

《哪吒》中感人瞬間詮釋中式家庭溫暖

得知《哪吒2》於2月22日香港上映，筆者速速買票，並懷着小學生去旅行的期待興奮的心情等待開演，觀後感受如泉湧。本欄既和中國文化、兒童教育有關，而《哪吒2》就是中國文化加上成長故事，所以，我也趁着這波熱潮，來談談這套質量高、訊息量大的國產動畫。(本文有小量劇透，如果還未看《哪吒2》的讀者，可觀影後再閱。)

悉心教導 為子女謀出路

從故事中的申家、敖家到李家，不難看見傳統中國父母對家庭、對孩子深深的愛。自古以來，中國人都有很強的家庭觀念，父輩為孩子和家庭努力創造穩定生活和幸福篇章，對家庭傳承與發展極為重視。《哪吒1》中，龍王敖光忍痛拔出自己身上最硬的鱗片，隨後整個龍族效仿，給兒子敖丙做了一件萬龍甲，保護孩子。

又如申公豹的父親申正道，是一位對闡教極度崇拜和維護的妖王。申正道是一個嚴肅但充滿愛心的父親，他自律守規，致力於教導自己的兒子及弟子們追求仙道，希望透過奮進的修煉脫離妖的身份。

他的以身作則，一言一行，深深影響他的兩個兒子申公豹和申小豹。

做孩子最堅實的後盾

此外，影片不單有精彩的武戲情節，更着重描繪了親情和人心。未生哪吒之前，李靖和殷夫人有兩個已在仙庭修煉的兒子金吒、木吒，兩位都外貌俊美、氣宇軒昂、彬彬有禮的「別人家的孩子」，人見人愛；反觀哪吒這三兒子，一雙與生俱來的黑圓眼，鼻孔朝天，缺了一顆牙，儀態懶散粗鄙，還經常搗蛋，借端生事、製造麻煩、瞎惹是非，但是殷夫人對哪吒有着無條件的愛。

熔岩淹陳塘關這幕，普通百姓四處逃難，一位母親帶着孩子逃到屋頂上，母親緊抱着兩個孩子擋住熔岩，最後化為焦炭。可見，無論身份地位，父母就是孩子最堅實的後盾，無論外界風雲如何變幻，父母都會為孩子遮風擋雨。

李靖和殷夫人對哪吒的親情表達以及對人性善惡的教導深刻而動人，讓他體會現實的殘酷與美好。父母作為家庭的引領者，言行對孩子的成長至關重要，這是一種無聲的思想教育，這種愛既有嚴格要



▲「魔童版哪吒」中李靖與殷夫人對哪吒的關愛、教導深刻而動人。
資料圖片

求，也有溫暖關懷，他們通過自身的行動，向孩子傳遞「愛」和「家」的重要價值觀。

筆者最觸動的一段是當哪吒給下了「穿心咒」，全身都是一根根的玻璃刺針，不能動彈，一動就是撕心裂肺的痛。無量仙翁趁機懲惡哪吒，只要吞下滅魂丹，便放過他的父母。

哪吒救母心切，不假思索犧牲自己，殷夫人一把手奪過滅魂丹扔到岩漿裏，隨後全然不顧哪吒滿身的尖刺，緊緊抱住了哪吒，並對他說：「和你度過的每一天，娘都很開心，娘從沒在乎過，你是仙是魔。娘只知道，你是娘的兒。」殷夫人便是中華文化傳頌的慈母，這段戲是對母愛的謳歌。

看畢此片，激發起同為母親的筆者很多反思和情感。電影已落幕，但我們人生的戲仍在上映，現實中，可能我們並沒有殷夫人一樣的母親，也沒有李靖這樣的父親，但是，我們可為自己和家庭作先驅突破。新年伊始，就讓我們好好地思索一下與家人相處的最佳方式，建立一個愛的家庭。

