



源於真運
李漢源

從冬運會看香港的體育文化

中國第14屆冬季運動會(冬運會)已於2月17日在內蒙古呼倫貝爾舉行開幕禮。

冬運會第一屆是在吉林市及哈爾濱舉行，中國北方天氣比較寒冷而且冬季常有落雪，十分適合發展冰雪運動，而南方地區如香港，因為位處於亞熱帶，氣候長年溫和，冰上運動就相對較少人參與，雖然如此，但要發展冰上運動也並無不可；今屆冬運會香港也派出40名運動員參加了3個項目，包括花式滑冰、高山滑雪及冰球，其實近十多年香港在冰球項目推廣上也有不錯的進展，青少年冰球運動員數字不斷上升，香港今屆參加的冬運冰球青年賽，以4比1贏天津隊，足以證明氣候不代表一定有優勢，有推廣、多訓練、肯投入資源，年輕運動員一樣是可以有成績的。

筆者日前就隨團踏入呼倫貝爾內蒙古冰上訓練中心建築群開幕禮，跟中國其他很多大城市一樣，呼倫貝爾有他們的體育中心，場地設備也同樣達至可以主辦大型國際綜合運動會的標準，建築群內包含了速道滑冰館、冰壺館、冰球館等等，其規模之大足見國家極重視體育。今次全國共有3,700名運動員參加冬運會，共8個大項目16個分項及186個小項，看到運動員個個壯志酬籌，等着在場上好表現一番，就感嘆中國體育的發展甚好，能造就

人民強大的體育文化意識：筆者曾經多次參加中國電視學會全國體育頻道年會，看到內地很多省市也設有幾十條免費體育頻道，除此之外還有一些收費體育頻道，其實這已經是一個很好的體育教育，歐美地區亦如是，凡是星期六、日，都是電視體育日，不停播放本地及國際體育賽事，潛移默化大家體育意識就會增強，養成習慣，除自己會追看體育節目外，亦會躍躍欲試想參與體育運動。

其實香港近年體育文化也有增強的趨勢，這也與香港運動員在東京奧運的大好成績有關，例如張家朗奪得奧運劍擊金牌，香港劍擊訓練中心及參加者馬上變多。其實每一次大賽如奧運運後都多了一班體育愛好者，問題是如何把這班新體育人轉變為體育愛好者，如渣打馬拉松把普通參與者改變成跑步熱愛者般，這也是把體育潮流延續下去的一種方式。好的比賽能讓參與者享受到其中樂趣，從而激發繼續鍛煉，希望自己能有好成績。每一項運動也能發展成行為習慣，當社會上體育人口增加，人們身心更健康和諧，這就是建立體育文化的好成果。



◆香港青年冰球隊與香港觀禮團大合照。

作者供圖



方寸不亂
方芳

農莊春意濃

香港為孩子提供親親大自然的條件不多，主題樂園海洋公園的動物和海洋生物，都是遠觀而不可接近。重視教育的父母，每年帶同孩子外遊，都為接觸大自然創造條件。

澳洲、日本動物園是必然選擇，騎小馬、餵袋鼠、餵樹熊、餵刺豚、與海豚游泳……孩子與動物互動，花樣多多，當然花錢也多多。

其實，留港親親大自然，也有不少選擇，只是交通不普及，只限於團體和自駕人士前往。春節期間，家人帶同孩子到元朗錦田的農莊歡度假期，長幼同行，拔蘿蔔、挖番薯、摘土多啤梨、割油麥菜，還有餵羊仔、小白兔、小肥豬、金魚等等，春意綿綿，人氣旺盛。

城市生活的孩子，在田野間認識農作物的生態，餵飼小動物有了互動，享受收穫的樂趣；更難得的是，農場還提供了隔代同樂活動，祖父母與小孫孫來一場輕量級碰碰車，父母在場邊為長輩和孩子吶喊……果然是親子好節目。

香港新界土地不少，經營農莊生意也愈來愈多，且有不少噱頭，尤其是「有機」農作物，受到年輕父母的捧場，摘幾多買幾多，也是一門可觀的生意。為吸引孩子的興趣，田裏的大蘿蔔、大番薯特別「容易得手」，白蘿蔔30元一根，農家笑開了眉；回到市區超市一看，白蘿蔔才8元一根，父母唯有自我安慰，農莊的白蘿蔔是「有機」的，貴些是難免的了。

