

尋夢園

昂騰山人

基督教大專學生公社

大約在一九五九年至一九六一年期間，本山人於崇基學院社會工作系（首屆）畢業後，曾在上述機構工作了兩年，該機構為基督教青年會YMCA的一個附屬機構，YMCA特別設立該機構的主要目的是當時從內地來港的大專學生人數不少；大部分的家庭經濟環境比一般香港家庭的青年人稍差一些，所以青年會特別設立該機構專為該等學生服務，協助他們利用課餘時間，擔任一些課外工作，賺取一些助學金，解決他們生活上的一些問題。

該機構的英文名本來是Student Christian Centre，但不知因何理由，青年會卻把這機構的中文名定為「基督教大專學生公社」。

說起來，這已是六十多年，一個甲子之前的事了！最近和一些當年曾參加這種「部分時間工作」的學生，談起當年的工作情況，其中一位朋友向我提議，不如寫一篇短文，把這些舊事，作為一個記錄，也是香港發展中，一個相當特別的片段，假如我們再不提這些往事，因而湮沒，似乎甚屬可惜！我們一共四人，均是八十歲以上的老青年，他們三位命令我執筆，反正我也是無時不在搜索可以記下來的往事，為什麼要錯過這個相當具有特色的往事呢！乃馬上執筆為記。

該大專學生公社，位於當今之窩打老道23號，青年會與廣華醫院之間的碧街旁（靠近青年會），目前已改建為青年會旅舍，當時只是一座四層高之建築物（今天楊震社會服務中心及安素堂的對面），當時

只利用地下至三樓，合共三層，作為辦公室及學生活動地方，四樓是主任的宿舍，其實地下全層是辦公室，二樓也有兩間小辦公室，其餘百分之八十的地方和三樓全層都是用作學生活動的地方，包括乒乓球場、音樂欣賞室、攝影室及黑房、土風舞及舞蹈班之課室、電影晚會、日本語及國語班課室等，亦可用作大專院際籃球、乒乓球及田徑、游泳等籌備會的工作及會議室，上述各種大專學生活動均由我主理。

所以，每天我均由早上九時工作至晚上十二時正，因為該樓的看更強迫我必須於午夜十二時前半分鐘離開該「公社」，因為他必須休息，我們曾多次發生口角，例如我說：「我代你鎖門不可以嗎？」他說：「不能，因為這是我的責任。」但後來我們成為好友。

我為了那份工作，真的是付出了百分之二百的工夫，原因是青年會彭總幹事對我特別欣賞，因為他也是崇基學院董事會主席，他看見我在崇基學生會時任體育幹事所主辦的崇基第一屆運動會，時維一九五七年十二月，地點在港島南華會的運動場，他和崇基當時的註冊主任謝昭杰老師旁觀了我之籌備工作成果，便告訴了我，畢業後一定來青年會工作吧！因此我的第一份工作便選擇了青年會。

長話短說，當時我之月薪只是四百元，但我同學加入政府工作的底薪卻是一千三百五十元，於是我只好也寫信申請政府工作而離開這份心愛的工作！而在政府工作也獲得了非常難得而寶貴的工作經驗。

隨想園

興國

手的隨想

以前看過一個西方笑話，說甲問乙新交的女朋友叫什麼名字，乙答說：「米洛維納斯。」甲再問是美麗——如維納斯嗎？乙說，不是。還反問有沒有到過法國羅浮宮參觀過那座沒有了手臂的維納斯雕像？甲說曾經參觀過，便問，你女朋友缺了手臂？乙說非也，你去參觀時看到雕像前寫着什麼嗎？甲說是不准觸摸四個字。乙說，對了，我交的女朋友對我說：不准觸摸！

是的，手，是用來觸摸的，觸摸到太冷或太熱的東西便會縮手。不過，很多人都習慣用手觸摸令人發生好奇的東西。亦有人喜歡摸摸小孩的頭，當然，像去年台灣高雄選舉時，更多人都希望能摸到創造了「韓流」的韓國瑜的光頭。

