

生活語絲

吳康民

福建近年建設突飛猛進，我曾多次隨全國人大代表和香港特區成立前的籌委會等機構前往參觀訪問。光是習近平總書記擔任福建領導時就來過兩次。因為我每次與他會晤時都向他贈送拙著，因而他對我有印象。二零零七年我準備退休任人大代表時，在會議主席台上遇到他並與之告別。他欣然單獨與我在側廳合照，至今懸掛在辦公室裡，以留永記。

福建教育

我終生從事教育工作，逾六十餘年，此次到閩，據全省學前教育入學率達百分之九十六點九；高中階段入學率達百分之九十三點四；高等教育入學率已達百分之三十九點八。其普及程度已超過香港，更超過全國平均水平，對此甚為敬佩。而且前年開始，將新增教育經費向老區舊區、農村地區、民族地區、欠發達地區傾斜，務求普及，務求教育公平。不求突出「名校」，更是明智之舉。

陰·陽

楊天命

進入新世紀，世界各地對傳統的性別觀念提出挑戰。例如，出現聲稱自己是既非男亦非女的「無性人」等。這說來或許過於抽象，若放在文學講，以故事呈現給大家，也許便於理解。上世紀九十年代的香港，有一位新作家叫董啟章，寫了兩個討論性別的故事——《雙身》和《安卓珍妮》。前者講述變性人的故事；後者講述一位生物研究者，厭倦了丈夫大男人主義的「呵護」，索性隱居山林，醉心尋找和研究一種叫「安卓珍妮」的動物。這動物單性繁殖，無需經過異性交配，就可繁衍後代。作家借助這個故事，試圖反思「陰陽」性別觀，並且從中表達對女性命運的思考。

習近平總書記雖然已調中央工作多年，未忘情於福建。去年來閩考察時，強調「福建沒有理由不辦好教育」。是的，閩人和閩僑都重視教育，福建的教育又有良好基礎，上下一致。相信教育工作將是福建的一朵奇葩，是福建驕人的一項成績。

翻譯的意趣

廖火

文學翻譯工作是一個大學問。那天在與余光中先生及中文大學翻譯系梁休講座教授金聖華教授談到直譯與意譯的問題，很值得探討。金聖華以她長年翻譯的經驗和體會，提出不少見解，與大家共享。一般人講直譯和意譯，毫無意義；法文說 mot-a-mot，像魯迅主張的那種直譯是很糟糕的；「我喜歡用「貼譯」，盡量貼近原文，重視它的風格，或高雅，或通俗；學生翻譯，常有一個問題，喜歡調換順序，調得很順滑易懂，以為這樣文章便順當；但像偵探小說，內容懸疑，可能某人物出場後，要好幾頁過去才把那人的身份揭示出來；學生就愛把謎底提前揭曉，懸念隨之蕩然無存；余先生講過，一個好的翻譯家，要有好多把刷子，刷牆的又豈能拿來刷牙呢？余先生翻譯戲劇其實也是字斟句酌，不過斟酌的對象不同而已。

余先生講過，一個好的翻譯家，要有好多把刷子，刷牆的又豈能拿來刷牙呢？余先生翻譯戲劇其實也是字斟句酌，不過斟酌的對象不同而已。談到翻譯長篇文學作品，余先生對他翻譯王爾德作品，有很生動的描述。翻譯長篇作品，你自然跟他長相左右；那幾個月，你就被他附體，臨於你身上來。譯者成了演員，自以為是凱撒；至於王爾德，他是不會為後來的譯者留餘地，能寫多好就寫多好；王爾德如果是中國人，定必是律詩或駢文的高手，會寫出「滕王閣序」來；英文也有對仗，但不像中文的「張三李四」，Tom Dick and Harry，加了個逗號，破句了；梁佳麗英文名 Gaylord，我跟他開了個玩笑，說莎劇有 The Merry Wives of Windsor，他是 Gay Lord of Shatin。

