



雙減記

在《紅樓夢》的眾多版本中，有一本何冀平王府藏120回手抄本《石頭記》版本，據說是清人完整留存下來的《紅樓夢》，帶有脂批的重要版本之一，全書保留了700多條批語，其中600多條為該本獨有，稱為「蒙古王府藏本」。4月1日此書在北京舉行首發式，一個星期之後，這套印刷精美，蔚藍封面仿線裝三卷套裝，已經擺放在我的案頭，印刷字體略覺小了一點，但書中藍色的脂批清晰可見，方便閱讀。這要感謝王立平哥哥，他最早得到此書，而他第一個想起的就是我，特地從千里之外快遞而來。

說起這套書的來歷，幾乎是傳奇。2011年阿拉善蒙古王府的後人達銳女士，主動和曹雪芹學會聯繫。曹雪芹學會會長是胡耀邦之子胡德平先生。達銳女士說，欲用家藏的兩套《紅樓夢》（程甲本和善本）與會助興，以此表達對胡耀邦同志的感激之情。想不到一部《紅樓夢》珍貴版本的背後還有這樣飽含情義的故事。

達銳女士的父親是內蒙古阿拉善親王府家族，達銳的爺爺塔旺布里甲拉，俗稱「塔王」。晚清時期，塔王在北京琉璃廠遊玩，偶然見到一部手抄本《石頭記》，不惜重金購



得。據說，此書是曹雪芹家族後人，家道衰落無奈出手。曹雪芹唯一的兒子先於他而亡，賣書人是曹雪芹的什麼後人，不得而知，沒有實據可考，故而聽之任知。可幸版本是真的。

塔王去世之後，此書傳給第九代親王「達王」，達銳的父親。達王的福晉，也就是達銳的母親，是愛新覺羅羅家族中的一位才女，有學識有才學，她非常珍愛這部珍本《紅樓夢》，一直帶在身邊，家族的幾次無償捐獻，都沒捨得捐出這本《紅樓夢》。直到數十年後，受國家感召，直到紅學研究者渴望此書已久，她幾乎是無償地將這部珍藏本捐給國家圖書館。可惜達王在1968年受迫害去世，後來福晉也離開了人世。十年之後，是胡耀邦同志親自批示為達王平反。對此，達銳女士和她的家族永懷感恩之心。

一部《紅樓夢》珍本已經歷經不知多少風霜雨雪，輾轉到了收藏人手裏，還是一位貴族王爺之手，又演變出這麼多往事，《紅樓夢》真是一部奇書，凡是有牽連的都會演變出故事。

這部曾經為清代蒙古王府珍藏的《紅樓夢》（見圖），並不是蒙文。此本共120回，有很高的閱讀、欣賞、研究價值。書就在手邊，不時翻開細讀，感謝藏書人，感謝贈予人。



此山中 擦身而過即聞人

「得之我幸，失之我命。」徐志摩語：「我將在茫茫人海中，尋訪我唯一之靈魂伴侶，得之我幸；不得我命。」溫瑞安武俠作品亦書：「得之我幸，失之我命。」初唸此兩句，乃不幸被淡出天際「港龍航空」廿多年前空中刊物文章，作者台灣人，何名何姓俱忘；只記得文章背景為越南古城會安，作者前往當地尋覓故人，上面兩名句乃結尾語。

筆者記性不差，強於事件概括風景印象，卻疏懶記掛細節年份或背誦詩詞歌賦。數十年後以上文章地緣與人情都沒忘記，比較罕有，「得之我幸，失之我命」皆牢記。

有賴 Google，好些過去不明甚解諸物，上網尋找，瞬間得答案，然納悶；內容真確百分比？無論如何，一機在手將千言萬語尋個水落石出，樂趣難以言喻。

「擦身而過即聞人」，並非出自何人何書，乃朋友感觸高壽父母相繼於過去數年離世，樹倒猢猻散，眾多兄弟姐妹爭產，官司訴訟無日無之。朋友寧選居地在海外旅居地，免蹉家事濁水。



●京都鴨川旁咖啡店，筆者自拍玻璃門反映獨自的身影。

羨慕你們家，兄弟姐妹雖非一母生，父母不在，不計前嫌，仍聯繫緊密往來……在乎？即聞人！此「聞人」二字，勾起人來人往如過江之鯽，好些一度親厚，不少稱兄道弟，互道 Family；流行術語一句 Bro（兄弟）相等於先生、小姐，無所謂。

