

用生命創作的人

月前筆者在內地作家出版社出版了一本新書《這情感仍會在你心中流動——名家手迹背後的故事》，近40萬字，另附100多幅作家手札、墨寶及照片。精裝本，定價128元人民幣。在內地出版的圖書中，相當昂貴。

想不到書出版後，反響頗大，連續為兩個內地知名讀書機構平台「閩文·探照燈書評人好書榜」八月入圍十大好書，及「中國青年報·中青閱讀網」評為十大好書。

鳳凰衛視「總編輯時間」呂寧思在節目中大力推介，認為這本書很有歷史價值。

影星林青霞更在她擁廣大粉絲的微博公眾號鄭重推薦，她在公眾號指出，「那天晚飯後回家，收到一本大書，翻開來看，即刻放不下，背包往地上一丟，先是坐着，後來乾脆歪在床邊不停的翻閱。鳥叫了，不停，天亮了，還在看。不知不覺幾個小時過去了，等我合上書本，看看桌上的時鐘，已經是早上7點39分。書名很長：《這情感仍會在你心中流動——名家手迹背後的故事》，怎麼取這麼長的名字？字也多——40萬，作者是《明報月刊》總編輯潘耀明，所以有大師的書信和文字。不過也不一定



●《這情感仍會在你心中流動——名家手迹背後的故事》封面書影。
他們是真真正正用生命創作的人。

藝術新體會

很久沒有那麼歡喜，可以看到一齣舞蹈、戲曲重疊加中國現場音樂配搭的舞台藝術表演，這個舞蹈加粵劇的《紫玉成煙》太令我驚喜！謝謝陳善之的邀請，讓我開了眼界，開了心！

陳善之本身便是藝術策劃、藝術愛好者，最近他在忙於籌劃《帝女花》明年65周年的紀念活動，已經定了明年1月6日至23日在西九戲曲中心演出15場不同配搭的《帝女花》等9個不同的藝術表演的紀念項目，此事下回一定要聽陳善之細說。

先回頭說《紫玉成煙》，第一，去尖沙咀文化中心4樓的小劇場便是一件新鮮事，劇場很小，設計似電影中那些看地下拳賽場的場館。上面是俯瞰的向下望，觀眾是站立向下看的，我們坐在下面，便要走樓梯下去，場地在中間似時裝表演的T台，觀眾便坐在舞台的旁邊，坐的是矮凳沒有靠背，演出90分鐘沒有中場，冷氣開放特大，一眾咱們的朋輩看完之後除了讚美的掌聲予全體人員之外，是腰背肌肉痠痛，冷得直哆嗦，決定不會再去這個劇場看演出，抱歉！

這之前我只聽過桃花源粵劇工作舍，知道是愛粵劇的青年朋友希望用自己



●兩位藝術家吳國亮、楊雲濤（後左一、二）與陳善之（後中）十分投緣。

針灸貼

中秋又到，孩子吃雜食過多，如不同的月餅及生冷水果等。孩子一向已算少病，但有不舒服就很快呈現病徵，快出表徵快康復。那晚回到家便開始咳，上床後有擦點薑油，還是咳；加個暖水袋，還是咳。最怕他睡不了，於是媽媽想起試試新買的針灸貼。

孩子怕薑貼刺激性強，一直只有用暖貼，但針灸貼只是砭石，沒有刺激性或熱力。本來媽媽買來供自己試試，那晚突然想起，便根據以往小兒按摩法的穴位，貼了在天突穴和肺俞穴，他回房後，竟然立刻不咳了。第二天早上兒子慣不慣這種貼，他說很好，只是撕下來有少許痛楚。我們心想有救

了，以後小問題都可以用此貼。

砭石是玉石的一種，以前一個老按摩師傅曾向我們推介，他甚至會帶在身上，也着我們去找一些好的，可以自己隨時用來刺激穴位，或做刮痧。砭石含微量元素和礦物質，另可產生遠紅外線，內地很多醫師均用來按摩或做脈衝治療。現在可以買到磨成粉的貼，不貴，貼後可以擦幾下，產生脈衝效果。由於它貼在身上的穴位，有些人會有感覺，有些沒有。太太有時會覺得有點炙熱，我曾覺得有點痕癢。但用前一定要學過一些穴位知識，通常賣針灸貼的小冊子都有說明指引，又或者自己買介紹穴位作用的書籍便可。

自我保健是一件很重要且方便的事情，值得花點時間去學。

中國四大河流行：長江篇崇明島

大清早，我從上海出發，前往75公里外的崇明島，踏上長江流域遊歷最後一個行程。

到崇明島只有一個目的：長江入海口。長途巴士站下車，對計程車司機說：「我要到長江入海口去！」

車子向前奔跑，沿路風景映入眼簾，坐在司機旁邊，我心生驚訝，不禁衝口而出：「這個崇明島怎麼啦——除了碧綠，就是蒼綠！」司機氣定神閒說：「我們崇明島講究的是生態保護，追求的是萬物和諧共生。」胸襟開闊的司機徐疾有度，侃侃而談：「我們崇明島是『長江門戶』、『東海瀛洲』啊！」

