



雙城記 何冀平

記憶中之三處

童年友黑蠻兒發出的《大雅實記憶》，是李可染先生的長子寫的童年回憶文章。上世紀五十年代，坐落在王府井的中央美術學院，有一大批大畫家，手握乾坤筆，卻蝸居在北京城胡同裏的幾處小院裏，天地小，心胸不小，畫出多幅驚世之作，還譜寫出許多平常又不尋常的故事。

那時我們都還小，還不到記事的年齡，許多事懵懵懂懂，但對文中提到的三處地方我頗有記憶，因為都和吃有關，我從小是個「愛吃」的。一是東安市場，二是法國麵包房，三是起士林西餐廳。

本有了興趣的時候，別說書店，整個市場都拆了，百樣百趣的東安市場，變成乏味的東風商場。

其二是法國麵包房，它坐落在北京崇文門內大街路東，一個小二層樓，斜對面是同仁醫院。一樓賣自製麵包和西式蛋糕點心，還有英式肉腸、小泥腸、風乾腸、德式鵝肝腸、燻腸、火腿、俄國魚子醬，最稀罕的是有黃油、奶油、起司、酸黃瓜。樓上曾經賣過簡單的西餐和咖啡、茶。這個不大起眼的小店，北京只此一間，成了一個專賣特殊食品的特殊商店，來光顧的客人，也是特殊歷史時期的特殊群體，一群習慣或嚮往歐化生活的知識分子、藝術家、大學教授、醫生、民主黨派，住在大雅實胡同的畫家們，自然是這裏的常客。

來這裏不但買東西，還是舊相識的交際場，在落後一笑，報個平安，交談幾句，湊個約會，像一個小社會。我最喜歡樓上的西餐，大廚自製的甜品「奶油栗子粉」，栗子打成粗粉，澆上奶油汁，甜而香，百吃不厭，為了能吃到口，不惜裝病去同仁醫院看醫生。

後來此店改名叫「解放」，「法國」改為「解放」，賣的東西沒有改。之後又改名「華記」，再改名「春明」，成為幾代人的美好回憶。第三處下文再敘。



此山中 鄧達智

被黑客入侵的困擾

臉書 (facebook) 賬戶被黑客入侵衍生相應的行騙，並非老生常談，在各式實體或網絡行騙十分盛行的今天，利用fb及相關Messenger進行詐騙，原來才剛剛開始，國際黑客團夥設計的陷阱幾乎 (只是幾乎) 滴水不漏，出擊就算不是百分百成功，肯定有10%甚至20%人士不幸被騙入局。

在大眾仍未意識，媒體未曾報道，警方未提出警告；新一波透過fb行騙的劫案正在蔓延。筆者不幸，竟然成為目標。

正常情況，收到朋友透過Messenger詢問自己電話號碼並不尋常。然而仍可跟朋友在WhatsApp上交談，何故問我電話號碼呢？

立即WhatsApp她，卻不見回應……問題是這位長者朋友平常不太聯絡，遇上事情便會情緒緊張問長問短；單單一再再再三加我入她的臉書賬戶凡3次，一再詢問電話號碼無數次，習慣了，不虞有詐，透過她問我的Messenger回覆；黑客過癮了，有「魚」上釣。

隨後繁複細節無庸細品，幸運最後去到騙財階段，自己醒覺，肯定是黑客團夥在運作，立即停止對話，不幸臉書賬戶已被入侵，自己難再進入，黑客則控制了我的賬戶，以我的名字向fb朋友進行欺騙攻擊。

未能透過賬戶警告朋友，只好託其他朋友立即PO文向四方八面通告眾人。說時遲那時快，抱歉還有好些朋友透過筆者已被劫持的賬戶，被黑客入侵。

幾天下來，回應收到黑客索取電話號碼的朋友詢問，急謀奪回臉書賬戶對策，通知各方朋友，疲於奔命，心情十分難過。雖云社交平台與身旁物質全屬身外物，一再奉行「斷、捨、離」，深明人、事、物、轉頭空；畢竟經營12年，植入一定數量的朋友、照片、故事，一時間被黑客入侵、劫持、揚長而去，怎不感惑然？



