



雙收成記 何冀平

遷移是一種精神

人都有理想，不論貧富長幼。筆者當年在延安地區插隊務農，整天腦裏打轉的是兩個「理想」，一個是夢想，一個是幻想。夢想是「招工」，由農民變成工人。那年代有一段時間號召全民備戰，準備打仗，具體和誰打，打誰，老百姓都搞不太清楚。老百姓要做的是響應號召「深挖洞，廣積糧」，家家戶戶的院子都要挖地道，其實就是地洞，能防核彈還是防炸彈，誰也不知道。再一個是遷移，重要的工廠，如做戰備的，做重型設備的，要從中原、城市遷往三線地區，三線是有大山做屏障，像四川西南等內陸地區。一同落戶做農民的同伴，有些被選中成為工人，離開農村到工廠去了。

再說幻想。我愛讀書，幻想就是上大學，到西安上西安交大。那年月上大學不用考試，出身好佔80分，表現好佔20分，加起來就是滿分，從農民變成大學生，一步登天，上大學讀交大，對於我這種沒資格的人，只能是幻想，是連做夢都夢不到的幻覺。西安交大曾經是我想象中的天堂。

近日為朋友幫忙，接觸到西安交大，原來，我日思夜想的西安交大，1955年從上海遷移到西安。1920年直皖戰爭後，新雲鵬重組內閣，全國推興



冬陽天地 梁冬陽

女性血尿

有些女生發現如廁時有血，馬上求診這是對的，讓醫生同你仔細檢查以確定是哪里出血以及找出原因。

如前發現有血在女性來講要看是陰道出血、尿道出血還是肛門出血。

如果小便有血，赤痛，頻頻小便的感覺，可能是尿道發炎，有些人很明顯有性行為之後而產生膀胱尿道炎，請她們留中段尿去做常規和細菌培養就可以知道有什麼細菌感染，對什麼抗生素有效，如果反覆發生尿道炎就要小心她的生活習慣是不是喜歡吃甜的東西，驗血有沒有糖尿病，要檢查是否有腎臟、輸尿管、膀胱、尿道結石甚至腫瘤。需要詳細檢查清楚。

有些可能是月經失調或者是收經後下身出血，但她們不知道血從何來只是告訴你小便有血，經詳細檢查後原來是婦科問題，可能是月經問題、子宮頸息肉、子宮或卵巢的腫瘤。生育年齡的女士一定要考慮是否和懷孕有關係。

有些老人家長期便秘，在排便時整損了肛門口的黏膜出血，要檢查是不是有痔瘡還是損傷，如果是暗紅色的血甚至於有黏液混合其中一定要做大腸鏡看看有沒有腸癌或息肉。

實業，時年39歲的葉恭綽，被特任為交通總長，主政交通部，他從晚清洋務運動中一路走來，深知鐵路交通對一個國家的重要，在他的主持下，召集著名學者教授，在上海成立交通大學。中央決定交大西遷，有支援西北和戰略意義，建成大學，發展原子能尖端專業。

交大的教授都出自名門望族，過慣了繁華的上海生活，要轉去荒涼落後陝西的大西北，孔雀尚知東南飛，這是一個重大的考驗。那時候百姓心氣高，只要上邊一個號令，不以為苦，反以為榮，拋家棄子在所不惜。被譽為「中國電機之父」的鍾兆琳，遷校時已年過花甲，領導說他可以留在上海照顧家庭，但他賣掉上海的住宅，安頓好癱瘓在床的夫人，隻身一人踏上西征之路，最年輕的教授陳學俊，和夫人帶著4個孩子，註銷上海戶口，將位於繁華地段的祖家老宅交公，一個由教授、師生員工和家屬組成的，浩浩蕩蕩的西遷隊伍，從上海徐家匯踏上西去的專列。

在唐明皇楊貴妃慶興宮的廢墟上，建起西安第一所名牌大學，如今名揚中外。

交通大學西遷而誕生的西遷精神，像紅船精神、井岡山精神、延安精神、西柏坡精神、大慶精神一樣，值得人們永遠銘記。



此山中 鄧達智

無花果之香之味

各花入各眼，各有所好……但對無花果；在下樂於做義工，推薦青皮品種。對於本地人趨之若鶩食慾表面皮相的紫色類別，也樂於批判，指出深紫色系品種，純粹外表華美，內裏質感欠缺黏綿，其甜也鈍缺乏幽香。

