



## 與汽車有關的笑話

與汽車有關的笑話，相信一定很多！本人依據個人的感受和閱讀了不少與汽車有關的笑話，特此在這裡和各位分享。

據說，在發明汽車之前，居於美國紐約中區最繁忙地點的居民，出行主要依靠馬車代步。據稱馬車速度在該區內平均每小時可走十一哩半，但後來當發明了機械自行汽車之後，由於車多人多路擠，汽車在同一地區行駛時，平均時速只得六哩，幾乎是馬車時代的一半。原因可能是，馬車的數目比汽車少，路路暢通，汽車本來是可以比馬車車速快很多的，但由於車多路窄，交通擠塞，汽車車速反而比馬車時代更慢，假如遇上大塞車，可能車速更慢！說起來，真是一個既諷刺又誇張的笑話。

在近代社會裡，東京曾首創一個買車規則：就是車主必須先到警局，在一張詳細的市區地圖上，指出自己已擁有停車的地方，經警方調查屬實之後，該市民才可以獲准購買汽車。倫敦據說也曾一度推行過這個規則。因此在大城市擁有汽車，花費也是很大的。

據說曾在某一城市內，有一位醫生，看到自己的汽車修理費的賬單金額大得驚人，十分生氣，便去找修車技工師父理論，理由是：只須幾個鐘頭的修理工作，比醫生的收費還要高，真是不合理呀！但修車技工師父慢條斯理地回應說：「醫生，按照我的經驗來說，我們還是吃了虧的。你想想吧，自古以來，你們醫生要修理的機器，始終都是一樣的。但我們修理的汽車，卻是每年也是不同的。年年新款，我們要花很多時間去學習

才可以跟上潮流的呢！」醫生一想，只好付錢離開。

駕駛汽車的麻煩很多，據說有一天下午，在彌敦道上，一輛老爺車停在日間大酒店之旁，車蓬早已脫落，車身生滿比咖啡還要咖啡色的銹蝕，水箱沒有蓋子，蒸氣直往外噴。

車主對一位剛好在附近閒蕩的人說：「我要去借電話通知車房派車來修理，請你替我暫時看管這汽車；如交通警察來，請他不要抄牌啦！」對方在答應前，向車主問道：「那麼你可以給我多少錢呢？」車主說：「幫忙一下不可以嗎？」對方說：「起碼你要給我一百元啦！」車主說：「我只須開五分鐘左右，不用收這麼多錢可以嗎？」對方說：「這不是時間長短的問題，而是面子的問題；過路的人均可能以為這輛爛車車主是我的話，我真的是很丟架又失面子的。」

我一位好友的太座駕車時，警車示意要她停下來，原來是送一份禮物給她和拍照。第二天，她的照片在報紙上登了出來，原因是警車跟了她一會，認為她非常遵守交通規則，便選了她為安全駕駛周的獲獎人。但她在照片上的神情非常緊張。原來，實際駕駛執照早已過期，當時根本就是無牌駕駛！但她還有一次意外的驚喜，那就是有一天，當她經過一個停車場時，看見一名警員正在巡視停車收費錶，她發現該警員在一部汽車旁站住，似乎發現收費錶沒有鐘，但這位警員卻取出硬幣投進錶內，她覺得這個舉動非常難得，不但不抄牌反而代付費用，便上前褒揚這位警員：「警察先生，你這麼仁慈，實在非常難得。」那警員略一猶豫後，坦白對她說：「這位太太你太過獎了，因為這部汽車是我太太的。」



## 望夫石

曾聽長談起，說他們讀中學時，要到沙田旅行，都要花上整天的時間，而他們到了沙田的紅梅谷，老師就會指着山上的一塊形似婦人、背着孩子的石頭，說那是望夫石，然後就會講述望夫石的由來。故事自然是曲折折的，最後自然是丈夫為了生計，被迫出洋謀生，與妻子及兩個兒子分離。丈夫經年未歸，妻子便帶著兩個孩子在山崗上遠眺大海，思念丈夫，盼望着他早日歸來。三母子天天上山，風雨無改，在一個雷電交加、風雨大作的日子裡，三人消失在行雷閃電中，而山崗上自此便多了一塊大石頭。傳說那是感動了天地，讓三人化作石塊，永留山上。

傳說自然是傳說，因為如果感動天地的話，就應該讓妻子盼得夫歸才是正途吧？不過，這樣的傳說故事，不單香港有，韓國也有。據韓國民俗大百科全書在網頁的記述，是在新羅祇祿朝代，有位忠臣名叫朴堤上，他乘船出征，他的妻子便爬上高山上遠望海洋，祈盼丈夫平安歸來。日盼夜盼都盼不到結果，終而變成石頭。那塊石頭，韓國人便稱之為望夫石。

