

蒲公英

從一字千金說開去



我這人總是混混沌沌的過日子，從小就愛上了寫作，以前被稱為文藝青年，現在老了，該怎麼稱呼我不甚了了，總不能稱自己為文藝老年吧！在塗塗寫寫的生涯裡，我的雜文總是錯字百出，古有一字千金之說，我這人倒不在乎，橫豎我的文章不值錢。

就以今天見報的「公英閣小札」，我的專欄中，那篇雜文就是錯誤百出，好像：「與老伴半依對泣」竟然錯成「半依對泣」，牛與半實在有點相似，也難怪我會一時筆誤把牛字寫成半字了。要是半字也能成為牛，那人類可有口福了，有了牛肉又有半肉，多好呀！

記得菲華有位作家，他的一篇成名之作，在中國獲獎。他是隻身赴北京領獎，領完獎回家探訪搖籃血跡的家鄉，到了家鄉才發現該作品有一字用錯。那時的通訊不像現在這樣，要打個長途電話，也是說不清，於是他老兄立刻又買了機票，再折回北京，把錯字改了，真可成為菲華文藝史上的一段佳話。

我一九五五年在香港就讀蘇浙小學，記得五叔與我到學校接受入學面試。老師問我是男的或是女的，不知怎的我居然回答女的，後來還是接受我這笨學生，就這樣在蘇浙小學北校唸了一年多，學校就發動建校募捐運動，我們班是全校捐得最多的。我們班中僅一位蔡姓同學，他父親是菲律賓的大富翁，聽說擁有北角堡壘街整棟大廈。那時的大廈大都是四層樓，沒電梯的店樓。他上下學都有嫗媽接送。他那位嫗媽是女中豪傑，對付一個歹徒不在話下。那時我們住在建華街，上下學都要經過馬路。母親就拜託她照顧我一道上學。後來好像只讀了一年就去菲律賓了。那位蔡姓同學與我很談得來，別後就再也沒見過面。

記得我住建華街樓下，對面住了一位姓竇的老師，教我們英文，有時我準備出門，剛開了門，竇老師也同時開門，我們面面相覷，我立馬又關上了門不敢出去。後來那位竇老師向我的班主任打小報告。

記得學校常常舉辦自我檢討，我把那次與竇老師面面相覷，又關上門有欠禮貌的自我檢討一番，獲得老師的勉勵。記得那位竇老師，有時讓我順便帶話或帶東西去她家裡。

人就是這樣，剛發生的事，一下子就忘了，而小時候的點點滴滴，小學時不少同學的名字，還記得。小時候的點點滴滴，總在腦海中，時不時的回憶起來。

記得有一次，有五位同學，大家出錢買些地瓜，跑到學校後面的山上，準備烤地瓜，還沒升上火，見到遠處冒起了煙，嚇得我們落荒而逃。

可惜我沒唸完小學，僅差二、三個月就可以畢業。記得我們正在密鑼緊鼓得準備參加會考。父親把我帶過洋，這一恍就是六、七十年，如今我已是個白髮蒼蒼的耄耋老頭了。

我這糟老頭，已退休了五、六年，每天就是讀讀書，塗塗寫寫的。

除了老伴，就是我的最愛。記得上世紀，老馬總統時代，計劃把南方的回教同胞解除武裝。回教同胞告以「我的老婆可以，我的槍休想。」印證了回教同胞的民族精神。把時間再往前移，在MACAPAGAL總統時代，學校曾代政府當局發傳單，闡明菲方對當時叫做北婆羅州，首府叫亞庇的地方是菲律賓領土，大家劍拔弩張，大戰一觸即發，後來又不了了之。馬來亞成為馬來西亞，屬北婆羅州，也成了SABAH沙巴州，亞庇也改名為KOTAKINABALU。

沙巴沒收回，我們南方的回教同胞的獨立烽煙冒了出來。

北婆羅州的時代，我去過好幾次，成為沙巴時，我也去了好幾次。我的四叔與五叔二兄弟上世紀五、六十年代就移民那裡了。

回教同胞愛槍如命，我這人是愛書如命，我很少向人借書，我的書也不大喜歡借給別人。就得菲華一位文藝界老前輩的藏書頗豐，書房裡就貼上了「藏書概不外借」的條子。

囉囉嗦嗦說了這麼多廢話，就此打住。讀者們晚安！

2026年3月23日

老油條

前美駐華大使的驚嘆怨言 (一)



