



人生邊圍

半夢半醒

睡眠是重要又奇妙的事。年少時，倒頭就睡，一覺到天光，睜開眼神清氣爽。大學時，賴床是常事。同一個寢室的兄弟們，遇到大清早必修課，常常要「輪班」——那個爬起來去上課的人，要工工整整地做筆記，再帶回來分享。「輪班」由石頭剪刀布決定——我經常是那個爬起來上課的人，不是因為我勤奮，是因為我太蠢，一直沒發覺我背後那面落地鏡，將我的手型完完全全地暴露。待到工作了，睡眠又是另一番光景，即便是一件並不複雜的事情，也會讓自己睡不踏實，畢竟老闆的評價雖不是寫在紙上的分數，但那刻在眼神裏的態度卻能決定獎金和前途。

年少時，睡就是好睡，醒就是清醒，沒有拖泥帶水；而如今，凌晨4點醒來，又本能地渴望再迷糊一下，要不然睡眠嚴重不足身體扛不住。而「迷糊」之中，很多真實無比的夢就乘虛而入、紛沓而來：身邊的人，身邊的事，在這樣的夢裏上演蒙太奇，很多時候我分不清這到底是神明的暗示和護佑，還是自己內心裏真實的「想」與「思」。於是愈發理解了半夢半醒的況味。

古人云，浮生若夢。又云，四十不惑。在我看來，人一輩子，在夢裏的時候多，醒着的時候少。半夢半醒，既是常態，又是生活哲學。年少時，睡得好、醒不來；中年後，睡不好又無可奈何，所以不想醒、不願醒，還有時又不得不扮下清醒，以示「不惑」。1988年譚詠麟唱的《半夢半醒》：「反反覆覆恍惚的夢，多多少少揣測的情，不相信好夢我卻信愛情，能點起我生命，我願你能和應，明晨無夢也可情共永……」近40年過去，大概也只有半夢半醒之時，我還在相信「無夢也可情共永」吧！



心窗常開

與畢加索互動對話

藝術靈感可以跨時間、跨地域相互聯繫、傳承，一幅偉大畫作或一個雕塑，可能影響深遠，以至不同時代作品可窺探到一脈相承之處，而我們觀賞一刻，亦可能會聯想到自身相似的經驗而得到共鳴感受。

「畢加索——與亞洲對話」於香港M+博物館開展，正好給藝術愛好者與大師對話的機會。記得我於上世紀八十年代畢加索逝世十周年初到巴黎，看畢加索的畫，覺得他繪畫的小孩純真，眼裏閃着不帶任何雜質的靈氣；與他繪畫的立體且有不同角度的人臉龐，風格截然不同，不同時期各種畫都教人動容，感到他是一個又多產又多變的大畫家。這次為再看到他的真跡於M+博物館的預展率先觀賞，此次展出畢加索畫作及作品合共60件，特別是展場以對照式布展，展出於不同年代及亞洲等地區藝術家向大師致敬之作，或從畢加索引起靈感完成的作品，精彩紛呈。

剛入場我即被中國名家曾梵志的一幅《畢加索》吸引，有觀眾還誤以為那是畢加索自畫像，原來是曾梵志特以濃烈鮮艷色彩繪畫畢加索在沉思，神情亦似凝視着來參觀的人群，互動對話的樣子，策展人特別放此畫在進場處，很有心思。

展場分4大部分，分別為天才、局外

人、魔法師及學徒，展示畢加索不同時期的代表性作品，其中第4部分「學徒」，道出畢加索這位天才，不斷求變、不斷創新，能從其他藝術家的作品中摘取許多靈感，並融化重新創作出自己的新作，可見藝術之路學無止境。例如身為反戰及愛和平的大畫家，畢加索繪畫的《朝鮮大屠殺》，靈感分別來自哥雅及馬奈所繪戰事中處決的場景，極具戲劇震撼感。

