

翠袖乾坤 余似心

不知出自誰的手筆，把Hip Hop翻譯為「嘻哈」，實在傳神，也配合年輕人追求的人生態度。Hip Hop文化發源於紐約貧窮的非洲及拉丁裔街頭青年，他們未能融入主流社會的價值規則及文化，甚至被排斥，在流連街頭無所事事時創出的玩意。

嘻哈舞出自信

在歐美大城市，街上就經常看到大群年輕人，在強勁音樂的配襯下集體跳舞，步伐整齊，見他們玩得高興，旁人都忍不住加入他們的行列。加入的成年人應可感受到這些年輕人為何愛留在街頭。有些個別練出成就的，會作個人表演，倒頭翻滾，頭轉風車手擰，做出許多高難度的動作，渾身是勁，節奏感強、速度快，以贏得掌聲及羨慕眼光為樂。

協青社就看看準嘻哈文化對年輕人的吸引力，專門向待學業或對舞蹈有興趣的青年招手，專人教授Hip Hop、地板舞、爵士舞等，還為他們提供表演賺錢的機會，成功帶領一班失去方向的人重拾自信。

在香港，街頭徘徊的青少年，他們除渴望友儕的接納外，往往也都感到能力不及別人，不能適應教育的模式，感到不被諒解，於是終日留在街頭作為逃避，內心是無助及失落的。一位有讀寫障礙的少年學了Hip Hop舞後，竟在書本以外找到了自己的能力，從此認同自己的價值，不再自卑。讓我們也一同在街頭嘻哈跳舞吧，社會會更有衝勁！

琴台聚 潘國森

報載颶風「海葵」迫近浙江，沿海有數十萬人要緊急轉移，以策安全。印象中，類似的舉措還是第一次聽到。本文見報之日，相信風暴已過，希望破壞不大，區內居民的生活可以盡快恢復正常。

驚聞融冰驟現

近年長江三角洲地區一再受到強烈颶風影響，證明太平洋西部熱帶氣旋活動的範圍明顯北移。回憶筆者年輕時候，颶風大多只吹襲台灣，然後在福建沿海登陸，浙江一帶緯度較高的地區向來免疫，即使在長江口附近登陸，風力也不大，影響也極微。

氣候反常是令人措手不及的重要原因之一。近日北京暴雨成災，出現廣泛地區水浸，這個可能跟北京向來是缺水城市有關。下雨量慣常不高，當然不會有人想到要加強城市排水系統的建設。二零零八年中國廣泛地區暴雪成災，連長江流域也受影響。當時就有人怒罵上海連個像樣的剗雪車也沒有。這個批評未免有點事後孔明。在還未遇上這次雪災之前，如果有人提醒上海有關部門買一部像樣的剗雪車，大家很可能罵他神經病！

但是全球氣候反常的現象層層出疊見，看來溫室效應

跳出框框 蒙妮卡

一張奧運球賽門票可以看見整天，十分過癮。千辛萬苦購得溫布頓網球準決賽門票，由正午十二時看至晚上九時，共三場。觀眾自由出入買食物，或離場伸懶腰；台下氣氛輕鬆，台上則緊張萬分，斷殺聲四起。

體育精神猶在

中場最精彩，兩位俄羅斯美女爭入奧運女網決賽。三號種子舒拉寶娃早已馳名四播，迎戰嬌滴滴的十四號種子基里連科，兩人舉手投足認真「養眼」。尤其是舒拉寶娃，六呎二吋模特兒身材，無論是發球時低頭沉思，抑或搶球時嬌叱一聲，狼狽回應，同樣賞心悅目。

兩位美女同齡，二十五歲，閨中密友。賽場上六親不認，邊論同鄉或閩蜜。兩美女殺得天昏地暗，最終舒拉寶娃勝出，以六比二、六比四，送給閩蜜兩個大雞蛋完場。打得人心狠手辣，贏來不易，當然與高采烈。舒拉寶娃笑靨如花，向觀眾高舉雙手示謝。球場另一端，基里連科低頭收拾拍行裝，黯然離場。

體育精神應如此，不存在「同胞自相殘殺」。相隔一天，舒拉寶娃的下場與基里連科一樣「慘烈」。她迎戰一號種子、美國的小威廉斯，爭奪奧運網球金牌。結果，她以零比六和一比六，苦吞兩蛋修敗。

這一場球賽，猶如美女落在野獸手中，任由宰割。美女花容失色，我見猶憐；野獸目露兇光，毫不留情。小威廉斯贏得十分輕鬆。她像昨天的舒拉寶娃那樣，以勝利者的姿態高舉雙手，在球場上歡欣跳躍。全場觀眾起立為她們鼓掌，為舒拉寶娃的奮鬥，為小威廉斯的認真和不輕敵，觀眾的掌聲如雷。

