

華夏導報

社址：中國文化大學編輯室：八六一〇五一  
臺北陽明山華岡電 話：特四〇七、四六二

中華民國五十七年十月十日創刊 第四七二號  
校刊 非賣品

湖鏡張：人行發	梅彩林：長社
美臻黃李：長社副	貴福吳：編主
卿淑張：輯編	雲雲美秀

體育三張峰治錦上花  
勇奪東亞運動會單項跳馬金牌

為我國贏得正式國際大賽第一面體操金牌

(本報訊)我國跳馬王子——本校體育三張峰治，於十三日在東亞運動會單項跳馬，為我國贏得正式國際大賽的第一面體操金牌。

張峰治，民國六十年十二月十四日出生，台北縣人；身高170公分，體重62公斤，學習體操有12年的時間，其個人的最佳成績為：(一)一九八九年泛太平洋青年賽團體及個人全能金牌、運鞍馬及跳馬銅牌、一九九一年泛太平洋成人賽鞍馬銀牌、一九九三年世界體操錦標賽跳馬銀牌、一九九三年

東亞運動會金牌。外型優秀、個性開朗的張峰治，天生就具有明星運動員的特質。其教練詹振福指出，張峰治的優點是爆發力強比賽穩定，尤其在國際大賽中會視會場的氣氛調節自己的表現。十三日，他在鞍馬失利，跳馬臨時遞補上陣(在資格賽中僅獲八、九五分，未入八名單項名單中)，立刻能穩定情緒出賽，成功完成高難度動作，成為金牌選手，張峰治已走過十二年的艱苦道路，明年廣島亞運，是他的一個目標。

夜合唱之夜

明日舉行

(本報訊)夜間部合唱團晚七時在東夏學生活動中心，舉辦合唱之夜，並有吉他和口琴社友情演出。

合唱之夜乃合唱團的期末成果發表會，演唱曲目有阮那打開心內的門窗、回憶等數首國內外著名歌謠，歡迎前往聆聽。

高教新趨勢研討

歡迎師生參加

(本報訊)為因應高等教育與社會環境及學術發展需要，教育部委託元智工學院於今日上午九時起假該校舉行。

獎金消息

該項獎金，由博士班二名，每名一萬元；碩士班三名，每名八千元；大學部五名，每名六千元。凡三研所、陸研所、政研所、法研所或政治系、法律系之魯青籍學生，上學期學業及操行成績均80分以上者，均可申請。

辦「高等教育新趨勢研討會」

本校有與趣之師生可前往參加。元智工學院地點在中壢市內壢遠東路135號，聯絡電話為〇三一四六三八八〇〇轉二〇六。

史紫忱教授

十七日公祭 (本報訊)本校中文系史紫忱教授，於四月十七日病逝於台北榮民總醫院，享年八十歲。史紫忱教授，民國二年一月十五日

大陸傑出學人

羅榮渠 劉笑敢 姜義華

(本報訊)大陸傑出學人北大歷史系羅榮渠教授、北大哲學系劉笑敢副教授、復旦大學歷史系姜義華教授，應文化復興總會邀來台訪問，自即日起至本月十三日止在本校拜會，並至史學系、哲學系作專題演講。

西瓜盃聯誼

明日展開 (本報訊)慈安、華服、農服、愛暉、同濟等五個服務社團聯合舉辦的「西瓜盃」聯誼活動，將於明日在本校展開，並有西瓜先生及西瓜小姐選拔活動，請各社員踴躍參加。

四校夜中文週

明有球賽舞會 (本報訊)本校、台大、輔大、東吳等四校夜間部聯合中文週活動，明日上午在東吳大學城區排球場舉行，舉辦男女混排比賽，晚上五時卅分假台大體育館，舉行中文之夜舞會，外系生收50元入場費。

羅榮渠 劉笑敢 姜義華

大陸傑出學人 13日拜會張董事長 (本報訊)大陸傑出學人北大歷史系羅榮渠教授、北大哲學系劉笑敢副教授、復旦大學歷史系姜義華教授，應文化復興總會邀來台訪問，自即日起至本月十三日止在本校拜會，並至史學系、哲學系作專題演講。

西瓜盃聯誼

明日展開 (本報訊)慈安、華服、農服、愛暉、同濟等五個服務社團聯合舉辦的「西瓜盃」聯誼活動，將於明日在本校展開，並有西瓜先生及西瓜小姐選拔活動，請各社員踴躍參加。