不少長輩前都有個習慣，對某人表示感謝時，會用手輕拍對方的肩膀或手臂，但自從有了性騷擾之後，這習慣便戒除了，因為輕拍的如果是女性的肩膀或手臂，就有可能被認作是性騷擾。

從前的人都用毛筆書寫，外國則用鋼筆，那時的名人手跡，如今可以賣得高價，但自從有了電腦之後，書寫改為打字，手寫稿便消失了。往後的拍賣會上，就少了手跡這一項了。傳統的手藝也在科技時代逐漸消失了。像補鞋這麼簡單的手藝，如今在街頭或店鋪看到在做這項工作的人，都是上了年紀的人。人手的藝術似乎就剩下了繪畫和書法了。其他大部分工作，都讓機械手臂取代了。

可以讓人參觀的手，是演藝名人的手，因為他們都會在某處留下手印，成為觀光地點。可以買賣的手，是在交易時說的，你買幾手？會做錯事的手，都要別人來執手尾。愛賭博的人，要看的是手氣。怕冷的人，冬天要戴手套。人人都不希望的，是身體要動手術。最奇怪的手，就是最近在示威遊行裡，明明看到有人手裡拿着磚頭和鐵支，卻被說成是手無寸鐵。



百家廊

韓風平

看過一首小詩，非常有趣：我家小妹妹/捉着竹籃去打水/媽媽說/竹籃怎能打來水/妹妹說/可我明明/打了滿滿一籃水/一路上/花兒要我餵/草兒要我餵/等我回到家/沒了一籃水

竹心是空的，竹籃也是空的，童心更是空的。這首小詩可愛，一派稚語童趣，心中不着一物，遍地長滿芳菲。有一年浙江高考作文題出的是「童心早泯」，很多物質化的考生看不懂。其實，一個人在他自己的世界裡活著，應保持最初的心，聽風湧起，待雨來過，這個時候他還是這個世界小小的嬰孩。

記得一位上海女作家說過，竹心是童心可鑒的愛，那是一種沒有條件的愛。江浙農家喜將頂天立地的青皮竹栽在自家門前屋後，不僅有陰涼可乘，更有收益可享。因青皮竹高達三丈，剖開成竹，篾絲光潔柔軟，可編籬笆、織涼席等竹製品。

竹子不會生鏽，不會斷裂，只要不生蛀，善待呵護它，竹製品都是愈舊愈好用。竹心雖是空的，竹的筋骨卻柔韌而實在。那些用細竹篾編成的小枱面、小座位，冬暖夏涼，比皮革透氣，且手感親切、溫馨。竹童車推起來「咯吱咯吱」作響，成了兒童牙牙學語的伴奏，更是自然童心的有聲啟蒙讀物。

竹葉茶雖是竹的副產品，但其深味不變，奉獻不改。一位江蘇朋友回憶，每年夏天，祖母早上起床第一件事，就是燒一大鍋的開水，然後領孩子們到屋後竹林裡採竹葉。孩子們飛進竹林，選那些最綠的竹葉採。祖母的大桶小盆備好，開水裝進桶盆裡，再把竹葉丟進開水中。眼見一層一層的翠綠，在水裡潤開來。泡好的竹葉茶，最後被孩子們送到田間地頭。歇晌時，幹活的勞力們笑哈哈走上地頭，找樹陰坐下。從桶盆裡，操起一隻隻水瓢來，滿滿舀上竹葉茶，灌下去，那叫一個心爽！

沒經歷過一點小小滄桑，是不能全部體會竹心的林林總總。譬如，在亭亭玉立、婀娜多姿的翠竹叢裡，躲藏著零零落落的畸形小竹：矮小、乾癟、彎曲、羸弱。但這些草竹

從零創夢

王嘉裕

今天，給大家分享一位醫生的親身經歷，讓你知

道——學會放下，身體會有怎樣的奇跡。這位醫生五十歲，有慢性和頻密的偏頭痛，定期都會發生耳痛、近視、散光、鼻竇炎、鼻敏感、輕度的痛風，所以他必須在車後，長期擺放著一枝拐杖以輔助自己，同時，因為有類固醇的問題，他嚴格地限制自己的飲食。

