

# 千橡

CCCA JOURNAL

2015年春

第59期

Conejo Chinese Cultural Association & Thousand Oaks Chinese School  
P.O. Box 6775, Thousand Oaks, CA 91362

[www.ccca-focs.org](http://www.ccca-focs.org)

# 主編的話

馮瀚緯



隨著歷史之輪的運轉，康谷華人社區這半世紀來變化不可謂不大。人來人去，人去人來，見證了許多移民第二代成家立業，再見到第三代陸續進入第一代祖父母輩創立的中文學校就讀。各地移居康谷的華人在變，家庭結構在變，平均年齡在變，千橡市容在變，洛杉磯、加州、美國、整個世界都在變，但康谷華人彼此的情緣不但未變，還歷久彌新。

在這千橡中文學校 40 年、康谷華協 35 年、千橡雜誌 30 年、二戰結束 70 年的週年紀念日，我們在這期的編輯內容裏加重了過去幾十年來華人社區歷史的回顧，讓新移居來康谷的同胞，對古往與今來，有更多的接縫。

30 年前《千橡》雜誌剛問世時，一切是手寫手改手排手印手送，隨著科技發展，打字修改插圖編輯排版等等已逐漸電腦化，但《千橡》整個編排過程的複雜性與工作量，卻與年俱增。感謝這麼多年來雜誌的編委團隊，在沒有任何專業的背景，僅以專業的精神，大家相濡以沫、兢兢業業地在有限的時間與資源之下，次次交出漂亮的成績。

自這期開始，我們建立了《千橡》的網頁，除了有專頁展示最新期刊與一般讀者翻閱最頻繁的廣告外，再設定“雜誌回顧”涵蓋了自 1984 年創刊號“洛北人語”起，印行過的老版本。同時，我們準備在網頁上再加簡體字版，任何人、任何地方、任何時間都可以超越時空翻閱《千橡》，輕易輕鬆的品今溯史。此外自即日起，我們也停止了郵寄雜誌，但如果您想擁有印刷本，可與編委會聯絡領取。

這期《千橡》，內容非常豐富。您可以讀到紀念千橡中文學校創校 40 年來多位校長回顧歷史的感言、現任老師教學的寶貴心得；在校友專欄裡，您更可感受到我們的第二代，對當年有機會受到中文教育的洗禮、結識同源同裔的同學而織成迄今仍顛撲不破的友情之網的感激。在流金歲月的欄目裡，我們又挖掘了自六零年代就開始陸續定居千橡城老千橡人的故事；半世紀前牛羊滿街跑的康谷（Conejo Valley，西語的兔子谷）到底有什麼吸引人的地方？而當年洛杉磯大環境與康谷華人近代史又有何關聯？在本期中您可以找到答案。

自去年下旬起，我們的社區熱鬧非常。籌備排練半年有餘 2 月 21 日羊年新春晚會的精彩表演，同心與歡樂，再一次把康谷華人大家庭緊緊的結合在一起；11 月舉辦的中華文化日，博得了主流社會很高的評價；許多志工推動喚起華人投票運動，鼓勵華人參政、議政，更讓社會主流見識到康谷華人的潛力與力量；再加上長遠規劃一系列涵蓋教育、醫療保健、生活情趣、理財事業及公民常識等講座的啓動，提供了社區華人汲取多樣化寶貴知識的平台。如此多采多姿的活動，帶動了我們社區裡源源不絕的正面能量，讓康谷華人社區更年輕、更帶衝勁。這許多的經過，都有篇幅描述。

康谷華人能文能武、能動能靜。舞文弄墨之餘，也不時上山下海享自然天地之美。談書、談曲、談文藝、談歷史、談保健養生、談旅遊見聞、也談社區的脈動。《千橡》這本反應康谷華人特色與個性的雜誌，有您熟悉在這康谷的華人大家庭裡大大小小的人與事，請您好好欣賞。

撫今追昔，我們感激前輩的開創，我們更慶幸不斷地有新人來接棒。就是因為這個傳承，我們的千橡，不一樣就是不一樣。





千橡雜誌  
CCCA JOURNAL  
第伍拾玖期 59  
2015 春

CONTENTS

目錄

001 ...	馮瀚緯	主編的話
002 ...		目錄
004 ...		廣告索引
006 ...	段治邦	會長的話
008 ...	黃桂林	校長的話
		<b>[藝文筆記]</b>
010 ...	張棠	風的故事
		<b>[中文學校四十週年]</b>
012 ...	編輯部	千橡中文學校 四十週年紀
017 ...	馬志宏	星期六的早晨
018 ...	潘建美	漢語拼音班二十年回顧
020 ...	江華培	耕耘之樂 桃李芬芳
		<b>[教育與教學]</b>
022 ...	思南	中文學校的孩子
024 ...	張大健	和學生們談心的幾封信
		<b>[文藝沙龍]</b>
029 ...	施志清	花雕
029 ...	施志清	江南雨
030 ...	王瑞芸	拉薩的焦達旺
035 ...	章濟貧	馬年道馬
035 ...	張大健	馬年遊馬
036 ...	謝桂棟	人鳥情緣
039 ...	陳蕙玲	阿姨的藍白條迷你裙
040 ...	蔡篤	大刀隊
042 ...	管海玲	雪夜微聲
043 ...	鮑泳蓉	一個人的感恩節
044 ...	楊比德	教我如何不想他一曲之我見
048 ...	龔望	見鬼了
101 ...	章濟貧	新年萬事如意
		<b>[春節晚會專欄]</b>
053 ...	朱嗣中	花絮
050 ...	周洪	同心春晚 歡樂千橡
057 ...	Katherine Ho	我的未來不是夢
058 ...	林曉玲	喜洋洋編後感
060 ...	李愛捷	歡樂千橡
062 ...	魯芳	傳承
		<b>[地北天南]</b>
064 ...	左大磊	龍門石窟行
066 ...	王正平	景美人也美
069 ...	劉廣宇	蓋蒂別墅
		<b>[流金歲月]</b>
072 ...	王懋德	為什麼會搬到千橡



- 074 ... 邢周溱 美好的回憶  
076 ... 馮瀚緯 緣在康谷
- [好書介紹]**  
082 ... 陳蕙玲 牡丹亭  
082 ... 溫霏 罐頭街  
083 ... 洪曉寒 自由的鐘聲永遠鳴響
- [康谷社區]**  
084 ... 尚虹 康谷華人參政的開始  
086 ... 樓毓華 網道  
088 ... 張大凱 星期六早晨聽演講  
091 ... 李瓊 中華文化日
- [生活與保健]**  
092 ... 崔磊 續談健康保險及歐巴馬的健保改革  
096 ... 王友平 漫談不同水果的不同保健特點  
102 ... 朱玲、劉長瑞 談牙齒漂白
- [校友園地]**  
Dream, Goals & Advice  
105 ... Andrew Chen  
106 ... Alice Lin  
107 ... Brittany Lin  
108 ... Jamie Hsiao  
109 ... Areil Wen
- [康谷華協]**  
141 ... 康谷華協入會規章 (中)  
142 ... 康谷華協入會規章 (英)  
143 ... 康谷社團  
149 ... 康谷華協活動一覽  
150 ... 康谷華協理事會  
151 ... 《千橡》編委會
- [千橡中文學校]**  
144 ... 千橡中文學校家長會  
145 ... 千橡中文學校行政人員名單  
146 ... 千橡中文學校教師名單  
148 ... 千橡中文學校活動摘要
- [廣告]**  
110 ... 廣告價目表  
111 ... 廣告

Cover photo taken by  
張孚威





千橡雜誌  
 CCCA JOURNAL  
 第伍拾玖期 59  
 2015 春

CONTENTS

# 廣告

## Dentists

封底外	劉長瑞、孟曉熾、陳立心	Agoura Hill Family Dentistry
124	陳信祺	Conejo Dental Group Dr. Henry Chen
125	殷蕾	牙醫師 Lei Yin, DDS
126	孟曉熾	牙醫師
127	李鳳婷	牙醫師 Jane Lee, DDS
132	文志紅、于端	牙醫師 Zhihong Wen & Duan Yu
133	陳立心	牙醫師 Leshin Chen

## Education

119	Piano & Flute Lessons	Dr. Inna Staneva
120	Ballet Arts	Ballet Dance School
121	Gulia Gurevich	Violin/Viola Teacher
122	課後輔導中心 吳茵茵	Thousand Oaks Learning Center
123	鄭老師家教中心	Jeng Academic Center Dr. Jeng

## Financial & Insurance Services

封底裡	Kevin Jaw	TLC Mortgage
封底內頁	林大衛保險	Topco Insurance Agency Inc.
117	施啓祥 會計師事務所	Johnny Shih, CPA, MS
118	嚴后建 會計師事務所	Hou J. Yen, CPA
119	Munro Insurance Agency	Munro Insurance Agency
120	樂華 會計師	Marks & Devine, CPAS
140	紐約人壽 周洪	New York Life, Kathy Zhou

## Food

封面裡	亞洲園	<b>Chester's Asia Restaurant</b>
134	Sesame Inn	Chinese Cuisine & Chartering
135	京華	Mandarin Bistro
136	小四川	Szechuan Place
137	Thousand Wok	港市中餐、越式河粉
137	Caffe Aroma	熱飲、冷飲、波霸奶茶、三明治
138	川香樓	Yummy House
138	鑫園	Green Onion Chinese Restaurant
139	Kensee Farm	Kensee Farm @ Farmers Market

## Health Care & Medicine

126	薛曉青、張宏慧 婦產科醫師	Dr. Hsueh & Dr. Chang OB & GYN
127	內科與腎臟專科	Dr. Jieshi Yan
128	麒曾中醫	Qizeng Acupuncture
129	彭海恩足療醫師	Dr. Hai-En Peng
129	亞洲眼鏡店	AC Optical
130	血管健康中心/郭碩誼醫師	West Coast Vascular
131	高登眼科	Golden Vision
138	關學廉足科	Simi Foot & Ankle Center

## Legal Services

114	許美珍	Catherine Inbar Law Office
116	移民律師樓	Wolfsdorf Rosenthal LLP



Real Estate Services

111	周瑞雯 Kitty	American Heritage Realty
112	賀凱蒂 Katy Ho	Troop Real Estate
112	邵立新 地產經紀	Troop Real Estate/Lixin Durborow
113	伍雄麗 Holly Wu	Real Estate & Loan Consultant, MBA
114	林秀美 Mei Huang	Sotheby's International Realty

Travel

133	千橡專車 謝國雄	Thousand Oaks Shuttle Mr. Sean Hsieh
138	快樂專車 莊偉恩 Wayne	Happy Shuttle Mr. Wayne Chuang

Home Improvement

115	All Cliamte Roofing Inc.	Roofing & Waterproofing
115	揚子裝修	Yang Zi Remodeling

Beauty Services

119	Linda Facial & Message	Linda's Facial Skin Care Treatment
119	Yuki 工作室	Yuki Corsages
139	Headliners Salon Etc	Mei & Lina

Others

110	廣告價目表	TOJ AD Pricing
-----	-------	----------------

千橡雜誌	<a href="http://tojournal.relaybuilder.com">http://tojournal.relaybuilder.com</a>
- 千橡雜誌 黃頁	<a href="http://tojournal.relaybuilder.com/ad/">http://tojournal.relaybuilder.com/ad/</a>
千橡中文學校	<a href="http://www.to-cs.org/tocs/">http://www.to-cs.org/tocs/</a>
康谷華人協會	<a href="http://www.ccca-tocs.org">http://www.ccca-tocs.org</a>
千橡市	<a href="http://www.toaks.org">http://www.toaks.org</a>



# 會長的話

歡樂康谷

段洽邦

自去年七月接棒華協會長，時間已過去一大半。關心康谷的朋友們不禁會問，這半年多來，康谷華協都幹了些什麼。下面我簡要總結一下。

1. 千橡中文學校在黃桂林校長的領導和全體教職員工的共同努力下，現有 600 多位學生和 70 位教職員工，是南加州最大最好的中文學校之一，也是我們康谷華人的驕傲。家長會邱偉榮會長率領家長會全體成員，甘當幕後英雄，無私奉獻，華協的各項活動都留下了他們辛勞服務的身影，功不可沒。
2. 文化中心籌委會在李瓊主任的主導下，與理事們和中文學校及家長會的大力幫助下，於去年 11 月 8 日成功舉辦了首屆中華文化日，約千餘人參加了盛會。Ventura Star 和 Acorn 兩份報紙對這次活動進行了採訪報道，並給予了很高的評價，為今後舉辦類似活動積累了寶貴的經驗。此次活動為宣傳中華文化提供了平台，同時也為華人中心籌款增加了一筆資金。
3. 千橡雜誌是華協對外交流的窗口。它精美的印刷和豐富的內容，反映了我們社區團結和諧的精神風貌，深受大家的喜愛。馮瀚緯主編帶領千橡雜誌的工作人員銳意改革，開闢了新的網頁 <http://tojournal.relaybuilder.com/>，盡可能收集了以前出版的各期刊物，使我們華協成長壯大的歷史有據可查。
4. 在尚虹和蔣時亮等人的組織下，於去年 10 月 11 日邀請陳李婉若女士舉辦了美國選舉程序講座，鼓勵華人踴躍參加 11 月 4 日的選舉。我們希望公民朋友們積極註冊，投入選舉，不管選誰，都要發出我們自己的聲音，以引起主流社會對華人社區的重視。
5. 華協成立了專題演講工作小組，改變了以往不定期的演講方式，基本固定每月至少兩次演講。這裏要特別感謝張大凱先生和他太太汪佩華女士為專題演講捐款 \$6000 及潘黛美女士聯繫 CLU 場地，使我們解決了資金不足和場地難尋的困擾。前幾次的演講會，場場座無虛席，深受大家歡迎。很多聽眾都是一些過去的老會員。工作小組正在考慮如何協調，將部分演講再度於中文學校安排一次，以方便教職員工和家長會等成員。
6. 財務方面繼續實行預算審查和審批流程，提高財務管理的透明度，探索有效的財務管理方法，為華協理好財、管好家。
7. 康樂組舉辦了大家喜愛的秋季戶外健行活動，並組織理事們預定了國殤日假期的露營場地。



8. 今年華協的所有活動都及時在我們的網頁上公佈出來，這要感謝通訊組的成員。如果您還不曾上過我們的網站 [www.ccca-toca.org](http://www.ccca-toca.org)，請您立刻試一試。上面有社區各種活動的消息，相片記錄，甚至錄影，廣告等，還有很多有用的鏈接，請大家多多光顧。
9. 在鄭乃碩和吳迎春兩位榮譽理事的牽頭下，首次召開了千橡中文學校校友會籌備會，有十多位校友參加，多數已參加工作，為今後活動獻計、獻策。他們將在臉書設立專頁，聯絡校友，待時機成熟，成立校友會。建立校友會的目的是為了給千橡中文學校的校友提供交往、交流、交友和活動的平台。希望這一活動能夠持續下去。
10. 春節晚會是康谷華協一年一度的傳統盛典，也是我們展示和傳播中華文化的平台。2月21日的春晚凝聚了康谷華協春晚工作小組成員和編導們半年多的策劃和辛勤勞動，數百位表演者包括中文學校學生，家長，和教職員工幾個月的認真排練，以及華協理事和家長會眾多的義工和贊助單位臺前幕後的大力協助。晚會獲得巨大成功，各界好評如潮。要感謝的人著實很多，因篇幅有限，就不一一贅述了。在此，我衷心地感謝所有參與晚會的義工，演員，贊助單位和每一位觀眾。晚會的成功離不開大家的支持。我也衷心希望康谷華協在今後的發展壯大中，能繼續得到您的支持。
11. 金齡會舉辦了老年網球比賽和新春茶話會。有 50 位老人家參加了茶話會（2015 年 2 月 28 日），大家玩遊戲、抽獎，在歡樂中渡過了三個小時。

接下來，華協的主要工作是負責校長，家長會長，和新理事的選舉，參加千橡市每年舉辦的地球日活動、籌劃母親節活動、組織露營、給高中優秀畢業生發獎，和完成理事會的交接等。

綜上可看出，華協每年都為社區舉辦了大量的活動，做了大量工作。在此，我要感謝華協的每一位理事和成員，正是他們各司其職，才使得我們華協的各項工作按部就班得以順利進行。我也感謝所有為社區不計報酬，無怨無悔，盡心竭力服務的義工們和社區人士，華協的每一項活動都離不開你們的協助和大力支持。我還要特別感謝錢文絢副會長和遊麗惠秘書長對我的工作的支持和幫助。去年底，因情況變化，外出時間較長，很多工作不能親力親為，多虧她們二位的大力協助。

康谷華協已成立有 35 年了。在歷屆的努力下，我們的社區成爲了一個和諧的大家庭。不管你是從哪裏來到康谷，雖然大家的政治觀點、宗教信仰、及成長背景等諸多方面有差異，但我們同爲華人，血脈相通。俗話說，“家和萬事興。”為社區服務，難免有不同的觀點和看法，只要我們求康谷這個大家之大同，存個人之小義，心往一處想，勁往一處使，就一定能夠把事情辦好。我想，辦好社區，肯定是我們每個人的共同心願。讓我們大家共同努力，有錢出錢、有力出力、齊心協力，共建歡樂康谷。





# 校長的話

誰不說咱們千橡好

黃桂林

在這世外桃源的千橡，不知不覺我也要步入空巢族。暑期過後，老二上了大學，我該怎樣打發業餘時間？正在苦思冥想，尙虹校長來了電話：“桂林準備一下，參選明年的校長吧？”受寵若驚！我能做校長嗎？這之前還真沒有想過這個問題。雖然十多年來陪著兩個孩子“混跡”於中文學校，做過班媽媽，當過代課老師，幫助過學校新生註冊，也管理過網站，但那都是在做具體工作，而校長一職牽涉到方方面面，責任重大！我得要好好想想自己到底能不能勝任！

回顧千橡中文學校的歷史，自 1975 年建校，只有八位學生，一位老師（王懋德老師），一間教室，到現在的六百多位學生，三十三位語文課和二十一位文化課老師，租用三十五間教室，以及十一個不同年級的建制規模；近十五年來，親眼目睹各屆校長、老師、家長、家長會、行政人員和關心千橡中文學校社區的華人為千橡中文學校發展所做的努力和義務奉獻，使得千橡中文學校在教學上，服務以華人子弟為主的群體，不斷嘗試不同的教學方法，不僅確保孩子們掌握中文的聽、說、讀、認、寫，還有效地傳播了中華文化。特別是還開設了中文 SAT 和中文 AP 班而因應近年來大學申請對中文和中國文化的要求；在行政管理上，學校的註冊、教務、財務系統以及各項規章制度不斷完善，確保了中文學校有條不紊的正常運轉；尤其是我們獨一無二的網上註冊系統和超強的學校信息網站系統，使得千橡中文學校辦公室自動化領先於南加的其他中文學校而獨樹一幟……

正是四十年的成長與發展，幾代千橡人的不懈努力和持續的奉獻，才有了千橡中文學校今天

的成就和規模！當年的幼兒，已不再稚嫩，而成長為一個堅實可靠的壯年人！在這個階段上，我怕什麼呢？我是怕自己才疏學淺而辜負了大家的信賴和托付。但環顧四周，盡心盡力的老師，朝氣蓬勃的孩童，任勞任怨的家長會，滿腔熱情的家長，認真負責的行政人員，隨叫隨到的歷任校長，還有那些默默無聞的義工……這樣的平台，何處去尋！站在這樣的平台上，又是何等榮幸！在此也深深感謝大家對我的信任，給我以做校長的機會更好的為大家服務。

今年我們有八位新老師加入我們的教師隊伍，願意為我們下一代中文教育付出一份力量和熱情。暑假期間，他們就已開始接受資深老師對他們的培訓。也在這個暑假，參加了由南加中文學校聯合會舉辦的夏季教學研討會暨行政座談會。在會上，大家認真聽取專家們對北美中文教育研究新動向的分析以及教學方法，教學經驗的分享。看見各位老師認真，積極的學習態度，實感欣慰。這也正是千橡中文學校的老師一慣的態度。

在研討會上，我驚訝地發現其實我們千橡中文學校的教學內容和方法，都已經走在專家們的前面。比如說成語教育。兩年前，成語學習已成為我們教學內容的一部分；與會專家大膽提出對中文啟蒙教育從認漢字著手，推遲注音符號或拼音的學習。恰恰去年我們的繁體字班 KA 就已進行了這種嘗試，這更肯定我們教務的前瞻性！

千橡中文學校行政團隊是一個快樂的團隊！他們為學校的運行做了大量的準備工作。在暑假還開始時就為下一學年的教務上做安排，調整註冊系統，保證註冊系統按時開通、整理、預定教



科書等；財務上的結算和下一年的預算，教學用具的盤整，採購和管理；網站信息的及時更新；計劃和調整校內校外活動和日程安排；和千橡高中保持良好的溝通和合作，校舍的租賃，教室的安排，學生的分班，文化課的調整等等。不論是暑假還是學年裡，他們總是各負其責，事無巨細，在幕後前台做著大量的工作，從而確保千橡中文學校運行無阻。今年又有七位年輕家長加入行政團隊。雖然年輕，可是他們工作的能力，效率極高，認真負責的精神令人敬佩！今年的教科書的預定和接收，開學第一天教科書的發放，暑假間教師研討會報名、分組、搭車安排、教師和學生手冊的修訂、印刷、發放全權由這一組年輕行政人員獨當一面，一手操辦！千橡行政，後繼有人！在這裡我要特別感謝行政團隊，正是你們暑期裡的精心策劃和準備，才有新學年首屆全體教師和行政人員大會的成功舉辦，才有一個順順利利的開學第一天！

中文學校發展到今天的規模，是和歷屆家長會的大力支持分不開的。家長會不僅僅是聯繫家長、學校和學生溝通的橋梁，還承擔了教材，作業的影印，圖書室管理，學生在校的安全等重要工作，更是對學校各樣活動支持的主力。為能吸引孩子們來中文學校，喜歡我們的學校，他們想出各種各樣的辦法。相信在新的學年裡，家長會一如既往地繼續做好學校的幫手，幫助學校活躍校園氣氛，讓千橡中文學校繼續成為孩子們願來，家長願托付，有學有樂趣的好地方。

一學年算起來，我們也只有六十多個小時的授課時間。對上班族而言，六十多個小時也就是一個半禮拜的時間，在學校能學到的東西實在有限。在北美這種缺乏母語日常交流的環境下，如果沒有家長的配合，對孩子日常學習中文的鼓勵、督促，那也是前面學了後面忘。要學好中文，不單單是靠老師課堂所教，課後家長的用心督導更是必不可少！可以說，家長們的參與對孩子學中文的效率的影響遠遠大於每週兩小時的課

堂教學。希望家長們每天抽出固定的時間，專門為孩子們學中文而備。和學習其它語言一樣，日積月累的聽、說、讀、寫練習，是掌握中文的基礎。從個人經驗來說，從小抓起，幫助孩子創造語言環境，每天只須花二十到三十分鐘的時間和小朋友一起學習中文，孩子的中文程度一定是在同齡中的佼佼者。對孩子而言，不僅能在學中文上收穫一份自信，而且對其他方面的學習也有良好的推動作用。對家長而言，教小朋友學中文，這也正是你們最拿手的，還有機會親子互動，何樂而不為呢！

在四十年的成長中，中文學校的前輩們針對北美華裔兒童面臨的挑戰，不但注重於改善教學方法，提高教學質量，還開設了豐富多彩的文化課，舉辦運動會，新春晚會，鼓勵孩子們參加南加州中文學校聯合會各類比賽，這些無一不確保了孩子們在中文學校不僅學習中文，而且還得到了中華文化底蘊的薰陶。家長們一定要珍惜哦，不要讓我們的華裔子孫們錯過星期六學中文，感受和體驗中華文化的好機會！

千橡中文學校是所有康谷華人的學校。正是這些可愛的、熱心的、願意奉獻的康谷華人，齊心協力一同幫助和打造了千橡中文學校，在南加州眾多的中文學校裡贏得口碑，誰不說咱千橡好！





## 焚風

千橡城所在的山谷叫 Conejo Valley (簡稱康谷)，這 Conejo 一字是印地安語「野兔」的意思。八零年初我們搬來千橡定居時，「野兔谷」還是一個人口不多、四面環山的小村莊，一座座小山巒上，空蕩蕩、灰濛濛的，覆蓋著一層短短的枯草，南加有名的 Santa Ana winds 就經常出沒於這些山谷之間，肆無忌憚地、暢所欲言地嬉戲玩耍。

Santa Ana winds 是南加州特有的一種焚風。每年秋季至次年初春，這種既乾又熱的「下山風」都會從內陸沙漠穿過山谷，沿著海岸吹向海洋。

這焚風極有個性，它來無影，去無蹤，說來就來，說走就走。每次駕臨舍下，都擺出一副善者不來，來者不善的高姿態：它有時來只為了發發小姐脾氣，而有時又怒不可遏，潑辣之至。

焚風是夜貓子，喜歡在夜裏不請自到。就拿某一個靜得出奇、奇得詭異的夜晚來說吧！因為時差，我到了半夜，還在床上翻來覆去，不能入睡……

忽然之間，我聽到屋角的木板很輕很輕的卡了一聲，輕到好像小貓踮著腳在屋頂上走路。幾聲輕手輕腳的卡卡聲後，呼呼風聲從屋角開始，繞著我家房舍，轉了一圈又一圈，聲音愈來愈急，愈來愈響……啊呀！Santa Ana 風來了。

還有一個狂風怒吼的夜晚，我家房屋被吹得軋軋亂響、搖搖欲墜，我們提心吊膽地過了一整夜，差點被沒完沒了的風聲給逼瘋了。

「Ferocious Wind！」根據第二天報紙頭條的報導：好多屋頂，都被狂風掀開，破了大洞！

但是夜貓子也有乘人不備，在大白天裏突擊民宅的案例。那天合該有事，老公上班去



了，我也到鄰鎮辦事。等我中午回家，發現大門被什麼東西堵住，打不開了。我費盡全力，推開大門後，眼前的亂象真把我嚇呆了……客廳裏的一扇高窗，被風吹破，玻璃碎了一客廳，狂風正卯足全力，從吹破的窗口硬擠進來。房子在灌風，好像汽球在充氣。兩層樓高的窗簾成了任性的舞者，穿著白衣長裙，盡情地飛舞……

幸好保險公司馬上派人來把破窗用木板釘上，才把焚風擋在屋外。打破的、砸爛的、撕破的損失，後來保險公司也都賠了。總體說來，財物損失不大，叫人慶幸的是，狂風吹破玻璃的那一刻，我們沒人在家。

## 野火

焚風又叫 devil 風（魔鬼風）。南加州野火之所以惡名昭彰，其實都是因為魔鬼風帶頭，在山谷中飛來竄去、胡亂撒野的緣故。

南加州天氣乾旱，冬季是雨季。雨季時雜草叢生，起起伏伏的丘陵一片青綠，賞心悅目，十分詩意。但乾季一來，山上草木因長期無雨，變得枯黃易燃，如此時焚風驟起，星星之火立即可以燎原。

就我記憶所及，八零、九零年代，千橡地區就曾有過多次野火燎原的紀錄。

例如有一個星期天，我們清早起來，看到陣陣黑煙不斷地往東飛去，火燒地區看來極遠，我們也就不以為意。誰知到了中午，風向突轉，黑煙變成火光，一下子就飛越了幾座山頭，直撲我家而來。這一驚嚇非同小可，我們拔足就跑，慌慌張張的抱了幾本照相本，飛車逃去朋友家避難。

