

消費降級了嗎



自由談
威威

社交媒體上，消費降級的討論不絕於耳。有人說咖啡從過去的星×克變成了瑞×，從矜愛×仕戴勞×士變成環保袋和電子錶，從大牌護膚品變成「平替」……大概看了看，討論的都是年輕人。

今年剛全面恢復「通關」，閩密就來香港旅遊。疫情前她每年都要來港「血拚」，幾乎全程「泡」在海港城、IFC。離港時，她留在房間裏的名牌購物紙袋和包裝袋就有厚厚一沓，購物小票滿地皆是。閩密媽媽的消費水平更令人咋舌，疫情前從香港坐私人飛機去瑞士做體檢，自家的法國城堡酒庄令人印象深刻。

時隔三年未見，閩密依舊精緻美麗，卻不像三年前那般珠光寶氣、全身名牌。走在遊人如織的羅素街，發現有幾家名牌店不見了，取而代之的是日用品店和藥坊。「(名牌店)關門就關門吧，反正我也不買了。」正在我驚訝時，她拿出手機，說想去打卡幾個餐廳和網紅景點。

仔細一看，她的旅遊清單上有M+、香港故宮，還有特色的茶餐廳、麵包房、日料店等小店。她還好奇地問我，大澳的漁村遠不遠，西貢怎麼玩，赤柱適不適合拍照。

我打趣道，這和你以往的「壕」風不同啊！她戲謔一笑，說：「消費降級了。」正當我擔心是否有家庭事業變故，她自言，疫情三年出門少了，朋友見面的機會也不多，平淡下來發現，堆滿屋子的名牌衣物鞋包，最終經常穿用的

就幾件，大多都成了自己看的擺設。如今再來香港，反倒很想看看風景，到處走走。

她問起我有沒有「降級」，我說我也有，去年生日給自己買名牌手袋，今年變成了一雙鞋；孩子去年讀國際學校，今年開學去直資；去年每月做一次醫美，今年到現在還沒動過臉。聽起來降級了，但我覺得很舒服：鞋是我需要的；直資學校離家近且久負盛名；至於不做醫美，只是想讓自己少捱幾針。

在我看來，大多數年輕人自嘲所謂消費降級，其實是去繁從簡的一種體現，甚至說是一種跳出高消費陷阱的「自救」，或是在不斷膨脹的慾望前及時踩下煞車。

有一個中環的律師朋友對我說，慾望和「消費升級」是沒有止境的，以他的觀察，月薪五位數，盼的是買包自由，月薪六位數，想的是名錶豪車，月入七位數，要的是遊艇私人飛機，再多……抱歉，貧窮限制了我的想像力。

至於閩密口中的「降級」，我更覺得是她的需求和審美「升級」：繁華商業下的燈紅酒綠綠醉金迷是千面香港的小小一面，陡峭的山嶺、廣闊的水域，既可鳥瞰壯麗海港和絢麗市景，也可體會極富傳統特色的人文風景……這些是在大同小異的商場中體會不到的。

閩密在香港「深度遊」一周，臨行前她有些曬黑了，興高采烈地和我說，原來香港有很多好玩又美的地方。聽她如此滿意我給她推薦的「小眾景點」，我樂開了花，和她說香港的美要靜下心來慢慢品。「下次不住酒店了，就住在你家，體會一下生活在香港的快樂。」



柏林漫言
余逾

第一次聽說孫醫生，是先先生腰盤突出四處尋醫時，一位朋友熱情推薦說：「我在柏林認識一位超厲害的理療康復專科醫生，孫衛中醫生，他曾是我們奧運國家隊的隊醫！」

先生立刻拜託這位朋友安排預約，慕名前往。此後先生便在孫醫生這裏做中醫理療，針灸拔火罐。一來二去每次問診時聊聊，先生對這位和自己父親年紀相仿的孫醫生便慢慢熟識起來，而孫醫生也總是像關照後輩一樣常常詢問先生的工作和近況。

