思旋天地 思旋

海南人情繫瓊港

金秋季節，中國人民包括港澳同胞一起慶祝祖國六十七周年國慶大日子，舉國歡騰，可喜可賀，香港各界同胞分別舉行慶祝國慶活動。旅港海南鄉親有數十萬之眾，是一個愛國愛鄉愛港的族群。國慶前夕，香港海南社團總會舉行盛大慶祝國慶活動暨第三屆會董就職典禮，假香港會議展覽中心大會堂舉行，筵開百席，冠蓋雲集，極一時之盛。海南省政協副主席兼省委統戰部部長王勇率領代表團蒞港主禮，代表團人才鼎盛，包括潘健、康拜英、王小玉等，以及海南省各市領導。海南省委書記羅保銘、省長劉賜貴人不到禮到，聯合賀信，祝願香港朋友明天更加美好。王勇副主席在席上一如既往給予香港海南社團總會極高評價，他盛意拳拳稱讚香港海南社團總會在會長張泰超以及眾首長領導下，會務蒸蒸日上，為祖國、為海南、為香港發展、團結和諧，作出巨大貢獻。香港民政事務局劉江華局長百忙之中匆匆趕來致賀詞後，又匆匆趕赴下場。芬姐席間正好與海南資深領導潘健主任共座，相談甚歡，他倆認識二十年之久，談起往事，潘健不忘初心，不忘故人。尤懷念旅港海南領袖吳多泰原全國政協委員，在生之年對祖國、對家鄉、對香港所作之貢獻，令人永遠難忘。潘健語重心長細說二零一一年中聯辦林武副主任、吳太芬姐和潘健、張泰超等籌備香港海南社團總會的經過，在各鄉親的努力支持下，二零一二年終於成立了香港海南社團總會。時光荏苒，轉眼總會成立至今已第三屆，香港海南社團總會發展至今已成為香港重大鄉團之一，成為愛國愛港一幅偉大旗幟，受到中央、省、香港各政府首長讚揚及肯定，實在可喜可賀。

當晚盛會當然少不了中聯辦林武副主任。他是主禮嘉賓，在台上的致詞對香港海南社團總會鼓勵有加，他的支持如同家長對孩子的勉勵，令鄉親陶醉與開懷。陪同林武副主任出席者，還有社團部李文部長、黎寶忠副部長、新界工作部劉林部長、九龍工作部盧寧副部長等。海南社團總會主人陣容鼎盛，會長張泰超、署理會長李文俊、莫海濤、林青、朱鼎健、唐捷、雲海清、韓陽光、李桂英等首長。獨不見副會長梁思韻，打聽一下，原來她有重要事。遇見張學修，我恭喜他海南省港區政協委員聯誼會辦國慶煙花活動成功。

海南人能歌善舞，眾所稱譽，情繫瓊港慶祝晚會免不了精彩文藝匯演，歡娛嘉賓，掌聲雷動。更可喜的是當晚每人都有一份豐富禮物，還有抽獎，獎品豐富，有幸運兒抽到了現金大獎，準備十月假期回家鄉海南旅行。美麗的海南，是國際旅遊島，海南人圓了航天夢。當晚這位幸運兒，興高采烈細說將會到海南文昌參觀航天園，令旁者聽了羨慕不已。

尋夢園 昂膛山人

民主的最高境界

民主起碼有三個層次。

第一層是為人民服務（For the people）。

第二層是與人民一同分工合作（With the people）。

第三層是由人民作主（By the people）。

據說，democracy民主政策是由從前歐洲一個國家的首領，因為看見人民生活痛苦，對他的宗教領袖說：「你可以為他們做一些事去減輕他們的痛苦嗎？」demo是人民的意思，cracy是政策的意思。「民主」或民主政策便是這樣開始的。所以，毛主席那一句：「為人民服務！」便是民主的初階。

第二層次是與人民分工合作去發展人民的福利。我們可以用香港在上世紀八十年代開始推行的區事諮詢委員會開始。由民政事務主任擔任主席，委任若干市民為委員，並加入一些與民生有關的部門官員代表為委任委員，開始關懷及開展市民福利事務的工作。

然後，在一九八二年至一九八五年，成立了區議會，依然由民政事務專員出任主席，並委任了一些市民和與民生有關的政府官員出任「委任議員」，同時又增加了一部分「民選議員」。

