宇宙有限抑無限？

宇宙有限還是無限，歷來爭論不休，未有結論，相信也不容易有結論。根據目前所知的宇宙情況，把地球在宇宙中地位，形容爲「滄海一粟」，不但毫不誇張，而且畧嫌保守了，因爲，隨着時間發展，發現河外星系越來越多。

記得上月看到一則消息：中美兩國科學家合作，在美國新墨西哥州，憑巨型的射電望遠鏡，觀測到一個比銀河系大十三倍的「馬卡良三四八星系」——這個星系，是迄今爲止，所知最大的星系了。

今天爲什麼「舊聞重提」？是因爲跟朋友談及宇宙情況，他們爭論起「宇宙是有限還是無限」這個問題，茗翁就把上述新發現提出來。事後覺得有趣，在此塗鴉。

在九八七年以前，我們不知銀河以外竟有比銀河系大三倍的星系，以爲宇宙的「界限」了。現在發現了這個大星系，所謂「盡頭」，又難我們遠一些了。仍不能肯定，宇宙有限還是無限。如果說，到將來人類乃至太陽系於宇宙中「消失」了還還找不到答案，未免迂闊。

但可以肯定，在一個相當遙遠的將來，這還是不容易找到結論的。

許多事情，遠景不妨規劃，却不能把這遠景當作「近事」，隨意所之地加以描繪，並作出自己認爲是「規律」的規定。在你主觀上說是規律，在客觀上可能是十分荒謬的事情。

「遠景」當作「近事」，隨意所之地加以描繪，並作出自己認爲是「規律」的規定。在你主觀上說是規律，在客觀上可能是十分荒謬的事情。

泥與體

陳小文塞逅得新女友戴瑞愛，得手容易，放一切，就扭作一團，在泥濘上與，如獲至寶。小文人如其名，什麼都好，就是較爲「小器」；而戴瑞愛生來樣子靦娟好，獨惜咀吧奇闊，而上下相符。

瑞愛胃口又奇大，辰時卯時要起來溫存，而且不論身在何地，也是興之所至，便要與小文燕爾。

有一回，兩人携手同遊離島，在輪渡上，天氣突然轉變，大雷大雨，幸而船抵離島以後，復見太陽，所以並未拂滌兩人之遊興。

至離島一草地，瑞愛突興奇念，要小文席地與她行事。

當時二人並無携帶別物可作墊，而空地上經大雨，泥濘一片；但瑞一雙豬玀嬌軀。

經過片刻，小文問：「愛人，我的東西畢竟是在泥濘裡還是在妝體內。」

瑞愛曰：「我以爲妝仍未準備充份，現在泥濘中作熱身運動也。」

小文曰：「請將之放入妝體內，正式比賽。」瑞愛聽命而有所運作，又過一會，小文復問：「現在吾器在泥中抑在妝體中。」瑞愛答：「在我體中。」小文曰：「是則請復放回泥濘中，吸力較大較有趣也。」

茗翁

太平小記 三風

厚潤利器電牌雜銷推

消費者委員會點名指出某些電器行作風惡劣。我想起一件事：去夏，我的寫稿房兼臥室又有女兒的臥室的冷氣機都要換。近年我買不起美國電器，要女兒去買兩架日本名牌，後得她的電話提到電器行介紹歐洲某牌省電，代價與日本貨並不多。我說由她決定，結果購歐洲貨來，我嫌房中不夠冷，聲大影響睡眠；女兒房中那架性能較佳。女兒要電器行中人來，看後說是正常的，又說女兒那架較好是我的心理作用。我感到白天寫稿冷氣還過得去，晚上因窗多，再開風扇可以將就也算，祇寄望于中了「六合彩」購高級美國貨。事聞于朋友，他說：「經售日本名牌電器利潤低，經售那些雜牌冷氣機利潤高，店方樂于推銷，那些雜牌性能不統一，閣下比令嫒晦氣，因此得其『莠』而她獲『良』了。」我相信其言正確，但這家電器行還不算不道德。

