

近年來，國人夜生活越來越豐富，熬夜的理由越來越多：拉關係陪客人吃飯飲酒娛樂，似乎是最重要「理由」，有不少應酬從晚宴酒席一直延續至凌晨兩三點，熱鬧鬧過後，主賓雙方都醉醺醺疲憊不堪；戀上網路生活，成為「最時髦」的熬夜理由，不少網民熱衷熬夜，玩「偷菜」一、棋牌等網路遊戲，Oo、Sz聊天，靜心寫博客，看網路視頻，讀網路小說，逛網上商場忙網購……而眼下「最熱門」的熬夜「理由」，是世界杯足球賽。

最近公布的《廣州男性健康指數調查》顯示，受訪者中有一成半的人都熬夜，有四成八的人每周熬夜超過三天。不少人熬夜熬多了，因為忙得太疲勞或玩得太多興奮而徹夜難眠。上海一家睡眠疾病研究所針對臨床兩千多例失眠患者的調查結果顯示，女性失眠求診者明顯增多，佔到六成以上，而三十一至五十歲的中青年失眠者佔到近四成。據中國睡眠研究會公布的最新睡眠調查結果，中國成年人失眠發生率為百分之三十八點二，高於國外發達國家的失眠發生率。

國人近來熱衷熬夜看世界杯足球賽。四年一度的世界杯成為足球迷的節日，部分精彩的比賽安排在北京時間凌晨。世界杯期間國人球迷因熬夜看球，引發疾病的案例頻繁發生。

天津劉氏父子喜愛足球，觀看世界杯比賽時，通宵坐在電視機前，邊看球邊喝啤酒，有時要熬到一場球賽結束才去廁所，後來，劉氏父子都感覺小腹腫脹，到醫院檢查，發現已患前列腺水腫。天津有兩家醫院表示，近日男性急性前列腺炎疾病增多，不少是由於熬夜看球引起。有球迷久坐看球兼嚼勁勁，又經常把「尿急」拋在腦後，導致前列腺疾病。

濟南一名五十多歲的男子熬夜連續看了兩場世界杯球賽，早上去上班，就因心臟病復發被送往醫院，不治身亡。煙台某醫院急診科主任表示，世界杯開賽第一周，急診每天都能接到十多例因看球突發疾病的患者。據報，歷屆世界杯都有一些有高血压等病的患者因熬夜看球而引發中風、心絞痛、心肌梗塞等疾病。有心內科專家表示，熬夜看球賽，生活沒有規律，容易引發冠狀動脈痙攣，極易發生猝死，患有心臟血管疾病的病人，最好不要熬夜看球。

熬夜看球引發的交通意外也引人關注：大連一球迷連續看了兩天世界杯和NBA，四十八小時幾乎沒有睡覺，疲勞駕駛撞大樓，結果造成了左腿兩處骨折、左手臂粉碎性骨折的悲劇。鄭州一名司機熬夜看世界杯直到凌晨三點，為了保證貨物按時到達，只好強打精神駕駛，沒想到眯了一下眼，就發生了交通事故，他駕駛的貨車在高速路上翻車，致使三十噸小麥撒落路面，所幸人沒有受到重傷。

據交通部門統計，六成以上的交通事故與疲勞駕駛有關，而因疲勞駕駛造成交通事故的佔總數的兩成左右，佔特大交通事故的四成以上。熬夜疲勞駕駛的危害性由此可見一斑。交警部門提醒，球迷深夜去酒吧看球最好不要開車去，看完球後最好選擇「打的」回家。

文化 經濟

古代「空調房」

馬佳

繼電風扇之後，最值得現代人驕傲的降溫設備恐怕就是空調（冷氣機）了。在地球村日益發達、動輒三四十度高溫的夏季，坐在涼風習習的空調房裡辦公、學習或休息，實在是愜意舒服的。

那麼，在赤日炎炎的夏日，古人採取何種辦法度夏呢？我們的祖先是很聰明的，他們在發明了最初原始的扇子，還不斷研究出新的降溫設施。在漢代，能工巧匠已經研製出「葉輪機扇」的大型納涼器具，其取涼效果非常可觀。《西京雜記》卷一之中就有這樣的記載：「長安巧匠丁爰作七輪扇，大皆徑丈，相連續，一人連之，滿堂寒顛」。這段文字過於簡練，我們無法得知這種「葉輪機扇」的詳情，想像中它的發風原理應該是利用葉輪的旋轉形成風流，即在巨輪上安上七個葉片，一人搖動手柄，七個葉輪飛速旋轉，空氣被攪動起來產生涼風。當然這種大型設備一般人消費不起，皇家貴族才享用得了。到唐代，出現了一種供人們消暑的「涼屋」。這「涼屋」一般傍水而建，採用水循環的方式推動扇輪搖轉（猶如民間的水車），將水中涼氣緩緩送入屋中。或者利用機械將水送至屋頂，然後沿簷而下，製成「人工水簾」，使涼氣進入屋子。唐詩人張仲素有《雜曲歌辭·宮中樂》一詩說：「江果瑤池實，金盤露井冰。甘泉將避暑，台殿曉光凝……」說的就是這種利用「水循環」建成的「涼屋」。此「涼屋」堪稱既綠色又環保。但該詩名曰「宮中樂」，可見與老百姓是無緣的。宋代出現的「涼殿」比唐朝的「涼屋」更豪華。「涼殿」不但以風輪送冷水涼氣，還在蓄水池和大廳四周擺設各種花卉，使冷風帶香，芬芳滿室，其降溫效果之好猶如進入冬天！當然，這種「涼殿」只有皇朝國戚才能享受，一些地方權貴，也紛紛建立起私家「涼殿」，或在宅院裡造「雨亭」，簷上飛流四注，使朝署時節倍感涼爽。

科學不斷進步，明朝文人高濂在《遵生八箋》中對當時納涼有精彩的描述：「霍都別墅，一堂之中開七井，皆以鑲刻之，盤覆之，夏日坐其上，七井生涼，不知暑氣」。不難看出，明代人的消暑又進了一步，而且巧妙利用地理優勢，也不乏科學道理。想來，古代的「涼屋」、「涼殿」和「霍都別墅」比起如今密不透風的「空調房」來，降溫效果更好，空氣更清新，也更符合環保理念哩。

