



「普濟勸善」的精神

黃大仙信仰自1897年在廣東冒起萌芽，至今已超過100年歷史。

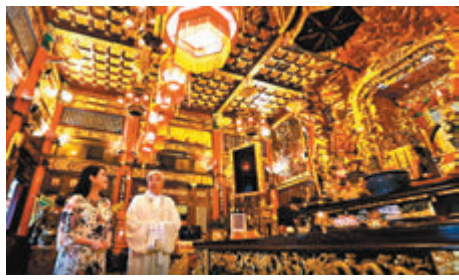
在番禺苦山的「普濟壇」，最初只是陳姓家族的一個乩壇，由於方方的靈驗，求乩者愈來愈多，其中一個姓梁的家族也是扶乩的一分子，他們的第三代後人梁仁菴道長，是另一位關鍵人物，於1901年在廣州花埭西樵創立「普慶壇」，繼承苦山「普濟壇」的「普濟勸善」精神。

據說清朝兩廣水師提督李準，曾經帶他的母親到黃大仙祠診治，如願康復。當時疫症肆虐猖獗，「普慶壇」設有藥局贈醫施藥，使仙師的名聲更廣傳千里。

由於乩壇方式施行普濟，已無法滿足信眾日增的需求，於是，設有靈籤、藥籤供信眾問事、問藥方之用。1908年，花埭黃仙祠已有黃大仙靈籤供信眾求問。

早期的黃大仙信仰者，並沒有只停留於時代的悲情中，而是把這種悲情化成行動，以「普濟勸善」為宗旨，使黃大仙信仰廣傳民間。士子的自我救贖，轉化成對大眾實際災難的救贖，為日後黃大仙信仰奠下了堅實基礎！

二十世紀初，中國內地社會比較動盪，許多宗教的壇堂南來香港發展，繼續傳教弘道的工作。齋色園黃大仙祠監院李耀輝博士(義覺)道長告知：「1915年，梁仁菴道長收到扶乩指



●1921年仙師乩示將來建廟的地方，就是現在主殿內供奉黃大仙像的位置，充滿靈氣。 作者供圖



陳豪「防疫真漢子」

陳豪與陳茵媺(Amice)順利過渡「七年之癢」，過年前更搬到一個坐擁無敵海景的2,200呎單位，一家五口幸福燦爛。陳茵媺十分能幹，搬屋期間，由於陳豪要開工，幫不到手，只得她一人打點一切，既要湊小朋友又要一手包辦搬屋，屋企牆、砌傢俬她全部一腳踢，還要買年花、辦年貨等等，陳豪封老婆是Super Woman，他則是Super lucky man。

農曆年過後，由於他主演的新劇《白色強人II》要到深圳、上海等地拍攝取景，他與其他參與的演員要率先北上進行21日隔離，此行要跟家人相隔兩地差不多兩個月時間，出名廿四孝爸爸的陳豪覺得很無奈，因為這段期間，正好陳茵媺、他自己和囡囡生日，因拍劇一家人不能一起慶祝，還好能跟二仔慶祝了生日才走。所以他堅持再忙也會親自去挑選禮物，走之前會送，回來又會送，最緊要是家人開心。

隔離期間，陳豪不忘隔空親子，陪三子女玩線上遊戲過三關，奇怪的是陳豪全程都戴住口罩，引起網友疑惑為何陳豪隔離時都戴口罩？陳茵媺代為解釋：「這樣他感覺比較安全。」翻看陳豪近日的家庭生活照，會發現他不論在家中BBQ、在廚房煮食、為囡囡剪頭髮，都戴上口罩，總之安全至上，他不介意自己辛苦，因此傳媒封他一個美



●陳豪一家五口幸福爆燈。



趙福壇教授的書法

2013年，我在廣州新塘圖書館舉辦第二次個人書法展，廣州大學趙福壇教授和一群書法家聯袂到新塘捧場，於是以書友友便開始了我們之間的友誼和合作。

趙教授是我中山大學的校友和學長。他讀中文，因而當有幸獲我國著名古文字學家及書法家容庚先生和商承祚先生兩老的指導和教誨，這使他除了有很高的古文字學識，書法也有相當修為。

