



琴台客聚 潘國森

課程改革錢錢錢

基礎教育入面絕大部分科目都不必定期「改革」，課程和課本都用舊的、傳統的就好。上世紀七十年代在香港唸中學的一代，都用英國數學科老課本，算術 (Arithmetic)、幾何 (Geometry)、代數 (Algebra)、三角 (Trigonometry) 共4本。筆者有一位同學的數學課本，正正是其令堂用過！兩代人共用一套課本，薪火相傳，何等節省！

上世紀九十年代台灣地區推行「建構式數學」是個極其惡劣的失敗案例。第一批受害小學生升上中學之後，被發覺基礎計算能力大幅滑落，於是這一波課程改革便草草收場。

小學生先學四則運算，即是加減乘除。加法最容易，數手指即可。十以內的減法，亦可以數手指。乘法，是連番疊加的簡化。例如「五加五加五」(5+5+5)，用《九因歌》乘法，不論「三五十五」還是「五三十五」，都省時省力。

極端的「台版建構式數學」是「退乘為加」，明明是「五乘三」，卻要退化為「五加五加五」，學生都叫苦連天。台灣大學兩位教授力推「建構式數學」，此二君既不是數學權威，也不是教育學權威，亦沒有得到兩界同寅的支持。

只是有教育部高官「禮聘」他們領導小學數學科改革。改革徹底失敗之後，罪魁禍首還說「建構式數學本身沒有錯」，是老師「習慣舊辦法」、「培訓不足」和不理解「建構式數學」的「背後精神」。數學泰斗丘成桐教授指出，不讓小孩背熟《九因歌》的「建構式數學」實是不幸！肇事官員和學者已犯上教育工作者最嚴重的罪行——即「誤人子弟」！

常言道：「一人得道，雞犬升天！」老師、家長和學生都不知「建構式數學」為何物，少不免要勞駕「權威大學教授」給前線資深老師再教育！這額外的工作負擔，總不能不另給「加班費」。而「權威」日理萬機，自然要組建一隊「懂」的「專家」去「教」可憐的老師。「權威」的門生弟子、親信下屬「親炙」這門劃時代的數學，理應「近水樓台先得月」了。

先期研究好去證明「建構式數學」真棒，要給錢！拿老師去再培訓，要禮聘導師，也要給錢！重新編撰、印刷和販賣新課本，全部都要另外給錢。

害了一代小學生（小學以六年為一個世代），卻肥了「建構式數學」的抬轎人！許多「課程改革」可以作如是觀！



人生邊關處 童心

寫作的意義

我一邊在黑板上寫下作文題目《鉛筆》，一邊說

「不限題材，不限體裁，500字以上就好。但要先在15分鐘內口頭匯報寫作大綱。」學生們不禁張大了嘴巴：「這也太容易了吧！」「好鍾意這樣沒什麼拘束的作文喔。」這班花季少年的臉上甚至有那麼一點點興奮，各個迫不及待地放飛自己的想像。

剛剛讀中二的小朱搶先發言，他打算寫一個親情故事：「小時候，爸爸不願每日工作之後的疲憊，總會在睡覺前為我削好鉛筆。有一段時間，很眼紅其他同學開始用高檔的自動鉛筆，看着自己手裏那種最傳統的黃色外衣、頂端有半圓橡皮的鉛筆，總覺得矮人一頭，甚至心裏暗暗怨恨家裏生活太過節儉。後來漸漸長大，愈來愈懂得生活的不易。直到現在也依然覺得父親削好的鉛筆才最讓我安心。」大家給小朱報以熱烈的掌聲。我在肯定小朱寫作思路的同時，眼角竟然有點濕。

中四生小泓則打算寫一篇鉛筆的自述，「一支鉛筆，從原料的開採，到最後一點一點地製作出來，石墨、樹

木、橡膠、銅絲，那麼多精湛的工藝和無差別的勞動，凝結在看似不起眼的鉛筆身上，所以，每一支鉛筆，都有它的前世今生，也都是獨一無二的故事。」小泓的話啟發了我對鉛筆的認知。弟子不必不如師，這句古話真對。我還真沒細想過可以從這樣的角度來寫一支如此普通的鉛筆。我鼓勵小泓把鉛筆的故事寫得豐富和深刻。

