

千橡通訊

Conejo Chinese Cultural Association Newsletter



二零零零年 秋



Conejo Chinese Cultural Association & Thousand Oaks Chinese School
1728 Moorpark Road, Box #416, Thousand Oaks, CA 91360

「新」的千禧通訊出發了，您看得出是哪裡不同了嗎？歷經一十六年默默的服務，由胡立功女士親筆書寫的「千禧通訊」功成身退，它在千禧通訊的歷史上是不可抹煞的功臣，就像對待每一位曾經服務過康谷華人的工作者，我們無限依依，我們將永遠懷念它的身影。特別情商千禧書法家宋晚玲女士為我們揮毫寫下了新生代的「千禧通訊」，嶄新的面貌意味著新世紀的轉換，代表著我們求變化，求突破的心願。希望讀者朋友們一本初衷繼續支持與欣賞「千禧通訊」。康谷中華文化協會，千禧中文學校和家長會這三個互相關連的組織都因為新年度的來臨而選出了新的負責人。創業唯艱，守成不易，我們相信新血脈注入了新活力，在諸位負責人的合作之下，將帶領康谷華人邁向一個新的里程碑。難能可貴的是，歷年來幾乎每一位「退位」的負責人都表示願意隨時待命，為康谷華人，願再一度的奉獻，他們「退而不休」，這種「幕後」的力量，是推行所有活動的根源。誠如新任會長所言，康谷華人的活動已包羅萬象，而且是極有趣味性、挑戰性的，這都是群策群力，合作無間的成果。我們誠懇的盼望您的參與，在康谷華人社區成長史上留下足跡，將會是您一輩子回味無窮的經驗。

千禧通訊依然是豐收的一期，各項專欄都能如預期地發揮功能，帶給讀者們新的訊息。為了分類更詳細，增設了「廣角鏡」一欄，歡迎您利用它來介紹您心目中的特殊人物，報導有特別意義的活動。我們經常在報章雜誌上看到所謂的「希望工程」，究竟它是何種性質的組織？服務的對象是誰？又如何通過它來達到助人的心願？透過本期「廣角

鏡」，您可以略見端倪。助人為快樂之本，何況每一個人以極有限的花費就能在偏遠的土地上為普及教育。掃除文盲這樣的千秋大業盡一份心力，是何等榮耀的功德。藉著千禧通訊這一角落，我們呼籲康谷華人支持贊助「希望工程」。讀了本期的「天下通」，就好像上了一堂歐洲歷史課，我們希望將來還有更多的世界各個角落的故事。喜歡旅遊的朋友們，希望您帶著一枝筆，一張紙，隨時隨地記下您的見聞與感想，好讓讀者們亦能跟著您的足跡神遊四海。張雲女士撰述的「藝林筆記」已經進入第三篇，這不僅是她為個人在學習藝術的領域中留下記錄，實有助於熱愛藝術的同好者認識近代藝術史。「文藝沙龍」一向是大眾的專欄，每一個新名字的出現，對編者而言都是一個驚喜，有興趣塗抹文字的朋友，讓我們一起來練習、耕耘、開發寫作的桃花源。健康就是財富，想有任何有關健身的信息嗎？請先賞我們的「醫藥保健」。「青少年工作室」愈來愈生活化，青年朋友們請多多利用這塊園地，交換讀書心得，介紹最新最酷的娛樂，或者談談打工甘苦，甚至於「為賦新詞強說愁」，希望每一期都有一個主題讓青年朋友們說出心裡的話。每一年千禧中文學校都有高中生晉級為大學新鮮人，由在校生而畢業生而成為校友，我們希望聽聽每一個階段的心聲，千禧通訊無疑地是最方便的交流與溝通的場所，請多多投稿。

千禧通訊累積十六年的經驗，已建立起其獨特的風格，如何在經驗中求變化，請讀者朋友們隨時提供您寶貴的意見，更歡迎直接參與編輯工作，有意者請與任何一位我們的工作人員聯絡。

編者的話	左大磊	1	現代親情	張樂安	30
目錄		2	親子親情	張大健	31
			林志中		
康谷中華文化協會			天下遊：		
會長的話	劉存熙	4	在聖彼得堡的兩天	王正平	32
揮一揮衣袖	馮瀚緯	4	童話王國丹麥北歐遊蹤之一	張炳南	36
康谷華協組織功能介紹	馮瀚緯	7	遊波羅的海七國觀感	嚴雋同	38
CCCA 年度財務報表	許美玲	8			
千橡中文學校			醫藥保健		
教育是心靈的探索	黃家蘭	9	如何選購維生素	焦守恩	39
此情可待成追憶	潘黛美	10	醫療新知	陸麗珠	41
TOCS 年度財務報表	奚慶	11	談太極拳		41
	王明珠				
家長會			活動		
家長會	萬培娟	12	太太，您太辛苦了	鄧延立	42
家長會名單			健行活動記實	林志中	43
溫馨愉快的一年	藍芸	13	書的製作	陳玲伶	43
年度財務報表	黎惠民	14			
特約稿			康谷社團		
藝林筆記：			社團索引	編輯部	44
金石入畫吳昌碩	張棠	15	被遺忘的浩劫展	馮瀚緯	45
			千橡圖書館簡報	袁曉琳	45
文藝沙龍：			金齡會	陸麗珠	46
篆刻之美	左大磊	18	健言社	周天祥	46
喝酒	王瑞芸	19			
俯拾皆緣份 處處是同胞	馮瀚緯	21	英雄龍虎榜		
我的老師	鄭德音	22	千橡獎學金名單		47
人生如戲	林書玉	24	康谷華協獎學金名單		48
寫給你	續易瑾	26	畢業生感謝函		48
莞爾集	編輯室	26			
廣角鏡：			教育		
希望之旅-青海行	徐中	27	當菜鳥老師遇上老鳥學生	趙惠蘭	49
備寫周濤	關心	29	青少年領導才能訓練班	吳茵茵	49
			What did I learn		50

青少年工作室

Summer Fun

51

校友園地

Descendants of the Dragon

吳雅詩

58

Que Sera Sera

李凱妮

60

The Free and Easy Way to Help

鄭圓圓

61

畢業生園地

CCCA Scholarship Essay

62

學生園地

學生佳作

70

廣告

康谷華協禮券參加商家一覽表

74

廣告價目表

75

廣告

76

康谷華協理事名單及職務

95

中文學校教職員名單/行事曆

96



千橡通訊工作人員

主編：陸麗珠

主筆：左大磊

編輯顧問：林志中

編輯委員：張月蘭，焦守恕，陳玲伶，
鄭德音，馮瀚緯

校對：張月蘭，陸麗珠，陳玲伶，
林志中，曹織玲

電腦編排：陳啓輝，馮瀚緯，陳玲伶

廣告組：侯天雄，潘雪燕，吳茵茵

網路小組

召集人：焦守恕

組員：陳曾緯，王長卓，江曉帆，
唐天晉，黃杰，馮瀚緯

網址：www.ccca-tocs.org

歡迎閱讀半年發行一次的千禧通訊。千禧通訊和網頁是康谷華協和會員們交流的最佳園地。希望大家多加利用，發揚光大。更希望你們鼎力支持和參與。同時借此機會感謝千禧通訊編輯小組及通訊委員會的辛勞。

現在讓我談一談初接任會長一職，兩個月裡所經過的一番學習過程及個人對華協會務之看法。接任會長後的第一問題是，如何進行會務？我在康谷華協組織會章(Bylaws)裡找到了答案。因此在第一次理事會上，只討論了三件事，那就是：Bylaws, Bylaws, Bylaws。Bylaws不但對於人事組織任定有詳細規則，對於會務的運作也有詳細的指點。感謝網路的方便，想知Bylaws內容者可在康谷華協及中文學校之網頁上查閱到了。

目前，康谷華協面臨的一大問題是會長及理事難找。在今年四月份理事及副會長選舉時，副會長候選人從缺。年初，個人曾試著遊說幾位會員參選，後均因他們現有事務繁忙不克接受提名。根據Bylaws我們將在近期內再舉行一次選舉填補副會長之缺。歷年來現任副會長在接任會長之前同時去甄選下一

任副會長候選人已成慣例。借此機會提醒大家，所有的會員均可提名副會長及理事候選人。

康谷華協的活動不但包羅萬象並且具有趣味性、挑戰性。這對吸引副會長及理事候選人應有所助益。我認為副會長及理事候選人難找的主因在於兩點：一是宣傳不夠；記得在找今年理事候選人時，大家都問的一個問題就是，理事要做什麼；當時我總是無法明確的說出來。現在詳讀了Bylaws，就不再解說模糊的問題了。二是一般會員均有繁忙的工作及家庭事務；解決此問題方法之一是多找志願服務者以減少每一人的工作份量到不致影響到個人事業及家庭的程度；換言之，理事們感到工作量不勝負荷時，最好的解決之道，不在於熬夜猛幹一場，而是找人共襄盛舉。

最後請記得常上我們的網頁，在那兒有華協及中文學校的一般及最新活動消息。如有任何建議或問題歡迎寄送電子郵件給我們，期待收到您的訊息。

揮一揮衣袖

馮翰峰

上山時分，聽覺前路漫漫，不知何時了；
下山回望來程，時光流水，也是去匆匆。

在過去一年華協會長任內，戰戰兢兢、不敢好高騖遠。只是覺得，任什麼職位，就扮好那個角色，確確切切。自忖自己不是什麼上選，才幹少少、墨水缺缺，八面玲瓏更沾不上一點兒邊。面對許多想做的事，只希望能實實在在，不虛有其表，為長程目標打下些基礎，儘量有所超越。

上任時列了洋洋洒洒一堆標的，剛開始有點不知從何下著，只是不論好壞，該辦的

公事要辦，要面對的絕不退縮，該堅持的也不可輕易妥協。應有的活動不可偷懶，摸索出來的經驗應把它留住俾後交接。打掃墓基的苦工馬虎不得，粉飾錦頂的工夫也不能忽略。但不論是表是裏，這自前到後總得有一體精神而貫之，也就是加強社區華人的凝聚，維護中華文化與歷史的尊嚴。

一個人可用的時間不多，精力更是有限。想要作的事如此多，要有所成只有群策群

力，心手相連。曾犯的過錯，後人當然不需要重蹈覆轍；有所心得，也沒有必要叫繼承者重新摸索一遍。只有制度化，減少人治，剔除重複的工作，發掘、培養人才，才能日日壯大，把會務年年推向前。

雖有言中國人是盤沙，但康谷的沙是帶有強烈的磁場。多處的華人區紛紛嚷嚷，但此地的老中相處和諧，不管他是來自何方。其實，天下本不太平，只要以太平心應之，凡事退一步，多一份寬容、包涵，少一分猜忌、責難，對無心之過馬馬虎虎，對大原則固執擇善，如此才能善莫大焉，宏圖大展。

康谷人才眾眾，各有精專；許多幹才好手，遇事二話不說、一定幫忙，但對官位頭銜則避之唯恐不及，好像一碰就會遭殃。其實大家勿怕諸事紛擾、責任壓身，也別擔心事多且煩，只要堅持公平心、行公正事，遇適合職位，就應當仁不讓，如此才會有更多的能人來共襄盛舉，我們的將來才會更有希望。

沒有前人的努力，自然不會有華僑；沒有後浪推前浪，當然也不會有今天。需要繼續努力的，本人仍然隨時待命；對於所成就的，心中也不會留戀毫髮戀。只願片片雲彩，悄悄水留康谷青天。

4-6 月重要活動小記

• 健行：4/23/2000

年度的露營活動因申請程序的變更而無法舉行，華協改舉辦健行活動。時值春分，反映非常熱烈。華協計劃把健行列入年度秋、春活動。

〔請讀“健行活動記實”一文〕

• 母親節舞會：5/13/2000

間別三年的母親節舞會，又再重現。事先精心設計節目，食物由專業外贈全包，不求盈餘，只求來賓盡興。礙於場地大小，限票發行，無奈購票著眾，當晚還是爆滿。

〔請讀“太太，您太辛苦了”一文〕

• 被遺忘的浩劫展：5/20/2000

在學習中華文化與享受美國富裕民主生活的同時，我們是否應該對自身被忽略與曲扭的歷史真象有所認識？中日戰爭中的許多史實已被有意無意的“遺忘”。我們不希望自己的下一代對自己的歷史無知，我們也不希望在此華人對過去的教訓冷漠。如果我們希望從歷史中學取教訓，我們就應該先認識歷史。

〔請讀“被遺忘的浩劫展”一文〕

重要項目結語：

• 千禧通訊

一年來工作小組的辛勞，不足與外人道也。無論從編輯與排版格式的改革、內容的涵蓋與提昇、發行面的開發與推廣、廣告的系統化與收益，在在令人讚賞。歷年來，通訊一向是服務業，能少賠即佳，

那談得到盈餘？去年兩期不但篇幅擴大，成本增加，而結算卻還有\$1,300 盈餘。雞生蛋、蛋生雞，魚幫水、水幫魚，品質的提高與廣告的多寡、相輔相成，加上今年廣告組的堅強陣容，收益絕對指日可待，通訊更可理成為華協收入主要來源。如

令整個工作梯隊已然成形，成員人數已超過一打。創業唯艱、守成不易，我們還需要更多好手參與，我們要讓園地更為擴充，讓這份刊物繼續成長壯大下去。（請參考“編者的話”）

• 網頁

如果說網路的盛行是又一次的工業革命，實在不為過。當今如何以有限的時間、做有效的聯繫與取得訊息，如果沒有網路，絕對事倍功半！康谷華協、中文學校與家長會的共同網頁一直在默默的耕耘。要讓它吸引人們上網、而且常常上網，絕對不是先以玩票的心態經營可以成就的。這需要專業技能、編輯、設計、興趣、加上管理與恆定的工夫投入才能有所成效。付出當然不小，但回報絕對值得。這一年所成有限，但今年的成事堅強，網頁即將開始向前邁開大步，請大家拭目以待。請多瀏覽我們的網頁！

• 資料庫

通知、選舉、通訊發放等等都須要依照資料庫的名單與地址郵寄。缺寄、重複寄、查無此人退回或錯寄而石沉大海都不是件愉快的事。斷斷續續，本人負責資料庫七載，輸入、更新、核對、剔除重複、修復因使用不當而造成的傷害、印地址標籤等等。以一個打字牛爬的門外漢，這確

實是個負擔，加上個人資料的隱密性一定要維持，把關的工作也絕對馬虎不得，因此偶爾的挨挨罵實在只能算是小事體一掃了。中文學校有註冊組把關，資料準確才能上檔案；華協針對的是所有地區上的華人，如何維護資料的精確是一個挑戰。六年前曾邀請許多朋友幫助核對名址與搜集中文名字，本年二月又發動義工一個個的打電話到不屬於中文學校的華人家裡，更新資料，當場剔除了有七八十家，到底這一本千禧通訊連郵寄成本已近五元之譜，自然應該盡量避免損失。於今，找到專家負責資料庫的維護，一切都將會更上軌道。（當您地址變更時，請通知華協）

• 財務

巧婦難為無米炊。康谷華協的財源非常有限，應該做的不能省，該花費的也不可打折扣，因此如何開源是項大挑戰。有幸各個組織、團體與各人的體察艱難與鼎力相助，許多活動都從支出一翻而成盈餘。各個負責人和參與工作者都功不可沒、而預算計劃與財務控制更給整個方案提供了一個指標，再加上華協禮卷銷售的成功，本年度總盈餘竟然達到了 \$5,582。還希望大家對華協的支持也是蒸蒸日上。請參考本期所刊登“年度財務報表”。

如果說與“好手”共事是快樂，這過去幾百個日子所累積的快樂是豐富的。

這一年，看各地來的華人不分彼此，共聚一堂，中文學校越辦越好，實在令人開心。前路仍漫長，在大家共同努力、全力以赴

中，為求好，因為彼此堅持，自然偶有爭執，這是常態。但好的溝通與寬容會讓這團隊更經得起考驗。今年未完成的我們明年繼續，要學的地方很多，總歸，我們都在不斷的成長！

康谷中華文化協會的組織功能介紹

(October 2000)

康谷中華文化協會 (CCCA, Conejo Chinese Cultural Association) 為 I R S 登記有案的非營利機構。根據組織規章，康谷華協的主要功能為組織、支援康谷地區華人的教育、文化及各項活動，聯繫華人情感，並與主流社會作文化上的交流。

華協由各會員組成，設有理事會及千橡中文學校，並有下列七個小組來推動各項活動：

1. 教育組：聯絡及配合協調中文學校事務，負責中文學校校長之徵選、獎學金籌劃與發放。
2. 公關組：負責與社區及其他社團之聯繫。
3. 通訊組：千橡通訊編輯與發行、會員會籍資料更新。
4. 籌款組：籌款及有關捐款的活動。
5. 活動組：春節晚會、聯誼舞會與節慶有關活動。
6. 康樂組：一般活動如專題演講、座談會、展示會、露營、郊遊、電影欣賞等。
7. 金齡組：提供社區內老人服務。

除規章所述以上小組外，其他尚有財務負責協會的帳務、各項支出收入與財務規劃，秘書負責會議記錄，理事聯絡、選舉，秘書事宜及一般支援。

理事會成員計有二十一位理事，除五位保留席次由現任暨前任千橡中文學校校長、現任暨前任家長會會長與前任華協會長擔任外，餘皆由每年華協會員票選而出。每位理事以三年任期為度。為保一直有新血注入，每年改選理事以 1/3 為底線。所選出副會長為下年度當然會長。華協的組成、功能及所有規章於 By-Law 中均有說明。

康谷華協為一個百分之百義務服務性質的團體。每一位理事均為無薪給職。華協的一般運作與活動，也就是靠著所有理事的奉獻、服務與各位的支持。

康谷華協的固定支出包含獎學金、年度謝師禮品、新年晚會、通訊及各項活動等等。康谷華協的經費來源主要靠中文學校代收的會費與禮卷(Scrip)收入。所幸這年來千橡通訊已由淨支出變為盈餘，新年晚會亦可以自給自足，其它不足之數，則靠各項活動等籌款方式累積收入。

為提供康谷地區華人更好的服務，今年將更加強網頁的供能。除千橡通訊已於一年前開始，全部刊登於網頁上外，所有華協、千橡中文學校及家長會的介紹與活動等等，都可以在網頁上找到。

網頁地址：www.ccca-tocs.org

CCCA Bank Account and P&L July 01, 1999 to June 30, 2000

Actual P&L for the year of July 01, 1999 to June 30, 2000			
Activities/Events	Income	Expense	Balance
Member Fee	\$3,460.00		\$3,460.00
Interest Income	\$53.19		\$53.19
Carnival Event	\$2,974.00	\$2,288.00	\$700.00
Chinese New Year Event	\$10,464.00	\$8,963.19	\$1,500.81
Donations	\$1,300.00	\$810.00	\$490.00
Earthquake Donation	\$19,519.00	\$19,519.00	
Mother's Day party	\$2,250.00	\$2,782.90	-\$502.90
Newsletter	\$6,900.00	\$5,606.51	\$1,293.49
Scrap	\$135,180.00	\$130,254.59	\$4,925.41
Youth orchestra	\$3,080.00	\$3,075.73	\$4.27
Accountant Fee		\$250.00	-\$250.00
Election-Postage, printing etc.		\$213.30	-\$213.30
Farmers Insurance		\$262.00	-\$262.00
Misc		\$1,487.08	-\$1,487.08
Other activities		\$875.71	-\$875.71
P.O. Box rental		\$75.00	-\$75.00
Scholarship		\$2,191.80	-\$2,191.80
Tax		\$10.00	-\$10.00
Teacher's appreciation		\$800.00	-\$800.00
Web site		\$179.70	-\$179.70
Total	\$188,210.19	\$179,627.51	\$8,582.68
Book Balance as of July 0	\$14,126.81		
Net profits of 1999-2000	\$8,582.68		
Adjustment (see attachment)	-\$8,525.00		
Book Balance as of June :	\$14,184.29		

Reserved Scholarship Distribution (Not CCCA P&L account)	
(1) TransMei scholarship funding to TOCS: (Lily Wu \$3,870.00, Hsing-Ho Chang \$)	-\$5,040.00
(2) Henry Chang Scholarship	-\$465.00
1998-1999's Income booked in the year	
(1) PVA Donation	\$500.00
1998-1999's Expenses booked in the year	
(1) Note Book	-\$800.00
1999-2000's expenses booked in the year	
(1) Civic Art Plaza Deposit	\$600.00
1998-2000's Account Receivable (relate to year of 2000	
(1) Newsletter Advertiser	-\$320.00
(2) TOCS shares Accountant Fee	-\$250.00
(3) TOCS pays Mother's Day	-\$50.00
1999-2000's Account Payable (relate to year of 2000-:	
(1) Newsletter Shipping Charge	\$200.00
(2) Mother's Day party extra	\$200.00
1998-2000 Advanced payment (relate to year of 2000-	
(1) Civic Art Plaza Deposit for 2001 portion	-\$400.00
Total adjustment for the year of 1999-2000	-\$5,525.00



秀才不出門
能知天下事
康谷華人事
上網瞧便知

GET CONNECTED, VISIT US AT
www.ccca-tocs.org

「二十一世紀是中國人的世紀」，全球人口最多的是中國，中文是最多人講的言語，會說華語的人更是“無所不在”。尤其在南加州，華裔人口成長快速，中文在社會上的使用率和重要性也有所提高。康谷，這個和平安樂的世外桃源，由於中國家庭愈來愈多，千橡學生人數也相對不斷增加，使學校迅速成長。我期望今後有更健全而上軌道的的制度，才能使校務能更有效率，更順利的進行。

我很榮幸在這千禧年接下為校服務的機會。在千橡，我曾歷經老師，教務主任，家長各種身份，從各職位中吸取了許多寶貴經驗，也實際的參與會務，增長見識。深深體會到老師們孜孜不倦教導學生的博愛精神，及行政義工們辛勞的付出。所以我帶著感恩的心及在一股熱忱的驅策下，準備接受高難度的挑戰，效法歷屆校長們奉獻不懈的精神，盡一份薄力，擔負起承先啓後的责任及傳統，發揚中華文化的使命。

千橡事務是眾志成城的浩大工程，單憑一個人無法推動校務。我很慶幸在這學年網羅到一群認真，負責又具才華的家長義務擔任行政工作。（請參閱本學年行政人員職務名單）行政人員陣容堅強，各有所長，我很高興與他們一起共事，為共同目標理想努力。行政人員在暑假期間已開始計劃，籌備及執行各部門的工作。前校長潘黛美女士，長年熱心康谷中文教育，且明練能幹，每見我在為千頭萬緒的繁冗事物奔勞時，總不斷給我許多幫助，非常謝謝她的協助和鼓勵。

教師是教育工作最重要的一環，也是學校的棟樑。學校需要充份的師資才能提供給學生最好的教育。感謝千橡有一群諄人不倦的好老師，擔任春風化雨的神聖工作。我由衷佩服老師們的職業精神。（請參考這學年教師名單）

師資難求，自昔而然。學校歡迎自薦式對中文教學有興趣的朋友加入儲備教師的行列。爭取與同行溝通、交流，相互切磋學習的機會。歡迎參加師資培訓和聯合會舉辦的教師研習會。由觀摩教學開始，加強教學的技巧和方法，既可肯定個人專長與專業精神，更能強化個人實力和信心。學校將繼續秉承千橡傳統，盡力協助老師提昇教學品質及效果，一起成立學習團體，共同克服各類困難。

這學年的教學重心我想以語言、文化、生活知識、倫理道德，四方面並重。學習中文應是細水長流的終身學習計劃，必須持之以恆。父母送子女來中文學校的目的除了接受語文教育，也希望這一代的年輕人認同中國文化，有機會親炙中華文化傳統美好的一面，了解中國傳統的優點，增強他們的自信。“反應一個民族的文化，莫過於他們的民間藝術。最能生動地代表民族文化精神和思想內涵的，莫過於民俗節日。有鑒於此，學校將舉辦民俗系列活動，利用節慶介紹中國三大節日。希望以充滿熱鬧濃厚的節日氣氛，讓學生了解民俗習慣，共渡佳節。潘校長去年在本校校務推動方面所揭櫫的中心德目教育，得到良好反應。這學年將繼續探討多項中國人的美德，導引學生培養出高尚的品格，以及健全的人生觀。期盼每位學生擁有自我發展潛能的能力，主動探索與研究，五育均衡發展，在美好學習環境中成長。

學校是大家的，各項營運工作無不需要家長自發性、義務性的協助才有辦法推動。家長的主動參與是非常重要的。家長們的關心與熱心，直接影響到學生對學校的認同和重視，更會增進學習中文的意願。感謝康谷華協及家長會對學校教育方針全力配合與支持，希望在老師、學校、家長大家團結互助的積極態度下，合力經營，共建和諧「千橡」，繼續維護「千橡團結」的美譽，一同為我們下一代努力。

已是夜闌人靜，我捧著一本裝訂精美，又厚又重的學生作品集，愛不釋手。當晚，我剛參加完期末謝師宴，與老師、家長會理事及行政人員們渡過了一個非常愉快的夜晚。在晚宴中，家長會會長藍芸送了我一個既珍貴且令我深深感動的禮物，那就是一本匯集了全校兩百多位同學寫給我的惜別信。藍芸有心，又加上各位老師的熱心配合，讓這麼多小朋友把他們對上中文學校的感想及對我的祝福，用寫信的方式表達出來。這裡面不但有生動的句子，美麗的圖畫，還有那尚不會寫國字的小班同學們用注音符號及漢語拼音寫的信。我一頁又一頁的仔細讀著，從他們充滿感情純摯的手筆中，喚起了我對往事一幕幕的回憶。

我驀然回首，居然不知不覺做完了兩年校長。這兩年，看似短暫；但在我個人生命的旅途中，卻佔了相當的份量，代表了非常有意義而重要的一個里程。在這靜悄悄的夜裡，我百感交集，在閃閃的淚光中，激動不已。想著這些孩子，我幾乎都認得，甚至有很多個，是看著他們長大的。個個都可愛，人人有特色。這幾年來，我何其有幸，能在他們的成長過程中，與他們分享歡樂。如果

中文學校是一個充滿了愛、歡笑與溫馨的大花園，孩子們是花園裡各式各樣的花卉、樹木，那我就是一個快樂的園丁，滿心歡喜，盡心盡力的來灌溉耕耘這塊園地。當群花盛開，綠葉成蔭的那一天到來時，園丁再多的辛勞與汗水，也就在那燦爛繽紛的色彩及茁壯茂盛的枝幹裡，消失得無影無蹤了。

此時此刻，我心存感激。感謝大家給我這難得的機會，來充實自己，考驗自己。在兩年校長的任期裡，我盡了一份心力，把校務推上軌道，卻也在執行校務的同時，增廣了我的人生經驗，歷練了我待人處事的分寸。「高山仰止，雖不能至，心嚮往之。」此時此刻，真是離情依依，剪不斷，理還亂，是離愁，別有一番滋味在心頭。

天下無不散的宴席，在即將卸任之際，我真心的祝福大家。我們有緣相識在千禧，雖然來自不同的地方，有著不同的背景，但藉著每星期六的相聚，讓我們因相交而相知，進而成為朝著共同理想而努力的好朋友、好夥伴。我珍惜這段美好的時光與緣份，在千禧中文學校的點點滴滴，也都將永遠留在我心頭。我以一片真心，換得無數真情，但願這份情愫能長駐你我心中。



