風雨同舟三十年

家常話　鍾倫德

新年初一，我與妻子及三個兒子到公園去玩耍影相，第二天，相片冲晒出來，看看三個兒子的身軀已超過我妻子的高度，幾乎接近我的體高時，我和妻子都不禁感慨萬分。三十年前我們是一雙熱戀中的年青人，在風雨晴晦的日子裏訂下鴛盟，我唸書後便結連理枝，那時，內地生活條件極爲貧困，幾乎連最基本的米糧也不足供給，更遑論肉食、油類、糖類了。那時我們是一對貧而不賤的小夫妻，我爲醫生，她爲護士，合起來工資不足人民幣一百元；幾年間，三個孩子先後出世，五口人，平均每人每月生活費不足二十元人民幣，除了經濟上吃緊外，政治生活上也吃緊，因爲我出身於一個當時所謂「政治背景複雜」的知識份子家庭，我受到了不公平的政治待遇，政治運動受衝擊，這種政治加經濟雙重壓力，是在本港生長的人所不容易了解的。我因自己無選擇的出身背景而受歧視是無話可說，但我妻子則因與我結婚而受牽累，這對她是更不公平。那些年風雨交加，在無可避，但我們默默的忍受了。我們除了上班工作外，還要承担繁重的家務，星期天一早她去替了孩子排隊買肉，她去替了孩子排隊買煤粉回家，然後和些稀泥壓成蜂窩煤餅，晒乾後又要放進木箱中搬入廚房，以備一週之用。早上我們上班是每人背一個筲箕，大的放在自行車後架，上學的上學，小的兩個送去託兒所，下班又接回來。三十年過去了，孩子們長大了，大兒子繼承我們的衣缽，最小的也在大學讀書，我們夫妻倆單獨相處時都會談到三十年前的蜜月和三十年來的風雨，有幸者是在風雨途中，我倆能默默忍受，互相體諒，雖有口角之爭，但快各自消氣。

有人說結婚是戀愛的墳墓，我不贊同此語，我說戀愛是一塊礦石，結婚後的家庭生活是一爐能熊烈火，只有經過烈火的冶煉才能把當年的愛戀提純；愛戀是永恒的，只要夫妻是在人世上，不管八十歲、九十歲……。把戀愛和婚姻截然劃開，這看來不是正常的心態，愛是永恒的。

笑一笑

另創人生

父親對女兒說：「小陳今天下午來我們家提婚。唔，我已經答應他了。」

「可是，爸爸，」女兒說：「我捨不得離開媽媽啊。」

「這一點我已經考慮過了。你就把媽媽一起接過去好了。」

「那你呢？」

「傻孩子，你不用替爸爸担心。爸爸自己會重新去開創美好的人生呀！」

考·驗·之·下

女人經　珊如

外出未返，那實是令我們煩惱，如何處置家中兩個小傢伙呢？

其實，說是小傢伙，也不算甚麼「小」了，大的剛念中學，小的也已就讀小學，若是經濟稍差的家庭，很可能已是「小當家」矣，只是我們一向都緊張，絕少讓他倆單獨在家裏，何況又是夜晚？

