



李漢源

不進則退不止是運動員

所謂「學如逆水行舟，不進則退」，任何事物如果停滯不前不進步，就等於退步。這點對運動員尤為明顯，幾天不練習便會感到無法參加比賽。其實這對我們工作者而言同樣適用，如果不持續學習行內的新知識，工作技巧和思維就會隨之退步。

在每一個大型運動會中，電視製作團隊的角色至關重要，亦正因如此，全球電視台才會願意支付高達31億美元（2020年東京奧運會）的版權費，充分顯示了電視轉播的重要性。而每屆奧運會上，國際奧運製作團隊（OBS）都會徵求全球廣播商的意見，以改進來屆的服務。

日前我與中央台的一班老朋友聚會，回想起以前香港電視台指導中央台製作奧運會電視節目的情景，但如今中央台的製作水平已達到世界級：早在2008年北京奧運會時，中央台已系統性地提升了電視製作技巧，目標是向OBS學習；反觀香港電視的製作水平，則好像停留在上世紀八十年代，只有器材水平的提高，但製作水平卻沒有寸進。其實不止中央台的製作不斷進步，OBS也在持續提升。OBS未來的發展趨勢將朝着AI、8K和IP技術邁進：AI人工智能的應用使電視台能

夠在幾千小時的奧運片段中迅速找到特定運動員的片段，這比以往依賴大量實習生進行標記的工作方便得多，例如剪輯世界盃所有入球的工作，比起靠實習生們的肉眼記錄，現在靠AI就變得輕鬆許多；8K超高清製作方面，在北京冬奧時，OBS與中國傳媒集團（CMG）和日本放送協會（NHK）合作，為全球觀眾提供更高質量的視聽享受；至於傳輸技術上，過去奧運轉播主要依賴衛星和光纖，成本較高。而近幾屆奧運會上，OBS逐漸轉向IP製訊號，透過雲端服務增強轉播訊號，這不僅提高了靈活性，也降低了成本，轉播商亦可以遠程控制多個訊號的發送。OBS這3項技術的發展，意味著全世界的大型項目也遲早會跟隨，未來「睇電視」的體驗也許再不一樣。

在這個快速變化的媒體環境中，持續進步和創新是關鍵。無論是中央台還是OBS，他們都在不斷尋求提升和改進，以適應未來的挑戰。

然而，香港的電視媒體在這方面似乎缺乏明確的發展計劃，這令人擔憂。希望未來我們能夠重拾對電視製作的重視，積極學習與國際接軌，推動本地媒體行業的進步與繁榮，讓香港的電視製作水平再創輝煌。



方芳

久違了的「溫度」

有個食物外賣廣告「有溫度的日常」，描述人們在平淡的生活中自得其樂；溫暖，是生活中不可或缺的一部分，香港人表面冷漠，但內心是熱的，需要一些有溫度的日子。

近兩三年香港食肆，從招待到樓面，阿叔、阿姐態度冷漠，木無表情，送上一杯水，溫水都變「冰水」，收拾枱面像與餐具有仇，聲浪吵耳欲聾，消費者長期習慣了冷漠和噪音，唯北上消費，找到了缺失的溫度。

年輕人的公司在深圳南山區辦活動，家人後續前往「萬象天地」會合消費，商場內外食肆林立，競爭也不少，咖啡店的服務生，送餐上枱，在你跟前輕輕放下，再報以微笑，有交流有溫度，先不要把食物質量、價錢和香港比較，光是服務的溫度，就已經為消費加分。

朋友是某連鎖飲食集團的高層，談及香港的飲食業，簡單一句話，就是「看不到前景」。請注意，「看不到前景」並不表示「沒有前景」，大環境正在不斷變化，「看不到」是很客觀的說法。香港飲食業長期缺人，服務態度有陋習，年輕人不願意入行，面對港人「北上消費」的挑戰，香港飲食業要生存，就要做好自己，要改變，得先從「溫度」做起。

朋友管理的飲食集團，最近從內地引入300名外勞，全部都是內地的年輕人，分別派駐入各區的分店……內地畢業生找工作僧多粥少，來港工作的薪酬較高，與內地相比是高水平，還有包住伙食，有一定吸引力；資方落本請外勞，條數點計？就是期望外勞對本地餐飲帶來新氣象，提升服務質素，挽回消費者的信心。

