

## 布拉格之冬

如果十二月來捷克旅行，就不要再幻想「我就站在布拉格黃昏的廣場」的溫暖場景了。零下數度的廣場上或寒風刺骨，或雨雪交加，再加上聖誕市集擺起的密集的攤檔與聖誕季節都不怎麼用工作的歐洲遊客大軍，在比肩繼踵中就已經不經意地走過了這座原本浪漫的舊城廣場。

好在布拉格還有數不清的美術館與博物館，仔細遊覽的話體驗上三五天是完全沒有壓力。

在這衆多博物館中，最值得好好遊覽的其中之一便是展出捷克最有名的畫家與裝飾品藝術家慕夏作品的慕夏博物館。記得在二〇一一年參觀台北故宮的時候，就被臨時展出的慕夏筆下的《風信子公主》和《聖女貞德》兩幅畫作所吸引，變成其「粉絲」。在慕夏博物館裏參觀可謂是視覺與精神的雙豐收。其新藝術風格的人物形象散發着濃郁的新古典主義的氣息，每個人物都有其獨一無二的耐人尋味的細微表情。用現在的話說，慕夏筆下的每個女人都是一齣戲。博物館內還

有一區會循環播放記錄慕夏一生與介紹其作品的紀錄片，可以詳細了解這位藝術家對布拉格「文藝範兒」的貢獻。

如果天氣放晴，那就可以去伏爾塔瓦河畔，從連接布拉格老城區與城堡區的查理大橋的一端漫步到另一端。在這座建成於十五世紀初的古石橋上，除了沿途可以欣賞河水與城市互相映襯的美如童話的風光，還可以用心聆聽三十座不同藝術家雕刻的塑像各自訴說歷史的傳說。

雖然這些雕塑的真身已經被收於捷克國家博物館，但還是不減遊客們觸摸它們以祈求好運的美好心願。



▲查理大橋上被遊客摸得發亮的塑像

### 樂活

潘少

逢周一、三、五見報



## 《芳華》群芳譜

馮小剛新片《芳華》已在內地公映，該片女主演都是新人，最矚目的是首登大銀幕的鍾楚曦，她曾獲金馬獎最佳新人提名，上周又獲得塞班國際電影最佳新人獎。她扮演的穗子雖非女一號，但全片是以穗子畫外音講述文工團演員的青春。

穗子的生活原型就是該片編劇嚴歌苓本人，此文學形象早就出現在嚴歌苓所著女兵系列短篇中，曾集結出版《穗子物語》。《芳華》中，穗子的初戀被作為第二故事線，楚曦生動表現了穗子對愛情的執著、內斂與深情，穗子撕碎情書灑落車轍的畫面，令人動容。

《芳華》選擇女演員的前提是未整容、有舞蹈或聲樂功底。鍾楚曦從小習舞，畢業於上海戲劇學院表演系，她出生在廣東，一口流利的粵語，但她卻是半個南京人。她的母親早年從南京南下廣州打拚，鍾楚曦至今逢年過節還會回寧探望長輩。而嚴歌苓也與南京有着不解之緣。

嚴老師的生母後來改嫁到南京，並將遺體捐獻給醫療事業。每逢清明，嚴老師都會回國去南京祭拜。南京已遠離兩人的生活空間，卻是每年必往的親情港灣。

《芳華》原著中最重要的角色是林丁丁，這位最美的歌唱演員改變了男主角的人生命運。片中扮演林丁丁的楊采鈺卻是資歷最深的新人。采鈺出生於深圳，父母從湖北移民而來，家境富足，她在北京電影學院表演系學習時已主演了霍建起導演的電影《1980年代的愛情》，她酷似日本影星山口百惠，被衆多導演與媒體看好。林丁丁的嬌媚與天真或許與她的本色最為靠近。上海首映時，采鈺問觀眾喜不喜歡林丁丁這個角色，沒想到觀眾的回答給了采鈺一個難堪。

（上）

### 雁南飛

楊勁松

逢周一、三、五見報



## 「不規矩」的女人

除了在不同的領域中各擅勝場，聲名顯赫之外，美國的網球天后小威廉斯（Serena Williams，亦稱「細威」）、通俗歌后麥當娜（Madonna）、希拉里克林頓（Hilary Clinton）這三個女人還有什麼共同點？美國記者 Anne Helen Petersen 在新著《太胖，太騷，太吵》（Too Fat, Too Slutty, Too Loud）中說，她們都是「管不住」（unruly）的女人。除了以上同胞們耳熟能詳的女人，書中還提到美國網球、時尚、電視等各界屢遭攻擊的其他「名女人」。她們的罪名還包括「太赤裸，太性感，太衰老，太強壯」甚至「太懷孕」等，其中又以非裔名女人被罵得最厲害。

