

## 不要過分重視結果

孫貴頌



文章一開篇，咱就來個王婆賣瓜，自賣自誇。話說當年，我在內地部隊那會兒，有一絕活，就是手槍打得挺準。我當然不是什麼「神槍手」，但「第一練習」的實彈射擊，全部都是優秀，卻是事實。記得剛當排長後，連隊進行實彈射擊，幹部們按規定打手槍，連長特批我和另一位新排長，每人先試射三發子彈體會體會。我三發子彈出去，報靶員喊叫：「二十九環！」我當即情不自禁地大叫：「手槍這麼好打，你們怎麼都說不好打？」有了這一良好開端，我一發而不可收。從此以後，無論在連隊、機關、步兵學校，我的手槍射擊成績一直保持着很高的命中率，印象中子彈好像從來沒有脫過靶，成績均是優秀。

有兩件事可以佐證：一是我在步兵學校學習時，進行射擊瞄準訓練，教官觀察我的瞄準動作，發現我手腕抖動，打靶可能成問題，我當即回道：「我打手槍從來沒有脫過靶。」教官批評我不謙虛。我又說：「不信咱們靶場上見。」結果我硬是打了個優秀。二是我從師部下到團裏當股長時，正好趕上司、政、後三個機關單位「比武」，幹部全部參加手槍實彈射擊。我初來乍到，政治處的人問：「你的手槍打得怎麼樣？」我謹慎地回答：「保證及格，不拖後腿。」聽的人都以為我在吹牛。最後一比賽，我的總環數與司令部的一位股長相等，又算內環，他成了第一名，我屈居亞軍。同事們這才對我刮目相看。當時會有不少人問我：「怎麼才能打得準？」我答：「不看靶子。」他們認為我開玩笑。我又說：「我叫你不看靶子，可是你在練習瞄準的時候，又怎麼能不看靶子？我的意思是，不要把注意力放在靶子上，而要集中在準星和缺口的平行、左右關係上，抓住了主要矛盾，其他問題迎刃而解。」大家按照我的辦法進行瞄準，成績果然大大提高。好漢不提當年勇，我想起這件事情來，是因為從中悟出了一點道理，就是人在幹事情的時候，不要老是盯着目標、惦記着目標，或者說，不要把目標看得太重要。道理很簡單，在工作的過程中，目標總是離得最遠的。如果還未做事，或者一邊做事，一邊老想着目標，必然患得患失、斤斤計較，最後的目標就在你的猶豫、彷徨中，在時間和

精力的消耗中，不是失去，就是難以達到。瓦倫達（Karl Wallenda）是美國的一位著名的高空鋼線表演者，他在一次重大的表演中，不幸失足身亡。瓦倫達的妻子事後回憶說：「我就知道這一次一定要出事，因為他上場前總是不停地說：『這次太重要了，不能失敗，絕不能失敗。而以往他不是這樣，每次表演之前，他只想着走鋼線，並專心致志地為此做準備，根本不去管其他的事情，更不會為『成功』或『失敗』而擔心。』」後來，心理學家把這種太專注結果、太想成功，反而造成失敗的患得患失的心理，稱作「瓦倫達心態」。

有研究證明，人的大腦裏的某一圖像，會像實際情況那樣刺激人的神經系統。比如，當一個高爾夫球手在擊球前，如果一再告誡自己「不要把球打進水坑裏」時，他的大腦反而會出現「壞球掉進水裏」的情景，這一情景就會指揮他的行動，結果擊打出去的那個球，十有八九都會落進水坑裏。這說明，害怕失敗就會導致失敗。為什麼有些很優秀的運動員在平時動作練得很好，基本上沒有失誤，而到了正式比賽、特別是重大比賽的時候，卻失誤頻頻，甚至「一失手成千古恨」？為什麼有些學生平時學習成績一直遙遙領先，然而一到考試的時候，卻經常「砸鍋」？所有這些，都是因為當事者在進行某件事的過程中，過分重視了結果的緣故。運動員想，這次拚了命也要比出個好成績，要不然對不起我流過的汗水和遭受的辛苦；學生想，這次一定要考出個好分數，要不然對不起父母和老師。雖然都在較勁，但卻將注意力分散了，勁頭使偏了，神經的指揮系統和他作對，比賽時動作僵硬，考試時腦子混亂不清，勝利的天平反而往相反的方向傾斜，結果就留下了遺憾。

人的精力，包括思維和體能，都是有限的，要使其發揮到最大效能，取得最大的成績，需要作必要的組合與分配。比較合理和科學的方法，是聚神於當前、着力於腳下。就像爬山，只注意走好每一步，不管前面還有多麼高，更不考慮爬到山頂後怎樣做一個「V」字的姿勢。不要用追女仔似的眼光專注地盯着目標。重要的是過程，是現在進行式，那麼，這個正在進行的過程肯定是有力的、堅定的、踏實的。這樣的心態，表面看起來不是很重視目標，實際上能更快、更好、更容易達到既定的目標。

