

## 宴請小時候的自己

「宴請小時候的自己」，是互聯網上的一個梗，但也被很多人轉化為實際行動。很多人小時候都留下遺憾：眼饑卻未能盡興吃的美食、零食，無比期盼卻沒有得到的玩具、圖書……原因也不一樣，或是家裏境況欠豐，自己囊中羞澀，鮮有零用錢；或因父母管束得比較嚴厲。如今自己能獨立做主，又有經濟能力，便「宴請小時候的自己」。

遺憾不同，「菜單」也就不同。有人只偶然吃到過一次漢堡；有人被武松動輒大吃幾斤熟牛肉，饑得垂涎欲滴；有人把親戚送的一桶可可粉視若珍寶；有的北方孩子小時候從來沒吃過荔枝，只在畫冊上看到過照片。而一轉眼，還沒來得及多暢想幾次，童年，便已經無可回頭地過去了。

所以，「宴請」首先是一種補償。筆者清楚地記得第一次吃到蛋卷，是在北京當兵的五舅回家探親時送的；第一次吃巧克力，是一位小夥伴分享的；第一次吃威化餅，是花兩毛錢從小賣部買的粉色的草莓味……零用錢少之又少，魚皮豆和小香腸不可兼得，只好精打細算滿足其一。

「宴請」也是一種懷舊。小時候，牛奶還是稀罕之物。喝得最多的「營養飲品」，是麥乳精。某次看到一個網帖，忽然勾起了記憶。在電商平台上一查，居然還有得賣。到貨後，莊而重之地沖泡一杯，彷彿自己與自己對飲。

這種「宴請」小時候的自己，要去彌補遺憾，但又有新的遺憾。曾經遙不可及的東西，如今唾手可得，卻總感覺吃不出小時候的那種味道。也許當年的威化餅、巧克力並不正宗，但卻留下了一種最正宗的滋味。情緒價值短暫拉滿之後，心頭又扯扯着一絲惆悵。人不能兩次踏入同一條河流，而時間的長河逝者如斯，味道也難以複製。欲買桂花同載酒，終不似，少年遊。



逢周三、四、五見報

## 土豆「三國演義」

北美的廚房裏，土豆可不是什麼不起眼的配角，它雖然不搶風頭，卻能主持大局，宛如沉默的英雄。但如果你以為，所有土豆都「千人一面」，就大錯特錯了。認清最常見的三種：紅土豆、黃土豆、糙皮土豆，是一道必修課，也是熟讀這本「三國演義」的第一步。

先說說紅皮土豆（Red potato），一眼望去就是整個菜場最靚的仔。外皮薄而光滑，內裏潔白如玉。因為澱粉含量低、水分偏高，就決定了它「久煮不爛」的宿命——注定要在高溫中淬煉重生。不管濃湯、烘烤、燉煮，都能挺立如初。入口時輕微的粉感混合着甘甜，個性十分突出。因此，在北美後廚，紅土豆簡直是為沙拉和燉菜而生的，一個需要保持形狀，一個再翻滾沸騰也不能自我解體，如此優秀品質，稱之為菜中「定海神針」，也不為過了。

接下來的黃土豆，也叫育空土豆（Yukon Gold potato），不疾不徐，總能在輕奢和日常間找到平衡。它的澱粉含量比紅土豆高些，甜度明顯，性格卻非常平易近人。簡單來講就是全能，煎、煮、烹、炸都不差，但因為口感細膩，不會太硬也不過軟，黃油烤便成了最出彩的選擇。我們在吃牛排或羊排時，旁邊安安穩穩待着的土豆泥或烤土豆塊，十有八九是它。更「心機」的地方在於，黃土豆總能將周圍味道吸收得剛剛好，特別是大蒜、羅勒，全部成為自己的一部分，兼收並蓄。

