



太平清醮的千年演變

梅 肯

在傳統與現代交織的香港，一項古老儀式歷經百年流轉，依然煥發着強大的生命力。

每年農曆四月，香港長洲島便會被濃郁的民俗氛圍包裹：色彩艷麗的飄色巡遊穿梭街巷，喃喃師傅的誦經聲迴盪海邊，高聳的包山直指天際，萬眾矚目的「搶包山」將慶典推向高潮。這便是被譽為「香港十大節慶」之一的長洲太平清醮，一個已被列入國家級非物質文化遺產名錄的民俗活動。鮮為人知的是，這一熱鬧慶典的背後，藏着千年華夏祭祀文化的演變史。源自中原的「醮」儀，如何跨越山河流傳至南海之濱，最終成為香港社區獨特的文化符號？

「醮」作為中國古老的祭祀儀式，最早可追溯至先秦時期。《說文解字》記載：「醮，冠取禮記。」表明其最初指古代冠禮、婚禮中的一種儀式。戰國時期宋玉的《高唐賦》中「醮諸神，禮太一」的記載，則印證了醮與祭祀神靈的關聯。早期「醮」的核心，是通過特定儀式與神明溝通，表達感恩或祈求平安。

東漢時期，醮祭活動漸成規模。永平八年（六五年），漢明帝曾下詔楚王英，命其「誦黃老之微言，尚浮屠之仁祠，潔齋三月，與神為誓。」之後，漢桓帝「親祠老子於濯龍，文廟為壇，飾淳金釦器，設華蓋之坐，用郊天樂也。」此時的醮祭已設有壇和供器，並伴有音樂，儀式要素日趨完備。道教誕生後，吸納並發展了醮儀，使其成為道教祭祀鬼神的專有名詞。《正字通》云：「醮，凡僧道設壇祀禱曰醮。」其原始意義主要在於祈求風調雨順、國泰民安，後來發展成為祈神酬恩和施鬼祭魂合而為一的民間祭典活動。

唐宋時期因皇室尊崇道教，齋醮活動空前發展。據史料記載，唐玄宗對齋醮儀式尤為熱衷，「每中夜夙興，焚香頂禮」。開元十年（七二二年）及二十九年（七四一年），唐玄宗詔兩京及諸州各置玄元皇帝廟，規定每年依道法齋醮。更有趣的是，唐玄宗還「於道場內

親教道士步虛聲韻」，並詔道士司馬承禎、李含光等作《玄真道曲》、《大羅天曲》等齋醮樂曲。這一時期，齋醮音樂逐漸豐富，成為宮廷禮儀的重要組成部分。另外，源於三官信仰的投龍儀式，也在此期間發展為國家齋醮祭祀大典。宋代皇室對醮儀的推崇有增無減。根據功能不同，醮可分為平安醮、瘟醮、慶成醮、火醮等四類。

明清以後，道教整體轉衰，但齋醮科儀在民間更趨流行。明洪武七年（一三七四年），明太祖朱元璋敕命禮部與道教擬定科儀格式，頒行《大明玄教立成齋醮儀》，在道教齋醮科儀經書中，正式將「齋醮」並稱。這一舉措促進了醮儀的標準化，使其更易於在民間推廣。

醮文化向香港的傳播，與中原人口南遷的歷史進程緊密相關。自秦漢以來，中原人口多次南遷，將北方的宗教信仰和祭祀習俗帶入南方。特別是唐宋時期，隨着中國經濟重心南移，中原的祭祀文化也逐漸在福建、廣東等地區扎根。客家人作為中原移民的重要組成部分，將醮文化帶入廣東梅州等客家聚居區，並與當地信仰融合，形成了獨特的客家朝醮民俗。

之後，大量中原和福建移民進入香港地區。這些移民往往通過共同祭祀活動來強化群體認同，醮儀因此成為社區凝聚的重要手段。據記載，香港最早的打醮活動可追溯至清朝初期。一些鄉村如錦田，在清朝政府取消遷界令，鄉民重回故鄉之後便開始舉行建醮儀式；林村鄉約的醮則在乾隆中期建立鄉村同盟的六和堂組織後才開始；而長洲島的打醮活動，據傳是因十九世紀末驅除瘟疫而始。

說起來，香港各地有着豐富的口頭傳說，多與驅除瘟疫、酬謝神恩相關。以長洲太平清醮為例，其起源傳說與清代晚期驅除瘟疫直接相關。據島民相傳，當時長洲曾發生嚴重瘟疫，島民死亡枕藉。為消除災禍，惠潮籍島民延請高僧喃喃，而在北帝廟前設壇拜懺，超度水