我們參觀世博，是跟着無錫當地旅行社的大巴走的。連車費加門票才兩百元（世博門票一般要一百八十元），倒是不貴，就是買了車票之後，還必須提前一周去預約座位，簽訂合同，一本正經，程序繁瑣。出發前的一周，我們又再三討論了要帶的東西：乾糧、水果、防曬霜、雨具、遮陽帽、白花油（防中暑）等，母親還特地跑去買了一張塑料摺疊的小板凳和一把新的遮陽傘。大巴預定早晨六時半從無錫火車站出發，晚上六時半離開世博園回程。面臨三餐無着、體力透支的一天，事先我給自己做了一番心理建設，決心要萬事隨緣，盡興即可，不必去跟風排長隊。

萬事俱備，周五一早五點起床，六點出門，六點四十發車。在車上，旅行社的導遊給大家講了一些有關注意事項，特別強調了幾點從什麼出口離開世博園，去停車場找車的事。一路順利，兩小時以後到達世博園，只是進入上海之後開始下雨。下了旅遊大巴，從停車場到進口，又等待安檢，倒整整花了四十五分鐘，因為等待入園的旅行團和散客實在太多。我看其中老人和學生不少，有人排隊時被擠散了，又不免大聲吆喝，呼朋喚友，熱鬧得像集市。終於進園了。我們進的是七號門，屬於後灘入口處，正對歐洲廣場的C區。根據已經參觀世博兩次、這次陪我們一起來的父親的朋友說，當時裡面的人還不算太多。不過，德國館門前已經排起了長隊，工作人員說大約要四小時才能進去。我們決定去找個人的地方，一看法國館的人流好像還能承受。排隊的時候，看到邊上張貼的一張臨時告示，說「印章正在

國人熬夜看世界杯

蕭愚



最近公布的《廣州男性健康指數調查》顯示，受訪者中有一成半的人都熬夜，有四成八的人每周熬夜超過三天。不少人熬夜熬多了，因為忙得太疲勞或玩得太多興奮而徹夜難眠。上海一家睡眠疾病研究所針對臨床兩千多例失眠患者的調查結果顯示，女性失眠求診者明顯增多，佔到六成以上，而三十一至五十歲的中青年失眠者佔到近四成。據中國睡眠研究會公布的最新睡眠調查結果，中國成年人失眠發生率為百分之三十八點二，高於國外發達國家的失眠發生率。

國人近來熱衷熬夜看世界杯足球賽。四年一度的世界杯成為足球迷的節日，部分精彩的比賽安排在北京時間凌晨。世界杯期間國人球迷因熬夜看球，引發疾病的案例頻繁發生。

天津劉氏父子喜愛足球，觀看世界杯比賽時，通宵坐在電視機前，邊看球邊喝啤酒，有時要熬到一場球賽結束才去廁所，後來，劉氏父子都感覺小腹腫脹，到醫院檢查，發現已患前列腺水腫。天津有兩家醫院表示，近日男性急性前列腺炎疾病增多，不少是由於熬夜看球引起。有球迷久坐看球兼嚼勁勁，又經常把「尿急」拋在腦後，導致前列腺疾病。

濟南一名五十多歲的男子熬夜連續看了兩場世界杯球賽，早上去上班，就因心臟病復發被送往醫院，不治身亡。煙台某醫院急診科主任表示，世界杯開賽第一周，急診每天都能接到十多例因看球突發疾病的患者。據報，歷屆世界杯都有一些有高血压等病的患者因熬夜看球而引發中風、心絞痛、心肌梗塞等疾病。有心內科專家表示，熬夜看球賽，生活沒有規律，容易引發冠狀動脈痙攣，極易發生猝死，患有心臟血管疾病的病人，最好不要熬夜看球。

熬夜看球引發的交通意外也引人關注：大連一球迷連續看了兩天世界杯和NBA，四十八小時幾乎沒有睡覺，疲勞駕駛撞大樓，結果造成了左腿兩處骨折、左手臂粉碎性骨折的悲劇。鄭州一名司機熬夜看世界杯直到凌晨三點，為了保證貨物按時到達，只好強打精神駕駛，沒想到眯了一下眼，就發生了交通事故，他駕駛的貨車在高速路上翻車，致使三十噸小麥撒落路面，所幸人沒有受到重傷。

據交通部門統計，六成以上的交通事故與疲勞駕駛有關，而因疲勞駕駛造成交通事故的佔總數的兩成左右，佔特大交通事故的四成以上。熬夜疲勞駕駛的危害性由此可見一斑。交警部門提醒，球迷深夜去酒吧看球最好不要開車去，看完球後最好選擇「打的」回家。

近年來，國人夜生活越來越豐富，熬夜的理由越來越多：拉關係陪客人吃飯飲酒娛樂，似乎是最重要「理由」，有不少應酬從晚宴酒席一直延續至凌晨兩三點，熱鬧鬧過後，主賓雙方都醉醺醺疲憊不堪；戀上網路生活，成為「最時髦」的熬夜理由，不少網民熱衷熬夜，玩「偷菜」一、棋牌等網路遊戲，Oo、Sz聊天，靜心寫博客，看網路視頻，讀網路小說，逛網上商場忙網購……而眼下「最熱門」的熬夜「理由」，是世界杯足球賽。

最近公布的《廣州男性健康指數調查》顯示，受訪者中有一成半的人都熬夜，有四成八的人每周熬夜超過三天。不少人熬夜熬多了，因為忙得太疲勞或玩得太多興奮而徹夜難眠。上海一家睡眠疾病研究所針對臨床兩千多例失眠患者的調查結果顯示，女性失眠求診者明顯增多，佔到六成以上，而三十一至五十歲的中青年失眠者佔到近四成。據中國睡眠研究會公布的最新睡眠調查結果，中國成年人失眠發生率為百分之三十八點二，高於國外發達國家的失眠發生率。

