

琴台客聚

潘國森

文比非如武比同

筆者讀《金庸小說集》（共十五部武俠小說）多年，主要翻閱上世紀七十年代開始刊行的「修訂二版」，稔熟程度可以說到了神級。至於二十一世紀的「新三版」就沒有深入研讀，所以我在「金庸學研究」的領域，以及作為一個普通讀者，可以說都是較為屬於「二版」的人。查良鏞先生對於世事觀察入微，以極巧妙的筆觸和過人的睿智，去經營他筆下的故事情節和人物言行，每一書、每一回、每一小節都有許多材料可以借鏡來審視我們身處的時空。

常以《天龍八部》的第一男主角段譽自況，不過並不包括他的貴顯、英俊、幸運和才華，相通之處，就只有「性喜多管閒事、評論是非」十個字。

常言道：「文無第一，武無第二。」我這「多管閒事、評論是非」與「小段皇爺」都屬於文比，當然他有「六脈神劍」做後盾，文比比不過，還可以武比，用內勁神功擺平紛爭。潘某人就只能參加純粹文比的玩意兒。體育競技也有文比武比之別。球類比賽和武術比賽有勝負，屬武比。體操、跳水倚靠評判評分，只能算文比。武比難作弊，文比則只能寄望評判公正。一九八八年漢城（即今首爾，當時未改名）奧運有大量不公正的判決，現在都成為歷史。武比怎分勝負？《倚天屠龍記》峨嵋派的「暴力師太」指出，站着的贏、躺着的輸，倒也乾脆俐落。

潘某人「評論是非」是文比，卻也向《倚天屠龍記》取經。張無忌在光明頂與少林派空性神僧比試，胸有成竹，立時可以取對方的性命，但是為了叫少林派上上下下都

口服心服，卻要用即場學的「龍爪手」取勝，以少林龍爪手破少林龍爪手，技術擊倒。

「小段皇爺」段譽在書中經常有會武功的美少女保護，潘某人則無。因為先前有小朋友來到我在社交媒體的地盤「踢館」，罵我只是「中文好」、「學過術數」和「研究金庸」，政治、社會科學的話題，就要我閉嘴。偏偏潘某人就是用張教主的辦法，你來少林派的龍爪手，我就用龍爪手來破你。

為什麼「潘國森只是中文好」就不能談政制、談法律？法理上，潘國森的英文比中文還要好！這是英國當今女王伊麗莎白二世陛下認為我「英文好」，我若太過謙退，就怕會對不起我們香港人在九七回歸前的「事頭婆」（廣府話口語的「女老闆」、「老闆娘」）了！

《三國演義》有一虛構情節，寫周瑜因為妒忌而要害死諸葛亮，命他去劫曹操的糧道，後來諸葛亮用激將法免禍，還明言曹操一生用兵好劫人糧道，自家的糧道豈會不重兵保護？潘國森也是這個意思，大半生為文，總是挑別人家的錯訛疏漏，自家的文字又豈會隨口亂說？

此所以潘國森論文、論術數，甚至論法、論政，全部論據都有出處，雖不抄出原文，都轉述其大意。

可惜現實人生不比小說的虛構世界。武比是站着的贏、躺下的輸。文比則多取決於看官的議論。我寫雜文論事，讀者普遍知得比我少。無怪有小朋友說我只是「中文好」……不允許也不相信，其實我於社會科學也有涉獵。假若許多人信大法官、大律師、大教授信口胡扯而不信潘國森，雖然不幸，倒也是很能理解的。

思徒天地

思徒

互諒互讓為香港好

潘明珠

潘明珠

當下正值全球政治經濟環境複雜多變之時，人們在金融市場打滾都戰戰兢兢地進行，不能稍有意慢，以免招致損失。

正所謂「六絕」？投資者更是如履薄冰，況且打從六月初，中、美、歐以及港股都挑起風高浪急的波動，投資者心中有數。淡友變本加厲空之哉，十分過癮。殊不知，淡友也有打敗仗的時候。

上週初，習近平主席應美國特朗普總統的邀約，中美兩國領袖通了一個電話。令全球投資者對中美會談將出現曙光，有所憧憬，再加上美國聯儲局傳來將把加息之門關閉，重開減息。這兩個看似不經意的消息，在金融市場投下了正能量的炸彈，結果全球金融市場中的股市、債市、匯市，都起死回生，掀起大升浪。就以香港股市而言，三、四日之間就升了千餘點，重返樂觀氣氛。

