

古老與現代的和諧碰撞

春夏交接間的阿塞拜疆天氣好得不得了，幾乎每天都是晴空淺陽。花了兩三天時間穿梭在巴庫新城和老城的大街小巷，包容豐富的建築與熱情友好的路人讓我們對這座城市的親切感油然而生。

還是風和日麗的一天，幾個朋友「不謀而合」地帶我們來到了景觀滿分的高地公園（Highland Park）。我們從古城邊上沿着蜿蜒的海濱大道開始漫步，兩邊種滿了艷麗的花叢，有清新的海風吹來，也不會覺得累。不一會就看到了了一個很有現代感的小纜車，方便腿腳不便或者是懶得爬階人士上山。

從纜車旁邊的階梯可以直達高地公園的觀景平台。這是一個巨大的廣場，站在任何一個位置都能輕易擁有三百六十度的巴庫市景。地標火焰塔就在身邊不遠處，而古城、少女塔、體育館和美麗的海港等



▲從高地公園俯瞰巴庫

這些天走過的古蹟與摩登悉數盡收眼底，呈現出一幅古老東方文明與現代西方繁華和諧共生的畫卷。若不是這樣直觀完整的視覺攝入，很難想像這兩種迥異的風格在一起竟然一點也不覺得衝突。再往遠望，越過海邊的摩天輪，淺藍色的海與天在遠方融為一體，視野清晰到好像無限的開闊。

景觀平台上有長椅若干，也有兜售瓶裝水的小販，口渴了就大膽去買吧，價錢並沒有比商店貴多少，而且見到亞洲面孔他們還會主動幫忙照相或指路。

高地公園往裏走有一條肅穆的烈士小徑，這裏是為紀念在黑色一月大屠殺（Black January）與納戈爾諾-卡拉巴赫戰爭（Nagorno-Karabakh War）中犧牲的烈士而修建的，主要是當地人會帶着孩子來對英雄們表達追思，一般遊客可能興趣缺缺。

（阿塞拜疆之行，三）

樂活

潘少

逢周一見報

道理我都懂……

與一位半年不見的朋友吃飯，初見第一眼就大驚失色：他竟然瘦了這麼多！目測至少瘦了30磅。30磅！一個人瘦了30磅，就已經不能用簡單的身體上的「減肥成功」來形容了，簡直是從身體到精神，全面的「浴火重生」！伴隨着身形變好，他整個人的精神狀態也煥然一新，充滿了活力與自信。

原本聚會的話題迅速被拋諸腦後，主題變成了我向眼前的成功榜樣求取減肥秘笈。沒有健身房裏的昂貴套餐，沒有這不能吃那也不能吃的苦行捱餓，沒有稀奇古怪效果不明的減肥藥品……朋友的「無字天書」上就寫着兩個字「跑步」，我翻來翻去，又發現兩個字「堅持」。朋友說，現在已經養成習慣，每天必跑，不跑不舒服。

真的就如此簡單！而且擺在眼前的「榜樣」效果又是如此明顯！下面就要請出經典台詞：「道理我都懂，但是……」道理我都懂，但是一天辛

苦工作完，晚上再跑步好累啊！道理我都懂，但是工作時間不穩定，晚上經常要加班，不能保證每天都跑步啊！道理我都懂，但是有的時候第二天要早起工作，晚上要早睡不能跑步啊！道理我都懂，但是我就是堅持不下來呀……朋友說自己的跑步是「雷打不動」，我不要說響雷了，恐怕有一點點「風吹」我這裏就會「草動」了。

不過，活生生的榜樣擺在眼前，說服力和吸引力還是非常巨大的。在聚會結束的那一刻，我已經堅定了信心，決定要開始自己跑步keep fit的計劃，但寫下這篇文章的時候，似乎距離那次聚會已經過去了一個星期，也並沒有真正開始……

道理我都懂，但是……

大川集

利貞

逢周一、三、五見報

公號「菜根譚」

記不清第一個被我關注的微信公號是哪個了。不知不覺間，手機裏的微信公號越來越多。有的是朋友推薦的，有的是因為讀到感興趣的文章，連帶關注了發布文章的號。

還有的是外出旅遊、預購門票或住店、吃飯、購物，被半強制地要求關注的，旅行結束後懶得刪，就一直留着，有時翻翻也蠻有意思。比如，去年夏初，一家人自駕遊山西大同，回程取道平型關，特意去參觀平型關大捷紀念館。平型關地處靈丘縣，就捎帶關注了個當地的公號，時而讀到靈丘文化民俗、風土人情的推送，煙火味滿滿，如讀地方史志，頗有味道。

我關注的公號中，最多的是新聞類，

而讀得最少的，也是新聞類。網絡的長處既然是快，最好的新聞應是「一句話新聞」。一句話交代新聞的核心信息，足矣。因此，此類公號推送的文章，大都只看個標題，很少點開認真讀。

