

「餓得慌」與「餓得恍」

「人是鐵，飯是鋼，一天不吃餓得慌。」這句話樸實得像一碗熱粥，可以說是中國廚房裏的座右銘，更是無數家長用來催促孩子吃飯的口頭禪。許多影視劇、小說裏也都出現過。莫言就不止一次地用過。

後來讀作家王鼎鈞的回憶錄，他在抗戰時期隨中學一路從山東流亡皖北、河南、陝南。當時生活極度艱苦，窮學生們食不果腹。王鼎鈞寫道：「用山東話來說，叫做『餓得恍』」。這個『恍』字可以進修辭學，恍恍惚惚，神不守舍，老師的話記不住，只記得午夜夢回，聽見街上做包子的師傅，用擰麵的短棍敲案板……」

看到這個「恍」字，真有恍然大悟之感。對嘛！「慌」是手忙腳亂，不知所措，坐立不安，滿地找吃的，是一種急迫感。而人真正餓極了的時候，是神志模糊，氣若游絲，甚至都已經沒有力氣和意識去發慌，手裏沒米飯，臉上沒表情，心裏沒希望，我是誰？我在哪？這是「恍」的境界，是一種真正快要餓得魂魄飄出了腸胃的體驗。賣火柴的小女孩的最後時刻，或也是如此。

托洛茨基那本有名的小冊子《法國往何處去？》，就有一句：「工人們在他們製造的機器面前餓得恍恍惚惚。」翻譯得很用心了。

「餓得恍」的時候，一團冒熱氣的白米飯或比母愛還溫馨，幾塊番茄炒蛋或比初戀還甜，帶油光的紅燒肉簡直就是宇宙終極意義了。管他什麼哲學、夢想、企劃、文案呢，碳水、蛋白質、脂肪才是王道。

而今早非王鼎鈞那時的亂世，人們不是怕餓肚子，反而怕吃多、怕胖，以節食為目標。常常有身材焦慮的女士，餓到昏厥。那是「恍」的進階。這實在不足取。其實，不管是幹什麼，飢餓都不會讓你變得更好，而只會讓你變笨、變慢、變脆弱。吃飽了，世界才穩。



逢周三、四、五見報

不忘潘尼斯

誰說普羅旺斯只有薰衣草？但凡曾沐浴在南法的陽光之下，就必會對這片土地的慷慨記憶猶新。除了花瓣和橄欖樹的照拂，在一首首浪漫田園詩之外，還有街角小店裏那緩緩飄出的、可以跟你味蕾一次次共振的勾魂香。它們的名字叫潘尼斯（Panisse），既沒馬卡龍精緻，也趕不上鵝肝奢華，但普羅旺斯人只要提起它，便是滿眼笑意和自豪。

「英雄不論出處」，可像潘尼斯這樣，從「混血兒」一路「混」成地方招牌的，還真不多。它的祖先可追溯到意大利，因為生活條件有限，人們用鷹嘴豆粉攤成薄餅充飢。後來隨着大批移民湧入，這「平民小吃」竟翻山越嶺，一路扎進法國南部。在馬賽老港、普羅旺斯的集市上，到處可見現炸現實的「遷徙傳奇」，精細的法國人還融入了自己的巧思——給麵糊裏加橄欖油、鹽和黑胡椒，把餅壓成長條狀，不用煎而用炸，熱油裏滾滾的「金條」外酥裏嫩，都沒入口，就已經神魂顛倒。

正如它的祖先，潘尼斯原料簡單，相貌平平。但由於趕上了這些年「健康飲食」的風潮，倒是走出法國，在很多地方擁有了自己的高光時刻。曾在百年前被貼上「窮人」標籤的鷹嘴豆，早已「翻身農奴把歌唱」，成了餐桌寵兒。再加上藏在後廚的魔鬼細節：滾水沖豆粉避免結塊，待麵糊順滑如絲再倒入模具，晾涼後切成長條，最關鍵是炸製時的油溫火候，只有老廚娘才能不疾不徐，將歡快翻滾的潘尼斯從油裏撈出，遞到你面前。吃口潘尼斯，會有種同時遇到布丁和薯條的錯覺，它有南法的粗獷基因，卻總是暗含溫柔馥郁。軟糯的鷹嘴豆平等地撫慰着每個人的心和胃，不管你何時到來，哪日離開，總會記得這異鄉魔法，赤子之心不改。



