錦田洪聖誕

陳天權

與你同遊

錦田鄧氏在水頭村和水尾村各建一座廟宇，分別供奉洪聖和天后，兩者都是水神。這與漁民供奉水神的目的有點不同，昔日錦田水道縱橫，河水經常氾濫，村民敬拜水神希望農作物不被淹沒，同時保佑人畜平安。鄧氏每年爲洪聖和天后賀誕，其中洪聖誕定在農曆正月十五日元宵節，與民間習慣的農曆二月十三日不同。

元宵節那天亦是錦田鄧氏點燈活動的高潮所在，上午添丁家庭到祠堂拜祭祖先和招待鄉親吃燈粥。下午的焦點轉到洪聖宮前的廣場，村民聚集該處欣賞歌星藝員演唱歌曲。與此同時，錦田其他鄉村的花炮會陸續到來歸還上年所得的花炮，之後在神明見證下再行抽炮。活動不限於鄧族各房，還容許其他人參與，以增進彼此關係。

點燈與賀誕結合一起舉行，在香港頗爲罕有，除了令氣氛更高興外，也有藉着神誕保佑新生族人的意味。目的與粉嶺圍將點燈與太平洪朝結合舉行相同，在開支和人力方面亦大大節省。

水頭村的洪聖宮據說始建於明成化年間，本爲小神壇，雍正五年（一七二七年）擴建，今天所見是一九八四年重修的面貌。錦田自古以來便有洪聖誕活動，何時轉在正月十五日舉行已無從稽考，但唱歌助興應是四十年多間的事。有村民說他們是預祝洪聖誕，這或可解釋他們不想花太多錢聘請戲班演出神功戲，而改用兩名歌星藝員的原因。

在元宵節，錦田洪聖宮前迫滿村民和花炮

鏡屋

煙花女兜翻身記

張泠

一九五〇年「中央新聞電影製片廠」紀錄片《煙花女兒翻身記》和次年根據眞實人物事件拍攝的劇情片《姊姊妹妹站起來》（陳西禾導演，李緯、石揮主演）回顧這段「女性慘史」。一九四九年北京關閉「八大胡同」兩百多家妓院，將一千三百〇三位妓女收入教養院，花費一億元（舊幣）給她們治性病（有百分之九十六點六患多種性病）、培養基本勞動技能，之後有人成婚，有人參加醫務、文藝、紡織等工作。上世紀四十年代「公娼」合法化，使妓女人數達歷史最高，在警察局、黑社會、妓院勾結的包圍圈中。她們中多數人是文盲，被騙進妓院或因家貧被賣入「火坑」。老舍小說《月牙兒》和穆時英《南北極》都涉及這些女子的悲慘生活。回望翻天覆地後的歷史輪迴，令人生無解哀嘆。

「東莞掃黃」事件，在大陸網絡和平面媒體掀起討論熱潮，有的編笑話將之娛樂化，有的主張「性交易合法化」，有的支持割除「黃賭毒」社會毒瘤……但，終究無法解決根本，即資本主義化過程中女性身體被極度物化、商品化（尤其一些沒有或不願使用其他技能的女性），貧富分化社會不公加劇，整體社會氣氛低俗墮落、貪慾和財勢炫耀遠超本來需要（這些又在男性財權和話語強勢結構之中）……令人想起不過六十多年前的民國時代。那時男性達官顯貴、文人墨客、大學教授流連花街柳巷而不以爲恥，反成「風流佳話」，而所謂「良家婦女」在父權體系社會和家庭結構中受重重約束，「煙花女子」爲嫖客玩物及妓院領家搖錢樹「牛馬不如」，動輒被虐待毒打甚至活埋，平均壽命只有三十歲。

愛你一生 相伴同行

李英豪

閒情性

馬和狗是人類好朋友、好夥伴，相信不少人皆認同。古今中外，有些馬和狗融洽相處、互相關懷與愛護的眞實故事，感人肺腑。一些名家繪畫、雕塑品，甚至古袋表，也以馬狗相親作主題。例如**附圖**，乃一九一〇年芝柏廠精製的十四K金袋表，十七石，型款名爲「CHAUX-DE-FONDS」；是用高超燒琺瑯技術（亦稱「燒藍」），繪製一頭良駒與一頭「阿黃」小獵犬相親，活像情人親咀，十分溫馨和浪漫。動物尚且這樣和諧與關愛對方，難道人類比不上牠們？

