

結尾在「明天」

寫小說，寫散文，當不知該如何結尾時，就把它交給「明天」吧。沒有比「明天」更好的開放式結局了。將無限遐想的空間留給讀者，而自己獨得一份懶懶的輕鬆。當然，這是筆拙者的取巧。大師們用「明天」來結尾時，都是神來之筆。

《飄》的結尾，一唱三嘆地用了三個「明天」：「我明天再想這事好了，到塔拉去想。那時我就經受得住了。明天，我要想個辦法重新得到他。畢竟，明天又是新的一天。」這梅花三弄疊的筆法，把斯嘉麗夾雜懊悔、慰藉、堅韌的三重情緒，漸次渲染開來。

沈從文常為《邊城》結尾「沾沾自喜」：「這個人也許永遠不回来了，也許『明天』回來！」翠翠與二老的愛情，彷彿沒有開始也沒有結束，又哀婉又溫暖。

後來，因電影而索文本，在《了不起的蓋茨比》的結尾又讀到「明天」：「蓋茨比信奉的那盞綠燈，是年復一年在我們面前漸行漸遠的極樂未來。它逃脫我們的追求，但沒有關係——明天我們會跑得更快，手臂伸得更遠……等到某個美好的早晨——就這樣，我們奮力向前，逆水行舟，不斷地被推回過去。」

與前兩者相比，這個「明天」卻未免讓人意難平。網絡俗語說「人艱不折」，「蓋茨比」既寄望明天，卻又有些殘忍地拆掉了對明天的幻想。

王國維的三重境界，第一境：「昨夜西風凋碧樹，獨上高樓，望盡天涯路。」那是悵惘迷茫中對遠方的追索。第二境：「衣帶漸寬終不悔，為伊消得人憔悴。」那是甘心執著的守候期待。第三境：「眾裏尋他千百度，驀然回首，那人卻在，燈火闌珊處。」那是豁然開朗時的片刻歡愉。然而，燈火闌珊、驀然回首，卻仍無法擺脫淒苦之感。

這三個「明天」，不也好像三重境界嗎？



瓜園蓬山

gardenermarvin@gmail.com

逢周三、四、五見報

外行的掌聲

前幾天，偶然在朋友圈看到一句話：不必為外行的掌聲而沾沾自喜。此言若是提醒我們不因受了表揚而志得意滿，則為確論，若是貶低來自外行的掌聲，就大謬不然。內行的掌聲當然彌足珍貴。所謂「外行看熱鬧，內行看門道」，內行常是同行，而同行之間分享着共同的規則和語言，評價往往更專業甚至挑剔。來自內行的掌聲，意味着專業圈的肯定。更何況「同行是冤家」，作為競爭對手，如能為你真誠鼓掌，這份惺惺相惜裏更包含着敬重。

不過，這並不意味着外行的掌聲就廉價。外行鼓掌有時出於「不明覺厲」，有時也源於莫名感動。比如看戲，對於專業戲迷而言，叫好是門學問，須得叫在點上，否則就「露怯」了。但觀眾入戲的「點」有差異，如果台上某個情節、某句唱詞恰好擊中某個觀眾心緒，情不自禁在「不該」叫好的時候叫個好、鼓個掌，雖顯「外行」，卻是真情流露。這樣的掌聲，一點兒也不比合規中矩的例行「掌聲」差。

掌聲之可貴與否，不在於這鼓掌

的雙手長在內行胳膊還是外行胳膊上，而在於拍手的心是真誠還是客套，是出於本意還是隨大流。有些掌聲是套路化的，有些掌聲是禮節性的，有些掌聲裏藏着虛偽的諂媚，有些掌聲裏則流露出從眾的畏懼，有些掌聲是「社牛」的宣言，有些掌聲卻是「社恐」的掩體，有些掌聲是為了向另一些鼓掌者投誠示好，還有些掌聲只是為了向不鼓掌者示威叫板……我不知人類以鼓掌來表達心情起於何時何地，卻看到在鼓掌史中衍變出來許多掌聲偏離了鼓掌的本意，還比不

