

▼遠眺赤鱗角機場



飛鳥翱翔 大地任我行 春花報喜 真摯在人間

□圖文：註冊中醫 李甯漢、李翠妍

乍暖還寒春雨盼 桃紅柳綠百花開
寄生糖水村邊春 炮仗花開迎客來

春節過後，生活又回復如昔。不過，在東涌至大澳的一段郊遊徑上，迎春報喜的花卉依然開得燦爛奪目，延續初春節慶的喜悅。此路線路程較長，如果慢慢走的話，可能需花上大半天的時間，但景色宜人，相信不少人也願意為此放慢步伐，陶醉於戶外的鳥語花香。而到達大澳後，卻又是截然不同的另一番景象：熱鬧的市集上，遊客、居民打成一片，小小的街道擠得水泄不通，形形色色的小吃、手工飾品琳琅滿目，有鄉土情懷之餘亦不乏都市繁華。

從東涌鐵路站轉乘38號前往逸東邨的巴士，於總站下車，便抵達本旅程的起點。陪伴着我們出發的，是一卡卡在頭上悄悄滑過的昂坪纜車。遠離市區，早上的空氣特別清新。正值冬春交替之際，春風還帶着一點涼意，可惜今年的春雨珊珊來遲，山坡比較乾旱，我們期待着早降甘霖，滋潤大地。

前行不遠處，有一個憩息的小涼亭，這裡可以遠眺赤鱗角機場上飛機用以滑翔升降的航道。由於這兒距離機場太遠，我們逃過了起飛時的嘈音，靜靜地欣賞徐疾有致的航班韻律。看着鐵鳥在晨光中遠奔萬里無雲的晴空，突然有一種「大地任我行」的感覺。生活總會遇到困難，偶然也有令人氣餒的時候，然而，抱着理想，努力不懈的勇往直前，怨憤便可逐漸轉化為動力，闖出一番新景象。

盛放桃花：通身是寶

繼續前行，我們遇上了開得正盛的桃花。走在桃花蔭下，碰巧春風拂面，撲鼻的卻是幸福美滿的香氣！不期然想起《詩經》的其中幾句：「桃之夭夭，灼灼其華，之子于歸，宜其室家」，桃花的嬌艷就好比新婚的女子，臉上流露着欣喜的笑靨，也寓意生活愜意。難怪不少人鍾愛於春節在家中置一

株桃花，為一年之始帶來好兆頭。

桃（*Prunus persica*），是薔薇科落葉小喬木。葉互生，卵狀披針形，或矩圓狀披針形，邊緣有細密鋸齒，無毛。花單生，先葉開放，近無柄，花色粉紅，核果卵球形，有絨毛。藥用桃花、桃枝及種子。桃花味苦，性平，功能瀉下通便，利水消腫，治水腫，腹水，便秘。桃枝味苦澀，性平，有活血通絡，解毒殺蟲的功效，用於心腹刺痛，風濕痹痛，跌打損傷，瘡癤等，煎湯外洗患處。不過，最常用的，還是桃的種子：桃仁，其味苦甘，性平，功能活血散瘀，潤腸通便，止咳平喘。主治血瘀經痛、經閉，癥瘕痞塊，跌打損傷的瘀血作痛，腸燥便秘，咳嗽氣喘。然而當心桃仁破血力強，可損及胎元，孕婦須忌用。

炮仗花：清熱利咽

在沙螺灣附近的村邊，有鄉民供應一些桑寄生雞蛋糖水給途人解渴，生意滔滔，頗受歡迎。路途上還有不少休息的據點，就在一個歇息茶座對外的籬笆上，長滿鮮艷的炮仗花（*Pyrostegia ignea*），在日光下散發出繽紛多姿的氣息，彷彿延續着農曆新年對美好生活的祝賀。炮仗花之所以得名，是因為它花色橙紅，呈下垂的圓錐花序，花萼鐘形，花冠管狀，外反，宛如串串鞭炮。其實，它屬紫葳科炮仗花屬的常綠木質藤本，莖粗壯有稜。複葉，常呈卵形至卵狀矩圓形，邊全緣，葉背有腺點，頂生的小葉常變為三叉的卷鬚。花、葉均可入藥。花味甘，性平，能潤肺止咳，味微苦微澀，性平，有清熱，利咽喉的作用，主治肺結核咳嗽，支氣管炎，咽喉腫痛。

