

朱師傅三十出頭圓夢 開創壽司店

少年學廚與壽司結緣



■餐廳設有室外空間，甚得食客歡迎。

的師傅，洞察到行業的前景，建議他去學整壽司。朱師傅與壽司的緣分，就從這一刻開始了。

頭幾年，朱師傅在尖沙咀做得十分順利，未遇挫折，未來可期，這時的他卻不



■燒櫻桃配行者蒜白麵 ■金鯧鱗燒配海膽及凍蛋豉檸檬汁



■朱師傅於銅鑼灣擁有一間屬於自己的日本餐廳。



■餐廳以壽司櫃枱形式設計。

正所謂「三百六十行，行行出狀元」，做壽司師傅亦是如此，但要做到這一行的「狀元」，離不開長年的奮鬥和堅持。人稱「朱師傅」的甄啟量，入行十七載，由學徒做起，一步一步往上爬，又主動走出舒適圈（comfort zone），向日本師父學藝，到如今終於實現夢想，在銅鑼灣擁有一間屬於自己的日本餐廳。朱師傅笑稱自己是典型的天秤座，要為食客提供最高質素的用餐體驗，堅信「開餐館一定要達到自己的要求和標準，如果做不到還不如不開。」

文：劉悅 攝：焯鈴

來到朱師傅位於銅鑼灣開平道的「澆壽司」，裝潢簡約而精緻，頗有一絲鬧中取靜的味道。他表示自己當初也有份參與室內設計，只因開餐館是自己十多年來的夢想，從食材選擇、處理手法到餐館佈置，每個細節都傾注了自己的心血。

在「寸土寸金」的銅鑼灣，開一間高檔廚師發辦（Omakase）餐館，創業風險不言而喻。朱師傅回憶自己當年三十

歲出頭，心想若是失敗就從頭再來，但「起碼都要做我想做的東西。」

少年時就學會煮食，全因「生活所迫」。父母和兄長都做廚師，旁人也許會羨慕，生在這樣的家庭，想必「口福不淺」，但事實上家人因為工作，根本顧不上年幼的朱師傅，所以他小小年紀便開始嘗試自己煮食，「十歲頭就識自己煲飯、炒嘢」。

十五歲時，哥哥對他說「你唔鍾意讀

書，咪出嚟試下囉！」朱師傅由此開始廚師生涯。

初初入行，由學徒做起，練習基本功，每日在廚房幫手洗菜、執頭執尾，過程辛苦而重複，但朱師傅從未感到無聊。當時他年紀太小，做了半年學徒，師父才敢教他揸刀切菜。上世紀八九十年代時，少有專門的壽司店，做廚師更吃香，而千禧年代才開始流行櫃枱，食客可以望着師傅處理食材。

堅持傳統壽司做法

朱師傅生涯的第一個轉折點，就是發生在剛入行的兩三年間，當時他跟隨學藝的師父，洞察到行業的前景，建議他去學整壽司。朱師傅與壽司的緣分，就從這一刻開始了。

頭幾年，朱師傅在尖沙咀做得十分順利，未遇挫折，未來可期，這時的他卻不

想再留在「自己人的地方」，毅然決定要跑出去闖蕩，於是過海到銅鑼灣，跟隨一位要求嚴格的日本師父學藝，餐館九成客是日本人，壽司櫃枱只有自己和日本師父兩人負責，他笑稱是「一對一授課」。誰知在銅鑼灣上班的第一天，就因犯錯遭師父責罵，這時才發現自己原先的處理手法有錯，只是之前未有被人指出，然而「有人話你錯唔代表你啱。」

被師父責罵，甚至有時被師父「打手拍頭」，但正所謂「嚴師出高徒」，在這間餐館的經歷，令朱師傅獲益良多。在這裡，他學到「壽司究竟係點整」，並將正確的食材處理方式，貫徹到自己的餐館之中。他說並非自家的壽司有幾特別，而是「根本就應該係咁整」，惟港人做事求快，因此香港少有壽司師傅堅持傳統做法。

櫃枱設計看食客反應

大廚把食物當作藝術，那食客自然是他們的知音。朱師傅的餐館也不乏熟客，有些相識逾五年，朱師傅一路看着他們的孩子長大，更有位自餐館開張以來一直常來幫襯的熟客，拍下每次光顧時的菜式，編成一本厚厚的相冊，送給朱師傅作紀念。

