

尋夢

昂騰山人

勿以善小而不為！

每次聆聽重要官員發表「工作報告」或「工作計劃」時，內心已自然地產生出一種無奈的感覺，因為一般而言，這類講話均是沉悶而不吸引人的！

但今次聽李克強總理的政府工作報告卻使本人大大出乎意料之外，就是當本人聽到他說：「勿以善小而不為，勿以惡小而為之！」這一句話！

本來這只是一些「金句」，當我們中學畢業時，彼此寫在同學傳來的紀念冊之上的，金句是：「勿以善小而不為，勿以惡小而為之。」

其他的例如：「先天下之憂而憂，後天下之樂而樂」等等。這些金句或名人創出的名句，都是中學時代，彼此寫在對方紀念冊內的常用諺語！

雖然也是相當老土，但如在數十年後，再拿出來看看時，也覺得這些名句可以帶來很多甜美的回憶和幻想！因為同學之間寫這些紀念時，均是受國文老師的影響而不自覺地完全接受了這些優美而又用意良佳，文字少而意義深遠的警句！

但國務院總理卻在數以萬字計的政府工作報告中，加上了這七個字：「勿以善小而不為」去勸勉他屬下的官員；為人民服務時，除了絕不容許「失職」之外，還要懷有善心地去為人民雪中送炭！切勿以為善小而不為之！嘩！馬上令整篇政府工作報告和計劃生色不少！

而且，「勿以善小而不為」一句之後，還有一句未提的卻是

「勿以惡小而為之！」在人生中，這兩句話只不過是人生哲學和格言；但用在「工作報告」中，卻是一條非常嚴厲的工作準則！真是官場中的一句「金石良言」！

本人人生於中國文化較為低落的南方，又是窮鄉僻壤中長大的鄉下仔，但一直對中文甚為尊敬和熱愛！就是因為中文只須寫出五、六個中文字便可表達出一些意義深遠而歷久不衰的真理。

例如：《孔子過泰山側》的「苛政猛於虎」；《賣柑者言》的「金玉其外、敗絮其中」等等。「勿以善小而不為，勿以惡小而為之」本來只是一句朋友或同學之間互相勉勵的諺語，也是做人的正確態度！李總理引用來告誡各位官員，真是用得巧妙呀！

李總理將這句諺語放入他的工作報告之內，相信應該對全體官員是一句忠告：「勿以善小而不為，勿以惡小而為之！」這兩句簡單的說話，實在比千萬萬語的冗長訓辭更有效！

更為可取者，是李總理只用了一句「勿以善小而不為，勿以惡小而為之！」假如做官的也知道了這一句之後的另一句是「勿以惡小而為之！」他們自然懂得這句話的意思；但關鍵是：李總理不說這一句，其實比「說出來」更犀利；所謂不言而喻，那就是：「你們千萬要記住『勿以惡小而為之！』」因為這表示：凡有錯誤，無論多麼細微也一定會追究的。

希望本人這一得之見，也可以得到各位的認同，是所至盼！

隨想

興國

也談談歧視

歧視，一般字典的解釋比較簡單，如《漢語大詞典》就指「不平等地看待」。如果查網上的百科如「百度」或「維基」，那就詳細得多了，從定義到社會學的解釋，以及各式各樣的歧視類別，都有說明，讓人看了之後，驚覺社會上的歧視竟然有如此之多，更覺得如果真的要對歧視逐一檢視的話，每個人一不小心，都或多或少有歧視的行為出現。

像從前有人在媒體中形容身材龐大的女子是「有如航空母艦」，這話被台灣「教育部」編訂的《成語典》收錄其中，最近就被網民指有歧視成分。其實，如果說：「軍中有幾位女兵的身材有如航空母艦般高大威猛健碩」，這裡面有沒有歧視成分呢？恐怕就見仁見智了。

