春申舊夢

文：老海 畫：李家裕

這種事情不可預告

他們坐下，蔣琳對小張說：

「在這首歌中，所謂『我們三個』是指唱歌的人與他的同聲、影子。你我兩個人是『我們大個』，包括又有兩個同聲與兩個影子。」

「你對這種藝術有研究。」小張由衷的說：「我實自歎弗如呢！實在非常慚愧。」

他們在「大都會」玩到打烊離去，後來吻別于蔣琳家樓下。

星期一下午五點十五分，小張到大華醫院，正遇日班護士出病房，這位蔡小姐說她即返房，病人在睡眠。他輕輕入病房，又見阿姨，叔父開始睜開眼睛了。這時阿姨與護士俱返，叔父對他說：

「可能我明天出院，至遲星期三，叔母上午來過，昨天公司裡來了不少人。」

「我有些知道。」侄子說。

「蔣小姐呢？」

「她下班回去了吧！」

「她……」

「她怎樣？叔父！」

「她很好，叔母把什麼都告訴你，你不要太頑固。」

「明年……」

「明年怎樣？阿文！」

「明年我向她求婚。」

「要一定！」叔父笑着。

再十五分鐘，小張告辭。

「明天上午十一點半，叔母打電話與小張道：

「叔父準備出院，你就不必來了。」

「我們黃昏家中見吧！叔母！」

出版：[illegible]

微笑道：「這種事情要預告？明年日子長呢！時代也要變了。我不能說你明年對我怎樣，我一定會答應。我們把朋友交下去再說。」

「今年很快逝去。」

「到一九四九……」

「明年怎樣？」（九六）

風言蜂語

倫 譯

次次嗒同

醫院輸鉛氣後，港府派特別小組駐氧氣公司。

希望今後不會有新鉛案。

確實方便

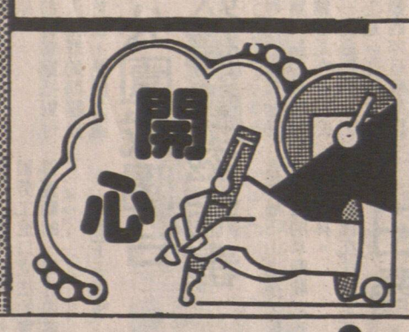
用易辦事繳費據說夠方便。

錢也駛得方便。

全面計數

據說中巴廿多條蝕本綫堅決照辦。

但總體仍然是賺錢的。



心靈寫照

人主題敘：文 蘭鳳：圖

九六：俯瞰花都吸加美青

高玉梅在洗手間同新郎「幽會」後，她內心已肯定了——「這個廿九歲的男人，確實毫無女色的經驗。我爲了自己的過去，必須一心一意愛他！」他在休息時，在一旁冥想，向「上帝」禱告：「我以一心一德對他，以贖我的罪過！」上達天聽，上帝似以向她肯定了一個信念：「懺悔，獲得了上帝的教育！」

「我眞心愛你，你覺得麼？」她靠下來，緊緊握住酒井的手低聲說。酒井側過面來親她的左腮：「打鈴，這話太多餘了！中日，你我，已成夫妻，終身不改！我母親希望的是：抱一個孫兒，這須仰賴你了！」他溫柔地親她，玉梅感動極了：「打鈴，我同你一心、一體！」

「那要用說！我實恨不得蜜月之中兩體永不分離！」玉梅雙眼答道：「我會帮忙你的，放心吧！在巴黎玩四五天，便去德國——看統一之前的兩德！小哥哥！」

酒井沒料到她如此稱呼，感到從來沒有過的甜蜜。兩個又一再熱吻了，法航機艙內，一對對的男女客人熱吻，是極普通的現象。

「報告，請注意！我們已在大西洋的上空，正向歐洲西岸飛行！」玉梅湊在他耳邊道：「你鼾聲息！在到達巴黎後，再……行房吧？」——「我聽你的安排！」第二次開餐了，飛機已在大西洋高空，飲食全改了法國餐，眞正十分可口。空姐在送上餐盤時說：「現在開始，只供應最陳年的法蘭西餐酒！」

