書法藝術

當時百濟國的使臣就曾到建業（南京）請蕭子雲寫字，這時正當蕭子雲要遠行，知道了他們的要求，於是就停舟三日，寫了三十張字給他們。唐太宗的時候高麗（朝鮮）派使者來請歐陽詢寫字隋煬帝的時候，日本的小臣使野妹子，唐太宗時日本和尚旻，以及玄宗時吉備，眞備和尚空海（一弘法大師。）等都數度來到我國，帶去不少王羲之和獻之及歐陽詢等書跡（現在日本尙存王羲之的喪亂帖，孔侍中帖，得示帖等，都是那時候帶去的摹本），日本和尙空海也曾認眞研究了我國的書法，他寫的中國字亦是十分出色的，極有二王的風度，是日本朝平安的四大書家的首席書家

我們歷史上有許多書法家，具有很高的藝術造詣，這都不是十分容易得來的，而是經過了艱苦磨練的結果，我們從歷史上可以知道許多生動感人的事例，像後漢的張芝，勤於寫字，因爲洗滌筆硯而把一池淸水都染黑了；隋朝的智永，寫字三十年，破筆堆積了五蘿筐；唐朝的虞世南，在睡覺時還用手指頭在被子上面畫，把被子都畫破了；歐陽詢見到晉索靖所寫的古碑，便坐臥其下，接連研究了三天；唐朝的懷素和鄭虔，沒有錢買紙，便在芭蕉葉子，柿葉上練習寫字；宋朝的歐陽修和岳飛沒有錢買筆，便用蘆柴梗代替筆用，來練習寫字，他們除了練習書寫之外，還隨時注意生活中的一切物像，從中得到啓發相傳張旭因看到公孫大娘的舞劍器，得到了啓發，他的草書就入了神，雷簡夫聽見平羌江水暴漲，想到水勢奔騰的氣派，而覺悟到用筆的方法等等。

我國的書法藝術有着輝煌的成績，但是曾經有些書法家由於自己的筆法不公開傳授，於是也影響了書法藝術的發展，這正需我們努力發掘古書法來光揚書法藝術的重要目的。（下）

食的故事

每天應吃七種食物

但却可以多喝，因爲這樣，乜仍然有資格列入營養最豐富的食物那一類。

牛肉怎樣呢？在日常生活所吃的各種肉類當中，無疑地乜最有益，原因是乜含有很豐富的造血蛋白質，能夠幫忙我們製造血液。猪肉所含的造血蛋白質比較少，所含的脂肪比較多，乜的營養成份當然比不上牛肉那麼高，牛肝也是這一類食物，乜的用途就是增加紅血球，製造血液。

並非所有食物都要含有補血成份，因爲我們每天從早到晚忙個不了，必須有些動力，補充燃料的東西就是澱粉質，像飯或麵包又或馬鈴薯，不能缺少，因此麵包也列入每天應該吃七種營養物裏面，另外的三種食物是青豆，番茄和魚，乜們的營養價值很高，但卻性質不同，青豆的用途是供應蛋白質維他命以及葉綠素，任何一種綠色的蔬菜都可以列入這一類，缺少了乜，人體的活力大減，可能因此患病，至於番茄，乜代表兩種東西，（中）

綜合版

歡迎投稿

本版歡迎各種奇妙趣聞短篇及讀者來函詢問音樂、醫藥衛生等問題。 —編者—

春天是疾病流行季節

據日本醫學家之研究：每年春天一月與二三月這段期間，是疾病流行最多的季節，死亡率也達到最高峯。尤其是家庭的主婦，家中事複雜萬端。譬如到街上購買各種物品，在家裏要招待客人，這些事都容易使身體疲勞，又偏遇大自然氣象是疾病流行季節，所以往往於不知不覺間便染患疾病。至於在此疾病流行季節應如何加以預防爲宜？茲據日本氣象廳醫學博士紋山政子氏的研究，對左列各項應加以注意。

