



源於真運 李漢源

中國隊與世界盃的「緣」

這兩星期是2026年世界盃外圍賽的關鍵時期，世界各地的聯賽因此暫停，目光都聚焦在這些激烈的角逐上。各大洲的球隊正為晉級決賽周而奮戰，隨着部分外圍賽進入中後期，日本成為今屆第一支透過外圍賽進入決賽周的隊伍，這是他們自1998年以來連續第8次打進決賽周；而中國男足國家隊則自2002年首次進入決賽周以來，已經歷了24年漫長的等待。這一次，隨着世界盃名額增加到48隊，亞洲區的名額也擴大到8隊及一隊可參加附加賽，理論上給了中國隊更多的機會，然而，他們卻被編入了「死亡之組」的C組，與日本、澳洲、沙特阿拉伯、印尼和巴林同組，競爭壓力可想而知。

亞洲區的18強分為3組，每組6隊，前兩名直接晉級，剩下的三四名則通過下一輪外圍賽來爭取名額。目前，中國隊僅得6分，雖然在數字上還有機會，但他們必須在接下來的2場比賽拿到成績，才能有希望成為該組的第3名或第4名再去爭取最後兩席或於其洲爭遺材賽，相信對球迷而言是既期待又焦慮。每一場比賽不僅是對球員技術的考驗，更是對球迷情感的挑戰。如果中國隊能夠打入決賽周，球迷們的興奮與期待將會是難以言喻的瞬間，無論是坐在電視前的家庭，

還是身臨其境的現場觀眾，大家的心都將因這份榮耀而激動不已。

今屆世界盃的賽事由32隊增加到48隊，將進行104場比賽，賽期從2026年6月11日到7月19日，開幕禮將在墨西哥城的阿茲特克球場舉行，決賽則在美國紐約新澤西體育館舉行。這樣的盛事讓每一位球迷都充滿期待，但賽事增多、賽期延長，也讓人擔心球迷是否會感到厭倦。

日前，國際足聯(FIFA)的版權代理商來到香港招商，與幾家電視台進行洽談。然而，近年來香港的經濟狀況不佳，許多電視台面臨虧損，這讓大家對於版權的爭奪似乎不再像以往那樣激烈。從2010年的3,400萬美元，到2014年的3,800萬美元，再到2018年樂視以近7,000萬美元的天價購得版權，2022年又回落至4,000萬美元。儘管今屆賽事增至104場，理論上應該會漲價，但在目前經濟環境下，這樣的增長並不容易實現。在這樣的背景下，球迷對於賽事的期待與媒體的競爭愈發複雜，但對於每一位熱愛足球的人來說，世界盃的每一場比賽依然是值得期待的盛事。

對球迷而言，足球不僅是一項運動，更是一種文化和情感的連結，讓每個人都能在這個綠茵場上找到屬於自己的位置。希望在未來的賽程中，無論中國隊的表現如何，都能讓球迷們收穫感動與驚喜。



方寸不亂 方芳

「辣」遊湘西

到過湖南鳳凰古城旅遊的朋友，無不緬懷那種文化積澱，醇厚之美。這次在深圳邂逅湖南湘西土家菜「吃飯皇帝大」，餐廳裝修精緻，少數民族的中國紅，配以頭飾概念的燈罩，很容易把你帶到文學大師沈從文的《邊城》古樸意境；沒有去過湘西的朋友，在一頓飯的光景，席間目不暇給的上菜、飲酒、煎炒儀式，土家小妹的山歌伴隨下，土家甜糯酒以高山流水儀式，送到客人口中，視覺、味覺的娛樂，帶你來一次「辣」遊湘西。

湘菜出名辣，慣吃清淡的廣東人敬而遠之，當然偶一為之「辣一辣」未嘗不可，招牌菜是「罐罐新見牛肉」，就是微辣的菜式，新見黃牛肉質細嫩，是中國國家地理標誌產品，炒製後密封在陶罐裏，在灶裏低溫慢火燉4個小時，陶罐上桌後，表演火焰烤和敲罐，肉汁一瀉而出，倒入鍋中，光是看就是一場戲，胃口因而大開；此外招牌菜尚有「柴火稻草魚」和「手撕扁擔雞」等。奇怪的是，不吃辣的也可以適應，因為炒燉經過改良，「辣」與「不辣」也可分家。

