



雙城記 何冀平

一夜光頭

還有10天就開鑼，皇后大道中的香港話劇團排練廳日日不停，台前幕後80多人共同工作，一派熱氣騰騰。一天我去看排練，突然發現部分演員，主要是飾演年輕小徒弟的，全都剃光了頭，我心頭一熱，想起35年前……

也是這樣的一天，幾乎所有演出《天下第一樓》的男演員都剃了光頭，我嚇了一跳，老演員飾演烤爐師傅羅大頭的名角韓善續，拿着當天的《北京日報》，對着我拍着光頭笑着說：「看看，這可都是為了你！」當天的報紙上有一篇文章「北京人藝一夜光頭」。

別小看剃頭髮，這在當時是一件了不起的事。當時是上世紀八十年代中，通常被稱為內地的文藝復興。經過文革10年文藝的沒落之後，又過了五六年，1977年上大學的一輩人都出了師，正是鼓足勇氣發揮能量，在舞台銀幕上展示的時候，一時間，創作多、演出多，戲多、電影多、式樣多，國外先鋒的藝術形式也蜂擁而來，演員們應接不暇，白天拍影視，晚上演話劇，要他們剃光頭濃髮，他們就不能再去拍電影、電視劇，這對他們是很大的損失。但是，參演《天下第一樓》的名角和演員，不論角色大小，沒有一個人反對或者不執行，一夜之間，全部剃光了頭，他們熱愛舞

台，希望演戲，演好戲。為什麼說，都是為了我呢？這裏面又有一段故事。為了寫這部餐飲中的明珠「烤鴨」劇本，我找到烤鴨的第三代傳人，全國政協委員田文寬。我在北京的南城找了很久，才在一間簡陋的平房裏找到他的家。老人已年近70歲，一身技能，剃着「板寸」頭，身板挺直，乾淨利落，一口爽朗山東話，是他把我帶進全聚德總店的烤鴨廚房。十多個小伙子見師傅來了，都迎上來，清一色白色工作服，手裏拿着7尺長的檀木烤桿，個個都剃着光頭，我看得一楞。原來，廚房大師傅為了乾淨利落，不准留頭髮，更不准留長髮，田師傅教出的徒弟，都是一板一眼不造樣。想像，如果我們坐在餐館裏，窗明几淨，牆上擺上精緻的五色佳餚，正要享受，看到一條頭髮，這美好的一切當即變了味。

我，一個初出校門瘦小稚氣的學生姑娘，和這些剃着光頭的小伙們一起工作一起生活，看着他們把一隻隻雪白的鴨子變成素紅脆皮油亮，和他們成了好朋友，他們會把烤鴨最好吃的一片留給我，我們中的幾位成了各大店的總廚師長。

一夜光頭，不是故事是現實，如今重現在香港，10天之後，觀眾就會在舞台上見到他們。



此山中 鄧運智

執子之手 與子偕老

上世紀六十年代粵語電影一級紅星，堪稱一代美人嘉玲，日前於丈夫姚武麟先生的國境，伊人居住近60載的泰國離世，享高壽87歲。

跟嘉玲姐有過數面之緣，在時裝界大姐文麗賢介紹下，20年前於香港文華東方酒店某活動跟猶似凍齡的她打過招呼，握過手。其後在曼谷中心區不同商場碰到過，亦會上前問個好。最後一次大概7年前，大美人超越自然定律，繼續美麗不可方物，然而行動明顯不太方便，見她與友人於環境華美的咖啡廳下午茶，坐在同一空間另一角落，遠遠望過去，隔空欣賞實屬賞心樂事，就無謂走過去打擾，讓一切美好回憶作個註腳。

嘉玲的故事，相信仙遊後以排山倒海之勢在各式華文媒體及網上圖文活動影片並茂；筆者只想歌頌嘉玲姐跟夫婿姚先生的浪影雙雙，讓人欽羨的浪漫影像。

大明星嘉玲下嫁比她年輕一點點的泰國華僑姚武麟先生，是六十年代一件大事，不單止娛樂圈，而是香港普羅大眾都關注；相對傳統性，華人口比例於當年極高的南洋吉隆坡及新加坡，暹羅似乎比較遙遠除不開下家族淵源為潮汕人氏，另加香港及南洋一團曾經英國管治，抱擁共同官方語言英語，感覺上更親密。