每年12月至4月，是土多啤梨成熟的季節，本地農莊都重點推銷日、韓品種土多啤梨，孩子在田野裏翻呀翻，新鮮大顆粒土多啤梨，鮮艷欲滴，摘滿一飯盒分量，大概是150元左右，比起空運到港的，售價相差無幾。小孩子只管摘，不管付款，拔得興奮，停不了的收穫，吃起來更加鮮甜。

經過3年疫情，聰明的商人把農莊經營多樣化，除了農作物和小動物，還有露營、燒烤、彈床、滑草、水上單車、滑水道、繩網、飛索、攀石、高卡車之類體能活動，更有特色工作坊如自製果醬、自製豆腐花之類，各適其適。看來，主題公園面對這類日趨成熟的農莊，未來是一大挑戰。



書聲蘭語
廖書蘭

明星咖啡館的前世今生

小時候我家在台北市中華商場第五(信)段，這是商住兩用的商場，樓下是店面，我家商店對面是中山堂，右邊是真北平餃子館。

我經常沿着衡陽路右拐武昌街，到明星咖啡館買剛出爐的麵包；有時候經過周夢蝶的書報攤，跟詩人周夢蝶南地北地聊幾句，再順路走進新公園蹦蹦跳跳。這些都是我少年的記憶，如今隨着中華商場清拆，衡陽路上幾家熟悉的老字號商舖，皆已物換星移，走入歷史。

今次返台，孫國華先生執意請我在明星咖啡館吃歐陸大餐，包括沙皇羅宋湯、俄羅斯魚配配上紅酒，餐後甜點俄羅斯軟糖，這些美食都是蔣經國先生和蔣方良女士當年的最愛。孫先生囑我可在「書聲蘭語」專欄上寫一寫明星咖啡館的前世今生。

「她」原來是1922年在上海的霞飛路7號成立的，由一位在上海的台灣人簡錦維與白俄人沙皇尼古拉二世侍衛長艾斯尼、沙皇御廚列比夫等人共同經營，1949年回到台北營業。

招牌上的Astoria，據說指俄語中「宇宙」之意，代表星海中那顆最亮的那顆星。孫國華說，由於明星咖啡館位於台北市中心，很受政商界的歡迎，加上有蔣經國伉儷光顧，客似

雲來，常常座無虛席。上世紀六十年代中期開始，台灣的藝文人士喜歡駐足這裏創作，例如白先勇、林懷民、黃春明、周夢蝶、侯孝賢……遂成為台北藝文沙龍的地標。

昔日在衡陽路、武昌街、漢口街一帶，見很多商店招牌都是從上海遷徙到台灣的，例如茂昌眼鏡、老鳳祥綢緞莊、鳳祥銀樓……無論什麼公司商店寶號，大都是從大陸複製過來的，而大街小巷也是以大中國地圖來命名的，在這樣的大環境下，無庸置疑我們當然有一顆中國心。

而今已有百年歷史的明星咖啡館，聽聞要拆卸了，因為都市更新的緣故；我不禁思考「都更」是否凌駕一切？一個城市的主要載體是百姓生活經過歲月沉澱的文化，如果清拆了明星咖啡館，台北就失去了星海中那顆最亮的那顆星Astoria。



◆1922年台灣人在上海成立明星咖啡館，1949年遷回台北，圖為孫國華先生與作者。

作者供圖



黃秀珍

童年花事

有一種鄉愁來自家庭無聲的嵌入，有一種見識來自家庭的耳濡目染，有一種幸福叫回憶童年舊時光。我的童年時光如一本耐人尋味的書籍，閒暇之餘就想去翻翻。

如果生活可以重溯，我想開啟童年裏與花兒朝夕相處的過往。打小喜歡花。愛花，來自家庭的熏陶，源於父親、源於祖母。記憶裏父親是懂生活的人，也是愛花惜花之人。他像個魔術師，總能帶回新品種的花卉苗木，再告訴祖母，什麼花該怎麼養護，如何培育、扦插等，父親做事是細心的。因父親長期在外工作，家庭的重擔壓在母親一人身上，那時的母親只知道下地幹農活，只知道照顧還小的我們，無暇顧及其他。祖母年事已高，已脫離沉重的農活，可以閒情逸致地生活。祖母就像個辛勤的園丁，精心培育這些花花草草。

