



羊腩煲被視為香港降溫代表美食。

羊腩煲是降溫的儀式感

香港自入冬起，潮濕的涼意裹着海風滲入街巷。摩天樓群的玻璃幕牆映着灰蒙天色，行人裹緊風衣，在叮叮車鈴聲中快步穿梭。山頂薄霧繚繞，觀景台少了暑夜的喧囂，維港兩岸霓虹卻在清冷空氣裏愈發璀璨。零星的阿公在街頭架起糖炒栗子的鐵灶，鐵錘與黑砂摩擦的沙沙聲，混着暖甜焦香，織就了它獨有的冬日韻腳。

夜晚，街頭茶餐廳與大牌檔熱氣騰騰，羊腩煲、薑蔥炒蟹、煲仔飯等冬日美食紛紛上桌，食客們圍坐一團，邊吃邊暖身，熱鬧的氛圍讓寒夜也多了一份溫馨與人情味。

羊腩煲之所以能成為香港降溫代表美食，從中醫角度來看，羊肉性溫，可補氣血、驅寒，除此之外，還有它獨一無二的風味與香港人最喜歡的打邊爐式吃法。

羊腩肉質鮮嫩，帶有適量脂肪，使得煮出來的湯底濃郁香醇。羊腩煲通常會使用帶皮羊腩，經過長時間燉煮，使其肉質軟嫩而不柴，脂肪部分則入口即化。但若是羊肉產地沒選好或羊肉經過反覆冷凍質素太差，即使南乳能去除一部分腥膻並增添鹹香與濃厚風味，那仍舊會是一鍋膾炙人口的噩夢。

炸枝竹應該是每個人都喜歡的配菜，煮完後變得很大片，吸飽滿滿的湯汁，入口時既有嚼頭又充滿羊香。其他配菜還有馬蹄、冬菇、蘿蔔等，用來增添口感與層次。

若要在吃過的眾多餐廳中推薦一家，北角渣華道街市旁邊的小店「爸爸辣」出品的羊腩煲可以稱得上是滿分之作，各位一試便知。

羊腩煲不僅是一道菜，更是一種天氣降溫的儀式感。桌邊坐着老友，羊腩煲的熱氣模糊了玻璃窗，卻清晰了人與人之間的溫情。



逢周一見報

成功的雞蛋攤

一大早有入按門鈴，原來是賣雞蛋的小黃的丈夫送貨上門了。小黃在父母原住處附近的菜場擺攤，以前母親常從她那裏買雞蛋。十多年前父母搬到新居後還一直和她保持聯繫，有來有往。哪怕母親買五十元雞蛋這樣的小生意，小黃也樂意送貨上門。母親逢年過節給她孩子買點零食或送她一些米、油，她都要還禮。

小黃老家蘇北，二十多年前和丈夫一起來本地打拚，一直做雞蛋生意。她和老家的養雞戶合作，每天凌晨三四點起床，接收他們連夜送來的雞蛋。然後挑選、清洗，一大早到菜場擺攤，到夜裏八九點才收攤。忙的時候每天只睡三四小時，下午在菜場附近的倉庫擠出時間打個盹而已。小黃堅守攤位，她丈夫則負責送貨，電瓶車一輛，風裏來雨裏去，也挺辛苦。疫情期間因為停工、停學等，他們掙扎了一陣，好在近幾年恢復正常了。

小黃夫婦奮鬥多年，成果斐然，在本地買房、買車，一雙兒女一個大學畢業找到了工作，另一個還在讀大學。母親常感嘆他們「勤勞致富」，小本生意做得風生水起。我想，他們之所以能豐衣足食，不光是吃苦耐勞，還在於踏實、專注，專攻一項生意，力爭做到最好。他們的賣點是農家「本雞」所產的「草雞蛋」，吸引相信走地雞更滋補、不願去超市買「洋雞蛋」的顧客群。端午、過年，他們會準備雞蛋禮盒，方便大家走親戚。平日也能做到貨品保證質量，賣相周正，乾淨衛生。

