

擔▶提倡低碳出行，減輕地球的負擔。



地球能量失衡創新高

三月二十三日是世界氣象日，本應提醒人類關注天空與氣候的變化，但今年更像一記沉重的警鐘。世界氣象組織發布的《二〇二五年全球氣候狀況報告》指出，地球的能量失衡已達到自一九六〇年有紀錄以來的最高水平。這並非抽象的科學名詞，而是關乎每個人未來生活的現實危機。

所謂「地球能量失衡」，是指進入地球的太陽能量與釋放回太空的能量之差。當「收入」大於「支出」，多餘的熱量便滯留在地球系統之中。報告顯示，這些過剩能量中，超過九成被海洋吸收並使其迅速升溫，其熱含量在去年創下新高，吸收能量的速度更是過去數十年的數倍。看似遙遠的海水變暖，實則正在重塑風暴路徑、改變降雨節律，甚至影響餐桌上的每一口食物。

聯合國秘書長安東尼奧·古特雷斯曾警告，二〇一五年至二〇二五年已成為有紀錄以來最熱的十一年。當「最熱紀錄」不斷被刷新，氣候異常便不再是偶發事件，而是常態化的趨勢。

不幸的是，許多人仍然習慣將環保理解為宏大的國家戰略或科技革新，但真正決定未來走向的是日常生活中的選擇。減少一次性塑料的使用，不僅是攜帶一個環保袋，更是對資源浪費的拒絕；節約用電，不只是關掉一盞燈，更是在減少背後的化石能源消耗；選擇公共交通或步行出行，看似微不足道，卻能大大降低碳排放。

更重要的是改變消費習慣。過度購買與快速淘汰的生活方式，正在無形中加劇地球的負擔。延長物品使用壽命、支持可持續品牌、減少不必要的浪費，都是普通人可以實踐的「氣候行動」。當每一個人都從「需要」而非「想要」出發，資源壓力便會悄然減輕。



樂活
潘少
逢周一、二見報

人類的禮物

在古希臘詩人赫希俄德的《工作與時日》中，人類的處境不是從一開始就困難，而是經歷了一次關鍵的轉折：普羅米修斯偷取火種，使人類獲得發展技術與文明的可能，同時也導致了宙斯的報復。而潘朵拉因此被創造出來，作為一份看似禮物的災難。

這個故事的細節，值得反覆閱讀。眾神合力打造的潘朵拉，她的美貌、技藝與魅力，是多重贈與的結果。她的名字意味「被賦予一切禮物的人」。同時，這禮物也包含誘惑與危險，赫爾墨斯賦予她「一顆狗的心和欺詐的天性」，使她成為一個無法被完全信任的存在。這種混合，正是人類世界的隱喻。

當她打開盒子時，災難沒有以戲劇性的方式降臨，而是悄然散布。「不幸遍布大地，覆蓋海洋。疾病夜以繼日地流行，悄無聲息地把災害帶給人類。」這段描述讓人意識到，真正的苦難往往沒有預示，它們不是瞬間的爆發，而是持續的滲透。人類無法預測苦難，也無法完全防範。

唯一留下來的，是「希望」。但這個希望沒有飛出盒子，而是被關在裏面。這個細節一直令人困惑。希望究竟是被保存，還是被剝奪？如果希望無法離開，那麼人類所擁有的「希望」，是否只是對未來的幻想？又說，希望會否也是苦難的一員？赫希俄德沒有給出明確答案，他只是留下這個不安的結構。

這個故事之後，緊接着的是人類五個時代的敘述，也是一種關於衰退的想像：黃金時代的人類「像諸神那樣生活着，沒有內心的悲傷，沒有勞累和憂愁」，大地自動提供食物，死亡如同入睡；到了白銀時代，人開始變得愚昧，不再尊敬神祇，最終被宙斯毀滅。

銅時代進一步走向暴力，「他們在意阿瑞斯的令人痛苦的工作」，最終自我毀滅；英雄時代短暫地恢復某種榮耀，但仍以戰爭結束。最後來到鐵時代，也就是赫希俄德所處的當下。在此，人必須在持續的苦難中繼續努力。