不管是香港還是韓國，望夫石的象徵意義，都是表示愛情的堅貞。只不過，傳說中均未提到的，是身為丈夫的人最後到了哪裡。顯然，堅貞的愛情，都是屬於女性。

確實是如此，因為在《廣東民間故事全書——肇慶·高要卷》中，也有一個望夫石的故事。故事中的丈夫是個爛賭鬼，把家當都輸得清光後，一日看到鏡裡放着一把妻子故意放進去的菜刀，幡然醒悟，便戒賭而到外地去謀生，還娶了當地女子為妻。娶妻後回到故居想探望元配，但不遇。而妻子幾經打聽，得知丈夫在外地，便日日登上山眺望河水期盼看到丈夫歸來，但最後餓死變成石塊，是為望夫石。每逢有船隻駛經此地，都會聽到呼呼呼的聲音，彷彿是妻子的呼喚。



## 有心有願就有力

97年前的今天他在南美誕生，9歲舉家移居香港，在這數十年裡面，他成為了香港連任最長的民選議員、第一位華人市政局主席、立法局議員、國際獅子會港澳303區總監、香港公民協會主席，他便是本港著名的公職王張有興前輩！張氏家族人才輩出，小女兒張天愛小姐更是當中英俊者，這還不止，他的姨甥女更是學前教育專家、37年前創辦了「香港幼兒教育服務聯合會」的程德智女士。

在天愛眼中父親是個Superman超人，97歲高齡依然退而不休，精神好的時候每天努力工作，病了甚至留醫，一下子又會彈起來！口中總說還有很多事情沒有完成……張有興主席對於97歲有這樣的回應，「在人家眼中這個年紀是老人家，但在我心中不覺得，我感覺自己還是很年輕，就像那個剛剛由南美搬來香港、滿心好奇的9歲男孩。那時候，我見到眼前的高樓大廈、滿街的中國人覺得非常神奇，和妹妹跑到酒店那部電梯上上落落，結果被酒店向父親投訴我們才停下來，哈哈，記憶猶新！」

原來張主席人生的最高目標並非加入政界，他的偉大期望是當一名國際著名的歌唱家，也拜師學藝了一年半，後來發覺自己絕對不夠這個資格；又遇上了日本侵華，他要跑到內地避難，回港前在昆明迎娶他的國語老師，當地名媛Nightingale of China周寶玲小姐 (Pauline)，「和平後，人們從各方各面再回流香港，只有人口60萬，我在襟兄弟，程德智父親、著名眼科醫生程伯京醫生的介紹下開始營商，不過當時我也作了一個很大嘗試，做了第一位佩戴隱形眼鏡的白老鼠。當年香港沒有一間醫院肯試，我要飛去紐約驗眼做鏡片，半年之後再飛去佩戴，嘩，一流！好清楚！可是當拆除的時候太痛了，那片玻璃也太厚了，我放棄了。」

張主席的近視度數不淺，我相信也跟香港的民生很有關係，實在前輩一直很關心普羅大眾，甚至為了感受市民的境況，他從來不用公

事包只用紙袋；所以他的支持者很多是低下階層的打工仔和小巴商會等等。他更關心教育方面，當年他常常跑去天台學校視察，發覺有學位而沒有學生，於是向政府提出了9年強迫教育的要求！結果努力一番的爭取通過了！現在他還是非常關心香港的教育問題，他認為通識教育沒有問題，只在乎教的方法……並且希望在此科目有一個規範，建議由教育大學去設計課程內容，加強國民教育和中國近代歷史。

另一方面，張主席忠告家長年輕一代並非人人要讀大學，「政府應加強職業訓練局的多元化，記得當年我和好朋友李惠利開設了職業先修學校，不少年輕人也找到了很好的出路，未必大學生才可以有未來！」

甥甥女教育專家程德智女士非常認同姨丈張有興的說法，「香港最大問題在於只追求考試成績，缺乏了內向自我的認識。現在的時代最多物質，但是也是最不開心的，所以我提出了Awareness (阿維尼尼專注系統) 就是去學習搞好自己的心情，學懂平靜減壓……外國學校每天幾分鐘的靜坐，學會了尊重老師，學懂溝通，不是事事投訴！」

