索加勞與澳士例

因爲澳洲運國徽也有袋鼠這種動物在內，而這種動物除了澳洲以外不見有，所以有些名稱，凡涉及澳洲的，亦可用袋鼠代替。

上一天我喇說過，澳洲內陸的汽車，車前的緩衝器，多加上一個擋袋鼠鐵架，因爲袋鼠音譯叫「肯加勞」，而「吧」在英文中除了是「酒吧」以外，亦可作鐵架解，所以那個擋袋鼠的鐵架，就稱爲「勞吧」（ROOBAR），用「勞」字代表袋鼠全詞！

澳洲的國家足球隊，在非公式的名稱上，多半稱爲「索加勞」（SOCCEROO），其實是「足球袋鼠」的別稱。

外國話

我們習慣稱爲足球的這一類球類運動，其實只是世界上流行的足球中之一種，應該稱爲英國足球，正說名稱是（ASSOCIATION FOOTBALL），但更爲普遍的名詞，則是「索加」（SOCCER），以別於橄欖球、美式足球，澳洲式足球等。

所以「索加勞」這個名稱，其實很貼切，而且亦頗有意境。

至於澳式足球，本來叫（AUSTRALIAN RULE FOOTBALL），又是因爲昔個名字太長，給人簡化稱「澳士例」（AUSSIE RULES）。

「澳士」（AUSSIE），是別人對澳洲人的稱呼。

曲平靖

客窗隨筆

由港人的聖誕起談遊旅

聖誕假期的旅遊，對中國分大陸與台灣，大陸的旅館在設備上與服務上漸有進步，各地飲食亦然，乃增加了號召力。到台灣近，往來班機多，飲食也有特點，還有資本主義社會中的娛樂。當菲律賓不靖後，原來去菲律賓的到亞洲他處了，日本最是熱門，夜生活「多采多姿」。其次應推泰國方面了。但在東南亞並無白色聖誕，台灣還有紅歌山，可能在聖誕前積雪了。白色聖誕在日本北海道與南韓的能仁。我的四個朋友選擇了日本，其一說：「到日本去最自由，絕須你不犯法，百無禁忌。南韓的自由還少些呢！」目前日本是亞洲最受西方人與香港人重視的旅遊目的地。香港人到大陸旅行，每爲親情，國家觀念與民族觀念。外省人稍日住在上海，旅遊目的地什九不出江、浙兩省。許多人來了香港三十多年，到近歲大陸開放後才首次去北京遊故宮、頤和園，登萬里長城。香港人比四十年年代的上海人重旅遊，一九六七年後尤甚。

日本投降前，上海的日僑比上海的江南居民中到過北京旅行的所佔比率還較高。日本人在亞洲人中是較有旅遊興趣的，這二十年來，日本由于國民經濟大進步，他們的旅遊興趣更濃。將來中國旅遊事業的前途也與東鄰分不開，不過中國旅遊事業還在起步，此刻在逐漸改善中。到中國旅遊不廉，這是東西遊客的共同觀念，亦值得中國注意吧？

其實香港才眞是得天獨厚，被稱爲最安全的城市，富之無愧。這個地方沒有戰爭，沒有動亂，甚至連自然災害也比較少。談起自然災害，世界上似多地方是「上帝也瘋狂」的，這些地方的上帝好似食鎮藥劑，自然災害疑雙大劑，最典型的例子是印度。印度落一場大雨，閉閉地死幾千人。死人不超過一萬的自然災害，算係菩薩托賴了。政治動亂不說啦和回教徒的大屠殺事件，死人數以百萬計，瘋狂的場面簡直難以想像。香港人死於自然災害最多的一次，大概也數千六年的丙午風災吧，據說死人數千，沉舟千餘，連慈禧太后也大發慈悲，撥款救濟。當時香港人口不多。

