

琴台客聚

大地遊走

中國四大河流行：黃河篇青海湖

水邊留痕

假的就是真不了

不久前聽說資深報人韓中旋逝世，感到愕然之餘，為之喟嘆不已！

去年初與他一直有交往。當時請他為我主編的雜誌寫一個隨筆專欄。說好是寫報人逸事。他自起欄名：「報林素墨」，寫了兩篇後，他又改變主意，說還是寫文史與詩詞。

在「報林素墨」中，有一篇「自畫像」，寫他在當《成報》21年老總後退休的得意一幕。且說當年《成報》為他舉行簡單而隆重的榮休儀式，「致送一斤重金牌，上刻四字：『報壇之星』」（韓中旋語，下同），韓老總回報以四句詩：「依然兩袖裊風清，老去風懷筆未停；21年無成一事，疚心我負報壇星。」

韓才子未免謙虛，只是一句「老去風懷筆未停」，俱見抱負。他後來以「珠珠」筆名，在《信報》等寫專欄，漫談報壇逸事，可見寶刀未老。

韓中旋退休於《成報》極盛時，難怪十分風光。

2000年老闊何文法以1億5,000萬賣了《成報》，據說何文法對這位老臣子心存感恩，開了一張2,000萬的支票給韓老總，其時是20年前，哄動報界。

韓中旋雖然只是小學畢

業，但發奮勤學，涉獵甚廣，知識淵博，寫得一手好文章。

記得上世紀八十年代與艷星兼才女狄娜茶敘。她曾說，她收到的芸芸情書之中，數韓才子最有文采。

認識韓才子是筆名「楊八妹」張寬義兄介紹的。

我們偶爾在中環茶敘。他們兩人侃侃談起香港報壇掌故，十分引人入勝。近十多年來，很少見面，偶爾飯聚，大都是紫薇楊——楊君澤兄請的客。

金庸逝世，我請他寫一篇紀念文章，他很快答應，寫一篇題為《金庸喜聽陳霞子講收買佬》。

講的是報壇逸事。文章說，金庸當年辦《明報》還是一個初哥，便主動請教報壇耆宿、《晶報》社長陳霞子予以教路。由韓才子薦引。

3人在中環陸羽茶室「摸茶杯底」。陳霞子對金庸說：「成功的報人都是出色的收買佬。收買佬的重要使命就是化死寶為活財。將收買回來的陳舊東西，揀其可取的加以翻新，並予新包裝推廣，倘新包裝產品廣受歡迎，便是收買佬平生第一樂事，也是他獲得最好的回報。」

一席話下來，金庸為之領首稱是。席散後，金庸對韓才子說：「希望你也是成功的收買佬。」

（《速寫韓中旋》之一）

歷盡千山險阻，要到黃河源頭的心願終於達成了，我趕忙坐上大個子司機的越野車，繼續閉目休息和深呼吸，帶著騰雲駕霧的身軀連夜趕回西寧。回到西寧原來入住的酒店，跌跌撞撞回到房間，躺在床上足不出戶睡了兩天兩夜，喝着番茄蛋花湯和小米粥，高原反應才調整過來。

一切準備就緒，我又出發了，今天我要到中國境內最大的內陸湖，面積達4,365公里（等於4個多香港的大小）的青海湖去。

從西寧到青海湖約200公里，從西寧出發約1個小時，發覺窗外景色越發好看，路旁兩邊都是綠茸茸的草，草地上好多神氣肥壯的羊，及自在健碩的犏牛；這裏的犏牛一大群一大群的，都有牧人看管。在青藏高原遊走了數天，還未見過牧人呢，我趕緊請司機叔叔停車讓我親親犏牛，和牧人說說話。3個高大的牧人穿着外套牛仔褲，煞是酷男模樣。他們臉上滿溢純樸祥和，只說一點普通話，原來他們全是藏民，青海湖地區有12個民族共居，藏民佔近九成。

