

## 自然療法專欄 拋開前列腺的“尿片”

■ 王大衛 中醫師

據統計，前列腺癌已經成為讓男人喪命的第二號殺手（第一號殺手是肺癌）。而且，估計下來十個男人當中，可能就有一個人會被前列腺癌纏上。

誠誠，如此猖獗的前列腺癌會給男人帶來憂慮。但是，對於上了六十歲的男人來說，前列腺癌、心臟病突發、中風，這些都不是最怕的。他們最怕的是，是得了良性的前列腺肥大症。

雖然，前列腺肥大症不會把人至於死地。但是，由於小便不正常，患者隨時隨地都得注意身邊有沒有廁所，免得“應急”時找不到解身的地方。

前列腺肥大的症狀，除了多尿、失禁、熱痛、要拉又拉得不乾不淨的，連帶，它還給您製造了陽萎、早泄的“村產品”。所以，只要身陷其中，您就脫不了它所帶來的，那沒完沒了的痛苦和尷尬。

西醫治此病並沒有什麼好辦法，絕招之一就是建議病人開刀。可是跟蹤調查顯示，35%接受手術治療的病人，開刀後都有不同的併發症：8%要再住院；5%得了陽萎；20%要重新開刀；2%會死掉。

而且，41%的接受手術者，在開刀一

年後，膀胱完全失去了控制，不得不像嬰兒一樣，帶著尿片度餘生。

如此的險情，這能叫前列腺肥大的患者不感到寒心？

值得一提的是，現在上了五十歲的男子，幾乎四個人之中，就有三個人在不同程度上與前列腺肥大的症狀掛了鉤。如果這個問題不能儘早找到防治之道的話，恐怕就會有越來越多的人要深收其害了。

慶倖的是，我們現在發現有一些天然的植物精華，在防治前列腺的疾病上，有顯著的功效。而且，食物療法也能為前列腺的保健，作出積極的貢獻。

如果您不幸前列腺出了問題，可以試試南瓜子。它對防治前列腺的毛病很有用。美國科學家通過研究發現，南瓜子中含有豐富的鋅，有助於增加精子數量和提高精子品質。實際上，前列腺的毛病是與精子的強弱息息相關的。性生活拚繁導致精衰神虧的人，要叫前列腺病不纏身，談何容易。

最後的一點提醒是，南瓜子要生吃才有效，而且，最好是選購有機種植的，免得受到農藥或化肥等污染物質的侵害。如果您想進一步瞭解詳情的話，本稿為欣興自然療法中心提供，請電(626)274-6757)

## Read with Me

# One God, But In Different Ways

By：Warren Chu

Many people believe in God, but what they don't agree on is what kind of a God he is.

There are four types of God that people believe in. There is an Authoritative God, Benevolent God, Distant god, and Critical God. The Authoritative God is a God who is very judgmental and is very caught up in human affairs. This depiction of God is more likely to punish mankind. A benevolent God is also a God who is caught up in human affairs, but is less willing to punish mankind. A distant God is a God who does not manage human affairs at all, and a distant God is a God that is not caught up in our affairs, but still dislikes some on Earth. 31.4% believe in an Authoritative God, 23% believe in a benevolent God, 35.4% believe in a Distant God, and 16% believe in a critical God.

A benevolent God is a God who looks over us and is willing to forgive. This is the God that's described in the Bible. This is the God I believe in.

## 南加生活

### 想領六位數薪水的中學老師

■ 山語



南加州一所高中英語課老師布賴恩·克羅斯比(Brian Crosby)他自恃才高，又熱愛教書，他的學生也喜歡上他的課。他認為他的工作值得六位數字以上的薪水。因此，他該得到六位數薪水。

為了鼓吹他的想法，每日清晨四時起床，把他的想法和建議寫成一本書，書名就叫做《十萬元老師》(The \$100,000 Teacher)。

克羅斯比除了期望本書可讓他真的獲得十萬年薪外，還期望為公立教育帶來新的革新。

克羅斯比的主要思想是，把中學老師視為如同律師、會計師、醫師一般的專業人士，然後按能力

和貢獻給他們評定薪資，按他的計算，5%左右的老師可以拿到十萬年薪，對於學區而言，長期困擾的數學和科學老師的短缺問題也可以迎刃而解。不過，能力差的老師就得接受減薪甚至丟掉飯碗的風險了。