得天獨厚

小兒科，比起今天其他的爆炸局面，差太遠了。

香港堪稱安全之地，却不算世外桃源。後者是指風潮雨順物產豐富，可以過着大碌蔴生活的地方。

話說新聞

一個風災死幾千人，場面一定比印度教徒大殺戮更恐怖。幸而只此一次，下不爲例。百多年來香港發生的風災，不可勝數，死人則有了限度。這不是香港的上帝吃了鎮靜劑，而是科學文明進步使香港的防風設備和措施上了軌道。至於炮火戰爭，日本在對香港，是唯一的一次。動亂事件有香港大罷工、一九五六年九龍暴動、一九六七年的騷動，等等，數得出的多事件，規模亦屬等，馬尼拉等地的爆炸局面，差太遠了。

醒目

門戶之見

門戶之見實在很害人。但是中國人似乎一個短暫時期很難改變這一弊病。近日聽一個電影人說少林寺海燈法師的事，眞叫人不禁唏噓歎息。

海燈法師是四川人，抗戰時期曾任少林寺武僧教練，有聞若爲證的。之後，經過多次戰亂，他本人回到四川故鄉謹姓理名。現在因爲「少林寺」影片揚威，河南嵩山少林寺大大出名，國家想到要重整少林寺任主持。這本來是個好主意。因爲七十幾高齡的海燈德高望重，年青時又是大學文科畢業生（他研究哲學的），是全國有數的法師級人士了。由他任主持可說資深之極了吧！個個是有人緣他不夠正宗（即生於斯長於斯）——那算是說來話長了。

紫水昌 謝凝雨

但是，國家是重視海燈的，地方上的門戶之見太深，一時又不能調和，怎麼辦呢？兩全之法是讓海燈揮一個空術自由自在地去雲遊。這一來，誠心赴少林欲一見海燈法師的海外人士就常常碰空一面了。

不是洩氣，中國人要改正這種門戶之見實在非痛下決心不可。

希望是有的，應該寄託在下一代身上。人要從小能之賢，識者爲先的精神就好辦了。文憑不是絕對的，但衡量人的知識與能力總有一個標準吧？海燈應入主少林，只因少林沒有一個高出他的人也。

醒目

以你爲旗幟爲模範

尚京專欄

你知道爲什麼我這樣興奮，親愛的朋友，我是一個太容易激動的人麼？

不是的，我不是那種緊緊張張小題大做的人。我興奮，是因爲你看到我說：「要愛國，就得鍛鍊身體」，這就使你「每天最少花一個小時，進行體育鍛鍊」。鼓愛的朋友，在香港，居然有人你這樣一個人，不爲名，不爲利，也並非爲着自己的健康，而是爲了要愛國，就去鍛鍊身體，每日至少一個小時。這是多麼美好的情操！這是一股多麼強大的精神力量！在你的內心，蘊藏着的那種豐富的感人的美德，是非常珍貴的。這種美德，將使你成爲精神上非常富有的人；將使你做出許多別人做不出來的光彩以你爲師，或以你爲旗幟，爲嚮導，爲模範，你在無意中，流露出對國家民族的火熱的深情。在這裡，我向你致敬。

你還說：「在今年，還準備全年冷水浴呢！」現在，你仍在做着冷水浴麼？這也是一樁非常美好的事情。冷水浴的好處不必說了，人人都知道。想做冷水浴的人，也不少，但最要緊的，是堅持，是毅力。

