

尋夢園

昂陸山人

國術、武藝、功夫

當本山人4歲時，大約是1940年，曾回鄉下與祖母生活了大約1年！除了曾參加向孔夫子像行三鞠躬禮的「開學禮」之外，又參加了一些卜卜齋式的學生啟蒙教育；而最難忘的，卻是學打功夫！其實當時也不知什麼是打功夫，只是在下午，我們跟一位「教頭」學打功夫，糊里糊塗地也算是學了吧！

讀初中三時，大約是1950年代初期，因班中有一位同學，譚豐雅兄，他是一位少林拳高手的大弟子，又協助他龍姓師父在當時普慶戲院對面的武館內教功夫。當我們的班主任知道了我們同班之中有這一位武功高強的同學，經查詢這位同學同意之後，便命令我們全班中之男同學，逢每星期三早上七時，大家要在加多利山上集合，跟這位同學學習少林拳（當時的加多利山只得數間住宅，空地很多），而這位同學也很認真，七時至七時半都在做熱身運動，如原地跑，將左手或右手或雙手，以肩膀為中心，盡力打圈！

做完熱身運動之後，才開始教打功夫；由開拳及一連串的功夫動作，開始是分段教，後來才整套拳術連貫地教，包括打飛腳和各種拳術的動作！

三、四個月之後，適逢校慶時，我們便在校慶活動中表演少林拳（其實少林拳是分為很多套的）！當時也獲得不少掌聲。但升級後，由於沒有班主任的指揮，而且初中三班的男同學也因文理組之不同而編入不同的高中一級內的三個班別；於是，這個少林拳班便散了！（這位「教頭」同學大學畢業後亦曾回港擔任一所中學的校長，之後移民美國並在彼邦設館授徒。）當時這位同學能「威震」全班同學，是因他曾露了一手真功夫；就是將一個空的玻璃瓶，左手握瓶頸，右手一拍瓶口，便將這個玻璃瓶打碎底部！

後來，本山人的社會閱歷日增，然後才學懂了「打功夫」的名稱只是廣東口語，而真正的名稱應該是「武藝」。例如金庸等名家寫了很多「武俠小說」介紹的武藝都包括不同名稱的各派武術！「武術」在中國是源遠流長！少林、武當等也可以說是名滿天下。其他的武術派別很多，於此不能盡述！

武術之中，有一派是比較特別的，那就是「太極拳」，本山人曾於年前有機會前往河南溫縣陳家溝參觀當地世界馳名的「太極村」！陳家溝每兩年均舉行一次「世界太極拳表演大會」。每次參加人數均以萬計，而參加團體是來自世界各地的。原因是太極拳有其獨特的風格，老少咸宜，男女均可參加的運動。而且功效美滿，舉世認同！包括世界各國及各種民族均有組團前來參加表演及觀摩，盛況空前，不到現場參觀，實在難以相信！

我國的中文字，中國文學等，歷史悠久，舉世馳名！其實我國的武術也是舉世唯我獨尊的！中國的武術門派甚多，各有專業特長及特質！與文學不遑多讓。只是過去社會有時可能過於重文輕武，因為萬般皆下品，惟有讀書高！

事實上，我們尊稱文學為「國學」，醫術為「國醫」，音樂為「國樂」，同時也稱功夫武藝等為「國術」！中國的武術，也是世上獨有的文化；中國武術博大精深，門派多而歷史悠久；各有特長！與外國的武術稍有不同，外國的武術均以打倒對方為目的，但中國的武術相當強調以和為貴；用較高深的功夫，克服對方，必留有餘地，很少是要趕盡殺絕的；只要克服對方，多數也給對方一個改過自新的機會！

