

萬聖夜搞鬼大餐

滋「魅」無窮

當你盛裝打扮後，明天萬聖節，怎可以不去狂歡？在歐洲傳統上，這夜鬼魂與人類最接近，與中國的盂蘭節類似。驛聽起來很恐怖，但萬聖節到了今天，已成為了全人類扮鬼扮馬、挑戰膽量、盡情驚嚇的一夜。今次筆者帶大家到各色嘩鬼餐廳，一邊感受恐怖氣氛，一邊「細味」考你膽量的搞鬼大餐。

文、攝（部分）：吳綺雯



香港迪士尼樂園及主題酒店餐廳造型搞鬼的精選餐飲及美食。

嘩鬼美饌 節慶詭「味」

今個萬聖節，香港迪士尼樂園及主題酒店的餐廳提供超過20款造型搞鬼的精選餐飲及美食，包括各式萬聖節小食及特色甜點。例如，在樂園的美國小鎮大街裡，推出大街怪誕套餐，套餐包括詭魅花園（牛仔柳薄片露筍沙律配芥末油醋汁）、南瓜派對（南瓜燉雞伴三文魚露筍卷配紅菜頭檸檬泡沫）及怪誕阿Jack（朱古力慕絲配紅桑子）等。而在大街餅店，你可以品嚐巫師南瓜

杯、阿Jack之夜、萬聖節米奇麵包圈等。同時，大家亦可到三間酒店的餐廳，品嚐各式萬聖節限定菜式和甜品，如在迪士尼探索家度假酒店的芋彩餐廳、雲龍軒；好萊塢酒店的米奇廚師餐廳、影廠酒廊；以及迪士尼樂園酒店的翠樂庭餐廳、華特餐廳、晶荷軒餐廳等，都可品嚐萬聖節特飲如紳士阿Jack、萬聖狂歡、芒果牛奶朱古力慕絲蛋糕等。



怪誕套餐前菜



萬聖節湯品



南瓜派對：南瓜燉雞伴三文魚露筍卷配紅菜頭檸檬泡沫



怪誕阿Jack朱古力慕絲配紅桑子



阿Jack主題系列美食



南瓜造型



芒果牛奶朱古力慕絲蛋糕



綠魔特飲及紫迷奧秘



萬聖狂歡

旺角煮場 飲飽食醉

今年，T.O.P商場B樓層「旺角煮場」或許會成為「嘩鬼」聚集飲飽食醉之地，「嘩鬼」們將會在旺角商場外駐守，由上星期五開始，已不定時出現在商場「招兵買馬」，遊戲人間，約理三五知己一班後生仔WE嘩狂歡。今次「旺角煮場」萬聖節限定菜式由

即日起至10月31日有售，現凡購買以下任何一款，將即時送你餓鬼優惠券——「味之時計台」指定拉麵買一送一優惠。

限定菜式如北海道黑夜之神拉麵（特濃蝦湯醬油拉麵）、血漿白玉及綠魔蟲蟲粉等。



北海道黑夜之神拉麵



血漿白玉



綠魔蟲蟲粉

同期加映



「驚」喜糖果 Trick or Treat

「Trick or Treat?」一年一度期待已久的萬聖節明天就是了，一眾嘩鬼們已四出搜羅千奇百趣的萬聖節糖果準備於萬聖節之夜與摯友們分享。今年，Marks & Spencer 特別推介15款萬聖節主題糖果，當中首次登陸香港的主打Count Colin Caterpillar萬聖節不含明膠毛蟲可樂果汁味軟糖更已於各分店躲藏一角，以可愛造型加上刺激彈牙口感，衝擊大家的味蕾，誓要博取大家的尖叫聲。

另外，在這神秘與驚奇的節日，比利時王室御用巧克力品牌GODIVA亦推出萬聖節巧克力禮盒系列，其2018年萬聖節松露牛奶巧克力以調皮精靈的糖紙包裹着，配合南瓜圖案，凸顯萬聖節的怪誕氣氛，象徵神秘的紫色包裝上，白色小精靈、可愛小黑貓以及南瓜燈籠互相嬉戲的設計，為萬聖節增添熱鬧歡樂，玩味十足。這全新口味的「萬聖節松露牛奶巧克力」，牛奶巧克力外層，配以順滑的牛奶巧克力餡料，香醇誘人。

