如果你是眞的幸福

新年新氣象。前往拜年路上給美里打電話，問她門口有沒有掛什麼，好辨認她的家。她說什麼都沒掛。我覺得熱鬧才適合她性格，便買來扣上豬頭的花圈送她。

她笑容僵硬地收下。

入屋後她說：「抱歉，我不掛的。我覺得好恐怖。」「恐怖？」「新年裝飾。」「怎會，家家戶戶都掛。」「你看我這小區，一個都沒掛。」

確實如此，剛才也注意到，彷彿唯獨這裏沒有新年。

她自廚房端來丸子和綠茶。「還是不要講這個吧。」然而不講這個，兩個人同時如得胃痛般彆扭，終於她嘆一口氣：「三年前，這裏有過命案。」

美里說，住她對面的三口子是怪人，新年固然一點裝飾不掛，平時碰面也不打招呼。男的穿黑皮褸、女的頭髮染熒光紫，小男孩只有十來歲，臉上竟有刀疤。因此在跨年的夜，當美里聽見哭喊聲和吵架聲，報警時也說懷疑是他們家出事。

警察到來，敲門卻無人應。吵架聲也停了，四下寂靜，倏的轟起一聲慘叫，警察破門，屋內黑漆漆無一人。原來那家人去了燒烤，那是後來才知道的事。

出人命的是鄰居。與這戶兇神惡煞相反，那戶人家一到新年便放出數十上百的桃花。三四年前開始放，起初十數枝，後來愈放愈多。到今年，沒三百也有兩百的桃花將他們家簇擁起來。美里在桃花林前自拍，發送給朋友，朋友都說要來看。

是女人殺死丈夫，因爲他出軌。好幾年前已開始。起初是召妓，後來包養情婦，還有私生子。女人都不說，但她不忘記：她總是記住他有多少個夜沒回家。一天算一枝桃花。她說，她要告訴別人，她是個幸福的媽媽。

之後美里便再沒放新年裝飾。這我可以理解。可是她說裝飾代表不幸，我就無法明白。難道不正是因爲裝飾代表幸福，那女人才要做給人看嗎?

「人總是在將失去時才會宣稱擁有。」她說：「你從來不會說自己有生命，什麼時候才會說生命眞好？將死的時候。」

「所以裝飾總是讓我想：掛的人將要失去什麼？」

片尾曲
克　洋
fb.me/hakyeung2018
逢周四、日見報

窮，也可以快樂

窮困，眞的會阻礙我們快樂嗎？

十九世紀英國小說家伊莉莎白・蓋斯凱爾（Elizabeth Gaskell）的作品，一向以仔細描述維多利亞時期普羅大衆的生活而聞名。其中，書寫女性與貧窮的角色尤其出色，或許能夠幫助普通讀者如我，思考一下貧窮與快樂的關係。

蓋斯凱爾夫人最早一篇發表的小說，名爲〈莉比・瑪什一生中的三段時間〉。故事描述主角莉比，身爲孤兒，無父無母，生活困苦，卻有一顆善良的心。後來，莉比遇上了一對母子，母親是不受鄰人歡迎的寡婦，而兒子卻是一個乖巧的小孩。

有一天，莉比想逗那小孩開心，也是知道他的孤獨，於是打算買一隻金絲雀送他。老闆給莉比介紹每一隻鳥兒的優點，而莉比卻說她不在意外形、顏色，甚至叫聲，她說：「說實在的，我倒也不一定很喜歡叫聲響的，再說那樣太吵了，有時候噪音弄得人們不得安寧。」

老闆聽罷答道：「那些聽見鳥唱歌都煩的人，一定是膽小鬼。」事實上，莉比不怕鳥的叫聲，只是老闆介紹的鳥兒，她都買不起，但最後，她還是花了她僅有的錢，買下了一隻沒人留意的小鳥，然後秘密地送給那小孩。莉比與小孩，都因此而快樂。

所以，善良的人，無論多窮，都因此快樂嗎？眞的是這麼簡單嗎？

又有一天，莉比與母子三人郊遊去了。他們三人樂在其中，感嘆「這萬籟俱寂的森林，這種感覺得到的恬靜，這使靈魂得到了安慰的、想像之中的綠色的鄉村，對一個城裏人來說，可眞是另一番天地。」

三人席地野餐，「他們的心情如此愉快，甚至連自己的錯處也竟然覺得有趣了，因而就和大家一起說笑話」，在大家笑得興高采烈之際，在所有人中笑得最大聲的小孩說：「我可不能再這樣笑下去了。笑可以讓人大開胃口啊！」因爲他們以僅餘的錢買來的食物，都已經吃光了。

