



▲《加菲貓：勇闖世界》劇照。

## 加菲貓有效祛「班味」

——

「爆笑解壓，妥妥的寶藏圖家歡電影。」「打工仔看完神清氣爽，有效祛除「班味」。這足以證明《加菲貓：勇闖世界》得到了普通觀影者的最高評價。

二〇二四上半年最後一個月動畫電影可謂齊發力。彼思工作室睽違九年的大作《玩轉腦朋友2》，環球影業的口碑保證《壞蛋獎門人4》，名偵探柯南第二十七部劇場版《百萬美元的五棱星》，還有索尼影業帶來的全球粉絲都愛的經典IP《加菲貓：勇闖世界》，全部看完後可謂「身心俱爽」，全都不可錯過。

《加菲貓》的漫畫在全球兩千多家報紙上連載，是連載範圍最廣連環漫畫的金氏世界紀錄保持者。幾十年來，對這隻橘色虎斑肥貓最深入人心的印象就是他對生活中一切事物的冷嘲熱諷、對星期一的厭惡以及其無底洞的食量。雖然之前也有數部「加菲貓」系列電影上映，但口碑和票房都很平淡，其中《加菲貓狂歡節》和《加菲貓2》甚至差評如潮。

《加菲貓：勇闖世界》一雪前恥，五月底於美國上映即以六千萬美元的成本獲得超兩點三億美元的票房成績，各國觀眾都再度為這隻肥貓瘋狂。

一貫犀利幽默的台詞再加上加菲自帶的「精明蠢」都令人啼笑皆非。最難能可貴的是作為一部「合格」的卡通電影它既沒有試圖昇華主題，又沒有要強行灌輸道理。「加菲宇宙」裏的親情和友情就在輕鬆推進的劇情自然營造出的搞笑氛圍中悄無聲息的溫暖了觀眾。萌翻眾人的兒時加菲、每個角色的不同搞笑方式、不煽情的父愛和不討厭的反派，每一個標籤都給這部闖家歡的影片的吸金能力添磚加瓦。

可以預料，「迷你加菲」周邊產品定會掀起一輪搶購潮。

「加菲貓」的漫畫在全球兩千多家報紙上連載，是連載範圍最廣連環漫畫的金氏世界紀錄保持者。幾十年來，對這隻橘色虎斑肥貓最深入人心的印象就是他對生活中一切事物的冷嘲熱諷、對星期一的厭惡以及其無底洞的食量。雖然之前也有數部「加菲貓」系列電影上映，但口碑和票房都很平淡，其中《加菲貓狂歡節》和《加菲貓2》甚至差評如潮。

「加菲貓」的漫畫在全球兩千多家報紙上連載，是連載範圍最廣連環漫畫的金氏世界紀錄保持者。幾十年來，對這隻橘色虎斑肥貓最深入人心的印象就是他對生活中一切事物的冷嘲熱諷、對星期一的厭惡以及其無底洞的食量。雖然之前也有數部「加菲貓」系列電影上映，但口碑和票房都很平淡，其中《加菲貓狂歡節》和《加菲貓2》甚至差評如潮。

「加菲貓」的漫畫在全球兩千多家報紙上連載，是連載範圍最廣連環漫畫的金氏世界紀錄保持者。幾十年來，對這隻橘色虎斑肥貓最深入人心的印象就是他對生活中一切事物的冷嘲熱諷、對星期一的厭惡以及其無底洞的食量。雖然之前也有數部「加菲貓」系列電影上映，但口碑和票房都很平淡，其中《加菲貓狂歡節》和《加菲貓2》甚至差評如潮。

「加菲貓」的漫畫在全球兩千多家報紙上連載，是連載範圍最廣連環漫畫的金氏世界紀錄保持者。幾十年來，對這隻橘色虎斑肥貓最深入人心的印象就是他對生活中一切事物的冷嘲熱諷、對星期一的厭惡以及其無底洞的食量。雖然之前也有數部「加菲貓」系列電影上映，但口碑和票房都很平淡，其中《加菲貓狂歡節》和《加菲貓2》甚至差評如潮。

