

# 溫柔的吉卜力

突然之間，好像身邊的人都迷上了「吉卜力」。借助強大的AI工具，一張圖片，瞬間都可以轉換為吉卜力畫風風格。看到吉卜力圖片生成的那一刻，相信所有人都是用驚喜的笑容來迎接的吧。

眼睛、頭髮、嘴巴，圍巾、外套、鞋子，還有周圍的教堂、台階、單車、巴士，一切彷彿都被切換進了另一個浸潤著舊時光的世界，就連灰撲撲的陽台都彷彿成了《側耳傾聽》裏漂浮的雲中小屋。吉卜力的色彩也從不單調，暖褐、青灰、橙黃、霧靄般的粉紫，在紙上和螢幕上呼吸。

為什麼大家鍾愛吉卜力？推開吉卜力的門，就有一陣風從畫面深處湧來。它可能是龍貓巴士掀起的落葉，是哈爾城堡上空盤旋的流雲，是魔女琪琪望著城市燈火發呆時晃動的雙腳，是飄散的蒲公英，是飛翔的紙飛機，是午後悠長的蟬鳴。這不就是曾經的我們嗎？冥想一下，會想到很多，像媽媽從前晾曬被褥時揚起的陽光，像童年與夥伴小溪撈魚時漫過腳踝的清涼，像年輕時坐在火車上構思著給另一個城市的地寫信。一部部經典的動畫片，與眼前的現實不斷糾纏，於是就變成了一種情緒和狀態。

而今，AI讓每個人擁有了個性化的吉卜力。看到吉卜力風格的相片，世界的喧囂都突然被靜音了幾秒鐘。被數字筆觸重新吻過的記憶，像一塊方糖落入時光的紅茶，在「回憶殺」的漣漪裏，突然好像悟到了吉卜力式治癒的本質——它教會我們用童話的濾鏡，去凝視生活的那種「日常感」。

藝術有溫度，誰又能說科技沒有溫度？也有人在討論，AI轉換生成的插畫，是在剝削藝術家。其實，每個人在操作時，誰不是既嘖嘖驚奇於科技的魔法，又在心裏致敬宮崎駿，再一次重溫吉卜力在時光縫隙裏輕輕種下的那一棵溫柔呢？

逢周三、四、五見報



# 新鮮大牌檔

許久不見，竟在香港以外的地方，邂逅了大牌檔的煙火氣。

這些年，人們的精神狀態、生活方式偏重一個反璞歸真，遙不可及的紙醉金迷越來越走下坡路，比起那些泡沫般的荒誕假象，正視生活，在睡醒後的屋簷下造一個踏踏實實的夢，來得更真切動人。大概也是這個原因，就連餐廳、飲食方式都偏重於樸素尋常，於是哪怕在內地，哪怕名不見經傳的北方小城，「大牌檔」都有了落腳的地方，甚至成為冉冉升起的一顆新星。

在香港吃大牌檔，是實實在在坐落路邊，看見菜單上有什麼、便點什麼。老闆一陣「揮斥方遒」的吆喝，轉身就鑽進後廚，眨眼間兇猛的火焰「呼」地噴上來，一口大鍋在火上「手舞足蹈」，再一眨眼，噴香的菜就擺到眼前。相比之下，內地大牌檔是無法企及這「身臨其境」的氛圍感了，氣候溫度所限，大多還是將店面置於商場中、臨街店舖裏，在招牌處狠標上「大牌檔」三個大字，作為彌補。

好在，傳統大牌檔的精髓，它是學到了。無論食材簡單複雜，都少不了重油猛火的「強攻之勢」，哪怕不能親眼看手起勺落，至少在伸出筷子的那一刻，能有似曾相識之感。而菜單上，也要將火爆腰花、辣子雞、醬爆鱧絲、乾炒牛河列為重點，哪怕菜系五湖四海，再仔細想想，都離不開「鑊氣」和「下飯」，兩個要點。有時候點了滿滿一桌，無一不是酥麻濃郁，熱油和香料敬進食材裏，風捲殘雲捲捲整個味蕾。老闆出來問好，聽說我在香港呆過很久，想探討探討。一時間不知如何說起，先讚一下這火候剛好，再感慨一番生意興隆真是寶。最後才說，香港大牌檔也有溫吞的金銀蛋時菜和優雅的清湯腩，不過無妨，吃的是這份紅紅火火，心頭髮熱。