國人近來熱衷熬夜看世界杯足球賽。四年一度的世界杯成為足球迷的節日，部分精彩的比賽安排在北京時間凌晨。世界杯期間國人球迷因熬夜看球，引發疾病的案例頻繁發生。

天津劉氏父子喜愛足球，觀看世界杯比賽時，通宵坐在電視機前，邊看球邊喝啤酒，有時要熬到一場球賽結束才去廁所，後來，劉氏父子都感覺小腹腫脹，到醫院檢查，發現已患前列腺水腫。天津有兩家醫院表示，近日男性急性前列腺炎疾病增多，不少是由於熬夜看球引起。有球迷久坐看球兼嚼勁勁，又經常把「尿急」拋在腦後，導致前列腺疾病。

濟南一名五十多歲的男子熬夜連續看了兩場世界杯球賽，早上去上班，就因心臟病復發被送往醫院，不治身亡。煙台某醫院急診科主任表示，世界杯開賽第一周，急診每天都能接到十多例因看球突發疾病的患者。據報，歷屆世界杯都有一些有高血压等病的患者因熬夜看球而引發中風、心絞痛、心肌梗塞等疾病。有心內科專家表示，熬夜看球賽，生活沒有規律，容易引發冠狀動脈痙攣，極易發生猝死，患有心臟血管疾病的病人，最好不要熬夜看球。

熬夜看球引發的交通意外也引人關注：大連一球迷連續看了兩天世界杯和NBA，四十八小時幾乎沒有睡覺，疲勞駕駛撞大樓，結果造成了左腿兩處骨折、左手臂粉碎性骨折的悲劇。鄭州一名司機熬夜看世界杯直到凌晨三點，為了保證貨物按時到達，只好強打精神駕駛，沒想到眯了一下眼，就發生了交通事故，他駕駛的貨車在高速路上翻車，致使三十噸小麥撒落路面，所幸人沒有受到重傷。

據交通部門統計，六成以上的交通事故與疲勞駕駛有關，而因疲勞駕駛造成交通事故的佔總數的兩成左右，佔特大交通事故的四成以上。熬夜疲勞駕駛的危害性由此可見一斑。交警部門提醒，球迷深夜去酒吧看球最好不要開車去，看完球後最好選擇「打的」回家。

文化 經濟

並非醫生不幫忙

言止善

一個人走進醫院，向醫生講述他經常頭痛，什麼勞必得、散利痛之類已經不能解決問題。醫生告訴他，你得先去做彩色多普勒檢查。於是，在一台像電視機的機子上，會出現花花綠綠綠的圖案，醫生看得懂，立刻分析出腦血管的毛病。接着，醫生講，還得做CT檢查。這機器果然厲害，患者的頭顱霎時間被剖成十二個斷面，在醫生的指導下，他可以看到自己腦殼裡的東西，原來是兩個毛茸茸的球體，像蒲公英。這種當下經常發生的事，老一輩人總覺得難理解。在他們的記憶裡，走進醫院，醫生會詳細詢問你的症狀，你可以向醫生傾訴，彼此交談，如此這般，頭痛就可以減輕一半。今日，醫生每天必須接診許多病人，忙得團團轉，又多了出來幫忙的「第三者」——那形形色色的機器會或多或少地使得醫生和病人疏離。

機器的增加也伴隨著醫療費用的上漲，但大勢是誰也無法阻擋的，因為科學成果畢竟讓診斷變得簡單、快速和準確。如果你從一個懵懵懂懂的痛苦者轉變成了一個有名目的病人，這到底是幸運，還是不幸？用三言兩語真還難得把它講清。醫學上有統計，現在人類所患疾病有五千多種，醫生完全有把握治愈的連五十種都不到。今年，有關專家在北京召開了一個「二〇一〇罕見病學術研討會」。其實那些所謂罕見病，你也可能碰到過，譬如那打個噴嚏就可能得折的「姦姦娃」（成骨不全症），頭髮眉毛雪白的「月亮孩子」（白化病），因缺乏某種蛋白從而肌細胞會萎縮的「漸凍人」（神經肌肉病）。這些病人在我國逾千萬，遠比腫瘤病人多。目前，醫生坦言他們缺乏根治的辦法，病人如果能不被誤診（例如，成骨不全症就常被誤診為「缺鈣」），患者能接受一些減少痛苦的治療已屬不幸中的大幸。

一些信奉「西醫治標，中醫治本」的人喜歡求助中醫，這些朋友應當多聽聽老中醫的話。不久前，九十七歲的國醫大師裴沛然溘然去世，他的助手公布了一段他生前的談話：「我這一生，看好了不少癌症，也看砸了不少癌症。過了九十歲才豁然頓悟——要和癌症『和諧共處』。唉，可惜覺悟晚了。」這段話值得我們反覆地學而思，思而學。因為它不僅對認識癌症和中醫有益，而且還讓我們進一步想到醫學，想到科學以至於人類文明。

近年來，在媒體的推動下，一些無師自通的「專家」頻頻上電視台，出暢銷書，宣傳以「食療」為主的「中醫養生」，綠豆被說成是一種功效神奇的食品，致使內地綠豆的價格比去年同期漲了一兩倍。對此，北京中醫藥大學的高思華校長說：「中醫養生的基本理念是『順其自然，弛張有度，因人、因地、因時制宜。』」因為沒有哪種食物或者藥物是適合任何人，是包治百病的。」「健康養生是科學，不是娛樂，不能『戲說』，如果不負責任，就會誤導受眾，甚至傷害生命。」另一位老中醫王琦教授也指出：「在重視中醫養生的同時，公眾還必須樹立個別化的養生觀。」「針對各自不同的特點有的放矢，才真正體現了中醫因人制宜的養生觀。美國健康專家阿特金斯醫生曾說，每個人都有不同的基因傾向，不同的歷史，不同的需要和要克服不同的健康問題，不同的口味和不同的代謝反應，沒有一個固定模式可以適合所有人的飲食。」