這個展覽還有珍貴的畢加索繪畫錄像，多媒體紀錄片，以及「畢」如畫一畫之互動裝置，讓觀眾可沉浸式體驗畢加索畫筆下之世界。展期至暑假，並特別印製了親子導覽手冊，鼓勵家長與小朋友欣賞及互動，展場可見全部由不同學生繪畫的立體人臉綜合大畫牆，看到少年人與大師的對話，相信如果畢加索仍在世，一定很歡喜這赤子心，因畢加索說：「要畫得像拉斐爾，我花了4年，要畫得像小孩，卻花了我一生。」



●大畫牆 作者供圖



琴台客聚

生無可戀甘為鬼

近年傳媒較少報道自殺事件，卻原來香港自殺問題愈演愈烈，只是傳媒減少以慣用那灑狗血式的渲染報道而已。常見委婉詞是「有人高處墮下」，畢竟跳樓是此間比較常用的自殺方式。

每逢有年輕人自殺，或精神病患者發狂殺傷人命，結果總是有專業人士站出來說人手不足。問題是多花公帑增聘社會工作者、心理學家和精神科醫生就可以妥善解決，或至少有效處理這個棘手問題嗎？誰敢胸脯拍得老響地擔保，香港有幾多社工、心理學家、精神科醫生，就可以大幅減輕自殺比率？恐怕參考「先進國家」的經驗，也未必可以拿出令人信服的數字和證據。

人走上自殺的不歸路，無非是情緒不穩定、心理不平衡和精神不正常等等的單項或多項情況交織而成。筆者對以上幾個專業的「效用」（Efficacy，有效還是無效？）和「效率」（Efficiency，有效但有幾多成效用？）頗有懷疑。每次發生「學生高處墮下」，教育局總是成立緊急處理小組，安排心理學家、社工、輔導員等等去善後。然後總是不見有什麼改善方案。甚至常有人說：「年輕人自殺前是無跡可循的。」

怎麼可能？

今天我們講「心理學」，大家都在講由西方傳入的「Psychology」。中國當然也有類似的學問，只不過學科名稱、立論和方法與西法大異其趣。中醫有所謂「七情內傷」，七情是喜、怒、憂、思、悲、恐、驚。當中有正面情緒，也有負面情緒。喜通常屬於好事，但過度亦可致命。大家都聽說過有人打麻將贏出極難「胡」的牌後，在狂喜之下心臟病發而暴卒。女性較常出現多愁善感、傷春悲秋而落淚的情況；男人則常以「英雄有淚不輕彈」而強行壓抑悲傷，反而更易得抑鬱而促壽。人如果能悲能怒，負面情緒有了宣洩渠道，心理生理反而更易擺脫「亞健康狀態」呢！

有專家強調大多數自殺個案事前都沒有徵兆，也就難以預防。筆者對此說不敢苟同。俗語有謂：「生無可戀甘為鬼！」人到了「生無可戀」的地步，身邊的人怎可能一丁點兒也沒有察覺？恐怕只是「習以為常」而已。有心理學家笑言：「他們這門學科是第一等危險的專業。」原來心理學家屬於自殺的高危族，大概這門專業容易積累負面情緒，個別嚴重者對人生極度悲觀，因而「生無可戀」吧？



名人鄉情

打造茶書院在家鄉圓夢

葉惠民 茶文化推動者 香港茶道總會創會會長

我是生於印尼泗水，因兒時遇上印尼排華，於是隨父母舉家移居香港。早年曾於澳門居住了7年，在澳門讀小學，在香港讀中學，之後修讀社會工作及心理學課程，最終得以加入社會工作行，先後在明愛中心、亞洲歸土協會及突破機構從事青少年服務工作……很感恩，努力被賞識，在1996年獲香港十大傑出青年，2009年更獲世界傑出華人。我創立香港茶道總會，又是世界茶文化專家委員會主席，因此外人都稱茶博士。

正因為我曾在許多地方居住，所以要講故鄉情心情很複雜，可以講內心有許多種鄉情。最濃的當然是香港和惠州。在香港有許多機會讓我做不同的工作，接觸不同人，做茶坊、做社企餐廳、搞音樂培養青年歌手。而惠州博羅就是我的事業的第二個基地，甚至是下半場的精彩人生。