逢周二、三、四見報

最近，考古學家對青海瑪多縣扎陵湖北岸的一處摩崖石刻釋讀研究，認為記載的是秦始皇遣使採藥崑崙之事。其實，這處石刻早在二〇二〇年便已被發現，但此次釋讀解決了「崑崙」「河源」的精確地理位置問題，也補全了秦始皇尋覓仙藥的文獻記載。崑崙山、黃河源，皆為中國文化極為重要的文化符號，這處石刻也引起了更廣泛的關注。學術界爭鳴不斷，多位大佬下場發聲。

有意思的是，石刻在網絡社群中也成為討論的熱點。我的多個微信群

一九九四年十月二十五日，北京大學一場講演正在進行，現場請講演人簽名的「粉絲」水洩不通，主持的副校長打趣說：「今天這形勢，金大俠武功再高也不好辦了！」金大俠即是金庸。當時，金庸剛剛獲得北大名譽教授稱號，此行北大他先做了關於中國歷史的演講，兩天後又以武俠小說為題演講，受到北大學生熱烈歡迎。

今年是金庸先生誕辰一百零一周年，這幾日，三集人文紀錄片《大俠金庸》在央視紀錄片頻道開播，吸引不少「金粉」關注。在內地，曾任北

有些人會認為科技發達影響精神文明，但是無論如何，科技能令人們的生活得以改善。現在的生活，不要說一天沒有電力，即使幾小時停電亦會帶來極大不便。近期我便有這親身體會。

任何意外都可能導致工作間或居所停電，此時唯有靜心等待相關部門搶修復原。最近我接獲居所物管的通告，我家屋苑按法例要求，需要檢查及測試「低壓固定電力裝置」。我對這些科技運作並不了解，只知道家居在某個平日的上午十時至下午五時將

六月十七日，捷裔奧地利鋼琴大師阿爾弗雷德·布倫德爾在倫敦溘然長逝。這位九十四歲的古典音樂泰斗所涉獵的「曲庫」相當廣泛，但其最擅長且最負盛名的演繹無疑是「樂聖」貝多芬的曲目。為了悼念這位橫跨兩個世紀的古典音樂巨匠，本周特別以一張貝多芬小曲專輯以示紀念。唱片收錄了布倫德爾獨奏的貝多芬《「英雄」變奏曲》《致愛麗絲》《六首鋼琴小品》和《六首埃克塞斯舞曲》。唱片封套選擇的是一八三三年德國畫家約翰·彼得·萊瑟製作的版畫《路德維希·凡·貝多芬在維也納大街上》。

琥珀糖冬瓜

得朋友邀請，到電台談適時飲食，夏天飲食少不了吃瓜。西瓜配涼粉，冰甜清爽；絲瓜煮蜆，清鮮濕潤。左談右談，還是離不開冬瓜，配排骨蠔油炊煮，加薏仁蓮子滾湯，添夜香花清燉，總有一款吃過。

冬瓜的烹煮宇宙很廣，記得讀中學時，到工廠區的飯店午膳，夏天會推出冬瓜粒湯飯，大塊連皮冬瓜，加叉燒粒、蝦仁等食材，煮滾成湯，湯薄味清，補水開胃，外配白飯，不經不覺也能吃光。

煮冬瓜方法很多，明代《普濟方》有「青頭鴨羹方」一條，食譜具食療功效，專門「治小便淋瀝澀少疼痛」。食材有青頭鴨一隻，去毛和內臟，取肉細切。外有白蘿蔔、去皮去瓢冬瓜、蔥白，全部細切備用。材料以外，煮法如下：「濃煎豉汁二斗，煮鴨肉，候熟。入冬瓜等三味，更煮熟取，更入鹽

中，幾乎每天都有人轉發有關報道、文章，更多的則是群友自己的觀點。精於書法、古文字者，從書體書風、古人刻字習慣等角度提出看法；熟讀史書和古詩文者，旁徵博引，類比推論，表明態度；愛好收藏者，對石刻風化、包漿作出評估，或讚其「開門老」，或貶為「一眼假」；資深「驢友」則以山丘河道為坐標，揣測古人「到此一遊」的可能路線……當然，也有插科打諢，對石刻內容或專家觀點進行「二創」的，所有這一切不啻一場文化狂歡，讓我們這些「吃瓜群