文化 經濟

我的世博遊：國人洋人

馮進

我們參觀世博，是跟着無錫當地旅行社的大巴走的。連車費加門票才兩百元（世博門票一般要一百八十元），倒是不貴，就是買了車票之後，還必須提前一周去預約座位，簽訂合同，一本正經，程序繁瑣。出發前的一周，我們又再三討論了要帶的東西：乾糧、水果、防曬霜、雨具、遮陽帽、白花油（防中暑）等，母親還特地跑去買了一張塑料摺疊的小板凳和一把新的遮陽傘。大巴預定早晨六時半從無錫火車站出發，晚上六時半離開世博園回程。面臨三餐無着、體力透支的一天，事先我給自己做了一番心理建設，決心要萬事隨緣，盡興即可，不必去跟風排長隊。

萬事俱備，周五一早五點起床，六點出門，六點四十發車。在車上，旅行社的導遊給大家講了一些有關注意事項，特別強調了幾點從什麼出口離開世博園，去停車場找車的事。一路順利，兩小時以後到達世博園，只是進入上海之後開始下雨。下了旅遊大巴，從停車場到進口，又等待安檢，倒整整花了四十五分鐘，因為等待入園的旅行團和散客實在太多。我看其中老人和學生不少，有人排隊時被擠散了，又不免大聲吆喝，呼朋喚友，熱鬧得像集市。終於進園了。我們進的是七號門，屬於後灘入口處，正對歐洲廣場的C區。根據已經參觀世博兩次、這次陪我們一起來的父親的朋友說，當時裡面的人還不算太多。不過，德國館門前已經排起了長隊，工作人員說大約要四小時才能進去。我們決定去找個人的地方，一看法國館的人流好像還能承受。排隊的時候，看到邊上張貼的一張臨時告示，說「印章正在

我們參觀世博，是跟着無錫當地旅行社的大巴走的。連車費加門票才兩百元（世博門票一般要一百八十元），倒是不貴，就是買了車票之後，還必須提前一周去預約座位，簽訂合同，一本正經，程序繁瑣。出發前的一周，我們又再三討論了要帶的東西：乾糧、水果、防曬霜、雨具、遮陽帽、白花油（防中暑）等，母親還特地跑去買了一張塑料摺疊的小板凳和一把新的遮陽傘。大巴預定早晨六時半從無錫火車站出發，晚上六時半離開世博園回程。面臨三餐無着、體力透支的一天，事先我給自己做了一番心理建設，決心要萬事隨緣，盡興即可，不必去跟風排長隊。

萬事俱備，周五一早五點起床，六點出門，六點四十發車。在車上，旅行社的導遊給大家講了一些有關注意事項，特別強調了幾點從什麼出口離開世博園，去停車場找車的事。一路順利，兩小時以後到達世博園，只是進入上海之後開始下雨。下了旅遊大巴，從停車場到進口，又等待安檢，倒整整花了四十五分鐘，因為等待入園的旅行團和散客實在太多。我看其中老人和學生不少，有人排隊時被擠散了，又不免大聲吆喝，呼朋喚友，熱鬧得像集市。終於進園了。我們進的是七號門，屬於後灘入口處，正對歐洲廣場的C區。根據已經參觀世博兩次、這次陪我們一起來的父親的朋友說，當時裡面的人還不算太多。不過，德國館門前已經排起了長隊，工作人員說大約要四小時才能進去。我們決定去找個人的地方，一看法國館的人流好像還能承受。排隊的時候，看到邊上張貼的一張臨時告示，說「印章正在

我們參觀世博，是跟着無錫當地旅行社的大巴走的。連車費加門票才兩百元（世博門票一般要一百八十元），倒是不貴，就是買了車票之後，還必須提前一周去預約座位，簽訂合同，一本正經，程序繁瑣。出發前的一周，我們又再三討論了要帶的東西：乾糧、水果、防曬霜、雨具、遮陽帽、白花油（防中暑）等，母親還特地跑去買了一張塑料摺疊的小板凳和一把新的遮陽傘。大巴預定早晨六時半從無錫火車站出發，晚上六時半離開世博園回程。面臨三餐無着、體力透支的一天，事先我給自己做了一番心理建設，決心要萬事隨緣，盡興即可，不必去跟風排長隊。

萬事俱備，周五一早五點起床，六點出門，六點四十發車。在車上，旅行社的導遊給大家講了一些有關注意事項，特別強調了幾點從什麼出口離開世博園，去停車場找車的事。一路順利，兩小時以後到達世博園，只是進入上海之後開始下雨。下了旅遊大巴，從停車場到進口，又等待安檢，倒整整花了四十五分鐘，因為等待入園的旅行團和散客實在太多。我看其中老人和學生不少，有人排隊時被擠散了，又不免大聲吆喝，呼朋喚友，熱鬧得像集市。終於進園了。我們進的是七號門，屬於後灘入口處，正對歐洲廣場的C區。根據已經參觀世博兩次、這次陪我們一起來的父親的朋友說，當時裡面的人還不算太多。不過，德國館門前已經排起了長隊，工作人員說大約要四小時才能進去。我們決定去找個人的地方，一看法國館的人流好像還能承受。排隊的時候，看到邊上張貼的一張臨時告示，說「印章正在

我們參觀世博，是跟着無錫當地旅行社的大巴走的。連車費加門票才兩百元（世博門票一般要一百八十元），倒是不貴，就是買了車票之後，還必須提前一周去預約座位，簽訂合同，一本正經，程序繁瑣。出發前的一周，我們又再三討論了要帶的東西：乾糧、水果、防曬霜、雨具、遮陽帽、白花油（防中暑）等，母親還特地跑去買了一張塑料摺疊的小板凳和一把新的遮陽傘。大巴預定早晨六時半從無錫火車站出發，晚上六時半離開世博園回程。面臨三餐無着、體力透支的一天，事先我給自己做了一番心理建設，決心要萬事隨緣，盡興即可，不必去跟風排長隊。

萬事俱備，周五一早五點起床，六點出門，六點四十發車。在車上，旅行社的導遊給大家講了一些有關注意事項，特別強調了幾點從什麼出口離開世博園，去停車場找車的事。一路順利，兩小時以後到達世博園，只是進入上海之後開始下雨。下了旅遊大巴，從停車場到進口，又等待安檢，倒整整花了四十五分鐘，因為等待入園的旅行團和散客實在太多。我看其中老人和學生不少，有人排隊時被擠散了，又不免大聲吆喝，呼朋喚友，熱鬧得像集市。終於進園了。我們進的是七號門，屬於後灘入口處，正對歐洲廣場的C區。根據已經參觀世博兩次、這次陪我們一起來的父親的朋友說，當時裡面的人還不算太多。不過，德國館門前已經排起了長隊，工作人員說大約要四小時才能進去。我們決定去找個人的地方，一看法國館的人流好像還能承受。排隊的時候，看到邊上張貼的一張臨時告示，說「印章正在

