現在知道，仍然不遲！

「血洗京城」、「屠城見証」……一個又一個令人矚目驚心的畫面，通過螢光幕，顯示在我們的眼前。

從來沒有像今天那樣的懷念北京城——我們祖國的首都。無法想像，這樣一個有悠遠文化歷史的古城，竟會變成血淋淋的屠場。古城的人民，用鮮血、用生命，譜成了一支悲壯的民主自由之歌。

不知道今天的京城，會變成怎樣？更担心的是內戰無可避免的打起來，失去的不單是人民的生命，而北京城內的所有名勝古蹟，那幾千年的文化象徵，將會受到怎樣的破壞和摧殘？

十多年前避賞過北京城，這幾天重翻當年拍下來的照片，多麼的美麗、多麼的親切。只可惜，山河依舊，可是我們的同胞，竟是在水深火熱之中。

螢光幕上，見到那些似曾相識，曾經遊覽過的北京大街小巷，竟被破壞得如斯的寫實。

女人經

就止不住的流下點點熱淚。誰會想到河山，而創子手却是我們自己中國人的國家領導階層，執行者竟是「『人民』解放軍」。

從來不覺得自己有强烈的國家感情，我們大多沒有「根」的感覺；但是在今天，同胞的鮮血令我們不能再沉默，淚洗清了眼中的塵埃，到今天才眞正的對國土產生深厚濃烈的感情，這不算遲吧？

香港勿自亂陣脚

家常話

人們在中資銀行的存欵全部提空，以示抵制中共的經濟。

我個人極不贊成此舉，這是典型的意氣用事，於事無益，於香港大局有害。我們憎恨中共今日之高層掌權者的殺人暴行，這是可以理解的。何止我們市民憎恨，就是號稱「左派」報紙的本港幾家報章也站在廣大人民一邊，旗幟鮮明，反對北京高層血腥鎮壓學運。本港不少中資機構員工或所謂「親左機構」工作人員，也早在五月下旬紛紛具名登報抗議北京當局的戒嚴令，抗議新聞封鎖，我所認識的晶報朋友們，也大多與他們的同事一齊登了大字聲明，抗議鎮壓。

中共高層少數人的行爲不代表現在絕大多數人，我們反對少數高層當權者的罪惡行爲，但不能把憎恨面隨意擴大。

中資銀行只是代表中國金融經濟的一個方面，並不代表中共的政治體制，中資銀行是與全中國十一億人口，也與香港六百萬人口的經濟生活有着密切關係的，我們對中共高層不滿，不應連及對中國老百姓不滿。中共高層一部份人屠殺中國無辜百姓，屠殺要求民主開放的學生，我們聲援中國人民，但又一方面去干擾中國人民的經濟命脉，這是幫了倒忙。再加上中資銀行在香港今日金融經濟上是扮演了重要角色，我們一下子蜂擁去中資銀行擠提，並不是眞正抵制中共高層而是自亂陣脚，香港一旦出現經濟運作大亂，受害的還是我們香港六百萬市民。

我個人對「三龍」認爲值得商榷，雖然商業的發展以來，時裝的欵式也因爲這個不同的改變而有所突破，例如本來是比較平淡的衣服，經過了印花的特別安排，加上了在色調上的配合之外，還加添了不少的視覺感受。

可能這一連串的圖案花欵，加上不同的衣服配搭及姿采，使不少的女士們也慢慢接受了在襯搭衣服的好處。

那麼，以圖案式的配搭，加上了不同的衣服襯托，增加不少的美觀情趣，這是可以理解的。但是從各點的分析，以黑白色圖案裙透出的美感，又却是令人欽羨，也會產生不少的共鳴。

這裡介紹的二欵裙裝，從不同的角度去分析，它都是很特別的，還用黑底白點，甚或是白色底黑色點，同樣是圓點的設計，你又看看如何？

時裝新姿

圓點圖案裙裝

上·上身是白底黑色小圓點的短袖襯恤，用頗大的領子，左邊一個小恤衫襯袋，而下身的半截裙是黑底白色大圓點的鬆身裙子，穿的是白短襪黑色平底鞋，十分輕鬆自如。

下·白色連身裙，沒有袖，只是以雙搭帶的形式，頗大的黑色圓點，襯托美感；而同色的腰帶，加上在裙脚處的黑色條紋細邊，十分意想不到，加上長身襪褲，黑色學生鞋，有種青春感受。