余先生在另一篇文章，曾談到他在翻譯過程中，與原作者心神交會。他自稱，他譯《梵谷傳》時，「梵谷附在我的身上，成了我的「第二自己」(Alter Ego)」。換言之，梵谷憂他亦憂，梵谷喜他亦喜。譯《不可兒戲》時，他自稱：「王爾德寫得眉飛色舞，我也譯得眉開眼笑，有時更發出聲來，達於書房之外。家人問我笑什麼，我如此這般地口譯一遍，於是全家都笑了起來。一笑可見余先生翻譯的投入和意趣。至於談到余先生的老師——梁實秋，不贊成當年余先生翻譯《白鯨記》。余先生談到一段少人聞問，他與梁實秋不同的見解——梁實秋認為美國文化淺薄，無甚可觀；同時，他寫《雅舍小品》寫習慣了，正話反說；從前他推薦我到愛荷華大學讀書，勸我去美國不必念什麼學位，逛逛就好了；後來我赴香港教書，他也說，你我都不是教書的人，去香港玩玩就好了；梁先生講話，故作瀟灑，有時候我都不太聽他的。他還勸我，在美國可不要開車，太危險了，詩人怎麼能開車呢？

梁實秋最早期的朋友是郭沫若，信奉浪漫主義；走中道之後，隨人文主義大師學習，便反過來批評浪漫主義，走中庸之道，跟胡適之、聞一多交遊。至於談到余先生未來的翻譯工作，他沒有正面回答。余先生說：「我想翻譯的東西多著哩。翻譯一部好作品，你就有一段長時間，跟一顆美好的心在一起，作天才的代幹。翻譯一本愛心的書，書每天都在等著你，不愁無事可幹，又不像創作，要費心構思題材。因為我對繪畫很有興趣，最想翻譯一本畫家的傳記，特別是十七世紀西班牙籍希臘裔畫家艾爾·葛雷柯，不過，我仍找不到恰當的書，有的太學術，有的太短。」

略有所聞。天命鑽研玄學，對陰陽的看法自然力求深入而通透，不免研究一些抽象而繁複的理論。對於普通大眾而言，陰陽代表的自然觀，無需如此繁雜，理解為大自然中各種對立而又相互聯繫的事物，已足矣。陰陽所代表的對立，首先令人想起的，自然是男女的性別觀念。男主陽，女主陰；男性陽剛，女性陰柔，似乎是祖祖輩輩傳下來的傳統文化觀念。陰陽調和，男女結合，天地經天義。

有一把韭菜和幾個剩饅頭，文友直搖頭。我二話不說，將那把韭菜摘洗乾淨，切成寸段在開水中一焯，加上鹽、白醋、麻油和味精，做成一盤涼拌韭菜。再將剩饅頭切片，入油鍋煎成金黃色。同事見狀大喜，跑到辦公室取來大半瓶白酒，在酒精刺激下，我倆自力更生，在寂靜的深夜享受了一餐清香的涼拌韭菜和酥脆炸饅頭，味美極了！

昨天上街，偶在一家新開店舖見到幾盆綠油油的盆栽，亭亭玉立、鮮嫩可口，非常賞心悅目，引來不少人圍觀。走近一看，不是蘭花，也非水仙，哇——居然是鮮活的春韭！女店主姓岳，快人快語道：「這韭菜不施農藥化肥，既可觀賞又能入菜，乃純天然、無公害的藝術盆栽！」筆者詳問究竟，得知此乃銀都農藝合作社新開發的品種。他們擁有韭菜溫室大棚和千畝育苗基地，聘請了農大、科技廳和植物研究所專家親臨指導，新近推出五百盆藝術韭菜，零售價三十六元。我即場買了一盆，並賦詩贈予店家：春韭向來惹人憐，藝術盆栽更嬌艷。舉世盛讚起陽草，笑稱此物尤可餐！

