



人生究竟追求甚麼？
◆陳炳麟

簡單地說，快樂。

《松柏之聲》就是集結深藏哲理寓意的文章，尤以當中的「眾言堂」版，就是從不同的角度，由不同名家撰寫鴻文，以供各位長者建立「心胸開闊少欲知足」的快樂晚年，望能可起著與長者分享和交流彼此追求快樂心得的境界。

於主理《松柏之聲》編務多年的過程中，得幸可長期拜讀所有名家文章，編者可說是當中的受益者，分享到一點建立快樂的感悟；尤以年前當本人患上癌疾，於接受治療的過程中，於電療至最嚴重的時候，就連最基本維持生命的飲水，也令咽

喉極其火熱刺痛，而難將水下咽之際，確實令編者不能自控下，不期然號哭起來，情景令人側目；但編者絕無半點氣餒、心傷神碎的問題，而放棄對治療的希望；因為編者認為「開心要過不開心亦要過」，如果因而黯然欲絕，失去與惡疾拼搏的

自己的心靈關在監獄中，沒有自由，試問我們怎能可走出幽谷尋得快樂呢？《松柏之聲》就是欲藉文字的傳播，與大家分享天地是多麼廣闊、世界是多麼奇妙，凡事我們該放開心胸、眼光睇遠，不快樂的苦痛就會悄悄地逃離我們而去，正如彌勒

佛說：「大肚能容，容天下難容之事；笑口常開，笑天下可笑之人。」

那麼我們可從何處尋覓得此「快樂心經」呢？

今期起我們特新設「快樂心經」專欄，目的是藉余惕君的鴻文，盼與大家齊來用心傾聽、用心體會、用心參透和用心尋覓快樂的真諦，以期同達正如星雲大師所說的「笑能卻病、喜能忘憂、慈能與樂、悲能拔苦」的快樂境界。

鬥志，那豈不是「堆起石頭阻自己前進」嗎？故欣然接受一切苦痛，如常開朗地生活及繼續《松柏之聲》的編務工作，與義工通電時，也不易被他們察覺正在病危中。

產生不快樂的根本原因，就是我們心胸狹窄，每事只想自己，漸漸地如同將

縱使社會大眾、輿論及政黨均一致要求政府增加長者生果金，但都不為政府接納，其背後的理由不正是害怕去承擔因將來長者人口增加而要支付更多生果金的支

詢，均以香港未來人口持續老化作為港府的政策理由；再加上傳媒報導，令社會大眾也認同這個全球化人口老化是社會負擔。

俊華的新財政預算案，年局局長周一嶽的醫療改革諮詢，中，不也是常常提示公眾醫

因，就是因人口老化而引來的更多醫療支出嗎？

供的各種福利和醫療措施，若再維持下去和不作出改革的話，它必定是香港未來的一種社會負擔。社會學稱此為「社會建

人口老化 社會負擔 等同

政府往往以長者人口未來預計的增長數目和諸如「老年撫養率」、長者佔用醫療資源比例等數據，去引導公眾相信現時政府為長者提

構式的老年「理論」，將長者塑造成一種負面的形象，將老人理解成為既已無貢獻（沒有生產能力、沒有交稅），也在不斷佔用社會資源

其實，看待人口老化是否如此負面？長者真的如政府和傳媒所描述如此無貢獻和社會負累嗎？將來的長者否如現在的一模一樣？應付人口老化又是否只有一種只是被動式地讓人口持續老化下去的方法，而不是在現時

孝養的道德也比不上教人實際去計算到底社會將來要去付出何等沉重的金錢去應付這班老人的醫療福利開支。中令長者與非長者仍成為爭奪和佔用社會資源，而形成一種對立狀態。甚麼尊老、孝養的道德也比不上教人實際去計算到底社會將來要去付出何等沉重的金錢去應付這班老人的醫療福利開支。

