



聞是故人來

炮火連天，上海被解放軍團圍住，國民黨大勢已去，蔣介石率部逃往台灣。千鈞一髮之際，駛往台灣的戰艦太康號竟然停在吳淞口，不為戰情，而是為等一個姑娘。這個姑娘是蔣介石陶希聖的愛女陶琴薰。女孩沒有來，軍艦離開了碼頭，陶希聖含淚揮別，自此天涯一方。這不是電影鏡頭，是真實史實。

陶琴薰離別了父親和弟妹留在了大陸，與沈鈞儒的堂弟沈蘇儒結婚生子。直到昨天，我才知道陶琴薰的大兒子沈寧，曾經是我的同學。嚴格說不能算同學，因為不是一所學校，也不是插友，不在一個村子，應該說是團友。

1971年，在周恩來倡議下，延安地區知青組成赴京匯報團，分為講用組、演出組、展覽組。在數千知青中選出100人，也算是千裏挑一。我是演出組一員，不是特別會唱會跳，節目中唯一的小話劇是我寫的。樂隊有十幾人，有個小提琴手，高大，緘默少言，從來不與人過多攀談，總是一副謙謙君子的儒雅，笑容裏腰板挺直，為人有禮。

匯報團紀律嚴明，尤其是雖有本事但出身不好的成員，特別受監管。記得一個姓沈的女幹部來自公安系統，整天把這種人當特務看待。

匯報團結束在1972年，鳥散各

歸林，沈寧被延安歌舞團留用，後來又被陝西歌舞團選中，因出身不好未被錄用。1978年恢復高考，沈寧成績名列前茅，又因出身不好不被北大錄取，但因文筆出眾，進了西北大學。

1987年7月的一天，對沈寧來說終生難忘。那一天，陶希聖從台灣飛抵三藩市。原本沈寧三兄妹是要去台灣看外祖父的，因故未能成行。鬚髮皆白90歲高齡的陶希聖飛來美國，在機場，從未謀面的祖孫相見。沈寧跪在老人面前淚水滿面，分隔數十年終於得以相見，遠在天上的母親應該看得見。

沈寧1983年留學美國，1986年開始在美國《僑報》發表文章，30多年先後出版了《美國五十年》、《一個家族記憶中的政要名流》、《淚血塵煙》、《刀口上的家族》等許多著作，多次獲獎。最讓我驚撼的是，他竟然在美國聯邦空軍軍官學校任教。他寫的《美軍教官筆記》再現了美國空軍學院鮮為人知的生活內幕，精神風貌，風紀戒律，美國人對中國文化的理解，是了解美國軍事文化的獨特視角。

沈寧通過微信發來他的許多文章。他說：「我的父母兩系家族一直處於中國百年間歷史事件的漩渦之中，濃縮着中國近代史，所以值得記錄和閱讀。」感謝沈寧的忠實記錄，使我們和後代得以閱讀，得以回望。



白帶異常

最近有很多女性小至幾歲，大至七十幾歲因為覺得白帶異常而求診。她們擔心發炎、性病，甚至癌症。

正常的女士下身有白帶分泌。青春前期或收經後的因為女性荷爾蒙不足，而分泌的白帶比較黏稠、微黃，沒有臭味是正常的。小朋友不需要特別醫治，更年期後荷爾蒙不足引致的萎縮性陰道炎可以用荷爾蒙藥膏醫治，但一定要經醫生處方並要檢查乳房和婦科沒有問題才可以用。

而且使用的紙巾要比比較柔軟，不要擦傷黏膜和皮膚引致損傷和痛楚。

如果小孩子白帶太多，而有臭味的話要問清楚她有沒有放一些異物進入陰道，以前有小朋友將糖紙、膠擦等物件放入陰道引致發炎而分泌很臭的液體。另外要詳細和很技巧地問她們有沒有接觸「禽獸」。醫生可以經過檢查而找出原因。

