

# 禪讓的壓軸戲

南朝四代，宋齊梁陳，朝代更迭很有特點，不是刀光劍影殺出血路奪了人家的江山，而都是通過貌似温情脈脈的「禪讓」來榮登寶座的。用現在的話說，特「和諧」。不過，禪讓在南朝的輪番上演，雖然少了些血雨腥風，卻充斥著更多的狡詐與陰謀，實際上還是篡權奪位。因為要打禪讓的旗號，所以必須把順天應人的戲做足，「勸進」於是成為必不可少的環節，而且是主要環節。元熙二年（公元四二〇年），東晉恭帝司馬德文禪位於劉裕。晉恭帝很聰明，知道東晉氣數已盡，皇帝早就是軍閥的傀儡，所以劉裕讓人將寫好的禪位詔書拿給他抄的時候，他欣然命筆，沒有絲毫猶豫。按說這事就算結了，劉裕應該滿心歡喜地圓他的皇帝夢去了。

可是，劉裕一定要「奉表陳讓」，說自己德行淺、功勞小，當不起這個大位。這時候，晉恭帝早已知趣地搬出皇宮去了，這個陳讓表自然不能送達。數百名大臣聯袂上表勸進也不行，劉裕硬是把架子端著。這個時候，一個不可缺少的角色亮相了，他就是太史令駱達。魏晉以後，太史令的職責主要是掌管天文曆法。由於當時的科技水平很低，人們對自然的認識往往抱著主觀神秘的態度，所以太史令頗有些像現在的仙婆神漢，要大史令來證明劉裕代晉是上天的旨意，顯然是大合適不過了。

駱達一條條地陳述著，大臣們靜靜地聽著，劉裕不動聲色地看著。不外乎太白金天異姓興、五虹見天聖人出、黑龍登天大人受命一類的星象符籙記錄。有意思的是，駱達還玩起了數字遊戲，說什麼東漢建武至建安一百九十六年而禪魏，魏自黃初至鹹熙四十六年而禪晉，而晉自泰始至今正好一百五十六年，都有個「六」字，可見劉宋受禪是上天的安

排。駱達叨咕完了幾十條天降附錄的記錄後，群臣齊聲附和，劉裕看到壓軸戲已經唱罷，這才應允了。在我們很多沒有心機的人看來，劉裕這樣大造作了，聰明反被聰明誤，會惹人非議。其實不然。

他不僅是把戲做給群臣看，通過這樣一種儀式來觀察眾人的忠誠度，而且是把戲做給天下人看，讓所有臣民都知道，我劉裕當皇帝是受到老天爺的支持的。所以，後來齊代宋、梁代齊、陳代梁的時候，這齣大戲都演得極有板有眼，如出一轍。更有意思的是，連壓軸戲的主演和戲詞兒都一成不變，直接剽竊自劉裕大導演的禪讓劇本。齊高帝蕭道成受禪時就是這樣。

先是宋朝漢王公大臣登門陳請，後是太史令文建陳天符瑞，依然是東漢一百九十六年禪魏，魏四十六年禪晉，晉一百五十六年禪宋，而宋自永初立國至今已六十年，又是逢「六」。如此一來，結論自然是「天意」。

其實，在篡位者的心裡，皇帝這個寶座是非我莫屬的，有沒有太史令的數字遊戲，都不會影響到大局。

之所以讓群臣粉墨登場、聯袂勸進，不過是不得不走的一個過場而已。既然是走過場，表演是否出彩，場面是否感人，乃至戲詞兒是否割竊，也就無關緊要了。太史令的數字遊戲告訴我們一個簡單的事實：禪讓從來就不是真實的歷史存在，而是一種虛偽的政治樣板。

其實不過是實力派野心家們將力不從心的傀儡皇帝們從龍椅上揪下來後，為自己取而代之而上演的一幕幕荒誕劇而已。

# 寧靜之美

一直很崇尚諸葛亮《誠子書》裡的一句話：「夫君子之行，靜以養身，儉以養德，非淡泊無以明志，非寧靜無以致遠。夫學，須靜也；才，須學也。非學無以廣才，非志無以成學。」這是諸葛亮對人生經驗和靜心的一種總結和悟語。

