我的優質生活系列（一）

前言：近年全球掀起一片樂活、優質生活潮流，就是為了呼應這個物質化、市場化、全球化、電子化的時代，很多人的生活條件好了，但精神、心靈反而沒有改善。因此，專題版透過這系列，不單是介紹一些工作以外的休閒活動，例如運動、藝術、飲食等，而是認識背後的文化底蘊，讓大家可以真正地過優質生活。

雪地上打馬球
貴氣從運動開始

剛在香港舉辦完畢的馬拉松活動，參加人數又再打破紀錄，這反映不少香港人都很喜歡運動，或者因為運動可以強身健體，而且只要明白箇中樂趣，便會令人不能自拔。

筆者早前到天津欣賞了「高銀環亞國際雪地馬球挑戰賽——環亞盃」。最初一聽馬球（polo），而且還是雪地馬球（snow polo），筆者跟很多人一樣立即聯想到貴族玩意，一般人不可能參加。不過，看過這次比賽裡球員騎着馬，在雪地上馳騁，揮着球桿擊球的英姿，以及明白馬球這種運動的精神、發展等，甚至親身參觀了馬房及馬匹後，令人明白馬球其實不是想像中那麼遙不可及。當然，參觀比賽跟成為馬球員，甚至成為馬主或組隊，是兩碼子的事。 文、攝（部分）：曾家輝

環亞國際馬球會網頁：www.metropolotanpoloclub.com

■馬球會總裁黃國豪。

■香港隊成員Chevy Beh的父親、姐姐及弟弟都是打馬球的，可說是馬球世家。

在二月中旬，天津環亞國際馬球會舉行了一連6天的雪地馬球挑戰賽，由職業球手組成的阿根廷隊、英格蘭隊、法國隊、新西蘭隊、澳大利亞隊，以及香港高銀隊，一同競逐「高銀國際雪地馬球挑戰賽」桂冠。作為亞洲首屆雪地馬球挑戰賽，每天設有兩場比賽。但由於工作關係，筆者只能夠參觀首天的比賽，最後澳洲隊3：6不敵阿根廷隊，香港高銀隊9：5擊敗法國隊。

王者運動從古到今

不過，大家認識馬球這項運動嗎？

馬球運動可追溯到2,500年前的古文明時期，據記載，這個充滿傳奇色彩的貴族消閑活動首先由軍隊騎兵流傳開來，經過古希臘、亞洲中部、中國及印度次大陸地區，並深受皇帝喜愛。這些地區的統治者及他們的騎兵隊伍，既是熟練的運動員，又是勇猛的武士。中國唐代時期的馬球運動，也有相關文字記載。

1834年，兩名英國士兵在印度成立了首個官方馬球俱樂部，即Calcutta馬球俱樂部。隨後，上尉Robert Stewart與少將Joe Shearer把這項運動帶到英格蘭。從此，馬球運動開始在世界掀起熱潮，沒多久就在阿根廷、巴西、智利、墨西哥、巴基斯坦和美國風靡起來。

1872年，Francis Tip Herbert上尉回到英格蘭，成立首個馬球俱樂部，即Monmouthshire俱樂部。兩年後，Hurlingham俱樂部正式開張，其率先制訂了英格蘭首部官方馬球運動規則，現在俱樂部已成為Hurlingham馬球協會，是英國馬球運動的管治機構。

馬球比賽一般都在室外舉行，比賽場地長300碼，寬160碼。比賽在兩隊之間舉行，每隊有4名選手，比賽期間，4名選手騎在馬上，試圖通過擊球攻破對方的球門得分。球棒為木質材料，球為木質或塑料製材料。當選手騎馬飛奔擊球時，球速一般可達到每小時100英里以上，所以馬球是一種快速而富有刺激的運動。馬球比賽一場共6局（chukka），每局7分30秒，比賽共持續兩個半小時。

不過，今次雪地馬球比賽每方就只有3名隊員，而且球是橙色，也比傳統的馬球略大。

終有一天有中國馬球手

筆者飛到天津前，已訪問了天津環亞國際馬球會及酒店總裁黃國豪（Rowland Wong），因為跟大家一樣，筆者也很想知道更多有關這次馬球比賽。

「香港人對馬術也有一定認識，因為香港有賽馬，也有不少人去學騎馬，但對馬球就不大認識，因為香港沒有馬球場，也沒有自己的馬球會及隊伍。」他笑說，大家可能只知道polo衫，又從來不知polo為何物。「馬球在西方有很長遠的歷史，一直被視為王者運動，現時世界的頂尖隊伍可說是英國、阿根廷、法國等。」

