

期待全運會到來

日前，全運會舉行了100日倒數儀式，象徵著全運會即將到來。今年的全運會是由粵港澳三地聯合舉辦，三地各自舉行大型的100日倒數儀式。全運會將於11月9日在廣州正式開幕，但由於賽事項目眾多，一些項目在開幕前便會開始比賽，例如香港有一項群眾保齡球比賽，將於8月22日至24日在啟德保齡球館舉行，市民可親自到場支持香港隊，香港的保齡球水平不錯，有能力爭奪獎牌。

本屆全運會在廣州、深圳等16個賽區，以及香港、澳門舉行，這樣的安排使每個城市都能利用現有的場地進行比賽。廣州曾於2010年舉辦亞運會，而深圳則在2011年主辦世界大學生運動會，兩地在主辦大型綜合性運動會方面都擁有豐富經驗。香港則曾多次主辦單車世界錦標賽、國際七人欖球賽、世界最大型LIV高爾夫球賽、世界男女子劍擊錦標賽及亞洲三項鐵人賽等活動，這次全運會香港負責承辦8個項目，期待屆時在主場能看到香港隊奪獎一刻。

對於一個國家、城市或地區而言，申辦大型綜合運動會能夠提升市民的凝聚力，彷彿一個家庭在準備迎接來賓。大家全力支持自己國家的運動員，在6月10日，中國香港足球代表隊在啟德主場擊敗印度隊的比賽中，現場有超過4萬名球迷支持，這種向心力可見一斑。全運會在香港舉行的8個項目，香港運動員都將參與比賽，特別是劍擊、七人欖球和場地單車等項目，有機會爭奪獎牌，預計會吸引大量市民到場支持。除了香港主場的賽事外，全運會作為中國最高規格的運動比賽，其觀賞價值極高。一些體育迷已經開始計劃如何購票觀看比賽，如在澳門銀河綜藝館的乒乓球、深圳大運中心的游泳、廣州奧體中心的跳水，以及肇慶的體操等，還有廣東奧體中心的開幕禮和深圳寶安區的開幕典禮。體育迷和市民們都期待能夠入場觀看比賽，許多人希望能親身感受比賽的氣氛，筆者的朋友中有些人申請做義工，雖然大會公布了超過15,000名義工的名額，但仍有朋友未能獲選，只能嘆息並考慮購票入場參與。



從文旅到農旅

旅遊的發展趨勢，從文旅到農旅，全國各地都有「奔縣遊」，不愁沒有地方可去。文旅是以文化遺產、民俗民情、藝術表演為主；而農旅則以耕種文化為主，種植採摘、康養教育、自然生態等。隨資深傳媒聯誼會到粵西茂名高州，來了一次農旅遊。

朋友問，茂名有聽過，高州在哪兒？粵西玩什麼？最近一部熱播電影《長安的荔枝》，內容是唐年間從嶺南的高州運送荔枝到長安的故事，高州有「全國荔枝之鄉」的美譽，不過，6月份荔枝季結束，七八月輪到龍眼登場，我們來高州就是奔儲良龍眼而來的。當地種植場主人八叔教我們分辨「儲良龍眼」和「石硤龍眼」。「儲良龍眼」顆粒大，甚至比「石硤龍眼」大一倍，形狀見丫角，表皮有紋路，果肉也有白色紋纖維，所以吃起來有爽脆口感；而「石硤龍眼」果粒雖小些，但表皮和果肉較滑，質地幼細。

我們邊摘邊吃，導遊打趣說：「吃到哪一棵樹的龍眼好吃就不要聲張，就指定買哪一棵樹好了。」當然現實沒有那麼多人侍候你，農夫即時在樹上割下一叢叢，你邊吃邊揀哪一叢，每公斤只是7元人民幣而已，可惜路途遙遠，下山步行又要負重，不能多買帶回港。茂名是廣東農業第一大市，高州市曹江鎮則是水果第一鎮，數得出的水果都有，荔枝、龍眼之外，還有番石榴、樹葡萄、釋迦、蓮霧、菠蘿蜜、楊桃、沃柑、蜜柚、黃皮及香蕉等。說到曹江香蕉，接待的曹江鎮人大主席楊曉說：「日本醫學家有報告，高州的香蕉有防癌和治癌的作用，經過專家化驗，曹江香蕉有硒元素，蕉皮尤有醫藥作用，當然還需進一步研究。日後買香蕉，留意一下曹江香蕉就是。」