禪家有打坐的功課，氣守丹田，摒棄雜念，是為靜心養生。靜心並不是說了無牽掛、無所事事、觀望等待，而是指由襟懷坦白所得到的心理寧靜，它是一種修養、一種本領、一種境界；更是一種恬淡清潤的心態、從容不迫的信念。周國平說得好：「人生最好的境界是豐富的安靜。」安靜，是因為擺脫了外界虛名浮利的誘惑，這樣才可以更好地完善自我，讓自己的人生更豐滿。

心靜路寬。今天的時代，多了一些浮躁，多了一些功利。生命裡有太多的牽扯，它們如繩索一樣束縛著我們，祇有靜下心來獨自品嚐那份寂寞，才能保持清醒頭腦，深謀遠慮，鑒天地之精微，察萬物之規律，立於制勝之地。看歷史上的智者賢人成其

大事，沒有耐不住寂寞的，他們都能心靜下來自修。懂得其中道理的越王勾踐卧薪嘗膽、十年磨一劍，才成就了復國大業；史學家司馬遷忍辱負重、發憤著書，才成就了「史家之絕唱，無韻之離騷」的美譽。

寧靜致遠。生活中不可忽視的一課是：常常安靜下來，聽聽自己內心的聲音。靜，有助於我們對人生前途深遠的思索，希望和理想的藍圖也常在靜靜的思考中臻於成熟。印度詩人泰戈爾說過：「給鳥兒的翅膀綁上金子，它就再也飛不直衝雲霄了。」處於五光十色的繁華都市，喧囂慾望無時無刻不包圍著我們，一不小心，就會在我們心裡激起波瀾，原來純淨、安寧的內心就會變得浮躁和功利，我們就會迷失方向。

面對各種困惑，心靜如水，不慕名利，坦然面對，祇有這樣，才能在燈紅酒綠中耐得住寂寞，在功名利祿前把握住底線；在得意時不飛揚跋扈，在失意時不怨天尤人，最終遠離喧囂和誘惑，走向超越。

浩然處世，靜氣養生。君子溫婉如玉，猛將靜如處子。靜，是心的豁達與智慧。靜中開悟，靜中明道，一個簡簡單單的「靜」字，道出了人生的全部真諦。



# 想起敲心塔

吳哥窟的旅遊給我留下最深印象的是塔普倫寺中的「敲心塔」。塔普倫寺是奢耶跋摩七世為他母親建造的「教寺院，規模廣大，建築精美。雖然現在破敗了，迴廊的牆壁上卻留下細緻雕刻，時時還會碰上肉體豐腴的阿普莎拉塑像。無處不在的把楊樹巨根，有時像從牆垣伸出的大腿，有時蜿蜒伸展，幾乎覺得它在蠕動，

看得人心慌，果然導遊說當地人叫它「樹蛇」。據說當年維持寺廟運作，需要八萬人力，寺內珍藏的珠寶、金碟、鑽石不計其數。

敲心塔在其中所佔的位置很小，最多不過容下幾個人，大概原本就是要讓人獨處的。這個小空間的特異之處是，人進到裡面，身體貼牆，雙手握拳敲擊心，室內立即發出砰砰的回聲。如果敲打身體別的部位，則沒有反應。我

我想表達的正是這一點。如果我們做出了選擇（這是沒辦法的事情，因為生活就要選擇），便等於放棄，當我們選擇了一種生活方式，就意味着放棄了其餘的生活方式，有的人會在這種選擇中患得患失，有的人會因為這樣的選擇而痛苦不已，還有的人一邊過著自己的生活，一邊羨慕嫉妒恨別人的生活。他們很難被稱為一個完整的人，因為他們的心不在自己的身上。這樣的生活，選擇等於沒選擇，我稱之為無意識的生活方式。

另外一種，當我們做出選擇的時候，無論是主動還是被動的選擇，都完全臣服於這樣的選擇，從內心深處接受它，祇想著如何把這種選擇變得更加快樂更加美好。而不是整天怨天尤人，結果自己選擇的生活完全無心度過，坐著飛機卻想著海洋的輪船，輪渡的風景沒看到，飛機的美景也失去了。

生活無需過多選擇，順其自然，盡力而為最好。保持一顆淡然、安詳、滿足的心，有意識地面對一切外境，覺察自己內心的感受，時刻得到大自然的恩惠，這樣的人生，就是成功的人生——和財富、地位、名望統統無關，得之不驕，失之不躁，無貪無慾，活在當下，便是神仙也難羨。

