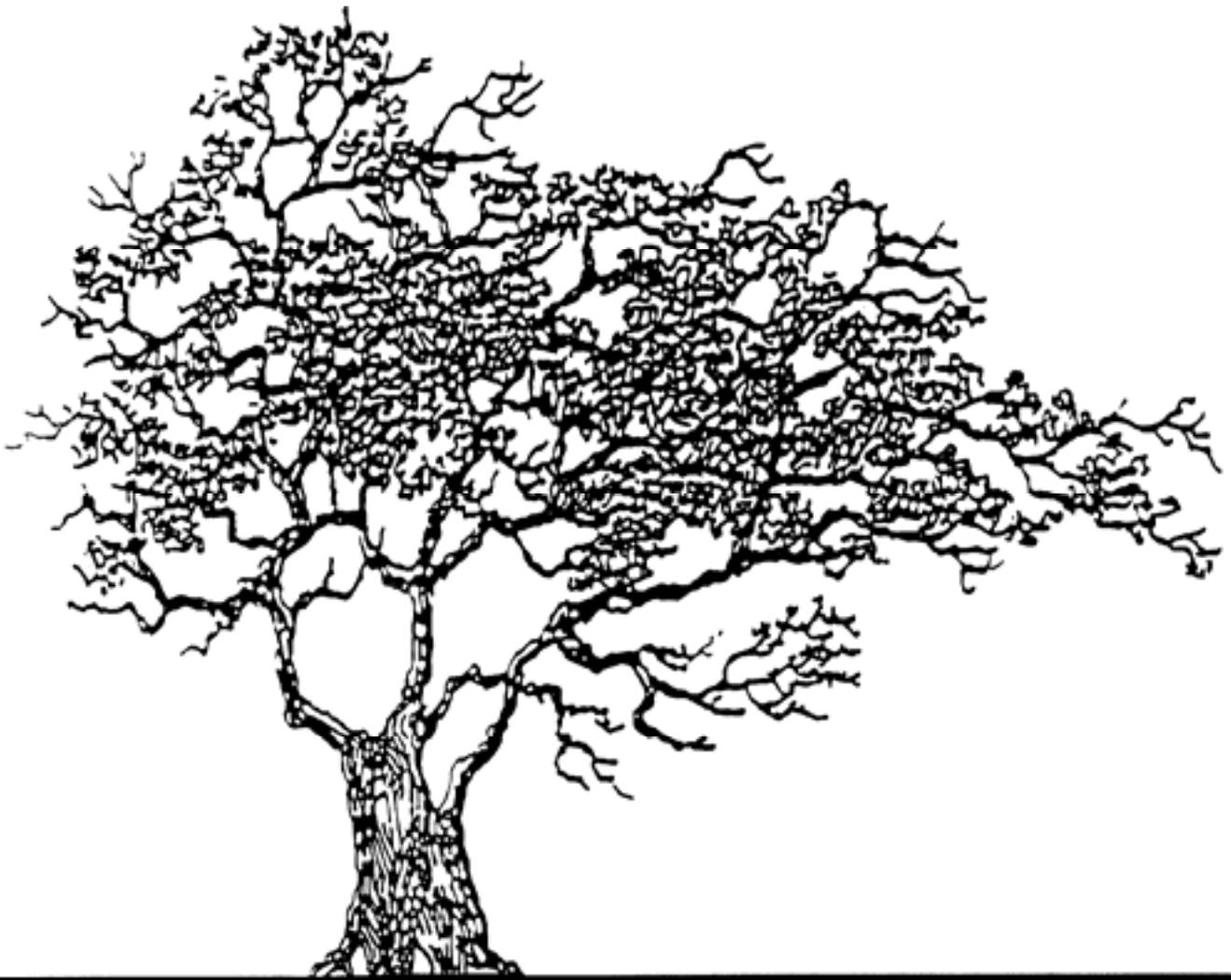


千橡

CCCA JOURNAL

2002年秋

總第34期



Conejo Chinese Cultural Association & Thousand Oaks Chinese School

www.ccca-tocs.org

親愛的讀者，

在一片鑼鼓聲中（您聽到了嗎？），《千橡》如期在編委會全體編委的精心擘劃下粉墨登場。細心的讀者必然已注意到行之久矣的《千橡通訊》換了新名。是的，「通訊」二字並非編者無心遺漏，而是為反應出這份蛻變中刊物的精神面貌，在博採群情，周諮眾議後的共同決定。

為什麼不再使用「通訊」二字？曰：「勢使然也！」這份刊物經多年累積成長發展，其刊載內容，組織功能，財務需求，廣告收入，均日臻完備與龐大。雖然依舊扮演著通訊角色，但刊物觸角所及則愈廣愈遠。以一個孩童成長過程的眼光來看，這是再自然不過的道理。自孩提而少年而青年，童駿的小孩終要長大為有思想、有內涵，志在鴻鵠的青年。如今—《千橡》羽翼已豐，正待展翅翱翔於萬里晴空！

何以說羽翼已豐？讀者諸君要細數源流，可參看本期馮瀚緯所寫「紀念千橡通訊創刊十八週年」專欄，茲不贅述。值得向諸君報告的是，前康谷華協會會長周天祥與《千橡》總策劃馮瀚緯在主編焦守恕的配合下，不遺餘力地將此一艱鉅的出刊編輯工作制度化，從人員編制，財務收支，發行對象，每期大綱，方向與時間表細節，及編輯內容，審稿原則，一一條分縷析，詳予規劃。此一規章使現階段工作人員對通盤作業瞭然於心，更易掌握編輯進度，也將使後來者得以按圖索驥，有跡可循，大有助於《千橡》品質的提昇，不可不在此特書一筆。

《千橡》的日益成熟，也可見於其內容廣度的延伸。本期〔特別專欄〕由孫邦華執筆的「911週年祭」報導了鄧月薇，曾吉吉，林維敏等三位華人在911事件中英勇無私的表現，以及他們受到美國政府人民的褒揚與崇敬。《千橡》藉此讚揚這三位我們引以為傲的華人同胞，也表達本地華人對此事件的普遍關切。鑑於911事件對一般大眾的心理創傷影響，王友平再度以其專業素養，為我們寫下心靈療傷之道。讀者諸君不妨細細讀之。

我們的理想是什麼？我們的理想是《千橡》成為廣受本地華人社區喜愛的刊物。我們的理想是《千橡》成為本地華人具體而微的生活寫照。我們的理想是《千橡》讀者與作者有著溫馨而相會於文字之外的知性與感性互動（如本期張大健與編者『子非我，安知我不知魚之樂』的機鋒論辯）。換言之，我們的理想是《千橡》成為一份人人的雜誌。希望讀者諸君也都願攘臂而起，以筆紙寫下您的所思所感，加入《千橡》作者的行列，共同來耕耘這屬於大家的精神園地。

新的《千橡》已呈獻在您眼前。請撚一盞燈，沏一壺茶，尋一方安靜角落，細品這案頭山水。

康谷華協理事名單及職務

編者的話 鄭德音

目錄 編輯組

編輯工作委員會組織及功能

康谷中華文化協會

維持好傳統，求新求進 武國英

中華文化，薪火相傳 周天祥

附：永久會員規則與申請表

附：永久會員名單與邀請函

附：康谷中華文化協會職能

千橡中文學校

校長的話 曹織玲

才下肩頭，又上心頭 蔡友文

家長會

會長的話 吳美薰

家長會理事名單

那年我在家長會 郭美音

特別專欄：911 週年祭

我們的愛一樣真實
- 寫於“911 事件”一週年 孫邦華

又是傷心落淚時？
- 再談“911 事件”精神創傷
後的心理障礙 王友平

淺談911 後的緊縮的移民政策 江華蔥

《千橡通訊》十八週年慶

千橡一十八 馮瀚緯

千橡通訊十八週年大會側記 林志中

照片花絮

藝林筆記

往往醉後傳抱石 張棠 25

1

文藝沙龍

2 我屬虎 左大磊 28

4 觸景生情 劉萊莉 29

閑談『康熙帝國』 郭平 32

幸福的童話 馬宏進 35

5 行所當行，行過便休，
讓快樂充滿生命 李琰琰 36

6 詩『浦江春色』『虹口秋意』 陳雪明 37

7

8 秋風吹夢錄

9 揚州瘦西湖 - 我兒時遊釣之地 顧東風 38

我的父親 王瑞芸 42

10 海天遊蹤

12 金三角的今昔 王正平 45

康谷社區

13 張棠新書發表會 林志中 47

13 千橡圖書館 - FTOL 簡介 袁曉琳 49

13 千橡華人知多少？ 張棠 50

Orient Express 凌莉玫 52

康谷團體 林志中 53

15

生活與保健

17 衛生麻將治小病 張大健 54

編者回覆張大健先生的信 焦守恕 54

18 養生 孚威 55

健康保健的基本要素 洪昭光 56

我愛瑜珈 林瑛瑛 61

20

23 教育

24 漢語拼音的由來及意義 潘黛美 62

俠女日誌 陳蕙玲 64

《千橡》編輯規劃與組織

組織：

- 1：設有編輯工作委員會，在 CCCA 理事會會長和通訊組的督導下，由主編負責組織和召集，進行《千橡》的編輯、出版、發行和與《千橡》有關的各項工作。
- 2：編輯工作委員會設主編（一人，任期一年），主筆（一人，任期一年），總策劃（一人，任期 2~3 年），編輯顧問（一人，任期不限），行政監理（一人，任期一年），版面編排主任（一人，任期 2~3 年），廣告組組長（一人，任期不限），編輯委員（至少 10 人，任期不限）和廣告組委員（至少 2 人，任期不限）。
- 3：編輯工作委員會成員各有明確的分工，詳細地列於《千橡》編委會職務分工表中。編輯工作委員會秉持積極奉獻、勇於負責、密切合作的團隊精神，按時向社區提供高質量的刊物。
- 4：編輯工作委員會每年要有新血幹才加入。各項職務的人選由編委會網羅，決定後向康谷華協報備。
- 5：《千橡》的各主要事項由編委會成員共同商議決定。重大改變需經由康谷華協同意。

財務：

廣告和捐贈收入及各項支出由編委會列帳總交康谷華協財務。

出刊時間：

半年一期，於十月初與三月底出刊。視情況得修訂之。

發行對象：

康谷華協會員及康谷華人。廣告客戶、相關團體等。

每期大綱、方向、欄目與時間表細節：

以主編、總策劃和主筆為軸心，與編輯委員共同訂定之。

編輯內容：

康谷華人組織〔康谷華協、千橡中文、家長會〕通訊

康谷華人社區介紹與活動報導

特約稿及專欄

學生作品〔少量〕

尺度考量與標準：由編輯群篩選、決定

可讀性高，品質不可粗糙

應當避免的文章：有爭議性〔政治、宣教等〕的，具個人宣傳、謀利、酬庸性或具商業性色彩的，含不雅文辭的

編排精神：

各類文稿的百分比與取捨，應當平衡，避免重複。

前後通訊精神與方向應一脈相承

維持好傳統，求新求進

武國英

每位理事在康谷華協負有展望及推動會務的責任。今年七月新舊理事交接的會議上，每位理事都發表了他們對康谷華協的認識，理想與抱負。康谷華協的宗旨，對內為團結華人的力量，服務地方社區的華人；對外則是組織華人的力量，代表華人社會，服務地方社區，作為華人社會與主流社會文化交流橋樑。

千橡中文學校的目標明確，顧其名是以教育為宗旨。家長會的目標是輔助學校，聯絡家長推動學校的工作。康谷華協是 IRS 登記有案的非營利機構，稅務會計上包括中文學校和家長會，三個團體在法律上是一個組織，在運作上有其獨立負責與互相輔助的效用。

寫這篇文章前，先拜讀了手邊可以找到的一些歷屆會長的大作，一邊再好好地欣賞他們的文采，同時也重新回味他們對康谷華協的認識、抱負和遠見。他們對康谷華協有許多精闢的介紹深刻的期望，我摘錄幾句他們的話，同時，也談些今年康谷華協的計劃和我的期望：

“在南加州各社團中，康谷的朋友，總是代表著群策群力，團結合作，優秀的表率。”

-- 鄧延立：〈歡樂相知齊聚一堂〉，1998 秋

“CCCA 的許多事務是長期性且重複的，因此如何把前人的寶貴經驗制度化、檔案化，以利傳交新人，發掘及培養人才，也就成為 CCCA 本年度的首要目標。希望因此能讓各個人才可以花較少的時間在一般的事務，而能有更多的時間、空間發揮所長。”

-- 馮瀚緯：〈有所變有所不變〉，1999 秋

“中文學校，家長會，華協是一體的三功能。歡迎加入這個多功能的大家庭，更歡迎投入這個多功能的服務行列。”

-- 劉存熙：〈會長的話〉，2001 春

“康谷是我們共同生活的社區。這裡一切的發展皆與我們息息相關。今天華人社區內的人數日增，提升華人在社區的力量，維護華人的權益，相形上也日益重要。”

-- 周天祥：〈華人社會的展望 - 會長的話〉，2001 秋

會長競選

我心目中有多位理想的會長人選，競選時候，卻無人出馬。放眼望去，盡心盡力為社區工作的人不少，怎麼獨不見帶頭的人？志願工作本是無酬，帶個「長」字更是僑社茶餘飯後攪舌的對象。值得嗎？轉頭一想，總希望在美國的主政壇上，多些亞裔的領袖，華人更好。但是，如果我們這些 ABC 的父母，連個地方社團的會長職位，也三推四讓，又怎麼能期望自己的後代，有如此的勇氣，拋頭露面，真槍實彈的參加選舉，成為眾人可以公開品評的對象呢？為後代作個榜樣，值得！請各位今後踴躍參加競選，在華協的組織內競選好，超越出華協組織競選當然更好。

註：今年作會長，應該最輕鬆，在周天祥前會長的安排下，康谷華協的兩件大工程 - 千橡通訊和新年晚會，在我上任時，焦守恕和吳茵茵已經準備好完整的方案和組織。衷心感謝！

志願工作

離開全職學生的身份以後，謀生糊口，朝九晚五，仰人鼻息，每年幾十小時的假期屬於自己以外，別的時間自由都賣給「錢」了。唯有志願工作屬於自己，不是嗎？不高興，走路，本來就沒有為報酬做事嘛！從志願工作者的身上，更能了解一個人的特點喜好，做事的態度和服務的精神。美國有許多志願工作者服務的場所。我很高興有康谷華協的存在，可以做我喜歡的教育工作，更借此傳揚我引以為傲的中華文化。物質的報酬本來就沒有期望，心中的滿足，卻是無價。希望各位也能依自己的才能興趣，踴躍參加志願工作的服務。

會員人數

康谷華協是個會員制的組織，靠會員成立成長。可惜，許多會員在孩子離開中文學校，或是人事過遷，就離開了康谷華協。華協失去的不只是那十元，二十元的會費，更是那份熱情和經驗。今年在蔣時亮，周天祥帶領下，希望能將擴大及保持會員的辦法具體執行。

中文學校

要小小孩放棄星期六的卡通，要青少年放棄周末的賴床，要父母放棄周五拜六原可以的和顏悅色，就是為了學習中文，不可不謂寒窗苦讀。問題是許多在中文學校「苦」讀了數年的學生，成就何在？老師們兢兢業業，東尋西覓找教材，掏乾五臟六腑，準備，準備，再準備，希望課堂學習秩序井然，教學材料生動活潑。但是，學生年齡可相仿，程度卻大大地不齊，短短兩小時的課，到底照顧那個程度的學生才好呢？今年在教育小組蔡友文前校長的帶領下，相信可以為以後的中文學校，跨出問題解答的第一步。

建立形象

康谷華人在社區的建設服務上真有成就，出雜誌，辦學校，大型綜藝節目的演出，加上多采多姿的活動，比賽，一年又一年，全靠著許多人的才能、智慧、熱忱、遠見，和一顆願意服務貢獻的心。這些人似鋼筋水泥，把來自世界不同角落中國人的一盤沙，建立成高樓大廈。今年在吳茵茵聯絡下，我們將和本地有線電視公司合作，推出一個檢收康谷華協成就的三十分鐘的節目，在電視上轉播，請拭目以待。

為康谷華協的成熟壯大，我也有些話想與理事們共同互勉。第一，眼光遠大，用賢與能。把私人恩怨留在康谷華協的門外。第二，尊重康谷華協的組織章程。組織章程是人定的，法律也是人定的。但是，當權者對法律的尊重與否，卻在地球上造就了不同的世界，你願意在那個世界居住？康谷華協的組織章程過時或不合理，可以按著程序修改，而尊重法治的精神，是一個團體安定進步的基礎。第三，道德勇氣，對的事，勇往直前；以真情活力，團隊精神辦事；在維持康谷華協的好傳統中求新求進，茁壯成長。

中華文化，薪火相傳

周天祥

康谷華人社區在過去數十年蓬勃發展，千橡中文學校由創校之初十餘個學生，成長到今日近 500 名學生的規模，社區期刊由一份 22 頁篇幅，打字裝訂，以社區通訊為主旨的刊物演變成今日電腦排版印刷逾 100 頁的綜合性文藝期刊。而每年社區同樂的新年晚會也由當初 Los Cerittos School 的禮堂搬到千橡市文藝活動中心可容納近 1800 位嘉賓的 Fred Kavli Theatre，這些都是社區熱心人士公餘之暇為社區發展盡心盡力的成果。

康谷的華人來自世界各個不同的角落，因為大家秉持著薪火相傳，延續中華文化的共同理念，摒棄己見，將康谷建立成一個南加州華人嚮往的社區。歷年來許多熱心的華協會員們不僅對華協和中文學校提供財務上的贊助，並積極參與華協社區活動的籌辦和中文學校教學行政的運作，今天社區之能發展到此一階段，這些熱心人士委實功不可沒。

近年來隨著社區華人人數的成長，基於現有的人力和物力，華協要對社區提供適當的服務，總覺得捉襟見肘，在此希望更多熱心的人士能一起參與社區各項活動的籌辦，給予華協多方的支持，將康谷華人社區推向一個新的里程碑。

最後我由衷地感謝過去一年合作的夥伴，讓我汲取到許多珍貴的經驗，也向新加入康谷的朋友們問聲好，相信您們很快就會發現康谷特有的魅力。

康谷中華文化協會(康谷華協)一般會員, 永久會員, 及熱心贊助人任規章

A. 一般會員：

1. 一般會員得享有康谷華協內部規章所賦與之投票權及參選權。
2. 康谷華協主辦之各項活動得以優先參加。
3. 贈送每期之千橡通訊。
4. 2002 年度會費為 US\$15, 以家庭計, 所繳會費概不退款, 會員資格不得轉移他人。
5. 千橡中文學校學生家長, 在繳納子女之學生年費後, 就成為當年度的一般會員, 不需再繳當年度之會費。

B. 永久會員：

1. 永久會員為終身制。
2. 永久會員得享有康谷華協一般會員之所有權益。
3. 康谷華協主辦之主要活動得事先以書面通知, 並可優先在售票前選擇入場卷座次。
4. 永久會員得獲康谷華協會長所頒發之感謝狀。永久會員名單得每年刊登於千橡通訊。
5. 一次性會費為 US\$300, 以家庭計, 所繳會費概不退款, 會員資格不得轉移他人。
6. 若會員子女仍在千橡中文學校就讀, 該子女之年費仍需比照一般學生繳納。

C. 熱心贊助人任：

1. 捐款額不拘。所有捐款得以抵稅。
2. 熱心贊助人任名單得刊登於當年之千橡通訊。
3. 熱心贊助人任如願成為康谷華協會員, 必需依比規章之 A 或 B 另繳會費。

The Conejo Chinese Cultural Association (CCCA) Regular Member, Lifetime Member, and CCCA Patron Program

Regular Member:

1. Rights for voting, and running for election, as defined in the CCCA Bylaw.
2. Priority for participating in CCCA sponsored events.
3. Complimentary copy for each CCCA Journal.
4. Year 2002 membership fee of \$15 per family. The fee is non-refundable and non-transferable.
5. Parents of Thousand Oaks Chinese School (TOCS) students, who have paid the annual school fee, are considered as Regular Member for that year, without paying additional membership fees.

Lifetime Member:

1. Membership good for lifetime.
2. All the rights and privileges as the CCCA Regular Members.
3. Notification and pre-sale seat selections for major CCCA events.
4. Certificate of Appreciation from the CCCA President, and yearly honorable recognition on the CCCA Journal.
5. One time membership fee of \$300 per family. The fee is non-refundable and non-transferable.
6. If the member family has student(s) attending TOCS, they will still have to pay the annual school fee.

CCCA Patron:

1. Flexible in the amount of donation. The donation is fully tax deductible.
2. Honorable recognition on the CCCA Journal.
3. Can become a CCCA member by paying membership fee as defined in A. or B.

康谷中華文化協會有權修改此規章。如有疑問, 請洽下列 CCCA 理事 (CCCA reserves the right for making changes of this program without notice. Please contact the following CCCA staff for any questions:)

1. 周天祥 Tenshang Joh (818) 991-7904 Email: tenshang@amgen.com
2. 蔣時亮 Bill Chiang (818) 865-0811 Email: chiang@simi-valley.tt.slb.com

Please send the bottom portion with your check to:

CCCA, 1728 Moorpark Road, P.O. Box 416, Thousand Oaks, CA 91360

Name (中文) _____ English _____

Names of family members (中英文) _____

Address _____

Home phone number _____ E-mail address _____

I would like to become a CCCA Regular Member. A check of \$15 is enclosed.

I would like to become a CCCA Lifetime Member. A check of \$300 is enclosed.

I would like to become a CCCA Patron. A check of \$_____ is enclosed.

Signature _____ Date _____

Please make check payable to CCCA, and mail it with this coupon to:

CCCA, 1728 Moorpark Road, P.O. Box 416, Thousand Oaks, CA 91360.

康谷華協永久會員

Dear Friends:

I would like to take this opportunity to invite you and your family to sign up for the CCCA Lifetime Membership. CCCA needs long term core members to carry out CCCA's missions, and to build up CCCA's reputation and strength in our local communities.

Your participation will ensure the success of the program and will encourage other families to follow your steps.

If you are interested, please read the program at page 7, fill out the application form and send your completed form with \$300 membership check to CCCA. Thank you for your consideration.

Best regards,

Lily Wu

President, CCCA Year 2002 – 2003

At the present time, 10 families have signed up for the CCCA Lifetime Membership:

劉香巖、蔣時亮 魯台孫、祝華僑 武國英、張貴斌 蔡友文、胡建策 張蘇雯、修建虹
朱情、徐以誠 賴怜君、蕭博洋 潘雪燕、吳禎祺 方梅、徐衛龍
吳茵茵、羅浩林

親愛的朋友，

我願藉此機會邀請您和您的家人登記成為康谷華協永久會員。康谷華協需要長期核心會員以執行本會的任務，建立我們在當地社區的信譽與力量。

您的參與將可確保此議案的成功，並可帶動其他家庭效法跟進。

如您有興趣，請參閱第七頁之詳文，填好申請表，將填好的表連同\$300.00 支票寄給 CCCA。謝謝您！

康谷華協會長

武國英 敬上



這片 CD 收錄了千橡通訊創刊 18 年來全部 33 期的雜誌。由陳曾緯掃描所有的雜誌，王長卓、賴怜君和林志中燒錄 CD 和封裝。CD 的封面由蕭博洋和賴怜君夫婦，精心設計、印製。它是康谷社區 18 年歷史和成就的縮影，是諸多佳作的文庫，極具典藏價值。目前尚有少量存貨，有興趣者請與本編輯部聯繫。

康谷中華文化協會的組織功能與工作目標介紹

康谷中華文化協會 (CCCA, Conejo Chinese Cultural Association) 為 IRS 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、滑雪、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。

康谷華協的固定淨支出包含獎學金、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則靠中文學校代收的會費與禮卷(Scrip)收入。不足之數仍眾，則全靠捐款與活動等籌款方式累積收入。

幾項重要活動：

→ 禮卷：請多購買，易行不費，卻大助益華協財務。

負責人：郭美音 805-529-2912, meinnhuang@yahoo.com

→ 廣告：請多介紹《千橡》廣告，以增收入。

負責人：陳重久 818-991-3999, mingcj1@msn.com

→ 網頁：<http://www.ccca-tocs.org/>，請多多瀏覽光顧。

負責人：陳曾綽 818-889-6968, michael_t_chen@hotmail.com

→ 千橡圖書館捐書：如您有好書願共襄盛舉，請與我們聯絡。

TOCS Principal's Message

Caroline Tsaw

Thousand Oaks Chinese School has close to 30 years of history. As an entity, it has a momentum of its own fueled by the passion of committed parents.

The analogy I picture is that of a sailboat. The wind propels it forward, but it takes team effort to steer a winning boat. In the case of Thousand Oaks Chinese School, it takes the coordinated efforts of the Conejo Chinese Culture Association, the Parent Volunteer Association, the teachers and the administrative staff to trim the sails just right to bring the boat within range of its desired goals.

Due to the fact that Thousand Oaks Chinese School has grown to the magnitude that it has makes it difficult to identify and satisfy a targeted audience. It becomes necessary to appeal to a wider spectrum. The Chinese community in the area does not gravitate to Chinese School for mere academics. It is the desire to foster a culturally homogeneous environment. It is an environment in which basic practices and values need not be explained.

Once in our midst, we, as educators, are entrusted with the responsibilities of nurturing the children. We need to infuse in them the various aspects of being Chinese through language and activities. The debate as to how to accomplish this in the short three hours a week is as heated as it is widespread. At the Teachers' Conference every August, there are always new and creative ideas being presented. I find all of this fascinating.

The student body at Thousand Oaks Chinese School comes from a wide range

of backgrounds. But primarily, there are those who speak Mandarin at home, those who do not speak Mandarin but do speak a Chinese dialect and, lastly, those who do not speak any Chinese at all. Due to limited resources, our teaching material does focus on the first two groups.

Listening, Speaking, Reading and Writing are the four elements of learning a language. Writing is, of course, last, because it is the most difficult. Not only must you write the character accurately; you need a little finesse and a little style. Listening and Speaking will prove effortless to some, but poses problems in varying degrees for others. Therefore, that leaves Reading as the common denominator that I can concentrate my efforts on.

Learning to read is essential to learning any language. Technology has enhanced the language proficiency attainable for native Mandarin speakers. But they still need to be able to read to ensure the accuracy of the words they type. For those who might not be able to master Listening and Speaking, character recognition should be the minimum that they leave Chinese School with. Students who do not speak Mandarin at home need to realize that characters carry the same meaning whether it is spoken in Cantonese, Shanghainese, Taiwanese or other dialects.

In order to keep the students coming back year after year, we need to make Chinese School relevant and interesting. To accomplish this we need to complement the academics with activities. We participate in competitions organized by

the Southern California Council for Chinese Schools for Speech and Penmanship. We will be organizing our own Spelling and Vocabulary Bee to encourage Reading. In addition to that, there will be a Read-a-thon as a fundraising activity.

This school year, students will be doing theme posters on famous Chinese heroes and heroines. To complement this, we will visit the Bowers Museum's exhibit on the "Symbols of Power". In ancient times, knowledge meant power.

Finally, we are happy to announce

that Westlake Hyatt has agreed to hold a career day for our students. The upper grade students will be able to apply for real positions. They will work a 5-hour day without pay, but the experience will be invaluable.

We look forward to working closely with the teachers and parents for a brighter future for our children. With the support of the Conejo Chinese Cultural Association and the Parent Volunteer Association, I am sure we can overcome any obstacles ahead of us.

校長的話

曹織玲 / 鄭德音譯

千橡中文學校創校迄今已將近卅年。整體而言，她充沛的動力來自家長熱忱的投入。

試以帆船為例。風推動著船隻往前行，但掌舵則有賴眾人之力。就中文學校而言，她仰賴康谷華協，家長會，教師與行政人員的通力合作掌帆，使這艘船能朝目的地航行。

由於學校已略具規模，校務運作較難以掌握並滿足特定的群體。她仍有待擴大其服務對象。本地社區華人並非僅為知識而匯集一校，更根本的是要造就一個文化認同的環境，在此環境內所有基本運作與價值觀乃不言自明。

學生一旦進入學校，我們身為教育工作者便須責無旁貸負起培育之責。要經由語言及各項活動來灌輸種種「華人」的特質。如何在每週三小時內達到此目標，可謂眾說紛云，言人人殊。每年八月的教師研習會上推陳出新的觀念與做法每每令我歎為觀止。

千橡學生成員來自五湖四海，背景各殊。主要可分為家中講國語（普通話），或中國某

地方言，與完全不會說漢語的人。限於資源，我們目前的教材只能涵括到前二者。

「聽」、「說」、「讀」、「寫」為語言學習的四個要素。「寫」自然居末，因其最難。中國字不但書寫須正確，尚須留意美觀與書法。「聽」、「說」對某些人毫無困難，但對另一些人則具參差不等的難度。職是之故，我們只能將重點放在閱讀。

閱讀是學習語言的要件。對以國語為母語的人，電腦輸入技術提昇了語言效率。但他們仍需能閱讀，以確定鍵入正確的字。「聽」「說」尚不流利的人，則應當列「認字」為離校前的起碼條件。在家中非以國語為母語的人則應了解無論是廣東話，上海話，台灣話或其他方言，發音容或相異，所用的字義乃是一樣的。

欲讓學生年年返校，便需使中文學校與他們息息相關並生動有趣。課業學習需配以各項活動來達此目標。本校年年參與南加州中文學

校聯合會的演講及書法比賽即其一例。今年校內將舉辦認字比賽以鼓勵閱讀。此外，另有一項 Read-a-thon 募款活動。

本學年學生將以中國歷史英豪為題製作主題海報，另將參觀鮑爾博物館 (Bowers Museum)「權力的象徵展」與此項活動配合。因在古代，知識代表權力。

最後，我們很高興告訴大家 Westlake Hyatt 旅館已同意為本校學生舉辦「旅館工作

日」。高年級學生可在該旅館申請真正的職位。這五小時的一日職務將無薪給，但所獲得的經驗卻彌足珍貴。

為孩子們的燦爛未來，我們盼望與教師和家長們密切合作。有康谷華協和家長會的全力支持，我確信我們能克服所有橫梗在前的障礙。

才下肩頭，又上心頭

蔡友文

近幾年中文學校每屆校長下台一鞠躬的時候，總會收到一份珍貴的禮物：一本琳瑯滿目的照相簿。這得謝謝學校的公關，也是新任校長曹織玲女士的巧手慧心，為一年來中文學校各項精彩活動，留下雪泥鴻爪。這份奇禮不但賞心悅目，叫人愛不釋手，也讓受禮者的心感到無比溫暖。

那天忙完了結業式，送走了雀躍著奔向暑假的學生，深呼一口氣，啊！終於可以卸下肩頭擔子了。這才有空拿出這本「退休校長」獨有的紀念冊，一頁一頁地翻閱著。一年來經歷的大小諸事，有如浮光掠影，點點滴滴地湧上了心頭……

記得去年夏末，學期尚未開始，就展開了「暖身」活動。我們一群十四位老師和行政人員，浩浩蕩蕩南下參加中文學校教學研討會，主題是「中華文化在美國開花結果」，大家都有滿載而歸的充實感。然後就是繁忙的註冊業務，這學年一共有五百零七名學生，比前一年增加百分之十八。雖然校務相對地增加，但老師和行政人員均全力配合，使學校能以穩健的腳步向前邁進。

九一一事件如平地一聲驚雷，喚起了大家愛國愛鄉的熱誠。校方決定取消原定的中秋節

慶祝節目，改為募款活動，以對受難者和家屬表達悼念和安慰。

天氣漸涼之後，萬聖節的化妝遊行和南瓜雕刻比賽就登場了。孩子們一個個可愛逗趣的裝扮，笑容可掬的小臉，經過照相機，一一納入了回憶。

一連串年終的聖誕節活動才告一段落，新春晚會的籌備和排練就如火如荼地展開了。以「馬到成功」為主題的新春晚會，在群策群力下，果然一鳴驚人，馬到成功。雖然晚會長達三個多小時，但觀眾多有意猶未盡之感。孩子們的表現尤其可圈可點，真是後生可畏。

接下去三月份的元宵節猜謎比賽，四月轟轟烈烈的南加州華人運動會，五月溫馨感人的母親節慶祝聯歡，一連串的活動替平日朗朗書聲的中文學校增添了許多歡呼和笑語。隨著期末野餐和結業典禮，一年竟也在繁忙中匆匆渡過了。

過去的一年可以說是我一生中最寶貴的成長機會。做為校長所要面對的挑戰，遠遠超過當初的想像。幸好我身旁總是有一些人適時地提供我指導和幫助。我很幸運有一個核心小組，裏面個個成員都是那種“一通電話，服務就到”的火熱心腸。他們是我的助手、導師，如今也都成了我的好朋友。從孩子們的認真學

習態度，家長們無私的參與，和老師、行政人員任勞任怨的工作態度，讓我獲益不少。想想看，其實真正作學生的是我呢！由於康谷華人中藏龍臥虎，都是社會精英，在提意見時難免百花齊放，各有道理。我有幸因處理紛紜的意見，而學習到什麼是彼此接納尊重，什麼是團隊精神。這些都是極寶貴的人生功課，相信我未來的人生一定會繼續從其受惠。

闔上紀念相冊，心中百感交集。過去這一年，有付出，有獲得；有失意，有得意。如今都已成過往。我只能說，啊！真是多采多姿的一年！謝謝大家與我攜手譜下了這一個美麗的篇章。我深信，千橡中文學校在曹校長的領導下，配合各位的支持與鼓勵下，必能在和諧穩定中日益茁壯，欣欣向榮。

家長會

吳美薰

雖然周末的時間縮短了，星期六早晨，仍是一家大小快樂上學的時候。小孩學好中文，認識中華文化，是上中文學校的主要目的。家長也藉著帶小孩上學的機會，來此與朋友們談談天，交換心得，舒鬆一下心情；小孩們更樂得有機會可以吃糖，和同伴們嬉鬧。中文學校裡，充滿朝氣蓬勃的氣象。

到家長會來幫忙，是義不容辭。但對會長一職，卻是有點惶恐。既然家長們對我有信心，又有各位熱心家長為後盾，我便全心而為。這次家長會經由提名選舉，共有十位成員。其中二位因故無法參與，因此特邀過大慶先生與倪穎女士，加入我們理事的行列。

家長會的功能是協助學校作業的運行，並籌辦各項老師、學生、家長間的聯誼活動。其中有日常的課業影印、圖書館的借書、與便當服務。一年一度的活動有：開學迎新茶點、教師節謝師禮物、萬聖節活動、及新春慶祝、校際運動會、學年結束的野餐會和謝師宴。

這一切切的活動，需要大家鼎力相助與支持。更需要大家踴躍購買大華禮券，以補充經費。如有任何建議，歡迎與家長會聯繫。期望我們有個快樂、充實的一年。

千橡中文學校 2002 - 2003 家長會理事名單

會長：吳美薰	805-495-3525				
副會長：王祥峰	805-241-3425	總務			
理事：史晉海	818-707-2886	複印	李文心	805-499-6962	圖書館
吳培欽	805-523-8969	複印	倪穎	805-498-6600	圖書館
羅達中	818-887-8858	大華禮券	王祥	805-500-8181	便當

那年我在家長會

郭美音

從來在學校裡除了當家長外，還沒當過其它的“長”呢！沒想到在中文學校一混十多年後，居然有此殊榮給冠上了家長會會長的頭銜。

在一年的任期裡，由新接任時的不知所措，進而樂在其中，以及在卸任時的依依不捨；話雖如此，但當有人建議說何不駕輕就熟的再接任一年時，我則謝辭了，只因為在中文

學校的家長群中，有能力、有熱忱的可多著呢！家長會是由家長們組成的，理當由家長們輪替的擔任會長與理事，如此年年下來才能使更多的家長有機會投入服務行列一展才華。

有人說在家長會好辛苦，其實我倒認為是任我玩了一年，好不好玩呢？這就得看以什麼態度處之了！是的，辛苦是什麼？不過是勞心勞力罷了。為了能讓家長們每個禮拜六早上有咖啡喝，我們得早早的準備好。為了籌得更多的資金辦活動，透過理事周大偉的關係，進了一批上等乾貨，於是今年家長會開起了乾貨舖，每次進貨來回要開上二、三個小時的車，我還記得第一次去取貨正是 911 事件的當天！進了貨後得分裝，我家，陳玲伶家，甚至我的辦公室都成了分裝工地，本著中國人厚道的精神，理事們斤斤計較的稱，一磅就是一磅，但祇許多不可少絲毫。然後發揮他們的推銷術，不厭其煩的解釋蓮子怎麼煮，白木耳泡多久，香菇米粉如何炒，聽得口水都快流出來了。就這樣我們淨賺了將近\$820元，辛苦吧？當然！但想想能把好東西介紹給千橡的朋友，不也是樂事一件。本人平時少病少痛的，難得有藉口向公司請假，所以每當要進貨時，就給自己一個理直氣壯的理由，借機向老闆告假去。當車行駛在高速公路時，心情的輕鬆還真像偷來的閒，給自己休假去大採買似的愉快。

