



第一俊男潘安仁



潘國森

當代中國最多人聽說過的潘氏名人，首推西晉著名文學家潘岳(247年-300年)，他年輕時是個俊男，說他俊美。老萊子是春秋時楚國人，《二十四孝》「戲娛母親」的主角。儲光義則有「潘岳閒居賦，鍾期流水琴。」後一句用余伯牙、鍾子期「高山流水」的故事。

潘岳變成了「潘安」，相信是後人遷就平仄的結果。潘字平聲，岳字仄聲，安字也是平聲。如果為了平仄格律要用兩個平聲字，只好用「潘安」來作「潘岳」的代稱了。

杜甫詩：「恐是潘安縣，堪留衛玠車。」衛玠(286年—312年)字叔寶，亦西晉有名俊男。齊己詩：「閒居有新賦，搔首憶潘安。」說到《閒居賦》或「賦閒」，必然在說潘岳。李商隱詩：「河陽看花過，曾不問潘安。」歷來可以與花競妍的美男子，還該首推潘岳了。

潘岳有族子潘尼，合稱「二潘」。族子今稱為堂侄，二潘大概是疏屬，潘岳被夷三族也就牽連不及於潘尼了。在此錄潘尼的《思子詩》：「造化甄品物，天命代虛盈。奈何念稚子，懷奇隕幼齡。追想存髣髴，感道傷中情。一往何時還，千載不復生。」幼兒夭亡，為人父者許多期盼都被滅了。

潘岳就成為沒有工作待在家中的「雅稱」。潘岳小字檀奴，後世以「檀郎」作為女子對夫婿或愛人的美稱。李煜詞有「笑向檀郎唾」。潘岳一生故事很多，擲果盈車、二毛、賦閒和檀郎都是後代文學家常用的典故。杜牧詩「莫道少年頭不白，君看潘岳幾莖霜」說白髮。祖詠詩「花慚潘岳貌，年稱老萊衣」

說他俊美。老萊子是春秋時楚國人，《二十四孝》「戲娛母親」的主角。儲光義則有「潘岳閒居賦，鍾期流水琴。」後一句用余伯牙、鍾子期「高山流水」的故事。

潘岳變成了「潘安」，相信是後人遷就平仄的結果。潘字平聲，岳字仄聲，安字也是平聲。如果為了平仄格律要用兩個平聲字，只好用「潘安」來作「潘岳」的代稱了。

杜甫詩：「恐是潘安縣，堪留衛玠車。」衛玠(286年—312年)字叔寶，亦西晉有名俊男。齊己詩：「閒居有新賦，搔首憶潘安。」說到《閒居賦》或「賦閒」，必然在說潘岳。李商隱詩：「河陽看花過，曾不問潘安。」歷來可以與花競妍的美男子，還該首推潘岳了。

潘岳有族子潘尼，合稱「二潘」。族子今稱為堂侄，二潘大概是疏屬，潘岳被夷三族也就牽連不及於潘尼了。在此錄潘尼的《思子詩》：「造化甄品物，天命代虛盈。奈何念稚子，懷奇隕幼齡。追想存髣髴，感道傷中情。一往何時還，千載不復生。」幼兒夭亡，為人父者許多期盼都被滅了。

潘岳就成為沒有工作待在家中的「雅稱」。潘岳小字檀奴，後世以「檀郎」作為女子對夫婿或愛人的美稱。李煜詞有「笑向檀郎唾」。潘岳一生故事很多，擲果盈車、二毛、賦閒和檀郎都是後代文學家常用的典故。杜牧詩「莫道少年頭不白，君看潘岳幾莖霜」說白髮。祖詠詩「花慚潘岳貌，年稱老萊衣」

春聯賀節 對稱美學



潘明珠

我表妹夫平日工作從商，但閒時愛舞文弄墨，他在春節時便大顯身手，寫揮春及對聯，並到過年市集義賣，很受歡迎呢。說起來春聯是中國獨有的春節節慶文化，青少年應趁過年活動，多認識我國這種獨特的國寶級文學藝術。

作為農曆新年這個大節的前奏，黃維樞博士就於深圳光明圖書館主講了「對聯：迷你文章大學問」之講座，當天座無虛席，聽眾濟濟一堂，通過黃博士深入淺出、趣味盎然的講述，對我國對聯文化的知識有更多了解。

