

換種心情看家務事

。所以他建議，「不順心的時候就擦擦鍋吧！」隨着污垢清除，打掃完成，人的心情也會隨之一振。他認為，掃除是最能體現「實踐即見成果」之處，由是也可以培養規劃並付諸實踐的能力：我準備今天打掃臥室，明天擦洗所有的水池，後天……

我很讚賞舛田光洋的心態。我自己每當注意力高度集中地工作幾小時後，特別喜歡做點洗碗、刷水池之類的家務事。在機械的動作中，大腦變得一片空白，從而得以休息。而且最近發現，一邊洗碗一邊聽貝多芬或蕭斯塔科維奇的交響樂，會有種奇妙的效果：手上是紅塵俗務，耳邊是仙樂飄飄，二者卻彷彿達到了對立又統一的境界。

即便做不到充滿正能量，既然家務事每天有、做不完，那麼何妨在正式工作的間隙，硬着頭皮去一件件做掉。如村上春樹所說，在不成想做的事的時候，只能將必做之事逐一消滅乾淨；在狀態不好的時候，與其坐困愁城，不如在不勉強自己的前提下把握步調，盡量在這一限度中做到最好，徐圖恢復。家務事就是他所說的「必做之事」的一種，有助於「恢復」，而且符合GTD (Getting Things Done) 的理念。如果感覺懶洋洋的，什麼都不想做，不如從做家務開始，讓自己先從肢體上動起來

。做家務的過程就像啟動一列火車，只要動起來，產生了動量並逐漸積累，逐漸就會有做其他事情的意願和動力。

所以人春，不限於女性，都應該做一點家務。村上春樹的長篇小說《挪威的森林》和《刺殺騎士團長》中，男主角都是「家庭主夫」。他們在妻子上班後，把家裏整理得井井有條，然後外出購物，做營養且美味的午餐、晚餐。這些描寫其實是以村上本人的經歷為基礎的。他結婚之後，在開爵士樂酒吧之前，也有半年時間居家「主夫」。至今他仍喜歡動手做料理，自己熨燙衣服。宮部美雪的經典懸疑小說《火車》中，男配角之一因為擅長並喜歡做家務，乾脆開辦了家政公司，為社區裏其他人做家務，極受歡迎。

村上在小說、散文和訪談中都提到過，人生就是走向失敗的過程，無論你怎麼做、怎麼保養，牙齒還是會蛀，肌肉還是會鬆弛，最後不免一死；即便如此，我們也不應破罐破摔、懶散度日，而依舊要扎扎實實奮戰下去。對普通人而言，在家務這樣的俗世瑣事上每日磨練，用有營養的食物、明淨的居住環境來善待自己的肉身，通過用積極的心情做家務，讓自己昂揚振奮地生活，或許會帶來精神上的安慰或突破呢。

漫話新媒體時代的閱讀

周末空閒時，總喜歡到書店流連一番。與在北京時經常沉甸甸地拎着大包小包走出書店不同，在香港的書店，多數時候是空着手進空着手出。說來慚愧，沒有別的原因，只是因為香港的書較貴。作為一個從內地來的書痴，對此頗有體會：在書價動輒過百的香港，誰如果家中有哪怕半壁書籍，也大抵可以說他不僅擁有豐富的精神財富，還擁有不菲的物質財富。在香港，似乎連當一個合格的窮書生都是需要一些資本的。

有時也會去二手書店逛一逛，但無奈心儀的書畢竟數量有限，且在霉跡斑斑的故紙堆中無法及時了解某一知識領域的最新動態，因此亦經常空手離開。經友人提醒，轉而買了一部電子書閱讀器，一用，竟愛不釋手，感覺是以不高的成本把一家書店或是一座圖書館搬回家，又免了往來書店或圖書館的奔襲之苦，省下更多時間看書，幸甚哉。不得不感激新媒體時代給予閱讀的寬容。當然，少了買書藏書之樂，畢竟有些遺憾。

在電子書早已不是什麼新奇事物的今天，身邊仍有一些朋友話病無紙化閱讀，覺得手中無卷的閱讀不是真正的閱讀，他們始終浸淫於翻紙合頁的儀式感，對電子書在方寸之間的局促和冰冷始終不待見。其實這種對紙書的偏愛不是沒有道理，畢竟，紙張的歷史已有兩千多年，在紙張上閱讀已經成為多少代人接續傳遞的習慣，在故紙堆中翻檢爬剔早已成為我等書呆子們的偏執。想想看，當你鄭重地捧起一本厚實的書，一道道堅挺的書脊撐開你的手掌，一頁頁翻跳的紙張接通你的脈搏，一行行方正的字碼拉伸你的視線，一縷縷