聽司機說，近年青海湖地區自然環境好多了，草長高了，牛羊也長得壯，原來國家決心保護青海省珍貴的自然資源，嚴禁危害環境的經濟活動，整個青海省地區要做的，就是讓山更青，水更綠，牛羊更可愛。

繞青海湖一圈有360公里，司機把我拉到青海湖其中一個景區去，這裏地處湖邊，舉目遠望，天和湖水天水相連，那是一望無垠的藍；和

青藏高原頂巔上那有點扎眼的湛藍不一樣，這青海湖地區的藍柔和多了，柔和得像是在和我的眼睛做着輕柔的按摩，讓我身心舒坦，胸中無垠。青藏高原頂巔上空氣清新中帶着勁頭，有時更不近人情得讓人不敢久留；青海湖區的空氣仙境般的純淨甜美，人人在此都能愜意舒暢地散散步，好好享受這人間美景。青海湖邊有啡白相間的犏牛，穿着藏袍的藏族婦女正為牠刷着長長的毛，犏牛舒服透了，閉上眼睛寬意地享受着；不遠處有幾匹高大雄健的駿馬，慢嚼鮮美野草，悠哉悠哉。這時，油菜花也走進了青海湖區，她們飄逸着的嫩黃色衣裳為青海湖添上繽紛色彩，讓這裏的湖光山色美妙絕倫。

我在青海湖邊洗滌着心靈，享受着大自然送贈給我們的禮物，更為大自然高興雀躍，原來我正踏足的青海湖竟是回饋大自然的冠軍級人馬。近數十年來，我們耳聞目睹的都是湖泊乾涸縮小，或湖泊被污染令湖中生物滅絕的駭人訊息，我們可曾想像過：現今世上竟有一個湖泊，她的面積逐年增大，湖泊水量每年增加，這湖中的魚，湖上的鳥，湖邊的花草樹木能生機盎然地生活着的好消息呢？今天，我聽到了，



■如畫的青海湖。

作者供圖



百家廊

鍾情

「神獸」復學的通知下發後，小區裏的孩子們沸騰了，就像過了個漫長的冬天，剛出籠有渾身使不完的勁兒。我住的樓裏有三個孩子，上二年級的童童，每天中午下了網課，就能聽到他拎着小桶躊躇躊躇的下樓聲，去小區門口水站打純淨水，他哼唱着「你笑起來真好看」的曲調，順手把樓道裏的窗戶全部打開，「光當」一聲，再「光當」一聲，回來後蹦蹦跳跳再去打一趟水。而我隔壁的住戶，住着一對兄妹，哥哥上三年級，妹妹在幼兒園大班，他們從別處搬來租房一年多了，家裏做小買賣，平日裏老家親戚也常來，加上兩兄妹四五個孩子，嘰嘰喳喳嚷個不停，就像一個24小時不打烊的「遊樂園」，讓周圍鄰居難以安生。

我要說的是這對兄妹的媽媽。她挑染着黃頭髮，腳蹬漆皮高跟鞋，穿着打扮很跟潮流，甚至有些惹眼。然而，她一張口說話，瞬間就回到僻壤鄉下，滿口濃重方言，方言若土得可愛也招人喜歡，可她不，嗓音沙啞，喉嚨裏彷彿有個小木塞，說起話來就像拉胡弦，刺耳又難聽，我一度懷疑她甲狀腺有問題，如果光聽聲音不見人十有八九會以為是個老太太。每天下午接兩個孩子放學回來，她嘶啞的吼叫聲一波又一波穿牆而過，有些時候聲音彷彿被強力膠黏住，發不出聲來，讓人覺得聲帶壞掉。從下午到深夜，這樣的「衝擊波」不定時地穿牆發射過來，我斷斷續續搞明白，哥哥不好好寫作業，一會兒上廁所，一會兒吃東西，女人一頓怒吼，如山洪暴發；妹妹搗亂還不嫌事大，倒過來反咬一口，說哥哥欺負她，還「舉報」哥哥玩手机……男人在店裏忙到凌晨關門才回來。直到我深夜關掉電腦，這家人的「母女鬥」還未收場，在衛生間裏洗澡「乒乒乓乓」打鬧不停。

