

排浪式運動

晨光熹微，北京亮馬河的水面泛着細碎的金光...

親水是人類的天性。槳板、皮划艇，也成了一种「水上躺平」的慢生活體驗...

想想，近幾年，休閒運動的更新迭代，真是令人眼花繚亂...

還記得疫情之時，京郊的露營地一「帳」難求。彼時，由於各種管控制制...

而對於飛盤、匹克球這類技術運動，上手容易精通難，「打卡式」體驗一番後...

這也許就是體育消費某種「排浪式」特徵——每一波浪潮都帶着驚人的能量席捲而來...



逢周三、四、五見報

馬拉加甜酒

在畢加索的回憶裏，故鄉馬拉加的甜酒讓他念念不忘。安達盧西亞稠密的陽光和慵懶的風造就了讓人上頭的甜酒...

這地方之所以能甜得「理直氣壯」，甜得深入人心，還要從葡萄本身說起。因為地勢陡峭、陽光足降雨少...

很多人初見都會被「甜」字嚇到，也確實，一些製作粗糙的廉價甜酒橫行霸世，直接拉低了觀感。可馬拉加的甜酒，不僅有着「江湖大哥」的地位...



逢周二、三、四見報

珠江口的晚風裹着濕氣，四十七歲的林曉芸單腳點地，公路車停在松山湖邊...

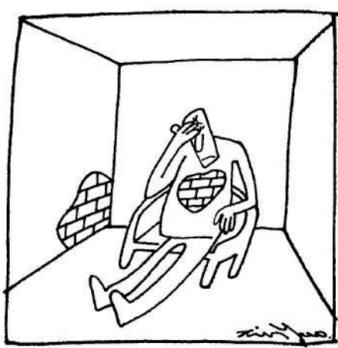
周末，深圳灣畔，四十八歲的陳志明單手扶着公路車把，與二十餘位騎友勻速向前...

前幾天，劉雯雯舉行了一場嘖嘖音樂會。平時在這個音樂廳，以鋼琴與小提琴為主的音樂會入座率最高在七成左右...

俗話說，嘖嘖一出，誰與爭鋒，它的發音高亢嘹亮，穿透力極強。

香港警務處公共關係部設計的防騙吉祥物「提子」於二〇二〇年六月面世，距今剛好五年。自此，那擬人化的大眼紫色圓葡萄常常出現...

然而，即使常常在新聞報道中看到有人受騙，例如遇上網絡假情人、猜猜我是誰、假冒公職身份進行勒索等...



把客觀干擾種到自己身上，就變成了自我干擾。

漫條思理 鄭辛遙

逢周二、四見報

荔枝的別樣滋味

夏至後的嶺南，街頭巷尾、市集或是踏入誰家院落，總能看到荔枝飽滿，隨手都能吃上幾顆...

荔枝入饌，尤讓人垂涎的是荔枝木煙薰的燒鵝。果木在爐膛裏噼噼燃燒，縷縷煙氣纏繞着鵝身...

園，二十公里的路程，他們用時約一小時，途中會停下來拍幾張落日，或是交流最近的騎行裝備。

在大灣區，這樣的場景早已不是新鮮事。四十至六十歲的中年群體正掀起一股「騎行熱」...

方面因為音量太大常蓋壓其他樂器，被吐槽為「流氓樂器」，另一方面因為多用在紅白喜事上...

二〇〇六年，嘖嘖列入第一批國家級非物質文化遺產名錄，雖然有此名目加持，但如劉雯雯所說...

四十九歲的佛山老闆周輝，曾靠熬夜喝酒打拚事業，健康亮起紅燈後，加入騎行隊伍...

都說中年人的壓力大，騎行能夠緩解「焦灼感」，上路的感覺能夠讓自己抽離。同時，騎行帶來的興趣社交重塑着中年人的生活圈...

暮色中的騎行隊伍，有人放起《海闊天空》，有人分享晚霞美景。正如詩中所云：「晚來天欲雪，能飲一杯無？」...



逢周四見報

青少年學嘖嘖

同事在辦公室閒聊給孩子報了什麼興趣班，有的學鋼琴，有的學大提琴，有的學揚琴...

近年，隨着劉雯雯成為中國首位嘖嘖博士和在維也納金色大廳演出的新聞熱度，以及《哪吒之魔童鬧海》等國產電影和遊戲裏嘖嘖成為配樂的「燃點」...

名額，卻吸引近五百人報名。可以想像，以後家裏有客人來，家長讓孩子才藝展示...



逢周二、四見報

提子

墮進騙子的陷阱。

某天家人工作時接到來電。對方提出正常的合作邀約，在沒有時間進一步核實身份的情況下...

優惠，於是隨即將好消息通知客人。這時候狐狸終於現形，該客人竟建議我家人先以新客戶名義下單...

幸好家人在對方提出涉及金錢要求時臨崖勒馬，除了數通電話的時間外，沒有其他損失。

的案件於一年前的電視節目《東張西望》早有報道，可憐事主每天下班也趕不及回家「東張西望」...



逢周四、五見報

傳世短句

傳世有長詩，如《古詩為焦仲卿作》（《孔雀東南飛》）一千七百八十五字...

後，回長安時途經故鄉沛縣，邀集鄉親父老飲酒歡聚。酒酣，劉邦擊筑高歌...

日閒卧床上，聽屋外風雨聲，詩意頓生，在壁間題詩曰：滿城風雨近重陽。



逢周四見報

運動服的時裝感

近來的天氣每日都徘徊在三十多度，炎炎夏日，臉上的妝容，除了要選用一些比較清爽的護膚品外...

清爽一點的色彩，能令人在盛夏增加一種舒適感，所以一件白色上衣，是夏日頗受歡迎的服飾...

本的款式外，在搭配上能夠融合各種不同類型的服裝，加上適當的裝飾，可以讓一件簡單的T恤，變身為時尚的衣飾...



逢周四見報



逢周二、四見報