作為西方文明早於舊約聖經已出現的無花果，等同葡萄、杏仁，於地中海民生不斷出現，影響深遠。

嶺南氣候濕熱跟地中海剛好相反，人家冬天多雨夏天乾燥且陽光充裕日照特長，我們冬天乾燥夏天多雨潮濕，並非無花果生長的優質環境。但廣東人煲湯，湯料不缺無花果乾，另加也非本地產北杏，食材流傳地圖著實神奇！

近年地球氣候反常，華南地區夏季缺雨酷熱藍天無雲，每天12小時日照，催促無花果按照原來DNA發展條件豐碩成長，久未聞到無花果外形不規則兼大塊樹葉散發出獨特香氣，最近途經巷口，筆者栽種已逾4米多高的無花果樹在37℃日頭下曝曬多天，逼出無與倫比樹葉香氣，聞來特別悠揚。

無花果肉甜糯，卻無濃香；散發難忘香氣來自樹葉，一般人並不清楚！

那些年自國外歸來上班，至懷念便是嶺南地區不好種，來自土耳其、意大利西西里、法國南部普羅旺斯、西班牙、葡萄牙等地的樹上熟無花果。初次隨朋友到港島東南石澳泳灘，遠遠嗅到異香……躑躅細味，跟友說：這附近必有無花果樹！

循着香氣尋訪，果然在近沙灘左角一戶人家前園，種植了好大一棵無花果樹，時為9月10日，香港仍然陽光普照，濕氣漸收，讓無花果佔得一段生長好

時光，樹葉的香氣因此逼出，知情有心人得再享葉香，壓止害羞，開口問果樹主人分享樹上熟果子，以解思念之苦。某年出差澳門，客戶帶領用膳位於水坑尾，形相街坊的貼地葡萄牙菜館，除了白灼馬介休魚面珠登及多種正宗葡國菜，甜品之後，還奉上「無花果茶」；即問店主：這茶原材料自葡國飛來？還是本地栽種？

店主先小小驚訝，相信從來無人如此問過，也相信絕大部分品茶人被「無花果」3個字誤以為茶料為果，事實茶香來自無花果葉！店主笑着回答：來自本地天主教修道院，修女們種茶種果及無花果。

無花果猶如馬來西亞榴槤，必須樹上熟透始吃用，既香且甜，無奈不能久留，能摘下來即吃至佳（馬來西亞榴槤亦然，瓜熟蒂落自枝椏脫落掉下即吃），亦是市面上買到價值頗貴的舶來無花果沒有的素質；未熟透即摘下，包裝寄出，何來香氣甜味？

努力在家中天台花盆種植無花果十餘年，雖然收穫不豐，也算有成績，唯果子香甜度不足。直至鄰居讓我在巷口一角落地種下小樹，未幾快速成長，幼果慢慢冒出，長至一定大小，期待得嘗樹上熟果子，卻被途人摘下，年復年為此苦惱！

鄰居架起棚子作停車場，無花果樹被

掩蓋，可無阻繼續頑強向上吸收陽光，途人看不到，樹高也摘不得，卻讓無花果正當成熟，卻又被饞嘴兒偷吃……家務助理姐姐每天太陽升起及鳥兒覓食之前，張梯摘下，送到我的樓層窗台讓我當早餐。青綠色品種至香甜，如沒鳥兒偷吃，待至果底流出類似蜜糖果液，至成熟可口，但過去數天吃到已經貼近意大利中部素質，感恩，大喜！

