陳誠論台兒莊殲滅戰

讀報得知，陳誠被內地官方或「軍衆」佔用的房產，大部份已由當地政府出面「清退」，其餘也可望在今年內「清退」。

陳誠，死時是國民黨副總裁（總裁是蔣介石）。陳與蔣俱爲浙江人（蔣是奉化人；陳是青田人，是劉伯溫的同鄉）。一九四九年，陳誠在中共所提的「戰犯」名單榜上有名，房產當然沒收。他的房產被「清退」，無疑是在「和平統一中國」這個大前提之下作出決定的。許多國民黨大官的房產已「清退」了。陳誠的房產在今年「清退」，可謂「輪都輪到」了。

陳誠在抗日戰爭時期，參與指揮好幾場戰役。他在一九三八年四月，即台兒莊大捷之後，寫了「台兒莊殲滅戰」一文，分析致勝原因。其中一段說：「目下敵軍在中國境內各戰場者（在東北四省不算），共有五十餘萬人，參加台兒莊會戰，不過五六萬人，何以不抽調他處兵力增援？

「此蓋因我國自採用游擊戰以來，各處圍殲其少部，襲攻其後方，即如山西境內，我方有二十萬之游擊隊，遂使敵五師團之衆，只能據守同蒲沿綫，不敢遠離鐵道一步，其他平漢綫以及江北江南浙西各戰場，均自顧不暇，何能抽調，以遠水救近火乎？

「故台兒莊之戰勝，在戰畧上之觀察，乃各戰場我軍努力之總和，不可視爲一戰區之勝利，簡言之，即我游擊戰，運動戰在戰畧上之功效也。」

上下四方

翁若

可以出來

少男黃福，閒來到兵頭花園散步，有一夜，在該處邂逅得一樣貌甚好之少艾，對彼談笑甚歡，滿心以爲執到寶。

相約晚飯，飯後直落，終于到了九龍塘一公寓看電視去。

女不似是出來撈之流，而亦從沒有開口提到什麽金錢問題，黃阿福自然更慶幸自己之飛來艷福，不知幾生修到，大概是眼緣關係，令到對方與自己，首次見面，第一夜即封相。

殊不料到，對方竟然是發花癲的那一類女性，不可以一夜無性事，在床上且不可以一小時內無性事。

在房間內，燕好後不消片刻，女又催促黃福再上馬。

如是週而復始，女仍不容許彼如此就入夢鄉。

活動經夜，黃福已似一攤爛泥。至次晨，他偷窺女終于睡着了，急急下床穿起衣物即準備離去。

但一時內急往廁所，竟然脫了褲子仍不見其寶貝兒影子，一時大驚，急覓之下，才發現早已縮成比花生米還小。

黃福嘆曰：

「現在不必躲了，可以出來吸口新鮮空氣，因吸血殭屍已不在旁邊。」

有味 JOKE

太小平記 三鳳

藝能界女性十四歲不老

一位將成年或是剛成年的藝能界小姐提到她祇願活到四十歲，是怕老醜，這要令若干稱「阿姐」者生氣，她們已逾四十歲或距四十歲不遠了。但可能這位頗有青春氣息的小姐再十年不會說此話了吧？作爲一個女演員，四十歲不老，超過四十歲的亦多，外國如伊莉沙白泰萊西方歌劇女演員，每到四十歲左右才成熟。京劇是北京歌劇，越劇是越語區歌劇，前者中童芷苓，一九八三年她來香港時已逾六十歲，後者中戚雅仙與華春芳亦近六十歲了。香港粵劇中任劍輝與白雪仙，她們現在不必爲生活再上舞台，若上一樣受歡迎。任白苟稱，她們平均年齡一定逾六十歲了。電影女主角較爲年輕，但國語電影界老牌影后胡蝶年逾半百後亦屬主角。

