



雙城記 何冀平

文以載道 匯則興邦

對《文匯報》的第一次印象，是我13歲那年，在北京師大女附中讀初中一年級。我讀的這間中學是北京最好的中學之一，好就好在學校盡可能提供各種學習途徑、藏書和各類期刊，豐富開拓學生的視野。

在圖書館的報架上，「文匯」兩個字很特別、很醒目，內容有許多關於文化藝術方面的文章，深深地吸引著一個文藝少年的心。

多年後到了香港，發現這裏也有一份《文匯報》，還以為是上海《文匯報》的香港版，原來是另一份報紙。香港的《文匯報》豐富多彩的內容，成了我了解香港的百科全書。

不知不覺間，讀香港《文匯報》已成習慣。後來才知道，原來上海和香港兩家同名的《文匯報》之間，有很深的關係。

《文匯報》於1938年1月25日在上海創刊，1947年被淞滬警備司令部以「連續登載妨害軍事之消息，及意圖顛覆政府，破壞公共秩序之言論與新聞」強令停刊，其後報社的主要編輯人員赴港，在1948年9月9日在香港創辦香港《文匯報》，就是這一批當年的「港漂」上海進步報業精英，把愛國進步的精神傳承到香港，開始了《文匯報》的新篇章。而上海《文匯報》，直至1949年6月21日才得以復刊，從此《文匯報》分別在上海和香港兩地發展。

副刊版是一份報紙的精華，琳瑯

滿目的「小豆腐塊兒」短篇或雜文，均是學貫中西、知多識廣之士，在這個天地厚積薄發，和讀者分享生活、體會、見識的點滴，有如繁華喧囂的鬧市中，提供了一泓清泉，令人瞬間如沐春風；想不到，13歲就認識了《文匯報》的我，也成為當中的一員，不經不覺時已數年，每星期和這版的主編、責編交接一次，她們要從我的文章中找出錯字病句，還要驗正真偽，我可以隨手撰來，她們卻一點不能馬虎，她們長年累月深夜12點上班辛勤勞動。

隨著人民生活的進步，國家建設的發展，國際局勢的風雲變幻，香港《文匯報》「文以載道 匯則興邦」的核心價值理念更加鮮明突出。我們每天都離不開的香港《文匯報》，在香港這塊土地上默默耕耘，努力親近和團結知識分子和文化愛好者，為有真知灼見的文化藝術精英提供作文立說的平台，不斷為文化藝術的發展和探討發表高質量的文章，從而得到讀者的讚賞、廣大讀者的支持。

香港《文匯報》是經國家特別批准進入內地發行的少數香港報紙之一，在內地發行量穩居香港報紙首位，在海外發行33個海外版，讀者遍及五大洲。

何日丹同砥，寒更墨共研，在香港《文匯報》創刊75周年的日子，祝《文匯報》取得更大成就，砥礪前行。



此山中 鄧達智

時光荏苒白雲蒼狗

「白雲蒼狗」聽得多，自己落筆也用過無數次，從來沒特別尋找其出處，立秋前後南風吹起藍天白雲是常態，每日出門，滿目層層疊疊漂亮不凡的雲朵，總會忍不住，停下來，拿起手機將藍天白雲拍攝。

今日想寫白雲，忽爾良心發現，用上幾分鐘尋找「白雲蒼狗」之出處：「天上浮雲如白衣，斯須改變如蒼狗。」（作者杜甫）

現實主義的詩聖，落筆清楚俐落，不着深藏隱喻，一讀即明。

曾於2020年8月28日，於本欄寫過《朵朵白雲飛向我的故鄉》，上網查「白雲」，舊稿竟然跳出來，不禁小小驚喜。兩年前刊登於8月底的稿子，想亦同一季節性藍天白雲下，引發的寫趣。上世紀中下旬那些年，學校音樂課室常亦傳來……朵朵白雲飛向我的故鄉……早已耳熟能詳，白雲蒼狗，依然深刻記着：

