



坐落在北京東邊，香港人熟悉的兆龍飯店以西，有一大片住宅叫做團結湖，是中國改革開放初期修建的樓房，中國第一批可以出售的房屋就在團結湖。上世紀八十年代初是落實政策之際，許多有名的知識分子被安置在團結湖，自從「文革」就住進混亂大雜院的他們，不理會這些設計、開間、建築都不太好的住房，興奮地搬進新屋，我知道的有英若誠，樓適夷，宗其香，政協、文聯、作協、高等院校的大批一級教授和社會知名人士。

最近看到樓適夷追憶這段的一篇文章，使我從團結湖想到香港的九華徑。

九華徑在美孚附近，舊稱狗爬徑，因山路陡峭，不利於行，人和狗都似在爬行得名。這個客家村有300多年歷史，先祖在康熙年間移居香港，扎根於此，像是繼承傳統，九華徑成了「客家」來港的寄居地。1948年底國民黨敗走台灣，有些集蓄的難民、國民黨高官、流亡文人逃到香港，選擇了九華徑。計有黃永玉、端木蕻良、蕭紅、樓適夷、臧克家等等。是貪圖這裏山高僻靜，暗道窄巷九曲十八彎容易匿藏嗎？文化人李輝寫過一篇文章說：「九華徑其實是中共地下黨，為流亡的左翼文化界人士安排的一個避難所。」倒也並

不盡然，否則逃來香港的國民黨高官，怎敢與他們做近鄰？

九華徑綠樹環繞，臨近海灘，可以出海、游水，飲的是山泉水，吃的是林間燒烤，這個不顯眼的寒村，因為居住了文化人和他們的朋友郭沫若、茅盾等，變得饒富詩意起來。馬英九還回台灣前，也住在九華徑，真是藏龍臥虎。

黃永玉與樓適夷等當時多在香港《大公報》、《文匯報》撰寫專欄，所得有限，只能合租住房，房租30多塊錢，每人才付10塊多一點。黃永玉對我說：「窄小天地間最值得自豪、最闊氣的就是那扇窗子。」黃永玉危難時以筆畫窗的故事大家都知道，這次倒是一面青山綠樹的風景窗。

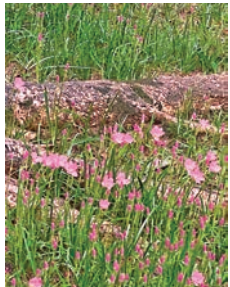
準備長住的外來者在九華徑蓋起房子，我大家就是其中之一。一座兩層高的小樓，圖紙是家婆自己設計，緊靠山崖，門前一棵大樹。有經驗的人說，房子不能蓋在樹旁，一旦刮風，樹根會損傷房基，文化人只知浪漫不計風險。樓上自住，樓下出租，租戶也是體面文化人，小學校長一家，此家大富大貴是後來的事，我們兩家至今是好友。團結湖九華徑我都曾經住過，兩相對照深有感觸。

九華徑不宜收購發展住宅，建起供人吃喝的燒烤場，為什麼不修個九華徑遺址故居，緬懷曾經住過這裏的名人學士名家？這倒是件有文化的事。



有不少香港人面對數十年一遇的疫情，特別是看見繁榮的香港變成今日的百業蕭條，心裏便是難過，享譽國際的美食和購物天堂從未好像現在那樣，偌大的商場小貓幾隻，食肆烏煙黑火，路上行人不再熙熙攘攘，人們心情沉重，有些人最近心情和睡眠轉差，擔心自己的前途和工作。

大家的擔憂我很明白，但我們天天唉聲嘆氣也於事無補，既來之則安之，唯有積極去面對，我自己的處理方法就是睇少些新聞和短訊，因為太多的負面新聞會影響自己的心情，我每天提早15分鐘出門口去上班，在附近的公園慢慢行一個圈去坐港鐵，平時匆匆而過並沒有留意周圍的事物，但當你放慢腳步欣賞旁邊的鳥語花香、池塘裏的金魚、不同種類的花卉，你會有另一種感受。



