傳真：2873 2453 電郵：feature@wenweipo.com 本版逢周二、六刊出

歷史與空間

■ 雁 翔

古詩詞裡品冬至

12月22日是農曆冬至，它在中國二十四節氣中佔有重要地位。這一天夜晚是一年中最長的，它標誌着一年中最寒冷的日子到來了。

作為傳統節日，冬至又稱交九、冬節、亞歲、長至節等等。從冬至這天算起，每九天為一組連數九次，九九八十一天過去，冬季就算結束了。這一天，北方人要吃水餃，南方人會吃湯圓，老人們則會教孩子唱古老的《九九歌》：「一九二九不出手，三九四九冰上走，五九六九看新柳，七九八九雁聲稠，九九耕牛遍地走。」

古代詩人當然不會缺席冬至，林林總總的「冬至詩」既反映了這一傳統風俗，也寄託着濃濃的人文精神。

河南大詩人杜甫有多首冬至詩。年輕時他寫過一首《小至》：「天時人事日相催，冬至陽生春又來。刺繡五紋添弱線，吹葭六管動飛灰。岸容待臘將舒柳，山意衝寒欲放梅。雲物不殊鄉國異，教兒且覆掌中杯」，字裡行間是何等的春風得意、舒暢愜意呀！人到中年以後，杜甫仕途不順、潦倒失意，他寫的《冬至》就令人扼腕了：「年年至日長為客，忽忽窮愁泥殺人。江上形容吾獨老，天邊風俗自相親……心折此時無一寸，路迷何處見三秦」，昔日冬至歡聚暢飲何等快樂，如今卻貧病交加好景不再了！到晚年，老杜又寫過一首《至後》：「冬至至後日初長，遠在劍南思洛陽。青袍白馬有何意，金谷銅駝非故鄉。梅花欲開不自覺，棣萼一別永相望。愁極本憑詩遣興，詩成吟詠轉淒涼」，遠離故鄉、進入老境的杜甫，冬至節又想起中原故土和骨肉親人，愁緒中不乏滿滿的家國情懷啊！

白居易也有不少冬至詩，其《邯鄲冬至夜思家》名氣最大：「邯鄲驛裡逢冬至，抱膝燈前影伴身。想得家中夜深坐，還應說着遠行人」，該詩寫於貞元二十年（804年）冬至，32歲的白居易新任秘書省校書郎，正好宦遊到河北邯鄲。唐代冬至是重要節日，朝廷要放假，民間要歡慶，大家穿戴一新團聚暢飲。獨在邯鄲驛舍裡的白樂天，卻只能「燈前影伴身」、「抱膝」思親人了。滿懷鄉愁的他想到：此刻親人們也會坐在燈前念叨我這個遠行人吧！這與王維的「遙知兄弟登高處，遍插茱萸少一人」何其相似！老白還有一首《冬至夜》：「老去襟懷常濩落，病來鬚鬢轉蒼浪。心灰不及爐中火，鬢雪多於砌下霜……今宵始覺房櫳冷，坐索寒衣托孟光」，歲月無情，進入暮年的大詩人對冬至佳節已了無興趣了，一句「坐索寒衣托孟光」，令人唏噓，此乃人性的另一面了。

《冬至日獨遊吉祥寺》是蘇軾的得意之作，詩曰：「井底微陽回未回，蕭蕭寒雨濕枯荄。何人更似蘇夫子，不是花時肯獨來。」吉祥寺是杭州名刹，風蕭蕭雨霏霏的冬至日，草枯花謝了，獨居杭城的蘇東坡卻有雅興「竹杖芒鞋、吟嘯徐行」，獨自來遊古寺，其灑脫氣質可見一斑，也凸顯他是熱愛生活的樂天派！蘇軾的胞弟蘇轍也有一首《冬至日》，其云：「佳節蕭條陋巷中，雪穿窗戶有顏風。出迎過客知非病，歸對先師喜屢空。」一個在簞瓢陋巷生活的人不改初衷，節日裡卻在思念自己的偶像——孔子七十二賢之首——顏回，這是怎樣的一種高貴的境界啊，蘇氏兩兄弟，堪稱在十里紅塵中堅守一方淨土的高潔之士！陸游有一首《辛酉冬至》云：「今日日南至，吾門方寂然。家貧輕過節，身老怯增年……」可知古人把冬至當作「添壽」的喜慶節日，但人一旦老了，卻又怕增歲、過年了。

