



德國張家界

文圖：陳白



石上長出姿勢獨特的松樹，一如安徽的黃山松。



石灰岩山峰在陽光下，層次分明。



山峰之間建有石橋小徑



構造簡單的遊船，有如中國武夷山的竹筏，別有風味。

張家界是中國湖南一個著名風景區，山明水秀，早已列為世界文化遺產。其中天子山的奇特地貌，最令人難忘。十多年前標榜3D立體的電影Avatar中的奇異世界Pandora，就是以天子山為藍本。如劍如戟的石峰有如千軍列隊，遇上雲霧繚繞，更如仙界。

這些形狀各異的石山峰，原是億萬年前的海底，本來是沉積岩，卻因長年累月的水流侵蝕，把較軟的砂岩沖刷掉，只剩下較硬的石英柱，地質面貌獨特。

卻原來同樣是古老大地的歐洲，也有類似的地貌，乃是在德國。

這個德國張家界坐落在Dresdon東南Elbe河邊，稱為Bastei。在二百年前，已開拓為旅遊區，並在山峰之間建橋。後來19世紀，木橋改為石橋，如今尚存，利便遊人往來。

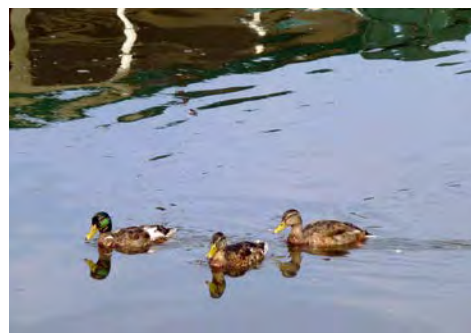
Bastei的規模比張家界小得多，卻因沿河連綿，另是一番景緻。從小村Rathen踏足上山，滿目青翠，及過石橋，可從懸崖俯瞰，村屋袖珍似模型，Elbe河兩岸綠油油，大片草地田野樹林，賞心悅目。下山來還可以遊船河，或參觀附近的古堡，享受悠閒。◇



山上設有位置極佳的瞭望台



寧靜的 Elbe 河上，偶爾才有船經過。



接近頂部的洞，是進入墓室的通道。

悠悠戶外行 高山湖泊 人間仙境喬佛里湖 (Joffre Lake)



文圖
悠悠戶外行



穿行在原始森林和雪山湖泊之間，心曠神怡。



山間瀑布清流澎湃而下，清爽宜人。

Joffre Lake景區有三個高山冰湖，是徒步者的秘境樂園。這是下湖，第一眼就被她醉人的綠所吸引。雪山高聳，路數環繞，藍天綠水，宛若人間仙境。前往中湖的途中，道路崎嶇，森林古樸，激流轟鳴，山峰粗獷，感受著無窮的自然魅力。隨處可見的泉水，清澈甘甜。

2小時徒步行程令人精疲力盡時，忽然看到滿眼的藍綠，是中湖到了。中湖背靠著更加雄偉的雪山，多了一抹幽藍。果然是山高一層，水美一分。一棵巨大的浮木，靜靜的躺在幽藍的湖水中，滿目滄桑。悠友們排隊打卡，擁抱冰湖千年的寂寞。

通往上湖的路，佈滿亂石和樹根，半小時的路程走得異常艱辛。但一路行走，一路風景：有飛流直下的瀑布，也有

狂野奔騰的激流。隔著樹木看到了美麗的上湖，湖面更加遼闊，湖水更加通透，一山一水，一草一木，似乎都有了靈性。

翻過層層亂石陣，沿著湍急的溪流逆行，到達了冰川腳下，上湖的另一側，回望上湖。湖水更加清澈。戶外行創建人悠爸帶著大家一起悠悠跳，是激情的釋放，也是對自然的膜拜。



在寶石一樣的靜謐湖水邊拍集體照留念，悠友們都興致盎然。

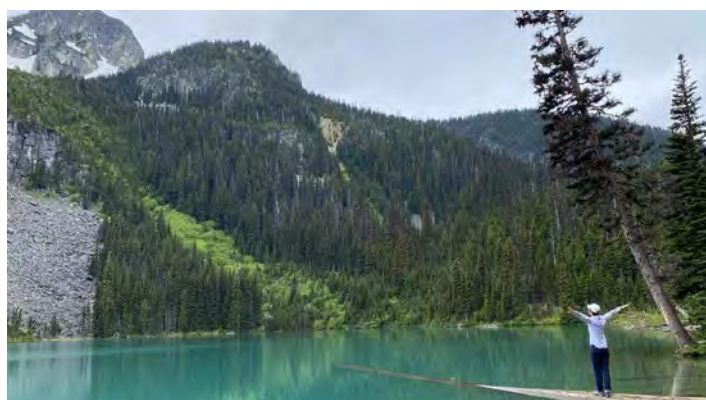


雪山倒影在湖泊中，寧靜秀美。

萬年的冰川靜默，瀑布白練當空，溪流歡快流淌，湖水碧藍，雪山皚皚，白雲悠悠，我們歷經千辛，擁抱了最美的風景。這就是徒步的快樂吧。◇



偶遇大自然的小精靈



迎著碧綠的湖水張開雙臂



悠友一齊指向山峰



山青水秀，回眸歡笑。



與山川林湖合影，怎能不心胸開闊？！



「悠悠戶外行」是一個由志願者籌劃和組織，由崇尚自然和熱愛生活的朋友自願參加的戶外健行俱樂部，是大溫哥華地區眾多華人社團中以關注華人健康生活為主旨的註冊非盈利社團組織。

「悠悠戶外行」自2014年3月成立以來，已經風雨雪電無阻，連續8年每個星期天不間斷地舉行了390多次快樂健身行（由於新冠疫情，遵守政府規定暫停了一段時間），有超過35,000人次參加過悠悠行，累計健行里程超過4,000公里，已經成為加拿大溫哥華地區活動最頻繁、參加人數最多的公益性健行組織，受到越來越多人的關注和喜愛！

童眼舊香江——快樂小工廠

陳華英

前言：「變幻原是永恆」，這是香港粵語流行曲的金句。香港這幾年來，受到社會運動及世紀疫症（新冠病毒）的影響，生活常態和政治生態都有不少改變，令人有點陌生的感覺。但是，作者童年、青少年、壯年都在香港度過，見證了香港由五十年代至九十年代的變遷。當年香港人的生活面貌：長者們粗茶淡飯，刻苦拚搏；青年們努力學習，力爭上游的歲月，印象深刻，並無改變。且把它記下，和讀者一起分享和追憶。

當時，精壯的人都到工廠上班去了，家中的老幼都投入手作的工業中。那麼，哪裡是他們的工場呢？

常見兩三位白髮斑駁的老婆婆，擔張小矮凳，坐在家門前曬太陽。一邊剪線頭，摘豆芽，一邊絮絮叨叨。大概從盤古初開聊到大清咸豐年再到民國開始也說不定。

但是，一家大小五六口「工作人員」，他們的工場又設在哪裡呢？家中空間太小了，他們的工場便向外發展。那時徙置區還在興建中，大多數人都住在遠離市中心或大馬路的偏僻角落。我們住的小平房就在山邊。每座平房有十多個間格，每個間格都住著一伙人。門外就是人行的水泥通道。公眾水喉那裡便有一塊很大的水泥鋪的空地，旁邊還有幾棵大樹。人們就把工場設在門外的水泥通道或大樹下。於是，各家的母親們就帶著孩子們坐在矮凳上齊齊開工了。

