

街邊小店到「購物天堂」 商場裏的香港故事

史詩悠遊說

香港被譽為「購物天堂」，海內外旅客來到香港，很多時候都會以購物為旅程中的一個重要環節。香港各個大大小小商場，與人們消費息息相關，大型商場更承載着各種休閒娛樂消費功能。

從十九世紀中葉開始，香港成為亞洲區內一個重要貿易轉口港，各種零售活動也在香港的市區活躍起來，街道旁的商店也隨着都市發展而出現。

與此同時，由於中外人士匯聚在香港這個彈丸之地，使得香港出現各種各樣的商店，例如1850年誕生的連卡佛百貨，最初僅在中環經營輪船用具，至二十世紀初已發展為涵蓋多品類的百貨公司。同時，二十世紀初，來自內地的先施、永安等著名華資百貨公司也在香港開業。這些百貨公司的分樓層、分區域的購物空間設計，為現代商場奠定了基本框架。

香櫨大廈啟發垂直共生設計

提到「標誌性」的購物商場，便不得不說1957年落成的尖沙咀香櫨大廈。香櫨大廈集合住宅與商業於一身，底層零售空間與樓上住宅形成垂直共生關係，也是香港這類購物商場的原型。而1966年開幕、由九龍倉碼頭改建的海運大廈更成為當時亞洲最大的購物商場。

到了上世紀七八十年代，香港購物商場飛速發展。首先是本地製造業崛起促使中產階級壯大，除了傳統街舖模式外，當時商場的模式也非常多樣化，例如部分區域會出現小型商場，由小商店進駐其中，不少小型商場因集中同一類零售商店而形成具「主題」的商場。

此外，自上世紀七八十年代起香港出現一些與屋邨屋苑相關的商場，這類型商場的定位是與社區結合，功能是全方面滿足居民在衣食住行各方面的需求，而中大型商場是集生活休閒於一身，漸漸成為香港商場的主流。

值得一提的是，商場演化與兩個外在因素有着密切關係。第一個是新市鎮的發展。在上世紀六七十年代起，當時政府發展新市鎮，因此部分新市鎮內都有出現大型商場，彌補新發展區消費配套不足的問題，以滿足居民需要，這現象不單出現在私人屋苑，在很多公共屋邨也會有不同規模的商場，將區內商業活動集中於商場當中。

一些大型商場也發揮其社區功能，例如設有較大型的活動空間作表演場地、設有音樂噴泉等，成為居民消閒休憩之場所。

第二個是本港鐵路網絡的發展。部分地產發展商會在鐵路車站附近興建大型商場，一方面這是鐵路公司發展項目之一，另一方面是交通樞紐成為商業活動的增速器，企業希望透過鐵路帶來的龐大人



●香港被譽為「購物天堂」，商場地標成為城市活力與魅力的生動寫照。圖為銅鑼灣軒尼詩道。資料圖片

流，創造商機。時至今日，港鐵沿線不少車站附近，都會興建大型商場或連接商場，成為香港社會的一種特色。

大型商場的興旺使得部分商場成為地區的重要地標，甚至成為香港的旅遊景點。尖沙咀的海港城，銅鑼灣的時代廣場，中環的置地廣場，國際金融中心，旺角的朗豪坊等，都已成為香港的重要地標以及地區中的經濟活動核心區域，反映出香港的商場

已從單純的交易場所演化為城市生活的綜合載體和結合社區的功能型場所。

香港購物商場歷經百餘年發展演變，從貿易萌芽到如今的地標林立，不斷適應時代，成為城市活力與魅力的生動寫照，也是香港都市發展的見證。

●羅展恒

資深文化工作者，從事新聞及教育工作多年，曾主理公民科和通識科相關網站及參與教科書出版。

登高賞菊佩茱萸 重陽反映美好心願

文自由戲

《易經》認為：「六」是陰數，「九」為陽數。兩九重疊之日，故稱「重陽」，亦稱「重九」。

中秋過後，重陽節將至，有的人家已經開始籌備如何有意義地度過這個節日。那麼，在中國古代，人們是怎樣過重陽節的呢？又有哪些傳承下來的習俗呢？

古人過重陽，習俗多樣，包括登高望遠以躲避災禍、賞菊並飲菊花酒祈求長壽、佩戴茱萸以辟邪、又會吃重陽糕象徵步步高升，當然少不了祭祖和祭祀的活動。這些習俗皆融合了敬畏自然、祈福、祈壽和慶祝豐收等多重意義。現在就讓我們進入古人的世界，窺探一下他們的重陽節吧！

