

七日談

(北京篇)

多些自省少點過

雲 德

美加墨世界盃賽場上，克羅地亞首場對陣英格蘭的比賽中，開場僅九分鐘，克隊中場核心莫迪歷因禁區犯規送給英格蘭一個點球，最終導致比賽失利。這次犯規是四十歲老将「魔笛」七百一十六場職業生涯中唯一的點球紀錄，賽後隊友和球迷紛紛為之鳴不平。莫氏本人雖十分沮喪，卻不給自己找任何出腳無意、對方假摔或裁判過嚴的台階，而是在痛切自責的同時，表示不會把遺憾帶進賽場，要在挑戰中不斷成長。作為球隊領袖人物的這種不要大牌、不找藉口、虛心接受教訓的理性認知，深深地影響着球隊，不僅成為大伙滿血復活尋求下一場勝利的動力，而且也讓球迷們深切領略到頂級足球明星的閃亮風采。

我們之所以特別感慨莫迪歷的所作所為，概因從中看到了久違的自省精神。與此形成強烈反差的是，現實社會人類常備的自省武器正日漸蛻變為稀缺資源。活在信息繭房裏的人們，每天都被算法精心地投餵，固有偏見在反覆推送中得以強化。不經大腦過濾的花式點讚與打賞，隨時製造某種即時反饋、自信爆棚的幻象，讓人誤以為自己始終是真理的化身。諍言之士職場少有，決策的優劣、結局的成敗常以恭維的作結，反思的程序似乎早被陶醉徹底替換。績效主義的邏輯對一切量化，任何失敗不論原因，均成為數據曲線的不達標紀錄，工具理性的氾濫，正日益蠶食着人們對策略對錯和自身局限追究的土壤與動機。

無數客觀事實反覆驗證，但凡血肉之軀，認知定有盲區，知行必具裂隙，辦事時見偏頗，天下就沒有不會犯錯的完人，知錯必改才能讓人變得愈益聰明。反省作為人類從野蠻到文明、從自然生長走向自覺進化的唯一分水嶺，沒有它，人只能算作文明的產物；有了反省，人才真正成為文明的創造者。首先反省是

人從本能反應升級為戰略選擇的前提。它在遇事時，能夠幫人從本能的甩鍋、逃避或蠻幹的刺激與反應中，塞進一個「暫停鍵」，讓人從情緒化狀態過渡到理性沉思，進而構成一個犯錯—羞愧—反省—修正的漸進成長的完整鏈條。其次反省是人唯一能把經歷變成經驗的轉化器。經歷是原材料，反思才是加工廠，經過反思加工後，差錯的傷疤才能變成拒絕覆轍重蹈的刻骨記憶。如果沒有反省，人即便活到百歲，也不過就是一些數字的重複，最多算個命運分配角色的機械扮演者。此外，反省還是保證人格獨立的最後防線。沒有反省，人就會被算法投餵、被輿論裹挾、被KPI綁架，就會把別人硬塞的東西當成自己的想法，成為他者意志的復讀機。反省質疑對與錯的過程，才教人在隨波逐流的從眾潮流中，錨定自己究竟是誰，進而與盲從和輕信拉開距離。

真正的反省，不是「悔不當初」式的簡單懊惱，也不是「自己真笨」式的廉價苛責，而是一種將自我對象化的深刻反思，使自我在主客體分割審視中實現價值重構。自省不是情緒的反芻，也不是對錯的認定，要害在於對現狀何以至此的根源進行嚴厲而冷酷的追問。這是一種從結果向源頭的逆向回渡，逼迫人們打撈起每一個導致過失的思維碎片。譬如某個商業帝國的崩塌，若只歸咎於市場的無常，決非自省，唯有回溯至初嘗勝果時悄然滋生的傲氣，回溯至下屬噤若寒蟬所掩蓋的決策黑洞，方是省自的鋒芒所向。恰如昔時秦穆公不聽蹇叔哭師之諫，導致崤之戰全軍覆沒。三年後秦穆公作《秦誓》，穿透敗績表象，直抵內心「伎刻」之根，痛切於「我心之憂，日月逾邁」，攬下所有罪責，徹底調整用人用兵方略，最終成就一方霸業，方是溯源自省的威力所在。