Family？家人？大可不必，想起先母多年前提過：「交往寸心知，何必上契？」

「姦人多老契」，切莫將商業社會方便「搵食」慮虛假情代入家親、友誼！

每每聽到友際間不斷互稱「家人」，即覺反胃作嘔，全皆幾十歲人，哪有隨便多吃幾頓飯即成親戚的道理？

近年「修例風波」中，眼見好些家庭朋友政見不同，即翻枱不認人。更有類似文革時期，利用政見打壓，長期表面做戲演繹朋友，心底下蘊藏長久妒忌，藉機抖動旁人群起攻擊，曾亦心寒，唯聽此「聞人」二字，真金句；人情冷暖，世態炎涼，別人不珍惜，將真心交往比喻地底泥，閣下何必苦苦相逼？

人似浪花，片刻即過，珍惜；應似飛鴻踏雪泥，泥上偶留指爪。

不珍惜；擦身而過即聞人。



發武生活 防疫不要鬆懈

新冠病毒的出現，不知不覺已經一年多，我們已經習慣了如何消毒雙手、如何保持社交距離。但面對這個全球所有人也努力面對的事情，總會有很多的遺憾出現。我曾經在這裏說過：「現在很多地方患上這個疫症的人，如果不幸離世，由進入醫院到離開這個世界，也沒有機會再與親人一起，得到他們的關心，是件非常痛心的事情。」因為患病的人其實已經很辛苦，最重要的是沒有親人在身邊的支持。雖然我知道很多醫護人員也悉心照料所有病人，但始終沒有一個親人在身邊，我覺得非常難過。

最近自己就遇上了這個事情，身在加拿大的我的父親上星期感到不適，便由我的姐夫帶他到醫院看急症，他雖然當時有點不舒服，但是一個還算健康的人，不需要任何攙扶走進醫院，而我們一家人也希望他得到醫院的悉心照顧，早日康復出院。很不幸地，當他接受治療時，已經發現身體的含氧量偏低，再深入檢測發現肺部積水，過了一天後，醫生已說我的父親腦中風，情況非常不樂觀，我們一家人只好祈求上天拯救我的父親。結果再過一天之後，父親的情況急轉直下，腦部功能完全失去，只有身體尚活着。當時我們知道這情況之後，非常心痛及難過，但我們仍然覺得父親還有一線生機，有一天總會醒過來。醫生說，我的父親已經不能活多久，還問我們意見，要不要讓他安詳地離去，晴天霹靂的提議，我們已經哭成淚人。

原來父親被證實確診變種的新冠病毒，這個病毒帶走了我的父親。我相信父親也想不到自己本來身體健康，每天注意飲食及適當地運動，結果因為新冠病毒帶走了他。不過謝謝醫院方面的安排，因為護士提議我們可以用視像的方式看一看父親。當然我們一家人也一同在世界各地拿着手機看着父親，雖然能夠看到他的樣子，但心也很痛，見他躺在病床的樣貌很辛苦，結果一星期後，還是要接受他安詳地離去。

而當天帶我父親到醫院的姐夫，第二天開始出現發燒，令到我們很擔心，過了3天之後，也被證實確診了新冠病毒。他仍然努力地面對病情，每天發高燒、肌肉酸痛，但都沒有機會到醫院接受治療，因為現在加拿大多倫多的疫情都非常嚴重，醫院已經不勝負荷，所以只是發燒的病人，是不會接受入院治療。但其實在發燒的階段，更加需要治療，因為有可能錯過了黃金時間，病情會變得更嚴重。但無論是我父親還是我的姐夫，當他們患上新冠病毒之後，我們就好像親身經歷一樣，每一刻每一秒也清楚知道他們的狀況。

文章中好像說着自己家人的事情，其實背後，我希望每位讀者們不要小看這個新冠病毒，如不幸患上的話，除身體遭受折磨之外，很可能會送上生命。就算香港現在的疫情好像緩和了不少，也不要隨便放肆到處走，或輕率對待自己的防疫工作。所以我覺得，雖然大家要上班及上學，我們沒有選擇，但其他時間還是盡可能留在家中，衷心希望大家要好好保重身體。

最後，因為父親這個事情，我深深體會得到，做香港人真的非常幸福，只要患上新冠病毒的人，就可以立刻得到入院接受適當治療，還有一群非常有經驗的醫生及護士照顧。比起一些先進的國家，他們也做不到。所以衷心向所有醫護人員致敬，辛苦你們了。



冬陽天地 認識失眠

最近很多朋友告訴我睡不好——失眠。

失眠是指難以入睡，或者中途容易醒來再難以入睡，輕微者只是一兩天，嚴重者可引致長期失眠而影響工作、學習、社交等等。失眠的原因有很多：

生理性：例如當天有特別開心憤怒的事，令到難以入睡；因為旅行去到有時差的地方日夜顛倒；有護士一個星期值夜班轉回正常的日班生理時鐘改變；睡前飲了濃茶、咖啡等含咖啡因的飲品而令到興奮，利尿、小便次數增多……

