



小廚佳餚

停課前，多間幼稚園和小學接連爆發上呼吸道感染疾病，部分學校須停課。雙疫夾擊下，家長們又開始緊張起來。冬季來臨，預防病毒感染的同時，不要忘記增強孩子體質！今日《小廚佳餚》和大家介紹一款靚湯——太子參無花果煲瘦肉。太子參（又名童參）是小朋友都可進食的參類，有健脾益氣、生津潤肺等功效，常服用可增強實實體質，提高免疫力，亦適合一家大細飲用！

靚湯潤肺 童參抗疫

(3-4人份)



小貼士

無花果可潤肺利咽、健脾養胃、滋陰潤腸，蜜棗可益氣健脾、養血安神。如家中有陳皮，亦可加入湯中調味，有理氣健脾功效。大人不妨連湯渣一齊食用，不浪費每一分營養！



今日《論語》

「人之生也直，罔之生也幸而免。」

——《論語·雍也》

春秋時代，齊國的大夫慶封和崔杼，謀弒國君齊莊公，掌握齊國的政權。慶封又用計使崔杼家破人亡，逼他自縊而死。慶封政權獨握之後，與家臣盧蒲癸淫亂放蕩，將政事交給兒子慶舍處理。盧蒲癸請求慶封，同意了逃亡在外的哥哥盧蒲癸回到齊國，並且盧蒲癸又進一步成為慶舍的寵臣及女婿。

盧蒲癸原本是齊莊公的心腹，一心一意要為莊公報仇，就推薦以前的同僚王任，一起擔任慶舍的貼身侍衛。隨後，就趁機殺死慶舍和他的黨羽。慶封知道後反攻失敗，不得已就逃到吳國去

了。吳國國君還賜給他朱方這塊地，宗族依然繁盛，富貴還不減從前。鄰國魯國的大夫子服惠伯知道這件事後，就對叔孫豹大夫說：「難道是天還降福給淫亂的人嗎？慶封竟然又在吳國興旺起來了。」叔孫豹答說：「善人富裕，可說是天給他的賞賜；淫亂歪曲的人富裕豐厚，那可是災殃，慶氏的災殃應該就快到了！」後來楚國攻打吳國時，就把慶封整個家族誅戮無遺。

孔子對於此事的總結便是：「人要正直，才能生活幸福；不正直的人有時也能生活平安，那只是僥倖逃過了災難

而已。」孔子前半句是打了個比方，說孩子總是頭先腳後，直順地從母親產道裏生出來。

古代人不懂剖腹產，胎位不正，橫逆着是生不下來的，母子都有生命危險。偶爾有個特例，《左傳》還記了一筆，「鄭伯克段於鄆」典故裏的鄭莊公「逆生」，僥倖存活，但給母親造成的痛苦以致終生難忘。這個心症心結，使得親生母親怨嫌他一輩子，儘管他身為一國君主。孔子就是從生孩子的現象，來闡明人活着要位正、行直的大道理。