周日到香港仔該集團的茶餐廳感受一下。這天是準備吃午餐的，掃碼點餐時，發覺有些套餐未開放操作，原來離下午茶餐還有5分鐘，笑意盈盈的年輕女侍應，把水杯輕輕放在跟前，知道我們的猶豫，主動提出為我們先點餐後下單，送餐上枱有速度、有禮貌也有交流，意外看到幾張笑臉，好奇環視餐廳環境，年輕侍應取代了阿叔阿姐，有位精神奕奕的男主管，站在一旁指揮；要知道，這是下午茶時段，食客都是上年紀的長者，茶餐也不是正價，這些殷勤的服務是有點超值了；不過收拾餐具的噪音仍響亮，還有待進一步訓練和改善。

香港餐飲服務，從「有溫度的日常」改變，也是消費者所樂見的。誰不想留港消費？但這需要大家的努力。



廖書蘭

山居偶遇鄉僑

鄉僑與華僑的區別在於華僑是居住在海外的華人統稱，而鄉僑是指與自己較為親近的華僑；新界是一個特殊的地區，1898年以前已在此居住的人，稱之為原居民，為什麼有新界鄉僑的產生呢？1960年左右因為港英政府在新界建多個水塘，將大量山水引至集水區，導致村民無水耕種，紛紛到歐洲討生活找出路，因而成為華僑，我們親切地稱為鄉僑。

我近日居住新界鄉郊，山居的日子，開窗閉門即見綠，近山連着遠山，層層疊疊，內海延着外海，偶有白鷺驚佇立沙灘，天地好一片廣闊而寧靜；舉目望去，只見鬱鬱蔥蔥的樹木，不見人，想起小時候，我有一個筆名叫綠欣，是的，我喜歡綠。

選一個天氣好的日子到舊墟買點日用品，遇上英國鄉僑江水生會長（暱稱：水生哥），他告知英國惠東寶同鄉會鄧桂芳主席也返港，遂相約飲茶一聚。人，本是群居的動物，離群索居日久，見到相熟的朋友，難免掩不住些許激動。茶樓飲茶是香港人日常生活的一項基本社交文化。

我曾在倫敦親身感受到鄧桂芳女士在倫敦的華僑界備受尊敬的程度，被視為大姐大。一個人，特別是一位女性，能被他人廣受尊敬，一定有她過人之處，這位人稱芳姐的女士是新界元朗八鄉七星崗的原居民，上世紀六十年代末跟隨原居民親友到歐洲謀生，自此在英國結婚生女，落地生根，她從一位家庭主婦漸參與社會的

公益事務，贊助老人院、兒童院、倫敦醫院心臟科等；也曾捐款及呼籲社團救助過一位在英國愛丁堡發生車禍昏迷的內地新移民年輕女士。鄧桂芳是2014年獲中國國務院頒發全球100位傑出服務人士中的其中一位，得到祖國的肯定。

新界西貢糧船灣漁歐同鄉會江水生會長，與鄧桂芳主席一樣，甚至可以說與所有的新界原居民一樣地愛鄉愛港愛國。南宋文天祥的正氣歌云：「時窮節乃見，一一垂丹青」，特別在2019年黑暴事件上，表現出他們愛鄉愛港愛國的情操，水生哥說：「我們支持香港政府施政、支持香港警察執法。芳姐負責籌款，我幫忙撰寫文章刊登報紙，呼籲所有歐洲華僑支持香港政府，並組團返港向特首表達支持香港政府的決心。」水生哥是一位多才多能熱心公益的社團領袖，於2020年獲得英女王頒發BEM勳章。水生哥為鄉里為新界為香港做了很多有意義的事情，不僅獲得新界鄉議局的肯定，也獲得英國的讚賞。

毫無疑問，鄉僑是海外一支強大而穩固的團結力量，也是另外一種形式的鄉土的延展。

一場偶遇卻讓我深刻感受到新界原居民的國家情懷。



鄧桂芳（右一）、江水生（中）與作者約茶敘。作者供圖



百家廊

劉志華

遠方捎來的銀杏

在時光的長河中，總有某些瞬間如星子般閃耀，在我們內心深處那片柔軟的角落。

那年深秋的一個夜晚，我如往常一樣，百無聊賴地瀏覽着微信，朋友圈裏一組「夜幕下的銀杏」吸引了我。那是傍晚時分，一盞路燈下，一張長木椅，周圍幾棵葉子已經黃透了的銀杏樹。似乎有風拂過，葉子搖曳，洋洋灑灑地飄落於地上、長椅上。在路燈的映照下，整個畫面都閃耀着炫目的、金色的光芒，如詩如畫，讓人不禁想親臨其境，置身於這樣的畫面裏。

