

七日談

(海外篇)

樂得食素

吳捷

面前，一塊白肥紅瘦的「肉餅」。拆開包裝，湊近一聞：濃重血腥。用指尖小心戳一戳，涼軟濕黏，略嫌鬆散。入鍋兩面煎，肉餅漸變為棕灰的熟肉色時，生肉氣味已脫離，血的鐵鏽味腥氣卻如鬼魂，瀰漫在廚房的整個空間。煎得了，眾人爭相一嘗：「真的很像肉！」

它其實是如假包換的「人造肉」，濃縮當代食品工程技術的六壬八寶：從黃豆提取濃縮蛋白、分離蛋白作為蛋白質；原本存在於豆類根瘤中、現由轉基因酵母菌大量產生的豆科血紅素，用以模擬動物肉中血紅蛋白、肌紅蛋白，再現血的顏色和鐵鏽味；再加入改性澱粉、提鮮劑、增稠劑、椰子油、葵花子油……凡此種種，妙合而凝，成為一坨深加工有機體，遇熱則會如真肉一般，顏色由鮮紅變暗棕。

看看這些原料和科技，你還會不會胃口大開？

中國飲食，以素仿肉，源遠流長。豆腐、麵筋、菌菇、冬瓜，改頭換面，化為素雞、素鵝、素鮑魚、素火腿，令人一嘗之下，拍案叫絕，樂得食素。近年北美人氣瀾漲的人造肉（又名素肉、仿肉等）分為兩大類，也追求顏色、形狀、口感、氣味的以假亂真。種類之一，是素午餐肉、素香腸之屬，近似中餐以素仿葷，將豆製品、麵筋等添油加鹽，稍作整形，嚼之略有韌勁，超市裏擺在豆腐旁邊出售。種類之二，則是當代生物工程傑作的傑作，超市中與豬牛肉為鄰。吃時雖然難辨真偽，卻有種違和感，彷彿在咀嚼人工改裝、合成的微生物群落，籠元素於口內，碎分子於齒間，難免

浮想聯翩。

日光之下無新事。汪曾祺《荷蘭奶牛肉》寫「三年困難時期」，農業科學研究所的技術員專攻小肉藻、人造肉，整出「帶點味精味兒的涼粉一樣的東西」。近年北美人造肉成為時尚，卻並非因為匱乏，而是健康飲食、環境保護、動物權利三種理念融會的結果。Impossible Foods公司創始人是史丹福大學細胞學教授，本人食素，發願推廣素食。他組建團隊，研究肉之為肉的特性，試驗多種植物蛋白，在分子水平分離、提取、整合出人造肉，希望消費者品嚐後大呼「Impossible！」（這不是肉？不可能！）眾人造肉企業希望旗下產品最終取代動物肉，所以將目標客戶鎖定為無肉不歡者，希望他們愛上人造肉，逐漸減少肉食，樂得食素。惟目前技術尚無法模擬肌肉纖維，故所有產品皆限於肉碎、香腸、肉丸等形態，植物肉塊如素牛排只得暫付闕如。

人是雜食動物，七葷八素都吃得，素食原因，五花八門。寒門素士，不得已餐餐青菜豆腐。還有人素食以崇尚儉樸，咬得菜根百事可為。素食還有宗教原因：為祭祀天地祖先，齋戒數日；天主教大齋期（Lent）禁斷肉食——但規定魚不算肉，所以可食炸魚；也有善男信女，持齋念佛，不少佛寺乃以素齋聞名。現代人知道「甘肥肥，腐腸之藥」，紛紛為健康而食素。二十一世紀初開始，越來越多「倫理素食者」拒食肉、蛋或奶製品，以此抵制工廠化集約飼養業和屠宰業的殘忍、污染和浪費，終於催生眾多依託當代食品工程的人造肉企業。素食肉食，在腸胃、文化和心理層面相爭日久。人如其食，葷素選擇似乎總與形象搭

