

因為留不住

上月到了台北書展，爲的是參加五月天樂團的結他手石頭的新書《因為留不住》分享會和簽名會。

大概是二〇一一年開始，五月天每到一個城市舉行演唱會，石頭就會在網誌發表一篇文章，依時依候，一場不漏。像我們寫專欄，在截稿時間前必須壓線交稿，而他更棒的是，他根本沒有必要強迫成這樣。上一次巡迴後結集的書名叫《末日備忘錄》，這也是他的第二本作品。

五月天的歌詞都由另一成員阿信負責，石頭的文字結集，讓人讀到同一個樂團在歌詞以外的文字作品，這種音樂跟文字的跨界合作，作為宣傳手法是常見，但像石頭這種傾向純文學而且有深厚文字功底的書寫，甚至內容刻意跟樂團切割而成為獨立的個體，如果不是唯一，也是異數。參加分享會，除了是他的知音，他的讀者，也特別想知道在紛鬧的演唱會日程中，如何找出創作靈感，去寫出如此細膩的文章，即使知道他會在每一場演唱會演出前幾小時，一個人躲起來

風陵夜話

耶 生

yeahstudio55555@gmail.com

逢周二、三、五、六見報

這條鮭魚怎麼不臭

明朝沈德符筆記《萬曆野獲編》卷十七，有《南京貢鮑》，臭鮭魚讓人無奈。

去往京城的貢鮑，運鮭魚最麻煩。鮭魚，出水即死。按要求，每年五月十五開始，從南京進鮮，六月下旬，必須到京，七月初一，太廟要祭祀。鮭魚捕上後，運輸的船隻，晝夜行駛，每停一個碼頭，立即換冰。即便這樣，鮭魚仍然臭不可聞。我（作者）今年夏天北上，曾經靠近運鮭魚的船，聞到臭魚的味道，幾乎吐死。

鮭魚運到京城，加以各種美味佐料，做成珍美食品，皇帝再賜給朝臣。大家雖然一再謝恩，卻不敢下箸，太臭了，味道太怪了，但能不吃嗎？吃着吃着，也就習慣了，以為鮭魚就是這個味道。

有個宦官，到南方任大官。正是吃鮭魚時節，有天，他將廚師叫來，大罵道：怎麼回事？為什麼不燒鮭魚給我吃？廚師很委屈：長官，我每餐都做給您吃的啊！宦官怒而不信，廚師將鮭魚指給他仔細看，宦官很驚訝：這魚的形狀倒是很像，但為什麼聞

筆記新說

陸布衣

1164334351@qq.com

逢周二、四、六見報

魅力便當

對中國人來說，「鐵路便當」大概是幾代人心中的噩夢：樣式少、味道差、性價比低，可以羅列出一長條缺點，甚至連粗名「盒飯」聽起來都那麼具有鄉土氣息，更不可能跟「魅力」畫上等號。直到去了日本才大吃一驚，原來便當有這麼多花樣，甚至能不作為鐵路的附屬，吸引顧客專程爲它而來。

日本鐵路開通於一八七二年，之後隨著線路拉長，在火車上補一餐自然成了要考慮的問題。第一份便當出現在東北本線的宇都宮站，只是撒了芝麻和鹽的飯糰以及幾片醃蘿蔔，放在月台上售賣。彼時距離鐵路開通已過去了十三年。其後隨著交通發展，鐵路便當也不斷改良。據不完全統計，如今全國的便當已經多達四千五百多種，多數是地方特色便當及季節限定。

試想一下，從北海道札幌的石狩鮭魚飯、富山縣富山站的鱒魚壽司，到鳥取縣鳥取站的螃蟹壽司、宮崎縣宮崎站的香菇飯等等，如果每經過一站都能看着窗外景色把途中的邂逅融入胃裏，是不是也妙哉？不管是否停留，這都是體驗當地風味的最便捷方式。而鐵路便當從製作水準到心意，也毫不遜於科班出身。有最受平民歡迎的鳥賊包飯，也有極盡豪華的菲力牛排或和牛壽喜燒。栃木縣的日光站更別出心裁，包裝用上了著名的「日光雕」木盒，精美得直讓人咋舌。主食五日醋飯上，晶瑩的雪場蟹肉剔透發亮，這個時候，便是心甘情願地買櫃還珠，也沒什麼遺憾了。