文化 經濟

別樹一幟「娘惹菜」

好一朵茉莉花（攝影）夏奇

南洋一帶的華人已婚婦女一般被稱為「娘惹」（Nyonya），也即「夫人」的意思，從而產生了別具一格的「娘惹菜」文化。大凡華人婦女烹飪出來的既有中國特色、又有熱帶風味的菜餚，都被冠以閩南語音譯的名稱，叫娘惹菜。新馬一帶如是，印尼亦然。

記得小時在印尼，母親帶我們到雅加達（那時叫巴達維亞）度假，有一次到一家位於莫命弗里大街的餐館晚餐，老闆是一位典型的峇峇（即僑生），一句中國話都不會講，這類由僑生創辦的餐廳應該是名副其實的叫娘惹餐廳。當時，母親除要了一碟「加多加多」（一種印尼沙律）和一碗牛肉湯外，還要了兩碟小菜：半打烤豬肉串（當地人叫沙爹）和一碟香煎豬粉腸（亦即豬小腸）。印尼人避諱吃豬肉，因此想吃這類娘惹式的烤豬肉串也只能幫襯娘惹餐廳。娘惹烤豬肉串最大的特色是肥瘦相間，因此當肉串在炭爐上燒烤時，那些肥肉便很自然滲入到瘦肉裡，不再蘸上印尼特有的沙爹醬，吃起來既軟而不柴，又富有南洋風味。最精彩的還是香煎豬粉腸。他們先以珠惹塞入豬腸洗淨腸內的污穢去異味，然後用小量的明礬清洗一下，煎時撒少量胡椒，爐上印尼的甜醬油，吃起來，豬粉腸既香又爽脆，迄今回想起來仍然回味無窮。

外婆是五代僑生，且善烹飪，我們家幾個兄弟姐妹都是吃外婆的娘惹菜長大的。小時我最喜歡看外婆炒菜煮飯，並學會了幾樣。我喜歡外婆做的娘惹菜有：

「金滷牛肉湯」（Kimloh）：先將牛腩煮熟，切成小方塊備用。將珠惹、大蒜蓉、普寧醬及印尼甜醬和適量的鹽醬炒香，連湯帶牛肉倒入炒鍋，再放浸泡過的金針菜、木耳、馬鈴薯和粉絲。此菜因摻上大量金針菜而得名，再撒上胡椒，它是令人開胃的餐前湯；「生煎肉片馬鈴薯」（Bajian）：這是一道製作簡單，但又受到孩子們歡迎的娘惹菜。先將馬鈴薯片煎至金黃，撈起。將惹及大蒜蓉炒香，半肥瘦的豬肉片倒入炒鍋裡，爐上料酒與馬鈴薯片，並撒印尼甜醬油及適量的胡椒粉急炒，一道色香味俱全的娘惹菜便大功告成；

「香腸」（Engiang）：外婆善做娘惹式的香腸，其製法與粵式臘腸頗為相似。她先把半肥瘦的豬肉切成小肉丁，然後用料酒、印尼甜醬油、豆蔻粉、丁香粉及胡椒粉醃半天，醃後塞入大腸衣，並以針刺破腸衣，風乾片刻後以少量油煎熟即可食用。此菜由於以甜醬油及熟帶香料醃成，除有一股甜絲絲的味道外，另有濃厚的熟帶香料味，因此越嚼越香。上述菜餚不過是娘惹菜餚滄海之一粟，但至少說明飲食文化交流的結果，令中國烹飪與當地的烹飪文化結合得天衣無縫。

內地有一飲食文化專家在談到中國烹飪技藝傳到東南亞時這樣寫道：「中國的飲食文化在唐宋時已對東南亞地區產生影響。明代，隨著鄭和七次下西洋，以及大批華移民居東南亞各國，中國飲食文化的影響進一步加強。清代，中國的菜餚在東南亞不少國家流行。如印尼一帶的「娘惹菜」，就是中國飲食和當地飲食文化交流的結晶。」魚露是潮汕一帶生產的一種佐料，潮汕居民大量移民到泰國及越南，同時也將魚露帶到了東南亞，於是魚露作為佐料的當地菜餚從此流行起來。日本與韓國吸收中國飲食文化的精髓更為徹底，日本、韓國關於飲食文化的古籍都不諱言中國飲食文化對當地的影響。

文化 經濟

夫妻財產保衛戰

蕭愚

於今年六月一日起實施的《廣州市婦女權益保障規定》允許夫妻互查財產，包括房產、汽車及工商登記情況。對此，社會各界褒貶不一；而早已不是新生事物的婚前財產公證，雖然反對者越來越少，但真正實施者並不多。雖然有「情飲水飽」已顯得過時，但畢竟還是「談錢傷感情」。夫妻互查財產」和「婚前財產公證」尚難過大多數抱持傳統觀念的國人感情關。

「夫妻互查財產」對於限制包二奶有無幫助？這正成為廣州市市井茶餘飯後的熱議話題。筆者近日在廣州城西的某餐廳聽到五六名師奶在議論此話題。甲師奶說：「老婆可以查老公財產好啊，可以限制花心男人偷偷買藏包二奶。」乙師奶卻說：「我看未必，壞男人若有心買屋藏匿購置財產，可以以把財產直接轉移到二奶名下。」丙師奶笑說：「哈哈，或許今後男人只『泡妞』不敢輕易結婚啦，即使結婚，都要公證婚前財產。」丁師奶哀嘆：「講錢傷感情，『夫妻互查財產』和『婚前財產公證』都令人心寒，到底還有沒有真愛？有沒有天長地久？」