而很多民間故事，也以鏖強扶弱，制止對方恃勢凌人，務求維護真理，協和萬邦，這種氣概才是真功夫！真武藝！然後可以稱之為「國術」！

隨想國興國

鬼影槍手

德國的維爾納·富爾特著，沈晞、齊芸合譯的《謊言辭典——藝術、歷史、科學和文學中的騙局和陰謀》（文匯出版社）一書中，有一小節專門講述「代筆人」，代筆人，英文是Ghostwriter，直譯可以譯作「鬼影槍手」，因為文章或書本刊出後，是看不到這個躲在背後的寫作人名字的。

這一章節提到在影視圈或政經的圈子裡，很多名人因為沒有時間，或者才學根本不在寫作上，所以要發表意見或撰寫回憶錄時，都請鬼影槍手來代筆。作者說：「1957年年輕的參議員約翰·F·肯尼迪憑藉《勇敢者傳略》榮獲普利策獎，是他的代筆人泰德·索倫森和朱爾斯·戴維斯幫他寫的。」

作者說的就是後來當上美國總統的甘迺迪，這是他花了兩、三年時間動了數次脊骨手術面對生命危險時寫下的《我的病中體會》（What My Illness Taught Me），出書時改名為《當仁不讓》（Profiles in Courage），書中講述了八個參議員的從政生涯，出版後暢銷無比，翌年就獲得普立茲傳記文學獎。書出後一直被懷疑是由鬼影槍手代筆的，想來《謊言辭典》的作者是查證後才寫下兩位代筆人的名字吧？《謊言辭典》的作者說，法國作家大仲馬是花錢請鬼影槍手的，而且槍手多達七十三人。像著名的《三劍俠》，作者就說：「也許完全出自奧古斯特·馬奎之手。」

代筆，在舊時報紙還有連載武俠小說時，是經常發生的事，因為連載不能停，如果作者在排版前未交來續稿，第二天的報紙不可能開天窗，不得已就會由編輯或找人代筆。我就曾經做過這樣的代筆人，不過既然是代筆一天，又不知小說的情節如何發展，就只能寫些不痛不癢的廢話，讓原作者可以不理會這些廢話接回原來的情節。

百家廊

戴永夏

墓中何處話蒼涼

曹操墓位於東阿縣城西南20公里處的魚山麓。墓室依山營穴，封土為塚，分甬道、前室、後室三部分，構造異常簡陋。為加強對曹植墓園的保護，1998年政府撥出專款，對曹植墓進行了修建，建成了現在的陵園。

歷史上的曹植墓是很荒涼的。儘管曹植有諸侯王的頭銜，但他長期生活在曹丕父子的傾軋之下，王位形同虛設；他死後又遠離家族墓地，獨自長眠魚山。他的墓不被重視，似乎理所當然。據隋開皇十三年（593）的碑文記載，隋代時曹植墓就已經坍塌。他的十一世孫曹永洛發現後，奏請北齊孝昭皇帝恩准，才對墓進行了維修。

又據《東阿縣志·古蹟志》記載，在元代，大名鼎鼎的曹植曾被誤認為小神城陰蒯供奉。後來雖得到糾正，但卻把他的祠堂設在東阿縣城中，他的墓反被冷落。再以後，縣城遷址，連他的祠堂也被廢掉……到了明代隆慶年間，東阿縣令田樂才在曹植墓前建了三間祠堂。然而這祠堂異常簡陋，難避風雨。墓室的荒涼，透露出墓主人的寂寞。千百年來，曹植遠離家鄉親人，孤零零一個人躺在這裡，既無妻女陪伴，也無父兄相隨；無人舉行祭祀大典，也未見親友憑弔。他只能淒然傷心歎往事，何處話蒼涼？

才華橫溢反遭棄

曹植自幼聰明絕頂，才華橫溢，在詩歌、辭賦、散文等領域都有很高成就，是三國時

淑梅足跡車淑梅

獅子山下的甜蜜印記

10月1日國家69周年國慶，大紫荊勳賢，前全國政協常委，香港中華廠商聯合會永遠名譽會長，香江國際集團創辦人楊孫西博士曾經到天安門參與過多次大型國家慶典，「我參加過國家30，40，50，60的國慶大典，見過很多國家領導人，明年70周年我一定會參加，以前的慶典都有閱兵，顯示國家進步壯大，通過強實力，穩定有保障。」楊博士提起國慶喜形於色，但提及自己白手興家卻非常謙虛，「我只是一個普通工商界成員，香港有很多高人，每一個範疇都有着不少藏龍臥虎，我只是一介廠佬罷了。」