當時，香港政府已具有委任和民選的立法局，主席由港督出任。同時，也有一個市政局，兼有委任和民選的議員，主席由議員們互選出任。

由於市政局是以城市為主，後來便出現了一個區域市政局，組織大體上和市政局相同。兩個市政局也是由政府設立。與該兩局有關的事務的政府辦事處協助該兩局推行市政工作。

長話短說，這些區議會和市政局是當時的香港政府精心策劃而面世的。由一九八五年開始，區議會又跨進了一大步！那就是不再由民政官出任主席，政府部門的官員也不再是委任議員，而只是按需要出席區議會答覆議員詢問。主席由議員互選，本來一共有十九個區議會，後來油尖及旺角合併為一個會，所以目前全港只有十八個區議會。

區議會的目的有很多，但當時最主要的目的是什麼呢？本山人曾向很多議員查詢，但大部分市民和議員都忽略了那最重要的「官方」目的。或許各位也記得，當時有一句：「還政於民！」而區議會就是足以代表全港市民的組織了！

本山人獲悉，當時很多區議會主席也蒙當時政府摸底：能否由十八區區議會主席共簽一封信給北京，表示可以將香港管治權交回給香港市民而不是歸還中國。幸好各主席也不願簽署這封信而暫告一段落。篇幅所限，第三層次由人民作主才是最高層次的民主，下期再談。

淑梅足跡 車淑梅

掌聲鼓勵「公職王」

「公職王」梁智鴻醫生，又名「金刀梁」，標誌就是頭頂中間分界。他笑言現在的頭髮已出現了一條小河，甚至中間有個湖。實在他依然頭髮茂密，精神煥發。這位議會大師兄，曾在一九八八年至二零零零年擔任立法局、臨立會及立法會的議員。十月新一屆立法會即將開鑼，他對於有新鮮面孔進入議會感到高興，他提示新任議員無論來自什麼派別，主要任務就是為香港服務，要求大同存小異，將不可能做成可能，協調各方達成共識，政治就是妥協而非抗拒，「拉布」影響民生，受害是普通市民。

「當年我經歷過四個主席運作，殖民時期，立法局主席就是港督，回歸後，議員要互選主席，也跟施偉賢、黃宏發、范徐麗泰等主席共事過，曾鈺成也是一位很好的主席，歷屆主席都非常持平。至於梁君彥和涂謹申都很有經驗，應該有當主席的功力。主席是議會球證，一定要有議員的支持、信服才可運作。至於可有第三個人選？我很多名字也不知道！哈！」

「公職王」極忙，最難忘當醫管局主席期間，將全港急症室由零收費提升至收費一百元，「我的原意是要收二百元的，因當年的市民有輕微頭痛或是飯後沒有事做，都會到急症室掛牌看醫生，收費就是希望市民不要濫用急症室，幸好市民非常合作，我感到好欣慰！另外，辭職一事，我認為是非常合適的決定，沙士給我最大的感覺，原來香港人在危急關頭，情操是這麼高尚的！」

梁醫生公職不斷，他被邀出任標準工時諮詢委員會主席，「其實他們找錯了人，因為我並非勞方，沒有老闆，我只有兩個護士和一個秘書，而自己的標準工時就是二十四小時！」不過今天的公職不易為，委員會遇上六位勞方代表拒絕開會，「我不知道他們不出席的原因，希望對方明白資方並非為不立法而鋪路，就是希望立法，畫出一條線去保障某一階層的工人。現階段希望他們重返談判桌，更期望他們在勞方所得到的諮詢結果，盡快交給大會，因為十一月便要交功課了！」

做了六年香港大學校委會主席，最後得到別人投以不信任票，他直言：「從沒想過，也希望年輕人知道，做什麼事都要想到對自己和社會造成什麼的後果。」他自言曾是個壞孩子，在聖約瑟讀書時，經常為了競爭對面聖保羅男女學校的美麗女同學，甚至到兵頭花園打架，年輕人就是有衝動和熱情，長大成熟了應該知道分寸。

至於明年特首選舉，有傳財政司司長有意參選特首一職，他說這些信息不停流動，他覺得每一個人參與都要有能力去推動香港更和諧。要將行政立法的關係搞好，那非一個特首的事，政府的團體團隊都應該去努力。他直言梁特首想做和想推動很多事務，奈何行政立法不和的阻力太多。

金刀梁公務繁忙卻談笑風生，這也是他的養生之道，「我做手術沒有手震，眼睛好，耳朵不錯，就是聽不到人家罵自己的聲音。在家中我不肯換太多的燈膽，因為我對太太說雙手很寶貴的，如果有什麼差池便不可以割症賺錢了！哈哈！」

面對「公職王」心裡非常佩服，香港就是需要這些有能之士為香港做事！回歸了，香港人一定要攜手合力將香港做好！但，公職往往會遇上兩面不是人的困境，數十年來梁醫生依然堅持原則，雖然不能盡如人意，但應該給他額外掌聲！

