

你我生命裏的「張桂梅」

勞保風

「由儉入奢易，由奢入儉難。」這是司馬光的家訓。當年沒覺得有甚不妥，而今卻發現，此乃溫公這樣的闊人們的專利。對於窮人來說，這「奢」字就好比哈雷彗星，七十五年繞地球一次，運氣好能遠遠瞧一眼，運氣不好那就一輩子無緣打交道，哪裏有什麼「易」呢？口袋裏多幾元時，「奢侈」一把整條魚，下一頓無錢，那自然就豆腐熬青菜，也不是什麼難事嘛。

而今新一屆年輕人，各種花式消費新理念，更是後浪推前浪。面對材料越來越縮水、價格卻越來越膨脹的羽絨服，到勞動保護用品商店，買上一件又厚實又抗風的綠色軍大衣，難道不更香嗎？昔日覺得老土，現在越看越順眼。厚厚的天然棉花，結實的粗紡棉布，又環保又健康。還有大頭皮鞋、工裝制服，耐磨耐穿，經濟實惠。「勞保風」勁吹，不僅吹掉了浮華的物欲，更重要的是，那復古的時尚感，何其硬核也。

拜網絡社交平台所賜，普羅大眾、升斗小民的集體話語構建能力空前強大。生活和商業的世界越來越扁平，時尚定義權也不再壟斷於那些高高在上的大咖們手中。幾個爆款小視頻、圖集，就可能讓網民們迅速達成時尚共識，席捲而來，甚至再反哺到各大T台上。編織袋，花棉襖，軍大衣……不都是這樣嗎？

還有「B2游擊隊」，只在商場的B1層、B2層神出鬼沒，小吃、奶茶、電玩、美甲，應有盡有。樓上那些品牌服裝、高端餐飲，於我如浮雲。「調研式逛街」，只專心免費欣賞一派欣欣向榮的市場，至於掏錢包就免談。「特種兵旅遊」，提前規劃路線，用最少的時間、金錢成本，定點遊覽。

這種節約風，是年輕人對消費主義的解構。快樂並不貴，一身輕鬆地生活，挺好。



瓜園蓬山

gardenmarvin@gmail.com
逢周三、四、五見報

張桂梅老師的事跡早就了解，看完電影《我本是高山》，更為其意志之堅定、精神之偉大而感動。同時，想起了我的初中班主任。較之張桂梅當校長的女中，我的初中條件好了何止千倍。但那時大學升學率還不高，對於初中生而言，要考好一些的大學，先須考上重點高中。

我的班主任當年大約五十歲，她出身貧寒，第一學歷據說只有高小。起初在村裏教小學，在職學得中文憑，調到鎮上的小學，又靠自修得了大專文憑，獲得教初中語文的資格。

當我們班主任時，已是全鎮出了名的「嚴師」。實話說，她的教學水平不高，但帶的學生多能取得好成績，訣竅便在一個「嚴」字。

我們的鎮子不大，騎上自行車，從這頭到那頭，用不了半個小時，但她從不回家吃午飯。上午最後一節課結束，她便端着溫好的盒飯坐在講台上，督促學生快快回家吃飯，又快快回到學校「午自習」。下午課結束時也是一樣，陪全班上完晚自習，她才回家，一路還騎車轉悠，驅趕那些在路上遊蕩的學生，速速回家休息。

那時我們對她自然是怕的，又有些煩，各科老師亦然，因為她不僅對學生「嚴」，對同僚也一視同仁。平時常找各科老師聊天，分析學生的學習情況。我親眼見過她與生物課老師——一位和她年齡相仿的女教師，爭得面紅耳赤，以各自教鞭抽打辦公桌洩氣。