泰國其實擁有的華僑及華裔血統數量，超越南洋；在地域距離上，更靠近西南、南中國及香港，然而泰文跟我們熟悉的語言有一定的距離，那些旅遊業務並未發達的世代錯覺上確實遙遠；那麼大顆的紅星怎肯如此「屈就」嫁去曼谷？

事實可笑，那個年代似乎明星嫁到英國美國才算高尚，縱使洗盡的不止鉛華，還有丈夫唐人街餐館的盤碗！

事實證明嘉玲的選擇至高無上：事業已達頂峰、一段開花不結果的戀情（謝賢）、遠離風高浪急娛樂是非圈、養尊處優做個丈夫寵愛的少奶奶……一切在我們往後看來都如此美好，事實證明姚先生與嘉玲姐近一個甲子的婚盟如魚得水，最貼切的比喻，誠屬人間愛情的最高境界：

執子之手 與子偕老

除了確立其香港電影的歷史地位，嘉玲姐的親和力、好客指數亦被娛樂圈內外人士一致認同。不同代的同行來到曼谷，不論拍片、登台、旅遊，聽聞人到超級招呼亦到，人人津津樂道，讚頌超過半個世紀，讓大眾至驚訝，嘉玲姐並非巴啦啦的公關中心形格，而是斯文溫婉的人辦，豐富親和卻不讓旁人感受過分熱情得難以招架；沒聽過有關她的半句閒言，這修為至為高尚，凡人避不了生、老、病死，高壽仙遊嘉玲姐福有攸歸，一路走好。



攝於風華正茂的嘉玲，遠離香港於泰國跟華僑丈夫姚武麟演繹「執子之手與子偕老」之貼地版本。作者供圖

從早餐看人生



發式生活 余宜發

最近因為要短暫居住酒店的關係，所以每個朝早工作完可以到酒店吃個豐富的自助早餐。前兩天如常早上7點左右到達酒店的餐廳吃早餐，通常這麼早，大概只有10多人到餐廳進餐，但那一天突然多了一群年紀大概60多、70歲的長者朋友進入餐廳，當然其實沒有什麼大不了，但當我看着她們步入餐廳的過程中，令我看到人生的變化。因為我發現這些長者朋友行路的姿勢都是一致，原因是她們行路有點遲緩及動作會是左搖右擺，想我用一個不禮貌的方式去形容，雖然不禮貌，但我覺得很貼切，就好像「企鵝」的行路動作。

我當時在想，為什麼年紀大了，行路便會這樣。曾幾何時，身邊有些朋友也會討論每當人大了之後，最大的身體變化會是怎樣。其中就是說行路的姿態，因為他們到了某個年紀，腳部機能衰退，所以行路的時候有點吃力，而且可能體型會比較豐滿，這樣更加令到行路有點困難。當我看到他們行路的狀況，就想起如果有一天，我跟我們的年紀也差不多的時候，走路會不會也是這樣呢？我所形容這班長者朋友的行路姿勢，他們都有一個共通點，就是比較肥胖，所以我相信，當我老了之後，因為體型大概跟現在差不多的瘦削，應該沒有這個問題吧。

早前我跟弟一家人吃飯，弟婦說：「不知道為什麼，現在好像做完一件事情之後已經覺得很累，沒有了動力似的，年紀真的大了。」我其實有點不同意，雖然年紀漸大，但對於我們的父母來說，他們的年紀比我們更加大，而且每天也同樣面對很多生活上的問題，如果40多歲便有這個情況，那麼他們過的日子更加疲累。所以其實當我們有時間的話，應該多做運動，可以把一些不必要的脂肪送走，不要日積月累令到自己年長的時候身體負荷比較重。雖然歲月不留情，而且我們也不能夠改變人漸老，身體機能慢慢衰退這情況，但如果能夠令自己的身體可以保持一定的好狀況的話，應該從年輕時便要開始做起。而且有些統計也會說，人到了30歲以後，身體機能便會日漸衰退，所以要把這些黃金時期，好好保養一下。