不過要注意的是，很多遊客會不適應鐵路便當的冷食，這是爲了維持新鮮和味道，採用瞬間冷卻的方法保存。不過別擔心，便當在製作過程中也會考慮這一點，盡量降低影響，比如米飯的煮法和肉類油脂的處理。現在還有商家售賣自熱便當，吃起來溫度和味道兼具，也是兩全其美。

食色

判 答

panda5171@163.com

逢周二、四、六見報

（外界的重點是穿上浴袍），靜下心來寫文章，但如何能保證每次都找到題材？如果在開演之前還沒想到，怎麼辦。這原本是我打算在問答環節舉手發問的題目，但如此普通的問題，早給主持人、也是這本書的責任編輯、是次分享會的主持謝鑫祐先生問了。石頭說，他到每一個地方，下飛機之後，就會不斷地觀察，有時也會加一點想像，幾乎都沒有試過寫不出來。他的答案讓我有共鳴，當我決定寫文章的一刻，就變成了一個生活觀察員，記錄每一秒的感受，然後找出值得書寫的空間。石頭在台北有一家音樂咖啡店，取名Input，這大概就是他的日常。

最後，我還是舉手問了一條問題，後來報紙也沒有報道過。我問：「石頭的文字，是一筆過寫好，還是精雕細琢、反覆修改的？」石頭很溫柔，他不只告訴我他是一筆過寫好，還告訴我他寫得很慢，而且是用鉛筆寫在紙上，讓我整個畫面都跑了出來。

從音樂認識，以文字相遇。我留住了這一場分享會。

打開社交媒體，最火推送永遠是幾個主題：情感、飲食、減肥。人們絞盡腦汁思考的爆款和頭條，圍繞這三個話題展開，不愁沒有流量。這三個話題中，飲食和減肥卻是「對立」的，敵不過誘惑，吃下去，再尋求瘦回去的辦法。如此周而復始，也難怪總有人說，人類的本性，不是to be or not to be，而是：吃，還是不吃。

層出不窮的各類手機應用，在擴大吃與不吃的拉鋸戰。打開微博、Instagram，美食博主窮盡所能地讓食物看起來更美味，食譜看起來更可口。與此同時，健身博主在不斷地向大家灌輸如何才能更好地控制體重的各類貼士。

YouTube上，大把「吃播」，主播誇張的面部表情和說辭，誘使觀眾的味蕾產生反

當今是粉絲經濟，甚至有人喊「得粉絲者得天下」。按類型還細分為路轉粉、鐵桿粉、真愛粉、死忠粉乃至腦殘粉。其實在古代，傾盡精力追星者就大有人在。唐代三大詩人李白、杜甫、白居易，都有龐大的「粉絲群」。其瘋狂程度，就連現在一些「職業粉絲」恐怕都自嘆弗如。

有位王屋山的隱士魏萬，性格很狂傲自負，但對李白卻崇拜得五體投地。爲了見偶像一面，他從河南王屋山一路追到浙江天台山，又輾轉追到揚州，跋山涉水幾千里，終於得以目睹李白真容，並獻上稱頌李白的詩。這與現在的粉絲跟蹤明星巡迴演唱會差不多，但要更艱辛。李白也深受感動，寫了一首長達六百字長詩《送王屋山人魏萬還王屋

香港雖然是彈丸之地，但在地理上也分作十八區，每區有不同設置和特色。文化藝術方面，地區上的區議會每年都會獲得政府撥款資助，藉此舉辦活動。每區的資助或許數額不一，但只要有心人士共同努力，地區藝術自能發光發亮。三月初，我有幸擔任「大埔區中小學戲劇比賽」的評判，深深感受到教育界同工爲年輕人推動藝術的努力和用心。

大埔區中小學總共約有五十間，各校有本身的教學理念和校本課程，惟彼此對於藝術活動都同樣熱衷，認定藝術不單可以陶冶學生性情，更能提升學習能力。爲此，各學校自多年前起形成一股不成文的傳統，就是由個別學校負責舉辦不同的藝術項目，包括

春日賞花 詩說牡丹

三好集

潘金英

blog.sina.com.cn/u/3232962857

逢周二、四、六見報

丹爲美。相傳武則天登基後，爲了顯示自己的威儀，作了一首詩《臘日宣昭幸上苑》：明朝遊上苑，火速報春知。花須連夜發，莫待曉風吹。第二日，武則天去上苑遊玩，果然春風滿面，各色花朵爭奇鬥艷，百花中唯獨牡丹傲骨不開。據此傳說，《鏡花緣》記載，傳說武則天因酒醉在冬天下詔令百花全部開放，沒想到「時至衆花多開，唯牡丹不從」，武則天見狀，便一怒之下，將所有牡丹貶出上苑，下放到洛陽城。因此，牡丹以其傲骨，被稱爲花中之王，洛陽因而成爲牡丹之鄉，有「洛陽牡丹甲天下」之



