



▲環保讓瑞士山清水秀。

# 斷捨離每升盛惠0.11元

斷捨離雖然已經風行了好幾年，但相信對於大部分人都是「一次性的革命」。日本瑜伽大師冲正弘提出「斷捨離」的最終目的是「離」，即讓人們通過斷絕不需要的東西，捨去多餘的事物而最終脫離對物品的執著。

網飛紀錄片《極簡主義：時機已到》中做了一個實驗叫「打包派對」，讓人把全家東西都打包，只取出接下來生活需要用到的物品。結果三個星期過後，有百分之八十的物品都還封在箱子中未曾使用過，證明我們的日常生活根本不需要那麼多的裝備。

但斷捨離在香港有可能變成一場酣暢淋漓的消費。按政府此前公布的計劃，今年八月一日，根據「按袋收費」原則，香港市民要用指定垃圾袋丟棄垃圾，指定垃圾袋分為三公升至一百公升共九種容量，收費為每升零點一一元，而無法放在指定垃圾袋的大型垃圾則要貼上指定標籤，每件劃一收十一元。如果不按法例要求棄置垃圾，將被拒收或當作亂拋垃圾，違例者最高罰款五萬元。市民對此的反對聲浪「一浪更比一浪高」。

作為環保成效顯著的瑞士，瑞士家庭垃圾的回收邏輯則是回收越多，那就越省錢，是一個良性循環。可燃燒垃圾焚燒後產生的能源還可用來供暖和民用。

丟掉可燃燒垃圾的價格大約是每三十五公升約折合港幣十五元。如果想省錢那就要積極回收。塑料瓶、廢紙、玻璃瓶、膠囊咖啡機的空膠囊、電池、舊衣物、紡織品、空罐頭和鋁罐這些物品都可以免費回收，但需要自己送到集中回收點。每個超市旁都會有回收點。舊衣物和紡織品洗淨裝袋綁好後可放入舊衣箱。

剛入校的學生，「抄作業」並不用覺得羞愧。

## 樂活 潘少

逢周一見報



# 初訪「浙傳」

出租車從桐鄉高鐵站往城裏開，經過鳳凰銜珠的雕塑，下有「鳳棲桐鄉」字樣。街道兩旁的樓房整齊整齊，不太高。春花爛漫，菜花金黃，小景致、小優雅令人舒心。桐鄉我是第一次來，到浙江傳媒學院的桐鄉校區交流、開講座。

浙傳由原本的浙江廣播電視學校和浙江廣播電視專科學校於二〇〇〇年合併組建而成，二〇〇四年改為現名。二〇一〇年浙江省政府又和國家新聞出版廣播電影電視總局簽約，共同建設浙傳。桐鄉校區是繼該校在杭州的本部之後於二〇一一年建成使用的，包括文學院、電影學院、音樂學院、設計學院等。這裏的老師告訴我，桐鄉校區有五千多名學生。老師們多半住杭州，通勤一小時來此上班。

從校園東門進入，辦公樓、教學樓、圖書館、體育館、生活區一字向西排開。文學院大樓在湖邊，湖面上六隻黑天鵝在細雨中游弋。草坪上有介紹「茅盾文學獎」的銅牌銘刻，契合茅盾故鄉烏鎮的身份。學生告訴我，校園裏的狗、貓有的還以文學大家的名號起綽號。諱而不諱，更顯得文學氣氛濃郁。但身處浙傳，傳統的文學系也和新科技結下不解之緣。我報告的場所是剛花兩百萬元人民幣裝修好的，名為「階梯教室」，但前方有舞台，台下座位階梯分布，像個表演廳。湊巧的是，我之前的報告討論的正是人工智能和寫作之間的關係，得風氣之先。

以前我對傳媒學院和相關科系了解很少，最近幾月連訪兩所傳媒大學，很受那裏活躍、熱烈的氣氛感染。文學和藝術之間本來不必壁壘分明。多交流，多交叉，才是產生創意、創造藝術的有效途徑。

## 墟里 葉歌

逢周一、五見報



AI參與文學藝術創造之後，可以想見文藝「作品」總量又將迎來一次爆炸式的增長。實際上，在AI還沒有如今這般兇猛時，因為網絡平台的出現，文藝創作的門檻已經降低了，其結果是作品數量的快速增長。網絡小說最早讓人感受到這一點，然後是短視頻，再然後是長視頻，接下來，文生音視頻技術飛快進展，恐怕傳統意義上的電影電視也將「井噴」出現了。

