廈村墟市舊址

陳天權

與你同遊

元朗廈村昔日瀕臨海邊，鄧氏在此設立墟市，稱「廈村市」，規模比墟爲小。附近的村民和華南沿岸的商人將貨物運來販賣，經濟繁盛一時。康熙初年下令遷界，沿海居民紛紛移入內陸，廈村市一度荒廢。復界後錦田鄧氏建立元朗墟，與廈村市形成競爭。二十世紀初元朗新墟出現，青山公路建成通車，依靠水路運輸的傳統墟市步向衰落。

廈村市對開的河床後來逐漸淤塞，失去海上交通之利，最後結業。墟市內的房屋改成民居，仍保留T字形街道，通向東、西、北三座門樓。三街交匯處屹立一座關帝廟，過去墟民遇有爭執會入廟向關帝尋求仲裁。他們離開後，香火日漸凋零。廟內現存文物有咸豐戊午年（一八五八年）同益店贈送的「乾坤正氣」牌匾。

相對於隔鄰的鄧氏宗祠，廈村市舊址沒有引起太多人注意。關帝廟和東面一座有瓦頂的磚砌門樓已被古物諮詢委員會評爲二級歷史建築，它們均建於一七六〇年代（乾隆年間），即復界之後。關帝廟雖然只有一進一開間大小，但前方的門廊兩旁以半圓拱門設計，拱頂飾有吉祥灰塑和字句，頗具特色。

街巷中還可找到一間依稀留下「臨恆客棧」字跡的舊屋。在墟市的年代，商旅雲集，部分人未能趕及船期離開，便在客棧住宿一宵。可惜有關方面沒有好好保護，任由它空置破落，舊日景象只能在文字中摸索了。

位於廈村市三街交匯的關帝廟

黃金時代（二）

張 泠

鏡屋

歷史人物成爲俊男美女（蕭紅、蕭軍分別由湯唯、馮紹峰扮演），自然不乏美化的成分。蕭軍被美化更多，家國情懷和男子漢氣魄被突出，多次出軌及家庭暴力被輕描淡寫。

蕭紅悲憤筆下的蕭軍除了與上海女學生、還有與房東女兒的過從甚密，都寥寥幾筆，異常含蓄。影片對兩人在哈爾濱期間的苦難、飢餓與貧困，也表現得太過清新與溫馨，似乎不甚合蕭紅作品中彼時的心境。影片還多次通過許廣平、丁玲和端木蕻良之口，強調女人是軟弱感性的動物，能寫出好作品憑直覺和天賦，但不深刻。令人疑心編導者在複製陳腐的性別論調。

影片對於蕭紅的理解，更多作爲「女人」而非「女作家」，此種偏差未免令人覺得遺憾。我們看到蕭紅同蕭軍出席文壇聚會時的邊緣狀態，張着幼稚無辜的大眼睛，或者手拈紙煙寫作，更多當代想像的時髦女作家「文藝範」，可惜影片對於蕭紅作爲知識女性在當時社會的艱難處境，及文壇中輕視女性的狀況，並沒有作更深刻的剖析。不將蕭紅作品及人生中的性別關係放在歷史背景下探討，顯然對於蕭紅形象的理解，不夠豐厚立體。

另一問題也是當代華語電影中常見問題，即人物生活在虛構世界的真空中，從敘事情節到視聽語言，缺乏日常生活和生存空間的張力與鮮活質感，缺乏早期導演費穆稱之爲「空氣」的氛圍與「閒筆」，而是處處直奔主題，透出急功近利。對於《黃金時代》這類涉及近期歷史的電影，由於想像力、歷史知識、資金、布景與演員等問題，則更難實現。就如王志文演魯迅形似而目光無神，很多演員對白的北京腔令人出奇。

真假「祖母綠」古金飾

李英豪

閒性閒情

附圖爲十九世紀時期歐洲人鑲製的套裝金頸飾及金耳環，十分罕有；不但工藝精美、設計典雅、華而不俗，而且所嵌之「祖母綠」（俗稱綠寶石），乃屬質素最佳的「西伯利亞綠寶」，色澤最美麗鮮亮，較優質的「哥倫比亞祖母綠」更難有完美者。故這套金飾價值，不光是無甚瑕疵的骨董，更非所用之黃金與陪襯之微型珍珠；主角應爲所鑲嵌的幾顆上品「祖母綠」。