希望大家就算年紀大了，行路的時候也不要像「企鵝」，反而仍然繼續要「瀟灑走一回」。



冬陽天地 梁冬陽醫生

《過時·過節》電影有感

去觀看電影《過時·過節》的首映禮，由謝君豪、毛舜筠擔任主角，另外幾位新晉演員擔任配角。這兩位主角的內心戲表達得很到肉，故事情節並不複雜但很感人，撫心自問很多和都市人的相處方式息息相關。

夫妻之間、父母子女之間、兄弟姐妹之間不懂得溝通，活各自的小世界內，特別是現在資訊發達上網成了日常生活的一部分，一家人難得一齊吃飯，在一張飯檯上各自在玩着自己的手機欠缺共同話題，有什麼事都是自己解決不會同人分享，半大不小的年輕人認為自己很能幹而不把父母放在眼內。家人之間為一些雞毛蒜皮嘈吵，但不知道這樣會傷大家的感情。傷了後又不想辦法彌補，講一句對不起是難上加難。很多年輕人情願日日笙歌都不願意去探望父母祖父母，老人們都是自己過自己的生生活，要等到大節日或者父親節母親節才見到這些孩子，其實老人家盼望的只是一聲問候、一個電話，平日多些溝通，不過這些都是非常奢侈的。有些人為了生活拚搏，但

當某一日回首時卻發現自己失去太多，包括親情、友情。有些東西尚可補救，但有些時間過去了將會成為終身遺憾。

以前的人注重親情，我們這一代或者上一代對父母非常尊重，比較注重家庭聚會，和老人家一齊居住可以互相照應，但很多年輕人自己未有經濟能力出去租樓或者買樓但又想搬出去住，政府鼓勵單人宿舍，我覺得在篩選上要下功夫，是不是每個人出去獨居就是好事呢？

同學、同事之間有些很親密可以做很好的朋友，有些十分疏離，我很記得小時候我的外婆和奶奶教我怎樣求同存異，得饒人處且饒人，己之不欲勿施於人，每個人有不同的觀點與角度，有時易位而處想一想別人的難處也許會理解多一些。這兩位祖母與世無爭的性格深深影響着我，幾十年來在我的行醫生涯中貫徹始終，我總是同年輕的同事談話，如果你當病人是自己的家人應該為他做些什麼，講些什麼，自然知道怎樣做。

如果大家有時間的話，我建議你們去看一看《過時·過節》這齣電影，也許你有很多意外的得着。



百家廊 梁爽

水仙、月牙兒、臘八蒜

我吃臘八蒜吃得很久。幾乎和知道大熊星座、小熊星座一樣晚。主要因為我生長在一個連除夕夜下的都是速凍餃子的家庭，家中常備的曾是六必居的鹹菜絲和雅馬屋的日式榨菜，都是開袋即食。臘八蒜這等麻煩的怪東西，不曾出現在餐桌上，我也不惦記。過敏又挑食的那些年，迴避的比上癮的多。

一年級的勞動課，還記着的無用技能裏除了在雞蛋殼上畫畫，還有種蒜苗。家裏大人用來炒菜的蒜不讓剝，搶了來用牙籤穿成牙籤肉似的，泡在水裏防止東倒西歪。我總是禁不住一遍遍換水，生怕空氣裏瀰散蒜味兒來。最後那盤蒜苗得了多少分已經記不得了。直到不擅侍弄花草的我養死了最後一棵蘆葦，忽然想到，要不還是養蒜苗吧。至少能活。於是按着記憶中的步驟，用牙籤一穿了，拿了快遞裝淨菜的塑膠盒，泡在水裏。沒有幾天就發了芽兒。正美呢，沒有幾天，長勢太猛的蒜苗已經壓彎了自己的腰，東倒西歪地投水自盡了。我看着它們的傷口，心裏一陣陣不適，想起有些人頗有雕刻水仙花的癖好，每每以為病態，很不願看到哪怕一顆蒜頭犧牲在自己的手上。