他身上的疾病很多，有十二指腸潰瘍，在過去的二十年來不斷復發，所有的醫療都不起作用；有胃炎、胃酸過多、間接性痙攣和結腸病，需要定期覆診和入院；腸胃道的下段也出現了問題，已經預約進行手術；頸椎有關節炎、第四位頸椎移、腰背患有不同的綜合症，需要脊椎按摩和治療；患有洛氏綜合症，有時會失去感官的知覺，手腳麻痺、冰冷，也出現精力和性慾減退的情況；還有輕微的抑鬱症、支氣管炎和慢性咳嗽，牙齒也有問題，牙根周圍的骨質流失，也要進行手術……除此之外，他還患有不同的罕見疾病。如肋骨和胸骨的交

淑梅足跡

車淑梅

香港踏入回歸22年頭，對於周蓓女士而言是百般感受在心頭，她是當年中英談判期間，服務年期最長的英方傳譯員，專責將英方代表團的英語翻譯成普通話，她笑言自己當時的普通話非常普通，「1983年我剛從香港大學英文及比較文學系畢業，加入政府當中文主任，後來再加入負責外交談判的普通話傳譯組。因為父母在內地出生，朋友來自大江南北，父母講秘密會用上普通話，為了破解我努力去學習，青山、姚蘇蓉也是我的老師，想不到會派上用場……」

當年部門由翻譯高手鄭仰平先生領軍，他坦言有點憂心，因各位同事普通話水平最多60分，如果坐到談判桌心情緊張，還可以剩下多少分？「部門安排這4、5位同事作特別訓練，學習聆聽內地領導人的錄音帶，有一次一個男聲說：呢個死仔充滿了駱駝……我呆了，後來才知道原來是鄧小平先生在說：這個世界充滿了掠奪！那六個星期的精修普通話班，我學習了不少。」

1985年11月周蓓終於在北京首次嚐到傳譯滋味，「那次是談判居留權加註的問題，由政治顧問帶隊，匯合北京大使館參贊，聯同時任首席助理保安司葉劉淑儀女士、人民入境事務處處長、律政司等一行七人。當年北京較好的酒店不多，我們要分別入住三間不同的酒店，最難忘我一直緊抱着那些文件不敢放下。鄭仰平先生帶着我這新丁在場觀察，談判期間遇



■周蓓（左）彈肥彭擺款。 作者提供

和睦相處 創造美好香港

到不同意的時候，會暫停15-20分鐘……每次休息鄭先生都問我，要不要試？他一直提醒翻譯如游泳，一定要跳下去飲幾口才會學懂！我也想一場到來，沒理由空手而回，死就死啦！誰知這樣的一坐，就坐到1997年6月30日迎回歸了。」

周蓓很感激鄭先生對她的提點，「他說一定要保持鎮定和開卷有益，因為領導人在外交場合什麼也會談及，可能提到省港澳，或者非洲某處地方發生了某一件事，所以每天起床必定查閱大新聞，做好準備，不可胸無半點墨，萬一聽不明白也可以不恥下問，但當第二次再追問已不好意思，可能如骨牌效應一樣，接下來什麼也聽不進去了。」

在10多年傳譯生涯中，她接觸過無數的高級官員，其中她最看不過眼的竟然是末代港督彭定康……「1993年香港發生了多宗工業意外，吊船跌下造成傷亡，政府可以做什麼？當天工會請了幾位工人到來，我負責翻譯。彭督進入會議室視現場的全人透明，與電視上那個吃蛋撻飲涼茶的肥彭完全不一樣，顏擺款，還有5分鐘，他問私人秘書梁寶榮先生今天談什麼？就好像剛剛逛街撞進來，完全無心和無禮貌，他的表現跟我在中

