

茶會隨筆

輝社 鄭國輝

撰寫報導文章不是我的專長和喜愛，今年三藩市培正同學會有一喜事：傑社戚嘉慧東山復出，重任會長。她是一英明領導，與人相處甚和煦，且和我有深厚的忘年之交。所以勉為其難，執筆獻醜。

今年活動略改形式。停辦春節聯歡、夏日郊遊。以三次分別在灣區名餐館作點心茶聚。六月二十日上午十一時開始在 Burlingame 的帝國酒樓是第二次。幸好何汝顯、蔡煒國夫婦報了名，胡露施和我坐其順風車準時抵達。

筵開四席，輝社十二人，獨自佔一席。早一天，翁希傑熟諳酒樓經理，預先訂了一大桌子可容十二人給我們。自解放病毒後，同學會也恢復活動。分隔的時間頗長，見面機會稀少，重逢喜悅，可想而知。千言萬語，很難一時盡吐。正是「別後悠悠君莫問，無限事，不言中。」此小文記的是幾件瑣碎小事，不堪掛齒。

出席學長最多的輝社



會中戚嘉慧會長過來交給我二通訊，二紅藍口罩，我立即轉交翁希傑。事緣他在銀行結識一經理，是八六年級晶社同學，他會送給此人，希望他有興趣參加同學會。自二零一六年九一年勇社江勁祥單刀赴會，參加銀禧後，未見九一年級和以後的同學影蹤。我們極需要些年青新血。

翡翠禧班前副會長仁社黃如珍也在席上。她是領袖級人才，每次大會率領仁社多人參加，相信今年不會例外。她的長兄黃英傑同屬仁社，也是前副會長。她告訴我英傑已移居香港，偶回三藩市，希望今年會見到他。同席的仁社馮景生是舞蹈名家。二零零五年毅社鑽禧時他和夫人偕善社余光源，劉陪賢夫婦表演探戈，全場掌聲如雷灌耳。



肚子餓了 ----- 還未上菜

光社黃維廉是攝影大師，多年前他和周榮超約我見面，整理三藩市同學會舊通訊。物換星移，歲月催人，榮超已作古。想來不勝唏噓。夫人湯娥容也是光社同學，青梅竹馬，共諧連理，確是紅藍佳話。她很關心我，再三叮嚀不要跌倒。



最年長的一圍 廣州培正同學,最年長是 1956 年匡社的區智學長

副會長勤社許永懋是美食專家。歷年同學會菜單都是他擬定。夫人捷社李健是同學會財政。很高興見到他的大哥剛社許永達，他是吳淼垚的同學。副會長勤社陳淑賢也住在三藩市。幾年前我在日落區一餐館 Eight Immortals 碰到她。她說府上就在附近，很多謝她主持輝社藍星禧，十分成功。



紅酒茗茶
互相輝映

輝社單瓊珠剛從香港回來。她曾參觀一護老院，其中情形我聽後不寒而慄。是人生走的最後一段路。輝社王端嫻說胞妹協社王端儀在蒸氣浴室安然逝去。二零零一年端儀曾和我們往黃山、張家界各地旅行。真是「世事一場大夢，人生幾度辛涼」。



我們的第三次點心聚會於 7 月 6 日在 HLL 半島明珠酒家舉行，兩張桌子上有乒乓球選手和球迷出席。特別感謝 1964 年協社的同學，我們所有的活動都來參加



我自小便喜歡看小說。三國誌，封神榜，東周列國志，七俠五義，洪熙官，無所不讀。當然像我時代的高中學生，我也被金鏞的武俠小說吸引了。小說中對武術的誇大，加上那時代的香港電影也沒能將真功夫表演出來。我心裡對中國傳統武術的存在有所懷疑。

在越南讀小學五年級時，有兩位和我同一宿舍同學曾以學過功夫自豪。我還記得他們要比較誰的拳派利害。最近和其中一同學談起，他也忘了曾學功夫這事。記得七六年時在中文學校認識了些會打太極拳的朋友，重新了解到拳術也是中國文化傳統之一。在美國人的圈子裡也很流行用太極拳作健身運動，我們地區的 Foot Hill College 也有太極拳一課。我那時在 XEROX 研究所工作，同事們請了 Foot Hill College，一老師在中午時來教授太極拳，所以我也學了一套簡化了的太極拳。我想一般人對太極拳的認識只限於一健身的柔軟操。打太極時要慢，而且身的肌肉要鬆弛。這能用來作自衛嗎？更難理解的是被人一拳打來時，我們該用那一招去應付？

朋友裡懂太極拳的有些已練習推手。據說這是太極拳應用之入門。去年我們被邀請去友人家觀賞 BLUE ANGLE 的飛行表演。同時在他家觀賞的有一位李師傅。他每星期六在聖荷西一公園裡業餘教授太極拳。跟李師傅學習的學生都對師傅的功夫佩服到五體投地。甚至說師傅的功夫有如金鏞小說裡的人物一般利害。那下午在友人堅持下，李師傅同意作一示範。他請我朋友平身伸出雙手，而我要用我雙手拉他的手回來。他比我高大，我用盡氣力，也不能將他的手拉入。李師傅跟著用他兩食指，握住我朋友的左右手，輕易的將他的手拉入。李師傅解釋力不是從手來而是從意念出。隨著他要我試試用意念來拉。這一次，我全神灌注後才發力。效果比較好一點。這是我第一次聽到勁力是從意念而來。李師傅繼續示範他的氣功。他要我朋友站樁，然後要我用力去推他。在這過程裡，師傅說他用氣功將我右腿的力拿掉，不知不覺中，我的身便因右腿無力，偏了去右方。當他拿掉我左腿的力，我的身便偏了去左方。李師傅說任何人都能夠感應自己或他人的”氣”。他要我環手向前，左右手分離二吋，然後去感受有無”氣”環著手轉動。我初時一無感覺，李師傅用手在我環著的手上掃了一圈，我意念裡便覺得有空氣在手的皮膚上飄動。繼著他又要我站穩，然後他輕易地將我推倒。原來我倒下的原因是我站得硬，只要身體重心偏在一邊，人便會倒下，如果我下盤是鬆，我可以將重心移去保持平衡。在短短一個下午，我明瞭到人體