而拍了下到鍋裏、吃進嘴裏則不是犧牲，那是蒜應有的去處。不挑食後的日子，為了又快又好地切幾枚蒜，我曾買過市面上不同產地、不同形狀、不同原理的切蒜神器，壓、切、片、手動、電動，緩慢用力、飛速運轉，然而無一例成功。最終還是回歸到純手動，最原始的刀具，任其笨拙地飛濺，或黏在刀壁上。後來才被教導，去了根兒，只用刀背兒用力一按就夠了。肚子鼓的比肚子扁的好按。按碎了蒜，鬆鬆地散在案板上，從創口滲出蒜汁。皮肉分離後，皮也好剝，只消再切幾刀就可入味。我卻在那些完全派不上用場的東西上，浪費了很多錢，也浪費了很多時間。

天黑早，月亮也早早地掛在夜幕上。電視塔亮起奇異的色彩，嘩啦啦地變幻着，遮蔽

了星光。高樓留下的空兒上，只有一彎窄窄的月亮，蒜瓣似的白色，不刺眼。我想，它是那種不好拍的蒜，雖然細瘦，你看不見的地方卻異常堅硬。我似乎不着急讓它胖起來，就像牛內總要去了血水拿澱粉醃幾個小時才軟爛，酸菜總要傳統的醃製而不是用醋精調味才可能鮮味。「舌尖體」帶火了一句「時間是食物的摯友」，戲謔有之，說起來真正讓食物提味兒的也許不止是時間，還有等待裏各種不同的心情。

花花朵朵，罌罌罐罐，年節裏水仙花是收到過的，只是那年的花來得晚，我也不懂照料，可惜它從漳州遠道而來，輾轉騰挪，春到了也沒開出花。只得巴巴地看着加載完成的照片裏，那些一日比一日開得好的花，從青楞收斂的小小一點，到舒展而慵懶地彎，想像一室溫暖。選一張開在心尖尖上的設作手機背景，巴望着下一年春節快點兒來。也能養一盆這樣的水仙，也能在大年初一早早起來，跑去國家圖書館握一個手、買一個本子。本子已積攢了許多，上面是好看的罌罌罐罐、花花朵朵和縱橫一年的日月星辰。卻不曾料想，就在這個冬天，賣水仙的福建人離開了北京，往昔熱鬧的花鳥魚蟲市場也閉了門。經年復一年而放大的盼望，一時間沒了着落。

晨起的河面上，冰更厚了一些，就在這兒，鄰家爺的爺爺有一條專屬的冰道。我不曾看見他冬泳的身姿，想來多是在中午太陽最足的時候下的水。想來，也只有這個歲數的爺爺奶奶，才會為湊幾個閒置的罌罌罐子早早張羅，待臘八蒜醃好了，再把瓶子塞得滿滿的送回家。

來自北歐的家居超市裏，高級磨砂的密封罐比着設計比着價，竟不如窗台上陳舊磕碰蓋子脫漆的玻璃罐子惹眼。只是可能舊時候用的多是黃桃罐頭瓶子，現在則多半是裝豆瓣醬、黃醬、俄式酸黃瓜用的。但不管什麼罐子，都是透明的，彩色的不行，還是圓滾滾的，四四方方不好看。

和水仙花不同，臘八蒜是不能隨便送人的。因為「蒜」和「算」同音，給別人送這個，有催債的意思。罐頭瓶子只在自家流轉。有時，玻璃罐子愈是粗重，愈感到臘八蒜和醃臘八蒜、分享臘八蒜的人的珍稀。透明的厚玻璃望得見逐漸變化的盈盈的綠，拉長了每一天聲色的張望；圓滾滾的肚子則起着放大變形的效果，好像圓形的魚缸，魚每每湊近了，都要鼓起一隻或兩隻大眼睛，蒜瓣的身子也因而更加飽滿了。拌一次餛飩、餃子、鍋貼兒、餅餅吃3頓，頓頓要蘸着臘八醋，就着臘八蒜。蒜瓣兒終於不再是擠擠挨挨的了，見一下罐子，蒜瓣也會游泳了。