起初，我很同情這個女人，兩娃都不是省油的燈，當他們的媽媽不容易。妹妹小鬼大，伶牙俐齒，愛找茬兒，一言不合就和哥哥鬧個底朝天，哭得梨花帶雨。而哥哥性格內向，比較貪玩，對這個愛黏人的妹妹經常搞怪。儼然，他是知道讓着她的。他見到鄰居很有禮

貌，那個周一早上出門，碰見他去上學，時間晚了，還主動讓我先走，我回頭瞥見他背着書包，攥着屁股，胸前的紅領巾格外鮮艷。再次給我留下好印象，是他愛幹活。好幾次周末，我遇見他下樓倒垃圾，每回都是一大塑料袋欲要撐破的樣子，他根本拎不動，幾乎是努着勁兒沿着樓梯拖拽，眼睛眉手擠到一起，發出「嘿啲嘿啲」的聲音。還有一次，塑料袋子破了個洞，垃圾在樓梯上滾落一地，瓜皮果蒂，生活垃圾，污水弄髒了他的褲角，他倒完垃圾回來，進屋摸來一把掃帚，喇喇喇地清掃，搓起來。那天，好像女人不在家，其實她在家也不會出來。

很多時候，成人不如一個孩子，這句話雖遭人謾罵，但此言不虛。進入這個初夏發生的一件事，讓我對隔壁的這個女人不再同情。今天來一批，明天又換一批，女人家裏就像流水客棧，人來人往，孩子多，大人也多，七八口人，喧喧嚷嚷的。那天晚上，她家廁所的下水道堵了，用破臉盆掏出一堆污泥和穢物，惡臭沖天。大家都以為她會盡快處理掉，第二天，第三天，臉盆在樓道裏歸然不動。每天很多人上上下下，走到這裏都不約而同捂鼻，快走幾步，卻沒有一個人站出來管閒事。那幾天正好是高溫天，樓道裏臭味熏天，招來一些蚊蟲飛飛泛泛，有人把樓道所有窗戶都打開，也無濟於事。母親看不下去了，不顧糊着膏藥的腰疼，一癢一癢端着臉盆下樓，想辦法處理掉。當天下午，女人回來，照例掏鑰匙開門，若無其事，一切就像什麼事都沒發生過，兩個娃依然吵鬧不停。

第二天，女人門口又多了一大堆垃圾，流淌出暗紅色的污水，讓人避而遠之。俗話說，人不可貌相，海水不可斗量，對女人來說，再精緻的妝容，再時尚的衣着，也抵不過美好的操行。我不禁為這樣的媽媽感到汗顏，想起作家簡媾曾教育兒子，要趁早學會獨立自主，做一個能自我照顧也能照顧他人的人。她語重心長地對兒子說：「爸媽只是協助你成長的人，而且協助的範圍會隨着你的年齡增加而減少，你的人生必須靠自己開鑿，不能靠我們保護。若我們一直呵護你，便是剝奪你為人奮發的機會，等同於斷你的手腳。」當年，簡媾給五年

又沒有明確說會錄取你，不如先忍一忍，在新公司邊做邊看。站在公司角度考慮，上司作出如此反應，也無可厚非。畢竟，每間公司都不希望出資為他人培訓人才。站在僱員立場，親友們的建議也是人之常情，騎馬找馬是職場常態。

