



打開心扉

吳志東

放下成就

活得輕鬆自在

李先生

是一位成功的生意人，在職場上，他憑著過人的幹勁在本地及國內取得卓越成就。

退休後，李先生更參與多項公益事業，過著具有意義的生活。家庭方面，李太太家有道，雖然丈夫常因工作不在香港，她仍默默支持丈夫，從不埋怨。兒女們已開展自己的事業，一家人相處融洽。對於大多數人來說，李先生擁有豐盛的人生，可是最近李先生竟然患上了抑鬱症。

原來李先生一向對自己要求十分高，他認為每一

件事情均需要親力親為，做到最好。對於李先生來說，過去的工作確實曾經令他感到極大壓力，但往往經過辛勤的努力，總會換來事業上的成功及成就。故此，他一直認為努力不懈就是成功的不二法門。退休後，李先生透過參與多項公益事業，保持社交上的活躍，他亦感覺到處處受人尊重，可惜，漸漸地他開始擔心自己在生命中不能再創高峰，於是，終日心事重重，坐立不安，失眠、更開始對任何事情失去興趣，甚至不願意出席公開活動，意志變得消沉。

李先生的情緒問題源

於他對事業能否再創高峰的執著，以及他從不甘心過一些平淡的生活，或許他早已習慣不斷地挑戰自己，期望自己有更卓越表現，贏得別人的讚譽，而這些往往為他帶來沉重的壓力。其實，在人的生活中有著不同的階段，要面對的東西也有所不同。不斷地追求成就感，反而會令到我們失去了內心的平衡，掉進抑鬱的網羅中。李先生熱心參與多項公益事業，其實可以將重點放於服務他人、為他人帶來改善的快樂感覺上，而非公職上給予他的成就感，這樣，肯定他會活得更輕鬆自在。

同。不斷地追求成就感，反而會令到我們失去了內心的平衡，掉進抑鬱的網羅中。李先生熱心參與多項公益事業，其實可以將重點放於服務他人、為他人帶來改善的快樂感覺上，而非公職上給予他的成就感，這樣，肯定他會活得更輕鬆自在。

阿虫



開心老字號

李慧雅

茶餐廳

香港人每日忙忙碌碌，食無定時且要省時，茶餐廳成為了我們最常到的地方。茶餐廳比起便利店還要多，總有一間在左右，而最重要的是他們的價錢很平民化，食物選擇亦多。但現時有些茶餐廳亦進化了，變得企業化，甚至是上市，可想而知茶餐廳在香港人心目中是多麼重要的。

奶茶、蛋治是茶餐廳的靈魂，一般人都會認為這兩種食品做得出色，這便是一間好吃的茶餐廳。今期介紹的茶餐廳是位於油麻地，

他們亦做出出色的奶茶及蛋治。他們的奶茶除了有香濃的茶味及香滑，奶與茶的比例剛好，而他們的蛋治或炒蛋亦很滑及充滿蛋汁。

但筆者卻認為這茶餐廳最出色的，卻是他們的吉列豬扒。要做出好味道的吉列豬扒，必需要外脆內嫩，而這裡的吉列豬扒再加上價廉及大件。下午茶時間，吃他們的吉列豬扒薯條加上紅豆冰更是最佳配搭，紅豆冰有好多沙很好吃，在夏天更可以選吃涼粉紅豆冰消暑。如喜愛雞扒的朋友，更

可以嘗嘗他們的黑椒雞扒意粉，雞扒皮脆肉嫩，黑椒汁亦很惹味。

永發茶餐廳

地址：油麻地廣東道847號

電話：2770 3626

留意投資市場的

一般而言，公用事業指一些與民生息息相關之行業。在本地上市之公用事業，分別是兩電（中電以及現稱電能實業

會減少開冷氣，但不會因此而不開電。同時，行業本身在市場上具有壟斷性，議價能力亦較高，加上基於業務性質，

公用股被視為其中一種抗週期性之股份，在經濟不景氣的週期中，該類股價表現更加亮麗，因基金會傾向選擇吸納防守

為抗高通脹以及退休投資之選。不過，要留意投資始終涉及風險，對於公用股而言，最大風險主要來自政策方面，一旦國家或地方對公用業務的政策改變，例如引入競爭或環保法規，則可能會對盈利構成損害；另外，公用股在經濟不景氣時雖具防守性，股價更會跑贏大市，但一旦經濟及市況轉好，股價便會跑輸大市。故若投資公用股，便最好要有長期投資之準備。

投資之道

史丹利

公用股

防守性強

專家近日建議投資者買入傳統公用股。而事實上，由年初至今公用股表現並不失禮，個別表現更跑贏恒指。筆者今次便跟各位談談公用股的特性。

之港燈）和煤氣。由於屬生活必需品，故即使經濟週期出現變化，對相關行業的影響亦不大。舉個例子，當經濟陷入衰退，市民可能

通常行業會受到政府保護，至少在政策上會給予支持。若提到股份投資價值，則由於業務性質穩定，加上維持穩定派息，令

性較高的股份，公用股遂成為資金避難所。值得一提的是，由於公用股息率一般有心厘，派息政策亦相當穩定，故不少投資者會視公用股

為抗高通脹以及退休投資之選。不過，要留意投資始終涉及風險，對於公用股而言，最大風險主要來自政策方面，一旦國家或地方對公用業務的政策改變，例如引入競爭或環保法規，則可能會對盈利構成損害；另外，公用股在經濟不景氣時雖具防守性，股價更會跑贏大市，但一旦經濟及市況轉好，股價便會跑輸大市。故若投資公用股，便最好要有長期投資之準備。



古今照 鄭寶鴻

域多利戲院

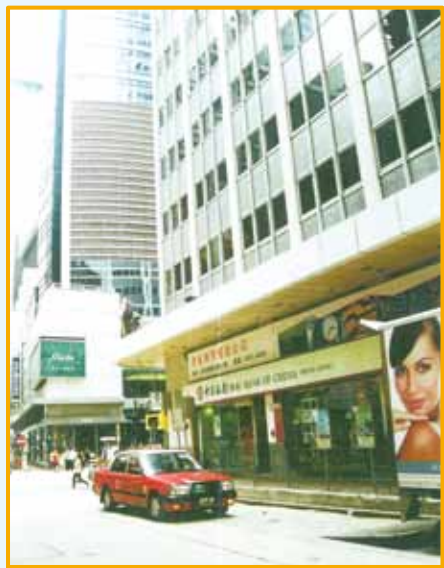
約攝於1915年。這家1911年開業的戲院，是位於德輔道中與砵甸乍街交界，而正門是位於砵甸乍街，以設有電風扇、影畫（電影）新奇為標榜。不時加插「西美婦唱西調」，即歐美女歌者表演，港督亦會在此欣賞。這間華麗電影院於1920年被拆

卸，興建商業大廈「爹核行 DAVID HOUSE」。1922至26年間，水車館（消防局）亦由皇后大道中176號遷至爹核行的樓下。1946年，超級市場的惠康辦館亦在此開設。

爹核行於1960年代中改建為聯邦大廈，後來易名為永安集團大廈。



• 約於1915年的域多利戲院。



• 現時的永安集團大廈地下。