傳真：2873 2453 電郵：feature@wenweipo.com 本版逢周一至五刊出

尋夢園

新界鄉村婚禮儀式（二）

昂膛山人

香港在1960年代及之前那段時間，生活仍是相當簡單的，所以，往昔的鄉村婚嫁情況仍能保留第二次世界大戰前的情況。但1960年代之後，香港情況可稱是一日千里，香港現代化在急劇地進展，所以，本山人特別寫這篇文章，作為懷念昔日香港農村的一些回憶。希望能引起各位對昔日香港農村之懷念。

當迎親大隊返抵新郎哥本村之前大約一百公尺左右，領隊長老便再整理迎親大隊的陣容，一聲「起鼓」，麒麟隊（或獅隊）便一馬當先，在前開路，而村中眾人，在紅旗仔提示下，便集中在村前空地上，麒麟隊當然不會放過這個千載一時的機會，乘機表演花式絕技一番，讓新郎哥及伴郎們有時間準備一切。當然炮仗聲是此起彼落，村中的樂隊也開始大鳴大奏。當新娘子的花轎抵達目的地時（事前由一些風水專家選定），新郎哥及伴郎們也須遵命站在指定位置。

當麒麟隊表演一輪之後，才讓一些婦女「專家」（長輩為主），在轎門前做一些動作，然後才下令開啟轎門；在轎門之前，在適當時刻先放下一個大約直徑五尺的大籮蓋，因為新娘子是不准在地面上行走的，她一定要在這個籮蓋上面站立或緩步慢行，目的是讓在場賓客可以一看新娘子的花容、迎衣、身上佩戴及金器等，新娘子從籮蓋一端走至另一端時，又須待負責人將另一個籮蓋放在該籮蓋之旁，新娘子才能步過另一籮蓋之上；目的是不讓新娘子自己選擇如何急急腳走入主家屋內，其間，舞麒麟的隊員又可以搶着坐在籮蓋之上，目的是讓新娘子要站在籮蓋上多一點時間好讓賓客們多些時間可以欣賞新娘子的風姿。

長話短說，最後，新娘子到達新郎居所的門前，在門口中間放了一具燒紅了的金屬盆，是準備給四位大嬸，兩人在內，兩人在外，基本上是抱起新娘子，越過這個火盆。然後，新娘子才可以慢步走入自己的新娘房內。

在新娘房內稍事休息一會兒，或者飲一杯茶解渴之後，便由一隊十歲左右的村中小朋友；排隊進入新娘房內，由這些小朋友做一些小遊戲，要新娘子跟着做，或問一些謎語，要新娘子解答，而房內已放滿了很多小禮物，由新娘子送給這些小朋友，這是一個給新娘子接觸這條村內小朋友的方法。假如新娘子聰明，可以記下一半以上小朋友的名字。

之後是主家全家人的晚飯，新娘子當然已認識了老爺奶奶，然後由老爺奶奶介紹家中最親的叔伯嬸母姑仔叔仔等人。晚飯過後，新郎和新娘又要到村公所會見村中青年，由青年們查詢他們拍拖時的趣事等，甚或要新郎及新娘重複做一些青年們表演的動作，或歌或舞等等，目的是一夜之間讓新娘也認識村中大部分的青年。

上述只是新娘子抵達第一天的情況，第二天的活動也不少，下期再續！

隨想國

吃豆腐·喝豆漿

興國

小時候最喜歡吃的早餐，不是白粥腸粉，而是豆漿加燒餅，燒餅裡還夾着油條。後來到台灣唸大學，依然喜愛這樣的早餐，那個時候台北賣的豆漿是可以加個雞蛋進去的。

返回香港後，這樣早餐就少見到，只能和朋友喝早茶了，朋友習慣的，就是廣東人的一盅兩件。不過，這幾年豆漿卻還是喝了不少，因為有些餐館賣的餐點，會附送豆漿一杯。

一直最喜歡吃的豆腐有兩種：一種是潮州館子的滷水豆腐，就是要一碟鵝肉時，鵝肉下面墊着的豆腐；一種就是麻婆豆腐，喜歡的是麻、辣和滾燙的味道。不過，現在多數店舖裡賣的麻婆豆腐都不正宗，第一自然是缺少郫縣豆瓣醬，第二，在四川吃到的，豆腐上面的肉末粒，用的是牛肉 ，如今大都用豬肉。清代《錦城竹枝詞百詠》中收有詩云：「麻婆豆腐尚傳名，豆腐烘來味最精。萬福橋邊簾影動，合沽春酒醉先生。」喝劍南春，吃麻婆豆腐，最是爽快。

