你是一位好母親？

申琪蓮

自己考考自己，作為母親，你有多少分？可算得是一位好媽媽嗎？

照一般的標準，盡心盡力的把孩子撫育大，給他們受良好的教育，使孩子們身心健康，有所作為，便該是一位合格的母親。

但實行起來却也不是那麼輕鬆容易。而所謂好的標準，也有觀點與角度的問題。

當我有第一個孩子的時候，在一本外國雜誌上看到一幅漫畫：一個中年的母親和她的女兒一先一後的走着，女孩子打扮得花蝴蝶似的嬌俏，輕鬆高興地走在前面，後面跟着一個不修邊幅的神情疲累的中年母親，她的雙手和肩上都挽着和掛着大包小細的東西，吃力地一拐一拐的移動着脚步。標題是《母與女》。

這幅圖，令我印象深刻。它給我的第一個意念是，這位母親任勞任怨，承擔着一切，已到了全不顧自己的程度，而讓她的女兒享受輕鬆愉快的幸福。她十分盡職，是個好媽媽。可是，當我再想深一層，她為什麼要自己承擔一切，而不讓女兒也分擔勞動和學會關心他人、尤其是關心自己已操累的母親呢？

經這一問，我先前給她的分數可要縮減了。

一位好媽咪，養育兒女，不僅僅使他們身體成長和健康，還得使他們心靈健全和美好。

試想，一個只管享受，而沒有給予，只看到自己，而不知關懷至親的人，你能說他是一個心性健康的人麼？

中國人有許多傳統的美德，我們是否把這些民族的美德也一代一代的傳給後輩，實在是值得深思的。

在這個惟利是圖泛濫的社會，那種只知享有、佔有而不給予的思想是可怕的，如果不希望自己的孩子成為這種自私自利的人，早早的幫助他培養一些對人的仁慈熱誠等等美好的品性是非常必要的。

因而，從小我就不讓孩子獨吃、不讓他霸道，當他懂得做事了，就分配給他做得來的事情，對家務統的美德，我們是否一代一代的傳給後輩，實在是值得深思的。

從事這項研究工作的專家說，奶粉易使嬰孩變成肥仔、肥女，那是由於一種很普遍的、渴望自己子女長得胖胖的觀念，而故意多餵一點奶粉給他們吃所致。

研究者又發現，吃奶粉的嬰兒比吃母乳者較多，乃受了一種不正確的觀念的影響，以為吃奶粉比吃母乳「更進步」、「更文明」。（潤）

常春藤

織葉篇

赴宴

陳軍任

赴宴，對我而言是一件極之繁瑣的事。

繁瑣之處，在於事前的準備工夫。挑選一襲像樣的衣服，還有一雙皮鞋，以及其他配襯的飾物。更有需要的是在臉上加添一點點顏色。既然決定赴宴，給主人家一點點面子，這是作為嘉賓所應盡的責任。

繁瑣之處，還在於入席前的百般無聊。

嘉賓濟濟一堂，你不懂或者不愛在這種場合搓麻將，也沒有其他「嗜好」，熟悉的朋友遲遲未到，百無聊賴，獨坐一隅。熱鬧中感寂寞，顯然是人生一大痛苦。但却要不時强顏歡笑——這個，也是為了尊重自己、尊重主人。

假如你和我都是這麼一個厭惡赴宴的同道中人，不愛赴宴却是不能不赴的話，就設法在討厭的事與物之中尋找一絲對自己有益的事與物吧，比如，從中學習一些人情世故，安慰自己，這在其他別的地方是一無所獲的。

赴宴，就覺得「有所獲」了。

那晚赴宴，就覺得有如棄嬰，好不容易才遇到了三兩知己，入席了，更覺自己孤立無援。一望無際的數十圍酒席，每圍十多個座位，行行重行行，竟然沒法找到容身之所。每圍席上，一個清晰可辨的名牌豎立在中央，「某某學校同學會」、「某某機構職員」、「某某家屬」……

我和那三兩知己，這時比別的什麼時候更知已知彼，到處找屬於自己的一圍，總無法找得着。

我們是主人家的「某某機構」的舊同事啊，怎麼「某某機構」的名牌遲遲沒映入眼簾？隨便找個空座位，又被人家的「所屬機構」的「知己」所婉拒。結果，我們的知己，惟有各散東西，他坐東時我坐西了。人是終於坐下了，還有侍應生招呼吃的喝的，却大有「人家施捨」的味兒。頓時覺得，自己那一身經過精心挑選的衣服、皮鞋、飾物配襯是白費了心機，那臉上加添了的顏色，未知是否再添一色——黑色。

話家常

遽逝

阿怡

一位世伯突然間去世了，他是飯後坐在安樂椅上休息，搖呀搖的，竟就去了，事前沒有一些兒迹象，也沒有經過什麼病痛的折磨，去得蹔突然却安詳，令家人朋友傷感的是他竟然沒有留下片言隻字。

