



周末在新疆南山露營的人們。

回歸本色的露營

在疫情後期，當跨國旅行仍遙不可及，城市生活又充滿束縛時，全國各地悄然吹起了一股「露營風」。三五好友、一家老小，在周末假期相約走進郊外山林，搭帳篷、煮熱食、圍爐夜談，讓壓抑已久的心靈找到出口。露營原本就是一種貼近自然、回歸生活本質的方式，讓人離開城市的喧囂，重拾簡單生活的快樂。

然而，在消費主義的精準攻勢下，隨着社交媒體的渲染和商業操作的加入，露營逐漸被「精緻化」。高級帳篷、可摺疊咖啡機、燈串裝飾、露營美食擺盤成為主角，各式各樣的裝備清單在網上流傳，彷彿沒有萬元配備就無法「露得體面」。露營變成一場追求打卡效果的「戶外時尚秀」，也讓原本只想喘口氣的普通人望之卻步。

許多人為了拍出「完美」的露營照，花費大量金錢和精力布置場景，卻忘了真正的露營本該是輕鬆自在的。這種風氣下，露營的意義被扭曲，人們的焦慮不減反增：當露營變成另一種社交表演時，它還能帶來多少真正的放鬆？

令人欣慰的是，如今越來越多人開始反思這種過度消費的露營文化，並逐漸回歸本質。有人帶着簡單的裝備，就近在河邊林間紮營；有人放下手機，只用一壺熱茶和一本書度過午後時光。不再追求「露營美學」，而是重新認識自然、與家人共享時光，這才是露營最打動人心的地方。

露營不需要過多粉飾，它的輕鬆在於簡單。在山林間煮一壺熱茶、聽一場蟲鳴，甚至只是一塊野餐墊，都是生活中真實的詩。當我們卸下那些冗餘的華麗包裝，就會發現：回歸本色的露營，才是好的露營。



逢周一、二見報

Tapas迷途

很多人對Tapas最大的誤解，恐怕就是把它當成了一道菜。殊不知這是「碟」不是「菜」，說白了，享譽全世界的Tapas，其實只是計量單位。

Tapas在西語中指「蓋子」，後來演變成各種小吃、下酒菜。雖然樸素，卻囊括了整個西班牙餐桌上鮮活的靈魂。非一菜一食，而是一種邊吃邊聊的生活方式，無論什麼，只要分量輕盈易入口，便都可以歸為「Tapas」。至於為什麼如此流行，就要說到當地人的飲食習慣了。去過西班牙的人都知道，這裏的用餐時間是「向後平移」的，午餐通常一點開始，晚餐則要等到七點甚至八點才有店家開門。於是Tapas就成了下班後放鬆、飽肚，還無負擔的主角，加上人們愛社交喜聚會，跟朋友邊喝邊吃邊聊，不拘束、要自在，來個幾盤或十幾盤，豈不快哉？

細數Tapas宇宙裏的星辰，幾顆經典長盛不衰。

辣味土豆 (Patatas Bravas) 毫無疑問堪稱國民小食，土豆塊炸到金黃酥脆，內裏卻粉糯如雲朵。澆頭是重點，微酸的番茄醬打底，再豪邁地淋上蒜味蛋黃醬，撒點辣椒粉，這不就妥妥了嘛？脆、綿、酸、辣融為一體，還能層次分明，加口冰啤酒，快樂似神仙。而蒜香蝦 (Gambas al Ajillo) 則是遊客鍾愛，可一窺西班牙人的烹飪實力。滾燙的橄欖油滋滋作響，緊緻的蝦仁跟蒜片已蠢蠢欲動，浮沉間盡是欲說還休。記得用麵包蘸油汁，滿滿的蒜香還暗藏辣椒鋒芒，光盤不在話下。至於西班牙蛋餅 (Tortilla Española) 在很多餐廳連早餐都提供，相比之下更純粹，卻是深入記憶的家常味。圓厚的餅身裏有炒到甜軟的洋蔥，也有入口即化的土豆，冷熱皆宜，看似平平無奇，等你自己下廚就會知道，什麼叫「真人不露相」。凡此種種，果然是獨屬西班牙的體驗，陽光慷慨，心懷熱愛。