辣遊湘西少不了淺嘗「土司老酒」，自元朝開始，封授給西北、西南及少數民族部族頭目的官職，就是「土司」。土司飲的酒，當然是好酒，朋友喝了一杯，口感跟茅台有點相似哩。

湘西土家菜館老闆來自香港，在深圳寶安區海雅繽紛城投資餐廳，開業前市場調查，深圳是外來人口城市，其中不少是來自鄰近湘、川、渝、黔等省市，其中以湖南人最多，相當大部分人都愛吃辣，所以投資以湖南菜為主調，湘西土家為特色，除了到湘西考察多次，還從湖南請來大半員工。

老闆吳先生以前是不吃辣的，但太太卻愛吃辣，結婚40年來積極培養自己吃辣，結果還是培養不到，因為要投資湖南菜，只好強迫自己吃辣了，結果居然讓他適應了。

「吃飯皇帝大」是一個很特別的名字，如果你想不起餐廳的名字，只需記住「皇帝」那裏吃過，皇帝不是也要吃飯嗎？原來這個湖南飲食新品牌，在長沙已經搞得很紅火，連續十年拿了第一，吳先生以他敏銳的觸角，把「皇帝」搶到手，成為深圳第一家，開業才3個月，月月有錢賺哩。



七嘴八舌 小臻

親近藝術品提高鑑賞水平

前篇稿談到「藝術三月」意猶未盡，各類型的藝術品在不同地方、不同場合展出，實在太豐富，讓人目不暇給。要短時間內消化晒真的會「很飽」，最好是這段時間放一週假，享受一下這麼多藝術家、畫廊、策展人花盡心血，耗不少人力物力炮製出來的藝術盛宴。

可能有人認為藝術這東西普通市民懂什麼呀？有什麼好看呀？不是這樣的，可能有些藝術裝置畫作太抽象了，不是一眼看出表達的內容，那我們就聽聽導賞員的講解，了解創作人的思維：他因何這樣表達？藝術價值在哪？都是令人開眼界、長知識的。走近藝術是認識的第一步，香港要做國際文化藝術交流中心，作為香港市民就是要慢慢提高審美水平，欣賞藝術品的水平。其實藝術品都隱藏着豐富內涵，例如創作當刻的時代背景，或運用了歷史故事來創作，引起你從中發掘不同故事，挺有趣。而且現今的藝術家都喜歡將創作都融入生活，作品也多元化多形式呈現。

就像上週到啟德體育園參加他們一個以啟德百感為主題的藝術品導賞團，園方立意將啟德的人文故事及發展點融入藝術創作，邀請海內外優秀藝術家及設計單位，例如北京藝術家任哲、澳洲藝術家羅素·安達臣、HIR建築設計室及本地年輕藝術家。當文歷、索頓，以及3位香港知專設計學院建築設計畢業生羅麗、梁軒駿、胡曉宜聯手創作的《氣流》系列作品，由十座雕塑組成，呈現不同競技運動的姿勢，靈感源於飛機起飛時引起的空氣流動，抽象得來也看到運動形態，有新創意，園方也為香港年輕一代提供了創作的機會，很有意義。

跨領域藝術家當文歷、索頓打造的《水連天》鋁製雕塑，這一健康雕像上勾勒出象徵香港城市變遷的地圖，以及啟德機場的昔日面貌。又有「感恩」和「水天」4個字表達了對前人對天地萬物的尊敬，中國人強調知恩圖報。另一個具有文化意義的裝置，是以豐子愷故居綠綠堂命名的《綠·園》，由HIR建築設計室創作。此裝置由兩個不銹鋼的螺旋結構組成圓形，由520條彩虹編織而成，線條交疊，軌跡交錯象徵因緣分牽引的短暫相遇。靈感來自昔日啟德機場的鐵絲網圍牆，再加上機場通常是接機送機之地，特別多離愁別緒，聽完這番話香港人應該很明白了。市民看到設置在體育場戶外的每件作品都是藝術家對啟德及啟德機場歷史的理解與詮釋，非常有意義。



●香港本地年輕藝術家的雕塑作品，單車項目《破》。作者供圖



百家廊 鍾倩

春天的第一口韭香

春光短促，掐着指頭算，頭茬春韭上市的日子近了，去趕大集，去買春韭。母親從沒失約過。

什麼節令吃什麼食物，一季有一季的豐饒。頭茬春韭，就像一位春天的客人，尊貴又熱切。韭菜買回來，吃個鮮嫩，關鍵是香。母親的老家在城郊，最有名的特產當屬西郊蓋韭，與唐王白菜、北園芹菜並稱「濟南三美」。它究竟在哪裏呢？長大後，我才慢慢悟道：蓋韭有來頭，有個性，有品位。

