

阿爾卑斯的冬季戀歌



▲在策馬特滑雪

和每年的十二月一起到來的還有歐洲最熱鬧的滑雪季。塵封了一年的裝備也到了拿出來「拋光上油」的時候，就如一個好的滑雪鏡如果不定期打理，它的清晰度會越來越差。

我亦如約而至來到瑞士的滑雪勝地策馬特，和馬特洪峰來一場「親密接觸」。不巧的是周末連逢雨雪交加，山頂雪場以安全為由暫時關閉，唯有在小鎮閒晃。那種等待雪場恢復運營的心情正如期待港鐵站的重開一樣急切。

在這裏滑雪最方便的就是不用帶任何專業裝備，鎮上有多家專業租售裝備的店舖。買好滑雪票，穿戴好裝備就可以乘着纜車出發了。三段式纜車沿途經過連成片的震撼美景後會把遊客送到海拔三千八百八十三米的冰川天堂，這裏亦是歐洲最高的纜車站。

一張國際滑雪通票不到一百瑞士法郎，就可以從瑞士向左滑到意大利，向右滑到法國，並可以乘坐中間所有段纜車，即使僅僅是欣賞壯美的雪山冰川都足以值回票價，完全對得起其「國際通票」的名號。

站在起點，右手邊是雄偉的馬特洪峰，左手邊則是不斷「呼嘯」而下的滑雪客們，其中不乏身高約一米的歐洲幼童。滿懷着對「與阿爾卑斯山親密接觸」的願望的興奮，我俯身下衝。在群山中自由滑行的這份刺激與澎湃像遇見老朋友一般熟悉與自在，心無雜念

，耳旁聽風，腳下踏雪，眼前閃不盡冰川峰巒。如果技術過硬，半天可以滑上三個來回。

回到鎮上便是晚餐時分，色彩繽紛的滑雪板整齊的擺滿在各家餐廳門口，又是一道絕對在香港看不到的風景線。一爐熱乎乎的烤芝士下肚，連凍紅的鼻頭都暖了。

樂活

潘少

逢周一見報



她的《浮士德》

上周在南京探班話劇《浮士德》，是在該劇首演前夜。製作人與投資人雷婷，帶着五歲女兒在南京已奮戰數日，採排中場休息時，她把女兒送回酒店。認識雷婷已有十八年了，那時我在報社，獲邀參加張一白導演處女作《聞往春天的地鐵》內部試片，我說了幾句充分肯定兼殷切期望的話，負責宣傳的雷婷便興奮地告訴投資人劉奮斗。看到我的報道，雷婷短信說要感謝，送個禮物給我，我說別客氣。偶爾碰面，她說哎呀，那個禮物又忘帶了。我倆的友情就在這持續遺忘中從短信走到了微信時代，牢固不朽。轉眼她結婚生女，她女兒剛學會走路時我們見過一面，當時約在公園裏，看着娃娃在陽光下蹣跚學步，她女兒讓她得到很多。

雷婷出生於戲劇世家，外婆是中國著名話劇表演藝術家沙漠，九十五歲高齡還登台演了話劇《裁縫》。雷婷從中央戲劇學院畢業後進了中國國家話劇院成為職業編劇，話劇低谷時，她的同學紛紛轉行影視，她在劇院堅持至今。田沁鑫導演出任國話副院

長時，曾疼愛地拉着她的手說：「相信話劇人將不再清貧，來，我們一起早日奔小康。」雷婷的生活其實未有物質困擾，穩定的家庭後盾使得她今天成為話劇《浮士德》的投資人與製作人。

歌德的這部經典曾被林兆華導演等先後搬上中國舞台，雷婷邀請了立陶宛「國寶」導演里馬斯圖米納斯執導華語版，他希望這齣戲演員表演有幽默。幽默怎麼出來？雷婷說演員要有人自身的自信、要有表演的自信。廖凡就是這樣的演員，他飾演的魔鬼墨菲斯特遊刃有餘，與飾演浮士德的尹鑄勝形成一張一弛的表演節奏。該劇剛結束南京首演，將赴西安、杭州、無錫與北京巡演，巡演路上，雷婷依然與女兒相伴、與歌德的靈魂依偎。