大中文系系主任的嚴家炎先生在高校率先開設「金庸小說研究」課程，他曾告訴筆者，上世紀九十年代初，他於史丹福大學做訪問研究時發現東亞圖書館收藏的金庸小說，幾乎都借出過幾十次上百次，借書日期、還書日期欄內蓋的戳子密密麻麻，這是他第一次感受「金庸熱」出現。

金庸小說讀者文化跨度很大，數學大師華羅庚、陳省身，諾貝爾獎獲得者楊振寧、李政道，以及中國科學院院士甘子釗、王選等都是「金庸迷」。

小說曾長期被視為文學裏的「小

要停電。平日太太及兒子都會外出上班及上學，而我近年沒有全職工作，平日的白天大多留守在家做些文書及寫作，心想即使停電也只是一天之事，沒啥大不了。直到停電之前幾天，突然才警覺到有些不妥：雪櫃的食物會否變壞？沒有寬頻網絡如何上線及用電腦？天氣越來越熱，雖然我在白天不會開空調，但連風扇也開不到，怎麼辦？由是，我便要為自己設計一個出逃計劃。

平時我在早上七時便會起床及吃早餐，停電當天我只吃少許麵包，然

畫作用簡約的線條描繪了「樂聖」在維也納大街上散步的場景。鑒於貝多芬於一八二七年去世，這幅創作於一八三三年的版畫顯然不是紀實寫生。畫家約翰·彼得·萊瑟並沒見過作曲家本人，但他根據貝多芬的朋友和同代人的不同描述，成功且準確地將「樂聖」的外貌特徵勾勒出來。奧地利記者約翰·斯波希爾曾屬貝多芬的熟人圈子，他在一八二七年《德累斯頓晚報》上發表過一篇詳實記述後者外貌的文章。其中提

醋，空心任意食之。」濃豉汁先煮鴨肉，再加入冬瓜等其他材料再煮，熟後調味，靜心食用。現在仍有冬瓜炆鴨，用鮮鴨、火鴨皆可，或加陳皮冬菇，食味跟古代不同。

鹹食以外，冬瓜還可甜吃，見明代《易牙遺意》有「糖煎冬瓜」一條，提到：「冬瓜一斤，老者切如刀股段，去皮穰，用水一桶，將瓜在內，以石灰一捻，浸少時，澆出瀝水盡卻。入砂糖一斤半，同冬瓜入鍋內，熬令水盡將出，曬乾帶琥珀色，收之。」老冬瓜切塊，如刀柄寬，只取瓜肉，用石灰水先浸，瀝乾後，用糖熬煮，收乾水再曬乾，現代要復刻不太難。



逢周一、二見報

網絡考古狂歡

眾」享受了一頓以摩崖石刻為原料，秦漢史以及崑崙黃河文化為佐料的考古大餐。

時下國人考古熱情空前高漲，這個以前藏在深閨的高冷學科，如今吸引了大眾的關注，格外火爆，頻頻出圈。如果評選近年來「逆襲」成功的學科，我想第一名一定是考古。一方面，這與全民文化素養提高和文化趣味的變化有關；另一方面，互聯網時代趣緣群體自組織迅速興起，跨趣味多維橫向連接不斷發生，為這股公眾考古熱情助燃升溫，使之衍生出許多

冒名

道」，武俠小說更是小說家族裏「小道」中的「小道」。嚴家炎對金庸武俠小說的評價很高，認為金庸五六十年代在香港的出現，使武俠小說第一次進入了文學的宮殿。

金庸的小說很有鏡頭感，導演幾乎不必作調整就能拍成電影，他的許多小說拍成了同名影視劇，而且至今還不斷被翻拍。許多人冒用金庸的名字來出版小說，金庸對此是知曉的。一九九四年他在北大做演講時對青年學生打趣說，冒名者裏有一位叫「金庸」，還有一位叫「金庸巨」，後面再加一個「作」字，連起來就是「金