糾結了一天後，他在下班前遞了辭職信，然後語調輕鬆地打給我說，我剛失業了，你請我吃飯吧。

餐敘時他很坦率地說，雖然心裏多少會不舒服，但仍舊欽佩上司的直截了當。畢竟，把不好聽的話說到明處，比暗地裏打壓針對要光明磊落得多。

我深以為然。

國人通常都信奉一句話，有人的地方便有江湖。有江湖，便必定險惡。江湖這個詞原是道教哲學用語。莊子最早使用這個詞：相濡以沫，不如相忘於江湖。後來人心多思，徘徊纏綿，江湖便脫離了江河湖泊，成了與廟堂相對的所在，也成了紛亂世事難測人心的境地。沒有武俠的時代，職場便成了最大的江湖。隨意走進書店，職場教程、職場寶典、職場秘籍，甚至直接標榜職場厚黑學的书，俯首可見。有時候在機場等飛機，登機口處小小一間門

畫面裏穿着黃背心的所謂記者們，令市民觀眾都看得瞪目結舌：「香港何時變成有這麼多記者，什麼情況！？」為了撥亂反正，警方在《警察通例》中也要修例啊！消息一出，真記者們激動得擊掌歡呼，大叫：「真的假不了，假的真不了呀！」

資深傳媒記者指，沒有專業記者會走在前面遮擋警察，更不會將鏡頭焦點只「對着」一方，拍照也好拍攝也好，都會盡量採取「全方位」報道，而新聞自由也有一定的底線，並不包括記者可以製造「假新聞」，或去捏造「假消息」；媒體自己有立場無可厚非，不過偏頗過了底線，就是問題了。

對正常人（讀者們）來說，是想看專業傳媒全面真實的新聞報道，不是傳媒記者帶着自己立場去選擇性拍攝和報道；但現今香港的新聞平台。不少是「標題黨」，新聞內容「無實錘」，更甚者開篇一張圖片，剩下「全靠編」作「故仔」的，撰稿者「神經錯亂」使專職的編劇們亦搖頭嘆息：「他們只會毫無底線地報道暴行模式，專業守則都不存在的！偏偏有些讀者和市民還好這類消息，無奈的感覺在正常人心裏不斷升騰翻滾着，唉！」

在任何行業出現亂象時，是極之需要真的工作證來「驗明正身」，而談到記者操守和道德修養問題，有演藝人朋友說出一段他親身經歷的事情：那一次記者們的圍訪，竟然有記者粗言穢語辱罵同行，理由是不容這位記者加入圍訪，要待他們訪問完畢該記者才可訪問演藝人，連在場的被訪者都感到非常尷尬，不禁問什麼時候娛樂記者連「尊重」二字都不懂得寫呀？做人應有的品格也蕩然無存了。

一張破嘴會毀掉你所有的優秀！



爽姐私語

這些天偷時間看看內地的抗疫電視劇《在一起》，內容是以真人真事編寫，分了好幾個單元，每個單元有上下集，都由著名的演員擔演，且幾乎都以素顏演出。

在疫情嚴重期，有很多感人的醫護人員和被感染者的故事發生在其中，特別是在前線奮戰的醫護，他們日以繼夜與病毒作戰的精神特別感人。在內地疫情嚴重期間，有很多醫護人員的感人故事。早前在國家廣電總局的組織下，與多個影視製作單位合作籌拍的首部抗疫劇集《在一起》。

此劇集合了很多很多演員參與，包括：張嘉益、靳東、雷佳音、李小冉、黃景瑜、趙今麥、王自建、任重、朱亞文、楊洋、李沁、鄧倫、張雲龍、譚卓、孫儷、張天愛、馮紹峰、張靜初、賈乃亮、海清、蔣欣、徐璐、陸毅、郭濤等等。他們分別在不同的故事中演出，其中不少還是素顏演出，如楊洋與趙今麥這兩



■醫護、患者手扣手，一起對抗疫情！



路地觀察

剛過寒露，天氣明顯冷了。大家都說會迎來第四波，其實這個季節本身就是要特別留意身體健康，所以不用太害怕，謹慎就好，太恐慌亦對身體不好。

秋天容易覺得乾和燥，易亂飲清熱湯水或吃水果，反令寒濕問題加劇。最安全是喝薑蜜、熟普洱茶，小心飲食如戒煎炸。為了準備入冬，要增加睡眠時間，午睡也可以睡多點，尤其是小朋友。現在復課只有半天，最好在放學後做點戶外運動，曬曬太陽，出一出汗，回家沖個暖水浴，再睡一小時。