得知先生從事數學物理理論方面的研究，孫醫生頓時有了極大的興趣，開始滔滔不絕地跟先生聊起他心中的那個宏大的夢想——希望有一天能把我們的中醫在國外發揚光大。

此後孫醫生便多次與先生相約，討論是否有辦法從數學物理理論上用科學的方式證明中醫的科學性。有時候孫醫生還會邀約上柏林自由大學物理系教授一起參加討論。孫醫生和這位物理教授都年過半百，依然孜孜不倦地在學習跨學科的東西，嘗試用新的方式去理解過去的經驗和總結規律。他們如此的鑽研勁兒真是難能可貴，讓人心生敬佩。

柏林孫醫生



▲孫衛中醫生與太太鄭美珠女士。作者供圖

與此同時，為了傳播中醫文化，孫醫生還在柏林創建了一個中醫療法培訓學院，向全歐洲招收學員，它叫「德推院」。在這裏，學員們不僅可以學習到人體穴位等中醫的基礎知識，還有機會實踐練習針灸、拔火罐、推拿等專業技術。對於一些感興趣的愛好者，孫醫生還會定期組織氣功課程。在建校十七年的時間裏，孫醫生可謂桃李滿天下。他的學生在柏林開的診所一直爆滿，幾乎很難預約上問診時間。

孫醫生一邊兢兢業業地行醫，一邊努力實現自己的夢想，這少不了他身後最大的支持，那便是他的太太。我記得那次先生跟孫

醫生見面後回家，跟我說起孫太太：「孫醫生的太太竟然是我們中國女排五連冠的主力隊員鄭美珠！」

要知道，一說起中國女排五連冠，中國人無一不充滿了自豪和驕傲。從小但凡凡是看體育節目，我的父親母親都總會不自覺地提起說「當年咱們女排五連冠那才叫厲害……」

記得第一次見到孫太太時，她正在不慌不忙地處理着診所裏的文件，抬頭招呼我，笑瞇瞇的，親切又和善。

後來我也來到診所理療，扎針灸拔火罐，孫醫生每次都像位老父親一樣，叮囑說：

「要少玩手機，少看電腦。」
「上次教你的呼吸法練習了麼？」
「教你的拉伸姿勢有沒有在做？」
……

有兩次我帶了點特產調料和糉子去診所，老兩口開心之餘還總是特別客氣地連聲道謝，有次還特意送了我一個按摩錘。還真別說，每次看到這個按摩錘，我便自覺地放下了手機。

那天在孫醫生辦公室裏，我按下快門，為孫醫生夫婦倆拍下一張喜笑顏開的幸福合影。祝願他們如同身後那幅國畫裏的寓意一樣，喜悅安康。

這八年，默默耕耘初心不改



維港看雲
郭一鳴

上周末冒雨到廣州中山大學饒宗頤研究院出席會議，商討受疫情影響停辦三年的饒學研修班將於八月復辦等事宜。故地重遊，老友重逢，又見到饒公手書「求真、求是、求正」六個大字，還有饒學院門口碩果累累的兩棵荔枝樹，一種親切感油然而生。

很多人也許不知道，在以盛產掛綠荔枝出名的廣州增城仙村鎮，有一所饒宗頤研究院，這是一座佔地五千多平方米、三層高的典型的潮汕大厝「四點半」建築。進入大門，迎面是饒公手書「有朋自遠方來，不亦樂乎」的巨幅屏風，背面刻的是饒公九十二歲時揮毫寫下的草書北宋大儒周敦頤《愛蓮說》。天井左右兩株橡樹，來自饒公的家鄉潮州「韓祠橡木」家族，幾年間已從小樹長成兩層樓高的挺拔大樹。中間和左右兩邊均為展覽廳，正在展出饒公不同年代部分中英文書信，包括八十年代用毛筆寫的致美術大師劉海粟的信、二〇〇〇年用硬筆寫給人稱「南鏡北李」的北大季羨林教授的函，以及一九六五年寫給丹德卡教授(Prof. R.N. Dandekar)的英文信。最早是一九三〇年代，即是饒公十幾歲時寫給蔡哲夫的兩封信，仔細欣賞，其時饒公書法和文字功力皆臻妙境。展品中還有一份饒公一九三五年十八歲時在中山大學任纂修時校方發薪的紀錄，月薪一百二十元，在當年而言是不錯的薪酬。正因為饒公與中山大學的這份淵源，才有今天這座中山大學饒宗頤學術研究院。