據說在北京住過多年的魯迅先生，也青睞北方麵食，尤其是韭菜盒子。定居上海後，女作家蕭紅是周家常客，她拿手活正是韭菜盒子，很得迅翁稱讚。韭菜盒子也贏得不少老外的歡迎。曾榮膺「U20世界盃最佳球員」稱號的馬里足球明星施度基達於二零一二年來華加盟大連阿爾濱隊，中方對這位大牌「外援」的生活起居安排得非常周全，尤其在飲食方面，施度基達不吃肉、不吃雞蛋，卻愛吃韭菜盒子，大連廚師就迎其所好，天天為他製作添加蝦仁的韭菜盒子，令他高興有加。現今人很難享受「夜雨剪春韭」的浪漫詩意了，但春韭之美卻深入人心，歷久彌香。前年一個春夜，我與一文友在某機關加班趕稿，半夜想去食堂吃點夜宵，可惜廚師早已下班，灶台邊只



春韭雞蛋堪稱「絕配」。

春初早韭

正是春韭上市季節，走進菜場、超市，到處可見綠油油、鮮嫩嫩的韭菜，偶去踏青，極易在村野邂逅幾片韭菜，猶如一行清新小詩撩人心旌，令人想起《紅樓夢》裡林黛玉「一畦春韭綠，十里稻花香」詩句。春韭不惟碧綠鮮嫩，模樣也俏，那細長潤澤的葉片和潔白如玉的根莖，亭亭玉立猶如少女柔美的肌膚，堪稱「秀色可餐」、「香嬌玉嫩」矣。此刻手握鼠標，腦海又跳出「春韭秋菘」四字，此語出自《南齊書·周顒傳》：「文惠太子問顒：『菜食何味最勝？』顒曰：『春初早韭，秋末晚菘也。』」於是「春韭秋菘」成為大眾美食代名詞。「春韭」即指新春的韭菜；「秋菘」則泛指一切時令蔬菜。春韭之美，由此可見！春韭何以大受追捧？因為它味美、便宜又有營養。鮮嫩的春韭，辛香中含幾絲甜味，嫩嫩的像能掐出一把水來。它老少皆宜、雅俗共賞，無論生吃、涼拌、炒食、包餃、入湯，都是鮮嫩可口的菜中妙品。鄰居是位資深中醫師，他說春韭還是一味食療佳品：春日人體肝氣偏旺，脾胃消化吸收功能較差，吃韭菜則可強脾胃，有溫中下氣、補腎益陽之功，對陽虛畏寒的女性更是大有裨益。面對如此令人味蕾大開的食材，誰人不動心呢？春韭之美，早寫進古人詩文裡了。公元七百五十九年（唐肅宗乾元二年）新春，貶為華州司功參軍的杜甫自洛陽經潼關返華州，在奉先縣拜訪「發小」衛八處士。久別重逢的喜悦和乍見又別無的無奈，引發詩理無限的人生感慨，於是寫下名篇《贈衛八處士》，詩中有「夜雨剪春韭，新炊間黃粱。主稱會面難，一舉累十觴」之句，雨夜割下青翠欲滴的春韭炒食，伴以噴香的新蒸黃粱米飯，此情此景，能不令主客頻頻舉杯一飲而盡嗎！說起來，更早還有東漢名士郭林宗（郭泰）雨