逢周二、三、四見報

上個月，搬了一次家。住在南二環舊居時，路過西二環必能看到一個碩大的煙囪，高聳入雲，旁邊有座磚塔，矮些胖些，彷彿一對相聲搭檔。這年頭，北京城裏的煙囪很罕見，在高層建築稀少的二環邊，又緊挨著一座塔，更顯出喜感。塔屬於始建於北魏孝文帝時期天寧寺。寺毀幾幾建，磚塔卻從遠代保存至今。

與磚塔相比，大煙囪「年輕」多了，它是北京第二熱電廠的產物，建於一九七六年，未至「不惑之年」。第二熱電廠二〇〇九年關閉搬遷，大

農曆三月三前後，民間有食用薺菜煮雞蛋的習俗。相傳古時楚地之人因風吹雨打常患頭痛病，神農路過雲夢澤，用雞蛋和地菜煮給人們食用，頭痛即癒。地菜就是薺菜，有「菜中甘草」的稱呼。專家用現代營養學分析，薺菜的鈣含量在蔬菜中名列前茅，而且鉀、膳食纖維和類胡蘿蔔素等含量也很高。

「誰謂荼苦，其甘如薺。」《詩經》裏突出茶菜不苦，就說它的味道像薺菜一樣甜美。汪曾祺先生寫故鄉的野菜提到，薺菜雖是野菜，但在他

我是一個藝術愛好者，經常流連劇場、博物館或藝術館，有時愛與同道中人談論藝術，但更多時候愛自行欣賞。原因十分簡單：藝術是個人喜好，十分主觀，難與他人不謀而合。因此，我經常聽到一些人在劇場表演散場，或是觀賞某個展覽之後，互相提問：「你明唔明剛才那個戲／那幅畫講咩？」誠然，不少觀眾或藝術愛好者都很關心一個問題：是否看得明白。這就是藝術最有趣和最弔詭之處。最近我觀賞香港話劇團本劇季的壓軸主劇場演出《纏眠》，又令我勾

剛剛過去的三月三十一號是奧地利作曲家約瑟夫·海頓誕辰二百九十三年。身為一生譜寫超過百首交響曲的藝術家，他無愧於「交響曲之父」的美譽。本周推薦一張收錄其兩首交響曲的黑膠唱片。專輯由德意志留聲機唱片公司於一九七五年灌錄並發行，採用全套奧地利班底的組合——指揮大師卡爾·伯姆執棒維也納愛樂樂團演繹海頓的《第九十一號交響曲》和《第九十二號「牛津」交響曲》。唱片封面選擇的是英國十八世紀最著名的畫馬大師喬治·斯塔布斯《一位紳士載着一位女士在法厄同馬車上》畫作局部。

《第九十二號交響曲》因為海頓

# 香菜醋灸蟬

中華飲食文化多樣，瀏覽香港故宮的「流動的盛宴——中國飲食文化」特展，從古代文物認識烹調歷史。燒灸之法，古代早有，直接烤肉烤魚，現代的烤全羊、燒烏頭，延續古時做法。大件肉類難烤，刀割細分，另自串起，就成串燒。特展展出的漢代「烤蟬蠅」，就是用以加炭烤串，爐小方便，烤上幾串，即燒即吃。