所謂「有心就有福、有願就有力！」適逢今天張有興主席97歲大壽的好日子，祝願張主席壽辰快樂！心想事成！在所有有心人的祝福底下，香港明天更美好！



97歲的張有興(中)感覺自己還是很年輕。 作者提供



## 生命短暫不能浪費每1秒(下)

話說細個的時候身體開始有發病的跡象，開初的時候我也沒有那麼傷心的，因為發病的時候年紀還小不知道什麼是傷心，不知道什麼是病重，不知道什麼是死亡。仍然在25歲那年追尋夢想成爲一名DJ，那時我的工作不是一帆風順，經歷了好幾次高高低低，但慶幸當我不快樂、沒有信心的時間，我常常會祈禱，其中一個最重要的便是到醫院做義工，因每一次探望病人便能夠令到自己心情平復。

記得有一次差不多20年前，當時我在電台是一個初出茅廬的DJ，其中有一位知名電台界的前輩，說要帶我去醫院探望一位喜歡聽我講鬼故的聽眾，出發之前他告訴我前去買一碟炒蟹作爲外賣手信給這位聽眾，之後他在車上告訴我，這位聽眾25歲，要長期住在醫院裡，因為他天生是沒有腸的，而他每次吃完飯後5分鐘便要走進洗手間吐喉把所有食物全數吐出來，因為他只有胃，沒有腸不能吸收排泄，這可算是只能在食物中感受味道，如果不吐出來會有生命危險，

所以他真正吸收營養的方法只是從食物中來吸取一些營養水。

那位前輩告訴我他很喜欢在每夜的時間聽我做節目，他希望能夠見我一面同我傾偈，所以那位前輩帶我去探望這位聽眾粉絲，我跟他傾談差不多兩小時之後，因為他要休息我便離開醫院了，在我們這次傾談中，當中最大得益的是我而不是那位聽眾粉絲，因為在這次的探望中令我真正明白到生命短暫不能浪費生命中的每一分每一秒；雖然我也是一位長期病患者，但我快樂的是，我只是一個經常要進出醫院的病人，並不是一個需要永久住院的病人，這已經令我珍惜人生每一分每一秒。

例如工作不大如意的時間，人一定有情緒，但我會告訴自己我還未死還有機會，即使自己的年歲已步入中年，人人生下半場最重要告訴自己要珍惜所有曾經你看過的事和人、所有你曾聽過的說話，和每一啖的呼吸，只要有生命什麼都有可能；在此祝福每一位朋友希望能夠真正了解什麼是生命短暫，不要浪費每一秒。



## 百家廊

戴永夏

一提「飢餓」，人們立刻會聯想到天災人禍、洪水猛獸，感到恐懼害怕。因為在歷史上，飢餓是對人類最大的威脅。人類在地球上奮鬥數千年，在很大程度上就是為了跟飢餓作鬥爭，擺脫飢餓，過上溫飽生活。現在將飢餓跟健康連在一起，着實令人費解。

但是，事物總有兩面性。飢餓雖是健康的大敵，但它也並非一無是處。人類的經驗和現代科學知識告訴我們，輕微的飢餓不但能使人更好地「享受生活」，還能防病治病，延年益壽，有利於身心健康。這種方法醫學上稱做「飢餓療法」。用「飢餓療法」健身治病，古今中外都有先例。

《戰國策·齊策四》中講了這樣一件事：有一次，齊宣王要任用處士顏觸做官，以利祿引誘他，說做官後可以「食必太牢，出必乘車」。顏觸毫不動心，堅決辭謝，表明自己願回家自在生活，「晚食以當肉，安步以當車」。他所說的「晚食以當肉」，就是在飢餓的時候再進食，即使粗劣的食物吃起來也像肉似的好吃。我國宋代文學家蘇軾就很推崇這種方法。北宋元豐三年(1080)，他被貶到黃州任團練副使，生活異常困苦。他就是用此法來「享受生活」、度過貧困的。他在《答畢仲舉書》中說：「偶讀《戰國策》，見處士顏觸之語：『晚食以當肉』，欣然笑。若觸者，可謂巧於居貧者也。菜羹菽水，差饑而食，其味與八珍等……」他當時雖然吃的是「菜羹菽水」等粗飯，但總是飢餓了以後再吃，因而感覺就像吃山珍海味一樣香甜。從粗劣的食物中，他也能吃出美味和健康來。

