

「六一」兒童節快樂。



我們為何想過兒童節

每年「六一」兒童節社交平台上總會出現一群「超齡兒童」。有人晒玩偶，有人收花束，有人發文：「今天我最大。」甚至還有人特意去遊樂園、吃兒童套餐。換來的是家長的無語凝視和死黨翻着白眼的一句評論：「你好意思嗎？」

看似幼稚的行為背後，其實藏着成年人微妙的心理需求。

成年人的世界太緊繃了：工作、房貸、人際關係、家庭責任，像一張密密麻麻的網，把人困在「成熟」二字裏。久而久之，人們開始懷念那段不用為未來焦慮、不必強裝堅強的童年。於是，兒童節便成了一個出口。

從心理層面來說，這並非壞事。科學研究早已證明，對世界保持好奇、願意探索新鮮事物、擁有年輕化的心態，確實有助於延緩大腦衰老。那些依然會因小事開心、願意和年輕人交流、保留想像力的人，往往也更容易感受到生活的趣味。人們常說「保持童心」，就是不要失去感知快樂的能力。

因此，成年人適度地過兒童節，未必值得嘲笑。它更像是一種自我調節，是在高壓生活中的短暫喘息。尤其在當下節奏飛快的社會裏，人們比以往更需要情緒價值，也更需要一些單純的小確幸。

但「童心」與「幼稚」之間只有一步之遙。成熟意味着知道分寸，懂得克制。刻意「裝嫩」、過度博眼球，甚至把所有關注都強行拉到自己身上，就難免顯得做作。畢竟，可愛不是靠撒嬌堆砌出來的，過了頭，反而容易讓人尷尬。

所以，與其高調宣稱「我也是寶寶」，不如安安靜靜地保留一顆童心。依然熱愛生活，依然願意快樂，依然能被簡單的小事打動，這或許才是成年人最好的「兒童節」。

祝每一個孩子兒童節快樂。



樂活
潘少
逢周一、二見報

說故事的本領

有時聽人講一件怪事，最怕不是事情太離奇，而是怕講的人太心急。第一句便說「我遇過鬼」，聽眾多半已經退後半步。相反，如果他先說「那天我只是去取一份文件」，再說天色、門口、走廊、聲音，最後才說出真正可怕的事，我們反而會一路聽下去。怪事要令人相信，很多時不是靠怪，而是靠說故事的本領。

《搜神記》裏的《冥使盜墓》，正是這樣一個把荒誕說得有板有眼的故事。話說，東漢建安四年，武陵郡有個六十歲婦人李娥，病死後埋在城外，已經十四天。鄰居蔡仲聽說她富有，以為棺中有金銀財寶，便偷偷去盜墓。

蔡仲用斧頭劈棺，才劈幾下，棺材裏忽然傳來聲音：「蔡仲，小心別傷了我的頭啊！」這一下，恐怖故事已經成立。若作者在這裏停手，它可以是一則短短的鬼話：貪心人盜墓，竟遇逝者開口。可是，《冥使盜墓》真正精彩之處，在於它沒有停在這裏。

蔡仲逃走，被官吏捉住，而李娥的兒子更接了母親回家。太守聽聞此事，召見李娥，問她死而復生的經過。在此，故事由墳墓轉入公堂。李娥說，她是被冥府判官誤召，獲准放回人間，卻擔心自己已入棺埋葬，不知如何出來。她在陰間遇上表哥劉伯文，劉伯文替她求情，安排另一個被放回人間的李黑同行，又叫李黑去找蔡仲，讓蔡仲挖開墳墓。

到這裏，蔡仲的身份忽然改變了。他本是盜墓賊，依法該死，但從另一個角度看，他又像是被冥府借用的一隻手。太守因此上表，說蔡仲雖然犯了盜墓罪，卻是鬼神驅使，應該寬恕。最後，皇帝也同意了。

一個好故事，結構不是公式，而是事件的排序。《冥使盜墓》先給讀者一個驚人的盜墓者現場，讓逝者在棺中開口。接着，故事再給一個反轉，令盜墓者成為了開棺人。於是我們明白，故事要動人，不一定要一味誇張。有時，只要把事情一步一步排好，連鬼神也會在文字之間，慢慢顯影。



普通讀者
米哈
逢周一、五見報

網紅沉浮啟示錄

有人翻出二〇〇五年的「十大網絡紅人」，觀其沉浮經歷，令人唏噓感慨。網上的日子似乎是被壓縮過的，密度增大了數倍。現實中需要幾十年甚至上百年時間才能被代謝的東西，在網上彷彿十幾年甚至幾年就完成了。