但在無法可想的情形下，結果還是放胆的作一次嘗試，安排他們吃飯、沐浴之後，就囑咐他們自己留在家中，做功課、溫習、看電視，夠鐘了，就上床睡覺。

終於這一晚上是熬過了。

這亦證明我們一向是太過緊張的了，亦是太過的寵孩子，做好他們份內的事，既他們嘗試一下獨立的生活。事實是孩子們遠比我們想像中來得成熟。

另一種感覺是，孩子們有父母在身旁時，份外的嬌與驕，因此兄弟姐妹間爭執亦份外的多；但若父母不在身邊，只有他們相依時，就會自動自覺的生性起來，亦會份外的相親相愛。

觀乎此一次試驗，頓覺得可以稍爲放心下來矣！

又覺孩子幾乎喝

那個晚上，我們夫婦要出席一個非要出席不可的宴會，碰巧奶奶又來了，我們沒有理會，小的也已經睡了，大的剛念中學，小的也已可以說是無處不充滿噪音的世界。

我早上起床，梳洗完畢，正在吃早餐，家居隔壁那幢舊樓正在拆卸重建，風機鑽牆的聲音眞有點震耳欲聾。我恨不得馬上離開家裏上班去，以減少噪音對身體的侵害。於是趕緊吃罷早餐，朝電車站走去。我心想這樣大可清靜些吧！殊不知電車車走了沒幾站路，正好遇上了鐵軌翻新，電車路需要重新鋪設。這工程從早到晚都在進行，電車駛到那裏，只好停下來。這時，修築電車路的工人使用鑽機鑽馬路，同樣發出震耳欲聾的噪音，叫人無法忍受。車子約莫等了四、五分鐘，鑽機停了，噪音也停了，電平靜的地方。大廈附近正在興建新樓，馬路左邊正在安裝水管，右邊正在鋪設通水道……這所有工程仍然用得上風機與鑽機，於是這裏形成了城市噪音大合唱……。

我無論呆在家裏或走到哪裏，都遇上了叫人心煩意亂的噪音，我無處可躲，也無處可逃，只有忍受着，一天天忍受着……想起那位在離島有間海濱別墅的朋友，他過的確實是神仙的生活哩！

訴細聲心　子淑

的確令人心煩

久居香港的人，或許會有這種感覺：我們所生活的這個城市，可以說是無處不充滿噪音的世界。

正在拆卸重建，風機鑽牆的聲音眞有點震耳欲聾。我恨不得馬上離開家裏上班去，以減少噪音對身體的侵害。於是趕緊吃罷早餐，朝電車站走去。我心想這樣大可清靜些吧！殊不知電車車走了沒幾站路，正好遇上了鐵軌翻新，電車路需要重新鋪設。這工程從早到晚都在進行，電車駛到那裏，只好停下來。這時，修築電車路的工人使用鑽機鑽馬路，同樣發出震耳欲聾的噪音，叫人無法忍受。車子約莫等了四、五分鐘，鑽機停了，噪音也停了，電平靜的地方。大廈附近正在興建新樓，馬路左邊正在安裝水管，右邊正在鋪設通水道……這所有工程仍然用得上風機與鑽機，於是這裏形成了城市噪音大合唱……。

我無論呆在家裏或走到哪裏，都遇上了叫人心煩意亂的噪音，我無處可躲，也無處可逃，只有忍受着，一天天忍受着……想起那位在離島有間海濱別墅的朋友，他過的確實是神仙的生活哩！

各種肌膚護理方法

皮膚美容觀點可分爲乾性、油性、中性（正常性）三種。

任何人在洗完臉後，都有皮膚綳緊的感覺。洗臉時油份被洗去所起的，大致以三十分鐘爲標準，測其綳緊感即可得知。

皮膚之綳緊感消失爲四十分鐘，屬乾性皮膚，而二十分鐘以內消失的則爲油性皮膚，而洗臉後三十分鐘消失爲中性皮膚（正常性）。

一．乾性皮膚——細嫩的皮膚，毛孔不顯，也不出油。

對風吹、日晒的刺激會產生發紅的現象，甚至灼痛。

夏蓮娜化粧美容學院　何妙儀院長

皮膚容易乾，所以容易引致皺紋的出現。

二．油性皮膚——皮膚較粗、毛孔較大，並且臉部油膩光亮。由於皮脂分泌多，容易出粉刺。

三．中性皮膚——具有細緻皮膚的優點，而且較乾性皮膚耐受性大些。

梅菜心蒸大鯇魚

用清水浸十五分鐘，撈起揸乾水份，切成幼粒，用沙糖一茶匙、生油一湯匙，拌勻醃十五分鐘；薑茸一茶匙同醃。

二條、葱二條、切粗粒，備用。

製法：先將洗淨印乾的鯇魚心放在碟中，醃好的梅菜心則放上魚上，燒滾鑊水，將魚及梅菜放上蒸，十五分鐘（水滾計）便可將魚取出，燒熟油二湯匙，淋在蒸熟梅菜和魚上，芫荽葱粒洒上，生油二茶匙淋上，便成一味家鄉名菜。