上世紀七十年代末八十年代初，父親在外鄉工作，難得回家一趟，但每次總要帶回花卉苗木新品種。如，起初種的茶花是單瓣的，後來帶回五色、多瓣茶花；如，木槿花，也叫「肉花」，因為可做美味的佳餚，在北美有「沙漠玫瑰」的美稱，色彩非常艷麗，在我們家鄉，多數人是沒見過；如不同顏色、不同品種的玫瑰花、月季花；還有鐵樹，小時候親眼見證鐵樹開花。很多東西不是書本裏學到的，

而是實踐，因為家裏有實物，可以觀察生長規律和習性。大人們種花養花，我們愛花護花。

記事起，老祖屋的房前屋後，大門口廳、小門口廳，處處都種着花，有名貴的蘭花、瑞香花，還有菊花、玫瑰花、茶花、一品(申)紅、五角星花、夜來香，也有太陽花、落地生根等小不經傳、好養好繁殖的花。記得外門口廳還種了一棵養了不知道多少年的仙人掌，仙人掌已高過圍牆、枝幹也是相當粗的，分支很多，經祖母修剪，像極了一把可遮陽庇蔭的大傘；開出的花兒如雞蛋大小，淡黃的、鵝黃的，一朵朵、次第開放，惹人喜愛。每當開花時節，引來不少蜜蜂忙碌採蜜的身姿，我們也和着雀躍。祖母精心給仙人掌造「家」，用石頭壘起圓圓的花圃，小孩們繞着花圃追趕着、嬉鬧着，時而被蜜蜂追着跑、時而踩上花圃比誰數的花兒多。

仙人掌花盛開時節，一朵朵的花兒數也數不清，小夥伴們常在仙人掌處玩起捉迷藏，一個人在一處閉上眼睛，其他小夥伴紛紛躲在門後、廚櫃旁，仙人掌也成了躲迷藏的好地方，毫不避諱滿身帶刺的仙人掌。小時候的玩法其實非常簡單，卻玩得樂此不疲。可惜美好的童年時光早已一去不復返，如今到那裏尋覓那一縷縷滿載醉人心扉與童趣十足的片片鄉愁。

仙人掌的花是可以吃的，仙人掌還可以入藥。祖母常摘下仙人掌為我

們、為鄰里鄉親退燒、治瘡癤疔癰、蚊蟲咬傷、燙傷、凍傷等急性病痛。《綱目拾遺》：「《雲南通志》：仙人掌，葉肥厚如掌，多刺，相接成枝，花名玉英，色紅黃，實似山瓜可食。」《本草原原》：「消諸瘡初起，洗痔妙。」老祖屋更是一個大花園，從小這裏長大的我們被花團簇擁着，有如「黃四娘家花滿蹊，千朵萬朵壓枝低。留連戲蝶時時舞，自在嬌鶯恰恰啼。」童年因多了花的陪伴，多了與花相知相識，多了無窮的樂趣與自在，生活的貧苦與艱辛，被樂觀和充實掩埋在花的土壤裏，童年猶如盛開的花兒燦爛如初。

孩童記憶裏的那些花事，是埋藏在心底裏的無限美好，不因歲月的流逝而變得模糊混沌，而因回憶變得更加清晰明亮。慶幸有這樣的父親和祖母，他們種下的是一株花、一棵草，付出一份愛，在我幼小的心靈裏卻是播下了一粒如鮮花燦爛、一路向陽的種子，一顆擁有簡單快樂，不畏艱難的種子。童年花事的點滴，是滋養我人生長成的源泉和動力，溫暖着我一路不斷向前、向上……

人生亦如花，於靜中求清簡，於淡泊中求素雅，淡者最香，雅者自貴。做一個思想和精神富足的人吧，在繁華中學會閒雅度日，在寂寞裏學會孤芳自賞，坐看雲捲雲舒，靜聽花開花落，得不喜，失亦不憂。