認真讀的是職業自媒體人的公號，他們是文字高手，要麼有講故事的高超技藝，深挖來龍去脈，寫得跌宕起伏，引人入勝；要麼思想敏銳犀利，指點江山，霹靂文字，給人思想啟迪。此外，科普和野史，也佔據了我公號閱讀的半壁江山；網絡平台上的文字，可以方便地與圖片、影像配合，不論對於科普還是野史，這都是一件大好事。

不過，要說最愛讀的，其實是熟人的

城市氣質

日前，第三十屆中國電視金鷹獎頒獎典禮在長沙舉行。任達華憑藉《澳門人家》獲得最佳男演員，成為首位摘得這一榮譽的香港演員。劇中的他，是一位做杏仁餅的匠人，相比較任達華早年在警匪片中的表現，筆者亦看好他這幾年飾演的平凡人，比如《歲月神偷》的中年鞋匠、《我和我的祖國》的鐘錶師傅，演技扎實且演活了歷盡滄桑的中年人。

說起任達華主演的這部《澳門人家》，其中眾人對於梁家大屋的珍視、對於百年杏仁餅店的守護，以及嶺南文化、幾代人的變遷，構建了澳門的城市印象。一座城市，自有屬於她的「氣質」。一直以來，城裏人的故事亦都是影視人的

最愛，在他們的鏡頭和場景中，北京印象多由胡同裏遛鳥的大爺去定義；而上海的十里洋場怎能不走着一位有格調的穿旗袍女子……如今，大灣區故事又該如何講述呢？

私認為，大灣區的故事該充滿奮鬥者的足跡，以及日新月異發展的速度。而香港和澳門則在小人物奮鬥中還要抹上濃厚的歲月底蘊。在這座城市，歷史與活力融合、榮光與奮鬥交織、繁華與忙碌相互映襯。

如果說一定要給大灣區的城市一個定義，任達華今次的《澳門人家》和《歲月神偷》都很好地為城市「造像」，兩部劇雖背景不同，但其中「一步難、一步佳，

重陽時節

中國人是注重道德倫常的民族，這從日常生活可見一斑。古時有春秋二祭，不論是朝廷祭天，還是民間祭祖，都會按時舉行。現代社會雖然不復古禮，但身為中國人仍然十分看重孝悌，全年分別有兩個紀念節日與思親有關。

慚愧說來，我對上一代的印象和關係都不太清晰。父親於二次大戰前在香港出世，從沒對我提及祖輩的事情。偶爾聽母親說過，我父親年幼時已經父母雙亡，他雖有一些兄弟，但各自成長，沒有親密往來。因此，我從不知爺爺奶奶是誰，甚至連他們的名字亦不知曉。小時候，我從沒有拜祭先人的經驗。那邊廂母親的家庭，

我只記得外婆曾經一度從廣州來港居住，後來不知怎地又回廣州，晚年在內地去世。為此，我亦沒有見到外婆最後一面，更莫論向她拜祭。

我父親已去世多年。三年前岳父病逝，乃是我最近期的喪親經驗。醫院彌留、靈堂出殯、遺體火化、墳場撒灰。若要在香港入土為安實在太過奢侈，安排綠色殯葬更符合現代社會的環保概念。

也不記得從何時開始，我家有一個不成文的習慣，每年重陽節拜祭我父親，清明節則拜祭岳父。後者「置身」在港島柴灣歌連臣角，而我太太娘家喜愛遵循習俗，故此清明節前後幾天之內，必定闔家前

從港樂後台說起(續篇)



才讓上班、上學。隔離期間不少上網度日，把照片、心情在社交媒體作分享、交流，此乃人之常情。但卻引來管理層下令，任何與媒體聯絡，都必須通知行政部門，由部門處理。

平心而論，樂師們不是賣身給樂團，說一句話都要得到批准或代言。作為音樂家，他們富於表達情感，也需要表達的渠道，而所表達的，不一定是負面的，但卻代表他們因工作而人身自由

《世紀築跡》

展頗具匠心：

展區的外圍，用四塊展板，詳盡地介紹了香港建造業發展的基本歷程，其中「公營房屋項目」用實貴的史料圖片生動體現了「住」這一民生問題對香港社會的深刻影響；展區的中央，是各種與香港建造業有關的老物件，如十九世紀的魯班畫像、不同年代的魯班尺、百年測量儀器、二十世紀三十年代的工程糧單等，看到這些，我的內心感受到這偌大的城市，一鑿一斧地修築，凝聚着時光的分量；展區最宏大的部分，當屬一幅名為「點石成金」的建築業百年生態圖，這是本地年輕藝術家根據百多張新舊照片，從城市變化

公號。閒暇之時，划開手機屏幕，翻讀一兩篇友人新作，是件愜意的事。有位同學大學畢業後遠遁北京西山，工作、生活，一晃二十載，前幾年開了公號，隔三差五發些手機拍的照片，或山中落日，或繞藤開花，難以人生感悟、育兒心得，悠然之情，令人羨慕。還有位相識十餘年的京城副刊編輯，人極正派卻在公號裏以「妖」自詡，不規律地發文，有時悲春有時傷秋，讀來如對面而談，喚起同代人不少共鳴。公號真如網絡時代的詩文集啊，記錄了我們這代人的「菜根譚」。

