

## 二十年後，二十年前

上世紀八十年代，內地有一首很有名的歌曲：「再過二十年，我們重相會……挺胸膛，笑揚眉，光榮屬於八十年代的新一輩。」這是年輕人的特權。年輕時，總是愛去想、去聊「二十年後」，未來有什麼打算，怎樣規劃職業，有哪些夢想和憧憬，是不是已與愛慕的女生幸福地生活在一起？

如今，已是上世紀八十年代的二十年後又一個二十年後。朋友們小聚，聊的總是二十年前的往事，有出糗和惡作劇，也有懊悔和遺憾，「蘆葉滿汀洲，寒沙帶淺流，二十年重過南樓」……幾杯水酒下肚，免不了還要感慨：「欲買桂花同載酒，終不似，少年遊。」

即便是說到「將來時」，也基本都是討論下一星期或下一個月的項目、方案、Project。「二十年後」，已成了彼此絕口不提的默契和自覺。二十年後，已是退休或即將退休，青絲也染霜，紅顏也遲暮，還有什麼值得去暢想呢。

年少時，對於一些成語，光陰似箭、歲月如梭啦，時光荏苒、寒暑忽易啦，白駒過隙、譬如朝露啦，只覺得是些文學修飾上的錦繡詞藻，是騷人墨客們的多愁善感。記住這些詞，也不過是用來點綴作文增加分數的。哪知，這是經過千錘百煉的人生真諦和生活哲學，是千百年來層層堆疊的感悟。而且，都是必須支付實實在在的光陰、歲月的代價，才能真正體會個中真意，沒有捷徑可走。青蔥兒郎、豆蔻少女，智商情商再高，也不會感受到真實的重量。

明白這些，不是為自怨自艾、怨天尤人找藉口和理論依據。人生每一個階段，少年、青年、中年、老年，如同四季，各有其青枝綠葉、茶花與雪。平平淡淡，日拱一卒，就沒有虛度，沒什麼不好。「二十年前」的回憶，可當作調劑生活的佐料，萬不要自設低落情緒的陷阱。



### 瓜園

蓬山

逢周三、四、五見報

## 年年「糕」升

不知道你有沒有意識到，中國人對主食的迷戀，真是刻在了骨子裏。從北方的一碗麵、一張餅，到南方的麵線、米線，碳水之於我們，就是熱愛。而一到過年，也有位選手脫穎而出，它就是年糕。名字一聽就透着好彩頭，無論生活還是事業，誰不希望自己「年年高」？那股向上生長的勁兒，都寄託在了這軟糯之間。

雖然都叫年糕，原料都是糯米粉或粳米粉，但它可不止一副面孔。在南方，水磨年糕是絕對的主角，粳米經過浸泡、水磨，質地格外細膩，切成均勻的條塊，無論炒或煮湯，都保持着糯而不黏、爽滑彈牙的傲骨。在很多老一輩人的記憶裏，家中什麼時候開始備年糕，就意味着過年了。一盤經典的齋菜肉絲炒年糕，是上海人餐桌上的溫柔底色，葷素交融，鹹鮮軟糯；蘇州的桂花糖年糕玲瓏剔透，在數九隆冬裏，吃出了暖呼呼的雅緻清甜。還有香港的鯉魚年糕，如今很多公司仍然用它作過年的伴手禮，獎勵員工。蒸熟之後椰香米香撲鼻，彷彿這一年的好運，都被這條錦鯉搞定了。

往北走，年糕的畫風陡然一變，越來越甜。東北人把它裹上豆沙，滾黃米麵下油炸，俗稱「油炸糕」。輕輕一咬，外殼的裂口好比松花江的冰縫，裏面豆沙餡冒着滾滾熱氣，燙得舌尖直打轉，是「真·硬核」。出了山海關，流行的是「黃米年糕」。用大黃米加上厚厚的一層紅棗，蒸成敦實的一大塊，吃的時候可熱可涼，一口下去是扎實的幸福感。更別提我們耳熟能詳的老北京「驢打滾」，本質也是年糕裹紅豆餡，沾上黃豆粉，圓潤香甜，這大概也是唯一一個，脫離了「過年」標籤的「年糕」吧。

不管怎麼吃，年糕的內核都從未改變，在四季流轉裏，帶出新年的期許：蒸蒸日上。



### 食色

判答

逢周二、三、四見報

冬至風暖，嶺南褪去蔥蘢，換上一年中最絢爛的彩妝。從粵北的層巒疊嶂到珠三角的湖光岸線，紅葉與彩葉次第登場，為期兩月的賞葉季正當時。這場自然饋贈的視覺盛宴，不僅讓廣東人走出喧囂，更成為港人北上短途遊的新引力，沿着灣區脈絡，便能邂逅冬日動人的色彩詩篇。