實際上，任何過錯的產生皆非孤立失策，

而是整個存在方式的一次短路，而自省便是循着燒焦的氣味尋找短路的源頭。自省的本質是一種自我的否定，而非溫情的撫慰。許多人對此不以為然，他們不僅對無心之失坦率釋懷，而且對有心之過也刻意迴避。工作失誤時甩鍋於流程繁瑣、同事配合不力，從不反思自己事前的敷衍與事後的懈怠；與人爭執總覺得對方辭冒犯，而忽略自己的尖刻與失控；沉溺無聊消遣，一概歸於外來的誘惑太大，概不承認個人缺乏自控力。這種看似自我寬恕的溫柔，實則是一種自我欺騙，是對靈魂的殘忍放逐，說重些是對未來可能重蹈覆轍的自己的蓄意謀害。正像當年項羽困於垓下時，仍至死不忘高喊「此天之亡我，非戰之罪也」，這個把自己剛愎自用、猜忌賢臣、漠視民心的戰略失策全然推卸給天命的臨終宣言，堪稱不思悔過而自絕絕境的極端案例。真切的自省是發自內心的自我解剖，是用刀鋒般的理性切割那些習以為常的惰性、虛榮與偏見的靈魂自覺。復盤且解剖過失的目的不是找尋客觀原因，而是重在向內的歸因。既分析失誤所在，也認清過失之根；既向內觀照初心，也向外比對周邊；既無需歌頌頌口的悲壯，也不用粉飾無知的醜陋，只須冷靜地剝開肌理的表面，直抵病灶的源頭。這一理性自審的進程，才是收穫思想深度、變經歷為經驗的發端，才能讓人在查勘漏洞、核驗真偽的辯證取捨中，捕捉到彌補過失、修正自我、輕裝前行的方向與動力。

就此而言，自省無疑是一種鐵面無私的英勇壯舉，不是槍口對外的征服，而是直面內心的審判。它不苛求人犯錯，而是刻意培育與錯誤對話的能力；它不強詞奪理後急於爬起，而重在首先審視創傷的出處；它暗示成功時別一味沉醉歡呼，反格外警惕掌聲背後的幻覺。在這裏，世事猶如鏡像反射，只有在破碎的邊緣方可折射複雜的光譜，而自省，恰是那一束讓反光透進裂縫的雄厚光源。

儘管智能時代可替人思考的工具很多，但絕沒任何能夠代人自省的武器。自省是人類獨一無二的成長法寶。多些自省，人類才能少一點自以為是的虛榮，少一點盲目自信的過失。也只有自省，才能讓人在紛繁的世事中守住清醒，在向內修正與向外通達之間找到平衡，在一次又一次的犯錯與改錯中完成自我的迭代與成熟。

看來，「吾日三省吾身」的古訓依舊不會過時。



▲六月二十三日，克羅地亞隊球員莫迪歷（上）賽後被隊友拋向空中。

足球，還是覺得你最好



人與事 安仲生

二〇二六年六月，四年一度的世界盃又再回到人們眼前，並日以繼夜地直闖大家的生活圈，一下子足球在本已火辣辣的炎夏又火熱起來了。今年第二十三屆世界盃賽事，首次由美國、加拿大及墨西哥三個北美洲國家聯合主辦，四十八隊進入決賽周的隊伍，必須橫跨三國，在十多個城市間遊走穿梭比賽。同樣也正因此北美洲與亞洲的時差關係，亞洲區廣大球迷們若要追看直播則必須等到午夜後，熬夜追賽……一個半月下來其工作績效，不在此說。

不過，話說回來，四年一度的世界盃其吸引程度，每每總讓世界驚喜狂歡。來之前那種嚮往期待，來之時這般激情投入，當然還有來之後曲終人散種種依依不捨，或者再次墮入一個期盼等待的循環中。你若愛上足球，他也必定會給你想像以外的回報。

「親愛的爸爸，我已回到美國，在港兩周的假期，能與祖母、外婆、媽媽、您及弟妹歡聚在一起，實在令我再次感覺到幸福與滿足……七月我想邀請您來美，Travis公司訂購了一些世界盃現場門票，您可同我們一起去觀看您最愛的足球賽……」

