

尋夢

昂陸山人

萬暗中，光華射

香港今天是聖誕節，萬眾騰歡！因為又有兩天假期，孩子們難得在考試夾臨之前，先有這兩天的歡愉，希望各家長千萬不要在這兩天內強迫子女溫習功課。

聖誕節最流行歌曲之一，《平安夜》開始四句是：「平安夜、聖善夜、萬暗中、光華射……」整首歌曲，本人獨愛「萬暗中，光華射」這兩句。其實，每一個人由出生開始，雖然眼睛已可以看見人物，但人生剛開始至事業有成這個階段，也好像是一個黑暗的洞穴中，慢慢成長，漸漸從黑洞外透進來的一線光芒而開始找尋自己人生的方向。

正如那本世界名著，柏拉圖的《理想國》所示，其中也有一段提及，在黑洞內的人偶然或得到極難得的機會，在黑洞外看見陽光下的萬物，除了感覺新奇之外，當然也領略了在陽光下，萬物的美態！但當他們返回黑洞時，告訴洞中人，洞外那光芒的世界，是如此奇妙而新奇的；結果是如何呢？原來洞內的人根本不會相信有這麼的一回事，因為洞中人根本不會明白有這麼的一回事！因為他們完全不知道「光」是什麼東西。更不知道在光芒照射下，萬物是如此美麗的！

直到他們走近洞口，看見光線，再看見洞外的奇妙世界，這些洞中人才領略和了解洞外還有一個比黑洞中更明麗而奇妙的世界。

人生就是這麼一個如此簡單的歷程，從無知到接受教育後，眼光日漸擴大、擴遠、擴闊！人的本能，人從可擴展至無限大，無限遠！本人從農村中長大，幸得父親捨棄了耕田的

生活，跑到城內先在「火船仔」中當廚房助理，然後接觸到火船仔的機器，可以令一隻船在海中向前或左右轉動而游動；跟着便放棄了在火船仔中當廚師助理，而當1931年九龍巴士公司成立時，他便轉工至該公司當初級修理員，之後更晉升為高級技工，他不懂英文，但九巴因為購入英國的巴士而獲英國派工程師來香港教授港人如何修理有故障的巴士機件，父親是首批從「身體語言」中學懂了修理巴士及其它車輛的損壞機件的維修員，並獲工程師書寫薦書推介他的成就；日本侵港時暫停了數月，之後九巴再開始營運時，父親便立即恢復工作，直至1984年退休，當時已升為廠長，但退休時的退休金只獲當廠長時那十年的服務資歷，以前數十年工作只當是散工，所以退休金極少。

作為兒子正打算替他上訴，不料他竟然大聲喝止，認為夠用已足。因當時兒女亦已有能力可以供養他和母親一切生活需要。父親從村童至巴士公司廠長的人生路程，似是從黑洞中看見一些光線，便開始去找尋新的而又充滿陽光的人生。

宗教的啟示，也是從認識上帝而開始一個全新的人生；求學也從認識文字到認識很多學術上的理論；好像在黑暗中，看見洞外照射着的光華而改變了人生的觀點，其實每一個生命，由娘胎來到這個世界之後，不是也像從一個黑洞中出來而看見很多陽光下的新事物，進而建立一個成功的人生！簡言之，就是在萬暗中，接觸了射出來的光華，便是一個新的生命在奮鬥中闖出一個成功的人生。

敬祝各位讀者聖誕節快樂，繼續爭取一個更光亮的人生！

隨想

興國

節日隨想

聖誕節，是屬於萬眾歡騰的季節還是萬民購物互送的季節？每年的聖誕前後，燈飾都特別美麗輝煌，購物廣告充斥市場，誘惑着市民千萬不要忘記走出戶外，好好欣賞美景，更誘惑着市民，千萬別忘記替心愛的親友選購一份包裝精美的禮品。

人人都似乎喜歡聖誕節，就算買不起貴重禮物的人，起碼也有璀璨的燈飾可供欣賞，而且還有兩天可供休息的假日。所以，每年的聖誕節日還是值得期待的。但也有人對聖誕節日是非常癡迷的，癡迷的程度，說出來也許都沒有多少人會相信。那是三年前的一則新聞報道，說在英國有位男子，在過去的22年裡，每天都在慶祝聖誕節，為了日日的慶祝，竟然花去了他200萬英鎊的金錢。

