



過年是一種藝術

「過年是一種藝術。」這是老舍的話。毫不誇張，過年真是一場聲光電色香味俱全的集體藝術大賞。

就說顏色，「臘月二十八，打糕蒸饅貼花花」。紅，是當仁不讓的主色調。新出鍋的雪白餛飩，會點上朱紅色的紅點，猶如美人的朱砂痣。祭祖的豬頭要用紅紙鋪墊，菠菜、白菜須用紅繩捆紮。處處貼滿嶄新通紅的福字、春聯、窗花，接福納祥、驅邪避災，再簡陋破舊的宅院、胡同，都會被一抹紅色點石成金，煥發生機。大門上的秦瓊敬德威風凜凜，堂屋的財神富態端方，廚房的灶王爺慈眉善目，卻是紅紅綠綠，讓人心裏覺得踏實穩當。

花也不可少。綠葉白花黃蕊的水仙，如「金盞銀台」，最是清雅不俗。蠟梅、蝴蝶蘭、山茶花，也是極好的清供。

再說聲音。老舍曾說，地道的中國人須具備兩個條件：「第一，要有個能容三壺龍井茶、十碟五香瓜子的胃；第二，要有一對鐵做的耳朵。」過年是最好的檢驗時機。外國人也放煙花，但與那「爆竹聲中一歲除」的壯懷激烈相比，實在不及萬一。而無論是舞獅子，還是扭秧歌，鑼鼓喧嘩更是天經地義。所以，「鐵做的耳朵」絕對是必需的。

當然，過年並非都是這些鬧騰之音。每個人都拿腔拿調地使出與平時迥異的音色和聲量來說着「恭喜發財」「過年好」，可是誰也不覺得彆扭。你就是偶遇主任或社長，你都敢提高分貝去說話，而少一掃平時電梯裏尬聊或報告簽字時的忐忑。這都是拜春節所賜也。

筆者老家，豆腐是過年的必需品，且以傳統手工的滷水豆腐為上。工廠流水線生產的，未免對神靈和祖先失了些虔誠。小販不緊不慢地吆喝出：「豆~腐~」，在晴冷的天空下瀟灑，寓意着「都福」綿綿，其韻致不減「深巷明朝賣杏花。」



瓜園蓬山

gardenermarvin@gmail.com

逢周三、四、五見報

心和拳頭一般大

據說，一個人的心臟和拳頭的大小差不多。以手撫胸，即能感到心之存在。攢拳以觀，原來就是這麼一個不大的肉球，不停地搏動，維繫着我們的生命。

心臟是供血器官，至晚清代醫家王清林撰《醫林改錯》時，國人已知曉「靈性記憶不在心而在腦」。但在口語中，我們有時不區分心和腦，不自覺地錯把心當作意識的主宰，比如「你這人心真大」，「你就長點心吧」，「下一個決心」；又有歌曰「知心愛人」，愛情來臨，心跳是會加速的，但真正決定愛之有無深淺的其實不在於心。而「心」之所以背了這許多「鍋」，或許還是因為古人「所以任物者謂之心」思想的遺存吧。

不過，將錯就錯的話，心和拳頭等大這個解剖學上的知識，倒也給予我們不少人生觀上的啟迪。心既然只有拳頭大小，內存之欲念就不可太多。而今人人都對「卷」痛恨不已，卻又大多難逃「卷」之漩渦，根由之一大抵就是心中塞滿了不切實際的欲念，望子望夫望妻成龍，一夜暴富暴瘦暴美，寄成功於吹牛皮拍馬屁當磁

狗，皆為此類。

人生需要盼頭，生活應有所欲。每日裏對「小確幸」的追求，如躍動的火苗，暖人心、照前路，給人以絲縷而不絕的勇氣和力量。但欲求過甚，這火也可能把本該安寧平和的生活燒得焦臭不堪。