電影界的男人在年齡上佔便宜，西方尤然，老小生多。港台電影界的名小生也沒有二十幾的，鍾鎮濤與周潤發都是三十一二或三十三歲了吧？女性較少年逾三十的主角明星，祇張艾嘉與林青霞一定超過三十歲，相信至少也再有三年主角生命。蕭芳芳已屆中年，人所共知，今仍主角。八十年代人的壽命長于三十年代，「玉女」的生命應延長十年，自十三四到三十歲。中年亦應改指五十歲，謝賢輩還步入中年不久呢！

釋解學科

談起「碟仙」話題便多了。有次（已是十多年前的事）和兩位當年的演員玩此遊戲——因爲經常請「碟仙」求救疑難，問題已問盡了，慢慢便流於玩遊戲心理，那時候我們對林黛、樂蒂、李婷等的死疑問重重，於是便「八」起她們的私事來。

記得我們請過林黛對話，問她爲什麽要死？目前境況可如意等。她對死因不予作答，只對第二個問題表示「不開心」、「很想念兒子」，而令我們害怕再問下去。

樂蒂請了半天沒請到。李婷回答死因時，小碟停在一個「子」字位置，夠我們猜想半天的了。

最後，我們疲倦上問她們有何需要，李婷沒有表示，林黛却示意要衣服和紙筆。我們三個女人「八」開了頭，也只好「八」到尾，合了點小錢，於第二天買備林黛要的東西在街上焚化。眞箇是沒事找事做。

這玩意說眞難找証據，說假又頗覺玄妙，還是不要嘗試的好。

當年我們一班朋友玩這玩意，絕大部份只抱好奇心理，雖然有些玩過之後由「不信」而對「碟仙」的有或無轉爲存疑，却不入迷，所以沒受任何影响。但在精神受極度困擾下向「碟仙」問路，後果如何難以預料。上面我只當趣談寫寫，各位可別當一回事看。

有人會對此玩意作過分析，認爲小碟之被三個主持玩的人向同一方向移動，並在某一個字，一句成語前停下，極可能是感應造成的結果，從科學角度言絕對可信。

水晶球 李茵

曹勝袁敗興亡天演

袁曹官渡之戰，袁紹以優勢而敗，其用兵不如曹操，而其個人不聽「良諫」，都是事實，益以作風拒忠言，將官對他厭惡，曹多次斷其運糧道路，加以在有力量圍曹軍時，不敢冒險令兩翼渡濟水（後之黃河在中牟一段），合不了圍；交給劉備的兵也不多，無力襲擊曹操的中央政府所在之許縣；未能事前辦到叫青州的袁譚（紹之長子，在山東）和在并州（山西）的高幹，同他官渡的主力同時出動，分攻曹操的兗、徐、洛陽；派去偷襲曹營的張高二將，又背主投曹（他們內心佩服曹操的指揮用兵，對袁紹已看得透澈了）。

