

思旋天地

思旋

人生本有盡 光陰要珍惜

時光流逝，轉眼間第三季已過去，來到第四季了。令我想起了有台灣民歌之父之稱號的音樂家胡德夫先生一首成名曲《匆匆》。猶記得熱愛文藝的芬姐，最愛哼這首歌：

「初看春花紅 轉眼已成冬 匆匆匆匆

一年容易又到頭 韶光逝去無影蹤 人生本有盡 宇宙永無窮 匆匆匆匆 種樹為後人乘涼 要學我們老祖宗 人生呵就像一條路 一會兄西一會兄東 匆匆匆匆

我們都是趕路人 珍惜光陰莫放鬆 匆匆匆匆」

此時此刻，在深秋之際，聽芬姐感嘆地說今年感慨萬分，皆因數位知名朋友相繼離去，而今又傳來知名影視粵劇名伶吳君麗因病辭世，享年84歲。芬姐的先夫吳多泰博士與吳君麗是宗親之誼，吳君麗生前與芬姐不但是老友記，而且親暱地互相以姑嫂稱之，又是麻雀搭子。芬姐說，猶記得最後一次與吳君麗見面是在她出席去年聖誕節紀念吳多泰博士106歲生辰派對上，吳君麗、尹飛燕等紅伶還在派對上唱歌，風采依然。想不到未夠一年，君麗姐已離開了人世，芬姐十分懷念她。有關吳君麗在藝術方面的努力和奮鬥，以及其成功路上，正如《匆匆》這首歌詞一樣：「人生呵就像一條路 一會兄西一會兄東 匆

匆匆匆」。她的奮鬥和努力實是令人欽佩，芬姐點讚她。最值得芬姐敬佩的是，在數十年前君麗姐、羅艷卿等支持婦女界名人徐余梅馨合組「國際婦女會」，作出積極貢獻。君麗姐常自動在婦女會活動中獻歌，為老人家助興，十分有心。其後徐余梅馨先走一步，國際婦女會交由其女兒彭徐美雲領導。君麗姐、羅艷卿、尹飛燕、王超群等粵劇名伶參加國際婦女會，為婦女福利及權益做了很多工作。君麗姐還同時繼續在藝術界不遺餘力，永不言退。

芬姐非常感嘆，人生本有盡，宇宙永無窮，要珍惜光陰莫放鬆，在有生之年，永不言退，繼續為社會作出貢獻，繼續奮鬥，尋找幸福，以吳君麗為藝術而作榜樣。我們失去了一位藝術大師，感到痛心難過。祈請君麗姐好好上路，並請君麗姐的家人節哀順變。

人生在世，來去匆匆，我們要珍惜所擁有的一切。試想想近日來不斷發生天災，多少人流離失所，失去了財產，甚至失去了生命。這是多麼令人痛心疾首的事啊！除了天災還有戰亂，戰亂是由人禍而造成的。世界上有些人，挑撥地緣政治矛盾，甚至引起硝煙四起的紛爭，這是非常令人憤怒的事。我們要為世界和平發展而努力，才能保持幸福的生活。

方寸不亂

方芳

旅遊風中轉

在颱風「潭美」吹襲沖繩前一周，剛從沖繩旅遊回港，走得快，好世界，避過了在沖繩酒店或機場滯留。朋友就因為「潭美」，航班早宣布停航，因而在大阪酒店困留了兩天，人在外地，替她們焦急，就怕停電斷水斷糧，於是諸多提點。

其實在這之前，我們都是在颱風的夾縫中往來的。先是「山竹」襲港前一天，我們從貴州回港恭候「山竹」；待送走了「山竹」第二天，就啟程往沖繩，想不到在沖繩又得聞「潭美」風訊。

朋友問，旅遊風中轉，怎麼可以計算得這麼準確？能在颱風「休息」的日子出門、返家。其實現在科學昌明，天氣預報是相當準確的，颱風從形成開始就有預報，得知未來天氣。跟旅行團細綁式旅遊，只能聽天由命；但自由行只要多留心早計算，機票、酒店、租車、行程還是可以及早改動的。

