

貧窮限制想像

「貧窮限制了我的想像力」——而今の窮人們，每見到天價的餐飲、豪宅、奢侈品等場面，大多就會像「劉姥姥進大觀園」般，發出這句感嘆。

春節回山東老家，看了一次呂劇。與粵劇、豫劇、崑曲、京劇、秦腔等打着鮮明地名標籤不同，「呂劇」名字很獨特，是山東最主要的地方劇種，據說得自「驢戲」的諧音，可知其充滿生活氣息。

那天有一齣《下陳州》，講的自然包青天陳州放糧的故事。演員在台上咿咿呀呀唱着：「聽說那老包要出京，忙壞了東宮和西宮，東宮娘娘烙煎餅，西宮娘娘剝大葱……」台下觀眾歡笑一片。莫言的粉絲一定會記得，在他的小說裏，但凡要一頓好飯，往往就是烙白麵餅，再加上鮮靈的嫩葱。在舊時的山東普通百姓眼裏，這就是吃食界的頂配了。還有一個悠久的故事，窮苦農民聊天時，暢想皇帝家裏的鋤頭和糞叉都是黃金做的。這都是典型的貧窮限制了想像。

張恨水寫《金粉世家》，很多地方是紅樓筆法，但他畢竟沒有曹雪芹那樣的體驗。原本他寫國務總理家七少爺金燕西生病，廚房備了些清淡小菜，其中有一碟拌鴨掌。出身滿洲貴族世家的「中華談吃第一人」唐魯孫認為，因為富家子弟生病不會拿鴨掌當粥菜，建議改為「雲腿拌薺菜」。

其實，所謂貧窮限制想像，有時固然因為作者、演員自身也是君子固窮，對上層社會生活缺乏充分了解；但也有個重要原因，就是有意迎合觀眾、讀者。聽到娘娘們忙着烙餅剝葱，台下那些抽着旱煙、嗑着瓜子的販夫走卒，聽得津津有味，垂涎三尺。若改成「東宮娘娘燉魚翅，西宮娘娘燒熊掌」，反倒沒了共鳴。這種「迎合」是善意的，讓觀眾、讀者有了更深的滿足感，對得起幾個銅子的戲票錢。



瓜園蓬山
gardenmarvin@gmail.com
逢周三、四、五見報

宋代羅大經《鶴林玉露》中記載，宋太祖、太宗兩朝的宰相趙普，讀書不多，據說只讀過一部《論語》，但他很自信地對宋太宗說：「昔以其半輔太祖定天下，今欲以其半輔陛下致太平。」因此也就有了「半部論語治天下」的故事。平頭百姓過平淡日子，或許半部《論語》也用不上，常用到的是名言。教育孩子多讀書時，搬出大文豪高爾基的話「書籍是人類進步的階梯」；與人鬧矛盾自我開解時，就用康熙年間大學士張英的「讓他三尺又何妨」做一做心理建設。



有次，我在此探討美國作者法蘭克·賽斯諾（Frank Sesno）的著作《精準提問的力量》，提及作者列出的十一種提問類別，以及其中「任務型提問」的細節。其後，有讀者提問：可否再說多一點此書的要點？好！

在賽斯諾提出的十一種提問類別之中，我認為「同理型提問」是最難拿捏的，原因在於此類提問不單要求提問的技巧，而且要懂得觀人於微，更重要的是要培養一顆真誠關心他人的同理心。

技巧，可以學習、可以訓練，但同



身邊不少長輩已臻松柏之年，因此近期我更加留意社會對長者的支援。香港已成全球人均壽命最長的地方，二〇二一年男性平均壽命為八十三點二歲，女性更達八十七點九歲。可以預期，人口老齡化的問題會日趨明顯，長者需要的支援也將急增。

疫情過後，百廢待興，不少人關注青少年的成長和就業出路，也冀盼與大灣區的融合可為港人創造更多機遇。與此同時，我們切勿疏忽為老人服務制訂長遠計劃，也不要輕視長者的生活困難。一個發展健全的城市，在國策的規

