

武將寫詩

寫詩不是騷人墨客的專利。比如，那首有名的《山亭夏日》，「綠樹陰濃夏日長，樓台倒影入池塘。水晶簾動微風起，滿架薔薇一院香」，這恬淡旖旎的筆觸，竟出自殺人如麻的悍將之手。作者高駢，久經沙場，後來成為擁兵自重的軍閥。

高駢戎馬一生，但絕少鼓吹武功，其塞上、邊城諸詩，不乏悲嘆沉痛之句。譬如，「席箕風起雁聲秋，隴水邊沙滿目愁，三會五更吹欲盡，不知凡白幾人頭」，「心堅膽壯頭頭親，十載沙場受苦辛，力盡路傍行不得，廣張紅旆是何人」……一將功成萬骨枯的反思，相當直接，用一個現代的觀念來說，頗有點反戰意識。

想來，充滿豪情的邊塞詩，多出自文人之手。武將作詩，反而更多的是滄桑沉鬱。除非是嗜血者，否則沒有人會喜歡奔突於血火瀾漫的戰場。威繼光的「封侯非我意，但願海波平」，就很精確地表達了心跡。他留存的多數詩篇，字裏行間都落滿了嘆息：「繁霜盡是一片頭，灑向千峰秋葉丹」「惟有空庭一片月，漫移花影護征袍」「空餘殘嶺關前月，猶照漁陽塞外秋」。即便偶得清靜，而戰場上的鼓角之聲，仍時時縈繞耳畔；即便功成名就，亦難掩疲累焦慮交織的愴然。

文人素手研墨，武將以劍為筆，往往有文人不可及之處，所以唐代將軍王智興曾言：「江南花柳從君詠，塞北煙霜獨我知。」烽火狼煙，唯身處其境者，才能道出真意。清末北洋元老張錫鑾的「幽花開白骨，紅照陌頭人」「春草綠封新鬼墓，野雲紅燒夕陽天」，充滿久經血戰之後的冷靜回望，親歷殺伐後的沉痛凝視。戰爭不再是榮耀與勝利，而是死亡與荒涼。所以他寄語：「年來一副看花眼，獨向天南望洗兵。」壯士暮年，而能以詩清洗戰甲血漬，不失一種英雄本色。

逢周三、四、五見報



台味四神湯

台灣夜市的熱鬧，從來不只是雞排和蚵仔煎的天下，如果你肯繞過香氣撲鼻的滷肉飯攤，抗拒牛肉麵那濃濃的誘惑，往巷尾的燈下一瞥，準能撞見一口「咕嘟咕嘟」冒泡的大鍋——裏頭的四神湯就好比一位默默守護你的「養生暖男」，用樸實無華的真心相伴左右，在你需要時，悄悄治癒那些煩悶和傷痛。

說起四神湯的身世，還要先從名字破題。所謂「四神」，可不是廟裏供奉的關公媽祖，而是蓮子、芡實、山藥、茯苓這四位食療大將，加在一起彷彿現抓的藥包，可一旦入了湯鍋，立馬成為滋味擔當。早年台灣人靠山吃山，靠海吃海，濕熱氣候讓「祛濕健脾」成了全民主流，四神湯便應運而生，不僅能調積食，還可解油膩，藥材變食材，簡直是大餐後的「贖罪券」。

熬一鍋正宗的四神湯，「江湖規矩」還不少。豬肚或排骨先滾水去腥，再與「四神」同煮，小火慢燉數小時，湯色要從清澈逐漸轉為乳白，藥材的靈氣跟油脂交融，整鍋濃而不濁，才算一場和解完成。別忘了先喝湯，再吃肉，舀一勺入口，茯苓的甘甜，山藥的綿密緩緩在口中鋪開，接着是蓮子的粉糯和芡實的餘韻，一路暖到胃。至於那塊豬肚，此時最「華美秀麗」，吸收了湯汁的精華，口感像綢緞嫩滑，內裏卻還留一絲韌勁，配上湯中的甜，簡直像在毫無準備的情況下，聽了一場大師交響樂，震撼得服服帖帖，再細嚼兩口，竟能吃出幾分「禪意」。

如今養生風潮當道，四神湯發展得更出神入化，四員大將坐鎮，有人加米酒增香，有人用紅棗續甜。沒喝過的總覺得是誤入了藥材行，要真親身一品，才能悟出古早味的真諦。看阿婆拿起勺子往鍋裏一轉，左半圈，右半圈，就這樣撈起了半勺故事，半勺人生。



