大聖誕巡遊

陳天權

與你同遊

秀茂坪有間大聖廟，始建於一九六八年，原坐落於安達臣山腰，二〇〇八年因政府發展該區而遷出，獲安排在寶達村對面的寶琳路口重建。山坡上還有觀音廟、城隍廟和天后廟，亦先後遷出。現今四座廟宇在寶琳路口並排而立，去年先後開光給善信參拜。

該大聖廟由鶴佬人興建，過去有扶乩活動，在農曆八月十六日的齊天大聖誕更有多名乩童在球場表演上刀梯、滾油洗面和赤腳走火坑等奇技，吸引不少市民觀看，傳媒作出大篇報道，但今天這些活動已絕跡了。

大聖廟今年舉行重建後首次賀誕活動，在秀明道公園球場上演一連六天的鶴佬白字戲。首天（農曆八月十四日）有請神巡遊，善信將齊天大聖像、哪吒像和觀音像從廟宇請出來，在鶴佬麒麟、鑼鼓樂隊、彩旗和戲班人員陪伴下，浩浩蕩蕩抬往球場的神棚。巡遊隊伍中可見一名長者穿上黃色的齊天大聖袍，坐在轎上，赤腳踏着刀刃，由幾名壯漢抬着，效法當年的乩童。另有一人穿上哪吒服飾，帶領隊伍前進。

參與巡遊的人均穿上黃衣，隊伍延綿幾百米，經秀茂坪道、曉光街，秀明道進入康文署的球場，如此盛大的請神場面在市區實屬罕見。大聖廟還供奉衆多神靈，如玄天大帝、譚公、華光、達摩、華佗、雷神、福德、三官大帝、四大天王、八戒和沙僧等，均利用貨車運往球場，一同觀賞神功戲。

秀茂坪大聖廟日前舉行盛大的請神巡遊

以退爲進

紫儒

赤子情眞

「以退爲進」的輔導並非什麼新奇妙法，但往往有出人意料的果效。簡單來說，就是輔導治療師表示對當事人困擾多時的問題已無計可施，邀請案主接受現實！

曾聽過家庭治療大師Salvador Minuchim一個十分有趣的輔導經歷。有一對夫婦來找Minuchim作婚姻輔導，經過多次的面談，夫婦的問題不但沒有疏解，反而越來越惡劣。在一次面談中，兩夫婦又再次爲着某些問題發生激烈的爭吵。

Minuchim終於忍無可忍，無奈地站起來表示自己已無能力去幫他們，並請求他們離開。誰知過了一星期，這對夫婦竟然拖着手來道謝Minuchim。原來，這對夫婦回到家後，冷靜地檢討過雙方的關係。他們想到，假如連婚姻治療師也對他們的困擾表示無能爲力，如若他們希望維繫這段婚姻就必須依靠自己了。結果當然是大團圓結局！

然而據筆者多年經驗，「以退爲進」的輔導也有其限制及需要留意的地方，並非可以隨便使用。其中一個要考慮的，就是那人是否有足夠能力及心理準備承擔持續地被問題困擾的後果。

更重要的是，作爲輔導員是必須隨時對受助者作出支援，防止發展成對個案更大的困擾，以免出現弄巧成拙的惡果。

獨一無二的裸玉人

李英豪

閒性閒情

素來坊間仿殷商婦好墓出土的「僞古」玉隨處可見，多如牛毛。尤其是「刀尾人」、「裸玉人」和「跪人」，可說全屬贋品，市場無一是眞。婦好墓出土的玉器，距今至少二千七百多年，甚至更久。考古學家掘出七百五十五件殷墟玉器，全數藏存博物院裡，沒有流出民間市場，也從無竊走紀錄。

婦好墓古玉中，不少獨特形制、紋飾與琢法，皆僅存一件，並沒有雷同者。例如**附圖**，爲一九七六年於河南安陽婦女墓出土的殷商片狀青玉裸立人（推斷原爲柄形器），頭梳兩個翹髻，好像頭頂附有角形裝飾；軀體甚小，四肢發達；身上帶雙陰線刻紋飾。最獨特之處，是正面看爲男性，但從背面看則爲女性，均似屬兒童。此一形制，實爲殷墟兩面分別雕琢出男女不同特徵的性器。此一形制，實爲殷墟墓玉器所僅見；亦即世上獨一無二。

