

放下輸贏的餘音

觀察新語

童心

上周，我曾憶起新界初識小提琴的滑稽歲月——那段從「生鏽鋸木頭」般的乾澀嘶鳴，直至被莫札特K525的耀眼光徹底喚醒的時光。或許有讀者會以為，尋得音樂的優雅靈魂後，迎接我的便是康莊大道。然則，現實的劇本從不這般順遂。

俗話說：「寧願當鳳尾，也不願做雞頭。」為追求更高境界，我背着琴盒踏入南區的小學。這裏，強手林立……嫉妒與恐懼，如荒草瘋長。那時的我，骨子裏透着一種病態的倔強：看不得別人比我優秀。

為了追趕，我陷入走火入魔的拉鋸戰。練琴。無休止地死磕。琴弦無情割破指尖，鮮血順着金屬紋理滲入深色指板，留下暗紅斑駁。痛嗎？早已麻木。我猶如困獸，將「戰勝他人」視作唯一救命稻草，卻忘了最殘酷的鐵律：人外有人，天外有天。技術的攀比，是一座永遠爬不到頂的無間地獄。

這份近乎自毀的執念，直到小六畢業典禮的仲夏夜，才迎來救贖。鎂光燈刺眼，台下人頭攢動。作為才藝表演壓軸，我沒有選擇炫技的協奏曲，而是架起琴，輕輕拉響了古老的《送別》。

沒有繁複弓法、沒有錙銖必較的速度，只有最純粹的傾訴。當弓毛在G弦拖曳出第一道悠揚蒼涼的孤線，偌大禮堂陷入出奇的死寂。我閉上眼，腦海湧現的是各奔東西的摯友，是咬牙死撐的酸楚。我不為掌聲而拉，只為告別而奏。

一曲終了，餘音裊裊。台下沒有震耳歡呼，卻有許多悄然泛紅的眼眶。那一瞬，我如夢初醒。小提琴的偉大，不在於用技巧將對手碾壓。音樂真諦，是共情。它是一座跨越語言的橋樑，讓我們透過琴聲，撫慰另一個孤獨的靈魂。

我不必最好，我只需做最真誠的傳遞者。

李牧遙妙語人生

窗常開

潘明珠

潮流興短視頻，但親子要選優才好看，近日偶然看了知性畫家李牧遙的妙語人生系列，覺得很值得推薦。此視頻已陸續推出近30集了，每集由李牧遙女士和她弟子小堯作師生對話，真是妙問妙答哩。

明眸帥氣、眼珠流轉的男孩小堯，在每一集都會問一些有趣的問題，例如，在二十四節氣之秋分這天，他向老師提問何謂秋分，是否萬物都要對半分？李牧遙一邊執筆作畫、一邊以溫柔甜美的嗓子答，聲音動聽。她說，秋分不是刻意均分，是懂得平衡。就像作畫用色不宜一味濃烈，也不可一味清淡。做人亦然，不應偏執於激烈火熱，勿沉溺於麻寒清冷。知取捨，懂平衡，便是人生最好的狀態。小堯聽着，眼裏也閃光了。

詩人痲弦《如歌的行板》中有一句：「溫柔之必要，肯定之必要。」李牧遙把生活智慧用具體溫暖的方式，來跟孩子分享，並以年少者同樣高度，去解說生活中的疑問以肯定弟子的學習，予他以信任，助他進步，我讚。

大人對孩子一些問題常不自覺老氣橫秋地作出指導和教訓，然而李牧遙女士非常聰慧，她緊貼時代，運用及通過最現代化的短視頻來跟孩子一起研討，讓孩子能聽懂當中的語言，從

中自然開竅領悟，真是妙法。今日先進的短視頻令孩子們感到吸引和親切，我介紹給學生看，大家都覺得很新奇有趣，每集都想追看；有些學生可能就是為了看那男孩小堯怎樣回應，因為小堯就好像他們的化身，李牧遙用深入淺出的方式說明一些人生智慧和道理，讓孩子的學習過程變得愉悅富趣意，有效地把重要的智慧真正說到孩子心裏，讓他們的學習和思考同時並行，從而達到舉一反三的效果，這學習過程真是太好了。

