

小得盈滿，一切剛剛好

何志平

下週三是節氣「小滿」，我最喜歡小滿這一詞。

在中國二十四節氣中，逢「小」必有「大」，如小寒大寒，小暑大暑，小雪大雪。然卻只有小滿，沒有大滿。何為小，喻物之微；何為滿，意水多而盈滿。所謂小滿，便是滿而不盈，滿而不溢。穀物將熟，花未全開，月未全圓，萬物在將盈未盈之時，形成最美的弧度。小滿而未滿，小中有餘地，滿裏藏留白，一切剛剛好。

可今夜，我望着朋友手中的紫砂酒令杯，心中一凜，恍惚不知所以然，這到底是空了，還是滿了？

朋友收藏的酒令杯，是一隻古時行酒令用的杯具。杯內中央站立一童子，杯底開有一小孔。童子的左手從肘腕袖口處變為水平，手掌心向上。人向杯內斟酒時，酒不能沒過左手掌的背面，一旦越過，杯中酒會瞬間消逝，全部沒有了。眾人迷惑之間，仔細查看，方覺暗中玄機。原來童子手背下藏一孔，正居水平線，並與杯底貫通，酒注過滿，超了水平線，自然因「虹吸原理」傾瀉漏空。所謂「滿招損，謙受益」，古人巧思風雅，凡事不可貪嗔痴、不可求「滿」的立身之意，此刻淋漓酣暢，盡現於杯。

我平心靜氣，深深反思，一個杯能有多大？一間屋又能有多大？人生又能有多長？《易經》六十四卦中，沒有一卦全好，也沒有一卦全壞。只有一卦是六爻皆吉，即「謙」卦，德性謙卑，喻為「日中則昃，月滿則虧。

物盛則衰，天地之常數也」。巔峰時刻，「上則，亢龍有悔」。孔穎達疏，「上九，亢陽之至，大而極盛，故曰亢龍，此自然之象。以人事言之，似聖人有龍德，上居天位，久而亢及，物極則反，故有悔也」。若位居高位而不知謙退，則盛極而衰，不免敗亡之悔。

故而更多人喜歡「九五至尊」，因為進可「九六」，退則「九四」，意氣風發，飛龍在天。亢龍固然有悔，但不可再上，只能往下。最適當的位置，反而不是最飽滿的狀態。最好的還是可退又可進。萬事皆留有餘地，恐怕只有一步，即可撥雲見日、海闊天空。我反倒篤愛「九四」，潛龍於淵，無咎。一如傳統中國畫，最難是留白。白是空白、虛白、無白，是境界，是無限的空間，是維度提升的意猶未盡，是乾卦或躍在淵的臨界面，也是恍兮惚兮、其中有象與見白非白、自由心生的唯美意境。

空，即滿。空是狀態，滿是境界；空可能是現在，滿或代表未來；空是既定的，滿又是懷着希望的；空是要進取、追求需要的，滿更是叫停止、放棄想要的。宛若現代人為生活打拚，殫精竭慮，付出時間與精力，每日焦慮、「內卷」於房貸、就業、收入、教育等等，人生的憂懼集中在生存、發展、尊嚴與追求四個層面。就是懼於生命生活所需要的東西，亟需安全、食物、健康、保暖、消暑等；憂在想要的得不到，渴求快樂、幸福、尊嚴、信仰、青春、長生不老等。有些人甚至為了某種理想狀態中的生活，或為換置更大面積的房子、車



◀小滿至，穀物將熟。

實的生活。然而一空聲萬有，心空空萬物，當放手各種「想要」，發覺擁有了更多「需要」。身心安頓，不貪不戀，珍惜該珍惜的，執著該執著的，看破該看破的，放下該放下的，亦可真正快樂、自在了。

想起那年深秋，夜晚漆黑如墨，我在紐約，身上還習慣性穿着香港秋天的薄裝。喧囂的街上寒風蕭瑟，但住宿的房間尚沒有供暖，室內空氣冷冽。我整個晚上都蜷縮着身體，好不容易捱到天亮。自小生活在南方的我，第一次感覺到如此寒冷。暖和，素來對我就如每天呼吸空氣一般理所當然，從不覺珍貴。哪知失去的那一刻，方真正體會到擁有的可貴。我為此前的無知忽略而懺悔感恩。人從不會自覺「小滿」而小滿，只因認識了「空」，進而開始珍惜小滿。

