

紅髮英雄

《THE FIRST SLAM DUNK》終於上映，喚醒了多少人的青春記憶。櫻木花道的紅髮，是當中最讓人熱血沸騰的亮色之一。

而前幾天，江蘇無錫的馮先生，路遇有人落水，毫不猶豫地脫光上衣，冒着嚴寒跳進水中將人救起。孰料，這樣的義舉，竟引來一陣聒噪和詆毀。點解？只因馮先生也染着櫻木花道式的紅髮，身上還有文身，便有人指摘這不符合「英雄形象」。

「英雄形象」什麼樣？古往今來，並不見哪部典籍或是法律進行規定。本來先有英雄，後有「英雄形象」。英雄的共同點是見義勇為，這才是核心價值所在；至於所謂的形象，當然是因人而異。魯智深俠肝義膽，三拳打死惡霸鎮關西，他可是以文身為標籤的「花和尚」。

英雄也是人，是有血有肉的。國家法律禁止向未成年人提供文身服務。但對於成年人來說，文身、染髮都是個人自由。要先符合「英雄形象」，才能當英雄？滑天下之大稽！曾經有多少人為修飾美化的「英雄形象」，反而因為假大空，最後被老百姓棄之如敝屣。

總有一些衛道士、「鍵盤俠」，就像契訶夫筆下的「套中人」，不知哪裏來的優越感，天天揮舞着道貌岸然的大棒，吹毛求疵，口誅筆伐。其實，越是這樣的人，骨子裏越是冷酷無情。讀者諸君莫怪在下刻薄。因為這種人，他看不到英雄的實質，也就不可能自己去當英雄。

英雄，從來不是憑藉臉譜來定義，而是有一顆勇敢善良的心。若英雄形象都要刻意塑造，那才是整個社會的悲哀。馮先生說得好：「做事憑良心，也不用太在意他人的看法，我不能永遠都活在別人的嘴巴裏。」那些詆毀者，如果自己失足落水了，是否寧死也要等到一個符合英雄形象的人來救？



瓜園蓬山

gardenmarvin@gmail.com
逢周三、四、五見報

給假日留點「白」

「每逢春節胖三斤，仔細一瞧三公斤。」春節留給最長久的記憶，竟在體重秤的顯示屏上。請時容易送時難的，除了神仙，還有脂肪。春節期間多出來的這坨肉，來時不聲不響，不請自到，想走時卻大費周折，熬人心神。由此想到，假日生活需要「留白」。

「留白」國畫術語，是中國藝術的技巧，也是一種中國式的智慧。就藝術而言，意境高遠的畫作，絕不能把紙面佔滿，須有些空白，密處取氣，無中看有，方能從有限的畫面中激發出無限的

想像。技藝高超的演出，也不是滿場跑跳、絮絮叨叨，而是點到為止，以靜制動，無聲勝有聲。寫文章也是如此，含蓄的文字更顯深刻，曲折的句子增添美感，給人無窮回味。就立世為人論，中國人說話做事，同樣講究不越界、留餘地。人生如對弈，處處落子，滿盤皆輸。行乎所當行，止於其應止，生活才蓬勃充盈。

故而，「留白」的真意，乃是一份自信自足的態度，也是一種對他者的信任和尊重。桃李不言，下自成蹊。美好

的東西，無需刻意裝飾和宣傳。留一方天地，任其自在展露，方是最好的安排。也正因為懷有這份尊重和信任，中國人才放心地把藝術裏的妙處，言行中的深意，生活裏的美善，留待他者發現和感受。

假日，其實也可看作生活的「留白」。暫時放下忙碌的工作，停下奔走的腳步，把身心調換到另一個頻道，開啟休假模式，正如在畫紙上鉤出一片空闊的區域。如果把假日安排得滿滿當當，胡吃海塞，晝夜顛倒，趕場式應

酬，打卡式旅遊，倒像是把畫上的天空、水面塗上了不該有的色彩，美感必被破壞無遺。這樣的假期過完後，身心疲憊不堪，比上班工作還累，又何苦來哉。中國人最重要的假期無疑是春節。春節大概也是一年中時間最長的假期。這份「留白」更值得我們好好珍惜。



知見錄 胡一峰

逢周一、三、五見報

鯨千分法

來到成年，想起一句話：「逐二免者，不得其一。」上回我們說到訂下年度計劃之必要，而其中一個關鍵就是「集中」。年度計劃經常以失敗告終的原因，很可能是我們高估了自己的行動力，又放任了自己的慾望。

舉例，以一年時間學會一門外語，本身已經是一件有難度的目標。若然我們同時想以這一年寫下一本書、辦一個展覽、組織一次家庭旅行，還想要成功創業。試問談何容易呢？

但，我們又想一想：既然這樣分心又多心地訂下目標是如此明顯的不智，

為什麼我們還是會重複犯錯，如此訂下年度目標呢？原因是我們沒有準確地掌握時間的觀念。

在我學網球的時候，教練說了一句發人深省的教導，他說：「球場的大小，既大又小。當你想將球打中界內時，你會覺得球場很小，但當你要追跑去接一個球時，你也會覺得球場很大。」球場如是，時間如是。