這些初代網紅，如芙蓉姐姐、天仙妹妹幾乎都徹底淡出網絡，尋常看不見，偶爾露崢嶸。保持「長紅」的大概只有「老羅」，而他在當年的「十大網紅」裏本屬「另類」，之所以「紅」是因為犀利的言論。「十大網紅」之浮沉似也說明觀念的影響力比視覺衝擊更持久。

回顧「十大網紅」脫穎而出的過程，「與眾不同」可謂變紅第一法則。網絡是個大篩子，擅長的便是篩出另類，並將其推入眾人目光之中。至於這個「另類」是說的和別人不一樣還是長得和別人不一樣，抑或美得不一樣、醜得不一樣、怪得不一樣，反倒成了次要的問題，只有「不一樣」本身才是最重要的。「十大網紅」中有被偶然發現晒到網上而紅的，更多的卻是

發現了網絡篩選機制後主動運用，或晒出誇張的肢體造型，或觸碰禁忌話題，標新立異，一舉走紅。

「十大網紅」已成了過去時，但網紅形成的機制依然在發揮着作用，正如有網友所言，時下的一些新晉網紅用的不還是當年老前輩的腳本嗎？此言一語中的。只不過，在平台越來越多，垂類越來越細，算法作用愈發內嵌的當下，網絡內容的自身代謝速度變得更快了。而如今的網民，積累了幾十年的網絡生活經歷，「還有什麼沒見過」，

對於新奇刺激的「耐藥性」遠大於昔日。因此，互聯網雖每天仍在催生新網紅，如一個盡職的泡泡機，不斷吐出五顏六色的泡泡。但是，今天如果再想評出新的「十大」，不如以前容易了，即便評了出來，也會更快地被取代、被遺忘，就像快速破碎的泡泡。



知見錄
胡一峰
逢周一、三、五見報

英雄之「抉」

原創首創，實屬首次。

執導並兼任編劇的，是擁有深厚中西戲劇背景的毛俊輝。這一次，他將大刀闊斧的創新，落在了《說岳全傳》中陸文龍的故事上。傳統的演繹往往將重心放在「忠奸對立」與「報仇雪恨」的快意恩仇之中，但毛俊輝卻為這齣戲注入了古希臘與莎士比亞悲劇的靈魂。宋將遺孤被金國統帥撫養十八年，身世揭曉，家國恩仇與養育之情激烈碰撞。這不再是單薄的復仇記，而是一場對「我是誰」的當代身份叩問。

最直觀的「破與立」，體現在

九十分鐘的時長上。它捨棄了冗長的鋪墊，以極其緊湊的節奏講述了一個起承轉合完整的史詩故事，精準切中了現代人有限的專注力與觀演習慣。在舞台呈現上，這齣戲更是「新舊交融」的絕佳示範。一方面，梅花獎得主彭慶華擔綱主演，將「三起三落」、「朝天蹬」等極度考驗功底的傳統武戲絕活展現得淋漓盡致，槍花翻飛盡顯扎實底蘊；另一方面，舞台視覺大膽創新，當角色陷入回憶時，半透明的投影幕悄然降下，過往的影像與台上真人隔空對話、虛實交織。這種跳脫傳統寫意框架的技術處

理，賦予了粵劇前所未有的視覺張力。

真正的傳承，並非將經典封存於玻璃櫃中，而是讓它能夠以鮮活的形態與當下對話。《英雄抉》五月底在深圳大劇院的首演已然落幕，六月中旬將移師香港葵青劇院。很期待能走進劇場，親身感受這份在傳承中突圍的舞台生命力。



大川集
利貞
逢周一、五見報

藝術師徒制責任重大

易青娥如是說。師傅不單教授技巧，更要傳授藝術心得和做人道理。

一直以來，藝術門類較注重師徒制。師徒關係恍如至親，所謂「嚴師出高徒」，徒弟能夠出人頭地，師傅便有光采。我曾於香港的粵劇界工作，聽過一些前輩笑說粵劇戲班的傳統習性。例如一個年輕演員在演出期間犯錯，前輩當不會直斥該年輕演員，而是劈頭先問：「你的師傅是誰？師傅怎樣教你的？」由是，徒弟能否成為名角，師傅的責任重大。