環境因素：有些人去到陌生的環境，睡陌生的床、不同高度的枕頭、床褥太硬太軟、房間不同的溫度、冷氣太熱太冷、蚊叮蟲咬、不同的光線、氣味、嘈雜的聲音都會影響睡眠。我有朋友去旅行要帶自己的枕頭，即使住五星級酒店也覺得別人的枕頭不舒服。另一朋友無論去哪裏旅行都一定帶自己的枕頭袋，不是怕人家的枕頭髒，而是聞慣自己枕頭上的氣味。有些朋友一定要避光窗簾，即使有微光透入或者些微的聲音都不能容忍，如果有人坐在附

近喧嘩、唱歌，就更慘了。

心理因素：興奮、緊張、抑鬱、焦慮等等的情緒因素，特別是最近因為疫情的關係有很多人擔心會被傳染冠狀病毒，擔心學業、工作、生意、自身或家人的健康。

身體其他疾病：任何的病變引致痛要找出原因，甲狀腺功能過高，如果晚上頻頻去廁所而不知道任何原因，必要時要查血糖、腎功能、前列腺等等。

更年期的女性可以因為荷爾蒙的不足而引致睡眠的問題：熱醒、早起、難以入睡、心情煩躁，有時半夜熱醒，出汗。

短暫的睡眠不足對身體影響不大，長期的可令精神不振會影響正常的日常生活和工作。要改善失眠的狀況千萬不要靠安眠藥，而是應該找出失眠的原因盡量放鬆自己，改善生活習慣，紓緩壓力，做適當的運動，有慢性病的要先治療慢性病、痛症等等，實在解決不了可以求助於精神科醫生或家庭醫生，中西醫有很多方法可以幫助的。最重要的是對症、對因治療。



百家廊 客家菜的來龍去脈

范舉

許多港人都認為客家菜即是東江客家菜，它與潮菜、粵菜並稱為廣東三大菜系。其實不然，客家菜有着更悠久歷史，傳遍中華大地，有着更豐富的內涵。東江客家菜僅僅是中華大地客家菜的一個支流而已。

客家人的來歷始自東漢末年的中原居民大遷徙。他們的祖先來自河南、山西等地，戰亂使得中原地區耕地大量荒廢，嚴重缺糧，當地居民無以為生，乃以難民的方式，輾轉到了福建、江西、台灣、廣東等地。客家菜有「無雞不清，無肉不鮮，無鴨不香，無肘不濃」的說法，因此，早已形成的菜餚特色乃得以保留和延續。

傳統客家菜的招牌菜有：梅菜扣肉、鹽焗雞、釀豆腐、梅乾扣肉、魚香茄子、鹹蛋炒苦瓜、酸菜炒豬肚雞湯、筍絲炒臘肉又稱「客家封肉」、排骨炆菜頭（蘿蔔）、肥湯炆筍乾、薑絲炒大腸、鴨血炒韭菜、豬肺鳳梨炒木耳、客家鹹雞、客家鹹豬肉、客家菜脯蛋、客家紅麵五花肉、客家鹹湯圓等等。

有一部分客家人遷徙到了四川，結果改造了四川菜，利用泡菜、辣椒、花椒八角、蔥段、薑片、蒜形成了酸菜魚和水煮肉類的菜譜。客家鹹雞進入了廣東變成了東江鹽焗雞，還配上了沙薑粉，美味絕倫。

客家的肉類烹調手法，將五花肉先醃再蒸，然後再油炸，不僅肉能入味，而且口感外酥內嫩，風味十足。處理鴨和鵝也是一樣，必然經過蒸和油炸的程序，加入了辣椒、花椒八角、蔥段、薑片、蒜的香味，然後再進行慢火炆的過程。

客家人非常重視讀書求功名，男人在家

的時候，全力讀書，女人則下田耕作，擔負體力勞動，而且負責家務，真正地頂起了一邊天。所以客家菜的一個流派，就是文人菜。文天祥也是客家人，中國文學家大辭典說：「文天祥，江西吉水人」，即今天的吉安縣，這裏和江西贛南地區，居住了大量的客家人，然後沿着贛江、寧江、梅江流域以及南方各省的山區。他們在那裏披荊斬棘，開山造田，落地生根。贛南地區愛吃文山雞丁，其來源是文天祥擔任贛州知州，設宴時候製作的竹筍炒雞丁。

