雙城記 月盛齋的羊肉

何冀平

說到香港，吃的東西什麼都有，幾乎包羅全世界，唯獨一樣，羊肉不好吃，東山羊只能燉，多數咬不動，港人的說法是爽口，實在不敢恭維。說到涮羊肉，只有去那家「小肥羊」，鍋底配料都無所謂，只為吃他家的純味羊肉。年前託朋友帶來兩種羊肉，都是號稱北京城最有名的名牌，一是東來順的羊上腦，羊背部最肥美的部分，一個是月盛齋的羔羊肉，備好火鍋，馬上開涮，一入口高下立見。還得說是月盛齋的羊肉好吃地道。

月盛齋又叫馬家老舖，是回族人馬慶瑞於乾隆四十年（1775年）創立的。馬慶瑞家貧，長到十七歲經人介紹到禮部衙門當差，負責在禮部辦祭筵的時候看供桌，因為他聰明勤快，管事的小吏就把祭祀用完的祭品賞些給他。有一次，他領到一隻全羊，拿回家吃不了，就把剩下的拿到街上去賣，生意很好，不久，就開了字號月盛齋。除了街面買賣生意，他有一條特殊來貨的渠道。清廷來自滿族關外，凡是祭祀主要用羊。製作這種全羊，首先要選羊，必須是來自外蒙精挑細選的肥羊，祭祀之後都由馬家拉走處理。可以醬燒，可以賣生鮮羊肉，精選的上好的肥羊，買羊的錢又是禮部付的，宮裡的祭祀又多，祭天、祭地、祭神、祭祖廟，馬家賺的是沒有成本的功夫錢，加上回民乾淨勤勞老實，生意愈做愈大。

燒羊肉是月盛齋的一絕，有五道工序：製湯，清水加入黃醬，熬20分鐘，即成醬湯；緊肉，把羊肉洗淨，放入醬湯，加入葱段、薑塊、冰糖和香料，煮20分鐘；煮肉：在緊肉的湯鍋內，先放碎骨頭墊底，再撒入一半藥料，旺火燒開後，將餘下的醬湯分數次續入鍋內，隨即改用微火。煨肉，微火燒煨3小時後，倒入口蘑湯燒開後即可起鍋。最後是炸肉，將炒鍋置於旺火上，倒入芝麻油，燒到剛要冒煙時，逐塊放入羊肉，兩面都要燒透，隨炸隨吃。

燒羊肉的製作是全羊，除了肉，還有整隻羊的其它部位，頭、脖子、蹄子、肚、肥腸、肝、肺、心同時上席稱為「燒全羊」。此菜一般於每年農曆二月上市。買燒羊肉的時候，老吃家都會說一句，多給點湯，燒羊肉的老湯下麵，真是一絕。眼下過了年馬上有得吃了，可惜真正老字號的地道燒羊肉，已經因做法複雜，幾乎沒有了。

此山中 「集史廣益」歲月留聲

鄧達智

感謝Tere Wong（黃先生），在Facebook創頁「集史廣益」，原意在社交平台將新界過去及今天的風物人情梳理，莫讓新世代將頗具香港歷史意義的地理、民生、文化像廢物一樣，隨便沖出鹹水海。

輾轉間，「集史廣益」猶如元朗專頁，圖片及文字記載豐沛，漸次將新界其他地區比下去，引來更多元朗人將家中珍藏搜出與眾分享。得到台主Tere Wong帶領平台成員分享有關自己家鄉前世今生，得益至深的元朗人，當然正中下懷，將之推薦予親友，尤其海外華僑，更加趨之若鶩。

未有香港，先有元朗，元朗位於深圳河南岸，得享南北兩邊水土資源，千年魚米之鄉。歷史上的元朗，原為東莞縣一部分，後分開，深圳河兩岸周邊成為新安，有古書《新安縣志》詳述，後改名寶安，雖然今天前海後海之間有寶安市，深圳機場正名也稱為「寶安機場」，1949年解放之前，自小學校手冊寫籍貫，沿用：廣東寶安；早已將前世江西及更早的河南放下。

