相交樂

沒有趣味的年代

◆文：阿 展
圖：敏 怡

還記得茶樓點心車上的繽紛甜點嗎？那時候，小孩子都想祖父母為自己叫一碟放在茶桌上，也許為的不是甜點，而是上面那把七彩小紙傘，甜點一旦到手，小手就拿著紙傘開合把玩。

上星期，朋友有天在中環碼頭行人天橋上，遇上一名老伯伯在售賣他親手做的剪紙玩意：神仙魚、孔雀開屏及小丑先生，朋友好不雀躍，連隨買了一套七款的剪紙玩意回家，高興了一個晚上。

因為紙品玩意，我想起了當年街上也有一些伯伯用竹葉做螳螂、用鐵線做單車、還有麵粉公仔、手偶娃娃…… 那是大眾還懂得珍視手作業的年代；這些精品，還被視為一門民間藝術，懂得欣賞的，都是天真好奇的小孩。

今天，我們的孩子都拿著手提電話，小手在平面上點點指指，望著亮光光的小小熒幕目不轉睛，大家都在虛擬的世界找尋新鮮刺激。

這是再沒有驚喜與趣味的年代，未來，大家大抵都只能拿著手機型號，懷緬。

餘暉無限好

再上前線

◆鄧駿暉

最近，我再次走上新聞的最前線，重回電視台當記者。

身邊朋友都問過，為甚麼我放棄較穩定的工作，一而再、再而三重回電視台？或者是因為我實在太喜歡當記者。

我一直專注探訪社會福利的新聞，這是我的興趣，當年更考慮過報讀社工系。過去十多年的記者生涯，探訪過很多故事，有時甚至連我自己都深受感動。

深水埗舊樓的一位老婆婆，十年來先後訪問過她兩次，第二次到訪，她居然記得我，除了公事上的訪問，我們還寒暄了好一陣子。我至今間中會經過她的住處，每次路過，都不禁抬頭望望她住的大廈頂樓，不知這位慈祥的長者是否安好？

每年的情人節、母親節、父親節，都是我忙透的日子，因為要準備「溫情牌」報道。有一年的情人節，採訪了一對名副其實「夫唱婦隨」的老人家，太太是失明人士，丈夫就充當她的「導航員」，與另一半攜手走過人生旅途。

但要數最難忘的個案，應該是母親節故事。有一年，我採訪了一位傷健人士和他的媽媽，採訪地點是運動場附近，母親推着坐在輪椅上的兒子讓我們拍攝，之後兩母子跟我做訪問，對方都沒有坐在旁邊「監聽」。

訪問過後，媽媽問我兒子說了甚麼？我笑笑說：「他叫我不要告訴你，你母親節當天看電視就知道了！」後來我從公關處得知，他們一家人在母親節當天，坐在電視機前收看新聞，聽到大家的真心話，都感動萬分。

又有一年，同樣是母親節訪問，主人翁的兒子有自閉症，媽媽含辛茹苦地照顧他，到他獲安排到院舍居住，又輪到媽媽證實患上癌症，幸而一家人互相扶持，跨越一個個難關。

媽媽說：「我在病榻時，女兒鼓勵我撐下去。她說要我看着她戴『四方帽』參加畢業禮！」聽罷這句，眼淚已滾到我的下巴了。

報道播出後的一天，我剛剛主播完午間新聞，回到辦公桌，見到手提電話顯示收到留言，原來是這位媽媽，她說很滿意報道，但更令她高興的是，一位失散多年的小學同學，因為看到這段報道，再次與她聯繫上。

這就是新聞工作對我的吸引力，希望日後繼續有機會做這些充滿正能量的新聞故事。

大者積

快樂革命

◆王浩鈞

我們常鼓勵長者參加一些群體的活動，既可以保持人際互動的關係，亦可以藉著不同的活動令心境開朗，身心健康。不過，始終參加活動的總是以女性長者為多，而男性長者很多都會抗拒群體活動。即使有興趣某樣活動，都寧願獨自進行的為多。因此，在大部份的耆英中心，都有陰盛陽少的現象。

其實，獨樂樂不如眾樂樂，為甚麼男性長者大部份寧願做獨行俠，也不想加入群體呢？相信這是和中國傳統「男子漢大丈夫」的思想有關。女人心裡有些少事，就會找人誇啦啦不吐不快，群體活動簡直中正下懷。但男性就凡事都習慣放在心裡，一些男性長者終其一生都學不懂一種表達方式；另外，就是面子大過天，男人都天性不想輸，但他們不明白，他們已在社會退下火線，還有甚麼輸贏呢？為甚麼不以一種遊戲心情，將一生的抑制打破，來一個快樂革命呢？