饒宗頤研究院成立於二〇一五年，創辦人是現任香港潮州商會副會長謝錦鵬先生，時任中山大學副校長、現任校黨委書記的歷史學家陳春聲教授擔任院長。舉行成立儀式當日高朋滿座冠蓋雲集，百歲饒公親自從香港前來出席。從那以後到新冠



▲中山大學饒宗頤研究院。資料圖片

疫情爆發之前，筆者每年都到饒學院出席活動，包括自二〇一七年開始舉辦的饒學研修班。負責饒學院日常管理工作的啟彬兄介紹，連同下個月開學的第四期研修班，一共有來自內地多家高校的一百二十名青年學者參加為期一周的饒學研修班，當中大部分是著名高校人文學科的菁英。研修班的講師更是粒粒皆星，除了陳春聲教授每期必到，還有曾憲通、李焯芬、陳偉武、吳承學、林倫倫、黃挺、曾楚楠、陳永正、彭玉平、李偉銘、趙松元等，都是人文科學領域及國學饒學研究的重量級學者。饒學院另一項主要工作，是設立饒學研究獎學金，過去幾年共資助十二篇博士研究生論文。毫無疑問，中山大學饒學研究院已然成為國內外研究饒學和國學的學術重鎮。

饒公一生留下學術著作、詩詞和書畫專集一百三十種，香港大學饒宗頤學術館介紹饒公「在歷史、文學、語言文字、宗教、哲學、藝術、中外文化關係等人文科學領域，皆有卓越的成就和突出的貢獻。」饒公文、藝、學三者兼備，堪稱「一身而兼三絕」，是香港以至當代中國「百年難得一遇的巨擘」。如何傳承饒公學術成就？中山大學饒宗頤研究院開創由

大學主辦、企業家資助、當地政府支持以及社會熱心人士積極參與的模式，一個純粹公益性質而充滿使命感的學術機構模式。走筆至此，突然想起開國領袖說過的一段話：「我們都是來自五湖四海，為了一個共同的革命目標，走到一起來了」，所有參與饒學院工作的人「共同的革命目標」，就是一心一意傳承饒學、弘揚國學，大家默默耕耘，不知不覺已走過八年。在這八年期間，無論香港、內地還是全世界，都發生前所未有的巨變。那天在饒學院二樓舉行的管委會會議上，大家推動饒學研究初心不變、熱情依舊，正所謂天不變，道亦不變，陳春聲書記和謝錦鵬先生異口同聲強調，不論遇到什麼困難，發生什麼變化，饒學院都要繼續辦下去，十年、二十年……他們的承諾是一種承擔，一種責無旁貸的使命，而這兩樣東西是文化界學術界乃至當今社會最需要的精神力量。

開完會，大家照例到大門口拍合照留念。大雨初霽，門口兩棵荔枝樹——一棵掛綠、一棵仙進奉顯得更加青翠悅目，經過昨天一輪瘋狂採摘之後，已是「綠肥紅瘦」。每次饒學院同仁來到仙村聚會，都留下愉快美好的記憶。