購藏骨董「祖母綠」古飾物，很容易「中招」、上當。試舉幾個實例：甲小姐曾高價購入一枚「祖母綠」古舊指環，後經專家科學鑑定，證實乃用綠玻璃冒充。雖然表面看來，含有類似「蟬翼」、「蔗渣紋」或羽狀物的「祖母綠」特徵，但在放大鏡下，可見很多串連氣泡；只有玻璃才含這類形狀氣泡。乙先生所購者，也非眞舊「祖母綠」金飾，卻爲南非綠色螢石。螢石摩氏硬度僅四級，遠低於「祖母綠」（八級）；且屬單折射，折射率低，更帶紫熒光，與「祖母綠」雙折射迥異。丙太太則誤購質差的「印度祖母綠」（與非洲產者同屬低劣價賤）舊胸飾，而且用清油浸泡過，掩飾其裂縫。

世界誰屬

慕 秋

紅塵記事

在某報看到全版廣告，結尾語是「香港及世界的將來必屬於我們年輕一代」，言之有理，卻仍是啞然失笑。長江後浪推前浪，世界當然是屬於後代的，但這話由成年人說較受聽，因爲就掌控世界的能力和權力，永遠屬於成年人，古往今來，從未曾眞正屬於過年輕人。

「年輕」是生命的幼稚時段，我們都曾年輕過，不難理解當下年輕人的熱血、熱情，也寬容他們某些離譜表現。正因爲年輕人心智未完全成熟，容易被激情衝昏頭腦，正確的引領就顯得十分重要。

有顧問公司歷時約五年，訪問了近兩千個僱主，僱主們普遍以「自我中心」來描述八十後、九十後新世代。「自我中心」最大特點是自認爲正確，固執己見，老闆叫向東他欲向西，還要只許成功不許失敗，將天方夜譚當現實，期望一步登天。

每間機構的運作有其既定規則，這是根據商業需要累積而成，如果機構內年輕人佔了大比例，而他們的想法又與當權者意願背道而馳，比如一間大學、一間傳媒機構，結果會是怎樣？

一直在觀察這些微妙情況，本港大學的科研教育質量，在國際排名中連年下滑，一般認爲與政治入侵校園不無關係，什麼問題只要扯到政治層面，校長也要口是心非；一間傳媒機構，順應員工的偏頗立場，摒棄公正客觀的報道原則，老闆亦難以阻止，只能任其被邊緣化。

秋冬之季，養腎好時機

思 健

醫學與養生

秋冬之季，樹葉凋零、許多動物進入蟄眠時期，人體的新陳代謝也開始緩慢，逐步進入休養的養藏時期。秋冬季節的養生以養腎爲重，這是因爲腎是生命的原動力，在中醫理論上腎有藏精、主生殖、主發育、主生長、主水液代謝等功能，養藏之道即是要養藏人的這種「先天之本」。

西醫指的腎臟器官，位於我們的後腰部脊椎兩側，也就是在最後一根肋骨與脊椎相接的夾角地區。它起着過濾和排解身體的廢物以及製造紅血球生成素、維持血中鈣磷平衡、生成腎素及血管張力素來調控血壓等重要功能。

中醫對腎的概念則更爲廣義，她認爲一個人健康與否，都與腎的強弱有關，因爲若有腎虧精損的情形，就會造成其他臟腑功能不調，引發其他疾病發生。

秋冬氣溫轉冷，腎又喜溫，腎虛之人可以通過膳食調養，補腎食品一般可選用核桃、枸杞、羊肉及黑色溫補食品。由於腎虛有腎陽虛和腎陰虛之分，有些食品和藥材需要根據自己的虛證及諮詢中醫師才能選用。