我沉浸這一隅的夜色中，心想，若是能與心愛的人兒依偎在那張長椅上，看星辰閃爍，看落葉紛飛，那該是件多麼浪漫的事啊！我停留在那些美好的畫面裏遐想。我生長的地方沒有銀杏樹，更沒見過真正的銀杏葉和銀杏果，只是在電視上或圖片中看過。看着紫玲發的圖片和視頻裏嬌媚的那些銀杏葉，我不禁感嘆道：「哇，太美了！我好想去撿一把銀杏葉啊！」我在評論區隨口一說，誰知第二天紫玲就再一次來到銀杏樹下，特意為我拍下了很多美景，與千里之外的我共賞。視頻裏，她的小狗跟着她在銀杏樹下撒歡，歡快地與地上的落葉嬉戲玩耍。

紫玲說：「她給我撿了一些形狀好看的銀杏葉。」我驚訝地問道：「你真撿啊？」紫玲應了一聲「嗯！」她說：「我覺得給你撿銀杏葉是件很浪漫的事呢。」呵呵，我在手機這端開心得笑了起來，原來，友情也可以浪

漫。那天，陽光和煦，微風輕拂，金黃的葉子迎風起舞。銀杏樹下，她專注地挑揀着葉子。每拾起一片都要仔細打量，滿意的留下，覺得不夠好的便輕輕放回地上。她的身影在樹葉與陽光交織的光影中穿梭，那個畫面很是溫暖。

這種溫暖的感覺似曾相識，就像我與紫玲初遇時內心的觸動一樣。思緒又一次把我拽回到2006年的那個夏天。那時流行在網絡寫博客，我在《文學博客網》也註冊了一個號，閒時在上面寫寫自己的生活點滴和小心思。有時也會去逛逛，看大家都在寫些什麼。一個偶然的機會讀到了紫玲的文字，她灑脫的性情與浪漫的情懷，深深地吸引了我。只要她一有更新我總會去閱讀、留言，我們有許多共情之處。就這樣一來一去，我們成為了無話不談的好友。再後來，那個平台解散了，而我們的友誼卻一直都在。

幾天後，快遞員送來了包裹，遠方的銀杏葉和銀杏果夢幻般地出現在我的視線裏。我小心翼翼地將銀杏葉從袋子裏取出來，雖然幾經轉轉，但色澤依舊靚麗。輕輕觸摸，質感柔潤，彷彿尚留有大地與風的氣息。我輕輕捧起一片片好看的銀杏葉，它們的形狀不一，有些形似一把扇子；有些像是展翅的蝴蝶；還有些恍若芭蕾舞者那輕盈的裙擺。每一片獨特的葉子，似乎都有自己專屬的故事。

我拿出手機，從各個不同的角度拍攝，想要把它們最美的姿態定格在相

冊裏。為了更好地保存這些遠道而來的葉子，我把它們當作書籤夾在書頁之間。

第一次見新鮮的銀杏果，其果形呈橢圓狀，通身潔白，所以也叫白果。紫玲說白果吃法多，可煲湯可炒製。我取部分白果倒入熱鍋，用文火翻炒。隨着溫度升高，果子在鍋裏歡快地蹦跳着。聽說生果含有微量的毒素，我心中有些擔憂，生怕炒得不够透徹，於是便將火調小，繼續耐心翻炒，直至果殼呈焦黃色。

我懷着幾分忐忑與好奇，小心翼翼地剝開那堅硬的外殼，吹去如蟬翼般輕薄的外膜，將果仁放入口中細細品嚐。它的口感柔韌而軟糯，清香中略帶一絲微苦，這獨特的滋味令人難忘。而如今，風裏已染上了秋的味道，紫玲那裏的銀杏該又泛黃了吧。她曾說過自己格外喜歡秋天的銀杏，每年都會去拍攝好多照片。我想，她拍的照片就像我夾於書中的銀杏葉一般，都是秋天的紀念。

