

## 經痛勿啞忍

## 及早檢查免後患

婦產科專科醫生 鄧曉彤

楷和  
醫心

不少年輕女士都受到經痛問題困擾，很多時更會在未了解自身情況下，胡亂依賴坊間的止痛藥。止痛效果不彰之餘，最差的後果是延誤診治更嚴重的疾病。

經痛可以分為「原發性經痛」及「繼發性經痛」。原發性經痛通常在女性初次月經後不久便會出現，原因是身體受到荷爾蒙分泌的影響，排卵或月經期間令子宮收縮而產生疼痛。這種情況有可能會隨着患者的年紀漸長而得以改善，亦有可能於分娩後身體荷爾蒙轉變而不再疼痛。繼發性經痛則多見於三十歲以後，患者盆腔內生殖系統出現疾病而引起經痛。例如子宮內膜異位症、盆腔發炎等情況亦有機會導致繼發性經痛的發生。卵巢每月都會刺激分泌雌激素及黃體酮，令子宮內膜生長，為懷孕作準備。若沒有懷孕，積厚的內膜組織就會剝落變成經血，最後經陰道排出。如果患者有子宮內膜異位症，月經就會從內膜異位生長的地方出血，例如卵巢、輸卵管、子宮壁等，錯位的內膜組織每月繼續生長及剝落，就會造成疼痛，於卵巢亦會形成咖啡色囊腫，即俗稱的朱古力瘤，嚴重的情況會影響生育。要辨別患者是「原發性經痛」抑或是「繼發性經痛」，就需要進行婦科檢查。

檢查方法方面，通常最基本會用到的是婦科檢查及超聲波檢查。婦科檢查可以了解病人是否有異常分泌，在簡單手探的過程中可得知病人子宮有否異常變大，如果卵巢有較大的腫瘤亦有機會檢查得到。當然再精準一點我們會使用陰道超聲波檢查，查探上述各種情況。有些女士可能會被檢查方法嚇怕，如果真的接受不了，在肚皮上使用超聲波檢查亦可得知大概情況，效果則會因為受到肚皮下其他器官的隔阻，準確度及不上入侵式的檢查方法。

如果經痛問題持續，尤其是月經期間有愈來愈痛的現象，就更加建議患者進行檢查。因為即使檢查過後未有發現嚴重異常，醫生亦可針對病人情況提供建議，例如建議合適的止痛藥，甚至荷爾蒙藥，均可有效幫助病人控制經痛。

## 北平的餛飩

陸小鹿

飲食  
男女

寒食節前夕，北京老同學發給我一張「寒食十三絕」的圖片，是具有老北京特色的十三樣寒食節涼食：艾窩窩、糖火燒、豌豆黃、焦圈、薩其馬、開口笑、薑汁排叉、硬面餛飩、餛飩、糖耳朵、螺絲轉、芝麻燒餅、糖卷糰。我逐個看過去，十三樣點心裏，我還有糖火燒和薑汁排叉沒有吃過。

北京點心，素來是個聊不完的話題，文人筆下也常見它們的身影。讀梁實秋，我知道了花糕、翻毛月餅、藤蘿餅、缸爐；從唐魯孫那裏，我了解到了勒特條；老舍呢，為我們介紹了五毒餅；連素來一臉嚴肅的魯迅，在日記裏也留下數十條去稻香村買餅的記載……京派點心確實眼花繚亂，何以花樣如此繁多？梁實秋在一篇《北平的零食小販》裏一語道破：北平人饞。北平人之所以饞，有人說是由於當年的八旗子弟游手好閒的太多，閒就要生事，所以在吃上打主意自然也就好理解了。

擱在昔年，「饞」這個字絕對不是什麼好字，潛台詞影射好吃懶做。如今語境變遷，「饞」字倒變得越來越可愛。因為饞，生出遍嘗各地美食的心思，繼而對生活葆有不解的興致，日子就值得期盼虎虎而有生氣了。

