

德國的易北與萊茵兩河

1953誠社 李君聰



遊萊茵河之遊船

我們早年的翻譯家很見功夫，把德國東部的 Elbe River 譯作易北河，使人想起風蕭蕭兮易水寒的荊軻，而歐洲的易北河在二次大戰時曾為戰場，亦屬水寒之地也。德國西部的 Rhine 則譯為萊茵河也很貼切，兩岸確係綠草如茵的。

易北(680哩)及萊茵(820哩)兩河分別自捷克及瑞士北流經德國入北海。我和內子在近兩年分別在此兩河遊過船河，頗值一記。我們的遊河船在易北的因為河較窄及淺，船為兩層，載九十乘客。萊茵較闊及深，船有三層，容一百四十人。

(一) 易北河源於捷克，我們易北遊便始於其首都布拉格，在其北近德國邊境處登船，在船上渡了七晚。啟航第二天便抵前東德地土之特累斯頓，此市乃德南重鎮，二次大戰時遭盟軍空軍作地氈式轟炸，幾夷為平地，戰後德人重建之，不但回復原狀，且有過之，德國人真是有他們的一套。下一天乃抵 Meissen，以產瓷器聞名，乃德國之景德鎮也。

繼後到了一小鎮 Torgau，此乃二次大戰時之重要史跡地，1945年四月廿五日，美軍第一軍與蘇聯紅軍在此會師，河邊建有紀念碑記其事。下一日便到了 Wittenberg，十六世紀馬丁路德曾在此寫了九十五論文，點評羅馬教廷不合時宜，並創立了今日的基督教，在香港今有其教派的路德會、路德中學等。

我們在 Wittenberg 離船登岸結束船程，登旅遊巴士前往柏林，中午時分抵柏林西郊的波茨坦，此地景點頗多，但我們只去看了1945年七月在此召開三巨頭會議的 Cecilienhof 宮，當年之三巨頭乃史太林、杜魯門和邱吉爾

(後來由艾德禮替代)，中國的蔣介石給摒之門外。當時德國已戰敗，此會商討了德國由美英法蘇如何四國共管，以及如何收拾尚未投降的日本，但出賣了中華民國，讓外蒙古在戰後成為一獨立國家。繼後便從柏林飛返美國，結束此次歐遊。

(二) 萊茵河源於瑞士，流經德國西部之波恩、科隆等地再經荷蘭在鹿特丹之西出北海。我們這次萊茵之旅始於維也納，在船上渡了十四夜，始時西遊多瑙河，繼北航經德境一運河，西駛 Main River 始駛進萊茵向北挺進。首段船要逆流上溯，下半程水向低流，各有落差，是以水閘眾多，計在多瑙者十五，運河上十六，Main (德文讀 mine) 河三十四，而萊茵下游平坦的荷蘭河段則有兩個而已。初時船入水閘驚奇不已，舉機狂拍，後來見怪不怪，好少理之。

船經運河之紐崙堡，上岸去看了1938年希特拉大閱兵之場地，又看了1948年審訊納粹戰犯之法庭，真是十年河東、十年河西。

船又靠了佛蘭克福，登岸坐旅遊巴士南下到海德堡，先去看其古堡，古色古香，保存得好好。後又去看了創辦於1386年的大學堂，荷李活以此為背景拍了學生王子之電影。在此午餐後又過了對岸登了哲學者山徑，哲學一下。

其後船入了萊茵河，水閘甚少。經波恩但沒有靠岸，但登陸科隆，看了其地標大天主堂，二次大戰科隆亦遭狂炸，但無損及此天主教堂。

二次大戰時，盟軍要強渡萊茵攻德境，甚是艱苦。荷李活曾拍了河上奪橋之兩電影，一在 Remagen，一在荷蘭境內的 Nijmegen，後者片名 A bridge too far，台灣譯作奪橋遺恨，佳作也。此片大卡士、大製作，我有其 DVD，在家看了無數次，亦極想到實地看看此橋，但可惜吾船要在午夜始過此橋，是夜只有我一人冒寒風登船頂甲板看船過其橋底，又拍不到好照片，誠屬遺恨。

船入荷蘭，在阿姆斯特丹離船登岸，結束了十五天的行程，在此地自由行遊覽後，於黃昏隨赴機場飛返美國，甚感美滿及開心。



捷德邊境處之易北河

熱烈慶祝抗戰勝利70周年

——憶親歷的抗戰二三事

北京培正同學會 馬竹梧 (1947 虹社)

1931年日本發動“9、18”事變，全面佔領我國東北，開始要滅亡中國，華北地區特殊化、何梅協定、第一次松滬戰爭，逐步蠶食。1937年“盧溝橋”事變，發動全面亡華戰爭，日寇相繼攻佔北平、天津、上海，1937年12月13日，日軍攻入南京，展開慘絕人寰的大屠殺，持續40多天，共殺害我軍民30萬。廣州也遭到日機狂轟濫炸，特別是黃沙成為一望無際的災區，市區也遭轟炸，不時空襲警報響起，海珠橋開啟豎起（豎起目標小），日機俯衝轟炸的淒厲聲音和零星高射炮聲驚人，傷亡慘重。1938年10月10日，日軍在廣東大亞灣登陸，繞過虎門天險，15日，日軍攻佔惠州，16日，攻陷博羅，傳來日軍燒殺擄掠、姦淫婦女等消息，加以南京大屠殺，人們認識到不是戰爭勝負問題而是生死存亡問題，人們大逃難，車船一票難求，後來更火車、輪船、長途汽車、花尾拖渡（當時到珠江三角洲諸城鎮主要走內河，使用由汽輪拖動的多層豪華木船的‘花尾拖渡’）也消失了，不少人步行逃難，我父親就是步行逃難到佛山的，十室九空，我七歲，隨家人于10月20日逃難，次日抵江門，就聞日寇21日攻佔廣州市區。過幾天又聞日軍23日佔領從化並攻佔虎門要塞；25日攻陷三水；26日又陷佛山，即將迫近江門，我家又逃難到開平，但開平也遭日機轟炸，最後逃難到澳門。逃難多少人家破人亡，我姨媽獨生女兒一家八口，除一個大兒子淪為乞丐並流浪活下來，其餘全貧病交加死去，我小姨一家六口，逃難到香港，不久無以為生，只得回淪陷區廣州謀生，不料我姨父一天出門後就沒歸來，後來得知被日寇拉走到日本作勞工，音信全無，想已死於異鄉，一家失去主要勞動力，最後貧病交加小兒子及女兒死去，小姨靠幫人洗衣服及兩個稍大兒子作童工才活了下來。