赫斯特在甫道的對面，向玉梅道：「新夫婦好朋友，法國酒只提高興緻，不適宜空中飲用，因爲我們沒有跳舞！」——「你說得太對了，親愛的先生！」赫斯特向這對新夫婦舉杯：「我恨不得立刻降落巴黎！不能再忍耐了！」酒井詫異，赫斯特湊在他耳邊說：

「不可讓你新娘子聽到，我的一個法國情婦在接機，可還有五小時！先生，我眞熬不住了！」酒井細聲回答：「先生，你應養精蓄銳！多吃兩客小牛扒！」——「謝謝你，親愛的朋友！你們看過柏林圍牆基地後，記得就近飛我的瑞典——享受性的自由皇鄉！」

「他說什麼？」玉梅問新郎，酒井說：「他希望你快到瑞京住兩夜！」玉梅已明白，悄悄地道：「告訴他，新郎是不需用課的！」

「午後三時到達巴黎上空，爲了各位貴賓俯瞰鐵塔、和大皇帝拿破崙的凱旋門，我們的飛機將繞飛花都上空一個圓形軌跡，用十五分鐘！」播音獲得了歡呼，酒井向玉梅摸索——「克斯米！」玉梅低聲警告：「我們快鳥瞰巴黎，千萬錯過的一刻鐘！」

