



從他的自壽聯看鄭板橋

揚州八怪之一的鄭板橋，是清朝極為著名的書畫家。他的作風與眾不同，所以被列為揚州八怪之一！事實上，他並不是一個怪人！只因他的作風與群眾不同而列入為怪人之一；他的書畫獨成一家，是優越的高人之一；思想也很先進，至今仍是我們人類的先鋒風範！

他畫的蘭和竹，是國畫中的一絕！可稱為最有創意的絕作；特別是他所畫的竹，寥寥數筆，極為勁朗，把竹枝所顯示的傲骨，挺秀而高傲，使人留下非常深刻的印象！

他為人的作風也如竹枝和竹葉在狂風中露出瀟灑的風韻，使人深深地刻入腦海之中，歷久不衰。

他把自己的人生，看化為一個過客，而這種人生觀絕不是一種輕浮的觀念，而是常如作客，何問安寧？既然自覺只是人海中的一位過客，所以，他把任何疾病也不當是一回事；他不怕健康有任何問題，康寧或不康寧也全不在意，當然也是毫不懼怕！求求其其袋內有些小錢銀，瓶內些小白酒，米缸內仍有一些白米，便可以把生活解決！人生最重要的原來只是「數貫賞心舊紙」！也不需要一定是價高質優的新紙，換句話說，只需數張可以寫字或寫畫的舊紙！便可以「放浪吟哦」！思想如何「放浪」，當然也不會無病呻吟；目的是要求自己寫下一些有創意的詩句，或寫一幅富有特色的竹枝和竹葉，或展露王者之風的蘭花！「興要闌，皮要頑」，興趣當然要廣闊而博雅；廣東話的「頑皮仔」原來是有優雅的



李彩華輸家變生命贏家

李彩華踏入豬年率先報婚訊，2月14日西方情人節當天，在社交網宣佈已婚升呢「Mrs. Huang」，自揭已嫁予拍拖半年的內地商人Eric。

她又自爆Eric於去年其11月11日生日那天求婚，那日她要開工，Eric預先佈置場地，等她收工後就向她求婚，他問李彩華：「親愛的，可否嫁給我？」李彩華未有因而感動落淚，反而是狂笑，像吃錯藥般大笑，連她自己也沒想到會這樣反應。

身高超過180公分的Eric是內地鋼鐵業富商，他倆已於2月2日領證結婚，稍後會在內地及香港補辦婚宴。李彩華和老公都喜歡小朋友，但否認雙喜臨門，她不急於趕做「豬媽」，先完成已接下的工作後，在這一兩年內會升級做媽媽。

拍拖半年便閃婚，其實兩人已經相識多年，Eric一直暗戀她，後來知道她變單身，就狂追她，皇天不負有心人，終娶得嬌妻。

李彩華情路多波折，入行初時曾與林峯拍戲撻着，分手後曾拍過幾次拖，去年初她與何遠恆分手後一直寄情工作，到內地拍劇，Eric不時前往探班而成功打動芳心。

看到李彩華事業愛情兩得意，很替她高興，因為她不單情路崎嶇，事業也曾滿途荊棘。入行初期父親炒股票



怒火少年變歌劇之星

當老師的，如有滿腔怒火兼帶暴力傾向的學生，向你擲果子，怎辦？

這是真實個案。當年的暴戾少年，今已是在國際歌劇舞台上嶄露頭角的男中低音賴恩格蘭（Ryan Speedo Green）。十多年前賴恩仍在維珍尼亞州讀小學，有天甫進教室，就無端向教師比蒂曉士（Betty Hughes）扔果子。比蒂沒有發怒或罰他，只是叫他坐在地上上課，說待他息怒時，就可領回桌子。比蒂雖「受襲」，卻沒執着一己尊嚴，反而想知道這學生的憤怒從何而來，好去幫他。