「加菲貓」的漫畫在全球兩千多家報紙上連載，是連載範圍最廣連環漫畫的金氏世界紀錄保持者。幾十年來，對這隻橘色虎斑肥貓最深入人心的印象就是他對生活中一切事物的冷嘲熱諷、對星期一的厭惡以及其無底洞的食量。雖然之前也有數部「加菲貓」系列電影上映，但口碑和票房都很平淡，其中《加菲貓狂歡節》和《加菲貓2》甚至差評如潮。

「加菲貓」的漫畫在全球兩千多家報紙上連載，是連載範圍最廣連環漫畫的金氏世界紀錄保持者。幾十年來，對這隻橘色虎斑肥貓最深入人心的印象就是他對生活中一切事物的冷嘲熱諷、對星期一的厭惡以及其無底洞的食量。雖然之前也有數部「加菲貓」系列電影上映，但口碑和票房都很平淡，其中《加菲貓狂歡節》和《加菲貓2》甚至差評如潮。

## 拉薩的日與夜

藏地詩僧的事跡在網上搜便，堪稱初代網紅。在這涼爽的拉薩街頭，望著小樓上「瑪吉阿米」的畫像，想起倉央嘉措的詩句「住進布達拉宮，我是雪域最大的王；流浪在拉薩街頭，我是世間最美的情郎」，對他內心的張狂與苦澀似乎多了同情之心。

八廓街的中心是大昭寺，此時已閉寺了，但信眾仍在寺前廣場虔誠地叩拜祈福。寺外立著著名的唐蕃會盟碑，街上還有清朝駐藏大臣衙門舊址，以前在書上讀到的史料，如今就在眼前，夜間雖無法細看，歷史之河

的氤氳水氣撲面而來，漢藏交流交融的史事浮現其中，不由大呼不虛此行。

第二天一早，我們沿着「之」形台階登上了布達拉宮。這座藏王松贊干布創建的宮殿，矗立於紅山之上，宏偉雄偉。建築群分為白宮紅宮兩大體系，白宮為世俗政務所用，紅宮則是宗教活動場所。在形制上，紅宮居於中心，白宮圍繞四周，體現了西藏舊時政教合一的社會制度。我們是當天第一波進入紅宮的參觀者，遊客不多，得以在迷宮般的佛殿和居室內慢

慢行走，酥油香氣瀰漫四處，古老的宮殿散發出神秘的魅力。

從布達拉宮的最高處望開去，山前是開闊的布達拉宮廣場，遠處南山上「祖國萬歲」四個紅色大字清晰可見；山後是龍王潭公園，各族大媽正歡快地跳著廣場舞，一如全國各地的早晨。（進藏記之四）

### 知見錄

胡一峰

逢周一、三、五見報



## 適度自憐

達我們的支持與陪伴，直至我們遇到了沉溺於自憐的人。

我安慰不了自憐的人，他們意志消沉瑟縮一角，而我每一句的鼓勵說話，都會成為他們進一步自憐的彈藥，他們的狀況就像北宋詩人王令寫道：「三月殘花落更開，小檐日日燕飛來。子規夜半猶啼血，不信東風喚不回。」

晚春三月，杜鵑還是不捨春日將盡，晝夜悲鳴，到了半夜更是帶血鳴叫，不相信春天真的喚不回來。這隻杜鵑，就是典型的自憐者，旁人阻不了牠的悲鳴，也改變不了牠不相信春

天已過的想法。

雖說旁人很難幫助自憐者，但事實上，自憐的人是在自救，只是自憐的分量要適可而止。德國哲學家舍勒（Max Scheler）說道，自憐的人透過想像力將自我站於自身之外，以「另一個自我」同情「可憐的自我」，從而產生憐憫別人而來的紓解感覺。

