

你的心聲



徵稿啟事

本版歡迎各界人士投稿，來稿內容和題材不限，文責自負，每篇在600字以內，可用實名或筆名發表，但原稿需注明真實姓名和聯繫方法。如刊用將付薄酬。投稿及查詢，請電郵至：opinion@lionrockdaily.com



炎熱夏天要防寒

君健

夏天誰不圖涼快？但如果應對不得其法，很容易得病，甚至留下病根。俗語忠告：「不聽老人言，即使僥倖吃虧不在眼前，但臨老那幾年，有苦難言」。

空調雖能降溫消暑，可惜年老體弱多病者，要他們「嘆冷氣」，其實是「捱冷氣」。他們在房間可以不開冷氣，但一家人圍桌吃飯，「少數服從多數」，空調還是要開的，這時空調的出風口不宜直吹飯桌，而老弱多病者宜穿一件長袖衫或背心，這「裝備」外出也要攜帶，以備乘坐交通工具、逛超市商場、用膳不時之需。

風扇、冷氣不要對着人吹，尤其是睡覺時。有些人就是這樣被吹至臉癱、肩周炎。

冷氣調至多少度才合適？有說法是攝氏26度，但這是「理論」，實際並非如此，因為各人體質不同。而且，即使是同一個人，睡前可以接受這個溫度，但入睡後，一來身體新陳代謝減慢，二來深夜氣溫下降，如仍一成不變，就會着涼感冒。睡房開冷氣，要有冷氣被，腹部受涼痛肚子，肩膀受涼肩周炎，關節受涼關節炎……每年夏天，總有些人是讓冷氣吹出病的。

誰不是怪物？

小坡

在我眼中，與一般人不同的就是怪物。住屯門的人，應該都聽過「史迪仔」——一個有易服癖的人。我們並不是歧視他，而是他有時會追罵別人，因此大家都對他敬而遠之。以前我任教的學校，有一個年輕男保安，每天上午8時下班，他就會搖身一變為一「女子」，往往令我個心「離一離」。

除了有易服癖的人，近年也流行「怪獸家長」一詞。近日有一位同事告訴我，曾有家長來找他，說其子女要留班，那家長威脅說想自殺。同事於是找負責學生事務的副校長跟這位家長詳談，他說這位副校唔易做。但我殘忍地心想：食得鹹魚抵得渴。

有「怪獸家長」，一定也有「怪獸校長」和「怪獸教師」吧？

近日有位舊生來找我，說某中學來了新校長，要教師「催谷」學生的成績，因此教師唯有遵命，使勁逼迫學生學習，據

說有學生吃不消而跳樓自殺，最後這所學校的成績反而走下坡。

我想，「怪獸校長」除了間接逼死學生之外，其實也會逼死教師的。2006年1月初，放完聖誕及新年假期，教師們返校，有一位中學教師推開廚房的一扇窗一躍而下，一命嗚呼，據說就是因為新校長經常「彈卷」，亦即把他出的試卷彈回，要他重新再出。

女兒讀中五時，有同學自殺，我問她學校或同學的成績有因此走下坡嗎？她答說不知道，但校長一直沒有換過。那件事令我想到《孔雀東南飛》之中：「府吏聞此事，心知長別離。徘徊庭樹下，自掛東南枝。」

至於「怪獸老師」亦真有此事。我小學三年級時遇到一位「怪獸老師」，有一次我欠交功課，被他打手板，而且他還喜歡給同學改花名，一時叫我「肥仔」，一時叫我「大頭仔」，他的行為相當令人討厭。

文化

華服文化源遠流長，華服蘊含深厚歷史文化，華服的古典之美仍然流傳至今。黃大仙中心一直不同活動中推廣文化傳承，由即日起至8月27日推出「我和漢服有個約會」主題活動，與多個香港及內地頂尖華服研究團體攜手，把優秀的華服文化重現大家眼前。商場亦布置了古色古香的「穿越古時空」打卡區，以及舉辦盛夏華服市集和一年一度的「禮衣華夏」全球華服模特大賽，全方位呈現華夏風貌。

黃大仙中心與中國裝束復原團隊及國風雅集香港漢服文化協會合作，於今次活動展出三套極具歷史價值的華服復原珍品，包括唐代敦煌供養人裝束、唐代仕女直領手繪花紋長裙及長沙馬王堆漢墓出土的漢代服裝曲裾袍服；另外亦聯同香港漢服團體——丹青承南漢服社，神還原八位中國歷史知名人物的華服造型，當中包括中國四大美人王昭君、楊貴妃、三國時代的周瑜及諸葛亮等。商場希望通過復原展品，讓大眾能欣賞到傳統華服之美及認識其文化價值。

黃大仙中心北館1樓及2樓設置充滿詩情畫意的「穿越古時空」打卡區，包括小橋流水古船及中式古典庭院，大家亦可到「漢服體驗館」免費租借華服到打卡區拍照，更可善用館內的場景，拍攝穿越時空的照片。周末還設有古風工作坊及古時遊戲，指定日子更有中樂表演及非物質文化遺產糖藝表演。

「禮衣華夏」第五屆全球華服模特大賽香港賽區初賽將於8月4日在黃大仙中心舉行，香港賽區排名前列的選手更有機會前往內地參加總決賽。是次為第二屆香港賽區賽事，由國風雅集香港漢服文化協會主辦，比賽從儀態、步態、體態、美態四個方面作出綜合評審，華服愛好者可以把握機會參加比賽。

商場布置古色古香的「穿越古時空」打卡區。

商場展示八位歷史人物復原華服造型。

約上好友一起在黃大仙中心欣賞華服之美。

華服文化推廣傳承