

談肥論瘦 不只 fat 與 slim

恒管英萃

隔星期五見報

現代人着重飲食和健康，特別是女孩們，體重稍為上升便立刻呼天搶地，減去早餐、午餐甚至晚餐以達減重效果。到底 appearance (外表)，還是健康重要呢？有趣地，在男校長大的男生，似乎對自己的外表較男女校的少了一份執着。故此，在學校不時聽到身形健壯的「肥仔」被其他同學取笑「You are fat！」幸好，被取笑的同學只會一笑置之，沒有難受的感覺。

在英文運用裡，描述體形肥胖的人，是否只有 fat (肥的) 這個形容詞呢？首先，用「You are fat！」來形容別人，確是帶點 impolite (無禮)，婉轉一點的話，我們可以說「You are a bit overweight。」(你有點過重)。雖然兩者都描述肥胖，但「a bit

overweight」是較間接的表達，讓聽者感覺好一點。如果形容身材粗短、結實的人，我們可以用 short and stocky；身形健壯、擁有肌肉的，可以說是 muscular 或是 well-built，例如經常接受運動訓練的著名足球員 C·朗拿度，就擁有健美的體格「Cristiano Ronaldo is well-built。」；若體重達至二百多磅，看上去是極度肥胖/ 癡肥的，可稱為 obese，可是此字帶有負面成份，使用時需留意被描述者的感受。

形容體形苗條的人，則可用 slim 來形容，例如「Christine is a slim lady。」(Christine 是一個苗條的女士。) 意思是正面的。可是，由於受到近年「瘦等於美」的風氣影響，不少女士盲目減肥，以至體形十分瘦削，更看似營養不良，用 skinny 就最能表達那個「皮包骨」的外表，此字相對地較負面。不適當減肥，最壞

的情況就是患上厭食症，體重暴跌至幾十磅，這些人可形容為 anorexic (厭食)，此形容詞已包含了外表非常瘦弱的意思。



■這3張圖，到底用什麼字形容他們的身材才對呢？左邊的C朗兩父子可以用 well-built 來形容他們健碩的身材，而右上那位稱之為 obese 也不為過，至於右下這位，不妨禮貌一點稱之為 a bit overweight 吧。

以下是用作形容不同身形的詞彙，可作參考：

- | | |
|------------------|----------------------|
| 1. 極瘦的 skinny | 6. 微胖的/矮胖的 stout |
| 2. 苗條的 slim | 7. 極胖的 obese |
| 3. 圓胖的 chubby | 8. 過重的 overweight |
| 4. 結實的 stocky | 9. 肌肉發達的 muscular |
| 5. 微胖的/矮胖的 plump | 10. 體格健美的 well-built |

■程穎
作者簡介：英國文學碩士，在男校任教英語的女教師，愛好文學和動物。

恒管清思

隔星期五見報

紅樓詠蟹：皮裡春秋空黑黃

秋風漸起，又到吃螃蟹的季節。城裡不論是否賣南貨的店舖都競相打起「陽澄湖大閘蟹」的牌子招攬顧客。香港人真的會吃，靠著海邊，卻不吃五大三粗的海蟹，而山長水遠地去江南運小巧的淡水蟹來吃。



■秋風起，又是大閘蟹的季節，在吃的時候，還要小心吃到「無良蟹」。

說起吃螃蟹，第一次接觸當是在《紅樓夢》裡。看到寶釵與湘雲在大觀園裡擺下螃蟹宴，不僅寶母等大觀園的主人可以圍桌盡興，連丫頭們也都卸去釵環，捲起袖子大吃。寶釵三人還詠了一回螃蟹。初讀《紅樓夢》時年紀尚小，無法判斷曹公借寶釵們吟的詩是真是假，但總算知道了螃蟹是種好吃的東西，且只有蟹殼和蟹黃好吃，只因黛玉讀過「蟹封嫩玉雙雙滿，殼凸紅脂塊塊香」；也記下了寶釵的提醒：吃螃蟹要「蘸醋搗薑」，以防止「臍積積冷」。

