特稿

寧波人過年最爲鋪張

舊日江南，以寧波人，重過農曆年，他們八口之家，要用白粳一石來做年糕，則比廣府人供臘味會，更要驚人了！對中國傳統節日的鋪張，廣府人與寧波人在平均上可以等量齊觀的，其他地區，即難與比，寧波人與廣府人相同之處極多，此外同鄉宗親都是全國地區較差的，寧波人尤然，筆者本人，祖籍寧波府，雖然誕生在上海，但多寧波親友，我對寧波人了解，舊日上海，對各地人士很署有認識，南來逾二十年，對廣東人亦還可謂一無所知，因此敢認爲兩地人士，同處極多，但這所謂相處，乃指舊的一代而言，新的一代，究竟改變了不少。

寧波人寄居籍上海，說在三十五年前，愈是家庭好的，作風愈維持其地方傳統，過農曆年的排場，可謂奢侈，以中等階級的主人言，自年初一至年初五所御之裘，決不相同，甲子／裘，在江南稱「皮袖子」，他們在家穿得整齊，遇拜年客來，若有男客，由一家之主作招待，先奉以茶，很快要給酒」，酒是紹興酒，下酒之肴　至少六碟，多至十二碟，在江南是稱「冷盆」的，不同「冷盤」，筆者在香港爲報紙撰稿者書一冷盆」，十次中有四次被改爲「冷盤」主人要陪飲，當客人要告辭，即奉以「猪油湯圓」寧波又稱之爲「湯果」，和香港則稱「上海湯丸」了。所以，男主人在家，太爺于每天陪客人飲二十次酒是普通事情。

紹興酒雖然很烈，以所飲之多，連紹興人亦推許寧波人，二十五年前先父每年農曆臘月中旬要購九十斤裝的紹興酒兩罈，

「上」

江南十三上燈 十八落燈

于立。

由於上海正如舊日松江府所轄的其他各縣，俱有砧糕，此糕形如砧，故名，用料非常講究，甚至有以米與棗泥揉和者，「棗泥」即棗蓉，香港北角有一松江家庭，近年來即以製砧糕著名，售與上海人家，每年歲晚，求過於供，預定者屆時必須去取貨，否則他們即給別人，他們不接「上海南貨士多」等店家生意，僅供應個人而已！

在十三到十八期內，江南過年家家都有花灯，除非窮得不成爲家了，上海市區的家庭亦然，祇有在這燈節，上海市區人家也極俱民族形式，今日海外僑胞不能與比了。

「下」

生活講座（二九三）

胡思亂想多疾病 自得其樂養性情

這般的尅制思想的方法，一定要自己加以鍛鍊，不讓煩惱的心理侵入心頭，這樣漸漸的就會掌握思想，否則好像駕駛車輛的人，不能控制其車掣一般，那末就要闖禍了。

大家知道生活愈緊張，社會情形愈複雜，神經衰弱的症候愈多。許多人不過患着上面所說的一部份症候，用藥物治療和修心養性，都會得逐漸痊愈，不過有時間長短之分而已。有些人經過一個短時間就好了，有些人要經過一個很長的時間才能痊愈。總之，要生理和心理的糾正，同時並進，才能收事半功倍之效。

神經衰弱雖非致命的病症，却是策動許多疾病的主力，使病者對抵抗疾病的意志完全消失，忘念自擾，雖有良葯，也會失效能　得多頑固的病症，痊愈與否，全看病者的心理能否堅強抵抗，能較抵抗就能痊愈，不能尅制就不能痊愈。所以孔子勸人要把心理境放寬，要學，　君子坦蕩蕩」，不可學「小人常戚戚」。所有神經衰弱的患者，憂心過度。就發生疾病。

文心書局
MOON SHUM BOOKS
112-114 East Pender St.,
Vancouver 4, B.C. Tel. 681-4428

大批貨品新到
參貝手古唱聖古
茸殼工今片誕松
成國藝圖唱宮盆
藥畫品書帶燈景
零沽批發

文華花店
Mandarin Florist
202-611 Main St. (Main & Keefer)
Vancouver 4, B. C.
Tel: 687-9605
本店常備 四季鮮花 盆栽樹木 新型設計 結婚花球 花籃花衿 花圈花牌 僑胞賜顧 無任歡迎

TEL STAR T. V. ELECTROICS
華聲無線電器行
4548 KINGSWAY, BURNABY
PHILCO FORD 特約代理 飛歌牌
各欵彩色黑白電視機，立體擴聲機，錄音機。
電話 433-4515, 876-9462, 879-1067
廉價從取理修工精 起貨快捷

廣州樓
KWANGCHOW RESTAURANT
251 E PENDER STREET
CHINATOWN, VANCOUVER
TEL. 687-8501 687-8502
正宗粵菜 精美點心
喜筵壽酌 晚飯宵夜
豐儉隨意
新營業時間
星期壹至星期五 由上午十壹時至弎時 下午由五時至十時
星期六至星期日 由上午十時至三時 下午由五時至十時
逢星期弍休息

何桐相館
19 E. Pender St., 電話：日 681-5848 夜 879-5506
藝術人像 結婚喜照
紀念瓷相 翻影舊相
特約外影 禮服租賃
沖曬放大 又平又快
護照相
二張二元
彩色射印
每張廿三仙