至於用「飢餓療法」防病治病，中外古書上都早有記載。2600年前古埃及的一張

莎草紙上，就寫有這麼一句話：「人吃得太多，只有四分之一是為自己吃，其餘的四分之三養活了醫生。」我國戰國時期編寫的《黃帝內經》一書，就把「飢餓」作爲一種治病的方法列入其中。《黃帝內經》就攝生方面曾告誡人們要「飲食有節」。就是說在飲食方面要適當地節制。若不節制而吃得過飽，就會損傷脾胃，影響健康。曹雪芹的小說《紅樓夢》中，也有多處談到用飢餓的方法治病健身。如第42回中寫王太醫給巧姐兒診病，就說：「我說了，姐兒又要罵我了，只是要清靜靜頓頓就好了……」第53回寫道：「這寶宅中的風俗秘法，無論上下，只一略有些傷風咳嗽，總以淨餓爲主，次則服藥調養。」晴雯傷風，「淨餓了兩三日，又謹慎服藥調治……便漸漸的好了」。第109回寫賈母因多吃了些，胸口飽悶，鴛鴦要去告訴賈政，賈母不讓，說：「我餓一頓就好了，你們快別嚷。」從這些描寫中可以看出，深諳醫學的曹雪芹對王太醫慣用、買府一向奉行的「飢餓療法」，是充分肯定的。

除防病治病外，「飢餓療法」還能強身健體，延年益壽。傳說有一次乾隆皇帝到江南私訪，微服來到浙江西塘鎮的關帝廟進香。他見住在廟中的慧靈和尚雖已年過花甲，卻精神矍鑠，身體健康，便向他請教長壽之道。慧靈正色答道：「施主若問長壽秘道，那也容易，即要常以『雞』、『鵝』爲食，常思『雞』、『鵝』爲本，此乃是人之根本。施主若能切記，自然會悟出秘道。」乾隆回到住地，又把慧靈的長壽秘道反覆吟了幾遍，頓時恍然大悟：「雞」、「鵝」與「飢餓」諧音，莫不是要我節制飲食，知道飢餓嗎？這位萬歲爺是不是從慧靈那裡得到養生秘訣，不得而知。但他在位60年，活了89歲，成爲中

國歷史上最長壽的皇帝，肯定與他合理的生活方式、節制飲食有關。很難相信，一個整天在山珍海味中暴饮暴食者能夠如此健康長壽。

其實，以上這些古人節食治病的經驗，在今天看來也是有科學道理的。近年來，美國科學家曾在美國科學年會上說，他們的初步實驗結果表明，輕微飢餓有助於防治一些常見病，從而可延長壽命。來自得克薩斯大學健康科學中心的內爾森教授進一步解釋說，細胞死亡是衰老的重要因素，而輕微飢餓會激發體內的潛能，減緩細胞衰亡，使人的新陳代謝處於最佳狀態，減少老年慢性病的發生。日本學者也發現，人處於輕微飢餓狀態，植物性神經內分泌和免疫功能系統受到衝擊，可促進體內的調節功能，使肌體內環境更加穩定，免疫力增強，神經系統旺盛。正因如此，著名健康專家洪昭光教授就告誡我們，要想身體健康，每天要做到四個「八」，即吃八成飽，睡八小時，行八千步，喝八杯水。其中的「吃八成飽」，就是我們所說的「飢餓療法」。

在歐美一些國家，近些年還興起了一種叫「熱量控制」的新生活方式，許多人認爲吃得少能延長壽命。如長期從事熱量控制研究的美國學者保羅就認爲，讓身體長期保持飢餓狀態，降低熱量攝入，可以避免過剩的熱量在人體內囤積，減少人體的負擔，有利於增強人體機能的活力而使人延年益壽，挑戰人類壽命的極限。他還說：「如果人體17小時處於低熱量狀態，大腦會分泌出一種化學物質，這種物質一旦得到釋放會讓人產生興奮快樂的感覺。」

對於多數現代人來說，吃飯已經不成問題，而營養過剩、肥胖卻成了影響人類健康的大問題。爲此，適當控制熱量攝入，節制一下飲食，這對防病治病，促進健康、延年益壽，都是很有好處的。



## 逆境生命之美

世間有一種令人不寒而慄的傳染病叫「麻風病」，因爲這種病在中國已經被徹底消滅了，故年輕人知道的不多。但是，如果你見到患麻風病的倖存者，就知道這種令人痛不欲生的病有多麼的可怕。

上周，我被邀出席一個題爲《逆境生命之美》的藝術展覽，主辦者要我以書法家的身份致辭。我看了看邀請函，展出的竟是麻風病康復者的藝術作品，而策展的竟又是三個中學生——楊霖、張蕾和黃日中，兩個活潑的女孩和一個陽光男孩！十八歲的學生爲八十歲的殘疾人士辦展，這是破天荒的奇事。

