



雙城記 何翼平

京宴

朋友要請吃飯。北京食肆有低中高三檔之分，低檔菜式普通，味道不講究，油多味重，每道菜都是差不多的味道；中檔比較多，老字號也在其中，森隆、萃華樓、全聚德、又一順、豐澤園都算得上中等，價錢不算便宜，老百姓也承受得了，菜品在水準，對吃不是十分挑剔的能接受，這些餐館去的人多，要等位，在這裏家宴或請朋友都說得過去。北京是政治商貿文化中心，高檔的餐館必須有，但地點比較隱蔽，要有人帶路。

朋友們是北京有頭有臉的人物，要請我吃北京菜。北京菜不列中國菜八大菜系，不成菜系是因為「妹仔大過主人婆」，小吃勝過菜品，但「北京菜」這個名頭不錯，北京人請客，或外地外國回來的都有興趣。這家叫做「京宴」，設在東三環聯合國際大廈，走進去，只見大堂寬敞，裝飾是從南唐顧閔中《韓熙載夜宴圖》汲取的創意靈感，宮廷紅與寶石藍搭配，有皇家氣派，富貴熱烈中不寧靜，包間一屋一韻，一室一景，還有酒吧、茶室、宴會廳全套。

餐枱上已經擺上一圈冷盤，醬牛肉是熟悉的，新在肉片下面墊了一

圈，白綠相間，原來是粉皮青瓜，牛腩搭配粉皮，淋上特製的麻醬秘汁，有酸有辣。山東鮑芹是第一次吃，鮑芹，難道是芹中「鮑魚」？鮑芹是新品種，高達1米多，莖柄肥嫩，翠綠鮮亮，比普通芹菜濃郁清脆。朋友指着我面前的一盤炸物，讓我猜是什麼，焦黃的厚片，像是炸饅頭片，吃下去裏面是軟的，是魚，九肚魚，九肚魚香港有，這種外酥裏嫩的做法不多，名為脆炸水潺，有文化。面前一個7寸盤裏擺着8個褐色小球，咬下去皮是脆的裏面軟糯，朋友又讓我猜，想了一會，是茄子！涼拌茄子絕對是北京菜，這種裝扮倒是別出心裁。

京宴不可缺棗木烤鴨。開放式的明火掛爐一進大堂就可以看到。掛爐烤鴨在數十年前全北京只有全聚德一家，現在幾乎間間飯館都會做，優劣已不易分辨。京宴的每一隻鴨子都有自己的身份標識，出身高貴，原料一級，成品自然一流。蔥燒東海大黃魚、宮保蝦球、魚溜肉片都有新意，做法不俗。

幾樣甜點是，酸甜山楂巧果，細膩的豌豆黃，清香豆蓉玫瑰餅，細潤棗泥山藥糕，濃郁的奶餡餅，這些可是有滿族特色的老北京點心，從宮裏傳出來的。京宴，有些驚艷之感。



此山中 鄧達智

一機錯滿盤皆落索

好友多年前解釋「命運」二字：命，冥冥中上天定立。運，在於自己修為造化而運轉。

老套一句：謀事在人，成事在天。跟少年同學短訊：切勿告訴其他人，難得數十年同窗幾人安靜共聚，一旦發現搞手遇意外未必現身，疫後重逢定必泡湯……等我，維繫信念，縱使聚首數刻，值得。

他們等我，直至餐廳打烊，經理承擔，留下鎖門，成全我們的聚會；這夜之後，有人返回紐約，再過幾天有人歸家多倫多，居港3人之二家事跟業務抽身不易，在下進入滿天飛階段，天南地北幾乎演變成沒腳鳥；感謝，他們等我。之前一天，地點羅馬，手機傳來航空公司信息：閣下乘搭下午4點半的航班，將誤點，改為晚上9點半，現正處理如何將閣下第一時間送抵香港……

一般情況，信息未必晴天霹靂，之前一天從北部松露鄉Alba開車7小時直奔羅馬，全球氣候惡劣影響，整個意大利遲了近一個月，才落下夏天以來首場結結實實的秋雨，不少農作收成，包括珍貴白松露與萬人迷黑松露都欠收兼品質欠佳。次日雨後清涼，藍天無雲，終於完了少年願望，前往機場之前的早上，找到羅馬天主教都梵蒂岡背後，可俯視瀾聖聖彼得教堂圓頂的小山丘，藍得不可再藍的天空襯托下，人類建築的輝煌全顯露。