元朗實為寶安地區的中心，元朗西鐵站旁一眾南邊圍、西邊圍、東頭圍、黃屋村一帶皆為雜姓村，究其因由，河對岸福田、皇崗、沙嘴、上沙、下沙等等村莊成員於數百年前，已在元朗舊墟——元朗舊時的商貿中心立足經商，今天往返容易，但在交通稀疏的世代，只好置家於此，兩頭家為方便，也與元朗各家族通商、通婚，經營不止生意，也涉及文化；元朗近百年名校「鐘聲」創辦人黃子律先生，原上沙黃族，我祖母黃氏的近親。

元朗歷史層積岩，有Tere Wong為我們創立平台，一下間各式圖片並史話紛紛如雪片飛來，誰說我們鄉郊歷史蒼白？內容豐盛傳流悠久，Tere Wong將文物資料集中，不時讓我們從中搜到家鄉的前世今生。

就似今天跟大家分享的照片，來自「集史廣益」帖文，畫家名字失傳的水彩風景，正是筆者自小回家必經的巷口，前面金字頂青磚屋背後的鑊耳屋，我老家，今天村子甚至新界已變稀奇的青磚麻石鑊耳屋，除了老家，周邊景物已蕩然無存。

■無名畫家畫下老家村子的一角，中間金字頂老房子背後稀有的鑊耳屋，正是我父親與我們甚至兩名侄兒部分童年、三代人成長的溫暖窩。 作者提供

發式生活 如何過農曆新年？

余宜發

很多人會說，我們的農曆新年氣氛好像沒有以前般熱鬧，更有人說，因為很多人已經不太重視這個節日，所以下一代更加不會跟着傳統方式來慶祝。就好像我們中國傳統一樣，每逢到了農曆新年之前，總會準備很多全新的用品，無論是衣服鞋襪、床單被鋪，都盡量在新年新的一天穿上或用上，這樣才叫做過新年。

很久以前，我也有一個疑問，如果每次過農曆新年的時候，床單被鋪這些其實可以用很長時間的物品也要添置新的，那麼久而久之，家裡便儲存很多了，好像有點浪費。其實自己以前也會跟着這個傳統，但就發現，家裡的床單被鋪已經超過五套以上，舊的又沒有破損，可以繼續用，但如果要買新的，又好像很浪費。所以中國傳統農曆新年，有時候就真的不用跟着走，亦都因為今天大家也會說環保，所以這些習俗可能便慢慢地消失，其實也不用介意。

但我相信其中一個過年習俗，無論什麼年紀的人也會繼續跟隨，就是穿「紅色的內褲」。因為就算你不是一個完全去追隨過年習俗的人也好，總希望在新的一年，也可以「鴻運當頭」，所以我相信當你們走到街上，也不難找到很多紅色的內衣褲產品，亦表示這種產品到今天仍然很有市場價值。但又產生好像我以上所講的，打開櫃桶，便發現已經擁有很多紅色內褲，每年加添一條，久而久之，整個櫃桶也有很多。雖然內褲不是穿給別人看，就算過了農曆新年，也可以繼續穿上，但總是覺得有點怪怪的。所以有時候也在想，我們中國人過農曆新年的習俗，有很多也很有趣但又有點浪費。

另一樣，我覺得近年開始出現的過年習俗也正在改變，就是一些風水命理運程書。其實每逢農曆新年前的一到兩個月，市面上已經充斥着很多不同命理專家的運程書，但可能互聯網及手機程式發達，現在就算不買這些書籍，也可以收到從朋友轉發過來這些運程書的文字版本，所以我相信，今天已經沒有太多人會專登買這些書來看，就好像很多資訊也唾手可得，不用金錢已經滿足到你的要求。

但是好還是壞，真的不知道，而對於推出這些運程書的作者來說，應該不是太開心。就好像樂壇一樣，以前我們一定要買黑膠唱片或錄音帶，之後推出雷射唱片，我們也要買才可以收聽得到。但今天已經實在有太多不同的渠道可以免費收聽或只要每月付上小小的金錢，便可以聽到我們喜歡的音樂，所以運程書就好像樂壇一樣，已經跟以前的風光日子不可同日而語。