日前，收到大女兒的電郵，澎湃之心情久久難以平復，她碩士畢業後已在美工作兩年多了，這次回港兩周，我因工作關係也沒能好好陪她。心中總有歉意，如今對她的邀請也因工作原因很難成行。我愛女兒，也愛足球，正所謂一行兩者兼得。但是，世事何嘗能盡如人願呢？

「Dear Ally，感謝妳同Travis的邀請，爸爸這次未能赴美，希望聖誕節能同媽媽一起帶弟弟妹妹來探望你們……今夏妳同Travis去現場好好享受足球帶給世人的歡樂與驚艷吧……」觀看完「組法國對挪威那一場精彩絕倫的小組賽事後，便匆匆回覆了女兒的電郵。天已大亮，而人也毫無倦意，心中想着剛剛的那場賽事，真正地體現了現代足球那種快上快落，互為強攻的打法，短短三十二分鐘法國前鋒丹比利便大演帽子戲法，左右開弓，獨取三球；而另一位後備殺手杜爾，換進場後即刻進入狀態，後來居上，頭頂轟入龍門一球，為法國隊將比分推上四比一，挪威隊無奈飲恨。

眼前浮想着綠茵場上球來球往的畫面之餘，心中也思念着大女兒，因為比賽是在她生活工作的國家舉行，而她也邀請我去現場觀看……十多年前，她同妹妹還在讀小學的時候，便已坐在我兩旁，陪我一起觀看世界盃足球賽。記得那一年是二〇一〇年，賽事由南非舉辦。當年西班牙國家隊過關斬將，所向披靡，決賽硬拚另一支歐洲勁旅荷蘭隊，雙方合演了一場勢均力敵、強攻穩守、此起彼落的大戰。賽事九十分鐘，兩隊互交白卷，直至加時下半場完結前四分鐘，西班牙名將恩尼斯達一箭定江山，捧走大力神盃。隊長龍門卡斯拿斯帶領球員們高舉獎盃，西班牙首次摘冠，世界為之歡呼，西班牙舉國上下也為之振奮！因為每四年一屆的世界盃不像每年的歐聯、歐霸、英超或西甲等為球會利益而戰。世界盃永遠都是為國家榮譽而戰，國家的利益永遠高於一切，這也是世界盃比任何其他足球賽事更引人入勝之處。

回想至此，足球賽事不但讓我看得渾身是勁，投入其中，意猶未盡；同時又增添了無數對往昔日子之追憶，看到孩子的成長與自己的轉變，時間是從來不會停頓的；如今對遠方女兒的思念之情又縈繞心間。此時此刻自己的心其實早已跨越山海，飛往彼岸，感受着與女兒在比賽現場，為支持的球隊歡呼吶喊……

足球，還是覺得你最好！因為你把這所有的一切都滿滿地塞進了我的心田！



英倫漫話 江恆

在英國民間傳說中，向來不乏擁有超能力的仙子，對於他們的前世今生，卻眾說紛紛。早在中世紀，英國文學家喬叟在《坎特伯雷故事集》中便提到仙子曾經在英格蘭隨處可見，書中巴斯婦人回憶說，「在亞瑟王統治的古老時代，／不列顛人對他無比崇敬，／這片土地上到處都是仙境……」同時圍繞仙子的起源問題，也一直有着激烈的爭論。最初人們相信其融合了凱爾特神話、盎格魯—撒克遜異教信仰以及羅馬與基督教的元素。到了十九世紀，一種帶有根深蒂固的種族主義觀點開始盛行，認為仙子傳說只是曾經居住在不列顛群島的土著人模糊的「種族記憶」，這種觀點至今仍不時出現。到了二十世紀初，愛爾蘭豐富的仙子傳說使大多數民俗學家確信，仙子信仰要麼起源於愛爾蘭，要麼屬於愛爾蘭和英國共同的「凱爾特」文化遺產，只是早已湮沒在歷史的迷霧之中。而在二十世紀中期，民俗學家凱瑟琳·布里格斯則提出，仙子很可能是史前亡靈半夢半醒間留下的祖先靈魂。

然而，專注於仙靈研究的英國歷史學家弗朗西斯·楊在《仙女：一部歷史》一書中指出，仙子的起源實際上與地形特徵、自然現象、神秘的遐想以及無法解釋的時間錯位等都息息相關。比如希臘人有樹精和涅瑞伊得斯；羅馬人有拉雷斯和佩納特斯；斯拉夫人有維拉斯；挪威人有巨魔；英國人有精靈帕克，直到十五世紀之後，受法國浪漫小說的影響，他們