在下心情卻因航班延誤而七零八落忐忑不安！經常於旅途上，機場與機艙變了四分一個家；航班取消、延遲、誤點、掉失

行李……司空見慣，幾乎練就既來之則安之、兵來將擋功夫。疫情之前，亦也Qatar Airways（卡塔爾航空公司），也是羅馬，經卡塔爾首都多哈回港，航班將延誤超過10小時，原本抵港之後，需立即前往廣州參與自己的時裝發布活動，延誤如此嚴重，定必影響及時參與盛會。當時Qatar Airways，立即安排入住機場酒店數小時之後，乘搭國泰航班直飛香港，再由香港乘直通車前往廣州，及時趕到。

今次問題大了，也發現國泰航空直航往返羅馬的航班，於疫情之後仍未恢復。努力安排從羅馬轉乘法航飛巴黎，然後巴黎直飛香港；好事多磨，在巴黎轉機時間只有1個多小時，航空公司認為未必能成功搭搭。無奈只好轉乘下一班前往多哈的航班，於當地再等5小時，才飛香港。

信心十足，原定航班下午3時到港，黃昏參加同學聚會，簡直完美。延誤近6小時，到達香港已經晚上9點，趕到，曲終人散，無奈告訴同學切勿聲張，盡力到港之後即趕往餐廳跟大家合照留念。

再加一句：保持信念，定必成功！



◆四散的同窗難得自八方歸來，聚首卻被羅馬返港的航班延誤而失落。 作者供圖

我竟然可以訪問仙杜拉



發式生活 余宜發

為《情牽輝煌經典演唱會2023》記者會當司儀當日，我問演唱會主辦之一的丘亞葵先生，他可否安排給我訪問仙杜拉，他二話不說：「當然可以」。結果心願成真，自己開心不已。

其實我不是她那年代出生的人，但從小已經知道香港首部廣東電視劇《啼笑因緣》的主題曲就是由她主唱，流傳經年，到今天大家仍然知道這首歌曲的存在。而我真正第一次接觸她，要追溯到上世紀九十年代初，當時我剛剛上完大學，然後加入當地一間華語電台做唱片騎師工作。當時每一年電台也會跟世界宣明會合作舉辦「饑饉三十」的慈善籌款活動。其中一年邀請了她從溫哥華來到多倫多出席這個活動作特別嘉賓。而自己最深刻印象，就是當她在台上唱歌時，唱到某個時間，她到台下跟現場觀眾握手，這是很平常的事，但有趣的是，當她回到台上之後，再從口袋裏拿出一隻手錶，選開台下觀眾：「這隻手錶是誰的？」然後其中一個觀眾立刻舉手：「好像是我的，為什麼在你的手上？」她在娛樂圈已經數十年，演出經驗非常豐富，在表演期間總會有一些方法令現場氣氛高漲，而她這個好像變魔術的形式就是其中一種。她說：「是以前邀請一位魔術師教我的。」就是因為她這麼鬼馬，所以我到今天仍然記得當天的事情。

我在這跟她做訪問，開頭就跟她說了這件事，原來她還告訴我：「當天太陽非常猛烈，是星期日在多倫多下埠一個戶外場地舉行的。」反而我完全記不起。雖然她已80歲，但在傾談過往她的光輝歲月的時候，總會有很多津津有味的事情。其中一樣她最深刻印象，就是當時電視台高層周潔怡給她演出一個節目，名叫「仙杜拉之歌」，這個節目是現場表演唱歌，每逢星期六晚上半小時，她很感恩能夠遇到這些好人覺得她很多演唱的機會。她還跟我說：「我很喜歡你，覺得你跟我的思想很相同，我們可以成為好朋友，所以下次如果你有機會來溫哥華旅遊的話，一定要找我。」我這個後輩能夠可以跟這個資深前輩認識成為朋友當然開心，所以我有機會到溫哥華，一定跟她喝喝茶談天說地。最後希望她身體健康。