CANADIAN PREMIER LIFE INSURANCE CO.
華人代理 QUON ENG
2695 GRANVILLE ST.,
736-6637 Res:324-2039

加拿大首操人壽保險公司
華人代理伍偉權
對燕梳研究有十餘年之經驗，個別之所需各有不同，凡對兒女大學教育準備金，家庭保險，房屋抵押，疾病和意外保障入息保險，免稅退休儲蓄金，生意股東等各種保險，如蒙賜詢，請電話極表歡迎。

邵氏大戲院
SHAW THEATRE
TEL: 684-4732 喜士定東街二五四號
招登戲幕 燈片廣告 功效宏大 價格特平

邵仁枚 監製
井上梅次 導演
何莉莉 凌雲 領銜主演
我愛金龜婿
同場獻映 邊城三俠
邵氏出品香艷滑稽時裝喜劇巨片
今天隆重放映
恭賀新禧
邵氏大戲院全体同仁鞠躬

滿堂紅實業公司
Morton-Ho Associates Realty Ltd.
何仲生
Johnson C. S. Ho
新地址 5715 Joyce Rd.
(41 st & Joyce at Kingsway,)
185 E. Pender St. Van. 4, B. C.
電話： Office 437-1107, 688-9848
Residence 325-3965

郭光沐 Res. 876-0448
姚傳義 Res. 324-4706

▲東區，非沙街近弍十七街，街角菓舖一間急賣，每日生意平均弍百元，開價九千元。有價講，問姚傳義
▲東區域多利街近五十八街菓舖壹間，廉價急賣，每日生意平均壹白餘元，適合個人經營。問姚傳義
▲砵曲際林商業地一幅，現爲餐館所賃，每月入息六百。投資好機會。問何仲生
▲本埠比區樂喜商業市場，飛館連實業平賣，架撐新設備全，連送餐車三架在內，開價七萬九千，抵買。問郭光沐
▲東區四十五街近乃磨街菓舖連實業，兩辣地樓上廳叁睡房美麗宿舍，每日生意平均弍百元，開價大萬八千五。問何仲生
▲北雲商業中心區，唐番餐館一間，每日生意約三百元，有酒牌，投資好機會。問何仲生
▲南本那比區超級市場，連實業一幢，舖面九十九尺闊，三個舖位，樓上柏文生意連實業開價十六萬八千。問何仲生
▲尚有柏文人息屋商業樓宇，菓舖咖啡濕等盤，恕不盡錄，歡迎垂詢。
▲本公司專門建築新屋分佈東區各處。
▲香港南洋若有現款買屋舖及生意歡迎僑胞交屋本公司出資，服務保證週到。

CANADA TRUST
湯天豪
買賣房屋 工商樓宇 公寓大厦 投資地皮 各種生意 實業貸款 收租管理
416 MAIN ST., Vancouver, B. C
TEL. 682-6701, 261-9351 住宅325-0527

HOWE TONG

▼好商業地皮 215×143 最少可建十二間舖位如樓上公廁住宅，近兩大公路十字路口，屬旺盛商業區開價十四萬九千元。
▼Downtown 街角新踏磚商業樓，大个大公司租客，有批約，每年收租約四萬二千元，開價卅五萬五千元，須一半現數，餘額充給業主。
▼Kingsway 踏磚商業樓二間，近 Simpson Sears 百貨公司，好租客，有批約，投資有一分錢。
▼夢屋弍間，有三睡房，位西區 OAK 街夾十大街，近學校，車站，開價四萬弍千元。
▼四十一胡柏文，一年新，有地下停車場，升降機位於 Burnaby 高尚住宅區，近喜市定街商場，交通學校，常年租滿，年收益七萬多元看誰先到先得
▼賺錢飯館因業主退休廉讓，約一百座位，一切傢俬設備如新，位溫哥華市區，好位置。
▼尚有大批新盤不能盡錄，[illegible]，請電話詢問

華隆有限公司
WAH LOONG LTD.
278 E. PENDER ST., VANCOUVER 4, B C.
Tel. 684-4428
新運到
冬節禮物 應有盡有
賀年商品 請爲選購
唐山各種水貨
冰霜魚蝦
各種咸魚
源源運到 保証新鮮
又到今年
大帮通勝 水仙花頭

黃堃俠公證人旅行社
QUON H. WONG AGENCIES NOTARY PUBLIC
130 PENDER STREET EAST
VANCOUVER 4, B. C.
辦公：684-0938 住宅：733-3202
避寒遊覽身心康樂及時行樂
職員熟識各種言語請來接洽
㈠遠遊香港及東南亞探訪親友
㈡近遊檀島墨國三凡市及南美
㈢移民特價機票分期付欵代辦手續
㈣代定各埠酒店及遊覽各種保險
種種機票樣樣有賣
辦公：平日照常星期六下午照開

貴兼不飽，則吾豈敢，
鳳城美點，捨我其誰。
鮮磨沙河粉 機製爽滑麵 敢誇全加獨特
斤兩味道 招牌保證
雲埠秘書賚路蔡根逐 根旋敬禮
B.C. Royal Cafe
119 East Pender St.,
Vancouver 4, B.C.
Phone: 681-3953

業銀託信兆億
YORKSHIRE TRUST
130 PENDER STREET EAST, VANCOUVER 4, B.C.
PHONE 685-3935
月月收息 用之不盡 人生最樂
倘合存入一萬五千五百元，本行担保每月寄上合收利息一百元以上。
（倘存入半數七千七百五十元，每月收利息五十元）
★存欵有加政府保障每人弍萬元
萬無壹失
服務時間：由星期一至星期五 每日上午九時半至下午五時半
經理：黃宗振