逃難到澳門的人日益增多，特別日寇攻佔隔岸的灣仔、關閘外中山等地，歧關公路關閉，到澳門的長途汽車及自行車運輸都停運，食品蔬菜等大減，開始物價上漲，1941年12月太平洋戰爭爆發，日寇攻佔香港，難民更多，美軍反攻，所羅門及稍後的中途島海戰，日寇大敗，更加緊“以戰養戰”，大舉掠奪糧食及軍需品，對澳門也封鎖，雖然也出現一個行業“機帆（在木帆船裝上汽車發動機，以使帆船也能高速行駛）走私”，但生活必需品也難以滿足，物價暴漲，民不聊生，徹夜排隊買黑麵包，所謂排隊時為防插隊的‘打衝鋒’，光天化日之下搶掠時有發生，哨子聲頻發（澳門報警是吹哨子，而內地及香港是吹所謂‘銀雞’的笛子，故澳門特有現象是學生上體育課的集合或球賽裁判都是‘銀雞’聲音），餓死人常見，

往往商店早上開門，發現門前有死屍，多少人貧病交加死去，生活困難，連小孩也不得不為幫補家庭而工作，我家住海旁街（巴素打爾古街），無論冬夏寒冷的深夜，不時有一個叫阿卓的7、8歲小孩叫賣聲音：“一個仙兩杯炒香白豆”（澳門下層市民買不起糕點，而時興炒白豆，因為黃豆有營養，價廉且可充饑，‘仙’即銅元，當時澳門流行貨幣是銀制兩角幣，即‘雙毫’，一角相當十枚銅元，後來因日寇掠奪物資，銀銅當然不能避免，才變成紙幣），不久這小孩也死了，真是人間慘劇，是荷蘭安徒生名著“小火柴女郎”的澳門版。日寇雖未佔領澳門，但常來滋事，一類是作秀，實質是宣傳大東亞共榮圈，麻痺中國人，例如旱冰場的大打出手，毆打葡萄牙流氓，懲罰葡萄牙人欺負任意衝撞中國女學生，阻止印度員警（澳門當時街上的員警主要來自葡屬印度果亞）毆打中國人並用土的打印度員警，以前印度員警是使用橡膠包鉛心的警棍，打人不見血而內傷，按澳門法律，員警打人不如何兇殘，只要不出血便合法，多少中國人受到傷殘，我家居住樓下店鋪的一個小夥子便被打而臥床數月；後來橡膠包鉛心的警棍不用了，據說是日本人抗議的結果。另一類是掠奪物資，如上述的銀銅戰略物資，登峰造極是一日深夜突然槍聲大作，原來是日偽軍沖入新馬路海邊的訪問所，打死打傷葡萄牙員警，把滯留並長期停在碼頭的“恒昌”號大型客輪拖走，雖通過馬閣炮臺，葡萄牙人不敢還擊，任由揚長而去，據說是歷次太平洋海戰中，日寇大敗，運輸船損失不少，故到處擄掠輪船。

1945年5月德國、義大利投降，歐戰結束，人們歡欣鼓舞了一陣，德意日同盟已去其二，但不僅澳門周圍且南洋（當時對荷屬東印度即今天的印尼、法屬印度支那即今天的越南、英屬馬來亞及沙撈越、美領菲律賓的統稱）仍為日寇所佔，連死刑犯也只好關押難以送走（澳門沒有死刑，最重是充軍，即押赴‘地門（音，即今天的東帝汶，當時是葡屬’終身勞動服刑）；在澳門連死人殯葬出關經過日軍崗哨還要鞠躬敬禮（我是親歷的，我外祖母去世，大人不敢送葬，只好小孩出馬，澳門狹窄，死人只好葬關閘外農村或澳門的西洋墳，當時許多貧病交加病重的人只好進慈善性質的鏡湖醫院，天主教傳教士就來遊說將死的病人及家屬，入教者可葬西洋墳，多少人被迫無奈而信教，我伯母的母親就是一例，但大多數人是拒絕的，我外祖母就是一例，認為中國人信神，入天主教屬反教，且傳說死時會很辛苦，且西洋墳並非久安之地，葬後三年即挖出為後來者騰地方，傳教士也很忙，因為抗戰時貧民極多，也是抗戰時特有景象）；美軍的越島戰略，在沖

繩之戰仍很艱苦且傷亡不少，日寇出動神風隊自殺性攻擊，且揚言本土決戰，故人們感覺戰爭結束還遙遠。1945年8月6日終於傳來原子彈在日本廣島上空爆炸，磨姑雲升起，廣島全城覆滅，人們也高興地認為窮凶極惡殺人如麻的日本終於得到了報應，9日蘇聯出兵我國東北，11日第二枚原子彈在日本長崎上空爆炸，長崎全城覆滅，15日日本宣告無條件投降，人們歡欣鼓舞，抗日戰爭勝利了。但在澳門報紙也立即出現各式人物，一槍不發棄城而走的中山縣長出現了，抗戰期間屢次與日寇進行遊擊戰，成績顯著甚至迫近香港的中共東江縱隊，其領導人方方少將是澳門報紙常提的事蹟和人物，但卻出現的卻是所謂國府遊擊隊及挺三部隊司令伍繁，抗戰勝利，國民黨人紛紛出來摘桃了。