逢周二、三、四見報

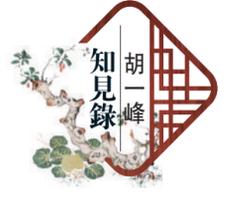
手機拍電影

在高科技浪潮中首當其衝，但這場浪潮所及並不限於文學，網上流傳的「二創」「鬼畜」等視頻，亦是浪潮催生的文化新產品。而且，那些工業化程度更高、需要團隊協作的藝術領域，受到的影響也日漸顯現。比如電影，除了早年所謂「微電影」或幾分鐘的短片，這幾年已經出現了多位採用手機拍攝的導演。在美國，二〇一四年上映的《不安的心》、二〇一五年的《橘色》、二〇一八年的《失心狂症》；二〇二〇年在中國台灣上映的《怪胎》，都是手機拍的電影。

今年六月二十日，《驚變28

年》(28 years later)在北美正式上映。這部電影是《驚變28天》和《驚變28周》的續集，講述災難發生二十八年後倖存者在新聚居地的故事。說實話，我對災難片的興趣並不高，相對於「洋範兒」喪屍醜陋的外貌和張牙舞爪的舉止，我更欣賞《聊齋》裏有煙火味兒的狐妖鬼怪。但我頗想一睹《驚變28年》的風采，因為它是用手機拍攝的。根據報道，儘管全片主要採用iPhone拍攝，但影片依然保持了二點七六比一的超寬畫幅比例，拍攝的輔助設備是專業鏡頭和穩定器，為了實現視覺效果，有些

場景一次性動用了多達二十台iPhone進行拍攝。影片製作預算則高達七千五百萬美元。這部目前投資規模最大的以智能手機拍攝的電影，會不會掀起科技改變文藝更高的浪頭，不妨拭目以待。



逢周一、三、五見報

黎明即起

工整，有用的道理往往以最平實的語言來展現，比如《朱子家訓》的開篇第一句：「黎明即起，灑掃庭除，要內外整潔。」而且讀得次數越多，對這句話越喜歡。

黎明起來，好處頗多。好處之一，是如「朱子」朱柏廬所言，有時間把床鋪整理一下，把沙發上亂七八糟的玩具收拾一下，把廚房昨晚沒洗的碗筷清洗乾淨。做完這些事，家裏內外整潔，心裏自然很開心。好處之二，是早上沒有時間焦慮，可以把積攢的諸多事情慢慢逐一地去做完，再

從容地去制定新一天的工作清單。好處之三，是有時間「關照」一下內心，打開音樂做一些冥想，或者只是安安靜靜地坐着，都有助心緒回歸平靜。而因為平靜，工作和生活中的許多疏漏之處反而都會湧出來，是查漏補缺的好時候。好處之四，是還可以出去走一走，去附近公園、去河邊散步，早上空氣清新，深呼吸幾下，無比清爽，為一天注入滿滿元氣。

曾詢問十餘位香港青年朋友，其中至少有七八位說自己的一天是從中午開始，有的甚至是從下午開始的。

各人有自己的起居習慣，不能強求，但還是經常建議他們嘗試一下「黎明即起」，幾天之後，或許他們會發現古人的良言誠不欺我。



逢周三、四見報

再看《藏海傳》

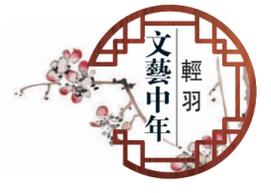
前陣子叫好叫座的年度古裝傳奇劇《藏海傳》亦登陸香港的電視頻道，能獲更多普羅觀眾免費觀賞，實屬美事。《藏》劇原本全長四十集，很可能被刪剪播映。除了藏海的復仇計劃，以及他與紅顏知己香暗茶的出生入死經歷，希望香港觀眾仍有機會欣賞其他豐富枝葉。

原名稚奴的藏海經歷滅門慘案僥倖逃生，其後獲得三位師傅相助及訓練成材。當中戲分較重的是高明師傅，他一直陪伴藏海成年及返回京城進行復仇大計。高明教授藏海縱橫之術，即是工於心計，並且在仇人面前

必須忍辱負重，方可達到最終目標。高明和藏海二人情同父子，但是劇末揭穿高明的潛藏身份，令觀眾不禁嘆一口氣。高明是一個戲分極重的輔助角色，展現「牡丹雖好仍要綠葉扶持」。

另一條故事支線就是藏海與仇人莊蘆隱二子莊之行的友情關係。套用現代術語，莊之行原本是一個「富二代」，不受父親器重。藏海為了擊倒莊蘆隱而利用莊之行，其後更制定計劃讓莊之行獲得其父親歡心，繼而令父子不和。箇中細節亦步亦趨，心思縝密。莊之行最終與父親反目，雖說

