



普出生活事

談談「去標籤化」

標籤（biāo qiān）是用來標誌產品目標、種類以及內容的，便於人們查找目標、準確定位，給人們的生活帶來很多便利。日常生活中最常見到標籤的地方是超市、商店這類場所，超市貨架上的一排排商品都會逐一貼上標籤，讓顧客可能很快地找到商品，並通過標籤獲取商品的成分、保質期、營養價值等等相關內容，節省顧客尋找和挑選的時間。而標籤不僅僅被用來標識商品，也被用來標識人，尤其在這個商品化的時代背景下，人也逐漸被標籤化了。

人是如何被標籤化的呢？當我們提起一個人的時候，會說TA是一個好看的人，是一個工作能力很強的人，是一個人緣很好的人，是一個孝順父母的人，又或者會說TA是一個沒有責任心的人，是一個愛拈花惹草（niān huā rě cǎo）的人，是一個缺乏同情心的人，是一個做事沒有主見的人……諸如此類，便是人的標籤化。人們往往會將某一個人性格品質當中的一個突出方面作為標籤來定義那個人，而這種標籤很容易成為一種刻板（kè bǎn）印象，人們會因為標籤太過顯眼而忽視了個體的其他特徵，從而以一種標



▲我們的社會賦予了男性與女性截然不同的標籤，因此人們的思想也隨之被禁錮、定型。

籤化、扁平化的眼光來看待他人。

群體也會被標籤化

不僅是個人，群體也會被標籤化。我們的社會賦予了男性與女性截然不同（jié rán bù tóng）的標籤，男性是短頭髮的、西裝革履（xī zhuāng gé lǚ）的、陽剛的、理性的……女性則是長頭髮的、裙袂（qún mèi）飄飄的、柔軟的、感性的……而當某些男性留長髮、穿裙子、說話輕聲細語的時候，就會有人嘲笑他們，說他們是娘炮、娘娘腔，當某些女性剪着利落的短髮，自己修理家電，將大部分時間花在工作上時，也會有人稱她們是女強人、女漢子。正是因為男性女性這兩個群體被標籤化了，因此人們的思想也隨之被禁錮（jìn gù）了，認為男性就要有男性

的樣子，女性就要有女性的樣子，並對那些模糊了性別邊界的人進行嘲笑和指責（zhǐ zé）。

可是人並不是單一的、非黑即白的，像牛奶就是牛奶，咖啡就是咖啡，可以隨意給它們貼標籤。人是複雜的、多面的、矛盾的，男性可以有溫柔、善解人意（shàn jiě rén yì）的一面，女性也可以有剛強、做事果決（guǒ jué）的一面，看似乖巧的孩子可能會做出反叛的舉動，看似溫柔的人可能會在某些事情上大發雷霆（dà fā léi tíng）。

標籤化影響自我認識

標籤化不僅會影響人們對他人的看法，也會影響人們對自我的認識。心理學認為，標籤化會帶來一種標籤效應，標籤是具有一定的導向作用的，會影響人們對自己的自我認同，有時候甚至會促使人們朝着標籤的方向發展。例如被貼上「乖巧懂事」標籤的孩子便會對自己的行為有更嚴格的要求，擔心自己做出越矩（yuè jǔ）的行為破壞了自己的形象，從而壓抑（yā yì）自己內心的其他想法。

人不應該被單一的定義，不應該用死板的、被禁錮的思想去認識自己和他人，而應該用開放的、包容的眼光去看待每一個人，因此在這個速食時代，我們要勇敢地去去除不合理、束縛（shù fù）人的標籤，大膽地拋開成見、偏見，這樣才能跳出井底，看到更寬廣的天空。

	粵語	普通話／拼音
1	標籤	biāo qiān
2	拈花惹草	niān huā rě cǎo
3	刻板	kè bǎn
4	截然不同	jié rán bù tóng
5	西裝革履	xī zhuāng gé lǚ
6	裙袂	qún mèi
7	禁錮	jìn gù
8	指責	zhǐ zé
9	善解人意	shàn jiě rén yì
10	果決	guǒ jué
11	大發雷霆	dà fā léi tíng
12	越矩	yuè jǔ
13	壓抑	yā yì
14	束縛	shù fù



掃一掃
有片睇



從李白詩看「詩仙」的現代意義（上）



讀經典・學名句

李白，字太白。其籍貫異說紛紜，或曰隴西，或曰山東，或曰蜀。其出生地尚無定論，主要有生於蜀和生於西域碎葉城（今吉爾吉斯斯坦的托克馬克市）二說。據李白自言及相關材料，其九世祖先為涼武昭王（李嵩，351-417）之後，其先於隋末流寓西域，至其父李客（生卒年不詳）才「逃歸於蜀」，四歲的李白亦隨之遷居劍南道綿州昌隆縣青蓮鄉（今四川省江油市）。