這是美駐華大使尼古拉斯·伯恩斯2025年9月在波斯頓世界事務舉行的活動演講……主題是當今世界的痛點和美中兩個大國的博弈……為這場重要探討特別請了一位剛剛卸任美國駐華大使，同時也是哈佛大學肯尼迪政府學院的外交與國際政治教授，尼古拉斯·伯恩斯，一位在美國外交滾打了幾十年親歷中美關係最前線的老將……這不僅是一次演講，這更像是一位來自泰坦尼克號瞭望員的最後報告，甚至可以說是這位資深外交官發出的一次8778絕望吶喊……

如果美國有一天不再是那個全球到處揮舞大棒的警察，再不是好萊塢電影裡拯救世界的英雄。

他描述的那個未來或者是說那個剛剛親歷過的現在，充滿了荒誕，混亂，和二種令人窒息的無力感，伯恩斯徹底撕開了美國外交崩潰的遮羞布，他提到伊隆·馬斯克是如何拿著手術刀肢解了美國政府的喉舌，提到那個曾經讓無數人嚮往的燈塔，是如何一步一步地自我熄滅，他從中國帶回了一個讓華盛頓精英徹夜難眠的真相……

在大洋彼岸的中國，那個龐大競爭對手，正在以一種美國完全看不懂甚至不願相信的速度，全方位接受這比賽的挑戰，看看這個風雲突變的時代，美國究竟是如何一步步把自己逼入絕境，而中國又是如何在那位東方領導人的佈局下，完成這盤世紀大棋的逆轉……伯恩斯上台並沒有講什麼客套話，而是拋出了一個極其沉重的論斷，他說中國精英階層堅信，美國正在衰落，這不是坊間的流言更不是網絡上水泡，而是他這幾年走遍了中國26個省見了無數省委書記、省長、學者、商人後，得出了最直觀的結論……他也曾經花了所有

精力和時間，在試圖去反駁這個觀點，告訴他們中國人我們還沒有死，我們還未完蛋，但他的反駁顯得那麼蒼白無力……可是現實卻狠狠摑著他的臉子……中國高層把手是習近平主席，他的判斷非常清晰，在2020年就擺上政治層面，而美國的政治系統是功

能失調，華盛頓的政客們整天忙於黨爭鬥鬥，而不是解決問題，美國基礎設施也被拉垮了，道路坑坑窪窪，橋樑多年失修，然，伯恩斯試圖用拜登時期通過的那個萬億基建法案來挽回一點面子。

但這種辯解在現實面前顯得杯水車薪，……更令人痛心的是美國正在幹出讓所有人看不懂的事情，那就自毀式軟實力戳撤……

究其實美國之所能稱霸全球，除了航空母艦和美元，還有一個更利害武器，那就是講故事的能力，從冷戰時期的「美國之音」一直到後來的各種對外援助機構，美國構建了巨大的網，向全世界輸出它的價值觀，告訴了兩百多個國家，「我是好人」，只要跟我混，就有好日子過……但當特朗普上台，那個大家都非常熟悉的科技狂人，伊隆·馬斯克介入政府效率改革後，美國政府不僅削減了預算，他們是直接拆毀了這些機構……

在中國有數以億計的人使用微博和微信，伯恩斯企圖要在這些平台上進行所謂的思想之戰，去爭奪話語權，去談論美國人引以為傲的所謂自由和人權，去攻擊中國的治疆政策，去批評香港的國安法，在那輿論戰中，雙方可算是劍拔弩張，中國官媒總會毫不客氣的回擊，甚至直接點名批評伯恩斯和美國總統，那是一種推拉式的博弈，但至少美國還在場，可是現在呢？

(待續) 稿於2025年12月8日

阿占

世事如棋



川普的北京之行雖然推遲，但是為了增添中期選舉的高光效應，相信他也不想拖延，有消息傳出五月啟程，却也切合他的盤算。中東戰火導致的石油恐慌，如果不迅速予以平息，接下來可見的是一場全球經濟災難，後果直接影響到美國本身，更會衝擊即將到來的中期選舉，川普對此局勢，當然心中有數，估計他將盡快抽離中東戰場，以免再度被陷入泥沼中，同時設法消除石油危機，把餘下的戰事交由以色列收拾，轉而把精力放到美洲事務上，整頓自己的後花園，以杜絕後患，安心酣睡，也可以為他的中期考爭取加分，打的盡是如意算盤。