老同學是熱心人，隔兩天，我收到一隻紙箱，除糖火燒和薑汁排叉外，她還給我快遞來了咯吱盒、牛舌餅，還有一盒來自稻香村的穀雨椿芽酥。穀雨，是春天的最後一個節氣。穀雨時節，北方的香椿樹頂芽初長，正是最嫩時期，所以，北方人有穀雨吃香椿的習俗。稻香村別出心裁，一年二十四個節氣，都做出對應的點心。這一盒椿芽酥，正是為穀雨節氣限量特製的。打開盒子，椿芽的香氣破餅而出，好香啊，我從來沒有聞到過這麼香氣襲人的餅，傻傻地坐在八顆椿芽酥前，聞了又聞。每顆椿芽酥上還畫有一棵綠色的小嫩芽，我便看了又看，喜歡啊。

開心地將點心們從箱子裏一袋袋拿出來，裝進瓶罐，每一樣取一個嘗嘗。有人說，一下雪，北京就成了北平。當我吃着這些自北京飛來的點心時，某個剎那恍惚覺得自己正站在北平的某間餛飩舖裏。老北京人管點心叫「餛飩」，賣點心的店舖就叫「餛飩舖」。一吃北京餛飩，北京就成了北平。穿越的感覺又奇妙又欣喜。

這幾天，北平餛飩們在我的生活裏佔據了很多空間。我在班級群裏熱烈聊着餛飩，又在閩密群裏熱烈聊着餛飩，覺得自己生出了遍嘗北平餛飩的念頭，且有不解的興致。閩密配合我，找了個鏈接發給我，我在那則鏈接裏又看到了很多沒有吃過的北平餛飩，其中有一款名字和顏值都令人驚艷，名叫孫尼額芬白糕。白色的糕上用水果料點綴了一朵小紅花，



▲京派點心花樣繁多

資料圖片

毫無懸念，我的饞蟲又被勾起。我想，得抽個周末去趟北京呢，去富華齋餛飩舖裏吃個京味下午茶，點杯三清茶、孫尼額芬白糕、宮廷雙味芸豆卷、馬奶子糖沾、蘇子餅，哪怕吃不完帶了走，我願意像孩子那樣對世界充滿好奇。

自由  
談

年少的時候喜歡讀張愛玲，有年紀了才知道讀余華的好。或許有人會覺得他的文風太過尖銳，但經歷世間的沉浮紛擾之後，你才會知道，生活並不是充滿真善美的，還有負重前行。

並不是要批評真善美的故事，只是覺得幸福美滿往往只存在童話故事，稍有缺憾的故事也會被人們賦予美好的希冀，比如小美人魚會擁有短暫幸福，化身為泡沫還能被上天眷顧，變成天空的兒女。但不可否認的是，這些往往只適合於十二歲以下的兒童的世界觀。

年紀越大，閱歷越多，越難被圓滿無缺的結局撼動。意料之中情理之中的事情越來

越少，幻想了一百種未來生活的方向，但現實總會以第一百零一種姿態黑馬衝出。因為現實生活啊，從來都不是簡單的歷盡磨難加好事多磨就會等於Happy Ending的公式，公式兩邊會加加減減排列組合出各種形形色色意想不到的生活變數項，所以現實遠比簡化後的公式複雜的多。

於是，越長大越孤單，越長大生活也會變得越複雜。

還記得十八歲的時候，初讀余華的《活着》，心中猶如有一塊巨石堵住，拿不走，搬不動。我感嘆世界上怎會有如此倒楣到沒法再倒楣的傢伙！幸好是小說，但它又太過

## 成龍大哥來拍電影了

陳劍梅

閩  
旅  
人

花蓮台東兩縣（北及南兩端）、花蓮市、台東市合稱花東，背靠雄峙在縱谷之上的中央山脈，面朝浩瀚的太平洋，依山傍海的環境造就了獨特的民風。當今世代，原住民早已放下了老祖宗獵人頭的習俗，但對大自然感恩不減。

初次見面時我問布農族的一位勇士說：「老師，你們這邊沒有工業，你們的生計受影響嗎？」勇士答：「我們靠山吃山，靠海吃海。」我續問：「具體即是怎樣適應環境的變遷和生活呢？」他答：「例如，我們布農族人打獵

