

無須仰視

正在內地上演的電影《長津湖》反響熱烈，幾天之間票房已過20億元人民幣，創造了電影史上幾個第一，相信不久後會在香港上演，必要入場一觀。對於這部電影的成敗，網上評分具有一定可信性，微信上有不少評論，正面讚好的居多，也有不同意見，沒有看，不能插話。

為慶賀建黨百年，內地出現不少相關內容的藝術作品，統稱「紅色題材」，單論電影舞台戲劇就不止百部，當中有多少能夠長期演下去，保留下來，尚不得而知。但有一點可以確認，可以留下來的，均有一條定律：成功地塑造了人物。「紅色題材」主角均是英雄、領袖、知名革命者、先進人物等，這種人物不好寫，如何突破固有的舊式英雄模式，對創作者來說是一個難題。

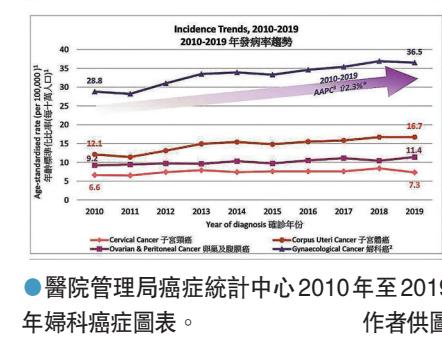
這類型人物不是從天而降的神，他們也和普通人一樣，有親情、有故鄉、有情趣，他們一生為國家為人民，但這兩個概念不是抽象的，他們是活生生的人，有血有肉，可以觸摸，不須仰視。我身為一名香港編劇，也成為這次創作中的一員。疫情中，我創寫了以青年毛澤東為主要人物的京劇《風華正茂》。過程這裏簡述，只談結果。因為疫情所困，我沒能去北京參加首演，這也是我數十年創寫生涯中的第一次。

婦女癌症

前幾日醫院管理局癌症統計中心公布的最新消息，2010年至2019年相比較，婦科的癌症包括子宮頸癌、卵巢癌和腹膜癌、子宮內膜癌、乳癌的數字顯著上升。

子宮頸癌大家可能了解得比較清楚，和感染人體乳頭狀病毒有關，在香港的小學五年級女生開始由政府免費接種人體乳頭狀病毒疫苗，希望在未有性行為之前得到抗體預防到90%以上的子宮頸癌。人體乳頭狀病毒可以經過性接觸傳染，如果早有性行為、多性伴侶而不採用安全措施則增加感染的機會。所以自細教育年輕人安全性行為非常重要。即使接種了疫苗有性行為的人也應該定期做子宮頸細胞檢查，萬一發現感染或者子宮頸細胞開始產生變化在這個階段給予治療，可以防止進展到子宮頸癌而起到預防或早期治療的作用。

子宮內膜癌和家族性遺傳或者過度進食含有雌激素食物有關，我最近就發現很多位月經不規則或者收經後流血的女士患有子宮內膜癌。為了保持青春，很多人吃一些營養品或補充劑，一定要小心有沒有添加荷爾蒙，以前有些雞的飼料含有女性荷爾蒙，希望保持肉質鮮嫩，現在你在超級市場可以買到些註明沒有荷爾蒙的雞和雞蛋，如果家族中有乳癌、子宮內膜癌、腸癌、卵巢癌、前列腺癌要小心有沒有基因突變，同時也要注意



●醫院管理局癌症統計中心2010年至2019年婦科癌症圖表。作者供圖

不花時間在衣服上的人

我很喜歡投資在衣服上。

很多人覺得我不修邊幅，我是承認的。我覺得隨意感很重要，所以頭髮我一直是不特別整理的。

但這不代表衣服不應該穿最好品質的。英國英女王御用的裁縫、倫敦著名的西裝設計師 Sir Hardy Amies，曾經說過最好的穿衣服方式，應該是花心思買到最好的衣服，然後穿上身後完全不理會它。

我是如此購衣的。

為什麼要如此花費？我提出的原因有3個：

第一，舒適度。只要你穿過真正好品質的衣服，你會發現舒適度真的無法比較。確實，很多名牌的價格太高，根本就不應該如此貴，價錢反映的是廣告費和明星代言費用在裡面。但其實近年可以以相對比較低價格買到品質一樣好甚至更好，但不是大牌子，而是新興或者是以前生產商現在推到前線自己出品的品牌。