試著敲打一陣，果然如此。當地人相信，敲打心胸發出的砰砰之聲，能夠把內心的憂愁煩惱和身上的惡運一起驅逐出去。這樣的奇妙效果，證明那時的建築師已能掌握音響。而且傳說中說，這裡是特別為國王設立的建言室。那真是太聰明了，國王敲打掉煩愁，接受進言的可能，當然增大許多。

晴美來電話訴苦，工作上由於認真受到某些同事擠兌，很是氣悶。我跟她聊起敲心塔，勸她拍打心胸二十下，紓解悶氣。

# 南國功夫茶

地球人都知道，中國茶是世界茶的老祖宗，儘管世界茶的名頭如今也有風靡全球之勢，如優雅華美的英國茶，如古意禪心的日本茶。但一個「Tea」卻道盡它的出身之處——據說這是閩南話「茶」的音譯。

三五朋友，把盞品茗，佐以談天說地，似乎是飲茶的快樂所在，也是南方人飲茶常見的格局。這時那女人呢，正忙著用滾水重燙茶壺茶杯。茶盤中間，堆著剛清出來的茶葉渣。再看那茶壺，祇有女人拳頭大小，茶盅呢，就祇有男人的拇指大了。品質倒是正宗的紫砂，祇是被茶漬醃得很久了，烏得發金。這是功夫茶的正宗泡茶茶具。用來泡茶的茶葉，一定是安溪鐵觀音。把鐵觀音裝滿茶壺，滾水高沖，拂去浮沫，蓋上，再低淋壺身，一邊將燙好的數個茶盅牙兒般一溜擺開，然後執壺注茶。那茶水卻並不盡往一個茶盅裡去，而是來來回回巡視著，注到後面，便祇有漸漸瀝瀝數滴，但也一點不馬虎，照樣勻著把茶汁點到各盅裡。茶盅雖小，但一壺茶的容量更有限，一個回合下來，祇得小半盅茶，故還得再來過，如是者三，一盅茶才得八分滿。這八分滿是講究的，

酒要滿，茶要虧，千萬不能倒反了，該滿的不滿，不該滿的滿了，都是大失敬。這都是地道的泡茶手法。且每一道手法都有名堂，這樣泡出來的茶，不是瓊漿玉露是什麼。

然而就這麼一小盅的茶湯，卻還不能一口飲下，因為這茶奇苦，曾有外地人形容這茶入口即咬——蜇舌。所以祇能慢慢呷，讓茶湯一點點一點點在舌下化開，入喉才覺清冽甘甜無比。固圍在茶盤邊等待喝湯的一干人，縱然是粗獷蠻漢，這一刻也都得規規矩矩地、溫文爾雅地用了兩根指頭，小心翼翼地捏定茶盅，慢慢送至鼻下聞香，再輕輕輕啜茶湯。這樣的飲茶，才真正夠得上品茶的格。《紅樓夢》大觀園裡冰清玉潔的大才女、品茗家妙玉道姑，連寶、黛、釵一干淑女雅士都敢談笑，說他們不懂品茗，祇懂牛飲。可就在南國的街頭巷尾鬧市陋室之中，由凡夫俗子泡出來的這一手功夫茶，卻敢把妙玉都比成牛飲呢。

就是這麼一泡高古絕俗，詩意盎然的功夫茶，卻祇是人們每日開門七件事中的頭一件稀鬆平常事。無論你是朋友還是陌生人，無論你是走進高樓大廈還是洋房古厝，無論你是去辦公室談正經事還是在街市裡閒逛，你足之所及，目之所至，嗅之所處，無不有這麼一泡功夫茶，於君前後左右自在飄香。

南國百姓泡茶，當然泡的是自己的心情，自己的品味，自己的氣質；而天天泡在此茶中

的人們，豈不也泡出茶的神韻、茶的氣度。邀你入座那是他們與泡茶相生的天然江湖氣派；相逢何必曾相識，天下英雄是一家；勸你品茗，那是他們與泡茶共長的詩情畫意；夜後陪明月，晨前朝朝霞，一品肌骨清，二品通仙覺，再品滌盡古今來穢氣，唯覺兩腋習習清風生……南國人泡茶，不是人隨茶走，而是茶隨人至。有人的地方就有泡茶，有泡茶的地方就有在家的感覺，不用呼朋喚友，不用趕時定點，更不用虛張聲勢，講榮取寵，泡茶的華宴就是這樣有點不可思議地，有點奢侈地日日夜夜、時時刻刻開在尋常百姓家，平淡、自然、醇厚、實在，對漂流在外的遊子過客來說，還有什麼比在家的感受更為溫馨呢。