黃博士從對聯的對仗說起，細數對聯中的對稱美學；2015年春天，中國郵政發行了一副極具象徵性的春聯郵票：「天增歲月人增壽，春滿乾坤福滿門」。我國方塊字每個字有一形一音一義，黃博士引中西語言文學例子作比較，說明對聯的突出特點，是西方字母文字絕難做到的。西方各語種沒有漢語極具工整之美的對仗，對聯則有平仄、詞性、字數等對稱的嚴格要求，具對稱美，故對聯是迷你美文，成為「唯我國獨尊」的美妙文體。

黃博士幽默地說，開門的第一件事，審美地說，是對聯。他以古今各式或典雅或諧趣的對聯示例、圖片，分享關於對聯的有趣掌故和文化知識，還送上生肖春聯「龍隨兔後今開大運，蛇繼馬承將接泰來」，真妙絕！此講座內容豐富，令人可進一步深度認識對聯這一傳統悠久的獨特文字藝術。

另一邊，在香港大學美術博物館，杜若鴻博士主講一場「對聯 搭配 畫謎——藝術中的因果法則」，是配合相關展覽，通過講座及展覽導賞，與觀眾作沉浸式觀賞，探討對聯創作中「成雙成對」的美學意蘊。其中的對聯藏品珍貴，有名家如余雪曼所書的，共74字的奇聯絕對，及梁啟超行書對聯「約己以繩接人用拙，比德於玉防意如城」等。

杜博士引各展品例子，述說文藝家如何在創作中呈現諧振之聲，平衡之美，及書寫內容思想，抒發人生逸境、自然之美等要點，並即席示範對聯的吟誦，帶領在場的聽眾進入聯想的意象空間，欣賞展品中自然和人文的諧趣，有聲有文有畫，引人共鳴。大家可有靈感，為迎接龍年而在門庭加一副應景對聯呢？



黃維樞博士書寫之春聯。作者供圖

看櫻花



童心

東涌的櫻花，一個月前就開了。春節假期，大片大地地燦然着，赤鱗角南路宛如一條迷人的粉紅色櫻花大道。朋友剛滿4歲的孩子，從30樓的家中鳥瞰下去，嘴裏興奮地嘟囔：「龍龍！」朋友好奇，循着孩子小手比劃的方向望去。原來，那櫻花公園中間的小徑在茂密的櫻花之中蜿蜒曲折，像極了龍的尾巴。「這都是太太的功勞。今年是龍年，家裏買了不少福貼和年畫，她比照上面的圖案教孩子識龍、畫龍！」

朋友說孩子是最純真的藝術家，看來不假。第一次對櫻花好奇，源於日本民謠《櫻花》，30多年過去，仍記得年輕的音樂老師唱起「讓我們快去看櫻花」時，滿臉孩子般的憧憬和幸福。長大後，每年櫻花季去日本成了生活的一部分。不過，我對「看櫻花」漸漸有了不同體悟：剛工作時，將由北向南的賞櫻日期奉若圭臬，一路追逐櫻花綻放的盛景，覺得「看」這件事就應該大鳴大放、熱烈奔放；過了幾年，經歷了職場波折、見識了人性幽暗，「看」的執念就淡了許多，隨緣於櫻花的開和落，趕上什麼都滿足；到了這幾年，我反而更喜歡櫻花開放之前的那份安靜，白雲藍天。

看櫻花，看的是夢想，是成長，是人生。櫻花年年如是，我們的「看」卻可以有愈來愈豐富的內涵，入眼入心的，是物哀、是幽玄、是侘寂、是微異、是綻放的濃烈、是飄逝的從容、是靜待花期的安靜——看櫻花，原本是那樣的純粹和美好。



櫻花季到來前的奈良原野。作者供圖

內地口腔醫院利港人



余似心

香港的公共醫療福利十分好是公認的，但就在牙醫這環較弱，只有學童和公務員及其家屬才可以享用政府的牙醫，其他市民就只能以醫療券去看私人診所或福利團體的牙醫了。當然明白牙醫保健是項極度龐大的開支，政府難以一力承擔。

牙齒的應用頻密、保養是每天漫長的工作，每個人從小便要學習和努力保護和清潔自己的口腔和牙齒。一個國家是否文明和富庶，看國民的牙齒健康，便可見一斑。現代的口腔清潔用品既便宜又方便，不少大機構的員工福利也有牙醫保健，大家都可以保持口腔衛生。不過牙醫收費是個問題，好些收費不菲，沒有準則，醫療券的金額用不了多少次。要享用較廉宜的牙醫服務，是到一些福利機構，但水準參差。

