



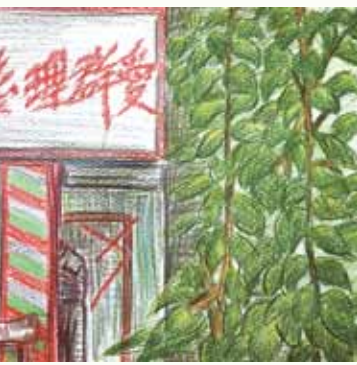
相交樂

# 傳承守業的欣喜

灣仔一間小小的廣東理髮店孕育了一對充滿愛的父子。兒子本來是攝影師，偶爾一日看了王家衛導演的《墮落天使》，驚覺金城武洗頭一幕，竟然是他爸爸的店舖拍攝！那一刻，即時萌生了承繼父親的手藝，並要好好保留這間小店。父親當初也大力反對兒子入行，只覺得自己每天都是接觸販夫走卒和坊眾，始終沒有太大志向。後來經不起兒子四處拜師學藝，「浪費金錢」

於是便負起責任，親力親為教導兒子。如今兒子的俐落剪功，便是承傳自父親。兒子更接收了父親超過六十年歷史的理髮工具，逐一磨利消毒，使它們繼續展現「豐功偉績」；另外，年輕的他又引入英國與日本的「髮油」和「鬚後水」，讓它們都能在小店「發揚光大」！

兒子接手理髮店三年了，名揚遠近。每天除了街坊朋友外，連外國的領事人員和遊客都紛



餘暉無限好

# 碩士的悲歌

時間過得真快，我不經不覺已踏入碩士課程的第二個年頭，如無意外，明年這個時候，我應該準備參加畢業典禮了。這次重拾書本的學習動機比以往為大，亦結識了幾位好朋友，大家互相扶持，只要選修了同一學科，就會走在一起做小組習作，並肩作戰。

記得上學期聽過一位教授說，晚上要在大學找一個空置課室並不容易，因為碩士課程太多，把課室都用盡了。她這句話沒有說錯，我這個學期修讀三科，每星期要上學三晚，傍晚六時許回到大學，除了見

到大批學生到港鐵站坐車回家外，亦遇上很多由市區趕入馬料水上學的人。

日頭要上班，夜晚還要來上學，的確不容易，如果缺乏學習動機就更辛苦了。跟一位新相識的同學談起，他說沒有時間上學，於是一拖再拖，今年讀到第四年了，實在無辦法再拖下去；另一位同學就說是「老細」要求他進修，所以就來上課了。這些「被迫」的學習效果如何？答案可想而知，他們一上堂打瞌睡，一起上到一半就走了。

班中很多同學也是年輕人，他們一些舉動很有趣，正確說是令人

「搖頭」。記得九月開學時的第一節課，一開始就有同學舉手，向教授表示她不懂得聽廣東話，亦不懂得看中文，要求以英文授課。我的即時反應是，雖然大學是華洋雜處、文化交流的地方，以中文或英文授課都不是問題，但課程大綱寫得很清楚，這是以廣東話授課的科目，如果你不懂得聽，為甚麼不選擇另一科？結果呢？教授決定兩文三語式授課，教學效果和速度當然大打折扣。

另一科更有趣，第一節有同學舉手，說不懂利用大學圖書館的電腦系統尋找閱讀資料，請教授即場示範。「天啊！」我立即轉向身旁的同學，低聲說：「他們沒有讀過大學嗎？怎麼連上網找資料都不懂？」原來真的有人會不懂的，我實在懷疑他們是如何度過本科生活？學士

畢業證書是如何拿到手的？

在大學上課，教授通常會將筆記放在點名簿旁邊，大家簽到後就拿一份。有一次，課堂差幾分鐘才開始，教授在白板上寫筆記，有同學入到課室找不到筆記，竟然走到教授的座位，在她的資料中左翻右翻找筆記！我看到傻了眼，那位同學最後找不到，只好返回座位！教授畢竟是有教養的人，並無直接訓斥這位同學，只是委婉地說：「同學們如果有需要可以跟我說，我放在這邊的資料，部分是我個人的參考內容，請大家留意！」