或許，學會找到心靈的平靜，窮，也可以快樂，但窮，還是會叫人吃不飽的。

普通讀者
米　哈
m.facebook.com/mihaandlouis
逢周一、三、四、五、日見報

小公報

有大公報，原來還眞有小公報！近日在北京宣南博物館首睹眞容，一望自然聯想到大公報，不禁莞爾。且其報名亦用隸書，但筆畫粗厚，顯得呆滯，比不得嚴復手書「大公報」之舒展典雅。再者，「大公」之意，一望便知。而「小公」並非規範詞彙，不知是當初蹭大公報「熱點」，還是另有它意，令人費解。

滿清定鼎北京，實行種族隔離，內城只許八旗居住，漢人即使是一品大員，也只能住在外城。但拜這一秕政所賜，宣武門外以南，漸成政治精英和文化精英聚居地。趙翼、王漁洋、紀曉嵐、李漁、吳梅村……全住在宣南，燦若群星。詩詞歌賦，琴棋書畫，梨園瓦肆，天橋曲藝，交相輝映。「宣南士鄉」，因之成歷史上最璀璨的文化地標之一。

如此文化淵藪的數百年涵養，到了近代，宣南便又成爲報業的福地。曲折勾連的胡同裏，竟先後有五百多家報館。熱鬧程度，不遜於倫敦艦隊街。小公報，就是這浩瀚報海中的一朵浪花。創刊於一九一九年，至一九三四年被北平市政府勒令停刊。

小公報是名副其實的小報，消遣娛樂是吸引讀者的主要賣點。大公報老報人王文彬評價小公報：「『緊要新聞』是剪用別報的。所刊各種小說，佔去三分之一的篇幅。『演說』和『警世諧文』兩欄，常刊些史料，迎合遺老遺少的趣味。」

此類小報在當時不在少數，但小公報亦不乏小中見大。如著名小說家徐劍膽在該報連載《惡魔記》，評書大師連闊如筆述《西漢演義》。小公報的編輯程道一，本人就是著名報人兼作家，其《消閒演義》數十萬言，將兩百多年清史娓娓道來，對清末國恥着墨尤多，具譴責小說之風，又浸染亡國之痛。因小公報的這幾位話事人與作者，都是旗人，也就是遺老遺少。這倒與英斂之創辦大公報又很相似。

再加翻查，僞滿時瀋陽也有一份小公報，只是報格更「小」了。

瓜園
蓬　山
gardenermarvin@gmail.com
逢周二、四、六、日見報

千里採荔枝的鶴

明朝謝肇淛的筆記《五雜俎》，卷九物部一，有一對鶴夫婦的感情，一點也不亞於人類。

大司徒馬恭敏，在山東當領導，他的庭院中，有一對鶴，築巢在樹梢上。沒多久，鶴夫妻，生下兩隻小鶴。牠們生活工作，配合得很好，今天男的出去找食，女的在家看孩子；明天女的出去找食，男的在家看孩子。其樂融融。正是盛夏，馬先生常常交代守門警衛，要注意保護鶴這一家子的安全。

有一天，馬先生發現，男鶴一大早出去，一直到晚上也沒回巢。又過去了十天，還是沒有消息。馬先生感嘆，男鶴一定是「遇害」了。

又過了不少天，馬先生聽到，鶴巢裏的小鶴，叫聲很響，以爲又發生什麼事，仔細一看，那男鶴，從南方飛翔而來，接近巢時，長叫一聲，有一樹枝掉到地上，樹枝上，紅果纍纍。警衛不認識，拿着給馬先生看，馬當然認識，這不是荔枝嗎？只有福建和廣東才有，而這兩個地方，距離山東，來回有五千多里路呢！

馬先生急忙讓警衛員架上梯子，將荔枝送到鶴的巢中。男女鶴見狀，環鳴不停，好像是感謝的樣子。

這是一幅美麗的人鶴相處圖，一份溫馨，一份牽掛。鶴棲人家，人護鶴子，互相關心，互相依賴。

重點是鶴，通過人的視角，鶴的愛心畢現。男鶴不怕遠路，一路跋涉，爲了妻兒，千里採荔枝，愛心趕超人類！

愛心之大小之深淺，其實不分人畜。有時，畜生專一的愛，往往要勝過人類。

呵，憐子之心，人鳥皆有。可是，偏偏，人卻大多不去憐鳥。唐朝的安樂公主，用百鳥毛編織成了一條裙子，後來，百官百姓家都紛紛效仿，於是，人們搜尋山林，掃蕩山谷，到處設下網羅，見到奇禽異獸就抓，幾乎都捕光殺盡。一直到開元年間，皇帝下令禁止，這才制止了殺戮禽鳥的風氣。

