



童心理

話術

一個朋友的朋友，為了不暴露性別，就用G來代替吧。G喜歡寫點文字，周末常給中學生開「寫作坊」賺外快。我沒去過，但為了「友誼長存」，我把信息發給了我的學生們。

那晚，小駿通過短訊同我討論課業，差不多完結時，「你真好」這3個字跳了出來。我嚇了一跳，要知道小駿是多麼腼腆的中三男生。每次上完課，他即便有很多想聊的問題，都會因為其他同學在場而悄悄地走開，然後再用短訊和我交流，並用「謝謝」來作結。今天這是怎麼了？我心下好奇，先雙擊「你真好」這條信息、送上「紅心」鼓勵，接着問他：「今天晚上吃蜜了嗎？」小駿告訴我，是G教的，「要想讓作文顯得豐富，就要多用一些話術，把文字變多，把感情變豐富。」

我開始觀察去聽過G的寫作坊的學生，久了，還真的從他們寫作習慣的改變裏找到了一些共性，最明顯的就是「話術」。比如，大偉寫他自卑於外表，「我想，我的樣子大約是很有挑戰的」；比如，小陸寫隔壁班的女生送了他一個蘋果，「我真的好感動好知足好滿意好幸福喔」；比如，小歐寫她腹痛難忍，「廁所裏的紙巾飄呀飄呀，好着急。」成年人的話術，就這樣悄無聲息地走進了天真無邪的童真，並讓孩子們以為，這是寫作應有的樣子。而語言為什麼不能回歸語言本身呢？我忽然愧疚於自己不經意間成了G誤人子弟的幫兇。

每到節日，G都會寄來卡片，上面用水筆洋洋灑灑地寫着「你真好」等等的話術之辭。文字變多了，情感就豐富了嗎？喜歡簡潔，應該是人生境界，非要到一定年紀才能做到。

於是，我終於刪掉了G的聯繫方式，並在Block鍵上輕輕按下一聲嘆息。



潘金英

會館分享客家美食

周日好節目，客家會館內迎來一批熱情文友，漂亮的林文映主持，先用簡報講些客家歷史文化，進而邀大廚示範即煮客家特色美食，分享同好。

我曾看了電視節目「舌尖上的中國」，介紹我國各具特色的美食，讓我大開眼界。當時，我印象最深的那輯，是馳名的客家名菜鹽焗雞。

林文映是客家人，客家菜的風格強調鹹、肥、香，她家鄉煮食要讓人多吃些飯，以求多些體力去勞動幹活。

當天大廚，炮製非一般的客家名菜，他用土豬肉煮梅菜扣肉哩。

我知道梅菜扣肉又稱鹹燒白，是廣東梅州傳統客家菜。煮製這道菜的方法淳樸簡單，根本用不着很多繁複的調味劑，但要訣是工夫、火候、耐心缺一不可。大家圍爐備飯，看大廚準備的食材，有大塊五花肉、梅菜乾、蔥、薑、蒜、鹽、八角、桂皮、冰糖、蠔油、老抽、料酒和特別加入木耳、豆卜，非常豐富。

大廚首先將梅菜乾浸泡並清洗幾次，然後把蔥薑洗淨後切片，接着將五花肉清洗乾淨、切成小塊，在鍋內加水，放入全部佐料，用大火將五花肉煸煮。

他一邊煸煮五花肉時，一邊告知大家各料頭的分量，而且叮囑待五花肉發白無血色時，即須撈出。

說時遲，那時快，他撈起五花肉並在

表面抹上少許老抽，隨後再把肉放至鍋內，用中火煎烤，直至肉皮呈金黃色，油脂溢出後再加入全部佐料，用小火燜煮20分鐘；再為煲內五花肉加鋪上梅菜乾，少許老抽、冰糖！

蒸炊時已肉香四溢，夠鐘掀起鍋蓋，大煲內香味俱全的梅菜炆土豬肉，就大功告成了。

透過這美食文化活動，大夥兒俱感受到生活的溫度，人人食指大動嚙口水，廚師一聲「大家起筷啦！」我和明珠倆也急不及待起筷，開動嘗鮮了！我夾起一塊土豬肉直接飛入口中，果然美味無比，肥而不膩！明珠細細咀嚼，讚賞說可嘗到噴香的肉中帶梅菜乾的清香！

大廚手藝超卓，搭配出色又恰到好處，惹味的梅菜炆土豬肉深受歡迎，不消眨眼工夫，就被食客熱情瓜分了。

席間人人大大快頤，紛紛想向大廚學藝，回家做這道名菜給家人分享，定要把客家美食流傳下去！



●主持人林文映(右)講客家歷史文化。作者供圖



潘國森

談金談易談詠言

香港文化界、傳媒界大佬王亭之(1935年-2024年)先生以90高齡在加拿大離世，福壽全歸。網上有不明真相的論者說他「自稱亭老」，其實這是「亭老」給讀者講解舊俗。