大人們一邊工作一邊聊著家常，小孩們一邊工作一邊嬉鬧。有時也聽聽大人們說故事。她們的故事中總不忘加點教訓，如「得人恩果千年記，得人花戴萬年香」、「善有善報，惡有惡報，若言未報，時辰未到」之類。

下午兩三點鐘，萬眾期待的時刻來臨——就是賣糖水的何伯。他的擔子兩頭就是熱騰騰的糖水，有紅



豆沙綠豆沙和芝麻糊，還可以「兩溝」。因為正在做賺錢的工作，母親們也不吝花個小錢買兩碗糖水給孩子們分著吃。買麵包的李叔又托著一籃麵包來了，有菠蘿包、雞尾包和奶油包，一角五分兩個。他是個「神剪手」，我們買了之後，他看著我們有多少孩子就剪開多少份，份份都差不多，十分公平。所以，這小工場也給孩子們提供不少歡樂的時光。

最令我印象深刻的是寒冬夜裡到藤器工場聽廣播了。那個時代，別說電視，連收音機也是稀罕之物，不是家家有的。我家附近有間藤器鋪，他們把工場設在門外的空地上，日夜開工。有的叔叔把藤條削開磨滑，編織成各種竹籃、果碟、帽子、椅子等。有的在做木雕，雕成一個個的觀音菩薩像。

晚上，鋪前大光燈亮著，收音機大聲響著。當時的廣播電台是麗的呼聲。叔叔們一邊工作一邊聽廣播。日間是粵曲和李我的播音劇，

晚間則有孩子們又愛聽又怕聽的鬼故事。

到晚上十時許，寒風中隱約飄來《夜半奇談》的廣播聲，孩子們便蠢蠢欲動，拿了點手作，告訴母親到藤器鋪前「開工」。母親也不會制止孩子們這不多的一點娛樂，於是孩子們便呼嘯而去。

藤器鋪的老闆和工友都很和氣，看見我們這群淘氣鬼都只是笑笑或和我們開句玩笑。我們放下小矮凳，一邊做手作一邊聽鬼故事。那廣播劇的故事和背景音樂都極其恐怖，我們聽得毛骨聳然。直到散場音樂響起，大家便拿著小凳飛奔回家，一頭鑽進溫暖的被窩裡。

那個時代，坐活艱辛困苦，但辛酸都是大人們扛著，孩子們總有粗菜白飯飽肚。附近的孩子都是一樣的窮困，無從比較，所以也不覺得特別的苦，小心靈亦特別容易滿足。有時反而從困苦中找到一點樂趣，長大後也造就了獅子山下勤奮樂觀、迎難而上的精神。◇



我的啟蒙人

梁麗芳

搬家好像把自己的過去翻出來審閱一次，尤其對於收藏了許多年的舊物，以為不存在了，原來還在，驚喜之餘，不免百感交集。

在一個舊箱子裡，我發現了幾本古書，其中一本，是外祖父很喜歡看的《古文觀止》！想不到我離港時帶來，一直收藏著，如今突然出現眼前，真是恍如隔世。

打開第一頁，是外祖父教我讀的第一篇古文《鄭伯克段於鄆》。這個古本沒有標點符號，清楚記得他是用毛筆逐句逐句點上的，然後，又逐句逐句地給我講解。

啊，「不入黃泉無相見」，就是來自這篇古文！小學三年級的我，頓然覺得有了新發現：原來我們說話，是跟古書有關的！外祖父看見我對古文有興趣，有空就帶我去公

園散步，然後找一張長椅，給我講古文、成語故事和詩人軼事，例如呂不韋的一字千金，王勃的落霞孤鶩，蘇東坡的黃狗睡花心，等等。

那時記性好，背了一些詩文，其中包括周敦頤的《愛蓮說》，到我上中學時，發現課本裡選了《愛蓮說》，啊，那不是我背過的古文嗎？

我又在另一個箱子裡，驚喜地發現柳公權的《玄秘塔》！這不是外祖父要我臨的那本。

多年前我在系裡開了一門書法藝術課，趁著到北京開會之便，去琉璃廠買來的。《玄秘塔》對我而言，是與外祖父分不開的。他喜歡書法，並擅長把詩詞寫在扇面

上。他經常督促我練字，還坐在我旁邊看著我臨《玄秘塔》。那種情景在我的腦海裡，已成定格，永遠刻在我的生命中。

回首走過的路，當初如果沒有了外祖父在文學上和書法上的啟蒙，我後來的發展會是朝那個方向呢，不得而知。◇



（圖片來源於網絡）



番書仔

日常用語

英語用「天氣」
的日常用語

1. under the weather

身體不適

Sorry that I can't join you for dinner because I am under the weather right now.

對不起，我因為身體不適不能去吃晚飯。

2. tempest in a teapot

小題大做

So far, I think he is making a tempest in a teapot.

我覺得他是在小題大做。



饒宗頤唯一新詩

韓牧



香港的大學者饒宗頤四年前逝世，享年百歲。有稱他「國學大師」、「漢學家」，其實未妥。曾有人把他歸入「新儒家」，他不滿，對我說，他的眼睛不是平看的，是向上看的。

實在，他也精通佛學、敦煌學。他的研究領域十分廣博：古文字學、甲骨學、敦煌學、古學、金石學、史學、詩詞學、文學、藝術學、簡帛學、宗教學、楚辭學、目錄學、方志學、中印關係史、西亞史等。

他曾對我說，某年到日本開會，填表要填是甚麼學家，他不知怎樣填，只好不填，他笑說：「我無家可歸。」有一次，他問我，知不知道廣東話的「Hum Bang Lang」是甚麼意思。我當然知道是「全部」之意，但不像漢語，不知來源。

他說，一次到歐洲開會，回程經中東某國，街上聽人們交談，常常聽到「Hum Bang Lang」，問起，原來就是「全部」的意思。

又一次，他參加北京大學隆重的周年校慶回來，很高興的對我說：邀請作演講的兩個人，季羨林之後，是他講。我想這是當然的，學界本來就有「南饒北季」這句話。

聽他「中國文學批評史」的課，我有一個深刻印象，他認為，注重內容與注重形式，兩派是爭論不休的，此消彼長、彼消此長，是不停的循環。

我印象，他很欣賞駢體文、而輕視語體文。他說，白話文誰都會寫，沒甚麼價值。不過，他也寫過一首新詩，題材正是我前文〈詠史與時代大事〉所說的詠史。

上世紀八十年代，我在澳門大學當研究生，隨饒宗頤、羅慷烈、雲惟利三位教授。一次，雲教授對我說，饒教授剛寫好一首新詩，他給膽正了，託我帶到香港，交給我相熟的文學雜誌發表。

我驚喜，饒教授也寫新詩？，我回港後，立刻走上《文學家》雜誌社，他們當然萬分歡迎。饒公的新詩，就在《文學家》第一卷、第三期，1987年11月11日發表了。這讓不論寫新詩的、寫舊時的，都覺得意外。這詩名〈安哥窟哀歌〉：