Thousand Oaks Chinese School Balance Sheet

June 30th, 2000

ASSETS		OTHER	
CURRENT ASSETS		OTHER	
CASH	67,956.31	ACCOUNT RECEIVABLE	744.30
OTHER	2,061.11	INVENTORY - TEXTBOOKS	1,200.37
EXCHANGE-TEXTBOOK	630.00	LIBRARY COLLECTION	116.44
TOTAL CURRENT ASSETS	70,647.42	TOTAL OTHER	2,061.11
FIXED ASSETS		EXCHANGE -TEXTBOOK	
FURNITURE & EQUIPMENT	719.02	GR 1 - 35 SETS	210.00
EQUIPMENT	11,192.12	GR 2 - 40 SETS	240.00
COMPUTER SOFTWARE	470.73	GR 3 - 10 SETS	60.00
ACCUM DEPRECIATION-EQUIPMENT	10,021.35	GR 5 - 20 SETS	
HP LASERJET 1100	416.75	EXCHANGE - TOTAL TEXTBOOK	120.00
TOTAL FIXED ASSETS	2,777.27		
		ACCOUNTS PAYABLE	
TOTAL ASSETS	73,424.69	ACCOUNTS PAYABLE	
		ACCOUNTS PAYABLE	185.60
LIABILITIES & CAPITAL		TOTAL ACCOUNTS PAYABLE	185.60
LIABILITIES			
CURRENT LIABILITIES		SCHOLARSHIP FUND	
ACCOUNTS PAYABLE	185.60	DAVID CHIANG SCHOLARSHIP FUND	800.00
SCHOLARSHIP FUND	3,425.00	LILY WU SCHOLARSHIP FUND	2,590.00
TOTAL CURRENT LIABILITIES	3,610.60	TOASTMASTER YOUTH LEADERSHIP	500.00
		CCCA - ANDREW CHANG	465.00
TOTAL LIABILITIES	3,610.60	TOTAL SCHOLARSHIP FUND	3,425.00
CAPITAL			
RETAINED EARNINGS	56,591.84		
NET INCOME (LOSS)	13,222.25		
TOTAL CAPITAL	69,814.09		
TOTAL LIABILITIES & CAPITAL	73,424.69		
CASH			
BANK OF AMERICA CK# 06687-11701	3,926.47		
BANK OF AMERICA MM#06689-04073	71,882.78		
TOTAL CASH	67,956.31		

“恭喜你當選家長會會長，明年就要辛苦你了。不要擔心，有什麼事吹噓一聲，我們大家都會幫忙的。”

從五月份家長會理事選舉結果揭曉後，不知道有多少人對我說了這些話，心裏真的非常感動。雖然兩年前曾當過家長會的理事，但因臨時被學校找去遞補一位辭職的老師，而未有機會對家長會的運作有更深一層的認識，這次被選出來時，還真有些不知所措的感覺，但學校裏有這麼多熱心的家長和隨時準備伸出的援手在那兒，我還有什麼好擔心的呢？

家長會最主要的功用就是協助學校日常作業，並舉辦或協辦多項活動，提供家長們聯誼和小朋友們同樂的機會。例如：圖書管理，影印服務，學期初的迎新啟習，萬聖節化妝和南瓜雕刻比賽，運動會，新春晚會，

謝師宴和期末野餐...等等。這一屆家長會理事的成員如下：副會長-丁靛如，財務-韓純雅，大華禮券-張柏，便當-黃亮，影印-郭艷和 Ping Lee，總務-嚴海，圖書-劉虹，文書則由我暫時兼任。除了我以外，這些理事大部分都是只加入千禧兩三年的“新”家長，能看到這麼多熱心的“新”家長們投入家長會的行列，讓我不得不對千禧的遠景有更多的期盼。

根據千禧通訊的記錄，家長會正式成立於一九八六年（見二零零零年春千禧通訊第12頁），至今也有十四年了。五年以前的事我無從得知，但就從我搬到加州後的這些年看來，歷任家長會會長和理事們，都非常努力地要將家長會的活動辦得一年比一年好，我也將盡我所能的和這一屆的理事們同心協力，希望能在這一年裏能提供給學校，老師，學生和家長們更多更好的服務。

2000 - 2001 家長會理事名單

會長：	萬培娟	Peggy Joh		(818)991-7904
副會長：	丁靛如	Jenny Ding		(818)716-1503
理事：	張柏	Bor Chang	(禮券)	(818)879-2006
	韓純雅	Elaine Han	(財務)	(805)493-8438
	郭艷	Annie Guo	(影印)	(805)492-9627
	李吉瓊	Ping Lee	(影印)	(818)706-1422
	劉虹	Hong Liu	(圖書)	(805)375-0778
	黃亮	James Wong	(便當)	(805)493-4618
	嚴海	Hai Yan	(總務)	(805)493-8395

時間過得真快，去年的此時，我攜著一顆忐忑的心成為了家長會會長。而今年的現在，我懷著一顆愉快的心回首過去溫馨的一年。去年接家長會時不是因為覺得自己行，而是一來被中午學校大家熱心服務的精神所感動，二來是被潘黛美說服，陪她再幹一年。當時我想當，校長那麼辛苦她都能熬兩年，我只做一年，少一半的苦，該是能吃的下的。於是，一咬牙、一跺腳，也就跟著她跳下了水。

現在回頭想一想，家長會會長並沒有那麼難當，至少沒有當校長難，絕大多數時候還是蠻不錯的。尤其是我的小女兒，覺得媽媽很 popular。剛開始，她以為媽媽是校長，挺得意的。後來給她解釋清楚我不是校長，可是她還是覺得反正媽媽是個什麼長的，心裡仍然美滋滋的。

為家長會舉辦的活動採購獎品，是我最喜歡的事，因為它可以滿足我的購物慾。用公家的錢滿足個人私慾，不是很棒嗎？儘管是公款，但買的東西仍必須是物美價廉，於是我和黎慧民帶著兩家子大大小小的，浩浩蕩蕩去中國城過購物癮。帶上兩家的男孩和女孩是為了使選購的獎品、玩具能兼顧男女孩的興趣。對孩子們來說，能去大量地選購玩具，也是非常興奮的，恨不得立即飛到 China Town。特別是我的兩個女兒，平常就很喜歡去逛 Mall。而先生們不光是車夫也是苦力。他們倆心裡肯定不想去，只是不敢說，沒辦法公事得要辦。可是，在 China Town 兩個小時逛下來，在那些對女人沒任何吸引力的廉價玩具、文具中挑來找去，我和黎慧民原有的購物慾已蕩然無存。而先生們更慘，不光是扛著一大堆東西，還得看住孩子們別丟了，因為孩子們早已是索然無趣，懶得再給我們做參謀了。這次採購後，發現公款消費並不一定都是那麼享受，不知道為什麼大陸許多權貴們還那麼熱中此道。

其他的家長會理事就沒我幸運，能用公款滿足私慾，但也都有所新獲。六萬多張的

巨大複印量使管複印的裴尚武和張其發站功練到了家；尤其是裴尚武利用此難得的練功機會，自創了一套複印太極功，現在他是打遍千樓無敵手。家長會義賣的便當好吃，中文學校人人都知道，負責賣便當的童元生和劉世華自然是近水樓台先得月，賣不完的便當就自己掏腰包吞了，不僅自己享用，他們還極力推銷給親朋好友，可謂是利用職權大搞營私謀利。負責大茶禮券義賣的劉淑芬的銷售技巧大大長進，近八萬元的業績使女兒為自己的媽媽感到驕傲，但這些禮券有多少是被她自己悄悄買下的，我就知道了。（不過她自己在 Amgen 有份薪資豐厚的的工作，丈夫就是有氣也不敢說吧！）管理圖書館的陳重九不光占職務之便利，把圖書館的書反反覆覆重讀了九遍，而且人緣廣結，因閹刀住院圖書館未開，引得大家的普遍關心。文宣工作使鄭德音的文彩大顯，從而得到本學年黃家蘭校長賞識，被破格提拔為副校長，官居要職，從此可橫行於中文學校了。至於副會長陳泰君，更是那裡缺人便往那兒湊，賣禮券、賣便當、搞活動，什麼好處都沾到了。

我得就此打住，不能再抖落理事們了。在過去的一年，家長會在 Room mother 和許多熱心家長的支持下，舉辦和協辦了許多活動，諸如開學迎新、教師節、萬聖節、運動會、母親節早餐會、聖誕晚會、新年早餐會、新春晚會、謝師宴以及野宴會等。儘管理事們有上述職權之便，但這些活動還是相當成功的，因為孩子和家長們都在這些活動中受了惠，盡了興。

我很慶幸沒有因為假公濟私被罷免會長官職。希望今年的家長會能更清明廉潔，比我們幹得好。我鼓勵各位多多參加家長會的活動，免得好處都被理事們佔光了。

我今年被調職，管 CCCA 的禮券義賣，懇請大家幫忙多多捧場，現在我省悟了，想做個 CCCA 的七品芝麻清官，盡量自己少吞一些禮券。

PVA Income/Expense Report July 01, 1999 to June 30, 2000

Activities/Events	Income	Expense	Balance
Ending Balance at 6/30/99			\$10,383.51
Document Feeder (for 99's copy machine)			\$1,174.39
Beginning Balance at 7/1/99			\$ 9,209.12
Script	\$ 5,640.00		
Lunch	\$ 1,965.50		
Mr. Han	\$ 695.00		
T-shirt	\$ 493.00		
Activity fee	\$ 6,420.00		
Donation	\$ 1,700.00		
Interest Income	\$ 46.07		
Wellcome back to school		\$ 272.18	
Teacher Appreciation		\$ 687.17	
Lunch for teacher		\$ 230.50	
Hollowen party/carnival		\$ 1,516.20	
Christmas gifts		\$ 291.24	
New year breakfast party		\$ 653.18	
New year party		\$ 932.90	
Spring sport activity		\$ 1,168.58	
T-shirt		\$ 351.90	
Mother's day breakfast party		\$ 255.53	
Summer Picnic		\$ 2,414.44	
TV for Chinese School		\$ 300.28	
Teacher appreciation dinner Party		\$ 2,540.00	
copy machine		\$ 3,500.00	
PVA appreciation		\$ 1,083.70	
Ending Balance at 6/30/00			\$ 9,972.91
Net Income at 6/30/00			\$ 763.79
Total (\$)	\$ 16,959.57	\$ 16,195.78	\$ 9,972.91

金石入畫吳昌碩

張棠



清末民初，上海畫壇形成了著名的「海上畫派」。「後海派」領袖吳昌碩無論在詩、書、畫、印上都有極高的造詣，使他成為近代中國藝壇的一代巨人。他以「作篆之法作畫」的畫法，改變了金石書畫的形式和內涵，給中國藝術史帶來新的生命，對後世的影響極為深遠。尤其他在印石篆刻上的崇高成就，至今仍無人能望其項背。他的篆刻藝術，在日本受到特別的尊敬，因此他被日人奉為印聖，與書聖王羲之，畫聖吳道子，詩聖杜甫相提並論。

吳昌碩名俊，又名俊野，字昌碩。清道光二十四年〔1844〕八月一日生於浙江省安吉縣荊吳村的一個讀書人家。郭吳村位於浙江西北，風景秀麗，與安徽省接壤，是一個地圖上都找不到的深山小村。

1850年，洪秀全在廣西桂平起事，不下數年，太平天國就席捲了半個中國。1860年，也就是吳昌碩十七歲的那一年，清靜美麗的郭吳小村，忽然變成了兵家必爭之地，太平天國從安徽直指浙西，清兵尾隨而來，殺人放火無所不為，人民不堪清兵蹂躪，四處逃亡，他家兄弟姐妹先後死於饑饉，他又與家人失散，獨自一人四處流浪，替人打工維生，經常以野菜生果，草根樹皮充饑，在湖北、安徽等省流浪，達四、五年之久，歷盡了千辛萬苦，到二十一歲才萬劫歸來。回到家鄉時，全村一片焦土，一家九口全死於戰亂，僅留下他與老父兩人相依為命，耕種度日。

吳昌碩是大器晚成型的藝術家，他自稱「三十始學詩，五十始學畫」，確實不是自謙之語。但他出生於書香之家，他的祖父和父親都是前清的舉人，分別著有「天目山房詩稿」、「半日村詩稿」，吳家在明朝中葉，還曾出現過父子叔姪四進士的盛況。生在這樣一個詩文傳家的環境中，雖然一時受到戰亂的

折磨，有志難伸，然而文學藝術的種子，早已在他心中蠢蠢欲動，蓄機待發了。

他從小喜歡讀書，小小年紀，為了要去鄰村的私塾上學，每天翻山越嶺，來往十多里路，不論風雨，從不間斷。他流浪歸來後，在家鄉耕讀十年，耕作之餘，以讀書為樂，但因家貧，無力購書，常要去朋友家借書，一走幾十里路，從不以為苦。他二十二歲時在學官的逼迫下，參加了鄉試，中了秀才，以後就絕意試場，不再赴考。

他二十九歲離開家鄉到人文薈粹的杭州、蘇州、上海等地去尋師訪友，刻苦學藝，以刻印為生，因號「五湖印丐」，他先跟經學大師俞樾〔曲園〕學辭章訓詁之學，日後又向書法家楊岷請教書法，打下了扎實的文學藝術的基礎，他待人誠懇，求知若渴，各地藝術界人士都樂於與他往來。

他正式學詩是受到師友全鐵老〔樹本〕的影響，他接受全鐵老「學進選學詩」的勸告時正是三十一歲。第二年，他就有了「紅木瓜館初集」詩稿手抄本的問世。

三十九歲時，他攜家遷往蘇州，為了一家大小的生活，不得已謀了一個「左貳小吏」〔縣丞〕的小差事，自嘲為「破茶厨」，過著「機看天」的苦日子。

四十歲〔1883年〕是吳昌碩人生的轉捩點。他在上海等船赴津沽，朋友高邕介紹他前去見前海派領袖任伯年，兩人一見如故，任伯年為他作「蕙香亭長四十小傳」，以後吳為任刻印，任為吳作肖像，來往密切。

吳昌碩四十三歲時〔1888〕舉家移居上海，他正式向任伯年學畫，任的老友，老畫家胡公壽就說：「你學畫未免太遲了罷」。任伯年替他說話：「胸中有才華，筆底有氣韻，遲些又有甚麼關係」，並建議他以「篆籀寫花，草書作幹」，以書法篆刻的方法繪畫，從此任吳兩人成為至交，一直保持著亦師亦友的親密關係。

吳昌碩五十六歲那年〔1899〕被推舉為江蘇安東縣令，但只上任一個月，就因個性不合，辭官而去，自此以獲他專心藝術的創作。

吳昌碩出生清寒，自奉節約，生活簡樸，然而一旦親友有急，他都樂於相助。他對貧苦後進之提攜，更是不惜餘力。他曾幫助一個在鑿錢當學徒的青年，將他介紹到老友家去學篆刻。日後這位青年成為一位知名的篆刻家，那就是別號「泥道人」的趙石農。

吳昌碩對有志於藝術的青年極為愛護，他不但仔細觀賞他們的作品，而且還指點他們未來發展的方向，於是各地青年，紛紛托人介紹，前來請益，他都不辭辛勞，一一加以指導。

1923年，吳昌碩已八十歲高齡，二十七歲的青年潘天壽初來上海，經人介紹來拜訪吳昌碩，吳昌碩把他帶來的畫仔細觀看後，贊歎不已，立即寫了一首「讀潘阿壽畫山水郭子」的長詩相贈，日後潘天壽果然博採眾家，大膽革新，獨闢蹊徑，成為一代大師。

吳昌碩的學生眾多，其中造詣特殊的，前期有陳師曾〔衡恪〕，後期有王個蓀，可惜陳師曾不長壽，四十八歲就去世了，陳師曾是齊白石的至交，他就是勸齊白石改畫紅花墨葉，對齊白石一生影響最大的一個人。

吳昌碩七十以後耳聾，自稱「大聾」，就不大喜歡與人交談，但是遇到少數知己，還是健談如舊。

1927年11月6日，吳昌碩突患中風，這位才藝出眾，為人愛戴的一代金石家、書法家、畫家、詩人在上海去世，享年八十四歲。

吳昌碩的書畫藝術

吳昌碩的藝術背景與一般畫家大不相同，他是由金石〔篆刻〕一書〔石鼓文〕一詩一畫，然後將詩、書、畫、印四者融而為一，走出金石書畫的一條大路。

他的書法以篆書最有名，他從小對於書法用功極勤，早年家貧，無力購買紙張，他就在屋前的大磚石上，用破筆沾水寫大楷，每天清晨認真摩臨，連寫數小時而不間斷。他最愛臨石鼓文，日後他以所臨石鼓文，融合篆刻，自成一派，他的書法「嶙嶙遒勁，貌拙氣剛」，極富金石氣。

吳昌碩的畫受徐渭〔青藤〕和八大山人的影響最大，他最擅長寫意花卉，由於他書法篆刻的功力深厚，他把書法篆刻的行筆、運刀法，及章法體勢融入繪畫，形成了富有金石味的獨特風貌，他常用「篆書」寫梅蘭，「狂草」畫花卉木石，筆力厚重老辣，力透紙背，氣勢雄渾，他喜用「之」字、「女」字等，對角斜勢的格局，又善用濃麗對比的顏色，特別愛用西洋紅，色澤強烈鮮艷。

他屬於苦思派的畫家，他對畫面的構思布局力求新穎，處處苦心經營，不落窠臼，充分顯示出「自我作古」的獨創精神。他每作一畫，必經過長時間的醞釀構思，一旦到胸有成竹，靈感湧現，不可遏止時，就凝神靜氣，揮筆揮灑，一氣呵成，整體完成後，再對細節作小心的收拾。收拾時用心沉思，凝神專注，所以常見他筆頭顫動，踟躕欲試，但好久不著一筆。一畫完成後，畫幅上所題的詩句，和所蓋印章，都一再推敲，力求與畫面密切配合，顯出詩、書、畫、印的整體和諧美。

他的大寫意花卉，雄健渾古，尤其他六十九歲以後的作品，更是老樹蒼花，爛漫天真。他的畫風「剛而柔，蒼而潤，老而嫩，古而秀」，他「以作篆之法作畫」的畫法使中國畫進入了一個新的境界，形成中國畫壇上的一個重要流派，在近代畫壇上，因學吳昌碩的畫風而卓然有成的人很多，其中齊白石就是最有名的一個例子。

吳昌碩的金石藝術

吳昌碩以詩、書、畫、篆刻著名，其中以篆刻的造詣最高。他的篆刻以他精研石鼓文的心得，運用在篆刻之上，把筆墨的情趣發揮得淋漓盡致，形成了蒼渾、拙樸、厚重，以墨取勝的篆刻造型，為後世開闢了一條以墨趣為主的篆刻坦途。

他是天才型的金石家，十多歲就好刻印，他師塾的老師怕他耽誤功課，一再的勸阻，但他還是背著塾師「磨石秦刀」，久而不倦，幸得他父親在家指導，經常廢寢忘食，研習不斷。

當時他家境清寒，無力購買印石，偶爾得到幾塊印石，就如獲珍寶，反反覆覆，刻了又磨，磨了又刻，磨到只剩下薄薄的一小片，一直到手指都無法握住時才停止，有時找不到印石，他就把磚瓦都拿來作雕刻的材料，不斷的練習。

他也無錢購買刻印的印床，只得用手緊握著刻刀來刻印，有時刻得太久，刻得手腕酸軟，兩眼昏花，仍不能休。有一回，刻刀不小心戳在他的無名指上，傷口極深，流血不止，他忍著十指連心的巨痛，繼續練習，後來傷口雖然痊癒，但那個指甲卻從此不能

再生，為他的勤學苦練留下了一個永遠的紀念。

吳昌碩認為學習刻印的先決條件在於精通書法，特別是篆書，因為刻印和書法是相通的，寫字的運筆，與刻印用刀的基本技法是相同的，熟悉了字體章法，移用到印章上去，自然水到渠成，事半功倍。

他刻印用「圓桿鈍刀」刀，刀口平直，幹圓便於運轉自如，鈍刀刻出來的字特別蒼勁渾厚，富於古拙之趣。

吳昌碩每作一印，必先靜坐默想，反覆構思，等到心有所得後再在紙上起稿，在起稿時還得再三修改，有時起稿十數次，直到完全滿意時才磨寫到印石上去。因為計劃周詳，胸有成竹，到磨刀時大膽落筆，疾如風雷，刻印時聚精會神，全身精力集中於指端腕底，一氣呵成，不多加修飾，自然生動，顯示出充沛旺盛的生命力，尤其他晚年的作品，已達到了出神入化的妙境。

光緒三十年〔1904年〕集品三等金石名家，聚于杭州西湖人依樓，探討治印藝術，發起創立一個研究金石篆刻的學術團體，請吳昌碩參加，1913年的重陽節，鼎鼎有名的「西泠印社」正式成立，各地金石學者紛紛參加，一致推崇吳昌碩在金石藝術上的卓越成就，推選他為社長。

主要參考資料

吳東邁著「吳昌碩」〔歷代畫家評傳，中華書局〕

丁義元著「吳昌碩」〔中國近現代名家畫集，天津人民美術出版社〕

因為對書法、繪畫的愛好，進而延展出對探討篆刻藝術的興趣。通常我們欣賞一幅書畫作品，一般先注意到它的題材、色彩、佈局和意境，再看題字和落款，這兩項也是作品上重要的組成部份，最容易讓人忽略的就是那一方也許藏在角落裡的鈐印，其實這印是書畫作品的延續，並不是可有可無的附加品，其印文、印色、印風，甚至於蓋印的位置都關係著一幅作品的藝術效果。如果畫、字、印三者渾然一體，氣韻和諧，那麼我們看到的才是一件上上乘的作品。

說起「治印」，不過是一刀一石之事，古時人也稱它為「雕蟲小技」，然而在這方寸之地，如何發揮書法之筆意和雕刻之刀味，又如何表現風格與趣味，就成了一門值得獨立研究的藝術了。印章一般多採用篆書，先寫後刻，所以稱之為篆刻。學習篆刻還得有一番準備工作，首先是瞭解中國文字演進的歷史，要知道早在三千七百年前的商代，用刀刻字就已經十分普遍了。其次是認識篆文，練習寫篆字。篆刻中的書法是印章的精神所在，印文中篆畫之疏密繁簡，縱橫屈直，無一不顯示筆墨情趣而主導了一方印章藝術性的高低，所以有篆刻家必定是書法家，而書法家未必是篆刻家的說法。因為長久用筆寫字以後漸漸生出用刀刻字的念頭，於是又有書法與篆刻是一體兩面的藝術的說法。中國字的造型有象形、指事、會意等特點，通過雕刻而形成的印章作品，不但要能表達文字的意義，還要表現字形圖案，或剛勁豪放，或清麗秀逸，或古樸渾厚，不論是抒發情感還是表現性格，都要給人「美」的感受。治印之事，可說是天地雖小，氣象萬千，在豐富的章法變化中透露出製作者的審美情懷。

初學治印者，臨摹古印是第一課也是必經之途。要先會「讀印」，將印中的妙處品味出來，下刀時才能心手合一，開始時難免有「眼高手低」之苦，卻千萬氣餒不得，唯有再接再厲，鍥而不捨，終有一日亦能在這一小小方寸之地自由馳騁，發揮意念，那麼樂在其中指日可待。近代篆刻家，不人耳熟能詳的當推吳昌碩與齊白石這兩位藝術界的瑰寶。吳氏之印，蒼勁古拙，筆麗流暢，充滿金石氣韻，又因在書法上的造詣，在印章上也帶進了濃厚的墨趣，他主張「納古吐新」，對後世學印者立下學習的典範。齊氏之印，章法崢嶸，充滿陽剛之美，他不加修飾的印風自成野趣一格，在印壇上樹起了一面獨特的旗幟，其風格至今仍無人能出其右。

因為學習治印，而有機會接觸與辨認各類石材。治印材料有金、玉、石、銅、水晶、象牙，甚至於陶瓷，其中以石較易受刀，刀紋容易表現流暢與靈動，所以被廣泛的採用了。作為印章用石，不但要求軟硬適度以便雕刻，還講究視覺上的色澤光彩，觸覺上的質地溫潤，以「似玉而非玉」為上品。常用的印石有青田石、壽山石和昌化石，又以壽山石的種類名目最繁多，眾所周知的田黃即壽山石的一種，而有石質透明度強，光澤晶瑩者，有資格稱「凍」或「晶」，那就更是石中極品了。世人有愛石成癖者，收藏之餘，把玩於掌中，體會「石不能言自可人」，自是另一番高雅層次的精神享受。因印而與石結緣，是留印以外意想不到的收穫，記之以為念。

我與酒大概並沒有前緣，而是後來由我和人的關係決定了的。首先，我的父親喝酒，而且喝白酒。小的時候，他喝酒，就用筷子沾一點，讓我舔一舔。我大約是睜過之後，認為不壞，就跟在他後面一路嚷著要了起來。後來我到北京清研究所的時候，吳甲豐老師也喝酒，也是喝白酒。每到他家裡給我們溫功課，課後就留我們吃飯，有飯就有酒，他喝，讓我們幾個學生也喝。後來我結婚了，丈夫也頗愛酒，他倒不挑，白酒、紅酒、啤酒都可以接受，只要是帶酒字的就行。蘇東坡的「三日可無肉但不可以無竹」之說，挪到我們家裡來便是：「三日可無米但不可無酒」，若斷了酒，丈夫的精神便短去一大截，簡直疏忽不起。而我的公公可了不得啦！除去早飯，頓頓有酒，白酒，而且必須六十度，如果不限制他，他可以一次喝半斤，每次我們寫家信回去必叮嚀他酒要少喝，因此從小到大我在酒氣的一路薰染之下，焉能潔身自好，與酒無染？

父親喝酒和他喝茶抽煙一樣，雖然不斷，並不上癮，他通常在三種情況下喝酒：菜好的時候、心情好的時候和心情不好的時候。在任何一種情況下，他都只喝到微醺，紅了臉，紅了脖子，然後，就自動地止住了，從來沒見他醉過，這可能是他奉行中庸的氣質決定的，這也很符合他一向「謙謙君子」的形象，而且我父親研究的是菜，他對菜鋪的口味很高，他的菜燒得也很好。對酒、煙、茶，他不很在乎，一般水平也就能接受，彷彿一個女子，著重他的衣服但對於所戴的「飾物」，有嘛很好，沒有也過得，所以在他的薰陶之下，我對酒只是到不討厭而已。

和吳老師喝酒，程度就深了些，他每飯必酒。我畢業後就留在中國藝術研究院工作，那一段時間裡，他到恭王府上班的時候，中飯總在我那裡吃，他在隨身的飯盒裡帶些師母做的鱸魚或醬鴨，一邊喝酒，一邊與我談些名人的掌故趣事；徐志摩小時候如何如

何，金庸又如何如何，吳世昌又如何如何。他們和他都是同鄉，浙江海寧人，他慢慢地嚼，慢慢地說，我又不能乾坐著陪他，於是，給自己也倒一杯酒，且喝，且嚼，酒量就練得大些了。當時我們喝的酒，是在恭王府外的一個胡同雜貨店中買來的雜牌酒，名「烏河純釀」。這種白酒雖名不見經傳，味道卻好，溫和而有餘味，吳老師和我們都很喜歡。我就一下子去買來七八瓶，排在書架底下，看著酒一點點少下去，可是我的學問在和吳老師的閒聊中倒一點點積累起來。那是我和吳老師渡過的一段好日子。如今吳甲豐先生已作古，河飲純釀不再有人矣。