這些是碩士生應有的行為嗎？現今的青年人從事從個人角度出發，沒有周詳考慮旁人感受，是我們的教育出了問題？抑或是我們太古板，不明白新一代的想法呢？

近年由台灣轉來一股「寫好字培養好心情」的風氣，坊間出版了許多寫字臨摹的字帖，中英都有。有些還出版了一些連筆的套裝，鋼筆、沾墨鋼筆、毛筆、科學毛筆、原子筆都有，大部份都設計印刷精美，有一種優雅的格調，令人看着愛不釋手，不過價值當然也成正比。

其實，寫字，尤其慢的用心去寫，就有一種舒緩情緒的奇妙功效。至於寫得好不好，用甚麼寫，寫得好不好，一點都不重要。重點是集中精神及完全投入。我每天早上用一枝破毛筆沾墨汁，在看完的報紙上隨心隨意寫大字，有時是寫詩，有時是寫一些宋詞，寫

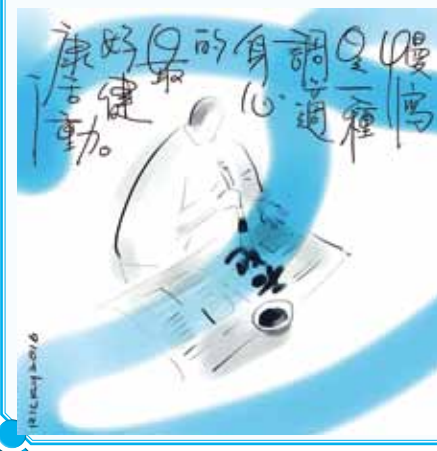
着寫着，人就打從心底有一種滿足的平和感。寫着寫着，心內自然就有一種快樂湧出來。不信？你明天就立刻試試，只要你堅持寫一陣子，保證你欲罷不能。



忽發善想

# 「寫」意

王浩鈞



全球正面對人口老化，香港亦然。何謂老有所「歸」？能與子孫三四代同堂，固然幸福，但據聞全港各區皆有不同獨居老人，而老院舍又嚴重不足，獨居老人雖偶有義工探訪送暖，但老死家中或意外傷亡者大有人在。

老有何所「歸」？是否老人家愈老愈固執，因社會環境、人情冷暖，各有志、處理各異，外人實難以理解。正如，去年有一位人稱「婆婆」七十七歲的鄭婆婆，子女成群，生活無憂，卻甘於獨居鐵皮屋，與愛犬相依為



老有所思

黃翠雲



同心圓

李錦洪

# 群體

新世代生活與溝通的特色是網路群體，在陌生人面前是最安全，不必展現真面目，用一個代號辨識就可以暢所欲言，完全不必負責。群體中多是意見相近，志同道合，溝通起來分外投契。

我仍珍惜生長在一個重視生命直接交往的年代，在生活圈中有不同意見不同專長，特別是不同智慧與性情的人，因為不同，才能精彩。

所謂關係，包括接受與付出，如果是一色化單元化，還有什麼補足？還有什麼彼此豐富？特別是在衝激下產生的火花？青壯年經歷豐富的人際，始能積累出晚年的深度與從容，足以回味與自豪。