從前亦曾在上海遇見另一名廠彩琺瑯金袋表，應屬十九世紀製造，同樣是布里璣平衡彈簧裝置，於瑞士出廠，十分珍罕。最使人眼前一亮的，是彩琺瑯金表殼上，繪兩匹駿駒，並肩而馳，成雙成對，自由自在；但不是在草原上或沙地上跑，而是在淺沼中間。觀之不禁想起古時「宛在水中央」之句。金表殼揭開後，內壁刻有古典英文美術字，除了上款與下款外，中間兩行大意是「愛你一生，相伴同行」。適逢今年生肖屬馬，正月十五日元宵節又是情人節，故特別憶起此一古袋表罕品；同時腦海中亦浮現一首唐詩中的兩句：「暗塵隨馬去，明月逐人來。」

紅塵記事

北海道印象

慕秋

除夕夜，我家老少三代踏上了北海道之旅。飛機是加開的，凌晨四時在跑道上滑行了一陣又折返登機口，廣播說因爲部分空調不正常須維修，半小時後又廣播說需要添加燃料，折騰了個多小時才終於起飛。

當飛機在新千歲機場降落時，茫茫北國雪景盡收眼底，用一個「白」字形容已足夠，因爲地面一切皆被大雪覆蓋，看不出繁華還是蒼涼。從機場乘坐火車抵達札幌，更是鵝毛大雪滿世界飄灑，小朋友們等不及先去酒店放下行李，已迫不及待地抓雪踏雪，弄得渾身濕漉漉的。

入住的京王酒店地處市區中心，我們預訂的兩間房共擺放了五張雙人床，孩子們大爲興奮，此後幾天，他們回到酒店便在床之間跳躍折騰。酒店算不上豪華，但溫暖舒適。房間有獨立梳妝間，廁所被架高，如遇有地震火警可躲進去減輕傷害。

酒店外有「七・十一」便利店，步行幾分鐘便可走入地下商場，這裡的「食街」是我見過最具規模的吃飯場所。日本人愛乾淨，廁所垃圾桶隨處可見，餐廳地面也絕不油膩乎乎，侍應們招呼食客熱情禮貌。在北海道五天，所見廁紙餐用紙皆爲單層，酒店自助餐中的秋刀魚切了十幾塊，一條香蕉也剪爲三、四段，日本人不僅愛清潔還非常節儉。

服務行業工作者年輕人居多，據說中老年人霸佔了大公司終身制職位，年輕人找工作愈來愈困難。

節後消食消脹—飲山楂水

思健

醫學與養生

佳節過後，不少人胃烷脹滿，由於肉食積滯，腸中始終感覺到有一股氣在不斷膨脹，但始終又排放不出或排放不盡，渾身不適。

此時用得上古醫保健智慧——飲山楂水，可有效地消食消脹。乾的山楂片在一般南北乾貨舖及中藥舖都有售，價格低廉論斤賣，一斤可用上二十次，長期堅持飲用山楂水，還可起到降低血壓和膽固醇、防治動脈硬化等意想不到的保健奇效呢。

山楂最大的功效是散氣、消食、活血，尤擅治肉積腹脹。古醫書《滇南本草》中特指山楂有「消肉積滯、下氣；治吞酸，積塊」的功效。

山楂水的做法很簡單，取二十克左右乾山楂，洗淨加清水兩大杯煲滾，然後開小火悶煲半小時即成。如嫌有酸澀味可加些紅糖或冰糖，趁溫熱時飲用，每日飲用一至二次，但不宜在空腹時飲用。如果山楂茶中配以決明子及蜂蜜等，效果會更好。有胃酸過多、胃炎、胃潰瘍等不適宜直接飲用山楂水的人，可減少山楂片量，同大米一起煲粥食用。

現代醫學研究證實，山楂中含有的黃酮、牡荊素等成分，有擴張血管和持久降壓的作用及防癌抗衰等功效，實在是一種不可多得的保健佳品。

要留意的是孕婦及脾胃虛弱者不宜，山楂茶也不宜與海鮮、人參、檸檬同食，飲用後要最好及時漱口，以防傷害牙齒。

星光心影

觀音・度母・聖母（下）

陳煒舜

人類依戀母性，並不因社會模式演變而演變，這種依戀尤體現於宗教。勿論希臘諸女神及中國上古的女媧、西王母、簡狄、姜嫄，僅觀音菩薩的形象便可知其梗概。

佛經云觀音名不眴（Animiso），乃天竺轉輪王無諍念（Arannemin）之子。故唐宋以前觀音造像多爲一美丈夫，微髭長眉，不穿僧衣。而《普門品》言觀音有三十三種化身，所謂「應以長者、居士、宰官、婆羅門婦女身得度者，即現婦女身而爲說法」。婦女能頂半邊天，自然希望菩薩以女身示現；男性也期待從觀音身上找到母親、姊妹、妻女的感覺。因緣如此，菩薩能不當機應化乎？至若藏傳佛教中，觀音的女性特徵尚有進一步發展：無量劫前，觀音見衆生沉溺苦海，悲憫垂淚。左眼淚珠化爲白度母，右眼淚珠化爲綠度母。修度母心法，能斷生死輪迴，拔一切業障，延壽增福，消災開慧。藏人且謂松贊干布及其兩位王后（尼泊爾尺尊公主及大唐文成公主）分別爲觀音及白、綠度母的化身。