如今 2002 年家長會理事們已功成而退，然而我們共事的點點滴滴，溢滿心頭，便當賣的熱滾滾，圖書館的進進出出，影印的馬不停蹄，每位理事本著服務的精神，不留餘力的付出。有緣份才能一起共事，進而結交成好朋友，這可是一年來付出所得到的最佳回報。謹此我要謝謝每位理事給我的支持，各位理事是否覺得在頭號迷糊蛋的會長領導下，日子過得特別快呢？

今年家長會在各位家長及全校師生的全力支持下，順利的完成了許多的活動，報告如下：

- ☺ 迎新敘舊茶點招待：為了配合學校的註冊日期，家長會在上學期開學後連續三個星期，於影印室前準備了咖啡和點心，與新舊家長及小朋友們一塊兒分享。
- ☺ 教師節謝師禮物：九月二十八日是一年一度的教師節，為了感謝所有老師們的熱忱和辛勞，家長會特別致贈了一份小小的禮物，以表達我們的心意。

- ☺ 萬聖節服裝及南瓜雕刻比賽：這是家長會每年都舉辦的一項大活動，參與的小朋友一向非常踴躍。今年也不例外，估計有近兩百位同學參加，再加上跟在旁邊照顧的家長們，比賽當天學校裏熱鬧非凡，所有參加者統統有獎，皆大歡喜。
- ☺ 慶祝中國新年：在國外過春節，總是少了那麼一點味道，家長會特別在春節前後，買了一些應景的糖果點心和大家共享。然而，最受小朋友歡迎的當然還是紅包嘍，家長會別出心裁的放了二枚一元的銅幣在紅包裏，好多小朋友收到後都珍藏起來，捨不得用哪。
- ☺ 支援康谷華協(CCCA) 和學校舉辦的各項活動：例如春節晚會，元宵猜燈謎，秋高氣爽健行，專題演講等等。
- ☺ 海華運動會：千橡中文學校一向是常勝軍，家長會每年都參與支援，為學生、家長訂購中午的便當，供應飲料、點心，並且安排了自助餐式的慶功宴。
- ☺ 六月一日的謝師宴，邀請了每位教職人員及他們的另一半，計 200 多位佳賓參加。
- ☺ 六月八日期末野餐會，在千橡圖書館旁的社區公園舉行。當天有 500 多人參加，遠遠超出我們的預計。除了有吃、有喝、有遊戲玩外，還有獎品可拿，小朋友可是樂極了！

除了以上的各項活動外，家長會還提供許多的例行服務：

- ♥ 影印服務：替老師印教材及作業是刻不容緩的事，為了使這項服務進行得更有效率，家長會購買了一台新的影印機，如今有了二台功能不錯的機器，使得影印工作順利快速多了。
- ♥ 圖書館服務：圖書館開放時間是中文學校上課時間的早上 9:30 到 12:00，由於圖書增加了許多，使得中文學校的圖書館兼儲藏室愈來愈擁擠了，經過新任校長曹織玲的交涉，爭取到另一間小教室供中文學校使用，同時家長會捐贈了做儲藏櫃的費用。
- ♥ 大華禮券：謝謝每位辛苦推銷的理事及購買禮券的家長，沒有你們，孩子的活動就不會那麼多彩多姿了。
- ♥ 便當服務：由每次便當賣光光看來，Egg Roll House 供應的便當，想必還合各位的口胃吧！希望各位繼續支持。
- ♥ 中文 SAT 獎學金：為了獎勵學生學習中文，家長會今年增設了一項獎學金給中文

SAT 校內模擬考及校外考試成績優良的

學生，以鼓勵學生學習中文的精神。

千橡中文學校家長會中文 SAT 獎學金申請及審核條例

- 申請者限於千橡中文學校就讀滿六年以上的學生。
- 申請時間為每年五月三十一日之前向中文學校提出申請。
- 凡參加校內中文 SAT 模擬測驗成績滿 750 分者獎金\$10 元，滿分者獎金\$30 元；或參加 College Board 中文 SAT II 考試成績滿 750 分者獎金\$20 元，滿分者獎金\$30 元；每位符合資格者僅領一項獎學金，並以未領過者為限。
- 獎學金申請資格由中文學校審核，家長會提供獎金，於每年中文學校的結業式頒發。

We Will Never Forget

九 . 一 一 周 年

我們的愛一樣真實

孫邦華

-- 寫於“9/11 事件”一週年

美國廣播公司(ABC)全國電視網於最近的一則報導中,首次向美國民眾披露了一段被埋藏了將近一年的華裔鄧月薇(Betty Ong)在“9/11 事件”中的英勇事跡。根據報導,45歲的華裔女性鄧月薇生前服務於美國航空公司,是撞上世貿大廈北樓的那架班機的座艙長,是她在罹難前不畏危險,爭取最後的一刻,及時向地面管制中心通報了機上正在發生的事情,進而促使官方關閉所有機場,此舉雖然未能阻止另外三架飛機出事,但至少鄧月薇與地面的這段通話錄音有助於辨別劫機者,從而作為重要的法庭證據而至今不能對外公佈。

在“9/11 事件”過去將近一年的今天,上述這則報導又勾起我對這場災難的回憶。當鄧月薇擔任座艙長的那架班機撞上世貿大廈北樓時,另一位華裔男子正站在紐約布魯克林橋的地鐵站附近目睹了北樓遭遇襲擊後起火的情景,他當時沒有隨著驚慌的人群往北撤離,而是逆著人流盡快跑到自己的辦公室(離世貿大廈幾個街口)拿了平時就備下的救護用

品後,衝進了被濃煙籠罩著的災難現場去搶救受傷的民眾。在 FOX 電視台於當天播出的災難現場畫面中,我們曾看到他正在灰煙瀰漫的現場搶救一位受傷的婦女,而他的身旁則是散落的飛機殘骸。後來,大樓倒塌了,一切都被埋沒了,使得失蹤者的名單中增加了這麼一位並非紐約市的消防隊員或警察,卻因在災難現場參與搶救受傷的民眾而獻出自己生命的人。他就是捨己救人的華裔英雄-曾喆(Zack Zeng)。

與鄧月薇和曾喆相比,我們的另一位華裔英雄林維敏(David Lim)則要幸運得多了。9/11 當天,在紐約/新澤西港務局當了 22 年警察的林維敏正在世貿大廈南樓的地下二層上班。當北樓遭到飛機襲擊後,為了救人,他衝進正在燃燒的大樓,幫助疏散撤離湧入樓道裡的人們。當他一層一層登到 44 層樓時,正目睹了第二架飛機撞上南樓,一陣強烈的震盪後,濃煙籠罩著整座大樓,一種不幸的預感一直在腦中閃現。可是他沒有選擇獨自逃命,而

是和一名消防隊員一起攙扶一名殘障婦女下樓。當他們下到第五層時，大樓轟然倒塌了，他和他的同伴被埋在廢墟之中。後來，消防隊員將他從瓦礫中挖出並送往醫院，而他居然奇蹟般的活了下來。

當這場震驚世界的災難降臨時，鄧月薇，曾喆和林維敏等人表現出了見義勇為和捨己救人的高尚品德。然而，有更多的華人同胞為了救災救人，盡了自己的一份心力。他們中有在世貿大廈



鄧月薇

的廢墟上做現場清理義工的華裔藝術家；有在紐約和其它城市的醫院裡流著眼淚，排著長隊等候獻血的華裔學生；有為災難受害者及其親屬紛紛解囊相助的華人團體及個人；有為“9/11 事件”奮筆作畫贈給紐約市消防隊員的華裔畫家；更有數不清的居住在全美各地的華人，當他們看到那兩棟象徵著人類文明成就的摩天大樓最終倒塌並奪去數千人的生命時，他們的心在顫抖，在流血，正是他們以自己的哀痛與愛心，與美國人民一道承受著這場人類的災難。而美國人民也同樣忘不了他們的貢獻。過去一年來，鄧月薇的家人收到了美國總統布什和有關各方紛紛寄來的問候卡和表彰獎狀，代表鄧月薇居住的波士頓選區的麻省聯邦參議員甘乃迪也頒贈美國國旗，以推崇鄧月薇在“9/11 事件”中的英勇表現。在鄧月薇生長的城市舊金山，已將 9 月 21 日命名為(舊金山鄧月薇日)。《紐約時報》在一則報導中稱謂捨己救人的華人英雄曾喆為“一位完全無私的人”。紐約州長柏德基(George E. Pataki) 在 2002 年的《州情咨文》中，曾喆是其提到的紐約在“9/11 事件”中十四位英雄中的一位。曾喆生前的工作單位紐約銀行，已將一個會議室以曾喆命名。而曾喆

曾經擔任過義工的羅徹斯特救護隊則將一輛新救護車命名為曾喆號。在紐約的曼哈頓，距離世貿大廈不遠的紐約股票交易所(NYSE)因 9/11 停止交易四天之後重新開盤，這是美國走出黑暗陰影的象徵，而我們的華裔警察林維敏被選為這個象徵的揭幕者，由他按下了開市鳴鐘的電鍵。通常能有此殊榮的，都是一些重量級的名人，這次交易所把這份殊榮給了一位普通的華裔警察，以此表達他們對英雄們的崇高敬意。

從某種意義上講，這場災難也使得我們旅美華人的心與我們生活的這塊土地貼得更近。我們知道，美國文化崇尚自由和個人奮鬥。但是，當這個國家在遭受這場災難時，我們看到她的人民表現出的是冷靜，秩序，奉獻和團結，這讓我們從另一個方面看到了這個民族堅韌與強勁的精神，以及其所代表的不可戰勝的力量，從而使我們對這個國家和生活在其間的人民有了更進一步的了解，也更加加深了我們對她的熱愛。生活在美國這麼多年，美國國旗是到處可見，如今再見到她，卻對她有了一種全新的感受。當看到美國國旗在世貿大廈的廢墟上升起時，激動的淚水溢滿了我們的雙眼。當我們從電視上看到國會議員和民眾聚集在國會大廈前高唱美國國歌時，那悲壯的旋律深深打動了我們每一顆悲愴的心。我們就是這樣和生活在這塊土地上的人民一起經歷了那碎心的疼痛；我們也和他們一起奉獻了我們的愛心，甚至於生命；我們還和他們一起渡過了“9/11 事件”之後這不平靜的一年。在經歷了這場心靈上的血與淚的洗禮之後，我們發現，原來我們對這個國家和生活在這塊土地上的人民的愛是一樣的真實。



岑嬌嫻與愛子曾喆

又是傷心落淚時？

王友平

--再談 9-11 事件精神創傷後心理障礙

9-11 事件發生後不久，千橡通訊刊出本人關於災難性精神創傷的心理調節之拙文，引起了活躍的反響。在朋友們的各種問題中，常見的疑問之一是：「時過境遷會使創傷後心理障礙自然消失嗎？」感謝千橡通訊編輯的盛情約稿，我在這裡就此問題再向讀者介紹一點相關看法。

先讓我們一起來讀一則 9-11 事件將近週年之際的消息。

話說以色列駐美國紐約總領事阿隆·平卡斯於今年 7 月 11 日在舊金山忙完事務，欲與美國普通民眾同乘一架普通民航班機返回紐約。誰知該航班駕駛員從安全人員口中得知這位貴賓欲乘坐他的飛機時，臉色勃然大變，近乎歇斯底里地吼叫著，寧願不飛這一班，也不准這位外交高官登機。理由是如此“敏感”身份者登機會引來襲擊，危及所有乘客的安全。儘管航空公司的首腦出面過問，但駕駛員就是不退讓。阿隆·平卡斯最終只好改乘另一航空公司的飛機回到東岸。為此，以色列媒體少不了痛斥一番“歧視”。美國國務院和以色列外交部也都有些動作來善後。那都不是本文的話題了。

我們關心的是，這位飛行員怎麼了？其行為似乎太過荒唐吧！從災害心理醫學角度看，這一拒飛行為說明該飛行員可能有一定程度的精神創傷心理障礙。即便他沒有親友在 9-11 事件當時喪生或受傷，他本人也不在現場，但現代化媒體對慘劇的反覆播映仍會使他成為一名間接受害者。想想他的職業與 9-11 慘劇的關係，看看一年內反恐戰爭的劍拔弩張，聞聞中東的火藥味，聽聽洛杉磯機場上針對以色列人的槍聲，這位飛行員的杯弓蛇影，風聲鶴唳，就不算太離譜吧！

古人云：「樹欲靜而風不止」，災難性精神創傷後心理障礙者，若沒有得到積極有效地心理調整，若沒有恰當的社會支持和環境適應，既使他們盼望走出夢魘，既使在相當時間裡和大多場合下看似如常人，但心底深處的創傷仍在滲血，畸形的疤痕仍在隱痛。一旦風吹草動，一旦觸及傷心地、落淚時、驚恐事，心身失常就會火山般突然爆發出來。而那些誘發原因在他人看來可能完全不關痛癢，無足輕重。

為什麼會這樣呢？在內因方面，第一：情緒記憶是諸種記憶中最深刻持久，且回憶起來時最能引發生理劇烈反應的記憶。災難性創傷留下的正是情緒記憶。這就是為什麼受害者有時似乎一點也聽不進去道理，或自訴：「我知道不應如此，但我沒法說服自己。」第二：災難性引發的強烈行為反應演變成了固定的習慣性反射，所以一遇相似刺激就出現刻板行為來應對，雖然受害者也許知道此種行為模式無益。第三：災難後的過度自責和謹防萬一的思維主導了認知體系。所以遇事易於悲觀和過度警覺。第四：前三條滲入並保留在個性中，其心理傾向性使得對類似事件、人物、時間、地點都特別敏感，以至於牽強附會般觸景生情。

從外因方面看，第一：世界上的事情總是有關聯的，事物的相似性和類似重演是不可避免的。企圖完全遠離刺激根本不可能。第二：受害者和非受害者經歷不同，對事物的態度就不同。就算受害者身邊時時刻刻都有相識者陪伴，相識者也做不到時時事事與受害者同體驗，同反應。也就是說他人難免無意之中觸及受害者的痛處。

怎麼辦呢？第一：受害者本人和他人都不要企圖單靠時間的流沙掩蓋傷口。諸如“忘了吧！”、“別想它了！”、“過一段就會自然好起來！”等等想法和勸解起不了安慰作用，甚

至會造成與受害者之間的隔閡。刻骨銘心之痛如何能輕輕忘卻？正確的作法是一方面認識到單單沉溺在回憶與自責中對已發生的事無補，對現在和將來也沒有積極的幫助；另一方面要承認人力有限，再謹小慎微也不可能萬無一失。與其縮頭縮腳地驚恐渡日，不如在承認“成事在天”的前提下積極備戰，盡到“謀事在人”的職能和在其過程中體驗積極向上的樂趣。第二：不要為自尊心或面子去壓抑情緒。適當地和不時地渲泄比久久壓抑後的爆發好得多。第三：在專業人員指導下通過“脫敏”

等方法，逐漸改變不良情緒記憶和不恰當行為模式。第四：在專業人員指導下適當迴避、調整、選擇環境。第五：及時與受害者交流面對新發生的相關事件的體會，共同制定應對措施。第六：重大災難常使人的人生觀、價值觀、世界觀產生變化。這種變化對身心的影響不是僅僅靠心理醫生專業人員的指導就能左右的，必須在哲學或是宗教中高度尋求幫助，才能使個人、家庭、社會真正從災難的夢魘中走出來。

淺談“九一一”後的緊縮移民政策

江華蕙

“九一一”以來，美國政府不斷制定了一系列緊縮移民政策。由於美國移民局竟把已在“九一一”事件中喪生的兩位劫機者入學通知書再次寄到兩人就讀的飛行學校，引起輿論界嘩然，更使早就不滿移民局的兩院磨拳擦掌。聽證會後，決意徹底改組移民局的組織結構，擬在2003年底以前，將移民局分為行政及執法兩個不同部門。隨之而來的便是一系列移民法的改革。

一、F1 學生簽證的新規定

A、批准後才准入學

從2002年4月12日起，所有持B1/B2訪問者身份來美的外籍人士，在其遞交轉換身份申請件以前，不得入學就讀。“九一一”之前，遞交轉換學生身份後，只要申請人證明自己已正式遞交F1簽證申請，大多數學校便接受這些申請人就讀。根據新法，無論攻讀學位或職業訓練，都必須等移民局批准後

才能就讀。以往的轉換簽證(BtoF)，申請人有時等待期可長達一年，但“九一一”後多數在美國境內所遞常規案子都大大加快了速度，筆者樂觀地估計此類轉換簽證也會如此。

B、B1/B2 訪問簽證不准轉換學生簽證

以往法律毫不限制B1/B2持有者轉換成學生簽證。筆者甚至於常見耆耆老也順利轉成F1“就讀”。根據新法規定，B1/B2持有者，如欲轉換學生簽證，須在入境時向移民局說明其轉換身份之動向，由移民局官員在入境白卡(I-94)上註明“Protective Student”。入境的外籍人士凡是白卡上沒有註明的便不准在未來轉換學生身份。由於此法案剛剛出籠，目前尚無法判定其實施的具體效果(例如：申請“Protective Student”的成功率，駐各國美領館的內部條例細微區別等等。)

二、B1/B2 簽證

B1/B2 簽證是指短期商務或是觀光簽證。

一般說來，從中國來美的觀光簽證大多是一次性批准六個月。商務簽證則一般只有三個月左右。在以往的法律下，這兩種簽證都至少可延期一次(常常是一至六個月)。

A、六個月極限

2002年4月12日之後，B1/B2簽證持有者最多只能在美國逗留六個月，逗留下限為七天。

B、個案原則

在B1/B2持有者入境時，移民局官員將不再自動在白卡上填上六個月的逗留期，而是根據所謂“個案原則”，分別作不同的處理。個案處理原則系按每位入境者入境目的而定。入境者須向移民官員闡述來訪之目的，所需逗留時間，並需拿出書面文件證明其逗留要求的合理性。

C、延期標準

在以往的法律規定下，B1/B2持有者是很容易得到申請延期的批准。有許多申請者甚至成功高達幾次。根據新法規定，延期必須具備“預料之外的或是令人同情的出於人道之原因”，這些原因不外乎治療疾病或是商機。

三、其他親屬代替死亡的原擔保人

A、親屬移民申請

以往的法律規定，如原擔保人在其境外親屬申辦移民的過程中死亡，那末，境外親屬的案子即馬上擱淺，無法再繼續申辦。由加州參議員黛安·芳恩斯坦首先提出並順利通過的寬容的親屬替代原擔保人新法範圍很廣，這些美國境內親屬包括以下各類：配偶、父母、岳父母、兄弟姐妹、兒女、兒媳、女婿。

B、生效時間

新法並未清楚地闡述生效時間，只是較籠統地概述此法對2002年4月13日前的申請人也有效。筆者以為具體執行政程序及措施，還須拭目以待。

四、245I 家庭團圓法延期

儘管布希總統幾次表態要參議院加速通過對

拉丁裔極有利的 245I 延期提案，參議員自“九一一”後遲遲不考慮此提案。雖然眾議院早在 2002 年三月即已順利通過此提案，但附加條件相當苛刻。尤其是規定在 2001 年 4 月 31 日前未遞交 245I 的申請者，如申請親屬移民必須證明在 2001 年 8 月 15 日前即具備此種親屬關係，而申請勞工移民者則必須證明在 2001 年 8 月 15 日前雇主已遞交勞工證申請。目前美國律師協會及各界保障移民權力的組織正在向參議院疏通，一致要求將苛刻的附加條件刪除。參議院將在以後幾月作出決定。

五、勞工移民的喜訊 (I-140/I-485 同時送件)
2002 年 7 月 31 日，移民局頒布一條對勞工移民極為有利的法案，即允許應聘移民 (EB1, EB2, EB3) 在送勞工移民件 (I-140) 的同時，可遞送轉換身份 (I-485) 件。唯一的先決條件是該申請人所屬的勞工移民類必須有名額。這條法案對所有的勞工移民來說是極大的喜訊，對有些申請人甚至可謂“雪中送炭”。目前各國所有勞工移民類都有名額，所有申請人都可利用同時送件節省等待時間，並可得到工卡 (Work Permit) 及在等待期間的出境請假條 (Advance Parole)。申請人的直系親屬也享有同樣待遇。

總的說來，緊縮移民政策對新移民帶來諸多負面影響與不便。但也不應否認，“九一一”後的洛杉磯移民局處理案件大大加速，筆者詢問時被告知長年積壓案件已處置完畢。但筆者以為這不失為正處於眾目睽睽之下的移民局的一大進步，也許可謂“九一一”的正面因素吧。



千橡一十八

馮瀚緯

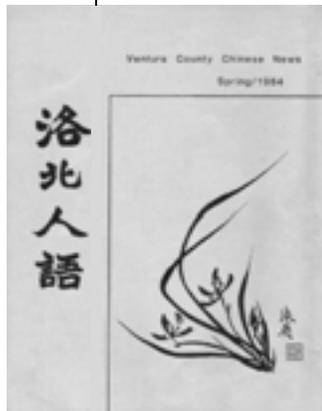
早自一九六三，約四十年前，於康谷華人歷史記載上，千橡市地區只有三戶中國人家：黃沃泉和施常昭夫婦，嚴雋同和羅愛華夫婦以及黃良箴和曾德新夫婦。當時千橡市，名不見經傳，少有人知這是那一個城市、位在何方，對住在南加州絕大部份的老中，更是聽都沒聽過了。隨著康谷地區的日漸發展，許多公司設立，也陸續吸引了不少的中國同胞遷入，至七零年中期，也有了數百之眾。為了讓自己的子女在成長中勿忘中華文化，學習說讀寫中文，而有了一九七五年千橡中文學校的成立，由施常昭任第一屆校長，王懋德任第一位也是唯一的老師。送子女上學，家長多了機會交流，隨著老中人口的增多，中文學校的擴張，應法律上的需要及長期發展著想，一九八零成立了非營利組織的“康谷中華文化協會”《當時稱“千橡園中國文化促進會”》，因此不但千橡中文學校有了合法的依歸，也進一步加強了華人間互動的聯絡、活動與文化交流。八零年初期起，華人人口增加日速。怎樣讓彼此間的聯繫面更為擴大，成為一個不可忽視的要題，也進一步推動了日後通訊的發行。

十八的少年壯如山，十八的少女一朵花。千橡通訊自一九八四開創以來，十八年間，已自小小的幼苗成長至今天的亭亭玉立。這麼多日子來，有太多的事跡可以回顧，在此就讓我們細說從前，談談過去。

縱觀千橡通訊這十八年歷史，可以把它分三階段來看。

第一階段是開創萌芽期。

千橡通訊的第一期，並不叫千橡通訊。一九八四春，張棠，這位好文學、愛寫作的女士，開始奔走、籌辦一份報導康谷及萬秋樂郡(Ventura County) 華人動態的新聞刊



物，取名洛北人語。她找了徐淑英畫蘭花，李軫題字；約了許多稿，也拉了不少廣告，堂堂二十二頁中文打字的刊物，就此開了康谷的通訊刊物之始。一個辛苦的起頭，於一九八六秋開花結果，在諸位社區熱心人士籌劃下，千橡通訊正式誕生，一年發行兩期自秋季起，內容著重於地方華人社區的報

導，由李雅明、張寧孜夫婦擔任主編。雅明兄是個中文電腦行家，自然全篇幅的漂亮字體，就出於他手了。一九八七，主編交付林志中。林兄任內，選定了橡樹為刊物之徵，找了周修隸畫了千橡之樹，胡立功題了封面『千橡通訊』四個字、自當年秋期起正式問世。當時因李雅明外調，電腦尚未普及，中打頓失所依，於是一切歸諸原始：手抄。一九八八，張馨德接掌，鑑於辦通訊錢有出無進，於是設立廣告版面，開始有了收入。一九八九，交袁曉莉，所有文章開始外包交付中文鉛打，手抄的艱辛歲月，終於落幕。八九年秋期中，對於康谷華人參與民運有專題的詳細報導，也總算未在史上留白。一九九零，主編畫家劉伎朗於千橡通訊中引進許多插圖，使整個篇幅多采多姿；這期間舉辦了多次作家座談，使得當年藝術氣息相當濃厚。一九九一，中文科班出身的謝月松出任，開始有了學生作品。謝女士是校對能手，找錯別字是第一名，迄今仍無人能出其右。一九九二，千橡通訊的經常作者左大磊接主編，把她個



人的細膩文風溶入，使得千橡通訊更為婀娜多姿。一九九三，由中文學校老師王靖婷老師接棒，把封面由半頁改為全頁，同時也開闢了學生園地。

自一九八四春至一九九四春這十年間，自無生有、筆路藍縷、一路走來，打定了千橡通訊的根基，也讓這份刊物成為康谷華人不可或缺的讀物。

第二階段是成長青春期。

一九九四，楊曉容加入為主編。自這期起，通訊的編排有了比較大的改變。以厚紙作封面，加入目錄。內容多了專文與採訪，頁數增加，裝訂後儼然成冊。另外，廣告開始以電腦來設計，避免原稿一用再用而失真；同時，也建立了廣告客戶資料檔，對財源的追蹤與開發，做了更有效的管理。一九九五，千橡中文學校成立二十週年，接任主編的陳玲伶也同時接下了編排九六春期特刊的重任。二十載歷史回顧，加上許多的特約稿，九十二頁的膠



釘本，洋洋灑灑，琳瑯滿目。另值得一提的是，玲伶與江曉帆夫妻在夙星夜寐、臥室與工作室不分的情形下，千橡通訊的文稿開始全面進入中文電腦，正式脫離鉛版打字。一九九六，李善珍接任，在她專精中打的優秀條件下，中文電腦化發揮的更是透徹。一九九七，陸曉雯排版採用左右對開式，一般通訊、文章從右、學生作品從左，各占一半，別開生面。一九九八，顧夢娟增強了社區活動的專欄報導，版面於春期再改回單項右開式。

自一九九四秋至一九九九年春這五年間，千橡通訊在編排、中文電腦化及內容上，都有相當多的改進與變化，在整個排版與發行上，在在充滿了活力。

第三階段是革新成熟期。

一九九九，張月蘭任主編。自秋期起，千橡通訊成員根據功能規劃為數個工作組：編輯、校對、電腦編排、廣告暨網路。以主編為軸心，訂定當期大綱、方向與工作日程表，再由各組依計劃職權分工、各司所職。刊物方面，也作了大幅度的新嘗試：版面由右直式改為左橫式，開闢長期專欄、設立主題青少年工作室、減少學生文章、主動介紹各個康谷團體、擴大發行面並將所有文章登上網路。二零零零春期千禧年特輯，封面重新調整、裝訂改釘釘為膠著、加入紀星華設計的 CCCA&TOCS Logo，增闢新春特輯、畢業生園地，正式邁入百頁刊物。這一年中，常駐編輯委員會成立，成員開始世代交替，發掘新人，培養編輯成員，主編年換，老人漸退居二線。對於重要議題，則群策群力，共同商議決定。在侯天雄總負責的廣告方面，價目調整，除封面外全賣，策略出擊的成功使千橡通訊自發行以來第一年開始盈餘，在財務上不再捉襟見肘，也奠定了日後發展的作業架構與基礎。二零零零，陸麗珠領軍。各項專欄均衡發展，特約稿更為多元化，廣度與深度增加。至於文稿內容的百分比與取捨，也訂立了準則，以整個康谷華人讀者群為依歸，維持一定的內容水準兼具可讀性。原封面『千橡通訊』四字，歷經十三年



年的服務，功成身退，由書法家宋曉玲再揮毫新生代的「千橡通訊」，代表著求變，求新之心。電腦排版方面，自一九九九起兩年均由陳啟輝為軸心，用中文電腦處理所有文稿，不斷改進、日益純熟。二零零一，鄭德音掌舵。這兩

期，又添增更多的專欄：好書共賞、秋風吹夢懷舊等等；加上卷頭的引文，涵蓋兩岸懷

情動人之文章，處處可見苦心與用心。電腦排版方面，有了劉月齡的加盟，如虎添翼、一貫作業，更趨專業。陳重久的廣告業務，也是穩定發展、蒸蒸日上。

自一九九九秋至二零零二春這三年間，在人力心力上，耗費甚巨，但每回編輯新刊時，皆會以過去經驗為訓，好則發揚光大、疵則引以為戒，以求去蕪存菁。至此，許多的改革告一段落，趨於成熟，團隊作業模式，



也告形成。同時，在陳曾綽契而不捨的努力下，任何人在任何國度、任何時間都可以在我們的網絡 (www.ccca-tocs.org) 上看到自一九九九秋以來的所有千橡通訊文章。

章。

二零零二年五月三日，在前會長周天祥推動下，千橡通訊正式成立永久性的編輯委員會。雖說編委會的功能早已開始運作，但註冊並納入正規體制，在華協的督導下、在一定的規範裡，提供一個沒有無謂干擾、創作獨立的環境，方可建立一個組織分工、有分寸的團隊，以制度領軍、減少人治色彩，如此才能不斷累積過去經驗、一脈相承，更上一層樓。

二零零二年，焦守恕接任主編，提出千橡通訊創刊十八週年作者、編輯聯誼會構想：一則向所有曾為這份刊物付出心力奉獻的人表達深摯的謝忱，二則藉此機會，回首當年，追懷歷史，互換心得，讓歷屆編輯、工作人員與作者能有機會濟濟一堂、彼此相識。而後，有了八月十一日，在千橡市老人中心舉行的這個十八年來第一次的千橡通訊大家庭團聚。

縱觀如此多年的發展，點點滴滴的成就，得來何易？我們當然珍惜。創業不易，守成唯難，這十八年來，那一任不是戰戰兢兢、鞠躬盡瘁？雖說長江後浪推前浪，江湖代代有人出，可是回顧歷史，飲水思源，有了前人種樹，後人才得遮蔭。所以我們也要說，長江前浪帶後浪，感謝歷屆前輩年年的薪火相傳。

今日，『千橡通訊』換了新名為『千橡』，也意會這是朝著另一個更寬廣天地的新挑戰、新開始。焦守恕自接棒以來，快馬加鞭將所有制度、體系一切訴諸規章，于康谷華協登記在案；作業程序，更是井然有序、煥然一新；編委會的功能，也發揮的淋漓盡致。我們慶幸有如此的團隊，我們也感激四面八方熱情的支持，對將來，我們永遠信心滿滿。

康谷雖小，卻也臥虎藏龍；華人有限，多得摒私為公。看前路，浩浩泱泱，且待《千橡》振翅飛翔，再創新猷。

日催夜校 尋章覓句 編纂刊行 往日崎嶇猶記否
春去秋來 薪火仍替 條什載全 今朝盛會為君歡

運如橡之筆 創方塊乾坤 一以娛己 兼以娛人
蓄多士之才 編千橡通訊 獨亦樂樂 眾亦樂樂

千橡通訊十八週年大會側記

林志中

千橡通訊自康谷華協前會長張棠創立以來，到現任會長武國英歷經十數載，這期間的康谷華協會長均為“男”性，雖對我們千橡通訊編輯小組及主編人員時有寒暄問暖，但總是缺少那麼點點的關愛。唯獨這兩位女會長，對我們成員“情有獨鍾”；前位一上任即刻成立千橡通訊，後一位就席後，馬上舉辦十八週年慶祝大會，對我們大加褒揚。這給了我們一點啟示，未來的會長若是女性，一定會對我們“另眼相看”，若是男會長，就得“趕緊學習”，否則將來的選票、文宣、政績等等，準要縮水了。

千橡通訊主編自前二任李雅明、林志中之後，一直是女性主編，行之十數年，從編排的細膩，結構的精緻，題材的挑選，均能引人入勝。真該為她們編寫一部康谷連續劇，稱“我愛女主編”。過了千禧年，風水轉了回來，千橡才子鄭德音，以他的文采為康谷男性爭回了面子。接著雄才大略的現任主編焦守恕，開疆拓土，團隊經營贏得了聲譽，看看他是否也能為男性主編們的將來預鋪了“我愛男主編”戲劇的道路。

慶祝大會由陳玲伶、陸麗珠、馮瀚緯主

持，因為他們最具代表性。他們是千橡通訊創刊以來，付出最多也是貢獻最大的，由於他們長期默默的耕耘，才有千橡通訊今日的規模及傳承。陳玲伶、陸麗珠都不僅當了一年的主編，運籌帷幄統領大局，一期接一期全心全意的投入及奉獻，日以繼夜，不辭辛苦，所有大大小小的瑣事，她們或一手擔當或幫忙料理，這種服務的精神教人佩服。馮瀚緯雖未掛名主編，但他卻是這些年來千橡通訊的建築師，長期策劃、精心設計千橡通訊的精神架構、電腦的編排、資料的處理，奠定了今天千橡通訊的模式，一代宗師的位置，不作第二人想。想想，大會由他們三人主持，正代表了千橡通訊整個歷史及精神！

輔上任不久的《千橡》行政監理施志清自始至終參加了聯誼會的籌劃工作，包攬了大會的設計、美化、貴賓登記、會場佈置等一系列工作，被稱為“最忙碌的人”。

這次盛會為十八年間曾為辦好這份刊物盡過心力的人，提供了一個認識心儀已久、惺惺相惜的作家、編輯和幕後工作群的機會。滿場人聲，滿堂笑語，互相問候，互道珍重，情誼深厚意未盡，都期待下次再度歡聚。



照片花絮



往往醉後傅抱石

張棠



傅抱石在中國畫的歷史上，是百年一見的天才藝術家。他精篆刻，有歷史癖，他對中國美術史與美術理論都有極卓越的貢獻。他將歷史的智慧溶入個人的創造中，他的大寫意山水畫，出自內心的湧現，雄奇蒼茫，氣勢奔放。他融合、提煉了傳統的各種山水皴法，而匯集在「破筆散鋒」之下，創造了有名的「抱石皴」。

他在人物畫上也有極高的成就，他的人物取材歷史人物，格調高古，手法新穎，他所畫的「湘夫人」與「二湘圖」，用電影手法取鏡，秋風黃葉，由遠而近，拂面飛來……

傅抱石的一生

傅抱石祖籍江西新喻章塘村，1904年（清光緒三十年）十月五日，生於江西南昌，原名瑞麟，小名長生，他因特別崇拜畫家石濤，而改名「抱石」。

他父親自小喪父，生活無著，只有遠去南昌以拾荒為生，遇到一位修傘的老人，傅以衣鉢，繼承了他的修傘店，中年後與一個逃家的童養媳結婚，連生六子一女，不幸六個兒子都先後夭折，傅抱石是他的第七個兒子，也是唯一存活的兒子。

修傘的收入本來就十分微薄，在傅抱石剛出生時，他父親已得了肺病，修傘所得，連維持一家人的溫飽都很困難。傅抱石七歲入私塾，十一歲到瓷器店當學徒，都沒有成功。

他們補傘店的所在，是裁縫、鎖匠等小店的集中區，他家修傘店左邊有一個刻字攤，右邊是一家裱畫店，因為近水樓臺，傅抱石從小就跟著這兩家老板學習刻字、裱畫，並在店中幫忙。他的繪畫是從臨摹客人送來裝裱的畫開始的，只要一見好畫，他就好像被吸鐵石吸住了一樣，非要臨摹上好幾遍才肯罷休。

十三歲那年，他時來運轉，得到一位常來裱畫老師的幫忙，免費進入「江西省立師範附小」，讀初小四年級。

傅抱石對這得來不易的機會非常珍惜，他勤勉用功，三年後，以第一名畢業，免試直升「省立第一師範」就讀。

師範學生一律住校，傅抱石就扛著打滿補丁的棉被住進了第一師範暫借的「令公廟」。南昌的冬天，寒風似刀，「令公廟」大而空曠，四壁通風，寒氣襲人，教室裏常聽到學生跺腳取暖的聲音。晚上睡覺，傅抱石的被子又薄又硬，寒冷如鐵，他就在舖下墊上厚厚的稻草，並將被子的一頭用繩子捆住，變成「睡袋」後，才能入睡。

傅抱石十九歲時，父親久病逝世，家中一貧如洗。他校長特別為他安排了工讀的機會，讓他下課後到圖書館整理書籍、編目抄卡。愛讀書的傅抱石，進了圖書館，如魚得水，如醉如痴，瘋狂的閱讀，好幾次管理員以為沒人了，把他鎖在裏面，他就索性在圖書館裏讀個通宵。他在二十一歲時，就以無比的狂熱完成了一部中國繪畫的發展史——「國畫源流概述」。

傅抱石的刻印在學校中一直小有名氣，校長又為他安排刻印來解決他和家人的生活問題。他的印章有趙之謙之風，求他刻印的人絡繹不絕，傅抱石對篆刻的狂熱，也一發不可收

拾，他廢寢忘食，潛心鑽研歷代名家的篆刻及篆刻史。

1926年，傅抱石在省立第一師範畢業，被留校擔任附小教員，他以一年的時間，在二十二歲時完成四萬多字的「摹印學」，完整、系統地評述了中國數千年印章藝術。

1927年秋季，江西省立第一師範，改名為「省立第一中學」，新來的附小校長將他解雇，他反而因禍得福，被「省立一中」聘為藝術科圖畫和篆刻的老師，第三年，又破例被聘為高中藝術科的老師。

那時國內尚無一本完整系統的畫史著作，為了教學，他化了整整一年，在二十五歲時，完成了長達六萬字的「中國繪畫變遷史」。他在書中，反覆的指出：「人品，學問，天才」是造成中國繪畫思想的三大要素，也是研究中國繪畫的三大要素。

