

永不過時的水門雞飯

對於香港人，去曼谷旅行一直都是「由頭到尾」徹底放鬆的不二法門。搵食、水療、搵食、按摩，只需要如此簡單的每日行程就能過上神仙日子。從米芝蓮三星餐廳的精緻料理到街頭巷尾的「蒼蠅小食」，各有各吸引的泰國美食讓「搵食」佔有這神仙日子二分之一的比重是絕不過分的。

因為各地盛產的食材各異，再加上受周邊國家不同的飲食口味影響，泰國四大地理分區將菜餚分成了四大菜系：東北部、北部、中部與南部。而位於中央平原的曼谷有湄南河的澆灌養育，物產富饒，無論是蔬菜水果、香料草藥和海鮮河鮮，種類繁多且品質優秀，使其成了當之無愧的美食之都。泰國最有名的魚露和蝦醬，都生產於此。

自從二〇一〇年我第一次來曼谷，被朋友帶去水門市場附近的Go-Ang Kaomunkai Pratunam也就是現在人們通稱的水門雞飯時，就已經被提醒：「千萬別去錯啊，旁邊有員工穿藍色制服的和綠色制服的相似的店，一定要去粉紅色制服的那間。」直至今日，這也成了我對初次去曼谷旅行朋友們的提醒。因為在對每家的雞飯仔細品嚐之後，確實「粉紅色雞飯」的雞肉肉質最嫩，蘸料配飯與肉也最相襯。「綠色雞飯」則憑藉二十四小時營業取勝，「藍色雞飯」已「退隱江湖」。



▲曼谷「水門雞飯」

甚至連米芝蓮都在去年推薦了這家小店，並稱讚其「雞油飯完美搭配了雞的味道，還有美味的燉雞湯。」正是這一碟港幣十塊錢的雞肉加雞飯全天都吸引着比香港巴士站早晨等待上班還長的人龍在熱浪中排隊等候。如果吃過一次後發現它是你的心頭好，那以後每次來曼谷都去「報到」是肯定跑不掉了。

樂活

潘 少

逢周一見報

那時劇場

三十年前我到南京讀大學，南京舉辦了首屆中國小劇場戲劇節，那時中國話劇已陷入市場危機，此戲劇節雖被冠以「中國話劇的救亡行動」，但仍未能抵禦時代大潮，劇場藝術被電視、歌舞廳等新興消費形式侵佔。當年新街口的百花小劇場，與之隔街對望的延安劇場，現在都已消亡於金陵飯店、德基商場的高樓下。

南京楊公井也是當年劇場勝地，我曾在人民劇場連看三遍北京人藝的《天下第一樓》，站在過道邊看完《嘩變》。距之不遠處有家省錫劇場，就是江蘇省錫劇團的大劇場，設施較新，九十年代初錫劇演出市場已漸萎縮，省錫劇場就用來放映港片錄像帶維持，擁有最新的大型投影設備。當年省音像資料館有美國奧斯卡獲獎片資料片，我就以南大廣播台的名義聯合省音像資料館舉辦奧斯卡影片南京高校展映周，放映地點就在省錫劇場，面向南京所有高校師生售票，每晚聯放兩部影片、票價兩元，每回開票很快售罄。《非誠勿擾》主持人孟非當年還在印刷學院讀大專，他通過中

學校友輾轉到省錫劇場看片。大學畢業後我的工作單位就在省錫劇場南邊的小火瓦巷，偶爾路過看望省錫劇場的陸阿姨，結交了更年輕的錫劇團學員們，常聚在一起唱流行歌。離開南京後，與他們全部失聯，去年我才得知當年的湯達已成錫劇團台柱，而與他同期進團的一些演員都先後改行，離開劇團。

近年中國政府加大力度繁榮劇場藝術，省錫劇場已更名為江南劇場，與小火瓦巷的紫金大戲院遙相呼應，成為江蘇演藝集團的主力演出基地，董事長鄭澤雲先生介紹，該集團除了傳承京崑錫揚等中國戲曲藝術，還將中國故事創作成歌劇巡演歐洲、日本等地，新創歌劇《拉貝日記》今年將赴拉貝故鄉德國演出，該集團七度獲得「國家文化出口重點企業」榮譽。