熊貓有「涼方」



市井萬象
中新社

重慶高溫天氣持續，大熊貓在戶外「泡澡」降溫。



為誰風露立中宵



如是我見
侯宇燕

前兩年，我這個吃貨看紀錄片《尋味順德》，對一個鏡頭留下甜蜜的印象：夏天，酷暑炎炎，一群孩子在水裏嬉戲，其中一個女孩游到水邊，從一串植物中摘下一顆橢圓形的黃色果實，剝開來是白色的水靈靈果肉，一口嚥下，吐出碩大的綠核，表情十分享受。後面又有描述，另一家庭從屋邊的樹上扯下一串串這種果實，老少分享。畫外音解釋，這是中國南部特有的一種水果，名黃皮。當時我們在北方沒見過，也沒聽說過這種水果，只是看着電視，我無端地覺得這種有些像荔枝的肉會美味，可能微微帶點酸？

後來又收看《老廣的美食》，兩廣人是擅長燉湯的，一位資深廚師用小盅燉了幾顆黃皮果，略加一點鹽。他說小時候家裏沒東西吃，母親就用隨處可見的黃皮給他燉鹽水喝，說是化痰止咳，健脾開胃。

我在家門口的南方背景超市發現有盒裝雞心黃皮售賣，價格也不貴，就買了一盒。果然甜甜中帶着微苦，就是兩廣的味道。再去買，居然次次都脫銷了。查《本草綱目》：「黃皮，果肉健脾開胃，化痰止咳，核能理氣止痛」——我本想把那碩大的鴨頭綠色的果核留着燉雞湯的，但母親不同意，扔掉了。

黃皮給人一種細膩、清麗的感覺，又有點柔情俠骨，無端地讓我想到黃仲則的詩：「似此星辰非昨夜，為誰風露立中宵。」



燈下集
黃自鴻

因為修讀香港都會大學中國人文學科課程，我與作者認識，佩服美雲退而不休，努力學習，在多門學科中取得優秀成績。那時遙距課程的同學經常聚會，許多同學攜卷出席，感情融洽，有幸與國源、美雲夫婦碰面機會漸多，他們樸實大方的氣度讓我非常深刻。美雲筆耕不斷，近日出版《衣袍抖落霜寒》，收錄了年來累積的散文和詩詞作品。全書章節有五輯：成長、醫護生涯、雜篇、美國生活實錄和舊體詩詞，以前兩輯為主線，由兒時成長到新冠疫情，細說人生的順逆和親友的情誼。

就像絕大部分六七十年代的香港人，作者成長於基層，家中一窮二白，年紀小小就肩負做飯和家務的責任，更不用說居住的地方有多簡陋了。兒時環境雖然艱苦卻也充滿人情味，鐵皮屋包租公關心貧苦租戶，不但

只是生活而已

——簡介《衣袍抖落霜寒》

將房子租給身無分文的四口，更主動給對方金錢，讓他們先購置最起碼的家具和衣物。作者就是在這種滿滿人情的背景中成長的。

現在香港教育機會處處，根本不能想像以前求學有多艱難。作者家貧無力支付中學學費，幾乎要放棄當護士的夢想。班主任讀到周記後馬上與家長商量，作者才得以逃過退學的厄運。好景不常，由於中學會考失利，為了理想，作者重讀中五，後以當時十分常見的半工讀形式完成預科，終於如願進入護士學校，展開十多年的醫護生涯。

第二輯記載由實習到擔任多個醫療崗位的點滴。作者曾在兒童外科病房、骨科病房、產房和康復醫院工作，看過生老病死。作者自言，在醫院工作，處事經常要軟硬兼施，靈活變通，才可以解決各種問題。書中提及，如果子女不願意接年邁母親回家，醫院人員應該可以怎麼辦？作者亦寫經驗豐富的護士感慨，如果護士經驗不足，將難以避免醫療事故，影響病人的福祉。

趁着周末一口氣讀完《衣袍抖落霜寒》，深感美雲人如其文，風格樸實無華，輕描淡寫寫到時到中年的、自己和他人的艱難困迫，個人對第一和第二部分的文章最感興趣。由醫護到從商，從退休到進修，差距何止千里？讀這本小品，可讓我們反思成長背景和成長本身的關係，說明自我與社會之間的教化是分不開的。人生又怎麼可能會是一切順遂的？只有抖抖衣袍上的霜雪，面對每天的生活而已。