廣式的荷塘豆腐也很好吃，怕麻婆豆腐太辣時，朋友聚會時就會點這道菜，因為豆腐嫩滑，更有蝦仁帶子等食材在內，特別可口。當然廣東小吃中的煎釀豆腐也不錯，不論豆腐裡釀的是魚肉或是豬肉，都能和豆腐的口感搭配。

幾年前，兒子常常吵着到長洲去騎腳踏車，原因之一，是為了踩出去不久，那裡有一家很好吃的豆腐花店，上面灑着棕黃色的片糖，是兒子的最愛。自己小時候，跟長輩到廣東菜館去吃晚飯，飯後的甜品，就是一碗這樣的豆花，美味得很。如今用豆花來作飯後甜品的店極少，想來是保存豆花不易的緣故。

為什麼會想寫這豆腐豆漿豆花呀什麼的？因為這些食品用的材料都是黃豆，而用黃豆熬出來的湯是鮮美得很的，像黃豆排骨湯，如今都很少見。但這都不是理由，理由是自己得了痛風，最要戒食的，就是黃豆製品。

淑梅足跡

80後打機車神

車淑梅

如果家中有一位沉迷打機的孩子，家長一定非常擔心，但現在香港竟出現了一位80後年輕人，他打機打出了驚人成績，不單為自己創造未來，更為香港增光，他就是28歲劉錫輝（Edgar），由打機到真正落場參加賽事的確匪夷所思……

「小學時候我已經開始打機，我也懂得節制，會遵從父母的意願適可而止，寧願清晨4點起來打完機才上學。四歲我聽到汽車引擎的響亮聲音已經將我迷倒了，我開始發車手夢，可惜我沒有途徑，因為學習賽車一小時學費也要數百美元，家裡根本不可負擔，我曾經不開心，因為對其他事情沒有興趣，也不想自己平庸地過一生，我要為自己找尋出路。」

Edgar中學畢業後到美國讀大學，除了本科之外，他更到附近的大學去搜集汽車工程學的資料，他時常強調上大學並非學更多知識，而是學習怎樣去學到更多新事物！在此期間他考了車牌，更在課餘的時候找到了美國賽車會的義務工作崗位，逢周末帶備功課和露營用品跑到場地去學習，為了追夢省下金錢和時間，他創下了一個月吃杯麵的紀錄，「是的，吃到嘔，但是為了目標我不會放棄，我學懂了揮旗，維修站換軚，真正賽車的規則等等。父母沒有反對，因為他們說兒女不是做壞事都會贊成。」

原來賽車是非常奢侈的運動，車身部件例如車胎、機械都是消耗品，出賽10場小型賽車都要花上數十萬元。到底一位車手出賽之前，最重要做些什麼呢？「就是在腦中將整個過程預先想像一次，認清賽事中有多少個大小急彎，到哪個彎換胎；提醒自己不是在虛擬的世界，其實現實與虛擬有很大分別，遊戲機中賽道非常清潔，現實的會滿佈油漬……最重要有突發事件應該如何應對，例如着火，首先要拆軚盤、拆安全帶，拆安全網，再開門，這一切都要經常練習。身上的服裝也是非常安全，由頭到腳全是不透風的耐燃物料，車本身圍滿鐵通防撞架承受外來的撞擊力，掛在頸上的裝置保護頸部的位置，厚手套和頭盔都是耐燃的，車廂內沒有冷氣，往往50、60度透不過氣好像焗桑拿，又因為拋彎很急，所以我們也要時常去健身！安全帶就是五花大綁，G字型的設計，雙腳之中還有一條伸上來的，初時有點密室恐懼症，但是習慣了，好安全，是人車合一的快感！」

