舞衣

▲雷聲大

小時，甚愛體操、器械操等身體語言運動。及後發覺，配上古典樂章的芭蕾舞，除了有着相同動感，更是一分輕歌漫舞的溫馨。

後來看了一次古巴國家現代芭蕾舞團表演，深覺本人之感情感覺不太符合古典芭蕾舞而屬現代芭蕾舞。後在紐約看過數次現代芭蕾舞表演更加深對現代芭蕾舞的投入感。最壞的是一次在倫敦Covent Garden看倫敦節日芭蕾舞團表演《睡美人》，感覺過分注重形式的古典表演之沉悶無與倫比。對古典芭蕾舞的感情更徹底地轉移至極富動感的現代芭蕾舞去。

現代芭蕾舞的鼻祖之一，伊莎黛拉·鄧肯女士以穿上薄紗舞衣而震驚她所屬的二三十年代，她並把長紗巾由舞台帶至現實生活，後來更因長紗巾被捲入車底而喪生。曇妮莎·列格芙曾演《鄧肯傳》，其中形象鮮明獨特，令人印象深刻難忘。鄧肯女士的舞衣只是又長又闊，隨風飛舞的隨意感性衣裳。現代舞衣的設計輕巧感性，完全滿足了衣服的責任。

生活方式 各適其式

愛莉

上個星期天，張先生夫婦和王先生夫婦約好了一齊來我家閒聊。張先生和王氏夫婦均與我相識十餘年，彼此來往頗密，無所不談。最近張先生新婚之喜，於是這次約會也帶來了新婚的張太，我當然表示熱烈歡迎。

張太原是張先生的秘書，日久生情，終於由上司下屬的關係變為夫婦，而且張太決定婚後暫不工作，專心做好太太。我們都為張先生娶得賢妻而高興。

由於大家稔熟，而要講的事又太多，於是決定一開始就不准說客氣話，只准說一些「有內容」的話，我對着這些爽快的朋友，如沐春風，彼，腦筋要動的快。這方面都要兼顧的，例如教育兒子，與家人相處等，他自己也喜歡較自由輕鬆的日子等等，所以，他仍是安於現狀，想要發財最多也只是買「六合彩」碰運氣而已。

我覺得他們兩種不同的揠銀態度，其實代表了不同的性格和不同的生活目標。事實上，每個人都有自己實際的環境和條件，性格也是人人不同，生活目標更是不一樣，最重要的是自己訂下一個目標，就按照自己的目標生活好了。例如很多朋友樣，要發達，並不是很難的事，並且要「立即行動」，創業要趁年青也。

王氏夫婦已婚十餘年，育有一子也已就讀中學，兩夫婦均有職業，互助互愛，注重家庭，日子過得正常美滿。只是最近由於一些客觀因素，王先生的職業前景似不樂觀，於是，王先生是否應該「捨身」出來「博殺」，就成為此次談話的焦點。

王先生夫婦始終都認為人生並不只是一揠銀」，也有很多其他的化粧品。

一般人習慣到了夜晚才使用眼霜，遇到大風或者天氣較為寒冷乾燥的時候，白天也應該使用，屬於乾燥皮膚又或者已年過三十的女性，更應該堅持早晚使用，依筆者的意見，勤塗眼霜至低限度可延遲眼部皺紋的出現。

購買眼霜應親自到藥房或化粧品公司選購，別人合用的未必一定適合你使用。

吃少宜物食的炸

▲羅鼎

許多人都喜歡吃炸的東西，因為香口而且脆，提高了吃的興趣。尤其是小孩子，大都喜歡吃炸的東西，飲茶時就最常見，碟碟都是炸的點心，春卷、五柳雲吞。小孩子之外，女士們也都喜歡，如芋角、鹹水角。（其實，男人也有喜歡的，我也如此，恐怕你也難免如此）。

有一個原因，可能是家中極少有做炸的食物，在外邊吃東西時見了，就忍不住口了。其實，中國人大都知道，油炸的東西多吃了是沒益的，最起碼的說法是吃了會「熱氣」，吃得多便會惹來小麻煩，人人都知。