為了促進粵港兩地書法交流，作為香港養生書法研究會會長，我誠摯邀請了趙福壇教授擔任香港養生書法研究會名譽會長，並共同組織舉辦一年一屆的《粵港養生書畫作品聯展》。從趙教授連續參加八屆《粵港養生書畫作品聯展》的作品來看，他的書法水平可說一年上一個台階。

書法之道，非一朝一日可成。趙福壇對風神骨氣的追求，顯示了強烈的自信心和自豪感。他並不沉迷於法度，更多的是提倡漢魏氣質，禮讚神采之美。他認識陰陽調和觀念在書法創作中的作用，懂得「單精一字，功歸自得盈虛。統視連行，妙在相承起伏。」所以，能筆致圓融過逸，外柔內剛，風神灑散。

書法是人格的表現，「心之所發」、「運之為字跡」、「人品既殊，性情各異，筆勢所運，邪正自形」。趙福壇強調內心修養，強調精神與形式的互相滲透，故他的書法溫而厲，恭而安，氣質渾然，氣象中和。

今趙福壇教授將多年來的書法作品整理並分集編出：一是歷屆參展作品選，二是書法選，三是臨書選，四是手稿選。承蒙他囑予為其作序，特作此書奉之。



愛國者審查應包括司法界

香港在去年實施香港國安法後，終於平息了破壞社會超過一年的黑暴。繼反中亂港者紛紛被捕後，中央為落實「愛國者治港」原則，將完善選舉制度，堵塞反中亂港分子偷換「一國兩制」的概念作借口，通過選舉平台和勾結外國勢力，破壞香港繁榮安定，危害國家安全和損害國家主權。

愛國者管治的原則，在世界各地都屬於常態。但由於香港的情況特殊，由於歷史遺留下來，不少一直身居高位的官員，都是1997年回歸前由港英挑選和培訓出來者；當中有多少人真正愛國？以回歸後某位政務司司長為例，退下來在野時，竟然變成反對派的中堅分子，不難想像其在任時，是否真心效忠。

在黑暴肆虐期間，不少公務員竟然上街聲援，甚至參與其中，部分更組成工會，與政府對着幹，並贏得不少公務員附和。在近日政府要求公務員宣誓效忠時，發現陸續有人「跳船」離開政府，可見公務員隊伍中，早已潛伏了不少反政府的非愛國者。

除負責行政工作的公務員隊伍外，立法會、選委會和區議會，都應由愛國愛港人士擔任。中央提出「愛國者治港」，完全是針對時弊的一條好橋，令一心搞亂香港，甚至直接或間接支持「港獨」者，失去名正言順佔據權力核心的機會；並且令有意從政的愛國愛港的有能之士，可以有更大的機會晉身議會服務，絕對是香港之福。

然而，香港要全面撥亂反正，還有一個機構應予嚴肅整頓，就是香港的司法界。

司法講究公平公正，法律面前人人平等，法治才能彰顯。然而，現在卻經常見到個別法官，連證據確鑿的黑暴分子，都能輕輕放過，其判決卻經常被上級法院駁回。這種「警察拉人，法官放人」的怪現象，民間屢有聲音要求改革，但卻往往被一句「司法獨立」推諉。

香港法律界百多年來，一直與英國互通，早已不是秘密，香港大律師公會主席是英國地區會議員！法律界更組成政黨參政，站邊於號稱泛民的反對派陣營。只要察看法官的履歷，不難發現不少曾與該政黨有聯繫者。

香港是法治社會，司法公正非常重要。如果任由外國與本地司法界，繼續維持千絲萬縷的關係，實在說不過去。反對派亦往往藉司法覆核阻礙施政，因此，委任更多「愛國愛港」者擔任法官，將明顯判決經常被認為不公不正者換走，堵塞法治漏洞，亦已變得刻不容緩。



