



館內展示莫言和屠呦呦的作品成果。

諾貝爾獎博物館

今年的諾貝爾獎剛剛落下帷幕，又一批在科學、文學與和平等事業上為人類文明作出卓越貢獻的領航者們，獲得了世界矚目的嘉獎。他們的名字，將被永久記錄在斯德哥爾摩的諾貝爾獎博物館之中。這座博物館不僅是對榮譽的陳列，更是一座凝聚人類智慧、理想與創造力的殿堂。

位於瑞典首都老城區的諾貝爾獎博物館（Nobel Prize Museum），建築本身並不宏偉，但一踏入館內，時間彷彿慢下來。牆上與天花板間懸掛着歷屆得主的肖像與故事，從愛因斯坦到屠呦呦，從海明威到莫言，每一張照片背後都藏着一次思想的革命，一段改變世界的歷程。這裏讓人感受到人類精神文明的延續與昇華。

今年的諾貝爾文學獎由匈牙利作家奪得，作品以戰後人性的幽微與歷史創傷為主題，感動了全世界。而熱門榜上的日本作家村上春樹與中國作家殘雪再次無緣桂冠，成為文壇討論的話題。儘管如此，文學的光芒從未因競逐而褪色，反而在這座博物館中被靜靜收藏、持續閃耀。

在展廳的一角，可以看到莫言的手稿與照片，他的《紅高粱家族》以濃烈的鄉土氣息與人性描繪，讓世界聽見了中國故事的獨特聲音。而在科學區，屠呦呦的青蒿素研究成果模型被細緻呈現，她以古方破譯現代醫學難題的智慧，挽救了無數生命。站在這些展品前，無不令人心生自豪與敬意。

除了靜態展示，博物館還設有互動體驗區，參觀者可以透過多媒體了解諾貝爾獎的評選過程、模擬頒獎典禮，甚至「設計」屬於自己的理想發明。這種寓教於樂的設計，讓嚴肅的知識變得親近可感，也讓每位來訪者都能體會「為人類創造價值」的初心。



逢周一、二見報

益友

讀博士時有位美國同學的中文名字叫「佳蘭」。她個子一米七五以上，本科是大學校隊長跑運動員，讀研後也不分寒暑、晴雨，每天至少跑十英里，還鼓勵我平日要運動。那時我四體不動，五穀不分，高中時每次八百米長跑測試都痛不欲生，在異國留學的緊張生活中哪會想到要抽出時間去鍛煉。但佳蘭對我的勸告居然生效，我也開始運動，後來每天能慢跑十公里。

畢業後我倆在不同的大學教書。雖然每每緣慳一面，但一直保持聯繫，互相修改論文，交流感想，分享生活，不時通個電話、視頻一下。之所以十多年來都沒能在線下見上一面，除了新冠疫情，還因為佳蘭的身體出了狀況。說來話長。她本科時腸胃就有點問題，工作後中耳發炎，看病用藥。沒想到庸醫誤事，濫用抗生素引發真菌感染，從此出現耳鳴、失聰症狀。後來更不好了，感染蔓延到腿腳，讓她走路都痛，別說跑步了。如今她已不再長途旅行，特別是不坐飛機了。

今年暑假回到美國後又跟佳蘭聯繫，但多次發電郵、短訊都如石沉大海，杳無音信。這和她平日接信「秒回」的習慣截然不同，讓我十分擔心。一個月後終於再次接到她的電郵。我這才知道，她左腿動過手術後依然疼痛難忍。今年夏天再度入院治療，結果患上了MRSA，也就是產生了抗藥性的金黃色葡萄球菌引發的感染，一般抗生素都不管用，好一番折騰。但她從不叫苦，我再三追問才願意描述病情。