當我們在構想年度計劃時，往往會覺得「一年」是很長的時間，所以便容許自己加入多個目標。然而，當我們真的執行年度計劃時，又會覺得「一年」

時間很短，不足以滿足多個願望。

這讓我們回到上一次提到的方程式：「願望+（期限+具體細節+寫於紙上）=目標」。當我們以逆向思維的方式，從目標倒向計劃細節時，我們便能更有效掌握時間的觀念。

再以學外語為例。正如上次說到，「學會外語」是不合格的目標，因為這是不能量化的。較好的目標可能是「一年後學會三千個外語新字」。當我們有了「三千字的目標」，便可以逆向推算每月要學會二百五十字，從而知道自己只要每天達到學習十個新字的目標，便

能超額完成年度目標。

在此，當我們認為每天學習十個新字不是一個沉重負擔時，就可以讓自己訂下第二個年度目標了。日本成功學者箱田忠昭稱這方法為「鯨千分法」，顧名思義，就是怎樣一天吃一點，最後吞下一整條鯨魚。願祝大家年年有餘。



自我完善 米哈

逢周一、五見報

小巫見大巫

正月初三「赤口」，民間傳統不到別家拜年，免傷和氣。這類習俗雖沒科學根據，卻有提醒人們要和睦共處的大智慧。不知是節氣影響還是世事真的那麼多巧合，剛過去的大年初三又確實氣焰冲天，因為一向人少而寧靜的離島坪洲竟有警員於上門調查期間遭市民襲擊，需連開三槍。

坪洲案件的事發原因與過程還在調查，但已足以令香港市民大感驚訝，因為警察用實彈制服疑犯的情況在本地實在少見。然而相對於美國，不論是民是

警，用槍的密度與程度真可謂「小巫見大巫」，以致自二〇二三年開始未及一個月，已發生數十次槍擊事件，至少導致七十人喪生。駭人聽聞的是於加州發生的兩槍擊案相隔不足四十八小時，兇徒簡直視生命與法律如無物，更諷刺是有受訪的當地市民表示不太擔心，因為槍械使用在該國並不稀奇，而且持槍仇殺的暴力案並不在自己常常出入的區域發生，也就如常生活。

當人對四周充斥死亡威脅也無動於衷，甚至到了「眼不見為乾淨」的境

地，生存還有什麼意思呢？火藥原是可以帶來方便和有利社會建設的發明，可惜落在文明進程中卻轉眼變了質，除有體統的禮儀步操與運動項目，不論是否合法使用，只要槍聲一響，絕大部分情況也與不安全畫上等號，接下來也只有接連出現的感嘆號，嘆人性的醜惡。

我國古籍《禮記·禮運》有言：「是故謀閉而不興，盜竊亂賊而不作，故外戶而不閉。是謂『大同』」。這樣教人安心的環境，在今日的世界看來，

如神話般沒可能實現。中國文化崇尚友愛和平，在民用槍械的管制範疇，我不介意相對其他國家和地區屬屬保守嚴謹的「小巫」，至少我們不用上學、逛超市或進娛樂場所消遣也擔驚受怕。



竹門日語 簡嘉明

逢周四、五見報

元代水晶兔



觀眾可以透過這次特展，欣賞到從西周到清代、從青銅到水晶等跨越時代、材質不同的「兔子」形象，它們或坐或伏，纖毫畢現，宛如憨態可掬的「兔精靈」。其中，青銅兔尊、水晶兔等在兔類題材文物中頗為罕見，而上海博物館收藏的這件元代水晶兔（附圖）還是「本地產」——一九九四年出土於上海市松江區的圓應塔地宮。

元代水晶兔，圓雕，長六點二厘米，高二點六厘米，厚四點四厘米。整體形象生動逼真，兔作卧伏狀，雙目前視，長耳後伸，背腹間有一圓孔可供繫帶用。這件水晶兔與陝西旬陽縣宋代窖藏發現的一件玉兔造型基本相同。考古發現和傳世的兔飾件，基本為玉石雕造，水晶兔飾件極其少

見，除圓應塔地宮發現的這一件外，在黑龍江省綏濱縣奧里米金墓中也出土過一件水晶兔（現藏於黑龍江省博物館）。

「玉兔精靈：上海博物館兔年迎春展」舉行至二月二十六日。希望這些維妙維肖、生動可愛的「兔精靈」，能為大家帶來新年的躍動之喜！



館藏擷英 周雅

逢周五見報

動物也過「年」

剛剛過去的春節假期，連接內地與香港的高鐵復通，讓廣州長隆野生動物園迎來一批久違的香港遊客。他們或一家大小，選擇一夜兩日包酒店和動物園門票的春節「套餐」；或三五家庭，組成迷你旅行團，觀賞「全球動物花式拜新年」節目。最開心的是小朋友們，口罩之下，是發自內心的歡笑和滿足。