雁南飛

楊勁松

逢周一、三、五見報



乘車老人

在北京出差，多用公共交通工具，發現公車上老人特別多。北京的每輛公車上都配備至少一名「安全巡視員」，對乘客進行到站、讓座等提醒，回答有關行程的詢問，也幫着搬動大家隨身攜帶的重物。某日上來一對老夫妻，老太太拄着拐杖，行動遲緩，老先生更是顛顛巍巍，讓人擔心他隨時會摔倒。就這個身體狀況他還有操不完的心。上車時拿的拉杆箱由安全巡視員在一根柱子上繫好、固定住了，他卻不放心，每到一站就想要站起來去瞅瞅箱子有沒有鬆開。

聽老太太描述，她近日摔了一跤，行動不便。去醫院檢查後說要動脊椎手術，她覺得傷筋動骨，十分猶豫。她今年七十八，老先生還比她大兩歲，家裏兩個女兒都在國外，動了手術沒人照料，要是效果不好，導致癱瘓，事情就更麻煩了。一旁讓座的乘客誇獎老兩口的孩子「有出息」，老太太卻長嘆一聲：「什麼出息，把我倆都扔這兒不管了」。她說女兒會特地請假從美國回來陪着上醫院，可見孩子也並非對父母不管不問。然而女兒遠在萬里之外的異國他鄉，要為生計奔波繁忙，可能還有下一代要照料，即便想要照顧國內的老人也是力不從心。

根據最新統計資料，中國內地人口的老齡化程度日益加深，空巢老人不在少數。這兩位北京老人晚年遇到的實際困難會在全國其他地方上演。對我來說，他們的境遇更是感同身受。父母年事已高，雖然健康沒有大問題，但在國外工作，有什麼事鞭長莫及。看來需要考慮一下他們養老問題的安排，至少該有個後備方案，不能因為他們自以為身體康健，一切能自理就聽之任之。

墟里

葉歌

逢周一、三、五見報



健康之善

讓高齡的自己仍健康地生活着，絕對是「獨善其身」重要的一環。试想：每天在病痛中生活，那是長期的自虐，搵自己笨。

什麼叫健康地活着？生活能自理，自己能上下床、洗澡、沐浴、如廁、用膳、穿衣服、打電話、散步、購物。

器官仍好用，眼睛能看，耳朵能聽，嘴能說話、吃飯、唱歌，手能寫字、上網，消化有力，排泄通暢。記憶力仍在，情緒穩定正常。

對別人仍有貢獻，或繼續為社會創造精神、物質財富，或做義工幫助有需要的人，或助兒女一臂之力，世間有你，社會增值。

能做到這樣，不但是「善」了自己，也「善」了兒女和社會，減輕了

他們的負擔，節省了社會資源的損耗。

人有旦夕禍福，要做到這些有時身不由己，但能做的就要努力去做。要戒除一切惡習，不煙不酒。要注意飲食，營養均衡，少吃不健康食品。保持運動，持之以恆。小心謹慎，避免意外發生。

超乎一切之上的是擁有一個快樂滿足的心境，不強求未能獲得的期望，不埋怨命運給自己的不公，感謝自己已經得到的祝福，原諒曾令自己遭受損失的人，欣賞每一個新的一天。

南牆集

阿濃

m.facebook.com/A.Nong.cps

逢周一、四見報



「低頭」的智慧

多年前，在內地一家報社工作，做評論版的編輯。部門副主任是北大畢業生，比我年長兩歲，極有才情。他業務能力十分出色，策劃的選題總是既有深度、又有溫度。我每每編輯他親筆撰寫的稿件，總覺得字字句句都入情入理，讓人深省又絕不生硬。時常有讀者打電話到報社的爆料熱線，點名稱讚他的文章。後來，部門主任到點退休，大家都以為他會名正言順地頂上去。沒想到，宣布的任職名單上，是另外的名字。

這種事情向來被人關注。於是，各類小道消息不脛而走：有人說他文章寫得太「狠」、文風過於犀利，得罪了人；有人說他年少輕狂、恃才放曠，怠慢了人；有人說他風流倜儻，一定是招惹了風流債，被人舉報。他竟然也從來不做任何解釋。直到有一天我要離開了，他才跟我講了背後的原因。