報道說三年前的這個聖誕癡迷者，當時是52歲，也就是說，他從30歲起，就開始天天都在過聖誕。他是怎樣過的？他買聖誕樹和裝飾聖誕樹的用品，更購買聖誕卡和禮物，以及為自己準備豐盛的聖誕大餐，吃過大餐後便自行拆開自己購買的禮物，怡然自得。這個對聖誕癡迷的英國人為什麼會這樣？好像沒有人知道，只知道他自從和妻子離婚後，便開始癡迷的生活了。不知他今年是否有所覺悟？

今年的聖誕節前，有一則外電報道說，美國有位教授在學校的課室裡舉行聖誕派對，但卻未見有學生參加，外電照片是一張教授獨自坐在授課台上，面對的只是包裝精美的禮品，但室內空無一人。照片登出後，網友便以「失望教授」來稱呼他。但實情原來不是這樣的，這是故意設計的畫面，是他教授如何在網絡爆紅的作業。結果是，設計這張照片之後，果然在網絡爆紅了。聖誕節，奇跡似乎未有，有的卻是奇趣異聞。

淑梅足跡

車淑梅

香港設計的驕傲！

聖誕快樂！還記得當年活躍司儀的日子，聖誕節是最黃金期，但，某年我在平安夜為台下嘉賓倒數，一聲Merry X'mas大家相擁道賀，忽然發覺原來我身邊沒有家人。深夜回到家中，客廳只有一閃一閃孤單的聖誕樹燈飾，丈夫和孩子都睡着了，我心裡感到一陣心酸……他們這晚沒有太太和媽媽陪伴的平安夜是怎樣度過的？從此，我不再接任何節目的工作，但我繼續懷念穿著漂亮晚裝的日子。

還記得當年「十大中文金曲」大會請來著名時裝設計師為我們打點一切，平日我也會到相熟的晚裝店去搜羅，當年我最常到碧麗宮晚裝店，老闆朱敬業先生和老闆娘楊姑娘非常敬業樂業，我常常稱許先生的名字千真萬確，夫婦二人365日天天上班，那份永不放棄、目標清晰的精神不單打動了我，也感動了他們的女兒Noel Chu。

這位漂亮的少女，我一直笑言要提名她參加「香港小姐」選舉，後來她去了美國修讀社會學，回港後入讀法律，未幾知道Noel也加入了晚裝婚紗的行業。原來這一切由1997年開始，「那一天我好像受到了Calling，我要秉承父母堅毅的精神，走一條人家不會走的道路，現在我知道那就是一條血路！我從外國帶回來最新大膽的款式，將外國、香港、中國內地來一個中西合璧Crossover。當年香港是流水作業的婚禮文化，新人在大會堂舉行婚禮，15分鐘註冊了，大家便柴娃娃在外面拍照了。我要將整套婚禮流程由快餐式變成酒店形式，典雅動人！」

Noel不單迎合到客人的要求，甚至比客人要求更高！城中名人、名媛，娛樂圈中人都喜歡請Noel設計，因為都是獨一無二的心思，客人如進入了視覺整形所，要瘦的立即

修身，應豐富的立即飽滿，Noel的剪裁就是有這個神奇的魔法效果，這也是我愛朱先生楊姑娘服裝的原因，Noel青出於藍。能夠將完美的婚紗展現出來，原來最重要來自一對新人的愛情故事，她自己的婚紗就是象牙色的，胸前有個十字架，「我們拍拖十年，結婚八年，丈夫是建築師，他在我的婚紗背後畫上一株有根的樹幹，寓意我們的愛扎根在神那裡。」

Noel Chu得過創意創業等大獎，最高的目標成為香港設計的驕傲，潮流由她所創！「這是最快樂的工作，總會見到喜氣洋洋的人，以前經常由未婚夫陪着未婚妻前來試身，現在情況改變了，男孩子跟隨外國習俗婚前都不會看太太的婚紗。曾經一位新郎說第一眼見到穿婚紗的太太，真的靚到嘅！這份滿足感比一切都更重要！」