95年我回國的時候，在公婆家裡住了些日子，歲天飽食終日，無所事事，卻意外地有一大收穫——酒藝大長。因為我的公公一天要喝兩次酒，並且拉我下水。開始他問我：喝嗎？一個做媳婦的，在公婆面前都得夾了尾巴做人咧，哪裡能夠放肆喝酒。我趕緊回答：不喝。可是我公公喝的都是好酒，開了瓶，滿屋都是香味，我大概是喝有些動顏。公公頂聰明的，第二回就不再問我，只管多拿出一個杯子來，替自己倒一杯之後，也替我倒上，我當然順水推舟，高高興興地喝了。從此，每天，他喝，我也喝。在那裡我喝了茅台、五糧液、蘆洲老窖、竹葉青、洋河大曲、孔府家酒、董酒……這樣集中地喝酒，而且喝得是名酒，倒也喝出些感覺來。我公公酷嗜洋河大曲，而我則比較取中蘆洲老窖，因為它純、香。喝了有力透股臟之感。對於茅台我們倒都不大在意，而竹葉青似有淡淡的藥味。孔府家酒簡直提不得，頂了聖人的名字，那酒還該好些才對得起孔夫子。家裡也有些名牌洋酒，名字已記不得了，偶然取了來一喝，真是大異其趣。中國酒喝在嘴裡是溫潤的，毫不刺激，喝到肚子裡有些許發作的暖意，真是餘韻無窮，而外國酒就不同，一到嘴裡，就先「激」你一下，相當「先聲奪人」，待到下肚時，反倒不甚了了，我就瞎想：中西文化之品性是否也彷彿如此

，中國人講究含蓄蘊藉，內在之美，而西方人講究激動人心，不遺餘力。酒性甚至能反應民族的品行嗎？也許！

那次回國孩子也跟著我。我們孩子在爺爺奶奶那裡長到四歲多才到我們身邊來，據說他在呀呀學語的時候就會說：“飲酒，飲酒”（好酒，好酒）由此可以想見他從筷子上品酒的歷史開始得肯定要比我小時候早，這完全歸功於他爺爺的啓蒙教育早，95年回國時他還不足八歲，他在飯桌上聞到爺爺的酒香，渾身便躁動不安，好像貓聞見魚腥味一樣，他爺爺見後生如此有望，喜不自禁，便拿一個最小杯子，倒一點紅酒或啤酒給他，他喝得有模有樣，完全得老爺子真傳。我心中雖有些不安，但自己也在貪杯，不好說什麼，於是祖孫三代坦然而飲，彷彿竹林三賢過了一段神仙似的時光。回美國的時候，爺爺送孫子的禮物是一個玲瓏小瓶的茅台，乖孫子至今還好生收著，說等爺爺來美國時再喝。

我的飲酒雖然算有些歷史，卻幾乎沒有醉過，說“幾乎”是因為有過一次，我被丈夫指說是“醉了”，但一直沒有得到自己的認同，那是十多年前在北京中國藝術研究院過節，院裡的青年聚會，節目之一是猜酒。主持人倒酒一杯，讓大家逐一聞聞，便要說出酒名。我對酒其實不懂，當時除去“烏河純釀”並不知其它，只依稀記得在那裡見過一個叫“雷司令”的酒名，因為名字有趣，便記住了；脫口就說出來，卻正猜中了，猜中之後，獎品不是別的，正是一大杯“雷司令”。我拿在手裡，因為得意，就把它當茶似地灌下去了。喝下之後也不覺有什麼不妥，只是回到家中對丈夫把這事絮絮叨叨說個不了，丈夫用訝異的眼神，看我一遍，又看我一遍，直到我說出喝一大杯“雷司令”一節，他才恍然大悟道：原來妳醉了呀！難怪妳今日這般嘮嘮叨叨的。我聽了，大不以為然，覺得他把這個醉字用的好不輕率，多說兩句話難道也能算醉？醉一定還比這個可觀多了，或者是攤攤馬座，或者是砰然墜地，該有許多的熱鬧和動作，才當得起一個醉字，更

有驚人的醉是張彥遠《法書要錄》中的一段記載：唐太宗“十八年召三品以上賜宴於玄午門，太宗操筆作非白書，眾臣舉酒就太宗手競取。數騎常侍劉洎登御座引手然後得之，其不得者，咸稱洎登御床罪當死，請以付法。太宗笑曰：昔聞婕妤稱罪，今見常侍登床竟釋其罪。”看看人家，酒後竟連國法綱紀都忘了，險些送了性命，忘情如此，那才叫真醉！

然而被我定義為夠級別的醉法我還真沒見過一次。我丈夫醉過，好像也不驚人。有一年在美國過聖誕節，我們住的公寓樓裡一群來美國留學的女孩子無處可去，我就請他們到家中來，大家喝酒吃菜一起過節，團團地坐了一桌子，都是年輕女客，我丈夫有些興奮，席間只管滔滔說話，不知不覺就喝多了，人散之後就說胃裡難過，我便笑他“活該”！他臉紅紅的，不知是酒是愧，自己去睡了。第二天起來，就說腳下有些輕...，這醉得也很一般。

平心而論，我又何必刁難設限，把一個醉字高懸得如此不凡，其實酒後話多便可算醉，喝完倒頭便睡的也是醉，我偏要透過觀念去找醉的狀態，其實便是這觀念否定自己生命的真體驗，難道醉一定要有一個共同的模式不成？而且進一步想，這種錯誤我如果可以在醉字上犯，難道不能在別處犯？比如：對於好的觀念，英雄的觀念，偉大的觀念，權威的觀念等等。這麼往下一想，簡直了不得，我們的生命裡的確有太多的觀念盤踞在心中，時時轄制著自己，排斥自己生命裡的一份原是新鮮而活潑的體驗。能放下一切既定觀念，只活在自己生命的當下體驗中的人，一定便是那種行雲流水，無滯無礙的人。我們生命中的活力，創造力便是從這種狀態裡來的，而且只能從這種狀態裡來，我們什麼時候可以不依觀念而活，只依自己親身的體驗而活，這種活法一定會是清新可喜的。

如此，我不妨理直氣壯地說自己是醉過。也是，喝了這些年的酒，居然一次不醉，豈不可恥！

俯拾皆緣份 處處是同胞 馮翰緯

緣份，什麼都可以被解釋為緣份！

緣份，是生命中的不期而遇，是初相逢的似曾相識，是不可奢望的失而復得，是由無而有的意外，是可遇卻不可求的驚喜，是冥冥中的不可解釋。舉凡緣份，一般來說，講的總歸是好的多。

譬如說，飛行生物以大地為居所本是常情，若不幸台端走在路上屢中鳥糞，總不成也叫與此拉屎鳥有緣份！只能說，不是上輩子招惹了誰，有了報應；就是老天示意，正是買彩票時分。再說，路上碰到躲了幾年的債主不稱緣分，但巧遇尋覓數載不見的老友，不說是緣也難！喜愛打牌濶賭，終日不能自拔，不是牌緣，是賭癮、牌癮。但如果喜歡種樹栽花，要說與草木有緣，大概少有人反對吧？由愛生恨，輾至天涯海角，卻老機場相逢，充其量只能稱孽緣，但從另一角度看，也許是前緣未盡？如果兩人盡釋前嫌，就可以來個再續前緣！

相識當然是從不相識起，從不識而識當然可以解釋為緣分。從不識而識，從識而投緣，再到不得不分離，可又叫做緣分已盡？但，除非是死而後止，誰又能說此緣只待夢中尋？何況，即使形體已逝，亦不代表靈緣已盡。

緣，

有“有情人終成眷屬”的夫妻緣。

有“直叫生死相許”的情緣。

有“生也相親相愛、死也同穴同塚不分離”的生死緣。

有“無論創功立業，總有貴人相助”的貴人緣。

有“而立未娶，雙十未嫁，仍有父母伺候”的父母緣。

有“四代同堂，子女、子子孫孫環繞”的子女緣。

有“犬吠眾人，唯與我哈巴搖尾”的狗緣。

有“無視眾人，唯我獨叮”的蚊子緣。

以此類推，舉一反三，諸如貓緣、球緣、字緣、漢堡緣、卡拉OK緣，無一不成立！何況，只有嫌緣太少，穿鑿附會又有何妨？所以，真個是俯拾皆緣份。

但，緣分是緣分，無論是何種緣分，如果不去珍惜，只是流於表面文章，則此緣亦復何值？

再說人生際遇，如水浮萍，世事難料，變化萬千；芸芸眾生，誰會碰誰又誰會識誰？碰而不見得識，識了卻老碰不了面。

縱觀康谷華人，來自四方。遠自星馬越、中港台，何處不相識，偏在此相逢。

不論你來自何方，即使不臭味相投，起碼共同享有一片天空。

你說這怎麼不是緣份？

回顧早年來美華人的筭路藍縷，到今日新移民的富裕，當然有大程度的差別！早期留美多半是港台拳手，近年來又融合了大量大陸來的留學菁英。但不論那一年代那一時段來的華人，也不管他們的思想與背景，在康谷他們都參加一樣的社區活動，孩子進一樣的中文學校，到底是有同源的文化、語言、風俗與飲食習慣，把各類的華人聯繫，融合在一起。

華人在康谷二十餘年的點滴血汗，累積成今日的小康。有緣千里相會，又管你那兒來？你說，何處不是同胞？

我第一次見到王新宇老師是在 1970 年初秋，她穿著一件淺褐色帶花紋的別肩洋裝，坐在光榮國中新生報到處一張長桌後面等候新生註冊入學。報到處是一間學校臨時編派的狹小房間，約莫六呎寬十二呎長，長桌兩旁擺了幾張椅子，我去時已有幾個同學在那兒同她說話。她看著我的資料時，隨口問了我幾句話，態度十分和藹親切。我注意到她的皮膚白皙，鼻樑和兩眼間有台灣人少見的雀斑，我不知道她就是以後的英語老師。那一年，我十二歲。

我原先唸的是三重國中，後來才轉學到光榮國中。這所新成立的國中離我家很近，我那屆小學畢業生可以選擇就讀這所新學校或循往例到較遠的三重國中報到。按理說舊校地遠路遙，上下學不方便，應該捨舊取新，但是大家擔心新學校草創伊始，規模未具，校舍尚且須借用一座老軍營，新聘老師必然欠缺豐富教學經驗。打聽之下，似乎眾議咸同，於是我的小學同伴們又成了我在三重國中的同學。

三重國中歷史悠久，我對她有一份親切感。因為我唸的小學就叫三重國小，我住的地方叫三重市。我很興奮。第一天上課時不知道為什麼大家都很高興，教室裡熱鬧得像菜市場。上課鈴響了，走進來一位精瘦細小，表情嚴肅的男子，他告訴我們他就是我們的級任導師，除了負責本班學生在校的生活輔導，也擔任我們的英語老師。他不是個愛說話的人，要求大家要遵守校規以及他的教室規則，與我們說話時總儘量使用最少的字來表達他的意思。沒多久他轉身在黑板上寫下二十六個英文字母的大小寫字體，然後叫我們抄在本子上。他的聲音原本細弱，但我在忙著低頭抄寫時仍可清晰聽到他說：“你們若不聽話抄寫，我會脫下鞋子打你。”我聽了心想，這老師雖然看似古板，倒不失他的幽默感。誰見過用自己鞋子打人的老師？保不定是個冷面笑匠。我正放鬆心情，隔幾

排桌椅處已聽到有人頭上挨了一記！我慌忙抬頭一看，那老師正待彎腰把鞋子穿回腳上（忘其褲子顏色）。我當時心中閃過一個念頭：轉學！

學過了一週後才轉成。我和謝姓好友於週六放學後順路繞到光榮國中校園做第一次巡禮，那時放學已久，整個校區闕無人跡，灑掃乾淨的教室在陽光下靜靜的排列在夾竹桃樹叢間，午後的風從長走廊那頭吹向我們這頭，拂弄著四周茂密的枝枒和樹葉，發出沙沙的聲響，我和謝肩並肩躺在修剪整齊的草坪上，不知何故舒暢無比，我們倆都愛上這新校園。

我成了光榮國中第一屆入學新生。全校只有一個年級，九班男生，六班女生。由於校舍用的是軍營舊址，走在校內別有一番滋味。學校新，老師也新，他們都剛自師大畢業分發到校服務，王新宇老師就是其中一個。她削著一頭微捲的短髮，走路的速度很快，但擺樣很特別，雙手擺動的幅度較小，我們很快就發現她排球打得不錯，課外活動時間常在操場見到她的身影。

那時候每週有三小時英語課，分別是星期一、三、五的八點十分第一堂課。我因為是轉學進來，比別人晚了一個多禮拜上課，第一次上課時也跟著大家行禮如儀，老師進教室後，全班同學便在班長號令下起立，鞠躬敬禮，然後齊聲問：

"Good Morning Miss Wang."

"Good Morning Students."

"How are you this morning?"

"I am fine, thank you, and you?"

"I am fine, too, thank you."

此後兩年，我們便這樣開始我們的英語課。令我大吃一驚的是王老師每節課只教三個大寫字母，這和三重國中相去何止天壤！她帶著圖畫紙將字母事先寫好，上課時貼

於黑板，然後反覆讓每人練習發音，她有一個老式錄音機，可替代地發出聲音讓我們跟著重複，那時很少老師會特別準備一些教具，我們都覺十分新奇，上課氣氛輕鬆有趣。我回想起轉學前那一個多禮拜的英語課，彷彿從地獄回到了天堂。

我開始愛上英語課。不只是因為英語課變得活潑有生氣，還因為王老師雖年輕，能輕鬆也會對我們這群半大不小的孩子在胡鬧時做適切的提醒。我記得許多老師為了要維持教室秩序（三重是有名的“活潑”城市，學生也較“活潑”），不得已擺出非嚴即悍的態度，學生調皮，往往來個相應不理。但王老師似乎沒有這方面的問題，我們喜歡親近她，也對她的較嚴肅言語沒有反感，我不明白那是什麼原因，只覺得她說話很真誠，我喜歡上她的課，我喜歡英語。

王老師的課似有什麼魅力一般，上課時同學們爭相舉手起來練習發音，沒有人為自己發音不正確而發窘，更不會擔心鞋子會落在自己頭上，原來上課學習可以如此輕鬆愉快！大家學英語學得津津有味。儘管我其他課業成績平平，數理尤其頭痛，英文和我卻像故友重逢般融洽無間。王老師特別注重發音技巧，她花了許多時間自編講義教我們萬國音標，好讓我們可以自行練習發音。有一回我騎著腳踏車到附近淡水河邊空曠處朗讀課文，仗著四下沒人，扯開喉嚨嘶喊，隔兩天發覺對發音“有如神助”，從此養成高聲朗讀的習慣，更助長了我對英語的學習興趣。那時電視廣播的英語節目尚未普遍，正確英語發音難求，王老師給我們的音標訓練正彌補了這方面的不足。

國二結束時，王老師請調到台北市景美女中教書。新老師姓黃，也是一位年輕女老師，她教學認真，一樣對學生富熱忱，可我總覺得王老師無可替代，心裡說不出理由的彆扭。國三是忙碌準備升學的一年，我被數理弄得昏頭轉向，所幸英語成績總讓我及時尋回自信。我的資質平庸，若非王老師啓迪有功，何克致此？此後升高中，唸大學，讀書過程尚稱順利，究其原因，不能不感謝老

師如沐春風般的教學方式，為我們奠下良好的英文基礎，更在我們心靈深處留下美好的回憶。

然而人生竟是充滿了料想不到的發展，王老師真正對我的影響卻不在英文。國三臨畢業時我帶著一本小冊子去找國一時曾教過我國文的張愛麗老師，請她為我寫幾句勉勵的話。張老師拿著本子，沉吟片刻，突然問我，“你想念王新宇老師嗎？要不要我也拿去讓王老師寫幾句話？”張老師和王老師是好友，知道我對英文情有獨鍾，全因王老師之賜，是以提出這樣的建議。我那時已一年未見王老師，聞言自然喜出望外，連聲說好。幾天之後，張老師果然拿著她自己和王老師的留言給我，我原只盼望得到如珍重再見踴躍萬里之類的勵志短句，孰料兩位老師都為我寫下了一長段話，引導了我此後二十餘年的成長。王老師是這麼寫的：

德音同學：

只是讀書算不得學問，此外還有精神和心靈的修養。學問是要你認識最有用的事物，然後加以實行。學問是要和諧的發展你一切性能，而實現每一種道德和完美的品性。你的學問並不終止於學校，而是一生都要繼續下去的，你一輩子做一個學生，由你所遇見的人們你都可以學習一點。書籍，朋友，自然，默想和旅行都是獲得知識，訓練和學問的途徑。你知道了怎樣去做，你就能成為那樣的人。文學，科學，藝術，哲學，歷史和宗教等等，這些豐富的學問都在等待你去接受和應用，獲得學問無需費錢，而發展人權乃是它最大的功用。

- 共勉之 -

王新宇 民國六十二年六月一日

我初入國中時還留著自小頂了幾年的光頭，戴了付舊式黑框眼鏡，懵懵無知似一小沙彌，不，二楞子三字更能曲盡其說。唸了三年書，二楞子充其量變成大楞子，如何能體會老師以上這番話？但是儘管我對這些話似懂非懂，卻很感激王老師對一個十五歲孩子的用心。那小冊子在書架上塵封多年，直

到我大學時期某日，偶然翻閱藏書時始復相見。不消說那時我已虛長了幾歲，不再有傻愣的模樣，王老師的話開始在我心中縈繞。許是她早看出我的毛病，因材施教，第一句話便如暮鼓晨鐘般起震聳啓聵之效。我一字一句往下讀，有溫馨，有啓發，有興奮，有感觸，更覺得自己有幸得此良師諄言，只能慙自傷勵，庶不愧老師期望。

我未與王老師相見已近三十年。當年的英文講義早已不復記其內容，然而王老師豈僅只是我的英語老師？二十餘年來我總思念著她，謹以此文敬獻給王新宇老師。

附記：張愛麗老師給我的留言

德音同學：

謹慎審查成功者的生活，你可發現他們在沒有成功之前一定有懇切及明智的預備。智識、功能、專心、激慮，類此的修養須有長時間的研究和訓練。在最危急的時候你所能使用的力量就是在有意無意中事前所發展的力量。成功不是偶然而合理的，也就是合於倫理的。你的能力經過了正當的發展和運用才能產生這種實際的結果。每日你若多費一小時或一小時以上的時間勤勉研究，靜默思想和做理智的思考，當你遇到重要機會的時候，它們將決定你成功的程度。

- 共勉之 -

張愛麗 民國六十二年六月一日

人生如戲

林書玉

前些時日寫了一篇文章，名為“老蕭的新娘子”。故事內容是寫一個年近七十的老翁，離了老妻，再娶回比老妻年輕貌美的新歡，卻不幸遭騙的故事。故事裡的主角姓蕭，熟悉他的友人都稱呼他“老蕭”，老蕭原以為他的人生才要開始（應了孔子的說法），沒想到歡天喜地的做新郎，兩年後，新妻有了身份，卻一腳踢開他，從此孤家寡人的過日子。

我不認識老蕭，卻見過他兩次面。從外表及談吐上看來，老先生都不像是拋妻棄子的負心漢，而他跟妻相守了一輩子。聽老蕭變節，妻與他反目成仇，內心的不瞭解自不用說，連兒女與老朋友幾乎都拒絕跟他再來往，在新歡拿到綠卡卻棄他而去時，老先生晚年的心情之孤單，更是可想而知。

老先生的遭遇固然可嘆，但觀看我們的社會，這樣的事件卻層出不窮，比他更不幸的人比比皆是，也難怪得知他遭騙的朋友多數抱以冷眼，覺得他咎由自取，不值得同情。

不過，我的看法倒是不同，也許是因為旁觀者，沒有複雜的感情因素介入，所以看事情的角度自然沒有那麼苛求（不是清楚）。我覺得老先生的處境應該是從兩方面來看：從愛情的角度上看，老先生勇於追求，一旦愛上，則不惜付出一切，比起現在年輕人的速食愛情觀，我倒覺得老先生的感情放的深，所以能說他是個沒有感情的人嗎？從義氣上看，妻妻難無故遭離，但老先生在金錢上倒也很大方，起碼讓老太太無生活的憂慮，他並非不明白自己在感情上犯了錯，因此想方法在金錢上彌補，比起棄之不顧的男人來說，他還算有情義。當然，我的說法僅是我的看法，你也許會說金錢算什麼，它無法取代感情。是的，它是無法取代感情，但是把一個不愛自己的男人綁在身邊，對兩個人來說除了折磨之外，還是折磨，那又何必。更何況，誰能斷言老先生和老太太的「得」與「失」呢？我們以為老先生得到一段他極力想要的愛情，殊不知在那當口，他失去的更多。

這是老先生的生命故事，我想每個人都
有屬於自己的生命故事，而每個生命故事裡
都有令人「感動」或「感慨」的地方。

我從小就是個愛聽故事的人，我喜歡聽
人說，也喜歡自己觀察，因為喜歡聽，所以
很多朋友也常把我當做傾訴的對象。在這些
聽來的故事裡有歡笑，有悲傷，有喜悅，有
憂愁，而這些故事最後常化為一段文字敘述
，成為我創作的一部份。記得上初中時，同
學間開始流行看瓊瑤的小說，當時家裡有幾
本擱著，我便順手拿起來讀，剛看第一本時
，感覺還好，讀了第二本之後，便覺索然無
味，從此不再碰瓊瑤的書。我是個早熟的小
孩，幼年時又曾經經歷父母失和的日子，對
於感情有種超年紀的實際。瓊瑤式的愛情固
然很美，但實在離生活太遙遠，美的不切實
際，就變的虛假了。不過她的書也並非沒有
可取之處，瓊瑤對古人的詩詞下過功夫研究
，也因此常在文章裡自然的應用，我對她
的小說沒有興趣，但她的書卻開始教我認識
李清照，當我讀到「才下眉頭，卻上心頭」這
樣的佳句時，心裡一震，詞句的美麗教我著
迷，後來找到李清照的作品，才知道是從她
的「一翦梅」裡截取來的，原詞是

「紅藕香殘玉簟秋。輕解羅裳，獨上蘭
舟。雲中誰寄錦書來？雁字回時，月滿西樓。
花自飄零水自流。一種相思，兩處閒愁。
此情無計可消除，才下眉頭，卻上心頭。」

我當時的年紀當然體會不出「相思」「
閒愁」這樣的意境，但是在強說愁的年齡，
「喜歡」與「懂」是兩碼事，喜歡了，自然
去接觸，也緣於接觸，後來才能學會欣賞更
多的詩詞作品。

很多年前，我曾經讀過已故作家三毛的
一篇文章，依稀記得內容曾提及“作家當有
悲天憫人的心……”，我倒覺得任何人都
可以有悲天憫人的心，但是從事創作的人對於

週遭的環境更需要有敏銳，善於洞察的心跟
眼光。前幾年訪問作家鍾阿城時，他很肯定
世俗文化，這一點我非常認同，我覺得創作
的題材取自生活，跟人才會有一種貼身的密
切關係，也較易感動人。

去年我連續出了三本書，其中兩本是以
女人的感情遭遇為主，題材來自身邊友人的
傾訴，或報章雜誌的報導，而故事內容多數
是沒有完美的結果。在我上水墨畫課裡的一
位同學，曾大約翻了一下內容，然後對著我
說：「都是你寫的啊，看起來好像你的經驗
很豐富的樣子……」當時我聽了，想立刻辯解
作家不能光靠經驗來寫作，但嘴張開了，話
卻沒有說出來，想一想，何必解釋，人常會
下錯誤的評論，尤其當我們不理解事情的緣
由時，自己不也常犯同樣的錯誤嗎？在我聽
來，看來的故事裡，各式離奇的遭遇都有，
我寫作時，通常只是說出故事，而不願去評
斷，我的想法是每個人做出的決定，一定都
有某種原因的牽絆，如果我不能深入理解他
人的內心世界，每種下評斷，有時只會造成
傷害，這不是我創作的過程裡所樂意見到的
。但是光靠第三者的眼光來判斷，有時終究
無法深入故事的核心，所以當我遇到疑惑時
，我習慣性的反問，若是自己處在那個情況
下，我會怎麼做？若是能看得比別人透徹，
我只是感覺幸運，若是看不清，在看待他人
的決定時，也就學會試著理解。

我們常言人生如戲，但戲畢竟不是人生
，瓊瑤式的愛情雖美，但在現實的生活裡，
誰能折騰得起這樣的愛情。而在我聽來的感
情遭遇裡，難說有些情節如戲一般，但他們
是真實的，是有血有肉的，也因為如此，對
於老先生，以及其他許多感情受挫的有情人
，我始終希望自己能以不同的角度看待他們
，也希望自己能以更大的包容心，來看待人
世的變遷。

寫給你，
在我們相識近二十年的今日

續易瑾

悟

年輕的時候，我不懂你。
只覺得，你像一團鬆軟的棉絮，
總是默默地、無聲地、黏在身邊；
沒有熱鬧，更不喧嘩。
歲月的流逝，漸漸地，我感受到
那絲毫無法著力的棉絮：
是能夠沾些酒精來輕拭我的傷口；
是可以讓我徜徉在其中解除疲勞；
是永遠有足夠的伸縮空間讓我揉捏
是綿綿不斷供給我最真摯的情意，
而且恣意享用。
時光的累積，於是乎：
那一團鬆軟的棉絮，
也越揉越堅實，
已再不能從心上飄走。

謊

是什麼令你說謊！
莫非我的急躁，嚇著了你？
是什麼讓你說謊！
莫非我的不溫柔，逼急了你？
多麼叫人慚愧的謊！
小小的一個謊，
讓我瞧見了耐心和柔情。
小小的一句謊，
帶回了全家的溫馨和甜蜜。
謝謝你！
說了一句如此可愛的謊。

莞爾集

編輯部

台語小笑話

小孫子陪著祖父母去旅行。上了飛機，
走到第十排，阿公問要坐在那個位子？小孫
子說“阿公你是D啦”，“阿嬤妳的C在這裏”，
這時阿公阿嬤氣得臉發青。[以台語發音意
為“阿公你是豬(D)啦”，“阿嬤妳會死(C)在這
裏”]。

有位董姓台灣人，英文只通幾個字，當
他參加公民考試時，考官問他：“Do you know
the name of the 1st President of The
United States?” 他聽懂了name這個字，
“Ya, ya, Wa Shing Dong!” (我姓董) 考官
說：“You are right, It is Washington.”

