

天外有天

這位客人。他先是拉着客人談劍術，不料一談之下，客人對劍術「精奧正變」非常熟悉，自己根本不是客人的對手，於是他又想「以技壓客」，拿了主人書房中的一把古劍「作磨旋舞」，「舞」的過程中還幾次逼近客人，可是他的挑釁客人只是笑笑，對他「技」的評價也只是「固庸俗中之健者」，這令蘧瀨「怒其輕己」，於是更具挑釁性地問客人「爾能之乎？」這一問不打緊，引來的結果令蘧瀨瞠目結舌：只見客人拿出七口劍「舞於庭中，飛躍揮霍，寒光電激」，有一把短劍「時時及灑巾際」——客人一趟「散花舞」施展下來，使蘧瀨「色撓氣降，叩首不已」，等到客人問蘧瀨「盍來一出手」（你要不要也來露一手？）時，他只有「愧汗交集，不敢作一言」的份了。回到家裏，蘧瀨才發現自己的頭巾和頭髮只剩下了一半——另一半已在客人揮舞那把短劍時離他而去。

經過客人的這番教訓，「繡虎」真的成了「繡虎」。蘧瀨從此「謙抑下人，不敢矜技」，客人的劍術使蘧瀨知道了自己的虛驕和淺薄，也明白了「天外有天」的道理。



過眼錄 劉俊

逢周二見報

海景廣場

我一直對城市中的「半老」建築情有獨鍾。在香港，相對於已經被活化了的大館、美荷樓與南豐紗廠，雖然修舊如舊的確好抵讚，但相較而言，我更喜歡八文樓的煙火氣，「怪獸大廈」的擁擠與六七十年代修建的公居屋區裏的街坊氣息。

自從來了深圳之後，因防疫要求，我鮮少出門，更不必說去街區尋找這樣的老舊建築了。而深圳剛過四十年的特區歷史，與飛速建起的高樓大廈，更讓我覺得，這座城市難以找尋這種「半老」建築。但前幾天，去剪個頭髮的功夫，竟然讓我找到了一個獨特氣質的老樓——海景廣場。

海景廣場坐落於深圳南山區，附近都是新開發的高樓大廈，在無數玻璃幕牆的對比下，更顯得它「風華不再」。它有着三十餘年歷史，是八十年代末香港商人在還沒有開發起來的深圳南山投資興建的一座寫字樓。

聽它的名字就知道，這座寫字樓在建成的當年是能看到海景的，在當時，它三十餘層的層高與寫字樓往外望去的風景，依山傍海。或許也是豪

華寫字樓的代名詞。而如今，從海景廣場往南五百米，才能到達近幾年新建的沿海步道。這五百米，是人與海的博弈，也是深圳速度的寫照。

如果不是在軟件上搜索到，有一個評價頗高的理髮店在這座大樓中，我想我不會走進海景廣場。進入海景廣場，一樓還依稀能看到一絲曾經的模樣，電梯間與前台位置的設計的確能讓人回想它當年的輝煌。可現在那裏已經空無一人，取代它的是門口坐着曬太陽檢查核酸的保安大叔，而電梯間裏壞了一盞的燈泡與樓裏鱗次櫛比的小公司，在訴說着它現在的沉默。

理髮店的窗口能遠望到一線海景，在深圳速度的映襯下，這裏的故事可能已經接近尾聲，可深圳的故事，卻還在繼續。



漂遊記 杜若

laser.li.hk@gmail.com

逢周二見報

清明芥菜飯

煙雨紛紛的清明節，除了一口甜糯軟綿的青團，怎麼能少得了一碗新鮮脆嫩的芥菜飯？果然還是江南水鄉參透了吃的哲學，看似隨意，其實把時間和情緒都安排得妥妥當當，就好像光腳踏在濕漉漉的石板路上，雖然天是灰蒙蒙的，空氣也夾帶着牽掛，心卻輕盈了一大截，啪嗒啪嗒，透着水汽再往前看，恨不得馬上能遇到彩虹。

一碗芥菜飯，就是這時節最正確的參數啊。每個設置剛剛好，再調一下都是多餘。

平心而論，芥菜真是全能選手。酸菜魚裏靠它攬動風雲，最後補上點睛一筆，梅乾菜中偶爾也刷刷存在，養足了食客們的好胃口和刁鑽眼光。如今乾脆不施粉黛，清清爽爽「素顏」出征。芥菜葉片很大，鋪出來就