冬陽天地 梁榮陽醫生

子宮內避孕環

「醫生講我個子宮環的駁線尾不見了，要做超聲波或者X光檢查，為什麼？」

「醫生說我的子宮環取出的時候要麻醉去手術室取？」

「醫生我適合戴子宮環嗎？有些人說子宮環會整刺穿子宮，真的嗎？」

子宮避孕環是一個特殊塑料製造的繞上鋼絲的小裝置，放於子宮裏起避孕作用。

一般在經期來的第五天放入，也可以做事後避孕，要在性行為之後的5天之內放入，因為剛來月經，未有懷孕，而且這時子宮頸口比較軟，容易放，非常有效，失敗率只是千分之一。現在有的人還可以放置5年，甚至於10年。戴環的時候不需要麻醉，只是有少許不適，但可以容忍的，多數這些環有一條線尾，醫生會剪到適合的長度，並記錄，以便將來檢查它是不是在子宮裏面，將來取出的時候可以拉着線尾取出。

戴環前醫生要事先證實她沒有懷

孕，沒有盆腔炎和陰道發炎，有不正常的子宮出血要排除子宮內膜癌症、風濕性心臟病，要防止細菌逆行性感染而引起心內膜炎。在放完之後的頭兩個月每次經期後最好用手指摸一摸那線尾，千萬不要去拉，否則會脫落或移位。頭幾個月月經可能有少少腹部不適，分量增多，不規則的出血，但慢慢適應了，就沒有問題了。如果情況一直持續就要請醫生檢查是不是位置不好或已經有移位。現時有些新的子宮環加上黃體酮令月經明顯減少，治療月經過多。

在併發症方面，如盆腔感染，環會刺激子宮內膜，細菌會沿着線尾上行。有個別會穿破子宮，甚至內臟，這和擺的位置不正或者日子長久有關係。分泌物增加，月經量增多，有異味，如發現這樣的情況可以取一些陰道分泌物細菌培養，如果有致病的細菌可以吃抗生素。嚴重的需取環。

子宮環是一個方便而有效的避孕工具。但如果戴着還不來月經並肚痛，一定要小心是不是宮外孕。



細說星光 叢仁

張譯爆紅的年頭

沒有《狂飆》，張譯就只是一個懂演戲的優秀演員，自從《狂飆》爆紅，大家才讓張譯這個名字和大星掛鉤，要數國劇的男主角，張譯一定是演技派而不是偶像派，他的面部表情成為了他的招牌，用4個字來形容就是那副欲哭無淚的面孔，和香港演員劉青雲「五筒」面相相映成趣，也同是好戲之人。

張譯為人熟悉的角色，自然是《狂飆》的冷面探員形象，在《重生》、《重生之門》和《他是誰》的他，都是同一個模板的演繹，即使在《繡春刀》、《滿江紅》的古裝扮相，也走不出這個框框。

他廣受觀眾接受，是他樹立得很成功的懸直形象，他查案、談情及與上司下屬、敵人的對弈，也使他那懸直的伎倆，個子相對矮小瘦削而不帥的他，常在鏡頭前撒嬌，就是其他男演員做演不出的戲。記憶中《紅海行動》、《我和我的祖國》是他參與主旋律大製作的開始，《金剛川》中的張飛，其實已奠定他走上男一前列的基礎，最近TVB國慶呈獻，就是選了他這部2020年的作品。

說他只懂演探探，似乎並不公道，他早在電視劇《溫州一家人》中演周麥奇，已是神探以外的另類角色，當時他與殷桃、張佳寧、靳東及台灣演員李立群演對手戲，演活一個在改革開放大局下，奮發圖

強的小伙子，也留下了深刻印象給觀眾，這套劇由於是央視一套的製作，不時都會在CCTV 1重播。他另一套非警匪類片《雞毛飛上天》，我個人認為他在此片的角色表現上更勝《溫州一家人》，但並未令他走紅。《重生》、《重生之門》都是網劇，香港的免費電視「港台電視31」都播過，但始終沒讓香港戲迷關注，直到今年年初《狂飆》一出，張譯才廣為人知。

《狂飆》是由徐紀周執導，張譯、張頌文、李一桐、張志堅、吳剛領銜主演，以及倪大紅、韓童生特邀主演的刑偵掃黑犯罪劇。說起《狂飆》這類較有話題性的電視劇品種，並非首創，早前孫紅雷主演的《掃黑風暴》也曾引起廣泛討論。《狂飆》在香港的收費平台早前已推出，據說港台也會在免費平台播出，但仍未看到宣傳，反而張譯主演的電影《萬里歸途》，就收到「港台電視31」今個星期日晚9時30分會播出的消息。