作者供圖



綠皮無花果，看似平淡，特別香甜。



百家廊 范舉

尼泊爾保安員的智慧

我工作的寫字樓，有一個保安員是尼泊爾籍的，叫做旺錯拉，他很努力學習廣東話，和我們溝通得很好，大家都說：「你的廣東話80分，再學習兩年，就十全十美了。」原來，旺錯拉學習廣東話，有一個動機，就是希望回到家鄉轉行做導遊，帶香港團。他興奮地對我說：「中國正在修築鐵路由西藏通向尼泊爾，中國那一邊，要鑽一個隧道，穿過珠穆朗瑪峰，總長度超過540公里。隧道成功建成後將會讓中國和尼泊爾之間的距離拉近，推動尼泊爾的旅遊業發展，到時候會有大量中國遊客經過拉薩入境，前往日喀則，再前往加德滿都。」旺錯拉又說：「中國已經出動了直徑為16公尺的盾構，長度大概是94米，重量達到2,200噸，可以很好地完成挖掘這個540公里的隧道。隧道的名字叫做玉山隧道。隧道建成之後，中國就會將中尼鐵路延伸到尼泊爾國家。此外，中國很多便宜的輕工業品和糧食產品，也會運到加德滿都，尼泊爾人民的生活會得到巨大的改善。如果情況愈來愈好，我就會離開香港，回到尼泊爾發展我的事業。」

但是，俄羅斯和烏克蘭的衝突，弄得全世界的石油價格、電力價格、糧食價格和工業品價格大幅度上升，旺錯拉情緒也轉為悲觀了。他說：「看來，我回到尼泊爾發展的機會愈來愈渺茫了。」原來，最近尼泊爾因為物價上升，發生暴動。尼泊爾除了北面之外，東、南、西3個方向都和印度接壤，主要的燃料、藥物、糧食和肉類，都得依賴印度的供應。最近印度的通

脹率達到了百分之八，所有物價都在上升。尼泊爾的柴油價格一次漲超過16%，汽油調漲12%，許多個體戶的搬運交通工具是柴油三輪車、摩托車，如此大幅度漲價，立即導致百物騰貴，居民紛紛上街示威，並且和警方爆發激烈衝突。許多低收入人士，結果連飯都吃不飽。

尼泊爾並沒有多少工業，過去靠旅遊業維持就業率，疫情一來，遊客都沒有了，所以失業率高升。致命傷是尼泊爾最關鍵的商品，燃料、食物、肉類、日用的工業產品都要從印度進口。尼泊爾人民不得不赴海外尋求就業機會，匯入款構成該國外匯收入重要一部分，以此支持尼泊爾民間消費。不少尼泊爾人遠赴波斯灣國家、馬來西亞等地做工人，然後從海外匯款回國。一般來說，尼泊爾每年出口大約是8.24億美元；進口值卻高達99.91億美元，貿易逆差非常嚴重。最近3年，波斯灣國家、馬來西亞受到了疫症的拖累，大量減少聘用尼泊爾工人。尼泊爾外匯收入更加呈現了下降趨勢。正因如此，尼泊爾的通脹超過了百分之十，而且沒有緩和的跡象。在這種情況下更加嚇怕了投資者，看來兩三年尼泊爾也不能穩定下來，旅遊業前景更加悲觀了。旺錯拉說：「旅遊業一定要提供各種可口的食物，現在我們國家外匯如此短缺，使得旅遊區的食物吸引力大大下降了。」

俄烏衝突，已經導致了歐洲國家的通貨膨脹達到了百分之九。尼泊爾是一個小國家，沒有足夠的外匯，要購入燃油、鋼材和鋁材、牛肉和火腿，十分困難，旅遊業

很難起動。旺錯拉因此決定暫時取消回國經營旅遊業的計劃。

旺錯拉說：「尼泊爾這麼窮，貿易逆差這麼大，有些人提出太過激進的口號：『價格飆漲根本就是一樁針對人民的犯罪』。這是很不實際的。不論是什麼人上台，尼泊爾的物價一定會上漲。為什麼世界上這麼多國家的物價都在不斷上漲？如果都是政府在犯罪，通通打倒，最後吃苦的還是老百姓。」旺錯拉看得很透徹，發展中國家，特別是窮困的國家，在國際大環境的影響下，物價上升了，一定要和衷共濟，不要把自己的船弄翻了。翻船的遊戲，有害於人民，讓人民更加痛苦，不值得提倡。

