

生活語絲

吳康民

日前周末在家中客廳摔了一跤，久久不能爬起來。剛好家中印備陪同老伴去參加一個聚會，小兒子又帶同孫子外出早餐。家中無人，電話及急救平安鐘也不在身邊，真是欲告無門，如果摔倒是因什麼病發，後果不堪設想。我今年八十九歲，可說是風燭殘年。回憶起十九歲在廣州讀大學時，積極參加當年反內戰、反饑餓的學生運動。常常唱起的勵志歌曲：「跌倒算什麼，我們骨頭硬……」。事隔七十年，今天的老骨頭，連小小的摔都站不起來，真是不堪回首。

跌倒算什麼

動筆

一個人強烈的生的要求，是他們長壽的一個依據。一個人對生的悲觀和失望，會促使其衰老和死亡。我相信唯物論，不信神不鬼，從不問神卜卦。因此，我並不對人生產生悲觀失望，況且我有一個美滿的家庭，有兒女有孫子，特別晚年有了一個聰明活潑的小孫子，我認爲他是我晚年的滋潤劑。看見他蹦蹦跳跳，我使非常開心。當他隨母親回她的老家廣西的一段短日子，我就很掛念他。

老伴雖然患了中期的腦退化症，常常記不起今天要做什麼。每要她參加某些活動時，總要三叮四囑，並要家裡的傭人陪同。畢竟我倆結婚已經六十三年，每夜夜，總要看她睡著了沒有，每天早晨，又要看她有沒有起床了。總之，家人的平安，就是一個老人的心理安慰劑。祖孫三代，平平安安，我就會長壽了。

天言知玄

楊天命

今年，韓國綜藝獎星李光洙，憑藉新年與香港藝人魯芬合作的某零售品牌爆笑廣告爲契機，紅透香港。其實在此之前，他已在香港年輕一輩的觀眾中積攢了不少人氣。他的走紅，與韓國大熱綜藝節目《Running Man》有關。

土亭秘訣

「土亭秘訣」，是去年農曆新年的特別節目。所謂「土亭秘訣」，是朝鮮學者李之藩編著的卦書，結合人的生辰八字和《易經》，分析人的流年運程，這概念與我們熟知的運程書十分類似。節目開首，「易學師」爲每一位參加節目的嘉賓，分析命格及流年運程。

其中，大師對李光洙的分析，是屬於「木型」命格。天命手中沒有李先生的八字資料，但從外形與命格參考，認爲也是合理的，因爲李先生身形修長、高瘦，符合木型的外形特點。而木型命格的人，今年的流年運程，即在創作、出版或文藝等方面，有所突破，這亦正印證了李先生今年的經歷。依次分析，他明年在演藝方面的表現，亦會保持這個階段的運氣，甚至有進步。

時間的石人

動和

這並不是浪子的精神，而是比浪子更主動和進取的精神。對於生命，早年的鄭愁予有過這樣的看法：滑過長空的下坡，我是熄了燈的流星。正乘夜雨的微涼，趕一程趕路的路待投擲的生命如雨點，在湖上激起一夜的迷霧。生命如此的短，竟短得如此的華美！

這首詩可否看作鄭愁予對生命的理解：生命不在於延續的長與短，只要華美，恍如熄了燈的流星，曾經輝煌過、美麗過，詩人於願已足。其實早年詩人在人生的道路上，雖跑得不長，舞。

琴台聚

彥火

余光中在一首懷念旅美朋友的詩裡，稱鄭愁予爲「浪子」，以至後來不少人把他稱爲「浪子詩人」，套鄭愁予的話，這是一個錯誤。雖然楊牧也曾舉鄭氏的《傷》，以爲引證。

不再流浪了，我不願做空空的歌者，寧願是時間的石人。然而，我又是在宇宙的遊子，這土地我又哭著來，將笑著離去。即使是這首詩，也不純是浪子的情怀。

但他橫溢的才氣、鬱茂的風華，形成特殊魅力，躍然於詩壇，引起騷動。讓我們從詩人所經過的跑道走一趟——鄭愁予原名鄭文暉，河北人，一九三三年出生於軍人家庭，童年是在跟父親征戰中流徙的，自幼便踏遍大江南北，飽飲山川風物之美。十四歲那年，他在北平，暑假入讀北京大學文學班，在校刊發表第一首詩，題爲《礦工》，是作者參觀頭溝溝礦有所感而寫的。

詩的第一行寫的是：「當你一生下來，上帝就在你掌上畫下十字」，這首詩受到老師的讚賞，老師並以「人道主義」嘉許。此後，鄭愁予便以人道主義自況自喻。當時鄭在北平崇德中學唸書，與同學辦了一個壁報，叫《處女地》，刊名得自屠格涅夫的一句話：「要耕處女地，要深深的犁。」