在初中的時候，幾個同學相約，自秋天開始進行冷水浴。可是到了冬天，就剩下我一個人了。北京的冬天比香港冷得多。

希望你一定要堅持下去，度過這個冬天。從冷水浴中，培養出來的毅力，對生活與工作，具有全面的功能。

二一：美珍被捕

美珍是一個勤勞的家庭婦女，本來什麼事情都不懂的，但自從丈夫一狀，揭穿美珍在申領公共援助金期間，在外面做兼職工作。

社會福利署人員接到馬松柏的告密，便報告警方，交由警方調查。警方派出辦案人員，是事實，便前去馬家，把美珍拘捕，經過訊問，美珍也不隱瞞，把事實都說出來。

雖然美珍堅持一家七口的生活，但她兼職賺錢，就觸犯了領取公共援助金的法例，於是被控告。

美珍被拘捕了，家中最大的是淑玲，淑玲眼見暫員拉走了媽媽，十分驚恐，便叫弟弟馬驊去通知外婆與舅父，叫他們前來家中，商量對策。

援助金的悲劇

王爲主

主理此案，一查之下，果然是事實，便前去馬家，把美珍拘捕，經過訊問，美珍也不隱瞞，把事實都說出來。

雖然美珍堅持一家七口的生活，但她兼職賺錢，就觸犯了領取公共援助金的法例，於是被控告。

淑玲眼見暫員拉走了媽媽，十分驚恐，便叫弟弟馬驊去通知外婆與舅父，叫他們前來家中，商量對策。

已被定出日期進行辦理，馬松柏也接到了通知。果然，馬松柏一點也不念舊情，他去社會福利署，將美珍告了一狀，揭穿美珍在申領公共援助金期間，在外面做兼職工作。

合家歡聖誕咭

聖誕禮物傷腦筋，雖然不是教徒，甚至連天主教與基督教也總是搞不清楚，不過，聖誕年年皆有，也就成了一個習慣。況且，藉着這個節日，向親戚、朋友表達一下心意，是相當有意思的。

揀聖誕咭，說難不難，却又絕非易事。如果求方便，隨便去買一盒，就有些設計獨特精美，或者字眼幽默有趣的咭，才覺心滿意足。

常被老公笑我浪費時間，每年一到十二月，就開始忙碌了，既要爲還揀聖誕咭花心思，又要爲購買聖誕禮物傷腦筋，雖然不是教徒，甚至連天主教與基督教也總是搞不清楚，

朋友表達一下心意，是相當有意思的。

揀聖誕咭，說難不難，却又絕非易事。如果求方便，隨便去買一盒，就有些設計獨特精美，或者字眼幽默有趣的咭，才覺心滿意足。

常被老公笑我浪費時間，每年一到十二月，就開始忙碌了，既要爲還揀聖誕咭花心思，又要爲購買聖誕禮物傷腦筋，雖然不是教徒，甚至連天主教與基督教也總是搞不清楚，不過，聖誕年年皆有，也就成了一個習慣。況且，藉着這個節日，向親戚、朋友表達一下心意，是相當有意思的。

揀聖誕咭，說難不難，却又絕非易事。如果求方便，隨便去買一盒，就有些設計獨特精美，或者字眼幽默有趣的咭，才覺心滿意足。

常被老公笑我浪費時間，每年一到十二月，就開始忙碌了，既要爲還揀聖誕咭花心思，又要爲購買聖誕禮物傷腦筋，雖然不是教徒，甚至連天主教與基督教也總是搞不清楚，不過，聖誕年年皆有，也就成了一個習慣。況且，藉着這個節日，向親戚、朋友表達一下心意，是相當有意思的。

揀聖誕咭，說難不難，却又絕非易事。如果求方便，隨便去買一盒，就有些設計獨特精美，或者字眼幽默有趣的咭，才覺心滿意足。

常被老公笑我浪費時間，

中原町漂亮之家

「日本日記」——大房間等租十七港元。

日本住宅區的巷子、小街，不論任何市鎮，都是一片寂靜，且大多有樹木園庭。「庭」字爲中國古用法，即「前面的苑子」；「玄關」也是中國古住屋建築的名詞，因遊、金、蒙古外族長期混合作主人（今稱「統治者」），竟在中國失去了，意指二門以外，大門以內。今日本宅大門內給你換鞋的一間，緩衝地方，叫玄關。我女兒鼎元住的房子是擺下住一家，入大門在玄關換拖鞋（多式多式，不是港之膠拖），右手邊開着的門是衛生間。直上樓的正面是長大廚房及洗漱間，右邊一二三共三臥房。她住右面第一間；中間住着香港去的留學生于小姐。第三間門朝廚間，現在空着，兩邊臨窗，一邊窗下即大門外街巷。她說：「爸爸住道，哥哥帶兩個同學來旅行也講究，兩間是現代化藝術路線。她倆房月租萬八元。按今天價只五百六十元！）。假如離吉祥寺近朝向不好，冬冷夏熱，一天只計他五百元（當時港元十七），香港冷巷床位之租也。