佳蘭是益友也是良師。她不但對我一貫支持，而且嚴於律己，寬以待人，真誠、厚道的品格讓我欽佩。



逢周一、五見報

看到網上有人開帖教授「一分鐘學會挑各種蔬菜」，不禁啞然。諸如黃瓜需頂花帶刺，刺多而硬、花乾而萎者為上；芋頭需圓胖，絲瓜取細長；山藥重質為佳，蘑菇面白更好。香菜要買顏色深的，芹菜卻應選顏色淺的。這些技術本屬於生活常識，現在可能要瀕臨滅絕了。

想想也是啊，繁忙的都市生活，下館子多了，下廚房少了，吃外賣的多了，自己開伙的少了，即便自己買菜做飯，大多在網上下單，而掛在網頁上的蔬菜，幾乎都是「標準像」，



如果要為「幸福」找到一個場景，那也許不在城市的高樓與華燈之間，而是在一片緩緩流動的田園裏。那裏有風吹過草叢的聲音，有河水的閃光，有馬車的軋軋聲，也有一座小屋，靜靜佇立在樹影下。《乾草車》裏的世界，正是這樣的地方。畫中是一個盛夏的午後。天高雲淡，陽光落在威利·洛特的小屋屋頂上，紅磚閃着溫柔的光。前景是一條緩緩流動的河流，一輛裝滿乾草的馬車正渡河而過。馬匹低頭，水波微漾。遠處的牧草地、樹林與藍天，一層層延展開去，沒有驚人的戲劇感，卻有無限的



綾瀨遙是現今日本的一線女演員，今年夏天她擔演了只有六集的電視劇《想一個人死去》，該劇沒有強勁宣傳，觀眾反應不算熱烈。全劇像是一齣輕鬆小品劇集，但故事內容卻反映日本社會人口嚴重老龄化的狀態。

《想》劇改編自同名漫畫，原創名翻譯成中文後的意思即是「一個人離開」，亦可以是「一個人死去」。故事主要角色都是山口家成員，綾瀨遙飾演的山口鳴海是事業型盛年女性，享受經濟自主和未婚獨居的生



第十九屆蕭邦國際鋼琴大賽經過兩個多星期的激烈競爭，六個最高獎項全部名花有主，獲獎者均為華裔鋼琴家。其中第四、第五名為雙得獎者，分別為日本及波蘭代表，與中國年僅十七歲的呂天瑤和馬來西亞的王文升瓜分。

華人橫掃獎項是該五年一屆的國際鋼琴盛事自一九二七年成立以來的首次。冠軍陸逸軒（Eric Lu）（附圖）和亞軍陳禹同（Kevin Chen）分別是美、加華人，季軍王紫桐來自內蒙古，與陸逸軒同為費城柯蒂斯音樂學院校友，也就是郎朗、王羽佳的女師姊妹。



臘肉釀豬肚

促進港澳文化交流，飲食是很好的渠道。廚師好友與澳門傳統臘味店聯乘，粵菜餐單以臘味為題，臘味炒水東芥菜，菜甜味豐。臘肉蒸黃花魚，濃淡相配。臘腸焗蛋撻，潤腸通糞酥，都是融合創新。

當中鮮肉臘肉出色，添鹽不多，肉不死鹹，肉質不硬，較往常食的臘肉「鮮活」，用來炒糯米飯，味道更活潑，沒陳味。臘肉煮法多，古今皆是，南宋《歲時廣記》引《歲時雜記》，談到「煮臘肉」，言：「去歲臘月槽豚肉掛竈上，至寒食取以啖之，或蒸或煮，其味甚珍。」臘豬肉，可加紅糟同醃，蒸、煮俱宜。

明代《古今醫統大全》提到「臘肉法」，做法更詳細：「肉三斤一塊，用鹽三兩，擦令勻，入缸醃數日，每日翻兩次，卻入酒醋中停。再醃三五日，日翻三四次，取出晾乾。先備百沸湯一鍋，真麻油一器，將肉逐塊略入湯，蘸即提