短視頻的配音，都是李老師溫柔的聲音，所以我們用這樣的溫柔暖語，其實放諸四海皆準，孩子聽起來印象深刻也容易接受。我們中國人的文化中，就特別強調溫柔敦厚的道理，這樣是維繫師生情誼，維繫親子關係的好態度；面對任何問題，不要說教，而是站在跟孩子同樣的高度來看問題和解說，溫柔以對，並肯定孩子的學習，這樣才最好，這樣才可通過妙問妙答共同學習和長智慧。

●水墨課上師生對話。

作者供圖



好好吃飯

琴台客聚

潘國森

《歡迎來龍餐館》的主角徐福不是什麼英雄，每次面臨死亡威脅，他總是恐慌到渾身發抖，反而是馬俊生有視死如歸的氣度。徐福和馬俊生都該是學歷不高的小人物，至於他們有沒有讀過《孟子》講的「老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼」，只能交給觀眾按照自身的三觀去決定。書本上是這麼說，但在最艱難的環境要實行卻需要大仁大勇。一個國家、一個民族如果壓根兒沒有「敬老護幼」的思想和實踐，如何可以興旺發達？

馬俊生自己是孤兒，徐福則已為人父，環境將他們推到「絕境」（Ultimate Situation），小人物只能賭一賭命運了。徐福經常勸戰地遇到的人「好好吃飯」。許多傳統戲劇，包括我們廣東大戲或近數十年的粵語電影常有類似的場景：故事主人翁對人生重大挫折或艱難逆境的時候，劇中其他人物常以「強飯加衣」作為鼓勵。活着，才有希望。

在網上刷到一條短視頻，東南亞某地一位伊斯蘭教教士，談及他們的族群應該怎樣與同處一國的中國廣東人相處。他說廣東人問候人時，常會問：「食咗飯未？」教士用字正腔圓的粵語，再說：「食咗飯未？」然後語帶咽哽。這是經歷過餓肚皮的外國人，對我們廣東人都有如電影中「好好吃飯」那種最樸素祝願的共情。

給電影寫影評已不再被傳統意義的影評人壟斷。有位網民評論深得我心！他說世上哪有什麼「普世價值」（Universal Value）？只有「人類命運共同體」（A Community With A Shared Future For Mankind）。人要「好好吃飯」，才有希望、才有未來。

二戰時美國總統羅斯福（Franklin D. Roosevelt）提出「四大自由」（Freedom From Want），主要內容是確保每個人都能夠健康和得到基本生活所需。那走不出「國以民為本、民以食為天」的中國智慧。

假如明天以後要有很多很多天沒飯吃，人就要餓死、就要失去生存權。俗語有云：「寧為太平犬，莫作亂世人。」戰爭會剝奪平民百姓「好好吃飯」那最卑微的人權訴求。世上寧有「普世價值」？「人類命運共同體」的第一層訴求是溫飽，人要先活得像個樣，才可以談價值。

AI短劇窒礙創意

翠袖乾坤

余似心

近期網上有大量人工智能（AI）生成的短劇，有人說很好看上癮了，有人卻對之不敢恭維，但相信這趨勢肯定會加速發展，鋪天蓋地推出，將會取代真人劇的一定位置。

在你以手機觀看網媒時，就會不斷有些AI短劇彈出，看到最精彩的部分劇情便結束了，有些人為想知道劇情的發展，便又追下去。

AI短劇的特性，是劇中人物的臉容都相若，似是在同一個資料庫中提取，女主角是同一個樣，男主角是同一個樣，所有特定角色也是。有說製作經AI分析最漂亮男女性的特徵，而造出樣板人物。所以每一齣劇的角色都是同一個樣子，只是換了不同身世、現代或是古裝的衣物。這些AI生成劇，一個皺眉樣子、掉淚情景、手搓衣服、兇巴巴罵人……都是同一個模式。

