

貼秋膘

雙城記 何冀平

立秋，是二十四節氣中的第13個節氣，每年8月7日、8日或9日立秋。北方立秋要貼秋膘。

盛夏消耗了人的體力，要趁秋天補起來。民間流行在立秋這天以秤稱人，將體重與立夏時對比來檢驗肥瘦，體重減輕叫「苦夏」。曾經人們對健康的評判，以胖瘦做標準，而今年輕女性都希望瘦，以前，胖叫「富態」，瘦叫「乾猴」，以胖為美。補的辦法就是「貼秋膘」，吃味厚，當然首選吃肉。普通百姓家吃紅燒肉，講究的人家吃白切肉、肉餡餃子、燉雞、燉鴨、紅燒魚。秋膘貼得好，冬天沒煩惱，南方人貼秋膘細緻些。江南一帶愛用鴨子，說是秋天吃鴨不上火。南京人燉一鍋桂花鴨，蘇州人做一道醬鴨，連湯帶肉鮮得很。廣東人則要煲厚味濃湯，山藥、蓮子、瘦肉、鮑魚、花膠，有什麼放什麼，砂鍋慢火燉一下午，湯濃肉香是最補身的。還有地方講究吃螃蟹，秋風起時，膏肥黃滿的螃蟹端上桌，一口下去滿嘴油香，也是貼秋膘的選擇。說到底，貼秋膘就像老樹到了秋天要積蓄養分，身體也需要在此時得到滋養。夏天貪涼吃了太多生冷，秋天就得用厚味暖胃。

香港沒有貼秋膘的說法，天冷了，火鍋最受歡迎。香港叫

「四季火鍋」，就是什麼季節都能吃，什麼都有得吃，非常豐富，湯底就有十多種，吃完了就是飽得不得了，什麼都沒記住。所以香港人特別喜歡北京的涮羊肉，香港的羊肉不好吃，東山羊又瘦又柴，新西蘭羊肉沒有羊膻味，吃羊肉只有到北京。一夥電影人一起去北京，還沒下飛機，先找涮羊肉、「二鍋頭」，廣東話音讀做「窩窩頭」，想起來就想笑。

以前最有名的字號只有東來順，現在涮羊肉可太多了，但外地人還是認東來順。涮羊肉已有400多年的歷史。明代松江人宋文夫在其《養生部》中講到「視橫理薄切燂（薄片），用酒、醬、花椒沃片時，投寬湯中速起」。這是古代的涮羊肉的吃法。清代之後，涮羊肉成為宮廷府邸筵席的一部分。乾隆每年辦的「千叟宴」，不論是一等席還是次等席，必得有火鍋羊肉片。涮羊肉真正馳名中外是近幾十年的事。因為只有經過選羊、選肉、精切，再加上十多種調料和佐料才完美。比如糖蒜和韭菜花必須有，這兩樣香港是找不到的，韭菜花有罐頭的，買一瓶帶回來能吃幾年，糖蒜也要帶回來。涮羊肉要肉好，師傅手工好。現在有了不少又便宜又好的字號，牛街的聚寶源，門外天天時時都要排隊，南門涮肉也算一家，雖然有借名假冒，但是只要肉過得去，還是不會差到哪去。

此山中 鄧達智

網上流傳王家衛1990年經典作品《阿飛正傳》，原來已拍攝好數量甚豐的底片，用作剪輯下集，可惜種種原因，導致延續篇無法再現。

當年看過《阿飛正傳》，大家意猶未盡，尤其去到片尾，梁朝偉用了超過幾分鐘（有說一分鐘），對鏡自戀卻無自戀痕跡，以上世紀六十年代仍然流行用髮蠟，將整個蛋撻頭梳到立立令。影迷的我們都認為，那是下集的引子，可惜大家都無緣延續影迷的期盼了。