車輪梅：消腫解毒

而在山坡路旁，另一種入藥的花卉正在謙卑地於萬叢叢中展現它的美態：春花。其正名為車輪梅（*Rhaphiolepis indica*），屬薔薇科車輪梅屬的常綠直立灌木。葉互生，革質，葉片厚，葉形可為卵形、矩圓形或披針形，邊緣有小鋸齒。頂生稠密的圓錐花序或總狀花序，花色白帶粉紅。果色紫黑，可食。藥用根、葉，味微苦，性涼，功能消腫解毒，主治跌打損傷，關節炎。又可以鮮葉搗敷患部，治療潰瘍紅腫、瘡癤等。



▲大澳漁民的棚屋

旅程的終站，是熙來攘往的大澳市集，走畢大半天路程，回家前可在此買點海味乾貨，或選購些別致的精品擺設作手信，也可在各式小食攤檔中搜羅特色美食。最後，乘11號巴士返回東涌鐵路站。回到家，疲累，但滿足！



▼桃花

編者按：相傳古代神農氏嘗百草，因而得藥，成為中藥本草之鼻祖。草藥千百年來成為中國民間生活和生命的一部分，被用作治病和養生。今亦有現代神農氏樂於攀山覓藥，在本地一群中醫藥專家的努力推動下，嶺南草藥文化在香港發展蓬勃，行山認藥更成為港人假日的熱門健康節目——《走進芳草地》專欄應運而生，歡迎草藥專家、學者、愛好者一起參與，共建園地。

核危機引發開拓天然資源 麻風樹子可提煉生物柴油

近月來日本地震災難引起的核危機蔓延全球，人心惶惶。不少人開始着眼新的可再生能源，以維繫全球的可持續發展。風能、水能、太陽能等天然資源都曾引起社會的廣泛討論，不過原來，就在沙螺灣村邊附近，有一種草藥，經提煉後能製成生物柴油，或可為全球開拓新的能源探討領域。

麻風樹（*Jatropha curcas*），大戟科麻風樹屬灌木或小喬木，葉大，互生，近圓形或卵狀圓形，不分裂或上部3-5淺裂，基部心形，葉柄長，花小腋生，蒴果卵形。藥用葉。味苦、澀，性涼，有毒。功能散瘀消腫，止血止癢。本品毒性較強，樹液也易於刺激皮膚，一般多外用於跌打腫痛，創傷出血，皮膚瘙癢，濕疹，腳癬，麻風，陰道滴蟲，慢性潰瘍等。

其實麻風樹的種子含油量極高，加工後可製成生物柴油以應付能源短缺的問題。目前的生物柴油多以菜籽、轉基因大豆或棕櫚油等為原料，可是應用這類糧食作物以煉製生物柴油，容易繼發農作物因供不應求而衍生的食品價格上漲問題。而麻風樹作為非糧食作物，由之而產生的能源便可更有效地運用。

▼麻風樹

認識財富

——年一度由香港佛光道場暨國際佛光會香港協會聯合舉辦的大型弘法活動，於紅磡香港體育館落幕，這次活動中，除了往年會舉辦的消災祈福大悲懺法會、禪淨密三修法會外，此次特別為推動家庭和諧而舉辦了菩提眷屬祝福禮，百多對夫婦，有的穿著婚紗、有的穿著禮服，踏在紅地毯上，似乎回到了結婚的那一剎那，歡喜之心流露於表。