晚上回家，火勢已被控制，我們開車到外面去巡視災情，看到附近山頭，一條條火龍還在熊熊燃燒，紅通通的火光在夜幕當中，顯得特別的驚悚恐怖，後來聽人說，那熊熊火光其

實是救火員放火燒山的防火牆。我們 Ventura 縣有素質精良的救火隊，以及一群經驗豐富、通曉風性、熟知地理、英勇善戰的消防人員，他們每天二十四小時嚴陣以待，幫助居民防火、擋災與救火。

濱海小鎮 Malibu 位於焚風入海的出口處，常被焚風光顧，其中的一場 Malibu 大火，路線曲折迂迴，燒得十分離奇。那次大火一路燒到 Malibu 海邊後，忽又轉向，飛奔回頭，一直燒到我家後面的莊園 Hidden Valley。因為風勢強勁，住在附近的居民都接到通知，叫我們隨時準備撤離疏散。奇怪的是，雖然大火已近在咫尺，而風勢卻朝與我家相反的方向吹去。我們坐在家中，既不見煙，也不見火，只能在電視上隔「屏」觀火。如不是數十輛救火車從各地趕來，停在路邊待命，我們還真不相信野火已經燃及眉睫。幸虧風神仁慈，及時停風止火，我們才逃過一劫。

寫到這裏，我忽然發現，近幾年來，康谷的焚風似乎已大不如往昔潑辣，不知是不是房屋建多了，風姐吹過千橡小鎮時，已無法卯足全力、呼嘯來去了。

## 與風共存

宇宙浩瀚，天威無窮。近年來雖然科技發達，人類對自然界的風雲變幻已有所掌握，畢竟地球渺小，人類脆弱，吾人在世，怎能對大自然沒有敬畏之心？只要人住南加，我們就得學習與 Santa Ana 焚風的共生共存之道。

我們何其幸運，在四季如春、群巒環繞、風景如詩如畫的山間小鎮，安居樂業了三十五年，度過了人生最珍貴的黃金歲月。從青絲到白髮，縱然經歷過幾次風災，都能安然度過，人與 Santa Ana winds 共生共存的往事，也就成為我們家住千橡數十年來，最叫人難忘的幾件小故事了。

# 千橡中文學校四十週年紀 校長感言

編輯室編輯

## ★ 蔡陞 (1987-1989) 回憶千橡中文學校

1985 年底由北加州搬到千橡城，很快地為女兒們找到了千橡中文學校，也因此與當時的黃施常昭校長有了認識與接觸，瞭解當年前輩們為了持續與發揚中文教育所做的種種努力，內心十分敬佩。後來由於黃施常昭校長的推薦和中國文化協會理事們的支持，讓我有機會擔任了兩年的中文學校校長職務，是我多年來最感榮幸的一項經歷。當時千橡中文學校已有近百位學生和十餘位老師，所以我以推動制度化為首要工作，設立副校長、教務主任和總務主任等職位，使分工管理更加有效；為了增加小朋友們上中文學校的興趣，特別增加了摺紙班和故事班；同時為了鼓勵家長們參與學校事務以及促進彼此的聯絡，正式成立了家長會，除了輪流提供孩子們的點心和飲料，家長們也能有一些活動，例如象棋、籃球、太極拳等等。至於對外則加入了南加州中文學校聯合會成為會員之一，為了校際之間的聯誼，還參與聯合會舉辦的各種活動，有書法比賽、演講比賽、詩歌朗誦和運動會，都獲得非常優良的成績，打響了千橡中文學校在南加州的知名度。

時光荏苒，千橡中文學校已經成立四十年了，就如一個正當壯年成熟的人，是邁向另一個高峰的最好時期。在已有的基礎上，在校長

以及全體老師的帶領和努力之下，千橡中文學校將是康谷華人最堅強、最具向心力的一個社團組織。學習中文已是世界潮流，各行各業中使用華語的機會也愈來愈多，在這裡生長的華人子弟們比別的族裔有優先的環境接觸中文，如果再鼓勵、引領他們學習中文，絕對會有相當的成果，中文學校無疑地就是最好的場地。我們都知道學習一種語文若能從小開始，往往有事半功倍的效果。每當聽到小外孫女口齒清晰地唸著一首又一首的唐詩，心中歡愉無比，中文以至於中國文化的傳承就要靠年輕的孩子們了，如何啟發他們學習的興趣，中文學校責無旁貸。曾為千橡中文學校成長過程中的一份子，我誠摯地祝福千橡中文學校百尺竿頭、流芳綿綿。

## ★ 潘黛美 (1998-2000) 由衷的祝福，無限的感激

我有一份收藏多年，非常珍惜的紀念品。那是在我任滿兩年校長告退時收到的一本裝訂精美的作品集，裡面匯集了全校幾百多位學生寫給我的惜別信。他們把對上中文學校的感想及對我的祝福，用寫信的方式表達出來。這裡面不但有生動的句子，美麗的圖畫，還有那尚不會寫國字的小班同學們用注音符號或漢語拼音寫的信。我一頁又一頁的仔細讀著，從他們充滿感情純摯的手筆中，喚起了我對往事一幕



幕的回憶。

驀然回首，我居然曾經在中文學校服務了十多年：家長會、老師、行政人員、校長等不同的職務，讓我不斷地學習與成長。在我個人生命的旅途中，那段時間代表了非常有意義而重要的一個里程。

我的兩個女兒都是千橡中文學校的校友。當年我們一家人的生活是以中文學校為中心，沒有中文課的時候，大家心裡都會感覺失落。她們對中文學校有著濃厚的感情，更有著深深的懷念。除了每週六的中文課，舞蹈班，看朋友及吃便當外，最被她們懷念的是每年的新春晚會和運動會。想當年，中文學校並不富裕。學校不能津貼晚會的治裝費，家長們便出錢出力，一針一線地為孩子縫戲裝，貼亮片貼到半夜三更。道具、佈景也是家長們從設計到製造一手包辦。雖然辛苦，卻毫無怨言，因為孩子成功的演出就是最好的回報。提到運動會，更是我們的驕傲！千橡中文學校不僅在南加華人運動會上得到過總冠軍，我們還有學生自動自發的組成啦啦隊。當年叱咤運動場，出盡了風頭。每年運動會後，家長、學生聚集在蒙特利公園市的中國餐館裏，享受慶功宴，盡興而返。德、智、體、群、美五育並重，是我們的教學方針，同時更教育學生們，以身為中國人而榮！

適逢千橡中文學校四十週年校慶。在祝福我們學校欣欣向榮，永垂不朽之際，我要感謝千橡中文學校曾經給我這個機會為大家服務，使我感覺到不僅是兩個女兒的母親，而當年四百三十位大大小小的孩子，也在我心中佔了很重要的份量。每星期的相聚，讓我看到他們的成長；看到多少黃毛小丫頭變成亭亭玉立的少女，多少調皮搗蛋的小男孩變成英俊傑出的青年。我是多麼地幸運，在他們成長過程中，能獻上我的一份愛惜及關懷，並分享他們生活中

的一些歡笑與煩惱。做為一個校長的責任是為蘊育品德兼優的下一代而努力，為知識文化的承傳而奮鬥。既然肩負了“百年樹人”的使命，就要對每一個孩子負責，時時的警惕自己，處處學習如何做一個好人，為學生樹立良好的典範。

這麼多年來，我以能為千橡兒女服務為榮，更幸運的是能結交這麼多志同道合的好朋友，以發揚中華文化為宗旨，為我們的理想而努力。雖然來自不同的地方，有著不同的背景，我們有緣相識在千橡，藉著每星期六的相聚，讓我們因相交而相知，進而成為朝著共同理想而努力的好朋友、好夥伴。我珍惜這段美好的時光與緣份，在千橡中文學校的點點滴滴，也都將永遠留在我心頭。僅以一片真心，換得無數真情。但願這份情誼能長駐你我心中。

### ★ 黃家蘭 (2000-2001) 恭賀千橡中文學校 40 週年校慶

有幸在千禧之年擔任校長，轉眼 15 年過去了，當年的學生多已是社會人士了。記得那年舉辦了一次郊遊活動，帶領學校一行一百三十人，到 Autry Museum of Western Heritage 去參觀《在金山上：一個華人的故事》，是華裔美人對美國社會重要貢獻的展覽，感受深刻。如今期望千橡子弟都能學有所成，也能夠為社會盡自己的一份心力，並且將中國的傳統文化，代代相傳。

感謝當年一同共事的夥伴，更要向許多在千橡，不斷持續服務社區，默默付出，數十年如一日的熱心人士們獻上無限祝福！您們是千橡的長青樹，長期教育者。願大家的愛心，與關懷，繼續培育更多德、智、體、群，美兼具的優秀千橡華人。

### ★ 蔡友文 (2001-2002)

1988年我們初抵康谷，在張世祿夫婦的介紹下，帶著兒子去了千橡中文學校。當時絕沒想到，接下來我們一家的康谷生涯和千橡中文學校緊密交織在一起了。轉眼二十七個年頭如飛而去，而我個人在這個學校的角色，也作了幾次大幅度的轉換：先是家長，然後成了班媽，再變成老師，教務主任，更在2001年接下了校長職位。在角色的更換過程中，對千橡中文學校投注的關心和期望也逐漸升高。我和所有家長共有的信念，就是為我們的下一代，提供子女一個良好的環境，一方面學習中文，一方面傳承我們固有的中華文化。這個學校不僅嘉惠孩子，它同時也為康谷的華人同胞提供了一個融洽的場所，在異鄉歲月中能夠相互陪伴、彼此扶持、一塊成長。多年來在服務這個社區時結交的許多好朋友，更為我的人生平添了如許光彩和樂趣。逢此四十週年大慶，衷心祝福千橡中文學校秉承優良傳統，群策群力，邁向另一個嶄新的里程碑！

### ★ 周洪 (2006-2007)

看到林志中前會長在今年“歡樂千橡”新春晚會上接受大家對他服務華人社區四十多年的致敬，心中不禁感慨萬分。為慶祝中文學校四十週年，讓我想起自己在中文學校的那段經歷。千橡中文學校的第三十一個學年，2006年的秋天，是我在中文學校任教八年後榮幸地被選為第十四任校長。那時千橡的華人越來越多，學校學生註冊首次達到645位。當然也是一股熱情，我想讓學校有所改變，而且越來越好，以期服務整個華人社區。還記得那一年在千橡雜誌寫了一篇校長的話“和諧向上”，是我內心特別想達到成的境界，只有我們華人社區和諧、眾人同心，中文學校才能越辦越好。那一年裡每週六早餐會，老師們分組交流教學

經驗、提高教學質量；那一年家長會紅紅火火，還在校園裡舉辦了慶祝中國新年的游園會；那一年好多朋友來做義工支持學校，當然還發生了很多事。講歷史嗎？太近代了。在中文學校四十年校慶之際，衷心感恩有幸加入服務千橡中文學校這個大家庭，感謝一起工作過的老師、義工伙伴和家長們！中文學校因為有你們秉持團結和無私奉獻，才有今日。衷心祝福千橡中文學校的未來更美好！

### ★ 段治邦 (2007-2008)

我們的辦學宗旨是弘揚中華文化，讓同學們在德、智、體、群、美等各個方面全面發展，使他們成為對社會有用的人才。在這個大目標下，千橡中文學校的重點是在教孩子們聽、說、讀、寫中文的同時，深入了解數千年中華文化的精髓，繼承和發揚中華民族的美德。為此，學校除了設有學前班到十一年級的語文班外，還開設適合不同年齡層次的中國歷史文化常識課，並設書法、繪畫、跳舞、說唱、體育和青少年領導才能等課程，也提供參加校內和南加州中文學校聯合會舉辦的各種類型競賽活動，以及登上我們社區的大型春節晚會舞臺的機會。力求孩子們通過非常豐富的學習生活，在五育各方向均衡發展，健康成長，讓千橡中文學校對他們一生能有正面的影響。

在任內，有幾件大事值得提一下：2008年3月15日我們首次召開了千橡中文學校學生和家長的田徑運動會，這一活動一直延續至今；在2008年5月3日首次參加的Conejo Valley Day遊行中，中文學校和康谷華協的隊伍一舉奪得Conejo Valley Trophy和第一名獎牌；2008年5月12日，四川汶川發生8.0級大地震。一方有難，八方支援，中文學校和康谷華協及家長會立即行動，組織老師、行政人員、家長、同學們和社區人士捐款捐物。很多



小朋友把自己的零用錢和平時攢的錢都捐了出來，爭先恐後地支援災區，奉獻愛心，場景感人。在很短的時間，籌集了近六萬美元，捐給四川紅十字會和慈濟美國總部及購買災區急需的帳篷。

在千橡中文學校成立四十週年之際，祝願中文學校欣欣向榮，茁壯成長，為社會培養出更多、更好的人才！

### ★ 李瓊（2008-2010）

我當校長的那兩年

當年的我年紀不輕但氣還算盛，經不住朋友慫恿就跳了進去，短短兩年時間，一切按部就班。卸任後，隨著時間流逝，那段時間所做的事也就漸漸淡出了我的記憶，此時借千橡中文學校四十週年之際，在這裡回憶幾件小事，以供大家茶餘飯後一樂。

新春晚會是件大事，每一位校長都非常重視，我自然不能免俗。第一年上任伊始，曾經組織了包括幾位前校長在內的小組，編了幾首中文學校校歌，也順其自然成了新春晚會的一個節目—校歌聯唱。歌寫得很好，演出效果也不錯，可惜那幾首校歌隨著我的卸任也湮沒在校史中了。第二年我別出心裁搞了一個歌舞表演《繡夫的愛》，十二位演員來自行政人員、老師、和家長等男士表演了這個節目。每個人都一正一反演出哥哥和妹妹，他們精湛有趣的表演令全場觀眾拍案捧腹。於我，歡慶新春之時能讓大家輕鬆開心一笑，便是成功。

做為一個校長，千頭萬緒，並非件件輕鬆。剛接手校長就面臨一個教材問題。教材改革勢在必行，但路卻不好走。幾經思量，在暑假前把樣品教材發給每位老師傳閱後調查反應，有百分之九十九的人填了喜歡，就此有了結論，但執行起來並不簡單，因為喜歡並不代

表同意採用，何況市面上教材很多，而校方要綜合考慮教材的實用性、老師的認可、和開銷。但在接下來的日子裡，看到老師和學生家長都喜歡新教材，內心略感安慰。我為當時自己的魯莽感到歉意，也非常感謝老師們的理解和支持。

如何處理好學校和家長、學生間的關係，是每一位校長要面對的問題，真正能處理好又是那麼不容易。任校長第二年，幾經討論研究，學校決定按報名順序分班，最大程度地做到對每一位學生公平。並且從三年級起不再分快慢班，以期幫助雙語學生儘快脫離英語助學中文，沒想到這一決定引發了十幾位家長聯名抗議。為此，我特意召開了一次家長大會，就校方的想法與做法與家長們做了一次溝通。說實話，絕大部份家長為自己的孩子多爭取一些利益的要求並不過分，但校方的卻不能一一滿足大家的要求。有時這的確是一件無奈的事，我相信每一位校長在任內都會有相似的經驗，也只有希望雙方能多理解多包容了。

看到學生的成長和得到學生的尊重是我做校長期間最大的享受。學生們真的可愛，就連搗亂有時都讓人覺得可愛。記得有一次，一位家長押了幾位學生到辦公室來，請校長好好教訓教訓他們，原因是上課鈴早打過了，他們幾個還在球場打球，而且堂堂課如此。我問那幾個學生不按時去上課的原因，回答是不想學中文。其中一個問我：你是不是會給我的家長打電話？我問他：那你覺得我應不應該打這個電話？他回答我：應該的。我又問他：你是不是很想讓我打這個電話？他說：是！我很肯定地告訴他：放心吧，我絕對不會告訴你父母的。看到他一臉的失望，我很得意。想要通過這種方法來逃避上中文學校？沒門兒。

中文學校的特殊性決定了她在學生心中的



地位，很多學生都會把來中文學校當成一種課外負擔。我們的職責就是要想方設法留住他們，讓他們對學習中華文化有興趣，因為中華文化在美國的傳播就靠他們了。而且我相信，總有一天，他們會感謝家長給他們學習中文的機會，也會感謝中文學校為他們提供了學習的場所和氣氛。

加油！現任和後任的校長們！  
加油！所有的老師和工作人員們！  
加油！所有的學生和家長們！

### ★ 李文成（2010-2012）

千橡中文學校租借千橡高中校舍辦學，隨著中文學校規模的擴大，教室短缺的問題一直困擾着我們。2010 年秋，經多次深入的溝通和協商，千橡高中同意為我們提供額外的三間教室，還允許我們新建一個移動儲藏室。這不僅解決了我們多年來的困擾，同時還多了一個移動房間作為圖書室。千橡中文學校的運轉至今，聚集了無數熱心華人不斷的奉獻，期望能在華裔後生的人生裡注入更多的中華文化與理念。



蔡陞校長      周洪校長      吳迎春      李瓊校長  
張世祿校長      蔡友文校長      黃家蘭校長      段治邦校長  
潘黛美校長

## 2015 年 2 月春宴 歷屆校長合影



# 星期六的早晨

## 賀千橡中文學校建校四十週年

馬志宏

星期六的早晨七點整，“叮鈴、叮鈴”，“滴答、滴答”，“當當、當當”我們家裡的三只手機同時鈴聲大作。“喂！該起床了。”老公睡眼惺忪地從夢中醒來朝我嘟囔了一句，然後一骨碌爬起來走到外間，關掉那三只還在不停“叫喚”的討厭傢伙。鈴聲停了，家裡也安靜了，只是好像沒有人要起來。他看了看表，又看了看女兒們漆黑的房間，頓時睏意油然而生，沒有絲毫猶豫，他一轉身又回到了睡房，倒下再睡。

二十分鐘以後天空微亮，一縷溫暖的陽光透過百葉窗悄悄照進屋裡，那陽光有點刺眼。這回真的該起了，我推了推睡在旁邊的他，又好像是在提醒自己，“我得起來了，要上中文學校去了。”這回他卻沒有動靜。說得起來就起吧！五分鐘以後，我已經穿戴整齊，洗漱完畢，走進廚房。沒想到，剛才還賴在床上的他，不知什麼時候也爬起來了，而且已經開始在煮咖啡。“喂，你不用這麼早呀！”看著他疲憊的眼神，我有點心疼。“起來就起來了，你起來我也睡不著。”每個星期六，我們都重複著同樣的話。伴著這對話和著清晨的陽光，我們各自開始忙碌著；他煮咖啡、熱牛奶，我烤麵包。八點鐘，我走進“妹妹”的房間，“Audrey, get up! 已經八點了！再不起，我們就遲到了！”嚷了幾遍，可她翻了翻身，沒有要起床的意思。“你不起，我就一個人走了！”沒轍了，我也只好撂下句狠話走出了房間。大約是這句話起了作用，十分鐘以後，她已經坐到了餐桌旁。每每在這時候，就真想向校長

提建議，哪個孩子遲到，就讓他的家長在中文學校當老師，也許我就是這麼當上老師的吧！

八點三十分早餐完畢，書包準備好，我和“妹妹”鑽進車裡。老公一如既往地囑咐我“小心開車！”，“知道！知道！”我一邊應著，一邊發動車子，車子緩緩出了車庫，向學校駛去。

坐在車上，我沒好氣地問女兒，“既然每天你都起不來，下學期我們就別去中文學校了，好不好？”“不！我要去，我還要寫毛筆字呢！”我就知道她會這麼回答，因為她最近愛上了龍老師的書法課。這就是週六的中文學校，讓她“歡喜”讓她“愁”！

（謹以這篇小文，紀念我們在千橡走過的第十年，向辛勤工作的老師們表示感謝）



# 漢語拼音班 二十年回顧

潘建美

在這千橡中文學校建校四十年之際，有幸受黃桂林校長委托，為千橡中文學校漢語拼音班的歷史做個回顧。

上世紀九十年代，早期大陸留美學生開始在千橡小城定居。當時具有二十年歷史的千橡中文學校，作為社區華人文化交流平台，吸引著來自各地的華人。許多同事和朋友都是中文學校的義工，擔任老師，工作人員和在家長會服務。在他們的熱情介紹下，一九九五年，來千橡的第一年，我也帶著兒子來學中文了。這是我唯一的陪讀經歷，也是一次非常失敗和無奈的陪讀經歷。我讓下一代學繁體字的願望，隨著學一個星期忘一個星期的“波坡摸佛”越來越渺茫。這是一段很糾結的時期。一方面，我很同情兒子在周末要與“波坡模佛”搏鬥，學習成效極低，另一方面，我又喜歡上了中文學校提供的體驗中華文化的環境。

在中文學校，結識了許多其他來自大陸的家長。我們都有一個共同的願望，要為孩子們創造一個良好的學中文的環境，既要有系統的中文教學體系，又要讓孩子們有機會學習和接觸被廣泛接受的漢語拼音系統。最佳方案是千橡中文學校開授漢語拼音班。在這期間，非常有幸結識了同事顧東風的太太，王瑞芸老師。王老師從事中西方藝術研究，著書立說之餘，鼎力相助，願意擔任漢語拼音班的第一任老師。當時中文學校的校長是武國英老師，我們與校方進行了多次商討，還通過在中文學校做老師、教務、副校長的多位

Rockwell Science Center 的同事了解情況，準備了各種提案，盡量讓中文學校在不影響其他學生學習的前提下，加開漢語拼音班。漢語拼音開班的籌劃工作進行了一年有餘。

在漢語拼音班的籌劃期間，王老師寫信，我打電話，多次聯絡洛杉磯領館，尋求漢語拼音簡體字教材。在一九九六年秋季開學之際，邵紅霄終於從洛杉磯中國領館，領到了第一批由暨南大學專為海外華人子弟學中文編著的教材。當時，有十幾位各年級的學生希望上漢語拼音班。因為學生年齡的參差，中文程度的不齊，每位學生都領了從一年級到十二年級的整套教材。參加第一期漢語拼音班的多位家長，像嚴海，顧東風，江華蕙，顏橋，段志邦，孫明飛，李昭，孫惠敏，藍云，彭躍南，黎惠敏，李天勝等，至今仍然活躍在千橡的華人社區。

一九九六年十一月，有了老師和教材、有了學生、有了家長的全力支持，同時中文學校將一間辦公室改成了教室，萬事具備，漢語拼音班正式在千橡中文學校開班了！

作為第一任的班級家長，我既為這些孩子們能夠開始學習拼音簡體字而高興，又為王老師要教十幾個年齡相差十來歲的孩子為難。這些孩子們裡，中文程度好的，應該要學習寫字作文了；而年齡小的，大字不識幾個。當時在 Redwood middle school 的中文學校的這個課堂裡，重現了鄉村學校缺教室、缺教師的情形。



於是，創建不久的漢語拼音班進入了不進則退的困境。如果條件得不到不改善，老師就不能有效地實施教學計劃，漢語拼音班就很難辦下去。正在困難之際，出現了具有豐富小學教學經驗的廖慰真老師。廖老師的欣然加盟，讓拼音班可以有小班和大班兩個程度，初步實現了因材施教。當時大班和小班合用同一個教室，條件十分困難。千橡通訊一九九七年春季刊，刊登的教師名單上，王老師和廖老師並列使用 22 教室就是一個歷史的見證。王老師和廖老師，憑著對孩童學中文的強烈責任心，兢兢業業、專心教學、成績顯著。楊曉容校長在千橡通訊一九九七年秋季刊上特別肯定了漢語拼音班的教學成果。從這年開始，漢語拼音班小班和大班終於有了各自的教室。

從一九九六年秋季第一期開第一個班，到一九九八年秋季潘黛美校長上任，千橡中文學校，系統推廣漢語拼音教學的環境形成了。周洪和劉力兩位老師的加盟，使漢語拼音班開到了四個不同的年級。從此漢語拼音班走上了正常發展的軌道。至今，千橡中文學校已有十幾個漢語拼音班級，

每年幾百個學生學習漢語拼音。在此四十年校慶之際，回首漢語拼音班從無到有的二十年歷程，衷心感謝千橡的華人前輩，為社區創造的包容多元文化交流的平台。中文學校為美國主流社會培養的優秀華裔青年，傳承著中華文化，是我們社區的驕傲。

### 漢語拼音

漢語拼音簡體字班。自去年十月開始辦起，現在已由一、二、三、四、五、六、七、八、九、十、十一、十二、十三、十四、十五、十六、十七、十八、十九、二十、二十一、二十二、二十三、二十四、二十五、二十六、二十七、二十八、二十九、三十、三十一、三十二、三十三、三十四、三十五、三十六、三十七、三十八、三十九、四十、四十一、四十二、四十三、四十四、四十五、四十六、四十七、四十八、四十九、五十、五十一、五十二、五十三、五十四、五十五、五十六、五十七、五十八、五十九、六十、六十一、六十二、六十三、六十四、六十五、六十六、六十七、六十八、六十九、七十、七十一、七十二、七十三、七十四、七十五、七十六、七十七、七十八、七十九、八十、八十一、八十二、八十三、八十四、八十五、八十六、八十七、八十八、八十九、九十、九十一、九十二、九十三、九十四、九十五、九十六、九十七、九十八、九十九、一百。

19

千橡中文學校1997年春季教師和行政人員名冊

教室	班級	教師	教室	班級	教師
6	PRESCHOOL	Helen Shih 陳惠玲 (805-492-6288)	27	SIXTH GRADE	Judy Hsiung 聖佳麗 (805-531-9721)
13	KINDERGARTEN (K1)	Amy Chang 李永強 (805-496-1077)	26	EIGHTH GRADE	Sara Hser 張薇茹 (805-373-8327)
15	KINDERGARTEN (K2)	Jessica Hsiao 賴玲君 (805-492-7732)	22	HAN YU PIN YIN	王瑞云 (805-494-7184) 廖慰真 (805-496-6988)
21	FIRST GRADE (1A)	Pei-chuan Joh 黃培娟 (618-991-7904)	教室	維修部	教師
18	FIRST GRADE (1B)	Sheryl Chen 陳昭豐 (818-991-3069)	18	HANDI CRAFT (8 yrs & under)	Ling-Ling Jiang 蔭玲儀 (818-713-8788)
17	SECOND GRADE (2A)	Chi-Wei Lin 陳智輝 (805-498-2082)	13	MUSIC	Xing Cheng 邢澄 (805-492-9551)
12	SECOND GRADE (2B)	Lee Ryan 李耀斌 (805-532-2382)	17	ORIGAMI (9 yrs & older)	Jeffrey Cheung 張大健 (805-498-2401)
23	THIRD GRADE (3A)	Gracie Hsu 馮麗華 (805-499-0814)	30	ART (A)	甘麗淑 (818-592-0938)
24	THIRD GRADE (3B)	Alice Wang 陸曉雲 (818-773-8240)	29	ART (B)	葉麗萍 (818-492-2670)
30	FOURTH GRADE	Yan-Shu Kan 甘麗淑 (818-592-0938)	7	BRUSH & INK CALLIGRAPHY	Jay Zhang 張傑 (805-376-0313)
20	FIFTH GRADE	Elena Wu 張丹蘭 (805-371-9888)	8	CHINESE MARTIAL ART	Joe Chow 周作雄 (805-523-1153) Henry Hsiung 熊健仁 (805-531-9721)
8	READING/WRITING 高班 (一)	Dobby Chang 潘黛美 (818-955-9772) Ying-Ying Wu 林瑛瑛 (818-225-9698)	GYM	PING-PONG	Shih-Lu Chang 張世森 (818-991-4209) Fong Wong 王佩儀 (805-386-9685)
7	ADVANCED READING / WRITING 高班 (二)	Joseph Chen 陳承瑞 (818-879-1091) Wen-Lung Tang 唐文龍 (818-991-0987)	FIELD	SOCCER	Muen Ciu 朱敦仁 (805-492-8235) Jib-Chiou Hser 金紀林 (805-373-8327)

