

北京悼念斯大林逝世

李景賢

往事鉤沉

的斯大林
蘇聯衛國戰爭初期

東沒有去，他派黨內第三把手周恩來前往。就其原因，我看過許多內部材料，都找不到答案。有一次，我看毛澤東一衛士回憶文章時，讀到這麼一句：一九五三年二月，主席外出調查向社會會主義過渡問題，他乘專列沿京漢線南下，至月底回北京。我想，毛澤東外出調查剛回京，也許過於勞累，身體狀況不允許他前往莫斯科參加斯大林的葬禮。至於毛澤東為何沒派黨內第二把手劉少奇去參加葬禮，從劉少奇年譜中可以找到答案：他當時因闌尾炎開刀正在住院治療。

對於斯大林，毛澤東始終堅持「三七開」的態度。他在《論十大關係》中說：「蘇聯過去把斯大林捧得一萬丈高的人，現在一下子把他贬到地下九千丈。我們國內也有人跟着轉。中央認為斯大林是三分錯誤，七分成績，總起來還是一個偉大的馬克思主義者，按照這個分寸，寫了《關於無產階級專政的歷史經驗》。『三七開』的評價比較公道。」

世界各國的共產黨第一把手都參加了斯大林的葬禮，唯獨毛澤東沒有去，他派黨內第三把手周恩來前往。就其原因，我看過許多內部材料，都找不到答案。有一次，我看毛澤東一衛士回憶文章時，讀到這麼一句：一九五三年二月，主席外出調查向社會會主義過渡問題，他乘專列沿京漢線南下，至月底回北京。我想，毛澤東外出調查剛回京，也許過於勞累，身體狀況不允許他前往莫斯科參加斯大林的葬禮。至於毛澤東為何沒派黨內第二把手劉少奇去參加葬禮，從劉少奇年譜中可以找到答案：他當時因闌尾炎開刀正在住院治療。

宰方法的細節是由神在西奈山上頒布給摩西的，因此享有無上權威。根據「司赫特」禮定屠宰法，宰殺禽畜要符合以下要求：

首先，屠宰師必須是虔誠的猶太教徒，而且要經過屠宰法規、動物解剖學、動物病理學等嚴格的專業訓練，使其不管在信仰方面還是在技術方面，都懂得並確保不能讓被宰殺的禽畜受到很大痛苦。屠宰師在完成了上述專業訓練後，由拉比（猶太教內負責執行教規、教律和主持宗教儀式的人）發給執業資格證書，再在有經驗的師傅指導下實習，期滿後才能獨立操刀工作。有執業資格的合格屠宰師每次宰殺禽畜前要誦讀一段祝福語，用來提醒自己的屠宰行為是得到特別認可的，因而是潔淨的。

第二，屠宰禽畜必須使用比禽畜的咽喉長一倍的刀，刀口必須十分銳利、乾淨，沒有凹口或污跡。宰殺時必須一刀割斷氣管、食管和頸動脈，並立即將禽畜倒掛起來，以便排出血液。接着再將後腿的筋挑出。斬刀時刀口不能傷及頸部以外的其他部位，也不能採取截殺或從裡到外挑斷血管、食管或氣管。用這種方法宰殺，動物不挨第二刀，同時體內的血可快速噴出，死得快，受痛苦少。

第三，在屠宰師宰殺期間，從頭到尾都有一名合格的屠宰巡禮員在現場對屠宰全過程進行監督。宰殺前，巡禮員要檢驗動物是否鮮活。宰殺進行的時候，他要觀看、檢查並確認屠宰的刀法和每一個步驟是否符合禮法。如一切符合「潔食」標準，屠宰師才可將肉放入水中清潔餘血，最後由屠宰檢驗員包裝，再拿到市場上出售。

一些特別虔誠的猶太教徒為確保所吃食物絕對「乾淨」，只吃經本教派的拉比檢驗並由本派教徒製作的牛、羊肉罐頭。家中沒有了罐頭，就用蔬菜和水果充飢。他們也不喝非猶太人釀造的酒。

在以色列，猶太教正統派操縱着有關食品的執法大權。為嚴格執行飲食法律，政府修改了《食品檢驗法》等法律條文，規定國家機關和公共飲食場所都必須遵守《卡什魯特法則》規定的飲食戒律，酒店、餐館的營業執照由各地的正統派拉比核批發放。同時，貿易單位不得進口豬肉，全國大部分地區也不得養豬，出售豬肉。

傳統飲食習俗也在發生變化

猶太人的主食是用小麥粉或大麥粉做成的餅，蘸着醬吃。因為餅是主食，猶太人把它視為生命線，所以他們吃餅時用手掰，而不用刀切，生怕切斷了生命線。猶太人一般中午吃主餐，通常要上牛羊肉湯、燒雞塊、青椒、西紅柿、炸薯條等，還有甜點。這與多數西方國家晚間吃主餐的習慣不同。