「其實，是我覺得自己不合適，主動和報社講的。我講了兩個原因：一是做部門正職，需要更高的決策能力和管

饒先生的三求

「三求」該作何解釋呢？

記得先生以前授課時，曾屢次強調做人先於做學問，但做學問做到某個程度又會回頭幫助我們做人做得更好。可見他原意應該是先指向做人處世的。「是」字指是非，求是意即做人處世要有是非之心，那是《孟子》的思想。我還記得先生曾跟我說過做人可以小處糊塗，但大是大非必須分明。許多年以後我才知道他可以在日常生活中笑話百出，但在民族氣節等方面卻是半點也不含糊，這就解釋了他為何在抗日戰爭時不停地逃難，就是不想當侵華日寇的順民。「真」字指真諦，求真即追求真諦實義，泛指求取最真實的意義或道理，包括尋求真相等。此所以饒先生雖然人極聰明，治學卻每每獅子搏兔

熱播劇變了

最近內地一套網劇《慶餘年》引起熱議，該劇改編自同名網絡小說，講述了有着神秘經歷的青年范閒的奇遇與成長。《慶餘年》一改原本網絡小說略有拖沓的敘事節奏，故事緊湊，高潮迭起，更是選取實力青年演員與「老戲骨」，陳道明與張若昀的搭配可謂驚喜。但這套劇的成功主要歸功於編劇，青年編劇王倦將原本沉重的權謀鬥爭小說改為輕鬆中帶有熱血與成長的電視劇。縱使該片的武術、服裝道具等元素顯得略簡陋，但難掩其內容的出色。《慶餘年》抓住了觀眾的痛點，使其叫好又叫座。

除了《慶餘年》，前段時間的另一套網劇《大宋少年志》更體現了王倦「知道觀眾想要什麼」的才華，與《慶餘年》為改編劇不同，《大宋少年志》的劇本完全由王倦原

創。以北宋和夏國之間長達百年的戰爭為背景，講述少年們為家國大義守望相助，在隱蔽戰線上為守護江山社稷和百姓平安而奮戰的故事。該劇沒有大牌演員，服裝道具等元素甚至堪稱「雷人」，但劇中濃濃的「少年感」與輕喜劇的敘事節奏掩蓋了不足，令《大宋少年志》成功地抓住了觀眾們的心。

近年來，隨着生活節奏的加快，「抖音」等短視頻平台的崛起，人們對於電影、遊戲、電視劇的喜好也有了變化。以電視劇為例，十餘年之前，《金粉世家》等從角色中映射出時代背景的電視劇是主流；五年前，《步步驚心》等「後宮劇」頗受歡迎；而現在，隨着人們對於娛樂性要求的提高，對於代入感、沉浸感等體驗要求的降低，《大宋少年志》等具有輕喜劇元素的電視劇開始崛

大地恩情天蠶變

鬥爭，但情節尚算新穎；麗的電視卻推出清末民初劇《大地恩情》，觸動了廣大市民的家國情懷，最終令《輪》劇中途腰斬，可說是香港電視史上的重要事件。

《大》的劇情其實甚為通俗和平民化，但其主題曲旋律典雅，歌詞純樸，好幾句更能直指人心，回腸蕩氣，例如：「若有輕舟強渡，有朝必定再返……」訴盡當年不少離鄉背井中國人的思鄉愁緒。難怪《大》劇主題曲歷久彌新，長青不倒。

除了通俗劇，武俠劇亦是當年的主要劇種。麗的電視改編黃鷹的武俠小說《天蠶變》，可說是電視武俠劇的革新里程碑。除了劇集的拍攝手法，以及武術指導編排的動作場面，角色的個性亦是成功因素。主角雲飛

地做他的考證，為的就是追求學術上最根本的真善美。至於求正的「正」字，他跟我說過的是中正和正道。他要求我們要像《易經》〈離卦〉所謂的「柔麗乎中正」一語高亨注所說的「象人有柔和之德，附屬於正道」，又指手段要得當，即不偏不倚等等。

