

啃小族

如果方仲永活在當下，他的父親定會被冠以這個名號：「啃小族」。

北宋時，江西神童方仲永，幼時能詩，其父居為奇貨，不讓他安心學習以造就人才，而是帶着他四處撈金，結果幾年過後，方仲永便「泯然眾人矣」。王安石在《傷仲永》一文中慨嘆：「彼其受之天也，如此其賢也，不受之人，且為眾人；今夫不受之天，固眾人，又不受之人，得為眾人而已耶？」

也就說，像方仲永這樣的天才，不好好求學受教，最後尚且淪為眾人；那麼當今那些本來就缺少天資的平凡人，後天再不努力，那麼想成為一個平凡人恐怕都難。

這個道理似乎再簡單不過，然而這麼簡單的道理就是有人置之不理。互聯網時代的廣闊舞台，令方仲永父親式的家長，幾何級暴增。抱着「雞娃」式心態，強迫孩童參加各種表演、比賽、選秀，視為出名的捷徑。這還算好的。更有甚者，想方設法將孩童炒作包裝成網紅，淪為吸金賺錢工具，這樣的父

母就是「啃小族」。

而且，為了出名，手段越來越極端。有的填鴨式餵養二歲女童來製作「吃播」節目，女童不堪重負哭鬧都不管不顧。有的帶着三歲的幼童，連軸轉趕場，充當「童模」，幼兒累得困頓大哭，換來的卻是打罵踢踹。這其實已經涉及虐待了。而有些家長還振振有詞，狡辯是出於愛。這與美劇《惡行》（THE ACT）裏那個將原本健康的女兒偽裝成病人來博取同情撈取捐款的病態Dee Dee，是不是有點類似？不過程度不同罷了。

「啃小族」揮霍孩子的童年，透支孩子的未來，剝奪和損害孩子的健康和快樂，說白了只是為了滿足自己的私欲和虛榮。而互聯網平台為了流量推波助瀾，刺激並助長了這股歪風，同樣難逃其咎。



瓜園蓬山

gardenemarvin@gmail.com
逢周三、四、五見報

北野武的不滿

東京奧運會正如如火如荼進行，關於開幕式表演的討論仍不絕於耳。上周末日本導演北野武接受東京廣播公司（TBS）採訪時，諷刺東奧開幕式讓他昏昏欲睡，不留情面地吐槽道：「到底花了多少稅金，給外國人展示這種東西。希望他們把錢還給我。」「丟臉死了，我以後都不敢出國了。」

今次奧運會開幕式表演的焦點，落在當前被稱為日本新三大舞蹈流派之一的「日本舞踏」上。無論是由日本藝術家森山未來領舞的、為新冠肺炎疫情去世者致哀的「追悼之舞」，還是表現大自然萬物的「怪獸」作品，都以灰暗的色調、畸形的形態，為觀眾呈現一場帶着陰森、詭異氛圍的表演。喜歡的人大呼這是一場充滿物哀之美的藝術，不喜歡的人則認為這種消極的、沮喪的藝術形式與積極昂揚的奧運會格格不入，不合時宜。

「日本舞踏」承襲了德國表現主義舞蹈風格以及後現代主義藝術的反思精神，在《日本舞蹈辭典》

中被定義為「一種被昏暗意識包圍起來的身體動作」，是從形式到內在都「喪」到極致的藝術風格，其在當前的大受歡迎可視為當今日本物哀美、喪文化的一種延伸，在虛無縹緲中，反思自身，感受一種靜謐通靈之美。

而北野武何許人也？生於昭和時代的他，無論是其作品，還是自身的個性，都充滿濃濃的「昭和男兒」的氣質和對那個年代的懷念。比如其自導自演的、頗負盛名的電影《花火》，集兇暴、惹笑與溫情於一身，又或者是《菊次郎的夏天》，在明亮、熱鬧、嬉笑中包裹幽深的情緒。昭和精神中對於陽剛、熱血、自強不息的強調，與物哀文化大相徑庭，因此北野武的不滿從其成長背景來看確是合情合理。



談文論藝 嘉妍

逢周五見報

自欺的福利

印度裔美籍記者、心理學專家Shankar Vedantam自述，他父親在夫妻關係上始終貫徹一點：太太說的都是對的。他父親一直認為妻子是世上最聰明、最正確的人。事無巨細，不管是衣食住行還是教育、投資，他都堅定不移按照太太的決斷行事。老父一生事業幾番失利，健康情況不佳，但因為這個信念獲得了幸福婚姻，擁有了平和心態。

這個例子也許只說明「愛情盲目」。但Vedantam在多年研究中發現，有時候我們通過「自欺」才能正常生活。獲悉身體有恙，我們真的希望透徹了解醫生診斷的前因後果嗎？大部分人寧願糊裏糊塗，相信自己運氣好，一定能轉危為安。倒是常有因乍聞健康方面的「噩耗」太過驚恐，提前離世的。同理，在美國，那些能敏銳感受種族歧視者往往比對此不那麼敏感者身心健康差得多。