；阿族人打魚。我家今天收穫豐富了，便與鄰居分享，我們一直以來都是這樣生活。」這不就是頂天立地、愛人如己的生活態度嗎？我們城市人的生活反而沒有那麼自由自在。

第二次去台東，我與布農族的首領見面。究竟我是怎樣再碰上他，卻已經忘記了。那天他遇上大難關：成龍大哥要來森林博物館拍電影了，族人們都反對。首領推了兩次，還是推不掉，電影要在幾天內開拍。拍戲焉能無聲，族人們完全無法掌握自己在拍攝期間可以怎樣堅守祖先的意旨去守護森林的安寧。我對首領說：「老師，你們不是很喜歡為訪客們在祖先爺前祈福嗎？你們這樣做劇組的所有人都會敬

重你們，所以你們守護森林安寧的訴求絕對不會落空。」首領把話說出來減壓了，他卻不知，我反倒不是安慰他。我了解劇組人員必然對祈福者守承諾，才感覺他們不用擔心。

開鏡當天，我在都蘭，自己特別請了一位司機，專車送我上山，因為我答應首領給予精神上的支援。我的車子在山上轉了幾圈才找到成龍大哥。他早已在鏡頭前努力地演出。我藏在劇組的工作人員中，見證了香港人的專業精神有多高。他們沒有一人吸煙，沒有一人掉垃圾，沒有一人多說話。我曾經在成龍的劇組工作，我知道今次他們都是為了保護森林而額外做好。

## 會彈琴的半神英雄阿喀琉斯

王加

畫外  
有音

對於所有喜歡希臘神話的讀者來說，在特洛伊戰爭中戰無不勝卻命喪自己腳踵命門的半神英雄阿喀琉斯是一個再熟悉不過的角色了。「阿喀琉斯之踵」甚至成為了被廣泛應用的成語，用來形容一個人的致命弱點。自荷馬史詩《伊利亞特》開始，關於這個人物形象為主題的文學、音樂和繪畫等藝術作品便在西方社會的歷史長河中層出不窮。在十九世紀初期的巴黎，隨着新古典主義畫風的興盛和學院派繪畫約定俗成的創作標準，藝術家們掀起了一股以希臘神話及古羅馬歷史題材為主題的創作風潮。一八〇一年，年僅二十一歲的讓·奧古斯特·多米尼克·安格爾（Jean-Auguste-Dominique Ingres）順應當時學院派的評選標準，投其所好從荷馬史詩《伊利亞特》中汲取靈感，憑藉所創作的《阿喀琉斯接見阿伽門農使者》一舉獲得由巴黎國立高等美術學院所頒發的年度「羅馬大獎」。這幅安格爾的早期代表作現正在中國國家博物館舉辦的「學院與沙龍——法國國家造型藝術中心、巴黎國立高等美術學院珍藏展」中展出，毫無疑問是整個特展中屈指可數的亮點。

在荷馬史詩《伊利亞特》所記述的特洛伊戰爭中，希臘邁錫尼國王阿伽門農因奪走了半神英雄阿喀琉斯的戰利品女奴布里塞伊絲而與後者發生爭執，導致後者憤然離營且高掛免戰牌拒不迎敵。隨着傾巢而出的希臘大軍被坐擁天時地利以逸待勞的特洛伊精兵在赫克托爾王子的指揮下逼得節節敗退，迫使不可一世的阿伽門農派遭特使前往阿喀琉斯的營帳求和。安格爾的畫面便聚焦阿伽門農的使者奧德修斯與阿喀琉斯會面時懇請援助的一幕。畫作正中身着紅色披風，右手攤開正試圖開口解釋的是肩負阿伽門農使命的奧德修斯；畫面左邊以側臉示人，手持齊特拉琴（Kithara，古希臘里拉琴的一種）並正要起身相迎的英俊裸體男子便是勇冠三軍的阿喀琉斯；雙腿交叉站在他左側，頭頂紅盔的另一位渾身赤裸的勇士是阿喀琉斯的好友帕特羅克洛斯。整個畫面以五五開的分割構圖呈現出兩種截然不同的情緒：右側的使者奧德修斯和他隨行的希臘戰士們心事重重面色凝重；左側的阿喀琉斯二人則正在愜意地享受地中海的陽光沙灘，還有背景隱蔽在營帳陰影中的女俘即將與之尋歡作樂；安格爾略顯意外地未將一個本應嚴肅的外交場面畫得劍拔弩張。反之，阿喀琉斯手中精緻的齊特拉琴則是畫家意圖弱化戰爭和政治色彩，強調半神英雄浪漫情懷和生活情趣的點睛之筆。

