



李漢源

為期八天的全國第十二屆殘疾人運動會暨第九屆特殊奧林匹克運動會（殘特奧會）香港賽事，將於12月15日畫上句號。閉幕禮定於晚8時舉行，而主辦方亦因應大埔災情將簡化程序，展現了大會的體恤與彈性。儘管賽事期間遇上突如其來的港瘍，香港市民對這場「主場全運」的熱情絲毫未減。據統計，有超過480萬香港觀眾，即約佔全港75%的電視觀眾，透過多家免費電視頻道收看比賽，為運動員吶喊助威，充分反映港人對體育的關注與支持。

CSM媒介的研究數據就更加令人振奮：根據其統計，閉幕禮吸引185萬觀眾，佔4歲及以上電視觀眾28%，平均每人收看長達53分鐘，遠超一般節目。這不僅顯示香港人對大型體育盛事的濃厚興趣，更強化了市民對本地運動員的認同感。透過這些數字或是氣氛，相信大家都能感受到一股嶄新的香港體育文化正在萌芽，香港市民對香港隊參與國際賽事態度不再是「事不關己」，而是「感同身受」。

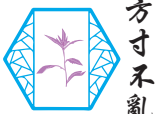
然而，與國際或國家隊賽事相比，本地球隊賽事的吸引力仍顯不足。以足球為例，無論香港隊對陣強弱，

香港體育新動力

總有數千球迷入場支持。可是一到本地港超聯賽，觀眾人數往往大幅下跌。回想上世紀八十年代精工對南華的經典對決，競爭激烈、座無虛席，正是因為比賽充滿懸念與激情，才能每次都吸引大批球迷，甚至非球迷進場支持。對比起籃球，修頓室內場館雖僅有約2,000個座位，卻經常爆滿，顯示港人並非不愛本土賽事，而是渴望有更高水平、更刺激，不到最後一刻都不知鹿死誰手的競爭。

全運熱潮為我們帶來難得機遇，我們必須趁熱打鐵，把握這個契機，持續提升本地聯賽的競爭性與觀賞性，讓年輕一代保持對香港隊的热情與歸屬感，同時更應善用啟德體育園等世界級新場館，將足球、籃球等受歡迎項目進一步做大做好。

學校一向是培育體育人才與觀眾的關鍵搖籃。參考外國經驗，如果每所學校都能選定重點運動項目，系統性培養運動員及球迷基礎，相信就能培育出對運動更為關注的「體育世代」。所以我們應以今屆全運香港運動員的優異表現為契機，制定長遠藍圖，全面推動香港體育發展，讓這股新興的體育熱情，真正開花結果，綻放光芒。



方芳

宏福苑大火，一場全社會的心理創傷，相信要一段長時間才能撫平。

在港島某私人屋苑快餐店，聽一位婆婆與她的鄰居談話，長者傷心自有痛處，電視每播放有關火災現場家破人亡的慘況，不知怎的，眼淚就是流個不停，不知道怎樣去改變自己這種延續性哀傷。

在這場災難中，有九名印傭和一名菲傭不幸離世，印傭葬身火海比菲傭要多，這與照顧長者有關，有長者的家庭，多僱用會說些少中文的印傭，可作簡單溝通，而年輕傭主沒有語言障礙，則多會僱用菲傭照顧孩子；所以火警發生時，菲傭帶着孩子或手抱嬰兒，比較容易逃生，而印傭就不同了，她們照顧的多是行動不便或坐輪椅的長者，走火警就困難重重。有僑倖脫險的印傭說到同鄉的不幸，「我們不能丟下婆婆不顧呀！」在生死之間，毫無血緣的人，照顧者沒有放棄被照顧者的生命，拚死保護至最後一同罹難，善良的靈魂，深深感動了我們。

另一位僑倖和傭主一同脫險的印傭，躺在醫院訴說和傭主失聯，「很掛住95歲的公公（傭主）。」當時脫險並不等於生存，被救出的人當時情況看似還可以，但其實已是內傷嚴重，最後還是去世了，印傭的尋人記，令人動容。這場火災奪去的生命，除了親人之外，還牽涉不少人的兒時玩伴、同學、同事、老師、校友，沉痛仍在不停延續。

