人不再有醜鼻子

金醫集　□金堅

自古以來，人們雖然對鼻子的外形就很挑剔。在古代的波斯，鼻子醜陋的王儲，不能繼承王位。著名的生物學家達爾文，由於鼻子長得大而醜，差點不讓他登上貝格爾號艦去考察世界。然而，人的鼻子千差萬別，却是難以選擇的。一直到了現代，人們才以人爲的方式，巧妙地整理自己的鼻子，達到滿意的外形。

本來，人們生下來的鼻子，從鼻根高度來看，有高鼻子、扁鼻子和介於兩者之間的中等鼻子之分。從鼻樑的側面看，又可分爲凹的、直的和凸的。鼻尖也有不同的形狀，有往上翹的、有向前的、有朝下垂的。鼻孔的形狀也不一樣，有圓形、方形、三角形、卵圓形、橢圓形之分。

論貴的人對鼻子很有研究，他們認爲鼻子位於臉部中央，最受人注意，是一個人的重要特徵，還形象地把鼻子分爲五類：圈形、半圈形、袋形、朝天形、懸垂形。人類學家發現鼻子的形狀和大小與種族和地區的差別密切相關。白種人鼻樑高、鼻根窄、鼻尖小、呈鷹嘴鼻；黑種人鼻樑低、鼻根寬、鼻尖大、鼻扁平、朝天鼻；黃種人居於二者之間。大陸的廣東、廣西和福建一帶的人，鼻子一般都短而寬。黑龍江、吉林、遼寧一帶的人，鼻子顯得高而窄。從進化論來看，生活在地處熱帶地區的人，鼻子寬而扁，鼻孔朝天，鼻道短，這對人體散熱是比較有利的。而生活在北方寒冷地區的人，鼻子大多高而挺拔，鼻道長。這樣，外界的冷空氣通過鼻腔以後，就能迅速加溫。

剛出生的嬰兒，鼻子大多數是扁扁的。鼻子的生長速度很快，長到七歲時，鼻長爲出生時的兩倍，十四歲時爲三培。十六到十八的青年，鼻子才開始定型。有趣的是人的鼻子隨着年齡的增長逐步會伸長。老年人的面部肌肉、脂肪開始萎縮，相比之下，鼻子更顯得長而大。

細心的人發現，人放聲大笑時，鼻翼會升起來；當緊張時，鼻翼會膨脹；傲慢時，鼻尖和鼻翼會翹起來。

科學技術異常發達的今天，人們借助先進的技術，以人工整形手術，使鼻子達到最滿意，不再有醜陋鼻子了。

富而不奢者貴

家常話　錢倫德

聞說今日之本港億級富豪人士在衣着包裝上是門平凡，他們手腕上戴的不是勞力士，而是掉在街上也無人願執的石英表之中的平價貨，戴的眼鏡也只是三四百元貨色。我是相信此說的。因爲馬主周先生就是如此，他在街上行走，根本無人知道是位億級富豪，我有位年青朋友說，如果不是經我介紹，而周先生又親自遞上名片，他根本不相信眼前與我站在馬路邊的老人家就是有名的紡織業巨子。

反觀不少經濟地位極低的朋友却全力「攞闊」，那些搬貨的朋友最愛在頸項上掛一條一両甚或二両的金鏈。漁民的追求奢華之心理更濃郁，他們手上有點錢便穿金戴銀，勞力士、金鏈、金鈪、金戒指、金牙。一九六一年我曾在珠海香洲鎮工作一段時間，在貧困的當年歲月，那些在香洲街上行走的港澳船民的穿金戴銀，在茶樓中大言大語的行爲十分刺眼，可能出於那一代漁民的文化程度低，故不知修養爲何物，當地人對他們不表好感。

科威特人由於近十多年來得到眞主賜予大量的石油資源，他們無端發大達，石油大王，石油王子之揮霍世界知名，人們恭奉他們，爲的是希望得到他們手中的錢財。他們到處旅遊，炫耀自己的財富，國家一派假昇平氣象。結果被虎視眈眈的侯賽因不消十幾個小時便侵佔全國，現今這些石油大王、石王王子只有在他國暫時棲身。樂而忘憂，富而亡國，是九十年代的警世事件。