而選修經濟科的小哲則饒有興趣地從價格和價值的角度，分析一支鉛筆從生產到銷售的市場規律。他旁徵博引地試圖以鉛筆為例，說明市場經濟作用下，必須全世界的產業鏈協同才能同時實現鉛筆的市場價值和社會價值。我不經暗暗震驚：誰說中文科的教與學不需要跨學科的融合？這十幾歲的孩子在短短十幾分鐘的思考中，不就是更深層次的「學以致用」嗎？

那天的課堂格外熱烈，也給了我格外深刻的啟示。寫作的意義究竟是什麼？在我看來，寫作絕不是技藝的炫耀，也不是某種身份的證明，寫作應該是一個人思維的湧動和開拓，是一個人敢於腦洞大開地表達自己的思考。其意義，正在於可以殊途同歸地引領人擁有更加豐富的世界。



心窗常開 潘金英

鄉土文學 戲劇之夜

由香港浸大校友劇團主辦，尚志會呈獻之《邊城》，是中國現代作家沈從文的著名力作，書中女主角翠翠，靈秀可愛，不但是小說中不少男子傾慕的對象，也是不少男讀者心中的小女神；小說滲透純樸淡淡的愛情，亦充滿對鄉土的懷念，更多次被搬上舞台或拍成電影。我難忘由觀塘劇團曾於2022年主辦的《邊城精華版》戲劇展演，原本在牛池灣文娛中心劇院公演，無奈劇場基於疫情措施關閉，被迫取消演出。

今年有幸在浸大一眾校友的支持下，這個以川湘貴交界邊城的茶峒古鎮為背景的動人故事，終可重現舞台。這是《邊城》大灣區巡迴的首演籌款夜，為支持大灣區延伸學習計劃，旨在提升莘莘學子對文學的認識，並資助中學生免費觀賞沈從文經典作《邊城》；希望能引領中學生從戲劇認識現代文學，藉軟性方式提升青少年鄉土情及愛家國情懷。

潘明珠和我剛到浸大專會堂，就不期而遇文友胡燕青，之後又和浸大校友陳焯標校長、潘步釗校長、呂志剛喜相逢！導演陳焯標多次去湘西邊城文學現場采風，今次《邊城》公演既可紀念大學會堂將拆遷，更是浸會大學劇社跨代校友凝聚合作的成果，極富特殊意義。台前幕後都有很多浸大校友，例如幕後班底主力正是浸大校友尚志會會長曾惠珍，而女主角翠翠，更由浸大同學梁麗麗及仇嘸嘸同場交替擔綱飾演，極富創意；胡錦文校友初登舞台演爺爺，TVB藝人王鎮泉校友演大老角色，各有好演技。陳焯標改編沈從文1934年小說《邊城》，今昔兩次執導，令《邊城》重現舞台，全劇富濃濃鄉土意、淡淡兒女情，為觀眾憶述了一個等待離送心上人回來的癡情翠翠，一個令人回味，如夢似幻的純美故事。

中學生透過觀賞《邊城》，可積極認識沈從文的文學成就，其創作融寫實、紀夢、象徵於一體；我喜歡沈從文的文筆光彩亮麗、意蘊寬廣，鲜活精彩富真情；《邊城》展現了他對生命深深的思索，彰顯出人生中那些最讓人溫暖，最讓人感動的瞬間，啟迪觀眾，感謝浸大劇團獻上這精彩富詩意之演出！



◆《邊城》海報。 作者供圖



梁袖乾坤 余似心

退休之後是苦是樂？

香港人的平均年齡是全球最長壽的，過百歲的人瑞為數不少，加上社會安穩、福利好，實在羨煞許多地區。不過，退休之後如何自處，又如何和家人朋友相處，則是個大考驗，拿捏不好，易成為別人的負累或煩惱。

不少人因為種種原因會提早退休，50多歲便從職場退下。如依企業習慣60歲退休，距離去年統計的平均壽命男83歲、女88歲，還有二三十年要過。通常女性較曉得安排自己退休後的生活，照顧家庭和下一代，也常愛參與義工或不同的康樂活動，不少人都會活出更精彩的人生。