我祖籍是惠州博羅縣石灣鎮，生於印尼成長於港澳，家人也不在鄉下生活，以前當然不會很熟悉鄉惠州博羅石灣鎮的事，但自2018年開始我漸漸熟悉我的故鄉了。當年國家決定要發展大灣區，中央政府駐港聯絡辦於2018年應惠州市委書記及市長之邀帶領30位港人前去考察，自己有幸在其中，知道那裏有一座叫「石芽壩」的百年茶山。聽到茶山已經很有感覺，博羅縣的羅浮山及周邊更是茶產地。從此與「石芽壩」結緣，也順理成章地在博羅落地生根。

加上在打造「一小時生活圈」及各項優惠政策下，正是港人港企踏入內地的好時機，也是海外人士了解和體驗中國傳統文化的重要時機。

於是將香港的資金投入去建立了「石芽壩葉惠民茶書院」，如今已經

可以運作。

其實我很早就開始從事茶文化藝術研究及推廣工作，跑遍了茶產地，如雲南、杭州、貴州等，也在景德鎮生產茶具。在1994年我更於新界粉嶺開發了一片試驗茶園，但距離一座茶山的目標仍有距離，香港設茶園成本昂貴，而大灣區正可以將我的計劃變為現實。如今佔地850畝的「惠民創意生活教科文公園」融合教育、農業科學和文化，園內將設有多座不同主題的博物館，除以茶文化為主體外，還有陶瓷、書畫、中草藥、戲曲、飲食文化等場館，並有耕地種稻、設池養魚，集合展覽、茶道課程等。亦會將過去幾十年在香港做的研究茶道教學和推廣經驗於大灣區內延續，將茶文化活動從香港拓展到大灣區，特別是種茶方面。

我在茶書院有「採茶製茶體驗課程」，你可以親近大自然，從而親身體驗、學習採茶、製茶及品茶。採茶製茶體驗，可以背着茶籃，沿著河邊穿過小徑往茶山去，親手採摘茶葉，感受一芽一葉的茶着實在得來不易，片片皆辛苦！從採摘鮮嫩的芽頭，攤青後在熱烘烘的炒鍋殺青，經過攤涼到揉捻成形，最後烘炒成茶。讓年輕人深深體會到一撮優質好茶，其中諸多心血傾注。加深他們對茶文化的興趣。

我至今從茶葉代理到開茶園，種茶事已40餘年。我眼中「茶不僅是『柴米油鹽醬醋茶』七件事之一，是健康飲品，更是『以和為貴』、『家和萬事興』等中國傳統思想的

體現」。晚輩向長輩敬茶、斟茶、結婚飲新抱茶等，茶背後也代表了中國人的禮節和交際方式，好的傳統文化一定要傳承下去——茶和天下。

上世紀六十年代我在印尼目睹、經歷過當地的排華暴亂事件，是國家積弱受欺的年代，因而對現時國家的強大特別高興，對國家認同、熱愛，自小已較濃烈，也一直以自己中國人的身份為榮，對中國文化抱有熱忱。我希望以中國香港人的身份，在大灣區繼續以茶文化藝術工作令年輕人認識國家、發展國家，同時保護祖國的傳統文化藝術。

所以我會帶領香港青少年去大灣區的中山和惠州交流探訪、分享茶文化及飲食文化。讓他們多了解內地的情況，增強愛國情懷。

現時內地發展得很好，哪怕是二三線城市都不差，交通方便，吃喝玩樂的場所也不缺，住宿環境當然比香港舒服。香港年輕人也會愈來愈多人北上消閒，對內地的觀感印象大不同者，不會盲目恐懼「返大陸」。

我喜歡南地北浪遊，跑遍大灣區的城市，喜歡落地於石芽壩葉惠民茶書院不單單是榮歸故里，更是「謂從丹霄落，乃是故鄉親。」



●我在茶書院有設「採茶製茶體驗課程」。 作者供圖



翠袖乾坤

大宮女的超長體態

我在教授學生有關藝術人體結構時，會強調脊柱成雙形S彎曲，成人由34塊椎骨組成……不過，在欣賞法國名畫家恩基（Jean Auguste Dominique Ingres, 1780-1867）備受矚目的油畫《大宮女》（La Grand Odalisque）時，這人體比例卻全盤被顛覆了。

