



影像傳情

◆ 水禾田

天蝠



小人去養天蝠這種動物，因為牠不美麗而且夜行日宿，不如養貓貓和狗狗，或者養幾條金魚看看。原來天蝠在中國人心目中是一種吉祥物，帶來好運，例如：五福來臨。香港在灣仔海旁的會展中心，從天空鳥瞰好像一隻天蝠，為港人祈福。



打開心扉

◆ 吳志東

有

欣賞自己



已做事不夠好，沒有什麼成就，及至老年時仍然不斷怪責自己，認為自己的人生十分失敗。不斷自我埋怨令到個人自尊心低落，甚至產生抑鬱情緒。

停止責怪

那麼，如何減少對自己的責怪？

要做到這點，請從欣賞自己出發。當大家開始出現責怪自己的念頭或說話時，可以先停一停，以逆向思維

選擇欣賞

原來當大家在計算令自己引以為傲的事情時，就自自然然會忘

反問下自己：「我在那一方面值得自己或別人欣賞？」例如：我的外表是否比同齡的人看起來更年青？我患上的長期疾病是否比同齡朋友少呢？我有那些優點是別人沒有的呢？在人生的旅途中，那一個階段最令自己感到自豪或引以為傲呢？

記很多責怪自己的事情，又或是過去對於家人及朋友付出與犧牲但卻是負面的情緒！或許過去的生活的確是十分艱辛，當中亦經歷了不少辛酸與犧牲，就好像有一些長者表示過去工作收入不多，但仍將大部份收入用作支持家庭生活開

支，卻沒有為自己留下有點餘錢而感到後悔，令自己終日不開心；相反有一些長者表示年青時生活逼人，能夠將子女養大成人已感到十分了不起，會比個「叻」自己；亦有些長者表示自己過去要做多份工作，以分期付款的方式購入現時居住的物業，覺得十分自豪！雖然這些事情已成過去，但它們卻是長者生命中重要的部份，因此，不妨多緬懷過去自己的二三事，從中發掘欣賞自己的東西。



◆ 阿虫

早 陣子「中國大媽」一詞紅遍全城。說很「紅」，主要是當金價早前大跌時，不少內地女訪客高調表示「我們不怕金價跌，越跌越會買」。結果，當時不少報章便以「中國大媽大戰國際大鱷」為題，亦成為許多朋友茶餘飯後的話題。可能不少老友記或會覺得這件事與大家扯不上關係，但不知老友記有沒有試過曾對某一事特別堅持，甚至想過孤注一擲？在投資市場上，筆者便見過不少，其中一個例子特別深刻，在此跟各位分享一下。

投資之道

◆ 史丹利

懂得早點「認輸」

譚婆婆是退休人士，早年

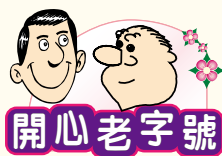
邊一眾老友記推介。怎知大多數都對其推介持負面意見，並反勸譚婆婆不要沾手。被一盤冷水「照頭淋」，譚婆婆雖然有點動氣，但信心未有動搖，更馬上採取行動入貨！

就是「唔認輸」。譚婆婆本身亦有將閒錢用作投資，但總是輸多贏少。退休後她更加「貼市」，最後亦揀了一隻心頭好股份。翌日飲早茶時，她便向身

資什麼也好，切記不要過於進取或「不認輸」。另外，有時候「輸」也不見得是一件壞事，像譚婆婆的例子，若她早點「認輸」（止蝕），便不會令自己原本無憂的生活增添煩惱。

不過，譚婆婆很快便有點後悔：事實上，她看好的原因，某程度上是因為覺得股價已跌至很低，覺得可以博反彈，而且亦未有太理會基本因素，結果買入後不久，股價持續偏弱並屢創新低，但她未有理會，並繼續無反顧地不斷溝貨，結果將退休金押注在此股身上。惟現時股價較其買入之平均價仍低接近30%，返家鄉仍遙遙無期，譚婆婆更因此而有段時間心情低落，甚至不敢找老友記飲早茶。

這個例子告訴我們，由於老友記收入有限，所以本金相對變得重要。一刻的衝動，或會帶來相當深遠之影響。其實，譚婆婆除了「不認輸」外，亦犯上了投資的大忌——不止蝕。所以投資什麼也好，切記不要過於進取或「不認輸」。另外，有時候「輸」也不見得是一件壞事，像譚婆婆的例子，若她早點「認輸」（止蝕），便不會令自己原本無憂的生活增添煩惱。



開心老字號

◆ 李慧雅

糖水店的主食



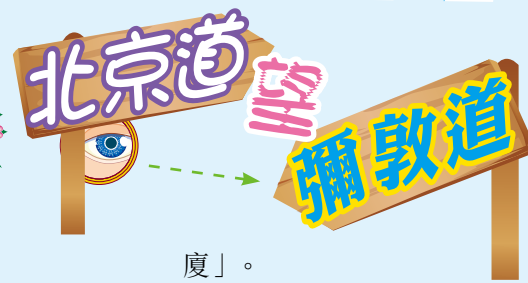
歐洲人在晚飯後愛吃甜品、芝士或嘆咖啡，中國人晚飯後會品嚐糖水。因此香港的糖水店到處都是，現時很多知名的糖水店都是以舊有款式加上創意做出地道糖水以吸引年輕一輩，但杏花樓卻是以做傳統糖水而聞名。眾多傳統糖水當中，湯丸可以說是最難處理的，湯丸的皮要薄、餡要靚，烹煮的過程亦要小心，因可能出現未熟透或煮過時而爆開。這裡的西米皮湯丸卻做

得很出色，薑湯不會太濃或太淡，加上充滿口感的湯丸皮可說是最佳配搭。另外，雙皮奶、豆腐花亦很出色、很細滑；芝麻糊、杏仁糊亦很香滑，值得一試。杏花樓內最吸引筆者的卻是他們的主食——鎮江排骨菜飯，那個排骨的酸味、甜味、鹹味很平均，不會比其中一種味道蓋過，肉質很靚很入味，再配上不油膩的菜飯，很有上海風味。另一出色菜飯是金菇牛肉

卷，醬汁很惹味令人開胃。上海式雲吞麵亦是筆者的另一最愛，雲吞皮是比較厚身的那種，餡料的味度不會太膩，最重要是那些麵質感很彈牙，加清甜的湯底，讓人回味無窮。吃飽後，再吃糖水，這可以說是一個完滿的晚上。杏花樓 地址：旺角太子道西 193 號 新世紀廣場 1 樓 179-180 號舖 電話：2359 9900



◆ 鄭寶鴻



約 1953 年。右方是興建於 1930 年代的重慶商場，於 1959 年拆卸，改建為有「小聯合國」之稱的重慶大廈。其東鄰的歐式三層樓宇為「萬邦酒店」，於 1970 年代改建為「金城假日酒店」。「萬邦」東鄰，隔了一條麼地道的樓宇，亦於 1960 年代初改建成「美麗都大

廈」。樹後有鐘塔的大廈，是位於金馬倫道口落成於 1951 年，當時九龍最高的電話大廈，1980 年代初，改建為匯豐大廈。這一帶是著名的旅遊區，但主要的彌敦道仍十分僻靜，部份馬路中心是可供泊車，現時看來是不可思議的。



● 約 1953 年的彌敦道。