

「蘇超」與「村超」

「蘇超」，不是此前的蘇格蘭足球超級聯賽，而是如今爆紅的江蘇城市足球聯賽——聽上去像玩笑，實則認真得很。全省十三市相互叫板，綠蔭競技與文旅營銷齊飛，賽場內外人氣爆棚。與貴州的「村超」相映成趣，足球實現了「從農村包圍城市」。

這些球隊沒有動輒百萬的年薪，也沒有種種繁複的運營團隊。有的只是業餘愛好者的熱情、社區的參與、鄉土的情感，還有，更重要的，那就是簡單純粹的快樂。他們或許沒有職業球員的技術，卻有比職業聯賽更火爆的上座率 and 更真誠的歡呼。平均場次觀眾達到數萬，超過了好些中超聯賽。

為什麼「村超」「蘇超」能火？因為他們避開了職業足球那套「苦中作樂」的邏輯，沒有資本操控，沒有成績KPI。去除了各種功利計算，足球反璞歸真，回歸本原，真人真腳地跑，真心實意地踢。

「蘇超」崛起，並非偶然，而是體育發展規律的一次自然反彈。足球的真正崛起，必然擁有活躍的基層聯賽、覆蓋廣泛的草根培訓、遍地開花的業餘賽事，自下而上地形成選拔梯次。強行自上而下靠行政推動，拔苗助長，往往欲速而不達。事實一再證明，多花大錢，多修豪華球場，多引進歸化球員，並不能帶來根本的扭轉。沒有群眾基礎的競技體系，如同空中樓閣；脫離民間參與的體育政策，不過是一紙空文。

「蘇超」如一場及時雨，澆灌了乾涸已久的足球土壤。其背後，是一種久違的社會共識：足球，是每個人都能參與的快樂，而非禁錮在高牆內的小圈子遊戲。這些接地氣、不裝腔的比賽，讓足球重新走進人們的日常。對於「蘇超」，千萬不要急着去「標準化」，不妨就多給一些「野蠻生長」的空間。真正能托起體育未來的，恰恰是這種無需包裝的熱愛。



逢周三、四、五見報

滷水金錢肚

中國人對吃的執念，向來是刻在基因裏的。從南到北、從山珍到海味，但凡能被端上桌，絕不流落江湖成遺珠。但要細數這其中深藏不露的角色，滷水金錢肚絕對要出場。外表平平無奇，卻內力深厚讓人「過目不忘」，本港的早茶樓裏要沒了它，靈魂直接少一半；嶺南人的鍋裏若少了它，可就像武俠小說丟了降龍十八掌，總覺有些遺憾。

金錢肚，名字聽着富貴逼人，其實攞早些年，就是難登大雅之堂的「下水」。它是牛的蜂巢胃，因為表面的蜂巢紋看上去像一枚枚銅錢，遂得名「金錢肚」。但只要到了中國廚師手中，就能搖身一變成為食材新風尚。大概是粵菜師傅也偏愛於它，才有了讓人魂牽夢繞的滷水金錢肚。縱觀整個滷水界，怕是唯有它才能稱絕配，不僅因為那一條條紋理可牢牢鎖住滷汁，還有韌中帶脆、脆裏生香的勁兒，像極了嶺南人骨子裏的講究務實，粗中有細，回味悠長。

想做好這道菜，步步是功夫。新鮮的金錢肚洗乾淨，鹽搓醋泡加麵揉，十八般武藝上陣，方有新鮮透亮。焯水把握好時間，看肚縮成波浪卷馬上撈出過水，才能保留脆嫩口感。重頭戲是「熬」，把秘製滷汁備好，金錢肚入鍋，然後便文火慢燉，少則兩個鐘頭，多則半天，等滷汁滴滴滲透，整個後廚都是香味，再看肚片，愣是能在這鍋中熬出三分貴氣、七分俠氣，此時上桌，別管是誰，都得破戒。