中醫學還有「腎主骨，骨爲腎之餘」的說法，秋冬養腎也要注重適量的運動，以取得養筋健腎、舒筋活絡、暢通氣脈、增強自身抵抗力之功效。除此之外，保暖、多喝水、不憋尿、早卧晚起以保證充足睡眠時間、節怒節憂節慾都是養腎的要項。

《鍾山春》

陳煒舜

星光心影

月底要去南京開會。論文題目半年前就交了，但正文到十天前才動筆。實際上，去年就寫過有關的文章，照理說進展該快些才是。也許溽暑擾人吧，一直到近日才終於草完初稿。

南京雖是我外婆祖籍，而我從未去過。從前有好幾次機會，都失之交臂。兒時，外婆很喜歡唱一首《鍾山春》，唱完還會說：「你看，這首歌講的就是南京。」因此很多年裡每當想像南京，隨着《鍾山春》的探戈節奏浮現的，便是一片波瀾壯闊的煙水之鄉，那裡有石頭城、秦淮河、乳燕的呢喃、黃鶯的穿梭……《鍾山春》是一九四一年電影《惱人春色》的插曲。因爲衆所周知的原因，大陸長年禁唱，台灣在解嚴後也不易重聞。回顧歷史，南京的地位不僅是六朝古都。

北齊統治者高歡說：「江東復有一吳翁蕭衍，專事衣冠禮樂，中原士大夫望之以爲正朔所在。」即使南北對峙，也無法否認金陵南朝的文化譜系。現代讀書人不一定對傳統文化還有使命感，但在我看來，去南京意味着對文化母體的回歸——縱然它已未必再肩負文化的責任。我殷切期待此行。

無線翡翠台

06.00 我愛玫瑰園
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 深宮諜影
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
15.20 野蠻奶奶大戰戈師奶
15.45 我們這一家Ⅵ及交易現場
16.20 喜羊羊與灰太狼之懶羊羊當大廚
16.50 放學ICU
17.20 大食懶加菲貓
17.50 財經新聞
17.55 甜姐兒及新聞檔案
18.30 新聞報道
18.55 天氣報告
19.00 鏗鏘集
19.30 東張西望
20.00 愛・回家
20.30 老表，你好hea！
21.30 再戰明天／助中小企騰飛世界／生命守護者
22.30 守護生命的故事2
23.00 晚間新聞
23.35 新聞檔案
23.40 天氣報告及瞬間看地球
23.45 愛健康・從分享開始
23.50 娛樂頭條
00.00 今日財經
00.10 宣傳易
00.15 On Call 36小時Ⅱ
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
03.50 最緊要健康
04.20 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 小毛毛
16.30 歷史小獵人
17.00 動物地圖集Ⅸ
17.30 英倫小廚神Ⅱ
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 世界足球狂熱
19.00 笑笑小電影
19.30 新聞報道及天氣報告
19.55 瞬間看地球
20.00 明珠檔案
20.30 安哥玩轉英國
21.30 祝君健康：醫生話你知
22.35 環球金融速遞
22.40 神盾局特工
23.35 財經速遞
23.40 晚間新聞
23.55 瞬間看地球
00.00 門屠Ⅱ
00.55 末日重生
01.45 音樂熱點
02.00 祝君健康：醫生話你知
02.55 安哥玩轉英國
03.45 世界足球狂熱
04.10 歐陸名畫樂悠揚
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 安樂蝸
15.45 世界那麼大
16.45 Music Café
17.45 尚潮居
17.55 多啦A夢
18.25 宇宙兄弟Ⅱ
19.00 娛樂新聞報道
19.30 牽牛的夏天
20.30 冒險JAPAN
21.30 搵食飯團
22.00 姊妹淘
22.30 未來的選擇
23.30 Big Boys Club
00.00 金曲挑戰站
00.05 魔奇少年Ⅱ
00.35 銀魂Ⅳ
01.05 古書堂事件手帖
02.05 安樂蝸
02.35 冒險JAPAN