配。「肉食者鄙」，「朱門肉肉臭」，肉食在傳統中常與權貴相關，也符合「十步殺一人，千里不留行」的遊俠形象。一進小酒館就拍桌子要醬牛肉的，一般是綠林莽夫。《西遊記》唐僧師徒借宿寶林寺，悟空、八戒要吃齋，和尚道：「爺爺呀，這等兇漢也吃素！」可見兇漢不符合素食者形象。《飛狐外傳》的程靈素「肌膚枯黃，面有菜色」，一顆心卻七竅玲瓏，所以給胡斐做的是煎豆腐、鮮筍炒豆芽、草菇煮白菜、鹹菜豆瓣湯，清素無味。換作母夜叉孫二娘，也許會端出滷水肥腸、蒜燒豬頭，一張大餅捲起整根大葱，再塗滿可疑的肉醬……

素食者也會受到嘲笑和質疑：如果素食是為愛護生命，那麼植物不也是生命？麵包裏的酵母菌算不算生命？人造肉皆深度加工，滿滿的添加劑，真的可以長期食用卻對人體無害？一些素菜仿葷，為了好吃，大堆調味料及油鹽下鍋，也未必比普通魚肉有利健康吧？

也許只有餐風飲露的姑射神人，才不會被「吃什麼」的問題困擾。

其實無論素食肉食，一個俯仰無愧天地的現代人，應當經常念及自己的取捨對他人、其他物種和地球環境的影響。如果食魚啖肉是富足的象徵，那麼「富貴不能淫」居孟子「三不能」之首，良有以也。「淫」，意為過分。吃點兒雞鴨魚肉算不上「淫」，胡吃海塞且浪費滿盤滿桌食物才是「淫」。富貴不能淫，就是雖然不差錢，卻知足知止；並非刻意苦行，而是因心靈之中，理性和道德長居主位，從而本來就沒有過度之求，也就談不上壓抑欲望。不暴殄天物、污染環境、貽害後人，只是這種思維和生活方式自然而然的結果而已。

我買回的人造肉，煎好後，眾人津津有味吃得精光。飲食潮流來而復去，食品工業可持續發展的嘗試和努力卻功不唐捐。當人造肉技術發展，人類環保意識提升，仁厚之心滋長，樂得食素，一小群素食者也許會夢想成真。



式◀ 素食既是飲食選擇，也是一種生活方式

中學生的設計課題



柏林漫言
余逾

兒子今年十年級，他們這學期有個很重要的課題，就是要組團做一個設計作品。從尋找課題主題，到設計製作，再到最後表述演講展示，從個人能力到團隊合作，從創造性到時間項目管理，這算是一個全方位的考驗。

從年初開始，兒子就和自由組隊的三位同學「開工」了。他們四位平時便很合拍的好朋友對於完成這個課題信心滿滿，很快便確定好了主題——他們要為太空裏的衛星做一把「傘」，既可以遮光也可以吸收太陽能節環保，更重要的是還可以收縮摺疊。這只是一個概念設計，所以他們省去機械做太陽能的部分，專注於摺疊功能。

兒子擅長日式摺紙，所以他負責用摺玫瑰花瓣的理念來做一個伸縮摺疊效果；湯媽擅長電腦編程，他負責做電子動畫特效，用動圖來展示成品效果；伊薩克來自藝術世家，他負責用一個巨大的結他紙盒做一個模擬的宇宙空間，裏面還可以用電筒打光模擬太陽光。

就這樣他們經常周末聚在一起東搞搞西搞搞，不亦樂乎。按照德國小孩的習慣，兒子偶爾也會來跟我說說他們的進展。不過重要的是，他只是來「通知」他們的進度，並不會來尋求意見或者幫助。除非他們主動提起，德國家長甚至不會多嘴一句去問

「做得如何了」。

當然了，這中間也不是永遠一帆風順的，兒子也會抱怨誰的工作沒有按時完成需要其他成員來幫助，有時候也說約定一個見面時間總有一兩個人缺席等等。這正是他們需要在這個課題中得到的訓練，挺好。

總算，幾個月以後，家長們受邀觀展——十年級課題展。想想上一次他們搞這種大型項目展還是五年級的時候，轉眼都五年了。還記得那時候最深刻的感觸是，同年級的女生做出來的項目比男生做的要深思熟慮得多。而這一次，男生和女生做出來的課題成果展示，也有很大的不一樣，但在「深思熟慮」這個程度上，已經旗鼓相當了。

男生做的課題主要圍繞科技和建築，比如做無人機模型、VR模擬器、概念樓體等等；女生做的課題更加關注社會和人文，比如關於人工智能對人類心理健康的影響、快餐與健康的關係、Banksy藝術作品分析等等。