逢周二、三、四見報

時光荏苒，「七七事變」距今已屆八十八周年。當年盧溝橋上那一聲槍響，有如驚雷震碎了神州大地的寧靜，拉開了全民族抗戰的悲壯序幕。如今硝煙雖已散盡，但那段飽含血淚與抗爭的歷史，理應如永不磨滅的烙印，深深刻在我們心間。

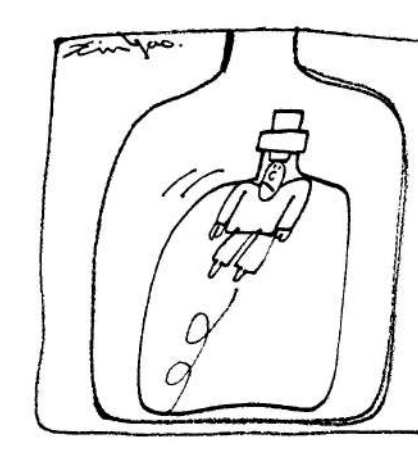
然而，筆者近期參與策劃相關報道時發現，不少抗戰歷史遺址因長期缺乏保護管理而逐漸荒蕪破敗，更因宣傳推廣不足而陷入乏人問津的困境。以廣州南石頭街為例，上世紀三、四十年代，日本細菌戰部隊曾在此設

古今中外有很多成功的老師，中國的孔子、荀子，外國的蘇格拉底、柏拉圖，都是。他們不但學問淵博，人格魅力強大，而且培養出了在歷史上名垂青史的「高徒」。雖然有些「高徒」與自己的「名師」在學術觀點上不盡相同，但「名師」與「高徒」之間的話總總是讓人津津樂道。

時光到了現代，師生關係似乎有了更為複雜的面向：講究「師道尊嚴」敬愛老師固然是學生中的主流，愛護學生提攜學生也是眾多老師的常態，但老師說學生是「精緻的利己主義者」不乏其人，學生在畢業後與老

今天專欄的標題好像有些老套，但這是我真切的心聲。很多事情都像老生常談，每天就在我們周邊不斷發生。人們開始習以為常，又或以為事不關己，不用勞心。然而，有些事情其實時刻都要警惕，千萬不要讓悲劇發生。

六月底，大部分學校都已完成本學年的期終考試。我家亦趁着假日，帶同兒子赴澳門遊玩一天，好讓兒子釋放考試壓力。接着的星期一，兒子如常上學，學校進行對卷日，即是由各科老師派發試卷子學生修改，學生



瓶頸式阻力的特點：易見不易破。

漫條思理 鄭辛遙
逢周二、四見報

縱橫之間

在香港待久了，會特別強烈的感受到空間「尺土寸金」帶來的價值，尤其是在中環，縱向與橫向的小小細節，就足以看出奧妙。

縱向，也就是高度，這裏指的高度可不止是建築的絕對高度，而是每一層的層高。中環的建築，在數十年前就已是高樓林立，一九七三年建成的怡和大廈，高度便已經達到一百七十八米，一九九八年建成的中環中心，二〇〇三年建成的國際金融中心，更是以四百米以上的高度成為了香港很長一段時間的城市天際線。可真正有趣的是每一層樓的層高，通常越老式的寫字樓，層高便越是低矮，同樣是以怡和大廈為例，一百七十八米便有五十二層，二〇二四年新建成的恒基總部，一百九十米的高度卻僅有三十六層，層高的差異頗大。究其原因，或許是由於舊樓的設計者往往出於實用，低矮的層高可以最大化

立罪惡據點，一大批粵港民眾被投入魔窟後慘遭迫害致死，釀成震驚中外的反人類暴行。時至今日，這片見證歷史慘劇的遺址上，一座由民間團體自發設立的紀念碑，默默佇立在居民小區角落，對於這段承載民族苦難的歷史敘事，當地的老居民都已逐漸淡忘，年輕一代更是知之甚少。