年輕的鄭氏，已感到當時的新詩流於口號：「感情很激烈，但是不夠深刻，表現的技巧因朗誦詩形式的限制，內涵不足。」所以鄭以上面屠氏的這句話，作爲奮鬥的目標。鄭氏後來在上海出版的《中國新詩》上，讀到王辛笛、鄭敏等新現代派的詩，如獲知音。即使鄭氏頗喜歡這些詩，但仍感到美中不足，認爲「在藝術上還未盡到創造的作用」。在求學的時期，鄭氏用筆甚勤。他第一首在北平之外發表的詩是《爬上漢口》。那是一九四八年，他剛十六歲。他把這首詩投給《武漢時報》，編輯胡白刃把它放在刊頭，還加黑框，十分醒目，鄭氏大受鼓舞。（說鄭愁予之一）

白山藥

我愛吃山藥。山藥是蔬菜界的一富美，這樣說或許有人會不同意，但我覺得一點也不矯情：山藥之白，通體全白，白得讓人頓感卑賤，又使人精神純粹；山藥之富，全身皆富，可做菜、能入藥，還擁有滋補功效；山藥之美，不用贅言，白是內美，也是人間正道，怎一個大美了得？因此，我習慣叫它白山藥——儘管它有很多別名：薯蕷、土薯、山薯蕷、懷山藥、淮山等。

梁實秋先生曾在《北平年景》中回憶家中的年菜：「吃是過年的主要節目。年菜是標準化的，家家一律……一鍋燉肉，加上蘑菇是一碗，加上粉絲又是一碗，加上山藥又是一碗，大盆的芥末墩兒、魚凍兒、肉皮辣醬、成缸的大醃白菜、芥菜疙瘩，一管管夠。」在我的記憶中，兒時過年去農村的姥姥家，山藥總是吃不夠——是拔絲山藥，香酥甜脆，色澤金黃，非常好吃。母親在家排行老二，上面有個大姐，下面有兩個弟弟、兩個妹妹。大年初二回娘家，家人多，孩子也多，嘖嘖喳喳的，一桌根本坐不下，只好分成兩桌，小孩們單獨一桌。為了見到我們這些「外甥狗」，舅舅選在晚上回岳母家，中午的時候，他忙著做菜，按照慣例，最後一道菜是拔絲山藥。

拔絲山藥一上桌，我們這些小鬼們顧不上吃相，爭先恐後的霸佔，用筷子夾，用勺子盛，互相比着，看誰拉的絲最長。那場景，頃刻間拉出一窩晶瑩閃亮、柔若長髮的金絲。順勢夾在邊上盛滿清水的白瓷碗裡，但見那些金絲瞬息凝固，像是一件晶瑩剔透的現代藝術品。山藥彷彿變成小小魚兒，滑溜溜的，怎麼也逮不住，索性用手抓，很是滑稽。不一會兒，一盤拔絲山藥見底了，拉的糖絲，臉蛋上、衣服上、桌子上，到處都是。大人們見狀，也不責怪，把他們席上的那盤拔絲山藥端過來，讓我們繼續吃。

聽母親說，為了做拔絲山藥，舅舅跟着村裡的大廚專門學過，回來做卻拔不出絲來，他反覆嘗試、練習，才掌握技巧。吃起來簡單，做起來不易。清人薛寶辰在《素食說略》中介紹說：「去皮，切拐刀塊，以油灼之，加入調好水冰糖起鍋，即有長絲。但以糖炒之，則無絲也。」這裡還有一段典故：此事發生在唐朝，一天，李密宴請魏徵，商討怎樣攻佔秦陽。李密堅持速戰速決，可魏徵漫不經心，不提攻打之事，他焦灼不安。廚師端上一盆拔絲山藥，李密下筷即吃，唇邊燙起個血泡。這時，廚師送上一碗涼水來，魏徵夾起山藥往涼水中一涮，再放入口中，並讓李密也照此法品嚐。李密照做，外脆裡嫩，香甜可口，還拔出亮晶晶的長絲。「心急吃不了燙山藥」，這句諺語由此而生。