才演變為仙子。在某些國家——例如冰島、愛爾蘭，關於仙女的民間信仰尤為強烈，從遠古流傳至今。即使在最物質主義的時代，也湧現出許多有影響力的仙子信徒和認真思考過這一主題的人，拿破崙曾信誓旦旦地說他見過一個名叫「命運小紅人」的精靈，而在英國，從博物學家約翰·奧布里到奇幻作家托爾金無不如此，因不列顛空戰而聞名的空軍元帥休·道丁甚至擔心仙子、妖精和人類之間會爆發戰爭。

此外，前基督教時代的萬物有靈論和獸人崇拜中的「神靈」、中世紀的「野人」、文藝復興時期的神秘學、早期現代的古物研究、十九世紀的民俗學、鬼故事、唯靈論、現代不明飛行物學、神秘動物學和新異教主義等，都與仙子有着千絲萬縷的聯繫。就連最嚴謹的科學也沾染了仙靈的氣息，例如昆蟲學家用「幼蟲」（拉丁語意為「幽靈」或「小妖精」）來描述昆蟲的幼體。仙靈們也總是在不斷更新自身，一九七九年英國諾丁漢的孩子們描述自己被駕駛汽車的神秘「小矮人」追趕的事件就證明了這一點。

儘管仙子們可能外形各異、性情古怪，但在很多方面與人類頗為相似，也因此常被拿來與世俗社會作類比。例如伊莉莎白一世是作家史實塞筆下的「仙后」，而痴迷於女巫的詹姆士一世喜歡宮廷假面舞會，在舞會上會出現聖經之外的帶翼精靈。莎士比亞筆下的精靈帕克是阿登的化身，使整個英格蘭都充滿了魔法。在理查德·達德一八六四年的畫作《伐木工的妙手》中，那些注視着伐木工舉起斧頭的袖珍生物，就像是置身於英國茂密林中的普通英國



黛西札記 李夢

最近去戲院看電影，直觀的感受是觀眾少了。偌大的影廳兩百座位，通常只有十數位觀眾寥寥散坐。再看新聞報道，從近期某明星在某電影首映禮上勸觀眾「走個面兒」的言論引發輿論嘩然，到一些主旋律電影儘管投資龐大卻未能複製同類電影票房佳績，再到一眾中小成本電影上映多日票房幾近為零的尷尬，我們不難發現在這個火熱的暑假，中國電影市場尚未真正熱起來。

今年端午檔，全國電影總票房近四億元人民幣，同比去年下滑百分之十三，即便全國放映場次達一百四十四萬場刷新年內紀錄、平均票價降至近年最低，依舊無法帶動市場熱潮。場次新高與票房走低的鮮明反差，暴露了行業深層矛盾：產品供給充足，卻難以喚起觀眾的入場意願，曾依賴明星光環、題材紅利的粗放式增長邏輯，已然失效。電影產業遇冷，固然與人工智能時代產品

仙子的興衰

才演變為仙子。在某些國家——例如冰島、愛爾蘭，關於仙女的民間信仰尤為強烈，從遠古流傳至今。即使在最物質主義的時代，也湧現出許多有影響力的仙子信徒和認真思考過這一主題的人，拿破崙曾信誓旦旦地說他見過一個名叫「命運小紅人」的精靈，而在英國，從博物學家約翰·奧布里到奇幻作家托爾金無不如此，因不列顛空戰而聞名的空軍元帥休·道丁甚至擔心仙子、妖精和人類之間會爆發戰爭。

此外，前基督教時代的萬物有靈論和獸人崇拜中的「神靈」、中世紀的「野人」、文藝復興時期的神秘學、早期現代的古物研究、十九世紀的民俗學、鬼故事、唯靈論、現代不明飛行物學、神秘動物學和新異教主義等，都與仙子有着千絲萬縷的聯繫。就連最嚴謹的科學也沾染了仙靈的氣息，例如昆蟲學家用「幼蟲」（拉丁語意為「幽靈」或「小妖精」）來描述昆蟲的幼體。仙靈們也總是在不斷更新自身，一九七九年英國諾丁漢的孩子們描述自己被駕駛汽車的神秘「小矮人」追趕的事件就證明了這一點。