■梁智鴻醫生(左) 作者提供

百家廊 陳曉鳳

老年人為何容易快樂

青春年少時，聽說老年是人生的冬季。看很多老人安然快樂，總在想，一把歲數，一頭白髮，一臉皺紋，來日無多的時光，老人憑什麼知足呢？

曾有調查說，幸福感最強的，是50歲以上的群體。從前我不相信，後來自己漸入老境，有了親身體驗，才信了。年過半百，人生任務基本完成，卸下了種種重擔，可以坦然享受生活了。臉上多幾條皺紋，頭髮由黑變白，對心情沒有太多影響。恍然明白，原來老年也可以成為繁花似錦的春天！滿足基本溫飽的前提下，幸福與否主要由心境決定。簡單生活，淡然名利，是老年人快樂的法寶。

老年人的生活最容易簡單。先是穿不動了。退居家庭，不用穿得那麼光鮮，不用沒完沒了地買衣服。幾件衣服洗乾淨整潔，就能一穿多少年，省了多少精力和財力？不必朝九晚五之後，我把所有的西服套裝、高跟鞋與化妝品，統統束之高閣。幾雙旅遊鞋和幾身休閒服，就足夠舒服體面了。舊人配舊衣，非常愜意！

其次是，吃不動了。人老了，血脂、血糖和血壓維持正常不容易，老人消受不了豐盛大餐。一把蔬菜，幾個水果，加上雞蛋牛奶，就基本滿足一天的需要。素食的風行，最先得到老人支持。素食為主，即使是退休金不高的老人，也不必在買菜這項開支上斤斤計較。稀粥、饅頭加醬豆腐、芝麻醬的早餐，比培根、奶酪的西洋早餐更可口，也更健康。有位自由職業者的款姐朋友雖然年賺百萬，可女兒出嫁後，她每天清晨就把全天的飯備齊，無非水果蔬菜加一點主食而已。無論有錢沒錢，布衣素食同樣養心養身。

簡單生活，需要利落的環境。早年去一位文化老人家串門，發現他的家被書報塞得滿滿當當，看又看不過來，扔又捨不得。書房堆得下不去腳，讓人心裡堵得慌！我想，老人戀物是常情，可能從「物」中解放出來，才更輕鬆。更年輕的老人明白這個道理。很多人退休之後，頭一件事就是清理自己的家。乘着身體還硬朗，把多年不看的書和雜誌、多年不穿的衣服、不用的器具，統統扔掉，還原一個清清爽爽的家，真是聰明之舉。至於我，現在每年扔一次東西成了常規，家裡也變得舒適很多。

剛看了一個微信帖子，內容是一些巨富的生活早就特別簡單。比如民族品牌的先驅吉利汽車老總李書福，穿30元的襯衫、100元的鞋子；有「經營之神」稱呼的台塑集團創辦人王永慶，一條毛巾使了27年；坐擁數百億資產的宗慶後，用1,000元的國產手機；蒙牛集團董事長牛根生，繫18元一條的領帶。並非他們「愈有錢愈摳門兒」，而是習慣了「物盡其用」。明白錢是自己的，資源是社會的。

人老了之後，突然發現人生所需真的非常之少。不等老就開始簡單生活的人，就非常明智。希臘文化枝繁葉茂，起點是廣場上演講的哲學家。一件寬大遮身的布衫、一雙麻鞋，加上聰慧的大腦，就是哲學家的全部家當。不為物累，頭腦更廣博和聰慧。

簡單，還有一層意思，就是慾望簡單。年輕時渴望的一切，金錢、財富、名聲等等，年老之後，變得不那麼重要了，血壓、血脂、血糖正常與否，才更重要。你從前嘲笑的養生術，現在也津津樂道了。庸俗嗎？非也，有什麼比健康活潑的生命更重要呢？慾望簡單了，才能放下。看一位彎腰駝背的老太太，高高興興坐在當街看熱鬧，她的快樂在年輕人看來很可憐。可她的快樂是真實的，所謂「無事小神仙」，就是這種狀態。放下對名利、金錢的追求，以及對兒女的責任和期待，你的心情會變得明朗而積極，還原本真的自我。

簡單卻不能簡陋。早年去一個老文化人家中串門，哇，他家裡水泥鋪地，傢具破爛，光線暗淡，到處堆滿了資料，不像家倒像個資料倉庫。老人呢？伏於簡陋的書桌上奮筆疾書，據說為了省下時間寫作，每天只吃清水掛麵。事業心當然可貴，可為何不花一些時間，把生活搞好些呢？你多出一本書，少出一本書，對世界的影響不大，可如果花點兒時間來修整自己，給自己基本的舒適，對提高老年生活質量卻非常重要！