其實，港股日前之所以起風浪，還涉及本港政局有關《逃犯條例》修訂出現爭議，引起示威遊行，幸而，特首林鄭月娥緊急應變，向市民再三解釋並暫緩把《逃犯條例》的修訂交往立法會通過。雖然，此修例原意是為香港好，可惜令部分市民有所誤解，社會有所撕裂。但是有責任、有擔當的林鄭向市民真誠道歉，期望社會裂痕盡快修補，香港社會重返穩定。香港政府將繼

續努力，令香港經濟民生得以發展進步。林鄭及眾多有擔當、負責任的政府官員，包括保安局李家超局長的致歉，人們都表示理解，繼續支持他們為香港服務。

事實上，在此多事之秋，複雜多變的局勢下，作為當家實在責任重大，爭議事件多多，也感辛苦。如非當事者對國家、對人民一片忠誠和丹心，實在是難以想像的。澳門特首即將換屆，傳來澳門政商界名流賀一誠將參選澳門特首的消息。被澳門人昵稱為「一哥」的賀一誠，是一位著名企業家，也是一名活躍於人大政協的愛國人士，2013年起任澳門立法會主席，深得國家和市民的點讚和支持。期待「一哥」能在邁進新時代的澳門，領導澳門進入多元化的社會，再創輝煌。

香港是中國的香港。中國是我們祖國。我和我的祖國心連心，一刻也不可以分離。這次修例釀成風波，純屬有外部勢力的干擾，令某些人士產生誤會而反對之。不應該是次風波打亂安定的香港，環顧當前世界局勢，官與民、國與國之間都要抱着團結、包容的精神，互諒互讓，相得益彰，才能達至雙贏。

六月底在日本大阪將召開G20峰會，全球聚焦於此，衷心期待中美領袖能實現良好溝通，達至互相都認為有利於兩國的協議。如此一來，不但兩國皆有利，更使全球經濟更上一層樓。

心宿常開

潘明珠

潘明珠

格林童話人生滋味

童話是童年生活不可缺少的部分，著名的《安徒生童話》、《格林童話》等作品，創作年代雖久遠，但一直流傳至今，仍然為無數小讀者所喜愛，因這些童話充滿想像力，它描寫了人類社會，還有天地萬物的想像世界，童話故事把世間美好、幸福的一面展示出來，豐富童稚的心靈，令兒童對人生充滿冀盼和信心。

近日潘金英和我，客串為社區廣播電台的《潮講格林童話》節目任主持，以現今生活角度來討論這些久遠年代流傳下來的《格林童話》作品。在每一集節目中，我們都分享格林名著如《青蛙王子》、《四個聰明的兄弟》、《美女與野獸》、《漁夫和他的妻子》等，邀請一些學生來，先聆聽生動的童話廣播劇，然後由學生們即時互相討論，談談相關的角色和主題內涵，表達已見，或該童話對他們有什麼啟悟等；學生們小小年紀，皆是頭一次當播音員，大都能說得頭頭是道呢。相信是因為好童話激發起他們對內容有所感受、有所想像，從而有所說呢！

這天錄音，我們便討論青蛙王子複雜的內心世界，他渴望和公主交朋友，但醜陋的外表令他自卑、怕得不到認可，我問小朋友意見，青蛙應該改了自己性格上什麼缺點，才能比較容易交朋友呢？我請小主持給青蛙一些好提議。另一方面，我們又討論公主怎樣對待青蛙，她討厭青蛙外表、罵青蛙，語言無禮，並要挾青蛙為她取回金球，但她後來答允青蛙要求做朋友，卻不守承諾；同學們都覺得那不是真正朋友所為。對於故事結局，他們也有意見，甚至想寫新的續集呢！

著名作家薛濤說過：「人類當初絕不是為了簡單的好玩才去觸碰文學，兒童文學更不是在單薄的土壤上結出的乾癟小果。它應該立足於深厚的現實土壤，讓作品『自然生長』，讓它含有各種人生的滋味，甜的、酸的、苦的、澀的……」《格林童話》有深刻的內涵，一直深植人心；但也有批評說灰姑娘、白雪公主、青蛙王子等故事的最初版本，並非只有童話般的美好想像，其中實牽涉了暴力、侵害、誘惑、背叛等現實殘酷情節。但這些元素不正好反映各種人生滋味？格林童話有這樣的深層底蘊，才足以成為兒童文學經典，適宜讓少年人來研討，並從中探尋要義，獲取心靈的力量。



