



源於奧運

李漢源

十五運會香港賽區的各項籌備工作已經進入最後階段，開幕禮將於11月9日星期日在廣州舉行，而香港的賽事則將於10月31日展開，首個項目是沙灘排球，緊接着的第二天11月1日，便會舉行手球比賽。沙排比賽設在繁華的銅鑼灣維多利亞公園，這樣的比賽場地為運動員和觀眾都提供了與以往非常不一樣的體驗。

在被高樓大廈包圍的維園舉辦沙灘排球比賽，既創新又富有吸引力，讓觀眾有一種「這次的全運比賽居然是在我每天都經過的地方舉行」的切身感動。回顧去年巴黎奧運會的比賽也選址於城市地標，當中沙排便是在巴黎鐵塔下的廣場上演，相信在鐵塔下飛身救球的畫面，大家仍歷歷在目。法國在巴黎奧運中利用現有場地，將劍擊比賽安排在大皇宮，並在凡爾賽宮的馬術場地和塞納河舉行開幕禮和三項鐵人賽，除了展示舉辦活動的創意和環保理念外，更能展現法國的歷史文化，贏得了全球遊客的讚譽。

香港承辦全運會同樣具備創意，除了在維園舉行沙排賽事，還選擇在香港國際金融中心設立比賽，讓內地觀眾既能欣賞賽事，又能欣賞維港的美

景。此外，粉嶺的高爾夫球場也被選為比賽場地，除了五光十色的城市景觀，還能展現香港自然與城市高度融合的獨特魅力。

舉辦活動需要富創意的製作人來策劃，除了比賽內容需要傳統執行外，整個賽事的包裝也至關重要。如賽前的燈光騷和啦啦隊表演能有效提升現場氣氛，讓觀眾更加投入。這屆全運會將在粵港澳三地舉行，除了打破了傳統單一地區的模式，讓觀眾可以有新的感受外，亦正正可以展現全國不同城市的吸引力，正如即將到來的2026年世界盃，亦將會在三地：美國、加拿大和墨西哥合作舉行。

可以想像，比賽中的刺激感當然重要，但場地的新鮮感對觀眾而言亦有一定的吸引力。香港足球隊的比賽亦是如此，主場對外隊時，過去在香港大球場比賽的觀眾大約20,000人，但轉至啟德新場後，能容納50,000人的場地卻是座無虛席，有不少球迷都表示渴望在國際級的球場中觀賽，氣氛也是更上一層樓。

全運會即將來臨，香港將在10月31日迎來第一場沙灘排球比賽。讓我們全力支持，來迎接展現我們新體育文化的重要時刻。



方芳

方寸不亂

抗戰勝利80周年，抗戰歌曲《松花江上》響起，歌詞中「從那個悲慘的時候」，總是令人悲憤壓抑；苦難歲月雖然遠去，戰爭還是歷歷在目。

此刻，適逢其會到東北遼寧、吉林，追尋戰火的痕跡。清政府北洋水師在黃海迎戰「甲午戰爭」，繼而日軍在「旅順口大屠殺」，日俄為爭奪中國東北，在旅順口打響「日俄戰爭」，日本侵佔東三省「九一八事變」……走在腳下都是一頁頁傷痕歷史；及至來到丹東，中國「抗美援朝」，志願軍雄赳赳氣昂昂跨過鴨綠江的「斷橋」、「浮橋」，我們彷彿看到了英雄的身影，抑壓的心情始能得到抒發。

在遼寧瀋陽參觀張學良故居，顯赫輝煌的張氏帥府，今天遊人如鯽，濃濃的歷史墨彩，沉重的家國情懷。1936年張學良將軍與楊虎城將軍一同發動了震驚中外的「西安事變」，由此拉開了中國全民族抗戰的序幕。「西安事變」是中國近現代歷史的轉折點，也是張學良人生的轉折點，他從此失去了自由，開始人生的幽禁歲月。

年前獲張學良侄女張閭蘅和張閭芝贈書《張學良趙一荻私人相冊》（溫泉幽禁歲月1946-1960），讀後珍藏至今，這本根據張學良日記、口述和幽禁生活照片而編輯的相冊，在抗戰勝利80周年之際翻閱重讀，仍能感受到少帥的一腔熱血，在山野孤清中冷卻。張閭蘅和張閭芝是張學良五弟張學森的女兒，祖母是能幹的五夫人壽懿。所以參觀時，我特別留意壽夫人的居室「小青樓」，當年張作霖在皇姑屯事件中被日本人炸亡，就是在「小青樓」內秘不發喪，為張學良回家奔喪贏取了時間，避免日本人乘虛而入。