有趣的是，不少名言在流傳演變為「名言」時，丟胳膊少腿，只剩了半句。還拿《論語》來說吧，「父母在，不遠遊」，就出自這部經典，但原文還有半句「遊必有方」。你看，人家沒說非得守在老人家膝下做個「媽寶男」，世界那麼大，真想去看看就大膽地去吧，但別玩失蹤，記得常通音訊，發發朋友圈。「三思而後行」也出自《論語》，不過，原文是「季文子三思而後行。子聞之曰：再，斯可矣」，有些事沒必要想太多，認準了就去做了吧。《莊子》也是成語的量產



理心，卻是從心而發的一種真實，偽裝不了，模仿不來。

舉例，作者曾經就一個福利改革法案訪問四個年輕媽媽。四個媽媽，來自不同族裔，全是單親媽媽。作者以課本式的開放問題開場，問道：「新法案會有什麼不同？你們想做哪種工作？要怎樣靠工作達到收支平衡？」

然而，當對談持續進行，內容提及受訪者努力工作之後，還是得不到基本生活保障，以至付不起小孩的託育費時，作者的同理心驅使他問道：「你每天起床時看見了什麼？你有什麼感覺、



劃下，要老有所養，可惜現階段對內地與香港安老政策銜接與同步發展的研究卻不多見。

身為小市民，我留意到香港的居住環境大都沒有充足考慮到長者的需要。例如大街小巷的路面和燈光，並沒按老人步履不穩與視力衰退而安裝輪椅上落及感應照明設施；公共服務和消費場所也很少設長者專用排隊位置；而安老院舍床位不足與服務素質參差更是長久積壓的問題，稍微做得好是公共交通上的關愛座與市民大都培養了讓座予有需要人士的好習慣。由此可見，大眾不是



饋歲荷包



掛在腰上的荷囊，「荷包」一詞也沿用至今。其實不僅在新年，清宮中其他喜事節日也會按例分賞荷包。

皇帝賞賜的饋歲荷包裏裝着的可

能是金銀錢幣、玉石八寶，有時還會裝一些食物在荷包內，例如柑橘等；記載清代各種朝野軼聞的《清稗類鈔》提到，年糕也是「饋歲之品」。此外，給文人書生的則有可能是筆墨紙硯或詩集。這一點，從乾隆皇帝作詩便可知：「刺繡新驚添幾線，團團繡得荷包面。就中各盛金豆兒，開匣爭看文采綢。亦有文房雜珍玩，《茗溪》紫穎端溪硯。」

故宮博物院收藏的一枚饋歲荷包（附圖）正於澳門藝術博物館「賀歲迎祥——紫禁城裡的春節文化」展

出，至三月五日。這枚荷包為腰圓式，上部抽褶收口，邊緣繡海水江崖紋，中間填如意結和花卉紋樣，並以紅線繡「如意」字樣。荷包抽繩上有珊瑚一粒，內盛金八寶七個、銀八寶七個、金元寶一個、銀元寶一個、金錢一枚、銀錢一枚、玉八寶四塊。

一枚小巧玲瓏的荷包，既有祝願吉祥如意、歲歲平安之意，亦可表達親情和睦、君臣融洽。



館藏攝英 閒雅
逢周五見報

在愛犬的槍口下

在大洋彼岸，迎接二〇二三年的新年鐘聲、禮炮聲，也夾雜此起彼落的槍聲。據統計，踏入新年的二十四天內，美國共發生四人以上受害的嚴重槍擊案三十九起，致七十人死和一百六十七人傷。槍擊案件高發，令人觸目驚心。

除了由人類扣動槍支扳機所造成的槍擊案之外，美國也發生一些令人匪夷所思的另類槍擊案。在美國德克薩斯州普萊諾市（Plano），警方在臉書貼文：「意外會發生！想像一下你的手槍插在腰間皮帶，然後你彎腰抱你的狗時，狗的爪子就這麼剛好的伸進了板機孔，然後開了火，把子彈送進了你的體內，呃……這真的在我們這發生了。」警方向市民警示的，是一起真實發生的槍擊案。當地一名男子插在腰間皮帶的手槍，不慎被自己飼養的狗誤觸板機，中彈倒在血泊之中的男子，所幸被及時送院，從狗的槍口下撿回一命。