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：穆桂英掛帥
12.15 ATV 2014亞洲小姐大中華總決賽前奏
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
14.30 我愛下午茶
15.00 左右紅藍綠
15.05 把酒當歌
15.35 時事追擊
16.00 我們這一班
16.30 鐵道小英雄
17.00 獸旋戰鬥
17.30 亞洲政策組——香港有問題？
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亞洲劇場：天上花園
20.55 ATV 2014亞洲小姐大中華總決賽前奏
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
23.00 馬上全接觸
23.10 把酒當歌
23.40 ATV每日一歌
23.45 ATV 2014亞洲小姐大中華總決賽前奏
23.50 早着先機
01.05 亞洲政策組——香港有問題？
01.35 女神辦公室
02.05 國際財經視野
02.30 把酒當歌
03.00 ATV亞洲劇場：天上花園
04.30 馬場風雲
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 悠遊亞洲
08.30 廣東黃金海岸遊
09.00 小樂寶
09.30 IQ奇兵闖三關
10.00 動物BB學堂
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 動物BB學堂
16.30 開心寶寶遊樂園
17.00 天然少女
17.30 亞視普通話新聞
17.48 經濟快訊
17.55 天氣報告
18.00 中國新聞報道
18.25 中心舞台
18.55 大地任我遊
19.25 財經匯報
19.30 新聞及天氣報告
20.00 汽車情報
20.30 星級名廚
21.00 決戰異星球
23.00 夜間新聞
23.20 星級名廚
23.50 汽車情報
00.20 中國新聞報道
00.50 根踪香港
01.50 越食越有機
02.50 Music 120

06.50 衛視好風戲
07.20 甜・祕密
09.15 戀戰沖繩
11.00 再生號
12.30 3個特攻美少年
14.35 內衣少女
16.40 非常突然
18.15 爆3俏嬌娃
19.55 大事件
21.30 高海拔之戀2
23.30 性工作者2之我不賣身：我賣子宮
01.00 性工作者十日談
02.40 倚天屠龍記之魔教教主
04.25 衛視好風戲
04.55 幸福三角地

鳳凰衛視中文台

06.00 風雲對話
06.25 特備節目
07.00 鳳凰早班車
09.00 寰宇大戰略
09.45 點滴鳳凰人
10.00 資訊快遞
10.15 笑逐言開
11.00 大政商道
11.30 社會正能量
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 名人面對面
14.00 我們一起走過
14.45 點滴鳳凰人
15.00 資訊快遞
15.25 星光大劇院
15.45 社會正能量
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 公益中國
02.10 名士風流
02.15 完全時尚手冊
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
04.30 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

09.20 大事件
11.10 飛虎雄心2之傲氣比天高
13.20 嚦咕嚦咕對對碰
15.05 賭俠大戰拉斯維加斯
17.05 美麗密令
19.05 播種情人
21.00 撲克王
23.20 爛賭夫鬥爛賭妻
01.20 花月佳期
03.30 龍在邊緣

驚慄電影台

08.05 捉鬼隊國際版第2季
09.00 筆仙2
10.45 橋鬼
12.30 殘酷的世界
14.05 鐮刀夢魘7
15.35 捉鬼隊國際版第2季
16.30 橋鬼
18.15 凶靈再現
20.30 全球鬧鬼事件簿第9季
21.25 黑色星期五7
23.00 異蟒狂襲
00.40 全球鬧鬼事件簿第9季
01.35 舐血夜魔
03.10 幽谷約會

高清娛樂台

08.00 贏人百科
09.00 娛樂新聞
09.30 星級會客室：葉蘊儀（下）
10.00 美少女的奇幻漂流
10.30 飛嘗澳門新角度
11.00 高手過招
11.30 那些人的故事
12.00 娛樂新聞
12.30 香港空間大改造
13.00 贏人百科
14.00 美少女的奇幻漂流
14.30 電影蒙太奇
15.00 娛樂新聞
15.30 那些人的故事
16.00 星級會客室：葉蘊儀（下）
16.30 樂壇第一手
17.00 美少女的奇幻漂流
17.30 香港空間大改造
18.00 四個轆・德國周圍Look
18.30 歐洲四部曲：白・倫敦
19.00 娛樂新聞
19.30 往事・並不如煙
20.30 今日觀點
21.00 綜藝大熱門
22.00 娛樂新聞
22.30 爲食情報局
23.00 青春好遊玩
23.30 今日觀點
00.00 午夜娛樂新聞
00.30 爲食情報局
01.00 青春好遊玩
01.30 往事・並不如煙
02.30 今日觀點
03.00 綜藝大熱門