「九一八事變」後，大帥府被日本人侵占，倉皇中一家人分散至北平或天津，也有的到了英、美。張學森隨母壽夫人先到天津，1948年再到台灣；張學良1961年才獲准與親屬見面，一別25年，親人哭斷腸抒發思念的悲苦，在台灣張學森一家，成了張學良的依託，侄女感受到張學良大伯對家人、家鄉、國家、民族的熱愛。

在侄女的記憶中，經過漫長幽禁歲月的大伯，仍不失機敏、幽默和愛熱鬧的性格，最喜歡在子侄面前表演他的「推牌」；為照顧大伯和大媽（趙一荻），閻芝提前退休陪伴他們生活起居，閻蘅則作為大伯的「精神導遊」，進入中國內地，走訪大伯魂牽夢縈的人與事，成了張學良和舊部、舊人溝通的橋樑，使張學良晚年得到莫大的安慰。

追尋戰火的痕跡



七嘴八舌

小臻

在這個AI時代，仍有百對青年人才身着傳統服飾，在浙江橫店影視城舉行融入中式元素的集體婚禮，婚禮現場新人按中國傳統婚禮習俗行「沃盥之禮」、「同牢合卺」、「結髮之禮」等。在廣西大新縣德天跨國瀑布景區，35對中越新人在山水景致中許下愛的誓言。哪怕沒有機會參與類似大型儀式，時下青年都會為自己設計一個特別婚禮。

總覺得無論經過多少年演進，中華民族的血脈始終潛藏著，影響着你的行為，「仁義禮智信，忠孝廉恥勇」的傳統美德不自覺地在某些時刻會發生作用。儘管隨著中西文化交流，許多東西可以共融互通，年輕人在外流浪見識多了或許洋化了，但不會完全脫離中華民族的傳統思想，終有一天又會認祖歸宗。人的智慧多樣性和感情豐富AI取代不了，如果有人寧願選擇以機械人作伴也不願找個志同道合的人一起生活，那還算人類嗎？

從青年在中國傳統婚禮上需要按習俗行古禮可以聯想到這也體現出一種傳統文化的教育。如果不上網查資料請你講出「沃盥之禮」、「同牢合卺」、「結髮之禮」的形式和含意，相信很多人不清楚，不過當你問行禮的人一定清楚。那來給你溫習一下，行「沃盥之禮」簡單講是洗手禮節，西周社會高級貴族在祭祀、宴饗等重要活動之前都要行「沃盥之禮」，源於春秋時期由奴隸服侍貴族們淨手的儀式，顯得莊重。

「同牢合卺」是婚禮的核心儀式，



連盈慧

今日本文見報，恰逢農曆九月初三，便想起白居易的《暮江吟》：「一道殘陽鋪水中，半江瑟瑟半江紅。可憐九月初三夜，露似真珠月似弓。」據說農曆初三是古代五瘟使者誕辰，不知詩人為什麼注重這日子，露似真珠襯托出弓形月的半圓美，不是李後主淒美的月如鉤，同樣是月，也真各有不同感受和意境。

弓形月有殘陽映照半江紅，想像中比起十多日前中秋的團圓月也一點不遜色，可見大自然不論是否節日，只要無風無雨時，依然出現令人欣賞的景象。

查看到拾曆那頁九月初三，原來是日霜降，霜降不是每年都排在九月初三，不知白居易暮江看到當日的月是不是恰逢霜降，照理露結為霜，他看到的必然也是真珠般明亮的弓形月吧！

大家可留意看看今晚水邊那個弓形月，是不是也真珠一樣明亮，有詩人看到的美景嗎？

查看「可憐九月初三夜，露似真珠月似弓」時，網上有學者提及李後主其中一首詞《鷓鴣天》也有兩句「誰知九月初三夜，露似真珠月似弓。」

只是「可憐」換了「誰知」，但是



欣有靈犀

王欣

第一篇《四方遊記》提到西北人、新疆人的包容和熱情，其實不僅僅體現在他們的言行上，也體現在他們的食物裏。

西安的Biang Biang麵、褲帶麵等麵食是當地人的主食之一。去年暑假，我們甫到西安的老城區，下了車，就直奔西安司機師傅推薦的一間地道麵館。跟着當地人，我們有樣學樣，一人點了一碗油潑麵，當看到滿滿一大碗麵條時，都傻了眼，一碗麵是我們在香港時的兩三人分量。