我沒有介紹過這個家鄉餸，偶然在九龍一家大酒家裡也有在菜牌上標出了這個菜，也可以說這個菜也能在一家出名的酒家出現，這可以說是大衆化了。廣東珠江三角洲，盛產一種草魚（俗稱鯇魚），肉質肥美，甜滑可口，是家庭及酒家的美味菜餚，還有一種爽脆清甜的家鄉特產——惠東的梅菜心，作爲配料，兩樣配合成爲一個菜，眞是相得益彰。現在特爲介紹這個「梅菜心蒸大鯇魚」。

用料：大鯇魚一斤（要魚心，即中間一截，如果人多食，可要成條魚，約斤十二兩左右），洗淨用布印乾水份。正式惠東梅菜芯三兩，洗淨

一日一謎　源太

時裝·知新　孔亞譽

裙短興流潮

明年春、夏時裝的晚宴裝將出現一片「短」之熱潮，那是在巴黎時裝表演中的一系列晚裝。小而漂亮，是下季度的重點，短裙自然是最重色。

穿在像樣樣襯托出迷人的身材。

另一件以CHANEL創作由金與紅作主，也逃不了短的風潮。隆重但不過份浮華，輕巧舒適更形重要。盡顯出女性的美態，短裙盡顯女性的美腿，這是下一季節PRET·A·PORTEV的走勢。

在巴黎時裝節中，我們可以看到短裙幾乎是全面性地佔據了短是下一季的標準，而短小貼身的綫條則是身型的重點。顏色方面，黑色已顯見淡出，黑色一直是耐久的顏色，有若我們的膚色，這幾年一向難飛出局外。其他的紅、綠、粉紅、藍、桃紅、啡等色……，過去都被黑黑灰灰所壓斷，這兩年間其他素色一直很難冒起，但一九八八春夏相信這種傳統會被打破，其它顏色可以眞眞正正在走出灰黑的威勢。

無疑，灰黑色調的時裝，在目前仍佔據有一定的地位，而且在設計家下，歇式仍是層出不窮；但說到底，在明年的巴黎時裝界中，黑色的色調將可能被取代了。

巴黎時裝焦點中一直重視有極端新風氣的CONTRE設計，明艷照人，都市激情的浪漫，只有在全心全意落於那節拍明快，激動人心的大都會生活中，才能領悟得到。穿起這些美艷的衣服，昂然大步，義無反顧地走着，像要告訴大家，你無懼於折騰於大都會的繁華裏。

大尾篤的下午

男人天地　雅舟

在香港這大都市，人每天如一架開動的輪子，在有限的空間急轉；有時又有如洗塵器，工作中的積悶，空氣裏的污氣，都一股腦兒充塞了胸腹。

我常常想，要是有日剖開胸膛來看，一定是黑的。

已迈了有多少年沒有郊遊了。往昔一有假期都離港，走得遠遠的。難得這次公司春遊，歡迎帶家眷參加。那天星期天，大家終於遊了嘉道理農場和大尾篤。

下午時分，大家都踩單車去了，唯剩我和小女兒。我帶她到海邊。海邊有一塊地闢爲燒烤地，聚集着一羣羣紅男綠女，飄來陣陣鷄腿的香味。原來春遊的人是那麼多，想來大家對城裏的污染、空間的狹小都巡到害怕，全都是來「逃難」，想呼吸一下新鮮空氣的吧！