跟很多貧困黑人青少年一樣，賴恩的憤怒來自惡劣的環境，身邊也缺乏正面的成年人楷模。根據《六十分鐘時事雜誌》和其他傳媒報道，他十二歲那年終於按捺不住無名怒火，要用刀襲擊媽媽和弟弟。媽媽只好報警，賴恩被關進了少年羈留所，還要單獨羈留。他說當時難受極了，覺得是人生的最低點。幸好比蒂沒有放棄他，還打電話去羈留所鼓勵他說：「不要讓這一刻定義了自己。」（Don't let this

moment define you.）

離開羈留所後升上中學，另一老師鼓勵他參加合唱訓練，卻不因洞察他具有天分，而是這科較易取得學分。初時賴恩對唱歌也沒甚大興趣，直至有次，比蒂說服她丈夫——他原來是維珍尼亞州一所藝術學校的校長——贊助賴恩去參觀紐約大都會歌劇院。半天的參觀節目，他看了《卡門》，不單是他第一次看歌劇，也是頭一遭看到黑人演歌劇，就是演卡門的Denyse Graves。他決定有一天要在那舞台上表演。

後來賴恩向學校的合唱老師提到志願，老師並沒有潑他冷水，只是客觀羅列出他要達成夢想就先做的很多事，比如進大學讀音樂和投考歌劇院，他果然一一做到了，包括取得音樂學士和碩士學位，贏了2011年大都會歌劇院的選角大賽，更入選它的年輕藝術家訓練計劃，不斷提升個人修養，近年已成為維也納國家歌劇院一員，前途大好。

所以說，老師對學生以怒易怒，只會兩敗俱傷。先別生氣，腦筋轉轉彎，或可改寫學生一生。



孔子說的話

在日常生活中，我們偶然會說到的話，比如「欲速則不達」、「舉一反三」、「己所不欲勿施於人」、「後生可畏」、「三人行必有我師」、「小不忍則亂大謀」、「朽木不可雕」、「任重道遠」、「道不同不相為謀」、「見義勇為」、「不恥下問」、「既往不咎」、「吾日三省吾身」、「食不厭精，脍不厭細」、「君子坦蕩蕩，小人長戚戚」、「仁者樂山，智者樂水」等等，這些遇到某種情況便會脫口而出的話，原來都是出自《論語》裡面的話。

《論語》一書，全文不到一萬二千字，但在我們日常的用語中，卻時常用到不少，這恐怕是書中的道理，正是人生的真實道理。不過，除了常引用的話語之外，書中還有很多道理，是需要解釋才說得清楚的。自《論語》面世後，歷朝歷代，都有不少學者專家的註釋，像「唯女子與小人難養也」這麼看似簡單的話中的女子和小人，解釋便各有不同。

最近在《澳門》雙月刊2018年12月號中，看到一篇由霍芷芸寫的「沈友友：我崇拜年老時的孔子」，文章一開頭便用了沈友友的話說：「如果我生活在孔子的年代，我一定拜孔子為師——儘管我也願意跟其他諸子學習一段時間。我會帶什麼去看孔子？幾條臘肉如何？還是帶一瓶卡沙夏酒吧。」

卡沙夏酒是什麼酒？是用甘蔗釀製的烈酒，被稱為巴西的國酒。為何沈友友會想到送卡沙夏酒？原因很簡單，因為他是巴西人也。他這麼仰慕孔子，但卻不可能拜孔子為師，於是他把《論語》翻譯成葡萄牙文。

精通十多國語言的沈友友，從開始翻譯到出版，霍芷芸說他「整整花了七年時間潛心研究和細緻工作」。雖然只有短短一萬多字，但出版成譯本後，卻厚達600頁以上。原因是除了直譯之外，更在「闡釋部分對《論語》的語境、歷史及文化背景作了總結與評價，讓葡語讀者能夠理解這部儒家典籍。」

現代的年輕人，還有人對孔子說過的話有興趣作研究嗎？



鍾倩

對老濟南人來說，過年不到趵突泉公園賞花燈，就等於沒有過過年。此言不虛，趵突泉迎春花燈會今年迎來第四十屆，它早已成為我們這代人難忘的成長記憶。

依稀記得，兒時第一次去賞花燈，是爺爺開汽車帶我去的。爺爺是學校的高級駕駛員，那個年代坐汽車去賞花燈，要多神氣有多神氣，不用裹得圓圓滾滾，來回路上也不怕冷，公園裡遊人摩肩接踵，五顏六色的燈光應接不暇，我就像劉姥姥進了大觀園，眼睛根本不夠用，還經常鬆開大人的手，在人群中跑來跑去，看到好玩的花燈就伸手摸摸，不願離開。臨走時，爺爺給我買了一個手提的紅燈籠，高興得我手舞足蹈，比吃了蜜糖還要甜。後來，上小學，每年正月十五元宵節都會趕上開學報到日，所以去賞花燈要提前幾天。父親騎着大飛輪自行車，我坐在前面的橫樑上，碎花棉襖，圍巾圍脖全副武裝，還戴有頭盔（為了禦寒），一路迎着小北風，凍得斯斯哈哈，但仍迫不及待。