第二，自信度。如果你穿上最好的衣服，你會發現自己就是會特別

地有信心。這是很難解釋的，只有嘗試過你才明白。但一個人需要有信心才能做任何事。只要能夠給到自信自己的，應該多做多買。

第三，人靠衣裳，穿得好，別人才信任你。撇開我的保險事業，現代商業社會一切講究的就是互信。衣服穿得好，人家就是會覺得你靠譜。

近年無論是香港還是外國，都愈來愈向運動風。即使和我一樣讀外國寄宿學校的同學朋友，近年平時都變得連牛仔褲都不穿，而是只穿最鬆身的運動褲。

穿西裝時，每個人都只是希望能夠最顯得隨便，所以總是不穿一套、總是裏面穿底衫而不是恤衫。好像愈是這樣愈酷。

但凡事千篇一律，就沒有什麼酷的地方了。我反而是平日奉旨都穿西裝，永遠安全之餘，每天都感覺是在自己的最佳狀態。

而且，我都不會覺得自己需要花什麼心思——西裝都是這些顏色，偏向深色的即可。和喬布斯及臉書創始人一樣，其實我們都是不花時間在衣服上的人。

貴婦？此話怎說？



嚙香菇飯憶意大利

鄧達智

如非疫情，去年這上下我們一行五人甚至六人已在意大利南部拿坡里，追逐地中海夏日最後的尾巴；之前兩星期，金秋降臨之際，從克羅地亞南端臨海漂亮的Dubrovnik開始，遊覽過無人不樂在其中日本動畫電影大師宮崎駿1989年作品《魔女宅急便》選取的背景原形，望蔚藍地中海並橙色瓦頂構造的古城之後，北上重遊美不能言的「歐洲九寨溝」十六湖公園並嚙遍半島Istria特產白松露及黑松露美食。

穿過斯諾尼亞到達威尼斯，稍留，然後到意大利中部松露鄉，在地、合時、大快朵頤一間比一間精彩松露專門店；從羅馬起飛回港之前，以南部拿坡里為首，沿Amalfi海岸漫遊Sorrento、Positano、Capri等神仙境地。

一年過去，猶如坐牢，莫說意大利，連深圳仍未得隨便通行！

聽說合時令意大利山林野生巨型香菇Porcine已到港，在本地立足數十年、源自羅馬、位於尖東帝苑酒店Sabatini餐廳，來自意大利中部名廚Claudio Flavio已制定以香菇為主款菜餚款待老饕。

意大利香菇製作的各式美食，筆者並不陌生，感恩那些歐洲唸書期間特別親近的意大利友人及他們的家人，於清貧歲月送暖，除招呼登堂入室度假逗留，也讓我分享至正宗意大利家常菜；北部Como

湖、阿卑爾斯山Introbio山谷，中部翡翠冷翠、完美古城Siena，南部拿坡里及周邊神仙境地的海灣與海島。9月中，暑假完結，回去倫敦上課之前，秋天珍美食材陸續上場，松露與香栗之前，先吃得香菇Porcine；至樸實普遍家常菜Risotto Porcine香菇燴圓米飯，鮮香撲鼻，永不忘懷。

昨夜大厨Claudio準備了不下十道香菇菜，從素到葷各有特色；許是極度思憶意大利（過去幾乎每年一會，必探望自己世上至愛度假的國度），也深深懷念那些年、那些朋友、那些思憶中仍然香氣撲鼻的美食，Sabatini的香菇圓米飯嚙後回甘不單止，簡直吃出Nostalgia。



●帝苑酒店意大利餐廳食Sabatini總廚Claudio煮弄合時令Risotto Porcine香氣瀰漫香菇圓米飯，飯後回甘。作者供圖



趣談派台碟

我發現，原來身邊有很多朋友及聽眾們對我們這個唱片騎師的工作很有興趣，特別是唱片公司如何跟我們交流及介紹他們旗下的歌手給我們認識。而最簡單的橋樑，就是他們會把一些歌手的新歌印製成光碟送給我們作推介。所以我不如在這篇文章裏面跟聽眾及讀者分享一下你們想知道的事。還記得小時候，已經十分喜歡收聽電台廣播，而且也會買一些有關音樂的報章觀看，希望從中可以早一點獲知某些歌手何時會推出新歌或新專輯。自己就好像一個音樂專家一樣，一早便知道他們的消息，還會跟身邊的朋友預告一下。