離集合的時間尚有一個多小時，這海邊，沒有甚麼特別的玩意，怎樣來打發時間，才能令小孟滿意，才不致於吵着要媽媽呢？

小瑩媽咪一年到頭三百六十五天，足不不出戶，時間和身心全讓一對小兒女佔據了。我想我應該放她一天假，讓她活動一下。她和大伙兒租單車去了。她早年還是乒乓、單車的「健將」呢！何況練就苗條的身子也是爲了我。

我抱着小瑩，向海邊走去。

幾個月來伏案勞累，我很少這樣注視自己的小女兒。嬌羞的神情，証明着她女性化十足；溜動的眼睛，流露了對大自然的好奇。儘管少接觸，小瑩一直有嬌柔、動人的父戀，喜將小臉全埋在我懷中，她親我的胸部爲一堵鐵壁銅牆，尤其是當外界向她投來逗弄的眼光時。

我看到有幾個小女孩在海邊檢石頭，鄉進海中。我跟小瑩說我們也來玩弄丟石頭，她同意了。最初她見沙灘濕地，一直不敢下地。我只好揀了一方乾處，放下她。然後示範着擲石子給她看。她開始學扔了。凡扔得遠些，我就讚她幾句。她大感興奮，漸漸不計較地的乾濕了。後來發現大些石子，可以擲得遠些，「撲通」一聲也大些，要我帶她檢大點石子。

小瑩擲了一百次以上，不知疲倦，還對漲潮時撲向沙的浪花笑了。這一天下午，父女倆擲石入海，就消磨了所有時光，十分愉快！

歡樂家庭

家庭保健信箱

中醫認爲憂思傷脾

陳醫生：

我知道中醫有「怒傷肝」、「憂傷脾」的說法，從西醫的角度上看，這種觀點有科學道理嗎？

趙思華上

趙思華先生：

儘管中醫的五臟六腑所指與西醫不能相等，但怒和憂對人體健康不科學道理。

現代醫學用其先進的檢驗手段，一再證實憂愁不利身體健康。具體地說，悲傷和憂愁等精神壓抑，會嚴重影响人體的免疫系統的活動，降低人體的免疫功能。

免疫系統具有抗抵細菌入侵的能力，它能製造淋巴細胞（白細胞的一種），它不僅能把入侵的、抵抗各種傳染病是極重要的。

澳大利亞的專家在一些喪夫的女性的血液中發現，儘管不幸已過了一個多月，但她們的血液中的白血球數仍低於正常的女性，白細胞的減少即意味淋巴細胞的減少，這種現象使人抵禦細菌和癌細胞的能力減弱。

悲傷和憂愁的人，常常伴有不思飲食，胃納差，同時夜不能眠，想個人處於昏昏然狀態，這種情況使正常的新陳代謝和各種生理活動全受干擾，於身體健康極不利，稍爲不愼就會毛病百出，日久還會產生大毛病來。

