

手帕復興

北方秋高氣爽，正是行山的好時節。在半山一處亭子，眾人停下小憩，在旁邊的露天水池洗洗手。筆者抽出紙巾來擦擦手，一日本朋友此時則掏出一方手帕來。白色深藍色方格子圖案，十分雅緻。

驀然發現，除了跑步、騎單車時帶一條手巾外，好久沒使用手帕（手絹）了。記得小時候，手帕還是生活必需品。有關手帕、手絹的歌兒、童謠、遊戲很多。「小手帕，四方方，天天帶在我身上。擦擦鼻涕擦擦汗，真是我的好夥伴。」「丟，丟，丟手絹，輕輕放在小朋友的後面。」現在依舊能熟悉地哼唱起旋律。

如今，一次性紙巾已經成為生活習慣，比起手帕來要衛生。但其對森林的消耗也是顯而易見的。平均每生產一噸紙，要砍伐十七棵十年生的大樹。現時有些公共場合，則使用吹風式乾手機來取代紙巾。根據有關數據，目前中國人每年消費的手帕數量，每百人尚不足一條，而日本人均就達十二條。另一項數據，中國的森林覆蓋率只有百分

之二十出頭，而日本為近百分之七十。造紙既消耗木材，生產的廢水又污染環境。多一條手帕，少一包紙巾，一舉多得，善莫大焉。而且，日本的手帕材質花色雅緻美觀，已成為一個文創行業。

在古代沒有紙巾的年代，手帕流傳了數不勝數花前月下長水闊的故事。張生和崔鶯鶯在手帕上題詩相贈，互訴衷腸；寶玉看寶釵的酥臂看呆了，黛玉便將手帕子扔了來，打這「呆雁」。北京城的手帕胡同就有好幾條，崇文門、東直門、西直門、西單都有，廣安門還有一個手帕口。可見從前手帕的需求量有多大。

隨著社交平台的發達，如今會面都改為「掃一掃」添加好友，無需再交換名片，節省了不少紙張。期待手帕也早日復興，助力綠色環保。

【瓜園】蓬山
gardenermarvin@gmail.com
逢周三、四、五見報

斷腸草的根

南宋洪邁《夷堅甲志》卷第十《草藥不可服》寫道，高宗紹興十九年（公元一一四九年）三月，有一隻來自番禺的船停在水邊，船客的幾個僕人，突然生了病，雙腳軟弱無力，船老大看着可憐，就對他們說：我有一種藥，治你們這種病有奇效，很多人都吃過好，到時我送點給你們。

傍晚時分，船老大乘着幾分醉意，進山採草藥，他將草藥用酒浸泡了一下，就分發給病人，藥一進口，病人痛苦的呻吟聲就不斷傳來：腸胃痛，像刀一樣割。但船老大安慰他們說沒事沒事。天剛放亮，那些服藥的僕人都死掉了，船主去報官，船老大不高興了：肯定不是草藥的問題，不信，我吃給你看！說完，他就將剩下的草藥，用酒浸泡一下，嚼著吃了下去。不過一個時辰，船老大也死掉了。

怎麼回事呢？原來，那座山中，長着許多斷腸草，船老大所採的草藥，由於與斷腸草的根纏到了一起，而他又處於半醉中，根本沒有選取和洗淨，就浸到了酒中，所以毒死了人。

斷腸草，聽這名字就讓人失魂。此草，廣泛生長在中國的南部及

西南地區，藥物學家已經發現，在中國不同的地區，有近四十種植物，都被稱為斷腸草，既然能斷腸，那毒性一定大，全草都有毒，尤其是幼葉、根的毒性最強。

中國古代筆記中常出現的毒藥，排名前幾位的，大致有這麼幾種：斷腸草，雷公藤，鉤吻，鳩酒，砒石，鶴頂紅，番木鱉，夾竹桃，天然砒霜，烏頭，毒箭樹，雪上一枝蒿，情花。而鉤吻，就是四十幾種斷腸草中的毒王。