高級餐廳的食客，經常會請相熟的大廚飲酒，一醉方休。朱師傅不排斥飲酒，但更希望自己是用食物吸引到食客，「喜歡同我飲酒，你唔使上嚟我啲度啦，我同你出去飲味得囉！」

坐在壽司櫃枱，食客得以近距離觀察師傅的手勢，師傅也能細微觀察食客的反應，不僅是食物口味的好壞，還有是否食得方便，力求食客擁有完美的用餐體驗。

「澆壽司」的餐牌，從不是



■食客為他設計的相冊。

一成不變。季節轉變，食材會替換，處理手法和食材搭配，亦會追求更高層次。朱師傅的煮食哲理是，當你有一定的基礎時，不能被這基礎控制了自己。「變唔一定是好，但都要試，可能變得更好呢？十樣東西中有一樣變得好，就成功了。」

朱師傅說自己個性容易知足，但並非沒有野心，希望「澆壽司」繼續進步，用高水準贏得口碑，在行內立足。他又希望未來能用實力，贏得「米芝蓮」國際認可。

兩地飯局文化不同

中國人的飯局，往往是品種豐盛、琳瑯滿目，奈何食者胃口有限，時常造成浪費，與日本人的惜食形成鮮明對比。跟隨日本師父學藝期間，朱師傅曾試過，因為剩了一口飯未食淨，就被師父趕出壽司吧。

在朱師傅看來，兩地飯局文化的最大差別，在於日本不會用食物的數量作為排場。日本朋友請他食飯，無論對方有多富裕，一定會「全部食晒」，不留殘羹剩飯。

日本人尊重食物，更尊重廚師。朱師傅感慨「幾時見過中國的廚師被市民賞識及尊重？只有外國及日本，會將廚師地位捧到神咁高。」論煮食天分，他說或許全世界「冇人叻得過中國人」，但論廚師地位，朱師傅感嘆華人稱廚師為「廚房佬」，毫不尊重，令他深感無奈。

姓名館 禪悟居士，正職與玄學、術數無關，信奉藏傳佛教，自初中開始在「玄學發燒友」父親耳濡目染下接觸面相、紫薇斗數、八字等知識，再經父介紹認識了教授佛法之恩師，除學習佛學之外，恩師亦傳他文王卦及陽宅風水至今35個年頭。

2013年通過禪定，悟得前所未有的契悟，終明白了五行與際遇實相之間的關聯性，像石破天驚一樣，整合了一套獨一無二、與宇宙本體相應的禪悟姓名學，依此因緣，新以公開部分千古未傳姓名學之奧秘，望有緣人得到裨益！

Facebook: 禪悟—千古未傳姓名推命學

五行物理篇（依賴度）

上文指出大自然所發現的物理現象中所見到的效果與形而上的五行運作是相通相融的，而五行金、木、水、火、土這五種力量的依賴度是不同的，依賴度的高與低正正又會影響我們際遇的興旺度，故對於想通過更改姓名而得到微調際遇處的人來說，五行依賴度是一個很重要的課題。

首先，五行依賴度是什麼？例如，木需要水、土需要火、金需要土、水需要金及火需要木，即五行相生關係及支援、助力的關係：



例如，木賴水而生，沒有水，木是不能生存的，所以自然界如是，五行亦如是。而按木對水的依賴度而言，是絕對的及必須的，但凡依賴度愈高，而又能得到相關的支援，那就如魚得水般有建樹和有興旺的際遇。

最熱門的例子「范冰冰」、「林燕妮」，是紅遍內地與香港的女藝人、名人。

范 乙
冰 癸
冰 癸

林 乙
燕 癸
妮 乙

一兩人發光發亮的際遇，從姓名學來說就是因為癸水太重要了，花花草草的乙木，若無水滋養，必死無疑，反轉來說，乙木得到水的養育滋潤才可長出秀氣，欣欣向榮，達到巔峰的效果。

一相反，被滋養的元素（即木），若其命脈水受到任何傷害，其人之際遇必定有波折。

如近日的娛樂新聞，就是有關范冰冰的逃稅風波，有內地主持人公開了演藝人有「陰陽合約」，其中一人就是范冰冰，疑逃漏稅，她的公司股價亦緊隨下跌，更被無錫地稅局調查。

范 乙 戊
冰 癸 戌
冰 癸 戌辛丁

不難看見，當她姓名的用神，即最關鍵的元素癸水，被戊剋合，戊剋合癸（土剋水），但+-互見，也有合之情，癸水本體已有流動的概念，因此也相應「水為財」的效果，當受剋，即不利於水，破財是自然的事，幸有剋有合，最後無大礙，但戊戌年未過，亦不可掉以輕心，就算去到明年，己亥年，己土剋癸水，壓力亦會出現。

