

患脂肪肝變腫幾乎無得撈

■右起馬德鐘、朱慧敏、敖嘉年及周家怡上台分享素食心得。

馬德鐘自揭 整容真相

■老婆出書，馬德鐘直言好感動。

幾位嘉賓在台上進行分享，張筱蘭指馬德鐘從前是「食肉獸」又有點「酗酒」，馬德鐘承認是受太太影響開始食得健康：「當變得健康就不想飲酒，以前又有脂肪肝，成個人腫了，幾乎無得撈，到食素半年後，一路就改變，這就是坊間話我整容的真相！」敖嘉年指在內地拍戲，看到膳食很油膩，加上身邊有朋友中風甚至喪掉生命，便茹素至今。周家怡因為看過一隻鴨仔會等主人放學的片段，但當日拍劇放飯是吃燒鵝飯，自此就改吃素。朱慧敏透露初入行與葉青霖去張家界拍旅遊特輯，攝製隊行山後個個變成「臭男人」很大體味，唯獨茹素的葉青霖身上散發一陣陣香味，她又指自己容易皮膚敏感，吃素後有很大改善。

的重
重要性，連兒子也開始跟他們吃素。對於被爆酗酒一事，馬德鐘笑着解釋：「太言重了，只是朋友飯局會碰杯，而且以前開餐廳，招呼客人經常要飲酒，其實自己都覺得辛苦，現醒悟也不遲！」馬太即道歉說：「老公對不起！酗酒兩個字我理解錯誤！」另談及著名編劇鄧特希盛傳公司欠債，馬德鐘表示大家近年已沒聯絡，也不清楚對方狀況，希望他沒事，可以順順利利。

胡定欣暫未打算雪卵

胡定欣自言並非素食者，但今次聽完分享也獲益良多。快將40歲的她坦言也有衝動全素食，但明白要一步步來，「我本身愛吃零食，所以每次逛超市都盡量避開零食區，至於飲酒會喜歡品嚐，但會提醒自己飲適量，通常一班朋友食飯開心才會飲少少。」一直忙工作的她，對於拍拖拍順其自然態度，問到會否趁身體狀況良好先去「雪卵」？「暫時未有打算，還是交回我自己處理啦！」

動全素食。



太極 放下傷痛8月開唱

太極樂隊昨舉行記者會宣布將於8月7至8日於紅館舉行《Rainbow After Rain》演唱會，早前成員之一的唐奕聰（Gary Tong）突然離世，5子無不傷痛，但昨日見他們已走出失去隊友的陰霾，對於能在8月開唱，他們直言覺得是Gary在背後的幫助，並形容這個期是「神期」。屆時更會安排曾與Gary合作的朋友上台，分享他鮮為人知的故事。

另鼓手Ricky盛傳與戴夢夢復合，剛好昨日二人同場，問到復合一事？Ricky說：「今次個騷係投資方代表之一，我哋已經變咗親人，互相關心。」記者要求二人合照時，他們即拉攏其他隊員一起合照。



■Ricky（左）稱與戴夢夢已變成親人。

馬德鐘太太張筱蘭昨推出新書《健康長壽：香港實證研究》，並邀得老公馬德鐘、朱慧敏、敖嘉年及周家怡上台分享健康素食心得，另好友胡定欣、陳山聰、陳庭欣及法師釋常霖（葉青霖）就出席支持。昨日剛好是張筱蘭母親過身100日，故她分享時都有點感觸。



□靚湯取笑阿蕭未有做爸爸的喜訊。

蕭正楠、湯洛雯（靚湯）、簡淑兒及蔣家旻等昨宣傳新劇《一笑渡凡間》，飾演濟公的阿蕭表示同劇演員喜事重重，有靚湯拍拖和魯振順結婚，但被靚湯取笑他未有做爸爸的喜訊，阿蕭反駁道：「我有分數，說不定劇集播完就有喜訊公布。」

昨日是「520」日子，阿蕭保持神秘透露已有準備，反譏老婆黃翠如像男仔頭，不會知道這些日子的意思，平時製造浪漫大都由他負責。靚湯就稱每天都跟男友馬國明視像通話，而她與阿蕭相反，通常由她去製造浪漫氣氛。提到翠如在《好聲好戲》節目中雖然落敗，但表現獲多位評判稱讚，阿蕭也覺得她做得好，靚湯亦讚翠如很投入，青筋暴現的配音很少見，阿蕭笑道：「所以我平時不敢激她，怕她變成這個樣子。」

蕭正楠 520玩神秘



不停穿梭香港內地工作 溫碧霞無懼隔離覺充實

由溫碧霞（Irene）代言的胡曦文旗下法國品牌唇膏，其中系列之一半收益撥捐「護瞳行動」，為1,000位失明人士免費接受白內障手術籌募善款，昨日兩人在發布會上進行支票移交儀式。

近年不時到內地工作的Irene，剛回港一星期，月底又要再出發返內地拍廣告及出席活動，「最近這次是要拍電影《731》，但日本演員因疫情未能如期到來，電影亦得延期，暫時未確定到開工時間，估計可能要6月尾7月了，所以月底到內地只會逗留個多月便返港，為自己電影工作室的第3套新戲《我們的18歲》開工，希望趕及7月完成，便再上去為《731》準備。」早前《我》片招募演員，飾演她少女時期的素人已有入選，但詳情稍後透露。對於不停穿梭香港、內地，她笑說：「今次已是第3次隔離，隔離日子裏會睇劇本，做運動，時間過得很充實。」

胡曦文獲男友到場支持，明顯消瘦了的她原來早前剛入院做完手術：「10幾年前已發現子宮附近位置長有腺肌瘤，以前唔敢切除，直到今次搵到個好好醫生，我全部都可以保留（指子宮），算是好好彩。」體會到生命好寶貴，所以日後獎勵自己的方法是更加多做善事。



■溫碧霞這襲低V露背彩色長裙充滿夏日氣息。