剛過去的第九十一屆奧斯卡金像獎頒獎禮，塵埃落定後，最爲人注目的當然是各項得獎者。獎項只得一個，內裏自然有喜有悲，只要你仍是這圈中一分子，來年再努力爭取過。

《綠簿旅友》是最佳電影。我對這獎項得主的關注程度，一向更甚於男女主角，因爲最喜歡看電影，但去年的得獎作品《忘形水》，卻是我近年最感失望的電影之一。今屆最佳導演不是《綠簿旅友》的導演，而是黑白外語片《羅馬》的導演艾方索。這是由美國與墨西哥合作拍攝的劇情片，故事環繞着墨西哥社會變革時代下的一家事跡。目下的寫實片、英雄片，不同於以前的大製作

吃，還是不吃

應，分泌更多唾液刺激大腦發出「我想吃」的信號。另一邊廂，半年爆瘦八十斤的減肥博主在告訴你，每天幾點要開始運動，幾點要開始斷食，三餐要戒斷碳水化合物，這樣才能達到瘦身的最佳效果。

吃也不是，不吃也不是，人們每天被這些「分裂」的資訊纏繞着，結果往往會發生一件事，壓力過大，吃得更多。這已經不是理智能決定的「吃，還是不吃」，似乎已經變成了一種潛意識，既然選不出來，那就先吃點東西再做決定，結果回過神來，手邊的零食已經見底。

我有好幾個朋友就長期處於這樣的糾結之中。每次約着出去玩，無論是尖沙咀的酒吧，或者中環的食店，點餐的時候想吃這個，想吃那個，接着顧慮這個又顧慮那個，最

詩人粉絲哪家強

》並作序。詩尾還動情地寫道：「黃河若不斷，白首長相思。」如今的粉絲要是能得到偶像如此禮遇，恐怕會當場幸福地暈過去。

魏萬雖然辛苦，還好歹算是正常方式。杜甫的鐵粉張籍本身也是有名的詩人，他常常取杜甫詩一帙，燒成灰燼，然後加入膏蜜，喝進肚子裏，並自言：「令吾肝腸從此改易」，就會寫出像杜甫一樣的好詩。雖然張籍未達到詩聖的水準，但也是中唐詩壇大家。不過這吃灰燼的習慣，不知是不是異食癖。

白居易的粉絲就更瘋狂了。《西陽雜俎》載，荊州有個「街宰」叫葛清，也就是清潔工，這在古代是不入流的職業。但此人卻是個詩痴，從脖頸以下，全身遍布刺青，都

大埔區學校戲劇節

音樂、舞蹈、戲劇，以至後來發展的公民教育。負責學校每年在該校籌辦相關比賽，讓同區其他學校到來參加。如此分工合作，每校都要付出心力，同時發揮互相觀摩，共同學習的精神。

戲劇方面，林村公立黃福鑾紀念學校舉辦小學組比賽；香港道教聯合會圓玄學院第二中學舉辦中學組比賽。我聯同另外兩位評判，分別在兩個周末，從上午十時至下午五時，每天觀看九間學校的表演，然後馬上討論及評分，表揚優異學校及頒贈獎項。

一直以來，小學與中學的戲劇活動都略有分別。小學組大多由老師指導及輔助，幕後甚至有家長參與，爲小學生化妝及安排服裝。因此小學組的戲劇通常都較爲繽紛悅目

後點的餐吃着不滿意（不是最開始想吃的博主推薦），吃完了又覺得並沒有起到遏制體重上漲的作用，既然吃都吃了，乾脆把最初想吃的給點上。到聚會結束，捏着並不是很胖的小腹說又要長肉了，回家要減肥。上述情況，常見於港女港男，且有逐步擴大到各年齡層的趨勢。

飲食本是件快樂事，偏偏現代人爲其附加了太多吃喝之外的評判標準，或許「吃，還是不吃」，本身就是個庸人自擾的偽命題。

即興判斷

佗 寂

treekakira@gmail.com

逢周二、六見報

是根據白居易詩句作的圖畫，總共有三十多首，名副其實到了「體無完膚」的地步。譬如，有一人持杯站在菊叢邊，乃「不是此花偏愛菊」；又有一棵樹上掛着花紋精細的絲帶，則是「黃災嶺林寒有葉」。當時有人稱葛清的渾身刺青爲「白舍人行詩圖」。

