獨挑大任

琴台客聚 彥火

沈從文的《中國古代服飾研究》一開始是單打獨鬥的，上頭沒有配給任何助手。遠在行伍年代，沈從文已對書畫及文物深感興趣，並且在腦海中積累很多這方面的資料。

1946年、1947年沈從文寫過一篇展子虔《遊春圖》的文章，大膽指出這不是隋代的作品，他在這篇文章裏作了大量詳盡的評論和考證，才得出這個結論。他指出：「這可能是唐人的《遊春山圖》。」此外，他還寫過一些關於書法的評論文章。

1949年後，沈從文才專心從事文物方面的工作。他進北京後長期來對老北京古董店比較留意和注重。

特別是1949年後，三反五反期間，那些古董店檢查的文物，有80萬件之多，沈從文被指派做這些文物的整理、清點分類工作，因此，他對文物方面的具體知識積累得比較多。

此外，他在故宮看了很多博物館珍藏的歷代名書畫，當時還跟張珩先生（中國著名書畫鑑定家）共事過。

當1964年中國文化部部長齊燕銘向周恩來總理建議讓沈從文編寫《中國古代服飾研究》，上級才開始考慮給沈從文派助手。

周總理與沈從文是相熟的，當時決定調8個人給他當助手，包括有副教授、研究工藝美術的人員及搞文物的專門人員。

沈從文覺得條件還未成熟，大搞的時機未到，他自己只不過是先搞一個試點本而已。沈從文的意思是待初稿出來後，讓大家看看好不好，然後再請人來一起做，比較合適。

這個試點本花幾個月時間就搞出來了，當時曾經送給周總理和齊燕銘過目，還有其他一些有關人士都看過。當時歷史博物館的美工組有3個人做他的助手，即陳大章、李之檀、范曾。

但歷史博物館的領導不大重視沈從文的工作和研究，可能因解放初期，沈從文曾被人批評過。人們又沒對沈從文作深入的了解，在成見之下，對他的工作不大支持，所以他精神很苦悶。

沈從文原來計劃開展幾項工作，當時如果條件順利，他可以出版很多具有學術價值的著作。他不像別人，要翻查很多資料。他的文字材料及形象材料就在腦子裏，隨手拈來就寫，個別稍為查對一下，基本上就行了。

（「沈從文與一部巨著的誕生」之三）

奮鬥創造奇跡

姚弦雅音 姚珏

2023年新年已經來到，相信大家最大的心願一定是疫情遠去，社會復常，健康平安。3年的疫情給百業民生帶來影響，但也磨練人之意志、思考信念和勇氣。

國家主席習近平在2023年新年賀詞中指出「明天的中國，奮鬥創造奇跡。蘇軾有句話：『犯其至難而圖其至遠』，意思是說『向最難之處攻堅，追求最遠大的目標』。路雖遠，行則將至；事雖難，做則必成。」習主席點出了幾個人生道理：一是要有遠大的目標；二是不怕困難，迎難而上；三是腳踏實地，滴水穿石；四是心懷信念，終將實現夢想。

這些人生哲理一直以來也幫助我不斷進步。每年我都會為自己寫一個目標計劃，為自己設定新年奮鬥目標，到了下一年的新年，我就會回顧和展望，這是我的習慣，即使每完成一個文化藝術項目，我也會總結和思考，希望未來能夠改進，更好地實現夢想。儘管實現目標會遇到各種困難，但值得高興的是，年終時回望，付出總有回報，我寫的一半以上都能夠做到。

2022年對我來說，是不平凡的一年，我深刻地感受到要靈活調整自己，才能克服困難，只有奮鬥才能創造奇跡。去年上半年我的工作基本受到疫情影響停頓下來，我們香港弦樂團的第一個音樂會6月份才開始。但我慶幸自己沒有蹉跎歲月，浪費時間，而是乘着這個機會，努力去練琴，改變自己的拉琴方法，積極為後續的重要演出儲備實力，做好準備。到了下半年，工作又突然變得繁忙，卻仍然受到疫情等不穩定因素的極大影響，但我總是積極面對、尋找方法，爭取做到最好。為了慶祝香港回歸祖國25周年，我代表香港弦樂團到內地巡演，前後3次到內地隔離，分別需要21天、10天和8天的隔離時間。巡演中，受到疫情影響，演出也常有調整，但是我仍以平常心面對變化，因為我明白，想做事情就要克服困難，就像我每天練琴，每天都需要克服技術難關一樣。

