

身懷浩然志 一曲歌正氣



「人生自古誰無死？留取丹心照汗青。」出自南宋名臣文天祥的《過零丁洋》一詩，後人常用以歌頌讚揚忠貞愛國的民族英雄。文天祥用此詩以自言忠義之志，寧以身殉國，留待歷史評價。

文天祥，南宋理宗寶祐四年(1256年)，受欽點為狀元，官至宰相。他是南宋時期的政治家、詩人。宋亡時，率抗元義軍退守嶺南，惜五坡嶺兵敗被俘。他寧死不降，被押送大都，經過珠江口的零丁洋時，寫下這首《過零丁洋》以明心聲。這首詩沉痛悲愴，既嘆國運也傷身世。家國之恨引發出慷慨激昂的志氣，他為了民族氣節，不惜捨身就義，亦可名留青史。兵敗後原想投海殉國，可惜並未如願，反被俘。被押解北上時路過金寧，在驛館遇上了鄧郟。

志士相惜 賦詩唱和

鄧郟本在張世傑、陸秀夫軍中任文職，張、陸二人與文天祥合稱「宋亡三傑」。張世傑兵敗崖山，陸秀夫抱幼帝蹈海，鄧郟也跟很多文官一起投海殉國，最後被救起，押解途中染病，這才與文天祥相遇。鄧郟作了首《酌江月·驛中言別》給文天祥，詩中先言離別之情，也抒發對國家的

悲哀。原文是：

水天空闊，恨東風不惜世間英物。蜀鳥吳花殘照裏，忍見荒城頽壁。銅雀春情，金人秋淚，此恨憑誰雪？堂堂劍氣，門牛空認奇傑。

那信江海餘生，南行萬里，屬扁舟齊發。正為鷗盟留醉眼，細看濤生雲滅。晚柱吞羸，回旗走懿，千古沖冠髮。伴人無寐，秦淮應是孤月。

「銅雀春情」與「堂堂劍氣」又如何？可惜金寧不再是金粉地，「秦淮應是孤月」！文天祥就作了首《酌江月·和友驛中言別》唱和：

乾坤能大，算蛟龍元不是池中物。風雨半愁無着處，那更寒蛩四壁。

橫槩題詩，登樓作賦，萬事空中雪。江流如此，方來還有英傑。

堪笑一葉漂零，重來淮水，正涼風新發。鏡裏朱顏都變盡，只有丹心難滅。去去龍沙，江山回首，一線青如髮。故人應念，杜鵑枝上殘月。

國破家亡，滿目瘡痍，此時此地再遇友人，可算是造化弄人。如今雖是階下囚，也依舊愛國之心不變。無論是橫槩賦詩的曹操，登樓作賦的王粲，皆如空中之雪般煙消雲散。二人在艱難境況下，詩詞唱和，千古悲歌。

押解途中，文天祥曾絕食八天以求死，仍未果。至京後，心中仍有殉國之志，在獄中作《指南後錄》第三卷及《正氣歌》：

天地有正氣，雜然賦流形。下則為河岳，上則為日星。於人曰浩然，沛乎塞蒼冥。皇路當清夷，含和吐明庭。時窮節乃見，一一垂丹青。在齊太史簡，在晉董狐筆。在秦張良椎，在漢蘇武節。為嚴將軍頭，為嵇侍中血。為張睢陽齒，為顏常山舌。或為遼東帽，清操厲冰雪。或為《出師表》，鬼神泣壯烈。或為渡江楫，慷慨吞胡羯。或為擊賊笏，逆豎頭破裂。是氣所磅礴，凜烈萬古存。

嗟哉沮洳場，為我安樂國。豈有他繆巧，陰陽不能賊。顧此耿耿在，仰視浮雲白。悠悠我心悲，蒼天曷有極。哲人日已遠，典刑在夙昔。風檐展書讀，古道照顏色。

文天祥在序言中敘述了獄中炎夏肆虐的火氣、倉腐寄頓的米氣、腥臊垢膩的人氣，加上毀廢腐鼠，惡氣雜出，則為穢氣。這數道「氣」，是人肉身難以承受的，他雖孱弱，但能在此兩年，原因何在？因孟子曾言：「吾善養吾浩然之氣。」我有這一種正氣，「吾何患焉！況浩然者，乃天地之正氣也，作正氣歌一首。」

忽必烈愛其才，派丞相孛羅招降，更召見他，親自勸降。文天祥堅貞不屈，答曰：「一死之外，無可為者。」元朝又請出當時已經降元的南宋大臣出面勸降，遭到文天祥的痛罵；被俘的宋