喜迎兔年，長隆野生動物園一早掛滿萌兔裝飾，增開萌兔展區，引入逾三十隻不同品種的兔子，有常見的家兔、法國垂耳兔、侏儒兔，以及與貓狗一般個頭的長毛兔等。這些來自世界各地、顏色不同的兔子歡聚一堂，「兔」氣揚眉，一下子萌化遊客的心。最幸運的是多個「肖兔」親子家庭，他們享有入園與兔子近距離接觸的機會，羨煞旁人。

在杭州動物園，紅燈籠、中國結、福字，將動物的居所裝扮一新。園方還為大小動物準備了各式各樣的過年禮物，如金剛鸚鵡收的「紅包」，是用紅紙包裹的食品；小熊貓享用的定製年夜饭，是一個裝滿水果的豐容球；保育員投餵年味十足的大餐，讓環尾狐猴等大快朵頤。

住在昆明動物園亞洲象館的大象，春節期間，得享豪華版「過年三件套」，包括洗腳、修腳和按摩，以及專人美甲服務。不過，為大象足療和美甲是「危險」工程，工作人員事前要與大象聯絡感情和建立信任，美甲過程中還要為大象提供美味佳餚，以分散牠們的注意力。

引發網上熱議的，是山西臨汾一動物園，除夕直播「虎兔交接」儀式，工作人員抱着小老虎和小兔子，然後將虎兔的身體慢慢靠近。意想不到，老虎幼崽虎齡雖小，但虎膽不小，一見兔子就猛撲了過去，幸好工作人員眼明手快，迅速將虎兔拉開距離，否則喜慶節目分分鐘變驚悚場景，樂極生悲。

新春年俗

兔年至，喜洋洋。香港作為一座中西合璧的現代大都會，新春時節依然秉承世代相傳的中國人過年習俗。過往三年，受困於疫情而令不少年俗活動取消，年味變淡。但今年新春佳節伴隨防疫政策的放開，往日熱熱鬧鬧的新春年俗場景再次出現。

香港在邁向生活復常的兔年，黃大仙於大年初一復辦上頭炷香，現場人潮絡繹不絕，陣勢浩大，筆者家人甚至因為現場人太多，而只能在外圍活動；另一個復辦的新春年俗當屬大埔林村村的香港許願節，大年初一就有不少市民一大早特意前去拋寶牒，祈福許願。不僅如此，現場還有內地旅客拋寶牒為家人祈福。

大年初二是車公誕，人們到車公廟上香、轉動祭壇前的銅風車，祈求新年行大運。今年車公廟香火鼎盛，逾二點三萬人次進廟，據媒體報道，更有內地旅客將自己裝扮成「齊天大聖」，稱自己因為疫情三年都沒有來港旅行。今次得以在開關後來到香港，希望新的一年內地與香港實現全面通關，兩地來往更方便。

年初三容易生「赤口」，即發生口角，所以親朋好友之間的拜年都會



談文論藝 嘉妍

逢周五見報

凝聚努力的成果

一個電視台的頒獎禮，對一眾電視藝員在去年的努力表現，總算塵埃落定，得到應有的認同和鼓勵。萬千星輝頒獎典禮的節目性質與台慶又有些不同，主題是表揚藝員和各項節目製作方面的成就，相同的亮點是男女藝員和嘉賓們都是盛裝出席。

除了大部分是本身電視台的藝員外，亦看到不少久違了的藝員：葉童，黑色配有銀色閃亮晚裝，與一身色彩燦爛的余安安，都是頒獎的嘉賓，另一位是郭可盈，金色披肩款晚裝；男藝員方面，有黃日華與苗僑偉，型格十足；呂良偉黑色緞面西裝，配煲呔，劇集《飛狐外傳》大家在螢幕上仍可看見他出演其中一個角色。芸芸負責頒獎的男女藝員，都可說是風采依然。

今次節目有點例外，全晚只有一個司儀，就是周奕璋，個子不高，但一向給觀眾的印象就是真誠、有內涵的藝員，很欣賞他主持的旅遊節目，能夠簡潔地介紹當地特色，當晚深色西裝，配銀灰色領飾，表現稱職。

節目展開，飛躍進步女藝員獎，是港姐出身的郭柏妍，銀色薄紗晚裝，衣飾可以配合她的氣質；男藝員獎則屬吳偉豪，外形清秀，間條三件頭西裝，具備藝員先決條件，日後成就當然要看其自身的努力。連續兩屆最佳女主持獎的陳貝兒，銀灰色晚裝，與另一位女藝員劉穎鏇的彩色條子晚裝，都是配合是晚銀色亮點的衣飾。

胡定欣和陳曉華黑色晚裝，成為最佳衣着的得獎者，款式相近，胡定欣襯金色鞋子讓晚裝更耀眼，陳曉華白色圖案晚裝設計很美麗，視帝陳山聰與視后江美儀，一個全套白色西裝，深粉紅襟花配飾，一個是短髮型，黑色羽毛上衣，銀色裙，幼帶高跟鞋，加上耳環，是恰到好處的衣飾搭配。



衣尚蕙蕙



萌寵集 佑松

逢周五見報