避免口角

家宅 風水 孔文玉

多人居住在一起的時候，就容易發生口角，這是必然的事，人與人之間的相處是很奇妙，有的話不投機半句多，有的早晚談天說地都覺不夠。有的人就着自己也不知，有的人旺自己也不覺，所以兩家庭同居的事項要注意。

如屋角之一頭一尾有房的話，最好是東南方位與北西方位成相交叉線的居住。兩家同住的房屋，平面圖的面積各佔二分之一的例子較多。如圖，以整個建築物來看，中間有較大型的凹陷處。但兩家族同住時，依然各自所佔的面積來計算，所以，不算是有殘缺的。

兩家族同住的住宅或多家族同住的住宅，老人夫妻和年輕夫妻所住的建築物不可用走廊來連接，或是兩家族同住不可用走廊來連接，必須把各層的隔間方式稍微交錯，以考慮房間的採光和空氣的流通。如果建地方不夠寬敞時，兩家族同住者或多家族同住的房屋當然要建成二樓建築物。此時，老人夫妻住一樓，年輕夫妻住二樓，是理所當然的。如果兩家族同住的房屋，如果東北和西南都有突出部分時，每一家族都會遭到災禍。又或者兩家族平分一棟房子居住時，在靠隔牆的地方，不可設置厠所、廚房，以及整套厨具設備。這應切記。

使孩子更聰明

·貞姐·

兩年前，日本兒童保健部門對一歲半的幼兒進行了一次心理測驗，結果發現反應遲鈍、情緒不穩等有心理問題的幼兒明顯增加，約佔測驗總人數的百分之十至十二。造成這一問題的原因，據說是由於母子情誼和教育未有很好建立所致。孩子「叫」一聲媽媽，「應」一句；孩子「樂」一樂，母親「笑一笑」，但如孩子的好奇好問，就不夠關注。這對於幼兒身心發育和智力發展是有影响的。

專家認爲，「發現孩子反應遲鈍，從三歲開始遲正和訓練爲時已晚。」對此，光華女子大學教授德田喜三郎先生則說：「從各種研究得知，三歲是人腦形成的最重要時期。」因此，教育特別重要。甚至可以說這個時期的教育，對幼兒將來是否聰明，起着很重要的作用，這點做父母的應重視。那麼，怎樣使孩子更加聰明呢？

首先，作父母的，要積極創造一個有利於孩子智力發展的家庭環境。注意孩子的日常活動、心理動態和語言。

一、培養基本的語言能力。幼兒期增長能力很多，對語言、認識、思考、運動、計算等。而其中最基本的是語言能力。語言能力提高了，其他能力才能得到很好發展。

二、培養鼓勵對知識的好奇心。兒童的心理特點是活潑好動，好奇好問。根據心理學的原理，凡是因好奇得受到獎勵的兒童，一定願意繼續進行試探和探索，兒童的好奇心、自信心是與創造潛力的發展密切相關的。因此，做父母的要耐心聽孩子的提問和鼓勵啓發孩子的智能。

三、注重眼、耳、手的協調訓練。眼、耳、手是人類重要的生理器官，能刺激大腦得到更好的發育。

四、培養首創性，提倡多樣性。在生活中關心和了解孩子，讓他們自由地表達自己的思想感情和意願，對他的微小創造性給予鼓勵，增强他的自信心。有的兒童因好奇心把新買來的玩具拆壞了。對此，單純懲罰只能阻碍他的創造性的發展，應耐心指出錯處，又要鼓勵探索精神。

五、鼓勵幻想。發問或用想像來解釋客觀事物時要積極誘導，使之頭腦形成豐富鮮明的形象，更好發展思維。

產婦何爲特別汗多

陳醫生：

看過你對孕婦多汗的解釋後，我想知道產婦爲甚麼也特別多汗呢？

丁素清上

丁素清小姐：

產婦多汗的原因與孕婦多汗的原因是不相同的，孕婦汗多是由於血循環加快引致汗腺分泌增多，而產婦多汗則是爲了將妊娠期間蓄留於體內的水份排出。

在懷孕期間，由於孕婦身體裡的內分泌激素的作用，使新陳代謝發生巨大的變化，以致孕婦的體重增加不少。在增加的體重中，水份蓄留佔相當的比例，例如在組織間隙的水約爲二點五公斤左右，血液裡的水份增加約一公斤，孕婦雙下肢組織間蓄留的水份較多，故在妊娠末期有的孕婦下肢出現浮腫。

產後，產婦體內所蓄留的水份，都要在短期內排出體外。排出的途徑有二種：一是尿量增加，在產後最初幾天，每天的尿量可達二千至三千毫升；二是出汗多，產後體內新陳代謝改變，皮膚汗腺功能非常旺盛，出汗特別多。這種汗多在產褥初期尤其明顯，而夜間出汗更多。