# 耕耘之樂 桃李芬芳

江華培

光陰荏苒，快！真快！猶如白駒過隙。一轉眼我來美已經五年，在千橡中文學校耕耘也四年了。每每看到學生的習作變成鉛字，刊載在中文報刊上，心裡總像流過一股暖流，熱乎乎的。這是學生和我互動的結果。

可以想像到，對這些母語為英語的孩子來說，能流暢地用中文表達，並且寫出一篇篇與母迥異的習作，說說容易，做做還真不太容易，有難度。每年接收一批新學生，我都會按照幾個步驟，提高他們聽說的能力，只有在此基礎上才能慢慢落實到讀寫。每篇課文結束後我都會安排寫「話」作業，一段時間下來，收效頗大。作文教學是中文教學中的難點，就是對於以中文為母語的學生來講，也是難事。我就將如何訓練學生寫小作文的，說說我的做法。

作為語言教學，首先要學會說，要有內容的說，語言的表達要正確。要能從說完整的句子到能說一段話。這就是我訓練學生的第一步。說的內容都是與所學課文有關聯的。比如學第二課《井底之蛙》，孩子們都認為井底之蛙太孤陋寡聞了，必須讓它看看井外的世界。這個話題一打開可就收不

住了，外面的世界真精彩，真奇妙。很多想法我都沒想到，可是孩子們見多識廣，他們的想像力很豐富，能說很多很多。再比如學第三課《感恩節》。說到過節，那就聯繫到中國的傳統節日和西方國家固定的節日的橫向比較，真是精彩。這些節日不僅包含了豐富的文化底蘊，還包括了傳統的民俗、民風和習俗。學生可以通過自己的親身經歷，外界傳聞、傳說和媒體途徑，在課上竟也能說出不少。這就是孩子們想像力的擴展。課堂是什麼啊？課堂是知識、文化和激情燃燒的動感地帶，是他們求知、創造、展示自我、體驗成功的平台。給孩

子多大的舞台，他們就能跳出多美的舞蹈，並且也能展示出他們多大的創造力和智慧。

在說的基礎上，第二步就是學會用規範的語言寫句。中文和英文語序是不同的，學生在練習時往往會出錯。通過關聯詞的造句，學生逐步學會將





一句簡單句變為較復雜的語句。造句訓練，不僅使學生加深對詞語的理解，認識更多的語言文字，熟悉各種句式，為寫話打好基礎。做擴句練習，學生學會怎樣靈活運用添加述說時間、地點、原因的短語，還會用形容



詞、副詞加以修飾，使句子描寫得更完整、更完美、更生動。通過對不同句式的了解，有的學生學會用反問句作為一篇文章的開頭，真是別出新裁。成語教學也初見成效，我要求學生盡量用學到的成語巧妙地運用到文章中去，有些學生用得恰到好處，說明他們確實理解了這個成語的意思，這也是學生們自我能力的體現，而我只是一個啓示者。

最後一步就是將前面每個人想到的、聽到的、自己說過的內容寫下來。在寫的過程中穿插掌握的關聯詞、成語和運用不同的句式。一篇小作文就初見成效了。作文寫完一定要反復讀幾遍，看看是否語句通順，是否有錯別字，是否有需要添加的部分，這只是作為教育者應該做到的。儘管學生年幼，但很可愛，他們有

著對中文的熱愛和喜歡。這使我很欣慰。

三年來，我共為二十位同學投過稿，《世界日報》的兒童世界版刊登了其中十四位學生的佳作。孩子們看到自己的小文章登報，非常興奮，其他學生也很羨慕，這樣就更加提高了他們學習中文的興趣。我力求給學生一個“感悟的課堂”。我會將已經發表的文章發給現在所教的學生，也會印發一些與課文內容有關的文章發給學生，在他們寫文章之前可以閱讀別人寫過的文章，給予一種參考性的思維。要知道每一篇文章都有值得我們共同去感悟和學習的地方，而每一個人所得到的感悟是不盡相同的。引導學生在學習、感悟他人的美妙篇章時，不忘時時聯繫自己，感悟自己，感悟人生，“把別人的文章作為感悟的參考，把自己的人生提升至更高層次”！

希望我所教的孩子能熱愛中文，也  
希望每一節中文課我都能陪伴  
孩子們度過一段幸福快樂的時光！



# 中文學校的孩子

思南

南加州的六月天通常是陽光普照，此時卻籠罩在清早的寒意中。千橡城中文學校九年級的教室，學生三三兩兩散坐著，見我進來，有的熱情問候，有的默然無語，空氣中流蕩著一種離愁別緒。這是本學期的最後一堂課，對於那些完成中文 AP 考試的學生，這將為他們中文學校的生涯畫上一個句點。

回想剛來美國之初，我滿心期望讀教育，但考慮再三後，還是選擇了本行電子工程。十年過去了，當老師的願望卻越來越強烈，終於等到這個機會，來到這個華人社區的中文學校執教。

認識你們從你們的名字開始……

在開學前一周收到名冊，我便饒有興趣地開始閱讀你們的名字：楊華、志華、偉華，是父母在你們人生之初刻下的華人記號；曜宇、宇俊，表達了望子成龍的希冀；艾麗、麗麗、小麗，是美麗夢想的開始。你們的名字，不是簡單的中文

字組合，無論雅俗，都承載著父母殷殷的期盼。

八月開學的第一天，我走

進這間教室，十七雙陌生而年輕的目光向我投來，我不由在心裡自問：我能給你們些什麼？

我讓你們按照座位表入座，第一次將你們的名字與那些生動活潑的面龐聯繫在一起。聽你們自我介紹，談你們名字的含義，你們的家庭，各自的特長愛好。我從你們的外表漸漸走入你們的內在，去認識你們每一個獨特的個體。

隨著課程的展開，我們談論中國的飲食、服裝、地理、歷史，討論中西文化的比較，以及你們未來的就業方向。看著你們慢慢地敞開自己，如同花苞緩緩綻放，亦如書卷徐徐展開在「我最喜歡的中文歌曲」一文中。秋語提到周杰倫的〈青花瓷〉，她說：「當瓷器做好待燒時，如果來一場雨，效果會更好。但是，雨來不來，你可以等，卻無法控制。」讀懂歌詞中古典詩詞的含義已屬不易，而年輕如你，竟有如此感悟，更叫人驚喜。

來自馬來西亞的偉華，高大英俊，開朗健談。每每坐在前排，一雙渴求的明眸流溢著期盼，彷彿在說：讓我們開始一段有趣的旅程吧！對我設計的課堂活動，無論是字謎遊戲，音樂椅讀書，還是表演生詞，他都很投入，結束時還一再懇求說：「再玩一次好嗎？」這時，我就笑道：「下一堂課，給你們一個更好玩的！」

星期六的早晨，對大多數孩子而言，是清閒自由的時光，而你們的這段時光是在中文學校的教室中渡過的。從學前班，一直到九年





級，正好夠上十年寒窗，也難怪你們的注意力常常飄向窗外。因此，我的課程設計常常引入各種遊戲、討論，希望引起你們的興趣，也給你們一些補償。

有時，孩子們快樂的分享蓋過我的聲音，偉華會轉過身去，招呼孩子們安靜下來。當我“威脅”孩子們說：「誰講話，我就讓他回答問題。」他就舉起手在我眼前晃著：「我在講話，我來回答。」我每每被他的幽默逗樂。

他的母語是粵語，講普通話有些費勁，咬字不準的音，他會反覆練習。學期結束時，他名列全班第二。那天，我開車送他回家，問起他對未來的打算，他說：「我知道自己不聰明，但是我很努力，希望將來跟我父親一樣做個工程師，因為這個職業安穩，對家庭好。」我對他說：「人生是一場長跑，不在乎跑得多快，而在於跑得多久。相信憑著你的認真執著，你會跑得很遠。」





# 和學生們談心的幾封信

張大健 2015年2月寫於香港



四年前我抱著一顆嘗試的心成了香港浸會大學物理系的客座教授。一方面能盡孝意陪父親終老，另一方面也能實現當老師的夢。但是我絕對沒想到日子會如此多姿多彩。雖然歲月不斷向前衝，使不服老的我也免不了常常腰酸背痛。但是時光似乎在倒流著，我感到思維比年輕時快捷寬深。對學習新智識的期待和熱忱分毫未減。大學年代的知識也都慢慢地回流，一切還是那麼清晰就像發生在昨天一樣。幾十年的科研經驗累積成了一筆寶貴的財富，常常在意想不到的時候突然冒出來，把一些毫不相干的課題結合成新的突破點。但最使我滿足的還是那份教書的享受和成就感。從研究院物理到充滿挑戰的大一物理，從把陳舊的本科實驗翻新變成和時代接軌的新實驗到無中生有，開辦了一門廣受學生歡迎的“創意 101”課，我都樂此不疲。教書不難，只要有一顆關懷學生的心，其它一切都會變得那麼簡單和自然。四年前我巧遇一位從哈爾濱來的新生閻方理達。我看著他成長，從稚氣變成熟，從徬徨到自信成為理學院的頂尖學生。最近因為他和另一位同學徐宏元都在申請讀研究院，他們就有機會聊了起來，我也從旁觀變成參與。我們的話題很廣泛又坦誠。我是老師但也是學生，得益不淺。就幾封信和大家分享，了解一下當下年輕人的心。

## (1) 徐宏元給張老師的信（十月二十五日）

Je ，

請允許我這樣稱呼您吧，親切一些。去年面試時第一次見到您我就知道您是一個不同尋常的人，您是有智慧有思想的人。很幸運我的一些想法和您不謀而合，比如說對人的看法和評價準

則。我非常尊敬您，很喜歡您的一些想法，所以也願意和您分享一下我的思想。

寫這封郵件的起因是今晚我又在 Youtube 上看了一些關於佔中的視頻以及下面的評論，尤其是評論讓我感觸良多。

對佔中本身這裡就不再多說了，從這次事件中反應出的香港社會、香港人，尤其是年輕人的思想卻值得討論。



我的感覺是：香港的成功使它保守；香港的富有讓它貧窮；香港年輕人身在大都市，卻對整個世界沒有清晰全面的認識；年輕人的時間被浪費了，年輕一代缺乏奮鬥拼搏，力爭一流的眼光、勇氣和毅力。

最讓我心痛的就是年輕人。人的因素永遠是最重要的，少年強則中國強。可惜清醒的人不多。

看著眼前的亂局不知去向何處，我只覺得這對我是一個警示，提醒我自己要抓緊時間努力學習，努力奮鬥，絕不因爲一點點小的進步就沾沾自喜，停步不前；也不能因爲一時受挫而灰心喪氣，心生退意。在別人都在混亂中迷失的時候，我需要靜下心來好好把握住時間，爭取每天有所進步。我絕不願意將自己封閉在狹小的世界裡，與周圍的同齡人比較以獲得一點淺薄的心理滿足感。進步是永無止境的，因爲人外有人，天外有天。我需要認認真真地靜心，踏踏實實地看書學習工作，持之以恆，像您一樣堅持許多年。

堅持進步，這應當是我的信仰。

十年之後，回顧今日亂局，試看誰能笑傲江湖。

P.S. 考 GRE 的時候遇到一個美國人，想去您母校 Harvard。他便是踏踏實實準備，認認真真復習考 GRE，希望成績更高。今日的世界，努力奮鬥的年輕人也有許多，他們的存在讓人充滿希望，我也希望成爲其中一員。

徐宏元

## (2) 張老師給徐宏元的信（十月二十六日）

宏元：

我在電子郵箱裡設立了一個檔案，取名“worthy keeping”，裡面存數不多，但我常常會打開重溫，細嚼慢嚙，每次都能引發我的省思，學到新東西。你的信也會以它爲家，謝謝你。

剛剛從鄭州回來，在短短兩天內，我看到了躲在霧霾後像一盞油燈似的太陽，呼吸了有鐵鏽味的空氣。看到開著 Mercedes Benz 的暴發戶，不可一世地對服務員大聲吼叫，然後回頭就朝地上吐濃痰的醜惡人性，心裡鬱悶。但一到鄭州大學，我就結識了很多像你一樣上進，有理想的年輕人。和他們相處聊天才短短三十分鐘，卻能如沐春風，把所有的負面看法一掃而空。

憶當年二十來歲的我，只是一個過著一維空間生活的學生，除了讀書以外，沒有對將來想太多，和你們相比，實在差遠了。有了孩子後才開始認真思考將來，但繁重的工作壓力，使我兢兢業業、安分份份，直到退休。回顧這些年來，最大成就是和妻子胡小明一起撐起一個美滿的家，帶大一對對社會有貢獻的兒女。很幸運地，這幾年浸會大學的環境和陳校長的信任，使我思維徹底解放而得以發揮。我如魚得水，創意不斷，日子過得精彩，感覺一天比一天年輕。我時時刻刻都抱著一顆期待的心，迎接新的一天。我每天感恩，感謝妻子和家人，感謝父母親，感謝祖宗。我很慶幸得到父親的基因，他活到老學到老，直到九十六歲得了失憶症後創意才慢慢消失。我很福氣有 Prof. Dudley Herschbach 這位一日爲師，終身爲父的恩師。幾十年來，他從未擺出一絲架子和優越感，他像一個好朋友一樣不斷地給我鼓勵和啓發。從



他每一舉一動，我都能學到很多書本上沒有的東西。我也感謝我的弟弟張大凱，他思維清晰、有遠見、觀大局，常常把我從牛角尖拉回來。老天真是待我不薄，我是天下最幸運的人。

你說得很對：不能浪費時間，不要沾沾自喜。這是最厭惡的兩點。昨天聽了加州理工學院 Prof. Sunney Chan 勉勵學子的一席話，啟發很深。他說現在科學發展很快，任何新科目只要過十年就飽和了，剩下的只是些首尾。他強調一定要跨科系 (Interdisciplinary)，開新路，做個學術先鋒 (trail blazer)，不要停留在分析數據階段。這番話說得簡單，但放眼看去，能體會真意的不要說學生，就是老師們也沒幾位。我很幸運，誤打誤闖 (絕對有運氣的成份) 已經有了新框架，新構想和好幫手。希望能闖出一個物理新領域，做些實用，Elegant (想不起一個更貼切的中文詞) 但又簡單的好東西。讓我們一起加油。「簡單」是我一輩子的座右銘，使我受用不盡。

這兩個月來，對你和溪楠的了解加深了很多，慶幸自己眼光不錯。你是個對將來有計劃，能力強又有衝勁的年輕人。我支持並希望能盡力能幫你實現對將來的理想。

張老師

### (3) 張老師給閻方理達的信 (十月二十九)

理達：

我今年請了兩位 RA，徐宏元和李溪楠。昨天我寫了封信給徐宏元，說一下自己的想法和感慨。附上與你分享。

張老師

### (4) 閻方理達給張老師的信 (十一月一日)

張老師，

十分感謝您的分享。Prof. Sunney Chan 的結束語包涵了他很多的人生感悟，我十分認真的思考過。經常困惑我的是人生到底追求什麼，是做自己最喜歡做的事還是做自己認為有“最高價值”的事 (如果不能兼得)。對我來說 Finding the ultimate theory of everything 是我從小的夢想，也是我給自己訂的人生終極目標。可能因為從小接受的教育和價值觀根深蒂固，我已經把科學當成了哲學和信仰。它已經成為我活著的動力和精神支柱。可能很多人都經歷過這個階段，很理想化和絕對化，只不過這個階段對於我來說持續得更久。我相信人生的不同階段會有不同的追求。我感謝我的母親一直鼓勵我追求自己的興趣，給我極大的自由。我只希望讓一切自然發展，不給自己的人生留下遺憾。我有些時候也在懷疑自己是否太固執。楊振寧說過他人生的成功在於他在每個人生的關鍵時刻，都做出了對自己最有利的選擇。如果在這個時代他不會再選擇粒子物理，因為這個領域已經到了很難再做出重大發現的階段。我很困惑做科學的動機到底有多少成份是想要做出重大貢獻而成名，有多少成份是因為對真理簡單的熱愛和追求呢？這段話我之前一直不敢直言，今天說出來希望您不要介意。

認識了您之後我接受了很多新的理念，體驗了做 research 的快樂。有時候能用一個最簡單的方法解決問題相當有成就感，這種簡潔和巧妙的神來之筆有時候簡直歎為觀止。能像您這樣開創自己的研究領域實在難能可貴，我相信科學界大部份人都做不到這點，很多人可能沒有選擇才進入了某個領域然後一直做下去。作為您的學生，我希望能把您的這種開拓新領域的精神，發揚到自己整个人生中去。我想不管做什麼研究都可以達到 elegant 和 creative。在我心目中您是一個非常博學的科學家，在世界頂級學府讀過博士，卻



是一直平易近人沒有架子，願意花時間培養我這樣一個普通的學生。我一直覺得很受寵若驚。您給我很多生活上的照顧讓我感覺十分溫暖，讓我感覺您就是我的家人。

我萬分榮幸能有您這樣一位名師和朋友，希望我能一直向您學習更多寶貴的知識和人生經驗。

Regards,  
理達

#### (5) 張老師給閻方理達的信（十一月四日）

理達：

昨天下午我弟弟大凱來了，我們和徐宏元三人暢談，談的不是科學，而是做學問，搞科研的態度和選擇。我倆性格有相異之處，但是因為教育背景相若，基因相同，對很多事情的看法的角度大同小異。三個小時下來，我們談個不停，欲罷不能，意猶未盡。這席長談，每句話都值得細嚼慢嚥，用來總結自己已經做過的，和計劃將來要做的。我學到很多，使我對不少事的疑問迎刃而解，徐宏元也有同感。很可惜你不在場，不然你也會得益無窮。

其實人生最重要的並不僅限於：因重大貢獻而成名和對真理簡單的熱愛和追求那麼簡單。而是做的事要有 IMPACT，有了這個做前提，其它的都會自然而然地來了。Graduate School 和導師的選擇很重要。雖然不能馬上期待做到有 impact 的事，但整個環境卻能對你的方向和將來成就奠下基礎。選的學校要大

和廣，只要充滿活力才有機會和各方面的人接觸。千萬記得要避免鑽牛角尖，如果太封閉，缺了大環境就會導致越做越窄而自己還茫然不知。以你這樣對學問追求得如此執著，加上熱忱的性格，去了充滿陽光的大環境就會像進了糖果店的孩子一般，吸收無窮盡的知識，創造很多機會。浸信會大學的環境就給了我一個解放思維的機會。首先是認得了一些像你一樣優秀的年輕人，在給他們些正面的影響的同時，自己也得到許多，這種影響是雙向的。在堅持簡單巧妙的原則下，我完成了一些創新又實用的科研。除了和你一起做的替車輛把脈外，還有就是人體平衡的統計物理和走路姿勢抽象輪子的兩項研究。這些都是老天賜給我的禮物。最近在徐宏元李溪楠輔助下，我們在平衡研究方面有了很大的突破。我相信只要努力堅持，一定能把這個課題開啓成一個能把科學應用到日常生活的新領域。你如果有空，請過來和我們一起商討，把理念梳理得更精簡，更清晰。有了智慧財產保護後，我們就可以在學術界跨出第一步了。

你信上說把我當成家人，我心裡很感動。一個老師能得到這句話做回報，夫復何求。你要記得，如果你到了美國進修，你不會是一個人，因為你在美國也會有個家。

張老師

#### (6) 徐宏元給張老師的信（十一月四日）

張老師，

感同身受，信中所說完全贊同。



昨天與你和你弟弟的一席話令我受益匪淺，到現在還在咀嚼吸收。下面是我自己對昨天談話的部份總結，或許理達會覺得有所收穫。

第一點就是做事要有 impact，做出來的東西要對社會有影響，最好是讓人們的生活變得更好。這是工程師和企業家的想法，看重具體實際效用，這很符合我的脾氣。做純理論工作常常讓人感到乏味，去年開始接觸大健老師後發現動手做會更有趣。做任何工作能做到“有趣”就是很棒的狀態了。在我看來，要有 impact，實際上就是要有 vision，眼光要看得遠，心中要充滿關懷和愛，這樣做出來的東西才可能會被大眾接受，從而獲得 impact。

第二點，除了 impact，還有就是 critical thinking。需要把自己的想法審慎思考，解決幾個關鍵的問題：是什麼？怎麼做？為甚麼？有何差異／優點？為甚麼？另外，常常不需要有很多新的 idea，往往一到兩個很好的 idea 就很不錯了。不要想著一步登天，而要穩扎穩打，步步為

營，點滴進步也可以積累成巨大的成就。這一點同 vision 結合起來就是要“眼高手低”目光長遠，做事踏實。

第三點，思維和眼光要開闊，不要被自己所限制。大凱老師的故事就是，一次考試老師佈置了一道題，全班都不會做，後來老師說，難道沒人懷疑問題本身的 boundary condition 是互相矛盾的嗎？因為大家先入為主的認為試題一定有答案，所以無法跳出框框質疑問題本身。

第四點，同外界溝通交流要多。身處的環境很重要，若封閉閉塞就很不利於思想的分享傳播；所以讀 graduate school，選擇大的學校會更好一點。

以上是根據我的記憶所總結的，若有錯誤，請大建老師和大凱老師指正。

宏元



歲歲平安·年年有餘



施志清

## 花雕

鄉愁醉了  
在花雕的溫度裡融化  
開出白玉蘭一般的  
花瓣

不為豪飲後的狂歡  
只為杯中那琥珀色的漣漪  
能渡我回故鄉  
舉起三尺竹簫，再吹一曲  
望江南

開瓶之前  
是聖蓋博山下  
哈桑花爛漫

三杯之後  
便是青浦梅花香  
龍華桃花艷  
曉風殘月，浦江畔

吮乾杯底的那一滴  
當年吹簫的少年  
便已浮雲萬里  
桑田滄海  
大洋彼岸

## 江南雨

如果生命是水  
我願意是江南的春雨  
在三月的晨風裡起舞，飄落  
在故鄉的小巷

讓我在青石板上蜿蜒  
只待她的腳步來臨  
輕輕踩在我的身上  
歡樂便成水花綻放

讓我浸潤梨樹的枝丫  
在含羞的花蕊上張望  
只待她從樹下走過  
梨花便會綴滿她的衣裳

讓我積聚點點滴滴的心思  
沿著梧桐葉彎曲的葉脈，徬徨  
只待她的花傘飄過  
我的心思，便隨她飛去遠方

如果生命是水  
我願意是江南的春雨  
隨著她的歌聲起舞，飄落  
在故鄉的小巷





# 拉薩的焦達旺

王瑞芸

2014年秋天，我們全家人去了一次西藏。旅行社安排給我們開車的師傅名字叫達旺，是個藏人。從外表是看不出的，一個矮矮胖胖的黑臉漢子，和內地所有能碰到的司機一樣，穿著深灰的外套，黑褲子，黑皮鞋—皮鞋上照例沾著一層灰。一張油油的胖臉，一頭油油的頭髮，還有一雙油油的眼睛。我們的小導遊活潑多話，而他話少，笑容短，一兩秒之間就消失的那種，然後就只顧睜著一雙油油的眼睛看著人。那樣的看，準確地說是“觀察”：雖然人只站在你的兩尺開外，可是心在兩丈之外。由於他的兩只眼珠有些外凸，因此定定地瞧著人時，像是盜做的假眼，給人的感覺不大愉快。不過小導遊很善於調動氣氛，一分鐘內就叫人愉快起來。“焦，焦達旺……”，她那麼叫他。

“哦，師傅原來姓焦啊。”

“嘻嘻，不是，‘焦’是藏語，‘哥’的意思。藏人沒有姓，只有名字。”

“啊，達旺師傅，是這樣啊！”

“嗯！”駕駛座上回了這樣悶悶的一聲。

“達旺師傅的老家……是在西藏的哪裡？”若是善談的，只這個話頭，就能引出有關西藏的許多故事吧。

“就在拉薩，當雄的。”

又是拉薩，又是當雄，當雄跟拉薩是什麼關係，當雄在哪裡呢……看著他那樣黑油油的沉默後腦勺，覺得還是別往下問的好。

可是這不能說明他話少。一路上，他沒少打電話，手機共帶著兩只，從這一只換到那一只，一手把著方向盤，一手拿著手機，每一通電話都



很長，都說藏語，車廂裡布滿了他音節短促的聲音。我們都希望他停止打電話，不是因為噪音，而是因為，一邊是山崖，一邊是深谷，海拔四千……玩別的行，玩命，那就太過奢侈。跟達旺說過一回的，他也點頭稱是了。但是，他還是不能忍住開車時打電話，我們能拿他怎麼樣？達旺師傅是個有自己章法的人。

早飯照例由酒店提供。藏地酒店的早餐也中西兩式，只是在長桌的盡頭必定還放著一壺酥油茶，一盤青稞粉，一盤奶渣。這些東西怎麼吃呢？我們對它們瞅一眼就走過去了。只有達旺師傅，回回早餐就只認定那三樣東西。早餐時他只需要一只碗，其他一概不用。見他朝碗裡倒上大半碗青稞粉，一簇白色的奶渣，再注上熱酥油茶，然後左手拿著碗，右手的五根指頭伸到碗裡攪和，慢慢團出一個灰白色的麵團來，那個東西就叫糌粑。他就舉著那個灰白麵團一口一口吃起來，喝自己帶著的一只藍色旅行杯裡的熱茶，茶葉是自己的。餐廳裡陳列著的一大圈小籠饅頭啦，炒河粉啦，米粥啦，雞蛋炒木耳啦，花生米啦，煎火腿肉啦，西瓜啦，黃瓜啦……他一碰也不碰，從來不碰。

中飯晚飯總是在路上吃。在哪裡打尖，去哪家餐廳，都由達旺帶領，連導遊也不做主。他從不把我們往藏餐的店裡帶，就帶我們去西藏每個角落都會有的“川味飯店”。我們坐下來，點菜，問他喜歡吃什麼，他說：你們點！你們點！我就吃點素菜，不吃肉。他就真不吃肉，夾一點素菜，炒雞蛋什麼的，飯倒是要裝兩碗的。

在林芝的魯郎林海，他做主要帶我們去吃魯郎很有名的石鍋雞。在魯郎林海的山口小鎮，蘑菇似地佈滿了小飯店，門口都掛著“魯郎石鍋雞”的大招牌，門框前照例倚著一位女子，或者年輕，或者不年輕，此起彼伏地招呼客人。達旺對她們不瞅不睬，帶我們直奔中段的一家店裡，招牌上寫著“三十年魯郎石鍋雞”，從他進門打招呼的樣子看，他是這家店的關係戶，有義務拉

他的客人們來照顧生意。我們不管這個，眼裡只看見每一張圓形的餐桌中央，都挖有一個洞，洞裡坐著一只笨重厚大的黑色石鍋，白色的湯汁在裡面咕嘟著，有熱氣香味逸了出來，隨便在哪一張桌上坐下，馬上就可以動筷子。我們見了這個陣勢，活像嬰兒見了奶瓶，直撲過去，挑頂大的鍋坐下！幾個人圍緊了黑乎乎的石頭大鍋，揎拳驤臂開始撈裡面的雞塊，一邊往嘴裡送，一邊招呼：“達旺師傅，吃！吃！”。

達旺斜倚著桌子，端著自己的藍色旅行杯，用白瓷般的凸眼珠子瞧著我們，凜然一笑：“你們吃！你們吃！我不吃……我不吃這東西。”最後一句話，他垂下眼睛，好像是說給自己聽的。然後他把頭轉到旁邊去，招呼服務員過來，對一個穿著髒圍裙的小姑娘說，“你們給我下一碗麵來！素麵。”小姑娘應聲去了。大概後面灶房裡太忙，一碗素麵許久都不見端上來。我們的幾顆腦袋攢聚在石鍋邊，吃到解衣敞懷，頭臉通紅，可人家達旺師傅神情超然，簡直就像是大象看著虎類吃肉，心底絕對不起一絲波瀾。等素麵終於端上來時，我們五個人十只眼睛真兒地看見，達旺師傅從身邊拿出一個白色的布袋，從裡面拿出一把鑲銀的小刀，然後是一塊暗紅色的熟肉！就往他那一碗素麵裡面慢慢地片肉，如入無人之境。他從容做完，收起小刀，紮好白布袋，捉起筷子開始吃麵。吃到一半時，抬頭見許多大眼小眼瞧他，他既不慌張，也不解釋，只朝我們說：“我就吃這個，家裡帶的，犛牛肉。”