美國中學老師是一個鐵飯碗，按克羅斯比的想法，將鐵飯碗換取專業人士的帽子，讓一部分人先富起來，讓不合格的人走路。

有識之士當然覺得克羅斯比很有見地，不過該地區教師工會卻是連書都未翻，就一口回絕了。

這個建議，許多認識克羅斯比的人評語是，書是本好書，克羅斯比也是極富有創意的人，也同意的確要讓中學老師達到更富有專業人士的水準。不過是否要完全象專業人士一樣，丟掉鐵飯碗，則是不敢認同的。

克羅斯比的見解雖然在教師中有些市場，但卻鮮有人會公開發表見解，原因是教師工會的強大壓力。

教師工會並不是不喜歡工會成員的薪水向上攀升至十萬元。而是因為十萬元年薪已超過工會與學區達成協議的最高年薪的上限。

如果工會允許老師的

薪水無上限上漲，勢必引發教師工會與學區之間的關係的緊張，教師工會與學區之間重開談判則是可能的後果之一。而每一次談判都是一次頭痛的過程，工會並不願輕易放棄舊的協約。

克羅斯比初為人師是年薪一萬八千，十四年後，他完成了教師執照的考試，也拿到了碩士學位，年薪已達六萬七千元。由於接近年薪上限，因此，未來的提薪水只有零頭而已。除非，學區接受他的《十萬元老師》中的建議。

不過即使他無法如願以償，他也會呆在高中繼續他的老師生涯。克羅斯比表示除了教書，他不想做其他事情，他的願望是有一天他真的可以拿回他的票值：十萬年薪。

## 夫妻關係

■ 劉儷

最近連續兩天，兩位年輕朋友來找我，問我他們該怎麼辦？原來一個人的岳父母爭執多年，現在決定要離婚；另一位的父母親則打鬧得不可開交，也以「離婚」來互相要脅。

常常我們會以為「離婚」只流行在青、壯年的夫妻中間，哪知現在長輩們「黃昏散」的比例也逐年上升！根據美國衛生與公眾服務部統計，在美國1999年有7%65歲以上的老人離婚或分居，而到

## 法律信箱

楊檢察官

若有人在超市的停車場內發現他人遺失的物品，如結婚鑽戒或錢包，拾遺者可否因失主不在場而將遺物收為己有？

加州刑事法第485條非常清楚的規定，檢到遺失物品時，若知道失主是誰，或當前有尋訪物主的方法，卻沒有使用合理的努力來將物品歸還失主，而且將遺失

物品收為己有或作為自己專用，便構成偷竊罪。

若拾遺者收取遺失物品的企圖是想利用該物向失主討索獎金，便是將失物做為自己專用的行為。在這種情況下，偷竊罪亦可成立。

因此，有不少人因為沒得到索取的獎金而拒絕物歸原主，因而被判偷竊罪。另外，有些遺失的物品，如含有駕照

的錢包，可馬上從其中得知失主是誰，所謂合理的努力，便是一通電話那麼簡單。

若是很貴重的鑽戒，可想而知失主必然焦急而會盡快回到所有可能遺失物品的現場尋找。

這種狀況下，合理的努力有可能包括留給超市自己的電話，讓失主可向超市洽詢而得知失物之去向。

## 商業文書顧問

### 有關求職信函 - 自我介紹信(cover letter)之二

一封有力且能引起注意的自我介紹信(cover letter)需具備下列要點：

不可有任何的錯字或拼音問題；

信寫給可以作最後決定雇用你的人；

用自己的語氣，不要完全抄襲一般參考書的樣本。人事部已看了無數的抄襲樣本，抄襲並無好處；

表現出你對雇主公司及企業界有一定程度的瞭解，事前需作基

本研究功課；

用對雇主公司及其企業界有意義的措辭或習慣用語，也就是用對方容易瞭解的本行語言與其溝通，來達到最大的效果。

如果您有任何疑問或意見，歡迎來電洽詢文博商業書信顧問楊小姐 at (626)534-1409 或參觀我們的網站

[www.MyDocuServe.com](http://www.MyDocuServe.com).