這些「作品」和傳統意義上的文藝作品如何區分呢？錢鍾書的一段論述頗有啟發。他說，「粗淺地說，文學作品與非文學作品有一個分別：非文學作品只求readable——能讀，文學作品須求 re-readable」，而 re-readable 有兩種含義，一為耐讀，二為重新讀。這就給我們提供了高效管用的區分法，讀過一遍或看過一遍不會再讀的，大概就是非文藝的；讀起來不時掩卷而思，讀到後面又翻到前面細讀，或放在手邊時常翻翻的，就可歸入文藝作品了。

以此衡量時下的網生作品，大多數屬於readable。譬如，短劇近來風靡一時，我也不能免俗，找了熱門的

我有時會想，笛卡爾大概也是一個典型的自尋煩惱者。我們回想一下，笛卡爾是怎樣想到「我思故我在」這命題呢？

笛卡爾懷疑自己的感官經驗是假的，所以也懷疑從感官而來的知識是假的，他進一步懷疑感官以外的信念也遭到惡魔干擾，於是又懷疑自我的信念，直至他覺悟：我不能懷疑「懷疑」的存在，因為當我懷疑「懷疑」，懷疑便存在了。

笛卡爾的推論，固然比我說的複雜很多，但我想說的是，或許「我煩惱故我在」也是有道理的。一名自尋

日本編劇家安達奈緒子去年的電視劇作品《如果能說100萬次就好了》，描繪了一個另類的鬼世界，講述在世的生靈如何與離世的鬼魅一同共處。安達似乎對人類的存在狀態特別感興趣，近作網絡劇《告別醫院》亦描述醫護人員如何照顧及關懷臨終病人，全劇只有四集，主題清晰而集中，套用最通俗說法，每集都令人看得「心驚」。

所謂告別醫院，即是專門照顧末期病人的臨終醫院。透過女護士邊見步和其他醫護人員的視點，反映不同

今年團慶似乎特別多。表演團體的團慶特別有意思，在於彼此可以合演同慶。四月十二日在上環文娛中心正有這樣一場雙紀念音樂會（見附圖）。

香港作曲家聯會去年開始慶祝成立四十周年，這次壓軸第三場，請來今年慶祝成立五十五周年的香港兒童合唱團，所唱出的十三首本地作曲家的合唱作品，其中五首是由他們委約創作及首演。

就以開場陳永華的《A Bright New Sunny Day》為例，該曲是為「香兒」二〇一四年在韓國世界合唱

學作品與非文學作品有一個分別：非文學作品只求readable——能讀，文學作品須求 re-readable」，而 re-readable 有兩種含義，一為耐讀，二為重新讀。這就給我們提供了高效管用的區分法，讀過一遍或看過一遍不會再讀的，大概就是非文藝的；讀起來不時掩卷而思，讀到後面又翻到前面細讀，或放在手邊時常翻翻的，就可歸入文藝作品了。

以此衡量時下的網生作品，大多數屬於readable。譬如，短劇近來風靡一時，我也不能免俗，找了熱門的

煩惱者的怪邏輯是：我今天有什麼要煩惱呢？沒有煩惱嗎？那麼，我便要為自己的零煩惱而煩惱了，我是不夠上進嗎？還是忽略了什麼細節……

我知道這樣的邏輯，因為我也是一名自尋煩惱者，而每當我要開始陷入自尋煩惱的怪圈時，我都會以羅素的思考來提醒自己。這位英國哲學家寫道：「在許多情況下，我們之所以腦袋停不下去，一直在煩惱，是因為找不到相應的處理辦法。」

那麼，如果我們真的沒想到辦法去解決令我們煩惱的事呢？羅素認為：「不妨認真仔細地想想，最糟的

病人的小故事，以及呈現醫院的真實情況。第一集副題「何謂死亡」，同一病房三位女病人在連連幾天內相繼逝世；另一位初入院的男病人，沒多久便自尋短見。邊見步曾經一度自責，為何沒有看出該厭世病人的徵兆。第二集「愛很殘酷」，重點講述照顧者的困難。一位照顧肝癌丈夫多年的老婆，最後希望丈夫早點離去。劇集畫外音如是說：「人也許為愛而活，但這件事美好又殘酷，最後只能全部接受。」第三集「聖誕老人是否存在」，照顧年輕植物人女兒的母



