

燒臘店在今日臺灣各地已經十分常見，幾乎是陪伴許多人成長的食物記憶之一。但為何有這麼多店家林立呢？除了一些零散的香港師傅因為嫁娶關係，所以單打獨鬥離鄉背井來此開店外，七零年代末期更有企業以系統性地招募師傅在門市製作便當販賣，此源自於業者察覺比起香港燒味飲食文化發展到鼎盛而言，距離相近的臺灣民眾還對這港式美味一知半解，因此從當地聘請大批燒臘師傅，卻沒想到如此廣受好評。他們在僱傭契約到期離開老東家後，萌生了於此扎根自行創業的念頭。

在美國大部分中餐廳都可以吃到內夾籤詩字條的幸運餅乾，但這種食物並非產自中國，而是起源於日式點心料理：江戶時代在新年期間就有著將卜卦籤詩放進食物的習俗，但美國與日本在二次大戰爆發珍珠港事件成了敵對陣營，導致加州境內日裔社區裡的餐廳和商店出現無人經營窘境，讓美式亞洲風味脆餅進入中餐廳，因緣際會成為眾人熟知的一道甜點。

埋怨是會往周圍擴散！一個人如果經常是怨天尤人、批這評那，則他的情緒很容易就會波及到旁人，甚至間接影響了整個氣氛，日積月累下造成群體中充滿了怨聲載道和楚囚相對的消極氛圍；不僅如此，還會吸光個人愉悅心情和好人緣，同時讓自信消逝使之失去動力，非但沒辦法獲取原本所沒有的還會讓已經得到也逐漸被吞噬。所以千萬別讓負能量毀害原本生活，試著學習如何抒發情緒以及正面思考吧！

生命的一切都是被內在吸引而來！如果認為人生道路充滿著陷阱，坐車害怕發生交通事故、結識朋友恐懼會被欺騙，那所處狀況就是個危機四伏的現實稍有不慎就會釀成災禍。大家知道這是為什麼？因為人是選擇性地看世界，僅止於眼前所見和留意自己相信的事物，對於其他部分就不會注意甚至視若無睹，因此本身所處現實是被心念吸引而來，人也容易與自己思想相同的事實及狀況誘惑過去。這種相互牽扯會以一種無法察覺並伴隨下意識本能反應進行著，所以控制心念是命運修造之基本思路。

提到喪禮場景，有大多數人腦海中可能會立刻浮現罐頭塔圖像，但卻從來沒有想過到底為什麼場合裡要擺放此項奠物呢？其實這是我們臺灣獨有現象。此舉溯源於早期治喪都是鄰里共事，禮俗上親友們會提供奠品給忙於處理後事的喪家使用，但隨著日治時期社會變遷，加上食物種類選擇變得多元化，奠物才逐漸有罐頭塔這類的選擇出現；然而也有另一觀點與叱吒風雲於商場的鳳梨王有關，其生產罐頭外銷量曾是排名全世界首冠，在他逝世的喪禮中整個大稻埕滿是奠字花牌、鳳梨罐頭塔與白布吊旗。

寒流來襲，急診醫師表示這兩天心腦血管重症患者增加近三倍！許多患者都是一早起床後就出現不適症狀，很可能因為身體溫差在離開被窩驟降太多緣故，要預防心血管疾病發作應避免劇烈溫度變化是很重要的。醫師呼籲若親友產生意識不清、暈倒等症狀時，由於心血管疾病從發作到惡化只有幾小時，病程進展快所以務必儘快叫救護車別自送，因為隨車人員除了可先替患者進行緊急處置外也能即時應變送至能救治的醫療院所，因為並非所有醫院都具備相關救命器材，避免延誤黃金治療時機。

純白色總是會讓人立即聯想到放鬆、自在清新感受，重視居家生活的瑞典、紐約等歐美國家，也經常使用大面積白色系作為家中主要基調，再利用一些簡單小物來佈置就可以打造清新卻不單調的純白居家，提升空間明亮度，恰當地加些活潑裝飾或是抱枕配件，簡潔小變化便能創造視覺的驚豔焦點。除了改變家具與軟件外還能加入個人興趣和喜好，像是在家裡種植可愛盆栽與花卉、觀賞水族箱等增添自然生命感。