香港的母親河——東江水

黃河水哺育了華夏文明，東江水滋養香港成為東方之珠。內地語境中，在做自我介紹時往往說：「我是江西的、我是廣東的、我是福建的。」這一個「的」字，拉近了彼此的距離，帶些親切感，意味著我們同是中國人，只是來自的省份不一樣。又如，有朋友在介紹他的朋友時會這麼說：「她是台灣人，嫁來香港。」這「嫁來」意味著海峽兩岸暨香港本是一個大中華，在這56個民族裏我們相互聯婚嫁娶。

中國版圖上，香港位處南方邊陲面向太平洋的海角一隅，自上世紀五十年代後，大量南來的內地人聚居於此，導致食水不匱用。據聞在五十年代中期，已是兩天派一次水，民眾拿着水桶去排隊，經常為爭水而吵架甚至毆鬥。1963年香港出現嚴重旱災，新界元朗十八鄉山上有間小廟，廟旁立有石碑記錄了新界鄉紳與時任元朗理民官鍾逸傑爵士在子夜求雨的圖片與紀錄。有鑒於此，港英政府曾考量幾種方式解決水荒，包括興建海水化淡廠，最後與僅一河之隔的廣東省政府商議，決定購買東江水，自此徹底解決香港長年缺水的社會問題。

江西省贛州市尋烏縣極髻鉢山南麓的尋烏水稱之東源，西源為定南水又名九曲河，源頭在安遠縣境內的三石山。東源與西源各流入廣東省龍川縣樹壩水庫，全長127公里，始稱東江水。東江水源頭，海拔1,101.9米的極髻鉢山的瀑布如銀帶般奔騰不息，尋烏水清澈見底，在群山黛綠間，清風徐來，令我想起台灣音樂才子羅大佑創作的《東方之珠》——「小河彎彎向南流，流到香江去看一看……」是的，東江水蜿蜒向西南流，流經廣東省龍川、河源、惠州、東莞，全長435公里，加上源頭的127公里，共長562公里，流入深圳水



夏潤荷香

一個炎熱三伏天的夏日清晨，我來到公園荷塘覓一處清涼，荷風裏浮着三分涼意。層層疊疊的荷葉綠蓋擎天，粉白的花在風裏微傾，像群立在沸水裏的君子，把周遭燥熱都逼成了虛景。

近處的荷葉總在動。不是狂風裏的亂舞，是風過時的輕搖，像無數隻手在水面打着舒緩的節拍。葉面上的光斑也跟着晃，金閃閃的，倒像是陽光被揉碎了，撒在這無邊的綠氈上。有露珠在葉心打轉，明明是從塘底蒸騰的水氣，卻乾淨得像天上掉下來的星星，滾到葉尖就墜下去，連一絲留戀都沒有。我常常想，這荷葉是懂自潔的，就像蘇軾說的「人生到處知何似，應似飛鴻踏雪泥」，不留痕跡，偏留清氣。

荷花是不必爭的。有的剛把瓣兒攤開一條縫，像怕人窺見心事的姑娘，紅着臉躲在葉後；有的早已把心捧出來，嫩黃的蕊在陽光下透亮，粉白的瓣兒層層疊疊，卻不見半分張揚。它們就那樣立在水裏，高的、矮的、開的、閉的，各有各的姿態，卻都透着一股安閒。周敦頤說：「出淤泥而不染。」從前只當是說潔淨，此刻才懂，那是一種底氣——扎根的地方再渾濁，也礙不着向上生長的清貴。就像那些把日子過得素淨的人，住的屋或許簡陋，心卻亮堂得很。

塘邊的柳樹垂着綠絲絛，風一吹就掃過水面，把柳影攪成一團綠霧。幾位老人坐在石凳上，蒲扇搖得慢悠悠，話裏帶着荷葉的潮氣：「這花啊！開得再艷，根還在泥裏呢。」他們的皺紋裏盛着歲月，像荷葉的紋路盛着陽光，明明經了風雨，說出來的話卻輕得像羽毛。有孩子舉着網兜跑過，驚飛了停在花苞上的蜻蜓，那小生靈振着透明的翅膀，繞着荷花飛了兩圈，又落回另一朵花上，彷彿也捨不得這片刻的清淨。

找塊被樹蔭遮住的石頭坐下，看蓮莖在水裏的影子。它們是直的，卻不僵硬，風來就彎一彎腰，風過又挺得筆直，像一群有風骨的文人，懂得屈伸，更懂得堅守。忽然想起鄭板橋寫竹的句子：「未出土時先有節，縱凌雲處也虛心。」這荷不也一樣嗎？埋在泥裏的藕有節，挺在水上的莖是空的，把所有的虛浮都濾掉，只留一份實在的底氣。

