



源於奧運 李漢源

### 香港的球迷們

日前香港足球代表隊在香港大球場與作客的緬甸隊上演了一場久違了的友誼賽，當天入場支持香港隊的球迷超過12,000人，與疫情前香港對柬埔寨世界盃外圍賽足足多了一倍的球迷觀眾，縱然只是一場友誼賽，而對手在FIFA的世界排名中更是比147位的香港低11位，即排名不算高的兩隊球隊所帶來的友誼賽，也能吸引過萬球迷入場支持，證明香港隊始終有吸引力，相信看到當天盛況的觀眾也沒有一個會認為「香港沒有球迷」吧。

既然香港有球迷，想辦法去吸引他們入場支持就是足總的功課了，曾經球圈內指香港球迷大部分都是年紀比較大的，都是經歷過香港足球輝煌年代的人，才會對香港隊抱着希望地支持，待這班球迷徐徐老去，香港隊只會愈來愈少人支持；但當日筆者從銅鑼灣步行上大球場的途中，沿路所見大部分都是年輕的球迷，個個身穿着香港隊球衣入場，而進到場內萬多名球迷像要撕破喉嚨般為香港隊吶喊助威，打氣的聲音可以說是震耳欲聾，氣氛非常熱烈，令我這個「資深球迷」都不禁內心激動起來，誰說香港隊沒有球迷傳承呢？

回到現實，香港足球圈確實有很多需要解決的問題，例如球隊水平參差，造成隊與隊之間的比賽不夠吸引，除了傑志外，其他球隊本身球迷擁護不多，球迷投入感也就

不夠，因為睇波一定要有自己擁護的球隊，才會投入觀賞比賽，打從心底裏，展現於激烈的身體語言為他們加油，日前的香港對緬甸，就是因為有過萬觀眾專程入場去支持自己擁護的「香港隊」；球迷睇世界盃也是一樣，每一場波也會選擇擁護其中喜歡的一隊，大家支持同一隊，隨時化敵為友，反之，則有可能由友轉敵，當然這是誇張的表現，但確實這樣熱愛你所支持的隊伍，所欣賞的賽事就會更投入，更刺激。不過刺激的比賽，真是要建基於兩隊水準不是差距太遠的球隊上，因為每一場賽果也可以不一樣，正如強如巴西隊，球迷總覺得他們贏的機會高，但是遇上水準也高的球隊時，賽果的變數也可以很大，上半場和下半場隨時不同心情，不能預期結果，才是足球最吸引的地方。

長久以來，體育運動都是可以凝聚觀眾的，香港游泳運動員何詩蓀在傑出運動員頒獎禮訪問中指出：她第一次感受到原來自己代表香港隊能在比賽中凝聚這麼多觀眾的支持，希望這些凝聚力能夠帶給香港人正能量，她會繼續努力的。對一個社會而言，凝聚力真的很重要，「足球」有足夠的能量去創造凝聚力，放諸世界各地，足球都具有叫座力，就算香港比賽水平較弱，同樣也可凝聚幾百甚至過萬球迷入場支持，所以只要我們能夠做好本分，球員們踢出水準，帶來吸引的比賽，球迷一定會在的，香港球員要加油呀！



方寸不亂 方芳

### 靜待「霎時衝動」

家中小孩參加音樂會的獨唱節目，長輩與高烈準準備捧場；可是兩天前忽然被告知，因為孩子沒有打齊兩針，故被取消演出資格了，父母和孩子頓感失望。社會活動以注射疫苗為標準，父母不得不考慮要打第二針了，正如專家說，注射疫苗不能防感染，卻能防重症，保護一老一幼，家長是不應再猶豫。現在香港已逐步大開中門，來自世界各地的旅客入境有增，我們只能讓疫苗為自己把關了。

之前傳聞0+7入境檢疫措施，入境旅客不須再入住指定檢疫酒店，只需醫學監察，英國朋友已計劃11月返港探親；現在已調至0+3，她已有點急不及待，有意提前歸期；相信再調至0+0，說不定明天上機，就給你一個驚喜。