安哥窟哀歌

一隻喝醉的船
正朝著帝門島駛去，
那裡據說是巴比倫洪水時代
沉淪不去所剩下來陸地。
好像蜻蜓圍聚於舢板上，
流浪者在偷生的罅隙裡
找到瞬息的恬靜。
帶著苦笑地各個人拿起筷子
去度量他們剛嘗過的辛酸。

他們喘息才定，
面對著蒼白的旻天，
不敢向施羅盤的舵手
叩問他未來不可思議的命運。
月影沉沒在昏貴（目旁）
無明的大海，
烏雲吹來片片黑暗，
在做他尚寐無化（口旁）
的噩夢。
周遭像差點把人蒸熟了的蒸籠。
奔向一條渺無際涯的如火長流，
一躺下便入睡了。

在無限與有限之間，
在羯磨與達摩之間，
在呼籲與緘默之間，
在騷動與寧靜之間，
在頌讚與咀咒之間，
生命只是一團
焚燒而無休止的焦炭，
軀體只是一襲
破舊有待於拋棄的爛衣。
拖著辮子的藤蔓代表神像
托著不計年月的鬍子
正擁抱古廟的門扉死纏不放。

為無情的歲月
注射了一點「歷史心靈」
的慰藉，
門外的翁仲殘骸在樹陰下
尚鏤刻著古代戰爭的恐怖。
掛在荊棘上未乾的露珠，
誰人能夠證明，
它是前朝宮女的淚痕。

離枯旱愈近的灌溉愈難，
對爭鬥愈強的塵劫愈甚，
去現代愈近的摧毀愈易，
執權柄愈堅的崩潰愈快。
天已被割裂而織成
九宮格式的網羅，
心已不能更吐出
乾糞橛式的話句。
溼婆的監視下無法阻止
甃壁上細菌的蔓延。
可憐的朝聖者，
捧著理想的骷髏，
活像被牽著鼻子的駱駝。
他們以億兆人的血肉，
換得一句阿門，
一堆泥土。（完）◇



沒有選錯

純老貓



以人道精神自豪的加拿大，不僅對有需要的難民慷慨伸出援手，對危險中的動物，也樂意全心全意去救助。日前，我在報刊中，就閱讀到一則有關新聞。

是五月一個周末，一位年輕女士，帶同她的家人和兩隻狗到公園散步，這公園準許狗隻不用狗帶牽著，可以開心自由在草地上奔跑。D的小狗是博士奇犬(Pomsky)，名字叫Juno。D哥哥的狗是較大的犬隻，於是兩隻狗，一大一小，歡天喜地的隨著主人身邊跳跳跑跑。

不旋踵，牠們瞥見一隻兔子，便追上去，走入一矮叢林裡，兩隻狗還不時在其中穿穿插插，未幾，D媽媽首先發現小狗蹤影不見了，只有大狗在灌木叢中追出追入，等了好一會也不見Juno出來。

D媽媽慌了，便和家人一起不停叫Juno名字，後來，在附近濃密有刺的叢木中，聽見沙沙颯颯作響，夾著動物吁吁氣喘之聲，D才驚覺小狗已困在荊棘叢中。

D哥哥和兩位過路人見狀，想救Juno出困境，但他們手臂和衣物都被尖銳的刺針割傷和割破，沒辦法

之餘，只好求助於消防局。

消防拯救隊很快到達，拯救員有備而來，他們穿了全副武裝，走入布滿鋒利刺針的野酸棗叢林中。不久，D看見消防員抱著小狗從荊棘叢中走出來，喜極而泣。

Juno手腳雖然多處被針所刺，但無大礙，還識得搖著尾巴，急不及待撲向主人的懷抱，D旋即多謝趕來拯救的消防團隊，包括司機和拯救員。

閱罷這則新聞，我心欣慰，移民來加拿大是沒錯的選擇。◇

耆英(55歲以上)電腦數位技能就業訓練

我們提供三周免費線上學習課程(英文授課)，內容包括：

- * 生涯規劃
- * 工作搜尋技巧
- * 數位技能
- * 求職技巧
- * 職場須知
- * 工作安全須知

參加資格：

- * 加拿大公民或居民，或是受保護人士
- * 年齡須在55歲以上
- * 目前待業中，或是目前就業狀況不穩定
- * 居住在卑詩省
- * 非全職學生
- * 目前無參加或是接受任何省的或是聯邦的經濟補助/專案

費用：

免費

上課時間：

2022/08/08 - 2022/08/26 (請來電確認)

下期時間：

2022/08/29 - 2022/09/16 (請來電確認)

授課方式：

線上學習

(具體課程詳情見末頁)

- * 我們為參與者提供零用金補助
- * 參與者須自備電腦且有基礎電腦能力

每期名額有限，歡迎來電 778-394-8822 或
電郵: employment55@success.bc.ca 聯繫我們◇



《洞仙歌》傳奇

許國挺

蘇軾七歲時，在眉山見到一個九十歲的老尼，給他講述了一個令其難以忘懷的神秘故事：老尼年輕時曾從其師入蜀主孟昶宮中。在一個炎熱的夏夜，見到蜀主與其愛妃花蕊夫人深夜在後宮摩訶池邊乘涼，老尼還記得當時的情景，並把孟昶寫給花蕊夫人的一首詞，告訴了蘇軾。

四十年過去了，老尼早已離世，這首詞或者不會再有人知道，蘇軾也僅記得起首兩句。時值東坡被貶黃州，暇日尋味，不知何故，百年往事，竟引起詞人的無限感慨和神往，彷彿自己進入了角色，憑著兒時的模糊記憶，以超凡的神來之筆，豐富的想象力，補成了這首《洞仙歌》，天衣無縫地再現了當年的情景，讀之令人如臨其境：「冰肌玉骨，自清涼無汗。水殿風來暗香滿，繡簾開，一點明月窺人，人未寢，欹枕釵橫鬢亂。起來攜素手，庭戶無聲，時見疏星渡河漢。試問夜如何？夜已三更，金波淡，玉繩低轉。但屈指西風幾時來，又不道流年暗中偷換。」

詞作上闕寫人物與環境，花蕊夫人冰肌雪骨，風姿綽約；微風過處，水殿香滿，月色撩人。好一幅清幽絕妙的慵懶美人夏夜納涼圖，超凡脫俗，人境雙絕。下闕寫蜀主與花蕊夫人在寂靜曠遠的夜色中攜手納涼賞月的情景，雖是憑空想象，卻情景交融，妙合無垠。「試問」以下，彷彿如情人月下喁喁私語，面對月淡星垂，萬籟俱寂的良夜，一絲幸福中的悵惘若隱若現，至結句而生出無限感慨：既盼秋來暑去，又慨嘆光陰似箭，「流年暗中偷換」。納涼只是平常景象，詞人卻在此借事述懷，傳達出更深的人生況味和哲理思考。縱觀全詞，逸興走筆，想象超凡，境界空靈神