世伯去世，令父母親陷入低潮，幾十年相交的好朋友，一直是父母親的老大哥，感情着實深厚，之前個多星期，彼此還杯酒言歡敍舊。

老人家精神上和感情上所受的打擊，可以理解，做後輩所應做的，是盡量避免引起他們的傷感。

魚鮒蒸汁豉

趙仲素

鮒魚肉質非常鮮美嫩滑的，最好的烹調方法是用豉汁來蒸，至於舊日鄉間流行蒜子炆鮒魚大概是難得機會一吃，故所用蒜頭，香軟，燒腩與之共炆，如此則有一大鍋。若用豉汁清蒸有「唔見食」的弊處。但鮒魚的美味却只有豉汁清蒸方顯出其真。豆豉蒜頭同用刀柄椿碎，加入生抽，糖攪勻搽在鮒魚上，淋下生油，水滾下鍋隔水蒸約十分鐘即成。

鮒魚到底是鹹水魚還是淡水魚？那天為了這個問題爭議了一番。事情是這樣的，有人說鮒魚是淡水魚，我也記得父親生前常說，在鄉間遇上鮒魚姑娘却說鮒魚是鹹水魚，因為有一次她和朋友在青龍頭曾經釣過鮒魚。並指出所釣的鮒魚是白色而沒有鱗，頭部有長觸鬚兩條，鬚上並有利刺。街市出售的鮒魚也是這樣的，但大條，每條都有三斤左右，價錢也不貴，只是二十四元一斤。漁檔的阿伯說這鮒魚是淡水魚。看來我的海產知識真是不足，莫非鮒魚又像捷沙魚那樣有鹹淡水兩種。

大理小說

舞者

若思

從來沒有想到過學芭蕾舞。

印象中的芭蕾舞是一種高尚的藝術，高不可攀，都說跳芭蕾舞的女孩子優雅高貴，氣質獨特。

對芭蕾舞的愛慕始於在藝術中心精品店裏看到的一幀照片。身披白色輕紗裙子的女郎在柚木地板上飛旋，鏡中的影像依稀難辨，無限的動感在一剎那間凝固了……。我很受震撼，深覺舞蹈本身就是一種極豐富的語言，那清雅的神韻、柔美的姿態，緊緊扣住了我的心。

很久以後，我參加了一個青年芭蕾舞班，才真正接觸芭蕾舞。

我們的導師曾任北京芭蕾舞蹈學院導師，來港兩年，十二歲開始習舞，有極豐富的演出和教學經驗。然而，深深感動我，使我堅持下去的，並不是這些資歷。

初學的時候，雖說之前有一點點舞蹈根底，還是十分辛苦的。老師授課要求嚴格，罵起人來不留情面，幾個月下來，伯吃苦、怕挺罵的都離開了。老師不以為然，說：「芭蕾舞本身就是一種殘酷的藝術，沒有恒心、不肯吃苦是不行的。」他又心平氣和地解釋：「你們各有自己的職業，學芭蕾舞不過是鍛煉身體，修養性情，我不會難為大家的。」

我喜歡早一句鐘到舞室熱身，是以常有機會跟老師聊天。實際上，還他的資歷，他可以賺更多的錢，早一點實現他買房子、辦舞蹈學校的心願。但他說：「錢不是最重要的，我看過很多名人傳記，他們都很成功，名、利都不缺，但他們並不快樂。我只要不愁吃、不愁穿就可以了。我希望過一種自由舒暢的生活，沒有太多壓力，好好活幾十年，然後心安理得的離開……。」

上課一年多，他從沒有缺過課。這一位敬業樂業的舞者，帶我進入芭蕾舞的世界，給我很多寶貴的啓示，我十分敬重他。

雖然沒有錢也不行。

他們都很成功，名、利都不缺，但他們並不快樂。我只要不愁吃、不愁穿就可以了。我希望過一種自由舒暢的生活，沒有太多壓力，好好活幾十年，然後心安理得的離開……。

我絕不一人包辦，要大家都來分擔。

這些年，每當我過份姑息孩子時，那幅《母與女》的漫畫便浮現心頭，對我敲響了警鐘。

要做一個真正的好媽咪，實在並不簡單！

奶粉嬰孩易變肥仔

吃奶粉的嬰孩可能比吃母乳者較易變成為肥仔、肥女。英國謝菲爾德大學的研究者在核對當地出世的二百六十名的嬰孩體重時，發覺他們在誕生之初，一般都符合標準，但在六個星期之後，便出現變化，那就是有超重的趨勢，其中吃奶粉的佔了二百四十名，吃母乳的只佔二十名。

北園 NORTH PARK RESTAURANT
擴張營業 全新裝修 喜慶讌會
瑤璜禮堂 筵開卅席
酬賓席 $148.
北園大拼盤 奶油焗龍蝦 蟹肉燕窩湯 北京片皮鴨 鴨鬆生菜包 玉蘭炒鮮魷 葡汁焗蠔盞 當紅炸子鷄 清蒸游水斑
鴛鴦炒飯 合時甜品 鮮生菓盤
993 GRANVILLE STREET VANCOUVER B.C. V6Z 1L3
PHONE: (604) 688-8828

