

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

開篷巴士上流動的風景

一心

上午11時，開篷巴士從香港歷史博物館外的迴旋處啟動。

油尖旺區在車窗外流轉——尖沙咀的陽光在建築物上跳躍、油麻地保留着舊區氣息、進入旺角，紅綠燈頻繁切換，「滴滴」聲此起彼伏。

經過九龍寨城公園，視野忽然開闊。彩雲邨、順安邨、佐敦谷公園一一掠過。安達臣道上，山風撲面而來，這裏正在興建房屋，嶄新的高樓輪廓正在成形。

幾位長者抵不住強風和陽光，扶着欄杆步往巴士下層。

啟田邨過後，巴士駛進東區海底隧道。世界突然暗下來，只剩頭頂燈光流過，但撲面的風沒有絲毫減弱。衝出隧道口，港島在眼前展開——太古城、西灣河、筲箕灣、杏花邨一一掠過。

到達柴灣興華邨，眼前是沉默了半世紀的風景。那些五十年歷史的公

屋，外牆褪色，處處都是生活痕跡。從安達臣的新建樓宇到興華邨的舊式公屋，不足一小時車程，看見了香港房屋的半世紀進程。

再經東區走廊到銅鑼灣，跑馬地馬場掠過。再入香港仔隧道，光線再次收暗，風卻依然猛烈。出隧道時，香港仔、黃竹坑掠過，轉入華富邨——又一個即將重建的老牌屋邨。沿薄扶林道經過置富花園、瑪麗醫院、任白樓，一路風繼續吹。

進入西區，中山紀念公園掠過。然後是信德中心、中環IFC，玻璃幕牆折射出光芒。終點站是中環恒生銀行總行，車停下來，風也停了。

兩小時的車程，從九龍油尖旺到港島沿海屋苑，從安達臣的新廈到興華邨的舊牆，從旺角的紅綠燈到東區走廊的疾風——每一段路都在訴說着香港的故事。

錯怪態度差

香橙老師

日常親子互動中，我們有時會因情緒起伏，或被眼前觀感蒙蔽，覺得孩子的言辭帶着挑釁意味，甚至認為他們態度欠佳。父母出於對教養的重視，期望孩子時刻保持謙遜，這份殷切期望有時會令我們對微小的語氣變化格外敏感。當溝通遇到阻滯，我們或許會不自覺地將焦點轉移到對方的表達方式上，把一切客觀事實都放下，就只看見孩子態度囂張。

若嘗試運用身心語言程式學中「向下歸類」的技巧，將抽象感受還原為具體行為，或會發現一個有趣現象：當我們認為別人「沒有禮貌」時，往往難以舉出客觀證據，例如對方究竟說錯哪句話，或做錯哪個動作。很多時候，「態度不好」更多源於我們當下的主觀感覺。當理據未能充分說服孩子，我們可能將問題歸咎於對方，而最容

易的，就是指責孩子態度惡劣。

在心理學層面，這或許是一種潛意識的防衛機制。無論是教養者想孩子明白道理卻未能如願，或是我們的好意提醒而未獲理解，面對無法掌控的局面，內心難免產生挫敗感。為緩解這份焦慮，我們有時會將矛頭指向溝通對象的語氣。此外，頻密糾錯容易營造高壓氛圍，令孩子產生自我懷疑，甚至逐漸失去表達真實想法的動力。

教育是家長和孩子的共同旅程，需要我們放下急躁，以寬容心態面對彼此局限。愛與包容的本質，在於為孩子構築充滿理解和接納的環境。但願我們能跨越情緒表象，不輕易以「無禮」指責孩子，跟孩子建立深層次連結。期盼我們能在日常溝通中多一點同理、包容，鼓勵他們表達想法，以堅韌心智迎接未來挑戰。

消閒好去處

紅磡站鐵路展升級 增模擬駕駛體驗

地點：港鐵紅磡站大堂(近C1出口)

去年廣受歡迎的紅磡站「站見」鐵路展，經全面優化升級後以「載遇·站見」鐵路展載譽重臨。今次展覽新增「我要做車長」模擬駕駛體驗及多個互動展區，讓大小朋友走進駕駛室，親身體驗操控列車的滋味；全新「鐵路日常」互動區則讓小朋友換上港鐵制服，化身小小鐵路人員探索日常運作，並走進「超級控制中心」了解列車調度的幕後工序。



場內設有以車站顏色主題的打卡牆。大會供圖

場內首設5米巨型車票牆，展出逾2,500張經典車票及八達通，呈現車票設計與城市變遷的足跡。展覽同場介紹車票演變，由早期磁帶車票到八達通面世，體現科技如何為城市出行帶來更大便利；並首度展出第一代港鐵車廂復刻座椅、第一代職員制服、零錢找換機及隧道鑽控機模型等多款珍貴藏品，讓參觀者重溫鐵路發展歷程。

展覽設有三大展區，分別回顧地下鐵路由構想到落成營運的重要里程碑、展出高鐵隧道鑽控機模型及不同年代列車模型。紅磡站月台亦會繼續展出「黃頭」、「烏蠅頭」、「杜利華號」及九廣通四款經典退役列車。展覽由明日(16日)起，逢周五至日及公眾假期免費開放，公眾即日起可於鐵路展網頁預約30天內場次，額滿即止。模擬駕駛體驗須另購套票，由68元至428元不等。

荃灣甜品祭 嘆逾80款限定美點

地點：荃灣南豐紗廠六廠一樓室內M6走廊

荃灣南豐紗廠今日(15日)起一連三天舉行「斑蘭 X 泰奶」甜品祭，匯聚約30間手工甜品店，以清幽的「斑蘭」和醇厚的「泰奶」兩大食材為靈感，推出超過80款限定美食，當中包括Sugar Brother的泰奶茶香梨味迷你拿破崙，將濃郁茶香與

清甜果肉封存在金黃酥皮中；Dear Bakery的泰式奶茶Tiramisu貝果，一口嘗盡泰式茶香與意式經典。

現場還有特色文青手作與特色美學小店，在品嚐斑蘭與泰式奶茶美食之餘，還可以欣賞和入手香薰蠟燭、精緻皮革、陶瓷小物等。

嘉頓跨界聯乘 重現百年經典

地點：朗豪坊4樓通天廣場

陪伴香港人成長的經典食品品牌嘉頓，即日起至本月31日在旺角朗豪坊舉行首個跨界企劃，現場特設「百年故事展區」，讓大家可以參觀不同年代的嘉頓產品，包括極具歷史價值的初代餅乾罐、昔日學生時代最愛分享的卡侖治糖、60年代家傳戶曉的大包加拿餅、節日送禮首選的家庭什餅、令人回味的香蒜雞片、百吃不厭的夾心蛋糕及忌廉威化等。

嘉頓特別聯乘不同品牌推出

限定產品，其中本地模型品牌微影Tiny推出「送貨車」和「麵包Van」模型；本地潮牌Grocery將嘉頓50至80年代的視覺美學注入街頭服飾之中；潮流運動品牌AHC亦將生命麵包標誌性的藍白格紋與70年代海報配色變成時尚服飾。

此外，嘉頓與新派中菜餐廳瑛派聯手，將乾炒牛河、葱油手撕雞、梅菜扣肉等中式菜餚化身成為四款熱狗口味，相當特別。