■格林童話廣播室 作者提供

翠袖乾坤

余似心

清茶淡飯百病消

月前我看中醫調理身體，醫師十分盡責為我細心檢查，花很長時間與我詳談身體情況，離開前給了我一張表格，要求每天仔細填下任何吃過的食物和飲料，幾周下來，我深深體會病從口入的道理。

我久不久便在飯後產生胃氣，隨之而來是心跳不正常。西醫要求我做了兩次頗大型的心臟手術，但未能根治很是氣餒。在朋友介紹下看中醫。有西醫根底的年輕中醫師為我從調理脾胃入手。他也是一位營養師，除開中藥和我在不適時按穴位外，還要做仔細的日常飲食記錄，給我資料認清食物的寒涼性。

首次覆診時，醫師拿着我的單子逐項看，在許多食物上打交叉，認為我不宜進食免傷脾胃。看到我最愛的食物名字都打着個叉，我很是氣餒，問：「有什麼可吃的？」他微笑道：「清茶淡飯吧！」

說實的有時真想犯規滿足嘴饞，但想到醫師是為我治病，別白費了他的

心思，於是努力守規矩。其實他的要求並不過分，煎炸辛辣生冷食物吃不得，濃味食物要戒，例湯是味精水勿喝、老火湯脂肪多……事實上味精是我一大致命傷，在外國有很多人吃過中國館子便感不適，出現中國餐館症候群，這就是過量味精和千年油闊的禍。

另一方面，要把病發不適前所吃的食物和食肆名稱也詳列。反省哪一食肆是逢吃必出事的，因為有些麵包店和食肆會用上質劣的食材和味精、萬年油，我這類敏感人士便易受傷害。所以我常選擇到一些較有保證的連鎖店食肆和麵包店，尤其是說明不放味精的。

醫師這樣地每周替我查看一次飲食清單，刪除了食物和食肆烈星，加上飲中藥、喝陳皮水化胃氣，我發病的次數大大減少。心臟問題竟與飲食習慣有關，也是意想不到的。大家身體出毛病，不妨也為自己列一張飲食清單，檢視問題所在。生病常錯不在身體，而在於我們吃下了什麼。

百家廊

戴永夏

戴永夏

星期天到養老院探望兩位老友：一位是與我同單位的編輯老王，另一位是某基層單位的領導老孫。他倆都八十多歲，身板硬朗，神志清醒，在院裡「同命連共呼吸」，待遇、條件完全相同。老王一見面，就誇這裡吃得好，朋友多，醫療服務周到，生活很開心。老孫卻皺着眉頭，抱怨這裡飯菜不可口，服務不到位，行動不自由，生活不如意。我聽後很納悶：為什麼同樣的處境，同樣的生活條件，二人的感受卻如此不同？我將我的疑問提出來向老王請教，老王笑而不答。他略加思索，便給我講了下面的故事。

從前有個老人，養了兩個兒子。有一天他問兒子：「昨夜睡得怎麼樣？」老大說：「睡得很好，而且我還做了一個夢，夢見進了天堂。天堂很美好，就跟咱家一樣。」老二卻說：「昨夜我也做了一個夢，夢見下了地獄，地獄就跟咱家一樣糟糕。」老人聽了又吃驚又不解，便向一位智者請教。智者說：「佛家有『一水四見』之說，即同樣一池清水，在常人看來是水，在魚蝦看來是房子，在餓鬼看來是膿血，在天神看來是水晶宮。之所以會這樣，是因為見者心識不同，所持觀點也各異。你的兩個兒子雖同居一屋，同食共眠，但由於心態不同，對家的感受也不一樣。老大心態好，心中充滿陽光和愛，因而感到家很美好；而老二心態差，胸中裝的是怨恨不滿，所以就感到這家很黑暗。」由此看來，生活好不好，心態很重要。保持好的心態，才能贏得快樂的生活。

聽了老王的故事，我茅塞頓開，不但解開了養老院的心結，也進一步認識到心態在生活中的重要作用。可是，如何才能有好的心態？老王沒有說。在他的啟發下，我又進行了一番學習探索，從前人的生活

