

生活語絲

吳康民

在報上看到有一則黃允中老先生的訃告，使我想起我唸中學時的一位化學老師，同名同姓的黃允中。香港這位黃允中，得以善終，雖然活了八十一歲，不算高壽，但我的那位老師黃允中，卻死得很慘，他是在上世紀五十年代土改時被當作大地主而處決的。

黃允中老師是出身地主，不然他也不可能入廣州唸完大學，再到日本留學。他學有所成，在戰亂期間，並未能舒其所長，獻身科學救國，只能夠回到家鄉，當個化學老師。不過，他在當老師之前，也曾編輯過《大學叢書》，並有若干編譯著作。他教學也認真，正是由於他的教學有方，所以我後來入讀大學時，才會選擇化學工程。

黃老師雖然地主出身，但他是一個知識分子，生平也只是擔任教師，充其量不過是小資產階級，何以土改這個政治運動一來，便要治他死罪？

兩個「黃允中」

前人民出版社社長、不久前去世的曾彥修，在解放後不久南下廣州，擔任省委宣傳部副部長，兼任《南方日報》總編輯。適逢一九五一年的鎮壓反革命運動，據說晚上接到通知，說明天要公開槍斃一百四十多人，而這些人的罪狀都是空空洞洞，並非罪大惡極，只因要為鎮壓反革命湊個統計數字。

當時曾彥修與擔任《南方日報》副社長的楊奇（曾來港在新華社和大公報工作）商量，決定在午夜時分給當年的華南分局第一書記葉劍英打電話。葉帥說，「這是毛主席決定的，你還有意見嗎？」後來葉帥想了一下，說，「你等着我的電話。」但是主持執行安全部門的某君，卻不買賬，後來還是執行了。其中包括一位當過國民黨廣東省教育廳長的鮑國寶，他是跑到香港再回到廣州投誠的，也給槍斃了。

當然，我的老師黃允中，算不得是什麼大人物。當年鎮反的擴大化，枉死的不知多少，只是我對黃老師印象比較深刻罷了。

天言知玄

楊天命

也許你一直認為，世界上最關心自己的人，非你莫屬。天命最近看了一個網絡演講，卻質疑了這一點。講者 Gary Webb 是心理學博士，討論我們是否關心自己的「心」。

我們從小就會照顧身體。「如果劃傷皮膚，要貼膠布止血」這類常識，連五歲小孩都懂，但情緒「生病」了怎麼辦呢？我們卻不一定知道。

許多人從來不明白，情緒也會生病，遑論自我治療。心情低落時，也許我們都會用負面的偏見攻擊自己：「反正我愚鈍，這輩子注定失敗，遭遇這種挫折，也是正常的。」這就好像比皮膚劃傷了，自己卻繼續用刀子捅傷口，把皮外傷變成重傷，我們從小就懂的「貼止血貼」這常識，竟被拋諸腦後了。

毫無疑問，想處理情緒問題，我們就要放下對自己的偏見。天命不是心理醫生，無法用這個領域的知識幫助閣下。但近日埋頭撰寫新一年的運程書時，「情緒健康」這四個字在我腦海久久縈繞。

我不禁思考，能否令讀者看完運程書後，解開自己的一些心結呢？正如前文所述，大家心情低落時的自我檢視，會令我們的傷口愈來愈深。消除偏見的方法，自然是盡量了解事物的全貌，換言之，我應該設法引導大家全面看待自己。

觀照命運自然是很好的方法，在運程批註中，閣下能明白自己目前處於哪個枝節。若把生命比喻成一棵樹，有時可能橫生枯枝，但只要修剪，樹仍然枝繁葉茂；也許這棵樹的確面臨危機，但其實有護林妙法，可以防止它倒下……總之，若能參透生命樹的全貌，閣下的每一個抉擇，更能趨利避害，為這棵樹謀得最大的生機。

琴台聚客

彥火

司馬光對書珍之重之。他有一套閱讀法則。翻閱書頁，他用大拇指指端和食指端挾着每一頁紙。

古今書癡

彥火

敏，觸到書頁：至啓卷，必先視几案淨潔，藉以茵褥，然後端坐看之，或欲行看，即承以方版，未嘗手汗沾漬，以觸其腦。每看竟一版，即側右手大指，面視其治，而復以次指，面捻而挾過。故得不致探熟其紙。……