袁紹生性多疑，不能事事大敗潰潰，他只個外甥高幹將軍，一妻劉氏，五妾。劉氏甚妒，串同袁尚殺五妾殉葬，且伯她們在陰間得寵，象毀其容焉。

部下立刻分了二派，一擁幼子袁尚作紹的繼承人——「大將軍、冀州牧、兼督冀青幽并四州軍事」，長子袁譚只得自稱「車騎將軍」。

所幸兄弟不和，反曹則一。曹來了則合力抗曹，曹去了則兄弟互鬥。

曹打袁譚之聚陽，只七個月始勝，袁譚並非唬少可知。

半山堂隨筆 陸天蓬

曹操不再逼追——事實上，非休息不可。

曹的消甚大，非休息不可。

紹在聚陽收拾部衆，冀州（今河北，紹的老家）得以穩住，另三州依然，還是擁有四州的最大軍閥，不幸一敗而病。

他受不了官渡大敗之打擊，病了有二十個月，隔二年（建安七年二〇二）的五月，終於嘔血而死。遺下四州和多少萬的軍隊，三個兒子——譚、熙、尚，一

醒目詞詩

人目醒

減字木蘭花

北京景山公園

高空望下，不祇江山如畫。山在當前，竟似一尊坐佛焉。大家都問，是否匠心能獨運？或謂天成，人手難摹此水平。

醒目

八面玲瓏 薛后

「釋源」之議

佛教東傳始於東漢，這個籠統的說法，是史家、佛家們都能夠接受的。但始於那一年，那一朝代，却是歷來都有爭議。

由光武帝劉秀建都洛陽的公元廿五年算起，至獻帝劉協止，十三個皇帝坐朝延續了一百九十多年，是兩個世紀的事情，年代實在長遠。

有說明帝以前，就有印度教徒從新疆東來活動，但明帝以後七代少有實物根據可考，因此認「白馬寺」爲「釋源（佛教）之源」，「祖庭」之說，仍有人以爲唔多妥當。

茗翁提到的，中國佛學史「相信中國第一批佛寺，在徐州所建」，講的也不是一批，而不是爲首，或最初的幾間。因爲在漢末獻帝時，距白馬寺初建的年教已經深入民間了。

白馬寺建寺的年代，信仰佛教的事，可能只如何，它仍被認爲是中國「僧寺之始」，是不容置疑的。登封縣誌中還有個「旁証」，它記載了明帝在置建白馬寺的同時，又在登豐（少林寺的故鄉）爲竺法蘭建法王寺（晚於前者三年建成），二者都在歷史上被認定爲佛教傳入中國發展建寺的起源，古蹟猶存是有眞憑實據的。

變焦眼 魯士菲

家人老

一個朋友的經濟環境很好，自置一個面積寬敞的住宅單位，環境屬於中上。

不過，在親友之間却有很多閒言，主要是因爲他的老父被送到老人院。

閒言大有認爲他經濟條件良好，竟把老父送到老人院，這有違中國傳統的人倫。

這位朋友還有兒女，夫婦均有職業。本來，如果請一個傭人在家照顧，却是能力有餘，然而，他却不作此圖，因此認爲這是對老父的一種虐待。

其實，有所謂一家唔知一家事，在下却同情這位朋友，因爲，他的老父身體並不好，只限於生活方面，其他精神與健康方面，傭人是無能爲力的。

但是，在老人院不同，這裡有年紀相若的老人，而且還有醫護人員，遺憾的是，他不能時刻與親人會面。

不過，這位朋友間時仍然到老人院探望。這對一位身體並不健全的老人來說，這樣的處理，其實也沒有什麽不對，可能更加週到。

夢覺紅樓與鄧芬

粵曲「夢覺紅樓」，徐柳仙曾灌了唱片。此曲無俗句，當是粵曲中之佳作，如開首一句二王首板：「霧鎖破曉侵羅帳」，就極富詩意了。

他報有人談此曲，但不知是何人所撰。此曲者乃已故名畫家鄧芬先生，「芬傳」除精於繪事外，更愛好粵曲，當年銅鑼灣避風塘，便常見「芬傳」踪跡，有幾個在避風塘賣曲女郎亦是「芬傳」捧紅的。「夢覺紅樓」當時「芬傳」是自撰自唱，由於極欣賞徐柳仙歌喉，便將曲相贈。「芬傳」更以徐柳仙所唱「再折長亭柳」爲題之畫贈徐柳仙，此畫乃其得意之作，不知現流落何處了！其實很多粵曲亦文筆清麗，如王心帆撰給小明星之「痴雲」，亦極富詩意的。

大塊小品 曉叔

無燈之夜

俗語謂「早知燈係火，唔駛成夜摸」。晚上而無燈，四處黑沉沉，那就非「成夜摸」不可了。但是，雖然說「燈係火」，如何把火點成一盞燈？這眞可說是「大件事」。

古人雖然早就知道用火，但那只是「爆火堆」，至於怎麽樣把火拿起來，「呢道去個道去」，那可不是一件簡單的事。

燈在我國究竟起源於何時，考古學家還未能作出確切的回答。因爲，從考古學上的發現和傳世的殷代、西周乃至春秋時代的遺物中，都沒有發現「燈」這種東西，甚至連「燭」這樣的東西也沒有。不僅沒有實物，連文字也沒有。在「甲骨文」中，也沒有「燈」、「燭」等字。由此推想，春秋以前的晚上，可能是黑暗世界。