估計在川普的日程上，被擺上盤的該會是古巴，雖然對川普來說，解決古巴問題不過是小菜一碟，但是這碟小菜，極可能是一碟前菜，是川普全球佈局繼委內瑞拉之後的一步重要殺着，否則區區一個人口不到一千萬的蕞爾小島，真還不在在川普的眼中，然而今天的古巴已經成為一個微妙的角色，牽動著美國在西半球的戰略佈局，相信不用多久，便能見到端倪。

提到古巴，不由得想起往日的一些陳年舊事。由於自幼接受的是愛國教育，很早就認識那幾個同志加兄弟的社會主義陣營，

胡志明的北越，金日成的朝鮮，霍查的亞爾巴尼亞，卡斯特羅的古巴，蘇聯則由赫魯曉夫走上修正道路而鬧翻了，歷史，真的是不堪回首，今天除了扼腕嘆息，更摻雜著啼笑皆非的苦澀。當年年紀還小，對古巴的認識只是那個大鬍子卡斯特羅，與及毛澤東最愛的雪茄煙，後來知道有個革命英雄瓦格拉，很受群眾崇拜，也就莫名地跟著崇拜了。

古巴之所以被看重，只因在地緣上處於極敏感的戰略位置，它處於加勒比海西北部，扼守著墨西哥灣通往大西洋的咽喉要道，距離美國佛羅里達州僅一百四十公里，戰鬥機一起飛便即到達，當年蘇聯赫魯曉夫便企圖把導彈運來武裝古巴，被美國總統肯尼迪阻止要求撤回，釀成了當年的古巴導彈危機，雙方對峙僵持，幸好最後蘇聯撤回導彈，危機得以消弭。

美國看待社會主義古巴如背上芒刺，對它實施全面制裁封殺已經六十多年，以致古巴長期以來物資匱乏，經濟瀕臨崩潰，最近賴以為生的委內瑞拉石油被卡斷，連日用的用電都難以提供，情勢堪虞。無奈之下，古巴政府宣布開放，全面放寬外資進入，允許僑資或外商全資擁有企業，更可進入金融、能源、農業、旅遊、基礎設施等關鍵領域，看來，這個社會主義古巴，也是走到盡頭了。

林輝煌

何以清明



春風拂過，閩南老屋的燕尾脊就像要飛起來似的，黛瓦上頭天清氣朗。清明，就這麼悄無聲息地來了。對泉州人，尤其是旅居南洋的僑胞來說，清明可不是日曆裡含糊糊的節氣，是刻在日子裡的規矩，是心裡頭放不下的念祖情，是走到天涯海角都用不掉的根。

閩南老話講：「清明不回家無祖，年兜不回家無某。」就這麼一句，把閩南人對清明的看重說得明明白白。在泉州這兒，清明從來不是隨意踏青的日子，是認祖歸宗、慎終追遠的正事。不管平日多忙，到了清明，心總得朝著故土，朝著先人待的地方。

泉州人的清明，是從灶頭的香氣裡開始的。天剛亮，家里長輩就忙著備料做黑粿。初春摘的鼠曲草，得曬乾了陰著，去掉澀味留香，再揉出碧綠的汁，和著糯米粉反覆揉勻，捏成圓粿，包上花生芝麻糖餡或鹹豆沙，上籠蒸熟，滿屋子都是清苦又溫潤的香。這黑粿貌不出眾，卻是祭祖少不了的供品。

除了黑粿，潤餅也是清明忘不了的思想。薄得像蟬翼的潤餅皮，裹上軟乎乎的海苔、胡蘿蔔絲、脆生生的豆芽、鮮香的海蠣煎……再撒一把炒香的花生碎，一捲起來咬

一口，全是春天的味道。一家人圍坐在桌前，你遞菜我卷餅，聊著家常，念著先人，平平淡淡的，全是團圓的暖意。

清明最要緊的事，還是上山掃墓。一家人提著祭品、扛著鐵鏟，結伴往山上去。先把墓邊的雜草除乾淨，再細細擦掉墓碑上的塵土，擺上黑粿、潤餅和清茶，獻上幾束素花，呈上冥幣，恭恭敬敬行禮寄思。如今，山上不許動火，不再焚香燒紙，可敬祖的心依然熾熱。大家就靜靜站著，跟先人說說家裡的近況，講講生活的瑣碎，好像先人還在身邊。