有別於過去婚禮之處，是典禮特別恭請了星雲大師福證，除了大師的祝福加持，還精心安排子女奉茶及贈送禮物給父母，雖然這第二代所奉的茶可能是生澀的，但父母們接過這一杯茶，絕對是歡喜感動的，為忙碌功利的社會，注入了一股暖流，更讓所有的家庭感受天倫之樂。這種感受，非外在物質金錢財所能替代。

對於財富，相信大家的看法定義都不同，但大多傾向有形實質的，比如金錢、房產、股票，或者黃金、汽車、土地等。然而這些有形的財富，未必在增加的同時，開心的指數也隨着增加。

這次星雲大師在主持了香港的活動後，應中山大學的邀請，做了一場講演，講題為「人生財富知多少」，其中有些觀點發人深省。他說：「錢，只是財富的一種，錢的來去、使用，有善惡之分，但一個人的平安、安全就是我們的財富；健康、人格、道德就是我們的財富。」

大師又說：「談到財富，我認為享用比擁有更好。別人有錢，建大樓、百貨公司，我沒錢、沒能力不能建，但是我可以來逛、來買東西。我沒有花園，但別人建公園，我可以到公園裡散步、賞花、使用；別人有電視我沒有，但我可以站在旁邊看。世間的東西不一定要擁有，但可以享有。」

在講演的最後，大師說：「希望大家不僅僅看到『有形』的財富、還要看到『無形』的財富；不僅僅看到『人家』的財富，還要看到『自己』的財富；不僅僅看到『現在』的財富，還要看到『未來』的財富，不必『擁有』財富，可以『享用』財富。」

大師的一席話，點醒了多少人在汲汲追求有形的富貴名利之下，是否應該停一停腳步，反思自己所追求的，是否具有正面的提升？

財富，人人多少都有一點，但正確的看法財富、認識財富，卻未必人人都正確，因此如何建立享有的觀念，當我擁有的時候，能夠樂於與人結緣、分享；當我沒有的時候，也不須氣餒，倒是能轉念，享有身邊現成的，一樣能開心自在，希望我們每個人都能擁有智慧，正確認識財富。

（作者為佛光山內地與港澳地區總住持）



（逢周二刊出）

寧夏與日本合作研究

甘草黃酮治糖尿病取得突破

寧夏回族自治区和日本東邦大學的科技人員共同承擔的「甘草黃酮治療Ⅱ型糖尿病的研究」取得重大突破，通過分子靶點高通路活性篩選和藥理學研究，研究人員還在甘草中發現了一種具有良好降糖活性的新化合物。

寧夏回族自治区科技廳對外合作處工作人員日前向新華社記者介紹，為推動寧夏甘草資源的高效開發和精深加工，延伸甘草資源開發的產業鏈，探索建立中藥材資源國際合作研發平台和長效合作機制，在中國科技部國際科技合作計劃支持下，寧夏藥品檢驗所聯合寧夏醫藥大學、寧夏職業技術學院等單位與日本東邦大學藥學部合作，共同開展甘草黃酮治療Ⅱ型糖尿病的研究。