普通讀者
米哈
逢周一、五見報

井岡色彩

三月下旬，有機會再至井岡山。說「再至」，是因為十三年前我曾來過一次。所不同者，那次是六月，這次是三月，對於井岡山來說，都是色彩豐富的季節。江西多名山，井岡亦是其一。我印象裏的井岡山，總有兩種顏色連在一起：綠的竹子，紅的杜鵑。上一次來井岡山坐的火車，這一次選擇了飛機。從機場一路往山裏開，很快就看到了竹子。

說起來，竹子在中國文化裏形象複雜，既因堅硬挺直受到讚揚，也因根鬚無雜、腹中空而被冠以惡名。

不過，拂去這些人為想像的附加，竹子實在是極耐賞的植物。井岡山的竹子尤其如此。散文家袁鷹的名篇《井岡翠竹》寫到，「井岡山五百里林海裏，最使人難忘的是毛竹。」這些竹子挺拔俊秀，據說最高的可達二十多米。我在浙江的徑山、四川的宜賓都見過如海的竹林，一眼望不到邊，全是竹子，十分壯觀。井岡山的竹子卻是和各種林木長在一起的，也因為如此，它從上到下全是翠綠的身軀，更加顯眼。車快速開過時，盤山公路旁的林影飛也似掠過玻璃窗，你一眼就

能識出竹子，綠得不一樣，直得有自我。

和竹子的綠相映成趣的是杜鵑的紅。上山路，不時看到一叢叢、一簇簇的杜鵑紅。而入住的客房樓前竟也有一大株正在盛開。中文裏的「杜鵑」是一種鳥，也是一種花。李白詩曰：「蜀國曾聞子規鳥，宣城還見杜鵑花。」子規便是「杜鵑」作鳥名時的別稱。據說這種鳥乃古蜀王杜宇死後所化，李商隱詩中的「望帝春心託杜鵑」裏的「望帝」就是杜宇。杜鵑啼血，落而為花，就是杜鵑花。和竹

子附加的想像一樣，杜鵑花被塗上的悲情油漆過於濃厚。對於杜鵑花，不妨耐心賞看它的紅色。這是一種樸實實的紅，即便在陽光下，也沒有顯得要滴出水來；而陰沉的天色裏，卻一下子讓人看見，和竹子的綠一樣，叫人心下頓時清明起來。



知見錄
胡一峰
逢周一、三、五見報

時間的套利

坐在巴士上層，窗外彌敦道的街燈一盞盞亮起來，霓虹招牌的流光在夜色裏緩緩游動。手指點下政府申報表最後那個「確認」鍵，車剛好到站。收起手機，踏入微涼的夜色中，心裏突然鬆了一口氣，甚至有種小小的神聖感。這份愉悅不是因為終於填完那張枯燥的表格，而是更簡單的理由：我被「囚禁」在車廂裏的這段時間，沒有白白浪費掉。

忽然想起小學奧數裏最讓我着迷的華羅庚「優選法」。那些題目總是繞着廚房打轉：燒開水要十五分鐘，切菜要五分鐘，洗菜要三分鐘，怎樣

安排才能在最短時間內吃上飯？小時候的我特別喜歡這類題目，看着一堆混亂的家務被拆成幾條平行線同時進行，總覺得自己像個精明的商人，憑空「賺」到了時間。那種把原本線性的生活摺疊、重組，壓縮出效率的過程，在我看來簡直是魔法。

人生在世，最寶貴的自然是時間。但「等待」似乎是我們逃不掉的宿命：在公立醫院的冷板凳上盯着籌號慢慢跳動，在落馬洲關口對着人龍發呆，在紅隧的巴士上看着前方動也不動的車尾燈，或是在機場候機室等那個遲遲不肯開啟的閘

口。這些時間原本像沙漏裏的殘渣，無奈、焦躁，充滿了被迫的無力感。

但當我們學會用種種方法——無論是智慧手機、移動辦公，還是現在更先進的「數位幫手」——把這些無奈的空白填補起來，那份焦慮就會消散。在候車的空隙處理完一封棘手的郵件，或是在航程中勾勒出一篇專欄的大綱，總會讓我感到一種隱密的快樂。這不是在壓榨生活來工作，而是在和瑣碎的日常進行一場「時間套利」。