佛手柑散着它的香，每一根手指都伸向各自的方向，而令它不散亂的手掌厚重踏實。當周遊全球的包裹節約了周遊世界的時間，當掃碼付費的視頻會員約了往來影院的時間，當外賣小哥的電動車節約了穿鞋出門和盯着菜單選擇困難的時間，能讓人盼着未來光景而不憚於時光飛逝的，恐怕也只有那些未竟的願望了。

年是自然的分割，也是人為的分割，一些新的舊的誓願又藉此放到了枱面上，等待執行或拖延。年度觀影報告、年度讀書報告甚至是一年裏聽歌的時間與趣味都將被總結，在大小焚蒸上一鍵分享；而另一份總結則在我們心裏，它更像是篩子，篩出了被記憶留下的部分。我們的靈魂活在這裏。

據說，精密的科學儀器可以像分析血液成分一樣，分析食物的成分。它要把一塊肉、一塊果肉攪碎、攪碎、攪碎，肉眼看不到的那種碎，就能知道它的營養構成。每一棵白菜和另一棵白菜的營養元素大致相同，以此確定其確乎為白菜，而不是別的什麼。忽然好奇，水仙和水仙，臘八蒜和臘八蒜，乃至人和人，也是一樣的嗎？我們被生物學定義在同一個物種下，能區別彼此的，必不是骨肉，而是骨肉的硬度，也不是DHA、EPA，而是真正電流激盪的營養散的香、發的光。



作業簿 林作

打開心扉的你

我在管理學上最近學到的兩點，是領導者最好是被懼怕的，以及話要說得夠直接、開門見山。這是我女友教我的，在書本上不斷看到的，而我近月才真正掌握到的道理。

我曾經去算命，算命師傅說了一個之前就有前輩告訴我要注意的問題——老是對每個人都太好給面子，總是想討好人。結果呢？很多人都不會開心，最後傷心的是自己。

在經營了自己的團隊兩年多後，不得不說我就是得出了這樣的一個結論——不嚴格、不把心裏話說出來，到頭來自己吃虧。

一般人會認為，保持客氣，讓氣氛融洽，好來好去，大家和諧共處才能共創美好未來。但在我的經驗裏，這樣只會縱容大家，讓水準降低，大家得過且過，最後軍心散漫什麼都做不到。

很多領導生怕話說得太狠，嚇跑下屬，然後讓很多人意興闌珊。我覺得，具體的模式，應該如下：

首先，要在成員加入之前，先小人後君子，將狠話說清楚，把規矩訂好，然後讓對方完全理解並接受。

事，有根有據。好了，這裏的規則，必須是清晰的、有特點的，反映領導者的理念和原則的。這點其實不難，很多人只需要花一點時間總結就已經足夠。

問題在於加入後，是否可以歷久不衰，不斷按着規矩去評核、反思及改進。

也就是說規矩有了，但要持之以恆地執行才是難度所在。當有人沒有跟足，不符合你的要求，你必須要及時講出來，不要等，更不要修飾。

好了，這樣會嚇怕他們嗎？如果會被嚇怕的話，算了吧，其實這些人也不需要留。如此弱的人就不適合留下來跟你一起跑。不要怕過濶走許多不適合的人。重點在於有多少有能力的人能夠留下。只要堅持到底，最後留下的，無論有多少人，都是精英。

沒有人喜歡講真話、深度對話、坦誠交流而帶來的不安、尷尬及恐懼。實際上，要掏心掏肺，就是件很累的事情。但我經歷了一段時間後發現，其實習慣了就好。掏多幾次後，就開始變得自然。我們被社會、教育及文化洗腦，需要的只不過是拋開一些枷鎖，更習慣把自己內心想法總結出來而已。