相比之下，糙皮土豆（Russet potato）就是硬漢代表了。塊頭極大，外皮粗糙，澱粉含量最高。這種貌不驚人的外表下隱藏着最強的「變身能力」，是炸薯條的不二之選。在美國很多地方，是主食般的存在。一旦過油，內裏就會輕盈蓬鬆，充滿空氣感，吃起來「咔嚓咔嚓」的酥脆聲，便是它光彩照人的時刻了。



逢周一、二、四見報

在粵港澳大灣區的生態秘境中，江門恩平七星坑保護區的溝谷深處，藏着一群「植物界的大熊貓」——近日剛被命名的蕨類新種「廣東觀音座蓮」。這些高達五米的巨型蕨類，在濕潤的樹蔭下舒展着粗壯葉柄，帶着億萬年的演化密碼，被深圳科技力量輕輕喚醒。

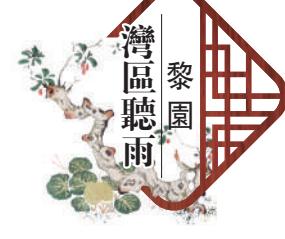
故事始於二〇二三年初的一次日常巡查。保護區科研人員在腹地穿行時，突然被一片與眾不同的綠植吸引：它們形似常見的福建觀音座蓮，卻格外「魁梧」，葉柄粗壯如臂，密

被鱗片，最高者幾乎觸及喬木樹冠。從未見過這麼大的觀音座蓮，細微差異背後的未知可能，讓保護區科研人員立刻聯繫了深圳蘭科中心。深圳蘭科中心初步判斷這很可能是個未被記載的新物種。此後，科研團隊三度深入七星坑，帶着基因測序儀展開攻堅。這台被譽為「超級生命計算機」的全球高通量基因測序設備，如同精準的「生命解碼器」，通過葉綠體基因組分析技術，為未知蕨類繪製出獨一無二的基因圖譜。經過兩年多形態比對與基因驗證，國際權威期刊最終

確認：這是全球首次發現的新物種，命名為廣東觀音座蓮。

這一珍稀物種全球範圍內首次被發現，現存約四十株成熟個體，扎根七星坑溫暖濕潤的溝谷。它們不僅為嶺南植物名錄添上亮眼一筆，更填補了觀音座蓮屬演化研究的空白。而深圳科技與大灣區生態的奇妙碰撞，更讓這場發現充滿現代感——當「超級生命計算機」遇上蕨類新種，科技的精度與自然的神奇在此交融，既印證了七星坑「物種基因寶庫」的盛名，也為瀕危物種保護開闢了新路徑。

這場跨越深圳與江門的科研之旅，不僅解鎖了新物種的「出生證」，更讓我們看見：在粵港澳大灣區的「鋼筋森林」之外，仍有無數生命奇跡等待被發現；而科技與自然的和諧共生，正是守護這些奇跡的最好方式。



逢周四見報

## 發現「植物熊貓」

## 《得閒謹製》

電影《得閒謹製》已在內地公映，該片改編自作家蘭曉龍的《宜昌保衛戰》，以鄂西會戰關鍵戰役石牌保衛戰為背景，講述南京淪陷後逃至宜昌深山小鎮的平民以工匠手藝為武器與日軍殊死抗爭的故事。由演員肖戰飾演的莫得閒是一位八級鉗工，每次在自己製作或改造的物件上都會留下「得閒謹製」的標識，這是影片名字的來歷。

製造者把工匠或工場名字刻在器物上面，是古代流傳下來的「物勒工名」傳統。《禮記》裏有「物勒工名，以考其誠，功有不當，必行其

罪，以窮其情」的記載，先秦時期就開始設置專門負責質量的官員「大工尹」，管理者可根據器物上刻的工名按圖索驥進行追查。

物勒工名的主要目的還是敦使做工精益求精。南京明城牆是世界現存最長的古代城牆，據稱其每塊磚都須經過十八道工序，燒製要求極高，其中有一塊城磚刻上了到府縣官吏下到磚窯匠共十一級責任人，以此加強製磚工序的管理和監督，保證了古城牆今天仍堅固如初。