在「爾雅」這本古書中，有「瓦豆」謂之「登」的記載。「瓦豆」據說是古代的一種食器，用陶製成，用來盛醬的，它的形狀，上面有一個圓形的淺碟，中間有一個長柄，底下有一個喇叫形的底座，有點像古代的油燈。

據說，古代的「登」就是「燈」。在它上面放些油，就可以點火。最早的燈，可能就是由「瓦豆」演變而來的。到了戰國時期，造型優美的燈，就相繼出現了。

天窗 程如

港人物港人

講求實際

基本法諮詢委員會中七十三位商業界諮委提出了政制意見書，建議本港在一九九二年，亦即是基本法頒佈之後翌年才推行直選，選出四分一立法局議員，並提出一個過渡期間政制發展的時間表。經紀商專業界人士，可說都是本港工商專業界精英，他們對本港經濟繁榮作了不少貢獻，今後本港的繁榮，亦有賴他們繼續作出貢獻。他們對政制所發表的意見，不同於「小政客」的諮詢其談。特別是工商界，一般都比較踏實，做生意如此，對政制的看法亦如此。

近日許多勞工團體都紛紛發表意見，高呼「寧要飯票，不要選票」。意思是有了飯票，生活便有了保証，選票是吃不得的，這和工商界「現實主義」不謀而合。經紀廣道：「穩健派的聲音已愈來愈強大，當香港愈來愈明白穩定繁榮的重要，認識『民主諸博』的危險，則人心更加歸向，香港順利過渡可期。」但願如此。

情詩一束

疑遲

洛美

我遲疑又遲疑
兩腳不肯向前
向我自己
提出許多問題
我不知該怎樣做
該說些什麼
怎樣對待他
怎樣對待你
你帶着他
向我走來了
你說你有事先走
要我招呼這新朋友

微海情 雲希

在他歡樂的高潮
你遠遠地
向我招手

佔有的兩方面

片面的犧牲，只能造成片面的愛。

同樣，片面的佔有，也只能造成片面的愛。

佔有，還分肉體與精神兩個方面，亦須是同時並進的。

假如像莎士比亞所說：「啊，結婚的煩惱，我們可以在名義上把這些可愛的人兒稱爲我們所有，却不能支配她們的愛憎喜惡。」那便不是完整的愛與婚姻，既失了平衡，便難以維持久遠。

談佔有，一般人首先想到的是肉體的佔有；尤其有許多男性，的人的想像，否則，他們當接觸到莎士比亞所說的情形，便知道完全不是那一回事了。

當然，即使是精神上已互相佔有，但沒有肉體上的佔有，也不是完整的愛。

羅密歐與朱麗葉、梁山伯與祝英台，他們在精神上互相佔有了的，但不能結合，所以也只能成爲愛情的悲劇。

猶之乎只有物質滿足而缺乏精神滿足的生活，也不是美滿的人生。

這日本人也同樣重要

日子對

事變，就快十五周年了。蘆溝橋事變，對日本來說，何嘗不是一連串災難的起點。

日中友好舊軍人會會長下田升對記者說：「在七七蘆溝橋事變五十周年到來之際，日本應當對過去發動的侵畧戰爭進行更加深入的反省。」這使我想起，在香港一家報社中，看到的一組放大的新聞照片。香港市民在維多利亞公園集會抗議日本文部省修改教科書。到會的人很多，很多上了年紀的老翁老婦也都參加了。

日本國內一直有人，不肯承認侵華戰爭的眞正的性質，千方百計企圖掩蓋日本軍國主義的罪大惡極。日本軍國主義，就是陰魂不散。這種情形，使我們不得不特別關注，不久後日本朝咧個方向發展。」他還說：「紀念蘆溝橋事變五十周年非常重要，關係到今後的老百姓死於日軍的槍口下，現想起來深感痛心。那些不承認事變的人認定某一件事應做，或不應做，意見儘管可以隨便發揮出來，但是結果行的却又是另一種事情，不但對中國人很重要，對日本人也同樣重要。蘆溝橋事變，給中國帶來了多麽慘痛的日中友好舊軍人會會長下田升對記者說：「在七七蘆溝橋事變五十周年到來之際，日本應當對過去發動的侵畧戰爭進行更加深入的反省。」這使我想起，在香港一家報社中，看到的一組放大的新聞照片。香港市民在維多利亞公園集會抗議日本文部省修改教科書。到會的人很多，很多上了年紀的老翁老婦也都參加了。