古今書癡

彥火

司馬光的讀書法，在今天來說，相信已絕跡了。他愛書的熱誠程度，相信也無人與之倫比，可稱得上古今來書癡。

話說明世嘉靖年間，江蘇省松江縣有一個名叫朱大詔的書癡，平生以搜集善本、初版書為樂。

某日朱氏打聽到蘇州某戶書香門第，珍藏乙套宋刻板袁宏《後漢紀》，見獵心喜。

這套書共三十卷，不但刻工、印工均臻善美，而且用古錦玉籤裝裱，美輪美奐。

朱大詔知道這套書價值不菲，決不是金錢可以買到。為獲得這套書，他便不惜用「美人計」打動對方。

松花江夜遊

松花江

卻熱鬧快活。多少年來，一直以為當我站在松花江畔，會淚流滿臉，會悲憤氣怒，最起碼辛酸沉痛應該會佔滿我蒼涼凝重的心。

卻是一個和我記憶裡，想像中落差太大的松花江夜遊記。

縱然不是每個海外的人都清楚這一段悲情的歷史，但因為這首歌，松花江在海外變成耳熟能詳的名字。橫城海邊有家餐廳就叫「松花江」，以肉骨茶出名，但更多人對沒有濃郁藥材味的肉骨茶不是太鍾情，另一道招牌菜是清蒸龍膽石斑河粉，還有受人喜愛的苦瓜炒蛋。真正的松花江畔，也有著名的東北酸白菜火鍋餐廳，一年四季食客大排長龍，拿手的是松花江著名的料理，包括江裡的魚。

「一九四五年八月十五日，日本宣佈無條件投降。流浪在外的東北人民，終於回到故土。」歲月迴遞流轉，許多沉積在時光裡的歷史，也許沖淡了，風化了，最終成為過去。

以後再到松花江，心情愉悅地乘搭七彩遊船，看璀璨燈光，觀繽紛倒影，爭相拍下燦爛的光影，下船吃個酸白菜火鍋，再叫一道清蒸江魚，不要有血，不要有淚，要有歌，但不要哭泣，誰都不想要所謂的轟轟烈烈、驚天動地，世俗生活是平實實在，溫馨自在，人們的要求就這麼簡單。

「一九四五年八月十五日，日本宣佈無條件投降。流浪在外的東北人民，終於回到故土。」歲月迴遞流轉，許多沉積在時光裡的歷史，也許沖淡了，風化了，最終成為過去。

以後再到松花江，心情愉悅地乘搭七彩遊船，看璀璨燈光，觀繽紛倒影，爭相拍下燦爛的光影，下船吃個酸白菜火鍋，再叫一道清蒸江魚，不要有血，不要有淚，要有歌，但不要哭泣，誰都不想要所謂的轟轟烈烈、驚天動地，世俗生活是平實實在，溫馨自在，人們的要求就這麼簡單。

以後再到松花江，心情愉悅地乘搭七彩遊船，看璀璨燈光，觀繽紛倒影，爭相拍下燦爛的光影，下船吃個酸白菜火鍋，再叫一道清蒸江魚，不要有血，不要有淚，要有歌，但不要哭泣，誰都不想要所謂的轟轟烈烈、驚天動地，世俗生活是平實實在，溫馨自在，人們的要求就這麼簡單。

以後再到松花江，心情愉悅地乘搭七彩遊船，看璀璨燈光，觀繽紛倒影，爭相拍下燦爛的光影，下船吃個酸白菜火鍋，再叫一道清蒸江魚，不要有血，不要有淚，要有歌，但不要哭泣，誰都不想要所謂的轟轟烈烈、驚天動地，世俗生活是平實實在，溫馨自在，人們的要求就這麼簡單。

以後再到松花江，心情愉悅地乘搭七彩遊船，看璀璨燈光，觀繽紛倒影，爭相拍下燦爛的光影，下船吃個酸白菜火鍋，再叫一道清蒸江魚，不要有血，不要有淚，要有歌，但不要哭泣，誰都不想要所謂的轟轟烈烈、驚天動地，世俗生活是平實實在，溫馨自在，人們的要求就這麼簡單。