偏心無可避免。觀眾討厭小威廉斯用毛巾當擦臉布，不堪入目；舒拉寶娃用毛巾蓋臉，玉手輕輕按摩，惹人憐。但偏心歸偏心，觀眾始終為盡本分的體育精神而歡呼。

溫室效應令地球升溫。且不說海平面上升十五公尺那麼驚人，只要上升兩公尺，許多太平洋島國就要滅亡。歐洲的荷蘭也可以要為「亡國」做好準備，因為海水再上升多幾公尺，荷蘭的防波堤都要吃不消。現時荷蘭大片國土都在海平面以下，若然出現現狀，則先美國新奧爾良的災難，荷蘭的歷史可能就此終結。

近日報載格陵蘭島首次出現廣泛地區融雪，這個就極之不尋常了。

是誰悄悄蒙上你的眼睛

上學做作業就是練琴背樂譜，晚上很晚才睡覺。好不容易到了周末，還得學琴練琴，暑假到了，還得忙著去考級。如此學習壓力，孩子的眼睛能健康嗎？

關注孩子「心靈的窗口」

俗語說：健康眼睛來自健康生活。用眼有度，光明之路；科學用眼，美好無限。一雙雙純真、漂亮、美麗的大眼睛，千萬不能被厚厚的鏡片所遮擋。請學校、社會多多關注孩子「心靈的窗口」，請家長們多多重視孩子「心靈的窗口」，共同給孩子的眼睛減壓；請孩子們養成良好的用眼衛生習慣，自覺擦亮自己的「心靈窗口」。

值得一提的是，愛眼不但要從娃娃抓起，愛眼更要持之以恆，不然像我這樣到了老年光景，稍有不慎還會對眼睛造成傷害，更會對生活帶來諸多不便。擁有好視力，生活更給力。讓我們每一個人都切實愛護自己的眼睛，讓生命的陽光更精彩。



電腦族給眼睛放假吧。網上圖片

沒有時間休息，從而增加了近視率。誠然，現在的孩子拿我們以前的兒時不同作比較，我們那時的娛樂也就是玩泥巴、滾鐵環之類，根本不傷眼。那個年代，要在小學裡找一個戴眼鏡的都難。現在高科技社會，孩子一有空就看電視、用電腦、玩手機，持續用眼增加了眼疲勞，屏幕不斷閃動的亮光又加重了眼睛負擔，這就很容易形成近視。拿鄰居「小眼鏡」陽陽來說，她從小就喜歡看電視，每年寒暑假，爸媽一上班，她就打開電視，經常一看一整天。小學一年級以後，她又迷上了玩電腦，結果就近視了。然而，學習負擔多也是一大原因。作為孩子的父親，我是深有體會。現在是獨生子女時代，家家戶戶都希望成龍，望女成鳳，從上幼兒園起，孩子們就開始了學習上的競爭。孩子平均每天的在校時間其實超過了大人的工作時間，特別是六年級畢業班在校時間就更長。每天放學回家還要寫作業，複習、預習課上的學習內容。而到了周末，作業量比平時更大。為了讓孩子多才多藝，不少家長除了讓孩子理頭完成各種作業外，還讓孩子報考英語、繪畫、鋼琴等興趣班，這就更增加了孩子的學習負擔。

心痛近視族漸增。前段時間，因一間小學要創優，便請我幫他們拍攝相關專題片製作光盤等領導檢查時播放。在拍攝小學生上課鏡頭時，我發現了這樣一個奇怪現象，就是從一年級到六年級，每個年級每個班都有不少的兒童戴眼鏡，越是高年級的戴眼鏡的就越多，粗粗算了一下，在這所有2000餘名在校生的小學裡，戴眼鏡的竟然接近40%。從校長室各年級上報的學生視力統計報表中看，一年級新生視力低下者近3成，而六年級的視力低下者竟然達到62.43%。

一向與眼鏡無緣的我，想不到花甲之年也要戴上眼鏡。要說是配一副老花眼鏡倒也情有可原，因為上了年紀的人，逐漸產生近距離閱讀視力困難，這是人體機能老化的一種現象。而我配的是近視眼鏡。不配不行啊，我外出見人都模糊，別人用微笑或手勢向我打招呼，我也看不見，以致得罪了不少人，誤以為我架子大見人愛理不理。一次，有位昔日的老領導老遠見到我我就張開笑臉迎上來，盼望着我能招呼他。可直至與他快碰到面，我也沒能認出來。這時老領導頓時收起了笑容，與我擦肩而過。這時，我才猛然認出了他，趕緊追上去打招呼。

社亦有道 阿杜

一石激起千重浪，藝人黃宗澤與胡杏兒之七年戀情玩完，各爆對方之外圍戀情，由此黃宗澤被爆出重情外戀史。扯動之下，有兩位美女女星被牽連在內。由此這陣風暴馬牛毫不相及的，竟也吹到本人頭上來，此數天之間，連日被後輩傳媒老友紛紛問訊。

