無去來處

趁着早春，第一次來到京城西山的大覺寺。走進山門：玉蘭、丁香、連翹、荼蘼、紫荊、杏花。將這幾個花名一一排列出來，根本無需再加額外的形容詞，就已自帶雜而不亂的色彩，濃而不烈的香味，甚至吹面不寒的風。

大覺寺始建於遼代，距今一千餘年，歷代不斷重修，前些年再度進行了修繕。大雄寶殿懸掛着乾隆御筆的「無去來處」。這位詩作產量第一的皇帝，在四萬多首詩中，有十幾首是吟誦大覺寺。匾額與乾隆二十八年的一首詩有關：「蒞止花宮駐福田，禪枝忍草總依然。了知調御無來去，瞥眼流光卻五年。」

這詩是比較典型的乾隆體，並無甚意境。但「無去來處」卻突然讓我生了胡思亂想的興味。四季輪換，花開花謝，禪枝忍草何曾依然？今春與去年，何嘗是同一枝？對佛理的禪悟，古今亦非如一。哪有什麼永恆不變呢？每個人都彷彿是一艘忒修斯之舟，暗擲流年的同時，從精神到身體都不再屬於原來的自己。年齡愈是增長，對瞥眼流光愈是敏感。

櫻桃年年紅，芭蕉年年綠。但到底是人暗擲流年，還是流光容易把人拋？坐在寺中的茶室，十幾年前如梁實秋般「不善品茶，不通茶經，不懂茶道」的我，而今也居然能慢慢品出些滋味。

陰天沒有陽光，就連方向也消失了。我一直覺得走進山門是自南向北拾級而上。直到偶然看折頁上的簡介，才發現大覺寺是罕見的坐西朝東。一株三人合抱的巨大古槐，身上的紋理與瘤疤彎彎曲曲，彷彿一幅立體的梵高《星空》。恍惚間，時空都有些扭曲了。

光陰飛逝，很多人和事其實已經遠去，只在極偶爾的一瞬間，消失的情愫彷彿在另一個平行時空裏招手，生怕被忘卻。若干年後，這些情愫將永遠消失；也許是永遠存在，等待被不經意的打撈。

瓜園 蓬山
gardenermarvin@gmail.com
逢周三、四、五見報

幸福感

有很多技能可以透過上課學習到，舉凡插花、陶藝、廚藝、語言、音樂、醫術……當然學得好不好是另一回事。但幸福是否可以靠學習而得到呢？只要你走入書店，就會見到架上有很多所謂「人生導師」，傳授各種各樣的幸福秘訣。坊間也有林林總總，據說可以增加幸福感的課程。筆者未上過這些課程，但對於成效卻存疑。

世界衛生組織（WHO）指出全球抑鬱患者高達三點二二億，新冠肺炎疫情期間全球焦慮和抑鬱的患病率更大幅增加百分之二十五。在第五波疫情中，很多港人都受到波及，面對紛至沓來的工作、生活壓力，即使沒有抑鬱，幸福感也肯定大減。

最近看到一則有趣的新聞，美國新澤西州百年大學今秋將開設全球首個幸福研究碩士（M.A. of Happiness Studies）網上學位課程，課程的目的據說是為培養個人和職業方面的幸福感和適應力。校長墨菲博士解釋，現時人類正處於艱難時期，課程將有助畢業生尋找方法，幫助自己及他人度過負面影響。

修讀後會否提高幸福感是未知數，但肯定「荷包大出血」，為期一年的課程，學費居然高達一萬七千七百美元，已有三十八份申請。課程由以色列裔行為學博士兼流行心理學作家本沙哈爾負責，一年共三十學分，內容涵蓋心理學、哲學、神經科學、金融、商業、文學、宗教、音樂等學科。單看課程內容，相信只是理性地探討「幸福」這概念，期待透過上課學習到技巧以增加幸福感，那肯定是捉錯用神了。

美國著名作家亨利梭羅（Henry Thoreau）畢生提倡廢除奴隸制度，也熱愛自然、積極保護生態。很喜歡他的一番話：「幸福就像一隻蝴蝶，你愈追牠，牠就會愈躲你；但如果你把注意力轉移到其他事情身上，牠會在你的肩膀上輕輕地停留。」