我發覺男士對退休相對較難適應。可能是過往在職場上的成功，讓他們更緬懷往日的成就，對一下子身份歸零，沒工作填充時間，有些人會感到失落。不愛參與社交活動的男士，由於空閒時間太多，生活圈狹窄，常把注意力放於身邊的家人或朋友上，以及一些生活零碎事情裏，把小問題擴

大，不自覺地會諸多挑剔，潛意識地去顯露往日在職場上的權力，去「管治別人」，以伸展自己的價值。我認識一些很早便退休的男士，性格逐漸變得囂張跋扈，常為小事責備或痛罵家人、朋友，成了神情鬼厭，結果是被親友孤立。他們不自知是自己出了問題，對別人的仇恨心更重，弄得晚年生活不愉快。

這類情況在日本也很普及，日本男士對工作的投入更大，不少人退休下來無所適從，令妻子的生活被打亂，精神負擔加重，故此退休後離婚的數字愈來愈多。正如日本管理和經濟評論家大前研一所言，我們在退休前約十年，便應該規劃自己的退休生活，這樣才能成功地付諸實行。的確，只一味幻想退休後要做什麼什麼的，到時才去實行，多會因為沒有基礎而失敗。

認識多對夫婦，尋着大家的共同興趣，退休後一起跳社交舞、學唱歌、做運動、去旅遊，有共同的社交圈，精神有寄託，晚年生活分外寫意！



百家廊

梁路峰

千島湖之戀

讀高中時，在語文課本裏讀過唐代杜牧讚美千島湖的詩：「青山隱隱水迢迢，秋盡江南草未凋。二十四橋明月夜，玉人何處教吹簫？」此後，千島湖如人間仙境的美，一直烙在我的腦海裏。

也許是對千島湖的情有獨鍾，也許是對千島湖的油然而生。金秋十月，到了休年假的時候，我首選了去千島湖旅遊。從宋城贛州火車站出發，直達杭州市，轉乘客車，經過兩個多小時的車程，我來到了神往已久的千島湖。

千島湖位於杭州西郊淳安縣，是我國1959年建造的第一座自行設計、自製設備的大型水力發電站，也是我國目前面積最大的島上森林公園。景區總面積982平方公里，與加拿大渥太華西南200多米的金斯頓千島湖，湖北黃石陽新仙島湖，並稱「世界三大千島湖」。

湖中水質優美，山色宜人，被讚譽為「天下第一秀水」。景觀以千島、秀水、金腰帶為主要特色，極目望去，秀水如鏡，青山如畫，小島如珠，是遊客鍾愛之地，亦是中國首批國家級風景名勝區之一。千島湖的山是綠的，水也是綠的，山的綠色是立體的，一座座山高高低低錯落有致地展現在我的眼前，水的綠色則是平面的，寧靜而安詳地平鋪在我的腳下，由於整個千島湖都是綠色的，我差點把島嶼和湖水看混淆了，千島湖又

善解人意在島嶼和湖面交界的地方又畫了一條黃絲帶，我眼前的千島湖正是大珠小珠落玉盤，青山綠水黃絲帶。遊艇載着我們遊覽湖島，湖中蕩漾着清澈見底的湖水，那琥珀翠玉般碧綠的色彩並不因時間的流逝而消褪隱去，此刻的千島湖，卻成為我靈魂中澄明的精神家園。唐代大詩人李白路經千島湖時，曾留下了一首詩歌，題為《青溪行》：

清溪清我心，水色異諸水。
借問新安江，見底何如此。
人行明鏡中，鳥度屏風裏。
向晚猩猩啼，空悲遠遊子。

千島湖有蛇島、桂花島、鹿島、靈樺洞、好運島、情人島、七里揚帆，林林總總的島嶼，其美全在於水，水是柔和而有靈性的，如果說女人如水，男人如山，那麼千島湖的水和山應是絕配，是男女間靈魂的相通與融合；千島湖之水，博大而又精深，其虛懷若谷，因納得萬條溪流，所以成就了千里湖面，養育了百種魚類，如坦蕩蕩的君子，至真至純，如此山、水、人合一的境界，遠離了城市喧囂，忘卻了功利名慾，滌蕩了世俗雜念，成了行者忘我的註腳，亦是孤單的淡泊歸宿。我想，在那深不可測的湖水之下必然藏有蛟龍，必然築有水晶神宮，只是我們無法探測罷了。

