



源於奧運

李漢源

全運會群眾比賽項目近日正式在香港啟德體育園開始，為期3天的保齡球比賽，雖然是群眾賽事，但現場氛圍依然熱烈，讓人感受到大賽的氣息。大會的安排也很周到，從公共交通工具下車後，有志願者穿着整齊制服，熱情指引觀眾前往場館，彷彿回到了以往參與的奧運和亞運會，果真有國際級體育盛事的水平。

啟德體育園的設施完善，周邊空間充足，能夠有效地疏散人群，這對於大型體育賽事至關重要。當筆者踏入保齡球場館時，感覺就像置身於過往的綜合運動會，場館的裝潢和設施都達到了亞運的標準。本次保齡球賽事共有約170名運動員參賽，教練、領隊及隨團官員接近300人，競爭激烈，氣氛熱鬧，觀眾們的吶喊助威使現場充滿了熱情，氣氛十分高漲，這才是體育賽事應有的氛圍。

過去一周，體育界盛事頻繁，沙特超級盃四強決賽在香港舉行，吸引了超過4萬名球迷入場觀戰，C朗拿度等球星的參賽更是讓現場氣氛達到高潮，作為體育人，觀親親朋好友的社交媒體，無一不是C朗，可謂全城狂熱。除此以外，啟德體藝館還舉

辦了「PPA亞洲職業匹克球巡迴賽香港公開賽2025」，雖然叫座力不及沙特超級盃，但仍能看出自啟德體育園落成以來，香港的國際體育盛事愈來愈多，若能將更多國際賽事引入香港，將大大提升香港作為「盛事之都」或「體育之都」的地位。

許多國際地區也渴望申辦大型賽事，而香港的體育文化氣氛正高漲，最近單車會已爭取到未來兩年「UCI世界盃場地單車賽」在香港舉行，又如國際七人欖球賽和LIV Golf高爾夫球賽過去兩年都在香港舉辦，12月的世界乒乓球年終賽也將在港舉行，如各體育機構和部門能乘勝追擊，香港成為名副其實的「體育盛事之都」則指日可待。當然要實現目標，體育界以及相關政府部門的努力至關重要。

接下來的賽事安排也相當密集，全運會輪椅舞蹈群眾項目將於馬鞍山體育館舉行，9月9日的香港羽毛球公開賽會在紅館舉行。10月底，全運會的沙灘排球賽事將打頭陣，除了吸引本地體育人，還要歡迎大灣區的觀眾前來支持他們的運動員。在這個激情四溢的全運會期間，讓我們共同期待香港體育的未來，展現出活力與魅力，為這座城市熱的體育盛事增添光彩。



方寸不亂

方芳

「一騎紅塵妃子笑，無人知是荔枝來」，電影《長安的荔枝》把朋友看哭。我看後，「以後都不想吃荔枝了」！

荔枝一日色變，二日香變，三日味變，九品小吏被迫接下「不可能的任務」，把嶺南新鮮荔枝送往長安，作為貴妃生日賀禮；他為了保命，把「不可能」變「有可能」，提前到了嶺南部署，作了保鮮和運送的試驗，屢戰屢敗、屢敗屢戰，經歷千辛萬苦，犧牲無數，結果把新鮮荔枝的保鮮期延長了11天，新鮮荔枝送到貴妃手中的時候，卻被忽視和冷落……

電影之所以引起共鳴，荔枝有血有淚，人物有血有肉，九品小吏的偏執和擔當，是職場上稀有的品質，這些人往往被上級予取予求；能者多勞，有功上繳，被視為理所當然；小吏最後白髮策馬在宮門衝刺一刻，你可看到打工仔加班至深夜趕工的身影？然而，現實職場上往往是劣幣驅逐良幣，當九品小吏被放逐到嶺南，在荔枝樹下啃着荔枝，涕淚交零，那是放飛自我的時光……一句「真正的成功，是問心無愧」，自身性格決定了命運，你和我有沒有同樣的「無悔」呢？