陸孤魂，並奉北帝神像綏靖遊行街道。之後，瘟疫果然平息。自此，島民每年皆舉辦太平清醮，以酬謝北帝神恩，保境安民。後來，他們把這一活動遷往同樣有海陸豐人聚居的長洲島北社街舉行。隨着時間推移，原本限於特定族群（海陸豐人）的活動，逐漸擴展至惠潮人、廣府人，最終成為全島居民共同參與的盛事。這一傳統已持續百年，從未間斷。

醮儀傳入香港後，與本地社區結合，發展出獨具特色的醮傳統。

太平清醮在香港社區構建中發揮了重要作用。它不僅是宗教儀式，更是社區整合的方式。例如，沙田九約太平清醮涉及全部沙田村落，由沙田鄉事委員會屬下的九約建醮委員會主辦。這種集體性活動強化了社區聯繫和身份認同。另外，香港各地的打醮活動周期各異，反映了不同社區的需求與特色。長洲太平清醮為每年一屆，西貢糧船灣為每兩年一屆，而有些地區如沙頭角慶春約則為每十年一屆。

太平清醮的社區性還體現在其活動內容上。一方面，它保留了傳統的道教儀式，如接神、開光、走午朝、水祭、祭幽、謝天地、搶包山和送神等環節；另一方面，它又融入了大量民間娛樂活動，如飄色巡遊、舞獅、舞麒麟、大鑼鼓等。這種神聖與世俗的交融，是太平清醮能夠持續吸引不同年齡段參與者的關鍵。

隨着社會變遷，香港太平清醮也在不斷調適，平衡傳統與現代的需求。一九七八年，長洲搶包山活動中發生包山倒塌造成二十多人受



▲香港長洲島舉行的太平清醮「飄色會景巡遊」民俗活動。

資料圖片

傷的意外，導致搶包山活動一度停辦。經過多年的檢討和改進，二〇〇五年政府才准許恢復搶包山活動，但加強了安全措施。儘管如此，太平清醮仍在香港社會保持著強大的生命力。它不僅是一種宗教儀式，更是社區凝聚和文化認同的重要象徵。隨着粵港澳大灣區的文化合作日益緊密，太平清醮等傳統民俗活動有望成為聯結大灣區居民文化紐帶的重要元素。

醮，從古代祭祀禮儀發展為道教重要的宗教儀式，到香港社區的太平清醮，體現了中國傳統文化強大的適應力和生命力，也展現了民間社會在面對變化時的智慧與創造力。今天，當遊客們仰望長洲的包山，觀看飄色巡遊時，他們見證的不僅是一場民俗表演，更是一種千年傳統的現代延續。太平清醮的成功表明，傳統文化在現代社會依然可以找到自己的位置，並為社區認同和文化多樣性作出貢獻。隨着粵港澳大灣區建設的推進，太平清醮有望在更廣闊的舞台上展示其獨特魅力，成為連接過去與未來、本地與全球的文化橋樑。

過年的農家正屋與耳房



自由談

霍無非

正屋與耳房，一大併一小，是家鄉農居的傳統構建。正屋住人，耳房貯物；正屋莊重，坐北朝南，灶間居中，兩側居室，視線開闊，採光充分，是為尊；耳房獨間，偏於一隅，朝向不定，東西南北朝向俱有，絕無朝北，內裏堆放糧食、農具、雜物，是為從。

一座院，兩分地，人畜物舍三四間，楊樹杏果五六棵，滿畦瓜菜數不清，這就是農家院的全部，田園小景一幀。

平日，院內一派祥和。枝上鳥兒啁啾，啄食花果；枝下蜂蝶翩躚，遁入菜畦。果樹瓜架掩映的正屋、耳房各司其職，人進人出的嘈嘈雜雜，門扉掩合的冷冷清清。院裏戶外雞鳴犬吠，動靜相宜，生機勃勃。

年根，莊稼收盡，田地歇息，冰雪覆蓋，農曆新年近了，房屋也該妝扮了。主人打掃庭院，拾掇屋子，屋門院門貼對聯，窗上貼窗花，與掛在外牆的成串玉米、谷穗、辣椒紅黃相映。屋內盤了新炕，用報紙糊了牆，擺上鮮花，霎時裏外生輝。全家忙着撒年糕、

