仰卻滲透着佛教精神的話：「世間的一切多是短暫和無常的，只有尋找到內心的上帝，才能和上帝永住，同生天堂。」我十分佩服，這才是修為，這才是宗教交流。

驕雪不願看見我流淚，瘦得形銷骨立、薄如紙片的她拚着力氣，發着短促虛弱的聲音說：「你先回去，等我好了，你再來看我。」那一刻，我比她更驚怖。後來我多次夢到她，她總是含笑和我說話，還是健康時候高高大大的樣子。夢中，我會突然想起她去世了，我問，「你現在是鬼了啊，讓我摸一下。」我摸摸她的手臂，她又笑了。她說，「死不可怕，和活着是一樣的。」

我們的教育中，一直缺少生死關懷。當我們面臨這個問題的時候，完全是慌亂的，只能任由感覺和情緒擺佈。那時候，我只有概念，只在重複這個概念：「死不可怕。」面對驕雪被病痛如此折磨，我無法克制地流淚。其實我很怕，在驚恐「無常」，這種恐懼必然傳給了她，她才一次又一次地驅趕我，「你回去吧，等我好了你再來看我。」我們無法如同胡益境和漢克那樣，以基督教或佛教的態度，平靜地討論生死，接受「無常」，換位思考並讚嘆對方會做得更好。他們可以如

美國人漢克罹患癌症，沒去醫院，而是留在杭州喝茶、爬山、做瑜伽。他過着中國日子，而且是屬於古時候的。他的父親催促他回國治療，可他堅持自己的選擇。他喜歡中國，忙着了解中國。他還把好茶介紹給美國，希望和美國朋友分享他在中國的喜悅。他說來不及去自己想自己還有病，有太多有趣和有意義的事情要做。

讀着好友胡益境這篇記載漢克的博客，我想，漢克在不知不覺中以某種中國傳統方式治療着癌症，應該康復了吧，一定康復了。癌是體內正常產生的細胞，有時候不作治療，放下這種擔憂和驚怖，依然瀟灑快活，肌體自身的免疫力正常運作了，就會吞噬掉癌細胞的。

可是沒有。漢克在結婚第二天去世了，他娶了一位中國女孩。那時候，他已經回到了美國。「快到婚期，漢克在杭州的朋友到茶室拍了一段視頻，作為結婚禮物送給他。想起他的眼神，我又說了很多。我在我的櫃子裡給他放了一個如意花紋的青瓷杯子，和他承諾，不管下次什麼時候來，這個杯子會一直放在裡面，等他自己取來喝茶。在三生石邊，我許下了這個約定。」胡先生在視頻中說。

漢克的眼神非常溫潤，如玉。而胡益境的若心齋，在天竺路上的三生石邊。三生石，刻下了唐代隱士李源和僧人圓澤的故事。這樣的故事，大約亦如李白在桃花潭邊對着汪倫唱：桃花潭水深千尺，不及汪倫送我情。離別了，可是懷着一份深情，還要再聚的。漢克回覆他：「我在這裡很放鬆的，特別是因



坦然面對老病死。 網上圖片

生活語錄 吳康民

消費性的小商品，特別是食物的豪華包裝，不知是始於何時何國。但我知道日本最喜歡把一些食物作出豪華包裝，以招徠顧客。台灣人隨之，內地現在也時興這一套。但如此一來，既造成資源的浪費，也製造大量的垃圾，絕不環保。

我們如果購買或收到這類豪華包裝的物品，拆開來吃用，總會覺得那些漂亮而名貴的盒子，棄之可惜而無用。有時就是暫時留着，到了一大堆而無處存放時，還是把它丟棄。常常感到，如果把這些包裝物質和費用，能捐去貧困地區或災區，讓災民或窮苦人家過好一點的生活，該有多好！