近年幫助了港人牙科保健的，要感謝鄰近的內地牙醫。除了

私人牙科診所，內地的口腔醫院分不同等級，設備先進，培育了大批人才，而且分科精細，容易上網預約，以回鄉證資料就可以登記，不似香港的排期緊張。這正好填補了香港在牙科保健上的一塊缺失。

香港特區政府去年施政報告提出「長者醫療券大灣區試點計劃」，近期公布採取「5+2」方式，即5間綜合醫療機構及2間牙科專業服務機構，地點涵蓋深圳、中山、東莞等港人多選退休或方便往來的地區。這種資源共享方式實在利民，對香港人是一大喜訊。

內地的口腔治療都明碼實價，對港人來說，價錢實在不貴，就算不用了醫療券都能負擔。我多位朋友最近分別到大灣區的口腔醫院就醫，對當地的專業服務都讚口不絕。人才的培育實在不易，內地在這多年間就默默地培育了大批人才，惠民利民，實在是國民之福。



中山市口腔醫院分科精細，人才濟濟！作者供圖

西雅圖的霧與夜

看到這個題目，第一時間想到的是許鞍華的電影《天水圍的夜與霧》。不錯，我走在西雅圖的濃霧中，頭腦中閃出的也是這部電影。

霧是一種神奇的存在，你說它在吧，一陣風就讓它無影無蹤；你說它不在吧，卻常常在你不經意間嚴嚴實實包裹了你。在雨季，西雅圖的霧是無時不在的，尤其是早晚，整個城市都恍若仙境中，山川、樹木、房屋、河流都在奶白色的霧靄中時隱時現，頓然想起王勃的詩：「雲間迷樹影，霧裏失峰形。」很多在晴天時看到的景致，於霧中看來卻平添陌生感，而在不同濃度的霧中，又有細微差別。一座西雅圖，因為有了霧，彷彿能讀出兩座城。霧的起因現在很清楚，是因為空氣中濕度太大，形成的水氣無處蒸發，細微的水滴漂浮在空氣中，織成薄紗一樣的霧網，為萬物披上一層神秘的外衣。

「霧」字是一級漢字，在商代的甲骨文裏就存在了，此後歷經大小篆、金文乃至隸變，部首皆從「雨」。可見古人三千多年前就知道霧和雨的依存關係，說明古人比我們更聰明，他們不借助任何所謂科學工具，就把霧的來由弄得一清二楚。因此，完全可以依據漢字的偏旁規律，把霧稱為「雨之子」，而可以稱為雨之子的還有很多，諸如「雷」、「電」、「雪」、「霜」、「露」、「霽」等等，組成了一個雨的大家庭，因為有了這個大家庭，土地才能肥沃，植物才能茂盛，我們才能活得滋潤。

西雅圖的天氣是多變的，除了一年四季分明，一天中也有陰晴霧雨。冬季的早晨往往從漫天的濃霧中拉開帷幕，然後迎來淅淅瀝瀝的小雨，中午太陽開始驅走雨霧，讓天地變得明朗起來，到了晚上，太陽一落山，霧氣便又捲土重來，收復失地。晚上的霧更濃更烈，而且聞起來有一種清新的味道，竟有幾分像茶。假如說早上的薄霧是綠茶，晚上的濃霧便是普洱，讓人口渴欲飲。此時的霧在橘黃色的路燈下，顯露出溫暖的光澤，讓人有強烈的迷幻感。

起初我習慣在每天下午出門遛狗，順便去幾百米外的郵箱取郵件，權當散步。但某一晚發現了夜霧之美，此後便喜歡在夜裏出門取郵件。夜裏的社區被霧這麼一打扮，本來熟悉的面貌居然換臉，每一條岔路都顯得生疏可疑，一瞬間彷彿置身於蘇格蘭高地的霍格華茲，誤入《哈利波特》的魔法世界，彷彿轉角就能遇到貓頭鷹或者伏地魔。倫敦是聞名世界的霧都，看狄更斯的小說，到處都彌漫着那種揮之不去的噲人的霧氣，當時以為是大自然的饋贈，後來才揭曉，原來是蒸氣機帶來的工業革命，造成了倫敦的霧氣，這種霧氣其實是一種有害的陰霾。我們常常把霧與霾混淆，霧氣是純粹的水氣，而霾則主要是灰塵、硫酸、煙霧等混合的有害氣體，它使人胸悶、窒息，因而那些年霧都倫敦因為霧霾的死亡率奇高，上世紀下半葉經過強力整治，遏制了大氣污染，倫敦才變得清爽