同心圓

打發時間

◆李錦洪

人常道：「閒愁最苦」。退休之後，最苦惱的問題莫過於如何去打發時間。這是較消極的想法，大家應該在擺脫工作壓力之後，讓生命自由流動，從「事務化」的工作性質，轉移至「人性化」的服務體驗。

辛苦了大半生，很多人還不情願退休，彷彿放下了工作的銜頭和形式，個人的價值亦會低貶；但正如一張舊而縐的鈔票，本身的價值仍然存在，仍然「駛得」，最怕是有人把它收藏在口袋中，令它失去價值，是「無駛到」而非「唔駛得」。

參與社區活動和義工服務，是銀髮族最合宜的半休止符，也就是我經常強調的「人性化」準則。在講求效率與競爭的職場，要滿足各方面的需求，自主性反而降低，惟有當我們不必為薪酬而拚命，為表現而競爭，回到簡單的方式，為別人服務，將幸福與快樂與之分享，將經驗與技能盡情發揮…… 本身的心境與健康都有著正面的刺激。

打發時間並不是幸福老人的寫照，因為其中沒有太多的熱情和滿足感，緊記一句話：「人生最大的幸福，就是把幸福帶給他人」，若為了排遣寂寞而把自己縛上不適合的旋轉馬車，倒不如隨意隨心順步而行。

◆奕琪

愛老言老

剩女

◆邱可珍

「剩女」這個名詞兩年前左右在國內首次出現，近月也成了城中的熱門話題。

「剩女」的意思明顯不過，就是指嫁不出的女孩；筆者前年也曾在本欄中寫過。

「剩女」出現的原因很多，有些是嫁不出，有些是自己決定獨個兒逍遙自在地生活。

因「剩女」這個話題，不期然想到本地目前其實有不少「剩老」。

列入「剩老」一族，原因不外幾個：

兩老本來共同生活的那一群，身旁老伴比自己先走一步，自然變成「剩老」；其中尤以「剩女」居多，因為男性的壽命比女性短。

這類「長者剩女」不是嫁不出或不願嫁，而是天父來叫她們離開這個世界。

人類的壽命愈來愈長，已是不爭的事實。我們將來變成「剩老」機會也愈來愈大，那並非子女不願照顧，而是子女本身也列入「長者」一族，跟本就沒法照顧比自己更老的父母。

「心有餘力而力不足」是最大理由。

怎樣照顧「剩老」，將是一個社會課題。

珍嬸月記

邊個長命啲？

◆珍 嬸

一向都係女人長命過男人㗎啦，所以我成日同老公講，男人至係弱者。

不過今日睇到篇花邊新聞話，第時有可能男人長命過女人喎。

呢個專家話，原來而家男人短命過女人，係因為佢地又食煙、又飲酒，所以心臟病同癌症都多過女人，死得早啲。

第時啲男人冇咁多壞習慣，就冇咁易早死喎。

仲有，係因為第時做工都係坐寫字樓，冇咁危險添。

咁當然除咗男人長命咗就到女人短命啲，此消彼長先至會被男人跑贏喇。

女人短命咗嘅理由，係太多痴肥喎。咁又唔嘅，我又諗或者第時啲男人有咁多食煙，反而輪到啲女人食煙？

我都算家教得好，衰鬼老公食煙食咗幾十年唔肯戒，但阿女同細仔都有學佢。另外我煮饌跟足政府教，少油少糖少鹽；三餐之外少零食，最多食吓生果。所以一家人都冇話肥。

我同老公講，我一早預咗會長命過你㗎喇，問題係你收尾嗰幾年點樣過。心臟病一走了之好地地，如果係中風半條人命，我都唔敢講到時有冇辦法照顧你，或者都係送你去老人院㗎咋。

佢依吓棚牙，鬼馬咁話：「到時你話點就點啦。」軟皮蛇，真係冇佢修！

老有所思

家裏兩個女人的戰爭

◆黃翠雲

坐屋苑的免費專巴，到附近社區大商場的菜市場去逛逛。乘車的大都是中、老年人、菲傭及印傭女多男少。車廂裏很熱鬧，有在閒聊的，有用手機通話的。我偶爾側聞有些婆婆跟人談及家務事，總力數媳婦難相與，對老人家不太尊重，什麼事都看不順眼，事事挑剔，自感吃力不討好，非常無奈！