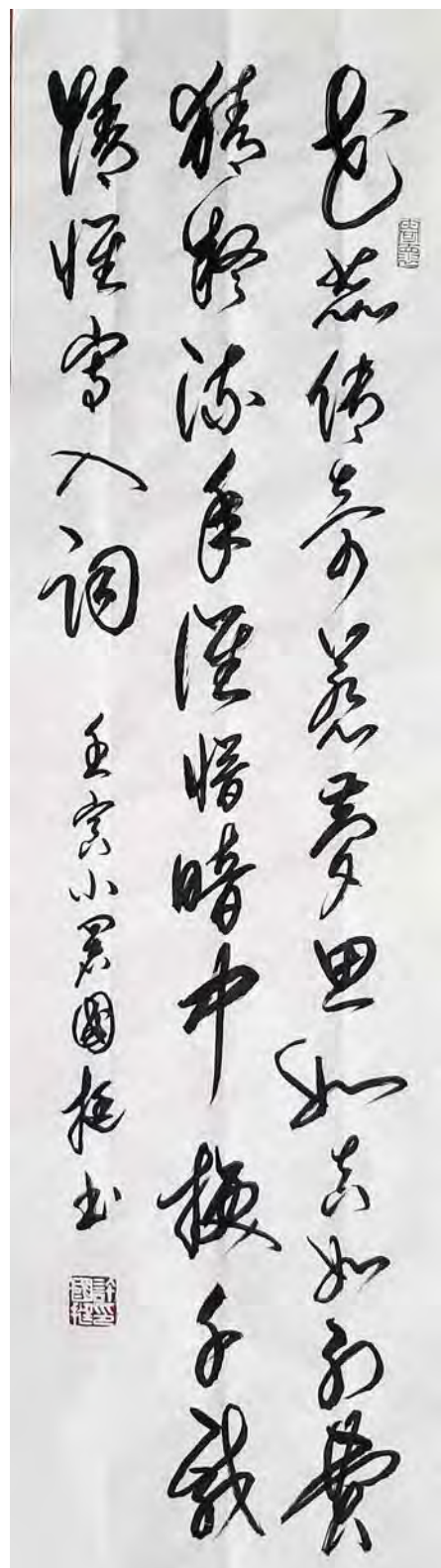
妙，清麗奇絕，跌宕起伏。雖是寫宮闈艷情，卻格調高雅，出塵脫俗，飄渺有仙氣。

正如詞中所感嘆的，備受寵愛的花蕊夫人終究紅顏薄命，好景不長。不久後蜀亡，隨夫入宋，孟昶亦速「暴斃」。所幸花蕊夫人憑藉自己的才貌，以「十四萬人齊解甲，更無一人是男兒」的詩句，令宋太祖為之傾倒，並納為貴妃，據傳後來跟太宗亦有瓜葛。對這樣一個曾侍三位帝王的「亡國之妃」，蘇軾卻坦然把她描畫得幾近天仙，且毫不避諱地寫她與孟昶的情事，詞作雖廣為傳唱，但在理學盛行的宋代，卻不見一個道學家跳出來指責，實屬奇事。更吊詭的是，花蕊夫人之情事觸及本朝太祖及太宗的忌諱，剛經歷了烏臺詩案慘痛教訓的蘇軾，還敢寫如此敏感的人物，而此後攻擊他的政敵卻沒有人拿此詞說事。

反而引起後人爭議的，是這首詞的「版權」。據南宋張邦基在其所著《墨莊漫錄》中提到，友人見到一本《季成詩話》，其中完整錄有孟昶的《玉樓春》一詞：「冰肌玉骨清無汗，水殿風來暗香滿。簾開明月獨窺人，欹枕釵橫雲鬢亂。起來瓊戶啟無聲，時見疏星渡河漢。屈指西風幾時來，只恐流年暗中換」。的確，兩首詞的遣詞命意多有一致之處，很難說兩者絕無關係。但僅以此就認為蘇詞抄襲(或隱括)孟詞，則未免過於武斷。後世不少學者指出，蘇軾在世時，其詞作《洞仙歌》已廣為流傳，從未有人提出異議。南宋後，却出現了這首《玉樓春》，其出處僅見於一些詩話，並沒有經過考證，很難確保其來源及引證的準確性，況且：「宋自南渡，典籍散亡，小書雜出，真偽互見，叢話多有別白」。至於孟昶詞作是否存在，本來面目如何，

則仍是至今成謎。

正是：「花蕊傳奇惹夢思，如真如幻費猜疑。流年誰惜暗中換，百載情懷賦曲詞」。◇





漢武帝訪賢選能

許行



毛澤東在《沁園春·雪》一詞中對中國古時皇帝特別提到秦皇漢武，唐宗宋祖，因為這幾位皇帝在歷史上比較特殊。漢武帝有甚麼特殊？他的特殊是接受董仲舒罷黜百家、獨尊儒術。

其實獨尊儒術是思想方面的，論到治國，董仲舒另有一套辦法。

- 1) 改政制，置五經博士；
- 2) 尊王、大一統，維護中央集權；
- 3) 興太學，舉賢良。

漢朝時候還沒有科舉（科舉是隋唐才開始的），所以漢武帝在選取人才方面是行察舉制和徵召制。察舉制是由地方保薦人才，徵召制是派博士去各地訪賢選能。

一般來說，漢武帝很重視人才，所以在他左右有一批有才能的大臣，例如文有司馬遷、司馬相如，武有衛青、霍去病，儒有董仲舒、公孫弘，治律的有趙禹、張湯，理財的有桑弘羊，音律有李延年，使者有張騫、蘇武，託孤大臣有霍光、全日磾，可算是人才濟濟。

漢武帝在舉才方面最特出的是選公孫弘。公孫弘家窮靠養豬為生，四十多歲開始學《春秋》，六十多歲被召入京，在對策時被排在最後，但漢武帝見到他的策對擢為第一，封為博士，後來升為丞相，封平津侯。公孫弘設館招納天下賢才共商國策。◇

楚河漢界

陳華英



說起居住環境，溫哥華真是沒得說的。這裡不但氣候溫和，而且花木繁茂，居住環境也比較寬敞。難怪長期踞於全球最宜居住的城市前幾名。這裡市民的居所有柏文、城鎮屋和獨立屋的選擇。而住在獨立屋的居民並不需是巨商富豪。不少尋常市民也可以擁有。

獨立屋空間寬闊，有前後花園，可蒔花種草，可休憩玩耍。但是，和鄰居的「楚河漢界」有時也會帶來煩惱。

獨立屋的居者，一般都會用木圍欄把自己的「領地」圍圈，以保存自己的私隱。那「楚河漢界」的修葺和重建責任誰屬？有時亦會有點紛爭。

自從去年開始，我家的木圍欄因日子久了，開始老化。上面的格子木條有些掉了下來，而且有幾塊亦因強風吹得歪歪倒倒了。於是通

知鄰居要找人維修了。誰知左鄰是個洋人租客，他要通知業主，而業主是居於外地的，結果一拖便是半年。一次巨風之後，有兩塊木欄倒塌了，扶也扶不起。和左鄰的「楚河漢界」消失了，他們可以走過來，我們也可以走過去。

他們的院子並沒怎樣打理，野草都長得像麥穗一樣高了，牽牛花到處攀爬，我們可沒有興趣走過去，而他們亦沒有走過來。倒是有時在後院見到，沒有了藩籬，大家四目交投，有點尷尬。租客說已通知了業主，但卻沒有回應，我們只好等待。

