

翠袖乾坤
文潔華

我並不熟悉草蜢三子的歌，但就奇怪地有看他們演唱會的衝動；我想這心理背後顯然有某些原因。

忘情森巴舞

香港人現實，但又不甘於現實，至少要回到娛樂大世界裡想像一番。我們曾以香港流行文化的輸出和影響力傲視同儕；當香港是大娛樂家的時候，韓國還在努力學習，幹勁仍未起家。別數算中國城大富豪，我們從未為珠光寶氣、冶豔或渾身解數感到過慚愧。

這夜，從前在梅艷芳蔭庇及提攜下嶄露頭角的草蜢三子，因為做騷至上，舞台空間實貴。高水平狗頭狗奇觀的形象設計，以中東神話為題的冶豔獵奇，由Dancers一力承擔。當然還有草蜢三子再度實現載歌載舞，極盡身體的能事。台下觀眾同樣是成熟年紀，但也提著吹氣棒拚命拍打，高興到人人毫不吝嗇地與他們重溫（和再度相信）好日子。

草蜢同時滿足了內地觀眾的期望。後者喜歡一切能與大中華匹配的氣魄、響亮、閃耀、燦爛和奇趣。別給他們一桌二椅三結他；何況在內地，跟草蜢三子年齡相仿但娛樂能事高的舞台騷人並不多見？《忘情森巴舞》響起，台上台下，人人一起投誠。

古今談
范舉

未來國家之間的競爭，很可能就在互聯網的安全技術。很多國家，都努力開發新的科學技術，新的工業產品，科學技術就是最先進的競爭力。很可惜，大量的科學技術秘密，由於電腦互聯網的安全技術略遜一籌，被別國偷走了，讓人家大大領先。至於軍工技術的秘密被人偷走，損失就會更大，可能一晝夜之間，發生戰爭，全面地落在別人的下風。

中國開始重視網絡安全

中國這一招，實在太絕了。美國苦心經營了幾十年的間諜網優勢，一下子就沒有了。中央情報局的特務斯諾登，怎樣做黑客，怎樣入侵別人的電腦？美國人心知肚明。假如這一套洩露了，大家都利用視窗8的後門，結果就出現了互相可以透視對方的互聯網的尷尬局面。所以，美國人大發爛熾，公開說中國的解放軍有五個人偷走了美國公司的技術材料，美國要進行起訴。美國人沒有說，他們的軍事秘密也被偷走了。眾所周知，美國的間諜隊伍裡面，就有一個網絡軍隊，專門監視和偷竊中國的機要。美國是最大的互聯網盜賊，正式地啟動了互聯網的安全的戰爭，今後將會好戲連場。中國作為報復的行動，已經停止了和美國的互聯網安全的雙邊談判。中國今後的努力方向，將會發展自己的操縱互聯網的軟件體系。如果取得成功，美國今天出售的互聯網和電腦軟件，將會大大貶值。中國有十三億的人口，如果投資電腦人才，將來的互聯網和電腦軟件技術，肯定會大有進步。這正是美國表示要控告中國五名軍人的最大代價。

雙城記
何冀平

近日內地出版了一套《獨立調查啟示錄》，作者趙瑜，此人原來是一個不出名的運動員，曾經寫了一篇關於體育界內幕的調查報告，名為《強國夢》，引起外界重視，接着他深入東北，調查當時最火爆的馬家軍長跑教練馬俊仁，寫出《馬家軍調查》，繼而又對中國參加漢城奧運軍團追蹤採訪，發表了《兵敗漢城》。這三部調查報告以他的親身經歷、內部消息和大量事實，揭示中國體育體制的弊端，被稱為三枚重磅炸彈，引發重大社會反響。趙瑜後來不再做運動員，成為以獨立調查著稱的中國報告文學作家。這使我想起一件事來。一九九二年，第二十五屆西班牙巴塞羅那奧運會，中國在女子十公里競走比賽中，一舉奪得金牌，這是我國奧運史上的首枚田徑項目金牌，一時轟動世界，而金牌的得來頗有戲劇性。在宣佈競走世界冠軍由俄羅斯選手奪得的二分鐘之後，突然爆出該選手犯規，由第二名的中國選手陳躍玲成為冠軍，全場震驚，連已經走進休息室陳躍玲都驚呆了。在現場做實況轉播的黃磊親歷此事，興奮不已，他要把這件事拍成電影，馬上找到我寫劇本。