迷霧

陳浩泉

九五：和舊情人重逢

「你大概眞的喝醉了。」關樹峰說，「難道你眞的買街鐵和那無上裝女郎去開房嗎？要玩你也找高級點、乾淨點的。」

「難道你眞的怕染上愛滋？」凌志邦也瞪他一眼。

「別說愛滋，就是惹了個花柳病回來也不值得。」關樹峰說，「別說我不忠告你，你可別糊里糊塗地飢不擇食，到頭來惹到遇身蟻！」

凌志邦沒哼聲了。

上了車，還是關樹峰駕駛，到底，他喝得酒少。

他先送凌志邦回家，然後自己乘的士回去。

……

這以後，凌志邦再沒有像這次悶得發慌，跑來找關樹峰喝悶酒，甚至拉他到夜店去消遣。

原來，他在香港也有了心靈的藉慰——他和舊情人周碧珊久別重逢，並開始了來往。

這天，關樹峰和凌志邦一起吃飯，問起了此事，凌志邦終於把事情的眞相和盤托出。

「我剛從多倫多回來，聽你太太說，你許久沒回去了。」關樹峰先旁敲側擊。

「我這裡很忙呀！」凌志邦說。

「在香港，誰不忙呢？可是，老婆、孩子在那邊，總不能遠遠地把他們拋下，不抽時間過去看看呀！」關樹峰說，「聽你太太的口氣，對你好像很不滿意呢！」

凌志邦沒作聲了。

「她說，你在香港有了另一個女人，是眞的嗎？」關樹峰留心着他的反應。

九六：妖氣冲天

積奇仔曰：「乜咁快就走唔！發哥，你不畀張咭片我？」

發仔只好攤出一張咭片亦不再逗留，鶉咁脚離開這間妖氣冲天之酒吧。

阿芒因爲有多少女人型，畀一個入去尋歡之基佬睇中，埋去死寃。

直到發仔鬆人，阿芒亦鶉咁脚鬆。出到街外，阿芒追上發仔，嘆曰：「眞乃人間地獄，間吧指明做生意者也。」

發仔曰：「基佬吧，當然擺明做生意。」

阿芒曰：「同你鬼咁寃氣個位是否○號？」

發仔曰：「然，佢以爲我係1號。」

阿芒曰：「是否叫你去馬？」

發仔曰：「我要手擰頭，講明入去參觀，冇意思識朋友，佢死寃，阿芒，寃住你個位是否係1號呢？」

阿芒曰：「佢係10號添！」

現代江湖實錄之十一 愛滋狂人

田長歌

二四四：銀好哭訴

珍姑和銀好沿梯登樓。堂屋裡，本泉和石湖、銀妹、兩個孩子仍圍樓吃飯。

石湖低聲向銀妹說：「你姐姐發生什麼事情？」

銀妹不假思索地說：「九成是姐夫在香港仔有外遇的事！」

本泉問：「銀妹，剛才上樓的女子——」

「是我姐姐！」

「就是以前跟石湖要好的那個？」

銀妹點點頭。

儘管堂屋與二樓隔一條梯、一塊地板，但是銀好和珍姑的談話，在堂屋裡吃飯的他們，都可以清楚聽見。

「珍姑，今天你——」銀好的聲音。

「珍姑一向讓街市梧樹坊的父老八婆，粗漢罵得狗血淋頭，都說我沒有好下場，哈哈，今天，我採到滿意幸福果！石湖，眞是沒得說的好孩子，他一手替我種樹，一手拉我上樹摘果，我與前夫、兒子、媳婦、孫兒一家團圓啦！」珍姑的响亮聲調，好像故意說給樓下的人聽。

「恭喜你！」

「是值得恭喜！」

「眞後悔放手，我失掉石湖！」

「姻緣兩字，很難說，是你的永遠是你的，不是你的永遠都不是。」

「珍姑，我來，嗚嗚……」

「一定是爲白文明的事了！」珍姑已曉得八分。

「恨死文明，他越來越荒唐大胆，與那城市女人在香港仔同居，最近還有了孩子。」銀好說着哭泣。

「早就提醒你，女人與文明同居，日子越久就越麻煩！」

「昨天晚上，我跟文明吵鬧了一場，往日，老爺與奶奶也會責罵兒子幾句的，叫他別在外面玩女人……可是這趟，聽說他與那婊娘生下孩子，並且是個男丁，兩老可改變口風啦！說好好歹歹白家多個男孫，勸我息事寧人，就讓文明安頓好那婊娘，還叫她抱孫兒回到海鷗島，見見祖父母。」銀妹一邊嗚咽着一邊訴說。

海鷗住留

海辛

九六：俯瞰花都吸加美青

瘋劍

雪石 珍秋 [illegible] 原 文·畫

第二回：絕頂迷踪

長嘯投射在五龍潭裡，山洞裡霧縹緲。

牛仙等兩老兩少一夜未睡，還圍桌在潭邊細商議着什麼。金大山夢中不經意叫出「瘋劍」這個名堂，卻教牛仙他們勾起許多的探索。不可一世的二鬼頭竟給一個瘋漢難倒，並不因爲他有什麼過人的本事，就是簡單的一句話：出手無常規。他是無意識的，要有意識地加以昇華，賦以武當功夫的眞諦，化被動爲主動，說不定又是一門獨創的絕技呢！

「絕技！……醉劍，絕……」

金大山的夢中囈語，竟然會有心靈呼應。牛仙等回頭看時，他卻又半點反應也沒有。

沉默一會，嚷仙站起來，舉雙手向上托起，伸了一個懶腰：

「我們再細細琢磨，就以太乙雙魚劍爲基礎，看能不能創出一手瘋劍來！」

「這主意很好！」

牛仙和上官姊妹還未來得及張咀，誰在後面說話了？也不知什麼時候起，在上官如玉的右旁，靜靜地蹲着一個金大山。

「咦，你醒過來啦？」牛仙說。

「我還聽見你們議論吶！」大山答。

「你可要知道，昨夜裡你鬧什麼來着？」如玉問。

「哈，做了一個美夢！」

衆人面面相覷。問道：

嚷仙沉吟半晌，問道：

「大山，你練過醉拳、醉劍？」

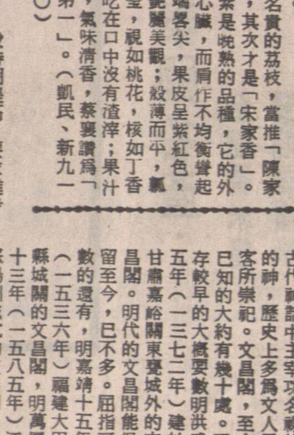
「練過，哪，你看。」他連忙起勢，做了兩個漂亮的招式，口中唸唸有詞：「胡打流星亂打鞭，稀呢糊塗醉八仙……」