傅抱石 29 歲時（1933 年）得到徐悲鴻的推薦，以江西省公費留學日本，進入「東京帝國美術學校」研究科，跟東洋美術泰斗「金原省吾」博士學美術史與理論。在短短的三年內，他翻譯了日人梅澤和軒的「王摩」和金原省吾的「唐宋之繪畫」，並編寫了「中國繪畫理論」。

就在日本侵占東北，成立偽滿洲國，積極準備發動戰爭的 1934 年，傅抱石在東京舉行書畫篆刻個展，被日人讚為篆刻神手，他刻在 3x4 厘米雞血石上，2765 字的「離騷」，得到全日本篆刻大賽冠軍。也就是在日本時，傅抱石結識了和他日後關係至深的重要人物 - 郭沫若。

1935 年，他因母親病危回國，徐悲鴻邀他在南京中央大學藝術系任教。不久中日戰起，南京失守，中央大學西遷。

在國共合作時期，傅抱石應郭沫若之邀，去武漢參加抗日救亡的工作，在武漢淪陷後，他攜家到重慶，出任郭沫若的秘書。一九四零年，國共合作破裂，郭沫若卸職，傅抱石也離職，到中央大學與國立藝術專科教書。

抗戰時期，傅抱石住在四川金剛坡，當時教書的生活雖然窮困簡陋，但四川的山川草木，激發了這位藝術天才的靈感，他曾說「畫山水的在四川若沒有感動，實在辜負了四川的山水」。他款署「重慶」或「東川金坡」的作

品，多是他一生最重要的作品。入蜀八年，從 1939 年到 1946 年，是傅抱石藝術生涯中的第一高峰，奠定了他日後山水畫的風格。

1945 年抗戰勝利，傅抱石隨著中央大學舉家遷回南京。1948 年他的「石濤上人年譜」由京滬周刊社出版，這本「石濤上人年譜」是他窮一生功力，嘔心泣血之作，也是研究石濤的一部重要著作。

1949 年中華人民共和國成立。隨著新政府的成立，傅抱石也有了一連串新的經歷：1952 年南京大學藝術系併入師範學院美術系，他擔任中國畫教研室主任；1955 年中國美術家協會南京分會籌備委員會成立，他被推為主任委員；增選為全國政協委員，出席政協大；1957 年，他出國訪問羅馬尼亞、捷克，以傳統筆墨寫異域的風情。

然而在中國畫史上，這是最黑暗的一段時期，許多美術院校都停止教授中國畫，改教西洋畫。雖然傅抱石因有郭沫若的保護，每次政治運動都得以過關，但是為了適應新社會、新時代，他不得不經過思想上的痛苦改造，於是他將內心的壓抑，發泄于創作之中，因為得之于「往往醉後」，真情流露，佳作迭起。因此從 1949 到 1959 是他創作的第二高峰期。

1959 年以後，傅抱石在政治上春風得意：1959 為慶祝中華人民共和國成立十週年國慶，他與畫家關山月到北京人民大會堂，創作了「江山如此多嬌」的巨幅國畫，由毛澤東親自題字；1960 年他擔任江蘇省國畫院長；當選中國美術家協會江蘇分會主席；江蘇省書法印章研究會副會長；中國美術家協會副主席；全國文聯委員；他率領江蘇國畫家進行六省二萬三千里旅行寫生；接著又去東北、杭州、江西等五次旅行寫生；1964 年當選為第三屆全國人大代表等等。

傅抱石從東北寫生回來後，由於長年勞累，病痛就相繼而來，其中以手臂的疼痛最為嚴重。他長年懸腕作畫，從清早畫到深夜，尤其在畫「江山如此多嬌」巨畫時，整日抬手作畫，揮灑的幅度極大，當時雙臂就隱隱作痛，現在他的兩手，特別是右手，從肩部到手腕不時抽痛，痛得無法抬筆、舉筷。而他在治療期間仍繪畫不斷，不肯休息。

一九六五年上海國際機場邀他去畫巨幅國畫，為了對畫家的尊敬，上海機場特別派了

一架專機到南京去接他看場地，並在九月二十八日送他回家。

傅抱石一直患有高血壓和心臟病，平時最怕坐飛機，在回家的飛機上，他心跳加快，頭

傅抱石的藝術

傅抱石是「爆炸性」的藝術家，他身世坎坷，窮愁侷促，顛沛流離，但對藝術極執著，他是感情熾烈的人，愛民族、愛國家，愛歷史文化、愛朋友，愛學生、愛家庭子女，是一個多情的人。

他勤奮刻苦，有極旺盛的生命力，一生中寫了一百五十餘本、二百四十萬字的美術著作，創作了國畫兩千餘幅，就是在病中或戰火中，也從未放下畫筆。

傅抱石對中國畫史、畫論、畫法都有精闢的研究，他對石濤研究之深，使他成為石濤的「知心」；他二十九歲留學日本，吸收了日本畫和水彩畫的技法；到抗戰時，四川的山水，

昏目眩，第二天，1965年9月29日，傅抱石在南京的家中，腦溢血去世，享年六十一歲。

觸發了他內心的激情，終於爆發出了熊熊的烈火，他的畫是「才華、激情、學識、詩、酒、與造化」，一爐共冶的結晶。

他畫山水，往往在酒醉微醺之後，趁著激盪的情緒，抓起筆來橫揮直掃，將基本結構一氣呵成，在情緒平息後，再作小心的收拾。酒後微醺時，下筆如縱馳橫騁，席捲千軍，因而蓋了「往往醉后」黔章的畫，多半是傅抱石的得意之作。

他畫煙雨中之山巒，用「抱石皴」渲染多次，然後用筆橫刷豎掃，迅猛激蕩；他畫大片的雨點，先以礬水甩出，然後以大筆蘸淡色斜刷幾道，馬上狂風驟雨，撲面而來……

傅抱石的人物畫

傅抱石在人物畫的成就絕不亞於他的山水畫。他的人物多取古典題材，格調高古，他人物之畫風，終其一生，都沒有改變。

他喜畫歷史人物如屈原、杜甫、陶淵明、李白、竹林七賢等。都是歷史上別有懷抱，具有崇高人格的人物，他們內心深處「不可明狀」的哀傷與沉痛，都與他心靈相通，在表現心境的成就上，他的作品是無前人可及的。

他的人物畫中，以屈原與九歌為題材的作品表現得最好，其中又以仕女最為出色。他畫美人，體態碩豐盈，面目古樸、靈慧而有個性，特別是他所畫的「湘夫人」與「二湘圖」，意態神韻，極其嫵美。他別出心裁，用電影手法取鏡，萬頃碧波，不見樹木，但見秋風黃葉，片片自空中飄下，由遠而近，由小而大，迎面飛奔而來，這種立體動態的畫法，是前人所沒有的。

主要參考資料：
胡志亮著「傅抱石傳」，1993年，江西百花洲文藝出版社
何懷碩著「論傅抱石」，1991年，臺北藝術家出版社「傅抱石論畫」
徐建融著「當代十大畫家」，1995年，上海人民美術出版社



我屬虎

左大磊

一般而言，肖虎之人充滿了令人無法抗拒的魅力…

在張棠大姐的新詩發表會上，陳湘洛教授一再稱揚張大姐能夠不拘俗套昭告天下她已經過了六十大壽了，即使是現在走在時代尖端的新女性，有時也不見得有勇氣如此宣佈自己的壽齡。當時坐在台下的我心裏想著，我也從不隱瞞自己的年紀啊！我屬虎，我喜歡告訴大家我屬虎。

中國的十二生肖之說是一項獨特的占星術。在秦滅六國之前就已經在民間流傳使用了，可謂源遠流長，是道道地地的中國貨。與西洋十二星座之說不可相混。十二生肖的正規名稱應作十二相屬，是以人的出生年份來歸類人的個性和行為特徵，而且認為人的個性會與其所屬生肖的動物相類似，此說十分牽強，不足以為信，但是卻一直是相士們替人算命批流年的根據之一，也是一般人嗑牙聊天有趣的題材。虎給人的印象是威武勇猛危險性極大的，於是就有許多不利於虎的說辭，譬如為虎作倀，狐假虎威等等，直指老虎為作惡者背後的主宰，又以母老虎比喻兇悍的婦人，難道屬虎之人真是如此不堪嗎？根據動物學家的研究，基本上老虎是不吃人的，也不會主動攻擊人，除非是餓極了，或者被激怒至極，才会有攻擊的舉動，若人虎相遇，論鬥力氣，人不如虎，論鬥智力，虎就不是人的對手了，只要不刻意與牠正面衝突，虎又何畏之有呢？您一定見過 Discover Channel 裏在山林中悠忽遊蕩的老虎，也一定看過美國地理雜誌上躺著打盹的老虎，牠們不都顯得與世無爭，一派安閒自在嗎？在中國民間又有個古老的傳說，虎不吃人。只吃禽獸，如果吃了人，那人一定是衣冠禽獸，而且吃人以前一定會去問山裏的土地神，神許可了，牠才去吃，所以有人又視虎為通靈的義獸。古云「虎為獸長，亦曰山君」，山君者，山

中之君子也，是百獸至尊，是天生的領導者。

一般而言，肖虎之人其性情個性呈現多種面貌，如何變化卻又無跡可循，是深不可測的。正因如此，他充滿了令人無法抗拒的魅力。他有霸氣大膽的一面，喜怒哀樂但憑直覺，遇事只要下了決心就勇往直前，絕不瞻前顧後，結果的好壞完全由自己負責，在他人生的字典裏，找不到後悔，懊惱… 這些只會怨天尤人的字眼。帶著一點兒傻氣的樂觀，對什麼事都給予正面的評估，就算是過了挫折，吃了虧，自我調侃一番也就心平氣和了。他熱愛工作，若是給他事情做，一定全力以赴做到最好，但是不甚重視金錢的觀念讓他總是存不了錢，成不了理財高手。肖虎之人其實也經常有溫柔稚氣的表現，這往往可在其羞澀的眼神和靦腆的笑容裏一覽無遺。日常生活中，他希望有足夠的個人空間，在平淡中尋求浪漫，以幻想自娛。他特立獨行的風格難免予人高傲不合群的印象，殊不知一旦遇上情投意合的朋友，必以肝膽相照。他善解人意，不愛管閒事，不喜道人長短，絕對是朋友們值得信賴的對象。對情感的處理有一點兒笨拙，時而謹慎，時而奔放，常被一個「痴」字弄得六神無主。

以上所言均是個人揣測，作不得準。天下肖虎之人何其多，陰險苛薄者有之，開朗達觀者有之。何時是猛虎，何時是病貓，則因人、因時、因地而有不同的表現。一個人個性的形成和性情的養成一部分來自於遺傳，是天生註定的。儘管後天的成長環境和教育程度對個性性情有重新塑造的功能，這一種「天性」隱形依附在思想行動中隨時伺機而出，經常會在不經意的言談舉止中洩露出來，所以研究人類行為科學的專家們也會將「家族性」列為研究的項目之一，生肖之說只不過為此添上些花邊趣

聞而已。至於我，我還是喜歡告訴大家我屬虎，您認為是多了十二歲的老老虎，還是少了十二

歲的小老虎，那就悉聽尊便了，反正我屬虎，千真萬確。

觸景生情

劉萊莉

我真願意化作一股清風，變成一束流光……

有人說情感是人類靈魂的真諦，我頗有同感。尤其做為一個女人，我確有不少經驗和體會。遇到陰雨綿綿的秋雨，心境會無緣故地低沉下來，幹什麼事都不對勁，甚至端上桌的菜會鹹的讓人張不開口。看到明媚的月兒當空照，繁星點點來相聚，又會夢幻翩翩，恍惚身邊的“老伴”變成了當年北京大學的俊男帥哥，情不自禁要給他一個吻。兒子說他考上了 Berkeley 大學，那一天，看到鄰居家的賴皮狗，突然覺得耳目一新，連嘶啞的叫罵也十分的悅耳。如此的“景隨心變”，“觸景生情”，實在是妙趣橫生。旅居海外二十餘年，我有過幾次心靈感動，難以忘懷的觸景生情的經歷。

(一)至高無上的愛

一九八二年夏初，兒子從國內來聖路易市與我們團聚。當時，他患有嚴重的疾病，需要開刀。而開刀的部位接近生命中樞，是性命交關的大事。我憂心重重懼怕萬一。一天，我們路經聖路易市天主教堂門口，懷著好奇心，也抱著期望，也許真有萬能的天主，能救我兒一命。我們進了教堂，正逢人們聚會崇拜。那裡，人人衣著禮服，面目表情虔誠。教堂正面及四週是鑲嵌的彩色玻璃和一尊尊聖人的雕塑。這些雕塑維妙維肖，盡善盡美，是注入了人性，靈氣的藝術精品。教堂頂上裝飾著大幅、大幅的彩繪。每一幅圖畫都有一個關於神與人的故事。諸多的神聖，從上往下莊嚴肅穆睇視著世界，將智慧與感性拋灑人間。戴著翅膀的美麗天使，展現出愛的祥和與幸福美滿的生命。我心裡想：“就是天堂啊！”當優美的樂曲從管風琴中涓涓流出，詩歌合唱團抑揚婉轉的和聲在大堂裡迴盪時，我覺得自己突然沉浸於平

安、純潔、肅穆、以及美好的期望中。內心深受感動，心扉緩緩開啟，一種細膩、朦朧、甜蜜的熱流從我的胸房直湧雙眼。在我身旁的美國男女，見我淚流滿面，紛紛向我靠近，表示關切。我害羞了，扭怩不安。沒有呆多久，便悄然離去。這是我第一次進教堂的經驗。我希望，有個萬能的神為世人指引道路。也希望，有一日人間能變成天堂。

(二)弱肉強食

一九九零年，我家從舊金山搬遷到千橡城。我的住房遠離鬧市及高速公路，後面有一小山包。因為寧靜，鮮有人類的入侵打擾，各種野生小動物，鳥雀，在此天地裡，生活自由自在，繁榮昌盛。不但是清晨，即便是夏日炎炎的正午我的後花園都少不了它們的光臨。一日上午，我在屋內聽見一陣陣高昂的怪叫聲。打開窗簾一看，嚇我一跳，一只漂亮的小鳥，頭戴亮閃閃的藍色冠帽，正雙腳踩在一只體積大小相似的灰褐色小鳥身上，揚著頭頸，高聲歡叫。一聲又一聲，充滿激昂之情，並以雙眼掃瞄四方，似乎在宣佈“看我多強大，我在殺人，我是勝利者！”被壓的小鳥，在爪趾下拼命掙扎，剛一逃脫，沒兩步，又被藍色的鳥趕上去抓住，再次壓在腳爪下。接著，又是一聲聲引頸高吭。數步之外的山坡上，有幾支同類的灰褐色小鳥，在那裡覓食，對此情景，視若罔聞，依然悠閒自得，刨啄不停。大有事不關己，高高掛起的派頭。我急了，覺得渾身的血都往頭上湧來。我開始敲擊落地窗門，嘴裡喊著“Stop it! Stop it!”

那藍色的鳥，回頭望了我一眼，放開灰褐鳥，往一邊退卻了幾步。我停下來，靜觀下一步如何發展。誰知那藍鳥一看我不作聲了，三步並作兩步，又向受傷的灰褐鳥飛撲過去。並用堅硬的嘴喙狠狠啄咬戰俘，隨後又舊技重施，雙腳踏在戰利品身上，昂揚吶喊。我被這場弱肉強食的自然競爭嚇呆了，也被激怒了。簡直是無法無天，豈有此理！我打開了落地窗門，以聯合國首長的姿態平息戰火。我一邊跺著雙腳，一邊揮舞雙手，喊著：“Go away! Go away!”那藍鳥讓勝利沖昏了頭腦，居然沒有被我這龐然大物嚇唬住，依然抓住它的戰利品，戀戀不捨，邊戰邊退。直到我逼進它眼前，它才無奈地飛走。這場戰爭算是結束了，但那灰褐鳥傷勢太重，未能活過來。我自責自備，沒有能早一些將這場屠殺制止。尤其令我難過的是，那種有美麗藍冠的鳥，一向是我的寵愛。它們外形驕健，優雅。當它們在平地上緩慢度步時，昂首挺胸，一步一步，有節有奏，輕擺腰身。從正面看，很有王子公孫的風度，從側後看，又像美女，帥哥在作服裝表演。每當它們來到我的後花園，我都會駐腳，愛撫地觀望一陣。而那灰褐鳥，胖乎乎，笨兮兮，並不十分招人喜愛。誰知道，這藍鳥在美麗高貴的外衣下竟有一顆兇暴冷酷的心。更沒有想到，小小的一只鳥，也有爭輸贏的野心。在勝利得意之時，也會忘乎所以，暴發情感，發出慷慨激昂的嘶叫。禽獸與人何其相似也！想想人類幾千年的文明史，不也是充斥了數不清的大小戰爭，大欺小，強吃弱。那有公平可言？這樣的自然現象，還將代代相傳，永不止息。我幻想，如果能將慈悲之心發揚光大，讓世人接受它，那天下不就太平了！

(三) 死寂的黑暗

前年冬，乘遊輪去加勒比海度假，有機會坐小潛水艇下海底觀賞。早就聽說過，海底下的魚，種類繁多，五彩繽紛。好想親眼看一看啊！我們去的那一個海域水質極佳，清澈透明。陽光

從上面穿下來，霧濛濛的亮，投在海底白沙上，粒粒閃光，照在金黃色的魚鱗上，片片晶瑩。這些海裡的彩色魚，有著極細緻的鱗甲，整體看上去，如絲緞一樣平滑光亮。如果離得近看，還會看出它們皮質的嫩軟。一群群的魚，忽而從潛艇的右邊閃出，忽而又從潛艇的左邊飛來，忙得我目不暇給，驚喜得我一聲聲歡呼，讚美不已。有意思的是，總是同種類，同色的魚，結隊成群，這就是物以類聚的自然現象啊！忽然，潛艇轉彎掉頭，原本明亮多彩的景象，向潛艇的後側飄逝，前面出現了一片深不可測的黑暗，像烏賊噴灑的渾液，黑魘魘，陰森可怖。努力定睛往深處探去，覺著那裡鬼影幢幢，似有魑魅魍魎深深埋在黝黑中，等待食人。我猜想，潛艇多半是來到了一個懸崖的邊緣。懸崖上淺的地方，陽光仍能穿透，讓人感覺是在光亮的海灘行游。但懸崖之下的深淵，陽光穿不透，便成了漆黑一團。只在霎那間，這黑暗將全艙的人從欣喜狂歡的樂園扔進鴉雀無聲的荒漠。人人都屏住了聲息，大氣不敢出，幾個小孩立刻轉身，緊緊依偎在父母親的懷裡藏起來。整個世界凍結了，在死一樣的寂靜壓抑中，機器發出的單調啞啞聲，更突顯了隱藏在黑幕後莫測的兇險。一陣寒戰，刺骨的冰涼穿透了我全身，我被恐懼威攝住了，渾身僵直，雙眼緊閉，只想快快逃離這死幽一般的黑暗，以及那煎熬的寂寞。這一時刻，讓我省悟到光明，溫暖以及聲音是生命的必需。如果那深海處的黑暗，沉寂，就是死亡的歸宿，我想，還是活著好！

(四) 膽怯與勇敢

一九八三年夏，全家去東部觀光，在大西洋城逗留了兩天。那裡的海水比加州的海水要暖和的多，很適宜游泳。我們去了海邊，沙灘寬又長，點綴著彩色的陽傘。身著泳裝的男女或躺或坐，在傘下休息，更多的人則在海裡隨波逐浪。沙灘邊，隔著一道小堤便是街道，街道旁佈滿了各式各樣的商店：賣禮品的，賣游泳、滑水用品的，當然最多的還是各種小吃店。因為是夏天，溫度高，濕度也較大。站著

不動也汗流浹背。我不會游泳，為了沖涼，也勇敢地下了水。雖然風和日麗，海浪可真不小。每次大浪一起，頂天立地，黑壓壓一堵大水牆，帶著轟轟的嘩啦聲，掃蕩過來，疾厲兇猛，像要把人吞噬掉。那種排山倒海，摧毀一切的龐博氣勢，讓我覺悟到自己的渺小和無奈的軟弱。膽怯之心油然而生。一開始，浪一來，我就向灘岸邊躲去。與小孩們成為一群。後來，我心一橫，決計要與大浪拼搏一番。我勇敢地迎著浪頭向前走，可大浪一來，總把我搞得人仰馬翻。急得我先生直叫“莉，別再往前走啦，危險啊！”後來，我心生一計，站穩腳跟，做好準備，浪一來，吸口氣，再奮力向前一扑。這樣一來，浪不但沒有把我沖垮，我的身體反而隨浪飄了起來。那種浮壓在大海浪上的感覺可真不錯！就這樣，我站在浪尖前，看著滔天的巨浪（我只 1.53M 高），氣勢洶洶，滾滾而來。面臨滅頂之災，我心跳咚咚，一次又一次勇敢地扑了上去。我身邊的一位老人，被大浪沖得七倒八歪，受我的感染，也學我的樣子，同我站在一邊，同心協力，與大浪較量。我與他並沒有交談，但每次大浪一過，我們相互交換一個勝利喜悅的微笑，真是開心極了。

(五)平安與美麗

大約九年前，去加拿大遊山玩水。一天，坐渡輪從溫哥華去 Victoria 參觀花園。雖然是盛夏，並不覺得炎熱。水面上時時有涼風吹來，讓人感覺清爽。早餐後，我走出艙外，站在甲板上，呼吸新鮮空氣。有一陣子，船是沿著海岸行駛。因為風調雨順，放眼岸邊，翠綠盈盈。在陽光的照耀下，水面上直至岸上的一切，都披著燦爛的光輝，閃閃發亮。由於植物的倒影，水看起來是藍綠色。海上沒有大浪，只有微波。讓我覺得平安。岸上的樹木繁榮，連綿不斷。看不見任何房屋，岸邊也沒有停泊的船隻。這望不盡的綠意，深淺交織，有層有次，靜靜地擁立在那裡，與水無言相依。如是令人心醉神迷的靜謐，讓我心跳平穩，腦中雜

念消失。純淨透明的空氣，讓我的呼吸變深變沉，沒有壓力，沒有煩惱，全身的血，像四週的水一樣，悠悠地，靜靜地流動。我在大自然母親的懷抱裡，享受著安寧。微風輕撫著我，溫溫柔柔，如同母親的手在愛撫著她的嬰兒，一股股甜蜜的暖流在我心中盪漾。

到了 Victoria 花園，又是另一番景象。在那裡，世界各地的名花聚在一起，流光溢彩，爭奇奪艷，熱鬧非凡。我還從來沒有見過千百種花兒齊開放的美妙景色，這一次是大開眼界。滿目的色彩斑斕，大紅的，大紫的，粉白的，豔黃的；還有那如陽光般亮麗的金黃花，真的是悅人眼目。在迷人的馥鬱光彩間，不同種的花兒蕭灑飄逸出姿容異趣的風情。有的亭亭玉立，端莊清雅，如大家閨秀；有的濃裝素裹，婀娜多姿，媚態妖艷；有的奸腰婆娑，嬌柔萬千，楚楚動人；有的含苞待綻，澀澀羞妮，如閨中的清純少女。我在那裡也看到了中國的芍藥花。此花不僅花色多，而且花的外觀好，它的層層複瓣，依大小，高低，排列得整整齊齊，一絲不苟，給人以有教養高貴的感覺。花的瓣數多，花的體積大，非常氣派，給人以富足的形象。與其它的花相比較，唯一美中不足的是姿態略嫌古板。沉醉在這花的世界裡，我腦海中反復出現一個“美”字。嘴裡不停地讚嘆“美呀，美呀，多麼美呀！”我想像不出，這大千世界，如果沒有了這些多姿多彩，可親可愛的花兒，會是一幅什麼樣的倒霉相！一定會枯燥無味，單調死了。沐浴在芳香的花艷中，環顧四周的明亮與華麗，溫情柔意，絲絲縷縷，緩緩從我心底滋生出來。此時此景，我多麼想讓我先生給我一個“Hug”啊，讓我依偎在他的胸膛，如枝似葉將我托護。我也很想張開雙臂，擁抱這美麗的世界。在明媚的陽光下，朵朵花兒都在向我微微笑，輕言細語，傾訴衷腸。那一天，我也不知不覺地向我周圍的人頻頻點頭，招手，微微笑。

都說人生就是一個旅程。在此旅途中，我學習著眼觀六路，耳聽八方。來自外界的信

息，刺激誘導我產生諸多的情感：愛與恨；平靜與憤怒、勇敢與畏懼、歡樂與悲傷…這些感受如佳餚美宴，豐富美好了我的生活，這些感受如琴棋書畫，增加了我的知識閱歷，讓我活得蓬蓬勃勃，有聲又有色。有時候，我真願意

化作一股清風，變成一束流光，溶入到這時空無限的大世界，盡情地與天地同歌舞，與萬物攜手共生存。“Oh, beautiful world! I love you! I belong to you!”

閑談《康熙帝國》

郭平

人們不能改變過去的歷史，但人們可以書寫未來的…

不久前電視十八臺播出了大陸拍的五十集連續劇《康熙帝國》(下簡稱《康》劇)。我對此劇是早有耳聞，且心儀已久，可惜，我一直無緣一睹。《康熙帝國》是一部以史實為依托的鴻篇巨制，囊括了康熙在位期間最重要的歷史事件：擒鯨拜，奪回大權；撤三藩，與吳三桂鬥智鬥勇；收復台灣，實現統一；西征噶爾丹，平定叛亂。真實再現風起雲湧的歷史場面。我始終偏愛歷史題材的作品，此次正好一如我願，每天晚七點準時開機，整整兩個多月啊！可看完後的感覺是五味雜陳，同周遭朋友閑聊起此劇大家也是眾口不一。這著實勾起了我的好奇，在此借貴刊這塊寶地，斗膽調侃幾句《康》劇。

對於《康》劇的主人公-康熙皇上本入我無意評說，倒是對劇中康熙的扮演者陳道明的表演我閒侃幾句。這位大陸當紅的大明星，當年剛一出道就給自己壘了個高臺階，頭一部片子就演主角 - 電視劇[圍城]中的方鴻漸。他把錢鐘書老先生筆下這位不學無術、言辭鋒利而內心懦弱的年輕人演的是活靈活現，而錢老的這部不朽之作也就此孕育出了一個我行我素的大明星。之後，我也看了他所演的[二馬]和[長征]這兩部戲，每個角色他都掌握的恰如其分，實話講我覺得他演小老百姓比演大人物更能入目三分，他憑著自己的執著和修為，逐漸走出了一條自己的路，也塑造出了自己的風格。不少人稱他那一臉冰冰冷冷、滿不在乎，偶而從嘴角和眼神裡露出來頑皮、壞損的神情叫“酷”。他自己也曾少有嚴肅的說，他的生活準則是：在高處立，著平處望，向闊處行；

存上等心，結中等緣，享下等福。聽上去有點兒意思啊。可這位大明星在《康》劇中卻走了麥城(我是這麼看)。康熙作為一代明君，身份特殊，特別是在表現帝王氣上很難捉摸，因為這是一種雖然具體，但不能體驗的感覺。而劇中陳道明呈現給觀眾的康熙帝是心不在焉的論政、舉重若輕的談吐、以笑代怒的發作、偶現的慷慨激昂的論說。所有的這些是陳道明的故作深沉，玩弄玄虛，還是深刻解讀了康熙心理而作出的反應，實在是見人見智。可給人的感覺在戲中陳道明有著太多的計謀和算計，甚至有點兒小心眼兒，少了一點王者的堂正之氣。你看人家上海人民藝術劇院的著名演員焦晃於([雍正王朝]中的康熙扮演著)所扮演的康熙帝，渾身釋放著凌然的帝王之氣。雖然，對演員的表演無須做與歷史對照的挑剔。可陳道明的表演實在難以令人恭維。他反復辯稱他就是要刻劃一個不同以往的君王，我也願意相信陳道明扮演的康熙只是代表陳道明本人塑造的一個藝術形象。這個“康熙皇帝”是演員的再創造，並不是真正的康熙。面對這個康熙，觀眾所要做的應該是品味這個藝術形象的魅力，而它的魅力應該是來自於演員本身。可道明兄；皇上就是皇上，而更倒霉的是你所飾演這位皇帝我們太過於熟悉了，而且觀眾腦海裡的康熙已經讓[雍正王朝]中的焦晃先入為主了。

《康》劇是一齣歷史劇，除了熱鬧的劇情外，要想明白故事背後道道兒，具有一定的歷史知識還是必要的。中國不愧是一個歷史悠久的古國，是人都能侃上幾段歷史，聊上幾

句歷史人物，就連我這個歷史知識剛剛蓋滿瓶底的傢伙，也敢在人前賣弄幾句。從台灣來的朋友也包括我老婆曾語有驚訝的調侃我：『不是說大陸“文革”十年都沒人唸書麼？』不錯，我是剛上小學就趕上“文革”爆發，“文革”結束時剛好高中畢業，是一個地地道道“受害”的一代。可也正是“文革”啟蒙了我對歷史的興趣。文革中我讀過的古典小說很多，像是[三俠五義]，[小五義]，[隋唐演義]，[封神榜]，[楊家將]，[說岳全傳]等等，當然也包括經典小說[三國演義]，[水滸傳]，[西游記]了。倒是[紅樓夢]我讀的是斷斷續續。也咬著牙讀了[二十四史]中的[史記]和[三國誌]。雖然，我對讀書，尤其是歷史書籍的興趣和愛好是由於“歷史性的意外”，可我始終珍惜這個“意外”，因為它讓我終生受益。看到今天這些孩子在課外花那麼多的時間在電腦和電視上，我還真有點兒慶幸我們小時候的“家境貧寒”。

來美國近八年了，終日忙碌，直到這幾年來才有心情讀上幾本書，特別是近來在老友施志清的幫助下，也拜現代科技所賜，終於如願以償的擁有了一個相當規模的圖書館。幾年前我剛好也讀了二月河的[落霞]三部曲 - [康熙大帝]、[雍正皇帝]、[乾隆皇帝]（缺第五、六卷）。而這部[康熙帝國]電視劇正是改編自這三本書。據說《康》劇播出後，社會的反應是褒貶不一，尤其是對歷史的真實與否眾說紛紜。晚生既非劇評家，也非歷史學者，充其量只算是業餘愛好而已。我個人認同書的作者-二月河先生對自己的三部作品的概括評價；書中的重大歷史事件是真實的，而書中的故事情節是虛構的。歷史劇的參照物是歷史，但它本身終究不是歷史，不是歷史紀錄片，它由大段的歷史事實架構起主線，但那些枝幹必然少不了故事性的演繹。戲就是戲，不要把它當作研究來看。如果看電視都拿著一本歷史書在旁邊核對情節，那以後歷史劇就沒人再敢拍了。為了觀賞效果，對歷史故事進行適當的改編是在所難免，自然《康》劇也不能免俗；像是《康》劇開篇中的順治皇帝原本是死於天花，而《康》劇卻把他演成了一個只愛美人，不愛江山，最終盾入空門的無為的皇帝。再有，躊躇滿志、

年少有為的康熙皇帝卻為一個比自己大得多的蘇麻喇姑折騰的五迷三道的，而這位侍女更是被導演硬生生的變成挽狂瀾於即倒；救皇室於危難的仙姑了。劇中那個聰慧、賢淑、識體又明理的容妃，根本就是杜撰出來的，歷史上並無此人，同時，劇中的一些歷史事件和人物在時空背景上也有相當的出入。那句時髦的話是怎麼說的 - “藝術是源於生活，而高於生活”說白了就是歷史沒野史有趣，野史沒夜史好聽，夜史又沒故事入神。個人愚見；劇情發揮、情節渲染是在所難免，只要別太離譜，這都無礙大局，也無傷大雅。另外，電視劇也是商品，有觀眾才有錢賺呀！想想看；這是部嚴肅的歷史劇，既要讓《雍正》的觀眾喜歡，又得讓《環珠格格》的觀眾喜歡。也真是難為了導演、編劇了。雖然如此，但對重大歷史事件還是應忠於事實，否則就不可稱為歷史劇。在《康》劇的平三藩這齣戲的描述，就讓尚可喜的後代大為不滿，上書北京要打歷史官司，爭論在於[康]劇對平南王尚可喜的歷史結論是錯誤的，再有是收台灣這齣戲中對鄭經及台灣收復的描述也是有違歷史事實。嘮叨這些陳芝麻、爛穀子，不是吹毛求疵，而是要說；雖說歷史如戲，但戲不是歷史。

這最後來聊點兒《康》劇之外的東西，讀者朋友您幫我一個忙，請您把這齣戲、這段歷史、以及清王朝，盡可能準確的放回到中國歷史及世界歷史的長卷中去，您呢再往後退幾步站遠點兒，別出聲、您靜靜多看一會兒，您先豎著看，而後橫著看。勞您駕請告訴我您都看到了什麼？當然，我得先告訴您我看到了什麼？人人都知我是個近視眼，近來又添了個老花的毛病，嗨！我又沒膽量去做雷射手術，所以我如看的不准、聚焦不清還望您能看在我“老眼昏花”的份上予於見諒。

近幾年來，清廷戲在大陸是方興未艾，只要一打開電視，就常會出現梳著大辮子的清朝男人的形象。佔據主角位置的多半是愛新覺羅氏的子子孫孫，以及他們身邊那個被割掉了命根子卻依然笑容可掬的太監，再加上那些紅頂花翎蓋著的清官大老爺。難怪時下在北京影藝圈裡的男士們幾乎各個留個禿頭，據說是為演清廷劇方便。

真是好奇怪啊，為什麼滿腹經綸的編劇們對於清朝，特別是清朝的皇家那麼偏愛？

我們中華民族歷經數千年，逐漸形成了以漢文化為核心的民族文化，也形成了以漢民族為核心的統一國家。但是，中國歷史上的分分合合有多次，民族的產生、發展、到滅亡也有多次，並非所有民族都是自始至終歸屬於中央王朝管轄，而各民族獨特的民族文化、民族心理又使自己對待國家的態度各不相同。我個人認為狹隘的大漢族主義的歷史觀是錯誤的，也反對一些人露骨地鼓吹大漢族主義。我以為對於中華各民族--無論文化高低、地域遠近、是漢族抑或非漢族--大家共同締造了中華民族文明；中國的版圖是由中原和邊疆共同組成的；現代中國是歷史中國的繼承和發展。正所謂泰山不讓土壤，故能成其大，河海不擇細流，故能就其深。中國古今名號的偉大之處，是在這些名號的支配下，中國文化漸趨發達與豐富，中國地域也由仄小而廣大。

清朝始從1644年，終至1911年，是凡268年，占中國五千年歷史的二十分之一，是中國兩千八百年有文字記載歷史的十分之一。大清朝一代共計十二帝，除了入關前就已過世的努爾哈赤和皇太極。其中，宣統三歲登基，下台時乳臭未乾，談不上對國家民族有什麼責任；光緒有意變法圖強而終被幽禁，令人同情；同治了無實權而且早夭，嘉慶沒有明顯的劣跡，順治親政時間極短，均可不計。道光要對鴉片戰爭失敗負嚴重罪責，那個英法聯軍火燒圓明園之前就倉惶逃往承德避暑山莊的咸豐沒什麼大出息。除了上述九人，就剩下康、雍、乾三帝。康熙、乾隆兩朝長達121年，再加上期間雍正的十三年，共一百三十四年，超過了整個清代的一半。他們統治的時期歷來都被譽為“康乾盛世”。的確，中華民族經過秦漢以來兩千多年的發展，至康乾盛世，其經濟取得了有史以來的最高成就。她的農業、手工業、貿易、城市發展等，都曾達到世界先進水平。而且，清王朝對發展和鞏固中國統一多民族國家、最終奠定中國歷史疆域做出了重大貢獻，這無疑是應該充分肯定的。平心而論，康熙、雍正、乾隆三個皇帝在歷史上的眾多皇帝

中確實是比較有作為的，他們的經歷也相當有戲。但是他們絕非現在影視表現的這麼偉大可愛。康熙1662年登基，執政61年。雍正在位13年。乾隆稱帝長達60年之久，1796年傳位於其子嘉慶。當我們沈湎於這一百三十四年的康乾繁榮盛世之時，看看西方人在幹甚麼？從1662到1796年，正是西方工業革命、啟蒙運動、法國大革命等一系列重大的歷史性變革發生之際。就是這些變革在自然科學與產業技術上，在哲學、人文科學上和政治與社會制度上，為西方社會的現代化奠定了堅實的基礎。1640年，英國開始了資產階級革命，美國1775年進行了獨立戰爭，法國1789年爆發了大革命。意大利從1859年資產階級奪取政權、俄國從1861年廢除農奴制、日本從1868年明治維新也都不約而同地走上資本主義發展的道路。面對變化了的世界，康雍乾三代君主卻表現出驚人的麻木和極度的愚昧：妄自尊大、拒絕開放，囿於傳統、反對變革，滿足現狀、固步自封，特別是限制工商業、蔑視科學技術、閉關鎖國、加強集權、禁錮思想的做法，愈加嚴重地制約著社會的進步。從比較歷史學的角度就不難發現，這個康乾盛世的繁榮昌盛恰恰掩蓋著歷史性機遇喪失的殘酷現實。這是康、雍、乾三帝最大的兩個失誤之一——閉關鎖國。以至，在乾隆之後短短的四十年的道光年間，“強大”的滿清王朝面對西方幾十條堅船利炮，區區一萬多洋兵洋槍，竟如此不堪一擊，一敗塗地，使泱泱中華幾乎被列強瓜分，五千年命脈幾被徹底斷送。再有，他們祖孫三人第二個致命的失誤是把封建專制的君主統治推向極致，對異端思想實行空前的剿滅，對封建宗法制度加以強勁的支持，對人的主體意識與人格尊嚴進行殘暴的摧殘和扼殺。祖孫三人一個比一個厲害地實行殘酷的文字獄，窒息思想、學術，使落後的現實根本無人敢於揭露，更不敢批評朝政，以致“我大清”早已大大落後於世界卻還以天朝“大國”自居，不把“四夷”放在眼里。他們的確也繼承了中華文化，但繼承的多是中華文化中愚昧、落後、保守、腐朽的糟粕，而中華文化中的精華，漢唐文化中那些積極進取、勇於開拓、格物致知、敢於創造、以民為重的積極思想沒有一樣被傳承下