電影根據2011年利比亞內戰撤僑的真實事件改編，講述突發戰亂危機在努米亞共和國（虛構）發生，張譯飾演外交部資深官員，與王俊凱飾演的外交部新人臨危受命，協助當地僑胞回國的真人真事。這套電影推出一年左右，已獲得不少大獎及大獎提名，此刻重溫2011年的撤僑事件，也許能加深我們對國家外交人員工作的了解。



夏飛雄

祖父的道歉

在我印象中，重陽是一個好的節日。秋日惠風裏的重陽節，一家人團聚一堂，將這一天過得愜意自在。杜牧的《九日齊山登高》完美地表達出來這種感受：「江涵秋影雁初飛，與客攜壺上翠微。塵世難逢開口笑，菊花須插滿頭歸。」九九重陽節，是古老節日中的敬老日。古人逢此時便會登高望遠，飲菊花酒，遍插茱萸，慶豐收，吃重陽糕，望鄉思親。古往今來，人生的腳步總是這麼匆忙，經歷了人生的浮沉，該是找尋一個快樂的日子，親近自然，卸下心靈上的所有包袱。去看山，去觀水，去馳騁胸懷，去看那深藏於歷史褶皺中的過往經歷。

又是一年重陽節，人間處處都是秋天的身影，大地披上了一層厚而蓬鬆的金沙，金燦燦的、亮晶晶的。對親人尤其是對已逝祖父的思念，隨著佳節變得更加強烈。斯人已去，我在濃濃的秋色裏登高遠望，依稀看到了祖父燦爛的笑臉，聽到了祖父口若懸河的講述。上初中時，博學多才的魏老師成了我的語文老師。魏老師熟讀詩書，上語文課時，他常常手捧課本，一處處抑揚頓挫，一段段婉約有聲。窗外的陽光，斜從窗棂越過，灑在他烏黑的頭髮上，泛着光澤。他在黑板上留下的飄逸行書，甚至引來無數同學的模仿。記得學校門外橫着一條河，河水清且洶湧，向北潺湲而去。門口栽種有許多挺拔蒼勁的杉樹，古色古香的氣息撲面而來。「人間桂花落，夜靜春山空。」教法靈活的魏老師向學校申請並取得同意後，便時常帶上全

班同學到美麗的杉樹林進行晨讀。清晨的第一縷陽光穿過白雲，照亮杉樹林，陽光好像許多閃閃發光的金子灑落下來。抬眼看，樹幹筆直，樹形優美；細聽聽，水聲潺潺，鳥兒啾啾。一群鮮衣怒馬的少年在老師的引導下，尋得一處清淨的所在，書聲琅琅，文字飛揚，學子們於樹蔭下齊聲早讀的場景，成了一道靚麗的風景線。

一直以來，我和同學們都對魏老師崇拜有加。然而，當年少不更事的我因為一次頂撞，差點釀成無法挽回的錯誤。一次晚自習課，魏老師聲情並茂地講起了劉關張桃園結義的故事，多少風雲逸事，江湖傳說，經由魏老師的口中傳授而來，我和底下的同學聽得如癡如醉。快下課時，他開始小結《三國演義》這本巨著的影響力，然後板書「奇文共欣賞，疑義相與析」幾個大字，讓我們課後繼續探討這本書的魅力。魏老師離開教室後，按照要求，我和部分住宿生還要堅持上20分鐘的晚課。也許是太年輕，急於表現自己的我見老師不在，便擦掉了「疑義相與析」，並想當然地聯繫起那句出現於《紅樓夢》開篇的「滿紙荒唐言」。將這幾個字寫在黑板上後，我若無其事地離開了。

第二天，上語文課早自習時，魏老師進教室後，先是好奇地盯著黑板上的文字，隨後，他的臉上漸漸布滿烏雲。得知是我的「傑作」後，他將我請了出去。我那時十分胸腆，面對魏老師的問詢，我大氣都不敢出。他見我低頭不語，無法解釋，誤以為是在軟抵抗。因我的父母在他鄉打工，於是，一通電話之後，正在田間地裏忙碌的祖