到了公園，我就像闖入了一個瑰麗奇幻的絳燈世界，儘管那時候的花燈簡單粗笨，沒有什麼創意的造型，也沒有「掃一掃」猜燈謎等小遊戲，但是玩得很開心。遠遠望去，賞花燈的人黑壓壓的一片，很少能看見孩童，因為他們都被大人舉在高處，或坐在肩膀上，或被父親高舉着，或身體敏捷地爬到假山上俯視，整個公園裡熙熙攘攘，人流湧動，清泉伴奏，火樹銀花，燈火璀璨，照亮心靈。想想，那也是照亮我們生命的一盞盞心燈。倘若再下一點小雪，那就更有意境了，雪花打燈燈更俏，點染着燈火的眼睛，又為美輪美奐的夜景蒙上一層夢幻色彩，使人浮想聯翩，頓覺浪漫。

人們在賞花燈的同時，花燈也映照着這人間悲歡離合。其實，光賞花燈是不夠的，還要買點什麼，否則就會賴着不走，甚至滿地打滾。紅彤彤的小燈籠，酸甜甜的糖葫蘆，哪個孩子見了都拔不動腿，我也不例



王嘉裕

今天我們來探討：當我們學會放下，人生會有哪些巨大變化。

相信大家都察覺到，我們生活中絕大部分的行為，都是被慾望、恐懼、內疚、憤怒或驕傲所驅使。而當我們察覺了潛意識裡的面積情緒，並且將它們慢慢地放下，並將其上升為能量階段的勇氣，我們的人生就開始發生明顯的改變。無論是工作，還是感情，我們的目標或原因都變得非常不同，和過往相比，會有截然不同的結果。

其中最明顯的，就是情緒上的改變。過去，我們可能是因為內心的不足，而希望得到別人的認同，從而感受一刹那的喜悅。而當我們放下負面情緒後，我們能夠感受到的就不再是那一刹那的喜悅，而是長期的、從心底發出來的喜悅。就算我們還是在做一樣的工作，但我們能更明確做這件事的原因，是因為我們享受它，而不是被強迫。因此，我們會更好地利用身體



車淑梅

元宵節情書融化你的心

今天元宵佳節向各位介紹一對結婚11年同樣好口才的恩愛夫妻——楊哲安區議員，才女楊張新悅伉儷。他們異口同聲都說喜歡孩子，但意想不到，竟然十年抱四，這是意外的驚喜。

談起楊生楊太的愛情故事就由疑似「白撞」開始，「當年我還在香港大學修讀法律系，朋友圈中我們只見過一次，後來他返回英國牛津升學，我又當了歌手。幾年後再重遇，他在粉絲團中走上來說我們是認識的，我以為他白撞，後來他取出當年拍的一張照片才相認了。我喜歡他，因為我喜歡單眼皮的男孩，我抗拒靚仔，哈，女人好奇，有些人不想去親近，而我感覺接觸他、錫他，不覺得核突，而且他人品好，聰明，心地又好。他曾經出任教育局政治助理，入這個《熱廚房》我都好支持，他是一家之主當然希望他在外面做一些令我感到驕傲和認同的事。」

楊哲安永遠的氣定神閒，「我覺得太太根本不適合娛樂圈，因為圈中人人都是朋友，她凡看不過眼就會出聲，不過我就是被她的性格吸引，她爽直、美麗，相處沒有隔膜，回到家中一看樣子就知道她開心不開心的，不用猜測。」