「雖然中國現時仍未有馬球協會或國家隊伍，但我覺得應該向中國推廣這種運動，而且不但讓更多人有機會欣賞這種運動，更希望可以有份參與。」據他所言，在這次雪地馬球挑戰賽後，希望會再舉辦其他大型馬球比賽，但同時，他希望可以培養自己的球手。「除了場地及馬匹外，最重要的是球手，現時中國未有馬球手，但我希望透過兩種方法去解決這問題：現在聘請一些junior，即是在馬房助手，平時可能『戥腳』，其實是培養他們在馬匹照顧、馬房行政、馬球等方面的知識及經驗，直到有一天可以正式成為球手。同時，我們球會將會成立騎術學校，會舉行暑假訓練班，讓年輕一代可以接觸到馬球運動，終有一天中國可以有自己的馬球手，以及國家馬球隊。」

「現在中國富貴了，但我想在有了馬球運動之後，可以變成貴氣。」

人造雪的重要性

「雖然今次只是6天的比賽，但之前做了很多預備功夫，第一當然是雪地。我們要找專人使用大型噴雪裝置，不停將雪噴到馬球場上，之後又要讓雪有足夠時間積壓，因為如果不夠厚及實的話，就不能承受到馬匹在上面奔跑的力度，所以期間我們進行了一系列的測試及試賽。」這次雪地馬球比賽場地面積是100碼×50碼，積雪厚約25厘米，一共有2萬立方的人造雪。

此外，黃國豪指馬匹又是另一個難題。「搵馬其實又大有學問，香港人對馬不陌生，因為很多人都認識賽馬，但馬球比賽的馬跟一般的賽馬很不一樣，除了體形以外，性格也很重要，牠們不可以只會向前衝，而是要很鎮定，不怕球手在牠們面前揮桿擊球，而且又能和球員合拍，也會懂得自動追着球。」他又跟筆者說，早幾個月前曾到外國買馬，但試了40多匹，最後還是一匹也沒有買。

「買是一回事，但之後飼養、訓練、照顧又是一回事。今次雪地馬球賽共有6隊參與，包括阿根廷、英格蘭、法國、新西蘭、澳大利亞，以及香港高銀隊，一共會用上60匹，因為考慮到檢疫、運輸等問題，所以都是用我們自己的馬。」

不過，其實這些都難不到黃國豪，因為他有幾十年從事會所、酒店、度假村的管理經驗，足跡可謂遍及世界各地，這次雪地馬球挑戰賽，可說是為天津環亞國際馬球會「打響名堂」才是。

一家人的聯繫點

雖然筆者只能欣賞到首天的比賽，但一匹匹馬在雪地上飛馳，運動員俯身打在雪地上的馬球時，動作優美，雪花四濺，雖然筆者是門外漢，但由於站在馬球場的旁邊，實在感到很刺激，在場人士也為球手歡呼吶喊。

不過，筆者當然最關心的是香港高銀隊，隊員包括了智利國家馬球隊隊長Jose Donoso、環亞國際馬球會的馬房營運總監John Fisher（費翔）、環亞國際馬球會總教練Derek Reid（李德瑞），以及馬來西亞投資銀行家Chevy Beh，可謂集各路之英雄。

其中年紀甚輕的Chevy Beh更讓筆者多加留意，因為比賽當日，他的父親Dato Beh Chun Chuan及弟弟Joevy都有到來打氣。不說不知，他父親原來是馬來西亞拿督，他年輕時也是打馬球的，而且到世界各地方比賽，也會帶着子女，所以子女自小已接觸馬球運動。經他的自小培養，除了兩個兒子，就連女兒也有打馬球。

「馬球是真正的運動，也有高質素的生活品味。我們一家人放假便會去打馬球，這個遊戲需要團隊精神，亦要講求與馬匹的合拍性，很有挑戰性。打馬球又要跟馬伕、隊員等方面有很好的溝通，再加上訓練馬匹，我認為馬球可以訓練管理能力，Chevy現在處理生意頭頭是道，應該是因為玩馬球。」

難怪如此貴氣

欣賞馬球比賽是一回事，但要參加又是另一回事，原來馬球賽事分為4段，每段要用不同的馬匹，所以一個專業的運動員通常都會養4匹馬，1匹每每要幾百萬元，養馬已經不是小數目，而且世界各地的馬球會都是會員制，會費再加上其他費用，絕不便宜，難怪馬球會是如此「貴氣」了。如果大家對馬球產生興趣，又有能力支持玩這種王者運動，可以瀏覽環亞國際馬球會的網頁看看入會的資格及費用。