儘管仙子們可能外形各異、性情古怪，但在很多方面與人類頗為相似，也因此常被拿來與世俗社會作類比。例如伊莉莎白一世是作家史實塞筆下的「仙后」，而痴迷於女巫的詹姆士一世喜歡宮廷假面舞會，在舞會上會出現聖經之外的帶翼精靈。莎士比亞筆下的精靈帕克是阿登的化身，使整個英格蘭都充滿了魔法。在理查德·達德一八六四年的畫作《伐木工的妙手》中，那些注視着伐木工舉起斧頭的袖珍生物，就像是置身於英國茂密林中的普通英國

男女。在一九四二年的電影《小灰人》中，沃里克郡是英國為數不多還能遇到仙子的郡縣之一。精靈甚至被視為本土種族的象徵，對窮人而言，精靈是可以獲得幫助的盟友，他們也賦予精靈超凡脫俗的權威，以對抗壓迫性的現實統治者。

到了當今世紀，仙子更加千變萬化，他們可以是卡通片和兒童讀物中身材嬌小、長着翅膀的女性角色，也可以是妖精、布朗尼、矮人、仙女、地精、哥布林、狗頭人等等。他們可以美麗也可以醜陋，可以高大也可以矮小，可以友善也可以可怕，可以守護房屋、土地或寶藏，也可以引誘人類誤入歧途，將我們困在他們的王國裏。難以捉摸幾乎是他們的標誌性特徵，因此英國人常常委婉地稱他們為「仙子」、「好鄰居」或「紳士」，以避免招惹他們。

另外，歷史上民俗學家也一直關注人們對仙子信仰的衰落，或許是因為精靈和仙女的離去本身就是英國文學中反覆出現的主題，從喬叟到托爾金皆是如此。事實上早於中世紀晚期，即有一種憂鬱的觀念認為，仙子們正逐漸離開一個日益失去魔力的世界，這與托爾金的感受不謀而合，他筆下的精靈注定要被平庸的凡人所取代，而這種觀念如今仍然有共鳴。

但正如凱瑟琳·布里格斯在《消失的民族》一書中指出，仙子們在經歷了從被崇拜到被蔑視再到被娛樂化之後，如今正吸引着那些對想像生態學、奇幻角色扮演遊戲、超現實主義和心智多樣性等方面有興趣的人們的關注，這也意味着仙子們「總是在離去，卻從未真正消失」。

流量退潮之後

生產和傳播渠道轉變有關，與受眾娛樂方式愈發多元有關，根源則在於好劇本、好故事的稀缺。有些影片人物刻畫潦草、情感轉折突兀，劇本邏輯和敘述方式與史實或當下生活脫節，同質化的故事已然丟失電影成功最關鍵的敘事魅力。還有些影視項目急於求成，拍攝周期壓縮、後期製作敷衍，過度依賴視覺特效，空有華麗外衣而缺乏直指人心的深沉



▲于和偉憑藉《沉默的榮耀》中的出色表現獲得今年白玉蘭獎最佳男演員獎。

力量。加之部分演員疏於體驗生活、鑽研角色，表演浮於表面，難以讓觀眾產生共情。名導明星大製作影片票房乏力，《給阿嬤的情書》等小成本真誠之作卻備受熱捧，足見今時今日的觀眾早已不願延續「為明星買單」的消費模式。

縱觀影壇佳作，成功原因不外有三：一是優質的劇本。像《至暗時刻》《覺醒年代》那樣，從歷史深處尋覓人性光亮，或像《老友記》《請回答1988》這般，細描三餐四季烟火日常，以細節溫暖人心；二是專注、盡職的演員。不論阿爾帕奇仙飾演的教父、于和偉在《沉默的榮耀》中飾演的吳石將軍，抑或宋佳飾演的張桂梅校長和楊紫扮演的高原女警，成功的角色塑造離不開演員俯下身來潛心體驗生活，憑藉扎實演技和真誠情感贏得喜愛；三是尊重觀眾。摒棄動輒大製作、高成本的虛浮邏輯，拒絕道德綁架式宣發，尊重電影規律、尊重觀眾審美，用真誠觸動人心。

流量退潮之後，放下浮躁，回歸內容、回歸藝術本身，才是迎來轉機的關鍵。