我們這群同學絕大部分是上了大學後才覺出班主任的恩德，可謂後知後覺之極矣。有意思的是，當同學們回到初中母校，想和她說些動感情的話時，她略加敷衍，便不耐煩地要

走，似乎覺得把時間浪費在這些已讀大學的老學生身上，遠不如去「嚴管」那些還在讀初中的新學生。

十多年前的一天，校友群裏忽然發布消息，我們的班主任因癌症去世了，離她退休似乎並沒有多久。《我本是高山》讓我又想起了她，我生命裏的「張桂梅」。



知見錄 胡一峰

逢周一、三、五見報

專注自我的快樂

專注與快樂，是人生的兩大課題，而兩者的關係又非常有趣。

當我們快樂時，往往專注，專注於當下，而不會抱怨過去、擔憂未來；當我們專注時，或許在閱讀、在比賽，或在烹調美食，快樂的感覺自自然然而來。

但，十九世紀英國哲學家密爾（John Stuart Mill）又提醒我們：當我們專注於尋求快樂、思考快樂，人就會變得不快樂。

專注於快樂之外，即快樂。密爾的道理聽起來有點禪意，卻又不是能以邏輯和語言理解的禪。在思考快

樂時，人往往自尋煩惱的，只想到快樂的缺席與短暫，卻忘了生命是一個自我實現的過程，而只有自我實現，才會讓人遇見快樂。

這讓我想到晚年的歐陽修。那時候，歐陽修自稱「六一居士」，聲稱他六個東西來實現圓滿的生命。這六個「一」，分別是一萬卷藏書、一千卷金石遺文、一張琴、一局棋、一壺酒，以及一個自己。

歐陽修沒有寫到一名六旬老翁可以如何尋見快樂，但他卻說，只要自己與五物合而為六一，便能全然投入當下，不管外界發生什麼驚天動地的

事情，都置身度外，不受干擾，不為所動。

在《六一居士傳》一文，歐陽修寫道，當他專注於自我的當下，「太山在前而不見，疾雷破柱而不驚；雖響九奏於洞庭之野，闕大戰於涿鹿之原，未足喻其樂且適也。」

換言之，哪怕是泰山擋在面前，雷電劈破巨柱，專注於當下的人也不會驚慌，而就算洞庭湖的郊野響起了九韶這麼高雅的曲子，又或黃帝與蚩尤在眼前再來一場激戰，也不足以類比專注於當下的快樂。

或許你會說：太過於專注自我，

難道不怕鑽進牛角尖、陷入死胡同，成為了過於自我中心而無聊乏味的人嗎？

這樣的自我反省是正確的。然而，專注自我，不同於自我限制，就讓我們以心理學家弗蘭克（Viktor Frankl）的一句話來作小結：「實現自我，不過是超越自我的副作用而已。」



古文日常 米哈

逢周一、五見報

旅程中的彩虹

雨越下越大，車廂中播放經典流行曲。車輛的水撥沒有閒着，像演唱會觀眾手執的熒光棒，配合旋律節奏左右擺動，忙個不休。駕駛者邊看衛星導航，邊留意陌生的路面情況，按計劃朝目的地前進。其他乘客，包括我在內，正為天氣而發愁，恐怕接着的行程會受影響，打亂了原定的計劃。

我和友人抵達日本京都後，租了車輛自駕遊。出發前他們已熱切上網搜集資料，為往滋賀縣高島市的水杉林蔭大道欣賞紅葉作準備。那條著名

的「遊人打卡路」全長二點五公里，兩旁種植了五百棵呈圓錐形的水杉樹，四季景觀因而各具特色，尤其葉子轉紅後，場面更是震撼。然而出發後，天色不單陰暗，而且雨勢不小，恐怕即使順利到達，也難以在室外露天的地方參觀擺拍，掃興得很。

冬天外遊遇着天雨，清冷淒寒，尤其身處異國，倍覺迷惘。我看看窗外出神，怕下車後滿地泥濘，沒帶雨傘的我們又會狼狽不堪。這時負責駕車的朋友興奮地高聲說：「看！前面有彩虹！」只見前方半空真的掛了一

