

劍客

己所不欲 勿施於人



想到寫到

「己所不欲，勿施於人」出自《論語》，意思是不喜歡或不想做的事，切勿強加在他人身上，凡事應換位思考、將心比心，這也是建立良好人際關係與社會和諧的重要黃金法則。而天主教《聖經》馬太福音 7:12中也提到黃金律：「你們願意人怎樣待你們，你們也要怎樣待人。」

中華民族自英法聯軍、八國聯軍和甲午戰爭屢屢戰敗開始至今被西方歧視了近兩百年，西方人眼中的「黃禍」（Yellow Peril），充滿對東方人種族歧視和刻板印象的電影「傅滿洲」（Fu Manchu），甚至是「漫威漫畫」（Marvel Comics）科幻影片中的「鄭祖」（Zheng Zu，據說是傅滿洲的真名），在西方世界早已深入人心，近幾年許多國際服裝品牌甚至多次使用「斜眼」或「眯眯眼」辱華造型來推廣他們的新產品，引起中國人的不滿和抵制。我們菲律賓以前經常有小孩ching chong chang學華人說話語調，還有Instik Beho Tulo Laway等侮辱性形容詞，民族英雄黎剎在著作中也不止一次侮辱和調侃華人的形象。這種族歧視都是中華民族永遠的痛。

其實Instik Beho Tulo Laway這個詞源自西班牙殖民時期，形容華人長者坐在椅子上睡覺時流口水，這本來是因為華人刻苦耐勞，最臟最累的體力活都幹，因為太累在就隨便找個地方休息睡覺，但西班牙殖民者一貫用分而治之的手段，強行將中國人跟菲律賓人分開，並從中製造種族矛盾，煽動菲律賓人排華，將西方社會對華人的刻板形象引入菲律賓社會，才有諸多辱華外號出現。很多人說Intsik是「你叔」的意思，但也有指Intsik是馬來語Encik，意思是叔叔或先生，Beho是西班牙語Viejo，意思是老人，Intsik Beho就是老先生或大叔的意思，這本來不是歧語，但加上Tulo Laway（流口水），形象就變得滑稽可笑了。

好在經過多代人的努力，現在比較少聽到菲人用這些了，媒體一般也都用Tsinoy/Chinoy來稱呼華裔，那種ching chong chang的調侃也不多了。Tsinoy這個名詞是菲律賓華裔青年聯合會在八十年代末開始推廣的，當時由洪玉華牽頭，跟一些華社青年才俊和知識分子討論，給華裔一個自己的身份，避免媒體上不斷出現歧視性稱謂。經過40年的努力推廣，終於獲得菲主流媒體和民眾的接受，現在稱呼Tsinoy比比皆是，而這個名詞也被錄入菲律賓詞典中。

高俊仁

半世商海，知己二三



世相漫筆

十六歲踏足江湖，半世紀沉浮商海，閱人何止百千。往來者如過江之鯽，熙熙攘攘，皆為利往，皆為利往。歲月是最嚴苛的篩子，淘盡虛情假意，濾去逢場作戲，最終能留在身邊的不過百八十人；而能在關鍵處伸手助推、真心相待的，更是寥寥，不過十之一二。

世間聚散，最不由人。有些人朝夕相對，卻不知不覺走散，連告別都嫌多餘；有些人只是萍水相逢，卻悄然走進生命，成了能托付後背的知己。這半世顛簸，讓我咂摸出一個道理：唯一不變的，只有變化本身。曾幾何時，那些令我仰望的兄長前輩，確實曾是我路上的明燈。可時光流轉，他們眼中的我，卻彷彿永遠停在從前。任憑我如何蛻變、攀登，他們仍用二十年不變的眼光與套路來框限我、訓導我，渾然不覺我早已羽翼漸豐，更忽略了我內心的波瀾與呼喊。更令人唏噓的，是昔日那些眼底有光、胸中有天的理想主義者。當年共話星辰大海，齊論家國情懷；如今卻被歲月磨去了鋒芒，消退了意志，變得固執而偏激，一身煙火氣，言談間儘是世俗的算計。他們停滯原地，甚至緩緩倒退，於是看見我仍在披荊斬棘、奮力向前時，生出的不是欣慰，而是莫名的不適。

他們看不慣的，或許從來不是我的前行，而是自己不敢邁步的怯懦、不甘承認掉隊的窘迫。困於舊日認知的人，注定只能原

話說回來，中國官方英文媒體《中國日報》（China Daily）7月10日上傳一則講述「南海仲裁案」的視頻，裡面將菲律賓人畫成一隻猴子，被身著西裝的美國和日本人舉起來拋入海中，並被中國海岸警衛隊的水炮射中。這則充滿種族主義的視頻經西方社交媒體曝光，迅速引起菲律賓官方和媒體的注意，一石激起千層浪，反應可想而知。中國外交部一句「這並非官方立場，不多做評論」，輕描淡寫地帶過去，更引起菲民眾的不滿，因為《中國日報》社是中共中央直屬、中共中央宣傳部代管的副部級事業單位，社長、總編輯為副部級，其說的每一句話都是代表中國官方，況且所有新聞都是過了審查的，無法用西方那種「尊重新聞自由，政府無法干涉媒體報道」當理由來搪塞敷衍過去。