我當時在澳門培正中學高中一年級下學期，當時被告知，廣州東山培正中學在淪陷時被日寇作為醫院，需要修理，故秋季上學期仍在澳門，1946年初才搬回廣州。培正師生也和全國人民一樣，熱烈歡慶抗日戰爭勝利，首先是黃振鵬老師作關於原子彈的學術報告，報告廳簡直座無虛席，黃振鵬老師用幾個‘不外’就精闢地描述原子彈的原理，他從物質構成原子結構，電子環繞原子核旋轉開始，敘述原子結構是比較穩定的，但在特定條件下，如太陽的極高溫高壓，原子就會裂變，它的氫變為氦，同時放出能量極大的原子能，由於太陽的氫極多，故多少億年仍然這樣，把光和熱輻射到地球，且近乎不變。故原子彈不外是使用較易裂變有輻射性物質如鈾等，並用特殊的引爆以創造裂變和鏈式反應條件，爆炸並釋放原子能，少量的鈾就相當於幾千噸烈性炸藥TNT因而造成極大的破壞。廣島全城覆滅，不外是首先爆炸的極大能量使城市毀滅，磨姑雲升起，造成真空，然後附近大氣迅速補上，這就造成狂風橫掃，進一步毀滅一切。跟著，請國民政府的倪姓軍官來培正中學作報告，在盧家花園培正中學的涼棚式禮堂簡直座無虛席，他從習慣勢力稱‘好男不當兵’的批判開始，談到應如班超投筆從戎，保家衛國，談到軍民一致抗日等等。接著，請校友我們老大哥陶少甫少將（一說上校）作關於抗日戰爭報告，他以廣州話作報告比倪姓軍官的普通話更易懂和親切。所有這些大大激發師生的愛國熱情，（後來還知道培正師生如冼星海老師、高年級如毓社鵬社同學不少參加抗日戰爭隊伍，還有為國捐軀者）。各個班級舉行捐獻以支持國家重建，我所在的高二甲班，同學們熱情洋溢，熱烈捐款，5元、10元、國幣500元（當時5元對學生來說是很大的數字）等，特別記得是兩位女同學帶頭捐獻50元。師生們還熱烈討論抗戰及將來的話題。首先爭論是：導致日本投降因素，有人認為是原子彈，也有認為是蘇聯出兵，也有認為兩者均有。今天可以認為，前兩者雖有道理但

偏頗，特別是冷戰時期不免各取所需，誇大自己的作用；原子彈破壞力的卻很大，1981年我因公到日本廣島，參觀三菱重工廣島造船所，不僅是圖片看到，廣島全城覆滅，而且廣島建築都是新建只留下和平公園的幾座殘留建築作為紀念，但是當時日本內閣在廣島覆滅後，仍拒絕投降，且嘲笑幾枚炸彈沒什麼了不起，但不能否認是日本人鼓吹的為天皇而戰死是最崇高的，是日本人應盡的義務，死後可進靖國神社，故沖繩之戰，都是自殺不投降，但原子彈爆炸則連這機會都沒有，只能像狗一樣死去，這就影響日本人的信心，故第二枚原子彈在長崎爆炸後，日本內閣也沉默了；而蘇聯出兵消滅百萬關東軍也誇大了，其實蘇聯出兵只在齊齊哈爾打了一大仗（這在近來的報載的蘇聯老兵回憶也是這樣說的），8月15日日本就宣告投降了，而哈爾濱、瀋陽等是8月20日解放的，百萬關東軍是投降而非打仗被消滅的，我1951——1956年在東北鞍山工作，不僅從當地人瞭解到而且也看到實況，蘇聯好修紀念碑以彰顯其豐功偉績，在瀋陽南站建有高大的紀念碑，頂上還建有坦克，長春則為飛機，哈爾濱則為紅五角星，紀念碑都有俄文記載，當然也有解放該城市日期；但不能否認是蘇聯出兵，日蘇互不侵犯條約已不存在，使日本希望蘇聯調停已不存在，關東軍覆滅也是遲早的事；因此導致日本投降是兩種因素都有，而且是多種因素，包括中國抗戰不僅拖住近百萬日軍，且當時已反攻，美式裝備的中國遠征軍已在緬甸戰場連敗日軍，基本把日軍趕出緬甸，在國內正面戰場和敵後戰場不僅相持，而且北方軍隊正節節勝利，在華日軍被消滅也是遲早問題。師生們還熱烈討論我國未來，李竹侯老師表示樂觀，因為戰勝了日本，洗掉百年恥辱，不平等條約廢除，是世界五強、聯合國創始國和五個安理會常務理事之一，李寶榮博士則不同意李竹侯的觀點，認為問題仍多。

1946年春，學期結束，培正中學也就遷回廣州，我也第一次到東山培正校園，見到壯麗的圖書館、美洲堂、澳洲堂、古巴堂、王廣昌宿舍、青年會、南樓、北樓，後來還修建了有350米跑道圍繞的足球場，而日寇佔領過並作為醫院的僅殘留在芳園的昔日焚屍爐的煙囪和小鐵軌等（後來當然拆取了）。然而日寇侵略和破壞的廢墟仍到處可見，長堤大新公司（即現在的南方大廈）變成火燒過的骨架，郵局海關後面的幾條馬路一片廢墟和瓦礫（今天的文化公園），永漢公園還有日占時期建的神社，通往東山的百子路大部分房屋損毀，著名的鄭磐石醫院所有設備已蕩然無存，只留下諾大的沒有門窗的破爛的紅磚建築群，其他馬路不少樓房僅存鋼骨水泥架和瓦礫，內街不少民居也是瓦礫一堆，原來是抗戰時，主人逃難無人的房屋不僅遭搶劫到無物可搶時，就拆毀變賣磚瓦木料，多少人抗戰勝利歸來，迎接是廢墟一間，我舅父從