好吃的東西自然要吃，一如本欄的旨意，少吃是無妨的，一如吃粥時要條油炸鬼，喝茶時要碟「鹵雲吞」，分開每人吃兩三隻，亦無不可。但小人若時時吃，多多吃，那就不可了。

勤用眼霜

▲李玉萍

美容貼士

接到不少讀者來信，詢問筆者介紹的美目新產品，可見讀者相當重視眼睛的美容。

眼睛四周和頸，是人體皮膚最嬌嫩的部分，因此應特別加以保護。

眼睛四周容易出現皺紋，那是活動的細胞較少的緣故，因此，該部分比面孔其他部分更加需要營養和滋潤，眼霜就是專門供眼部護膚的。

今晚试吓

青瓜醬魚柳

用料：兩茶匙魚介醬 六湯匙軟牛油 六條魚柳（重約磅半） 一杯青瓜粒 半茶匙碎香草 兩湯匙牛油 一罐金寶忌廉磨菇湯

三分一杯酸忌廉

做法：將魚介醬和軟牛油拌勻，塗在魚柳上，離火四吋，每邊烘五分鐘，直至魚柳鬆脆不黏底即可上碟，備用，另外在煲內煮熱青瓜粒，香草和牛油，直至柔軟時，再加入金寶忌廉磨菇湯和酸忌廉，煮熱，不時拌勻，然後淋上魚柳面即可食用，六人用。

常春藤

狗的哨子

▲子青

雅趣閒情

狗的嗅覺是動物中最為發達的，而牠的聽覺又是怎樣的呢？根據實驗得出的結果，大約是人類的十六倍。人的耳朵可以聽到小鐵球在六公尺內跌落鐵板的聲音，但狗更能在二十四公尺內，仍能聽到的。

狗可以感受到近於超音波的振動音波，人類卻是聽不到的，耳朵暨起的狗，能聽到更遠處的聲音。

由於附圖這類哨子，可以吹出高頻率的聲波，達到五萬赫以上，人的耳朵是聽不到的，卻可以知道主人在召喚。通過適當的訓練，犬隻可以按吹出聲音的高低去執行任務的。而這些哨子都是可以伸縮調節，從而發出不同的音波。

開心旅遊團
由溫哥華出發專業華人領隊
旅行團遍達…
中國之旅 CHINA TOURS
日本台灣 JAPAN, TAIWAN TOURS
歐洲之旅 EUROPE TOURS
美加東岸 CANADA/USA EAST COAST
亞省洛磯山脈 ALBERTA ROCKIES
卑詩域多利遊 VICTORIA TOUR
夏威夷之旅 HONOLULU TOUR
每月均有團出發
機票部：電腦訂位。直接出票。方便快捷。
駐溫哥華中國總領事館特許代辦簽証
溫哥華片打東街八十八號二樓
電話：604-685-9366
開心旅遊 HAPPY TIMES TRAVEL

英華旅行社 GALAXY TRAVEL AGENCY LTD.
片打東街150號
電話：(604)669-6412 681-3816
春季假日旅行團
①廸士尼•三藩市。賭城飛機團七日遊•
三月十六日出發 由$689起
②廸士尼。三藩市。賭城巴士團十日遊。
三月十四日出發 由$569起
③日本六日遊•每月出發•由$1538起
④東京。台灣。香港九日遊三月十二日由$1599起
⑤漢城•台灣。香港九日遊三月二十一日由1368起
⑥香港廣東十一日遊三月十四日 由$1588起
⑦中國遊16日三月十四日 由$2650起
⑧香港。星•馬。泰•十一日遊 由$1888起
每月出發•
⑨香港六晚酒店•早餐•接送•觀光由$1349起
一日遊：西雅圖。域多利•大溫哥華。
特價機票來回：
香港或台灣由$838起
卡加利 由$129起 點慢頓由$139起
沙省 由$169起 雷振起由$181起
溫尼辟 由$230起 多倫多由$299起
滿地可 由$339起 渥太華由$319起
檀香山 由$379起 倫敦由$599起
代辦各地簽証。代售各種旅行保險

標記洗地毡
專潔洗各種地毡•洗窗門
洗梳化•洗石米牆•價格特平•
晚六時後•電話：二五三•五六七二

清潔打臘
健良清潔公司
電話：876•3854
傳呼機：645•7001

中英洗地毯
新機器洗地氈梳化椅
即洗即用不褪色不縮水或變樣，假日晚照服務，專洗餐館烟囪爐頭工商業住宅清潔打臘八折優待。
晚 253•5710

御達勝旅運中心 IATA
TECH TRAVEL SERVICE LTD.
536 MAIN ST.（福爽奇化街） VANCOUVER B.C. V6A 2T9
電話：(604)685-5263
*代理各大航空公司機票往世界各地。
美加內陸特價票，港、台、星馬團體票，歐陸包機等
*代訂各地旅行團，如賭城，夏威夷迪士尼樂園等 PACKAGE TOUR
*無論移民探親，假期消遣，商務，旅遊，專人爲您悉心妥當安排。
營業時間：週一至週五：早上九時至五時半•
週六：早上十時至二時•

