



雙城記

又到南沙。雖然近夜晚，依然感覺得到一片蔥綠，山是青的，海是藍的，隨之入住石奕客棧。住過的酒店有叫客棧的，但不多，多數未如其名，而這裏一進門就讓我認可了。光線略顯昏暗，深木色的南洋傢具，色彩斑斕的玻璃，有禮的侍者，好像一家嶺南的大戶人家，打開了門楣。

房間裏，青牆花磚，木雕花棧，地下是復古磁磚，每一件擺設每一個花樽，都像是客棧主人拿出來的多年珍藏。有趣的是，地下還有一間海盜探險城堡「張保仔酒廊」，濃郁的南洋氣息撲面而來。「下南洋」不再是古老的過往，有如現在的「一帶一路」，中國與各國的交往有了超越時空、歷久彌新的不同價值。可惜在客棧只住兩晚，但這裏的一物一畫一品，已把我從文字上讀到的南洋，變為真實接觸。

上一次到南沙是4年前，4年沒見，今日南沙成了一個美得讓人陶醉的富美之鄉。現代化會展中心、規劃展館、科學館、博物館，最愛南沙圖書館。南沙圖書館以「南沙墨硯，名硯清水」為設計理念，形狀是一方端正的硯台。從進門開始，設備全部自動化，只要有身份證，馬上可以辦圖書證，這點和香港類似，但先進了許多。人臉資料刷臉辦證，刷臉就可以享受各種服務；導航程式可以查找館內圖書；各功能區域以至地下停車場找車；資源導航可帶領你到要查詢的圖書所在架位；機器人自助分揀系統，幫讀者自助還書、圖書分類投



冬陽天地

梁冬陽醫生

女子腹痛

如果一個年輕女性告訴你最近兩天腹痛怎麼辦？

我劈頭第一句就是問什麼時候來過月經？是怎樣的痛法？是一陣陣絞著痛，還是脹痛？是否來月經引致的經痛？有沒有嘔吐？有沒有肚瀉？有沒有小便頻頻而去到末尾時赤痛？

腹痛的原因有很多，腹部裏邊有很多內臟，任何一個位置發生問題都可以引起腹痛。

作為生育期的女性，如發生腹痛第一時間要考慮是否同懷孕有關？是不是宫外孕？因為有很多女性沒有記下月經週期的習慣，即使週期過了也不知道，懷孕了還懵然不知，流產或宫外孕都可以引致腹痛，宫外孕破裂，可以引致腹腔內大出血危及生命。

有一位十幾歲的女生，因為腹痛在媽媽的陪同下睇醫生；她媽媽一直是寸步不離，一檢查，她是急性腹腔內出血，幾乎休克，高度懷疑是宫外孕，但她媽媽搶著答她從來都沒有行性行為，即使很清晰告訴她如果是宫外孕內出血可以沒命，她還是搖頭。為了救命告訴她們母女，即使

遞，每小時還書量可達1,200冊，是內地同級圖書館中分揀口最多，分揀效率最快的系統。

圖書館非常大，有閱讀座位1,500個，設計藏書量90萬冊，服務人口預計為100萬人，截至2022年底，圖書館文獻資源館藏總量已經是98.5萬冊。尤其喜歡報告廳，簡直就是一個中型劇場，比香港的小型劇場還正規。參觀這天是休息日，館中無人，但附設的購書中心開着，我馬上想到要買的一本書，香港遍找不到。服務生小姑娘幫我上電腦查，書店沒有，但圖書館有，可以馬上借閱，我第二天就走，借了怎麼還？她說，一本書可以借一個月，到期可以轉名再借，轉來轉去，就可以借4個月，4個月一定讀完了，看着她熱情洋溢的面容，我比買到書還開心。圖書館與廣州購書中心合作「你閱讀，我買單」，只要讀者想讀哪本書，圖書館就向書店購書，提供給讀者。在這裏，只要你書看，什麼條件都滿足。

寫作離不開的重地之一是圖書館，我在香港的住所，到圖書館只要在綠蔭中步行5分鐘，成了我萬端不捨離開的主要原因。看了南沙圖書館，不禁心動「日翻圖書三百本，不辭常做南沙人。」

首層包括公共大廳、總服務台、親子閱讀區和視障閱讀室。二層、三層主要為中外文圖書借閱區，電子閱覽區。四層為特藏館。負一層設有多功能室、廣州購書中心、南沙、餐廳等。此外，新圖書館還特別提供了5個功能室、1個音樂館和1個書山外文館。