像一把把小蒲扇，洗着洗着都能聽到脆嫩聲響。把它切成絲，跟臘腸、香菇一起翻炒，幾滴醬油，出鍋就是高水準，滿眼溫存。

有段時間幾乎天天要吃芥菜飯，怎麼吃都不膩。上桌的時候，這一碗米粒和菜似乎會呼吸，是活的，眼神撲閃撲閃，後面藏着時光裏的竊竊私語，像遊戲中的特效。光是那一小塊一小塊翠綠，就已經極具穿透力了，但它最迷人的還是口感，嫩中帶脆，吃得很醒腦，也很愉悅。突然感慨怪不得人在戀愛上頭時可以不管不顧，有情飲水飽，原來一件事全情投入，確實能忽略其他存在。哪怕是吃碗炒飯，盡興了都不會考慮加菜，因為眼前的味道滿足了全部需求，哪還有心思分給的朋友？

芥菜飯，一個人都能吃得熱熱鬧鬧，一碗裏有葷有素，有靜有動。每一口下去，都要感慨一次食材搭配怎麼會如此和諧，一股義氣直衝腦門，吃着吃着自己就化身成戲精，總是想衝動地原地宣布，讓它們此後就這樣把餘生都綁定吧。



食色判答

逢周二、三、四見報

慎終追遠減少抑鬱

中國人有慎終追遠的優良傳統，新

冠肺炎疫情之下仍無阻孝子賢孫在清明時節拜祭祖先。

第五波疫情造成百萬人染疫、奪去逾八千人性命，許多人要承受喪失親人的傷痛，但由於抗疫措施的限制，未必能完整正常舉辦喪禮。筆者曾經聽過一位長輩這樣說：「死者已矣，喪禮是為了度現世的親友。」細思之下，覺得很有道理，的確喪禮是度現世的人。

香港大學防止自殺研究中心副總監兼精神科專科醫生廖廣申解釋，任何人親人離世，都需要有渠道宣洩哀傷情緒，否則易造成長遠的負面影響。廖醫生的建議是，一旦遇上類似上述的困難，可以藉著與親友交流、透過哭泣，

將悲傷的情緒交給時間來撫平。

面對親友離世，難免內心傷痛。也許剛聽到噩耗時，部分人表現冷靜，甚至刻意去壓抑悲傷的情緒。不過，這些都不是好的方法，會有反效果，甚至導致抑鬱症，嚴重抑鬱是香港自殺率居高不下的其中一個原因。如不遏止，會造成惡性循環。

最近，看到兩個令人沮喪的統計，有個青年商會於本年一月至三月間，向馬來西亞、日本、香港、台灣超過一千



童眼觀世 梁戴

逢周二、四見報

三百位受訪者展開問調查，結果顯示，香港成為「抑鬱之都」，本港受訪者的抑鬱指數高達百分之六十，較日本的百分之四十、馬來西亞的百分之三十四及台灣的百分之十八更嚴重。

香港大學香港賽馬會防止自殺研究中心統計，最近一星期港人自殺值平均數一度高達四點零五，比全年平均數一一點八高。當中較多自殺人士屬中年人或長者。該中心總監葉兆輝直指，現時社交距離措施太嚴厲，可以有限度開放，對於部分長者來說，他們已習慣到圖書館看報紙、到泳池游泳，現時卻因為場地關閉而要停止。

政府公布自四月二十一日起，分三階段放寬社交距離措施。筆者認為，中最應該放寬的是喪禮的限制。

尊重與傾聽

者採訪災難新聞的權利與職責，認為遇難人數不應只是冷冰冰的數據，而應將他們還原為有血有肉的人，才更能營造出「生命誠可貴」的鮮活感與震撼力。

對於這個問題，應該理性分析區別對待。利用災難蹭熱點、賺流量、謀私利的行為，當然應該予以強烈譴責；但媒體記者倒也不必因噎廢食，停下尋求真相的腳步。災難報道中，逝者故事本就不可或缺，只要不濫用媒體權力，遵循新聞倫理，秉持充分尊重，注意保護隱私，就可以寫出合乎情理的報道。

這不禁讓筆者想起汶川地震一周年



十八鬱 關爾

逢周二見報

的回訪報道活動。那一趟採訪，既碰到了已經擦乾淚水開啟未來、小心翼翼避談過往的災後重組家庭，也認識了很多將此視為人生寶貴財富、願意分享給公眾的積極樂觀的人們。保持緘默的，我們從不勉強；願意傾訴的，我們用心聆聽；看到哭泣的，我們遞上紙巾；闖出新天的，我們喝彩祝福。

人世間本就五味雜陳，有人希望獨處，有人渴望分擔。執筆者需要做到的，就是將心比心，不替他人擅作決定，更不要貪圖流量、煽動情緒，不要故意看不見，也不要假裝看見。

當災難已經發生或者不可避免，記錄苦難是歷史的一部分，促成社會反思也是媒體的義務。倘若能用手中之筆，傳遞人文關懷，推動社會進步，則善莫大焉。

人生悲喜劇

刀，輕聲地向店員說：「打劫。」聲音太低了，店員表示聽不清楚，顧客再說一遍：「打劫。」店員隨即反應過來，

馬上走進店裏拿出一把切肉的菜刀，顧客冷不提防，拔腿離開，店員隨後追出去……

錄像監控把整個過程拍下來，電視新聞都有播放。店員事後接受電視台記者訪問說：「佢閃閃縮縮……拎把鋸刀出嚟，仲要係把舊鋸刀……打劫都有啲誠意吖！」再看另一家電視台同樣向店