談及商代「裸玉人」，筆者很久前，曾在外國一間大學的佛格博物館，見過一件比較殷墟時期更早者，約高十一公分多。該眞古裸玉人（立狀）正反兩面是雕琢同一個女性，背露裸屁股，正面上下皆明顯刻出女性特徵。這樣雕裸女玉器，風格在當時極大膽；西周中期以後的古玉，再無出現。

肉乾肉鬆

慕秋

紅塵記事

兒媳的娘家人每次從新加坡來港探親，例必帶林志源肉乾作手信，所以，家中老少都曉得「林志源」。今次在新加坡旅行至尾聲，我們特意跑去牛車水的林志源買豬肉乾，所幸當日未出現排隊人龍。

林志源店鋪門面不大，完全是老式經營，各種新鮮出爐的肉乾現要現包裝，年輕夥計們手腳利落地應酬顧客。帶回香港的肉乾很快便送光吃光，由於味道太吸引，孩子們吵着還要吃，於是在本港買來美眞香肉乾，這其實也是新加坡品牌的海外店。比較兩家店產品，林志源的略柔軟，更適合孩子們吃，味道差別倒不大，都很香甜。

家婆健在時經常來港，每次例必帶曼谷唐人街名產林眞香豬肉乾、豬肉條、豬肉鬆，尤其是豬肉鬆，不是林眞香產品，是一片片滋滋作響的肉脯，肉脯是提前醃製好的，經過火的烘烤，香味飄散，路經者買些用油紙托着立即下口也好，帶回家細細品嘗也罷，總之是味覺的享受。

在曼谷，炭爐上架鐵鍋，臨街焙炒肉鬆的也爲數不少。當地華人多爲潮汕人，他們的飲食不是飯就是粥，清晨，一碗白粥一碟肉鬆，可維持上班上學者半天的精神體力。至今，我家孩子不光愛吃肉乾，也以肉鬆送飯，或自製肉鬆壽司，我們更將大批泰國肉鬆寄給遠方長輩。

留意老人步態

思健

人老了，腿力下降，不僅走路速度比小輩慢一拍而且還得走一走，歇一歇。因此在大多數家庭裡，做兒子的最不願意同年老的父母出外行街、SHOPPING；而做女兒的卻大多數相反，因爲女性孝順父母常表現在親暱、體貼方面，走得慢或走走歇歇可以有更多的時間傾談和閒聊。

中秋夜，有一家三口準備前去尖沙咀海邊賞月。母女倆坐在樹蔭下的長櫈上歇歇，兒子則在十幾步遠的巴士站等候。「車來了」，兒子一聲喚，女兒發覺老母起身有短暫的不能邁步，雙腳似乎黏在地上，需停些時間才能挪動。此時已是全車的人在等待着他們，老母起步後小步快速往前，腳掌擦地而行，到了車前卻無法收停腳步往前傾，要不是女兒一把扶住便要撞上車門。

車開了，恰巧與兒子同座的是位有醫學經驗的人。他問起：你母親近來是否行走速度變慢，步子變小，常曳行，走路時手臂擺動甚少或沒有，走路時上身前傾，當走近目標物時卻又難於止步？兒子一陣面紅，說「我不知呀」，同母坐在前排的女兒回過頭來，連聲說：「您這位先生說得好對啊！人老了，走路是不是都是這樣的啊？」