他最後拉長臉做個鬥鷄眼，惹得個個呵呵笑。

嚷仙點着頭，微微笑：

「唔，你把醉漢擒拿用于劍法，眞是一個聰明的發現！」

「過獎，過獎。」金大山也眞有點自鳴得意了：「這一回呀，我眞有點醉了！」（廿七）



城市之光

匡成

人狗之間（四）

三人站立，談起了養狗心得，各自說自己的狗，如何知意。

三頭狗也互相在追逐嬉玩，歷奇與波比，對莉莉似有特殊行動。

陳小姐喝道：「歷奇、波比，不許亂來。」她過去，拉着了莉莉的頸圈，逐走了兩頭雄狗，然後繼續道：「對不起，我看莉莉到了春情期了，我先走。」

汪子全與李玉蘭，亦分別拖住自己的狗。

陳小姐先辭去，汪子全與李玉蘭，也分別抱狗回家。

汪子全入門，珍珍和寶寶，又搖頭擺尾歡迎，汪子全分別撫摸他們，還抱入懷中。

每夜帶狗遊公園，成爲汪子全的日常功課，也是他獨居生活的一部份。

珍珍與寶寶是小狗，運動量小，有時在家中的露台走動，已經足夠，但歷奇是大狗，運動量較大，除非天雨，否則，晚晚要帶牠跑球場。

每晚差不多時間，都有狗主帶狗到公園跑動的，狗主見面，亦有傾談，過去，汪子全與陳小姐比較談得來，如今，多了李玉蘭，他和兩女之間，比較投契。

一日，汪子全回家時，因寶東西，遲一個站才落車。

當他步行經過一個街口時，發現李玉蘭和一位男士在爭論什麼似的，他關懷李玉蘭，也走上前去，看看發生什麼事！

四：出落得十分美麗

對歌詞的內容，碧茜也似懂非懂，已經變爲漸漸理解了。因此，拋媚眼、做表情，也就有了少女的迷人魅力。

碧茜的媽咪叫蘇素，當年是個紅舞女，到了人老珠黃時，才嫁人作婦家娘。碧茜的爸爸叫周新振，因爲他依賴老婆生活，一結婚（稱爲同居則更加切貼）就開始怕老婆，十多年積習，至今仍然是個懼內者。

蘇素在年輕時，樣子很媚秀，也很風騷。當年她最大的願望，是做個電影明星，可惜的是，當年不比現在，出頭露面的機會比較少，結果做不成電影明星，只做了個舞國紅星，在當年的歌場中倒是頗有一點名氣。