也可以叫「歸來」

第二十五屆奧運會的中國奧運選手頗負盛名，伏明霞、李小雙、鄧亞萍都在其列，他們受霍英東邀請，由巴塞羅那直接到香港。聽到消息，我馬上去到運動員居住的酒店，尋找陳躍玲。等了好久，運動員都聚集了，獨不見陳躍玲，我正到處打聽，只聽得耳邊環佩叮噠，一個盛

裝打扮，戴着耳環手鐲，化著濃裝，身穿大花裙的女子站在我身邊，表情淡然地說：「我就是陳躍玲。」真出乎意料，運動員也有這樣的？我跟著陳躍玲回到她的家鄉東北，一路上，飛機轉火車，轉汽車，住旅館。陳躍玲聰明直率，人生得麗麗俏俏，又有東北女孩的大情大性，很招人喜歡，我和她成了朋友。她得了冠軍之後，最多報道的是她與王教練情同父女，教練嚴格要求又關心愛護的故事。可陳躍玲對我的說完全不是那麼回事，得了冠軍後，她做的第一件事就是燒了一切跟競走有關的物件，運動衫褲、鞋、帽，不再理會王教練……大雪冰封，我跟躍玲回到她的家鄉鐵嶺。她的家在鄉村，那種典型的東北大屋，一間房半邊大炕，她的母親正坐在炕上發愁，既沒有世界冠軍女兒的歸來興奮，也不在意什麼冠軍。她在愁十里八鄉親朋鄉里要來為躍玲慶功，按鄉規得大盆吃肉大碗喝酒，席開數十圍，坐席吃八碗兒，可區裡送來的一點糖果，連自家小孩都不夠吃。霍英東發的重五公斤純黃金的獎牌一律上繳，等待再分配。傳說要發給奧運冠軍的二十萬的獎金只是熱鬧了傳媒，真金白銀一分也沒見着，可還要請客、修房、打傢具、換新衣裳……世界冠軍回鄉，跟我的想像完全不一樣，倒是不失望，這和躍玲得冠軍一樣，戲劇性十足。

這段故事一直在我心裡，後來雖然拍了電視劇《步上雲霄》，但並沒有拍出陳躍玲和她的教練、家人、夥伴們的真實故事。陳躍玲現在定居香港，但一定沒忘記當年，如果有一天真能拍成電影，也可以叫「歸來」吧。

讚悠閒

很多人崇尚快節奏的生活，我卻以為，生活的所有樂趣，都是從悠閒得來。對我來說，所有的人生奮鬥，都是為了有一天能自由自在地享受悠閒的日子。

在遙遠的從前，我把每日行程都安排得滿滿，連吃飯都只用十幾分鐘就扒拉完。我認為，做任何事情都得力爭最好。因為自己忙，就特看不上有閒情逸致的：為了吃一碗精緻的雞湯餛飩去忙乎半天，太浪費時間了！

隨著年月的流逝，我才明白，悠閒是一種很奢侈的東西。十八世紀有位作家說過一句著名的話：「閒暇之時間，像空中之空隙。」擁擠的空間與時間都令人窒息。有空白，人生才和諧。「有所不為」，有時更有益。提倡在「不為」中「有為」的，有老子和莊子。「有無相生」的理論，是中國哲學的偉大成就。