「不」，您母親的步態有點似柏金遜症，有機會幫老人家去醫院檢查一下。

兩天後，門診的醫生告訴女兒，其母果然是患了早期的柏金遜症。

醫學與養生

伯益・嬴秦（上）

陳煒舜

星光心影

儘管女脩和簡狄一樣，都是服食燕卵而孕，但兩人的身份卻有很大差異：簡狄是本族母系社會最後一任首領，女脩則非如此。她的先輩中，有一個著名的男性領袖——顓頊。換言之，女脩所處的時代，已經進入父系社會了。在進一步討論以前，我們先回顧一下秦族的歷史：女脩生大業，即皋陶，虞舜時爲理官。大業生大費，即伯益（一作伯翳），助禹平水土，帝舜賜以嬴姓。大禹即位後，以皋陶爲繼承者。皋陶年邁去世，又選擇伯益。禹崩，諸侯感念恩德而朝拜禹子夏啓，中國首個父子相繼的王朝自此開始。《竹書紀年》則認爲，啓與伯益的政治角逐引發了戰爭：「益干啓位，啓殺之。」夏桀之時，伯益後人費昌去夏歸商，爲成湯御。從此，御車養馬成爲此族的專業技能。殷王太戊時，其後人中衍善御有功，「嬴姓多顯，遂爲諸侯」。殷商後期，中衍玄孫中潏「在西戎，保西垂」，是文獻記載秦人西遷之始。中潏之子蜚廉、孫惡來。惡來因「以材力事殷紂」而遭周王處決。新發現的清華簡稱三監亂後，成王殺蜚廉，「西遷商之民於邾，以禦奴之戎，是秦先人」。足見商、秦兩族關係之密切。惡來後人非子善養馬，周孝王封爲附庸，號曰秦嬴。西周末年，秦襄公勤王，平王東遷後將襄公由附庸提升爲諸侯，賜以西岐之地，爲秦建國之始。

《秦本紀》以顓頊爲祖，唐司馬貞《史記索隱》是有批評的：「秦、趙以母族而祖顓頊，非生人之義也。」繼而推論道，《左傳》中少昊後裔的郯國蓋亦嬴姓，則秦、趙宜祖少昊氏。這個論述可以從幾方面得到佐證。其一，少昊名摯，乃鷙鳥的化身，而秦人先祖皋陶鳥喙，伯益通鳥語，大廉爲鳥俗氏，中衍鳥身人言，蜚廉死後爲鹿頭鳥身的風神。其二，秦襄公建國不久，便於雍都立白帝畤，自稱主少昊之神。其三，秦文公立祠祭陳寶（雉鳥），與少昊族鳥崇拜習俗遙相呼應。戰國以後，本爲東夷日神的少昊在五方帝的坐標中竟成了西帝，正是秦人把少昊信仰帶到西方的。

（宗教神話隨筆之一百十五）

無線翡翠台

06.00 婆媽女婿
06.25 瞬間看地球
06.30 香港早晨
08.55 瞬間看地球
09.00 交易現場
09.45 金曲挑戰站
09.50 快樂長門人
10.00 連城訣
10.30 公主的男人
11.30 宣傳易及新聞提要
11.35 交易現場
11.45 Only You只有您
12.40 宣傳易
12.45 交易現場
13.00 午間新聞
13.15 瞬間看地球
13.20 左右紅藍綠
13.25 都市閒情
14.10 宣傳易
14.15 今日VIP及交易現場
14.45 同事三分親
15.50 花漾明星Ⅲ及交易現場
16.20 放學ICU
17.20 光之美少女：美樂天使
17.50 財經新聞
17.55 野蠻奶奶大戰戈師奶及新聞檔案
18.30 新聞報道
18.55 天氣報告
19.00 活得好Easy
19.30 東張西望
20.00 愛・回家
20.30 大藥坊
21.30 使徒行者及樓按周轉摯友計
22.30 千奇百趣玩HIGH D
23.00 晚間新聞
23.35 新聞檔案
23.40 天氣報告
23.45 瞬間看地球
23.50 娛樂頭條
00.00 今日財經
00.10 宣傳易
00.15 On Call 36小時
01.20 宣傳易
01.25 今日VIP
01.55 東張西望
02.25 無間音樂
03.25 同事三分親
04.20 父親大人
05.15 開心番埋嚟