Edgar是在2014年參加全球40萬人的遊戲機比賽中唯一勝出的華人，繼而到英國參加真正的賽車，被發掘後2017年受邀參與全球矚目的「法國勒芒之路大賽」榮獲第五名，可喜可賀。真正走上賽車手之路後，Edgar決定暫時放棄大學學業，「校方和父母都贊成有此取捨，現在的我除了賽車之外，還在美國組織了一隊車隊，希望在賽車中找到生活。我鼓勵年輕人追夢，我牢記一句話：Shoot for the moon and if you miss you will still be among the stars，就是你擁有好大，好高尚的目標，你向着這目標進發，如果不成功不要失望，因你已在群星之中。」

■劉錫輝鼓勵年輕人追夢。 作者提供

到底這位「80後打機車神」如何走上這成功的賽車大道？請重溫星期日香港電台《舊日的足跡》。

紅查館

鄭秀文助許志安復出鋪路？

查小欣

鄭秀文一連13場《#FOLLOW-Mi世界巡迴演唱會2019香港站》上周五晚（12號）開鑼，鄭秀文狀態大勇，以多個型格造型亮相，令觀眾目不暇給。

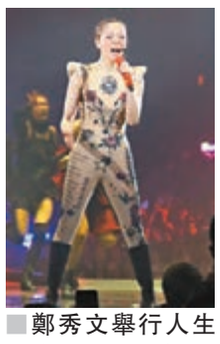
鄭秀文演唱會的另一焦點，是老公許志安會否現身捧場？他被踢爆與黃心穎偷情後，公開道歉後，宣佈暫停娛圈一切工作，自我反省。鄭秀文最終選擇原諒他，攜手度過最難捱的時刻。事件發生近3個月，許志安和鄭秀文夫婦修補感情的進展不錯，許志安現身捧場支持太太，身穿白襯衫牛仔褲，在助手陪同下抵達紅館，現場粉絲見他立即起哄大叫，當中夾雜着少許噓聲。他木無表情急步走進後台，但未有到台前欣賞。

今次是鄭秀文人生的第10個演唱會，她表示很開心。這10次演唱會亦是她人生的見證，其間她經歷事業高低、由歌壇跨到影壇、愛情得失、找到信仰戰勝抑鬱症、原諒丈夫出軌，路途有荊棘、有風光明媚，她都能一一面對，打造她成為堅強、勇敢、上進及無畏的象徵人物。

人無完美，事業成功，愛情卻多波折，與許志安三離三合，結果終成眷屬，丈夫卻出軌，雖然丈夫已回到自己身邊，但不免有所觸動，她在台上數度憑歌道出現階段的愛情觀，唱《傷》時，她先將身體藏在石柱，化了淚痕眼妝，向歌迷說：「如果有事發生，令到你遍體鱗傷，但痛過之後，你的愛情將會變成世界之最。」繼而唱出歌曲《世界之最》及《宿命主義》，饒有深意。

獻唱《不要驚動愛情》時不禁自嘲：「一驚動真是很大件事！」

唱新歌《我們都是這樣長大的》時，她又有感而發：「人生在不同階段有不同領悟，人會長大。來到這個階段，我經歷了好多，我的人生有很多沉澱，人生有更多領悟，所以為演唱會選了首慢歌作為主題曲。沒想過這首歌比以前的主題曲更流行，相信因為這首歌的歌詞很能觸動人。我們成長過程中，每人也有開心、眼淚、經歷和痛，但不緊要，因為我們都是這樣長大的。」她開始唱時已難忍淚水，一度泣不成聲無法唱下去。



■鄭秀文舉行人生的第10個演唱會。

一直在後台沒坐在觀眾席的許志安，完場後，獨自登上保母車，往他與鄭秀文的家飛馳。第二場騷，許志安再度現身，穿上藍色恤衫來捧太太，同樣保持極低調。有指鄭秀文有意借此方法助老公復出鋪路，讓他現身支持自己兼試水溫。不知孰真孰假？其實又談何容易？