力量的來自意念，物理學如何應用在技擊上，及氣功。學習功夫要有三個動機(一)健身,(二)尋理趣,和(三)自衛。

以前在 XEROX 學太極拳時，只能有第一個動機。是否可以達到健身,尚有疑。更不用說其他兩個動機了。

去年從黃山回來後便去跟李師傅學太極拳。地點是在聖荷西 OVERFELT GARDEN 的孫中山紀念館。天晴時在室外，下雨時則在室內。班裡的師兄多已跟師多年,Dan 則早我和惠翠數月。因七八個師兄弟的程度不一。師傅都在開始時問有沒有個別問題。解決個別問題後，師傅帶著眾學生練習他濃縮了的太極九式，練習三四次後，再帶領去練八十三式。在談話中有時解釋有關氣功的簡單概念。他對學生的要求是隨緣，學生能吸收多少便吸收多少。他主張學生要存一無所求的態度。不要刻意去追求某種境界。我和惠翠去上第一堂時，天下雨。眾人團聚在室內聽師傅示範招式的應用。一師兄過來教我們站樁及太極第一式。其後師傅再矯正我們的姿勢。太極這無極樁要脊骨直，所以盆骨稍向前，上身像是半坐在一無形的椅上。這姿勢拉直了尾龍骨。頭要挺直像被天上一根線拉著一樣。站樁後，如有人施力壓在你肩膀，他的力直接被傳至腳底，背脊骨一點都沒有感到壓力。這樁又有千斤墜的功能。在通常情況，我可以將惠翠抱起。只要她站樁,放鬆全身，神意內斂。我便無法抱起她。

第二堂，早到師兄在作暖身運動。要我們跟他練盆骨的轉動。轉動的軸心是前後,左右，上下。在太極拳裡，身體重心移動靠盆骨的轉動。所以學太極拳要練鬆下盆。我到而今都沒有這樣運動盆骨，需要時間去練習。說到這裡，肥陳是第一個教我這盆骨運動的。在銀禧後去桂林旅行，回程時在機場我提到腰酸背痛。肥陳便教我這方法。但我當時不會將盆骨轉動。後來便忘記了肥陳這一招了。現在總算學上了。間中的腰酸背痛果真消失了。這開始了我學習太極拳的路程。過去短短一段時間裡，因學習太極拳回想到過去很多事。

我自小愛追索學問。因為不懂”氣”與”力”的源來，在很多事上花了時間而得不到所期望的。記得在越南嶺南念中學時,有課外科目給學生選讀。我選了大提琴及書法。在學大提琴時，每日下午放了學便去練習。我個子本細小，初中時氣力也不夠。為了拿穩琴弦，右母指緊壓著琴弦，用力去拉。記得有時練習久了，母指和食指間的肌肉便緊起來至到不能握著琴弦。久了,那肌肉便因多用，變得比常人厚。

至今仍可見。想回來，力應該從身通肩膀及手臂而來，而不是手指及手腕之力。很多有天份的人，這樣的理解自然而來。我沒有這天份，所以學大提琴學了三因是一苦事而不是一樂事而停頓了。書法又是另一回事，它不需要力，但需要氣。寫字時要懸腕，學了太極後便了解到如手腕碰桌面，“氣”便不能從身傳達至手。所以練字要先練氣。所以初中時天天早上五時起床去練字，只以為勤練習寫字會有進步。那知並非這回事。太極拳的氣功給了我一新的角度去觀賞字畫。二月和惠翠去台北時，特地去故宮博物院去參觀。留連了一段時間去觀賞其中的字畫。

一個人的成長如能獲明師(即明白重點何在的老師)，事半功倍。自出道做研究後至今，少認識明師。學跳舞，跳來不明為何動作這麼難。打高爾夫球，手起了繭仍不能將球打遠。教練說身要怎樣轉，總是不明所以。而今則明白重點是下盆要鬆，身才能轉。力是身轉時產生的離心力，而不是手力。這不是太極拳發力的原理嗎？所以在李師傅教導下，使我對太極深感興趣。學習太極拳一無所求的心態亦緩慢了我的人生步徙。過去在漫漫長路裡，我追尋果樹。現在我想在路途上稍停下來，欣賞鳥語花香。想不到學了太極引來這麼多胡思亂想，胡說八道。

雁社同學永遠支持同學會

區次嫻老師

雁社

紅藍兒女

樹人樹木樹風聲
母校劬勞鑄美名
桃李芬芳結善果
春風化雨出精英
心循正道往前行
情繫紅藍備請纓
道阻且長不畏懼
永為真理之干城