所以你看，哪怕珠三角的早茶文化龍爭虎鬥，依舊有它一席之地，敢跟炒河粉爭奇鬥艷，能同蝦餃鳳爪試比高。畢竟誰都沒有這複雜、勾魂的天賦，咬下去的那瞬間，有鮮美有回甘，還有微辣層層遞進，吃一道菜，能品百種香，包你拍案叫絕。



逢周二、三、四見報

在全球旅遊版圖中，中國正成為越來越多外國遊客心馳神往的目的。而深圳的華強北，無疑是他們旅途中亮眼的一站，「去中國要帶空箱子」這句話在海外社交平台熱傳，背後是華強北購物熱潮的真實寫照。

踏入華強北，彷彿置身於科技與商品的夢幻王國。這裏活躍着十一萬家商事主體，是全球規模最大的電子元器件集散地之一，有着「中國電子第一街」的美譽，電子信息產品種類全、配貨快、效率高，宛如消費電子行業的風向標，全球電子信息產業的

今年六月六日是全國「愛眼日」，主題為「關注普遍的眼健康」。確定為這個主題，可能是大家普遍不怎麼關注眼健康，平時工作長時間盯着電腦屏幕，休息也手機不離手，眼睛乾澀視疲勞是常態，青光眼白內障的重症患者越來越多。

在所有文學作品裏，寫眼疾最有名的當屬葡萄牙作家薩拉馬戈的《失明症漫記》。一九九一年，薩拉馬戈的右眼視網膜嚴重脫落，治療眼疾的經歷，讓他想寫因眼睛失明而引發的怪誕離奇故事。《失明症漫記》這部小說確實如此：在西方國家某城市，

一九五八年春天，紐約現代藝術博物館發生了火災。二樓的技術人員在抽煙時不慎引發火勢，最終造成五件藝術品被焚毀，包括莫奈的《睡蓮》中的兩幅作品，而喬治·秀拉的《拉格蘭德賈特島的星期日下午》，（一八八四到一八八六）差點被燒毀。

在這次不幸事件中，秀拉的傑作不幸地及被時搶救，轉移惠特尼美術館，才得以倖存。今天，這幅畫永久收藏於芝加哥藝術學院，可算是藝術史的慶幸。畢竟，秀拉短暫的一生所留下的畫作寥寥無幾，每一幅都是無



使你疲倦的不是前面的高山，而是你鞋裏的一粒石子。

漫條思理 鄭辛遙

逢周二、四見報

家鄉的味道

維多利亞公園的上空，升騰起一種陌生又熟悉的氣息，那是炭火炙烤羊肉的獨特香味，它豪邁地瀰漫開來，宛如草原派來的信使，宣告着內蒙古專場的到來。羊肉串被高溫炙烤，油珠滾落，輕煙裊裊，竹籤上的羊肉串滋滋作響，脂香四溢，引得香港市民循香而至，排起長長的龍。

這份濃郁的「家鄉味道」，離不開香港內蒙古經貿聯合總商會的用心呈現，這已經是她們連續第三年參與香港「家鄉市集」活動了。今年，她們不僅像往年一樣，帶來內蒙古優質的綠色有機產品，更新增了蒙古族歌舞表演，讓香港市民在品嚐美食的同時，更多了解內蒙古獨特的文化魅力。這次她們帶來的奶製品更是喚醒了家鄉人的味蕾，潔白的奶皮在舌尖融化，奶豆腐微酸回甘，帶着草原的溫厚與純粹，是牧民們遵循傳統製作的健康

細微變化都能在此率先感知。

國產無人機、手機、平板電腦、智能AI眼鏡等新潮科技產品琳琅滿目，其中AI翻譯器最受外國遊客追捧。哪怕不聯網，它也能迅速實現多種外語和中文互譯，堪稱外國遊客開啟「掃貨、砍價」之旅的神奇鑰匙。

華強北的魅力，遠不止豐富的商品。這裏構建起了完備的購物生態體系。樓上精心選購商品，樓下便能直接發貨，貨幣兌換、國際物流等服務一應俱全，貼心又便捷。更誘人的是，所購商品還能享受退稅政策，相