作業簿

林作

給團隊的評價

我正在全面執行我的《林作保險內部守則》裏面所奉行的東西，想和大家分享我的轉變和得着。

幾個月前，我看到自己的團隊人數到達了80人之多，不得不將一切制度化。我發現幾乎唯一能夠讓團隊運作順暢的方式，就是好像基本法般，有一套規矩、法則、制度。

內部守則的內容我就不透露了，我只想像說一個管理的例子，看看大家有沒有啟發。

我守則裏面要求，一切工作上的評價、看法，要做到極度的公開、極度的透明、極度的真實。

於是，昨天，這麼的一個機會就來了。我的一位下屬在網上錄製了一條短片，講儲蓄計劃的貨幣之間的差別。

我看了後很不滿意，將它擺在團隊的群組裏面，要大家討論。

這在香港，簡稱「鞭屍」。但在我的團隊裏，這叫做透明，共同進步。於是，起初只有幾個人願意討論，接着就愈來愈多人參與。

「內容不準確」、「這裏可以講多點」等是最多的反饋。絕大部分人都很較真，就是都在對內容講出看法。

我在看了大家的評論後，到了自己評價。

我給0分。我的評價是：

1. 信心度不足，很不足。
2. 沒有說服力感覺。
3. 語速太慢太沒有生氣。
4. 臉表情尷尬。
5. 不是在做自己。
6. 內容和保險行銷無關。
7. 儲蓄計劃不在於回報，整段卻是關注回報。
8. 明顯訓練不良。

再具體一點，我指出了以下問題：

1. 嘴巴自然在不講話的時候張開，是笨蛋的樣子。
2. 眼神散漫。
3. 太休閒的衣服，襯衫領口張太開。
4. 給人印象就是無能。我認為我收一個人進來，就要當自己是師傅般去教。子不教父之過，這是我的責任。我們必須放下情緒，客觀分析，好好面對。沒有任何更好的方式了，只能有什麼實話，真實感受就講出來。這說出來簡單，做，實在不容易。但經過歷練就能做到。關鍵是我們有多麼地投入想做好這個事業。

而我是100%投入、100%決心要去做好它。所以對我來說，給出這些評論是必然的、必須的。大家又怎麼看呢？



此山中

鄧達智

切勿在傷口撒鹽

1989年，英國作者Peter Mayle偶然闖進法國南部普羅旺斯(Provence)，何止愛上了？寫下一年居住期間季節轉移的生活細節，集結成《A Year In Provence》，吸引世上萬千讀者，翻譯成不同文字版本無數，賣個滿堂紅，讓他名成利就，自此落戶當地直至2018年離世。Mayle遺下不少法國南部生活小品，其中《A Good Year》更由大導演列尼史葛(Ridley Scott)拍攝，奧斯卡澳洲金像影帝羅素高爾及奧斯卡法國金像影后Marion Cotillard主演的輕鬆感人電影。

除了鮮活手法介紹法國生活，Mayle貫徹英國人抵死幽默自嘲筆觸點綴，英法兩國文化的同異，讓讀者讀來發出不絕的過癮笑聲。

其中一則，有關天氣，英國天氣差，英國人對天氣心懷怨氣又不得不消極接受，稍有機會，用以刻薄旁人。住在相對溫暖的法國南方，普羅旺斯人對冬天到來，尤其寒風襲境特別敏感，猶如香港人對寒流襲港既緊張又興奮；鄰居提醒Mayle寒流將至，要做好準備工夫，也順帶問問：英國也有寒流襲境的天氣嗎？

他如是回答：有，寒流襲英非常普遍，在夏天！Mayle亦有被鄰居將他

一軍的機會，請客以燒雞款待，鄰事後後微笑評價：英國人燒雞，雞要死兩次；一次被殺，一次被燒（法國人眼中，英國人沒有美食及煮食文化，純粹燒熟，肉質吃來乾巴巴，毫無質感層次，更無肉汁四溢並香氣，廣東人話齋：隻雞死得真係唔抵！）