當然如果加上嘲笑的口氣，那自然就是歧視成分了，但如果是寫在小說裡配合那樣的氛圍呢？那是不是應當另作別論？

不過，時代不同了，幾十年前沒人會聯想到歧視情況，現在因為觀念的改變，已經不能同日而語了。就像性騷擾一樣，同樣的表示讚賞的拍拍肩膀或後背的動作，如今便會成為性騷擾的話柄。

其實，任何人都會對某些事情或某些人物表示個人的偏見，或多或少都有歧視的成分。只是某些人對某些歧視視之為常態而已。像《郭鶴年自傳》（商務印書館出版）中，郭先生自己就說：「那時，英資銀行家公然搞種族歧視。他們寧願貸款給拾荒的白種人，也不考慮貸款給正當的本地商人。膚色決定一切。」又像《有廟出租——政商共謀的殖民城市管治（1860-1920）》（莊玉惜著，商務印書館出版）中的引文說：「……在功能上將華人社區劃為廢物處理區，把會散發瘴氣的糞廁封鎖在內，好讓歐洲人社區不受病菌威脅。」這不也是對華人的歧視嗎？

沒有歧視、沒有偏見的世界，只能期待。

淑梅

車淑梅

陳美齡大仔3·31在港擺酒

準奶奶陳美齡為了預備大兒子 Arthur 一連四場的巡迴婚宴，她已特別到銀行保險箱，選擇當年結婚之時親友送的很多龍鳳簪，正為要送哪些首飾給未來媳婦而傷腦筋，「我有三個兒子，一定不可以偏心，但 Lucia 是大新抱，一定要較為特別的。」

她稱讚這位台灣新抱仔 Lucia 在她心中是 120 分，她溫柔堅強善良，在美國長大，煮飯非常好吃，知道未來奶奶有個壞習慣，喜歡吃薯片和飲紅蘿蔔汁，每次見面都會預備滿桌十多款不同的薯片和蔬菜汁。「大兒子很懂得計劃，凡事有多手準備，兩位年輕人曾經試過分手，去年再復合；去年底，我特別去美國探望他們，發覺他們非常愛護對方，我放心了。四場婚宴，包括第一場在台灣，第二場在日本，第三場 3 月 31 號在香港，7 月份在美國。我最重視的當然在香港這一場，由我負責，我做了一件藍色長裙，但長輩提醒做奶奶不可以穿這個顏色，於是再做一件粉紫紅色的，我不要太搶眼，希望大家望到的都是我的媳婦。當晚沒有什麼節目，就是講幾句介紹一對新人，只有小提琴演奏，希望讓大家都認識這對新人。」原來 Lucia 一直不知道未來奶奶是國際知名的婦女，直至到第一次和未來親家在台灣吃飯，對方媽咪就非常緊張，方知道女兒奶奶是名人。

陳美齡是出色的歌手，也是非常有心有力的好媽媽，將三名孩子送入了史丹福大學，正好印證了她的教育理念十分正確。當年在加拿大攻讀兒童心理學，後到史丹福完成教育博士課程，學習了很多理論，加上自己的想法，除了將思想和技巧放在自己家庭外，還出了很多親子書籍，已經突破了 90 本大關。

最近她出版了家長不能做的 35 件事情，分享了很多心得，值得向各位推薦……例如，她鼓勵家長在孩子三歲之前不分床，要和小朋友一起睡覺，因為父母的心跳，髮香，鼻鼾都可令孩子得到安全感，知道父母的愛就在身邊，睡得好，

早上精力充沛，子女的信心自然增強了。其實這也是我家裡一向的主張，孩子小學的時候，如果有好成績我便會獎勵他們進入主人房度宿一宵，三粒星星睡爸爸那一邊，如果有五粒星星就可以睡媽媽這一邊，所以他們很驕傲可以睡到媽媽旁邊，是榮譽，哈哈。