來崇明島前，對這世界最大河口沖積島所知有限；踏足崇明島，對這中國第三大島嶼充滿好奇——崇明島形成於約1,300年前的唐代，現在面積開拓至約1,300平方公里，人口約70萬；數十年前，崇明島漁農業、棉紡織業並駕齊驅；2010年始，崇明島向着「世界級生態島」建設進發，以綠色農業、生態產業為主——踏上崇明島，沁人心脾的香氣撲面而來，嫩綠、翠綠鋪天蓋地，奐紫嫣紅點綴萬綠叢中，悠揚悅耳的小鳥歌聲不絕於耳……我對崇明島的好奇讓祖籍此地的司機振奋莫名，他自告奮勇說：「我要帶您看看我們的『長江口中華鱈自然保護區』，供百萬隻候鳥遷徙棲息的鳥類保護地，沿途美田良池，蘆葦飄蕩，美不勝收！」

司機帶領我觀賞崇明島綠色生態發展，感受崇明島人熱愛家鄉，擁抱生活的殷切激情；接着，我懷着寧靜舒坦的心，獨個兒踏上長江旅程的最後一個立足點——崇明島的長江江畔，遠眺長江水匯入東海的浩浩蕩蕩，細味整個長江遊歷的點點滴滴……

我的長江旅程從中國西部青藏高原腹地，海拔近5千公尺的長江源頭出發，攀涉千山萬水，跨

越高山低谷，遊經長江的上游、中游、下游，向東流淌6千多公里，流淌到由長江泥沙堆積而成的崇明島；我，香港土生土長，帶着行李，背着小背包，雙手雙足，哪管高原反應，哪管旅途疲憊，我緊緊跟隨長江步伐，和長江結伴而行，寸步不離，最後和長江一道，來到崇明島，來到長江回歸大海的地方。

回想這6千多公里的長江旅程點滴，長江水的乾淨明澈最能牽動我心，銘感我懷。

長江某些航段曾成為「黑水河」、「臭水河」，魚類絕跡其中，讓人聞河喪膽。今趨長江旅程，「黑」、「臭」難尋，魚蝦豐盛，長江美貌鼓舞人心。

長江美貌來之不易——長江源頭江水的晶瑩，因為國家為保護長江源水草，把當地牧民遷移至牧民村，培育他們以種植水果為生；長江上游江水乾淨，因為國家為鞏固河岸水土，讓當地伐木為生工人，轉型種植藥材；長江中游江水剔透，因為國家為改善當地水質，把當地過百家沿河而建、排放廢水毒物的化工廠搬遷轉移，讓它們在長江邊沿銷聲匿跡；長江下游清澈，因為國家嚴管污水排放，更在江湖之中科學養殖河蚌，讓牠們成為小型「濾水器」，更新長江水質；長江入海口江水的澄靜，因為國家把當地棉紡廠全數遷移，特意為崇明島設立「世界級生態島」的明確目標，讓長江綿延6,300公里後，仍能以最佳狀態面對大自然，回歸大海——您看，乾淨明澈的長江水，蘊含的是國家高瞻遠矚的戰略視野、為民謀福祉的慈悲胸襟，無數國民為此奉獻的心血結晶——難能可貴啊！

滔滔長江六千里，滾滾東海萬里長，香港遊子緊緊抱擁着哺育中華兒女的母親河，在母親河溫熱的懷抱中，體味舐犢情深的慈愛、血濃於水的親情，牽手相依，邁向綠樹成蔭、鳥語花香的幸福人生……

跟子女移居外國的友人甲夫婦倆，前陣子突然又搬回香港居住，而子女們呢？友人甲指距離產生美，各自安好是不錯的抉擇。

友人甲一臉愜意地說：「爽呀！終於可以自由自在地睇電視了！我知道你們心裏有好多個問號？不用你們逐個問，我自動『報料』吧！」原來在香港時，子女不准友人甲夫婦收看某個電視台，或者是該台的某些節目，令到友人甲夫婦那段時間覺得「很壓抑」：「睇電視是免費娛樂，生活的基本要求，好多舊電視劇集在午夜重播，我才有機會睇返吖，以智商也有一定級數的我，實在搞不懂他們腦裏到底想的是什麼！？幼稚！電視台依然在營業運轉。」

在外國的日子裏，每個晝夜夫婦倆都「閒着慌」趴在窗台旁看着日出日落，感覺似在等……死！沒有初到新地方的雀躍和新鮮感：「那種感覺真的不好受，不是抑鬱症，是『鬱死症』；雖然住的房子面積比香港大，但買𩷄菜和日常用品就極不方便，揸車去超市快都要20分鐘，就算有駕駛執照及揸車經驗豐富，可是人生路不熟呀，無車更像『跛』似的，如此無法令人安心的生活，還是『走』為上策。」

所以由那時起，兩公婆就安排回歸香港的一切，回來前已委託了在港的家人和律師，購置了一個一房一廳的單位，兼且做了「安老按揭」：「室雅何須大，最緊要交通方便，落樓附近可以到茶餐廳食個早餐飲杯奶茶，或者行十分八分鐘去買𩷄菜，出入的治安又好，對自己所在的城市一草一木都有熟悉感，這才是家鄉（香港）的味道；我，寄語對移居外國及對子女有冀盼的人知道，主觀願望通常跟現實是有落差的。」

坦白講，筆者也想拒絕那些煩心事，大概是職業病使然，還是按捺不住情緒，寫了朋輩真實感受這一篇。

永葆安寧城隍廟

天突然回來找我。

下車的地方有幾棵在南洋不常見的大

樹，不熟悉樹名，想當然是榕樹，電影

或小說裏，古榕和古廟總是聯袂出現。

枝繁葉密着翠茂盛的樹舖天蓋地，

枝繁葉密着翠茂盛的樹舖