## 美國生活

■ 譚工

當今的世界，新技術新產品讓創業的小業主眼花繚亂，幾乎瘋狂，因為太多的選擇，太多的聲音。但是專家認為，不管世界如何變化，對小業主而言，有兩點是不變的：一是有好的產品，二是有好的宣傳。

高技術產品的選擇也同樣：技術改進產品的質量，同時，使用戶更快更清楚你所推出的產品。

當然，並不是所有的新技術對公司都有用，因此當決定採用新技術時，要注意如下幾個事項：

一、不要做第一個吃西紅柿的人。

隨著資訊發達，各種新技術蜂擁而至，有時候小業主便經不住誘惑，做第一個吃西紅柿的人，花大筆錢去採納那些尚未証實的硬體或軟體。

業主必須冷靜，在投資新技術或電腦

軟體時，要耐心等待到市場對新興的技術有一定時間的檢驗，証實該項技術的益處，換句話說，不要輕信廣告或顧問的游說，讓市場來投票決定。

二、不為潮流而採納新技術。

新技術並不是新花樣，而是商業工具，不要為了潮流而採納新技術。如網路技術發展迅速，業主採納辦公室網路技術，如果這項技術並不能給公司帶來益處，那麼支出在這項技術上的資金就不如先花在別處。

三、按一定的次序採納新技術。

如果用於技術的投資有限，那麼可以按以下次序考慮新技術的採納：首先是財務運作，其次為生產營運，再來為刺激銷售，最後是顧客服務。

四、要投資在人力資源上。

業主不太願意投資在員工的繼續教育上，原因是擔心員工的流動造成投資的低回報率。但是培訓員工是一個投資的極好

方法，因為對提高效率有極大的幫助，同時也是加強向心力的方法，因為提高在職員工的素質其花費遠遠少於向外聘請高素質員工的花費。

五、提高產品的技術含量為目的。

自由資本市場的特點是競爭激烈。因此，必須提高產品的技術含量才能使企業在市場上不被其它企業擠掉。

產品的技術成分有時是內在的擴張，即由公司內部的發展而來，這要求公司時時注意公司技術人員的素質提高，另一個方法是外部的替代，即不斷採用外面的新技術，這要求有極高素質的市場策劃人員。這里面存在一定的風險。

六、技術上漸漸更換。

要果斷的拋掉過去為公司立下汗馬功勞，但卻已被市場証實不再有利可圖的產品。但要有過渡，要點就是技術上漸漸更換。

## 商業管理

■ 未然

一般認為只有大企業才會進行商業預測。因為模稜兩可的預測結果對於小型企業而言，毫無使用價值。

許多小型企業根本不理睬鋪天蓋地的各種經濟調查報告，更不會花力氣將這些報告整理成對企業所經營的行業的一般預測。

許多小業主認為其花力氣大海撈針般整理出有用的資訊進行商業預測，倒不如多賣幾個商品上算。

另一個想法是只有大企業才在乎發展方向，因為企業一大，要換方向不易。因此，就得先有一番的調查和預測，明確了企業發展方向，才進行投資。小企業主認為企業小，船小好調頭，機會稍縱即逝，故先按下計劃書不表。

有一個數據會讓所有想創業的人心灰意懶，百分之五十以上的小型企業在五年內會關閉。

許多小企業是在收支平衡線上掙扎，並無利潤可言。原因很簡單，大部分小企業創業者都是看別人在做什麼後跟著做，結果競爭太激烈，利潤變薄。另一部分人一旦賺到錢，就盲目擴大商業規模，結果擴張過度，市場並不如想象的好，從而血本無歸。

這兩個錯誤的根源其實是一

## 商業預測與創業成功

個：不關心經濟、商業的發展趨勢，不做任何預測。

有三大類問題要回答。其實即使企業再小，也得和其它企業一樣先回答三類問題。

第一類問題是：企業主必須知道市場上與其競爭的企業，在做什麼？這些企業都在哪里？誰在經營這些企業。

第二類問題是：與自己同類型的企業的創業者是如何開始的，他們的計劃是什麼？資金從何而來？

第三類問題是：技術和經濟的發展趨勢是什麼？對自己的行業的影響有多大？

第三類問題其實十分重要，但又十分容易被小型企業的創業者所忽視。舉一個例子，但九十年代初，加州經濟陷入困境時，許多小型企業紛紛關門。但也有許多小型企業開張，原因是冷戰結束造成軍事工業的生力軍，作為軍事工業重鎮之一的加州自然大受打擊。