思想從來都不是效率的產物。雖然人要經過教育的「煉獄」才能成才明理，但古今中外很多偉大的哲學、文學乃至科學成果，卻都是在閒中誕生的。比如牛頓定理，就是在蘋果樹下休憩時偶然得來。古希臘偉大的哲學家，都是看來很閒散的人。他們披着簡潔粗糙的大衫，漫步在大街、廣場上，隨時與追隨者交談辯論，噴湧着清泉般的哲思。於是有柏拉圖的《理想國》等不朽的哲學作品傳世。正是有人能擺脫為生計而忙碌的生活，才有哲學、文學、藝術的發展與輝煌。

哈佛大學畢業的梭羅，沒有走上名利場去拚搏，而是躲到瓦爾登湖邊的小樹林中，去過一種「懶人」的生活，成了享受悠閒的大師。在他看來，人類用生命的大部分時間去賺取超出生存必須的物質，太不划算了。在他自己，只需要用一把砍刀，種一點兒糧食，造一間小動物自由來去

的小木屋，就能很快樂地生活於天地之間了。梭羅算出適合自己的生命投入產出最佳性價比，做出簡潔人生的策劃。根據目前市場上幾本梭羅的書籍來看，他絕不可能像當今暢銷書作家那樣靠着寫書發財，甚至連滿足溫飽都可能很勉強。可是他那些歌頌自然與悠閒情趣的文字，卻成為人類流傳千古的寶貴文化遺產。

據我所知，獨居於森林小木屋的學者絕不止梭羅。美國生態文學的作者群中，就有幾位如梭羅那樣隱居於叢林中生活與寫作的，其中還有卓越的女性生態學者。他們無需每天衣冠楚楚，朝九晚五地出入公事房，而是追隨自己的心靈，讀書、寫作，散步與思索。

當代人特別害怕獨處，害怕頭腦的真空，於是帶來智能手機的快速商業化契機。如今在地鐵、公交、飯店、各類公共場所，在孩子的搖籃、老人的病床前，所有人都在忙着發微信，刷微博，分享「朋友圈」信息，轉發八卦新聞。問一位女士忙着收發的都是什麼，她說：無非是午飯吃包子，同學婚禮送了多少錢，街上有人背了新款包包之類。

在我，覺得這些信息碎片毫無價值，只能讓人對現實人際交往更加疏懶，形成大腦對垃圾信息的依賴。沒有智能手機，日子要清靜得多。難道靜心欣賞落日美景，在鄉間小道漫步，一覺睡到自然醒，花時間做一頓美味佳餚，與朋友漫無目的地聊天，或就那麼無所事事地閒坐，不是更珍貴的活法嗎？

不時讓大腦處於空白狀態，讓精神與肌體在寧靜修補創傷，恢復和諧。靜坐對養生治病的作用，已有無數成功實例。當下有一種名為「靜觀」的養生法：靜靜地坐坐或臥，一事不想，讓

意念在體內自由遊走。不通的地方，就用意念打通，通過靜與無為，清除體內垃圾，達到治病延年的目的。

我以為，讓生命舒適歡樂，是人類一切活動終極價值。無論是造福人類，還是造福於自己。那些能把忙變成不忙，時時能從容享受時光的更是高人。有位閒者說過一頗有哲理的話：「時間的價值，有時候就在於不被利用。」

勞動人民是偉大的，可農民也有「貓冬」的樂趣。我插隊時，覺得冬閒最美。老鄉一家老小坐在炕上，搓棒子嗑閒嗑嗑嗑鞋底子繡花。冬閒，是大自然送給農民的禮物，是順應宇宙的節奏。當代農民都成了城市中忙碌的農民工，「貓冬」這件美妙的事兒也就消逝了。

如何獲得悠閒呢？其一，要有品位。在著名作家林語堂看來，享受悠閒的生活，得有恬靜的心地，樂觀曠達的人生態度，以及能盡情玩賞大自然的胸懷。如此，才能像詩人白玉蟾所說，「慵觀溪山，內有畫圖」，「慵對風月，內有蓬壺」。