會議創作，無伴奏清唱，一開始低音吟唱，以高音階唱出已故詞作家陳鈞潤的「我飢餓、我疲乏、我口渴、我無言……」表達對受苦兒童早日脫難的祝禱。

接着樂風一變，是由陳能濟為九七香港回歸創作的《遠方的星星》，以活潑童真的節奏，以廣東話唱出同

# 另一種聰慧

《世說新語》裏有一個故事，講楊氏有一個九歲的兒子，甚聰慧。孔君平拜見楊氏，楊氏不在，就把楊氏的兒子叫了出來。楊氏的兒子端來了水果，水果中有楊梅。孔指以示兒曰：「此是君家果。」男孩應聲答曰：「未聞孔雀是夫子家禽。」

自小生活在北方農村，我得說在九歲的時候根本不知道有叫楊梅的水果，家禽也幾乎只見過雞和鴨，自忖如果有人來找我爸而他不在家，對於「君家果」，我必定答不上「夫子家禽」。

但我心裏有自己羨慕的「楊氏之子」，他們身上有獨屬農村的聰慧。長輩講，在曾經饑荒的年代，村裏生產隊在年底包了一頓白麵餃子，家裏極苦的寡母孤兒領完餃子回家，寡母背着孤兒，路上小孩不小心把碗摔碎了，白麵餃子落了一地，在寡母呼天搶地責罵時，孤兒拉了拉寡母的衣袖對她說：「娘，別罵了，趕緊把碗裏剩下的撿起來吃吧。」這位孤兒

從小看得遠，長大後成為村裏致富能手。

還有一位作家朋友，每當她和小弟犯了錯，媽媽就要用細條子打手。有一次，她的媽媽找不到細條子，正好一堆席篾兒堆在門口，氣急的母親在撿起一片席篾時，一根刺戳進了她的手掌，她叫了一聲「哎喲」，忙著找針挑刺去了。她的小弟背上籬就往後山跑，晚上回來，背回滿滿實實的一大籬柴火，母親的怒氣也早已煙消雲散。

今天，有不少小小年紀就能輕鬆背千首詩詞的「背詩狂魔」，和數獨、速算能力驚人的「最強大腦」。比起這些聰慧的神童，那個把餃子碗摔碎的孤兒和背回一大籬柴火的小弟，身上卻有另一種聰慧。

## 伏牛山 喬苓

逢周一見報



# 耐讀與能讀

《我在八零年代當後媽》來看。說實在的，劇情不甚嚴密，人物單薄刻板，但勝在捕捉到了社會心態的諸多焦點，對準「綠茶」「普信男」「惡親戚」等網民津津樂道的話題，精準「開火」，逐一「炮擊」，再利用穿越這一遮掩邏輯性不足的利器，調製出一部套上八十年代外衣的復古版「霸道總裁愛上我」，死死拿捏住了網民的欣賞需求。觀看之時，爽點不斷，爽感連連，不刷完全劇誓不罷休。不過，刷完之後，難有重溫的興頭。

不過，我堅信，新科技的進展必將催生出屬於它的「re-readable」的作品，它不以追逐熱點、迎合爽點取勝，而是把科技優勢轉化為對長時段智慧的洞察，對深層次人生哲理的訴說，以及對藝術形式的創造，讓人在對作品的反覆欣賞中獲得視覺上、心理上、思想上的審美新體驗。

## 知見錄 胡一峰

逢周一、三、五見報



# 人間本無事

情況會是如何。想好這可怕的情況後，再想出幾個實際的理由，告訴自己如此駭人的災難不大可能發生。」但，如果我還是煩惱呢？

羅素的終極教導是「從宇宙的角度來看，再糟糕的事都如微塵一般。」然而，我又煩惱：這豈不是太超脫、太離地嗎？想到這裏，我還是抄寫一下白居易的《日長》一詩好了：

日長晝畫餐，夜短朝餘睡。春來寢食間，雖老猶有味。

林塘得芳景，園曲生幽致。愛水多棹舟，惜花不掃地。

幸無眼下病，且向樽前醉。身外何足言，人間本無事。

人大了，少病痛，每日溫飽，且能安眠，更見滿庭幽致春色，這實在應該教人拋下無謂的執著，抱有知足之心，讓自己明白人世間本來就沒有什麼大事。但，我是因為這樣的道理而忘記煩惱嗎？非也，只是抄寫詩句，可以解憂。