了下來，雖失去了霧都名號，卻換來大眾的健康，亡羊補牢，猶未為晚。

按理說，夜霧會讓人恐懼，但我一點也不。當年看過許鞍華的電影，還真的跑去香港找天水圍，彼時走在水圍的小巷裏，真的相當害怕，腦子裏不斷浮現出達達那張扭曲變態的臉，看見美麗柔弱的張靜初在刀光下的淚眼，耳邊響起孩子們淒厲的尖叫，嚇得從小巷裏一路小跑到大路，頗有逃出生天的心悸，眼裏看到昏黃的路燈下的霧是愁雲慘霧。但西雅圖的霧卻沒讓我感到恐懼，可能是因為幾乎每家的大門外都裝點着彩色的燈海，從感恩節、復活節、萬聖節一直到聖誕節，家家戶戶的彩燈都沒有撤，在霧氣的掩映下，反倒散發出彩虹般的迷離氛圍，讓人始終沒走出節日。

而且有意思的是，某些在白天視線好的時候，遠方看起來黑黝黝的樹林，反倒被彩色的夜霧隱藏起來，顯得並不那麼陰森了。季羨林曾經寫過一篇關於霧的文章，極好地概括了霧的特性，他說：「霧能把一切東西：美的、醜的、可愛的、不可愛的，都給罩上一層或厚或薄的輕紗，讓清楚的東西模糊起來，從而帶來了另外一種美：一種在光天化日之下看不到美，一種朦朧的美，一種模糊的美。」大師就是大師，在季先生的眼中，這種朦朧、模糊的美，恰恰是一種東方式的美學特質，有別於西方那種精確、清晰的邏輯之美。如果用一個詞來形容東方的美學觀，我看最準確的詞彙就是：霧裏看花。

Sora來了

愈接近於人的理想。既然如此，最好的文字顯然不是關鍵詞，而是作為自己一整套思想出現的文本。不過結果是令人失望的。豆包AI只回答了一句：「抱歉，我無法生成你要求的圖片。」

Sora的設想實現了我的願望，而且比我想像的還要好。它不但生成了場景，還讓這個場景動起來了。這是一個我們相當熟悉的技術歷史。我們曾經從文字生成圖像。早在小說改編成電影的時候，或者，把小說簡單化，變成劇本，但總是先有文字後有故事，再有畫面。王家衛的電影似乎是一個例外，聽說他的電影沒有劇本，純粹靠感覺。想像一個場景，讓演員自由表演。但是可千萬別被騙了，王家衛的書寫是在最後的剪輯。不然也不會出現很多知名演員忙了半天最後成片出來連他的人影也沒了。因此，畫面是需要書寫的，書寫是一個邏輯。Sora也需要一個書寫的邏輯。無論如何，要讓一個東西動起來，就得思想先動起來。

我不擔心Sora發展不好。相反，我覺得它終有一日會大放異彩。只要回歸技術發

展史就不難看出這一點。唯一需要思考的問題在於Sora與電影之間的差別。從某種意義上來說，Sora是動畫電影和科幻電影的延伸，它基於一種虛構。虛構的目的在於突破任何現實的限制，並到達自然世界所無法達到的場景。這些場景的唯一來處就是人的頭腦。它與現實主義電影最大的差別就在於對待物質的態度。畢竟，現實主義電影存在的基礎正是尊重物質世界那些無來由的阻力，Sora卻基於文字。一個來自自然，一個來自人為。

既然偏向於人為，那就可以對它進行精神分析。就像動畫電影、科幻電影，Sora也可以被看成是一種人本主義的迷夢。對待夢，弗洛伊德和拉康在上世紀告訴我們，夢有兩種結果：醒來或是繼續沉睡。倘若故事所涉內容並不嚴重，人就會沉醉其中。如果事嚴重了，傷及自身，人就得不得回到現實。這麼說起來，Sora儘管是個明星，但它無法取代現實主義的一切。而且，它會像一切人為之物那樣，在內容上生發出各種潮流。有些流派是膜拜自然的。