爐上有兩串烤蟬蠅，因而得名。古代有吃蟬蛻蟬習俗，早見北魏《齊民要術》，收錄「蟬脯道法」，詳言：「搥之，火炙令熟。細擘，下酢。」

現代人較少吃蟬，但相關食材

煙囪作為工業遺址保存下來。二〇二四年北京動畫周期間，主辦方用投影把大煙囪「變」成了金箍棒，讓這熄滅多年的大傢伙又「火」了一把。

搬到新家後，傍晚散步，發現新家東面不遠，也有一根大煙囪，雖不如西二環的雄偉，在四方的樓群中也有鶴立之感。順着馬路走過去，原來是一處磚窯舊址，現在成了公共藝術區。磚窯內開設了書店、咖啡店，煙囪頂部戴了鋼結構的「帽子」，內部則是盤旋而上的藝術體驗區。

窯內牆上的多張圖片記錄了磚廠

的家鄉江蘇高郵卻是可以上席的，「薺菜焯過，碎切，和香乾細丁同拌加薑米，澆以麻油醬醋，或用蝦米，或不用，均可。」

薺菜剛長出來時葉子不大，水分含量卻已很充足，吃起來鮮甜。從立春前，大街上有不少店舖就開始賣薺菜餃子、薺菜餛飩、薺菜餡餅和薺菜春卷。等過了春分，薺菜陸續開出小白花結了籽，如辛棄疾詞裏所寫「城中桃李愁風雨，春在溪頭薺菜花」的時候，薺菜便快老了。而在「老齡」階段，還能用來煮雞蛋補營養疾

起以上的情景。

《纏眠》是二〇二三年諾貝爾文學獎得獎者、挪威作家約恩·福瑟的劇作。約恩的小說或劇作都有其特色，後者大多以非敘事性形式書寫，着重呈現文字質感和意境，藉此引發觀眾的想像空間。簡單而言，約恩並不以戲劇形式說故事，而是在劇場以表演形式展現詩篇。《纏眠》中的角色都沒有明確姓名，只以「第一位年輕男人」或「年長女人」作為角色代號。明顯地，劇作家不想給予角色既定身份，只作為象徵符號。全劇發生

在一七九一年訪問英國期間被授予牛津大學音樂博士學位，並在七月七日首演大獲成功而收穫了《牛津交響曲》的昵稱。但事實上這是海頓啟程前往英國前完成的最後一部作品。而在此曲首演的同一年，喬治·斯塔布斯剛剛為當時仍是威爾士親王的喬治四世完成了著名的騎馬肖像。選擇其畫作用於海頓訪英時首演的《牛津交響曲》應算是深思熟慮後對主題的完美契合。

《一位紳士載着一位女士在法厄

藏在日常，如中藥材常以蟬蛻為藥料，明代《本草原始》提到：「蟬蛻俗呼蟬退，氣味鹹甘，寒，無毒，主治小兒驚癇。」「驚癇」就是受驚暈倒，主治得靠醫師與藥方。《本草原始》細談蟬與蟬蛻的製法：「修治蚱蟬，去翅足，炙用。」「修治蟬蛻，用沸湯洗去泥土，翅足漿水煮過，曬乾用。」蟬隻留身，燒灸為用。蟬蛻藏地，先用熱水清洗，煮後曬乾備用。

東晉《肘後備急方》也有蟬蛻醫方，治「皮膚瘙癢不已」，材料為炙蟬房、蟬蛻，磨成粉末，用酒調和服用。另一醫方，將炙蟬房換成薄荷，但蟬蛻要炙烤過，同樣磨粉調酒服用。



逢周一、二見報

# 紅磚之源

工人辛勤勞動的場景，告訴來者這裏曾是建於一九五三年的「國營華北新都總廠」。「新都」者，「建設新首都」之意也。從一九五四年起，新都磚廠研製出新中國成立以來第一批黏土空心磚，先後為人民大會堂、中國國家歷史博物館、工人體育館等「北京十大建築」貢獻了千萬塊磚，可謂厥功甚偉。