無可否認，某程度上，我們要面對現實，就算以前有很多事情都好像我們說的「很風光」，也不得不接受，時代進步所帶來的負面影響，雖然是這樣，但這些很容易得到的東西，總算是方便了人類，而且因為不用金錢，不多不少，也可以從中認識了很多不同的知識，或者是可以接觸到更多不同類型的音樂及歌手的作品。之前有一位歌手跟我說，雖然今天的唱片不會賣出很多，但歌迷從互聯網用小小的金錢便可以收聽到的音樂，原來對於歌手來說，也是一個不錯的版權收入。所以只要我們可以從正確的渠道去得到想要的東西，還是不錯。你準備好送豬迎鼠未呢？

在此，祝大家新一年，身體健康。

冬陽天地 武漢肺炎VS非典

梁冬陽醫生

今次武漢肺炎令我想起當年的非典型肺炎，經歷過當年那一場沒有硝煙的戰爭，令我馬上提高警覺，希望歷史不會重演。

今時今日政府積極處理，透明度增加，人的知識水平和經濟能力增加，我相信一定會打贏呢場仗。

想起當年我們廣華醫院接收了第一個來香港的發燒病人，當時的設備非常簡陋，醫務人員只是戴着一張紙那樣的口罩來照顧病者，病房沒有外科口罩沒有N95，當時深切治療部的主管叫大家小心這位高燒的病人有傳染性，然而這薄薄的一張紙的口罩保護了我們的同事沒有受到感染。在那個時候我們分頭去外國訂口罩，雖然給的是最貴的價錢，用的是最快的速遞，然而兩個月後才見到口罩，哪怕只是買到一盒我們都會和別人分享，每天早上我和其他做醫生的家長在學校為小朋友度體溫觀察他們有沒有異樣，在醫院我先生做深切治療部和麻醉科，負責為沙士的重症病人插喉和安裝呼吸機。

當時口罩極其短缺，我問一位供應電動床的供應商有沒有口罩，他說有一種薄膜型的面罩本來是牙醫用的，問我要不要，第二日一早上班前他就將僅有的60個面罩拿來我的辦公室，我如獲至寶，將20個給急症室，20個送去深切治療部，20個送去聯合醫院的急症室（那時候淘大花園已經發生疫症，很多人入住聯合醫院）。結果我先生在幫沙士病人插喉的時候，有一些液體濺了在這面罩上，幸好有它避過了感染，擋了一劫，我馬上告訴醫管局的統籌到處去買而分發給各醫院的同事，在最危險的時候，我們的醫護人員都堅守在自己的崗位上，當時瑪嘉烈醫院有很多病人，而他們的醫生忙不過來，廣華醫院麻醉科和威爾斯親王醫院的同事都自告奮勇地去支援，希望盡快搶救這些病人，那時候我們戴着白色的口罩，沒有太多說話，同事們露出僅僅見到的雙眼，雖然疲倦充滿皺紋，但那份堅定那份互相的信任，至今仍牢牢印在我的腦海裡……

那時候不知道哪個人身上帶有病毒，不知道自己會不會發病，但對世人的愛，對自己專業的尊重，身為醫者那份責任，令我們跨過了沙士。記得當時沙士結束，我們全部同事在廣華的紀念館前拍了一張相，除下口罩，我們為自己仍生存在這個世上而感恩，為身邊所有的同事而自豪。

今天可能我們遇上了同樣的問題，但今時不同往日，人的生活水平提高了，口罩供應充足了，意識提高了，我希望再見當年的齊心合力、互相關懷，今次看見食物及衛生局、衛生署、醫院管理局領頭，袁國勇教授、何栢良教授、鍾南山教授，這些當年的沙士英雄出來，我相信香港和內地定能渡過這次難關，有效控制疫情。