●梁可茵老師

學研社成員，從事幼兒教育寫、教、編達二十多年，在書海漫論中尋找方便之門，喜歡發掘兒童行為背後的心路歷程，現為自由撰稿人，並把好奇投向歷史上小屁孩的成長故事。

古代已有健康音樂 孔子嵇康見解先進



音樂，自古以來就是人類情感表達與調節的重要工具。在中國歷史上，許多著名的音樂家和思想家對音樂的作用提出了深刻的見解，這些見解與現代心理學研究中的發現不謀而合。

孔子（公元前551年—公元前479年）是中國古代最偉大的思想家和教育家之一。他不僅重視禮樂文化，還將音樂視為培養品德和調節情緒的重要工具。孔子認為，高雅的音樂（即「雅樂」）能夠陶冶情操、淨化心靈，並促進社會的和諧。他提出「興於詩，立於禮，成於樂」的觀點，強調音樂在個人修養和社會秩序中的重要作用。

「雅樂」具社會功能

從現代心理學的角度來看，孔子的音樂思想與情緒調節的概念不謀而合。孔子提倡的「雅樂」正是一種健康音樂使用的體現：通過聆聽高雅的音樂，個體能夠激發積極情緒，緩解焦慮和抑鬱，從而達到情緒平衡。

此外，孔子還強調音樂的社會功能。他認為音樂不僅能夠調節個人情緒，還能促進人際互動和社會和諧。

「無聲之樂」與正念冥想相似

嵇康（公元223年—262年）是三國時期著名的文學家、音樂家和思想家，他的音樂思想集中體現在《聲無哀樂論》中。嵇康認為，音樂本身並無情感，而是聽者的心境賦予了音樂情感。

嵇康還強調，音樂的最高境界是「無聲之樂」，即通過音樂達到心靈的寧靜與超脫。這一思想與心理學中的正念冥想有異曲同工之妙。現代研究表明，音樂能夠激活大腦中與情緒調節相關的區域，幫助個體放鬆身心，緩解壓力。嵇康的「無聲之樂」可以被視為一種通過音樂實現情緒調節的高級形式。

中國科學院心理研究所李勇輝研究員的最新研究《音樂使用與情緒調節》通過對16,588名中國大學生的調查，揭示了健康和不健康音樂使用在情緒調節中的作用。研究發現：

1. 健康音樂使用與情緒調節自我效能呈正相關，能夠有效緩解焦慮、抑鬱和述情障礙（即情感識別和表達的困難）。
2. 不健康音樂使用則與情緒調節自我效能呈負相關，可能加劇負面情緒，導致情緒失調。

除此以外，健康音樂使用能夠增強個體的社交能力，促進積極情緒的共享，從而改善人際關係。

這一研究結果與孔子和嵇康的音樂思想形成了有趣的對話。孔子提倡的「雅樂」可以被視為一種健康音樂使用，而嵇康的「聲無哀樂論」則為音樂與情緒的關係提供了理論依據。

音樂效果取決於聽者

通過結合中國古代音樂家的思想與現代心理學研究，我們可以更全面地理解音樂在情緒調節中的雙重角色。音樂對情緒的影響取決於個體的情緒調節策略；音樂在個體情緒調節中的複雜性，也為現代音樂治療提供了理論支持。

嵇康的觀點為這一現象也提供了理論支持：音樂本身是中性的，但其效果取決於聽者的情緒狀態和調節能力。例如，針對焦慮和抑鬱患者，可以通過引導其進行健康音樂使用，提升情緒調節自我效能，從而改善心理健康。

音樂不僅是藝術的表現形式，更是情緒調節的重要工具。無論是孔子的「雅樂」還是嵇康的「聲無哀樂論」都在提醒我們：音樂的力量源於我們如何運用它。正如李勇輝研究員的研究所示，健康地使用音樂，能夠讓我們在情緒的海洋中找到平衡與寧靜。