歌手推出新歌的時候，除了會把先前我說的新歌印製成光碟派上電台給主持人之外，有些還會配合歌曲的特色，送上小小精緻的禮物。就好像上世紀八十年代樂壇，我還記得梅艷芳的姐姐梅愛芳，當年她推出新唱片之前，先推出一首新歌，名叫《香檳浸着的門匙》，隨着派上我們俗稱的「派台白版唱片」之外，還送上一隻香檳杯，裏面放着一條門匙，就是配合她這首新歌的名字，可以藉着這些小禮物令到唱片騎師更加記起她的新歌，也是唱片公司的一番苦心。

至於在這個年代，當然沒有黑膠唱片作派台碟，但有些唱片公司還是會將歌手的新歌印製成光碟，然後也附上一些得意的禮物。就好像鄭融2011年的時候推出新歌《自來水》，唱片公司除了派台碟之外，還附上一個水杯，上面印着「自來水」這三個字，又是另一個方法令到唱片騎師留下深刻印象。但經過多年的轉變，現在有些歌手或單位推出新歌的時候，可能不是唱片公司想辦法為歌手宣傳而推出產品，反而是他們的歌迷因為支持自己偶像的關係，便想出一些有趣的小禮物送給主持們。

不過其實近這一兩年時間，這種宣傳方式已經變了一點，因為過往歌手推出新歌，唱片公司便要經常印製光碟的關係，很多人覺得不環保，於是利用現在的科技，他們便透過電郵把這些新歌傳送給唱片騎師，而唱片騎師在家也可收聽到這些歌曲，先聽為快。

所以我覺得凡事只要花一點心思，動一點腦筋，便可以把一些商品在推出市場的時候，令到人們留下深刻印象，歌手推出新歌也希望可以令到主持人記起他們的歌曲，然後播放出來讓更多聽眾朋友認識。



中國富豪1600萬拍下日本錦鯉翌年奪冠

日本所生產的錦鯉，價值不菲，動輒是幾萬港元一條。在2018年日本國內舉辦的拍賣會上，一名中國富豪更以2億300萬日圓（約合1,620萬港幣）的歷史最高價拍下一條白底紅花紋的日本錦鯉。2019年2月初，這條錦鯉更在「全日本綜合錦鯉品評會」獲得第一名。

中國人喜歡錦鯉，從春秋時代就開始了，錦鯉代表美好的願望和吉祥物。春秋戰國時，孔子的兒子出生之時，魯國國君魯昭公送鯉魚表示祝賀，因為鯉魚跳龍門，代表化身為龍，前程遠大。孔子就以「鯉」為其兒子的名，取「伯魚」為字。由此孔姓後裔避諱先祖，從不吃鯉魚。

宋代科學家沈括在《夢溪筆談》中介紹了鯉魚名字的由來，因為鯉魚側身有36片鱗，鱗上有呈現十字的黑線，三十六乘十是古代一里的步數，所以魚和里就形成了鯉。

鯉魚文化源遠流長，且內涵十分豐富。漢代的信函，用兩塊木板做成，一底一蓋，刻作鯉魚的形狀，中間放置書信。信函做成鯉魚之形，這是鯉魚崇拜的表現。作為書信往來的使者，有「魚傳尺素」之說。中國的國家宗教是道教，很尊敬鯉魚，認為是得道成仙的標誌，東晉道教學者葛洪在《抱朴子·對俗》中就說：

「夫得道者，上能竦身於雲霄，下能潛泳於川海。是以蕭何偕鳳以凌虛，琴高乘朱鯉於深淵，斯其驗也。」

到了唐朝，李淵是開國皇帝，因為李與鯉的避諱，官方嚴禁捕食鯉魚，違規者處以杖刑。所以，貴族供養錦鯉成風，祈求富貴榮華。到了今天，中國人都相信，養錦鯉可以帶來官運亨通、財運亨通，名成