雁南飛

楊勁松

逢周一、三、五見報

復活節

基督教的復活節慶祝《新約》中記述的耶穌蒙難於十字架、入葬後第三天復活的奇跡。前有長達四十天的大齋期，後有七周「復活季」，到第五十天才正式結束。復活節素有「流動的節日」之稱。和農曆新年一樣，它在公曆中的日期每年都在變化。教會將復活節定於三月二十一日或之後第一個月圓之日後的第一個星期日。西方基督教和東正教日曆相差十三天，西方復活節在三月二十二日到四月二十五日之間，而東正教復活節則為四月四日到五月八日之間。今年美國人四月二十一日慶祝了復活節。

小鎮超市從情人節後就上架復活節商品了：蛋形巧克力、兔子巧克力、小雞棉花糖、五彩繽紛的jelly bean軟糖，主色調為粉紅、粉藍、嫩黃。當代基督徒慶祝復活節，除了節後周一放假，吃包括醃肉（ham）在內的「大餐」，還有孩子最愛的「尋找彩蛋」活動。小鎮報紙一早登出廣告，鼓勵居民帶孩子裝飾彩蛋。復活節那日孩子們在某超市停車場附近「找蛋」戲耍，彩蛋裝飾得獨出心裁還有獎勵。但這些習俗和基督教義有多大關係很難說。有些禮俗繼承了猶太教逾越節的規矩，彩蛋可能象徵了基督復活後空空如也的墓穴，「復活兔」則多半是祈禱多子多孫的「異教徒」迎春儀式的餘韻。

二十多年前我在美國過第一個感恩節時看了經典動畫片《聖誕夜的噩夢》。統領萬聖夜鬼怪的鬼臉杰克王子想綁架高人氣的聖誕老人取而代之。不料手下抓錯了。麻袋一開，復活兔蹦蹦出來，唬得杰克連忙道歉，引人發噱。其實，美國宗教節日的宗教含義與全家團聚、休閒娛樂的世俗功用往往分不清，商家趁機做生意更不待言。

墟里

葉 歌

逢周一、三、五見報

「休刊狂徒」富堅義博

鉛字肖像

楊 騏

逢周一、日見報

說起日本漫畫周刊《少年JUMP》，一個個耳熟能詳的名字立刻從腦海裏蹦了出來：鳥山明、井上雄彥、小畑健、久保帶人、尾田榮一郎……但在這些著名的漫畫家中，有一個非常特別的人物——《幽游白書》、《全職獵人》的作者，富堅義博。

一九六六年富堅義博出生在日本山形縣的一個平民家庭，家裏經營着一間小文具舖，可能是因為從小浸染在紙和筆的世界中，富堅早早地就對畫畫充滿了興趣，在他的小學課本上筆記倒是不太多見，但滿滿一書全是塗鴉。成年後的富堅靠自己的畫技成為了當地的一名美術教師，可

妹妹在內地一家航空公司做空姐。要說起她入這行，還真是陰差陽錯：

六年前，重點大學英文系畢業的她，從北京來到深圳，在一家民營公司做文字編輯，不到三個月，就在沒有找到下家的情況下就勇敢地理髮了那個「比女人還女人的男老闆」。然後，來到這家航空公司做人力資源管理，主要是為空姐們辦理各種人事手續和開展培訓。忽然有一天，身材高挑、外表靚麗的妹妹被一個做了十多年空姐的乘務長看中，鼓勵她「做空姐，錢多。」

妹妹和我商量。我不同意：「空姐吃的是青春飯，再說錢也並沒多到哪裏去。以後你年紀大了、飛不動了，又

今天星期一，但不用上班。你有額外的興奮嗎？如果有的話，你一定要額外小心，小心自己正留守於一個在原地打轉的困境，小心自己忘卻了我們可以尋找自己幸福、快樂的本能。

在一九六〇年代，心理學家馬丁·塞利格曼（Martin Seligman）曾經做了一個殘酷的實驗。以今天的標準來說，這個實驗非人道地虐待動物，損害了動物權益，甚至應該遭到禁止，但又無可否認，它得出了一個心理學的經典原則。

塞利格曼的實驗設定是很簡單：鈴聲響起，狗會被電擊。因此，當鈴聲一次又一次響起，狗隨即一次又一次被電擊，狗慢慢會將「鈴聲」與「懲罰」連在一起。在實驗的第一階段，塞利格曼將狗隻分成兩個組別：第一個組別的狗可以逃跑，而第二個組別的狗