小時候，冬天回姥姥家，吃飯的空檔，舅舅沒了蹤影，跑到園畦裏揭草苫子，傍晚時分又去蓋草苫子。一揭一蓋，讓韭菜見陽光，長高個。臨走時，姥姥囑咐道：等初春暖和了再來，吃頭茬春韭。果然，露天頭茬春韭，香得很多。包水餃，韭菜濃香在筒子樓裏四處雲遊，放學還沒進門，我就大喊一聲，道：「媽，我回來了！」

西郊蓋韭種植，始於明末清初，汲天地精華，沐陽光雨露，距今300多年的歷史。冬夏兩季皆有，均為露天栽培，即「風障畦畦」的栽培方式。生吃甜脆，熟吃嫩香，且吃了不燒心。它不高產，卻「小而精」，一年割兩茬，最多是三茬，即便賣得貴，也搶不上，其它菜剩下了，蓋韭從來一搶而光。聽母親說，蓋韭多為「三稜箭」品種，韭菜橫斷面呈三角形，經過軟化栽培後，香味濃郁，素有「千里香」的美稱。

種菜就是養活一大幫孩子，露天蓋韭要多費工夫，冬天建小拱棚，蓋上塑料薄膜，披上草苫子。要知道，寒冬裏菜農也忙個不停，扒韭墩、剪韭毛、剔韭墩、施肥料，自家種的黃豆打下來，煮熟發酵成豆餅，施在地裏，吃起來綠色健康。

早春時節，我跟着母親回去小住。趕着頭茬韭菜上市，能賣個好價錢，全家人一起出動，蹲在地裏割韭菜，那可是體力活。當天早上割了進城賣，在家的忙着施肥、澆水。那一大片園畦，幾乎家家種蓋韭，一眼望過去綠意盎然，恍若剛被雨水清洗過似的，深吸一口空氣，清新如碧。對在城裏長大的我來說，滿心滿眼都是好奇。

晌午回家，割上兩把韭菜，用大鍋底烙餅吃。韭菜洗淨、瀝水，從雞窩裏摸幾個雞蛋，調好餡子。母親在家排行老大，兄妹多，分工幹。和麵、擀餅、鋪餡，姥姥守在灶台前烙餅，我鑽進去，搶着拉風箱，好像有使不完的勁兒。韭菜餅要趁熱吃，捲成筒子狀，豎着咬一口，噴香，愈燙愈好吃，嘶嘶哈哈，吃個五臟熨帖，吃個微微冒汗。

回城時，姥姥總會給拿上幾把，給鄰居、同事分分，用報紙包起來，放個十天都能保鮮。

《詩經》記載：「獻羔祭韭。」古時，韭菜用作祭祀，後來，成為進入尋常百姓家的蔬菜。節氣像極了生活中的美學格子，美食則是精神的刻度。人們向來重視春天的第一口鮮蔬，接地气、補陽氣，薺菜、茼蒿、香椿芽、花椒芽，這個名單可以無限拉長。作為蔬菜家族的老大哥，韭菜有威望，人緣好，逢年過節包水餃，韭菜餡是當仁不讓的首選。當然，忌口的例外。大文豪蘇東坡讚美春韭，「漸覺東風料峭寒，青蒿黃韭試春盤」；大詩人杜甫雨夜抒情，「夜雨剪春韭，新炊間黃粟」；而美學家李漁眼光獨到，「韭則禁其終而不禁其始，芽之初發，非特不臭，且具清香，是其孩提之心未變也。」孩提之心，點睛詩眼，韭菜滿身孩子氣，包蘊着一顆稚拙的童心。

一場不期而至的春雨，園畦裏的韭菜更水靈了，一夜竄高，韭菜青蔥，寬窄不一，像是一年級小學生交的語文作業。這個時候，姥爺披上蓑衣，去地裏看看，草苫子蓋好了嗎，韭菜長勢怎麼樣。想想，潘天壽《好友相晤圖》中定格的溫馨場景：新雨過後，芭蕉之下，好友對坐，「剪韭共加餐」，令人嚮往的自由之境，剪的是春韭，也是人與人之間的纏綿情誼。

雨潤萬物，韭香裊裊，好個人間清醒。

頭茬春韭，味濃，鮮亮，韭菜尖上頂着一層白皮，那是頭茬韭根拱出來的確據。包水餃，三鮮素餡，韭菜、雞蛋、蝦皮，乃是父親的最愛。他從小跟着奶奶學擀皮，又圓又薄。韭菜綠與雞蛋黃，攪成一團春天的色彩，映入眼底是明亮，吃進肚裏是希望。試問，有誰能拒絕一盤韭菜水餃的誘惑呢？