《大宮女》這幅著名油畫是恩基於1814年創作，尺寸為91cmX162cm，現存於巴黎羅浮宮博物館。有說畫家是受拿破崙的妹妹那不勒斯王國王后卡羅琳委託而畫的。畫中是一位無名宮女的裸體背部，她回眸淺笑，宮中精美的珍貴擺設與她不成比例又呈現一份美態的身形，使這畫聲名大噪，一直成為大家的研究對象、話題與疑問。

畫中的宮女有着標致的五官，迷人的清純，有說是土耳其佳麗。她背朝畫面倚臥床上，有着比正常人要長得多的脊骨，有猜測多了5個椎體，長長的背部像一彎新月，雙腿與手也被拉長了，而臀部的結構亦不「正常」；她側躺着身體，胸部在手與背之間的空隙露出，以這角度來說，並不「合理」。

一直以來大家都在研究，以恩基這樣著名的畫家，基本的人體結構絕對難不倒他，這幅畫的表達必定有一番隱喻。後人對此的解說和猜測有許多，有說刻意把宮女的身體拉長，是要表現女性的感性與柔美；又說恩基是法國新古典主義畫家，「此畫表現了女性裸體時一切可能的形態美，精確運用了黃金分割率，完美體現了古希臘雕刻那種『靜穆』的美學，是19世紀裸體繪畫的傑出代表作。」亦有形容「曲線優雅迷人……這種變形美更充分彰顯了裸女的細膩肌膚，畫家顯示了自己美學信念的獨立性……」

我想如果身體比例這畫不會成名。無論畫家想表達什麼，這拉長了的線條，確實在畫中帶來別具一格的美感，就像畢加索的畫，已經無須解說！



●名畫《大宮女》。 作者供圖



網人網事

隱形的契約

香港某高校有男生日前為了「保衛」自己在學校飯堂手機大音量外放的「自由」而連傷5人，涉嫌打人、襲警等7項罪名，最終被胡椒噴霧制服，震驚外界。網上輿論，乍看一致批判，但細看批判的都是「不該打人」，至於「該不該在公共場所手機外放」卻頗有分歧，很多人，尤其是很多年輕人認真地認為「法無禁止即可為」——如果公眾場所沒有規定說不讓手機外放那就放，那就不違法。

很有意思，今天就聊聊「自由」的邊界。

「自由」一詞聽起來振聾發聵，但其真正的意義卻常常被誤解。法國思想家盧梭曾說過：「人生而自由，卻無往不在枷鎖之中。」「自由」並不意味著可以隨心所欲，而是意味著在不侵犯他人權利的前提下，能夠選擇自己的行為方式。換句話說，當「自由」干擾到他人時，「自由」就失去了正當性。

在公共場所外放手機聲音的人，常常以「這是我的自由」為借口，將自己的行為合理化。然而，公共場所是一個共享空間，每個人都擁有平等的權利。你的「自由」，不能是建立在他人犧牲享有安寧權利基礎之上的特權。當手機聲音外放，那些想要安靜閱讀、休息或思考的人，那些神經衰弱、身體不適、心情焦慮必須靜養的人，那些需要小憩半刻抓緊補眠的人的權利就統統都被侵犯了。

所謂手機外放的「自由」，本質上

是一種對他人權益的漠視，同時也是對文明社會規則的挑戰。

現代人常陷入一個認知誤區：將法律條文等同於文明的全部邊界。但法律永遠是文明的最低標準，而非天花板。

公共空間之所以能夠良好運轉，正是因為人們都在遵守一套「隱形的契約」——約定俗成的規則和禮儀，即所謂公德。公德未必都寫在法律或規定中，但它卻是社會共識重要的一部分。比如，不隨地吐痰、不大聲喧嘩、不插隊、不外放手機等等。無公德者未必違法，但文明社會的運轉卻依賴於每個人的自律。如果人人都只遵守明文規定，而對公德和社會責任視而不見，那麼即使法律再完善，社會也難以正常運轉。