禪宗史上有段故事，五祖弘忍讓弟子們談學習心得。神秀偈云：身是菩提樹，心如明鏡台，時時勤拂拭，勿使惹塵埃。傳說此偈被認為不如六祖慧能「菩提本無樹」高明。其實，對於大部分人來說，神秀之言更易理

解和奉行，慧能那些話反易墜魔障。心不僅需拂拭，更應經常清空，畢竟它才一拳大啊。

新年新氣象，不如把心當作可重複寫入新內容的硬盤，而不是一次刻錄定版的光盤。那些不知從哪來的負面念頭，及時清理出去，把更有價值更美好的東西裝進心裏。



知見錄 胡一峰

逢周一、三、五見報

規律生活

經上床去睡，而如果我們平常加班到晚上八時才回到家，接下來晚餐、洗澡、看一看手機或電視，一個不留神，可能已到深夜。

就算我們不談作息，只談生活與工作任務的排程，這也很難做到如康德一般的規律。首先，我們可能要在起床後處理家人的各類需求，而上班後，上司、同事，以至下屬，都會無時無刻地來打斷我們的日程。

因此，今時今日的所謂規律生活，或者需要一個更有彈性的定義。那就是盡量為自己的生活制定「條件與指定行為的連結」。這是什麼意思

呢？

假設你的目標是學習外語，但你沒有辦法安排到固定的學習時間，那麼你便可以將「學習外語」連結到一些必然會發生的「條件」，如上下班。於是，只要是通勤時間，無論是一天當中的哪個時分秒，你應該規律的把握機會取出教材、學習外語。

從自律到習慣，久而久之，你一上車便會自動去學習。這就是條件反射，而這也是不少創作人的生活小秘密。舉例，歐陽修便提出了著名的「三上說」，他寫道：「余平生所作文章，多在三上，乃馬上、枕上、廁

上也。」

換言之，歐陽修建立了「寫作」與「三上」的條件連結，只要他在馬背上、枕頭上、廁座上，便自自然然啟動了寫作模式，而點子、文字、才氣則油然而生。這不是神話，而是實用的生活學。



古文日常 米哈

逢周一、五見報

團年飯

許多人都說兒時過節最難忘，筆者十分同意，而且腦海中仍滿載童年除夕深刻的回憶。記得那時候父母忙於工作，同住的祖母負責照顧我，因此每年除夕前數天，我就要跟着她去忙碌準備賀歲物品。那個年代沒有網購，超市的新鮮菜肉也不像現在那麼多選擇，所以人們都要去街市採購。兒時還沒長高的我，置身銅鑼灣羅素街濕貨市場，只見人山人海，檔販不斷高聲叫賣，各個攤檔前亦圍滿客人。小孩最怕跟家人失散，所以我會緊拖祖母的手，不敢亂跑。由於以前

商店都會於農曆新年關門休息，大部分要到年初七才啟市，所以市民都要趕在除夕前準備多天食物度歲，令街市更人潮洶湧。某年陪祖母過關斬將般從市場買了一隻生雞回家，用來歲末酬神。那時市民還可以在家自行屠宰雞隻，所以祖母就決定在大廈的後樓梯進行這事情，讓我留在家中。我耐不住好奇，前往偷看，怎料眼前那血淋淋的場面把我嚇得頓時魂飛魄散，久久不能自己，只好怪膽小的自己沒有好好遵從祖母的吩咐。

現在準備團年飯就簡單輕鬆多

了，市民固然不用自己割雞宰鵝，加上不少商店也只會於初一休業，所以亦不用費時費力大量採購糧食儲備。其實除夕準備什麼菜餚還是其次，最可貴的是如《荆楚歲時記》記載，年夜飯與家人相聚同吃，珍惜共度節日的機會，一起送舊迎新。



竹門日語 簡嘉明

逢周四、五見報

交龍紐「制誥之寶」

今天是農曆年三十，也是春節前最後一天上班日，想必大家內心雀躍不已，準備好迎接甲辰龍年到來。近期在香港有多個展覽館陸續推出與「龍」有關的展覽，不妨趁農曆新年小長假參觀，迎龍接福。