到了清朝的時候，贛州戴衢亨高中了狀元，原來是他為了祈求能夠金榜題名，考試之前吃了荷葉包着排骨和米粉煮蒸的菜餚，所以叫做狀元菜。

現代人過生日，要吃伊麵。原來伊麵也是客家的猛人發明的。清朝嘉慶年間，客家人伊秉綏出生在福建的汀州地區，出任惠州太守，其間結識了另一名學問甚高大名鼎鼎的客家人宋湘，兩人合作辦起了豐湖書院培養了大量人才。太守公務繁忙，但喜歡收集文人雅士到他的家裏舉行雅集，飲酒唱和，通宵不散。感覺到肚飢，就要吃夜宵。家中的廚師悄悄地訴苦，人數太多了，沒有一個小時，不可能把夜宵弄上桌。伊秉綏走入了廚房，親自示範製作伊麵，其辦法是用精製的麵粉加入雞蛋和勻，然後加入清水，反覆地拉長，晾乾了，放入油鍋裏炸，至金黃色打撈起，這種炸麵可以長期儲存起來，再煮的時候，3分鐘就可以熱騰騰地搬上飯桌。

客人吃了這個伊麵，覺得非常美味，又香又軟熟，大家都上了癮。於是大家稱之為「伊府麵」，後來，伊秉綏到了杭州擔任知

府，剛剛遇上了母親的生辰，使用「伊府麵」招待官商名流，眾人吃過了一生人從未嘗試過的美味，認為這是全中國最好的壽麵，從此，「伊府麵」便在全中國的上層社會傳播開了。這是中國最早的方便麵。

廣東很少出宰相，在唐朝的時候，出了著名的宰相張九齡。他是廣東韶關曲江客家人，當時叫做韶州。唐玄宗的時候，他當上了狀元之後，又再出任宰相的高位。最初主考官認為張九齡前途光明，把自己的女兒許配給他，招為東床快婿，在婚禮之前，張九齡的父母從廣東前往長安找尋兒子，中途迷途了，張九齡派人找尋，在婚禮之前幾日，終於找到了，一家團圓，為了慶祝四喜臨門，張九齡按照客家人的風俗，決定要製作客家人的肉丸，刺碎了豬肉，然後燒紅了油鍋，加入了花生油，然後放入辣椒、花椒八角、蔥段、薑片、蒜、桂皮起鑊，立即出現了香氣四散的效果，炸好了的肉丸，加入了豉油和少許白糖，慢火地炆煮半個小時，立即變成了肉丸的烹調。這一碗有4個，張九齡稱之為「四喜丸子」。這一道私房菜，馬上傳開了，成為了唐朝最流行的菜式。到了一千多年後的今天，仍然是神州大地的名菜，許多人都不知道「四喜丸子」是客家菜。

張九齡還留下了「張九齡涼茶」，他回到故鄉韶關，患了呼吸道的傳染病，喉嚨痛楚非常，根據客家人的秘方，採用了金銀花、淡竹葉、羅漢果、甘草煮為湯劑，服用了兩次，立即恢復健康。現代人繼續服用「張九齡涼茶」，藥書裏面說具有瀉火解毒，涼血利咽的功效，可以治療咽喉部位發炎腫痛和心煩的疾病。



林作 抽水是一種文化

最近看到 ViuTV 的 193 對於 TVB 高層曾志偉評論對手的回應，我必須要說：長江後浪推前浪。

傳統來說，香港藝人們是十分慎言的——因為幾乎沒有什麼人是靠言論維生，除非是7線藝人，但如此的話也不會得到太多的關注。自從社交媒體的出現，大家就漸漸靠話題和言論去爭取曝光度。

我自己是極度支持這種模式的。因為我在英國求學，這個民族如果要說有一點讓我佩服的，就是他們極度能「吹」。講話、諷刺、抽水等都是他們的專長，而且樂此不疲。我認為這是一種文化，也是一門藝術。

193的這種直線抽擊，看得像拳賽一樣爽。首先，曾先生說對方的收視率低，只能和J2比較，題材偏門。193就說對方的節目《後生仔傾吓偈》是由老人家主持，不是給年輕人看。接下來TVB說要培養「新五虎」，他就說這是老掉牙的包裝方式。

193的路線是極度清晰的——要將對方塑造成過時的機器。這一點，明顯網民們甚至一般輿論是

同意的。他的社交媒體粉絲數量今日激增，其程度是十分誇張的，好像是全城洶湧般，甚至超越ViuTV鎮店之寶姜濤。

然後我甚至看到他和他的男子組合Error在TVB電視台門口搞笑叫囂，拍了一個節目，講如何和友台合作。

對了，友台這個詞，就是我關注的地方。193的風格，如果是TVB的人，估計絕對會被滅聲。但明顯ViuTV是容忍甚至支持他的行徑的——當然，數字不騙人，目前數字上是絕對勝出了。