換言之，適度的自憐，還是有益。當事情不順遂時，偶爾讓自己放下身段，感受自己也可以有成為一名弱者的時候，接受自己也有脆弱、低落、可憐，這些都叫我們成為一個更有血有肉的人。如是這樣，我們可以

自憐，但不必厭惡自己，我們只是看見了更完整的自我。

那麼，怎樣才是適度的自憐呢？大家都喜歡問這樣的問題，但我懷疑，每一個人心中都有一道尺，心知肚明什麼是過分自憐。無論如何，適度的自憐，肯定是短暫的，更不應該傷及身體，不應該像杜鵑一般「夜半猶啼血」。

### 古文日常

米哈

逢周一、五見報



## 又見奧運

人有何特別連繫。直到一九九六年，李麗珊在亞特蘭大奧運會獲得滑浪風帆金牌，不少市民才知道原來香港運動員都有機會登上奧運的頒獎台。老實說，當年我也不太清楚滑浪風帆是什麼樣的運動。事後想來，運動員怎樣將「風帆」帶回家？平時如何參與訓練？倘若天氣欠佳，甚至是狂風暴雨，運動員如何比賽？當年我對大部分運動都只是徒具觀賞興趣，對於香港運動員的背景及訓練，都是一知半解。

然後，我逐漸留意香港運動員參

與每屆奧運會的狀況。讀書時代我都打乒乓球，故此高禮澤和李靜二〇〇四年雅典奧運獲得男子雙打銀牌，可說是香港體壇又一次叫人興奮的成績。其後每次奧運會，香港運動員的成績都令人期待，雖然只是進賬銀牌或銅牌，但都已是難能可貴。至到上屆東京奧運，香港隊總共獲得一金兩銀三銅獎牌，叫人喜出望外。

不過，頒獎台下另有更多默默耕耘卻未能獲獎的運動員。游泳項目的女子泳手歐鎧淳，即將第五次參與奧運會。今屆雖未能晉身個人項目，

只能參加團體接力賽，但她仍然全力以赴，與隊友並肩作戰。拳擊選手曹星如曾被譽為「神奇小子」，雖然拼盡全力參加外圍賽，但仍沒法獲得本屆奧運參賽資格。然而，運動員只要付出汗水和努力，向着目標前進，無怨無悔，那便足以達到奧運精神。

### 文藝中年

輕羽

逢周一、二、三見報



## 「明儀」甲子慶



的團體區區幾萬元說不，筆者對此大惑不解。

但這無損「明儀」保持費老師高規格標準。選曲以多元為主軸，包括不同風格的中西聲樂作品、器樂演奏等，由星級嘉賓和專家演出，也保持首演新作品的傳統。

一九六四年成立的「明儀合唱團」，今年正好六十歲。七月十三日晚香港大會堂音樂廳的《耳順情懷樂逍遙》音樂會，聽後百感交集。

作為甲子之慶，請來與費明儀生前相識多年的前律政司司長梁愛詩、前文化署署長陳達文發言。後者當年以大會堂主管身份見證明儀合唱團成立，也語重心長提到合唱團發展不易，需要多聽意見。這番話不知跟康文署多年為「明儀」提供場地支援，唯獨今年停止資助有否關係。回顧近日各項文化盛事所費不貲，但卻對一個幾十年為音樂文化及交流有功有勞

## 越來越懶

懶惰不好，但有理論支持它也不是壞事，流行的懶人經濟學的觀點認為，人們越懶，社會進步越快。因為沒時間看書，因此有了懶人聽書；沒精力理財，產生了懶人理財；沒空去菜市場買菜，網購送菜到家；騰不出手做飯刷碗，預製菜和洗碗機便熱銷。而如果嫌棄預製菜不好吃，據說「上門做飯」正悄然興起，如媒體上常見的大標題：懶人經濟催生新業態。