金庸的《神鵰俠侶》中，楊過中毒了，白色曼陀羅，這就是情花，不過，解毒的，卻是斷腸草，以毒攻毒嗎？不知道金庸先生有沒有醫學根據。

船老大死於他的日常經驗，他已經用這種草藥治好過很多人，不想，在這裏翻了船，他肯定知道斷腸草的厲害，但他沒想到彼草藥連着斷腸草的根。看來，都是酒醉惹的禍。

【筆記新說】陸布衣
1164334351@qq.com
逢周二、四見報

仙草身世之謎

草本植物，以台灣苗栗種植的最有名。長相跟薄荷十分接近，將採下來的仙草晾乾，再熬成仙草湯，最後把糖和木薯粉等放進去勾芡，冷卻後就是我們熟悉的仙草凍了。至於涼粉，所用的材料幾乎一模一樣，只不過仙草換了個地方，在粵語裏被稱為涼粉草而已。

知道這一點，仙草的身世之謎也解開了大半。而兩者之間最大的不同，不是原料而是做法和配料。在港式糖水裏，涼粉的出場又A（這裏的A是內地流行語，即英氣的意思）又瀟，爽快沒廢話，有椰汁、西米露就能大功告成，多數是在夏天做消暑祛濕用，很少見人把它當成零食；台式燒仙草的陣仗則要大很多，乍一看去就像小姑娘的下午茶，讓人眼花繚亂。繞碗一周360度恨不得都擺上配料，從珍珠、芋圓、花生到紅豆、芋頭和紅薯，不向深入挖掘，簡直看不到仙草真身。就算單獨出場，能放在奶茶裏中和口感，也能在冬天熱騰騰端上來，仙草在吃的過程中會變成半凝膠狀，俏皮地咕嚕咕嚕溜進肚裏，竟是另一番趣味。

疫情未退，長假在家，一碗燒仙草是最合乎時宜的零食。說是零食，其實更像一碗糖水，只不過更具風度和美德。慣常的糖水都很嬌氣，帶着冰的，講究即刻入口的涼爽；冒熱氣的，最怕溫度退去的疏遠。只有它不會催你趕你，也無需擔心味道會被時間打敗。一碗盛出來，配着電影劇集，伴着閨密嘖嘖喳喳的閒聊，一口一口，吃上一天都不稀奇。

對這樣美味，台灣人想必最有話說。夏天配一杯仙草刨冰，冬天來一份暖融融黏糊糊的仙草湯，一年四季就這樣周轉輪迴，生活也變得沒那麼難熬了。而在本港，多數人恐怕都會疑惑，仙草和涼粉，究竟是不是同一物？仙草之所以得名，是因為取自同名的

草植物，以台灣苗栗種植的最有名。長相跟薄荷十分接近，將採下來的仙草晾乾，再熬成仙草湯，最後把糖和木薯粉等放進去勾芡，冷卻後就是我們熟悉的仙草凍了。至於涼粉，所用的材料幾乎一模一樣，只不過仙草換了個地方，在粵語裏被稱為涼粉草而已。

知道這一點，仙草的身世之謎也解開了大半。而兩者之間最大的不同，不是原料而是做法和配料。在港式糖水裏，涼粉的出場又A（這裏的A是內地流行語，即英氣的意思）又瀟，爽快沒廢話，有椰汁、西米露就能大功告成，多數是在夏天做消暑祛濕用，很少見人把它當成零食；台式燒仙草的陣仗則要大很多，乍一看去就像小姑娘的下午茶，讓人眼花繚亂。繞碗一周360度恨不得都擺上配料，從珍珠、芋圓、花生到紅豆、芋頭和紅薯，不向深入挖掘，簡直看不到仙草真身。就算單獨出場，能放在奶茶裏中和口感，也能在冬天熱騰騰端上來，仙草在吃的過程中會變成半凝膠狀，俏皮地咕嚕咕嚕溜進肚裏，竟是另一番趣味。

【食色】判答
逢周二、三、四見報

兒童幸福

最近看到一則新聞，頗有感觸。嶺南大學參與的一項兒童福祉的國際調查，發現香港十二歲及十歲兒童的整體主觀幸福感，排名分別是「包尾」及「尾二」。在十五個生活範疇滿意度中，香港兒童對「課餘時間運用」及「獲成人聆聽」得分偏低。

筆者回想成長的年代，絕大部分家庭，父母都要早出晚歸「搵食」。即使放假，也要張羅「柴米油鹽醬醋茶」以及家務瑣事，況且那個年代，父母教育程度普遍不高，傳統上父子關係有尊卑。「與家人放鬆、閒聊或玩樂」的時間其實很稀罕。至於「課餘時間運用」，無疑那個年代沒有那麼多興趣班，沒有那麼多補習，學校