百家廊

風吹麥浪

鍾倩

初夏時節，聽到布穀鳥叫，就離着麥收不遠了。生活在城市裡，再也聽不到布穀鳥的「報信」，卻總有些難忘的割麥記憶縈繞於心，或深或淺，或受芒之苦，或收麥之樂。

姥姥家在鄉村，家裡人口多，種的地也多，童年時期，到了麥收那幾天，我跟着母親回去過麥。「芒種忙，麥上場，起五更來打老晌。」收麥子是體力活兒，需要一個「搶」字，趁着天好，連續作戰，割、捆、打、曬、碾，就像人的丹田處醞釀着一口氣，要一鼓作氣，把這些活兒幹完。記憶中，天還沒亮，家裡的女眷就起來燒熱水、做好飯，等都起來就下地去收麥子，拿好鐮刀、木耙、杈把等，直奔麥田。大人們躬身割麥，一個攆着一個，揮舞鐮刀，齊刷刷的，那場面很是壯觀。而麥田裡湧動着一陣陣香味，有如蒸饅頭掀開鍋蓋時的氣息，撩人心煩，不禁微醉。我和村裡小孩打成一片，跟在大人後面拾麥穗，邊拾邊玩兒，見有的孩子搓麥粒吃，另一個男孩提議，「走，我帶你們去個地方烤麥子吃！」話音落下，大家就一窩蜂沒了影，前往大壩附近空地上，點火烤起麥子來。

最冀盼的是中午，麥收就是與時間賽跑，沒有人捨得回家午休，於是，田間地頭吃口飯、歇歇腳，便成為一道流動的風景。姥姥端來乾糧、鹹雞蛋，用瓷罐盛來綠豆湯，大家七手八腳接過去，吃得狼吞虎嚥，稍後，仰脖痛飲一肚子綠豆湯，再抹下嘴，別提有多愜意了。顧不上多休息，更沒有什麼閒情去醉握麥浪，起身接着去幹活兒。風吹麥浪，輸送源源不斷的馨香，也把遠處的清涼捎來。這個時候，麥田裡傳來「賣冰棍」「誰要冰棍」的吆喝聲，我心裡的饞蟲蠢蠢欲動，目光循着聲音一起一落，跑去給大人要錢肯定不理睬，只好嚷嚷着說要回家。母親見狀，知道什麼意思，她喊上一嗓子，賣冰棍的人推着自行車過來，買一支滿足我。陽光卯足了勁發力，彷彿要把大地點着，我在洶湧如濤的麥田裡，舉着冰棍，一滴滴猛淌，我用舌頭舔，沿着臂彎舔，就這樣舔去狼狽的童年，但是，心裡快活得要唱歌，從頭到腳都覺得爽。

麥收記憶，烙印在腦海中，也進駐到身體內。那年麥收，父親騎三輪車帶我去麥田送水，路上一個不留神，我的右腳被捲進車軲轆裡，「啊」的一聲，我放聲大哭，父親馬上停下來，只見我的腳面血肉模糊，緊急之下送到村醫務室包紮處理。幸虧沒有大事，大拇腳趾處留下一道長長的疤痕。多年後，暑假參加軍訓時，見同學腳上也有道疤痕，她說起在鄉下收麥子時被車輪碾腳，以及手搓麥粒吃被麥芒卡着喉嚨的經歷，引發我的共鳴。我這才頓悟，疤痕是一種見證，更是成長歷程中不可或缺的符號……無論是肉眼可見的傷痕，還是被麥秸扎破腳、劃傷胳膊，曬麥子突降大雨被淋成落湯雞，用小車推着麥子去換學費腳上磨出血泡……都提醒我們，曾經那麼近距離地接近大地，聆聽麥浪，擁抱自然。這些經歷，最終都成為了反芻我們精神的源頭。