伴隨舊村改造進程，昔日的園畦建起高樓，姥姥家早已搬進樓房。初春的第一口韭香，成為絕響，留有斑駁記憶在風中搖曳。慶幸的是，2012年，西郊蓋韭入選濟南市非遺項目，栽培種植方式得以保護和傳承，老百姓餐桌上的韭菜水餃，又找回了昔日的沁香。

每一口春蔬，都是春天的饋贈，自然的獎賞，唇齒之間，漾起親人般的暖意。西郊蓋韭，不是「蓋的」，頭茬春韭，連着內心的牽絆，抵達鄉愁的根柢，一經春光緩緩入夢來。

春雨貴如油，春韭金不換。順着韭菜水餃的指紋，我找回童年的路。



翠袖乾坤 連盈慧

曾經美好的楓葉國

好幾個國家都有移民親友，最多還是在加拿大，由於老杜魯多時代治安良好，民風淳樸，加拿大給人視為西方國家中最適宜居住的地方，住下來的老移民便樂於安居了。

事實每次看到從加國回港的親友，也感覺到他們生活過得一如在港時平靜，大可想像那邊環境對香港人來說，的確比在其他西方國家更易於融入當地生活。

加拿大連接太平洋/大西洋/北冰洋，尤其吸引好動活躍的年輕人，因為從機場路牌到公營私營商店，甚至唐人街以外多處地方，都附註中文說明，政府對華裔移民的體貼由此可見，而且各色人種互相尊重友善，種族歧視問題少過任何國家。

老杜魯多任職總理16年制定政策的成績和魄力，同樣受到其他繼任總理的尊敬而「杜規長隨」，也是加拿大政通人和打造出來的好景象，直至小杜魯多參選，加拿大人因懷念老杜魯多而投票給小杜魯多就

順理成章了。

天真的投票人又怎會想到這小杜魯多不是秦二世，也不過像一般子承父業自恃勝過老子的小二世。滿以為自己比老子更「能幹」，不惜給人譏為「道友多」，一招「大麻合法化」便搞到加拿大烏煙瘴氣。

隨後還甘於做倭侵(特朗普)惡伯的小棋子，近年對華態度與惡伯沆瀣一氣，導致今日華人不敢出夜街，慣穿了幾十年的唐裝也收藏起來，「加拿大人不是美國人」的骨氣都給他唯老美是從的作風日漸消磨到令給他投過票的加拿大人面目無光，惡伯一廂情願高調聲言要「51州」時，小杜魯多沒沒過一聲，今日在黨內以86%壓倒性優勢當選的加拿大新總理卡尼，上任第一時間便宣布斥資60億加元訂購澳洲先進預警雷達系統，不能像以往過度依賴美國，他有此覺醒，大可為加拿大的明天祝福了。



●楓葉會再燦爛嗎？作者供圖



欣有靈犀 王欣

香港的綠洲

總是好奇，自然之於香港是什麼樣的？我們似乎都處在樓宇與樓宇之間，透亮的玻璃幕牆上映射着都市人奮鬥的身影。偶爾可以在屋簷處或者誰家的陽台，窺得一抹向上的綠色。但是，如果細心尋覓，便可在密集的樓宇間找到香港為都市人珍藏的綠洲。乘坐任何公共交通，不需花費太多時間，便可抵達一處自然郊野，感受山海的氣息。

隱藏在樓宇間的香港公園和油街實現便是這座城市綠洲一樣的存在。猶記初見香港公園時的場景：正值初夏，商場裏的冷氣已經到了要阻擋一切暑氣的地步，一路走走逛逛也讓人萌生坐下歇口氣的想法。從太古廣場的商場出發，乘扶梯而上，便可抵達香港公園。成片的古木緊緊將人包裹，隔絕直射的陽光，也將人從繁華的城市抽離出來。不再是車水馬龍和人頭攢動，有的只是自然的寧靜和愜意。

位於北角的油街實現也是如此。於紅磚牆內，藝術家搜羅了城市不常見的蔬果，用心種植在此處，薄荷、蘆薈、芒果樹……它們相連成一個綠蔭步道。從城市景觀到城市綠洲，經過這個步

道後實現飛速轉換。午餐時分，在油街，會看到不少商務人士躺在草坪上、樹蔭下，享受這片刻城市綠洲的愜意。

城市綠洲或許還保留着一些人文氣息，那香港的郊野則實實在在來自自然的手筆。而在香港，「半小時直達郊野」這句話絕不誇張。或許半小時前，我們還在叮叮車上感受港島的城市風景，半小時後，我們便可經過香港大學，跟隨年輕人的腳步，前往龍虎山感受茂密森林。沿薄扶林道緩緩向上，至碧瑤徑左轉去松林炮台方向，再兜幾個彎，便可看到銀色路牌上寫着「由此路往龍虎亭」，隨即可緩緩登上高253米的龍虎山山頂。此行從現代水泥路，到自然的黃土路，「摩登」一點點消失在背後，從港大至龍虎山山頂，也才區區30至40分鐘的時間。