但在資本主義社會，在競逐利潤的環境裡，這種要求無疑是奢望。製造商品的廠家，加上這個豪華包裝，它可以賺到比標準包裝同樣商品高幾倍的價錢。如果購買商品準備送禮，這種要求無疑是為了保質或運輸的需要，那如果商品包裝是為了保質或運輸的需要，那

思旋天地 思旋

全球經濟一體化的今天，近期最有影響力的，莫過於美聯儲局的人稱伯老的主席伯南克。上周在聯儲局結束兩日議息後發表萬眾矚目的講話，這位行將退休而有跡象不再被委任的主席，究竟臨別秋波是做一場好戲抑或是馬鹿呢？天曉得。事關任何有關金融政策改變或不變的決定，真可以說是牽一髮而動全身，市場反應是好是壞，程度激烈抑或是平淡，可真箇是天曉得，在此之前，伯老亦已「放風」就以退市(C)停止標準向市場表白，只不過所謂「狼來了」故事重演，美國經濟數據變好，愈來愈接近美國退市標準了。而今真由伯老進一步擬議確定收水退市時間表，就像平地一聲雷，一石掀起千層浪似的，全球金融市場包括股市、商品市場均一瀉暴跌，引起恐慌性拋售，一時之間，買家銷聲匿跡，賣家全滿面主尋市場。「空」家變了「凶」家。由美國帶起的跌市源頭是全球焦點所在，惟新興市場更掀起走資潮，資金流向美元區，在全球暴跌潮中，美元逆市走強，匯市也起風浪。投資者有錢在手者亦不知如何在此金融風浪中作何投資部署，逆境中真商機，而手中無錢更不在講，卻要為融資還債而傷腦筋。

港股市為何大瀉如此？伯老所言引起恐慌性拋售是其一，同樣受影響的是因內地金融拆危機而漲，息率上升，內息高於長息，執竿之時，內地隔夜放息曾升十多個厘。港股與內地經濟息息相關，內銀內房暴瀉，屢傳內地央行會放水救市，可惜是假料。不過，新政府習李班子常以「維穩」宣示主導思想，料不至於眼看危機在即，而不防患於未然。雖然內地經濟放緩緩製造業下行是不爭事實，投資者要接受，不過「富向險中求」，若然手中持有實銀者不妨趁此調整可分段擇優而入市，內地維穩不用怕有危，香港亦會受惠於美國經濟復甦的。始終沒有水遠下跌的股市。

這世界上有一種運動叫足球，還有一種運動叫中國足球，其實都很歡樂。想開點，莫傷自己身。

足球從二〇〇〇年到二〇一三年約花掉人民幣一千二百億，聘請了五個外教，而中國足球隊員的年薪加起來，可以養活泰國足球隊三百五十五年。美國《福布斯》雜誌忍不住質問：「中國國家北部城市哈爾濱一座城市的人口就比中美洲國家洪都拉斯全國人口還多，為什麼洪都拉斯都進入二〇一〇年世界盃，中國卻進不了？」「中國是世界第二大經濟體，能辦好北京奧運會並拿到五十一枚金牌，這樣的國家就挑不出十個個腳踢足球的人？」《經濟學家》雜誌也寫道：「青島海利豐與四川俱樂部間的比賽曾出現隊員狂射自家球門的驚人一幕，人們這才發現，中國球員竟然無能到連假球都踢不好。」

在此，小狸不想再去探討中國足球的癥結所在，這個謎底大家探討了幾十年，答案其實並不深奧。話說回說，有網友發帖說，某日返家，看到其母正在看中國足球，遂問：「中國足球你也看？」媽答：「中國足球也是足球。」遂感歎這才是真球迷。而該網友的這番話，讓小狸亦忽有頓悟之感——足球的真諦是娛樂，中國足球雖然帶來普世娛樂，但在另一條路上以另類的方式讓大眾同樣達到了娛樂的目的。