●劉國輝老師

學研社成員，在各大專及大學任教心理學十多年。愛用微觀角度分析宏觀事件，為朋友問風花雪月的話題做準備。

隨時變易乃常道 盲從成說落心牢



上回介紹佛、道經中的不同神祇，指出天尊與菩薩均以無限化身，應物隨機，不必拘泥名相。其中，引用到「名可名，非常名」句，出自《老子》首章，全文曰：

道，可道，非常道。

名，可名，非常名。

無名，天地之始；有名，萬物之母。故常無欲，以觀其妙；常有欲，以觀其微。

此兩者，同出而異名，同謂之玄。

玄之又玄，眾妙之門。

譯文

天地的大道，可以表述，但絕非永恒不變的道理。

萬物的名相，可以指稱，但絕非永恒不變的定義。

無以稱謂，是天地的本始；有所稱謂，是萬物的開端。

故此，心境一直無所希求，可以觀照大道的奧妙；

心境一直有所希求，也可觀察大道的端倪。

此兩種境界，同一來源而指稱相異，同樣是玄妙的心。

心思玄之又玄，卻是體悟一切玄妙道理的門徑。

註釋

(1) 道可道：前一「道」字為名詞，本指道路，引申指人應遵行的道理、原則。後者則為動詞，指陳述。

(2) 常道：恒常不變之道。

(3) 名可名：前一「名」字為名詞，指萬物的名稱；後者則為動詞，指稱述。

(4) 欲：追求，期望。《孟子·告子上》：「魚，我所欲也；熊掌，亦我所欲也。」

(5) 微：邊境，界限。《玉篇》：「微，邊徼也。」

(6) 玄：深邃玄奧。

以上文句，不算複雜，但應當如何標點，如何釋義，歷來聚訟紛紛，頗有爭議。例如，首句「道可道，非常道」，一般認為其大意謂「道」並不可以言說，凡是可以陳述的「道」，都不會是平常的「真道」。但實際上，老子的「道」肯定是可以論述的，《老子》通篇亦處處論述「道」之規律，第70章更言：「吾言甚易知，甚易行。」說明「道」確是可以知曉、可以遵循的。而且，通行本「道可道」，帛書本作「道，可道也」，多一「也」字，作陳述句解，正表示肯定意義。

又，通行本「常道」、「常名」、「常無欲」、「常有欲」之「常」，帛書本均作「恒」，蓋因避漢孝文帝劉恒諱而改。「恒道」，指永恒不變之道，《周易》專立《恒》卦以闡述其理，程頤釋曰：「『恒』非『一定』之謂也，『一定』則不能『恒』矣。惟隨時變易，乃常道也。」說明「恒道」即「隨時變易」之「常道」，強調「相對」而非「一定」也。

是以，「道」從來只有一個，可以陳述，可以理解，只是任何陳述與理解，均不可能永恒不變，而必須因時制宜，體悟相對之理。

為了說明此一相對道理，老子又分別用了「無名」與「有名」、「無欲」與「有欲」為論。有不少人認為，以上諸句均應於「無」、「有」二字後句讀，「有名」、「有欲」與老子「無為」思想相違，殊不可解。然而，通行本「故常無欲」，帛書本作

「故恒無欲也」，顯以「無欲」連讀。同理，「無名」亦當如此標點。《史記·老子列傳》：「此老子所謂『無名者，萬物之始也』。」即以「無名」連讀。《老子》第32章謂「道常無名」、「始制有名」，第37章謂「無名之樞，夫亦將無欲」，第41章謂「道隱無名」，多次提到「無名」、「無欲」等詞，可證。

筆者認為，《老子》第1章開宗明義揭示天地有「道」，可以論述，可以指稱，但一切名相與道理，都只能通過相對觀念體悟，斷不可落入絕對概念，盲從成說，一成不變。於是，老子以「無名」與「有名」對舉，說明不論有無稱名表述，均各有其意義，並無絕對高下。要把握名相背後的道理，需要通過心的感通，其中可分為兩種境界。「無欲」猶指虛心，可以直接體道；「有欲」猶指專心，通過下學上達，終亦可以悟道。此兩者，乃道家與儒家體道的不同心法，名目雖異，卻同出自形上玄奧的「心」，理一分殊，體用一如。鄧師立光《老子新詮》對此頗有妙論，值得參考。