為什麼選這些女人作為研究對象？作者認為，名女人的遭遇最明顯、持久地體現了美國社會性別歧視、種族歧視、年齡歧視、身材歧視等意識形態的猖獗。小威廉斯屢遭詬病，一來因為她擯棄白人女網球運動員用來掩飾粗壯手臂、展示女性「純潔優雅氣質」的傳統着裝，穿上黑色緊身衣顯示性感身材。二來，她居然要與男網球運動員比高低，自封比男人更強，更快，更出色。同樣，麥當娜被罵「令人作嘔」，因為她近年花甲卻半裸出鏡，挑戰了白人上流社會提倡的「優雅老去」的規則。希拉里被斥「歇斯底里」，則因為她憤而發聲，敢和動口動手欺辱女性的白種老男人特朗普一決雌雄。

作者說得好：美國人心目中的美女標準其實以十四歲少女為參照。父權男尊社會要求女人眼角沒皺紋，皮膚沒瑕疵，身材瘦削，沒胸沒臀，細胳膊細腿。不守規矩的女人則在時刻挑戰社會認可的女性行為規範：「當她們跨過我們平常意識不到的界線時，也就點燃了那條警戒紅線」，更點亮了讀者對美國社會陰暗面的認知。

### 墟里

葉歌

逢周一、三、五見報



有一區會循環播放記錄慕夏一生與介紹其作品的紀錄片，可以詳細了解這位藝術家對布拉格「文藝範兒」的貢獻。

### 樂活

潘少

逢周一、三、五見報



## 作文魔法導師

期前後送給學生的上佳禮物呢。

記得和綺華去年受邀到杭州的「千課萬人：兒童戲劇教學專題研討觀摩大會」分享及作示範課，她主講紙芝居故事劇場在教學上的運用，指導與會的學校教師即時學習如何運用故事圖片編作故事劇場，推展具戲劇效能之語文教學方案，十分吸引，大家熱烈參與。只見綺華笑盈盈站在紙芝居故事盒子旁，徐徐揭動圖畫片，便講述了有趣吸引的故



事，各人還稱綺華為魔法導師。如今我讀她新著的一套五本的日記寫作叢書，有《大人不懂我的心》、《未來的大明星》、《一隻螞蟥一塊錢》、《小孩好辛苦》、《逗趣的小番鼠》，各本題材涵蓋記事、寫人、寫景、抒情、想像及觀後感等多方面，可令兒童快樂有趣地學寫作，這位作者及主編堪稱作文的魔法導師，令人很想向她多多請教呢。

何綺華老師分享此套書時說，日記不能記流水帳，要細緻描寫印象最深的事，要寫出自己的真情實感。為了更具體讓小朋友明白文字的重要，她請來四個小朋友演出家庭小話劇。小演員開始時只是手勢演，大家都沒看明白，接着才讓他們用語言加手勢，這次觀眾才看明白。如何老師說：「寫作就跟演話劇一樣，要有語言、動作、有畫面感，才會生動！」

## 故園風雨後

玩伴，依依不捨。我沒有發出一言，只是咬着嘴唇，心裏滴淚。

一九九〇年我到英國唸書，學期完時我到了約克古城（York）。遇到了侯氏一家，他們告訴我Michael在伯明翰附近的小鎮開了一間外賣店。於是，我坐火車到那裏見這位兒時好友。十四年沒見，大家見面立刻相擁。我選看到他賢淑的太太及只有一歲的兒子Raymond。回港後，我們又因搬遷而失去聯絡，只聽說他太太過了身，而他則到馬來西亞

## 颯戲

受到社會的尊重。發哥、華仔都有「民間特首」一稱，可謂屬於這一類。發哥的演技通過《秋天的童話》、《英雄本色》、《卧虎藏龍》等一系列電影作品得到公認。華仔這些年不斷回內地拍戲，與內地的好演員合作，從偶像派轉向演技派，見出長足進步。

內地有許多演技一流的演員，把角色演得入木三分。近日在上海東方衛視播映的電視劇集《生逢燦爛的日子》，就集中了一批大腕演員共同颯戲。除了有姜武、劉佩琦、張嘉譯的演技吸引了觀眾。一些不算重要的角色由不算有名的演員飾演，也獲得觀眾叫好。

劇集表現了一個北京工人家庭四兄弟從上世紀七十年代之後二十多年的生活，角色包括了社會的各色人等。最初幾集，觀眾嫌

## 萬梓哥的 So What

「萬子」的外表俊朗，但說不上是英俊小生，故此他走的是性格路線，任何劇本到他手裏，他先會揣摩角色的性格，然後為角色塑造合適的外在形象。排練時，與對手互相交流，從而發掘角色的生活感。「萬子」年輕時另一齣舞台巨著是《莫扎特之死》，他飾演宮廷作曲家薩里埃尼，因為妒忌上天賜予莫扎特曠世才華，於是決心與天對決，表面上一直扶助莫扎特，但暗地裏卻謀害對方，最終自招天譴。「萬子」在該劇有多段獨白，令觀眾看得心膽俱裂，咬牙切齒。