原說不吃肉，突然卻大塊吃肉了倒不打緊，要緊的是，他惹得我們頓時疑雲四起：我們這一通稀裡呼嚕，究竟吃下去了什麼東西？魯郎石鍋裡的雞塊，真正說起來，在舟車勞頓，感覺凍餓之時，吃起來蠻香，等肚子裡稍稍有了溫飽，那雞肉嚼在嘴裡，竟跟嚼柴火的口感也所差不遠了。這雞是怎麼養大的啊？藏人達旺，食物標準比我們漢人高出好大一截子呢。

在米拉雪山山頂，一個藏族婦女，一手扯著





一個小小孩子，一手拿著一瓶白色的東西跟定了要賣給我，說那是自製的犛牛酸奶。看在五千米高峰的緣故（也可能是看在那個被山風使勁拍打著的孩子的緣故）我就把那瓶酸奶買了下來。回到車裡，舉著說，“瞧，農家自製的犛牛酸奶，這麼大一瓶！

我們來分著吃。”我的話音沒落，達旺馬上就說，“我不吃這東西！”同伴們聽了達旺這一聲，立刻滿臉狐疑地瞧著我手上的白色東西，躲瘟疫一般轉過身去，誰都不肯去碰

了。我硬起頭皮，扭開瓶蓋，朝嘴裡倒了一點，嗯，巨酸，實在不好吃！小導遊落後告訴我，西藏的犛牛酸奶，是非常好吃的東西。“怎能讓你在山口上隨便就買到？要買，也得叫藏人去買！犛牛肉也是啦！”這就對了，我們在餐館點的犛牛肉，人家達旺基本不碰。

達旺聽見了我們的對話。在停車休息時，他瞧著在海拔極高處的草地上，把身家性命全撲在吃草一事上的幾隻黑犛牛，徐徐開腔道：“哼……這種地方”，他抬頭看看天，“……這麼高、冷，犛牛長起來容易啊？！起碼要長到五六年以上，一頭犛牛才算可以宰了讓人吃到肉，羊子要長三年以上。”他說完，低頭用穿著皮鞋的腳，踢著四千米高處板結的黃土地上，貼著地的星星點點的小草，臉上有一種說不出的輕蔑神氣。我看見了心裡就跳一跳，不知他是在輕蔑掛羊頭賣狗肉的商人們呢，還是在輕蔑我們這幾個不長腦子的“吃貨”。我相信，我們全體都已經對他的白布袋升起了無限敬意，心裡暗暗盤算，

下次在餐桌上，要問他討一點來吃吃才好，也算是到西藏一趟取到真經的。但是讓我們全體都感到傷心的是，達旺在下一天把他的白布袋丟了，他把它落在酒店裡了。再開車回去取，白布袋裡的犛牛肉本尊還能在那裡等著他嗎？當然被人順

手牽“牛”了。所以啊，我們這一趟在西藏十多天裡，一路上雖天天點肉吃，估計真犛牛肉壓根兒沒進過嘴，想想真是鬱悶到死！人這一輩子，去一趟西藏容易嗎！？

達旺很是知道怎樣保護自己的肉

身，他也一樣知道怎樣保護自己的車，他簡直可以說愛車如子。

車實在是頂平常頂普通的七座商務車，韓國產的低價位的那種。可是東西再不好，經不起人往死裡去愛惜啊。車的坐位上鋪著富麗堂皇的提花厚墊子，先不先，就叫人看著喜洋洋的。每天早晨出發時，車內被打掃得一乾二淨是不消說的，進去坐下，立刻就聞到車裡是香噴噴的。咦，達旺是不識漢字的，他是從哪裡知道“香車”（“香車寶馬”）這個詞的？那是我們漢人打古時候起，就拿來形容車好的一個絕妙佳詞。

可是“香車”無論在古代在現代，只在城邑的通衢大道上可以風光一時，在西藏的山路上就出不了半點風頭了。不久，我們就羨慕起那些一輛輛從我們身邊呼嘯而過，滿身泥點子（估計還有滿身汗味）的“悍馬”了。達旺照舊拿出那副不為所動的神氣，一路上一味只要照顧他的車。但凡遇到坑窪之處，他早早地讓車慢下來，然後左躲右讓，只不叫他的香車受顛簸。我們在後面





坐著的，就在車裡從左邊滑到右邊，再從右邊滑到左邊。這個事小，問題是，別人那裡三五個小時的車程，達旺的“香車”要開到五七個小時以上。我們從距離珠峰最近的定日市開往珠峰大本營，再返回日喀則，一共500多公里的路程，我們從早上五點起床動身，直到晚上十一點回到日喀則的酒店，扣去在珠峰大本營逗留的兩個多鐘頭，我們在路上足足花去了十五小時多，比我們從美國飛到中國的時間還要長。我們這幾個人吃不吃苦不算啥（人生下來就是吃苦的），達旺的香車肯定是吃了大苦了。

車吃苦是其一，另一件叫人不愉快的事是，這一趟，好好兒地把達旺身上那股牛哄哄的淡定神氣擻得一干二淨。我從車前的反射鏡裡，看到他在往珠峰去的碎石頭山路上搏鬥時，擰緊了眉心，兩只白瓷似的眼睛網上了一層血絲，他的臉相讓人能清楚讀到他心裡的句子，“這他媽混賬的路真禍害我的車啊！”（這輛香車是第一次去珠峰）。我隔一段時間就從鏡子裡看他一次，只見他臉色越來越黑，眉頭越擰越緊，眼睛越來越紅……真是叫人看著心疼。這人愛車愛到把保護自己的大事給擱一邊兒了。想想看，他的心要對路上每一塊石頭，每一處凹坑，都要提起來放下去一次，就是鐵製的一顆心只怕也要被使壞了。照這樣心和車作成了一對兒，一同起起落落開到珠峰大本營時，這位貨真價實的藏人也撐不住了，開始頭痛，反胃，出虛汗。珠峰大本營守門的藏人先對我們幾個從海平面等高的地方來，卻還能在五千兩百米高處好好兒站著的漢人看看，然後硬硬地對達旺嚷道：“高山反應！去躺著！躺著！躺躺就好了！”使勁把他往一邊趕。

一路上我們已經領教，達旺是個火氣很大的人，遇到對他略有不恭敬的口氣，他會停下車來，不嫌麻煩地探出去大半邊身體，朝人破口大

罵。可是眼下，達旺像一個泄了氣的皮球，人都好像小下去一圈。當我們主動問他，要不要吃上一顆抗高原反應的美國藥，他從我們手裡拿過去，一刻也不猶豫，馬上吞了下去。這一次，他沒有對另一種文明說不。

達旺愛自己的文化，是顯而易見的。在拉薩他帶我們去西藏博物館時，很例外的，他讓我們慢慢看，不著急（在別處景點，他常常會催促我們），我們參觀完出來，他熱切地看著我們的臉色，問，“怎麼樣，你們覺得怎麼樣？好嗎？”善於不動聲色的達旺，一路上，能流露這樣明確喜好的時候是不多的。

另有一次他展示熱情是在日喀則的薩迦寺。我們一路參觀了很多寺廟，達旺都不跟著。這次，他下了車，麻溜走到我們前頭去了，走得飛快。沒留意，一轉眼，他手上多了一把塑料水壺。我想，喲，他忘記那個隨身總帶的藍色旅行杯了，看他買下這好大一壺水喝。後來看到，薩



迦寺裡的藏人們，手裡都提著這樣一把壺走來走去，後來才明白，那個壺裡裝著的是酥油，寺前的小店裡都有賣的。藏民們買了作廟裡的供養，在每個佛殿的供桌前都有一隻比臉盆還大的酥油燈，一個一個小燈芯豎在裡面，閃閃爍爍的一片，有一股濃重的油脂氣味升騰起來。達旺就拿那把塑料壺，往裡添加酥油，添了一個燈，再添



一個燈，把每一處都添到，才算功德圓滿了。因此他不跟我們走，自管去各處添油植福。他顯然是個薩迦派的信徒（藏地教派繁多）。在他所屬的精神地盤上，我們看到，達旺從一個心懷距離的人變成了一個親切而活潑的人，在寺裡各處供



養酥油叫他快活和滿足，笑容在臉上駐足不退。突然間他笑咪咪地拉一拉我的袖子說，“來，來，都過來，帶你們看好東西。”

我們互相看看，對他突然展示的熱情頗不習慣，半信半疑地挪步跟上他，一走走到薩迦南寺大殿的後部，赫然看見後壁的牆上有一個小小的側門，寺廟這麼大，誰會去注意它呢。我們隨他鑽進去一看，了不得，在緊貼著大殿的後牆另建出一個存放東西的空間，它和大殿一般兒高，足有三層樓向上。裡面是通壁的書架，從地面一直升到房頂，每一寸地方都放滿了經書。那些經書全一匣一匣地用布包著，因著灰塵，因著年代，那些布已經看不出顏色；因著古、因著舊、更因著數量巨大，密密層層，又壘得極其高，在不大的空間裡抬頭仰視，正如泰山壓頂，攝人魂魄。進去的人全都張開了嘴……伙伴們都驚呆了。

驕傲讓達旺的臉熠熠生輝。

這種地方因全部存放經書，又貼著大殿的後

牆而建，因此叫做“法牆”——裝滿了佛法的“牆”。這是十三世紀的一位叫八思巴的法王，集中了全西藏的寫手，用金汁，銀汁，朱砂，精墨抄寫的。如此壯觀的藏書處，我這個現代的讀書人在別處沒有看見過。我們現代社會裡存在的各種圖書館，一樣也是塞滿了書的，可是那種地方從沒有讓我感受過動人心魄的威懾力，這是怎麼弄的呢？

瞧，俗世生活裡的達旺，說實在的，不夠討人喜歡，到了精神領域，他就有點兒招人喜歡了。西藏的宗教究竟對人做下了什麼？那是讓他怎麼一來，把對人的猜忌和防範，換成了親近和善的；是怎麼一來，讓他把時時只要維護自己和自己物件的一顆心臨時放下來了的？

是他的宗教在他耳朵邊上悄悄地說：“一個人只為著自己活，前景大概不妙哇！”——這倒是我們這種外行也能想明白的，那是往“小”裡去，不是往“大”裡去活的路線，人誰希望自己越活越小呢？！這種事連動物都不肯的。

瞧瞧藏地各處飄揚在絕高絕荒山坡上的五色經幡，藏人不就是把渺小的自己，把渺小自己胸口中那點願望和心思，帶到遼闊的大天地之間去，讓自己放大，和天地接通，那應該正是藏人表達的“對美好生活的嚮往”吧。

說來，達旺雖不能守我們漢地的規矩：開車不能打電話。可是，這位藏人司機，每天上路之後，必定念經，遇到險路更加要念，聲音越念越大，無一天例外。我們不知道他念的什麼經，但那樣嗡嗡低沉的聲浪讓人感到敬畏和安心，讓人知道，藏人達旺，好像很無所謂，又好像非常有所謂，在我們看不到的地方，他對於生命是一點不馬虎，一點點也不敢馬虎的。



# 二馬飛騰

## 馬年遊馬

張大健

### 馬年道馬

章濟貧

今年是馬年，我們屬馬的可不能馬馬虎虎。一大早鬧鐘一響，我立馬起身，去馬桶解個手，穿上馬掛，套上馬甲，喝了馬奶，吃上沙其馬，出門開動我的寶馬轎車，便上了馬路。路上還真是車水馬龍，萬馬奔騰，擁擠不堪。我用上龍馬精神，一馬當先，立馬就到了辦公樓。停車下馬，走過斑馬線，到了辦公室便見到我的領導。他高頭大馬，我們下屬都馬首是瞻。他交代的活兒，我是識途老馬，馬到成功。辦完事，我不免天馬行空，心猿意馬，胡思亂想起來。看辦公室裡牛頭馬面，個個厲兵秣馬，爭得人仰馬翻，真是兵慌馬亂，人困馬乏。好不容易等到下班，立刻快馬加鞭，打道回府。看這世道聲色犬馬，不如司馬青衫，懸崖勒馬，素車白馬，卸馬歸田，飲馬長江吧！

趁著秋高氣爽，馬上就要寒冬，你可以計劃先去馬里蘭州欣賞楓葉。然後南下阿拉巴馬轉休士頓上船。途經巴哈馬沙灘，穿過巴拿馬運河南下祕魯。遊利馬，攀高山參觀馬丘比丘的天工作物。遙望安第斯山頂皚皚白雪孕育了亞馬孫河的源頭。看畢，馬上返回遊輪，橫越大西洋直奔馬德里。坐車去羅馬尼亞，馬其敦，聖馬里諾和羅馬一遊。馬不停蹄，走馬看花。最後一站去威尼斯朝拜馬可波羅的故鄉後，繼續海上之旅。切忌不能進非洲內陸，如馬里、馬拉威等國，兵荒馬亂。只能南繞好望角，北經馬達加斯加。在索馬里亞海域，小心別被海盜綁票，把你當討價還價的籌碼。往東可以在馬爾代夫稍息。印度雖亂，但喜馬拉雅山下的泰姬瑪哈陵卻值得一看。繼續穿越馬六甲海峽，來個星馬之旅。或去越南品嚐正宗的馬車米粉。菲律賓東岸有瑪麗安娜海溝，浪濤洶湧，馬尼拉不去也罷。還是到台灣和小馬哥拜年。再訪金門，馬祖。不需兩天就到香港。我會在碼頭接風。你做老大，我是馬仔。我們一起去馬寶道購物或過境落馬洲。最後請你去跑馬地吃炒馬麵，嘆馬拉糕，兩人合乾一瓶馬頭威士忌。夠意思吧！



**編者言：**一位高人，童心頓起，寫下馬年道馬。另一位高人童心未泯，不服專美，也來一段馬年遊馬。來來回回卯足勁拉來了八十四馬，卻過了馬年。可惜呀！如此充其量也只能算是放了個“馬後炮”啦！



## 人身情緣

謝桂棟

孟夏草木長，繞屋樹扶疏，種鳥欣有托，我亦愛吾廬，既耕亦已種，時還讀我書，古人詩文描繪的田園風光，怡然自得，天人合一，人與自然互動的生態，也是今日吾輩日夜嚮往，夢寐以求的生活。然而古人陶淵明，可以遠離官場、遠離塵事，在他的園田居所“兩耳不聞窗外事，潛心研讀山海經”。現代人連減緩工作節奏、減輕生活壓力、貼近泥土、接近其他的生靈都很難做到，即使居住在有前後院環繞的獨屋，晨昏禪幽眾鳥吟的郊外，也少有與大自然互動的餘暇和親近周圍花鳥的閒情逸致。

十六年前，我們搬進了洛杉磯西面，卡拉巴沙市（Calabasas）的新居，這六十年代造的房屋，有些老舊，可是佔地面積大，有寬闊的前後兩院；廚房外的前院有花叢、橄欖樹，兩旁有老松。客廳外的後院，左邊是泳池，右邊角上的三棵大樹成「品」形，游泳池的右邊有一排鐵柵圍欄，為安全屏障。廚房門外，房子的右側邊有一條水泥路，沿著走道通向後院，穿過面對「品」形大樹有座拱形花架；草地的左邊，有一片水泥空地。搬進來後，我們又在圍牆邊，種植了其它的樹木花草，有樟樹、椰樹、玫瑰花、迷迭香、以及一些熱帶植物仙人棍、仙人球等等。還在客廳玻璃拉門外的後院，種了一棵白玉蘭，在拱形

花架的邊上，種了金銀花。幾年後，草木欣欣向榮，滿目青綠、幽香浮動，引來了飛鳥蜂蝶，採蜜築窩。有好幾年還出現野鴨一家三口光臨，在後院的游泳池裡戲水。

當時我們都外出上班，僅僅早晚和周末在家。每天大地初曦，早鳴的鳥兒就像歌詠比賽，展開美妙的歌喉，高亢激昂如西洋美聲、低沉悠揚如東方民樂，透過窗戶早早地催醒我們，但總想賴在暖暖床上多躺一會兒，享受眾鳥的歡唱，是我們的習慣，然後才開始我們的一天，心情特好。有時，向晚時分夕陽西照，天生麗質輕盈美妙的鳥兒，雖已不見踪影，但是清脆的啼聲依然如精靈般的吟唱著，輕盈歡快、迂迴錯落、此起彼伏，彷彿飄自森森萬木之林，穿透空幽遠山，紓解了我們工作後的疲勞。有一年，我們注意到，三棵「品」形的大樹，已經長成十多米高，枝樑交錯，樹葉茂密；金銀花藤快速蔓延，爬滿了拱形花架，重重疊疊，長成厚達二三英尺的花蓋，還爬滿了四周的圍牆。高高的樹丫上，隱約地有一個頗大的鳥巢懸掛在其中的一棵大樹上，原來群鳥之家，就在我家的後院。為了感謝鳥兒們天天獻唱帶給我們歡樂，我以原樹材親手做了一個鳥窩，架在一枝樹丫上，還投入食餌，希望鳥兒們能寢食無憂。然而幾個月來，沒有一隻鳥



兒領情，拒絕光臨這送上門結實而又擋風遮雨的“新家”，哪怕僅僅是飛進去查看一下都不肯。是這個鳥窩的位置太低了，鳥們擔心自己的隱私，完全暴露在人們的眼皮底下？還是鳥們太過於聰慧，早已看穿了人心，要把鳥們引入無形的樊籠，成為無羈的野生寵物，鳥兒們不上這個當？

後來我開始在家上班了，免去了朝九晚五的通勤。茶餘飯後、工作間隙，以及每當在電腦屏幕前坐久了，需要放鬆時，便自然地往後院走走；逗松鼠、觀鳥踪、嗅花香等等的樂趣，調節了工作和生活的節奏，也更多地了解了自家院子裡的生態環境。不知何時起，從後院三棵「品」形大樹一角傳出聲聲異樣沉悶而有力的敲打樹木之聲。有一天，我驚訝地發現，原來有一隻啄木鳥來光顧，這隻一身羽毛亮麗，堅硬嘴殼的啄木鳥，隔三差五地在那棵擠在最裡面的大樹幹上，不停的啄敲皺巴的樹皮，尋找食物。顯然的這棵樹有病了，啄木鳥憑牠的特異功能，在追蹤讓樹葉掉落，樹枝枯萎的蛀蟲。深藏的鳥窩，也因樹葉的減少，更加顯露且懸空。鳥兒們在旭日東昇時離窩，日落西山時歸巢，這個特定時分的翱翔和盤旋，成了後院的美麗風景。然而，我們擔心蛀了的樹會倒塌壓到



鄰舍，趕在多風季節之前就把它砍掉了。鳥巢，連同病樹，從我家的後院消失了。鳥兒們，憤然而別，集體罷唱。

我們漸漸地習慣了，少去鳥語瀉成湖，多了長俚暖床頭。喜歡晚睡晚起的我們也就“晨早無擾酣睡醒，一覺起身日杆頭”。直到有一年的春季，當我們看到一羽小鳥出現在後院，振翅無力欲飛又墮，母鳥圍著小鳥，著急地鳴叫，好像催促小鳥，加油！飛翔吧。也許這隻小鳥出窩不久，羽毛未豐一飛墜地，屢試屢敗。於是，我施以援手，小心翼翼地捧起了它。這只細毛茸茸欲飛無力的小鳥，可以在我家安生飼養，等到能飛就放生。母鳥急壞了，頓時發出祈求般聲聲短促的慘鳴，緊隨於我兩步之遙，飛上翔下，直到我進屋拉上玻璃門母鳥還圍繞在後院，站在泳池邊的鐵柵欄上，盯著玻璃門，著急地揮打著尾巴，圍著後院忽上忽下的飛、一聲緊似一聲地淒叫、其狀若鬥雞，其聲似哀鳴，持續了個把小時久久不離。這隻淡棕灰白，翅膀和尾巴尖上有白色羽毛，是加州常見的鳥。看到母鳥如此惶惶不安，我突然意識到，鳥兒們自其生存之道，我等人類多管鳥事必遭鳥嫌，於是我決定交出嬰鳥。小鳥一放回草地，母鳥便是歡快的啾一聲，一個俯衝飛翔而下，快速銜趕





著小鳥，匆匆離去。顯然，鳥兒們又悄悄地返回，在後院築起了新窩，有花香無鳥語的時日，隨之結束。

也許我的善意得到了鳥的感應，這鳥一家子，也就在我們後院，定居了下來。春去夏來，樹叢草堆上，多了好些稚嫩的幼鳥，飛來翔去嬉戲追逐，後院又多了鳥鳴聲，顯得生氣勃勃。

有一年，除草剪枝，整理院子，靠近花架下的走道，驚動了正在孵蛋的母鳥，它驚慌飛離的響聲，讓我發現了鳥兒們的新居，鳥巢藏在拱形花架，與木板圍牆之間，一片厚厚的金銀花叢裡。因為好奇和關心，每過個一两天，我都會悄悄地走近鳥窩，觀察鳥兒們的動靜。經過幾次觀察，確定了它是加州小野鴿（Mourning Dove）。我小心翼翼的舉止，母鳥都看在眼裡，我走近時它並不懼怕，與我在短距離內對視，雖然有些緊張地左顧右盼，但是並沒飛離鳥巢。爲了不再干擾鳥兒們生兒育女，傳宗接代，我決定不再去觀看，也盡量不走入後院的右側道。日子一天天地過去，我一直惦記著這窩鳥，算算日子，小鳥也應該出生了，我決定去查看一下。結果，大大出乎我的預料，母鳥已經不知去向，鳥巢裡留下了

一窩碎蛋殼，和已經乾了的蛋液。不知道是小鳥出生後被母親全部帶走了，還是鳥們遭到了天敵的滅門之災？從痕跡上判斷，更像是後者。這個鳥窩的高度太低，又靠近圍牆，而我家後院外的空地，可以直通附近的小山腳，曾經有蛇和浣熊（Raccoon）等野獸出沒，而有兩層木板的圍牆，中間頂端的木頭樑架，正是動物進入我家院子的通道。鳥兒們擇居不當啊！

金銀花的繁殖能力超乎想像，經年之後，拱形花架被層層加碼的新老枝葉，壓得搖搖欲墜，不堪重負，四處

蔓延的枝蔓，也是蘊藏蟲蛇的最佳之處。時值春夏，萬木蔥鬱，鳥兒有充足的食物，然而院中鳥踪，還是沒有明顯的增加。不知何時起，啄木鳥再次光臨，從由「品」形，變爲「呂」形的大樹一角，再次傳來猶如金屬撞擊的敲打聲，啄木鳥盯上了最外側的一棵樹。雖然這棵樹幹的外表看上去並不很糟，但是老樹卻出現了大片掉葉的症狀，我必須再次砍掉有病的大樹。這時，我突然地醒悟鳥們把巢窩，築在金銀花叢的理由了。可憐的鳥兒，何曾料到，牠們也許躲過了傾巢之災，卻遭到了滅門之禍呢？剷除了雜亂無章的金銀花，砍倒了第二棵大樹，後院顯得更輕快，更明亮。不過人們也再次成爲，摧毀鳥兒“家”的罪魁禍首。細算一下，包括我們的鄰居，在幾年內有七八棵大樹被砍倒，眾鳥無所依托，只能遠走高飛了。從此，我家的後院，除了烏鴉時有現身鼓噪一下以外，基本上只是些過往的鳥兒，偶爾停留枝頭，鳴叫幾聲而已。後院再次重返極度安靜，安靜得好像連地球都停止了轉動，大白天屋裡都能聽到，牆上掛鐘的滴答聲。曾與我們朝夕相處的鳥兒們，就這樣從我們的視線，悄無聲息地消失，然後被漸漸地淡忘了。



## 阿姨的藍白條迷你裙

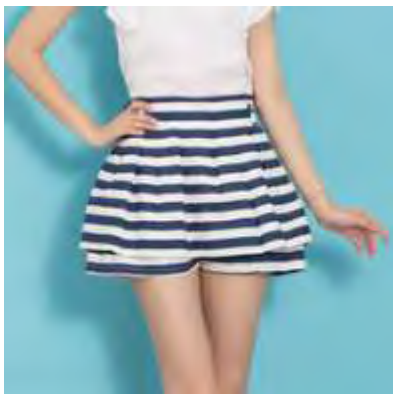
陳蕙玲

願賭服輸，阿美請客了。理由是因為去年大家聚會時，講到孩子離家上大學時做媽媽的會不會哭？阿美說不可能不哭，於是和幾個今年有孩子上大學的朋友打賭，如果說自己不會哭的媽媽中有人哭了，那就輸了要請她吃飯，如果真的沒人哭，她就得請客。

阿美在孩子上學六個月前就每想必哭，送孩子去學校時更是不顧形象的大哭一場；往後，只要是孩子回了家，要再回學校時，那當然也是必哭無疑，哭到我懷疑自己是太鐵石心腸了，還是不夠愛孩子呢？當時真令我這當媽媽的心情小小受挫。

後來陸續聽到打賭的諸位媽媽們說：“不覺得需要哭”；又或者說“很好啊，該替孩子開心之類的話”，我受傷的心靈才得平復。

其中哭得挺慘的阿惠被臨時換角，不哭之媽媽羣因而大獲全勝；我和另外幾個隔岸觀火的媽媽當證人，一併受邀，我還特地請了假恭逢盛會。而這當然也是因為阿美的熱情大方又好客，我們才得以在千橡小地方，享受到了台灣各地小吃。沒記錯的話，當天阿美說只是隨便吃吃的午餐，有臺灣肉丸、魚丸蘿蔔湯、酸菜肚絲、豆腐沙拉、三色蛋、豬血糕、涼拌海蜇皮、越式蝦卷、日式海帶絲、中秋月餅、冬瓜茶、涼粿、地



瓜泥和超級大碗的芋圓芒果紅豆銼冰...等等。就在被五花八門、各式各樣的美食弄得眼花撩亂，正想舉箸大快朵頤之時，阿莉突然哭了起



來，大家在驚慌之餘，趕緊問問到底怎麼回事？原來阿莉告訴姐妹們，她穿的那件藍白條的迷你裙，是三十年前她的阿姨用手工做的，想著想著...阿莉想起最愛自己卻已過世的父親、以及遠在台灣親愛的家人，隔著一個太平洋不能常常見面，心裡很是想念就哭了起來，止不住的心酸匯成著思念的淚水。

我也想起我會做衣服的二姑姑；中學時，當別人穿著不合身又寬大的制服時，我的制服卻是量身訂制、貼身又好看，每年都是二姑姑替我量身定做的；當別人每天吃著蒸過而有棕味的便當時，我的便當卻是當時在家中做餅乾生意的爸爸，每天中午現做、而且親自送到學校來給我吃的。我記得有一次爸爸讓我著急的等了好久後，才滿頭是汗的帶著熱乎乎的便當跑來，猶記得那時自己還很生氣的想：都快沒時間吃飯了...。當年覺得理所當然的事，現在回想起來卻覺得異常珍貴！看著泣不成聲的阿莉，自己也受感染也聯想起已經過世的親人，還有其他在台灣的朋友和家人，“很掛念你們呀！”