以後再到松花江，心情愉悅地乘搭七彩遊船，看璀璨燈光，觀繽紛倒影，爭相拍下燦爛的光影，下船吃個酸白菜火鍋，再叫一道清蒸江魚，不要有血，不要有淚，要有歌，但不要哭泣，誰都不想要所謂的轟轟烈烈、驚天動地，世俗生活是平實實在，溫馨自在，人們的要求就這麼簡單。

以後再到松花江，心情愉悅地乘搭七彩遊船，看璀璨燈光，觀繽紛倒影，爭相拍下燦爛的光影，下船吃個酸白菜火鍋，再叫一道清蒸江魚，不要有血，不要有淚，要有歌，但不要哭泣，誰都不想要所謂的轟轟烈烈、驚天動地，世俗生活是平實實在，溫馨自在，人們的要求就這麼簡單。

以後再到松花江，心情愉悅地乘搭七彩遊船，看璀璨燈光，觀繽紛倒影，爭相拍下燦爛的光影，下船吃個酸白菜火鍋，再叫一道清蒸江魚，不要有血，不要有淚，要有歌，但不要哭泣，誰都不想要所謂的轟轟烈烈、驚天動地，世俗生活是平實實在，溫馨自在，人們的要求就這麼簡單。

以後再到松花江，心情愉悅地乘搭七彩遊船，看璀璨燈光，觀繽紛倒影，爭相拍下燦爛的光影，下船吃個酸白菜火鍋，再叫一道清蒸江魚，不要有血，不要有淚，要有歌，但不要哭泣，誰都不想要所謂的轟轟烈烈、驚天動地，世俗生活是平實實在，溫馨自在，人們的要求就這麼簡單。

以後再到松花江，心情愉悅地乘搭七彩遊船，看璀璨燈光，觀繽紛倒影，爭相拍下燦爛的光影，下船吃個酸白菜火鍋，再叫一道清蒸江魚，不要有血，不要有淚，要有歌，但不要哭泣，誰都不想要所謂的轟轟烈烈、驚天動地，世俗生活是平實實在，溫馨自在，人們的要求就這麼簡單。

以後再到松花江，心情愉悅地乘搭七彩遊船，看璀璨燈光，觀繽紛倒影，爭相拍下燦爛的光影，下船吃個酸白菜火鍋，再叫一道清蒸江魚，不要有血，不要有淚，要有歌，但不要哭泣，誰都不想要所謂的轟轟烈烈、驚天動地，世俗生活是平實實在，溫馨自在，人們的要求就這麼簡單。

以後再到松花江，心情愉悅地乘搭七彩遊船，看璀璨燈光，觀繽紛倒影，爭相拍下燦爛的光影，下船吃個酸白菜火鍋，再叫一道清蒸江魚，不要有血，不要有淚，要有歌，但不要哭泣，誰都不想要所謂的轟轟烈烈、驚天動地，世俗生活是平實實在，溫馨自在，人們的要求就這麼簡單。

松花江夜遊

松花江

那個時候還不知道前走的方向是松花江。用餐之前，Y告訴我幾個老友已相約晚餐後去喝咖啡，廣州的L說由剛領稿費的她來請客。走出餐廳，外頭是中央大街，涼爽的晚風、閃爍的霓虹燈、路邊的樂團表演、廣播的美妙旋律，把剛入夜的街道注入一種絢麗活潑的氣氛，空氣中洋溢着馬迭爾雪糕的甜香味，瀰漫着閒適舒緩和柔軟細膩的浪漫，同來晚餐的學者們沒有人要乘大巴回酒店的意思。人多便沒法小聚，幾個人私下悄悄把咖啡宵夜改成下一次的相聚時光。

夏天的哈爾濱，遊人不絕如縷，樂聲不絕於耳。中央大街路旁古典的歐式建築，匯集不同時期的藝術風格，造型姿態豐富別致，歷經滄桑而永恒典雅，單看風情萬種的建築物已是視覺享受，步伐徐緩的理由並非人多如鯽。摩肩接踵走到路盡頭，周邊的現代建築，皆以大取勝，大酒店、大購物商場、大燈光，所有斑駁的歲月痕跡都隱沒在色彩繁雜的燈光後面。途經大型停車場，剛越過馬路，秀氣細緻的L突然唱起來：「我的家在東北松花江上，那裡有森林煤礦，還有那滿山遍野的大豆高粱。我的家在東北松花江上，那裡有我的同胞，還有那衰老的爹娘！」然後大家一起和音「九一八，九一八！從那個悲慘的時候！九一八，九一八！」平時看似沒脾氣，總是笑瞇瞇，輕聲細語的L把這首雄壯的愛國歌曲，表現得慷慨激昂。