過去中國人有名有字，公事才可以直呼人名，長輩亦只能以字稱人，稱其名便是失禮。拈出別字的第一字後加「老」是通用的敬稱。例如中華民國革命元勳黃興(1874年-1916年)字克強，三十來歲已是革命領袖，有同志敬稱為「黃克老」。筆者亦受惠於亭老此教導，有年輕文友敬稱筆者為「潘老」或「潘國老」者，潘老頭既入暮年，受之有愧，卻之不恭。拜讀亭老雜文40多年，恍如昨日。

亭老姓談，本名延祚，又名錫永。祚本義為福祿。錫為五金之一，人類文明最早分離出的金屬元素，冶煉青銅的重要材料。錫又與賜通。觀其名，可知談家尊長對亭老的期許。「王亭之」取「姑妄聽之」的諧音，實與「王延芝」(姑妄言之)對應。王延芝即觀察家徐東濱(1927年-1995年)先生，徐老自謙為「灌茶家」。兩家多以談諧筆墨談論正事，一個妄言、一個妄聽，相映成趣。所不同者王延芝主要觀察

時局，王亭之則三教九流、醫卜星相、羊城掌故等等無所不談。亭老廣受讀者敬重，即使只是聽聽故事，亦多以「師父」稱。故亭老實為眾人師父。

上世紀八十年代，報社老闆金庸曾出一上聯，曰：「談錫永大言炎炎，談金談易。」然後亭老補充為：「談錫永大言炎炎，談金談易，談詠言，談八法。」後來懸紅百萬港元徵求下聯未果。

談字左言右炎，金庸遂以成語大言炎炎來開玩笑。錫字左金右易，亭老曾從事黃金買賣業務，其間每天都關注黃金價格走勢。亭老又為易學大師，故曰談金談易。亭老所補是在永字做文章。「詠言」即作詩吟詩，亭老為詩人，除格律詩外，亦寫新詩，寫詩話。亭老又精書道，「永字八法」為書道入門基礎。金庸說亭老談金談易，亭老補充談詩談書。

亭老曾有言，舊時代舊社會所謂「才子」要精通詩詞歌賦、琴棋書畫、醫卜星相、嫖賭飲吹，共16個字！這「嫖」一字，據亭老憶述，小時候即隨長輩到秦樓楚館飲過花酒。近年老成凋謝，間有長輩笑稱潘國森為「才子」，必立馬否認。按亭老講的舊規，半個也夠不上呀！(「雜憶王亭老」上)



名人鄉情

家鄉文旅出圈 向世界展新風采

朱鼎健(全國政協委員 觀瀾湖集團主席)

我是第三代香港土生土長的潮州籍香港人。家鄉潮州對我來說，既熟悉又陌生。陌生是因為，近些年來我未曾有機會返鄉親探，熟悉是因為，潮州人的勤奮、拚搏、永不言棄的精神從小伴隨我長大，可以說，這已經刻在我的基因裏。

潮汕人是廣東三大漢族民系之一，也是全國乃至全世界範圍內最具商業頭腦的群體之一。目前全球大約有4,500萬潮汕人，在香港，約有100多萬潮州人，佔香港總人口的六分之一。

出生在一個潮州家庭，從小父親便對我言傳身教，無論是自身發展還是做企業，都要牢記：力不到，不為財，財亦不來，永遠要記得一分耕耘、一分收穫。同時更要順應時勢，不斷應變，勇於創新，才能成為行業領軍。這也是對我影響至深的潮州精神。

因此，我大學畢業之後，便從公司的基層員工做起，直至父親病重，我從他手中接過「接力棒」，亦一直謹記父親的教誨。如何保持創新，與時俱進？接管公司之後，我便決心走再創業的道路。創業的方向應該往哪裏？我想起父親一直跟我強調的「天時地利人和」。如今國家重視內循環，文旅升級是主調，順應這些變化，企業的發展策略也要相應地做出調整，要更好地提升自身旅遊產品的多元化和再升

級。要引領休閒旅遊產業的領先發展，就要隨時滿足市場多樣化、多元化並不斷升級的需求。

也是在這樣的不斷開拓、不斷應變的過程中，我更深刻地體會到，要把握國家發展機遇、緊跟時代發展步伐。也正是因為這樣的理念，家鄉潮州在近幾年的文旅市場中破圍而出，成為全國乃至世界範圍內的「網紅」城市。