●黑客入侵後，賬戶苦苦未能取回，只好另開新賬戶。 作者供圖 Tang William



冬陽天地 梁冬陽醫生

母親節

一年一度的母親節將到，很多人籌劃着怎樣為母親慶祝，我家的母親節是我的生日，由那天起我媽媽正式榮任母親，是理所當然的母親節。

在我的一生中幾位母親對我影響至深，窮我一生都難以報答她們。

未出嫁我就調皮搗蛋，人家頭出先我卻是腳出先，幸好由一位很有經驗的產科專家接生才保住我的小生命，我外婆由我出世的那天起就辭去經理職務，把我一手湊大，那個年代沒有冷氣、暖氣、熱水爐，夏天她們為我打扇，冬天一早煮好熱水給我洗臉刷牙，將我冰凍的腳放在心口上，用她的體溫溫暖着我，雖然當年才三四歲，但至今仍歷歷在目。

真是放在手上怕跌了，放在嘴裏怕融了。當我懂事後她們為了讓我能夠獨立，不要嬌生慣養，什麼事情都要我自己去做，她們對朋友的真誠，對家庭的熱愛，面對困難那種意志志力深深地影響我，令我能堅強地面對人生。她們又在背後默默地支持我，當我有需要時會義不容辭地幫我，她們不但辛辛苦苦湊大我，我的一雙兒女，還有她們的曾孫。當年我需要值夜班，所有的晚上都是由她們照顧孩子。為的是讓我好好休息、好好工作。所以我

的孩子和婆婆同太婆婆的關係比我更親……為了我們，她們可以付出一切。

我祖母的言行舉止同樣深深影響我。她教我找丈夫說要找爺爺那種，對兒女要怎樣，哪怕是帶我去街市買菜，教我不要只拿人家放在上層的菜要上下一齊買，因為一般人會將好的放在上層不好的放在中間或下層，如果將好的全買了，下層的人家就賣不出去了。我的祖母、外祖母和媽媽想去的總是別人，從小就教我易位而處，己所不欲莫施於人，幾十年的潛移默化，這也是我做醫生的宗旨，如果你是病人或病人的家人你會怎樣做，就知道我們應該為病人做什麼了。

我事業上的楷模——是馬教授和黃教授，她們作為醫者、學者對事業的熱誠，精益求精，對病人的仁心仁術，對我以及家人的關懷，雖沒有親緣關係，但我早已經視她們如家人，作為醫者當如她們那樣。

隨着年紀的增加，我深深體會到母親們並不期待我怎樣去報答她們，不是要食什麼好東西，送什麼禮物，而是我們有時間的話多些陪伴，哪怕是一個電話，拍一張相傳給她，同她談談話、逛逛街，她們已經很滿足了。

只要你用心對她們，對她們來說每天都是母親節。



百家廊 范舉

拜登望增加電動車產量壓華 自說自話

美國總統拜登4月20日以視訊連線的形式，參觀了一座新能源汽車和電池的生產中心時指出，美國有許多地方需要「追上並超越中國」，當局會作好主導未來所需要的準備，雖然現在落後於中國，但美國最終應成為全球電動大巴和汽車單一最大供應國。

但是拜登的夢想，立即遭到了美國傳媒的冷嘲熱諷。《時代雜誌》挖苦說：「目前在美國電動車還不是很普及，2020年美國成交的車輛中，僅有2%是電動。如果這個比例到5%，汽車能源轉型這件事才算真的起步。」

拜登已提出計劃斥資1,740億美元，來提高零排放大巴和汽車的產量及銷售，增加電動汽車充電站，其中包括1,000億美元的消費者購車回贈。

拜登事實上仍然推行着沒有特朗普的特朗普政策，將中國視作最大的對手，美國一定要做到「世界第一」，如果失去了「第一」，就是「失去了國家安全」，中國做什麼，美國都要有針對性的戰略壓制中國。

殊不知，有兩個領域，必然是中國遠遠勝過美國。如果要人民使用電動汽車，政府一定要協調各個方面，推動充電樁的建立和普及，如果每30公里就有一個公共的充電樁，住宅區的停車場也有充電樁，美國人民就樂意於購買電動車。