功課也不多，但並不代表所有時間都可用來玩耍。

那時候一般家庭收入不高，生養卻多，幾歲的家庭成員也是一個生產力，功課完成後，經常要「剪線頭、鰻膠花」幫補家計，及至中學階段，許多人課餘都要去工廠、餐廳做兼職，賺取生活費了。

當時買一對皮鞋、冰室飲杯紅豆冰、戲院看套電影、中秋節分到一小塊月餅……都有一種難以言宣的幸福感。今時今日或許已沒有兒童，會因在中秋節吃一小塊月餅而感到幸福了，反而可能不必食月餅而感到開心，因為已厭倦了。

筆者無意批評時下兒童「身在福中不知福」，只是想說，每一代都有每一代人

金斯伯格是民主的奇跡嗎？

在二〇一八年的紀錄片中，美國最高法院大法官金斯伯格（Ruth Bader Ginsburg）身穿運動衫，在健身房中認真地舉啞鈴。那年，金斯伯格八十五歲，已戰勝結腸癌、胰腺癌、肺癌和肝癌。她在同一年摔斷了三根肋骨，但十天後她就恢復工作。似乎沒有什麼能夠打倒金斯伯格，甚至有人說她的存在就是民主的奇跡。

在許多方面，金斯伯格確實是個奇跡。在她成長的年代，女大學生鳳毛麟角，更何況是法學院的女學生。雖然她以第一名的成績從哥倫比亞大學法學院畢業，但律師行認為性別比能力更重要，不願聘用女律師，因此她只好試圖闖進學術界。一九六三年，她獲得羅格斯大學法學院的教

職。這很不容易：全美國當時只有三所法學院聘任兩名以上的女教師。

金斯伯格並沒有止步於一份安穩的工作，反而投身於性別平權運動。在七十年代，她通過代理多宗涉及性別歧視的案件，奠定了男女平權的憲法基礎。金斯伯格的貢獻得到法律界和政界的廣泛認可。一九八〇年，她獲任命為哥倫比亞特區聯邦巡迴上訴法院的法官。一九九三年，她成為美國最高法院歷史上的第二名女性大法官。

最高法院在美國的地位很特殊。雖然最高法院經常處理政治議題，但大法官並非民選，無需為判決負責，還享有終身制。儘管最高法院如此「不民主」，它的威

遲到的「春節」

十月秋光正好，微風不燥，天空湛藍，南粵大地生機勃勃。

疫情之後的第一個八天長假，中秋與國慶合體，搶火車票、公路擁堵、電影院看大片，團圓主題晚會受追捧，商場裏吃火鍋，看燈光秀、對着月亮笑，與家人一起出去玩。所有發生的一切讓人們產生時空錯覺：遲到了九個月的春節回來了。

旅遊部門和交通部門紛紛發布了這幾天的出行數據，國慶中秋假期，全國各旅遊景點接待國內遊客不斷攀升，呈現報復式反彈；而據廣鐵方面的分析，此番「雙節」客運，包括旅遊、探親等多重客流交織疊加，客運堪比春運。僅長假首日，廣州南站發送43.4萬人次，創下「建站以來歷史新高」。

深圳華僑城一帶人頭攢動，廣州「小蠻腰」附近人來人往，大灣區旅遊景點熱鬧非凡，人們個個喜笑顏開，臉上都是輕鬆。

那個因為疫情被中斷的闔家團聚，因為中秋與國慶不期而遇，更因為中國的成功抗疫而得到了彌補。溫情被重新點燃，更難能可貴的是家國的這份共情顯得異常濃烈與炙熱。

網友們開始不淡定了，一位網友寫道：「今年春節，大街上冷冷清清，就怕驚擾了這個世界。國慶終於回到了熱熱鬧鬧的時候，淚目」；還有網友晒出了過年時的車站和現在的車站圖片，當時的空曠與如今的熱鬧形成鮮明對比。

飽嘗寂寥，方知過往時光的可貴。

偷雞賊的故事

賭徒心態：總以為能找到只有「一面」的硬幣。

【漫條思理】鄭辛遙
逢周二、四見報

不同時代的愛情故事

不同時代的發展，不僅見諸創新科技方面，同樣對於男女之間的愛情，也有不同的觀感與角度。近日看兩套完全不同年代、不同背景的劇集，也就各有描述關於情感的問題，以至對國泰、親人、朋友之間的故事。