一個男人等紅綠燈時突然失明了，接着送他回家且偷了他車子的人、接診的眼科醫生、診室裏戴墨鏡的女郎、斜眼的小伙子也不明原因地失明。失明症蔓延整座城市，造成前所未有的恐慌與災難，食物短缺，組織崩潰，文明與尊嚴變得岌岌可危。當眾人瀕臨絕境時，失明症又毫無徵兆地消失，視力恢復，但破碎的世界如何重建仍是待解之謎。

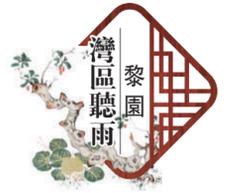
小說裏，眼科醫生的妻子是唯一保有視力的人，這個視力正常的人不僅是講述者的「眼睛」，更是人性與文明的希望，為了陪伴丈夫，她佯裝

當於直接打九折。一家國產無人機門店店員透露，現在一周大約能賣出五十台無人機，其中有一半都被外國遊客收入囊中。

隨着外國採購商日益增多，今年以來，來華強北的外國人增長了五成。為了更好地服務外國遊客，當地專門組建外國志願者團隊，幫助外國遊客與商家溝通、砍價，促成交易。

外國遊客對華強北的喜愛，通過社交媒體在世界各地廣泛傳播。一位澳洲遊客在社交平台分享：「在華強北，我買了十件東西，回去後我至少

會推薦給五十個人。」還有外國遊客自發組成「代購團」，不遠萬里奔赴中國採購熱門商品，再帶回去售賣或自用，就這樣，華強北的名聲在海外越來越響亮，吸引着一波又一波外國遊客前來「打卡」購物。



逢周四見報

《失明症漫記》

自己也患上失明症，在強制隔離的廢棄精神病院，她還組織部分盲人在廢墟求生，掩埋死者、尋找食物、維護基本尊嚴。有人疑問薩拉馬戈為何要寫一部如此「冷酷無情」的作品，他的回答是自己活得很好，可是世界卻不是很好，《失明症漫記》不過是這個世界的一個縮影罷了。他憂心的是，我們正在一天比一天失明，因為我們越來越不願睜眼看世界，最糟糕的失明者是那些不願意睜眼看的人，成為理智上的盲人。

值得一提的是，在二〇〇七年中國話劇誕辰一百周年之際，中國國

家話劇院排演了話劇《失明的城市》，而與國家話劇院合作，香港話劇團排演了以粵語對白的話劇《盲流感》。這兩部話劇，都是根據《失明症漫記》改編。



逢周二、四見報

美好的星期日下午(上)

可取代的珍寶。秀拉是法國後印象派畫家，以其開創的色彩分割法與點描技法聞名。他的藝術個性融合了對感官極致的敏感，以及對數理邏輯的精準追求，而其標誌性的巨幅作品《拉格蘭德賈特島的星期日下午》正體現了這種特質。

拉格蘭德賈特島位於巴黎西北，當年尚屬鄉間景致，遠離都市喧囂。秀拉以這個場景作為畫面載體，結合作色彩科學理論，如米歇爾·歐仁·謝弗勒與奧格登·魯德對光學與感知的

研究，以細密點狀色彩並置於畫布，透過觀者視覺自行混合成色，提升色彩鮮明度與表現力。從此，秀拉以無數細小、幾乎等大的點，點出了畫面，挑戰傳統筆觸，創造了新鮮的視覺效果，也改寫了十九世紀末的繪畫語言。同時，他在畫作邊緣繪上點描構成的彩色邊框，再以白色木框包裹，使整體觀感更加完整，這樣的展出方式一直延續至今。

《拉格蘭德賈特島的星期日下午》描繪了巴黎人午後於塞納河畔一處公園島嶼上的休憩景象。畫布面積

達兩公尺乘三公尺，場面宏大，人物眾多。畫面中的人物各自安坐或漫步於樹蔭下：有散步的貴婦與紳士、有拿針線的婦人、吹喇叭的音樂人、正在釣魚的女子，甚至還有一隻被繫着繩子的寵物猴，等等。



