



源於真運
李漢源

辦體育賽事 說好香港故事

2024年的第一季還未過，香港就已經舉辦了5個國際性大型運動賽事，包括ATP網球、渣打馬拉松、LIV高爾夫球、UCI國家盃場地單車賽及三項鐵人世界盃，估計今年政府資助M Mark大型體育活動將超過18個，這些體育活動方興未艾，在一定程度上更成為滿足香港人對美好生活的追求，例如LIV高爾夫球，一大班市民去到粉嶺場地觀賞，氣氛就像嘉年華會一樣；市民亦會因為支持三項鐵人運動員比賽，走到灣仔中環海旁，順道欣賞維港兩岸風景及曬太陽，這些盛事變相能成為市民假期活動好去處，從而提高城市生活質素。

要成功舉辦一項體育賽事，賽事前期的計劃和組織都非常重要，要有明確的賽事目標，確定合適日期時間及比賽場地等，組織者便需要與各個單位建立良好的合作關係，當中包括贊助商、場地提供者、媒體機構等，才能保證活動能得到各方充分的支持和宣傳。

每次在課堂上跟年輕人分享統籌大型活動經驗，大家都趨之若鶩，希望能有份參與，成為其中的一分子。可能因為「搞活動」對年輕人而言是一種很「活」的工作方式，相比起每天「死板板地」坐在寫字

樓，可以四處走動，變化很多，更適合年輕好動者參與。雖然舉辦大型活動聽起來很複雜，而且變數很大，但只要計劃得好，再加上每次累積的經驗，就應該在每次活動前有一張程序表（Checklist），只要跟着程序先後去跟進，跟步驟去處理，其實並非想像般困難，其重點在於組織者或計劃者必須懂得找合適的單位或有經驗工作者協助。最近留意到一些小型嘉年華會活動有停電事件，這就是準備不足、計劃不周全所致。電力對活動而言是最基本要求，不可能出錯，或者小型活動籌辦者經驗不足，相信經過今次事件，下次就不會有重複的問題發生。

辦大型體育賽事目的是什麼？促進香港體育運動普及和發展？鼓勵市民參與體育運動？提高大眾的健康意識？增強社會凝聚力？大型體育賽事如奧運、亞運、世大運等，常常在國外被用來加速城市基礎設施建設，提高城市國際形象及知名度，吸引旅遊及促進地方經濟發展，那麼對香港而言，又是否想達至同一結果呢？啟德體育園將於年底落成，既然我們有齊基本配套辦大型體育賽事，那接下來就要思考一下，主辦哪一類型體育項目或申辦綜合運動會，最適合香港。只要辦好賽事，自然就能「說好香港故事」。



方寸不亂
方芳

菠蘿包的尊嚴

復活節和清明節假期開始，入境處預期約1,100萬人將經海、陸、空管制站進出香港。假期留港消費，或許會舒適一點，但餐飲零售則又要面對新一輪挑戰了。

有連鎖茶餐廳自年初起7間分店結業，老闆歸咎於幾大原因，包括港人北上消費、來港內地旅客消費力遜於疫前、本港經濟復甦不似預期……就是沒有觸及管理問題。

經濟好的時候，茶餐廳貨如輪轉，人聲鼎沸，就談不上什麼管理了；然而經濟不好，管理問題就浮現。

周末到數碼港茶餐廳，下午茶時段客人不多，都是白領來歇歇同時交流工作，3位阿姐推着餐車收拾餐具，各據一方，揚聲交談，隔空嘻哈，聲浪其實干擾了食客，環顧四周，沒有餐廳經理或主管在場；正因為只是幫襯廉價的菠蘿包、奶茶，茶餐廳也不當什麼一回事，食客也不好去投訴什麼，忍一忍，早走早着。

其實，菠蘿包雖然廉價，但也應有它的尊嚴，客人也應享有在清靜環境進食的權利，茶餐廳生意不佳，埋怨大環境理由千萬個，就是欠了自省這一條。

港人北上消費現在還只是開始，港人在內地零售支付仍有局限，但香港融入國家大局是大勢所趨，香港「八達通」推出「八達通—全國通卡」，方便港人在內地300多個城市，乘搭公共交通工具，解決了香港人在內地電子支付遇到的阻滯，一卡在手，走勻全國，方便香港市民在內地玩樂；「全國通卡」會否進一步加入零售支付服務，尚未所知，但可預期，屆時北上就不是成風咁簡單，而是生活的一部分了。