我走向書櫃，找出那本夾着銀杏葉的書，想看看那些葉子是否還安然無恙。輕輕翻開書本，一片、兩片……葉子雖已失去了往日的鮮潤，然而，它們硬朗的質地與清晰的脈絡，卻於乾枯之中彰顯出別樣的滄桑之美。雖說色澤已不再如初，但在內心深處，它們依然是那個秋天最美的回憶。

幾年過去了，我時不時就會想起那個秋天，想起我們「共賞」秋色的情景，想起我初見銀杏葉的欣喜，和品嚐銀杏果時的好奇，猶在昨天……



連盈慧

三店ABC

我們居住處附近那條街道，先後幾家店舖開門結束營業，其中一家，開店不上3個月，鄰居已預料他生意不會做得長久；因為那家藥業A店，老闆永遠一人坐鎮，終日鐵青着臉，百多元1斤的百合，鄰居說她想光顧他買半斤，老闆瞧也不瞧她一眼就說半斤不賣，試問碰過釘，誰還對他渴望貴客光臨的鹿茸燕窩有興趣？

這店果然不到一年便結束了，但是小老闆志氣凌雲，還是死心不息，不到3幾個月，又在距離老店兩個街口轉角處改過店名重操故業，依然穿着整齊一人坐鎮，但是那張熟悉的面孔還是如常鐵青，好像怪自己天生苦命，總沒有人識貨光顧那副模樣。

又是不到3幾個月，招牌未拆，其新如故，店舖已變成個大空洞，裏面幾個裝修工人在為未來另一店動工了。當然A店老闆已不知去向。

現在說B店，西餅麵包新開張時，平口袋仍未需要徵收費用；產品種類又有點特色，想試試口味，買了她的瑞士卷，但付鈔後，冷着臉的老闆娘呆着目光三四十秒沒反應，一直逃避面向櫃枱上的瑞士卷，那副表情顯然是擺明「沒有膠

袋」。膠袋條例誰不知道，那時超市購物的背心袋才收5角錢，生果凍肉之類平口袋則不收費，麵包店也多平口袋，該店卻不會在顧客開聲前就爽快奉上膠袋完成交易，老闆娘慳這幾分錢，這樣的服務態度，劉德華又有話說了，見微知著，大概其他顧客也感到不便，所以，毗鄰開了近十年的同行還存在，但B店生意卻冷清到未滿一年就關門，可憐的老闆娘也許還蒙在鼓裏。

現在談到C店了，C店正是A藥業空置已久的那個舖位，新店主經營的是與B店同一類型的餅業，但是門面燈光明亮，店員笑容常開，每次路過都見有人注目和光顧，還有人說與風水有關嗎？就是相信生意興旺，唯人自召，貨色好，還得記住前生意人金句：「人無笑臉休開店」。



同店未必同命。作者供圖



王欣

香港的聖誕季

還未踏入12月，香港已經提前踏入聖誕季，無論是港島、九龍還是新界的各大商場和街道都逐漸設置或掛上閃亮的聖誕節裝飾，雖然還沒有大規模地播放聖誕音樂，但市民和遊客們都已開始沉浸式感受聖誕季的到來。

雖已過了小雪的節氣，對比北方，香港仍算溫暖，香港聖誕季沒有白色的雪花，卻也有自己獨特的都市韻味。市民和遊客最喜歡在大型商場的聖誕裝置之前「打卡」，不少聖誕裝置是找世界級的設計師匠心打造，價值不菲，但的確討喜，在沉悶的冬日給來往遊客帶來些許驚喜和歡樂。

在香港過聖誕節，人們會花很多心思在聖誕服飾和家居的裝飾上。如果要選購聖誕系列的裝飾，不妨在中環的砵甸乍街（石板街），或是灣仔的太原街和深水埗的福榮街逛一逛，會有很多收穫。臨近聖誕季，這些街區的攤位上都掛滿了紅彤彤的閃亮耀眼的聖誕服飾，即便不買，也能來感受節日的喜慶。

香港的聖誕季，還可以去逛聖誕市集。不少海內外的手工藝創作者都紛紛拿出自己的佳作，如聖誕香氛蠟燭、聖誕針織品、聖誕彩繪等等。很多攤位主都說，參加市集的目的不是

為了賺錢，而是希望和市民遊客分享自己的創意和對生活的熱愛。在都市生活得久了，大家都希望從忙碌的狀態回歸到「慢節奏」，而聖誕季來逛逛市集，確實是賞心悅目的一次「生活漫步」。