四月初，業主派人來了，說要重建籬笆，而且火急火燎的，要盡快解決。原來他們打算修理好賣屋了。雖然覺得他們有點自私，但也想盡快建好自己的城牆，所以便馬上找了一間價錢合理的公司來更換圍欄。

但問題又來了：除了左鄰之外，右邊的圍欄居然連著三戶人家，還有後面的鄰居呢。於是逐家拜候，問他們要不要一起更換。和右邊鄰居相連的木圍欄各自只有一兩塊，他們都同意了。但是後面的鄰居卻說，他們那裡種有一排柏樹，完全看不到木圍欄，而且還沒有倒塌，所以暫時不打算修理。言下之意是：要修理你自己解決吧！

我不知道他所說的合理不合理，幸好和他們相連的只有四塊圍欄，那修理費我們獨家也可以負擔，所以就沒有和他計較了。

唉！原來這一道「楚河漢界」的責任誰屬也不易理清的，算了吧！現在，新的木圍欄已建成了。坐在後院的舒服椅上，望著新的「疆界」，圍著自己一家子的小天地，心想：花了四五千元，也是值得的。◇



善用「配額」

陳孟玲

凡是與我們的物質生活享受有關的東西，多半是有「配額」的。何為「配額」？它就是限定數量。當我們一生中被分配好的數量一朝用完，我們便只能無奈地接受。因此，如何可以一生都有這配額享用，就要視乎我們怎樣去分配它，善用它了。

例如上個月不幸逝世的名作家兼科幻小說家倪匡先生，他生前對於配額的獨到見解，可謂無人不知。他常以自己戒酒為例，就是因為他一生裡的飲酒配額，已經用盡，故不可也不想再飲下去了！

他這番理論，令我想見我已故的叔叔，他生前嗜煙如命，分分鐘都是煙不離手的。豈料有一天，他不

知為何原因，忽然間完全沒有想要吸煙的衝動，而且，還覺得那些煙味很臭、很難聞，更不明白自己以前為甚麼會愛上它。

這還有另一個實例，就是我曾經有一位女友的母親，她是一位購衣物狂，所有她所買的服飾、手袋、鞋襪，多到連她自己也不清楚。然而當年已是六十多歲的她，還是這樣說：「如果我可以活到一百歲的話，我一定會穿到九十九歲！」

可惜，自她七十來歲開始，已經不能再買和再穿了！皆因這二十多年來，她體弱多病，常常需要臥床休養，絕對不能再行街購物。到現在，她已是九十八歲了，但留在她家裡的新衣物，仍然不計其數。

俗話有云：「食幾多，宿幾多，是有定數的。」其實，此語已暗藏著不可超越配額的意思。

故此，當配額已滿的時候，我們的身體可能會產生兩種反應：一種是厭惡它，不再喜歡它。以前的享受變成了今天的討厭。另一種屬於無奈式的巨變，因為健康響起了警報而要被戒掉它。

由此可知，如果我們希望自己的摯愛享受，能與自己同壽的話，就必須先懂得善用配額，不可胡亂揮霍，好讓自己一生都能擁有這份滿足和喜樂。◇

兒童康樂生活營

李光澤



豐盛人生

七月初，芳鄰「師奶萬歲」作家蔡師奶的孩子們開始兩個月暑假。為了使他們在假期可以參與一些身心康泰活動，她便聯繫幾位家長，組織一個兩星期的兒童康樂生活營，目的讓孩子們多一點認識中華文化。

他們設計每日四小時課程，早上與孩子們到聖堂參加半小時的彌撒，一小時不同室外活動如騎單車、乒乓球、足球、羽毛球……室內一小時中華文化學習如畫畫、象棋、書法……一小時中式烹飪、午膳。在編排不同日程中，她邀請我主持其中一日活動。

六名孩子年齡由六至十二歲不等，大部分是同學，來自三個不同華人家庭。

七月中一個星期四早上，他們便由一位家長陪同浩浩蕩蕩來到我

家。他們吃過簡單牛奶麵包菓汁早餐後，我便介紹和閱讀早已用中文寫在白版上的活動節目：中國象棋；是日菜式：節瓜魚滑湯、叉燒雜菜乾炒公仔麵、臭草綠豆沙。

攤了棋盤在檯中，孩子們圍圈，我講解示範如何決定勝負；棋子將、車、馬、炮、士、象、卒的角色、攻守功能移動方式，便讓孩子們輪流試玩。年紀大的孩子則玩得津津有味，而年紀小的孩子已沒有耐性，找尋其他活動玩耍。我便帶他們到後園找尋臭草以準備煲綠豆沙。

下一環節，便是烹飪時間，讓他們怎樣認識節瓜，去皮，切小塊，放進盛沸開水的鍋內；片刻，以茶匙將魚滑刮進湯內，放少許鹽再煲十分鐘，便完成了節瓜魚滑湯。

此時將已洗淨綠豆和少許臭草放進另一大鍋，加數大碗水，煲約一

小時後便起沙，然後再加些片糖，便留後作甜品用。

隨後教他們以中文唸叉燒、高麗菜、洋蔥、紅蘿蔔、公仔麵和老抽、生抽、沙糖。將所有菜切絲，叉燒切粒，公仔麵以沸水煮一分鐘後取出另載。

開火將一大平鍋燒熱，加油後放進切絲雜菜炒數分鐘後加少許水，加蓋煮熟取出。再燒熱鍋放進少許油和公仔麵，以筷子耐心將麵炒動，加入叉燒粒和已熟雜菜，以少許老抽、生抽、沙糖調味，一大鍋香味四溢的叉燒雜菜乾炒公仔麵便完成。

除了示範如何在爐頭煮食外，其他食物準備細節都是讓孩子們分工合作完成。看見他們爭先恐後嘗試和投入笑容，相信這一天活動會提高他們對認識中華文化的興趣。◇



雨

黑字



春雨綿綿，彷彿揉入世間萬千想像。「好雨知時節，當春乃發生」，杜甫筆下的春雨，難得帶著喜樂，是輾轉失意後寄望於新生。「小樓一夜聽春雨，深巷明朝賣杏花」，陸游句中的春雨沾著憂愁。春暖花開時，卻已是詩人仕途的暮年。身在宦海鬧市，一夜無眠的壯志，惟有淡淡寄於雨後落花。

夏雨陣陣，彷彿措手不及的變化，又如青春成長的蛻變。暑天驟雨，唐代詩人裴度有句「對面雷噴樹，當街雨趁人。吟罷清風起，荷香滿四鄰」。雷雨的震懾，人自然避之不及。只是那狂霖後的清風、荷香、晚晴，又有多少人耐心等到呢。

秋雨絲絲，連著愁緒，抹著苦味。「起看衰葉下寒枝，細雨黃

花贈所思」。花草由繁盛漸漸歸於靜謐，相思的人，或許對時光的消逝特別敏感。「君問歸期未有期，巴山夜雨漲秋池」。李商隱書中的雨化作一池秋水，對伴侶的情思彷彿已不可抑止。