中國文化自古就有着悠閒生活的傳統，陶淵明、蘇東坡等等，都是悠閒大師。被從官場排擠出來的古代文人，並沒有因為離開了仕途就沒法活了，而是尋到了更自在的活法，他們逍遙於大自然的山水之間，從而產生了「採菊東籬下，悠然見南山」這樣流傳千古的詩詞。試想，如果陶淵明以及梭羅沒有受過良好的教育，沒有樂天的世界觀，灑脫的處世態度，感受大自然的高超審美品位，又怎能消

受得了那麼多的悠閒呢？

其二，平和的心態。善於享受生活樂趣者，大都很明白宇宙之浩渺與自己生命之短暫。錢是賺不完的，事業是做不完的，無論你多麼優秀，總是有人會超過你，況且大多數人本來就是芸芸眾生中的一員。不如學會放鬆處世。無論事業還是名利，該放手便放手。弓強易折，發條不要上得太緊。很多過勞病的人，在生命快要結束時才明白，世間最寶貴的正是生命本身，而不是財富與位置。

其三，效率。效率與享受悠閒並不對立。只有抓緊時間把必須的事情做完做好，才能騰出時間享受閒在。良性的個人經濟，整潔、空氣清新的房間，井然有序的家務，處理妥當的生活瑣事，都是享受悠閒的前提。

中國成為世界上「過勞死」者眾多的國家，與過快的生活節奏有關。能時不時地停下來，審視一下內心感受，靜靜地任時光流淌，也是美妙的人生體驗吧！



■享受悠閒的日子。 網上圖片

方寸不亂
方芳

女士去郵輪旅行最頭痛的事，就是需要帶備晚裝出席，但長程旅行的行李箱，容量確實有限，如果有可壓縮的晚裝，便解決了問題。

莫理斯的3D突破

「3D打印」的基礎上，研究有關智能物料，物料遇水或遇熱等外來刺激，便可改變形狀。最近有設計師正構思，用「打印」技術做裙子，它可被壓縮成一團，一受外來刺激，便可攤開成合身的長裙。這樣的「打印裙子」你敢穿嗎？如果穿上這樣的盛裝出席宴會，突然沾濕了酒水，會否馬上打回原形哩？

莫文蔚兄長莫理斯，是多方面3D技術的推動者，他認為3D技術並非只能應用於電影虛擬世界裡面，大多數人都可能想到在電影院內，戴上3D眼鏡所看的立體效果電影，但其實3D科技其實還有很多其他的應用。這種打印，並非我們日常應用的紙張打印機，而是在電腦裡做衣服、建屋，然而把材料如塑膠、水泥、金屬等打印成立體的物件，比方電影中炸掉的「名車」，就可以用這種「3D打印」的汽車外殼道具，大大減低電影製作成本。

這種科技已漸趨成熟，已開始為傳統的生產和銷售模式帶來突破性的新發展，從休閒娛樂為主的應用上，伸展到我們生活的每一個部分。比方中國不久前便製造了世界上第一批3D打印房屋，可作臨時救災之用；又如3D列印器官，亦已在實驗室裡證實了可行性。

因為看好這項技術，莫理斯和朋友剛成立了名為《3D突破》的網上平台，搜羅有關最新研發資訊，推動各種3D技術在中文世界的發展。莫理斯推動「3D打印」的目標還是電影。他希望把荷里活高檔影視特效技術，逐漸引進到中文電影業，提升華語片的製作水平。

幾年前，莫理斯便與五屆特效效果奧斯卡得主Richard Taylor合作，希望把其創辦的新西蘭WETA特效公司在《魔戒三部曲》、《猩球崛起》等電影研發的3D技術，逐步引進到中國。

演藝影
小蝶

香港演藝學院早前慶祝創校三十年。相對於香港其他多間大學，演藝是比較年輕的專上學府。儘管是後起之秀，原來也已屆而立之年。這座倘佯在灣仔海旁的大樓孕育了無數演藝界人才，多少在紫色地氈之上走過的學生在這些年來蛻變成一位位知名的藝術家，從年輕的接棒人到今天演藝界的中流砥柱。