上蒼蠅不自覺地搓動兩隻前爪。當我們伸出雙手準備互擊時，不必擔憂自己是否內行，只管遵從本意，以心取掌。而當掌聲周遭響起，也不必刻意分辨它來自內行還是外行，只需以同樣的真誠去接納真誠，讓善意在順暢流動中形成更加溫暖的閉環。



知見錄 胡一峰

逢周一、三、五見報

「冒牌者症候群」

在《冒牌者症候群》一書，臨床心理學博士潔薩米·希伯德指出，約有百分之七十的人曾認為自己是「冒牌者」，即「恐懼被他人高估，焦慮被人看穿自己的無能」。

希伯德引用另一位專家瓦萊麗·楊(Valerie Young)的研究顯示，有「冒牌者症候群」的人會呈現五種特徵。第一，完美主義者。完美主義者有着高標準，他們害怕失敗，而遇到不完美的事情時，傾向自我懷疑。但，完美是不可能的，這自我懷疑的感覺會造成永無止盡的循環：努力、不滿、努力、不滿……

第二，天才型人物。所謂天才型，即天資聰敏、學新事物很快的人，而他們普遍缺乏毅力。天才型習慣於以高速完成任務，而當他們不能立刻做好某事時，便容易想到自己「或許是冒牌者，過往的努力只是運氣」。

習慣單獨行事，也是高危一族。獨行者習慣於以個人的力量去達成目標，即使任務出現問題，他們也不傾向尋求幫助。當問題成了困難，不少的獨行者會拖延時間，直至不得不承認失敗，並將所有失敗歸咎於自己。

第四類容易有「冒牌者症候群」

的人是專家。專家是社會身份，也是一種自我認知，代表着一個人在某領域有極高的表現或能力，但有能力不代表無所不知。越有能力的人，反而越容易覺察自己的無知(相反，無知的人總以為自己有能力)。荒謬的結果是：專家也有懷疑自己是「冒牌者」的時刻。

最後一類是自認為「超人」的人。超人與完美主義者一樣，認為一切都是零和遊戲，要麼全盤皆是，要麼一無是處，而他們的不一樣，在於超人會訂下不切實際，甚至妄想一般的目標。簡言之，超人總是不能達成

目標，並在不斷的失敗中自我懷疑。如果你也有以上的一些特徵，希伯德提議了一個習作：拿起紙筆，列出你曾經取得的所有成就，無論大小；問自己，如果有人達到了你清單上的所有事情，別人會如何看待「他」；以此作為證據，告訴自己，這個「他」就是別人眼中的你，你不是一個冒牌者！



自我完善 米哈

逢周一、五見報

荒唐的迎新

香港大學護理系迎新營攪出亂子，有人涉嫌非禮被捕，傳聞有人吸毒、抽煙、向女生灌酒等，彷彿只要離開中學階段，獲大學取錄，哪怕在參加迎新營時是否年滿十八歲，在自由開放的高等學府，就可以任意妄為。

過去都有不少關於各大學迎新營的負面報道，例如藉遊戲欺凌新生、策劃及帶領活動的舊生要求新同學叫喊有粗言穢語的口號、集體孤立不服從「組爸」和「組媽」的營友等，美其名讓新生投入群體、互相破冰認

識、建立對學系的歸屬感，實際上卻像無所不用其極在建立舊生的威信，迫新同學服從指令。新生即使有異議，在群眾壓力和考慮到未來數年在系內與同學的相處，也未必有膽量反對或中途離開。

如果要說大學迎新營的真正目的，或許不少年輕人都覺得非常老派與沉悶。誰會認真地了解學校與學系的由來和沿革？誰要嚴肅地討論大學生的社會責任？誰還需在資訊發達透明的年代仔細參觀校內的設施？事實上剛放下文憑試心頭大石的準大學生

也許只想在開學前高興地玩個痛快，多結識新朋友和異性，於雅氣與成熟的交界輕鬆、放任甚至瘋狂一回，又或做些事情代表自己已經長大與自主。然而若有人行為脫序，甚至集體違法，那就絕不能視而不見，更不可縱容，因為大學生既是社會的尖子，更應曉得知所進退和守法的必要。