去年過年，朋友送來一箱細毛山藥，看外觀不覺稀罕，與市面買的山藥沒有什麼區別。然而，洗淨，入鍋，蒸熟，品嚐，肉質綿密，口感上佳。上網查詢，我了解到，細毛山藥是山東桓台的特產。據《桓台志略》記載：「城附近各村多種之，味甘而粉，肥者長大如臂，蓋其土壤肥沃深厚與山藥最宜，故品質亦佳，不亞懷慶所產，深秋各處販者絡繹不絕。」細毛山藥聞名天下，源自清朝詩人王漁洋的一段親身經歷：相傳康熙年間，他官至刑部尚書，有一天回家省親，途中受了風寒，他面容憔悴，身體虛弱。四里鄉親聽說他身體不好，前往探望。有人送來山藥，告之切丁與梗米熬成細羹，讓其服用。王漁洋遵照食之，身體好轉，堅持服食，元氣恢復，身體痊癒。事後，他得知自己所吃的山藥是新城的特產，能夠補腎益氣，是健脾養胃的良藥。返京後，他將細毛山藥面呈皇上，傳授山藥的藥補作用，康熙在御膳房吃過後，龍顏大悅。從此，細毛山藥成爲歷代的朝廷貢品。

常吃山藥，有益於人的健康，而山藥的藥用價值、養生功效遠遠超過了舌尖美味。《紅樓夢》第十一回，秦可卿「……到了二十日以後，一日比一日覺懶了，又懶怠吃東西。」稍後，她吃了補養小食棗泥山藥糕，身體好轉。鳳姐去探望她，她說道：「嬌子回老太太，太太放心罷。昨日老太太賞的那棗泥餡的山藥糕，我吃了兩塊，倒像克化的動似的。」鳳姐回答：「明日再給你送來。」棗泥山藥糕的做法，古人早有示範：「紅棗煮熟，去皮核，入洋糖擦爛，調棗泥餡。」（出自清人的《調鼎集》）、「山藥蒸熟去皮，切片暴燥，磨細，計六升；白糯米新起，碾粉，計四升，白砂糖二斤，蜜水浸之，復碾，篩甌中，隨界之，蒸粉熟爲度。」（出自明人的《宋氏養生部》）將棗泥、山藥泥準備好，在模子中塗油，按照次序，放入山藥泥、棗泥，倒出來後，蒸數分鐘，便成爲滋補甜點。

棗泥山藥糕我沒有吃過，聽親自做過的朋友說，味道香甜，易於消化，孩子們也愛吃。這正是得益於山藥的養生功效。《神農本草經》記載：「山藥補虛，除寒濕邪氣，補中益氣力，長肌肉，久服耳目聰明。」用一句話概括之，「益腎氣、健脾胃、止瀉痢、化痰涎、潤皮毛。」山藥則孤行並用，無所不宜，並油鹽醬醋不設，亦能自呈其美，乃蔬食中之通材也。」山藥很家常，它的吃法有很多種，常見的有醋溜山藥、蜜汁山藥、山藥炒肉片等，很多主婦用山藥煲湯、烘焙甜點等，我最青睞的是原汁原味的吃法：蒸熟後，蘸糖吃。一塊塊的山藥，外皮帶着或長或短或不規則的鬚毛，使人不禁聯想到山藥從地裡挖出的場景，聯想到老農種植山藥的艱辛，以及收穫山藥的喜悅，土地情結一下子被激發出來，心底徒生發熱

發熱的渴念。一種細細潤潤的美好，一種接近自然的憧憬，一種綿綿密密的情懷。後來，我也不蘸糖吃了，覺得蘸糖是多餘，會沖淡山藥的「土」味，而「土」味恰恰是山藥的精髓所在。大地上長萬物，也長倫理，山藥之白，教授給我們用肉眼看不到的倫理——清白而正直、簡單而純粹的品質。

我選品嚐過山藥排骨湯。那年冬天，在姑姑家，她煲了山藥排骨湯，先做好排骨湯，再把湯舀到另一砂鍋中，放入提前切好的山藥塊，文火熬製，不一會兒便好了。輕輕喝一口，口味微鹹，營養豐富，咬一口山藥，細細品嚐，綿而鮮，香而暖，絕對是舌尖上的饕餮。如今過年，我再也吃不出當年拔絲山藥的味道了。昔日的我們已經長大，聚少離多，圍在桌前霸佔一盤拔絲山藥變成奢望。抑或說，誰還會爲拔絲山藥而爭搶呢？然而，記憶中的白山藥，每一口都是滾燙的，每一塊都是甜美的，在最初的歲月中纏綿，那是我珍貴的歲月，也是生命中的感動。

我愛吃山藥。原來，我愛的是那一段相屬相聯的歲月，雖然貧瘠，但不乏溫情，見證着我們的成長和時代的變遷，也飄香着親情的味道：甜蜜，甜到心坎兒裡，凝固成一份祝福。



拔絲山藥。網上圖片

百家廊

鍾倩

韓國偶像與新沙士

新沙士壓境，韓國同時壓境，整個六月大批韓偶像陸續來港，計有朴信惠、姜河那、BIGBANG、金鐘國、T-ara、池昌旭和 Super Junior 成員銀赫和東海組成的小分隊 D.O. 等，全智賢、李光洙、L.S.Y. 和鄭淳元等則會先後到內地出席活動或開騷，韓國疫情未受控制，跟韓人接觸有隨時中招的風險，忠粉粉絲會如何取捨，實在是一場韓偶像魅力與病毒之戰。究竟粉絲有多忠心，看本月多位韓偶像來港的反應就知一二。