我還看到一幅署名賈偉的書法作品《紅磚緣》。作者寫道：「吾初入京暫居虎坊路，友鄰告之，汝小區樓房紅磚乃人民大會堂落成之餘磚。吾

病，頗有「春蠶到死絲方盡，蠟炬成灰淚始乾」的奉獻精神。

在超市看到薺菜，經常想到南瓜，南瓜整個生長周期也都能食用，其嫩葉和嫩莖可以用來炒菜，花朵可以用來煎炸，果實可以煲粥，收穫的南瓜子可以烘烤成瓜子。類似常見的還有紅薯與油菜，紅薯的嫩葉與莖可以當蔬菜，塊根可以當作主食，枯萎後的莖葉存儲起來在冬天可餵牛羊；油菜幼苗可以作為嫩菜食用，莖葉也可以炒菜，結出的油菜籽能榨油，最後剩下的油菜秸稈還可以埋回地下作

# 《纏眠》

在一個家居空間，角色自由進出，不受時間或物理限制。

全劇的主要串連脈絡，就是一位「年長女人」的晚年回憶，或是她在睡夢中的一片遐想。以我的解讀來看，劇本描寫了一個居所，曾經先後住着兩對夫婦。首對夫婦並沒有養育兒女，夫妻二人勞碌奔波，其後離婚收場。另一對夫婦養育了兒女，但是兒女成年後各散東西，夫妻晚年只有自行養老。全劇的對白或話語不多，都是片言隻語，角色們來來去去，營營役役，仿如真實的人生寫照。

同馬車上》描繪了身份不明的一雙男女在鄉間乘坐以太陽神之子法厄同命名的馬車。無論是馬匹還是人物的肢體語言都反映出這似乎是一幅擺拍的作品——兩匹高頭大馬站立不前，而馬車上的二人則直視觀者。身為十八世紀

英國擅畫動物（尤擅畫馬與畫狗）的藝術家，斯塔布斯對人物的細節刻畫顯然不如駿馬栩栩如生，但對這架當時豪華輕便馬車的結構描繪還是頗為精準的。右側茂密的樹林與左側的藍

# 「法厄同」在牛津



天形成鮮明的疏密對比，淺色調的天空背景更將兩匹漆黑健壯的駿馬映襯出來。因版式所限，封套着重保留了完整的馬車內容，餘下的自然風光則被裁切。

最近Netflix上最火的影片，莫過於英劇《混沌少年時》（Adolescence）。而這部英劇最大的賣點，則是一鏡到底的拍攝方式：系列短劇總共四集，平均每集時長都在五十五至六十分鐘左右，你可以想像這樣的長度，都以「一鏡到底」的長鏡頭拍攝方式來展現，其製作難度之大。

不過，《混沌少年時》的故事是否真的適合「一鏡到底」呢？一部影視作品的形式與內容，究竟誰為主誰為次呢？在一般情況之下，這是一個毋須思考的問題——答案一定是內容為主，形式是為表達內容服務的。當一部影視作品，需要考慮這一點的時候，其實問題已然出現了。《混沌少年時》的故事雖然相當有深度，但並不複雜。如果不是一鏡到底的表達方式，而是以傳統劇集的剪接方式來表達的話，目前四集二百二十七分鐘的內容，九十分鐘，最多一百

# 一鏡到底

二十分鐘就一定可以把故事講清楚。

「一鏡到底」帶來的視覺上的獵奇，其實是以節奏上的拖沓為代價的。比如第一集男主角被押上警車送回警署的那場戲，觀眾跟隨鏡頭在車上整整五分鐘，看着警車從男主角家開到了警署。而這五分鐘車上的戲份，只是警探在安慰受驚的男主角，男主角在背對鏡頭哭泣——甚至剪接師自己都感覺到了無聊，轉而用音樂覆蓋了車內重複且無效的對話聲。

看完《混沌少年時》，我決定找回電影《1917》，來重新欣賞一下與內容相得益彰的「一鏡到底」。

深以為榮，難捨其紅磚破頂，遂安家毗鄰於此。三十載如白駒過隙，吾與虎坊路俱老。再拜磚窯裏，方知其乃吾所珍愛紅磚之源，而今蝶變，恰風華正茂，吾樂不可支。」城市的榮光正是這樣被銘記、分享和流傳。



逢周一、三、五見報



逢周三、四見報



逢周一、二、三見報



逢周三見報



逢周一、三見報