晚上睡覺一定要下身比上身暖，着鬆一點的襪，夜尿也會少了！必定穿長褲長襪把關節保暖。有時間最好晚上浸腳，經過一天的辛勞，最好泡一泡，水位要過腳眼，可加薑粉，或用浴鹽再加不同的溫性精油，如丁香、肉桂、羅勒、百里香等等。

## 秋冬小提醒

另外，就是要多點點艾。現在有很多無煙的小貼貼套裝，但我最喜歡還是艾條，一支用手握着，再緩緩在穴位上打圈，感覺熱力和藥力不單暖還很深，與一般暖水袋及薑貼不能比擬，一星期可以至少做一次。至於什麼部位，可以多點上網看艾灸，最基本的都是在脊骨兩旁的俞穴，以及肚臍以下的關元穴，補補氣，十分舒服。

此外，天氣開始涼，肌肉也會縮着一團，每天至少拉筋10分鐘，簡單的瑜伽就可。最好赤腳在草地或沙地上。近來介紹了「接地」給一個有煩惱的朋友，她真的聽話去了草地坐1小時，她說坐了一會兒果然覺得心情好了，竟然不理其他人眼光還躺着睡在草地上。1小時後，自己照鏡看自己的樣子，比化妝還漂亮，她也嚇一跳。微電流和地氣都很能幫到大家，不信的話可自己試試，晚上會睡得更香！



鵬情萬里

趙鵬飛

上月初，我在此專欄寫過一個年輕朋友的故事。這個朋友今年大學畢業，儘管疫情之下經濟蕭條，市道疲軟，他還是在9月份順利通過層層面試，入職了一間規模尚可的公司。上班第三日，他又收到了四大的面試通知。朋友唸書時，便對四大鍾情不已，怎奈畢業前投出的履歷，一直也未能如願。為了準備好這個面試，他跟上司請了一天假。我問他，入職才三日請假的理由是什麼？他說如實告知上司，是為了四大面試準備。

朋友的理由是，學會計專業的人，誠實是最基本的要求。如果上司因此而針對他，這樣的公司繼續留下也沒什麼前途。

多位相識的朋友看到專欄文章後很好奇，想知道這個誠實的香港Boy，後續的職場遭遇會如何。

不出眾人所料，結束四大面試回來上班的誠實Boy，被上司約談了。上司的話很直接，如果你在這裏上班，心裏還想着其他地方，我就不能把你作為長期培養的目標人選，你自己好好考慮清楚。

朋友心情瞬間低落。父母和同學都建議他，現時市道如此艱難，四大

## 誠實Boy的故事續

店，擺着一枱面向門口的電腦，冠有「成功學大師」的人，正飛沫四濺地在向匆匆路人傳授職場制勝學。

工作是謀生的必要手段，也因此，職場成了家庭之外，精神和軀體停留最久的地方。有人在職場上享受到了功成名就，有人博得了事業有成，更多的人平凡普通，謀得三餐有濟一家溫飽。這樣的職場，本該更多溫熱平常，更多激情飛揚。殊不知，趨利避害之溫熱，教授職場生存法則都儼然成了一門顯學。可歎可憐。作為職場新人的朋友，所流露出的誠實耿直，讓我幾番動容。無論職場的顏色多豐富，自我堅持的純真底色，何時都不應被遮擋和塗抹。

朋友出自自薪家庭，既已大學畢業，就沒理由再腆着臉用父母的錢。為了能專注入職四大，辭職之後，他在一間規模很小的公司找到了一份兼職。報酬不高，自用之外，勉強能省出一些來幫補家用。工餘，也有足夠的時間繼續準備面試。

上周末，朋友很興奮地告訴我，四大通知他進入第二輪面試。好消息接踵而來，他被正式錄取了。看來，下一次餐聚得他請客了。