只要不爛不壞，哪怕有些「破相」，一段都不會因為拿到手的與圖片不一致，而非要和平台爭個子丑寅卯。

蔬菜之外，還有水果。雖大部分生活應用之物都已網購，但我竭力保留着在路邊攤買應季瓜果的習慣。這個夏天，家裏吃的西瓜，幾乎都是我堅持這一愛好的成果。挑西瓜是個技術活，觀其形，圓潤飽滿，掐其蒂，新鮮柔性，叩其皮，清脆利落，那八九不離十是個好瓜。秋天逐漸走深，柚子又上市了。挑柚子，要義是壓手程度，個頭敦實上手沉，必是好的。



康斯塔勃的《乾草車》(上)

寧靜與安然。這樣的畫面，如同一首平淡而真誠的詩。

康斯塔勃曾說：「繪畫對我而言，不過是情感的另一個詞。」這句話像是一把鑰匙，打開了他作品的內裏。對他而言，繪畫不是炫技的舞台，而是表達感受的方式。正如他又說：「我們什麼也看不見，直到我們真正理解它。」他筆下的自然，不是表面上的風景，而是他理解、熱愛、親近的生命所在。每一棵樹、每一道光、每一層雲，都是情感的延伸。

《乾草車》之所以動人，在於那一份真實。康斯塔勃拒絕當時流行的



活。某日，鳴海的姑媽，同樣是一位事業型年長獨居女性，在家中因病悄然離世。此事對鳴海產生了很大的衝擊。鳴海想：「自己會否有朝一日像姑媽一樣死去而沒人知曉？」由是，原本沒有結婚念頭的鳴海，開始想着結婚及伴侶的重要性。然而，鳴海的男同事那須田卻對此念頭報以嘲弄：「以為結婚就能安心，這不還是昭和時代的想法嗎？」結婚以至生兒育女，到底是愛情結果，抑或只是為了令自己的生活穩妥？

六集劇情圍繞鳴海對於個人未來



華人的蕭邦氣質



縱觀蕭邦比賽歷年資料，年輕華人鋼琴家似乎對之情有獨鍾，而且成績甚豐。蕭邦的鋼琴作品大多創作於離開祖國波蘭之後，通過音符表達愛國、思鄉情緒，因此被譽為「鋼琴詩人」。這種氣質給二十世紀不少華人的大時代經歷產生強大的共鳴。



若在網上買瓜果，這些「絕活」全用不上，只能祈求店家心善手準，裝幾個好的交給快遞小哥。

當然，不是說現挑的蔬果一定比網購的強，其實，大電商平台的商品經過多次質檢，品質自然在及格線之上，但比起「點擊」下單，自己手摸指觸挑來的蔬菜瓜果，多了一份「勞動附加值」，因而也多了一份情緒價值。拎着挑好的西瓜回到家，取出西瓜刀，先切去一小塊皮擦乾淨刀，再居中劃去，聽到瓜皮應手而裂，心情之愉悅，不在吃一牙甜瓜之下。即便



浪漫風格與戲劇構圖，他相信自然本身已足夠壯麗，只要誠實地描繪，就能呈現出最深刻的情感。他反對虛飾，並批評同代畫壇的風氣：「當今最大的弊病，是虛張聲勢，那是一種試圖超越真實的傲慢。」他筆下的世界，沒有英雄，也沒有神話，只有日常勞動，以至光影流動。而在《乾草車》中，這份真實成為了一種情感的庇護所。觀者的視線被引向畫面中央的馬車與河水，卻又被河岸的草色與天空的藍，帶回到整個畫面的氛圍。那是一個正在呼吸的世界。

康斯塔勃在水面上輕輕點上純白



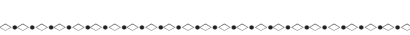
的取向。另一方面，一直暗戀鳴海的那須田佯裝協助鳴海解決精神困擾，暗地卻希望奪取鳴海的歡心。與此同時，鳴海已退休的父親及母親，彼此亦為晚年的生活而發生爭執。老伴是否必要承擔照顧者的責任，老年人如何為自己作出臨終規劃，全都是老年化社會需要面對的問題。