在加拿大的好友也告知，憋了兩年，現在豁出去了，已報團三代同堂坐郵輪，她的亢奮與我的冷靜，反差太大。她問我可有計劃「豁出去」，我只能答，靜待「霎時衝動」。

現在0+3入境檢疫措施，省卻檢疫酒店隔離，香港人外遊意慾有增，旅行社出現久違的報團人群，這些現象能否刺激大多數人的旅遊意慾，言之尚早。說實在的，經濟環境還未恢復，以前9,000港元日本遊的團費，現增至2萬多，還有增加成本的旅遊保險，「新冠保」的保障條款還未成熟，索償的紛爭還未浮面，「境外染疫」的開支，能否全數得以索償，也真要細心考量。

外遊最大顧慮是「境外染疫」，一旦遇上，如何檢疫與隔離？接着更改機票與行程，跟團旅遊還有領隊和當地導遊支援；若是自由行的話，「境外」無親無故，無法上機，需要自己面對所有手續，個人的語言足以和當地人溝通嗎？

外遊不同探親，真要停一停，諗一諗，想到這些，衝動不起來啊！外遊心態是要積累的，既然香港境內感染人多，已有保護屏障，何不放鬆心情，先來擁抱本地消費遊？



七嘴八舌 小臻

### 花錢買「罪」你腦殘嗎？

看到香港7名註冊西醫涉嫌違反專業操守，由今年2月至5月的4個月內簽發近3萬張「新冠疫苗接種醫學豁免證明書」（俗稱「免針紙」），每張索價由幾百元至最貴5,000元，有2個醫生這一波賺了千五萬至二千萬元。聽到消息都令人嘩然，在全球經濟受疫情影響下，老闖工人都叫苦連天，竟然有人可以輕易賺取過千萬，網民說可能這幾個醫生自覺一把年紀，就算被人發覺最多被「釘牌」（醫生執照被取消），但賺大筆錢都值得，況且政府未必發現和未必認真處理的。哈哈！遇上香港政府這批實幹型的官員，真的想俾佬過關沒那麼容易。警方揪出這些「黑醫」真的大快人心！

醫生明知抗疫人人有責，竟然幫人逃避責任，影響整個社會抗疫成效，嚴重地說是屬於對抗政府的行為，同時政府已經訂了法規，金錢迷迭失去了良知甘願為錢犯法。最嚴重的是有近3萬人寧願犯法幾千元買「免針紙」，都不肯去接受政府免費提供的疫苗接種，不感恩政府保護他們的健康。反而自願向「黑醫」進貢金錢，你說他們是什麼原因？肯定絕大多數是政治立場問題，難怪有人講，人的思想一旦陷入極端偏激的話，其行為是盲目的，難聽一點是「腦殘」。

香港有設《香港註冊西醫專業守則》，但香港醫務委員會對醫生操守監管的漏洞很多。例如涉嫌濫發「免針紙」的蔡潔梅是「戴罪之身」，卻可如

常執業，被記者發現前台告示寫明「診所收費：診金380元」，實際診金收取500元，開安眠藥、止痛藥消炎藥，藥費800元。有病人說：「1,000蚊睇腸胃炎，止嘔止瀉藥都無。」

感覺香港的私家醫生一向都有王管，無論是普通科、專科、牙科的收費都是由醫生各自開價，想收多少就收多少，脫牙、鑲牙收數千元一隻。睇專科更加貴到飛起，大把人「睇唔起病」。雖然資本主義強調市場需由決定價格，但政府是否可以要求醫生收費透明度提高，設立註冊醫生收費平台一覽。當然有人喜歡找高收費的醫生沒問題，起碼有個平台給市民知道哪種醫生的收費是市場普遍認同的合理，市民選擇睇醫生時心中有數。其他行業消費者有機會格價，醫生、律師沒有，但他們的服務同民眾生活息息相關，政府也有投放資源培養他們，該多一點社會責任和關懷之心。

內地的醫療衛生制度、醫保制度都在改革，全面取消以藥養醫，健全藥品供應保障制度，醫生可純粹做醫生，薪酬不與藥品、檢查等業務收入掛鉤，體現多勞多得，業績優。醫院可自主分配薪酬，醫護人員的技術勞務價值獲得體現。同時支持藥品降價，要求藥企以量換價，降低老百姓醫療費用。香港政府也要積極處理醫療服務問題，事實上，體驗一個地方的人生活水平好與壞，醫療服務水平是重要指標之一，如果有病都沒有能力看醫生，何來快樂。



翠袖乾坤 連盈慧

### 不再浪漫的鏡頭

老電影中演員每當情緒出現波動時，不是狂吸香煙，就是拔出未吸完的香煙，憤然捺熄摔入煙灰盅（更老的粵語電影中，演員還隨地亂拋煙屁股），今日電影中的現代故事，這些片段早已消失，每當演員情緒激動，由查看手機時如何七情上面而取代香煙了。