在新著《有用的幻覺》（Useful Delusions）中，Vedantam提到，美國歷史上的大騙子Donald Lowry曾以多位女性的化名與幾萬個男人通信戀愛，非法詐騙千萬美元錢財。他被捕受審時，他的受害者卻為他辯護，稱通信讓他們免於憂鬱、吸毒、自殺。所以，我們不該嘲笑受騙者愚蠢，而得反省是否自己也有容易上當的潛質。與其簡單粗暴地劃分真話、假話，不如分析自欺的幻覺因何產生，起到什麼作用，是否利大於弊。這樣，我們才能解構假新聞，消弭謠言的負面影響。



墟里葉歌

逢周一、五見報

專業的高地

在我小的時候，春末夏初，學校會組織孩子們到田間溪邊「燒野米飯」，大名即野炊。每五六個同學組為一隊，帶上自家的鍋碗瓢盆、湊些菜蔬肉魚，在菜地邊找碎磚壘灶，就着溪水洗刷，尋枯枝落葉助燃，煮飯燒菜，互相品嘗，有時還評出優勝者若干。尋常人家的孩子做飯水平相差無多。有兩位同學，家裏卻是開餐館的，耳濡目染，技藝高出一籌，又能從家裏「偷」些半成品。於是，大家都希望拉其入伙，以助炊威。有時，野炊成了兩人的美食對決賽。

想起往事，是因看到這些年網絡文娛的專業水準在提高。在網絡營構的精神空間中，用戶生產內容是法則也是常態。然

而，用戶多種多樣，有所謂「素人」，也有專業能力不錯的用戶群體。對他們而言，進網只是換個場所，完成專業活動，當然也需遵守新場所的遊戲規則。

「野米飯」飄香的田間，是美食競爭的園地。互聯網搭建的空間，則是審美競爭的場所。審美競爭在文娛領域自古有之，但與舊日不同，網絡對文娛的覆蓋，降低了審美競爭的門檻，也改變了它的規則，「大眾評委」有了更多說話的份兒。不過，縱然是非專業的評委，喜愛的也是專業的內容。就像當年那些不會做菜的小同學，稱讚的還是有廚藝「家學」同學的手藝。因此，業餘評委規模的增大，帶來的是實質上審美口味更多樣、標準更細

奧運英雄

中國享受乒乓球「打遍天下無敵手」的榮耀久了，不少人不知不覺間滋長了「國球」輸不得的心理，輸球必狂嘖，其中夾雜了無根據欠科學的猜疑、推論，總教頭和教練員也成了炮轟對象。

運動員養兵千日，用在一時，臨賽一刻的心理素質極為重要。只有醉心迷戀體育魅力，才可輕裝上陣，同時取勝又需要一點運氣。運動員此屆失利，但他們長期訓練付出的汗水、傷痛、光榮與夢想不容抹煞。許昕、劉詩雯是國乒的有功之臣，我們要以掌聲和鮮花感謝他們，並祝他們退役後過得輕鬆快樂。

不能不說，在這場比賽中，日本選手

圓滿

經驗、注意自己的夢、嘗試藝術創作和寫這個專欄去探索自己。我踏出了很多以前從未踏過的路，有成功的、有失敗的，一切的目的都是為了發現，坦白說，這條路讓我的靈魂感到孤獨，但卻深刻地將那未被發現的自己逐寸逐寸發挖出來。

榮格在自己的回憶錄中說「對於超現實美的幻覺，是他活下去的唯一的原因」，這是常人無法理解的句子，但當你銳意發展自己圓滿的人生時，這句話就會變得容易理解。要達到圓滿人生，必需將無意識中的本我和意識層中的自我重新整合，發現超現實美的幻覺是榮格發現無意識中本我時的經驗，但如果意識不夠堅韌，那可能會面臨精神崩潰。而

人間一啜有餘香

從前有些家庭主婦，用大瓷壺或高身暖水壺，泡了一大壺茶，茶葉浸在茶湯中，久放一起，從早到晚都喝同一大壺茶。這樣浸泡茶葉，不但對身體無益，而且頂不衛生。茶湯香失味變，茶葉中所含的天然芳香物質和茶多酚也會自動氧化，失去營養價值和維他命；還慢慢地釋出有害物質，數小時後，所含的少量蛋白質和碳水化合物甚至會惹來細菌和霉菌，茶湯亦較易發酸。