她自己的大房有方形牛高桌、書桌、書架二、電視，整個朝南一邊玻璃窗裝飾了珠簾、綠色的金屬紗窗，和兩隻彩鳳雀籠，顯得明窗淨榻，她有生趣。由于房大，右五分一是地鋪，白天不必卷起。此外每房有一深深敞着地電器瓦斯廚櫃，安置火爐燒菜煮食，其左是壁櫥。

久聞其兄嫂來云她房間弄得十分漂亮，却不知裝飾一至如此。隔壁于小姐房間也是一樣，樣樣全新，坐滿團很簡，而這間的是現代化藝術路線。她倆房月租萬八元。按今天價只五百六十元！）。假如離吉祥寺近朝向不好，冬冷夏熱，一天只計他五百元（當時港元十七），香港冷巷床位之租也。

如是我聞隨筆

陸天疊

醒目

生查子

今番大選時，威信從天落。
師爸於田中，未免人情薄。
黨內主流派，全靠榮哥托。
無此人支持，黨亦存空殼。

醒目

詞

港人物語

興學

本港富商李嘉誠先生，關心家鄉教育事業，先後贈資一億七千萬港元，興辦汕頭大學。顧老師講道：「李先生興學豪舉，頗有當年已故陳嘉庚先生之風！」我亞八道：「陳嘉庚有個嘉字，李嘉誠亦有個嘉字嘛！」顧老師哈哈笑：「眞是巧。」受了一回八段錦之後，顧老師又道：「近幾年，捐資給家鄉興學的港人不少，辦中學小學的以百宗計，可見不少港人都有愛國心的。不過，數以百計的中小學忽然間興辦起來，校舍不是問題，可以新建、擴建，問題在師資不足啦！」是呀，正所謂十年樹木，百年樹人。文革期間，中國的教育事業受到破壞，現在忽然需要大量師資，培訓也需時的。顧老師道：「有個港商捐資在家鄉開辦一所中學，校舍建好了，却還未有足夠的老師。」這倒是個問題了。顧老師輕嘆一口氣道：「本來解決師資不足，可以多點利用教育電視、電視片可以印許多個拷貝播映，無異多了許多個老師。」我亞八道：「可惜內地的電視事業還有待進一步發展。」要普及教育，電視確是一種工具。

醒目

師仲景·修園釋「理中」

話說那位原籍福建的當歸、乾姜、甘草。陳清代名醫陳修園，原名念祖，別字修園，是窮辛以和陽，姜、朮、苦人家出身，後來奮志學習，獲中舉人，其後到京做官，但對醫學造詣頗深，著有醫書七十二種之多。他研究醫學，以膚耳俗自論藥，不識明非剛燥之劑也。景岳明非剛燥之劑也。景岳以膚耳俗自論藥，不識剛柔燥濕之本，素喜柔潤，故以歸、地易人參、白朮，而改其名曰理陰煎。服之數劑，則陰氣內瘀而爲脹滿；陰氣上逆而爲嘔噦；陰水泛溢而爲痰飲，惡心。」

陳氏一輪機關槍掃射張氏之「理陰煎」，但意猶未盡，又說：「陰盛於中，則上下不交而吐瀉；陰凝於內，則陽不通而腹痛；陰盛於下，則關元不暖而血滯，經還，不但不能治病，且以增病。」陳修園如此解釋本方，眞是「問偽病飲，惡心。」

聖誕咭

聖誕節快到，自己雖不是基督徒，但却與聖誕咭也不免沾上關係。

說有些自找麻煩，但對遠處於外地，平時又少通音訊的人，這一年一度的互相致意，却依然有它的意義。

親友間聖誕咭你寄來我回敬，雖然沒有什麼實質更是五花八門。

有種利用電子技術製成的「音樂聖誕咭」，收受的人一打開，就有一首「聖誕歌」播唱出來，讓個新發明倒是十分別緻，有些甚至還可以寄到對方手上，還可以表示你從沒有把對方忘神。