粵北是嶺南紅葉的秘境，秋意濃烈綿長。韶關南雄帽子峰銀杏與楓林相映，金黃緋紅織就大地錦緞；新豐雲髻山楓香樹沿坡而立，風起時紅葉翻飛如烈火燃谷；天井山落羽杉臨水

生長，鏘紅枝葉倒映水中，樹水交融難分彼此。清遠、河源等地山林間，彩葉植物錯落分布，黃、橙、紅、褐層層暈染，勾勒出粵北獨有的冬日盛景。

珠三角城市群裏，賞葉勝地俯拾即是，落羽杉更是冬日「顏值擔當」。廣州天河公園的落羽杉葉片在黃、紅、褐間漸變，步步皆畫意；雲溪植物園成片杉林換上古銅盛裝，宛如冬日火苗，成親子打卡熱門；石門國家森林公園千畝楓林與流溪河楓香樹遙相呼應，紅楓湖邊漢服同袍執傘而過，恍若穿越千年。江門圭峰山玉

台寺周邊，十六公頃三角楓核心林區與山間三百畝楓樹，造就「圭峰疊翠」勝景。

深圳的「美拉德季」同樣精彩，落羽杉在城市公園中勾勒出浪漫輪廓。環西麗湖綠道的杉林沿棧道鋪展，褐紅枝葉伴落葉沙沙，步入其間如闖油畫；仙湖植物園內，赤紅色落羽杉依偎青翠山嶺，晨光照水時波光晃蕩，浪漫值拉滿；洪湖公園伏龍橋是遠眺紅杉的絕佳位置，南半區杉林色彩濃烈，盡收眼底；蓮花山公園的紅杉更可與福田CBD天際線同框，繁華與自然完美交

融。

各地推出的賞葉打卡、漢服嘉年華、湖畔音樂會等活動，讓賞葉之旅更添趣味。便捷的交通網絡，讓港人北上賞葉輕鬆愜意。這場跨越粵北與灣區的色彩盛宴將持續至今年一月，不妨約上親友，在丹楓紅杉間，邂逅嶺南冬日的獨特溫情。



### 灣區聽雨

黎園

逢周四見報

## 衝刺閱讀

項都是以「摻水」方式在衝刺完成。去年初立下的flag裏，計劃每周閱讀一本書，這樣全年至少能讀完五十本書。人不想做事的時候總能找到各種理由，比如這周要出差沒時間讀，下周身體不舒服沒力氣讀，結果到了十一月的時候，發現還有二十本書的欠賬。於是開始想辦法，一是選了多本篇幅在兩百頁以內的書，兩三天就讀完一本；二是只抓核心主線而跳過次要情節，先「登堂」而不「入室」。緊趕慢趕，前幾天總算勉強完成了目標。

一直以來接受的教育是做事要扎實實，有時反思像這樣「摻水」地去衝刺完成一個數量目標是否有意義，直到前幾日看內地一位劇作家的文章，心理才有所緩解，原來大家偶爾也會重「量」而輕「質」。這位劇作家透露曾立下在兩個月內完成百部外國經典劇作閱讀的目標，在實施過程中歷盡挫折，最後為了完成「一百部」的數量，竟也會揀篇幅最短的劇本去讀，而且讀得囫圇吞棗，閱讀變成了同毅力和意志的對抗較量。

「摻水」地衝刺閱讀雖然帶來了心理上一時的不適，不過坦白說，完成目標的抵達感確實也讓人滿足，那些覺得會成為「過眼煙雲」的文字，其實並未被快速遺忘。我們經常執著於完美，倘不能完全做到完美，或許不如先完成再說。



### 伏牛山

喬苓

逢周三、四見報

## 我的少先隊往事

陳老師後，我便又要被罰站了。但那時我母親還是個有血性的女子，她做的決定一般是改變不了的。第二天，我媽就帶着我去找小陳老師了，小陳老師一看我媽來了，立馬說什麼，哎呀，其實不用抄那麼多遍的，長記性就好啦。而且這一次小陳老師也看出我媽對於她的教學方式十分不贊同，對她本人也已經有了幾分看法，於是便沒有讓我罰站，顯然她是在憋大招。

到了要入少先隊的時候，我發現，全班竟然都入了，就只差我和幾

個先天智力上與阿甘面對一樣問題的同學，這對我而言是莫大的侮辱。小陳老師給的官方解釋是「我在很多方面需要改進」，而具體這很多方面指什麼她就不明說了。班裏許多調皮搗蛋的同學都入了少先隊，而我卻沒有。全班都戴了紅布頭，而我卻沒有。起先的時候我不敢對爸媽說，覺得實在太丟人。後來我爸去接我放學，發現同學們都戴着紅布頭，我卻沒有，於是厲聲質問我。我只好把實情說了，他一氣之下直接去找了校長。這問題很快便解決

了——校長似乎把小陳老師批評了，我很快也戴着紅布頭去上學了。因而我對我這第一任班主任是沒有什麼好印象的，世故、媚上，卻又欺侮學生，尤其對於自己不喜歡的學生百般刁難。