香港零售餐飲走出困局，窮則變，變則通，有遠見的商人，與其抱怨，不如「壯士斷臂」，整合香港業務，無疑是聰明之舉，長痛不如短痛，在整合過程中，優化自身，提高質素，讓菠蘿包在市場都有尊嚴地存在，或許是唯一的出路。



七嘴八舌
小臻

好展覽可否多留一會

文化體育及旅遊局今年首次以「藝術三月」品牌串連推廣，由政府舉辦、資助或支持的文化藝術盛事，善用我們中西文化薈萃的背景和廣泛的國際脈絡，向世界展現中華文化的獨特魅力和多樣特色。做法非常聰明，使3月份的香港真正多姿多彩，欣賞花卉的美麗；早前和巨型紅心Chubby Hearts藝術裝置、國際藝術團隊teamLab設計的「teamLab：光漣」發光蛋打卡；還有更高層次一點的Art Basel香港展，觀賞東西不同風格不同形態的藝術品。整個城市充滿藝術氣氛，豐富了市民旅客的精神生活，對心靈療癒都很有效，更有助社會和諧。

除了「巨型紅心」要花780萬元的資助額受爭議外，普遍反應都正面。花卉展門票14元大家都樂於付費入場。今年共計有來自40個國家和地區的243間藝廊參展Art Basel香港展，如此國際級水平的藝術展，當然吸引收藏家、藝術迷渴望親眼目睹，一早就撲飛。可見藝術經濟實在有可為。關鍵在如何安排才獲得

更大的經濟效益，特別要考慮在展期上加長。事實上香港本地人工作忙碌，真的有不少人難以分身趕及展期內去欣賞。

例如Art Basel的活動有兩天給業界及傳媒互動睇預展，而公眾可入場只有3日，不少人會錯過機會，花這麼多心血裝置藝術品，展一周也合理。香港花卉展覽每年均吸引逾200個本地、內地及海外園藝團體參加。參展機構精心設計園林造景和花藝擺設，打造繽紛多彩的花海景觀。展覽日期只有兩周真的浪費了。搞個花卉展勞師動眾花大量工夫，起碼展一個月也不為過。希望有關當局花點心思想想如何才可以令花卉展延長展期，例如輪換不同花卉、用料更有社會和諧。



◆2024年巴塞爾藝術展展出作品《偶然而界》。

技保鮮之類。賞花帶動文旅市場是非常明顯了，無論是長期性種植花園或是人工設計的短期展覽，「賞花經濟」已全球都發生中，政府應考慮找可以讓花卉展覽長遠存在的固定場地。

而花780萬元「巨型紅心」只展11日被批最不划算的，這應要吸取教訓，有時藝術活動也講經濟效益，同時可以考慮給本地藝術界施展才華的機會。



袁星

美食處處有

年前年後，許多美食陸續開始上桌。餐桌上，突然多了一道菜，地瓜秧子梗。這道菜並不稀罕，平時卻很少吃到。在大魚大肉佔主角的新年前後，這樣的素菜，着實難得。

這道菜，就像一個引子，把更多並不高大上但極具特色的菜從腦海中提拉出來。那些菜的食材，在農村並不難尋。地膚皮、刺槐花、香椿芽、乾豆角、乾黃花、榆錢子，應時採摘處理後，過節時拿出來，就是一道開胃菜。自製臭豆腐，就是把豆腐放置一段時間，等到表面黏稠略有臭味，拌入蔥絲薑絲，撒上食鹽，喜歡辣椒的可以加些辣椒，即可食用。臭豆腐入口，滋味獨特，滑嫩生香。

前幾天，看到一個牛糞湯的製作視頻。養牛的人家，提前數天開始，就給牛餵優選的青草料，甚至還有一些名貴中藥材。準備宰殺前半個小時左右，再次將牛餵飽。人參等中藥進入牛胃部，還沒來得及消化，就被殺死。把牛胃整個取出，切開，將裏面尚未完全消化的草料等捧出來，放到過濾網上使勁擠乾。過濾出的汁液，再經幾次紗布反覆過濾，只留下沒雜質的汁水備用。牛腸、牛百葉等牛雜，在過濾出的汁水中煮熟，放入一些調料趁熱吃。這種牛糞湯，據說味道很美，是一些少數民族在招待貴客時才做的。