你會發現，打開心扉的你，會至少至少，這給你一種儀式感，讓對方更接受你，然後變得更加坦。



演藝蝶影 小蝶

我看台慶節目

今年無線電視台慶祝台55周年，當晚和翌日媒體都鋪天蓋地報道台慶的演出，似乎這個節目牽引出很多話題。

我很多年沒有坐下來看台慶節目，今年竟然觀看了大部分演出，可能是因為今年是55周年誌慶，猜想電視台會有一些特別的演出吧。

看畢後，我覺得是次演出仍是像一個全盒飯，什麼都有。有歌、有舞、有歌舞劇、有趣劇、有懷舊情節、有魔術、有抽獎，甚至有香港小姐選舉比賽等，卻沒有一個明顯的主題。還有，我以為能夠在台慶節目中表演的嘉賓都應該是時下最當時得令或是非常著名的藝人，可是又不見得如是。所以，有點不太知道應該以怎樣的角度去看整個製作。不如乾脆單獨看其中一些演出。

首先，我不明白怎麼會加插香港小姐再選舉和頒獎的環節在台慶之內。它與整個製作格格不入，而且時間很長，又不能令觀眾產生任何情感。唯一有驚喜的是陳秀珠出現，當頒獎嘉賓。

當晚有數個唱歌演出，各有不同的風格。黎明熹和曾比特是用來吸引較年輕的觀眾吧？很久沒

有合體的福祿壽再次扮鬼扮馬唱歌，應該會令喜歡這個組合的人開心。不過，如果仍是停留在扮女生的層次，新便欠奉了。我不太喜歡這個組合是因為我覺得他們之間的才藝水準相距太遠，有雲泥之別。每次當我看到有人的表演叫我拍案叫絕時，忽然換上一個只是賣醜的濫竽充數人物，好像把本來亢奮的我澆了一身冷水，那種觀賞經驗不太好受。

樊亦敏率領多名女藝人跳舞，令人想起當年汪明荃帶領28名有名有姓的小生邊唱邊跳《熱咖啡》的場面。那個演出之後幫助汪明荃的事業推進不少。即使是演出當場，已經立即將現場氣氛炒得熱烘烘。這次樊亦敏與一眾女藝員的歌舞難收當年令人尖叫興奮之效，相信製作人應該明白箇中原因。壓軸演出的歌舞卻贏盡掌聲。由郭富城率領一眾舞蹈員的演出在音樂剛奏起時，整個錄影廠已經盡是吶喊聲。郭富城連唱跳三曲，傾盡全力，絕無敷衍，令人沸騰。57歲的他依然可以邊跳邊唱，而且並無錯漏走音，真是非常專業，是天生的表演家。他在演出後介紹當自己還是舞蹈員時的數位編舞者與剛才與他共舞的舞蹈

員，以表達尊重前輩與後輩和強調承傳的重要的信息。咦？編舞者為何沒有李察施路華呢？

另外還有兩個最教人留下印象的環節。以前的台慶節目至今仍能叫觀眾留下深刻印象的，很多都是趣劇。這次台慶也有趣劇，劇情是林盛斌因新拍檔演員陳嘉慧頻頻出錯而被連連喝5杯牛奶，因而大聲責罵對手。後者難過極了，幸好前輩安慰和鼓勵。原來趣劇來到這兒變成正劇仍還未完，突然氣氛再次轉了，變成三四名前輩向胡楓、韓馬利和安德尊3名前輩致謝。3位前輩被突來的致敬感動了，熱淚盈眶，也感動了很多人。另一個是處境劇環節。打頭陣出場的《香港八一》的梁葆貞（順嫂）和顏國樑（陳積）的出現教人驚喜，大家都喜見前者精神奕奕，口齒伶俐，卻為後者患病而擔憂。很多觀眾至今仍是只知道他們的角色名字，因為他們的角色是iconic的。

至於抽獎，坊間已經有很多討論，我不在此贅言了。我想說的是：從這個節目中，我欣賞郭富城的專業、錢嘉樂的直率、陳嘉慧的認真、林淑敏的坦白和兩名星夢女生的應變。