最大問題是劇情總是圍繞着弱質女子被欺凌、丈夫負心、小三狠毒、貪財家婆、天賦異稟的小孩被拋棄、女

主角一朝翻身搖身變董事長、惡人倒地；壞人惡得不合理，害人害得無天理，令人看得熱血沸騰……

每劇都離不開這橋段，看了幾齣便覺得浪費時間，無論角色造型或劇情都沒創意，這樣發展下去，大家只用一個模式思考，對一個社會和國家絕對不是好事。

內地一位女影星最近提到自己看過大量AI短劇，批評作品之間的同質化問題極嚴重，她認為如果新一代將影像養分過度集中於同質化的AI短劇，恐影響藝術鑑賞力，我也有同感。

在香港原來有不少長者沉迷於這些短劇，有心理醫生分析原因：「這些劇幾秒鐘一個背叛、復仇或暴富高潮，高刺激、低等待的劇情節奏能快速觸發多巴胺。加上長者對日常生活的感受力降低，短劇就變成最快的情緒刺激來源。」

早期真人劇重複同類橋段成風，追劇人不少。現在以AI生成，更省錢省力。我認為AI生成短劇沒問題，但應花心思放入更多創意，才不會窒礙社會進步。

誰的懷舊

網人網事

狸美美

早上打開手機，熒幕彈出系統推送：「重溫3年前的今天」。點進去，演算法已經自動配好了輕柔的背景音樂，將幾張早已被小狸遺忘的咖啡館隨手拍、街景照片，剪輯成了一支卡點精準、畫面溫馨的「動態影集」。

嗯……有心了，多謝晒。但怎麼說呢，在那一瞬間，小狸卻並沒有感到溫暖，反而是生出一股微微的荒謬感。原來，我該在今天懷念什麼、以什麼樣的情緒懷念，甚至連懷舊時的背景音樂，都已經被安排得明明白白。所以有沒有意識到，我們正在進入一個「記憶被高度塑造」的時代。在過去，懷舊是一件極具個人主體性的精神活動。人們翻開泛黃的相簿，或是從抽屜最深處取出一枚舊票根，那些被歲月磨損的邊角，觸發的是極其私密且複雜的情感。那是經過時間洗滌後，大腦自發進行的情感篩選與重構——我們記住的，往往不是事情的全部真相，而是那一天陽光的溫度、空氣裏的氣味，以及當時內心深處的波瀾。

但如今，我們身體延伸出的數碼器官——手機與雲端服務——搶過了這個工作。演算法憑藉着時間戳記、地理位置，甚至是照片中人物的笑臉識別，精準地從龐大的數據庫裏挖掘出它認為「值得被紀念」的片段。這看似是一種貼心的智慧服務，背後卻藏着某種精明而冷酷的商業邏輯。

因為演算法挑選的記憶，永遠是鮮艷的、溫馨的、適合被再次分享到社交平台的。那些我們在深夜裏敲下又刪除的文字、因為失眠而隨手截下卻

帶着沉重心情的畫面，或是那些象徵着尷尬、挫折與傷痛的影像，往往會被系統默認為「低質量內容」而沉入海底。演算法為我們搭建了一座充滿陽光與微笑的「數碼迪士尼樂園」，將生命中那些晦暗、複雜但同樣真實的褶皺通通撫平。

而當召喚記憶的權力從「人心」轉移到了「代碼」，我們的生命經驗是不是也被重新編碼了呢？

心理學上有個現象叫「植入性記憶」，意思是當你反覆觀看某張照片或某段影片時，你的大腦會逐漸用照片裏的畫面，替代你原本真實的情感記憶。當演算法年復一年地為我們推送經由它篩選過的「那年今日」，我們最終記住的，究竟是自己當時真實的人生體驗，還是演算法希望我們記住的精緻版本？

另一方面，追憶這件事，原本應該是深沉、偶發且帶有某種儀式感的，但當懷舊變成了系統定時推送的「每日任務」，情感的重量就被無形地稀釋了。追憶變成了每天熒幕上的習慣性滑動，甚至是一次為為了獲得社交按讚而發起的轉發。我們的懷舊，成了平台活躍度的一筆數據貢獻。

人的情感之所以珍貴，在於它的不可預測與獨一無二。生命中那些真正形塑了我們的時刻，往往不是那些拍得美輪美奐的打卡照，而是某個獨自走在雨夜裏的轉瞬間，或是與某人默默對視時無聲的妥協，以及，多年後仍念念不忘、或偶爾想起這些時刻的時刻。這些情感，通通都無法被數據化、無法被演算法識別為「優質素材」，但這些情感才是最真實的追憶。