懶人經濟會讓人越來越懶，最後懶到不得勁，這與去藥舖拿代煎好的藥，因為未經自己的手，沒有爐前的水量酌減與火候掌握，服用時會覺得藥勁不對一樣。看着眼前光潔的桌板，我決定把那句早撕掉了的格言，重新貼在抬頭可見之處。

伏牛山 喬苓

逢周一見報



## 《未曾走過的路》

看到一首小詩《The Road Not Taken》（未曾走過的路），這首美國詩人Robert Frost的作品，一下擊中了我的心——

詩歌大意是旅人在林中獨行，面前出現兩條岔路。一番糾結之後，旅人選擇了其中一條。到達之後，旅人又想到那條「未曾走過的路」，既好奇路的終點，也幻想沿途的風景。雖然不知道下次路過會是何時，旅人也還是安慰自己，下次再走另外那條。而最終讓這首詩「昇華」的是結尾，旅人感嘆：許多許多年以後我將輕嘆息，敘述這一切：林子裏有兩條路，我——選擇了行人稀少的那一條它改變了我的一生。

原來如此。一種平行宇宙與納蘭性德的交錯感油然而生。曾經，幻想過在人生的重要轉折點，如果當時沒有那樣選擇，自己會是怎樣，如果選擇了那條「未曾走過

的路」，平行世界中，自己另一種人生路上的風景以及最後的終點會是怎樣。之所以想起納蘭性德，則是因為詩中所說的「許多許多年以後」才發現兩條路之間的選擇「改變了我的一生」，與納蘭性德那句膾炙人口的「當時只道是尋常」有異曲同工之妙——都在恍然大悟之間透著淡淡的惆悵，有一絲遺憾，卻也看得豁達通透，並無後悔或懊惱的意味。

「小孩子才做選擇，成年人全部都要。」只是短視頻和網絡爽文中的宣言，現實中的人生，每一次的選擇，都意味著對其他所有選項的放棄。對於那些被放棄的選項，那些「未曾走過的路」，可以惆悵、可以寫詩，不要回頭即可。

### 大川集

利貞

逢周一、三見報



### 樂活

潘少

逢周一見報



## 在閔行開會

最近到上海參加了由華東師範大學、上海紐約大學、中國留美歷史學會聯合舉辦的「中國與世界」國際學術會議。一天半的議程節奏緊湊，內容豐富，發言精彩。與會者有內地大學的教授，海外高校的同行，還有在讀博士生，老、中、青三代匯聚一堂。各人的研究從冷戰風雲到某個歷史時期中國的經濟、政治、文化，題目涉及族譜、針灸、茶葉、咖啡、喪葬、婦產科、廣場舞、回憶錄、詩歌、戲劇、傳教士、留學生、海外華人社區等。不但選題新穎，且無論大小，都能從國際交流的角度加以分析，契合會議主題。

這是在疫情後參加的內地首個有海外人員入境出席的學術會議。國際會議一般要提前一年籌備，因為各種不確定因素，本次直到會議開始的一個半月前才正式確認舉辦，工作人員的辛勞、忙碌可想而知。多虧東道主師生籌劃周密，組織有方，保證了各項議程順利進行，交流熱烈、高效。

會議在上海閔行區紫竹高新一區的一家酒店進行。閔行區原為上海市郊，十幾年間上海交通大學、華師大先後遷入，又有多家高科技公司加入，才慢慢熱鬧起來。不過，和市中心相比，這裏依舊算得上地廣人稀。酒店附近有風景如畫的蘭香湖，營造出遠離塵囂、潛心研學的氛围。和中外同仁相聚一堂，重逢老相識，結識新朋友，同飲共餐，妙語連珠，更增添了歡樂。

正如會上前輩所說，學術研究有時枯燥、孤寂。但有同仁相伴，給予思想的撞擊，情感的支撐，我們也就能無怨無悔走下去，努力創造出「有思想性的學術，有學術性的思想」。

### 墟里

葉歌

逢周一、五見報