人生不求太滿，小滿即是圓滿。不滿是遺憾，過滿當悔咎。只有小滿，既空且滿，已滿實空，才是恰到好處。

這樣，既是空了，也是滿了！

七日談

(香港篇)

讓觀眾感受俄羅斯音樂魅力

鮑羅丁四重奏 聯手港青演繹經典室樂



▲「鮑羅丁四重奏」與本地青年樂手同台出演。

今年恰逢2024-2025年「中俄文化年」，由香港弦樂團舉辦「室樂大師系列——鮑羅丁四重奏與安德烈·皮薩列夫鋼琴五重奏音樂會」，昨日在香港文化中心音樂廳舉行。樂團聯合鮑羅丁四重奏(Borodin Quartet)及俄羅斯功勳藝術家、鋼琴家安德烈·皮薩列夫(Andrey Pisarev)，共同奏響鮑羅丁、蕭斯塔科維奇、貝多芬、德伏札克的室樂經典作品。

大公報記者 劉毅

鮑羅丁四重奏

「鮑羅丁四重奏」創立於1945年，曾受蘇聯作曲家蕭斯塔科維奇親自指導，歷經四代傳承，演奏多個俄羅斯知名音樂家的作品，風格具親和力，有着「教科書級別」的權威，是「俄羅斯室樂黃金時代的活化石」。今年正值成立80周年之際，樂團再度回歸香港舞台，並攜手俄羅斯功勳藝術家、鋼琴家安德烈·皮薩列夫，奏響鮑羅丁、蕭斯塔科維奇、貝多芬等室內樂經典作品。

「第一次欣賞俄羅斯音樂很新奇」

昨天的音樂會吸引了不同年齡層的觀眾，現場不乏本地的學生以及外國人面孔。

觀眾李小姐與孩子一同欣賞，她表示，今次是第一次欣賞俄羅斯音樂，感覺很新奇。其中，有些聲樂部分，很有澎湃感。

外國遊客Juliane很開心能在香港欣賞到這場音樂會，並稱讚音樂令人有觸動，來自弦樂器和鋼琴的音色都很精彩。

出席音樂會的主禮嘉賓包括：大紫荊勳賢譚惠珠、香港弦樂團主席陳永棋、香港弦樂團創辦人及藝術總監姚珏、香港弦樂團董事局成員孫少文等。

「室樂大師系列——鮑羅丁四重奏與安德烈·皮薩列夫鋼琴五重奏音樂會」通過呈現俄羅斯音樂的深沉敘事、東歐古典音樂的嚴謹結構，令觀眾感受不同文明的音樂表現形式，從而促進中俄之間的文化認知和溝通。

樂團首次錄製大師班

本次香港站演出是鮑羅丁中國巡演的壓軸站，由香港弦樂團邀約。香港弦樂團藝術總監姚珏表示，今年恰逢2024-2025年「中俄文化年」，也是「鮑羅丁四重奏」成立80年，為了令香港觀眾也能感受到俄羅斯音樂的魅力，特意舉辦了這次音樂會，十分有開創性，有兩大「首次」，包括樂團首次與團隊之外的樂手合作，兩地樂手聯合呈現經典室樂作品；以及首次錄製大師班等，彰顯中俄之間的文化交流特色。

姚珏續形容，「鮑羅丁四重奏」的演奏風格柔和卻富有感染力，層次多。雖然只有10個人，卻能演繹出一個樂團的力量。

整場音樂會從前日起，一連兩天在香港舉行。昨天音樂會上，俄羅斯音樂學院的鋼琴系主任兼鋼琴家皮薩列夫與「鮑羅丁四重奏」合作演出兩部經典的鋼琴五重奏作品。

上半場演奏蕭斯塔科維奇的《G小調鋼琴

五重奏，作品57》，這部作品創作於1940年，展現深刻的情感層次與鋼琴和弦樂之間精妙的交纏，全曲分為五個樂章，從令人難忘的抒情樂到強烈的動盪感，層次豐富。

下半場則演奏德伏札克的《A大調鋼琴五重奏，作品81》，這部1887年創作的作品，融合了捷克民間音樂元素與古典音樂，瀟灑着民族特色的旋律之美。觀眾欣賞音樂會，如同徜徉在異國人文風情之域。