百家廊 約克郡，英國新的經濟及旅遊熱點

范舉

英國首相約翰遜，宣佈了要把英國上議院從倫敦搬到約克郡，很有爆炸性。

全世界的議會都會設立在首都。約翰遜此舉，有兩大目的：第一鞏固了英國保守黨在英格蘭北部的陣地，打垮工黨。第二，標誌着英國全力重新振興英格蘭北部的經濟，特別是旅遊業。英國準備鋪設高速鐵路貫通英格蘭北部，使得北部地區重新得到發展。

英國國會議員、政府鼓勵中國參與建設英國高速鐵路2號（HS2）工程，將使英國與主要盟國的關係進一步緊張。據悉，負責HS2項目的英國國有企業高速鐵路2號有限公司首席執行官瑟斯頓上月前往中國，與5家中國國有鐵路公司代表會談，相關討論涉及「建設英國第二條高鐵的一攬子計劃」。

HS2工程是英國政府於2012年1月8日批准的一項高鐵工程，工程總投資將達560億英鎊，預計2033年全線投入運營。如果獲得批准，中國將參與英國最大基礎設施項目的建設。英國高速鐵路2號工程擬分為兩階段進行建設：一期先行建設倫敦—伯明翰高速鐵路；二期建設伯明翰—曼徹斯特高速鐵路和伯明翰—利茲高速鐵路，建成後連接倫敦、伯明翰、曼徹斯特、利茲等英國主要城市。

英國成功脫離歐洲之後，歐盟開始擺出了強硬的姿態，認為歐盟將會把很多金融業和製造業的投資，搬回到了歐洲地區，不會讓英國得到益處。所以，英國要享受歐盟的貿易利益和投資利益，相當渺茫。未來的貿易談判，將會非常困難。

因此，英國回到了「昔日的日不落國」的道路，重新向中東和亞洲發展，和中國的「一帶一路」互相銜接，進行第三方投資。在東方，英國還有新加坡、緬甸、馬來西亞、印度、巴基斯坦、孟加拉、澳洲、新西蘭等等英聯邦國家，還可以大做生意。更重要的是，英國希望得到中國的投資，開發英格蘭的北部。上議院從倫敦搬到約克郡，就是要告訴中國，不要把投資全部放到倫敦去，更加不要把一部分資金和企業搬到了法國和德國。

約克郡是未來的核心發展區，你看，英國把上議院也設在這裡，這裡就是英國的第二首都了。約翰遜的能力，遠比文翠珊強得多。約翰遜曾經擔任倫敦市長多年，高度重視倫敦金融城的發展，深深明白吸引外國投資的重要性，特別是中國資金的關鍵作用。繼任首相，在他獲得類似當年戴卓爾夫人在英國獲得的民意授權後，約翰遜繼任之際即動作連連，意欲在重振英國經濟方面大展宏圖。

無獨有偶，約克郡是英國工黨前首相布萊爾的選區，這裡的選民自從1935年在歷次英國大選中一直支持工黨，是不折不扣的工黨的票倉，但是這一次被約翰遜領導的保守黨一舉攻下。因為工黨傾向於留在歐洲，得罪了選民，保守黨主張脫離歐洲，結果有不少工黨的選民倒戈相向，轉而投票給保守黨。約翰遜採取了驚天動地的行動，乘勝追擊，要大力發展約克郡的旅遊業和製造業。當中還有人工智能運用於高端的製造業。如果說，英國跟着美國的路子走，禁制中國的華為5G手機系統，約翰遜這個計劃就泡湯了。所以，約翰遜會採用兩面手法，應對美國的壓力，英國的國防系統將不會採用華為5G系統，但民間的通訊、製造業則採用。英國軍情5處的主管，回應美國將不會和英國共享情報的威脅說：「這種說法不對，有關的情況不可能發生。」特朗普拉攏英國脫離歐洲，目的就是要拆散歐盟，不希望歐盟和歐元影響美國的一國獨大。特朗普的誘英支票，將會和英國設立自由貿易區。目前，華爾街的金融體系遠比倫敦的金融體系強大，英國實在沒有什麼甜頭，約翰遜頭腦很刁鑽，立即想到吸引中國的企業合作，壯大英格蘭北部的工業，產品的成本一定比美國低，創意一定比美國好。