蒸餃、磨豆腐、灌血腸……風箱呼呼，灶火旺旺，熱氣騰騰，裊裊炊煙瓦上飄，充滿過年的喜慶。

咫尺之距的耳房沒這般光景，門扇冰冷，窗櫺結霜，打開門，寒氣逼人，直打哆嗦。不是主人偏心眼，冷落了悶聲實用的耳房，而在於它是農家冬日缺不得的「冷庫」。有心的主人，忘不了給耳房貼福字，貼「豐衣足食」，貼「倉實圓滿」的條幅，寄託心願，也算給了耳房一個慰藉。

待過年的嚼舌備齊，主人把割好的肉排，灌好的血腸，蒸熟的年糕餃，切塊的老豆腐等一股腦兒放進耳房凍上，擋些日子都不會壞。臘月末到大年初二，是主人進出耳房最頻繁的時候，為了那一餐隆重的團年飯，迎接回門的閨女一家，少不了進出耳房取這端那，烹好了全家圍炕而餐。之後，農家的飯食就簡單了，餓了，從耳房取幾個凍硬的餃，放進灶上籠屜熥熥，或者架在火盆上烤烤，隨餓隨吃。人是餓，飯是餬，小小耳房，蘊含着巨大的能量。

過年的正屋與耳房，看似一個火，一個冰；火能化冰，冰可沸，提供熱量。它們併立而存，相互作用，共同為農家遮擋風雪，庇人護物。



維港看雲

郭一鳴

稱「謝肉節」（Maslenitsa）或「送冬節」，是東正教大齋期前長達七天的傳統節日，通常在二月至三月舉行。核心習俗是食用象徵太陽的金黃色俄式薄餅（Blini），並透過焚燒稻草人、滑雪橇、圓圈舞等狂歡活動迎接春天、告別寒冬，最後以「寬恕日」相互致歉結束。多年前一個初春，筆者隨香港新聞界訪問團，應俄羅斯駐港領事館的邀請前往莫斯科參加煎餅節，對廣場狂歡的場面留下難忘印象：大雪初霽，一大群俄羅斯美女壯男喝啤酒吃煎餅載歌載舞。

今年將是俄羅斯人第五年在俄烏衝突的氣氛中慶祝煎餅節，會不會成為最後一次在這場衝突期間度過這個傳統節日？近日飯局上，幾個朋友聊起已經打了整整四年的俄烏衝突。去年差不多這個時候我們聊同樣的話題，大家意見不一致。最近美俄烏三方會談似乎有些進展，中俄首腦舉行視像會晤，中美元首通電話，種種跡象顯示這場衝突已到新的關鍵時刻。商界朋友L兄說，踏入馬年俄烏衝突將會結束。L兄是懂易經六十四卦象的「高人」。我不懂易經不懂卦象，但認同這

又一年煎餅節快到

場戰爭即將結束的判斷。

最近一段時間，國際新聞頭條先是委內瑞拉，然後格陵蘭島、美國北約內訌，緊接着是伊朗、古巴，日新鮮，雖然新聞的焦點不同，但主角只有一個，就是特朗普。俄烏衝突好像被國際新聞版的編輯遺忘了，但不等於俄烏無戰事。俄烏雙方在戰場上拉鋸已經有相當一段時間，最新的戰況不是烏方疆土的得失，而是俄軍攻擊烏方首都基輔等城市的供電和能源系統，烏克蘭老百姓在嚴寒天氣下捱沒有電沒有暖氣燃氣的日子。很明顯，俄方企圖打擊烏方士氣，增加俄方在談判桌上的籌碼。

從總的形勢看，俄烏衝突進入第五年不外乎三種趨勢，一是和談成功衝突結束；二是和談破局，歐洲介入，衝突升級；三是繼續拖下去，看誰先被拖垮。先說第三點，相信雙方都不想拖。這場仗打到現在，相信雙方主人普京和澤連斯基都沒有料到，再打



下去，對雙方而言都已經沒有太大意義，而民意隨時會變，反而應該考慮的是自己如何全身而退。再說第二點，歐洲的北約盟友不支持特朗普提出的和平方案，組成「志願聯盟」支持烏克蘭，擺出沒有美國我們也不怕和俄羅斯幹到底的架勢，但連特朗普也不相信烏克蘭靠歐洲國家能打敗俄羅斯。日前特朗普揚言不惜動武也要拿下格陵蘭時，歐洲信誓旦旦捍衛丹麥主權，結果八國一共派出三十多名官兵協助保衛格陵蘭，一時淪為國際笑柄。