旺錯拉說：「有了互聯網之後，大家可以非常自由地發表意見，而且傳播得很快很遠，愈是激進的言論，愈受到歡迎，民粹主義到處氾濫。尼泊爾很窮困，言論實在不應該如此激進。」他又說：「今天全世界到處都有火藥桶，有一些國家到處點火，到處提供可燃爆炸物品，因為他們可以從中獲利。現在應該做的事，正正是要俄羅斯和烏克蘭停火，幫助他們坐下來談判。什麼制裁，提供長距離的高度自動化的大炮、導彈發射器，其實對全世界都不利。放火的人，最後也會火燒自己。」

我想不到，香港的一個尼泊爾保安員，會對問題看得如此透徹，乃問他：「你知道的世界大事真多，究竟是怎麼知道的？」他說：「我是看香港電台轉播的中央電視台新聞節目，每晚9點到10點，都有分析世界時事的節目，多看了，就可以分清是非黑白。」



作業簿 林作

理解人性

我覺得我見人的數量，會使我將來能成大器。

起初我是毫無感覺的。2015年成為大律師後我就去競選區議會議員，當時的我還很青澀，第一次出到來社會，見到各式各樣的人，那是個學習階段。競選有個問題，就是雖然見人多，但走馬看花居多，不能說是有太多的深入接觸。

但畢竟自2015年開始，我接觸人的數量，背後代表的不同背景、年齡階段、職業，都真的很闊。

無論是之後參與的幕前活動、公開活動、我「百足咁多爪」而涉獵的範圍，真的讓我認識到許許多多不同的人。可能那個年紀比較小，我那時候不以為然，結果今日看來卻發現令我比起不少人多了一個很難得的技巧——理解人性。

我身邊的朋友喜歡嘲笑我不懂得看人。我女朋友更是經常和我對質，責怪我不懂得判斷誰是誰非。

在她眼裏，這個世界絕對是黑白的。也就是說一個人就是好，或者是壞。沒有灰色地帶，也沒有空間去探討其他任何方面。

我舉兩個例子。

首先，在我的保險工作上，我一直認為，工作表現就是工作表現，和其他方面無關。也就是說，某位同事可能在私人層面上未必是我會交的朋友，但如果表現一流，這就是你要最緊密合作的夥伴。

我之前的頭馬就是如此。我並沒有特別喜歡或欣賞他私底下的為人。但他做事最能幹的，所以我就選擇用他、依賴他、給他獎勵、鼓勵、支援。在目前階段，我也有兩位新人正在同時入職。

一位是和我私交很好的朋友，我個人頗為欣賞她的。另外一位則是我個人

可能在做朋友上未必會選擇的人，但在我看來，後者可能工作能力更強。這就是見人多的好處——經驗多，有時候看個眼神、看個在電話裏回覆的反應，都能夠感受到對方。而久而久之你會發現，工作表現才是一切。什麼關係、友情、禮儀，都不太重要。對，我就是如此目標第一的。

第二個例子，就是一樣米養百樣人的道理。

兩年多來我每天不斷見客，造就了自己真的深入聽取了許多民意的經驗——真的是各種各樣想法的人都有，而你都尊重及滿足他們需要。

最近才有一位客戶，聯絡我洽談醫療保障類的計劃。內容不多說，關鍵是她表示不明白為什麼會有人以儲蓄方式購買。而我自己表示，原本的我，和她一模一樣想法。但是正正有人會有完全相反的看法。

第一位就是我媽媽，告訴我錢拿不回来的消費型計劃都是扔錢下海的東西。我學會的是先不要批判，先聽，先了解。然後在年頭，我真的認識到一對夫婦客戶，真的是選擇要用完全儲蓄的形式去做這個保障計劃。他們告訴我，在65歲退休的時候，即使餘生有更大患病風險，但是至少可以安然得知，自己可以選擇這個時候取出這麼多年來交的保費，會讓自己更安心。

老實說，這個錢不能算很大額，而取出的機率極低——你餘下幾十年還是需要這樣的安排吧？但是他們至少有得賺，例如，他們可以取出錢來，然後此時選擇用消費型方式繼續計劃。這是有十幾年才到那個階段他們所不知道的——到底什麼方式適合自己，到時候再說。