◆新田文天祥公園的文天祥像。資料圖片

恭帝趙焜勸降，文天祥置之不理。次日押赴刑場，文天祥向南宋首都臨安方向跪拜，從容就義，享年47歲。

◆雨亭（退休中學中文科教師，從事教育工作四十年）

優秀影視作品 有助語言學習

通達學普

優秀的影視作品對普通話學習者而言，既可提供生動、鮮活的語言素材，又能豐富文化內涵，對學習者具有雙重價值。

語言學習的關鍵之一是豐富的語境，儘管香港的普通話語境日益多樣，但掌握流利、得體的普通話仍需更多的學習材料。影視作品通過生動的聲音和影像展示了多樣的語言實例，包括語音、詞彙、語法和語用。比如《霸王別姬》這部經典電影，在展現不同社會層面的生活與傳統歷史、文化及藝術的同時，還有各種普通話口語詞彙：「沒轍」、「好歹」等；以及「一」字的變調：「差一年，一個月，一天，一個時辰，都不算一輩子」，這些都是很好的學習素材。

綜藝節目同樣是寶貴的學習資源，例如《中國詩詞大會》，當主持人與十歲的參加者談到「僧敲月下門」時，對話用詞生動活潑，如：「胖墩兒」、「小夥兒」等；語音方面，有粵方言區的聲母難點如「組」、「宿」等字，還有易讀錯的字如「少」等。至於文化，幾分鐘的片段裏包含大量唐詩的知識和典故。而小選手所反映出的新時代中國人的精神面貌，讓觀眾在學習語言與文化的同時，也能充分感受當代國情。

通過高質量的影視作品學習普通話，不僅可以提升語言技能和語言知識，還能豐富文化素養，使我們的普通話說得更流利、更得體！

◆本文內容由周博博士提供
教育局課程發展處中國語文教育組整理

停止「以訛傳訛」 話題留給真相

文苑英華

古語有云：「流言止於智者。」換句話說，愚者散播流言。

用「流」來形容「言」，十分精妙，既有不確定來源和廣泛流傳感覺，亦有廣東話中「流料」的味道。

筆者學校最近舉辦「朋友月」活動，大力提倡《論語》的「與朋友交，言而有信」。言而有信的意思是說話的人對自己的說話負責任，遵守諾言、不說假話，向朋友說的話千真萬確、「堅」而「不流」。除了一些別有用心的人之外，沒有人希望下一代身處「以訛傳訛」的洪流中，不希望他們是流言的發起者、傳遞者，更不希望他們成為流言的受害者。

孔子說：「道聽塗說，德之棄也。」在路上聽回來的消息，不經思考，不管真偽，不問應該與否，便立即把流言再流傳開去，實在不是君子之為。有了互聯網之後，以訛傳訛的情況更為嚴重。當事件涉及一些具仇恨心態的人(haters)，他們會在流言上「加鹽加醋」，進行人身攻擊，被中傷的人萬一內心承受不住，後果不堪設想。

散播流言是浪費生命

不用多說，「仇恨者」當然缺德，不過一些在有意無意之間協助散播流言的「花生友」同樣缺德。什麼是「花生友」？用孔子的「群居終日，言不及義，好行小慧，難矣哉」這句話來定義「花生友」，其實是最貼切不過的。孔子認為社會上出現一些終日群集、好說閒話、自以為是，而實際上是言不及義的人，實在是一個不好的現象。若要流言有效地散播，沒有這樣一大批以為「只是說說而已」、「沒有什麼大不了」的人來參與，鬧劇又怎能上演？

筆者學校在低年級開始便教導同學《弟子規》的「見未真，勿輕言；知未的，勿輕傳」，教他們在未看清真相之前，便不

要妄下言論；對事實掌握得未夠準確前，切勿把說話傳開。「的」是箭靶的中心點，一矢中的，便是一箭射中靶心，故「的」在這處是被借用來喻意說話是否準確。

以訛傳訛帶來的傷害，不止於被中傷的對象，也包括發動流言的「仇恨者」和協助散播流言的「花生友」。

「仇恨者」長期策動惡意攻擊的行動，心態上慢慢變成了「社會判官」，以為自己是真理的把持者、鑰匙人。明知自己不是那麼正義，也要為自己編織正義的藉口；情況有點像粵語長片中的女俠黑玫瑰，明明是打家劫舍，也要說自己在劫富濟貧，強說自己是正義的。《左傳》說：「人誰無過？過而能改，善莫大焉。」可惜仇恨者總是相信「自己一定對、別人一定錯」、「就算自己錯、也是人先錯」的歪理，他們就在這不能自拔的錯誤循環中越走越錯，十分可憐。