泉州人尊祖敬先，這份心意，就體現在除草、擦碑、獻花的一舉一動裡，簡單，卻真誠。

何以清明？清的是心裡的浮躁，明的是身上的根脈。它不是一味地感傷，是提醒我們別忘本、別忘祖。一塊黑粿，一卷潤餅，一次上山掃墓，一場跨洋遙念，都是清明的真意。不管是守在泉州老家，還是遠在南洋異鄉，只要念祖的心不改、鄉土的情不變，清明就永遠鮮活，根脈就永遠扎牢。

這就是閩南人的清明。煙火尋常，卻藏著最深的鄉愁和念想；山海再遠，隔不斷血脈親情，也隔不斷對故土的牽掛。

(2026年3月28日稿於福建泉州南安市)

鄭亞鴻

運動應量力而行



3月24日，「考研名師」張雪峰因心源性猝死全力搶救無效在蘇州逝世。他倒在跑步之後。從公司跑步後出現不適，到搶救無效，不過幾個鐘頭。3月22日，他還發文稱當日完成7公里健身打卡，當月累計跑步里程已達72公里；而就在前一天，他同樣完成了7公里的打卡。此前，他就曾因過度勞累，出現胸悶、心悸等症狀，深夜前往醫院急診後，被醫生扣留，要求必須住院觀察。在這種情況下，張雪峰就不應再做高強度運動，每天還跑7公里，這不是鍛煉，不是健身，是在透支身體、透支生命！

此事讓我想起我目睹一位初中同學去世的情景。那天我們在學校操場上踢足球，跑著踢著，一位同學忽然倒地不起，口吐血沫。我們急忙把他送離學校很近的醫院，但搶救無效，他還是走了。後來才知道，他有先天性心臟病。這事已過去幾十年，我還記憶猶新。數據顯示，中國目前每年死於心源性猝死的人數多達55萬。這意味著，每天有1500多人猝死，每分鐘就有一個人倒下。其中，40歲以下人群占猝死總人數的40%，近年來呈現顯著年輕化趨勢。

「生命在於運動」這一命題由法國思想家伏爾泰在18世紀提出，揭示了運動是生命存在與發展的根本動力，得到了現代醫學與科學研究的廣泛證實。但對這話要視具體情況而論。生命是那種生命？運動是那種運動？一個身強力壯的年輕人，可適當做一些激烈運動，而一個躺在病床上的老人，就不應再做激烈運動。運動有好處，但前提是適量適度，要因人而異，量力而行。運動方式應依據年齡、體質及健康狀

況調整，如老年人宜選擇低強度運動，慢性病患者需遵醫囑。事實是，有的運動能增強人的體質，有的運動會要人的命。所以，「生命在於運動」，確切些說應該是「生命在於適當的運動」。

關於「動」和「靜」，網上有兩種針鋒相對的說法。另一種認為「生命在於靜止」「靜止有助於長壽」。這種說法以烏龜為例，認為烏龜行動緩慢，幾乎不進行什麼運動，而壽命可以達到100-200歲，最高的陸龜壽命甚至可以達到300歲。但是人和烏龜是兩種完全不同的生物，不管是從基因還是生理機能方面都不能一概而論，當然更不能武斷的認為人類和烏龜一樣行動緩慢甚至靜止不動就能長壽。然而，持這種說法的還有另一依據，那就是根據權威資料顯示，書畫家比運動員更長壽，並引用《黃帝內經》所說：「靜則神藏，躁則消亡。」80歲的美國總統特朗普也公開表示運動有害健康，說：「我那些天天健身的朋友，一個換膝蓋，一個換關節，全廢了。」

在我看來，「動」和「靜」都有一定道理，人不能整天運動，也不能整天坐著不動，「動」和「靜」要相結合。運動員比賽和訓練後要休養一段，書畫家也不是完全靜坐，工作時也會移動腳步。如果張雪峰當時不堅持「動」，能聽從醫生的話，住院靜心療養，不會走得那樣快。

張雪峰走了，41歲，正是一個男人事業的巔峰期。

他名下關聯的企業有11家，間接投資的企業更是超過百家，資產數億。但再大的事業，也抵不過只有一次的生命。他的逝世不應該只是一個熱搜，而是對我們所有活著的人的警示。

(2026年3月27日)

菲律濱商報 CHINESE COMMERCIAL NEWS 于以同傳媒有限公司出版 Published every morning by YUYITUNG COMMUNICATIONS, INC. 創社社長：于以同烈士 社長兼總編輯：于慶文 營業部：227 Dasmariñas St., Binondo, Manila 電話：79606382 · 82411756 傳真：82411588 電郵地址：siongp@gmail.com 電子網頁：www.shangbao.com.ph member:UPMG GROUP