

第58届金马奖 风物 深度

流亡导演应亮：异乡人如何的自由，孩子知道答案？

应正念自在可爱挥著“正念世界”的国旗，没有国籍疆界，不须护照签证，想去哪便劫机前往，潇洒降落……



《正念世界》剧照。图：作者提供

特约撰稿人 刘梓洁 发自台中 | 2021-11-23

“世界太新，很多事物还没有名字，必须用手去指。”马奎斯在《百年孤寂》里如是说。这世界一窝蜂兴起的新鲜浪潮总推陈出新，有时还来不及翻译就已流行。约莫十年前，我曾在台北的瑜伽会馆练习过一阵子 Mindful Yoga，那时 Mindful 还没有中文名字。我记得老师一边以口令带领动作一边解释：Mindful 的具体练习方法很简单，就是你先知道、感觉到、意识到自己在做什么，然后才去做，例如现在先感觉到你在把手举起来，才把手举起来；先意识到你在吸气，然后才吸气。意识与行动之间也许一开始会有些微的时间差，但熟练之后，两者便可几乎是同步的，念念相续，绵绵不绝，每一个细微动作都是全然专注、充满觉知的，意识就在行动里，两者合一，一即一切。

后来，Mindful 的名词型 Mindfulness 被翻译成“正念”。仿佛验明正身，获得一个新名字，仿佛得到一个吉祥八字般，“正念”（Mindfulness）开始窜红，一回神这两字已然占据畅销、实用书籍的封面。从正念瑜伽、正念冥想、正念呼吸到正念饮食，从正念养身到正念抗癌，从正念教养到正念领导力，“正念”仿佛万灵丹。

流亡后定居香港的独立导演应亮在“正念”成为显学的2021年，拍出了纪录短片《正念世界》（The World of Mindfulness）。单看片名，会以为是对上述身心灵社群或产业的纪录，或是必须搭配人体脉轮图一同观看的灵修指南——但仍会一边怀疑，这实在不太“应亮”吧。

其实，这部在疫情期间、拍摄于香港的纪录短片，与大众认知的正念并没有关系。应亮的前作、剧情长片《自由行》，讲述的是因为“不自由”而被迫分离的母女相聚的故事。流亡香港的中国女导演杨枢，为了让母亲见到外孙，安排母亲到台湾旅游，但母亲的身份无法“自由行”，只能团进团出，杨枢与丈夫小孩只能随团移动，只为团聚片刻。

而这从窗台延伸到床铺的小世界，称作“正念世界”，“正念世界”不仅有路牌，还有黏贴在小旗杆上的国旗。





《正念世界》导演应亮。摄：林振东/端传媒

正念玄机：不批判、不介入

《自由行》里，没有自由行。那么，《正念世界》里的“正念”又暗藏什么玄机呢？

这部片长仅有十九分钟的纪录片，像孩子的掀牌魔术，处处充满“揭牌”乐趣。第一个镜头即点出“微观”视角，白色斑点画后面衬著大片的绿，拉开后才看见是一只捕虫网，架在绿意围绕的田园里。接著是一个目测六七岁大的孩子，对著电脑上视讯魔术课，说粤语的老师活泼引导，萤幕上的孩子对著视讯软体自在念著魔术咒语：嘛呢嘛呢喻，拿起纸杯道具亲手实作。

下了课的孩子，继续发明魔术游戏，拿床单罩住猫咪、自己、或只是一颗苹果。但很快，他开始了全新计划。先是爬上窗台，挂起印著插画的床单，使之如同一面挂画，另一半的床单则垂在床上，孩子继续从屋外置物抽屉找来各种道具与物件：玩具车、自由女神、巴黎铁塔，将它们放上床单各角落。

此时，尚没有名字。接著，孩子取剪刀剪下客厅角落堆放的博客来网路书店空纸箱，剪成手掌大的四方形，自己在上面写下：“正念”二字，搁在窗边，犹如精神指标。接著，他剪了更多的瓦楞纸卡，请母亲以秀丽端正的毛笔字写下：美国、忍者屋、飞机场、火车路轨、博物馆、Zamboanga（三宝颜）农场、野餐地区……再一把纸卡放进床单的相对应位置：“美国”旁边有自由女神，“飞机场”则是床单之外的大片床垫……而这从窗台延伸到床铺的小世界，称作“正念世界”，“正念世界”不仅有路牌，还有黏贴在小旗杆上的国旗。

以上轻松随兴的动作，应亮亦以自然手持跟拍纪录，他拍孩子攀爬窗台铁杆的脚丫、写字的手、思考的脸庞。尽管纯真无邪，孩子的每一个动作，都是已知道自己要做什么、接著才做，可说一切动作都在正念中。而镜头也成为另一重觉知，纪录者凝视时的专注与投入，与被摄者同步，不批判、不介入、只是静静地合而为一——莫非这是一部“正念教养”纪录片——但这也不太“应亮”啊。

被问是“哪里人”时，她回答：异乡人。而应正念自在可爱挥著“正念世界”的国旗，没有国籍疆界，不须护照签证，想去哪便劫机前往，潇洒降落。



《正念世界》剧照。图：作者提供

正念世界：没有国籍与疆界

玩天主的孩子继续及物利用，极男组相，以及中相相出。未相大的组心机，在仇美烟上印有物均列个八十图案的学童姓名贴纸，上面印著的名字是——“应正念”，这时才真相大白。这位孩子是应亮的长子，名叫“应正念”。这部短片既展现了家庭录影带的亲暱与关爱，更颠覆了外界想像的“流亡家族”，拍出了野居香港一隅、应亮一家简朴寡淡的生活。