現在的航班都是相當着重安全性，颱風未到就早宣布停航。好像我們在貴州趕返香港迎「山竹」那天早上，在預算登機時間之前半小時，就有廣播催促乘客最後召集，氣氛有點奇怪，本來在貴賓室歛早餐咖啡的，還沒坐熱椅子就匆匆趕往登機。向來飛機只有延誤，鮮有提前，看來當天就是怕颱風有所改變而誤了航程，所以提前召集乘客。

因為剛從沖繩回來，歡笑還是溫熱的，希望沖繩安好；就在「潭美」即將登陸沖繩之際，又有印尼蘇拉威西7.5級大地震引發海嘯，造成千人死亡，令人心情沉重，天災的威力，無可避免；如果預報做得好，傷亡是可以減少的。

香港在面對超級颱風的時候，對人命重視，警方和義工對危險地區的居民一勸再勸撤離，才可以沒有死亡數字出現；天災過後，市區巨樹紛紛，如果到新界鄉郊、離島一看，樹橫遍野，根幹堆陳，殘垣處處，不是我們可以想像的，有人埋怨事後清理緩慢，是否應該包容一下？

七嘴八舌

小臻

恭喜淑梅姐 羅蘭姐

日前，嶺南大學公佈將頒授榮譽院士銜予四位傑出人士，以表揚他們在其專業領域的卓越成就及造福社會的重要貢獻，獲頒授榮譽院士銜的名單內有兩個熟悉名字車淑梅（淑梅姐）及盧燕英（羅蘭）MH，平日在演藝界的活動也看到淑梅姐、羅蘭姐的消息，不過大家很容易忽略她們一些個人資料和奮鬥歷史，簡介上寫道羅蘭真名是盧燕英，英文名Helen，實在失覺曬。

羅蘭姐是香港產量最多和最受尊敬的資深演員。她自上世紀五十年代初開始參與電影演出，在粵語片年代演出過百部電影。踏入七十年代，投入電視劇，羅蘭姐憑着精湛的演技，演活了不少深入民心的角色，成就獲得各界肯定，九十年代羅蘭姐因「龍婆」一角兩度獲提名香港電影金像獎最佳女配角，2000年憑電影《爆裂刑警》贏取「第19屆香港電影金像獎最佳女主角」的殊榮。2002年及2013年分別獲無綫電視頒發「萬千光輝演藝大獎」及獲選為「藝員眼中的最具實力演員」，今次「嶺大」頒授榮譽院士是表揚她在演藝界的傑出貢獻。演「龍婆」呢種不討人喜歡的角色能演到得獎，兼獲大學榮譽院士的實在難得。大家都知道羅蘭姐在演藝圈立足都是靠自己，不是憑靠山，幾十年來全情投入演戲才建立到如此地位。

另一位要恭喜的是「采風」專欄作者

車淑梅，淑梅姐不單在廣播界做得出色，在公益事業奉獻很多。她特別關注弱勢社群的需要，落力做服務社會的事，所以早已獲得「香港十大傑出青年」榮譽、「仁愛堂傑出愛心演藝人大獎」、「再生會傑出社會貢獻大獎」、「行政長官社區服務獎狀」、「民政事務局局長嘉許計劃獎狀」以及「香港傑出義工獎」等，更擔任「香港傑出義工會」的創會會長，身體力行感染他人參與義務工作。

筆者最佩服淑梅姐的工作熱忱，在電台工作期間，那怕是晨早或假日時段的節目，她都想辦法令其有趣、好聽，能為社會帶來正能量，又可以經常高踞電台節目榜內的最高收聽率。淑梅姐連續八年當選「全港最受歡迎DJ」，更獲得香港演藝人協會「電台廣播最傑出表現藝人金棒獎」實在是憑真材實料。淑梅姐事業成功外，亦持家有道，將丈夫兒女照顧得很好，如今兒女學業有成成家立室，淑梅姐已經抱孫了，所以曾獲「內外兼備新女性大獎」，當之無愧。知道淑梅姐經歷過許多艱辛才能追尋到自己的夢想，見到她自嫁張文新後事事稱心如意，家庭幸福！總覺得這是她勤奮及一直樂於幫人積的福。