影迷的呼聲：縱使沒有延續篇，單單幾分鐘梳頭，梁朝偉起碼應記一功，獲得個最佳男配角獎（梁影帝當然不在乎，他往後奪得本地、大中華區及國際獎項，超越至目前為止所有華人電影演員）。其實劉德華演繹沉默警員，隔個距離暗戀張曼玉，既無呼天搶地傷心落淚，也無自作多情在意中人面前誇張展示，不難忘懷他在半山梅道登山纜車橋底，那個紅色舊款電話亭，地老天荒的純愛印記。至母殷，走出生活枷鎖，成為四海為家的海員，演繹真正無腳的鳥兒——我眼中的阿飛，而非「飛仔」張國榮。

《阿飛正傳》擔大旗的主角，當然是「哥哥」張國榮，形似神似的哥哥，演來得應手；回望這個角色，猶如《英雄本色》的

表現，落手重了。例如前往菲律賓尋找生母，不獲接見，憤而離開緊握的拳頭充滿做戲的架勢，來得比較猛，了卻至此心碎。憤怒之餘，還有一生難解的悲愴。

因《阿飛正傳》張國榮首次獲得金像獎影帝，其實這個肯定，早於演出《胭脂扣》十二少的角色時，便應獲得。當年合演的梅艷芳奪得首個影后榮譽，可惜張國榮連提名都失落。

《阿飛正傳》真的好看，雖然拍攝時間一拖再拖，引致嚴重超支，縱使電影本身拿盡多個影展的大獎，聽聞票房收入遠遠及不上支出，引起「老闆」鄧光榮深度不悅。傳聞王家衛隨後，幾乎原班人馬拍攝賀歲搞笑片《東成西就》填數。不論主軸張國榮、影子「阿飛」劉德華、「蛇仔」張學友，還是兩名性格完全相反的女主角劉嘉玲及張曼玉，至千呼萬喚始出來——幾分鐘的梁朝偉，更有正宗上海婆的養母：潘迪華姐姐。百花齊放，人人有戲，片子特別長，在往昔大型戲院內，沉浸式觀賞，其樂無窮。



●一九九零年至今，足三十六年，《阿飛正傳》再次在網絡間熱度迅速上升。作者供圖

難離難捨

浪蕩四時 季良

我等血肉之軀，逃不過生老病死，正如春夏秋冬，萬物有時。也正因煩惱皆從肉身起，今時今日所謂「中年危機三寶」：長跑、Hyrox、匹克球，還不是以身體鍛煉，對時間流逝作出無力挽留？

未至於四體不動，從小到大我只算初階運動愛好者。中學時愛打籃球，哪怕天時暑熱，午飯時間總要與同學打個大汗淋漓，最後兩節課穿著濕透校服繼續上課。大學時有宿舍之便，隔晚環校跑，卻跑不出個所以然，只因覺得「應該」跑。臨近畢業因緣際會遇上幾位波牛，讓我一圓兒時足球夢，逢周日早上到海心公園門波。為了足球，竟能無視寒冷天氣戰勝被窩。只是好景不常，踢了幾個月就是沙士，然後就再沒然後。

一句為口奔馳，成了畢業後放棄運動的最堅實理由。搬到大埔，還是間中跑步，仍然是跑不出個所以然。三十而立，卻是腰圍與日俱增，面容愈見可憎，直到身體響警號須嚴控飲食，才慢慢變回人形——題外話，我只靠戒口花半年就減掉13公斤，全因怕死。

相比之下，同居女友比我更愛運動，她跟住處鄰近體育會的健身大叔早已打成一片，後來又到另一健身中心學瑜伽，也開始嘮叨：「喂，你要多動身學。不如跟我到健身中心看看有什麼想學？除了瑜伽還有很多玩意呢。」幾次催逼，終於動身，哪會想到我竟然給西洋拳吸引？一試傾心。

女友問怎麼學西洋拳不學泰拳，我說終究我是看《洛奇》長大，沒有說的一句是心底覺得無須踢腿好像沒那麼累。當然，事後才知認真練步法，還是可以累得要死。幾年下來，隔天早課成了生活日常，更醉心研究與我身高相同也同是左撇子的烏克蘭拳王洛馬琴科（Vasyl Lomachenko）的打法。終於參加第一次館內賽，趁着暑假天天訓練，聽從師傅教誨每天跳繩，最終輕鬆擊倒師兄（按：師傅說師兄報名後從來沒有在拳館出現）。