HK人與事 蘇宇翔

清淡的墨香薰染你的口鼻，這時候，你無法不慶幸，智慧、文明、歷史這些宏大又形而上的東西，能夠具化成書，接受你的摩挲和供奉。難怪有人初涉無紙化閱讀不久又重新把頭埋在紙頁之間，人們對紙書

是懷有感激和依戀的。何況，放眼望去，文明史上記錄在案的名典巨著大多在紙上寫就，並經由紙張廣為流傳，相反，電腦和手機出現以後的幾十年裏，鮮有經典藉由這兩種工具問世。難怪不少人認為，電子書代表的多屬野趣，紙書承載的才是廟堂正統。

紙書和電子書究竟孰好孰壞，恐怕還要爭論一段時間。或許，這中間哪裏有什麼好壞之分，不過是兩種閱讀習慣的不同罷了。恰如作為一介書生的我，不得不考慮購書成本，奉行實實在在的功利主義，輕而易舉轉換了多年的閱讀習慣。如今除了專業書籍仍須向書店和圖書館處尋，對於其他的書籍，覺得在電子屏裏閱讀也沒什麼不好，畢竟，手撫到的、眼看到的，只是書的外在，唯有進入腦子裏的，才是書的靈魂吧。

有了電子書閱讀器，我便興沖沖地帶着它上下班，生怕虛度了路途上的時間。可是沒帶幾天，便改變主意，把它重新安安穩穩放在家裏。因為我所工作和居住的港島，並不適合在通勤的路上讀書。港島面積不大，四通八達的地鐵和巴士線路加上密集的網站，把通勤之路切割得零碎又短暫，你可能連一篇短篇小說都未讀完即到達目的地。與輾轉通勤一兩個小時的北京相比，在這裏的車廂讀書顯得有些麻煩。我想，這大抵也是在香港的通勤路上很少看到有人捧着一本書或電子閱讀器的原因之一吧。



自由談 吳捷

家務事似乎永遠做不完：地板、水池要擦，衣服、碗碟要洗，還要當上海人所謂的「馬大嫂」（「買，汰，燒」的滬語發音，即為了三餐而採購、清洗、烹煮）……如此瑣屑點滴，耗去了相當一部分生命。更何況做家務就像練琴、練武，每天的維持，只是不退步的保證；稍一鬆懈，就會飛流直下，家中景況，彷彿葉芝 (W. B. Yeats) 的詩句「萬物分崩離析，中心難以為繫」（Things fall apart; the centre cannot hold）。若是將做家務的時間和奔波仕途經濟的時間對立起來，看作是此消彼長的關係，那麼家務事真是令人疲累的苦差。

不過，換個角度、換種心情看家務事，其實也能看到不少積極意義。人嘛，總要為自己做的事情找點意義，否則，如何在這浮世快樂地生活？

先不說那些長於收納或烹飪的家務達人。日本作家舛田光洋在二〇〇六年出版的《掃除力》（原名：用掃除力讓自己光芒四射）中說，對普通人而言，做家務有助於消除壓力、煩惱和不安，使人進入一種近乎冥想的專注狀態

。人生總是充滿偶然性。恩德培與猶太人，一個地名，一個民族名，本是風馬牛不相及，但一個重大突發事件卻將兩者緊密地聯結在一起。我沒有目睹這一事件，但由於後來的工作經歷，卻聽盡對這一事件的談論，將兩者深嵌在腦海，幾十年來不斷翻騰，越覺得興味無盡。

猶太人本是西亞的一個古老民族，現為以色列人口的主體。而恩德培這個東非的地名，則是在得知一些猶太人在那裏的遭逢之後才聽說的。那是一九七六年六月末的一個清晨，我來到供職單位新華社的辦公室，只見滿屋的人好似炸開鍋，爭相閱讀剛從電傳機上撕下來的一條條外電新聞稿。原來，一架法國航空公司的客機從雅典起飛後遭劫持，最後迫降在烏干達的恩德培國際機場。劫持者是巴勒斯坦人，劫持的目標是飛機上的上百名猶太乘客。在中東地區，巴勒斯坦與以色列長期勢不兩立，類似事件過去就曾發生過。但這次遭劫持人數之多，持續時間之長，則是前所未有。幾天之後，以色列巧出奇招，派兵飛越幾千公里，突降恩德培機場，射殺劫持者，救出人質，上演了一場驚心動魄的政治與軍事因素兼備的活報劇，一般稱之為「恩德培行動」。