此事亦不能向消費者委員會投訴，若可，我們父女整天都夠窮忙，亦無暇呢！

冷氣機與雪櫃，美國貨最好，電視則推西德，但這類日本貨亦合用。二十九年前，朋友搬華屋，以一架美國名牌冷氣機送與我，雖是舊貨，亦極寧靜。後來我購新的美國非名牌者，性能不勝舊的那架。在香港對一般而言，確是「一分行情一分貨」呢。

聞趣廂車

在站頭乘搭專線小巴，一個麻甩佬塞住車門與司機講價，心經暗笑此人戇居。

上車後仍聽到這位阿叔乘客在「喂地」：「有乜理由只搭一程要收兩蚊？」

小巴司機答：「有理由。」

阿叔乘客再問：「咁搭兩站又點收？」

小巴司機：「一樣兩蚊。」

阿叔乘客：「咁都收兩蚊？搵笨咩。」

小巴司機：「你想唔蝕底就搭到總站咯。」

阿叔乘客：「但我只係到半路之嘛。」

小巴司機：「咁你就將個兩蚊拗開，放一半入錢箱啦。」

兩個人，一個泣油淡定，毫不動氣（司機）；另一個點極唔明，爲了他認爲多付的一元心感不忿。

車廂裡連我在內五個不相干的乘客，聽了這段對白都笑了起來。

看那位阿叔不像新移民，却很奇怪他對乘搭公共交通如此陌生。搭公車而講價，他是我見到的第一個人。

不管小巴、大巴，按上車即付全程收費而言，確實有點不合道理，但就處理上分析，却是每個人都會接受的方式。

單就小巴來說，司機一個人要負責駕駛、上落客、收費等工作，即使全車只有十三名乘客，也難以記着誰在那一個站下車。所以按路程而作不同收費的辦法，根本行不通。即使巴士公司採用也不會貪便宜。因爲這辦法一定引起紛爭，口同鼻起不打架才怪。因人應從大處着眼，爲省那一元幾角惹氣受犯不着。

隴海夜車懷念捉放曹

徐州被炸，是到達後的新消息，乃當天的事，距車站不遠，我們去看了，不過五尺直徑的一個土坑，深度一尺餘。這顯然目的是作火車站，偏差甚大。天已黑了，我們只好吃乾糧守在車站內，有煙火管制，天上雲層也很厚，日機不會來「夜襲」的。

由徐州往西，直去鄭州，是隴海路，橫過安徽及河南省之一半，去到鄭州（解放後將省城遷鄭州而不再用封—宋之汴京。）津浦路由北而南在我國之東；京漢由北而南—北京入河南至湖北武漢在我國的正中部。隴海起於東海濱江蘇海州，向西去陝甘（隴）、先與附近之徐州，後與平漢之鄭州作十字交道。鄭州且關！變得快，但還不夠快，千里，由火車「引得春風過玉千里」，由火車「引得春風過玉關」！變得快，但還不夠快，另外從石家莊有鐵道通去山西太原——正太路。時至五十年後，車開「烏魯木齊（迪化）」新疆今日的省會，鐵道主線已如蛛網。這是盧溝烽火五十年後的結果，順着左候爺「新栽楊柳三戰了八年，又紅小鬼「擒」血光法刦十年，所以五十年應減去十八年，只得三十二年工作。日本由停戰（一九四五）起記，凡四十二年；台灣由東渡完成起（一九四五），三十八年。「建設成績」，現已公開無隱。香港工作了四十二年，乃有今日。