俗語說，狹路相逢勇者勝，只要心懷信念有勇氣，不管遇到什麼挑戰或困難，都可以一一去克服。回顧2022年，我與團隊在疫情影響下，仍然能夠在香港、內地完成多場演出，我又代表弦樂團成為2022年到內地巡演的唯一一個香港藝術團體，實屬不易，但也感到由衷的自豪和光榮。很喜歡內地媒體《南方周末》2023年新年賀詞的標題「總有奮不顧身的相信，總要堅韌恒久的勇氣」，相信不光是我和樂團，千千萬萬平凡的人在疫情中都走過荊棘和歷經考驗，但信念和勇氣總能讓我們迎接明天的曙光。當然我們也要常懷感恩之心，今年我女兒和我講，我們要感恩朋友裏的3個人，我認真思考了，人生道路上有些人的出現，確實為我雪中送炭，最重要的是讓我更認識到自己，用更堅定的信念和勇氣去面對世界。

展望新的一年，2023年是我們香港弦樂團10周年的重要時刻，我希望樂團能夠更上一層樓，不論在管理方面，還是在音樂會曲目設計，或者是和世界級的知名藝術家合作，我都希望樂團能夠再上新征程，提升新境界。我希望能夠為香港培養出更多的領航者，讓他們能夠帶領香港的文化藝術發展，把香港真正建設成一個中外文化藝術國際交流中心。

音樂是生命中流動的旋律，是人世間最美麗的語言。2023年，我的「姚弦雅音」也將繼續伴隨您，和大家一起奏響快樂音符，譜寫幸福樂章，共同用奮鬥創造奇跡。祝福大家新年快樂！

不去討好心裏沒你的人

水過留痕 少爺兵

朋輩在手機裏的群組邀約友人們一同去日本，這個邀約是在中國內地與澳門及香港三地還沒有為疫情免隔離通關之前的事，但一眾朋友卻沒有人答應，有友人「踢爆」朋輩心思說：「他想得美，自己要去工作，搵人陪唄！」

友人們不去日本是各有原因，不過現慶幸沒有應允下來，不然以日本現時「針對式」的防疫措施，弄得赴日的人「倒瀉籮蟹」不在少數。有人義憤填膺地說：「他們是在侮辱華人的尊嚴！天下之大，可以去的地方很多，為什麼要受此閒氣？去旅行是為舒暢身心，去得如此卑微，早已大煞風景啦！雖然華人被『針對式』的種種言行已是意料中事，但華人必須有骨氣地回懟那些卑鄙小人。」

年紀較長的朋輩說：「幾十年來我只去過日本兩次，一次是陪家人旅遊參加美食團，第二次則是兩位好友力邀拒絕不了，不過我就全程沒好面色給他們，可能因為天氣太凍了，凍得我面皮都『僵硬化』，當時心裏只咆哮着：『這不是貼錢買難受嗎!?』不知道為什麼我就從沒有喜歡過日本，我幼時祖父祖母輩都說他們經歷了『日本侵華』那段極可怕的日子，戰爭奪去了很多很多戰士們的寶貴生命，平民百姓就飽受家破人亡那種難以筆墨形容的傷痛；祖母還說親眼見到有日本鬼子在中國人的一鍋白飯裏挖空中間，然後將糞便加入其中，行為可恥可恨，就算是過去了好多年，在她心底最深處依然像有一根針，不經意時總會狠狠扎她一下，悲酸苦澀交織在一起，頃刻間極難受；聽到這些我心裏有着一股又一股的莫名憤怒情緒。」