冬雨點點，卻催人清醒，反思現實。宋代文人胡仲弓浪跡江湖，嘆冬雨無情，「物態儘隨時改變，天

公不管世晴陰」。寒冬徹骨，卻再添冷雨，為難了流浪人。元末明初政治家劉伯溫，在冬雨中覺察百姓苦況，「讀罷殘書有所思，凍雨霏霏淚交墮」。多少宏圖大計，可有照顧到天底下最窘迫的角落。

雨，究竟代表甚麼？宋末元初的文人蔣捷有聽雨名句，從「少年聽雨歌樓上」，怎一個逍遙自在；到「壯年聽雨客舟中」，為歸屬為生計漂泊；再到暮年聽雨茅廬下，看盡滄桑，「鬢已星星也」。

人想把一生的境遇，一切的思緒，一腔的喜怒愁怨都投射到雨中。而雨是不帶情感的，何時來何時走，甚麼都不覺。如沈從文在小記「雨」中寫道，哪管凡人的浮生雜事，「雨還是不知疲倦，只是落，只是落……」◇



十八歲了！

蔡師奶



2004年8月，「師奶萬歲」首次在當年的「松鶴天地」面世。除了去年出版部小休重整數月外，風雨不改，一寫便寫了18年。這刻，六名孩子全已上學，多了一個人獨處的時間，讓我有空間回想和反省忙碌生活背後的點滴。

這專欄彷彿是我的月誌，把差不多生命中最重要時刻都一一紀錄下來，我實在衷心感激編輯部、出版團隊和各讀者給予我的機會、愛戴和支持。

不知是否年紀大了，我愈來愈喜歡週年紀念。能跟摯愛親朋一起大事慶祝，更是錦上添花。幸福不是必然的，這新冠疫情催迫著我，勇於表達

對身邊的人的愛和感恩之情，生命始終不在我們掌握之內。因此，回顧過去十二個月的文章，都是寫關於家庭和人的各種關係。

的確，在2006年看的一本書The Road Home，作者強調生命中最重要的是每人的決定和關係。但在這混亂的世代，善忘的我常迷失方向，或陣腳被打亂，於是週年紀念成為寶貴的提示，像提示我要調教手錶、為樂器調音、調整儀器，邀請我重新檢視目標，重溫基本功，積極迎向生命的挑戰。

在疫情期間，因感受到自己和親朋情緒低落和焦慮，我上了數個網上關於認識焦慮和腦袋功能的講座。隨著

神經科學的研究和發展，我非常興奮地學習腦袋的奧秘。

當我確知書寫能舒緩焦慮和有助提高工作效率後，更讓我明白我正從書寫「師奶萬歲」中獲益良多：由整理思緒，到執筆表達，從而汲取和分享生命的不同的課堂！我不希望這專欄像死海，死氣沉沉，反而像活水河流，朝氣勃勃。

我期望用簡潔的文字分享和鼓勵更高、更廣、更濶、更深的人生觀，肯定人生各種關係的重要性，和反省修補及治療關係創傷的可行性。願我能保持和提昇寫這專欄的動力和熱誠，繼續高呼師奶萬歲！◇



明星和月份牌

劉全驥

往事
並不如煙

小時候年近歲晚，很多商戶都會隨着出售商品，贈送顧客一份宣傳印刷品——月份牌。

月份牌，即是紙牌日曆。早期是由畫家繪畫，以美女彩畫為主；到了我成長的年代，

是一幅攝製精美的女明星彩照。

精美的月份牌，廣受顧客歡迎，宣傳效果甚佳。客人收到後，整年張掛在家中牆上，既可裝飾欣賞，又可查閱日期節氣，月份牌實在結合了藝術觀賞和商業實用性。

除了印在紙牌上，月份牌也有印在圓形或方形鐵盤上的。隨月份牌附送的還有一疊厚厚的手撕日曆紙，上面有結婚、開市、求財、擇日必看的傳統農曆通勝，每天撕一

張，反過來又可用作草稿紙。一年過去，紙牌月份牌被用作煲煲鐺鐺的墊底，鐵盤月份牌又可作托盤之用，既環保又實用。

照片能夠被選上印在月份牌上的，都是些當紅的電影女明星。在我記憶中，國語片女星有李麗華、林黛、樂蒂、尤敏、葉楓、林翠、李湄、葛蘭、丁皓、鍾情、丁紅、凌波和李菁等。粵語片女星有丁瑩、林鳳、嘉玲、江雪、白茵、苗金鳳、陳寶珠、蕭芳芳和薛家燕等。

小時候我們居住的地方狹窄，掛在牆上的那個美女明星月份牌，令一個小房間滿室生輝。那個被天天看着的漂亮女明星，與我們寢食相對，每天用她那迷人的目光、美

貌與笑臉伴着我們一家人，實在親密得很。到了歲末，日曆紙被撕盡後，月份牌才被拿下來換上新的。除舊迎新，那時又是另一幅美麗女明星的艷照掛上牆壁了。◇



回歸初心

何鳳鳴



單親·雙軌

年輕時候，每次見到一些年老夫婦喁喁細語，手挽手互相攙扶，安祥地在公園或小路上漫步，我總是投以羨慕眼光，有感於到他們的同心和不離不棄；有時又遇見有些年老夫婦坐在椅子上，互相倚靠，默默無聲，安靜地欣賞晚霞景色，臉上露出喜悅，像重拾昔日拍拖情景。看見他們這樣，心裡總是甜絲絲的，替他們高興，因為能夠活到這樣年紀，仍然能夠同行，多麼幸福。

每當看到這種情景，總會夢想自己年老時候，可以像他們一樣，同自己深愛的老伴手拖手在公園或海邊漫步，一邊欣賞周圍景色，一邊訴說當年情，繼續享受餘下人生。

這是我所追求的簡單生活，不需

要豪華生活，不需要有甚麼輝煌成就，不需要多人讚賞，只需要做好自己本份，付上心機和努力，為家庭、丈夫和兒女擺上。

有人說得好，建立一個家，是要用一生一世的努力和耕耘，幸福的家庭是需要用心、用愛經營。給你一個幾千呎豪華大宅，卻不及一個溫暖的家庭。

但要摧毀一個家，即刻就會見效，不費吹灰之力，破壞得很。我們追求的是甚麼，是簡簡單單的生活，還是複雜豪華家庭爭產的生活嗎？其實只想和家人開開心心吃餐飯，閒話家常便以足夠。

世界原本是簡單的，只是人將它複雜化。人生活在一個充滿迷思的世界，以為很多事都是必然的，是

理所當然。每天的生活必然如常，例行工作、返學、放學，和起居飲食，偶爾相約朋友聚餐或規定一個星期一次見面，都習以為常。日常的事務都照常進行，每天抱着所有生活都完整無恙。

但人際間之事很複雜，亦世事難料。有時候是因災難，令人受到生命的威脅，處於極大痛苦當中；有時候是人為，因人一己私利而將別人生活改變了。原是想過一個簡單生活，追求自己夢想，假設生活就是這樣，建立一個開心歡樂的家庭，誰料悲劇突然衝擊而來，受到傷害，夢想被粉碎，所謂的必然、假設便轉變成空。人的私心真是很可怕，自私到可以破壞家庭，破壞人與人之間信任和影響生活。◇