隴海用「藍鋼車」，一夜經過了三國演義創造的「捉放曹」地關，直入北新疆——天山北路區，中牟縣遇隙宮，多疑而殺呂伯書，黎東方說「全無此事」。

半山堂隨筆 陸天畫

醒目詩詞 人目醒選

減字木蘭花

此時此地，電視兩台俱選美。以美相爭，可謂春風吹又生。

AB兩個，依次而行都算妥。愛美之人，至此珠璣養眼神。

我看本屆亞姐

亞姐出籠之日，家中來了客人，不便開電視機，也忘了錄影。又錯過了一次欣賞機會。

其實兩個電視台都競搞美女選舉，加起來一年有好幾回。看得多了，人也就疲了。例如我，就漸漸地沒有前幾年那麼高的興致了。

昨天打開報紙，才知道亞姐已經出籠。我手頭兩份報紙均偏見。尚幸邱月清小姐見諒！

我在他報會對利智的那兩道姐冠軍面如滿月，而且看來似乎並不太嫌，同我想像中的薛寶釵有點相似。但同想像中的發覺她那眉毛已不那麼下垂了。

我自己看美人，一般都比較愛好苗條與纖細者。我不喜歡肥女。我不知道許判們的標準和眼光，但如將利智和邱月清二擇其一，我是寧投利智一票的，這也許是我個人的選擇。

醒目

在工業區的通衢牆壁上，可以看到某些工廠招工的標貼，大多强調「獎金高、津貼多」，底薪呢？憑我在工廠區裡的見識，唔駛問，底薪一定少得可憐！

我「見識」過的一家工廠，櫃單上有水蛇春咀長的津貼項目，房貼、飯貼、麵包貼、醫貼……甚至厠紙都有津貼。厠紙價值輕，難計算，換過一種形式，工人入廠時領幾張，限制使用；有些廠有醫務處，就沒有了醫貼，工人工傷多的話，扣了津貼，可能還要倒貼；沒有宿舍的廠，工人不住宿舍，可以有象徵式的房貼。

獎金也有好多種，動工獎、年獎、特別獎……。在一定期間內不請假，不遲到早退就有一定的獎，一定的時間內增產超出現在一些服務性行業，也把底薪訂得很低，而用獎金、津貼或所謂「下欄」來補償報酬之不足。譬如酒樓業，一般大酒樓的「樓面」，可能有五六千元的收入，但他們的薪金可能祇有千多元，其餘出自「下欄」，更多來自顧客的服務費。薪金訂得低，還有個妙處，就是當要調整生活指數——一般講的「加薪」時，資方祇按底薪作基數調整，那調薪的幅度就相應的少了，所以獎金多、津貼高，諸如此類的優惠的少了。

八面玲瓏 薛后

薪與津

變眼焦 士菲魯

神精業樂

一般來說，職業病是存在的，不過，有些患了職業病的人，他們往往向別人發脾氣，比如病人常受醫生嘖到一面屁，也屬於職業病。但是，有些患了職業病的人，他們吃苦的是自己，每天在開工的時候，簡直像赴刑場。

有句話是敬業樂業，其實這是十分重要，一個覷返工爲受罪的人，他的工作一定做得不好，也做得不開心。

但是，任何人都要依靠職業維生，也沒有一種職業不令人生厭。所謂做個行厭個行，這是一種通病。只是，討厭也沒有辦法，除非老豆大把遺產，否則，不管如何討厭，也得幹下去。既然討厭也要幹下去，那只好樂意接受，這便敬業樂業精神。

如何做到敬業樂業，這倒不是一個簡單的問題。

這，這主要表現在自己的心態，如果能多想一想，即使對自己的職業更加討厭，仍得幹下去的話，那麼用受苦的心情上班，與欣然接受的不同心情工作，這至少可以減少心理上的壓力。

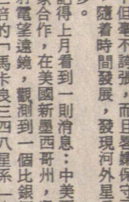
荔枝奴？

因龍眼尾隨荔枝之後，故稱荔奴。其實龍眼與荔枝，我認爲各擅勝場，以荔奴稱龍眼，過貶之了。正式石硤龍眼，十分爽甜，其甘如蜜，更能養心益老，比荔枝更有益。田翁山亦有詩云：「采摘日盈筐，香生比目房。食多能益智，本草有仙方。」

本草認爲龍眼有益脾長知，養心補血之功。明代王象晉亦替龍眼。

「廣東新語」說：「順德之錦鯉海，諸邑龍眼若於此貿易，謂之龍眼市。」但查閱今日之順德地圖，却沒有錦鯉海這地方。不知古之錦鯉海，即今之順德何處？

吃過了荔枝，龍眼又上市了。



爛口篆

「粗口」本名「爛口」。老一輩的人，對於口頭上常「挑」聲者，必斥之爲「爛口篆」。「篆」是用來「匹」垃圾的東西，當然不能用來「匹」垃圾，暗示「爛到『匹』唔起」，成爲無用的東西了。用「爛口篆」指斥粗口爛舌的人，有深刻的意義，可圈可點。