但是另一經典鏡頭，則新舊電影愛情故事中仍少不了，就是男女主角情到濃時接吻的大特寫。不知怎的，在老電影中出現的接吻鏡頭看慣了不覺得有什麼不妥，可是放在今日新拍電影中，則不止沒有半點浪漫感覺，反而令人驚心動魄，甚至比恐怖片還來得震撼而毛骨悚然，怎麼不是，近千個日子新冠肺炎新聞在腦海中不斷盤旋，看到男女主角那四片嘴唇動如蛇蝎般接觸時，第一時間條件反射想到病毒穿入口舌，作為旁觀者的影迷，是不是幾乎就要嘔吐？這類鏡頭，怕真要有好一段日子才能回復過去那麼看得順眼。這也給人重新思考

接吻的衛生問題，就算與新冠無關，難道口腔中就無隱藏其他病菌？接吻這個愛情指定動作，大概是從所謂「西方文明」流傳下來，洋人也許認為津液是天然補品，曾聽過某些令人匪夷所思的謬論，說接吻是提高免疫能力的殺菌劑，可不知今日疫症流行期間，還有多少情人夫妻勇於這樣殺菌，相信反而會令家有情實初開小兒女的家長，擔心他們的寶貝依恃打過三針之後，為偉大的愛情躍躍欲試這個似是而非的實驗。

正如盲目深受自由民主人權洗禮過的西方成年人，疫情殺到埋身，還是不甘受新冠肺炎打壓人權，依然顯示大無畏民主精神爭取個人自由、堅持不戴口罩。

現在開始相信，「防患於未然」也是我們這個民族幾千年生存經驗時，第一時間條件反射想到病毒穿入口舌，作為旁觀者的影迷，是不是幾乎就要嘔吐？這類鏡頭，怕真要有好一段日子才能回復過去那麼看得順眼。這也給人重新思考



◆這一吻，可愛還是可怕？ 作者供圖



若荷

### 秋色如歌

秋風漸起，北方的大地上，草木開始現出蒼黃，再過些日子，大概就變得五顏六色了。那是一種無拘無束的顏色，以嶄新的面貌，替換植被被問的葱翠綠色。這個過程是壯麗的，就像剛剛破曉的蝴蝶，經過瞬間的喘息，涅槃般展開華麗的翅膀，翩翩然投向嶄新的生活。

這個時節隨便走出家門，就能找到一些美好的事物，行走在秋天裏的花，輕波蕩漾在秋天裏的水，比比皆是。秋天的夜空是看不見的，一看，就會被滿天的星星迷住。我們老家的秋空與其他地方的不同，看去天不高遠，藍幽幽的，星星離我們很近，雲彩更低，低得就像眼前溢滿河面的浮冰，在那星鑽石般璀璨的光耀下，它們安靜地浮在「河面」，一邊消融一邊移動。

天空下，所有的植物都和春天裏的不同。春天的花以粉、白色的居多，其次就是金黃與深紅。連翹就屬於那種春天裏的花，它先於其它花兒開放，花香淡幽，滿枝金黃，而後再生出葉子，這個時候的春，也就快要罷了。而秋天裏的花，顏色多以紫色為主，比如小小的墨水花。它不成簇，一枝花莖的頂端只生有一兩朵花，花瓣嬌嫩，無以復加。

另一種花就是朝顏花，它們粉紫色的都有，在我生活的周圍，是以紫色的居多。我在沂蒙山的崗腳采風時，在村外，一個葡萄種植基地附近，發現一掛懸在空中的喇叭花，它顏色玫紅，周邊似有若無地暈了一圈紫色，走近了才發現，原來那裏豎着一道鐵絲網，就是這樣的地方，被喇叭花爬滿了。在這裏，喇叭花就是朝顏花。

它們真是美啊，看遍繁華，才知小小的喇叭花也不失傾城國色。秋風從葉片上拂過，秋雨從藤蔓上浸過，絲毫動搖不了它們的纏繞，動搖不了它們以羣衆之力，捧出高貴花朵的篤定。秋光是這樣溫暖着它