## 修理冷氣機 安全最重要

鄭家豪



客廳的分體式冷氣機突然湧出水來，而且水量很多，下面是書櫃，櫃頂雜物首當其衝。全家救急，有人關掣，有人搬開雜物，有人拿膠盆接水，有人打理地下積水，忙足一小時，個個渾身大汗。這晚氣溫仍留在三十度，卻沒有冷氣可用。

打電話叫工程公司派人修理，對方說最快翌日師傅才有空。等到師傅上門，初步檢查，出風口的一條喉被垃圾堵塞，造成倒流，冷氣機污糟造成，要大清洗一次，開價四千元。這些事自己不懂，只好答應，還要句句唔該！

事後談起，朋友笑我真笨，這筆錢何必界人使，網上有人教怎樣修理冷氣機，圖文並茂，照足指示去做即可，會教你看電路圖架構、看電路板、查看損壞原因。如果零件壞，例如電容出問題，零件要更換，網上教你去灣仔度

門街的回收店，買二手零件，花費幾百元，替你慳一筆，又說這筆錢足夠去東南亞旅遊。

朋友說得頭頭是道，我也相信網上有教人修理冷氣機這回事，但無論怎樣我不會做，我深知自己是電工門外漢。電這東西很危險，開不得玩笑，隨時掉命。我也奉勸讀者，不懂冷氣機別亂碰，懂得一些的也別碰，因為懂的可能只是皮毛，還有大半未懂，魔鬼就藏在這大半中，運氣靠不着，一點小錯，即發生大事。冷氣機壞了，我主張找電器公司上門，這點錢省不得，保個平安。

修理冷氣機經常遇到需不需要搭棚這個問題，我女兒睡房的冷氣機滴水，影響樓下，師傅上門用相機拍機台，看到喉管接口分離，十分簡單，只要將喉管重新接駁，滴水即可解決，師傅表示可以不搭棚，嘗試爬上牆修理。

遇到這種情況怎樣處理，答應還是不答應？我當時反對師傅的做法，雖然露台欄杆很接近冷氣機平台，但我住在五十八樓，師傅在高

空工作十分危險，只要發生丁點意外，後果十分可怕，師傅有這個膽量，我卻膽子小，讓我考慮考慮吧。

打電話給另一家裝修工程公司，對方說必須搭棚，否則不做。問搭棚費，答道七千元，還不包括修理費，若換零件，費用另計。七千元搭棚，可不便宜，這門專業存在風險，又不可找其他人代替，問可否減收一些，老闆說取價公道。三天後，來了兩位後生仔，把一批竹搬入屋，用了約四小時，在五十八層樓凌空將竹棚搭好，鋪好一幅大帆布，修理師傅便可走出竹棚，安全、舒服地修理冷氣機。

雖用了一筆錢搭棚，但我的決定是對的，家人一致同意須將安全放在考慮的第一位，萬一出事，事故責任和法律責任負不起，雖然有些修理公司表示已買勞工保險及第三者保險，顧客不負事故責任，然而心理責任卸不了的。

若要修理家中冷氣機，安全是最重要的，不是專業的你，不可自己來。

## 畫中小丑

李夢



最近在香港看了一場法國藝術家布菲（Bernard Buffet，又譯：畢費）的個展「無盡丑角」，其中一幅以馬戲團小丑為主題的畫作，令我印象深刻。背景是熾烈的紅色，畫幅正中有一位瘦長臉的小丑，面部線條如刀刻一般冷且硬，神情哀傷，一副欲言又止的模樣。暖色調的背景與畫中人的幽怨神情對照來看，反差鮮明且張力十足。

小丑是這位表現主義藝術家時常描摹的意象。畫作的內容及構圖相仿：在單色背景的映襯下，畫中人通常紅鼻頭、粗眉毛，瘦長面孔佔去畫布大半。小丑的衣飾花哨鮮艷，目光卻空洞渙散，他們面對觀者，卻無意與觀者溝通。畫家透過這系列畫作中的意象與色彩，營造出一種疏離的、幽怨的氛圍，與我們慣常想像中幽默諧趣的小丑形象相去甚遠。

布菲並非唯一一位喜畫小丑的畫家，秀拉（Georges Seurat，又譯：修拉）、吐魯斯（Henri de Toulouse-Lautrec，又譯：圖盧茲）以及畢卡索（Pablo Picasso）等，都時常以小丑或馬戲團等入題創作。秀拉一生中最後一幅作品《馬戲》，描繪的正是眾人圍坐觀看馬戲表演的刺激場面。