細菌噬掉，還能把癌細胞消滅掉。另外，免疫抵組織還能產生抗體，它對保護人體對保健信箱　陳醫生主答

具有科學道理是否

儀態萬千

事實上，有些在外國人眼中認爲是很普遍的動作，例如吻別，或者見面時互相擁吻等，都是司空見慣的，你們認爲這是一般香港人，尤其是華籍人士可以接受的嗎？

雖然在華洋雜處的社會環境中，華人的生活方式，有時也不能不依據一些時興的方法進行，所以有時較年輕的男女，甚至新潮的動靜，也就未必能夠被長輩們接納。

吻接可以看出性格

以私庭下作出比較吧！

一．接吻的方式，如果是採取緊抱不放，力度甚强的情況下，表示個人是感情主義者，很有人情世故。

二．只是在面頰上，輕輕的一吻，並非表示冷漠無情，只不過是淡交而已，屬於理智型的性格。

三．喜歡親吻對方額頭的人，這只表示在普通禮節上的需求而已，間接表示，大家彼此之間並未有友誼維繫。

四．十分粗莽的接吻動作，這反映對方對感情上的不專心，只能視作是逢場作興而已。

五．喜歡在手上親吻的人，感情而有愛心，性情和順。

上海市生活美學學會　柴鬪通

宜家集

黃强／鄭人

週圍噪音

樓價暴升非好事

清心直說　紫君

去年以來，樓價突然暴升，每呎逾千元已不在話下。平時路過地產代理商商店門口，我總喜歡駐足看它三五分鐘。我的天！四百多呎的新樓，售價竟高達七十萬，有有搞錯？我這樣問自己。又或許是我自己看錯吧！再仔細看却明明沒有看錯，我一切都相信那是眞的！

日前在他報讀到一封讀者評論，頗有啓發。的確，目前出現的地產市道，是一種不正常的現象。這種地產市道狀況，對富豪大亨以及大業主而言，當然是有百利而無一弊的。但對廣大普羅大衆，尤其是對不計其數，目前仍需租住私人樓宇的打工仔，更是百上加斤。

有人分析說，目前樓價之所以會暴升至每呎千元以上，是由於大業主要轉移資金到外國，無法把地產物業帶走，唯一的因素，但看來是其中一個因素。

我想，樓價既然昂貴到驚人的地步，倘若不是非買不可，則這幾年大家都不去買樓，像八二、八三年那樣讓許多商住大厦空置，這樣，拖到九四、九五年，看到時地產商是否再堅持每呎千元以上的樓價。

現在買樓，尚不合時宜，我們還是等着瞧爲妙！

說明： 由安定工場經營青年、麥浩復康院治療員、藝術中心陶藝導師等製作之美術陶瓷，今日仍假銅鑼灣怡和街「名家藝術中心」展出，圖爲該中心主持人陳慧老師與各癒愈青年及其得意參展作品合攝。

咭片新浪潮
☆全彩色咭片及甫士咭請東等．☆
一張令你自豪的咭片，使你底形像或產品，或富麗堂皇的裝飾，陳設等．活躍眼前，令人不捨得拋掉……請交給我們一張你認爲最滿意的彩圖，立即代設計一張★免費的全彩色咭片樣版．
請蒞臨溫哥華西百老滙街141號
或電（604）876．3305派專人到洽
（★免費樣版的期限，可能隨時取消不另通告，請從速訂洽）

修樹鋸樹，清理垃圾，搬運，洗地氈兼全屋油漆，價平，請電：874．8045

園藝服務　剪草、修樹、鋸樹打草根、除青苔、鋪草皮、鋪樹皮、鋪石仔除雜草，請電255 1578

花園服務　剪草、修樹、打草根、播草種、鋪草皮、鋪石仔及樹皮、築木籬笆，電話433 1519劉

剪草耙草　修樹倒樹　2513089劉

剪草搬屋

電器技師　安排裝置商業住宅　電器工程　線路系統　收費合理　專業牌照　大小工程　一律歡迎　電話433．2891（英語）

修理電子　電腦、音響、錄影機，免費估價，保用三月，電：430．9871

嘉頓園藝　剪草園藝鋸樹修樹整新草堂水泥地台鐵木籬笆內外油漆　876．2506

余景輝會計師　填報入息稅　會計，核數，稅務，商業，產業管理及諮商．地址：雲哥華片打東街二百號二〇三室（緬街夾片打街）辦公時間：星期一至五上午十時至下午五時半星期六十二時至四時　電話：669．4406

周愛權　周慶偉　視光博士　驗眼配鏡專家　精配隱形眼鏡
DR. RAYMOND S. CHOW
DR. JACK K. CHOW
OPTOMETRISTS
TELEPHONE 685-8231
632 MAIN STREET
VANCOUVER, B.C.