「英國人燒雞，隻雞死兩次」，某程度上，潛意識裏，成為在下生活態度小錦囊。

浮過流流長生命海，怎沒機會被親人、旁人、同事、朋友無心之失，或存心坑害的機會？不同，只是應對的方法與態度：

死一次便足夠，切勿做需死兩次英國人燒的雞！

好些情況，尤其年輕氣盛不懂事，不曉得被整蠱、被坑害、被破壞其後的應對；轉過頭來硬碰硬，將原來的

傷害變本加厲被撞個五勞七傷。事後，還覺被傷害得不夠，經常揭開傷疤人前展示，變本加厲自傷在傷口撒鹽，展覽七情上面的痛楚！

應對，其實只是自己分內事，與人無尤；良方三部曲：

第一步：「打落門牙和血吞」盡速療傷。

第二步：若傷口發炎，埋口需時，盡量收藏。

第三步：往後切勿展示傷口，讓旁人，尤其自己撒鹽。



◆一句早安問好，寥寥數語，充滿智慧！作者供圖

難忘當年考研時

剛邁入大學校門時，我就立志考研，想在深愛的國學方面深造。

2007年，大三上學期，我開始備考。宿舍嘈雜，為了靜心學習，我在校外租房。那時，我每月的生活費才500多元。為了省錢，我找到一家陳舊的民居。這是1990年代建的閩南老式磚瓦房，我的租房在一樓靠巷道處，月租100元。

房間地板上有個大洞，像隨時會飄出幽靈的墓穴。常有一隻大老鼠用深邃的眼光仔細打量我簡陋的生活用品，想從中尋找家餬口的資源。等我一進門，牠就從容轉身，輕輕巧巧地跳進洞。我提了一大桶冷水往裏灌，但這洞像是一個永遠難以填滿的欲壑，無論多少水都被狼吞虎噬地喝掉。於是我換一種方式，用電熱棒燒一大桶熱水，一個勁往裏灌。我滿擬可以聽到老鼠淒厲的慘叫，來一次「水煮老鼠」。結果只有滋滋響的白氣冒出，似乎是洞在很愜意地打飽嗝。

半夜，當我正在夢中笑傲考場時，忽覺臉上有小小的腳丫子在來回移動，像有小動物在練習舞步。我從差點奪魁的遺憾中驚醒，發現有一隻小生靈迅速逃竄，黑暗中似乎還能聽到牠甩一長串冷笑，我是在警告我：「你只不過是租客，我才是房間的真正主人！」我生長在農村，向來不怕老鼠，既然沒法除掉牠，我也就無所謂，開始和牠和平共處。

備考生活孤單、枯燥、艱辛，備考的同時，我還要參加學校安排的正常課程，上完課後，我把剩餘時間全用來備考。我每天早出晚歸，在自習室苦讀。大學的自習室不固定，只要不上課的教室都可以用。很多自習室都是儒雅的戀愛場所，情人們以愛之名，相依相偎來學習。每過一會兒，他們總忍不住做出一些帶著書香氣息

的親暱舉動。這有利於情人昇華感情，當然是必不可少的；但其他單身自習之人，往往因此心煩意亂。我不去這種自習室，只去固定的備考室。

有的教室長期不安排課程，便成了研友堅守的陣地。在這種備考室裏，研友各有自己默認的座位，外人難以入侵。座位上堆一大摞艱深晦澀的書，讓外人望而生畏，一看就知道座位有主權歸屬，而且主人高深莫測。備考室學習氛圍濃厚，人人埋首苦學，有無形的力量在督促、鞭策，讓人情不自禁地奮勇向前，拚命往那夢想中的殿堂奔跑。為了節約時間，我們中午吃完飯後馬上回到教室，趴在課桌上簡單午休，醒來後繼續奮鬥。冬天，很多人便裹着氈子午休。

大三下學期，我租房的那條巷子開始拆遷，租客陸續搬離。一天晚自習後回到住處，我發現幽深的巷子寂靜得可怕，我租的屋子一片漆黑，不見人影。原來整條街搬空，電也斷了，只剩我一個人。我心中害怕，趕緊跑到另一條街買了幾根蠟燭，點着睡覺。剛躺下不久，我猛然發現蠟燭是白色的。看着慘白的蠟燭在死寂的夜色中搖曳着詭異的光芒，恐怖片裏殭屍的形象在天花板上鮮明起來。房外的巷道冷風颼颼，像有不明物趴在窗沿，隨時準備撲進來把我拖走。我好不容易才在驚懼中入睡，惡夢連連。過了幾天，我在原住處北邊的另一條巷子找到新租房。幾個月後，隨着拆遷工作的進展，南邊了幾條巷子拆光，開始拆北邊的巷子。租客又開始搬離，我便問房東怎麼辦。房東矮矮胖胖，是個操濃重閩南口音的中年男人，他笑着說：「你放心啦，沒人敢動我的房子。」於是我不安下心，繼續早出晚歸。