人生首勝，新冠爆發。師傅很厲害，拳館撐下來，但不再辦早課，復常後的工作日程配合不了，我又變回那個只靠基礎代謝消耗熱量的都市人，頂多是以共享單車將往港鐵站的15分鐘腳程壓縮成5分鐘車程。誰料到，今年春天，我迎來了「運動生涯」的不知第幾春？

那夜收工，路過沙田大會堂，眼遍地共享單車，忽發奇想：能否直接騎乘回家？反正天朗氣清晚風涼快，又不用趕着回家。1小時踩完14公里，通體舒暢。隔天九龍塘收工回家，列車駛進沙田站，我魂不附體地下車，租了單車，不知不覺又騎回家……漸漸我更會半夜出行，折返點在大學、大圍、大尾督不等。添置了運動手錶，訂購了運動紀錄軟件，看着單次路程從14公里到20公里再到30公里，最近還因為在台北的自行車道走錯路而突破40公里。我會在單車上浪蕩至幾時？至少超越下一個春天吧？此為序。

縫補記憶

終生遊學 項平生

內褲破了一個洞，放在網購平過泥、拼多多買一條全新棉內褲低至2元人民幣的今天，我卻決定自己縫補一下。這條內褲是疫情時在逢甲夜市買的，滿滿都是當年一個人獨居台中的記憶，三扒兩撥就補好了。

現在每天煮一個人的晚餐，一個禮拜打掃一次屋企、開一次洗衣機，一個月換一次床單。其實在深圳請工人很便宜，清潔阿姨時薪50元人民幣，煮飯加10元人民幣。如果以時間成本來說，遠比宅男自己做家務便宜很多。

但我還是享受獨立生活，不靠任何外人，在力所能及的範圍之內自己動手。這個習慣由15歲開始了，當時我第一次離開家鄉成都外婆的襁褓，她已經教我「求人不如求己」。可能外婆已經預測到，我以後什麼都要靠自己了，所以已經教會少年的我照顧自己，煮飯洗衫，連女紅也教了。幼承庭訓，更多是知識的傳承，外婆是張仲景、葉天士的粉絲，陰陽平衡，扶正祛邪，顧護脾胃，固本培元，這些中醫理論我已倒背如流。

明天就57歲了，回望半生，外婆教我的這些生活自理，終身受用。無論是我考入香港大學後暑假20歲仔到德國留學獨立，還是年過半百獨自一個人去了台中旅居兩年，我都異常享受

獨立生活，特別在陌生的他鄉。近年開始深港雙城生活，每周返香港，因為在這個生活了40多年的家，我有台灣、德國，以及深圳沒有的龐大社交圈子。進有所為，退有所安。回港多是有社交需要，進出晚宴或商務場合，觥籌交錯，八面玲瓏，遊刃有餘，一晚把酒言歡下來，交換十個八個WhatsApp或微信。

人散後，一鈞淡月天如水。雲淡風輕、寵辱皆忘。是日已過，命亦隨滅，我從來不主動為自己慶生，寧可到戶外打坐、月影下散步、做下女紅，閒雲野鶴。獨處之時，每每想起外婆教我的格言，「天下無不散的筵席。」樂由己出，不假外人。因為把快樂建築在他人身上是或遲或早的悲劇。

港大的哲學老師曾教我叔本華的理論，Either solitude or vulgarity（要麼孤獨，要麼庸俗）。但現在看懂了，小孩子才做選擇。同一個人同一天，進則兼濟天下，退則獨善其身，選擇都在自己手上。只要擁有獨立生活的能力，以及強大的好奇心，自力更生，動靜皆宜，I人和E人皆是我，心安在我。



●筆者耍家的女紅。作者供圖

《後西遊記》

細說星光 叢仁

吳承恩當年寫《西遊記》，靠的是一支筆與想像力。如今在熒幕上重走一趟取經路，考慮的事情就更多了，最近湖南衛視推出人工智能（AI）技術賦能的《後西遊記》動畫劇集，運用前沿人工智能重鑒經典，打造視聽新體驗，以科技活化傳統名著，開啟國漫創新篇章。