來。明朝末年的民主思想和民主思想家在滿清一代後繼無人，明朝風生水起、有聲有色的市民民主運動和學者民主思潮到了滿清鴉雀無聲，可嘆滿清近三百年是“萬馬齊喑究可哀”。

人們談到中國歷史都習慣於縱向看，而談到中國的現狀都願意橫向看，我們如果能橫向、縱向兩方面都看看，您可能會有不同的感覺。您會發現在過去的兩千年的人類歷史中，雖然我們的祖先領先了世界五分之四的時間，但近三百年來我們落後了，而且至今還沒有追上。那些搖筆桿子的傢伙當陶醉在自己的一篇篇大作的同時，也該想想自己的社會責任，應

對世人客觀、公正的敘述歷史。對於我們這些海外華人、華僑，我們也應該花點時間告訴我們的小孩子一些中國歷史，我相信孩子們以後會感激我們今天的嘮嘮叨叨。中國人應為擁有自己悠久、燦爛的歷史文化而自豪，這是我們每一個中國人取之不盡用之不竭的共同財富。

該結尾了，可還是覺得意猶未盡，該說的似乎都還沒說，我是自作自受選了這麼大的一個題目，我更知道這文章如再長點兒您就更不耐煩看了，得！咱就此打住，人們不能改變過去的歷史，但人們可以書寫未來的歷史。

幸福的童話

馬宏進

突然，從臥室傳來妻子的夢囈聲……“高興就好，高興就好。”

深夜兩點，電腦中“叮”的一聲送來了朋友的問候：“你過的還好嗎？真懷念那些‘抗日’的日子，希望你還能快樂地幸福著。”

一種思緒如抽絲撥繭般地爬了上來，當時好喜歡下雨呀！一下雨，我們就可以那裡也不去，躲在計算機室裡，在屏幕上進行我們的“抗日戰爭”。沒能經歷任何“大時代的故事”的我們曾有著每一男孩子都會有的“大時代”的夢想。當我們鍵盤下的張自忠，馮兆國躍馬晉察冀圍殲板本師團的時候；當我們光標中衛立煌，杜聿明聯手浙江省血戰土肥原的時候，我們心中膨脹著一種叫做“快樂”的東西，一種被別人叫做“有病”的快樂。

燈紅柳綠的時代，沒有了大時代的故事；生活閱歷之中的幸福，少了一點點幸福之中的快樂。自從踏上了一塊叫做“異鄉”的土地，終日忙忙碌碌於“紮根”的工作。研究生“喝令千山讓路，我來了”的豪氣變成了博士後嘴邊的一絲笑意，莘莘學子“歷盡蒼茫我獨行”的跋扈也成了居家男人夢中的一點依稀。

而今夜，斗室四外的黑暗中卻有遠方朋友在關心著我的“幸福”。而幸福又是什麼呢？其實幸福不過是一種感覺罷了，一種滿足的感

覺，一種得到你所憧憬所追求之事的感覺。這種感覺本無一定的定義，因人而異，因事而異。就像一首歌中唱的“有的人希望利用別人，有的人希望被別人利用；有的人希望滿足別人，有的人希望被別人滿足；有的人希望愛護別人，有的人希望被別人愛護。”只不過有的人幸福的時間會長久，有的人幸福的時間很短暫。

還記得當學生的時候，有一個夜晚同宿舍的人坐在操場裡談論將來想要什麼，一個人講「好想有錢呀，我真的窮怕了。」另一個人講「將來能出國就好了，在國外再也不用巴結領導了，再也不用為了畢業分配發愁了。」繁星點點，明朗月光之下的是幾顆年輕跳動的心。沒有人再問我，大家一時無語，思緒隨著黑暗向四週蔓延開去，遠處蟋蟀的叫聲顯得格外清晰，在那個時刻，我真的不知道我的答案是什麼。終於，一個同學開始輕輕笑了起來，「其實」他說，「只要高興就好。」於是大家都歡欣起來，「對呀，只要高興就好，只要高興就好。」

畢業經年，想出國同學已經出了國，好像並沒有怎麼高興，現在想的是傳宗接代了；想賺錢的同學還在賺錢，而且真的賺了很多

錢，滿以為他是最高興的了，沒成想他還懷念著“抗日”的日子。

我呢，不知道，心中的悵惘似乎多於興奮，還記得畢業典禮上，我的導師對我們講：“人的一生如果能夠做一件令自己真正自豪的事，足以。”當時自己也曾是豪情滿滿地將一張字條貼在自己記事本的首頁：生當為人傑！

現在，坐在一片黑暗之中，只有熒光屏在泛著蒼白的光芒，遠處的蟋蟀聲就像那個夜晚一樣的清晰，只是下面坐的不再是伴著沙土的

草坪而是從 Office Depot 買來的皮椅，也許這一切比那個夜晚更真實，也許這才真是生活的意義。但是，真的是這樣嗎？我在困惑，手指停在鍵盤上，卻不知道該怎麼樣回答朋友的問候，良久，良久。突然，從臥室傳來妻子的夢囈聲，似乎在呼喚著什麼，腦中轟的一聲，蹦出了長春子的詩“手握靈珠常奮筆，心開天籟不吹簫”。於是，臉上浮出了一絲笑意，在屏幕上打出了幾個字：“高興就好，高興就好。”

行所當行、行過便休 讓快樂充滿生命

李琰琰

因為他們正確的對待生活及生命方式，他們都得到了他們想要的東西……

這些日子有兩個人的生活態度深深地觸到我的心靈。一個是我的小兒子，兩年前大學剛畢業，回到家裡；我問他對自己的前途有何打算，他說想先做事兩年，吸收一些工作及社會生活經驗，再做其他的決定。說罷的當晚便借用我的電腦，打了五十封申請工作的信件及履歷表，坐在床上一邊跟我天南地北的聊天，一邊封信及貼郵票，當這五十封信件都貼好之後，他站起來對我說：「媽媽，明早妳到郵局時，拜託把這些信都幫我寄出去。好了，我做完我應該做的了，現在要去睡覺了。」此後的日子裡我看他輕鬆異常，約朋友去玩，看電影、聊天、做運動、看閒書，開心得很，一點兒也不為找工作之事煩心，倒是我，天天看信箱，時時注意電話，緊緊張張嘀嘀咕咕，老是擔心萬一工作沒有著落怎麼辦？兒子反而安慰我說：「老媽，你不用擔心，我已經盡我的能力，做我應該做的部份，寄出那些申請信給那些大公司，下面的取捨就是他們的責任與選擇，不需要我來煩惱了。」果真，不到一個月

他就收到很多公司邀約面談的覆函；最後終於決定了一家他想要去的公司，開始搬家上班去了。此時我發覺小兒子真的長大了，他竟能從容不迫，按步就班，樂觀進取的面對他人生的道路，不像我這個媽媽常常患得患失，無謂的憂愁擔心很多事情。

另外是最近收到朋友的一封電子郵件，裡面描述一位九十二歲的老太太，這位面容端莊，個子嬌小的美國老太太每日清晨起床之後，一定把自己打扮、梳洗的光鮮整齊，臉上化了淺粧，口紅隨著當天穿戴的衣服顏色而適當的變換著，頭髮雖然已不太多了，但還是修剪的很時興的樣式。

她的老伴最近去世了，使得她不得不搬進附近的安老院去住。在搬家的那一天，一位義工陪著她到安老院，當義工幫她填妥各種手續，同時將她所有的衣物用具搬至院方給的房間時候，老太太帶著甜美的微笑，很有耐心的坐在大廳的沙發上等待。當義工終於扶著她上

了電梯要進房間時對她說：「妳的房間在二樓，有桌子、有椅子，窗簾的顏色是…」老太太馬上像個八歲的小女孩得到一個洋娃娃一樣，很興奮熱情地說：「噢！我喜歡這個房間。」

義工說：「老太太，妳還沒見到這個房間呢！」

老太太說：「那沒關係，我的快樂不是在乎這個房間的大小、佈置或什麼顏色，我的快樂是我決定要搬進來時候的心境，我既然已經決定要搬進來住，就已經決定要愛這個房間了，不管它是多大、多小、什麼顏色、傢俱怎麼安排、怎麼佈置。你知道每一天的早晨，當我醒來之後，我就問自己：『妳要決定今天怎麼過？是要難受的躺在床上，數算妳身體上到底有多少地方已經不靈光了，不能用了呢？還是快樂的起床，告訴自己有多麼的幸運，今天還能張開眼睛，我的腿還能靠著拐杖走路，我身體上還有許多部份可以運用。』」

「每一天對我來說都是一份上蒼的禮物，我只要能張開眼睛，就十分感謝上蒼，我決定要面對每一個新的日子，要在我記憶的冊子裡存滿快樂的情緒。」

噢，多麼可愛的一位老太太，也許正因為她正面、健康的思想，讓她健康的活到九十二歲還能繼續勇敢的活下去，繼續儲蓄快樂在她的記憶銀行裡。

年輕時的我曾經有許多夢想，曾經深深的期許鼓勵自己去摘星、去圓夢；年歲漸長之後，發現星星原是遙不可及，夢想有時雖可成真，但多數都是似真實幻，似近實遠，失望的情緒，落寞的心懷常常環繞著自己，讓自己失去了快樂。想到兒子的積極個性，行所當行，行過便休，不讓猶疑和失望傷害自己，想到那位九十二歲的老太太認真努力的生活態度，正面面對生命，才能快樂、長壽。因為他們正確的對待生活及生命方式，他們都得到了他們想要的東西；一個是大學畢業不久的青年，一個是風燭殘年的老人，一樣都能像太陽一樣照亮了我的心。

浦江春色 陳雪明

別後依依憶昔年，
落花似夢雨如煙。
夕陽紅似離人淚，
黃浦江頭春可憐。

虹口秋意 陳雪明

小橋流水一平湖，
綠樹成蔭長廊依。
遠處歌舞幾時休，
近看蹤跡化美憶。
寒蟬淒淒湖水涼，
皎皎孤日故人稀



揚州瘦西湖

顧東風

我的兒時遊釣之地

眼裡的瘦西湖雖然變小了，可她在我心中的份量卻越來越重……

瘦西湖是地處江蘇省揚州市西北郊的一所佔地面積約一平方公里的公園。它名字裡的“瘦”字大約是源于它的形狀：從地圖上看，它很像是一個面東而坐的瘦瘦的人形。但是這種比喻遠遠配不上瘦西湖的秀色可餐。古人曾將杭州西湖比作濃妝淡抹總相宜的美人西施，可是如果用當下時興的“燕瘦勝于環肥”的審美觀來看，杭州西湖這位美人恐怕是稍胖了些。而瘦西湖的窈窕曲折、迤邐而行的湖道更像是一位麗質天生的佳人婀娜腰身。可見這個瘦字了得。

若論美人，就得既有體形又有相貌。瘦西湖的園林特色成形于清朝的康熙、乾隆盛世。當時這兩位皇帝幾下江南，當地的鹽商們競相建造園林以邀聖寵，再加上自漢唐以來揚州一直是中國文化和經濟的樞紐城市，一千多年來人文薈萃，欣賞自然注重文化的風氣經久未衰，為不斷維護和美化瘦西湖的風貌提供了極佳的環境。與江南名城蘇州的園林相比，瘦西湖沿湖兩岸的名勝古蹟並不那樣鬧中取靜，那樣方丈之內藏頭裹腳地做功夫，那樣費盡心機地剔透玲瓏欲奪天功。瘦西湖的風景有一種大家之氣，種種景色依重自然，看不出什麼匠氣。恐怕用“大家閨秀”和“小家碧玉”分別來比喻瘦西湖和蘇州園林並不誇張。在瘦西湖園內身處一個景點總能看到另幾個景點，讓遊人們覺得像是漫遊在一幅國畫長卷中那樣心胸舒暢，那樣可詩可畫可圈可點。西園曲水、長堤春柳、荷蒲燠風、四橋煙雨、徐園、小金山、釣魚臺、五亭橋、桂花廳、鳧莊、白塔雲晴，光從這些名字看，在春夏秋冬四季園內都會有絕妙的去處。

出國多年，國內變化巨大。不知何時瘦西湖被列為國家重點風景名勝區。如今的這塊風水寶地怎麼是我兒時的遊釣之地呢，這得從文化大革命說起。文革時的我家是在距瘦西湖數十步之遙的揚州師範學校園內。當時我的父母均在該學院內工作。在那火紅的年代裡，很多人都好像吃錯了藥一樣，“拿起筆作刀槍”，名義上是保衛毛主席，實際上是保衛自己。鄰里成仇，同事反目彼彼皆是。父親就因為看不順眼毛夫人江青的舉止發了幾句牢騷而被同事揭發，成了“現行反革命”而一度被關進牛棚，放出來不久又和母親一道去外地的農場勞動了好幾個月，于是我和兩個妹妹以及其他一些家中無人照看的孩子們住進了集體宿舍。那時小學裡除了背毛主席語錄唱樣板戲外是沒有功課可做的。記得有堂體育課，老師居然教我們怎樣翻牆頭，說是為了今後防身之用，鬧得學校圍牆上騎了一圈男女同學，堪稱當時一景。在這樣的氛圍中孩子們可是能撒開丫子玩了，特別是像我這樣一個喜愛下河摸魚上樹捉鳥的“野孩子”。我每天上學放學的路有兩條選擇，一條經過瘦西湖的大門以及現在也屬於瘦西湖一部分的西園曲水，另一條經過學院的南門和一條街道。前者在路程上遠一些，半小時的路。後者要經過學院的貼滿標語和大字報的幹道，在路程上近一些，二十分鐘的路。記得當時上學總是要捨近求遠的。原因很簡單，因為前者一路上賞心悅目的事兒多一些，走起來不覺得遠，如果再翻過一道牆頭還可將路程縮短一些。有了在學校裡學的翻牆功墊底(心理上而言)，竟是每一天翻牆四次。用武俠小說的語言說，在五十年代末六十年代初出生的孩子中，我算是多練了一項童子功：輕功。其基本動作並不複雜：助跑、起跳、單腳

點牆面（這裡角度很是關鍵，是唯一需要反覆練習的）、雙手搭牆邊，只要搭住了牆邊，後面的動作便簡單了。年深日久，倒還真是視牆頭如平地。上學放學的路上經過瘦西湖那是順便玩玩。如果學校提前放學，那就是半天半天地玩了。那時候學校的老師們自顧不暇，經常提前放學，所以我經常能有時間到瘦西湖去玩。當時公園門口的門票是五分錢，也算是一筆錢呢。當然我是無法交的。好看門的老大爺對孩子們進公園玩並不介意，睜一隻眼閉一隻眼。萬一他心情不好認起真來也不要緊，從公園大門向西挪數十步，運起輕功，什麼事都沒了，剩下的就是遊釣而已。

遊釣的內容很多。遊有游水的游、遊蕩的遊、拿彈弓追麻雀們的遊，反正是那種調皮搗蛋的遊。釣有釣魚、釣蝦、扣蝦、釣黃鱔、捉螃蟹、撈河蚌。聽起來這釣頗有點兒專業漁人的感覺，但實際上卻是充滿樂趣的孩子家的把戲。對我來說所有這些活動要比抄大字報、背語錄、唱樣板戲有意思多了。這後三項童子功我練得和當時的一些高手比起來至多做個鏢行的趟子手罷了。我之所以愛去瘦西湖現在想來並不奇怪，當時在瘦西湖裡，滿眼是郁郁蔥蔥的綠，鳥翔長空魚遊淺底，亭閣倒影湖光水色，大可遊目騁懷。人置其中有說不出的舒坦和放鬆。而園外社會上的環境卻有天壤之別，到處貼標語和大字報，紅紙黑字或是白紙黑字，光生理上而言，就刺目的很。更別提內容上盡是些千篇一律的東西，不是“XXX萬歲”就是“打倒XXX，砸爛XXX的狗頭”之類的言語。雖然這樣的文字簡潔明了，不像瘦西湖內樓閣裡那些牌匾上的“林外鐘來知寺遠，柳下人歌待船歸”、“浩歌向瀾渚，把釣待秋風”讓人歪著腦袋看半天也鬧不懂是在說些什麼，可是園外的空氣無疑會讓人緊張或亢奮。我那時還是個不知愁滋味的頑童，並不能理性地看到這些，只是本能地做出了選擇罷了。奇怪的是，當時的園內很少看到成年人，他們都到哪兒去了？在做什麼呢？

文革時候母親手裡有學院裡中文系資料室的鑰匙。在我的小學高年級和中學的遊釣之餘，竟然也將資料室裡的中外名著（當時可不少是禁書呢）多多少少地過了一遍。其中最愛不釋手的書是水滸傳。書中那些武功高強除暴安良的好漢們很是讓我神往。看到他們大块吃肉大碗喝酒更是讓人饞涎欲滴。現在的孩子有歌星、球星去模仿崇拜，那時的我也有自己想像中的偶像。記得當時最讓我敬佩的幾個好漢有打虎武松、花和尚魯智深、小李廣花榮、沒羽箭張清、浪裡白條張順。黑旋風李逵，他可不在我的英雄之列，大概因為被他板斧排頭砍去剝個正著的冤魂中，十有七八是尋常百姓的緣故吧。我選武松魯智深是因為他們武功好沒人敢欺負，花榮、張清是因為他們“槍”法準，張順是因為他水性好。瘦西湖提供了我模仿這些英雄們的場地。那時我體小力薄，離“倒拔水楊柳”相去甚遠，至多折條樹枝由樹林中跳出來口中叫道“你倆個是什麼鳥人，會事的快把買路錢拿來”，所以園中草木並沒有太遭殃。倒霉的是那些鳥兒，經常因為我想練出百步穿楊的功夫而喪命在我的彈弓和石塊之下。可也多虧了它們，一是當時我打彈弓的這項童子功，如果不能與金庸小說裡的東邪西毒南僧北丐齊肩，起碼在孩子堆裡可以身濟一流高手之列；二是當時我們家大年三十晚上的一道傳統家菜就是油炸風乾麻雀。這裡有個例子可以定量地說明我的彈弓準確的程度：上學途中有一排兩層樓高的棗樹，每年秋天棗子還沒熟透就被人打得所剩無幾，只有在竹竿夠不著的樹頂碩果僅存。透紅油亮的棗兒很容易鉤起孩子的饞蟲，可是棗樹多刺，一般孩子只能望棗興嘆，讓它們成為鳥兒們的美食。這時我書包裡的彈弓可就派上用場了。講究的是那彈點只能在棗的莖上，偏一點兒棗兒就爛了，那棗可是真甜。麻雀比棗大得多，所以在這個距離上我的彈弓對它們來說是致命地準確。只是，打下一只其它的都會飛了，不像棗兒們還會在樹上呆。

彈弓到底是孩子玩的把戲。到了中學便漸漸地不玩了，倒是釣魚這項營生，被我一直操持至今。不知為什麼那時進瘦西湖，無論童叟只要憑釣魚竿就可以堂而皇之地不買票，不用運輕功什麼的。在瘦西湖裡釣魚那可真是無本萬利的事。一年三季(除了冬)的早晚都是釣魚的好時光：春天柳絮拂面，夏日荷風清涼，秋季天高氣爽。在風景如畫的園中走一遭都是很快意的事，也不會凍晒淋雨，何況還能釣上味美的鮮魚呢。小金山、鳧莊、五亭橋附近是我最喜下鉤的地方。當時能釣到的魚種類很多：梭子魚、鯽魚、黑魚、鯉魚、草魚、青魚、扁魚、鰻魚，偶爾也能釣上泥鰍。魚咬鉤時那種期待那種急切，玩的是心跳，魚不咬鉤時那種消停那種無奈，磨的是耐性。開釣之前十分鐘必須將一小把碎米放在一破乒乓球內夾在漁杆頂端撒在將要下鉤處，名曰“打塘子”，目的是引魚前來。用的魚餌有蚯蚓、飯粒、麵團、螞蚱等。通常是準備兩種以上的“紅食”和“白食”，以防魚們換了口味。打塘子地點的選擇很講究：春釣淺、夏釣深、秋釣草頭根。大多數魚咬鉤時浮標先向下點一點頭再向上冒一兩寸，這時扯鉤十有六七能上魚：“一掂一送，二斤半重”，說是這麼說。我在瘦西湖裡釣的最大的魚從未超過一斤。恐怕是因為釣魚技能不夠一流吧。可能正因為如此它才讓我鑽研至今。看來什麼事都不要登峰造極的好。要不然長之以往會乏味的。除了釣魚還釣過蝦和扣過蝦。釣蝦趣味不大這裡略去不記。扣蝦可是能讓孩子們樂此不疲的。扣蝦的工具很簡單：一尺長的樹枝和一尺長的魚線。沒有魚線在園內棕櫚樹上扯根細絲也行。魚線的一端繫在樹枝上，另一端圈成一個直徑一寸的活套，人站在岸上輕輕撥開岸邊水面的浮萍就可以看到蝦在一尺來深的水底，真可謂近在咫尺。這時忍不住用手去撈，就會落個竹籃打水一場空。就得將那活套從蝦的尾巴上慢慢套進去挪到它的腰部，然後猛地一提，蝦就在空中掙扎了。原來蝦們逃遁的招數是尾巴一蹶的金蟬脫殼，速度快、角度多變所以難捉。用活套

斷了它的後路，它明知有人在算計它，也只能慢慢向前爬行而落得個身懸空中。這活兒就像練毛筆字，講究的是手腕的懸勁兒。蝦被俘後的下場往往不妙：掐頭去尾剝殼。進了嘴裡的生蝦很嫩，淡淡地有點兒鹹味。那時最愛扣的是那種成年的公蝦，它們渾身泛紅鬚長鉗大，活像戲臺上頂盔貫甲背插靠旗的花臉將軍。被扣上後，吧達吧達地掙扎得很厲害。喜歡和它們鬥，大概是受武松、魯智深們專打天下硬漢的豪氣的影響吧。其實它們殼粗肉糙並不好吃。

遊釣時經常不是單幹，而是友而遊之。毛毛和古人是和我在瘦西湖中玩得最多的兩個玩伴。古人的真名叫陳鳳山，家住瘦西湖北門外的農村。因為他喜歡字畫，同學們為他起了這麼個別緻的綽號。古人有著一雙大眼睛和一付溜肩膀。雖然他出身農戶，但知事明理，家務農活文章字畫樣樣能幹，是個聰明孩子。除了扣蝦這門活計，我還從他那兒學會怎樣在農民們挖上的河泥堆中順著出氣孔挖到美味的河蚌，怎樣順著嫩葉採出肥藕，怎樣用麵粉洗出黏黏的麵筋來捉蟬。可惜的是，古人是長子，他上完初中便因家中需要勞力輟學務農了，不然，他還會將他的柳根摸魚這招絕活傳授予我。古人離開學校後就與我漸漸地斷了聯繫。農村早婚，現在的古人，大約已是孫兒繞膝了吧。毛毛和我曾是鄰居，兩人的生日差五天，在文革時是對患難兄弟。我兩人的彈弓釣魚功夫的高低，類似於林沖楊志武藝的區別，所以經常在瘦西湖內切磋。毛毛和我同上一所中學，畢業後同進一個工廠。恢復高考後，我興趣在物理，毛毛興趣在藝術，但這並沒妨礙我們成為二十多年的摯友。改革開放後，毛毛創辦了自己的廣告公司。廣告創作是需要新意的，毛毛憑著自小從瘦西湖獲得的靈氣，每年都在全國性的公益廣告大獎賽上披金掛銀。大概正因如此吧，毛毛的公司也座落在瘦西湖畔。從毛毛的辦公室望去，虹橋曲水交相輝印，

兒時的遊釣之地，盡收眼底。毛毛是個有福之人。

文革時期物產貧乏，肉、蛋、魚都得配給。瘦西湖為我和我們家提供了不少難得的蛋白質。所以我的遊釣除了玩耍之外還有它的實用功能。除了這些，瘦西湖提供了我接觸自然的場所。它是我課堂外的課堂。它讓我懂得什麼是和諧平衡什麼是礙眼警扭，它讓我嘗到了“自己動手，豐衣足食”的快意和甜頭，它讓我明白了“謀事在人，成事在天”這個雖然淺顯但許多聰明人也不一定鬧得清的道理。比如說，樹上有鳥是事實，鳥中彈會落地是規律，開弓後得不得鳥是機會；水裡有魚不等於飯碗裡有魚，下了鉤後能不能吃魚是運氣。創造機會爭取運氣，只求自己不求人，當時我覺得生活就應該這麼簡單。大概是受瘦西湖的影響，自小就喜歡自然的環境，不喜歡過多的人為修飾。因而常被居家寫作的妻子戲謔，說我是山林野人，“不懂文化”。大凡夫妻鬥嘴，妻子佔理的居多，所以為了耳根清淨不去辯解，但心裡總是不以為然。文化是什麼？文化是環境長期的燻染，是時間無意識的積澱。如果紅樓夢是文化，那麼瘦西湖也是文化。如果高樓上的白白淨淨的小姐讀紅樓夢是文化，那麼光著腳丫子的野孩子在瘦西湖遊釣也是文化。如此類推，現在的孩子玩電腦遊戲也是文化了，不過這種勞民傷財的文化不要也罷。

朱自清，這位一生淡泊名利的謙謙君子也是揚州人。雖然他十八歲離揚後重未回去過，但他少年時期在瘦西湖的遊玩，多多少少對他的性情有所影響。從他的膾炙人口的〈荷塘月色〉就能看到瘦西湖的情影。寫到名人，不得不提現在的中國一號領導人江澤民。他的故鄉也是揚州，據說他出口成章言之有典，不時地還能侃幾句英文。至于瘦西湖對他有何影響因為沒有調查這裡不姑妄論之。不過，最近幾年來他對揚州的影響卻是揚州人有目共睹的。用廣告人毛毛的專業術語說，這些變化來自于江是揚州人這一事實的巨大的潛在品牌效應。雖

然隨市場經濟的興旺各地城市均在舊貌換新顏，由于這種品牌效應，揚州市容的變化遠遠超過了江南諸城。單說瘦西湖變化就不小，三十多年前的瘦西湖，南起大虹橋，北止長春橋，西止五亭橋；現在的瘦西湖擴大了近一倍。特別是五亭橋西北一帶流經農田的河道被拓寬疏浚，並修建了熙春樓望春臺等亭臺樓閣，恢復了舊時“二十四橋明月夜，玉人何處聽吹簫”的景區。從揚州北門護城河乘遊船經瘦西湖六七裡的水路能直達鑒真和尚曾在該處修行的名勝平山堂，重現了“兩堤花柳全依水，一路樓臺直到山”的意境。六、七年前在瘦西湖園內，給遊人丟棄果皮紙屑的垃圾箱是熊貓青蛙等張著大嘴的雕塑動物，看上去礙眼得很，現在都換上了有著活動門的樹根或玉蘭花形狀。雖然在垃圾的放入和收取上不太方便，但多少融入了環境不易察覺。大大小小的這些變化讓兒時的遊釣之地變得更漂亮了。

瘦西湖的另一變化是遊人多了。到了節假日更是摩肩接踵，換了一種遊園的氣氛，好似在北京王府井逛大街。大約是大家的生活水平高了、閒暇時間多了，或者是悟到了瘦西湖的好處的人多了。但人擠人、人看人終究不妥。既經濟又實惠的解決辦法是提高門票價格。兩年前是十五，現在是三十二塊人民幣。就像當年五分錢于我那樣，這對於一般的市民而言是挺貴。老百姓的怨聲總得聽，要不然又得有人運輕功，雖然如今行事規則與三十多年前大不一樣。折衷的辦法是揚州市民可以憑身份證辦理不算貴的年票或月票。但對該票開放的時間是早晨或下午的五點半至七點半，只有退休離休的老者除外。這既符合市場規律又不太礙園容，而且還遵從中國人敬老的傳統，所以大家都心平氣和。只是那些外地慕名而來的遊客被無可奈何地小宰一刀，卻也無傷大雅。

我眼裡的瘦西湖還有一個變化。那就是湖面似乎比三十多年前窄了許多。當年在湖面最寬處得連扎四五個猛子才能游到對岸，印象中好像有兩百多米，夠寬的。現在看看也就一百

五十米左右。可能是因為三十年來遊東蕩西、走南闖北，見的高山大川江河湖泊多了，眼中的尺度變了吧。可不是嗎，要說大，美國東北部的休倫湖尼爾瓜拉瀑布的雄偉壯觀，克裡夫蘭城邊伊利湖的一望無際，加州北部的太浩湖的雪山疊映、清澈透明，就連離我住處一小時路程、幾度在那兒紮寨露營、每年春天能釣回幾尾肥美可口的大嘴鱸魚的卡斯塔斯湖，也算是山明水秀風景宜人。這些湖沒有一個不比瘦西湖大上十百倍甚或千萬倍。中國國內的太湖也是風景秀麗一望無際的。要說富麗堂皇雍容大度，在北京上學時常去的頤和園的昆明湖就

比過了瘦西湖。不過，這皇帝身邊的金枝玉葉再加上挪用修建大清海軍的銀子來打扮，不比也罷。總之，眼裡的瘦西湖雖然變小了，可她在我心中的份量卻越來越重。世界上恐怕沒能有哪一個湖能比得上她。兩年一度的返鄉探望父母，路途的疲勞尚未退盡，就迫不及待地趕去瘦西湖遊走一番。心中的那種渴望就像是去會見一位經久未見的戀人。瘦西湖，我的兒時遊釣之地，出國十幾年來你竟是讓我這樣地魂牽夢縈。

朋友，你要是途經揚州，千萬別錯過了瘦西湖。

我的父親

王瑞芸

我們雖有緣成為父女，卻無緣做成朋友…

父親去世已經十八年了。

那一年他六十四歲。

父親死於腦溢血。那麼風趣開朗的一個人，突然倒下就再也沒有起來。我的一個親戚聞訊對我說的卻是：你父親的那種死法是前世修來的。現在想想，我覺得他說得對。父親走得利落乾淨，沒有痛苦。他這個從來都怕和醫院打交道的人，甚至臨終這一關也免去了被醫生用藥動刀，忍痛擔怕這類麻煩事，這不是上天的恩典是什麼？這種福分並不是每個人都能有的。

父親是江蘇崑山人。祖上是前清舉人，家道殷實。父親恰又是長房長孫，從小不免錦衣玉食，用一個通俗的比喻——糖水裡泡大的。到十七八歲時他已經長成一個秀骨清相的白面

公子。從他留下的照片看，他年輕的時候的確相當翩翩，全然是一位典型的江南秀士。他會寫詩填詞，會畫翎毛花卉，喜字畫，喜昆曲、京劇。他是那種有閒家庭中薰陶出來的「寫意朋友」，對生活重享受而且會享受。

從我小時候記事起，常常在黃昏時分坐在家門前的台階上等父親下班回家。父親執教為業，在學校一日，不免氣悶，每日回家後，必攜了我到街上走走。每一次都給我買一點零食：一塊烘山芋，或一碗豆腐腦。和他上街，我是為了這些零食去的，而父親呢？什麼也不為。他就在街上東走走，西看看，瞧瞧碗店裡的瓷器，翻翻書店裡的舊書，也不買什麼。他是為了日常生活裡的聲音，顏色，氣味而上街的。

雖然這樣，我卻沒有被薰陶出和他相近的氣質。我是一個--用褒意的說法是--上進心很強的女孩子。我從小讀書就很用功，也讀得很好，這一點父親當然是滿意的。直到了我上大學之後，寒暑假回家，還能堅持讀書不輟。父親見了，往往笑瞇瞇地對我說：「我讀大學的時候，星期天、假期，不讀書，玩。」「所以啊！」我從書上抬頭回答說，「而今只能委屈您老在中學教教書。」父親聽了呵呵一笑。

父親有閒，就在家中自己畫兩筆寫意花鳥，他喜歡暉南田，他的畫風走的也是秀潤的那一路。每一次我放假回家，他在半年中已積了不少畫，他一邊把他的畫掛出來給我看，一邊對我母親和姐姐擠眉弄眼地說：「噢，要給專家過目了，我的心蹦蹦地跳。」(在大學裡我恰好學藝術和藝術史)「爸爸！」他又呵呵地笑，住了嘴。然後我看畫，他呢，看著我的臉。看了一會，我對他說的是：「爸爸，您的畫太乾淨了。」這句帶有貶意的話，父親一定是在意的。那時，我二十歲出頭，在那個年紀常常會對自己擁有的東西反而滿不在乎，卻巴望著自己沒有的。對父親的畫，我心裡想的是：「他應該畫得蓬頭粗服，潑辣豪放才好。」

對於他藝術的評價，實際上是我在內心裡對他做人的評價。父親是個謙謙君子，蘊藉儒雅，不是那種血氣方剛的大漢。對任何事情他都以忍耐禮讓一法處之。他從不對我們孩子動怒發火，對於家庭之外的人事他亦如此，從不與人爭長短高低。他的一生是不大走運的，他被國家調過幾次工作，一次比一次更不好些。我們全家都清楚的是，這個局面不是他的學識和能力不夠造成的，而是在那個歷史時期，他的那個家庭出生使得他凡遇到人群的利益分配，常常被擠到邊上去。我們全家同時也清楚的是，他性格中的不爭，使他對於自己命運中的這種下滑的趨勢，沒有作過一次有效的抵抗，他是隨遇而安的。

父親隨遇而安的能力非常強。文革中我們全家從城市下放到鄉下，住兩間茅屋，沒有電

燈，門外沒有像樣的路。下了雨出門，一步一滑，一身泥水，情形頗為狼狽。父親卻能在這樣的條件下，照樣按了自己的意思和趣味去經營生活。

在鄉下，他居然自己做了一張沙發。他用木條釘了一個靠背椅似的架子，又從當地的廟裡找來兩個蒲團，仔細地用格子布包好，一橫一豎地放上架子，就成了一張神形皆備的沙發，只缺些彈性。最妙的是那沙發的扶手，他不知從什麼地方尋來幾根老房子上拆下來的曲裡拐彎的房椽，一正一反地搭配起來，不僅可以攔手，線條還很優美，我和姐姐看了都很服氣。他還自己做櫃子，因為木頭不夠，櫃子後面和頂是他用樹枝做骨子，然後用布糊的！然而，他把這櫃子用油漆一漆，依然鮮明動人。為了給房間掛窗簾，他專門去了一趟縣城，竟給他從布店裡覓得一種波斯卷草紋樣的大花布，做成窗簾後不同凡響。這窗簾至今還被母親收著。被粉白了的牆壁上掛著他自己畫的花鳥冊頁，裝冊頁的鏡框也是他自己做的。這樣，他把昔日在上海讀書時得來的公寓套間的居住風格搬到 1970 年蘇北鄉下的茅屋裡。他就在這個自造的優雅小環境裡，坐在那張土沙發上，讀讀『花間集』『隨園詩話』那樣的東西。

那兩間茅屋雖陋，卻臨河而居。河上有捉魚的船隻往來，知道這裡有一家「下放幹部」，是拿工資吃飯的主兒，一旦有鮮魚活蝦，就沿河直搖到我家門前，買主和賣主皆相得宜。記得一年夏天，一漁人知道我們城裡人喜食甲魚，凡捕獲了甲魚，他就給我們送來，有時一隻，有時兩三隻，活的。當時就請他在船頭上幫我們殺好，就勢在河水裡洗淨，從河岸上三兩步就拎回去燒在鍋上，不到一個時辰燒好了，透鮮。父親為此很得意，凡有親友出於關切動問我們的鄉居生活，父親乃告曰：「以紅燒甲魚為家常菜，如何？」至於如何設法把家再遷回城市去，父親卻不肯操心費腦了。

後來我們家搬到蘇北一個縣城去了，我和姐姐都不大滿意，仍希望回到大城市。父親卻覺得比之於鄉間的泥地草屋已不可作同日語，他又開始高高興興動手佈置縣中學分配給我們的幾間舊屋，把它們弄成一處雅居。他並且慢慢地和縣城裡尋訪到的幾個畫家開始走動，互贈字畫，樂不思蜀。有一年我從學校放假回家，父親很正經地告訴我，在這個小城裡被他發現一家不起眼的麵店，湯包做得非常好吃，他要帶我去嚐嚐。他很高興能找到機會又可以帶我去街上吃東西了。那時候我已經不是十幾年坐在門檻上等他帶出去吃零食的小孩。我人大了，心也大了，心中充滿了人生的宏圖大志，我其實不把湯包放在眼裡。但為了不拂逆了父親的好意，我就隨他去了。那個店果然不起眼，也太不起了。門面黑乎乎的，店裡也暗暗的，客人卻不少，在我看來都是些俗不可耐的市井小民，鬧哄哄地。我捏手捏腳地坐下，捏手捏腳地吃湯包，吃完逃也似地出來了。出來之後我對父親半開玩笑地說：「您老也『墮落』得不成話了，肯到這種地方來吃東西。」父親聽到這『墮落』二字，縱聲大笑。父親，您為什麼這樣大笑呢？是我說得不對嗎？直到十幾年以後我才體會到父親這樣大笑的含意。

父親知道我和他志趣不同，他很容忍我，從來不評判我，也不來指導我。只有一次，我聽他講到自己年輕時曾放棄過一次去法國學醫的機會時替他嘆道：可惜了，當初如果如此這般，您今天一定不在現在的處境和位置上。看看您現在！他對我說了下面這樣的話：「我是個現實主義者，現實給我什麼我就抓牢什麼。現實不給我什麼就不強要什麼，我這一生就這樣，我覺得過得挺好。」停了一停，他又補了一句話「你肯上進，是不錯的，只是太執著。」我馬上纏著他問：「執著，難道不好嗎？不好嗎？！」他停了好半天，慈眉善目地對我笑說：「我以為不太好。」說畢拍拍我的肩膀走開了。當時的我不能懂得父親的話，也不贊成他的人生主張，我以為那太過被動與消

極。因為在我看來人生的意義在於一刻不停地往上走。現實是必須被超越的，想要的東西是應該執著地去獲得的。可父親不，他彷彿是知難而退，並且不以居下為恥，不以慕上以爭。那怎麼成呢？因此，我們雖有緣成為父女，卻無緣做成朋友。

由於我不能像父親那樣：「現實不給我什麼我就不強要什麼」，於是只管橫衝直撞穿山渡水地去追求自己想要的。我從縣城到省城，從省城到京城，又從國內到了國外。為了生命中的那份渴望，我嘔心瀝血，勵精圖治，可謂不遺餘力。這樣，無論在時間上，在地理的距離上，我都覺得自己不可挽回地離父親越來越遠了。然而，隨著自己長大，成熟，我漸漸看出，人生百相，終究是舔犢撫雛，柴米衣食為其根本，為其至樂，此外無他。我的「上進」說穿了不過是個「慾」字罷了，「執著」不過是一個「迷」字罷了，果然「不太好」。現在的我寄居住在美國的一個小城裡，終日也不過柴米油鹽過活而已，和父親當年在蘇北的一個小城裡過活的情形不相上下；和父親當年怡然自樂，不以居下為恥，不以慕上以爭的態度也不相上下。在平凡與平淡中我開始嘗到了人生的至味。誰能料到，在經過了幾十年的天涯歧路之後，我覺得自己離父親近了，卻不是遠了。

父親，事情為什麼會是這樣的？是因為您我既為父女，終是不能，不該輕負了這緣分？您的散淡，您的平常，您的隨緣無意，早在血緣裡就悄悄地傳給了我，待機而發，指點迷津？如果是這樣，父親，身為您的女兒，我是榮幸的。

今年夏天我回國的時候到父親的墳上看了看，他安息在江南的秀山麗水之中。在他的寢地，滿眼是綠色，周遭無人聲，唯鶯啼燕昵而已。我冥然獨坐，在寂靜中體會到：原來在父親的不言中有一份耐心，這份耐心穿過時間和地理，穿過了生死。他自信，既是自己的孩

子，無論走得會有多遠，迷得會有多深，終究是要回到他身邊來的。

風從林梢吹過，一片樹葉落了下來，正落在我的腳下。一隻黃蝴蝶翩然從眼前飛過，越阡度陌往遠處去了。就在那個時候，我突然為

十幾年前不能和父親一起欣賞那個無名的江北小麵館裡的湯包覺得非常後悔，非常後悔。

.....