通過對甘草黃酮治療Ⅱ型

糖尿病進行深入研究，寧夏、日本科技人員先後完成了甘草黃酮提取工藝、甘草調節糖代謝活性分子的分離、結構鑒定，優化篩選，活性評價和品質分析等研究。

研究人員認為，具有良好降糖活性新化合物的發現為開發以甘草黃酮為原料治療Ⅱ型糖尿病藥物奠定了技術基礎，也為寧夏甘草資源的深度開發利用開闢了新途徑。

日本東邦大學是一所綜合性私立大學，具有80多年的歷史，大學藥學部在藥物合成、漢方藥及化學成分自甘研究等方面取得了令人矚目的成果。

甘草是中國中醫藥寶庫中的珍品、最常用的中藥材之一，其藥用史已有數千年，廣泛應用於藥品及化妝品、醫療保健、食品等行業。

寧夏是烏拉爾甘草的主產地，近年來，寧夏通過實施封山禁牧，禁止濫挖甘草並大力開展人工種植，天然甘草面積已達500多萬畝，人工甘草種植面積已突破50萬畝。

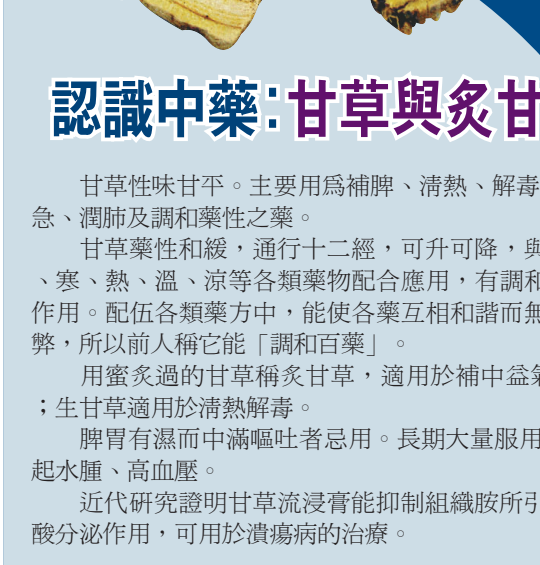
中藥新知

▼春花（車輪梅）



▲純樸的大澳漁村風貌

▲生甘草



認識中藥：甘草與炙甘草

甘草性味甘平。主要用為補脾、清熱、解毒、緩急、潤肺及調和藥性之藥。

甘草藥性和緩，通行十二經，可升可降，與補、瀉、寒、熱、溫、涼等各類藥物配合應用，有調和藥性的作用。配伍各類藥方中，能使各藥互相和諧而無相爭之弊，所以前人稱它「調和百藥」。

用蜜炙過的甘草稱炙甘草，適用於補中益氣；生甘草適用於清熱解毒。

脾胃有濕而中滿嘔吐者忌用。長期大量服用可引起水腫、高血壓。

近代研究證明甘草流浸膏能抑制組織胺所引起的胃酸分泌作用，可用於潰瘍病的治療。

▼炙甘草



4成半上班族響靜脈曲張警號

根據思綿市場於2010年11月調查顯示，本港上班族若每天有2成或以上工作時間需要走動或站立，4成半（45%）人表示雙腳會出現靜脈曲張症狀如腳痛、麻痺、抽筋、腫脹、青筋浮現等；而不論白領（37%）或藍領上班族（43%）



都會於最近半年出現靜脈曲張或相關症狀。原因是長期企／站或坐而令雙腳不停受壓，加上港人多乏運動，血液循環不易暢順，有些人自以為僅屬水腫或肌肉痛懶去理會，原來這些徵狀已顯示雙腳出現勞損，靜脈曲張警號已響起。

「特強喜療妥」含特強MPS通靜脈配方，醫學臨床實證，能有效針對因長期站或坐而形成的腳部勞損，極速滲透皮膚層，分解代謝物，並促進血液循環，減輕腳部壓力；藥力持久，有效改善痠痛、腫脹及青筋浮現，防止惡化。加上可消炎抗血栓，防止血栓形成，並舒緩腳部因勞損引起之不適，令肌肉鬆弛。

護理熱線：2895 9620 (www.legcare.hk)

燕麥曲奇餅 健康新口味

桂格燕麥即將推出全新健康零食——「桂格燕麥曲奇餅」，以全燕麥烘製而成，佔原材料的25%，提供的纖維除了促進心臟及腸道健康、提升飽肚感及有助體重管理之外，更特別加強香脆口感，再加上不含人工香料，是早餐、下午茶、家中或辦公室之健康零食首選。

全新產品推出三種不同口味，未在香港正式推出已在網上掀起關注。桂格燕麥曲奇餅將於4月22日（星期五）開始，於全線惠康超級市場及部分大型百貨超級市場以夏日限定版登場，180克（30克×6小包）燕麥曲奇餅售價為港幣\$19.9。