日昇 SUNRISE
SUNRISE MARKET LTD.
Factory:729 Powell St., Van., V6A1H5
Tel: (604)254-0701
日昇產品　品質最高　味道最好　營養最豐　各大商號　均有代售

日昇食品超級市場　嘉樂亞州食品總滙（日昇附屬機構）
鮮味炸魚條　鬚菜魚丸　新鮮魚滑　新鮮芽菜（Cookie Wafers）（Fortune Cookies）幸運餅（芒果、石榴、百香果）　熱帶菓汁　炸豆腐　豆腐朴　豉油豆乾　芳香豆乾　五香豆乾　白豆乾　保鮮豆腐　保鮮豆漿
大量供應合時蔬菓，東南亞食品及雜貨
價廉物美，貨式齊備，歡迎垂詢
零沽批發，一律歡迎
300 Powell St., Vancouver, Tel: 685-8019
461 Powell St., Vancouver, Tel: 254-2733
260 E. Georgia St., Vancouver, Tel: 684-3155

EVERGREEN 祥興衣車公司　VERGREEN SEWING MACHINE INC.
代理：JUKI 秀奇牌工業衣車；YAMATO 雅滿桃牌工業衣車；SHUANG JIAO 雙角牌工業衣車；SINGER 勝家牌家庭衣車
專售：各國名廠工業衣車、車針、蝴蝶筒、胸咭槍、蒸汽熨斗、拉布機、電剪機，零件及配件。
精工修理各類衣車，取價低廉，零沽批發，無任歡迎。
本月大特價
日本JUKI工業單針衣車5550，全新，每台$930
JUKI MO-2500，五線級貨，全新，每台$2300
JUKI小型電腦自動剪線車特價傾銷，歡迎電話垂詢
勝家牌家庭萬能衣車，三月開始特價銷售
Phone: (604)876-3392　Fax: (604)876-5311　週一至週五 9a.m.-6p.m.　週六 10a.m.-4p.m.
4180-4188 Fraser Street, Vancouver, B.C. Canada V5V 4E8

內外油漆　瓦仔水潤　電話余生　2533．0723

金記　內外油漆　土庫間格　屋頂瓦仔　工精價廉　874．0009

思維裝修　大小工程屋店栢文內外油漆水電門鎖鋪磁磚燕梳機票美容班化粧品面部按摩5229160洽

龍安剪草公司　剪草種花播種草米　專除雜草鋸樹修樹　請電255．8876

強華公司　KENWARD CO.　1685 E. 60TH. VAN. B.C.　V5P 2H5 TEL: 325-0909
修理各種電器，承接大小工程，煤氣水喉，服務妥當．價格克己保證滿意

照宏生燒銲　電話：876．0464　傳呼機：650．8726　免費估價　大小工程　鋁質鋼質　圍欄鐵欄門閘　鐵欄杆扶手　車車架鐵架　車身氧喉

恒城裝修　4大工程　3小工程　0工程　2免費估價　3修理水廚房浴室修理　2估價　0間格廁所

Bing Plumbing and Heating　428 SALSBURY DR., VAN., 電話：254．4935　1976 炳記
接駁政府大渠安裝地下水管
修理土庫漏水

東方雪櫃冷氣公司　專門按裝修理保養商業凍房冷氣雪機家庭電氣雪櫃爐頭洗衣機等．　政府牌照　日夜服務　電話：251．2301英語　255．4821馬洽

東方園藝　專鋪草皮，換草皮，鋪石仔，樹皮，洗屋，做RETAINING WALL，倒樹，修樹，拔樹頭，專剪大型草堂，工精價實，工具齊全　電話：251．5629　253．4046

快捷冷氣工程公司　馬君寰　三二七．一一五一（英語）　三二五．九〇七五（華語）　專科承裝修理，大小商業冷暖氣機凍房，急凍櫃，大小牛奶肉食瓜菜房，電爐電火政府牌照

誌里冷氣工程公司　專科大小商業凍房冷氣工程．設計裝置及修理　忠誠爲僑胞服務．快捷妥當．　電話：八七二．一〇三九　3772 MAIN STREET VANCOUVER, B.C.