翠袖乾坤
連盈慧

誰最愛這新一「袋」

塵埃落定，多年來為環保呼籲大家走塑的問題，今後在更強有力的大塑哥面前，大家打個哈哈算了。

清潔工人肯定對此袋有好感，8月之後，家家戶戶垃圾井井有條排列恭候，亂七八糟的情況得以改善，工作豈非比前順利得多，可是目前從歲晚到過年後的工作還得如常處理。

尚未使用綠袋期間，這上半年垃圾，也應為適應日後「綠稅袋」的容量作好更妥當的準備，好好先行演習一下吧。

以我們汲取過的經驗，家中無必要的東西總是可免則免，居住空間寶貴，多一尺新鮮空氣多一分呼吸暢順，就以擺放閱讀過的報紙期刊來說，過去平放佔地2尺，如今已改為疊高存放縮減至1尺；此外閱讀期間盡量第一時間剪存重要資料，不再像過去保留全頁，同時先挑出紙質較厚或較為光滑的，用作包裝用膳時的碎骨菜根，多層保護，日後綠袋少點異味，免令清潔工人不快。

外賣發泡膠盒和所有拆過類似的紙通包裝，壓碎縮減面積後才放入垃圾膠袋，養成這習慣日後至少可以節省不少綠袋，有時看到後樓梯有些住戶一家八口吃過外賣的紙杯膠碟，連同菜汁肉碎廢然膨脹搞到溢出發外，今後你不在乎多花買袋錢，人家看到也倒胃。

俗語說「與人方便，自己方便」，垃圾包裝得好還不是什麼舉手之勞，「一指」之勞而已，清潔工人擦亮城市的貢獻，比很多給人視為高尚的職業同樣重要，理應值得尊重，又何必給他們帶來不必要的麻煩。

「綠稅袋」最大的好處還是減少清潔工人對工作的厭惡，可惜對某部分基層人士也帶來一定的困擾，很多時看到有些公公婆婆，手挽着似乎已使用過不少日子的殘舊廣告宣傳甚至拾荒得來的購物袋，就知道9款稅袋中收費最少的一種對他們都成問題，難道為了減輕他們負擔，也需要政府派發「綠袋券」？



◆大塑食細塑，環保點計數。

作者供圖



琴台客聚
伍呆呆

陪着父親尋舊 收穫幸福味道

今年很難得地與父親和弟弟一同過年。

父親年紀大了，喜歡熱鬧，弟弟帶他到香港和澳門玩了幾天，似乎意猶未盡，我便決定駕車陪父親重返他曾經工作過的粵北山區，來一趟懷舊之旅。

這趟旅程的第一站是英德市的連江口鎮。父親在上世紀八十年代末曾參與京廣鐵路衡廣複線的隧道建設，有一段時間單位駐地就在連江口鎮的英德林場，我因此在鎮上的中學讀了一個學期書。大年初六下午，我們一家3人一狗駕車北上直奔連江口，到鎮上的時候天色尚早，父親因故地重遊很是激動，住處尚未安頓下來，便迫不及待地要求去他當年「戰鬥」過的地方看一看。

從前的複線鐵路沿江而建，其中的舊鐵路如今改成了寬敞的大馬路，從鎮上到林場的車程不過幾分鐘，通往林場的小路沒有多大的變化，只是比從前更寬敞了一些，一路上父親口中念叨的他參與建設的一號隧道、

二號隧道如今還在原地。站在鐵路邊，看着不時呼嘯而過的綠皮火車，父親滿布皺紋的眼睛閃閃發亮，嘴角的笑意藏也藏不住，那一瞬的父親彷彿穿越時光回到了從前。

林場的小路亦是沿着溪邊修到山裏的，我們一路尋到林場深處，幾十年過去，從前我和弟弟去偷過菜的菜地還在原處，還是如同從前一樣，種着幾畦我們熟悉的生菜和菜心，而我們在水壩邊上住過的小竹樓卻是蹤影全無，堆滿木材的水壩下，那曾經清澈見底的溪水也變得渾濁了，林場如今的主人養了一群見到外人就呲牙咧嘴的大狗，下車停留片刻，我們便在大狗的吠叫聲中落荒而逃。