在疫情期間你不要注視自己的不幸或不便，轉而去幫助更有需要的人，也許幸福就會不經意地降臨。

童眼觀世 梁戴
逢周二、四見報

聯乘效應

新冠肺炎確診數字稍見回落，本港三間連鎖手錶門店大排長龍，逾百人在街上聚集，需警員到場了解，不知情者以為派發抗疫物資，知情者則不禁嘀咕冒染疫風險購買非生活必需品是否值得。

值不值得因人而異，難一概而論。那售價二千多元的SWATCH與OMEGA聯乘手錶，有人覺得設計異常吸引，加上OMEGA入門錶款價格以上萬港元起跳，現在入手門檻降低，機會難逢；有人則認為這次聯乘噱頭大於實際，機芯、用料與工藝跟原品牌相差太遠，只是針對顧客虛榮心的促銷手法。不管消費者評價如何，是次全球SWATCH門店的先到先得與限購銷售方式，已在各地盡收宣傳之效，反應熱烈，更進一步證明經典與大眾化品牌使用聯乘方式開拓市場不單奏效，也是大勢所趨。

高奢品牌近年紛紛提高售價及減少產量，藉以鞏固品牌形象、控制目標顧客層面與保障生產技術專利，讓不少追求物質享受的人望門興嘆。由於需求不斷增加，直接導致二手市場炒風熾熱，普羅市民，尤其重時尚打扮的年輕人更難入手心頭好。商家知道大眾消費力不容忽視，只要聯乘不同價格水平的品牌，推出售價貼地的系列就能吸引大量原本不會沾手貴價品牌的顧客。例如GUCCI × The North Face、Jil Sander × UNIQLO、Balenciaga × Crocs等，都成功在低迷的經濟環境中突圍，大收旺場。現在連經典鐘錶品牌也走此道，相信隨着後疫情時代的來臨，同類情況定陸續有來。消費理財，從來貴客自理，用炒價買量產物品也是心甘情願，至於怎樣平衡購物慾與負擔能力，在疫情陰霾裏是否今朝有酒今朝醉，各人實有取決的自由。聯乘產品是消費陷阱還是精明選擇，披荊斬棘能否得物有所值，只能說：「子非魚，安知魚之樂」了。

竹門日語 簡嘉明
逢周一、四見報

又是一年春茶季

每年清明前都會收到幾位老友寄來的春茶，濛濛細雨中和茶友知己閒聊，茗一口綠茶，唇齒留香，甘味生津，回味無窮。

今年新冠肺炎疫情蔓延，採茶、物流都受到影響，收到朋友張先生的新茶已經是寄出近半個月，在長時間運輸、消毒後，收到茶葉有些發黃了。

每年春分前後就是春茶開採的時候，疫情蔓延令茶葉市場受到很大影響，張先生說，以往這個時候茶園裏已經是人來人往，忙得不可開交，今年來產地的茶商很少，冷冷清清，整條茶葉街商舖都異常安靜。他說，最近一直下雨，茶葉的採摘期估計會長一些，品質還是會保持上乘，但已經銷售出去的茶葉，由於物流不暢，積壓在產地倉庫裏發不出去。

安吉白茶、西湖龍井、顧渚紫筍都是綠茶的珍品，種植安吉白茶的張先生說，現在買茶很新潮，直播帶貨，安吉白茶還推出茶廠數字貼，給茶葉都貼上防偽，以保證在網絡銷售中正品茶葉的品質。現在茶葉已經從禮品消費轉變為個人消費，茶商也越來越接受新的銷售模式了。種植紫筍茶的朋友李先生除了做明前綠茶，這些年還增加了紅茶等品種。