今天是復活節假期，若非四月十五日那場火，巴黎聖母院一定會以她一貫的嫵媚，迎接世界各地的遊客了。

這些年常在巴黎轉機，找個藉口就留下逛一、兩天。巴黎對外人實有無窮的吸引力，乃至每次離開都覺得總有着遺憾與不捨。這魅力來自她的小說、電影、音樂、藝術、建築，巴黎聖母院就是法國建築的代表符號之一。

巴黎聖母院建於八百多年前，與中國南宋同期。其哥德式的高峭風格非常值得一說，正面的雙塔鐘樓不同於一般全是尖塔的哥德教堂，玫瑰窗也含有黑白的樣式。更重要的是，雨果的小說及據之改編的電影《巴黎聖母院》賦予了她魅力。吉卜賽少女艾絲美

我本身並非教徒，但我身邊有很多基督徒朋友，有時聽到他們說一些教義道理，也令我獲益良多。上星期在同一天之內，外地和香港分別發生了一件大事，性質截然不同，但同樣令到社會震撼。巴黎聖母院的大火，即使如我的非教徒，亦會感到痛心疾首；香港娛樂圈的一宗事件，更引起軒然大波，令社會議論紛紛。我的一位教徒友人說：「教徒要有好行為及人品，令其宗教受人稱許，這喻為『好見證』；反過來說，教徒的行為不善，被喻為『失見證』。」

從前香港有一種說法「唔窮唔學戲」，即是低下階層的年輕人為了生活，才會跟隨師傅學習演戲，成為藝人而令兩餐溫飽。不過時至今日，不論是表演藝術界抑或電視電

則不可以逃跑。經過反覆的電擊，第二個組別的狗即使在沒有電擊的情況下，一聽到鈴聲，便會哭鳴。

實驗進入第二階段，塞利格曼拿走了阻止第二個組別狗隻逃跑的機關。換言之，這時，兩個組別的狗都置身在同一個環境設定。鈴聲再一次響起，我想，大家都會猜到兩組狗隻的反應吧？

聽到鈴聲，第一個組別的狗隻如常地逃跑，避開電擊，而第二個組別的狗，即使實驗人員沒有再阻止牠們逃跑，牠們還是習慣性地留在原地哭鳴，沒有逃跑的意圖，沒有避開電擊的嘗試。塞利格曼認為，第二個組別的狗在多次無法避免電擊後，失去了鬥志，只能展現無助的行為，塞利格曼稱之為「習得性無助」。

這個實驗可以提醒我們什麼呢？塞利格

巴黎很近

拉達與鐘樓駁俠卡西莫多的命運故事，成了聖母院一道人文色彩。

巴黎聖母院旁邊就是塞納河，兩岸有許多著名的歷史建築，其中一座是巴黎舊監獄。它囚禁過法國大革命時期的皇后瑪麗及幾千名貴族，瑪麗的夫君便是被處死的路易十六。監獄展館陳列着表現當年情景的油畫。

我所處時代的教育包含了對世界文明的敬重。法國的伏爾泰、羅曼羅蘭、巴爾扎克、雨果，包括近年因《情人》走進中國的杜拉斯，都是國人喜歡的作家。雨果在法國似乎更受尊敬。凱旋門延伸到各方向的十二條大道，有一條就叫雨果大道。那條路專賣時尚商品，大概覺得雨果特別配得起這種氛圍。旅居巴黎的朋友曾告訴我說，法國人對

影圈的演員，大多擁有知識和學歷，故此從事表演工作之餘，更會發揮其他所長，為觀眾及社會作出貢獻。近年我印象較深的是內地明星李連杰，他在觀眾眼中本來只是一位武打演員，身手不凡，武功了得。李連杰在銀幕上曾飾演過不少英雄豪傑，黃飛鴻、方世玉等角色，令觀眾看得如痴如醉。二〇〇四年南亞大海嘯之時，李連杰遇上了生關死劫，令他對人生有了新的體會。後來他成立了一基金會，倡議「一人、一元、每一個月」，希望社會上每人都能盡一點微力，為其他弱勢社群提供幫助。在我看來，這是其中一個「好見證」。

香港亦有不少資深藝人，在演藝事業之外作出社會服務。例如著名女演員蕭芳芳創

曼認為，人類也會有「習得性無助」，當我們習慣性地被傷害而沒有逃脫，無論是生理上的，還是心理上的傷害，最後也會慢慢令我們成為留在原地自怨自艾的人。「習得性無助」的人，習慣了被傷害，習慣了無助，因而不再有尋找幸福的動力。