法國畫家秀拉僅僅活了三十一歲，因此，稱這幅《馬戲》為藝術家的晚期作品，其實並不算妥當。作畫者本人並不清楚自己即

將離世，不然也不會留下這樣一幅未完成的作品。不過，在這幅作品中，我們已能見出秀拉在畫法上的新嘗試。這些嘗試，令到秀拉其人其作在某種程度上成為後世抽象藝術的先導。

《馬戲》創作於一八九一年，正逢世紀之交，歐洲畫壇處在多元混雜的狀態中，表現主義和立體主義等影響二十世紀現代藝術的繪畫流派開始醞釀。

《馬戲》沿襲秀拉慣用的點彩畫派技法，唯構圖上不刻意突出空間感及透視效果，與後來的立體主義等人推崇的扁平化畫面效果相若。而與畫家早前作品如《大碗島上的星期日下午》以及《馬戲團遊行》相比，這幅畫多用線條（尤其是曲線），且畫中人的身體不再僵硬刻板，而是生動活潑且極富曲線美。畫中僅紅、白、黃、藍四色，線條與線條之間、色塊與色塊之間的交流與對撞，與後世抽象主義畫家的作品在表意及抒情方法上亦不謀而合。

《馬戲》一畫滿是繽紛熱鬧，畫中丑角要麼咧嘴大笑，要麼頻頻筋斗，哪會像布菲畫中人那樣苦著臉。可是，我們別忘了，小丑這一形象最具張力的地方在於台上與台下的不同狀態。秀拉畫中的小丑在台上，為取悅觀眾而不得不扮出興奮歡喜的樣子；而當那些丑角走下舞台，卸了妝，則可能會像華托（Jean-Antoine Watteau）畫作《小丑吉爾》那樣，低首垂目，茫然不知所措。

《小丑吉爾》是這位十八世紀法國畫家

最具代表性的作品之一。這位洛可可風格的擁躉，不單喜歡畫一些衣着華貴的男女以及情慾滿溢的愛情故事，還時常以喜劇角色入畫，這或許要歸因於他的導師Claude Gillot對這一題材的熱衷。在Gillot的影響下，華托開始關注所謂的「即興面具喜劇」，並將劇中角色在畫布上呈現出來。

即興喜劇是十七、十八世紀流行於法國的一種戲劇樣式，常在市井街巷演出，且演出者通常沒有劇本，興之所至，自在發揮。劇中有不少角色，有人能言會道，有人沉默寡言，而那個名為皮埃羅的小丑，顯然屬於後者。

皮埃羅是個哀傷的小丑，頻繁出現在即興喜劇作品中，也是《小丑吉爾》的主人公。正如華托在作品中呈現的那樣，皮埃羅時常身穿寬大的白色衣衫，有時戴帽子，有時只是簡單戴着黑色頭套。

這個角色有些蠢笨，因此時常被嘲笑，華托畫中描摹的場面，正是皮埃羅被其餘四位即興演員取笑調侃的場景。被邊緣化、被輕視的丑角，卻衣著精緻，在畫中佔據相當醒目的位置，而這個丑角明明身處人群中，卻顯出一副孤軍游離的神情。明與暗之間，光鮮與落寞之間的反差，正是華托此畫最耐人尋味之處。

這個白色衣衫的小丑，時常出現在華托作品中。若我們對照畫家生平，再進一步思考，或許他是想借這丑角，解釋自己乃至世上眾人悲喜交集的人生呢。

## 諸葛亮究在哪裏躬耕？

安立志



諸葛亮的「躬耕地」到底在哪裏？南陽還是襄陽？諸葛亮是名人、賢臣、良相，從古到今，滿滿的「正能量」。其「躬耕地」屬我鄉土，桑梓有光。西門慶這樣的文學人物，即使是淫棍流氓，都在爭搶，何況諸葛亮這樣的千古名臣！諸葛亮作為歷史文化名人，已被視為優質資源，一旦從手中喪失，一旦非我鄉土所有，如何面對江東父老？南陽、襄陽爭搶「躬耕地」，本非今日始，清代咸豐年間，一些文人墨客就對「躬耕地」究竟在南陽還是襄陽爭論不休，豫鄂兩地的人文，引經據典，強辯攻訐，均以「躬耕地」專屬本地為榮。這種爭論自然不免地方意氣。時任南陽知府顧嘉衡，籍屬湖北宜昌，身處爭議夾縫，實屬兩難。但他力排眾議，揮筆為南陽臥龍崗武侯祠題一聯曰：「心在朝廷，原無論先主後主；名高天下，何必辨襄陽南陽？」這副楹聯不僅對仗工穩，書法遒勁，而且蘊涵精深，神格超邁，凡來臥龍崗遊覽者，無不倍加讚賞，嘖嘖稱奇。顧嘉衡不想開罪桑梓，也不願刺激屬民，一副楹聯，緩解了一場曠日持久的地域紛爭。一九五九年，胡耀邦來到南陽武侯祠，看到這副楹聯，將之改為：「心在人民，原無論大事小事；利歸天下，何必爭多得少得」，從而賦予了時代精神。