泡茶的整個形態，活生生的就是人們日常生活的形態。理解了泡茶的內蘊，就能理解南國百姓日常生活的內涵，否則你一定無法理解為什麼敦煌飛天懷中的橫抱琵琶，祇會存活於古老的南音中，讓今天的廈門人猶自千家弦管，萬戶笙歌，享受此曲祇應天上有，何處尋；為什麼世上任何多麼名貴多麼稀罕的鋼琴，可以以不計其數，遠涉重洋，來到有路就有琴聲流淌，人行走在路徑上猶如徜徉在琴河中的鼓浪嶼安家落戶。那些在別的城市刻意追求、雕琢為之的生活品味，殊不知在南國百姓這裡，祇是他們的家常便飯，他們的天然本色。



# 垃圾烹調

「地球日」，加上是英國石油公司的「海灣漏瀾石油事故」一週年紀念——減廢節能、珍惜用水，都是全世界本週的關注亮點；一年前海灣地區之雀鳥被石油浸得全黑的悲慘影像，仍然歷歷在目！事實上，不同國家的政府都正在為如何改變其發電「能源組合」（fuel-mix）而煩惱：人民既擔心核輻射洩漏，也憂慮開採石油的風險；另一方面，再生能源的效率仍然很低，而天然氣又不夠供應；要持續開礦的話，全球各國的煤礦意外，又令很多人喪命。

那麼，人類還可以依賴什麼來發電？不如燒垃圾發電吧！北歐萊國便是靠此方式來度過它們嚴寒的冬天。當中，又以前年辦過氣候大會的丹麥走得最前：丹麥政府打算在十五年內，完全放棄使用任何由地底開採的「化石燃料」（fossil fuel），全面採用風力發電。

善用垃圾是當今世界大趨勢，而且不單在官方層面推動，商界亦全力推行：如去年「San Pellegrino」年度世界最佳餐廳」得主：Noma，一眾專業食評人走遍全球試食，最後投票推舉此餐廳之主因，正是Noma憑著「垃圾烹調」這絕技——此餐廳在二〇二三年開業時，其主廚已明言不會用外來於別國的食

材，因為運送這些食材都會大幅加碳排放。不過，Noma又強調不會祇專注於丹麥或是北歐菜式——結果，主廚堅持用丹麥人棄掉的廚餘作材料，化垃圾為美食，主廚稱之為「Trash Cooking」。

例如不用的蔬菜表層，可以用來弄雞菜湯；又把魚鱗炒來作香脆的「魚鱗片」，是為「菜」；並且把大魚的兩隻眼週圍的晶體拿出來再煮，化成美食。

主廚解釋他這種「垃圾烹調法」的靈感，乃源自瑞典軍隊的一本《求生手冊》。當中的重點原則，正是：「就地取材」，可吃的部分，全都不可浪費——北歐的設計向來以簡潔為主：「Less is More」，但這丹麥「垃圾烹調法」則更上層樓，做到「More from Less」：由廢料當中獲得更多！

# 從影子說影射

要說沒有誰關注影子的，但作為畫家，尤其畫西畫，須臾也離不開這影子。色彩是光賜予的，而影子又是光的派生物，但影子決不是附屬品，祇要有光存在，沒有陰影的物體是不可能的，物體的描繪沒有它就失去了立體感。

中國畫沒有西洋畫那麼重視光與影的變化，但並不等於不重視影子。如成語「含沙射影」，足可見影子在古人心中並非可有可無。古代傳說水中有一種怪物叫蜮（音玉），藏在水中，看到人的影子就從嘴裡噴沙子，沙子射中入影人或死或病。由於毒蟻隱藏於水中難察覺，讓人害怕。更讓人膽戰心驚的是，它無需「射」中人，祇要射中影子就等於命中了。有此成語，足可見國人並非不重視影子。