塞利格曼的解答是重要的，但我想，比這更重要的是：我們必須要知道那「鈴聲」的來源，當我們知道自己真正恐懼什麼，我們才有機會找到真正的出路，尋找自己的幸福。

普通讀者

米 哈

m.facebook.com/mihaandlouis

逢周一、三、四、五、日見報



巴黎很近

雨果的熱愛遠超過諾貝爾獎的羅曼·羅蘭。羅曼·羅蘭最著名的小說《約翰克里斯多夫》寫的音樂家原型是德國人貝多芬，而雨果的小說寫的都是巴黎和法國。這說法不一定成立，但看雨果的小說《九三年》、《笑面人》、《巴黎聖母院》、《悲慘世界》……無不都是法國歷史和活在其中的法國人。這種題材的民族定位注定了雨果是法國人的偶像。我們教育中打下的法國文化印記，使巴黎在不少國人心目中，既遙遠又近切。

人與歲月

凡 心

fanxinw@hotmail.com

逢周一、三、五見報



好見證

辦的「護苗基金」，旨在保護十八歲以下人士免於遭受性侵犯，在現代社會極受關注和重視。

藝人也是一個普通人，難免有七情六慾，甚或在銀幕背後有其真實個性，平時在觀眾面前卻以另一面目示人。然而，作為一個公眾人物，言行舉止必然受到注目，並對喜愛自己的觀眾產生重要影響。如果藝人能夠盡力做出一個「好見證」的榜樣，定能得到更多尊敬。

文藝中年

輕 羽

cloud.tkp@yahoo.com

逢周一、二、三見報



談出軌

今年以來，知名人物出軌醜聞一宗接一宗。我正在看電視劇《虎嘯龍吟》時，爆出司馬懿的扮演者吳秀波出軌，事發後，男女雙方反目成仇，狗血鬧劇愈演愈烈。接着，鄭秀文老公許志安出軌黃心穎，許志安開記招哭着懺悔，全城嘩然……事件中幾位男主角歷來顧惜家庭名聲不錯，為何在好人設之下大搞毀家毀業的婚外情？

出軌是醜陋行為，追究其成因，可發現是多種多樣的，有夫妻失和，遇到合心意者情難自禁的，有抵不住誘惑一時失控的，有酒後亂性一發不可收拾的，也有賤性難改故意獵艷的，等等。人性複雜，出軌劣跡一旦被公開，後果可大可小，像克林頓一度情迷萊溫斯基，差點丟了總統寶座，貝佐斯愛上另一個女人，差點做不成世界首富。但也有出軌者是例外，醜聞幾乎傷不到他們，比如特朗普，有人問梅拉尼婭其夫與艷星有染之事，她說自己有許多更重要的事情需處理，並稱「我會再次擔任第一夫人」。美國民眾也不計較特朗普，認為他就是愛做出格的事，沒必要糾纏他。

一位女友曾問其夫：「你信『男追女隔重山，女追男隔層紙』嗎？」其夫沉吟片刻說：「只要男人不起色心就無事發生！」他此話有柳下惠風範，女友聽後很開心。

紅塵記事

慕 秋

wusupikwa@yahoo.com.hk

逢周一、三見報



妹妹的心事

眉之急，被乘客點讚。我能感覺到，妹妹的脾氣被漸漸磨平了，這固然是空姐這個行業的職業需要，但更重要的是，在「投訴多了會影響晉級、影響鈔票」的壓力下，妹妹被漸漸地「催熟」了。

功夫不負有心人，今年初妹妹終於做見習乘務長了。這中間，妹妹結婚生子，跨過二字頭來到三字頭的年紀。可是妹妹的見習考核一直沒過。昨天，我見到了滿腹心事的妹妹，她說：「考核的人，是我在經濟艙做空姐時的乘務長。她開始對我很不好，後來發現我得到的

表揚很多、上升得很快，就漸漸地不開心了。」

「那要不要去私下裏溝通一下？」我下意識地建議。

「她是妒忌心。溝通似乎也沒什麼用。」

「要麼就想想她喜歡什麼，送點禮物之類的。」

「哥，你職業的上升也靠這個嗎？」我一下子怔住，心，疼了起來。

負暄集

趙 陽

jackeyzhao2018@gmail.com

逢周一、三見報