萬物一體「道」境不分高下

綜而述之，《老子》論述之「道」，絕不在分別「道」境高下，不為以「無名」、「無欲」貶抑「有名」、「有欲」，而旨為說明萬物一體，本皆相對而生，必須放下執念，憑心感通。是故，《老子》第42章曰：「萬物負陰而抱陽，沖氣以為和。」《周易·繫辭傳》曰：「一陰一陽之謂道。」有此心境，方能體會道心，出入眾妙之門。

●謝榮教授

香港能仁專上學院文學院院長

繁燈盛景心向遠 閣珊瑚影志彌堅

青玉案·元夕⁽¹⁾
辛棄疾⁽²⁾
東風夜放花千樹。更吹落、星如雨⁽³⁾。
寶馬雕車香滿路。鳳簫聲動，玉壺光轉，一夜魚龍舞⁽⁴⁾。
蛾兒雪柳黃金縷⁽⁵⁾。笑語盈盈暗香去。
衆裏尋他千百度。驀然回首，那人卻在，燈火闌珊處⁽⁶⁾。

註釋：

[1]青玉案：詞牌名。元夕：農曆正月十五日，稱作上元節或元宵節，這一夜稱元夕或元夜。

[2]辛棄疾：字幼安，號稼軒，南宋豪放派大詞人。

[3]花千樹：喻花燈之多。星如雨：形容滿天煙花，星指焰火。

[4]鳳簫：簫的美稱。玉壺：喻月或燈。魚龍舞：指舞動魚形、龍形的彩燈。

[5]蛾兒、雪柳、黃金縷：均為古代婦女頭飾。

[6]驀然：猛然，不經心地。闌珊：將盡，衰落，指燈火漸散。



語譯：像東風吹散千樹繁花一樣，綻放的煙花紛紛飄落如雨。豪華的馬車行過處，滿路芬芳。悠揚的簫聲四處可聞，玉壺般清透潔白的明月漸漸西斜，魚形、龍形的彩燈整夜在街上飛舞。

女子都裝扮得很漂亮，戴着各種頭飾，笑語盈盈地隨人群走過，身上散發香氣。我在人群中尋找她千百次，猛然一回頭，不經意卻在燈火零落之處發現了她。

繁燈盛景心向遠 閣珊瑚影志彌堅



●熱鬧歡樂的元夕氣氛反襯出「燈火闌珊處」的蕭瑟孤獨。圖為貴州台江縣舉行「舞龍燈花」鬧元宵。

資料圖片

賞析：

上闋寫元夕滿城燈火，盡情歡慶的景象。開篇「東風夜放花千樹」極力渲染元宵佳節的熱鬧。一簇簇煙花接連在天空綻放，像星雨一樣落下，詞人通過火樹銀花的節日氣氛，帶出普天同慶的場景。在月華和燈火下，「鳳簫聲動，玉壺光轉，一夜魚龍舞」，人們通宵達旦地載歌載舞。場面之熱鬧，歡慶時間之長，可想而知。

下闋聚焦描述個人活動，通過苦尋過程，寫感情的起伏，個人和大場景形成鮮明的對比。上闊熱鬧歡樂、遊人如雲的元夕氣氛，反襯出下闊「燈火闌珊處」的蕭瑟孤獨。這許是一位不慕榮華、甘守寂寞的美人或君子

的形象，寄託了作者的理想人格。

詞末「眾裏尋他千百度，驀然回首，那人卻在、燈火闌珊處」，是辛棄疾自己的寫照。當時他不受南宋朝廷的重用，文韜武略無所施展，心中無比惆悵，剩得「孤芳自賞」，就像站在熱鬧之外的人一般。但如詞中所述，耐得起寂寞，才能尋得所盼望的東西。

詞作表達了作者不與世俗同流合污的心志，以及追求理想的執着和艱辛。懷才不遇，古今同嘆！同學們要是遇上挫折，才能未獲賞識，或者建言不被接納，又能否如