口中吃著台灣的美食，心中繫著鄉愁、耳中聽著熟悉的鄉音。唉！我們是 21 世紀，失根的蘭花。





### 破鋒八刀

迎面大劈破鋒刀 掉手橫揮使攔腰  
 順面勢成掃秋葉 橫掃千軍敵難逃  
 跨步挑撩似雷奔 連環提柳下斜削  
 左右防護憑快取 移步換型突刺刀

### 引子

一九三一年冬天的某一個夜晚，天空正飄下一片片的絨雪。在日本京都軍部戒備森嚴的地下作戰室裡，共有十一位日本最高階的軍事將領。室內佈置除了暗灰色的簡單傢俱，只有牆上掛了幅大地圖，是整個亞洲的放大圖。圖上有三個圈，最大的藍色圓圈概括了亞洲，包括中國，東南亞，印尼，南達澳洲，西抵印度；較小的是黃色圓圈，涵蓋的僅是中國、韓國；最小的紅色圓圈是日本九州和中國東三省。

主持會議的東條英機要說的仍是老話，日本必須走出工業化的瓶頸，因為只擁有科技，資本，而無市場與資源的大和帝國，必須佔有中國東北的資源，控制中國低廉的人力和廣大市場，最終才能創造出這最大藍色圈所指的“東亞共榮圈”。

十一位將領舉杯以茶代酒預祝成功。大佐低頭看著杯中淡褐色的茶水，似乎泛上暗暗地朱紅。

### 喜峰口之戰

九一八事變後，日軍完全控制了東北。一九三三年二月日軍一路南下，武藤章的軍隊三月占領熱河，直逼長城。

三月十一日何應欽接替張學良，縮編東北軍，又增調西北二十九軍。軍長宋哲元開赴長城喜峰口。

由於武器欠缺，馮玉祥任李堯臣為二十九軍武術總教官，結合傳統的六合刀法，傳授“無極刀”，最後簡化為“破鋒八刀”，組成大刀隊。這種刀法，是針對日本刺刀，而創編成的肉搏絕招。打造大刀，刀把長八寸至一尺，可以兩手同時握刀，砍、削、劈、刺、均是全力以赴，直取敵人要害。

喜峰口曾數度易手。在喜峰口戰役中，日軍具有武器裝備上的絕對優勢。

三月十一日旅長趙登禹召集團長，營長開會，決定趁敵不備，夜襲敵營。





由於見證二十九軍大刀隊的成功先例，各部隊也開始在各名山大寺，招募有武功的年輕志士，紛紛成立大刀隊。

一九三八年三月，我軍約二十九萬人與日軍五萬人會戰於台兒莊，戰況膠著。日軍在台兒莊北的五星劉家湖村，設立炮兵陣地，排列了二十門大炮，對台兒莊猛轟。九十一旅一八三團三營營長高鴻玉，率領百名士兵進攻，每人八顆手榴彈，一顆炸藥包和一把大刀。

大刀隊出發前，宋哲元軍長親自為五百勇士送行，多年征戰的經驗告訴他這五百位勇士能夠活著回來的不會太多。當五百個士兵一個個從宋哲元面前走過時，忽然有名叫侯萬山的班長，哭倒在宋哲元面前。當時宋哲元嚴厲斥責他，“你哭什麼？跪什麼？你是不是中國軍人？”侯萬山流著眼淚說，“軍長，我不是怕死，打鬼子，咱們不含糊，只是老婆馬上就要生產。如果這次殉國，孤兒寡母要請求軍長體恤。”宋哲元聽了後，感動的對侯萬山說，“你放心去吧，你的兒子，就是我的兒子。”

這場戰役，侯萬山陣亡。身邊戰友回憶，侯揮舞大刀連砍七個日軍，才中彈身亡。之後，宋哲元果然把侯萬山夫人生的雙胞胎養如親子，直到兩人十八歲後，才恢復侯姓歸宗。

此役，大刀隊重新奪回喜峰口。五百人的大刀隊，最後只有二十人生還。

一九三三年至一九三八年，國軍節節敗退。國民政府遷都重慶，就是所謂的以土地換取時間，以空間削弱敵人的銳利攻勢。可憐的是老百姓，生活在水深火熱的淪陷區，以尊嚴換取苟存。

風蕭蕭兮易水寒。因為是拂曉，又是仰攻，等到殺入日方的炮陣時，隊友只剩下十個人。等到埋妥炸藥包，炸毀了二十門大炮，回頭向山下一看，延漫而來的是十一輛日本坦克和一連士兵。孫大虎把炸藥包緊緊的綁在身上，衝向山頂的一塊大岩石，轟然一聲炸了一個大坑，當石頭都還沒有完全落下時，隊副劉仁，這位少林俗家子弟，從二十丈的山峰一躍而下，雙腳重蹬，連人帶石，向山下的日本坦克車滾去。這一次戰役，最後僅有兩個人生還。

八年抗戰繼續，由於美國的參戰，我軍漸見黎明的曙光。

在滴血斑斕的萬里黃沙上，仍可偶而聽到遙遠飄來“大刀進行曲”的悲壯歌聲：

*抗戰的一天來到了，咱們團結戰鬥，勇敢向前。  
看準那敵人，把他消滅！  
衝啊！大刀向鬼子們的頭上砍去！殺！*

**附記：**有許許多多大刀隊的英蹟，已無法追尋。但在七、八十年前抗日戰爭最為艱苦的時候，大刀隊如此前仆後繼的壯烈成仁，給全體的中國軍民，打了一劑強心針。



# 雪夜微聲

管海玲

那是八十年代初，美國猶它州一個大學城的冬天。那天吃完飯，她把碗筷一推，走出屋子。外面開始飄雪，風夾著雪花在空中狂舞。那天晚上，她要步行 10 分鐘，去學校參加一門考試。先生從後面趕上來，要陪她同去，她執意不肯，賭著氣甩掉了他的手，就一個人衝進了茫茫雪夜之中。

這是她來美國的第二年。當初，飛機載著初次離家的她抵達美國猶它州時，他哥哥的好友，奉命來接機。他個子不高，一張敦厚的臉，偶爾露齒一笑，顯出幾分靦腆。他多思而寡言，對人對事帶著獨到的見解，讓她很是欣賞。第一次見面，她就預感到他就是她一直等待的那一個。半年之後，他們就步入了婚姻的殿堂。共同生活之後，她才發現他們的個性相去甚遠，溝通困難，口角成了家常便飯。婚姻的小舟才剛剛啓航，就觸到了暗礁。兩人世界漸漸失去了甜蜜的盼望，而變得味同嚼蠟起來。

學業也讓她倍感疲累。從小到大，她都是頂著會讀書的光環，行走在眾人欽羨的目光之中。在學校，她是老師的寵兒；在家中，父母以她為傲。可是到了美國，第一個難關就是語言。教她商業管理課程的那位年輕的教授，上課時，張牙舞爪，語速極快，而且還夾雜著笑話，讓她分不清哪個是跟上課有關，哪個不是，聽得十分辛苦。那個教授尤其喜歡打趣成績不好的學生，她聽也聽不明白，就跟著大家一起傻笑，事後，又覺得窩囊透頂；他所要求的大量的課外閱讀尤其讓人生畏，而且每週都有考試。她那時讀的碩士是不能拿 C 的，她覺得壓力很大，都快堅持不下去了。

雖然她從小去教會，長大後仍然每天讀聖經、做禱告，可這些都不能把她從極度的沮喪中拯救出來。

當天晚上的考試結束了，她從教室裡出來，想到那些沒有答對的題，心裡覺得悶悶不樂。那

時，雪已經住了，地上厚厚地積了一層雪毯。她深一腳淺一腳地往回走，心裡充滿了怨氣。她大聲地埋怨上帝為什麼帶她到美國來：“我以為你把我從台灣帶到這裡是有一個計劃的，可是，為什麼讓我走得那麼艱難？婚姻是這樣的沒有出路，學業也是這麼不順！”她一邊走，一邊哭，一邊大聲地質問神。四圍覆蓋的雪讓周遭顯得一片寂靜，唯有她踏雪而行腳下發出的咯吱咯吱聲，和她受了委屈如孩子般的嗚咽聲，彷彿天地間只剩她一個人，再沒有陪伴，也沒有安慰。她就這樣走著走著，直到實在不想走下去了，就伏在雪地上失聲痛哭，就像要把心中所有淤積的愁苦全部宣泄出來。不知過了多久，她聽到一個清晰的聲音對她說：“我為了你的驕傲被釘在十字架上”那聲音雖輕，在寂靜的雪地中卻讓她悚然一驚。她四下尋找，卻沒有一個人影，突然間，她意識到，這是誰在對她說話。她覺得有一雙手把她抱在懷中，一股暖流從她心頭流過，讓她禁不住顫抖起來，繼之而來的是一種十分甜蜜的感覺，一種她從未體會過的喜樂漫上了她的心頭……

從前的事情一幕又一幕地放映在她的眼前。她想起因自己的驕傲、懷恨他人、沒有寬恕；想到自己得罪人、得罪天的地方；想到從小到大，上帝一路的保守引領……她就這樣一邊流淚，一邊走，走不遠就看見有一個小小的身影站在一排樓房前的大樹下。走近了，才看清正是她的先生，一直在雪地裡等著她回來。她的淚又一次湧了出來，她覺得，這世上再也不會有另外一個人，像他這樣待她。

那一夜，她的心被一種奇妙的愛觸摸著。二十年後的今天，她仍然記得那雪夜微聲，記得那一份深觸心弦的感動。



# 一個人的感恩節

鮑詠蓉

清寂的早晨，我從夢中蘇醒。窗外一縷和緩陽光，從紫銅色的窗簾之間，落在我純白繡著綠邊的被子上。今天是2014年的感恩節。

家裡悄無聲息，沒有鬧鐘的鈴聲、奔跑的狗、沒有孩子房間裡的音樂、沒有腳步、沒有說話的人、沒有新聞報道、也沒有吐司機爆跳著麵包和沸水的疾鳴。獨自在家的我，深陷於柔軟芬芳的溫床，眯著眼睛聽著這獨處的聲音。

這種感覺美妙無比，幾近原始本真的人性。環境和內心，在缺乏噪音的氛圍裡交融，相互影響。人之所以享受孤獨，歸根結底是源於對自由的熱愛。獨處的時候，人的一切偽裝完全落幕，疲憊的身心得以休養，做著最真實的自己，不用對任何人解釋。

朝露中的草地和松樹有一種特別的清香，在早晨的野外愈發純郁。因為它們，呼吸由本能轉化成了養生。我願這自然的精華充滿我的細胞，使我由內往外散發芬芳的朝氣。後院五畝自生自滅的草地彷彿是綠野仙蹤，置身於此引人遐想。時已深秋，然而玫瑰在溫暖的節氣裡依然綻放

著。懷抱著十幾枝白玫瑰回到屋裡來，把它們插在豆青瓷缸裡，這是一幅自然，清純而古典的畫面。

取骨瓷的英國茶杯，喝一杯檸檬蜂蜜水，那溫潤馥郁的熱飲立刻瀰漫我的身心。紅糯米粥是隔夜燉好的，用一個青花的古瓷小碗慢慢地吃著，我想，百年前是誰曾用過這只碗，她穿的衣服繡著什麼花，她髮髻上的金簪鑲著什麼寶石，誰是她的夫君，她吃的又是什麼呢？

我的小圖書館裡有一張粉紅絲絨的維克多利亞雙人貴妃榻，是我時常坐的地方。今天，我要試著讀完十一月的家居設計和時尚雜誌，並同時再看一遍60年代的越劇電影“梁祝”。誰是真正的表演藝術家？袁雪芬。她不是美人，然而那一顰一笑，抬頭低眉，舉手投足，每一個細微的表情和動作都表達著感情：愛、依戀、無奈、焦急、悲憤和決心。我被梁祝的愛情感染著，人的一生，能這樣愛一個人並同時被他愛著，是多麼幸福。

(續接 49 頁...)



# 關於《教我如何不想他》一曲之我見

楊比德

《教我如何不想他》（劉半農作詞，趙元任作曲）是中國藝術歌曲的一支瑰寶，一顆燦爛的明珠。歌曲富有濃郁的民族性，強烈的時代性和完美的藝術性。作品於1926年完成，1927年出版，之後迅速傳遍全國及海外，至今已整整87年。它贏得了廣大人民的喜愛，也是音樂家們久唱不衰的聲樂曲目之一。

一首受到人民熱愛經久不衰的歌曲。主要就是它具有這些時代性、民族性和藝術性，以及伴隨著的動人的歌詞、動聽的旋律和動情的歌唱。

## 教我如何不想他

作詞：劉半農

作曲：趙元任

天上飄著些微雲 地上吹著些微風 啊……

微風吹動了我的頭髮

教我如何不想他？

月光戀愛著海洋 海洋戀愛著月光 啊……

這般蜜也似的銀夜

教我如何不想他？

水面落花慢慢流 水底魚兒慢慢游 啊！

燕子你說些什麼話

教我如何不想他？

枯樹在冷風裡搖 野火在暮色中燒 啊！

西天還有些兒殘霞

教我如何不想他？

### (一) 強烈的時代性（動人的歌詞）

20世紀初中國廣大青年正處於追求遠大理想，渴望個性解放的時期；迎接著“五四運動”以科學、民主的旗幟追求新文化、新思想的潮流。在這樣的歷史背景下，劉半農先生寫出了時代的最強音，而趙元任先生譜寫出反封建的歌聲，反映了“五四”的精神；鮮明的民族特色成爲先驅、典範。

### (二) 濃郁的民族性（動聽的旋律）

歌曲以中國民族音樂爲主，濃厚獨特的中國民族曲調、風格、感情、審美及語言融爲一體。而不是生搬硬套而來的洋腔洋調之西洋音樂。因此易於親切、深受歡迎。

### (三) 完美的藝術性（動情的歌唱）

歌曲展現了自然界的四季，以春夏秋冬爲背景，展現了詩人懷念遠方的戀人：讚美明媚的春光；歌唱五月之夜的月光；傾訴淒涼的悲秋；和嚴寒的冬天。美的詩詞與民族的曲調，達到動人、動情、動聽的歌唱藝術。

### (四) 主題思想

我認爲這是一曲抒情性、含蓄性、歌唱性的愛情藝術歌曲。演唱者需做到知情、唱情、傳情來塑造完美的藝術形象，歌唱者要具備高超的聲樂藝術技巧與高超的創新藝術處理，還應具有豐富的構思與想像。特別是加強語言的表現力、魅力、感染力。表達對遠方戀人心靈的呼喚，要在歌唱語言中出聲音、出感情、出形象。

### (五) 歌曲處理

詩人藉美麗的自然景色，引入了如何不想他



的主題。

### 1. 春天

天上飄著些微雲，地上吹著些微風，啊·  
 春天將明媚的陽光灑向天空，  
 白雲悠悠飄向遠方。  
 春天將歡樂灑向人間，  
 千樹萬樹梨花開，春天遍地桃花水，  
 溫柔的微風吹散了我的頭髮，  
 引發心靈的激情與嚮往，  
 教我如何不想他……

### 2. 夏夜

海上升明月；  
 一輪明月今宵多，柔似水、清如玉。  
 月光浸沿著藍色的海洋，  
 海洋擁抱著明亮的月光。  
 上下天光，月光海洋輝映相照，  
 四處無聲，五月的夜空令人喜愛讚美，  
 教我如何不想他……

### 3. 悲秋

秋風興起，水波粼粼，秋花秋葉秋草黃，  
 落花片片隨流水，魚兒水底輕輕游，  
 魚兒、落花兩去也！  
 黯黯青山夕陽殘，半江瑟瑟半江紅。  
 觸景抒情，凝視遠方，淒涼、感傷、孤獨。  
 教我如何不想他……

### 4. 寒冬

冷風在大地呼號，  
 日暮殘霞，枯樹在寒風中搖幌。  
 遠眺黃昏白雪，  
 孤守這無情的冬日，悲哀的獨白。  
 低聲詠嘆，遙遠的戀人，  
 白雪覆蓋著大地，期盼著明春的到來，  
 教我如何不想他……

在整首歌中，有三個畫龍點睛之處。其一為“聲情的尾聲”，這是全曲的高潮，唱出高超的

聲樂技巧，表現了超凡的藝術處理，在高音處唱出弱音（pianissimo）、延長音；似天籟之音，美妙動人、深惱思念、情深意切。完美的（Legato Line）與優美的（dolce）心靈的呼喚，致遠方的戀人，教我如何不想他，久久迴盪……

其二為“多情的「啊」”，在全曲中都引用了一段委婉動人無言的「啊」，它起到延續前句的感情又引出後句心靈深處內心的表白，是前句感情的延續，也是後句的開始，宛如一句美麗的「弧線」。



其三為“輕柔的半聲”。全曲以輕柔的美聲唱法（Mezzo Voce）為主、運用高位置的頭聲，音量不宜過強，強調要加強美麗的音質，高度的連貫，抒情含蓄給人以回味無窮之美感。

## （六）《教我如何不想他》在北京的首次演出

1934年初夏在北京燈市口公理會教堂舉辦了一場音樂會，由北京育英中學和貝滿女子中學聯合演出。由李抱忱先生主持，並擔任合唱指揮。李抱忱先生特別邀請了劉半農先生到會並作簡短致詞，劉半農先生當時剛從國外歸來，觀眾抱以極大熱情希望能看一下這位著名的詞作家；大家





劉半農先生

猜想他一定是位西裝革履、風度瀟灑的才子；殊不知李先生請來與觀眾見面的劉半農先生，卻是一位瘦小老頭，身穿舊藍布長衫，讓人們大笑不止。

劉先生一見此舉，朗誦了一首打油詩，作為開場白：

教我如何不想他；請進門來喝杯茶。  
原來如此一老叟；教我如何再想他……

讀後台下一片歡呼笑聲，然後劉半農先生微笑的向大家祝賀演出成功並談了音樂對人生的意義，這時大家要求劉先生講解《教我如何不想他》的創作經過，他說“這首歌是趙元任先生配的音樂，趙先生才華出眾。這首歌是一首表達男思女想的愛情詩篇，當然可以這樣理解，不過我們當時剛從南方來到北方教書，開始時對生活環境不太習慣，故也常常有懷念、思念之感，就是在這種心情下寫的。”他的熱情演講和幽默的打油詩被在場的觀眾抱以熱烈的掌聲和歡呼。

### (七) 劉半農先生的追悼會 (1891~1934)

這次音樂會後，劉半農先生去內蒙、西北考察語言工作。很不幸在內蒙得了傳染病，不治逝世，享年43歲。後在北京大學舉行了劉半農先生追悼大會，由北大校長蔣夢麟先生主持，主要發

言人有胡適先生、錢玄同先生等。他們都談到了劉半農先生對北大的貢獻，特別在語言文學上的成就。追悼會結束前由合唱團演唱了劉半農作詞趙元任先生作曲的兩首歌曲：

1. 織布  
朝織丈五，暮織丈五，  
今人化古，尚餘丈五，吁嗟辛苦。
2. 聽雨  
我來北地將半年，今日初聽一宵雨，  
若將此雨到江南。故園新筍添幾許。

當劉半農先生逝世時，趙元任先生寫下一幅感人至深的輓聯“十線彈雙簧，無詞今後難成曲。”這反映了二人的志同道合通力合作之志趣，也道出了趙先生對痛失良友的哀傷！

### (八) 關於趙元任先生 (1892-1982)

趙元任先生是我國著名的文學家、音樂家、音韻學家。他的創作強調以本民族的語言、語調、語氣旋律為基音，寫出了民族特色的藝術歌曲。一生中寫下近百首不同形式風格的歌曲及鋼琴曲。例如《賣布謠》、《教我如何不想他》、《也是微雲》、《過印度洋》、《上山》、《揚子江上撐船號》、《晚鐘》及說唱風格的《西洋鏡》、《老 天爺》和合唱曲《海韻》。

同時他強調詩詞、旋律、鋼琴伴奏為三位一體的、完整的藝術結合。他所創作的藝術歌曲都由他自己配寫伴奏，生動的形象深刻的表達了歌曲的內容，這是





非常可貴之處。例如《也是微雲》一曲以伴奏的音型很形象的表現了曲中人物的內心激動。

另外，上世紀90年代初，趙元任先生之女，美國哈佛大學音樂系著名音樂家趙如蘭教授，在波士頓的一次音樂會中聽到男中音歌唱家楊捷先生（我之子）演唱的《教我如何不想他》後，非常激動，讚美楊捷先生的演唱聲情並茂，之後又多次邀請楊捷先生去他家講述趙元任先生的許多音樂作品，他們也成爲非常好的朋友。

當《教我如何不想他》問世後，人們一直有一個疑點：歌曲究竟是對故土、故人、故鄉的思念還是對情人、親人的傾訴？其說不一。趙元任先生1981年在中央音樂學院訪問時大家又提起了這個問題。

趙先生一一回答了大家的問題，趙先生說“是這樣的，每個人都可以有自己的理解，以前漢字的“他”可以通用，不分男女；白話文後有了他、她之分，所以產生多種說法。後來我用了一個折中的辦法，用“you”來避開“him”或“her”，所以我的標題則改成“*How can I help but think of you*（教我如何不想你）”，當場還提了一個建議“在唱到最後一句“不想他”時請不要唱出大的滑音以避免洋腔洋調，最後趙元任先生在熱烈的掌聲下興致勃勃地演唱了此曲。

趙元任先生1892年生於江蘇常州（青果巷），幼年時代在青果巷生活了七年；長大後去美國留學；1925年回國後任清華大學語言學教授，是當時清華大學四大權威教授（王國維、陳寅恪、梁啟超、趙元任）之一。趙先生博學多才，從數學到物理學，從音樂作曲到語言音韻學，從文學到哲學，一生建樹頗豐。1973年在北京人民大會堂受到周恩來總理的親切接見。據外交家宋有明先生一段撰文回憶：「那天談話氣氛非常輕鬆，總理談到‘當時趙先生執教於清華大學時，我曾考慮去清華大學跟先生學語言學，後來因趙先生給羅素做翻譯，離開了清華大學，所

以當時我也沒有學成，後就不會再見到先生了……’趙元任聽後非常高興的說：多虧沒有跟我學 語言，不然中國可就少了一位好總理。當時大家都大笑不止……」



1981年

北京大學授予趙元任先生名譽教授資格，在會上趙先生興奮不已，隨即唱了《教我如何不想他》；次日又到中央音樂學院訪問，會上又情不自禁的唱起了這首歌；之後又去了多年不見的故鄉青果巷故居，並讓女兒趙如蘭用風琴伴奏，再度深情的唱起了這首《教我如何不想他》；同年返回美國。但在1982年2月不幸心臟病突發，於波士頓逝世，享年90歲。女兒遵囑將其骨灰撒在太平洋，期盼流回祖國，流回家鄉。

楊比德於北京寓所

**附記：**作者楊比德先生是當今中國著名男低音聲樂教育家，曾任北京中央音樂學院聲樂系教員，及藝術學院音樂系系主任，對於聲樂有相當深厚的造詣。多年前自國家一級聲樂教授一職退休後，仍在各大專院校及藝術團體中講授聲樂技巧，並著有《如何唱出美好的歌聲》一書。





# 見鬼了

龔望

最近在中文電視台的一個談話性節目中談及全球有十大鬧鬼酒店，臺北君悅酒店也名列其中。節目主持人說有人在該酒店晚上聽到不明的腳步聲，有時候電燈會自動的一開一關，挺嚇人的。更說2001年韓國女星金賢秀來臺出席金鐘獎頒獎典禮，下榻該酒店，半夜睡不著就打開電視看節目，影幕中却出現一個女人頭，嚇得她哭著要求換房間，是真是假不知，但二十幾年前我在該酒店（當時名叫凱悅酒店），也經歷過一段往事，自今難忘，且聽我道來。

君悅酒店位於台北市的東區，該區以前叫做三張犁，是日據時代的刑場，光復後國軍蓋了兵工廠並設有靶場，周圍是一片荒蕪的亂葬崗，聽說夜晚鬼火熒熒鮮有人至。七零年後，臺北市爲了向東發展，拆除兵工廠遷移墓地，而蓋了國父紀念館，臺北市政府也遷往，後又蓋了凱悅酒店（現在的君悅酒店），世貿中心和101大樓，成爲現在繁華的信義商圈，取代了當年的西門町。話說大約二十年前，我出差到馬來西亞，在臺北停留一天再轉機飛吉隆坡，這次出差還帶了老婆同往，當晚就住在凱悅酒店。凱悅建築宏偉，挑高的中庭大廳，恢宏大器，豪華氣派，但在寬敞的CheckIn櫃檯旁的牆壁上有丈二高的符咒兩幅，寫的是“一柱擎天”和“生意興隆”爲密宗林雲大師的作品，看上去怪怪的，不像是裝飾門面的藝術品，說它是用來鎮邪的符咒反而貼切些，心想如此一個現代化的企業也會信邪？雖然酒店全體職員都身著黑色制服，但整體來說沒有陰深令人不安的感覺。

辦好 CheckIn 的手續已是入夜時分，我倆的房間在六樓，進入房間拉開了窗簾，外面漆黑一片（那裡就是後來101大樓的位置），沒有夜景

可欣賞，便合上窗簾下樓用餐。一路勞頓第二天還要趕飛機，用罷晚餐兩人回房早早就寢。才入夢鄉不久，耳中便傳來輕微的敲擊聲，“托托，托托托”響個不停，聲音不大，但足以擾人清夢，忍了一陣見未停止，便打開電燈想查個究竟，說來奇怪，燈一打開敲擊聲就停了，懷疑是不是自己聽錯了，轉頭問老婆有沒有聽到聲音？她說有，原來她也已驚醒，只是不敢出聲而已。過了一會兒見沒動靜，便熄燈再睡，但不久那“托托，托托托”的聲音又起，我怒火中燒，打開電燈拿起電話撥打服務臺，鈴聲響了許久服務員才接，此時敲擊聲又停了，我對服務員說樓上有房客半夜修東西，鬧的我無法入睡，而服務員的回答却讓我毛骨悚然，她說：七樓在整修沒人住，又說工人下午六時都已下班，不會有人。但我怎能就此罷休？堅持要派人上來查看。不久，一位服務員來敲門，我請他進房，此人姓張，我稱他小張。我們側耳傾聽了一會兒，還是沒有聲音，他笑著說樓上真的沒有人，一定是我聽錯了，我不服氣，而且從不信邪，一定要上樓查看，他拗不過我，只得勉強同意。我回頭向老婆交待要她在房間等，此時她幾乎已完全縮進了被子裡。我關上房門隨著小張走向樓梯，小張說因爲整修，樓梯不通要走大樓的維修通道，此通道在一扇小門的後面，小張打開小門，一陣涼風吹來，不禁打了一個哆嗦，小張看了我一眼，我命令的說“進去”，其實我是要他打頭陣也，小張無可奈何硬了頭皮拿著手電筒進了門，我也隨後跟進，門後是兩節小樓梯，我倆戰戰兢兢的拾級而上，又碰到一扇小門，我說“開！”，小張鼓起勇氣推開了門，我倆探頭一望，裏面有一盞小燈，燈下赫然坐著兩個人！

好了，鬼故事說到此大家也猜到是怎麼一回



事，這兩人被修築公司老板要求留下來加班趕工，却沒有通知酒店，害的我虛驚一場，一晚沒好睡。第二天Check Out時當然心有未甘，向酒店要求賠償無睡眠的損失，討價還價結果算我房錢半價，為公司省下一百美金。其實君悅酒店要感謝我鏗而不捨，挖掘真相的精神，否則以訛傳訛，君悅酒店鬧鬼的故事又添一樁，說不定會大大影響它以後的營業呢！

圖：左為君悅酒店，右為台北國際貿易大樓



(.....承接第 43 頁，一個人的感恩節)

中午時分給自己做了芝麻蜜汁排骨、龍井蝦仁、香菜茄子各一碟，並一碗小蔥番茄蛋湯。晶瑩的新米軟韌飽滿，香氣四溢。獨自坐在巨大的非洲紅木餐桌前消受這賞心悅目的可口午餐，不禁感嘆於幾年前只會煎蛋的我竟然能做出這活色生香的菜品。烹飪其實是很多精神的組合，比如心的寧靜和對美的要求，比如經驗的積累和對食材的尊重，比如應變的能力和對原則的遵循。我要學習，學習，不斷地學習。