無線明珠台

06.00 金融概要
07.30 NBC世界新聞
08.00 普通話娛樂新聞報道
09.00 教育電視
10.00 金融行情
10.30 交易現場
11.00 金融行情
11.30 交易現場
11.32 金融行情
12.00 CCTV News——直播
13.00 金融行情
14.00 交易現場
14.03 金融行情
15.58 交易現場
16.00 童話小王國Ⅱ
16.30 動物老友記
17.00 動物地圖集Ⅷ
17.30 智闖火車頭
18.00 普通話新聞
18.15 普通話財經報道
18.20 普通話天氣報告及普通話新聞檔案
18.25 財經消息
18.35 宇宙解碼Ⅱ
19.30 新聞報道及天氣報告
19.55 瞬間看地球
20.00 大城小廚快煮半粒鐘
20.30 奇形怪B
21.30 太陽的奧秘
22.35 環球金融速遞
22.40 天幕圍城
23.35 財經速遞
23.40 晚間新聞
23.55 瞬間看地球
00.00 心計Ⅴ
00.55 六十分鐘時事雜誌
01.30 音樂之都
02.00 太陽的奧秘
02.55 奇形怪B
03.40 大城小廚快煮半粒鐘
04.05 寰宇體壇
05.00 台灣無線衛星電視台新聞
05.30 中國新聞

J2

15.00 潮生活
15.10 型格瘋
15.45 冒險王
16.40 金曲挑戰站
16.45 意味情濃
17.15 姊妹淘
17.45 尚潮居
17.55 麵包超人
18.25 宇宙兄弟Ⅱ
19.00 娛樂新聞報道
19.30 愛的生存之道
20.30 自由發揮旅行團
21.30 XFUN吃貨俱樂部
22.00 姊妹淘
22.30 急診男女
23.30 Big Boys Club
00.00 金曲挑戰站
00.05 幻影籃球王Ⅱ
00.35 火影忍者疾風傳Ⅴ
01.05 三色貓探案

亞視本港台

06.00 平約瑟牧師——新造視頻
06.30 亞洲早晨
08.35 ATV焦點
08.45 國際財經視野
09.15 理財博客之即市錦囊
10.15 我們這一班
10.45 iFit@tv
10.50 七百萬人的聲音
11.00 亞視經典回味：穆桂英大破天門陣
12.20 馬上全接觸
12.25 當年今日
12.30 新聞／經濟快訊／天氣報告
13.00 理財博客之投資多面睇
14.25 iFit@tv
14.30 我愛下午茶
15.00 左右紅藍綠
15.05 把酒當歌
15.35 女神辦公室
16.00 我們這一班
16.30 冒險王比特
17.00 奇幻寶貝
17.30 香江怒看
17.55 當年今日
18.00 新聞
18.35 ATV焦點
18.45 經濟快訊
18.50 體育快訊
18.55 天氣報告
19.00 女神辦公室
19.30 ATV 2014感動香港
20.00 老米家的婚事
21.00 星動亞洲
21.25 七百萬人的聲音
21.30 亞洲政策組——香港有問題？
22.00 國際財經視野
22.25 當年今日
22.30 夜間新聞
22.55 ATV焦點
23.10 把酒當歌
23.40 ATV每日一歌
23.50 賽後你點睇
01.00 亞洲政策組——香港有問題？
01.30 女神辦公室
02.00 ATV 2014感動香港
02.30 國際財經視野
03.00 把酒當歌
03.30 老米家的婚事
04.30 飄零燕
05.30 ATV粵曲會知音：林家聲戲寶承傳系列

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 科技最前線
09.00 知識小百科
09.30 小擂台大挑戰
10.00 中央電視台新聞——直播：綜合新聞
10.30 東方
11.00 綜合新聞
11.30 旅遊指南
12.00 自然
12.30 中國新聞報道
12.50 Music 120
15.00 教育電視
16.00 飛天小金魚
16.30 開心寶寶遊樂園
17.00 潮爆雜誌
17.30 普通話新聞
17.48 經濟快訊
17.55 天氣報告
18.00 中國新聞報道
18.25 新財富
18.55 香港故事——香港衝線
19.25 財經匯報
19.30 新聞及天氣報告
20.00 賽馬直擊
23.05 夜間新聞
23.25 時事縱橫
23.50 時事內幕追擊
00.20 中國新聞報道
00.50 香港人在故鄉
01.20 全歐訊息速遞
01.50 中國八大名菜Ⅲ
02.50 Music 120