河南素有「冬至不端水餃，小心耳朵凍掉」之說。此風俗與大醫學家——「醫聖」張仲景有關。張仲景是東漢時南陽涅陽縣（今南陽鄧州）人，他畢生獻身杏林、大醫仁心，撰有醫學名著《傷寒雜病論》。官居長沙太守時依然訪病施藥、大堂行醫，贏得眾口皆讚。後辭官回南陽老家服務百姓。返鄉之日正值隆冬，南陽白河兩岸鄉親飢寒交迫，不少人耳朵都凍爛了。他立即讓弟子在宛城東關搭起醫棚、支起大鍋，於冬至日做起幾大鍋「祛寒嬌耳湯」。他將羊肉、辣椒和驅寒中藥材放進鍋裡熬煮，再將羊肉、藥物撈出切碎用麵包成耳朵樣的形狀，取名「嬌耳」，煮熟後連湯分給人們吃，大夥兒吃了「嬌耳」、喝了「祛寒湯」後，頓覺渾身暖和、兩耳發熱，凍傷的耳朵也漸漸好了。這消息經口口相傳，南陽人便紛紛學包「嬌耳」，冬至日吃「嬌耳」漸漸成為風俗，名字也逐漸叫成「餃子」、「扁食」。至今吃餃子已成為中國人喜慶團圓的標誌性美食了。有古詩云：「莫道離別愁幾許，一餃此中攬。來年早歸喜幾多，吃餃話團圓……」

■古人寫冬至詩。 網上圖片

有道是「冬至大如年」，我讀古賢的冬至詩，發現鄉愁與親情是其主旋律，讀這些古詩詞，既能增加對這一民族節令的了解與認同，也能為寒冬平添幾分溫馨的人文關懷。中醫也認為，冬至開始，是人們進補、養生的最佳時期，可以為來年預防傳染病、提高免疫力奠定基礎。冬至前夜，筆者不禁想起馬克．吐溫一段話：「世界上有一種太平，一種寧靜，一種無憂愁、無煩惱、無困惑，一種對一億年的節日的欣喜和滿足之情。對此，我無限地嚮往和渴望，希望機會一到，便能再享受一次。」在大力倡導文化自信的今天，我們悉心領會古賢的詩文，就會令我們面對冬至和其他傳統節日，有一種高潔溫暖的親切感與認同感，這種況味也是最珍貴的！雁翔詩云——

端起餃子念醫聖，
每逢佳節思古賢。
舉國可聞嬌耳香，
卻道冬至大如年！

字裡行間

■ 黃仲鳴

武醫之書

坊間看到一部書：《武術與中醫學》（北京：中國中醫藥出版社，2017年5月），翻了翻，興趣頓來，恍如重溫了金庸的武俠小說。由是得證，金庸書中所述，確有所本。

這書縷述了中國武術各派的起源，一些以為是武俠小說家杜撰的門派，書中引經據典，指出源流，少林、武當、峨嵋這些大門派不說，連崆峒、崑崙、南拳、八卦門都說了，除了述其拳經劍譜外，還有它們的醫術。在《倚天屠龍記》中，八大派圍攻光明頂、蝶谷醫仙的醫，都有中國傳統的影子。

這書着重三派來述說。

第一，少林的起源，武俠小說作家都尊達摩禪師為始祖，所據是北宋《景德傳燈錄》等書所載，南北朝時，後魏孝文帝大和年間（477—499），達摩大師從梁國北來，面壁於嵩山少林寺，歷時九年而功成，傳下《易筋》《洗髓》二經，創立少林武術。在《倚天屠龍記》中，金庸創作了一個覺遠禪師，引出了兩個「小朋友」張君寶和郭襄，以一部武林秘笈《九陽真經》傳下來，少林武功得之更上層樓；張君寶和郭襄分別創立了武當和峨嵋兩派。《武術與中醫學》說，明末清初黃宗羲的《王征南墓誌銘》，記載武當派為宋人張三丰即是《倚天》中的張君寶所創。張三丰是北宋末年武當山的丹士，徽宗召他入京，道遇賊人，夢見元帝授其拳法，次日張三丰孤身殺賊百餘人，創立了內家拳派。又傳張三丰源出少林，精通少林龍、虎、豹、蛇、鶴五拳十八式，將其統納於十段錦長拳中，變戰鬥搏擊之法為禦敵防衛之術，風格遂與少林大為不同，因此別樹一幟，開創武當門派。這傳說，和金庸所寫當然有所出入，而武功同出少林則一。