鳥語花香，蝴蝶翩翩四方
朵朵白雲，飛向我的故鄉
田野蒼翠，一片麥浪
看那東方鮮紅的朝霞
歌唱我的故鄉

1952年發行，作曲：侯湘（李厚襄），作詞：張金，原唱：張伊雯、柔雲。當年「長城鳳凰」紅星：夏夢、石慧，亦曾合唱流傳甚廣。

歌好聽，旋律嘹亮，從小十分嚮往，相信《故鄉》亦是身教國語的初階，在完全對國語陌生的童年，老師教導下唱來相信亦字正腔圓。

上世紀五十年代另有名曲，亦以白雲及故鄉為題；韋瀚章作詞，林聲翕作曲：《白雲故鄉》。

時光荏苒，自己早已白雲蒼狗，奇怪活潑的心性並未因歲月洗禮而阻滯停頓；只恨十年下來，眼見對我國不利的國際勢力不斷打壓，本來平和的香港亦也動盪不安，兼逢數年肆虐全球新冠疫情打擊下，縱使疫情總算尾聲，但各國社會千瘡百孔各式問題無遮無掩，漸次原形畢露。數年前已訂立好幾個工作目標，在疫情洗禮下幾乎蕩然無存，就是實質上仍可繼續，心情早已明日黃花，生活上唯一樂趣盡繞繞着地球旅行去了！

每年6、7月之後，南風吹起藍天呈現；立秋之後8月，天天幾乎藍天白雲。 作者供圖



《故鄉》
朵朵白雲，飛向我的故鄉
青山重重，推歌嘹亮
看那東方鮮紅的朝霞
歌唱我的故鄉

朵朵白雲，飛向我的故鄉
江上風波，漁舟蕩漾
看那東方鮮紅的朝霞
歌唱我的故鄉

楊柳青青，風和日長
燕子飛過短牆，百花齊放



發式生活 余宜發

這是蛋糕嗎？

我其實多次跟你們說過，我是一個很喜歡看電視的人，所以閒時沒有工作，總會坐在梳化看着電視，一看可能數小時也沒有發覺。最近從其中一個串流平台看到一個節目，名叫《這是蛋糕嗎？》我覺得這個名字很有趣，所以按下來看看節目想表達什麼。一看之下，才發現原來我看的已經是他們這個節目第二季的內容。如果節目能夠進入第二季或更多季的話，其實就代表這個節目非常受歡迎。

我便繼續看看有什麼吸引我，我就在這裏跟大家分享一下。其實這個節目會請來8位固定班底，他們都是整蛋糕非常出色的人，就算今天，很多人也可以在家中焗蛋糕，好像每個人也是專家一樣。但這個節目的整蛋糕技師，原來非常犀利，因為他們懂得如何整出一個跟某物件相似度很高的蛋糕出來。而節目開始的時候，大會先從一個環境當中，讓參賽者從當中猜出哪一樣物件其實是蛋糕，而主持人逐一詢問之後，拿着一把刀嘗試去把這些物件逐一一切下，當然如果切的是蛋糕的話，大家便會清楚看得到。

而緊接着出線的多位參賽者，便需要自己在8小時內整出一個從大會提供的物品像真度一樣的蛋糕出來。8小時過後，節目會邀請3位評判，由他們從同樣的物品當中，猜出其中哪一個是蛋糕，換言之，另一個便是真實的物件。

如果評判猜不出參賽者的蛋糕的話，參賽者便可以有機會進入下一個回合，而這個回合大會會先整出一個跟真實同樣相似的蛋糕出來，然後放在鏡頭前給優勝者猜猜哪一個是蛋糕，如果猜中的話，參賽者便可以以得到5,000美元獎金，實在太吸引了。

而我這位觀眾看着這個節目，當然也希望參賽者可以得到獎金，為他們高興。我不想說得太詳盡關於這個節目內容，如果大家有興趣的話可以去找來看看，反而我很想讚賞這些整餅技師，因為他們的技術巧奪天工。其中一位參賽者便整出跟非常出名品牌專推出的長靴一模一樣的蛋糕出來，結果評判也猜不出，而我看着她的製成品，也不禁說：「真的99個巴仙相似。」

所以我覺得這個這麼有趣的電視節目，有時間也可以當自己是評判一樣，去猜猜「這是蛋糕嗎？」



冬陽天地 梁冬陽醫生

照乳房X光痛

有很多朋友不願意照乳房X光是因為怕痛，有人形容是滿清十大酷刑。哪裏有這麼誇張呀？！

乳房X光造影一般用在40歲以上的乳癌篩查或發現一些乳癌的早期病變，例如不正常的微細鈣化點，扭曲的乳腺組織。照的時候需要在兩個不同的角度壓扁來照，令它的紋理清晰，過去只有2D技術額度比較扁，用的力度比較大，所以就更加痛，現在已經有3D技術了，雖然都是用同一類的機器，斷層攝影會1毫米拍一張片，不需要壓得那麼大力，可以減輕痛楚，並且影像更加清晰細緻，準確度更高。

其實每個人的忍痛能力不同，痛域不同，如果特別怕痛的人可以在拍照之前一兩小時預先吃止痛藥，最好避免在月經之前，那時乳房特別疼痛和腫脹，在月經期之後做比較好，拍照的時候聽從X光技師的指示放鬆，否則肌肉繃緊，更難擺位，照出來的效果也不好。