從電影回歸現實，昔日荔枝的血淚，再看今天荔枝的風光，管你想吃不想吃，它就是毫無保留地擁抱你。據說，今天中國荔枝的生產量，高達300多萬噸，分給14億人，每人都能吃到140顆。歷來，茂名荔枝是天選之地，氣溫年均不低於18度，降水量年均超過1,600毫米，日照長，合適的土壤，易於排水的地貌，茂名荔枝樹佔地140萬畝，是全國產量的四分之一，全世界每5顆荔枝，就有一顆來自茂名。現在荔枝已種遍廣東、廣西、雲南、福建、海南、四川、台灣等地了。

本來荔枝一日色變，二日香變，三日味變，技術不斷改革，清晨至早上10時摘下，即冰水降溫、冰袋裝箱、包裝增加抗氧化、封存溶液浸泡荔枝表皮、隔絕微生物入侵等，今天荔枝保鮮期可高達40天。

直達公路、鐵路專列，荔枝專機，兩天就送到大江南北的市場了，昔日一騎紅塵妃子笑，今天無人機送荔枝來，當「技術革新」遇上「市場擴容」，供需關係逆轉，還要考慮滯銷問題哩！

朋友笑問，以後還吃不吃荔枝？看今天荔枝如此繽紛，誰能抗拒誘惑呢？！

愛的回流

當時我正在衛生間嘔吐，他急忙衝進房間端來一杯溫水。我示意他出去，可他卻沒有挪步，一隻手端着水杯，一隻手輕拍我的背。等我吐完，他把水遞給我漱口，自己又快步回到房間，把剛買的藿香正氣水，剪開送到我手中。

我們回到房間後，他關掉了愛看的動畫片，早早地陪我躺下。黑暗中，他凝神細聽，時刻留意着我的動靜。過了許久，他輕聲地問：「媽媽，你好些嗎？」我答：「沒事了，吃了你買的藥舒服多了，我們睡覺吧！」他低低地嗯了一聲，一隻小手輕輕搭在我被子上，一動不動，以他獨有的方式默默守護着我。因為擔心，那晚他遲遲沒有入睡。第二天一早，他剛睜開眼就問：「媽媽，你還難受嗎？」睡了一夜，他居然還記得我昨晚不舒服。又一次被他暖到，我摟着他說：「乖，媽媽沒事了。你昨晚一個人去買藥害怕嗎？」他眼睛一亮，笑着說道：「害怕！我叫了阿艷子陪我去的。怕被狗追，我們還撿了根棍子。上坡那段路有點黑，我倆拚命跑！」說完，他忍不住為自己昨晚的勇敢得意地笑了起來。那時，他才7歲。

那個怕黑卻為我勇敢跑出去買藥的小男孩，一見就長大了。如今他都已經工作4年了。清晰地記得，他參加工作第一年，在我生日那天，他下班回來時拎了一個蛋糕。一進門就笑咪咪地對我說：「劉冬至，給你的！」（我生於冬至，他便以此打趣）蛋糕樣式簡約、精緻，那是我人生中的第一塊生日蛋糕。出生於農村，我們對生日的概念便止於周歲那場的抓周禮。後來成了家，又因家人久病，生活被瑣碎

與焦慮填滿，哪還顧得上什麼儀式感。

當那一小塊甜在舌尖融化時，彷彿在告訴我：一切都在慢慢變好。正如冬至之後，光明漸長，萬物可期。轉眼到了第二年，兒子評上了區優秀。他悄悄把這份榮譽「兌」成了禮物，送给了我。那天，快遞送來一隻大箱子。兒子簽收後，一臉得意地衝我揚起嘴角：「媽，以後拖地的活兒交給它，你就在陽台上種花、看風景吧！」他俐落地拆箱安裝，並讓掃地機開始了工作。那小東西在地上轉得一絲不苟，邊掃邊拖，還會自己回基站集塵、洗拖布、充電。兒子眉毛一揚，神氣地向我瞥來：「怎麼樣？」說完，他笑嘻嘻地挨着我坐下，用肩膀輕輕撞了撞我：「媽，你看我多疼你！」