至於峨嵋派的起源，據《拳志》說：「祖師原為一道姑，後入佛門……是時，師善技擊，善研各家拳法，慮各家拳法繁雜，莫衷一是，女子禦侮，多有不同，遂探各家之拳意，另闢蹊徑，創不接手之拳法，獨樹一幟……積十三年，始臻大成，身旁弟子習之，呼之玉女拳法；同道相譽，稱曰娥眉拳。後弟子至峨嵋山，偶諧其音，始稱峨嵋，此拳名之始末也。」由此可見，峨嵋是由女子所創的門派。《倚天屠龍記》中，郭襄創峨嵋，是一女子，非道姑；後來更非遁入佛門。金庸據此而將郭襄推為始祖，想亦本此。

■這書絕不枯燥，讀之大感過癮。 作者提供

至於各派醫術、骨折傷科，本書述之亦詳，有等甚至流傳於現代，成為中國傳統醫學的精粹文化。最特別的如少林的禪醫，是在印度醫學文化和中國醫學文化的基礎上，經過一千五百多年的實踐融合而形成，以禪定為基本方法，運用氣化、導引、點摩、針灸、方藥等手段進行治療調養，以激活潛能、鍛煉臟腑、改造體質、提升生命力為目的的醫學流派。

另如武當的道教醫學、健身養體之法；峨嵋的氣功、傷科之術等等，都有分述。總而言之，這書絕不枯燥沉悶，不懂武功醫術，讀之都大感過癮。

民間文學 粵語講呢啲

■ 梁振輝 香港資深出版人

撐枱腳．查篤撐．查撐篤撐(II)

……續上期

助導1：好耐都冇咁早收工囉嘅，唔使預我，我返屋企搵老婆仔「查篤撐」（撐枱腳）！

攝影師：藉口嚟啫，嗰啲「查篤撐」（暗喻「行房」）咋卦？

燈光：人哋新婚唔夠嗰一個禮拜，唔好踢爆佢喇！

助導2：學校正話打電話嚟，話個仔同啲同學仔「查撐篤撐」（爭執或打鬥），搞到成班拉晒上差館問話，叫我即刻去差館「執仔[5]」喎！

助導1：好似唔係第一次個囉喎！

助導2：咪係，返到屋企我唔同佢嚟個「查撐篤撐」（大開殺戒），就跟佢姓！

余導演：好笑嘞，乜你個仔唔係同你同姓嘅咩？不過而家啲「嚫仔[6]」眞係唔縱得㗎！錄音陳，你又咩嘢環境呀？

錄音陳：我就啱啱打咗畀隻「老虎嬤[7]」，佢話約咗班「fan[8]」去睇「查篤撐」（大戲）喎，仲話話知我去邊「恕[9]」「查篤撐」（吃喝玩樂）吖！總之唔好「撐」吓「撐」吓，過咗橋「查篤撐」（尋歡作樂）就得嘞！