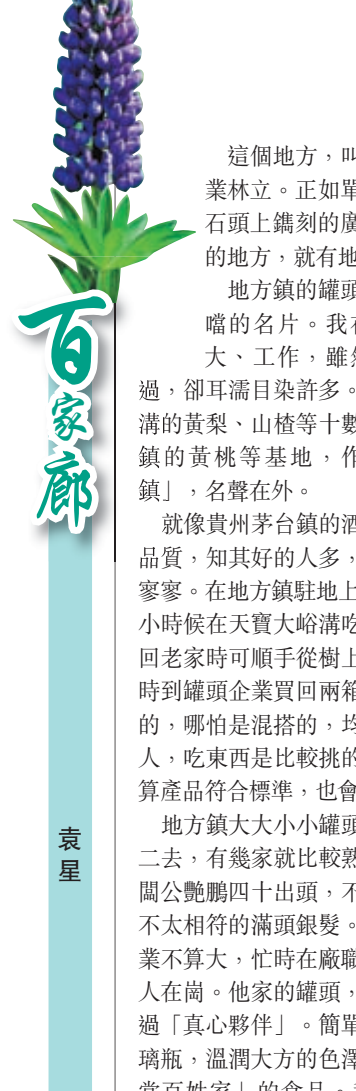
有人提議照超聲波機沒有輻射也不痛是不是可以代替乳房X光造影呢？其實兩者的用途不同。年輕的女性因為乳腺組織比較密集，照超聲波比較清楚。如果有腫塊可以通

過超聲波看到是含液體的囊腫還是實質性的腫塊，邊緣是否整齊；內裏有沒有血管增生等去考慮是良性還是惡性，可以用超聲波引導下抽取組織做進一步的病理檢查。但超聲波看不到微細的鈣化點組織扭曲這些早期的癌症病變。

磁力共振雖然更加清楚沒有輻射，但不是做第一手的篩查工具。因為它太敏感，有些不嚴重的變化也見到，你要繼續跟進，而且價錢比較貴，並不大眾化。但如果曾經有過乳癌或者家族中有多位有乳癌的人或做過隆胸手術，就需要做乳房磁力共振加造影劑。

自我乳房檢查，曾經被人否認，認為這會引致一些不必要的恐慌，其實不然。最簡單又不需要花費是做乳房的自我檢查，每個人自己的身體自己最熟悉，問題是要教識大家怎樣去做自我檢查而不是鴛鴦政策。最好在每次月經之後，當乳房不腫脹的時候做，要放軟手指360度連腋下一起檢查，如發現腫塊，及早找醫生求醫，確診是良性還是惡性。

每一樣事情都有好處和壞處。問題是我們怎樣好好地利用現有的資源和科技去做一些有益的事情。



罐頭的鮮

這個地方，叫「地方鎮」，罐頭企業林立。正如單位前面小廣場裏一塊石頭上鐫刻的廣告詞所說：「有罐頭的地方，就有地方的罐頭。」

地方鎮的罐頭，是平邑縣一響噓噓的名片。我在這個地方出生、長大、工作，雖然沒去過罐頭企業工作過，卻耳濡目染許多。地方鎮坐擁天寶大峪溝的黃梨、山楂等十數個品種水果及周邊村鎮的黃桃等基地，作為「中國罐頭第一鎮」，名聲在外。

就像貴州茅台鎮的酒，如何釀製，怎麼個品質，知其好的人多，知其為什麼好的卻寥寥。在地方鎮駐地上班、定居近20年了，小時候在天寶大峪溝吃新鮮水果，現今除了回老家時可順手從樹上摘幾個吃，還可以隨時到罐頭企業買回兩箱，想吃啥品種啥口味的，哪怕混搭的，均可自由選擇。我這個人，吃東西是比較挑的。就算是大品牌，就算產品符合標準，也會優中選優。

地方鎮大大小小罐頭企業六十家，一來二去，有幾家就比較熟悉了。公正公司的老闆公曉明四十出頭，不苟言笑，長着與年齡不太相符的滿頭銀髮。在地方鎮，他家的企業不算大，忙時在廠職工近百，淡季五六十人在崗。他家的罐頭，有好幾個品牌，我玻璃瓶，溫潤大方的色澤，一看就是「飛入尋常百姓家」的食品。我問過這家企業的老闆，他告訴我他們的罐頭根據不同顧客的需求，分成很多種。有純白糖的，有的則一點糖都不含，不過口感依然潤滑可口。