端水大師

養樂多

養兩個娃以上的家庭，父母都得當個端水大師，天平稍微傾斜一點，矛盾立即就出來了。我原以為愛就事論事的自己可以勝任這樣的工作，直到被現實無情地打臉。

「媽媽你是不舒服嗎？需要甚麼嗎？」見我眉頭微蹙，老二過來依偎著我問道。她很喜歡幫我做一些瑣碎的小事，比如早上

我剛要起，她一個箭步跳下床，把我的拖鞋擺好，扶我下來，一瞬間簡直有了「太后」的感覺；走進洗手間，牙膏擠好了，她握著自己的牙刷，等著和我一起刷牙……

被人如此愛著，心裡怎能不甜滋滋的，看著這張圓圓的小臉，禁不住就越看越喜歡。

然而一轉頭，老大是半天都喊不起，起了還氣嘟嘟帶著起床氣對你斜著眼，經她用過的洗手間，一片狼藉，忍不住說幾句，竟然頭也不回走了。

外子說，你不覺得自己偏心嗎？對老二總是笑咪咪的，對老大就格外嚴厲。

我：……
嘴甜與否還只是一個方面。再拿練琴來說

吧，陪老二練琴，就見她樂哈哈地彈得起勁，彈至興奮時更是站起來跺腳。指出錯誤時她會說：「I can do it, try again」，自己較著勁彈對了再過；陪老大情況則是：彈1分鐘後要喝水，再彈一會要上廁所，彈不出來的時候自己發脾氣，你指出錯了她回懟「你又不懂」。

現在，我基本已經放棄陪老大練琴了，人家又反過來抱怨不公平：「哼，你就陪妹妹不陪我。」

還有吃飯。老大是個瘋狂的挑食主義者，總以一幅厭世者的眼神看擺在她面前的食物，一頓飯不催可以吃1小時，催了可以吃半小時；再看老二，不管青菜排骨還是土豆，她都吃得個津津有味，有時候我們還擔心會不會撐壞胃或變小胖妞，但總之是吃飯不愁。當媽的嘴碎，忍不住就開叨：你吃飯咋就這麼磨蹭呢不能像妹妹一樣快點嗎？小眼兒又是一翻：那是因為做的都是妹妹愛吃的菜啊。

都說人心都是肉長的，我突然就覺得這偏心真不是沒理由的。哪怕你天天告訴自己，手心手背都是肉，一碗水得端平了，但在這些截然不同的反應面前，還咋控制自己的本能哈。

最後提一筆，這也可能與年齡有關，曾經姐姐也算乖巧，不過往兩位數年齡走，多少開始叛逆了。都說青春期的孩子特敏感，看來這端水藝術我還得學著點啊。◇



夏日清爽料理

習慣了溫哥華涼爽的天氣，現在溫度雖然不高，仍覺得熱不可耐，不想吃飯更不想煮飯。我們可以做一些簡單的菜餚，例如滷牛肉做好後配饅頭或薄餅，或做好一些肉燥醬用來煮麵拌飯。這次介紹容易做的，希望大家能喜歡！

檸蜜雞翼



材料：雞中翼、檸檬汁、粟粉、蔥絲。

調料：生抽、老抽、鹽、糖、粟粉、油。

蜜糖醬：蜜糖、糖、美極/生抽少許。

做法：

1. 雞翼剪成單骨雞翼，加入醃料醃最少半小時。
2. 蜜糖醬材料混合攪勻。
3. 臨煎雞翼時撲上粟粉，用油爆香薑片，用半煎炸方式煎雞翼。
4. 當雞翼熟透時加入蜜糖醬汁，當雞翼沾滿蜜糖醬汁，加入蔥絲撈勻，熄火後加入檸檬汁撈勻，即完成。

越南粉卷



材料：

粉卷的材料是米紙，雖然可以自己做，但超市有售，價錢亦不貴，還是買現成的吧。

餡料：蝦仁、芽菜、青瓜、米粉、紅蘿蔔、生菜、芒果、牛油果、和九層塔、薄荷葉等可選擇你喜愛的，不必全選。九層塔和薄荷葉可以包在餡內，亦可另上。

醬汁：

魚露、冷開水、糖、青檸汁、白醋、紅辣椒，蒜茸。

做法：

準備：

1. 蝦洗淨煮熟後，切開放一邊。
 2. 米粉放入滾水稍煮至軟，挑散，以冷開水過冷河，瀝乾。
 3. 芽菜去頭尾，生菜取嫩葉切絲，青瓜、紅蘿蔔切絲、芒果、牛油果去皮切條。
 4. 九層塔和薄荷葉洗淨浸冷開水，用前瀝乾。
- 蘸汁做法：**將全部材料拌勻，試味。

粉卷包法：

1. 把米紙放入熱水中一拖，再反面快手一拖，放上工作板上包入適量餡料。
- *米紙必須每次一張，包好後再做第二張，不然米紙會黏在一起。

百合蓮子銀耳羹



我國蓮子以湖南省湘潭縣產的湘蓮、福建建寧縣產的建蓮、浙江武義縣宣平產的宣蓮最為著名，被稱為中國的3大蓮子。蓮子性涼，脾胃虛寒的人盡量少吃。

材料：銀耳（雪耳）、蓮子、乾百合、冰糖、枸杞、清水適量。

做法：

1. 把銀耳用溫水泡發約半小時後洗淨，剪去根部，然後用

手撕成小片；蓮子、百合和枸杞也分別用溫水泡發。

2. 把撕成小片的銀耳放入砂煲內，倒入足夠多的清水，開大火煮開後蓋上蓋子轉文火煲2小時。
3. 待銀耳煮至濃稠後，放入冰糖攪拌均勻、然後倒入蓮子，蓋上鍋蓋小火煮半小時。
4. 最後放入百合和枸杞再煮15分鐘左右即可熄火。◇



神奇的天堂鳥

天堂鳥四季常青，花形奇特，色彩艷麗奪目。花冠高高翹起，配上亮麗的葉片，酷似仙鶴，於葉叢中昂首眺望，又像仙鶴欲展翅翱翔，姿態異常優美動人，因此又名「鶴望蘭」。鶴望蘭被視作歡樂之花，吉祥之花。盆栽的鶴望蘭最好在盆中插上幾枝翠綠的松枝，有松鶴延年，健康長壽之意。

一・形態特點

原產於南非的熱帶花卉，屬於芭蕉科，有2、3呎以上很長的芭蕉葉成扇形伸出，莖短小不明顯，長長的花柄頂部有綠色並紫紅邊的花苞，呈水平伸展，一朵朵花則由花苞中逐漸伸出，而花由金黃色的花瓣包裹著寶藍色的「花舌」，花色非常艷麗。每一個花苞上的花可以持續開放幾個星期，而一株天堂鳥可以同時有7、8個花苞，是極好的切花（Cutting flower）材料，也是藝術插花，贈送朋友的熱門花卉。