香港製作的聖誕咭歐式大抵比任何地方都更多，不但有西式、中式，甚至幾個因素。他們因在和丈夫冷戰時常到舍下「避難」，言談中發洩，所以我比較清楚，給男人們參考或許有

欣賞的獲知對方無恙。

你把同樣一張賀咭搶先寄到對方手上，還可以表示你從沒有把對方忘神。

香港製作的聖誕咭歐式大抵比任何地方都更多，不但有西式、中式，甚至幾個因素。他們因在和丈夫冷戰時常到舍下「避難」，言談中發洩，所以我比較清楚，給男人們參考或許有

醒目

理髮

初踏入社會的時候，母親惟恐兒子的儀表失禮人，千叮萬囑要動剪髮。廿多三十年前，儀表之一是頭髮不能稍長，因此，在那個年代，半個月剪一次髮屬於起碼的，稍爲請究的十天便要剪一次髮；而且興用頭蠟，「黃絲蠟都構唔上」，就是指當時把頭髮梳得閃閃生光。

不斷光顧理髮店，實在是一件煩惱的事情，尤其是洗頭後的吹髮，有些師傅簡直把你覺得叫救命。

長髮的觀念是逐步被人接受的，或視作飛仔，或視作精神欠健全。現在長一把長頭髮，連老的、嫩的也沒有界綫了。個人不尚長髮，但覺得現在這種觀念很自由，可以一個月剪髮一次，也可以兩個月剪髮一次，長一點沒有關係。

只是，現在感到頭痛的是理髮店越來越少，可以說是只有結束沒有開張，眞不知在什麼時候要光顧髮型屋。

醒目

避孕管研製成功

避孕的方法，有用藥物的，有用器械的，有從男的方面進行的，也有從女的方面進行的。用藥物避孕，效果雖然也相當可靠，但也不能百分之一百的靈驗。用器械避孕，也有人嫌它過於麻煩。因而，許多人即使「避」了，但也避不來。

最近，據美國報紙報道，一種新新的避孕方法，它既沒有舊方法那麼麻煩，而它的效果又很佳，這避孕方法如果「上市」，據稱是避孕者無上音福了。

這種避孕用具，叫做「避孕管」，它是一枝大約四厘米長、一毫米粗（畧如一枝小火柴）的管子，管內裝了避孕藥。使用時，把這枝管子「種」入女子的手臂的皮下。避孕管一經種入後，它裡面的藥物就會慢慢地滲入人體，二十四小時後就生效，起着長期避孕的作用。至於把避孕管種入手臂，一點也不麻煩，由醫護人員進行，只五分鐘搞妥，毫無痛苦或不舒適之感。

這種避孕管也很靈活，如果不需要避孕，就把它取出，就可以恢復生殖能力。據說，這東西是經過十七年研究才成功的，已有五千名婦女接受試驗，效果甚佳，預計三年後就上市。

醒目

最新樂器光電吉他

近三十年來，流行音樂發生了巨大的變化，一個特殊的典型例子。

我們往常所見的電吉他，有一條繞有綫圈的小磁鐵，構成一個磁場，琴弦即穿越此磁場而過。當我們撥動琴弦，引起琴弦震蕩，震蕩搜動磁場，磁場綫圈把其變爲電流，並經放大後再使其反轉變爲聲音放出。

然而，由於我們是生活在一個到處都存在磁場的世界裡，所以在使用電吉他時，往往會受到這些磁場的干擾。比如，鳴聞裡的照明及家用電器電路，或附近架設的廣播發射台，都會形成磁場干擾電吉他的演奏，產生噪音。因此，波利便以塑料和玻璃纖維代替鋼絲琴弦。他在吉他的琴頭一端裝上一隻發光二極管，並通過光導纖維把光束傳遞出去。只要人一觸動導綫，導綫內便會產生一道光束，並通過光導纖維傳遞給吉他內的光敏檢測器，再由光波轉變爲電流，經放大後反轉爲聲音放出。

這種光電吉他的音色跟其他吉他一樣，且更純美，不會再產生討厭的交流聲。

神奇的力量

愛情的奇妙力量，眞個不可思議，它竟然可以使癱瘓病床多年的白朗寧夫人恢復健康、回復青春，就像楊枝甘露那樣，使枯凋了的花朵，從新綻放，再度嬌艷鮮明，放出比原來更迷人的芳香。