離開的時候已是黃昏，車子快駛上大路時經過一片小小的沙灘，那片沙灘又讓我想起了從前，沙灘就在我們住過的家屬房下方，那時候我愛在夏天的傍晚獨自躺在沙灘上背書，看火燒雲，望着漫天的雲彩在腦海裏天馬行空地編織故事……可惜沙灘邊上

的溪水如今也不再清澈，只剩下一灘淺淺的黃泥水了。

連江口有着兩千多年的歷史。這個位於古滙水與古漆水兩江交匯處的小鎮不僅山美、水美，吃食的味道也是極美。我和弟弟都是資深吃貨，雖然身在旅遊區，亦不會把自己當遊客，江邊的河鮮餐廳和大遊船一概不考慮，放下行李就帶着父親直奔農貿市場，找到一家名為幸福樓的小餐廳，只兩條清蒸魚和一碟青菜，就吃出了小時候的味道，吃完還「唔啱喉」，又啃了一盤花生豬手才罷休。酒足飯飽，與餐廳老闆劉建寧閒聊，才發現我和他竟是從前在鎮中讀書時的同班同學，我只讀了一個學期就隨父親工作調動轉學離開，班上大多數同學我根本連名字都不知道，未曾想，在大家的鬚角都已有了白髮時還能再見。

與舊同學的相遇是我們這趟旅行的一個意外收穫，除卻驚喜，也因為父親的滿意，如同學餐廳的名字一般，有了點幸福的味道。



獨家風景
呂書棟

每個角色的作用

今年春節前夕因為感染新冠，假期徹底放下工作，好好休息，其間重溫了之前匆匆觀看的電視劇《繁花》，主要是品味當中各個角色。

本屆央視總台主辦的「CMG第二屆中國電視劇年度盛典」中，《繁花》囊括了包括最高榮譽「年度大劇」等多個獎項，男主演胡歌和女主演馬伊琍獲「年度演員」榮譽，另外兩位女主演唐嫣、辛芷蕾也分別在「年度影響力」和「年度突破」類別獲獎，劇中飾演范德董勇獲「年度實力演員」，爺叔飾演者游本昌更獲「終身成就藝術家」榮譽……

除了幕前演出外，在幕後方面，《繁花》也收穫甚豐，囊括了包括「年度編劇」（秦雯）、「年度視覺」（鮑德熹）、「年度美術」（屠楠）、「年度攝影」（陳誠、金晨煜）和「年度製作人」（彭鈞華）等榮譽。反而，最重要及最受關注的「年度導演」卻落空了。

從觀眾反應和網友留言來看，這評選結果似乎合乎情理。王家衛雖然在多個國際影展上獲「最佳導演」，可謂大名鼎鼎，由他掛帥的《繁花》之受關注也因為他的名氣，但這部拍了3年多的電視劇雖成話題之

作，風格予人耳目一新，卻也受到不少批評，主要指劇情推進緩慢和情節混亂，有違電視觀眾的觀劇習慣和節奏，感覺吃力。

就故事而言，《繁花》透過小人物阿寶如何乘着外貿和股市東風「一朝發達」，晉身寶總，又在機制尚未成熟的「股市風雲」中盤整打回原形「阿寶」，反映上海在上世紀九十年代經濟發展中的一段起伏經歷，布局無特別之處。倒是在細節描寫和角色刻畫上予人留下深刻印象。

所以，不但男主角和3位女主角的造型突出，其他眾多配角也特徵鮮明，除了獲獎的爺叔、范德，其他如海鮮攤老闆陶陶、房東葛老師、精品店老闆姜紅、暴發戶魏總、外貿科長金花、至真園總經理、金美林老闆娘盧美琳，以及金美林服務生小江西、至真園領班敏敏、外貿同事梅萍等等，也各有性格，形象活脫，構成以黃河路人來人往為縮影的上海眾生相。

可見，無論在電視劇中，還是在人生路上，每個人都有自己的角色定位，這些角色可能不太顯眼，卻在發揮着烘托主角的作用，他們的語氣、表情、情緒不但增添生活氣息，也折射出人性的多面和社會的多元而令人感到接地氣。