明日展開 (本報訊)慈安、華服、農服、愛暉、同濟等五個服務社團聯合舉辦的「西瓜盃」聯誼活動，將於明日在本校展開，並有西瓜先生及西瓜小姐選拔活動，請各社員踴躍參加。

明日談婚姻與道德

(本報訊)由鵝湖月刊社、東方人文學術研究基金會策劃主辦，正中書局協辦的「鵝湖文化系列座談」，於明(十六)日至六月十三日假中華文化大樓展開五場座談會。

服 務 台

管系辦或大倫1203室。△美術系鄧同學欲購三、四年100cc以上的速克達機車，價錢面議，有意者請於晚上九時卅分後電八六一五〇七九洽或留言。

現代人安身立命座談會

明日談婚姻與道德 (本報訊)由鵝湖月刊社、東方人文學術研究基金會策劃主辦，正中書局協辦的「鵝湖文化系列座談」，於明(十六)日至六月十三日假中華文化大樓展開五場座談會。

西瓜盃聯誼

明日展開 (本報訊)慈安、華服、農服、愛暉、同濟等五個服務社團聯合舉辦的「西瓜盃」聯誼活動，將於明日在本校展開，並有西瓜先生及西瓜小姐選拔活動，請各社員踴躍參加。

明日展開 (本報訊)慈安、華服、農服、愛暉、同濟等五個服務社團聯合舉辦的「西瓜盃」聯誼活動，將於明日在本校展開，並有西瓜先生及西瓜小姐選拔活動，請各社員踴躍參加。

明日談婚姻與道德

(本報訊)由鵝湖月刊社、東方人文學術研究基金會策劃主辦，正中書局協辦的「鵝湖文化系列座談」，於明(十六)日至六月十三日假中華文化大樓展開五場座談會。

服 務 台

管系辦或大倫1203室。△美術系鄧同學欲購三、四年100cc以上的速克達機車，價錢面議，有意者請於晚上九時卅分後電八六一五〇七九洽或留言。

現代人安身立命座談會

明日談婚姻與道德 (本報訊)由鵝湖月刊社、東方人文學術研究基金會策劃主辦，正中書局協辦的「鵝湖文化系列座談」，於明(十六)日至六月十三日假中華文化大樓展開五場座談會。

西瓜盃聯誼

明日展開 (本報訊)慈安、華服、農服、愛暉、同濟等五個服務社團聯合舉辦的「西瓜盃」聯誼活動，將於明日在本校展開，並有西瓜先生及西瓜小姐選拔活動，請各社員踴躍參加。

明日展開 (本報訊)慈安、華服、農服、愛暉、同濟等五個服務社團聯合舉辦的「西瓜盃」聯誼活動，將於明日在本校展開，並有西瓜先生及西瓜小姐選拔活動，請各社員踴躍參加。

明日談婚姻與道德

(本報訊)由鵝湖月刊社、東方人文學術研究基金會策劃主辦，正中書局協辦的「鵝湖文化系列座談」，於明(十六)日至六月十三日假中華文化大樓展開五場座談會。

服 務 台

管系辦或大倫1203室。△美術系鄧同學欲購三、四年100cc以上的速克達機車，價錢面議，有意者請於晚上九時卅分後電八六一五〇七九洽或留言。

現代人安身立命座談會

明日談婚姻與道德 (本報訊)由鵝湖月刊社、東方人文學術研究基金會策劃主辦，正中書局協辦的「鵝湖文化系列座談」，於明(十六)日至六月十三日假中華文化大樓展開五場座談會。

西瓜盃聯誼

明日展開 (本報訊)慈安、華服、農服、愛暉、同濟等五個服務社團聯合舉辦的「西瓜盃」聯誼活動，將於明日在本校展開，並有西瓜先生及西瓜小姐選拔活動，請各社員踴躍參加。

明日展開 (本報訊)慈安、華服、農服、愛暉、同濟等五個服務社團聯合舉辦的「西瓜盃」聯誼活動，將於明日在本校展開，並有西瓜先生及西瓜小姐選拔活動，請各社員踴躍參加。