重陽時節真是秋高氣爽，就如唐代詩人杜牧《九日齊山登高》中所言：「江涵秋影雁初飛，與客攜壺上翠微。」這日子最適合相約家人朋友登山遠望。因此，這一天，古人不分男女老幼，只要條件允許，都要登高遊玩。既可欣賞自然美景，又能放鬆心情，更能取得好意頭，實在沒有不去的道理。

茱萸時尚有藥效

那麼，在古代重陽登高有什麼寓意呢？「登高」即登上高處，對老年人來說有「登頂長壽」之意，希望自己無病無災，長命安康；於年輕一輩，尤其是官人，則代表節節高升；加上九為老陽，陽極必變，所以古人認為登高拜祭，也能趨吉避凶。而古人在重陽節登高遊玩時，男子將茱萸插於頭頂，女子將它製成香囊掛在腰間，唐朝王維寫到「遙知兄弟登高處，遍插茱萸少一人。」可見，這種登高裝扮，已成為一種時尚。茱萸除

了可用作裝飾外，古人亦相信有其藥效。《風土記》記載：「九月九日，爭折茱萸以插頭，辟除惡氣而禦寒。」茱萸屬於常青喬木，有濃香，果實可食用。葉子可用藥，有驅蟲去濕的功效。

除了登高遠遊，古人會在重陽節這天放紙鳶，亦即北方人所說的風箏。放紙鳶一是因為氣候適合；二是因為寓意吉祥。

慶祝節日當然少不了賞花飲酒。重陽之時正值秋菊盛開之際，所謂「滿園花菊鬱金黃，中有孤叢色似霜。」因此古人都會趁着美好時節觀賞這長壽之花。他們除了賞菊以外，更會採摘新鮮的菊花和莖葉，與黃米一起釀造菊花酒，一同品嘗。

有飲必有食。一本有關老北京飲食文化的書《故都食物白詠》提及：「佳果嵌來棗作泥，重陽糕宴事堪稽。」記載了重陽節吃花糕的習俗。「花糕」是一個統稱，又可稱為「重陽糕」、「菊花糕」，或根據地域不同，也有稱為「桂花糕」。吃重陽糕的歷史，可追溯到古老的周朝。據傳，古人在秋收後，製作重陽糕食用，寓意來年五穀豐收。到了宋朝，它就成為人們常吃的一種糕點。南宋吳自牧所撰的《夢粱錄》有這樣的記載：「市肆，以糖麵蒸糕，以豬羊肉鴨子為絲簇釘，插小綵旗，名曰『重陽糕』。」宋朝的重陽糕，用米粉和果料加糖製作，然後佐以肉絲，據說聞起來鮮香可口，吃完後唇齒留香。

登高也好，飲酒也罷，所謂重陽，其實是人們對美好生活的願望寫照。

●**繭澄** 資深中學中文、中國歷史科老師，香港歷史文化研究會理事。教學經驗豐富，曾出版多本暢銷中文、中國歷史參考書。

文化淺談

梁啟超（1873年至1929年），

字卓如，號任公，別號飲冰室主人，廣東新會人。1894年甲午戰爭清廷慘敗，被迫與日本簽訂《馬關條約》，舉國震動。翌年，梁啟超隨其師康有為發起「公車上書」，聯合十八省一千三百餘名舉人，上書光緒皇帝，提出「拒和、遷都、變法」三大主張，雖未獲採納，但開啟維新思潮。此後，梁啟超主持《時務報》，撰寫《變法通議》等系列文章，系統闡述變法理論，成為維新運動的旗手。

自鴉片戰爭（1840年至1842年）以來，魏源提出「師夷長技以制夷」，龔自珍疾呼「我勸天公重抖擻」，至張之洞主張「中學為體，西學為用」，有識之士紛紛指出科舉制度禁錮思想之弊。科舉始於隋朝，至明清時期以八股文為考試文體，要求考生嚴格遵循朱熹《四書集注》，「代聖人立言」，不許抒發己見。梁啟超在《變法通議》中痛陳八股之害：「民之愚、國之弱，導源於此。」