筆記新說
陸布衣
1164334351@qq.com
逢周二、四、六見報

八大山人書法的藝術格調（下）

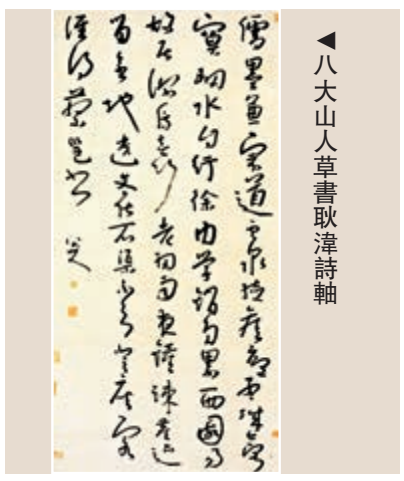
八大山人晚年的書法有一個突出的特徵，那便是點畫的簡約。筆畫從頭到尾比較均勻，沒有明顯的起伏。起筆處很少有銳利的鋒芒，收筆處也顯出圓鈍的形狀。單個點畫內部的變化不多，點畫之間的粗細對比也大大減弱。

這樣的點畫形式帶來特別的審美效果。一方面，簡約的點畫形式示人以洗練、含蓄的韻致，似乎一切喧嘩與紛擾都被滌蕩得乾乾淨淨，素樸而又安寧；另一方面，點畫中的每一處微妙變化都因爲這種簡約而愈發耐人尋味。簡約並不是呆板平直，而是將變化呈現在幾微處，如同春芽之初生，雖無花繁葉茂之絢爛，然而另有一種包孕萬象的生機。

仍以八大山人的草書耿湋詩《題清源寺》爲例，通篇的用筆沒有多少起伏變化，粗細較爲均勻，但是其中有一些細微的筆觸顯得非常靈巧動人。比如左起第三行第四字「房」字中間的一點，出鋒靈巧，富有情趣；第四行第四字「自」的第一筆，由實到虛，由粗到細；再如第三行的墨色，有着自然的濃淡、枯潤對比——這些細微的變化在較爲平勻的基調中顯得格外富有表現力。

相較而言，八大山人的草書比楷書和行書更加起止無跡、鋒芒內斂。他那恬淡的筆墨、空寂的造型，都在盡可能地減損藝術形式中的「有」，而突出藝術形式中的「無」。他探尋的是一條「損之又損」而至於「無爲」的藝術道路，眞可謂「發纖濃於簡古，寄至味於淡泊」（蘇軾語），形有盡而意無窮。

（完）



◀八大山人草書耿湋詩軸

書之妙道
鄧寶劍
dengbaojian@126.com
逢周四見報

脂肪回歸？

想在最短時間內了解一個國家或一群人的生活理念，只需看看他們的餐桌便已了然於胸。換句話說，每一次飲食結構的革命背後，都是人們試圖開闢新道路，接納新方法的大膽嘗試。在二〇一八年火遍歐美的脂肪回歸，正說明了這個道理。

當然，僅僅是脂肪回歸這件事本身，撬動的已不光是餐桌和商業的槓桿平衡了。在過去很多年裏，人們心中都將低脂默認爲健康首選。但在二〇一八，隨着膳食結構的改變和大衆健康意識的覺醒，很多人開始爲脂肪正名，特別是健康脂肪，竟然一躍成爲食品消費的新發力點，超出了所有人的預期。

不得不說，對低脂的過分追求，就像人們對瘦身的執念一樣，早就成爲了趨近極端的行爲，所以脂肪回歸只是時間問題。全脂產品可謂是一個周期式的回歸，讓人們回溯到自己年輕時純粹的飲食方式，無需通過進一步加工去減少某種成分的含量。比起脂肪的攝入量，攝入脂肪的質量才最重要。在歐美國家，草飼奶牛的優勢人人都清楚，但卻忽略了草飼牛奶脂肪含量更高的這一問題。因此在過去一年，脫脂的乳製品銷量全部下滑，取而代之的是全脂奶類迅速崛起：從牛奶到酸奶、從奶油到奶酪，幾乎所有乳製品類中的全脂產品銷售都在狂增，讓許多商家不得不順勢而爲，調整策略。

從另一個觀點說，脂肪產生的飽腹感會大大降低人們對零食的重複慾望，與其飯後悵然若失總想從別處塡補遺憾，不如好好吃上一頓飯。隨之而來的是主打「高脂肪、低碳水、適度蛋白質」的產品，椰子油便是其中的代表。即便脂肪含量驚人，但進入體內可以快速代謝，不易儲存反而減少脂肪的堆積。看來，脂肪的正面形象在未來還會進一步放大，終於不必遭人嫌棄了。

