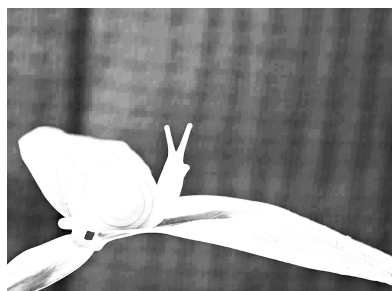


蔡瀾遊

text: 蔡瀾
REGULARS
名人專欄



蔡瀾
著名專欄作家，
喜歡旅遊飲食真生活，永遠忠於自己，
評論世間人與事，從不買賬。



咪摩

晚上睡眠不足，一早又要趕出門。起身，總有一段時間頭腦不十分清醒，做起事來，迷迷糊糊，正經事做不了，將周圍物品東碰碰西動動，廣東人叫它為「咪咪摩摩」。

咪摩的長短因人而異，我自己大概需要一個鐘頭。這段期間內像進入了迷離境界Twilight Zone，什麼事都做不成，看到香煙抽一支，看到茶葉沏一杯，看到了花笑一笑，絕對不可坐下，一坐下，瞪著天花板，時間一剎那跳過，連咪摩都不咪摩。

總不能那麼浪費，只有做一些不花腦筋的事，譬如我在旅行時，利用它來收拾行李，最好不過，但等到咪摩期間一過，一定得巡視一番，不然還是會忘東忘西的。

沖涼是一個好辦法，能有浴缸就浸浴缸，不然淋花灑，效果一樣。入浴最能縮短咪摩期，要是不躺在浴缸中睡去的話。

有些長輩和友人用來打坐，也是好辦法，我還沒有那種功力，只

會用吐納來入眠。

也試過在咪摩期洗碗碟，打爛了幾個古董茶盅，放棄再次嘗試。

如果咪摩期發生在家裡，另一選擇是煮東西吃，但小心切菜時連手指也剁了。

年輕人利用它來開一炮最佳，這種運動，連腳趾公也蠕曲，有益身心。

年紀大了，也可燒香拜佛。

任何事，一以為是負擔，就慘了。如果能將咪摩變為樂趣，輕鬆得多。咪摩就讓它咪摩吧，什麼事都不做，有什麼大不了的？

問題出在有些人，一世咪摩，要是吃得飽穿得好沒話說，但是他們的咪摩，總在抱怨。

不過這也要看用什麼角度看人生，別人的眼裡，也許我們也在一世咪摩。

好在，自己拼命努力，也有死線相逼，才能擠出文字。這篇東西，也是在咪咪摩中創作出來的，敬請原諒。✍

*本文經蔡瀾先生授權，摘自《虛無恬澹》

以上內容純屬作者個人意見，並不代表本刊立場。