約翰遜有此計劃，中國就會質問英國，究竟英國想在香港幹什麼？如果英國不解決這個問題，約翰遜的計劃也就無從談起了。習近平主席大力支持林鄭擔任行政長官，陳方安生最近也說林鄭應該留在行政長官的位置上。林鄭去年12月到今年1月，態度有了大幅度的變化，對於暴亂者，不再採取驅散的做法，而是採取了兩面合圍，大舉拘捕，扣留48小時的做法。有關人等不能上班兩天，結果，有一大批政府的公務員和教師暴露出了本來面目，特區政府高調地宣佈全面停止職務，一旦罪名成立，立即炒魷魚。這對公務員隊伍裡的「黃絲」帶來巨大的震懾，他們不敢再上街了。林鄭還宣佈，法院將會延長審訊工作時間，加快審訊的進度，讓法律產生即時的震懾作用，有利於止暴制亂。這個時刻，西環提出了「家和萬事興」的說法。但是美國和台灣勢力仍然想奪權，妄圖9月份立法會選舉變天，他們大概一個月舉行一次遊行和集會，然後使用暴力破壞。但規模已經縮小了。

中國對於英國和美國，區別對待。如果英國宣佈採用中國的5G技術，通向英格蘭北部的高速鐵路計劃有進展，香港的形勢就會出現很大的轉變。

作業簿 形象大挑戰

林作

最近去了趟北京，認識一些搞電影的新朋友。在香港久了，老實說有點太活在自己舒適圈內的感覺，每次北上都是一種新體驗。這次去認識一位導演，他順便讓他團隊的造型師為我拍一組造型照。導演在北京一個工作室見我。雖然之前看過我的照片，但他在看到我真人後，竟然表示「鬆了口氣」。

原來，導演說他看到我在香港的照片後，對我印象一般。導演說，問題出在了我的髮型和眼鏡上。他說，我兩樣東西都是似乎為了遮住我的面貌而設的。他看我的照片，根本看不到什麼——沒有額頭、眉毛、眼睛被鏡片縮小，連兩邊臉的輪廓都被飛起的長髮遮蓋了。在認真查看了我後，他問到，我是否夠膽挑戰自己，把頭髮給剷掉？

自小媽媽就不讓我剪短髮，因為她覺得不適合我。久而久之，我也習慣了長頭髮。但短到什麼程度？導演想要的是能「露額頭」，而且可以展現「輪廓」的髮型。老實說，我是毫不介意的，於是，就跟着造型師去了附近理髮店給剪了。

長度來說，是我自嬰兒以來最短的長度。兩側基本上是剷平的，後面也是。前面則沒有了任何瀏海。說是坐牢的髮型也不為過。導演喜歡，因為他認為我的臉形其實輪廓有特點，可以展現出來。

我不是賣外形的，這裡當然不希望討論是否好看，想討論的，是這樣的頭對自己是好還是不好？當時把照片擺上自己的社交媒體後，獲得許多網民的關注，甚至上了本地娛樂版。我自己是頗為不以為然的，但網民們的意見絕對是兩極化。一方面的，覺得我終於「像一個人」了。不能說帥，但他們覺得清新、順眼。另一方面的，確認為由於我自我個性十分突出，於是剪了個平凡普通髮型，完全不適合我的個人特點。

導演不認識我，他希望有的是一個正常演員可以讓他和其他行內人選擇。至於在香港還算有一點點知名度的我，觀眾們倒是習慣了我的亂髮型風格，也認定了我的形象，很多人反而認為我應該維持自己的風格。

這是一個迎合市場還是堅持做自己的問題。坦白說，我自己感受不大——我長什麼樣子，是別人看又不是我看。我只是從來不為自己外形苦惱罷了。但總括來說，我認為在現在這個時代，還是盡快找到自己的定位，始終表現自己特點比較好些。所以，我的結論，還是希望內地演藝界的人能盡快認識我，讓我能夠表現自己，做自己喜歡的感覺吧。

