

翠袖乾坤

余似心

如果醫生告訴你：「生命僅餘半年！」你會怎麼反應？如何去度過這短短的餘生？

事業如日中天的 Ginson Lung 聽到這消息後沒坐以待斃，她辭退工作，在男

友和好友陪伴下走遍世界各地，為的是盡用生命中的每一秒，盡享這世界。十年過去，她健康地活著。她現在的使命是告訴大家「不藥而癒」的秘方——「境隨心轉」自能「體隨心癒」。

絕症——不藥而癒

首次聽到 Ginson 的名字，是在《溫暖人間》雜誌看到她的專欄，知道她早年在香港防癌會的協助下出版了《不藥而癒》——以快樂戰勝絕症》這書，最近天地圖書為這書出版。我一口氣看完後，腦際中充滿 Ginson 的笑臉和笑聲，時刻提醒我以一笑解千愁，以笑面對生命的一切。當我有任何不滿，就想起她的笑便一切化解了，想不到這書能帶給她如此豐厚的正能量。無論你身體健康與否，這本用詞輕鬆活潑、言簡意賅的書，很值得一讀，必令你獲益良多。

Ginson 的男友 Charles Chiu 是位畫家，書內插圖盡是他的油畫，畫功深厚、意境深邃，盡顯人間之美，是此書另一珍貴之處。從從得天昏地暗的營運顧問到癌魔突襲，Ginson 的生命從此不一樣，原來「無常」常伴左右。但在她的經驗中，凡事也有無限轉機，大難臨頭也可視「無常」為友從容面對。她發現上天賦予我們的身體，本具強大的自癒功能，而「萬物唯心造」，要「一切從心出發」，心情好，自然一切好，這是她的護身符。

正如她說：「我與腫瘤是可以和平共處的，真正要治的，絕非腫瘤，而是要「修正生活，改革自身」。她提醒大家要過健康的生活，用心活好當天，儲備正能量，便能「體隨心癒」。

我們活著，但不是每一個人都懂得如何去活，這書提醒我們活著的态度。

琴台聚客

潘國森

「九旬老人」復又來鴻，因在本欄見潘小子也還會讀點詩，遂手書近作七律示之，題為《偶感》：

九旬曾一意如何？往事堪稽未許訛。涓滴必珍零露珍，淋漓有盡務包羅。纖毫可辨仍憂慮，咀嚼為難待琢磨。防降從容無隱患，皇天不負感恩多。

九旬老人賦《偶感》

所謂詩無達詁，但仍要為年輕讀者稍作解說。一句為十年，長者高齡九十二，清健能執筆致書，潘小子深感榮幸也。俗謂家有一老，如有一寶。長者見多識廣，可惜無緣對面聆教其堪稽之往事。潘小子於詩歌讀文初窺門徑，未嘗作律詩，因為怕麻煩，不喜斟酌推敲韻聯、腹聯也。第三四句當是詩人自言胃口佳，能吃，但不喜浪費。當中第四句用「莊子」的典：「相濡以沫，不若相忘於江湖！」第五句以視力極佳而自豪，不過孔老夫子也留下「人無遠慮，必有近憂」的教訓。仁者壽，老人家當深明養生之道也。第六句自嘆齒力退減。無妨，《千字文》有云：「老少異齒」。老人家三餐吃些甚麼，交由炊事者琢磨便是。末兩句則見詩人樂天知命。

《禮記》有云：「五十杖於家，六十杖於鄉，七十杖於國，八十杖於朝，九十者天子欲有問焉，則就其室以珍從。」古人聚族而居，年五十可以執杖，但要過六十才可以在鄉里間執杖。國指先秦的諸侯國，略相當漢之一郡、明清之一府。朝廷。在古時，天子如事要問九旬老人，還得要親自造訪。有九旬老人在，潘小子只能是個小子；但在年輕小朋友