只因《出師表》有「臣本布衣，躬耕於南陽」的清晰表述，只因《三國演義》的「隆中對」家喻戶曉，這使得「躬耕地」到底在哪裏，竟然變得聚訟紛紛，撲朔迷離。諸葛亮躬耕於東漢末年，距今大約一千八百年，由於歷史年代的久遠，由於行政區劃的變遷，由於歷史地名的嬗變，都可能發生歷史與現實的不脛而走，比如湖北咸寧與黃岡的「赤壁古戰場之爭」，山東濱州與廣饒的「孫武故鄉之爭」等。歷朝歷代，滄海桑田，地方邊界並非一直清晰，行政區劃並非恆定不變，一處古地名，前代屬於此地，後代屬於彼地，在歷史上屢見不鮮。即以隆中為例，據我國歷史地理學家譚其驤研究，在三國時期，南陽、襄陽二郡並立，但南陽地域遼闊，隆中的確屬於南陽郡轄地（《中國歷史地圖集》第三冊，「三國」圖十九，中國地圖出版社，一九八二年）。三國歸晉之後，行政區劃發生變化，南陽郡已變成南陽國，地理上與襄陽郡不再毗鄰，中間甚至隔了一個襄陽國。此時的隆中當然屬於襄陽郡治理（同上書，「西晉」圖五十三至五十四）。有心人對近年來圍繞「躬耕地」的學術爭論作過初步統計，統計結果耐人尋味，爭論「躬耕地」歸屬的學者與機構大抵屬於河南、湖北兩地，「南陽說」大都發表在河南的學術刊物上，「襄陽說」大都發表在湖北的學術刊物上。這說明，爭搶「躬耕地」，即便是學術研究，也會帶有地方色彩。



▲布菲的小丑畫作



李夢攝

►華托作品《小丑吉爾》 作者供圖

## 自家西餐

關平



自己家中做西餐作晚餐。是晚菜式計有：雜菜沙律，煎馬介休薯餅，意大利雜菜湯，煎牛柳。

菜市場買的現成雜菜，超市買的沙律醬，沒有什麼好說。意大利雜菜湯也只是罐頭湯加熱，包餅店買的麵包用鋁紙包好，放焗爐，攝氏一百二十度烤十分鐘，吃時熱、脆。

馬介休（Bacalhau，英文叫做cod fish，即醃鱈魚）是十四、十五世紀大發現時代，西班牙、葡萄牙水手從歐洲帶來遠東的食物，以解思鄉情懷，後來成為澳門土生菜的重要材料。澳門人叫馬介休做葡國鹹魚，最普遍做法是混

拌馬鈴薯炸馬介休球。

今次本來也打算做馬介休球。馬介休浸水去鹽，撕成魚絲，馬鈴薯煮熟壓成薯蓉，加芫荽、鹽、胡椒粉、牛油和雞蛋拌勻。但這次薯蓉水分太多，不成球狀，只好壓扁煎成餅狀，成為馬介休薯餅。成品效果倒是不差，味道適中，沒有澳門食肆的馬介休球炸得焦黑，賣相較佳。下次弄馬介休要掠乾水分，稍蒸一下才做魚絲。網上看食譜，有人建議蛋黃和蛋白分開，先拌入蛋黃，拌勻了才加進蛋白，黏性會較高。

又，馬介休可以在澳門的雜貨店買得到，已分成較小包，方便攜帶。我去去年里斯本，本來想買回來，怎知他們一整大塊賣，賣又多

，不便攜帶，還是去澳門買比較方便簡單。

牛柳是購自銅鑼灣一間凍肉店的新西蘭牛柳，切一吋厚塊，四面略煎，放進焗爐，攝氏二百六十度烤十分鐘。加預先炒熟的荷蘭豆、番茄和紅蘿蔔伴碟。吃牛柳時適量加海鹽和胡椒粉。

舊日在銅鑼灣工作，不時光顧那間凍肉店，近年少往該區，自從老東主過身，一些老店員退休，已少光顧了。新人接手經營，貨色依舊，可惜人面全非。舊人相熟，可以打招呼閒聊兩句，以前的老東主待人和善好客，令顧客感覺到人情味濃。現今新人都不認識，對顧客板著面孔，像超市收銀員。昔日的街坊小店格局已難得再見了。