若非在文壇上還下這段浪漫、動人的故事，有誰會想到愛情有這神蹟一般的力量？

其實，白朗寧夫人只是一個特殊的典型例子。

在戀愛之中，她會特別顯得嬌艷、嫵媚，臉上放着異樣的光采；假如他是沐浴在愛河之中，他是會顯得容光煥發，神采飛揚，做起事來也特別起勁。

無他，愛情在爲人們疲勞了的精神按摩，使消沉了的意志振奮起來，使人們心境舒暢、快樂，改變了人們的精神面貌，這種奇妙的力量，就是旁人也感受得到的。

醒目

情詩一束

常常站在身外
觀看自己
爲什麼愛
爲什麼喜
有時候完全明白
有時候不知所以
有時候充滿好奇
有時候迷惑以解釋
親愛的
我信賴你
但有時候
你也身不由己
我單身站在野地裡
那星光對我多親密
但是一會兒又有烏雲
一會兒又有霧氣
什麼時候
你才大放光明呢

洛美

醒目

情海微瀾

醒目

最新

線火導的婚離

羅桑雅 離婚問題

男女的結合，筆者有幾位女朋友，因爲夫婦感情不和，瀕臨關係破裂乃至離婚邊緣的困擾。綜合起來，大概可以歸納爲以下幾個原因——當然，這是從女方角度提出來的，沒有考慮到女方一邊的原因；不過，笨者身爲男人，可以給男士們，特別是已婚的丈夫參考，却不是沒有好處的。

遇到的幾位婚姻亮起紅燈的女朋友，他們爲什麼不滿丈夫並要求離婚呢？

其一，忍受不了丈夫的大男人主義。不滿這一點的女子大部分是比較有文化修養、有一定的社會工作經驗。這類女子一旦生兒育女，做了家庭主婦之後，很希望丈夫像以前那樣尊重自己，掌握家中一定的權力。具體地說來，在經濟上，希望能寬裕一些，開支上得到滿足。

但是，有大男人主義思想的丈夫，却想獨攬一切經濟權力。做生意的盡量把「家用」控制到最少；打工的，並沒有把工資的大部分交給「老婆大人」，却自己「留有一手」，這引起太太的不滿，認爲丈夫太「孤寡」，經濟上太過虛待自己；有的小器丈夫，還喜歡追問所給的錢那裡去了，如何花前那樣尊重自己，掌握家中一定的權力。具體地說來，在經濟上，希望能寬裕一些，開支上得到滿足。

法，更惹起太太的反感。於是鬥咀、鬧會、冷戰頻頻發生了。這是經濟——錢，導致婚姻走向破裂。

其二，懷疑丈夫有婚外情。會引起這種懷疑的，或許丈夫生意上經常「應酬」，或許在男女關係上早有「蛛絲馬跡」可尋，有「劣迹」和「痛脚」被抓住過；而女方，大半也是醋意較重的。有的太太，思想倒很「開通」，他們認爲男人都是風流，在外地、旅行、遠場作戲，因既[illegible]爲淨而可以容忍，可是一旦看到或聽到丈夫對某某女性付出眞情，她們就無法原諒了。

其三，性情不合，丈夫不夠溫柔、粗暴。在家中，丈夫常因事斥罵她、毆打她；對子女，採取不理睬態度。如此等等。

以上這些，均是筆者那些女朋友想離婚的原因。說離不了錢、女人、拿重幾個因素。他們去挺世界了。幸好兒女們都已長大，還能幫補家用，否則更不堪設想了。

兒女也陸續長大，有的已出社會工作，兩老若能安份守己的過日子，家庭生活應該是幸福的。

但不知何時開始，女的沉迷於「四方城」，男的經常賭馬及赴澳門搏殺，結果樣貨了，積蓄輸光，夫婦經常發生爭吵，甚至打架，幾乎鬧到離婚。現在只好再去挺世界了。幸好兒女們都已長大，還能幫補家用，否則更不堪設想了。