現在蘇素有了女兒，出落得像她當年一樣美麗，甚至比她當年更要美麗，她當然希望女兒變成舞目的紅星，做不成電影明星，也要做個歌星，最好是能夠雙線發展。

在一次歌唱比賽中，碧茜獲得了第三名，這不完全是由於她的歌藝，還由於她的美色。因爲，聲色藝這個古老的藝術標準，近年來已經有了變化，變爲色聲藝了。

色是主要的，尤其是女孩子，只要有七分姿色，僅得三分歌藝也可以登台，而且還會大受捧場，捧場客當然是男人。

兩代明星夢

王方

九六：怒買香槟酒

「別囉嗦好了，我只要一瓶。」對方胡亂恭維。

「十五元一瓶。」女售貨員仍然熱情地介紹，「還有香檳酒，剛還到不久的。」

「我重覆一次：我只要一瓶伏特加。」

「是嘛，她已說過只要一瓶，別瞎介紹。」王家山在旁帮腔，「你的態態度，是該寫在意見簿上表揚表揚的。」

女售貨員白他一眼，知他在揶揄自己。

三張五元鈔票遞過去，女售貨員已失去耐才的熱情，低頭慢吞吞地寫發票了。

匆匆離開百貨公司，站在門口時，鄒塔莎似乎還有些氣未消：

「阿遠沙，剛才那個女同志太叫人討厭了，人家只說買一瓶，幹嘛迫人家多買？」

「她也許是好意的，」王家山隨口答，「當檳酒嘛，不是常有貨到的，是不是？」

「哦——」她長吁一口氣，「看來我錯怪她了。既是稀罕東西，買一瓶擱在家中，也還是一個紀念品。」

「那就轉回去買吧。」他慫恿着。

「那傢伙會恥笑我的，我才不幹！」

王家山此時進一步了解她的性格——原來她是不願與別人低頭的！

異族情

丹青

醫理淺釋

兒童患上腮腺炎 介紹驗方供參考

通天曉先生：

我十歲大的兒子，游泳完後覺喉部痛，吃過兩片使立消喉糖，早上醒來見耳下腮部腫脹疼痛，連張口飲水及吃東西也感到痛。見口渴我給他飲些橙汁及檸檬水，怎料痛得更厲害，不知是何原因，有沒有中藥可以醫這種病？

林文浩

林文浩先生：

來信所說令郎耳下腮部腫脹，張口飲水及吃東西時，感到很痛，特別是飲檸檬汁或橙汁時，痛得更加厲害，查問原因何在。令郎患的是「腮腺炎」，是一種由病毒引起的呼吸道傳染病，這種病毒存在病者的唾液內，通過打噴嚏或咳嗽時，吸入帶有病毒的飛沫而被感染，隨着血流到達腮腺，在腮腺細胞內繁殖引起炎症，因而感到腮部腫脹、疼痛性很强，要腮部的腫脹完全消退，才好讓兒童上學，以免傳給其他兒童。一般輕症的，經休息及服藥約一星期便可恢復，有高熱及併發症的，在治療上不容忽視。青春期過後的患者，若併發睪丸腫痛，醫治不當，會造成不育。也有個別病例，出現過病毒性腦炎，一旦家裡有人患了腮腺炎，按摩者可用中藥金銀花、板藍根各三錢，水煎服（成人服量），連服三天，每日一劑，有預防作用。

「腮腺炎」中醫稱爲「痄腮」，認爲本病的發生，是由於感受風濕病毒所致，溫毒侵自口鼻，阻塞少陽經脉，鬱而不散，結於腮部，便會出現耳下腮部腫痛。若熱毒熾盛，溫毒侵入肺胃，肝胆之火與胃熱上攻，風火痰濕因於少陽經脉之腮部結而不散，便會出現腮部腫大，疼痛拒按，吞咽困難，高熱口渴，小便少而赤黃。若溫毒傳入足厥陰肝經，肝胆之火則鬱結於陰部，因爲足厥陰肝經之脉是繞陰部而循行的，故男性可引起睪丸腫大疼痛。

「痄腮」此症，有輕重之分，一般因風熱毒外侵，風熱犯表的，用辛凉透邪，清熱解毒中藥便可。熱毒充血水腫的情況出現，吃酸的食物，使腮腺更加充血，唾液分泌多了，會引起更劇烈的疼痛。因爲酸性食物是使唾液分泌很强的一種化學刺激物，所以要避免給患者吃酸的東西，以免刺激引起更加痛楚。若沒有藥物外敷，可用冰冷敷，可減輕疼痛。（黃莎、新九一二七五）

務服坊街

通天曉主辦

介紹驗方供參考

參考：（一）蒲公英三十克，大青葉三十克，兩碗半水，煎爲八分碗溫服，八歲以下兒童用量減半，外用青黛散塗局部，每天換藥一次。用鯽魚煲粥增加營養。一般約四至五天內痊癒。（二）板藍根三十克，夏枯草十五克，水煎至八分溫服，外用浸軟赤小豆，研爛後加鷄蛋白成糊狀，外敷患處，天天換藥，可消炎止痛。（三）大青葉二十克，野菊花十二克，碗半水煎至一碗，加適量紅糖，分兩次溫服，連服三天，此方治兒童流行性腮腺炎，效果良好。（四）用點穴代替外珠藥物。在患側之角孫穴（在耳尖部的頭髮脚處）用一根燈芯，蘸少許食油，用紙輕輕索乾，點燃後，對準角孫穴，用快速的手法按下，使火立即熄滅。只一次便夠。若耳下兩側有腫痛，則要每側角孫穴用點燃燈芯按一次。加服中藥，很快痊癒。這方法名爲燈火蘸，廣州中醫學院鄧教授用此法醫治痄腮多年，未見有過失敗的病例。