一套《錦繡南歌》，是無綫電視台最近播映的內地古裝劇集，女主角李沁，在《慶餘年》裏的雞脾姑娘，演出十分俏皮，但此劇卻是一個愛行俠仗義的俠女，最後幫助皇帝推行新政。男主角是秦昊，畢業於內地的中央戲劇學院，演技出色，飾演彭城王劉義康，與俠女驪歌發生了一段甜蜜浪漫的愛情故事。劇中兩人相遇，由驪歌誤以為彭城王是禍患朝政的奸臣

而欲刺殺開始，到幾經患難，暗生情愫，最終婚約下二人結為夫婦，互相諒解後攜手抗敵。二人演技各有發揮，李沁的內心戲很好，而另一男演員、演奸角陸遠的戚跡，是此劇的一個重要角色，也是北京電影學院的畢業生，《錦繡南歌》是繼《慶餘年》後又一部值得觀看的劇集。

另一套風格完全不同的劇集，則是重新製作的日劇《東京愛情故事二〇二〇》，顧名思義，全劇側重講男女感情，沒有其他元素，是一套寫實劇，分別寫兩對戀人在現今社會環境下的愛情故事，共分十一集，由純樸的青少年完治從鄉到城市工作，邂逅女主角莉香開始

的難處。幾十年前，學校、職場的競爭都沒有現時這麼劇烈，自我要求也比較低，成功與失敗、貧窮與富有並不懸殊。

壓力大多來自比較，廣東話有句「人比人比死人」，有些很聰明的小朋友，只是因為考試名次倒退了一小步，而要遭家長責罵，自己終日悶悶不樂。有些在別人眼中很成功的企業家，只是因為大環境變差，偶有一年虧損，已經抬不起頭。幸福是主觀的感受，一念心轉就可以豁然開朗。兒童的不幸福感很多時來自父母，最重要是父母攀比的心態要改變。

【童眼觀世】梁戴
逢周二、四見報

信卻遠勝於美國最民主的機構——國會。在最高法院的九名大法官中，金斯伯格屬於少數的自由派法官，經常書寫反對多數法官判決的「少數意見書」。不過，有時推動法律進步的恰恰是她的反對意見。

金斯伯格一次次創造的奇跡使她成為美國人心中的民主超級英雄。他們不僅將民主寄託在一個非民主的機構，還將民主的重擔壓在金斯伯格一個人的肩上。若金斯伯格是美國民主的希望，那她日益衰弱的身體似乎是美國民主的絕望。二〇二〇年九月十八日，金斯伯格與世長辭。如果美國的民主只能靠奇跡來維持，它何時才能等到下一個奇跡？

【律人行】夏有風
逢周四見報

「春運」擁堵再現，作為以往飽嘗眾聲抱怨的社會問題，今日被即時捕捉，賦予了人們歡樂的成分；春節檔期被迫延後超過半年的多部賀歲電影也終於趕上了「國慶檔」，重回影院的觀影熱情不變，生活回歸日常的情緒讓人們倍加珍惜。

國慶遇上中秋，也讓每個普通人由衷感慨，這個國家，真的很不容易，或許人山人海就是國泰民安。

大灣區諸城繁華重現，唯香港因為受疫情影響，國慶長假錄得內地訪港遊客近年最低值，風雨過後終會見彩虹，期待香港再現車水馬龍。

【灣區聽雨】黎園
逢周四見報

多的是家裏太亂，雜物太多，要收拾了。他事業無成就，經常在半失業狀態，常在電話中講述他的奮發大計。由三十多歲聽到他五十歲生日，他說生日這天真的很有感慨，家裏比前更亂了，一定要執拾了，不然連路都沒法走。他說已經有計劃，努力創業，三年裏一定有成就。我說記得你四十歲生日時說過同樣的話，不覺十年了，你記不記得當年我說的偷雞賊的故事？

【南牆集】阿濃
m.facebook.com/A.Nong.cps
逢周四見報

，展示了目前年輕男女對愛情的執著。

因為以前那套《東京愛情故事》印象已經模糊，只記得女主角鈴木保奈美很漂亮，而新版的完治演員是模特兒出身的伊藤健太郎，隨意恤衫長褲造型，也顯穿着風格，而演莉香的石橋靜河，衣着時尚，是劇中一個亮點。新版一改舊作以男角永尾完治帶動整部劇的發展，九十年代的CALL機盛行，新版則變為人手一部智能手電。看完這套劇，再次記起故事的經典人物莉香與完治，相愛的二人不能在一起，也更了解為何完治最終選擇的不是莉香。

【衣尚】蕙蕙
逢周二、四見報