從那天起，這台小機器人果然每天準時上崗，把地板收拾得乾乾淨淨。我真的做起了幸福的「甩手掌櫃」。兒子心細，心裏總裝着我們。即便是我們細微的不適，他都默默記在心上。知道我們頸椎不好，他特意諮詢了在理療科工作的同學，了解到一款中頻治療儀效果不錯。他親自去體驗了一番，確認好用之後，立刻為我們網購了一台。平日裏，無論是工作中的趣事，還是生活裏的瑣碎，他都樂於與我們分享。走在路上，遇到好風景，總會隨手拍下來發給我們；吃到特色美食，也總惦記着讓我們也嘗嘗。就連他自己用着覺得好的日常用品，也會細心多備一份給我們。

時至今日，漸漸明白：生命最溫暖的傳承，是愛在回流。那個我們曾全力呵護的小人兒，如今轉過身，將我們護在身後。

平潭石頭記

港文匯報的專欄文章《在海邊觸摸天神》裏。後來李少雲陸續帶我們去看了位於大練島的「通天門」和澳前岩脈。

我一直把「通天門」誤會為「南天門」，皆因那一大片岩石長得真像神話故事中天庭的南天門一樣。它是一座佇立在懸崖之下的由火山熔岩形成的天然海蝕拱橋，那些交織着被歲月浸染了的厚重的紅、黃、灰、綠、紫等色彩的奇石，從遠到近，由上至下，前後左右地全面地震撼着人心。到了大練島上的澳前村，聽李少雲介紹，才知道「岩脈」的來歷。曾經的火山岩傾洩至海裏，兩塊石塊上的溫度似乎不受影響，唯獨那一片燃燒的岩漿奔流入海，千百年後，我們看到的便是澳前村的海邊一匹墨綠色的，筆直流入海中的布。

相對於給人們帶來極大視覺衝擊的大石頭，我更喜歡我們來不及去細看的、李少雲鏡頭下的小石頭，他用攝影師敏銳的眼睛，捕捉他看到的石頭，有的是靈動的小動物、有的是神秘的人臉、有的是獨自守候的身影、有的是甜蜜親吻的情侶……李少雲的鏡頭裏，石頭是微小的，視角卻是浩瀚的，就像我同樣喜歡的長在海邊沙礫中和石頭上的小碎花。

與在平潭部隊大院長大的朋友福和兄聊起平潭的石頭，福和兄笑言從前平潭有段順口

溜：「平潭島真是好，光長石頭不長草，地瓜大米少，男的多女的少，討老婆不好討……」卻是聽得我直笑。我想起我所識得的平潭朋友們，男人如海邊硬朗的岩石，女人如岩石上生長的堅韌的小碎花，身上都有着優秀的品質，哪裏會愁嫁娶。

福和兄雖拿石頭開玩笑，但他卻是「慧眼識石」，他有一雙巧手，會將在海邊順手撿回的石頭加一截木頭手柄，做成廚房日用的拍蒜器，又會在石頭上鑲一支毛竹根，用酒瓶鑽孔做成燈罩，組成一盞氣質獨特的檯燈……一塊一塊的原本平平無奇的小石頭就在福和兄手中變得各自溫柔與夢幻起來。

然而，誰又能說平潭這個滿目皆是海水與石頭，由那些如同硬朗的石頭般的男人與堅韌地美麗着的女人組成的海島，不是溫柔



●福和兄用平潭石頭製作的檯燈與拍蒜器。作者供圖



七嘴八舌

小臻

為紀念中國人民抗日戰爭暨世界反法西斯戰爭勝利80周年，全國各地都有紀念活動，特別是當年受日本軍隊蹂躪的地區，將日本侵華的罪證展示在世人面前，讓中國人、外國人都看看。個人認為此舉對中國來講有多重意義，首先中國新一代在太平盛世中長大，沒有經歷戰爭，許多年輕人都不清楚中國人曾經有過長達14年的慘痛日子，今天他們看到那些日本侵華的圖片、紀錄片都不敢相信日軍折磨中國人手段是那麼殘忍。才清楚當年日本佔領了中國大量領土，中國人都處於日軍控制之下，全靠不少先烈英勇抗戰，用生命換回來和平，紀念活動正好為他們上一堂國民教育課，明白國泰民安不是喊口號、許個願就實現的，幸福得來不易。