英談判中遇過的外交官員，那種風度和誠意真有天淵之別！」

回歸22年，周蓓非常清楚談判雙方的確認真地將中國對香港恢復行使主權做好，相信當年的中英團隊，包括她自己在內都希望今天的香港社會，一如既往接納多元文化的價值觀，多聆聽不同年齡組別的聲音，兼容並包，和睦相處，創造美好的將來！

竹心的禪意

或野竹何時氣餒過？劈不成堅韌的竹篾，那就用自己的身體做一根竹杖。再譬如，音樂愛好者撫摸着的竹笛、管簫，雖被音樂照亮了情思，但它歷經了怎樣漫長的等待和精心的挑選……

竹心，最懂虛中有實，實中有虛，那是有來由的。遠古時候，一根竹子懷才不遇，試圖阻止匠人在它身上鑿洞。匠人手裡拿着鋒利的刀子，不停地削刻，並不聽竹子的訴苦。他要用竹子做一支簫。他對竹子說：「你這竹子啊，身上若沒有這些洞，你就不過是一根普通的竹子。這些洞好像是使你受傷，但它們會使你成為一支簫，從你身體裡發出來的聲音，將使許多人的心靈得到溫暖。我此時削、刻你，正是為了成就你，使你成為有價值的樂器啊！」

竹心頓悟了，心曲猶在，此後幾千年塑成了不怕壓練的堅忍竹心。躺在竹林下看着高聳入雲的竹梢——伸入星光閃閃的夜空，我突然懂了，收束自己心的慾望，臂膀才有力量，靈魂才會更高貴！我靠在一根竹子上，微閉眼簾，靜靜地，靜靜地，彷彿我也成為了它們間的一員。竹心的禪意，正是人心的無限禪意啊！有一年，我去江蘇南部宜興竹海旅遊，翠竹滿目，澗溪動情。這裡不僅有幽靜舒適的竹海，而且在竹林間置備了美味天然的佳餚。如果慢下腳步，在溪溪邊跟療養院的老師來套太極拳，「泉入心、溪入夢、水映竹、竹映水」，身心皆暢。做完一套功夫，再一路慢慢走去，在小小竹店裡流連，各樣各式的精美竹器、宜興陶器琳瑯滿目；在竹溪茶樓小憩，遠處雲霧升騰，近處竹海湧濤，看得見風景，聽得到天籟，於竹韻時光裡品陽羨香茶，肺腑間元氣滿滿。

竹的海洋裡，竹心連着竹心，清爽的負氧離子——讓深氧的綠色深入人心。在竹海鏡湖，一叢叢竹子倒映在湖水中，藍天白雲與身姿曼妙的竹影相映成趣，整個畫面靜謐、豐富且具深邃感，彷彿一下跌入了湖中。而在鏡湖，還真有一座吊橋——眼見是浸入水中的，但實際人走在上面卻不濕鞋。據說，鏡湖裡的「水中大熊貓」——桃花水母古老

而稀有，只有鏡湖的水質裡才可生存。如果故鄉可以選擇，我願選擇宜興，因為這裡是禪竹的天堂。

竹心是風雅的詩篇，「荷風送香氣，竹露滴清響」、「綠竹入幽徑，青蘿拂衣衣」、「獨坐幽篁裡，彈琴復長嘯」，竹深樹密蟲鳴之處，時有微涼卻不是風。目下，我胸腔中的清芬飄逸之氣，使蘇軾「寧可食無肉，不可居無竹」更加可信。清涼竹心合在一處，如一群臨風而立的君子弦歌互答：我活在青山裡，做舟可渡苦海，做煤可成一樁姻緣；我要活在這個國度，因你我都是修長的紳士，每一滴泉水都可做曼娜的佳人。