當今世道紛亂，太多人是非不分明，真假混淆，偽善偏邪。看來饒先生所留下的「三求」，內涵切中時弊，太值得我們去深刻思考和學習了。

微言錄

華鳴

逢周一見報



起。但不論在什麼時代，成功劇集的共同點就是，懂得觀眾想要的是什麼，學會以觀眾的角度思考問題。

港劇今年亦有出彩之作，有着奇幻背景的《金宵大廈》成功地以獨特的敘事方式與「腦洞大開」的想像力，風靡香港乃至內地市場。這部劇成功的要訣在於找到了電視劇市場在科幻懸疑領域的空白，也算是另類的「找到痛點」。或許對於港劇來說，發揮導演與編劇的能力優勢，以故事為主導，盡量減少服裝、道具、場地等元素的桎梏，關注觀眾特別是內地觀眾的喜好，不局限於香港，方才是崛起之道。

談文論藝

嘉妍

逢周一見報



揚表面上被人漠視和貶抑，但暗地跟隨師傅學習武功，最終能夠天蠶變身，脫胎換骨。主題曲氣勢磅礴，激勵人心：「一生稱英雄，永不信命數；經得起波濤，更感自傲！」歌曲旋律抑揚頓挫，配合着具動感的歌詞，直到現在仍能鼓動人們的鬥志和民心。

這些歌曲的作者黎小田在十二月初與世長辭。人雖離世，但是歌曲長存人心，陪伴香港人繼續踏上路途。

文藝中年

輕羽

逢周一、二、三見報



學好數學

阿里巴巴現任掌舵人張勇說，未來的阿里會是一個「雲、全球化和數字經濟體」。阿里在本港二次上市當日，關於數字經濟的話題張勇說了幾次，記者或是不太懂，未能深入追問，事後我在某媒體看到一位作者的相關文章：《德國承認被中國超越，原因竟然係……》，文章引用德國學者的說法，指數學令中國脫胎換骨，從窮國變身科技大國。

數字經濟也稱智慧經濟，簡單而言，未來各行各業都需以數位為核心邏輯進行運轉，因此學好數學十分重要。中國科技近年崛起，確是得助於數學人才充沛，也難怪德國學者說：「在中國崛起的過程中，我們首次面對一個比西方更聰明、智力資源更豐碩的競爭對手。」

理水平，我畢竟年輕，經歷的事情不足夠多，而評論版需要更有經驗的人主持大局會更穩妥；二是我曾經犯過錯，有一次我寫了批評的文字，傷害了當事人的感情。可後來我暗訪了一次，發現自己寫得有偏頗。」我聽罷大吃一驚，繼而不解：「你說的兩個原因，在這樣的人生機遇面前，似乎都不是什麼大事。第一條，年輕人都是經過歷練才更成熟的；第二條，你若不說，哪裏會有人知道。」

他溫地和笑了，「可是我自己知道啊。有了錯，勇於承認，才能更清楚地看清自己，看清前路。」後來，他轉到副刊部做資深編輯，連副主任的職位也

智力資源主要指人才，人才不可複製也不能量產。全世界都已看到，內地改革開放後，更加重視數學教學，通過比賽、擇優錄取等多種方式，催谷學生學數學的興趣，從而湧現大批尖子生，並影響到物理學、化學、生物學和信息學等學科亦是人才輩出，更提升了參賽國際奧林匹克的水平。

我表妹也看到這篇文章，她問我：「你家小朋友有無學珠心算？」我告訴她全部學奧數。珠心算，解奧數題，甚至從玩IQ題起步也未嘗不可，都是通往數學殿堂之路徑。

紅塵記事

慕秋

wuslupikwa@yahoo.com.hk

逢周一、二見報



不做了，卻年年寫出漂亮的中篇小說，頻頻獲獎。

這兩天，看報上的消息，他的作品又一次入選人民文學獎，由衷地為他高興。念及往事，我不禁想到了布袋和尚的詩句：「手把青秧插滿田，低頭便見水中天。」有時候，「低頭」是姿態、是選擇，更是人生智慧。

負喧集

趙陽

jackeyzhao2018@gmail.com

逢周一、三見報