AI入局，最直觀的玩法自然是互動。以前看劇，唐僧被白骨精幾句甜言蜜語哄得團團轉，觀眾在電視機前急得拍大腿，卻只能乾瞪眼。現在好了，導演直接把話語權塞到你手裏，手機屏幕彈出兩個選項，你手指一滑，大聖的命運便跟着拐彎。選錯了，孫行者照樣被念緊箍咒；選對了，也未必能少受幾回委屈。這哪是看戲，分明是拉着你一起背鍋，讓每個觀眾都成了取經路上的共構者。

再說特效，從前拍個花果山雲海，劇組得熬多少個通宵、燒多少銀紙？如今演算法一跑，幾秒鐘便渲染出七十二變的絳珠過渡，連毫毛都根根分明。以前講「算力即法力」，只當是句俏皮話。現在看着熒幕上那些以假亂真的神魔氣象，倒真覺得孫大聖的金箍棒上，纏了幾根光纖。

資本家嗅到商機，自然不會放過這塊肥肉。劇情能互動，便是現成的遊戲化

賣點——想看隱藏結局？掏錢解鎖。更絕的是，AI還能根據你的選擇，悄悄把廣告塞進劇情裏。你在某條故事線裏看孫悟空渴了，端起茶盞飲了一口，別懷疑，那多半是算法為你量身定做的「恰飯」環節。一魚多吃，連你的注意力都被精準標價。

然而狂歡歸狂歡，賬本終究要算。吳承恩寫書，費的是紙墨。如今搞AI劇，燒的是電費與顯卡折舊。生成一秒鐘高質量的打鬥畫面，背後的運算費用已夠吃一頓像樣的飯。若畫面穿幫，還得人工一幀幀修，這「抽卡」成本，中小公司恐怕連真經的邊都摸不着。未來能玩轉這門手藝的，大概率不是傳統影視公司，而是手握算力與數據的科技巨頭。這場數字取經路，門檻高得嚇人。繞了這麼大一圈，其實想講的很簡單：變來變去，大聖的內核未曾動過。《西遊記》近世流傳超過四百年，靠的從來不是特效，而是它像一面鏡子，照得出每個時代的焦慮與渴望。AI也好，算法也罷，不過是換了副講故事的皮囊。真正讓我們一遍遍回頭的，還是那個在取經路上跌跌撞撞、偶爾迷茫卻始終沒放棄的自己。

下次再見AI版《後西遊記》的標題，不必急着捧，也不必忙着罵。就當老朋友換了件新衣，泡杯茶，看它這次又打算怎麼折騰。

從凌志到國泰，語言的變遷

但在近現代，工業文明和商業文明改造了文化的結構，名副其實的貫徹了「The winner takes all」的定律，幾乎所有的學科都圍繞着經濟地位排列，所有的語言地位都圍繞着經濟地位排列，英文的地位自然卓然於眾，中文文字及語言在自棄與被拋棄交織中變遷。

回到語言上，「國泰民安」這個「信達雅」的翻譯，讓我不禁回頭追憶。那時有大量文化工作者自內地轉移到香港、台灣生活，所以那些起源於西方的生活方式和工農產品貿易及傳播翻譯，便由他們完成，並以未受簡化字影響的「粵語+繁體字」為主體語言表現。

汽車，是戰後城市化及工業化大發展的核心要素。車輪城市，深遠定義了我們的現代化生活方式至今，所以大量關於汽車品牌的翻譯便進入了我孩童時的視角。

「滔滔凌雲志，悠悠天地行」，「凌志」說的是豐田汽車的北美市場高端品牌LEXUS，現在內地已改名為莫名其妙的「雷克薩斯」，全然沒有了當年的優雅。同樣下場的，有CAMRY萬事「佳美」之於「凱美瑞」；MAZDA「萬事得」之於「馬自達」（這還不算差）；PRADO「霸道」之於「普拉多」；SUBARU「富士」之於「斯巴魯」；SAAB「紳寶」之於「薩博」……至於，「蘭德酷路澤」之流，簡直讓人汗流浹背，尷尬不已。