Noel二十多年來的努力讓她賺到了很多好的關係，最近一位結婚十年的顧客再將當日的婚紗取回來改動一下為開十周年紀念Party，實在太感人！Noel和她的客人全部在人生路上結伴而行，因為每一件婚紗她都同時縫上緊密的祝福！多謝Noel Chu，為我的媳婦和女兒縫製了幸福新穎的婚紗！



■Noel Chu和淑梅姐。作者提供

紅杏

查小欣

姜大衛伴李琳琳抗癌成功

姜大衛成名早，大俠形象深入人心，當年他與李琳琳一段離離合合的戀情，經常成為娛樂版頭條，直至1974年，姜大衛在事業如日方中，而當時的粉絲比現在的保守百倍，偶像是他們的幻想對象，絕不能結婚，否則便會失去一羣米飯班主，但姜大衛毋懼事業受影響，決定與李琳琳結婚，成為一時佳話，可見姜大衛多珍惜李琳琳。

這對影圈夫妻典範，也曾經過一番磨合，姜大衛從前有很多堅持，看不順眼便會出聲，但之後會明白，其實許多執拗也沒什麼大不了，總之不傷害到自己和別人就可以了。兩夫婦吵架都是因為看法不同。年輕時，他們總是想改變對方，但慢慢就知道迫不來。婚姻關係係二人學懂互相包容。

兩人結婚至今44年，恩愛如恒，姜大衛是出名的愛妻號，兩人有影皆雙，是娛樂圈出名的模範夫婦。李琳琳更於1996年以48歲高齡誕下孺子卓文，哄動一時，因卓文跟大女依蘭足足相差21年，跟次女依文亦相差12年，俊朗的卓文，今年已22歲。

他們一家人曾經移民加拿大，當年到加國旅遊也曾與他們聚會，十多年前姜大衛始終情繫香港，決定回流，雖然李琳琳比較喜歡加拿大，但愛夫情切，亦隨丈夫回港。返港後姜大衛復出，參與演出TVB多部電視劇深受歡迎。丈夫出埠拍劇，李琳琳隨行做跟得夫人。

順逆有時，2011年中李琳琳患上大腸癌，手術後因癌細胞擴散至淋巴位

置，要進行化療，李琳琳瘦弱如同紙板人，姜大衛何等心痛，他隨即停工，放下手頭所有工作，悉心照料太太，全心全意與太太並肩抗癌，兩年後李琳琳戰勝病魔，渡過這最大難關後，兩夫婦感情更勝從前。

姜大衛坦言那段時間的確很擔心，唯一可以做的就是共同面對，他認為四十多年感情，無須多說，大家都是不能失去對方。姜大衛一向視家人為首位，有時間就會陪伴家人，但同時現年70歲的他卻不輕言退休，仍然嘗試不同角色。他的保健秘訣是飯後步行，在家附近快步走差不多一個小時，有時跟太太一起散步。另外，會在家中做「甩手功」、耍拳。至於吃，他沒戒食，什麼都吃，但只吃六成飽，不會多，肥豬肉也會吃少少，多吃菜、魚和多飲水，這習慣已保持了很多年，果然日子有功。

事業成績彪炳，但令他最安慰是一家人關係緊密，兒孫滿堂，他慶幸有三名孝順子女，大女雖已婚，但經常陪伴父母，他和女婿是同行，有共同話題，他們兩老和兩個孫一個星期都見幾次，次女已有家庭，在溫哥華工作，一家人每年飛過去團聚。

他謙稱不懂得教仔女，夫婦倆向來都是用黑面、白面的方法。太太做黑面的時候，他就做白面，有時調換。其實他們很少嚴管子女，唸書好不好，他們不在意，最着緊是他們勿行差踏錯。三個仔女年齡差別大，大女和次女比孺子年長許多，就負起管教弟弟的重任。