青春前期或收經之前會有一些透明無臭如雞蛋清一樣的分泌物尤其是排卵期會增加分量，有時在兩次月經中間排卵期有一兩天粉紅色屬於正常。

但如果以下情況就應該要找醫生驗清楚是什麼問題：

豆腐渣或芝士樣的白帶：非常痕癢。這可能是念珠菌性陰道炎。特別是見於經期前幾天，懷孕，糖尿病人，用類固醇或免疫抑制劑的人士。正常的人，陰道有一些正常的細菌和酵母菌互相制衡達到內環境平衡，但如果用了抗生素或陰道盥洗液將好的細菌殺死了，念珠菌就會生長而引致接近陰道炎。所以不要動不動就濫用抗生素。如果經常復發就要找出原因改善生活習慣，例如減少糖分食物，驗有沒有糖尿病，不要穿一些不透氣的尼龍或牛仔褲。現在有些醫治真菌的特效藥效果很好。

如果有一些黃綠色，有泡和臭味的分泌物，要向醫生求診，取一些分泌物化驗，看看有沒有細菌、滴蟲，甚至其他一些性接觸傳染的病。如果是性接觸傳染的病一定要連性伴侶、性伴侶的其他伴侶一齊治療，否則難以斷尾。

如果非月經期間，又或者收經一年後出現血性陰道分泌物一定要找醫生看清楚是不是有子宮頸癌、子宮頸病變，子宮內膜癌等，切記。

所以異常陰道分泌物一定要找醫生檢查清楚。



《王冠》戴卓爾夫人的語錄

最近看英國人氣電視劇《王冠》(The Crown)，第四季最新劇情講述當時英國首位女首相戴卓爾夫人(Margaret Thatcher)在剛擔任英國首相時和身後的內閣成員甚至王室格格不入。我看完，覺得自己實在是感同身受。

面對內閣成員，她在戲中的對白是：「我真希望可以早點的時候就把他們炒魷魚。」面對王室，她的對白是：「我真不明白我在這裏和這些人一起在做什麼？有什麼意義？」

在戲中，戴卓爾夫人在格格不入的情況下，依然展示出堅毅不屈的精神狀態。在全男班的內閣，她其實明顯不被其中一些下屬尊重。在王室，成員們更是取笑她完全不入流。不懂得穿合適服裝，不懂得做一些貴族才懂得的戶外活動，滿腦子裏都是工作，完全不懂得休閒和生活。

我自覺自己其實也是個工作狂。而我在求學時段在一些比較所謂貴族的地方讀書，在自己身邊的一些朋友裏面，我算是家境比較一般的。但這些同病相憐的點，不是重點，重點是，我覺得我

會做得比戴卓爾夫人在戲中還更好：我會很自豪我的不同。

社會上依然太過講究入流、合群。但幾乎大部分職涯中獲得成功例子都不是靠合群或入流便可以取得的。

如果我是戴卓爾夫人的話，我會很慶幸自己是不一樣的人，時刻提醒自己，自己就正正是因為這樣，才能走到這一步，名留青史。眾人皆醉我獨醒的感覺，對某些人來說，是悲哀，但對我來說，是機遇，是難得的機會。

據說以色列情報局有個機制，叫第十一。第十一人的意思，就是當十個人都有同一樣意見的時候，那麼第十一人務必擔當起反向意見的角色。我一直覺得很有意思。我自己也是遵循這個道理，一直希望給自己找個這樣的角色。如果讀者是在戴卓爾夫人的情況的話，想必大部分人會覺得超尷尬、超不舒服。戴卓爾夫人是覺得舒服，又或者說她面對敵人，從容不迫。而我呢，甚至覺得敵對的聲音讓我更能大展身手。

這是三個不同的程度，不同層次的心態，大家懂嗎？你又會選擇哪一個心態呢？



回憶的味道

三聯出版社即將推出廣告行專、美術指導、作家……集多種身份文化人；司徒衛鏞(William Szeto)過去在facebook與朋友分享的精彩文章，結集《回憶的味道》。

單標題經已引人入勝：集體回憶的味道……豉油西餐的前世今生、本地法國菜是否多嗜魚、鹹魚盛載回憶的味道、老粵菜打動後所廣司、四層瘦肉三層肥、你的蜜糖我的砒霜、一圈一圈吉雷圈、三藩市散包情意結、會走路的橄欖樹、被誤導了的山葵、一夜干是否一夜乾、茶漬飯溫暖寂寞的心靈、手撕枕頭包、每人都找自己的深夜食堂、鴛鴦的溝飲文化……還有瀟灑綿綿思憶、母親情懷，讀來眼泛霧氣露水的結語：這麼遠，那麼近，美味暖我心？

