



編者的話

◆ 陳炳麟

編者經常收到一些新讀者來電查詢，或甚至投訴，直指編者有盜取私隱之嫌。

刊物，共同建立及走人生美好黃昏路；他們可能因一時未有預先知會你們，而令大家有私隱外洩的反應，致使關懷誤生恐慌或憤怒，也讓編者代為致歉。有部份推介你們閱讀的親友戚屬，同時也附來捐款支票；由此可知，他們既「出力」(將你們的個人資料寄來)關懷你們，還捐款《松柏之聲》，「出

神秘親友或戚屬，為何不預早知會他們，免去他們私隱被盜用的猜疑，令他們恐慌及作出魯莽致電《松柏之聲》追究的錯舉。最後大多數朋友均欣然希望成為《松柏之聲》讀者的一員。

編者要感謝的是，隨著時間的流逝，讀者人數是會按年消失，令《松柏之聲》失去市場的需要而停刊；就因為你們靜靜地向好友作出推介，助《松柏之聲》的讀者人數由百人之數，增加至現在超逾30,000之數，令我們隨著時間可服務第三代的讀者。縱使大家一時未可及早知會被推介者，致令編者受責也是值得的。藉兔年將臨之際，恭祝大家身體健康之餘，《松柏之聲》的讀者人數藉大家的「神秘賜助」，也如兔子一樣的躍跑，躍增更多的人數。

# 神秘的賜助

錢」關懷你們的丹心行為，實令編者肅然敬佩。

事實上，在與初來電者解釋時，感謝他們的聆聽，於閱讀《松柏之聲》的內容後，加上當知悉《松柏之聲》的發行目的，他們驚訝既然在並無當局資助，又毫無商業因素而運作，不收取郵費，是一項舉步維艱的營運工作；他們遂轉為責怪推介閱讀的

隨著大家對私隱權的認識與保護，初來電者的語調日漸強烈。當他們首次收到《松柏之聲》後，非常驚恐或憤怒地致電詢問，他們質疑的是，為甚麼我們有他們的姓名及地址，未徵得同意而將《松柏之聲》寄給他們。

可以說，現有90%以上的讀者，當中可能你也是其中的一名，是由大家的親友戚屬推介而來；後者因感《松柏之聲》乃香港唯一專事提供全面長者資訊的刊物，內容有助大家對建立愜意退休生活的追求，故希望能與你們分享此有益及有建設性的



短評

◆ 岑家雄

# 從「霞姐」想起

終人士完夢，或是跟分離多年親人一聚，或是回出生的家鄉懷緬，各人不一，但都是一完心願。又有些人在「起程」前跟家人道別、道謝，更或是道歉、道愛，好把一

護就捐贈人士的遺憾跟進

更更重要的是在他們在生時的關懷愛護。由於現代生活常爭分奪秒，因此在關愛方面大家都常講求效率，來去急忙。朋友，聖誕將臨，好好送你心愛的長輩一份聖誕禮物，不是你千挑細選的，而是長輩心中期盼的：用心閒話家常。

善終，每人都想達成。但這可不是能在跟親友的最後約會中「光榮引退」這麼簡單，而是能無憾、泰然的享受死亡。泰然而去就是能明白生、老、病、死的生命圈跟大自然的春、夏、秋、冬一樣，必臨必經。生命的重點就是

一如在四時中懂得尋找箇中善美、欣賞它、享受它。

至於無憾，就是無憾於己、於家、於社會。目前有些機構有實現「未了心事」的安排，協助臨

世埋於心底的情深說話抒發，好好總結與親友親密的感情。

至於社會，有些朋友會想想最後能為社會做點事。捐獻？家無四分錢，何來能力！跟社會

的介紹，絕對是萬分尊重的。其實在台灣更有宗教團體安排捐獻遺體作醫科生學習解剖，好讓「明日的醫生」更能治病濟世。朋友，聖誕將臨，有想過送社會一份愛的禮物嗎？

不少在摯親離世後都悲傷萬分，這當然正常。但

至於親友，



人物掃描

◆ 鄧明儀

# 肥師奶的環保快樂

莊德芳，六十多歲的屋邨師奶，卻致力響應環保工作，曾獲地球之友頒發環保獎勵第一名。她在居住的公共屋邨，給小朋友開設環保圖書館，引領其他家庭參加「綠色家庭計劃」，教他們慳水慳電。