粵北歸來，其永漢路東橫街祖居只是廢墟一堆，只能租房居住，戰後本來有善後救濟總署(UNCC和CNCC)，但從來未見救濟百姓。更諷刺的是善後救濟總署的物資如奶粉、蛋黃粉可在市場買到，而美軍的卡其衣褲、外套在太平路(今天的人民路)路攤擺賣，有些培正學生包括我也曾買和穿美式外套，而無線電器材，包括整機和零件均可在惠福路舊貨攤買到，包括培正學生的一些業餘無線電愛好者頻頻光顧。國民黨已不少變成劫收大員了，連當時其盟國美國也批評國民黨貪污無能了，李寶榮博士的‘問題仍多’不幸言中了。當時滯留廣州等待遣返的日本侵略軍在當清掃工，打掃街道，南京軍事法庭審判並槍決南京大屠殺主犯谷壽夫、‘百人斬’殺人競賽和屠殺300多人的三個日本下級軍官，也令人高興一時，但最

大戰犯、三光政策的主犯崗村甯次卻無罪釋放，人們憤怒與無奈，只能諷刺地說英美是不會放過侵略他們的戰犯，馬尼拉之虎山下奉文、侵略南洋的戰犯磯谷介廉都處決了，只有蔣委員長才放過崗村寧次。

9月3日‘中國人民抗日戰爭暨世界反法西斯戰爭勝利70周年紀念’是紀念我們第一次完全勝利的戰爭，百年恥辱包括昔日在澳門的屈辱(葡萄牙印度員警人任意毆打中國人、每年以澳門總督先是巴波沙後是戴斯樂、督察長官也和葡軍司令兼警察局長騎兵中尉布英沙(不過是區區連長)威風凜凜地發表文告，600多葡萄牙白人黑人士兵就佔領澳門600多年)一去不復還了。

五十年前的校慶

林英豪校長

今年二零一四年乃培正母校建校一百廿五周年。穗港澳各地母校及海內外同學會屆時定舉行盛大慶祝，熱鬧可期。

回憶五十年前(一九六四年)香港母校聯同培正同學會舉行培正建校七十五周年盛大慶典。當年值協社同學高中畢業，又為一九三九年級鵬社同學畢業離校廿五周年，同學會特為該社同學舉行晉升元老加冕典禮，由該社何宗老師及朱達三老師主持加冕儀式(其後改稱為銀禧加冕)。當年亦未有級社舉行金禧及鑽禧社慶。校慶日節目豐富，日中除有感恩崇拜會外，還有大巡行(校外附近街道)，陣容包括校董會成員、學校教職員及歌詠團、童軍等各單位、同學會暨各級社代表、海外返港同學……等等。校內有校史展覽、體育表演、國術表演等。晚上有千人大公宴(103桌)及逾三小時之音樂晚會，同學們盡一日之歡，尚覺時間過得太快。

當年校慶日海外同學返港參加者甚眾，鵬社同學有美西培正同學會(後正名為三藩市培正同學會)王北海會長、加西培正同學會(後正名為溫哥華培正同學會)何國權會長、李瑞桓同學由日本東京來，另紐約羅省各地均有代表蒞會，可見紅藍精神之表現也。

轉瞬間五十年後又是一百廿五周年校慶，協社同學畢業離校，已五十年，乃金禧之慶，同學們早已成家立室，事業有成，本人曾授課三載(初二，初三，高一)，同學中又多教職員子弟，師生感情深厚，今樂見同學們組團(攜眷)歸省母校，大喜事也。

校慶日又值一九五四年級匡社同學們畢業離校六十週年鑽禧之慶，禮社同學銀禧加冕，典禮隆重，自不待言，而台下嘉賓會有“金銀鑽耀目”之幻覺否。



金楓唱聚

誠社 吳漢榆

2015年10月12日 晚上8時 匡社石濟民同學邀請誠社區紹蠡、匡社李學易、郭少潔、羅啟發和我參加在香港大會堂劇院舉行一場優雅的業餘聲樂愛好者演唱會，並邀請到烏克蘭國立大學優秀的青年聲樂家韓丹為嘉賓，演唱柴可夫斯基〈奧涅金〉選曲〈連斯基詠嘆調〉及〈安德烈的祈禱〉等名曲。



音樂會由匯聲唱作社主辦，由一羣業餘聲樂愛好者組成，其中培正匡社石濟民值得一提，他本人是一位數學專業教師，退休後，1996年才開始學習唱歌，參加多個合唱團，接受不同的老師指導，並下定決心艱苦修練，終於2008年考獲英國皇家音樂學院聲樂八級證書。2014年更考取聖三一音

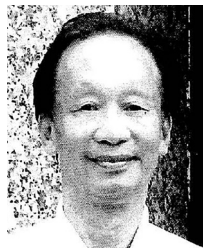
樂學院演唱文憑(ATCL)，今晚他演唱了俄國格林卡的〈蘇薩隆詠嘆調〉及黃河頌，並參加了小合唱〈翠峰夕照〉和蒙古族歌曲〈歡樂的那達慕〉。

石濟民經多年苦練，成為一個很有造詣的男中音歌唱家，音色沉渾而豐厚。不久前在抗戰勝利70周年紀念音樂會上演唱的〈思鄉曲〉和蘇聯李斯托夫一曲〈窰洞裏〉，以沉鬱如怨如訴的歌聲，唱出懷念故鄉淪陷，游子流浪異鄉的哀思和感情。