楊孫西博士謙稱自己是一名廠佬，那麼他就是我見過其中一位最溫文爾雅的商人。博士為福建人，祖業開茶行，成長階段適逢戰亂9歲才能入讀小學，打好了普通話的基礎，日後更成為了他與內地做生意的優勢。「我12歲移民香港卻心繫家鄉，一心要返回內地升學為國家效力。可惜，因父親去世而未能完成大學課程，返回香港投身紡織業工作，並在工餘鑽研業內課程。他為老闆打工8年自行創業，第一張單已經收支平衡，第二年已經有所盈餘，全因楊博士靈活的腦筋，他看準了當年紡織行業有配額制度，凡羊毛、純棉、人造纖維等要配額，麻和真絲不用配額的，於是他研發了混合纖維的布料，主要成分採用那些不用配額的，例如麻多棉少就不用配額了；又，當時一件單衫要配額，整套的又不用配額，於是設計了整套針織服裝的款式，背心、小襖加連身裙，不用配額之餘更加受歡迎。在紡織業界楊博士奇軍突起訂單紛紛湧現，他決定到內地設廠，但，當年改革開放剛剛開始，一切還未明朗，他為什麼有這樣的膽識？

「40年前，國家改革開放，當時政府在文革之後，下定決心改變以往的政策，發展經濟最為重要。當時內地對外面的世界很陌生，他們

非常重視我作為市場經濟經驗、又有全世界做生意的眼光和見識，對於我們這些外商都極表歡迎，而且出盡力量去幫忙發展，當時的幹部談起公事都好嚴肅，好廉潔，一心一意將國家建設起來，發展起來。」談起了國家進步卻有一些弊端出現，楊博士有這樣的看法，「什麼發展都有個過程，所謂發財立品，內地由計劃經濟走向市場經濟，正如香港在上世紀五六十年代，還沒有ICAC之前情況一樣嚴重。現在國家採取比較嚴勵的措施，中國大陸這40年來的發展一直向好方面改善中。」

80歲的楊孫西博士早已把工作交與接班人，自己閒來品茗以及欣賞藝術品，對於剛開通的廣深港高鐵路他滿懷大計，「但願在有生之年組織不同文化藝術團體經高鐵去大灣區和『一帶一路』各地采風、創作。中國由大國成為強國，不單是軍事經濟，中國人不要給人家有暴發戶的感覺，要給人有文化修養的形象，繼承老祖宗優良傳統，希望年輕人深入了解棋書畫詩酒茶的傳統文化。」

其實楊博士還有一個心願就是與老伴繼續享受獅子山下的美好日子，「我習慣叫太太黃美玲，我們結婚創業生兒育女都在獅子山附近，九龍城、界限街、九龍塘，每天出入面對獅子山，就是我們甜蜜的印記。」看來楊博士不是一位廠佬而是一位浪漫的大丈夫。

■楊孫西博士謙稱自己是一名廠佬，但提起國慶喜形於色。作者提供



曹植墓前懷曹植

幾年前，一場爭奪曹操墓的「大戰」在中原大地上激烈展開，已死去一千七百多年的曹操一時間被炒得火熱。然而，與此形成鮮明對照的是，一位文學成就並不亞於曹操的千古奇才卻寂寞地躺在山東東阿縣的魚山腳下，既無人爭搶，也無人炒作，甚至連他的歸葬地也鮮為人知。他，就是三國時期著名文學家、曹操的兒子曹植（字子建）。

