

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

快樂是一種選擇

致幸

筆者讀過一本書，叫《當下的力量》(The Power of Now: A Guide to Spiritual Enlightenment)。這是一本珍貴的書，具有喚起讀者內心共鳴的力量，更可以為他們的人生帶來徹底的轉化，讓他們的生命更為美好。

該書作者托勒(Tolle)說，我們要分清楚「生活」(life)和「生活情境」(life-situation)兩者之間的不同。生活應該永遠都是美好的。只是生活當中的情境讓我們一時失望、痛苦。為什麼生活是美好的？因為它就是「如是」，如實地存在着，不會因為你的批判、論斷而有所改變。

我們要快樂，第一步就是要和我們的生活和睦相處，不去抗拒它。生活是海洋，而生活情境就像海洋的波浪，也許我們不喜歡太大的浪花，但海洋始終在那裏。儘管船隻川流不息，海面一直

都是平靜的，波紋有序地向四周舒展。

想要快樂，先向你的生活情境鞠躬，真誠地接納它們，然後你可以祈求更高的智慧，給你力量去改變你的生活情境，繼而採取一些積極的行動去改變我們認為不大理想的生活情境，提升我們的生活質素。

我有一位老師，他在日本取得博士，回中大任教，後來創立了法住學會，舉辦不少課程，教導人們活出喜樂，以健康的心態，排除人世間的苦惱，立己達人，兼善社會。有一次，我到位於觀塘的法住學會會址參觀他的紀念館，緬懷他當年的教誨，感到他的遺澤尚在人世間發酵。

面對困難，千萬不要放棄，把你想要放棄的負面能量轉化成正面能量吧！我們要選擇快樂，以積極的態度，甩開大步，奔馳在人生的大草原。

太平山巔，纜車之旅

彭海玲

早年到香港遊玩，印象最深的就是太平山。我乘坐復古小纜車，一路攀升至山巔，領略了別樣的香港風情。

清晨，陽光灑在維多利亞港上，波光粼粼。我踏着輕快的步伐，來到纜車站。車站不大，纜車靜靜地穿過來，像一條慢悠悠的魚，從太平山間游過來。

纜車緩緩啟動，沿着蜿蜒的軌道向上攀升，窗外，樹木蔥鬱，山花爛漫，清新的空氣撲鼻而來，讓人心曠神怡。

纜車內的裝飾同樣古樸典雅，木質的座椅、銅質的扶手，都散發着歲月的味道。隨着纜車越來越高，視野也變得越來越開闊。漸漸地，整個香港島的全景展現在我的眼前。高樓大廈鱗次櫛比，港口船舶穿梭如織，維多利亞港宛如一顆璀璨的明珠鑲嵌在城市中央。這一切美景盡收眼底，讓我感受到香港

的繁華與美麗。

纜車到達了山頂，我迫不及待地走下纜車，來到了凌霄閣觀景台。站在這裏，我彷彿置身於雲端之上，可以俯瞰整個香港。遠處的香港島與九龍半島相映成趣，構成了一幅美麗的畫卷。

我漫步在觀景台上，感受着微風拂面、雲霧繚繞的美妙感覺。這裏的每一刻都讓人陶醉其中，彷彿置身於仙境之中。

在山頂上停留了許久之後，我乘坐纜車緩緩下山。隨着纜車下降，我的心情也逐漸平靜下來。這次纜車之旅讓我領略了香港的另一種風情，也讓我更加愛上了這座美麗的城市。

回到山下時已是傍晚時分，我望着夕陽下的香港島，心中充滿了不捨與留戀。這次太平山巔的纜車之旅將成為我人生中一段難忘的回憶。



「我是貓」馮唐不二堂書道展

地點：深圳市福田區華富街道皇崗路5001號深業上城L2品牌街



■展覽展出近90幅書法、繪畫作品。

即日起至7月31日，馮唐不二堂書道展【第五回】「我是貓」全國首展，在深圳市深業上城舉辦。是次展覽展出近90幅書法、繪畫作品，是歷屆馮唐個人書畫展覽當中，作品數量最多的一次。

今年的書道展「我是貓」歷近半年的籌備，是繼「宅」「色空」「野有茶」「萬物生長」之後，馮唐的第五次個人書道展。2024年「我是貓」深圳站也是全國首展，展期長達兩個月。700平方米的展覽空間內，呈現4大區域，包括作品展示區、拍照打卡區、手工互動區、衍生品售賣區。

在馮唐筆下，貓們憑藉澄明的自覺和

本能打破時間和空間的限制，飄盪在從東方至西方、從古至今的敘事中，與李白共遊、向愛麗絲解禪。貓們靈巧地出現，又出乎意料地消失，就像「偶得」與「悟到」的瞬間。馮唐使用水墨的筆法破除既有的思維框架，遨遊在意識的天幕，創造了新形式的東西文化的融合敘事。如同貓一樣不可捉摸的意識與感受隨着落筆被捕其中。

展覽還由其中作品「印」放大成裝置，體驗都市人被貓「拿捏」之感。以貓的視角鑽入「貓房子」裝置，可躺可臥，寫下那些「貓的故事」。

《武生開打》

地點：香港文化中心劇場

進念·二十面體將於6月14日至15日為大家帶來榮念曾實驗戲曲《武生開打》，解構兩部折子戲《沉江》、《挑滑車》中武生表演的武術身段，呈現憤怒、焦慮、困惑情緒，以此探索無法避免的形而上哲學命題：死亡。從史可法悲憤投江與高寵奮身犧牲的殊途同歸上，這些英雄的故事呈現了各種情感的交互作用，並透過創新傳統中國戲曲，與當

代觀眾呼應共鳴。榮念曾實驗戲曲《武生開打》延續《諸神會》系列，旨在將代代相傳的中國戲曲創新，與當代藝術、國際觀眾呼應共鳴。藉着兩位新生代傳統戲曲武生，與兩位來自亞洲不同城市的當代表演藝術家，展開跨世代跨文化的對談，從不同的視角、不同的社會架構中，探索傳統不斷進化的樣貌。門票可於城市售票網購買，正價票\$280。

「探·問太空」展覽

地點：香港太空館大堂

我們經常對天空、月亮或星星產生疑問。天文問題這麼多，原因是我們對神秘莫測的宇宙既好奇又着迷。天上亮晶晶的就是「星」嗎？星座只有12個嗎？科學家是怎樣探索宇宙的？宇宙有多大？太陽都會有風暴嗎？穿越時空可行嗎？太空人如何返回

地球？為什麼太空人要在太空站上健身？這個展覽將為你拆解以上8個你可能想過的天文謎團，亦會介紹展覽廳裏相關的展品。展覽由即日起開放至9月2日，免費入場，歡迎你來太空館遊學，一起來發掘這些問題的答案吧！