還有一家企業，規模稍大些，在地方鎮數中型企業吧。老闆叫齊偉，是個比較健談的人。他是鎮駐地一個村的黨支部書記，企業裏的職工，也大多都是村裏或周邊村鎮的，企業從無到有，帶動了很多人致富。

地方鎮的罐頭企業眾多，這兩家是我親自去過的。不同罐頭，需要不同流水線，不同流水線，又有不同工序。以橘子罐頭為例。

把橘子運到車間，第一道工序是去皮，去皮之後清洗篩選，把品質好的橘子瓣留下，進行蒸煮，然後再流水線上裝罐、稱重、密封蓋子之後進入高溫殺菌車間。經過高溫消毒後的罐頭，已經是成品。但還需要放入倉庫發酵一兩周才能貼上商標進入市場。其實，發酵的目的，就是讓罐頭的口感更滑潤。

公正和康橋這兩家罐頭企業，老闆都比較年輕，與我算是同齡人。我們溝通起來也比較隨意。我曾直言問：「你們生產的罐頭防腐劑麼？放甜素麼？」我詢問時，眼睛是直視他們的。雖然場所不同，時間不同，他們的回答卻令我滿意。他們的表情自然，目光毫無躲閃。公老闆說：「甜素和防腐劑，在剛有罐頭作坊時，有的小作坊的確用過。後來有過大整頓，許多小作坊被淘汰了，剩下的這些大中小企業，經過這麼多年發展，保鮮等技術愈來愈成熟，根本不需要防腐劑等。」齊老闆也坦然道：「現在都是高溫殺菌真空包裝，只要不開蓋，罐頭的保鮮保質毫無問題。」至於甜素，他們也敞開心扉跟我聊。甜素是可以降低成本，可現在的顧客對品質要求都高，用白糖尚須精挑細選找可靠的道地產地的供應商，哪家公司敢糊弄顧客自掘死路？在信息傳播如此迅速的當下，無論大企業還是中小企業，對待自家產品都相當謹慎用心，生怕出一點問題。

公正公司的老闆，辦公桌上放了幾盆蝴蝶蘭。花兒長得旺盛，紫紅色的花朵，大方地舒展着，給人一屋子春暖花開的感覺。而旁邊的壁櫥上，各式罐頭擺放整齊，黃桃、山楂、椰肉、什錦，顏色誘人，「碩果纍纍」。同一室內，有「春華」，也有「秋實」，很具視覺衝擊。罐頭本身是商品，企業從事商業活動，賺錢是維繫其生存發展的需要。地方鎮的罐頭產業，已形成了多條較為完備的產業鏈。地方鎮從果樹栽種，到水果採摘，到罐頭加工，到市場營銷，打通了各個環節，暢通了產銷渠道。當地水果，除了直接運往市



作葉蔭 林作

球員的行為規範

大家或許不是什麼足球球迷，但最近論壇的一件事，值得大家去關注及討論。

我支持的球會，除了小時候因為恩沙基而支持的意大利豪門AC米蘭外，就是英超曼聯。我這年代的人，大多數要麼支持曼聯，要麼就是阿仙奴。

當年我讀書的時候，曼聯是最輝煌的，但近年成績一般，近幾年都沒有贏得什麼大錦標。儘管如此，它仍是全球最值錢、最賺錢及最有錢的球會。

一年多前，它的一位新人才天賦型前鋒格連活特，被當時女友指控強姦、性侵犯、襲擊等，當時甚至有片段被擺上網，然後他就被警方拘捕，球會停賽。直到近日，大概調查了半年後，警方認為證據不足，而且獲得了新資訊，決定不再起訴。當時的消息是，格連活特和女友和好如初，甚至結婚生子，所以就不需要公家來告了。

然後，大公司曼聯就開始了自己的內部調查。幾天前，曼聯決定不能和格連活特繼續合作下去，為了公關形象，將一個實力超群、正正是成績不振的球會所需要的入球前鋒，沒有法律上被定罪，球會甚至同意他沒犯錯的人，在將近兩年的時間後，就這麼革除了。

大公司就是如此。

沒犯罪、同所謂「受害者」甚至結婚生子，大公司卻為了討好、不得罪女權主義激進分子而寧願割席。對我來說，這是毫無道理，只是怕事的行為，但卻是目前比比皆是的大公司行為。

他們目前將企業形象、公關避免災難放在第一位，寧願由自己業績繼續一落千丈都不要人才，因為該人才未必是最政治正確。也就是說他們的價值觀有問題。

球迷最介意的是球會成績。我們沒有將球員視為社會典範——對不起，我們也不應該這麼做。職業足球球員根本不是接受過很多教育，有很多人生活會的人，而是社會裏很特殊的一群，職業壽命很短的一批人。英超球員賺着很高的人工，享受很多人愛戴，就好像流行樂歌手紅遍天下一樣，我們不期待他們行為規範到是社會模範。