網上傳言港大護理系迎新營還有人吸食大麻，那不單校方要啟動調查程序，了解事情來龍去脈，警方更有必要徹查毒品的來源，將帶毒品進校園的人繩之於法，避免毒害禍延學

界。真的嫌筆者老派也要說句，日後港大各學系都應要求迎新營恪守校規，玩樂歸玩樂，還須記得出自《禮記·大學》中「大學之道，在明明德，在親民，在止於至善」的校訓「明德格物」，提醒學生不要甘於當一名隨波逐流、善惡不分的凡夫俗子。



竹門日語 簡嘉明

逢周四、五見報

楠木書盒

今天是九月一日，也是各位家長口中的「神獸歸籠日」，這一天，全國中小學經歷了「漫長」的假期迎來了新一輪學習生涯的開始。

每逢開學日，包書皮是很多學生和家長的「指定動作」。無論古今，書都是重要的學習工具，為課本包上封套，更好地保護書籍。而在古代，人們還會專門製造存放書札東帖的小匣，稱為書匣或書盒。

在收藏家馬未都創辦的觀復博物館裏，珍藏着一件清代楠木書盒(附圖)，看似一個普通的楠木方盒，實為

乾隆年間的物品，距今有二百多年歷史。這個楠木盒曾被紀昀(別名紀曉嵐)用來裝過四庫全書，盒面刻字「欽定四庫全書簡明目錄 經史子集 臣紀昀謹書」。書盒製作精巧，嚴絲合縫，可惜內存目錄已佚，但足見古人對書籍之愛護，蘊含大量文化信息。

為何楠木方盒成為紀大人的至愛藏書盒之選，還得從楠木的質地、紋理說起。

楠木是一種軟木，屬樟科，天然香氣防蟲蛀。區分木質軟硬，用指甲掐一下留下痕跡的即是軟木。楠木有一個特

性是不易變形且耐腐蝕，《博物要覽》記載楠木「水不能浸，蟻不能穴」。前些年流行的盜墓小說中，作者喜歡描繪「金絲楠木做棺材」，就是因為楠木的耐腐蝕性極強，這也是由它的木質特性決定的。

此外，楠木紋理收斂，不浮誇，符合文人的審美和氣質。馬未都曾評價：「楠木的紋理非常漂亮，木紋如沙灘，像流水，越使越溫潤。在光線下很明顯地閃着金色。近距離看，能夠感受到它綢緞一樣的光澤。」這樣的楠木方盒，置於文房雅室裏更添底蘊。



館藏擷英 閒雅

逢周五見報

老有所用

前陣子家裏的微波爐不工作了，父親一位以前的同事X自告奮勇，拿去修好了。從父母那裏得知，之家裏的電扇、遙控器、多士爐、電水壺都是他修好的。X曾是父親學校的勞技教師，心靈手巧，雖然目前已退休，一旦同事們的家用電器出現問題，依然會在第一時間找他。他也每次都熱心幫忙，拆開檢測，購買零件，很快修舊如新。

那日X送來修好的微波爐，說起義務修理家用電器的個人經歷，十分自豪。他說自己修理電器百發百中，且他修好的電器還能用很久，不會很快又失靈。我一面佩服他的全能，一面也暗自好笑，因為這位古稀老人說到自己的手藝就像小孩子一樣沾沾自喜。不過，也許這種「赤子心」才是他退而不休，精益求精的動力，也有利於他保持年輕、陽光的心態。前些日子，他因為癌症入院手術，依舊能全身而退，很快恢復健康，可能也與此不無關係。

最後這條推測並非空穴來風。科學研究發現，人退休後記憶力、智力都衰退很快。而且，停止工作後如果生活失去目標，心理容易出狀況，患上憂鬱症等。能有個愛好，無論是跳舞、攝影、彈琴、繪畫還是修理家用電器，首先有了消磨時間的好辦法。其次，個人能力和創意得到發揮，成就感滿滿。要是還能因此與他人、社會發生接觸，因為幫助別人獲得心理滿足，那就更妙了。