我心想：「家家有本難念的經」。不論貧賤富貴，一個家庭裏，夫妻、婆媳、父母子女、兄弟姊妹的相處，都會出現或多或少的問題，人際關係非常複雜，凡塵自有凡塵事，十分正常！

昨天，收看台灣電視節目，剛巧就是探討婆媳的問題《家裏兩個女人的戰爭》。主持人邀請了幾位嘉賓出席，當中有身為婆婆、媳婦及人子人夫的男士。他們現身說法，各訴各的心聲。

主持人最後下的結論：婆媳來自兩個世代的人，人生觀念不同，各有不同的習慣、個性，不同家庭的背景、教育的程度。彼此應多溝通，不要想太多，不要太敏感，不要誰掌控誰，互相包容最重要。並寄語：

（一）為人子者，要扮演一個重要的溝通角色；為人老公的不能當此為小事，應該只傳好話，不傳壞話。

（二）為人婆婆的應放下權威，尊重後輩，誠意相處。

（三）為人媳者別漠視婆婆的好意，應多尊重，避免碰撞，把老人家當小朋友對待，順著毛去摸。今天妳怎樣對婆婆，明天孩子就怎樣對妳！

做個活力耆英

大家唱

調：賣相思
詞：梁 愛

我要老來夠活力，心境開朗，
活躍天真，
時光像倒流，學歌唱，習舞蹈，
扮吓大闊佬，動吓腦，獻新猷，
為公益籌謀。

懶智慧樂湊孫

過渡心理斷乳期之「停」

◆黃曉紅

上期談到幫助孩子過渡心理斷乳期，家長必須做到「停」和「轉」。

「停」的意思，是戒掉「你應該這樣！」「你不應該那樣！」的口頭禪，皆因「應該／不應該」背後全隱含着約束與指令。正值心理斷乳期的孩子，「革命思潮」特別澎湃，過多的干預，自然帶來抗衡的局面。

「停」之餘，還要「轉」。不說「應該／不應該」，那要說甚麼才能夠和孩子有效溝通呢？答案是「可以」。例如我們不說：「你應該和保安叔叔打招呼！你不應該沒禮貌！」而是說：「你可以跟保安叔叔打招呼，我相信你這樣做的話，他會很開心。」

當孩子和你意見相左時，不要企圖把他壓倒，並天真地以為他會懾服於你的威勢之下；即使沒有即時爆發釀成火星撞地球的慘劇，也不要忘記日常生活中消極抵抗、陽奉陰違的情況。不想這樣，可以怎樣？答案也是一個「轉」字。

你可以說：「對於這件事，你有你的看法，爺爺嬤嬤（公公婆婆）尊重你的看法。而我們也有自己的看法，爺爺嬤嬤知道你也會尊重人家的看法。我們可以一起想一想，除了這兩個選擇，還有別的可能嗎？」

三味書屋

「五常之仁」

◆岑家雄

「仁義禮智信」作為中國古代儒家提出的五個道德範疇，具有高度概括性和持久普泛的意義。漢代董仲舒將它們合在一起，稱之為「五常」。在當今社會道德建設中，我們仍然可以借鑒，並善用其作為道德範疇的「品牌」價值，立足於當代並賦予其適時的新內涵。

「仁」的基本含義就是孔子所說的「愛人」，孟子所說的「惻隱之心」，用今天的話來說，就是人對生命的關懷。缺少對生命和人性的關懷，就叫做「麻木不仁」。儒家認為，「仁」是為人的根本，是人的精神家園；用孟子的話說，就是「人之安宅」。提倡「仁」就是要以人為本，把人當作人來對待，更相信人在天命和生命價值上是平等的。因此，人該以「己欲立而立人，己欲達而達人」的態度互相幫助。

儒家的「仁」對當代社會道德建設有兩點重要啟示，首先是人之間的關愛、和諧、合作，較之於人之間的衝突、競爭是更為重要和更具價值。此外，人道與人性均是終極價值。任何科技的發明與運用，政治經濟措施的建構與實施，都不得違背人道與人性，都不能以犧牲人的生命與尊嚴為代價，否則就是不道德的。在崇尚科技、提倡競爭的當下，尤其需要強調「仁」的道德，以便使科技與競爭機制更好地為人道與人性的目的服務。