可是，為什麼在這裡，在這個時候唱抗日歌曲呢？走在前邊的T轉回頭說：「松花江就在前面。」這時我們站在防洪紀念塔廣場上，左側是個燈火簇擁的舞台，台上打出熒燈字幕「2015迷人的哈爾濱之夏——生活的樂章，市民藝術節」。人太雜亂了，看不到也聽不見是什麼表演，後來才知七月底，這項活動特別邀請了伏爾加莊園的俄羅斯藝術舞團來表演，節目有歌唱和舞蹈，其中耳熟能詳的有時時迴旋腦海的《莫斯科郊外的晚上》，表演者並以踢踏舞跳出《喀秋莎》，以及演奏俄羅斯最有特色的民間樂器「巴揚」（類似我們的手風琴）。那晚上有萬個來自國內外的觀眾，特地到哈爾濱消暑，享受愜意涼快夏天，同時赴這一場自由灑脫的音樂藝術盛宴。

八月初抵哈爾濱的我們錯過異國風情的音樂表演，心裡惋惜，然而，心中更為景仰的景點卻是近在眼前的松花江。L唱的歌下半段是揪人心的淒涼，「從那個悲慘的時候，脫離了我的家鄉，拋棄那無盡的寶藏，流浪！流浪！整日價在關內，流浪！哪年，哪月，才能夠回到我那可愛的故鄉？哪年，哪月，才能夠收回那無盡的寶藏？爹娘啊，爹娘啊。什麼時候，才能歡聚一堂？」色彩變換的燈光把水上的遊船照射成七彩斑斕，水裡的倒影又把顏色搖晃得一片繽紛，松花江的故事在時間的江水裡流轉，已經變得模糊不清了嗎？然而海外來人無論在什麼地方，什麼時候，一聽見《松花江上》的旋律，眼淚便失去控制掉落下來。其實僅僅知道當時為了抗日戰爭，熱愛愛國的人民離家鄉遠父母，可是，在松花江上究竟發生了什麼事件呢？

出席哈爾濱的文學研討會之前，特別上網查了一下。「一九三一年九月十八日，農曆八月初七，距離中國傳統佳節中秋節還有八天。日本不宣而戰，悍然發動「九一八」事變，進攻北大營。等待賞月團圓的東北人民猝不及防，隨後的四個多月，他們家破人亡，從此顛沛流離。」

「東北抗聯轉戰白山黑水，開闢了全國最早、堅持時間最長的抗日戰場。僅從一九三一年的九一八事變到一九三七年九月這六年間，抗日聯軍就牽制了關東軍約八十萬人。有力支持和聲援了各地的局部抗戰。」事隔八十四年，現在讀來，心仍舊要發自肺腑地酸起來。日本人突然在中秋節前八天進攻東北，多少家庭的團圓夢被日本炮彈打得支離破碎，中國人從此開始了不只是自尊被踐踏得傷痕纍纍，就連生命也無法自保的惡夢日子。

一九三六年，在西安二中執教的張寒暉，看到大批東北軍官兵和逃難者在街頭流浪，聽到他們控訴日軍的罪行，傾訴對親人的思戀和失去故鄉的悲傷，張寒暉寫出歌詞並譜曲，歌詞裡有流亡者的心聲，曲調中有泣血的呼喚，聽的人或唱的人，情不自禁淚流滿面。

了解《松花江上》的背景以後，更加佩服東北人民，「一九三二年四月，國聯調查團抵達中國，出席會議的中國代表顧維鈞不得不承認：『沒有東北的直接抗日，在國聯大會上簡直沒有話可講。』」這回終於到東北，終於有機會看到值得尊敬的東北人，也看看數十年來收在心裡的「哭泣的松花江」。