然而，才華沒有帶給曹植多少福祉，卻給他帶來無盡災難。正因他恃才傲物，放蕩不羈，才在權力鬥爭中屢屢受挫，優勢盡失，以至坎坷終生……有一次，曹植趁曹操外出，喝了個爛醉，私自坐着王宮的馬車，打開司馬禁門，在只有帝王舉行大典時才行走的馳道上縱情馳騁了一番，一直走到金門。曹操得知此事後大怒，立即處死了掌握王宮車馬的公車令，並且發佈命令說：「自臨淄侯（指曹植）私開司馬門至金門，令吾異目視此兒矣。」從此，曹操改變了對曹植的看法，「植寵日衰」。

還有一次，駐守襄陽的曹仁被關羽圍困，曹操任命曹植為中郎將，帶兵前去救援。可是曹植正飲酒大醉，不能聽命。曹操見此情景氣得發昏，對這位昔日看好的接班人大失所望。曹植就這樣失去了曹操的信任，也斷送了繼位的機會。

曹操死後，曹丕繼位。不久他又踐祚代漢，黃袍加身，做了魏國皇帝。這一來，他對曹植這位政治對手的迫害更加有恃無恐。他先是殺掉曹植身邊的丁儀、丁廙等親信，在政治上孤立曹植；再是把曹植封到一些貧窮偏遠的地方，並頻繁貶謫遷封，使他「衣食不繼」，過着囚徒一樣的生活；此外，他又派密探監視曹植，製造「植醉酒悖慢，劫脅使者」的罪名，將曹植從臨淄召回京城洛陽問罪，還像貓耍弄老鼠一般逼他在大殿上即席賦詩，不成則行大法。正是在這刀架在脖子上的危急時刻，曹植靈機一動，立刻吟出了那首著名的《七步詩》：「煮豆持作羹，漉菽以為汁。其在釜下燃，豆在釜中泣。本是同根生，相煎何太急！」這短短的六句詩深刻揭露了曹丕陷害同胞手足的險惡用心，

使他暫時放下了屠刀。然而他對曹植的迫害，並未就此停止。

托體東阿傷心地

就在曹丕處心積慮地加害曹植時，自己卻先於曹植命喪黃泉，其子曹芳繼位，史稱魏明帝。魏太和三年（229）十二月，曹植被改封為東阿王，從河南雍丘遷至東阿。遷封的原因，是他以前的封地「連遇瘠土，衣食不繼」。其母卞太后實在看不下去，便在魏明帝面前求情，將他從「下濕少桑」的雍丘，改封到「田則一州之膏腴，桑則天下之甲第」的東阿，這才使他的生活條件有所改善。

然而，這位魏明帝跟其父曹丕一樣，對曹植依然心懷忌恨。他表面上對曹植客客氣氣，背地裡卻總是暗算他。他分配給曹植的衛兵，盡是不能打仗的老弱病殘，而且在數量上也大打折扣，使曹植的封地「既徒有國土之名，而無社稷之實，又禁防壅隔，同於圜圖。」（《三國志·武文世王公傳》）曹植曾多次上書，希望能被任用，為國效力。然而這位小皇帝卻「王顧左右而言他」，只誇他文章寫得好，卻閉口不提工作的事。曹植在屢屢碰壁、備受打擊迫害的情況下，對現實和人生徹底失望，轉而想從神仙世界中得到解脫。他一改不信神仙的初衷，寫了許多遊仙詩，幻想自己得道成仙，羽化升天，在仙境中自由自在地生活，從而擺脫現實的黑暗和痛苦……然而幻想畢竟不能代替現實，而殘酷的現實依然不斷加害於他，使他的健康每況愈下……

曹植在東阿只住了兩年時間。儘管這段時間他身心俱疲，生存維艱，但他還是愛上了風景秀麗的魚山，希望死後葬在這裡。魏太和六年（232）十一月二十八日，鬱鬱不得志的曹植病逝於陳（今河南省淮陽縣），年僅40歲。其子遵照他的遺願和「薄葬」的祖訓，第二年便將他遷葬到東阿魚山，圓了他的一個滿含辛酸的夢……