我這位客戶聽完我故事的分享，竟然180度轉變，同意這個做法。而我，給到她好的建議，完全是因為見人多見回來的功力。



演藝彩影 小蝶

從視聽蔡和平到飲食蔡和平

疫情下，雖然與親友們住在同一城市，可是卻不再像以前般隨時可以見面。我與很多親友甚至在這3年內都沒有見到，只能靠社交媒體互通消息。

我與蔡和平（Robert）便是這樣。疫症前，我們偶爾會吃個飯，見見面，近年則只靠社交媒體問好。不過，我從臉書中仍然知道他每一天的情況。對，是每一天，因為他把他的工作情況、與什麼人見面等都圖文並茂地放在臉書上。

認識Robert的人都知道他是不會被任何東西困着的。即使在疫症最嚴重時，他還是與妻子Peggy在整個東南亞飛來飛去。乘飛機、在酒店隔離、開會都是他的日常生活，在3天內飛兩個城市對他們來說是一件很普通的事情。相信他們近年有三分一的時間是在飛機和酒店內度過，疫情並不能把這位精力無窮的視聽先鋒關着。

說Robert是視聽先鋒是一個很恰當的形容。他在1967年已經是《歡樂今宵》的創始人和監製，為香港市民每晚帶來歡笑。之後，他在上世紀七十年代監製第一屆《香港小姐》競選、麗的電視的《視聽蔡和平》

等，還有分別在九十年代和二千年代開創華娛衛視和香港互動電視，當中還有無數視聽創作，為香港的視聽娛樂添姿。

最近十年，他較少製作視聽娛樂，改而在飲食業開拓新天地。一次，他請我到添好運喝茶，告訴我他即將大力發展該食肆。沒多久，他在新加坡開了7間添好運，每天在分店門外等候都見到人龍。他更將添好運業務發展至澳洲、台灣和東南亞多國。他自此亦愛上飲食業，再作更多元化的發展，例如創立A La Bakery、甘牌燒鴨等，都是著名和高質素的食肆。我說他已由「視聽蔡和平」變成「飲食蔡和平」。

最近，Robert約我見面，告訴我他的新飲食之作。大家都知道他來自新加坡，他數年前已經告訴我他的其中一個願望是將新加坡的街頭小食文化和地道美食推廣到世界各地。這次他推出便是來自新加坡的食品——秒炒Sinstant即煮即食食品。這個名字不錯，秒有快速的意思，Sinstant則包含了英文instant立即之意，即是說迅即便可享受炒粉。

這一系列的食品包括海南咖喱雞、海南雞肉沙爹、麻辣雞煲、嫩惹豆醬燜雞、港式紅燒牛筋麵等十多種即食肉類食品；分別由新

加坡和香港兩批廚師的秘方食譜煮成——已有數十年歷史的新加坡熟食攤檔和香港的米芝蓮名廚，製造和包裝全在新加坡工場。

Robert不但對食品的質素要求甚高，更加重視食物對人體健康是否有益，貫徹他的社會責任的理念。所以，他的秒炒食品不含激素肉類。他更告訴我為了令進食時更加健康，他與健康工房合作，不但在其分店銷售秒炒，還將秒炒和健康工房的飲品配搭起來。

他說：「讓我舉一個例子，秒炒的海南咖喱雞是由新加坡紅山小販中心的鴻森咖喱飯製作的。在吃咖喱時，如果可以喝一些滋潤喉嚨的飲品，不是能夠夠喉嚨清潤生津嗎？所以我們為食客配對了蜜棗貝杏雪梨茶。」這個概念很不錯。

我家對娘惹食物特別喜歡，但這種食物在香港不算普遍，所以我連忙購買一些回家讓家人品嚐。我又問Robert秒炒有沒有清真食品，因為我的印僑愛吃清真食品。太好了，竟然有啊！Robert向我推薦了數款，我當然也買回家送給印僑。

香港人生活那麼忙碌，Robert這系列食品既可以讓你們吃到高質素食物，又能省卻烹調的繁複工序，實在太太好了。