一石激起

原來指唐嫣和倪晨曦兩位美女明星也被牽入「黃胡情變」傳聞之中，剛巧此二人都曾和筆者有些少關係，於是記者弟妹來電問：「此二人怎樣，現在何方？如果來港或過港，千萬請帶出來和我見一見。」皆因這兩位美女新人年前剛出道之時，都由阿杜帶她們出來會見香港傳媒，廣為介紹。先說唐嫣，她是大公司嘉禾橙天的當家花旦，阿杜曾是此公司之宣傳總監，此人北京電影學院畢業，曾是二〇〇四年之「奧運寶貝」，及後簽約嘉禾橙天拍了《神槍手與智多星》、《神仙老虎狗》、《風雲2》等多部片和《仙劍奇俠傳》等片集，在香港待過幾個月。這次「黃胡情變」才過，中秋月餅早已在爭鬥各地。各地有各自月餅風味特色，各放異地。聰明的商家配合五色花八門廣告作招徠以增吸力。講到中秋，最神奇的故事莫過於極富傳奇的「嫦娥奔月」。然而，隨着我國航天科技飛躍進步，「嫦娥奔月」現實版飛天夢已成。華人臉貼了金的國家領導人，儘管在當年經濟環境奇劣之下，仍提出「兩彈一星」的戰略，經數代科學家、宇航員努力，中國航天事業發展由載人飛船起步，至今天已成功實踐着三位航天员景海鵬、劉旺和劉洋升空。而劉洋是我國第一位女航天員，被稱之為「現代嫦娥」。當之無愧。中華民族的自豪和驕傲體現在中國綜合國力不斷強大，經濟領域有話語權之同時，中國爭取在太空宇宙世界佔上一席位，相信不久將來，建造載人空間站，空間應用的實現不再是夢想矣！

思旋天地 思旋

「現代嫦娥」當之無愧。中華民族的自豪和驕傲體現在中國綜合國力不斷強大，經濟領域有話語權之同時，中國爭取在太空宇宙世界佔上一席位，相信不久將來，建造載人空間站，空間應用的實現不再是夢想矣！

航天英雄

崇尚創新科技，崇拜英雄是潮流，不分年齡。曾記得一九九四年八月二十八日，我應邀參觀中國衛星發射中心——西昌。當時是我國「長征二號」以捆綁式連載火箭在西昌發射中心成功地將「澳星B3」衛星送入預定軌道。我首次有幸親歷其境，在發射基地觀看發射實況，心情是何等激動呀！其後，與中國航天第一人——楊利偉零距離接觸。在內地及香港，尤其在香江，目睹「航天英雄」受到國民英雄式的致敬，香港中小學生與英雄對話，分享宇航知識和英雄努力奮鬥為國所作出的貢獻。就算對我年過半百長者，仍然有一份激動愛國情懷湧現。

網人網事 狸美美

看奧運一直是個體力活，除了四年前的京奧讓大家的作息稍微順遂了一把外，其餘屆屆奧運都逼得人起早貪黑。不過，若看開身體的疲勞換來內心的愉悅，值了。但今屆倫敦，卻愈來愈覺得體力活交際。

讓體育回歸體育

打從一開始，各種爆點就爭先恐後往外冒，每天一打開電腦就是各種驚悚：五十三公斤級女拳「恥辱」了；葉詩文被質疑興奮劑了；丁寧在「蠢女人」手裡了；單車首金莫得名而復失了；女羽雙打假球被禁賽了；孫楊的國旗被壓在「棒子」之下了；以上這些只是一首輪轟炸「第一爆點」之後，無論誰是媒體，專家還是網民都習慣性地飛速尋找「第二落點」甚至「第三落點」，而本屆奧運最大的一個特點就是奧運政治化，於是——

周後的「恥辱」原來是地方專利的祭品！小菜莫須有的罪名逼現西方歧視！黑丁寧的裁判是想抹黑中國乒乓球！單車違規連連運動員都不清楚？可見是裁判故意的！女羽雙打「合理利用規則」冤枉啊！國旗風波再次體現英國人歧視我們！

看多了，愈來愈覺得不少國人都被受害者妄想症；看多了，愈來愈覺得不少國人「一包括媒體、名人乃至運動員本身，已經開始忘記了最樸素的重要：看多了，愈來愈覺得金牌背後是一潭深不見底的渾水；看多了，愈來愈覺得的不是奧運了。

直至在寫這篇小稿前，網上出現了一篇被五大網站共同推薦的文章，作者為中青報的評論員曹林，寫得頗得理想。其中提到：「如果帶著受害者的心態看奧運，先入為主地認為整個世界都在偏見中「迫害」中國，那麼，滿眼都是「迫害」，甚麼事都能想像成針對中國的陰謀。」而其根源，是「弱國心態在作怪」，愛國最後是護短，批評不是賣國，成熟的大國國民，應該明白這些基本常識。」

小狸忽然想到，在英文中，奧運會被稱作Olympic Games，其中Games是「遊戲」的意思；在中文中，奧運會被叫做「會」，讓人首先想到的是「開會」。這個字面的「歪解」也許無意中道破了中外對待奧運最本質的不同。讓體育回歸體育吧，帶著政治心看奧運真的很累。