日本國內一直有人，不肯承認侵華戰爭的眞正的性質，千方百計企圖掩蓋日本軍國主義的罪大惡極。日本軍國主義，就是陰魂不散。這種情形，使我們不得不特別關注，不久後日本朝咧個方向發展。」他還說：「我在中國親眼看到許多無辜的老百姓死於日軍的槍口下，現想起來深感痛心。那些不承認事變的人認定某一件事應做，或不應做，意見儘管可以隨便發揮出來，但是結果行的却又是另一種

尚京專欄

港香軍進

海陸豐人士聽說我國外長訪港，又說鄧主任亦訪港，因此海關放行三天，任由進出，大有皇帝登基大赦天下之概。于是十幾二十萬準備進入資本主義社會的「邁西城」而來。

海陸豐離香港不遠，何以他們會有這樣的信息，那些人也竟會信以爲眞，而向香港進軍？他們自然是聽信了謠言，被謠言所愚弄，才會在這夏至前後，炎熱天氣，登山涉水，步行到深圳準備到香港淘金。

有說謠言止于智者，所謂智者就是聽了人言便思考一下，這是否有可能，用常理去理解，便會覺得與外長來港。爲什麽港英會開門三天，讓他們進入香港。勿說香港目前還是英國人統治，就算是內地的大城市如廣州、北京、上海，你進去玩玩可以，你想流入去長住都不可以，怎麽香港就可以。現在不可以，十年後相信還不可以，你要進來，便得依一般的手續來，人人湧來，香港不陸沉才怪呢？

近在咫尺尚且如此閉塞，再遠一些，他們印象中的香港是什麽？相信一定有趣。

茶醋醬 羅集

姜太公釣魚遇文王

姜子牙

姜子牙原姓姜，但因封地在呂，故又稱呂尚。呂尚、姜尚，同屬一人，一說姜尚字子牙，一說姓姜名牙。

「史記」又說：「呂尚蓋嘗窮困，年老矣，以漁釣好（干）周西伯。」

王先生又論及了姜太公此人，這位在「封神榜」中之著名人物姜子牙，在受到重用之前，也是一個普通平凡之人物，在當時已不是高貴階層之人士。

「史記」對姜子牙之身世，有如下之記述：「太公望呂尚者，東海上人（東海人士），其先祖嘗爲四嶽，佐禹平水土甚有功。虞夏之際，封於呂，或封於申（呂和申地都在南陽宛縣之西），姓姜氏。按西伯（西伯即後來之周文王。武王伐紂後稱王，始尊其父姬昌爲文王）將出獵，卜之，曰：「所獲非龍非蟒，非虎非熊，所獲霸王之輔。太公望於渭之陽，與語大說（悅）。」

春不老堂雜鈔 均靈

包書童學論

窗裡窗外 吳秋

每天清晨上班之際，也正是學童上學的時候。

我和女兒一塊出門，一塊乘電梯。看她手提笨重的書包，也眞難爲了她。她有時乾脆用雙手把書包捧在胸前，這樣或許書包會好拿些，輕些。我問她：「每天上什麽課，就帶什麽課本，不要每天把所有的書都帶到學校去，不要行麽？這樣做書包肯定會輕些。」

但孩子却說，早就是這樣做了。她每天臨睡前，總得把課本放進書包裡。

我恍然醒悟了。即使是這樣，孩子的書包仍重如鐵石。

走在街上，我看到一個個學童，都頂着沉甸甸的書包。有的個子矮小，身體瘦弱的學童，似乎差點被背上的書包壓彎了腰，看上去甚可憐的。

大家都公認時下香港學童以及中學生，所背的書包實在太重，這是個老生常談的問題了。家長們對學校頗有微詞，認爲學校應該重視這個問題。但學校的校長及教師却很少注意這個問題，或許認爲處理此類事無能爲力吧！