紅雀館

查小欣

周勵淇兩度改名

周麗淇主演的TVB新劇《再創世紀》正在热播，與此同時，她又改名了。

她出道時用的是原名「周麗琪」，至第二套電影《玉女添丁》時，開始用藝名「周麗淇」，不知是否改名帶來好運，她憑此片獲得香港電影金像獎最佳新人獎，自此星運甚佳，她改名似上了癮，最近為《再創世紀》宣傳，她又由「周麗淇」低調地改成「周勵淇」。

「周勵淇」已沿用了17年，何以有改名念頭？她解釋改名發音一樣的「周勵淇」是因為「勵」字有「勉勵」的意思，希望新名可以為大家帶來更多正能量、幫助營造良好社會風氣，又指自己想透過「勵」字提升自己的層次。曾與周麗淇年代的她合拍《玉女添丁》，她愛笑、率直、親切，人緣甚佳，與戲中各人成為朋友，我與她亦談得來，喜見改名周勵淇的她在《再創世紀》中，演技更上一層樓。

近年她轉攻內地發展，在內地劇《臥底》中表現出色，獲「2015江蘇電視頒獎禮」頒發「最具人氣女

演員獎」。改名為她帶來事業，亦帶來不少桃花，但未有帶來有緣有分的戀情。入行之初，她曾與一位製衣廠太子爺Jordan拍拖，未幾分手。2006年與鄭嘉穎合作《天幕下的戀人》拍出愛火花，半公開戀情，常以情侶檔姿態出席活動，但四年後分手。

之後與紗廠太子爺Eric拍拖，結果分手收場。及至返內地拍電視劇，跟同劇的徐正曦發展姊弟戀，最後無疾而終；之後又傳她戀上傅程鵬，又不了了之；此外，又有指她與內地香煙品牌高層拍拖，是真是假，她沒回應。

桃花雖旺，但仍是單身的她十分享受現狀，她覺得單身沒任何包袱，反而擔心太習慣單身，他日有人管的時候會不習慣。經歷多段戀情後，她認為女人不可以靠男人，要趁年輕努力工作賺錢。她明白感情急不來，所以一直抱隨緣心態，反而是身邊的朋友替她擔心，不時為她介紹男友。且看再度改名後，會否帶來好姻緣。

砧板屎

中秋剛過，天月仍滿，還想談些節慶事。現在已很少人玩傳統燈籠，多已轉玩色彩繽紛的熒光棒，不同形狀，拋上夜空，一樣浪漫。城市人都怕火，父母更不想小孩碰真火，傳統洋燭燈籠絕跡是遲早的事。我們那一代，中秋節最引人的，卻是紙燈籠裡影影綽綽的小洋燭，給小孩有藉口玩火，和無限次擦火柴，再用木間尺挑着燈籠，跟其他小孩在屋邨四處遊蕩「探險」，其實只是照照花園的樹根和溝渠蓋而已，一點不危險。

最好玩的是如果中秋晚上大風，幾個小孩點燈籠，就得七手八腳保護火柴的小火焰，細心燒熔洋燭屁股，朝燈籠底的十字形小錫座滴點蠟，把小洋燭固定，再點亮洋燭，小心拉起燈籠，就大功告成！燈籠如不幸「失火」，付諸一炬就更刺激。眼看花花綠綠的手紮燈籠迅速燒焦變灰，面對熊熊烈火，小孩感受特深，也算一課生命無常的教育吧。