儘管講「粗口」，被認爲是粗鄙、無禮貌、無教養的行爲，但「粗口爛舌的人，似乎有了「與時俱進」之勢，它泛濫到各個階層，許多「斯文人」也「出口成章」，有人且自稱爲「粗口世家」，謂他的口唇有如燒鹹橄，「又燒鹹味」掛到滿。查「鹹味」也是「粗口」。

爲什麼這麼多人變成了「爛口篆」？這主要原因可能是「粗口」的詞彙越來越多所致。本來，「粗口」的內容也有個範圍的，大都是環繞着「三字經」而來，漸漸地就出現「四字經」和「五字經」。接着，它又起着「衍化」作用，派生出許多似乎不是粗口，其實是粗口的流行語。例如「吹眼」、「頂你個肺」、「過癮」、「大鑊」、「煲老鴨」等，平時絕不講粗口的人，以爲這些只不過是流行語，講話時也信口而出，其實，這些都是粗口，其內容十分鹹濕，不應亂用。

中醫、西醫之「外科」

昨記尚志鈞先生曾撰文稱譽「五十二病方」之外科治法，他認爲手術設計巧妙，具有一定科學性。此外如燒灼結紮，還管搔爬術等，反映了我國先秦時期的外科學成就。

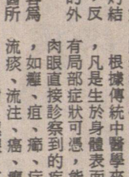
寫到這裡，又要畧爲說明一下，因爲中醫所稱的「外科」，和西醫所稱的「外科」，是有很大分別的。西醫所稱的外科，一般是指需要動手術的。但若嚴格分科，却也有很多科目，如腹部外科、耳外科、腦外科、美容外科、口腔外科、矯形外科等等。

中醫外科，則和內科有密切關係，因此，由中醫內科兼習外科，較易上手，如果只懂「外科」而不懂「內科」的範圍，但實質上是互有關連的。因篇幅關係，待明天再談。

現在吃水菓，應時的是沉瓜浮李，不過在香港夏日炎炎沉瓜合時，浮李未必佳還。美國加州的橙子是全年四季都有，而泰國龍眼，美國車里子、布冧，菲島的杧果，亦有供應。至于一般要到中秋才有的柚子，目前水菓店也有泰國坤西的蜜柚汁多而甜，但中國產的柑橘，則市面上已沒有了。

不過據說在柑未合時的現在，却有了一項柑的消息，說潮州名產的碰桶柑，由于近年大面積種植，現在却有生產過剩的危機。據說潮州柑的市場銷路，只限在港澳和東南亞，但這些地方又是世界良種水菓競銷的地方。就以金山橙說，有人從美國歸來，說那邊想買到觀橙很難，好的都運出來賺外匯了，在港售價十分便宜，這使潮州柑銷路受到了衝擊。地道潮州柑，有時議論建和台灣來的碰桶柑智充，這兩地可能土地關係產品水份蜜味不及潮州，但外形相似，菓販以樣樣以潮州柑，有時冒假難分之下，送入口中感到潮州柑變成虛有其名。

而潮州柑花在宣傳上的費用亦太少了，名山尚要文人捧，名產難道不用做宣傳和包裝？



人物港人港

「化學」遊戲

「民意戰」經過初步交鋒，有人統計過，「穩健派」在「團體賽」方面佔了大至七成優勢，「急進派」暫時落下風；至於「個人賽」方面，由於「急進派」發動「一人一信」運動，可能會佔先，正確數字有待民意瀝集處公佈。

經紀當近來在股市大有斬獲，特別意氣風發，他道：「『急進派』學『極』！將複雜的政制改革簡單化，如當年反核電一般有啥意思！」

必要性。目前本港的政制好端端的，要進行民主化，也該逐步來，世界上沒有什麼事情可以一蹴即就的。香港人對於直選，已漸漸有了共識，將來推行直選是必然趨勢，但無必要在八年推行。而且，「穩健派」主張等基本法擬成之後才按規定推行，時間只差三、四年。政制改革，茲事體大，三、四年算不了什麼，「急進派」沒有道理說服人，怎可亂投一票？