「花生友」以為自己只是說說而已，沒有什麼大不了。他們眼見一個又一個人被中傷受害，還扮作視而不見，久而久之，就連「惻隱之心」也變得麻木。加上「花生友」只是「同而不和」，只要一不稱心，也會互相批判。總而言之，他們是在浪費生命，有時候更會為自己帶來超乎想像的麻煩，有沒有聽過「一言興邦，一言喪邦」？

「流言止於智者。」就讓我們一起以身作則，成為孩子的榜樣，學習「非禮勿聽、非禮勿言」的道理，教導他們拒絕這齣「玩人喪德」的鬧劇。

◆盧偉成MH校長，筆名孺子驢，播道書院總校長、香港教育領導協會主席、新城電台親子節目《人仔細細》嘉賓主持、中國文化研究院學科顧問，致力在中、小學推行中華文化教育，並把中華文化價值觀之學習滲透於各個校園生活環節中。

文自由戲

這兩個月因為工作關係，遊走各個道觀，品嚐他們的素菜。說實話，好吃的素菜，味道絕不遜於葷菜。而且，對於年屆中年的我，素菜似乎是健康一點。

雅好田園生活，又長於飲食的林洪，在他的《山家清供》收錄了不少宋代素菜，其中有一道光就是名字就是讓人神往——神仙富貴餅。

「神仙」「富貴」源自典故

神仙富貴餅材料非常簡單，只是白朮、石菖蒲、乾山藥、白蜜。首先，把白朮切片，與石菖蒲一同煮煮，待它們一滾起，就馬上撈出，曬乾後研成粉末。接着，取白朮末、石菖蒲末各四兩，加入提前準備好的乾山藥末三斤、麵粉三斤、煉製過的白蜜三斤，和成餅狀麵團，曬乾後收藏好備用。

這裏的白蜜，是指自然結晶後顏色呈白色的蜂蜜。因為不是每一種蜂蜜都能結成白色晶體，所以有些蜂蜜不一定是白蜜。白朮和菖蒲都帶有苦味，蜂蜜應當可以中和苦味，讓這道素菜不那麼難以下嚥。

曬乾的「餅團」，會在客人來訪時蒸熟食用，又或者切成條狀（林洪沒說，但筆者估計是當成麵條食用，食法就像今日的淮山麵一樣）。除此之外，林洪建議還可以煮成羹。

說到這，大家可能還沒意會，到底這「餅」哪裏有關「神仙」，又為什麼「富貴」？其實，這是源自兩個典故。

根據《太平廣記·神仙六·劉商》轉述《山中拾遺》記載，中山靖王後裔劉商雅好煉丹修道。有一天，有一個樵夫找上門，除了賣柴外，也將一把白朮賣給他。其後，劉商服用了這些白朮，開始返老還童，頭髮變得濃密、牙齒益發堅實，走路也不用拄着拐杖，甚至可以追上飛奔的馬匹。而且，他更可以預知四方之事。後來，有一些樵夫還看到劉商飛升……劉商能夠飛升成仙，是得到那神奇的白朮相助，所以人們就用「神仙」借代白朮。

至於菖蒲，根據《正統道藏》收錄的《神仙服食靈草菖蒲丸方傳》載，是「水之精，神仙之靈草，大聖之珍方，遊山隱士，通世濟人，皆服之」，所以也是「仙草」。而為什麼與「富貴」扯上關係，大概是因為《梁書》卷七《太祖張皇后傳》的典故。

張皇后在懷孕時曾在庭前看到菖蒲開花，「光彩照灼，非世中所有。」她馬上詢問左右侍女，她們都說沒有見到。這時候，她想起有人說過「見者當富貴」，於是馬上摘下菖蒲吞食。同月，張皇后就生了兒子，而這小孩就是後來的梁高祖了。這個故事是真是假，難以考究，但是在古代的確是有「見菖蒲吉利」的說法，而後人也因為這個典故，把這個菖蒲製成的餅名曰之「富貴」。（筆者按：菖蒲與石菖蒲是兩種不同的植物，不過古時菖蒲種類並未細分，皆名為「菖蒲」）

林洪的《山家清供》還記有很多美味素菜，之後再找機會跟大家一一細道。

◆葉德平博士，香港作家，香港教育大學課程與教學系高級講師，教授非物質文化遺產等科目，曾出版多本香港歷史、文化專著。

「神仙」借代白朮 菜名來歷有趣



◆白朮是常見的中藥材，味道甘苦。資料圖片