另外，許多產婦在坐月子期間習慣飲用熱紅糖桂圓湯、吃熱食品，也是多汗的原因之一。一般產婦在產後四至五天後，出汗量就會逐漸減少，故產後多汗不需特殊處理。

家庭保健信箱

陳醫生主答

睡眠享受

室內佈置

·靜宜·

然而對於睡床的設計，甚至是整個睡房的佈置，又是否那麼容易去安排呢？這一層我們不妨從另一個角度去分析，而且確以下所介紹的一睡房佈置，裡面的睡床也是堂而皇之的，令人開心不已。

這裡介紹的睡床設計，又大又舒服，相信對於喜愛睡房佈置的人士來說，可以稱得上是一大喜訊。一·這裡睡房的設計，它們所用的面積大約是二百呎左右，而它的色彩是較爲明朗的淺啡黃色，在視覺的感受上，比較是舒服得多。二·睡房裡面最主要吸引的地方，當然是這張很大尺寸的睡床啦！它的頭厚身床裙，加上適當的構造，可說是輕柔並重了。三·這個睡房裡一個很特別的擺設，就是高高的衫櫃，用彈弓夾的自動方式，好用又方便。四·掛牆的裝飾品，包括掛牆燈、圖畫，還有一面頗大橢圓型的鏡子，都是十分突出的。

不要以爲人們在尋求個人享受的時刻，對於睡床甚至是睡房間的佈置，是一項很奢華的要求。

當然，有些士女們甚至是身爲家庭主婦的女性，她們也日益開始對睡房的要求踏入一個新的紀元。可能這是一個潮流的趨勢，人們對睡眠的要求也開始比以前增加了不少，這是很正確的統計。

睡房的佈置，又是否那麼容易去安排呢？這一層我們不妨從另一個角度去分析，而且確以下所介紹的一睡房佈置，裡面的睡床也是堂而皇之的，令人開心不已。

這裡介紹的睡床設計，又大又舒服，相信對於喜愛睡房佈置的人士來說，可以稱得上是一大喜訊。一·這裡睡房的設計，它們所用的面積大約是二百呎左右，而它的色彩是較爲明朗的淺啡黃色，在視覺的感受上，比較是舒服得多。二·睡房裡面最主要吸引的地方，當然是這張很大尺寸的睡床啦！它的頭厚身床裙，加上適當的構造，可說是輕柔並重了。三·這個睡房裡一個很特別的擺設，就是高高的衫櫃，用彈弓夾的自動方式，好用又方便。四·掛牆的裝飾品，包括掛牆燈、圖畫，還有一面頗大橢圓型的鏡子，都是十分突出的。

粉葛鯪魚煲猪蹄

今天將向大家介紹一個青春、健康、美麗、[illegible]

湯水，說來就可以去暑去骨火，而且有[illegible]

粉葛，又名寶心藕，可以煲湯，可以炆，在香港多數人都是要來煲湯，在鄉村地方則多數要來炆猪肉，或扣猪肉，身體味甜美。還得粉葛，要選嫩滑身粗的，這便是上品。

現在寫大家介紹這個「粉葛鯪魚煲猪蹄」。

用料：靚粉葛一個，大約二斤左右，如果有大的（約七八斤一個，可以分銷零售）。赤小豆二兩，扁豆二兩。鯪魚一條，十二兩左右。猪蹄肉十二兩，猪上骨八兩，大瓦煲一個，國二茶匙，德一茶匙。

製法：先把粉葛去皮洗淨，然後橫刀切件。猪蹄肉把皮上之毛刮淨洗淨，猪上骨也洗過。鯪魚劏好去腮及腸，用布抹乾水份。

燒紅鐵鑊放生油二兩燒滾，把鯪魚放下煎至兩邊金黃，把油隔去，贅下清水三湯碗，賣至清水呈奶白色，把鯪魚撈起，拆去魚骨，取淨肉，把骨隔去，連水放進瓦煲裡，再放清水五大湯碗，大火煲至滾後，然後慢火煲至粉葛及猪蹄夠烂，湯煲至剩下三碗左右，把猪蹄及小量粉葛上碟，鹽及糖校好味盛碗上桌，便可大家共享這有益及去骨火靚餸。