其中，香港故宮文化博物館近期就特意挑選了八組來自故宮博物院、與龍年有關的明及清代文物展出，當中包括在「凝土為器——故宮博物院珍藏陶瓷」展覽中，展出來自清乾隆的一組龍紋瓷碗；在「紫禁萬象——建築、典藏與文化傳承」展覽中展出約為清崇德年間的方形寶璽交龍紐



「制誥之寶」等。

「印」在古時是權力象徵，行使權力皆須用印，上至帝王，下至庶民皆然。不只是中國，過去受儒教薰陶的國家如韓國、日本，無不使用印

也。古代用印體制相當嚴格，將侯最高僅能使用金印，唯有帝后才可用玉璽。

展出的這件交龍紐「制誥之寶」（附圖）以青玉琢成，使用滿漢雙篆書樣。面積十三厘米見方，通高十四點七厘米，紐高八點五厘米，紐形為兩條相向的龍軀體合二為一。此印璽估計是清太宗皇太極所有。

龍紐為專用紐式，紐用於把握，是寶璽的重要組成部分。「龍」在中國古代是帝王的象徵，故從秦始皇起，歷代皇帝寶璽的紐式都是龍紐。

乾隆十一年，乾隆帝對前代皇帝

御寶重新考證排次，將總數定為二十五方之後，交龍紐「制誥之寶」作為清初帝王使用過的十方寶璽之一，被送往盛京鳳凰樓珍藏。光緒年間東北局勢動盪，十方寶璽被送至熱河避暑山莊收藏；民國初北平成立古物陳列所，十方寶璽從熱河回到北平。其流轉過程見證了歷史的變遷。



館藏擷英 閒雅

逢周五見報

新春裝飾

明天就是農曆甲辰年大年初一，龍年至，龍馬精神、龍騰虎躍等吉祥祝福語，都會在春節期間頻頻出現，大街小巷，一片春意盎然。不論是私人住宅、公共屋苑，抑或是商場，為配合春節氛圍，早在農曆年前，就完成了新春換裝，桃花樹、桔樹都是常見新春裝飾，當然也會有一些其他的龍年吉祥物。

香港作為中西文化交匯的國際大都會，農曆新年也十分講究儀式感，為了讓人們更好地慶祝農曆新年，在不少公共場所，得體的新春裝飾也是必不可少的部分。

桃花樹、桔樹等都是一個新春彩頭，取一個大吉大利之意，除卻傳統的迎春裝飾，香港的各大商場也有不少的時尚裝飾。今個春節，就能在不同的商場內見到Hello Kitty、mofusand、奶龍、LINE FRIENDS、迪士尼、粉紅兔兔及P助、chiikawa等，人們過年行大運，不僅可以感受商場內的新春氣

氛，還能盡情打卡、參與互動小游戏、市集、工作坊，其樂融融。

不少新春裝飾都創意十足，龍元素更是不可或缺。PMQ元創方打造「龍騰祥瑞 賀歲啟新」新春裝置，地面廣場設有由喜慶的金、銀、紅三色錦繩結成的祥龍，以生肖龍的形象，融合現代與傳統之美；太古廣場的新春裝飾，宛如亭台樓閣的園林建築，以龍元素裝點一新，令人耳目一新；海港城由即日起舉行「HELLO KITTY · HAPPY 50 @海港城」，為喜愛Hello Kitty的大小朋友搭建五米高巨型Hello Kitty達摩花車陣。