有關歐樟樣汁時，爲什麼特別覺疼痛，這是因爲樟樣汁是敵的東西，吃後能使唾液分泌增多，由於患痄腮有充血水腫的情況出現，吃酸的食物，使腮腺更加充血，唾液分泌多了，會引起更劇烈的疼痛。因爲酸性食物是使唾液分泌很强的一種化學刺激物，所以要避免給患者吃酸的東西，以免刺激引起更加痛楚。若沒有藥物外敷，可用冰冷敷，可減輕疼痛。（黃莎、新九一二七五）

福建荔枝品種多 各有特色領風騷

花木樹

黃承佳先生：

福建最早登市的荔枝，名叫「火山」。火山別名「海山」，原產廣南，北宋年間才傳到福建。最先在莆田黃巷種植。它是穗生的，便如批杷，味甘帶酸，初夏四月，福建的荔枝却沒有成熟，它就登市了。

福建最晚熟的荔枝，要遲到中秋節，因爲它的果皮色綠，所以名叫「中秋綠」。中秋綠，原產福州，它和「火山」同樣帶有酸味。

福建荔枝，核最小的當推泉州「鷄卵」。鷄卵果皮呈紅色，大小和鷄卵相等；它的核祇有一顆米粒那麼大，幾乎接近無核。福建荔枝完全無核的，有「綠珠」、「鷄肝」兩種。

綠珠一名「結綠」，它不但無核，肉味亦最清甜，被評爲「荔中異品」。據記載，這一品種，除福州鳳岡外，其他地方沒有種植。「鷄肝」也出在福州，果實成扁圓形，果皮紅，肉味甘甜，也是以無核而聞名。

福建果實最大的荔枝，當推莆田產的「星垂」，每粒有鷄蛋那麼大，掛在樹上，壓得枝頭下垂；又因其結實不多，零若晨星，故稱「星垂」。當地果農又稱「秤垂」。除星垂外，果實粗大的荔枝品種還不少。福州的「江家綠」大如鷄蛋，也頗聞名。

而最小的荔枝，比大豆大一些，果身甚圓，肉漿白而帶銀灰色。如果剝去果皮堆放盤上，宛若滿盤珍珠，因而名叫「眞珠」；此外，有名叫「蒲桃荔枝」的，一穗能生一兩百顆，穀極薄，大小及姿態，都和葡萄相似，唐白樂天所謂的「朶如蒲桃」，大約也是指這一品種。

最名貴的荔枝，當推「陳家紫」，其次才是「宋家香」。陳家紫是晚熟的品種，它的外形如心臟，而肩作不均衡聳起，末端略尖，果皮呈紫紅色，十分艷麗美觀；殼薄而平，瓤厚而堂，視如桃花，核如丁香豐富，氣味清香，蔡襄讚爲「天下第一」。（凱民、新九一二三〇）

古勝蹟

文昌閣北南江大於佈遍 格一具別閣昌文

孝文乾先生：

閣是中國傳統的一種書房建築，作爲讀書、居住、藏書之用。古往今來，神州大地名勝衆多，著名於世的就達一百多座，諸如北京的文淵閣、文源閣，承德的文津閣，清陽的文瀾閣，被稱爲內庭四閣，是皇家的藏書樓。揚州的文匯閣，鎭江的文淙閣，杭州的文瀾閣又有「江南三閣」之稱。天津的玉皇閣，寧波的天一閣，山東蓬萊縣的蓬萊閣，湖北沙市的青秋閣，四川峨嵋縣的神水閣也都是遠近馳名的閣。