父親，可惜我覺悟得晚了。

金三角的今昔

王正平

遍山遍野都是五顏六色的罌粟花，美得令人眩目，而花中之果卻是「毒」得叫人喪命……

最近常在世界日報上看到泰緬兩國在金三角附近戰事頻頻的消息，而且都是緬甸政府軍以肅清叛軍為藉口越界侵擾。去年年底，我們曾到金三角旅遊，對它的印象非常深刻，自然地，看到報上刊登有關它的新聞就特別注目了。

金三角位於泰、緬、寮三國交界的三角地帶，在清萊正北郊。雲南境內的瀾滄江順流南奔，出了中國界縱貫泰、寮、柬、越在胡志明市附近出海，名為湄公河；而該江形成了泰緬寮的天然國界，紛爭不斷的金三角。這裡的高山峻嶺連互，熱帶森林密佈，地形崎嶇土質貧瘠；居住在山裡的各種少數民族生活艱苦，文化落後；由於瘴癘氛繞，常種植一些大麻和罌粟之類，為預防和治療疾病用。

中國境內幾百年來戰亂不斷，而引發數次中國人南逃避難，陸續逃入這三角地帶而留下居住的已不在少數；尤其是1949年中國政權易手，國軍李彌將軍統領的第八軍在蒙自被圍剿後，他率領的殘部逃至中緬邊界地區，暫作喘緩，並在該地區組成「反共抗俄救國軍」伺機反攻，後又成立「雲南反共救國軍游擊總部」，建立游擊武裝部隊，活躍於中緬邊境。然而因種種原因以至軍隊補給不足，天然生活的環境更是惡劣，不久，有些軍士及其家屬開始陸續分批撤至台灣，其他不願(能)離開的軍人及眷屬，做了長期居留的打算，和當地人漸漸融合。為了生計，開始大規模的開墾山地，種植罌粟，提煉一本萬利的海洛因，以第八軍留下的軍火成立了承擔風險的武裝販毒組織，這塊三國交界的三角地正是毒販們公開交易中心。罪惡往往與金錢有不可分割的關係，

當黃金與毒品齊飛之際，產生了「金」三角的「惡」名。

七十年代的金三角地帶，放眼四週，遍山遍野都是五顏六色的罌粟花，美得令人眩目，而花中之果卻是「毒」得叫人喪命；該地出產的煙毒數量之鉅，震驚了全世界，當地勢力最強的毒梟坤沙，一夜之間成為家喻戶曉的傳奇神秘人物。坤沙的中文名字是張奇夫，父親是軍人，母親是當地撣族(撣族人驍悍善戰，越戰期間曾助美軍)，自小就是位智慧型的狠角色，並且有一位正規軍校出身的師爺輔佐，在毒品買賣槍林彈雨的鬥爭中無往不利，繼而掌控了整個金三角毒品經營的勾當。

此後二十多年間，泰緬兩國政府軍也曾出動無數次的掃蕩行動，然而毒梟們的火力強大，並有山林天險蔽障，以重金買通該兩國的軍警以通風報信，因此每次的圍剿行動都無功而退。直到1997年，由聯合國反毒組織主導，經過長期偵查監視及滲透，再施予最大的壓力於泰緬二國，終於破獲毒梟的主要基地，掃除金三角的毒品買賣活動，而有「條件」(免於死刑)的逮捕到坤沙。才身為階下囚，坤沙最心愛的三姨太竟私通他的部屬，席捲他所有「藏匿」的巨額存款而去，如今這位一代梟雄正拖著他那中風癱瘓的身軀在仰光的大牢裡渡殘年。樹倒猢猻散，坤沙的毒幫雖已被瓦解，但為錢挺而走險的仍大有人在，那些零散的毒販已退到更深遠的山林中了；目前在金三角附近已不再看得到一大片一大片，搖曳弄姿、鮮艷美麗的罌粟花了。

清萊往金三角的公路平坦寬闊是新建好的。路邊的民居多半是當地特有風格的高腳

屋，四周樹木環繞，不見絲毫雜亂污穢；時而在路邊的叢林裡冒出一群群的泰式樓房的尖屋頂，看到標誌，才知道都是觀光酒店和渡假中心。泰國政府曾宣佈，將利用泰境內金三角地區依山環水的自然景色，大力開發為安全怡人的觀光點，看來他們的努力已經有了成果。眼前呈現的，可能將和曾經想像中的金山角是毒販橫行、槍彈亂飛的情景是相駁背馳了，在來泰北前對安全的顧慮是多餘的了。

我們到達金三角時已近黃昏，巴士先送我們到整建完工的河堤公園瀏覽，兩岸河堤修建的工整牢固。經過疏濬的湄南河道，也已可以供中緬寮泰的貨船航行通行無阻；公園內的涼亭、紀念品店設計得很精巧有特色；以石雕大象為底座，泰式圖騰冠頂式的紀念碑，刻有金三角的地圖及含蓋的國家，屬於泰國的部份在一個倒立的正三角形底角占三分之一面積，我們當時站立的位置正在它的正頂點。面向湄公河，對岸是屬於寮國的一片蕉林，左前方是緬甸，而兩國的境內不見人跡，可能尚停留在封閉和落後的階段。

出了公園斜穿過馬路就到了我們要「打尖」的地方；這家旅館和此地其他的一樣是渡假中心，附有高爾夫球場等設施；它的主樓以穿梭在花園裡的迴廊或石階與其他建築相連，花木很茂盛，難得見到的白色曼陀羅像瀑布似垂吊著，隨風傳出陣陣清香。這裡四季如春，氣溫宜人，是一個尚未被文明與科技污染的地方。

清早，走出旅館，散步在人車稀少的柏油路上，空氣新鮮得不由自主多吸了幾口氣；遠處山嵐飄渺的疊疊山嶺，有如國畫的水墨渲染，而山腳下卻掀起大片的翠綠，寮國境內的蕉林卻是一抹暈暈的灰綠，使聳立在緬境田野

上那幢「唯一」的賭場旅館，迷濛中顯得好孤獨。晨霧氤氳在湄南河面上有如行雲，寂靜中，突然傳來馬達聲，一艘掛著五星紅旗的貨船破霧而來，又順流南下沒入「凡」塵。迎著舒適的陽光，走進只有短短一段街的市區，店家紛紛正趁早開市。我慢悠悠逛著一家家的小店，店裡的商品大同小異，無非都是有風味的服裝手袋及紀念品；看店的小姑娘都能說點中國話，他們帶著些靦腆的笑容，溫順的回應著我的詢問，希望做筆好買賣，我也好整以暇地欣賞著店內琳瑯滿目的特產，盼望能掘到物美價廉的「寶」，難得的輕鬆自在。

遊河是在此的最後一個節目，乘觀光船向北再向東航行，正是在湄公河的三岔口，此處河面很廣；靠緬甸的岸邊是不准停留的，除非在月黑風高的晚上搭小舢舨摸黑偷渡上岸，躲在岸邊的海關人員可是會大大方方要你的入境費的（是可以討價還價，偷渡詳情，洽詢林志中先生）。寮國方面已適度的開放，在泥土堆的碼頭邊，設了幾間茅屋賣土產衣物及飲料，鼓勵遊客買張明信片從此地投郵寄回家，看看要多久可收到，原來估計要兩個月的，我們約在一個月就收到了，也許他們的郵務正進步中，寮國這種自嘲式的遊戲雖然有推銷之意，但也很有意思。

回到原來登船的岸口，就要開始踏上歸途，面對如此好山好水心有不捨之情，忍不住再從車窗向外多看幾眼，老公在我身邊也正在嘟囔著：「有機會一定要回來，好好打幾場球。」曾經是群蛇混雜的毒穴，而今金三角竟漸漸成為一個美麗的渡假淨土；三、四年的時間說長也不長，將一「惡」名改變成「美」名著實不易，這點就要佩服泰國政府有真正要「做事」的決心及不惜餘力的發展觀光業的毅力了。

海棠盛開

林志中

---記張棠新書發表會報導

千橡名人張棠女士，將她近三十年來的心得歷練、思維、觀察、情懷、際遇，用一首一首的詩歌的方式來表達她的感受及看法。然後將她們完完全全的坦程在大家的面前，這就是她的新作海棠集。

"年年海外遊，歲歲詩一首，及時當自勉，青春不待留。"

這是她詩篇中的一首"又一年"，簡簡單單的二十個字，就可以叫人咀嚼回味一年，這就是她震撼的地方。她的詩篇從少婦的寄情浪漫涵蓋到中年人寫實探理，不論你年紀的老少，性別的區分，都可以陶醉在她的字裡行間，被她的真情細敘感動。

二零零二年六月二十二日是新書海棠集的發表日子，北美洛杉磯華文作家協會的代表及千橡友人，早早到了第二華僑文化教育中心，在短短的時間裡，將會場的佈置、音響及招待的茶點及留言打點就緒。

下午二時開始了會前的青茶雅敘贈書留影，大會由二位名嘴司儀，作家曹天放小姐及王明先生(即王懋德，千橡中文學校第一位啟蒙老師)。先介紹了我們的大詩人張棠女士，及她的寫作生平及代表作品。接著作家協會的前後會長陳春生、周愚、盧威等表達他們的致意及對張棠的勉勵。好戲正式上場先由張棠她自己細敘寫這本詩集的心歷路程和酸甜苦辣與對自己的期許及感受。真是讓人感動及鼓舞。寫序的李宗倫大詩人的讀後感及對海棠集的解說和看法，這可以讓我們這些平時對詩不甚瞭解的人有所啟發及領悟。書評由陳湘洛教授擔當，近小時的剖析，從每一個角度來探討海棠集的深度及淺識。她把每首詩的用詞造句寫意引衍到表達的意境及讀後的味道，詮釋了文學的觀點及論調。經他的一評可以看出海棠集是一本千錘百鍊的精品佳作，我們應該慢嚼細嚥的去欣賞。現任千橡中國書畫學會國畫班老師夏訓智畫家，詮釋海棠集的詩及張棠的國

畫間的關連及造詣，書中有畫，畫中有書，是作為一個好藝術家不可或缺的條件。讓我們來等待張棠的畫冊吧!所以他朗誦了海棠集的"歸"，不難體會出詩中有畫的情景了。

曹天放小姐朗誦了"五月新娘"、"夜深沉"及王明朗誦了"紅豆"、"驪歌"。不愧是名嘴，字正腔圓，聲調優美，音揚頓挫。真的把詩唱活了似的。不由得你不把你的感情給發抒出來。

最後由我們的大詩人張棠致謝詞，朗誦"重逢"是恰到好處的送給她台大的同學。最值得稱頌的是這篇"織女一千橡之晨"是她把千橡的晨景經由牛郎織的懷緬唱給所有千橡的朋友、讀者、華人，轉述於下，讓千橡讀者大家一起來共享之：

昨夜最後的星星
還在天邊盤桓
清風吹來
涼透了紗縵
織女對著紡機
裙裾飄飄巧手纖纖

層層疊疊細細綿綿
把滿山谷的雲霧染成白線
串起遠遠近近的小山巒
紡朝朝暮暮的思念
織一夜又一夜的無眠

麻雀吱喳無心
喜鵲遲遲不行
魂牽又夢繫
在萬里雲煙之外
任牛郎情多義重
也難度天河之浩瀚

花團錦簇金絲銀線
彩麗當空錦繡滿天
有誰知重重青山之後
舊情難斷好夢難圓
可憐天上人間

芭蕉如扇淚珠難乾

接下來的是贈送禮物，有各式各樣的花籃、祝詞、贈儀，值得我們提的是千橡友人及千橡通訊所贈送晶瑩剔透的獎牌，由現任千橡通訊主編焦守恕先生頒發，上書"海棠盛開，千橡留芳"，這是我們千橡華人何等的榮耀。更重要的是有益於康谷後進華人對中華文學寫作與發表的一種激勵及表揚。

張棠的海棠集新書發表會舉辦的非常盛大隆重，這代表了她的寫作的努力及成功。內容的歡笑及淚痕，心思的敏銳及細膩是值得我們康谷華人效法稱頌。也希望後繼有人，讓更多華人到我們新的"千橡"來發表文章，繼而發表他或她的專輯或新書，讓我們康谷成為海外中華文化承傳一股新流。



張棠新書發表會上合影

左起：焦守恕，王懋德，陸麗珠，張棠，左大磊，張寧孜，陳玲伶，鄭德音，林志中

千橡圖書館--FTOL 簡介

袁曉琳

自 1998 年來四年間，千橡圖書館增購了幾千本中文圖書，也添加了中文報紙、雜誌數種，以及電影帶子等等供社區華人欣賞借閱。想知道這筆經費那兒來的嗎？照理說，這是個市立圖書館，經費當然都來自市政府了，事實不然，市政府撥下的款，祇夠抵銷所需花費的一小部份。購買新書的費用，幾乎全是 FTOL 撥給我們的。

FTOL (The Friends of Thousand Oaks Library) 是個非營利的組織，於 1961 年成立，宗旨在協助推廣圖書館對社區的服務。FTOL 的基金來源，主要靠販賣舊書。圖書館內有幾個特別的書架，專供 FTOL 陳列要出售的舊書，精裝本每本一元，平裝本五毛，愛書的人見了怎捨得不買呢？所以生意好極了，此外 FTOL 每年在 Newbery Park 分館舉行三次舊書大拍賣，這些書一部份來自大眾的捐贈，另一部份是圖書館內淘汰出來的。義賣舊書所得，加上支持這個組織的會員每年所繳會費和私人捐款，及舉辦特別節目的門票收入，都是基金的來源。

FTOL 會員眾多，個人或機關團體，有意支持者都可以申請入會，每年老年人及學生只要 7 元，一般人 10 元，家庭 15 元，機關團體 30 元，另有 50、100 元的特別會員。也有很多人在交費時特別多繳一些做為捐贈。由於這是個非營利組織，會費、捐款都可抵稅。會員們還可以享受下列福利：

- 贈送免費 FTOL 通訊 “FOCUS”。
- 半價租書、電影帶、銀光碟。
- 在圖書館禮品店購物或參加 FTOL 辦的特別節目或文化旅遊都有折扣。

圖書館的不少活動也都是靠 FTOL 基金

會的贊助才得以舉行，包括暑假兒童讀書俱樂部，成人與女學生書藉討論會等等。此外 FTOL 還為大家提供了大字體書 (Large Print) 及外語圖書 (International Languages)。撥給外語書藉的經費裡，當以中文及西班牙文分到最多，而在外語圖書借閱率裡，中文書的借閱率最高。

FTOL 不但是千橡圖書館長期支持的好朋友，更是一個默默付出，提供中文圖書給康谷華人社區的忠實朋友。

借此機會，對 FTOL 給我們社區的貢獻表示謝意，也希望有興趣參加支持的華人或華人組織踴躍參加成為這公益組織的一份子。

Check out the on-line membership application capabilities at our web site at www.ftol.org.

Friends of the Thousand Oaks Library
Membership Application
(Please print)

New member Renewal Gift membership

Today's date _____

Last name _____

First name(s) _____

Address _____

City _____ State _____

Zip _____ Phone _____

Membership Level

<input type="checkbox"/> Patron \$40	<input type="checkbox"/> Sponsor \$100+
<input type="checkbox"/> Family \$15	<input type="checkbox"/> Contributor-business \$30
<input type="checkbox"/> Senior \$7	<input type="checkbox"/> Individual \$10
<input type="checkbox"/> Student \$7	

I want to get involved! Please contact me about current Friends volunteer opportunities.

My Out donation qualifies for making funds from _____

Make checks payable to and mail to:
Friends of the Thousand Oaks Library, Attn: Membership VP,
2331 Birchard Rd., Newbury Park, CA 91320
The Friends of the Thousand Oaks Library is a non-profit 501(c)(3) organization. Contributions are tax-deductible to the extent allowed by law.

千橡華人知多少？

張棠

在回答「千橡華人知多少」這個簡單的問題之前，我必須先談一下美國人口普查局對「族裔」的詮釋，因為 race〔族裔〕在人口統計上，是一個相當複雜的字彙。

美國普查局對族裔的填寫，採用的是「自我認定」法，那就是你認為你是什麼族裔，你就是什麼族裔，跟你的血統、出生地可以有所關連，也可以完全沒有關連。

在 2000 年普查時，普查局首次採用了「多項族裔」選擇法，民眾可以選擇一種族裔，也可以同時選填好幾種族裔，從族裔統計來說，這是一項相當重大的改變。為了便於各位的了解，我現在把選填「多項族裔」的人簡稱為「混血」，這也許不是很恰當的翻譯，卻是我不得已的選擇。

就因為以上「多項族裔」的選擇，使得 1990 和 2000 年華人人數的比較，變得十分困難，我以後如有機會，會向大家再作一個專題的報告！

此外，我們一般人所謂的「千橡」、「康谷」的地理區分，也是見仁見智，莫衷一是的，所以我在這裏作了個「大膽的假設」，我把下面六個市 (City) 合起來稱之為「大千橡區」，給大家作個參考。這六個市是：Thousand Oaks, Westlake Village, Agoura Hills, Simi Valley, Calabasas and Moorpark。其他不是 city (市) 的地區，因為資料難查，就只好暫時割愛了。

看完了我的長篇大論，現在我可以向大家報告 2000 年千橡華人的數目了：

- 包括混血，「千橡市」有華人 **2,869** 人
- 包括混血，「大千橡區六市」有華人 **5,818** 人
- 包括混血，Ventura County 有華人 **8,120** 人

在「大千橡區」，混血人數佔華人總人數之 16.95%，最高的是 Moorpark 26.03%，最低的是 Westlake Village 和 Thousand Oaks，各佔 13.50% 與 14.05%

表格一：大千橡區華人之人口分佈二千年人口普查

	單一族裔 華人	包括華人與 華人之混血	混血所佔之比例
Agoura Hills city	415	490	15.31%
Calabasas city	453	535	15.33%
Moorpark city	270	365	26.03%
Simi Valley city	1,023	1,322	22.62%
Thousand Oaks city	2,466	2,869	14.05%
Westlake Village city	205	237	13.50%
「大千橡區」總計	4,832	5,818	16.95%

註：

- 1) 大千橡區包括 Thousand Oaks, Westlake Village, Agoura Hills, Simi Valley, Calabasas and Moorpark 六市。
- 2) 華人包括填寫 Chinese 和 Taiwanese 的人。

表格二：千橡市 (City of Thousand Oaks) 之亞裔人口二千年人口普查

亞裔族別	單一族裔	包括與其他族裔之混血
華人	2,466	2,869
日本	916	1,404
菲律賓	806	1,161
印度	975	1,094
韓國	786	904
越南	395	443
巴基斯坦	69	82
印尼	44	79
泰國	65	79
錫蘭 (Sri Lankan)	26	30
柬普寨	21	28
馬來西亞	6	14
孟加拉 (Bangladeshi)	7	9
寮國	2	3
千橡市亞裔人口總計	6,584	8,199

註：華人包括填寫
Chinese 和 Taiwanese 的人

表格三：Ventura County 之亞裔人口二千年人口普查

亞裔族別	單一族裔	包括與其他族裔之混血
菲律賓	15,548	18,980
日本	4,840	7,393
華人	6,343	8,120
印度	4,123	4,665
韓國	3,309	3,840
越南	3,308	3,630
泰國	458	621
印尼	268	474
柬埔寨	218	302
巴基斯坦	231	291
寮國	196	218
錫蘭 (Sri Lankan)	115	156
馬來西亞	33	83
孟加拉 (Bangladeshi)	49	56
苗 (Hmong)	4	5
Ventura County 亞裔人口總計	39,043	48,834

註：華人包括填寫
Chinese 和 Taiwanese 的人

Orient Express *By Li-mei Ling Baranoff*

Orient Express is a toastmaster club founded in 1996 within the Chinese Community in Thousand Oaks. It was chartered in May 1997 and since then has become a formal member of Toastmasters International. After five years of growth, it is now a full-fledged club with a pool of talent. It has made many contributions to the community and is well recognized by mainstream society.

Toastmasters International offers a set of tools and wisely developed programs to its member clubs. The clubs help men and women learn the arts of public speaking, listening and thinking, which are vital skills to promote self-actualization. The mission of Orient Express 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.

As I think back to when the club was founded, a smile naturally emerges on my face, heartfelt warmth and satisfaction fills my inner world. The club has truly come a long way. I am proud to share some of our experiences with friends like you. We started meeting at Chinese School. During the summer time, we were able to utilize a room of Thousand Oaks Chinese Christian Church. As the membership grew, the club needed a large formal room to conduct efficient meeting and the need for a change was pressed. Fortunately, we were able to secure a conference room at Amgen. Presently, we meet at Santa Barbara Bank and Trust in Thousand Oaks at 7:30 pm on the first and the third Mondays each month.

I can clearly recall the stiffness in my delivery of my Ice Breaker speech, the stutter and nervousness from other members. With continuous practice and evaluation feedback from the club members, each and every of us has made tremendous progress in our speaking. On the communication track, we learn to convey our thoughts in an organized manner. We become

skilled at controlling our speaking voices and mastering our body language. We are trained to enunciate words and speak fluently. On the leadership track, we discover our potential in motivating others and abilities to promote the club's interest. After a few years participation in the club and Toastmaster Internationals' activities, many of us have realized incredible personal growth.

To continuously enhance toastmaster's speaking skills, Toastmasters International holds several contests each year. Orient Express has sent representatives to compete in the area contest. Beginning this year, Victor Lin from our club won second place in the International Speech Contest. This was a significant milestone in the club's attempt to grow bigger and stronger. The expansion of membership is attributed to the symbiotic club culture as well as the energetic meetings packed with humor and excitement.

The club welcomes anybody to visit. Currently, the club consists of members from throughout the community. In addition, we have several mentors who consistently give the club guidance. All of the mentors are very experienced toastmasters. Many of them have earned the status of Distinguished Toastmaster. That is the highest level of designation for the communication track. They also generously lend a hand whenever a member asks for their advice. Recently, International Director of Toastmasters International, Mary Jones-Williams, joined Orient Express. Stimulation and inspiration from her is greatly anticipated. I must say that the hesitation and struggle of being a member of Orient Express is now transformed into a true privilege.

My friends, we all share the same cultural background. Despite the fact that is English being our second language, we have strong desires to get along well with others and advance in our adopted country. Above all, we wish to narrow the gap in communicating with our children. If you share my thoughts and like to

know more about Orient Express, please call | Li-mei at 818-879-9264.

康 谷 團 體

- 千橡城基督教會
218 W. JANSS ROAD, T.O. CA 91360
鄭昌國牧師 805-379-0882
中文主日崇拜： 09:20 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： 09:30 AM – 10:45 AM
- 康谷華人宣道會
1250 ERBES ROAD, T.O. CA 91362
甄世平牧師 818-991-4508
中文主日崇拜： 10:30 AM – 12:00 PM
中文主日學： 09:30 AM – 10:30 AM
週四查經班： 07:30 PM
英文兒童主日學： 09:30 AM – 12:00 PM
青少年主日學： 09:30 AM – 10:00 AM
- 慈濟西北聖佛區
8963 RESEDA BLVD., NORTHRIDGE
西聖區會所 818-727-7689
王慈倫 805-492-2166
- 華韻社
徐錫陸 805-241-5366
顧木蘭 805-375-6292
- 金齡會
周天祥 818-991-4907
- 雙谷跳舞俱樂部
蔣時亮 818-865-0811
錢霖 818-707-0154
史露西 818-888-8328
- 夢幻青少年管絃樂團
萬培娟 818-991-7904
賴怜君 805-480-3812
- 健言社
每月第一及第三個星期一聚會
胡碧 805-529-8891
- 千橡圖書館
袁曉琳 805-449-2660 x256
- 千橡中國書畫學會
王瀚 805-499-3282
李文心 805-499-6962
- 橡園太極拳協會
張孚威 805-480-1887
張寧孜 818-991-8149
- 聖谷太極拳班
房兆棠 818-368-4548
- 千橡聯誼社
楊水旺 818-709-2693
修建虹 818-889-7545
- 籃球俱樂部
賴家祥 818-991-7641
- 洛杉磯西北區台美網球協會
王容佑 818-707-4433
陳達文 805-492-5152
潘英烈 805-496-0981

給編輯的一封信

焦守恕編輯：

您好！每次收到千橡通訊以後，我一定會拜讀你有關醫療保健的大作。它們不但給了我許多寶貴的智識，也改良了我的飲食習慣，使我得益不少，非常感激。

但是對於你在最近一篇文章中談及打麻將對身體有害的論點，我卻稍有異議。不能完全贊同。我深深相信打麻將能促進腦力運動，放鬆神經。在繁忙的生活中，適當的麻將消遣對身體有益無害。

謹此借千橡通訊的一角，以一篇拙作將我的經驗與各位朋友們分享。

祈見諒

衛生麻將治小病

張大健

昨夜黃昏染風寒
碾轉難眠等雞鳴
今早起床夢惺忪
頭暈腦脹又腳輕

人手一杯龍井茶
淺嚐蘇杭小點心
唰啦唰啦洗牌聲
哼上几句鄧麗君

下家碰出中發白
滿貫大牌已擺明
對家也非省油燈
邊張卡張吃不

雙龍抱珠缺五筒
自摸絕張龍點睛
再加平胡清一色
籌碼滾滾數不清

幸逢遇上長週末
居家稍息可養病
突聞叮嚀門鈴響
笑容可掬是老林

雖云牌局如戰場
尚留幾分摯友情
四人齊心練國粹
談笑風生不拘謹

守中帶攻創新機
喃喃自語祈神靈
可恨上家太謹慎
我打啥張他都

打完八圈結個賬
一家吃三我獨贏
屈指計算贏幾許
恰夠買個蔥油餅

“假日漫長太無聊
特訪尊府求救兵”
趕緊砌牌分籌碼
四方城內見真軍

天南地北聊家常
打牌上張欠專心
段數愈高愈輕鬆
才能顯出真本領

兩圈過後牌風順
得心應手入佳境
左右對家齊皺眉
唯我好牌上得勤

熱鬧相聚數句鐘
四方城中結友情
身心疲勞一掃空
衛生麻將治小病

敬覆張大健先生

醫藥保健專欄編輯 焦守恕

讀了大健先生的信和生動的打油詩，著實令我興奮不已。一來這是我主持醫藥保健專欄三年中收到的第一篇回應文章，就『長時間打麻將或打牌有益於健腦嗎？』（請見上期本刊第 42 頁）提出質疑；二來是編者的短文起了拋磚引玉的作用，引導大家對一些似是而非的概念進行深入的探討，力求勘誤揆正，以養成健康、科學的生活方式和行為習慣。

我很同意大健的見解，經常打打小麻將有益於鍛煉大腦的功能和促進智力開發。然而我強調的是經常長時間地打麻將會不同程度地損害腦的功能和身體其它器官的健康。打麻將可能會“沖”掉像感冒一類的小病，如若引來器官性病變豈不“因小失大”？大健文中有一個很重要的訊息：以一個無爭無貪的赤子之心處世。如此心態，如此麻將，倒是有助人際關係，帶來的興奮和歡樂，憑添生活樂趣，又何只衛生呢？保持歡娛之心，卻也能百毒不侵啊。

大健的來信開了一個好頭，就是決不盲從，對諸多習以為常的現象多問幾個為什麼。再對照醫學科學知識進行分析，就更具說服力。如果能有更多的讀者，關注我們的作品並積極地給與批評、建議，促成作者、讀者和編輯之間密切的互動和真誠的討論，那該是一種何等生動活潑的局面啊！這正是我們全體編輯所翹首企盼的。

真的謝謝你，大健！

養生

孚威

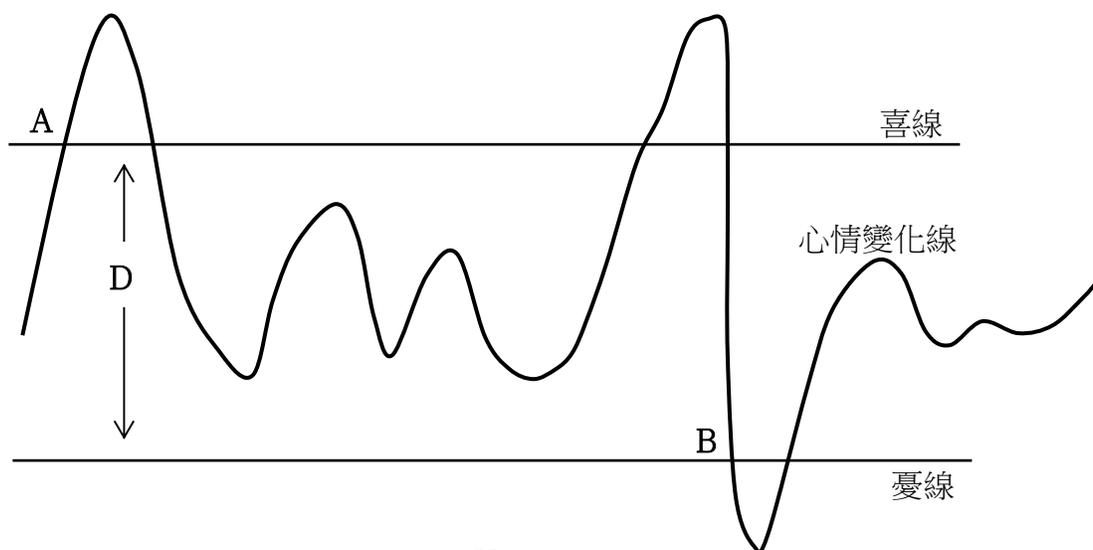
養生就是保「養生」命。目的是一則減少疾病痛苦及看病開銷。再則延年益壽，多享受人生。方法有二：一是心中沒有壓力，活得自在舒服，二是身體健康不生病，「一心療萬疾」，心氣通，血氣就通，血氣一通，病從何來。而心氣要通，心情一定要舒暢。心情的變化，在憂喜二線之間振盪(如圖一所示)，憂喜之間的距離 D 就是心胸大小，當心情變化線超過喜線(過 A 點)，人就會興奮，低過憂線(過 B 點)，人就會消極，在二線之間就覺得舒服穩定，俗話說「憂喜心忘，便是禪」，「快樂無憂，就叫佛」。

有二個辦法可使心情舒暢，第一是在喜線與憂線不變的情況下，壓縮心情變化的起伏，如此，心情變化線就碰不到喜線與憂線，其方法是吃藥，如百憂解(PROZAC)，樂復得(ZOLOFT)，克憂果(PAXIL)等，可使心情變化線壓縮在兩線之間，人的心理活動變得遲鈍，心情也就安穩了。吃藥效果最快，很簡單，可是藥愈吃就愈不能斷，是個治標不治本的方法。

第二個辦法是敞開心胸，D 的寬度大了，心情變化線自然碰不到憂喜線，也就無

憂無喜了。方法是(1)多看書(人生哲理方面)，多靜心，所謂「有書真富貴，無病大神仙」，「閉門即是深山，讀書隨處淨土」，「心閒天地本來寬」，心定下來，靜下來，安下來，心胸也跟著寬了。(2)多旅遊看大山，大水，大樹，大天空。人是環境的產物，接觸的是什麼樣的環境，便調養出什麼樣的人。多與大自然接觸，想想「近水遠山皆有情，清風明月本無價」，久而久之，心胸也就自然而然的舒坦大方了。(3)打太極拳，太極拳以易理說拳理，以中醫經絡說為健身理論基礎，以古代兵家哲學為積極思想，是中國數千年來文化的結晶，是個簡(單)，(方)便，(價)廉，驗(有效)，既可修身又可養性的良藥。

「盈縮之期，不但在天，養怡之福，可得永年」。唯有養生才能達到更健康，更愉快的生命。養生的方法是吃藥與修身養性，而修身養性可通過(1)看書，靜坐(2)走入大自然與天地融為一體(3)打太極拳或其它方式放鬆自己，寬大胸懷。一切病起於心，心神安寧，病從何生。



健康保健的基本要素

洪昭光

— 人人都應該健康 100 歲，這是正常的生物規律。可現在的情況呢?...

