

年輕藝術家呼叫「Chur 夠未！」

以作品喚起公眾關注心靈健康

香港人生活忙碌，事事講求效率，近年本地興起的潮語「Chur」正好形容港人的生活——無論是打工仔或學生、旅行或運動，無時無刻都希望「Chur」到盡，可見那份急速節奏及令人喘不過氣的壓迫感，已漸漸成為生活常態。最近，有活動中心以「Chur」為題舉行展覽，希望藉此喚起公眾對心靈健康的關注、放鬆心情，帶出正向思維。

● 文、攝：香港文匯報記者 張美婷



● 大型彩色展板



● 鄭惠怡《做人好似做運動，一直做一直做一直做……》



● 朱儁亨《五隻鳥》(部分)



● VR遊戲截圖



● 劉家俊《身體變形記》(部分)



● 展覽現場

「Chur 夠未！」體驗展覽

地點：柴灣青年廣場
日期：即日起至13日設展於Y劇場
9月16日至28日設展於Y展覽平台



● 何君濠、徐凱琳《我們都在尋找____》



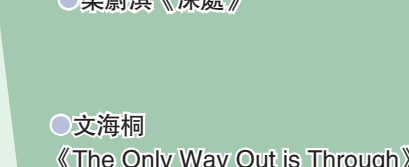
● 許頌靈《轉·空》



● 林穎彤《肉·價》



● 梁蔚淇《深處》



● 文海桐《The Only Way Out is Through》

柴灣青年廣場日前舉行「Chur 夠未！」體驗，展出9位年輕藝術家共8件藝術作品，藝術家們以都市人每天生活的切身感受作為創作靈感，透過觀察香港人微不足道的日常對話、都市人的心理變化、內心的深度對話以及日常生活帶來的壓力，繼而轉化其感想為藝術作品，冀引起大家關注城市裏的大小故事。除作品展覽外，「Chur 夠未！」體驗亦設有不同類型的活動及心靈治療工作坊，讓參加者能放鬆心情，舒緩情緒；場內同時設虛擬實境 (VR) 體驗區，以及趣味互動小遊戲等，讓參觀者一邊欣賞藝術作品，一邊學習自我放鬆技巧。

為了讓更多人欣賞展覽，主辦方把展覽內容分為兩部分舉行，第一部分於Y劇場；第二部分於Y展覽平台舉行。據了解，展覽籌備了5個月，9位藝術家均是仍在學或剛畢業的學生，在招募藝術家上，主辦方透過電郵聯絡各大專院校並作公開招募，期望吸引年輕藝術家參加活動。當中三位評審會根據參加者遞交的計劃書內容、實際執行的可能性等方面進行挑選。

注視圓形放鬆心靈

未踏入展覽場地，率先映入眼簾的是一幅幅大型彩色展板，板上印有生活上不同的角色：主婦、學生、上班族等，讓參觀者先思考自己在生活上正擔任着哪個角色。轉身踏入展覽場地，氣氛瞬間變得不一樣，在偌大的場地中，先會欣賞到許頌靈作品《轉·空》，28個圓形在牆上自轉，每一個圓均印有不同的顏色和圖案，《轉·空》以油彩、塑膠膠、顏色筆和泥製成，駐足在作品前，欣賞着自轉的

過程，確實使人靜心。主修西方畫與中國畫的許頌靈，經常在自我反思以及身邊的人和事中獲取創作靈感，她認為藝術是可以讓自己放鬆的途徑，象徵主義以及說故事形式經常於她的作品浮現。

寧靜過後往前走，一陣嘈吵的電視聲彷彿喚醒了靈魂，使人醒覺重回現實。這是林穎彤的數碼錄像裝置作品《肉·價》，作品呈現出飯廳的場景，在飯桌上擺放着兩部打字機，飯桌旁的電視正播放着人們忙碌工作的片段。參觀者可從以飯廳結構建立的空間，觀看電視中的黑白影像，錄像裝置的飯桌旁附有可互動的打卡機，在打卡的瞬間發出如刺肉的聲音，營造工作猶如人宰割的錯覺，作品將人的工作過程與肉的处理過程交錯剪接。工作過程伴隨肉的处理聲音，製造畫面與聲音的違和感。

鴿子訴說生活形態

現場還有另一個數碼錄像作品——鄭惠怡的《做人好似做運動，一直做一直做一直做……》，牆上掛着24個小螢幕，每個螢幕均呈現鄭惠怡使用划艇機做運動的情況。作品以運動訓練的「力竭 (Failure)」作為切入點。「力竭」在重量訓練中指的是持續訓練，直到肌肉到達臨界點，讓肌肉疲勞到無法再做下一組動作，榨乾最後一絲力量以刺激快縮肌。作品藉此意念去思考生活中的壓迫感，並嘗試理解現今「無慾世代」、「佛系青年」所產生的無力感。

朱儁亨的作品《五隻鳥》由樹脂、木和金屬製成，作品上五隻鴿子分別為「為生活奔命鳥」、「有心無力鳥」、「累倒昏迷鳥」、「追隨自由鳥」和「中年漸疲鳥」。作品以五隻鴿子反映五種在這個城市生活的態度，希望觀者能通過觀看作品並反思自己對生活的態度，從而放慢腳步，重拾生活節奏。

朱儁亨的作品靈感來自家附近停車場的鴿子，牠們時而散步，時而休息，看上去十分悠

閒。他表示，每一個人人生就像鴿子一樣，是嚮往悠閒的，可惜的是，我們生活在一個擠迫，節奏又急促的城市，為了生活，我們就像被迫放棄飛翔的鴿子，拚命地跟隨城市步伐而改變自己。