從淑梅姐、羅蘭姐身上，得到的啟發是做人心態正最重要，哪怕沒有靠山，只要有實力、有恒心、待人有熱誠和愛心，總會有成功的一天！

萃袖乾坤

連盈慧

書包是「元兇」？

過去說到疾病年輕化，大多指三、四十歲年輕人，也患上應該只見於五、六十歲中年過後出現諸如高膽固醇心臟血壓之類的疾病。

脊骨側彎/寒背還不算普遍，畢竟是年過花甲之後老人家較為常見，中青少年脊骨側彎更少之又少，如果說幼稚園的小朋友也脊骨側彎/寒背，可真是從未聽過，怎會想到竟然成為今時今日發生在香港鐵一般的事實。

兒童骨科基金會2017/18學年期間，分別為四千多名十六歲以下青少年及兒童進行脊骨側彎/寒背、高低膊、脊骨柔韌度/頸部前傾以及盤骨前傾等項目一條龍式檢查，檢查對象中幼稚園及小學生各佔二千多名，小學生約百分之七十，幼稚園生百分之六十以上體態都出現問題，當中以寒背最為嚴重，年紀最輕病者居然只有4歲（14歲也驚人，何況4歲，就算不超過一個也嫌多吧，是不是？）

固然，形成上述病徵，還有其他因素，但是功課多、書包過重已無可置疑，兒童骨科調查之前，本欄提及單冊一磅十兩重的初中國文之類課本，對初發育的初中生脊骨的影響已有此顧慮，幼稚園課本則不得而知，相信為吸引小人兒閱讀興趣的厚紙七彩圖片精印課本，好幾

本一起放進跟身高不成比例的書包裡，也怕輕不過初中大哥哥體力的負擔（請看本文插圖），寒背如何形成可思過半矣。

印證脊患情況，前月本欄呼籲減輕課本重量（救救孩子），看來已不是杞人之憂。

記得曾經從網上看過某部幾十年前的粵語片，那時的中學生，上學時不過以半吋闊的橡皮書帶，打成十字扣好三四本加起來不足一磅的教科書，可見那時候讀書是多麼輕鬆一回事，讀書沒受過太大壓力的前輩，活到今天大多還是那麼脊骨挺直，未嘗沒有前因，今日學子的明天呢？

教學其他問題管不到，但是由課本開始減輕書包負荷，至少還可以減少對學童健康的傷害。



■啊，小弟弟，任重道遠了！

作者提供

百家廊

朵拉

來自中國的朋友，早餐非得一碗麵和油條或稀飯配鹹菜，換成麵包牛油加奶咖啡就難以下嚥，吶吶地問：「早餐就這樣嗎？」他說不管吃多少，感覺總沒吃飽，最後不顧一切，直接問主人：「有沒有粥和小菜？」

也有西方朋友來到中國早餐時間便對着餐桌驚呼「竟然是吃鹹的？」他們在西洋的習慣是甜味早點。「有沒有甜甜圈或者麵包塗黃油抹果醬？要不然乳酪加水果和堅果等等也行，這裡沒有嗎？」然後皺眉問「你們還沒吃早餐，就吃起午餐來了嗎？」他認為鹹味應當屬於午餐。

最為關鍵的是，各人有各自從小培養起來的胃，彼此皆無法一時三刻接受對方自認美味可口的餐飲。所以許多酒店在自助早餐時準備了中西兩類多種食物供顧客自由選擇。

喜歡創新的人對着中西合璧的早餐，開心地即興創作：菜肉包子配咖啡，麵包夾上鹹蛋配豆漿，新奇的嘗試獲得陌生但完全新鮮的味道。藝術害怕死板，講究創新。那些喜歡煎碗煮飯的人，煮好之後，吃起來可能不錯，但天天翻同一版本，日日吃同樣東西，嚐同樣味道，厭倦的人搖頭歎息，卻真是有人毫不介意說「這樣很好嘛」，且自我歌頌「我不挑剔。」