雞蛋攤能成功，是因為小黃夫婦瞄準了柴米油鹽、衣食住行的基本生活需求，也因為他們勤勞、誠信、周到。



逢周一、五見報

今年在湘西過春節。大年初一，去了蝴蝶寨。這個村寨行政上隸屬湘西州首府吉首市，地理上在矮寨鎮東部。矮寨大橋是湘西交通現代化的標杆，在鎮東竟藏着這麼個世外桃源般的傳統村落。

村子不大，村口流淌着洽比河。此河乃湘西名川，源於保靖縣境內的呂洞山，匯入峒河。「洽比」是什麼意思呢？《詩經》中有「洽比其鄰，昏姻孔雲」之語，但查地方文史，「洽」在苗語中指水多而洄流，村子又名中黃村，是列入中國少數民族特色村寨的苗族村落，而洽比河又是彎彎繞繞的。

村口一株古樹，樹對面是個碾房，皆為舊時鄉村的標配。村裏的房子依山而建，布局緊湊，高低錯落，一間襯着一間，朝向、形制並不齊整，彷彿要把山腳這點空間見縫插針地全部用盡。據介紹，這裏有清代民居五棟，民國時期的三十五棟。最可觀的一所是民國時四省邊界最大的鄉公所，立在建築群中，像族中拄拐的老輩，威權已失而氣勢尚在。

春節期間，遊人很少，「洽比河市集」只剩了布幌子，娛樂項目也停了。村裏住戶不多，大約一半的房子獵獵型主角則以果斷而迅速的行動，帶領讀者一步一步逼近真相的核心。那麼，究竟「蒐集型主角」與「狩獵型主角」哪一個比較好？

想當然，這沒有絕對的答案，而是要看作者希望給予讀者怎樣的故事體驗。一般而言，蒐集型主角提供更多思考的空間，讓讀者能夠參與其中，與主角一同思索每一個可能的線索與推論，而其缺點卻是節奏較慢。另一邊廂，狩獵型主角則容易引人入勝，因為其行動快速、節奏緊湊，能夠讓讀者始終保持高度的興趣和緊張。當主角在緊迫的情境中連連

去年初，內地電視劇《南來北往》以火車上的乘警作為主要角色，述說車廂內外的故事。劇集從上世紀七十年代說起，直到現代高鐵馳騁全國，人生與列車一併前行。本年初，另一齣電視劇《駐站》亦以鐵路民警為主線角色，述說現代民警常勝駐守小村車站的故事。全劇重點在於普通人表面上做着一些看似平凡的小事，但卻能令家庭和社區都得到安全和發展，普通人的貢獻亦非比尋常。

《駐站》又名《小站警事》，故事講述中年民警常勝原本駐守花城北

站，日常敬業樂業，並有機會晉升派出所的副所長，但因為一些偶然事故，常勝失去了晉升機會。另一方面，因為小兒子的升學問題，常勝與妻子周穎產生感情矛盾。與此同時，常勝的師傅孫二勇原本駐守東寨站，孫二勇心臟病發身亡，常勝因而被調往駐站。遠離城市、家庭，以至自己熟悉的地方，常勝如何繼續肩負使命，做好警察？

三十三集的《駐站》充滿自然氣息。東寨村是一個小鄉村，雖不是貧困山區，但村民主要以務農為生。王

分村民都是善良老百姓。在演員的角色之外，劇集亦交代村民養羊的經歷，令全劇增添自然生機。常勝另有一隻警犬作伴，警犬名叫依卡，機靈活潑，善解人意。作為一齣輕喜劇，《駐站》亦提醒觀眾：做人處事要學懂適應環境。

《駐站》屬於溫馨輕喜劇的格局。所謂「車站無小事」，除了維持治安，常勝的日常工作就是協助村民解決生活問題。東寨村雖然是小村落，但是環境優美，風景怡人，大部

合劇情之餘，也在關鍵點呈現戲劇張力。印象最深是第三幕從夢幻回到現實世界的一段大提琴獨奏，配合宋帝轉為宋市長道出無奈：「如此危機關頭，有誰願意問自己的良心？……不要做夢了。」也為第四幕阿茜明白救國不是夢鋪路：「終找到自我！」