在禮盒上，這萬聖節巧克力小貓形禮盒，可愛小貓禮盒內含松露黑巧克力及牛奶巧克力豆，禮盒的白色小精靈、小黑貓及南瓜燈籠圖案，設計造型可愛。而萬聖節松露巧克力15顆裝鐵盒中，包羅了松露牛奶巧克力、松露黑巧克力、抹茶松露巧克力及草莓芝士蛋糕味松露巧克力，4款滋味的巧克力在小精靈、黑貓與南瓜圖案的趣味包裝下，以香醇甜蜜的滋味，滿足大人小朋友的味蕾。



萬聖節主題糖果



萬聖節巧克力小貓形禮盒及萬聖節松露巧克力15顆裝鐵盒



萬聖節松露牛奶巧克力



禪悟居士，正職與玄學、術數無關，信奉藏傳佛教，自初中開始在「玄學發燒友」父親耳濡目染下接觸面相、紫微斗數、八字等知識，再經父介紹認識了教授佛法之恩師，除學習佛學之外，恩師亦傳他文王卦及陽宅風水至今35個年頭。2013年通過禪定，悟得前所未有的契悟，終明白了五行與際遇實相之間的關聯性，像石破天驚一樣，整合了一套獨一無二、與宇宙本體相應的禪悟姓名學，依此因緣，祈以公開部分千古未傳姓名學之奧秘，望有緣人得到裨益！
facebook: 禪悟—千古未傳姓名推命學

姓名札記之教學相長

其實無論課堂前或課堂後，與門生互動，所謂教學相長，往往門生的問題亦非常有啟發性。

例如：陳 己
學 戊
巽 丁

這姓名之主人次發燒都全身抽筋，曾入醫院做過腦檢查，沒有癲癇。

此名字，據聞由香港某某風水師按照出世紙號碼推算出來，此位大師還說此名的主人要到18歲後，身體才穩定。

而此名的主人翁現在只是兩歲，此等預言，不期然使我想起一句俗語：「風水佬開開地呢你十年八年。」很奇怪的一個現象，好像懂風水的大師就等於什麼都懂，包括算命、看相、測字、卜卦，以至捉鬼等等，皆無所不曉。

這位風水師風水造詣如何？我就不知道，但姓名學絕對只是一門外漢，姓名怎樣觸動發燒，五行又怎樣顯出抽筋，絕對相信他一無所知，否則不會用這掩耳盜鈴之法試圖蒙混過關。

其實，人的疾病之多，根本就是數不勝數，而從五行推算學的角度作推算，只可用歸類法，要相信，世間所有事情，沒有五行不能代入的人與事，當然包括疾病，也無出其右也。

因此，要思考在五行學理內什麼是發燒，就需要以其疾病所顯現的結果性質做歸類，由於發燒與炎症有關，故金木水火土之中，只有火相即發怒就能與炎症相通了。

而最難歸類者反而是抽筋，雖然或多或少一般人也有「抽筋」的經驗及體會，但亦難以一時間形容，一想到抽筋的成因，那就會想多了，莫非是肋骨「金」的問題，還是因為流通的問題。實在是越想越複雜了，後來與門生互動，被他一言驚醒，是肌肉發生異樣的狀態，那我就立即能夠用五行代入了。

首先肌肉的五行就是土，有一說，人的色身，就由地水火風四大假合而組成，而地是土，即軀體，包括全身的筋肉，水就是血液，火是溫度，風是呼吸，空就是立體空間。

所以抽筋就是與肌肉最有關聯性，而此姓名，己土戊土連成一起，便產生化進化退，即肌肉變異，加上戊很容易與癸合便化火，所以月日時遇癸，便觸發炎症，即剛好「癸」與「丁」是沖剋關係，故火不能生土，而「生」即扶持也，即土即時欠缺扶持的力量，自然容易抽筋了。

