

## 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，但原稿需註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

### 秋向此時分

管淑平

秋分，是一道平分線，平分了夏天和冬天，平分了白晝與黑夜。《月令七十二候集解》中這樣記載秋分：「秋分者，陰陽相半也，晝夜均而寒暑平」。從秋分開始，天氣轉涼，萬物由春夏生發走向了秋冬的斂藏。

秋分的風，帶着絲絲涼意，輕輕拂過臉龐，既沒有夏日風的熾熱，也沒有冬日風的凜冽，而是一種恰到好處的舒爽。秋梨、石榴紛紛成熟，桂花香，秋蟹肥，秋分時節，並不清寂，而是充滿生趣。

田野裏，金黃的稻穗在秋風中輕輕搖曳，飽滿的穀粒訴說着豐收的喜悅。這豐收並非偶然，是農人們辛勤耕耘，順應天時，精心照料的結果。他們深知，播種與收穫需要平衡，付出與回報需要對等。只有在恰當的時節，付出足夠的努力，才能迎來這滿倉的金黃。

仰望天空，南飛的大雁排成整齊的隊列，向着溫暖的遠方飛去。牠們懂得在遷徙的旅途中，保持體力與速度的平衡，不盲目疾飛，也不懈怠停留。這讓我想到人生的旅途，我們也需要在追求夢想的道路上，找到工作與休息的平衡，在忙碌中不忘停下腳步，欣賞沿途的風景，充實心靈。

我們的身體最講究陰陽平衡。春夏養陽，秋冬養陰。在秋分，可以食用百合、雪梨、冬瓜一類食物，能夠很好防止秋燥。百合，甘寒，歸心、肺經，具有養陰潤肺、清心安神之功，與銀耳搭配熬粥活者調羹，是很好的藥食同源的養生之品。

我們也要在這秋分時節，學會在忙碌與悠閒之間找到平衡，在索取與奉獻之間把握分寸，在理想與現實之間搭建橋樑。

### 簡約公屋興建的犧牲者

微粒子

近日，不少居住於屯門欣田邨和菁田邨的夜班工作者叫苦連天，尤其是任職通宵更的保安，每天只能睡三、四個小時。十分不幸，這是與一個簡約公屋興建相關，可能是因為工程編排的不善所致。

事緣在這兩個公共屋邨之間是一個簡約公屋地盤，現正處於打樁階段。兩邨與這地盤相近，不多於一百公尺。所以，打樁造成的巨大噪音無可避免地使附近的居民不能入睡。

為了讓更多人改善居住環境，簡約公屋是應建則建。為了安全，建屋打樁也是應做之事。

在過去一兩個月，打樁時段是在下午四時至六時，雖也擾人，但至少夜班工作者可有六、七個小時睡眠。惟近兩個星期，建築地盤在下午一、二時之間加設一個打樁時段，便令問題惡化。

試想想，一個在上午七、八時才下班的打工仔，抵家後稍事梳洗和進食，躺下床休息時已近上午十時，但在下午一時便被巨大的噪音吵醒，要在二時後再迅速入睡，幾乎是不可能。就算因倦極而朦朧入睡，也難進入深眠狀態，畢竟不到兩三個小時後便要起床，準備新一晚的工作。可以想像，這群夜班打工仔受地盤打樁的影響，睡眠質素大降，身體所受的傷害極大，長期如此，人的心情也必然很惡劣。

其實，工程管理人員是否一定要安排在那個時段打樁呢？若真的需要加一小時，那麼，延後至下午三時進行是否不可能？須知連續性睡眠，縱使減少一個鐘，仍會比斷續睡眠好得多。

誠盼負責工程的領導者有憐憫之心，不要使相關的打工仔成為簡約公屋興建的犧牲者。

# 武動傳奇：王者風範 一睹傳奇巨星珍藏

朱利安拍賣行 (Julien's Auctions) 宣布將於9月28日舉辦香港首場拍賣——「武動傳奇：王者風範」，拍賣將於港島香格里拉酒店現場舉行，並同步在網上平台 julensauctions.com 進行。拍賣匯集來自音樂、娛樂及體育界眾多王者級人物的珍藏，當中以武術傳奇李小龍的獨家珍藏最為矚目，標誌着身為業界領先的荷里活拍賣行，繼2010年在澳門拍賣米高積遜水晶手套創下歷史性紀錄後，載譽而歸重返亞洲市場。

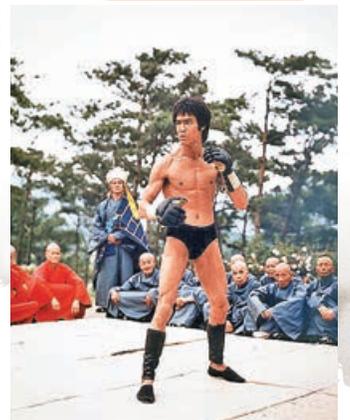
拍賣預展於即日起至9月27日假太古廣場舉行，展出40件來自李小龍生活和電影生涯的珍貴文物，讓影迷及收藏家近距離觀賞這些珍品。

這將會是此批拍品50年來首次來香港，在李小龍成長並成為武術巨星的地方公開亮相，機會難得。同場展出的還有其他傳奇人物，包括防彈少年團 (BTS)、泰勒絲、米高積遜、美斯等紀念珍藏。

是次拍賣將為李小龍迷帶來千載難逢的機會，將這位武術大師的珍品收歸囊中。李小龍輝煌的職業生涯和熾熱的巨星魅力對全球華人產生至為深遠的文化影響。出生於三藩市的李小龍回港發展演藝事業後，參演多部經典電影，包括《唐山大兄》、《精武門》和《猛龍過江》，成為蜚聲國際的武打巨星。

## 文化

傳奇巨星李小龍。



公眾展覽詳情：

日期：即日起至9月27日

時間：11:00-20:00

地點：太古廣場 L1 (近連卡佛)

地址：香港金鐘道88號

費用：免費



■美斯珍藏波衫。

■李小龍的珍藏文物。



■李小龍劇照。