整體人口政策上作出相應策，例如大力鼓勵生育和放寬移民政策等。在經濟生產力方面，可否採取彈性退休年齡方法，鼓勵健康仍有工作能力的長者可繼續工作，亦較注重自己的身體健康。未來新一代的長者，相信也會有較高的教育水平，除懂工作能力的長者可繼續工作外，亦較注重自己的身體健康。未來新一屆的長者，相信也會有較高的教育水平，除懂工作能力的長者可繼續工作外，亦較注重自己的身體健康。未來新一屆的長者，相信也會有較高的教育水平，除懂工作能力的長者可繼續工作外，亦較注重自己的身體健康。

世界》。

另外還有一些有趣的新書，如《彩妝·愛美麗》、《泰式古法按摩》、《精解高爾夫基本功》與《人氣嚴選串珠飾品60款》等，總有一本能引起你的興趣，豐富生活與友人帶來話題。

各位讀者，只需剪下本欄之印花或本期(第三七一期)《松柏之聲》的報頭，到書展攤位1H2至1H14及1J1至1J1的萬里機構攤位購書即獲七五折優惠。

2008香港書展

展覽日期：2008年7月23至29日 (星期三至星期二)
展覽地點：香港灣仔博覽道一號
香港會議展覽中心
萬里機構攤位：1J1—1J13 1H2—1H14
剪下此印花或本期松柏之聲報頭，於書展期間到萬里機構攤位即獲七五折的優惠。

李香琴尋歡之道

◆文：利珈兒 琴姐(李香琴)

勸喻長者們：「快樂要自己尋找！」

對呀！快樂不是給予和施捨，如果自己也不懂得尋找樂趣，生活就會變得枯燥和乏味，要取得快樂元素，營造開心生活，歡愉的晚晴歲月，琴姐的一套自家祕笈，值得長者們參考和借鏡。

「每個人對快樂指數的要求和感受都不一樣，快樂要自己爭取，先首要有健康的身體，保持心境開朗，繼而要衝破個人的性格障礙，不要經常呆困在家；年輕人有他們的生活圈子，我們也得要好好學習和安排生活，應該從個人喜好入手，增添一些生活情趣，好動的可以揀選旅行、打麻雀、做義

工、探訪朋友。」琴姐好像有說不完的快樂竅門，而不斷說。

「好靜的可以參加長者中心課程、看書、寫回憶錄、打電腦等等，我都經常去探訪老人院，參與一些敬老演出活動，發揮助人自助的精神，何樂而不為呢！」從琴姐簡短的對答中，大家有幾多領悟呢？

從來不覺得琴姐是耆英一族，她每次出席公開場合總是打扮得花枝招展，不論工作或娛樂總是活力十足，記得幾年前她被腳患所困，影響生活作息，想不到做過手術，經療養後，她竟然迷

上了社交舞，在舞池中翩翩起舞，這就是我認識的琴姐！

訪問當日，琴姐正好因病看醫生後，返家休息。她因趕拍劇集，日夜顛倒操勞而染病，聽說《松柏之聲》欲做訪問，她並未因病推卻，反而欣然接見我們，可見琴姐樂於助人的性格，還會帶來別人的快樂。

遠離你》可以為你提供了簡單的飲食營養、健康生活資訊，其蘊藏的功效及價值，往往帶給你意想不到的保健強身效果。

書展購書75折優惠

平日愛好上網瀏覽、網上投

味糕點》等。

喜歡遊山玩水的長者，新書《郊野的閒花野草》、《香港動物明星》可讓你回味兒時與好友山野追逐的快樂時光。喜歡攝影、旅遊的

朋友，大可趕上奧運熱潮，隨著聖火途經中國最動人的城市鄉鎮，盡覽祖國的地方景緻與特色文化；更有新作《探奇女兒國——摩梭風情》、《品讀水之韻——江南古鎮》、《頂級攝影師眼簾下的關外

◆黃仲然

資的長者，便有《電腦保安天書》、《資料急救天書》和《順策而行中資股》等新作。喜歡「煮番兩味」、試試新派菜式，你有《小菜王》、《靚湯王》、《極品美味：鮑參翅肚》、《小烤箱美食》，《美