邀請韓星來港的主辦單位，異口同聲表示暫時行程不變，活動如期舉行，全不受新沙士疫情影響，並稱已做好預防措施。與此同時，主辦方更提醒韓星來港前檢查身體，確定健康沒帶病，否則只要一個韓星在香港確診，韓星形象便堪虞，機場檢疫人員對韓星必定要一視同仁，慎防帶菌韓星入境，發現發燒者，一律隔離觀察，天王也不買帳。

翠袖乾坤

查小欣

韓國爆出中東呼吸綜合症 (MERS, 俗稱「新沙士」)，已有患者死亡，確診人數飆升，疫情開始在社區擴散，勢似失控，最叫人驚慌的是一名韓男感染新沙士發燒仍離開韓國，入境香港時，撒謊隱瞞其父及兄弟都是新沙士患者，更乘公車到惠州，帶毒菌入內地，另兩名曾與其接觸的韓女，被香港入境處處置，竟一度拒絕入營隔離，要下強制令才肯合作。

勞永樂之孕婦疫苗論

究竟所謂高危人士是否應該接種疫苗？勞永樂首先點出孕婦根本不屬高危人士之列：「一般人口患嚴重新流感百分比，比對孕婦患嚴重新流感的百分比是 0.02%:0.23%，前者乃後者的二點四倍。由此可見，孕婦患嚴重新流感的機會比一般人爲低。」而且早年說孕婦患新流感高，明顯與事實不符。而且目前政府曾為一千四百名孕婦注射新流感疫苗，出現兩例胎死腹中，百分比爲 0.7%。政府認爲懷孕婦女不注射疫苗，胎死腹中率亦高達千分之二至三，所以爲孕婦注射一千四百劑新流感疫苗，出現兩例胎死腹中，是在這不過以歷史數據作比較的，真正有意義的比較，是在同期懷孕而沒有注射疫苗的婦女胎死腹中的百分比，甚至以她們作比對組，進行個案比對，但政府至今仍未提供這方面數據。」（《醫、藥、人》第 105 期）

廣州廣州，廣而不周

趙鵬飛

總有朋友問我，廣州哪裡好玩？久居廣州，我卻常常啞然。看著那一江黃濁的水，「珠江夜遊」四個字實在無法出口，如今被當做地標的小蠻腰（廣州電視塔），固然美艷修長，盈盈一握，只是一座鋼結構的鐵塔，又如何算得上好玩的地方呢？身為南中國最大的城市，在旅遊名聲上，廣州一直處境尷尬：位居省會之尊，論購物，比不上香港；論新城，比不上深圳；論闊適，比不上珠海。即使「食在廣州」金字招牌已響滿神州，怎奈這些年受食材所限，又名廚罕見，舌尖上的廣州也很難再品嚐到記憶中的好味道。

平心而論，廣州雖不如北京有故宮，不如上海有外灘，不如西安有兵马俑，甚至不如桂林有甲天下的山水，但僅憑綿延千年的人世煙火、華洋雜處的風吹雨浸、貨如輪轉的港口碼頭，已足夠讓這座城市有了一段他城無可比擬的風韻。越秀區詩書路一帶的大小馬書院群，也曾聞名遐邇，鼎盛時，數百家書院鐘靈毓秀，青磚黛瓦巍巍峨峨，文采風流不輸京華，可惜保護不力，各色商市蠶食鯨吞，如今也只剩下幾座牌樓，和一處年深日久、失於修繕的破敗大屋。不見得會輸給廈門鼓浪嶼的沙面島，被高大

路地觀察

湯禎兆

記得太太懷孕時，被告知不要亂打疫苗，那是健康院的指引——因爲會危及寶貴，服藥的話一定要先徵詢醫生。至於流感針，則始終是菌，若打進去，有可能會讓寶貴直接接觸病菌。近兩年則完全改了論調口吻——讀者告知現在的

健康院，護士會按程序，每次查體也詢問打不接種流感疫苗，幸好香港的媽媽並不會盲目跟從——早已知道連感冒藥、抗生素也盡量不可服，怎敢接種疫苗呢？多年前，生物科技研究員及免疫學博士顧小培曾說：有醫學界朋友生了自閉兒，他覺得是他們過分小心，接種了流感疫苗所致，那個年代應該是選用水銀作防腐劑吧。