我最早見到物勒工名的大工程是安陽紅旗渠。大概十年前，與一批香

港傳媒學子到訪那裏，山脚下渠道邊每隔不遠就有一塊石板，上寫當初負責每段渠道修建的村莊的名字，日後如有倒塌漏水等問題發生，即由責任碑上的村莊負責返工修補。既然勒上了工名，便要「謹製」以免被人指笑，於是造就了絕壁上的「人工天河」。

說回電影，不管是給兒子製作玩具，還是戰亂中改造竹竿武器，鉗工莫得閒都會刻下「得閒謹製」四字，遵循物勒工名的傳統。《得閒謹製》這部電影本身何嘗不是一個謹製的大手筆？裏面的戈止鎮並非天然取景

地，而是劇組在宜昌耗費大量精力一磚一瓦實景搭建而成，古鎮的青石板路、鐵匠鋪裏的煤灰等都逼真逼肖。內容上，影片則探索主旋律電影的創新表達，以「謹製」精神呈現出小人物的抗戰史詩。



逢周三、四見報

## 萬事開頭難

背着背包，面前是分岔路。身邊一群長者向前走，家人卻示意我踏上石階。不好遠足的我，不得不硬着頭皮提起腳。走了十數級，聽到剛才那些長者說：「我們下次再走那段路吧，聽說風景超美。」另一伯伯搶着接話：「不過好像有五百級石階啊！」如果他們寶刀未老，聽力仍可以，那一定會聽到石階上的我「吓？」了一聲，因為家人明明說今天的遠足路線只有初級難度，怎麼一開始就要上五百級階梯？

家人當然沒讓我打退堂鼓，因為

他曉得無論難易，只要帶我遠足，我開始時總會萬般不情願，但最後卻都能應付。加上他知道這次選擇的路線最費力的只是開始時的石階路，因此就由得我邊走邊埋怨：「人怎麼假期都要勞動」、「為什麼像茫無盡頭」、「十二月了還那麼熱」；而我則覺得自己變成了一頭帶點怒火的橫蠻「野豬」，流着汗向頂峰進發。

家人為了我的身心健康堅持常常帶我親近大自然，不管我每次都擔心炎熱、曬黑和疲累。難道我不明白他的苦心嗎？當然不是，所以才會流着

汗跟他走，只是總想叛逆地吐吐苦水，稍稍發洩情緒。

走了一會，家人叫我停下來轉身看看，讓我知道已距離山腳很遠，景色也比起點開闊漂亮。他說還有一小段石階就登頂了，於是我就帶着成功的盼望繼續向前。可是一段石階完了又是一段，數十級後又有數十級，簡直沒完沒了。那刻我唯有想像自己是一頭會輕功的野豬，吸一口大氣就能變作一條羽毛，可以隨着放輕的脚步飄向前。這招「催眠術」挺奏效，也是我慣用的。面對困難，我

常幻想自己擁有足夠應付的「神力」，然後讓大腦影響情緒和身體，往往有機會突破個人的局限。想不到「飄」了一會，眼前真的再沒上行的石階，「野豬」也終於到達頂峰的觀景台了。