百家廊

山林

魯迅先生在《秋夜》裡寫道：「在我的後園，可以看見牆外有兩株樹，一株是棗樹，還有一株也是棗樹。」名人下筆，語境不凡，這句話既易於記誦，又意味深長。在微信公眾號上，我見過有些寫作者刻意模仿這種寫法，公然把棗樹換成桃樹、槐樹、柳樹等。然而棗樹永遠是兩株棗樹，它根在泥土，梢指雲天，後園牆外，默默相伴。

傳說，王母娘娘派遣手下的金童玉女去凡間送兩枚仙棗給大禹吃，鼓勵他繼續治水，造福民間。半路上，兩個孩子禁不住誘惑，每人吃了一枚仙棗。王母娘娘知道後，大發雷霆，把金童玉女變成了兩枚棗核，打落到了凡間。兩枚棗核本來就受仙氣滋潤，資質非凡，適逢天降甘霖，很快長成兩株棗樹。

傳說肯定是不靠譜的，但是老百姓喜歡聽啊！我爺爺奶奶就信奉「種棗成雙」的說法。我家老宅子裡的那兩株老棗樹，就是當年我爺爺奶奶種下的「金童玉女」。兩株棗樹若即若離，一株拚命向北，一株拚命向南，樹根近在咫尺，樹幹互不妨礙。傾斜生長，有利於樹冠各自開枝散葉，這是棗樹的智慧。

棗花在農曆四月開放，小小的花兒貌不驚人，勤勞的蜜蜂們卻喜歡圍着嗡嗡鳴。棗花蜜，是棗花的精髓，甜蜜加芬芳，美容又養顏。站在棗樹下，棗花紛紛落在衣襟上，不由記起蘇東坡詩句「簌簌衣巾落棗花」，棗花多麼高尚，它完成了使命，主動給綠棗騰地兒呢！

從我記事起，老棗樹枝繁葉茂，每年都結出大量的棗子。棗樹品種是有名的金絲小棗，掰開成熟的棗子，能拉出絲絲縷縷的金線來，吃起來更是甘甜爽口。八月是棗子豐收的季節。老百姓常說的「七月十五點紅，八月十五滿紅」，意思是說，陰曆七月半，棗子由綠變為紅色的斑斑點點，到了八月半，整個棗子全紅了。

《詩經》：「八月剝棗，十月獲稻」，

吉祥紅棗

此處的「剝」字，當代學者解釋為「擊」，也就是敲打的意思。竹竿打棗，是從古代延續下來的習慣行為，也是一種必然現象。棗子個頭不大，一個個摘太麻煩。用上輔助工具，大人竹竿響咻咻，小孩揀棗笑哈哈，多麼歡樂的生活場景！棗樹很奇怪，愈打愈旺相。如果不使勁打樹枝，來年的棗子很難豐收。所以，「有棗沒棗打三竿子」是很必要的。

「庭前八月梨棗熟，一日能上樹千回」，棗子剛開始成熟的時候，因為個體差異，部分棗子提前紅了圈兒。這時候，還不到統一打棗的日子，饑嘴的孩子們率先爬上樹，摘鮮棗解饞。棗子雖然好吃，上樹卻有危險，棗樹上有棘針，刺破手腕是小事，要是不小心從樹上掉下來，非跌得眼冒金星不可。最可怕的是八角蟲。八角蟲是綠色的，牠趴在棗樹葉子上緩慢蠕動，極難辨認。八角蟲模樣比毛毛蟲更瘆人，蠶人比被馬蜂蜇了還疼。有一天夜裡，我家拴在棗樹下的大黃狗，突然汪汪汪叫起來。以為家裡進了賊，父親起來察看，發現沒意外，喝令大黃狗不要再叫，牠卻叫得更兇了。父親手電筒一照，才發現狗耳朵上爬着一隻八角蟲。

我自小怕八角蟲，總是離棗樹遠遠的。弟弟不怕，他爬到棗樹的最高枝，摘最高處的棗子，棗樹枝搖搖晃晃，好像隨時都會斷裂。弟弟經常被蜇，蜇了就疼得齙牙咧嘴。那時候，沒有專門的藥物醫治，只有一種土法，就是用煤油燈裡的洋油抹在紅腫處。其實也不管用，圖個心理安慰罷了。棗樹結下的鮮棗成熟後顏色發紅，即使有些半青半紅的棗子，在太陽底下曬乾後，也變成了大紅色的乾棗。乾棗，老百姓喜歡叫「紅棗」。紅棗象徵着日子紅紅火火，甜甜蜜美。紅棗有保健作用，據李時珍《本草綱目》記載：棗味甘、性溫，能補中益氣、養血生津。「日食三顆棗，百歲不顯老」，是人們對紅棗的至高褒獎。