歷史告訴我們不想受辱就要自強，中國重新強大起來是經過無數愛國者，抗戰英雄付出很大代價換來的，後世人要銘記歷史、感恩先烈、珍愛和平！中國舉行九三閱兵自然有國家層面的重大意義。作為老百姓理解是要告訴對中國不懷好意的國家我們已經是不可欺負的，同時，激勵全國人民團結一心、防禦外敵，眾志成城捍衛我們的祖國，別人怎麼看才不在乎。

我們除了紀念抗日戰爭勝利亦紀念世界反法西斯戰爭勝利，目前有多個國家的百姓在受戰爭的蹂躪，更需要宣揚反對戰爭，全人類共同維護世界

日本害怕面對侵華史實

最不可思議的是日本政府竟然通過外交渠道呼籲歐洲及亞洲各國不要參加中國九三閱兵，理由是指稱「中國的紀念活動過度聚焦歷史、反日色彩濃重，各國要謹慎考慮」。真是大笑話，日本以為自己是「老幾」，憑什麼要別國聽你指揮呀！你在國際上影響力夠嗎？相信你害怕面對自己當年的惡行才這樣說吧！中國是反日本軍國主義、反法西斯戰爭，是真正致力於和平發展。

人總是不喜歡別人提起其不光彩的事，最好大家只記得他的光輝形象。然而國際大事是要載入人類史冊的，每個年代出現的重大事件，取得的經驗教訓都是留給下一代人警惕反思的。

何況日本部分官員仍千方百計「洗白」侵略歷史，曾數次篡改歷史教科書，不希望後人知道自己曾做過如此殘酷的事，然而鐵證如山，你可以向自己的後代說謊，可以自欺欺人，不過中國人不會忘記，因為你沒有真正的反省之心。日本侵華犯的罪行只過了80年，有些親身經歷的受害者仍在此世，叫他們怎能輕易忘記傷痛？曾受日本侵略的國家都呼籲日本政府正視過往歷史，為侵略行為道歉，與軍國主義徹底切割。既然上一代人犯了錯失，下一代要學習的是不要重蹈覆轍，不是想法子掩蓋錯誤。請日本政府以行動證明你有真正反省，你是真正熱愛和平發展的國家。



牽袖乾坤

連盈慧

黑雨過後，路過深水埗汝州街，看到路旁放着一對像給雨水淋過，依然如常光亮的學生新皮鞋，想起之前消委會公布過28款學生皮鞋中，其中半數含有塑化劑。據說，此鞋穿着時一經雨水濕透襪子接觸到雙腳皮膚，便有致癌風險，便不由聯想到會不會曾經有家長帶着他的中學生兒子走路時正遇到傾盆大雨，擔心兒子穿着的新皮鞋，因濕透了的襪子吸入塑化劑的污染，即時就在附近鞋店為他的寶貝兒子置換買過另一對運動鞋？

父母愛子之心無微不至，這樣的事就百分之一百有可能。

塑化劑屬於環境荷爾蒙，一旦長期大量接觸，健康便有嚴重負面影響，甚至傷害到生殖和內分泌系統。儘管少數偶然的接觸，未至於那麼可怕，聽來也令人驚心了，試想學生們每天好幾小時穿着問題皮鞋上課，難道說不會有風險？家長擔心，絕對有理由。