有時看到少見的漂亮的鳥兒，路邊可愛的松鼠總是在吃東西，也不知道牠是從

哪裏找到這麼多食物？昨天下班時我特意行公園回家，忽然間下起大雨，這時電話裏傳來兒子的聲音：「媽媽，外面下着大雨，你在哪裏？我來車你！」哇！我的心甜絲絲的，「我正在看那些小雨點灑落水塘泛起漣漪如星星點點，灑在荷花和荷葉上那水珠滑動好似珍珠般很漂亮啊！我自己回家吧！謝謝你！」

我很喜歡那煙雨朦朧如詩如畫的感覺，以前有莫奈的花園，這「冬陽的花園」也不錯！人到了我這個年紀經歷的東西太多了，人應該活在當下，孩子或朋友，同享一句問候的說話我都會很享受，忙碌了一天靜靜地呆在公園十來分鐘，看到一些這麼簡單的花草我都可以樂上半天，其實大自然很多美麗的東西，只不過我們平時匆匆而過而忽略了，只要我們稍為留意就會找到很多不同的樂趣，自然而然我們心情就會好，釋放壓力，吃好睡好，免疫力自然會好，又增加幾分抗疫症的能力。



動物和魚類的危險，結果出現了防疫的巨大漏洞，冷藏貨櫃、批發市場、濕街市都成為了疫病的傳播的源頭，付出了慘重的代價。

最近，慈雲山、紅磡、土瓜灣、深水埗、觀塘濕街市出現了確診病人大爆發，說明了疫病流行的源頭就在濕街市，如果對於濕街市採取不設防的政策，將來還會源源不絕發生疫病。

世界各國的航空母艦、核潛艇的官兵大規模地染上了新冠肺炎的情況，這些重要的軍事設施，本來都採取了極為嚴密的保安系統，不允許普通人員進入，連蒼蠅也飛不進去，但是卻出現了漏洞，一批又一批官兵中招，病毒從何而來？原來就在送上軍艦上的冷藏肉類、魚類、蔬果之中，曾經被新冠肺炎患者觸摸過，冷藏貨櫃或者運輸工具的溫度，都在攝氏4度以下，又濕又冷的水分，很適合新冠肺炎病毒的繁殖和生長，並且有利於其基因的演變，致命的殺傷力降低了，但是，傳染能力大大提升了，更加容易在人群中長遠地反覆傳播。

專家說，魚類並不是新冠肺炎病毒的宿主，可以放心食用。但是，專家忘記了所有的魚類在進入冷庫之前，都要經過人手處理，而處理的工人在處理海鮮的過程中，沒有戴上口罩，而且人與人近距離接觸，更重要的，海鮮進行加工的場地，為了要降低溫度，基本上都是密閉的，空氣流動很少，加上加工場地工作人員多、各種電器和用具發出了很多噪音，所以工作人員聽覺下降了，他們都不戴口罩，高聲呼喊進行交談，大噴口水，因此講說話散播病毒

范舉



很多人說，施比受更有福。我最近終於明白了這個道理。

最近我的鄰居很討厭我，因為我家中總是兜兜轉轉很多人。他們是我新的下線。疫情關係已經比較少聚，但由於本人事業發展得好，他們很多時都會來我家中「受教」。

頭幾個月，我在保險這行基本上是在享受着孤軍奮戰，好爽。自己成績好，很過癮、很威風。好了，時候到，就馬上開始尋找新的下線，培養人才，把自己學到的知識和短時間內累積的不少經驗打鐵趁熱地傳下去。誰知道，我發覺教新人、免費地傳授知識，比在為自己的事業打拚，可能帶來更大的滿足感。