食色
判　答
panda5171@163.com
逢周二、四、六見報

乳酪的得、失

三好集
潘金英
blog.sina.com.cn/u/3232962857
逢周二、四、六見報

許多人心中有自己追求的東西，一般平凡人爲兩餐／爲保飯碗各有所待，似小鼠找食物乳酪——你的乳酪是什麼？怕被人砸飯碗搶你乳酪嗎？被人打爛飯碗，是沮喪定另找新乳酪？最近轉工的親人又令我重翻閱這曾是一時熱議的名著，斯賓塞・約翰遜的《誰動了我的乳酪》。我反覆琢磨其內容，難以停止對乳酪和兩隻老鼠的遐想。

人之常情，抱緊自己的乳酪。故事主角嗅嗅、匆匆和兩個小矮人哼哼、唧唧，某日在迷宮裏發現了一個乳酪倉庫，他們決定在周圍築起自己不愁吃喝的生活。但有一天，乳酪突然不翼而飛了！

小鼠嗅嗅和匆匆隨變化而起動，立刻穿上掛在脖子上的鞋，進入漆黑的迷宮，尋找新的乳酪——但哼哼和唧唧，過慣順心應手的生活，無法接受乳酪消失了的殘酷現實。後來，唧唧也衝破了思想的束縛，穿上跑鞋去尋找新乳酪。但頑固而一成不變的哼哼，卻仍在原地一無所獲。

世事變化萬端，社會局面常會料想不到。每個人都可能在下一分鐘遇上和過去截然不同的境況；這時，我們難免茫然失措，陷入困惑和煩惱中，心底不禁自問：「是誰動了我的乳酪？」

書中的「乳酪」是個借喻，喻我們的慾望——生命中想得到的東西。「迷宮」代表着時間，及你花時間尋找之物的所在地。

朱自清問：「我們的日子爲什麼一去不復返呢？是有人偷了他們罷；那是誰？又藏在何處呢？是他們自己逃走了罷；現在又到了那裏呢？……我的日子滴在時間的流裏，沒有聲音，也沒有影子。……在逃去如飛的日子裏，我能做些什麼呢？……爲什麼偏白白走這一遭啊？」我問自己：「乳酪也是我奉爲至寶的時間吧，我的時間究竟去哪裏了？」

這本書言簡意賅地引申出許多耐人尋味的道理：變化、成敗、得失、時間……時間常在營營役役中消磨、虛度。語謂：「苟不自新，何以獲存」，我們應要明白時間流逝是必然的變化，倘若不想白白走這一遭，就要爲自己定下目標，策勵自己坐言起行；並不怕改變，鼓勵自己加油，才可改弦易調，克敵制勝，擁有自己的乳酪。

開朗者——隨身攜帶陽光的人。

漫條思理
鄭辛遙
逢周四、五見報

過年就是美食嘉年華

即將到來的春節，是一個「美食嘉年華」，從小期待的節日，就是農曆新年，但又因爲一個小小的秘密，令我對這節日是又愛又驚。這秘密是我很怕爆竹的聲音，大概由年三十晚到年初二下午，過去准許燃放爆竹的日子，我都會躲在房間內，現在沒有了這個顧慮，但又有另一個憂慮，就是美食太多了。

蘿蔔糕是我的至愛首選，我不喜歡蒸的模式，我要煎糕，還不忘要辣椒醬，小的吃一「底」、大的吃半「底」是等閒事。加上其他如角仔、煎堆仔、茶泡、芋蝦和款式多多的賀年糖果，看來我這個「顧慮」可眞要認眞看待。

這幾天穿梭在街道上，已見到不少賀年物品，耀目的利是封，從過往的傳統款式到今日百花齊放，卡通公仔充滿歡樂，「百家姓」很有親切感，即使是商業性質也設計得非常精美。而售賣賀年糕點的店舖，已見應節食品琳琅滿目，各式食譜中，糕點有「步步高陞」的好意頭，新年食品一定不可缺少。伴我成長的華麗園椰汁糕，至今仍有購買，倍添懷舊情懷，濃濃的椰味，點點甜意在心中。以前家家戶戶都會親手蒸糕點來吃，但相信現在一般家庭都以外購居多。往年會有機構在節日後回收賀年食品，用來轉贈基層家庭，其中以朱古力爲最多。

要吃得健康一點，現在亦會有一些素食年糕，例如用燕麥做的燕麥糕、紅荳糕和燕麥蘿蔔糕，還有亞麻籽藜麥蘿蔔糕等，適合素食者。

在內地，不同地區有不同的傳統美食，像上海人家庭，象徵吉祥如意的「元寶」就是煎蛋角和紅燒大元蹄，都是傳統食品。年夜飯也叫團年飯，對我們中國人來說，是一年之中最重要、最能表達親情的家庭聚會日子。

衣尚
蕙　蕙
逢周二、四見報