那麼，阿喀琉斯真的會演奏齊特拉琴嗎？《阿喀琉斯接見阿伽門農使者》畫中他手持齊特拉琴的細節究竟是安格爾將荷馬史詩的原文如實地轉換成畫面，還是畫家本人為了呈現完美的藝術表現而臆想出的細節呢？

在希臘神話中，阿喀琉斯是半人馬喀戎的門徒。有別於和他同類的其他兇殘野蠻的



▲安格爾作品喜以神話人物入畫 作者供圖

▲安格爾作品《阿喀琉斯接見阿伽門農使者》 作者供圖

半人馬，喀戎不僅本性善良充滿智慧，還精通狩獵、弓箭、音樂、醫學和琴棋書畫等多種技藝。希臘神話中許多著名的英雄都是他的高徒，如大力神赫拉克勒斯、阿喀琉斯的父親珀琉斯，以及兩位著名的半神英雄珀爾修斯和本文的主角阿喀琉斯。喀戎將他無法超越的弓箭技術毫無保留地傳授給了阿喀琉斯，德拉克洛瓦和薩金特等繪畫大師都曾以此主題進行創作。此外，喀戎的音樂演奏技巧即便以光明和音樂之神阿波羅的標準來衡量也毫不遜色，他最擅長的樂器是里拉琴（Lyre）。早在公元一世紀古羅馬時期，意大利赫庫蘭尼姆古城便有殘存的喀戎手把傳授阿喀琉斯里拉琴的濕壁畫，證明除了從這位多才多藝的半人馬恩師身上學習武藝之外，阿喀琉斯還熟練地掌握了里拉琴甚至齊特拉琴的演奏技法，他會彈琴絕非虛構。

在荷馬史詩《伊利亞特》第九卷《阿伽門農向阿喀琉斯求和遭拒絕》中，第一百八十二至一百九十八行的原文是這樣寫的：

「兩使節沿着呼嘯的大海的岸邊前行，向那位環繞並震撼大地的神祈禱，希望能說服埃阿克斯的孫兒的心靈。他們到達達米爾彌冬人的營帳和船隻，發現他在彈奏清音的弦琴，愉悅心靈，那架琴很美觀精緻，有銀子做的弦橋，是他毀滅埃埃提昂的城市時的戰利品。他藉以賞心尋樂，歌唱英雄們的功績。帕特羅克洛斯面對他坐着，靜默無言，等待埃阿克斯的孫子停止唱歌。兩使節走上前去，神樣的奧德修斯在前面領路，他們站在他的面前；阿喀琉斯大驚，捉着琴琴離座跳起來，帕特羅克洛斯看見他們也立即起身。捷足的阿喀琉斯招呼他們這樣說：「歡迎，你們前來，是朋友，來得是時候，儘管我生氣，你們是最親愛的阿開奧斯人。」

根據上述這段文字，可以判斷安格爾是嚴格按照荷馬史詩的原文來完成《阿喀琉斯接見阿伽門農使者》這幅作品的。原文不僅包含對阿喀琉斯手中琴的外觀、材質、音色和出處等詳盡的描寫，更有他見到奧



▲安格爾作品喜以神話人物入畫 作者供圖

▲安格爾作品《阿喀琉斯接見阿伽門農使者》 作者供圖

德修斯時手提弦琴離座的動態描述，這些細節均被敏銳的安格爾所捕捉並展現在作品當中。本就熱愛音樂且擅長演奏小提琴的安格爾，對樂器刻畫的細緻入微顯然要超越一般的畫家。在尊重荷馬史詩原文的基礎上，安格爾將文中提到的阿喀琉斯手中的弦琴在畫中精確到了齊特拉琴；並將米黃色的木製琴身畫得比幾位裸身勇士的膚色還要耀眼；而在他正要起身相迎的瞬間右手還攥着一個琴撥。安格爾的這一系列細節描繪顯然意圖突出齊特拉琴在整個故事情節中超越裝飾性的功能。