在中國，政府一聲令下，所有高速公路旁邊都設有充電樁，住宅區的公共停車場也設立了充電樁。美國則不然，每一個州都可以有獨立的政策，自行其事。老百姓自己擁有高速公路旁邊的土地，都不願意



發式生活 余宜發

了解自己的心臟

人大了，特別注重健康，所以也留意多了有關健康的資訊。

不知道什麼原因，在這一年可能疫情的關係，特別注重自己的身體狀況，就連飲食習慣也重新定義。

本人經常吃外賣的東西，一直覺得不健康，所以一有時間的話，自己會在家弄點東西吃比較健康一點。亦都因為身邊有太多人突如其來的、身體出現問題而離世，引發到我特別注意。而且近期對身體的反應也特別敏感，就算流鼻水都會緊張起來。行路快一點，又覺得自己心臟有問題，經常疑神疑鬼。當然有以上的情況，最好還是去看醫生，或者做身體檢查，就算有任何問題發生，及早醫治總好過經常胡思亂想。

就像昨晚，跟一位要好的朋友吃飯，她提及到她的父親當年就是因為心肌梗塞而離世，而且非常突然。她說：「當時父親還跟我們一起吃飯，突然之間他走到沙發坐下來，然後便離開了，事前完全沒有任何徵狀。」正因為最近聽得太多這些事情，所以我看了一些關於保護心臟的資訊，很想跟你們分享。

簡單地說一下，支持我們的生命，最重要的內臟——就是心臟，每一秒也不會休息，持續工作。可是心臟會突然絞痛的原因，是心臟的缺氧狀態。絞痛心臟的血管被堵塞，便導致氧氣沒法流通，心臟的細胞會慢慢壞死，那就是「心肌梗塞」。

想守護這個唯一重要的器官，有沒有一個好方法？原來是有的，在日本一些前線研究人員，可以令心臟強大

起來。就是有一種外形可愛的斑馬魚，游水很快，很有活力。日本有間實驗室就透過斑馬魚的基因工程研發成功超級斑馬魚的心臟，原來魚別人的心臟很相似；實驗結果出來，超級斑馬魚的心臟比普通斑馬魚較為活躍。於是我也找些有關心臟的結構來了解一下。原來在心臟的細胞內有一種叫「線粒體」的，就好像發電廠一樣，提供我們的能量，只要有充分的氧氣，他就會啟動工作。但如果血管收窄了，就等如不夠充足的氧氣通過心臟，便開始會有心絞痛的病徵出現，所以心絞痛其實已經提醒我們，心臟的血管可能出現問題了。

就好像近年經常聽到身邊的朋友說要「通波仔」，這個手術雖然今天已經發展得非常成熟，甚至是一個微創手術，但人們還是要好好保護自己的心臟，要由飲食健康開始。我相信很多讀者都清楚知道如何可以吃得健康些。其中自己有一個心得，在我十多歲開始，吃雞的時候，都不會吃雞皮，這個是避免身體吸收太多油脂而影響血管的流通。不過我相信，大家在這一年多的時間裏，已經習慣如何面對疫情，所以對自己的健康也特別注重，而且亦因為這種情況自自然然地減少外出吃飯，反而多了在家自己下廚煮東西吃，相信大家的身體都會健康起來。

不過始終自己覺得，最緊要定期檢查身體最有用。而且身體機能非常聰明，當有任何事情發生，就會發出一些訊息提示我們，最簡單就是發燒這個反應，就是告訴我們，身體已經出了點狀況，正在打仗中，還是快點去看醫生。希望大家身體健康。



作業錄 林作

贏得自己就能贏所有人

我決定，要虛張聲勢，不，是反過來，故弄玄虛，不讓鍾培生知道我的真正實力，用最廢的面目在未來幾個月展示自己，令他輕敵，到時候9月一上擂台就KO他，嚇死他。

你們會說，這豈不是此地無銀三百兩嗎？你都如此公開了你的戰術了，他現在知道了，那怎麼辦？

我會答你：「這，才是真正的高招。」

知己知彼百戰百勝。我知道我自己。我是一個極度容易理解和看穿的人。我表裏如一得很。我是完全沒有辦法說謊的。我也是一個不會作太多假設的人。認識我久不了的人，覺得我是簡單得離譜，很好預計。我也樂於做這樣的一個自己。

