

點撥

近來去唱戲，大家說我進步明顯，一致認為我特勤奮，這話只說對一半，光靠勤奮是真不行，節骨眼上，得有高人點撥才行。

受人點撥，非止一次兩次了，而受益最深的一次，當屬和京劇團聯歡那次。我唱《荒山淚》，十幾分鐘的大唱

段，唱到最後已經聲嘶力竭，勉強結束。我說，不行了，氣不夠用了。大家都說，還得好好練。唯獨青衣演員、梅葆玖先生的弟子王梓依，她始終不錯眼珠地看我演唱，這時她說：「不是氣不夠用，是你不會用氣，我看你是用胸腔呼吸，這不行，你要學會腹式呼吸。」這句話很有分量，雖然平時所謂腹式呼吸、氣沉丹田、以氣催聲，等等，道理都懂，但與實踐卻是錯着位。我了解自己，總是用蠻力演唱，聲音像從嗓子眼裏擠出來的，一個唱段能否堅持下來，全憑狀態好不好，就是說，我不會點金術，而是靠運氣揀金子。而梓依老師三言兩語點撥了我，告訴我腹式呼吸的要領，等於教給我點金術，從那以後，我徹底解決了演唱中的氣息問題，一通百通，不少其他癥結也迎刃而解。

三言兩語就見效了，太誇張了吧？一點也不。所謂點撥，不同於從基礎教起、系統講授，是指在人處於迷惑中時，輕輕一點，撥雲見日。就是說，受點撥的人得有一定基礎，白板一塊，就談不上點撥。點撥一詞，出自《水滸傳》第二回：「史進每日求王教頭點撥十八般武藝。」史進原本就有武功底子，王進主要是點撥，通過點撥，糾正、規範、提高。習文練武，常會遇到障礙，在高人眼裏，



人生在線
姚文冬

這障礙只是一層窗紙，但對於學習者卻是一堵牆，他看不見這堵牆，卻因它的存在而徘徊不前，要麼雖看得見，卻是無力衝破的壁壘。高人的點撥，是指明牆上有一扇門，或是告訴他，只須往前走三五步，就能繞過這堵牆。

被高人點撥一次，勝過埋頭苦學三年。當然，也不是總能遇到高人，不過，點撥你的不一定非是另外一個人，時間也是一位高手，它借你自己的手，點撥了你。

最近，我每天閱讀一篇幾年、十幾年前的舊稿，當年寫作時自覺不錯，也發表過，有的還獲過獎，如今再看，不禁汗顏。今天的我，相對於當初的我，無疑累積許多經驗和技巧，手指輕輕一動，舊稿中那些不盡人意的東西就消失了。特別是有的篇章，由於當初功底淺，明知稍一用力即可，可就是力不從心，如今只看一眼，就找到了解決的路徑。這也是一種點撥。

你是否有過這種感受——想起年輕時說的某句話、做的某件事，會「騰」地臉紅，因為，那是一句錯話、一件錯誤的事。但當初可不這麼認為，認為那樣說、那樣做理所當然。彼時，若有人加以點撥，可能錯誤不會發生，或許，也曾有人點撥過，但人家礙於面子沒有說透，或是自己由於年齡、閱歷的局限，根本就聽不進去。時光催人老，也使人活得明白。時間也借我的手，點撥了我的過去，也是提醒今天的自己，對別人的意見，一定要從善如流。我知道，善意的點撥，一字千金，不可辜負。



如是我見
周軒諾

各路歐洲球隊經過一個月的「廝殺」後，今屆歐洲國家盃正式落下帷幕，意大利脫穎而出登上新一任歐洲足球王者寶座。

相信沒有一個球迷會否認歐洲足球不管是球會級還是國家級，已長期壟斷世界足球壇的一哥角色，並主宰着世界足球運動的發展方向。

球員方面，凡地球上出類拔萃的足球員無不渴望登上歐洲足球舞台，效力歐洲五大聯賽（英超、西甲、德甲、法甲）的球會。歐洲球會之所以能吸引無數足球精英趨之若鶩地加盟，除了薪酬和待遇優厚之外，歐洲足球競技水平高、能捕獲各地球迷歡心亦是關鍵因素。坊間甚至認為要配得上球星這稱號，就必須在或曾經在歐洲五大聯賽「搵食」，好像我國的「武球王」武磊，不也是千里迢迢遠赴西甲的愛斯賓