竹海由無數翠竹聚成，令人忘塵、忘情的便是竹心的氣場。天然氧吧裡，竹葉猶自婆娑，竹香幽然沁人，神秘優雅，身心滿足。我被包圍在竹的海洋裡，天人合一。旅行的本質，就是絕佳風景與心靈期盼的相為描畫。無論行走「在翡翠長廊」、「愛情隧道」，還是探幽於「懸空棧道」，道路兩邊竹茂林密，即便陽光熾熱卻看不見太陽，恍若孫行者把道路上空一路搭蓋，一陣陣微風吹過，享受著最自在的呼吸；「我見青竹多嫵媚，料竹心見我應如是」。竹海的清晨，霧氣漫上來，另一種美誕生了。那是一條「白絲巾」，在破曉時恰到好處地纏繞在竹海上端，它向灰雀致敬，向蜀葵花問好，吸晨露之氣華，集天地之精脈，最後竟站在那裡，恍惚間成為一棵蔥鬱的竹子。面對博大竹海，我感到——竹的精神無處不在。竹心的根脈護衛村郭，護衛炊煙茶香和稻菽麥浪。縱然閃電雷鳴，甚被狂風吹折，竹的心底依然寫著石刻般堅韌的信仰。只要深藏於土的竹心不死，來年竹子又會舉起綠色的思想。

竹心，是前輩竹農栽下的莊稼；幾千年後仍在含苞欲放，仍在生長。與竹叢叢地而坐，竹海是我與竹海凝眸的蒼茫詩篇。竹海聽心，這是一片心靈的世界，觀察這一方清翠，聆聽心的歌鳴，竹影翠綠彷彿是覆身的衾被，修竹在心膜拜青天的姿態叢叢直上。我把微濕的心靈，停泊在寧靜裡，讓竹海裡的清風輕撫我的絨絨羽毛。

放下，開啟生活的另一境界

界處，腫脹、疼痛等等。

然而，在這樣的情況下，他也非常驚訝自己還能夠進行日常工作，疾病並沒有威脅到他的工作。在最壞情況的時候，他會被再進一步限制飲食，青菜和紅蘿蔔是唯一可以吃的安全食物，因此，他的身體減了超過二十五磅，形容憔悴，骨瘦如柴。

醫生和他說，像他這樣的情況，估計他的身體，只能夠活多幾年。聽了醫生的話，當時他的內心就有一個問題：看看別人，有這麼多教育領域的專業人士，儘管他們對於健康的資訊並不太專業，卻也有一個平穩的生活和健康的體。而自己卻作為醫生，為何還會有那麼多病症？是因為工作繁忙嗎？但是每星期都有運動兩至三次，也參加了瑜伽，每天也有進行冥想的練習……但是為何還會有這麼多的病症，而更驚奇的是，疾病纏身的自己，為什麼也還能夠如常運作？

答案就是，他有一個非常強大的心態，他能堅持、捱得過這一切阻礙着他的難關，他將這

一切阻礙着他的情緒壓抑着。而在面對着這一系列的病患的時候，他就嘗試用不同的方法去治療自己。因為，畢竟任何人聽到醫生跟自己說，只剩幾年的命，任何人都會作出改變。

在治療進行到某一程度時，他就開始利用「放下」這個技巧，以及應用Course of Miracle的教學。他每天都堅持練習，在潛意識地，不停地將內心的一切放下，同時也有意識地做着Course of Miracle的練習，兩者相輔相成。

奇跡，正是在這些看似不起眼的微小事物中發生的。因為，他的大腦一旦了解到如何釋放內在的壓力，他就能夠這麼多年來所累積的一切負面壓力和情緒，緩緩地釋放。

因此，一直以來前所未有的思想和感覺，他也都重新開始感受到了。這時他才恍然大悟，其實生活可以過得很安然，只是因為過去太忙了，沒時間、也不夠膽去處理這些問題。我相信，我們很多人的人生都是一樣的，給自己留一點時間，多嘗試去放下，就會獲取另一個境界的體驗。