下次當手機再次跳出「那年今日」時，不妨，就關掉這個功能吧。

為什麼年輕人排隊求籤

他鄉港聲

梁家信

文旅部香港青年中華文化傳播大使

年輕人一邊高喊「我命由我不由天」，一邊在寺廟裏排隊兩小時，只為求一支上上籤。現代年輕人，正用最「玄」的方式，對抗最現實的焦慮。這幾年，內地年輕人開始湧向寺廟。排隊求籤、買手串、曬水晶是標配；與此同時，AI算命、AI求籤、AI解籤、電子木魚，也在手機裏悄悄刷屏。有人叫它「玄學消費」，有人叫它「心靈經濟」。不管叫什麼，這股浪潮已經大到無法忽視。

這代年輕人面臨的壓力，不比任何一代少。就業競爭激烈，房價高企，收入增長放緩，未來充滿不確定性。玄學在這種時候提供的，不是改命的承諾，而是一種掌控感。就像古人說的「盡人事，聽天命」，年輕人需要一個出口來安放焦慮。

有調查顯示，大多數Z世代受訪者承認曾經歷中度及以上情緒壓力。與以往不同的是，近一半人選擇通過知識型內容、情緒管理工具和自我調節機制進行「情緒自救」，而不是單純宣洩。冥想、情緒記錄、心理健康訂閱制產品因此快速增長，在Z世代中的使用率明顯高於其他年齡層。

更重要的是，玄學消費已經成了一种社交語言。朋友之間聊星座、分享塔羅結果、推薦靈驗的寺廟，比正經討論工作或房價輕鬆得多。它不是迷信，而是一種低成本的情緒調節方式。買一串手串花不了多少錢，算一次塔羅也不貴，花小錢買個心安，這筆賬算得過來。

從消費心理學看，玄學消費的核心

驅動力是「情緒價值」。有機構預測，中國情緒消費市場已膨脹到萬億級別。年輕人願意為「感覺好」買單，而不是為「功能強」買單。這是一種從物質到精神的遷移，也是社會發展到一定階段的必然結果。AI正在給這股浪潮換上新皮囊。小程序裏搖一搖就出一支電子籤，大模型幾秒鐘解完籤文，還能結合星座、生辰、面相生成一套量身定製的「運勢方案」。有人敲電子木魚，有人掃碼「賽博祈福」、有人讓AI幫忙選日子、起名字。科技沒有消滅玄學，反而讓玄學變得更便宜、更即時、更懂你。這正是AI與文化結合最生動的現場。

商界敏銳地捕捉到了這一趨勢。寺廟推出文創產品，手串、符咒、香囊被包裝成時尚單品；品牌推出「開運」系列，把玄學元素融入產品設計。報告顯示，情緒消費佔比正向中等偏高的區間集中，越來越多的人把情緒支出納入預算，從「偶爾慰藉」轉向「定期投入」。從香火到算法，從符咒到訂閱制，「心靈經濟」正在長成一條完整的產業鏈。

從更深層看，這反映了消費觀的轉變。過去，消費是為了滿足物質需求；現在，情緒價值成了新的決策權重。大多數受訪者表示過去一年主動減少非必要消費，對「性價比」和「長期使用價值」的關注度明顯提升，「清晰標價」「無套路促銷」成為品牌信任的關鍵。消費並未萎縮，而是從情緒驅動轉向價值評估驅動。

從香港的角度看，這種現象並不陌

生。黃大仙祠常年香火鼎盛，算命攤遍布廟街，玄學文化在香港有深厚土壤。我從小在香港長大，廟街的算命攤是熟悉的風景，長輩帶我去黃大仙祠求平安符，總說一句，求個心安。如今看着內地年輕人排隊求籤，忽然覺得，這份心情海峽兩岸暨港澳的年輕人其實相通。不同的是，內地把玄學消費變得更日常、更社交、更商業化。這是一種文化創新，也是市場機遇。香港既有傳統文化底蘊，又有現代商業運作經驗，若將玄學文化與AI產業結合，AR虛擬占卜、大數據個性運勢、融合傳統的文創產品，都是值得探索的方向。

我認為，這股趨勢不會消退，反而會隨着社會壓力持續而加深。它不是簡單的「迷信回潮」，而是現代人在不確定時代尋找確定性的一種方式。無論是寺廟的香火，還是手機的AI籤文，本質上都是對「心安」的需求。