漢宮大酒樓
KINGSLAND CHINESE RESTAURAUNT
987 Granville Street Vancouver, B.C. Tel: 687—6675
超值貴賓席 鮮龍蝦大沙律 貳大熱芬：金銀鮮麻鮑甫 玉掌美人魚
濃燉鷄鮑翅 雙鳳朝陽 紅燒雙乳鴿 鴛鴦玉麒麟 腿汁鮮露笋 奶油焗海鮮飯 冰花木瓜燉雪耳 四式美點
$328.00
$128.00
$148.00

FOX CINEMA
2321 MAIN ST. AT 7 AVE.
VANCOUVER, B.C. 電話：874-3116
放映時間 12:00, 2:15, 4:30, 6:45, 9:00pm
成人 $4.50 老人 $2.50 夫婦 $7.50
WARNING COMPLETELY CONCERNED WITH SEX
免費泊車在 CENTRE MOTEL 達星期二轉新戲
即日放映 RESTRICTED
熱！熱！熱！
Essex Pictures Presents HOT LUNCH
Wait Till You See What We Serve for ...Desert!
DESIREE COUSTEAU CHRISTINE DeSHAFFER BRIGIT OLSEN
COLOR
An Essex Picture
HAIDA THEATRE
TWO BIG ADULT HITS IN TOWN
FOXHOLES THESE GIRLS ARE GREAT ON MANUVERS!
PLUS DEEP INSIDE ANNIE SPRINKLE
NEW MOVIES EVERY FRIDAY

達明電器工程
安裝修理一切，
商業、住家電燈、電力、
火警設備，快捷妥當。
請電：324 0343

亞余電器修理
收費低廉 到府服務
電爐等 乾衣機 洗衣機 雪櫃冰箱 家用電器 專營
電話：874-3138

龍城戲院
最高享受 最佳服務 活動座位 冷氣開放
1660 EAST BROADWAY, Telephone 872-7171
招駕空地鐵去龍城 方便又快捷（由唐人街去龍城戲院只3分半鐘）
新鮮城 城市英雄火爆詩
有情有勁 有源有趣
飛虎奇兵 本年港產片必看的一部
靈氣迫人
黃百鳴★周潤發★葉倩文
跌打風濕 祖傳秘方專治風濕 骨痛筋痛難集症拿手 鐵打藥到病除主在 清世教人・黃飛龍 8876
94 代 23 客 72 搬 1・ 運
9 查詢 8 4 0 5 9 7 奪辦理留學生入 政府中學・詳情 精英語電VLI

TOM LEE
X'MAS SALE • A • BRATION
大平賣 聖誕新年
PETROF YAMAHA
PIANOS — ORGANS
SALE — SALE — SALE
On Selected Stock
★ Great Savings
★ Easy Terms
★ Best Selections in Town
★ Future Service Guaranteed
STORE HOURS:
9 — 9 p.m. Weekdays 12 — 5 p.m. Sunday
952 Granville Street 685-8471
10068 King George Hwy. Surrey 589-1344

HAIDA THEATRE
3215 KINGSWAY • 435-2333
成人電影●性感●香艷●新潮●刺激●
加拿大首創情侶廂座乾淨的戲院
每星期有新戲放映
警告：兩部電影全部與性愛有關性感的電影
WARNING COMPLETELY CONCERNED WITH SEX
最後連映兩場 保證滿意 夫婦九元 老人二元五角
每日放映時間：12:00, 2:15, 4:30, 6:45, 9:pm. 免費咖啡贈常客
熱！熱！熱！即日放映
THE ULTIMATE PHONE FANTASY Let's Talk Sex BRIDGETTE MONET
Harry Reems Society Affairs
Watch Candian Premier of ALL AMERICAR GIRLS PART 2 ULTRA FLESH (Staring Seka)
Staring: VERONICA HART KELLY NICOLAS

嘉禾大戲院 Golden Harvest Theatre
最佳影片 嘉禾貢獻
319 MAIN ST. VANCOUVER, B.C. TEL: 683-8888
激情滲透 人人心口 十二月十七日起
龍的心
同場「求愛反斗星」 張艾嘉 陳百祥 張國榮 主演
同是父母所生 爲何弟弟一副好身手 爲何哥哥一生痴呆 兄弟濃情 扶持堅守
洪金寶 成龍

KS 精工 錄影音響修理
K.S. VIDEO & AUDIO SERVICES
4390 FRASER ST., VAN.
最新運到！
回轉或向前兩用。
KINYO 迴帶機 特價 $70.95 $59.95
比一般回帶機略小而結構精良，速度快且穩定，免除您空等回帶的時間，減少利用錄影機回帶的耗損與浪費，延長錄影機壽命。
10% off for World View Subscribers
錄映機綜合保養 只需 $29.95
包括：
・清洗磁頭
・清理磁頭鼓輪
・潤滑所有活動部分
・檢查及清理皮帶及齒輪
・清理機內塵埃
・檢查錄映帶之拖力
・一份詳盡之性能報告
Tel: 876-8320

本報廣告 效力宏大