無獨有偶，天主教的聖母與觀音菩薩遙相呼應。天主教在崇拜三位一體的上帝之餘，還禮敬瑪利亞，認爲她是耶穌敬愛的人，擁有許多美德，更是人類與基督間的中保。如何中保？只因她在耶穌前說話有力量，能爲信衆轉求天主的恩寵。與天父、天兄相比，瑪利亞的母性畢竟較爲溫暖可親。可不是？連研究生與指導教授溝通有礙時，都要走一走師母路線才行。拜師學習「出世間法」，還是要以師母的「世間法」爲津渡啊！

（宗教神話隨筆之十）

無線翡翠台

06.00 都市方程式
06.25 瞬間看地球
06.30 香港早晨
08.55 瞬間看地球
09.00 快樂長門人
09.10 文化新領域
09.45 我們這一家
10.15 爆旋陀螺 鋼鐵戰魂ZERO G
10.45 激優一族
11.15 幪面超人OOO
11.50 宣傳易
12.00 五覺大戰
13.00 午間新聞
13.10 瞬間看地球
13.15 秘密花園
14.45 體育世界
15.55 勁歌推介
16.00 Battle Spirits少年激霸
16.30 智激校園
17.00 奇幻魔法Melody Ⅳ
17.30 寵物小精靈：超級願望Ⅲ
17.55 東西宮略
18.30 新聞報道
18.55 天氣報告
19.00 頭條新聞
19.30 2014索契冬季奧運會——今日焦點
19.35 華人移民史——渡東瀛及愛情來的時候戀愛預告
20.30 單戀雙城（結局篇）
21.30 高清好戲派：2012我愛HK喜上加囍
23.45 晚間新聞
00.00 天氣報告及瞬間看地球
00.05 2014索契冬季奧運會——賽事全接觸
01.05 宣傳易
01.10 西遊記第壹佰零壹回之月光寶盒
02.55 德國杯精彩戰報
03.35 粵語長片：娘惹之戀
05.30 求其一個夢

無線明珠台

06.00 金融概要
07.30 NBC世界新聞
08.00 2014索契冬季奧運會——早晨戰報
09.00 脈搏
09.25 鬼馬雙蕉
09.50 TVB8金曲榜
10.40 狼人新傳
11.10 港生活・港享受
11.35 明珠檔案
12.00 寰宇體壇
13.00 寵物小寶貝
13.50 音樂熱點
14.00 天劫
14.55 求愛俏王子
16.00 見習小武士
16.30 新綠燈俠
17.00 挑戰安地斯
17.35 發明Teen地Ⅴ
18.00 普通話新聞及普通話天氣報告
18.15 音樂熱點
18.30 六十分鐘時事雜誌
19.20 警訊
19.30 新聞報道
19.50 天氣報告
19.55 瞬間看地球
20.00 笑笑小電影
20.25 環球趣事
20.30 2014索契冬季奧運會——黃金戰報
21.30 周末大電影：非常外父3
23.35 晚間新聞
23.50 瞬間看地球及香港馬術大師賽2014——良駒薈萃
23.55 午後影院：色慾都市
02.40 2014索契冬季奧運會——黃金戰報
03.30 笑笑小電影
03.55 寰宇體壇
04.50 音樂熱點
05.00 台灣無線衛星電視台新聞
05.30 中國新聞

J2

15.00 型格瘋
15.35 360°
16.30 音樂工房
17.00 廉遊達人
17.30 日本潮什麼
18.00 終極一班2
19.00 娛樂新聞報道
20.00 激Fun新西蘭
20.30 讀上癮
20.35 叢林的法則
22.05 神七探偵團
23.05 打工吧！魔王大人
23.35 進擊的巨人
00.05 Music Station
00.50 日本潮什麼
01.20 型格瘋
01.50 大師第
02.10 終極一班2
03.05 叢林的法則
04.30 激Fun新西蘭