整個課題展並沒有「好」和「差」的區分，而完全是一個展現這一批學生對這個世界的觀察和思考。無論是科技發展的動向創新，還是人文社會的發展變化，從布展的學生到前來參觀的學生、家長和老師，都處於一個探討和交流的環境，讓這個課題真正變成一個「論壇」。

如此一個「論壇」，從最初設想，到構建，到完成，都是這群孩子以後進入到社會和工作中的縮影，是再好不過的「課本」。



維港看雲
郭一鳴

錯過兩次機會之後，終於把握第三次機會，到不久前落成的香港中文大學文物館新翼羅桂祥閣參觀「浮世清音——晚明江南藝術與文化」展覽。乍看「浮世清音」這個名字，很容易令人以為與日本有關，其實整個展覽與日本藝術文化沒有關係。中國歷朝歷代，有盛世，有亂世，但很少用「浮世」這個詞來形容。文物館館長姚進莊教授介紹說，晚明江南藝術創作非常活躍自由，藝術家追求奇趣標新，較少道德倫理觀念的束縛。有浮世就有浮世繪，我的腦海突然冒出一個名字：蘭陵笑笑生，如果說晚明社會是「浮世」，那麼，最具代表性的「浮世繪」非《金瓶梅》莫屬。不過今次展出的一百九十三件晚明至清初的藝術品，主要是織錦、玉雕、竹雕、繪畫、書法、瓷器等，不包括小說。

整個展覽由絲綢織錦和刺繡開始，多件四百多年前的織錦，顏色鮮艷華麗，有花、葉、鳳等各種花紋，有的採用金絲織成，構圖靈巧，製作精緻，穿得起這些衣料的肯定非富則貴。姚教授介紹，明代的出口產品，絲綢佔百分之七十，瓷器只佔百分之二十多。明清兩代江南織造盛極一時，《紅樓夢》所寫的江寧織造，就是江南三織造之一。展覽廳還展出多款當時江南一帶從事織錦的作坊所編印的樣品目錄和名號，圖文並茂，這些介紹各種織錦圖案、規格、編號的印刷品，其實就是現代廣告的雛形，顯示晚明的商品意識已十分流行。



瓶◀ 明代葡萄牙訂製的「鹿鶴同春玉壺春」作者供圖

學術界對於明末出現「資本主義萌芽」的觀點有爭議，這幾本小冊子可作為有力證據。這個展覽從介紹織錦作品入手，揭示晚明清初江南藝術文化的特色，確是精心安排。

明代書畫藝術百花齊放，名家輩出，這次展出有「晚明四家」的董其昌、張瑞圖等的書法作品，最吸引筆者的是——一幅點評《水滸傳》、《西廂記》等名著的金聖歎行書「消磨傲骨惟長揖，洗發雄心在半酣」，落款「順治戊子二月四日」，筆力勁勁，恣意瀟灑。彩色長卷《嬉春圖卷》描繪十多名窈窕女子在林木掩映的戶外聚會，體態妖嬈，無拘無束，縱情歡愉，堪稱晚明「浮世」的生動寫照。一幅「丹楓紅樹」畫軸，設色亮麗妍雅，層林盡染，為著名畫家藍瑛作於崇禎十五年（一六四二年），距清兵入關朱氏王朝崩潰僅兩年。

展覽的結尾部分是瓷器。姚館長特別介紹一個江西景德鎮出品的「鹿鶴同春玉壺春」，近瓶頸處有一圈葡萄牙文「一五五二年惹爾日，歐維士訂製」，這位惹爾日，歐維士是一名葡

牙商人及作家。十六世紀歐洲人已經到中國製訂瓷器，買家主要是王室貴族、宗教團體和到東方做生意的富商。在玉壺春瓶旁邊有一隻寫有阿拉伯文的瓷碟，明顯是用於出口。明代中晚期海禁解除，外貿興旺，除了絲綢和瓷器兩大出口商品之外，其他出口產品有茶葉、蔗糖等。

匆匆一個小時，在姚館長的引導下享受一頓豐盛的審美大餐，對晚明江南的藝術文化有比較感性而又系統性的認識，不過有一個問題還沒有弄明白。改朝換代前夜，應該稱之為亂世才對，可是晚明的江南繁華依舊，社會安逸，不少藝術家仍然沉醉「浮世繪」。有人說文人和藝術家對時代變化最敏感，晚明這些江南藝術家，究竟是無力回天只能寄情藝術，逃避現實，還是兩耳不聞天下事，一心只在書畫中，全然沒有危機感？