所以，最大可能是俄烏各退一步達成協議，結束戰爭。中國人的智慧叫做退一步海闊天空，問題是俄烏如何各自「退一步」，而焦點是頓巴斯的領土主權，這是普京已經吃進嘴裏的肥肉，怎麼可能吐出來？而澤連斯基如果丟掉頓巴斯，那他如何向四千萬烏克蘭民眾，特別是向在這場戰爭中犧牲的士兵及其家人交代？頓巴斯主權不僅關乎烏克蘭的尊嚴，更關乎他個人的政治命運。因此，這場談判將非常艱難，可能曠日持久，甚至很可能伴隨大大小小的戰役。

中國人過年過節的時候都會祈福，祝天下太平、世界和平，這是所有人共同的心願。但願在俄烏兩國的東正教信徒再過下一個煎餅節時，這場殘酷的戰爭已成過眼雲煙。

◀俄羅斯傳統節日「謝肉節」又稱「送冬節」，人們在節日期間看表演、吃薄餅、做遊戲，以此告別寒冷的冬季。

資料圖片

跑步，是一種誠實的運動。它的道路是艱難而乏味的，過程只有孤獨的踏步聲和自己內心的聲音。但或許，正是這份純粹單調，使得抵達終點時所獲得的充實與快樂，是無法言喻的滿足，幾乎沒有任何運動可以比擬。

這種感受或許在於它徹底排除了「幸運」的成分。我熱愛足球，深知在綠茵場上，一個未經訓練的人，或許能憑藉天生的協調能力，或者肌肉力量踢出又快又實的射門。籃球架下，初學者雙手抱球往上拋起，拋個幾次總能進球得分。或者飛鏢、保齡球，總能投擲出、滾動出某個不錯的成績。但長跑不同，它沒有捷徑，也不講運氣。你付出多少，它就回應多少——一分不多，一分不少。看着許多人為渣打馬拉松認真備戰：調整跑姿、累積跑量、忍受間歇訓練帶來的窒息感……這一切都無法取巧。我

並非斷言其他運動達到高水準無需艱苦付出，但它们的訓練往往可以囊括多樣性的訓練。長跑，說到底，只有你和漫漫長路。一直跑，不停歇地跑，頂着風也要跑。枯燥感呢？正是與內心無數次想停下來的念頭反覆角力。

跑步，只有自己和自己踏步的節奏。

這是一場赤裸的考驗，無從偽裝。短跑或可依賴瞬間爆發；但在長跑中，每一秒的差距，都會被長距離所無限放大。一公里慢上幾秒，換算到半程馬拉松，便是以分鐘計的落後，更別提體力耗竭後更大幅度的「掉速」。

長跑，是肌肉與心肺能力的持久戰，更是意志力的殆盡再燃燒的磨煉。

我曾仗着過去在短跑項目上取得過不錯的成績，積累了一些身體優勢，天真地以為，在渣馬上靠着年輕的體魄輕鬆彌補練習帶來的窒息感……這一切都無法取巧。我

上的怠惰。有時看見別人以五分半的配速練習，心中不免輕蔑，想着比賽時輕鬆超越他。

所以沒有準備計時手錶，比賽時僅憑感覺向前，自以為輕快，雖說吃力但總算緩慢地超過一個又一個墨綠衣服的參賽者。直到最後一段路，氣力如潮水般退去，喘息聲沉重地壓在胸口，才明白先前所有的「以為」，不過是未曾耕耘的虛妄。最終的成績，遠遠不如預期——完賽時間超過六十分鐘。那一刻，長跑以最誠實的方式，告訴我何謂天道酬勤。

當時腦袋上浮現出耳熟能詳的寓言故事——龜兔賽跑。我仗着年輕的身體懶散對待，毫無敬畏之心；其他人謙卑地對待一年一度的盛事，比賽中身邊穿過許多兩鬢白髮的老人，讓我望塵莫及。我沒有兔子的速度，卻懷着兔子的怠慢；沒有烏龜的恒心，

沒有忍受練習的堅韌內心，結果在途中被訓練有素的跑者從容超越。留下的，只有無地自容的慚愧。

足球場上，或許有那麼一球幸運入網；跑道上，卻從未有過不經訓練而憑空得來的速度。長跑如此，人生亦然，路途或許更遠，變數或許更多。年紀從來不在人生路上帶來任何優勢，但頑強堅持到終點，我依然感受到成長跑後自我實踐的滿足。和僥倖取勝那種轉身即忘的感覺截然不同，它讓我感受到自己是充實實在地活着，活過的。

人生的酬勤之道，同樣殘酷，同樣公平。即便準備不足，只要堅持到底，仍能嘗到抵達的甘甜；但我明白，若然付出過更多，那份滿足的層次必將更為深厚。長跑道路沒有捷徑，人生沒有僥倖，唯有腳踏實地，砥礪前行。

砥礪前行