粵語笑話

男女同事擠公車上班，到了公司男同事
精神氣爽，得意洋洋地告訴大家，某某人愛
上我了，她在公車上親口告訴我：“你愛著我
，我愛著你，愛來愛去，好幸福！”[其實
那位廣東女子語意是公車太擠了，你挨（擠）
著我，我挨（擠）著你，挨來挨去，好辛
苦！]



您若是看過一部電影—“一個都不能少”。您是否曾經想像過自己會有身歷其境的親身經驗呢？在葉曼教授和幾位熱心人士的推動和鼓勵之下，今年六月初我們一行六人到了青海省會—西寧。此行的目的為實地了解一所在偏遠山區急需改建的小學—青海省互助縣巴扎鄉小學。同時我們也拜訪了另外兩所以前我們曾幫助過部份學童的希望小學。

六月七日我們相約在青海西寧市集合，在當地青少年發展基金會的安排下，我們先到了著名佛教聖地之一“塔爾寺”所在地湟中縣，拜訪一所由國內健力寶集團所資助興建的“馬場樺健力寶希望小學”。它們是一所五年制的國民義務小學，加上一年的學前教育課程，也就是相當於我們當年在台灣所實施的六年制國民教育。由於當地居民以藏族居多所以此學校採用雙語教育。老師使用國語授課並用藏語重複。教學的內容也頗有相似之處，其中包括了語文，算術，自然，體育，美術，德育等。值得一提的是讓我感到驚訝和欣慰的德育課程，在不經意的狀況下，我發現有一班小學生正在上德育課，頗名思義之後我好奇的翻閱當時教學課本中的內容，除了提及一般所講的道德規範外，其中也包括了論語和孟子。其實這一天的目的也就是為了多了解在希望小學建成之後的實際運作效果。而這正是我們樂於見到的。

次日一大早我們六人全數到齊，並一起坐上參與支持希望工程的另一單位—青海建設銀行的交通車，開始了一趟深入山區的希望之旅。途中經過了在互助縣城附近的一所由一位香港熱心人士所資助的希望小學，我們也順道停留參觀當時上課的情形，更進一步的了解和体会到當地希望小學的功用和重要性。當我們翻閱到學生們的作業簿時，讓我們同行的林美英大姐贊賞不已，在這一偏遠的鄉村的小學生們之國文成度竟然超出我們原先的預料。這裡的學生皆為來自附近鄉村農家的子弟，當地居民以土族和漢族居多，大多以農牧為生，大部份漢人遷移到此的

歷史可以追溯到明朝太祖時期，有的是衛戍邊疆的部隊（墾屯兵）和被貶官兵的家屬。至今早已和少數民族融合而形成具有當地色彩的文化。除了少數民族使用的藏語，回語，土族話之外，他們還用當地獨特的青海話，據說青海話和南京話有相當的淵源。源起於明朝時期大批的移民來自南京。有很多在此地居住的藏人也向漢人學會了耕種，所以演變至今，多數人以牧牛羊和種地自給自足的生活方式。

由於我們最想看到的一所急需改建之小學地理位置偏僻，所以當日下午即刻把握時間更深入山區，經過了一路的蹣跚，翻過了海拔三千四百公尺的祁連山支脈，到達了互助縣北部接進甘肅邊境的巴扎鄉，當地居民主要靠農牧自給自足之外也靠林業為生。但畢竟位處偏遠地區所以與外界相隔甚遠，加上每年至少四個月的冰天雪地氣候，生活的清苦成度可想而知，在此巴扎藏族鄉的人平均收入在一年四百九十六元人民幣。其中有二百八十九戶年均收入是在三百元人民幣以下，這一些居民連溫飽都成問題。雖然在此地已有三百多名兒童達到就學年齡，但是貧困再加上現有的校舍只能很勉強的容納不到兩百名學生，已是難上加難，更何況現有的教室只能用“危房”來形容，漏水又快塌的屋頂，沒有玻璃的窗戶，無門板的教室，缺腳的板凳，更不用說那令人觸目驚心的牆壁了。最令我印象深刻的是，當我刻意到教室中尋找粉筆時，發現了幾根短到快不能用的粉筆頭，還被當了寶貝似的由一名保管粉筆的小女孩，害羞的從抽屜中拿出來時，頓時之間那短短的幾秒鐘，已經像是烙印般的在我的腦海中留下了永恆的記憶。

在當天夜幕低垂之際，甘禪口村小學的老師們熱情的邀請我們一窩在溪谷之畔升起炊煙共享他們的晚餐—野菜和羊肉羹。當然也不會少了當地的特產—青稞酒。這一頓晚餐沒有奢侈的寒喧，沒有精緻的餐具，只有不讓遠到客人餓著了的热情。我們這一群從

大都會來的訪客，深深的體會他們仍然擁有著最可貴的純真。隨著時代的競爭，文明的演變，我們皆是生活在定義為文明世界的幸運兒，你我所能做的一點點心意，卻對他們來說意義遠大。當他們需要外界助一臂之力時，我們何妨不付出一點心力呢？

後記：

在實地考察之後，葉曼教授，吳陳英女士以及陶林美英女士共同捐助希望工程二十五萬人民幣以幫助青海省互助縣巴扎鄉興建希望小學。為了及時在下一學期開始時讓當地學童能夠順利上學，此一命名為“文賢希望小學”的工程已經開工並在九月中自竣工。另外，康世渝小姐在當地就以“一對一結助”方式接濟了十六名學童。

希望工程是由中國青少年發展基金會發起和組織實施的一項社會公益事業。救助失學兒童和建設希望小學，是其中最重要的公益項目。希望工程從實行開始已經直接幫助兩百多萬的失學兒童。除了產生教育的普及功用外也間接的幫助了社會建設事業，像是副帶著當地不少土木建築，印刷業的參與和老師工作之機會。希望工程的實施，保障了中國兒童的受教育權力，也改變了被幫助兒童的命運。

縱使中國大陸實施六年制國民義務教育並且已在推行九年國民義務教育而免繳學費，由於種種原因，對於貧戶來說，仍然無力

負擔學習過程中的所需雜費。希望工程所推動的“一對一協助”計劃，就是幫助無經濟能力的貧困家庭學童繼續完成學業。

我們是一群僑居海外的華僑，我們願意支持與幫助希望工程，以達到國內教育普及和掃除文盲的目的。平時所需連絡通訊費用以及旅費皆由義務參與者自行負責，每一分文的捐款，必定全數用於學童身上或是學校之興建。明年同期，我們計劃再次集資興建希望小學和補助失學兒童。目前，在此次青海之行所帶回來的急需幫助學生名單中，仍有一百一十名學前班學童需要熱心人士的幫助，一名學童念一學期只需要六元美金，也就是說幫助一名學童安心的完成五年小學學業只需六十美金，您若有興趣參與，歡迎您的加入。可來電詢問詳情(562)6338958 Evening。

另外有兩個不同的組織，由不同的方式和管道也可以幫助國內的學童。過去這幾年來，他們都已有令人欣慰的成果和良好信譽。他們各有不同的方式，但目標是一致的。所以無論您採取任管道，都可達到救助失學兒童和建設小學的目的。我們也鼓勵大家與此兩個組織連繫。

燃燈助學計劃—(212)792-0101 or
(718)939-2200
樹華基金會—(415)771-7017



她是八零年代康谷華裔名人，曾是華協理事，為我們華人諸多事務奔走服務；也曾是中文學校副校長、當選過資深優良教師。她勇於投入主流社會，為我們華人的社區打開知名度，獻身教育界，所到之處無人不愛，讀完下面文章，就知所言不虛。

側寫周濤

關心

如果你參加蕙竹社活動，遇見一位身材高大，臉上永遠帶著微笑，言語充滿熱情的大姐，那就是周濤。她像個小太陽，總是以溫暖化解人際之間的疏離，把歡樂帶給身邊的每個人。

其實不只老老少少喜歡她，就連狗兒、鳥兒也都樂於和她親近。走到她家，常見她忙著餵流浪狗，兒孩子們則在旁邊七手八腳地幫狗兒洗澡，樹上還有小鳥前來結巢高歌。這場景彷彿是童話中「白雪公主」正在散播她的愛。

周濤生性善良、樂觀，永遠秉持「助人為快樂之本」的信念，因此她無論身在何處，從事任何活動都能順利推展，不管在家庭或事業方面，都有令人羨慕的成就。

她的三個孩子都從美國長春藤名校畢業，個個都長得美麗大方，而且也事業有成，讓做媽媽的引以為榮。而她現在仍以同樣的愛心來照顧園區的孩子們，只要她教過的孩子，沒有一個人不喜歡她的，出國後，常有人寫信回來感謝她，回國時更是一定要來看她。

她旅居國外多年，一直從事文化交流活動，平時在學校擔任「ESL」（英語為第二語言）的老師，曾有一德國媽媽非常不放心孩子讓她教，但後來因孩子喜愛她，而和她結成好友。閒暇時，則在圖書館講中國故事，起初管方怕會冷場，嘗，買新書在圖書館設後來因為她的故事有趣，配合文物豐富，竟

然成為叫座的節目。此外，她推展海外僑教，也有良好的表現，並受到各界的表揚。

七年前回國，在園區定居，經人介紹加入「蕙竹社」，沒想到參加一次活動之後，這匹「千里馬」就被伯樂發覺了，很快就成為幹部，後來還被推舉為社長。

在她兩年的任期內，找到幾位熱心的總幹事，在大家的努力之下，辦了許多叫好又叫座的活動，例如：「聖誕之夜」、「九份山城之旅」以及「森森觀」和「卡內基」的演講等，其中最有趣的是社員們紛墨登場演出的話劇，那真是既緊張又刺激的難忘經驗。而每次大夥在她家大圓桌前開會，吃飯的情景，更是記憶深處溫馨美好的一頁。

這些年來，她陸續參加過蕙竹社所舉辦的「國畫班」、「合唱團」、「插花」及「電影欣賞」等課程，不但自己的心靈得以成長，還交到許多志同道合的好友，藉著不斷的學習，彷彿回到學生時代，而不知老之將至！這種由內而外散發出的氣質改變，真是最好的文化美容！

值此蕙竹社成立十週年之際，她非常感謝當年的創社元老，以及一路走來始終如一的幹部們，才能有今日園區內享譽盛名的蕙竹社，期盼未來的蕙竹社能走出社區，從事更多的慈善及公益活動，把我們關心的層面擴及更多的弱勢族群，回饋更多給社會大眾。讓我們一起努力吧！共許蕙竹社另一個美好的十年。

現代親情

張樂安 繪畫
張大健 註解



(子) 鬧鐘雖吵 不理它繼續朦朧睡覺
(母) 趕快起床 禮拜六還有中文學校



(子) 盛夏寒冬 短袖衫衣著風雨無阻
(母) 感冒發燒 不愛惜身體急煞慈母



(子) 慢條斯理 用早餐看書享受人生
(父) 毫無自律 上學校遲到你有責任



(子) 成績欠佳 不在乎依然我行我素
(父) 如此報告 氣得我難得這般盛怒



5.
(子) 橫衝直撞 有執照我能自由自在
(父) 提心吊膽 父母親焦慮如水沸開



8.
(母) 文憑在手 獎台上吾兒一表人才
(全家) 蹬足尖嘍 觀禮席闔家高呼崇拜



6.
(子) 讀書時光 通電話暢談天南地北
(母) 光陰寸金 祈吾兒專心努力加倍



9.
(子) 十年寒窗 憤心願學子得進名校
(父) 萬金學費 自今後父母又添煩惱



7.
(子) 眾項規矩 管太多有違自由民主
(父) 家教嚴緊 切牢記分清娛樂讀書

親子親情 林志中

頻年積學事潛修
喜進名校宿願酬
得遂親懷青雲路
融融笑語愛滿樓

前言——從彼得大帝說起

破曉時分，寒風細雨中，七萬噸的豪華油輪緩緩靠近碼頭，碼頭邊層層的倉庫，連空地都堆滿了金屬材料，放眼過去，不遠處是一片頗具規模的造船廠，和前幾站停泊的商業性觀光碼頭，截然不同；這裡來自資本主義國家的巨輪停在共產主義的重工業區，真有些不倫不類，聖彼得堡正在另一次的轉變中。

來到聖彼得堡，必定會想到彼得大帝。聖彼得堡位於尼瓦(Neva)河出芬蘭灣的三角洲上，三角洲被尼瓦河的支流分割為四十二個小島，在北歐與亞洲的貿易航線上是重鎮，因此成為波羅的海各國虎視的目標。十七世紀早期，俄羅斯國力不強，被當年北歐最強的瑞典強取割讓。一六九六年，彼得一世（大帝）統治俄國，力圖擴張，從西歐遊學回來，不惜一戰收回失土，終於在一七〇三年打敗瑞典，收復尼瓦河三角洲，在洲上一小島建造 Peter and Paul Fortress，這座堡壘面對尼瓦河口，對岸建有防禦外海的砲台基地，成了國防與行政的中心，從此正式遷都聖彼得堡，展開了帝俄時代的輝煌史頁。

彼得一世於一六七二年生在莫斯科，他十歲那年，親睹其父亞力士一世(Alexis I)為宮廷內亂所害，而厭惡莫斯科。一六九六年，同父異母兄艾凡五世(Ivan V)去世，他繼位為沙皇，即赴西歐各國學習造船及有關科技。身高二公尺的彼得自小有設計的天份，好學勤奮，有用不完的精力及堅強的毅力，在未繼位前，就看出要國力強，就要有強大的海軍。他遊學回來，親手放下彼得保羅堡壘的第一塊基石，同時也在堡壘的對岸開始建立造船廠；在勞力不足，建材短缺，天候不佳的困苦狀況下，他強徵瑞典的戰俘及百姓；一些勞工不堪勞苦而身亡，屍骨變成了基石，可以說聖彼得堡是人骨建立的城市。聖彼得堡城市的規劃也是彼得一世親自設計的，規定它是俄國唯一可用石材建屋的城市，三百年前整齊劃一的建築物，寬暢的街道，縱使內部一再翻新改造，至今外觀仍不准有任何改變。他解除了外敵的威脅，建立

了新都，在歐洲列強中佔了一席位，在帝俄史上是第一位被尊稱「大帝」(The Great)的沙皇。

沙皇的承襲可以夫終妻及，彼得大帝於一七二五年去世，他的第二任妻子繼任為凱莎琳一世，(他們僅有一女倖存)在位二年去世後傳位彼得二世(彼得一世之孫)。彼得二世不耐聖彼得堡生活單調冷清，一度遷都莫斯科。他的繼任者三十七歲的安娜女皇曾在德國住過相當長的日子，於是將她熟悉的歐洲生活方式、流行的服裝、時尚，甚至法、意的歌劇、芭蕾舞引進聖彼得堡，卻忽視了平民百姓的基本需求。一七四一年彼得大帝與凱莎琳一世的女兒伊莉莎白繼承沙皇之位，她是一位活潑樂觀充滿活力的女人，又能知人善用，得到賢官良相的輔佐，國事治理有方，很受國人的愛戴。行有餘力，則推展她對建築藝術的愛好，請來意大利名建築師 Rastrelli 設計臨尼瓦河畔的冬宮，重新裝潢彼得霍夫(夏宮)及大教堂等，並為巴洛克式的冬宮設計了 Hermitage (博物館)，收藏皇家的藝術珍品，此時的聖彼得堡已添加文藝的氣質，不再純是工業城。

彼得三世在位只六個月就去世，傳位於他的遺孀凱莎琳二世，她是帝俄史上第二人被尊稱 The Great 彼得大帝將俄帶進新紀元，而凱莎琳大帝使俄國更進一層樓，成為歐洲舉足輕重的國家。她是彼得大帝的孫媳，來自德國的公主，是第一位外國人統治俄國的沙皇。她個性堅強獨立，聰明講理，處事公正果斷，用功進取，思想開明，熟悉法國文化及其他歐洲國的政事，並督促王親貴族研究國際事務，認識國際政治的環境，加強皇族女眷教育；聘請西方的教師來辦學校，普及百姓教育；制紙幣、防疫(天花疫苗)措施的推行，成立科學研究機構，建立莫斯科大學，使俄國成為一個先進的國家。

凱莎琳二世為她從海外的收集、購買的藝術品建立 The Large Hermitage，並且持續不斷的大手筆的在各地收購；同時，請來多位歐洲最好的建築師重新規劃聖彼得堡市容，設計

街頭廣場，樹立出自名師之手銅塑石雕，供人欣賞，使聖彼得堡成為俄國政治文化的中心，且建成不到一世紀已躍為世界首要城市之一。

聖彼得堡在第一次世界大戰時更名為彼得格勒，一九一八年，蘇維埃政府遷回莫斯科，改彼得格勒為列寧格勒，這座已無政治作用的文化城市卻有了個政治氣息的名字；一九九一年蘇聯解體，鐵幕掀開了，列寧格勒又回到聖彼得堡。

第一天——沙皇的寶藏

聖彼得堡是波羅的海之遊的重站，Hermitage 是遊聖彼得堡的重點。它是世界著名博物館之一，收藏豐富不輸法國的羅浮宮，共計藏的藝術品有二百八十萬件，若以每件花十秒觀賞，全部看完需三年之久。這些收藏大部分都是皇宮的收藏品。伊莉莎白一世建立巴洛克式的冬宮時特闢 The Small Hermitage，陳列她的收藏品；凱莎琳二世浸淫法國文化，為了她收集的名畫又闢 The Large Hermitage，同時陸續到世界各地搜尋收購，在一七六四年間，曾購進西歐繪畫極品二千五百件，其他雕刻塑像、珠寶器皿、磁器數萬件，堪為空前絕後，以後年代包括共黨統治期間仍斷斷續續由國家或私人名義收購。

收藏品是以年代、地區、種類分別陳列於展示廳，從上古時期北極文物、西伯利亞文物，到希臘、羅馬的出上古物，再來就是埃及、拜占庭、中國、日本、印度等的藝術品及西歐各國的收藏，最後是十九、二十世紀歐洲的名畫、雕塑；其中或以國家或以派別風格，或以個人之不同而各有其展示室，例如世界級的畫家米蓋蘭基羅、達文西、拉菲爾、藍布倫、莫內、高更、馬蒂斯、畢加索等等，都有單獨一或多間展覽室。而 Hermitage 比其它著名的博物館更高一籌的是它的每一間展覽室也就是一件藝術品；正如冬宮及其它皇宮內每一廳每一室都是名建築師依沙皇及王親們的喜好，性質用途精心設計的作品，無論是建材、主色、裝潢、擺設都各有其獨特的風格，唯一相同的是都有金色點綴，精緻剔透，美侖美奐，充份表露出皇家的高貴與奢華。展示十八世紀法國

的藝術品，室內設計呈現巴洛克的風格；陳列達文西作品的展覽室，以取自聖經故事的壁畫（屋頂）及浮雕為裝飾，有文藝復興時代的氣息；陳列俄國特有的綠色寶石（Malachite）雕刻的皇家器皿，甚至四壁的圓柱都是用它做的，白牆金門，金色鑲花屋頂，大紅絲絨窗簾，表現出皇室的貴氣；一八一二廳是紀念一八一二年打敗拿破崙而設計的，狹長型的房間，挑高拱型屋頂，兩邊牆壁掛滿當年有戰功的將軍，包括友軍們的畫像，採光全靠屋頂的天窗，昏暗中顯得莊嚴，走過長廊，如穿過時光隧道，不由地想像起當年的戰況。

收藏品豐富，件件都是稀世珍品，琳琅滿目，真如入寶山，不知從何處「著眼」，最好後腦勺再多一對眼睛；偏偏導遊每人一室只選一件，用三言兩語解釋一下，就像趕鴨子似個個不停，怪不得我越看越覺得她長得像「007 Russia with Love」裡的俄共女殺手。匆匆忙忙地走馬看花，出了大門才知已走了五、六小時，意猶難未盡，雙腿卻酸痛不已。

White Night 夜十時，太陽稍偏西，在 Tsarsko Selo 森林中一幢木屋餐館，我們吃晚飯。頭菜是一盤泡菜，比四川泡菜精緻，但很可口，再上來是稀釋的羅宋湯，一想，這才是真正的羅宋湯，羅宋不就是 Russia 嗎！享受了七、八天西洋美食卻比不上這碗湯對胃口，男士們將 Vodka 當成「白乾」，他鄉遇故「酒」，幾分鐘就乾了，旁邊的同船老美看倦了眼，連忙敬上他們桌上的那瓶 Vodka。午夜十二時，酒足飯飽結束了在聖彼得堡最長的第一天，迎著夕陽返「船」。

第二天——沙皇的陵寢

彼得大帝投下建立 Peter and Paul Fortress 的第一塊基石也就建立新都聖彼得堡的基石。和英國倫敦塔一樣，此堡壘是有防衛作用也是關政治犯的監獄，甚至彼得大帝的長子 Alexis（前妻之子）也曾被困在此堡（涉嫌叛亂）。當年建築的工程浩大艱辛，有成千上萬的勞工喪命在此，帝俄偉大的基業是踏著他們的屍骨一步一步完成，也可說是另一種「一將功成萬骨枯」。堡壘建立在一小島，四面

是天然防禦的水道，只有南、北各有一橋與外界相通，堡內儼然軍事基地，有司令部、工程部、船、監獄及午砲台。比較特殊的是彼得保羅大教堂，像英國西敏寺教堂一樣是王親貴族、功勳重臣的室內墓地；這座「正宗」東正教式的大教堂兩側排列著一式樣的白大理石方柩（棺木埋在地下），從祭台右邊起，最前一排靠牆第一台就是彼得大帝的墓，仔細觀詳，他的棺柩多了鑲金的點綴；旁邊是他的愛妻凱莎琳一世，以此類推，一代代的沙皇全按秩序躺在這兒。俄國革命後，一些流亡在外國而終老一生的王室親貴，從俄國開放後也漸漸移重歸國，完成他（她）們落葉歸根的宿願。教堂正廳已悉「人」滿，後廳才剛落成，就已經安置了幾位親貴的靈骨。教堂正門在右手邊正在整修一小型墓室（未開放），這是為末代沙皇尼古拉二世全家（七口加了僕人）的骨灰安置處。

尼古拉二世全家謀殺案是俄國近代史上最不名譽、最懸疑、最悲慘的事件，震驚整個歐洲上層社會（俄國皇家和英、德、丹麥等都是親戚），而最為一般人知曉的是與此案有關的「真假公主」奇案。「真假公主」的女主角就是尼古拉二世的小女兒安娜(Anastasia)。尼古拉二世的祖父亞力山大二世被革命黨炸死，亞力山大三世繼位後採取強硬的手段鎮壓異議份子，確實收到效果，正想進一步有所做為時，染病身亡，傳位給二十六歲的尼古拉；尼古拉長的眉目清秀，五尺七寸高，在外貌上看來就沒有六尺四寸高的父親堅強有魄力，果然他優柔寡斷又兒女情長，當他要繼位時竟說出和大清宣統小皇帝同意義的話：「我還沒準備好當沙皇，我不知如何統治國家。。。」。果然三百零四年羅曼諾夫家族統治的王朝，就在他手中結束了。改朝換代，政局紊亂，列寧領導的紅軍挾持他全家做為阻擋白（俄）軍反攻的人質；在白軍殺戮將到的前幾天，紅軍在撤退前接到上級命令，槍殺所有人質並毀屍（新屍焚燒）滅跡。白軍一週後到達，在一廢棄礦坑找到一堆斷骨殘灰。八十年來，不斷地想法查出這堆灰骨的身份，始終沒有結果，直到一九九八年，英國和美國共同合作以 DNA 比照的方法，與取自尼古拉二世近親身體的組織樣

本（取自其去逝兄弟的骸骨）核對，一一証實了他們的身份，甚至也查明了每位僕從的身份，而「真假公主」安娜和她小弟 Alexis 卻沒找到。雖然多年前，由德國法院以確鑿證據証實那位自稱是安娜公主的女孩，只是波蘭的一位女工而被宣判為「假公主」，可是她從何處得知那麼多沙皇一家平日生活的細節？如今又找不到安娜公主已不在人間的證據，這位「假公主」現在若仍存活，已有一百多歲了，因此多半不在世上，看樣子，「真假公主」永遠是一個懸案了。當年下「格殺令」的上級是誰？俄共黨從未提過。我問導遊：「你認為是誰的命令？」她回答：「我們都知道是列寧。」

彼得霍夫

彼得霍夫(Peterhof)的意思是彼得的庭院。在一七〇九年擊敗瑞典，凱旋歸來時，彼得大帝就決定建造一幢有帝王氣派的皇宮，一七一七年訪問法國凡爾賽宮後，更增強了他的決定；他動員了多位建築師、水利工程人員、造景師及雕刻家們帶領五千多勞工，經過九年的時間才落成，因此俄國人稱彼得大帝之宮，同時也是勝利的象徵。彼得霍夫內主要的建築是大皇宮(The Great Palace)，這幢石造三層大廈在十八至十九世紀一直是帝俄官方在夏季的中樞，慶典、接待外賓使節、舞會等都在這兒舉行，可容納三千位客人。它的正門是從上花園進去，迎面是裝飾的華麗堂皇的樓梯，接著是豪華的舞會大廳，窗與鏡是主要的裝飾，都鑲著鑲花金框，窗戶與鏡框之間共幾十隻燭台型的壁燈，壁燈的燭光映在對面的鏡中在反射回旁邊的鏡內，讓您感覺彷彿置身於成千成萬的星群中；相對之下，凡爾賽的鏡廊就過於單調了，怪不得法國大使參觀大皇宮後向路易十五的報告是：震驚和不可思議。克什米廳也是非常特殊的大廳，它以出自名畫家之手的十二幅巨畫為裝飾，這些畫是敘述俄土（土耳其）克什米之戰，俄軍英勇戰勝土耳其的戰績，雪白的牆壁及屋頂，十二幅畫分別掛在三面牆，垂吊著紫水晶燈，簡潔莊嚴中襯托著壁畫栩栩如生。另一有名大廳是 Throne Room，以白色為主色的牆門，屋頂用綠色滾邊，屋頂四週及無窗的牆有浮雕裝飾，金色的鏡框，紅色

的窗簾，紫水晶鑲金的吊燈，清爽高貴，這是彼得大帝接見大臣外賓的地方。沙皇與家人居住部份的房間，被佈置得和上述宮式廳房風格完全不同；沙皇的臥室以白色鑲金漆為主，一片牆有壁畫，而且還是中國的山水畫，床、椅都是金色的（不知是真金還是鍍金），小巧精緻，尤其是床，比今天我們的床要粗一大截，彼得大帝身高兩公尺（約六尺半）之軀怎麼睡的？俄國人的習俗認為睡小床有利健康，要長命百歲必須忍一時之苦，帝王與凡夫俗子都是一樣的。他的私人書房全是以橡木為主材，地板、牆、傢俱一律是橡木的，簡單樸實。彼得大帝本人很有科技設計天份，書房有地球儀、槓桿、齒輪等等實驗儀器。另有東西書房各一，東書房以紅色為主，壁畫、浮雕全是中國式，掛著宮燈，擺飾也全來自中國；西書房以金色為主，房中的一切也都是中國式的。伊例莎白一世小時住過的房間佈置的非常溫馨，若不是多了些鑲金的小裝飾，就和一般家庭小女兒的臥室一樣了；「L」型床可睡可玩，床頭掛了她小時的油畫，床邊是她愛犬的磁雕（與真犬一樣尺寸），一套小型桌椅，只差一位活潑亂跳的小女孩穿梭期間。

彼得霍夫的大皇宮與其它我們曾參觀過的皇宮有幾點不同，首先它的水晶吊燈，全是紫水晶做的，非常出色，整個廳房因它而更顯得高貴、莊重、典雅，這道理和中國畫用色的技巧相同，適處點一點墨，顏色必會顯得穩重、瀟灑，容易表達出畫的意境。其次是所有被展示的房間，都有傢俱擺設，甚至餐廳擺上整桌的磁器。再者是皇家的磁器工廠的水平已相當高，桌上的餐具和咖啡杯的式樣千變萬化，顏色也繁多，幾乎油彩配得出來的顏色，他們都能燒成同色的釉，一些擺設的玩物更是設計得巧奪天工。當年帝俄製做磁器的水平絕對超過當時的清朝。

