

東涌侯王誕

陳天權

與你
同遊

香港有許多侯王廟，分布不同地方，但侯王是誰，則眾說紛紛。前清遺老陳伯陶認為是南宋末代忠臣楊亮節，他生時封「侯」，死後封「王」，由於護駕有功，世人敬其忠義而建廟供奉。但亦有學者持不同意見，有說侯王姓楊名侯，被尊稱為「楊侯大王」，亦有指醫治宋帝昀的楊二伯公。雖然身份未明，但無阻善信對侯王虔信之心。

香港的侯王誕共有三個，分別是農曆六月初六、六月十六日和八月十八日，令人懷疑各地供奉的侯王是否同一神靈。論熱鬧程度和規模，以東涌侯王誕為最，它在八月十六至二十日舉行，期間公演神功戲，吸引東涌一帶居民前來觀賞。此外還舉行聚餐、競投神物等活動，可見侯王誕是一個聯繫東涌各村的慶典。

農曆八月十八日為正誕，早上東涌鄉居民帶備祭品前往侯王宮參拜，而花炮會成員則到來還炮。他們的花炮只有神像而無「炮山」，各隊有龍獅伴隨，眾人在廟前施展渾身解數，盡力舞動，以博取神和人的讚賞，將賀誕氣氛推上高峰。

廟前空地除了搭建一座巨大的戲棚外，還有十多個小棚供花炮會成員休息，這是其他神誕所罕見的。另外，東涌鄉民並非以「搶炮」或「抽炮」來決定某個花炮（即神像）今年誰屬，而是採用「投炮」方式，價高者得，在全港只此一家。投炮在八月十九日舉行，是侯王誕一項重要活動。



東涌侯王宮在正誕當日擠滿到來參拜的鄉民

微言
博語

搬到花旗嶺半年，驚喜不斷。農曆三月的天后誕着實開了眼界。前一天晚上是還花炮儀式，沿着車路往天后廟進發，看見一輛輛卡車，把不同鄉村的村民載到天后廟，由於人太多，大家在半路便要下車步行。參與還炮儀式的村民和後觀的民眾，還有因數量太多被堵塞在半途的車輛，那不過是平常的一個夜晚，整個元朗區卻像是嘉年華。

深夜，人群漸散，沿着大樹下東路往回走，穿着拖鞋的人們還興高采烈，路旁卻見到徐徐升起的數盞孔明燈。低矮的村屋，空曠的鄉郊，天空顯得特別寬特別黑，星星一顆顆都很顯眼，孔明燈發着紅光，顯得特別孤寂。中秋卻熱鬧了起來。

漫天綻放孔明燈

洪嘉

來。這些日子陰雨連綿，中秋當日也有幾滴雨粉，還以為晚上會是冷清的，但吃過晚飯，沿着大棠路走，卻看見天空高高低低掛着一盞盞紅色的燈。開始還沒有意識到是村民在放孔明燈，好一會兒才會過來。一盞孔明燈悠悠地掉到馬路旁邊，燈上並沒有寫上什麼願望。大概放孔明燈也只是一個節日湊熱鬧的節目。

但在香港放孔明燈是違法的。中秋這天的漫天燈，有兩盞跌落列車上造成事故；也有不少日人放燈而遭檢控。昔日諸葛孔明放燈救援，今日香港市民放燈招禍。

但我還是喜愛那漫天紅光，在暗夜中悠悠飄逝。只可惜，這裡是香港。不許百姓放燈，劃出孔明燈專用區也似乎遙遙無期，於是，我們只能玩塑膠燈籠。

戰國龍形飾銅戈首

李英豪

閒性
閒情

收藏界的朋友們各有所好，有些範圍甚廣；有些則甚專，只集中一兩個項目；有些蒐求的對象千奇百怪；有些卻嗜古成癖。至於收藏遠古兵器者比較少，主要由於保存到現在而仍然完好的精品如鳳毛麟角。要得到真古者像大海撈針，藏之徒添心理陰影。現今幾乎僅在博物館與文物館可見古兵器了。

古兵器中，有一部分精緻雋美如藝術品。最為藏家垂青者是漢代的白玉劍飾，包括劍首、劍璲（格）劍秘，大家只集中在飾件上，主要當然因為是珍稀的古玉。它們本來鑲嵌劍上，而劍本身早已殘缺無全。

其實戰國時代也有極少量銅鑄兵器留存至今，但仍非全件完整無缺；不過憑其一部分，也可窺見那時一些將領的兵器同樣注重藝術造型、紋飾與美感，甚有特色。



戰國銅戈

有關快樂的研究

東寫
西讀

《金融時報》周末頭版有篇集合了世界各地關於「人如何才會快樂」最新學術論文，涵蓋心理學及經濟學的範疇，可作為我們反思如何「好好活下去」的引子。心理學家表示，有關快樂的研究，總離不開「錢」、「朋友」和「家人」三大因素。關鍵是如何科學化地量度這三項因素對人類的影響。如「朋友」可用錢來衡量一方面，心理學家便作過各種研究，發現對大部分「打工仔」而言，把每月薪金提高一千港元，僅為「常常見朋友」的快樂的百分之三；用金錢來計算的話，「常常見朋友」帶給人的快樂等於一年多賺約二百八十萬港元！心理學家解釋，因為人既總是高估了個別事件對自己的影響，又傾向只是思考事件一旦發生時的即時反應，像加薪一樣，不少人都只會想到「如果加多少，我便當如何如何……」但真的加薪時，由於事前