歐洲足球地位

奴踢球嗎？

再者，代表足球員個人最高榮譽、由國際足聯於一九九一年開始頒發的「世界足球先生」獎項，從來都是歐洲各大球會旗下球星的囊中之物。大家可曾見過有南美洲、北美洲、非洲、大洋洲、亞洲球會的球員贏過世界足球先生？沒有。縱然以往有一群來自南美洲和非洲的巨星當選過世界足球先生，例如前巴西國腳羅馬里奧、朗拿度、李華度、朗拿甸奴、卡卡，阿根廷的美斯，以及利比里亞的韋亞，但他們摘取該殊榮時，都正在效力於各歐洲豪門，包括西甲的巴塞隆拿、皇家馬德里，意甲的國際米蘭、AC米蘭。登陸歐洲，始終是每個球員的夢想及奮鬥目標。

球會方面，歐洲球隊受全球球迷愛戴的程度遠超其他洲份，身邊親友談論的隊伍，不外乎都是歐洲五大聯賽的班霸，這些強隊出現在各地紙媒、網媒的頻率十分之高。進入大眾視線的，主要還是巴塞、皇馬、馬德里體育會、國米、AC、羅馬、祖雲達斯、利物浦、曼

聯、曼城、熱刺、阿仙奴、車路士、拜仁慕尼黑、多蒙特、巴黎聖日耳門、馬賽、里昂、波圖、賓菲加、士林亭、阿積士、燕豪芬、飛燕諾、布魯日、基輔戴拿模、布加勒斯特星隊、布拉格斯拉達、莫斯科火車頭、貝爾格萊德紅星、加拉塔沙雷……這些歐聯常客。每年年尾進行的世界冠軍球會盃，名義上是「世界」，然而由二〇一三年至今，奪冠的全是歐洲豪門。

國家隊方面，自從二〇〇二年世界盃巴西摘元後，近四屆世界盃冠軍都是由歐洲國家包辦，而且除了二〇一四年世界盃決賽是由南美國家（阿根廷）與歐洲國家（德國）對決之外，其餘三屆決賽皆屬於歐洲「內訌」（二〇〇六年意大利對法國；二〇一〇年西班牙對荷蘭；二〇一八年法國對克羅地亞）。翻查歷史，原來從一九五四年開始，每屆世界盃決賽對壘雙方至少有一隊是來自歐洲，歐洲足球的統治力可見一斑。

世界足球界被歐洲主宰的局面，在可見的將來仍會持續。

妒忌：宮澤賢治《土地神與狐狸》



讀書關鍵詞
米哈

獨家享有的待遇，等等等等。妒忌，常見於愛情，又不限於愛情，又成為了經典作品的恆久主題。

心理學家庫伯勒·羅絲因應人面對死亡與災難而產生的情感，提出了著名的「哀傷五部曲」，即否認、憤怒、懇求、沮喪、接受，而我則從日本昭和時期作家宮澤賢治的短篇故事《土地神與狐狸》悟出了「妒忌七部曲」。

《土地神與狐狸》的故事有三個角色，一棵樺樹小姐，「有兩個朋友，一個是土地神，他住在正好五百步遠的谷地裏，一個是從原野南方過來的褐色狐狸。」樺樹小姐是土地神與狐狸的欲望對象，而三角關係就此形成。

妒忌的第一步是「與對手比較」。當老實的土地神知道了狐狸與樺樹談笑甚歡，便有樣學樣找機會與樺樹單獨聊天，殊不知談到自己不熟悉的話題，更引來了樺樹不經意的一句：「你要不要問問狐狸先生呢？」一個人妒忌另一個人，往往因為欲望對象一句有意或無意的話。土地神不滿自己給狐狸比下去，「讓狐狸來教神仙道理」，從此燒起了妒忌之火。

「憤怒」是妒忌的第二步。土地神妒忌狐狸而憤怒，卻將憤怒發洩於路人。當怒氣過了，土地神回過神來才後悔自己不可理喻的無聊舉動。他將自己發脾氣的醜事怪罪於狐狸，認為「這麼無聊全都是因為狐狸害的。狐狸還在其次，應該說是樺樹害的。是他們倆害

你是善妒的人嗎？

妒忌的本質在於一種不安全感，人因為害怕失去他認為重要的東西而產生妒忌，這些東西包括情人的身份、職場的崗位、獨家享有的待遇，等等等等。妒忌，常見於愛情，又不限於愛情，又成為了經典作品的恆久主題。

心理學家庫伯勒·羅絲因應人面對死亡與災難而產生的情感，提出了著名的「哀傷五部曲」，即否認、憤怒、懇求、沮喪、接受，而我則從日本昭和時期作家宮澤賢治的短篇故事《土地神與狐狸》悟出了「妒忌七部曲」。

《土地神與狐狸》的故事有三個角色，一棵樺樹小姐，「有兩個朋友，一個是土地神，他住在正好五百步遠的谷地裏，一個是從原野南方過來的褐色狐狸。」樺樹小姐是土地神與狐狸的欲望對象，而三角關係就此形成。