有位長者說，她現在很珍惜家中的菲傭，在看這宗新聞的時候，菲傭每說到受傷的同鄉，都眼泛淚光，而且還動情表示，如果遇到此等情況，她也會背起傭主逃生，長者為此感動不已，因為她的家居在30樓以上哩！就憑這一句，就應好好善待你的家庭傭工。在災難面前搶救生命，對死亡無所畏懼的大有人在，我們殉職的消防員，拍門呼喚救了多人而犧牲的居民，人性的光輝，值得我們致敬。

在此一難難時期，社會還未走出傷痛，但選民走了出來，用他們的選票，讓新一屆立法會順利誕生，是很不容易的事，困難反而凝聚了力量，市民抱着對新屆議員的期望，熱情比任何時期還要高漲，新人事新氣象，立法堵塞漏洞，系統性改革，必然加快步伐。

正如有當選的立法會候任議員說：此刻社會正值沉痛時期，當選於我沒有什麼值得高興的，共同推動災後支援和重建，反而有感肩上從未如此負重。

善待你的家傭



廖書蘭

總會邱芳濠發出「黃元璋博士於昨日去世」的消息，感到十分錯愕。定睛仔細地逐字再看一遍這則消息，直覺告訴我，這是有人惡作劇。黃元璋可能得罪了誰？但元璋兄是一位古道熱腸、與人為善、面面俱圓的人，怎麼可能得罪誰呢？前一天才跟他在手機裏聊天，怎麼可能24小時不到，他就去世了？我不信，致電詢問他的夫人，黃太說：「上午到灣仔公眾泳池游泳，中午去旺角出席香港崇正總會理監事餐會，身體健康，沒有三高。」據崇正總會張飛芬憶述「當天（11月15日）我們負責進入會場準備開會，只有黃博士指出門口掛的牌子寫錯字了，是崇正總會不是崇正商會。」可見他愛字如金。邱芳濠說：「會議期間黃博士風趣幽默，侃侃而談，提出很多精闢的建議，這是他一貫作風。」據說，餐會結束，眾人陸續離席，突然黃博士張大嘴巴叫了一聲，隨即從座椅上倒了下去，崇正總會成員急叫救護車送到廣華醫院急救，下午3時30分醫生宣布離世。

黃博士可以說是我在香港的第一位朋友，大概在1992年的一個社交場合，我們只是客套地寒喧幾句（雖然我1984年來香港，但沉浸於大隱隱於市的簡樸生活，安心地做一名家庭主婦）。2000年時，在某個春茗活動上，再見黃博士，他能說出，8年前我們第一次見面的場地、所談話的內容，非常驚訝！他的記性這麼好，包括那一天我身穿的服裝。我們仍是偶爾在一些公開的場合，大家見面打個招呼而已，直到某一年。

那一年，他向我表示想加入國際筆會香港中國筆會，也想加入亞洲華文作家協會香港分會，我說：「你身上的頭銜已經很多啦！」他說：「那不一樣！」這足以說明他熱愛生活，喜結交天下朋



百家廊

李國新

大雪時節，臨近冬至，南方的風添了幾分凜冽，寒意浸透骨頭縫裏。這時節，我總忍不住念叨：天老爺，下一場冬雪吧。

冬雪遲遲不來，記憶裏的雪倒先飄了過來。小時候的冬天好像冷些，冷得透徹，雪也下得酣暢。道路被一尺多厚的積雪埋着，小河結了鏡面似的冰，屋簷下的冰凌，吊得有兩尺多長，尖尖的，亮晶晶，那才是真正的冰天雪地。

上小學時，我總愛踩着河面的冰上學，一點不慌會掉下去。積雪沒到腳踝，深一腳、淺一腳地走，走得渾身發熱，手、臉、耳朵凍得通紅，腦袋上冒着白氣。有天放學，同學們在路上打起了雪仗，堂姐就走在我身邊，她冷不防抓了一把雪，扔過來，不偏不倚，正好落進我的頸脖子裏，冰涼的雪水，順着衣領往下淌。我那時才十多歲，望着大我兩歲的堂姐，她笑得眉眼彎彎的樣子，我竟然委屈地哭了。一到家，我就跟媽媽告狀：「媽媽，堂姐欺負我！」媽媽向來疼我這個獨兒子，當天就找到堂姐：「你是姐姐，怎麼能欺負弟弟呢？」