網上新世代有它的廣闊無疆界，但太多只選取狹隘的群體，世界反而縮小了。人雖漸老，心境長青，是始終擁抱真實的世界，多元而豐富的群體。

今日的你，世界有多大呢？



耆老言

特別的一十一月

「獨老」一則例外，因為沒有親人。有見及此，不少社福機構安排義工在節日期間上門探訪和送上禮物，讓

上一輩的人對節日很重視，常常希望一家人可以聚在一起慶祝或祭祀。

一群從事安老服務的人發起和推動設立這個節日開始，轉眼間便已卅多年；值得高興的是愈來愈多人知道這個節日，也有不少商店和食肆等作出回應，以



愛老言

邱可珍

查看日曆的話，不難發現幾乎每個月都有節日出現。長者最熟悉的是農曆新年、端午節、中秋節、冬至、清明和重陽等。

這些長者感到沒給人遺忘，人間依然有情，於是繼續積極地活下去。

眾多節日中，長者最有關連的是十一月第三个星期日——長者日。時光飛逝，由最初我們

二零一二年十一月本港舉行第一屆的「十一良月消費月」，旨在宣揚有意義的消費文化行動，鼓勵消費者在十次消費中將一次轉為光顧社會企業。

在消費者的同時，以實際行動扶助弱小。兩個節日同時出現在一個月內，特別嗎？

命，以拾荒度日，終因交通意外而亡。

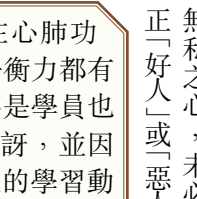
今年七月初又有一位人稱「睡婆婆」自言丈夫已去世，育有兩女一子，祖孫三代卻不同堂，而以報稱被家的陳婆婆。年近八十仍堅持自食其力，不肯退休安享晚年，繼去年九月遇劫後，又在報檔被無良南亞賊搶劫傷頭，實不幸中之大幸也。

奈何賊匪無良，可幸人問有情！她的遭遇曾掀動全城愛心，連日有不少熱心市民到報檔送暖，出錢又出力！有牧師及金蘭姊妹勸她入住老人院都被婉拒。陳婆婆表示，子女曾來探望，但他們因有工作在身不會經常過來，她都很記掛子孫的呢！

她的堅持只有一個信念——她自小學畢業後，便在媽媽一手所創的報檔幫手。四十多年前，媽媽病逝，她以獨力承辦母子遺業，以報檔為家，幾十年來不論寒暑，風雨不改，她堅持用一生守住對亡母的思念，希望能一直做到百年歸老！

然而，一份堅貞卻敵不過年老體衰，兩星期後，因不慎跌傷左肩入院留醫，不得已宣佈榮休，冀入住公屋度晚年，從此，不再以報檔為家了！

# 老有所「歸」



大家唱

調：戲水駕鸞 詞：梁愛

# 自強不息活耆英

能適應承擔大任 辛酸苦辣能嚐健康  
人老錢無 身心輕快  
自滿足 只盼逍遙過  
日日共你 歌唱譜和  
彼此歡笑 關心學愛 真唔錯  
彼此歡笑 關心學愛 真唔錯

《論仁》中孔子曰：「惟仁者，能好人，能惡人。」意思是指有仁德的人可以合理地喜愛別人，以合理地憎惡別人。這話所指明者安於良心事，抱著公正理智的態度來對待所有人物，因此能合理地喜愛或厭惡別人，沒有絲毫偏見。即是說：仁者有正確的善惡好惡是非標準。愛人時不會陷於溺愛放縱；憎惡人時，也不至以卑鄙手段謀害那人。「不仁者」則沒有這種公正確無私之心，未必能真正「好人」或「惡人」。

《論仁》中孔子亦曰：「知者不惑，仁者不憂，勇者不懼」。這是指「有智慧的人明白真理，不會有疑慮，有仁德的人，樂天知命，不會感到憂慮，勇敢的人，仗正義行事，不會感到恐懼」。這三者之中，「仁」最重要，因為「仁」是所有品德的最高標準，也是「知」、「勇」的基礎。有「知」無「仁」，容易變得狡詐；有「勇」無「仁」，則容易變得魯莽殘暴。公正是無私、沒有偏見便成了作為仁德君子的先決條件。奈何現時很多人自恃聰慧能言善辯，又或膽色過人而誤導眾人，以領袖自居，須知我們需要的是仁人，為社會添正道，非歪理！