逢周四、五見報



交朋友的唯一方法是你首先自己要夠朋友。

漫條思理 鄭辛遙

逢周二、四見報

## 記霍達昭

香港默劇界無人不識的默劇先驅霍達昭，不幸於上月十八日在澳洲病故，享年七十七歲。

認識他在夜間上課的沙龍美專，時為一九七一年，我三十七歲，他二十三。我已是老師，他學歷低，從事低薪工作。但我們很談得來，常在放學後同行聊天。

他渴求知識，很有理想。把美專的徐榕生老師和我視為人生的啟蒙者。我們半世紀以來維持着藝友的關係，即使分處加、澳兩地。

我曾探訪他的畫室，這期

他具備突破困境迎難而上創造新天地的精神。

他自學冷門的默劇，掌握高難度的身體語言。兩次贏得獎學金，赴英赴美，進修默劇。與藝穗會合作成立藝穗默劇實驗室，培養人才，影響力至今仍在。

九二年移居澳洲後，創立了兒童畫班，聲言不是培養畫家而是啟發智慧，學生的各科成績都會同步改進。學生報名後要等待一段日子才有入學機會。

我曾探訪他的畫室，這期

是動的藝術，滿課室都是學生動的作品，在不同動力下活動着。

他九三年起從事悉尼電台的中文廣播節目，獨腳清談，一講三十多年。近年組團帶隊往中國旅行，贏得不少口碑。猝然離世，使我傷情。



逢周四見報

## 平實建造

在內蒙古大青山下，有一個四百多年歷史的西烏素圖村。村裏的活動中心，是村民曬太陽、聊天，也是孩子們奔跑遊戲的地方，下雨時，院子底部的排水擋板升起、集起的雨水倒映着天空和山色。像一面鏡子，建築就這樣隨着季節的變換，彷彿有了生命。

最近這個默默無聞的村民中心引起廣泛關注，它拿到了今年的阿卡漢建築獎，是本屆唯一獲獎的中國項目。而它的設計師張鵬舉，也在上月當選中國工程院院士，成為內蒙古自治區建築領域的頭一位。張鵬舉始終堅守「平實建造」的理念，他尊重土地，琢磨當地的氣候，用最當地的材料和手藝。他說，內蒙古有巨大的創造空間。這創造，不是標新立異，而是讀懂這裏的風、陽光和人們的生活習慣。

多年前，我在新華社內蒙古分社工作時，見過張鵬舉幾面，那時

內蒙古幾位年輕的設計師常常來分社參與一些項目，他們髮型時尚，思維活躍，張鵬舉就是其中一位。如今，他早已褪去青澀，但初心未改。長期扎根內蒙古的他，堅信這片土地能「長」出不一樣的房子，房子得長在自然裏，西烏素圖村民中心，就是他想法中的樣子。建築採用回收村裏的舊磚，房子雖然只有一層，但通過巧妙的空間組織，營造出豐富的體驗與流動的關係，這是為生活建造的社區。

在這個追求速成的時代，張鵬舉和他的房子，向我們展示了一種與自然對話、與文化和鳴的建築之道，平實，卻有力量。



逢周四見報

## 熱愛跑步的柏林人

柏林人多愛跑步呢？光是活躍的純跑步團體或俱樂部就超過一百個。從有門檻的專業俱樂部，到日常鍛煉的社區跑步團體，每個人都可以找到適合自己的跑步團體。

這和著名的柏林馬拉松不無關係。柏林馬拉松我們每年都帶着小孩去觀賽——從最開始去加油吶喊，到現在小孩長大開始參加柏林馬拉松賽事中的兒童項目，再到大眾五公里項目，甚至開始計劃參加半馬。看着他們拿回來沉甸甸的比賽獎牌，我很欣慰他們也成為熱愛跑步的柏林人中的一員。

在柏林最小年齡段的跑步比賽，小到兩三歲的幼兒園小朋友——一種是由父母帶着跑一公里，另一種是父母在終點線等着，一群小朋友自己跑一百米。看着一群東歪西倒跑得踉踉蹌蹌

的小孩們，真是萌壞了。等他們慢慢長大，其中的一部分便會成為柏林專業跑步俱樂部的一員。像柏林SCC或者LG Nord Berlin這樣的俱樂部有專業的培訓計劃和參賽日程，他們的運動員從業餘、半專業到專業的都有，時常會看到他們在國際大型賽事上取得很好的成績。

普通的柏林市民對跑步的熱情一點不差。無論工作日還是周末，不論早上還是下午甚至晚上，都能在公園裏看到跑步的人們。長跑已是柏林人生活的一部份。一年四季，都可以看到柏林跑步人矯健的身影。



逢周四見報