100斤的狂歡



狸美美

新年伊始，一場徹徹底底的全民狂歡席卷了整個大中華地區。有多全民？就是不用小狸說，大家一看題目已經知道要講什麼事了：對不對？

沒錯，說的正是賈玲瘦身事件。這位原本的女諧星，封關一年，減重百斤，推出部電影，布了盤大棋，示範了一波操盤絕學。線上包月熱搜，線下10天收穫票房30億元人民幣，同步拉動概念股大漲。全網也都找到各自的High點，每個賽道的博主都毫不費力地蹭到了流量，統統接住了這場「潑天的富貴」。至於受眾們，同樣盡興、感動的、勵志的、不服的、反感的，大家好像終於找到了輿論的最大公約數。每個人都表達着強烈澎湃的觀點。

觀點看得多了，小狸發現了一個有趣的現象：愈是沉迷身材管理的人，愈認可賈玲這次的表現，包括對「是否營銷過度」的態度也相對寬容；而愈沒有成功減肥和健身經驗的人，則愈容易傾向輕視和反感。「給我一個億，我也能瘦」、「她不差錢，請了團隊，當然能減」、「管住嘴邁開腿，沒什麼難的」，繼而有些人更會把這種負面態度擴散：「作為演員，這不都是應該的麼」、「都是為了營銷，為了錢」……每逢看到這些評論，小狸都在想，確實是無知者無畏。

小狸並不是賈玲的粉絲，不僅不是，對她的作品也一直保持保留態度。但小狸有不少年的撿鐵習慣，更曾經在5個月裏成功減重40斤。所以，對於賈玲的這「100斤」，小狸是理解背後代表了什麼的。

那代表了什麼呢？第一，在不靠藥物的情況下，能在短時間內快速減掉大重量的人，十有八九是進入了「心流狀態」。心流狀態是一個心理學概念，指人完全沉浸到一件事中時產生的一種心智狀態，靈魂彷彿出竅，做事行雲流水，一切變得自動了一樣。很多科學家認為，產生心流，是能完成艱難任務的關鍵。但心流狀態並不容易達到，它需要高度的專注和投入。具體到減肥，就是要把整個生活方式都轉換到減肥模式，包括飲食、社交、睡眠、運動、科學補劑等等，每個環節都有一整套講究，並且持續和堅定地一直執行下去，中間沒有絲毫思想上的動搖或討價還價。

第二，從賈玲那個著名的雙拳對捶出場視頻可以清晰看到她的「滿身腱子肉」和鮮明的身體線條，所有健身的人相信那一刻都或明或暗發出過驚嘆。這一身的肌肉讓「100斤」有了全新的意義——減脂比減重要難得多，而增肌又比減脂還要再難。因為要減重，躺着餓就可以；要減脂，也可以躺着，但需要科學的餓；而要增肌，則必須科學的飲食加上頻密的重訓。那滿身的腱子肉，遠比「100斤」要難得太多太多。

而這兩點，可以讓錢參與助力，卻無法靠錢根本解決。它最終依靠的必須是人自身的努力和毅力，只有親身做過的人才知道有多不容易。在瘦身這一點上，賈玲做到了，便是了不起，這無關她的財力和職業，只關於她是一個生物學上的人。更何況，有錢又油膩的肥胖明星多的是。



信而有征

2024年新年伊始的科技新貴是Sora。這個世界上有很多新技術，但是有些技術是注定要當明星的。ChatGPT和Sora便是這種技術，就好像當年的攝影術與電影。通俗地說，Sora是另一種意義上的電影，可以將一個文本轉換成動態畫面。目前可以支持1分鐘的動態視頻製作。我為了寫這篇文章，專門去看了OpenAI網站關於Sora的頁面，這一頁給出了9個例子，第一個是一位女士走在霓虹燈下，地面濕漉漉的，霓虹燈映照反射在地面上。第二個場景下對應的文字是猛犸象在雪地上行走，後面是群山。總之，無論你看到的文字是什麼，只消想一下腦中映出的畫面，Sora給出來的視頻大致就是什麼樣的結果。

誕生這樣的技術幾乎是意料之中的。或者說，人的願望早在這項技術到來之前已經幻想過它。就拿我來說，就曾經將自己寫的一篇文章整個黏貼到今日頭條的AI工具豆包的文本框當中。我的想法很簡單，既然經由一種描述就能產生一個AI的畫面，那麼描述愈詳細，AI生成的圖片肯定