

翠神乾坤

伍淑賢

現在的中學生，下課後都去補習社溫習，或去星巴克或快餐店討論，買杯冷飲坐半小時。

海運大廈

海運大廈為港人提供了一個接觸西方事物的空間，勾起許多回憶。上世紀七十年代正是我們整個中學階段，很多人家都沒地方讀書溫習，我就是在床上和飯桌做功課的。有時家人要看電視，難道不讓看嗎？太吵了就要另找地方溫習。當時的「去處」不出幾種地方：公共圖書館、屋邨的走廊和花園涼亭之類。要不上學校去學校；我們會約好幾個同學，星期六回學校去。課室在假期是鎖著的，但雨天操場有四五張乒乓球桌，可以用。我們會攤開書本在那兒溫習。如果夏天，就會去校園的花槽邊坐，涼風颯颯，讀書最好，有時會睡着。

長壽健康飲食

蘇狄嘉

去了一趟巴馬長壽村，對長壽老人的飲食習慣產生興趣，在網上搜尋了一些資料，可以跟大家分享。養生學家和營養學家在大量調查中發現，長壽老人的日常飲食有八大愛好。

海運大廈樓下的側門，就是全港第一家超市，賣的是舶來貨，如罐頭，都是從未見過的歐式貨色。光讀懂罐頭上的英文，就是最好的通識課。本來是找個地方溫習而已，卻走上一遭精神旅遊。

偏愛紅薯：醫學家說，紅薯含有大量黏蛋白，能防止肝臟和腎臟結締組織萎縮，使人體免疫力增強，還具有消除活性氧的作用。又因紅薯中含鈣、鎂較多，所以能防止骨質疏鬆症。

黃展驥的「謬誤」

黃仲鳴

在學校的圖書館，偶爾讀黃展驥的《謬誤與詭辯》(蝸牛叢書，一九七一年十月第二版)，恍見故人，不禁大喜。這書初版於一九七一年二月，短短數月，千本售罄，再印一千一百本。

「謬誤」來作為武器，若與他辯駁，每被他抓着辮子不放。有了這套思想方法，我們俱不是他的對手，加上其時年輕識淺，被他話難駁倒，真個是一又愛又恨。終於，他的《謬誤與詭辯》出台了，放在書店推銷，購者居然不少，那時我們認為是「股海光輝」，也沒深究。

今番重讀，黃展驥與羅素亦因書店閉門而失去聯絡。這麼多年，料想人亦白頭，不知是否仍繼續「謬誤」下去？在這言語虛假、詭辯的時代，黃展驥的邏輯思想方法，正好有用武的一天。可是，人何去？他是否有弟子承其衣鉢？

「謬誤與詭辯」，這書令我們眼界大開，明白，知道了謬誤確存於我們周圍，不可不察。

謬誤與詭辯 黃展驥著 思想方法的原理及其應用 這部非流行書，當年甚暢銷。 作者提供圖片

牛頭山上品仙茶

陽春四月，去杭州探望姨媽，小聚期間，姨媽提出帶我去牛頭山看看，因杭州的景點我都玩膩了。

右手手指，無名指夾起碗蓋放在桌上，往蓋碗中放入一撮松針似的細小茶葉。然後，退了兩步，端起長嘴尖尖的銅壺，往蓋碗中沖泡滾燙的開水。

陶醉在那一抹茶香中。 網上圖片

樂透了。衷心祝福董董早生貴子，開枝散葉！

然而，最後誰能坐上首席輪轉動是倒要看看背景，貴人扶持，個人能力倒未必最重要，手中是否有實力，當然講白些，是否有才最關鍵，富二代是最當紅的族群哩。

病人心中的彩虹 近日中國紅十字會公布本年度「南丁格爾獎」八位獲獎人，有一位是本港護理界的領袖精英——前醫管局總護理行政經理，現任臨時香港護理專科學院院長林崇傑博士，實至名歸可喜！

歌仔唱「變幻原是永恒」，香港世情的確日日在變。可惜變幻的是物價，和香港樓價一樣，天天「變幻」只有「向上變」，似乎永遠不會向下變。