



編者的話

◆ 陳炳麟

深信多讀者都知道，編者每時每刻要為節省開支，而大傷腦筋；故編者亦不時在此欄表達《松柏之聲》的財困問題，「叫窮」也因此而成為《編者的話》的經常話題。

《松柏之聲》是耑事為大家提供有益及有建設性的建立積極進取晚年生活資訊；以及作為推動社會人士關愛長者的媒體，如何可達到以上《松柏之聲》發刊的目的，將《松柏之聲》寄予喜歡閱讀及追求建立晚年生活質素的長者、護老者及關愛長者的人士——亦是我們「夢寐以求」的讀

省的效果。而不斷向大家呼籲，推介更多人士閱讀《松柏之聲》，正是欲借助大家的支持，將《松柏之聲》送達予更多喜歡閱讀及追求建立晚年生活質素的人士，以可達到以上《松柏之聲》發刊的目的，正正也是編者終極必要「夢寐以求」的工作效果。

終極精神

但另一方面，讀者都會留意編者經常呼籲大家，向喜歡閱讀及追求建立晚年生活質素的親友戚屬推介《松柏之聲》，此無疑是會增加《松柏之聲》的經費，與編者每時每刻要節省開支的行動，豈不是背道而馳嗎？大家可能會認為編者有精神分裂的問題，所做的是互相矛盾，有白費氣力之嫌；因為「此消彼長」，並沒有達到節省支出之目的，毫不紓困。無可爭辯的，《松柏

者。珍惜每一名喜歡閱讀《松柏之聲》的讀者，亦是我們的要務。若《松柏之聲》被浪費，我們便會停止郵寄，以節省支出，此舉也是珍惜大家捐款支持，以及參與筆耕義工們默默不語的付出的措施，也是編者每時每刻都要勵行的要務，此也實是避免《松柏之聲》寄予不喜歡閱讀的人士，以可達致節

總的說來，絕不浪費大家的捐款，每時每刻要節省開支，是編輯要牢記必要做的要務；而只要有一少許力量，務可盡力發揮大家的善款力量，不斷向大家呼籲作出推介，將《松柏之聲》送予更多喜歡閱讀及追求建立晚年生活質素的人士，以可分享大家閱讀《松柏之聲》的得著，助更多人士建立更積極進取的晚年，當然是編者的終極任務，深信大家都會支持我們的服務精神。



人物掃描

◆ 鄧明儀



張永霖從不計較

張永霖，六十多歲，前香港電訊首任華人行政總裁，有「打工皇帝」之稱。張輝是我爺爺，他辦的張輝記當年很有名，是《星島日報》、《快報》、《虎報》、《讀者文摘》及《Newsweek》等總代理。爺爺雖然環境好，但媽媽卻從不向爺爺要錢，寧願做小買賣維生。回想起，昔日的窮日子對我來說，是很好的鍛鍊，正所謂：「千金難買少年窮。」否則我今天可能是個只會買跑車的敗家仔。我天生孤僻，小時候不懂與四個弟妹溝通，像嚼飯，沒有抱負，沒有方向，沒有表現，百無。因為

讀書成績不好，所以我十五歲學打字，十八歲考車牌，以便一技傍身，不過幸運地，經歷兩年三次轉校的崎嶇預科生涯，我考進了香港大學。在七零年畢業那年，我跟自己說：「張永霖，你已經僥倖及懶散夠了，打從今天開始，你一定要每天努力，彌補過去失去的時間。」別人常說我平步青雲，其實我只是比人多一點，是不計較。我在國泰做了二十三年，很少人會像我從不計較待遇升遷，不討價還價，只追求責任感；我是國泰唯一未做過經理能跳升做總經理的人。當然，一個沒經歷過敗仗的，不會是一個好將領。像在香港電訊，我作為公司的第一