陶冶在湖光山色之中，徜徉於超塵出世之外，人世間的一切煩惱和俗事此刻

顯得其實並不那麼重要了，我正在經歷一場靈魂的濯洗與歷練。藍天、白雲、青山、碧水、湖泊，星如布棋的島嶼，無法將它們割裂開來，它們本身就是一個整體，失去對它們讚賞的眼光，才是對生命本質的恐懼和反叛。人類難道不應該重新審視和評估他們身邊庸碌和瑣碎的生活？水下淹沒的神秘古城帶着歷史厚重的回聲，在我的耳畔嗚咽不已。我一個人坐在船尾，只有任憑風的手臂隨意無助地撥亂我的頭髮。

放眼縱覽千島湖的群島風光，遠眺千島湖的綠水青山，我在尋找鏡片裏的畫面：一座座島嶼就像一個個秀麗的姑娘，婷婷玉立，站立在波光瀾灩的湖面上，隨着太陽與白雲藍天的游動，五彩斑斕，婀娜多姿，秀美如畫。千島湖「天下第一秀水」名副其實，這種「千島碧水畫中游」的意境在古今中外都是獨一無二的……仁者樂山，智者樂水。人其實並不需要太多的智慧，我倒願意秉承中國傳統儒家思想的衣鉢，做一個樂在水邊的仁者。千島湖是我夢中之湖，尋夢也即尋找詩意，尋找我童年的家園，在這過程中，我體驗着水光湖色的夢給我帶來的歡欣與愉悅，心底釋放出鲜活率真的靈性。我想，生命中有些東西可以荒廢與拋棄，然而人生的理想、親情、愛情、友誼……都是我們內心彌足珍貴的永恒的珍珠，值得我們一生去堅守。



網人網事 狸美美

高質量長壽

一向以長壽為傲的香港，最近卻在這個最得意的領域被敲響警鐘。

香港中文大學最新公布的一項研究結果顯示，過去十幾年間，香港人的平均預期壽命雖然愈來愈長，甚至一舉超越了日本，但長者在離世前伴隨殘疾的時間卻在大幅增加。換句話說，雖然活得久了，但質量堪憂。

根據中大的研究，在2007年至2020年間，香港男性的「平均預期壽命」從83.3歲增加到87歲，女性則從87.7歲增加到89.8歲。而同一時期，男性「無殘疾平均預期壽命」(Disability-free life expectancy) 卻只從79.6歲增加到81.3歲，女性更慘，從81.4歲只增加了區區0.1到81.5歲。這意味着，香港男女平均「帶殘生存」的時間分別從3.7年和6.3年延長到了5.7年和8.3年。多出來的生命，並不輕鬆。

由於健康概念維度眾多，目前世界上關於健康預期壽命的標準也非常多樣。中大的「無殘疾」概念應該比較接近內地採用的「失能」概念。而根據國際標準，「失能」就是在吃、穿、上床睡覺、上廁所、運動和洗浴這六項指標中，有一項做不了就是完全失能，如果完成得比較困難，就是半失能。而2019年時，內地老人的失能發生率為18.3%，人數在4,000萬左右。

引發失能最主要的原因是慢性病，從不良生活習慣到血糖高血壓高、到慢性病、到共病(同時患有兩種以上慢性病)、到老年綜合症、到失能、再到重症發作……生命凋落的每一步都清晰得有跡可循，而患有慢性病本

身也已經十分影響生活質量，因此在很多「健康預期壽命」的概念中，除了殘疾和失能，慢性病也是重要的衡量標準。2019年時，內地有多達75%的老人患有慢性病，人數1.8億，其中不乏共病患者。今年4月份時，新加坡國立大學的專家分享了一份全球健康報告，顯示一方面全世界的壽命都在增加——包括中低收入國家都在增加，但另一方面健康年數卻沒怎麼變，也即不健康的時間更長了。所以，香港的問題也是內地的問題，也是世界的問題。光長壽，夠嗎？這警鐘是敲給全人類的。

至於形成這個問題的原因是多方面的，人類壽命普遍延長該是得益於醫療水平進步等科技因素和保險制度完善等社會因素，但現代生活下催生的多吃、少動、嗜甜等不良生活習慣以及食品安全、環境安全等因素又刺激着慢性病的增加，同時絕大多數人身處的階級及所擁有的財力並不能保證患病後的頂級救治。科技保你不死，但造化全憑個人。