而彼得霍夫最為人稱道的是它的園林設計，尤其以噴泉著名。大皇宮的方位是坐北朝南，北面接著一個斜坡，穿過舞會大廳走出陽台，斜坡下就是著名的大瀑布（Great Cascade），向前再遠處就是波羅的海，風景非常優美。大瀑布是依地形的斜度，東西兩邊各築一道白色大理石階梯，每層台階裝了兩個噴泉，台階

兩旁立了不同造型、姿勢的希臘神話人物的金色塑像，當噴出的水順階而下，變成了美麗的瀑布；兩道瀑布匯入大池，大池中央是黃金雕塑的「拳孫衝開獅口」，塑像邊一圈噴泉口，池邊每一個金色塑像也是噴泉口，一起向池中噴水，池中水流入水道直向海邊。大池兩側美麗的花園圖案中對稱地左右各一噴泉，再分別左右向前四十五斜度伸延的對角線上，又對稱各有噴泉，這對噴泉中央分別是亞當及夏娃的塑像。除此外，下花園四周茂盛的樹林中不時會出現各種各樣的形態，無奇不有的噴泉。太陽泉是樹立型太陽光芒狀（有一百八十七個噴口）上下旋轉的噴泉，同時整個又向四周三百六十度的繞轉；惡作劇泉隱藏在一棵樹的樹枝裡（假樹），樹下有涼椅，不知情的人走累了正好坐下休息，如雨般的噴泉立刻會澆得人措手不及，狼狽不堪，而贏得彼得大帝哈哈大笑。園中噴泉的水道及造型都是彼得大帝想出來，也親自參與設計的，噴泉的水是利用循環系統回收再使用。寬闊的林蔭大道，兩旁茂林中，時而出現農莊式的房屋，環繞四周儘是美麗圖案形的花園和精巧的噴泉，每幢的內外設計都各俱特色，單獨成爲一個個小皇宮。彼得霍夫果真是彼得大帝的「村莊」，在這裡才看得出來他的雄才偉略。

接語

兩天的聖彼得堡遊，等於讀（看）了一遍帝俄簡史。

經過三百多年政局變化的起伏，百姓平民往往是政客煽動的工具，成了氣憤高漲的暴民，然而卻絲毫不會損害皇室的財物產業，甚至不惜餘力保護這些文物，在二次大戰中，為避免德國的轟炸，彼得霍夫所有傢俱擺設、壁畫和吊燈上每一片紫水晶都被藏到烏拉山了。改朝換代，百姓不會為以往的受難而起報復之心，示威抗暴也不會以損物洩憤，這樣的度量修養是我們中國人所不及的。

本來搭遊輪渡假是最輕鬆舒適的，沒想到這次卻是最累的一次，也是最值得的一次，要看的東西實在太多。回程的路上，覺得行李異常沉重，也許箱內不僅有在各地買的稀奇玩意兒，還有那成堆意想不到的經歷與感觸呢。

六月下旬，我們約了十幾對好友夫婦，飛往丹麥京城哥本哈根，在那兒登愛之船 Crown Princess 號，去遊波羅的海沿岸七國，由於行程表預計留在丹麥的時間太短，大約有一半人就提前幾天飛往哥本哈根，以便在登船之前暢遊丹麥。

我們在下午飛抵哥城，住進旅館，下午五時許我國駐丹麥陳代表伉儷約我們出去吃晚餐，陳先生駐北歐多年，對當地風土人情極其熟悉，他們夫妻倆熱情地為我們介紹了北歐各國的國情，並給予很多寶貴的旅遊意見，萬里他鄉遇故知，他們的接待，給這次旅行帶來了更多愉快美好的回憶。

晚餐畢，手錶時針指在九點鐘，由於丹麥離北極近，六月下旬晝長夜短，太陽在午夜十二點後方才下山，我們遵照陳先生的建議往遊世界聞名的第凡尼花園。

美侖美奐的第凡尼花園

此園已經有一百五十七年歷史，它是由各式各樣的建築構成，數不清的樹木和花卉點綴其間，十萬盞燈光映在水面上，佈局掩藏曲折典雅，孩子們的歡笑聲聚集在不同的遊樂場，成人們悠遊於音樂台、劇院和茶館飯店。在一八四三年首次開放時，花園還在哥城的城外，經過一個半世紀的發展，哥城不斷的擴大，現在已被圍在城的中心。當年是由一名叫卡史汀生的商人建園，建園的宗旨之一是讓哥城各個階層的人能有一個聚集同樂的場所，打破社會階級的隔閡，所以當時的上流社會頗為反對。但由於他的設計周詳典雅，使此園不但成為一座花園、遊樂場，同時也成了戲劇、音樂及藝術展覽的文化

表演中心。演變到今日，已經成為哥城一百卅萬人民所喜愛的名園。

丹麥是一個童話王國，其人民充滿遐想，他們的建築結構靈巧，有鮮明的色彩，第凡尼園中的建築，是採自世界各文明古國的式樣，多採中國是建築中最主要的有兩棟，一是彭太米劇院，中間是中國明朝宮殿，黃琉璃瓦、紅漆圓柱，兩旁聳立著雙層八角亭，色彩富麗堂皇，特別是亭子的八個角，強調它向上彎的弧度，特別透著那份俏皮。中間舞台的大幕，是一隻開屏的孔雀，它那五圈翠綠色的羽毛，巧妙地沖淡了中國柱子和檐樑的直線條，真是絕妙的搭配。另一純中國的大建築是一幢四層多角亭式的高樓，座落在園內的右側，當夜幕來臨，高樓四週通體亮起燈光，我相信每一位遊客都會由衷讚美中國建築之美！

美麗女王一雨中閱兵

翌晨，天上飄著烏雲，我們一行八人帶了雨傘，搭地鐵去遊「羅森堡宮」，誰知我們到得太早，尚未開門，這時卻看見有許多年輕的武裝衛士，在隔壁高圍牆四週站崗。我們好奇，就順著圍牆繞過去看一個究竟，去到入口處，原來那是一個四周為兵營圍繞的大校場。裡面的有三千多服裝鮮明的青年士兵列隊於校場草地上。在門內約有數十名平民站在近門處參觀，這時仍有幾位平民進入，我們也就跟著他們一塊兒進去，門口的衛兵也沒有盤問，進去後有一位當地婦女用英文告訴我們，原來當天是丹麥全國衛士訓練畢業典禮，當今女王瑪格麗特二世會來閱兵，這是千載難逢的好機會，可以一睹女王的風采。

今天受校閱的，是駐守丹麥全國各地宮殿、衙門及軍營的衛士，丹麥衛士的服飾，就像他們著名的玩具兵，是有名的菲麗。三千多人，煞是壯觀，除了口令和變換隊形的腳步聲，全場鴉雀無聲。忽然一聲號角聲響，校場大門大開，女王的车隊魚貫而入，全體衛士立正，當時天氣微雨乍落，年將六十的女王穿著杏黃色的雨衣，挺直闊步走上司令台，接受軍官們的敬禮和報告，接著由軍官的前導下，步行檢閱每列士兵。當女王接近到我們這邊的列隊時，我們漸漸看清她的挺拔、美麗、端雅和高貴，她臉上帶著自然的笑容，眼睛流露著讚許的目光，給予每一位受揚的衛士們，慙慙有加，在這樣的雨中，她仍不辭辛勞的來履行她的職守，相信她一定會喚起每一位衛士徹底效忠女王的決心。

蒼涼的哈姆雷脫古堡

「To be, or not to be.」莎士比亞悲劇中的年輕王子，在父王的猝死，母親改嫁繼位的叔父，父親彌重要他復仇，種種懷疑、仇恨複雜的感情衝突中，痛苦得想要自殺，就在這座古堡的城牆上暗夜喟歎出這個千古不朽的獨白。我來到這悲劇發生的所在地，當我踏在這古堡邊城河橋上，打量這古堡的內樓，雖然是白天，但腦子卻能想像著它在黑夜裡淒慘的情境，彷彿有聽見了那淒涼的喟歎。

古堡始建於一四二〇年，又於一五八五年擴建，它位於丹麥與瑞典中間狹長海峽的海岸上。原先只為向過往船隻收稅，以及因瑞典的國防需要而建，並非為了皇室的居住，但是內部的規劃到有國王的寢室，皇后的寢宮，王室集會的大殿，以及禮拜堂，顯然很多丹麥王國的歷代政治活動，都在這兒舉行。擴建的古堡是荷蘭文藝復興期式樣，為

了瞭望輪的四週，窗子特別多，牆是用咖啡紅的沙磚砌成，四角上有高聳的塔樓，塔樓之間又有許多較低的瞭望樓，屋頂是香銅的合金做成，年久銅生鏽成為深綠的顏色，和上面的藍天下面的藍色海水調配的極為得宜。

古堡的後面，有數幢紅色的兵房，古堡外向海的兩面排著十七尊雙輪大炮，這些大炮在戰時是用來抵禦外來的敵船，平時用來作為向過往船隻打招呼用的禮炮。

世界最長的跨海大橋

今年七月一日，世界上最長的跨海高架鋼索大橋正式通車，它全長八公里，它從丹麥出發，通向一個在海峽中的人工島嶼。這人工島長四公里，再由島嶼的另一端由海底隧道通到瑞典陸地，這隧道長也是四公里，這全長十六公里的交通要道，縮短了丹麥和瑞典二個人口輻輳，經濟文化科技集中的地區間的距離。以前曠日費時的交通，現在二十分鐘就抵達了，其經濟意義非常重大。

當我們離俄國回航，再向丹麥出發，遊船即需從這跨海大橋下通過，遊客們都到頂層甲板上來經歷這幾分鐘的歷史性時刻，遠遠地就能看到長橋從丹麥海岸伸出成一個弧形，它並不是一直線的，在中間伸出四根白色高架，鋼索穿過高架吊住橋，船就從橋下通過，在不通船的地方，橋下面用白色架子頂住，橋的另一邊是一個狹長形人工海島，海島的另一端藍色海水裡，有地下隧道通到瑞典彼岸。

獨坐港口的小美人魚

斜風細雨中，我們從愛之船下來，走訪了這位童話裡身世堪憐的美人魚，她是一九一三年由名雕刻家歐略克生用銅鑄刻的傑作

，她和普通十五歲女孩同等的身量，一個沈靜羞怯的姑娘，裸露的身體非常含蓄健美，坐在花岡岩石上，一臂支撐著身體，另一手臂巧妙地遮隱著私處，她的魚尾大部分變成一雙健美的腿，只剩下尾尖尚未能變成人類的二隻腳，可憐地平擺於岩石上，這大概就是人魚註定死後沒有靈魂，水不得超生的象徵吧。她原本是可以重回大海過她自由的人魚生涯，只要她能捨掉那忘恩負義與別的女

子結婚的王子，但終究她犧牲了自己，寧願冒自己在日落以前化為泡沫的毀滅命運，這表示著安徒生心目中愛情勝過生命及靈魂的一切。據說他一生愛過三個女人，其中一位是名歌劇演員，一位是他摯友的女兒，但三次都未能為對方所接受，因此他終身未娶，難怪他這人魚的故事是如此的感動人心。尤其是讓失戀的人，感覺到那份無限的無奈。

公元兩千遊波羅的海七國觀感

展為同

俄國聖彼得堡宮廷博物館〈Hermitage〉

遊覽宮隨不進，沙皇奢華震人心；
金壁輝煌氣派豪，陳設精緻潛語頻；
銀雕金飾看不完，聖像巨畫賞不盡；
樑柱巨燈鑲金銀，巨廳長廊滿藝品；
戰亂數度曾威脅，避難遷徙極艱辛；
宮殿長期被挪用，精華幸未遭毀盡；
開放迄今拾九載，藝品復原宛似新；
或問國窮何如此，義工協力令人欽。

愛沙尼亞首都塔林市

久為強鄰之附庸，復國迎接民主風；
市區半日徒步遊，屢見新撰添繁榮；

瑞典，復復軍艦陳列館〈Vasa Museum〉

皇帝親臨造軍艦，設計督工一身兼；
新艦遇浪即沉沒，撈起陳列後世鑑。

瑞典，斯德哥爾摩市政廳

諾貝爾獎在此頒，金碧輝煌確不凡；
頂尖學者得鼓勵，世界文明迅速展。

波蘭，華誕斯利市

波蘭民主之搖籃，船工在此先發難；
共黨標榜工為尊，終被工人奮力殲；
千年古城多商鋪，家家門備有飾物；
古老牆飾戶戶異，前人以之述典故；
河邊數家琥珀店，女客喜擁櫃檯前；
導遊現身來說法，錐別真為沉浮間。

丹麥，哥本哈根

古典童話之王國，航運發達島嶼多；
長橋跨海高高在，橋下巨輪安然過；
童話主角美人魚，獨座港邊受風雨；
四周冷僻無看守，女首常遭竊軍取。

芬蘭，赫爾辛基

登上街車四處逛，領略市區景與況；
獨特紀念公園內，樂聖席伯享遐望。

挪威，奧斯陸

水電費又廉，北海多油田；
郊區森林中，靚屋一間間；
諾氏和平獎，在此領獨項；
得者年年有，和平似幻象；
鑿雕公園裏，遊客多驚奇；
人世千百態，在此覽無遺。

維生素又稱維他命，是 Vitamin 的中文譯名，不但與原詞諧音，字義上也很生動地反映出 Vitamin 是維持生命所必需的物质。從化學結構上看，維生素是一組複雜的有機化合物，與礦物質 (Minerals) 一起，參與機體內蛋白質、碳水化合物和脂肪的合成與代謝，幫助生成血細胞、激素和遺傳物質，雖然人體只需要很微量的維生素和礦物質，但遺憾的是身體本身並不能合成足夠的量，我們必需通過食物不斷加以補充。

基本的維生素共 13 種，分為脂溶性和水溶性兩大類。

脂溶性 (Fat-Soluble) 維生素包括 Vitamin A (視黃醇)，D (骨化醇)，E (生育酚) 和 K (抗出血維生素的總稱)。這些維生素與脂肪一起被腸吸收入血，運送到肝臟中儲存，存量能夠維持身體數日甚至數月的消耗，因此這類維生素不需要每日補充。過量地服用此類維生素會導致過多地積蓄而對身體有害。

水溶性 (Water-Soluble) 維生素包括 Vitamin C (抗壞血酸) 和 B 族 (B1 硫胺素，B2 核黃素，B6，B12 氰鈷胺素，Bc 葉酸)。水溶性維生素在體內存留時間較短，即使服用過量也會很快從尿中排出，很少出現毒性反應。雖然糧食、水果和蔬菜中含大量 Vitamin C 和 B 類，但常常由於烹炒時間太長而被分解破壞，所以水溶性維生素缺乏症較容易發生。

在補充維生素的同時，應補充適量的礦物質 (Minerals)，如鈣 (Calcium)，鐵 (Iron)，鎂 (Magnesium)，鋅 (Zinc) 和銅 (Copper) 等。現在市場上有含多種維生素和礦物質的多維片 (Multi-Vitamin & Mineral) 出售，是日常補充維生素最方便的選擇。然而如何挑選最適合於自己的多維片來健身呢？本文向各位介紹一條選購、服用維生素產品的黃金準則 (Gold Standard)，概括為四個英文字母，即 "FAMS"。

"F" - Food is better.

千萬要記住正常飲食是各種維生素和礦物質的最佳來源。如果你每日的飲食均提供了穀物 (米和麵)，蔬菜 and 水果、肉類及奶製品等四種基本成份的話，那麼你就已經獲得足量的 Vitamin 和 Minerals，無需再花錢去買多維片吃。目前社會上流傳著一種說法，以為大劑量維生素不但可預防疾病，還可美容、減肥。於是許多人自購並堅持服用大量多維片，有的已造成嚴重的不良後果。就拿最少毒性的 Vitamin C 來說，雖然大量服用可預防流感，預防單純疱疹，但若長期服用會造成尿液中草酸鹽過多而結晶，引起尿路結石病症。濫用維生素的結果，使現代醫學界又增加了一個類似於 "高血壓"、"高血脂症" 的新病名 - Hypervitaminosis，"高維生素症"。所以醫生們不斷向人們大聲疾呼："大量服用維生素不但是昂貴的浪費還有損於健康！" (引自《Mayo Clinic Family Healthbook》) 然而對某些人來說，卻因種種原因做不到保持上述的平衡飲食。例如純素食的習慣或消化吸收功能較差而使每日常規飲食少於 1,200 Calories (卡路里)，就很難補充足量的維生素和礦物質供身體需要。只有這些人，每日常規地服用多維片才是必要的。

"A" - Avoid Gimmicks

在選購多維片時，不要理會商家為賺錢在廣告和產品標籤上所耍的噱頭，如某產品是專門為某類人 (老年人、婦女或運動員) 設計的啦，或者強調是什麼 "Stress Formula" 等等。實際上凡 4 歲以上的人所需要補充的維生素和礦物質種類及數量沒什麼差別，可是一經加上例如 "婦女專用劑型" 的標籤，同樣質量的多維片的價錢就要貴出許多。還有所謂的 "Organic (有機的)" 或 "Natural (自然的)" 的多維片比起 "Synthetic (合成的)" 的來並沒有任何優越性。你的身體在吸收和利用這些維生素和礦物質分子時，也不會感到任何區別，而且一經被身體吸收，都會發揮同樣功效 (引自《Mayo Clinic Family Healthbook》)。選購多維片時最要緊的是注意其含量是否符合

美國政府頒佈的 RDAs 標準，其它的條件都不重要，且不要受到相信銷售商的宣傳為 Organic 或者什麼名牌去浪費金錢。

"M" – Maintain Balance

常規地服用維生素和礦物質，切勿過量。隸屬於美國國家科學院的 "Food and Nutrition Board of the National Research Council" 綜合科學界多年的研究成果，制定了適用於4歲以上的人每天可進食的各種維生素和礦物質的數量標準，稱為 "Recommended Dietary Allowance" 簡稱 RDAs。美國政府規定，凡在美國上市銷售的多維片必須在標籤上注明其每片中每種維生素和礦物質的含量及其對 RDAs 的百分比，稱作 "%DV" (即每片每日供應量的百分數)。與 RDAs 標準規定量一致的，其 "%DV" 值就是 100%。

美國 RDAs 標準表為我們選購維生素和礦物質產品提供了最有用的依據。現以市場上最熱門的兩種多維片為例，一個叫 "Centrum" 中文叫 "善存"；一個是 "Vicon C" 中文譯做 "維康"。到底服用哪一種最好呢？請閱讀 Centrum 瓶上的標籤，在 Nutrition Facts 項目裡標明著維生素 A, D, E, C 和多種 B 類的 %DV 值都是 100% 或接近 100%，就是說其每片所提供的維生素量與美國 RDAs 標準完全符合，自然是日常服用益壽健身的佳選。再看 Vicon C，其每片所含維生素 C 的量是 500%，即高

出美國 RDAs 標準 5 倍。維生素 B1 的含量是 RDAs 標準的 11 倍，達 1,190%。其它 B 類維生素也都高出 RDAs 標準 2-5 倍不等。可是維生素 A, D 和 E 的含量都是零。顯然 "維康" 並不是為了維持日常健康設計的，不適於每日常規服用，只能在流感爆發期短期服用，做為對流感病毒或口唇疱疹的輔助藥物更為適宜。

唯一例外的是鈣。沒有哪一種多維片中的鈣含量能符合 100% 的 RDAs 標準 (1,000 mg)，如果那樣的話，藥片的體積就要大到不能下嚥了。因此鈣片要單獨購買服用才行。

"S" – Special Needs

除了每日常規服用，當然還要考慮某種特殊情況的特殊需要。在這些特殊情況下，常常需要超量地補充某一種或多種維生素、礦物質。例如得了流感 (Flu) 或發燒要多吃維生素 C；月經期經血過多的婦女要按時補充適量鐵劑，葉酸 (Folic Acid) 和鈣；患有神經炎和神經痛的人要多服維生素 B1, B6, B12 和鐵劑；常生口腔潰瘍的人應多吃核黃素 (B2)。而出現這些特殊需要的情況，別忘了及時看大夫，服什麼藥，服多少，一概應遵從醫囑。

記住 FAMS 這個原則，對市場上成百上千種五花八門的多維片就不難識別和選擇了。再說一遍，除非醫生認為需要，不應該服用超過美國 RDAs 標準的維生素和礦物質。

USRDA's for Children Age 4 and Older and for Adults

Vitamins & Minerals	100 percent USRDAs	Vitamins & Minerals	100 percent USRDAs
Vitamin A	1,000 RE or 5,000 IU	Biotin	0.3 mg
Thiamine (Vitamin B1)	1.5 mg	Pantothenic acid	10 mg
Riboflavin (Vitamin B2)	1.7 mg	Vitamin E	30 IU
Vitamin B6	2 mg	Phosphorus	1,000 mg
Niacin	20 mg	Calcium	1,000 mg
Folic acid (Folacin)	0.4 mg	Iodine	150 µg
Vitamin B12	6 µg	Magnesium	400 mg
Vitamin C (ascorbic acid)	60 mg	Zinc	15 mg
Vitamin D	400 IU	Iron	18 mg
		Copper	2 mg

Abbreviations: RE = retinol equivalents
mg = milligrams

IU = International Units
µg = micrograms

你可知道—

糖尿病患將不需忍痛以針刺手指取血驗血糖了嗎？

科學家們已做出以低頻率超音波，類似牙醫用於清潔牙石的超音波，無痛的爆破一小片前臂的外皮組織的表層，增加皮膚的通透性，使體內的糖可以滲出而得以測血糖，在臨床實驗中對七名患者以超音波之技術進行測試的結果與針刺的結果相吻合。

這項技術由總部在麻州的 Santra Medical 申請到執照發展成易攜帶的超音波手腕儀器組合，一旦儀器送出超音波後，再貼上一片如 25 分錢幣大小的小圓貼片，就可以將滲出的血糖的濃度資料傳送到手腕的儀器而顯現在儀表的顯示器上。

目前好幾家公司都在發展免用針刺法驗血的無痛檢驗法，Santra 公司只是其中的一家 Cell Robotics International 於新墨西哥州，使用激光(Laser)穿刺皮膚以取得一滴血液測血糖。另外座落於加州的 Cygnus 公司，亦研發了以低量電流引導糖滲出皮膚之法，也在美國 FDA 審核之中。

比起其他方法來，低頻率超音波檢驗技術的長處，是可以引導較多的糖滲出皮膚來，這項技術亦可以用於其他檢查項目，如血脂等等；據公司稱，這測量儀器將於三年左右就可以上市了。

同時胰島素噴劑，亦將在二年內可以上市，糖尿病患不需注射補充胰島素了。

據美國中風研究中心在二千年二月的報導，目前仍在研究發展中的雷射(激光)已成功的在一分鐘內摧毀血管中造成中風的血塊。比現在一般使用藥物治療法快得多了。

這項新方法意味著將減少中風者腦部的損傷及拯救更多的生命，但這項激光療法仍在臨床實驗中，一旦成功就可以廣泛的用於打破在主要動脈裡那些可能快會造成嚴重中風的血塊，而目前使用的藥物治療法僅可用於

小血管阻塞所引起的輕度中風或 激光治療法不能達到的地方的治療法之一，這種新療法預期可在五年內正式使用。



談太極拳—太極拳 Club

黃金女郎 紅綠

「華通太極風雲外，道在陰陽造化中。
有形莫若無形好，有勢何如無勢佳。
形勢千般皆下品，神氣運化亦非真。
心中無拳方為聖，拳能神化始入真。」

奉天承運，皇帝詔曰：“感謝普天下的額娘們平日辛勤照顧貴府各位阿哥和格格們，謹訂于五月份的第一個星期日擴大慶賀這偉大的節日”。軍機處一聲令下，華協會長指派，小民懷著誠惶誠恐的心情，籌備這個母親節的盛會，幸得朝中老臣，跨刀鼎力相助，煙華協的榮譽理事龔望和林志中兄的建議，當即決定聘請在華人社區中頗負盛名之“龍宮外牆”來料理此頓晚宴，雖稱不上滿漢全席，但十二道中菜西吃外加點心、水果和飲料，亦頗為豐盛。

辦活動最擔心的就是怕出席人數三三兩兩，場面冷冷清清，這個活動就辦得毫無意義也無活力了。想到此小民心中一驚，趕緊聯絡徐以誠和黃杰兄製作傳單和海報，昭告天下。徐兄以“太太，您太辛苦了！”這句溫馨的廣告辭，深深捉住了平日在家燒飯、洗衣、相夫教子而又披家中的老王爺、中王爺和小公主視為理所當然的額娘們的心。海報上還打出“中式大餐儘你吃，精彩節目儘你看，幸運獎品任你抽，卡拉 OK 儘你唱，輕鬆舞曲任你跳”這些煽動的字眼加上好心又略帶威脅的叮嚀：購票從速，以免向隅額娘們不輕視，後果自行負責。這下可好，海報、傳單一出，每晚由業務處徐美玲那兒傳來八百里加急軍情快報，原本預訂 120 位的盛宴，不斷增加至 130、150、170，最後因礙於消防條款，不得已在滿 180 位時停止售票。

在此謝謝家長會的朋友們幫忙促銷，同時更感謝潘校長出面借到了康谷學區一所又新又寬敞的學校(Lang Ranch)禮堂，作為我們這次盛會的場地。有了合適的場地，為了

營造雍容高雅，帶有羅曼蒂克的氣氛，由張中瑞和溫衛婉女士為大家佈置了燭光會場。當晚六時許，大廳中已是賓賓實實、高朋滿座，氣氛融洽而溫馨，同時會長由宮中懼內高手裏，挑選出六位英俊“稍傻”的帥哥，著白衣、黑褲、白手套為各位額娘們特別服務，以示最高之敬意。

舞會的音樂，“碟片騎師”(DJ) 是非常吃重的工作，當然由下屆會長劉存熙兄擔任(天將降大任於斯人也，必先勞其筋骨……)；節目的安排由蔣時亮、劉香韻夫婦的協助，Line Dance 輪番上陣，是每位來賓最熱衷的舞蹈；卡拉 OK 則由洛城歌壇天后林瑛瑛主持安排，整晚活動輕歌妙舞熱鬧非凡，許多平日優雅賢淑的額娘們，也都放下身段勁爆熱舞一番，著實讓我們大吃一驚、跌破眼鏡；中文學校的王天佑和吳佩璇小朋友也真情流露的獻給母親們一首讚美詩；全體王爺們在羅再險兄帶領下以真情唱“感恩的心”送給太太們一朵康乃馨；為了替歌手們增添特殊效果，我們租用了一架移動型聚光燈，由焦守忠和侯天雄兄負責操作，聚光燈在他們的掌控中忽遠忽近、忽明忽暗、五光十色，時而行雲流水，時而金碧輝煌，整晚下來他們倆位可稱為康谷第一“打燈手”了。

康谷的朋友一向活潑熱情，只要有機會聚在一起都非常的熱鬧，謝謝您的參與，這是給主辦單位及義工們最大的鼓勵。華協舉辦的活動有以家庭為主的如露營、遊園會；有以嗜好為主的如專題演講和球類比賽；也有以夫妻為對象的舞會，偶而夫妻一起和好友們載歌載舞，豈不是人生一大樂事！希望大家繼續支持我們康谷華人協會。