父急匆匆地趕過來了。

後來，祖父告訴我，當年他和魏老師的對話頗具戲劇性。魏老師為了保護我的自尊，便將祖父拉到一邊，然後仔細說明事情的原委。祖父先是道歉，隨著對話的深入，魏老師不僅怨氣大消，而且對祖父的口氣變得愈發客氣。辦公室門外的一角，躊躇不安的我一直聞聽他倆不斷發出的飄揚於風中的笑聲，愈發莫名其妙。過了許久，聽到魏老師點我的名，我懷着幾分忐忑與驚奇見到了他。只見他笑容可掬地摸摸我的頭說：「小鬼，你要多向你祖父學習，要不是他啊，我一定饑不了你！」祖父笑着和魏老師道別，然後將我拉到一旁，語重心長地說道：「己所不欲，勿施於人。為人粗魯就意味着忘記了自己的尊嚴，對他人不尊敬的人，首先就是對自己的不尊重，如此又豈會贏得別人的尊重？還有，以後別自作聰明，這樣的人最沒出息！」我連連點頭稱是。

回到教室後，魏老師為我解開了我心裏的謎底。原來，因我祖父年輕時曾當過幾年村支書，他不凡的談吐讓魏老師頓然有了惺惺相惜之感，所謂「人生所貴在知己」，接下來發生的一切便不難解釋了。在祖父一席話的教導下，我受到了極大的震撼。此後，我在廣漠的人海中行走多年，如果我學得了一點點待人接物的和氣，如果我有幸被周遭的人認定自己懂得尊重和體諒他人——那必須得感謝我的祖父。

重陽節今又至，寒風瑟瑟，勾起了心底的思念。古往今來，人們都喜歡悲秋，如今不再年少的我終於懂得這「悲」從何而來。我於這迷離的秋色中，試圖尋覓往日的舊憶！



演藝蝶影 小蝶

你好，中醫劇

香港的電視台甚少製作以中醫為背景或題材的電視劇。上世紀七十年代有一齣名叫《功夫熱》的電視劇，是以石堅飾演的柳師傅經營的跌打醫館為背景的中篇電視劇。到了2000年初，無綫製作以中藥行為背景的《情牽百子櫃》。

反而以西醫和醫院為背景的電視劇卻很多，隨手拈來有《妙手仁心》、《白色強人》、《On Call 36》、《星光下的仁醫》，甚至以法醫為背景的多輯《鑑證實錄》。電視台在選擇以西醫或中醫為創作題材的電視劇數量之多寡很懸殊，要到20年後的今天才出現另一齣關於中醫的電視劇《你好，我的大夫》。是因為中醫藥較難寫故事？還是中醫的故事吸引力不夠強？或是有其他原因令電視台不喜歡接觸這個題材？

反過來看，20多年前，我國的針灸和中藥

醫術這個題材落在韓國電視人手上，立即創作了轟動整個亞洲，令女主角紅透半邊天的《大長今》。當然，你可以說《大長今》並不止是以中醫為題材，它還包含着烹調藝術、宮廷鬥爭、人與人之間不同的情。對，所以香港若要寫中醫劇，也不是只寫中藥和醫術，而是加入更多其他材料。譬如說，中醫重視氣形神的平衡、陰陽五行、固本培元，與我們中國人信奉的哲學理念同源。因此，中醫眼中的疾病和療法，當中包含着很多中國人的哲理和處世做人之道，實在不難創作一個有知識性、富人情味和具哲學性，並且容易讓觀眾產生共鳴的劇集出來。

這次的《你好，我的大夫》雖然不是一齣頂尖的電視劇，但是它自有其優點：它的背景、人物、情節都是實實在在存在於我們日常生活之間，而不是沒有特定時空的穿越橋段、具有驚人身手或超能力的人物、誇張

諷刺等取巧或取寵的手段的卡通化製作。

《你好，我的大夫》中的角色都是有血有肉的人物。他們都如我們一樣，有家庭帶來的溫暖和痛苦、理想和冀望、勇敢和掙扎、悲傷和快樂。劇中的主要角色都是中醫，他們在一般人的悲歡離合之中又多了一副濟世為懷的心腸。不過，由於收視始終不可以忽視，愛情線是必須加入的味精，因此這班年輕大夫在忙於追求理想和學藝之餘，還是要談情說愛。

此劇有很多年輕演員參演，連何廣沛和蔡思貝都已經是帶領新人的前輩了。有說年輕演員的表現遠不及我們慣用的資深演員，這是最正常不過的事情。哪個資深演員不是由新人做起？沒有走過當新人的路，哪會有今天當前輩的份兒？大家是應該給予新人機會的。不過，新人並不是演戲不好的藉口。每年新人輩出，若不好好努力，其他同輩進步而自己仍是表現欠佳，很快便會由重要配角一直向下降級了。