也因此，聰明的你，知道該怎麼做了吧？中大的研究已經證實，經濟情況愈好、受教育程度愈高的人，健康壽命愈長。而據小觀觀察，這些人普遍吃得健康、有運動習慣、注重身材管理、每年固定體檢、必定及時看醫生、情緒穩定、有個人愛好，以及非常自律。

忽然想起，俗語總說「健康長壽」，原來這詞序是有講究的。小狸寫這篇文章時，正值聯合國糖尿病日，祝所有老人家健康長壽，安享自由高質的晚年生活。



信而有征 劉征

窗口

希區柯克有一部很有名的電影《後窗》，當中的男主角因為受傷，必須整天呆在一個小房間裏。儘管生活平靜，還有一位美人常伴左右，可這位仁兄並不滿足，總想着自己那些充滿刺激的野外探險，因為他是一名攝影記者。

希區柯克似乎特別鍾情於禁錮與冒險這組矛盾，在他的另一部《驚魂記》當中，一個可憐的年輕人因為從小就受到母親嚴密的監禁、責備和否定，他非但沒有在成年之後逃離這個家庭，反倒更加依附這位作為強者的母親。為了緩解自己的境遇，他讓自己的精神分裂成兩個人，一個是受壓迫的、軟弱的自己；一個是佔據強勢地位、具有破壞力的母親。當他有可能被愛情拯救的時候，他那個有控制的人格就會跑出來，阻止他出去。不過希區柯克沒有責備這種無法行動，因為嚮往卻不行動的這個矛盾心理倒似乎是為了避免自身的某種缺陷。在前一個例子當中，這個缺陷來自於肢體，在後一個例子裏，這個缺陷來自於性格。

甚至還有一類人極力讚美這種禁錮狀

態，他們中的佼佼者就是大仲馬。在大仲馬的《基督山伯爵》當中，有一個人物唐泰斯，他被囚禁在一個死牢裏，但這卻成了一件幸事。因為大仲馬在這裏為他安排了一位室友，這位室友極具智慧，非但上知天文下知地理，而且就在你與他進行了深入的交流之後，他甚至會告訴你一個秘密，那就是他有一份藏寶圖。在這裏，這位智者充當了一個窗口，帶來了知識與財富。或者可以說，知識就隱喻着財富。因為唐泰斯在逃獄之後整個人大不相同了。

這些關於自我拘禁的故事當中最重要的，或者說難以不行動的就在於設置一個窗口。《後窗》裏主人公的照相機、《驚魂記》裏隱喻着外人到來的旅館，還有唐泰斯的囚友。連前些年那部改編自印度哲學書的《少年派的奇幻之旅》也是如此，少年派分明被海難困在船上，這船上發生了親人死去，吃人種種可怕的事，可當他講述起這件事時，他卻將漂流、人性等等都隱喻成風光與動物，因此這個童話非但不再那樣可怕，反而顯得很美。

所以，一個叫做禁錮的狀態在一種美

化，或者脅迫，亦或是無奈當中，均只有一個目的，就是讓不行動擁有一個理由。佛洛伊德把這種不行動看成是人的一種精神自洽。基於這個概念，佛洛伊德寫出了《夢的解析》，專門談論夢作為一種慾望之窗的本質。在他看來，夢的出現正是為了緩解某種不能行動的悲傷。因為，夢境中一旦完成了這件事，無論結局好壞，現實就不必去做，反正夢裏已經做過了。而美國人甚至在人的這種自我禁錮當中尋得了商機。他們發現只要給孩子用上乳房的奶，孩子就不再哭了。於是就發明了用於咀嚼的奶嘴，這一發明居然真的有用。可見在很多時候，獲得並不見得是真正的獲得，糟糕的是它卻能夠替代真正的需要。

至於說到窗口和自我禁錮的當代對應，自然是這近在眼前的屏幕了。我們日復一日的瀏覽着各種網絡信息，一刻也未獲得安寧。但奇怪的是，人人都離不開這個電屏幕，因為其一旦閉下來，就發現寂靜的可怕，尤其在你不想動的時候，就更加迫切的想要創造出一點聲響。甚至期待各種驚世駭俗的事。但正是這一切阻礙了你的行動。