堂姐依舊笑着解釋：「我們都在打雪仗呀，我身上也全是雪呢！」其實堂姐一直護着我，我們同班，她總把

好東西分給我。如今50年過去了，每逢下雪，堂姐還會提起，說我小時候告狀的趣事，我們倆都已是兒孫滿堂的人了，笑着笑着，眼角就泛起溫軟的光來。

記憶裏的雪景，總帶着壯麗的底色，天地間一片銀白，像被真金白銀細細裝飾過，遠處的雪景，望不到邊，白晃晃、亮晶晶的，見得人睜不開眼。下雪時的景致更是耐看：先是雪籽劈裏啪啦地砸下來，接着是柳絮般的雪花輕輕飛揚，最後是鵝毛似的雪朵鋪天蓋地捲過來，把世間萬物都裹得嚴嚴實實，像蓋了一床厚實的羽絨被。人踩在雪上，腳底發出「咯吱咯吱」的響聲，那是冬天最清脆的調子。

這樣的雪天裏，父親總愛帶着我去趕兔子。銀裝素裹的田野上，兔子耐不住飢餓出來覓食，跑也跑不動，往往一抓一個準。父親還被村裏人稱為「魚鷹子」，如果是雪天裏，他會帶着我去叉魚。我的家鄉是湖區，黑魚、甲魚、草魚到處都是。雪天的河面上，結了冰，魚在水底下一動不動，我父親握着鋼叉，猛地捅下去，「喀嚓」的聲響，透過冰層傳過來，不用看也知道叉中了。我跟在後面提魚簍，臉頰凍得通紅，青鼻涕垂下來，半尺多長，快要結成冰碴

雪中情

子，一點不覺得冷。

現在想起來，那些日子真有意思。我懷念那個年代，更懷念已經去世了二十餘年的父親。要是父親還在，能再陪我看一場雪，能看到我的幾個孫子，那該多好啊！

十年前的那個冬天，我在鄉鎮組織部門工作。那天寒風凜冽，我接待了一位困難戶，她該享受的政策都已落實，可一場車禍讓她截了肢，只能坐在推車上，日子過得艱難。我一直業餘寫作，幾天後，我收到了一筆400元稿費。那是一個雪後天晴的上午，陽光明媚，屋頂的積雪，順着屋簷滴答往下淌，我騎着電動車，頂着刀子似的寒風，往鄉下趕，我想去看看她。可那天她不在家，我給村書記打了電話，請他過來，把裝着稿費的信封，交給了他，我再三囑咐，不要說出我的名字。村書記爽快地答應了，看着他接過信封的背影，我坦然了，心裏像卸下了一塊石頭。

我記得，騎車回家的路上，寒風依舊刺骨，天空中下起了雪，白花花的雪，落在臉上，讓我清醒、舒服。我想，那個冬天的雪夜，她收到錢時，心裏應該是暖的吧。而我，也因這點善意，覺得整個冬天充實、欣慰。

暖在舌尖

時隔兩年，我再次駕車回到了湖北棗陽。動手做的飯菜十分惦念。乾爸亦是，年事已高的乾爸已不太能記人記事，幸運的是他雖然坐在康養院的輪椅上，我去探他，他仍是從前的模樣，像個清秀乾淨的高中生，腼腆地笑瞇瞇地看着如今已被人稱做「呆呆老師」的我，喊出「伍梅」這個只有家人才喚的名字。除了小姐姐玉華，大姐玉玲的廚藝也極好。幾乎每次回棗陽我都住在大姐家，大姐做的蒸麵條也是我心頭的牽掛，是在外時永不可能吃到的味道。大姐會將新鮮的五花肉煸炒出油，再加入豆角、黃豆芽等，拌上醬油和香料與麵條一同上鍋煮。出鍋時，麵條吸足湯汁的精華，根根分明，油潤鹹香，每吃一口，都是大姐如母親一樣的疼愛。吃下一碗麵，就吃下一碗溫暖的被愛包裹的幸福。

大姐的廚藝也沒有被歲月辜負，她很早就從原來上班的廠裏辭職，和姐夫一起開了一家餐廳，從小打小鬧，到自己買下地皮建起樓房，經營成了棗陽知名的大餐廳。餐廳的規模做大了，有了專業的廚師，客人愈來愈多，且都成了回頭客，如此一做就是30餘年。我想，大姐的餐廳做得好，並不純是因為他們菜品的出品好，更是因為她給自己的餐廳起名為「金太陽飯店」，「太陽」帶給了所有人從舌尖到心頭的溫暖。