們。那是它們共同守候的女神。只有這樣，才有它們面對清秋坦然自若，才有雜草與鮮花的和諧共生。

它盛開的時候是在早晨，秋深露重，花瓣上往往還沾着露珠。很多人視它為美麗且不長久的花，意味愛情和生命的短促，所以大都不把它當作長情之物。而秋天，卻意外選擇了這種花，完全不去顧忌人們目光裏的涼薄。

我很喜歡紫色，不知為什麼那麼喜歡，大概是從小種下的印象。秋深去公園，發現那裏的紫花更多了，都是叫不出名字的。在樓下，帶着我的狗狗散步，一眼看不見牠竟跑到一塊菜地裏去了，一團綠葉紫花將狗圍罩在下面，密藤遮擋，膽小的狗狗不敢出來。我走過去察看，原來是一棵橫生地上的扁豆藤，將幾根躺在亂草棵上的木棍當成了它們攀附的棚架，柔弱的細莖纏繞在上面，一穗穗的紫花挺立在細圓的木棍上。母親曾叫它「秋扁豆」。它在初夏裏種植，盛夏裏開花結果，一直結果到深秋。

秋扁豆的果實如豬耳，所以有人也叫它「豬耳扁豆」。我常常想眉豆的樣子，應該清秀似人的眼眉才對呀，可偏偏並不是這樣，秋扁豆長得很粗陋。但好吃，每當秋天蔬菜缺乏的時候，它便成了餐桌上不可缺少的紅椒小炒、美味佳餚。

沂蒙山區土地瘠薄，石多土少，土地在農民心中分量很重。他們不捨得哪怕一寸寬窄的泥土被無情地荒棄，於是種扁豆、種絲瓜、種南瓜，凡是能夠生出秋苗結出瓜果來的地方，都是他們手心裏的寶。北方的四合院裏，高高低低的牆頭上，成串的扁豆從夏天生長而來，滿牆的扁豆碩果纍纍，沒有絲毫的懶惰之勢。

汽車飛馳的高速路兩旁，不知什麼時候，沿途開滿了格桑花。為了美化環境，人們將它種植在路邊最為醒目的地方，甚至高山坡上也有它們粉白的身影。它的學名叫「金露梅」，藏區人稱其為「格桑梅



獨家風景 呂書練

### 自我救贖

音樂劇是西方戰後流行的表演形式，由於兼具熱鬧的歌舞和平民化的劇情，廣受歡迎，常常一演數十場，像港人熟悉的《貓》、《歌聲魅影》、《悲慘世界》等，還有由音樂劇改編的電影，如世紀九十年代中公映的《貝隆夫人》(Evita)和千禧年初上映的《芝加哥》等。在《貝隆夫人》中，由女主角飾演者麥當娜主唱的主題曲《阿根廷，別為我哭泣》唱得街知巷聞，反映音樂劇歌曲的普及性。

音樂劇是一種結合了話劇劇情和歌劇唱功，兼具舞蹈等元素的較現代舞台演出，其中的歌舞最能牽動觀眾情緒而把劇情推向高潮。香港也有不少音樂劇。1997年，由天王巨星張學友參與製作並主演的《雪狼湖》在紅磡體育館首次公演，就掀起高潮，演出欲罷不能，連演42場，其後又在星馬、台灣和內地等地巡迴演出多場。反映香港演藝界的製作水平。

音樂劇有一定的呈現形式，對一些重要內容或詞句或音節不斷重複，既可突出劇情主題，也加強戲劇效果，令人印象深刻。這在最近公演的《大狀王》中有很好的體現。

音樂總監高世章對形式的專業掌握和純熟運用，無疑為該劇帶來一連串社會風波後的香港人應有所啟示。

救贖故事，主角方唐鏡（劉守正飾）有「廣東四大狀師」之一稱號，聰明絕頂，能言善辯，但專門幫富人打官司，見錢眼開，仗勢欺凌窮人，故被平民以廣東話諧音封為「荒唐鏡」。然而，助紂為虐，多行不義多年，終惹來厲鬼阿細（鄭君熾飾）纏身。

方唐鏡為了活命，只好被鬼魂阿細牽着鼻子走，替阿細的心上人、被人誣告殺夫的秀秀（丁彤欣飾）鳴冤。自己也在查案、盤問、辯證等過程中了解民情，聽到民聲，重新認識社會和自己，找到自我，走上自我救贖之路。像其他音樂劇形式，中間加插一個說書人（張焱飾），出來簡單交代劇情。