體育台

08.30 泛太平洋游泳錦標賽（Day 4）
10.30 FIBA籃球世界
11.00 世界冰球錦標賽（6）加拿大對瑞典
13.00 歐聯雜誌
13.30 世界杯男子乒乓球賽——準決賽（2）
15.30 FIBA籃球世界
16.00 世界女子網球巡迴賽——韓國公開賽（3）
18.00 世界杯男子乒乓球賽——季軍賽／決賽（3）
20.00 J. League最精彩
20.30 FIBA籃球世界
20.45 世界女子網球巡迴賽——日本公開賽（1）
22.00 體育王
22.30 世界女子網球巡迴賽——日本公開賽（2）
00.00 華沙田徑邀請賽
01.30 體育王

Discovery

08.00 荒野求生秘技第5季
09.00 洗腦大師
09.30 時間分解
10.00 求生1加1第4季
11.00 生活科技大解密第7季
11.30 製造的原理第13季
12.00 河中巨怪第3季
13.00 生活科技大解密第11季
13.30 製造的原理第17季
14.00 荒野求生秘技第5季
15.00 矮樹叢裡的生物
16.00 恆河古今
17.00 生活科技大解密第7季
17.30 製造的原理第13季
18.00 河中巨怪第3季
19.00 阿拉斯加金礦的賭注第2季
20.00 阿拉斯加鐵道英雄
21.00 海上拖救大隊
22.00 漁人的搏鬥第10季
23.00 汽車收藏大瘦身
00.00 阿拉斯加鐵道英雄
01.00 海上拖救大隊
02.00 漁人的搏鬥第10季
03.00 汽車收藏大瘦身

FOX Movies Premium

06.05 求婚的惡魔
07.55 飛機總動員
09.30 綠國奇兵
11.15 翻生侏羅館
13.05 哈比人：荒谷魔龍
15.50 熱爆MADAM
17.50 叛諜狂花
19.35 搞乜鬼終極奪命雜作
21.00 搞乜鬼終極奪命雜作5
22.30 六日狂奔七夜情
00.15 魔都獵人：骸骨之城
02.30 叛諜狂花
04.15 吸血夜來嚇2

一起黑爆的日子

導演：米吉阿提達
演員：史提夫加維、珍妮花嘉納
片長：1小時21分
I

故事簡介：「無敵黑仔王」Alexander總是頭頭碰着黑，偏偏屋企人個個都是成功典範。豈料有一日，全家由朝黑到晚，衰運接踵而來，黑爆這一家如何運轉乾坤？

上映戲院
Cine TIMES
UA太古
The Grand
PALACE apm
The Sky奧海城
元朗

戀戀小情歌

導演：史釗活梅鐸
演員：艾美莉布朗寧、奧利亞歷山大
片長：1小時51分
IIB

*故事簡介：*少女伊芙的情緒瀕臨失控邊緣，竟發現寫歌可以重拾快樂。她邂逅了音樂才華洋溢的占士，也結識到美麗如詩的卡茜。一個愛情與夢想交織的夏日終於來臨，伊芙又會否譜出屬於自己的小情歌？

上映戲院
PALACE ifc
皇室
百老匯電影中心
AMC又一城
The Grand

戰逆豪情

導演：大衛艾耶
演員：畢彼特、盧根利文
片長：2小時14分
IIB

*故事簡介：*二戰接近尾聲，以「戰頭」爲首的坦克小隊奉命進擊德軍最後防線。新兵諾文在戰場上的遲疑，多次累及戰友。經過多次炮火洗禮，諾文終有所成長。此時，納粹軍團殊死反撲，派出大軍圍剿他們……

上映戲院
JP銅鑼灣
PALACE ifc
MCL德福
The Grand
AMC又一城
凱都