明日談婚姻與道德

(本報訊)由鵝湖月刊社、東方人文學術研究基金會策劃主辦，正中書局協辦的「鵝湖文化系列座談」，於明(十六)日至六月十三日假中華文化大樓展開五場座談會。

服 務 台

管系辦或大倫1203室。△美術系鄧同學欲購三、四年100cc以上的速克達機車，價錢面議，有意者請於晚上九時卅分後電八六一五〇七九洽或留言。

現代人安身立命座談會

明日談婚姻與道德 (本報訊)由鵝湖月刊社、東方人文學術研究基金會策劃主辦，正中書局協辦的「鵝湖文化系列座談」，於明(十六)日至六月十三日假中華文化大樓展開五場座談會。

西瓜盃聯誼

明日展開 (本報訊)慈安、華服、農服、愛暉、同濟等五個服務社團聯合舉辦的「西瓜盃」聯誼活動，將於明日在本校展開，並有西瓜先生及西瓜小姐選拔活動，請各社員踴躍參加。

明日展開 (本報訊)慈安、華服、農服、愛暉、同濟等五個服務社團聯合舉辦的「西瓜盃」聯誼活動，將於明日在本校展開，並有西瓜先生及西瓜小姐選拔活動，請各社員踴躍參加。

明日談婚姻與道德

(本報訊)由鵝湖月刊社、東方人文學術研究基金會策劃主辦，正中書局協辦的「鵝湖文化系列座談」，於明(十六)日至六月十三日假中華文化大樓展開五場座談會。



食營展專文

咖啡好？還是紅茶好？

食營三／鄧慧慧

咖啡和茶都是目前全世界很普遍性的飲料，但咖啡消耗量多的國家，有普遍存在缺鐵性貧血的問題；是否由於咖啡而影響鐵質的吸收呢？是營養學上非常切身的問題。幾個實驗報告顯示咖啡中的咖啡因，會刺激我們的中樞神經系統，引起不安、焦慮、失眠，也會刺激胃酸分泌，增加血中脂肪，及葡萄糖等現象。以下僅就這兩點來加以討論：

一、對鐵質吸收的影響  
咖啡或茶對鐵質吸收的影響都非常明顯，一杯茶會降低64%的吸收率，一杯咖啡則降低39%；沖泡的方法不同，也會產生不同的結果，通常一杯drip coffee，其鐵質吸收率會從5.88%降為1.64%，而instant coffee則降至0.9%；若濃度增加一倍時，則更下降為0.53%。喝咖啡的時間也有影響，飯前一小時喝，並不降低鐵質的吸收，但飯後一小時，則有相當的降低率。  
二、咖啡因含量

咖啡、茶葉都含有咖啡因，沖泡方法不同，當然咖啡因含量也不同；煮的咖啡比即溶咖啡含有多一倍的咖啡因，而茶的咖啡因含量比咖啡少。吃下含咖啡因飲料後，咖啡因由腸胃快速且完全地吸收，到達血液中的時間只要一小時，很快地刺激中樞神經系統，平均有作用的時間是3.5小時（15%的新陳代謝率/hr），分解成Methyl Group的Xanthines及Methyl uric acid，只有1%沒有改變。

(1)對神經系統的影響：根據Cornish and christman報導Xanthine會刺激中樞神經，50—200mg的咖啡因會增加警覺性，不易昏睡，或疲倦；200—500mg會頭痛且興奮、緊張及不安；高於500mg則過度敏感，失去自我控制，易引起焦慮性官能病，病人會緊張、戰慄、失眠、嗅覺失靈、呼吸加快的、食物和飲料後，其焦慮消失。也有報告指出病人停吃含咖啡因的藥物和飲料後，其焦慮消失。

(2)對腸胃部份的影響：咖啡因會刺激胃酸分泌，尤其對有消化性潰瘍的病人，吃入含咖啡因的東西，則更刺激胃酸的分泌，擴大病情。  
(3)對循環系統的影響：咖啡因會影響心臟的收縮，及心臟跳動加快，有放鬆平滑肌的作用，擴張全身的血管；對腦部而言，Xanthine會引起血管收縮，而降低腦部的血液流量。  
(4)對血糖的影響：咖啡因會引起血糖的上升，Wachman等人證明大劑量的咖啡因會降低葡萄糖耐受力，且降低胰臟

brewed coffee	85mg/150ml
instant coffee	60mg/150ml
brewed Black tea	50mg/150ml
brewed Green tea	30mg/150ml
instant tea	30mg/150ml
decaffeinated tea	3mg/150ml
Cola drink	32-65mg/150ml
Cocoa	6-142mg/150ml