《紅樓夢》裡的螃蟹是寶釵家夥計從自家田裡捉來的。田裡，應是指稻田，那就肯定不是陽澄湖裡的。看來至少在曹雪芹的時代，陽澄湖的招牌蟹還沒有擦亮。據說陽澄湖的蟹因水質特殊而異常甜美，因此受到食客們的追捧。

現在，真正的陽澄湖大閘蟹已經買少見少。據說市面上打着陽澄湖招牌的蟹都是別處產的，能夠在臨上市前放到陽澄湖裡泡一泡，就已經算是地道的「陽澄湖大閘蟹」了。而且養蟹者為求多產，多視有關法規如無物，以激素、抗菌素以及各類促進生長的添加劑為飼料；加之內地水污染日趨嚴重，今天的大閘蟹，還是少吃甚至不吃為妙。

金錢作怪，人心不古啊，想想還是曹公英明，兩百多年前，他已經借寶釵的口，預見了今天的現實：「眼前道路無繚繞，皮裡春秋空黑黃。」



■高蔚
恒生管理學院中文系講師

閒談史事

隔星期五見報

西班牙帝國不足百年「日落」

上回說了亨利八世 (Henry VIII) 離婚與聖公會 (Anglican Church) 成立的故事，希望各位別再誤以為聖公會是因為英國改信新教 (Protestantism) 而出現，這次再說一個出現在相同時期，而大家也經常誤會的故事：日不落帝國 (the empire on which the sun never sets)。很多人都以為日不落帝國是形容英國殖民地 (colony) 之多而出現的專有名詞，實際上首次出現「日不落帝國」這個詞語的時候，亨利八世正忙着辦離婚，真正的主角是與他同時期的神聖羅馬帝國 (Holy Roman Empire) 皇帝 (Emperor) 查理五世 (Charles V)。

還記得上次說到教宗 (Pope) 因為被查理五世打敗過而不敢批准英王離婚嗎？查理五世一生充滿傳奇，父親是奧地利哈布斯堡家族 (House of Habsburg) 的成員，母親卻是西班牙人。1506年，他開始忙於繼承遺產，先是父親統治的低地國家，即今日的荷蘭、比利時等地，然後是外祖父的西班牙與西屬美洲，西班牙後來更成為他帝國的核心部分，最後還繼承了祖父的奧地利，成為歐洲首席富二代。不過，富二代也不是那麼好當，像是繼承西班牙的時候，國會開出來的條件就是要學西班牙語，想必這位說法語的西班牙國王當時也很頭痛吧。

查理五世最為人所周知的，就是他在戰場上的成就，先是於1526年打敗法軍，順道把法蘭索瓦一世 (Francis I) 俘虜 (capture)，簽了條約要法國割地賠款但被賴賬；1527年進攻羅馬搞出羅馬之劫，抓住教皇克勉七世 (Clement VII)，令此後100年的教皇都不敢開罪西班牙；1526年匈牙利國王死後，在匈牙利跟鄂圖曼 (Ottoman Empire) 的蘇萊曼大帝 (Suleiman the Magnificent) 動手，最終與鄂圖曼打成平手，擋住了土耳其人向歐洲的擴張 (expansion)。在美洲方面，西班牙同樣大殺四方，1521年征服 (conquer) 美洲的阿茲特克 (Aztec)，1533年征服印加帝國 (Inca Empire)，還令歐洲傳出了美洲有「黃金國」(El Dorado) 的傳言，當然最後也沒人找到這個「遍地黃金」的國家。

連串的軍事勝利，使西班牙成為橫跨歐美兩洲的龐大帝國，當時有人稱查理五世的帝國為日不落帝國，但事實上真正的日不落帝國應該是他的兒子腓力二世 (Philip II) 把菲律賓群島納入版圖，才做到真正的「日不落」，不過在1648年三十年戰爭 (Thirty Years' War) 中，西班牙慘敗並成為二流國家，換言之太陽在不足100年後就從西班牙國土上落下了。

查理五世的故事先說到這裡，話題回到日不落帝國，英國到底是什麼時候才登場呢？這得說到1763年的七年戰爭 (Seven Years' War) 後，英國從法國手上搶了加拿大和印度，自稱日不落帝國，不過這又是另一個故事了。

■文澄

康文展廊

隔星期五見報

立體球幕電影 3D Dome Show

天外科技 3D
To Space & Back 3D

心臟起搏器內藏的電池極為輕巧及耐用，最初它用於太空探測器內，以確保探測器能長時間運作。

The battery inside a pacemaker is very tiny and long lasting. It was first developed for use in a space probe to ensure that the equipment can operate for a long period.