跌打風濕
周頌堯教授白鶴內外功拳
神效按摩自療。哮喘•鼻敏感•胃•頭頸肩腰背膝 關節諸傷痛 免費洽
東15街 649號
電：872—8720

配眼鏡嗎
美國AO鏡質量優良•眼鏡男女裝連架包•晚上六時後電：254•5846•價錢略平

安捷旅行社 EMPRESS TRAVEL
Suite 1-10 E. Pender St., Vancouver, B.C.
Tel:(604)688 7886（中華文化中心新廈二樓）
安全快捷，服務第一
代辦一切旅遊業務，酒店，簽證，豪華或廉價機票，代理中國及世界各地旅遊觀光團。
來回香港及溫哥華機票，價錢特平。
假期回港，請早定座，歡迎駕臨
電話：六八八—七八八六

快意旅遊公司 溫哥華華埠片打東街125號 (604)669•4165
香港桂林五天航空團 $1298
（每月有團出發）
暢遊：桂林、陽朔、漓江、七星岩、蘆笛岩、象鼻山、疊采山。
*溫哥華 香港來回特價 $838
*代訂香港中國旅行社各類長短線旅行團。天天出發。
東京回港精選遊 $1500
（三月廿八、四月十七、五月十五）
暢遊：東京迪士尼、箱根、平和公園、富士山、山中湖、鐵塔、電力科學館、及銀座購物。（華人領隊、一年有效機票）
*溫哥華 香港來回 $1050
（可免費停留三藩市，夏威夷，東京及台北）
夏威夷香港探親超值遊 $1118
暢遊：市內觀光、珍珠港、巴里大風坳漁人碼頭、波羅廠、鑽石頭山、波里亞文化中心、及乘坐玻璃底船、作海上暢遊。
（包一年期有效機票、夏威夷觀光及膳宿、華人領隊）
出發日期：每月有團出發•
*香港歡樂遊 $958
機票加三晚酒店（雙人房）
出發日期：三月份逢六、日
（回程可免費停夏威夷）

安亞旅行社 EXECUTIVE TRAVEL Pan-Pacific Travel
總行：片打西街1050號1670室
華埠分行：片打東街127號商場3室
電話688—2311
①東京台灣團（包一年期來回香港機票）$1599起
暢遊東京一淺草。皇宮。富士山。大石寺。音止瀑布
台灣一台北。陽明山。日月潭。高雄
出發日期：一月十三日
②香港。澳門。中山。佛山。廣州遊 $1288
（全程七天。包括來回機票。酒店住宿•三餐膳食。遊覽等）
三月廿一日。四月十八日。
③香港購物渡假遊（全程八天） $1100起
包括來回機票。六晚酒店住宿（雙人房計。港島半日遊機場接送）
出發日期：逢週六出發
④香港廣東遊（全程十一天）$1588
暢遊：香港。深圳。廣州。佛山。開平。新會。台山。恩平。
出發日期：三月十四日
四十五天前付款 特價$1538
⑤中國逍遙遊（全程十六天） $2650
暢遊香港•廣州。桂林。杭州。上海。蘇州。北京
出發日期：三月十四日
一月卅一日前訂位。特價優待•
★代理香港中國旅行社華僑旅行團。以港幣價計算。天天有團出發。
榮獲中國領事館指定代辦簽証
★代理國泰。日航。加航。大韓。聯合。西北各大航空公司機票前往東南亞各地。

美景旅行社 MY-KING TRAVEL LTD.
204-10 East Pender Street
Vancouver, B.C. V6A 1T1
Telephone: 681-0611
精選亞洲九天遊
韓國漢城。台灣環島。香港
包三餐及一流酒店•經驗華人領隊• $1288
香港。中國十七天豪華團
乘搭中途不停站豪華客機。
包三餐及一流酒店•華人領隊
香港。廣州•杭州•上海。
北京。桂林•廣州。$2488
韓國。台灣•中國精華遊
香港•
全程廿四天包三餐及一流酒店。華人領隊
特價 $2988
（每月均有團出發）
來回溫埠•香港 大特價$875 包六晚酒店$1050
代理國內各旅行團•及酒店。與香港價錢相同。保証滿意！
駐溫哥華領事館委託。代辦中國簽證。 加拿大。美國特平機票。
★香港中旅正式委任爲加西總代理"在外售券•境內取貨"業務。
爲方便海外華僑。外籍華人。留學生。訪問學者•出國公務員•出國探親公民在回國時携帶各種物品起見經中旅社委任代理在加拿大購券。中國境內取貨業務。
代售進口原裝電視機。錄像機。電冰箱•洗衣機•收錄音機。音響組合•摩托車。微波爐。電風扇。電飯鍋。電動衣車•自行車•各種客貨車等供您選擇•提貨地點分別爲廣州•北京•上海•福州•泉州•廈門•汕頭。海口•開平。梅縣•流沙。拱北•深圳等地中旅社•詳情請來電查詢•