環繞這些工業而開設的小型服務公司自然也失去了市場，從而失去了生存的機會，但從軍事工業中流動出來的失業的技術人員，又成為小型科技公司的生力軍，使得小型科技公司有生存的機會。這就是經濟和科技的發展帶來的對小型企業的沖擊的一個例子。

又比如近來的經濟衰退已使

許多小型企業的經營產生困難，但早在一年前就有許多專家預測到這一結果，如果一個經營成衣的小型企業，在去年生意旺時，繼續擴張經營，那麼現在困難就大了。如果在知道經濟可能走下坡時，採取保守的經營策略，則結果又不同了。

一些經營電腦、辦公設備的小型企業，在得知大型企業裁員，關閉分廠時，乘機擴張經營，把那些大企業的客戶接過來。這也是趁勢而行的例證。

如果一個創業者能夠知道同行是如何創業，市場是如何開拓，資金是如何籌措，何時才能贏利。那麼至少可以知道自己的創業離成功有多遠。許多人會從這些資訊在發現自己的創業的條件與這些成功的創業

者當初的條件的差距，而這些差距可能正是測量創業成功的可能性有多大，風險有多大的度量。

第一類問題是讓創業者了解未來的競爭對手是什麼樣的人，他們會做什麼，這可以預測對手的商業行為模式，從而可以制定合適的市場切入策略。

除了這些基本的預測之外，更多，更重要的商業預測是有關未來的市場。如果企業知道

明天的市場會有什麼樣的變化，就可佔得商業先機。

許多人不相信商業預測的原因正是由於許多可笑的預測所引出的可笑的結果。六十年代繁榮時期，有人預測經濟發展將進入無衰退的發展中，可笑的是，1999年時同樣有人在新經濟發燒時作出同樣的預測，許多相信這個預測，擴大投資，擴大商業規模的人現在就恨不得咬這些預測的人一口。

當我們選擇可以相信的預測時，多少要在這些分析中找到一些已成實際的因素。比如當要了解未來的保健市場的規模時，屆時的退休人數是一個可靠的數據。

五年後的退休人數，可以現有的數據得到，其結果不會與現實相去太遠。因此預測中，統計數字是最可靠的一種，也是最多、最容易找到的數字。網路上。報告上均可找到。

專家的報告也是一種。但專家的意見有時可能因主觀性太強而有被誤導的可能。專家的報告不象統計數據，僅是客觀的、無觀點的。它一旦被他人重復使用，其影響力可能會大到超其應有的水平。

其它創業者的創業行為和市場開發對創業者或許更為有用。因為這些創業者所進入的市場，是他們堅信可以獲利的地方，這可能是由於他們的獨特的眼光所發現，獨特的研究所證實的，了解別人在做什麼，或許有寶貴的啟發，從而

潮。當婚姻中缺少了真愛和委身時，這個婚姻基本上已經危可及了。這兩年我們家也面臨「空巢」，兩個孩子都到外地去讀大學，家中就剩下咱老公、老婆二人，每天下班後兩人大眼瞪小眼，但是還真越悶越有趣！好像又回到當年的蜜月期！很多人羨慕我們是如何辦到的？其實很簡單，平時我們就以經營夫妻關係為首要，孩子只是「過客」，頂多十八年，但是夫妻關係卻是五、六十年，甚至七、八十年，所以你說哪個重要呢？

只要有開始，就會有結果！趁著「黃昏」還沒到，趕緊加把勁，把時間精力多多地放在配偶身上，努力經營婚姻，創造一個迷人的「黃昏戀」，而非令人頹喪的「黃昏散」！

## 黃昏戀？還是黃昏散？

2001年，這個比例升高至10%。這還是一個很保守的估計，因為這統計數字還沒有將關係破裂的皺紋族包括在裡面呢！

為什麼最近這十多年來皺紋族也來搶搭離婚列車呢？心理學家和社會學家們研究的結果告訴我們，現代人越來越喜歡追求自我的實現，以「滿足自我」為圓心，要跳脫宗教道德、固有文化的束縛與轄制，「跟著感覺走」不再是年輕人的專利，而是每個人的特權。孩子長大離家後，整個家的焦點（扶養孩子）消失後，夫妻關係也就立時陷入低