未來，「心靈經濟」可能從占卜算命，發展為更系統化的心理健康服務。AI求籤只是入口，後面是情緒記錄、心理健康監測、虛擬冥想導師，甚至智能情緒伴侶。技術的進步，會讓「心安」來得更便捷，也會讓傳統文化以新的形態活下來。

說到底，年輕人排隊求籤，求的不是神明的庇佑，而是一絲心靈的安寧。在這個快速變化的時代，每個人都需要一個錨點。寺廟的鐘聲也好，手機的AI籤文也罷，都是年輕人給自己找到的那個錨點。而這個錨點，正在催生一個萬億級的新市場。

你的悲傷也是我的

信而有征

劉征

略薩有一本故事集叫《胡利婭姨媽與作家》，本書的第一個故事，年輕的富翁之女和自己的哥哥有了不倫之戀，並懷了他的孩子。那是一個虎頭蛇尾的故事，因為它在事情被揭曉之後就戛然而止，讓那個故事不上不下。然後，略薩又在其後講了很多故事，有一個喪失記憶落魄黑人的故事……還有一個滅鼠英雄的故事。一個接一個，他一共寫了9個故事。

所以這本書內容很多，以至於越到後面，你會越以為他已經忘記了先前最早的那個故事。可是，沒想到，在第幾個故事之後（實在是記不得第幾個了，故事太多了），這個女千金又出現了。在這裏，她已經淪為了一個踢足球的流浪者，像個假小子一樣愛上了一個足球裁判，這當然是在她被揭穿醜事之後發生的事。

這時候，讀者又再一次被震撼到了，甚至比故事宣告一個新娘懷上自己哥哥的孩子還要讓人驚訝。就好像你看到一個死而復生的人，驚駭之餘，你又有一種久違的親切感，似乎在這麼多獨立的故事之後，

有一個天意讓她出現，成了別個故事。這也就是說，一個人的命運也成了另一個人的。那麼，一個人的痛苦也就是另一個人的。

這種混雜到了最後簡直成了一場荒誕的夢，所有先前的人，一會兒在這兒、一會兒在那兒。不過，你不能說夢不是真的，因為這些東拉西扯的東西被弗洛伊德寫成了一本叫做《夢的解析》的心理學名著。或者，還有一個中國人，寫了一本書叫《周公解夢》，也想去探究何為夢裏的故事。

當然，他們也得出了結論。至少在弗洛伊德那裏，夢被看成是慾望的一種體現。也就是說，你夢到什麼，就意味着你欲求什麼。而這種精神性在略薩的這部小說裏成了一种具體的、組織故事的結構。讓所有故事先分別單獨地被講出來。然後，偶然一個「錯亂」的思維，讓一個人物竄到另一個故事，並且，就連作者也對此混亂狀態無能為力，因為他寫的故事太多，以至於完全搞混了。

於是，這些故事最後就變成了一個大雜燴。作為一個讀者，因為你對那些已經發生的故事相當熟悉，對於他的新身份，也

就沒那麼排斥了。它還有一個意外的好處，就是讓先前已經被遺忘的那些故事重新熟悉起來。這不大不小的混亂就成了一個不分你我的世界觀。就像漫威最終發展成了復聯，各路英雄到處串門子，宇宙原來就是這麼建成的。

略薩的宇宙比漫威的宇宙更整潔，因為它們不脫胎於一個團隊，而脫胎於一個人，就是作者本人。這個人筆耕不輟地寫作，寫出各種人物。然後，又不由自主地搞錯情節。

所以，被稱之為結構現實主義小說家的略薩所奉行的結構是什麼呢？是他自己作為個人的信念一致性嗎？作者出於對這種信念一致性的信心，以至於相信所有故事，即便混亂排列也沒關係，畢竟它們都是從作者的世界觀當中誕生的，那這些東西也必然奉行作者的價值準則？

還是說，略薩信奉一套外在世界的準則？就好像冥冥之中自有注定？就連自己也是注定的？因為這種混亂排列並不出自於作者的意志，而是細節太多，連他自己都分不清了。可這又稱得上是一種混亂嗎？明明看得懂呢。