當天晚上，大會堂劇院座無虛席。兩個小時的精彩演出，給全場聽眾一夕充滿真善美的藝術享受。

石濟民 男中音

業餘歌唱愛好者。1996年開始學習唱歌，因起步遲、起點低，所以參加好幾個合唱團，接受不同老師的指導。在老師和團友幫助下，僥倖於2008年考獲英國皇家音樂學院聲樂八級證書、2014年考獲聖三一音樂學院演唱文憑(ATCL)。雖然已屆望八之年，自當繼續虛心認真努力學習，將勤補拙，冀歌唱水準逐步有所提高。



我的培正緣

葉喬生

我有五兄弟姊妹，我排行最小，到我適齡上學的時候，就只有我的四姐仍在唸小學，其餘的兩個哥哥和大姐都已經做事或出國留學了，為了方便照顧，爸媽把我送進了四姐就讀的德望學校，德望是修女辦理的，中學是全女校，小學則有非常少數的男生，修女的管教很嚴，即使小息也不准大聲嬉戲，我從小一至小四都被修女教導得像個純潔可愛的小女孩。爸媽為了替我鋪好升中的路向，四出尋找適合的學校，既要是所好學校，最好又可直升原校的中學，不用考升中試。爸爸的一位好朋友馬有為伯伯是1930年級敬業社的培正人，他的兒子馬民健也是1964年級協社的紅藍兒女，他建議爸爸讓我入讀培正，但此事談何容易？培正給人的印象是私立的貴族學校，學生都來自比較富裕的家庭，學費不菲，學生程度高，不對外招生，除非是有熟人介紹，否則真是欲進無門。馬有為伯伯很熱心幫忙，穿針引線，替我安排了一個插班考試，也的確是我的運氣，一九六七年香港暴動之後引起了一股移民潮，

有些有錢有能力的家庭避走外國，培正小學有一些同學也出國了，於是有幾個空缺，可供插班，還記得馬伯伯的太太向爸爸傳來我考上了培正的喜訊，她說，「葉先生，恭喜你了，喬仔考上培正了，好過中馬票啊！」就這樣結下了我的培正緣。培正給我的不但是小五至中六的八年教育、出眾的學問基礎、正確的價值觀、做學問的方法和做人處事的道理，還給了我一生受用不了的友愛，享不盡的紅藍情誼，怪不得馬太太說，真的好過中馬票啊！

從一間訓練乖乖女的德望小學轉到培正馬騮頭的校園，對我來說真像劉姥姥入大觀園，培正的規模把我看得目瞪口呆，校園宏大，設備齊全，除課室外還有宿舍，音樂室，勞作室，書局，圖書館，衛生室，飯堂，大禮堂，體育館，大操場，十二張乒乓球桌，八個籃球架，跳遠沙池，跳高沙池，田徑跑道上見到中學部的大哥哥穿著釘鞋練跑，擲標槍，撐杆跳，嘩！培正真厲害啊！以前在德望小學的上課時間表很簡單，只有傳統的中、英、數、美術、體育、聖經、自然等幾科，教英文的老師也兼教自然，教聖經的老師兼教體育，培正的上課時間表可多姿多采了，除了一般傳統的科目外還多了集會，珠算，說話（學講國語），史地，會話，德育等我當時從未聽過的科目，美術則細分為圖畫和勞作，由不同的老師

文附載三十八年前高伯寄給我的兩封郵簡，第一封是叮囑我務必成立雪梨培正同學會，第二封是恭賀雪梨培正同學會同學會成立，真的是歷史了！

重建後的雪梨培正同學會會員不斷增加，活動頻繁，盛極一時，幾年之間甚具規模，第一次改選後改由50年弘社蔡志剛任會長，田華湛及葉喬生任副會長，會員日見增加，全盛一時，至此雪梨培正同學會已經得到同學們的支持和愛護，基礎已固，由陳兆邦(36翔)、蔡志剛(50弘)、馮玉基(51明)、李桂榮(56瑩)、葉喬生(76敏)及徐兆敏(75昕)等歷屆會長的努力耕耘下，弦歌不絕，自一九七七年重建以來，於今三十八年，箇中凝聚了各方的紅藍兒女，在南半球的雪梨，以至善至正的紅藍精神，互助互愛，維繫同學情誼，為留學雪梨的學弟學妹提供幫助和指導，聲援母校的發展和教育事功，雪梨培正同學會都發揮了應有的功能，會員由當日的十七人發展到今日一百三十多人。欣逢今年雪梨培正同學會舉辦第四屆世界培正同學日，全球培正同學在雪梨聚首一堂，回首前塵，一步一腳印，我也可以給高伯一個交代了！

昔日的雪梨培正同學會乃由一批五、六十年代的同學在六零年代初成立，當時朱柏瀛(58銳)，司徒政(59光)，馬春愛(60正)，陳東城(63真)，曾梓，陳國雄，凌沛祥(56瑩)，方守法(56瑩)，余在春，張明(61善)，徐偉杰(61善)等大部份同學正在大學求學，時有聚會聯絡，遂逐漸形成同學會的規模，先後舉馬文輝(33奮)及周龍江(38融)

等老大哥為會長，常在聯新樓，東山飯店等酒家共聚紅藍，當時澳洲仍是白澳政策，華人甚少，一眾培正同學在雪梨培正同學會內，砥礪團結，互助互愛，一共成長，更常與培道及真光等友校舉行聯歡舞會等，甚至有同學因此而結成「友校夫妻」，傳為佳話，惜因後來同學們大學畢業，各奔前程，同學會也隨著同學的星散而解散了！今日的悉尼培正同學會在歷屆會長的努力經營和同學們的愛護及支持之下，承先啟後，繼往開來，方興未艾，我和一眾同學雖然已經離校多年，卻因著同學會而可以不斷享受紅藍園地的情誼，繼續一生的培正緣。

更加不可思議的是大一時在雪梨大學的一堂數學課裏，認識了一位女同學陳芷菲，我們一見鍾情，她結果成為了我的太太，原來她的爸爸是1943年級鋒社的同學，叔公更是培正同學總會創會元老之一的陳光(26級奮志社)老大哥，他的畫像至今還高掛在香港培正同學會的會客廳裡，永誌紀念，而我太太的生命裡居然會有兩位曾經出力組建同學會的培正人，想不到我的培正緣還真的那麼玄啊！