逢周二、四見報

投其所好

除了在网上看新聞之外，我會上YouTube瀏覽一番。原來YouTube有投其所好功能，而且反應極快。我剛點開一首歌來聽，不同的版本立即出現。我才查詢某個旅遊地點，很快湧現大量旅遊路線。

所以我的YouTube頁面，其實是我興趣的全面呈現。

拿最近的來看，新聞報道和評述佔了一半。我佩服的幾位KOL更是天天出現。

有趣的貓卡通、貓漫畫、貓動態絡繹不絕，總能引發我的笑聲。

一女一男兩個萌娃，一個聰明伶俐、人細鬼大；一個一本正經，像老人精。他們跟大人之間的對答，使你哭笑不得，而他們多數是勝利的一方。

一些家居小常識，包括怎樣磨刀，怎樣脫下緊箍的戒指，怎樣煮雞蛋不破，也常常是我想知道的。

一些好聽的歌，都是我喜歡的老歌，邊聽邊打稿，一樂也。

偶然點擊看一個性健康的問題，想不到打開了潘多拉盒

子。健康的和不健康性資訊蜂擁而至，想像上網的年輕人，很難拒絕標題的吸引。青春期的好奇，加上對師長難以啟齒，漸漸就會沉迷。被搞得烏煙瘴氣的頁面要長時間才獲清洗。



逢周四見報

家鄉的味道

風味，都是內蒙古綠色有機之選。吃着焦香的羊肉，聽着馬頭琴聲，眼前漂亮的蒙古族姑娘穿梭往來，此情此景，讓人瞬間恍如置身於曠野，心頭湧起一股蒼涼之感，草原的遼闊彷彿也在咫尺之地驟然鋪展。悠揚的琴弦音，將草原深處那種特有的、帶着粗獷與柔情的韻律，融入了香港的鬧市聲中，這奇妙的交融，足以讓心靈重返那片蒼茫綠野。此刻維園的美食已不止於舌尖，更讓久居於此的人真切地品味和感受那份千里之外的家鄉味道，原來家鄉的味道是風物入喉，更是鄉愁入心。



逢周四見報

夏日太陽鏡

女性臉部的美容焦點，一是眼睛，二是嘴唇，這兩部位是發揮貌美的亮點。秋冬時分，眼部妝容通常會比較濃，從眼影到睫毛膏等，而在夏日，眼妝可能會隨意一些，一副適當的太陽鏡，會讓你擁有更完美的眼妝效果。

太陽鏡的主要作用，是抗紫外線和保護雙目，而兼具時尚及機能性的太陽鏡，多形多姿的設計，也令太陽鏡成為夏日大受歡迎的單品。除了專業性的眼鏡公司外，名牌時裝系列推出的太陽鏡，更有各種不同風格和款式，像飛行員太陽鏡、貓眼太陽鏡，不同形狀有圓形和方形等，可配合面部五官。一些戶外活動，像滑雪、單車、跑步等，也有一些專用的眼鏡，一般較淺色的太陽鏡則多用於作為裝飾品。

搭配太陽鏡，一般戶外聚會，可選擇較簡單的款式，像配

牛仔衫裝束，鏡片可以深色為主。通常黑邊比較有隨和感，加上茶色鏡片，可以搭配一般日常服裝，像T恤配外套，加一些小飾物等。不少女士喜愛的金屬邊，則顯得比較亮麗，也具有優美的一面，而深色幼邊太陽鏡最為普及，可與上班服、恤衫等簡約服裝配襯。要顯示成熟風格，可選一些有色彩的鏡邊，配合優雅的服裝，無論配長褲或長裙，都顯示出太陽鏡帶來的時尚魅力。

選擇太陽鏡款式，要因應不同場合，一般茶色或灰色鏡片的濾光效果不錯，配合身上服裝，是選擇太陽鏡的先決條件。



逢周二、四見報