在年末年初這段時期，由夏季遺傳下來的赤痢與腸炎等依然不斷發生。因爲一到冬季天氣寒冷的時候，往往由傷風感冒而引起肺炎與氣管支炎等病。一般人都缺欠此等醫學常識，而不明白患病的原因。紋山醫學博士說：一赤痢，腸炎等病，以前乃是夏季流行的病，可是漸漸却轉移到冬季來。在這樣情形下，冬季舊有的各種疾病均原封未動，而夏季的各種疾病再匯集到冬季來。因此，冬季便成了一年間所有各種疾病總流行的季節了，尤其是在新年這段時期，如不特別加以小心，那就頗染有的危險了。

紋山醫學博士說：縱觀這一年期間，由十一月至三月，有時延長至四月，這一段期間的季病計有流行性感冒，肺炎，氣管支炎，各種心臟病，（上）

中華民國五十三年 域埠達權總社職員表

正社長 李業森 副 周逸經
正監督 吳棟材 副 陳瑞祥
候補 林 焯
正議長 劉淇浩 副 黃榮蘭
正書記 林灼如 副 林樹森
正財政 周伯昌 副 陳福如
候補 周烱球
正外交 鄧子才 副 林福疇
候補 周伯昌
文牘 林樹森
催收 林德義 阮 杰
慈善 曾傳培 黎 寬
核數 李 洪 周烱球
宣傳 羅景培 周朝鎬 雷華耀
陳錦鍠 陳纘倫 胡 彩
幹事 鄭 仍 趙淯欣 徐國雄
曾玉庭 林國志 甘煥松
庶務 甄 錦 蘇文照
評議 全體男女社員

達權總社實業部職員

正總理 周逸經 副 黃榮蘭
正書記 周本初 副 阮 杰
正財政 林福疇
正監督 陳瑞祥 副 林 焯
正外交 羅景培 副 關祥生
正核數 李雁朋 副 周烱球
董事部 李業森 周順榮 黃華章
陳福如 劉淇浩 周朝鎬
梁祐還 林福來

民國五十三年 叻吆民治黨職員表

正主委 岑崇樂 副 譚子華
執行委員 譚子華 鄭錦帆 徐炳贊
朱由堯 曾灼儂 黃天華
岑崇樂 鄭錦富 譚子彰
秘書 朱由堯 徐炳贊
財政 鄭錦富 曾灼儂
外交 譚子華 黃星才
鄭錦帆 譚子彰
宣傳 李若南 伍洪泮
黃 南 鄭兆權
慈善 鄭華杏 曾紀良
鄭連棟 鄭務本
核數 曹如京 吳培嵩 龔庭楚
監察 譚子富 馮德煥 吳如榕
候補監察 麥穗聖 黃天華
庶務 張木生 龔自強
評議 全體黨員