生剋圖：

哈哈，另一互動便是我與另一門生談論到10月16日那個星期二早上罕有因訊號問題地鐵4線皆受影響的情況：港島、觀塘、荃灣、將軍澳線只靠人手慢慢操作，而當天的日子正是：

日	月	年
辛	壬	戊
巳	戌	戌
丙戌庚	戊辛丁	戊辛丁

我給予一些提示說出五行道理的因由，有興趣猜猜的人，也可想想如何代入，看誰是有悟性的高手？1) 什麼是地鐵？地底下的列車，戊戌辛，土內的金屬。2) 為何金屬會動？火剋金會動。3) 金何時是武器？何時是民用的產物？丁（一）剋辛（一），無情就是武器；丙（十）辛（一），正負有情才是商用。4) 那麼緩慢的流動，當然就是土剋水了，細心看看當日的年、月、日，各位便會會心微笑了。



香港著名西洋玄學家，天生一對藍瞳目，能靈視你的未來，善於各類西洋占卜術，超過二十年的占卜經驗，更獨創數字占卜命盤——「BT9型格」，親授之學生遍佈世界各地，亦得「導師中的導師」美譽。

冥想全攻略

冥想的名稱和方法多種多樣，但其基本原則大多類似：既然冥想有如此的利益，就介紹一個冥想快速入門攻略給大家。

1、放鬆身心

可以通過身體姿勢、內心觀想、咒語、音樂、逐步放鬆肌肉等方法達到放鬆身心的目的，這些都是有用的傳統竅門，隨你選用。這一步相對比較容易，即使我們沒有太多機會練習冥想，但大多數人都有一些放鬆的經驗。

2、順其自然

此要求不是很好理解，意思是對思緒不進行各種判斷，讓它們自然地來去。（它們本性如此！）一旦你的心思開始遊蕩，輕輕地把注意力拉回來，重新回到最初目標上。

事實證明這非常困難！因為我們的心思慣於對任何事情都進行判斷（如擔心、害怕、期待、後悔等），總是前前後後反覆思量。

關鍵是要分清，我們的思維只是去關注發生了什麼事就好，不要去處理它。這種思維方式通常不會自然產生。

3、專注某事

冥想通常專注於呼吸，覺知其吸入呼出；但也可以專注於其他任何東西：你的腳、一個動作或是一塊水晶石頭。

觀照呼吸非常方便，因為呼吸就在我們自身。但不管專注什麼，努力把全部注意力都集中在上面。

當你的注意力開始動搖（基本上在嘗試專注時會立刻出現），輕輕地把它拉回來。不要責備自己，而是以慈悲對待自身。

全心專注於某物非常困難，你會感到精神幾乎要即刻燃燒起來。但有經驗的修行人說，這樣的感覺會隨著練習的深入而慢慢緩解。

4、化整為零

大多數人會說，如果沒有大量的練習，不可能做到專注於無這種境界。所以在此就不再多言，請大家先掌握基礎技巧。

塔羅星座



若果再在平穩中加多些努力，就更加完美了。



女皇牌顯示了財富的豐收，早前的難題，給你的毅力所征服。



遇上難事，不要收藏心裡，坦白說出來，有人願意助你渡過難關。



思考來近的方向，千萬不要錯梅當初，時光是不留人的。



任性、頑皮的你，不要小看自己的破壞力，星星之火可以燎原。



力量牌提示你要量力而為，以靜制動，不宜主動出擊，留守待發。



魔鬼牌纏身，小心合約條文，勿亂簽文件，及誤交損友呢！



鐵人也需要休息的，要保持良好的身心才能繼續發光發熱的。



鬥氣經常發生的，雖然無傷大雅，但也令其身心勞累的。



不妨多出外旅行走走，吸收大自然的空氣，對運程還有幫助嘍！



工作壓力頗大，工作量不斷增加，上司也對你施壓，令你進退兩難。



你說什麼，愛侶也認同，甚至盲目追隨，愛情是盲目的。