這是一個劃時代的標誌，意味着未來的新言論形式。這種開放態度我看得十分開心。我從來是對和諧共處有一定保留的人。人生本來就是要競爭的。兩台之間，根本就應該存在着更直來直往的競爭態度。現在193帶起了這個風潮，其他ViuTV的人，應該要讓。點都好，在這個年代再多的實力和人氣，依然到最後不能逃避社交媒體運用的問題。話題會自己找上你。

我不認識193或他的作品。坦白講，真的是什麼電視都沒看。但社交媒體就是真正的戰場，而無疑他是個贏家。



演藝蝶影 小蝶 《尋人記》之後……

最近無綫電視的節目《尋人記》在網上有鋪天蓋地的報道和討論，是近年一個引起很多觀眾注意的電視節目。

節目未播映前，宣傳片的介紹大概是說主持人會尋找二三十多年前新聞片庫中的一些受訪者，再次訪問他們。不過，這些人物都不是知名人士，電視台也沒有留下他們的聯絡資料，所以幾位主持人便要在茫茫人海中如大海撈針般尋找他們。

我初聽到節目簡介時，對這種「無中生有」的新聞製作手法興趣不大，因為那些人物沒有代表性，亦不是普羅大眾關注的人物。若要拿人物今昔比較，我已經被十年前興起那股「那些年熱潮」弄得悶膩了。那時候，很多中年人紛紛尋找他們的小學或中學同學，在網上將舊照片和重聚照片發個不亦樂乎。一時間溫情氾濫，同時也滿足了同學的好奇心和小部分人在心裏諷刺頭目對方的陰暗心（例如：嘩，他老了這麼多……看，她的粉塗得多厚……）。因此，《尋人記》這種「找故仔來包裝」的節目並沒有引起我太大興趣。

不過，方東昇和他的拍檔近年的節目都很有創

意，可觀性亦高，所以我也粗略地看了第一集。主角是一名在廉租屋長大的小女孩「大家姐」，她現時已經是一名住在居屋的母親。我看後便猜想主持人是希望通過受訪者的成長故事，展現香港和香港人的今昔對比和價值觀的改變。我一方面覺得那是一個有誠意的節目；另一方面，人物題材仍然沒有特別吸引我。

之後，我沒有再看《尋人記》。一天，家人告訴我其中一集的故事很傷感，因為當年接受訪問的三名中學生有兩名已經離世。仍然健在的那名受訪者為了紀念兩名英年早逝的好朋友，特別要求主持人重臨他們當年接受訪問的碼頭拍攝。噢，這即是說展現香港的今昔對比並不是《尋人記》的單一主題。既然主題不同，這集的人物又有一個感人的故事，我便上網看看。

主角甫出場，我立即認出他來了。他在訪問中說他是營商的，我正是他的顧客。我看了這名東主的訪問，開始欣賞他。第一，他其實可以安排主持人到他的店錄錄影訪問，乘機宣傳他的生意。但是，他並沒有這樣做，他甚至沒有提及他是經營什麼生意，而是與主持人返回他們當年受訪時的舊地，以紀念他的兩位好朋友。

第二，他沒有任何煽情的舉動，不會催觀眾的淚。他對亡友的懷念都在心中。

第三，他的家庭背景也有點特別，他若在訪問時透露，肯定可以令自己更添色彩。不過，他同樣沒有在訪問中提及個人的事情，只是一心一意地好好紀念他的兩位摯友。

我之前與這位東主接觸時，已經喜歡他的親切友善和落落大方的態度。現在，他令我更欣賞和尊重。

《尋人記》已經掀起了一股尋人熱了。網上很多人也找到一些當年電視廣告演員的下落，有些令人驚訝。例如當年在「打波先嚟落雨」的廣告中在雨中躺在地上欣賞雨景的四眼小男孩今天竟然是一名「筋肉人」健美先生。他的一句「打波先嚟落雨」早已深入人心，成為經典金句，觀眾都對他留有印象。加上他的今昔外形對比分別甚大，可觀性甚高。

如果電視台要開拍一個富娛樂趣味的《尋人記》，廣告演員可以是一個選擇。如果想做一個嚴肅和對社會有貢獻的《尋人記》版本，紅十字會尋人服務可作參考，相信定能令大量觀眾關注和幫助有需要的人。