道異常清晰的彩虹，如連繫村莊的橋樑，兩端分別落在田間小屋後，令附近都變得像漫畫中充滿色彩與童趣的國度，浪漫又溫馨。在石屎森林成長的我，其實還是頭一趟遇到形狀那麼完整、折射那麼細緻的彩虹，才知原來它真的可以呈現七種顏色，連紅與橙、青與藍也看得分明。頃刻間，我的心情豁然開朗，輕鬆不少，只想時間也將自己想成漫畫故事中的角色，隨上天安排的際遇前進、探索與冒險。

雨勢稍歇，彩虹呈現了好一段時

間，我們的車子繼續前行，就像要通過面前色彩繽紛的拱門，感覺夢幻，一切風景，都是我此行的收穫。看過雨後出現的彩虹、入秋後因氣溫下降而轉紅的樹葉，讓我明白，世間一切的美好，出現前往往都有讓人苦惱、擔憂與裹足不前的序幕，只要熬得過，才有機會親歷意料之外的奇妙。



竹門日語 簡嘉明

逢周四、五見報

西周的「無線路由器」

四川三星堆遺址文物近期在香港故宮文化博物館展出，當中大部分都是首次在四川省外亮相。過去幾年，三星堆遺址不斷「上新」，裏面眾多青銅器樣式展示了三星堆先民高超的青銅鑄造技術以及豐富的想像力和創造力，同時也引發了網友們對於之前出土的各種奇形怪狀文物的討論。

當中，就包括一件珍藏於安徽博物院西周的青銅器——雲紋銅五柱器



通高三十一厘米，柱高十六點五厘米，重五點二五公斤。器上豎五柱，等高、等距。方座中空，四壁微鼓，

（附圖），它因外形酷似有五根天線的路由器，而被網友調侃「古人也可以上網嗎」「好像是穿越來的」「滴滴，請接收兩千多年前的信號」等等。

雲紋銅五柱器一九五九年在安徽省屯溪市（今屬黃山市屯溪區）出土，是春秋時期的青銅文物。

委角。長方形扁脊的兩側和方座四壁，均飾雙雲紋。

這件造型如此別致的青銅器，為何名字看起來卻很隨意？這或許與它的身世有關。當年同批出土的百餘件青銅器中，唯有雲紋銅五柱器與眾不同。據安徽博物院介紹，此器形完全異於之前的器物，器身上沒有任何銘文，器型也不見於考古資料，古文獻中也不曾記錄過，如何命名、什麼用途都無法考證。為了弄清其虛山真面目，安徽的考古專家還專門進京向當時的考古權威求教，結果，專家端詳

了半天，苦思了半天，也沒搞懂到底是什麼器物。

於是根據青銅器的命名原則，只能以「紋飾+造型」方式定名：飾有雲紋、青銅製造、五根柱子，雲紋銅五柱器，這個直白的名字便沿用至今。



館藏擷英 閒雅

逢周五見報

「文化挪用」

上周LV在尖沙咀星光大道舉行了其品牌歷史上首場初秋男裝系列時裝秀——2024早秋系列男裝秀，引發全球關注。時裝秀以沙灘為主題，星光大道被鋪滿細沙，並以LED屏幕在地面製造出海浪的效果，將維港變成華麗的海岸，逾千名嘉賓出席，到場的明星多為大咖和當紅流量。

不過，就在這場奢華時尚盛會裏，發生了一個令人並不十分愉快的小插曲。今年六月剛剛上任的非裔男裝設計總監Pharrell Williams今次率領團隊來到香港，人稱「菲董」的Pharrell Williams也成為當晚各路明星們社交的目標對象。內地近來熱度頗高的流量小生王鶴棣，以髹髻造型亮相紅毯，粉絲稱其造型展現出「菲董」特點。