知見錄

胡一峰

逢周一、三、五見報

我們始終都要信」穿插在時代變革當中，再苦再難都要堅守。

因為歷史的緣故，這兩座城市都曾經被迫離開祖國母親的懷抱，但劇中人在傳遞人生信念的同時，也是歷史的見證者和參與者。主創人員在拍攝這兩座城市的故事時，多放棄了宏大敘事，而通常會選擇從一個家庭的幾代人生活作為切入點。

今年是中國人民志願軍抗美援朝出國作戰七十周年，當年亦有些香港培僑中學學生去了朝鮮戰場。他們的故事值得被講述，或許也可成為香港這座城市的一種「氣質」。

談文論藝

嘉妍

逢周一見報

往拜祭。每次都人多擠迫，好不辛苦。我母親卻不一定要在重陽節當天拜祭，只需在農曆九月份之內完事便可，那便不用與其他一起蜂擁而至。父親「置身」在新界屯門的道觀之內，其實平日的環境恬靜，古雅清幽。只是十多年來亦有不少變化，骨灰龕場的樓房越建越多，顯示逝者要找「容身之所」亦越見困難。

重陽節是一個慎終追遠的日子，讓我們好好記住先人的愛與栽培。

文藝中年

輕羽

逢周一、二、三見報

受影響所發出的聲音。在二十一世紀的這個國際都會，如此禁令頗為匪夷所思。老實說，行政部門一位也不用隔離，他們又如何反映得了在營中樂師們的感受呢？

兩位行政部門主管上周在電台接受訪問，談及被隔離的樂師們，真的不知道為何如此輕鬆，十二分鐘的訪問，不完全記錄的笑聲至少五次。我也不厭其煩，多次問及樂團會否開記者招待會直接與傳媒對話，以專業的資訊以正視聽，為無辜的樂師們作澄清。可惜樂團方一直支吾以對。

後來收到一則短訊，引用樂團高層說：「媒體你不去理他的話，兩三天別人就會忘記了，這個事情就會成為歷史，被遺忘了。」難怪有專家認為港樂危機處理的能力是零。

樂問集

周光豪

逢周一見報

、建造業技術演進、建築物改變等角度，設計出的水彩畫及動畫。從這幅長十二米、高兩米半的巨大圖畫中，我不但看到了手工石藝到今日建築科技的演變，更能看到高科技的發展，對城市未來建築的潛在影響。

展覽在出口處的醒目位置放置了魯班雕像。我在此處打卡時，心裏卻無端地想到了沙中線。本應於今年通車的沙中線由於建築質量的各種問題推遲到明年或後年。倘若施工者心中有這樣一尊雕像，時刻敬畏，或許，沙中線就開始造福港人了吧。

負喧集

趙陽

jackeyzhao2018@gmail.com
逢周一、三見報

疫中忙「美容」

新冠肺炎疫情期間，美國人熱衷的消費活動除了裝修家居，還有整容手術。購買新傢具、用品說得通。史丹福大學經濟學家Nicolas Bloom在全美調查中發現，目前42%的人在家全職工作，33%的人失業。不到26%的人，主要從事服務、醫護、零售等「基礎工作」的，出門上班。在家時間多了，希望工作、生活環境更舒心很正常。心理學家說，人類有「築巢」衝動。外頭危機四伏時，家庭被視為安全的港灣，是唯一能提供「正常生活」的場所，自然需要添磚加瓦，精心打理了。

但既然不用出門上班，為什麼整容手術方興未艾呢？不是很多人都說疫情期間櫥櫃裏的商務正裝蒙塵，必須捐出去了嗎？這也與居家工作有關。視頻會議開多了，不少人對自己「不上鏡」心懷不滿，亟須通過手術提升顏值。有美國笑星戲稱，目前保持社交距離，外出戴口罩，正可以提供充足的養傷時間，等痊愈亮相時驚艷大眾。其實，家居裝修又何嘗與視頻會議無關呢？居家辦公、線上學習，私人空間更多暴露於公眾視野，在裝潢方面相互競爭、互不服氣在所難免，正如小朋友喜歡帶着新玩具去幼兒園炫耀一樣。

能否居家工作本身就揭示了社會等級的高下。而且，有閒錢搞裝修、整容的都是社會「精英」階層，絕非等米下鍋的普羅大眾。中上層階級才有能力將可支配收入從原來的下館子、看電影、旅遊轉移到為自己、為家居「美容」上。

「居家工作經濟」將給美國社會帶來長遠影響。熙熙攘攘的市中心、摩天大樓都可能因健康隱患成為明日黃花。

墟里

葉歌

逢周一、五見報