婷婷：「過橋」？咁即係去邊呀？

錄音陳：「過羅湖橋」囉！

為為：咁過咗橋又點啫？

燈光：咪即係人成日講嘅「北上尋歡」囉！

婷婷：嘩嘩嘩，你哋「曳曳[10]」嘞！

道具：嗱，錄音陳，跟住有乜「查撐篤撐」（即興活動），我哋都唔預你㗎嘞！

老闆：各位，我有事要走先！今晚大家盡情「查篤撐」（吃喝玩樂），全部「chem公數[11]」！

助導2：老細眞係「識do[12]」！好，我預祝部戲出街嗰陣「查撐篤撐」（大賣座）！

佈景：到時咪又再「查篤撐」（吃喝玩樂）囉！老細可？

老闆：點止「查篤撐」（吃喝玩樂）呀，「查撐篤撐」（另有下文）都仲得！好嘞，各位請請！

婷婷：老細再見！咦，係咪聽者都有得「查篤撐」（吃喝玩樂）先？

余導演：冇問題，不過到時唔好「放飛機[13]」至好！

為為：咁嘅場面，梗係嚟「查篤撐」（撐場）喇！

副導演：相請不如偶遇，擇日不如撞日，等陣「查篤撐」（吃喝玩樂）就預埋你哋嘢！

婷婷：吓，同成班大男人去「查撐篤撐」（尋歡作樂）？

為為：阿媽話過冇必要就唔好同啲陌生人一齊喎！

婷婷：為為，我突然間有啲唔舒服……

為為：哦，咁即係留番我一個人喺度「查撐篤撐」（支撐大局），婷婷你都算好夠義氣嘅！

余導演：副導演同你哋「講小[14]」咋！嗱，點都好喇，今日你哋嚟嘅目的應該已經達到嘞！

婷婷：吓，聽你哋喺度「查撐篤撐」（隨便說說）就算「索[15]」咗料㗎嗱？為為，你「get[16]」到幾多呀？

為為：知啲唔知喇！不過你唔使擔心，我已經錄晒音，返去「擗[17]」咗畀輝Sir，就話知佢「一支公[18]」成晚「查撐篤撐」（奮力工作）喇，哈哈哈……

綜觀而言，「查撐篤撐」可作為「查篤撐」的加強版。運用上，「查篤撐」和「查撐篤撐」屬非常獨特的用詞，所表達的意思會隨着不同的語境而改變，且所涉搞作具一定的張力。

5 「執仔」原指社工的外展工作——由深宵時分一直「執」到翌日清晨6時，勸喻年齡介乎6至24歲的「仔」（青少年）回家，減低他們誤入歧途的機會；現指保釋或在有條件下把當事人帶離現場。
6 「嚫仔」指小子；「嚫」讀「靚3-1」。
7 「老虎嬤」是老婆的戲稱。
8 「fan」指「friend」，解好友。
9 「恕/syu3」由「處/cyu3」變聲母而來。
10 「曳曳」指做不道德行為；「曳」讀「曳6-1」。
11 「chem公數」指「claim公司數」，即開支可向公司索取。
12 「識do」指識做，即懂體恤。
13 「放飛機」指爽約。
14 「講小」由「講笑」音變而來。
15 「索」指索取。
16 「get」指領會。
17 「擗」，讀「劈3-6」，指擲交。
18 「一支公」指一個人。

詩語背後

■ 江 鄰

秋涼瑣憶

秋涼漸起品初寒
逐夢香江何處還
維港波翻新歲浪
爐峰月照故人顏
情無盡處心先老
花到濃時葉已殘
春雨夏風終去也
一聲喟嘆入中年

（一）

秋涼是一點一滴的水，滲透到毛細血管裡，四處遊走，最後從肌膚的縫隙間蒸發。

帶着生活的碎片，秋涼在無垠星空中，連綴成思維的百納衣。朝暉夕陰，氣象萬千，時而炫爛掠過，時而暗影斑斑。

秋涼，是一聲嘆息。

（二）

樹越老越嶙峋，人越老越孤獨。

孤獨是怎樣煉成的？那是一顆赤子之心，歷盡滄桑後，對世界的好奇感逐漸消失，對周圍的信任度逐漸降低。

兒時，可以就着一個蟻穴、一處沙堆，興致勃勃地玩上老半天。而今，再驚天動地的事，也彷彿過眼雲煙，激不起心中的波瀾。

年輕人好比剛剛碎裂的石塊，稜角分明，碰撞之間火星四濺，而一旦咬合，則合二為一，不分彼此。在時間的打磨下，石塊隨波逐流，成了鵝卵石，外表很圓潤，彼此不再碰撞，不會擦出火花，卻也很難融為一體了。