年少穎慧十歲通詩書

李白少穎慧，十歲通詩書。喜任俠，輕財重施。或訪道四方，以煉丹求仙為事。天寶（742-756）初，入會稽，與道士吳筠（?-778）友善。筠被召入京，李白也隨着到了長安。賀知章（659-744）讀了他的《蜀道難》，深受所感，嘆為「謫仙人也」，薦之於玄宗，召為翰林供奉。二年餘，求放還山。

天寶十四載（755），安祿山（703-757）反唐，李白轉徙宿松（今安

徽省西南部、長江北岸）、匡廬（即江西省廬山）間，王永璘（719?-757）為江淮兵馬都督，闖為府僚。璘謀反事敗，白被流放夜郎，途中遇赦得還。代宗寶應元年（762），在當塗病死。留下詩九百餘首，世稱「詩仙」。

陳師耀南《唐詩新賞》曾將李白一生，分為六個階段：生於西域；成長蜀中；漫遊華東；長安夢碎；江湖浪跡；宦舟再覆。頗便記憶。我也寫過一首《題李太白》的詩，概括了李白的一生和我對他的感受：

飛揚跋扈謫仙人。玉山自倒絕倫。
平生四海為胸臆。沈吟俯仰筆底真。五七言絕體高妙。古風樂府尤稱神。桃花潭畔踏歌處。會有出水芙蓉新。金陵酒。峨眉月。天姥峰頭。梁王宮闈。仗劍走馬如閒雲。一生貴賤何飄忽。恩承帝主親調羹。翰林供奉驚一鳴。酒醉恐言溫室樹。白首肯著太玄經。可憐淪作永王客。夜郎萬里愁還滿。是非留得後人爭。千秋長養詩魂魄。

杜甫（712-770）《春日憶李白》云：

「白也詩無敵，飄然思不群。」確然，詩到李白，凡神仙遊俠奇山異水名酒美人，都成他詠歌的材料。沈德潛《說詩碎語》稱其「落想天外，局自變生，大江無風，瀟灑自湧，白雲舒卷，從風變滅。此殆天授，非人力也。」

李白從小就受到道教神仙思想的薰陶，在其詩歌中多有體現。其《感興八首》其四云：

十五遊神仙，仙遊未曾歇。吹笛吟松風，泛瑟窺海月。西山玉童子，使我鍊金骨。欲逐黃鶴飛，相呼向蓬閣。

又在《下途歸石門舊居》中表達對神仙的嚮往：

余嘗學道窮冥筌，夢中往往遊仙山。何當脫屣謝時去，壺中別有日月天。

一生與道教徒接觸甚多

李白一生與道教徒接觸甚多，如司馬承禎（647-735）、吳筠（?-778）、焦鍊師（生卒年不詳）、元丹丘（生卒年不詳）等。李白入宮，亦多得於吳筠所薦。

其與元丹丘更為一生好友，在李白的詩中，有十四首提到元丹丘，如《將進酒》：

君不見，黃河之水天上來，奔流到海不復回。君不見，高堂明鏡悲白髮，朝如青絲暮成雪。人生得意須盡歡，莫使金樽空對月。天生我才必有用，千金散盡還復來。烹羊宰牛且為樂，會須一飲三百杯。岑夫子，丹丘生，將進酒，杯莫停。與君歌一曲，請君為我傾耳聽。鐘鼓饌玉不足貴，但願長醉不復醒。古來聖賢皆寂寞，惟有飲者留其名。陳王昔時宴平樂，斗酒十千恣歡謔。主人何為言少錢，徑須沽取對君酌。五花馬，千金裘，呼兒將出換美酒，與爾同銷萬古愁。

（後續）

陳樹渠紀念中學校長、教育局中小學中國語文課程專責委員會（加強中國文學及文化）主席 招祥麟博士

逆境順境

人生之中，逆境順境多如星數，不可避免，無人希望遇上逆境，也無人不希望遇上順境，但有一點特別，就是「逆境使人變得堅強，順境使人變得懦弱」，我們不得不承認，逆境雖壞，但也有好處，順境雖好，但也有壞處。