而我對他的了解，他是一個會想太多的人。對，想太多，最後導致自己暴躁脾氣完全揮發出來，導致面部皮膚即使三十而立依然和發育青年無異的孩子。

因此，他會很懼怕空城計。對，就是你根本不設防，他反而會想太多，不敢靠近你那種。

所以，即使我在這裏這麼講出來，我會說，他只會有更多的想像空間，導致壓力過大，面部皮膚變得更破爛不堪。

或許，林作根本就只有這麼多能耐。你在媒體裏，他的社交媒體，他身邊一些人看完講出來的，就是

他的所有。

或許，林作根本是深藏不露，故意每次擺上網的都是些假的、隨便練下拳的片段，這也是為什麼他的訓練片段幾乎從來不上載的原因，而鍾培生卻是不斷上載他的「威水」片段。

有趣的是，我從來沒有看過他目前訓練的片。我是個出名不做資料搜集的人。我的對手，只是我自己。我贏得了自己就能贏所有人。很多朋友講他的話，我真的完全沒有理會。

或許，林作真的在每日練3小時拳，練足每個禮拜7天。

或許，林作根本每天只是跟師父吃火鍋，風花雪月，忙着保險工作，得閒才繼續回歸業餘聯賽足球場。

又或許，一切都是真的。林作既不是如此不堪，也不是暗藏著太多的實力。既不是只顧着打拳，也不是忙着生意——他是無窮無盡地同時做這個、做那個，每天忙得不亦樂乎。

都無所謂。因為我相信他不會看到這篇文章，也不會有人轉告他。

我只知道，我從來不在乎其他人怎麼看，也從來不設計太多如何展現自己在別人面前。

比起其他人的算計、策謀，我這種隨心所欲的坦蕩蕩，是最舒服得來又得人心的。



演藝蝶影 小蝶

第93屆奧斯卡金像獎頒獎禮的得獎名單公布了，獲得最佳男主角獎項的是老牌荷里活明星安東尼鶴健士 (Anthony Hopkins)。他憑《爸爸可否不要老》(The Father) 一片再次奪得影帝榮銜，並且成為該頒獎禮有史以來年紀最大的最佳男主角獎項得主。

能夠令安東尼鶴健士重登奧斯卡金像獎影帝寶座，首要條件自然是他的爐火純青的演技。不過，還有兩種優勢都是助送他上頒獎台 (雖然他沒有出席頒獎禮) 的原因。首先，奧斯卡對資深演員特別尊重，而飾演有缺陷或弱勢社群人士的角色也是最討評審的歡心。這次安東尼鶴健士以83歲之齡扮演一位患上失智症的父親，加上其精湛的演技，小金人獎座自然是手到拿來。可惜當美國這邊廂宣布他獲獎時，他卻在威爾斯那邊廂的睡床中尋好夢，未能即時感受自己的名字被讀出那一刻的喜悅。

安東尼鶴健士在片中飾演退休工程師安東尼。從背景看來，安東尼的經濟環境頗富裕。他的家既寬敞又有品味，在倫敦擁有這樣的寓所，證明他是經濟能力甚佳的銀髮一族。

影片的第一幕，觀眾從安東尼與女兒安妮的

允許安裝充電樁。美國生產的電動車價格高昂，因為人工成本太高了。推動電動車普及立即觸礁了。

中國正在全力發展綠色經濟，即是要發展新的可再生能源，減少使用化石燃料，中國大力發展了太陽能發電、風力發電、水力發電、潮汐發電，並且安排了私人的光伏發電，可以上國家的電網，國家發電白天的收費比較高一些，半夜裏的收費非常便宜。如果老百姓的家裏有蓄電池，半夜裏的時段充滿了電，白天可以賣給國家的供電網絡。人工智能的電流流向和價格計算，自動感應器都可以作出記錄，再沒有人工抄錶的麻煩。美國國務卿布林肯在4月份馬里蘭州發表關於氣候問題的演講指出，美國的可再生能源領域「已經落後中國」，「如果我們不能領導可再生能源革命，美國恐怕不能在和中國的長期戰略競爭中獲勝。」