健行活動記實

林志中

風和日麗，春暖花開，正是徒步旅行的最好時節。康谷華協和橡園太極社有鑑於此，發起了一次既健身又賞景的健行活動。時間是四月廿三日，地點是從木谷岬 (Point Mugu State Park) 千橡的一端，經梧桐谷道 (Syramore Canyon) 到太平洋海岸，總長約九哩。

行前有華協及太極社慷慨捐助，提供午餐及茶點費用，又有馮翰雄會長及張亭威社長的精心策劃，再加上熊健行、許步洲、周天祥及張寧孜的運籌帷幄，採購調度，作足了充分的準備。

健行當日，溫度適中，氣候恰如其分，九時許，約六十餘人在公園集合，浩浩蕩蕩沿山谷小道向海邊出發。野花盛開，間有小

溪，清風徐來，花香撲鼻，各路人馬，邊說邊走，時聞鳥語，又聽笑聲，真可謂閒情盡致。約三小時的路程，在歡歡喜喜不知不覺之中已經從眼中溜過。此時海邊另一批餘人的小組，已經在戲波弄潮，玩沙捉蝶，正在等待長途健行的一組。兩組相聚，像是重逢，說說笑笑，不勝高興。此時野餐開始。大人小孩經長途跋涉，均飢腸轆轆，狼吞虎咽，美食一掃而空。每人的臉上雖略帶倦容，但都可以看出滿足的微笑，這代表了一次成功的健行。從大家的言談之中，希望今後有更多的類似的活動。康谷華協為了滿足各位會友的意願，將於十月份推出另一次健行。期許更多的朋友參加響應，使我們的康谷華協辦的活動更顯得有聲有色。

“書的製作—從石頭到紙”

陳玲伶

九月二十三日千橡圖書館之友基金會在千橡圖書館舉辦了一個展覽會，主題是“書的製作—從石頭到紙”，由於袁曉琳的推薦與幫忙，CCCA 得以參與此次展覽會。我們從七月就開始尋找能配合主題的展覽項目和人手。感謝宋曉玲的全力支持，經過幾次和袁曉琳的商談，我們終於決定了四大項參展節目。由袁曉琳和陳玲伶負責紙的製作，宋曉玲和林志中負責書法，張火健和夏伯母負

責摺紙以及郝翠聲老師和國畫班全體學員負責的國畫。由於當天參觀的民眾非常踴躍，我們參展的項目個個叫好又叫座，忙得所有負責人忘了吃喝，也忘了該接送小孩，真的非常感謝與會的所有負責人，謝謝林震寰幫忙從蒙特利公園接送夏伯母，也謝謝陸麗珠、童元生、吳菁玲到場幫忙，有了你們的幫忙讓我們很順利地辦成這次活動，也讓康谷華協在社區中更增知名度。

康谷社團

- 千禧城基督教會
218 W. Janss Road, T.O., CA 91360
805-379-0882
鄭昌國 牧師 805-379-0882
中文主日崇拜： 9:20 AM - 11:00 AM
中文成人主日學： 11:15 AM - 12:30 PM
英文主日崇拜： 11:15 AM - 12:30 PM
英文成人主日學： 9:30 AM - 10:45 AM
- 康谷華人宣道會
1250 Erbes Road, T.O. CA 91362
甄世平 牧師 818-735-0093
中英文主日崇拜： 10:30 AM - 12:00 PM
中英文主日學： 9:30 AM - 10:20 AM
週五查經班： 9:30 AM - 11:30 AM
- 茶韻社
王佩如 805-889-6570
吳茵茵 805-370-9272
- 金齡會
袁曉琳 805-492-0071
陸麗珠 818-889-9888
- 千禧圖書館
袁曉琳 (Linda Barry)
805-449-2660 x256
- 佛光會
佛學講座、經典研讀、禪座會、生活化佛法、素食共享。
Christina Huang 805-492-2166
- 西湖攝影協會
張子威 818-991-5038
邱紹彬 818-706-8537
- 康谷中華青少年交響樂團
陳泰君 818-591-7870
- 千禧中國書畫學會
田丰 818-991-5038
王瀚 805-499-3282
- 博園大極拳協會
張子威 818-991-5038
張寧孜 818-991-8149
- 聖峪大極班
West Hills, Shadow Ranch Park, Sunday
房兆棠 818-368-4548
- 千禧聯誼社
陳可風 805-584-2503
余文凱 818-595-1188
- 雙谷跳舞俱樂部
徐錫陸 805-241-5366
- 籃球俱樂部
賴家祥 818-991-7641
- 洛杉磯西北區台美網球協會
每星期六下午三點，千禧高中網球場
王容佑 818-707-4433
陳建文 805-492-5152

被遺忘的浩劫展

馮瀚輝

要從歷史中學取教訓，就應該先認識歷史

五月二十日康谷華協與中文學校於千禧市高中禮堂合辦了一場“被遺忘的浩劫展”。會中除了展出由“抗日戰爭史實維護會(Alliance Preserving the Truth of Sino-Japanese War)”提供的“南京大屠殺、慰安婦與日本 731 細菌部隊”許多珍貴的圖片與資料外，還安排了康谷學區主任 Ms. Claudia Spelman、抗日戰爭史實維護會發言人丁元與政論家鄧浪平作專題演講。

Ms. Spelman 介紹了幾個曾發生在不同國家，大家所不知曉的屠殺。丁元敘述了中日戰爭的一些背景，也提到了日本政府刻意粉飾，美化二戰中日本對中國的侵略，把它形容成一種被遺行為。鄧浪平舉刀直入的剖析了日戰中被忽略的中國軍民慘烈的犧牲、英勇的作戰及對整個二次大戰的貢獻。

禮堂內有數百名學生，家長與社區人士聆聽與發問，情況相當熱烈。在展覽道上，有中文學校預備的茶點，書籍展示，還有導遊為展示圖片作更深一層的中英文講解。從來賓臉上表情，我們可以感覺到他們的震驚，確實，讓這段史實重現真

象是太重要了。我們也非常高興能有這個機會讓中文學校的學生在學習中文外，上了一堂寶貴的歷史課。

自九五年二月二十五日於千禧中文學校的老校址辦過第一次抗日戰爭史實維護展以來，這是第二次的同題展示。看身歷中日戰爭者日漸凋零，史實真相還沒有得到應有的尊重，假以時日，我們的下一代又如何分辨歷史的真偽？我們僅希望通過教育，使新一代免除無知及被愚昧欺騙，讓任何政府之強制教育，企圖篡改史實的行為，無所遁形。

與其做個旁觀者，我們需要您的參與、關心與介入。我們希望您不再沉默，主動挺身而出，為漸將被世人遺忘的浩劫歷史真相辨護。

備註：抗日抗戰史實維護會
(Alliance Preserving the Truth of
Sino-Japanese War)
P.O. Box 2066, Cupertino, CA 95015-2066,
Internet: <http://www.Sjwar.org>

千禧圖書館簡訊

袁曉琳

今年夏天我們添購了一套名文學家徐自摩的愛情故事“人間四月天”的錄影帶，共十卷及二月河著作有關清代三朝皇帝的故事集，整套共 26 本，都是近期最熱門的，歡迎借用。

為方便各位容易找到新書，我們在每本新書的背脊上貼了用粗體字印有“NEW”的新書標誌。館內一般書可以外借四週，但貼有“NEW”的新書，只能外借兩週，一年內的新雜誌不能外借，超過一年舊的雜誌上面蓋有可外借章，可以借回家看。

感謝葉子惠女士的協助，使我們每個月能出版一份雙語新書目錄。圖書館的電腦是需要有正確的直譯書名或作者姓名，才能查出書的資料。有了雙語目錄在和館員溝通時，或書已被人先借走了，想請館員預定保留該書時，就方便多了。雙語新書目錄可以在中文部找到。

我們努力做好圖書館的中文部，歡迎您提供有關中英對照的新書目錄或中文部的任何建議。

金齡會趕在夏日假期之前，做了一趟聖谷的大茶超市購物、聚餐遊。中午到達自助餐廳，會員坐滿兩大圓桌。“老”朋友相聚格外興奮，談得熱鬧又開心。看到長輩們精力充沛、興高采烈，義工們的內心真有說不出的滿足與欣慰。

每當談及做義工的事，人人都感到它是非常有意義的事，也都表示有興趣參加這服務；心動不如行動，歡迎您立即報名參加義工行列，您不但能聽到長者智慧的心聲，也能感到長者溫馨的關懷，您的愛心也得以澤被社區裡的老人家！付出後的感覺是多麼的美妙，希望您也來分享。



東捷健言社(Orient Express Toastmasters)簡介 周天祥

東捷健言社是由一群亞裔朋友組成的社團，成立至今已有近三年的歷史。雖然社團的成員有不同的職業和教育背景，但是每一個人都有一個共同的目標就是增進自己語言溝通的能力和克服群眾演說(Public Speaking)的恐懼感。

健言社的宗旨是提供社員一個互助互信的環境，讓每一個社員都有機會去增進其語言溝通和領導統御的能力，進而輔助其自信心的成長。

在過去的三年，我們可以看到社員們有顯明的進步。在台上，從口齒結巴到口齒伶俐；從面紅耳赤到談吐自如；從侷促不安到落落大方，這些都是社員經過許多的準備和練習所得到的結果。

在這個科技日新月異，分秒必爭的時代，能夠正確明瞭的表達個人的見解是一個人

所不可欠缺的能力。東捷健言社本著服務社區的精神在千禧中文學校主辦青少年領導才能訓練班，以提倡和宣導語言溝通的重要性。

我們開會的時間是每月的第一和第三個星期一晚上 7:30 到 9:30，地點在 Los Robles Bank Conference Room, Thousand Oaks。我們誠懇的邀請您來參觀。如有疑問請電話聯絡周天祥 (818) 991-7904。

"The mission of a Toastmasters Club is to provide a mutually supportive and positive learning environment in which every member has the opportunity to develop communication and leadership skills, which in turn foster self-confidence and personal growth."

英雄龍虎榜

1999-2000 千禧中文學校 獎學金

張衝獎學金

幼稚園	A: 許維禮 B: 邵容祥
一年級	A: 高美萍 B: 孟繁力 C: 彭博恩 D: 劉德信
二年級	A: 蘇如珍 B: 陳官禹 C: 宗嘉琪
三年級	A: 劉思賢 B: 葉君儀 C: 羅以文
四年級	A: 孟心兒 B: 周凱婷 C: 全志曼
五年級	A: 張慧婷 B: 劉邦志
六年級	A: 關愛蓮 B: 關剛
七年級	許婉齡
八年級	黃健誠
九年級	譚兆佳
十一年級	陳星
讀寫班	馮莉雅

張興和獎學金

幼稚園	A: 陳亮宇、吳立華 B: 羅聰
一年級	A: 李斯儀 B: 王文杉、王淳熾 C: 周美欣 D: Shaaron Wongvibulsin
二年級	A: 劉邦儀 B: 陳宣舜 C: 張明、彭琳莎
三年級	A: 陳華娟 B: 林志科 C: 萬寧
四年級	A: 陳麗萍 B: 陳冠偉、林如輝 C: 夏洋
五年級	A: 羅以寧 B: 周厚婷
六年級	A: 陳宣亮、樓菲若、王嘉嘉 B: 李函、段慧殊、景理
七年級	葉怡君、邱慧新、張忻瑜
八年級	陳長華
九年級	侯凱元
十一年級	張安祖
讀寫班	陳怡彬、任伯燾

千禧精神獎學金

幼兒班	陳力瑜、方敏佳
幼稚園	A: 吳權貝 B: 段慧萍
一年級	A: 郭紛紛 B: 劉子儀 C: 馮開文 D: 李凱豪
二年級	A: 劉邦儀 B: 陸逸凡 C: 吳奕錫
三年級	A: 黎廣寧 B: 王天佑 C: 陳雨濤
四年級	A: 張寶玉 B: 梁慧晴 C: 彭琳蓮
五年級	A: 劉子儀 B: 裘有行、關志偉
六年級	A: 江星逸 B: 顧泉
七年級	吳佩璇
八年級	林耀華
九年級	張樂寧
十一年級	孫嘉軒

讀寫班 阮特璋

武國英獎學金

六A班	張麗德、張聖川、陳勁運、陳宜樂、陳敬 昕、邱增、房德琦、侯仁霖、徐若蘭、黃 琦智、江星逸、關愛蓮、林慧娟、樓菲若、 呂麗翔、阮開農、王嘉嘉
六B班	李函、段慧殊、陳耀、顧泉、勞欣云、李 婷婷、李麗賢、葉嘉穎、董祐祐、關剛、 顏華滋、鄭嘉儀
七年級	邱慧新、張忻瑜、陳品潔、鄭丁丁、龐文 傑、馮聖文、雋蕊儀、修蕊婷、唐婉齡、 吳書昀、吳佩璇、易序倫
八年級	張承祖、鄭寶賢、蘇絲莉、黃健誠、周穎 紅、林昭明、孫嘉沛
九年級	陳亮先、熊方瑜、譚兆佳、吳耀中
十一年級	蔣雅梅、江星高
讀寫班	張維平、伍凱莉

1999-2000 聯合會優秀學生 獎學金

蔣雅梅

1999-2000 海華 獎學金

孫嘉軒

1999-2000 資深(五年)優秀老師

梁桂梅、王瑞芸、李胡敏、賴怡君、陸曉雯、廖默真

感謝 1999-2000 學年度熱心捐獻人士

陳啓輝老師	\$200 (另加 Amgen match fund \$200)
劉淑芬女士	\$150 (另加 Amgen match fund \$150)
十任老師	\$200 (另加 Amgen match fund \$200) 贊助民族舞蹈及學校活動
藍芸女士	\$200 (另加 Amgen match fund \$200) 贊助民4C 班級活動
潘雪燕女士	\$500 贊助演講朗誦比賽
孟心韻同學	\$500 贊助建校基金
吳茵茵女士	\$500 贊助 Youth Leadership Program
左麗、左茵千慧	\$100
陳崇賢老師	\$300
武國英老師	\$760
羅濟忠先生	捐贈筆枝
郭美音女士	捐贈紙張
馮取先生	捐贈紙張

畢業生獎學金 華協教育小組

獲得康谷華協二千年高中畢業生獎學金者，計有：

T. O. High School: 王心琪，郝維莉

Agoura High School: 徐博原，張安祖，孫嘉軒，陳一芳

Oak Park High School: 郭宇涵，郭裕偉

Newberry Park High School: 孟心韻

各學生在千禧中文學校就讀三年以上，並在各高中四年平均成績(GPA)3.5 以上。每位學生獲獎學金\$200 及 Barnes and Noble 禮券\$20。

華協為回饋社區，獎勵青年，今年在千禧高中設立獎學金兩名，經該校老師推薦，華協教育小組審核。得獎者：Alonso Blanco, Alejandra Wong 每位獲獎學金\$100

我們恭喜得獎的學生，並祝福他們成功！

畢業生感謝函

Sharon Lin
29001 Catherwood Ct.
Agoura Hills, CA. 91301

June 7, 2000

Dear Mrs. Lin and the Conejo Chinese Cultural Association,

I thank you so much for the time spent on reviewing my application and the generous offer your organization has offered me to further my education. I am confident that this scholarship money will benefit me in many ways when I go to UCLA. I've loved my years in Chinese school. It has really helped me to develop into the person I am today. I am proud of my heritage and I am pleased to know that I am going into the world with some knowledge about my language and my culture. I wish the school all the best for the future. Thanks again for believing in my wholeheartedly.

Sincerely
Jennifer Lu
235 Ocho Rios Way
Oak Park, CA. 91377

站在千禧中文學校十年級的教室裡，一切都是陌生又新鮮的。我在此地是一個全新的老師，要面對的是一群在學習中文方面經驗老到的「老江湖」。一思及此，不免有些兒惶恐，更何況他們正是青春期的少年男女呢！

當一個個俊男美女搖搖擺擺的晃進教室，我趕忙擺出慈祥和藹的笑容，向大家道聲早安！有的露出甜美的笑容，爽朗地回應著，也有人很酷的應聲“早！”。

剛開學，領書、發書、印講義；陷入一片混亂狀況中。我只好請出這些有經驗的學生們幫我跑腿；一時之間，人人都踴躍加入，眼睛亮了起來，精神也抖擻了起來！

為了讓學生們了解，我把清白的家世一一說出，也把這學期課程仔細介紹，說明我會配合他們的程度來進行教學活動。最後不忘誇獎他們——聽你們以前的老師說你們程度很好。誰知大家都非常「謙虛」的說自己只有台灣「小二」的程度，使我一時為之語塞。

按照一般慣例，第一堂課都不上文化課（連老鳥們所叮囑），那麼大家就玩了文字遊戲吧！我坦言對漢語拼音不熟悉，老鳥們紛紛要教我，一份純真赤子之心，令我不禁感動萬分！

國字、注音、拼音輪番在台上，台下交流，在台上的“老師”絞盡腦汁來考學生；台下的人們也是竭盡所能的回應。反而是我這隻“菜鳥”可以翹著二郎腿看熱鬧啦！

已經養了業的學長「王心琪」女俠閃身而出，霎時間教室裡非常「金庸」，充滿了「問世間情為何物，直叫人生死相許」的浪漫情懷。

第二週的課堂上，我把暑假作業一一發還，同時也去告訴他們，每個人的「中文」工夫都很好，不但聽、說能力高強，竟連讀和寫也是大有看頭！老鳥們喜形於色，也紛紛認可自己的優點。能擁有和這班有自信的孩子相處的機會，是件令人高興的事！

看著這群老鳥在我用中文夾雜著我那三腳貓工夫的英文講解時，個個揮筆疾書，用英文寫下重點，真是由衷地佩服。在一個星期的正規學校課程之後，不但要來研習方塊字，還能仔細聆聽記錄，可見他們對祖國文化的認同與興趣。

還珠格格的歌曲聲中結束了今天這堂課，感恩我能在課堂上繼續教職；感恩老鳥們的貼心與認真；感恩外子和小女對我的鼓勵；感恩……。

青少年領導才能訓練班

吳茵茵

“望子成龍望女成鳳”向來是父母對子女的期望。青少年領導才能訓練班的主要目的就是為培養孩子們如何面對大眾，以演講技巧有效地、成功地表達個人的理念，同時訓練如何領導會議的進展，幫助他們建立信心以發揮領導才華。

有關訓練班的基本情況，在前面兩期的千禧通訊中已介紹過。這期我想介紹一些我們增加的教學內容，其中包括邀請幾位 Toastmasters 成人會員來班上演講示範；觀看 Toastmasters 國際演講比賽的錄影帶，高班學生還要在中文學校以外，做一次校外演講

；參加成人 Toastmasters 聚會並到初級班做示範演講；我們還要求學生們在學期之初訂下學年度的個人目標及計劃，並定期查驗計劃的進展，我們還增設了 Jokemaster，使學生們在嚴肅氣氛中帶有娛樂性的談話渡過每一堂課。成功的因素有很多，不少人以為主要是與生俱來的智商 (IQ)，事實上領導才能以及人際間溝通的技巧，都是不可忽略的要素。而這些都可以經過後天的訓練而加強的，一旦學到這些技巧，在以後生活中就會自然地應用出來，一輩子都會受益無窮。

Youth Leadership Group

What did I learn from Toastmasters...

I came to Toastmasters with an intent to improve on my speeches and to add confidence when speaking. I've now learned to be more confident, but I still have room to improve.

- Suyun Wu

At first, I didn't want to come to Toastmasters but my mom forced me to. After a few classes in Toastmasters, I found that the class is fun and a good experience for me.

- Diana Wu

Toastmasters is fun because we can learn how to improve our speaking and on presenting speeches. We also have the opportunity to be different functions, like President, Vice-president, Secretary, Sergeant of Arms, Table Topic Master, and even Joke Master. It is a very fun and interesting class.

- Iris Jiang

Through training in Toastmasters, we have learned the importance and applications of speaking. To be efficient, distinct, and precise is the main essence in presentations in everyday life. This class teaches us to express ideas more fluently and convey important issues to the audience.

- Albert Hwu

Toastmasters has really helped me express my ideas through words. I have become a more efficient speaker and I hope to become a even better speaker this year.

- Max Wu

Last year's class was fun because I learned to be a better speaker and look at the audience while I speak. Also, I learned to relax in front of a class or a group of adults.

- Jamie Hsiao

In Toastmasters, we learn many important skills that are useful in life. We learn how to manage time, public speaking skills, and how to improve our leadership. It is a positive experience for everyone, especially those who participate with anticipation.

- Julia Fong

Toastmasters has been a great experience for me. I have been attending this class for three semesters and it has benefited me greatly. I no longer fear public speaking and it has helped at school as well as outside of school. What I enjoyed most though, is learning how to add humor and enthusiasm to my speeches; humor really grabs the audience's attention!

- Howard Chou

Toastmasters is a very beneficial class where students are allowed to express their thoughts and ideas in an open and confident manner. I learned a lot from this class like leadership, organizing speeches, and public speaking. Most importantly is that it has really helped me in all my classes at school.

- Emily Cheung

A Student's Guide To Summer Fun

A Letter From the Editor:

By: **Justine Chiou**

Well, it's finally fall again, and I'm sure the only thing we can all agree upon is that summer was way too short; and yet, during those long muggy days of blistering heat, we were still often *bored*. So in response to that, this edition of our newsletter is dedicated as a guide to summer fun, along with a few other things to keep you occupied and, gasp, make you think. The experts in fun, namely, the students of Thousand Oaks Chinese School, have collaborated to bring you all the information you need to make your next summer, holiday, or weekend boredom free, and completely occupied. Our selections include everything from the local movie theaters and video rental stores to the more exotic and faraway places, such Disneyland and Raging Waters. Whatever your vacationing palate and fun preferences are, there are some suggestions that are sure to make planning your next excursion faster, easier, and free of hassle.

Editor in Chief,
Justine Chiou

This edition of the Chinese Cultural Association prepared by:

Editor in Chief:

Copy Editors:

Staff Writers:

Coordinators:

Justine Chiou
Peter Chang
Albert Hwu
Jerry Jiang
Max Wu
Howard Chou
Johnny Guo
Rita Hsiung
Karen Hsu
Heidi Ng
Grace Tang
Suyun Wu
Ava Chiou
Leslie Chou

Summer Fun

By Rita Hsiung

It's summer, and there's nothing to do (except procrastinate from doing your summer Chinese homework). It's getting late, and you need somewhere just to chill. In little town of suburban Thousand Oaks, there aren't many discotheques to go to get your groove on. Where the next best place? It's an ex-bowling alley, where downstairs you can jam to the latest beats and upstairs you can grab a drink and something to munch on while hanging in the company of friends, or just relaxing in the corner, reading the latest trends from some contemporary magazines. What is this mirage of a hangout I'm describing? It's none other than Borders (yes, the bookstore). So it's not a dance club, or Jack in a Box, but there's more in there than just books.

Borders sells anything from books (the obvious) to danishes, from picture frames to *N Sync calendars. They have a large variety of music, where you are free to listen to the latest hits before buying. They have a wide selection of magazines from gardening to surfing, and golf to motorcycles. They have every book you could think of and more. The store is littered with comfy armchairs and erect wooden chairs. Customers are at liberty to snuggle up to a book and are free from obligation to buy. Customers may purchase a café latte for about three dollars and freely wander the store.

But loitering isn't all Borders offers. They also hold monthly events, ranging from book groups to poetry night to discussion groups. Borders also presents aspiring musicians, from acoustic guitarists to folk singers. At Borders, they are also committed to providing their customers with the opportunity to give back to their community and to support charitable causes. That's why they'll donate \$1 from the sale of select books to a different charity each month.

Borders is the place to be. You can hang there and listen to some cool tunes, or study for SATs using one of their books without having to purchase (as long as you don't write in it). You can read magazines and learn how to do a 360-nose grab or how to prepare the perfect chocolate soufflé. Borders is like the library, Sam Goody, and Star Bucks combined in one. And you thought there was nothing to do in Thousand Oaks.

Price? Absolutely FREE (not including the costs of books, CDs, and Coffee)

Location? 125 W. Thousand Oaks Blvd, (805) 497-8159

Or go to www.borders.com for more information



Something To Do, Every Day of the Week

By: Johnny Guo

On Wednesday nights, a teen in T.O. can look forward to "Hip-Hop" night at Borderline, and on Friday nights, there always seems to be a place to go. But what could there possibly be to do in the dreaded time in-between called Thursday? The answer is cosmic bowling. From 9-12 PM at the Brunswick in Simi Valley, anyone can bowl all night long with a group of friends for about \$9 a person. After 9 PM, the lights are turned off at the bowling alley, and popular music videos that can be found on MTV are played on a big screen TV. The alley is a favorite hangout for teens during cosmic bowling, especially over the summer when the alley can literally be found filled with people hanging out and having fun. It is definitely a great place to take your friends or meet new people. And best of all, it's 3 hours of fun around other teenagers, under lots of music and little light, and on a Thursday night. Bowling can become very addictive, and can be fun for every type of person. The Brunswick alley is one of the best alleys in the area. Additionally, there's a video game area with air-hockey if you want to take a break from bowling. Finally, the alley is great because it is 2 blocks away from an In-N-Out Burger, where you can get a bite to eat whenever you want.

Price? \$9 a person for a group of about 6-8
Location? 5255 Cochran Street, Simi Valley
For more information, call (805) 584-2695

The Happiest Place On Earth

By: Justine Chiou

What summer could be complete without a visit to the "Happiest Place on Earth"? Come on, you all remember what it was like to go on the Pirates of the Caribbean for the first time, and you *still* know the catchy tune from the Tiki Room. You can take a refreshing romp through such classics as Fantasyland, Adventureland, and Frontierland, as well as catching up with new favorites like Toon Town and the newly renovated Tomorrowland. Bring a camera, because your favorite Disney Characters are always there, just waiting to give you an autograph, a hug, and a great pose for a picture with your friends or family. If the multitude of rides isn't enough for you, you can still have fun. There are shops where virtually *everything* is sold, and daily parades, fireworks and shows, not to mention the great assortment of thematic restaurants and food carts. We all have come to know and love the magic of Disneyland as something that brings us back in touch to the one most essential thing over the summer: our childhoods.

Price? \$41 per adult, and
Location? 1313 South Harbor Boulevard, Anaheim, CA 92802
For more information, call (714) 781-4000, or visit the of Disney Website at Disney.com

Hmmm.... What to do, what to do?

By: Albert Hwu

Do you often find this question bouncing around in your head? If you do, then believe it or not, you have something in common with the rest of the human species. As I profoundly researched this inspiring topic, I have concluded that the best place to chill, cool off, kill time, pimp it, kick it, hang out and relieve the daily stress in life, is to take in a relaxing movie while slurping down a refreshing ice cold Pepsi. How convenient! Situated at 543 West Los Angeles Ave. in the Mission Bell Plaza in downtown Moorpark, is Regal Cinemas 8. To ensure that nobody is misled, Regal's possesses its own hotline ((805) 530-1555) open 24 hrs a day! Wow! Now that's intense! In addition, this theatre features Digital Sound for all movies, has great air conditioning, accommodates clean and well maintained bathrooms, includes a whopping 8 screens, encompasses a fun filled video arcade, embodies a warm and friendly staff that complies to your needs, and offers refreshments ranging from the classical salted and buttered popcorn, to every variety of candy imaginable, all for an affordable low price!