李先生種茶年頭已經不短了，每年還是為採茶費盡心思，春茶採茶只能靠人工，採茶工越來越貴，疫情反覆，約好的採茶工也不能保證全部到位，但茶季又很短，今年的成本會更高。

當地政府還為茶農準備了快速核酸檢測車，十五分鐘就可以出結果，採茶工都需要先做核酸再進茶園，以保證茶葉不受病毒的影響。

不久前浙江順豐快遞員疫情爆發，周邊各地的順豐快遞都受影響，茶葉的運輸也受到極大影響。

花開了，春到了，綠芽已經一芽一葉初展了，糯糯的鮮香，甜甜的鮮爽，希望疫情緩解，讓愛茶人早日嘗到春天裏第一口鮮。

九連環 薩日朗
逢周四見報

雲祭掃

舞煙眠雨過清明。

清明節將至，廣東地區春和景明，掃墓祭祖、踏青郊遊是廣東人過節的主要禮俗。慎終追遠，祭之以禮，為已逝的親人和祖先莊重地送上思念與敬意，在廣東一帶尤為看重。

傳統的廣東人向來重視清明掃墓，每逢清明，不少港人專門回廣東老家掃墓祭祖。掃墓時，要攜帶酒食果品、紙錢、鮮花等物品到墓地，將食物供祭在親人墓前，再將紙錢焚化，或者折幾枝新柳插在墳上，叩頭行禮祭拜。

這兩年，因為疫情，出行受到限制，各地清明掃墓也出台了一些控制措施，比如要預約或者限制人數，今年深圳政府部門更緊急發出通告，清明期間暫停一切現場祭掃活動。

現場不能去，清明對逝去親人要表達的心意不能少，「雲祭掃」便有了市場。「雲祭掃」顧名思義，通過「雲端」在網上追思已故之人。

廣東省民政廳近日在官方微信小程式「粵省事」平台專門升級了「雲祭掃」服務，滿足多樣化的祭掃需求。人們可點擊「發表寄語」進行簡易祭掃，也可點擊「進入逝者紀念空間」，為已逝親人創建紀念空間進行祭掃，在這個空間裏，有「逝者生平」、「獻禮」、「親友追思」、「分享」等環節，可以編輯逝者生平事跡、向親友獻花、獻酒表達哀思，還可以分享鏈接給親友，邀請親友一起參與緬懷，拉近思念的距離。

還有一些平台推出網上紀念堂、線上祭祖、直播代客祭掃等「雲祭掃」。

相較於傳統祭掃，「雲祭掃」因為綠色環保被看作是新風尚而加以推廣，動動手、在網上獻花、點燭、上香、填寫祈福卡，不但環保，還規避攀比浪費，可謂非常「清明」。

儘管「雲祭掃」是一種無奈之舉，但卻為祭掃活動提供了更多選擇，寄託哀思、緬懷故人，需要的是靜思懷想和心誠意至，真情更不會因為祭掃方式的改變而改變。

清明時節，思時之敬。

灣區聽雨 黎園
逢周四見報

貪戀涼皮

三月到底，往往是很煩躁的。漫無邊際的十幾度，春天已經悄悄走開，夏天卻遲遲沒來，留着人間不上不下的小煩惱，總是一抬頭，就能被紛紛揚揚的柳絮堵個正着。胃口也適逢「空窗期」，除了一碗涼皮，和那吸溜一聲的痛快，再沒什麼可以解憂。

涼皮很好，好到讓新疆和大西北為了它，硬着頭皮要爭個高下。後者但凡支起「陝西人家」的招牌，就不愁沒有客人，把「散養」的涼皮拌出廣袤的氣質，一臉淡定，寫出它交付給躁動的答案。前者用石河子一個地方撐起一整個舞台，純粹小麥粉的狂歡，酸中帶辣，每一口都用多一分的韌性，提醒着食客們它與眾不同的身份。

如果不是這兩個地方的人，涼皮吃多了，反而不會計較「血統」。無論東西南北，不管是大米還是小麥，這道菜都有種異乎尋常的魔力，一出場就能斬斷千頭萬緒，讓心情像電腦重啟一樣立時清零，回歸平靜。我愛的那一碗涼皮裏，有黃瓜，有豆芽，瘦瘦小小的「身體」切成了絲，卻說什麼都不肯磨平棱角，散落在半透明的涼皮裏，看別家配菜坐井觀天，它有點遺世獨立，又充滿着海闊天空的覺悟。