妒忌的第一步是「與對手比較」。當老實的土地神知道了狐狸與樺樹談笑甚歡，便有樣學樣找機會與樺樹單獨聊天，殊不知談到自己不熟悉的話題，更引來了樺樹不經意的一句：「你要不要問問狐狸先生呢？」一個人妒忌另一個人，往往因為欲望對象一句有意或無意的話。土地神不滿自己給狐狸比下去，「讓狐狸來教神仙道理」，從此燒起了妒忌之火。

「憤怒」是妒忌的第二步。土地神妒忌狐狸而憤怒，卻將憤怒發洩於路人。當怒氣過了，土地神回過神來才後悔自己不可理喻的無聊舉動。他將自己發脾氣的醜事怪罪於狐狸，認為「這麼無聊全都是因為狐狸害的。狐狸還在其次，應該說是樺樹害的。是他們倆害



▲《土地神與狐狸》收錄於《宮澤賢治短篇小說集》。

資料圖片

的。但是，我並沒有對樺樹生氣，就因為我不怪樺樹，所以才這麼痛苦。」在這階段，妒忌之火只會燒到對手頭上，而不及及欲望對象。

當妒忌者察覺到持續的痛苦，他就會來到妒忌第三步，即「嘗試忘記，但忘不了」。土地神知道一切痛苦都來自樺樹，便要求自己「把樺樹忘了」，又想當然「怎麼也忘不了」，越想忘記，越是惦记，而在「八月某個濃霧深深的夜晚，土地神懷着難以言說的寂寥和滿腹的惱怒，信步走出自己的祠堂。不知不覺間，他的腳自動往樺樹的方向走去」，情況就像我們分手後會「自動」打開舊情人的社交賬戶一般。

妒忌的第四步是「貶低欲望對象」。當妒忌者耐不住反反覆覆的憤怒，甚至認為自己的不理性行為既可憐又可笑時，往往會嘗試貶低欲望對象的價值去說服自己擺脫這個關係。土地神也如是，他意識到「心情變好了許多，

所以盡可能不想去想到狐狸或是樺樹。但還是不自禁的會想到，他沒轍」，只好跟自己說：「就算我再低賤，終究是個神，一棵樺樹對我究竟有什麼價值呢？」

然而，哪怕我們再努力貶低欲望對象，也不見得可以減低對他的渴望，卻產生了反效果：他明明就不好，而我卻痛苦地愛他，這明顯是「我」的問題。這是妒忌的第五步，即「自我懷疑」。土地神也自我懷疑，並自我責備，「那只不過是樺樹和狐狸在原野中的短暫對話罷了。這種小事就能攪亂你的心情，你還算是神嗎？」

從痛苦到自我懷疑，妒忌者可能就此離開那一段令自己泥足深陷的關係。「某個金黃透亮的秋日，土地神心情大好。今年夏天以來種種痛苦的心思，不知怎地都成了一團團霧靄，變成了環，掛在頭頂上。而且神奇的是，那種壞心眼的念頭，飛到九霄雲外去了，就算樺樹與狐狸說話，他也不在乎，只要兩方覺得開心就好。」這是妒忌的第六步：自以為心平氣和。

妒忌的恐怖，在於它的霸道，在於它的反覆。你以為事過境遷，但妒忌的恨往往植根很深，也就是妒忌的第七步：「再次發作」。當土地神自以為穩住了心志，卻見到「狐狸逞強似的挺直肩膀，大步往遠處走去」，簡單數個動作、數句說話，土地神「腦袋突然一陣昏眩」，又憤怒起來了。

《土地神與狐狸》的故事，展現了「妒忌七部曲」，而當妒忌來到我們真實生活的日常關係，我們便會發現這七部曲的次序總是突如其來，反反覆覆，沒有順序，並與各種情感糾纏。但，無論是《土地神與狐狸》，還是我們實在經歷到的妒忌，可以肯定的是一旦妒忌之火燒起來了，往往要燒到滿目瘡痍方成結局。

宇宙奧妙

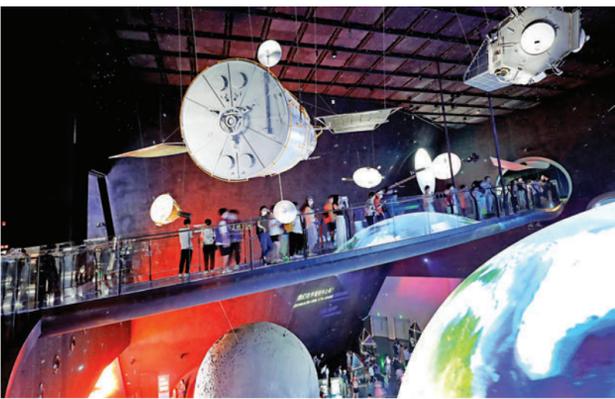
上海天文館近日正式向公眾開放。該館坐落於上海自由貿易試驗區臨港新片區，建築面積約三萬八千平方米，涵蓋「家園」「宇宙」「征程」三大主題展區及「中華問天」「好奇星球」「航向火星」等特色展區，以及8K超高清多功能球幕影院、星聞會客廳、望舒天文台、羲和太陽塔與星空探索營，全景展現宇宙浩瀚圖景。