「急進派」，除搞「一人一信」之外，更搞簽名運動，呼籲市民簽名支持。經紀當笑道：「這遊戲『化學』極！將複雜的政制改革簡單化，如當年反核電一般有啥意思！」

服鞭子難征

西諺有云：「不能用吻征服女人的，也不能用鞭子征服她們。」

在愛情的世界中，沒有狂暴行爲的位置。

不論如何找尋藉口，狂暴行爲決不是愛的表現。一個眞正懷着愛的人，是決不會使所愛的人受到肉體或精神的傷害的。

那些人使用了威脅、恐嚇、暴力行爲之後，還把自己打扮成「情聖」似的說：「我這樣做，只是爲了愛你而已。」簡直是荒唐、滑稽。

無疑，有些人，並不長久的東西。

女人的心，只能用愛情去征服，而不會被暴力所屈服的；尤其是在女權意識高漲、婦女地位提高的今天，她們就更不容易屈服了。

在某種情況之下，有些女人會被迫委身於惡勢力之下，但她們的恨是決不會變成愛的，她們即使沒有機會擺脫、報復，也只是行屍走肉地承受凌辱而已。花了那麼大的氣力，得到這樣一個女人，又有什麼樂趣可言。

情詩一束

童話

美洛

你寫了一篇童話
給那些幼兒園的
小弟弟
小妹妹
你絕沒有想到
這篇童話
對我
也極有教育的意義
從你的內心
流露出來的
善良與智慧
在任何時候
任何場合
都會使我
受到感動
得到營養

名產過剩

醒目詩詞 人目醒選

減字木蘭花

選美

此時此地，電視兩台俱選美。以美相爭，可謂春風吹又生。

AB兩個，依次而行都算妥。愛美之人，至此珠璣養眼神。

瓦松花 淡林

尚京專欄

一個伢虜變成國際主義者

從小林這個實例看來，優待俘虜的政策，還會有更加深刻的意義。一九四三年，小林加入日本共產主義者同盟並參加了整風運動。三四個年頭，小林的思想和認識大爲提高，他已經不是一個伢虜，他已經是一個日軍小林這個具體的實例，我們可以理解「優待俘虜」，在實際戰爭中所起的作用。

日本兵士做反戰宣傳，開導日軍的思想，讓日本兵士明白侵略戰爭的罪惡與不義，動導他們放下武器，退出戰爭。開始的時候，最顯著的作用，是讓小林這樣的俘虜到前線陣地上，用日語向日軍小林的一個土坑，深度一尺餘。這顯然目的是作火車站，偏差甚大。天已黑了，我們只好吃乾糧守在車站內，有煙火管制，天上雲層也很厚，日機不會來「夜襲」的。

由徐州往西，直去鄭州，是隴海路，橫過安徽及河南省之一半，去到鄭州（解放後將省城遷鄭州而不再用封—宋之汴京。）津浦路由北而南在我國之東；京漢由北而南—北京入河南至湖北武漢在我國的正中部。隴海起於東海濱江蘇海州，向西去陝甘（隴）、先與附近之徐州，後與平漢之鄭州作十字交道。鄭州且關！變得快，但還不夠快，千里，由火車「引得春風過玉千里」，由火車「引得春風過玉關」！變得快，但還不夠快，另外從石家莊有鐵道通去山西太原——正太路。時至五十年後，車開「烏魯木齊（迪化）」新疆今日的省會，鐵道主線已如蛛網。這是盧溝烽火五十年後的結果，順着左候爺「新栽楊柳三戰了八年，又紅小鬼「擒」血光法刦十年，所以五十年應減去十八年，只得三十二年工作。日本由停戰（一九四五）起記，凡四十二年；台灣由東渡完成起（一九四五），三十八年。「建設成績」，現已公開無隱。香港工作了四十二年，乃有今日。