前不久，外甥在農村結婚，我回老家參加了婚禮。按照本鄉的婚禮習俗，婚房裡要撒乾果、唱《撒帳歌》。只見二姐的婆婆端着「吉祥四果」在婚床上撒了幾把，嘴裡念叨着：一把蓮子一把棗，兒女雙全跟着跑。吉祥四果分別是紅棗、花生、桂圓、蓮子，各取一字，諧音「早生貴子」。這些乾果都是可以生吃的，婚禮完畢，新郎新娘歡歡喜喜把它們分食。

紅棗蒸熟了香味更濃。包饅子，米粒裹着紅棗，紅棗裹着米粒，紅棗清甜，粳米清香；蒸年糕，糕麵點綴紅艷艷的大棗兒，無論是黃米年糕，還是白米年糕，給人的感覺都是一團喜氣；蒸豆包，填上紅棗搭配的豆餡料，還沒開鍋，棗豆復合香味已然撲鼻，入口更是回味悠長。

善於烹飪的煮婦把乾棗煮熟，攪碎成泥，可製作各類小點心。「昨日老太太賞的那藥泥餡的山藥糕，我倒吃了兩塊，倒像化了的動似的。」《紅樓夢》第十一回，秦可卿病中，鳳姐兒來看她，秦可卿說起了棗泥山藥糕。棗泥補氣血，易於消化，山藥也是滋補佳品，兩者結合，非常適用於病人保養身體。

市場上有一種棗類鮮食品種，叫冬棗。冬棗維生素含量極高，有「天然維生素丸」的美譽。冬棗比一般棗子成熟期要晚一些，基本在每年的十月份。鮮棗不容易鮮，很難存放到過年。老百姓有個法子，把鮮棗泡在白酒裡，叫「醉棗」。過年的時候，開蓋喝棗酒、食酒棗，也是美事一樁。物質困乏的年代，冬季果品非常稀少，用紅通通棗酒招待親朋好友，是一件非常喜慶的事兒。

上個月，我去了一趟花鳥市場，看見小販推着三輪車在路邊叫賣冬棗。心一動，買了幾斤冬棗回家，拿出一部分洗淨，放進了大罐頭瓶裡。開了一瓶純糧酒，咕嘟咕嘟倒進去，封上蓋子，那些冬棗兒立刻沉醉。今年的除夕夜就讓「酒棗」錦上添花吧！

萃神

伍淑賢

關於棍包

年輕時去巴黎，對長棍麵包 (baguette) 印象深刻。商業區中飯時間，時髦的白領男女，總有幾個邊走邊啖棍包，就當午餐。他們吃得好，不會大口咬，而是用手撕小塊小塊白色包肉，悠然送進嘴吧，是幅巴黎風情畫。

到黃昏，人們下班趕回家做飯，中年人手腕挽超市購物袋，多拿着條包了白紙的新鮮棍包。大街上麵包糕餅店擠滿人，想棍包也是巴黎家家戶戶晚餐的主食。

近日媒體有很多改革開放四十周年的紀念節目。想起八十年代末打工時，曾以「打雜」秘書的身份，隨一班香港商界高層去上海，拜訪當地外貿單位。其時上海百廢待興，大家都明白，食住要求也將就。記得第一天到埤晚上，團友去一家頗著名的飯店吃餐。餐牌供應的，全是清淡東西，像炒菜和豆腐之類，當然也有肉，但都烹調得又淡又寡。今天或會覺得這很健康，當時卻覺得吃完也好像沒吃過，更別想甜品了。

那時內地都是六點吃飯，結賬後也

只七點多，總不成回酒店睡覺，於是大伙兒一起散步去，不覺行至當時仍享負盛名的上海紅磨坊西餐廳附近，竟發現一家有法式棍包賣的私營小烘焙店，在剛開放不久的上海簡直是奇跡！大家二話不說就買了幾條，當街吃起來。