隨着經濟條件有所改進，物質生活得到改善，這是大經地義的事，對個人，對家庭，對社會都有好處，但不要奢侈，不要炫耀，這是極危險的，我們不是生活在天堂極樂世界，不是個個皆白衣天使，不是人人皆菩薩，我們的周圍有撒旦，有衰人，有惡魔，有賊佬，如果我們不收斂的話，那末正是賊佬的獵取對象。也是窮鄰居嫉妒的起源。「財不可露眼」古人之言未必無理。時至今日赤着上身，掛一條大金鏈在胸頸的是甚麼人？會是富豪麼？那些穿金戴銀回鄉探親的會是富豪麼？請大家想想。

歡樂家庭

青春常駐有妙法

歡樂一家　茶一座　·貞姐·

許多家庭都希望自己的親人青春常駐。但一個人能青春常駐，需要具備很多條件的。

首先是先天因素，父母懷孕時身體健康，心情舒暢，足夠的營養，使胎兒發育正常，爲日後生下膚色潔白、身體健康的小寶寶。

此外，家族遺傳也很重要，家族的人要具備不易衰老的特性。有的人比較容易衰老，年紀輕輕，額部的皺紋就已經橫着很深了。這些都具有遺傳因素。還要家族的人膚色潔白，沒有或很少長老人斑，有的人六、七十歲了，臉上皮膚還是很白，沒有出現色素。

總之，天生麗質，身體健康，皮膚潔白細膩，把耐老的基因遺傳給後代，爲以後青春常駐打下了基礎。

後天的因素也極爲重要，一個從小就健康成長，沒有任何慢性病，就能較長時間地保持青春的容貌和健康的膚色。病魔纏身的人就很難做得到了。

俗語說，愁能催人老，躁能促人衰。而知足者常樂，學會排解各種困難，經常保持精神愉快，心情平靜恬淡。當然，安居樂業，經濟富裕，家庭和睦是求之不得，他是影響精神愉快的重要因素。精神愉快，人也就年輕了。

中醫文獻記載「流水不腐，戶樞不蠹，動也。」其意是生命在於運動。經常參加鍛煉的人，能加速新陳代謝，保持健美苗條，曲綫勻稱的身材。

要注意飲食調節，國外一些生物科學家研究證實，人要健康就應使人體內的水處於平衡並保持最佳狀態。所以要多吃有營養的食物，如鷄蛋、牛奶、水果、豆類，少吃澱粉類的米、麵和太油膩、甜膩的食物，避免熱量過剩，脂肪堆積至使身體肥胖。要採取相應的防護，避免寒風吹襲及烈日曝晒，夏日旅遊要戴帽或掌傘，游泳旅行要搽防晒膏，秋冬輸上要搽上護膚霜。要保持一頭烏黑發光的頭髮，平時多吃些首烏、黑豆、黑芝麻、瘦肉湯等，若按照上述這些方法去做，就可以保持青春容貌。

宜家集　●黃强/鄭人●

選擇相襯自己的色調

美容顧問　·陳潔玲·

有不少婦女在服裝的色彩問題上，經過一番配搭比較和嘗試以後，終於認定有少數色調與自己的特徵最爲適合相配，於是她們反覆再三地購買這幾種色彩的衣服。開始時，或許沒有甚麼問題，可是，衣服色彩重複太多，日子久了，就會逐漸生厭。這個時候，你當然有一種想試一下穿的色調服裝的衝動，但是，選購時可別讓店員左右你的主觀觀感，他會告訴你粉紅色的最好，因爲這是今年的流行色。在這種情況下，你得拿定自己的主意，畢竟也只有你自己才最清楚甚麼色調才適合你的。

有一點要留意的是，當你決定選一種色彩時，你得考慮你想要買的服裝是配合哪一種化粧的，是配濃粧還是配淡粧的，因爲有些色彩的服裝，當穿着者施淡粧時並不顯眼，而在化上濃粧時可能非常出色。