謎一日一

婦女化粧問題

·朱開通·

隨着年齡的增長，婦女們應該少用點化粧品，如果你認爲這樣可以掩飾自己的年齡，那你可能會適得其反。因爲隨着年齡的增長，皮膚的顏色會變得越來越淡，你可能發現自己只需要一點點粉底霜，甚至完全不需要它，只要在臉頰上用胭脂和在嘴唇上用唇膏就夠了。如果你眞的想用一些粉底霜，最好的辦法是在粉底霜上噴上一點水，放在手掌中揉和一下即可。這樣做的好處是，除了稀釋粉底霜外它還可同時使你的皮膚保持潤澤。要避免多搽粉，因爲它在你臉上結塊，最後會出現裂紋。

當我們的年增，我們的身體也緩慢地在日漸衰退，這種現象是一點不可怕，年紀大了的人，當然不可能再像年輕人那樣，但爭覺尚可設法加以彌補的。例如注意適應年齡的飲食，注重皮膚的潤澤，保持充足的睡眠等。

今天婦女們所做的工作，可能是一份具有挑戰性而又有美好前途的工作，但對於那些只會把時間花在化粧打扮上的女人，想盡方法掩飾臉上的皺紋，不停地染髮，拚命地想改變自己的體型，使它變得苗條些。

因此，如果你的體重稍爲增加一點，不得不要戴上眼鏡，發現自己的膝部有關節炎以及手上開始出現棕色斑點等，但只要你心靈保持青春活越年輕。

△一笑▽

一家之主

甲：「告訴你，我現在是一家之主了。」

「眞巧，」乙說：「我太太也回娘家了。」

金聲集

·金堅·

人的一生，足足有二十份之一的時光，這是最少而言，是在夢境中度過的。而在千奇百怪的夢鄉中，美夢甚少，噩夢居多。人能不能根據自己的需要，把噩夢變爲好夢呢？心理學家認爲，這有可能的。

美國心理學家卡特萊特，在一九七九年做了一項試驗，對象爲六十位離婚不久的婚女。這些婚女中有不少人經常夢見與離了婚的丈夫言歸於好。

把噩夢變爲好夢

卡特萊特說：「她們在夢中似乎是甜美的，可是夢過人醒，面對離婚的現實，她們的心情驟然改變，而感悲涼了。」爲了使這些婚女把這種夢境改變，卡特萊特教促他們去想象這樣一種情景：即丈夫在夢中出現時我並不歡迎他；而且，我告訴他我已另嫁他人了！令人驚奇的是，她們中不少人居然成功地把這種特意選擇的情節編入自己的夢境裏，從而證明了：人們可以訓練自己來控制夢行爲。

目前，常被用來控制夢境的方法，一種爲暗示療法，已取得了良好的效果。有一個男孩，每晚都夢見一隻長着獠牙的老虎撲噬他。他的母親教他一個辦法：當老虎來撲噬他的時候，他就大聲喊叫：「我是孩子大學教授，光華女子大學教授德田喜三郎先生則說：「從各種研究得知，三歲是人腦形成的最重要時期。」因此，教育特別重要。甚至可以說這個時期的教育，對幼兒將來是否聰明，起着很重要的作用，這點做父母的應重視。那麼，怎樣使孩子更加聰明呢？

首先，作父母的，要積極創造一個有利於孩子智力發展的家庭環境。注意孩子的日常活動、心理動態和語言。

一、培養基本的語言能力。幼兒期增長能力很多，對語言、認識、思考、運動、計算等。而其中最基本的是語言能力。語言能力提高了，其他能力才能得到很好發展。

二、培養鼓勵對知識的好奇心。兒童的心理特點是活潑好動，好奇好問。根據心理學的原理，凡是因好奇得受到獎勵的兒童，一定願意繼續進行試探和探索，兒童的好奇心、自信心是與創造潛力的發展密切相關的。因此，做父母的要耐心聽孩子的提問和鼓勵啓發孩子的智能。

三、注重眼、耳、手的協調訓練。眼、耳、手是人類重要的生理器官，能刺激大腦得到更好的發育。

四、培養首創性，提倡多樣性。在生活中關心和了解孩子，讓他們自由地表達自己的思想感情和意願，對他的微小創造性給予鼓勵，增强他的自信心。有的兒童因好奇心把新買來的玩具拆壞了。對此，單純懲罰只能阻碍他的創造性的發展，應耐心指出錯處，又要鼓勵探索精神。