關於舉辦這個展覽的背景，原來和已故國學大師、曾在中文大學任教多年的饒宗頤教授有關。饒公生前很喜歡晚明書畫，晚年捐給北京故宮博物院的十幅作品，其中就有一幅叫做《四色書晚明四家詩四屏》。姚館長介紹，中文大學文物館首任館長屈志仁教授是饒公的學生，受饒公影響，也很喜歡晚明藝術文化，八十年代末曾在美國紐約大都會博物館舉辦過一次晚明藝術文化主題展，但意猶未盡。屈教授退休後念念不忘晚明藝術，於二〇二一年策劃出版《浮世清音》一套三冊，為策劃這項同名展覽作準備。今年三月中文大學文物館新翼落成，終於和上海博物館共同推出這次展覽，屈教授夙願終嘗，亦可告慰天上的饒公。補充一句，展覽是公開的，喜歡晚明藝術的朋友不要錯過。

神奇4俠「駕」臨啟德體育園



市井萬象

Marvel Studios電影《神奇4俠：英雄第一步》將於7月23日上映，電影公司率先於7月4日至23日在啟德體育園帶來《神奇4俠：英雄第一步》主題活動。除1:1原大6米長的Fantasticar將在啟德體育園中央廣場展出外，啟德主場館幕牆更會上演限定燈飾展。啟德零售館2正設置Hot Toys Power Gate LED幕牆及電影主題吊飾裝置，讓粉絲打卡拍照。

每當變幻時



如是我見
周軒諾

被譽為「詞聖」的香港殿堂級填詞人盧國沾在今年三月中旬與世長辭。大師的故去讓人不勝唏噓。但正如他在其代表作《戲劇人生》中寫道：「美夢會消逝，戲劇人生終有日閉幕。」任何人的生命都會有謝幕（結束）的一天。

細味盧國沾筆下的作品，大家不難發現「變」這個字出現的次數非常多。歌名有「變」字的便包括：《每當變幻時》、《變色龍》、《新變色龍》、《天蠶變》、《蝶變》，而歌詞中「變」字出現最多的，非甄妮的《明日話今天》莫屬：「無論有幾多變遷」、「迎面有幾多變遷」、「在哪天變良

田」、「實在係話變就變」、「前面有千變萬化不會睇見」，首首歌足出現了十一次「變」。其他的尚有「水聲輕說變幻」（《大地恩情》）、「原是百變人寰」（《新變色龍》）、「世間變幻說興衰」（《大內群英》）、「那處境可會改變」（《緣分》）。

盧國沾填詞時特別喜戀「變」字，與其一生經歷是離不開的，說白了，「轉變」兩個字一直伴隨着他的人生。

一九四九年，盧國沾生於廣東新會，童年時在新會潮連農村渡過，六歲時南下香江，投靠住在旺角的伯父，少離家、離鄉別井，已是巨變。七十年代初於香港中文大學畢業後進入電視界打滾，最初效力無線電視推廣部，一九七八年初跳槽至佳藝電視，豈料跳槽不足一年，佳視竟關門大吉，遂加入李奧

貝納廣告公司，又旋即轉投麗的電視宣傳部，不久麗的電視易名為亞洲電視，直至一九八三年離職。盧國沾職業生涯走過三大電視台，親身見證香港電視業風雲變幻，相當有資格談「變」。一九九〇年，操勞過度的盧國沾不慎在浴室暈倒，撞爛眉骨、血流如注，昏迷了四日四夜才甦醒過來。拾回性命，卻要在輪椅上渡過餘生，這不又是一劇變嗎？

正基於盧國沾洞悉世事，對人生有着深刻理解和個人體會，故而造就了多首經典傳世。盧國沾是用歌詞告訴大家世上免不了有「變」，勸導世人順其自然、放下執著、笑看風雲。其實大唐「詩聖」杜甫早在《可嘆》詩中說道：「天上浮雲似白衣，斯須改變如蒼狗」，後來引申成語「白雲蒼狗」，意指指人生變幻無常，變幻才是永恆。