(林妙玲學姐，多謝你在倫敦的款待，為我造就了一生的培正緣，也間接促成了雪梨培正同學會的再度成立！我失去了你的聯絡資料之後，曾經委託皓社的同學代為訪查，卻沒有結果，在香港護士協會也只能找到姓名，沒有聯絡資料，希望你別來安好，盼你能聯絡我，我的email是 mr_romuald_yip@yahoo.com)

紅藍二代放異彩 培正薪火永相傳

一九四三年級鋒社 陳永中學長 千金

一九二七年級會仁社 陳光學長 侄孫女

一九七六年級敏社 葉喬生前會長夫人

陳芷菲博士 榮獲國際腎科醫學獎

世界知名營養師 榮獲國際腎科醫學獎

悉尼聖佐治醫院 The St George Hospital 腎科主治營養師 Dr Maria Chan 陳芷菲博士榮獲二零一五年祖爾歌波 Joel D Kopple 腎科醫學營養獎，總部位於美國紐約的國家腎臟基金會每年會從世界上選出一名對腎病營養醫學有重大貢獻的專家，授予該項殊榮，頒獎禮於三月廿六日在美國舉行。祖爾歌波獎是世界腎臟營養醫學的最高榮譽獎，陳芷菲博士是該獎成立以來第一位澳洲得獎者，也是歷年來唯一的中國人。

陳博士早年隨父母從香港移民來澳，曾就讀香港真光小學及金文泰中學，在澳洲獲得學士、碩士及博士學位，她是首位被澳洲營養師協會 Dietitian Association of

Australia, DAA 評定為專家級的腎科營養師，亦是卧龍崗大學醫學院榮譽高級院士，新南威爾斯大學醫學院聯席講師，歷任澳洲營養師協會腎科學術組主席，紐省醫務衛生署腎科醫療策略委員會委員，兩屆國際腎科營養學及代謝學學會腎科主席，國際腎臟協會營養學會創會委員，瑞典卡羅琳斯卡醫學院 Karolinska Institute 研究所訪問學人。

澳洲營養師協會 DAA 早於 2007 年已向陳博士頒授「傑出貢獻獎」，表揚她以營養干預 Nutrition Intervention 來幫助



葉喬生與大大 MARIA

腎病患者的傑出成就。陳博士提出在病人進行血液透析時同時進行負重運動會對病人體質帶來改善的理論，獲得澳洲腎臟基金會撥款，與悉尼大學、愛爾佛王子醫院RPA及聖佐治醫院共同進行臨床研究，成功證明了該理論確實對病人整體健康水平有顯著提升，論文公佈之後，引起國際腎科醫學界關注，如今，世界多所醫院都參照該方法，成立專門單位，在病人進行血液透析時加入負重運動，這個世界首創的方法有效地改進了血液透析洗腎者的整體健康、體能和生活質素。



陳芷菲博士在腎科營養學的不斷鑽研，使她於2013年再度獲得DAA授予「傑出貢獻獎」殊榮。成為史以來兩度獲頒該獎項的人。陳博士於過去十多年，作長期追蹤研究，以循證醫學方法Evidence based study，追蹤數百名腎病患者在期間的病情變化，從而證明了缺乏及早的營養干預Nutrition intervention是做成腎病患者死亡的重要原因，陳博士認為及早和適當的營養介入有機會使病人不需要過早開始洗腎，並有可能減低換腎的迫切性，減輕病人身體的不適和症狀，包括改善食慾及精神狀態，維持肌肉質量，提升整體生活素質和提高存活率等。陳博士說，由於腎臟是人體新陳代謝的重要樞紐，這個功能一旦損卻，全身所有的器官和機能都會受到重大影響，所以營養介入的分析和計算非常複雜，既要提供身體必須的營養，又不可令衰竭中的腎臟及代謝系統不勝負荷而引至血中毒，同時又要維持電解質及各項器官功能的平衡等，然而醫學界向來並沒有一套界定腎病患者營養需求及治理的準則，做成醫生和營養師都沒有確實的理據來為病人制定適當的營養治理方案，令病情難以控制。陳芷菲博士有鑑於此，於2006年提出必須創立有數據和科學標準的營養指標，讓醫學界有所適從，她集合其他醫生和營養師，用

循證醫學研究，歷多年時間，首創了世界三套分別為中、末期腎衰竭，正在洗腎乃至換腎後病人的營養指引，於相關醫學期刊在世界發表，現在這三套指引都被訂定為澳洲和紐西蘭的國家標準，世界各國亦相繼參照或引用該系列的指引作為標準，因此美國的國家腎科基金會決議頒發2015年度的祖爾歌波獎給陳芷菲博士，以表揚她在世界腎臟營養醫學的重大貢獻。

澳洲有大約一百七十萬不同程度的腎功能損缺者，接受洗腎的約一萬二千人，每年因接受腎病治療而入院的高達一百多萬人次，等於住院人數的13%，而台灣更是每八個人便有一個腎病人，洗腎率屢居世界首榜，可見腎病確是一個非常嚴重的問題，而每一分在腎科醫學的貢獻都有機會減輕病人的痛苦和醫療體系的負擔。

陳博士所發表的科學論文達三十多篇，並有四本書的篇章，其中一篇被譯成西班牙文出版。陳博士曾為北京醫學院附屬第三醫院及新加坡阿歷山大醫院透過聖佐治醫院培訓腎科專科營養師，並屢獲香港醫管局、香港大學、馬多西亞國立大學、墨西哥醫學及腎科基金會、國際腎科學會等邀請到世界各地專題演講及舉行學術講座。