民國五十三年 叻吆達權社職員表

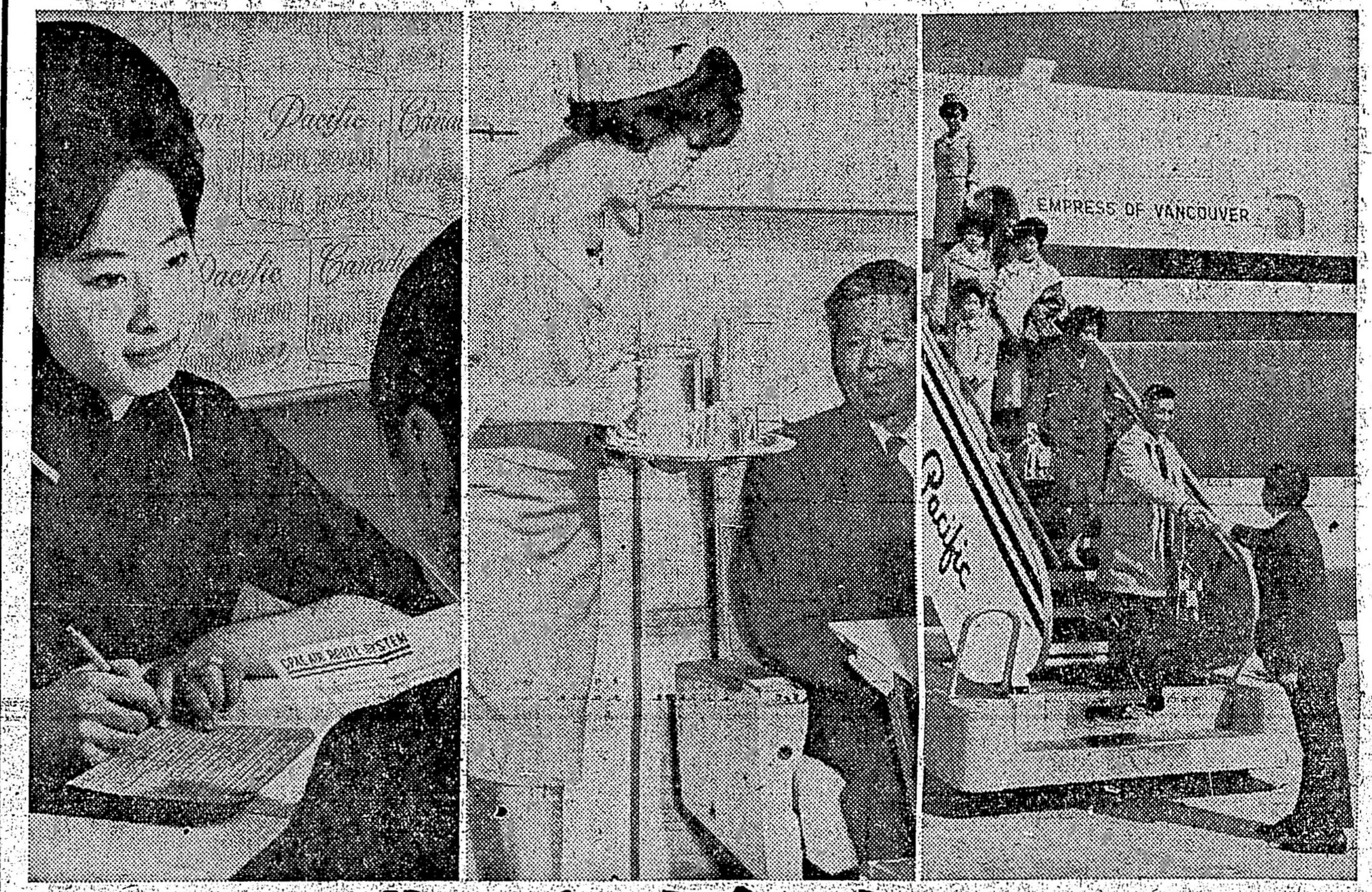
社長 譚子華 鄭錦帆
議長 黃天華 徐炳贊
書記 朱由堯 龔庭楚
財政 曾灼儂 鄭錦富
外交 黃星才 譚子彰
監督 岑崇樂 譚子富
核數 曹如京 吳培嵩
幹事 麥穗聖 鄭連棟
葉 基 梅 榮
調查 鄭兆權 馮保坤
譚子臻 鄭務本
催收 吳如榕 張木生
宣傳 黃 南 伍洪泮
周賜淩 馬 樂
文牘 馮瑞晃 龔庭楚
庶務 張木生 龔自強
評議員 全体社員

益豐茶室
擴充点心茶市
250 Pender Street E.
Vancouver, 4, B.C MU. 2-1514

本茶室專營經濟時菜粥水雲吞等現由香港聘到著名餅師精製龍鳳禮餅各式中西餅食價廉美味
增設電鑊仔煲飯 大小任由君意
腊鴨焗飯 一元二五
咸鷄焗飯 一元
腊腸焗飯 七毛五
咸魚焗飯 七毛五

卡技利埠 好好酒家
Ho Ho Chinese Food
206 B CENTRE ST., S.
CALGARY, ALTA.
電話：AM 9-2885

新型裝修 地方雅潔 富麗堂皇 座位舒適 接辦筵席 隨意小酌 名廚主理 菜式精美 招呼殷勤 保證滿意 新張伊始 價特廉宜 惠顧諸君 請來嘗試



一路回香港
本公司有通曉華語僱員

由你詢問機期時間開始，而至從所乘之超型 DC-8 噴射機抵達香港時，你便得以享受加拿大太平洋航空公司甚多講華語僱員的慇懃週到招待。

由加拿大至香港乃於日間一路飛行。同時亦是直接航程……並無繞道飛行或延阻。因你所乘搭加拿大太平洋航機乃由滿地可，都朗度，宛地辟，卡技利或溫哥華等處飛往香港。故無例外稅關或移民手續。僅需一張機票……一張行裏運票。由溫哥華來回經濟噴射機票九百七十三元。