及早治療乳癌 活出精彩人生

昨天三八婦女節，大家都關注到現今有關乳癌的情況，原來近年乳癌在香港已成為亞洲之冠、女性頭號癌症、本港第三位癌症殺手……雖然現代婦女堅強自主，但當不幸患上惡疾，無論如何的堅強也難以對抗心靈的打擊。幸好16年前有心人淑梅醫生創辦了非牟利慈善組織「香港乳癌基金會」造福和支援無數的確診患者。

香港政府前高官，現任基金會副主席的黃浪詩女士正是其中一位幸運的過來人，當年她被派駐悉尼出任經濟貿易辦事處處長，她樂意接受新挑戰，無奈她在彼邦確診了乳癌，「其實我是一個很小心的人，因為本身有家族史，40歲後每兩年都會乖乖檢查一次。我常說自己是一個定期檢查的典型受益者，記得11年前4月，我剛忙完了澳紐各處的新春酒會，靜下來，我照常去作定期檢查，醫生發現我那很細小的、未夠1cm的腫瘤，登時我很驚嚇，六神無主，連續兩晚睡不了，如跌入了萬丈深淵……」

「經過和家人商量，我回港接受治療，幸好是早期只作電療，不用化療，但要服用荷爾蒙藥足足10年，去年完成療程正式宣布畢業！其中對我最大的支援就是香港乳癌基金會，在中心，我見到很多同路人，她們走過我走的路，可能辛苦嚴重過自己，今天依然健康地站起來，她們的康復經驗給我很大的鼓舞，比任何護士更有過病的醫生讓護士更有過服藥！嘩，原來Cancer唔使一定死！最後會復。」

康復的，更可以活出精彩！」

基金會管治委員會委員，經常到中心作義診的熊維嘉醫生，他同意當病人確診的一刹那就像跌入一個黑洞，「面對病人一定要講事實，但要避重就輕，患者最好有親友陪同，因為自己一人去接收訊息，會很亂、會聽錯、聽漏。我會跟病人說，這個病其實可以醫好的，只要有信心，但這條路並非感冒兩日可以痊癒，路會比較長，過程有辛苦有起伏，病最終會康復，但，心理上也要配合，病醫好了就是要你生活如一個正常人，但如果你正常不了，不停憂慮復發，又怕有其他問題出現，這等於病未好！」

過來人黃浪詩女士一再提醒姐妹，「不要將所有擔子交給醫護，自己也要扮演一個重要的角色，要接收更多正面的訊息，心理健康，態度積極很重要。疫情底下，無論論的也要正常檢查，健康的女士也一樣，病不會等人的。確診後，自己和家人一樣受影響，丈夫兒女都會好驚，我們這中心就是希望他們哭着進來，笑着出去。很感恩，很多過來人和家人也成為中心的義工。」

到底這位曾服務過不同首長級位置的退休高官黃浪詩副主席，如何將公職經驗帶到基金會？「八個字：迎難而上，盡力而為！基金會是志願機構，資源有限，多得善長仁翁的支持和幫忙，所以我們一定小心去運用每一分資源，讓服務對象得到最切實的幫助！7年了，我會繼續學習和服務下去，也請各位姐妹記着我們的口號（及早發現、治療關鍵）！」

我也祝願各位乳癌病患者早日康復，重活精彩人生！「亞洲之冠」稱號早日除名！



●祝願各位乳癌病患者早日康復。 作者供圖



毛邊書與舊時光

我的老友、小說家千夫長出了一本新書，名曰《千頁書》，書名不虛，確實厚達千頁，可謂實實在在的巨著。更讓我眼前一亮的還是這還是一本「毛邊書」。毛邊書對今天的讀者來說，委實太陌生了。而在民國時，很多文人都喜歡在自己得意的著作中印上那麼一些毛邊本，以饋贈自己的文友和知己，普通讀者是得不到的。魯迅先生便是毛邊書的狂熱鼓吹者，自稱「毛邊黨」，他的《吶喊》、《彷徨》和他弟弟周作人的《自己的園地》，初版便俱為毛邊本。周氏兄弟的文章好，影響力大，因此一時毛邊紙貴。後來更多的作家仿效，毛邊書便成為那時期出版界和讀者界的寵兒，用今天的話說叫「非常凡爾賽」。