這道菜，被很多人稱作「重口味」，甚至有人說，這不就是牛糞湯麼？這種說法，其實是過激了。一道美食，能夠延續下來，必有其獨到之處。

名貴食材燕窩，說白了，就是某些

雨燕、金絲燕等燕子分泌出的唾液，加之羽毛、泥土等混合而成的，但這並不影響其營養和口感。蜜蜂在釀製蜂蜜過程中，也得把採集來的花蜜反覆「吃進去吐出來」，蜂蜜的甜美和營養，在這個反覆中得以升華。牛糞湯看似不乾淨難下嚥，實際上，跟所謂的「牛糞湯」絕不是一回事。被很多人喜愛的大腸燉豆腐之大腸，製作香腸的腸衣，長在豬身上時，不就是存放糞便的所在麼？洗巴乾淨，做成菜餚，一樣味道鮮美。

機械化到來後，許多傳統的美食，也面臨着挑戰。現在的許多機械煎餅，逐漸走進商超和各家各戶。人工煎餅的製作，愈來愈「乏力」。看過一個製作煎餅的設備，跟普通的鏟子差不多。只不過，人家不需要人工在鏟子上均勻攤麵和塗抹。那種鏟子上面，有個平鐵板，只有鏟子部分被預留出一個大小相等的孔洞。將鐵板蓋上，用一側的推子一推，麵糊就均勻地塗抹到整個鏟子上，自動蓋上蓋子，繼續操作下一台機器。整個過程也就一兩秒。這樣的設備，一個人可以操作十多台。其效率是傳統的人工煎餅的十數倍。真若同台競技，人工煎餅在效率上，肯定沒有活路。

我小時候，在奶奶家的院子中，見過一台石磨。石磨分為上中下3層。最下層是一個較大的底盤，比中間的兩層石磨大出一圈，靠近中央是淺溝槽，磨出的麵粉和汁水可以順着溝槽流淌。中間部分的兩個石磨差不多大小，看上去笨重粗糙，推起來一定不輕快。

聽父母親說，以前磨麵粉，都是人工推，常常天不亮起床，一推就是大半

天。後來，村裏有了磨坊，磨麵粉都是用機械。村裏的石磨，逐漸損毀殆盡。奶奶院中的那台石磨，似乎是不經意間消失的，具體去了哪裏，我一點印象都沒有。不知啥原因，農村老家那邊的辣椒花，稱其為辣椒醬可能更容易理解些，雖然不是用石磨磨出來的，卻是用石碾碾壓成的。那種辣椒花，用石碾壓出來的，比用電動機械磨碎或攪碎的好吃許多，似乎也香辣許多。其味道，明顯不同，一入口即可分辨。

或許，也正是這個原因，一些傳統的石磨和石碾，被重新應用到生活中。只不過，它們被一些人改進了。比如，推動石磨和石碾木桿的，並不是人，而是帶輪子的電動、汽油兩輪或三輪車。它們的速度，被按照人的速度進行了調節。機械，是不知疲倦的，這一點比驢馬驢強，還不需要睡眠和休息。只要有電和油，它們就可不分晝夜地一直幹下去。有一天中午，母親炒了一道藕絲辣椒。鹹鹹辣辣脆脆的滋味，一下子喚醒了記憶。小時候，偶爾吃一道鹹鹹辣辣味道相仿的菜，辣椒炒銀耳疙瘩。

摘完銀耳，剩下一個個發黃略硬的疙瘩，我們叫它銀耳疙瘩。母親捨不得把其丟掉，將它切成薄片，洗淨，用辣椒炒。銀耳疙瘩比銀耳有嚼勁，韌中帶點兒脆，挺有滋味。那些響噹噹的珍饈佳餚，多是高大上的。而來源於鄉野的，未必就低端。食物本身好不好吃，美不美味，跟是否高大上沒有必然聯繫。不必購買，去野外挖些新鮮野菜，焯掉水或稍一沖洗，椒油銀耳菜、涼拌蒲公英、苦蕒菜大醬，就足夠美味。