以前出行，很願意與人搭訕，現在極少與陌生人說話。所以，朋友都是年輕時交下的。

（三）

當你的第一封情書，被暗戀對象交給老師，或被對方的父母偷拆，你的內心會生出一層厚厚的保護膜，對文字的東西保持謹慎。

當你第一次發現，打出的電話可能被串線竊聽，或者被接線生別有用心地截聽，你會對所有電波都不信任了。

當你在網絡社交平台上真誠地討論問題，卻遭受不同意見者謾罵、起底或者退群絕交，你會失去與人解釋爭辯的興趣。

當你的傾心付出遭遇上司的誤解，你的完美主義遭遇朋友的不屑，你的念舊情懷遭遇髮小的功利，你會慢慢把自己包裹起來。

（四）

人到中年，好比一塊剛剛烤出來的紅薯，摸起來滾燙，但不要以為它有多大的能量，其實裡邊是軟的，沒有什麼爆發力了，很多事情心有餘而力不足。

年輕人則不然，更像一塊生石灰，看起來冷冰冰的，澆上一瓢水，立馬沸騰起來，不小心就會被燙傷。

不過，軟塌塌的烤紅薯，雖然賣相不好，裡邊卻很甜，像一個走過歲月的人，心地善良。而且，外邊涼了，裡邊還熱乎着，像一個念舊的人，溫情長在。

（五）

這世間，如果彼此相知，那還用說什麼呢？如果彼此不認同，根本就不是一條道上的人，那還用說什麼呢？

不要總覺得世界在放棄你，更多時候是你自己放棄了世界。世上的路千條萬條，一條路走不通，還有另一條。

放下執念，擁抱生活。哪怕是最世俗最繁瑣最無聊的生活，踏踏實實投身其中，去琢磨它，去做它需要你做的事。一開始，你可能會覺得這是在耗費時間，是行屍走肉，久了，你會發現，它是克服孤獨和抑鬱的良藥。

時間，就是用來耗費的。不要賦予時間太多的含義，不要以為我們在時間的長河裡能有多大作為。美國土著作家湯米．奧蘭治（Tommy Orange）說得好：我們並不擁有時間，而是時間掌控着我們，對時間來說，我們就像貓頭鷹嘴裡的田鼠一樣動彈不得。

（六）

社會不會為你改變什麼，別人不會為你變得更好或者更不好。環境永遠是環境，人只能去適應它，不能改變它。適應不了，要麼離開這個環境，要麼自己不快樂。

不要試圖去改變環境，更不要試圖去改變別人，你的任務是調整自己。不如意是常態，並非個案。只是自己遇到了，感受更深而已。豈不知，別人也是天天遇到。所以古人才會講，不如意事常八九，可與言人無二三，也才有所謂良禽擇木而棲的事兒。

自古以來，懷才不遇是一種感慨，知音難覓也是一種感慨。這兩種感慨，一則仰視，一則平視。那麼，俯視的感覺又如何呢？高處不勝寒的滋味，想必也不好受。

孤獨，是與人群相伴的。越是嘈雜的地方，越覺孤獨。孤獨大多源於周遭對你心靈的干擾和欺凌。那些煞有介事，自以為是，無所事事，總讓你惹不起躲得起。

（七）

有「成人片帝王」之稱的日本導演村西透，七十一歲時接受採訪，回顧自己坎坷的一生，由衷地說：我想告訴大家，人生最重要的不是順風順水時的自我，而是失去希望時的自我，是不知所措時的自己。

人注定要和絕望相伴度過大半生，如果不想死的話，就拚命往下看，而我永遠在最底下。請各位在想死撐不住的時候回想起我，想到那個日本人，你會慶幸自己的情況要好得多，就有能力有勇氣走下去了。

（八）

每每為太平山的一抹晨曦、維多利亞港的一彎新月而感動。想起來，總是在忘情山水與感懷人生之間徘徊。前者是與大自然的交流，後者是人際間的交流，或者是與自己內心的交流。留下來的文字，不管是詩詞、韻文還是隨筆，大抵都可以歸於這兩類。

月光如洩，心情落寞，只有空調機發出單調的噪音。未來的軌跡模糊不清，百無聊賴的生活殘片漫天飛舞。心動的事情，永遠在彼岸。

也許是這個世界太喧囂，讓我對想像中一份淡雅的寧靜倍加憐惜。寧靜中時隱時現的聖潔之光，平復了輕狂的慾念。感謝天地日月，感謝萬物生靈，感謝一切造化際遇，讓我感受到愛和美好。