最重視影子的當數清代世宗雍正皇帝，清筆記《郎潛紀聞初筆》中載：「世宗憲皇帝時，廷玉日值內廷，上（皇帝）進膳，常奉命侍食，見上於飯餅煎屑，未嘗棄置毫末。每燕見臣，必以珍惜五穀暴殄天物為戒。又嘗語廷玉曰：朕在藩邸時，與人同行，從不以足履其頭影，亦從不踐踏蟲蟻。」此段話可見雍正吃驚連一粒米一個頭渣都不扔，更讓人驚異的是，與人同行，自己的腳從來不踩別人的「頭影」。把無生命的人影也視作人，某種程度上也可視為別人的尊重。

除了對影子尊重的，還有對自己的

影子欣賞陶醉的，如三國時魏國的何晏，「美姿儀，面至白」，人稱「傅粉何郎」，《晉書·何晏傳》上記載，何晏很自矜，認為自己很美，不僅欣賞自己的影子，以至於「粉白不去手，行步自顧影」，真堪謂愛屋及烏，愛己及影。

影子在國人眼中不是不重要，「杯弓蛇影」是一段真實的故事，讓人讀到，影子雖然不是什麼實質性的「物」，卻照樣讓人疑致病。由此讓人想到了「影射」一詞。

影射如同用箭簇射向影子，其實於人無礙，但若上綱上線怕是比「射人」還嚴重，明清兩代的文字獄就是先被圈定為「影射」，從而讓當事人身負異地家族遭刑。如清代某官官吟詩「清風不識字，何如亂翻書」，被定為影射清朝滿人無知無識，全家幾十口被殺，你說影射二字厲害不厲害。

影射厲毒，影子也不是不可利用的，第一次世界大戰期間，德國人發明並製造了一種「影子地雷」，這種地雷無須去踩踏，人或車馬從旁邊經過，祇要影子投到地雷上就會爆炸，英軍不知其故，為此付出了很大的代價。

許多人忽略了影子，恰便有人注意了影子，於是有了「含沙射影」，有了影子地雷，而使以爲影子無關緊要的人吃了大虧。

# 讀書三味

古人讀書有「三味」：「讀經味如稻引梁，讀史味如餽饈，讀諸子百家味如醢醢」。我們耳熟能詳的魯迅的三味書屋就是因此而得名。古人讀書異常勤奮，珍惜光陰，「冬者歲之餘，夜者日之餘，陰雨者晴之餘也」，一點時間都不揮霍，勤學苦讀，最終學有所成。「布衣暖，菜根香，詩書滋味長。」讀書是有滋味的，即使當一個布衣百姓，有詩書在手，吃起粗茶淡飯，也堪比山珍海味。也就是說，讀書既是生活所必需，又是精神的美味佳餚，令人回味無窮。

程門立雪、擊磬借光等勤學苦讀的典故代代相傳，古人讀書的毅力和恆心值得現代人借鑒。從古人的讀書三味聯想開來，現在人讀書也應具有「三味」。

一為趣味。孟德斯鳩會說：「祇好讀書，就能把無聊的時刻變成喜悅的時刻。」愛有把閱讀變為「悅讀」，充滿興趣的閱讀，將全部精力投入到字裡行

間，讓心靈和文字一起翩然起舞，這樣才會在書中找到閱讀所帶來的快樂。就好比自己喜愛的美食，放在眼前卻垂涎欲滴，看起來更是大快朵頤，細細品味，餘香繚繞。二為意味。閱讀如把生活打開了一扇窗，萬千景象，盡收眼底，天光雲影，清風徐來，一縷馨香沁入心田。通過閱讀陶冶情操，開闊視野，豐富底蘊，增長才幹。充滿意味的讀書，我們才懂得反思，學會取其精華，為我所用。三為韻味。可以在寂靜的夜裡，在橘黃的台燈下開卷閱讀；也可以在嘈雜的車廂裡，徜徉於字裡行間。但處於無論怎樣的閱讀環境，都能心無旁騖，慢慢回味，綿長悠遠，韻味無窮。無一字不明，無一言不醒，無一書不覺，心境若水若谷，悠然瀟灑，打開心扉，心曠神怡，其中韻味，耐人尋味。讀書三味，其樂無窮。尋一方寧靜，懷一份安然，讓心靈和書籍不期而遇、美麗邂逅。