事實上，相比較普通里拉琴略小的外形和相對容易上手的民樂屬性，齊特拉琴做為希臘神話中音樂之神阿波羅的專屬樂器，因其需要掌握更高難度的演奏技巧而普遍被古希臘職業音樂家和演奏大師所使用。它比常規里拉琴更為專業和複雜的屬性體現在它的外形和操控方法上。琴頭上端多出的兩個把手和兩個伸出琴外的圓盤絕非是多餘的裝飾。當右手用琴撥彈奏時，音樂家的左手可以同時握住上端的木製把手來操控製造滑音（Portamento）；若若是在右手撥弦時左手握住琴身用拇指按壓琴外的圓盤，則能產生顫音（Vibrato）。其獨特的滑音和顫音操控設置需要演奏者在右手撥弦的過程中左手嫺熟地配合，將顫音和滑音恰到好處地融合到演奏當中，通過更加美妙的旋律進而表達出更為豐富的情緒。鑒於希臘神話中阿喀琉斯師從喀戎的記述，安格爾確信這位半神勇士擁有熟練彈奏齊特拉琴的技巧，因此在畫中對琴的品種按照個人理解做了調整。古希臘哲學泰斗亞里士多德曾表示這類弦樂並不適用於教育功能，是純粹的享樂樂器，這也正符合了安格爾在畫面左側所營造出的愜意氛圍：阿喀琉斯正悠然自得地坐在營帳外彈奏齊特拉琴，好友帕特羅克洛斯相伴在側，奧德修斯的突然到訪打斷了二人的閒暇時光；阿喀琉斯趕緊熱情地起身相迎，甚至還來不及放下手中的樂器。安格爾從品讀荷馬史詩《伊利亞特》原文所意會出的情境，結合他本人對音樂的痴迷和能夠熟練演奏小提琴的「副業」，創造出這個具有新古典主義畫風卻不拘泥於文學作品故事情節，帶有謳歌英雄浪漫情懷的瞬間。

## 品讀余華

舍予

於真實，讓我驚喜，也許類似事情就是我們之中貧苦百姓生活遭遇的縮影。我一直如小白一樣未發覺，是因我很少關注、接觸社會最底層，完全沒空想像底層人民與困難的鬥爭和掙扎。馬太福音二十五章會寫道「凡有的，還要加給他，叫他有餘；凡沒有的，連他所有的，也要奪去。」三千年前的《聖經》既是如此一針見血，三千年後的我們依然如此生活，遵循這亙古不變的真理。

十年後的如今，我強烈的意識到這世上不幸多如牛毛，如蒲公英的種子一般散落在世界各地。這世上的幸福大抵相似，不幸卻各有不同。比如韓國《金福南殺人事件》

裏的福南，一名弱女子在全島極端性別歧視的壓迫下經歷非人的待遇；比如伊朗《小鞋子》裏男孩，男孩把妹妹的鞋子弄丟，卻一直隱瞞事實，他知道一貧如洗的家庭再負擔不了一雙新鞋而只能招好時間和妹妹錯開穿同一雙鞋出門；比如印度的《貧民窟百萬富翁》，「百萬富翁」節目的十二道問題每一道都是小哥哥從兒時到青年悲慘經歷的回顧，縱然馬上就可以贏得勝利又會被強大的勢力拖回泥潭；比如美國的《當幸福來敲門》，失業的離婚男人帶着幼子漂泊在各個公共收容所，錯過每天的收容時間就只能露宿街頭；比如中國余華的《兄弟》，互為單親

的組合家庭一反常態經歷了短暫的極致幸福，因一場偏頭痛和時代的變革致使一家四口支離破碎、天人永隔。

走過十年，也讀了余華十年，我的內心也開始有了改變：十年前的我相信生活可能會越來越好，但也可能越來越差，這是每個階級的焦慮，我能做的是不斷強大內心、未雨綢繆的儲備、永不喪失對未來的信心，隨機應變才能遊刃有餘；如今的生活我認爲予人玫瑰，固然是有餘香，但我已經如此的艱難，對於不幸能幫就幫。所謂窮則獨善其身，達則兼濟天下，大約就是這樣吧。

生活永遠都有多於一千零一的不同模樣，或光鮮或陰暗，人生總要走下去，不戀過往，不懼將來，這才是余華筆下的真諦。