劇中從台詞到歌詞，都不斷強調如何做一個「好人」，以及是否願意做「好人」，因為善良是可以選擇的。編劇張飛帆從一杯水說起：一杯清水只要加入一滴墨水，就會染黑；但如何令這杯被玷污了的水變回清澈的水呢？正所謂「水洗唔清」，只能把污水倒入大海中。寓意一個人做過的壞事永遠不會消失，卻可以通過多做好事，以彌補過失。所以，劇中各人就不斷勸喻方唐鏡，將他引上正義之路。

這是一齣勵志性音樂劇，尤其以「自我救贖」為主題，對經歷了一連串社會風波後的香港人應有所啟示。



琴台客聚 伍卓棠

### 外婆的柚子皮

中秋節已過去好些日子，節日的氣氛早已煙消雲散，而節日裏親友們你來我往所送的月餅和水果卻還存在。

揀出不能再吃的月餅扔進垃圾桶，水果拿去滷肥種花，唯獨把幾個果皮已經皺巴巴的柚子留下了。剝去發皺的柚子皮，裏面的柚子肉仍舊是水靈靈的，洗淨切碎扔進鍋裏，加入一直放着沒用的老冰糖，小火熬成柚子醬。待到柚子醬冷卻下來，再混入一大瓶蜂蜜，熬過的柚子肉的甜香和蜂蜜的清香混合在一起，用「沁人心脾」來形容也是不夠的。舀一勺醬，加入溫水化開，入喉清甜，熬夜工作和看電影的燥熱頓時消弭於無形。

剝下的柚子皮也是不會浪費的，將之切成小片曬乾收好，可以煮水喝，可以用來洗頭泡腳。柚子核也是要留下的。我小的時候身子弱，受寒之後咳嗽，又不肯吃藥，外婆就會用曬乾了的柚子核煲水給我止咳。不過，從前那些關於柚子的記憶中，最美最好的，不是柚子醬，也不是柚子核，而是外婆做給我吃過的柚

子皮。我小的時候曾一度很挑食，不吃肥豬肉，不吃牛羊肉，不吃魚，不吃豆腐。逢年過節，便是油放多了的蔬菜也不願意吃，秋天乾燥，更是沒有胃口，在外婆身邊的時候，她很是花了一番心思，總會設法做各種開胃的菜來哄我吃飯。

外婆做的炒柚子皮便是開胃菜中的一絕。每次吃完柚子，外婆都會揀出幾塊厚厚的果皮，用刀將柚子皮上的白色部分片去，只留下薄薄的一層黃皮，用水浸去苦味，再切成絲，把蒜粒、辣椒、豆豉、生薑放進油鍋裏爆香，再將柚子皮放入翻炒。外婆的訣竅是辣椒要用新鮮的，青椒、紅椒都要有，辣椒和豆豉要切碎，炒出來會更加入味，盛到盤子裏也好。這樣做出來的柚子皮的味道理然也是不會遜色的。辣椒和生薑的清香，加上大蒜和豆豉的陳香輔佐，令柚子皮裏那股獨特的芳香發揮得淋漓盡致，入口爽滑，就連柚子皮本身那絲無法徹底清除的淡淡的苦澀亦顯得美味無比。

外婆做過的果皮菜不單是柚子皮。在外婆的餐桌上，秋天能吃到柚子皮，夏天也有西瓜皮可以吃。

西瓜也要挑皮厚的，留少許紅瓤，片去外面一層硬硬的翠衣，切成片，便是紅白相間的一盤子，還未入口，顏色已勾起人的食慾。外婆喜歡將西瓜皮涼拌，佐料僅放蒜蓉、蔥花、麻油，只加少許鹽調味，一盤涼拌西瓜皮就能讓在盛夏時節食慾不振的孩子多吃兩碗飯了。少爺的時候外婆會把西瓜皮像柚子皮一樣放入生薑絲和辣椒絲爆炒，炒熟以後吃起來有一股冬瓜的味道，這道菜在我小的時候一直被稱作「冬炒西瓜」，後來我學會自己做，味道與外婆做的相差無幾，吃的時候，嘴裏嚼着西瓜皮，想着外婆，念着她在的時候對我的寵愛，心裏亦是像吃着西瓜瓤一樣地甜蜜。

只可惜，那道炒柚子皮在外婆離世以後，我照着她教過的做了無數次，再是如何，也做不出和外婆做的一樣的味。

當然，做不出好吃的炒柚子皮，亦不會妨礙我對外婆的懷念與愛。