其實我一直都很疑惑，到底孩子在求學時期談戀愛，家長應該如何反應？教育博士陳美齡指出，「初中當然不好，但如果是高中的話，我會非常贊成，因為喜歡人是很自然的事，是一個人成長的重要質素，會懂得犧牲自己，關愛他人，我不會阻止，更會恭喜他找到女朋友，媽媽也想去見一下。不懂喜歡人的男女都會自私和孤獨；被別人喜歡，自己亦會加強自信，不過我也會提醒兒子不可做爸爸，要懂得珍惜家人和自己。其實人生要學懂如何去選擇，包括自己的未來伴侶，但很多家長都會爭着為子女去揀，我們要教曉孩子今天選擇會影響明天的人生，好的選擇，人生自然快樂自在。例如吃什麼雪糕，讓他們去挑選，選擇了，他不喜歡也不要跟他換，一定要將它吃完，但在事前，要給他多一一些有關不同雪糕味道的資料，讓他懂得為自己的選擇而負責。」

德蘭修女說過您有正面目光，你會愛上這世界，如果你說正面說話，這世界會愛上你，難怪我們都這麼喜歡陳美齡。今天陳美齡的兒子選擇了他的人生最愛，祝福一對新人在未來的婚姻路上相親相愛，就像他們的爸爸媽媽一樣活出令人艷羨的光彩，更希望他們早添貴子，讓我們這位教育博士在湊孫的路上多點實驗，可能親子書籍很快突破一百本的著作，這也是我們這些祖父母級的福氣。



陳美齡為送未來媳婦首飾而傷腦筋。 作者提供

娛生樂

與諧

路笑

又有娛樂圈騙子出沒

全球都有壞人，真的不明白娛樂圈特別多低手騙子，但我又偏偏遇上了，今天在這裡要向大家分享一下真人真事的經歷，讓一眾以信任為基礎的朋友們也可以我為鑑，不要重蹈覆轍我的不醒目，不過這次我也許傷得太甘了。

話說有一位前輩我已認識了二十個年頭，中間曾經失職，但一個機會讓我們重聚，開初所有提議機會也是所盼望的，令人有感覺機會再來了，使我更有一團火燃燒的感覺，便幫手做聯繫的工作，當然不少得也用了我很多的人面、時間、關係、努力。而跟他合作也是良好的，因為表面上也給予信心及金錢力量！

但是起初為了他重回娛樂圈工作而且有莫大信心及基礎信譽，也有很多人努力為他效力賣命，但每件事不出三個月都會突然靜止，說某老闆不見成效不再繼續了！我們合作夥伴出了力的也感氣餒了，但之後他又會用另一計劃來引導你再投入希望及你不計代價的服務，我第二次中獎便是用股份來打動我心，說我們是一起的始創人，只要信心、信任便理應成功；當然受騙的不止我一

個人，還有三個人，「慘」及「蠢」的我又一次相信他所說的公平貿易。

到了半年後，我們三人合作的計劃連 Design 也做好了，他便 Sell 給投資人，也騙其金錢，最後投資的知悉他不會真實工作後，大家也可只說喊也無謂，只好等死，而我們工作的更慘是從來沒有股份，也只得出不足的月薪（因為之前欠兩個月糧了），而他其他的生意也不出糧給員工，再者更明顯在開會時叫我們作假話引導投資公司，來到這裡我萬萬不能了，不要為他說假話，也過不了我的良心，所以便立即請辭，保住自己小命。

這個真人真事跟大家分享的目的是我們在圈中常憑信任開始工作，但我們也會為開舖開公司心急成功有名氣而誤入奸商圈內，藝人真的不是每個人都聰明，很容易因為信任而令自己後悔，我們真的要帶眼識人，而在這次事後我得到的福氣是我不是好人，更不為錢害人，也識了一同被呢但其實大家也有工作實力的好人！

往後我們都要繼續努力，今次就當上了一堂課吧！

學佛

乾坤

伍淑賢

誤會佛

農曆年跟著同事茶敘，談到修養心性的問題，發現不少人對佛教頗多誤解，如覺得佛教徒都是因人生受到重大打擊挫折，失意才學佛；至於出家人更不得了，以為僧尼都是「賈寶玉」般橫遭家破人亡巨變，心灰意冷才遁入空門的。