另一位友人表達他的一些感受：「有位鑽研玄學的朋友指查看過我的『三世書』，說我曾是一位為國捐軀的軍官，前世事我根本不可能有記憶，只知道自己今世為中國人，也理解無體會過那種錐心之痛的人，不要屢勸人家要善良……這話的意思，真是如人飲水冷暖自知。」

重新出發

爽姐私語 林爽兒

又是新一年了，捱挨過了2022年，且看今年又怎麼過，還是要捱吧！新冠病毒沒完沒了，不能掉以輕心，不能不重視，奇怪的是很多很多人仍然那麼死硬那麼固執那麼自私，不肯注射疫苗！置自己和他人安全健康於腦後！我們只有加強自我保護意識，且病毒無眼，它就是來擾亂這個世界，挑戰人類，且看人類幾時可以完全反擊成功，重回軌道！

其實這期間，我眼見很多演藝界朋友，都因為不幸中招而影響了團隊的演出，像近日便有多位藝人染疫令演出中斷，包括張敬軒演唱會、葉振棠演唱會、汪明荃和陳培甡的粵劇《紫釵記》，此劇的兩位主角，先是文武生陳培甡在早前安排的演出期前染疫，無奈改期到今年1月，到了準備好1月5、6、7日演出，又輪到花旦汪明荃中招，且與羅家英都避不過，《紫釵記》又要延遲到4月份。而較早前另一位文武生藍天佑，又因為中招取消沙田大會堂的演出，而要重新安排台期。

另一個大型的演出《帝女花》65周年專業版，去年在西九戲曲中心才演了一場便因疫情全部剎停，這個有9個項目的大型活動，專業版是其中最重分量的項目之一，邀請了12位很有分量的名伶，包括李龍、白雪紅、梁兆明、南鳳、衛駿暉、鄧美玲、陳咏儀、洪海、鄭詠梅、李沛妍、王志良、林穎施交替演繹前朝末代公主與駙馬。

此項目本來是去年1月6日至18日演出的，在1月6日演出一場之後，因疫情全部停演，要改到今年6月8日至25日，12位名伶分別再踏上西九舞台，演出由桃花源粵劇工作舍，以精緻製作及簡約風格，重新設計燈光音樂，重塑修改為160分鐘的演出。延期了一年多，他們亦肩負了不輕的擔子，抖擻精神今年再來，希望觀眾繼續支持，給予他們最大的動力，為他們打氣！

除了上述一些所知道的狀況外，受疫情嚴重影響的當然不止於此，各方面的演藝界朋友，食穀種無工開，甚至轉行的大有人在！

而「逃離」香港的演藝界卻不多見，他們都明白本身的處境，離開了自己熟悉的崗位去到異國，還可以做什麼？還不如等待時機，捱過了、扛下了，深深吸一口氣重新出發！

◆《帝女花》65周年專業版演出將於今年6月與觀眾再見面！ 作者供圖

有鵲來兮

百家廊 若荷

很多年前，如果走在路上遇到喜鵲，會有人指着牠對你說：「瞧，喜鵲！」因為民間認定牠是一種吉祥鳥兒，發現牠，如同預示即將遇上一樁好事兒。現在想來，已經很久沒人這樣指着牠對我說「瞧，喜鵲」了，大概生活的忙碌讓我們忽略了牠。

我原先居住的那個小區樹很多，但我所見最多的是麻雀，而不是喜鵲，這讓我覺得，鳥兒可能是群聚出沒的，哪裏有牠的夥伴，哪裏就有牠同類的身影，鳥兒也是喜歡結伴為生的。

喜鵲在我的印象裏黑白色，頭、頸、背翅至尾巴的羽毛為黑色，其它地方為白色，有潔白的腹羽和翼肩。年少時，美術老師讓我們畫牠，簡單的線條勾勒出喜鵲的輪廓，再用黑、白色的蠟筆進行塗色，畫面上的喜鵲羽毛黑白分明，站在枝上目光炯炯有神，至今仍然記憶猶新，我們從小叫牠「花喜鵲」。2018年秋，我搬進新居，冬天來臨後，發現這裏有很多喜鵲，數量之多令人驚訝。我甚至不敢確定，牠們就是被人們叫作喜鵲的「吉祥鳥兒」，因為這些喜鵲翅膀和尾翼上的羽毛是藍色的，在天空下閃着藍色的光澤，腹部和頭頸以下的羽毛則為灰，應該是以前我從沒見過的灰喜鵲。