在依賴度而言，木依賴水是最高的，所以此種純正的格局，愈高依賴度的格局，如水生木，其利是際遇發展得非常順暢，但其弊是當輔助星受攻擊，其衝擊亦會非常顯著。

因此，香江才女林燕妮，「乙癸乙」，今年戊戌大限的原因，亦因其癸水是她姓名總格的生命元素，但被雙戊剋合，才使其生命枯萎。

多舉兩例，再證明依賴度對五行所引伸的禍福興衰是非常重要的。

例子一：浸會大學校長
錢 癸(水) 甲木得到兩水的滋潤(癸壬)。
大 甲(木)
康 壬(水)

例子二：十優港姐冠軍
麥 壬(水) 一大水滋潤大細兩木，讀書成才，吐秀。
明 乙(木)
詩 甲(木)

最後，與大家重溫五行物理的物極必反原則：
生：木大火塞 剋：土重木折
金大水潤 強木反剋弱金
水大木漂 火大水蒸
厚土埋金 水大土崩
火大土焦 金多火滅

香港著名西洋玄學家，天生一對藍瞳目，能靈視你的未來，擅於各類型西洋占卜術，超過二十年的占卜經驗，更獨創數字占卜命盤——「BT9型格」，親授之學生遍佈世界各地，亦得「導師中的導師」美譽。
Benny Wong

探測術（Dowsing）……（3）

無論是早期的探測棒，還是由水晶、金屬，或其他材料懸掛在鍊子上製成的靈擺，有時候會被用於占卜或尋水術。一種使用法是用者先決定哪個方向（左右、上下）決定「是」或「否」，然後才詢問靈擺特定的問題，或者由另一人向持靈擺者提出問題。靈擺也可以懸掛在書寫着「是」或「否」的物件上。持靈擺者要盡量拿穩，瞄準中心，然後靈擺的移動會指出問題的答案。在感應力學（radiesthesia）的操作中，靈擺也常被用於醫學診斷。

科學研究可能的解釋

早期嘗試要以科學解釋靈擺所依據的概念，是基於占卜桿是受到想找物質所發散出來的「放射物」而產生物理性影響。一篇1986年的文章，將尋水術包含於「直到最近都被宣稱是超自然，但現在可以用正統科學解釋的現象」的列表中。具體來說，尋水術可以藉由感覺暗示、期望效應以及偶然率來解釋。

懷疑論者和一些支持者認為，靈擺本身沒有力量，而僅僅是放大手中輕微變動造成的現象，稱為ideomotor觀想效應。人們的潛意識可能會影響他們的身體，不自覺地決定自己採取行動。這將使得探測棒成為占卜師的潛意識知識或看法的管道。

前蘇聯地質學家提出尋水者的能力，是難以解釋的微小正常感覺。有些學者認為，這些能力或許可以用假設人類對小磁場梯度變化有敏感性來解釋。



壽司重米飯而後魚

外行人看壽司，或以為只是一塊魚肉放在一團米飯上，誰知每一道菜式的背後，都是壽司師傅多年的功力累積。

朱師傅告訴記者，壽司最重要的是米飯，其次是醋、豉油等調料，而後是魚。其中每個步驟都有其講究，一點都不簡單。以米飯為例，洗米要洗到米水清澈為止，當年學藝時尚未普及電飯煲，煲飯是用明火，壽司師傅需要一邊處理食材，一邊看住火候，一刻也不能鬆



■朱師傅喜用特別魚如小肌魚、伊佐木魚、油坊魚來做壽司。

2011年日本海嘯引致核洩漏，令港人擔心進口食材的安全。為讓食客吃得放心，朱師傅認真檢驗進口貨品，向專業機構申請證書，才敢向食客保證，「如果有（輻射）的話，第一個射死我先啦。」



■由朱師傅設計的壽司製法，此為拖羅配BB紫蘇葉。

塔羅星座

天氣不穩定令倦意盈盈，頓覺思慮情懷，多聯繫感情更勝從前。

工作繁重令你體力透支，精神壓力不小，係時候要放鬆一下了。

事業愛情兩得意，一切皆因天公作美，謹記把握機會，勿失良機。

取之於民，用之於民，懂得大方施與受，成事盈餘樂在中。

小小苦難是成功的要素，既已成大局何不坦然面對。

公私兩忙令你身體變差，要學識寓工作於娛樂，就能事事順利。

成事不足敗事有餘，若然凡事準備充足，便能事事順景。

要是有人心裝有心人，想避開也是徒然，倒不如順其自然吧。

凡事不取不問，就能夠事半功倍，因為世上沒有不勞而獲的事呢。

心有愁思自然難成事，是苦是甜其實早已在手，一切皆在於心！

小心駛得萬年船，如果能作好準備功夫，縱然出錯也影響不大。

這個星期裡你會應酬多的是，小心一下子弄得腦滿腸肥。

文：BENNY WONG