聖誕季也是美食的佳節。在香港，聖誕季是很多家庭和公司聚餐的好時機。大部分的酒店和餐廳都會提供和聖誕相關的佳餚，酒店的聖誕自助餐是不錯的選擇，如烤火雞、牛排、龍蝦、生蠔，還有聖誕必備的聖誕餡餅或蛋糕……而且，不同餐廳會提供不同國家的聖誕傳統美食，遊客可以充分體會到香港的多元文化，這是在別的地方很少能一次過體驗到的。

香港中西合璧，聖誕節是西方人最重要的團聚日子，和我們中國人的春節相似。大家趁着這年底的日子團聚一起，有美酒佳餚相伴，歡聲笑語，互訴衷腸，人生在世，一年可能也就一兩次這樣難得的機會，所以倍加珍惜。

有時候覺得在香港挺好，聖誕季過完，再等等就是春節，東西方的節日都能好好感受一番。香港人對於這些傳統的、舶來的節日十分重視，儀式感很強，那麼就變成一年中有兩三個月都在準備或者正在過節的路上，何樂而不為呢？



伍采采

死是生的一部分

人到中年，與年紀相仿的朋友聚會，談論的話題最初可能是文學、可能是信仰、可能是生活中的種種變化，但最終總會落到健康上，彼此熱鬧地交流身體狀況、養生心得，以及看醫生的經驗。

此外，中年人扎堆，也交流中年人的愛情。

我的中年朋友們，一些被「困」在不如意婚姻生活中，一些已跳出「圍城」，依舊心懷幻想，在為一份美好的感情尋尋覓覓。如今大家一致認同的最好的愛情的樣子，就是兩個人有相同的眼界和格局，靈魂契合，彼此懂得，能夠相互扶持走向生命的終點。這樣的愛情可遇難求，多數中年人都感覺自己人生已過半，愛情可望不可求，婚姻也成了一種令人身心俱疲的負擔。

我曾經看過的美國電影《The Leisure Seeker》，中文片名香港翻譯成《人生無限露營車》、內地翻譯成《愛在記憶消逝

前》，但我更喜歡它的另一個譯名：《求問者》。影片的主角是一對年過八旬的夫妻，老先生是一位患了阿爾茲海默症的文學教授，妻子亦是癌症晚期，兩人瞞着兒女們，駕着老舊的房車「私奔」，來了一場說走就走的休閒之旅。

儘管夫妻倆所駕的房車十分老舊，停駐的營地也很簡陋，但他們會在陽光下的泥地墊上地氈，放好桌椅，鋪好桌布，擺上鮮花，兩人相對而坐，一面各自讀書，一面有一搭無一搭地閒聊；老先生不記得子女的名字，也會忘記自己的妻子，有時獨自駕車離開，全然不記得妻子還未上車，但他看到妻子揮不開樂瓶蓋的時候，會忘記自己正在駕車而放開方向盤幫妻子擰瓶蓋；妻子也從不嫌棄他無意識地尿濕褲子，總在他尿濕後溫柔地替他擦拭，讓他換上新褲子；妻子病重暈倒被急救人員抬走，老先生竟通過她包裹熟悉的唇膏味道記起要找到自己的愛人，並神奇地找到了醫院……除了兩人在陽光下讀書的

畫面，那些「記得」和「不嫌棄」都很美好。他們經歷了漫長的婚姻，生活中有柴米油鹽醬醋茶的繁瑣，有共同養育孩子的艱辛，有在陽光下一同讀書的浪漫，有令兒女們都羨慕的白髮蒼蒼時還在玩「花園探秘」遊戲的甜蜜。直至兩人選擇在房車裏相擁離世，我看到了愛情最好的樣子。

美國最高法院前法官安東尼肯尼迪對同性婚姻的判詞其實適用於所有的婚姻，他說：「世界上沒有比婚姻更美好更深刻的結合方式了，因為它象徵了最高境界的愛、忠誠、奉獻、犧牲和家庭。在組成婚姻關係後，兩個人都成為了比他們本身更深刻的存在，婚姻代表了甚至可以超越生死的愛情……」

《The Leisure Seeker》中的老先生因為失憶，無意中道出了自己從前短暫的出軌經歷，妻子在痛過後選擇了原諒。如村上春樹說的「死是生的一部分」，痛大抵也是愛的一部分吧。婚姻裏未必沒有我們要的愛情，轉身回頭去扒拉扒拉，說不準就找到了呢。