他們又以為佛教是特消極悲觀的，只知叫人避世修行。有這諸種誤解的，竟又是受過良好教育的企業高管，正值人生黃金期，他們的誤解會影響身邊很多人，產生大量顛倒見。我雖是門外漢，也膽粗粗要說一說。

據佛教朋友的講法，佛教的人生觀其實非常積極，他們對生命的基本觀念，是一切皆「緣起性空」，即人生各種物質現象和精神現象，都由種種「主因」（一己的行為和心念）、結合各種「助緣」（客觀環境加上他人所作之業）之互相依賴而生起，即「眾緣和合」而成。

由於生命每刻都是眾緣和合，因此每刻都在流轉變化中，剎那生滅，川流不息，所以都是不定，是「空」。這空並不表示什

麼都沒有，不是 Empty，生命還是存在的，只是沒有「永恒不變」。

倘我們執着任何一刻任何一事，以為是永恒的真實，不肯接受生命乃不斷變化的事實，比如老、病、壞、死、榮辱得失等變化，尤其是不肯接受並無永恒不變、真實之「我」這點，就會痛苦非常，這也是我們普通人或多或少總有的「我執」，須尋求解脫，減少煩惱。

正因為生命和事物都由眾緣和合而生，由各種主因和助緣互相影響和配合形成，所以時刻都是動態的、可轉變的。學佛者既非信宿命，也不信機械因果論，而是相信任何人只要通過行善修行，便有可能覺醒，可扭轉或改變各種主因和助緣，改善命運，減少煩惱，散亂的心轉趨安定清淨，成為覺者，甚至可助人覺醒，所謂自覺而覺他。

佛，就是覺者的意思。理論上人人都可成佛，雖然修行之路極漫長艱辛。

既然人人可努力修行，改善一己以至眾生命運，這種人生觀怎會是悲觀消極？

百家廊

韓小榮

那天，我們小區物業辦公室門口，人們自覺地排起長長的隊伍，不知所為何事。過去一問，大家都說是來領白菜的。這是物業公司為了提高收繳率，高招頻出，年底颯起的一陣「白菜風」。小區業主只要預交一年的物業費，就能免費領回家十棵大白菜。

冬季的大白菜不值錢，市場上才五毛錢一斤，十棵大白菜統共也就三十多。猛一抬頭，看到物業辦公室的牆壁上寫着標語：感恩有禮，百財聚來。白菜，諧音百財，有聚財之意。領白菜回家，好比是財源滾滾進門來，哪一個業主不動心呢？圖個吉利，討個綽頭，我未能免俗，趕緊加入到領白菜大軍中來。

從物業辦公室領來的大白菜放在我家陽台上。家裡暖氣溫度太高，我怕放不住，遂打電話，讓閨蜜小蔡來拿幾棵。小蔡很實在：自家的車老公開着去了外地，她迫不及待打了個的士，花了 10 元來了我。她挑了兩棵白菜，又打了個的士，花了 10 元回去了。留她吃午飯她說沒空。

第二天，我打開微信，看到小蔡給我發了個紅包。我知道她大方，紅包肯定不會低於 10 元。我怎麼能要呢？我說，我不要紅包，等着退回去吧。小蔡急了，說你再不領，我把兩棵白菜給你送回去。我哈哈一笑，回覆道，諒你也送不回去了，昨晚晚的朋友圈裡曬白菜燉豆腐，我早看見了。閨蜜小蔡頓時啞口無言，無計可施。我送出的兩棵白菜沒有白送，它見證了一個閨蜜的憨態可掬，更印證了情義無價。