二・栽種要點

冬天不可太暖，要有充分的陽光，但在室內栽種要有較大的空間，因為葉片伸展起來會有4、5呎寬度。

此外一株天堂鳥要種4、5年才能開花，因此需要耐心等待。但開花之後花朵，而且可以持續很多年。

1. 溫度：生長適溫為18-24攝氏度，冬季最好在13-16攝氏度，不宜低於10攝氏度。

2. 光照：要有充足的陽光才能開花。冬、春、秋要有直射光；夏季半遮陰，高溫時間葉面噴水，以免葉面被灼傷變黃。

3. 淋水：每次淋水要充分，待表土乾後才再次淋水。冬天少淋水，只要維持表土不全乾，要用室溫水，不時向葉面噴水。

4. 施肥：3月到8月的開花季節，每2、3個星期在淋水時加入一次稀薄的液體肥6-8-6或者4-10-10。

5. 盆土：幼年期可每年3、4月份換盆。每次換較大一兩個號的盆。盆土可用一份花園土，一份腐葉堆肥土及一份牛糞堆肥混合好以後加入適量的骨粉。

盆底要有較大的排水孔及加上碎石以助疏水。成長的植株不必每年換盆，只需要換掉表面一兩吋的表土。

6. 繁殖：可用分株法繁殖。成年植株在換盆時進行分株。用利刀把過多密集的老株切割，或用手分開。每一株至少要有兩片



葉子，以及一些根系。切口塗抹碳粉或者硫磺粉。將幼株放在陰涼處晾1-2小時後種植。放在遮陰處養護。每日向葉面噴水1-2次，以後逐漸移放到有光照處，大約6個星期後根部穩定，約2-3個月後開花。

三・天堂鳥切花的處理

購買切花後將切口放在水中，用美工刀斜切，然後放入有水的花瓶中。最好放入半包營養粉或者半粒消炎片（日常頭痛發燒用）。幾日後換水時再將切口斜削。如果放入水中葉片仍舊軟垂或者不開花，表示水分不能上達，可用針在花梗上刺多個小孔，以放走內部的空氣。◇





新片介紹

英米

動物和人的關係，常常是很感人的。本月推介的動畫電影DC League of Super-Pets及《許願神龍》(Wish Dragon)，片中的人和動物都成為伙伴，DC League of Super-Pets中的神犬Krypto，拚命拯救牠的好伙伴「超人」。《許願神龍》中的神龍，也協助青年思齊尋找失散的好友。此外，這裡介紹的電影，還有改編自日本懸疑小說《瓢蟲》，由男神Brad Pitt主演的動作驚悚片Bullet Train，以及改編自電子遊戲，由《十月圍城》的導演陳德森執導的華語動作奇幻電影《征途》。

Bullet Train



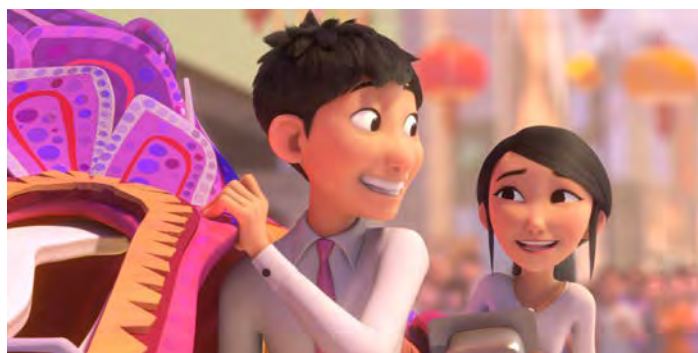
荷里活電影已不一定取材自歐美小說，這部動作驚悚片改編自伊坂幸太郎創作的日本懸疑小說《瓢蟲》，由荷里活男神Brad Pitt領銜主演，並由從前是特技人，在以前的電影中先後五次擔任過Brad Pitt替身，並曾執導著名動作片John Wick的美國導演David Leitch執導。劇情講述殺手瓢蟲(Ladybug)的最新任務，是在全球最快速的列車裡，與來自世界各地的高手決戰。參加演出者還有影后Sandra Bullock，和日本著名動作片明星真田廣之，本片由8月5日起在電影院公映。(圖片提供:Sony Pictures)

征途 (Double World)



《征途》是一部華語動作奇幻電影，改編自同名電子遊戲，由曾導演《十月圍城》的陳德森執導。這部電影的故事發生在一個虛構的時代，有10個鄰國，其中南趙和北燕是毗鄰國，雖然這兩國之間看似和平共處，但戰爭一觸即發。隨著北燕實力的增強，南趙的關大師組織了一場比賽，以尋找最強大的士兵。參加演出綫麼的紅星，包括加籍華裔演員劉憲華、何潤東、羅仲謙、林辰涵和蔣璐霞等。本片已在Netflix串流平台播出。(圖片提供：Netflix)

許願神龍 (Wish Dragon)



這部動畫片的故事背景是現代中國上海，主角思齊(Din)是出身勞工階層的大學生。某天他遇到憤世嫉俗但有超能力的神龍(Long)，答應實現他任何願望，和他一起在上海展開爆笑冒險，尋找與思齊失聯已久的兒時好友俐娜(Lina)。

這段旅程也讓他們不得不開始思索人生最重要的問題，究竟甚麼才是自己真正重視的東西呢？片中主角思齊由美籍華裔演員Jimmy Wong聲音演出，著名美籍韓裔演員John Cho則為神龍配音。此外，曾主演Crazy Rich Asians的美籍華裔女星吳恬敏，聲演思齊的母親。本片已在Netflix串流平台播出。(圖片：Copyright 2021 SPAL.)

DC League of Super-Pets



超級英雄除了是人之外，也可以是動物，這部美國3D電腦動畫超級英雄喜劇片，改編自DC漫畫。片中主角Krypto是隻超級英雄狗，超人(Superman)是牠最好的朋友，兩人攜手在這大城市撲滅罪行。

當超人和其他盟友被綁架時，Krypto只有尋求獵犬Ace和大肚臍的PB豬協助，拯救這群超級英雄。神犬Krypto由曾是職業摔角手的巨星Dwayne Johnson聲音演出，而超人則由著名美國男星John Krasinski配音。本片已在電影院公映。(圖片提供：Courtesy of Warner Bros. Pictures)◇

S.U.C.C.E.S.S. Evergreen News

中僑新天地



中僑互助會出版

中僑新天地第87期

8月・August・2022

松鶴天地441期

出版：中僑互助會

編輯：李育嬌、中僑新天地編輯委員

名譽顧問：劉國藩、葉吳美琪、黃展斌

執行編輯：陳華英、黎國豪

閱讀網址

<https://bit.ly/37G6CgN>

聯絡郵箱

maple.li@success.bc.ca

下期出版日期：9月6日

鳴謝

誠摯鳴謝各位讀者、作者、義工對本刊及中僑的長期關注和傾情贊助。

您的鼓勵和支持是我們持續為社區服務，和大家一同探討熱點話題，分享專業知識，感受精彩生活的精神動力。

我們將在未來的時光裡繼續努力耕耘，悉心相伴，為您的生活添一份美滋美味的精神佳餚。

中僑互助會總部位於沿海薩利士（Coast Salish）民族傳統以及從未割讓的土地。我們謹此向馬斯琴（Musqueam）、史戈米殊（Squamish）及特斯利-沃圖（Tsleil-Waututh）等原住民部族表示尊敬及謝意。

中僑感謝原住民讓我們工作和居住在他們祖先的土地上。