如果你對於衣服的色調自己沒有把握，可以試着穿，有時可多聽取朋友同事們的意見反映。服裝的色彩能給自己的形象帶來多大的影響，有時確實也很難下判斷，但有時當你的髮式改變了或出外旅行回來使皮膚晒黑了時，原來與你相當協調的色彩也會變得不甚協調；長遠的說，當你踏入老年以後，膚色也會改變，少女時期的色彩服裝當然就不適合你了。

古典式書房擺設

室內佈置　□靜宜

在一些以古典色彩爲大前提的室內設計中，例如是燒煤的壁爐呀！古典味十分濃厚的梳化椅子呀！還有就是十分重兮兮的皇族式睡床！可能有些人覺得這一些設計只不過是附屬者的做法而已，很少會說有些其他突破的設想，但是只有書房這個設計的環節，在今時今日的所謂「書香世家」裏，帶出不少的美意。

可是，書房的設計那會是十足十美感的「結晶」呢？因爲人們眞是有足夠的空間，才可以考慮這個較爲奢華的構思，你的心目中確有這個設想嗎？

書房的韻味十足可信，但不要自欺欺人，被自己的好愛與否而蒙蔽好了。

一．這個十分有趣的書房設計，我們可以了解它的闊大與特色，就是在沒有支柱的擺設方面，勝人一籌。

二．米黃色的書房設計，由於是古典之中而具有些時代感，所以不會有太多的偏促感受，事實上，它也夠得體的擺法哩。

三．側邊的圓環式設計圖樣，加上以不同角度配搭的形式，很多士女們都會失儀不少，尤其是很寬敞的地板設計，尤其合適。

時裝配襯洋洋大觀

時裝新姿　□可詠

時裝的配襯是否一模一樣，這是一個不太可靠的假定，因爲事實上，有些人士知道怎樣去將時裝穿得更出色，相反地，有些士女們的打扮可眞是不敢恭維了。

究其原因，就是女性們在同一類衣服當中，缺乏了如何點綴的方法，這是十分有必要的，因爲你差缺了這一方面的知識，只可以給人一種感受就是胡亂穿衣服，沒有甚麼突破。

但是話得說回來，只有曉得在這方面有觀感的人，才能夠實在地將所謂美意表達出來，這實是很難能可貴的，不然的話，也會有那麼多人，每天都望着鏡子，不知怎樣是好！這一層我們也不能不透過更簡短的報導，將這些資料給各位「研究」一番。

一．上身是以一件粗大闊落的淺紫色鬆身襯衫，它的設計與衆不同的地方，就是比較鬆闊而有姿采，兩個很有美意的口袋，再加上在頭頂的一個絲巾結紮而成的頭巾特色，人見人愛。二．這一款以淺粉藍色的斜牌襯衫，用的是較厚的質地，可以在目前的天氣中應用，至於淺米色的西裝褲，依然姿采萬千，以頸處的領巾配襯，令人興奮。

知友社和樂中心 辦成人教育課程

現今社會千變萬化，每一個個體於日常生活中扣當着不同角色，既是上司的下屬，也是子女的父母，更是社會中的一份子，因此，童軍知友社和樂中心將於十二月份推出一系列成人教育課程，以協助參加者能夠有效地掌握有關竅門，生活得更愉快，將每個角色扮演得更稱心。

「有效解決問題及決策法」旨在提高參加者解決問題和處理困難能力，加強其自信心，並學習有效決策方法，因爲沮喪、哭泣、發脾氣或怒哮並不能解決問題及尋求到解脫！相反地若能對有關理論加以掌握和應用，自能迎刃而解！

在現今社會，傳媒、學校等影響下，兒童的心理和行爲較以前複雜，駁嘴、不肯做功課、壞脾氣、倚賴性強、缺乏自律能力…更是父母常常面對惱題，體罰、利誘、責罵等方法又未能改善情況，因此「現代兒童管教法」將會針對兒童期心理和生理發展，從而與父母共同探討有效親子方法和獎與罰，提高子女學習動機、讀書、自律能力，以協助父母掌握管教子女要領，有效地管教子女。