白菜歷史悠久、經濟實惠、營養豐富、品種多多，由不得人們不愛。俗話說，「白菜吃半年，大夫享清閒」，可見大白菜是有些排毒功能的。大白菜是「菜中之王」，一年四季，餐桌必備。它親和力極強，適合葷素搭配，吸取了肉味精華的大白菜，味道愈加鮮美。我家的冬冬必備菜是白菜豆腐五花肉燉粉條，沒有這道菜，冬冬簡直沒法過。這道菜，可以不放粉條，也可以不放豆腐，就是不能少了白菜和五花肉。「肉中就數豬肉美，菜裡只有白菜鮮」，這話，農民伯伯經常念叨。這兩樣燉在

一起，省煩從簡，吃着舒心。

冬日的菜餚，以熱菜為主。然而，冬日的大白菜，經霜之後，口味最佳。我和老公特喜歡涼拌來吃。其實，這不矛盾，因為我們做的涼拌白菜是要放很多辣椒的。這些辣椒很辣很辣，能辣得嘴巴生疼，辣得全身冒汗。總之，涼拌白菜也能起到禦寒的作用。辣椒下飯，就着一盤涼拌白菜，老公比平常多吃兩個饅頭，我比平常多吃一個饅頭。我們一邊吃，一邊說辣說香，有時候辣得不行了，停一會，繼續吃。

我曾經告訴鄰居李大姐涼拌白菜格外好吃。李大姐回家自己做了嚐嚐，卻說不好吃，原因是她不吃辣椒。沒有辣椒怎麼會好吃呢？就像《紅樓夢》中做的茄釵，要用好多雞來配才肯出味哩！涼拌白菜這道再普通不過的小菜，在飯店是輕易吃不到的。它不像涼拌黃瓜那樣易於被大眾接受。因為它太普通，它的主原料只是一棵大白菜而已。因為普通，所以上不得大雅之堂。但是，對於我家來說，涼拌白菜是必不可少，離了它，我和老公就失去了一項重大的共同愛好。曾經聽說過，有些人因為對同一種食物產生了興趣，有了共同話題，繼而結為知己朋友。可見，食物的魅力有多大。

我知道老公愛吃涼拌白菜，勝過燉白菜、炒白菜。只要他沒有應酬，說好回家吃飯，我就精心準備一盤涼拌白菜端上餐桌。我先把紅辣椒放在平底鍋裡烤焦，取出晾一會。再取一棵白菜心，切成絲狀。把辣椒切碎後，放進白菜絲裡，再放香菜段、蔥絲、薑絲、醬油、醋、味精、香油配在一起調勻。乍一看，紅、白、黃、綠，色彩繽紛，引人食慾大增。有時候，家裡來了熟人，老公就喊：「老婆，做一盤涼拌白菜來，反正沒有外人。」我就炫技一般去廚房施展手藝。客人吃完，抹抹嘴，不誇其他的肉菜好吃，單誇我做的涼拌白菜十分爽口。小菜一碟，大受褒獎，我心裡要多美有多美。

愛上大白菜，永生不離不棄。自我記事起，每年都會吃到白菜肉餡餃子。家境貧窮的

時候，過年吃。現在富裕了，想吃就吃。吃着餃子，不免思緒紛飛，飄飄然就回到鄉間的菜園子裡。小時候，我家每年秋天都會種白菜。我還親自捆紮過白菜。白菜長到一定程度，為了使得菜心結實，一定要把鋪散的白菜綠葉子捆紮好。白菜捆好了，白菜才能捲得緊，捲得緊的白菜才是好白菜。

諾貝爾文學獎獲得者莫言曾寫過一篇散文《三棵白菜》，其中就有關於白菜鬆緊程度的描寫。莫言小時候家裡窮，家裡僅有的三棵白菜要拿去大集上賣掉換錢花。莫言和母親在一起等待買主，好不容易盼來個老太太。老太太摸摸這棵，摸摸那棵，一邊順手拽白菜幫，一邊挑毛病，嫌白菜卷得不緊。莫言心直口快，說了句「好緊就成了石頭蛋子」。讀到這裡，我呵！一笑。再讀下去，卻笑不出來了。莫言算賬的時候，多算了一毛錢。老太太發覺之後，又把三棵白菜給送到莫言家裡退了貨。於是，莫言的母親唉聲歎氣埋怨兒子不懂事……想想過去，看看現在，真該珍惜如今美好的生活啊！