不敢打破固定的軌跡，永遠沒有聽過大膽探索，可能也想過圖變求新，缺乏實際行動，成為一份不會實現的夢想/憧憬。因為太明白：新鮮固然具有誘惑，熟悉給人安心。

無論飲食文化或藝術創作，一味跟隨傳統，不敢求變，沒有突破，這是行走江湖的安全法則。一般普通人也願意接受這種作品。吃原來的食物和用原來的配法，不用吃多，一小碗粥加一點鹹菜和花生米，便感覺吃得極好。畫畫亦如是，不脫離原來技法，按照古人的畫臨摹，一株梅花一塊石頭，幾片荷葉兩朵荷花，幾筆蘭花葉子加幾朵蘭花，三朵菊花再畫幾根竹籬笆，下筆時要注意用水用墨需有深有淺、有急有緩、有明有暗、有重有輕，那就不過不失為一幅水墨畫。

傳統繪畫鋪天蓋地，仰首低頭俯拾即是，

不必擔心人家看不懂，不必憂慮沒有欣賞的人，畫的人放心下筆，買的人放心購買。皆大歡喜的交易。

來到多元豐富的時代，今天人們一再強調，藝術創作的理想是東西交融，積極讓中畫和西畫發生關係，接觸西方各種現代繪畫藝術風格之後，如何讓東西方撞擊出火花而不失去中畫的意境和韻味？聽起來悅耳，然而，作品創新之後想要走進一般人的心裡，那比中彩票還難，彩票靠的是運氣，時來運到就有機會，好的藝術品卻考驗收藏家的學識和眼光，這得依賴時間的積累，一點一滴慢慢培養起來。說到這裡忍不住要加一句，收藏家和藝術創作者一樣，都需要悟性。

藝術家其實不怕沒飯吃。經濟起飛的時候，僅求溫飽絕對不是大問題，但是創作一而再依循着前人，將自己停留在臨摹狀態，無法悖離規範的傳統作品，那必須坦白說，留名是不可能的事。大樹下自然好遮蔭，不過，躲在別人影子底下照着規矩做藝術，你個人的名字肯定永無出頭之日。因為人家一看見你的作品，另一個早已成名的人的影子呼之欲出，你的封號也有，是被人仰仗的那個天下聞名的「某某第二」。假如你不在意，那也沒有關係。

大家都在積極地努力，為了推翻傳統的窠臼，卻不曉得如何着手才是正確方向。習慣循規蹈矩，按照老師說的話去做的聽話學生，當老師任由你自由創作時，你卻焦慮地感覺無路可走。方向盤一旦掌握在自己手裡時，方才發現，居然從來都沒有去思考，康莊大道應該往東西或南北？缺乏思考，技藝再精湛也沒用，最高也只能拿到「巧匠」的冠冕。豐子愷在1929年3月寫的一篇散文，收錄在《藝術趣味》一書裡。「1890年的某一天，歐洲藝術教育運動先驅者愛佛烈，利華德華爾克在街頭看見一個賣花的人，那人不像平常賣花者一樣把花綁成一束一束出售，而是把鮮花照着其自然狀態放在花籃中，在街頭叫賣。這位德國教育家竟然驚喜若狂，特別做記錄：「這是關係重大的一

事！百年之後，德國學生將在歷史教科書中讀到這樣的課文『1980年為新趣味開始之年，柏林市上從此廢除花束，開始買賣自然狀態的野花』。」

今天的人看見這一則生活小故事，會覺得這位愛佛烈過於誇張。一個賣花人將花分為一束一束地售賣或者是任由自然狀態的擺賣，也值得如此大驚小怪高聲喧嚷張揚其事嗎？原來步步規矩從不越軌的德國人民一向偏重「主旨主義」。對於藝術，他們的觀念僵硬，傾向死板，因此愛佛烈認為不把花像以前一樣，束成一束束來做買賣，是一種趣味的進步。

一把不羈的野花就可以是一份創新，是活力和進步的象徵。可見得只要把一貫的舊方法，舊規矩丟了去，換一個新法子，不論是什麼怪樣子，只要是前人沒有做過的，與眾不同的，便也是創新了。聽着，顛覆傳統原來並不是想像中那麼困難的事。把書讀完，以為已有所獲，興奮莫名，馬上動手作畫。

