



忍耐可以幫助成功

一件事情能否成功，要看有沒有堅韌的意志。事業的成就，可以說是經過無數次耐心的累積。一個有作為的人，必須能忍人之所不能忍。

無論何時何地，與人相處或商討事情，要互相忍讓。暴躁着急，不但於事無補，反而要失去許多機會，或是失去朋友。

在任何困難、痛苦、災禍與不幸的環境裏，仍然要盡一切的可能去忍耐，不要因為稍不如意而心灰意冷。在艱苦的環境裏，要以更大的勇氣，更多的決心和更堅強的意志，勇敢的面對現實，那麼，成功是必然的。(彭正義)

男女戀愛慎於始

青年男女戀愛須要慎重。什麼貨都可以欠，唯獨不可欠下男女間的感情債。欠下這種債無法償還，會使你終生耿耿不安。

所謂不可欠下男女間的感情債，並不是說來者不拒，一視同仁；而是說，一開頭就要萬分慎重，不可玩弄感情。從初識到熟識的階段中，如果你對他沒有興趣，就應及早使他知道你的態度，把普通的社交與戀愛要分開。

不要以為隨便玩玩沒有關係，使對方摸不清你的態度，或是為了情面而因循敷衍，以致到後來，你再表明態度的時候，感覺到特別困難。那時，如

你表現得不够堅決，對方不肯放手；如果你太堅決，又難免傷害他的自尊心，甚至引起極不愉快的後果，還不如當初冷淡的好。(博田)

幾個孩子最適當？

孩子太多，無論在個人健康或家庭經濟上都是沉重的負擔，家庭中沒有孩子又太寂寞。幾個孩子最適當呢？這要看個人的家庭環境和經濟情況而定，兩個至四個孩子很普通，五個孩子可以說是很多了。

孩子出世的間隔也不要太近，以免影響母親的健康。孩子太多超過家庭負擔時，教育與營養都受影響。子女不在多，能培養出出人頭地的子女，才是真正的有福氣，才是父母的光榮。

怎樣才能計劃生育，最好參加家政研究班或請教有經驗的醫生護士，將可得到適當的指導。沒有孩子的夫妻，也應該去請醫生檢查治療。(思華)

怎樣控制你的憤怒？

(一)當你感到情緒過份緊張時，強迫你自己坐下來，把引起你憤怒的事，胡亂的寫在一張紙上，不管它是多麼的矛盾百出。

(二)閉目沉思激怒你的每件事情。這樣做，無形中就會將憤怒的情緒削弱到你控制的程度。

(三)到一位你最信任的朋友家去，向他傾訴你所要發洩的牢騷。如果你不願將你的事情告訴給任何人知道，那麼就寫在信紙上，裝進信封，然後將它燒毀。

(四)假使你事先已很努力的克制過，你仍然感覺憤怒一直在內心湧動，不妨對你自己說一遍：「這樣做我將鬧出笑話，並且會失去朋友，只有損己不利人，我必須克制我自己。」



五十 豐年曆書 還有少量存書

本刊讀者如需要豐年曆書的，請附郵票五元，來信寄一號北市伊通街一〇六巷二十七號豐年讀者服務部一收。

！

(四)人在憤怒時，拳頭自然會握得緊緊的，甚至全身顫抖，並且嗓門提得很高，肌肉也都緊張起來。此時你一定要用冷靜的頭腦，消除這種劇烈的生理現象。

藉着意志的作用，把你自己的手鬆開，還得把手指頭伸得筆直。盡量降低你的嗓調，減低到像耳語聲更好。

或是將全身放鬆，跌坐在椅子上或平躺下來。你想想看，要騎着發怒，那是很不容易的事。(陸海空)

剪貼報刊好消遣

閱讀報刊的時候，常會發現一些有價值，而且值得留戀的好文章好圖片。(如：家庭生活指導、新知識、小常識、笑話、鬧案、漫畫等……)新知識可使你見聞廣博，好的作品提高你的學識，風趣的漫畫笑話，能把你一天工作的疲憊沖淡，紀念性的圖片可使你畢生難忘。

如果你想永久保存那些美好的作品，最好的方法就是剪貼。

剪貼報刊並不需要花許多錢，只要有一本較大的白紙簿子就行了。剪貼時，把報紙雜誌的名稱和出版日期，記在下端，就很便於查考。

閑暇時拿出剪貼簿來閱讀或欣賞，樂趣無窮。積少成多，慢慢的你將會發現，這是一種新穎的好消遣。(薛聰賢)