Adults 12-59: \$7.50

College Students: \$5.00

Seniors 60 & Over: \$4.50

Bargain Matinee (Shows before 6PM): \$4.50

Kids 3-11: \$4.50

Go Home Happy

By: Max Wu

Who's the man? Well, if you don't know the answer to that, rent the movie Shaft, whether it is the old Shaft starring Richard Roundtree, or the new Shaft starring Samuel L. Jackson. But, where do you rent it? Blockbuster of course. There are Blockbusters everywhere you go, including Thousand Oaks, Moorpark, Agoura, Westlake, Newbury Park and Oak Park. Blockbuster carries all types of movies including Animation, Drama, New Releases, Horror, Special Interest, Action and Comedy. You can find Shaft conveniently alphabetized in the action section. Blockbuster also requires membership, which is free. So the next time you are bored, go to Blockbuster, and rent Shaft. So now, who's the man? SHAFT!

Price? \$3.65 per movie, video game, and DVD



Raging Waters

By: Howard Chou and Max Wu

Raging Waters is the ultimate place for water park fun. In the blistering heat of summer, about a million gallons of clear, cool water is just what you need. Compared to other water parks such as 6 Flags Hurricane Harbor and Knott's Berry Farm's new extended water park, Raging Waters is by far the largest and most exciting of them all. It is located conveniently in San Dimas, which is not too far away from Thousand Oaks. Raging waters features many water slides including Dark Hole, Treetop Runs, El Nino, High Extreme and milder slides and pools for the younger ones, including an interactive water park filled with water guns that never run out of water, a jungle gym that splashes, and wading pools. With number of slides and shops, Raging Waters is the place for summer fun, whether going alone, with friends, or with the whole family. After an exciting day at Raging Waters, Mindy Chen says, "Raging waters is entertaining and sells the coolest things I have ever seen." So next time your bored and want to have some summer fun, head to Raging Waters. Have a raging day.

Price? \$23.99 for adults, and \$14.99 for children, any kids under two are FREE!
Location? 111 Raging Waters Dr. San Dimas, Ca. 91773
For more info: (909) 802-2200

Sandy Shores of California

By: Jerry Jiang

A typical west coast summer consists of at least one trip to the beach. The beach is one of the best gathering places for teens, young adults and anyone who just wants to relax. Many people go to get a tan, others go for the view and the cool temperature. While out in the sun and sand, friends like to play games such as Frisbee, beach volleyball, whereas others like to body surf or take a dip in the ocean. When going to the beach, do not forget to wear sun block. For someone who wants to tan, a SPF 10-15 sun block is advisable. As for the people who do not want to tan, they should use a SPF 30+ sun block. The most popular beaches within an hour of driving are Malibu, Zuma, and Santa Barbara (in order from closest to furthest). Choosing a day to go is also very important. Going on Friday, Saturday, or Sunday will lead to a difficult time finding a parking space, even in the \$5 parking lots, unless arriving early, before the rush. During the weekends there are boards of art dealers on the sidewalks of Santa Barbara. They sell things from wind chimes to ceramics to original style furniture. So if you haven't gone to a beach yet this summer you better get a move on before it's freezing and raining.

Price? \$5 for parking

Polls

By Heidi Ng, Suyun Wu, Grace Tang and Karen Hsu

Any questions????? We all have questions to ask everyday. But, recently there have been many asked questions about smaller classes, Napster, and things like that...that's where we come in... we have surveyed 100 people throughout California on these four frequently asked questions...and here at the polls...

Do you think Napster should be shut down?



Do you think a 16 year old is too young to drive?



Does block schedule or regular 6 periods a day work better for students?



Do you think smaller classes help students learn better?



Descendants of the Dragon: The Return of a Chinese-American to Her Roots

Yashih Wu

As I sit here at the Shanghai PuDong Airport waiting for my plane back to the United States, I have time to reflect back upon the last nine weeks of my life. This summer I spent my time in a language program called Princeton in Beijing (PIB) for the study of *putong hua*, standard Mandarin Chinese. Yet I didn't come here solely to learn Chinese, but also to immerse myself in a whole new environment.

Although I had a relatively rigorous workload (in Chinese PIB is called *PuBei Ban* but many refer to it as *KuBei Ban*, meaning "bitter and difficult" Beijing program), I managed to go somewhere nearly every week and weekend. For 155 RMB (Ren Min Bi: the unit of money in China), equivalent to about \$20 U.S., I purchased a shiny new bike that quickly became my favorite mode of transportation. The second day of classes my friends and I rode our new bikes the one-hour distance from Beijing Normal University to Tiananmen Square and Beihai Park. It was incredibly exhilarating dodging manic taxi drivers, buses, pedestrians, and fellow bikers, all of whom follow no traffic rules. Beijing has a million magnificent historical sites to visit. Although vacant of its emperors, empresses, guards, and religious persons, the Forbidden Palace (*Gu Gong*), the Summer Palace (*Yihe Yuan*), the Temple of Heaven (*Tian Tan*), and all the other ancient edifices still retain a certain awe-inspiring splendor. Unfortunately, the plague of merchants lining every corner selling fake bottled water or cheap mementos tends to mar these potential Kodak moments.

On weekends and whenever I had longer breaks, I liked to visit sites outside of Beijing. These I traveled to by means of train

and plane. The train system, however, is still rather backward. For instance, the system doesn't allow you to buy roundtrip tickets, leaving you to only hope that you can find a train back when you need it. If spaces are filled, which has happened to me, you just have to go to the "underground" service and pay a little extra "service fee" for their "help." The airline system is much more customer-friendly, even offering student discount tickets at 40% off the regular price. By these methods I traveled to places like Shanhaiguan, where the Great Wall meets the Pacific Ocean; Qingdao, home of the famed Tsingtao Beer; Tai'an, land of the poem-inspiring Tai Shan Mountain; Qufu, birthplace of Confucius; and Shanghai, the modern city where East meets West. I also spent a week in Yunnan Province, a land not yet so thoroughly infected by the rush to modernize and home to over 26 Chinese minorities.

I absolutely loved traveling through China. As a Chinese-American relatively fluent in both languages I truly enjoyed the best of both worlds. My Chinese appearance and knowledge allowed me to easily blend in with the crowd. I mastered the art of *taujia huanjia* so that I could bargain with the best of them, thus avoiding peddlers who try to rip foreigners off. With the prices I got, I sometimes even made the locals envious. Communicating with local Chinese also gave me the chance to really learn more about their lifestyles, their emotions, and their thoughts about their own country and government. I especially enjoyed asking them about their thoughts on Mao Ze Dong and the Cultural Revolution. But as an American I enjoyed a freedom and degree of affluence that few Chinese can claim. The Chinese standard

of living, although rising, is still well below that of the average American. For about \$1 U.S. I could get an immense Chinese meal that would cost me at least \$15 in the States. For about \$12 I bought entire clubbing outfits, including shoes and accessories. If anything ever went wrong I always pretended to be just a "stupid foreigner." One time when my friends and I were caught leaving a "restricted area" I pretended that we didn't see the sign and that even if we did we couldn't read it being that we're American. We were asked to produce our American passports and I especially was tested on my reading ability. The guard held up his ID card and asked me what I could read. I looked at it confusedly and then suddenly exclaimed, "Oh! *Wo zhi dao zhe ge zi shi 'ming,' 'ming zi' de 'ming,' dan shi bie de... wo dou bu zhi dao...*" (translation: "Oh! I know this word is 'ming' as in 'name,' but the rest...I don't know what they are..."). So that was how we got out of that bind. Not that I recommend blatantly breaking laws or lying to policemen...but this skill came in mighty handy anyway. Other times, my bilingual skills served as lifesavers for other poor non-Mandarin speaking foreigners trying to find the bathroom.

Traveling in China has also given me insight into human nature in general. In China, foreigners are either revered, discriminated against, or objects of curiosity. There are those who for one reason or another value an American's opinion more than that of a Chinese person. Then there are those who fear and hate

the foreigners and only try to cheat them out of their money. And then there are those who will randomly come up to a white person and ask to take a picture with them and ask them a million questions. As a mix of foreigner and local I see all of these situations and also act as a bridge between these two worlds, translating, analyzing, and forming my own outlook on the differences between human societies. Having been brought up with a strong Chinese cultural background, the culture shock isn't as numbing, allowing me to truly delve into the Chinese mind. But even that isn't enough. Here I've realized how much I have yet to discover about Chinese history, Chinese language, and Chinese ways of thinking. On the other hand I'm also grateful to my parents for what I *do* know. I can now whole-heartedly thank them for teaching me old Chinese songs, making me watch Chinese movies, taking me to temple, and all those things that I once despised. I've developed a deeper sense of my Chinese identity, an identity of which I am so incredibly proud. But it's a pride that does not blind me from recognizing China's problems and wills me to do all that it takes to improve and understand China, its people, and its country.

China has been an amazing experience. Not only did I improve my Chinese language ability, but I also gained a new self-confidence, an unquenchable thirst to absorb all that I can about China, and a renewed pride and respect for my roots. I am proud to be a *long de chuan ren*, a descendant of the dragon.



Qué Sera Sera What Will Be, Will Be

Tiffany Lee

Approaching my third year at Stanford, I've tried many different jobs. I've tried everything from accounting to customer service to business development to technical writing. And what have I gotten out of each job? — a learning experience, but only a learning experience. None of it has really clicked with me yet.

People are always asking my parents, "What is she going to do with her life?" Why? Because I'm not a Computer Science major, nor do I think I will ever be a Computer Science major. I'm not an Engineering or Science major either. I'm an English and Psychology double major, and I'm proud of it! Don't get me wrong. I have nothing against Computer Science or Engineering majors. In fact, most of my friends are in CS and Engineering, and I'm happy for those of my CS friends who are truly enjoying what they're doing. But so many students nowadays are CS just because it's "where the money is" or because their parents think that CS is where the money is. And if that's what they want to do, make money because they think you can buy happiness, great. I hope they find the happiness they're looking for. But in the meanwhile they're hating their major, hating their college experience, and hating the learning process.

I personally disagree with the "become CS or Engineering because that's where the money is" logic. Why? Because I look around at my college aged friends and realize that quite a few of them hate the classes they *chose* to take. Because I look around at the people in the working world and realize that many of them are not enjoying their jobs, doing what they're doing just to bring in a paycheck. There are people who feel very passionately about their jobs, and I commend them for choosing a career that is right for them. As for everyone else, I wonder why they have trapped themselves in an 8-10 hour a day job that they can't wait to leave at the end of the day.

A common misconception is that the only way to get a high paying job, or to break into the computer industry, is to major in CS or Engineering. So many people think that as soon as you earn your

first million or so, you'll be happy. So far I've worked for a start-up (.com) and for IBM, both heavily technical companies, with my limited computer knowledge. I think I'm living proof that you don't need to be in CS to get a good job in the Silicon Valley. Also, just from being in the workforce, I've interacted with people who have made plenty of money but aren't necessarily happy.

In my humble opinion, the most important aspect of choosing a major or a career is choosing something you enjoy doing. Look at the CEO of Hewlett Packard. She majored in Medieval Studies, and now she's the first woman CEO of a major corporation. You might be saying, well, she's the exception, not the rule, and you would be correct. But you also have to realize that she loves what she does; she's passionate about it.

I realize I might be sounding like a hopeless idealist — which in many ways I am. But I think I'm also a realist in many ways. I have taken a few classes in economics, and I plan to take some classes in computer science. In the long run, however, I realize that I will be far happier making less money and doing something I love than I will be making tons of money in a job I don't enjoy. A person's career engulfs most of his or her waking hours; do you really want to spend that much time doing something that makes you miserable?

Now back to the question, so what am I going to do with my English and Psychology major? A lot, although I'm not sure what yet. It will definitely be something I love to do, something I'm passionate about. Maybe I'll go into marketing, maybe advertising, maybe something completely unassociated with either of my majors. And even if I don't "make bank", there will be a gleam in my eyes because I will be making a difference in the world. Sitting in a Stanford psychology lecture, I remember Guy Kawasaki telling us, "Do something you like and the money will come," and who am I to question the founder of *garage.com*?

At one point during the endless hours I spent online this summer, I was actually doing a little bit of web-based research instead of my usual chatting and emailing. This is when I stumbled upon a really good site called 4 Goodness Sake. Run by a non-profit organization, 4 Goodness Sake allows individuals to be virtuous and generous donors without actually spending their own money. Here's how it works. In the olden days, businesses were about making money, not building morals. But because building a good reputation among customers is a part of every successful business's agenda, the new trend now a days is to save the world. Companies everywhere are promoting not only their products and services, but are also promoting causes such as cancer research and saving the rain forest in order to show how their business benefit's humanity. Due to the rapid spread and development of technology, the Internet is quickly becoming one of the largest forms of media and communication. Therefore, it is not surprising to find sites such as 4 Goodness Sake that are designed specifically to reward a company's good deeds. In exchange for the publicity, corporate sponsors agree to make a fixed donation based on the number of people who visit the web site. The more people who visit a site, the larger the sponsor's donation will be. This insures that corporate sponsors are getting enough exposure and recognition, and it also gives charity all the money that would otherwise have been squandered on

advertisements and commercials. You can support this revolutionary process by visiting any of the following web sites:

www.4goodnesssake.org,
www.thehungersite.com, www.webreleaf.com,
www.therainforestsitesite.com,
www.freedonation.com,
www.endcancernow.com,
www.webofcharity.com,
www.clearlandmines.com,
www.peaceforall.com, www.endaidsnow.com,
www.thehumanitariansire.com,
www.mysmallpart.com.

I almost forgot to stress the important part of all this. Remember, more people means more money. All the organizations I found at the above sites really need our help. I know everyone has a computer and probably spends a lot of time online, so please take a look at one or more sites and find out which causes you would like to support. Then add the site to your favorite places list and make a habit out of visiting it daily. Also, please give this information to all your family and friends. Taking ten seconds out of your time to click a button on your computer can help a starving child, a burn victim, someone suffering domestic abuse, a homeless family, or countless others. One click can help fund AIDS research, cancer research, animal shelters, environmental agencies, land mine removal, or many more causes. It's fast and easy. Please take the time to donate for free and make a difference.

CCCA Scholarship Essay

中文學校與我

陳一芳

我的名字是陳一芳，生於美國，七年前我插班念千禧中文學校五年級，在這之前我的媽媽在家裡教我中文。

一九九七年是很特別的一年，我的中文進步神速。這要歸功於那年陳老師教學方式活潑生動，不呆板，以實際實用為主，所以大大提高了學生學習的興趣。因為對中文有了興趣，所以我才會看中文電視節目，最愛看「超級星期天」，從這節目裡我學習到很多。同時我也愛上了中文歌曲，為了知道他們在唱什麼，我必須認真瞭解歌詞，不知不覺中學了更多中文，所以我要向大家鄭重介紹

、看中文電視、聽中文歌、唱卡拉OK，一面娛樂享受，一面學習中文，真是一舉兩得。否則只靠每個星期六兩小時上課，能學到的東西實在是很有限的。

今年我沒有去中文學校，因為大多數學生都不認真學習，老師教學就很困難，實在是學不到東西，那就等於浪費了時間，我的中文退步了不少，自己都覺得可惜。

計劃今年秋季上大學時繼續選修中文，我是中國人，雖然在美國長大，但如果國能有很好的中文程度，是可以引以為傲的。

中文學校與我

孟心韻

我在中文學校六年。在這六年中，我參加許多活動，也經歷許多不同優秀的老師教導，讓我學到多姿多采的中文常識及中國文化。我參加過校內的各種比賽。比如：毛筆、硬筆、詩歌朗誦、詩歌寫作、演講、海報繪畫和中文常識...等等。同時也代表學校參加過校外（包括南加州及全國性）的比賽：毛筆、硬筆、詩歌朗誦、詩歌寫作、演講、海報繪畫和中文常識...等等。

在這六年中，我個人覺得教課內容非常豐富有趣，同時第三堂有越來越多不同的選擇，這些都對我們非常有幫助。

這些年，我們都在不同的地方上課，經常被借給我們教室的學校抱怨，又不准老師用黑板，又不准學生碰這碰那。試想，這麼多小朋友，怎麼可能不碰到東西呢？又怎麼可能每一個小朋友都是百分之百的小乖乖呢？教室裡又不准帶吃、又不准帶喝，這和同學們平常在學校的情形不一樣，會造成不好的反效果。總而言之，問題就出在中文學校沒有自己的校舍。所以這一次當我申請到Asian Pacific Youth Leadership Program and Ronald McDonald共同贊助的獎學金時，其中五百美金由我指定捐給千禧中文學校。希望這一筆錢能夠拋磚引玉，早日看到中文學校擁有自己的校舍。

When I was 7 years old, my mother dragged me to Chinese School. I cried the first day I went. I kept thinking how it was unfair for me to have to go to school 6 days of the week, when all my white American friends went to school for only 5. I was put into xiao xiao ban. When I first walked in to the classroom I never expected to see what I saw. All the other students in class seemed to also have that angry confused expression on their face so similar to mine. It surprised me, but it pleased me also because it comforted me to know that I was not alone in having that 6-day school week. Throughout the next couple of years, I grew up with the faces I saw on the first day. We talked in class, we shared our feelings, we had fun. We learned to speak, read, and write Mandarin together during the morning, and played in the afternoons. All of us were always in the same classroom, so we would often study for Chinese together, or catch up about our weeks in class; sometimes our teacher would even get mad at us for talking so much.

I had thought that hitting high school meant we would all go our separate ways since we were not all at the same school. But I had guessed wrong, high school actually made us bond even more. We are all second generation, and we can all understand each other better and relate more to one another because of it. We all have the same kind of parents, the same kind of lifestyle, the same 12-pound bag of rice in the cupboard. We all felt as if we didn't belong to either world; we would never truly be American, and we would never truly be Chinese either. We would always have that yellow skin and small eyes, and we would always have that subtle American accent that told us apart from real Chinese people. We all felt alone in a way because our identity was so torn, and it brought us together as a result. We also shared that pressure of doing well academically, and that brought us even closer. We vented to one another about how we felt like we couldn't let

down our parents, how we needed to get into a good college or we would feel disgrace, about how our parents constantly reminded us everyday to try hard and to get good grades. Sometimes we would come on Saturdays frustrated with the way the week went, but we always left Saturdays a little happier and with a little more hope.

My freshman year of high school, we didn't just see each other once a week. We would get together during the school week because we got to be such close friends. Sometimes we even commuted to each other schools for lunch. We went to movies together, we went bowling, ice-skating, the Chinese New Year performances, the Chinese School track meets, we laughed together a lot. We were always excited to see each other after a week of "normal" school. Chinese school had brought us all together. I guess I felt a lot more comfortable around these friends, because we share the same kind of thinking and culture. We understand one another a little bit better than outsiders understand us.

As high school dragged out even further, more and more people my age began to leave Chinese school either because their schoolwork was getting too difficult, or they didn't have time anymore. I left Chinese school when I was starting my junior year of high school. I couldn't handle it all and still do well in both schools. Though I left, I never felt neglected. I still feel as if I fit in. Some of my friends remained in Chinese school after I left, and I still kept in contact with them. They still invite me to all their activities. I still come to the track meets and the New Years' performances. I keep coming back, because Chinese school was such a big part of my life, and is still a big part of who I am. My Chinese school friends have blended with my American school friends. I can honestly say that some of my Chinese school friends will be some of my closest friends in the

future. In English school, I went through my share of losing friendships, but one thing remained for sure, and that was that the number of my Chinese school friends seemed to stay constant. As we approach our rapidly descending high school career, I find myself bonding even more with these other seniors in talking about what college we will be going to

or our disappointments about where we would like to have gone. I am so grateful to my mother for making me go to Chinese school that one day when I was 7 years old. If I had not gone, I would not have learned as much as I did about my Chinese heritage, and I would not have met and grown up together with these unforgettable Chinese school friends.

TOCS Scholarship Essay

David Guo

Before I could promote the understanding of my heritage, I needed to further develop my own knowledge of Chinese culture. Thankfully, Thousand Oaks Chinese School has provided me with the total Asian American experience. I have not only developed my ability to read, write, and speak in Chinese, but also gained ample exposure to traditions and found a wonderful group of friends from the same background.

While many other kids have disliked memorizing characters and phrases, learning to read, write, and speak in Chinese has offered me much enjoyment. Because I had lived in Massachusetts where only a small Chinese population resided, I did not attend Chinese School until I arrived to California in the 5th grade. I quickly worked my way up from first grade to ninth grade within six years, learning idioms, pin-yin, and lots of Chinese characters. When I visited Taiwan for the first time, I was proud that I could read most of the store names and street signs. The confidence I gained in speaking Chinese has improved my communication skills with my extended family from Taiwan and China, allowing me to forge closer bonds with my cousins, aunts, and uncles.

The diversity of my extracurricular activities at TOCS has afforded me a rich sampling of Chinese culture. For instance, I performed a lion dance one year for the annual Chinese New Year celebration. I leapt about the stage beneath the lion head while my partner supported my tail. This year, I played in an all-

Chinese orchestra as a cellist. We played the song "Yellow River", as well as a Taiwanese love song, and even today, I find myself fondly humming their melodies. I have also participated in the Southern California Chinese School Track Meet for four years, performed Chinese speech, and competed as a member of the Chinese Cultural Jeopardy team. These activities have been important for me to better understand my parents' perspectives; I like to say that these activities have bridged both the generational and cultural gap to my parents. Moreover, it has these types of activities that I take pride in and that I use to promote awareness and appreciation of my culture throughout my community.

Last and most importantly, the friends I have made at Chinese School have made my experience priceless. I fondly recall evenings at the movies, munching on junk food, picnics and BBQs, and Friday basketball games with the bright, smiling faces of my Chinese School classmates. Among these kids and their families, I have felt the strongest sense of community. I feel at home as a Chinese American in the Conejo Valley.

In conclusion, T.O. Chinese School has facilitated my personal growth in the context of the Chinese culture, allowing me to stand proudly as an emblem of my rich heritage. I will continue to develop my knowledge of Chinese language and culture, and forevermore take pride in my culture.

CCCA Scholarship Essay**Lawrence Hsu**

Having black hair, brown eyes, and a characteristic short stature, I cannot deny a certain part of myself: I am Chinese. My genes connect me with the Chinese Community, a group of people who share a similar heritage. This community has always provided me with a source of trust and support, but more importantly it has influenced a large part of my life and defined who I am today.

I remember how my mother, for ten years, used to wake me up every Saturday morning and tell me to prepare to leave for Chinese School. As a child, I could not understand why I had to attend this extra day of school. I felt injustice in the fact that, while all my friends watched their Saturday morning cartoons, I spent four hours in a class. I especially hated the additional responsibility and chore of my Chinese School homework. However, growing more mature, I realized why my parents insisted that I attend Chinese School; they were trying to help me. As a Chinese American, I have no link to my heritage other than through Chinese School, so, by attending, I learned about my heritage and met others like myself. I learned to not only speak, write, and use my native language, but also studied aspects of the rich Chinese culture such as Kung-Fu, calligraphy, and art. I gained virtues valued by the Chinese people; virtues of discipline,

integrity, and perseverance that will help me through my entire life. But most importantly, Chinese School allowed me to interact with other members of the Chinese Community. Removed from my native country, Chinese School served as a last link to my heritage and to others like me.

From the Chinese Community, I not only gained a strong cultural base, but also met my closest friends. Even today, I still associate with the Chinese friends that I met long ago. Joined by our common heritage, we form a closely-knit circle that does many things together. We know that we can trust each other, and thus we support each other through the trials and tribulations of growing up. Within the Chinese Community, I have found a group in which I easily fit and from which I will always find refuge.

I may eventually forget the words that I learned in Chinese School and may lose many of the great friends that I have now, but the Chinese Community will always be a part of me. I will never lose the sense of heritage that I have gained and, throughout my life, will meet many more people who share this common bond with me. For the rest of my life, the black hair, brown eyes, and short stature that remind me of my heritage will always be a part of me and will always help me.

CCCA Scholarship Essay**Ashley Houchin**

One evening, while visiting some college friends in their dormitory, I wandered alone through their suite. I peeked into one room and

spotted a red banner with gold Chinese characters taped to a closet. I slowly pronounced the words "sui sui ping an," which

means "Everlasting peace". Looking up from his desk, a student turned to see who was there. I expected him to be startled to find a stranger standing in his doorway. But as it turned out, he was more surprised by what he had just heard me say. He could not recall ever hearing a Caucasian speak Mandarin before. Then we proceeded to have a nice chat, (some of it in Chinese, some in English) as I shared some of my experiences from Thousand Oaks Chinese School. Afterwards, it occurred to me that sometimes I take for granted how fortunate I am to have been a pupil here. In the future I vow to be more thoughtful about the priceless gifts that I received at T.O.C.S.

I got off to a late start in Chinese school. I was thirteen when a friend invited me to come and observe her class after she discovered my stepfather was Chinese. Following with some hesitation, I agreed to visit one Saturday. Who would have believed that I would still be here six years later? It even astounds me! After enrolling in a kindergarten class I never looked back. Relinquishing a few hours of sleep on Saturday mornings was a small price to pay in return for all the riches that were offered here. I will be finishing the eighth grade this school year. I am only sorry that I will never have the chance to go on to the advanced class.

When I first entered Chinese School, I did not even know how to say "Hello" in Mandarin. All I knew was that the language did not have an alphabet, and every word or character had to be memorized. There were no simple grammar rules or a standard word order. What a challenge! It was all so different and new. In the beginning it was embarrassing to be in a kindergarten class. But it was also fun to participate in the games, win prizes and get interesting snacks. It was also the only time I was ever the tallest person in my class! Over the years the young children treated me as a friend and equal. I still delight in hearing one of those small voices call out, "Hi, Ashley", when a former classmate spots me somewhere in the community.

There are so many incredible memories. Performing the Mongolian Cup dance in a Chinese New Year's Festival was a wonderful, although nerve-racking experience. The track meets were fun, and new friendships were formed. Paper folding and Chinese knotting were favorite electives. I want to especially thank every one of my teachers for their patience and encouragement. Each one of them will be remembered for their unique approaches to the teaching of the language and culture.

Sometime between my second and third year at Chinese School, a mother volunteered to tutor me. It was perfect timing because the work had become difficult and I needed more help than the teacher was able to give. I do not think it would have been possible for me to continue to advance through the grades without her help. She was very diligent in her teaching methods. She did not want me to settle for doing merely satisfactory work. I was encouraged to strive for excellence in my reading, writing, and speaking ability. The debt of gratitude I feel cannot be expressed easily. She committed herself to the selfless task of instructing me in a difficult subject and kept me motivated all through my high school years.

Regrettably, this past year, I have become less disciplined in my Chinese studies. Whenever SAT's, AP exams or college applications needed my full attention, Chinese was usually one of the first casualties on my priority list. I developed a bad attitude towards the subject and myself whenever I was faced with a tough assignment or failed to comprehend what someone had just said. I was stubborn about practicing my skills, and self-conscious about the sound of my own voice. When I became really discouraged, my mother quietly conveyed to me the importance of not giving up, no matter what. Thankfully, I hung in there. I plan to continue my Chinese Language studies at University of California, Berkeley next year. And regardless of whether Mandarin will be utilized in my career choice, I hope to someday reach a respectable fluency level with

only a hint of accent. Maybe then I will revisit

T.O.C.S. with my head held high.

Angela Sun

It is funny how people take things for granted. When something is constant and stable, we fail to see what an impact it has made in our lives. We fail to acknowledge how much of ourselves are woven into it. For as long as I can remember, Chinese school has been my constant. I have spent endless hours in a classroom on Saturday mornings trying to master the artistic and technical aspects of this complicated language. Out of these years, Chinese school has given me not only a heightened sense of my Chinese background, but also a heightened sense of my American background. I did not learn about a part of me separate from everyday life, I learned about the link that has held both together.