遺憾的是，類似情況並非個例。曾經見證「八百壯士」浴血奮戰英勇事跡的上海四行倉庫，戰後數易其主，先是被當作普通庫房，後又淪為傢具城，險些消失在公眾視野中；南

師「斷親」也大有人在。從總體上看，當下的師生關係早已擺脫了「一日為師終身為父」的約束。

在這樣的「語境」下，當我參加「在文學中尋找永恆的榮光——趙瑞蕪教授新出版著作作品分享會」時，看到九十三歲的吳新雷教授，冒雨趕來參加會議並在發言中深情回憶上個世紀五十年代受教於趙瑞蕪老師的點點滴滴，我被吳老師對自己老師的那份誠摯的感情深深打動了。吳老師說「別說下雨，今天就是下雪我也要來！」身為老師，能有一個九十三歲的老學生來參加自己的作品分享會，

當然即時知道自己的成績。翌日星期二，我的手機收到學校緊急通告：某位中三級學生昨天下午被發現在其屋苑居所墮樓身亡，年僅十四歲。同日兒子放學回家，只見他心神恍惚。他說老師及駐校社工已經到來公告此事，並指導學生可以書寫慰問卡，自行放置在學校即時設置的悼念角。

「你是否認識該位同學？」我嘗試問兒子。「我去年與他同班，但也不太熟絡。」兒子說。「那麼你現在感覺如何？你驚嗎？」我需要讓兒子抒發感受。「有點不開心，我都寫了慰

六月最後一個周日，趕去深圳洪湖公園賞荷，甫入園即被美景震撼。荷池遼闊，荷葉青翠，荷花肥碩，一幅「接天蓮葉無窮碧，映日荷花別樣紅」之畫卷。

洪湖公園辦荷展已有近四十年歷史，我們竟是首次來到。荷花有「花中君子」美名，留心的話四處可見，但論面積和品種，這裏也許可名列前茅，特別是較少見到的白蓮花，竟是大片大片地存在。愛白蓮者中以唐朝詩人白居易

利用高度帶來的空間，新樓的設計師從美觀方面考慮，更想在縱向空間上適度「留白」給人以尊貴感。橫向，則是每一級階梯的寬度。在置地廣場，台階寬度之窄竟讓我顯得有些「無處下腳」，國際金融中心商場的台階，即便只是在斜坡旁邊的一處點綴，也顯得寬敞大方。不止是台階，新式建築的走廊、洗手間，也遠比舊式建築寬敞。



逢周二見報

京利濟巷亞洲最大日軍「慰安所」曾在舊城改造中被拆除，那段屈辱而沉重的歷史記憶，或隨着建築的轟然倒塌而淡忘。

抗戰歷史遺跡面臨被時光侵蝕、被現實擠壓的困境，原因是多方面的，但其中一個重要因素，是一些地方過度注重商業開發，有的遺跡被拆除，建起了高樓大廈；有的被改造得面目全非，失去了原本的歷史韻味。以史為鑒，可以知興替。在抗戰勝利八十周年與「七七事變」八十八周年這一雙重特殊節點，我們理應靜

成功的老師

這是多大的福氣。相信趙瑞蕪先生泉下有知，一定會倍感欣喜。

趙瑞蕪先生是世界名著《紅與黑》第一個中文版譯者，由於戰亂等各種原因，當年他譯的《紅與黑》並非全本——這成了他的一大遺憾。為此，他遠在法國的研究生范東興克服困難，補譯了老師沒有譯完的部分，終於使得趙譯《紅與黑》得以完璧並在今年問世。他的另一位研究生黃喬生曾任魯迅博物館常務副館長，為老師學術代表作《魯迅〈摩羅詩力說〉注釋·今譯·解說》再版專門寫了《重讀小札》，深入分析精心導讀，

懇請聆聽子女心聲

正是「家家有本難念的經」。年輕人選擇輕生可能是一時衝動，但我相信背後必然存着一些潛藏已久的問題。無論如何，為人父母必須要諒解和理解子女，平日多聆聽子女的心聲。父母及子女都不要釀成遺憾。

再往下來，繼續收到學校通告，以至其他社交媒體訊息。原來該位輕生同學還有一位弟弟在同校就讀。同樣作為家長，我深切感受到該家庭將會面對的困難。該位學生的父母必定十分哀痛，其小兒子亦會承受心理負擔，也許長久不能磨滅。前年香港電影《年少日記》的故事，好像真的發生在現實生活。