把交椅，公司被收購的二〇〇〇年，應該是很大的挫折吧！然而，那時的我已學懂自我管理，不像年輕時那樣緊張別人的看法，在客觀及主觀兩方面都能自我肯定。我喜歡思考、閱讀、跑步，而最大的快樂則來自買畫。買畫是一種學問，過程雖然非常艱鉅，由做功課、如何在拍賣會中競投，到買了之後如何與那張畫神交，但當中的快樂就如追求一位終身伴侶，那份喜悅也是歷久彌新的。快樂需要智慧，我碰過一個人，他說：「我的朋友這幾年賺了五億，但我只有兩億，我覺得香港還欠我三億。」這種人叫「貪得無厭」，永遠不會快樂。



成功，就是樂意比別人多做三點點。

對不少人而言，對剛過去的母親節只是每年例行公事，或已淪為商人的另一個消費戰場。當然還有人每年藉這個特殊節日向母親摯誠致意。究竟這頌慈恩深的節日由來如何？



短評

◆ 岑家雄

重感性、非物質

史學家稱母親節起源於古希臘，是向希臘眾神之母赫拉致敬的日子。其後，十七世紀英格蘭有習俗是在外擔任學徒或僕役的年輕男女每年這個節日都會回家與母親團聚，並帶給母親像小飾品或是糕餅的小禮物。重點就是色康乃馨佈置以代表母愛的甜美、純潔與永恆。翌年，安娜開始以書信尋求當時有影響力的人士支持，訂定一個全國性的母親節日。1914年五月八日，美國國會終通過指定五月的第二個星期天

在她去世前，安娜對一個記者說她非常後悔為這個節日催生，並強烈的抗議：「這不是我當初倡議母親節的目的，我期望的是一個感性緬懷的日子而不是一個利益滿足的時刻。」

現時我們慶祝母親節的方式多物質而少感性流露，似仍逃不出安娜女士當初對商業利益介入的批評。作個邀請，大家今年可向母親摯誠致意！如何辦到？就是從你的成長中翻翻流水帳，找件需向母親道謝感恩之事，親自親道謝，或在母親跟前道出，或是包容、或是責備、或是支持、或是愛護，管它是否細碎、是否「肉麻」，重要的是摯誠致意！勿管母親節早已過去，只因敬慈心在每時每秒均是母親節。快說句：媽媽，我愛你！

癌症保健與通衡療法



關懷社區

◆ 黃仲然

患癌症，大部份人會於接受西方醫術治療後，多會尋求中醫的調理，如何作出保健以抗拒癌患的再來，是每一個患者關注的生活課題。

《癌症保健與通衡療法》小冊子乃由中醫師朱國棟撰寫，從中國人的體質為出發，指出治理癌症（包括

有肺、腸、乳房、前列腺、胃、鼻咽及婦科等癌症）的保健兩大方向及四大法則，即祛邪與扶正，以及清熱解毒、活血祛瘀、化痰散結、疏肝理氣及扶正補虛法；在維持人體正常功能方面，是要通過經絡、血管、體液等相互的貫通，即五臟的通衡一心、肺、脾、肝及腎的運行通衡，以達「以通為補、和調氣血」的獨特中醫

贈《癌症保健與通衡療法》

治病求本精神。癌症康復者若要作出治療後的調理，食療是最普遍的通衡療法；此小冊子除會圖文並茂介紹多種有關的普遍癌症的徵狀、辨證、調養及食療方案外，更提供患者身心靈活動、四季飲食與養生、五臟按穴管理及通衡氣血經脈等養生及運動法，誠屬患者調理養生至佳參考。歡迎讀者免費索取，

請附來 7 吋乘 10 吋及貼上 \$3.70 郵票之回郵信封，逕寄《松柏之聲》之辦事處——香港灣仔石水渠街 85 號一字樓 105 室。治理疾患後康復期的正確處理，是需要有一延年養生的「知行合一」法，癌症患者及其家人，實不容錯過，速來函索取。數量有限，先到先得。查詢：2831-3215。