隴海用「藍鋼車」，一夜經過了三國演義創造的「捉放曹」地關，直入北新疆——天山北路區，中牟縣遇隙宮，多疑而殺呂伯書，黎東方說「全無此事」。

賜養與掟煲

市井吹彈 徐冀

美更變香港
好加得港

吳·秋

古詩云：「有人上山方一日，世已七十年。」

如今，只要你離開香港到外地一年半載，再返回香港時，你會深刻地感覺到：香港市容又有變化了。

先不說新界的高樓華厦猶如雨後春筍般出現，光港九市區的城市建設，五年前相比，其變化也確實是驚人的。康山花園、杏花邨的建築羣，還有城花園的建築羣，還有城鑫芝。觥籌交錯，羣仙以瓊漿玉液，食以琺筍，滄郁波瀾鼎汁漿。布不覺酩然大醉。誰知龜帥量小，飲少輒醉，逃至瑤池。仙鶴見龜帥，狼狽穢褻瑤池，上前逐之，龜帥以醉眼見一戴紅頂者，張口銜鶴頭不放，良久實武不見了龜帥，尋至瑤池，見龜銜鶴，大驚呼曰，孽怪還不鬆口，烏龜一見主人便告曰：我喝得大醉了。

美麗蓬萊蕉

蓬萊蕉在今日園藝上大派用場，在缺乏綠化的家居環境，只要有一小角的地方，都能放置一盆蓬萊蕉。

由於這一類植物在培植上，對環境要求不苛，只要光線充足，縱是欠缺直射陽光，植物在生長上，依然翠綠可愛。今日在寫字樓間，能放植幾盆，每令到工作環境夠清雅，振奮精神，加强工作效率。

蓬萊蕉在培植上，縱是在室內，有空氣調節的環境下，植物的生態依然翠綠。

泰國木雕貓頭鷹

南洋國家的樹木生產得十分茂盛而且多，順理成章地，利用木材來作爲雕刻原料，製成各種工藝品，便成爲富地的特色了。比如菲律賓、印尼、泰國等的木雕，均是十分有名氣，而且還更加各有特色，一看便知了。

泰國的木雕，喜歡在完成之後再加上一層層的髹漆以添其美感。比如這一欵貓頭鷹的造型，便是相當不俗，色調既豐富而且繪工細膩，擺放在案頭來作裝飾品，更加是理想非常。其售價不貴，十吋高者不外是七、八十元。

歡樂家庭

名貴的藍色邊晚禮服

笑一笑

烟酒並嘲

王母壽誕，開設蟠桃勝會，所有蓬島瀛洲青都紫府各神仙，都來朝賀。各神仙中，有騎龍鶴鳳者，有跨鶴乘鸞者，遙望紫霧綢繆，衆仙從雲中齊下。彩霞縹緲，鶴駕自天上飛來。惟有眞武大帝帶領龜蛇二將，跟跟蹌蹌後行至，王母各賜蟠桃一枚，飲以瓊漿玉液，食以琺筍。

登廁坑詩

神情急速步倉忙，曲巷招尋停路傍，牙舍及肩防鷹帽，石條蹲足亂蹇袋。清虛腑臟肺滄滓，滲郁波瀾鼎汁漿。布袴脫時春鳥喚，木樨開處後庭香。偷看肅白臀深遲落千鍾硬，窺穿孫懸一練長。雖學研都携筆墨，酣酷詩味亦包藏。

佳執式菜點親與餐自助

前，還有那林林總總的甜品、水果通通奉上，單是眼看，已夠滿足了，遑論把各欵食物一一送進口裏？

我自己就不大喜歡吃自助餐，除了此種「任食唔驕」的方式，最不適宜我等肥人之外，把太多的東西混在一起吃，最好的味覺都會變得麻木。

昨天和外子的一羣同事往吃自助餐，每位七十七元，吃停停的，由晚上七時至九時半，菜式三四十欵，由生蠔以至街邊小販的生腸、魷魚一一俱備。貪嘴的人最易出洋相，眼看有人捧來一大碟食物，試吃兩口又棄之再取。一些較貴價的食物，例如帶子等最是吃香，一經上碟，立即「掃光」。幸好供應源源不絕，要不然可要秩序大亂了。