演藝蝶影 莉西翠妲

小蝶

最近大半年，香港出現了很多抗爭的場面，顛覆了香港一向民安的面貌。社會明顯地分為兩個陣營，互不妥協。很多希望香港社會早日重享昔日繁榮和平的人都在問如何可以結束亂局？我只是一名微如塵土的小市民，自求多福也來不及，哪裡會有方法令社會重返正軌？不過，我苦中作樂，打趣地說：「不如仿傚莉西翠妲（Lysistrata）的做法啦！因為她的計謀曾熄滅兩城的戰火。」

大家滿以為我有解困良方，立時洗耳恭聽。但是，當我解釋莉西翠妲的故事後，大家都為之氣結，因為這個方法只是天方夜譚。

莉西翠妲是誰呢？她是古希臘最著名的喜劇劇作家阿里士托芬（Aristophanes）的代表作《莉西翠妲》（Lysistrata）的女主人翁的名字。莉西翠妲的故事發生在公元前四三一至四零四年之間，背景正是世界史上著名的伯羅奔尼撒戰爭（Peloponnesian War）。這場戰爭的兩個敵對勢力是雅典和斯巴達。

故事開始時，雙方已經打仗經年。社會動盪，民不聊生，士兵的妻子們都不想再過枕邊人只顧打仗而忽略她們的生活。於是，雅典的莉西翠妲召集其城中的所有女人，發起一場運動，迫使丈夫們不再打仗。智勇雙全的她，不但將自己國土的女性團結起來，更加說服了斯巴達的妻子們與她們一致行動，攜手遏止干戈。

莉西翠妲用的是什麼妙計呢？她集結兩城所有女人，齊來罷工。罷什麼工呢？她們舉行的是性罷工。妻子一起拒絕與丈夫交歡，直至他們答應停止戰爭。丈夫們起初當然不理會向來被他們視作附屬品的妻子的要求，妻子們便打扮性感，挑逗丈夫，卻又飄然而去，剩下慾火焚身的丈夫跺腳。經過多次拉鋸後，結果自然是男方投降。雙方的丈夫都答應談判，簽署和約，一場經歷多年的戰爭終於在莉西翠妲的不流血策略下結束，一對對的夫婦每天又可以再過比翼的生活，喜劇收場。

表面看來，此劇當然是一齣喜劇，甚至是異想天開的鬧劇。不過，細心一想，你會發現阿里士托芬所想寫的並非只是一台讓觀眾開開心心、娛樂一番的喜劇。就如很多以喜劇包裝悲劇的劇作家一樣，他想表達的深層意義是沉重的。他希望透過這個根本在現實生活中不會發生的夢想故事讓人反思戰爭為人類帶來的傷害，從而宣傳反戰意識。伯羅奔尼撒戰爭歷時二十七年，烽火連天，生靈塗炭，人民渴望和平早日來臨。阿里士托芬便將他的宿願寄託在他的舞台作品之中，在公元前四一一年將《莉西翠妲》搬上舞台，藉他塑造出來的一個虛構的莉西翠妲的策劃、行動和勝利曲線地表達他對和平、安穩和繁榮的生活的冀望。

劇作家為女主人翁改了「莉西翠妲」這個名字其實已經將故事點題。Lysis是消散、裂解或解散的意思，而Strata在希臘文是戰爭和軍隊的意思。所以，Lysistrata意即解散軍隊，消滅戰爭。雖然《莉西翠妲》是阿里士托芬的代表作，但是此劇卻在之後的一千多年來被人遺忘。據說要到十八世紀，才由德國的大文豪歌德重新發掘出來。近年，不少城市也曾上演此劇，有的沿用其英文劇名，有的用《莉西翠妲》，也有香港的粵語版本將劇名改為《媾和性罷工》。

香港經歷了這場在市民心中留下不同感受的風波，相信本地劇作家在不久的將來也會就此各自創作一番。