雖然該《規定》只是廣州的，卻引起內地廣泛的關注。反對者認為，「查財產會引發夫妻信任危機」，「會加速婚姻破裂」。但贊成者認為：「離婚率越來越高，夫妻一方隱瞞財產的情況越來越多，允許夫妻互查財產，在一定程度上能保護婚姻破裂之後的弱者」；「既然到了查財產的地步，並非查財產導致不信任」。

有專家認為，以前，中國的婚姻關係相對穩定、保守，離婚的少數，個人財產也沒有太多的形式，而隨着社會的發展，情況發生了改變，這正是夫妻互查財產新規出台的社會基礎。而事實上，近年來，丈夫有外遇離婚前轉移財產令妻子人財兩空的情況时有发生。

在內地，目前對婚前財產公證有興趣的主要有三類人群：一是適婚青年的家長，在房價高漲的情況下，他們出資為子女買婚房，卻擔心子女將來若離婚房產會被瓜分。二是婚前財產較多的一方，他們擔心婚姻不穩定將來若離婚財產會被瓜分；三是再婚人群，他們希望再婚後的財產能留給子女而不再被再婚後的大家庭瓜分。

廣東民錢氏夫婦最近因為熱戀中的獨生女阿麗買了一套婚房，卻擔心阿麗將來結婚後鬧離婚房產會被分去一半，於是希望阿麗將來與阿麗和男友對此十分反感，阿麗為此與父母大吵大鬧。河南鄭老先生喪偶多年，準備與黃女士再婚，但鄭老先生擔心自己財產會被後母瓜分而反對父親再婚，無奈之下，鄭老先生只好決定先做婚前財產公證，並指訂婚前財產將來歸他與原配夫人所生的子女所有，好在鄭老先生對此表示理解，他們的黃督督最終獲得鄭老先生子女的同意。

雖然不少人对婚前財產公證有興趣，但真正辦理公證的人卻不多。安徽合肥一公證處透露，最近一年來，到該公證處諮詢婚前財產公證的人，最終公證的卻不足三十人。

文化 經濟

美食家大仲馬

許利利

法國是著名的烹飪大國，不少文學家都與烹飪結緣。例如大仲馬就樂於將自己的美食體會訴諸筆端。本來，在他那個時代，法國已經有好幾部重要的飲食著作問世，如《美食家年鑒》等等，但大仲馬還是不滿意，在臨終前寫了他的最後一部著作——《烹飪大辭典》。對這本書，有人稱道它是「文學的大仲馬與美食家的大仲馬最完美的一次漫長的文字相會」，說「漫長」是因為辭典卷帙浩繁，說「完美」是因為他將枯燥的烹飪術寫得妙趣橫生。

大仲馬以他豐富的知識積累，記載了各種美食的由來和軼聞。譬如說雞，大仲馬告訴我們，雞的原產地是在印度，他那時已有黑皮黑骨的「烏雞」了。他還介紹科科斯島人為催肥，將雞圈養在黑暗處。當時羅馬人家都養雞，有一個羅馬執政官認為是浪費，於是發布了「取締揮霍浪費法令」，宣布除農民外，市民不許養雞，不許雞肉上餐桌。

談及大蒜，他說人們的認識來說紛紜、褒貶不一。某詩人認為只有農夫才吃大蒜來提神，以防睡着了遭毒蛇咬；埃及人吃大蒜，而希臘人卻討厭大蒜；西班牙國王討厭大蒜，下令凡吃大蒜和洋葱的騎士不許進入宮廷。不過，仲馬自己卻是「大蒜贊成派」，他指出：「普羅旺斯的菜主要靠大蒜，這個地方的空氣中也飄蕩着大蒜的香氣，呼吸起來有利於健康。」實際上，大仲馬早已把豐富的對美食的經驗與體會，巧妙地融入他的創作之中。拿《三劍客》來說吧，他在寫到路易十四時，就說，在一次晚餐上，這位國王的食量令各位劍客目瞪口呆。有一位食客了解到路易十四是個大老饕，為博得他的歡心，與他拚命在席上大吃大喝，把彬彬有禮的紳士相拋到爪哇國了。雖然眾劍客不屑，那饕餮吃相卻為國王欣賞，他對眾劍客宣布：「一個紳士每頓晚餐能吃得如此痛快，而且牙齒又生得如此漂亮，那麼，他就是我的王國裡最受到尊重的人！」國王還認為：吃得越痛快的人，幹活也賣力，這樣，大吃特吃便成了忠誠與勤勉的象徵，值得褒獎。真是「美食國裡老饕多，國王領銜代傳」！不過，這些怪現狀的記錄卻無損於大仲馬的聲譽，而恰恰讓我們在他那些美食筆錄中，體悟到了一個格外重視生命質量的作家的良苦用心。

文化 經濟

美食家大仲馬

許利利

法國是著名的烹飪大國，不少文學家都與烹飪結緣。例如大仲馬就樂於將自己的美食體會訴諸筆端。本來，在他那個時代，法國已經有好幾部重要的飲食著作問世，如《美食家年鑒》等等，但大仲馬還是不滿意，在臨終前寫了他的最後一部著作——《烹飪大辭典》。對這本書，有人稱道它是「文學的大仲馬與美食家的大仲馬最完美的一次漫長的文字相會」，說「漫長」是因為辭典卷帙浩繁，說「完美」是因為他將枯燥的烹飪術寫得妙趣橫生。

大仲馬以他豐富的知識積累，記載了各種美食的由來和軼聞。譬如說雞，大仲馬告訴我們，雞的原產地是在印度，他那時已有黑皮黑骨的「烏雞」了。他還介紹科科斯島人為催肥，將雞圈養在黑暗處。當時羅馬人家都養雞，有一個羅馬執政官認為是浪費，於是發布了「取締揮霍浪費法令」，宣布除農民外，市民不許養雞，不許雞肉上餐桌。