在流亡乱世、瘟疫笼罩的世界下，导演之子应正念或许因为天真童稚，或因为父母无为自然的教育，即使封锁在家，仍恬淡而自得其乐，构筑自己的静好世界。被揭开名字的应正念，继续在书架上寻找下一个“名字”，他取下的是一本黄色封面的书：伊朗导演阿巴斯的著作《樱桃的滋味》，书腰上有阿巴斯的照片，然而应正念如获至宝喊出的名字，却是：DC Cooper！

DC Cooper是美国传奇劫机犯，与阿巴斯的共同特征是光头与墨镜。这时我们发现此时仍在延续开场的魔术课，这是应正念小朋友的想像与魔法，一条床单是一个世界，一位大导演也可演出劫机者。只是，就算劫机仍要记得戴口罩——应正念帮他画上了。于是，戴著口罩的阿巴斯，变成带著二十万美金、揹著跳伞跃进五里雾中、从此下落不明的神秘劫机犯DC Cooper，他被应正念黏贴在飞机上，挟持飞机，降落忍者屋、野餐地……

在仅有博客来纸箱等物流包裹可飞越国境的疫情年代，应正念仍在世界中自由翱翔，有趣的是，中国、台湾或其他华人homeland，都不在这个孩子的世界里，而位于菲律宾的Zamboanga（三宝颜）不仅成为正念世界的地标，也印在应正念身上穿的白色旅游纪念T恤上，是他们一家曾去旅游？或是菲律宾帮佣（也出现在镜头里）的故乡？从片中无从得知。

《自由行》里，杨枢被问是“哪里人”时，她回答：异乡人。而应正念自在可爱挥著“正念世界”的国旗，没有国籍疆界，不须护照签证，想去哪便劫机前往，潇洒降落。

应亮曾在访谈中说到：“做一个自由的人吧，在一个特别荒诞的生命流动中，我们能找到某些意义吧。你的心是不是在流动和自由的，我觉得这件事情是重要的，就算在中国你一样可以流亡，在国家以外当然是客观地流亡，但是有些人的心已经不动了，已经死了，他已经被某一种价值捆绑了，那他还不如在中国内流亡的那个人自由呢。”他亦曾说：“只要有反抗，就有自由。”

没有控诉、没有别离的《正念世界》，不仅止是一则纪录童心童趣的温馨小品，应亮透过孩子的眼睛与行动，探究心的自由与流动。

“就算在中国你一样可以流亡，在国家以外当然是客观地流亡，但是有些人的心已经不动了，已经死了，他已经被某一种价值捆绑了，那他还不如在中国内流亡的那个人自由呢。”



《正念世界》剧照。图：作者提供

献给我好燃钟意嘅香港

因此，纪录片一开始不以字卡说明时空，不了解应亮一家背景的观众，也许只能从开头的视讯魔术课和妈妈出门要戴口罩，看出这是在疫情期间。从魔术老师的粤语，猜测这是住在香港郊外的一家人。应正念同老师同学在网上讲粤语、跟爸妈讲普通话、与菲律宾帮佣阿姨讲英文，变起魔术时则是超越翻译而无须翻译的“世界语”：喻嘛咪嘛咪喻。

直至片尾，才出现了“文字”，是正念与爸爸一起创作的几首小诗，其中我最喜欢这则：

| | |
|---------------|-------------|
| | 全城的人 好好洗了个澡 |
| 爸爸 告诉你一个好消息 | 现在出去 可以不戴口罩 |
| 有人打翻了水壶 都是消毒水 | 随便握手和拥抱 |

应正念的童心里，有著对世界的爱，希望世界回归正常的想望。对应最后的题词：“献给我好撚钟意嘅香港”，让人不禁唏嘘，并真切盼望早日回到可以握手和拥抱的香港与世界。

最后必须借此一提，对于虔诚佛教徒与真诚求道者来说，身心灵产业将Mindfulness译作“正念”，其实并不完全适切，甚至有点过分挪用了。因为“正念”是佛陀教导的“八正道”的第七层次，在“正念”之后，便是身心寂灭、圆满解脱的“正定”。正念无法速成，若未从前面六阶段：正见、正思惟、正语、正业、正命、正精进，谦虚精实练习起，何来正念呢？

我不知道应亮为长子取名时，心中的“正念”缘自何处。但我必须说，在最后一个镜头，应正念在庭院挂起乐高忍者画布，穿上忍者连帽装，将阿巴斯照片折成可塞进指缝的大小，一边塞著照片，一边念著魔法咒语“唵嘛咪嘛咪唵”时，我一时误以为是六字真言“唵嘛呢叭美吽”。

搭配上日本鼓敲击的配乐，应正念化身成小小忍者，孩子于此时第一次直视镜头，而特写镜头也推进孩子的眼眸——他想把阿巴斯与自己变到哪里去呢？是另一个正念世界吗？

这或许是应亮最后一张隐而不揭的底牌。忆起正念，你就在正念里。在正念里，你便自由。