有人作過調查，有個小學二年級學童，體重生須背着沉重的書包上學，理論上會對小童的脊骨發育構成影响。這位醫生認爲，學童書包的重量，不要超過須書包的學童本人的體重的十分之一。此種說法看來是有醫學根據的。

不少人都在議論學童書包過重的問題，但就是沒有人提出行之有效的辦法來解決。

依我看，要解決學童書包過重的問題，有兩個可行的辦法：學生課本，最多使用半年到一年，不用每種課本都是精裝本。因精裝本書皮封面厚，則顯得很重，且增加家長的書費負担，這是其一。其二是，每個家長給孩子準備兩套文具用品，一套存在家裡，一套放在學校抽屉裡，學校爲每個學生的抽屉配鎖。

這兩種辦法都可減輕書包的重量。但看來出版商從利潤出發，不會同意課本由精裝改爲平裝；而學校方面也可能怕麻煩而不願給學生的抽屉配鎖。

一笑

敲貓飯碗

請醫人：「我家阿大，誤吞了一隻老鼠入肚子。」

醫生：「你再叫他吃一隻貓下去好了。」

請醫人：「那隻貓吃了老鼠後，怎麽會出來呢？」

醫生：「眞是太笨了！你不會敲敲貓飯碗的麽！」

窮開心

甲：「你這屋子再好沒有了，是你自己的呢，還是同人租住的？」

乙：「租是租的，但是也像我自己的一樣了。」

甲：「爲什麽？」

乙：「因爲我已六七個月沒付租金。」

一笑一樂 清泉

唔出奇吖！

據說香港人飯量越來越小，白米的銷量追不上人口的增長。難怪有說「銀行多過米舖」。

飯量小，並不是食慾不振，而是因爲一般人的生活條件遠比以往優越。大家又十分注意營養，所以一日三餐，多吃魚肉、蔬菜、瓜果，少吃米飯；甚至也有的人連米飯都不吃的。

少吃或不吃米飯的確是大有人在。像我工作的機構，有幾個年輕姑娘，她們的飯量眞是小之又小，她們每餐所吃的那碗米飯，連貓也餵不飽。她們主要是吃餸菜和喝湯，我在她們當中的飯量算是最大的，但最多只是那六、七分滿的一飯碗。

男孩子的飯量算是大的吧，實際上他們也只不過吃兩個大半碗飯而已，從不見他們把飯盛得滿滿，且添了又添的。

我們家裡飯量最大當然是女兒的爸爸，他可以連吃三碗飯，但近年的飯量也顯著下降了，每餐只吃兩個平碗，因爲如果再不節食，積聚過量的卡路里，無法消耗掉，人變得越來越肥，可不是件大好事哩！

女兒每餐吃的飯，大概也只有三、五口，勸她多吃點，好長身體，她却說：「米飯營養不多，不必多吃，多吃餸菜才眞正有營養呢！」既然這樣，我還能多說什麽？

以前老人家常說，「人是鐵，飯是鋼，一餐不吃飯不行的。看來，現在這句話有誰還會視之爲「金石良言」？

聲聲訴 子汝

有人冇飯食·有人唔食飯

窗裡窗外 吳秋

事故的功氣練

那天收到一位讀者的來信，談及太極拳及介紹了一個太極班給我。很感謝這位讀者的關心，但可惜這太極班開始的時候，也正值是我最忙碌的日子，故未能參與。

談及太極拳，便有意猶未盡之感。那時跟老師習太極拳，學了一些架式，只得外形可觀，而其最重要的呼吸方法「氣沉丹田」，便沒有掌握到。現在閒中也會看書作參考，但因一位朋友的遭遇，而給我一個驚心的警告，故不敢輕舉妄爲。