有前輩們跟我說過會是如此。但我沒有想過，真的會如此震撼。看着他們的成長，每個人正面地回應，然後看着他們拿出成績，我回想起古希臘哲學家多亞學派關於人生存意義的原則：照顧好自己的靈魂，然後哪怕是微不足道，也為人類社會貢獻一點的道理。

我當然是能在他們的收入中

人生體會

獲利。但即使沒有，我相信我也會樂意幫助他們。他們大部分人都迫切需要有一份收入的工作、一個好的收入的人。他們有的是拚勁，缺乏的只是一個機會、一個平台、一個伯樂。

我知道我這麼寫好像把自己寫得很偉大、自吹自擂，像在賣廣告。但我說的是事實——施，比受更有福。我為了他們聘請了全職的秘書，我為了他們經常要叫外賣、接送、娛樂。總的來說，計算時間和精力，我絕對是虧本的。

但我卻從來沒有過這種覺得自己賺了這麼多的感覺。這是很真實的感覺，我很希望可以給很多沒有做過老闆的人感受一下這種感覺。

這也是一種責任感。因為有了他們，我發現我的工作態度、拚勁，也提升了一個層次。原因为我不能在他們倒下之前自己先倒下。我甚至不能不優秀——因為只要我平庸、不夠優秀，我就不能感染、激勵、鼓舞他們。

所以施，反而成為了鞭策自己，最後邁向更大成功的原因。這實在是我近年最大的人生體會。



小蝶

上星期，我家的印尼籍女傭說要齋戒數天。我以為她是用來補償她在穆斯林新年前的齋戒期因身體不舒服而不能履行的齋戒日，原來她說是為了Haji。

我聽她說Haji這個名稱已有多年了，知道是與神要殺亞伯拉罕的長子的故事有關，並且是穆斯林信徒的一個很重要的節慶。可是，我卻從來沒有細心研究那到底是什麼的一回事。既然今年她又提起，我便搜查一下Haji是一個怎樣的穆斯林節慶。

原來Haji的全名是Hari Raya Haji，中文譯作：古爾邦節。若以它的起源來說，Haji因此又叫做宰牲節。顧名思義，這個節日一定與宰殺牲畜有關。

我以前讀過《聖經》，其中一個故事是以色列人的始祖、先知亞伯拉罕在100歲時生了一名兒子以撒（Issac），對他疼愛有加。上帝為了考驗亞伯拉罕對自己的忠誠，命令他親手宰殺以撒，當祭品般獻給祂。亞伯拉罕向來對上帝非常誠服，便帶同以撒到山上，準備將他當作祭品，奉獻給他的上帝。上帝知道亞伯拉罕對自己忠貞不二，愛

烹燒

烹燒原名黃燕瑜，少數聽從命數師將名字更改，新名字帶來好運的女孩。

我不迷信，只信感覺及數據。

目下不少朋友，尤其娛樂名人圈的朋友從本來名字冒起，或許對成就不滿意，聽從「高人」將名字改得既不順口、也不順耳兼筆劃繁多，媒體怕煩，索性不寫也不刊登。改個比原來名字更簡約好記、換來好運的首推章小惠，比原來高雅的「章蓉舫」更貼地、更易記。

回顧過去一個甲子六十年，香港影視圈至風高浪尖，除了發仔周潤發、華仔劉德華，就是偉仔梁朝偉。修成正果成了不同程度的街坊人民特首，發仔更勝一籌。周潤發三個字夠民間了吧？另加平素親民形象，打遍天下華人社區或亞太區，不少商號選用了他的名字祈求揚名立萬。

透過廣州美女一號葛薇或魔鬼教頭Rosa，認識她們的後浪黃燕瑜，從身高（1.8米）到氣質無不鶴立雞群，讓我聯想剛出道十多歲的馬詩慧，她比馬詩慧更中性，近似的幽默感，連冒起的速度也相仿。