的清香，更能助人解渴、消暑。自古明訓：「預防勝於治療」所以，還是喝茶比喝咖啡好！  
●食品營養學社今日最後一天在百花池廣場，舉辦食品營養展，歡迎本校師生蒞臨參觀。

參考資料：今日食品 第12卷第4期

橋藝漫談  
避免打之介紹

橋藝社提供

叫牌過程

南	西	北	東
1♣	—	1♠	—
1NT	—	3♣	—
3NT	—	—	—

西家首引♥3（長門第四大牌），贏墩已有八個：黑桃二、方塊三、梅花二和最少一磴紅心。看起來梅花似乎比黑桃牌組好一點，免吃兩圈頂張後，送出第三磴梅花，就可以吃到第四磴梅花。

♠AKJ4  
♥76  
♦K109  
♣AJ86

♠83  
♥A10832  
♦7643  
♣72

♠Q1095  
♥J54  
♦852  
♣Q43

♠762  
♥KQ9  
♦AQJ  
♣K1095

了。你甚至可以做得更好，梅花上，有一個「雙向偷牌」的機會。假如你猜出♣Q的位置，你便可席捲四磴梅花，假如你認為♣Q在西家，你可以先提掉♣K，然後引♠10偷牌；假如你認為♣Q在東家，你可以提掉♣A後再引♠J偷牌，也就是說，你可以選擇兩個方向的偷牌——這就是雙向偷牌。

在你決定如何處理梅花之後，就要開始第一磴牌了，你在夢家跟♥6，東家撲出了♥J，於是你用♥Q贏得了第一磴。

你現在必須了解：東家是一個具有危險性的防家。如果東家能夠吃進一磴，獲得上手的機會，他便會引出一張紅心，來穿梭你的♥K及♥9，這樣將使西家形成嵌張（♥A及♥10）來捕捉你的兩張紅心，防家將可吃到四磴紅心及東家的上手張（不管是什麼牌）而擊垮你。

如果那一磴不是由東家吃到，而是西家吃進，局面便不同了，西家不再能捕捉你的♥K了，所以明顯的，這付牌要「避免」東家上手，因此在處理梅花時，便秉持這一原則。

在第二磴時，你從手上引出♣5，讓夢家♣A吃住（不能偷牌否則東家便上手了），第三磴時，從夢家拉♣J，如果東家蓋過，則用♣K定住；如果東家擺小，就讓♣J偷過。

當然，你希望這次偷牌成功，但是即使失敗了，你的合約還是安全的。假如西家有♣Q，他可以贏得這一磴，但是你根本不怕西家引出的任何一張牌，你唯一關心的是避免讓東家上手。

事實上，偷牌成功了，你可以繼續從夢家引任何一張梅花，贏得了所有的四磴梅花，現在你可以再贏得三磴方塊和兩磴黑桃——你一共吃到了十磴牌，當然，絕對不要偷黑桃，雖然並不一定會失敗（成敗各50%），但是成功只不過多得一磴，一旦失敗可是會危及合約的，因為你已忘了「避免法」而又讓東家上手了。

獻給親愛的媽媽

康保延（夜教務組組員）

您辛苦了三十一年  
做媽媽二十九載  
每天為家人不斷的辛勞  
每天為子女不停的忙碌  
沒有休息、很勞累  
沒有孔方兄、很艱苦

慈祥的母愛  
永久的恩情  
母愛如山高  
恩情如水深  
一個一個都長大了  
如今  
老大當了醫生  
老二建築師  
老三準精算師  
來日方長

苦盡甘來  
祝父母永遠健康  
兄弟們親親相愛  
感謝外婆給我們一位可愛的  
可敬的  
偉大的  
好媽媽

一九九三年  
母親節子女試作  
推廣中心舉辦  
暑期海外研習團  
（本報訊）本校推廣教育中心舉辦暑期海外英語研習團，分赴英國、美國、加拿大、澳洲、日本、香港、台灣等地，歡迎本校學生踴躍報名及分班測驗，報名日期自即日起至接受報名為止。報名地點：推廣教育中心。

餐飲衛生  
檢查結果

[illegible][illegible][illegible]