另外，環亞國際馬球會佔地超過89萬平方米，除了馬球場及馬房，其他設施包括客房、宴會廳、餐廳、水療等，甚至有一個5層高的紅酒珍藏博物館，裡面珍藏很多支名貴紅酒。

回到香港，從新聞知道英格蘭隊最後以7：6戰勝阿根廷隊，獲得冠軍。筆者還記得在天津的那兩天，天氣很冷，下了點薄雪，颳着風在戶外地方看雪地馬球比賽，其實也真是很能考驗觀眾們的耐力。

最近筆者決定以後會多點留意馬球運動，也希望能再有機會親身欣賞到馬球員揮桿及馬匹馳騁的英姿，因為即使只是這樣，已教自己「吸」了一點貴氣。

■為了這次雪地馬球比賽，要出動大型的噴雪裝置，製作出比賽用的大面積雪地。

■Derek Reid正解釋馬球的用具及比賽方法。

舞龍舞獅 存精粹展新裝

農曆新年時，無論在街頭或商場內，都可看到舞獅舞龍表演。這種傳統表演有悠久歷史，但為配合時代發展，夏國璋龍獅團夏敬文師傅認為得靈活變通，與時並進。該團不單有女子舞獅隊，甚至把Hip Hop融入舞獅表演，在學校也以簡易兼活潑的方法來教導學生。「甚麼也按照傳統的一套來教，今時今日未必行得通。」

「我父親那一代，在街上逐戶商舖作舞獅表演差不多約45分鐘，要拜神、舞獅及功夫表演。現在這樣做會影響人家做生意，所以我們把過程中濃縮至3分鐘左右，既保留最精彩之處，也不會影響客戶的經營。」新年期間舞獅的獅身也用上金、銀色等搶眼色彩，代替寓意三國時代人物劉、關、張以黃、紅、黑等色的傳統獅身。夏敬文還說表演裡不可缺少的大頭佛也有一定的作用，以往撥扇指引舞獅方向的角色，到現在甚至多了幽默的戲份，以及身負臨場「執生」的任務呢。

教學革新

未到30歲的夏敬文，13歲已參與指導學生工作。除了舞獅，還有打鼓、旗舞和功夫。他坦言以往學藝過程很刻苦，由練馬步、學功夫開始，3至6個月後才有機會學舞獅，最後是練習梅花樁，期間要跳繩、舉啞鈴等鍛煉力量和耐力。「比賽時約有10至15分鐘的表演時間，你得確保能支持到完結一刻。」現時他教學生的方法已不會把父親那套全盤盡用。「以往學得不好，姿勢不對，師父又鬧又打，很嚴厲，現在的小朋友會受不了，不肯學下去。」

師從夏敬文學藝的中四學生許佩瑩，現時在課餘時間教小朋友學舞獅。她坦言在中一時於學會裡對舞獅感興趣，學過了幾堂打鼓覺得挺不錯，便繼續學下去，至今已有4年。父母最初得知她學舞獅也覺得驚訝，畢竟傳統上只有男子舞獅，但看過她和隊員舞獅的片段後，才認同她的決定。「很多動作要記，要不斷練習才上手。」刻苦堅持最後得到回報，身為女子隊一員的她，不放棄參加比賽，在最近的比賽裡在一眾男子隊中奪得亞軍，無疑是一個鼓勵。

加強推廣

參與教導學生舞獅的夏敬文，學生學有所成，固然欣喜，但他直言曾擔心過生計，直至決定了作父親的左右手後，便全力投入推廣工作，大力到中、小學校學班制教舞獅，銳意年青化，從小培養他們的興趣，如打鼓的節奏和傳授動作時也用上簡單易明易背的口訣，也為公司提供一些5、6堂的速成班，讓員工在短時間內掌握基本技巧來表演。雖說教學上有所變動，仍然強調以往的重要精粹——尊師重道和團結精神。「即使現在到學校教學時，稱呼由師父轉為教練，但仍然強調要尊重師父。而舞龍舞獅，需要每個人的配合，不可能個個爭着舞獅頭，沒有人舞獅尾。」夏敬文在學校為龍鎳團建立正面形象，加上多年來的名氣，為進軍內地打下基礎，現時在上海也有龍獅團。

除了改良教授方法，表演形式也多加變化，如利用內地製的水鼓作表演，敲打時會亮起燈光，甚至加入Hip Hop元素，播放該類型音樂和舞蹈，做出中西合璧的新穎表演。

文、攝：盧寶迪

■夏敬文改良教學方法把舞龍舞獅傳給下一代。

■許佩瑩（中）在教與學的過程中，感受舞獅的樂趣。