1898年戊戌變法期間，梁啟超受光緒帝召見，獲授六品銜，辦理京師大學堂（今北京大學）及譯書局事務。他與康有為、譚嗣同等維新派大力推動改革，其中重要舉措包括廢除八股、改試策論，並設立新式學堂。雖新政僅維持百日即告夭折，所有改革被廢止，但變法思潮已深入人心。1901年清廷在內外壓力下宣布廢除八股文，至1905年正式廢止延續一千三百年的科舉制度。

戊戌變法失敗後，梁啟超流亡日本，創辦《清議報》《新民叢報》，繼續倡導立憲政治。其間他廣泛涉獵西方政治學說，思想逐漸轉變。民國成立後，他組織進步黨，一度出任司法總長、幣制局總裁等職。1915年袁世凱圖謀帝制，梁啟超發表《異哉所謂國體問題者》一文，公開反對帝制，並暗中策劃護國運動，協助弟子蔡鍔返雲南起兵討袁。三個月後，洪憲帝制宣告失敗。

梁啟超對近代中國文學的革新貢獻尤為卓著。1896年，他與夏曾佑、譚嗣同、黃遵憲等提出「詩界革命」口號，

批判詩壇盲目擬古之風。他主張「以舊風格含新意境」，在《飲冰室詩話》中強調：「欲為詩界之哥倫布、瑪賽郎，不可不備三長：第一要新意境，第二要新語句，而又須以古人之風格入之。」其詩作《愛國歌》四章、《讀陸放翁集》等，皆以淺白語言抒寫新思想，實踐其詩論主張。

《少年中國說》激勵無數志士

梁啟超在散文方面的創新最為人稱道。他在《時務報》《新民叢報》時期發展出獨特的「新文體」。這種文體打破桐城派古文的清規戒律，《清代學術概論》中自述：「務為平易暢達，時雜以俚語、韻語及外國語法，縱筆所至不檢束。」其名篇《少年中國說》以磅礴氣勢謳歌未來中國；《論毅力》以層層遞進說理鼓舞人心。這種「縱筆所至不檢束」的文風，極大解放了散文的形式，影響了整整一代文人。

《少年中國說》是梁啟超最具代表性的作品，自發表以來激勵無數仁人志士。文中運用大量排比，對偶，氣勢恢宏：「少年智則國智，少年富則國富，少年強則國強……紅日初升，其道大光；河出伏流，一瀉汪洋。」這段文字成為二十世紀中國最具影響力的勵志篇章之一，至今仍被廣泛傳誦並長期入選語文教材。

梁啟超還發起「小說界革命」，在《論小說與群治之關係》中將小說提升為「文學最上乘」，強調小說具有「熏、浸、刺、提」四種感染力，能傳播「新道德、新宗教、新政治、新風俗」。他創辦《新小說》雜誌，親自創作政治小說《新中國未來記》，雖未完成，但開創了中國政治小說的先河。

梁啟超的文學革命貫通詩、文、小說、戲劇各個領域，其創立的「新文體」打破文言與白話的界限，為後來的白話文運動鋪平道路。他以其「筆鋒常帶感情」的文章，啟迪民智，推動社會變革，為中國文學的現代化轉型奠定了堅實基礎。

●**緩圓** 資深中學中史科及中文科教師，從事教學工作三十年。

梁啟超創「新文體」 倡文學革命啟民智

多巴胺會設陷阱「渴望」「喜歡」有區別

人文視野

上一期說到，心流是一種完全沉浸於當下活動本身的最佳體驗狀態，它的神經基礎與多巴胺不同，涉及另一套神經化學物質的協同作用，包括去甲腎上腺素、多巴胺在特定腦區的參與，以及內源性大麻素等。

這些物質共同提升了注意力、集中力和模式識別能力，同時抑制了無關腦區的活動，讓我們進入一種高度高效且愉悅的沉浸狀態。

這種狀態與存在主義和東方哲學的理念不謀而合。它要求我們全身心地投入此時此地，類似於哲學家馬丁·海德格爾所描述的「此在」的本真狀態——不再沉溺於對未來的焦慮或對過去的悔恨，而是在當下的行動中找到自身的意義和圓滿。

總而言之，心流是一種將注意力從對結果的預期，徹底轉向對過程體驗的狀態。它不依賴外在獎勵，其回報即活動本身帶來的深度滿足感和成就感，是對抗多巴胺驅動下那種浮躁和空虛的一劑良藥。