面對畫紙畫筆和顏料，呆坐鎮日，才發現一個事實，自己與突破之間的距離，佈滿無形的障礙，缺乏「創作」經驗的人，不知如何下手把障礙物移開，最終停駐腳步，無法繼續往前行去。由於對藝術創作有所期待，在學習過程中，發奮圖強，努力不懈，描摹了過多客觀的真實。客觀是什麼樣？觀察，遵照它的形象樣貌，一筆一筆畫出來，畫得相似，贏得讚賞，沒有想到稱讚的話語竟形成一塊塊堅實的磚頭，逐日圍築出一道堅實的牆。在牆裡的日子太長，想像和思考漸漸萎縮，主觀世界跟着消失，然而自己尚不曉得那些得意洋洋的作品是被侷促在牆裡的仿製之作。

恪守傳統沒有錯，一味重複即是失卻創作的意義，也讓人從中看見性格上的怯懦。墨守成規而獲得的成就，是規規矩矩的製作成品。在豐子愷和愛佛烈的眼睛裡，「製作」是一束束好的花，「創作」是一把不羈的野花。藝術創作講究的，受到歡迎的，終歸是那把不羈的野花。

獨家風景

呂書練

海嘯十年

颶風「山竹」強勢襲港，公園留下斷樹殘枝，令人心痛不已。那是無法抗拒的大自然之力。我聯想到另一場更令人心驚膽戰的風暴，那就是席捲全球的金融海嘯。今年剛好十周年，相關的檢討和反思活動也在舉行中。

這場海嘯醞釀一年，由美國次按危機產生連鎖效應，以及當時作風高調的雷曼兄弟投資銀行宣佈破產引爆，而導致全球股市插水式滑落，時值我在銀行傳訊部工作，在某程度上「見證」了風暴，也為其間接「受害者」。

記得銀行年初招聘時，沒有這方面經驗的我意外地獲得見工，又意外地迅速獲錄取。當時部門打算擴充，有不少新計劃，工作也接踵而來，集團上萬人，我雖然幾乎要跟各大部門合作，但在上司的指導和同事的配合下，很快上手，做得很愉快。

首半年的工作很充實，也令我對陌生的金融機構漸漸產生歸屬感，但慢慢地發現各部門需要我們幫手的工作少了，再慢慢有合作的同事離職了，接着是整個部門的人都走了。而我原來總處理不完的電郵也如股市指數滑落般，愈來愈少，一間間巨型金融機構不是被破產，就是被接管、併購，乃至北歐小冰島也瀕臨破產，社會上逐漸出現一

群群「債券苦主」……

我所在的銀行由於作風穩健，並沒有購買當時甚為流行、高風險高回報的股票掛鈎衍生產品，而避過大風險，但在如此全球性危機環境下，難免收縮業務。

這場海嘯由美國過度房貸引起，卻波及全球，影響深遠。不過，相對於歐洲和北美等地，亞洲由於經歷過「九七金融風暴」，有了經驗，除了股市大跌，社會震盪不算太大，香港在中資支持下，股樓市更很快恢復。但對歐美知識界衝擊很大，尤其令那些奉資本主義自由市場為主皇的人的價值觀產生動搖。黎巴嫩裔美國作家納西姆·尼可拉斯·塔雷伯（Nassim Nicholas Taleb）的《黑天鵝效應》更一紙風行：原來巨人如此輕易倒下。

德國人氣劇作家福克·李希特（Falk Richter）針對海嘯後遭指控了舞台劇《信任》，描寫海嘯對人心的傷害，人們因為被騙而出現憤慨情緒和信任危機，並作深刻反思。劇作家透過劇中旁白、獨白、自白，帶出人們對前景的迷茫、迷糊和迷惑，並從極度失望中「開始改變自己」。