笑一笑

於是，它把所有怕老婆的人都集中到大堂，一拍驚堂木說：「怕老婆的站到左邊去。」

怕得出奇

那些怕老婆的都疾步走到左邊，低頭不語。只有一個人沒動。縣官驚奇地問：「你不怕老婆？」

那人說！「我老婆告訴我，人多的地方千萬不能去。」

如此一開聲，引得哄堂大笑，成爲冠軍。

今年的女性冬裝又流行裝身，請看看這一款的錢條如何？

醒目

賭

嗜賭破家幸福

從前有個縣官，吃了飯無事幹，便想出個怪主意：要試一試全縣誰最怕老婆。

賭博害己害人，這是人所皆知的，但仍有不少嗜賭之徒執迷不悟，發展下去，不但個人前途被毀，家變也跟着發生。

筆者有位遠房親戚，夫婦鶼鰈手低足，同甘共苦，挺到買了一層樓還，被迫債追殺，因而造成悲劇。

賭博害己害人，這是人所皆知的，但仍有不少嗜賭之徒執迷不悟，發展下去，不但個人前途被毀，家變也跟着發生。

筆者有位遠房親戚，夫婦鶼鰈手低足，同甘共苦，挺到買了一層樓還，被迫債追殺，因而造成悲劇。

賭博害己害人，這是人所皆知的，但仍有不少嗜賭之徒執迷不悟，發展下去，不但個人前途被毀，家變也跟着發生。

筆者有位遠房親戚，夫婦鶼鰈手低足，同甘共苦，挺到買了一層樓

醒目

家庭衛生講座

注意起居飲食

也能預防感冒

昨天談到通過體育活動生可以增強人體抵抗傷風感冒的能力。到底原因何在呢？

經常進行戶外體育活動的人士均會體會到，在清晨活動可舒展筋骨，鬆弛身心，整個人的精神爲之一振，心情也非常舒暢。這種精神面貌對於調動機體的防禦系統的功能大有好處。另外，適當的體育活動可以促進全身的血液循環（心跳增快且有力），活躍呼吸功能（呼吸頻率加速），促進消化系統的吸收功能（運動後倍感肚餓且食慾大增），加強排泄代謝產物（排出更多的汗和呼出更多的二氧化碳），這些變化都使整個人體的新陳代謝作用大大加強，機體可以在這個過程中得到充足的營養物質和氧氣，活力增強，抵抗疾病的能力就相應提高了。

如果長時期堅持用冷水洗臉或作冷水浴不能單單偏向某種營養。暴飲暴食、偏食無定時定量等，均是不好的習慣。服用維生素C對預防感冒也有帮助。

在寒冷或多變的時節，注意增添衣物；夜間注意蓋被保暖；居室按排得寬闊些，保持室內空氣流通，打開窗戶讓陽光照射入屋；經常洗晒被褥，不僅可以消毒殺菌，還可以去除濕氣；注意個人消潔衛生，衣服要經常更換，經常接觸陽光等等，有助於感冒的預防。

終日常生活安排得較有規律，不要經常熬夜過勞或過多地過夜生活，避免烟酒過度（能禁絕最爲上策），均可以去除誘發感冒的誘因。

有慢性上呼吸道的病灶，如慢性扁桃腺炎、慢性副鼻竇炎、慢性牙槽膿腫等，均應及早請醫生治理。

醒目

花春麗

麗春花，花朵如名字一般美，原產於歐洲，隨後傳入亞洲，今日美洲亦有不少人喜歡種植。

麗春花，只要有充足的陽光即可，在露台種植，可作畦式培育花。

麗春花，只要有充足的陽光即可，在露台種植，可作畦式培育花。花開之日，更見氣宇非凡。植物喜歡細幼的鬆沃砂土，故在播籽時，土壤應先行備妥。由於幼苗長成之後，其根莖很長而幼小，不宜移植，以原地生長爲佳，若一定要移植，最好先洒水然後拔取，這樣，可減小弄斷根莖之弊端。並在開花期之前，宜多施點肥，他日的花朵才夠壯大。盆栽亦可，但定植時要小心，因小莖是很容易折斷。雖然植物是戶外種植，亦不妨切枝插瓶觀賞。

藝花

雛菊與雌蕊分別很大，花落結果，果熟自然爆裂，取出種籽可留待來年播種。

雛菊，花朵如名字一般美，原產於歐洲，隨後傳入亞洲，今日美洲亦有不少人喜歡種植