Maria的話——培正與我

我的爸爸陳永中是一九四三年鋒社的老培正，小時候常常聽爸爸說起在培正的學生生活、趣事和威水史，令我對培正充滿了嚮往和憧憬，培正同學之間的友情更是令我印象深刻，猶記得每次爸爸駕車經過上環的時候，他總愛停車來到得雲茶樓找老闆小敘一番，後來我才知道老闆是爸爸的培正同學。

我常常嚷着要到培正讀書，可惜因為家住北角，離培正太遠，爸爸唯有退而求其次，把我送進了真光小學，總是友校罷！後來升上了金文泰中學。

爸爸在培正時熱愛運動，受了他的影響和鼓勵，我也曾經馳騁在田徑場上，還贏過幾面學界運動會的獎牌。爸爸把他在培正的積極進取和認真求知的精神傳了給我，啟發我在學術上不斷進取。和葉喬生一起之後，他更把我帶進了培正的大家庭裡，三十年來都和他一齊搞同學會活動，興奮地一起高唱校歌，和同學們樂作一團。我到世界各地開學術會議時，葉喬生都會帶我拜會當地的培正同學會，包括港、澳之外，還有巴黎、三藩市，加洲二埠、多倫多、倫敦和美南培正同學會等，到處都體驗到熱情溫馨的紅藍精神，而我們身邊的都是要好的培正同學，家裡每個角落都有校刊和「培正同學通訊」的踪影，時常閱讀到培正同學在學術界及其它領域的成就，他們的故事給了我很大的啟發和鼓舞，激勵我在腎科營養醫學上努力鑽研，以愛心和真誠對待病人，多年的工作



MARIA 在雪梨培正同學會新春聯歡晚會上 頒獎給 仇乃昭學長 (45級)



MARIA 獲頒 JOEL D KOPPLE AWARD 表揚她對腎科營養醫學上的重大貢獻

成果亦因此得到醫學界的認可，最近更獲得國際腎科界最高榮譽的 Joel Kopple 傑出貢獻獎。在澳洲亦兩度獲得腎科營養醫學重大貢獻獎，培正的精神實在是我最大的支柱和動力。

很多腎病患者也會同時患有糖尿病和心臟病等問題，身



心備受困擾，我的營養治療研究正是針對這些新陳代謝紊亂的病理，以營養干預來減低病情及提升患者和家人的生活素質。目前最大的願望是爭取到一些研究金，用以推動更多研究，為腎病與及相關的糖尿病及心臟病人改善病況，提高他們的生活素質，讓這些患者也能盡量享受美好的生活。

寮屋歲月

誠社吳漢榆



深水埗石峽尾寮屋區

筲箕灣寮屋區

鑽石山元嶺木屋

匡社老校友江啟明 2015 年出版一冊《老香港》，其中有一系列寮屋區素描，勾起人們對香港 50 年前二戰後草根階層居所的回憶。

下面三幅圖片展示深水埗石峽尾寮屋，白田村筲箕灣寮屋區（現改名愛秩序灣）及鑽石山元嶺

木屋。1950 前後，何文田培正中學附近山頭，也有一大片木屋區。

這些木屋區一般人口稠密，居住環境惡劣，衛生條件很差，供水、供電多靠非法取得，消防隱患嚴重。記得 50 年初九龍東頭村寮屋區發生大火。時值冬天，風高物燥，火乘風勢，一發不可收拾。我培正同學響應浸信會救災活動，匡

社高中一停課，到災區協助救災，每組由培正男生和培道女生各兩名，負責登記災民，核對身份證明文件等，以便派發救災用品，盡快作出安置。港九寮屋因人口稠密，管理不善，設施匱缺，受火災旱災缺水威脅。

培正誠社李君聰同學曾是一盡忠職守的香港政府公務員，他於 1960 年代服務於香港徙置事務處，曾出長管理過屬合法之平房寮屋（多石屋）徙置區，即港島筲箕灣之富斗窟村，為該村居民做了許多好人好事。

在離任升遷時，村民送上褒賞狀及《德政昭彰》扁額，表揚李君聰勤政愛民，修池儲水抗旱，護電·避危防風救災之德政，凡事親力親為。黎民安居，百姓載德。

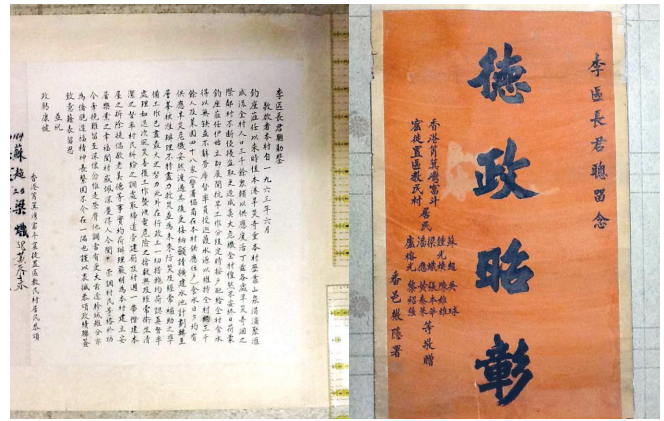
李君回想他就讀香港培正中學期間，深切體會到基督教

“非以役人，乃役於人”的教義，從而貫徹於自己卅多年香港政府公務員的社會服務實踐之中。

功德頌文辭（加上標點句讀）

李區長君聰勛鑒：

敬啟者，本村自一九六三年六月鈞座蒞任以來，時值本港旱災奇重。本村歷靠山泉涓滴聚滙成流，全村人口三千餘眾賴以供應度活。丁茲各處旱災奇涸之際，鄰村不斷侵擾盜取，更造成莫大危機。全村惶然不安終日。荷蒙鈞座蒞任伊始，立即展開抗旱工作，分段定時按戶配給，全村食水得以無缺。並不辭勞瘁，督率員役巡護水源，以維持全村約三千餘人及菜園四十八家食水日夕均有供應，旱災危機安然渡過，其後更接納籲請，擴建水池，計劃轉呈層峯，核准辦理。不特盡力救災，並為未來防災及經常補助之準備。工作已盡最大之努力。此外在行政上一切措施，均荷認真督率處理。如迭次風災善後工作，暨洩電危險之搶救，與及經常衛生清潔之督率，村民糾紛之調處，取締道旁建廁，及村週一帶僭建木屋之拆除，提倡敬老之美德等事實，均荷辦理嚴明，為本村建立安居樂業之幸福，闔村感佩，深幸得人。今聞榮調，村民等格於功令，牽挽難留，至深懷念。惟是榮膺他調，當