文化大學 大雅餐廳	文化大學 新雅餐廳	立業自助餐 華岡路47巷 1號	華岡路39號 福星自助餐	華賓自助餐 華岡路37號	郭飄香小吃 華岡路31號	之1
○	○	○	○	○	○	
○	○	×	×	×	×	
○	○	○	○	×	○	
○	○	○	○	×	○	
菌細具用餐飲 性陰呈養培○	菌細具用餐飲 性陰呈養培○	○	○	○	○	×
○	○	○	○	○	○	
○	證康健工員無 罩口無當製×	×	×	×	×	
○	○	○	○	○	○	
濕潮面善改議建 濕潮面善改議建	檢健工員議建 刺冰用冰碎用食					

（本報訊）詞創社女子重金屬樂團急徵貝斯手、鼓手，男女不拘，意者請將系級、姓名、聯絡方式書妥，投至系信箱經濟二B張心怡收。

△登峯留學美語於今日中午十二時至一時卅分，於大典郵局門口舉辦團報。

△孔孟學說與儒家思想學術演講會，今日下午二時至四時於耕莘文教院大禮堂，邀請林鎮國演講「佛教與生活世界」。

水雲 / 二刷印

又是輾轉難眠的一夜，思緒零亂如往昔，無法整理出心中的衝突與矛盾。三年前清晰的妳，仍浮現在臥榻轉側的我的腦海中。那天，手握著顫動的電話，線此端的鼻涕聲（傷風）與彼端窩心的關懷，交織了我有生以來永難忘懷的春天。

我倆人約黃昏後，散步在涼風徐徐撲面的河邊，共坐在沁涼的石階上享受蟬鳴及魚的跳躍聲；騎著摩托車，走在無人的鄉間小徑上，靜靜享受著兩人世界的甜蜜。直到有一天在我情急的追問下，妳滿懷怯意的口吻說我是第三者，頃刻間如晴天霹靂震撼著我的心久久不停。兩人沈默不語，但我仍鼓起勇氣告訴妳我願意等，因為我不甘心我的春天就在這一句話中悄悄溜走。之後我沒敢再去找妳，但只希望在遠處默默等她妳、或祝福妳。

聯考雖雙雙失利，但卻使我們的心情更加拉近，也在共同的默契下決定前往台北打拚。好景不常，當兵體檢中發現了肺部有問題。中度空洞肺結核令我不適台北天殺的惡劣空氣，使我不得不回家鄉療養。而為使妳能寬心應付這所謂的人生轉捩點——聯考，我忍著心痛而回到家中，並告訴妳我的父母要我回鄉唸書，遠離物質誘惑的天堂——台北。天哪！天曉得我的心在多少夜晚望著天空的星星中如針刺、如刀割，無法告訴妳我的病情，無法告訴妳我有多麼、多麼的想妳，無處可訴、無人可言。

我的努力在嘔心瀝血的再一年中有了成果，考上了文大。在家中一片歡喜聲及祝福聲中，我的心卻在對妳吶喊著——妳

的歡呼聲更是我所渴望的。平靜過了大一，終於我由新鮮人跨入了「新老鳥」的行列中。漸漸地我知道我倆已不可能如往昔，即使是一點機會都渺茫。於是我將這人生第一個情深埋藏於心中，並許下半年內不接受任何人情意的心願，用半年搬入新宿舍的半年中，學妹體貼及關心入微的照顧令我緊緊閉的心扉再度露出曙光，只是我無法在這半年內接受。半年來我努力做事、參加社團，不接受任何人或真心去關懷別人，這一切只爲了心中暗自設下的自我枷鎖。即使是追女生，我也是半途而廢，爲的是堅守誓言，而另一方面讓同學們認爲我仍「正常」，掩飾內心世界。深情的學妹朝夕爲我傷情爲我欲言又止，只因我尚未埋藏我的春天，而這卻使我傷害了滿心期待的她，亦毀滅了自己擦肩而過的夢。多少夜我臥榻反側，久久無法衝出這矛盾與衝突而入睡。但在學妹眼中卻是一個早睡、一個無情的打鼾，情形仍持續著。交錯間，猶如一堆老舊的毛線，想理還亂，令我望之卻步。

半年已過，我終已埋藏了我的春天，同時卻將自己擦肩而過的夢打破。打破的不僅是我的夢，更是她的春天。事過境遷，在迎接黎明的迷霧及朝露中，我見曙光已露。雖不如期待中的光明，卻也已令我心滿意足的走出自設的無形囹圄。東方見白，僅以此文章獻給那心各有所屬的我的春天及夢（她心中的春天），衷心祝福妳們，不論誰是誰的春天，春天的花又是開在何處！