跳出框框

蒙妮卡

分手十五年，舊愛重聚，相約當年經常光顧的餐館午膳。他從寫字樓偷空溜出來；她由巴黎遠道而至。兩人滿懷期望；並非要舊情復熾，只是希望見到他/她，別來無恙。

愛如雲煙

《午》故事講述：他是倫敦一間出版社編輯，工作不如意，寄情詩歌。當年失敗的戀情，令他耿耿於懷。她離開他後，嫁給巴黎一位著名作家，生活優哉游哉。

兩人來到餐館，一切面目全非。她坐在眼前，巧笑倩兮，依然優雅，但不是他記憶中的她。他已經一塵滿面，譬如霜；游離的眼神，像在追憶她已逝的光影。他怨氣衝天，低頭喝掉三瓶酒。其中一鏡頭，她撫摸他的手，安慰他：那雙手，飽經風霜。（手背的一小撮毛髮，幸存。）

她讀懂他的詩，卻看不懂他的心。他曾經去巴黎找她，在她屋外徘徊，卻沒勇氣按門鈴。時光不會倒流，如今兩人言不及義。

他醉倒餐館閣樓，醒來發現，她已不辭而別。愛如雲煙，縱使相逢應不識。「知君仙骨無寒暑，千載相逢猶旦暮。」

《午宴之歌》令人心疼。電影由艾瑪·湯普森和艾倫·瑞克曼主演，拍於二零一零年，片長僅五十分鐘。香港出生的詩人，最近有新作懷念香港。短短幾句，很難翻譯，大意是：「從英倫海濱掃視香港，短促幾句，你引人注目的萬象光景下，所戴上的多文化面罩。你的散文和詩篇，也隨之改寫。」（Glancing at Hong Kong to England's shore, your essays and light verse has altered how we view the multi-cultural masks of your profled universe）

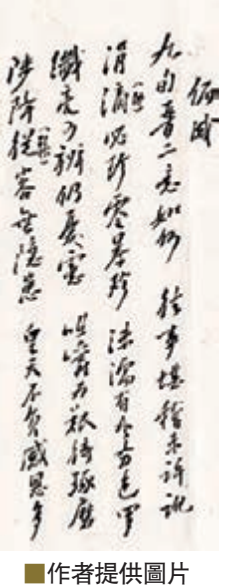
當然要改寫，就像《午宴之歌》裡的舊戀人，一切都變了。

友眼前，亦是老人。過去「香港作家協會」黃仲鳴主席間有吩咐「森仔為長者搵這帶那，唯是過」杖家之年，便抗黃總之命，曰：「吾亦老人家！除黃總而外，作協其他老人家都請自理。」《禮記》有云：「五十不從力政。」

近日天氣炎熱，驕陽似火。九旬老人認為傳媒講「陽光充沛」未佳，當為「陽光猛烈」或「陽光熾熱」。淺見以為，沛字本義雖與水有關，但近世中西文化交流，現代漢語多用雙字詞，詞意常有擴大、收窄、轉變。今人言充沛，或近似英語之「abundant」，與充裕、充足同義。陽光猛而有益，當可稱為「陽光充沛」。洪字亦從水，本義為大水，今時人物可以洪偉，人聲可以洪壯，則陽光未嘗不可充沛也。「夏日可畏」，九旬老人不必從力政，潘小子人則不願從力政，自然同樣不喜烈日當空。農家則喜四時有序。

長者又指本地新聞常以「訛稱」形容騙徒行騙時的謊話，似應改為「騙稱」、「偽稱」。淺見以為「訛」除有「錯誤義」，亦有「謠言義」。熟語「以訛傳訛」自當為散播錯誤資訊，傳訊人不知其錯而傳，則過輕；知其錯而推波助瀾，則為散播謠言，其過重。知錯與否，唯當事人始知之也。

未知長者尊意以為否？



■ 作者提供圖片

鳥鳴蘆葦蕩

濟南大明湖西南門有一片蘆葦蕩，入夏以來，每當我散步走到此處時，蘆葦蕩裡總會是鳥的演唱會。「唧唧唧……嘎嘎嘎……」的鳥鳴，既有高音也有低音，既有獨唱也有合唱，鳥兒們用優美的音符歡快地唱歌抒發出對城市中這片鬧中有靜環境的垂愛之情。