匆忙間登上遊船，賣票的人、剪票的人都說快點快點，結果我們坐在船上聊了十幾分鐘，老朋友相聚，笑話頻頻間還有遊客紛至沓來，原來沒有特定時間限制，待人坐滿方開船。色彩紛呈的遊船終於開動，江上風大，雨小，船上遊人都到船舷邊拍照，把兩岸耀眼的流光溢彩、燈飾炫目的新舊參雜高樓大廈都帶回家。人聲嘈雜，氣氛

一下。」「一九三一年九月十八日，農曆八月初七，距離中國傳統佳節中秋節還有八天。日本不宣而戰，悍然發動「九一八」事變，進攻北大營。等待賞月團圓的東北人民猝不及防，隨後的四個多月，他們家破人亡，從此顛沛流離。」

「東北抗聯轉戰白山黑水，開闢了全國最早、堅持時間最長的抗日戰場。僅從一九三一年的九一八事變到一九三七年九月這六年間，抗日聯軍就牽制了關東軍約八十萬人。有力支持和聲援了各地的局部抗戰。」事隔八十四年，現在讀來，心仍舊要發自肺腑地酸起來。日本人突然在中秋節前八天進攻東北，多少家庭的團圓夢被日本炮彈打得支離破碎，中國人從此開始了不只是自尊被踐踏得傷痕纍纍，就連生命也無法自保的惡夢日子。

一九三六年，在西安二中執教的張寒暉，看到大批東北軍官兵和逃難者在街頭流浪，聽到他們控訴日軍的罪行，傾訴對親人的思戀和失去故鄉的悲傷，張寒暉寫出歌詞並譜曲，歌詞裡有流亡者的心聲，曲調中有泣血的呼喚，聽的人或唱的人，情不自禁淚流滿面。

了解《松花江上》的背景以後，更加佩服東北人民，「一九三二年四月，國聯調查團抵達中國，出席會議的中國代表顧維鈞不得不承認：『沒有東北的直接抗日，在國聯大會上簡直沒有話可講。』」這回終於到東北，終於有機會看到值得尊敬的東北人，也看看數十年來收在心裡的「哭泣的松花江」。

匆忙間登上遊船，賣票的人、剪票的人都說快點快點，結果我們坐在船上聊了十幾分鐘，老朋友相聚，笑話頻頻間還有遊客紛至沓來，原來沒有特定時間限制，待人坐滿方開船。色彩紛呈的遊船終於開動，江上風大，雨小，船上遊人都到船舷邊拍照，把兩岸耀眼的流光溢彩、燈飾炫目的新舊參雜高樓大廈都帶回家。人聲嘈雜，氣氛

一下。」「一九三一年九月十八日，農曆八月初七，距離中國傳統佳節中秋節還有八天。日本不宣而戰，悍然發動「九一八」事變，進攻北大營。等待賞月團圓的東北人民猝不及防，隨後的四個多月，他們家破人亡，從此顛沛流離。」

「東北抗聯轉戰白山黑水，開闢了全國最早、堅持時間最長的抗日戰場。僅從一九三一年的九一八事變到一九三七年九月這六年間，抗日聯軍就牽制了關東軍約八十萬人。有力支持和聲援了各地的局部抗戰。」事隔八十四年，現在讀來，心仍舊要發自肺腑地酸起來。日本人突然在中秋節前八天進攻東北，多少家庭的團圓夢被日本炮彈打得支離破碎，中國人從此開始了不只是自尊被踐踏得傷痕纍纍，就連生命也無法自保的惡夢日子。

一九三六年，在西安二中執教的張寒暉，看到大批東北軍官兵和逃難者在街頭流浪，聽到他們控訴日軍的罪行，傾訴對親人的思戀和失去故鄉的悲傷，張寒暉寫出歌詞並譜曲，歌詞裡有流亡者的心聲，曲調中有泣血的呼喚，聽的人或唱的人，情不自禁淚流滿面。

租房記

趙鵬飛

自己出來租房，總是獨立生活的象徵。跟租房有關的事情，更是千奇百怪，我聽過一個驚悚的。有兩個小姑娘很好，差不多可以算是閨蜜。一個正在找房子，另一個知道了馬上熱情地說：「我們家要搬新家，老房子租給你吧，傢具是現成的，拎個包就能直接入住。」找房子的小姑娘聽馬上樂了，二人又樓又抱，像一對親姐妹。