實踐中，找到一些答案。

首先，要想心態好，慾望不能過高。正當的慾望能使人心情愉快，生活美好。但慾望無止境。慾望過高，難以滿足，心態就容易失衡，反而會增加苦惱。著名作家尤今在《共在人間》一文中形象地寫道：「許多人，活著但不快樂，只因不滿足於他所擁有的，只一心憧憬他所未知的。『共在人間說天上，不知天上憶人間。』往往坐這山、望那山，吃這碗、盼那碗，任由慾望的樹在他心田裡無止境地長着。長了一寸，他要一尺；長了一尺，他要一丈。眼看那『樹』已經高入雲霄了，他還是滿心焦灼地嫌那樹發育不良。天天在慾望的無底深潭裡浮沉，彈指間，短短數十個寒暑已成過眼雲煙，回首前塵，竟不知『快樂』一詞如何詮釋。」現實生活中，也不乏這樣的人，有車有房，衣食無憂，卻整天哀嘆「生活太無聊」。儘管原因是多方面的，但慾望過高，不切實際，則是很多人的通病。

其次，要會比。很多時候好心態是比出來的。會比才能心安，會比才能快樂。但這「比」不是盲目攀比，而是在生活上多向下比，向境況不如自己的人比。你苦，有人比你還苦；你難，有人比你更難。這樣一比，你就能對生活感到滿足，對現狀少些抱怨。正如清代學者倪元坦在一首詩中寫道：「別人騎馬我騎驢，自覺無顏歎不如；君試回頭一察看，道旁還有赤腳夫。」這首小詩雖缺乏詩意，卻富含哲理：「我」騎着毛驢趕路，別人騎着快馬很快超過了「我」。如果只跟騎馬的人比，便覺心態黯然，愧不如人。但回頭一看，再跟那些赤着雙腳、挑着重擔、遠遠跟在後面的挑夫相比，「我」則幸福快樂多了。這樣一比，心態豁然開朗，幸福感油然而生，心中的灰暗也一掃而光。短短四句小詩，就把「上比」與「下比」所產生的不同心態、不同效果，生動地表現出來。

網人網事

狸美美

朋友圈的變遷（二之二）

上期說到「七年之癢」的微信朋友圈，正在經歷使用者們的大逃亡。那麼，人們為什麼要逃離它呢？對於這個問題，大概可以說出一百個具體的理由，但最核心的原因其實只有一條：朋友圈裡沒朋友。

早期的微信，「圈裡人」十有八九都是家人和朋友——而且是挺熟的朋友，發朋友圈時的隱私和人設包袱都相對小，「我的底細你一早清楚」，甚至「大家彼此都認識」的情況也很普遍，那時發朋友圈更像是早些年間的BBS聊天室，一個帖子下面大家七嘴八舌地聊上好幾十條；後來慢慢地，新認識的人甚至是飯局上只有「一面之緣」的人開始流行「加個微信」，朋友圈裡的信任度和安全度開始直線下降，直到連門口理髮店的Tony老師和小區管片的快遞小哥都彼此互加了微信後，「隱私」這件事顯得愈來愈重要——而且，相較於微博所面對的那些完全陌生的受眾，這些半生不熟的、僅見過一兩面的、點頭之交的、你不了解他但他想要時偏偏又能找到你的「半熟人」似乎更危險也更恐怖。

在此並沒有妄自揣測別人的意思，因為在對方眼裡，你也一樣是危險和恐怖的半熟人，屬於麻杆打狼兩頭怕。這種情形下，很多人都選擇不再發佈涉及隱私的帖子，很多更謹慎者連頭像、名字都換成了假的。

再後來，一個特殊群體在微信中的加入和壯大成為壓垮朋友圈最重要的

一股力量——那就是工作關係的同事、上司和客戶。當本來只屬於私領域的微信朋友圈摻和上了工作和人際關係，那真是災難。涉及隱私的帖子自然是不適合隨心所欲地發了——別提什麼分組，很多時候分組並不好使，尤其是當人一年多或有人加入時，忘不了是常有的事。而當有人得知別人看到了你的帖子而她沒看到時的後果，真是想想都要抓狂。原創不發了，轉帖最好也別了，因為一轉就暴露了你的思想、主張、喜好、傾向、情緒……而這一切，未必就和領導、同事、客戶合拍，畢竟，人的三觀差異真是太大了，更不能保證對方就是個冷靜客觀的「不受貼標籤者」。