出於好奇，我和其他散步的市民無不停住腳步，探頭探腦的向蘆葦蕩裡瞅。一個個攝影愛好者，有的手拿照相機，有的打開錄像機的鏡頭蓋，耐心地尋找蘆葦蕩裡的小精靈。我也準備搶抓「小歌唱家」的瞬間鏡頭，手裡舉著智能手機等啊等，就是不見鳥兒的廬山真面目。

等待抓拍的人們失望了，我也覺得這群鳥兒太不給面子，不得不放棄了抓拍的初衷。我是位不達目的不罷休的人，在蘆葦蕩邊抓不到鳥兒的情影，就到網絡上去搜尋，弄張網上的影像圖片也可以。在我的思想意識中，蘆葦蕩不能見，網上見到也未嘗不可。

打開網頁，一組文字資料和圖片跳入眼簾，我細細的看下去。資料顯示，蘆葦蕩裡的鳥兒叫震旦鴉雀（學名：Paradoxornis heudei），是珍稀鳥種，有「鳥中熊貓」之稱。這種鳥為鵲科鴉雀屬的鳥類，有震旦鴉雀指名亞種和震旦鴉雀黑龍江亞種之分。

我還了解到了一些震旦鴉雀的相關知識，「震旦」梵語為「中國」的意思，震旦鴉雀自然就是

地地道道的中國鳥了。這種鳥兒體態小巧玲瓏，牠的體長約18厘米，大概有五個品種，多在長江下游和黑龍江等地生存，祖國其他地方也有牠的影子，牠們的活動區域局限在蘆葦蕩中。震旦鴉雀生來好動，飛行時迅速敏捷，一張黃色的嘴角很像鸚鵡。震旦鴉雀夏秋時吃昆蟲，冬春時吃葦稈裡的蟲子或植物種子，冬季也吃遺留在樹上的漿果，牠們需要安靜優美的生存環境。

震旦鴉雀生的異常美麗，牠黃色的嘴角帶有很大的嘴鈎，黑色眉紋上緣黃褐而下緣白色，還有狹窄的白色眼圈。上額和頭頂以及頸背灰色，上背黃褐，通常具黑色縱紋，下背呈黃褐色。中央尾羽沙褐，其餘黑而羽端潔白。「下巴類兒」和喉部以及腹中接近白色，兩肋羽毛黃褐色。兩翼上肩部濃黃褐色，飛羽較淡，三級飛羽近黑色，腳為粉黃色。

震旦鴉雀是常年居住在當地的留鳥，牠們結小群棲於蘆葦叢中，鳴叫聲急促而連貫，有時會展翅鳴叫，嘴裡不斷發出短促的「唧唧」「嘎嘎」唱歌聲。鴉雀們唱得高興的時候，還會展翅歡唱，小鳥們臂力微弱，但扇翅膀的頻率比較高，一邊振翅，一邊鳴唱，有歌唱大家的風範。

震旦鴉雀性格活潑好動，牠們常常用粉黃色的腳爪牢牢地鉤住蘆葦稈，不住的東張西望，一旦發現有蟲子蠕動，牠們就會像啄木鳥，用牠那堅硬的嘴敲打蘆葦稈，「嗒嗒嗒」發出清脆的響

聲，藏在蘆葦皮裡的蟲子被揪出來吞入囊中。牠們在蘆葦稈之間跳來跳去覓食，有趣的是，如果一不小心，到了蘆葦的最上端，因為蘆葦上端很細，承受不了牠的體重，於是被壓倒在地上，牠們會再次跳起，躍到別的蘆葦上繼續覓食。有時牠們也會偷吃蜘蛛网上的蟲子，常常是不勞而獲。

震旦鴉雀是鳥類中的「模範夫妻」，在棲息地築巢繁殖。一般每年4月開始雌雄共同築巢。牠們會用堅硬的嘴巴撕裂蘆葦葉，以葉片中纖維為建材，將纖維絲纏繞在2~5根蘆葦上，然後一圈一圈地繞成巢樣。鳥巢築好後雌鳥下蛋孵化，每窩孵出雛鳥2~4隻。在9~11天哺育期內，雌雄共同承擔育兒義務。雛鳥剛離巢時不能飛行，必須借助密集的蘆葦稈攀爬、跳躍，還須爸媽再餵養十多天。