編者按：

著名心血管病專家洪昭光教授在大陸是大眾健康科普教育的積極倡導者和推廣者之一，曾在多種場合做過關於生活方式與健康的關係的講座，受到廣泛的關注和好評。特別是今年五月初，洪教授的一篇題為“讓健康伴隨您”的文章在《北京晚報》連載後，引起千萬讀者的熱烈反響，該文成為人們爭相抄誦的健康讀本。我們認為，洪教授文章和講話的最大特點是把一系列有關增進健康的臨床和科研成果，用通俗易懂的語言，高度概括為幾條健康保健的基本要素，不但容易記憶，而且便於實行，堪稱近年來難得一見的健康科學普及佳作。有鑒於此，編者特地將洪教授的講話和文章綜合起來，在本刊發表，以餉讀者。因原作太長，我們做了適當的刪節。本文的大標題和文中的小標題為本刊編輯所加。

洪昭光教授小檔案：現任北京安貞醫院大內科主任醫師，心血管病專家，研究員。中國衛生部全國心血管病防治科研領導小組副組長、中國高血壓防治聯盟常務理事、兼任《心肺血管病》，《健康》等雜誌編委。曾任北京安貞醫院副院長，第二、三屆中華心血管病學會委員，《中華心血管病》雜誌編委。曾研製成功“北京降壓 0 號”和“潰瘍合劑”等新藥，獲得多項科研成果獎。參加主編《實用高血壓學》等著作，發表論文 70 餘篇。

人的壽命有多長？

按照世界衛生組織的定義：65 歲以前算中年人，65 歲至 74 歲算青年老年人，75 歲至 90 歲才算正式老年人。那麼人的生理壽命應該是多大歲數呢？按照生物學的原理，哺乳動物的壽命是其生長期的 5 倍至 7 倍，人的生長期是用最後一顆牙齒長出來的時間(20 至 25 歲)來計算，因此人的壽命最短是 100 歲，最長是 175 歲，正常平均應該是 120 歲。那麼應該怎麼度過呢？在 120 歲當中，健康的 70、80、90 和一百歲都不是夢，人人都應該健康 100 歲，這是正常的生物規律。

可現在的情況呢，應該平均活到 120 歲卻只有 70 歲，整整少了 50 歲。

現在影響我們身體健康的主要是什麼病呢？心血管病是第一位。去年全世界死於心血管病是 1,530 萬人，占總死亡的四分之一，是全世界最大的疾病。世界衛生組織總幹事講過，只要採取保健預防措施就能減少一半的死亡。

保健第一要素：“三個半分鐘”

科學家經常強調一句話：老年人要注意三個半分鐘。

三個半分鐘是一句話：醒過來不要馬上起床，在床上躺半分鐘；坐起來又坐半分鐘；兩條腿垂在床沿又半分鐘。經過這三個半分鐘，不花一分錢，腦缺血沒有了，心臟不僅很安全，減少了很多不必要的猝死，不必要的心肌梗塞，不必要的大脑中風。

保健第二要素：“三個半小時”

三個半小時，就是早上起來運動半小時，打打太極拳，跑跑步，但不能少於三公里。或者進行其它運動，但要因人而異，運動適量。其次，午睡半小時，這是人類生理時鐘的需要，中午睡上半小時，下午上班，精力特別充沛。老年人更是需要補充睡眠，因晚上老人睡得早，起得早，中午非常需要休息。三是晚上 6 時至 7 時慢步行走半小時，有助於老年人晚上睡得香，可減少心肌梗塞、高血壓發病率。

保健第三要素：“四大基石”

動脈硬化、腫瘤、糖尿病究竟怎麼得的呢？得病是內因和外因相互作用的。內因是一種遺傳，一種傾向。比如父母都是高血壓，生出來的小孩 45% 得高血壓。如果爸爸媽媽有一個得高血壓，生出來的小孩 28% 得高血壓；如果爸爸媽媽都正常，孩子有沒有高血壓？也有，但只占 3...5%。內因在慢性病中所占的作用不是主要的，只占 20%，80% 是外因造成的。因此，可以通過外因調控，用科學的生活方式來減少疾病，健康的鎖匙在自己手裡。外因可概括為四句話十六個字：第一，合理的膳食；第二，適量運動；第三，戒煙限酒；第四，心理平衡。

健康第一大基石：合理膳食

民以食為天，合理的膳食很重要。因為合理的膳食可以讓你不胖也不瘦，膽固醇不

高也不低，血凝度不粘也不稀。那麼什麼是合理膳食呢？兩句話，十個字；第一句話叫做一、二、三、四、五，第二句話叫做紅、黃、綠、白、黑。記住這兩句話十個字，那就是科學的合理的膳食，世界上最科學了。

● 合理膳食：一、二、三、四、五

一袋牛奶：我們中國人膳食有很多優點，但缺鈣，中國人差不多 99% 缺鈣，缺鈣會導致什麼結果呢？三個結果，第一骨疼，缺鈣的人骨質疏鬆，骨質增生，腰疼，腿疼，老年易憂慮，反正渾身痛；第二駝背，越活越矮，越活越收縮，歲數越大個子越小，為什麼呢，駝背；第三骨折，一摔跤骨頭就斷了。每天每人需要 800 毫克鈣，而我們的飲食裡僅有 500 毫克鈣，就是要每天補足一袋牛奶，正好補齊了。要終身喝奶。外國人很多人高大健康，實際上因為他們喝奶喝得多。最典型的是日本，1937 年侵略中國時是“小日本”，而現在日本人變了，同齡中小學生，日本孩子超過北京孩子，比廣東、福建人高得更多。為什麼呢，很簡單，二次大戰後，日本政府每天中午給中小學生每人免費供應一袋牛奶。就這麼一袋牛奶，使日本人一代比一代高，現在超過了中國人，所以日本有句話“一袋牛奶振興一個民族”。

牛奶什麼時候喝好呢？睡覺前，因為孩子長個子，白天不長，生長激素夜裡分泌，所以睡覺前喝奶加一片維生素 C 和一片復合維生素 B 片，這個孩子不但身高，體重好，抵抗力強，感冒、扁桃腺炎、肺炎、發燒什麼也沒有，很健康。

二百五十克至 350 克碳水化合物：相當於六兩至八兩的主食。調控主食可以調控體重，是最好的辦法。意大利歌唱家帕瓦羅蒂，體重 151 公斤，醫生要他減到 90 多公斤，怎麼辦呢？就是用調控主食這個辦法。最近科學家提出一句話減肥，叫做“飯前喝

湯，苗條健康”。廣東人就是最好的例子，廣東人特別愛喝老火湯，一喝湯，神經反射到大腦，就能使腦內食欲中樞興奮下降，食量就自動減少三分之一，而且吃飯變慢。如果沒有湯，你就撥點菜用開水沖一沖變成湯喝掉，立刻就能使食欲下降。我們北方人不一樣，習慣飯後喝湯，把胃撐得很大，又加上很多湯湯菜菜，所以飯後喝湯越吃越胖。所以說瘦人要變胖，飯後喝湯；胖人想變瘦，飯前喝湯，一句話就能減肥。

三分高蛋白：人不能光吃素，也不能光吃肉，蛋白不能太多也不能太少，三份至四份就好，不多不少。一份就是一兩瘦肉或者一個大雞蛋，或者二兩豆腐，或者二兩魚蝦，或者三兩雞和鴨，或者半兩黃豆，一天三份，比如說我今天早上吃一個荷包蛋，中午我準備吃一個肉片苦瓜，晚上吃二兩豆腐或二兩魚，這一天三份至四份的蛋白不多也不少。蛋白過多，死得越快，為什麼？很多氨基酸，從尿裡排出影響腎臟，蛋白過多，消化不良，造成腸道毒素太多，蛋白太少也不行。長年吃素的海燈法師就是蛋白營養不良加神經綜合症，後來我給他靜脈點氨基酸，治好出院後他避谷（閉關），不吃不喝，營養就不良，結果死了。人吃蛋白跟谷物有個比例，我們知道人有 32 個牙齒，其中四個白齒，吃肉用的，28 個是門齒，用來磨碎蔬菜澱粉用的，也就是主要以素食為主，人不能天天吃肉，你不是老虎啊，老虎都是白齒，那當然就是吃肉的，自然界的規律就是這樣。

動物蛋白中，魚類蛋白質最好。吃魚的地方，阿拉斯加、舟山群島，吃魚越多，動脈越軟，冠心病、腦中風就越少。植物蛋白質以什麼最好呢？黃豆。大豆蛋白不但是健康食品，對婦女還特別好，減輕更年期綜合症。中國的婦女五十歲以前挺好，五十歲以後生活質量大大下降，為什麼？更年期綜合症，到更年期的婦女，血壓忽高忽低，一

會兒臉紅，一會兒臉白，一會兒心慌，一會兒出汗，脾氣很大，這就是婦女更年期綜合症。外國婦女呢？她沒什麼事，她五十、六十、七十、八十，看起來線條一樣。很多外國八十歲老太太出門就開車，開完車就去游泳池，人老了還能游泳，還能跳水。中國人就不同，為什麼，她五十歲以前可以，一到五十以後胖了，血壓高了，骨質疏鬆了，很快變成老太婆了，因為我們沒有補充生理性的雌性激素。現在外國很多婦女都用 DVA，持續補充生理性的雌性激素。其實豆類就有這種雌性激素的作用，多吃豆類食品，可以減輕婦女更年期綜合症。

四句話：即「有粗有細，不甜不鹹，三四五頓，七八分飽。」粗細糧搭配，一個禮拜吃三四次粗糧，棒子麵，老玉米，紅薯這些粗細糧搭配營養最合適。三、四、五頓是指每天吃的餐數，我想重點是個七八分飽。古今中外，延年益壽辦法不下幾百種，但是都無效。真正公認最有效的能夠延年益壽的辦法就是一種，叫「低熱量膳食」，說白了就是七八分飽。中醫有句老話，若要身體安，三分肌和寒，很有道理。美國有個很著名的專家，他的話很權威，寫了一千多篇文章，來中國講過學，有一次講完課，說快要到二十一世紀了，希望人人健康，我送你們兩句最重要的話，比一切藥物都好，哪兩句話呢？第一，吃飯七八分飽，第二，上樓走路慢跑，世界上最好的運動就是步行。實際上正常的運動就能預防糖尿病，預防冠心病，預防高血壓。

五百克蔬菜和水果：相當於八兩蔬菜和二兩水果。人生最大的痛苦就是癌症，預防癌的最好辦法，就是常吃新鮮蔬菜和水果。新鮮蔬菜和水果的一個特殊作用能減少癌症一半以上。河南有個林縣，食道癌是全世界最多的地方，後來補充一些維生素、新鮮蔬菜和水果，食道癌明顯下降。

● 合理膳食：紅、黃、綠、白、黑

紅 就是一天一個西紅柿（蕃茄）。特別提醒男士：一天一個西紅柿，前列腺癌減少 45%，熟的西紅柿更好，因為番茄紅素是脂溶性的。第二個就是喝點紅葡萄酒，但千萬不要喝太多。少量酒是健康的朋友，多量酒就是罪魁禍首。如果沒有病，沒有脂肪肝，沒有冠心病，少量喝點紅葡萄酒是可以的。如果這個人情緒低落，那麼吃點紅辣椒倒是可以改善情緒，紅辣椒是改善情緒減輕焦慮的東西。

黃 就是黃色的蔬菜。中國人的膳食剛才講過，缺鈣和缺少維生素 A，維生素 A 和缺鋅有什麼現象呢？小孩感冒發燒，扁桃腺炎；中年人癌症，動脈硬化；老年人眼發花，視力模糊。補充維生素 A，可以使兒童增強抵抗力，老人眼睛不發花，視眼膜好。維生素、胡蘿蔔、西瓜、紅薯、老玉米、南瓜、紅辣椒，或者乾脆叫紅黃色的蔬菜，紅黃色的蔬菜維生素 A 多。

綠 就是綠茶。飲料裡茶最好，茶中當然綠茶最好，綠茶有一種抗氧自由基的，減少老齡化，越喝越年輕。

白 就是燕麥粉、燕麥片。英國前首相柴契爾夫人膽固醇很高，不吃藥，就是好吃燕麥麵包。國民黨元老陳立夫今年 101 歲，每天早上吃燕麥粥。燕麥粥不但降膽固醇、降甘油三脂，還對糖尿病、減肥特別好，特別是燕麥粥通大便，很多老年人大便乾，造成腦血管意外，通大便很好。

黑 是指黑木耳，它可以降血粘度。現在很多老年人痴呆，其實這個痴呆是很多細小的毛細血管堵塞了，最後腦子不行了，傻了，記憶沒有了，這種情況大多數是因為血粘度太高造成的。吃黑木耳正好，一天 5 克至 19 克，相當於一斤黑木耳吃 50 天至 100 天，每天一次吃一點，做湯做菜都可吃。北

京心肺中心專門研究了黑木耳，兔子、耗子用了 5 克到 10 克就能降低血粘度。

健康第二大基石：適量運動

運動也是健康的非常重要的因素。醫學之父西波克拉底講了一句話，傳了二千四百年，他說：「陽光、空氣、水和運動，是生命和健康的源泉」。說明運動和陽光一樣。那麼運動是什麼運動最好，走路是世界上最好的運動。這絕對不是高爾夫球、保齡球、游泳，因為人類花了一百多萬年，從猿到人，整個人的身體結構就為步行設計的，所以步行運動是世界上最好的運動。

怎麼步行最好呢？三個字：三、五、七。什麼叫“三”，最好一次三公里，三十分鐘以上。“五”呢？一個禮拜最好運動 5 次。“七”呢？是運動的適量，過分運動是有害的。那怎麼叫適量呢？優良代謝，就是運動到你的年齡加心跳等於 170，比如說我 50 歲的話，運動到心跳 120，加起來是 170，這樣的運動優良代謝。那麼如果身體好呢？可以多一些，身體差，可以少一些，步行運動量力而行。

除了步行，還有項運動很好，值得提倡，就是太極拳。太極拳這個運動特殊，這是柔中有剛，陰陽結合。太極拳，最大的用途是改善神經系統，打拳的堅持三、五、十年之久，最重要的是平衡功能改善，走路絆了一下不摔跤。美國老年體育協會專門作了研究，分兩組老年人，一組在健身房鍛鍊，天天練肌肉；另外一組一分錢不花，打太極拳。結果下來一對比，練拳的這組平衡功能好、腦子好、走路不摔跤、摔跤骨折減少 50%。最後美國人得出一個結論：說非常佩服中國東方人的智慧，不花一分錢的太極拳比現代化的器械效果好得多。

健康第三大基石：戒菸限酒

我的一個研究生專門研究戒菸，發現一個規律，抽煙量多一倍，危害多 4 倍；酒少量可以，多量就不行。

健康第四大基石：心理平衡

心理平衡的作用超過一切保障作用的總和。你只要注意心理平衡，就掌握了健康的金鎖匙，在北京調查了很多一百歲的健康老人，那麼他們是怎麼健康的呢？吃得好還是錢多，不是，健康老人很奇怪，有人早睡早起，身體好；有些健康老人晚睡晚起；有人說他不吃肉，所以健康；有的還愛吃肉，專吃肥肉；有人說健康老人不抽煙，但有的還抽煙；有的不喝茶，有的喝茶。生活方式和習慣五花八門。但有兩條，健康老人都一樣，每個健康老人心胸開闊、性格隨和、心地善良。第二個呢？沒有一個健康老人是懶惰的，要麼愛勞動，要麼愛運動。正好應了英國一個諺語：沒有一個長壽者是懶漢。那麼為什麼心理平衡這麼重要？我們平常講的動脈硬化、冠心病、腦中風，其實它是慢性的過程，動脈不是馬上硬化的，動脈硬化要幾年、十幾年甚至幾十年才把血管堵死了。我們一般人因五十歲，動脈硬化每年血管都狹窄，一年大約狹窄 1%--2% 左右，如果你抽煙、高血壓、高血脂可以狹窄在 3%--4%，但只要你生氣著急，一分鐘動脈可能狹窄 100%，當時就死，情緒就有這麼厲害。

健康心靈的八珍湯

人的幸福沒有一個絕對的標準，因此我們要做到心態平衡。七十年代送禮送什麼呢？點心；八十年代送禮送保健品；九十年代送禮送鮮花。我管的病房裡現在沒人送點心，都是送鮮花。二十一世紀，送禮送什麼呢？二十一世紀最寶貴的是健康，怎麼送健康呢？最健康最好的就是養心八珍湯。養心

八珍湯那是真正健康的心靈的八珍湯；八味藥。第一味藥，慈愛心一片。第二味藥，好心腸二寸。要善良，一個人對世界充滿愛心又善良，幫助人。第三味藥，正氣三分，人都要有正氣。第四味藥，寬容四錢，必須度量，對他人寬容。第五味藥，孝順常想，影響老年人幸福最主要的因素不是金錢、地位，有一個孝順的子女在身邊，是所有老年人最幸福的首要條件，不孝順的子女多了也沒有用。第六味藥，老實適量。人也不能太老實，太老實變傻子也不行，但是不老實也不行，老實只能看情況，適量掌握。第七味藥，奉獻不拘，奉獻越多越好。第八味藥，回報不求。把這八味藥放在「寬心鍋」慢炒，文火慢炒不焦不燥，就是慢慢經常思考。還放在「公平鉢」裡研，精磨細研，越細越好，三思為末，淡泊為引，做事要三思而行，還要淡泊寧靜。梧桐子大小，和氣湯送下，清風明月，早晚分服，可淨化心靈。升華人格，物我兩忘，寵辱不驚。「養心八珍湯」有六大功效。第一，誠實做人；第二，認真做事；第三，奉獻社會；第四，享受生活；第五，延年益壽；第六，消災去禍。

總的說來，健康對我們是最重要的，健康不能靠高科技，不能靠藥物，最好的醫生是自己，最好的藥物是時間，最好的心情是寧靜，最好的運動是步行。那麼，「最好的醫生是自己」。這話不是我說的，古希臘名醫希波克拉底精僻指出：「病人的本能就是病人的醫生，醫生是幫助本能的」。

最近我們總結了四句話，很簡單的四句話：「天天微笑容顏俏，七八分飽人不老。相逢莫問留春樹，淡泊寧靜比藥好。」只要我們按照這樣的方式生活，所有病都很少，我們都能健康一百二十歲，健康享受每一天。

我愛瑜珈

林瑛瑛

自從我開始到健身房運動，已有五六年了，所有的韻律操、拳擊、舞蹈，樣樣難不倒我，可對這瑜珈課一直提不起勇氣嘗試，因為自知身體柔軟度太欠缺，我連打坐的姿勢都做不好，更不要提其他動作了。去年暑假，公司對面的大型購物商場開了一家“Total Woman”健身房，以極低的入會費吸引了我，這家健身房提供為數不少的瑜珈課，我鼓起勇氣，也跟著老師依樣畫葫蘆，剛開始四肢僵硬，前彎不行，後彎更別提了，還有側彎、呼吸，項目繁多，但我看到很多會員年紀雖比我大，但動作卻比我柔軟，心裡很不服氣，更加堅持我要做好的決心。

瑜珈跟一般有氧體操 boxing 不同的地方在於他是靠呼吸(有點類似中國的“吐納”)，藉著四肢的伸展及運作來運動你的內部器官，並以靜坐來鬆弛你的神經，使你得以在一天忙碌緊張的生活中得到舒展，這是一種老少皆宜的運動，對身、心兩方面都有很大的幫助。

幾個月下來，我發現自己比以往更“能屈能伸”，性子也不似從前的急躁，遇事能夠不慌不忙，從容應對，這些轉變讓我的日子過得更舒適更滿意，我希望大家都能和我一起來做瑜珈。

停電

晚上剛忙完，才洗好澡，突地眼前一黑，“噢，停電了！”奕庭手腳快，馬上把他平日玩耍的手電筒拿出來替我們照亮各處，雅詩跟書昀也高興的找出各式各樣的蠟燭點上，我老公更是把露營用的煤氣燈都找了出來，打算來個“挑燈夜談”，每個人都顯得興奮不已，房子裡也充塞了一種異樣柔和的光芒，我拿了一盞蠟燭，信步走至前院，才發現整條街都停電了，大地陷入一片無垠的黑暗，只有星光朦朧的閃爍在穹蒼下，月亮也隱入天際不見蹤影，我就著花壇旁的一條長几躺下，藉著星光，舒

展四肢，調整我的呼吸慢慢的做起瑜珈，霎時，整個宇宙陷入無邊的寂靜裡，耳邊只偶而傳來孩子們高興的笑聲及間歇的蟲鳴在為我的瑜珈伴奏，我真想就這麼恍恍惚惚的進入夢鄉，大地為我床，星空為我被，微風是一雙溫柔的手輕撫著我，正在冥想中，我兒子跑來說“媽，電來了。”一下子把我推入了現實中，懷著失落的心情，依依不捨的牽著他的手，漫步回屋內。

懶人自序

我生性疏懶，做事本著“多一事不如少一事”，絕不“自討苦吃”，是古人所謂的“好逸惡勞”的典型。

婚前在家，我是“茶來伸手，飯來張口”，婚後有了家庭、孩子，很多事硬是“趕鴨子上架”不得不做，但我也只求達到最低標準便成了。我煮的飯菜是夠營養，夠吃便可以，絕對很少見“三菜一湯”，幸而我先生的烹飪一流，他常看不慣，自己下廚，我也樂得坐享其成，洗洗碗筷就行了，換洗的衣物一週洗一次儘夠，地板不用每禮拜吸，偶一為之或有訪客再清也不遲。

我的時間寧可用來陪孩子做功課唸書，這不但可以培養親子關係，更可以打入他們的世界，對於他們的各項活動我都是親自接送，絕不假手他人，既便與人“Car pool”也多半是我出馬。到健身房去，我可以做到風雨無阻，除了孩子的事需要處理以外，我喜歡看書，一書在手外加一壺茶，我可以一天足不出戶，睡覺也是我的一大嗜好，我常為了看書不睡，但一有空，我可以睡個一天、半天，藉此補足。非常隨心所欲，我越來越不敢請客，因為我的家無法做到“我路過附近，順便繞進來看。”

很多女士每天下了班，做菜、洗衣、清房子，忙個不停，雖佩服之，但不想“見賢思齊”，我還是做我的“懶人”比較舒服吧！

漢語拼音的由來及使用意義

潘黛美

漢語拼音是現今學習及記錄中國語音最普遍的語音符號，不但為美國各大學中文教學廣泛使用，並且也是當前聯合國認定為英譯中國人名，地名所採用的標準語音符號。為了順應時代潮流，漢語拼音成為今日中文教學必須

使用的工具。今年五月我與多位中文學校老師參加了一次中文教學研習會，聽了一位來自中國的語文專家陸慶和教授關於漢語拼音的專題演講，我現將講義整理後介紹給大家。

漢語拼音的由來

一、漢語拼音方案產生前的漢語注音：

漢字在注音字母產生前一直是用漢字來為漢字注音的，例如早期的譬況法、讀若法、直音法及受佛教影響於漢末產生的反切法（走、子苟切；這是用兩個字注音，前取聲，後取音）。一直到了四百多年前，開始了用拉丁字母為漢字注音。1605年（明朝）耶穌會傳教士義大利人利馬竇在北京出版了「西字奇蹟」，開始用拉丁字母為漢字注音。1626年耶穌會傳教士法國人金尼閣出版了「西儒耳目資」。此後，對拼音影響最大的是英國駐華使館中文秘書威妥瑪（Thomas Wade）所提的方案（又稱韋氏拼音）。從甲午戰爭到辛亥革命間，是中國文字改革運動史上的所謂「切音字運動」。有二十多人創制了不同的拼音方案。最主要的有兩種，一是盧戇章的「切音新字」，基本原則是字話一律和字劃簡易，這對後人影響很大。但他以南京話為正音，不能通行全國各省。其二是王照的「官話字母」。他提倡京音官化，語言必須劃一，以北京話為準，這得到了官方的支持，也引發了以後國語統一運動。這些切音字從形式上可分為兩派，一派主張用拉丁字母，一派主張自造新字。語音符號便是在1913年由「讀書統一會」制訂，1918年由當時的教育部公佈實施的。語音符號是在漢字筆劃基礎上發展而來的一套具有民族形式的符號，例如ㄅ（包之古字），ㄆ（私之古字），ㄇ（刀的增筆），ㄋ（乃的省筆）等。語音符號的產生是漢字標音法的一大進步，當時曾

在中、小學普遍推廣，對於幫助識字和統一國語有很大的貢獻。語音符號目前也是南加州中文教學的另一系統。但據語言學家分析，漢語的一個語音最多是由四個音素構成，而注音字母實行三拼法，故在語音分析上是不夠徹底的。用拉丁字母注音的，另有以英文裡中國地名譯音作為郵政，電報，書寫標準的「郵政式」拼音。還有1928年公佈的錢玄同，趙元任等制定的「國語羅馬字」（國羅）及1931年通過的瞿秋白，吳玉章等制定的「拉丁化新文字」（北拉），這兩種是中國人自己創制的拉丁字母式中文拼音方案中比較完整的。「北拉」曾經在蘇聯遠東邊疆的華僑中及抗戰時的陝、甘、寧邊區推行使用過。以上這些方案都為漢語拼音的產生提供了借鑑。

二、漢語拼音方案的產生過程：

1950年代，中國政府為了提高人民的文化水準，把研究制訂一個比較理想的拼音方案作為一件重大工作。1952年到1954年間，中國文字改革研究委員會主要進行漢字筆劃式拼音方案的研究。1955年，拼音方案委員會分為甲乙兩組，甲組擬訂漢字筆劃式（民族形式）方案，乙組擬訂國際通用字母（拉丁字母）方案。吳玉章向毛澤東報告，民族形式方案進行三年，難以得到大家滿意，不如採用拉丁字母。毛澤東同意，並在中央開會通過。從此，委員會只研究擬訂拉丁字母方案。拼音文

字方案的方向是吸取以往各種拼音方案的精華，其特點是：

1. 完全用現成的拉丁字母，當時也有人曾建議用俄文字母，但被否決。
2. 用幾個雙字母(例如 zh , ch , sh) , 但儘量少用。
3. 聲調用注音符號的調號，除調號外不加其他符號。
4. 「基欺希」由 (g , k , h) 變讀。經討論及修改後，成為「漢語拼音方案草案」，在 1956 年 2 月由文改會發表公開徵求意見。爭議最多的是在「基欺希」的寫法。1956 年 8 月，又發表兩種修正式，再次公開徵求意見。第一式是

(g , k , h) 變讀為「基欺希」，第二式是由 (j , ch , sh) 變讀為「基欺希」。兩式相持的解決方法是打破習慣，採用了三個專用字母 (j , q , x) 代表「基欺希」。1956 年 10 月，國務院成立高級「漢語拼音方案審訂委員會」，在聽取報告後，決定採用 (j , q , x) 代表「基欺希」，並將這草案叫做「修正草案」，由國務院在 1957 年 12 月 11 日公佈，於 1958 年 2 月 11 日得到全國人民代表大會通過。於是，漢語拼音正式產生。

這一百多年來的漢語注音方案也演變成爲：從外國方案到本國方案，從民族形式到國際形式，從國家標準到國際標準。

漢語拼音的使用意義

漢字是中華民族璀璨的文化瑰寶，它的重要作用是不可取代的。漢語拼音只是一套學習漢字的基本工具。但是身處現今 e 時代以及為推廣海外中文教學，漢語拼音有它獨特的功效，例如：

1. 有利於中文的學習及國語的推廣：拼音減輕了漢字給中外學生在認讀上的困難。漢語拼音準確地反映了普通話的讀音，在推廣全國語言的統一是很重要的。對習慣使用拉丁字母的外國人來說，也能迅速掌握拼音的技巧。
2. 有利於中文信息的處理：隨著電腦技術的發展，以漢語拼音為基礎的輸入法，較為

簡單，排序電腦裡有現成的程式，檢索也方便。

3. 有利於辭典的編纂：漢語拼音的推廣，使得辭典能夠按照漢字的音序排列，比以往傳統的檢索容易。同時，用漢語拼音編寫的字典和辭典，使用拼音標注詞與詞組，同形異音，異義詞和離合詞等都極方便。

中文已經蔚然成為世界重要的語言之一。拼音畢竟只是一個學習工具，身為海外中文教學者，我們都希望能讓全世界的中文學習者能夠更直接，更有效地學習中文，讓他們在潛移默化的環境中，由學習中文而進一步的瞭解博大深淵的中華文化。

背劍的俠女

年輕時的自己，時常幻化成身著白衣，乘鵬而來，酷酷的，本質專情，看起來卻難相處的小龍女。然而真正的自己如果活在金庸的小說裏，八成是個有勇無謀，好打抱不平，行走江湖的俠女，否則，怎敢在 95 年，接下如孤兒般，沒人要教的幼兒班？而且如果不是自己膽子大，臉皮厚，也不會一路的誤人子弟至今。

幼兒班

猶記得 95 年，任幼兒班老師前，向我在台灣開辦幼稚園的摯友 Money，敲了幾箱的書籍及卡帶，也事前溫習了一下。沒想到準備好的教材，在第一堂課前，就已經全要光了。我望著仍包尿片、吸奶瓶的小朋友無邪可愛的臉，第一次有了無力感，和小朋友大眼瞪小眼的混了另外一堂課，後來，託我在台灣之妹，買了好多迪士尼翻成國語發音的卡通影片，在第二堂課講完故事後給小朋友看，才勉強混過了第一年，每思及此，總覺得愧對我第一年教的小朋友，雖然我已盡力。

有了一年的經驗以後，知道 4~5 歲的小朋友，注意力很短，非的要變換很多花招，才能讓他們覺得好玩，想來上課，其中“貼老師”（貼紙）是本班不可多得的左右手，如果你曾經或以後看見小朋友鼻頭上貼著貼紙，神情洋洋得意，八九不離十，曾經是我的學生。經過了兩年，我終於可以不再依靠錄先生（錄影帶）的幫忙，可以和小朋友痛快的玩兩個小時了。

到了第三年，我很天真的在開學前的校務會議上，問校長：「可不可以讓我教別的班級。」只見大家瞪大眼睛望著我，卻沒回答我的問題，每個人的眼神彷彿在笑我說：「別開玩笑了吧！好不容易才把這燙手山芋交到妳手

上，妳就認了吧！」只有當時的潘黛美校長笑咪咪的對我說：「陳蕙玲，妳教得這麼好，還有小朋友高興的介紹他們的好朋友也一起來上課，誰會比妳教得好呢？」然後喝足了迷湯的我，又繼續我的第三年。

下半學期時，對健康資訊一直很有興趣的我，原本想去學中醫，騙到一個更天真的許美雪老師，以代六堂課為由，終於把幼兒班的棒子交了出去，而這次，因為有了比較完整的一套教材教具；加上會十八般武藝，童心十足，又有音樂素養的許老師坐陣，已穩穩邁入第四個年頭。只可惜後來因學費太貴沒去學中醫，只是在許老師心中，我的臉上開了一朵“騙”字花，一世英名毀於旦夕，唉！而我，有超級徒弟如此，不亦快哉！

唱遊班

事實上，我並沒有輕鬆太久，因為沒多久，潘雪燕的一通電話，說唱遊班老師連上三堂課，太累了下學期不再教了，問我可不可以替一學期，我俠女的傻勁一振，又和小朋友唱唱跳跳了半年。而我，每星期練歌兼健身，不亦快哉！

家事班

相信嗎？曾因家事課補考的我，就因為潘教務：「老師不教了！」的求救電話，也不知道自己能教什麼，就拍著胸脯膽大義氣的一口答應下來。那個時候媽媽正好住在我家，媽媽和我匆匆忙忙去瓊安公司買了十幾套的毛線和鉤針，我邊學邊教的帶一群大女生（Teenager）鉤圍巾。還記得自己鉤的圍巾，前緊後鬆，前窄後寬，還臉不紅氣不喘的告訴學生，老師示範了失敗的例子，請同學不要重犯。後來有好幾個學生，在陳老師的“指導”

下，居然也鉤成了生平第一條圍巾而樂不可支。而我，教人鉤成圍巾，不亦快哉！

畫圖班

話說在我女兒一年級時，我曾經考慮讓她們去坊間的畫室學畫。然後，我拜訪了畫展，也見到我三個朋友的小孩清一色第一幅都是藍色背景的黃色扁嘴鴨，第二幅都是白雪頂的紫山加藍天。我決定放棄這種填鴨式的畫匠教法，開始在家裡陪著她們玩畫，而這也是我敢接下低年級畫圖班老師的心情——想教孩子一些不一樣的畫風。

我個人覺得，小小朋友一幅畫的好壞，不在於畫得像不像，而在於他有沒有用心畫，有沒有嶄新的創意在裡面。先得把他們文思泉源的創意勾畫出來，等大些了，筆拿得更穩了，再交給中班的童元生老師或高班的王瑞芸老師，這兩位科班的老師來訓練技巧。我常鼓勵坐不住的小朋友，或草草交卷的小朋友說：「你可以花五分鐘畫一幅畫，而你永遠不會再看那幅畫一眼，你也可以花五個小時，好好的畫好一幅畫，這幅畫也許你就願意花五百個小時欣賞它。」

在我的畫圖班裡，都是五到八歲不等的小小朋友，一般都未學過畫。我通常會給他們一個主題，例如：一隻豬，讓他們可以學習畫豬技巧的範本一張，在畫之前，我會問他們一些腦力激盪的問題，比如：你的豬在那裡？旁邊有哪些人、事、物？有些會答在農場，有些在泥裡、水裡、家裡，甚而在太空中的太空豬，飛豬等等。所以我班上的小朋友，除了學習顏色的技巧之外，常見一百分的創意畫，叫我大開眼界，欣喜萬分。

譬如，曾經有一個小朋友在畫海豚主題時，設計了一艘船，可以用特製的噴魚機關槍，噴出一條條的小魚來，讓海上躍起的海豚們，吃得不亦樂乎。所以我說，畫畫可以訓練腦力，誰說不是呢？到了學期末時，已有小朋友的家長，殷切切的問我下學期還教不教？說

是小朋友很喜歡我，很好玩，想繼續學。而我，教人愛畫成癡，意猶未盡，不亦快哉！

二年 A 班

去年夏天，和千橡中文學校頂頂有名的二潘（潘雪燕、潘黛美）去吃日本料理，知道潘教務仍為找不到二年 A 班的老師而頭痛時，就毛遂自薦了。經過了漫長的六年，我終於升上了二年級，而這一年，也深深體會到得天下英才而教之的快樂。

這班小朋友之所以這麼厲害，其實是有據可考的，從幼兒班的許美雪老師，幼稚班的賴伶君老師，一年 A 班的李瑞敏和黃家蘭老師，這一路超棒的名牌老師教下來，到了我手上自然如魚得水，輕鬆不少。

經過了這一年，除了吸取前人的經驗之外，還有學生家長的建議及每個星期的幫忙，使得教學進行得十分順利。這個年紀的小朋友吸收新知，有如海綿一般，非但無止境，且經得起考驗。老師必須與家長高度配合，準備較具挑戰性的作業，並肩作戰！才能交出好的成績。所以說，前人種樹，後人乘涼，不亦快哉！

老師的大補帖

之一：陳老師，我女兒星期六有時要去踢足球，但是，不管如何，她一定都要來中文學校，她現在好喜歡來上課，每次來都好快樂。

之二：謝謝陳老師，我兒子今年學得很多，重要的是，他開始喜歡來中文學校，每星期的功課都乖作完，還做了好多 extra homework 和讀書報告，有時叫他不做還生氣，說不做就沒有\$拿。（\$=陳老師銀行印的紙鈔，可以換獎品。）

之三：二年 A 班 班旗製作優勝！
二年 A 班 猜謎語比賽冠軍！
二年 A 班 全班參加燈籠製作比賽優勝！

二年 A 班 讀書報告自資自製成冊，篇篇是圖文並茂的佳作。

二年 A 班 可以放心驕傲交給三 A 的陸老師了。

之四： 陳老師吃個點心，喝個飲料吧！

之五： 陳老師打開聖誕卡一看，哇！除了每位小朋友的簽名之外，還有二百塊錢禮券，再打開另一張，哇！又一學生家長自掏腰包的伍拾塊錢禮券，好棒的聖誕節！！

之六： 奚慶財務說：「嗯！算算前前後後陳蕙玲也教滿五年了，可以加薪百分之十，那是該給老師的福利嘛！」

之七： 陳老師，累了吧？我來替你搥搥背。

之八： 陳老師，妳太辛苦了，明天是星期天，我替妳看孩子吧！

之九： 陳老師，這個月我賺了一大筆錢，我請妳們全家坐船去阿拉斯加玩一趟吧！

（備註：之七、之八、之九，三帖超補帖，是本人的小小願望，也許哪天會實現！）

而我，東補西補，左補右補，吃飽喝足，不亦快哉！

又見武林秘笈

今年八月，加州武林聯盟---中文學校聯合會，邀請陸曉雯老師和我去當講員，分享低年級的教學經驗。陸老師連續教了七年三年級，滿腹經論，確是實至名歸的講員，而我自覺莫名其妙的被拉去。話說莫名其妙，實在事出有因：原本前潘校長黛美要我“幫”陸老師“壯膽”，一起準備講課的事，我當然又一口答應，直到聯合會的主辦人夏守玉來電，要我

交給她一份講稿大綱時，才恍然大悟，原來不只是“幫”而已，陳大膽當時也硬著頭皮說：OK！可是，當夏主辦問我教過幾年二年級時，我老實回答只教過一次二年級時，把夏主辦當場愣在電話那頭達三世紀之久。教了半輩子畫的夏主辦一定不以為然的想：「才教“一”年，不知能說個“啥”？」

二〇〇二年八月三日下午三點鐘，陳蕙玲和陸曉雯竟然可以把百來個老師逗得好開心，更妙的是，還有老師從別的教室，陸續搬椅子進來聽，特別是當我告訴他們，我對付班上調皮小男生的招數是說：「你再調皮，我就去親你！」時，他們笑得快掀屋頂，當我再告訴他們，要小心使用本招，免得被控告性騷擾而吃上官司時，他們真的掀了屋頂。接著，冷面笑匠陸曉雯的一籬筐笑話，再次讓大家笑酸了嘴。

記得以前去教師研習會練功時，常追著心儀的老師跑得團團轉，只因他們的武功高強，而今天我居然也嚐到了這種滋味，特別是一些新老師，抬著仰慕的臉，問妳一籬筐的問題，認真的做筆記；要了通訊資料；高興的坐在你身邊時，我彷彿見著了大了一號的二 A 學生，充滿希望。