儒家的仁愛精神還不止於對人的愛，還有推廣到對自然界一切眾生萬物的愛。這就是孟子所說的「親親而仁民，仁民而愛物」。當今，世界範圍的自然生態平衡正面臨工業技術帶來的危機，有識之士深表憂慮，大聲疾呼保護自然生態環境，保護稀有動物。儒家提倡的「仁民而愛物」的精神，對於建設當代生態也是有啟發意義的。

做個受歡迎的人

惜緣要趁早

◆黃美嫦

我與八十多歲的湯婆婆閒聊，她說起舊事：「我只有幾歲大，母親便染上瘟疫死去，父親又離家出走，不知所蹤。時值日軍侵華，幸好阿姨把我交託給她住在鄉間的乾兒子，雖然要替他一家做工，但總算避開戰火，不愁衣食。」

「你內心一定很感激阿姨的乾兒子當時肯收留你吧？」我問。「是啊，可惜一直沒有再見那恩人一面，親口向他道謝。」她嘆氣道。「為甚麼呢？」我好奇。

她解釋：「日本戰敗，和平後，十多歲的我隨阿姨來港定居，靠車衣維生，廿歲出頭便結婚生子。那年代生活艱難，既要為生計努力工作，又要照顧幾名年幼子女…… 曾幾何時，那恩人約我會面，但那時候感到分身不暇，最終沒有到內地探望他。」

後來，阿姨去世，湯婆婆遂無法再與那恩人聯絡，令她懊悔不已，間中想起往事仍耿耿於懷，未能釋然：「假如當時懂得珍惜，記下他的聯絡就好了。」但，「誰會珍惜，當你還擁有？」她令我想起這兩句歌詞，包括筆者在內，相信很多人都有類似的遺憾吧，惜緣真的要趁早……

兒時舊話

棉花糖

◆潘國靈

「我將開口，同時感到空虛。」失敬失敬，魯迅先生，竟剽竊了你的話，用來形容吃棉花糖的感覺。

真的，有甚麼比吃棉花糖更虛空？那麼大捆，你看著以為很實在，才一含，即融化掉，只剩一口甜耶。

那快樂其實來自等候的過程。看著棉花糖師傅把糖粒撒進機器中，糖絲吐出，木籤轉動著猶如一枝神仙棒，捲呀捲，無端生出一團球狀，看在孩子眼中，這未嘗不是魔術。由無到有，吃著的時候，又似有還無。

那甜其實甜得很單薄。令你雀躍的也許不是味道，而是色彩：粉紅色、鮮綠色，可以逗樂孩子的，一個色彩繽紛的世界。

然後，某一天，你忽然憶起吃棉花糖的感覺。那感覺總牽纏著甜味、顏色、陽光、節日氣氛。可是你找遍每個街角，卻找不到棉花糖蹤跡。你開始懷疑，連那感覺，都是虛的；你開始明白，甜美生活就像棉花糖，當你嚐到了，才知道原來是一口虛空。

我們的日子過得更像嘉年華（很麻煩，吃了要洗手）；對於色彩，你的敏感度也低了。你不再把棉花球當成水晶球。

然後，某一天，你發覺你不愛甜食了。你開始厭惡黏纏的感覺（很麻煩，吃了要洗手）；對於色彩，你的敏感度也低了。你不再把棉花球當成水晶球。

然後，某一天，你發覺你不愛甜食了。你開始厭惡黏纏的感覺

小啟 一、本刊文章純由各界義工提供稿件，內容並不代表督印人之意見。 二、如欲轉載本刊任何文字或圖片，請事先知會本刊，並請惠寄所登書刊，以作記錄。 三、本刊歡迎投稿，賜稿請詳列姓名、地址及電話以便聯絡，屆時本刊有權刪改內容，如無聲明，稿件概不發還。 四、珍惜此刊，閱後請轉送其他人士，又或將新讀者之姓名、地址、電話及出生年份填表擲交本會。同時並請預先知會該新讀者。 五、本刊荷蒙公益金贊助部份經費，謹此致謝。義工成員 採訪及撰稿 包括各界專業人士，如中西醫、社工、大學教授、編輯、記者、作家、詩人、漫畫家、攝影家、美容師、收藏家及退休人士等。 發行工作 —— 東區六通拳晨運人士 聖雅各福群會家長義工組 聖雅各福群會松柏會會員 個別社區熱心人士
排版 • 植字 • 印刷 超企印刷及傳訊有限公司 香港 新界 將軍澳 將軍澳工業邨駿盈街八號一樓