在香港，城市到郊野的距離是這樣的近。或許綠洲就藏匿在市井的繁華之下，抑或是跳上一輛公共交通工具，即可迅速完成現代到自然的轉換。不少人覺得香港是一隻吞人的金融怪獸，但他也是一位偷偷在西裝口袋裏藏一片綠葉的浪漫主義者。城市與自然的平衡，矛盾中的和諧，正是香港最動人的特質。



琴台客棧 伍采采

草木亦有情

轉瞬又到了吃野菜的季节。與燕婷一起到肖峰家去玩，下樓就看見小區的草坪上長了幾株嫩綠的薺菜，忙指給燕婷看，燕婷一面埋怨我說得晚了，因為她剛把自家別墅院裏的薺菜當野草拔了不少；一面又欣喜不已，小區草坪上的野菜不能吃，可她家院子裏剩下的還是能吃的。到了肖峰家，看到肖峰的院子裏也有不少薺菜苗，又告訴肖峰讓她採來吃，結果肖峰疑惑不已：這不是黃鸝菜嗎？

後來才發現被我認成薺菜的野菜真的是黃鸝菜，與薺菜長得極其相似，但一看它們開的花就能區分出來。黃鸝菜開的是小黃花，結的種子像蒲公英一樣四下飄散；薺菜開的小白花，種子順着花枝長成一個個心形的莢，令人不禁懷疑那是愛神丘比特串起來備用的工具。所幸黃鸝菜與薺菜一樣，也是藥食同源、價值極高的野菜，即便認錯了，也還是歪打正着地多了一樣吃食。

歐陽修寫《秋聲賦》，「嗟乎」地嘆了一句後說的那句「草木無情」，使得後人對草木真有

了「無情」的偏見。然而，草木非但有着自己的愛恨情仇，還極聰明。從前我和朋友去海南島玩，在那裏的熱帶雨林中曾見過許多的蘭花、蕨類等附生在高大的喬木上，喬木少開花，但各種石斛蘭卻是爭奇鬥艷，在樹上開成一個個美麗的空中花園，替大樹引來昆蟲和鳥兒，形成了對彼此更有利的生態系統。

在大自然裏野生的草木會自己挑選「朋友」，其中一部分草木成了人類餐桌上的吃食之後，聰明的人類也發現了種植瓜果蔬菜要避開它們的敵人，為它們挑選相生相伴的好朋友。據說葡萄樹害怕臭椿、花椒、無花果等等，要是和榆樹種在一起就會一命嗚呼，而向日葵若是和南瓜、黃瓜、蘋果、櫻桃種在一起，也會命不久矣……不知道這些植物之間有什麼深仇大恨，只是，人們若是要吃葡萄和葵瓜子，便只能單獨為它們開疆闢土。

小的時候去外公的菜園子，只覺得他的菜園子漂亮得很，一畦一畦的瓜菜高低錯落，色彩也像是被畫家精心調和過的。外公把小蔥和紅莧菜種在黃瓜架和菜豆架下，他說黃瓜和菜豆

可以給小蔥遮蔭，小蔥的香味可以為黃瓜和菜豆趕走蚜蟲和紅蜘蛛，而紅莧菜長得很快，它佔領了野草的生長空間，在黃瓜和菜豆的腳下蓋上一張保護毯，而菜豆根系裏的根瘤菌又為小夥伴們提供營養物質……

另外，那些高苜蓿、茄子、辣椒、番茄等等，也被外公根據各自的特性安排得妥妥當當的。那時每次去外公的菜園子摘菜，都感覺眼前滿滿瓜菜皆是親親相愛的好朋友，耳畔也回響着一首名為《收穫之歌》的悅耳的田園交響曲。

我後來在家種植花草樹木也得益於外公種菜的智慧，無論是大花園還是小花園，我都會在裏面種一些薄荷、迷迭香、天竺葵等可以防蟲驅蟲的香草，讓它們做其它花木的衛士，當然也是朋友。那天被我錯認的薺菜和黃鸝菜長得如此相似，又生在相同的地方，我亦可以肯定它們是好朋友了。

「草木無情」，它們尚能彼此同生共存。可惜了，與草木生在同一個地球上的所有人類還不能如此。