利就、生意興隆。

但是，中國的水源大多數帶有酸性，不利於培育錦鯉。300多年前，日本的農民在鹹性的水稻田裏面養殖錦鯉，發現有些鯉魚有較光亮的色彩，於是捕捉牠們回家飼養（而通常這種具有亮麗色彩的魚較容易被發現而被鳥類或其它捕食者吃掉）。1914年當新潟錦鯉在東京展出，並作為禮物贈送給皇太子（後來的昭和天皇）後，聲名大噪。日本出產的錦鯉高達數萬港元一條，飛升為國際的奢侈品。這主要和科學養魚的技術成熟，很有關係。

日本的養魚戶，經常使用特別的飼料或者注射了色素，使錦鯉的顏色變得非常鮮艷，中國人買了回家進行餵養後，色素逐漸消失，所以錦鯉漸漸變白。結果是日本又再出口有增紅效果的飼料給中國消費者，大賺一筆。

怎樣的錦鯉才會值得千萬港幣？百分之四十的因素，是錦鯉要擁有健康的身形。一般來說，錦鯉生產魚卵時，多達20萬到40萬粒，最後經過多次淘汰，擁有健碩的身形的錦鯉，大約只剩餘下200條。第一個月，當錦鯉生長到了3厘米長時，就要淘汰百分之九十五。再養殖兩個月，要將百分之六十體形較小的錦鯉淘汰掉。以後每兩個月再度淘汰一次，經過七輪的淘汰，將體形較細的、色彩和斑紋欠佳的都淘汰了，最後剩下來的繼續養殖。將來3歲之後，有機會增長至長度超過3英尺，重量超過十公斤，就可以參加錦鯉的比賽。

錦鯉淘汰的成本，是相當高昂的。錦鯉是冷水魚類，所以在夏季比較炎熱的地方養錦鯉的水深最好有半米或更深，溫度要在攝氏23度到28度。每次更換新水，只能是四分之一，新鮮水的溫差不能超過半度，

否則，錦鯉會出現皮膚病或顏色變淡。

錦鯉健碩的標誌，首先要看頭部，頭大而粗才算健康。從前面看錦鯉，面形要求很圓潤，好像人面的模樣，兩隻眼的距離越闊越好，如果是太窄了，這絕對不是好的錦鯉。再就是看魚的嘴唇夠不夠豐厚，如果魚嘴唇豐厚，那麼牠以後長的體型很大的可能性就大，如果嘴唇薄，長成巨鯉的可能性就不大了。

鯉魚的鬍鬚最好是全鬚全尾的，但是因為鯉魚在成長的過程中把鬍鬚弄斷了，再生的鬍鬚就會短，這種情況也是經常有的，不會影響遺傳性。從前面再看鯉魚頭頂要豐厚飽滿，如果頭頂比較平，就有貧薄之相，就不成了。

頭看完了，往後就是看胸鰭了。大正三色要求胸鰭上的墨色線不能超過3條，昭和三色在胸鰭基部要有圓墨。形狀的話，太小、太尖，或三角形的胸鰭都會減分。胸鰭的擺動幅度不能太大，就要像一個靈活的胖子，輕輕一撥，就能自由游動。

身段要求很重要，錦鯉從胸鰭到尾巴的這一段線條要流暢，不能有突兀的鼓起和凹陷。肩部的肌肉要發達，背部的隆起要在背鰭的前面一點的地方，就像野豬、野牛一樣。

錦鯉肚子不能有下墜的樣子，就像家豬一樣，肚子下墜，就顯得老態、不健康。

尾部的尾柄要粗壯，尾柄粗壯的錦鯉，往往身體也比較強健。尾巴不能太長，因為錦鯉身子粗短，尾巴太長就會破壞這種粗短的整體性。

錦鯉色質佔分數大約為百分之三十。體形的遺傳穩定性之後，色質的遺傳性也要強於花色。錦鯉的色彩有很多，總體的要是四分之一，新鮮水的溫差不能超過半度，

錦鯉色質佔分數大約為百分之三十。體形的遺傳穩定性之後，色質的遺傳性也要強於花色。錦鯉的色彩有很多，總體的要是四分之一，新鮮水的溫差不能超過半度，

錦鯉色質佔分數大約為百分之三十。體形的遺傳穩定性之後，色質的遺傳性也要強於花色。錦鯉的色彩有很多，總體的要是四分之一，新鮮水的溫差不能超過半度，

錦鯉色質佔分數大約為百分之三十。體形的遺傳穩定性之後，色質的遺傳性也要強於花色。錦鯉的色彩有很多，總體的要是四分之一，新鮮水的溫差不能超過半度，