洪湖公園賞荷

易為著名，他因家境清貧，又姓白，且年輕白頭，所以自嘲在萬紫千紅的長安城中，自己就像一朵不起眼的白花。後來他被貶去江西做官，看到白蓮，頓時愛上，去江南任職，也被白蓮的美折服，「乃知紅蓮花，虛得清淨名。」「小娃撐小艇，偷採白蓮回。」「紅鯉二三寸，白蓮八九枝。」他讚美白蓮的詩句千古流傳。

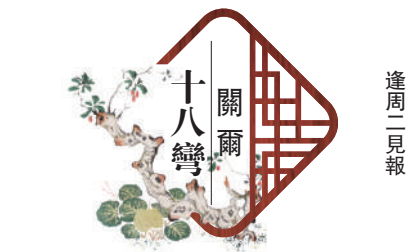
洪湖公園的荷花千姿百態，我喜歡白荷黃荷的清雅，也喜歡粉荷紫荷的溫婉，還有那青青的

從服裝美學上，時尚的創作靈感，就是設計師們運用不同的穿搭方式，在整個時裝系列包括各式造型中顯示自己的風格。

在多姿多彩的時尚中，不妨看看腳上的鞋子如何為一件服裝搭配出理想的形象。今年夏天牛仔穿搭回歸，時尚的喇叭牛仔褲可配復古造型的木屐鞋，也可配穿出魅力的高跟鞋。如要低調些，可配搭充滿夏日氣息的草編鞋，有經典米色的繫帶造型，也有白色厚底簡約款式。除了寬腳褲，直筒或窄腳的牛仔褲，也可嘗試穿尖頭幼跟的優雅款高跟鞋。

作為上班工作服的衣飾，如淺色和深色系列，米色及黑色的直筒長褲，配一雙混色鞋，可以是米配黑的低跟便鞋和手挽袋，就有一種優美的女性風格。如果改穿幼跟尖頭款，又有另一種不同的風格，視乎工作環境的需要而定。日常生活中，可以穿一件黑色

心回望那段崢嶸歲月，深刻感悟抗戰歷史留下的啟示——絕不能任由商業開發的浪潮，無情吞噬這些珍貴的歷史遺跡；更不該讓後世子孫，只能在書本的字裏行間，去想像那段波瀾壯闊的抗戰歲月。



逢周二見報

而同為研究生的唐建清則為此書再版出謀劃策盡心盡力……如今，帶有學生費心用力印記的這兩本書都得以全新出版。從九十多歲的老學生，到六十多歲的研究生，都對趙先生滿懷深情——作為老師，他非常成功。



逢周二見報



逢周一、二、三見報

蓮蓬，也是君子色啊！行棧道跨石橋，看荷也看人，有人跳舞，有人唱歌，有人學茶道。忽聞濃濃荔枝香，側頭一看，有一家老小正圍坐池邊大啖荔枝。

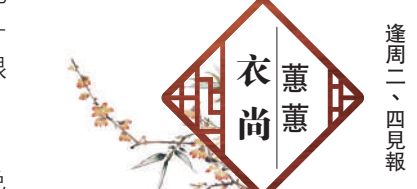


逢周一見報

搭配靈感顯活力

上衣配同色外套，配格子圖案長身裙，加上精緻項鍊和黑皮手袋，腳穿一雙幼跟露趾鞋，就是典型的時尚優雅風格。若同樣的基本服裝，分別換上運動鞋與腕錶，手挽布袋，加上帽子，全身裝束又會變成充滿休閒氣息。不同靈感的搭配，例如增添一些飾物或改變一些色彩，以至一個手袋的造型，就可以令你的形象完全改變。像設計較複雜的公主袖上衣，如果配一個簡單長形手袋，或一個精緻的圓形手袋，不同效果是圓形手袋會更配合衣飾的格調。

在搭配方面多一些變化，靈感來自思考，可以讓一件平凡的服裝在不同的搭配中變得更有活力。



逢周二、四見報