在以色列，一些不是十分正統的猶太教徒不像傳統派教徒那樣循規蹈矩，這使傳統的飲食習俗在慢慢發生一些變化。他們有的在節假日到郊外野餐，第一道菜多為從阿拉伯人那裡學來的以芝麻醬和雞豆醬為主的食品，接下來便是吃烤肉串、東方式漢堡包和肉排等美味。以色列人早餐也很豐盛，有沙拉、奶酪、橄欖、果汁、咖啡和麵包等。據稱這也與一個美麗的歷史故事有關。相傳三位天使曾經到猶太人的先祖亞伯拉罕族長及其妻子薩拉居住的帳篷中拜訪，族長夫婦以豐盛的食物盛情款待了他們。

蟹與蟹甲

余文

秋冬食補，民間多視蟹為水產品中的首選。

蟹，俗稱甲魚、團魚，屬爬行綱蟹科動物。其形狀粗看有點像烏龜。但它的體表無角板，覆以柔軟革質皮膚；吻突尖長，約與眼徑等長；頭部淡青灰色，散有黑點；喉部色淡，或有蟲狀紋，或暗色而有黃點。背甲即蟹甲覆蓋全身，通常橄欖色，邊緣有厚實的裙邊；腹面乳白色或間有黑色。指、趾間有發達的蹼。生活於河湖、池沼中，捕食魚、蝦、螺等，因而其肉質鮮美。

中醫稱「蟹能大補」，首先是其營養價值高：每百克可食部分中含蛋白質十七點三克、鈣一百二十四毫克、磷九十四毫克，並富含維生素A，可以明顯提高機體免疫功能。從食療角度說，蟹性味甘、平、入肝、脾經。具有養陰、涼血、清熱、散結、補腎等作用。對肺結核、肝硬化、貧血、體質虛弱等有較好的輔助療效。但吃蟹應注意對症。腹滿厭食、大便溏瀉、脾胃虛寒者不宜吃；兒童及孕婦慎食。

蟹的背甲稱蟹甲，是種重要中藥材。其性寒、味鹹，功能滋陰除熱、消結軟堅，主治陰虛勞熱骨蒸、症瘕聚等症。它含有動物膠、碘質及維生素D等成分。

人的腸胃功能各異，有些人喜食且進餐量也較常人多，但食後腹部感不適或腹脹或大便次數日兩三次，這是胃脹脾弱表現；或是每天工作任務繁重，每天工作小時以上，多作腦力勞動，眼睛整天對着電腦，精神很累，眼睛乾澀、頭暈、眼睛常帶紅筋，屬肝腎陰虛；或者體瘦虛弱，弱不禁風，天氣轉換時會着涼，或晨早流涕、噴嚏連續不休，這是脾肺虛弱。可以鱉魚（廣東人叫水魚）煲湯，凡是脾胃不足、肝腎陰虛等可改善腸胃功能。

猶太餐飲文化

陳來元

域外漫筆

猶太人飲食規矩多，禁忌多，這一獨特的餐飲文化與猶太教有着十分密切的關係。猶太教有一個叫做《卡什魯特法則》的飲食戒律，是根據猶太教經典載上帝與古代猶太人歷史的典籍及其解釋性典籍制定的。這個法則的要旨是：宣示符合教規的飲食是神確定的，猶太教徒的飲食行為是服侍神的一種方式。人生存的目的，不是為了吃喝，故猶太人不能像猶太教的人那樣，按人類的一般規矩和法則生活，而是要按照創造生命和恩賜食物的大能者的律法過好每一天。所以，只有得到神的允許，他們才宰殺禽類和牲畜作食物。《卡什魯特法則》還要求猶太人對動物要有憐憫之心，不可冷酷無情地宰殺禽畜，對禽畜的痛苦無動於衷。因此，猶太人對禽畜的屠宰、放血以及把肉和奶分餐食用都有明確規定。

猶太教認可的「潔食」才可食用

猶太教將食物分為「潔食」和「非潔食」兩大類，只有「潔食」可以食用，「非潔食」即「不清潔食物」則禁止食用。按猶太教教規，穀物、蔬菜、水果都是「潔食」，而牲畜、禽類和水產類肉食則不盡然。牲畜等肉類中，鮮活偶蹄反芻動物的肉，也就是新鮮牛肉、羊肉和鹿肉等為「潔食」，可食；而豬、馬、駱駝、岩狸、兔子等動物的肉為「非潔食」，禁食。禽類食品中，雞、鴨、鵝等家禽肉屬「潔食」，可食；而食肉、食腐的猛禽以及鴕鳥、烏鵲、夜鷹、戴勝等禽類和鴨、鵝以外的水鳥