英國牛津大學心理學家Robin Dunbar提出過一個著名的「鄧巴數字」：150定律。即受腦容量和時間限制，一個人有能力維繫的穩定社交人數不超過150人——交情大概是可以用邀請他們參加大型聚會，其中能達到約飯交情的約50人，再當中達到「可信賴」交情的15人，再再當中最親密信任的不超過5人。而我們的微信「朋友圈」裡通常都有多少人？二三百的算「孤僻沒朋友」，逼近5,000上限的大有人在。這些數字減去150，剩下的都是什麼？

如今，那真正的5個人、15個人、50個人、150個人都已經移去了各種專屬的群，人們真正的表達也遊走在這些群和完全開放但又可以完全隱藏自己的微博之間。至於尷尬的半生不熟朋友圈，就留給工作宣傳貼和微商吧。

信而有征

劉征

劉征

差不多兩年前，馮唐寫過一篇《如何避免成為一個油膩的中年猥瑣男》。這篇文章瞬間紅得發紫。儘管對於一個敢把《飛鳥集》譯成「大千世界，在情人面前，解開褲襠」的作家來說，任何文風都是才華的體現。但《油膩的中年猥瑣男》並非因為才華而聞名，這篇文章的描述太中年人了。在這篇文章裡，我們似乎看到端着一杯枸杞坐在辦公桌後面的中年人。他剛剛悟出點人生，正準備金戈鐵馬，氣吞萬里如虎，卻發現時間的不可逆，人生像白駒過隙一樣短暫。於是他停下來，自暴自棄地任由身體腫脹，思想停滯。馮唐白描了這樣的人生，並在標題裡表達了的不認同。

像馮唐一樣，韓寒也不認命。他專門拍了部半自傳的《飛馳人生》。電影講述一個中年胖子如何自吹，結果重拾夢想的時候發現一切都是勉強，為此還送了命。但韓寒把這份人生體驗拍成了喜劇片，用的是喜劇明星沈騰。在各種插科打諢中，歷盡世事的愁苦被沖淡了。對韓寒來說，這份愁苦屬於事實當中的中年

人，這份喜劇色調才屬於他自己。在電影的最後三分鐘，韓寒甚至用漫畫手法給觀眾一個幻想中的世界。在幻想裡，一切都可成真。所以，在韓寒看來，中年男人不可悲，沒有想像力的中年男人才可悲。

這樣的文學作品總給人溫暖，讓人生出絕處逢生的希望。雖然悲壯着，卻總像白天裡的烏雲，後面是太陽。所以，大眾願意接近他們，就像願意接近喜劇一樣。但生活不是悲喜劇，真正年歲漸長的人，做不了馮唐和韓寒，他們貌似麻木、緩慢，很像馮唐筆下倒霉的中年猥瑣男。但他們畢竟不是文學裡的人，生活本身也不是烏托邦。於是，中年人更務實，並看重生活，試圖在可見的眼前探尋恆久的真諦。為此，他們關注日常生活的每一次實踐，並感動於那些難以察覺的激情。但表面看起來，他們是波瀾不驚的。

這是戀物的開始。我們看到癡迷茶道的中年人，仔細觀察杯蓋，並津津樂道於這些物之間最細微的差別。他們也有可能送給別人一餅普洱，代表生活裡對身體的重視，普洱是最養胃

的。到了逢年過節，他們會按照禮儀準備禮物，代表世故當中的溫情。這種溫情有時延續為對時間的任意揮霍，他們可以在喝茶侃大山中過完一個下午，說話時不再小心翼翼。相對來說，這種行為為具有一種反功利的光環，帶着超然物外的氣度與瀟灑。正如普魯斯特所說：「這樣歲數的人生哲學是實證的，幾乎是醫學的哲學。」也許實證當中有些許自滿，但這種自滿夾雜着某些對人生透徹的領悟，那是他用半生的時間和閱歷換來的。一種叫做緩慢的生活，是從容的表現。不急躁，是含蓄地表達對人生的了解。

法國符號學家羅蘭·巴特曾把這種狀態總結為一種叫做個人節奏感的東西，以自我為中心的種種可攻退可守的哲學，是屬於中年人生的人生領悟。作為巴特60年人生的總結，他把這種經驗寫在他《如何共同居住》的法蘭西學院講座筆記裡。中年人，代表人生的中間狀態，既不再有年輕人的衝動，也還沒有老到開始悲觀，他們不是簡單的一個叫做「油膩的中年男人」的標籤。