The first time I ever had to perform anything on stage was when I was six years old. I had to recite a poem in front of my whole Chinese school. That day I stepped on stage and recited the first two lines before running off stage in tears. The second time I was on stage was to perform a bumblebee dance for my tap class. The third time was to perform a dance for my traditional Chinese dance class. I threw myself into my dance classes because it was a way to be on stage without actually having to speak. With each performance, whether eastern or western, I grew more confident and comfortable being on stage. Finally in eighth grade, I was given another chance to speak in front of a huge audience at my junior high school culmination. I tried out and was eventually one of only two people chosen to speak. My second time speaking was very different from the first. I was still incredibly nervous, but this time I managed to stay on stage for my whole speech. I even managed to make the audience laugh at my jokes and applaud my performance when I had finished. I didn't know it then, but when I ran off stage, I had made a silent resolution to eventually run back. My first

experience on stage had given me determination. My culmination speech in my American school had allowed me to fulfill it.

When I reached high school, I figured public speaking would not arise again. I was greatly mistaken. I was asked by my principal to present in an assembly with other Chinese students, the tragedy in Nanking, China, during the Second World War. I would have to speak on stage to my peers once again. And last year, the Toastmasters organization was offered in my Chinese school. I joined and became vice president of our section. I was then confident with my public speaking skill, and I wanted to help others achieve the same outlook.

This has been only one of many aspects of my life that have been intertwined in my dedication and achievement in American school and Chinese school. In a generation where it is generally thought that Chinese American's are supposed to feel lost and segregated from both worlds, I have been given a unique cultural link to each. The opportunities I have been given in my American life and my Chinese life are coexistent. They weave together beautifully making me a whole and diverse person. With each, I have encountered different obstacles and impediments, but I have always gone into challenges knowing I have the strong foundation necessary to achieve success. I wish to add a third source to create a stronger foundation. This third source, college, will not overpower the foundations already laid before. Moreover, this next layer will fuse the old with the new. I have learned to appreciate two very unique and special cultures. I have also learned to blend them into my life making them my own. However, I have by no means finished learning or exploring. College will give me the opportunity to encounter new cultures. Each will give me new understanding not only of the

culture, but also of myself. In return, I will bring into college all my previous experiences

with the knowledge that I can give as much to it as I can take.

Andrew Chang

August 12, 2023

Dear Diary,

Wow! It is amazing! I am going to be a father at the age of thirty. This simple act is going to change my life forever. I now have to be responsible for more than one person. I have to give up my crazy lifestyle, settle down, and grow up. But, I feel I am ready for this tough obligation, as I reminisced on the first time I had to fulfill this much responsible and really learned to survive on my own. It was the summer before my senior year in high school, and really, my first time away from home. It was also the first, real time I matured without the help of my parents. I was a counselor at a Chinese Summer camp in Big Bear and my duty was to take care of twelve children and teach them about our Chinese heritage. I remember it as if it was yesterday:

"Andrew, James hit me in the arm."

"James! Come here! Did you hit Arnold in the arm?"

"He started it!"

"I don't care who started it. Did you hit him in the arm?"

"...Yea"

"Go over there and tell Arnold you are sorry. And I don't want to see you guys fighting anymore."

"Not again, OK?"

As James was walking over to apologize, I began to think how incredible this last week has been. My group of kids was actually listening to me. Since the first day, I had hoped,

not expected, that they would listen to me and look up to me. And it was on this last day that I had finally realized I had gradually gained all their respect and friendships.

The whole experience started a week ago, for I had given up a week of my summer to take care of kids and teach them about Chinese culture, naive about how the experience was going to be. As I said my good-byes to my parents, I was glad to be leaving home for a while. It was a time for me to escape the nagging and pressures my parents had placed on me for the last couple years. And for the last couple years, it seems as if my life had been dictated by their decisions. But, although I did not understand their consistent badgering, it also seemed at times that I could not make a decision without them. This camp, I thought, was going to be a good retreat from my sheltered life, and a chance for me to create my own identity.

The first day of camp was very tough on both my body and mind. Chasing kids around, trying to make them obey me, I grew very frustrated. I resorted to constant yelling and carping. I had a hand full of trouble in my possession, but was entrusted by their parents to take care of them. Testing my patience, these kids triggered a change in my life. (I need to add more here)

Although the experience was tough, it I one I cannot pass up. I learned a lot from this experience and grew as an individual. Not only was I not making my own decisions, I also dictated the lives of these twelve children. No

longer was there a parent behind me to watch my every move, correct my mistakes. I was responsible for my own actions, as well as the conduct and behavior of my group. And it was from this experience that I learned why I received the constant criticism and orders from my parents. I began to realize that I, too, was constantly hollering and yelling at my kids. It became apparent to me that my parents' nagging had been out of heart and love. And just like my parents, I yelled at my kids, hoping to give them the best experience. But not only did I want the best for the children, I also wanted to be their friends, just like my parents are to me. And as the week went on, the kids began to respect me, for they knew I cared for their well-being. Just

as the kids began to respect me, my respect for my parents grew stronger as I began to realize the hardships that came with responsibility and independence. I grew as a person, recognizing the love of my parents, and acknowledged my need for independence and own decision making.

I feel that my wish to grow as a man, and my dream to accept responsibility will come true if I go to a University of California. I believe that a UC will provide the right environment for me to mature as an adult and create my own identity as a person. But more important if I am enrolled into a UC school, I will be closer to my parents, the ones that have taught me all I know.

CCCA Scholarship Essay Cynthia Wang

My first memories of Chinese School are at Waverly Adult School. I, a little girl of five, nervously but anxiously held my mom's hand as she led me into my new class on the first day of school. There I saw my first teacher, 武國英老師 teaching an already ongoing class. This was the start of many great teachers I had: 楊曉容老師 etc.

Soon, I came to enjoy coming to Chinese School and learning about my culture and heritage. But I always remember the snack times we had between first and second periods. It seemed to be the only time all morning we could talk to each other in English!

As I got older, Chinese School was always a part of my Saturday mornings. Who could forget the agony of having to wake up some God-forsaken hour of 8:00 on a Saturday to go to "school"? But in the end it was well worth it, and the rewards reaped from attending Chinese School well outweighed the sacrifice of my Saturday mornings. Not only did I learn how to read and write in Chinese, I also met new friends and expanded my views on different subjects. Chinese School helped me to appreciate the Chinese culture more than I even would have.

I would say the highlight of the year would be the Chinese New Year Celebration. This is when we students were allowed to "strut our stuff" on stage. I still remember the very early Celebrations in the auditorium of Los Cerritos Middle School, and those

moved onto the stage of the Civic Arts Plaza. During this period of frantic preparation, we also had fun and learned about Chinese culture outside the classroom. I have participated in almost all the Chinese New Year Celebrations since my first year in TOCS, including "戲鳳", "晏子", and "我們的一生". Much effort was put into each and every performance, teaching me the effectiveness of teamwork.

Track meets are also a memorable part of my Chinese School experience. Who could deny the feeling of pride as one green shirt after another crossed the finish line before every other school, feeling the words, "Go, T.O.!" rip through one's throat? We are all from different American schools, but are united together in cheering for our Chinese School.

During my sophomore and junior years in high school, I joined the Jeopardy team to compete against other schools in California. My junior year in Jeopardy was one of the best learning experiences I have ever had. We made nationals that year, so all through summer the four of us, Justine Chiou, Jerry Jiang, Amy Meng, and myself, studied the material given to us like crazed bunnies. The last week before the competition, we had multiple hour study sessions daily at Jerry's house where we would all sprawl out on Jerry's sofa with books, paper, and study material spread out everywhere. Justine wrote

each chapter out by han yu pin yin while I attempted to translate all the outside material, like history, clothing, food, and architecture, into English. Though we were under a lot of stress, we had a lot of fun learning about our culture and history. I walked out of the whole Jeopardy ordeal feeling much more knowledgeable than when started.

This year, I was the Chief Editor of the Chinese School Youth Newsletter. I had never done anything like it before, but Chinese School gave me the opportunity to organize a group of students and put out a youth newsletter, just like an American school journalism class. Even though some

aspects of it were hectic and frantic, especially when I had to ask for three extensions on the deadline, I look on the complete work with pride.

I have always felt a 親切感 toward Chinese School. The people I see everyweek share my culture and heritage and speak the foreign language I speak. Many are family friends. I have casual conversations with many of my teachers and the principle. Furthermore, Chinese School has taught me more than just how to read and write the Chinese language. It taught me the importance of my culture, leadership, self-expression, and lessons that will last me the rest of my life.



學生園地

如果我有一家玩具店 朱戴睿

如果我有一家玩具店，我會賣一種玩具，這種玩具叫做想像模擬機，你只要戴上這種玩具，你就可以進入你的想像世界中，你的想像都會變成真的，譬如你想成為一個最會溜滑板的人，你只要戴上這個機器，你就可以變成很會溜滑板，你會跳來跳去、翻來翻去，你會感覺你真的在溜滑板，大家都會來買這個玩具。

如果我有一家玩具店 阮開展

如果我開了一家玩具店，我會做很多事情，我會賣小朋友喜歡的玩具，我會雇用一些很會幫助人家的店員，我也會做很多廣告，所以人們會來我的玩具店逛，我也會把玩具賣得比別家玩具店便宜。

如果我做這些事，很多人就會來我的玩具店，他們就會買店裡的玩具，然後我的玩具店，就會賺好多錢，這樣子，我就會有很錢，而且很多小朋友都會有玩具玩。

如果我有一家玩具店 侯仁霖

如果我有一家玩具店，我要張貼很多大廣告，這樣大家都可以很快得認出我的玩具店，我要賣各式各樣的玩具，不同年紀喜歡的玩具。

如果我有一家玩具店，我會每年邀窮苦的小朋友到我的玩具店，讓他們挑選他們最喜歡的玩具帶回家，我要每個客人天天都笑嘻嘻。

如果我有一家玩具店，我會每個月都打折扣，讓小朋友能有很便宜的玩具，我想我的玩具店生意一定很好，這樣我就可以在台灣開一家分店，讓那裏的小朋友也天天開心。

如果我有一家玩具店 唐靈寧

玩具是小朋友們最喜愛的禮物，它有各式各樣不同的類型，有好的、也有壞的，有便宜的、也有很貴的。

如果我有一家玩具店，我希望能將一些具有安全性的、有教育性的、有啓智性的好玩具，按年齡有系統的介紹給小朋友，希望他們在玩玩具中，也能學到一些道理。

Mama's One Saying requires some thought. That means picking one single saying from my mama's endless supply of maxims, which isn't easy. Pondering this, the first one that comes to my mind is, "Put on a sweater. It's cold." Next there's, "This is for your own good. Joy, not mine," followed by, "Just because everyone is doing it doesn't mean it's the right thing to do." Somewhere along that line also lies, "If you can't sleep at night, get up and find something constructive to do." These are Mama's most common and sometimes annoying sayings. But, pondering even further, I find that there *is* one saying of my mama's that overrides all of the others. It says more about her than any of her other motherly proverbs, I know. Mama's one saying to me will always be this. My mama's one saying to me is, "I love you."

I've been hearing this ever since I was born. I have a beautiful singing mother and when I was a baby, my mama would sing the songs she learned as a girl in Taiwan. She sang me children's songs, about donkeys and frogs and the rain and little monkeys that did different things on the different days of the week. She sang songs for every kind of flower there is. Mama especially loved songs that were really poems put to music, because they had such beautiful lyrics. But these were usually long and melodious and served as my lullabies. She knew I couldn't understand a word she said. But it was my mama's way of showing her love, and the singing was good for both of us. Often we both fell asleep in the rocking chair after a particularly long and sad song.

I grew. When I began walking and talking, I was a lot more interesting. Mama says. We had a lot more fun. We had long

discussions about the world. We had moved to Missouri by this time, and most these discussions took place during our walks around the block. We talked about what mushrooms were, how high clouds were, how flowers got their smell, and why the snow was white. I had some pretty bizarre questions, but mama answered them all, patiently. Her favorite question came up one day I asked my mama, "Do you love me?" Mama smiled at me, and said, "Of course I love you. I'll love you forever. You're my little precious," and gave me a kiss.

By the time I started school, I talked to Mama about just about everything. We had wrangles over homework and violin lessons. We had long, sweet talks about nothing in particular, lying in bed just before I fell asleep. When I had a problem, I took it to mama and she helped me through it, just like she helped me draw the hands on my people because I can't draw hands. Sometimes mama got mad at me and shouted, but that didn't happen very often. This is about the time when mama's stock of sayings began to flower. The first couple ones were, "Go practice violin," "Finish your homework," and "Extra credit is not an *option*." That one made me feel rebellious. If it was an option to everybody else, why was it mandatory for *me* just because my mama said so? But I did all the extra credit the teacher gave me. My mama also said, "Never do less than your best." She said, "I don't care if everybody else can. You can't because your mother says No." That made me feel even more rebellious. But, however mad I got at my mama and her sayings, I knew they were for my good because every day, she told me, "I love you. You'll always be my precious." It was a comfort to fall asleep knowing mama loves me.

When I asked, "Do you love me?" to make sure, the answer was always "Yes, yes, yes!"

Now that I'm in high school, Mama's sayings are no fewer and—horrors—they're different! I hadn't thought it possible for my mama to think of any more words of wisdom. But she has! Now, mama's most common sayings are about what I wear, what I do at school, what I do after school, etc. etc. etc. Now, the irritating ones are about how I dress. "They can wear clothes like that because their mothers let them. You can't because your mother won't let you." "Too short." "Go upstairs and change." Sometimes I spend long hours planning an outfit for tomorrow—not an outfit that will look good, but an outfit that will pass mama's bar of judgment. But my mama is still there for me. No matter how many arguments we get into, she is still there. We still have the talks, maybe not about clouds and flowers, but things that help us learn from each other.

My mama has taught me a lot since I was a baby. Besides songs, stories, math, drawing hands, and making pies and cookies, I've learned that there will never be an end to Mama's sayings. As I grow older and go into college, get married, and have babies of my own, she will always have advice for me. They will never be the same...five years from now won't find my mama scolding me for not practicing violin...but she'll be helping me on something else. I can't see what yet. That is why Mama's one saying for me is "I love you," because I take her word that she always will. This is one thing that will always be the same, never ever change; it hasn't changed yet from when I was a baby and needed long boring songs to put me to sleep. That's a comfort, too. I know that everything will be all right as long as I ask my mama, "Do you love me?" and she says, "Yes. Because you're my little precious and I'll love you forever." My mama's one saying is "I love you." Mama I love you, too. Happy Mother's Day.

二十年後的我

6B 李涵

寫一篇作文，題目是“二十年後的我”該寫什麼呢？我坐在椅子上邊想邊吃著西瓜。唉！真想不出來，還是明天再寫吧。當我正想把筆和紙收起來，一個矮小的怪物從草地裏跑出中文學校快要放暑假了，王老師要我們來，他說：“我看那西瓜就饒，這樣吧，妳把那些西瓜給我，我就可以幫妳寫作文。”我想了一想，覺得這個辦法很好，於是我就把西瓜給了他。小怪物從他的口袋裏，拿出一個很小的玻璃瓶。遞給我說：“瓶子裏有兩片藥片，紅色的會讓妳到將來二十年。那個綠色藥片會讓妳回來。好啊！快點進行！”說完，那個小動物就不見了！我看著那兩片藥片立刻做出決定。

好一場大覺啊！我翻過身，無意的看到日曆，居然是2020年呢？我怎麼睡了二十年？我從床上爬起來，看了看，我的周圍變了，我的房間沒有天藍色的地毯，沒有黃色的牆，

牆上掛的狗照片，變成了我的結婚照，那個新娘好像是我！我打開床頭櫃的抽屜，找到紅色日記，我看到第一頁的日期，我開始讀。我是在05/22/02。跟xx結婚。那年我35歲。我畢業於Stanford University。主修天文學，海洋生物學和Delaware Indians歷史學。我現在的工作是研究從mars上得到的樣品。我們有兩個小孩，兒子叫琪智，現在六歲。女兒叫玉琳現在四歲。我們養了一些小動物，有兩隻狗，一條蛇，幾條魚。我們住的房子是有七個大房間的兩層樓。這是我們結婚後，買的第二棟房子。房子的前後院很大，有游泳池，籃球場，還有圖書館。我們的父母都住在大陸，我們常常回去看望他們，我們也有很多老朋友住在California。我看到這就想到我的作文：“二十年後的我”。我坐在椅子裏想...

夕陽

段慧姝

湖水悄悄地訴說著她的秘密，
遠處大片森林屏息靜立。
我望著湖面上的夕陽放出金色的光芒，
彷彿天空和湖水連成一體。
森林在黑暗中嘆息！

小貓的夢

6B 郭碧暉

我的小猫很喜欢睡觉，
牠一睡覺就想到了：
抓老鼠，吃小魚，玩爛球，捉蜻蜓。
好可愛的小貓啊！

媽媽

王嘉嘉

媽媽自從您生了我，
每天都在照顧我，
奶瓶尿布您要準備好。
碰到我身體不舒服，
夜裡還要纏我吃藥，
就這樣一年一年的過去。
我開始要上學，
您先教我寫 ABC...。
然後再練寫名字，
一直教到寫中文字。
您有了白髮又有了皺紋，
但是您沒時間照鏡子，
因為您要改中文作業。
媽媽，謝謝您和爸爸的養和教，
我和弟弟有了您們 我們才會寫和說。

我的媽媽

黃琦智

對我而言，我的媽媽是非常珍貴的，她的外表看起來和一般人的媽媽一樣，但是她的內心卻和別人的媽媽不同。我的媽媽總是盡她所能來幫忙我的家庭，她能做任何事，像煮飯、洗衣、燙衣服和整理房間。她和別人媽媽最大的不同是她非常關心我們，也用她的生命來幫助我們。

當我們生病時，我的媽媽總是想盡辦法讓我們覺得舒服，雖然有時她知道自己的方

法是無用的。當我們的功課有問題時，我的媽媽總是想盡她所知道的方法來幫助我們，有時候她甚至自己設計一些題目來讓我們複習。

如果你到我家，你很少看到我家是很亂的，每次客人到我家前，我媽媽總是事先整理房間，以便給客人留下好的印象，縱使客人臨時到我家，我家總是維持的非常整潔，我媽媽不常叫我們幫忙做家事，但是我們總是盡量的幫忙她，以免她太勞累。

當我們要到別地方時，縱使她感覺不舒服，她總是帶我們去，我的媽媽是我認識的人中最能奉獻的人，我永遠愛我的媽媽。

母親

陳宣堯

我的媽媽每天都忙，像一隻蜜蜂一樣到處忙來忙去。一大早媽媽就幫我們做早餐、做便當，有時候自己都沒有時間吃飯就要送我們上學，然後要直接去上班，她下班後有時候要去幫我們買一些日用品和食物，但是她每次都準時來接我們。

下午媽媽還要帶我們去各種課外活動，一回到家，她又要一邊做晚飯一邊看我們寫功課，等我們要上床時，她都累得沒力氣做她自己想做的事。

星期天，媽媽喜歡晚起，她最愛吃巧克力，她喜歡去逛街，可是她沒有時間，她看到感動的電影就會哭，有時候我們不乖她就會生氣，但是不管她是哭還是笑，她都是愛我們。

如果我有一家玩具店 關愛蓮

如果我有一家玩具店，我會歡迎我的朋友來玩，大家都可拿一些玩具帶回家，然後，我會送很多玩具去 charity 和沒有玩具的小孩子，所以他們可以很開心的玩，而且他們的爸爸媽媽不必用錢買玩具給他們的小孩，我希望很多記者會來我的玩具店訪問，為什麼我給很多沒錢的家庭玩具，也希望我的店會越來越有名，吸引更多的客人來買東西。

康谷華協禮券所有參加商家

31 Baskin-Robbins 9%
76 Autoscrip 3%
Acapulco's 10%
Arco Pump Pass 3%
Barnes & Noble 8%
Bath & Body Works 15%
Best Buy 2%
Big 5 Sporting Goods 7%
Black-Angus 15%
Blockbuster Video 7%
Bloomingdales 10%
Border 8%
Burger Kings 3.6%
Burlington Coat Factory 12%
California Pizza Kitchen 7%
Carl's Jr. 7%
Carrows 13%
Casual Corner 16%
Chill's 10%
Chuck E. Cheese 7%
Cisco's Restaurant 25%
Coco's 15%
Denny's 8%
Domino's Pizza 4%
El Torito 13%
Exxon Driver Cash Card 2.5%
Foot Locker 13%
Fresh Choice 8%
Hardrock Caf 7%
Home Base 4%
Home Depot 3%
Honeybaked Ham 9%
Hughes/Ralph's 4%
Hungry Hunter 16%
Jamba Juice 7%
JC Penney 5%
Johnny Rockets 8%
K Mart 3%
Kaybee Toys 9%
Kentucky Fried Chicken 8%
Lerner 10%
Long's Drugs 5%
Macy's 6%

Marshall 8%
Mrs. Fields 25%
Musicland/Sam Goody 10%
National Sports Grill 11%
Office Max 4%
Old Navy 8%
Oliver Garden 14%
Pay Less Shoe 12%
Pic n Sav 5%
Pier 1 Imports 7%
Pizza Hut 9%
Planet Hollywood 8%
Radio Shack 4%
Red Lobster 13%
Ross Dress for Less 8%
Sav-On Drugs 4%
Sea Casa 20%
Sears 2%
See's Candies (11b Certificates) 20%
Sharper Image 10%
Shell Gas Card 2%
Shell Prepaid Card 2%
Smart & Final 4%
Souplantation 10%
Spoons Restaurants 10%
Stater Bros. 5%
Steak & Ale/Bennigan's 17%
Stuart Anderson's 15%
TGI Fridays 10%
The Gap 8%
The Warehouse 8%
Tower Records 7%
Toys R Us 3%
UA Theaters 8%
United Artists 8%
Unocal 76 Autoscrip(booklet) 3%
Victoria's Secret (Store & Catalog) 12%
Warner Brothers Studio 7%
Wendy's 7%
Western Bagel 5%

康谷中華文化協會理事名單 (2000-2001)

會長	劉存熙	Liu, Duncan	818-622-0763	
財務	劉世華	Liu, Shih-Hua	818-881-3083	籌款召集人, 代副會長、公關
秘書	焦守恕	Jiao, Shoushu	805-376-0108	通訊組召集人
教育組	潘黛美	Chang, Debby	818-865-9772	教育組召集人
	黃家蘭	Long, Ellen	818-889-1138	校長
	萬培娟	Joh, Peggy	818-991-7904	家長會會長
	藍芸	Lan, Yun	818-597-0788	籌款
	陸曉雯	Wong, Alice	818-347-4723	
通訊組	陳曾輝	Chen, Michael	818-889-6968	網頁、會籍
	王長卓	Wang, Carl	805-379-2672	網頁
公關組	馮翰輝	Fong, Jesse	818-879-7150	編輯、網頁
	胡文善	Hu, Wen	818-707-7638	
籌款組	侯天雄	Hou, Tim	818-222-7168	廣告
休閒活動組	樓毓華	Lou, Robert	818-880-6987	休閒活動組召集人
	周天祥	Joh, Tenshang	818-991-7904	
	陳重久	Chen, CJ	818-991-3999	
金齡組	吳茵茵	Lo, Elaine	805-370-9282	金齡組召集人/廣告
	潘雪燕	Wu, Annie	805-373-8748	廣告
特別活動組	童元生	Hu, Brigitte	805-492-3289	特別活動組召集人
	段志邦	Duan, Zhibang	805-498-2372	
	邵紅霞	Shao, Hongxiao	805-493-5882	
榮譽理事	嚴雋岡	Yen, Tom	805-579-1171	
榮譽理事	蔣時亮	Chiang, Bill	818-865-0811	
榮譽理事	武國英	Wu, Lily	805-529-1638	
榮譽理事	鄧延立	Teng, John	818-887-1402	

2000年 下半年活動預告

副會長選舉	十月/十一月
專題演講	正安排中
健行	十月二十二日 Oak Canyon Park, Oak Park
滑雪	十二月二十二至二十四日 Cedar Lake Christian camp
春節晚會	二零零一年二月二十四日 Thousand Oaks Civic Art Plaza

- 如有疑問，請洽華協會長、副會長或秘書
- 所有活動確定消息，會於千橡中文學校發放，並登載於我們的網頁上。

千禧中文學校學教師名單

第一節：9:15 AM - 10:15 AM
第二節：10:25 AM - 11:25 AM

班級	教師
Pre	許美富
KA	賴妙君
KB	周洪
1A	李瑞敏
1B	鄭耀忠
1C	朱曉東
1D	王敏
2A	鄭美芳
2B	廖慈真
2C	倪穎
3A	陸曉雲
3B	劉曉晴
3C	張建華
4A	張秋桂
4B	楊登華
4C	劉力
5A	郭碧華
5B	駱錦娟
5C	張建萍
6	武國英
7A	廖惠芳/周仲儀
7B	劉宏宇
8	鄭錫利
9	楊曉容
10	趙惠蘭
RAW	葉達嫻
課外活動 11:35AM - 12:25PM	
籃球	鄭慶松
中國結	蕭淑貞
爵士舞 (11歲以)	林麗珊
民族舞蹈	王珏
國術	周仲儀
摺紙	張大健
美術 (8-11歲)	董元生
美術 (12歲以上)	劉宏宇
乒乓球	董志元
青少年領導人才訓練	胡岳
美勞 (五-八歲)	葉達嫻
書法	郭平
合唱團	倪穎
SAT11 中文	梁桂梅/潘黛美

千禧中文學校行政人員名單

職稱	姓名	Home #
校長	黃家蘭	818 889-1138
副校長	張輝	818 865-9772
副校長	鄭德音	818 991-7525
教務	龍惠敏	805 241-8802
教務	蔡友文	818 889-0278
財務	王明珠	818 889-9000
財務	吳慶	818 889-1549
通訊	蕭靖文	818 865-9114
公關	曹佩玲	805 494-0500
總務	黎友丞	805 499-8203
活動	劉淑芬	818 597-2647
活動	潘雪燕	805 373-8748
註冊	劉月齡	818 879-0826

千禧中文學校 00-01 學年度 行事曆

秋季班	春季班
9/9/00 開學日*	1/27/01, 2/3/01,
9/16/00, 9/23/00,	2/10/01,
9/30/00, 10/7/00,	2/24/01 新春晚會*,
10/14/00, 10/21/00,	3/3/01, 3/10/01,
10/28/00*, 11/4/00,	3/17/01, 3/24/01,
11/11/00, 11/18/00,	3/31/01, 4/7/01,
12/2/00, 12/9/00,	4/21/01, 5/5/01,
12/16/00, 1/6/01,	5/12/01, 5/19/01,
1/13/01, 1/20/01	6/2/01, 6/9/01,
	6/16/01*
假日	
11/25/2000	感恩節
12/23/2000	聖誕節
12/30/2000	新年
2/17/2001	總統紀念日
4/14/2001	春假
5/26/2001	國殤紀念日
聯合會活動	
11/12/2000	繪畫, 書法比賽
2/25/2001	春季教師研習會
3/25/2001	學生華語文研討會
4/8/2001	常識比賽
4/28/2001, 4/29/2001	運動會
5/6/2001	演講及詩詞朗誦比賽
6/24/2001	夏令營

*本日第三節課停課