恩德培行動雖無緣親見，但後來因工作關係得聞起因與後果，也盡享其驚險之紛呈。

事發兩年後的一九七八秋末，我奉派到烏干達做常駐記者，飛抵的就是恩德培機場。恩德培是烏干達首都坎帕拉之南三十多公里處的一個小鎮。這裏在烏干達一九六二年獨立之前曾是英國殖民統治的中心。一下飛機，前來相迎的同事裴善勤就對我笑道：「歡迎你來到這座原本默默無聞、這兩年卻在全球爆得名的小鎮。」他指着機場東北方不遠處一座孤零零的四層小樓說，那就是新聞報道中常說的老航站樓，兩年前為扣留與解救猶太人質而激烈交火的戰地。從此，我多次進出有點破敗的機場，多次翻閱裴善勤當年發出的劫機新聞稿，多次聆聽烏干達人講述一個又一個驚悚的劫機與反劫機的故事。故事有官方的版本，也有坊間的傳聞。無

恩德培行動之始末



如是我見 高秋福

後來接連幾次到以色列採訪，我在烏干達的那點經歷，不知怎的不脛而走，傳到不少以色列人的耳朵裏。我採訪的主要目的本來是聽取對方對兩國關係正常化的看法和建議。可是，受訪者無論是外交、國防、外貿部門的高級官員，還是新聞、文化、宗教界別的知名人士，總有人向我打探烏干達的情況，徵詢我對恩德培行動的看法。其中，卸任總統職務不久的哈伊姆·赫爾佐克，當年是以色列駐聯合國代表，詢問我是否聽到他在安理會為以色列採取恩德培行動進行申辯。時任國會議員、現任以色列總理本雅明·內塔尼亞胡主動告訴我，其胞兄約納坦在恩德培行動中曾擔任突擊隊長，不幸為國捐軀。國防部一高官對我說，參與恩德培行動的一架大力神式運輸機已作為歷史文物保存下來，已囑下屬安排我去一空軍基地參觀。他在恩德培行動中擔任佔領機場跑道的突擊隊長，如今無論走到哪裏都要被問及當年的事跡。所有這一切使我看到，以色列人為那次解救行動是多麼自豪。

可是，我後來也有點犯疑惑。我在以色列採訪最多的是時任外交部長、副總理、總理等重要職務的西蒙·佩雷斯。他在恩德培事件發生時擔任國防部長，是解救人質行動的主要組織者之一。可是，他同我所談均是兩國關係問題，從未觸及恩德培行動。其中原委，我不得而知，但也不好相問。後來，一位主管新聞事務的以色列高官在便宴時告訴我，佩雷斯同伊扎克·拉賓是以色列左翼政黨工黨的兩大才俊，自然也是競爭對手。在一九七四年四月的黨內選舉中，拉賓以微弱多數戰勝佩雷斯，旋即出任政府總理。組閣時，他雖然不大情願，但考慮到佩雷斯在黨內的實力，還是將國防部長這一要職拱手相讓。這就埋下了兩人後來既合作又爭鬥的種子。在恩德培救人質問題上，他們總體意見是一致的，但不時也發生磕碰。因此，作為老練的政治家，他們兩人從不公開談論恩德培行動的決策過程。拉賓在一九九七年被宗教極端分子殺害，將那段內幕故事黯然帶走。佩雷斯直到二〇一四年卸任國家總統職務後撰寫回憶錄《大愛無疆》時，才簡要述及策劃恩德培行動的一些細節，披露他同拉賓的一些分歧。



▲根據恩德培行動改編的電影《航劫168小時》(7 Days in Entebbe) 資料圖片

論哪一種，主旨大多指責以色列對烏干達的蠻橫侵略，間或嘲笑當時的烏干達總統伊迪·阿明的魯莽無知，處置失當，遺留下不少笑柄。

四年任期結束後離開烏干達，聞聽的那些故事也就逐漸淡忘。豈料，一九八九年二月中旬，我被派遣到埃及做常駐記者，往昔聽到的一些故事又被激活。那是到任尚不足三個月五月初，我與同事奉命前往耶路撒冷，為中國同以色列建交投石問路。當晚，以色列外交部安排我們同當地新聞界人士見面。同我第一個握手相識的是希伯來文《話報》總編輯丹尼爾·布洛赫。接過他的名片，「布洛赫」這個姓氏令我不由一怔，立刻喚醒我十年前的一段記憶：一九七九年四月，阿明政權垮台，我在恩德培的老航站樓參觀時邂逅一位同樣姓氏的以色列人。他告訴我，他是前來尋找在劫機事件中亡命的老母親遺骸的。那時，中國同以色列尚無任何正式交往，受外事紀律約束，我同他沒有更多交談。聞聽此言，總編輯高興地告訴我，那個人就是他的胞弟博川姆·布洛赫，現任駐外大使。他這樣一說，我不由慨嘆「地球確實太小」。