那些年，改革開放先行廣東，頗長時間全中國的時裝大省，最初冒起的名模名字：陳娟紅、胡兵，甚至全心在歌唱界有所作為的王菲，曾亦嘗試南下當模特兒，都從廣州或深圳開始，人人說得一口流利廣東話。時移勢易，東北及北方的模特兒留守北京，浙江安徽江南一帶都進攻上海，連南方靚仔靚女都朝北看。燕瑜本來在北京立即被SPOT，這個英文單字當年很重要，「社交平台」未面世之前，一應「拋頭露面」各行業新人，至重要便是被媒體、經理人公司、設



黃嘉嫻，結束15年廣州衣緣之前數年，至偏愛的模特兒女孩。作者供圖

在醫院工作的禁忌(上)

很多人會覺得，到醫院有很多不能做的事，或不能說的話，極之多禁忌。

記得小時候，媽媽跟我說，醫院這些地方，如果不能不去就不要去，因為有些人的體質，連探病都不適合的，晚上更加不要去。最近，我跟一個在台灣工作的醫生朋友傾談，原來他們在醫院工作的時候，喝果汁及吃生果也有很多禁忌。有什麼禁忌呢？原來是出自那些水果的名稱有關。台灣把我們經常講的「菠蘿」叫作「鳳梨」，寓意是生意興隆及「旺旺」的意思，就是說，沒有人希望醫院會生意興隆。原來「芒果」也不可以吃及飲芒果汁，因為芒果的「芒」字發音，跟「忙」碌一樣。還有草莓都不可以吃，意思即是「倒霉」。所以我這位醫生朋友說：「寧可信其有，不可信其無。」而且他說已經4年沒吃過鳳梨、芒果及果汁了，無論在醫院或在家中也沒吃過，所以這4年工作也比較沒有這麼忙，可能他覺得自己迷信吧！

他又指當時迷信的程度非常厲害，其髮型曾經剪得比較短，就好像鳳梨上面綠色的部分一樣，叫做「鳳梨頭」，結果突然之間工作也忙起來了，所以以後就算剪短頭髮，造型都不要把頭髮豎起來。他還跟我說一件很有趣的事情，原來在醫院裏面，同事們心目中會認定某些人總會惹來很多急症病人，而他們會形容這些人叫做「人形鳳梨」，就是說他們本身已經很「旺」了。

但我經常會想起一些事情，醫院病人的狀況，有些可以健康地離開醫院，有些因為病重的關係，從醫院離開這個世界，所以他們睡過的床、用過的物品，會不會都是一種禁忌呢？我跟醫生朋友也傾談過這個問題？他們說：「如果在病床去世的人，送到太平間之後，基本上會有阿姨來清潔及消毒，然後把這張床墊翻過來用另外一邊給新來病人用。結果有一次，那個阿姨忘記了翻床墊，當換上另一個病人睡的時候，某個醫生去為他看診時，發現之前去世的病人曾在他眼角餘光處走出來，他立刻有毛毛的感覺，這個時候就聽到耳邊說：『護理師你好』。」另一個禁忌，據聞如果真的沒有翻過床墊的話，下一個病人可能也會很快離開這個世界。

雖然這些只是傳聞，但我也有興趣聽他繼續說，結果他又說了一個聽回來的傳聞。據知有一次在加護病房，病人已經離世了，要送到太平間這個過程中，通常都要經過一道其他的房間，因為那段時間，真的很多因病過世的人，結果在那個晚上，在同一個加護病房有3個人離世。而我這個醫生朋友突然收到一個電話，就是之前同樣照顧着這3個病人的同事，問道：「我們照顧的3個病人，是否已經離世。」醫生朋友說：「你點解會知道？」他同事說：「因為我剛剛睡夢中看見他們已經離世，所以才打電話問一問你他們的情況。」我覺得這是一個很難解釋的事情，但聽到都毛骨悚然。下星期再同大家分享。