據說毛邊書是歐洲發明的，盛行於法國，後來西學東漸時舶來吾土。藏書家沈文沖統計過，民國時期出版的毛邊書大約有1,500種之多，大約佔當時年出版書種的十分之一，這是十分驚人的比例。除了跟風仿效以外，也可能跟那時的文人大多能坐下來真讀書有關係。但中國古代是否就有毛邊書，大都無人論及，我是一直懷疑有的，只是沒見到過。

在千夫長的書房，我們幾位文友摩挲把玩着這本厚如城磚的毛邊本《千頁書》，一邊感嘆物以稀為貴，一邊搶到一本簽名蓋章的毛邊書。以至於作者印出的十本毛邊書，頃刻間便消去小半。千夫長關上他深藏在書櫃深處的毛邊書時，臉上笑得很好看，但心裏估計是「多乎哉，不多也」的珍惜。

在今天這個時代，紙張質書已經成為需要挽救的行為，更何況讀毛邊書。聽千夫長說他在讀自己毛邊書的過程，讓人深感過癮。他說自己：「一天陶醉在刀與紙的撕殺中，太治癒了。裁出了一本毛邊書出來，自己都愛不釋手。」用藝術家舒勇的話說：「《千頁書》就是觀念藝術作品，我看也可以拿去參加藝術展了，作品名就叫《千頁書》。」

想倒想也是，如今肯花出時間來，讀一頁、裁一頁，再讀一頁、再裁一頁的傻人着實不多了，現在的聰明人都在拚命想怎麼能夠快一點、再快一點。快到了只能讀微博、微信體，以至於到了當下最火的「抖音體」已經沒有文字的地位了，只剩下聲音和圖像，而且都是網上下載的幾百千篇一律的素材。

因此，從某種意義上說，毛邊書是在幫我們留住舊時光，留住一個文人有體面、文字有尊嚴、文化有擔當的時代。那個時代，人們經常像夸父那樣追日，像精衛那樣填海，像西西弗斯那樣推石。而我們今天所津津樂道的那些文化經典，都是魯迅一樣的傻人這麼慢慢生產出來的，而書獃子們也同樣慢慢地積澀起來了。而今天的聰明人太多了，傻子不夠了，於是我們理所當然地予取予奪，自己不願意從涼水開始煮沸，喜歡在別人的九十九度上去燒那最後一度。真應了前幾年的玩笑話：「走自己的路，讓別人無路可走。」

隨着讀書時間愈久，就愈留意書籍裝幀，有些不錯的書，因為設計簡陋、裝幀粗疏，只能直接跳過。

近十多年來，內地的新書有個陋習讓老派的讀書人一直不爽，就是喜歡給書籍蒙上一層塑料皮。我早前去法蘭克福書展，就發現凡中國書皆有塑料皮，而外版書大都袒露以示。當時我就寫過一篇文章《拒絕戴套》。初看到文章名，可能讓人以為涉黃，其實這裏說的「套」，不是男女在床上戴的那個，而是書在貨架上戴的那個。

我也沒考證過，究竟是從哪天起，中國的書籍都嬌貴起來，紛紛戴起了塑料「套子」，也有人調侃地稱為「雨披」。起先只是在個別貴重的書冊上穿，後來竟向所有書籍蔓延。一本兩本戴乃至十本八本戴倒也罷了，你讓所有的書籍都戴套，未免也太過分了。很多國家都出台了「限塑令」，吾國也不止一次下過禁令，但隨着文化產業的「逆