村民致送功德頌（下接村民200人簽署）

富斗窟村民致送題詞

有更大前途，軫域雖分，亦為僑胞造福精神常繫，固不介在一隅也。謹以衷誠，恭頌政績，聯簽致意，藉表留思。

並祝 政躬安康

香港筲箕灣富斗窟徙置區教民村居恭頌

五十年如白駒過隙，彈指一揮，一晃而過。察屋歲月，富斗窟村民致送李君聰的題扁和功德頌，都成歷史珍貴回憶，永遠留在人們心中。

樹人故事： 《逆風》編劇何力高 重執教鞭 舞台教官 音樂劇啟迪學生

如果你曾經看過《震動心弦》、《逆風》這兩齣音樂劇，或許你也會認同，它們未必是最完美的音樂劇，但學生澎湃動人的演出，卻值得觀眾拍爛手掌，而一手包辦編劇及填詞人的，正是培正中學現任副校長何力高。何力高愛音樂劇，但更愛生命教育，將兩者結合，是他努力追求的梦想。

雖說「好馬不吃回頭草」，但連同今個學年，何力高已是第三次重返香港培正中學任教了，闊別母校三年，一個華麗轉身，他更由老師擢升至副校長。然而，何力高曾說過，教書的日子經常失眠，又說自己是「誤落塵網」，直言只要一天當老師，一天也要過折騰的非人生活。既然如此辛苦，又何解要「再落塵網」呢？

「再落塵網」重返培正任副校

何力高坐在簇新的「大班椅」上笑着回應：「很大原因，是因為培正中學的校長及副校長都同時在今年9月退休，學校



召我回來幫忙。我自幼在培正長大，三歲開始在這裏讀書，一直至中學畢業，培正是我第二個家，家有需要，我便回來。」

不過，理所當然的背後，他亦不否認「升職」的因素，「我會形容以前的自己是一隻牛，一星期七天都不斷埋頭苦幹地教書、批改功課。但離開培正那幾年，因為跟社企合作辦音樂劇，我接觸多了不同學校的學生，我的價值觀也有所改變。既然現在角色不同了，我也希望藉這個崗位，可以策劃多些我想做的工作，實現我的理想。」

成績欠佳 也有獨特才華

何力高所說的理想，就是要透過音樂劇，幫助一班「讀書不成」的學生重建自信、尋覓人生方向，「坦白說，以前我也是一名催谷型老師，比較『成績導向』、『考試導向』，因為我相信，在香港讀不好書便『無運行』。但這幾年的經歷卻告訴我，事實並非如此，其實成績不好的學生，一樣有他們獨



其實成績不好的學生，一樣有他們的才華，問題是，他們有遇上自我發掘的機會。」
——何力高



特的才華，問題是，他們有沒有遇上自我發掘的機會」。

借音樂劇培育年輕人「4D」

採用音樂劇作為生命教育的工具，除了是因為何力高擁有香港中文大學東西方戲劇文學碩士的銜頭，他既熟悉又熱愛舞台之外，更重要的，是音樂劇有助培育「4D」，正正是時下年輕人最缺乏的。

「一齣音樂劇台前幕後加起來隨時超過一百人，它講求高度的團隊精神和嚴謹的紀律(Discipline)，並要對藝術抱一絲不苟的態度和全情投入(Dedication)。而青少年經過無數次艱苦的綵排到最終踏上舞台，過程中，他們會有自我追尋和發現(Discovery)，且因着團隊彼此朝夕共對，最終會獲得友誼、人情味和快樂(Delight)」。

《震動心弦》和《逆風》這兩齣由學生擔大旗演出的音樂劇，引證了何力高的講法，在這位「舞台教官」嚴厲鞭策下，一個又一個有血有肉的生命，都經歷了奇蹟般的蛻變。

嚴厲鞭策 頑劣學生奇蹟蛻變

何力高印象較深刻的，是一個叫阿博的年輕人，他來自Band 3學校，是師生眼中的壞孩子，「練精學懶」之餘，亦視

規矩如無物，經常令何力高抓狂，「他綵排既不認真，常嬉皮笑臉，亦試過無故失場，最離譜是躲在廁格偷偷抽煙。我搞音樂劇的原意，就是要改變學生的生命，所以我不能夠姑息他，遂趕了他出劇團」。

但這樣反而令阿博學懂反省，後來主動向何力高道歉，他也再次給予機會，結果，阿博最終成為唯一一個有份同時參與《震動心弦》和《逆風》兩齣演出的演員。「你說他已洗心革面、大徹大悟了嗎？我真的不敢說。但至少今天的他，跟未參加音樂劇前，是有相當不同的。我想，如果他當日沒有參加音樂劇，今天可能依然聯群結隊，為非作歹。我相信，他嘗過什麼是好的，便不想再走回頭路。」何力高肉緊地說。

盼搞聯校音樂劇 助學生成長

雖然跟社企的合作關係已告一段落，何力高亦選擇重新「落戶」培正中學，但他表示，他的教育夢並不會限於這四道牆，「我希望在教育界，找一些志同道合的校長，或聯繫一些資源較匱乏的學校，一起搞聯校音樂劇，希望幫到更多年輕人好好成長」。

轉載明報副刊2015年10月12日