視頻內有寫明是某些菲律賓政客，我想《中國日報》的意思是某些菲政客像猴子一樣，被美日操縱，但視頻本身仍然欠缺考慮，因為猴子身上穿的是菲律賓國家禮服巴隆（Barong Tagalog），頭戴菲律賓傳統的Salakot帽子，很難不讓人認為這種形象是在侮辱整個菲律賓國家和民族，是妥妥的種族主義。

其實利用動漫視頻來敘述南海問題的中國官媒不止《中國日報》，新華社、央視旗下的「玉淵潭天」也發表了自己的版本，但這些版本為何沒引起憤怒，是因為他們用的動物都是中性的。新華社的視頻將菲律賓畫成螃蟹，而把中國畫成一隻老烏龜，而菲律賓人一直自嘲有「螃蟹心理」（Crab Mentality）。

「玉淵潭天」將菲律賓畫成穿巴隆禮服的水牛，將美國畫成禿鷹。這些都是可以接受的。而猴子是上世紀初美國殖民者侮辱本地土著所使用的，比西班牙殖民者用的Indio更加難聽，這也是菲人無法接受猴子的原因。

處理兩國關係從來都是靠外交解決爭端為上策，打種族主義牌或民族主義牌只會讓人反感，甚至以其之道還施彼身，這是大家都不願意看到的。官媒利用種族主義視頻來強調國家的敘述和主張，並不符合中央政府的政策。

中國駐華大使吉米感慨說，每當兩國關係有所進展，總遭到一些人的破壞。希望《中國日報》能明白這些道理，撤下該視頻，當成王毅外長本週訪問菲律賓的大禮，也不要讓長期默默努力為菲中友好搭線建橋的民間人士為難。

二零二六年七月十九日

豆豆



天雅微呢

告別紐約

翊寶在紐約生活了三年，終於在2026年7月18日離開了這座城市，飛往洛杉磯。

她將在八月初重回校園，攻讀聖地亞哥州立大學經濟學碩士。臨行前，她說了一句話：「紐約很好，但我準備好了」聽起來很平靜，但我心裡知道，這三年她過得並不平靜。

翊寶的小學和中學都在納卯龍華學校就讀，那是一所很小的華文學校，全校師生都認識她。高中時她選擇了常熟世界聯合學院，那是她第一次離開家，一個人去中國讀書。本科她去了麻薩諸塞州的史密斯學院，大學期間曾到波士頓實習，畢業後留在紐約工作，換了三個工作，才找到真正適合自己的方向。直到去年，她終於說：「我要讀研究所了」

我聽到的時候，心裡既高興又不捨。高興的是，她終於知道自己要什麼；不捨的是，她又要開始另一段辛苦的旅程。

因為決定要讀研究所，翊寶開始準備GRE。白天上班，晚上去紐約公共圖書館讀書，週末有時去中國城買菜，有時參加慈濟的培訓課或承擔活動司儀。三年來，紐約的地鐵網絡成了她最依賴的交通工具。她曾跟我說，紐約地鐵雖然老舊，但四通八達，想去哪裡都很方便。一個在異鄉生活的女孩，能夠在這樣一座城市裡找到自己的節奏，我為她感到驕傲。

今年年初，她開始申請學校。四月收到七所大學的錄取通知，其中三所提供全額獎學金。我們在電話裡討論了許久，最後她選擇了聖地亞哥州立大學經濟系。不是因為排名最高，也不是因為獎學金最多，而是經濟系告訴她：雖然我們沒有博士班，但我們會以培養你往博士方向發展的方式來設計課程。這句話打動了她——因為她一直想做研究。

離洛杉磯兩個半小時車程，離姊姊更近了。從紐約飛洛杉磯要六個小時，三個小時的時差，我們一家人說電話都得先算

杜鷺鶯

傳承・傳奇



絢花時光

臨近世界盃足球大決賽，網上一窩蜂曬出二十年前一張不可思議的「上帝之作」合照：2007年，剛從德國世界盃冉冉升起的「全球第一新星」、時年二十出頭的阿根廷球星梅西，受邀參與西班牙加泰隆尼亞媒體與聯合國為該地區貧窮孩童用塑膠澡盆洗浴的慈善拍攝活動。當時被幸運抽中讓梅西為其洗澡、坐於澡盆笑得燦爛的未滿周歲娃兒，竟是日後將要與梅西為各自的國家對決本屆世足賽冠軍的西班牙十九歲的後起之秀亞瑪爾。