翠袖乾坤
連盈慧

笑說西施與西瓜

和小妹參加完朋友婚宴出來，順便乘搭停在酒家門前的小巴，坐在我們前面座位的兩個女乘客在不停說話，無意中聽到她們談話內容，原來也跟我們參加過同一婚宴，大概是新娘子的朋友，看來她們未開車前已一直談論這話題了。

只聽看來年紀20歲左右的那個女孩子大着嗓子說：「A那麼漂亮，公司裏不少高薪俊男同事都追求過她，真不明白為什麼最終她會嫁給這個胖老頭，鼻子大，皮膚又黑又粗，要是我，這樣的男人，真的再有錢也不會看上眼！」在她身邊的可能是她母親，怕她騷擾車上乘客，悄悄降低聲調回應她：「別那麼說人家，那男人一定有他的優點才吸引她，男人愛上的女人就算是鍾無艷，在他眼中也情人眼裏出西施呢！」

回家後，小妹笑問我：「男人看女人是情人眼裏出西施，女人看上的男人，當然不會也是西施，又是什麼呢？」我笑答她：「可能也是西施。現在的女孩子不一定像她們母親那一輩，全喜歡陽剛氣的小伙子了，有些本身帶有陽剛氣的女孩子，反而還會喜歡戴耳環戴面膜，滿身灑上古龍水

的男孩子，在她們眼中，那些男孩子不也是西施嗎？」

小妹說她想起為奶油小生瘋狂的粉絲，表示同意了那一點，不過她說還是不明白，現在有不少女孩子，年紀輕輕也會愛上年紀像他父親甚至伯伯一樣的男人，這又怎麼說？

我說那就是「情人眼裏出西瓜」了。小妹說我比喻離譜，我說因為她們眼中的西瓜一定也有優點，比如覺得他圓厚的身形穩重，性格溫柔，說話動聽迷人，甚至像西瓜一樣甜蜜令她陶醉；人善良呢，心紅得便更加像西瓜。

這比喻不是完全開玩笑，每個人真有內涵，就算自己未必知道，總有他或她的心靈電波自然感應得到，這就是所謂姻緣中主要的「姻」，雖然也未必是「緣」。



◆也是情人眼裏。 作者供圖



獨家風景
呂書棟

穿旗袍跳芭蕾舞

近三屆的香港藝術節開幕或閉幕演出都是芭蕾舞，3年前的第50屆時值疫情，官方取消現場表演，改在網上免費播放巴黎歌劇院芭蕾舞團的舞蹈影片《羅密歐與茱麗葉》，跳的是俄羅斯裔編舞家紐瑞耶夫的1977年版本，他在創作中打破了經典芭蕾舞「重女輕男」格式，加重了男舞者的分量。

去年的開幕演出則由斯洛文尼亞國家歌劇院之馬里博爾芭蕾舞團融入現代舞的表演，其中上半場為《收音機與茱麗葉》，以「收音機」（Radio）取代了「羅密歐」。換言之，這不是莎翁名劇改編，而是喜歡英國搖滾樂隊Radiohead的舞團藝術總監兼編舞家愛德華克魯格（Edward Clug）以新的視角為這齣名劇「作續」，假設茱麗葉不自殺，甦醒後回看這段愛情，展開一段孤獨的憶舊之旅——後現代風格的舞美設計和呈現內心世界的舞姿相得益彰。身穿緊身胸衣的女主角更摒棄了傳統的芭蕾舞足尖鞋……

今年藝術節的閉幕演出更大膽創新：穿著旗袍跳芭蕾舞！由上海芭蕾舞團演出的原創海派芭蕾舞劇《花樣年華》，名字乍看，令人想起王家衛23年前的同名電影。同樣是懷舊風格，故事脈絡也相近，都是講述兩對年輕夫婦與對方伴侶出軌的故事，但

背景由上世紀六十年代的香港改為三四十年代的上海，那是上海曾經的黃金歲月。石庫門街景、百樂門舞廳、弄堂口、小旅館……老上海風情瀰漫於舞台。

一群打扮各異的男女在石庫門外翩翩起舞，或穿旗袍、長衫，或着洋裙、西裝，有人力車夫、修女，也有路邊賣菜的攤主、搖扇吹水的街坊，老上海日常民生。音樂和舞蹈皆節奏輕快，活力洋溢。