新悅當了四任媽咪體態依然迷人，她笑言自己曾經一度失手，「生了第二個之後，我竟然由116磅變成160磅，走在街上被傳媒拍攝到說我是肥師奶，我好傷

心，我下定決心，不可以，一日當過演員，一世都要保持自己的身形，於是我要修身，我要時代感！」

不錯，張新悅當年入娛樂圈滿有時代感，又是大學畢業生，傳聞中有不少追求者，其中包括謝霆鋒，楊太聞言即刻哈哈大笑，「沒有，沒有這樣的事，他有很多Fans，當年我也不知道什麼是追求，只是大家一起工作點點頭，沒有什麼現在所謂的追求動作，在我眼中不算追，但是有做朋友。有沒有跟圈中人拍過拖？「有，當然有，我沒理由在圈中十年都好像做修女一樣。『那麼雷頌德呢？』他是地下的不可以講，直到現在也是地下的，哈！哈！哈！」

身旁的楊哲安很高興，「講多啲講多啲，令我好有自豪感，打低那麼多對手！哈！哈！哈！其實在我人生之中，我經常是某某人身邊的某個角色，例如我是前立法會議員楊孝華的兒子，哥哥楊哲寧的弟弟，張新悅的丈夫，更經常被人誤稱為張先生，我也不介意，因為在我太太心中我是主角便足夠了。」

今天身份不同了、對調了，正如新悅所言，自從生孩子後，她開始做了幕後茶水部和阿四；哲安成為了太太和四朵金花身邊的紅人！太太更欣賞丈夫細密的心思，當年以十四封滿有聯繫的情書把自己打動，但，至今再沒有出現第15封了，丈夫辯護稱因為他已將一生的腦汁釋放出來，現在正繼續醞釀中……未知道今晚，藉這個浪漫的元宵佳節，哲安可會出動第15封情書將太太再融化呢？



■淑梅姐和楊張新悅伉儷合照。作者提供

正月十五鬧花燈

一手拎着會發光的小燈籠，一手高高地舉着糖葫蘆，竟不覺得冷了。有的小孩臉上掛着長長的鼻涕蟲，卻一帖轆一帖轆咬着山楂，讓人不禁嘴角上揚。

賞完燈回家的路上，總是靜寂的，略帶惆悵的。父親特意帶着我繞道走老街巷，讓我有機會看看街巷裡的花燈，很多人家院門上都掛有成雙成對的紅燈籠，將兩側的對聯和「福」字照得亮堂堂的，氤氳出吉利流年的美好祝福。這些燈籠多半是自家手工製作，有些還顯得陳舊，但很接地氣，傳遞出市井的味道和過日子的自足。一路欣賞，沒有了公園裡的喧囂，使我徹底沉靜下來，抬頭遠望這掩映映、虛虛實實的燈光，不由得聯想起古人過元宵節的場景。

古時，正月十五元宵節，又稱上元節、燈節、元夕等，人們賞花燈、吃元宵、猜燈謎。元宵節上燈，唐朝三夜，北宋五夜，明朝朱元璋下令富商上燈十夜，如蘇東坡的詩詞，「燈火錢塘三五夜，明月如霜，照人如畫。帳底吹笙香吐麝，無無一點塵隨馬。」元宵節也是情人節，未婚男女在這天可以開禁，燈會上上演的愛情故事不勝枚舉，陳三和五娘賞花燈時一見鍾情，才子徐德言和樂昌公主在元宵夜破鏡重圓，王安石元宵之夜雙喜臨門，考上進士，又招為快婿。讓我最深刻的當屬，「眾裡尋他千百度，驀然回首，那人卻在，燈火闌珊處。」燈光或明或暗，閃爍迷離，想必辛亥疾元宵之夜也在思念心上人吧。燈火闌珊處，正是情轉濃深，思戀飛泛，就像那迎頭兜灑而下的輕輕柔柔的燈光，時而「鳳簫聲動，玉壺光轉，一夜魚龍舞」，時而「不見去年人，淚滿春衫袖」，時而「落日熔金，暮雲合璧，人在何處」……

當然，這一切的見證者就是天上懸掛的明月……月亮是男歡女愛的媒人，是天地之間的使者，還是美好因緣的擺渡者。賞燈走走停停，或遠眺或仰望，或發呆或沉思，殊不知，很多看燈人的手中也提着一輪明月，精神明亮；孩子們跑啊跳啊，不停地追趕着，