我回到棗陽，除了吃家人做的家常菜，也

少不了去吃棗陽最有名的酸漿麵。其實酸漿麵也是家人做的：小弟陳偉在大姐的餐廳對門開了一間小小的「金太陽酸漿麵」。小弟自己主廚，勁道的鹼麵煮好，放進用發酵過的酸漿精心熬製的湯頭，配上翠綠的蔥花和香菜，炎熱的夏季吃來，所有沉睡的感官都能被那股誘人的香氣喚醒，酸、鹹、香、鮮在舌尖上層層遞進、瀰散，瞬間就能驅散遊子長途跋涉的疲憊，舒坦地體味到回家的感覺。

離開棗陽前，大姐、小姐、小姐夫和大哥帶我回了少時常去玩耍的酸漿麵起源地——琚灣鎮。鎮上的變化很大，河上建起新橋，但那座我們曾經走過的，橫跨滾河的石橋在悠悠歲月的流淌中依然堅實地屹立着，像歷經百年的酸漿麵一樣，它是棗陽的標記，也是我親情的坐標，連接着過去與當下，帶着家人之間彼此的愛和牽掛。



●作者少年時在棗陽住過的平房處如今的變化。 作者供圖

如露亦如電，告別黃元璋

世事無常。11月16日早上打開手機，看到由崇正總會邱芳濠發出「黃元璋博士於昨日去世」的消息，感到十分錯愕。定睛仔細地逐字再看一遍這則消息，直覺告訴我，這是有人惡作劇。黃元璋可能得罪了誰？但元璋兄是一位古道熱腸、與人為善、面面俱圓的人，怎麼可能得罪誰呢？前一天才跟他在手機裏聊天，怎麼可能24小時不到，他就去世了？我不信，致電詢問他的夫人，黃太說：「上午到灣仔公眾泳池游泳，中午去旺角出席香港崇正總會理監事餐會，身體健康，沒有三高。」據崇正總會張飛芬憶述「當天（11月15日）我們負責進入會場準備開會，只有黃博士指出門口掛的牌子寫錯字了，是崇正總會不是崇正商會。」可見他愛字如金。邱芳濠說：「會議期間黃博士風趣幽默，侃侃而談，提出很多精闢的建議，這是他一貫作風。」據說，餐會結束，眾人陸續離席，突然黃博士張大嘴巴叫了一聲，隨即從座椅上倒了下去，崇正總會成員急叫救護車送到廣華醫院急救，下午3時30分醫生宣布離世。

黃博士可以說是我在香港的第一位朋友，大概在1992年的一個社交場合，我們只是客套地寒喧幾句（雖然我1984年來香港，但沉浸於大隱隱於市的簡樸生活，安心地做一名家庭主婦）。2000年時，在某個春茗活動上，再見黃博士，他能說出，8年前我們第一次見面的場地、所談話的內容，非常驚訝！他的記性這麼好，包括那一天我身穿的服裝。我們仍是偶爾在一些公開的場合，大家見面打個招呼而已，直到某一年。

那一年，他向我表示想加入國際筆會香港中國筆會，也想加入亞洲華文作家協會香港分會，我說：「你身上的頭銜已經很多啦！」他說：「那不一樣！」這足以說明他熱愛生活，喜結交天下朋

友，相信很多朋友都收到他贈送的墨寶，特別是篆書，記得他曾送給我時說「現在值6,000港元，將來就不止啦！」自他加入我會，我們來往的機會就多了，開始認識這位上知天文、下知地理、博聞強記的朋友，每當我遇到些什麼事情，都會向他請教，他總是知無不言、言無不盡，並且有求必應，粵語就是，「從來不托人手躔」。他也會與我分享他的私事家事。我住新界，難得一次過海到港島辦事，辦完事，約他喝茶，他只要有時間一定赴約，我們在灣仔、銅鑼灣、天后、北角都喝過下午茶。記得有一次他滿面怒容地來見面，我想，可能我得罪他了，但聽他娓娓道來才知道是兒女惹他生氣，而他也是極少數見過我家人的朋友。

黃博士是游泳來香港的，一生與文字為伍，愛好琴棋書畫，是一位典型的文人雅士。我說他是一位好命的人，因為他這輩子「活得好，死得快！」他們夫婦從青春到白頭，鶼鶼情深、子孫繞膝，經常在臉書看到黃博士攜夫人到世界各地旅行，近年也在廣東買了樓，偶爾同夫人回內地小住幾天，遊山玩水，盡享美食，還有他飼養的一群寵物狗。從他暈倒到離世，僅一個多小時，沒有受病痛的折磨，但我少了一位朋友，以後過海到港島，少了一位我想見就能見並且無話不談的珍貴好友。