夜剪韭招待好友范滂的故事。某夜友人范滂光臨，郭林宗親自冒雨入菜園剪韭，製湯餅招待，使「夜雨剪韭」成為美談。明人程登吉編著的《幼學瓊林》就有：「冒雨剪韭，郭林宗款友情殷；踏雪尋梅，孟浩然自娛興雅」的章節。宋大文豪蘇軾身兼美食家，他用「斷覺東風料峭寒，青蒿黃韭試春盤」形容春韭之美。東坡深諳乍暖還寒之時，多食「起陽草」有祛陰散寒、補腎補陽的功能。有道是英雄所見略同，陸游亦有「新津黃韭天下無，色如鵝黃三尺餘」佳句；鄭板橋則有「春韭滿園隨意剪，臘醃半甕邀人嚼」絕唱……能從簡樸菜蔬裡嚼出非常滋味的才子，不愧為懂得生活和感恩的高人！春韭的情影遍佈神州，韭菜炒雞蛋堪稱盛行中國的黃金搭檔。兩千年前的《禮記》裡即有「韭以卵」記載。不知哪位祖先無意間將韭菜配雞蛋烹炒，覺得味美無比，這一「絕配」於是口耳相傳，不覺而走，直至今日依然是普天下炎黃子孫的最愛。有人說南方人不愛吃韭菜，這實在是太大的曲解。筆者在寧波長大，我家廚房後邊有一空地，媽媽見縫插針種上幾行韭菜。南方多雨，那韭菜長勢喜人，割了又長，長了再割，如此循環不息，所以家母稱它為「長命草」。多少個風風雨雨夕，母親拿剪子，彎腰剪下一把嫩韭，再打幾個雞蛋，很快地一大盤嫩滑香純、爽脆可口的韭菜炒蛋就端上餐桌，每每讓全家人叫好不迭。家母拿手菜還有韭菜炒烏賊、炒鴨血、炒螺螄、伴香炒、伴筍絲和炒年糕等，使香溢滿屋，讓家人胃口大開，連鄰居也讚不絕口。遇有人請教要領，母親就說，烹煎前要把韭菜白和韭菜葉分開，因為它們炒熟時間不同，要先炒根莖，後炒葉菜，以大火「速戰速決」，如此吃起來口感最好。春韭炒河蝦更是我家百吃不厭、歷久彌新的佳

范冰冰被封胸首播高開

范冰冰有份投資兼主演的《武媚娘傳奇》(香港譯為《武則天》)，本以低胸古裝做賣點，內地開播時反應不算熱烈，直至被封胸後，事業線上加了兩吋高薄紗，賣點封胸，反而幫了大忙，網民不滿看不到女主角三分二的小肉團，瘋傳議論，聲音發起罷看行動，媒體輿論熱話，《武則天》一夜間聲名大噪，挑起大眾好奇心，紛紛網上搜尋原裝正版。由於封胸，范冰冰作為投資方兼女主角，從沒對事件表態，劇組方面默然作出配合，花近二千萬做後期加工，用CGI把范冰冰封胸事業線，平和、有效率地解決事件，令劇集繼續順利播出，向各買家有所交代，將損害減至最低。內地古裝劇在香港反應向來普通，硬被封胸令《武則天》成為時事版及娛樂版話題，助長聲勢，無綫電視買來播，又引起一輪討論，焦點仍是放在幾吋長的事業線收。

翠袖乾坤

查小欣

上，星期二(二十六號)首播錄得最高收視二十四點，星期日晚上收視通常不及平日，有二十四點收視，成績很不錯，幸得封胸效應變相替劇集宣傳造勢，引起香港觀眾廣泛關注。誰說窺視身材好就是無腦芭比公仔，看范冰冰女角事業線包裝《武則天》，作用其實就如一碟名貴佳餚加點伴碟菜，伴碟菜竟發揮吸客作用，能不讚她計算準確嗎？封胸她贏，不封胸她同樣都贏，范冰冰的冰原來是冰雪聰明的意思。

隨想

興國

有朋友說，以前飲食隨意，身體健康得很，如今追求健康飲食，為什麼反而易得「三高」和其他病症？答案應該有不同說法，我認為，從前的食物都是自然種植、自然生長，不像如今用大量藥物來讓動物快速長大，是原由之一。因為現代人講求賺錢快錢，就把良心放到一邊了。原因之二，現代人體力勞動少了，能量的消耗自然減低，積存體內的營養過多，自然容易「三高」。原因之三，以前我們輕微生病時，總會喝杯涼茶，感冒咳嗽就慢慢痊癒了。以前的涼茶是苦的，長輩有時都用強迫方式灌喝，幼用喝後發一粒糖的誘惑方式灌喝，我們的掩鼻一飲而盡。如今哪裡找苦茶？都是添加糖的。而且小病就吃抗生素，久而久之自然抵抗力減低，而藥效也降低了。其實最重要的是，是我們年紀大了，機能的抵抗力低了。年紀大了之後，太注重追求健康飲食，又把幾十年來身體對過去飲食的自然適應機能改變，適應變成不適來調整，不能調整的飲食，病癥就趁虛而入。飲食之道是很大的，要跟隨大眾，除非決心很完全，達到不太可能。比如吃慣了有彈力感的粉皮，面對軟趴趴的粉皮時，就會批評做得不好，於是就拒絕了。但那軟趴趴的粉皮，很可能是特別烹製的，因為不同的地方有不同的吃法，怎能因為就裡便亂批評？各處鄉村各處例，入境不隨俗，什麼東西好吃、什麼不好吃，就無法統一標準了。但為了健康而能放下身段去吃喝那些淡而無味的食物，為什麼就不能欣賞不同於習慣的吃法呢？

