

投資之道
◆史丹利

今次要跟各位分享一件早前發生在我身邊的真人真事……

話說前陣子因工作關係十分忙碌，就連與兩老見面的時間亦不多，所以差不多隔了三星期才與他們食晚飯。

「阿仔，下次你見到Angus，跟他講聲幫我緊些！」在食晚飯時，老爹突然對我說。「Angus？哪一個Angus？」我有很多朋友，但身邊叫Angus卻不多，而且也不算熟絡。「你大學同學呀！他跟我說是你很好朋友，上星期他跟我見面，並向我介紹一個投資計劃，我現時還再等他給我計劃書呢！」

聽到這裡，我給他的第一個反應是：「等等！在我記憶中，我大學好像沒有人叫Angus……」我見老爹的

仔女的

「老死」?!

臉色開始有微微改變。「是，我還留有他的卡片，要看嗎？因為我知近來你很忙，加上他又說是你『老死』，所以我也沒有打算問你，只是碰巧你回來食飯，先想到問一問你。」

這時候，我已經接過了卡片看看。卡片上的中文名稱我是認識的，確實是大學其中一名同學，但當時他叫Edward，現在卻改了另一個英文名，不過嚴格上，我跟他並不算熟，畢業至今碰面的次數可能一隻手已夠數！由於不知他「攞邊科」，所以我馬上致電給他，質問他究竟有何目的。

可能他也預計我會打給他，所以當他收到我電話時，聲音反而有點高興！他亦馬上給我解釋，說從其他同學中知道我近況，而他本

身亦從事保險工作，所以便打算透過同學關係去向我父母推介退休計劃。

最後我父母有沒有「幫襯」他？沒有。並不是他沒有知會我，而是我早已幫父母購買了足夠的保障。不過，這次事件的教訓有二：首先，若有人聲稱與子女很熟絡的話，應先向子女求證一下；其次是要多點與父母溝通，特別是要提醒他們對一些可能不太熟悉的人要保持一定戒心。

打開心扉
◆吳志東

喚



負面思想

生活中不愉快的遭遇、健康或人際關係等問題，均會使人產生負面的思想。如果我們不斷反覆思想這些負面的事件或情況，會很容易感到不開心、失意及內心愁煩；一旦出現這些情緒問題，或會出現精神難以集中、疲倦、沒有胃口，甚至失眠等身體不適。事實上，反覆的思想負面的事件或不愉快的事情，只會令我們在思想上不斷鑽牛角尖！長此下去，不但不能解決有關問題，情緒及身體更會受到影響。因此，當我們出現負面思想時，便要想法子將它喚停。

老友記不妨參考以下喚停負面思想的方法：當出現負面思想時，嘗試心中向自己大聲呼喊：「不要再想下去！」，又或者心中提醒自己：「等等，不要將事情看得太過悲觀！現時情況不是如想像中那麼壞！」

當練習喚停負面思想的時候，有些老友記表示，越是自己不去想感到困擾的事情時，反而越會去記或思想這些負面事件！其實，這亦是不少練習喚停負面思想的人常會遇到的困難。例如：當我叫我不要去想像「紅色氫氣球」時，你的內心已經立即出現這個「紅色氫氣球」了。如你有出現此情況，可嘗試按摩一下身體繃緊或疼痛的部份，起來斟一杯水給自己，又或者練習一下深呼吸，這樣也可以幫助我們喚停負面思想的。



◆阿虫

日本拉麵，風味多不勝數，不論是湯底、麵質、配料等選擇繁多。除了不同地區會提供不同的傳統風味，在特定的季節，更會以季節性的材料，特別製作季節性的拉麵。今次介紹的日本拉麵店，店鋪面積雖少，但應該可以滿足到你味覺的需要。



開心老字號

◆李慧雅

蟹黃拉麵

秋冬是食大閘蟹及長腳蟹的好季節，除了鮮甜的蟹肉，很多人都喜愛蟹膏，即蟹黃。特別推介給予愛蟹的你，可品嚐大圍這間拉麵店所提的秘製蟹黃拉麵。這個拉麵的湯底用料十足，選用了大閘蟹的蟹膏、長腳蟹的蟹肉及蟹腳熬製，蟹味香濃，配以彈牙的拉麵，必定讓愛吃蟹的你回味無窮。



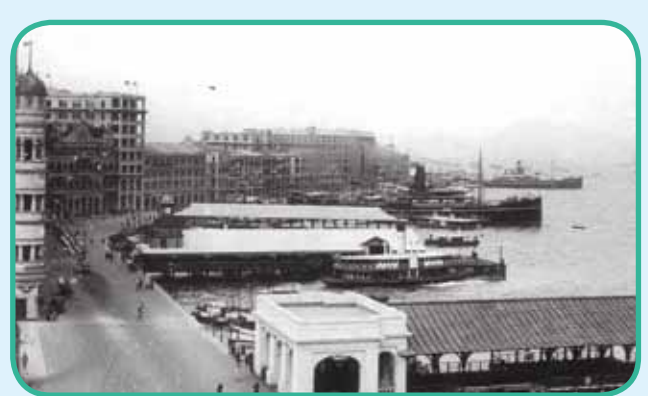
另一推介的拉麵是醬油豚骨沾麵，沾麵的吃法與食冷麵有點相似，但沾麵卻是配以熱及香濃的湯底，湯底充滿香濃的醬油及豬骨味。沾麵的不住多喝幾口。

博多拉麵龍亭
Hakata Ramen Ryutei
地址：大圍大圍村第九街10A地下
(積富街旁)
電話：2616 0015

1927年的干諾道中



古今照
◆鄭寶鴻



● 1927年皇后碼頭一帶。



● 現干諾道中。

由皇后像廣場西望。前方是1925年落成的皇后碼頭，再過是原為雪廠街碼頭的天星碼頭，其背後是卜公碼頭、鐵行碼頭及德忌利士碼頭。

左方的皇后行於1963年改建成文華酒店，亦見畢打街口的古典郵政總局，其鄰是鐵行大廈。中間最高的是落成於1926年尾的消防局。郵政總局現為環球大廈，鐵行大廈現為歐陸中心。