## 古文日常 米哈

逢周一、五見報



# 《告別醫院》

親，希望將女兒接回家過生日，醫護人員起初不同意，但為了給予該母親一點希望，最終就在病房為該女生舉行生日會。臨終病人能活一天就是一天，雖然存活率不高，但仍要盡力生存下去，因此有時善意的謊言亦難避免，就如否定聖誕老人的存在，那麼聖誕節還有意義嗎？第四集「未來的我」，中年女護士患癌亦要治療，她說：「我是生活越艱難便越有勁的人」。醫護人員亦是普通人，亦會有患病以至步向死亡的一天。「幾乎沒有人來到這裏，還能健

健康地出院，但我們並不是為死亡做準備工作……」邊見步雖然經常面對死亡，難免有氣餒和崩潰的時刻，可是「從死看生」，病人來這醫院就是為着繼續活下去。不管未來如何，生存就是希望。

## 文藝中年 輕羽

逢周一、二、三見報



# 唱出兩個團慶

樣是陳鈞潤的歌詞，全曲帶着微笑。同樣效果是羅永輝和鄭國江合作的《希望》，一首陪伴多人成長的旋律優美作品，百聽不厭。

重演林樂培、曾業發等名作的同時，節目中有四首由作曲家兼任作詞。葉浩堃的《微風吹拂》一段無言歌，有若維港海風，也勾畫出作者在渡輪上的情懷，最後以「轉呀轉呀」淡出，意境無限。是晚世界首演陳啟揚的《一個字》，是作曲家聯會的委約作品，受鋼琴家羅乃新多年監獄義工的啟發，根據在囚人士選擇的單字進行創作，最後以「愛」字無伴奏唱

出，作為「重生的開始」。壓軸由譚天樂指揮自己創作曲、詞《新的一天》，唱出各種情緒，最後一句「讓我學懂珍惜、感恩」以緩慢長音唱誦，曲詞完美結合。

值得一提的是，所有曲目由幾十位童聲背誦演出，誠心佩服。音樂會在本周六香港電台第四台晚上八時足本播出，敬請收聽。

## 樂問集 周光葵

逢周一見報



# 《平貴，我在等你》

相府千金愛上窮小子，為雙宿雙飛不惜與家人決裂，他出征西涼，她獨守寒窗，十八年後他衣錦還鄉，她才知道他已貴為西涼駙馬。她是王寶釧，他是薛平貴，他們的故事被包括粵劇在內的中國傳統戲曲不同劇種傳唱了千年。如今，名導毛俊輝將王寶釧與薛平貴的故事改編，為觀眾獻上了一齣「粵劇的經典再造」——《平貴，我在等你》。

與傳統戲曲相比，這齣戲從名字開始就與眾不同，且不說這似內心獨白又像風中吶喊的字句，單從視角來看就頗有玄機——無論《平貴別宮》還是《平貴回宮》都是從男主角薛平貴的視角出發引出了寒窗；而「平貴，我在等你」雖也有平貴二字，整句卻是從女主角王寶釧的視角出發。這視角的轉換，隱藏着毛Sir最重要的訊息：我要講述的故事，不再是一個以男

性視角出發，「雖出身貧寒，卻沙場建功，高官厚祿且享齊人之福」的古代版爽文故事，而是從女性視角出發，塑造一個既能為愛情奮不顧身，又能獨立自主、不作男人附庸的，閃耀着光芒的「王寶釧」。

整齣《平貴，我在等你》分為上下兩部分，分別對應了王寶釧與薛平貴分離和重逢兩個相隔十八年的時空，上半部分頗為傳統，龍貫天與鄧美玲兩位的演繹充分彰顯了傳統粵劇的魅力；下半部分則在傳統的基礎上融入了現代舞台的表現手法，從燈光布景，到演繹唱腔都有驚艷之處，想來無論是初次接觸粵劇的新人，還是鍾情粵劇多年的老友，都會在《平貴，我在等你》中找到眼前一亮之處。

## 大川集 利貞

逢周一、三見報