小姑娘住了快一個月，偶然碰見樓下的一個大嬸。想必是剛跳了廣場舞回來，臉上的汗水像決了堤，把眼線沖得歪歪扭扭，像鋸齒般圍着有些微微突出的眼珠子，樓道上燈光不怎麼亮，冷不丁的嚇人一跳。不等小姑娘回過神來，大嬸瞪着一雙鋸齒眼，已經從頭到腳把小姑娘「鋸」了一遍。

「小姑娘你一個人住樓上那套大房子？膽子不小啊！」本想打個招呼含糊過去，一聽這話，姑娘果斷收住腳，嘴唇也跟着收，擠了一個微笑：「是啊，我自己住樓上。這房子不好嗎？」

「房子當然是好房子，又大又敞亮。只可惜他們家老太太不知怎的，上個月就着家裡的門框上吊，倒着不說還怪嚇人的。」大嬸的唾沫星子還沒飛過來，姑娘噲的一聲頭就炸了，扶着牆胡亂喘着，才下到樓梯口，腳軟得像煮過了頭的麵條，撐不住身體，只好斜歪在樓下的鐵門上。稍稍平復了一下心緒，姑娘掏出丁了吊，你竟然把房子租給我！」

「你下次來我們家玩，我奶奶不是對你挺好的嘛……」這個故事夠驚悚吧。比較起來，我的一次租房經歷，就顯得香艷多了。

房東是一個四十多歲的阿姨，嬌小蒼白，襯着一副無框眼鏡，像以前小學的老師，或者某文化單位的女幹部。她租給我的是一套小房子，一房一廳，開放式廚房。因為是新裝修，傢具也都是新的，開價差不多是同地段的兩倍。我是個

租房記

趙鵬飛

「你奶奶在家裡上了吊，你竟然把房子租給我！」

「你下次來我們家玩，我奶奶不是對你挺好的嘛……」

「你奶奶在家裡上了吊，你竟然把房子租給我！」

「你下次來我們家玩，我奶奶不是對你挺好的嘛……」

「你奶奶在家裡上了吊，你竟然把房子租給我！」

「你下次來我們家玩，我奶奶不是對你挺好的嘛……」

「你奶奶在家裡上了吊，你竟然把房子租給我！」

「你下次來我們家玩，我奶奶不是對你挺好的嘛……」

「你奶奶在家裡上了吊，你竟然把房子租給我！」

「你下次來我們家玩，我奶奶不是對你挺好的嘛……」

如何能好好地退燒？

湯禎兆

之前談過不要用退燒藥，甚至物理降溫，如退熱貼及沖冷水浴也不要。很多人問那怎樣退燒，當然是找西醫以外的其他療法醫治，從病因着手；但若沒有醫師可請教，還是有點東西可以做的。

是的，既然坊間教了不少自行退燒方法，我不妨也以非專業醫生的角度去說說，什麼是合乎常理的退燒辦法。

身體要發燒，是要達至可以燒死病菌病毒的溫度。發燒是身體自救的方法，亂降溫是自毀長城。明白這個道理後，有不少物理方法可做，只要不是相反方向就成了。一是浸暖浴，溫度比體溫高約零點五度，直至身體出汗，離開暖浴，量體溫。飲水補充水分後，再量溫度，若未退燒，可以重複，以體力接受到的次數為據，幫助身體完成目標。

身體要發燒，也是要增加血液循環，有科學家亦發現，人的體溫高一度，免疫力會上升幾十巴仙。如何增加血液循環，黃偉德醫師曾教導以十分鐘熱毛巾敷背，再以冷毛巾敷五分鐘，重複兩次，以熱毛巾作結。大人的話可用浸浴代替，但較多工夫和浪費用水。這樣來回多次，身體血管膨脹收縮，加快血液循環。小朋友不可受刺激，則可以用先前的方法代替。

另一是原始點的教法——薑茶、按摩、溫敷。發燒可做頭部的原始點，風池穴位一定有用，不太清楚位置就多按摩頭背及頸背，然後溫敷，再喝薑茶，重複步驟，甚至加重薑茶分量，當中綜合了補充熱能及加速血液循環兩個目標。