茶湯略帶苦味，是因為含茶多酚和茶鹼。茶多酚即茶單寧，可助降低脂肪和血糖，保護腸胃黏膜，強化血管壁，增加抗氧化能



悠閒地啜呷品嘗，領略「人間一啜有餘香」的生活情趣，同時對身體有益處。

明清迄今，民間習慣用茶壺沸水泡茶。北方人又叫泡茶為「沏茶」。唐宋時期的茶葉，多為餅茶和團茶；飲用時須將茶碾碎後，再調生水煮茶或煎茶；技藝性很強，稍不留神，則會敗壞茶味。故古人對煮茶十分講究，視同一門藝術。北宋文豪蘇東坡對煎茶恰到好處的

不能分甘同味

使用木糖醇作為甜味劑，但它可以讓狗狗血糖下降、嘔吐和嗜睡。

（2）朱古力。朱古力中的可可鹼是一種興奮劑，會阻礙狗的新陳代謝，特別是黑朱古力，會引起腹瀉和嘔吐，還可能導致心臟功能異常、痙攣。

（3）咖啡、茶和其他含咖啡因食物。無論是咖啡、茶、朱古力、可可豆、可樂或能量飲料，都不適宜。

（4）牛油果和提子。牛油果

無論果皮、果核、植株的葉片都含有一種叫Persin的真菌類毒素（或譯為「酪梨素」），會引起嘔吐或腹瀉，果核也可能卡住腸胃。提子（包括提子乾）只要少量便可導致不斷嘔吐和急性腎衰竭。

（5）洋葱和大蒜。洋葱和大蒜都會使狗狗貧血，只吃一次都會中毒，如腹瀉、嘔吐、胃痛、呼吸困難、心率飆升等。洋葱中毒對日本狗如秋田犬和柴犬最為嚴重。

（6）牛奶和乳製品。乳製品可能引致食物過敏而發癢，而且會影響消化。

（7）夏威夷果仁和杏仁。果

化，而不是審美水準的下降。換句話說，網絡的介入使審美競爭變得更劇烈，也就催生更精緻的文娛產品。外來人口聚集的城市裏，更容易吃到地道的地方菜，也是類似的道理。

前些日子，聽一位戲劇專業科班出身的劇團經營者說，近年同專業師兄弟中「混出名堂」又「掙得多」的，大多是做網紅。言者落寞，聞者唏噓。其實，專業人士成為「網紅」裏的「頭部」或「頂流」，正是因為在審美競爭中佔據了專業的高地。長遠來看，未嘗不是好事。



知見錄 胡一峰

逢周一、三、五見報

氣勢霸凌，戰術成功。中國老將許昕、劉詩雯在先贏兩局的情況下變勝為敗，最後一局開頭竟連輸八球，暴露了年齡、體力、心理、戰術和技術的短板。打到那一刻，心理的因素更重要。

聯想起我們的教育，只講奮鬥與成功，卻少講挫折和失敗。沒人會喜歡後者，但它是成功之母。我們的人生，很有必要加上「挫折教育」一章，讓孩子打小便知道：輸不起便贏不了。

一場國球輸了，但全民能從中反思，是好事。



人與歲月 凡心

fanxinw@hotmail.com

逢周三、五見報

確實榮格亦一度陷入了邊緣上。這兩年多的時間中，我並無榮格這樣深刻的體驗，卻是憑着靈魂上的孤獨去讓自己往內探索，當中有醜惡的面相，也有近乎幻覺的美麗，這過程使我從荒涼的內在世界中逐漸找到生命的跡象，或許，有一刻我在那個迷失的世界之中和真實的自己曾經擦身而過。今天我嘗試整合從這次探險旅途中找到的東西，嘗試活出更圓滿的自己，感謝讀者陪我走過這段最孤獨的路，將來有天希望也知道你們的圓滿，保重。



象訴 馮俊彥

instagram.com/symbol_talk/

告別讀者

程度，作了維妙維肖的描述，在《試院煎茶歌》寫道：「蟹眼已過魚眼生，颼颼欲作松風鳴。蒙茸出磨細珠落，眩轉繞甌雪雪輕。」蔡襄在《茶錄》則指出：「候湯最難，未熟則沫浮，過熟則茶澀，前世謂之蟹眼食，過熟湯也，沉瓶中煮之不可辨。」現今用沸水注入紫砂小壺中，以「大紅袍」或「碧螺春」或「雨前龍井」的茶葉，只須浸泡兩三分鐘（最好每泡勿超過五分鐘，宜用攝氏八十度水），即可持杯「聞香玩味」，慢慢啜飲了。



閒性閒情 李英豪

逢周五見報

仁能令狗狗嘔吐、肌肉顫抖、高燒和後腿無力；如果吃了果仁朱古力，症狀更會惡化。杏仁對狗狗的毒性較低，但若咀嚼不足，可能會堵塞食道甚至撕裂氣管。

以上只是部分狗狗不能食的食物，希望對各位飼主有參考作用，下次當狗狗望住你時，要狠心了。



萌宠集 佑松

逢周五見報