荷香是不知不覺漫過來的。不是衝人的濃，是淡的、清的，像剛從井裏打上來的水，帶着點甜味，往人心裏鑽。聞着這香，看腳邊沾着的泥點，竟不覺得髒了——原來潔淨從不是遠離塵埃，是在塵埃裏開出花來。

起身離開時，衣角被柳絲勾了一下，像這荷塘在留客。回頭望，滿塘的綠與白還在風裏輕輕晃，荷香纏着腳步，走得再遠，鼻尖上還沾着那點清爽。這夏日的好，原不在躲進空調房的涼，而在這荷塘裏：根扎得深，花看得淡，把滾燙的日子，過成了一汪潤心的清涼。荷葉綠蓋擎天，粉白的花在風裏微微傾側，像一群站在沸水裏的君子，把周遭的暑氣都逼成了背景。



全運會香港賽區100日倒數宣傳海報。 作者供圖



參觀高州雞蛋養殖場。 作者供圖



媒體采風團在東江水源頭尋烏縣三標鄉極髻鉢山瀑布前合影。 作者供圖



琴台客聚

我有很多律師朋友，其中不乏全國聞名的「大狀」。丁茂福律師不是我的朋友。我第二次去被稱為中國第五島的平潭島時，與閩蜜鄧燕婷、平潭鄉賢何龍一同參加為我們舉辦的《在行走中發現美》的文學分享會，在會上識得丁律師，然而也僅是匆匆數語之交，直到我們第三次踏入平潭島，在何龍的帶領下走進丁律師的別墅，才彼此熟悉起來。

初時的熟悉，又僅是最初見面時的熱情寒暄，以及早晚遇到時的禮貌招呼。丁律師彼時正在處理幾個比較大的案子，早出晚歸的，到家後就在別墅樓下一角的案桌上守着電腦專注地處理文件，專注得有時竟忘了將他停在門口的車子熄火，待我發現他的車子發動機還在轟隆隆地響，車內卻空無一人，前去提醒他的時候，他才如夢初醒地道歉，跑去將車子熄火，又迅速地回到案前工作。

其實在還未抵達平潭的路上，我們稱作「龍爹」的何龍已經喋喋不休地誇讚過丁律師的別墅，以及丁律師把平日作為民宿的別墅停止營業，將房間騰出來招待我們入住的真誠。然而到了以後，才發現丁律師的別墅並不是我們認知中的別墅，僅是兩棟面積頗大的中規中矩的樓房，地



第五島上的詩意棲居

與我們同樣熱愛文學的丁律師是懂得文字的，懂文字的人就會懂得文字的節制和情感的節制。和所有的詩人一樣，丁律師也寫愛情，他寫的愛情是《我不向你求愛》，因為「我不向你求愛/失去你才能對你永久鍾情」。我很久不曾為文字落淚了，但回到家後細讀丁律師的詩集，讀到他在30多年前寫給妻子婚後第一個生日的詩，以及寫給妻子婚後第25個生日時的《生日守望》，我卻是忍不住熱淚盈眶：「終於/把你的生日守望成我的節日。」一個男人若能對愛妻如此平實、堅持而深情地表白，用在他的別墅住過的朋友老高的話說：「他的內心一定是特別溫暖和善良的。」

很遺憾，我們在平潭島上停留的時間太短，若下次再去，我想我還會選擇住在丁律師的城央觀海客棧。若再遇上大雨天，我還會閒坐在屋簷下，捧着這個平潭男人的詩集，靜靜地品味第五島上的詩意棲居。



獨處的清修

暑假，孩子們被短暫送去親戚家「寄養」一周，我終於迎來了獨處的時光。一時間，整個世界都變得安靜和有秩序，令人嚮往一場「焚香煮茗」的清修。沒人打擾，可以隨心所欲沖泡自己喜愛的茗茶。取一丸普洱，烏潤如墨，陳香醇濃。煮上一壺清水，先以熱水醒茶，洗去普洱經年的塵霜。洗茶後，再向小茶壺注入沸水，茶葉在甌底舒展，似老僧伸腰，吐納歲月的沉香。

首泡普洱茶，湯色由最初洗茶時的清寡轉為琥珀色，傾入盞中，澄亮如秋潭。二泡味醇，三泡氣韻長，每一盞皆從容不迫，時光在茶煙裏緩了下來。最終，葉底攤開，柔韌如綢，是普洱茶的一生。飲罷，喉韻綿長，茶禪一味，不過是水與葉的相知，人與器的靜默。