我相信不管白貓，黑貓，會捉老鼠的就是好貓，更相信不管新老師，舊老師，有心有情，肯學肯教的就是好老師。

最近常夢見蔡友文校長快樂的臉，一再說我講習講得真好。她有一雙懂得鼓勵和鼓掌的手，和美麗的靈魂，時時真情相待，真心付出；而我，除了舊時的大膽義氣，加上抬頭挺胸的驕傲，和新學來的一套套蓋世武功秘笈，不亦快哉！

籌措大學費用途徑的探討

周明

前言

理財所包含的範圍非常廣，凡是與錢有關的事都算是理財的一環，理財不僅範圍廣，其話題也可大可小，如何找個實際又切身的話題頗費思考，絕大部分的讀者都是千橡中文學校的家長，因此，大家遲早都將面臨如何準備大學費用的問題，同時，新通過的稅法(EGTRRA)對這方面的規定也有不少的改變，如何有效的運用新稅法來籌措大學費用，自然而然的成為關心子女教育的家長們的話題。因此，本文將從稅法對籌措大學費用的規定作個詳盡的介紹。

學費的來源

大學費用的來源不外乎績優獎學金(Scholarship)，清寒獎學金(Grant)，財務補助(Financial Aid)，和自費，其中，績優獎學金、清寒獎學金和自費等可顧名思義，但是財務補助就常常被誤解。一般而言，財務補助是財務機構對學生提供財務上的補助，使無法負擔大學支出的家庭能夠解決財務上的困難，它並不是 Scholarship 也不是 Grant，它是屬於某種型的貸款。由於每個家庭財務狀況不同，財務機構也有其各自的規定，因此，造成 Financial Aid 有補助金額和補助條件的差異。到底需不需要申請 Financial Aid 和申請前需要注意的一些事情並不在本文的討論範圍之內。

籌措費用的途徑

籌措大學費用的途徑不少，同時，稅法對每種方式的規定更造成選擇上的複雜性，但也因為稅負的影響，如何運用各種途徑就不能不仔細考量，如果人人能充分利用稅法對每個途徑的獎勵條款，那麼就可以得到不少實質的利益。現將幾個主要的途徑及稅法對每種途徑的規定分述如下：

1. 父母自己的名義--這種途徑非常單純，不難想像這種途徑沒有受到任何特殊稅法的獎勵，因此，如何支出也不受到任何限制。
2. 子女的名義(UTMA)--稅法(所得稅、遺產稅

和贈與稅)對這個途徑有特別的規定。其實這個途徑行之已久，使用這個途徑的目的主要是為了降低父母的所得稅和遺產稅，並不是單純的只是為了籌措大學的費用。一般而言，父母二人共合贈與每個子女\$22,000(2002年的上限是每人\$11,000)而不需繳贈與稅。如果子女未滿14歲，而且投資所得未超過\$750(這是2002年的規定，此金額會依照物價指數作調整)就不用申報，如果投資所得超過\$750但未超過\$1,500，那麼超過\$750的金額就要按照子女的稅率申報繳稅，所有超過\$1,500的金額就要併入父母的所得申報繳稅。如果子女年滿14歲，所有收入將依子女的稅率申報繳稅。因為這種途徑算是不可拿回的贈與行為，因此，接受贈與的子女是實際的擁有人。不過，在子女未成年(18歲或21歲，各州法律不一，加州是21歲)之前，父母可以用監護人的名義代管，等子女成年之後，在法律上父母就喪失了代理的權利。這個途徑因為在稅法上沒有得到對大學費用的特別優惠，因此，其支出也就不局限於大學的費用上了。

3. Education IRA (現改稱 Caverdell Education Saving Account，本文簡稱 ESA)--在新稅法中已將這個途徑的優惠規定放寬，雖然它還有收入的限制，但是對一般家庭(尤其對有幼齡子女的家庭)而言，這是一個值得考慮採用的途徑。現將稅法規定列舉如下：

- (1). 投資所得在使用前不需申報，如果使用在任何與學校(從幼稚園開始)有關的費用上就完全免稅。
- (2). 每個受益人(未滿18歲之前)每年可以得到\$2,000(上限)的贈與。
- (3). 只要合乎規定，可以更換受益人。
- (4). 贈與者受到收入的限制，高收入的家庭(AGI在\$190,000以上就受到限制)不能運用這個途徑。
- (5). 如果投資所得沒有用在與學校有關的

費用上或者是受益人已年滿 30 歲，就要課稅並受到 10% 的處罰。

4. 529 plan -- 這個途徑在去年新稅法通過之後就變成一個非常熱門的話題，因為這個途徑對投資者有不少的優惠條款，現將這些稅法規定列舉於下：

- (1). 投資所得在使用前不需申報，如果用在大學或研究所的費用上就完全免稅。
- (2). 沒有收入限制，人人都可以採用這個途徑，不像 ESA 有收入的限制。
- (3). 贈與金額的規定也非常寬，除了可以每年贈與 \$11,000 給任何一個受益人(沒有年齡的限制)之外，還可以一次贈與 \$55,000(將 5 年的金額一次贈與)。
- (4). 所有金額不算是擁有者的資產，因此，不需併入遺產計算。
- (5). 贈與者是擁有者，子女只是受益人，並不具有擁有權，所以沒有 UTMA 的缺點，除此之外，擁有人可以隨時更改受益人。

天下沒有白吃的午餐，有了這麼多優惠的規定，當然附帶了一些限制。這種途徑只能用在唸大學和研究所的費用上，如果用在其他的支出，這些支出就要課稅並有 10% 的處罰。

5. 經由房屋貸款來應付大學費用的途徑：除了 UTMA, ESA 和 529 的途徑外，讀者也不可忽視房地產的特殊功效，如果與 Financial Aid 在多方比較之下，值得採用，不妨考慮用 Home Equity Loan 或重新貸款的方式來支付費用。

6. 有些人建議經由人壽保險(Whole Life U.L. 或是 V.U.L.)的途徑來籌措大學費用，讀者不要冒然採用這個途徑，在採用之前務與以

上所提的幾種途徑比較之後再作定奪。最後要附帶一提，以上這幾種途徑可以在混合的情形下靈活運用。

投資的選擇

談完了籌措費用可以考慮的幾種主要的途徑之後，現在來談談如何經由這些途徑達到籌備費用的目的。挑選一個好的途徑並不能保證屆時能達到目的，仍然需要一個好的投資計劃來配合方能如願。否則，即使運用了最好的途徑到頭來不一定有足夠的經費來支付費用。就如同參加公司的 401 K，雖然有省稅又有儲蓄養老的功效，但是如果投資計劃不當，也不保證可以如願退休。同樣的道理，籌備大學費用除了要運用最適合的途徑也不可忽視投資組合對整個計劃成敗與否的重要性。投資方式錯綜複雜加上每個人狀況也不盡相同。因此，只能在此作點原則性的討論供讀者參考。

基本上，投資的方式不外乎銀行定存(CD)、債券(Bond)、股票(Stock)、房地產(Real Estate)和經由共同基金(Mutual Fund)作上述的投資。要如何設計一個適當的投資組合，應該考慮以下幾個因素：

1. 子女還要多久才要上大學(Time)，原則上愈接近唸大學的時間，投資就應愈趨保守。
2. 要衡量自己的個性來選擇投資，不要人云亦云，否則可能無法承受投資風險，因此，在投資前一定要瞭解每種投資可能帶來的風險。
3. 子女可能進入的學校，並預估所需的費用。
4. 預期得到的投資報酬率。

考慮了以上這些因素之後，至於需要如何準備才能應付大學費用，那就因人而異了。現將幾種假設狀況列表於下供參考：

費用(每年)	預估投資報酬率(%)	學費上漲率(%)	子女年齡	每個月所需儲蓄金額
\$18,000(公立)	10	3	6 歲	\$350
\$40,000(私立)	10	3	6 歲	\$800
\$18,000(公立)	7	3	16 歲	\$2,800
\$40,000(私立)	7	3	16 歲	\$6,000

結論

在美國唸大學除了子女自己要努力用功之外，家長也要準備一筆不算小的費用，如果家長能有未雨綢繆的心理及早準備，那麼在財務和心理上的負擔就會相對的減少。

懶人的投資方法

裘尚武

你曾為了股市波動而無法入睡嗎？你每日花多少時間看自己的投資漲落？讓我告訴你一個…

投資是管錢的一部份，本文主旨是要討論上班族退休金的投資方法。其原理也可用於存子女教育金或是存買房子的頭款。但在作任何投資前，我們必須做一些準備工作。

- (一) 如果有任何債務的話，除了房屋貸款，都盡能力還清，尤其是高利率的信用卡，更是要盡快的還清。
- (二) 如果有人需要靠你扶養，你就有買人壽保險的需要。如此做則能使你親人在你不幸離去時，不必在傷心之餘還要擔心錢的來源。保險通常是個人年薪的五到十倍。買的方式以 Term Life 最好，其他的保險如 Disability Income, Long Term Care 在不同的狀況下都可以考慮。
- (三) 必須存一筆緊急準備金，金額通常是三到十二個月的薪水。多少是看你個人對能在緊急時能多快找到工作的信心而定。

第一項是要減少不必要的利息支出，短期來說，現金會減少。但長遠來講，你的資金會因此而增加。第二、第三項是為了能在股市不好時，因為意外或失去工作而被迫變賣投資來為生。當上三項都完成之後就可以開始投資了。

房子通常是一般人一生中最大的投資，如果很快就要買，頭款最好是放在現金(Cash, Money Market Fund)或是短期債券(Short Term Bond)，如放在股票或是長期債券上比例太大，股市變動時，就可能要買小一點的房子了，反之，要是五到十年後才買房子，則一開始股票或長期債券的比例可以大一點，但隨時間要減少股票的比例，大約在買前一年完全轉為現金。在日常生活費用支出後還餘錢，就可以投資退休金了。

在退休金的投資上，還好是先利用省稅(或是延後繳稅)的帳戶。這些帳戶包括 401k, 403b, 或是各種 IRA，應把錢優先的存入這些帳戶，再考慮存到別的地方。因為這些帳戶不先繳稅，他們通常增值較快。

不論是省稅或不省稅的退休金帳戶，比較省事(懶)的方法就是戶頭都開在一個互助基金家庭中(Mutual Fund Family)。其中優點是在各基金中轉錢限制較小。在單獨股票帳戶中將不太容易隨時將\$100的A股換成\$100的B債券，反之亦然。現在我們有了一個互助基金家庭的帳戶，要如何購買其中何種基金？我個人較喜歡的是指數基金(Index Fund)，不論是股票或是債券的指數基金，收的管理費都是較低的，有的可以低到0.25%，這比一些收費高達2%到3%主動管理金(Active Manager Fund)要省了很多，也就說每年這些主動管理基金的收益必須高過1.5%至2.5%以上才能與指數基金打平。根據我的瞭解，沒有一個主動管理基金能夠長期地比股票指數收益高。也許有一兩個基金在五到十年的期間內比指數好。但想要事先知道什麼基金，在什麼時期會有超指數的表現是非常難的。

現在討論我們有一個股票指數基金，一個(中期)債券指數基金，一個(Money Market Fund)和一筆每月固定投資的錢數要如何的管理，但在談這之前，我們必須瞭解資產分佈(Asset Allocation)的概念。簡單的說就是被管的錢中，股票、債券及現金的比例，這個比例必須自己決定，主要是看自己對於市場危機(Market Risk)的容忍程度。比較積極的人則股票比例高，比較保守的人則債券比例高，到了接近退休時，也是現金比例增大之時，我們可

以用表(一)作參考。當我們選定了一個資產比例之後，因股市變動，這個比例也會變，所以我們必須在每月、每季、每年做調整，每年調整的次數看個人懶的程度而定，現在先說如此做的好處，如上述而做就迫使自己在股票上買低賣高，因為股市好時股票比例增高，我們將變賣一部份去買債券，如果股市不好，我們則變賣一部份債券去買股票，如此便做到買低賣高的效果。在那些延稅帳戶中我們可以如此直接轉換，但在非延稅帳戶調整時我們必須

考慮對入息稅(Income Tax)的影響。但我們可以先調整每月新投資錢去股票或債券的比例，再加上改變基金中增值(Capital Gain)及紅利(Dividend)的再投資方向。假如股市好時，股票基金的增值或紅利就去投資債券。反之則債券的增值或紅利就去投資股票。不到上述兩項都無法調整到預定的比例時，才直接變賣股票基金或債券基金。

以上是我的小小心得，如有不周全之處，請大家多包涵及指正。

表(一)

年齡	積極			保守		
	Stock	Bond	Cash	Stock	Bond	Cash
20 - 30	90%	10%	0	75%	25%	0
30 - 40	80%	20%	0	65%	35%	0
40 - 50	70%	30%	0	60%	40%	0
50 - 60	60%	40%	0	55%	40%	5%
60 - 70	55%	40%	5%	50%	40%	10%

Reference:

Malkiel, Burton G., A Random Walk Down Wall Street, 7th Ed. w.w. Norton A Company, ISBN 0393320405

Bogle, John & Bernstein, Peth, Common Sense on Mutual Fund, John, Wiley & Sons, ISBN 0471392286

Bwedroe, Larry, The Only Guide to a Winning Investment Strategy You'll Ever Need; E.P. Dutton, ISBN 0525944354

一張好處多多的信用卡 — Macy's Visa Card

藍芸

我首先聲明，不是 Macy's 付錢讓我在此為其做廣告！

和許多女人一樣，我喜歡逛 Mall、喜歡 Shopping。從中國來到美國，我發現美國簡直是

女人的天堂。這並不是因為美國到處都是俊男情郎，而是和當時的中國比美國就是個購物者的天堂。

還在廣州讀大學時，我就喜歡和同學逛街買東西。有一個星期天，我帶著省下來的生活費和同學 Q 高高興興地擠上公共汽車去街上買衣服。逛了好半天 Q 看上了一件衣服，準備掏錢買。可是在背包裏左翻又找，也不見錢包。

“我的皮包被扒了！” Q 叫了起來。擠公共汽車被扒錢包是司空見慣的事，我只能勸 Q 別太傷心，好在錢不多。其實我知道對我們學生來說，從生活費裏省下來的錢是很珍貴的。Q 很喜歡那件衣服，我說我借錢給她。Q 說：“你把錢借給了我，等下你用什麼買？”我說我多帶了錢。Q 買下了衣服。我們又逛了一會，便回學校了。我沒買衣服，說是沒有喜歡的。實情是借了錢給 Q，自己便囊中羞澀了。

當時我要有信用卡該有多好！

Q 的新衣穿了兩天，便胸前掉了一個扣子，沒法再穿。那衣服的扣子很好看也很特別，沒得配。我借錢給她反倒害了她。要像在這裏，去店裏退了或換一件便是了。退貨？那時聽都沒聽過。

現在我特別喜歡用信用卡買東西。用中國的話來說叫賒帳，古時候就有。用現代心理學的術語，這叫受 Q 事件刺激後的行為反應（相信不是變態反應）。我也很喜歡美國商店接受百分之百的退貨。

在用過的許多信用卡中，我發現最好的是 Macy's Visa Card - 梅西百貨信用卡。為何？

1. 當你用此 Visa 卡在 Macy's 購物，你會得到 3% 有時甚至高達 6% 的 Rewards (回扣)。
2. 當你用此 Visa 卡在任何其他地方消費，你會得到 1% 的 Rewards (回扣)。
3. 你不需要等到年終才能拿到回扣，每當你的 Rewards 累積到 \$25，Macy's 便會寄來一張 \$25 的 Macy's 禮券。
4. 每年會收到 4 次免費 Macy's 精美禮品包裝禮券和 4 次免費禮品郵寄禮券。
5. 提前通知你 Macy's 的 Sale，有時還會將特別的 Macy's 折扣券寄給你。

6. 每年有多達 45 次的特別折扣給持卡人。
7. 在 Macy's 退貨不需發票，只要 Macy's Visa Card 便可。這一條實在是太方便了。（我很喜歡這一點）。
8. 和現在大多數信用卡一樣，Macy's Visa Card 沒有年費。

以上的優越性已是其他信用卡所望塵莫及的，Macy's Visa Card 還有下面一條大大的好處。

作為 CCCA 的一員，你和我可以用從 CCCA 購買的 Macy's 禮券付 所有 Macy's Visa Card 的賬。而 CCCA 會得到 6% 的高額回扣！

用 Macy's Visa Card 消費，用從 CCCA 購買的 Scrip 付賬不僅我們個人得到很多優惠，同時也大大地支援了 CCCA 這個我們自己的社團。CCCA 是一個非營利社團，所有的活動靠大家的義工支援，經費來源非常有限。CCCA 每年的預算都很緊張，光是中文學校和 CCCA 其他活動的保險就是一巨大的開銷。試想一下，如果有 100 個家庭每年從 CCCA 購買 \$5,000 Macy's 禮券付 Macy's Visa Card 的話，CCCA 將會有 \$30,000 的收入！

要獲得 Macy's Visa Card，首先要有只能在 Macy's 使用的 Macy's **Store** Card。有了 Store 卡，也能有上述 5 到 8 的優惠。當你在 Macy's **Store** Card 上的消費超過每年 \$1,000，便可申請 Macy's Visa Card。和 Macy's Visa Card 一樣，Store Card 也可用 Macy's 禮券付賬。得到 Macy's Visa Card 要費一點周折，但它給我們自己和 CCCA 帶來了許多的好處。

如果你和我一樣喜歡逛 Mall、喜歡 Shopping，同時有熱愛我們大家的 CCCA 的話，請得到一張 Macy's Visa Card。要購買 CCCA 的 Scrip，請在星期六上午去千橡中文學校，或和郭美音 (805-529-2921) 聯繫。

千橡龍虎榜

校內書法、海報、朗誦、演講比賽

組別	名次	書法比賽	海報比賽	朗誦比賽
幼稚組	第一名	N/A	N/A	李權高
	第二名	N/A	N/A	吳依恩
	第三名	N/A	N/A	李珊杉
	第四名	N/A	N/A	王怡平
	第五名	N/A	N/A	陳薇
初小組	第一名	溫雅涵	謝佳琪	吳樺貝
	第二名	潘大千	溫雅涵	朱戴安
	第三名	阮開元	李文遠	溫雅涵
	第四名	張慈芳	帥雯婷	劉子甄
	第五名	周昱	陳永聖	韓梅珊
	第六名	周嘉妮	吳仕瑩	N/A
初級組	第一名	黎唐寧	吳樺貝	毛煜君
	第二名	陳淑莉	劉子甄	劉曦
	第三名	陳長瑛	林子華	周念華
	第四名	宗靄琪	王冠中	易序珩
	第五名	陳冠伶	吳依恩	黃皓丰
	第六名	張明	N/A	N/A
中級組	第一名	鄧莉年	陳長瑛	孫一帆
	第二名	黎景霖	劉子瑄	陳長瑛
	第三名	王莉玲	施嘉嘉	陳冠伶
	第四名	李可婷	吳仕鈿	余佳智
	第五名	羅以寧	施盈盈	N/A
	第六名	樓菲莉	N/A	N/A
高級組	第一名	段慧姝	江星逸	董祐祐
	第二名	聞韻	王莉玲	李涵
	第三名	劉佳坤	勞欣云	黃中珮
	第四名	王嘉嘉	吳仕坤	N/A
	第五名	李婷婷	王康明	N/A
	第六名	邱慈涵	N/A	N/A

校內演講比賽：(第一名/第二名/第三名)

初級組 吳仕鈿 / 彭琳莎 / 蘇如珍
 中級組 彭琳達 / 黃嘉奕 / 余佳安

聯合會書法硬筆比賽得獎名單：

高級組 段慧姝

聯合會海報比賽得獎名單：

初級組 王冠中, 林子華, 吳樺貝
 中級組 劉子瑄

聯合會朗誦比賽得獎名單：

幼稚組 吳依恩
 初小組 吳樺貝

校內班際班旗比賽：

優勝獎：Pre, 1A, 2B, 3B, 5A, 5B, 7, 8A, 10
 創意獎：KA, 2A, 2B
 佳作：KB, 1B, 1C, 2C, 3C, 4B, 5C, 6A, 6B, 8B, RW

Amgen 熱心家長贊助獎學金：

幼稚園： A：陸逸塵 B：程佳寧
 一年級： A：黃欣怡 B：馬凱茜 C：周佳瑩
 二年級： A：陳律維 B：溫雅涵 C：章宇涵
 三年級： A：陳幼昕 B：宗靄恩 C：劉德信
 四年級： A：蘇如珍 B：周昊 C：彭琳莎
 五年級： A：黎唐寧 B：葉君偉 C：星兒
 六年級： A：余佳安 B：金志昊
 七年級： 陳冠婷
 八年級： A：江星逸 B：李涵
 十年級： 蔡維聰
 讀寫班： Lan T.T. Truong

樓毓華獎學金：

幼稚園： A：鄭涵予 B：葉愷文
 一年級： A：陳力瑜 B：張瑞婷 C：黃斯圓
 二年級： A：許維禮 B：周昱 C：程大維
 三年級： A：孟繁力 B：辰兒 C：黃程
 四年級： A：陸逸凡 B：宗靄琪 C：張曉佑
 五年級： A：劉思齊 B：陳淑莉 C：馮莉雅
 六年級： A：吳仕坤 B：帥雯婷
 七年級： 張慈婷
 八年級： A：徐若薇 B：聞韻
 十年級： 鄭以晴
 讀寫班： 劉詠宜

張興和獎學金：

幼稚園： A：王怡平 B：徐捷
 一年級： A：方敏佳 B：周欣怡 C：謝迎明
 二年級： A：林欣樺 B：胡正欣 C：陳麗
 三年級： A：王文杉 B：陳泰 C：高美萍
 四年級： A：羅毓安 B：程璐茜 C：司夢夏

五年級： A：林志科 B：陳長瑛 C：井琳
 六年級： A：余佳智 B：彭琳達
 七年級： 蘇立宇
 八年級： A：陳宣堯 B：段慧姝
 十年級： 曹聰
 讀寫班： 謝寅飛

黃劉韻淑獎學金：

三年級： A：王淳彥 B：馮開文 C：林天心
 四年級： A：陳亮瑜 B：鄧曉 C：仇林
 五年級： A：梁永傑 B：鄧瑞年 C：陳雨瀟
 六年級： A：部楠楷 B：陳嘉舟
 七年級： 李顯誠
 八年級： A：關愛蓮 B：張眉舒
 十年級： 郭冠廷
 讀寫班： Taylor Post

許兩傳獎學金：

幼幼班： 林欣縈
 幼稚園： A：崔芸 B：楊希玉
 一年級： A：余露莎 B：華德 C：楊希然
 二年級： A：陳亮宇 B：鄭亦加 C：李旖穎
 三年級： A：王冠中 B：王斌 C：李簡娜
 四年級： A：易序珩 B：宗靄怡 C：劉曦
 五年級： A：李洪達 B：王天佑 C：曹正
 六年級： A：孟心兒 B：吳雪揚
 七年級： 劉邦浩
 八年級： A：樓菲若 B：史岩
 十年級： 黃健誠
 讀寫班： Gwendolyn Peters

千橡精神獎學金：

幼幼班： 張洛山，余博安，岑藝琳，徐云葦
 幼稚園： A：張中凱，蔡欣孜 B：余丹霞，俞卓雅
 一年級： A：賀澤凱，吳依恩 B：侯蔚彬，薛逸文
 C：潘小千，余懿
 二年級： A：張慈芳，吳樺貝 B：陳安，周嘉妮

C：段慧洋，羅聃
 三年級： A：林雪梅，凱凱 B：沈薇薇，鄒云
 C：李珊儀，司徒凱怡
 四年級： A：毛煜君，王煒勝 B：韓梅珊，楊希聖
 C：張振儷，許杰明
 五年級： A：譚心豪，胡德凱 B：李皓，吳仕鈿
 C：邵沁榆，周念華
 六年級： A：陳冠伶，李顯淇 B：陳博，黃嘉奕
 七年級： 鄭思孟，劉子瑄
 八年級： A：關愛蓮，孫一帆 B：江陵昊，勞欣云
 十年級： 朱崇嘉，江星磊
 讀寫班： 島津由紀

武國英獎學金：

六年 A： 陳家輝，王莉珩，許業恆，林如峰，樓菲莉，
 呂隆洵，孟心兒，余佳安，余佳智
 六年 B： 陳博，金志昊，李海暘，彭琳達，史航，帥
 雯佳，夏洋，曾晶，張珂琳，周華康
 七年級： 張慈婷，張駿奎，陳冠婷，陳立昕，周厚婷，
 侯宏瑞，蕭柔馨，謝凱琪，裘有有，瞿百儀，
 李顯誠，劉子瑄，劉邦浩，蘇立宇
 八年 A： 貝珍誼，詹豐寧，陳敬昕，陳宣堯，莊克傑，
 馮世文，徐若薇，江星逸，樓菲若，孫一帆
 八年 B： 曹穎，顧泉，史岩，董禧禧，董祐祐，聞韻，
 張眉舒，鄭璐倩
 十年級： 張聖屏，張聖德，邱慈涵，周文傑，胡智鵬，
 童威翰
 讀寫班： 劉詠宜，泰勒，島津由紀

家長會中文 SATII 獎學金：

邱慈涵，張南漪，段慧姝

聯合會優秀學生獎學金： 邱慈涵

大華 99 優秀學生獎學金： 胡智鵬

資深（十年）優秀老師： 楊黛華

千橡中文學校家長會中文 SAT 獎學金申請及審核條例

- 申請者限於千橡中文學校就讀滿六年以上的學生。
- 申請時間為每年五月三十一日之前向中文學校提出申請。
- 凡參加校內中文 SAT 模擬測驗成績滿 750 分者獎金\$10 元，滿分者獎金\$30 元；或參加 College Board 中文 SAT II 考試成績滿 750 分者獎金\$20 元，滿分者獎金\$30 元；每位符合資格者僅領一項獎學金，並以未領過者為限。
- 獎學金申請資格由中文學校審核，家長會提供獎金，於每年中文學校的結業式頒發。

我不是第一名的學生

胡智鵬

作為一個在美國出生的華人，我不但要依照中國人的傳統如“聽”父母的話，學校成績要好，也要在學校中耍“酷”及被同學喜歡。

很幸運的，我的父母沒要我考第一名，也沒要我去學鋼琴。他們要求我能自動自發，作應該做的事，要我知道什麼可做，什麼不能做，他們要我從成功或失敗中學習經驗。我不怕失敗或做錯事，因為父母不會罵我沒用，或說我是傻瓜，因此我嚐試了許多事，從其中得到了多方面的人生經驗。

今年我從高中畢業，當了十二年的學生，雖然沒得過第一名，但每年成績都進步，做過高中學生會會長，也進了我想讀的大學，這要謝謝我的父母，很早讓我自立，讓我知道為自己而讀書，不是為父母考第一名。



我的自傳

邱慈涵

我的名字是邱慈涵，六月九號出生在亞力桑那州的一個醫院。我的父母都有許多兄弟姊妹，但我是一個獨生女。我小時候常常羨慕他們都有兄弟姊妹能陪他們玩，但我現在明白，雖然我沒有兄弟姊妹陪我玩，我卻有比較多的機會做多一點不同的事情。

我經常回台灣拜訪祖父、祖母、外祖父、外祖母及舅舅、阿姨、伯伯們。小時候，回台灣時，我都去國語日報社學中文，到了五年級，才開始在美國上中文學校。我本來不太喜

歡上中文學校，因為上中文學校讓我不看星期六早上的卡通，現在，我覺得上中文學校也很好，可以學習中文，也可以交朋友，還可以參加中國節日的慶祝活動，像是元宵節猜燈謎比賽和新年慶祝晚會等，不但有趣，也可以學習中國的傳統習俗。

我今年要升十年級了，心裡有一點擔心。高中只剩三年了，有時間做我想要做的事，認識我想認識的人嗎？我學了好幾年的鋼琴、笛子，我也喜歡畫油畫、水彩、以及炭筆畫。我

喜歡游泳，打水上足球（Water Polo），而且常常打網球。我的興趣很多，我擔心沒有時間好好的決定，我真的想當的是什麼。我不打算長大後靠畫畫或游泳維生。我想當的是位生物學家、海洋生物學家，或醫生。我從小就很喜歡動物，也很喜歡幫助別人。我曾經考慮過當

獸醫，但我沒辦法接受常常得讓別人的老伙伴兒安樂死。

我最大的希望就是當一個能幫助世界的人，不管是如何的幫法，我都會盡力。同時我也希望，大家都能快樂的生活。

Letter From the E ditor

Dear Readers,

With the everyday bustle of our lives, we know that keeping up with a busy, competitive world is both distracting and time consuming. Our days are full to bursting with activities, and there seems to be no end to errands and deadlines that demand our immediate attention.

As Chinese Americans, we take tremendous pride in our culture; however, we seldom have time to deeply reflect on what means to be Chinese and living in the United States. This issue of the Chinese School newsletter is dedicated to that theme. Our staff writers focused on cultural preservation and identification, with an emphasis on cultural awareness of youth, and took this opportunity to examine an issue that we experience each day of their lives, but perhaps never had a chance to define and thoroughly explore. Article discussions range from stereotypical “Asian” details that many of us will recognize to a larger, broader perspective observing the importance of preserving the Chinese heritage. These issues identify who we are. They are our roots: inborn, and always present.

The articles are the thoughts of Chinese youth in our community. We express our opinions on growing up as Chinese high school students in the United States, the obstacles that we confront and the joys that enrich our lives. We hope that you will enjoy the pages that follow and be reminded of our responsibility to our native culture as Chinese American citizens.

Sincerely,

Joy Jeng

Staff Writers: Mason Chen, Harn Chiu, Scott Chu, Susan Duan,
Eric Fong, Joy Jeng, Paul Jeng, Irene Li, Lydia Lo, Tiffany Tu





Preserving the Culture: Asian American Teens



By Harn Chiu

As Asian American teens living in the 21st century, there is a heavier burden upon us than the average person would guess. I mean...seriously, the pressure is on! We must constantly face the high expectations of the notorious Asian Parents, we must deal with what is left of racism at school, and although many of us don't realize it, it's up to us to preserve a small piece of Chinese culture in America. Not to dictate anyone's future actions, but it's true that many of us find support in fellow Asian teens. We complain about how the parents judge us by their My-years-in-Taiwan's-and/or-China's-schooling-system standards, about how every now and then we DO get tired of rice, and we rally up our so-called "Az14n Pr!d3" against the stereotype of the Asian gangster and Asian nerd. It's a crazy world out there.

And that's precisely why, or at least for many people, entire families become involved with Chinese School. For the victims—that's us—it is a chance to meet more people like ourselves, people we can identify with and find support in. For the parents, it's somewhere to send us when they finally think there is just too much Western influence stored up in our newly bleached heads of hair. (Oh, I *know* you've gone there.) While we are sent to Chinese School to reabsorb the priceless culture of the East, they get to mingle. If it sounds like an unfair deal to you...it is. But it is a sacrifice we make because our minds are the last refuge for the likes of Confucius and Li Bai. We must realize that Chinese School is not just a reason to wake up on Saturday mornings but a weekly battle to save what remains of the culture that gave birth to us. That institution that takes from our weekend sleep simultaneously gives something infinitely larger in return: it gives the Asian community a place to gather and to celebrate their ethnicity and history.

But wait!!, you say, Are you insane?? China is huuuge! They don't need *us* to preserve their history for them! And you're right. But it's not exactly their history that I believe we are holding onto, but the very unique history that is ours. We have, unlike many other people, a very fortunate, very solid, and also very congenial foundation for success. Whether you want to save the world from the effects of global warming, become a doctor, or simply raise your children right, our attachment to both our American lives and our Oriental backgrounds provides for us a great chance that is rarely found in any other situation. We can claim direct influence from two of the arguably greatest civilizations in the world. Even more, our influence is not gained from slaving through college courses (yet) but from our everyday lives, affecting us on a very intimate, personal level. Our hybridized culture offers us philosophy that made China one of the most influential and long-lasting civilizations and technology that put America in the vanguard of world science. We absolutely must preserve this culture.

Letting go of the Asian influence that is inherently ours is letting go of the step up we have against the competition. Letting go of our American influence I don't need to argue, as your half blond hair or the half blond hair of those around you should be constantly reminding you to hold on. And like I said before, Chinese School is among the best places to brush up on our history and our Chinese, and the only place to wait for the day when we Asians finally take over the world. (Just kidding...nobody get mad...) So really uphold your Az14n Pr!d3 and realize that it isn't just about eating candies which have wrappers that you can't understand, or about playing DDR and watching anime. It's about recognizing and taking advantage of

what Fate has given you and holding onto the new legacy of Asian Americans for our progeny years and years down the road. And I apologize for putting too many lame jokes in this last paragraph.

Essentials of Good Teaching

By Scott Chu

To many Chinese parents, education is one of the most important elements that lead to a successful future. Teachers are critical in a child's school experience. As the people who impart their knowledge onto students, their methods must be both effective and entertaining. Throughout the years of school, a student encounters many teachers, some good and some bad. To be successful, a teacher must appeal to the student in order to become a good guide in their learning. So what does make a good teacher?

The most essential factor to being a good teacher is to be interesting to the students. Without their interest, their minds wander off and do not learn. In an even worse scenario, many students may fall asleep out of complete boredom. Teachers can keep students interested by being outgoing and being interested in teaching. After all, no one wants to learn from someone who doesn't want to teach.

Furthermore, a teacher must actually teach the students. Many time in my years of school, teachers have gone off topic onto irrelevant topics that, although create interest, waste valuable time in which a student may learn.

An example of an interesting teacher that managed to have his students learn what he taught is my freshman science teacher. Almost everyday he would prepare an interesting, and interactive, demonstration to go with his lectures. This visual example helped students learn while having fun. Another reason for the success of his examples is that they were all very random and unpredictable. He had a different schedule everyday, which kept boredom down to a minimum.

Teachers have a very hard profession. They must keep up with the lives of their students, teach a subject, and maintain their interest all within a short period of roughly 2 hours. They need to keep a balance of seriousness and fun in order to succeed with their students. In addition, they need to teach the subject as they are hired to do. This, I believe, is an extremely difficult task, which only few manage to accomplish.



Chinese School

By Paul Jeng



In a society with no real culture and in a country in which English is the primary language, how is it possible for American born Chinese children to maintain their cultural identity? Sure, their parents teach Chinese to them and celebrate Chinese holidays with them, but how do they come into contact with real Chinese teaching and other Chinese people? The answer is Chinese School. Many districts already have Chinese schools. They are a way for parents to volunteer to teach their and other children Chinese proverbs, words, and history. My Chinese school, Thousand Oaks Chinese School, is a great place to learn about my culture and to make new friends.

Chinese school is actually run quite like a regular school. We meet on Saturdays from 9:15 AM to 12:30 PM at Thousand Oaks High School. The classes are divided into three periods. The first two periods are from 9:15 to 11:25 with a fifteen-minute break in between. These periods are basically one class taught by one teacher. In this class, students learn Chinese words out of a book and are assigned homework to be turned in the following week. The last class is the best part. Third period is an elective class in which you choose from a wide variety of fun cultural classes like origami, Chinese painting, ping-pong, ASB and much more. These great activities have made Chinese school a very popular choice for Chinese parents to educate their children.

Though Chinese school is mostly about education, it has its fun programs too. My Chinese school has a great amount of contests held annually such as pumpkin carving, costume, and lantern making contests. It also has an orchestra and “Chinese history competition team.” We even have an annual track meet in which all the students come together to compete against rival Chinese schools in a great battle of track and field. Even little kids join in the fun in the “Parent Child race.” But all of these fun activities cannot compare with the New Year’s festival. Each February the Chinese school holds a gigantic show in the Civic Arts Plaza, which consists of many little shows and dances made by each individual grade level. There are plays, dances, poem readings, orchestral performances, and singing. The three-hour event comes together after months of practicing and days of preparation. Each and every person in the Chinese school, including the parents and teachers, looks forward to the New Year’s Festival.

Chinese school is a great place to be. Chinese American children can learn about their past and present. Parents can talk with Chinese friends and become teachers. The fun activities and classes ensure that a Saturday at Chinese school is never dull.



The Chinese-American Way

By Susan Duan

Every one of you out there reading this newsletter probably thinks that you know all there is to know about Chinese holidays, but have you ever realized how we celebrate them so differently here in America?

Take for example, the most famous one of all...Chinese New Year, of course. Chinese New Year also called the Spring Festival, is the 1st of the year on the lunar calendar, which means that it falls around the end of January-beginning of February on our calendar. What do you do to celebrate? I can tell you what my family does, we have a get-together with friends and eat traditional home-made dumplings. Well, back in China it's a totally different ball game. They get time off from work and school to celebrate the arrival of the new year (kind of like our winter break, but it's mostly for Christmas, not New Years). Before the New Year arrives, houses have to be cleaned and supplies bought in preparation for the big feast. Red scrolls are hung on the main door for good luck, because the Chinese believe that red is the luckiest color. They have good wishes on them welcoming the new year. Children go around and wish their elders a happy new year, receiving little red pouches filled with money in return (like the ones Chinese School gives us every year). Everyone gets new clothes, and on New Year's Eve there is a family feast complete with dumplings, fish, and other yummy dishes. Also, at 12:00 am on New Year's Day, there are fireworks to start the year off with a bang. If you think that's the end of the celebration, well you're wrong. On the 15th, everyone goes out at night to see the lanterns hung up all over houses for the Lantern Festival (it's like Christmas lights, only for New Years). They also eat special sweet dumplings while viewing the moon. The 15th marks the first full moon of the new year, and the end of the spring festival.