或許，每個人心裡都有塊麥田，象徵青春、熱情、鄉愁、希望，甚至愛情。眼看麥子由青轉黃，由黃變金黃，這抹金黃迅疾擴展、籠罩，為大地披上了一件黃金衣，天空也很配合地綻出一片蔚藍，相得益彰；而那些受芒之苦、勞作之累、卑微之淚，在農人眼中可以忽略不計，唯有雙手合十，滿懷感恩。這使我不禁想起法國畫家米勒的油畫《晚禱》。黃昏時分，教堂鐘聲響起，他路過田野，遇到一對農民夫婦，最初他想畫一幅農民遭遇歉收苦不堪言的生活景象，畫着畫着他發現，農民夫婦拿着帽子，低頭禱告，沒有半點抱怨，內心深受感動。後來，蔣勳先生來到台灣東部一個叫縱谷池上的小村莊，駐村體驗兩年，秋收時節他曾與雲門舞者一起下田收稻穀。他問道，「如果在今天，米勒會來池上嗎？會在池上定居嗎？」我想，即便他還活着，來到池上定居，但是，創作《晚禱》的機緣和心境再也找不回來了。蔣勳先生受邀在沒有整修的穀倉上講了一次米勒，這與其說從美學角度詮釋大地上的勞作，毋寧視為對自然秩序的喚醒，以另一種方式留住對人生四季的眷戀，使它流逝得慢一點，再慢一點。

風吹麥浪，就像大地低音歌唱。難忘麥浪滾滾，不捨麥香撲鼻。我注視過母親長年勞作的雙手，骨節粗大、變形，結着厚厚的繭子，不知割過多少季麥子，種過多少季玉米，在風霜雨露的輪迴洗禮中，始終攥有不放棄不拋棄的勃發力量。如今，城市擴建，舊村改造，麥田不再，村莊不再，對麥收的溫故只停留在端午前後的惦念上，如母親的絮叨，「老天爺，保佑別下雨，等搶收完麥子再下吧！」對城裡人來說，麥收成為朋友圈的懷舊熱潮，買上幾束麥穗，咬一咬麥粒香，感受下麥芒扎手，好像就是體驗過麥收。其實，麥子不是用來收割的，而是用來過活的，「回家過麥去」、「放個過麥假」，這是我聽到的最動聽的詩句。過麥，過的是與大地休戚與共又深情相契的日子，辛酸、苦樂都有，喜悅、滿足相伴；過麥是與身體的對話，找回土地與根脈的關係，豐收也好，歉收也罷，都不能回頭，過下去就有奔頭，正如活下去就有希望。就像成熟後的麥穗，飽滿，低垂，它教會人們生存的哲學，像一粒種子那樣堅韌，像一顆麥穗那樣謙卑。

想起那年夏天，我在省中醫住院，同病房有個五歲的男孩叫青松，家在河南，慕名來省城求醫，父親是農民，沒有多少文化，男孩的舅舅一同過來，在走廊打地鋪，陪床照顧。端午節前，青松的母親生了二胎，父親回去一趟，捎回來喜雞蛋、花生、麥穗。青松拎着蛇皮袋子，挨個床位分給大家。麥粒飽滿而香甜，病友們吃得津津有味，有說有笑。只有青松一聲不吭，眼睛裡盛滿落寞，吃激素鼓起的小肚子，也矮了下去。突然，他跑到醫生辦公室，操着一口方言，急不可耐地問道，「我想出院，我和小夥伴約定好了，麥收時就回家……」聽到這裡，醫生紅了眼睛，我突然被重重嗆了一下，咳嗽不止，弄不清是被麥芒扎到嗓子，還是其他原因。

從那以後，每年麥收時節，我都會不由自主地想起青松，想到麥浪滾滾的田地裡他是否還能健步如飛，頓覺心底有個地方隱隱作痛，如芒在身，無所適從。

倫韻度曲

藝術創作的靈感

梁君度

我的一個叔父曾著有關於唐詩鑒賞的文學著作——「唐詩雜粹」，遂以為他會常常作些詩詞。有一次見到他，便問最近有些什麼詩作，他竟說久沒作詩了，究其原因，竟是：沒有創作靈感。

不論小說家、詩人、畫家，還是作曲家，要進行藝術創作都需要靈感。靈感是創造性的突發思維，很多時候需從生活中尋找。所以寫小說、寫詩、寫劇本、作曲、畫畫，都離不開生活，有生活才會有故事，才會有激情，才會有靈感。

王羲之小時候曾跟衛夫人學書法，衛夫人教少年王羲之：「點如高峰墜石，橫如千里陣雲，撇如陸斷犀象，捺如崩浪奔雷，豎如萬歲枯藤……」講的全是大自然裡的景象。道法自然，原來古人書法創作也是從生活中獲得靈感啊！ 唐代大詩人李白的族叔李陽冰是書法家，擅小篆。他說：「於天地山川得方圓流峙之形，於日月星辰得經緯昭回之度，於雲霞草木得霏布滋蔓之容，於衣冠文物得揖讓周旋之體，於鬚眉口鼻得喜怒慘舒之分，於蟲魚禽獸得屈伸飛動之理……」講述的也是從生活獲得書法創作靈感。