令藏海得報大仇，但同時亦令藏海與莊之行早前建立的關係蒙上陰影。這些枝葉劇情都是《藏海傳》的可觀之處，觀眾應留意。



逢周一、二、三見報

夏末，立秋

有名當數提香收藏於英國國家美術館的《黛安娜與阿克泰翁》，另外，雅各布·巴薩諾、老揚·勃魯蓋爾、托馬斯·庚斯博羅、卡米耶·柯羅等歷代巨匠均對此橋段有着不同風格的詮釋。相比之下，德拉克洛瓦將這個奧維德在《變形記》中所提到的狩獵女神黛安娜在林中沐浴期間被阿克泰翁無意中撞見，受到驚嚇後懲罰後者變成一隻鹿的故事演繹成了寓言畫。因其林間沐浴的關鍵



情節而將畫作冠以《夏》之名。德拉克洛瓦在此作中採用了和提香相近的構圖，只不過將男女主人公所處的位置對調——身處明處的受驚黛安娜位於小溪的左側，被從右側林中暗處衝出的阿克泰翁撞見。水流平緩的小溪則

成為此戲劇衝突的分水嶺。畫作的背景被深淺不一的綠色調所覆蓋，營造出森林的幽深感。在小溪的盡頭透出一塊淺色的空隙，那顯然是畫家為作品透視縱深所留出的「畫眼」——觀

者會覺得畫面更加深邃，甚至在密不透風的森林背景中出現了「透氣感」。整幅作品以棕綠色系為主，比提香明快的經典版顯得厚重很多；筆觸上則保留了德拉克洛瓦在晚年一貫的寫意感。

「碟中畫」《四季》/《夏》



逢周三見報

赤豆黃魚粥

到深圳跟好友吃老派上海菜，先上「外婆紅燒肉」，汁濃掛肉。「雞油蒸黃魚」，肚剖開邊，嫩滑清鮮，魚汁澆飯，更勝魚湯。

黃魚，即黃花魚，家煮肆肆，各師各法，清代《清稗類鈔》有「食黃花魚」一條，談到黃魚多種煮法，說：「黃魚或醋煮，或酒蒸，或油炒，以之入饌，閩人皆呼之曰『瓜』。而濱海之地，終年皆有之。」「撿」解聚合，即煮魚時以醋、醬為汁，相近者有現代的糖醋黃魚、西湖醋魚。黃魚黃魚蒸，或煎炒、炒球，都是常見的做法。

黃魚不獨單吃，還可冒充蟹肉，《清稗類鈔》記「假蟹肉」一條，提到：「假蟹肉者，以黃魚煮熟，取肉去骨，加生鹽鴨蛋四枚，調勻。先將魚肉起油鍋，泡以雞湯，將鹽鴨攪勻，加香蕈、薑汁及酒，食時酌用醋。」黃魚煮熟取肉，先油炸，令外表稍乾。浸雞湯

入味，使肉濕潤，後加生鹹蛋拌勻，蛋白添滑，蛋黃似膏。現代改良為蒸熟的版本更好。

明代《普濟方》有「赤小豆粥」食譜，專「治水腫」，也用上黃魚，材料為炒焙赤小豆、切片樟柳根頭、細切黃魚生、細切豬腰、燒鹽少許，做法如下：「先將赤小豆煮濾去滓不用。將豆、樟柳根頭、大白陳米煮粥，若得大樟蓼同煮尤妙，無亦可。候粥七分熟，卻入黃魚與豬腰同煮，覺魚與豬腰皆熟方入燒鹽吃之。不過月立愈。病輕者其效尤速。」赤小豆、樟柳根頭先煮粥，後加黃魚、豬腰同煮，熟後加燒鹽調味。



逢周一、三見報

手機推送

很討厭手機APP各種各樣的推送通知，它們會毫無徵兆地出現在操作界面的最上層，粗暴打斷我正在做的任何事，用自己認為很重要很突發的事情，不由分說地搶過我的注意力。

更令人厭煩的是，很多情況下新聞APP推送的，並不是什麼驚天動地的大事，有些甚至算不上新聞事件；有些勉強稱得上新聞事件的，也不是我所關心的；而當真正大事發生的時候，推送通知也很令人困擾：如果不出意外，從收到第一則推送那一刻起的一分鐘內，我會連續收到甲乙丙丁不同新聞APP先後推送的同一則消息，不勝其煩。它們爭先恐後地衝進我的手機，只為了能比其他APP快一點，搶佔我作為讀者其實並不關心的「第一落點」。同時，為了追求報道的時效性，即使比其他媒體晚了一分

鐘乃至幾分鐘，也往往無法提供更多的信息，對我而言，只是同一則信息的不斷重複罷了。

所以新聞APP的推送，我都一律關閉——「有想知道的事我會找你，別用你覺得重要的事情來煩我。」而即時通訊軟件的通知，我就讓它們縮成一個小得不能再小的圖標，變成兩個小對話泡泡或是一個用對話泡泡包裹起來的電話標誌，有信息來找我的話，請規規矩矩出現在手機頂端提示欄的右上角，就在電池餘量和信號強度標誌的旁邊，告訴我有人找我就好了，我忙完手頭的事情，會自己點開的。



逢周一、三見報