在我家的菜園子裡，偶爾會看到黑心白菜。父親說那是黑斑病，不好治。白菜既然黑了心，就堅決不能要。就算把它留下來，它也不成氣候，上不了人們的餐桌。是啊，白菜黑了心，即使把它捆紮起來，看不見它的黑心，它也會由內而外腐爛。所以說，做白菜要要做好心白菜，做人更要做好心人。小小的菜園子，收穫的不僅僅是大白菜，還有做人的道理呢！



大白菜是有排毒功能的。 網上圖片

從零

創夢

王嘉裕

你，是時候改變在網絡上分享內容的心態

繼一月份榮幸獲得 TEDx 邀請到馬來西亞演講後，上星期 TEDx 再次邀請我到香港嶺南大學作為講者，是次分享主題為「大眾是時候改變在網絡上分享內容的心態」。

網絡宣傳業務一直是喜愛的工作，因為我認為傳遞正面和諧的資訊有助社會凝聚，亦可以透過網上訊息幫助他人。我旗下的廣告公司 5UNIT 時常與各大品牌合作，製作過不少項目都瞬間成為網上熱話，吸引過百萬人次觀看及分享。但是同時間我也察覺到，大眾需要改變目前分享網絡資訊的心態。

當年「Pokémon Go」的手機遊戲風靡全城，趁着熱潮我和公司團隊立即推出全球第一個捕捉精靈比賽，在 72 小時內錄得過百萬人次觀看及分享，活動成功匯聚過千人參與，在社會上亦引起熱潮。那段時期幾乎人人都樂在其中，整個社會和睦共融。

這個項目順利完成，我便想到若然網絡宣傳有助緩和社會氣氛，讓每個人都更輕鬆快活，不如就由我開始「好人好事」計劃，例如捐款至慈善機構、派發關懷套裝予露宿者，甚至在街上向小朋友派發氣球等等，並在網絡分享，希望感染別人一起關懷社會。我相信只要每人願意多付出一點，社會便會逐漸變得更好。

可惜的是，連串的「好人好事」宣傳計劃只得約 10 萬人次觀看，在我的角度未達標準。儘管如此，我仍然堅持嘗試，並參考華頓商學院的熱門行銷課教授 Jonah Berger 的宣傳技巧，創作一段以團結香港為題的短片在國慶當日發佈，希望吸引更多人關注自己的城市。但同樣地，眾人的反應依然強差人意，12 小時內只有數十人願意分享。

不過我仍未放棄，繼續聯絡城中名人、議員及傳媒等，冀望他們或會認同理念，將訊息傳遞開去。可是此舉受到各人漠視和拒絕，更有傳媒提

出需要付費才會分享短片。平時我在 facebook 專頁教授廣告宣傳技巧，動輒吸引數十萬人次觀看、分享及留言，為何會有如此大的落差呢？事件讓我明白到，社會上很多人並不在乎你做的事情有多好，只是關注是否對他們帶來利益。

不過，我仍是相信只要各方願意改變，必定可以解決困局。首先，需要教育大眾明白到他們在網絡上的分享或言論會為他人帶來影響，在每一次發佈前請先考慮清楚。接着，每個人的每一個簡單行動都會起激勵作用，不要看輕自己的幫忙，每人都可以分享當天做過的「好人好事」，感染他人行動。最後是傳媒機構應該重新考量在網站發佈消息的主題，多點分享正面和關懷的資訊，因為大眾傾向依賴媒體的內容，因此每個消息都有深遠影響。其實，只要每個人願意踏進一步，就可以令網絡環境氣氛變得正面和積極，不再是一片愁雲慘霧，讓社會更加團結融洽。我已經準備好了，你呢？