當然了，這份「境界」，得在吃的時候才感受得到。聰明的店家涼皮做得有算計，盛夏重酸辣，讓胃口開到最大；而這個季節則是最溫柔的，端上來一小碗麻醬料，需要你自己甩開胳膊，在拌的過程中，香氣飄出來了，沉睡的好奇心也被攪動起來了，好像突然把頭探出窗外的孩子，一路的風景在這一刻，才成為記在心裏的畫像。一口涼皮，嚼得分外舒服，香、甜、酸、辣羞澀地握手言和，偶爾竄出來的黃瓜和豆芽，爽脆爽脆的，聽自己唇齒間輕盈的「咯吱」聲，霧蒙蒙的心情就重新晴朗起來了。

食色 判答
逢周二、三、四見報

爬山要懂山性，游水要懂水性，成功必須要懂人性。

漫條思理 鄭辛遙
逢周二、四見報

不居功

老李夫婦出現感情問題，到了離婚邊緣。老張是他們的好朋友，在他的努力下，老李夫婦言歸於好，他們對老張的協助很感謝。想不到半年後老李夫婦忽然對老張冷淡，老張打電話過去不接（看到來電顯示），電話留言也不覆。

出什麼問題了？只因在朋友的聚會中，老張常對着大家拿老李夫婦吵架的事來取笑，還說如果不是他，兩人恐怕已經分手了。就有多事的人問老李什麼事激怒太太了，是不是外面有「小三」？又有李太的姐妹叫她看緊點老李，男人信不過。弄得老李夫婦很尷尬。

類似的情況出現不止一次，老張除了炫耀自己做和事老的能力，還以恩人自居。結果他成為老李夫婦討厭的朋友。

我們熱心助人是好事，助人之後要把這事完全忘記。助人為快樂之本，快樂就是你的報酬，此後誰也不欠誰。念念不忘，還要不時拿出來說，只會使對方的感激化為烏有。

即使我們曾經幫助過清貧子弟成材，別以為都是我們的功勞，他們自己的努力才是決定因素。如果他們一再致謝，我們也要對他們這樣說。

南牆集 阿濃
m.facebook.com/A.Nong.cps
逢周四見報

轉季調理肌膚

經過一個秋冬季節，工作與生活壓力，都可能令我們的皮膚變得有些疲態，加上乾燥天氣讓肌膚水分流失，最顯著的現象就是暗淡，失去光澤，轉季就要設法減少臉上的瑕疵，用最佳狀態來迎接春夏時刻。

大部分女士對皮膚的護理都很注重，尤其是臉上的肌膚，而護理保養的工作主要是由各種牌子的護膚品完成，方式則各有不同，有臉上每個部位採用不同的護理品，亦有隨便一瓶護膚品就可以，也不區分什麼日霜或夜霜。如果注重效果，講究護理程序，就要使用不同功用的產品，才能發揮護膚功效。我比較喜歡採取中庸之道，不會着重品牌，最主要是看季節的轉變和注意自己的膚質，選取適合的護膚品，若過分着重產品的名氣，有時反會忽略了效果方面。

經過一個乾燥的冬季，春天一般情況是較為溫暖潮濕，需要留意的是由於溫度的轉變，皮膚在適應上也會產生不同的變化。一直維護我們適應乾燥寒冷天氣的面霜，此刻會感到有些過分油潤，需要在每晚潔膚後先用爽膚水輕抹一次，除了有助控制皮脂、疏通毛孔外，也可增強亮化膚色。冬季勤於用精華素補濕，近日臉上有小油脂粒浮現，這可能就是潔面工作未能徹底去除油分所致，必須每晚用爽膚水來改善。

轉季時分要注意護膚，不同季節護膚品的互相連接要配合適當，太滋潤或缺乏補濕成分都會令肌膚像天氣變化一樣產生問題。

還要一提的是因防疫關係，雙手皮膚會出現嚴重的乾燥問題，如果採用一般潤手霜效果未如理想，可選用含保濕的乳木果成分，如牛油果油等較高效能的潤手霜，有助紓緩滋潤及修護手部皮膚。

衣尚 蕙蕙
逢周二、四見報