談及大蒜，他說人們的認識來說紛紜、褒貶不一。某詩人認為只有農夫才吃大蒜來提神，以防睡着了遭毒蛇咬；埃及人吃大蒜，而希臘人卻討厭大蒜；西班牙國王討厭大蒜，下令凡吃大蒜和洋葱的騎士不許進入宮廷。不過，仲馬自己卻是「大蒜贊成派」，他指出：「普羅旺斯的菜主要靠大蒜，這個地方的空氣中也飄蕩着大蒜的香氣，呼吸起來有利於健康。」實際上，大仲馬早已把豐富的對美食的經驗與體會，巧妙地融入他的創作之中。拿《三劍客》來說吧，他在寫到路易十四時，就說，在一次晚餐上，這位國王的食量令各位劍客目瞪口呆。有一位食客了解到路易十四是個大老饕，為博得他的歡心，與他拚命在席上大吃大喝，把彬彬有禮的紳士相拋到爪哇國了。雖然眾劍客不屑，那饕餮吃相卻為國王欣賞，他對眾劍客宣布：「一個紳士每頓晚餐能吃得如此痛快，而且牙齒又生得如此漂亮，那麼，他就是我的王國裡最受到尊重的人！」國王還認為：吃得越痛快的人，幹活也賣力，這樣，大吃特吃便成了忠誠與勤勉的象徵，值得褒獎。真是「美食國裡老饕多，國王領銜代傳」！不過，這些怪現狀的記錄卻無損於大仲馬的聲譽，而恰恰讓我們在他那些美食筆錄中，體悟到了一個格外重視生命質量的作家的良苦用心。

文化 經濟

美食家大仲馬

許利利

法國是著名的烹飪大國，不少文學家都與烹飪結緣。例如大仲馬就樂於將自己的美食體會訴諸筆端。本來，在他那個時代，法國已經有好幾部重要的飲食著作問世，如《美食家年鑒》等等，但大仲馬還是不滿意，在臨終前寫了他的最後一部著作——《烹飪大辭典》。對這本書，有人稱道它是「文學的大仲馬與美食家的大仲馬最完美的一次漫長的文字相會」，說「漫長」是因為辭典卷帙浩繁，說「完美」是因為他將枯燥的烹飪術寫得妙趣橫生。

大仲馬以他豐富的知識積累，記載了各種美食的由來和軼聞。譬如說雞，大仲馬告訴我們，雞的原產地是在印度，他那時已有黑皮黑骨的「烏雞」了。他還介紹科科斯島人為催肥，將雞圈養在黑暗處。當時羅馬人家都養雞，有一個羅馬執政官認為是浪費，於是發布了「取締揮霍浪費法令」，宣布除農民外，市民不許養雞，不許雞肉上餐桌。

談及大蒜，他說人們的認識來說紛紜、褒貶不一。某詩人認為只有農夫才吃大蒜來提神，以防睡着了遭毒蛇咬；埃及人吃大蒜，而希臘人卻討厭大蒜；西班牙國王討厭大蒜，下令凡吃大蒜和洋葱的騎士不許進入宮廷。不過，仲馬自己卻是「大蒜贊成派」，他指出：「普羅旺斯的菜主要靠大蒜，這個地方的空氣中也飄蕩着大蒜的香氣，呼吸起來有利於健康。」實際上，大仲馬早已把豐富的對美食的經驗與體會，巧妙地融入他的創作之中。拿《三劍客》來說吧，他在寫到路易十四時，就說，在一次晚餐上，這位國王的食量令各位劍客目瞪口呆。有一位食客了解到路易十四是個大老饕，為博得他的歡心，與他拚命在席上大吃大喝，把彬彬有禮的紳士相拋到爪哇國了。雖然眾劍客不屑，那饕餮吃相卻為國王欣賞，他對眾劍客宣布：「一個紳士每頓晚餐能吃得如此痛快，而且牙齒又生得如此漂亮，那麼，他就是我的王國裡最受到尊重的人！」國王還認為：吃得越痛快的人，幹活也賣力，這樣，大吃特吃便成了忠誠與勤勉的象徵，值得褒獎。真是「美食國裡老饕多，國王領銜代傳」！不過，這些怪現狀的記錄卻無損於大仲馬的聲譽，而恰恰讓我們在他那些美食筆錄中，體悟到了一個格外重視生命質量的作家的良苦用心。

文化 經濟

夫妻財產保衛戰

蕭愚

於今年六月一日起實施的《廣州市婦女權益保障規定》允許夫妻互查財產，包括房產、汽車及工商登記情況。對此，社會各界褒貶不一；而早已不是新生事物的婚前財產公證，雖然反對者越來越少，但真正實施者並不多。雖然有「情飲水飽」已顯得過時，但畢竟還是「談錢傷感情」。夫妻互查財產」和「婚前財產公證」尚難過大多數抱持傳統觀念的國人感情關。

「夫妻互查財產」對於限制包二奶有無幫助？這正成為廣州市市井茶餘飯後的熱議話題。筆者近日在廣州城西的某餐廳聽到五六名師奶在議論此話題。甲師奶說：「老婆可以查老公財產好啊，可以限制花心男人偷偷買藏包二奶。」乙師奶卻說：「我看未必，壞男人若有心買屋藏匿購置財產，可以以把財產直接轉移到二奶名下。」丙師奶笑說：「哈哈，或許今後男人只『泡妞』不敢輕易結婚啦，即使結婚，都要公證婚前財產。」丁師奶哀嘆：「講錢傷感情，『夫妻互查財產』和『婚前財產公證』都令人心寒，到底還有沒有真愛？有沒有天長地久？」

雖然該《規定》只是廣州的，卻引起內地廣泛的關注。反對者認為，「查財產會引發夫妻信任危機」，「會加速婚姻破裂」。但贊成者認為：「離婚率越來越高，夫妻一方隱瞞財產的情況越來越多，允許夫妻互查財產，在一定程度上能保護婚姻破裂之後的弱者」；「既然到了查財產的地步，並非查財產導致不信任」。

有專家認為，以前，中國的婚姻關係相對穩定、保守，離婚的少數，個人財產也沒有太多的形式，而隨着社會的發展，情況發生了改變，這正是夫妻互查財產新規出台的社會基礎。而事實上，近年來，丈夫有外遇離婚前轉移財產令妻子人財兩空的情況时有发生。

在內地，目前對婚前財產公證有興趣的主要有三類人群：一是適婚青年的家長，在房價高漲的情況下，他們出資為子女買婚房，卻擔心子女將來若離婚房產會被瓜分。二是婚前財產較多的一方，他們擔心婚姻不穩定將來若離婚財產會被瓜分；三是再婚人群，他們希望再婚後的財產能留給子女而不再被再婚後的大家庭瓜分。