但以文昌命名的閣却可稱別具一格。文昌是中國古代神話中主宰功名祿位的神，歷史上多爲文人墨客所崇祀。文昌閣，至今已知的大約有幾十處。現存較早的大概要數明洪武五年（一三七二年）建於甘肅嘉峪關東夏城外的文昌閣。明代的文昌閣能保留至今，已不多。屈指可數的還有，明嘉靖十五年（一五三六年）福建大田縣城關的文昌閣，明萬曆十三年（一五八五年）江蘇揚州城北的文昌閣，明萬曆十七年（一五八九年）貴州貴陽東門的文昌閣。福建大田縣的文昌閣距閣組成一體，具有獨特的風格。福建大田縣還有一座建於清光緒元年（一八七五年）的文昌閣，座落在廣千鄉，閣身四層八角，閣樓還有清代名人的興詩抒懷之作。

中國南北各地還有許多文昌閣，諸如：北京慈悲庵內的文昌閣，廣東肇慶市的文昌閣，台灣台南市鄭成功承天府遺址旁的文昌閣……不勝枚舉。（夏知、新九一二七七）

日常運動必須持之以恒

不斷改變方式以全面發展

體壇縱橫

通天曉先生：

對於運動的益處你亦知道了，可是，爲何「常有忽冷忽熱」的現象，這不能不歸於你對運動的意義，了解不夠深入之故。同時對於運動的目標，事前亦可能沒有好好安排。

運動可以使人身體保持健康，大家都會知道。可是，健康爲何能夠保持？爲何能夠提高人的工作活力？對於此點，許多人都會忽略，因而就會出現忽冷忽熱。

原來人之生命可以持續，及能夠抵抗疾病侵襲，所靠的是體內細胞活動。這些細胞是有生命的，它是經歷了生長、衰老，以至死亡的過程。在它行將死亡之前或死亡之後，就有一些新的細胞上場接班了。人的生命就是依賴細胞之新陳代謝，生命就能夠延續下去。

運動對於細胞之新陳代謝是有作用的。這因爲，如果經常有運動，人體內的細胞，衰老的提前退休，新生的及時接班，這就能夠經常有活力充沛的細胞存在體內，因而能夠增强抵抗疾病的能力，能夠持久工作而不感疲乏。

如果人的運動少了，體內的細胞，衰老的照樣退休，而新生的不能及時接班，一個青黃不接的時期了。於是，這人就不能有效的發揮工作活力，其所出現的是，精神萎靜，動作遲鈍，工作無勁，抵抗力差，工作稍久就頭痛頭暈。

明白了這點，就可以知道，日常之運動，實在與食飯一樣，不可以一天或缺。

提到食飯，大家都會感到，倘若餐餐的飲菜都不變換，亦會胃口不開，提不起食慾。運動亦如此。如果天天都做同一式的運動的話，不僅日久生厭，且身體之得益亦不全面。這樣有如習慣偏食，營養不會齊全。故此，運動的方式，在一段時期以某種爲主要，在另一段則以另一種爲主。主次的運動方式，交替進行，如間內，每次可以練至舉段時期提高，要求進步的習慣，就會由此而養成。還有，運動的方式有時需要嘗試，嘗試的過程中遇到失敗，亦是免不了的。故一試再試，常常會有，故人們的毅而不捨之堅韌精神，亦由此而養成了。（羅白、新九一二三九）

想知人先生：

對於運動的益處你亦知道了，可是，爲何「常有忽冷忽熱」的現象，這不能不歸於你對運動的意義，了解不夠深入之故。同時對於運動的目標，事前亦可能沒有好好安排。

運動可以使人身體保持健康，大家都會知道。可是，健康爲何能夠保持？爲何能夠提高人的工作活力？對於此點，許多人都會忽略，因而就會出現忽冷忽熱。

原來人之生命可以持續，及能夠抵抗疾病侵襲，所靠的是體內細胞活動。這些細胞是有生命的，它是經歷了生長、衰老，以至死亡的過程。在它行將死亡之前或死亡之後，就有一些新的細胞上場接班了。人的生命就是依賴細胞之新陳代謝，生命就能夠延續下去。