有的老人之所以久久放不下工作，是因為平生沒愛好。在漫長的職業生涯中，忙着應付生存，沒來得及培養一種「沒有用處」的愛好，結果退休之後，茫然無措，職業變成愛好。聽說有位清潔工大叔，本來風吹日曬地掃了一輩子馬路，退休後無事可做閒得難受，又強烈要求不要報酬繼續上班。可敬還是可悲？每人見解不同。

所幸我的親朋好友，都是情趣豐富的人。退休幾年，有的成了藝術團指揮，有的成為技藝精湛的樂手，有的成為頗有成就的攝影師，總之都成為更本色的自己。從人類本性來說，玩樂之心最不容易消失，人人都是老頑童。無功利的愛好，讓生活變得活色鮮香，有什麼理由不快樂呢？

有位老年研究專家說，對老年人來說，事業和玩樂是結合在一起的，要在「玩兒中幹，幹中玩兒」，說得非常恰當。要不老年人唱歌，說是「玩兒歌」；跳舞，說是「玩兒跳舞」；攝影，說是「玩兒攝影」；寫作，說是寫着玩呢！一個「玩」字，表達了一種無功利的放鬆狀態。

其實，人生何嘗不是一件好玩的事兒？俗話說，「遊戲人生」，就是一種超然的境界。可惜多數人只有到了老年，才有幸享受這種超然。人老了，是否像巴爾扎克那樣，被錢逼着寫出傳世之作，已不那麼重要。重要的，是此刻正在做有趣的事情。人生結尾，再多的名利也是過眼煙雲。放下塵世慾望的老人，才能擁有輕鬆愉快的生活。說到底，清閒有趣的晚年，是上天送給人類的禮物！其實，學會「簡單」和「放下」，人人都能更快樂！

東拉西扯 莫理斯

英德兩語的「虛偽朋友」

上次談到英語和法語裡的「虛偽朋友」，亦即是兩個不同語言裡表面相像，但意思卻大相徑庭的字詞。這個星期再看看英語和德語的類似情況。

英文是由盎格魯——撒克遜語演變出來的語言，跟德語屬於同一個語系，所以兩個同宗語言之間自然保留了不少相同或近似的字詞，光是名詞便一大堆。常見例子有：Arm（手臂）、Finger（手指）、Hand（手掌）、Name（名字）、Rose（玫瑰）等，這些字在英語及德語裡的讀法未必盡同，但串法和意思都一樣，唯一的分別，是英文裡只有專名詞（如人名）才會把首字母作大寫，但德文裡則所有名詞都如上一律需要首字母作大寫。

還有更多的英語和德語字詞，雖然串法上出現了變化，但依然看得出同出一源，例如：Buch和Book（書）、Knie和Knee（膝蓋）、Licht和Light（光）、Recht和Right（權利）、Welt和World（世界）等等。

不過，這些英德近親雖然字面上相同或沒有多大分別，但因為英語名詞除了生物外都沒有性別之分，德語卻是所有名詞都有分「他」、「她」和「它」三個性別，所以就算是跟英語相同意思的單字，也另外須要知道是雌雄或中性才能正確使用。用法上最明顯的不同之處，是英語裡的定冠詞（definite article）the（這個或那個）和不定冠詞（indefinite article）a或an（一個）不會因為所指名詞的「性別」而改變，但德語卻要視乎名詞是男是女還是中性，而叫作：der Arm（那條手臂，雄性）、die Rose（那朵玫瑰，雌性）、das Knie（那個膝蓋，中性）等等。

「虛偽」的英語是false，德語是falsche；而「朋友」的英語是friend，德語是Freunde；英文和德文裡的「false friends」和「falsche Freunde」（虛偽朋友）這詞都同出一轍，皆指形近義異的字，而兩語裡的這種例子更是多不勝數。

例如：英語ankle是足踝，德語Enkel卻是孫子；英語fabric是布料，但德語Fabrik卻是工廠；英語high school和德語Hochschule直譯都是高校，但其實後者指大學；英語rent是租金，德語Rente卻是退休金；英語spend是花費，但德語spenden卻是捐贈；還有英語sea是海，但德語See卻既非「看」也不是指海，而是「湖」的意思（內陸民族以湖為海，北京的什剎海、後海等也原是來自蒙古人的叫法。）。

