

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

當我開始斷捨離

文笑一

猶豫了許久，我總算趕在農曆新年前，把屋子裏裏外外整理了一遍，清理了一堆雜物。真是不整理不知道，原來自己擁有那麼多已經用不着的東西。

過期的藥品、陳舊的報刊雜誌、繞成一團的數據線、寫不出墨的畫筆、發霉的舊衣物、許久不用的被褥、破爛的襪子、髒兮兮的鞋帽……這些東西堆滿了灰塵，還滿載着我的回憶，雖然再丟棄時我仍心有不捨，但想想還是算了，我要放手，讓那些物品離去。

我看過不少有關「斷捨離」的書籍，也知道怎麼整理收納東西，但知道是一回事，做到又是另一回事，整理收納不難，難的是心態上的斷捨離。

斷掉雜念，捨棄廢品，離開舊物，屋子才能恢復往日的乾淨整潔，變得有生機有活力，太多的物品不僅佔地方，

還會堆滿灰塵，影響自己的心情、健康，在亂糟糟的屋子裏生活，人怎麼可能變得清爽呢？

我是下了很大的決心，才把平日裏珍視的東西都清理掉的，在清理過程中，我慢慢地梳理自己的過去，從那些物品中，我看到了過去不快樂的自己，那時候我物慾太盛，想要藉購物來緩解內心的焦慮，不過越是這樣，壓力反而越大，屋子堆滿了廢品，我的內心也變得擁堵不堪。

要放下並不簡單，如果你一時還下不了決心，那就慢慢來，一天扔掉一件廢品，日復一日，房間會慢慢變得整潔，生活也會變得清爽。其實我們真的不需要那麼多的東西，冗雜的物品不僅會佔據空間，還會消耗我們的情緒，斷捨離，清理廢品、梳理人生，日子才會越過越簡單、越過越輕鬆。

電影配樂音樂會

由心

周末，我到香港文化中心，欣賞由岡扎雷茲-格拉納多斯指揮的香港管弦樂團「光影歷險」電影配樂音樂會。

樂團演奏了多首經典電影組曲，包括：約翰·威廉斯(John Williams)的《鐵鈎船長》：飛越夢幻島(Hook: Flight to Neverland)以及《第三類接觸》選段(Excerpts: Close Encounters of the Third Kind)、占士·漢納(James Horner)的《驚世未了緣》：為了公主的愛與《異形續集》第一組曲。

隨後到了中場休息，此時指揮解釋，演奏電影音樂與古典樂的核心分別，在於電影音樂是為既定的畫面服務，樂手的演繹需精準貼合影像的節奏與情感，其自由度相較於詮釋古典音樂會小得多。

帶着這個新視角，下半場

我特意閉上眼睛，聆聽最後兩部作品。

第一首，是由已故大師占士·漢納為電影《電光飛鏢俠》(Krull)所譜寫的：火馬的騎行(Ride of the Firemares)。當音樂響起，急促的弦樂與號角交織，腦海中彷彿騎上快馬，在音流中穿過夜空。第二首，約翰·威廉斯為《星球大戰：新的希望》(Star Wars: A New Hope)創作的：王座廳與終曲(Throne Room & Finale)。莊嚴的銅管與弦樂展開，眼前宛若出現一座宏大的殿堂，英雄在光芒中受勳，腦海中浮現慶典畫面。

指揮的講解使我體會，電影配樂是用精準的樂音為電影的光與影注入生命；而古典音樂則邀請聽者步入樂章，根據對樂章的了解，自由探索屬於自己的情感與畫面。



熱話焦點

後生仔女巴士圍圈坐地 車長開咪勸阻網民讚好

國際潮流文化盛事ComplexCon上周末在亞博舉行，吸引大批Z世代青年朝聖，但有年輕男女散場後乘龍運巴士的放任行為卻引發熱議。有目擊者拍片披露他們不但插隊上車，更坐在車廂地板和樓梯口位置形成一圈阻塞通道，有人甚至飲汽水意外瀉滿一地，最終要勞煩車長開咪勸阻，眾人才無奈站起身，惹來毒言網民揶揄「無腳骨力就唔好周圍去喇」。

事發本月22日晚上，有巴士乘客在Threads發帖，公開涉事年輕男女的不當行徑，樓主坦言明白參加完ComplexCon「大家都好奷」，但由於眾人「又插隊又坐地下」，連帶「巴士司機都睇唔過

眼」，開咪提示「後面啲人請勿坐地板」，各人才「死死哋氣(起)番身」。

開蓋飲汽水 失手瀉滿地

照片顯示下層車廂內有3名女生背靠行李架而坐，4名女生坐在對面輪椅停放區，一名男生則坐到往上層樓梯口，形成一圈，嚴重阻塞車廂通道。其中一名坐地女生手持罐裝汽水，樓主透露直擊她開蓋時倒瀉汽水，「漏到周圍都係」。難怪車長最終要開咪作出提示。

網民對這「出位」行徑多表不滿，高呼「奇景」，狠批「當自己屋企」、「個畫面好肉酸」，有人直言「我真係見識少，坐咁多年巴士，我都未見過有人咁樣坐喺巴士地板度」亦有網民好奇問：「咁後生就咁到企唔到？有冇咁廢？地下又污糟邋遢」。不少網友都讚司機勸阻及時，避過潛在危險，「首先剎車會碌咗出去，第二係阻住通道」「應該要寫封讚賞司機嘅信畀巴士公司」。

根據龍運巴士的乘客須知，登車後應行入車廂內部，嚴禁阻塞樓梯及閘門通道；同時嚴禁車廂內飲食、吐涎或丟棄垃圾，以保持車廂清潔。



■多名年輕男女乘巴士的放任行為惹網民鞭撻。
Threads@ikkuylwal



■其中一名坐地女生手持罐裝汽水(橙圈示)飲用。

交通指示牌連環甩轆 Disney變Disncy

再有街邊路牌被發現寫錯字，而且更是「一不離三」！近日有網民在Threads上載相片，顯示一組臨時交通指示牌竟然連環「甩轆」，牌上所寫地點的中英文名稱連番出錯，不僅將迪士尼的英文「Disney」誤寫成「Disncy」，就連東涌的英文「Tung Chung」也寫漏「g」字變成「Tung Chun」。此外，牌上的中文地名亦出現夾雜繁簡字的低級錯誤，「東涌」的「東」誤用上簡體的「东」字，顯眼非常。

網民質疑低級錯誤為何常出現



■街頭發現錯字交通指示牌掀起話題。
Threads@hmlai365

涉事上下兩組臨時道路指示牌字數雖少卻錯漏百出，引發網民熱議，「點解可以成日有呢d低級錯誤？」「無人check貨就出街」，有網友苦笑道「幾希望係AI圖」。相片其後被轉載至Fb，熱度繼續發酵，「又簡體，英文錯，想點呀，咁都拎得出嚟」，有志在搞笑的網民說：「好似係『Disney』，唔係『Disncy』，係唔係只係花咗定我睇錯……」教人忍俊不禁。