我非常開心看到，2023年春節，有着「中華街舞」之稱的「英歌舞」，由於其熱烈、奔放、氣勢豪邁的風格，火速出圈，燃遍全國，讓全國民心民情備受鼓舞。五湖四海的各地遊客，千里驅車，飛奔潮州大地，直抵現場，只為一睹英歌舞的真容。今年，英歌舞更「飄香」海外，春節期間受邀至英國倫敦領情演出，向世界展現英歌舞的風采。「四海潮聲，潮人故里」。潮州



●朱鼎健對家鄉潮州的發展感到開心，右圖為廣濟橋，又稱湘子橋，就是位於潮州古城東門外的韓江上，被譽為「世界上最早的啟閉式橋樑」。



劉征

我們周日在舉辦迎新晚會的時候，有一個大一點的小男孩兒表演了脫口秀。他是那種眼睛小小的，但是卻有種說不出的機靈勁頭的小個子男生。聲音像是受過訓練，但凡一開腔，同種立馬就能被人辨識出來。

印象最深是他的自嘲。他說高中曾經有過一日連喝十幾杯奶茶的壯舉。後來，連老闆都看不下去了，過來勸他。起先，他以為這仁兄是關心他，誰知若干天之後，這位商家就因販賣劣質商品被查了。他這才回味起那天的情況，老闆原是怕他喝死連累自己。說到這裏，大夥兒都笑起來。總之，他就這樣一個一個地講段子，有的好笑、有的一般。不過那一夜很愉快。我猜這就算是成功了吧。

我知道達到這種效果可不容易。這位學生還有同學在場，大家又都剛剛離開高中，大致經歷皆相仿。若是專門的秀場，要達到這種效果也很難。試想一下，偌大一個劇院，來的都是陌生人。

脫口秀

要迅速讓大家熱絡興奮起來，談何容易啊。更何況，脫口秀就其性質而言，本身就是新的。這職業很新，講的人差不多都是新的，段子是新的，聽聽眾也是新的。所以很多脫口秀在一開始就依靠和觀眾的長時間互動來熱場。

這倒讓我想起北野武。他的電影當中經常會有相聲演員這個職業。有一部《壞孩子的天空》是他早期最著名的電影。講的是青春期的荷爾蒙會推著人去崇尚武力，但是武力是不可持久的。反倒是電影當中充當配角的兩個背景人物最後獲得了成功。他們是兩個愛好相聲的人，一直以來都在默默練習如何更好地說相聲。一直被人嘲笑，最後卻終於真的逗得人發笑。可見在北野武眼中，努力地去去做一件需要技巧的事，也許一開始令人輕視，但是經過反覆努力地練習，或許就會獲得成功。

但脫口秀和相聲還是不一樣的吧。一個靠的是學習。說學逗唱都得學。古時候，要拜師學相聲，得請四家。說評書的、唱蓮花落的、變戲法的，還有練把

式的。都說這四門分不開，「你中有我，我中有你。」學相聲，這幾樣是離不了的。

脫口秀卻重在個人天分，不太講究傳統，相信自己創造。就好像活地亞倫，早年間就在說脫口秀。後來，他把自己的這項能力用來編劇，成功了。再後來，他又當了導演，還是他這股子幽默勁兒，電影又成功了。換一個人，就不行。活地亞倫往那兒一站，就有種黑色幽默的效果。

依我看，時下的脫口秀有些缺少天分。觀看時，觀眾時常感到恐懼。因為隨時都有可能從一個極度興奮的天才笑料突然冷場，要很久才能重新熱起來。在這種起伏不定當中，與其說是快樂多多，不如說擔心與快樂同在，這就有些折磨人。相比起來，相聲的快樂是安全的。它顯得更加豐富，表演性也更強，手法也更多。所以說啊，快樂這件事固然討人喜歡，可持續地令人快樂，卻得拿出點真功夫來。就像中國的脫口秀，任重而道遠。



余似心

面對人生低谷唱首歌

人生際遇總有高低，在自己一切安好時，親人的健康或命運逆轉，可能會一下子把所有的美好換作夢魘，半生糾纏！擺脫不了如何面對，原來不是看造化，是看心態！

最近有機會和一位長期病患的照顧者交談，讓我上了珍貴的人生課，這導師的經驗也不過用多少淚水換來。她是陳太，一直過着安穩的生活，十年前前人在中年的丈夫突然忘了回家的路，醫生對她說：「妳以後有排捱！」陳生得了認知障礙症！自此她的人生跌入了谷底。

陳太說：「我本身有遺傳性抑鬱躁狂症，這突如其來的打擊，令我時常感到恐懼和焦慮。曾一度想自殺，用什麼方法去死讓我輾轉反側了一夜，最終想到聽些輕音樂來平伏一下。一覺醒來，心情安靜了，也意識到他是個病人，逃避不是方法，日子總要過。開始改變自己不再埋怨。」