某晚，當我回到住處，悲劇重演，整棟房子又空無一人，幸運的是還沒斷電。閩

南人信神，一樓大廳供奉着配有紅燈的財神。我的房間在頂樓，紅色的柔光照在財神和藹的臉上，讓我有勇氣上樓。雖然我明知每個神的職能分工不同，但我還是反覆安慰自己：「財神也有法力，會保佑我。」既然還有電，這時離考試只剩兩個月，我本不想再浪費時間找房子，開始獨享一棟房。緊張的備考情緒愈來愈強烈，瘋狂襲來，漸漸把我的勇氣摧毀。考研前幾天，我無法再忍受那種獨住一棟房的恐怖氛圍，便向研友詹銘求救。詹銘和我並肩作戰近一年，建立了深厚的革命友誼，他毫不猶豫地收留我。

2008年1月20日晚，考研初試結束。我懷着前途未卜的心情，回到租房收拾家當，卻發現房頂已經掀開。我的房間像個無助的老人，張大嘴向着天哭號；床鋪在廢墟下半遮半掩，彷彿地震後等待解救的難民。原來在我投靠詹銘時，主人已簽字同意拆遷，那時我還沒手機，主人聯繫不上我。我無限淒涼，從廢墟中找出部分髒亂的生活用具，回到學校的宿舍。

後來，考研初試成績公布，我的英語差10分，無緣複試。我含着淚，決定邊工作邊考研。那年8月，我帶著壯志未酬的複雜心情，成為家鄉的一名中學教師。

走上講台後，我仍不忘夢想。2012年，我再度考研，英語差4分；2013年，我3度考研，英語差2分。後來，我開始組建自己的家庭。有孩子後，考研變得切不實際。經過長期的思想鬥爭，我終於想通：「何必一直堅持考研？做好現有的工作，在職業上發展，一樣大有可為。」於是，我放棄了堅持十幾年的研究生夢，開始安心工作。

如今，我偶爾還會在夢中考研。每次想起那段苦中有樂的生活，我都會微微一笑。雖然3次都沒考上，但我並不後悔，無論結果如何，至少我有過一段奮鬥的青春。

人生第一次寫的求情信

前不久我們從報章也會看到有關一些案件的疑犯犯了事之後，法庭判決的刑期或懲罰是怎麼樣，更會聽到有些犯人得到多位人士寫求情信，希望法官輕判。最近有一位要好的朋友跟我說：「你認識的一位朋友，最近因為某種事情犯了罪，現在已經選擇監房候審。」而這位犯事的朋友，我認識他超過十年，知道他犯下的錯雖然應該要得到某程度上的懲罰，但也希望他可以渡過這個難關得到輕判。上個星期，我這位要好的朋友很不好意思地跟我說：

「你不可以寫一封求情信給法官，因為我們愛錫的這位朋友不希望他受到勞役的制裁。」其實最初我也有點猶豫，因為第一，不知道憑自己小小的知名度幫不幫上忙，第二，又不知道怎樣寫才好。但再跟弟弟商量之後，還是想辦法透過自己小小綿力去幫助這位朋友。所以就寫了以下的求情信，內容部分是虛構。

「法官閣下：本人是某某資深傳媒人，於大氣電波工作了20多年，及曾經於電視頻道上主持音樂節目。我與被告某某是十多年前經朋友介紹認識的，記得當時他是一間大公司的重要部門主管，一向熱心工作，但因為疫情的關係，公司前景又不好，所以被解僱。上年中，知道他開始積極籌備一間小食店，心裏還替他高興，不幸地他把夢想實踐之前，因為一個魯莽的錯誤決定，犯下了一個不能磨滅的錯，但我知道他擁有樂觀的性格，及身邊有很多朋友的支持，相信他定能很快重新站起來回饋社會。現在他知道自己行為不正確。希望法官對這個生命充滿熱誠的人給予輕判。」

而我跟這位要好的朋友，在他判刑前，專程到清水灣佛堂門天后廟為他祈福，大家都希望這位朋友可以跨過這個難關。結果上星期四法庭終於判刑，他的懲罰是120小時社會服務令。這個判決對於這位朋友算是輕判了，也感謝上天保佑。

我在這裏分享這件事，當然不是說大家可以隨便犯錯，只要求神拜佛或寫求情信便可以解決問題，反而我想藉着這篇文章訴訴大家，好多時候可能我們真的遇到一些很困難的事情，或經歷很難過階段的時候，我們的意志力也很容易被動搖，做出一些不合法的事情，更希望可以透過這些行為獲得金錢。其實當我們在沒有太清晰頭腦的環境下去做決定，有時可能真的做錯了。所以當我們日後遇到困難的時候，要保持清醒，一定不可以做出不合法的事。一失足成千古恨。