網人網事 理美美

上個星期，有一個關於中國段子再次漂洋過海紅翻歐美世界，即：「佛說他能實現人們一個願望，於是有人問，您能讓我實現到人們一個願望嗎？佛祖沉默。另一人問，您能讓我中國隊衝進世界盃嗎？佛祖大笑，說：『我們還是聊聊房價吧。』」這個段子兩年前被英國《經濟學家》雜誌寫進了一篇剖析中國足球被網文大肆引用，而不過起源比兩年前更不堪——那時討論的還是世界盃，而這一次則是因為中國隊一比五輸給泰國隊，還是一線隊。

如果說「一個詞來形容中國足球，那應該是「匪夷所思」。一年又一年，一次又一次，中國足球一邊創造着人傻錢多連年的天價投入，一邊製造着貶辱無下限的負數產出。有網友報稱，中國足球從二〇〇〇年到二〇一三年約花掉人民幣一千二百億，聘請了五個外教，而中國足球隊員的年薪加起來，可以養活泰國足球隊三百五十五年。美國《福布斯》雜誌忍不住質問：「中國國家北部城市哈爾濱一座城市的人口就比中美洲國家洪都拉斯全國人口還多，為什麼洪都拉斯都進入二〇一〇年世界盃，中國卻進不了？」「中國是世界第二大經濟體，能辦好北京奧運會並拿到五十一枚金牌，這樣的國家就挑不出十個個腳踢足球的人？」《經濟學家》雜誌也寫道：「青島海利豐與四川俱樂部間的比賽曾出現隊員狂射自家球門的驚人一幕，人們這才發現，中國球員竟然無能到連假球都踢不好。」

在此，小狸不想再去探討中國足球的癥結所在，這個謎底大家探討了幾十年，答案其實並不深奧。話說回說，有網友發帖說，某日返家，看到其母正在看中國足球，遂問：「中國足球你也看？」媽答：「中國足球也是足球。」遂感歎這才是真球迷。而該網友的這番話，讓小狸亦忽有頓悟之感——足球的真諦是娛樂，中國足球雖然帶來普世娛樂，但在另一條路上以另類的方式讓大眾同樣達到了娛樂的目的。

君不見一比五之後網民才思泉湧，什麼「若二〇一三年起持續買國足大比分輸，現在已經可以在北京一環買房了。」什麼各民間球隊紛紛向國足發難「戰」；什麼面對國足被博導道歉決定回覆「沒事，你們發揮一向很穩定」；特點的段子是北京植物園近日為以散放獨得特異臭氣味為特點的「巨魔芋三兄弟」爭名，收到不少群眾來信提名叫「國足」……

這世界上有一種運動叫足球，還有一種運動叫中國足球，其實都很歡樂。想開點，莫傷自己身。

這世界上有一種運動叫足球，還有一種運動叫中國足球，其實都很歡樂。想開點，莫傷自己身。

這世界上有一種運動叫足球，還有一種運動叫中國足球，其實都很歡樂。想開點，莫傷自己身。

這世界上有一種運動叫足球，還有一種運動叫中國足球，其實都很歡樂。想開點，莫傷自己身。

這世界上有一種運動叫足球，還有一種運動叫中國足球，其實都很歡樂。想開點，莫傷自己身。

百家廊 陳莉

生死關懷

為且旦，她比我家人放鬆一點。本來我對她，但現在我什麼都聽。比方說：『你下午要睡懶覺。』我回答她說，『我不會的。』過了一段時間我有時候會的。不能說每次都，但是有的時候真的會。對我來說這是一個很大的進步。以前不能睡懶覺不重要，但現在放鬆是最重要，比辦事重要多了。」

我在寺院見到多例癌症患者或者病癱後又重獲生機、生龍活虎的老年居士，勸她也試試佛教的方法。這「臨時抱佛腳」，就算是「病急亂投醫」，也許可以有功。身體病了，心理也生着「驚怖」的病，把「心」交付給佛，借他一臂之力，讓心靜、讓心安，讓自己接受這個命運，也許「心」調帶來了「身」調，身心和諧、合作，就治癒了呢。