震旦鴉雀不習慣在其他植物上逗留，偶爾在樹枝上稍作停留後，又一陣風似地轟然飛去，極少下到地面活動。震旦鴉雀很會隱蔽自己，牠們住的窩巢不易被敵害察覺，人類接近牠更是難上加難。這群小精靈有自己的哨兵，只要有來訪者牠們就會迅速逃逸。

震旦鴉雀的集群大小隨季節而變化，繁殖季節以單隻和較小集群為主，非繁殖季節就來牠各大聚會了。這群小傢伙一直過著「與世隔絕」的生活，由於牠們不善飛行，導致了翅膀不能負荷太重，只有依賴蘆葦茂密的環境生存。假如離開了成方連片茂密的蘆葦蕩，震旦鴉雀就沒有用武之地了。

當我熟知了蘆葦蕩中的小精靈之後，獵奇牠芳

容的興趣就更濃了，年過花甲之人彷彿又回到了童年。我從家裡拿了攝像機和錄音機，帶著食物和瓶裝礦泉水，還拿了個小馬扎，興致勃勃地來到蘆葦蕩旁邊，選好了鳥兒不易看到的地方貓起來。小精靈總歸是機靈，錄入牠們的鳴唱還可以，想抓拍牠們的情影還真不太容易。為了捕捉牠的活動瞬間，我靜靜守在那裡一整天，等到牠們順著葦稈躍上來的時候，我手中攝錄像機的快門一閃，好歹拍到了一張，打開瀏覽才發現腦袋被一支蘆葦葉子擋住了半邊。

熱風吹動蘆葦蕩，深處裡的鳥兒在歡快的啼鳴，我的心情也隨之熱流湧動，非拍牠一組美鳥照、錄製一段鳥鳴不可。我攝錄並舉，鴉雀們伴隨葉稈搖擺，攝像機隨著手動，蘆葦蕩內外一場持久戰在進行。此時，一種不達目的不罷休的心理促使著我，我已經是賦閒之人，總會有一天，震旦鴉雀聲像集成會掌握在鄙人手中。



■ 震旦鴉雀。 網上圖片

「紅色娘子軍」

生活語絲

吳康民

報載海南島「紅色娘子軍」最後一位班長盧業香，月前在海南家鄉逝世，終年一百歲。

「紅色娘子軍」是上世紀三十年代活躍在海南島上的一支游擊隊，是土地革命時期反對軍閥及國民黨的一支武裝力量。因為是全女班而聞名於世。但更因為被編成戲劇、拍成電影、更改編為芭蕾舞而著名。也因為為文革時期被列成八個「樣板戲」而演遍全國。雖然江青的文藝觀「三突出」，即突出正面人物、突出英雄人物、突出主要英雄人物的理論受到批判，但「紅色娘子軍」的故事流傳久遠，並且具有教育意義，也並不如江青在文革後期硬拼亂湊的所謂新的樣板戲《海港》、《奇襲白虎團》之類的粗糙，因此仍能留傳至今，仍能在內地和香港演出。

「紅色娘子軍」在中國革命歷史上，作為婦女參加作戰部隊的唯一「娘子軍」，的確值得大書特書。原本的戲劇和舞蹈也有可取之處。可惜因為「污染」上江青的「三突出」的「八個樣板戲」，使後人常用異樣的眼光對待它。有受過文革之苦的人說，一聽到八個樣板戲的音樂，就會全身戰慄。

一九六二年，「文革」還沒有開始，「紅色娘子軍」就被拍成電影。一九六四年，「紅色娘子軍」被改編成芭蕾舞。當年把西方的芭蕾舞移植到中國的革命傳說故事中的確是一個創舉。因而芭蕾舞《白毛女》和《紅色娘子軍》都受到好評。可惜文革中江青盜竊他人藝術果實，據為己功，使後來幾個好的藝術作品如《紅燈記》、《智取威虎山》、《沙家浜》、《白毛女》、《紅色娘子軍》等藝術作品曾沉寂一時。但人民的眼睛是雪亮的，領導文化工作的也實事求是，不久前這些「樣板戲」都能重見天日。