《想》劇以輕鬆喜劇的調子表達嚴肅主題。全劇沒有枝葉情節，主線展示日本家庭如何處理人口老化的事宜，以及新一代如何看待未來。各個角色都有不同選擇，港人熟悉的著名



最典型例子是一九五五年贏得銅獎、最佳馬祖卡舞曲演奏獎的已故鋼琴家傅聰，也開啟了華人參與蕭邦比賽的先例。一九六〇年屆已故鋼琴家顧聖嬰也有份參與，現居香港的李名強更獲得第四名。

改革開放後，年輕一代的內地鋼琴家蓄勢待發，終於在二〇〇〇年屆突破，由年僅十八歲的李雲迪首奪冠軍、陳薩得第四名。五年後，香港李嘉齡也進行零的突破，贏得第六名。二〇一五年開始，亞洲實力在蕭邦比賽中盡顯鋒芒。當年由韓國趙成珍奪冠，新加坡出生的劉琋得第三，而第四正是積極進行十年磨劍的本屆



AI：無中生有

「一位身穿太空戰甲的戰士站在高高的堡壘頂上眺望遠方。遠處是暗紅色的外太空沙漠，眾多人類戰士列成一個巨大的方陣，漫山遍野的外太空異形嚎叫着、揮舞着爪子衝向人類戰線。無人機航拍遠景視角，電影級畫面，史詩感。」將上述文字輸入命令框，等待幾分鐘之後，一段五秒的高清視頻就會在眼前「無中生有」。視頻內容一如文字所述，甚至還增加了很多我未曾想到的細節：沙塵在戰甲縫隙間飛揚，異形爪刃反射着詭異星光……

這就是「文生視頻」（Text to Video），這就是AI的力量。最近埋首學習各種AI生成工具，常想起智能手機普及的年代——那時我們感嘆人人皆可拍攝剪輯，影像創作的壁壘第一次崩塌。而今AI更將原本已經很



偶爾失手，挑了個孌瓜，懊喪之餘，總結教訓，以圖下次挑選時一雪前恥，這和網購不滿意時氣憤地打差評或投訴要說法，是完全不同的兩種體驗感。因為，挑果揀菜的技能，其實就是生活本身。



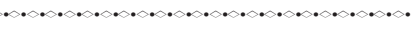
逢周一、三、五見報



的顏料，用以描繪陽光反射的閃光。那一點點白，如同空氣中漂浮的微粒，讓整幅畫有了流動的生命力。這種筆法後來深深影響了印象派畫家，他們從康斯塔勃那裏學會了「光」不只是照亮物體，而是參與情感的語言。



逢周一、五見報



女演員松坂慶子飾演鳴海的母親，晚年才想與鳴海的父親離婚，藉此尋找自己的自由生活。《想》劇最終沒有給予觀眾任何必然答案，雖然那須田積極爭取與鳴海結成一對，但鳴海仍然選擇獨居生活，哪怕最終仍是會「一個人死去」。



逢周一、二、三見報



冠軍陸逸軒。因新冠疫情順延到二〇二一年舉行的第十八屆，籍貫北京、後來移居加拿大的劉曉禹（Bruce Liu）成為第二位華人冠軍。四年之後的現屆，就是上文提到六獎全歸華人鋼琴家的歷史紀錄，可喜可賀。



逢周一見報



低的門檻化為塵埃：無需攝影機、燈光、演員，只要你腦中有無盡的星辰與大海，便能召喚出流動的畫面與詩篇。

總覺得，我們正站在與蒸汽時代、電氣革命同等量級的歷史隘口。當年見證第一列火車轟鳴的人們、第一次感受電力神奇的人們，是否也這般凝望着遠方前所未見的風景？AI這前所未有的工具，不像蒸汽機替代肌肉，不像電力驅動機械，它直接將意念熔鑄成影像，讓每個懷抱故事的人，都握住了造物主的權杖，共享「無中生有」帶來的「創作平等」。



逢周一、三見報