香港商場內的新春裝飾增添龍年喜慶，同時也拓展了在公共空間展示藝術設計的更多可能性，值得點讚。



談文論藝 嘉妍

逢周五見報

龍年探科莫多龍

首度來港過春節的兩位侄兒，活潑好動。問他們假期最想去什麼地方遊玩，他們不假思索地回答：長隆野生動物世界，一個說要去看「真龍」，另一個說不是真龍，是科莫多龍。

科莫多龍？很多人第一次聽到這一名字，連多次去過長隆的小叔，也不知園內竟藏有如此「龍族遺珠」。上網一查方知，全新的長隆科莫多龍館，今年二月三日落成迎客，推出龍年新節目：全國首發科莫多龍展，引領遊客登青龍山、行龍脈、探科莫多龍。

科莫多龍是珍稀野生動物，全球僅存約三千五百隻。科莫多龍雖然被叫作龍，卻是現存陸地上體型最大的蜥蜴，主要分布在印尼科莫多島等群島部分地區，牠的另一個名字是科莫多巨蜥。二〇二一年九月，世界自然保護聯盟更新瀕危物種紅色名錄，科莫多龍的保護級別，由「易危」升為「瀕危」。

科莫多龍外形威武霸氣，目前有紀錄的最大野生科莫多龍，全長三點一三米，體重一百六十六公斤。曾目睹「龍」顏的觀眾形容：牠的腦袋像哥斯

拉，身體像鱷魚，吐信時像蛇，眼睛閃爍危險信號……科莫多龍的舌頭如蛇一般，能收集氣味顆粒，探測數公里範圍內食物的氣息。

長隆野生動物世界，是全國最大的科莫多龍繁育基地。春節期間，供遊客近距離觀察的科莫多龍家族成員，或有二十九隻之多，包括身長兩米、體重一百四十斤的初代巨型科莫多龍，以及二〇二〇年至今，長隆成功繁殖的二十五隻科莫多龍後代，匯聚長隆潛心研究十年，攻克保育難題的成果。

據介紹，成功繁殖的科莫多龍幼崽，初時需保育員進行誘導開食，以確保幼崽在人工環境下健康成長。由於科莫多龍自帶毒液腺體，保育員們進行餵食時，均需佩戴防護手套，每次餵食過程都充滿挑戰。



萌寵集 佑松

逢周五見報

貓的療癒

微信朋友圈有個帖子，題為「養貓者患精神病的幾率比普通人高兩倍」云云。據說澳洲科學家發現，養貓為寵、常撿貓和曾被貓咬（抓）傷者比養其他寵物或不養寵物者患精神病的概率要高。再細看，這項「新發現」是整理幾十年論文的研究綜述，並非原始調查所得。而且，作者聲明此為「關聯性」而非「因果性」結論，沒有證據說明養貓會引發精神病，只是養貓者恰好和精神病患者有較多重合。

之所以會點開這個帖子，主要是因為我對貓有偏愛。小時候外祖母家養過貓，狸貓、黑貓等中華田園貓是我童年記憶的一部分。另一個原因是覺得貓是較平易近人，又不過分黏糊的小動物。我喜歡毛茸茸的動物。而城市中常見的帶毛寵物不過貓、狗、兔、荷蘭鼠等，最多的是貓和狗。狗的熱誠、直白也可愛，但這是一種缺乏距離感、邊界感的寵物。對陌生人氣勢洶洶，對家人「如膠似漆」，這樣的性格養狗者可能中意，我就不太能享受了。而貓樣貌可愛，行動靈敏，天生帶幾分聰明氣質，慵懶淡定的姿態又羨煞旁人。

人對動物的好惡很大程度上是我們思維、情緒的投射，所謂「科學研究」也不例外。還有研究認為，貓為弓形蟲宿主，如人受到感染，中樞神經受損，精神會出現問題。又有研究說養貓能降低血壓，促進健康，因為撿貓能增強「快樂激素」催產素的分泌。所以，我是「貓黨」而非「狗黨」是我的問題，不是動物的問題。

每天早晨跑步就像開盲盒，說不準一路會遇到幾隻各種各樣的貓，自有一種發現的樂趣。



墟里葉歌

逢周一、五見報