金陵十二菜

行走在南京著名的1912酒吧街區，眼前一幢幢民國風格的小洋樓高貴典雅，拱形門雕花窗，簡約的石灰灰牆，閃爍的霓虹燈，留聲機裏傳出的老歌，使人彷彿穿越到了民國，感覺對面會走來搽着油紙傘的旗袍女人和頭戴禮帽的許文強般美男子。

懷舊一番後，飢腸轆轆，瞥見一間餐館門楣上寫着「金陵十二菜」，忽然好奇心爆棚，金陵十二釵家喻戶曉，金陵十二菜都是些什麼菜呢？看菜單似是標準的淮揚菜，本就以尋找金陵韻味而來，今晚吃它最合適不過。餐館內飾古典婉約，木製結構，屏風上是鳳冠霞帔的美人。遂坐下點了幾樣小菜，品金陵十二菜之味。醬牛肉切得薄而勻稱，刀工細膩，口感又香又有嚼勁。南京最有名的硬菜是鴨的各種吃法。於是，點了一份鴨舌。軟嫩的鴨舌臥在一片青青櫻菜上，下面鋪着金黃的炒米，裝盤別具一格，吃法於我也是第一次，柔軟與脆爽相結合，獨特的金陵味道，頗像南京人的行事風



飲食男女 青七

格。在吾家鄉徽州，炒米要用老母雞湯泡是絕配，沒想到在南京，炒米與鴨子配也是天造地設。又點了一道炒素——「荷塘月色」，衝着文藝菜名點的。原來是由白淨的嫩藕片與青翠欲滴的荷蘭豆、橘黃的胡蘿蔔、還有幾朵黑木耳組成，色澤清新，吃起來也很清口。只是我想來想去，覺得只有藕與荷塘有關聯，其他食材與荷塘與月色何干？想必起菜名的人是朱自清先生的粉絲。

最後一道贈送的水果菜，亮相時算是壓軸大戲，被裝在一個紅色梳妝盒裏粉墨登場，正面就是金陵十二釵的肖像圖，只是奇怪排在第一位的是秦可卿而非林黛玉。打開是一面鏡子，盒子裏的各色水果映在鏡中賣相誘人。金陵十二釵們是對鏡貼花黃，我來對鏡吃水果，不由得先正坐姿，理雲鬢，連吃相也變得風雅起來。

「金陵十二菜」中的十二當然是泛指，雖在南京的兩天裏我陸續品了十幾道，但總感覺還有金陵滋味仍意猶未盡。



人生在線 延靜

結識多年的老友老徐，今年八十二歲，思維依然敏捷，十分勤奮。退休十多年來，他出了五六本書。今年年初以來，他更為勤奮，文稿每天一篇，有時還一天兩篇，被他命名為「老徐札記」，通過電腦發到網上或投給報刊。

老徐原名徐貽聰，通曉西班牙文，是一名老大使。他畢業之後曾作為記者，前往當時尚未建交的拉美國家工作，後來做了外交官，曾在中國駐拉美國大使館任職，上世紀九十年代，先後出任中國駐厄瓜多爾、委內瑞拉、古巴大使，一生獻給中國和拉美

一位老大使的勤勉

國家友好事業。退休後，一次老徐隨一個企業家代表團去古巴，在哈瓦那停留時間不長，但除拜會、聯絡工作外，他寫了十幾篇文章，大部分見諸於報端。

清明節之前，我接到老徐的微信，說他回老家了，已到達淮安，為了給五年前去世的老伴掃墓。老徐是一位摯愛妻子的人，他的老伴晚年腰腿不好，行動不便，坐了輪椅。儘管如此，老徐還是推着她，去了很多地方。那年去台灣旅遊後，又去了俄羅斯，我們一直同行。去俄羅斯旅遊是他老伴的多年夙願。整個旅途期間，老徐一直推着她，上車下車，參觀景點，寸步不離。這次五周年掃墓後，他寫了一篇《祭老伴兒》。

我在網上連續看到老徐的多篇文章，他在老家住了一個多月，寫了近三十篇文章。每篇一千多字。可貴的是，他文思泉湧，題材廣泛，既有家人團聚、遊覽隨筆，也不忘關心疫情發展，更有着墨與他事業結緣的拉美疫情的文章《患難中的真實感情》。

老徐文思快，筆頭勤，這和他做過記者有關，但也不完全是。我認識的記者朋友，有的人退休後，再也不動筆，因為「寫了一輩子該休息了」。不過老徐真正做到「生活處處有文章」，正如他的《生活處處有文章》所言「只要有有意有心，就可將日常生活中的所見所感寫成文章」，「激勵自己，鼓勵後人」。



「金陵十二菜」賣相講究 資料圖片