消委會過去好像未有過皮鞋化驗，有點來遲了，可幸運到好過不到。可不知道多年前已畢業的學生，一旦穿過問題皮鞋，到了適齡結婚後，會不會也因受到生殖

學生鞋的憂慮

和內分泌系統影響，間接導致今日出生率下降？問題複雜到像無頭公案，真是只有天曉得。

開課在即，相信新學期開始，可能有些學校已改變觀念，容許同學穿着運動鞋上課，真是這樣，該校師生一定皆大歡喜。話題岔開，其實觸地有聲的男裝皮鞋和女士變相紮腳的高跟鞋，本來已是前兩世紀中看不中用的西方文明，怎比得我們曾祖父父母穿的布鞋健康衛生而又輕鬆灑脫？

再說，除了飲食健康，今後接觸到肌膚的衣物的廠商們對製品真不要掉以輕心，要想生意興隆，含有毒素的原料就應避免。

但願上天保佑，日後運動鞋和襪子如經化驗，全部都能順利過關，好等今日香港全城熱愛運動鞋襪的老中青三代，人人足下平安。



●鞋與襪無聲對話。作者供圖

新疆之旅(下)

在新疆的第三天，我們到達了被稱作「神的自留地」的山區——禾木村。

禾木村坐落在重山阻隔的一個大河谷裏，縷縷陽光灑在山坡的白樺林上，牛羊在山下悠閒自得地埋頭吃草，幽靜的河水靜靜地從村旁流過，點落於狹長山谷中的座座木屋炊煙裊裊，構成了一幅優美、恬靜、色彩斑斕的油畫。雖值盛夏，但山上空氣涼爽，讓人心情愉悅。

除了旅遊旺季，禾木村人跡罕至，是一個被白樺樹、雪山和河流包圍的美麗村莊，自然風光古樸，徒步沿棧道赴觀景台觀禾木村風貌，彷彿置身世外，被內地攝影愛好者譽為「人間仙境」。

在禾木陶冶了心性，當日傍晚返回布爾津市酒店入住。第四天則乘飛機直飛去吐魯番，直奔孩子們期待的葡萄溝。相比較前幾天的景點，吐魯番已經屬於南疆，氣溫高，氣候乾燥。在一排排葡萄樹下，孩子們忘記了炎熱，滿心歡喜地摘下新鮮的葡萄，他們第一次見到葡萄種類如此繁多的葡萄園。有的葡萄樹上的葡萄直接被曬成了葡萄乾，孩子們很是驚訝！

導遊告訴我們，在新疆曬葡萄，直接依靠充足的陽光和乾燥的氣候便可完成。聰明的新疆人



琴台客聚

伍呆呆

不知是不是因我自小就喜歡讀的《紅樓夢》原名《石頭記》，所以我自小就有喜歡石頭的小癖好，無論到哪裏去玩，都喜歡隨手撿一些看得順眼的石頭回家。

5年內我3次應友人之邀踏上福建平潭島。平潭島上大大小小的石頭數不勝數，我在前兩次都矜持着，只帶回幾塊小石頭。到了第3次，帶回了一大袋石頭。石頭仍舊是小小的，但數量多，每一塊的顏色和花紋都有它的奇特之處。數量多的石頭並不是我自己撿的，而是在臨離島前我表示沒有撿到石頭的遺憾，島上知名攝影師李少雲將自己的珍藏送給我的。

李少雲被我和朋友們稱為我們在平潭島上「最愛的男人」。無他，只因我們每一次到平潭島，他都將他所有的時間全部奉獻給我們，帶我們去聽風、去看海、去探索早已被他探索過無數遍，如今仍舊令他感到新鮮的島嶼。李少雲帶我們看得最多的，大抵就是平潭島上的石頭了。離開平潭島後，我幾乎想不起來能種出特別可口的番薯和花生的平潭島的土壤是什麼樣子，但是我卻記得我看過的，和在李少雲鏡頭中出現過的那些石頭。

我在平潭島上看到的第一塊大石頭就是塘嶼島的「海壇天神」，它被我寫進了我在香