五、鼓勵幻想。發問或用想像來解釋客觀事物時要積極誘導，使之頭腦形成豐富鮮明的形象，更好發展思維。

宜家集

·黃强/鄭人·

幼苗心田種

收日竟全功……六一兒童節後感

加拿大永康人壽保險公司
The Citadel Assurance
105-1281 W. Georgia
Van. B.C. V6E 3J7
Re: 324-2039
Bus: 684-6381
QUON ENG
華人高級代理 伍偉權
對燕梳研究近有三十年之經驗，個別之所需各有不同，凡對兒女大學教育保險金，家庭保險，房屋抵押，疾病和意外保險入息保險減低入息稅，退休儲蓄金，生意股東等各種保險，如蒙垂詢，請賜電話，極表歡迎。

會計部記管理
本公司精通各類會計，物業管理，財物諮詢，大小生意年結月結，收費低廉，懂國粵語。電話：8722396

清潔公司
健良清潔公司承接大廈，寫字樓，栢文等清潔工作。
電話：八七六·三八五四
傳呼機：六四五·七〇〇一

中英洗地氈
新機器洗地氈梳化椅
即洗即用不褪色不縮水或洗清
樣，假日晚服務，專宅住
館烟囪折頭工商業
打臘八折優待
晚電：253·5710

城市駕駛學校
City Driving School
NO.5-2414 MAIN ST.
VANCOUVER, B.C.
電話 874-4544
蘇偉勝 耐心教授
師質優良 經驗豐富
筆試路試 精通國粵 客英馬語
收費公平 忠誠服務

HONG KONG DRIVING SCHOOL LTD.
香港駕駛學校
地址：域多利街5869號
電話：321-3722
考取筆試 專人指導 免費接送 收費公平 經驗豐富 師質優良
全程130元
校長：吳栢霖 傳呼機：686·8597

SAVE LIKE CRAZY!
BANK REPOS
GOV'T AND CONSIGNED VEHICLES
THE BURNABY AUTO AUCTION
5550 BYRNE ROAD, BURNABY
汽車批發價公開拍賣!!
星期三下午六時卅分·星期六中午十二時
備有三百多輛各種類型房車，貨車及旅行車等
本公司職員能操流利中英文，方便爲閣下講解服務
電話430-1109
MISS SHARLENE SO （中文）
MR. DUDLEY （英文）

UNIVERSE DRIVING SCHOOL
No. 1-114 W. Broadway, Van., B.C.
宇宙駕駛學校
經驗豐富 教法詳盡
路試筆試 初學補鍾
安全易學 免費接送
收費特平 歡迎查詢
電話：8742524 4379617
全程只收120元

嘉華駕駛學校
本校歷史悠久、發展迅速，現已增聘豐富經驗教師：何津祺 三二二－六八八八
黃健明 六八九－五五七六
馮紹明 三二二－五五五五
協助主理溫市及烈治文分校業務。本校考生成績超卓，合格率特高，排期最快，教授方法簡易，並設有筆試班，全校採用88年全新房車作教。
嘉華駕駛學校校長 馮坤威四三二－七〇〇一 二九四－一六一一

PERFECTION
星輝王志龍駕駛學校
7229 Main Street. 近57街
本校用89年小型房車教授舒適易學
·經驗豐富·耐心教導
·初學補鍾·合格率高
·歷史悠久·易學速成
·專人指導·考取筆試
胡洪星 324·6892 322·5145

聯合駕駛學校
823E. HASTINGS UNITED DRIVING SCHOOL
TEL: 253-6888 253-1333
歷史悠久 經驗豐富 耐心教授
筆試路試 易學速成 合格率高
※唐人埠及PNE特價全程120元
聘請大溫哥華各區男女經驗教車師傅多名

您想得到一張
卑詩省駕駛執照嗎？您爲學車而煩惱嗎？
筆試 如果您曾經考過筆試，但失敗，我們可以安排法庭特許通譯員協助您解決英文試題之困難！
路試 我們的中、英、法、越、華語教練會指導您從最安全的習慣中，得到您想要的駕駛技術，並代約安排考試日期。
從速聯絡
卑詩駕駛學院
4-224 EAST BROADWAY, VANCOUVER B.C. V5T 1W3
電話：644·7890
馮尚榮 433-1504 WAYNE FUNG
劉兆鳴 657-2823 BANG LAU

高級駕駛學校
4677 MAIN STREET ADVANCE DRIVING SCHOOL
專人輔導英語筆試
全程140元
吳志强 872-8717

優良駕駛學校
PERFECTION DRIVING SCHOOL
TEL: 433-2888
由 RAYMOND TONG 唐達良主理
名符其實·師質優良·經驗豐富·收費公道
本校採用88年小型房車教授舒適易學
合格率高·歡迎查詢