午後那幾小時是我喜歡的時間段，我不午睡，因為曾經小寐過，致午後稍縱即逝，我要在夕陽到來前做一些我喜歡的事情。

感恩節正在如火如荼地進行著。傍晚的時候朋友們開始接二連三地發布豐盛的宴席照片，使我目不暇給。火雞當仁不讓是主角，但是我可愛的朋友們，她們精緻的餐桌上還有包子、腊肉、毛豆、西芹木耳、蔥燒紅魚、汽鍋雞、金針菇、鮮蝦、蟹和火鍋！我一張張看著，樂不可支，咯

咯地笑，直到其中一個問我“你吶？”當得知我正在過一個人的感恩節後，微信頃刻間鋪天蓋地接踵而來。“過來!都還熱的!”；“為什麼不告訴我!”，“早知道一定拉你來”；“怎麼搞的？過節還出差！讓你一個人在家。”；“為什麼不早說!”，“現在就來！等你!”……被愛真好。親愛的，我就是知道會被邀請到你們家所以才不作聲的呀。

一個人的感恩節，和自己交談了一會兒人生，感恩我的健康、容顏、家人、愛情、友誼、以至我呼吸的空氣、眼裡的山脈、指間純淨的水、腳下平坦的道路、善良的陌生人、誠信的社會、這裡是我的世外桃源。我以感恩的心生活在其中，無時無刻不珍惜它的美好。告訴自己以寬容的愛心回饋它，關愛親朋、助人為樂、無私奉獻。人的一生，除了和自己和平相處，自尊自愛，不斷進步以外，如果能像寶石一樣閃閃發光，給身邊的人帶來溫暖、歡樂、和美麗，讓別人在想你時恬然微笑著，那就是成功。我正努力成為這樣一個人。



桌子上擺滿了我為春晚所有義工製作的紀念杯子，我懷著感激之心認真地寫著義工的名字，然後仔細地貼到杯上。望著這一百多個紅咚咚的杯子，我的思緒被拉到了幾個月前……

2015 康谷華協春晚總監，過去我是作夢也沒想過這頭銜，聽著有點兒嚇人，也唬人。雖然比央視春晚差著太平洋，可是這幾百號人，半年的辛苦，一千八百個位子的專業劇場，也著實責任重大。去年七月底段治邦會長找了我，雖然第一感覺是不合適，但多年的友情，我答應考慮考慮。於是，我請教了多位中文學校和 CCCA 的朋友，她們都鼓勵我說：你做吧！大家一起來幫你，我很感動。CCCA 的春晚已經辦了十五年，數不清的朋友出過力。我從沒負責過，只是曾小小地參與過，除了當幼稚園老師時組織小朋友演過“中國娃”、“小青蛙”、“踏雪尋梅”，就是參與老師們的節目，憑著這份感情，我也應該為春晚貢獻一點力量。其實對搞文藝表演我不在行，但我知道最重要的就是團隊。我非常幸運的，咱們這“兔子溝”裡人才濟濟，新朋老友們合力，八月就開始搭起班子幹活兒了。

#### 兩大總監 — 舉辦春晚的關鍵

“歡樂千橡”的主旋律定了以後，第一個關鍵就是訂定節目總監。活躍千橡文藝界多年夏興

中指揮是最稱得上“歡樂”的了，他既幽默風趣，又精力充沛，難得的是五湖四海，極有耐心。在游麗惠、吳迎春、黃桂林、尙虹、魯芳、楊曉明、馬紅、張建萍、曹怡和汪宜等人的幫助下節目單改了一稿又一稿，開幕舞甚至親自上陣，終於呈現給觀眾一台創新的演出。

節目有了，如何把兩百多位演員十七個節目的表演完美地呈現在大舞台上，對舞台總監是一個巨大的挑戰。幸運的是我們請到多年春晚的老將趙蓮，從新的舞台燈光效果到節目的順暢，在她的指揮下，由她的團隊—尙虹、楊曉明、吳華山、石立成和陳東旭以及劇場運作負責人李文成的團隊—游麗惠、吳忠憲和林新穎緊密合作，使我們節目演出得異常完美。

#### 開幕舞開幕舞—春晚的重頭戲

開幕舞編導李愛婕是中文學校的民族舞蹈老師，她曾是一位專業舞蹈演員。精彩的編舞加上團隊的支持，中文學校老師和同學們一段段優美的舞蹈伴隨著鏗鏘的鼓聲，開幕舞“歡樂千橡”讓我們在異鄉感受到濃濃的年味。贊！

開幕舞好幾年都是外請專業舞蹈老師作編導，今年由中文學校的魯芳老師挑起大梁。她深愛春晚舞台，多年來編導和演出經驗在今年的閉



幕舞給我們展示了極具中國味的獨特舞蹈藝術。她要上班，要教課，幾個月來閉幕舞佔據了她的全部，甚至家裡水管的流水聲都被她想成“一條大河”。成功了！魯芳老師，祝賀你和“傳承”的參演人員。

#### 嘉賓的專業表演—春晚的亮點

鋼琴演奏家 Sean Chen 和女高音歌唱家江鳴鳴，是來自我們社區的表演藝術家。Sean 只有二十八歲，他在中文學校多年，畢業於 Oak Park 高中，當年他被朱麗葉音樂學院和哈佛大學同時錄取，而選擇了去朱麗葉主修他最愛的鋼琴，曾轟動社區。這次他剛好被 New West Symphony 樂團請來表演，讓我們有幸在春晚欣賞到他高超的琴藝。

江鳴鳴來到千橡已經七年了，因為在中美兩地表演，這是她第一次來到我們千橡的春晚。爲了這次演出，她參加完在北京人民大會堂的春節音樂節表演，改機票啓程回美國。不巧的是北京下雪飛機延誤，中途換飛機又延誤，她錯過了最後一次彩排，但還是在演出前趕到了劇場，沒顧上吃飯就化妝登台。一曲“中國版畫”以三個八度高難度炫酷聲樂譜奏，用多元化的音樂元素勾

畫出生動的中國風情，贏得了台下中外觀眾的熱烈掌聲。

#### 多姿多采的演出—大眾的盛會

我們這台兩個半小時的演出可謂多姿多彩，老少皆宜。演員從三歲到七十多歲，有兩百多人。次。“嘟咪熱帶魚”和“喜洋洋”是中文學校小小朋友的奉獻，他們稚嫩可愛的表演讓爸爸媽媽爺爺奶奶們無比自豪。配樂詩朗誦“明月幾時有”讓觀眾看到了我們中文學校一年級的小朋友字正腔圓的中文水平；我們社區的文藝團體韻聲合唱團表演的“常回家看看”，揚聲合唱團的“達阪城的姑娘瑪依拉”以及千橡民樂坊的二胡齊奏“賽馬”帶給我們社區群眾文藝活動的精彩。西藏舞蹈“天路”和武術表演“跨代共武”是中文學校第三節課的作品，兩位老師都在第一時間報名上春晚，傾注了他們無限的熱情；百老彙式歌舞“Newbury Park 的衝浪者”，西湖高中中文班學生自己編導的“我的未來不是夢”，芭蕾舞“畫室幻舞”以及著名的西湖高中合唱團的聲樂重唱，都用藝術展現了青少年充滿青春的活力，對美好生活的追求。千橡高中中文班的小話劇“中美學生過大年”是我們的 MC 陸傑森老師自己寫的劇本，站在美國人的角度介紹我們的中

國新年習俗。在這，還要提一下我們的主持人，陸傑森老師加上老同學黃嘉奕，精彩的串接、風趣的笑話、你明白為什麼不能送鐘為禮，而可以送 Apple Watch 了嗎？

#### 晚會成功的保證—團隊精神

晚會後的工作餐會上，一位遠路而來的朋友問我，你們千橡為什麼能辦成這樣大規模的春晚？我驕傲地告訴她，我們是南加最和諧的華人社區，我有一個精幹的團隊。市場企劃由華協的副會長錢文絢負責，加之春晚的幾員老將蔡友文，王長卓，曹織玲等人幫忙。票務還是由經驗豐富的藍芸領軍，和張中瑞、洪娟娟和葛曉慧在中文學校連續七週賣票。後台由會長丘偉榮和前會長俞章媛帶領家長會全力支持，秩序和安全得

到了充分保障。攝影和錄像由許大昆和劉本仙領隊，尤其是許大昆在後期製作上花費了很多心血，為大家呈現出高質量的照片和影片。希望大家能在照片和影片裡重溫你們演出的光輝時刻。由於篇幅有限，我不能對每位義工一一署名道謝，但對於你們的辛勤勞動和默默付出，我深表敬佩，並由衷地說聲，謝謝你們！

掌聲響起來，當我們的節目製作人和工作組負責人陸續登台時，整個晚會達到了高潮。台上揮動的雙臂，台下呼喚的熱情洋溢，無數的燈在閃耀，彙成了歌聲、笑聲、掌聲的海洋。這就是千橡！歡樂的千橡！

幕徐徐落下，千橡春晚的歡樂，飄至千里，希望傳之永遠。















When the curtain dropped and it was all over, we were expecting to be sad. But even if we were sad, it was drowned out by the wonderful feeling of happiness and pride. For us, the most fun part of the whole experience was the journey, not the destination. Douglas, Vikkie, and I poured countless hours into track-editing, costumes, and choreography, but we were so passionate about this number and it felt like play rather than work.

To be honest, when we first started, we weren't sure what the response from the dancers was going to be. We feared that our fellow Westlake students were only in it for the extra credit for their Chinese classes, not because they actually wanted to be here. However, as we got further and further into rehearsals, we realized that we had a truly dedicated, awesome, talented group of high school students that were capable of rocking the stage. Most of them never had any dance experience before, and seeing them transform into performers was one of the most rewarding experiences ever. We were particularly touched at how much heart and enthusiasm the Westlake dancers put into this dance, especially considering their insanely busy academic and extracurricular lives.

The musical aspect of producing the number was very enjoyable as well. We wanted to tailor the instrumental to fit exactly our vision of the song, so we went ahead and decided to edit our own track. Although this experience was often very frustrating

and tedious, since we weren't very experienced in this field, we became more proficient at navigating Garageband and were pretty proud of the result. Furthermore, since 我的未来不是梦 is a pretty well-known Chinese pop song, we wanted to add our own twist to it to entertain the audience. We had a blast coming up with crazy riffs, bizarre harmonies, and English descants to spice up the vocals.

While I focused on the music aspect of the number, the choreography aspect of producing was largely composed of the creative genius of Vikkie Jiang and Douglas Shao. They were a power duo that came up with such a large variety of choreography. This number not only featured fun, exciting, high-energy choreography, but also an elegant lyrical trio and even some acting and role-playing in the beginning of the song. Douglas and Vikkie tirelessly created and taught the choreography week after week, and their imagination and creativity added a lot of energy and life to the stage.

We hope that all the students enjoyed their experience and we cannot thank them enough for their hard work. We'd also like to take the time to specially thank our parents for being so supportive. We would definitely not have been able to pull this off without your guys' help, advice, and encouragement. We are thankful beyond words to have had the opportunity to produce this program; it was a priceless experience that taught us so much.

# 喜洋洋編後感

林曉玲



轉眼來西米谷生活已經十幾年了。自從五年前女兒開始上千橡中文學校，我就和春晚接下了不解之緣。憑著簡單的一腔熱情，從兒童民族服裝“秀”到喜洋洋，每一年 CCCA 的春晚舞台上都有我流下的滴滴汗水。雖然這微不足道的幾滴汗水只為在舞台上閃亮了幾分鐘，但卻是我得以驕傲的最大的資本。我可以驕傲的對我的兒女說，媽媽為了讓你們領略中國民俗，付出了汗水和努力；媽媽為了中華文化的傳播發了小小的光和熱。

第一次接觸到春晚是在五年前，還是因為聽 Jeff 說起春晚節目的構想。當他說和 Eva 老師想做小朋友的民族時裝“秀”時，我就毛遂自薦了我這個土生土長的新疆人。因為對西部舞蹈的熟悉，就負責了西部舞蹈的部分。當時我們五位家長同心協力，由 Eva 老師主編，Jeff 統籌安排，就在春晚的舞台上打響了我們的第一炮；第二年我們再接再厲又編排了五洲同樂；更是玩笑的定下了來年的春晚的主題—宇宙慶春。春晚不僅是孩子們的期盼，更是我們家長們友情的紐帶。後

來因為 Eva 老師和另外一位媽媽的遷移，我們唱響宇宙的計劃擱淺了。以為自己從此就可以坐下來欣賞 CCCA 的春晚了，卻因為朋友的推薦，加入了明非老師的春晚隊伍，參與了快快樂樂學漢字的編排。後來又加入了魯芳老師的團隊，參與了去年的開幕舞和今年的閉幕舞的排練。今年當桂林校長說讓我幫 K 班編排一個節目時，雖然有些猶豫，還是接下了這個重擔。尚虹因為怕我參與兩個節目太忙，急忙找來了會跳舞的幾個朋友幫忙。我們及時討論，大家一致通過排練喜洋洋，為這個羊年添一份喜氣。我們的編導胡靜老師，是個很會跳舞的一個年輕，美麗的媽媽。為了編排舞蹈動作，一遍遍的卡音樂，篩選動作，就是腳扭了也一遍遍的帶著孩子們跳舞，只是希望他們能呈現給觀眾最美麗，可愛的小羊。她甜美的笑容是孩子們快樂的源泉。我們的製作人董平，工作的忙碌也耽誤不了她對孩子們的付出。因為孩子們太小，她每次都要細心的為孩子們準備零食和飲料，還組織爸爸們一起做舞台的裝飾。我們的財務徐冰，不僅讓我們不用費心財務的管理，還在最後及時的把孩子們的演出服從中



國帶了回來。還有我們最重要的小羊們，在最後的幾週裡，都要排練兩個小時，可是他們都堅持下來了。除了我們這些喜氣洋洋的小羊們，我們還有一大亮點就是三個爸爸。他們入木三分的表演，讓節目增色了不少。孩子們也因為爸爸們的加入跳得更起勁了。而我以為有了以前節目的經驗會胸有成竹，可是做了編導以後才知道，自己的整體構想是多麼的不足，太多的細枝末節需要考慮，太多的安排需要到位，“真是不做不知道，一做嚇一跳”，呵！呵！呵！現在才知道當一個編導是多麼的不容易。

在喜洋洋幾個編導裡，我是唯一一個有春晚經驗的，有太多的指手畫腳，我們的胡靜和董平都包容和接納。因為舞台的背景裝飾需要加強，迎春和 Tina 幫我們找來需要的材料，還有桂林，尙虹幫我們去儲藏室找可用的裝飾。還好有麗蓉保留的漂亮大石頭，一切的一切總算搞定。只是在表演的前兩天又發現了舞台裝飾站不住，我老公臨時被我逼上梁山，迫不得已的幫我們做好了支架。一台表演因為有每一

個人的付出，才有那精彩的幾分鐘。最可惜的是我們的胡靜老師的孩子因為生病沒有上台，可是

胡靜老師還是趕來看著孩子們上台表演了，才帶著生病的女兒回家。還有一個小灰灰也是生病，辛苦的排練了幾個月，卻沒能參加演出，更值得一提的是，小灰灰的爸爸，也是我們的灰太郎，上台前把生病的兒子交到別人的手上就帶領我們的小羊們上了台。

我相信每一個節目都有他們不同的故事，每一個節目都仰賴了多少人的辛苦付出，孩子們的努力和家長們的支持。這個就是我和喜洋洋節目的一些小小的插曲，也非常期待明年春晚的序曲。



# 歡樂千橡 —— 開幕舞背後的故事

李愛捷



忙忙碌碌的心緒隨著春晚帷幕的降落而寧靜了下來。可春晚的故事卻不由自主地浮出：嘹亮的開門紅，柔美的紫竹調，歡樂的全家福，伴隨著笑臉，載滿著歡樂，將我們拉回了節前的日子。甜、酸、苦、累，點點滴滴的感受，那滋味我們品嚐過，無怨無悔因為我們在接受這工作時，就知道吃盡酸、苦、累，終歸剩下都是甜的。

有道：這是趕鴨子上架，沒做過；無言：我被逼上梁山，沒路了；無經驗，無計劃是我們開幕組最初的寫照。一切從頭來，備案，盡快備案——開幕舞節目的構思，音樂的選曲和編輯，讓開幕式真正成為晚會的帶頭羊。如何打響晚會的開幕式，必須將觀眾與晚會融為一體。共同歡慶新春是節目的主題與功能——參與者有學生和家長再加教職員工。這麼龐大的舞群怎麼編排，僅僅熱鬧嗎？不夠！那不成“下餃子”了？突出主題——運用功能，這不是口號是行動的宗旨。領導夏興中先生挑起了這重擔：嘹亮的開門紅成了首選。為了提升氣勢，果斷的團隊提出了利用原有的腰

鼓和紅綢，曾用過的現在哪？找！制作團隊馬紅利用下班空隙和周末時間翻遍學校的倉庫，在陳年雜物中尋找，欣慰的是找到了。開門紅夠氣魄，若光是聲大那成吆喝了。加油！讓我們的節目剛中有柔，女士們可以形成另一幅畫面；柔中有剛共襄盛舉的全家福就是我們的選擇，方案定了。夏興中再出發，定調需要的音樂，非他莫屬。這不行？再找！編輯、剪輯一遍遍的修改，開幕式的音樂自建立起就在翻篇，直到第五版骨架形成了。緊接著開幕組馬紅與曹怡開始了繁重而瑣碎的制作；多元化的舞者來自何方？愁！學校曰：在學校“招兵買馬”吧！試試看曹怡忙召集，急聯繫，鋪下網。人緣好的她讓我們看到了、聽到了“人數不夠我家的孩子上”，“我有兩個孩子不同年齡，再不行加我吧！”這聲音仍在耳旁縈繞。謝謝！在大家的支持下新的開幕式團隊就這麼形成了。這還不夠，整體的計劃還有服裝與道具沒有落實。服裝怎麼選擇，怎樣對換中美的尺寸，購後找誰運回？色彩怎麼搭配？什麼樣的道具不僅是喜慶還能為舞台和服裝起到畫龍



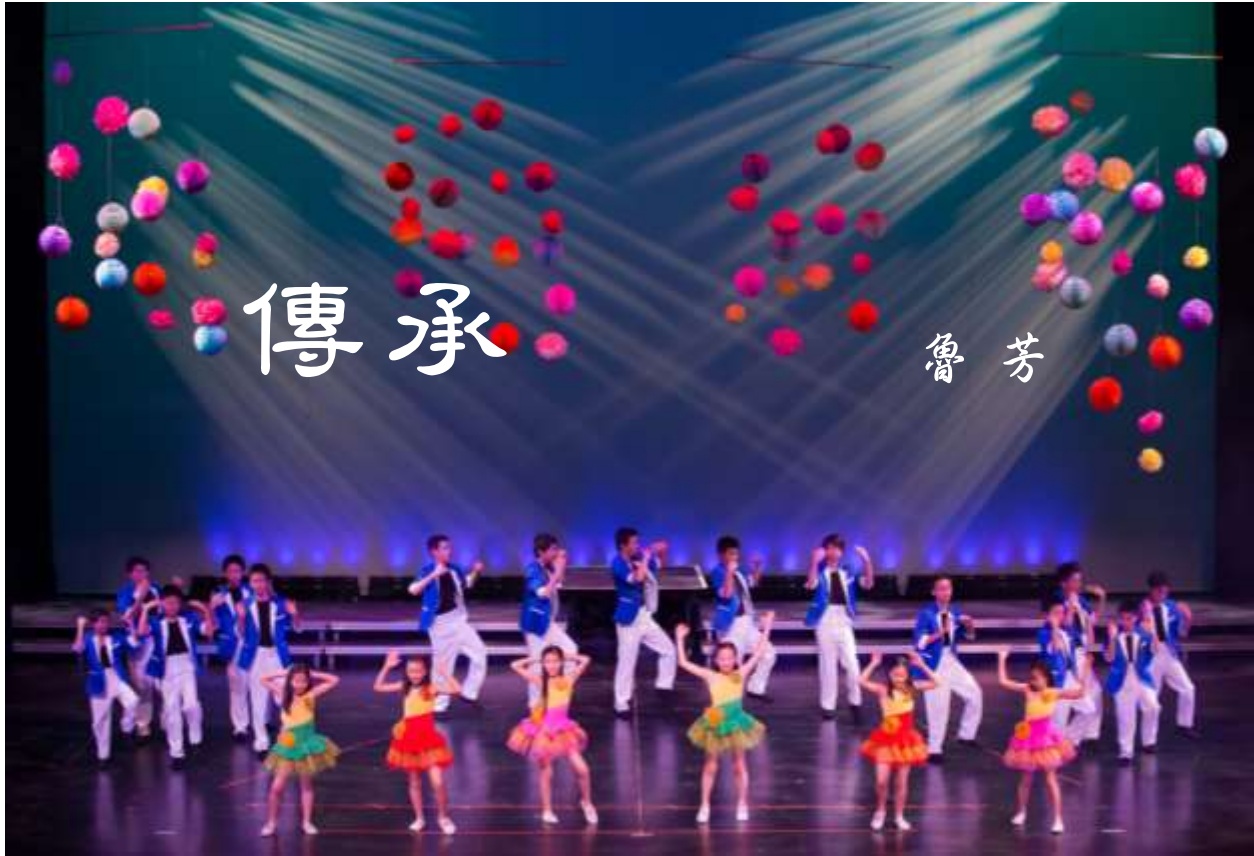
點睛的效果？看起來事小，哪樣也馬虎不得呀！上網回故鄉，在中國的各網站搜。守著電腦全面鋪開買樣品、比價位、照片、電話、微信是團隊的聯繫通道，一泡就是一天，不行再來。輪廓形成了，需要豐滿，舞蹈老師責無旁貸擔起來這責任。在舞蹈語彙通俗化的基礎上體現喜慶與美感是她追求的目標。編練、練編的交集貫穿著始終。在這奮力圖強的團隊中，大家群策群力，心往一處想、往一處使、各盡其責，本著鴨子要上架，梁山走一遭的意念，為打響了整台戲的第一炮，幹、起、來！

腰鼓、紅綢是喜慶的，可對在美國的孩子又多了一個作用，對他們來說這些似玩具又不是玩具的道具——酷！好了，好了，不打腰鼓了，先學動作。在一片吆喝聲中，王玉琴挑起了腰鼓男孩的排練，快起來！再練練！一聲又一聲地哄著，錄像、放映、不亦樂乎地奔梭；站好了隊形，不對！你在這兒！小心別讓紅綢絆著你。抓住了！接著來！賈芳擔起了紅綢女孩的訓練，叮囑、關愛、一遍又一遍地重複著，錄像、放映、那種堅韌值得我們稱贊。紫竹調的女士們，您的美不僅來自於服裝、音符、那都是點綴與包裝。您的美在於您的較真。老師“別說我不行，瞧！改過的我是不是另有風情？”那是江南的風、江南的情，隨著紫竹調的音樂，緩緩地由您傳遞給了遠離鄉情的觀眾，謝謝女士們為我們帶來美的享受以解鄉愁。誰說我們小，我們站在臺前，中

國文化、中國習俗通過 Christine 的巧思與編排，體現在那一張張幼小的笑臉上。儘管他們只出現在開幕式的尾聲，中國結，鏈接著他們幼小的心靈，快樂、歡笑、世界多美好。這是小小朋友與母親們的聲音。是呀！讓我們看到的不僅是母親們的慈愛還有中國文化的魅力。是您為我們開幕式抹上了可愛的彩虹；開門紅，播響了新春的鼓、紫竹調奏起了喜慶的樂、全家福帶來了三羊開泰。謝謝 CCCA 給我們的舞台，中文學校周洪、吳迎春、魯芳、Tina 等多位老師的幫助。更有感的是各位家長的鼎力支持，為弘揚中國文化，您放棄了週末闔家歡樂的時光與我們同甘共苦！這場的演出讓我們學到了許多。由衷地說聲謝謝大家，沒有您的努力，何來開門紅？沒有您的付出開幕式不會成功！

2015 的新年宛如一首恬然的詩語，如花般綻放、如花瓣髓香。我們心底升騰著滿心的祝願和祈福。一回首映入眼簾是新春新氣象的喜悅，如那輕柔的和風、雅致的幽蘭、流年似水、詩意新春。願我們的歡歌笑眉處，淡然花開、默然芳香，所有的幸福和嫵媚盈動一份醉心的浪漫與真誠。





盡管早早就知道春晚一結束，緊接便是寫心得了。可那剛被“解放”出來的思想，如同脫韁的野馬，停不下馳騁。昨天夏興中和李瓊再次催稿，逼得我走投無路，慵懶的心一下子緊張了起來。下班回家安頓好必做事宜，再次響起這半年來一直縈繞於懷的小提琴協奏曲《我的祖國》，腦海裡不停地翻閱著記憶的書簡，時不時笑意盈心嘴角輕輕上揚，難掩內心的思緒……

當我寫下“傳承”二字，確定閉幕舞的靈魂時，眼前浮現出滔滔的黃河，浩浩的長江。心存已久的音符總是跳躍到我耳旁揮之不去。就她了，《我的祖國》！音樂編輯整合之後，發至我們的團隊：王暉、張建萍、曉玲和徐健，得到了她們一致的喜愛。整個曲調時而舒緩悠揚，時而起伏跌宕，充滿了意境與遐想。《傳承》上半部確定之後，下半部毫無懸念就《小蘋果》了，沒想到與今年的央視春晚不謀而合。

主題及音樂確定之後發現，“招兵買馬”居然也接近尾聲。建萍那裡“忽悠”來了十八位大女孩，曉玲那裡也“吆喝”到了十三位中等女孩，第一次擔任這項重任的徐健居然也“籠絡”了十五位男生。緊接著我們的大總管王暉，一個個郵件雪片似的發出來，通知著各項事宜。我們這個團隊，還是去年開幕舞的原班人馬，大家熟門熟路有條不紊地忙乎起來：建萍忙著網上尋找著各組的服裝；曉玲在忙乎自己節目《喜洋洋》的同時，一點兒也不“怠慢”我們這邊的各項任務，常常到了深夜還在等待著國內服裝廠家的消息；徐健為了給男孩子們一個準確的樣板，在家按照視頻一絲不苟地練習著《小蘋果》的動作。整個排練有多少次，我已經記不清了，記得最後幾週，密集到一週三次分組練習。王暉，三位孩子的媽媽，始終陪伴著我，拎著大 Tina 家裡的音箱，默默地為我一遍遍放著音樂。



時間一天天過去，一個月、兩個月、三個月，距演出的日期越來越近，舞台設計、燈光設計、道具的修正使用以及節目的簡介和上下部連接的朗誦詞等等具體事宜搬到了我的議程上來。首先請來了陳亞麗，她根據我的舞台設計草圖，畫出了非常專業的 stage description，提供給舞台專業燈光師。大 Tina 則買蠟燭、電筒還有舞台上的紙球製作直到掛上舞台等等瑣碎的事宜，全都搞定。大作家王瑞雲仔細地聽了我整個節目的構想之後，幫我寫了節目的簡介；吳佳為節目組織了精彩的兩段朗誦詞。許大昆在擔當全晚會攝影重任的同時，仍然幫助我們節目組拍照、攝像以及舞台燈光的把關。國內的閏月會一如既往，與去年一樣為我們的服裝，到處奔波。還有李瓊的先生、徐慶文的先生以及曾幗薇老師對我們的節目都伸出了援助之手。

各位領導也給予閉幕舞極大的支持，節目總監夏興中，在極度繁忙之中，念念不忘我的夢想：在舞台上有個能移動的台子。兌現了第一次會議給我許下的諾言：你的節目要什麼，我都有辦法給你辦到！不僅如此，還親力親為，和我們的前校長李文成在節目中承擔了推台子的任務，還有黃桂林校長，為了幫我們從國內帶服裝，動用了自己私事都沒會動用的關係；還有吳迎春，

為從國內帶衣服求到了同學的身上，看見尺寸不合適立即抽空幫忙修改；還有尚虹、賓梅聽說我希望三位孩子為我們的節目錦上添花，毫不猶豫，為此還自己花錢買服裝；還有段治邦會長，為朗誦臨時救場，字正腔圓有聲有色，看得出平日功夫的積累。還有舞台總監趙蓮，耐心地為節目一次次的討論調試，以求最後的完美。還有春晚總監周洪，運籌帷幄，什麼地方有困難，她準能找到能幫助你的人。

最令我感動的當數我們的演員，尤其是女孩子們，她們要承擔長達近 9 分鐘的任務，前半部是天使般的純潔優美，後半部是陽光般的天真快樂。令我驚訝的是她們衣服一換，立即進入了角色，一切都是那麼自然。以往男生的排練是我最慌的，徐健是兩個男孩的媽媽，只見她不慌不急，和顏悅色，不一會兒的功夫，男孩們全心領神會了。也許是站上了真實的舞台上，他們都發揮了自己最好的狀態。伴隨著《小蘋果》歡快的節奏，孩子們一排排的謝幕，台下響起了一陣陣熱烈的掌聲，似乎意猶未盡...