那時也不是人人會花錢買燈籠，但自製花燈又難辦。不要的硬紙月

餅盒，剩下的肥厚碌柚皮，都是好材料。將畫了美女的月餅紙盒上蓋反轉，還有那白色底盒，各放一支小洋燭，在盒側開個小圓洞綁條幼繩，就是兩個可拉着四處跑的餅盒花燈了。

碌柚皮也同樣發落。柚子縱向開四瓣，吃完果肉，肥厚的柚皮還有清香，像隻胖小船。讓雪白那面朝天，中間插支小洋燭，柚頭也開個小圓洞綁繩，馬上就在屋邨走廊呼啦呼啦拉着玩。其實白天玩時有沒有燭火都不重要，柚皮燈就是給我們多個藉口在外面跑來跑去。有些小朋友家爸媽愛唆紋柚皮，要留下曬乾，不許小孩浪費拿柚皮去玩。我們家就柚皮「貨源」充足，很受歡迎。

現在月餅店有些裝在膠花籃裡的無餡甜餅賣，其實這些以前家家供「月餅會」時，是連月餅送的，另還送動物形狀「月光餅」，裝在一個鋪滿皺紙碎和有塊玻璃面的紙盒裡，那是月餅師傅用粉頭粉尾烘製的，老爸笑那是「砧板屎」，小孩卻又玩又吃，不亦樂乎。

從零創夢

王嘉裕

生活中，我們常常被灌漑「要更努力，時刻增值自己，一定要成功」的理念。比如，每天要早起，抓緊每分每秒等等。我們常常壓抑着內疚的情緒，去逼自己維持在無趣的狀態下。如果我們不想盲目跟隨，就要好好想一想，我們的哪些意識，是因為盲目內疚而產生的。

長期的內疚感，會在我們的潛意識裡製造出主觀臆斷，繼而引發出意外、疾病等這種災難，由此導致我們情緒崩潰，失去了活在當下、感受愉悅的那一份心。

而當你仔細研究及探討之後，你會發現，基本上所有疾病，皆因負面情緒而起。情緒狀態差，影響免疫系統，人就容易生病。負面情緒影響了太多人，或許你該反思，是否包括你自己。我們為什麼會內疚、會自我責備呢？其實就是因為單純和無知。小時候，每件事的對錯，都是大人告訴我們。但當我們有了自己的思想，有了自我分析的能力，就不能再盲目相

信別人。事情的對與錯，我們應當深入探討，理智分析，而不是只聽別人的判斷。

避免盲目內疚，這需要重新醒悟。如何醒悟？意味着我們要把大腦裡相信並接受了定律，進行重新思考、重新察覺。想一想，哪些規則是自己盲目設置的？就像世界重新洗牌，我們要有意識地重新選擇、重新設置和規劃。放下內心包袱，方得以醒悟。解除那些條條框框的綁架，才能獲得真正的自由。

有人說，保險業就是利用我們的恐懼，來讓我們消費。且不談此言的對錯，但我們應該有所體悟，生活中一些信條，是不是別人設下利用我們、操縱我們的圈套？當然，這裡並非否決保險業。我只是希望我們都能理智分析每件事的每一面。

放下內疚的包袱，無須懼怕。當你真正透過內心，直面自己的無知，你會由此豁然開朗。是的，當我們解開一切負面情緒，將一個個無知的自我定義和規則拆解，放下社會設置出的

一個個謊言，解除一切負面的自我方程式，我們就會愈來愈輕鬆，心底會生出喜悅、靜謐以及愛。我們的內心變得充盈、強大，人生也由此變得詩意。

可是，多數人不敢審視自己的內心，企圖從外界尋找答案來填補。然而，真正的喜悅、充實，是要從內心尋找的。古今中外所有偉大的導師都告訴我們：向內看去尋找答案。正如耶穌所言：向內看尋找答案，答案會讓你重獲自由。向內看，也許一切沒有那麼糟，沒有多少事情值得內疚。當你向內看時，你就會發現，所有被外界稱為壞事的事物，其實只在我們內心最表層。而當我們真正放下它們之後，收穫的將是喜悅、淳美。

當你感到內疚時，好好問自己，是否盲目判定對錯，而讓自己倍受煎熬？這不是自我虐待嗎？如果讓別人為我們的人生設下定義，來讓自己傷心難過。這不是更愚蠢嗎？請記住，放下內疚的包袱，你的人生能走得更輕鬆。