有些老人退休後舍孫弄孫，固然是親情牽繫，也是為找點事做，不至於整日無所事事。可見，老有所用，只要心甘情愿，別過勞，別逞強，對個人的身心健康就不無益處。

「多巴胺風」

電影《芭比》的熱映，推助多巴胺穿搭風格(Dopamine Dressing)進一步席捲全球。什麼是「多巴胺」風格？電影中那五彩繽紛、高飽和度、令人眼花繚亂、大膽展現角色的身材的穿衣風格，就是多巴胺風格。從醫學概念上講，多巴胺是人體腦部分泌的「快樂物質」，而今年颯起的多巴胺穿搭風格，則來自英文Dopamine dressing，由美國時尚心理學家Dawnn Karen於二〇二〇年提出，他認為七彩繽紛的多巴胺穿搭不單令人看上去精神爽利，不同的色彩也能突出個性。Dawnn Karen相信顏色會影響心情，穿上五彩繽紛奪人眼球的衣服，可以刺激多巴胺分泌，製造出愉悅心情，故把這種穿搭命名為「多巴胺穿搭」。

從電影《芭比》，到Gucci、Prada的秀場，多巴胺穿搭風格都成為主打，流行的背後是文化。在因疫情沉寂了三年，終於迎來社會全面復常的今夏，不得不說多巴胺風格流行得有理。從街頭到各大音樂節、演唱會現場，男孩女孩們各種鮮艷色彩配

搭，人們以色彩慶祝重新回歸這個自由、快樂的世界，創造出一種熱鬧的氛圍，激發自己與周邊人的「快樂指數」，給路過遊人以視覺享受。

很多人將今年的多巴胺風格，與千禧年前後的流行趨勢相比，認為二者相似之處頗多。看起來確是如此，不過，二者背後所代表的思想觀念又不盡相同。千禧年前後熱烈的辣妹風格，是人們解放自我、個性自由的象徵，而今次的多巴胺風格則帶有更明顯的女性主義味道。無論是《芭比》中的性別反思和女性覺醒意味，還是各大時尚品牌都在強調的女性與身體的主導權，強調取悅自我的多巴胺風格，是千禧文化在如今這個年代的一次再出發，辣妹們大膽秀出的身材從「女為悅己者容」，變成「女為己悅而容」，確也是時代的進步在時尚中的展現。



談文論藝 嘉妍

逢周五見報

海裏河豚

看了題目「海裏河豚」，也許有讀者疑惑作者是否寫錯了，以為傳聞中味美又劇毒的河豚，一如其名來自大江大河；又或以為「拚死吃河豚」之說，多發於長江下游一帶。事實上，河豚又名河魨，分布於世界各地北緯四十五度至南緯四十五度之間的海水、淡水等水域。河豚有洄游習性，暮春時節，若從入海口溯流而上，海裏河豚也有可能變身江中河豚。

野生的河豚大多身懷毒性強烈的水溶性神經毒素，可影響中毒者的呼吸及血液循環系統，嚴重者可致命。而且，河豚毒素是一種耐熱毒素，不會在烹煮、風乾或冷藏過程中被分解，沒有已知的解毒劑或抗毒素可分解河豚毒素。

體型渾圓的河豚，能將大量的水或空氣吸入極具彈性的胃中，身體短時間膨脹數倍，以阻嚇掠食者。在香港，河豚又稱為雞泡魚。

據衛生防護中心通報，八月二十五日，一名八十四歲男子，在家中進食其自行在本地水域捕獲並經烹煮的

河豚，約一小時後出現暈眩、手指麻痺及呼吸困難，入院治療。為預防河豚毒素引致的食物中毒，衛生防護中心一直呼籲，市民應避免購買及自行宰洗河豚或不知名魚類作膳食用途，但「拚死吃河豚」的事件仍時有發生。

二〇二二年九月，一位二十二歲男子在尖沙咀食肆進食河豚乾後，出現四肢麻痺和刺痛、心悸等症狀。二〇二一年三月，有人在龍鼓灘一帶海域捕獲河豚後，轉贈一家庭烹煮食用，屯門兩女子中毒。二〇二〇年，一名六十五歲男子烹煮自己在本港捕獲的河豚作午餐，出現面部麻痺、全身無力和呼吸困難，情況危殆……二〇一九年二月二十日，香港一日發生兩宗河豚中毒事件，三男一女毒發送院。看來，無論是在江中生，還是在海裏游，河豚都無改其毒魚本色。



萌宠集 佑松

逢周五見報



墟里葉歌

逢周一、五見報