

臨危不亂的心理訓練

余似心

自從日本核電廠洩漏輻射後，香港便有聲音要求政府進行核漏輻散演習。核漏輻散是極可怕的事，但香港人疏於對核電廠的學習。以香港一般民眾以往表現，在學習疏散之前，還要學習許多控制行為、心理及思想方式的課程，才能進階到學習疏散。

應付危機

蒙妮卡

兒子小時候有吸吮拇指的習慣。醫生解釋，這是小孩子的自然動作反射，有助鬆弛神經，有安全感。自然動作用後，據說，希特勒煩躁不安的時候，也一邊吸吮拇指一邊閱讀馬克思的著作，從中為自己尋找理由去殺害猶太人。

兩家說盲妹

潘國森

徐珂《清稗類鈔》約三百萬字，當年在圖書館看的印刷本共十多冊，現在可以讀網絡版，方便得太多。當中《方言類》有《廣州方言》一條，記錄作者所謂「廣州最通用之名詞」。徐是浙江人，所記不多，且限於小數名詞。當中有一條謂：「盲妹，瞎女賣唱，夜遊街市，其最高者不上街，粵人有娶作妾者也。」

是「公」(或佬)，「妹」還是「婆」，分野不依年齡，實憑外貌，看來青春的是「妹」，「仔」，老成的是「婆」，「公」。

地震的記憶與思考

吳小彬

3月11日，日本東部發生9級強震並引發海嘯，立即吸引了全球的目光。看着電視畫面上坍塌的建築物，燃起大火的煉油廠，發生爆炸的核電站，看着洶湧的海浪捲着汽車、房子沖向公路，漫過大片農田，驚心之餘，我想起了多年前看過的電影《日本沉沒》。

地震的記憶與思考

1976年7月28日凌晨，唐山大地震。那一年，我作為下鄉知青，剛到距省城70華里的一個村莊不久。地震發生在400公里以外，但我們幾個知青還是被震醒了，睡眼朦朧中，看看搖晃的電燈和房頂，我們幾人嘖嘖了幾句，居然連床也沒起，就又睡着了。第二天，聽廣播才知道，昨晚的震中在唐山，7.8級的強震，將一座工業城市頃刻毀滅，24萬人死亡。

是「人類一思考，上帝就發笑」？也許，人類目前的智力水平，仍然不足以解開這個千古之謎？無奈，人類只有依靠自己了。現在已知的對付地震的最有效辦法，就是地震預報，即使在震前10分鐘，或者哪怕是1分鐘作出了預報，人們就能跑到空地和街道上，就能躲開建築物，就可以逃生。



電影《日本沉沒》劇照。網上圖片

百家廊 吳小彬

談精神健康

吳康民

我寫過《知足常樂，長樂延年》和《常懷感恩的心》等文字，認為一個人的精神面貌影響他的壽命，即使不是決定性的，也是十分重要的因素。近讀一位教授的分解，認為一個人的誠信也會影響健康，就是說，道德、品質也和人的健康、壽命聯繫起來了。

投資「亂世」

思旋

早春三月，霧鎖香江。穿梭於維多利亞海港的渡輪，可真的要小心，一片霧茫茫，前景看不清，不敢掉以輕心。住在港島半山所謂豪宅區的富豪，二十四小時開着抽濕機也吃不消，老人家腰酸背痛更不在話下。

網事 狸美美

網民的最大特點是什麼？答曰：「有熱開網，沒熱開網也要湊。」這就是平日的太熱開網，網民們還每天花樣翻新地製造出無數話題，更趕上個熱點事件，一定要把這個大熱開網湊好湊足。而於上星期發生的全國二十四小時開網搶票潮，便是網民們最熱愛的一種大熱開網。