跨界粵劇不是夢

劇本故事性強、各人物性格鮮明固然吸引，但神來之筆在於引入粵劇元素，也就是布萊希特所提出的「異化作用」，為故事注入一層無限的想像空間，也就是女主角的四個救國夢：由一位嚴重缺乏自信無名草根女工，幻想成為巾幗門女將楊排風，拚死救國但枉受冤獄（見附圖），與無能宋帝、賣國奸臣等形成強烈對照的同時，也從時間、空間對比現實抗戰的艱難和無奈。這雙重對比在全劇不斷轉移、進出。佩服台前各演員「變身」的本事，也佩服台後支援團隊的高效。

音樂方面，由江駿傑作、編曲配



以「戲劇戲曲、跨界創作」重新創編，通過抗戰柳州市一客棧女工阿茜及她的四個救國夢，成為全劇四幕的發展主脈絡。值得一提的是，劇名英文名稱把「救國」譯為「救世」，讓全劇意義更為廣泛。

得休養半年。

經常覺得日子還長，許多計劃可以明天再來，結果一拖再拖，「年與時馳，意與日去」。二十歲時，一位同學曾喊我與他一道，騎自行車跨越四百公里去爬泰山，我因有事而沒有去。過了不到十天，同學看了泰山後「凱旋」而歸，讓我羨慕不已，心想也要騎行一次。而結果，當然是至今未成行，以後料機會更渺茫，一則更多事情要操心處理，二則身體也早已不是二十歲時的素質，對連續長途奔襲心有余而力不足。

蘇軾在《望江南·超然台作》中寫「詩酒趁年華」。挨凍，也要趁早，待抗不了凍時再起行，便只能行至半途，悻悻而歸。



逢周一見報

蝴蝶苗寨

有「鐵將軍」把門。我們沿着窄窄的石階往山上走，穿行在菜地之間，欣賞山樹林泉的本來面目，盡享冬日幽靜。快下山時，村民開始生火做飯了。劈柴燃出的薄煙從屋頂彌散，霧籠半空，山色沉黛。這些年，「煙火氣」這三個字廣受追捧。而真正的煙火氣是有層次感、顆粒感的。

蝴蝶寨裏這煙火氣，濃淡層次就很分明，從這家屋後走到那家屋前，氣味都有細微差別，或許是火大小、柴木不同的原因。細細嗅，煙火氣裹夾着別的味道，有飯香，有油香，這是大柴灶煮飯炒菜特有的。還

出擊，每一個轉折都彷彿在催促讀者追尋下文。但換句話說，這樣的情節推進又容易趨向單一與線性。

與其糾結於「蒐集型主角」與「狩獵型主角」哪一個比較好，我認為，作者在設計情節時，更應該問自己：如此般性格的主角，他下一步會做什麼呢？

當我們足夠認識故事的角色，自然可以揣摩到他們的行動邏輯，也能讓故事在轉折之間保持合理的吸引力。在此，我們只要更好地塑造主角的性格與價值觀，便能夠找到屬於他們的一種明確的行動方式。

《駐站》

《駐站》屬於溫馨輕喜劇的格局。所謂「車站無小事」，除了維持治安，常勝的日常工作就是協助村民解決生活問題。東寨村雖然是小村落，但是環境優美，風景怡人，大部

分村民都是善良老百姓。在演員的角色之外，劇集亦交代村民養羊的經歷，令全劇增添自然生機。常勝另有一隻警犬作伴，警犬名叫依卡，機靈活潑，善解人意。作為一齣輕喜劇，《駐站》亦提醒觀眾：做人處事要學懂適應環境。

《駐站》屬於溫馨輕喜劇的格局。所謂「車站無小事」，除了維持治安，常勝的日常工作就是協助村民解決生活問題。東寨村雖然是小村落，但是環境優美，風景怡人，大部

夾着一種別處沒有的肉香，那是因為湘西人家堂屋的火坑上、廚房的灶上常掛着經受煙熏火燎之苦的臘肉。古村落裏的煙火氣就這樣絲絲縷縷地描出生活令人踏實的一面。

（湘西春節行之一）



逢周一、三、五見報

「蒐集型主角」與「狩獵型主角」不是二元，而是選擇。無論是蒐集型主角，還是狩獵型主角，各有其獨特的魅力和適用場景，作者在撰寫故事時，可以根據故事主題、節奏，以及讀者的期待來靈活運用，甚至「混着來用」這兩種主角模式。