「走進大自然是最好的情緒療癒，我和丈夫去郊外散步，心情會放鬆許多。

記得有次颶風過後，不少大樹被吹倒，但在狹隘的石隙裏看到一株小樹苗鑽頭而出，迎着陽光。小樹苗的生命力也如此頑強，我們又豈可輕易放棄？」

「覺得辛苦一定要找人支持，幸好社會上有不少組織關心我們這些長期病患的照顧者，安排大家互相打氣關懷，讓我們一起參加不同的活動，雖然是拉拉筋、聊聊天等，但有同路人的感覺變得不一樣。看得出今屆政府有為我們着想。」

「自此我也變得開朗一些，開始懂得自尋開心。現在我每天邊做早餐邊唱《快樂》那首歌，是歌神許冠傑的，你懂嗎？」這時陳太自然地在高歌。看來她真正的心情輕鬆。「煮晚飯時我便唱《財神到》，邊唱邊告訴丈夫是時候吃飯了！」

「這唱着歌過日子讓我事事順心了，故此我希望遇到相似遭遇的人別自困，一定要接觸外界，記着社會上有不少幫助我們的組織，總有願伸援手的人。」

陳太的經驗得來不容易，是我們的好借鑑！



狸美美

「人味」煙火氣

去年小狸曾寫過預製菜，一年不到的工夫，「舌尖上的科技」又升級了——那天看新聞，驚覺「機器人廚師」甚至「AI廚師」竟已悄咪咪漸成了氣候。

就在上周，北京市海澱區市場監督管理局向名叫Lava的具身智能(Embodied AI) 機器人發出食品經營許可證，Lava成為全國首位持證AI廚師。許多人乍聽之下可能不以為意，「不就是炒菜機麼，我家也有啊！」但你家那個大概率屬於固定程式設定下的工業機器人，可Lava卻更進一步，是具身智能機器人。

具身智能是一種可以通過環境不斷自我學習和適應，從而產生智能行為的AI系統，幾乎包含人工智能領域所有的技術，是AI的集大成者。搭載具身智能系統的機器人可以與環境交互感知、規劃、判斷和行動。據現場目擊的記者描述，Lava的主營業務是油炸，可以實現自動出料、稱量、識別、製作、記錄等全過程無人化作業。如果還覺得抽象，一句話總結就是：科幻電影裏的機器人管家，可期。

其實在預製菜和Lava之間還有一個龐大的餐飲科技陣營，並且不用「可期」，而是已經熱火朝天打出了一片美麗新世界，就是你家裏那個工業機器人——炒菜機。只不過，這些炒菜機不是身在私家廚房裏，而是大大方方、成群結隊進了餐廳後廚。沒錯，屢屢吐槽外食「沒有鑊氣」的刁嘴們，除了吃到的預製菜，如今還有了一個可能——炒菜機出品。雖然科學地講，炒菜機也是現炒，和人手動作一致，也當有「鑊氣」，但「鑊氣」這事從來都是玄學，遠遠不僅是

指美拉德反應，更是老饕們一口便知有沒有的「人味兒」。

有記者探訪了四川某地的社區餐廳後廚，發現並沒有大廚在花式顛勺，只有一字排開的5個炒菜機。當然人類也是有的，但不多，幹的活兒也只限於配菜、打包以及按下炒菜機上的按鈕。

菜品雖然不夠香，但收益是真香啊。上面餐廳的老闆給出一組數據：同樣做一道辣子雞，人類烹飪要8到10分鐘，人力成本7到13元；而炒菜機只需要3.5分鐘，能源成本5毛錢。正是在這個機器坐鎮的模式下，才能實現巴掌大的後廚一天卻能供應600人就餐。

然而，相較於韓國咖啡店，四川社區餐廳「打下手」的人類還是多了。去年，韓國首爾開了一間24小時咖啡店，店員只有2位，都是機器人。顧客下單後，2位機器員工會在分工合作下完成任務。幕後老闆每天只需派技術人員去維護2小時，足矣。從不抱怨的996下，咖啡店節省了大量人工成本，咖啡售價只是周圍店的一半。速度快、拉花美、價格便宜，只是不是手沖，你選哪個？

小狸不反對發展舌尖上的科技，無論是預製菜還是炒菜機，抑或是日後的AI廚師，都有它適宜的應用場景。但小狸反對混水摸魚，以次充好。比如預製菜出現在便利店的冷櫃裏就很合理，但出現在高級餐廳就不夠意思；炒菜機出品可以在「兩腿飯」店裏售賣，卻絕不應該端上「老字號」的餐桌。

因為AI時代下，吃貴飯不就是为了那一口「人味煙火氣」麼。