

星期天夜光杯

本报副刊部主编    2015 年 3 月 8 日    星期日    第 463 期 |

新民晚报

| 责编:赵 美    视觉:戚黎明    编辑邮箱:zhaom@xmwb.com.cn

B1



1

吃得开怀,吃得开心

我有一架子蔡先生的著作，每每无事闲读。前两年夏天的上海书展，我也算有缘亲见一回蔡先生。那日算是上海人说的“小贼出外快”，碰巧有机会和蔡澜、小宝、沈宏非等前辈一起到上海一家很有名的本帮菜馆吃饭。印象最深的一幕是临到差不多上点心的时候，饭馆老板殷勤询问是不是要来碗上海拌面，整顿饭都是嘻嘻哈哈轻声言笑的蔡澜闻言忽然对着老板大声强调，“面一定要放猪油啊，不放猪油，怎么吃啊！”结果这碗猪油满满亮光四溢的拌面最受追捧，就连同桌的上海知名美女主持都一改平日吃饭的如临大敌，破例盛了满满一碗，每个人的脸上都是满满的饱足感。

事实上，稍读过蔡澜书的读者或许都知道此公对猪油情有独钟，力赞猪油是最好吃的东西，香得很。谈起以前的虾面往往外加一碟猪油渣，他说得口水几乎流出来了。现代人避之唯恐不及的胆固醇，在他看来实在荒唐可笑得很，“一碗猪油跟两个鸡蛋的胆固醇是一样的”，怕什么！不知是不是为了满足自己的猪油嗜好，蔡澜还在香港开了一间店，取名就是“猪油捞饭”，在崇尚所谓健康实则饭菜做得越来越没味道的当下，专门让猪油同好有地方好好享受一番，真是功德无量。

他曾笑说，“有一个老人家，每天要吃一大块肥肉，活到 80 多 90 岁，完全没问题。最重要的是，吃得开怀，吃得开心就行了！”

是啊，最重要的是“吃得开怀，吃得开心”，这句颇有 TVB 风格的话，其实充分显露出蔡澜对于吃这件事的认知——吃是一件开心的事，也是一种帮助人获得开心的手段。

2

从电影制片到美食评家

然而，蔡澜并非一位单一的美食家，加诸其身的各种头衔真可说是“家繁不及备载”：电影制片人、专栏作家、电视节目主持人、商人、书法家、香港四大才子、世界华人健康饮食协会荣誉主席……金庸这么写他：“蔡澜见识广博，琴棋书画、酒色财气、文学电影，什么都懂。于电影、诗词、书法、金石、饮食之道，更可说是第一流的通达。”倪匡也赞他，“虽魏晋风流，犹有不及。”

但是，“蔡澜蔡澜，听起来不就像是菜篮么？”他如此解释自己的名字。看来，吃，这件事在他心头还是颇重要的，不算第一，也绝对位居前三。

蔡澜 1941 年生于新加坡，1963 年定居中国香港。出身书香世家，父亲蔡文玄，号石门，诗人，笔名柳北岸，寓意昔年从内地去南洋谋生，常望乡，梦见北岸的柳树，思乡心切。蔡澜那回跟我说道，小时候，父亲就喜欢买一大包书回来，放在地上，随他们兄弟姐妹挑自己喜欢的书看，观察小孩对哪样书有兴趣，这倒颇有点旧时中国测试孩童志向兴趣的抓周之俗了。而他最中意的是《一千零一夜》、《希腊神话》之类的幻想作品，蔡澜自嘲性子急，写不出长篇大论的东西，所以最嗜读明人小品文，日后自己写文章也一股明人风范。

蔡澜

◆ 顾文豪

『面，一定要放猪油啊』

本版图片:东方 IC

蔡澜年少的志愿和爱好其实并非文学，而是电影。彼时其父兼任电影院经理，于是他差不多每天都在戏院看戏。十几岁时，他很想去法国学画画，但妈妈不答应，因为他太喜欢喝酒了，怕他在法国沦为酒鬼。于是就去日本学电影，当时的日本恰是电影的黄金时代。妈妈说，可以，至少日本还有白饭吃。但大概她不知道，日本还有清酒，蔡澜最终还是变成了“酒鬼”。因为太喜欢电影，宁可不做导演，选择制片，这样能同时拍五六部戏，用蔡澜的话说，制片的工作就是“校长兼敲钟”：制片是由一个主意的孕育，将它构思成简单的故事，请编剧写成大纲，再发展至完整的剧本。同时，制片接洽适合此戏的导演、演员和其他工作人员，计算出详细的预算。拍摄期间，任何难题都要制片解决，举凡各种大小琐事，无一不亲历亲为。日后蔡澜的美食和旅行生意做得很好，想来跟早年的制片经历也颇有关。