亞視本港台

06.00 把酒當歌
06.30 亞洲早晨
08.30 科學耆績
09.00 香江怒看
09.30 青協數碼青年：創業有出頭
10.00 上網問功課
10.58 iFit@tv
11.00 反斗英語
11.30 恩雨之聲
11.55 品味珠三角3
12.20 馬上全接觸
12.25 當年今日
12.30 新聞／天氣報告
12.50 ATV焦點
13.45 把酒當歌
15.45 ATV每日一歌／iFit@tv
15.55 通識小學堂（周六版）
16.25 勁爆倉鼠樂隊2
16.55 巴啦啦小魔仙之彩虹心石
17.25 ATV粵曲會知音
17.55 當年今日
18.00 新聞／體育快訊
18.40 新聞故事／天氣報告／iFit@tv
19.00 解密百年香港
20.00 米飯生活
21.00 Hot Topic／時事追擊
21.30 六合彩
21.35 高志森微博
22.30 亞洲大不同
23.00 走進上市公司
23.05 ATV每日一歌
23.15 夜間新聞
23.50 膽識過人
01.30 高志森微博
02.25 恩雨之聲
02.50 亞洲大不同
03.20 別了忘不了 沈殿霞：聰明太太笨丈夫
05.10 ATV每日一歌
05.25 Hot Topic／時事追擊

亞視國際台

06.00 Music 120
07.00 新聞早點——中國新聞報道
07.30 文化報道
08.00 探索宇宙
09.00 未來世界
09.30 非洲面面觀
10.00 權能時間
11.00 可愛小寶寶
11.30 蹦蹦跳仙子
12.00 Music 120
14.00 「愛」的設計
15.00 消防員阿森
15.30 致命動物大搜查
16.00 我係阿發仔
16.30 建築師阿博
17.00 Pingu
17.30 韓語劇場：你是我的命運
19.00 嶺南尋根之旅
19.30 新聞及天氣報告
20.00 型男下廚
20.30 他鄉尋根十五情獻：尋找他鄉的故事
21.00 贏在起跑線
22.00 絕頂之峰
23.00 夜間新聞
23.20 賽馬預測
01.05 贏在起跑線
02.05 絕頂之峰
03.05 Music 120

07.05 地上最強
08.40 小桃之奇幻手紙
10.40 瘦身男女
12.20 PTU
13.50 赤壁
16.15 勝者爲王
18.15 在一起
19.55 紮職
21.30 五月天諾亞方舟
23.40 死神傻了
01.15 暗花
02.40 消失的子彈
04.35 新仙鶴神針

鳳凰衛視中文台

06.25 全媒體全時空
06.55 騰飛中國
07.00 環球人物周刊
07.45 健康好滋味
08.00 周末晨早播報
08.25 鳳凰氣象站
08.30 財智菁英匯
08.55 鳳凰氣象站
09.00 鳳凰大視野
09.35 地球宣言
09.40 鳳凰全球連線
10.05 我的中國心
10.55 時事開講
11.20 健康新概念
11.25 鳳凰觀天下
11.55 金曲點播
12.00 點滴鳳凰人
12.15 健康好滋味
12.30 周末正午播報
12.55 鳳凰氣象站
13.00 築夢天下
13.30 鳳凰焦點關注
13.50 文明啓示錄
13.55 娛樂大風暴
14.15 完全時尚手冊
14.35 全媒體全時空
15.00 馬道成功
15.35 名言啓示錄
15.40 鳳凰衝擊播
16.05 鳳凰精選
17.30 笑逐言開
18.10 健康好滋味
18.25 問答神州
19.00 公益中國
20.00 一虎一席談
21.00 時事直通車
21.40 皇牌大放送
23.00 環球人物周刊
23.45 鳳凰精選
01.15 點滴鳳凰人
01.35 問答神州
02.00 一虎一席談
02.50 築夢天下
03.15 環球人物周刊
03.55 公益中國
04.50 笑逐言開
05.30 我的中國心

有線電視

電影一台

08.50 情癲大聖
10.55 行運超人
12.55 黃飛鴻鐵雞鬥蜈蚣
15.10 大事件
17.05 武狀元蘇乞兒
19.10 跟蹤
21.00 賭俠
23.05 分手說愛你
01.25 臥虎藏龍
03.50 行運一條龍

驚慄電影台

07.40 我條女係九尾狐
09.25 全球鬧鬼事件簿第8季
10.20 殘酷的世界
12.00 妄想
13.35 凶鈴再現
15.20 全球鬧鬼事件簿第8季
16.15 幸存日
17.55 妄想
19.30 殘酷的世界
21.10 疊影狂花
23.00 人肉麵線
00.35 女蛹
02.20 昏迷