食療方面，除了薑茶外，可加甘草或炙草，解毒驅寒。西洋方法有蒸洋蔥蒜頭水，殺菌一流。坊間教很多飲果汁方法，我不太推介，因為一來水果多寒涼，中國人的體質不如西方人偏熱，維他命C未到，元氣已傷。另外是水果多偏酸，酸入肝，會把病菌和病毒帶入肝，與中醫的散表原理相左，很容易變成久咳，因為外邪入裡。

最後，分享一些自家經驗，按摩對小兒發燒很有用，清天河水，清肝和肺經，以及捏脊脊骨都快見效，可以上網找找手法。若加薑油，稍稍刮沙，成效更快。若沒有人能幫忙按摩，自己可以先洗浴，再用薑油按腳底，蓋被焗汗，很快就可以治標又治本。

最後，分享一些自家經驗，按摩對小兒發燒很有用，清天河水，清肝和肺經，以及捏脊脊骨都快見效，可以上網找找手法。若加薑油，稍稍刮沙，成效更快。若沒有人能幫忙按摩，自己可以先洗浴，再用薑油按腳底，蓋被焗汗，很快就可以治標又治本。

最後，分享一些自家經驗，按摩對小兒發燒很有用，清天河水，清肝和肺經，以及捏脊脊骨都快見效，可以上網找找手法。若加薑油，稍稍刮沙，成效更快。若沒有人能幫忙按摩，自己可以先洗浴，再用薑油按腳底，蓋被焗汗，很快就可以治標又治本。

最後，分享一些自家經驗，按摩對小兒發燒很有用，清天河水，清肝和肺經，以及捏脊脊骨都快見效，可以上網找找手法。若加薑油，稍稍刮沙，成效更快。若沒有人能幫忙按摩，自己可以先洗浴，再用薑油按腳底，蓋被焗汗，很快就可以治標又治本。

最後，分享一些自家經驗，按摩對小兒發燒很有用，清天河水，清肝和肺經，以及捏脊脊骨都快見效，可以上網找找手法。若加薑油，稍稍刮沙，成效更快。若沒有人能幫忙按摩，自己可以先洗浴，再用薑油按腳底，蓋被焗汗，很快就可以治標又治本。

最後，分享一些自家經驗，按摩對小兒發燒很有用，清天河水，清肝和肺經，以及捏脊脊骨都快見效，可以上網找找手法。若加薑油，稍稍刮沙，成效更快。若沒有人能幫忙按摩，自己可以先洗浴，再用薑油按腳底，蓋被焗汗，很快就可以治標又治本。

最後，分享一些自家經驗，按摩對小兒發燒很有用，清天河水，清肝和肺經，以及捏脊脊骨都快見效，可以上網找找手法。若加薑油，稍稍刮沙，成效更快。若沒有人能幫忙按摩，自己可以先洗浴，再用薑油按腳底，蓋被焗汗，很快就可以治標又治本。

最後，分享一些自家經驗，按摩對小兒發燒很有用，清天河水，清肝和肺經，以及捏脊脊骨都快見效，可以上網找找手法。若加薑油，稍稍刮沙，成效更快。若沒有人能幫忙按摩，自己可以先洗浴，再用薑油按腳底，蓋被焗汗，很快就可以治標又治本。

最後，分享一些自家經驗，按摩對小兒發燒很有用，清天河水，清肝和肺經，以及捏脊脊骨都快見效，可以上網找找手法。若加薑油，稍稍刮沙，成效更快。若沒有人能幫忙按摩，自己可以先洗浴，再用薑油按腳底，蓋被焗汗，很快就可以治標又治本。

最後，分享一些自家經驗，按摩對小兒發燒很有用，清天河水，清肝和肺經，以及捏脊脊骨都快見效，可以上網找找手法。若加薑油，稍稍刮沙，成效更快。若沒有人能幫忙按摩，自己可以先洗浴，再用薑油按腳底，蓋被焗汗，很快就可以治標又治本。

最後，分享一些自家經驗，按摩對小兒發燒很有用，清天河水，清肝和肺經，以及捏脊脊骨都快見效，可以上網找找手法。若加薑油，稍稍刮沙，成效更快。若沒有人能幫忙按摩，自己可以先洗浴，再用薑油按腳底，蓋被焗汗，很快就可以治標又治本。