在美國猶他州，喜歡打獵的拉尼爾，有一天開車載着愛犬前往狩獵，途中突然一聲槍響，拉尼爾的左腿中

彈流血。負傷的拉尼爾環顧四周，空無一人，想不到槍手竟是自己的愛犬——牠跳出座位，把頭伸出窗外，彷彿什麼事情都沒有發生。「狗的爪子按到了放倒的獵槍」，負責調查槍擊案的警員戴爾沃德說，「類似的事故在猶他州並非第一起，在二〇一八年十一月，一隻狗曾槍殺一名男子。」

一隻名叫查理的狗，在乘車前往新墨西哥州的狩獵途中，也射擊了他的主人特克斯。七十四歲的特克斯告訴美國媒體，「一開始我以為有狙擊手在遠處打中了我，猛烈的射擊讓我毫無防備。」拜查理開槍所賜，特克斯三根肋骨斷裂，右側鎖骨受到重創。在鬼門關走了一遭的特克斯，非但沒有秋後算賬，反而替愛犬辯白：「查理並不是故意這樣做的」。



萌宠集 佑松
逢周五見報

話「天才是1%的靈感加99%的汗水」。據說也是有後半句的：「但那1%的靈感是最重要的，甚至比99%的汗水都重要」。正好比張愛玲的名言，「生命是一襲華美的袍」，以及後半句「爬滿了虱子」。



知見錄 胡一峰
逢周一、三、五見報



這些細節如何反映他們的內心；四，適當距離，在展現同理與好奇的同時，仍要保持客觀的距離，切勿妄下判斷。

在此，我尤其同意他的一項提醒：提問者應該「好好傾聽，不下斷語，在對方沉默時靜靜等候」。我認為，這是判斷一個提問人是否真的有同理心之指標。



自我完善 米哈
逢周一、五見報



配合「安心出行」的使用，不少長者已擁有智能手機，雖然現在已不需「疫苗通行證」，但如由政府牽頭，鼓勵志願機構乘此時機教導長者善用科技資源，相信不單能鼓勵老人家學習新事物，也定必有利社會的整體發展。



竹門日語 簡嘉明
逢周四、五見報



休息神聖

為什麼有時睡了八九個小時反而覺得更累？美國醫生、作家 Sandra Dalton-Smith 在《神聖的休息》（Sacred Rest）中指出，這是因為休憩不止是睡眠充足那麼簡單。

她指出，人需要七種休息。體力休息可以是被動的（睡覺、打盹）也可以是主動的（跑步、做瑜伽、拉伸），能改善柔韌度，促進血液循環。如果心浮氣躁，入睡困難，容易忘事，那就意味着你需要腦力休息了。工作兩個小時放鬆一下，哪怕對着空白的牆壁發一陣呆都有好處。周圍環境中的噪音、強光、紛亂的談話也會讓人疲勞，拔掉電源、閉上眼睛，能獲得感官休息。創意休息特別適用於整天用腦解決問題者。欣賞神奇的自然美、藝術美，在辦公室擺放你特別嚮往的景區的圖片，都能讓人重新煥發激情和創意。

如果整天為人服務，忽視自我需求，那就需要情感休息了。別只顧討好別人，要找到可以暢所欲言，表達真實情緒的途徑。與此相關的是社交休息，遠離那些負面情緒高漲、讓人疲憊的人，和情緒正面的支持者交朋友。最後一種，精神休息則超越物質世界和腦力認知，感到被接受、被愛，有目標和歸屬感，接近於宗教情緒。

Dalton-Smith不但著書立說，還設計了一個免費小測驗，讓大家自行考量生活中最欠缺哪方面的休息，並採取行動加以改善。其實她的觀點並不驚世駭俗。大家都知道筋疲力盡未必來自身體疲勞，更多還是心累。油盡燈枯者即使表面無病無痛，卻對生活失去了熱情，工作上得過且過，當一天和尚撞一天鐘。在新冠疫情持續了三年，生活壓力巨大的環境中，如何獲得休息應該格外受到重視。



墟里 葉歌
逢周一、五見報