■資料提供：香港太空館
Hong Kong Space Museum



從剎那決心到持之以恆

■莊志恒



■圖為前人所刻的孟子像。

每次考試成績公佈之後，學生作自我檢討之時，伴隨着痛心疾首恍若聖上下詔罪己的決心，一連串的「痛定思痛」、「下次努力」、「發憤圖強」往往用力地寫在紙上，然後又如隱形墨水般慢慢隨時日褪色。日復一日，故事又不幸地重演，可說是一曝十寒的典型例子。

「雖有天下易生之物也，一日暴之，十日寒之，未有能生者也。」孟子用一曝十寒說專注，也在說持之以恆的必要。如孟子論性善，《論四端》說人皆有惻隱之心只是行善的「可能」與「基礎」，善性就像一棵「易生的植物」，縱使在陽光下得到一點滋長（發展與保存），但若動不動就讓寒風吹得東西西倒，好不容易滋生的那一點善心也會被磨滅。

我們在某些時候會燃起某些善念與決心，但往往一念而過，或失諸交臂，或無疾而終；考試成績不理想後告訴自己要努力、看到別人的悲慘生活時燃起想捐款或做義工的念頭、過年時為自己擬定了新一年的鴻圖大計，甚至只是看到自己的體重飆升，總有那麼一剎那會下定決心去作改善，但往往遇到誘惑，或開始時遇上挫折，甚或只是一覺醒來決心就已消磨了不少，於是我們很容易放棄。

非不能也 乃不為也

問題很多時不在於我們是否理解什麼是應該做的（因為我們都明白什麼是應該做的），而是我們能否持之以恆，是否有毅力堅持。孟子有云：「挾太山以超北海，語人曰：『我不能。』」是誠不能也。為長者折枝，語人曰：『我不能。』非不能也。」固然，只要設定的目標是可行的，合理的；無論讀書還是做人處世，失敗的原因總是「不為」多於「不能」。

話說回來，雖說我用了學生考試的例子，但我最想說的倒不是讀書成績的高低，而是人生態度的建立。有同學對繪圖充滿興趣，於是在校時花了不少課外時間進修與練習，文憑試成績沒有太過出眾，但畢業幾年就在設計界走出了自己的人生路。讀書不是唯一的道路，但無論走在什麼路上，不肯專心致志的，不願持之以恆的，總難找出一己的一片天。

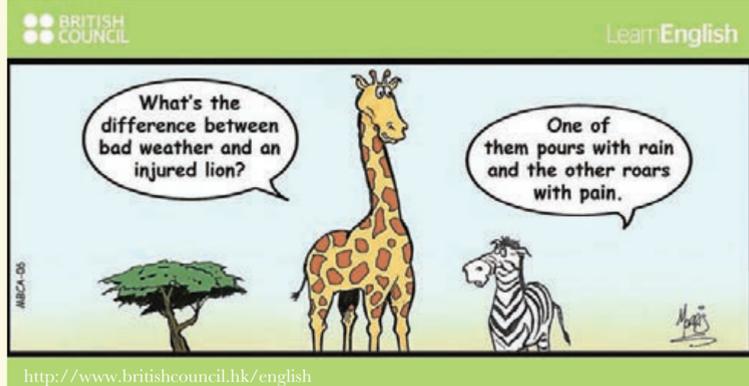
曾聽過一位前輩的分享，恰在此作總結：你可以不會讀書，但不可以不上進。

■吾寫吾得
隔星期五見報

"Pours with rain" & "roars with pain"

漫談英語

隔星期五見報



This is a typical type of joke (called a spoonerism) where two things are compared and the first letters of two words are changed around. In this case, bad weather (when it pours with rain — meaning to rain a lot) and an injured lion (a lion which is hurt roars with pain).