所以對99%球迷來說，管他的政治正確！我們要的是最強球員，踢好隊波，而不是全部都最好好人，然後連續地輸球。這是目前企業文化的一大問題——公關部、市場部都是打工的，對他們來說，他們的職責就是把關。既然是打工，那麼職責上最能夠彰顯他們有工作的，就是下禁令，把可能影響公司形象的人革除。

但這真的是平衡各方最好的方式嗎？真正重要的，到底是什麼？很值得所有大企業三思。



演藝蝶影 小蝶

舞台上的鬼劇

這麼快又是農曆七月了。很多時候，電影或電視都會在這個孟蘭月推出一些與鬼有關的製作，舞台則較少上演「應節」的演出。不過，這不是說舞台不會演出鬼劇，我立即想到的已有兩個著名的舞台劇：《長髮幽靈》和《聊齋誌異》。

湊巧得很，這兩個劇都是由杜國威（杜Sir）編劇和何偉龍（阿龍）導演，是二人其中兩個合作的舞台劇，亦都是票房保證。

由於工作關係，《長髮幽靈》未上演之前，我已經看過劇本，了解到內容詳情，很有興趣看阿龍如何將杜Sir筆上世紀五十年代的一個片場鬧鬼的故事搬上舞台。

對香港國語片有認識的電影觀眾看《長髮幽靈》時都知道那是以當年一個傳遍香港的故事為藍本寫成的舞台劇，亦能心領神會地認出舞台上的創作角色的原型人物是現實生活中電視圈中的哪一個明星。當然，杜Sir只是以一些傳言為創作基礎，舞台上的人物角色和事件在一定程度上都是劇作家的創作。

《長髮幽靈》的故事內容講述一名向來對電

影圈充滿好奇和憧憬的少女加入電影圈工作，在片場內當一名小場記。她在工作過程中，不但看到片場內光怪陸離的眾生相：由臉孔至身材全都經過特別修飾的大影后、好賭成性的影后、依靠兩名影后在影圈中站穩腳的奶油小生、好色的大老闆、作威作福的導演……更竟然被導演發現平時打扮如小男孩的她原來是一名小美人。導演立即捧她為新星，讓她當上歌舞片的女主角，使她夢成真。

而令她最不可思議的遭遇，是她化妝間碰上新香玉殞的年輕女星的鬼魂。原來女星因為貪圖名利，行差踏錯，事後卻抵不住人言可畏和良心責備，在宿舍內自殺。自此之後，片場頻鬧鬼，人心惶惶。女鬼因為覺得少女善良純真，不想她步自己的後塵，因而勸導她，二人亦成為好朋友。女鬼亦頻施法術，懲戒壞人，令壞人吃苦。

由於《長髮幽靈》並非驚悚劇而是喜鬧劇，所以在編劇與導演的創作下，壞人吃的苦正是令觀眾笑得開心的笑料源泉。相信其中最令觀眾難忘的角色是導演一角以不同的花式做了多次上壓。他的花招和痛苦都引得觀眾笑到打

跌。阿龍還加入一些「恐怖」元素，例如有一場戲他安排大家的注意力都集中在觀眾席的表演時，忽然呼的一聲，已經嚇得觀眾心跳，舞台上天花板竟然在這時候突然吊下一個長髮白衣女鬼的大布公仔，更加嚇得大家大叫。有時，當少女背着觀眾對鏡整妝時，女鬼忽然在向著觀眾的鏡中出現。這些場景都嚇得觀眾哇哇大叫，但叫後又哄堂大笑。

不過，有一個恐怖位阿龍則加得太妙了。他設計了每晚都有一位觀眾在下半場時被旁邊或後邊的觀眾拍他。當這名被選中的觀眾回頭或轉頭看拍他的觀眾時，頓時嚇個魂飛魄散，因為他看到的正是扮演女鬼的女演員坐在他後面或旁邊。你不妨想像一下當你在漆黑的觀眾席中，突然看到披頭散髮、七孔流血的女「女鬼」而你只有一呎之距時，你會有什麼反應。大聲尖叫是最普通的反應，有人則嚇得躲在伴侶懷中，我也聽說過竟然有觀眾沒有反應，反而扮演女鬼的女演員不知如何是好。而最好笑的是，據說有人本能地保護自己，立即出手打「女鬼」，那名可憐的女演員不知有沒有被打傷。