灰喜鵲常在樓下院子裏飛，十幾座錯落的樓房，之間的空隙就是喜鵲們的遊樂所。牠們經常從這棵樹飛到那棵樹，有時我下樓，突然就「唰」的一下掠過我的頭頂，飛到不遠處的另一棵樹上去了。在這樓與樓之間的夾縫裏生活，牠們也樂此不疲。有遼闊的天空在，用不了太大的地面，作為飛翔的場地。灰喜鵲多了，也就不再怕人，單元門前的玉蘭樹上，有時能蹲好幾個。有的喜鵲還會匆匆飛至你的腳下，在你還沒回過神來的那刻，奮而起飛回到高高的樹枝。冬天的廣玉蘭樹葉是黃綠色的，灰喜鵲的光臨，使廣玉蘭樹充滿了生氣。牠們喜歡隱在玉蘭樹寬厚的葉子底下休息，牠們的歡唱讓冬天的院落更具有活力。

灰喜鵲的叫聲是「喳喳」的，和花喜鵲的語言毫無二致。牠們的歌聲就是跳躍在枝頭上的音符。實際上，喜鵲的叫聲還不是那麼動聽，叫得動聽的，是一種類似麻雀的小鳥。春天的時候，這種小鳥經常來我們院子，在我發現的一棵樹上，一個勁地鳴叫，就像唱歌一樣仰頭向着天空，後來唱着唱着，竟然不知去向。

還有一種鳥兒，我想應該是烏鴉，牠們通體漆黑，長相並不像傳說中的那麼令人厭惡。我不知道為什麼，院子裏會有那麼多烏鴉。出了院門，公園裏也有，那裏的烏鴉穿過這棵樹又穿過那棵樹，和喜鵲一樣快活。冬天的樹，基本上都光禿禿的，只有牠們在上面佔據着枝丫。牠們飛不高，三兩隻聚在一棵七八米高的樹上。牠們也經常飛向地面，東啄西啄，然後再從地面飛回枝上。

牠們不知道人類認為牠們是「不祥之鳥」，在公園植物眾多的世界裏快樂地跳躍，裏面有牠們所需的食物可以選擇。在禽類中，烏鴉和喜鵲都屬於留鳥，牠們的生活態度和喜鵲一樣，隨遇而安，不抗拒寒冷的冬天。烏鴉的飛姿並不美，因為不靈巧，像鳥類中撲扇着翅膀的「張飛」，牠們落在樹枝上的身態，就像書法家筆下墨色深重的頓號。

喜鵲和烏鴉不一樣，喜鵲飛起來姿勢優美，頭部和身材也長得好看，眼睛、嘴巴和頸部靈巧前伸，與身體連在一起，簡直就是恰到好處的比例。牠的尾沒有花喜鵲那樣，有健碩的長尾，而是細細的，像一管玲瓏的毛筆，每次起飛，那管毛筆都拖在後面，彷彿隨時都有可能墨香流轉。亦像輕笛，輕輕一撫，就將人目光殘卷。所謂輕盈，就是這個樣子的吧！

有些灰喜鵲，不知是雌的還是雄的，站在樹枝上不停地振翅，振過幾次之後，把尾也搖動起來，那速度之快，就像打開了一面小巧的羽扇，其實牠的尾部並沒有開屏的功能，不知這個動作，表達的是歡喜，還是為了討好同伴。