不过，蔡澜最终还是告别了电影圈。我记得他给到我的回答叫人印象深刻，他说电影终究不如文章可以成为自己的作品，很难完整清晰地表达出自己的想法。

于是电影不拍了，更全神贯注写文章。然则才子何时变身美食家呢？原来二十多年前，蔡澜父母来香港看他。孝子的他当然要在酒

年总算过完了。对很多中国人来说，似乎过年就是不停地吃吃吃。可吃饭里不乏大学问。我每念及吃饭这件事，就会想起香港著名作家蔡澜先生的吃食文字，有时竟还不自觉口涎津津。不是说蔡先生写的各地美食让我有多向往，而是说我总能在蔡先生的文字里寻获难得的饱足感与愉悦之情。



3

享受过程,人生“正业”

至于饮食之道，蔡澜认为这与人生阅历有关，不同年龄阶段对食物自有不同要求。蔡澜曾将自己的饮食历程分为六个主要阶段：

第一是童年时在家里，吃妈妈、奶奶煮的菜，这个阶段没得选择，家人煮什么吃什么；第二阶段是出国留学时，穷得要命，惟有拾些便宜的食材，像猪脚、鱼头等，重温记忆中的菜式，学习家人煮菜的方法，好比临摹学画；

第三阶段则是大学毕业后，一边工作，一边旅行，遂得以尝试不同地方的食材，学习各式各样的烹调方法；第四阶段乃居停香港的时期，平日各类餐厅都去看看尝尝；第五阶段是去日本，任烹饪节目主持，再往欧洲去拍电视，大开眼界，大开胃口；而现在则是第六阶段，体会食物的原味，对于各类新鲜美食的好奇心虽不减，但不会刻意猎奇，反而更花心思关注简单、传统的饮食。

这六大阶段好比人生的一场修行，饮食于蔡澜而言，其实也即另一种修行之道，如他所言，“从学习及试验煮食之中，培养信心，失败后再来过，只要有求知欲，什么也肯试，就逐渐建立自信”。饮食从来非小道。

譬如蔡澜认为作为美食家，必须首先有好奇心，阅历亦颇重要。美食家从某种意义上说，并非指一个人很懂美食很懂吃，而是说他在美食中精擅比较，换句话说，懂得比较的人才算懂得吃。好奇心加上阅历，才令美食家能够有比较整全的对于美食和背后文化的理解，这样对于食物的印象才不会只流于印象或者口感。只知道好吃不好吃的人，至多是个馋嘴的人。

整日嘻嘻哈哈的蔡澜曾正经地说，我们的生命跟整个宇宙相比，不过是须臾一瞬。因此在他很年轻的时候，就希望自己快乐一点，日后无论做事为人都一直往快乐这个方面去追求。我曾问他，觉得自己的人生正业是什么？他大笑说，人生正业应该是享受每一个过程，包括吃吃喝喝。

但我想蔡澜的意思从来不仅止步于简单的口腹之欲。记得以前禅宗里有一故事，说是有人欲拜禅师学禅，禅师答说自己无甚本事，不过是能吃能睡而已。初闻此言，该人极是不屑鄙吝，想这禅师真是粗陋不堪，原来全无修为。待一念转来，才悟得人倘若果真一生都能做到能吃能睡，该吃就吃，该睡就睡，怕是早就跳出俗界了呀。我不是说蔡澜已然修禅如此，我只是说如果一个人能懂得将快乐洒脱作为自己的人生追求，并且在这一过程中，始终保持对世界的好奇之心，对知识的虔敬之心，对美食的欣快之心，对人性的包容之心，那现实社会里的所谓职业分工真的只是一时一地的角色扮演，而此时你演什么，都能镇定自若，快乐淡定。

但快乐的来源也并非仅仅就是想得开。我记得自己曾经读到这样一则故事，说的是蔡澜有一回带了摄影队去访问法国的保罗·巴古斯，第一位被册封为米其林三星主厨的名厨。这位名厨成名甚早，但此时已年将八十，无法下厨。但蔡澜不甘心，提出难题：要保罗煮一个完美的鸡蛋。难却老友盛情的保罗还是走进厨房，拿出一个瓷碟，在碟上抹了些橄榄油，用铁夹夹住碟边，放在火炉上，把一个生鸡蛋打了进去，慢慢煮熟它，最后撒上点盐。

可蔡澜并未善罢甘休，他接着问保罗，“天下最好吃的味道是什么？”

保罗答说：“一个懂得食物真味的人，是从自由的思想 and 个人的尊重出发的。”

是的，从自由的思想 and 个人的尊重出发，真正富有人情味的饮食都蕴含着这个朴素至极的道理。好比我们过年吃的家里的年菜，吃的其实就是家人之间彼此的爱惜与尊重。这也就是我特为钦佩蔡澜先生之处。较之每一道菜的口味、形式、食材和烹饪手法，毋宁说他更关心的始终是饮食所给予人的幸福感和对个人的高度尊重。而对于好的饮食的追寻，教会人更多的是如何从饮食中窥见自己，窥见我们的口味、欲望、愉悦和弱点。