勢而上」，這種白色污染也借文化的名義「逆勢」死灰復燃了。過去包羅萬物的東西，現在包起書籍，不知道是塑料的增值，還是書籍的貶值。

很多作家都有這樣體驗，自己在給讀者簽名時，這邊在簽，那邊工作人員在手忙腳亂地幫他撕塑料皮，幾百本書簽完，幾百個「套子」和「雨披」聚成一座白色的垃圾山，實在讓人難堪。雖然從保護書的整潔角度來說有丁點好處，但塑膠一拆，就沒有一點用處了，相反對環保產生無法遏制的危害。讀書人都懂得，買書的時候東翻翻、西翻翻是一種樂趣，正是因為這種一書在手「質感」，才讓他們走進書店，不然大可上網讀書了。有時候拿起書無意中翻到中間的某一頁，一段文字打動了你，你買下了它。如果沒有這種東翻西翻隨便翻翻的過程，就沒有買書的結果，當然更沒有買書的樂趣。清朝有個倒幕鬼叫徐駿寫了一句「清風不識字，何事亂翻書」，掉了腦袋，但留下的這句詩告訴我們，古人是把「翻書」當作「讀書」的代名詞在用。

現在的書店裏，有愈來愈多的書被戴上套子，讀者們只能霧裏看花，憑着感覺買書，除了重版書和名著以外，其它很多書都會在讀者的不致敢玩中失之交臂。

一冊毛邊書在手，一裁一翻，再裁再翻，樂趣全在書中。讀書而有趣，才是讀書的真諦。



●毛邊本《千頁書》。 作者供圖



珍惜身邊人

假期中的某一天，朋友A在廚房炒菜，他的母親就在一旁根據她的經驗來指點。什麼時候應該放調料，什麼時候應該起鍋，她都顯得非常着急。而他卻因此對她生氣，他說自己來就可以，不用她在旁邊指揮。他的母親顯得很失落。

朋友A在和朋友見面的時候，朋友B跟他說，他非常非常的累，因為他的母親昨晚跟他聊天，為什麼還那麼夜不睡呢。他回答得很自然，陪一陪母親，挺好的。朋友A突然為自己的行為感到很內疚。其實我們平時都是在外忙，只有過年的時候才有空在家，就應該多陪陪父母。說一句令人傷感的話，父母都不再年輕，其實是見一面少一面了。

對的，我們平時都那麼忙，有多少時間是能夠好好對他們聊天，陪他們吃飯的呢？既然有時間

能夠一起，就應該好好珍惜。珍惜身邊人，我們總是把這句話放在嘴邊，卻沒有真正地做到。其實這才是我們最應該做的事情。人活著這一世，一直忙忙碌碌的，究竟是為了什麼呢？都不是為了能夠和自己所愛的人，過著幸福愉快的生活嗎？而自己所愛的人，一定是包括了生我們養我們的父母，以及我們的兄弟姐妹。每一年的新年，我們都會許一個希望家人幸福快樂的願望，希望自己能夠給他們幸福，但是我們又何曾真正做到呢？

珍惜身邊人。我們不需要有多麼大的壯舉，也不需要等如何合適的時間。珍惜，就應該在眼下。有句話說，世界上最美好的東西都是免費的，其實同時它也是無價的。和家人們一起生活著的平凡日子，雖然也都是穿衣吃飯，平平淡淡，沒有一點波瀾，但這就是幸福啊。幸福和物質沒有多大的關係，關鍵是我們的一顆心靈。我們能夠為爸爸媽媽做點什麼呢？我們不要想着在父親節母親節製造出多大的驚喜，當然那些儀式感也是需要的。但是我想強調的是，更多的是在平凡日子裏的陪伴。珍惜和他們在一起的日子，認真傾聽他們所說的每一句話，感受著他們的冷暖，並且給予他們溫暖，讓他們覺得安心。這才是珍惜呀。

珍惜身邊人。無論我們一生中有多少的宏圖壯志，無論我們想要到達多遠的遠方，我們首先要做到的就是珍惜身邊人。因為這是一種愛的傳承，也是因為有了愛，我們的存在才有意義。有了愛，我們的夢想才有意義，有了愛，我們流浪遠方時心靈才有歸宿。珍惜身邊的人，是在平凡日子裏的點點滴滴，哪怕是柴米油鹽醬醋茶，哪怕是一地雞毛煩瑣煩惱，我們都能夠齊心協力地去面对，我們都能夠為對方着想，我們都能夠互相陪伴，這就是珍惜的意義所在。