請立即辦理旅行香港第一件步驟。與你們旅行經紀或加拿大太平洋航空公司洽商。

加拿大太平洋航空公司
FLY Canadian Pacific
TRAINS/TRUCKS/SHIPS/PLANES/HOTELS/TELECOMMUNICATIONS
WORLD'S MOST COMPLETE TRANSPORTATION SYSTEM

格靈威殯儀館
Grandview Funeral Chapel
1349 Commercial Dr, Vancouver 6, B. C.
電話: 253 2511 ; 683-1724

本殯儀館專辦喪事經驗豐富招待週到全部喪儀棺木地段及車輛等祇收廉價二百三十五元。歡迎賜顧隨時應命
本館主人和打氏
華人代理簡建平

Funeral Director: Mr. R. D. Walter
Chinese Consultant Mr. H. Con

○聯房出租
廚廁專用。分門出入。近乃磨街。搭巴士方便。夜電話 253-9345 問何雅慈。

馬若夢會計事務所
SEN MAH
ACCOUNTING
116 - 3rd AVE, S. E.
CALGARY, ALTA., CANADA
Phones Office AM 2-9214
Res. CR 7-4148

會計簿記 按年按月 填報入息 僑胞委託 忠誠服務

新華銀行
SIN HUA TRUST, SAVINGS & COMMERCIAL BANK, LTD.
(INCORPORATED IN CHINA)
17 QUEEN'S ROAD, CENTRAL, HONG KONG
（一九一四年創立）
★是全中國最早的儲蓄銀行
★是香港外滙授權銀行
★是香港票據直接交換銀行
—經營一切銀行業務—
設有：華僑服務部
接受僑胞委託◈代爲解決問題
滙款—全國各地城鎮鄉村均可直接通滙 快捷妥當 函託即滙
存款—定期、活期、定活兩便存款、零存整取、買樓儲蓄、獎學金儲蓄、支票往來、通信存款、 利息優厚 負責守密 簡章備閱 函索即寄
經租—代管物業、代收租項、代繳地稅等、
信託—代爲買賣樓宇、代介紹子女入學、協助回國探親、遊覽等、
歡迎委託 竭誠服務 歡迎函詢 有問必答
香港分行：香港皇后大道中十七號
深水埗辦事處 九龍彌敦道800號 荔枝角道辦事處 九龍荔枝角道275號 紅磡辦事處 九龍啟明街19號
土瓜灣辦事處：九龍北帝街4號 荃灣辦事處：荃灣眾安街120號
Cable Address: "SINHUABANK" Hong Kong

轟動華僑社會一時之重案主角
胡汝梧君傾心瀝淚鉅著

囚淚洒情天 行將面世

胡君髫齡來美，性情頑皮，不肯用心攻讀，故小學未卒所業，但其天資獨厚，聰穎異常，中英文程度之湛深，較之大學畢業者，殊不遜色，惜彼當年聰明自悞，浪漫成性，浮沉情海，酒地花天，以致身敗名裂，曾一度以重案被判入獄十二年，該書乃寫其富有戲劇性曲折人生之事蹟，全書長達四百餘頁，內分四篇：（一）那堪回首少年時（二）囹圄頓悟愆尤（三）一眶熱淚洒情天（四）雜作（詩詞數百首）文筆新穎華麗，詩詞情致動人，繪影繪聲，有情有淚，讀之足以增加處世經驗，生活指南，誠一難能可貴之鉅著也。

紐約大衆出版社社長袁可青謹識

出版者：華麗美術印刷有限公司
FINE ART PUBLISHING CO. INC
668 Sacramento St., San Francisco 11, California

一九六四年二月初版
每本定價美金二元 美國及加拿大郵費在內
初版數量有限 訂購從速