五彩繽紛的碎紙花兒紛紛落下，孩子們歡呼跳躍著，大家都沉浸在無比快樂之中。我抬頭看了看上面那一排排的燈，那耀眼的光芒，投射到

我們身上。我想到了大 Tina，想到了尚虹，還想到了許許多多沒在聚光燈下的傳承者……為了不讓歷史僅僅成為歷史，而是成為孩子們的未來；為了讓這種傳承成為永恆，多少默默無聞的傳承者為此付出了不懈的努力。點滴匯集，萬涓成流，中華民族的長河奔流不息。我們的傳承沒有斷句，只有延續！







## 龍門石窟行

左大磊

濛濛細雨中沿著伊水河畔走向「龍門景區」，雨中楊柳少了這個季節應該飛揚似雪又跋扈的柳絮，愈顯青蔥，我們的腳步隨著柳條絲絲弄碧更加輕快起來；細雨洗滌心中塵埃，似乎為即將瞻仰的國寶級藝術預先備下虔敬的空間。

位於伊水西畔的龍門山，斷崖絕壁上千洞萬佛，就是中國三大石窟之一的龍門石窟。一千五百餘年前，北魏孝文帝太和年間開始掘洞窟、造佛像，工程一直延續至北宋，大約四百多年；唐代因為有皇室的資助，開鑿規模最大。山壁上密佈著有如蜂房般的洞窟，計有兩千多個，內裏藏著博大精深的石雕佛像藝術。龍門石窟群南北長達一公里，在細雨中、在人群裡緩緩前進，又時時要爬高走低，其實是很費腳力的。當面對有四、五層樓高又十分陡峭的階梯，是有些氣虛腿軟，但是很慶幸終於還是上去了，那裡就是龍門石窟中最壯麗、最有名氣的奉先寺。首先映入眼簾的是正中央一尊高達十七餘米的盧舍那佛，其名即「光明

普照」之意，大佛矗立面前，抬頭仰望，發現人是多麼渺小，而其面容造型之圓融、安詳、典雅、莊嚴令人內心震撼不能語，目光緊緊的黏著在大佛身上，我心只問：怎麼有這樣美的佛？陪伴在佛之兩側的是兩大弟子，老成持重的迦葉和溫順聰慧的阿難，還有身披瓔珞的菩薩、手捧寶塔的天王、腳踩小鬼的力士，雖然也有多處被毀壞了，整體仍然是一個極富質感的組合，奉先寺稱「寺」而非「洞」是有道理的。



龍門山上不乏具有代表性的洞窟，例如古陽洞是北魏最早開鑿的洞窟，最值得一提的是這裡藏有魏碑書法精品「龍門二十品」中的十九品，「品」刻錄著造像者的姓名，日期和緣由，可以由此研究當時社會的文化和宗教思想，魏碑上承漢隸，下啟唐楷，端正而大氣，是書法家崇尚的研習對象。位於賓陽南洞門前的「伊厥佛龕之碑」是唐初書法家褚遂良之真跡，是楷書中的極品，可惜石碑上裂痕斑駁，讓人痛惜不已。蓮花洞供奉著釋迦牟尼佛，因窟頂刻有一朵巨大的蓮



花而得名，其雕刻極為精緻，還看得到顆顆蓮子。萬佛洞顧名思義內有大小佛像一萬五千尊，據說是武則天為祈福所造，洞前兩側原有石獅子各一座，在一九三零年代被盜，現存在美國的博物館裡。許多洞內都有飛天仙女浮雕，與莫高窟中色彩豔麗的飛天壁畫相較，石雕顯得質樸得多，但是手捧樂器悠然飛行的姿態是一樣瀟灑自如的。

整個龍門石窟暴露在天光之下，保護措施遠不如另一個名揚天下的石窟—莫高窟，長久以來遭受日曬、風吹、雨淋的侵蝕，許多石雕已有多處模糊不清，影響了整體的美感，令人扼腕嘆息。但是人為的破壞比大自然造成的災害還要無情殘忍，早在清末民初以及後來的戰亂期間，管理呈現空虛狀態，盜鑿猖獗，文物販子與國外古董商裡應外合，將敲下的局部石刻，以佛頭為主，運銷至美、英、法和日本等地以圖暴利，這些文物或為博物館或為私人收藏，據統計有兩百



六十餘尊佛頭被盜，千餘尊石雕被毀。經過多年的努力與協商，終於有七、八件佛頭回到了‘原產地’，在討論如何處置這些國寶時，許多專家並不主張「復原」佛像，就讓殘缺的雕像為盜毀的惡行做個歷史見證吧！如今看著斷頭、斷手、斷腳的佛像，還有數以百計的空無一物的神龕，能不唏噓而義憤填膺？

寬闊的伊水載著歷史上的是非風華悠悠而去，尊尊佛身守著天地，雙雙慧眼看盡世間塵埃，來來去去的遊人禮佛之後是否能有所「悟」而放下一切紛擾？我們心自問，我回答自己：我還做不到！





去年十二月初，我和老公到台灣待了兩週。這趟旅行有兩個目的，一是參加婚禮，二是圓老公尋舊訪友的宿願。有人說上了年紀就會活在回憶裡，老公退休後也不列外，老想回到他小時候生活過的地方看看，期望再能見到當年的小學老師。

頭一週我們待在臺北。初冬的臺北無風也無雨，不冷也不熱，除了吃喜酒，幾乎天天和親友歡聚，一週很快的就過了。第二週的頭一天，一早坐高鐵南下高雄，近中午時分到達左營，好友夫婦倆已在車站迎接。一行四人立刻開車向屏東出發，先去萬巒吃有名的萬巒豬腳，一進萬巒市區只見街道兩旁都是豬腳飯店，看樣子果然名不虛傳。我們找了一家門面較大，看起來乾淨而且客人較多的餐館坐下來用餐，點的當然少不了豬腳。店家將烤得紅通通的豬腳去骨後切成薄片或塊狀，搭配上他們特殊的醬汁鮮嫩美味可口，忍不住向老板討教是如何烹製的，答曰先滷好然後燒烤。吃罷出來，見街道兩旁不少攤販在賣椰子汁，我知道屏東盛產椰子，而且剛剛才吃一大盤豬肉，看到清涼的椰子汁不免心動，趕快買了一個解油膩。椰子大小和在美國買到的差不多，但椰汁多的兩個人都喝不完，吃飽喝足後，一行四人繼續往東港駛去。

東港是老公來到台灣第一個落腳的地方，一九四九年，我公公負責將空軍幼年學校全體師

生，自四川灌縣遷到東港大鵬。老公當時就和父母一起住在學校的辦公室，以辦公桌為床，睡了兩週才搬到東港眷村。大鵬是日據時代的水上飛機場，國軍接收前已被美軍炸得破爛不堪，飛機跑道到處是炸彈坑不能起降飛機，但有足夠的空間讓學生練習踢正步。今日的大鵬已成為渡假勝地和賽車場，我們車子開入園區，駛上了當時的飛機跑道，現在是平坦的水泥馬路，沿著海岸走了一圈，其中兩座日人修建但已殘破不堪的瞭望臺，被當做古蹟保留了下來。當年學生集合的大操場，是現在賽車場，有兩輛超級跑車正在試車。我們繼續行駛到當年幼校的辦公大樓，所見的是斷垣殘壁，一片淒涼慘不忍睹，大約是保留為古蹟故未拆除。老公一眼認出那二樓中間前面有司令臺的辦公室，就是來臺時的第一個克難住所，樓旁的一棵大樹，老公依稀記得是當年和幾個小朋友爬過的，目前依舊蒼勁挺拔。

離開大鵬灣我們繼續向南行駛，找尋老公當年讀書的東港空軍子弟小學，靠 GPS 的幫助，我們順利地找到學校。該校已完全改建，並改名為「以栗國校」，為紀念黑蝙蝠空軍烈士「周以栗」而命名。到達時正值放學，正不知如何著手找六十年前的幾位老師，看到大門口有一位女士正在督導學生過馬路，便冒昧的向她打聽，沒想到老公要見的幾位老師，她（劉老師）都認識，而且立刻帶我們去見住在附近的楊老師夫婦，到



達門口敲了一陣門，有一貌似外傭的女子開門，確定是找老師的便讓我們進屋，屋 有一老婦人坐在輪椅裡目光呆滯的望著天花板，對來訪者毫無反應，老公仔細地辨認後認出是師母—邵老師。原來楊老師已作古數年，目前師母和子女一起生活。老公難過無語地離開楊寓後，問帶路的劉老師，還有一位白老師住哪裡？劉老師說就住在附近名叫共和里的村子，那裡正是老公當年來臺棲身的第一個眷村。二話不說，劉老師叫來先生（也是國小老師），倆人騎著機車帶路，來到白老師的寓所，我們進入屋內見到年已九十的老師正昏睡在床上，我們不敢打擾，靜靜地離開。

因此週圍雖然樹木參天、雜草叢生、已無人整理。若晚一兩年來，可能就再也找不到故居了。拜訪當年的小學老師時，雖然明知他/她都已高齡八九十歲了，但仍抱希望能看到健健康康的老人家，但事與願違，這就遲早要面對的人生吧。宿願幸運地達到了，激動的心也漸趨平復，此時感到飢腸轆轆，既然到了出產海鮮特別有名的東港，當然是趕快找了一家海鮮飯店，大快朵頤。餐畢已是華燈初上，我們連夜趕到墾丁，淡季的墾丁市區，入夜沒了擁擠的人潮，但酒店的霓虹燈依然五顏六色的閃爍着，也許只是爲了我們這些零星的過路客吧！



大鵬灣

一出門老公發現旁邊的住宅就是當年自己的家，這棟住宅目前正由三家人分住著，而整個眷村幾乎都已改建爲公寓大樓，只剩老公的老家和附近幾戶而已，但這僅餘的數家也已被通知要拆建，

清晨用過早餐，信步走過酒店的花園，穿過地下人行道，便到了屬於酒店的海灘，我們驚喜地發現，此地的沙質竟和墨西哥的渡假村—Cancun 一樣細軟。海面吹來陣陣暖風，若不是要



趕路，真想就地在沙灘上躺一會兒。墾丁全名墾丁國家公園，是臺灣光復後成立的第一個國家公園，位於屏東縣恆春半島，臺灣的最南端。臺灣狀似蕃薯，而墾丁就是它的根，半島三面環海，東臨太平洋、西面臺灣海峽、南向巴士海峽、海域清澈，地質多為珊瑚礁，奇岩異石美不勝收，有不少海水浴場。

離開酒店繼續沿着海岸向南行駛，我們看到一座巨大岩石，孤立的座落在海邊，巨岩貌似人頭，被戲稱為美國總統尼克森頭。但從另一個角度看去，又像是一艘帆船，因此，此石正式的命稱是「帆船石」。過了帆船石便是有名的鵝鑾鼻燈塔遊覽區，塔前有一大片如茵的綠草坡，面向



龍鑾潭紫鶴

大海，塔身潔白，配以藍天碧海，又是一幅優美如畫的景色。這一帶海面以前常發生海難，十九世紀中被列強強制要求的建了燈塔，甲午戰爭後臺灣割讓給日本，清庭撤離時將之炸毀。日人將其重建，二次大戰時又被美軍炸毀，光復後國府重新修建，迄今仍在使用。

從鵝鑾鼻往回走到了龍鑾潭，此處是候鳥的棲息地，每到秋冬之際，候鳥南下到此避寒，有名的有灰面雁鴨和灰面鷺等常到訪。我們在這裏停留十來分鐘，竟也看到兩三種不同的鳥兒。向西行駛了十分鐘，就到了一個期盼已久的景點--白砂灣，我們沿公路旁的小徑，穿過一些樹叢，慢慢下坡到海邊，迎頭所見是一大片潔白約一百公尺長的「砂」灘，其「砂」石是由這裏的貝殼被海水經年累月的沖刷而形成，湛藍的海水掀起陣陣浪花，晶瑩剔透色如藍寶石。此處正是李安拍「少年派」那電影中，老虎最後下船消失於叢林之中取景的地方。一個在常人眼中不起眼的小樹叢，竟被李安拍攝得如此完美而呈現到全世界，李安的「愛臺灣」真不是只掛在嘴邊的。

這次臺灣行是最完美的一次，「景」美，「人」也美，我們幸運的遇到劉老師夫婦一對貴人，素昧平生，却熱心的陪伴我們順利找到老師和故居，使我們深深感動。怪不得去年某旅遊雜誌，選出臺灣最美的景點是「人」，對此我深有同感。



# 蓋蒂別墅

## 魔鬼、聖人的傑作

劉廣宇

在網上偶然看到網友說，蓋蒂別墅（Getty Villa）是洛杉磯最好的旅遊景點，這真讓我有些意外。來洛杉磯二十多年只去過一次，Jenny 來了以後，因為蓋蒂博物館離我家近，所以去蓋蒂



誰能說得清蓋蒂是一位魔鬼還是聖人？

博物館比較多，蓋蒂別墅卻一次也沒去過。看了網友的評論，才覺得太不珍惜這麼好的資源，所以周末得空，就拉上 Jenny 去了蓋蒂別墅。

過去參觀蓋蒂博物館，看到的介紹，蓋蒂先生似乎是一位成功的企業家，又是一位充滿博愛心的藝術愛好者。正是有了他的熱心和慈善，我們才有機會欣賞到許多寶貴的歷史文物。這次是我們第一次跟著導遊參觀，沒想到，這裡的導遊居然講了不少蓋蒂的“壞話”，不知道蓋蒂老先生地下有靈，會不會不高興。當然，導遊雖然都是一些不拿薪水的志願者，但也不會故意地去說老東家的壞話。無非只是介紹一位真實生活中的蓋蒂先生。其實不用導遊的評論，只要看一看蓋蒂自己的幾句名言，就能從中了解到一個真實的蓋蒂。

蓋蒂語錄之一：如果你知道自己有多少錢，你一定不是一個有錢人。“If you can count your money, you don't have a billion dollars.” 這真是精闢。像我們這些老百姓，銀行戶頭加上荷包裡的錢，大約 10 分鐘就能算過來。而像蓋蒂這樣的世界首富，要算清自己的錢，肯定不是一件易事。所以說，毫無疑義，蓋蒂是一位巨富。事實上，在上個世紀 60 年代，他蟬聯世界首富 20 多年。

必須說，蓋蒂的成功絕非偶然。他雖然是靠石油發家，但他更多依靠的是智慧和科學。在上個世紀，大多數投資家購買油田是“跟風”，而蓋蒂是為數不多依靠地質學家的判斷來購買油田的。所以，當他在上個世紀中，傾盡家產買下沙特一塊無人問津的沙漠，許多人認為他是瘋了。其後 4 年，他幾乎投盡了他所有的現金在這裡找油，最後終於如願以償，一躍成為世界首富。

蓋蒂語錄之二：只有一個失敗者，才會對女人忠誠！“A lasting relationship with a woman is only possible if you are a business failure.” 按他的邏輯，他是一位成功者，當然無法對女人忠心。所以，他一輩子經歷了 5 次婚姻，也是唯一的一位敢於公開宣稱自己擁有 100 個情人的富翁。

蓋蒂語錄之三：如果你欠銀行 100 美金，那操心的是你。如果你欠銀行 1 億美金，那麼操心的是銀行。“If you owe the bank \$100, that's your problem. If you owe the bank \$100 million, that's the bank's problem.” 從他的話可以看出，蓋蒂對錢的態度不太厚道。事實上他雖貴為世界首富，但在日常生活中對錢的態度讓人瞠目結舌。為了不



讓客人揩油，他所有客房裡都安裝了投幣電話。而自己的電話也上了鎖，以免佣人偷打私人電話。

對別人小氣，對自己也不大方。導遊說：他當年選擇在這個海邊造別墅，就是不想裝空調。他在英國的房子也不裝暖氣。所以他把房子蓋在森林裡，取暖當然靠樹林裡的柴火。最誇張的是他去世前承諾給他主持葬禮的牧師一大筆好處費，結果打開遺囑，一分錢也沒有給牧師，白白地占了一個便宜。他的孫子被人綁架，要求幾千萬贖金，他兒子向他借錢，被他拒絕。最後綁匪送來他孫子的一束頭髮和一只耳朵，他才開始和綁匪談判。一陣猛砍，贖金從幾千萬砍到 3 百萬，老蓋蒂算了一下，最高抵稅額是 220 萬，於是他讓兒子出 220 萬，他以 4% 的利息借給兒子八十萬，這才把孫子弄回來。經過這一番折騰，孫子早就被嚇傻了，雖然把人贖回，但這位孫子精神上受到的打擊始終無法恢復。看來，富二代也是要付出代價的。

一個賭徒，一個花花公子，一個絕情的吝嗇鬼似乎完全談不上什麼人品。但是就是這位曠世奇才，死後把他 32 億美金的遺產，只留了 500 美金給他兒子，大部分投入他的藝術收藏，建立了聞名世界的“蓋蒂藝術博物館”，為世人留下了極其輝煌燦爛的藝術遺產。光是這座蓋蒂博物



蓋蒂藝術博物館 (Getty Center)

館，就花費了 10 幾億美金。這位對自己、對家人、對朋友都極其吝嗇刻薄的富豪，卻對藝術和大眾，慷慨無比。蓋蒂對藝術品的捐贈，創造了歷史上個人對藝術品捐贈的最高紀錄。至今無人可比。



帕比利別墅覆原圖

這次去蓋蒂別墅，從一開始就覺得很奇怪。網上的地址雖然和我 10 幾年前去過地址相同，但照片看上去完全不一樣。到了那裡才了解到，原來蓋蒂別墅在 1997 年開始進行了 10 年裝修，直到 2006 年才重新開放。這讓我們感嘆，美國的基金會制度具有極好的良性循環系統。蓋蒂雖然不在了，但他收藏藝術珍品，回饋社會的願望，卻能被後人一代一代地執行下去。可惜蓋蒂直到去世，都沒有機會看到今天的蓋蒂別墅和蓋蒂博物館。但他去世幾十年後，他當年的夢想終於實現了。

過去參觀蓋蒂別墅，沒有認真做功課，只是以為這是一個蓋蒂收集歷史文物的博物館。所以，只是注意了這裡的展品，沒有對建築本身發生太大的興趣。這次仔細聽了講解，又查看了資料，才知道，蓋蒂真正要做的事，是要真切復原一座兩千年前的建築，讓我們有機會體驗兩千年前羅馬人的真實生活。

兩千年前，意大利維蘇威火山爆發，與著名的龐貝城一起被三十米火山灰覆蓋的，還有一座



仿造帕比利別墅的蓋蒂別墅，顯然只有距離海邊的位置上有些不同。

叫赫庫蘭尼姆城。在這座城市的發掘中，人們還原了一座現今世界上規模最大，最古老的民宅：帕比利別墅。更為難得的是，這座別墅中有一個私人圖書館。裡面有一千八百冊被火山灰淹沒碳化的書卷，為我們提供了一個世界上最古老圖書館的真實資料。事實上，由於紙張很難得保存，在龐貝城發掘過程中，人們雖然發掘出許多實物遺跡，但文字資料幾乎沒有。而帕比利別墅的文字資料，讓我們知道，這幢別墅的主人，是凱撒大帝第四任老婆的父親凱索尼努斯（LUCIUS CAPLPURNIUS PISO CAESONINUS）。

我個人對古跡還原的建築很感興趣，因為這讓現代人有機會親身經歷幾千年前人類生活的感受。蓋蒂非常有心的按一比一的比例，還原了這座兩千年的古宅。唯一的不同大約是海拔位置。帕比利別墅是坐落在海岸邊，而蓋蒂別墅坐落在海邊的山坡上，應該說都是海景房，只是現在的蓋蒂別墅更高一些。凱索尼努斯位居執行官，大約相當於現在的省長。但是估計現在省長也很難擁有這樣的豪宅。這也許就是兩千年來民主進步的標誌：當官的權限受到了一定的壓制。

蓋蒂別墅重現兩千年前古人生活方式中，最令人印像深刻的是建築裝飾中的生活氣息。別墅廊柱的雕刻是模仿的野生植物。天花板繪畫的葡萄藤，讓人彷彿置身於花前月下。回廊上各式食品的圖案，似乎讓我們看到了古人的餐桌。而最讓人印像深刻的還是那座百草園。我們本以為花園的種植是以觀賞為主，經過導遊的講解，我們才知道古羅馬人的花園，既是一個菜園也是一座藥店。百草園中的植物幾乎涵蓋了餐桌上所有的食糧、蔬果和香料，而且還有各種植物藥草，大約可以應付屋主日常疾病用藥。

參觀蓋蒂別墅，讓我們觀賞風景、了解歷史、品味藝術，實在是一個很好的週末去處。而且所有的參觀和導遊都是免費的。這不禁讓人對蓋蒂先生充滿了感嘆，他真是一位上帝的典型作品：首先他具有人類的原罪，從品行到作為，充滿了邪惡。但他又是按上帝的模樣製造的，所以他身上也同時傳承了上帝的美德：熱愛生活、崇尚藝術、博愛仁慈。也許人類就是因為具有這樣矛盾的兩面，才顯得那麼獨特，多彩，和真實……

蓋蒂別墅







# 為什麼會搬到千橡

王懋德

## 原因

早期（60年代）的 L.A. 的空氣是壞得無法想像的，污染的程度已經超過每人每天都吸一包煙的程度，只要在室外，那一種強烈的 smell 讓人覺得無法忍受，當時最流行的 LA Souvenir 就是小瓶裝的 dirty air，由此可知當時的空氣有多壞，如果想等政府來改善這情況還不知等要多久，所以我們就決定要搬到城外去了。

## 尋找

意念已定，我們就開始利用週末和假期，做一個很周全的 screening。那個時候華人不多，還沒有 Monterey Park 或附近其他唐人的地區，只有位於 Broadway 和 Hill Street 的中國城。每回去

中國城最具規模的中國菜場裕成昌買菜，常常會碰到老朋友，也就變成了每個月幾次最愉快的例行公事。爲了尋找以後要長久居住的城市，去 AAA 拿了大洛市和鄰近城市的地圖，從南到北，從東到西都做了一番研究，然後再一個個實地探訪。每到一區，不管是新的 track home 或舊屋都會去堪查，也可以說是走馬看花。先看大環境，然後再做下一步的選擇，將近一年的時間很快就過去了。

## 鎖定

當時的千橡，我想一般人大都不會把她列入居住的選擇。101 高速公路還沒有通車，只有 high way；沒有大型的菜場超市，人口只有兩萬多人。而我在 Torrance 上班，這一切對我不利的



事實，似乎是讓我無法做最後的決定。可是這個小城的美，層層山嶺、延綿山坡、人的純樸和優美的大環境，似乎令人每天都享有渡假的感覺，我們來來回回千橡好幾次，一次又一次堪察，每次都有不同的發現，千橡確實有她的媚力，就像丈母娘看女婿，越看越中意。就這樣我們做了最後決定，那是 40 多年前的事。

## 搬家

我們當時住在 West LA，那時的路況並沒有現在這麼壞，只要一過了 Topanga 就沒有什麼車了。記得當時的汽油大約只是兩毛五一加崙，而且還幫你擦窗、check oil 又送小禮物（茶杯、餐具等等），還有 Blue Chip Stamp 和 Green Stamp 可以換其它贈品，花樣繁多和現在相比真有天壤之別。

搬到新家後，更覺得千橡有太多可愛的地方，安靜、沒車，全市只有一個交通號誌，這真是一個居家的理想大環境，記得 Ralphs Market 開張的那天，就像是千橡的一個大 party。就在那時看到了幾張東方人的臉孔，每次見到東方人就會主動去打招呼，當然也會問一句“你是中國人嗎？”，當時千橡大約只有十來戶左右的中國家庭吧！

沒錯，當時千橡是有很多不方便的地方，可是在我們心中，她的優點遠遠勝過也大大超出所謂“現代人的不方便”。一轉眼四十多個年頭就這樣滑了過去，千橡的變化實在是很大，是好是壞那就要從個人眼光和心境來判斷。早期千橡的美，是我們永遠無法忘記的，就像小時候的回憶，是美麗的、甜蜜的，永遠印於我們內心的深處。





最近聽了一場精彩的演講，主講人說到像我們七十歲以上年紀的老人，正是要搭上“人生列車”的最終站，不必帶太多的東西，瀟灑的上車吧！甚是有感，回家便開始準備大清掃一番。不重要的東西就丟吧！正丟的起勁時，看見一大塊獎牌，正是下一個“準棄物”。再多望一眼，呀！這是一九八七年教師節，南加州中文學校聯合會頒給我的教師節大禮——優良教師獎。頓時那三十多年前的往事又回到眼前。

那是一九八一年的事了，我們全家因為先生工作搬來千橡城。才安頓好便希望能有些中國朋友，然而在菜市場、百貨公司幾乎全是金髮碧眼，連“老墨”也不多見。我常抱怨這城的最大缺點是連個中國人影都見不著。鄰居太太聽我說想見中國人，便幫我問在此地醫院做院長的丈夫，知道他醫院內倒有不少中國醫生。打聽之後他丈夫告訴我，這兒的Waverly學校裡，每星期六都有中文學校。星期六一大

早全家好興奮，便趕去中文學校。當時的中文學校並沒有很多學生，三個女兒立刻加入他們該上的班級。

校長Pearl Wong把我拉到一旁談話。我是台灣師範大學畢業的，在加拿大修了不少教育學分。因為女兒們漸漸長大，曾經鬧了不少語文笑話，就像大女兒的“咖哩餃”成了“咖哩腳”；三女兒聽說萬（one）叔叔來家做客，當萬叔叔在飯桌上叫她來吃飯時，她還站在門外說她在等“two”叔叔；去海邊玩，二女兒說“海狼”來了！這下讓我覺得是時候，她們都該把中文好好學學了，於是便和幾位好友們成立了一個小小的中文學校。那時自己仗著年輕，有的是精力身兼數職，既當校長、又是老師、也是工友，搬來千橡城前已有好幾年的中文教學經驗。當校長Pearl Wong聽完了我的故事，邀我下週就加入了千橡城中文學校的教師行列。我特別喜歡小的小孩，當小班老師的教學生涯就這麼的開始了。因為當時教材不固