跑得臉蛋紅撲撲的，好像要把月亮從天上震下來，裝進口袋裡帶回家去。台灣作家張曉風曾說過，中國人一年要過五個月亮節，按照時間順序分別是正月十五元宵節、二月十五花朝節、七月十五中元節、八月十五中秋節、十月十五下元節。毫無疑問，元宵節是第一個月亮節，是一年裡首個月圓之夜，這也是千百年來國人高度重視這個傳統節日的深層緣故。

賞花燈，也要吃元宵。北方人吃元宵，也是吃月亮。我最念念不忘的是當年過節時買的袋裝散裝元宵，不外乎黑芝麻餡、花生餡，現場瞅着師傅邊做邊賣，只見他身材魁梧，經過妙手匠心揉搓，小小的白色麵糰，在長方形的簸籬裡滾來滾去，不一會兒就大功告成。圍觀本身也是一種參與吧，有種儀式感在裡面。鍾曉陽的小說《停車暫借問》中，有段描寫趙寧靜和表哥正月十五逛燈會吃元宵的場景，令人很是玩味，「賣元宵的攤子，一個大瓷盆裡底圓頂尖地搭了座元宵山，峰上罩隻媽紅綢，真是沾沾喜氣。突然不吃，素雲要了玫瑰餡的，大北風中白氣蓬勃地吃。寧靜上下兩排牙齒比齊了撕來吃，吃吃咂咂舌，無論如何吃不下，無聊間注意到素雲的裝束。」

現在，很多商家又重現手工元宵，還搬來爐灶，現煮現賣，大聲吆喝，引來眾人圍觀，此時，吃的已經不是元宵，而是那種因過節而凝結的集體情感，吃的是一个「情」字。賞完燈，我們回到家裡，開火煮元宵吃，待鍋裡熱水煮沸，開出大朵大朵的牡丹花，將元宵下鍋，幾分鐘後，便可出鍋。一家人坐下來，碗裡的元宵白白胖胖，又挨挨擠擠，我「嘶嘶」地吃着、嚼着、回味着，團圓的內涵就氤氳在溫暖可親的思念和相互依偎的融融暖意中。

不管怎樣，一年中的第一個月亮節總是要開個好頭，這也是整個春天華麗序章的引子……流動的花燈，不變的日子，一起許下春天的心願，為新一年的奔波注入希望和力量。

放下限制開啟美好人生

上或精神上的資源。

另外一個明顯的改變，就是我們更能感受到愛，而且我們散發出的能量超乎我們的想像。一旦我們能夠感受到愛，我們做的事情就會慢慢變成了為他人而做。因為我們享受過程，以愛為出發點，所以感受到愛的機會也更多。我們的人生就會變得徹底不一樣。我們整個人的精神面貌變得更好，別人也會改變對我們的態度。人們更喜歡和我們相處，因為他們已感覺到與我們相處能獲得愉悅感，我們也將受到更多的尊重。也許你會疑惑，究竟這世界發生了什麼事？其實答案就是你改變了這個世界。

我們可以看一個例子。有一位年輕的女人，具有很高的音樂天賦，但她卻要花大部分時間去做她不喜歡的工作。那是金錢上的原因，而不是她真正樂意的。後來，她辭去了工作，開始全心全意地專注於音樂。對於她來說，做音樂就是最大的享受。因此，作出改變後，她很少有失落的情緒，只因享受在音樂當中。

她終於可以發揮自己的天分，在她喜歡的事情裡，所以她的音樂生涯正式開始了。一開始的收入雖然不多，但即使是一點點收入，她也能克服困難，一邊兼職，一邊專心做音樂。因此，她能付出更多時間和精力在音樂上。她所得到的喜悅和開心，使她的生活非常有意義，為着生命中熱愛的事物，她更能燃燒自己的能量。所以在第一年，她就能轉為全職。

再看另一個例子。有一位中年的工程師，一直以來都覺得自己沒有任何天分，他也很討厭吟詩作對這些東西。可當他放下內心的一切負面能量，他突然之間就學習到很多作詩技巧。因此他輕鬆地開始了不同範圍的寫作。

還有一位70歲女士，她也放下了內心的限制，認為一切為時不晚。因此開始進修學士學位，接着讀碩士，最後拿下了博士學位。

其實我們人生裡的唯一限制，就是我們自己給自己設的限制。只要你放下負面情緒的限制，你就會發掘出一個沒有任何限制的人生。