心流令人收穫專注與滿足

多巴胺與心流並非對立，而是人類體驗譜系

上的兩個關鍵點。多巴胺是探索的動力，它讓我們有志於遠方，推動創新和進步；心流是深耕的喜悅，它讓我們安於當下，收穫專注與滿足。現代人的困境往往在於多巴胺系統被過度刺激，而心流體驗則日益稀缺。我們刷着無窮無盡的短影片，這是由多巴胺驅動的尋求，卻很難讀完一本書，而閱讀正是一種需要心流沉浸的活動。

真正的智慧在於有意識地管理我們的注意力。我們需要理解多巴胺的機制，認識到「渴望」並不等於「喜歡」，對多巴胺的陷阱保持覺察。同時，我們應主動創造心流條件，選擇有挑戰性的愛好，設定清晰目標，減少干擾，為沉浸體驗創造空間。

最終，我們應尋求平衡，讓多巴胺帶你啟航，去設立新的目標；讓心流伴你航行，去享受旅程本身的每一刻。正如契克森米哈賴所言：「最好的時刻通常發生在一個人的身體或心智在自願努力完成某種艱難而有價值的事情的過程中。」或許，幸福不在於永遠繃緊繩索走向高處，而在於我們能隨時選擇踏實地走在地上，並全然投入腳下的每一步。（二之二）

●文鯉

文苑英華

三目靈官執金鞭 糾察善惡鎮山門

上周，我帶碩士班學生到蓬瀛仙館考察，了解中國寺廟建築文化和國家級非遺「香港全真道堂科儀音樂」。在講解的過程中，同學對於守護山門的神祇王靈官特別感興趣，所以今天就來談一談。

王靈官的形象多是紅臉滿髯、三目（金睛火眼）、執金鞭、披鎧甲，負責侍衛山門，也糾察善惡，是道教護法監壇主神之一。因此，我們常常看到道觀山門（道觀正門入口處或其前後的區域）設有王靈官的神殿（曰「護法寶殿」或「王靈官殿」）。

關於王靈官的傳說，我們可以看看明代的《新刻出像增補搜神記》。這是明萬曆年間校梓刊行的小說。雖然說是在東晉時期干寶的《搜神記》的基礎上增補而成，但其實際內容與《正統道藏·搜神記》大同小異，只是這個版本為各神增補了畫像。而《正統道藏·搜神記》的內容主要是有關道教神仙故事，像玄天上帝、梓潼帝君、許真君、張天師、三茅真君等道教神祇或仙真。

廟宇遭毀與薩真人結怨

在《新刻出像增補搜神記》的卷二有「薩真人」一條，裏面的主題人物是南宋道教神霄一派的代表人物薩守堅道長。該條目提及薩真人到了湘陰縣（今湖南省岳陽市）的浮橋之上，看到那裏有人用「童男童女」生祀該處廟神。於是，薩真人便對這種淫祠、淫神（即未經官方祀典核准的民間祠廟、神祇）施以飛空「雷火」，使其完全焚毀。

後來，薩真人在龍興府（今江西省南昌地區）的江邊「濯足」（洗腳），看到水中有一個「神影」。其形象是方面黃頭巾披金甲，左手捲起袖子，右手執鞭。看到如此異象，薩真人便問他：



●王靈官是道教宮觀中常見的護法神。圖為蓬萊仙館的靈官殿。網上圖片

「你是什麼神祇？」該水中「神影」答道：「我是那個湘陰廟神王善。自從我的廟宇被你焚毀後，我便跟着你十二年。只要你一犯錯，我就會報復前。但是，今日真人您已經功德圓滿，並獲上蒼保奏成為天上帝將，我卻沒有找到您的錯。所以，一直沒法報仇。」薩真人聽後，便回覆道：「你是『兇惡之神』，若是執着於自己持修之法，以為這是唯一正確，最後終將反而損壞此法。」王善因此「立誓不敢背盟」，而薩真人也因此向玉帝保奏他作為天上帝將。

在這個明代的故事中，薩真人以神火焚毀湘陰廟神王善的「淫祠」，正符合了他作為宋元時期神霄派雷法主法祖師的形象。而王善也是道教護持山門的重要神明。事實上，在《明史》志二十六的〈禮志〉也記錄薩守堅（《明史》記「姓薩名堅」，無「守」字）曾傳王靈官符法。而在永樂年因當朝道士周思得「能傳靈官法」，所以朝廷「於禁城之西建天將廟及祖師殿」。

●**葉德平**博士 香港教育大學「文化傳承教育與藝術管理榮譽文學士」課程統籌主任、「戲曲與非遺傳承中心」副總監，曾出版多本香港歷史、文化專著。