停電的現代生活

後十時停電便外出，在屋苑商場的餐廳吃一頓精美早餐。商場內有電影院，原本我沒有打算觀看荷里活電影《職業特工隊：最終清算》，但是剛好有一場電影在十一時放映，那便能讓我消磨接近三小時。「最終清算」雖然與前一集的故事略有相關，但是開首一小時劇情差不多都是重溫以往多集的點滴。男主角湯告魯斯確實英雄遲暮，難再親身應付激烈動作場面。整齣電影都是「講多過做」，欠缺刺激和澎湃氣氛。幸好我只是藉此「攝時間」，散場之後已經下午二

致愛麗絲

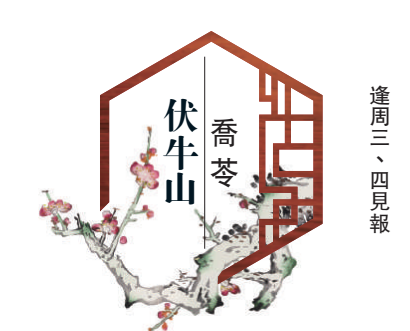
到貝多芬「身材較矮（在一米五八至一米六二之間），大多時候不太在意自己的身材，戴着一頂難以描述的帽子……在散步時步伐短促而有力，腳掌着地卻很快，就這樣匆匆穿過維也納的街道，並總是像閃電一樣迅速消失在街角。」畫中的貝多芬眼神堅毅昂首挺胸，若有所思地在城中踱步，一對紳士貴婦正在他身後交談。若非題目，背景極為簡約的風景和建築線條很難確定其所處位置。畫家的簽名留在了右下角柱子

新話題，有些或許已脫離考古求實證偽的本義，而狂歡過甚也會對考古造成困擾，畢竟，考古是專門而嚴謹的學問。不過，失之考古，收之治癒，大眾在互聯網平台上以考古為名的文化參與，打開了心靈療癒的一扇新窗。



逢周一、三、五見報

庸巨作」，還誇「這位先生很聰明」。此外，市面上有很多盜版書，金庸說收不到稅當然不很高興，但是也不很生氣，能多一些讀者看到也挺好。



逢周三、四見報

輕羽

時，再吃一個簡便午餐便回家。兒子放學回家時電力仍未恢復，他也沒有無線網絡連接手機。難得地我可以與他談談學校的近況，亦問他如何計劃應付終期考試。說着說着，電力便已復原，現代生活回復正常。



逢周一、二、三見報

的基座上。此作得到了貝多芬兒時好友史蒂芬·馮·布倫寧之子格哈德的肯定，幼年數次見過「樂聖」的他認為這幅版畫準確且傳神地描繪出了貝多芬的真實樣貌。

「碟中畫」《貝多芬鋼琴小品選輯》／《路德維希·凡·貝多芬在維也納大街上》



逢周二見報

E人福利

「那天我搭飛機回香港，旁邊坐了個陌生的大姐。她忽然問我：『你為什麼不說話？』我說：『如果你想說話的話，我可以陪你說。』於是我們兩個人就聊了一路，旅行結束的時候，我們已經成了朋友，到現在都有聯繫。」

「忘記是在外國哪個城市了，我看到一個老奶奶染了一頭五顏六色的頭髮，我就去誇她頭髮顏色好漂亮，老奶奶非常高興，跟我聊了很久，最後還從包裏掏掏掏，掏了很久拿出一個鑰匙圈掛件送給我。」

以上兩段，是兩個E人朋友跟我分享的親身經歷。「如果你想說話，我可以陪你說」、「誇獎陌生老奶奶頭髮漂亮」這樣對於外向的E人而言稀鬆平常的事，對於我這樣內向的I人是不可想像的。遇見同樣的事情，我的處理

方法可能是舉起手中的電子書搖頭微笑婉拒、在心中稱讚老奶奶然後低頭默默走過吧。所以，類似搭飛機靠聊天收穫一個好友，靠誇獎收穫鑰匙圈之類的，也就是我們I人羨慕不來的「E人福利」了。

有的時候，很羨慕E人朋友們。他們總是充滿活力，面對陌生的環境陌生的人，既不會緊張又不會尷尬，輕鬆自如遊刃有餘。對我而言，大量消耗自身能量的「和陌生人聊天」，對E人而言不但不費吹灰之力，更是一種身心的放鬆乃至「充電」。一出一入，感覺虧大了。



逢周一、三見報