廣東民錢氏夫婦最近因為熱戀中的獨生女阿麗買了一套婚房，卻擔心阿麗將來結婚後鬧離婚房產會被分去一半，於是希望阿麗將來與阿麗和男友對此十分反感，阿麗為此與父母大吵大鬧。河南鄭老先生喪偶多年，準備與黃女士再婚，但鄭老先生擔心自己財產會被後母瓜分而反對父親再婚，無奈之下，鄭老先生只好決定先做婚前財產公證，並指訂婚前財產將來歸他與原配夫人所生的子女所有，好在鄭老先生對此表示理解，他們的黃督督最終獲得鄭老先生子女的同意。

雖然不少人对婚前財產公證有興趣，但真正辦理公證的人卻不多。安徽合肥一公證處透露，最近一年來，到該公證處諮詢婚前財產公證的人，最終公證的卻不足三十人。

文化 經濟

夫妻財產保衛戰

蕭愚

於今年六月一日起實施的《廣州市婦女權益保障規定》允許夫妻互查財產，包括房產、汽車及工商登記情況。對此，社會各界褒貶不一；而早已不是新生事物的婚前財產公證，雖然反對者越來越少，但真正實施者並不多。雖然有「情飲水飽」已顯得過時，但畢竟還是「談錢傷感情」。夫妻互查財產」和「婚前財產公證」尚難過大多數抱持傳統觀念的國人感情關。

「夫妻互查財產」對於限制包二奶有無幫助？這正成為廣州市市井茶餘飯後的熱議話題。筆者近日在廣州城西的某餐廳聽到五六名師奶在議論此話題。甲師奶說：「老婆可以查老公財產好啊，可以限制花心男人偷偷買藏包二奶。」乙師奶卻說：「我看未必，壞男人若有心買屋藏匿購置財產，可以以把財產直接轉移到二奶名下。」丙師奶笑說：「哈哈，或許今後男人只『泡妞』不敢輕易結婚啦，即使結婚，都要公證婚前財產。」丁師奶哀嘆：「講錢傷感情，『夫妻互查財產』和『婚前財產公證』都令人心寒，到底還有沒有真愛？有沒有天長地久？」

雖然該《規定》只是廣州的，卻引起內地廣泛的關注。反對者認為，「查財產會引發夫妻信任危機」，「會加速婚姻破裂」。但贊成者認為：「離婚率越來越高，夫妻一方隱瞞財產的情況越來越多，允許夫妻互查財產，在一定程度上能保護婚姻破裂之後的弱者」；「既然到了查財產的地步，並非查財產導致不信任」。

有專家認為，以前，中國的婚姻關係相對穩定、保守，離婚的少數，個人財產也沒有太多的形式，而隨着社會的發展，情況發生了改變，這正是夫妻互查財產新規出台的社會基礎。而事實上，近年來，丈夫有外遇離婚前轉移財產令妻子人財兩空的情況时有发生。

在內地，目前對婚前財產公證有興趣的主要有三類人群：一是適婚青年的家長，在房價高漲的情況下，他們出資為子女買婚房，卻擔心子女將來若離婚房產會被瓜分。二是婚前財產較多的一方，他們擔心婚姻不穩定將來若離婚財產會被瓜分；三是再婚人群，他們希望再婚後的財產能留給子女而不再被再婚後的大家庭瓜分。

廣東民錢氏夫婦最近因為熱戀中的獨生女阿麗買了一套婚房，卻擔心阿麗將來結婚後鬧離婚房產會被分去一半，於是希望阿麗將來與阿麗和男友對此十分反感，阿麗為此與父母大吵大鬧。河南鄭老先生喪偶多年，準備與黃女士再婚，但鄭老先生擔心自己財產會被後母瓜分而反對父親再婚，無奈之下，鄭老先生只好決定先做婚前財產公證，並指訂婚前財產將來歸他與原配夫人所生的子女所有，好在鄭老先生對此表示理解，他們的黃督督最終獲得鄭老先生子女的同意。

雖然不少人对婚前財產公證有興趣，但真正辦理公證的人卻不多。安徽合肥一公證處透露，最近一年來，到該公證處諮詢婚前財產公證的人，最終公證的卻不足三十人。

文化 經濟

夫妻財產保衛戰

蕭愚

於今年六月一日起實施的《廣州市婦女權益保障規定》允許夫妻互查財產，包括房產、汽車及工商登記情況。對此，社會各界褒貶不一；而早已不是新生事物的婚前財產公證，雖然反對者越來越少，但真正實施者並不多。雖然有「情飲水飽」已顯得過時，但畢竟還是「談錢傷感情」。夫妻互查財產」和「婚前財產公證」尚難過大多數抱持傳統觀念的國人感情關。

「夫妻互查財產」對於限制包二奶有無幫助？這正成為廣州市市井茶餘飯後的熱議話題。筆者近日在廣州城西的某餐廳聽到五六名師奶在議論此話題。甲師奶說：「老婆可以查老公財產好啊，可以限制花心男人偷偷買藏包二奶。」乙師奶卻說：「我看未必，壞男人若有心買屋藏匿購置財產，可以以把財產直接轉移到二奶名下。」丙師奶笑說：「哈哈，或許今後男人只『泡妞』不敢輕易結婚啦，即使結婚，都要公證婚前財產。」丁師奶哀嘆：「講錢傷感情，『夫妻互查財產』和『婚前財產公證』都令人心寒，到底還有沒有真愛？有沒有天長地久？」

雖然該《規定》只是廣州的，卻引起內地廣泛的關注。反對者認為，「查財產會引發夫妻信任危機」，「會加速婚姻破裂」。但贊成者認為：「離婚率越來越高，夫妻一方隱瞞財產的情況越來越多，允許夫妻互查財產，在一定程度上能保護婚姻破裂之後的弱者」；「既然到了查財產的地步，並非查財產導致不信任」。

有專家認為，以前，中國的婚姻關係相對穩定、保守，離婚的少數，