紅香館

查小欣

梁詠琪智慧型媽媽

梁詠琪推出新歌《再見灰姑娘》，主題以童話故事作藍本，以成人角度出發，很適合現在的身份，說明已婚產女的她已踏入人生另一階段，不再適合做公主，她希望今後的作品都能帶來正面、溫暖和希望，梁詠琪坦言主要原因是為了四歲的小女兒Sofia。無論唱歌抑或拍戲，總要適合女兒聽和睇。是否表示不再唱失戀歌？她說就算唱都是帶給大家希望的失戀歌。

挑選電影角色，亦會先考慮女兒，接戲題材不能太黑暗，演壞人或奸角也可以，但角色最後一定要接受懲罰，一定要意識正確，接吻戲就盡量不拍。

梁詠琪和西班牙籍丈夫Sergio都百分百以家庭為重，為了有更多時間陪伴女兒成長，Sergio甘願放棄食品公司的高薪厚職，轉行開店售賣西班牙童裝。

梁詠琪也一樣，當媽媽後，全情投入，忙着接送女兒上課下課、帶女兒去興趣班、替她沖涼、晚上講故事等，很花費時間，所以盡量減

少繁複的幕後工作，集中精力做好幕前。

夫婦二人雖在不同環境長大，有文化差異，但在管教女兒方面極有默契，均認為要用耐性溝通，再加正面鼓勵，不會打罵，同時也會給女兒明白中國人長幼有序的原則，視尊重長輩為美德。

剛上幼兒班的Sofia甚有語言天分，已懂三文四語，英文、普通話、廣東話及西班牙文，十分聰明。為了加強女兒的廣東話，梁詠琪會用廣東話講女兒喜歡的故事，每晚在女兒睡前，她和丈夫會給女兒講三個故事，以助女兒掌握三文四語，梁詠琪負責讀英文書及中文書，Sergio則負責讀西班牙文書。

他們去年首次帶女兒入戲院觀影，入場前她先教女兒有關觀影的禮儀，看完電影後，梁詠琪會藉着電影內容，跟女兒討論引導及啟發思考，例如動畫片中會有好人和壞人，女兒就試過問為何某個角色要做些傷害別人的事，梁詠琪就即乘機告訴她世界上有壞人，教她要有心理準備面對。

偷韻度

梁君度

讓洋人學懂欣賞中國書法

編輯知道我昔日在政商界遊走，人生經歷豐富，之後又鑽研寫書法藝術，所以邀請我在文匯報采風版寫專欄，分享一些有趣有意思的經歷和跟書法藝術相關的故事；書畫藝術對人類生活和社會帶來的影響，讓讀者了解一下寫書法的人眼中的世界。覺得有挑戰性，決意一試，希望同愛好中華文化的讀者有個交流平台。

第一篇就分享一下我們香港養生書法研究會今年四月應紐約藝術館的邀請，去美國舉辦粵港養生書畫展。其間與西方人交流的一些有趣的趣事。此行我們帶去的作品大部分是書法和國畫，小部分是書畫。所謂的書畫是我近年來的一種嘗試，即先在宣紙的某個空間上以書法寫首詩詞，再請一國畫家根據他自己對詩詞意境的理解在餘下的空間畫一幅國畫，我將這種以畫配書法的作品謂之書畫。

古人在畫上題字本就十分普遍，李白、杜甫、蘇東坡等大文豪都曾在畫上題詩詞或題跋，而先寫好詩詞然後題畫的便甚少見了。古代文人寫詩詞多有畫意，而古人畫的畫又都有詩意，詩是畫的延伸，畫又是詩的詮釋，而書畫本同源，書畫結合相得益彰，一加一便大於二了，這既是傳統的也是創新的高大上藝術。

我在紐約展覽時，來參觀的基本上是華人，華人看漢字書法除篆、



■大西洋城藝術基金會董事Loryn L. Simonsen參觀後在書畫前留影。 作者提供