雖然我生於富裕之家，但小學時每個月都要含著眼淚向阿媽要學費，問阿媽要一毫子買鉛筆做功課，她把錢掉在地上要我去執，還要執垃圾桶內丟棄的剃鬚刀刨鉛筆，刨到滿手損傷。讀畢小學後，我患上腎病，母親索性要我留在家裏做手作仔。在家沒有地位，做人沒有夢想，怎會快樂？

從家人身上，我自小便明白到，有錢並不代表快樂，自由才是最快

樂。22歲，我第一次決定生命第一件樂事，不理父母強烈反對，下嫁父親店舖裏的學師仔，因為他讓我決定自己的事。婚後我們誕下4個女兒，雖然窮，但能讓4個女兒都上大學，是我與丈夫最驕傲也最快樂的事。

未認識甚麼是環保之前，我只是一名眼中只有4個女兒及丈夫的尋常家庭主婦。一次，我帶盡女往海灘游泳，她被水底的一塊帶釘木板弄傷。於是我明白，要保護下一代，先要保護地球。我便開始響應環保運動，在邨內教小童軍環保知識，教師奶們廢物分類。

我沒想過，一個小學程度、幾十歲的師奶，還可以貢獻社會，還可以

關懷及影響別人，還可以得到別人很大的尊重，還可以與政府高官商討環保問題，還可以感染女兒從事環保工作及修讀環保工程，還可以跟丘成桐、胡秀英及蕭芳芳等有識之人拍攝勵志紀錄片《知識改變命運》，真的很快樂！

雖然現在我的眼睛、腰和腳都出現許多毛病，但我仍然會跟小童軍到山頂種樹，見到罕有的螢火蟲會一同驚叫美麗；最近到日本觀摩環保活動時，別人不會當我是個無用的師奶；在邨內，由幾歲到幾十歲的街坊，見到我都開心的叫聲「鍾太」。像我這樣一個肥師奶，原來只要肯學肯做，也能得到意想不到的快樂。



● 從生活中實踐環保工作的莊德芳。



關懷社區

◆ 黃仲然

# 免費「視像問藥服務」

人到老年，最多聽聞的關懷語句定是「身體健康」；有此祝頌關懷，皆因大部份長者均患有慢性疾病，需要依醫生處方服藥，以可控制病情。

唯大家可知為何要服食現時的藥物及與所患疾患的關係？所要服食的藥物藥性、藥能及服食後的正常與不正常的副作用？可有與其

他疾患同時一起服食的藥物，所衍生的相沖與重覆現象？甚至藥物的存放、服食方法、牢記、忘記或追補服食藥物的問題？

當然，大家可預約聖雅各福群會「惠澤社區藥房」的藥劑師，有待安排「藥療輔導服務」，攜同所服食藥物前往藥房，直接與藥劑師會面，諮詢有關服食藥物的疑問，

以免錯誤服藥，延誤病情控制；以及可解疑團，安心服藥及療病，邁步走向身體健康之路。

若你家中置有互聯網絡及配備視像鏡頭的電腦，也可預先電約藥劑師之時間，透過視像鏡頭將你們所服食的藥物，傳送至藥劑師之電腦屏幕，俾可即時對話及解答大家服食藥物的問題，以

增進對藥物的認識。新春將至，於接受親友祝頌「身體健康」後，要有實質的身體健康理想，致電「惠澤社區藥房」免費申請，由攜手扶

弱基金贊助之「視像問藥」計劃，是「知藥用藥」做個「明智用藥人」的一個先決行動。電話：2117 5847。