自投身電視台之後，「萬子」的演技深入人心。透過電視畫面的近鏡，觀眾可以更清晰地看到他的面部表情，有時青筋暴現，有時淚流滿面。令人最深印象，莫過於他在

選角太老，多對劇集連損帶罵，但邊罵邊看，最後都被演員的演技及颯戲折服了。劇集不論是主角還是配角，都認真而出色地演出了角色的性格。

好的演技來源於對「表演」這一行當的認識，而這又取決於生活的悟性，包括對人的觀察及生活經驗的積累，還有厚實的文學底蘊。

香港一些演員北上拍戲後，內地演員的演技也有長進，這也就是「颯戲」的收穫。

### 人與歲月

凡心

fanxinw@hotmail.com

逢周一、三、五、日見報



《流氓大亨》尾聲時，望着躺在病床的鄭裕玲，「萬子」向天大喊 So What！那一刻的激情爆發，叫人永遠難忘。

最近幾年，「萬子」又多次重踏舞台，演的都是內地經典劇目，例如二〇一四年演出老舍編劇的《茶館》，以及早陣子演出李龍雲編劇的《小井胡同》。該等角色都是民間的老百姓，「萬子」演來入木三分，七情上面。

### 文藝中年

輕羽

cloud.tkp@yahoo.com

逢周一、三、五、日見報



## 進補莫跟風

一小袋貢品，打開發現是粟，趙王大怒。約半月後，趙王因進食過多山珍海味導致胃脹，各種藥方無法緩解不適。御醫用粟、雞內金、山楂等煮粥供食，三日後，甚是舒適。趙王問：「何藥？神也。」御醫曰：「數日前小吏送的粟。」趙王喜從心來，嘉獎了小吏。粟，就是我們生活中常見的小米。《黃帝內經》中寫道：「空腹食之為食物，患者食之為藥物」，也反映出「藥食同源」的思想。

煲湯作為香港居家必備，深受喜愛。家家戶戶都有引以為傲的秘方，相互探討。但也不乏用錯的情況。舉個簡單的例子：咳嗽，很多人第一時間想到的就是吃川貝燉雪梨。川貝潤肺除燥、性苦、微寒、止咳，雪梨

清肺、止咳祛痰。此方對於陰虛肺熱引起的咳嗽確實有不錯的效果。但中醫認為：「五臟六腑皆可令人咳，非獨肺也。」所以有些咳嗽，川貝燉雪梨不僅沒有作用，反而會加重病情。

「辨證論治、辨體施膳」的靈活運用才是養生進補的不二法門。不同的體質，不同的地域，不同的節氣需要吃不同的食物。機械地採用某種食物或藥物來養生、進補、治療，都是刻舟求劍。

### 醫趣錄

梁汝成

dr\_rongrucheng@163.com

逢周五、六見報



## 喻人生

微信上的同學圈近期掀「回顧」熱潮，大家撰文暢談童年生活，特別是住在農村的，對鄉土的描寫極具感染力，對青少年時期的蹉跎，以及現代化建設帶來的改變，也有客觀看法。有人說，我們是在回顧中尋覓人生規律，看看曾經的希望實現了多少。

涉及認識人生，不妨來看看德國哲學家叔本華是怎樣談人生的。叔本華生性孤傲，憤世嫉俗，跟任何人都相處不來，但他的理論卻因洞察人性，一針見血，而被人廣為接受，更影響了許多後來偉人的人生觀，像尼采、托爾斯泰、達爾文、愛因斯坦等，都從他的哲學中獲取智慧營養。

叔本華將人生比作刺繡，前半生，人們只看見它的正面，精緻華麗，到了後半生，才看到它的背面，滿是亂七八糟的線頭，但正是這些線頭，揭示了繡品的格局走向。

叔本華另一觀點是點穿人類為何會痛苦？他認為欲望無限，所求之物卻有限，因此會感到痛苦，痛苦是比快樂更加根本的東西，因為，一旦滿足的感覺退卻，人們又會陷入痛苦之中。叔本華又以鐘擺比喻人生，永遠在痛苦和無聊之間來回擺動。

叔本華說智力程度愈高者，愈能感受到痛苦，他並指出尋求精神上的自由，唯一方法是「獨處」。當今，完全獨處不可能也不健康，我們可以做到的是，控制欲念，平和看待人生。

### 紅塵記事

慕秋

wusiupikwa23@yahoo.com.hk

逢周一、三、五見報



### 酒看人生

羅富齊

逢周五、六、日見報



。Michael問我：「那時，我玩什麼遊戲，你也會玩，為什麼呢？」我立刻回答說：「因為你是我的好朋友。」說完，大家相視而笑，淚水亦在眼裏打滾。四十多年來，我只見過Michael兩次，但是彼此都記掛着對方，莫逆之心不變，不禁想起英國名劇《故園風雨後》查爾斯及弗萊特的友誼。遠方的羅富齊祝願Michael身體健康、一切如願。