我們這麼努力地利用每一條縫

隙，不是為了變成一台永不停歇的機器，而是因為我們知道時間有多殘酷。當我在下車那一刻完成所有瑣事，接下來走回家的那段路，我就能心安理得地抬頭看看月亮，聽聽風聲，不再用掛念任何未完成的事。這種「賺回時間」後的片刻安寧，或許就是今天最高級的奢侈。



大川集
利貞
逢周一、五見報

《我的山與海》

內地電視劇《我的山與海》（下稱「山與海」）可說是今年首季其中一齣年度大戲，主要原因是該劇改編自當代小說家、「第十屆茅盾文學獎」得主梁曉聲的作品《我和我的命》（下稱「我的命」）。梁曉聲的作品《人世間》曾被拍成電視劇，獲得觀眾好評，「山與海」因而備受注目，不難理解。

「我的命」以近代內地為故事背景，從上世紀八十年代中期開始，時空跨越三十多年。小說以女主角方婉之的視角敘事，她原本來自西南山區

貧窮農戶人家，出生時被父母遺棄而成為城市家庭的養女。方婉之在相對條件較佳的家庭成長，但知道自己的身世之後，她選擇從大學退學，遠赴深圳打工。當時深圳是改革開放的先驅，充滿機遇，因而成就了方婉之的傳奇一生。

三十集「山與海」大致根據原著小說的結構和脈絡拍攝，主要角色亦予保留，當中方婉之與原生家庭兩位姐姐的關係淡化了，劇情更聚焦於她在深圳結識的兩位閩粵李娟和郝倩倩的友誼，以及三人如何在新興經濟市

場打拼。方婉之雖然具有學歷背景，但來到深圳只能先做廚師幫工，甚至當工廠打工妹。經歷職場鍛煉和時代潮流推動，方婉之成為新一代企業家，無悔自己當初對人生的選擇。

從小說改編成劇集，「我的命」和「山與海」的轉化互有關連，亦各自精彩。梁曉聲在原著小說提出人有三命，包括天命、實命和自修命，劇集都透過具體情節予以展現。方婉之與李娟和倩倩並非「混」深圳而是「闖」深圳，三人的經歷代表了各地南來深圳打拚的年輕一代。「這座城

市不問出生，只敬打拚。」方婉之勉勵其他同伴如是說。全劇尾聲雖作改動，小說中方婉之最後患上癌症而臥病在床，劇集的方婉之則成立了上市公司持續發展，但能給予觀眾更加積極的人生意向，亦樹立起角色的堅強性格。



文藝中年
輕羽
逢周一、二、三見報

沉浸體驗金曲傳奇

慕名已久的一場中文流行曲展覽會，上星期終於有幸參觀。兩個多小時的見聞，更體會巨星們音符背後的文化認同和凝聚力。

所言者是在溫哥華唐人街華裔博物館所舉行的「夢想工場：1980至2000年代中文流行曲」，盤點黃金年代各巨星及他們的經典金曲和服飾。通過專家的精心設計，從標誌服裝到實體唱片以至沉浸式舞台裝置，為一眾傳奇歌手們配以設計形象，給予觀眾唯美體驗。

會場位於一八八九年建成的永生號大樓原址一樓。展覽首先是中文流行曲大事記，從一九二〇年代一直追

溯至二〇〇〇年代初，中英雙語敘述。與筆者剛剛提交《香港志——表演藝術卷》的流行音樂篇比較，該年表圖文並茂、深入淺出，背後工夫不少。其中已故作曲大師顧嘉輝的後人提供了電影《英雄本色》《秦俑》等配樂手稿，彌足珍貴。

會場大廳兩側及中央位置擺設了十六位歌星極具代表性的演出服，由六位加拿大時裝設計師以獨創創意精心仿製。最突出的，



首推羅文在告別演唱會披上的孔雀羽毛斗篷，由設計師炮製逾五千五百支羽毛而成（附圖）。梅艷芳的告別婚紗也有睹物思人之效。

會場也展示一系列原裝海報，全部帶有許冠傑、張國榮、張學友等香港歌星在溫哥華演出時的親筆簽名。此外在舞台裝置大廳，備有多首金曲供觀眾上台一展歌喉，其中一面牆壁羅列八十多張黑膠唱片封面，