一般進餐的程序，由主菜到甜品再及水果。可是吃自助餐，全部食物羅列眼前，加上吃吃停停的方式，根本沒有什麼開始和終結，鹹甜食品全不分家，吃至肚子飽飽爲止。

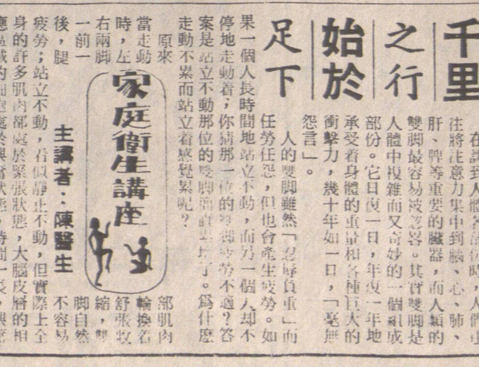
餐後，必然又扯到「抵唔抵食」的問題，這類自助形式的食法，店舖節省了大批人手，只要稍肯花本錢，菜式自然比上館子多式多樣。但我還是願意吃點精巧的小菜，勝過這樣的大盆小碟倒進胃裏！

試論在住宅大厦養狗

一天下班回家，在大厦的大堂裡等電梯，當電梯到達開門之際，我正想跨入，才猛然發現一個年青人牽着一條高大的牧羊狗，狗坐着未動，牽狗者使勁地拉，才把狗拉着走出了電梯。我雖然不怕狗，也喜歡逗玩狗，但在毫無思想準備下，這麼一條大狗突然出現在只有寸方點大的電梯裡，嚇一跳也就難免的。

照規定，大厦內的住戶是不准養狗的。但有些人就是不遵守規定，照養如儀，我覺得這就不對了。不過體諒到愛狗者的心情，他們要養也情有可原，但一定要有公德心，千萬不能讓狗兒亂跑亂竄，以免嚇着其他住客，尤其是嚇着些老人和小孩；同時，更不能放任狗隨處拉屎拉尿，搞得便溺四處，臭氣熏天，破壞了大厦公共環境衛生。幸虧我們這座大厦，至目前爲止尚未出現缺德的養狗者。否則，大厦內的電梯或走廊就難免會佈滿臭不可聞的狗屎堆！

不過，不管養狗的人如何有公德心，做到不讓狗兒隨處便溺，到底住在層層疊疊的大厦內，還是不適宜養狗的；要養狗，最好還是住到郊區或鄉間的平房裡。在那裡，一來狗兒可發揮其守門的本職，二來，也有較寬闊的場地可供奔跑活動。在市區的人們自己感到活動空間有限，再加上一或多隻大狗，那就更加傷促請迫，把狗兒整天關在屋子裡，牠也會不快樂的呢！



聲聲慢 田訴

·子淑·

千里之行始於足下

在談到人體各部位時，人們往往將注意力集中到腦、心、肺、肝、脾等重要的器官，而人類的雙脚最容易被忽略。其實雙脚是人體中規雖而又奇妙的一個組成部份。它日復一日，年復一年地承受着身體的重量相各種巨大的衝擊力，幾十年如一日，「毫無怨言」。

人的雙脚雖然「忍辱負重」，任勞任怨，但也會產生疲勞。如果一個人長時間地站立不動，而另一個人却不停地走動着，你猜那一位的雙脚疲勞不適？答案是站立不動那位的雙脚酸軟疲勞了。爲什麼走動不累而站立着感覺累呢？

當走動時，左右兩脚一前一後，腿部肌肉輪換着舒張收縮，脚自然不容易疲勞；站立不動，看似靜止不動，但實際上全身的許多肌肉都處於緊張狀態，時間一長，興奮應區域的細胞處於興奮狀態，而肌肉細胞的能量消耗到一定程度也會不足，這些就會產生疲勞的感覺。

當因走路過多或劇烈運動而產生脚部疲勞，消除的最好方法不是躺下休息，而是不停地輪換着脚部輕微運動。這種活動使大腦有兩個以上區域交替出現興奮和抑制現象，不易疲勞。身體的肌肉緊張狀態得以改善，脚部肌肉放鬆，促進血液循環，可收消除疲勞之效，大家不妨留意。

脚部衛生 不可不知

主講者：陳醫生