面對着各種傳媒衝擊，青年人不禁起了許多疑問，而五花八門雜誌、刊物更令青年人目不暇給，難以取捨，爲了協助青年人認識文字工作重要性，加深對文字作爲一種傳媒工具認識「實用編輯訓練課程」主要針對刊物組織、稿件製作和處理、印刷原理、版面設計和貼版實務而爲參加者提供訓練，並於理論課程完成後安排一份刊物製作，務使參加者能活學活用，既培養其思考組織能力，也學習一技能。

三項課程由本月十二日起開課，查詢電三四四八〇一三。

服裝表現自我性格

儀態萬千　·洪育華·

服裝是人與人之間傳遞信息最爲直接的工具之一，這點關係到個人儀態與自我表現的方法。例如當你看到一個穿着T恤、運動短褲和波鞋的少女時，不用交談，你已經可以猜到幾分關於她的身分和性格的了。要是一個婦女身穿一套相當文雅的套裝裙，手提一個公事包在中環街頭走過，那你也可以立即對她作出職業上確切的判斷。事實上，我們都在通過自己的穿着向人們顯示自己的性格特點，那麼，我們究竟向人們顯示了甚麼樣的個性和給予人們的這種個性印象是否反映了自身的眞實，這一點是很重要的。

有時候，有些婦女的服裝特別惹人注意或過分嚴肅，雖然她們本身都是出於無意的，這不但關係到他們的自我想像和自信心，也關係到他們的朋友對她們的反應。

有一次參加一個朋友的婚宴，其中一位來賓穿着一件長度僅及大腿的火紅的套裙，胸前的項鏈又閃閃生光耀眼得驚人，惹來全場觸目的眼光，比起新娘子的打扮還要搶眼，更可況的是，她平時的裝束並非如此誘人，突然作出一百八十度的轉變，當然就成了宴會上衆目睽睽的對象，使她在整個晚宴上窘得手足無措，不知如何是好，有時出席這種公開的場合，實不宜太過突出自己，還並無好處。

陶瓷器皿安全使用的建議

家庭保健信箱　陳醫生主答

（續昨）日常生活中少不了要使用陶瓷器皿，而它們又具有潛在的危險，怎麼辦呢？爲了防止陶瓷器皿餐具中有害的物質析出而被吃進人體內，下面的建議供你參考：

聯合國和各國對陶瓷器皿中彩飾含鉛量，均訂出嚴格的標準，而本港的陶瓷器皿絕大多數是進口貨，讀者選購時應到較具規模的商場，不要光顧那些粗製濫造的「水貨」。

盡量選購不帶彩飾或彩飾圖紋簡單的產品。釉下彩沒有釉上彩那些缺點，故應屬挑選對象。如果產品表面透明，用手摸之有光滑感的即爲釉下彩產品。選擇彩飾的鮮艷者爲宜，因其色度鮮亮即說明顏料已「燒熟」了，其化學性質就比較穩定。

新購買的陶瓷器皿應放於一份醋酸加四份水的混合液中，浸泡四個小時以上，然後洗淨再使用。如無醋酸也可用食用醋塗於餐具的表面，高溫蒸半小時，洗淨再使用。

盡量在陶瓷器皿餐具中盛放含有酸性的食物或複熨的飯菜，以免其有害物質析出。

上海市一項分析報告表明，在搪瓷浸泡液中，酸性浸泡液析出的有害物質爲：鉛百分之一百、鎘百分之九十五、砷百分之十五、銻百分之二十五、氯也有少量析出。若餐具盛灼熱的酸性食物，有害物質的析出就會更多。