在吃口香糖或小熊軟糖可以捏住鼻子再放入嘴裡咀嚼一番。你會驚訝地發現除了酸與甜之外，幾乎嚐不出來是蘋果或者柑橘，還是葡萄口味。造就這種感受主要緣故是因人類有八成辨識味道的經驗來自於嗅覺。當舌頭吃出酸或者甜後，判斷味覺的工作就交給了由口腔擴散至鼻腔的氣味分子，這也就是為何鼻塞時我們常覺得吃什麼都沒有味道的原因。

在進行窗戶清潔之前首先須判斷一下是否需要濕擦，因為有這個動作時就需要多個擦乾步驟，如果像是室內側的窗戶多半只有輕灰塵簡單清潔即可；另外也要順帶檢查窗戶軌道，若泥土堆積嚴重一定要先以乾刷子清掉，避免接觸到水就變成泥巴則更不容易掃除。市售的玻璃清潔劑許多含阿摩尼亞成分，對於環境及人體都是一項危害，因此不妨使用溫熱水利用熱氣擦拭玻璃或在溫水中放入檸檬稍微浸泡，兩種方式都有助於消除污垢；而若有殘膠時可用白醋進行敷貼靜置約三十分鐘後，接著以細緻菜瓜布刷除，最後以抹布把殘膠碎屑擦拭乾淨即可。

味噌是一種由米、麥及大豆等穀物加鹽蒸煮後發酵而成的日式調味品之一。除了日本料理餐廳必定會供應此湯品之外，其用途中還包含了醬料和漬菜、鍋底甚至是甜點調味，其中也因為含有蛋白質和脂肪與醣類，以及鐵、鈣和菸鹼酸等多種營養素，所以有研究學者指出經常食用就能抗老化及預防多項癌症，具有改善便秘及高血壓等功效，稱它為「醫生殺手」當之無愧，食用味噌也因此被認為是日本人長壽的秘訣。

常有父母感嘆跟孩子間關係不佳，但只要檢視家中應對語言會發現不是溝通也非閒聊，對話模式倒像位檢察官或教授模樣在說教，這哪裡是談話呢？若無法體會小孩們的痛苦，可以去找一個總是以命令式口吻或常愛說教的人相處幾天應當就能夠理解。時間久了自然就會想往外跑或者是和電腦多一點互動；有些家長看見問題了想更改方式，卻很無奈發現孩子根本會逃避連結。然而當親子失去交流，要重拾關係並突破負向經驗談何容易？這就是因父母連結的語言乾澀、不懂和諧互動方法所導致。

國人從小到大在防震演習中老師總是叫學生躲在課桌下，但是美國搜救隊長卻說這反而是一件危險的事情，他解釋建築物天花板因強震倒塌時會將桌椅等家具壓毀，此時若躲在其中後果將不堪設想，但是以低姿勢躲避在旁邊，就可以讓家具先承受倒塌物品的力量以取得生存空間。即使開車時候遇到地震也要趕快離開車子，因為喪命者大多是在內部遭受擠壓無法逃脫，但躲在兩車之間卻可以毫髮未傷是因為掉落天花板壓於可支撐點上，形成躲藏空間不致於直接撞擊人身，增加當下存活機會等待救援。

木瓜的保健功能很多，主要包括幫助消化和舒緩痙攣、防治癌症、預防心臟疾病及高膽固醇還可提高免疫力、加速傷口癒合和含抗氧化作用。其中所含酵素還能夠幫助消化吸收，尤其是人體對於蛋白質攝取，對胃腸不好的病患相當有益；木瓜也具備消腫作用，舒緩平滑肌與四肢痙攣；同單位木瓜含有鉀元素比香蕉還多，這對降低血壓和膽固醇非常重要。更值得一提的是在流感常盛行的春季時期，常吃就能增強免疫力抵擋病毒入侵，維護呼吸道粘膜以改善咽喉不適緩解感冒症狀。

白髮本身為黑色素不足並非代表老化，但其實它倒是健康的。如果能夠改變作息及多攝取碘類食物，仍可能恢復成原來色澤；不過若是性子急直接將它給拔掉則可能造成毛囊永久受損，不但長出新髮的機會速度變小外，且亦連帶影響周圍組織受到破壞，自然對其它頭髮的黑色素製造也會隨之減緩，最後便是質地跟著變壞而造成白髮現象。