軒轅伯

已在腦袋內「發生」了很多次，開心的感覺便不能維持很久。可是，朋友留在身邊的快樂感覺，卻是歷久常新。研究更發現與肥胖的人做朋友，一般都會較與瘦的人做朋友為快樂！相反，面對毫無準備下所發生的事情，人們的反應便多會停留較久。如最新研究發現，中「六合彩」三獎或以上的人（即獲得一萬港元或所上者），原來平均要兩年後才感開心；因為，一般人通常要自己努力過後獲得回報，始會產生快樂的感覺，突然中獎雖然只是瞬間的事，但能「感受到」或「享受到」則要經過較長的一段時間。

可是，努力過卻沒結果又如何？原來「解脫」真的能令人快樂！研究指出，原來離婚的女方最不開心的時間，乃是離婚前兩年左右；而男方最不開心的時，則是離婚前一年左右。專家認為，這解釋了為何現代人離婚的多是由女方先提出。最後科學家連「快樂也可以傳染」這句話也驗證了：原來，我們日常接觸一千六百米範圍內的人（如我們的鄰居），若有什麼喜慶事，也會令我們較平時開心百分之二十五！

如何控制胃酸

思健

有一種病發作起來，胸腹部灼熱，心口好像有團火在燃燒。這種以燒心為主特徵的病卻不是心臟病，而是胃酸在作怪。健康正常人的胃液（有時加上十二指腸液），會被食道與胃之間的天然屏障所阻隔（這使人想到機械中單向閥門的作用），不會向上反流而進入食管甚至口腔。胃酸是有腐蝕作用的，嬌嫩的食管黏膜經不起它的浸潤，便會產生表淺性潰瘍和糜爛，並延及至食管以外的咽喉、氣道等組織。

控制胃酸可使胃食管反流病得以緩解和控制，除了積極治療外，患者需要定立以下飲食規律，盡量清淡：一、減少進食量，飽食易導致食管下部括約肌鬆弛。進食應細嚼慢嚥，少量多餐。晚餐尤其不宜飽食；睡前四小時不宜進食。二、少喝酸性飲料、應戒煙酒等，以防引起食管下端括約肌張力下降，尤其是烈性酒可使食管蠕動收縮的頻率下降。三、減少脂肪攝入，脂肪可延緩胃排空，刺激膽囊收縮與分泌，降低食管括約肌壓力。四、增加蛋白質攝入，刺激胃泌素分泌，使食管管括約肌壓力增加。五、飲食宜少刺激性，少吃巧克力，烹調少用香辛料，如辣椒、咖喱、胡椒粉、蒜、薄荷等。

醫學
養生

人間
百貨

椰林樹影的菲律賓海灣，波平如鏡，風光明媚，豈料一響槍聲驚起風浪。也許我們早已忘記了美軍三十年前在東南亞駐守時的橫行霸道，基地守軍有敗類者愛持槍向營外老遠的居民瞄準，「砰！」千里追魂……

飛蛾撲鷹

吳昊

人，打起官司來，殺人兇手早已調返美國，案件便不了了之。盧比蒂聲言片中事件全是有血有淚真實個案，充分反映馬科斯政權的無能。片中女主角正做着移民美國「大夢」，豈料在歡送晚會上得悉弟弟慘死於美軍槍下，官方解釋當時開槍，因誤以為野豬出沒，她憤然放棄赴美，控告美國。律師告訴她，官司贏不了，只等如飛蛾撲火，但她堅持抗爭：「我們只是飛蛾，他們都是鷹，我要美國知道曾有飛蛾敢於挑戰大鷹。」

片子拍得柔和清秀，帶點田園色彩，沒有沸騰影像，但有沸騰的政治意識。盧比蒂離息影多年，今年卻完成了關於其胞弟阿基諾的紀錄片，相信在明年的國際影展中有機會可以看到。

品味香港 了解祖國 洞觀世界

大公網

日均點擊率1000萬次以上，受眾遍及中國內地、港澳、台灣，以及美國、加拿大、澳大利亞、韓國、日本等國家和地區。

歡迎瀏覽並惠賜廣告

大公網網址：www.takungpao.com

大公手機新聞：3g.takungpao.com

聯繫電話

香港：852-28310500
北京：10-68001032
上海：21-62789301
廣州：20-87362846
深圳：755-82077232
福州：591-7535147
杭州：571-87151207

南京：25-3243655
瀋陽：24-23128388
濟南：531-8589548
大連：411-2815063
吉林：431-8630954
哈爾濱：451-82328241
武漢：27-85761302

重慶：23-63628921
西安：29-87291924
成都：28-85557928
雲南：871-4199577、4179318
海南：898-66735188
澳門：853-66699931

大公網深圳電話：755-26648947，26407878轉191

電郵：tkpkcc@takungpao.com

大公網廣告價目

版位	規格	價格(元) (每月計) HK\$ (港幣)
首頁通欄廣告 可擊點接連網址或 開啟廣告詳情內容	468x60pixels(15K)	\$48,000
首頁面指定目標標旗幟廣告 可擊點接連網址	120x50pixels	\$25,000
其他頁面通欄廣告 可擊點接連網址或 開啟廣告詳情內容	468x60pixels(15K)	\$22,000
首頁頁內廣告	不固定	\$30,000
國際、國內、港聞、財經、 娛樂欄目頁內廣告	不固定	\$25,000
其他欄目頁內廣告	不固定	\$15,000
其他網頁目標標旗幟廣告 可擊點接連網址	120x50pixels	\$15,000
豎形廣告可在各欄目首頁及 內文頁的左右兩旁指定位置 彈出窗口(當進入網站主頁 面時，同時彈出一個廣告 視窗，裡面顯示廣告內容)	60x120pixels 不固定	\$15,000 \$50,000

廣告製作費用

- A. 通欄廣告：HK\$2500-3000元/幅
B. 旗幟廣告：HK\$800元/幅
C. 豎形廣告：HK\$1800元/幅

若同時訂訂《大公報》廣告，本網廣告價格大幅優惠。