有時看似最簡單易解的字詞，才最容易發生混淆。例如also一字，在英語裡是「也、及、而且」的意思，但在德語裡卻解作「如此」。德國作曲家理察．史特勞斯（Richard Strauss）有名作叫做《Also sprach Zarathustra》，假如看見德語原名，就算能推斷出sprach即等同英語的意思，也可能不知道曲名實解作「瑣羅亞斯德如此說」，而誤會是「瑣羅亞斯德也說」的意思。

翠袖乾坤 伍淑賢

戰地作家

上周的驚喜，是遇上戰地作家Janine di Giovanni（辛寧），她二十多年前在這兒讀小說寫作碩士，最近回來短期講學。辛寧多年來在巴勒斯坦、波斯尼亞、盧旺達、伊拉克等飽受戰火蹂躪的地區為報章撰文，也寫書，近五年常在敘利亞戰區報道，特別近日的危城阿勒頗，最新著作是有關敘利亞的《The Morning They Came for Us》，更拍了一套名為《敘利亞七天》（7 Days in Syria）的紀錄片。

我們上周在校園跟她談了幾次，也看了紀錄片。印象最深的，是問她戰火連天，害不害怕？她說秘訣是不去想，唯一是十二年前剛生了兒子後，那段日子即使見到咖啡機也會害怕，因為知道另一個生命需要她。她還記得在盧旺達目睹民族大屠殺，天天見一堆堆死屍，很難過，然後有一天，突然對死屍沒有了感覺，她知道自己開始患同情心困乏症（compassion fatigue），馬上回倫敦休息。她很幸運，從沒有患上創傷後壓力症狀群，她認為是寫作讓她把壓力釋放在紙上，是種治療。

當年畢業後，辛寧本來想寫小說，但自覺毫無人生經驗，無甚可寫，輾轉去了英國的報館工作。不久因緣際會，發表了一篇為巴勒斯坦人抱不平的文章，引起回響，更有出版社找她寫書，給她的上期稿費，足夠她在巴勒斯坦生活幾年，更深受當地以捍衛巴勒斯坦人人權著名的以色列律師Felicia Langer影響，立志要以寫作為戰區的苦難平民發聲，之後二十多年便跟着戰火走。有趣的是，雖然大家都當她是戰地記者，但她卻自視為作家多些，也不贊成人花時間讀新聞系。她認為新聞是門手藝，只要去間大報館工作就會學到，大學幾年還是修文史哲這些科目更佳。

她聽我來自香港，馬上說跟她合作多年的攝影師Nicole Tung也是香港人，在《敘利亞七天》也有現身。那次去阿勒頗，目的之一就是Nicole為了找美國記者行家好友James Foley的下落，Foley不幸後來遭伊斯蘭國斬首。據網上資料，Nicole原名童嬰瑩，曾在紐約讀攝影，長年在戰地報道。電影中見她氣宇不凡，是真豪傑。

跳出框框 蒙妮卡

手信

用「言而無信」形容現在的人改變通訊習慣，不再寫信，這種說法，轉瞬十幾年，已嫌古典。「遊而無信」似更值得提倡，以今日出遊之尋常普通，不買、少買手信，合乎簡約生活之道。去澳門一趟，要買杏仁餅、豬油糕送人；台灣回來，要買牛肉乾派親友，有無搞錯？話雖如此，買點外地小禮物，騙騙老人小孩，仍有必要。

闊別多年重遊台北故宮博物院，卻很想買點紀念品。假日遊人多，館外通道狹窄，有點擠，內地遊客不少，理所當然。館內禁止拍照，但用手機拍照很是方便，職員金睛火眼，依法勸止，有點忙碌。館內不歡迎高談闊論，導遊照樣工作，不見有人干涉，但散客說話太響，女職員就出現，舉起一把宮扇那樣的圓告示牌，上面寫着「請輕聲細語」，頗為有趣。

禮品小賣部每層樓都有，東西大同小異，樓下一家規模最大，細細地看，頗為失望。精印的畫冊，部頭大訂價高，笨重不便攜帶。小本子的書，一本叫做《知道了》的清朝皇帝朱批奏摺展，由台北故宮博物院編制，極為精緻，仍然有售，不過二百元新台幣，十年前已經買了一本。還有一本《筆有千秋業》的書法小書，也很可愛。

想找一種「水晶紙鎮」，可惜不見蹤影。書聖王羲之墨寶《快雪時晴帖》，台北故宮博物院珍藏，這次沒有見到。家裡有一塊紙鎮，半塊牛油大小，當中鑲一片《快雪時晴帖》，色如真品，紙鎮透明見底，像塊水晶，極為可愛，十年前買了一塊，不過三百新台幣，一直收藏不捨得用。這次想再買一塊，送給學書法的老朋友作禮物，買不到，沒有其他東西看得上眼，空手離開。