前幾年，有位德國人將《將進酒》紋在了後背上，可惜他只是覺得漢字很酷，並非李白的粉絲，未能替詩仙扳回一城。

瓜園

蓬 山

gardenermarvin@gmail.com

逢周二、四、六、日見報

，熱鬧有趣。本屆小學組的冠軍劇目是《越空西遊》，編劇老師剖析《西遊記》就是幾個人、一匹馬、一條擔挑和兩個行李箱，整合而成一個「驗」字。中學組方面，劇目一般由學生自行創作，學校讓學生獲得一次自我發揮的機會。本屆中學組的最佳劇本獎劇目《規則》屬於超現實的寓言，講述學生如何在極端主義的環境之下，嘗試以溫和的手法改變學校的嚴苛規矩。得獎的劇目都具創意，反映了地區藝術的成果。

文藝中年

輕 羽

cloud.tkp@yahoo.com

逢周一、二、三見報

給自己小小的開心

二十年前寫過一篇《喜悅之道》，取材自H. Jackson Brown的On Joy。如今重讀，有幾點還是仍然欣賞的，包括：把一些美麗的東西放在眼前，哪怕是一朵野菊插在果醬空瓶裏。（再舉幾個例：幾個有趣的摺紙，一小盆多肉植物，一棵像大樹縮小的文竹，一玻璃瓶多彩的鵝卵石。）

打個電話給出乎意料的老朋友。（試探對方的近況，別誇耀自己的得意。）

遇見街頭音樂家表演，站一會兒，聽一會兒，留下小小的捐獻。（別吝嗇掌聲。）

對那些不能不做的事，開開心心地去。做。（例如上班，下廚，洗碗，遛狗……）

再想一些新的加進去：在臉書上認識新朋友，進入一些陌生人的世界。那可能是一個你完全不曾接觸過的新世界，增添知識和樂趣。養一隻貓，照料比養狗簡單，會帶給你意想不到的感動和開心。同時會結識一批貓友，有極愉快的交流。學做點心或煮糖水，與全家和朋友共享成果。一理通，百理明，花樣和口味會越來越多。重新練習毛筆字，很快會覺得有進步。花錢不多，需要地方不多，但天地廣闊。

唱熟幾隻「飲歌」，出人意料地當衆表演。許多歌的內容能帶給你情緒上的慰藉。

當同事們工作感沉悶時，你拿幾百塊錢出來請大家吃下午茶。歡樂會立即充滿辦公室。

南牆集

阿 濃

m.facebook.com/A.Nong.cps

逢周二、六見報

紅地毯楊紫瓊壓群芳

或史詩式的古裝片，製作費龐大，像曾獲十一項金像獎、查爾登希士頓主演的經典作品《貴族》，此項紀錄近年才被打破，二〇〇〇年的《帝國驕雄》算是比較受注目的古裝片，亦紅了男主角羅素高爾。

除了各獎項得主，每年衆星紅地毯上的風采，不論男星女星，衣飾也是必受關注的焦點所在。特別值得一提的是今屆奧斯卡男星們，觀眾熟悉的英雄偶像「水行俠」、「黑豹」展現了另一面

的魅力，一身粉紅色Jason Momoa，雖身穿老佛爺的作品，仍不脫一頭長髮的不羈「水行俠」造型。「美國隊長」Chris Evans，一派瀟灑型男，身穿FER-RAGAMO灰藍西裝；而今屆影帝、《波希米亞狂想曲》的雷米馬力克，則是Saint-Laurent黑色禮服，氣勢逼人。

女星們就更精彩，愛瑪史東被一衆人士評爲今屆衣飾最差的女星之一，LV啡金色晚裝、全身珠片營造格紋圖案，網友形容似「焦糖格餅」，我卻說像一尾

美人魚多一些。LADY GAGA則穿A-MCQUEEN的黑色晚裝，賣點是造型源自柯德利夏萍的電影《珠光寶氣》，包括戴上TIFFANY鑽飾，獲得衆人一致好評。此外，穿上銀色貼身禮服、比前成熟了不少的前影后Jennifer Lopez性感亮相。而全晚我綜觀所有衣飾中，最漂亮的是楊紫瓊穿ELIE SAAB的銀色薄紗長裙，散發優雅氣質。

衣尚

蕙 蕙

逢周二、四見報