做個受歡迎的人

黃美嫦

# 真正的自由

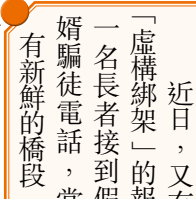
秦先生氣急敗壞地趕至，陳伯：「老秦，你少遲到囉囉囉！」秦先生連聲道歉：「真不好意思！我架車撞唔著，攞吃一輪，至開到車……」馬太笑說：「原來你『二奶』有事，情有可原。」秦憂心忡忡：「我最擔心係仲有D乜嘢隱患……」

胡小姐：「你駕車好似都撞咗十幾年？」秦先生：「所以我至咁擔心……」眾老友記見他如坐針氈，紛紛好言相勸，「唔駛咁擔心啦……」秦先生以手機上網，「都係上網買定件救急掙車電池先……」

李姑娘見狀，深表同情，「你睇佢簡直係食而不知其味。」

「為咗D 身外物緊張成咁，值得嗎？」胡小姐嘆氣道，陳伯：「諗番細個囉囉囉，家貧，甚麼玩具、物資也沒有，無牽無掛，反而係成世人活得最開心的時候，現在擁有的東西愈來愈多，責任和煩惱亦多了很多。」

李姑娘：「早前我聽D 前輩講，開始做『老前生活整理』，扔掉了許多舊物，覺得整個人真的輕鬆和愉快了不少。」胡小姐：「我也有同感！所以我認為徹底捨棄身外物，人才能得到真正的自由和快樂……」



字裡留情

鍾怡

根據警方消息，今年上半年錄得420宗電話騙案，較去年同期減少90宗。騙徒主要用「虛構綁架」、「猜猜我是誰」及「假冒內地官員」等方法來欺騙受害者。

近日，又有一宗「虛構綁架」的報導，一名長者接到假扮女婿騙徒電話，當然沒有新鮮的橋段，又是

指長者的兒子在內地遭人挾持，要求兩萬元贖金；長者情急之下又信以為真，立即趕往匯款，找換店職員一聽之下，心知不妙，於是一邊拖延時間，一邊代長者聯絡家人了解，最後才沒有招致損失。

在警方大力的宣傳下，報章一次又一次報導有關騙徒的手法，仍然有長者受騙。在大惑不解之時，曾隨意地向長者服務的員工查詢，對方竟然即時舉例告知曾在何時，接觸過類似長者情況，有的長者是收信，內容大致差

不多。由此可知，各位老友記要警惕這些騙徒抱著「橋唔怕舊，只要有入受（上當）」就會繼續嘗試！

再次奉勸各位，留意警方呼籲，不要向自稱執法部門人員或其他機構職員，透露個人資料及財產，否則不明者，不要銀行帳戶號碼及將錢存入陌生人帳戶等。對於不明來電，先冷靜，如即時未能聯絡商家，可與朋友或社工商量，有需要向警方求助。



電話騙案

鍾怡



樂活程式

吳之璧

# 學習靈感

每天早上打開報章，我最留意的並非國際大事或本地新聞，而是搜集令人感鼓舞的長者新聞，隨時與友分享。

大家還記得創造屆奧運新一代400米跑手南非的雲尼卻克的教練嗎？她是七十四歲的嫻嫻級教練波芙。本身曾為短跑和跳遠選手的波芙退役後執教，自九零年代在大學任田徑總教練，她手下的徒弟一般都比她年輕五十年，雲尼打破世界紀錄的成績可以說是波芙的功勞。為甚麼年輕選手都

會信任滿頭白髮的波芙呢？因為精力充沛，神采飛揚的她全心全意訓練運動員，以最高紀律，最大愛心的方式訓練愛將，誘導他們發揮潛力。她熱愛工作，個人座右銘是：「世上沒有太老而不再能學習的人！」

最近又讀到關於本地老友記學習跆拳道的高寫，這班老友記是香港實用跆拳道協會的學生，一班六十至八十歲的朋友在導師指導下，數年間竟然成為跆拳道黑帶高手，實在令人心情振奮！令人意想不到是原來學習跆拳道並無年齡限制，需要的是決心和練習。



學習靈感