

面對現實解決問題

人生的道路本來是佈滿了荊棘，到處是困難，到處是痛苦。所以我們遇到困難，就要把它克服及解決，你要想逃避是不可能的。因爲一件事沒有得到解決，你越想忘記它，越是忘不了，而且永遠要在你的心裡面存在，刺激你，使你痛苦！

許多心理病的原因，都是由於逃避現實。我們如遭遇到困難的問題，就要力求解決，不管它是如何的困難。當我們克服或解決問題以後，就會感到心地坦然，得到安慰。不要讓不安藏在記憶中，啃噬你的心靈。（玉枝）

到人家拜訪的禮貌

拜訪朋友或有事情拜托到人家去時，應注意訪人的禮貌：

㈠除了事先約好之外，最好在上午十點或下午三點左右去拜訪，避免主人吃飯或午睡的時間。

㈡如果遇到主人正在和其他的客人談話，應該坐在會客室的外面等候，或向主人聲明：幾點鐘再來。

㈢進入人家後，不要東張西望，不要隨便批評人家裡的陳設。

㈣談完來意之後，馬上就告辭。除是知己朋友外，談完話後不必逗留過久。

㈤如果遇到主人正要外出時，可以作以後的約會，或把要說的話簡單明白的說出，立即告辭。

㈥談話到了主人快要吃飯的時間，就要提早告辭。（文佐）

好朋友和壞朋友

交友是我們生活上的需要，但是社會上也有許多壞人。好朋友能對我們的事業有幫助，交到壞朋友會有許多壞影響，所以我們交朋友也要注意。

凡是時常勉勵我們做事謹愼，勸告我們節省勤儉，日常生活心氣平和的，可以稱是好朋友。引誘我們花天酒地，貪玩浪費，做不正當娛樂，或是教唆我們去爭強打鬪的，都是壞朋友。壞朋友常是禍害的根源。（逸雲）

自尊心和責任心

幼年失去教育的孩子，常會有自卑或自私的心理。長大以後，做事情常以爲我不如別人，因爲怕別人取笑，就不敢發揮自己的才能去做事。或喜歡貪圖小利，以致成年後一事無成。

所以做家長的，應該時刻注意，養成孩子的自尊心和責任心。有責任心的人，到處都受人歡迎的。（陳勝雄）

苦瓜燜排骨

材料：苦瓜一斤，小排骨半斤，豬油二湯匙，蒜五瓣，葱一支，酒、糖、太白粉、醬油、鹽少許。

作法：㈠將苦瓜切開兩半，挖出瓜子洗淨切成長方形，下鍋加水略煮，撈出，用清水浸泡，如此可以去除苦味。

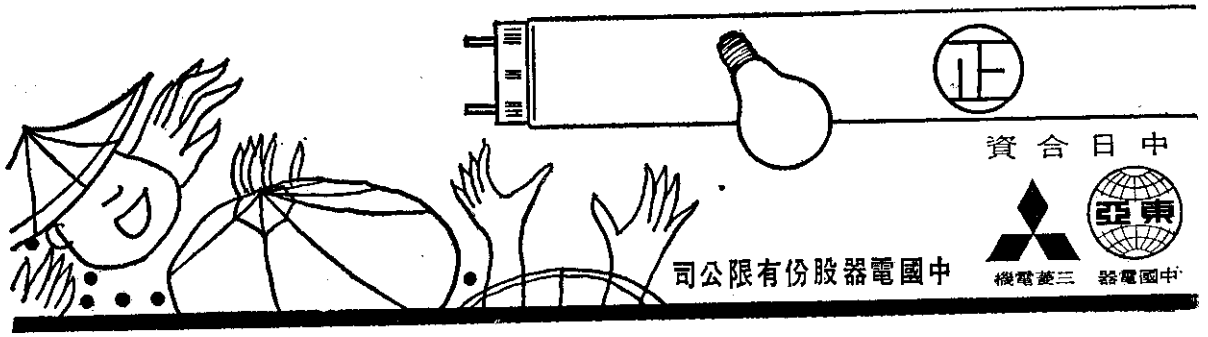
㈡排骨切段，用太白粉拌均勻，放入油鍋內炸十數秒鐘立即撈起。另猪油燒沸，先把蒜加入爆炒，接着加入酒，排骨及苦瓜，並加水少許煮沸。再加糖、鹽、醬油、葱段等調味，用文火燜燒到汁快乾時即好。（詹春香）





東亞日光灯·灯泡

榮獲　經濟部金像獎品質獎第一名



中日合資

中國電器股份有限公司

東亞　三菱電機