



吳志東

# 捨去不快 獲得快樂



**與** 長者傾談人生中的種種「得」與「失」，有些長者表示在他們的一生中，「得」大於「失」，因此，他們感到人生是快樂的。但是，有些長者表示在他們生命中，「失去」遠多於他們所「得到」的，所以他們總覺得不快樂，而且對於自己所失去的總是耿耿於懷，自怨自艾。對於常常著眼於失去的人，就好像一些人望著半杯水時，只將其著眼點放在空著的地方，經常感到缺乏及不足。

外國有研究指出，快樂是可以透過我們學習觀察周圍美好的事物而獲得的。研究會給予一些十六格的人

面表情相片予認為自己較悲觀及不快樂的人，請他們在十六個表情中尋找出唯一的笑臉表情相片。結果顯示，認為自己較不開心的那一組人，他們尋找笑臉表情所花的時間，竟然比一些認為自己較快樂的人為慢。研究更指出，只要這些「不快樂」的一組人，每天反覆進行練習，在相片中尋找笑臉表情，數個星期後，他們尋找笑臉表情的能力便會大大提高，用於尋找笑臉表情的時間亦大大地減少！而且他們表示經過練習後，他們的心情變得開心及樂觀！



阿虫

**經** 常聽到不少投資專家指長揸的好處，今日媽打更一本正經地問我這個問題。筆者從事金融業已有一段時間，對於長揸的看法亦有自己的一套。剛巧正在看蘋果喬布斯的自傳，就用蘋果公司作一個例子吧！

蘋果公司於1980年12月份進行IPO，若以當日股價計算，累計升幅一度超過26,000%，同期市值上升超過500倍。所以，若你投資的是蘋果公司，而又能夠一直堅持持股至今，現在身家已不知暴漲多少倍。當然，能有如此耐性加上抵得住升幅「誘惑」的投資者應該少之又少，但多少反映若能耐心持貨長揸，確有其吸引力及作用。

不過，我身邊亦有多長揸失敗的例子。黃Sir是我一個中學老師，一直熱衷於投資，有時候約他飲茶，他也會「醒」我幾個「杯把」，但我通常也會一笑置之，因為他研究集中四五線股，而且很多也是耳熟能詳的「消息股」。有一次我忍不住勸他：「黃Sir，其實你已經退休，為何不買穩陣收息股？」

同樣長揸，卻有兩個截然不同的效果，最重要的是要清楚投資品種的「特性」。蘋果近年增長驚人，i系列已成為全球風靡產品，股價有此



史丹利

## 「長揸」好與壞

他回應是因為收息股不夠刺激，而且好多消息股已變「蟹貨」，所以惟有繼續持有，同時亦希望其消息股「生性」，令虧損減少。

但他的如意算盤始終打不響，其中一隻持股因經常「變身」及「合體」，買入價跟現價賬面虧損已達90%，有一次，他更向我

成績實在當之無愧；但消息股基本上缺乏實質因素支持，所以早已應避之則吉。

本以為媽打聽完後會有很多提問，怎知她第一個反應竟然是：「仔，快d幫我搵隻好股長揸！」這個要求相當有挑戰性，希望有朝一日能做到吧！



李慧雅

## 炭爐火鍋



**天** 氣寒冷，最喜愛與家人或朋友圍在火鍋旁打邊爐。現在大多數的火鍋食肆均使用電爐，只有很少數舊式的食肆仍是使用炭爐為火鍋加熱。本期介紹的食肆，除了有傳統的炭爐火鍋外，亦有很多出色的京菜。

店舖的爐，使用了北京的傳統炭爐，爐的中間有一個高塔般的排空管，下面及中間部份放入了燒紅的炭。據店員表示，一個盛滿炭的爐一般可以使用最少三小時，而爐的頂底設有一個鐵片，以便控制空氣流通及火勢。



京式火鍋，與我們常吃的廣東火鍋最不同的是湯底，一般我們有很多不同的湯底選擇，但京式的火鍋即會以清水作為火鍋的湯底，客人自行混合醬料調味。吃京菜，當然少不了羊肉片，薄薄的羊肉片放在清水中灼一灼，再蘸上自選的混醬美味可口。特別推介羊肉水餃，

羊肉與其他餡料配合得宜，即使怕膻味的筆者亦覺得水餃帶有羊的鮮味之餘但卻不膻。另外，推介火鍋配料包括：鮮蝦片、凍豆腐、醉雞件及三鮮水餃等。

**泰豐慶酒家**  
地址：尖沙咀漆咸道  
29-31 號溫莎大廈  
電話：2366 2494



鄭寶鴻

## 皇后大道中

**由** 雪廠街西望，約1915年。左方位於皇后大道中四號，與都爹利街交界的古典建築，曾是十九世紀後期的第二代渣打銀行。而右方的大樓，亦曾於稍後用作渣打的行址，迄至遷往現時行址為止。

中國銀行亦於1920年代由干諾道中遷至四號的地址營業，曾予改建，一直經營至1951年位匯豐東鄰的新大廈落成為止。

右方有三角門蓬的大樓是「丫士打ASTOR酒店」，後來改為「勝斯ST. FRANCIS酒店」，1948年連同右方曾作渣打行址（當時為「國華商業銀行」）的大樓一併被拆卸，以興建頂樓設有「香港證券交易所」

的「公爵行」。勝斯酒店後來遷往銅鑼灣怡和街樂聲戲院隔鄰，第一間東江菜館「醉瓊樓」亦在此開張。



約1915年皇后大道中街景。