此時，再點上一支龍涎香，為這片刻獨處更添一絲禪意。初時煙絲裊裊，如遊龍探爪；繼而香霧盤旋，聚散無形。閉目凝神，但覺一縷涼甜沁入肺腑，似海風拂過礁石，又似古寺晨鐘盪開的餘韻。泯上一口普洱茶，任由這來自遠古的芳香和禪意撫入胸懷，定格於靈魂深處。



每聽人說女人善妒，便想起我那個年前移民的朋友，不說名，她喜歡百合，就叫她百合吧！那天百合約我在她家見面，看到滿廳凌亂的雜物，才知道她兩口子準備移民，過幾天就起程了。她說自己本來不想離開香港，「他」移民，就從他了，百合平日說話，不時都提及她的他——丈夫。

她一邊跟我談話，一邊細心拭抹着那幅A4面積合成板上的油畫，畫中跟她面龐完全不像的長髮少女，當然不可能是她，百合看到我狐疑的目光，便告訴我這畫像一直秘密收藏在「那個他」的書櫃暗格中，可能是他在美術學校時的功課，婚後十年為他整理書櫃時才第一次發現。百合凝神細看拭抹乾淨的少女畫像後，還讚了一句：「好漂亮啊！」

百合好像沒有想過丈夫之所以珍藏那幅油畫，究竟跟畫中少女有沒有過什麼關係，也許他沒有說，她也不會問，她對那幅亮麗的畫像欣賞再三後，可能心裏還讚賞「他」審美眼光好。百合從來看到她認為美麗的女子，都忘不了在人前讚美的，雖然有些她眼中的美女，連男士都未必認同，只是她過於自



看到百合，就想起她。 作者供圖



處熱鬧的縣城中心一隅，走到海邊還有不遠的距離。我們的車子穿過狹窄的小巷開進去，又遇到巷子裏家家戶戶門口都曬着一攤正當季的花生，車子行駛得更加困難了。索性下車步行，路過那些花生，忍不住彎腰抓了幾顆來吃……是沿海沙地的生花生的清甜味，瞬間我便不嫌棄丁律師別墅的「土」了。

丁律師這位「忙人」忙着工作，早出晚歸，我們一行「閒人」閒着玩樂，午出，更晚歸，大家難得有遇上的時候。但家裏茶几上永遠備着丁太太為我們準備的好茶，還有她得知我們喜歡吃平潭的花生後，貼心地為我們準備的花生和煮好的鹹乾花生。在喊了兩天「丁太太」後，我們都不約而同地喊她「嫂嫂」了。

不覺間我們就在丁律師的別墅住了7天。上帝用了7天創世，我們在丁律師那兒我唸了7遍都記不住名字的，名為「城央觀海客棧」的別墅裏享受了7天的美好時光。其間最難忘的，大抵就是一個大雨傾盆的午後，我們無法出門，親不成海，就坐在屋簷下，難得詩情畫意地親了一會兒雨。離開的那天，丁律師忽地搬了幾本書出來要送給我們。一看，是他的詩集，詩集的名字也如丁律師與他的別墅一樣樸實：《心與心之間》。

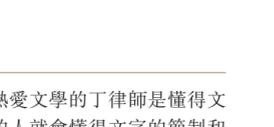


獨處的清修

再有幾首古箏音樂相隨，那便是獨處時人間極致的享受。「一盞一香一琴」的美妙交融，其智慧來自於古人。古人獨處時，常以品茶、焚香、聽琴（包括古箏）為雅事，這種習慣源於文人的精神追求與生活哲學。茶之清苦、香之幽遠、琴之空靈，皆非單純的感官享受。

唐代詩人韋應物稱茶：「潔性不可污，為飲滌塵煩。」香氣被稱作「鼻觀妙參」（北宋詩人黃庭堅語），琴音則是「天地清音」（明末清初琴家徐上瀛《溪山琴況》）。三者皆需靜心體味，恰是古人修身養性的媒介——在獨處中借外物磨礪心性，達到「物我兩忘」的禪境。

煎茶需候湯、焚香講究火候、撫琴必先淨手，這些繁複步驟實則是古人對抗浮躁的儀式。蘇軾「何須魏帝一丸藥，且盡盧仝七碗茶」的酣暢、李商隱「掃地焚香伴老仙，人勝連環玉」的孤寂、白居易「琴裏知聞唯淥水」的超脫，皆是通過儀式感將獨處升華為精神漫遊。



琴台客聚

如今，我只能東施效顰般效仿古人之一二。獨坐觀心，一爐香、一壺茶、一張琴，便是三千世界。我想，此非閒適，而是一場向內的清修。



琴台客聚

丁律師夫婦在第五島的詩意棲居。 作者供圖