樂視

06.50 陸戰蛙人
07.40 在一起
09.20 暗戰2
11.00 大稻埕
13.15 單身部落
14.30 無間道Ⅲ終極無間
16.30 六福喜事
18.05 門徒
19.55 越光寶盒
21.30 新宿事件
23.35 高舉愛
01.10 妄想
02.40 天下無賊
04.40 蜜桃成熟時33D

鳳凰衛視中文台

06.25 全媒體全時空
06.55 騰飛中國
07.00 鳳凰早班車
09.00 鳳凰大視野
09.35 地球宣言
09.40 鳳凰全球連線
10.05 魯豫有約：說出你的故事
10.55 時事開講
11.20 健康新概念
11.25 鳳凰觀天下
11.55 名士風流
12.00 鳳凰午間特快
12.25 鳳凰氣象站
12.30 有報天天讀
12.55 今日視點
13.00 鏘鏘三人行
13.25 騰飛中國
13.30 鳳凰焦點關注
13.50 娛樂大風暴
14.10 2014中華小姐環球大賽——美麗前奏
14.15 完全時尚手冊
14.35 全媒體全時空
15.00 資訊快遞
15.30 金曲點播
15.35 名言啓示錄
15.40 鳳凰衝擊播
16.15 金曲點播
16.20 鳳凰大視野
16.55 2014中華小姐環球大賽——美麗前奏
17.00 開卷八分鐘
17.10 金曲點播
17.20 名士風流
17.25 有報天天讀
17.55 健康新概念
18.00 娛樂大風暴
18.20 2014中華小姐環球大賽——美麗前奏
18.25 完全時尚手冊
18.45 全媒體全時空
19.20 地球宣言
19.25 鳳凰觀天下
19.50 今日視點
19.55 與夢想同行
20.00 鳳凰大視野
20.30 騰飛中國
20.35 鳳凰焦點關注
20.55 名言啓示錄
21.00 時事直通車
22.00 鳳凰衝擊播
22.35 鳳凰全球連線
22.57 名士風流
23.00 時事開講
23.30 鏘鏘三人行
00.00 鳳凰子夜快車
00.30 時事辯論會
00.55 與夢想同行
01.00 開卷八分鐘
01.10 金曲點播
01.15 魯豫有約：說出你的故事
02.10 名士風流
02.15 完全時尚手冊
02.35 金曲點播
02.45 有報天天讀
03.15 鳳凰衝擊播
03.50 名言啓示錄
03.55 鳳凰焦點關注
04.20 健康新概念
04.25 金曲點播
04.30 鳳凰全球連線
05.00 時事開講
05.25 鏘鏘三人行

有線電視

電影一台

08.55 我的大嚐父母
10.45 我愛法拉利
12.35 河東獅吼二
14.40 無間道Ⅱ
17.05 第一次不是你
19.00 每當變幻時
21.00 流氓醫生
23.00 男兒本色
01.35 至尊無賴
03.30 神探

驚慄電影台

08.15 筆仙
09.55 鬼哭神嚎3之魂飛魄散
11.40 復仇不計代價
13.40 曼克頓神秘謀殺案
15.35 全球鬧鬼事件簿第8季
16.30 鬼哭神嚎3之魂飛魄散
18.15 心慌慌死清光
20.00 全球鬧鬼事件簿第8季
21.00 鐮刀夢魘Ⅴ
22.30 奇特邂逅
23.00 通靈
00.45 全球鬧鬼事件簿第8季
01.40 可愛的莫莉
03.25 兩個月亮

高清娛樂台

08.00 四個轆・泰國周圍Look
08.30 星二代捱世界
09.00 娛樂新聞
09.30 今日觀點
10.00 全日周圍Look
10.30 我要當歌手
11.30 台灣美食團
12.00 娛樂新聞
12.30 食德好・林一峰×孖人廚房
13.00 四個轆・泰國周圍Look
13.30 星二代捱世界
14.00 台灣美食團
14.30 今日觀點
15.00 娛樂新聞
15.30 我要當歌手
16.30 台灣美食團
17.00 全日周圍Look
17.30 食德好・林一峰×孖人廚房
18.00 十萬蚊港女大翻身
19.00 娛樂新聞
19.30 超人回來了
20.30 今日觀點
21.00 我要當歌手
22.00 娛樂新聞
22.30 爲食情報局
23.00 亞洲自由行
23.30 今日觀點
00.00 午夜娛樂新聞
00.30 爲食情報局
01.00 亞洲自由行
01.30 超人回來了
02.30 今日觀點
03.00 我要當歌手