美國想超越中國，還有一個條件限制，就是美國的天然礦床中，欠缺電池所需要的金屬鈷礦、稀土金屬，這都是生產電動汽車的主要原材料。而這方面，中國的新型電動車電池及其原料，佔了世界的七成產量。

中國電動車製造工業已經出現了3個模式齊頭並進的局面。第一個模式，開放內地市場，吸引歐洲國家來中國設廠，生產電動汽車。吉利與瑞典富豪汽車的深度合作帶來了世界一流的造車技術，「極氫001」也正式面世了。這款汽車輪跑外觀很有動感，搭載全景天幕頂棚，百公里加速最快達到3.8秒，超長續航版NEDC續航可達712km。該車補貼後售價28.1萬元人民幣，達到又平又靚的地步，美國電動車根本無法競爭。接

着，德國的平治和寶馬汽車，也會發展高質量的電動汽車。第二個模式，中國發展自己特色的電動汽車，蔚來汽車將頂尖的硬體安裝在汽車上，並能通過遠程OTA的方式升級汽車的智慧駕駛技術，蔚來的NIO Pilot自動駕駛輔助系統搭載了全球領先的Mobileye EyeQ4自動駕駛晶片，擁有1個目前前攝像頭，4個環視攝像頭，5個毫米波雷達，12個超聲波雷達和1個監控駕駛員注意力的車內攝像頭，駕駛輔助達到L2+級別。最大的特色，蔚來在經營模式進行了創新，車主買入之後，需要充電，蔚來在全國範圍提供抽屜式的充好了電的電池，保證汽車的續航力覆蓋全中國。此外還可以享受到了隨時更換汽車電池的服務，直到電動汽車的引擎報銷為止。這對於買車者極具吸引力。因為更換一個汽車電池其電池成本差不多達18萬元人民幣。而且電池的科學技術不斷進步，將來可以換到更新型的電池，等於是汽車不斷升級和升值。

第三個模式，就是比亞迪全力發展電動和柴油發動二合一的汽車，極速地佔領市場，比亞迪還全力發展刀片式的最新型電池，續航力高達600公里，充電兩個小時，上下班族一星期不用再充電。比亞迪新的電池是世界上最安全的汽車電池，汽車碰撞的時候，不會起火，更不會爆炸。而美國的電動車卻有這個毛病。比亞迪更加高調宣布，向所有的外國同行供應這種最安全的電池，光是出售刀片式的電池，已經站在戰略制高點，將來擁更多的資金，去研究發展新的能源電池，例如氫能電池。

換句話說，中國已經準備好了在3個領域智取領先地位，與美國電動車進行競爭。

失智的老爸

是一名陌生女子……看到這兒，我們也同樣像安東尼一樣，被弄糊塗了吧？

電影的照明調子灰暗，配樂富懸疑感覺，觀眾看了兩幕之後，開始懷疑這個寓所內是否正在醞釀一項陰謀，不知是誰「安妮」和真「保羅」，亦不知道心懷不軌的假「安妮」和假「保羅」究竟會對老人家有什麼企圖，開始為他擔憂。

愈看下去，發現事情愈來愈混亂和怪異，亦令安東尼愈來愈惶恐不安……謎底終於揭開了，沒有陰謀或驚悚，原來安東尼患了失智症，觀眾看到的其實是在他腦海中出現的情景。他早已住在護老院內，需要護士照顧。

原來患了失智症的病人在腦海中的所「見」所想是這樣的，難怪他們常常覺得有人偷他們的東西或對他們不利，往往處於惶惑難安的狀態之中。

此片英文名字是《The Father》，如果直譯《父親》，可以保留故事的懸疑味道。可是，中文名字改為《爸爸可否不要老》，立即打破觀眾的所有想像，直接地告訴你這是一個關於老去的父親的故事，失去了看電影時猜想的趣味。