●朱高正（左二）來香港，作者約黃元璋（左一）及友人在半島酒店喝下午茶。 作者供圖

可愛的中國方塊字

都說今日的孩子想玩什麼有什麼，環境

好一點的家庭，兒子出生後客廳差不多已變成小兒樂園，毛公仔電動車和小滑梯都有了，大一點就玩手機，不像他們祖父母和爸媽兩代，小時候一個布娃娃、一架小型木頭車玩上整個童年。

唯一分別是今日玩手機的孩子少同伴，失去「跳飛機」和「拍公仔紙」之類與眾同樂的遊戲了吧；可是就算「獨樂樂」，原來還有不少喜歡學習的孩子，除了手機之外，也找到他們喜歡的另類「遊戲」。

看網上有四五歲的孩子，演出高難度的京劇《貴妃醉酒》《空城計》，字正腔圓唱到令老戲迷拍案叫絕；也有手執毛筆逆鋒頓筆寫出正楷，草書如魚游春水的，可見那些孩子並不完全迷戀手機，仍然自己尋找到科技以外的樂趣。所以不由不相信天才真的來自天生，沒上述天分的領悟力，家長無論怎樣也難強迫出來。



●兩個不相識的小孩子。 作者供圖

弘法寺用齋

12月初到深圳弘法寺祈福，順便去了那裏的福順齋用齋菜。齋館位於寺廟的一個角落，之前去了幾次都沒有留意到，這次，偶然瞥見有一棟樸實無華的綠色建築靜立於山野間，於是被好奇心驅使，走過去才發現，竟別有洞天。

從香火鼎盛的寺廟走出來，經過一條幽靜的小路，步行100米，就可以到達齋館。甫進門，有身穿素雅長衫的女服務員迎接，她說，這裏的齋菜都是固定的幾類套餐，用完可以免費添加，但鼓勵食客按需取餐，寧可少用多次，絕不浪費。

我和友人選擇了一個兩人套餐，四菜一湯，一飯一甜品，菜品的名字也十分雅致。四菜有「佛手拈花」，是用秘製醬汁調製的佛手瓜；有菌菇醬扒豆腐，豆腐散發着原始的清甜的豆香；有香菇扒菜膽，香菇和上海青兩種普通的蔬菜卻配合的相得益彰。最後一味齋菜是令我印象最深刻的：五指毛桃燉喇喇菌。這道菜沒有添加任何油鹽醬料，將新鮮的喇叭菌放在五指毛桃上乾燉，品嘗喇喇菌時，它的鮮甜裏透着五指毛桃的藥香，兩種食材天然的本味坦然地呈現在食客面前。

這裏齋菜的調味極為克制，少鹽、少油、無蔥蒜韭菜等「五辛」。但清

淡不等於寡淡——廚師善用香菇、筍乾、豆製品熬製的高湯提鮮，以花椒油、芝麻醬等天然調味品豐富層次。一道簡單的素齋，能嘗出五六種食材相互襯托的和諧。而廚師將齋菜盛放在素雅的粗陶碗碟中，沒有華麗的裝飾，卻與食物的質樸相得益彰。這種樸素，暗合禪宗「直指本心」的智慧。

佛教中有「食存五觀」的訓誡：計功多少，量彼來處；忖己德行，全缺應供；防心離過，不生嗔癡；正事良藥，為療形枯；為成道業，方受此食。用齋不僅是滿足口腹之需，更是修行的一部分。細嚼慢嚥間，人們思考食物的來之不易，反省自身修行是否配得上這份供養。福順齋講求「按需取餐」，最後一口湯、最後一粒米，都會認真吃完。這種珍惜，是對自然的敬畏，也是對勞動的尊重。

在這裏吃飯，吃的不僅是菜，更是一種心境。齋飯沒有驚艷的味覺刺激，卻有一種綿長的回味，讓我意識到，真正的美味，不在於調料的堆砌，而在於對食物、對生活、對萬物的敬畏與感恩。

離開時，口中齋菜的清甜漸漸淡去，心中卻多了一份寧靜。或許，這正是齋飯最深的特點——它不試圖征服你的味蕾，而是溫柔地提醒：最簡單的食材，最用心的烹飪，最感恩的品嘗，便是人間至味。