太極拳與氣功都是強身健體的。練太極拳不僅吐納方法，要點架式作爲柔軟體操，倒也無妨；但氣功若練習不得其法，便禍延甚大。有一個時期，我在社會服務圈子工作，一大羣年輕人嘻嘻哈哈，甚是快活。但每當見到「他」進來，整個氣氛便會驟然凝重下來，我們怕他有不尋常的舉動，我們怕他是精神病，少接觸爲妙。「他」那時是一個廿多歲的中大學生，母親早年守寡，只得他一個兒子，他一直是健康好動的，但不知怎樣却突然變得舉動怪異，有時發作起來便像瘋癲症，很是嚇人。這個謎一直保密了許多年，他不提，我們也不便問。

直到去年在報章上的讀者投訴欄中，赫然看見他的名字，原來他把自己的不幸遭遇公諸於世，這個數年以來的啞謎，便藉告揭開，原來是有關練氣功的，是氣功把他「害」成那個樣子。（上）

行人道 子內

古龍水可以為男士建立獨特形象，送一支給你的老老吧！

介紹骨製食品

類是營養學家的寵兒。而骨頭却往往被丟掉，習慣觀念認爲它沒有營養價值的廢物，丟棄它也成爲自然的事。但近些年來專家的研究成果，使這種傳統觀念受到衝擊，即丟掉骨頭是個很大的浪費。

近些年來，日本和美國的專家們，利用骨頭製成了一系列美味的新型食品：骨糊肉和骨味系列食品。用骨糊肉可做成燒餅、餃子、香腸、肉丸等多種食品，這些食品風味獨特、營養豐富，深受人們的歡迎。骨糊肉是用骨骼（豬、牛、鷄或魚的骨均可）進行碎塊細磨等加工，然後速凍而成。由於骨糊肉中鮮美的骨味系列食品，是用剔下的新鮮豬、牛、鷄、鴨骨頭，經破碎、高溫高壓和加酶處理而成，這些食品的營養價值遠遠超過了鮮肉製品，而且價格只有鮮肉的一半，是種物美價廉的高級營養滋補品。它的品種有骨鬆、骨味素、骨味汁和骨味肉等。

畜禽骨頭中的蛋白質和脂肪同鮮肉中的含量很相近，此外還有大腦不缺少的磷脂質、磷蛋白，可防老化的骨膠原、軟骨素，各種氨基酸、維他命、鈣和微量元素，營養物質確實十分豐富，味道也不差。

家庭衛生講座

主講者：陳醫生

營養勝於鮮肉

人們在品嘗美味佳餚時，會讚美各種肉類的美味。在評論營養品時，肉類的營養，品種多樣、味道鮮美的骨頭、經破碎、高溫高壓和加酶處理而成，是用剔下的新鮮豬、牛、鷄、鴨骨頭，經破碎、而且價格只有鮮肉的一半，是種物美價廉的高級營養滋補品。它的品種有骨鬆、骨味素、骨味汁和骨味肉等。

畜禽骨頭中的蛋白質和脂肪同鮮肉中的含量很相近，此外還有大腦不缺少的磷脂質、磷蛋白，可防老化的骨膠原、軟骨素，各種氨基酸、維他命、鈣和微量元素，營養物質確實十分豐富，味道也不差。

庭家樂歡

中國五針松

日本在園景佈置上，常會選用中國的五針松作爲主題，配上日本的小石亭。在香港，亦有不少園景也選用日本式。中國的五針松在今日園藝上，不僅是古樹盆景的好材料，如果在家居環境許可的話，在園地或露台上種植五針松，也能美化家居，令到環境清雅。

五針松屬松科，由於植物的葉子很細短，仿如針狀，故有針松的雅名。

在昔日，古人常以五針松作爲盆景的好材料，取其樹形古雅蒼勤。

花木

不規則瓷碟

不規則的國形，在外國人的口中稱爲「抽象」，大概是以爲此乃他們首創的藝術，其實中國的工藝家早已喜歡上這類不規則的圖形。雖然，一般的瓷器師都是以圓形、橢圓形、扇形或其他保守一點的形狀來製成杯碟，但是這也不乏例外的事。

比如這一款瓷碟，便屬一例，其上有粉彩的畫邊來點綴之外，碟上更有花卉與蝴蝶來裝飾圖案，氣派甚高。此乃仿古製品，其身價約爲八百餘元。

展覽館 芳麗