皆屬「非潔食」，不可食用。水產類，凡有翅有鱗的魚類，都可以吃。但無鱗、無鱗、無骨及有殼類的水生動物，如鰻魚、鯊魚、貝類等水產品則不可食用。

猶太教經典除對「潔食」、「非潔食」作出規定外，還對可食肉類在什麼情況下屬於「潔食」或「非潔食」以及動物肉可食和不可食的部位也有明確規定。例如，禽類、牛、羊和鹿因衰老、生病以及非常死亡而被宰殺的肉，還有生肉、帶血的肉，均屬「非潔食」，要禁食。牛羊腹膜下的油脂也屬「非潔食」，不可食用。此外，牛、羊蹄筋也在禁食範圍之內。禁食牛、羊蹄筋倒不是因為它不潔，而是與猶太經典中的一則故事有關。相傳猶太先祖雅各準備渡約旦河的時候，耶和華派來的天使與他摔跤，被天使扭傷了腳筋，但天使仍不能取勝。鑑於天使在天亮前必須離開，雅各於是要求天使為他祝福，否則還要與他鬥，不放他走。天使只好祝福他，然後就離開了，但雅各的腳卻壞了。有鑑於此，猶太人就把動物後腿筋列為禁食食品，牛羊被宰殺後要取出蹄筋。

猶太教經典《塔納赫》中還有肉和奶不能同餐食用的規定。這部經典三處寫有「不可用山羊母乳煮山羊羔」的話。這就引出一條重要的猶太教律法，即肉和奶要隔餐食用，不能在同一餐一起食用。此外，存放這兩類食物要用獨立的餐具和獨立的櫥櫃，有條件的連洗滌用的水槽、備餐桌也要分開來。

宰殺禽畜要符合猶太教儀規

關於如何宰殺禽畜，猶太經典《塔木德》規定採用一種叫「司赫特」的禮定屠宰法。相傳這種屠



十字架瓶盛的橄欖油（攝於特拉維夫）

金一平

人生在線

在這個世界上，惟愛與夢想不可辜負。總有這樣一些人，用愛的力量，築起夢想的城堡，澆灌心靈的成長。他們或許並不富有，卻仍孜孜不倦，助他人圓夢。於是我們相信，慈善公益並非富者的專利，用生命影響生命，亦是一種善舉，一種心靈的公益。心靈公益，無關於貧窮與富有，健康或殘疾，只關乎你的本心。當一個人遭遇人生艱難的時候，有人會選擇給予他物質幫助，也有人會伸出雙手，和他一起渡過難關。善良的人都有助人的本心，形式有不同，力量有大小，只要有心意，就能讓奇跡發生。《不老騎士》這部電影，講述的是一幫平均年齡八十一歲的老人，挑戰以摩托車環遊台灣的真實故事。宣傳片尾，「人為什麼活着」的旁白響起，偌大的熒幕只留一個「夢」字。夢想不分年齡，騎士不會老去，這樣的故事，讓我在感動之餘，尚存一絲疑惑——是怎樣的一股力量，一個契機，讓這樣一幫垂垂老矣的長者，找回年輕時的動力和逐夢的勇氣？而後，當我了解到是一個老年基金會在背後不斷支持、鼓舞老人，並促成了老人們千里騎行的壯舉時，我對這些「幕後英雄」懷抱着更多的敬佩。其實很多時候，長者需要的並不是被當做弱者照顧起居飲食，讓他們重拾自信、重新獲得社會肯定，才是最好的關懷；這樣的公益形式，已然具備了震撼人心的能力。

人有五種不同的需求層次，由基礎向上迭進分別是：生理需要、安全需要、歸宿與愛、尊重，以及自我實現。物質公益能滿足人的生理需要和安全需要，心靈公益卻能滿足人的歸宿與愛、尊重，直至自我實現的發展。幫助也不僅僅是對損傷、缺陷的修復和彌補，更應當是對人類自身所擁有的潛能、力量的發掘。從物質的幫助到心靈的慰藉，從心靈的慰藉到對生命快樂的追逐，這才是心靈公益的本真所在。香港一位校長的傳奇故事，或許可以作為心靈公益的最好註腳。他叫陳虹，出身貧寒，求學過程中吃了不少的苦，憑着不服輸的精神和強烈的求知慾，終於成了一名教師。因為對教育的執著，他三十五歲即榮任匯中校長，成爲當時最年輕的中學校長，創校三年已被譽為本港十大中學校長之一。然而，當他看到教育爲了適應市場化，造成底層學生逐漸被忽視、被放棄而不得不中斷學業時，他彷彿看到了曾經的自己。爲了實現「有教無類」的信念，他選擇了辭職，自費創辦「陳校長免費補習天地」，爲最窮、成績最差的學生補習教學，分文不取！辭去年薪百萬的工作，爲讓每個孩子享受到平等接受教育的權利，這種堅持，在常人看來，更像是一種「固執」。陳校長的這份「固執」能否對教育體制有絲毫的撼動，我無從知曉；但我相信，這些接受補習的孩子，他們的人生，一定會因爲這段經歷，而變得有一點點的不同，這才是陳校長堅持的意義。