我經常餵流浪貓，把貓糧撒到少有人跡的地方，不等流浪貓去吃，喜鵲就已經光顧了好幾次，牠們都是偷偷地來，銜一粒貓糧趕緊飛回樹枝，帶着驚喜，美滋滋地品嘗美食，那些「嘰嘰喳喳」的叫聲，證明了牠們的喜悅，發自內心。

我突然發現，在我們小區，那些光禿禿的樹枝上，落得最多的是喜鵲和烏鴉，牠們把這裏當成了自己的家。此時的院子裏，基本上看不見麻雀。南去有一條河，因為修河壩而放水。河水斷絕，已經枯竭好幾個月了。那裏原先有很多的麻雀，今年也少了。去年牠們還一群一群的，今年我只看到過一次，從岸邊的柳樹上起飛，盤旋着，落在灰蒙蒙的樹林裏，就像一群哨兵，在為大地巡邏。

冬天的事物蕭索，每年都是喜鵲和烏鴉喳喳地叫着，將寒冷的冬，叫成了溫暖的春。牠們是樹上的生命，是冬天裏開出的「花朵」。沒有人覺得，牠們是一對「冤家」。如果是個晴天，牠們就開心地飛到地上找吃的，如果是雪後，牠們就在雪地裏搜索。牠們走來走去的腳跡，很像是輕輕按在雪地上的竹節，那也是開放在冬天裏的一朵「花」。

喜鵲在古時被視為「吉祥鳥兒」，民間多有「喜鵲叫，喜將到」的說法，從而備受人們的喜愛和重視。牛郎織女的傳說，為喜鵲添加了幾分浪漫的色彩。我們小時候，每年過年時要用大紅彩紙剪個「喜鵲登梅」的窗花貼在窗戶上。喜鵲落窗前，寓意生活幸福美滿。誰家遇上了好事，熱鬧之餘，鄰居會以「怪不得老遠就聽見喜鵲叫」的美言來烘托。喜鵲的「喜」字被引用了千百年，作為「福鳥」，有各種綺麗的神話流傳各地。

近些年生態環境的保護，給喜鵲們提供了良好的築巢棲息的場所，也給樹木的消蟲除害布下了一個個衛士。快節奏的生活狀態下，很少有人用大紅彩紙剪出「喜鵲登梅」的窗花迎接新年了。但是希望新的一年步步春景，仍然是人們最大的心願。只要鳥兒們在這個冬天快樂地嬉戲，便是現世安穩，歲月靜好。等到臘雪初消梅蕊綻的時節，展現在我們面前的，又是一幅「梅雪相和，喜鵲穿花轉」的畫面。

父母的腰酸背痛

路地觀察 湯禎兆

未到五十，相信很多時常抱抱子女的父母都有肩和腰痛的問題，病名有很多，但治療方法不外乎那幾樣。

一、運動治療：這有點像物理治療，但比其深入，亦有牽涉肌肉及內臟的關係。我太太因為餵人奶時常傾側去某一邊，導致腰酸背痛，都是運動治療的專家所指出的。運動治療能指出什麼筋骨傾側及出了什麼問題，以致令什麼器官被擠壓着。

二、中醫骨科：有點像跌打，中醫會做很多「啪骨」治療。起初要做頻密一點，因為復位後很容易會回到原先有問題的位置。自己亦要多拉筋。中醫很推介太極，覺得跑步等劇烈活動容易令人出問題。

三、一般推拿：多有紓緩作用，但少有復位效果，不過對全身循環有正面作用。

四、針灸：這是最快的解痛方法，急性的傷痛，針灸會最快見效。但日久的勞損，則要分很多次。我較傳統，覺得用電輔助的都不太信任，只有純用針的醫師才較有信心，這也是我找醫師的標準。

五、脊醫：這個我沒有親身試過，但很多朋友都有。效果似乎差異性很大，而且相比以上療法，脊醫較為昂貴。

試了不同療法，最終覺得仍是要靠自己，醫師就算頂級，也不能天天幫你，反而有一類治療師，雖然為你做的不多，但傾向主動教你要做什麼運動，伸展、呼吸，若你肯做，反而得益不少。