另一方面，傳統戲曲界亦有些師傅較為狹隘，恐防「教識徒弟冇師傅」，並不會將平生絕學全部授予徒弟。劇集《主角》的苟存忠師傅將秦腔絕活「吹火」傳授易青娥，令青娥能夠登上主角位置，用心良苦。藝術不單注重技巧，德行和胸懷同樣重要。師徒制就是將個人技藝傳承，成為「名師出高徒」。

現代教育的學院制當然亦有其優勢和特色。多年前，我曾有緣參觀位於廣東佛山的「廣東粵劇學校」，該校近年改制名為「廣東藝

術職業學院」。當年的粵劇學校已有完備的訓練方案，主要涵蓋「唱功科」和「造功科」。訓練後期會加入「表演綜合科」和「劇碼」，務求讓學生可以提早認識更多常演劇目。學院制師生比例較師徒制更高，但可以培育較全面化的藝術人才。



文藝中年
輕羽
逢周一、二、三見報

「香兒」新址誌慶

慧侖僱合唱室，以及殿巧兒多用途活動室，分別容納一百、四十和三十人，成為港島南區難得的表演藝術空間。

儀式在音樂廳進行，首先由「香兒」董事會主席馮驊致辭，回顧合唱團歷年團址，從最初深水埗、愛民邨、北角，到二〇一四年的西九龍總團址，接着就是黃竹坑分團。

接着「香兒」名譽會長陳達文回憶該團五十七年來的驕人成績，例如參與香港政權交接儀式，以及香港國際機場開幕典禮等，被選為全國十大少年合唱團之一。他作為



團創董事會成員，自豪於歷年參與「香兒」人數已達六位數字。如此卓越成就，他點名早年創辦人陳浩才、葉惠康等的貢獻。

演出首先出場是青年合唱組二十八位成員，由「香兒」大師姐葉詠媛指揮演出兩首合唱曲（附

圖），其中法國中世紀無伴奏曲《Au Joly Jeu》，表現出優良紀律和音樂感。接着口琴隊演出《學生哥》、《獅子山下》，奏出優美旋律。其中擔任鋼琴伴奏的林菁也是一位作曲家。「香兒」七月到新加坡、越南巡演時將會演出她的《Let's Sing Together》和《人算什麼》。期待八月一日回港匯報演出的香港首演。



樂間集
周光藜
逢周一見報

多倫多舉辦陶瓷藝術展



五月二十七日，加拿大多倫多加德納博物館舉辦二〇二六年國際陶瓷藝術展媒體預展。本次展覽聚焦陶瓷藝術的創新成果及當代發展潮流，即日起至八月十六日對公眾開放。



寰宇採聞
逢周一見報

卡穆爾

曾來我訪學的電影教授近日拍了部紀錄片，題目是《卡穆爾》，講述同名大廚，來自埃及的移民、穆斯林卡穆爾及其家人的故事。在小鎮首映時，大家都去捧場。

卡穆爾的餐館過去是我校舉辦公務餐的必去之地，可惜他二〇二二年退休了，除了偶爾出山，為大學的特別活動烹飪。片中說，他二十歲逃離故鄉埃及，在英國待了幾年後來到美國。一九八二年他單槍匹馬到小鎮，開了家名叫「最後的埃及人」的餐館，僅兩年就因入不敷出倒閉。一籌莫展之際，大學十來位教授出資力挺，鼓勵卡穆爾重振旗鼓。新店得以開張，他也把妻兒從異地接來小鎮生活。

有顧客質問他身居「養豬大戶」愛荷華州，為什麼菜單上沒有豬肉。「九一一」恐襲後，卡穆爾的生意一度減半。但卡穆爾堅守原則，只願烹調和自家人吃的沒有兩樣的健康飲食。疫情期間，卡穆爾曾競選州議員，此後又兩次競選本鎮鎮長，但都鎊羽。如今年近古稀，卡穆爾已放棄了改變世界的雄心壯志，但依然每周為貧困民眾供應一頓免費晚餐，延續了二〇二〇年本鎮遭遇風災，停電十天時，他免費為大家提供熱食的傳統。

出埃及後，卡穆爾的人生跨越了三個大陸，歷經半個世紀的風風雨雨。哪怕有不盡如人意之處，總算找到了安身立命的職業和支持他的社區。

卡穆爾的妻子是信奉天主教的白人，當初和他結婚不無爭議。但她覺得卡穆爾人好，宗教信仰無關大局。他們結婚四十年，相濡以沫，生育、養大了三個兒子。一家人都遭遇過不被理解的苦痛。兒子在校不吃豬肉被同學取笑，



墟里
葉歌
逢周一、三見報