我們常看到路邊的乞討者，其中不乏年幼的孩子，空洞的眼神中看不到一絲生機，我們怎能不痛心？我們理想中的公益不該只是單純地「給予」，更要讓受助者學會「創造」，向弱勢者傳遞愛與希望，讓他們也能夠擁有接近夢想的力量。「心靈公益」就是這樣一個教導「創造」的過程，超越物質，讓心靈得到撫慰與建設。它就像一次心靈救贖的旅程，讓年過古稀的老人放肆逐夢，讓孤立無援的少年勇敢前行。

公益在心，人間有情。愛，是一切的解答。

實用主義

如是
我見

毛絨玩具廠的大門口，張貼着一張「年度發明紅榜」，位列首位的是一位名叫彭智全的員工，他發明的項目叫「風扇鑒別法」，獎金是一萬元。

我不知這「風扇鑒別法」到底是什麼發明，於是問廠傳達室裡的保安。保安今年六十多了，是廠長的遠房親戚，保安對這個「風扇鑒別法」說得喋喋不休。原來，這「風扇鑒別法」就是在生產線上配備了一台大功率的電風扇，因爲在生產線上，毛絨玩具裝盒時，有的容易漏裝，不少空盒子直接進入產品庫。廠裡爲了挑出這些空盒子，增派了三位操作工，但仍然有空盒子進入產品倉庫。

這位名叫彭智全的操作工就是這三位操作工之

一，有一天廠長發現又有空盒子混進了倉庫，當天當班的恰好是彭智全，廠長將彭智全臭罵了一頓，又委曲又無奈的彭智全於是向廠長建議，能不能在生產線上安裝大功率的風扇，對着傳輸帶吹。如果盒子裡沒有毛絨玩具，這些空盒子就會被吹下。廠長一聽，大喜過望。

第二天他就採購了一台可以調節風速的風扇，試用後效果非常好，所有盒子裡沒有毛絨玩具，因爲重量輕都從傳輸帶上吹了下來。

這個困擾工廠多年的問題，盡然被一個只有初中文化、從湖南農村來打工的農民破解了。

廠長算了一筆帳，安裝了這樣一台風扇，節省了三位工人的工資支出，減去一年的風扇電費，彭智全幫廠裡節省開支十五萬元。

彭智全的操作工就是這三位操作工之一。

廠長將彭智全臭罵了一頓，又委曲又無奈的彭智全於是向廠長建議，能不能在生產線上安裝大功率的風扇，對着傳輸帶吹。如果盒子裡沒有毛絨玩具，這些空盒子就會被吹下。廠長一聽，大喜過望。

第二天他就採購了一台可以調節風速的風扇，試用後效果非常好，所有盒子裡沒有毛絨玩具，因爲重量輕都從傳輸帶上吹了下來。

這個困擾工廠多年的問題，盡然被一個只有初中文化、從湖南農村來打工的農民破解了。

廠長算了一筆帳，安裝了這樣一台風扇，節省了三位工人的工資支出，減去一年的風扇電費，彭智全幫廠裡節省開支十五萬元。

彭智全的操作工就是這三位操作工之一。

張姓溯源

文化
什錦

有一天廠長發現又有空盒子混進了倉庫，當天當班的恰好是彭智全，廠長將彭智全臭罵了一頓，又委曲又無奈的彭智全於是向廠長建議，能不能在生產線上安裝大功率的風扇，對着傳輸帶吹。如果盒子裡沒有毛絨玩具，這些空盒子就會被吹下。廠長一聽，大喜過望。

第二天他就採購了一台可以調節風速的風扇，試用後效果非常好，所有盒子裡沒有毛絨玩具，因爲重量輕都從傳輸帶上吹了下來。

這個困擾工廠多年的問題，盡然被一個只有初中文化、從湖南農村來打工的農民破解了。

廠長算了一筆帳，安裝了這樣一台風扇，節省了三位工人的工資支出，減去一年的風扇電費，彭智全幫廠裡節省開支十五萬元。

彭智全的操作工就是這三位操作工之一。

有一天廠長發現又有空盒子混進了倉庫，當天當班的恰好是彭智全，廠長將彭智全臭罵了一頓，又委曲又無奈的彭智全於是向廠長建議，能不能在生產線上安裝大功率的風扇，對着傳輸帶吹。如果盒子裡沒有毛絨