在音樂會演出外，「鮑羅丁四重奏」成員還於5月15日在香港電台舉辦專場大師班，面向大灣區音樂學院學生及青年演奏家開放。參與者現場演繹曲目並獲得大師面對面指導，深入探討室樂協作技巧與作品詮釋邏輯。整個過程全程錄製，並於香港電台第四台播出，讓更多香港年輕藝術家能夠深入了解大師如何磨練技藝。



▲「鮑羅丁四重奏」在香港文化中心音樂廳演奏經典室樂作品。

《救森動物聯盟》(2024)劇照。



▲姚珏(右)表示為了令香港觀眾感受到俄羅斯音樂的魅力，特意舉辦此次音樂會。

《小英雄西部大冒險》(2024)劇照。



【大公報訊】康樂及文化事務署電影節目辦事處將於7月12日至8月16日舉辦「夏日親子電影節」，呈獻超過40場精彩電影節目，在香港電影資料館、香港大會堂、香港科學館、香港太空館及北區大會堂放映。電影節是「國際綜藝合家歡」的精選節目之一。

選映三部運動主題電影

電影節的「長片精選」部分共有15部作品。《恐龍仔的漫畫元宇宙》(2024)結合動畫與真人演出，講述漫畫中的小恐龍為拯救自己和家人，必須幫助作者重拾創作的自信。動畫《勇闖魔幻黑森林》(2024)中，10歲的安格魯在前往探望外婆的路上，意外被遺留在荒野。他幻想自己成為勇者，與森林中怪獸和惡魔搏鬥，堅毅向前奮進。

《救森動物聯盟》(2024)中自私的河狸令森林被水淹沒，一眾森林好友以勇氣齊心拯救家園。《貓咪尋蹤記》(2024)的貓咪為尋回最愛的小熊踏上充滿驚喜的大冒險，而《蝙蝠愛唱歌》(2024)的蝙蝠阿畢喜愛唱歌，又與死敵雀鳥成為朋友，結果被兄弟欺凌，他必須勇敢地為自己和好友奮鬥。《五歲生日點樣過?》(2024)的可愛企鵝意外從冰天雪地來到溫暖的茂密森林，這趟奇幻之旅讓她漸漸學懂成長的意義。

來自西班牙的《小英雄西部大冒險》(2024)講述一對小兄妹與行動不便的新朋友協力與西部牛仔大盜鬥智鬥力，展開勇氣與共融的歷險。《爸爸的神秘帆船》(2024)的蝙蝠阿畢喜愛唱歌，又與死敵雀鳥成為朋友，結果被兄弟欺凌，他必須勇敢地為自己和好友奮鬥。

惹笑誇張的瑞典作品《電爆怪盜家族》(2023)講述小偷家庭令人啼笑皆非的日常生活，而橫掃多個影展獎項的《飛黃騰達(雞蛋版)》(2023)講述三個小孩經營一盤良心生意的故事。《星級汪站長》(2023)的社交平台狗明星在火車站遇上身患重病的女孩，人狗互助互愛，溫情洋溢。《阿湯的火星任務》(2024)故事講述男孩阿湯如何將對探索太空的熱情，轉化成克服與母親暫別的力量。

節目亦特別選映三部以運動為主題的電影。《王者世家》(2021)從家長教養角度，講述網球巨星威廉絲絲的父親兼教練悉心栽培兩人成才的故事。《足球女將》(2023)講述移居荷蘭的南美少女在陌生環境堅持足球員夢想的故事，而《壘壘試棒球夢》(2023)則講述患有脊椎退化性疾病的棒球奇才逆境自強的真實故事，既熱血又勵志。

此外，電影節目辦事處與香港太空館聯合策劃特備節目，在香港太空館天象廳放映映球幕電影《太陽系歷奇團》(2024)，帶領觀眾展開一場緊張刺激的大太陽系冒險之旅。電影放映後，觀眾更可以在太空館演講廳參加映後活動，製作火星紙模型，從中了解各項火星探索任務的重要發現。活動以粵語進行。

門票即日起於城市售票網(www.urbtix.hk)發售。查詢節目詳情可瀏覽網頁www.lcsd.gov.hk/fp/tc/listing.html?id=75。

「夏日親子電影節」推出逾40場精彩節目