我前幾天去廣州見一位女書法篆刻家伍思潮，她和我談到她的創作體會，令我對她刮目相看。篆刻藝術有二千多年歷史，印章藝術承載着古代璽印的元素，而鳥蟲文印更是以其形態生動在印章界獨當一面。鳥蟲文以其筆劃形狀似鳥似蟲而冠名。伍思潮說，刻鳥蟲文印最難的是構思和佈局，佈局如佈陣，需首尾相接，脈絡相貫，敧正相生，錯綜離合，且動物之間要有交流，顧盼生姿。伍思潮為此養蠶養鳥，經常觀察這些動物的動靜，以此融入鳥蟲文印章，原來她的篆刻藝術也是從生活中尋找創作靈感。

從零創夢

勇敢面對就是放下

王嘉裕

上次和大家分享了一位醫生的故事，儘管他患上很多病症，最後他卻尋求方法獲得了健康。而今天，再與大家分享，他是怎麼去扭轉自己的人生。

當他開始將內在的壓力和情緒釋放的時候，他就忽然間發現，其實大部分的負面情緒和思想，都是因內疚而成。每一次，當我們批評別人，就會產生多一層內疚。卻不曾發覺，我們的內心和大腦竟然是每分每秒都不停地批判、批評着這個世界的一切人物、環境。

因為無休止的批判，就產生內疚的循環。很多時候覺得自己應該做正經事，充實地活自己的人生，連晚睡都感到內疚的情緒，這是我們和內疚相處得太久，已不察覺到它的存在。

對許多人來說，可能只是直接將這份內疚，投射到這個世界上。這也是為什麼我們人生的很多時候，都要有一個敵人去給我們投射心中的內疚感。那個醫生一開始嘗試放下時，他有一段期間感到非常討厭，要處理和感受這些負面情緒。但他也意識到，無論你喜歡與否，其實我們每個人都是會思考，會感覺的生物，若僅僅壓抑或不理我們的情緒，就是拒絕接受現實。因此，他繼續嘗試放下。

僅僅幾天之後，胃腸道下段的問題，已經自動能夠自我治療了，手術也取消了。很多多年頑固的症狀，也開始慢慢減弱，發病的次數也慢慢減少。例如偏頭痛愈來愈少，腰背部痛的問題也不見了。他的身體開始感覺到輕鬆，強壯，突然間他察覺到，身體所帶來的情緒上的壓力，是大腸憩室炎，他知道應該進醫院治療，但是他對自己說：或許可以嘗試用放下這個方法，就當作為最後的實驗，不成功便成仁。

然後，他就選擇徹底地放下所有感覺，比如肚子強烈的痛楚，他都正面去感受而不是拒絕它，他嘗試不去用任何思想或言語去給它標籤。僅僅是感受着身體上的感覺，不作抵抗或改變。

疼痛，如同刀割一樣，每一份感覺他都清晰感受到，並且選擇放下。四個小時之後，他感受到應該停止了流血，痛楚也開始減弱，他感覺到大腸的憩室炎已經治癒。

但是在這裡要提醒大家，他自己本來是醫生，所以我們不能模仿他。我們分享他的故事，是從他的體驗中得到啟發。這位醫生之後也感覺到，大腸雖有間歇性的痛楚，但也嘗試放下。隨着不斷地應用放下，所有病症都逐漸開始自然地完全治癒。

而他也明白了，一旦放下和移除了「自己的身體是病患」的這個信念，病症就再沒出現過。因此，十一月他裝修房子時，被一條巨大的木柱壓到了腳上，導致腳板前半部的骨頭被壓碎。他再次應用了放下這個技巧，到聖誕節時一個月後而已，他的腳就已經恢復好，還可以跳舞了。

上面的故事是David Hawkins博士，在他《Healing and Discovery》書裡提到的一個親身經歷，如果大家有興趣的話，也可以自己重溫一下。