開吃，我見到西安當地市民咬一口生蒜頭，就一口麵，麵條上浸滿了紅彤彤的油潑辣子（熱油炒過的辣椒粉），在生蒜和油潑辣子的混合味覺刺激下，他們的臉色都紅撲撲的，整個麵鋪熱氣騰騰，讓人食慾格外的好。我們一行人當中的南方人「羨慕」不來這種味覺體驗，默默地把生蒜頭和油潑辣子撥開到一邊，我們笑說，這樣整碗麵的靈魂就沒了。

其實，每個地方用來調味的辣椒大有分別，西北人把辣椒稱作「辣子」，是紅辣椒曬乾後打碎成較粗的辣椒粉粒，用熱油在鍋裏翻炒，味覺上並沒有特別的辛辣，反而提煉出了辣椒的那陣特別的香味。由於西安的麵條寬大有嚼頭，加上「辣子」後成為絕配。

古禮知多少

「同牢」是指夫妻共食同一塊肉，象徵共同生活的開始，福禍與共。「合卺」則是新人將剖開的葫蘆製成的酒器交杯共飲，代表兩人合而為一，永結同好。

「結髮之禮」是在洞房花燭夜，飲交杯酒之前，新郎和新娘坐在床邊，男左女右，各自剪下自己的一綫頭髮，將這兩綫頭髮互相纏繞起來，寓意為「結髮同心、生死相依」。

記得去年去佛山參觀嶺南新天地，一個百年古宅作為展廳，裏面專門展覽傳統的婚嫁儀式所用的東西。花轎、禮盒、新娘行禮用具等等，還有各種禮節的源起解說，當看到「三書六禮」的注釋，特別拍攝下來考考人，確實有趣。平日大家都順口講，經過「三書六禮」明媒正娶過門，那麼「三書」是哪三書？是指聘書、禮書和迎書；「六禮」則指納采、問名、納吉、納徵、請期（擇吉日）和親迎（迎親）六個禮法。因為古代沒有婚姻註冊處幫手證婚，透過「三書六禮」的結婚程序中的文書和禮儀就等於通知了親屬鄰里，以取得社會的認可和保障。在古代男女若非完成「三書六禮」的流程，婚姻便不被承認為明媒正娶，直接影響婚姻的吉利與合法性。

時代改變，我們有法律文件證明婚姻的合法性了，某些步驟不再需要去做，然而中國人對婚姻很重視，結婚都希望是一生一世，家長及一對新人都祈求好意頭。無論婚禮以中式或西式舉行，依舊會問名（男家提親，女家接納後來時辰八字、過大禮、擇吉日接新娘）。

此月如鉤亦如弓

該學者肯定不是出自李煜手筆，後主詞中慣說「月如鉤」，一向有他自己的月，怎會偷月換鉤，就是沒人說破，大家也一定不會相信。

不少名家詩詞當中偶見不同句子的版本，相信可能是原作者自己曾經寫過的初稿，未必一定給人改動過。

從「月」字之差，可見白李兩大唐宋詩人詞人風格真是相去如同天淵，自號樂天的白居易看自己的月：「願我如星君如月」「願抱明月而長終」永遠是那麼恬淡明亮；李後主的月卻永遠帶有淚水，腦海回響的月明中也是心頭的月如鉤。緬懷故國之後，他一直連夜半睡半醒，失眠多夢，最近翻看他45首詞，當中20首便不離夢字，夢中必然有他無形的月，而且無月不如鉤。



●今夜月如弓嗎？ 作者供圖

四方遊記(二)