圖為參觀者走在「征程」展區內的一個空中通道上。

新華社



市井萬象



領略功夫

先領略三位先生的功夫。

著名青銅器專家李先登一九九六年到台北故宮博物院，要求看看「海內三寶」之一的毛公鼎。之前曾有一位日本前高官專程去台為得一見。答覆為「天雨，國寶不宜出面」。台北故宮博物院院長秦孝儀親自接待李先登，那天正巧「天雨」，秦先生並不言雨，交談之際拿出一把刻有銘文的青銅寶劍，請李先登鑒賞。李先登細考後指出：「寶劍是真，銘文是假。」即使天雨，秦先生立時引李先生去「拜訪」毛公鼎。何為功夫？李先登謂之也。

楊仁愷的功夫。

東北博物館（今遼寧省博物館）成立初期，當時收藏品中有不少贗品，如何去偽存真，的確要看真功夫。當時館內藏有三幅「清明上河圖」，有沒有真品？楊仁愷穩穩地打開了送來的第一幅，看過後立下定語，此幅是贗品。打開第二幅，楊先生稱感覺就不一樣，感覺是靠功夫養成的，一種神韻俱現之感油然而生，細細品鑒，是一幅後世高仿。第三幅攤開後一看，已有大師鑒定為贗品。楊並未所動，攤開後一稱，不覺朗聲高調：此乃正是北宋張擇端真跡《清明上河圖》。過去八百年，多少帝王將相都欲一覽而不

得，以為隨宋而亡，今日得見，後經證實，此畫的確為真跡，現珍藏於故宮博物院，鎮館之寶。楊仁愷先生的功夫著實厲害。

羅振玉的功夫。

羅先生的功夫最見長的是甲骨文。在甲骨文上的功夫，不知中國還有出其右者乎？

中國歷史從何論起？清末即有「東周以上無歷史。」一九一七年前後，胡適從美留學歸來，在北大哲學系講「中國哲學史」是從周宣王開講的，以後又有傅斯年、顧頡剛等亦持此觀點。也有人提出質疑，但無足夠證據撼動胡適。羅振玉把三塊甲骨文綴合，釋而讀：「殷王名謚十餘。」推斷出土甲骨文的小屯村當是「徙於武乙，去於帝乙」的晚商都城所在地。羅先生功夫深，於無聲處聽驚雷，撼動了胡適。

先生，賈誼解釋為先醒，領先於人。若料事於未發之前，可謂大先生。

再看齊白石的功夫。

一張白紙從上到下面都沒畫，只是在離紙底部還有三分之一的地方畫了一片秋天的葉子，葉子上趴着一隻蟬，頭朝下。葉子旁邊有白石先生的兩句詩：「鳴蟬抱秋葉，及地有餘聲。」一幅有聲之畫。

老舍曾「考」過齊白石，題目都是一句詩，一句很難用畫展示的詩，那分明不是「考」畫，而是「考」功夫，「考」文學積澱，「考」職業修養。老舍真會出題，試題亦見功夫。「淒迷燈火更宜秋」「芭蕉葉捲抱秋花」「手摘紅櫻拜美人」「幾度寒梅帶雪紅」「蛙聲十里出山泉」……看齊白石如何作答。「芭蕉葉捲抱秋花」，畫面上一株碩大的芭蕉，層層葉片捲抱着一枝尚未開放的黃色花蕾。老舍的題難在一個「捲」字上，一個「抱」字上，白石先生反覆觀察琢磨，才應對出芭蕉葉是向着日光捲葉，捲之中顯現出「抱」來。真功夫！又如「手摘紅櫻拜美人」，白石先生先畫了一隻長頸花瓶，瓶的正面畫着一條昂首挺胸張牙舞爪的墨龍，瓶口插着一束盛開的折枝櫻桃花，詩情畫意，盡在其中。再如「蛙聲十里出山泉」，要用不動的畫面畫出聲，畫出動。據說硬考了齊白石好幾天，最終畫了條山間的溪流，傾瀉而下，奪山而出，何止十里；一群小小的蝌蚪順流而下，正在泉溪中嬉戲鬧騰，真真畫活了，畫出了水聲畫出了蛙鬧。齊白石的功夫怎能不讓人拍案稱絕呢？

(一)



▲齊白石《手摘紅櫻拜美人》。

資料圖片



閒話煙雨
白頭翁