一對寂寞的男女偶遇了，互相吸引又若即若離，由試探、到熟悉到一夜情迷，有兵荒馬亂的日子，卻沒有起伏的情節；沒有對白，只靠身體語言——服裝、表情、動作、布景等來表達當中的孤寂、悲傷、徬徨、期盼等，含蓄的情感、情緒在緩慢而柔軟的舞姿中流淌。當中加插一對代表男女主角的幻影。

該劇由法國芭蕾舞大師伯特蘭德阿特編舞，舞蹈設計除了古典芭蕾舞，還糅合了現代舞、民族舞、爵士舞等舞種，舞台氛圍也令人聯想到歐洲上世紀「咆哮的二十年代」（法語Années folles）場面，那是「一戰」後的巴黎繁華景象。

旗袍下的女主角風姿綽約，抒情、優雅有餘，卻也限制了傳統芭蕾舞技藝的施展。穿旗袍跳芭蕾舞有創意，但嘆息逝去年華般的懷舊卻不是我這杯茶。



琴台客聚
伍采呆

酸咪咪與五葉草

春分前後，久未打理的後院裏野草恣意生長起來，才幾日未去查看，便鬱鬱蔥蔥地長了滿園。

魚池邊的魚腥草因近着水邊，在春日陽光的催促下，爭先恐後地從土裏冒出了一大片鮮嫩的紅葉，魚腥草的周圍則長滿了茂盛的酢漿草，開了一簇一簇粉紅色的小花，像灑落在綠茵裏的糖果一般誘人。

酢漿草的名字太文氣，若是說「酸咪咪」，小時候在鄉下住過的人是知道的。

鄉下的田間地頭到處都長着「酸咪咪」，是孩子們最喜歡吃的零食之一，摘了它的葉子放進嘴裏咀嚼，有一股清新的酸酸的味道，所以才會被稱為「酸咪咪」，而「酸咪咪」的根莖卻是一個水靈靈的小蘿蔔頭，從前叫水晶蘿蔔，如今被稱作「土人參」，吃起來又脆又甜，孩子們都極喜歡。

大人也有把「酸咪咪」的葉子採回去焯了做涼拌菜或炒菜的，更有讀過一些書的，知其在《本草綱目》中的作用是「主小便諸淋，赤白帶下，同地錢、地龍治砂

石淋；煎湯洗痔痛脫肛；搗敷湯火蛇蝎傷。」也會採了曬乾放在家中備用，不過，在嶺南地區，「酸咪咪」遍地都是，一年四季常綠，便不那麼罕罕了。

「酸咪咪」是鄉下孩子的零食，也是孩子們喜歡的玩意兒。《紅樓夢》裏香菱和芳官等人玩的鬥草遊戲，鄉下孩子也玩，不過是用「酸咪咪」鬥，香菱她們的鬥草是比誰的花草更美更奇，而鄉下孩子則真的是「鬥」：「酸咪咪」的莖桿裏有柔韌的筋，大家都選了粗壯的莖桿摘下，和對方手裏的纏繞在一起，再往回拉，誰的被拉斷了便是輸了，運氣好的時候，一根「酸咪咪」會鬥贏旁人的幾根。

「酸咪咪」也被稱作「幸運草」，也就是大家熟知的三葉草，愛爾蘭的國花便是三葉草，從前愛爾蘭和英國進行獨立戰爭的時候，士兵出征，他們的親人便會送上三葉草保佑他們平安凱旋歸來。

新冠疫情期間我去澳洲探女兒，因為疫情的緣故，回國的航班一次又一次地取

消，我被困在澳洲住了將近一年。那時女兒每周二早上要坐火車到學校去上課，我會起床送她去坐車，再一個人走路回家，路上的綠化帶裏長滿了五葉草，那時候的生活簡單，時間也過得很慢，每天一個人回家的時候我就會蹲在綠化帶的三葉草裏耐心地尋找四葉草，據說四葉草能比三葉草帶給人更多的幸運。

我沒有找到四葉草，只找到了一片五葉草，果真很快地買到機票回了國。

午後，挖幾株魚腥草涼拌，再採一把「酸咪咪」葉子，滾一碗雞湯燉做午餐，在陽光裏一面吃，一面與遠在澳洲的女兒聊上幾句，便覺得這個春天的滋味愈發地香甜而溫暖了。



◆作者在澳洲採的三葉草與五葉草。 作者供圖