百歲老人，「紅色娘子軍」班長盧業香，一九一四年出生在海南海，一九三二年參加「紅色娘子軍」，後擔任班長，參加過沙嶺嶺、白石嶺等戰鬥。並曾化裝深入敵陣偵察，可謂智勇雙全。她曾作戰受傷，退役後留在家鄉安度晚年。今天福壽全歸，兒孫滿堂，老人也可瞑目了。

風味龍風

五味人生

陶琦

曾聽朋友說過一事：有廣東商人款待外地來客，特地備下幾道特色菜餚，其中一道白切雞的上面，鋪放了十來隻鹽水燜熟的龍風。菜端上來掀蓋的一刻，客人幾近離座翻臉，以為是有意捉弄侮辱……聽這樣的故事，凡吃過龍風的人都會會心一笑，確實，沒有什麼是比龍風更能反映不同地方飲食文化的食物了。它駭人的外形，以及它的美味，始終無法斡旋不同人群之間的觀念衝突。

龍風是一種棲息於池沼水田裡的甲蟲，背有硬翅，體呈橢圓形，不識之人乍一看，會以為是螳螂。因此也時有第一次見到龍風的北方人心生誤解，覺得南方人真是好吃，連蟑螂都吃。其實龍風成為盤中佳餚，是有文化傳承的，早在明清時期，《清稈類鈔》曰：「閩人之食龍風也，取其難者食之，雄者不堪食，食之無肉。嗅之，鹹臭不可當……閩人謂其嚼後口中作金墨香。若設盛席，輒供小碟一二，必以此品居上。碟中鋪以白糖，僅數數於其上而已。」作為昔日豪華宴席上的頭盤，龍風不僅漂浮於消費世界的上層水面，也折射出了舊時的豪貴富人的飲食趣味。

其後，龍風發展成為嶺南著名的地方小食，有人專門捕捉煮熟後，至夜便拿到街市上作為佐酒小食賣。清代學者朱彝尊在廣東得嘗龍風，曾作有《駱龍謠》詞：「鮫入市，蟹入船，過十里五里，酒人騰笑。刀砧喚住，擊珠娘纖爪……朱彝尊是康熙時人，從他的描述可見，當時的珠三角就已有製售龍風為業的水上人家，船娘用纖手代客一隻隻剝去龍風的甲殼，再除去內臟，無須使用刀砧，就可呈給客人作為佐酒小食，故每隔十里五里，就有吃得高興的食客發出陣陣歡笑聲。詞中的生動場面，雖然已過去三百多年，今人看來仍感到無比熟悉，猶如一幅被轉鑲到現代鏡框裡的歷史佈景。

嶺南的一些鄉鎮，至夏便有專賣龍風的小攤，而且雌雄不同的龍風是分開賣的。母龍風的前足無吸盤，個頭較大，多子肥美，售價也更貴。這也是古人早早發出「雄者不堪食」感歎的原因。吃法以鹽水煮或焙熟、椒鹽為多。剛捕捉回來的龍風，須浸在熱水裡，迫其排清污物，然後用油炸酥，蘸上椒鹽吃，又香又脆。吃法也有講究，熟諳者捏起一隻龍風，看準位置，一抬一扭，接下來輕輕一拉，就能把龍風的一隻硬翅及頭部、內臟除掉。如果內臟除不乾淨，口感就會苦澀。不過很多人還是覺得鹽水煮的味道最正，最接近龍風的本味。因為龍風天然帶有輕微的鹹味，古人謂之「鹹臭」，更有人覺得像是「屎騷臭」，根據吃什麼補什麼的食補原理，民間便有傳說，吃龍風能治小兒遺尿之類的病症。這種說法的流行，也有助於消除人們對龍風的心理戒惕。

出」的「八個樣板戲」，使後人常用異樣的眼光對待它。有受過文革之苦的人說，一聽到八個樣板戲的音樂，就會全身戰慄。

一九六二年，「文革」還沒有開始，「紅色娘子軍」就被拍成電影。一九六四年，「紅色娘子軍」被改編成芭蕾舞。當年把西方的芭蕾舞移植到中國的革命傳說故事中的確是一個創舉。因而芭蕾舞《白毛女》和《紅色娘子軍》都受到好評。可惜文革中江青盜竊他人藝術果實，據為己功，使後來幾個好的藝術作品如《紅燈記》、《智取威虎山》、《沙家浜》、《白毛女》、《紅色娘子軍》等藝術作品曾沉寂一時。但人民的眼睛是雪亮的，領導文化工作的也實事求是，不久前這些「樣板戲」都能重見天日。