濕街市和海鮮造成疫病大漏洞

世界各國、各城市都嚴格限制有新冠肺炎疫情流行的地區的人口進入，一般採取14日的隔離政策。但是百密一疏，卻忘記了從外部輸入

動物和魚類的危險，結果出現了防疫的巨大漏洞，冷藏貨櫃、批發市場、濕街市都成為了疫病的傳播的源頭，付出了慘重的代價。

最近，慈雲山、紅磡、土瓜灣、深水埗、觀塘濕街市出現了確診病人大爆發，說明了疫病流行的源頭就在濕街市，如果對於濕街市採取不設防的政策，將來還會源源不絕發生疫病。

世界各國的航空母艦、核潛艇的官兵大規模地染上了新冠肺炎的情況，這些重要的軍事設施，本來都採取了極為嚴密的保安系統，不允許普通人員進入，連蒼蠅也飛不進去，但是卻出現了漏洞，一批又一批官兵中招，病毒從何而來？原來就在送上軍艦上的冷藏肉類、魚類、蔬果之中，曾經被新冠肺炎患者觸摸過，冷藏貨櫃或者運輸工具的溫度，都在攝氏4度以下，又濕又冷的水分，很適合新冠肺炎病毒的繁殖和生長，並且有利於其基因的演變，致命的殺傷力降低了，但是，傳染能力大大提升了，更加容易在人群中長遠地反覆傳播。

專家說，魚類並不是新冠肺炎病毒的宿主，可以放心食用。但是，專家忘記了所有的魚類在進入冷庫之前，都要經過人手處理，而處理的工人在處理海鮮的過程中，沒有戴上口罩，而且人與人近距離接觸，更重要的，海鮮進行加工的場地，為了要降低溫度，基本上都是密閉的，空氣流動很少，加上加工場地工作人員多、各種電器和用具發出了很多噪音，所以工作人員聽覺下降了，他們都不戴口罩，高聲呼喊進行交談，大噴口水，因此講說話散播病毒

的可能性甚高，很多病毒會噴附在魚類或者肉類的表面，然後進入冷藏貨櫃，跨越大洋，向其他國家傳播。病毒在冷藏的環境下，可以40多天不死亡。如果遇到了水，更加可以繁殖。所以海鮮市場、冷藏的肉類市場，一直存在輸入病毒的風險。

香港的濕街市，賣魚商販喜歡使用冰塊對魚類進行保鮮，當魚類沒有賣完，就把魚類放入雪櫃裏面保存，翌日又拿出來出售，這種處理方式，能夠使病毒在攤檔長期存在，在工作接觸過程中，賣魚商販的手一定會接觸到病毒，他們有時還高聲叫賣，或者與消費者討價還價，並不戴上口罩，所以，濕街市是散播疫病的黑點。老年的消費者，在購買魚類或者蔬果的時候，喜歡用手接觸魚類或者蔬果，進行挑選，揀來揀去，有時候長達3分鐘也沒有挑選完畢。不少老人家是超級帶菌者，即使染上了新冠病毒，完全沒有病徵，不發燒，也沒有咳嗽，但是含毒量非常高，很容易就讓魚類或者蔬果染上了病毒。隨後的消費者，接著出手挑選魚類或者蔬果一番，立即中招了。

中國內地的教訓最為深刻，武漢華南海鮮市場、北京新發地市場和大連凱洋海鮮公司連續3次導致了新冠肺炎疫情的爆發，導致相當慘重的損失。根據事後的現場採集樣本，砧板、冷凍的魚類上面都附有新冠肺炎病毒，地面和溝渠裏面的廢水也有病毒，再加上市場的溝渠裏面有老鼠，到處走動，傳播了病毒，即使有關當局對批發市場和濕街市進行消毒處置，也沒有辦法完全殺死病毒，只要老鼠身上仍然帶有病毒，消毒工作完結了一兩天，老鼠會再出來覓食，街市又再帶有病毒。