文藝中年 輕羽

逢周一、二、三見報

員訪問：「我會向法官求情……都希望同佢做朋友；如果唔係走投無路，點會打劫一千幾百吖……」

這些看似戲劇的情節和對白，彷彿在不少港產電影都看過。人生就是由喜劇和悲劇交織而成，不會只是傾向任何一面。兩個人物都是疫情之下的受害者，備受影響而面對迫不得已的生活。店員帶着一種喜劇個性；劫匪也許是一個悲劇人物。打劫當然是不對的，必須接受法律制裁，可是店員也理解該劫匪的犯罪原因，不忍再加上一腳。總之，希望該名劫匪能夠改過自新，並且捱過難關，疫情過去便可以重投社會。店員若遇同樣事情，亦不要再持刀追賊，否則自招危險，最終可能導致悲劇收場。



你若不想做，可找出十個藉口；
你若想做，會找到一個入口。

漫條思理 鄭辛遙

逢周二見報

擔當與奉獻

第五波新冠肺炎疫情爆發以來，內地伸出援手，捐贈了大批醫用物資。這些物資以及港人的日常生活所需，皆經由海陸空日夜不停運輸來港。除此外，一批批內地專家、醫護團隊等人員也陸續抵港，協助醫管局提升社區的抗疫能力，為有需要者提供檢測和治療。一句「感謝」已經難以表達感激之情，我們應向內地各方的無私奉獻表示致敬。

在本港，全民抗疫逾兩年，無數個飽含奉獻精神的故事同樣溫暖了世界。義工，不顧安危，照顧老人，維持秩序，做可以做的

一切工作；醫護，暫別家人，犧牲睡眠，長時間工作，一次次演繹醫德的偉大；機構，回饋社會，捐款捐物，提供酒店，借出土

地，為隔離設施添磚加瓦……

同心抗疫，聯手作戰，前線不屈的脊樑是奉獻精神的形象寫照，心懷責任和擔當，自然而然便產生奉獻的行為。有首歌專門唱奉獻：玫瑰奉獻給愛情、江河奉獻給海洋、星光奉獻給長夜、長路奉獻給遠方。奉獻的意思，在詞典中是「恭敬地呈獻，不求回報」，奉獻精神閃爍着人性光輝，是解憂渡難的牽引。



紅塵記事 慕秋

wusupikwa@yahoo.com.hk

逢周二見報

秋冬服裝趨勢初窺

二〇二二年秋冬時尚走勢，大致上從日前舉行的米蘭時裝周預展已可先睹為快。一直為維護時尚市場不停努力的各大服裝品牌，已經準備就緒，與大家一起分享不同系列的秋冬時款服飾走勢。

比較特別的是，一些以往單獨舉辦展會的品牌，今年都恢復回歸到整體的時裝周程序中，令到這傳統的時裝大秀，顯得更熱鬧和更多彩多姿。

遇着簡潔美的年代，崇尚「丹寧」款式，這是牛仔布料的英文譯

音，讓牛仔服裝時尚也稱為丹寧潮流。今季看各大品牌對丹寧服的投入程度，就知道牛仔裝是如何受歡迎，多款的牛仔布衣飾，包括有前排鈕扣束腰帶的裙子和不同造型的牛仔套裝等，另一款以闊腳牛仔褲配閃亮元素的外套，加上典型的流行飾物，美不勝收，牛仔服可演變成這模式，不得不佩服造型師的設計。

而有意大利名牌與運動品牌聯乘的出品，服裝的亮點放在那「三間」上，令人一看已知道出自哪一

品牌，帽子上的「三間」和胸前品的標誌，把運動服和潮服組合，穿搭出意想不到的意境。

創新的定義，還包括了一些修身切割小洞，分別在連衣裙的領口和近肩位上，製造破洞的款式，完全符合一些愛好新穎風格的女士們的要求。

文靜一點的格仔元素，也把目光引領到另一個境界，無論是格仔長裙、長褲、大襪或青春派的服飾，一系列的印花格仔，都可隨意搭配不同服裝。突出的配色，在二

二年的秋冬時裝中，以亮麗搶眼的綠色為主調，服裝的設計線條較為簡單，而且用色不超過三種顏色配合，黑色或灰色也可選擇。這種鮮艷的色彩，可以展現時尚感又不會太亮眼，色彩的搭配學問是重點。



衣尚蕙蕙

逢周二、四見報