團友都是大公司高層，平時在香港一定不會在街上邊走邊吃，既不衛生也怕碰到熟人，但那晚實在太口渴太饞，很想吃些香脆富口感的好味東西，而且當年黃浦灘頭，怕也只有我們一夥港人，絕不會遇到朋友，於是大模斯樣在街頭啖起熱棍包。至於好不好吃？早忘了，只記得當時團員互相取笑，說真捱不得苦。

近年我也喜歡上棍包，路過比較像樣的西式烘焙店，總愛買條試試。沒在法國生活過，不知「真棍」滋味如何，無從比較，反正只要外脆內軟而中心微濕，覺得好吃就是。棍包另一好處是可以冷藏，拿出來只需灑點水，放焗爐烘十分鐘即馬上「回春」，脆軟如新，浸熱咖啡或伯爵濃茶啖之，樂趣無窮。

從零

王嘉裕

發揮 99% 所有潛能的秘密

如果我問你，你覺得成功最重要的是什麼，你可能會說，一個完美的創業構思，一個好的廣告方案，一個好的團隊。那我會告訴你都不是，最重要的是你每一天所處的狀態，也就是我們今天要談的頂尖狀態。

什麼是頂尖狀態？最形象化的是在《永無止境》這部電影裡，主角吃了一種叫做N2T的藥之後，他各方面的能力迅速提高，無論是記憶、創意或所作的一切決定，都完美地正確，就像是擁有了秘訣，玩了另一個層次的遊戲。

而我想告訴你，當你進入了頂尖狀態，其實你也可以發揮到完全另一個層次的的能力。在《Stealing Fire》這本書裡面，寫到Google評選CEO的條件之一是，是否參加過Burning Man Festival這個反傳統狂歡節。它令人維持在完全忘我的狀態，使他們忘記時間觀念，徹底專注於當下的事情。Google的創始人Sergey Brin說：「Eric是所有人當中唯一參加過反傳統狂

歡節的，這是一個重要的標準。」為什麼如此大的公司評選CEO，卻用這個條件呢？那是因為反傳統狂歡節的活動，是一個能令人處於頂尖狀態的活動。能達到這種狀態的人，創意、能力以及專注力都是遠遠高於別人的。

這也是為什麼Google，甚至美國軍隊，都願意花上億元，通過技術、儀器、藥物等方式來達到頂尖狀態。不單是他們的管理層，甚至是員工，都可以隨時達到那個狀態，因此大大提高了工作的效率。美國軍隊曾做過一個實驗，讓士兵去學一種新語言，一般需要半年時間，而如果處於頂尖狀態去學習，則只需要兩個星期，由此可見頂尖狀態的重要性。

生活中，有不少朋友常問我，為什麼我總能夠保持如此正能量的狀態，遇到創業上的所有困難問題，都不會受情緒的影響而輕鬆處理好，這並不是因為我擁有超於常人的能力，而是因為我每天能保持好的狀態。其實很簡單，當你處於一個糟糕的狀態，即使極瑣碎的事，

都很容易影響到你。相信大家都有過同樣經歷，心情不好時，家人說了一句不中聽的話，也能讓你大發雷霆。而相反，當你處於一個好的狀態，甚至是頂尖狀態時，遇到同樣的瑣碎事，你會有完全不同的反應，那些煩惱甚至都不在你眼裡，遇到再大的問題，你都有信心去解決它，不需要過去去擔心它。這就是不同情緒狀態的巨大差別，當你處於好的狀態，生活會賦予你超強的能力。

所以，我們不妨挑戰一下自己，將頂尖狀態作為禮物送給自己。

嘗試一下，也許你能夠達到另一個層次的超強能力，如若不能，那也知道自己處於哪個層次。但是試都不敢試的話，則是失去了這個機遇。或許你可以想一想，如果你達到了頂尖狀態，你將會打造出如何精彩的人生？也許一直以來想做又不敢做的事情，突然能勇氣百倍地去做，一下子就大獲全勝了呢。要知道，一切皆有可能，當你達到頂尖狀態！