高清娛樂台

08.00 小店大廚
09.00 娛樂新聞
09.30 今日觀點元宵有情人
10.00 馬拉GO
10.30 空間大改造4
11.30 爲食情報局
12.00 娛樂新聞
12.30 小店大廚
13.30 舞吧！韓日住囉囉
14.30 今日觀點元宵有情人
15.00 娛樂新聞
15.30 繼續寵愛
16.30 爲食情報局
17.00 馬拉GO
17.30 惠英紅的快樂傳說
18.30 樂壇第一手
19.00 娛樂新聞
19.30 爲食情報局
20.00 小店大廚
21.00 赤腳韓星大挑戰
22.00 誘人飯聚情人夜
22.30 星級會客室：胡錦（下）
23.00 馬年人人行好運
00.00 午夜娛樂新聞
00.30 小店大廚
01.30 誘人飯聚情人夜
02.00 全日周圍Look
02.30 馬年人人行好運
03.30 小店大廚

體育台

08.00 世界桌球冠軍杯
10.00 亞洲男子籃球錦標賽（16）準決賽2——菲律賓對韓國
12.00 體育王
12.30 世界桌球冠軍杯／體育王
15.00 中國職業籃球聯賽（31）廣廈對東莞
17.00 世界桌球冠軍杯／體育王
19.30 中國職業籃球聯賽（31）廣廈對東莞
21.30 協會杯網球賽精華
22.30 世界桌球冠軍杯
00.30 我們的運動場——夢想承傳
01.00 協會杯網球賽精華

Discovery

08.00 流言終結者第5季
09.00 網路影片大解碼第2季
10.00 動物救援尖兵
10.30 創意無限大第2季
11.00 製造的原理第18季
11.30 生產線上
12.00 隻身在荒島
13.00 網路影片大解碼第2季
14.00 荒野求生挑戰賽
15.00 監獄生活
16.00 美國挖寶人
16.30 超猛機器王
17.00 荒野求生挑戰賽
18.00 惡海捕龍蝦
19.00 監獄生活
20.00 網路影片大解碼第2季
21.00 爆破分子
22.00 惡海捕龍蝦
23.00 鐵血雄兵
00.00 鮑魚大戰
01.00 爆破分子
02.00 網路影片大解碼第2季
03.00 海怪巨烏賊

FOX Movies Premium

06.25 鐵達尼號
09.30 魔幻王國：卡斯柏王子
12.00 繼承大丈夫
13.55 海豹突擊隊
15.45 驚兆
17.30 衰鬼上帝
19.15 謎離藥謊
21.00 重彈頭
22.35 虎膽龍威：擇日開戰
00.20 最高裁決
02.00 轟天復仇
04.00 警戰實錄

華爾街狼人

導演：馬田史高西斯
演員：里安納度狄卡比奧、馬修麥康納希
片長：3小時

故事簡介：眞人眞事改編。外號「華爾街之狼」的佐頓貝福由正直的華爾街初哥，搖身一變成爲叱咤一時的股票推手和新股認購獵人。26歲的他迷失在紙醉金迷的世界，因而捲入詐騙和洗黑錢的魔鬼交易中，泥足深陷難以自拔……

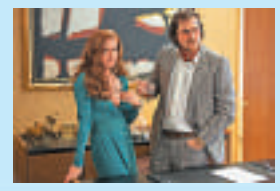
Ⅲ

上映戲院
皇室
AMC Pacific Place
UA朗豪坊
嘉禾港威
淘大影藝
MCL將軍澳

騙海豪情

導演：大衛奧羅素
演員：基斯頓比爾、愛美雅當絲
片長：2小時18分

故事簡介：職業騙徒艾榮與脫衣舞孃薛妮爲雌雄騙徒，2人終被FBI探員利查捉個正着，後者要2人用精湛騙術協助他緝拿貪官污吏，便可放他們一馬。3人遂聯手布局，展開一個既危險又令人欲罷不能的驚天大騙局。



ⅡB

上映戲院
PALACE ifc
AMC Pacific Place
UA朗豪坊
百老匯電影中心
MCL德福
Star Cinema

鐵甲威龍

導演：José Padilha
演員：祖爾堅拿文、加利奧文
片長：1小時57分

故事簡介：2028年，盡責的警察Alex Murphy不幸於一次行動中身受重傷。爲保其性命，有關方面決定將他改造成半人半機械的超級警察「鐵甲威龍」。與此同時，Alex必須面對許多從未遇過的問題……

ⅡB

上映戲院
JP銅鑼灣
UA太古城
PALACE apm
海運
嘉禾港威
凱都