除此以外，由雷叔（黃雷）等為主力的華文廣告混合歌詞的流行文化，更是中國語言在新世代中西交融之下相當濃墨重彩的炫麗篇章。

「人頭馬一開，好事自然來」「鑽石恒久遠，一顆永留傳」「祝你百事可樂」「飲啖生力，夠晒生力」「用萬事達卡，萬事皆可達」等等結合了語言文化、生活方式和產品特性的翻譯作品，實在精彩得讓人讚嘆不已。在我童年生活留下語言藝術和商業能如此高水準結合的美好印記，難以磨滅。

我想我最終走到了一條用自己的文化背景和藝術能力創立商業品牌體系的路，這些源自舊時代的美好記憶功不可沒。並非老的東西就一定好，新的東西一定不好，正如人的年齡不過是一個假象，優秀的東西可以穿越時間的假象，跨越物質的屏障。此時，我走過歌賦街，頓時覺得雖然有點風高路斜，步伐卻比西洋菜街和路路臣街都要輕快起來了。



●在赤鱗角機場速寫畫面 繪畫：梁賀

舞台上彰顯的慈悲

演藝蝶影 小蝶

7月時，好友廖慧慈告訴我好朋友演然把他的小說《超時空偵探W：魔幻水晶球》改編成了同名舞台劇，由香港戲劇工程製作。

去年演然的《超》小說出版，我也到書展捧他的場。《超》書的女主角是來自未來的人工智能（AI）少女Uno。她為了進行「源頭修正」計劃，回到少年W的時代，與他一起在時空中穿梭，拯救清末99名險遭殺害的小孩。

演然在場刊《編劇的話》中解釋他創作此劇的思想：「這是我心裏埋藏了很久的一個故事——關於一個孩子，也關於我們每一個人。成長從來不容易，跌倒了，受傷了，磨練與挫折交織成必經的風景；而我們依存着的地球，同樣承受着無盡的破壞與創傷。然而，在這看似幽暗的旅程中，慈悲始終是一股深沉的而強大的療癒力量……」慈悲正是這位鑽研佛學的編劇

在《超》劇中帶出的題旨。慧慈找我，亦是因為她的慈悲心驅使。她覺得演然花了那麼多心血把小說改編成一個有意義的舞台劇，值得讓更多觀眾進場欣賞。然而，《超》劇在上水北區大會堂演出，是較難吸引很多住在港九的觀眾專程前往捧場的。

於是，義務為演然做推廣的慧慈心生一計：她邀請身旁的朋友隨緣樂助，以優惠價購買戲票後再捐出來，然後慧慈把這些戲票送贈給不同慈善機構的社員、弱勢社群，希望看劇但阮囊羞澀的市民也可以享受到平時難得的觀劇之樂。

慧慈這個想法真是既聰明又有智慧，因為事成後，製作機構有不錯的票房，編劇的作品得到很多觀眾欣賞，平時沒機會進入劇院的人可以免費觀劇，慈善機構為他們的社員提供難得的娛樂，捐款者做了好事積了福，這實在是一項令各方都受惠的善舉。細心的慧慈希望為觀劇者帶來更多

喜悅，特別請她的朋友贊助不同類型的小禮物送給到場的老人家、小孩子和弱勢家庭，讓他們收到免費禮物。

我略盡綿力認購了少量門票，也託朋友聯絡一個慈善團體邀請20位長者捧場。慧慈這項善舉獲得很多人支持，6場戲票迅即售罄，全院滿座。我到場支持時，看到大家都看得很開心。帶領20名長者的社工在觀劇後發來訊息：「老友記們很開心，大家都衷心十分多謝慧慈的善舉，贊助愛心票。」我把訊息轉發給慧慈，她回覆說：「見到老人家、弱勢家庭、孤兒們看得開心，我已經很滿足。既可以幫助劇團，又可以幫到演然，三方都贏，何樂而不為？」

本來文中提及的人和機構都是無關係的，戲上演後也就完了。就是因為慧慈的善舉，以一人之力把劇團、編劇、善長、受惠者連結起來，彰顯了演然筆下的慈悲，成就了《超》劇的真善美，慧慈真是功德無量！