那年那時，一位傳奇巨星低頭溫柔看著澡盆裡的孩子，十九年後他們卻一起抬頭望向同一座足球神盃。

二十年前，也正是德國舉辦第18屆世界盃足球錦標賽季的2006年，一向迷足球的兒子即將離巢去大洋彼岸求學。原本依依不捨的離別愁緒卻被那一段晨昏顛倒，追看球賽直播的日子替代，成為我們今生難於忘懷的日子

被球迷們後來稱作「諸神黃昏」（Twilight of the Gods）的2006世界盃，是一代足壇傳奇的「最輝煌的告別舞臺」，其後席丹、朗拿度、卡洛斯、菲戈、貝克漢姆……一眾巨星紛紛退役，昭示著「古典個人浪漫主義足球」的終點，世界足壇從此轉向更強調陣型紀律、數據分析與極致的身體對抗的現代主義足球。

在老將們集體遠去的暮色中，一對雙子星：梅西（時年19歲）與C羅（時年21歲）也同時在2006年的世足杯中漂亮地完成了他們的生涯首秀，正式開啟了長達二十年的足壇「梅羅時代」。締造了屬於他們時代的傳奇。

二十年後的今天，早已過了退役年齡的「絕代雙驕」，梅西和C羅都已表示這將

而因為惦记更顯珍貴！

親疏有度，遠近相安，保持邊界感是教養也是自知自明。朋友願意分享快樂，我用心聆聽，真誠祝福。如果朋友不願意把事情告訴我，就算我從別處得知，也不會提起問事。這是尊重也是邊界感！朋友不告訴我，可能不方便，也可能不想讓我擔心。

所以，一定不主動再問起，不然互相都難堪，何必多此一舉呢？除非他自願告訴我。其實，知道的事情太多，並非好事！畢竟每個人的精力都有限，知道得太多或者參與太多事情，最後搞得自己精疲力盡！

時間。現在好了，終於在同一個時區了。

翊寶的公寓6月底到期，但她的工作做到7月10日，中間有半個月的空檔。她透過史密斯學院的校友網絡，找到一位素未謀面的學姐——學姐要去旅行，需要人幫忙照顧兩隻貓，翊寶便住進她家。第一天晚上，其中一隻貓躲進床底下，怎麼叫都不出來。翊寶趴在地上找了一個小時，嚇出一身汗，後來那隻貓終於自己走出來，看了她一眼，彷彿在說：「你是誰，但我接受你」翊寶說，那一刻她覺得自己過關了。

7月15日，她離開學姐家，搬到以前史密斯學院的室友那裡住三晚，把最後的行李整理好，準備寄往洛杉磯。

而此時，嘉寶已經在洛杉磯為妹妹的到來做好了準備。她租了一間新裝修的兩室一廳，房東說7月18日可以正式入夥。姐妹倆算好了時間，翊寶就在這一天從紐約飛過來，剛好趕上入夥。

7月18日，翊寶拖著行李箱，叫了Uber去機場，正式告別紐約。幾個小時後，經過轉機，她在洛杉磯落地，見到了姊姊，和姊姊一起走進那間新裝修好的房子。兩個女孩，一個從東岸來，一個在西岸等，終於在同一個城市、同一間屋子裡了。

對翊寶來說，紐約是她的第一座成年之城。她在這裡學會獨立、學會孤獨、學會換工作也不怕。她也曾在這裡參加慈濟的見習培訓、承擔重要活動的司儀，在異鄉延續我們在慈濟種下的因緣。

如今她帶著這些經歷，往西走了。

聖地亞哥有陽光、有海、有她姊姊。我也相信那裡會有讓她靜心讀書的圖書館、有一條安靜的散步路線，讓她慢慢走進研究生的生活。至於她以後會不會讀博士，那是她的事。我做母親的，只希望她過得好。

每一次告別，都是為了讓她走向更適合自己的地方。願翊寶在加州一切都好。願未來的每一天，都能擁有屬於自己的節奏和光芒。

(07/19/2026)

葉榆

邊界感



是葉葉葉

邊界感是成年人最好的修養。人與人之間相處，要有邊界感！

叔本華在《人生的智慧》中說：人就像寒冬裡的刺蝟，互相靠得太近就會刺痛，彼此離得太遠又會感覺寒冷。所以，拿捏好與人相處的距離，是人生的智慧！

當今社會，人情淡薄，有幾位知心好友是福氣，應該珍惜。但是好朋友並非形影不離，天天聯繫。每個人都有自己的生活節奏和生活空間。偶爾聚聚，有空聊聊，感情升温。

平時各自忙碌，有事需要幫忙的時候，這些朋友就會出現。因為：我知道你一直都在，你也知道我不會走。即便多久不見面，在彼此心裡的份量不會減少，反