另外，自己可以做的還有：艾灸、貼薑帖、暖敷，這些都要持之以恒。運動方面，簡單站樁、腹式呼吸、接地，都可以令身體較強壯。

無論是什麼勞損和移位，都不宜做太劇烈運動，最安全的帶氧運動是游水，不會易傷筋骨。做任何運動，都要保護好頸椎。

2023，所願皆所得

鵬情萬里 趙鵬飛

每個人都有與時間節點告別的儀式感。

2022年最後一天早上，從堅尼地城出發，沿着海旁，一直跑到香港海防博物館止步，21公里多，恰好是一個半程馬拉松。沿途經過卑路乍灣海濱公園、中西區海濱長廊、中山紀念公園、中環碼頭、金鐘添馬公園、金紫荊廣場、灣仔碼頭、遊艇會、銅鑼灣活力避風塘主題公園、東岸主題公園、北角海濱花園、鰂魚涌公園、筲箕灣避風塘，除了渣華道前後一大段需要小心繞行街市，濱海路段基本都已貫通。所經之處，依據地勢和節日氛圍，塗鴉噴繪，花木葳蕤，連長椅坐凳都是簇簇新，賞心悅目之餘，跑過時也頓覺神清氣爽。特首李家超去年首份施政報告提出，要在港島建造一條全長約60公里的「活力環島長廊」，但願整個工程早日落成，吸引更多熱愛運動的人，將挑戰環島追捧成香港新的熱門打卡項目。

半馬已畢，順勢攀上香港海防博物館所在的鯉魚門砲台，眺望維港，海闊天藍，身後的港島，樓宇傍海，錯落起伏，沐浴在溫熱的冬日陽光裏，一片祥和寧靜。好看的風景，通常都隱匿在不經意的瞬間，偶然放慢腳步凝神一瞥，不期而遇間，有一幀畫面就此定格，隨之施施然沉澱在浩淼的記憶裏，懵懂跌撞，風霜浸染，時空輪迴疊加，再度重逢，物是人非處，也不過是一段感傷唏噓。

在時間面前，我們都只是順水飄零的落葉，隨時覆滅是命，隨處安身是運，即便命硬運暢順風順水，奔流到海，仍是無可依仗，無處駐足，載沉載浮時，全靠一顆隨遇而安的心，篤定地在茫茫四顧裏，俘獲片刻風平浪靜。

舊一年終結，新一年起頭，選用一項鄭重其事的儀式，總能滋生出一番撫慰衷腸的情緒。就此跟艱辛的過往作別，從此跟美好的未來擁抱；和昨日委曲求全的自己和解，把諸多不如意、不容易、不痛快，統統留在了分隔線的另一邊。向不可捉摸的造物主祈福，渴望未來健康平安、生活美好，用常識保衛常識，用強大攻破愚昧，用力量擊退所有的不可一世。目下無塵如林黛玉，群芳開夜宴時，握着籤筒也會默默祝禱掣出好籤。逆來順受如祥林嫂，節衣縮食也要花大價錢為土地廟捐一條門檻當替身，只盼着受了千人踏萬人跨，多舛的人生能如願改換門庭。如你我這般普普通通的大多數，終日低頭奔波為稻粱謀，閒暇片刻，心裏始終存着的那一點念想，才是掙脫泥濘逃離羈絆時，續命還魂的靈丹妙藥。這便是凡人的生存哲學，既信奉冥冥之中自有天定，更在意喜從天降的不可多得。

往事暗沉不可追。疫霾濃重的2022年已然跨過，迎面撞個滿懷的2023年，寄託了無數人或宏大達觀或幽微貼地的新期盼。願世界和平國泰民安者，所願皆所得；願疫情終結經濟復甦者，所願皆所得；願親朋平安康健所愛幸福綿長者，所願皆所得。我只願，青山依舊人常在，歲月無痕華髮少。

◆港島南沙灣徑的景色。作者供圖