據聞那是從收集到的八百多張唱片中精選出來的。

值得一提的是，會場設有一個獨立空間，是專門為張國榮而設，以紀念他旅居溫哥華的兩年多時光。其中一張照片顯示在史丹利公園的長椅，據聞Leslie正是在此坐眺海景而決定移居西溫。珠玉在前，鐵粉們萬勿錯過。



樂間集
周光藜
逢周一見報

銀耳蓮子羹

病後逐漸痊癒，開始外出小聚。學生約吃新式中菜，反正就是餐廳想要出售的菜式，沒有菜系可言，可以說是「混合式」的中菜。還有中式冷泡茶，西式的無酒精飲品，上桌都是酒吧的杯盤配置，更能迎合年輕人和旅客，自己返璞歸真點了銀耳蓮子羹。

蓮子的運用，早見明代《普濟方》，書中談「食治五臟」食方，「主五臟不足，傷中氣，利益十二經脈血氣」，可「用蓮子蒸熟，食之良」，簡單食用蓮子，已有補益的功效。現代蓮子蒸熟，另配糖水，加薏仁、紅豆、百合等材料，易入口，更滋潤。

蓮子羹於粵地糖水舖常見，清代《滬遊雜記》談上海的「廣東茶館」一條，記錄廣東人將粵地飲食文化帶到上海，當中就有蓮子羹，文詳言：「向開虹口，丙子春，棋盤街北，新開同芳茶居，樓雖不寬，飾以金碧，器皿成備，兼賣茶

食糖果。侵晨魚生粥，餉午蒸熟粉麵各色佳點。入夜蓮子羹、杏仁酪，視他處別具風味。」

「虹口」即現時的「虹口區」。虹口區對開，丙子年（一八七六年）春季，棋盤街的北面，「棋盤街」現為上海廣東路、漢口路、福州路一帶，當區街道交錯似棋盤，產生的舊日統稱。新開廣東茶館「同芳茶居」，「成備」（即「俱備」）茶食例如糕點。「侵晨」指黎明時分，「餉午」指午餐時間，「粉麵」此處指用米粉、麵粉做成的點心，晚上出售蓮子羹。粵式吃粥、飲茶、糖水構成的飲食文化，早見於上海，並形成富地域性的飲食特色。



古聞港食
蕭欣浩
告別讀者

外語教師招聘

系裏一位外語同事明年學術休假一年，大學批准招聘代課教授。系裏組成了三人招聘委員會，由另一位外語同事主持。首先起草招聘廣告，去年十二月登出。今年一月申請到期，我們仨審閱線上遞交的申請資料（包括履歷、申請信、推薦信等），開會討論，確定第二輪視頻面試的人選。接着填表，向校方報告面試名單，獲批後秘書負責聯繫、安排。每位候選人線上面試半小時，九人共花了近五小時。隨後開會討論各人表現，確定第三輪來校面試的名單並申請校方批准。

因為是招聘一年期代課教授，不是終身教職人選，大學規定每次只能邀請一人到校面試，如果不成功才能邀請第二位。第一名中選後有一個星期時間考慮是否接受招聘。此人拒絕，我們才能安排第二名來校面試。時間緊張，運氣不好會「兩頭不着光」，招聘失敗。去年中文招聘就因前兩名另謀高就險

些鐵羽。這次外語教師招聘的候選人二月下旬到校，試講一節外語課，作一個研究報告，和各方師生談話，一天時間安排得滿滿當當。好在候選人順利完成任務，按計劃離開。我們仨隨後開會，討論個人印象及從他人那裏收集到的反饋，最後投票、拍板，通知教務處去表達招聘意願。一周後，對方表示接受，我們都鬆了一口氣。

本次招聘耗時半載，終於圓滿完成。常有業外人士譏笑學院招聘「勞民傷財」，效率太低。不過在AI當道，用人單位依賴機器進行篩選的當下情境中，這種「吃力不討好」的老派做法反倒顯得難能可貴，更有人情味。



墟里
葉歌
逢周一、三見報