外放手機音量的行為，正是公德有虧的規則破壞者。一方面打破了公共空間裏每個個體間的權利平衡，將公共空間變成了肆意宣洩的私人領域；一方面這種不文明行為若逐漸蔓延，最終導致社會文明水平的下降。而當我們談論公共空間禮儀時，本質上是在探討如何用法治滋養法治土壤，讓每個公民都成為公共秩序的締造者而非破壞者。

九龍塘又一城外，玻璃幕牆映照出現代人的雙重身影：既是獨立的個體，又是社群中的一員。當我們解鎖手機準備外放時，不妨多問一句：我的自由是否會讓他人的寧靜支離破碎？或許真正的文明覺醒，就始於這片刻的凝視與反思。



信而有征

毒舌

我向來覺得毒舌是一種聰明的體現。因為你要諷刺了誰，還得讓人家不以為忤，你就得具有彌補的能力。本人是從來不敢的，我得罪了人，就不知道該怎麼辦了，而且我最怕尷尬。但我有時候也想毒舌一下，我就找時間偷偷跟自己的好朋友說點別人的壞話。並且，一想到自己這樣做未免有失厚道，我就甚少這樣做。如果實在克制不住，也有辦法，就是誰也不見。反正作為一個大學教師，如果你打定主意不見人，你真的可以消失。但這樣一來，你就未免有些孤獨。然後我就特別喜歡看別人毒舌，每當對方毒舌的時候，就像是替我在說，這種卑劣的快樂不知道有沒有人懂。

我推測大家都懂，所以人人都喜歡看喜劇，尤其是黑色幽默。據說王爾德年輕的時候寫過很多類似的劇目，每次上演，就把那些達官貴人諷刺得體無完膚。可每場依然有很多人，實在是太好笑了嘛！然而，我想我今天見到了最毒舌的人。這幾天看意大利符

號學家翁貝托·埃科的《如何帶着三文魚旅行》，沒有人比他更登峰造極的毒舌了。

這是一本小品集，他在第一篇就諷刺了美國人如何污名化印第安人。他說，電影裏的印第安人要想不丟掉工作，一定要遵守以下幾個操作：一、決不能馬上發起進攻；應該提前幾天點燃烽火，等對手遠遠注意到你，確保他們有時間通知上級，讓小堡壘裏的衛兵通知「第七輕騎兵團」支援；二、如果可能的話，要零零散散、幾個人一隊在周圍的小山上晃悠，吸引對手的注意力，盡量在孤零零、光禿禿的山頂設哨；三、所到之處，一定要留下痕跡：馬蹄印、露營後熄滅的篝火，以及部落標誌性的護身符和羽毛。

一口氣，他就說了28條。然後這篇文章就完了。

然後他還諷刺黃片，說一個人要是能夠忍受一些毫無意義的無聊鏡頭，那他必定是在看一部黃片，因為他真正想看的東西在後面，出於後面的價值，他才能忍受粗製濫造。然後，這篇文章的結尾，他這樣描述：

「如果角色從A點到B點花費的時間超出你願意接受的長度，那麼你看的就是色情電影。」並且，他還給這篇文章取名《如何辨別色情電影》。

又比如，他諷刺現代科技。他們那年代發明了傳真機，他發現傳真機最討厭的就是不能拒絕信息，如果你實在不勝其擾，就只好把傳真機的電源拔掉，可這樣一來，又有了新問題，你什麼都接收不到了。所以他說：「革命性新發明一旦得到普及就沒法用了。」慨嘆完，他就開始一本正經地考慮怎麼在既不干擾自己、又可以利用傳真機的方法，結果還真被他想到了，那就是寫信。當你要給一個人發傳真之前，如果你不確定他是否拔了插頭，你最好給他先寫一封信，告知他什麼時候你要發傳真，讓他那時候趕緊把插頭插上。然後，你就可以既享受到現代科技，又不被現代科技所困，真是天才。

總之，他就這樣毒舌了一整本書，而這是我看過最快樂的書。這就是符號學，它展示社會的抽象。