共二十一篇以至貼地的文字、平實的告白，引領分享者進入一片與飲食相連的世界，卻不全屬流行名師、名店、名菜的星級享受；感人至深全繫深情、心聲。每每讀來心底泛起陣陣與食相連高高低低起伏波瀾，哪裏吃到了？共誰吃過？吃過什麼東西已茫然，那刻情緒的記憶卻不離不棄鐵證如山。

好文章便應如此，讀來教你心情起伏跌宕，腦袋忽爾跳躍，飛奔落筆回應將古井噴火山，微波轉熔岩；Szeto 二十一章任何一章都奉送上述的能量。

「鴛鴦的溝飲文化」首先打動筆者心擊的混血食制，經歷過去五百年大海航行，殖民洗禮、移民遍植；除卻偏遠地域，沿海地區尤甚；生活習慣、方言俚語、飲食習慣漸次與舊世界出現明顯的距離；不過數十年而已，上世紀八十年代之前，神州大地十億華人對香港至道地，至普通的菠蘿包、雞尾包、墨西哥包、腸仔包、西多士、奶茶、鴛鴦奶茶、華田、Hortick……聞所未聞；蛋撻、葡撻、椰撻、鮮奶撻、雞批全皆空白。

那些年的港人幸運，伴隨以上各式小食卻是地老天荒雲吞麵(還是蝦多肉少)、牛腩麵、街邊牛雜炸大腸、煲仔飯、叉燒包、蝦腸牛腸叉腸炸兩、艇仔粥及第粥明火白粥、打冷魚飯、珠江橋牌罐頭豆豉鯪魚、大白兔叮叮糖……

(未完待續)



自創雞蛋沙律三文治，大學時期午餐味道之日常。 作者供圖



范舉

冠疫情冬季將會在世界各地和香港爆發。美國的情況令人憂慮，一天新確診個案達到了17萬宗，許多州醫院的深切治療部出現了人滿之患，不能再接收新來的患者。香港的不明源頭個案也在上升，隱形的傳播鏈條在社區存在，大埔區、元朗區、尼泊爾和南亞裔社區都出現了高傳播率。根據港大的病毒株的基因排序，香港居民最近的個案，都呈現了和尼泊爾傳染的病毒株雷同，而不是7月初本港原有的基因排序。

尼泊爾、印度飛來香港的航班上，上飛機時出示了數碼檢測證明呈現陰性的乘客，抵達香港時，都檢驗出了陽性。這說明了有關的飛機場，有人兜售假核酸檢測證明謀利。尼泊爾飛港的航班，一班飛機居然有十多名乘客確診，香港政府已經勒令尼泊爾航空公司停飛香港14天。

尼泊爾和印度的檢測力量和醫療設施不足，而且一旦確診，入住醫院，醫療費用相當昂貴，香港卻來者不拒，有足夠的床位醫治確診患者。理論上，所有外國人都要繳交昂貴的留醫費用，實際上的操作，所有外國患者出院的時候都不會付款，拍拍屁股就鬆人，特區的醫管局也不積極追討，並且不會訴諸法庭。所以，香港的「醫疫天堂」美譽，不脛而走，使用假證明來港的患者絡繹不絕。

最奇怪的是，特區政府對於外國的領事館職員，採取了豁免停留在機場等候檢查結果的做法，只要領事館執行點對點的交通安排，有關職員就可以直接回到自己家裏隔離，結果，尼泊爾、印度、美國的領事館職員，回到家裏都轉為陽性，實際上，他們在等候檢測結果的期間，都有外出購物和用

新冠疫情冬季料會新爆發

冠疫情冬季將會在世界各地和香港爆發。美國的情況令人憂慮，一天新確診個案達到了17萬宗，許多州醫院的深切治療部出現了人滿之患，不能再接收新來的患者。香港的不明源頭個案也在上升，隱形的傳播鏈條在社區存在，大埔區、元朗區、尼泊爾和南亞裔社區都出現了高傳播率。根據港大的病毒株的基因排序，香港居民最近的個案，都呈現了和尼泊爾傳染的病毒株雷同，而不是7月初本港原有的基因排序。