面面俱圓

做人要做到面面俱圓，實在困難。很多時候都是順得哥情失嫂意，不過，「多一個朋友，少一個敵人。」是筆者的處世格言。

有時套了假面具亦免不了。不過在虛僞的過程中有眞誠的一面，好像時裝設計一樣，很難取得全世界的贊同，只要大部份或是一部份的人欣賞，已經足夠了。

華隆有限公司
SEAFOODS
WAH LOONG LTD.
5388 Parkwood Place Richmond, B.C. V6V 2M4
Telephone: (604) 273-1688 (12 lines)
源源運到，大量供應
各西士齊備
中國去頭有殼白蝦及蝦肉
中國AAA牌去頭有殼養蝦及蝦肉
緬甸去頭有殼白蝦及蝦肉
越產去頭有殼白蝦及蝦肉
香港淇門白蝦及IQF蝦肉
中國各類有頭養蝦
大小西士龍蝦尾及扒蝦尾
急凍香港產鮮魷魚，去衣鮮魷筒
常備各種魚類
紅衫魚　紅鮋魚
黃花魚　白鱠魚
牙帶魚　生魚
獅子魚　墨魚
供應
日本各類冬菇及新到中國各類冬菇
「一日一冬菇，精神倍爽朗」
歡迎遠近採購
寄送貨快捷

利僑鷄鴨公司
LE KIU POULTRY
SPECIALIZING IN SEGMENTS CUTS
& BONELESS BREASTS FOR RESTAURANTS
本號供應・新鮮鷄鴨・零沽批發・一律歡迎
總店
256 East Pender St.
Vancouver, B.C.
☎ 681-1012
批發部
458 Prior St.
Vancouver, B.C.
☎ 681-1999
第一分店
Granville Island Poultryland
1669 Johnston
Vancouver, B.C.
☎ 669-5457
第二分店
1678 Commercial Dr.
Vancouver, B.C.
☎ 254-2511

SUPREME DRIVING SCHOOL
拔萃駕駛學校
91新車　安全易學
天天考期　成功率高
電話：275-8038
傳呼：631-8398

香港駕駛學院
HONG KONG DRIVING SCHOOL LTD.
地址：域多利5869號
321-3722
歷史最久　資深導師　收費公道　服務僑胞　考期最快　筆試路試　易學速成
校長：吳栢霖　傳呼機：686-8597（24小時）

宇宙駕駛學校
UNIVERSE DRIVING SCHOOL
211A 175 E. BROADWAY, VAN., B.C.
經驗豐富　國粵教授
路試筆試　初學補鐘
安全易學　歡迎查詢
電話 275-0886
437-9617

城市駕駛學校
City Driving School
NO.5-2414 MAIN ST.
VANCOUVER, B.C.
電話 874-4544
蘇偉勝
師質優良　經驗豐富　耐心教授
筆試路試　精通國粵　客英馬語
收費公平　忠誠服務

聯合駕駛學校
#5-2910 COMMERCIAL DRIVE UNITED DRIVING SCHOOL
TEL: 253-6888
歷史悠久　經驗豐富　耐心教授
筆試路試　易學速成　合格率高
本校採用90年全新
TOYOTA COROLLA特級房車教授
＊聘請大溫哥華各區男女經驗教車師傅多名＊

卑詩駕駛學院
211-175 EAST BROADWAY VANCOUVER, B.C. V5T 1W2
☎ 644-7890
您想得到一張
卑詩省駕駛執照嗎？您爲學車而煩惱嗎？
路試　我們的中、英、法、越、華語教練會指導您從最安全的習慣中，得到您想要的駕駛技術，並代約安排考試日期。
從速聯絡
馮尚榮 433-4082　劉兆鵬 657-2823
WAYNE FUNG　BANG LAU
筆試　個別教授筆試及專人陪同翻譯請直接聯絡郭先生
電話 251-5750

ELITE DRIVING SCHOOL
高級駕駛學校
B1-111 W. BROADWAY
※有女師傅教車　※初學或重溫
※日班或夜班　※備有路試用車
電話：872-8717（吳師傅）

優良駕駛學校
PERFECTION DRIVING SCHOOL
TEL: 433-2888
由 RAYMOND TONG 唐達良主理
名符其實・師質優良・經驗豐富・收費公道
本校全用TOYOTA新車教授舒適易學
合格率高・歡迎查詢