體育台

08.30 FIBA籃球世界杯——半準決賽2（26）斯洛文尼亞對美國
10.15 仁川最前線（6）
10.45 體壇圓桌／體育王
12.15 FIBA籃球世界杯——半準決賽4（28）法國對西班牙
14.00 體壇圓桌／體育王
15.15 仁川最前線（6）
15.45 精點世界羽毛球錦標賽
17.45 FIBA籃球世界杯——半準決賽4（28）法國對西班牙
19.30 仁川最前線（6）
20.00 精點世界羽毛球錦標賽
22.00 體育王／仁川最前線（7）
23.00 體壇圓桌／體育王
00.30 精點世界羽毛球錦標賽
02.00 仁川最前線（7）
02.30 歐洲聯賽冠軍杯（23）巴塞隆拿對尼科西亞

Discovery

08.00 釣魚出奇招
09.00 活捉特戰高手
10.00 異端人生
11.00 生活科技大解密第6季
11.30 製造的原理第15季
12.00 求生鐵人雙拍檔第2季
13.00 求生1加1第4季
14.00 釣魚出奇招
15.00 活捉特戰高手
16.00 異端人生
17.00 生活科技大解密第6季
17.30 製造的原理第15季
18.00 求生鐵人雙拍檔第2季
19.00 漁人的搏鬥第6季
20.00 洗腦大師
20.30 時間分解
21.00 流言終結者第9季
22.00 機器大進擊
23.00 全面曝光
00.00 洗腦大師
00.30 時間分解
01.00 流言終結者第9季
02.00 機器大進擊
03.00 全面曝光

FOX MOVIES FOX Movies Premium

06.45 控告凱西安東尼
08.15 英超有情人
10.05 哈比人：不思議之旅
12.55 未來戰士3——殲滅者TX
14.45 黑手遮天S2
15.40 俠影魔龍
17.30 雷神奇俠2：黑暗世界
19.25 異獸戰2
21.00 魔法新世代
23.05 一級雙雄
01.10 俠影魔龍
02.55 命中雷霆
04.20 屍波快閃隊

如果我留下

導演：R.J.卡特勒
演員：嘉兒莫蕊茲、美華莉艾諾絲
片長：1小時47分

IIA

故事簡介：米雅原以爲人生中最困難的抉擇是，選擇追求自己的音樂理想，還是留在最愛的身邊。一次出遊，卻在一瞬間爲米雅的家庭帶來了翻天覆地的改變。米雅處於生死之間，她只可以作出一個影響自己未來以致整個人生的抉擇。

上映戲院
UA太古城
UA朗豪坊
UA MegaBox
UA東薈城

國定殺戮日：全民瘋殺

導演：占士迪莫拿高
演員：法蘭格里羅、碩吉霍
片長：1小時43分

IIB

故事簡介：在美國政府設定的「國定殺戮日」的12個小時內，任何罪行（包括殺人）均毋須背負刑責，警察和醫院將暫停提供所有緊急服務。這一天，有人以暴易暴，有人肆意犯罪，有人掙扎求存。這一天，全美再次進入無政府狀態……

上映戲院
JP銅鑼灣
總統
新寶
The Grand
MCL德福
凱都

春光乍洩

導演：積卡斯丹
演員：金美倫戴雅絲、積遜史葛
片長：1小時35分

IIB

故事簡介：積和安妮爲了重拾昔日恩愛，決定放膽一試，自行把翻雲覆雨的過程拍下自娛，可惜傑作竟誤傳上雲端，身邊一衆豬朋狗友、姨媽姑姐、上司甚至連郵差叔叔，隨時可以免費欣賞。他們只好爭分奪秒，盡快將「愛情結晶品」親手摧毀……

上映戲院
皇室
MCL康怡
嘉禾港威
PALACE apm
The Sky奧海城
MCL將軍澳