VR遊戲中學會放鬆

《我們都在尋找____》是何君濠和徐凱琳的作品，作品以床和燈組成，何君濠所製的白色床，整張床灑滿了鹽，據悉，床大部分的鹽為何君濠親手製成。作品以床表達信息，床很多時候都是一個讓人歇息的空間，當床沾滿海鹽，就像海一樣，進入水裏就像進入夢中，帶出與現實抽離的感覺。何君濠的作品主題及靈感主要來自對一些生活事情及態度的疑問或不解。他認為創作藝術在他的生活中是一個尋找答案的過程，他對作品創作的態度以至處世態度，主要著重於過程是否快樂、是否代表自己。他認為作品沒有最好或最美麗之分，只有最令自己快樂的過程，這亦是他最希望在作品中能夠表達的信息。

床方上的錦絲燈由紅銅包圍着，紅銅的形態猶如玫瑰般，徐凱琳透過作品反思紅銅是否可以成為植物生存，如果紅銅想成為它永遠不可能成為的生命，即使能模仿外形，它的本質仍然是它。

在展覽的結尾，主辦方設有VR體驗區，在VR遊戲中，玩家會聽到不同的聲音和對話，在畫面上會不斷出現鬧鐘，玩家需要逐個鬧鐘關掉，遊戲中以急速的節奏營造出壓迫感，遊戲體驗到我們生活中感受到的壓力和重擔，從而使人反思放鬆的重要性——「如何忙碌，也別忘了微笑」。

他鄉港聲 彷彿世界轉了個圈——迎新、聚會和一點看電影的感受

在近些年的香港電影中，我最喜歡的是兩部「姊妹篇」：一個是《志明與春嬌》，另一個就是《春嬌與志明》。喜歡前者，是因為它的敘事真的很香港；喜歡後者，則更多地基於故事設定本身的神秘感：在張志明的邂逅中，北京是龐大的、神秘的甚至是曖昧的，而這幾乎在相當長的時間滿足了我對於香港「北漂」生活的全部想像。只一晃，電影也上映了快十年，而我居然就這麼坐在北京的辦公室了。北京變得很快，除了中央電視台新樓和國貿，昔日膠片裏的北京在今天幾乎全然無蹤，或許也只有我窗外北京大學的老樹依舊堅持不懈地輪迴枯榮，彷彿時光荏苒，世界不過轉了個圈。

也就是在這樣的轉圈中，我的年紀一點點大了，而燕園也又迎來了新的港臺台學生。6號是北大研究生、留學生和港臺台學生報到的日子。一大早，我就和來幫忙的志願者小朋友一起來南園，準備信息登記和物資分發的工作。那天北京還下了一夜的雨，辦公室裏還在裝修，我們只能頂着雨先把遮雨棚搭好，再把之前沾了水的桌椅擦一擦，等待第一位學生的到來。就這樣忙了大約幾個

小時，到了中午，來報到的學生越來越多了，北京的陽光也從雲層中撕開了條口子，呈現出一片天高氣爽的樣貌——或許這就是「守得雲開見月明」吧。抬望眼，新的學生伴隨新的希望，也和秋日的陽光一道撲面而來。

完成了白天的報到和晚上的新生宣講會，我和一個來北京工作快兩年的港大朋友還有北京認識多年的土著朋友們吃飯。提到最近上映的《長津湖》與易烊千璽，香港朋友難免一頭霧水，弄得連自詡「老年人」的「北京大爺」們都感覺有點好笑。他們本以為全中國的人都應該知道誰是TF boys和易烊千璽的——這麼說難免有點「自吹自擂」的嫌疑，但從另一個角度也能看出，我們香港的年輕人與內地的青年人之間缺乏一定的了解。其實何止是青年人？就連「老年人」如我等，似乎都已經很少看香港的電視劇了——我們當年無論香港還是廣東甚至內地很多地方，可都是看着TVB長大的呀。

仔細想想，連我似乎都已經好久沒看過香港的電視劇了。當然，如果要我推薦，這幾年的好劇好歌手依然很多；但另一方面，製



● 北京大學迎新日與港臺台同學們的合照。

作愈發精良，內涵日益深厚的內地文藝作品逐漸滲入到每個香港人的生活，似乎也是不爭的事實。而且我也相信，儘管內地與香港兩地因為疫情不便互通，但通過種種渠道，今天的我們（尤其是年輕人）對北京乃至整個內地發展的看法也與以前很不一樣了（不管你願不願意承認）。而當「三十年河東三十年河西」一般，世界真的轉了個圈時，走在歷史的十字路口，若為香港爭一未來，我們是不是還得一點點把十幾年甚至幾十年前眼前的浮霧擦去看呢？

● 作者圖片：香港專業人士(北京)協會秘書長全國港澳研究會會員 王柏榮



● 藏傳佛教僧人正表演跳神。



● 活動現場

西藏舉行年度傳統跳神活動



西藏自治區日喀則扎什倫布寺日前舉行一年一度的傳統跳神活動，以此驅邪禳災，祈願國泰民安，風調雨順。據悉，跳神是由

僧侶表演的一種宗教舞蹈，藏語「羌姆」。僧人們頭戴面具，身穿戲裝，手持各類道具，逐次表演金剛、骷髏、鹿牛、比丘、鴉鵝、六長壽等數十節神舞。

● 文、圖：中新社



● 扎什倫布寺僧人在跳神活動現場。



● 兩位僧人吹奏法號。