此山中
鄧達智

吃！從來是個饑餓鬼，真的喜歡吃喝帶來的刺激無與倫比，甜有甜的溫馨，鹹有鹹的清冽，辣有辣的過癮……將眾味循環再混，產生新的味覺絕非三言兩語說得完，其複雜化、千變萬化，着實無從追蹤，同一個菜式，同一個人做；不同季節，不同來源的食材，得出絕對不同味道；你不會天天購買新衣，也不會天天購買珠寶首飾，不論哪個階層，每天起碼三餐，兩餐，你總需要吃！

創校三十年

很多早期的戲劇學院畢業生常說第一屆招生時報名人數過千，要擊敗多少對手才被取錄。首數屆學生來自不同背景，有的是年紀較一般學生為大，曾經在社會工作；有的年紀較一般學生為小，有的是帶藝投師；有的則是中五畢業生，有的則是帶藝投師；有的則是中五畢業生，有的則是帶藝投師；有的則是中五畢業生，有的則是帶藝投師……

回味清淡

容許進食粥水初期已覺凡間美味，那種吊着鹽水併葡萄酒水注射多天，連水也不得進口慘況落在一名饑餓鬼身上，更見悲涼！從粥水，到粥，到稀飯需時一周，體重下降七公斤。

本來減磅去體重一生一世事業，除手術時切除一段乙結腸外，為化驗也順道拿走一大片肚皮下的脂肪，竟然減掉近八公斤，誰說不是意外收穫？可喜可賀。

然而吃苦如此，饑嘴鬼叫苦連天，從心底喊出，慘，慘，慘！仍然記得那夜可以吃固體飯，縱使飯質頗軟猶如嬰兒食品，深覺恩物。

自動放棄肉類，害怕曾注射激素的雞、大閘蟹、燕窩，肯定一年半載沒得商量，既然如此，連牛、羊也一併停吃，魚類成了最大蛋白質來源，容易給人一種好像人人都是來自這間學府的假象。一次，一位曾在演藝任教的老師與我聊天時，不期然地提到他的多位學生。從他的說話中，我知道他以為我跟這些人熟絡，我只得告訴他我並不認識那些人。他這才驚覺原來我不是演藝畢業生。從他的視作當然的想法，可知演藝在香港劇壇的強大力量。

行內盡是演藝畢業生，容易給人一種好像人人都是來自這間學府的假象。一次，一位曾在演藝任教的老師與我聊天時，不期然地提到他的多位學生。從他的說話中，我知道他以為我跟這些人熟絡，我只得告訴他我並不認識那些人。他這才驚覺原來我不是演藝畢業生。從他的視作當然的想法，可知演藝在香港劇壇的強大力量。

行內盡是演藝畢業生，容易給人一種好像人人都是來自這間學府的假象。一次，一位曾在演藝任教的老師與我聊天時，不期然地提到他的多位學生。從他的說話中，我知道他以為我跟這些人熟絡，我只得告訴他我並不認識那些人。他這才驚覺原來我不是演藝畢業生。從他的視作當然的想法，可知演藝在香港劇壇的強大力量。

行內盡是演藝畢業生，容易給人一種好像人人都是來自這間學府的假象。一次，一位曾在演藝任教的老師與我聊天時，不期然地提到他的多位學生。從他的說話中，我知道他以為我跟這些人熟絡，我只得告訴他我並不認識那些人。他這才驚覺原來我不是演藝畢業生。從他的視作當然的想法，可知演藝在香港劇壇的強大力量。

行內盡是演藝畢業生，容易給人一種好像人人都是來自這間學府的假象。一次，一位曾在演藝任教的老師與我聊天時，不期然地提到他的多位學生。從他的說話中，我知道他以為我跟這些人熟絡，我只得告訴他我並不認識那些人。他這才驚覺原來我不是演藝畢業生。從他的視作當然的想法，可知演藝在香港劇壇的強大力量。