運動對於細胞之新陳代謝是有作用的。這因爲，如果經常有運動，人體內的細胞，衰老的提前退休，新生的及時接班，這就能夠經常有活力充沛的細胞存在體內，因而能夠增强抵抗疾病的能力，能夠持久工作而不感疲乏。

如果人的運動少了，體內的細胞，衰老的照樣退休，而新生的不能及時接班，一個青黃不接的時期了。於是，這人就不能有效的發揮工作活力，其所出現的是，精神萎靜，動作遲鈍，工作無勁，抵抗力差，工作稍久就頭痛頭暈。

此不獨不會生厭，且身體的得益，亦不致偏向一方面。

就以通常被人視爲枯燥無味的槓鈴舉重爲例，如果在一段期間內，以立正推舉爲主，在另一段期間內，不妨改爲以蹲下推舉爲主。此外亦如此。如果天天都做臥下推舉或俯身作上下提昇等，交式如有變換，興趣就可以經常保持。

運動會不會生厭，有時與有無目標有關。如果對一種運動定下目標，就會維持興趣。例如舉重，規定在某一段期間，要達到某一段重量，以示警戒，免得重蹈覆轍。

浪子的手指受了一條火印，痛得咬緊牙關，爬到地上鷄搗米似地連叩幾個響頭，自此果眞浪子回頭是岸，痛改前非了。

老員外深深感激媳婦巧治浪子。原來那些差丁官員，全是媳婦請來的人裝的。因「鋸」（音介）與「戒」諧音，之後就叫成戒指，一直延傳下來。（古月、新九一二七九）

故事傳說

譚林文 先生：

戒指、鑽石、黃金戒指，五顏六色的戒指，已成爲老中青年流行的裝飾品。說起戒指還有一段故事。

早先，有戶富翁，兒子是個執持少爺，素來放蕩不羈，沾染上賭博壞習慣，萬貫家財如流水。老員外無奈，只好替兒子找了一個能幹的俊秀媳婦，想用來收攏混賬！遺想狡辯！」於是，朝左右大喊：「來人！」頓時鎖出兩個皂丁，一個手執鋸子，一個死命揪住浪子手指，準備鋸指，浪子嚇得癱在公堂上，苦苦求饒：「老爺饒恕罪男一回，永世不敢忘恩。」老爺道：「嗯，姑念賭徒稍有悔改之意，赦免一次。」即令差役拿出燒灼的銀箍，迅速地套在浪子的手指上，代替鋸指之罪，以示警戒，免得漏出去，任媳婦擺佈。

「於是媳婦端出妙法，老員外夫婦聽得讚口不已。

這天，浪子在賭場上正吆五喝六，賭得興起，突然，門外撞進來幾個差役，撒出鐵鏈拉着浪子就走，浪子目瞪口呆，被扶到大堂上，頭戴烏紗的老爺驚堂木一拍，問道：「賭鬼知不知罪？」浪子頭如搗蒜道：「小人知罪！」「何罪？」「賭罪。」「爲何貪賭？」「手指發癢！」老爺大喝道：「

戒指引出一段掌故 巧媳婦妙計治浪子

天津衛由來朝明於自始

通天曉先生：

大陸人爲什麼要把天津叫做「天津衛」呢？是什麼意思？

陳偉明

陳偉明先生：

在天津，的確是常聽到人把天津叫做「天津衛」的。

「天津衛」是天津的古名，始稱於明朝。明朝建國以後，先後在全國設立了一些「衛」、「所」，駐軍戍守。明永樂二年（一四〇四年）設置了「天津衛」，築城守衛，又叫天津衛城。

古代的「所」比「衛」小，「衛」的人數大抵五千六百人，「所」有千戶所，爲一千一百二十人；百戶所，爲一百一十二人。「衛」、「所」只用於地名，如威海衛等。清雍正三年（一七二五年），改天津衛爲直隸州，九年（一七三一年）又昇天津爲府。（熱子、新九〇九四六）

探本尋源

問答室

黃承佳 李文乾 想知人 林文浩 陳偉明 譚林文