如今，悠悠十年，金融業不再是年輕人嚮往的行業，但在互聯網帶動的新經濟體系下，虛幻的金融仍然無處不在，而人們學懂了什麼呢？

琴台絮絮

伍呆呆

這個國慶假期我哪兒都沒去，照舊呆在家裡，一邊碼字，一邊看熱鬧，看路上堵車，看景區堵人。倒沒有幸災樂禍的心，只是對出遊的人們照舊生出幾許同情。

颶風過後一直沒有時間仔細清理花園，一些斷落的樹枝和花盆縫隙裡堆積的落葉仍然原地未動。國慶節這天抽出空來，把花草樹木都修理了一遍，又趁冬天到來之前把一些喜歡曬太陽的小樹都挪了位置。一番折騰下來，園子裡頓覺整潔清爽。

結果氣還沒喘過來，樓下的大叔便打來電話，怪怪我的樹落了不少葉子到他的院子裡，並在電話裡好心心地勸我，說我的花園裡種的樹太多，又不開花，也不好看，還不如不種。其實我的花園裡種的那幾棵樹都是會開花的。桂花樹已經悄悄在枝頭掛滿了花苞，已開過兩季的王玉蘭剛剛告別了花期，冬末初春時開得十分嬌艷的非洲芙蓉要到下個月才打苞，眼下又是秋季，樹木看上去便有些青黃不接，再加上也一地落葉，難怪大叔會覺得不好看。

在粵地種花，有很多花的花期都長，一年能開兩三季，大多花園裡總是一年四季地花團錦簇。我不一樣，我喜歡季節的輪換，歡喜在花

風景堵在路上

兒們自然的交替中感受生命的張力，所以種植的多是只開一兩季的花兒。如此，便要耐得住性子，守得住寂寞，日日看，看上兩三季的綠葉，幾乎要審美疲勞了，才可以見到自己等候中的鮮花開放。

網上新聞的視頻和圖片與任何的一個節假日並無不同，處處皆是大「堵」。在這片大「堵」中，堵的不是「熱鬧」，堵的多是人心裡的「寂寞」。

其實即便是放假了，有些人也並不一定要急在此時出遊，只是因為他們耐不住假期的寂寞，便忍受着到處堵車、堵人的困境出遊，卻在「堵」中失去了旅遊應有的樂趣；便如有些人 and 最初相愛的人結了婚，卻等不及與自己相攜的伴侶一起慢慢變老，早早地不甘寂寞，一隻腳跨了出去，尋着借口出了軌，背叛了自己的初心；亦有些人，在事業上不順遂，便也守不住寂寞，改了行，或者走走了自以為是的捷徑，結果，卻走得更慢了。

前些日應中國著名版畫家應天齊老師之邀，到徽州西遞村參加了應天齊藝術館的開館儀式。應天齊是個專注的畫家，當他在三十多年前偶然發現了當時還不多為人所周知的西遞古村後，便沉下心來，用了整整八年的時間創作

出了《西遞村系列》版畫作品，一舉轟動了畫壇，其中四幅版畫被國家郵政總局採用，發行了「皖南古村落」民居郵票，成為安徽省的重要名片。北京中國美術館、英國大英圖書館以及日本、歐洲的多家美術館，還有內地的重要學術機構都收藏了應天齊的《西遞村系列》版畫作品。如此，便有了西遞為應天齊打造的應天齊藝術館。若是沒有守住寂寞的沉靜，大抵也不會有今日的應天齊藝術館，以及享譽世界藝壇的應天齊了。

在西遞時，曾與朋友們一起上齊雲山太素宮拜見詹道長，宮中清涼靜謐，道長以一壺清茶招待我們。幾人圍坐，一番閒談，出世入世，皆未繞開「道法自然，天人合一」。道長在山上是修行，我們在山下亦是修行。而修行是什麼？只不過是守得住本心，忍得了孤獨，耐得了寂寞。簡單至極。

有一句在當下相當流行的話：「願時光能緩，願故人不散」。

其實眾人皆知，故人遲早是要散的，沒有人能真正陪你走到最後。而時光卻是在能夠在我們手中放緩的。只要守住本心，順其自然，至少，人生的風景不會被我們堵在急躁的心路上。