（城南小學生系列）



### 痴齋嘸語

徐成

逢周四見報

## 新一年要避免的事

許多人新年的願望是「做什麼」，我卻是「不做什麼」。

我要避免的事是生氣，因為生氣只有壞處沒有好處。

壞處起碼有兩個，一是我會大聲吼，嗓子立時沙了。家人聽我說話，立時發覺：「你又跟誰生氣了？」二是血壓飆升，上壓由一百二十升至一百八十。中風機會大增。

要避免生氣可有辦法？有，包括三種：

一、作好心理準備。電話

響，來電顯示是「火藥桶」、「計時炸彈」。深呼吸，避免敏感話題。一般是對某方面的成見，認為對方無一是處。或是對某些問題的偏見，來自先入為主。

二、努力迴避。一聽到對方講及敏感問題，便當聽不見，改談其他問題，同樣是對方關注和有興趣的。如果他還是想回到敏感問題，便說有要緊事須立即做，待有空才覆他電話。既然他透露是老問題，不覆他電話也無所謂。

三、不爭拗。對方說了許多

假消息和歪理，你以前已經駁斥過，再說也無用，最好的反應是無反應。轉而問他的近況，談他的得意事、光榮篇。最後和氣收場，雙方無損傷。

其實雙方的爭拗一般對事情並無影響，何必傷感情？



### 南牆集

阿濃

逢周四見報

## AI很熱，生活很暖

二〇二六年的第一縷陽光還沒完全探進窗，床頭的家居AI就喚你起床了，不是鬧鐘的聲音，而是說：「最近降溫了，但你睡得還挺好的。」還提醒你起來要加衣，廚房裏，智能電飯煲已經煮好了燕麥粥，這是昨晚設置好的智能健康模式。忽然覺得有點陌生，又有點貼心。

真的到了二〇二六年，就感到「人工智能+」的國家大戰略，在你家裏，就是AI學會了在你感冒提醒你加衣，它不跟你談複雜的算法，只是在你躺在沙發上追劇的時候，默默把燈光調成助眠暖橘色。你的冰箱也能跟你對話了，問它：「還有什麼剩餘的菜？」它說：「土豆都快發芽了，要買新鮮的蔬菜。」並推送附近超市的打折信息。最近朋友給他老爸裝了套最新的健康檢測系統，老爺子最初抗拒，覺得冰冷冷的機器不如兒女貼心。

直到有天，系統在他晨起心跳異常時，不僅發出了警報，還同步接通了社區醫生，老爺子後來逢人就說：「這傢伙，比兒子還靈。」

這就是二〇二六年的開篇，沒有驚天動地的宣言，只有潤物細無聲的「入駐」。這樣的場景，已成為千萬家庭的新日常，AI化作廚房裏的電飯煲、客廳裏的掃地機器人、口袋裏的健康管家，用無聲的方式重塑着生活。

二〇二六年，AI很熱，但因為它，生活很暖。這溫暖不在於它有多聰明，而在於它無處不在，技術進步的終極意義，是讓每個平凡的日子，都能溫暖如春。



### 九連環

薩日朗

逢周四見報

## 人生嘉年華

二〇二五年，我有許多人生的新嘗試。從拒絕戶外運動到每星期不是遠遠就是到海邊游泳；由假日總是在商場品茗購物到去過香港不少郊遊景點觀光打卡；由不喜歡冒險到敢於在泰國旅行時首次背着氧氣樽潛水；由不留意體育活動到迷上看乒乓球賽等，我像在過跟上半生完全相反的生活，卻同樣地精彩與充實。即使辭舊迎新，我也沒有停下來，反而樂於在刺激的嘗鮮人生路繼續前行：首次體驗遊戲嘉年華。

隨着家人的步伐，我走進了位於中環的大型假日嘉年華場地。從前覺得花錢購票進只有機動和攤位遊戲的地方很無聊，因為我既不敢玩挑戰速度和高度的玩意，又覺得要拋圈、投籃或射擊成功才能得到毛絨玩具獎品只是商家令人理智消費的圈套。

五彩繽紛的布置、不斷閃光的機械設備、穿着馬戲團服飾的工作人員、充滿童趣的現場音樂，讓人很快就投入遊戲世界。家人帶我看不同攤位遊戲的獎品，讓我選喜歡的，然後才停下來玩。那天我方曉得原來簡單

的拋入洞、彈珠得分、飛鏢射擊都有戰術，很不容易；成功的一刻，聽到工作人員敲響鐘聲，再遞來玩具獎品，真的會使人如孩子般歡天喜地，笑不攏嘴。

當天最大的挑戰，是要乘會升上八十米高空打轉的機動鞦韆。我抱着「來都來了，何妨一試」的心態，答應跟家人玩那全場最刺激的項目。坐着等候鞦韆升空的時候，我發覺自己沒半點緊張，反而期待可以像鳥兒般在高空盤旋和俯瞰四周。鞦韆果然轉得很快、高空撲面而來的風很大，但我很舒暢，還領悟到機動遊戲所謂的刺激，其實遠遠不及人生的跌宕起伏讓人膽戰心驚。慶幸自己在個人專屬的人生嘉年華中曾越高山低谷，收穫了不少克服恐懼的籌碼，讓我可以無畏地接受新挑戰。



### 竹門日語

簡嘉明

逢周四、五見報