首先，逆境有助我們變堅韌不屈。逆境就是一個手提磨刀石的人，而我們就是一把把刀，逆境把我們摳在磨刀石之上磨啊磨，磨啊磨。這過程對我們這些刀來說無疑是十分痛苦的。大家可以試想一下這種痛苦，也可以試想一下我們日常之中為何要磨刀：為了使刀更為鋒利。磨刀這一做法看似對刀不利，但其實是令刀刀更為銳利，對刀反而有利。逆境就是我們這麼一塊磨刀石。有實例，最實際。我們看看現代史中的長征：從井冈山，再到四渡赤水，最後駐足延安。紅軍在此間人數大減，但到了延安後，大部分的紅軍留下來的，都是精兵中的精兵了。而毛澤東也得以在抗日成功後，與蔣介石爆發解放戰爭，從東北的遼瀋，到北方的平津，再南方的徐蚌，

最後到南京，解放大陸而建國。長征過後，除了「三軍過後盡歡顏」外，也為共產黨提供了戰略經驗和精兵，為解放全國打下了基礎，最後得以以陝北的一點「星星之火」染紅整個中國。可見逆境磨礪人的心志，令人變得堅強，甚至有意外收穫。

其次，順境也會令人變懦弱。我們看一看歷史的賢明之主和亡國之君，大多在少時遭遇有所不同。「秦皇漢武、唐宗宋祖、一代天驕成吉思汗」五位開拓疆土的偉大帝王皆自小身負重任，不在順境，而在逆境。秦始皇幼時於趙為質子飽受欺辱，為王後也有穆毒亂政、呂不韋專擅；漢武帝登基處處受實太后掣肘，不能尊崇儒術，老師王綰、趙綰被迫下獄自殺；唐太宗生在亂世，身臨兵荒馬亂之地；宋太祖篡周建宋時，內有藩鎮割據，外有契丹北漢虎視眈眈；成吉思汗少時妻子孛兒帖被劫，少時就被迫發動戰爭。但此五人雖身處逆境而不至身死國滅。大家反觀陳後主陳叔寶，南唐後主李煜，後蜀後主孟昶以及北

宋徽宗趙佶，他們無不生於豪華的深宮之中，就算登基之初也沒有大的憂患，生活奢華，紙醉金迷，可為名副其實的「順境」。於是生活一再奢華，貪圖享受；陳後主作《玉樹後庭花》此等靡靡之音，寵愛美人張麗華；李後主沉醉佛教與詩詞，寵愛大小周後，其詞《玉樓春》中「晚妝初了明肌雪，春殿嬪娥魚貫列。笙簫吹斷水雲間，重按霓裳歌遍徹。臨風誰更飄香屑，醉拍闌干情味切。歸時休放燭花紅，待踏馬蹄清夜月。」可見其宴會奢華極致；後蜀後主寵愛花蕊夫人，宋徽宗不理朝政，醉心金石花草，研究風雅之事，將大政委於奸臣蔡京、高俅等。這種人生於順境之中，長於順境之中，對於大事的處決態度仍然十分幼稚，不會像生於逆境中的君主一般當機立斷，變得十分懦弱，遇事慌張。例如陳叔寶一聽隋軍過江，立即令兩個美人共匿藏於胭脂井中；李煜錯判形勢，誤殺大將林仁肇，而致宋軍長驅直入，浮橋渡江，後主投降，孟昶遇宋軍而降，被花蕊夫人所諷：「十四萬人齊解甲，卻無一

個是男兒。」趙佶遇金兵南下，竟逼迫兒子宋欽宗趙桓繼位，以求避禍，可見順境令人變得懦弱，失去正確果斷的處事能力，無法按照過往解決問題的經驗走出突如其來的逆境。

最後，我同意「逆境使人變得堅強，順境使人變得懦弱」因為逆境給予我們的除了苦難之外，還有磨礪和歷練，我們可以從中學會如何走出逆境。正如胡錦濤先生所說的「多難興邦」一樣，在零八年汶川大地震後，中國人把走出逆境的方法歸納為團結，那麼我們自己也要從逆境之中「多難興己」，找出解決一切問題的通用公式，以使在往後的人生之中走出逆境。但是我們也是要在順境之中保持警惕，提防逆境的到來，未雨綢繆，不要使順境腐蝕我們自己的心態，使其變得懦弱可欺，否則就只能像李後主的《破陣子》中所說一樣，「揮淚對宮娥」了。

寶安商會王少清中學 4D 陳銘峰

簡評：先寫逆境使人變得堅強，以磨刀石與刀為喻，具體生動。再以長征為例，很有說服力。還引秦皇漢武、唐宗宋祖和成吉思汗的例子，更無懈可擊。以陳叔寶李煜等例子，說明順境令人懦弱，

特別是引了李煜《玉樓春》，令人嘆為觀止。再引花蕊夫人的兩句詩，顯見其文學功力。

寶安商會王少清中學中文科教師朱啟章