尼泊爾、印度飛來香港的航班上，上飛機時出示了數碼檢測證明呈現陰性的乘客，抵達香港時，都檢驗出了陽性。這說明了有關的飛機場，有人兜售假核酸檢測證明謀利。尼泊爾飛港的航班，一班飛機居然有十多名乘客確診，香港政府已經勒令尼泊爾航空公司停飛香港14天。

尼泊爾和印度的檢測力量和醫療設施不足，而且一旦確診，入住醫院，醫療費用相當昂貴，香港卻來者不拒，有足夠的床位醫治確診患者。理論上，所有外國人都要繳交昂貴的留醫費用，實際上的操作，所有外國患者出院的時候都不會付款，拍拍屁股就鬆人，特區的醫管局也不積極追討，並且不會訴諸法庭。所以，香港的「醫疫天堂」美譽，不脛而走，使用假證明來港的患者絡繹不絕。

最奇怪的是，特區政府對於外國的領事館職員，採取了豁免停留在機場等候檢查結果的做法，只要領事館執行點對點的交通安排，有關職員就可以直接回到自己家裏隔離，結果，尼泊爾、印度、美國的領事館職員，回到家裏都轉為陽性，實際上，他們在等候檢測結果的期間，都有外出購物和用

膳，形成了隱形的傳播鏈。香港遲遲不能清零，機場的缺口未能堵塞，是一個巨大的隱患。外國航空公司的機組人員，飛行於美國和歐洲的高危地區，來港也不需要隔離14天，特區政府允許他們前往市區的酒店居住，表面上不准外出，實際上沒有監管措施，機組不少人從香港東涌乘坐的士前往旺角，都會遊覽商場購物和用膳，對的士司機和商場的服務員傳播病毒。

另一種情況就是高危地區前來香港的貨運飛機的機師和機組人員，染上疾病的風險甚高，也一樣可以得到豁免的安排進入市區。還有一個巨大漏洞，修理飛機的香港機場地勤人員，每一班飛機到港，都要進入駕駛室與機組人員交談，了解飛機需要維修的具體項目，往往因此染上新冠病毒。

貨運飛機運輸來高價歐美的牛肉、海鮮和水果，其外包裝都有機會散播新冠病毒。由於香港的豬肉價格出奇昂貴，造成了最近凍肉店舖如雨后春筍，出現在各區街市的附近，這也增加了不明源頭的疫病個案。買菜的多數是老人家，免疫能力普遍偏低，很可能選購的時候用手接觸了牛肉、海鮮和水果的外包裝，因此中招。特區政府的衛生部門居然毫無對策，中門大開。

根據國際實假檢測證明的行情，每售賣出一張假證明，獲利1,300港元到2,700港元，利潤如此豐厚，所以加入者絡繹不絕。特區政府如果沒有採用雙重的檢測系統或者軟件，將難以辨別檢測假證明。世界各國已經利用5G和人工智能新科技，實現了政府辦公工作的智能化，並且大量投資於流動互聯網和電子信息的基礎建設，但香港特區政府對於智能化公務建設，一向慢了一拍，遠遠落後於新加坡和內地。

從今年7月開始，歐洲和美洲的病毒已經出

現變異，更容易通過空氣傳播，餐館、酒吧、選舉公共集會，當人們除下口罩，便很容易感染病毒，傳播的速度加快了。根據統計，病毒殺死宿主的毒性降低了，但是，生存在人體的時間卻延長了，有些長達40天，才會由潛伏期轉入患病期，許多病人成了隱形的帶菌者，而且含菌量指數高達40。新冠疫情爆發第二波，許多病人沒有發燒、咳嗽症狀，導致了無源頭個案增加。香港一名病人最多傳染4人，有慢性疾病的病人，感染了新冠病毒，血液變得非常濃稠，導致腦中風或者抑鬱症，或者內臟衰竭的現象。不少年輕人經過5天到7天，靠着本身的抗疫病能力，自行痊癒。但是其抗體很快消失，有些能夠維持6個月，有些兩三個月後就沒有抗體。這反映了病毒更加容易在人類中間傳播，傳染能力的基因增加了。這種趨勢令人憂慮。歐洲和美國的政治家，都把希望寄託在疫苗可以在今年冬季投入使用，但是，究竟這些疫苗的抗體有效期，是3個月，或者是一年？誰也說不出來。這就使得人類跌落了個陷阱裏，十萬個人接種了疫苗，有百分之九十可以一年之內產生免疫效果。但有百分之十的人，3個月內就失效了，這些人以為自己百毒不侵，結果成為危險的隱形傳播者。