然而第二天當LV在Instagram上的官方賬號回顧這場大秀時，所有到場明星皆榜上有名，唯獨沒有出現王鶴棣。在粉



談文論藝 嘉妍

逢周五見報

珊瑚魚美麗而危險

又有香港市民因進食含雪卡毒素的魚類而中毒。十二月四日，一名五十四歲男子在家晚膳，約兩小時後出現手部及口腔麻痺、暈眩、腹痛和腹瀉等病徵，到將軍澳急症室求醫。衛生防護中心初步調查顯示，該男子因誤食含雪卡毒素的珊瑚魚而中毒，涉事之魚是事主購自將軍澳一街市內的魚檔。

試想，這條購自街市的珊瑚魚，若非被這位男子購買食用，也可能會被另一市民購買誤食，防不勝防。由於雪卡毒素對珊瑚魚本身無害，單從魚的外觀、氣味或肉質，根本無法斷定魚是否有毒，且雪卡毒素穩定性高，縱經過高溫烹煮、冷凍、乾燥，亦不能清除其毒。

今年三月，兩男子在工作場所晚膳打邊爐，誤食含雪卡毒素的老虎斑中毒，涉事之魚購自香港仔臨時魚檔；九月，兩女子進食朋友由沖繩帶回香港的燕子星斑，疑中雪卡毒素而緊急送院。據香港衛生防護中心紀錄，在二〇〇七年至二〇〇九年，發生三十二宗確診雪卡魚類中毒個案，共一百零二人受影響。

另據食環署資料，香港在過去十幾年曾發生多次雪卡毒魚類中毒事件。

事實上，稱這些珊瑚魚為「毒魚」，委實有些冤。這些棲身於珊瑚群落、外形亮麗的珊瑚魚，並非天生有毒，雪卡毒素是經由小魚吃海藻、大魚吃小魚的食物鏈而積聚魚體內。涉及雪卡中毒的均為大珊瑚魚，通常魚體積愈大，體內雪卡毒素或累積愈高。

香港是全球其中一個進口和食用珊瑚魚的集中地，位居亞洲人均海鮮消耗第二高城市。據香港食安中心的調查，在涉及雪卡毒魚類中毒的各種魚類中，以西星斑、燕尾星斑、老虎斑及東星斑較常見，其他品種包括青斑、蘇眉、紅鰮等。而這幾種含雪卡毒素高危險的珊瑚魚，恰是街市常見、市民至愛的海鮮種類。



萌宠集 佑松

逢周五見報

在內地學術休假，有幸能與初中、高中、大學同學聚會，甚至意外碰到了讀碩士研究生時同宿舍一年，但二十多年未見、之前也從未聯繫過的同學。歲月如梭，故人重逢令人驚喜。疫後相見，如釋重負，更是分外歡喜。

同窗之誼可以是人際關係中最單純的一種。理想情境中，校園是學習知識，發展人格，共同成長的所在，較少成人社會的利害衝突，勾心鬥角。而且大家都到了知天命的年紀，毫不誇張地說半輩子已經過去。用懷舊的眼光看，會把求學歷程和自己的青春時代聯繫在一起，撫平往日可能存在的一切齟齬，只留下歲月如歌的美好回憶。

不過我不愛懷舊，也很少將過去理想化、浪漫化。同學提起當年軼事，很多時候我都糊塗、懵懂，全然不記得曾經發生過，大概是個掃興的聯誼者。我更珍視的不是過去，而是我們的現在和未來。同窗當然有緣，因為前提是身處同一時空。但同學時年紀越小，我們對此的選擇、自主權也越小。有時可能因為父母工作調動，就離開或進入了一所學校。同窗之始，偶然因素發揮了決定作用，似乎不值得多說。

但經過時光的沉澱後再見，無論成功、失意，能溫柔看待那時的幾年相聚，平和訴說別後的人海沉浮，不做價值判斷，只為各自的當下和將來祝福，那就是為同窗之誼畫下了圓滿句號。不以自己的成就視視群雄，也別覺得他人的得意反襯出自己的落魄。每人都有每人的道路，今後是否再聚也未可知。同窗之誼以單純始，就讓它以單純終，如此才是君子之交淡如水的正確打開方式。



墟里葉歌

逢周一、五見報