人生，有時順境，有時逆境，但患麻風病可算是人生逆境之極致了。要知道在那個年代，麻風病人不是被活活燒死就是被趕到人煙隔絕的山溝裡聽天由命，自生自滅，能生存下來可算是奇跡。那時缺醫無藥，這些病人不死也被病魔折磨得終身殘廢。然而，生命處於極度逆境之中的他們，竟有人拿起筆桿，作起生命和大自然的讚歌，這真是奇跡中之奇跡了！

萊根譚有云：「都來眼前事，知足者仙境，不知足者凡境。」生命處於逆境中人要其知足真是萬難啊！而他們能將眼前平常物事看成「仙境」，還以殘疾之軀去謳歌它，豈非更難能可貴？

其人、其行均令人肅然起敬！

他們的藝術作品不但有形式美，更蘊涵着內在美。透過眼前書畫純樸澹雅的筆墨，你能感受他們有一種強烈的渴望——能和正常人一樣生活的渴望！他們和時下許多書畫家不同，他們追求藝術的心與山泉一樣純淨，絕無半點紅塵俗氣。

爲表達敬意，我特作七絕一首並書贈幾位老人：

身殘氣傲藝心堅，  
逆境揮毫寫大千。  
不逐功名書畫美，  
徐生風翰鑄詩篇。

當我在開幕式致辭展示這幅書法時，現場許多朋友認同我對這些前輩的禮讚。大家知道八大之一的高鳳翰正是和這些麻風病康復老人一樣，身殘志堅，以逆境生命去追求至臻的藝術人生。

最後，我也要給策展的三位中學生一個「讚」！他們有堪比芝蘭的心靈美！



圖為楊霖(左一)、廣州市委宣傳部副部長陸志強(左三)、原廣州市常委、衛戍區司令王自元(左四)、以及黃日中(右一)、張蕾(右二)等人與梁君度合照留念。 作者提供



從零創夢

王嘉裕

今天我們再來討論，怎樣通過思想和信來改變現實這個問題。

大家可能在我前面的分享裡，都聽過RAS這個詞，這是Recticular Activating System的簡稱。RAS，是說我們的大腦，一旦設置了某一件事情對於我們來說是重要的話，它就會提醒我們開始注意。

比如，你想買某一個型號的新車或手錶，當你心裡嚮往着它，你就會突然間，在那段時間裡，發覺好像全世界的人都是開着那個型號的新車，或戴着那個手錶。這是因爲你注意了，眼中就格外留意這些事物，所以看到了；而平時你對這些並沒有特別興趣，才會忽略它們。

但是，你有沒有想過，這其實是反過來的呢？如果根據「世界並非物質世界」這個科學理論的話，即我們這一切，都是由大腦投射出來的話，就會出現RAS這個現象。其原因並不

是因為這些事物一直都存在，而我們沒留意到它；而是反過來，是因為我們設置了它是重要的，所以它才衍生到和產生到我們的現實裡。

就像你想買新車和手錶，你就會在生活中特別注意它們，因此它們就開始出現並充斥在你的生活中。但是，需要留意的是，這個無形世界的定律，並不是根據你僅僅的想法——想它發生或者不發生而變動，而是在於你潛意識上的思想。

比如，大部分人的腦袋裡都會有「金錢」這個概念，可能是在基本意識的層面上，有了金錢但還想要更多。但是，也許我們沒有注意過，在潛意識上我們對金錢的思想是怎樣的？所以，我們需要好好察覺一下，或者重溫一下我們以前的節目，了解一下自己對金錢的真正觀念和看法。只有這樣，我們才能正確對待金錢，才有更爲清醒而豁達的生活態度，通過對自己潛意識的探究，我們也會更懂得世界運

作的規則，更懂得生活。

在這裡，也想提醒大家，在量子科學的世界裡，這個世界的一切，在你的意識層面上，其實都是未決定的。就好像我們之前說過的一個例子，如果昨晚踢了歐聯決賽，而你沒有看到的話，你今天早上八點才起床，所以在你的主觀世界，歐聯決賽的結局其實是還未被定義出來。直到八點零一分的時候，你決定看結果的那一刹那，才決定了結局。

你的思想決定了結局，而你是有能力可以改寫結局的——你可以幻想，這個世界其實是一個遊戲，每一個結局其實都同時存在，已經寫好了在這個世界裡。而唯一的區別就在於主觀世界裡的你，決定想要哪一個現實。

因此，當你作出決定，那並不是你有意識上的決定，而是你潛意識上的決定。這也是爲什麼我們之前的重點，都在強調要從無意識轉變到有意識地察覺自己一切的思想。