



### 投資之道

◆ 史丹利

記得筆者曾跟各位老友記分享過日本「下流老人」的故事嗎？在此先跟各位重溫一下。「下流老人」這一名詞被廣泛關注，主要是在 2015 年時，日本出版了一本名為《下流老人——總計一億人老後崩毀之衝擊》。「下流老人」其實是指一些收入少、存款少以及可依賴的人少之日本老人家。由於日本老人問題嚴重，因此此書一出即時引起外界注意。不過，當地最新又出了另一本與老友記相關的書籍，但今次主題卻正面得多，叫作《上流老人——不為金錢所困的 75 個老後生活提案》。

雖然此書以「上流老人」

# 上流老人的「後著」?

還記得

為題，但嚴格上他並沒有為「上流老人」下定義；全書反而是以開導老友記為主。或者說與其不斷擔心將來，倒不如以平常心看待。以下便是書中其中一個頗值得分享的例子。

內容是這樣的：一位男性老友記工作了超過 35 年後退休，大家都替他感到高興；而他也真的相當享受人生，在退休後便帶著老婆環遊世界。然而令人意外的是，他在退休後不到一年內，就幾乎花光所有退休金！此時大家可能心中也有一個疑問，就是把退休金都花光了，那以後生活怎麼樣？不過，這位老友記卻依然一副滿不在乎、不以為意的樣子。究竟他有什麼「後著」呢？

原來，他本身真的沒有

什麼「後著」，只是他抱著一個信念，就是「退休後的生活並不需要太多錢」。根據他的想法，由於房貸已經繳清，兒女亦已踏足社會，因此對他而言，最重要的就是每天三餐的飯錢就夠了！而且他亦會嘗試找工，皆因認為整天在家無所事事反而容易會病。

驟耳聽像是「自我安慰」，但這種想法亦有其道理，即使退休金不多，但因不用再為房貸及子女教育費擔憂，故此亦沒有必要勉強增加額外收入。加上心情可能會為找多個錢而有所起起伏伏，反而令身心帶來莫大的壓力，變成得不償失，就算增加再多資產也沒有任何意義了。

**長**者有豐富的人生經歷，學懂了對現況的妥協和感恩。但有些長者卻將追尋快樂和幸福置於生命的首位，但世事卻往往事與願違！追尋快樂，卻找不到快樂！追尋幸福，卻抓不住幸福！

有些人，飽受疾病煎熬、經濟拮据或健康問題，令他們更想找到好！睡眠不足，混沌的思考，令他們更想找到

重男輕女的觀念，非常渴望兒子探望和關心自己，但兒子在婚後對她變得冷淡，令她十分悲憤，甚至將兒



### 打開心扉

◆ 吳志東

# 快樂就在你身邊

問題的困擾，他們感受不到快樂和幸福，伴隨著自己的只有擔心和害怕，害怕自己會變得更好，不能支撐下去。他們既羨慕又嫉妒別人得到幸福，最大問題是他們滿懷怨氣，憎恨令到他們抓不住幸福的人！

一位老婦人因存有重男輕女的觀念，非常渴望兒子探望和關心自己，但兒子在婚後對她變得冷淡，令她十分悲憤，甚至將兒

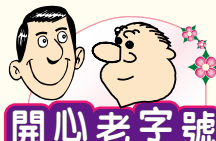
子的不孝行為遷怒於媳婦，結果令兒子疏遠她。老婦人的女兒知道母親不開心，經常前往陪伴，但老婦人視女兒的關心是理所當然，沒有絲毫欣賞和感謝，最終女兒十分失望亦離她

而去。追尋幸福和快樂是人的本性，但太過集中於尋覓心中完美的快樂和幸福形象，會令我們失去焦點，目光狹隘，容易忽略了身邊已存在零碎的快樂和幸福。其實如能將這些被遺忘的快樂和幸福重新拾起，也許能夠拼湊及填補我們內心的空虛與孤寂呢！



◆ 阿虫

**製**作出美味的食物，除了要用好的原材料外，廚師的心思亦很重要。曲奇餅，近年成為香港人最喜愛零食之一，更有很多名人、明星出品自家品牌曲奇。當中影后毛舜筠剛出品的自家品牌 MM+F，更是誠意之作，曲奇十分美味。



### 開心老字號

◆ 李慧雅

對工作及烹調同樣認真的毛舜筠，花了兩年時間完成了法國著名廚藝學院監帶的法國菜課程，可說是真正成為了一位專業廚師。畢業後，她精心製作出色、香、味俱全的曲奇餅，希望帶給香港人一種真正美味曲

# 影后用心製造 曲奇

好的日本麵粉和法國牛油等，相信味道及口感上會給食客一種嶄新的感覺。「黃金花」曲奇以現時潮食的咸蛋黃及日本脆米製造，口感香脆充滿了咸蛋黃的味道之



推出曲奇配茶葉的特別版，大家屆時不妨密切留意。  
MM+F Bakery  
地址：炮台山電器道 168 號 1 樓  
電話：2866 7280



### 想當年

◆ 鄭寶鴻

**與**山東街交界，約 1969 年。最高的是剛落成頂樓有「仙后旋轉餐廳」的胡社生行，其左鄰的新雅酒店及酒樓，現時為雅蘭中心，位於旁邊的麗斯戲院現為麗斯大廈。

巴士旁龍鳳茶樓的樓宇現仍存在，但已改為渣打銀行，左鄰為集團式的五月花酒樓，這區的著名食肆，還有 ABC 愛皮西大飯店，及右方的滿庭芳酒樓等，但最引人注目的是有「老爺」廣告的瓊華

# 旺角彌敦道

酒樓，尤其是每屆農曆八月，其燈火輝煌的耀日月餅推銷燈飾，與龍鳳茶樓的燈飾和宣傳畫，成為市

民以至遊客的焦點。一直以來，這一帶皆被稱為「旺角的旺角」，車水馬龍，人流不絕。



● 約 1969 年的旺角彌敦道。