當我們足夠認識故事的角色，自然可以揣摩到他們的行動邏輯，也能讓故事在轉折之間保持合理的吸引力。在此，我們只要更好地塑造主角的性格與價值觀，便能夠找到屬於他們的一種明確的行動方式。



逢周一、五見報

《駐站》屬於溫馨輕喜劇的格局。所謂「車站無小事」，除了維持治安，常勝的日常工作就是協助村民解決生活問題。東寨村雖然是小村落，但是環境優美，風景怡人，大部

分村民都是善良老百姓。在演員的角色之外，劇集亦交代村民養羊的經歷，令全劇增添自然生機。常勝另有一隻警犬作伴，警犬名叫依卡，機靈活潑，善解人意。作為一齣輕喜劇，《駐站》亦提醒觀眾：做人處事要學懂適應環境。



逢周一、二、三見報

合劇情之餘，也在關鍵點呈現戲劇張力。印象最深是第三幕從夢幻回到現實世界的一段大提琴獨奏，配合宋帝轉為宋市長道出無奈：「如此危機關頭，有誰願意問自己的良心？……不要做夢了。」也為第四幕阿茜明白救國不是夢鋪路：「終找到自我！」

音樂方面，由江駿傑作、編曲配



逢周一見報

挨凍要趁早

第九屆亞冬會正在哈爾濱舉辦。一位已經退休但還未去過黑龍江的尊長計劃到東北去看冰滑雪，結果剛到北京歇腳半天，便受不了零下五攝氏度的低溫，被凍得瑟瑟發抖。想到東北現在接近零下二十攝氏度，比北京還要冷，暗付身體吃不消，他便打道回府，又返回了南方。

人在年輕的時候，身體的各項機能都還正常，挨得了餓，抗得了凍。到了年老，身體適應力逐漸下降，其中最是不受得了冷。而冬季的東北寒風刺骨，上了年紀的老人去那裏，大多很難適應冰天雪地的寒冷環境。

東北有句順口溜：「小伙兒睡涼炕，全憑火力旺。」涼炕小伙子能睡，老人去睡就是找罪受，所以睡涼炕要趁早。想要溜冰滑雪也要趁早，年輕的時候骨骼發育比較快，摔了一跤，栽了跟頭，過不了十天半月就能康復，而老人若是摔了一跤或栽了跟頭，嚴重的危及人身安全，輕者也

「北宋人」郭靖

「我叫郭靖，宋人，從小就生於亂世。北宋末年，宋廷不斷被金廷打壓，北宋兩位皇帝，被金人抓走，史稱靖康之變。」以上，是徐克執導電影《射鵰英雄傳：俠之大者》開場的旁白。對我而言，這短短二十秒，就奠定了電影必為爛片的基調。其離譜的程度，就與「抗日神劇」中的角色說「抗日戰爭已經第七個年頭了，大家再堅持一下，還有一年，我們就勝利了！」一樣。

南北宋的稱呼出自後世，生活在南宋時代的人，怎會稱之前的時代為「北宋」？南宋文人周密在《齊東野語》中提及北宋舊事時，會以「東京時」或「汴都時」來指代。南宋文人筆記《鶴林玉露》中稱北宋為「國朝全盛之際」。而更多的時候，則是用年號「慶曆、元豐間」來形容。至於「兩位皇帝，被金人抓走」如此直白得不要項上人頭的表

「北宋人」郭靖

述，也有「二聖北狩」等隱晦婉轉的詞彙來表達。但考慮到郭靖的人設，就勉為其難接受吧。即使這樣，上面的「北宋」已經足夠了，不是嗎？

這麼大的投資，這麼多人的劇組，我實在無法相信所有人都沒有發現這劇本第一頁就存在的問題。還是編劇、導演實在太「照顧」觀眾的知識水平，以為寫了「汴都時」、「東京時」觀眾就會一頭霧水，茫然無措？

平心而論，「北宋人郭靖」已經是這部電影中相當微不足道的「槽點」了，曾經的徐克，何時才能回來？



逢周一、三見報