冬季已經來臨，北半球緯度30度以上的地區，低溫時已經降低到了攝氏12度到零度，讓新冠病毒生存環境變得更長期，變異的速度更快。這正是美國和歐洲第三波大爆發的重要原因。流行性感冒和其他的呼吸道疾病與新冠肺炎病毒重疊起來，患者如果同時患上兩種疾病，藥物的功效便會下降，死亡率會增加。政客過度地宣傳疫苗的利好訊息，使得年輕人持有疫苗不怕染上疫病，其惡果很快就會暴露出來。

抗疫疲勞

疫情又再反彈，沒完沒了，很多人都在擔心第四波快將來臨。所以，今年出現了一個詞彙，叫做「抗疫疲勞」。這種疲勞可以分為身體和心靈。

身體方面，自疫情開始爆發之後，人人出外返家後都多了很多工夫要做——全身消毒。不但從頭至腳都要消毒，連所有擺在家中的物品也要消毒。我家通常都是一星期購物一次，可以想像每次購物後，都會捧着一堆物品返家。我單是拿着噴霧器在所有物品上噴上消毒藥水已經令手腕和手臂累壞。

平時有些衣物不需要每天清洗，現在即使到超級市場購物返家後也要將全身衣物放進洗衣機內，你說是否因此而多做了很多洗、晾、熨和放的工夫？我住在郊區還好，有些住在人煙稠密市區的人更要每天將寓所清洗或消毒，怎不累壞？

精神上的疲勞對於住在蝸居的市民更是難以忍受。由於普遍香港市民的居住空間不像外國那樣寬敞，全家人經常同時聚在一起並不太舒服，所以大家都習慣往街外跑。即使獨居的人也表示不想獨自住在小小的家中對着四面牆壁，在放假時亦愛到街上逛。另外，由於很多人家中沒有開火煮食的習慣或設施，所以一天三餐都只可以到食肆進餐。香港的餐館為何總是多如雨後春筍，相信這是其中一個解釋。

可是，疫情嚴重的時候，很多市民都被迫留在家中，與家人困在小小的空間。可想而知，大家的生活習慣都改變了，生活空間也變小了，可是摩擦卻因此而增加。據說多了夫婦和同居伴侶因此而分手，家庭暴力事件的數字也上升。

這個疫症在家庭面倒給了我們一個機會好好反思與家人相處的心態和方式。電視劇常常說「一家人最重要是齊齊整整的在一起」，原來當一家人真的常常聚在一起時卻是另一回事。所謂聚在一起的意思，並非除了工作之外便一起留在家中，而是大家平平安安地各自有自己的生活，但始終以家為維繫家中成員的根基。

香港人最愛旅遊，即使只有三四天假期也會飛到鄰近的城市充電。這一年內，由於疫情關係，飛出和飛入兩地都要分別隔離14天，相信很少人會去旅遊了。「旅遊黨」都在咬那些一年最少飛到外地4次的香港人哩！往年這個時候已經

有很多香港人趁着是旅遊淡季，機票和酒店都便宜，紛紛往外飛。另一方面，香港現在正是天氣最佳的時候，每年很多移居外地的人都在此時返港探親。過去每逢10月至12月，我都應該不暇從外地回來的親友，曾經在兩個月內接待七批回港省親的親友，身心和荷包俱疲。今年的天空多寂寞，少了無數往返的飛機劃破長空了。大家都被迫困在小小的城市或者家中，心靈上都疲勞。

年輕的一輩恃着身體健壯，還可以繼續外出。由於新冠肺炎對長者最不利，所以年長的市民都不敢外出。我有一位長者朋友除了到醫院覆診之外，今年都不踏足寓所一步。平時她經常到茶樓與大批朋友喝茶，又愛到劇院看各式表演，現在她連親人也見不到。一方面擔心自己會被感染；另一方面又要適應這種由熱烘烘變冷清清的生活方式，真難為了她。

很多住在護老院的長者們都不能見到家人了。他們在院內最期待的事情便是子女和親友的到訪，可是，他們的期盼落空了。沒有心靈上的寄託，他們迅即枯萎了。每天都在擔憂的思想和精神上的疲勞，到底何時才會完結呢？