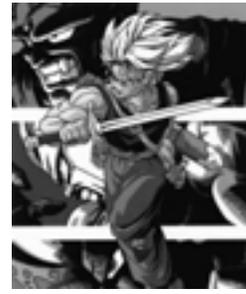
There are many other Chinese holidays that you might celebrate, at least to some extent, here in America. April 5th is the Tomb Sweeping Day where in China, people visit, clean, and bring gifts to their ancestors graves, remembering them. This one is kind of hard to accomplish here in America, but you could think of your relatives an ocean away, or give them a call. May 5th, according to the lunar calendar, is DuanWuJie, or the Dragon Boat Festival, commemorating the great patriotic poet, QuYuan, who died on that day. People eat zhong zi, a special kind of sticky rice that is wrapped in leaves, and race dragon boats, row boats whose heads have been carved out to look like a dragon's. In my family, we usually eat zhong zi to celebrate, but it's from a grocery store in Chinatown. Finally, we get to the Moon Festival, aka the Mid-Autumn Festival that takes place every year on the lunar calendar's August 15th. This is one of my favorite holidays because you get to eat moon cakes! Usually, in China, families get together for this holiday and tell stories while eating mooncakes and fruit, and enjoying the full moon. Those are all the main holidays in China that you all probably know something about.

So, I've covered all the Chinese holidays that we celebrate over here, but what about American ones? Have you noticed that all of us Chinese-Americans celebrate both sets of holidays? I mean who hasn't exchanged Christmas gifts, sent Valentine cards, gone Easter egg hunting, watched fireworks on July 4th, or eaten Thanksgiving turkey? All of you probably have, am I right? That's what being a Chinese-American's all about, learning and understanding both cultures, and integrating both into your life. That is the Chinese-American way.



Anime!?!? <(*.*)>

By Eric Fong



When we were all young, we all watched cartoons—unless, of course, you were one of the ones that were forced under the “strict Asian parents’ rule” of all study and no play. But hopefully, we’ve all seen a little T.V. and at least been exposed to those famous cartoons, like my personal favorite, Teenage Mutant Ninja Turtles, or maybe even the infamous Smurfs. Those were the classics; but while most young ones are watching these cartoons, Asian children are being introduced to anime. Anime can be defined as a Japanese style of cartoons, or, according to Tiffany Tu, simply cartoons in which “all the characters have big eyes.” Either way works for me. Such anime series as Dragonball Z for the young boys, Sailor Moon for the girls, or maybe even Ah! My Goddess are famous among children.

But what is it that makes anime so special? Is it the characters’ bulging muscles? Maybe it’s the beauty of a princess? Whatever it is, people are hooked, and anime has become more and more popular over the years. The audience for anime shows has spread beyond the Asian population and caught the attention of other groups of viewers as well. Personally, I believe there’s something very unique about anime. It’s the fact that anime characters are very unique. Heroes of anime series are not the typical mysterious macho crime-fighter, but characters with special powers such as the strength of ten men, or the ability to change into different animals or even the opposite gender (as in Ranma ½). Some anime series focus entirely on animals, such as the series about the chubby white rabbit, Mashimaro. Sometimes what makes a character unique is simply a special personality. I also believe that the people who are involved in the making of anime are very good at hitting home with their topics. For instance, some anime series appeals to older kids. One example is the series Initial D, with its rice rockets and fast cars, which is of interest to teenagers who have gotten their licenses and have just entered the world of driving. It’s not just the anime itself, but also the creators and their understanding of people’s passions behind it that have made it so successful, and I’d have to congratulate them on that. Thus, children outgrow movies and series as they grow older and their interests change, because there is always another show with a different theme or message that they will enjoy. Even over time, their love for anime doesn’t diminish.

“So what now? I should go out and watch some anime?” Well, let me respond with another question: “What do you think?” I’ll just say that if you’ve never ever seen any kind of anime, you should give it a try. It’s very easy to become intrigued with the plot and extremely attached to the characters, like a few friends of mine have experienced. Many of the characters are lovable and win your affection, or they are good role models, and earn your respect. And if you do watch anime already, then watch even more! Well, not really, but I would advise you to try out different kinds of anime, because there are a whole bunch of different types. For example, guys could watch a few episodes of Sailor Moon, and girls could give Dragonball-Z a try. I would advise everyone to go catch some anime on T.V. (Cartoon Network.) It is an experience that might become habitual!



On Friendship

By Joy Jeng



When I was young, I didn't have much appreciation for things in my life in general: I overlooked a loving family, regular meals, a closet filled with toys, another with clothes, a crime-free neighborhood, and clean air to breathe, and underneath all of this, it certainly never occurred to me to value my culture. Celebrating and understanding my ethnicity was a very distant idea, almost abstract in my mind. Although my childhood included nearly all of the stereotypical Asian experiences, such as music lessons and reams of Kumon homework, I was quite indifferent to these things as a means of distinction, a cultural classification separating Chinese children. It wasn't that I wasn't proud of being Chinese. Sometimes I simply didn't remember, and the result of all of this is that I looked upon my Chinese friends and my American friends as one. I missed the opportunity to form unique connections with them.

My outlook on my culture changed completely after I joined Chinese school. As I made friends among my classmates, I recognized my own life reflected in their conversation, their habits, and their daily routines. Here are other kids who share my interests, and endure the same crosses that I have to bear as a Chinese teenager growing up in the United States. My Chinese friends can offer more than polite concern when I am worried or angry; with them I came to learn the sweetness of friendship balanced by perfect understanding, and even beyond sympathy, my Chinese friends are able to give me strength and support because they are right there where I am, moving with me and seeing and feeling the same things. With my Chinese friends I can find a match for every mood, and we whine, waste time, brood, share happiness, and be giddy together, whatever the occasion requires. When I am with them, I see our common experience picked out in delicate relief against the background of American society that surrounds us everywhere else, save at Chinese school. Our similarities brought us close very quickly, and as we grow older they will keep us close and hold our front, preserving our Chinese heritage as we continue our lives in the United States.

Accordingly my interest in my own culture was launched. For the first time I was thankful that my parents had tried in my early childhood to teach me to read and write Chinese themselves, but after a few years of sweating blood had to admit defeat—hence Chinese school—and insisted on at least speaking the language at home. I love observing customs and holidays and participating in Chinese New Year programs. Every aspect of being Chinese—eating the food, watching anime, straining to reach sky-high standards on the academic scene, anything that defines the Chinese culture—became appealing to me after I discovered that I had friends to share my experiences with. The more I understand my culture, the more I realize how deeply it is a part of my life, and I treasure it so much more.

My life did not exactly flip upside down when I joined Chinese school four years ago. But my old perception of my place in society came crashing down to the floor. I love my non-Asian friends, but I feel a connection with my Chinese friends that I never suspected I could share with any group of people. I hope that Chinese youth everywhere will continue to find support in one another, and that the friendship they share will be an inspiration to keep the traditions of our culture alive.

On the Athletic Field

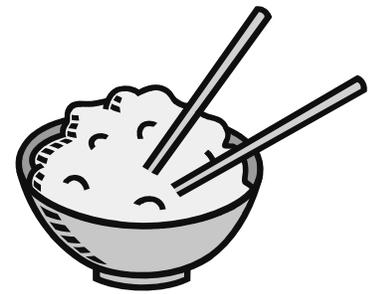
By Irene Li

The lives of young Chinese Americans, particularly those who have been born and raised in the U.S. are centered around education and music, with the so-called “recreational activity” of sports being placed on the sidelines. Chinese parents, having being raised themselves in an environment where education is the basis of life, demands the same of their children, setting down stringent rules and carefully scrutinizing their work to ensure that they become the best scholar that they can possibly be. Likewise, they view the studies of music as a must-have talent to be added to their children’s lists of accomplishments. However, their demand on the athletics’ field is woefully minimal and touched with skepticism.

Parents view participation in sports as merely a recreational past time, leisure time activity to partake in when the time and schoolwork permits it. It could never be something that could be depended upon for later life. Their ideal future for their children is a career in the field of science and mathematics, in the world of technology and formulas. And sports, in their opinion, do nothing to help achieve that goal. It is because of this misconception that they do not push their children into the field of sports. Unlike Americans, whose athletic training commences early in their life with games of catch with dad or tagging along with big brother to basketball games, Chinese Americans are not compelled to tryout new sports. It is more common to see a five-year-old Chinese American sitting by a piano or reading chapter books than to see one chasing after a soccer ball or playing catch. It is just not part of the Chinese culture to view sports as a part of life.

Even though Chinese American athletes are sparse, those prominent few who have excelled in their sport have gained the acclaims and respect of many. Michelle Kwan, born to immigrant parents as a first-generation Chinese American, has captured numerous world and national figure skating championships, two Olympic medals, and the hearts of millions around the world. Amy Chow, daughter of Hong Kong parents, was part of the renowned "Magnificent Seven" U.S. Women's Gymnastics Team that captured the team gold medal in the 1996 Olympics, the first team gold ever for the U.S.. Michael Chang, a pro tennis player since the young age of fifteen, has broken several age-achievement records, and won a number of prodigious tennis titles. These athletes are the role models for young Chinese Americans and perhaps, through time, the old ways and ideals of Chinese parents would change to permit a new field of gifted athletes.





A Link To Taiwan

By Tiffany Tu

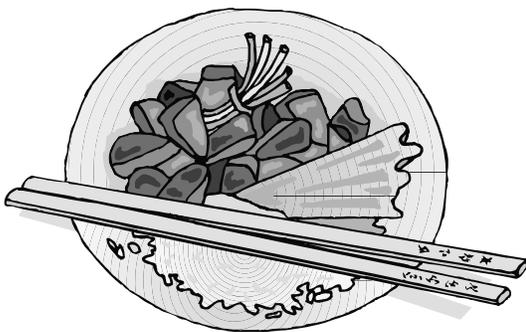
When I think of Taiwan, the first thought that pops into my mind is how delicious the food is. As I eat the lightly steamed zhong zhi, the rice is soft and fragrant, just the way I like it. This is just one of the types of food in Taiwan that I love. Some of my other favorite foods are ro yuan, dumplings, dim sum, kao ya, pig feet and many others.

Besides the main course meals, I also love the fruits that are grown in Taiwan. My personal favorite is dragon fruit, which is red on the outside but white in the inside, with little black seeds. The star fruit is another fruit that has a distinct taste and appearance: its color is yellowish-green, with five “hands” that extend like the arms of a star, and the slices fall apart into star-shaped pieces when you cut it down the middle. Other fruits include pomello, lychee, guava, len yu, and many more.

In addition to fruit, I also love desserts. One of my favorites is boba drinks; there are many different flavors of boba drinks, including almond tea, taro, strawberry, black tea, and nearly anything else you can think of. My favorite type of boba drink is almond tea. Other desserts include almond pudding, ai yu, xian tsao, yen wo, tapioca, mango pudding and many others. This is one of the many reasons why I love Taiwan.

Many Asian families who have come to the United States also love and miss these tastes of Taiwan. Sometimes they long for ro yuan and pig feet for dinner, a few fresh lychees as dessert, and perhaps a bowl of shaved ice afterward filled with fruit, taro, red beans, ai yu jelly, or any other combination of toppings. Sometimes a slice of pizza or a cheeseburger just doesn’t cut it—they want something familiar and traditional. Over the years, Asian people who are hungry for the food of their homeland open Chinese grocery stores, restaurants, snack shops, bakeries, and boba stands to satisfy their craving for Chinese food. The rest of the Chinese population flecks happily to these Asian eat spots for a Taiwanese-style roast duck, a plate of dumplings, or a bowl of noodles—it really doesn’t matter what they have, because the important thing is the comfort and ethnicity in these dishes. It is a lasting and delicious way of preserving Chinese culture here in the United States, and their children have a chance to eat the foods that graced their tables when they were growing up. The taste of Taiwan has been transplanted in the United States and provides a definite, enduring link with the homeland.

Taiwan is too far away to visit for every meal, but when I want some Taiwanese food, I know that the next closest place to go is a Chinese grocery store, like 99 Ranch Market, or a Chinese market plaza, with restaurants and snack stands at every corner. By enjoying the food that I love, I will always be reminded of my roots and keep in touch with the Chinese culture.





Attitudes on Education

By Lydia Lo



In the childhood of a Chinese American, notably those in the first generation born in America, education has always been stressed. To make up for the deficiency in the English language, parents drill their children on the tongue until they are on a level competitive with their American counterparts. Long nights are spent fine-tuning assignments until they satisfy Mom's standards. Parents are eager to point out how "the Chang kid made it into Harvard" or "the Wong girl graduated as valedictorian." Eventually, this mentality of the necessity to perform well in school is infused in the child's mind, forcing the student to face constant mental, social, and parental pressures. A look into the past, present and future of Chinese Americans in the educational system of the United States will explore the causes and effects of such attitudes.

Even though their presence was significant especially during the California Gold Rush and the building of the Transcontinental Railroad, Chinese immigrants were unwelcome by the citizens and the government of the United States because they were laborers who worked for minimal wages and were seen as a threat to the American labor force. However, with the landmark Immigration Act of 1965, immigration was only restricted by hemisphere, not nationality, and also favored "professionals, scientists, and artists of 'exceptional ability.'" Because a majority of the Chinese seeking U.S. citizenship did not possess sufficient English skill, it was not within their abilities to come to America and labor in a field where a command of English was central, as in journalism, teaching, writing, etc. As a result, most of the Chinese immigrating to the U.S. as a learned professional were people knowledgeable in mathematics, sciences, or other areas that did not require much English. These people were those who excelled in their field and were intelligent enough to withstand competition in the U.S.

When the professional immigrants produced children in America, they raised them as well-educated parents would: with very high standards. It was the only way they knew how to exist, and it was the only way they were able to instruct and guide their children. Consequently, the current generation of young Chinese holds the same values as their parents and performs well academically.

The Chinese students of this current generation belong to an ethnic category that constantly surpasses the competition. In the United States, roughly 3% of the 55.3 million schoolchildren are of Asian or Pacific Islander descent. In 1976, ten years after the Immigration Act of 1965, only 1.8% enrolled in institutions of higher education were Asian or Pacific Islander. However, as a new generation matured, the figure rose to 9.2%. This same group boasts the lowest dropout percentage of all ethnicities with only 5.4% unable to complete high school while the average is 13.5%. Additionally, 56% of the Asians completed advanced mathematics compared to the next highest group, the Caucasians at 45%. Although the average SAT verbal score Asians and Pacific Islanders is 501 and trails the national average by five points, they lead mathematically by a substantial 52 points—566 compared to 514.

Though this trend is dominant in this era, there is no clear sign of which direction it will be heading in the years ahead. Such a pattern may be ephemeral and disappear as new generations gradually forget the motivations of their parents, and soon Chinese Americans

may lose their comfortable lead. As in the case of Chinese emperors, the first one may be the one to conquer and start his own dynasty, but eventually his sons take the position for granted, neglect the affairs of the country and allow another warlord to seize the opportunity to initiate his own rule. Similarly, the Chinese immigrants may treasure the abilities that enabled them to become American citizens, but future generations may forget the struggle of his or her forbears and slowly cease to be industrious. Or, a tradition of educational excellence may persist, passed down from parent to child, and ensure the Asian and Pacific Islander's position at the top of the charts.

Whatever the future may hold, there is certainly to be a Chinese American making academic headlines. For the performance of a single person cannot be solely dependent on the performance of people similar to that person, but on the person himself.



From Chou to Utada

By Mason Chen

Jay Chou. A-Mei. Sammi Cheng. David Tao. These are just the few of the most popular Mandarin pop artists in Taiwan as of this year. Mandarin music has evolved over the past years. Now, artist such as those listed above have started to incorporate different styles of singing into their music, such as hip-hop, rap, and pop. Taiwan R&B King David Tao finally came back with to his music empire with his long-awaited album "Black-Tangerine." It's been two and a half years since David Tao has not released any new pieces. David mentioned the reason he used the name of "tangerine" as the album title was the fruit could only be found in Taiwan, where his music life began. An extremely popular male artist came to life once again in Taiwan to become an instant hit. Jay Chou's third album "8D Space" was released in mid-July where ten brand new tracks became instant hits in the hearts of all the Taiwanese fans. A powerful female artist also had a smash hit this year. Elva Hsiao released her fifth album, "Love Theme Song – Kiss" and it also became an instant hit. Her new album is mixed with many remixes and introduces an R&B style. Another great female artist is A-Mei. Extremely popular, A-Mei released her most highlighted project of the year: "Fever."

“Fever” was expected to move her fans to make them dance or cry at the moment of listening to her new fast- and/or slow- tempo songs. A-Mei also invited another artist, Shunza, to produce new songs for this album.

In Taiwan, many people are also into the Japanese music industry. Having released her third album in her extremely successful career, Utada Hikaru has impressed her many fans. Producing “Deep River” by herself, the album rocketed to number one and proved Hikaru’s versatile capabilities in music, ranging from pop, R&B, dance to ballads. Utada Hikaru has definitely showed her continuous effort and energy in the J-POP world. Utada Hikaru also shocked Japan with her recent marriage this year. Because the marriage was so sudden, many people were surprised to find that Hikaru had married a man by the name of Kazuaki Kiritani, a photographer and director in most of Hikaru’s CD jackets and music videos. Japan’s 2002 promising star Mika Nakashima’s debut album “Truth” kicked off with a bang. Along with famous songwriters such as Towa Tei and Verbal from m-Flo, Nakashima has produced thirteen smash hits. This album is full of diversity, showing her incredible skill and talent to sing soul, 80s’ style, funk, and ballads. Another amazing female artist is BoA, although born in South Korea; BoA was raised in Japan, and developed an ability to speak both Korean and Japanese fluently. After releasing a few successful singles and albums, BoA, who is 16 years of age, became an instant star in both Korea and Japan. Releasing her newest Korean album, No. 1 and Japanese single, Valenti, BoA is becoming more and more popular as well as of course successful; many people say she has a very bright career ahead of her.

So, there were a lot of great hits this year, shocking news, and new artists. In the future, there is still even greater music to look forward to. Many new artists are rising and becoming as successful as the most popular artists in the Asian music industry. Music has become an extremely influential factor in teenage lives. Since artists have become idols and role models, who really do change the way, a teenager feels and thinks. Teenagers listen to music everyday and the words that they hear in lyrics are really what teach them to do the good or even bad things that they do. In reality, music is an extremely important in society to all ages.



Friendship

Derek Chang

"True friendship is like sound health; the value of it is seldom known until it be lost."
-Charles Caleb Colton

Throughout life, acquaintances come and go, but those who stay become friends. However, the meaning of friendship is never really taken to its full value until parting must separate the souls. I have never been confronted with this realization until recently when I finally came to terms that my friends and I will be leaving each other as we enter a new home and a new life in college.

I fondly remember my childhood: no stress and no worries, just play. I used to run around the house, create ultimate Lego machines, swim many laps in the pool, spend hours beating Nintendo games or just simply watching TV. I was joyful and content. But as I grew older, I acquired more responsibilities in schoolwork, worries, chores, and late nights. Life was becoming more stressful; however, the headaches and heartaches derived from its pressure were nowhere near the painful magnitude of the melancholy feelings I experience now.

Throughout my childhood, I have made many good friends. We shared a myriad of common experiences and interests at school. We have taken numerous classes together through middle school and high school. We have labored side by side in special projects, met in each other's home, collaborated our efforts and toiled into the night to meet the final dateline. We had group discussions via conference calls, helped each other understand difficult concepts, shared spelling lists and even called each other frequently at 5A.M. to get ready for Mr. Lasnik's Physiology lab practicals and exams tests! There was no rivalry, no competition, and no jealousy. On the contrary, there was an abundance of camaraderie, encouragement and support for one another. We spent hours staying up talking into the night. It is this kind of sincere and genuine friendship that I deeply cherish and have difficulty letting go!

This summer has been extra special because we all seem to want to indulge in each other's company and delay the inevitable event of saying goodbye. We try to get together as often as possible to dwell upon our shared nostalgic memories and create many wonderful new ones. We enjoy each other's companionship by playing ultimate Frisbee at Forest Cove Park, checking out DVD movies, swimming, ice skating, camping, and driving out to Golf 'n Stuff, Westwood, Magic Mountain, and the Santa Monica Pier. I have kept many pictures capturing these blissful moments. By participating in these various activities, we have drawn closer to each other, further strengthening our friendship and bond. I hope we will always remember each other and reminisce the wonderful times spent with each other. I wish these times would last forever, but unfortunately, life can be merciless and we must soon part.

Till now, I dread the day we all leave for college and worst of all, separate from each other. I would hate to say goodbye, perhaps temporarily, perhaps worse: forever. New roads lie ahead and different friends will occupy my time and thoughts. My precious high school friends will never be replaced or forgotten, for as the saying goes, our friends reflect who we are as well as the choices we make in life.

When I was first given the assignment to write about what I would've done differently in high school, the thought that ran through my mind was, "Do they want it chronologically or alphabetically?" Some of the difficulties that I ran into probably would not apply to most studious Chinese students, but just in case you find yourself in any of these predicaments, know that you're not alone and someone has been there before. Or better yet, read this article and just avoid the mistakes that I made.

First of all, when choosing classes, do not be afraid of how hard people say a class is, since some subjects are easy for you while hard for others. If you go into a class thinking that it will be the hardest thing you have ever taken you might be setting yourself up for failure, because if you don't do well, you'll just think to yourself, "It's ok, it's a hard class, it's ok if I don't do that well." If you believe that you can get a "B" in an AP or Honors class, take it because colleges would rather see that you tried and pushed yourself in a harder class than receiving an "A" in a regular class. While taking harder classes, it is necessary to manage your time well because teachers are cruel and will conspire against you and schedule tests and make assignments due on the same day. Do assignments ahead of time and skim the pages in a chapter so you have an idea how much time you will need to study. This is probably my biggest regret; failing to manage my time wisely and frivolously wasting it on the phone, Internet, and games.

Second, I regret not getting involved enough in sports teams and clubs. I did track freshman year and then gave up on it after one year and then I joined the volleyball team sophomore year. Junior year I felt that I was too busy to do a sport and then senior year I was having too much fun hanging out with my friends to do a sport. Colleges want to see consistency and resolution toward anything you do, and jumping from sport to sport every year was not the best way to show them that. When I first started high school, I gave no thought about joining a club because I thought joining something like Key Club would be dorky. A guy that hung out in our group joined Key Club and we made fun of him because every Thursday at lunch he had to go to a meeting while we just hung out. Two years later, he became the Key Club Lieutenant Governor of our district. Join clubs that interest you or at least join a club like Key Club or Interact because these community organizations perform many interesting community services, from feeding homeless people to being security at a fourth of July celebration to decorating floats for the Rose Parade. Many schools now require community service to graduate and these clubs are the best way of racking up community service hours. Also when joining a club, try and really get into what you're doing and try for an officer position. Being in a club is all in good fun, but colleges want to see leadership abilities and working yourself up into an officer position is the best way to show it, however being an officer usually requires more dedication towards the club and many extra hours spent organizing and planning events.

Lastly, SAT's: when to start preparing and how to start preparing. Here are some of my personal experiences with the SAT. Do not wait until the summer before junior year to start preparing for the SAT. Most Chinese students have very little problem with the math section, and when we do happen to get an incorrect answer, it's usually out of carelessness or haste. The math section is easily perfected by taking many practice tests and getting used to the kind of questions they ask, allowing you to be able to detect the traps test makers set. Therefore, that only leaves the verbal section to worry about. Most of the verbal section is on vocabulary, so start studying the words early. If anyone has seen the "Most commonly used SAT words" list you will know why there is a necessity to study early, because there are about 4000 MOST common SAT words that

need to be memorized. The best way to study words is actually to study with some friends, because they will do funny things or say something funny and every time you see that word you will associate that word with what happened and you will remember its definition. Memorization by association has helped me to remember even the oddest words, words like Pusillanimous – extremely cowardly; Ablution – washing. If you plan on taking AP tests, take your SAT IIs after them. If not, you should take them sometime in May when everything has already been taught to you and is still fairly fresh in your mind. SAT II writing is similar to an extended grammar test and I would have to say, is one of the hardest tests to prepare for. For this I can offer little advice because I really do not know how to get a high score on it.

High school years pass very quickly, so you need to be on top of things and make sure you meet all your deadlines. Make yourself stand out from the other 50,000 applicants. Look at yourself from an admissions director point of view, why should they accept you over everyone else? What makes you so special beside your first grade teacher saying, "You are all special in your own ways!" Emphasize your fortes and make them seem as impressive as possible on your application. Well I hope everyone is able to gain something from this article whether it's a few laughs or some advice. Good luck with the rest of high school and college admission. Though this ordeal seems daunting, second semester senior year and the summer before you go off to college will make all this hard work seem totally worthwhile - I would know.



好書介紹

書名：魯迅小說集

作者：魯迅

推薦：懶人

魯迅(周樹人)生於書香門弟，十六歲時，其父在中醫延誤下病逝，因此立志到日本學西醫，實習期間偶而在微生物課堂上看到一張幻燈片，幻燈片裡一名替蘇俄作奸細的中國人，正要被日軍砍頭，圍觀的卻是另一群中國人「一樣是強壯的體格，而顯出麻木的神情」，這件事使他大受刺激，覺悟到學醫並非中國當務之急，與其尋求西醫改變國人體格，不如以文藝改變其精神來得重要，因而棄醫從文。在魯迅的小說裡，處處可以看到他對當時社會的無知愚昧肆意抨擊，由他的小說中，你可以看到舊社會的生活、人情，"女媧補天"、"大禹治水"、"嫦娥

奔月"、"老子出關"等等所謂的"舊瓶新裝"，非常有意思，對舊社會有好奇心的讀者不妨一睹為快。

書名：大小雞婆

作者：小野(皇冠出版)

推薦：陳蕙玲

記得女兒小時候曾興沖沖的跑到我面前，伸出五隻肥嘟嘟的手指頭，發現新大陸的告訴我：「媽媽，妳看，好多"1"!」也曾拿著一張，裡面有很多亂七八糟線條的紙，告訴我說：「妳看，我畫風在吹!」

透過小野的文章，我深深的愛上他那個有著慈悲禪心的十歲女兒；了解和尚心情又會寫詩的兒子；以及他那個寧願抱個破電鍋去修理，也不願因為要買新的而製造垃圾污染地球的大雞婆老婆。

如果我們都能戴上小野的眼鏡，來欣賞我們自家的生活點滴，進而融入愛，信任與支持，相信生活的風景，定會精彩萬分。

大小雞婆，是一本值得全家大小一起欣賞的好書。

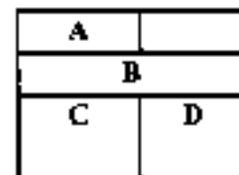
千橡通訊廣告價目表

千橡通訊為康谷中華文化協會每半年發行的免費刊物，出刊日期為每年十月與三月。發行網涵蓋所有康谷地區九個城市，聖佛南度谷，南加州部分中文學校及有關單位。千橡通訊提供地區中國人購物主要參考，廣告效力宏大。所有廣告除載於千橡通訊外，您亦可選擇加刊登康谷華協與千橡中文學校的網頁上。

Conejo Chinese Cultural Association (CCCA) Newsletter is a semi-annual publication distributed to Chinese families in the Conejo Valley, San Fernando Valley, and other cities in Southern California. The CCCA Newsletter is a free publication, supported entirely by advertising.

From now on, we will be doubling our advertising effectiveness by putting all ads, together with selected articles from the newsletter on our newly launched web site upon your request.

大小版面 Size	基本價 Basic	網頁價* Web Site	
1/8 頁 (1/8 page)	\$30	\$10	A
1/4 頁 (1/4 page)	\$50	\$10	B or C
1/2 頁 (1/2 page)	\$90	\$10	C+D
全頁 (Whole page)	\$180	\$20	
封底裡 (Inside of Back Cover)	\$250	\$20	
封面裡 (Inside of Front Cover)	\$300	\$20	
封底 (Back Cover)	\$400	\$20	



全頁 Whole Page

*自發行日起以三月為度 (3 months on Web Site)

千橡通訊為非營利刊物，所有工作人員皆為業餘義務性質。如須本刊協助排稿，請備妥所有資料；如須設計打字，請以簡單為原則；如自備電腦廣告稿件，請以中文視窗編排。內容複雜需本刊工作人員代工者當酌收費用。

Please support your community newsletter. If you are interested, please contact:

廣告組： 潘雪燕 805-373-8748

吳茵茵 805-370-9272

藍芸 818-597-0788

陳重久 818-991-3999

E-mail: mingcj1@msn.com

<http://www.ccca-tccs.org>

支持康谷中華文化協會

請從支持《千橡》廣告開始

《千橡》為康谷中華文化協會每半年發行的免費刊物，出刊日期為每年十月與三月。發行網涵蓋所有康谷地區九個城市，聖佛南度谷，南加州部分中文學校及有關單位。《千橡》提供地區華人購物主要參考，廣告效力宏大。所有廣告除載於《千橡》外，您亦可選擇加刊登康谷華協與千橡中文學校的網頁上。

下期《千橡》預計三月出刊，除內容將更多采多姿，涵蓋面更廣外，部分文章也將於康谷華協網頁上同步發行，其廣告效力自將倍增！

多年來，《千橡》在許多地區華人的熱心投入下，內容越趨豐富。唯近年來印刷、打字、郵資的成本不斷增加，為維持初衷免費服務華人的目標並減少財務上的壓力，急須各位華人大力支持提供各類廣告。

在您的周圍，必定有不少潛在的客戶，諸如

- 您的醫師、會計師，保險、房屋經紀，花園設計，修理業，髮型師，補習班等等。
- 您常去的中西餐館，禮品店，專賣店，健身房，樂器行等等。

無論是中是西，您舉手之勞的熱心推薦可能就幫助了康谷中華文化協會的募集基金，也等於是幫助我們可以提供更多的服務回饋地區上的朋友，同時，商家們也有極好的機會作宣傳並增加生意.....

如您有這份心，

勿遲疑、勿徬徨，
請您即刻付諸行動！

有意幫忙招攬廣告的家長請聯絡：

廣告組： 潘雪燕 805-373-8748

吳茵茵 805-370-9272

藍 芸 818-597-0788

陳重久 818-991-3999

<http://www.cca-tocs.org>

E-mail: mingcj1@msn.com

千橡中文學校 2002-2003 學年度 行事曆

Thousand Oaks Chinese School 2002-2003 Calendar

秋季班 Fall	春季班 Spring
09/07/2002 開學日 First day of school	01/25/2003, 02/01/2003,
09/14/2002, 09/21/2002,	02/08/2003**, 02/22/2003, **新春晚會
09/28/2002, 10/05/2002,	03/01/2003, 03/08/2003,
10/12/2002, 10/19/2002,	03/15/2003, 03/22/2003,
10/26/2002, 11/02/2002,	03/29/2003, 04/05/2003,
11/09/2002, 11/16/2002,	04/12/2003, 05/03/2003,
11/23/2002, 12/07/2002,	05/10/2003, 05/17/2003,
12/14/2002, 01/04/2003,	05/31/2003, 06/07/2003,
01/11/2003, 01/18/2003	06/14/2003 結業典禮 Last day of school

假日 Holidays		
11/30/2002	感恩節	Thanksgiving Day
12/21/2002	聖誕節	Christmas Day
12/28/2002	新年	New Year's Day
02/15/2003	總統紀念日	Washington's Birthday
04/19/2003	春假	Spring Break
05/24/2003	國殤紀念日	Memorial Day

聯合會活動	
11/10/2003	繪畫, 書法比賽 Calligraphy and Drawing Contest
02/23/200	春季教師研習班 Teacher's Practical Training-Spring Session
03/23/2003	學生華語文研討會 Student Study Workshop and Talent Show
04/20/2003	常識比賽 Chinese Jeopardy Contest
04/26/2003 - 04/27/2003	運動會 Annual Track and Field Meet
05/04/2003	演講及詩詞朗誦比賽 Speech and Poem Recital Contest
06/2003	夏令營 Summer Camp

2002-2003 千橡中文學校教師名單

第一節課： 9:15 AM - 10:15 AM 第二節課： 10:25 AM - 11:25 AM			課外活動： 11:35 AM - 12:25 PM		
班級	教室	老師	班級	教室	老師
Pre A	F-10	許美雪	摺紙	I-7	張大健
K A	G-1	賴怜君	美勞	I-12	莫逢娟
K B	G-3	周洪	畫圖 (幼稚組)	G-9	陳蕙玲
1 A	G-4	駱銘娟	畫圖 (初級組)	H-5	甘韻淑
1 B	G-5	謝麗容	畫圖 (中級組)	G-5	童元生
1 C	G-6	吳佳	畫圖 (高級組)	I-11	王瑞芸
1 D	G-8	林雪娟	國畫	G-2	田丰
2 A	G-9	陳蕙玲	書法	I-5	龍惠敏
2 B	G-10	王敏	民族舞(I)	I-9	王珏
2 C	G-11	孫明非	民族舞(II)	I-10	陳虹
3 A	G-12	陸曉雯	民族舞(III)	I-8	余寧
3 B	G-13	廖慰真	爵士舞	F-10	陳詠欣
3 C	G-14	劉曉晴	國術	I Hal	周仲嶺
4 A	H-2	楊黛華	籃球	H-2	鄭慶松
4 B	H-3	劉江華	乒乓球	F Hal.	司華曉 / 董志元
4 C	H-4	伍雄麗	西洋棋(I)	G-1	楊明發
5 A	H-5	甘韻淑	西洋棋(II)	G-3	李瓊
5 B	H-6	張曉筠	象棋	G-4	張柏
5 C	I-3	張建萍	活動遊戲	G-7	武若麟
6 A	I-5	鄭媛惠	Youth L.S.	I-6	胡碧
6 B	I-6	劉力	ASB	G-12	鄭德音
7 A	I-7	楊曉容	SAT II 中文	G-11	孫明非
7 B	I-8	龍惠敏	語言實習	G-6	學生義工
8	I-9	梁桂梅			
9 A	I-10	鄭鐸利			
9 B	I-11	王瑞芸			
R&W	I-12	莫逢娟			
CSL	I-2	馬葵			

2002 - 2003 千橡中文學校行政人員名單

職稱	姓名	電話	姓名	電話
校長	曹織玲	805-494-0500		
副校長	段治邦	805-498-2372		
教務組長	潘雪燕	805-373-8748	奚慶	818-889-1549
財務組長	王明珠	818-889-9000	林燦熹	805-376-0888
通訊組長	郭玉梅	805-241-3813		
總務組長	黃亮	805-529-8669		
活動組長	周大偉	818-871-9831	藍芸	818-597-0788
註冊組長	蕭淑貞	805-241-8527	吳迎春	818-597-4868

康谷中華文化協會 2002-2003 年行事曆

Date	Event
Oct 2002	CCCA Journal Publishing
Nov 2, 2002	Guest Speaker, Mrs. Lorna Chao, Topic "Education of Our Youngsters"
Nov 16, 2002	CCCA Board of Director's Meeting at 2:00 P.M.
Nov 23, 2002	Guest Speaker, Dr. Green Hsueh, "Midlife Crisis" at 10:30 A.M.
Nov 2002	Tennis Tournament
Dec 2002	TOCS Graduates Reunion
Dec 2002	SKI Trip
Feb 8, 2003	Chinese New Year Performance at Thousand Oaks Civic Arts Plaza
Mar 2003	CCCA Journal Publishing
Mar 29, 2003	Completion of principal nomination
Apr 12, 2003	Vote for 2003 - 2004 principal
The end of April	CCCA certified ballot is mailed to voting members
The second week of May.	The ballots are returned from the voting members via mail.
Early June	Official notification of CCCA election results is announced
Mar 2003	Hiking
May 2003	Camping
May 2003	Mother's Day Dance Ball
June 2003	CCCA present Awards to local High Schools

2002-2003 《千橡通訊》編委會

主編：	焦守恕	805-376-0108	sjiao@amgen.com
主筆：	鄭德音	818-991-7525	dyjeng@dock.net
總策劃：	馮瀚緯	818-879-7150	xfong@pacbell.net
編輯顧問：	林志中	805-492-5123	cclin@gte.net
行政監理：	施志清	805-376-1910	jshi@amgen.com
版面主任：	劉月齡	818-879-0826	LSagit@aol.com
編輯委員：	段治邦	805-498-2372	zbduan@pixelgate.net
	陸麗珠	818-889-9888	llchou@hotmail.com
	萬培娟	818-991-7904	pei-chuan.joh@wellpoint.com
	孫邦華	805-492-7660	banghuas@amgen.com
	賴怜君	805-480-3812	Dii3128@aol.com
廣告編委：	陳重久(組長)	818-991-3999	mingcj1@msn.com
	潘雪燕	805-373-8748	ccwu888@aol.com
	吳茵茵	805-370-9272	elo@megapathdsl.net
	藍芸	818-597-0788	ylan@amgen.com
網路編委：	陳曾緯(組長)	818-889-6968	michael_t_chen@hotmail.com
	王巨占	805-370-9679	carlwang@adelphia.net

盼望大家踴躍賜稿