新疆的美食中也少不了麵食，饅和烤包子是較為常見和受歡迎的主食。傳統的饅大小猶如我們常吃的Pizza，其實也是在烤出來的麵餅。由於氣候常年乾燥，新疆的饅在當地可以存放較長時間，是人們外出用來果腹的主要食物。在景區，我們還吃到了一些「與時俱進」的饅，麵餅小了一大圈，但軟硬度適中，有嚼頭的同時又保持了柔軟度，裏面加了一些孜然羊肉碎，從烤箱中拿出，香氣撲鼻，非常適合來自南方的遊客。

烤包子也是一種令人驚喜的食物，那是我們在吐魯番街頭遇到的美食。一個黑黑瘦瘦的維吾爾族少年從烤爐中拿出幾個滾燙的包子，薄薄的麵皮上有的地方已經烤得焦黃，打開裏面，滿滿的孜然羊肉餡料，羊肉是一整塊一整塊的片肉，咬下去鮮嫩多汁，與孜然的味道完美交融，令我印象深刻。當然，這種食物對於不愛羊肉的人來說，是很辛苦的，因為這裏面的羊肉比例實在是太多了。

縱使乾燥，西安人還是要在大碗麵裏澆上滿滿的油潑辣子。縱使炎熱，新疆人都是要在爐火中炙烤出小麥和牛羊肉交織的香氣。不拘小節的西北人，迎着最凜冽的風，頂着最滾燙的太陽，大碗吃麵，大口吃肉，在大快朵頤後，唱出心中最溫暖的生命之歌。



百家廊

袁星

勿論成敗，金盆洗手，洗心革面，小叔終於回歸老家。只不過，孑然一身的他，回到家鄉所面對的，是早已不在的房舍和院落。原先的宅院，躺平了，成了二叔家的桃園。

小叔個子不高，敢闖敢幹。折騰、漂泊大半生，掙錢多少不知道，婚離了，家沒了，倒是事實。回到老家，連一個屬於自己的住處都沒有。他所面對的，是困難重重，是個不折不扣的困局。

沒有地方可去，小叔選擇了不遠處的一座荒山。那座山，一直荒蕪。上山的路，只有兩條小道。說是路，其實是相較於一圍無法攀登的懸崖峭壁而言。我第一次登上那座山，是小叔找來挖掘機修路時。沒有人煙，沒有一條像樣的路，沒有泉水。山上有的，是亂石，是沒膝的雜草，是偌大的荒蕪。山頂到山下最近的村，也得走上半個多小時。聽說山上以前有狼，周邊村的人，一般大白天都不願意上去。那座山上，除了雜草可當柴禾燒，實在沒啥誘惑力。

年齡大了，小叔不能一直在外面混，他得「破局」，先解決具體到哪裏去的問題。一回到老家，小叔又得「破局」。首先得找個容身之地，他選擇了那座山的山頂。到了山頂，小叔選得「破局」，就是怎樣面對一山不能吃的荒草住下去。

那山上的草，我看到的，和父老鄉親看到的一樣，就是一山草。那些草長得很凌亂，亂得到處都是，多到密不透風。鄉親們口中的黃草、五階皮、酸棗

樹、荊棵，頂多可以當柴禾燒炕，別無用處。山上沒水，石塊太多，沒有田地，沒錢可賺。到山上生活，沒有前途。親眼目睹了小叔的不信邪，非要上山。他在山上建起簡易房屋，在山上栽上耐寒耐旱的松柏，找挖掘機掘開一條盤山路，把水從山下引上山。他做的這些，看上去都粗枝大葉、馬馬虎虎的，感覺都不太到位。比如路不夠寬，土路易被雨水沖刷；比如水管不夠粗，塑料管容易壞；比如山上的松柏總是死，得一年年補栽；比如山上不適合栽種糧食和果樹，耕翻的那幾片地不夠大不夠肥。1年、2年、3年，錢花了，活幹了，山還是那座山。

松柏長滿山後，山不那麼荒了，上山玩的人也多起來。那條路，雖是條土路，雖不太寬敞，小車還是可以通行的。小叔在房舍周邊，栽上些蘿蔔、辣椒，種上點蔬菜、糧食，養一群雞，吃喝就不愁了。他養的雞，幾乎不用餵，吃草籽和蚂蚱啥的，足夠。松柏長到兩三米高後，小叔開始在山上養牛羊豬馬驢，除了雞，還養起了鵝和鴨。