百歲老人，「紅色娘子軍」班長盧業香，一九一四年出生在海南海，一九三二年參加「紅色娘子軍」，後擔任班長，參加過沙嶺嶺、白石嶺等戰鬥。並曾化裝深入敵陣偵察，可謂智勇雙全。她曾作戰受傷，退役後留在家鄉安度晚年。今天福壽全歸，兒孫滿堂，老人也可瞑目了。

中國球迷（下）

網人網事

理美美

上期說到熱情的中國德粉熱臉貼了冷屁股，德國人非但沒有感激開懷反而撰文抨擊，由此引出中國球迷對自身的反思——中國球迷，自己到底有沒有問題？

最近在很多場合，有不少人 and 小理聊起世界盃，說到荷蘭對阿根廷的那場半決賽時都吐嘈不已，說無聊到爆說睡著了好幾次，甚至連央視的早間新聞都評論那場比賽「全場都是屎點」……這讓小理很是尷尬，因為小理其實很想說那一場踢得遠比七比一比好看，後者只是一方被踢傻了後的射門集錦，沒有技戰術、沒有傳切配合，甚至連進球後的激情都沒有，更遑論進球的牽制經典戰，雖然連抬腳射門的次數都有限，但雙方全程展示了高超的技戰術和攻防水平，像高手下棋，且零失誤少干擾，是一場難得的高水平比賽。只可惜，每當小理企圖為那場比賽辯白兩句時，都被迅速地淹沒在周圍「對，沒錯，太無聊了！」的眾人附和聲中。

小理從不敢標榜自己看球水平高，因為偽球迷從來都是湊熱鬧的，但進賽場湊了二十年熱鬧後，也著實發現了中國球迷和電視裡的外國球迷在行為方式上的一些不同。比如，國內賽事時，場上隊員一拿球衝過來，全場球迷就開始鼓掌雷動，雖然這球最後多以不給對方、瞬間被斷或者大腳開射偏離球門五米以外而結束，但不管，只要有人帶球衝，先吼爽了再說。而反觀各種國際性盃賽和歐洲五大聯賽，那些外國球迷歡呼叫好的節點卻「莫名其妙」得多，老是給那些傳球的、卡位的、牽制的、甚至無球跑動的人鼓掌算怎麼回事？在國內，進球的是百分百焦點，而在國外，人們會牢牢地記住那個助攻的人——就好比本次世界盃，意大利雖然早早回了家，但睡皮（派路）對英國人那銷魂地一漏至今讓人感慨萬千，他甚至連球都沒碰就可以讓人記一輩子啊。

足球界有個術語叫「閱讀比賽」，說白了就是真正去看懂足球，但目前看來不少中國球迷在此一項上的能力確實令人「捉急」。看不出門道，只是湊個熱鬧，誰贏就支持誰，誰輸就嘲笑誰，湊熱鬧的球迷很難有真愛，加上國人一向沒信仰，於是對自己支持的隊伍也不怎麼忠心，踢好了牛×一下，沒進球就變×了。混混沌沌，簡單粗暴。

據說，二十萬踢球的小孩裡，能產生出一名傑出的球星，照此，中國目前頂多能產生出四分之一的一個，因為堅持踢球的小孩只有七千到十萬人。而英國的這一數據是四百萬。所以人家能出小貝，不僅能出，還能出個帥的，因為基数大，有得挑。而我們空有十三億人口，無奈真正懂球愛球又肯投身其中尤其是支持子女投身其中的實在是少之又少。

一個國家的足球水平絕不僅僅是場上那十一個人表現得如何，能讓場上十一人開出美麗花朵的，一定是地下廣袤的根莖和肥沃的土壤，球迷便是這土壤，踢球人口便是這根莖。一群偽球迷，頂多能長出一朵塑料花。