路地觀察

湯兆祺

順勢療法在香港並不普遍，但近年執業行醫的醫者增加，正因為自然療法風盛趨所致。早前太太去香港電台接受訪問，主持人也說自己孩子的濕疹，也正由順勢醫師醫治。除了現代醫學(即西醫)之外，香港人求診多找中醫。在歐美等地，順勢療法則是較流行的非對抗療法(西醫為對抗性)。英國皇室一向是順勢療法的擁護者，奇怪的是他們卻沒有引進香港。上周末，有幸上了一天的古典順勢療法課。古典派講求單方、用藥種類審慎、劑量力求最少，就如經方派中醫，施藥一定不多，以刺激身體達到完全的自癒療程。這方面與自己已經求診於中醫的方針不謀而合，也近似台灣李聖如醫師所說的「只管添柴」，病癥從來只是自救的過程，力度不足便滯滯於病患狀態，這時候應該添柴讓身體運行得更快以自癒。

閒話飲食

其實最重要的，是我們年紀大了，機能的抵抗力低了。年紀大了之後，太注重追求健康飲食，又把幾十年來身體對過去飲食的自然適應機能改變，適應變成不適來調整，不能調整的飲食，病癥就趁虛而入。飲食之道是很大的，要跟隨大眾，除非決心很完全，達到不太可能。比如吃慣了有彈力感的粉皮，面對軟趴趴的粉皮時，就會批評做得不好，於是就拒絕了。但那軟趴趴的粉皮，很可能是特別烹製的，因為不同的地方有不同的吃法，怎能因為就裡便亂批評？各處鄉村各處例，入境不隨俗，什麼東西好吃、什麼不好吃，就無法統一標準了。但為了健康而能放下身段去吃喝那些淡而無味的食物，為什麼就不能欣賞不同於習慣的吃法呢？

古典順勢療法(-)

課程是基礎班，主要要講順勢療法的理念及法則——順勢療法的基礎，以病徵引導，以能引起相同徵狀的藥劑，刺激身體走回平衡的路。用我首次用順勢療法的例子去說：有一次燙傷手指，手指開始發熱，發熱是要修復手指的傷，故應放進溫水而不是冷水。起初會有點刺痛，但幾分鐘後已完全不痛。有別於平時用冷水沖，在短暫舒緩後，至少痛上好幾天。廣義的順勢療法就是那溫水，而不是熱水，因為經脈滋潤稀釋的物質有了副作用，只餘下水對物質的記憶。藥劑來自不同之物，有洋蔥、蠟殼和礦物。醫師老師也教了實際的醫療方法，有從藥劑出發的，也有從病種出發的。對我們而言，當然後者較易入腦，因為有一種藥劑的效太強了！方法就有點如中醫的異病同治。老師說順勢療法很像道德經，順勢而為，也是一種有趣的連繫。

世界真的很美妙神奇，不同療法(非對抗式)重點不同，中醫、藥、草藥、芳香療法等均非常講求醫師天分。順勢療法除了醫師的判斷外，也倚賴病人描述的病情。當下醫師要追趕的心理遊戲，問病人參與度很高。當中幼兒病者，就會較倚重醫師望、聞、切診，難度會較高。至於成人病者，問診是主要方法。自然療法(非對抗式)非常倚重醫師的品德及知識。西醫大部分依書直讀，同病同治，對病不對人；其他療法變化很大，每位病人都是獨特的，但也因此，才可以回歸以人為本的基礎。不過，真正醫術本應如此——沒有夾不夾的醫師，只有精不精的醫術。