滿山的荒草，不用人工除草，有了牛羊豬驢，它們一下子成了寶。有了滿山荒草，就有了滿山飼料。小叔家的豬牛羊，都是吃草的。省了飼料不說，還比吃飼料的更健康。整座山只有一條大路，只要把那個入口堵住，整個山都是豬牛羊等的活動場。牠們自由自在，想去哪兒去哪兒。控制山上的荒草，增減些牛羊就可以。

刻在執念裏的腸粉

女兒休假從澳洲回國，

短短的假期內將「檔期」

安排得滿滿當當，用廣府人的話講是「仔仔世界」，北方人亦說「孩兒有孩兒事」，我這親媽便成了女兒的專職司機，不定時不定點地接送女兒辦事和她與髮小、同學們聚會。

與我同樣，女兒也是一個「為食」的吃貨，在澳洲從讀書到工作、定居，慢慢地把自己鍛煉成能吃會做的「大厨」，後來連我認為難度頗高的腸粉也會自己動手做着吃了。但是女兒每次回國度假，除了去吃她在中餐美食品種匱乏的「土澳」心心念念惦記的白切雞、燒鴨、碌鴨等等之外，最常鬧着必須要吃的就是腸粉，儘管自己會做，但她覺得終是做不出自小吃慣的味道。因此，在女兒檔期的空檔，我便陪着她走街串巷去找腸粉吃。

深圳的朋友自移民國外起，亦是每次回國就先要求吃腸粉，親友們若是請客，無論去大酒樓或是小餐廳，朋友都要先問問有沒有腸粉，沒有，從別處打包去吃亦可……腸粉似乎成了在廣東生長和在廣東生活過的人刻

進食譜裏的一個執念。相對於其它事物，腸粉是求而易得的，然而，雖是易得，但得之的味道卻是不同。

舊年春節，我的閨蜜蓮子從羅馬尼亞回來，邀我到她的老家雲浮市郁南縣去住了幾天，其時天冷，距離吃郁南有名的無核黃皮時間尚遠，蓮子帶我到都城老街一家有着70年歷史的老店，老店做的是傳統的布拉腸，用了幾十年的柴火灶和周邊的牆壁被煙火熏得漆黑，店外的街道瀰漫着濃郁的米香味，腸粉入口爽滑，老闆精心調製的醬汁酸甜可口，還別出心裁地調了一種紫蘇汁，看起來像是「黑暗料理」，但卻是令每位食客都會食到「舔舔膾」和「食過返尋味」。

從北方來採我的好友不喜歡大城市，我便就近駕車帶好友去我少時讀書的英德連江口鎮。鎮上一家腸粉店是我常去的，小店也有40多年的歷史了，和大多數歷史久遠的小店一樣，店面也是灰暗狹窄的，與之相反的，是端到怎麼也擦不乾淨的油膩的桌面上那碟細膩嫩滑的腸粉，還有其它饅氣十足的炒粉、炒麵和小菜。去小店光顧的多是鎮上的老街坊，我小時候在鎮上呆的時間並不

長，但是和已經上了年紀的老老闆聊起來，他還記得我上一次回來，到他的店裏吃腸粉時沒有現在這麼胖，提到曾經和我同班讀過書的幾個同學，老闆亦是認識的。

一碟腸粉便令時光穿越回到幾十年前。那時旅遊業還未興起，小鎮沒有遊客，遠不如現在的繁華，平日冷冷清清，只有到了墟日，去趁墟買東西和賣東西的人多了，才熱鬧起來。墟日我們多是照常上學，但街邊的小吃比平日多了，平日只是吃腸粉和粥，到了墟日，我最喜歡吃街邊小攤賣的蘿蔔糰，守在炸糰粑的油鍋邊，等老闆將做糰粑的鐵籠箆炸熟，箆籠網上倒一層米漿，鋪一層蘿蔔絲，下鍋過油，又倒一層米漿，再下鍋過油……走向學校的路上，鼻孔裏都是油炸的香味，金黃色的蘿蔔糰滾燙，從左手換到右手，咬一口，再從右手換到左手，又咬一口……學校就到了。

腸粉大抵也是刻在我的食譜上的執念，蘿蔔糰亦是。或許女兒和我、我的朋友們對於吃腸粉的執念，只是源於對日漸遠離的故鄉煙火氣的回味，以及對過往熟悉的美好時光的一種念想。