所有的批發市場和濕街市的特點都是人流高度集中，物流業人員、車輛、買賣人員、清潔

人員、飲食業的廚師和買手混雜其中，當一旦發生交叉感染，往往追查不到源頭。一般來說，有貨櫃車司機出入的地方，其實就是最高危的地方。有飲食店廚師雲集的地方，也是社區爆發風險最大的地方。廚師進入批發市場買貨，把污染了的食物帶回飲食店，他本人很容易感染，接着廚師傳染給傳菜的服務員，服務員再污染了飯碗筷子、茶杯，或者在大堂中的空氣播毒，食家立即感染了，社區爆發因此就發生了。

因此，特區政府應該注意濕街市和海鮮散播病毒的風險，並不僅僅是限制進入街市的人數就安全了。特區政府應該規定：所有街市內的商販，必須戴上口罩和手套，所有的冰塊應該先蓋上一張透明塑膠薄膜，上面再放魚類，任何購買者絕對不能用手接觸海鮮或者肉類和蔬果，所有從街市購買的食物，回到家裏應該即刻處理進行泡浸15分鐘，再用保鮮袋裝好，再放入雪櫃，然後用1：99的漂白水洗手。所有香港居民，應該保持良好習慣，要戴上手套（或者街市提供夾起食物的工具），不要在超級市場和街市翻動挑選各種食物，盡量避免病毒感染。



紅磡街市出現了確診病人大爆發。

終於明白古爾邦節了

自己猶勝兒子，便差遣天使阻止事情發生，改為叫他獻上一頭羔羊。

Hari Raya Haji便是為了紀念亞伯拉罕這段事跡而流傳下來的習俗。不過，穆斯林的《可蘭經》與《聖經》有點不同，如後者所說亞伯拉罕的兒子是以撒，而前者的是以實瑪利（Ismael）；宰殺場地後者為摩利亞山，前者則為耶路撒冷的阿克薩清真寺。亞伯拉罕在《可蘭經》中被翻譯為易卜拉欣，上帝是基督教徒對神的稱謂，穆斯林教徒稱他們的神為阿拉或安拉（Allah）。

這個故事在兩個宗教的記錄中均相同的便是最後都是由一頭羔羊代替險在刀口下喪命的小孩，這亦是代罪羔羊的來源，而古爾邦節亦因此開始。之後，世世代代的穆斯林教徒都在這個節日中宰殺牲畜，以紀念這段歷史。有的穆斯林國家會宰殺牛、羊和駱駝，所以這個習俗又叫做宰牲節。被挑選用作祭品的3種牲口必須健康，外形漂亮，才是合乎當祭品的條件。據說在某些國家中，大戶人家奉獻駱駝，中戶人家奉獻牛，小戶人家則奉獻羊。教徒宰殺牲口後，將肉分為3份，一份送給親友、一份送給窮人、一份留為自用。

新疆有些地區的穆斯林教徒更會視那天如過年般重要，人人穿上新衣，並且安排很多活動、會禮、表演等，與眾同樂，熱鬧非常。

我問女傭，印尼的回教徒在古爾邦節有什麼東西要做？她說她的鄉村不會為此節日大肆慶祝，像過年一樣，四處拜訪親友和大喝一番。不過，村民仍會應宰牲節之名，聘請屠夫在節日那天屠宰牛或羊。屠夫為了尊重這項神聖的工作，在節日的一星期前已經不可以剪頭髮和剪指甲。屠夫完成屠宰工作後，村民只會將宰好的牛肉和羊肉分成兩份，一份送給親友、一份送贈窮人，自己卻不能留下。當然，當你送牛肉和羊肉給別人時，人家又會送回他的肉食給你，你還是會有很多肉的。

我很欣賞穆斯林這種報施和博愛的精神。我有時聽女傭說他們在村中，每當過時過節時，總會留起一些食物送給貧窮的人、孤兒、老人等，與別人同享自己的福氣。我相信他們住在印尼的村落中，物質生活並不富裕，但是他們都是心中富有的人，因為他們很有愛心和得到很多關懷。