定、不管進度、不擔心將來要考中文（那時高中還沒設立中文這門課），我便一切自由發揮了。我主張“愛的教育”，要小朋友們知道學中文的好處，更引導他們“愛”學中文，用“心”來學，以激發小朋友們學中文的興趣為目標而編纂教材。大部份教材以小故事、兒歌為主，另外還背些簡單的唐詩。背詩可以培養孩子們的記憶力、提高對詩的欣賞力、享受詩裡特有的韻律。教他們認識些簡單的中國字並介紹字的來源，如日旁邊是月，日落月升後，慢慢天就明亮起來，明天就到來了，這些自己編的例子和小故事，小朋友好奇的瞪著大眼聽我說，我教得興奮，他們學得起勁。每次下課回家，我都精疲力竭需要小睡片刻。我的女兒們可高興了，知道爸爸等我休息後，便是我們星期六的第二個精彩節目的開始；我們開車到中國城去吃中餐或去廣東點心，再看一場中國電影。星期六是不用做一般學校的功課，也不必練鋼琴的。星期六是我們邢家的“中國日”，在這天可以好好輕鬆一下，享受她們特有的中國日，直到星期天才收心準備下週一上學。這個傳統，一直維持到女兒們一個個離家上大學才停止，直到今天我們全家聚會時，已成人妻、人母的女兒們，仍記憶猶新、回味無窮！

我還記起那時中文學校學生少，我這當老師的便義務打打電話，告訴有孩子的中國家庭，歡迎他們來中文學校學中文。大部份的人聽了都很高興，千橡城有中文學校，孩子有機遇學中文了。但也有家長對我說：我的孩子是這裏生、這兒長的美國人，不需要學中文。聽了心裡有氣，竟然會有這樣想法的中國父母。

但多年後他們打電話給我說：邢老師，你有沒有多餘的中文課本可以給我？他說：兒子上大學了，在學校裡，人家不把他當美國人，認為他是亞裔、中國人，應該會說、會寫些中文才對！他悔不當初啊。在我家發生的例子正是相反的，當時老二在史坦佛大學唸書時，有一天白天打電話回家，正巧被我接到，嚇了一跳，這該是上課時間啊！立刻問她發生了什麼事嗎？為什麼沒上課？她告訴我，她在院長的辦公室裡，院長特別要她打這通電話給我，她要謝謝媽媽堅持在家跟我說中文，每個星期六送我們去中文學校學中文。今天我能說、能寫中文，要感謝媽媽和千橡中文學校啊！

不得不提的還有那難忘的中文學校每年的



兩大活動，夏天在公園舉行的園遊會，是家長會主辦的，吃得豐富，玩得精彩盡興，皆大歡喜。冬天則舉辦新年晚會，為了讓家長看自己小孩一年來的學習成果，每位老師費盡心力地，完成了不少讓家長們驚訝的精彩表演。偶爾還有otluck，吃團圓飯，相互交誼且聯繫情感。中文學校是我們中國人活動的重心，也是個溫馨的大家庭。那是段多麼美好的回憶呀，往往令我有再回去教中文的衝動，但我已是祖母級的人了，當年的學生也都長大成材，傳承中國文化是他們的責任。是的，我確信年輕一代已經把“千橡中文學校”辦得更為精彩了。



## 緣在康谷

馮瀚偉

### 半世紀的因緣

-----因為這許多的偶然，成就了這因緣。

1962年，一對夫妻在先生於洛杉磯的 Children Hospital 完成實習以後，參考了不少專業雜誌的分析後，鎖定小城市為對象，開始尋找事業與家庭都能兼顧的落腳之地。某日開車離開洛杉磯循 101 公路北上，過了 San Fernando Valley 走完斜坡，兩邊緩緩起伏的丘陵吸引了目光，進入城裡瀏覽，非常喜歡，決定舉家遷入，這就是剛出洛杉磯郡往北進入凡杜拉郡的第一個小城 Thousand Oaks 千橡市。這一落腳，於今已半個世紀有餘，這就是第一個在以白人為主的千橡市定居的華人家庭，施常昭（Pearl）與黃沃泉醫師夫婦。

初履新地方，一切從無開始，當然要分外努力。當時千橡沒有醫院，黃醫師每日必須驅車到 West Valley 的另一城市上下班。幾年以後，千橡市要籌組醫院，黃醫師加入團隊，全力投入籌備工作，諸如 By Law 起草、組織設定規劃等等，無一不與，直到 1968 年 Los Robles Hospital 千橡市第一家醫院成立開業。當年在這小城，是件大事。黃醫師也被推選為第一任的 Medical Director 及董事。一個單單的華人醫師，在無親無靠的環境下，擔當重任而交出如此優異的成績，也無形中為後到的華人打了個好先鋒。

每個人人生之中都有許多的偶然。當許多老中陸續遷入千橡，在偶然的機緣無意中碰到，因而成就了不少難以割捨的因緣。這許多早期在千橡立足的華人，以 Pearl 為火車頭，大家相濡以



沫，筆路襤褸，1974 年創立了千橡中文學校，1979 年再成立了康谷華協。自今算起，53 年以前第一家中國人搬到千橡起，在“康谷”（Conejo Valley，涵蓋以 Thousand Oaks 為中心圍繞的八九個城市：Newbury Park，Simi Valley，Moorpark，Westlake Village，North Ranch，Agoura Hills，Oak Park，Calabasas 等等）這地區，迄今為止已有好幾千老中定居。

多年前千橡這個小地方名不見經傳，主媒體不會提到這個小城，更遑論洛杉磯的中國人會知道這“鄉下”了。直到近九零年代，千橡中文學校在南加州中文學校聯合會的各項活動競賽裡嶄露頭角，接著在南加州華人運動會中“數鳴驚人”，加上積極參加南加州的各項華人活動與千橡雜誌的發行，千橡中文學校與康谷中華文化協會也在南加州建立了相當的名聲；同時這麼多年來，千橡市政府穩定有計劃的，已把這城市成功的打造成一個高品質的居住環境。自八零年代起，千橡市就屢屢在全美十萬人以上最安全城市票選中名列前茅，幾十年來一直維持不墜。撫今追昔，我們感謝華人前輩打下的基礎。半世紀來許多的人物和歷史，就如同一篇西部開拓史，有太多的故事可以回味。

今天，有許許多多的華人在康谷居住的時間已經超過他在任何地方待過時間的總和。“千橡”或“康谷”這等義字，對很多人來說已成爲終生安棲之地。這半世紀前開始的因緣，仍然繼續不斷的往前滾動。

## 溯注

-----五十年以前的千橡，真的是風吹草低見牛羊嗎？

我來到千橡三十多年，當初不曾期望會在這小城待得如此常久。當年剛到這個離洛杉磯市有四十哩的鄉下，無論離中國商場或華人聚集的城

市，是如此的遙遠和不方便，當時心裡多多少少是存著過路客的念頭。如今，三分一世紀的時光，在千橡也就這麼一溜煙的過了。

這半世紀來，千橡的變化，難以想像。那麼在那遙遠的年代，千橡又是怎的一個模樣？“Conejo Valley”是幾百年前在西班牙人佔領時期取的名字。Conejo 是西班牙文，指的是兔子，可見當年康谷就是個兔子谷。1875 年，此地建了第一間郵局，康谷也就成爲了洛杉磯，Santa Barbara 與舊金山幾個大都會之間的驛馬站。

1900 年代，Janss 家族買了一萬畝地，開始有計劃的開發農場和牧場。爾後，Goebel 在 1926 年買了六頭獅子養在他自己的牧場，再添加了些動物開放給公眾，稱之爲“Jungleland”，漸漸的吸引了不少各方來的遊客。電影公司看中康



谷地緣渾然天成，又離好萊塢不遠，陸續開拍了幾部膾炙人口的電影：The Birth of a Nation (1915)，Tarzan (1932)，I'm No Angel (1933)，The Adventures of Robin Hood (1938)，而許多西部片之中，也不乏老千橡城的身影。

前些日子，我與幾個六、七十年代就來此地的老老千橡人有過幾次的考古談。

“我來千橡的時候，全市就只有一個紅綠燈。Down Town 就是 Thousand Oaks Blvd 靠近



Hampshire Road 的那一段。當時連超級市場都沒有，只有些個雜貨店，更別說中國商場了。許多想吃的中國食物市面上沒有，只有請家人從台灣用海運寄到美國。要買一些簡單的中國東西，就得到洛杉磯中心的中國城，唯一的一家中國雜貨店「裕成昌」去採購。那時，別說 99 大華超級市場，連頂好超市都還沒開張。Monterey Park，San Gabriel Valley，洛杉磯東區的 Diamond Bar，Rowland Height 的華人聚集中心，都是二十年以



後八零年代才慢慢發展出來的。

王懋德，這位當年因為無法忍受洛杉磯壞空氣而搬到千橡的中文學校第一任，也是當年唯一的一位老師，如是說：於今，當年老千橡城的 Down Town 街兩旁的老屋還在那兒保持著原來的古早味。記得八零年初期，每回自 101 高速公路往洛杉磯開車，接近 405 公路離洛城中心還有二十多哩路的時候，就可以看到右前方洛杉磯上空低低的暗黃一片，壓得人心情都跟著沉甸甸，與今天的晴朗天空差遠了。以此推想，六零年代洛杉磯的空氣，其混濁也可想而知了。

“剛搬來千橡時，到處是牧場，草地、橡

樹、牛羊，是它的特色。有趣的是，有回開車在 101 上大堵車，竟然是因為有羊群在路中行走，塞車塞了好一陣子。”我們的第一位校長 Pearl 強調。“因為那時 101 這段路還不是 free way，而 high way 是可以有車子穿進穿出的。”

今天我們很難去想像，當年住在千橡會是怎麼樣的一個光景？草原、橡樹、牛羊；晨曦、旭日、夕陽；小道、清風、流水；山巒起伏，一派田野風光？半世紀前，千橡像個離鬧市不遠的世外桃源，難怪把 Pearl 和懋德牢牢的吸引來了。

六零年代，千橡的人口不到一萬，Westlake Village 還沒有開發，Agoura Hill 是牧場，Oak Park 根本連影子都沒。貫穿千橡的 23 號高速公路直到八零年尾才完工，去 Moorpark 或 Simi Valley 城，需要開車從 Moorpark Road 往北穿越山路才能到達。

眾所周知，1882 年 5 月 6 日簽署的《排華法案》在 1943 年廢除，才開始有了允許每年 105 名華人入境的移民額度，比較大規模的華人移民美國，是直至 1965 年的《移民和國籍法案》（Immigration and Nationality Services Act of 1965）通過後才開始。而禁止華人與白人通婚的法律，自 1948 年加州先廢止起，直到 1967 年，美國最高法院判決反對種族通婚的法律是違憲的，華人與白人通婚才全面解禁。在那年代，中國人要在美國置產，也有很大的限制，譬如說 Santa Monica 城市在 Wilshire Boulevard 北邊，東方人是買不到房子的。許多的華人移民近代史，我們在書刊雜誌上讀到，對於這些老千橡的華人前輩，他們卻是在這些歷史裡走過來的。



千橡城七零年代前非常冷清，像樣的餐館和購物中心乏善可陳。1978年 Oaks Mall 落成，千橡開始吸引人流，市面越來越熱鬧。1994年有1800座位一流水準的 Thousand Oaks Arts Plaza 完工，開始引進了許多高水準的藝術團體來表演，把千橡推向了另外一個高峰。我們的千橡中文學校和康谷華協，這幾十年來，也跟著千橡城

一起成長，孕育了一代又一代的華人家庭，就是另一個歷史見證。

### 一串熾熱的心

-----老友亦步亦趨的一起走來，織成了一個牢不可破的友情之網。

有一位早年就來到美國中部多年的朋友告訴

我，他居住的小鎮沒有一個老中。七幾年有一回他到洛杉磯，站在老中國城的街上，一下子看到人來人往的那麼多老中，不禁感動的流下了眼淚。這種心情，現在的新移民很難了解。聽到六、七零年代來的第一代老千橡談起，當年只要在街上碰到一個東方人，就會忍不住的上前請問：“你是中國人嗎？”



196x: T.O. Blvd.





就是這些渴望，施常昭（Pearl）、黃沃泉；嚴雋同、羅愛華；黃良箴、曾德新這三對夫婦，偶然的相遇相識，爲了兒女的中文教育問題，希望在千橡能開辦中文班，免得每週跋涉二十多哩路去另一城市上中文課。大家有了共識，但老師何處尋？巧的是在一次聚會中，又再次偶然的遇到

離千橡不遠的 Camarillo 城教中文的王懋德。懋德在台灣畢業於國語實小，是中文科班出身，談起千橡中文教育的願景，大家一拍即合，於焉開始實際作業，開班開課。而後，林志中、陳長秀；邢毓瀚、周臻；葉雁萍、李明輝等等許許多多的夫妻檔，一個個被網羅加入陣容，自校務，教務到工友全包。這也就是今日千橡中文學校的濫觴。

“我當初教的第一屆，唯一的一班學生，只有十二位。這不打緊，裡面的年齡從因爲友情相託不得不收的 4 歲小娃，到兄弟檔老大哥 15 歲都有。學生程度不同，手上也沒有教材，一切只有自己動手編纂，講課還要努力講到大小通吃，也真不知道當初是怎麼“混”過來的。現在偶而遇到這些教過的學生，他們的年紀比我當年做老師時都大；如今爲人父母，成家立業，個個都不賴！”。陳年往事，是懋德兄生命中最懷念與得意的回憶。

“當年爲了孩子的中文教育，加上幾個志同道合的中國家庭，就憑一股衝勁，也沒去考慮太多，三個臭皮匠，總抵得上一個諸葛亮吧！就這樣開始了。”我們千橡這位永遠的校長 Pearl，談起往事，臉上的招牌笑容幾十年來都沒變。一貫的開朗、直率，加上一顆永遠熾熱的心，這麼



多年來，也同樣沒變。

熾熱的心會傳染，爾後一串串熾熱的心再織成網，加上對於延續下一代中文教育的共同使命感，大家相知相伴，劈手踮腳的，千橡中文學校就這麼起來了。

當年的幾個臭皮匠，大概怎麼也不會想到幾十年以後，千橡中文學校會發展到六百多學生，而且在南加州的中文學校裡許多競賽中所向披靡。

在這以白人爲主的千橡城，華人是少數，因此在許多公共事務上，同胞集合一起，才能發揮力量。記得八零年代，電視中文台被取消，許多老中家庭一起去陳情抗議，才把中文台給留了下來。當新的千橡圖書館剛成立的時候，老中發起捐書捐款，才會有了中文圖書的專櫃。而後，幾位女性老中陸續加入圖書館長期擔任志工，對中文書目的維護與加強，功不可沒。在建千橡藝術中心募款的過程中，我們老中不落人後，日後在藝術中心戲院舉辦的中國新年晚會，近二十年來也沒有中斷過。幾十年來，在康谷居住的華人，無論在教育、職場、志工及一般生活，都表現優異。天下沒有白吃的午餐，這是這半世紀來，許多華人前輩，亦步亦趨努力掙來的。



## 前浪死在沙灘上？

-----初生之犢不怕虎，江山代有人才出。

老千橡華人常戲言：長江後浪推前浪，前浪死在沙灘上。

這句話以在千橡久居的華人來說，很有問題，當然是不成立的。真正的事實，應該是這樣的：

長江後浪推前浪，前浪躺在沙灘上，悠閑悠閑曬太陽。

晴空萬里微風吹來，通體舒暢。

近看海鷗低空飛翔，遠眺天際點點白帆。

看後浪鎖定目標繼續向前航，承先啓後，直到地老天荒。

五十年前的千橡，

遍地是橡樹，有的是牧場，風吹草低見牛羊，很有點大漠風光；

人稀地廣，少見車輛，空氣清朗，處處聞草香。

今天的千橡，

不缺各類大賣場，又多好餐館，人來人往，熱鬧非常；

學區沒話講，絕對一級棒，居家更是好地方。

看前浪數十載來駐足千橡，一路走來，朋友相伴，披荊斬棘，福禍共享。

回顧往事，有緣多年大家共聚一堂，這可是上天獨厚的恩賞？

前人種樹後人乘涼，後浪飲水思源，對前種種，何能相忘？

天蒼蒼，海茫茫，這半世紀來的流金歲月，在在都是康谷人的驕傲，怎能不志得意滿！

這就是千橡。



## 牡丹亭

作者：湯顯祖

出版社：三民書局

陳蕙玲 推薦

情不知所起，一往而深。生者可以死、死者可以生；生而不可與死，死而不可後生者，皆非情之者也。  
--驚夢。

本書敘述杜麗娘和柳夢梅的愛情故事。它敘述一個官宦家庭的小姐杜麗娘，在空寂的閨閣、冷清的園林中，無法忍受古板的禮教對情愛生活的壓抑，鬱悶而死。她的鬼魂卻更大膽地主動與柳夢梅結合，訂下山盟海誓，永做夫妻。神聖的愛情力量，終於超越了生死的界限，使她重新復活。

作者創作時雖有理性思考，卻並不是以脫離生活的觀念來歪曲生活，而是以對生活的深刻認識來從事創作。劇中杜麗娘日常的行為舉止，絲毫不違背她作為名門閨秀的身份；但在另一面，當杜麗娘獨處深思時，卻不由自主地發出對「才子佳人」「密約偷情」的傾慕；在更深的一層，當完全擺脫現實束縛進入夢境時，她的潛在慾望便充分地活躍起來。細緻而富於美感地描繪了她的不同層面上的感情活動，特別是深入地刻畫了她對幸福人生不可抑制的追求，以及這種追求如何以內在的剛強支配著她的外在的嬌弱，令人感受到自由生命的可愛。

喜歡古典文學、喜歡愛情故事、喜歡女權運動、喜歡鬼故事、喜歡掌握自己命運而終於走出一片天、或是喜歡看高潮迭起的連續劇的你，都可以來看牡丹亭。

它的劇情貼近人性，它文采之絢麗，也滿足了書友對真、善、美的追求！

好的文學作品著實不少，但是現在由於 3D 產品的崛起，使得我們與書相處的時間相對減少，如果您喜歡看書，千萬不要錯過這本世紀文學鉅作！

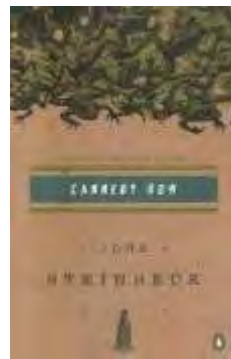


## Cannery Row 罐頭街

作者：John Steinbeck 約翰·史坦貝克

出版社：Penguin Books

溫霏 推薦



每一位去過加州的蒙特利 (Monterey, California) 遊玩過的朋友，一定在罐頭街 (Cannery Row) 上玩走過。如果你細心的話，就會注意到街頭駐立著一幅雕像，那就是罐頭街的作者約翰·史坦貝克的頭像，因為這條街就是以這部小說的

書名而改名的，從前這條街叫做海洋景大道 (Ocean View Avenue)。約翰·史坦貝克是美國最偉大的作家之一，他一生著述甚豐，寫過二十幾部小說及其他著作，獲得過美國文學大獎，並且於1962年獲得諾貝爾文學獎，被稱讚為“美國文字的巨人”，他的許多書還被改編為電影搬上銀幕。

罐頭街出版於1945年，故事的場景是在經濟大蕭條時期加州蒙特利市的一條擠滿了製作沙丁魚罐頭的街道，即現在的“罐頭街”，故事中的人物便生活在罐頭街一帶：Lee Chong (李聰) 當地雜貨鋪老板；Doc (博士) 一位海洋生物學家，Mack (馬克) 一群小混混的領頭。這本書就講了 Mack 和他的小夥伴們為了更好地做 Doc 的朋友，歷經波折，想方設法為他舉辦一個生日派對的故事。因為 Doc 是一個非常有愛心的大好人，這個城市的居民都愛他。這些居民很滿足於做自己，他們最大的野心就是能成為 Doc 更好的朋友。

朋友，如果你喜歡蒙特利這座小城和它的罐頭街，不妨找來 Cannery Row (罐頭街) 這本書來讀一讀，你一定會流露出會心的微笑。



## 自由鐘與美國精神

作者：Peter A. Lillback 彼得·里爾巴克  
出版社：江西人民出版社

洪曉寒 推薦

自由的鐘聲永遠鳴響



在賓州的 Independence National Historical Park 裡，存放著一口重達 2080 磅，有一道裂痕的銅鐘。在鐘頂部最明顯的地方，刻著一句話“向全世界所有的人宣告自由”（《聖經》利未記 25:10 節）。美國威斯敏斯特神學院院長，著名歷史學家 Peter A. Lillback 在他的專著《自由鐘與美國精神》裡，講述了自由鐘的歷史，以及美國歷史中與之相連的幾次重大事件。

十七世紀初期，美洲大陸迎來了第一批因躲避宗教迫害逃離家園的英國國教徒，他們抵達弗吉尼亞後，做的第一件事情就是在海岸上豎起個木頭十字架，並頒布了《弗吉尼亞憲章》，該憲章表明他們來美洲的目的之一是要在遍地給一切的居民宣告自由。

出於對宗教迫害的深惡痛絕，貴格會的傳教士潘恩用繼承父親的遺產“以地代貨”，請求英王賜給他一塊土地，並將這片土地取名為賓夕法尼亞，以實驗他將費城建設成人與人之間真正相愛的城市的理想。他所撰寫的《權利憲法》成為賓夕法尼亞州第一部憲法。該憲法開宗明義承認人若被剝奪了良心和宗教的自由，也就沒有真正的自由。它宣布：所有人，無論是基督徒，天主教徒，猶太教徒，穆斯林教徒等，只要信仰，承認獨一全能真神掌管世並托住世界，並且表明在國民政府管理下安然度日者，一律不得因為內心之信仰，擬或其外在之表現，受任何的迫害或歧視。這一憲章在那個時代具有很強的革命性，之後的《獨立宣言》便繼承了此憲章的基本精神。

為了紀念潘恩的《權利憲法》通過五十年，賓夕法尼亞鑄造了重達 2000 多磅的大鐘，這口鐘是費城的像征，更是美國自由精神的像徵。它見證了美國早期歷史上最為重要的事件：為第一次宣讀《獨立宣言》鳴響；為合眾國憲法通過鳴響；為送富蘭克林赴英陳情，召集市民討論英國頒布的《糖稅法案》和《印花稅法案》鳴響；為華盛頓的逝世鳴響。

美國革命之後，自由鐘的歷史從未曾中斷過。它為爭取自由的婦女運動所複制；它作為國寶在美國巡回展覽，從北到南，從東到西，萬人空巷；二戰期間，它的聲音被電台廣為傳播，成為美國人信念的旗幟；黑人為爭取投票權，圍繞它靜坐……1846 年 2 月 22 日，在華盛頓誕辰 114 慶典上，自由鐘最後一次被敲響。

儘管這口鐘早已不再被使用，但自由的鐘聲將永遠鳴響。因為，真自由不僅是美國先輩，也是全人類共同的尋求。



# 康谷華人參政的開始

## Civic Engagement in Conejo Valley Chinese Community

尚虹

第一次接觸到康谷華人社區，是剛搬至千橡時，當時女兒年幼還未上學，一次偶然的機會到千橡 Civic Arts Plaza 觀看康谷華人新春晚會節目。記得最清楚的是幼兒班表演的《踏雪尋梅》，那喜慶的中國服飾，朗朗上口的唱詞和動聽的音樂，至今讓我記憶猶新；雪霽天晴朗，蠟梅處處香，騎驢把橋過，鈴兒響叮噠。響叮噠、響叮噠、響叮噠……

到千橡轉眼十多年過去了，很幸運生活在千橡。提起千橡在南加州很多華人都知道我們有一個非常優秀的中文學校，每年都上演一台上千人觀看的新春晚會，我們有自編自排精美的《千橡》雜誌，還有初夏露營，中文學校有四五百人參加的田徑運動會。以上大家熟悉的活動把社區的朋友們緊密地聯繫在一起，但在這裡我想與大家分享的是怎樣讓我們的華人社區進一步成長，在當今美國社會中更有影響力，變得舉足輕重。

美國是一個民主的社會，每個公民都有參與的機會和權力。在過去的一年裡，經過美國中期選舉和加州有關教育的第五號修憲案（SCA5）的討論和參與，康谷華人越來越意識到在美國參政、議政的重要性。做為去年千橡中文學校的校長，我有幸和中文學校許多義工家長、同仁和千橡的前輩們，共同經歷和見證了康谷華人與時俱進，在公民參與（Civic Engagement）方面的成長。

2014 年的 2 月至 3 月，中文學校家長義工和朋友們，因反對 SCA5 自發建立網站發佈信息，他們參與電視電台訪談，組織與官員對話。特別值得一提的是因為網站信息及時準確，他們的網站在美國東西海岸廣為引用。4 月 5 日家長義工們還邀請加州州議員 Jeff Gorell 在千橡組織了康谷地區第一次華人問證會。我們欣喜地看到，充滿熱情又富有能力的中文學校家長朋友們，和其他地區的華人一起，成功地阻止了違反美國平等進步精神的 SCA5 加州修憲案，他們創造了歷史！

暑假過後又遇美國中期選舉，康谷華協講座組邀請美國首位華裔女市長，美國國務院“東西中心”常務理事，曾任美國五任總統 President Ford, Carter, Reagan, Bush, Clinton 政府高級顧問的陳李婉若女士到千橡演講。她以切身經歷和體會鼓勵大家參政議政並參加選舉。康谷華協講座組還和家長義工一起每週六在中文學校設點進行選民登記和選票解釋工作。目睹千橡市所在美國國會第 26 選區選情如火如荼，康谷華協還協助 CLU Community Forum 邀請兩位候選人 Julia Brownley 和 Jeff Gorell 與選民見面，Jeff Gorell 應邀在千橡進行了第二次華人問證會。廣大社區華人在這過程中瞭解到自己手中選票的重要性，也對美國選舉的關注大大提高。

一年來的公民參與經歷讓社區華人深深的意識到，我們需要進行長期有效的聯合工作，讓社



# 網道

樓毓華



網道「叨」，廢話也。商人有商道，做大夫有醫道，做官女的，有大長今做榜樣，那打網球的人，有沒有網道？

一言以冠之，"志同道合"。有志一同的球員，切磋技藝，鍛鍊身體，聊天嬉笑，相互慰勉等這一類結社的特徵，在我們千橡的網球社是十分明顯的。千橡有衆多社團，跳舞社，一跳入舞池，那就是十幾年的舞棍；合唱團、籃球社、登山社等，也都是人多勢眾，和咱們網球社一樣的歷史悠久。今年網球社的會長是曾燦堂（Tom），他已經做了十幾年的會衆，近年來，終於練成了千打萬劈不死功，每個球你攻過去，他總是能打回來，於是在年終的幫會中，跳進擂臺，豪笑一聲取走了打狗棒，升任會長。

網球場上，有大、小二種無奈。對手或隊友與你實力相差太大是小無奈，在場上落單則是大無奈。一場雙打，四人中有明顯一，二，三，四等球技，通常是一配三，或一配四，對打二配四或三。其實，實力最好的兩人，聯手打擊較差的兩人，才比較合理。為何

這麼說？除非一等生站到網前找球打，否則站在底線的一等生一個冬天下來，不知道要生多少次病，爲什麼？因爲他打不到球，球都打給了他的較弱的隊友。他一出手，對家就死了，所以，人家就不打給他了。他只能在場上陪打。這真是網球場上的一種怪現象。網球就有這種難處，旗鼓相當的四個人來打雙打，才能人人淋漓酣暢，盡興發揮，若四人中有一、二位稍嫌薄弱，那打起來，就稍減懸念，不能盡興。

自己人看自己的社團，總是蒙上一層浪漫的輕紗，覺得這真是鳳凰和千歲鶴的部落和聚會的山崗，時間一到，就迫不及待拋下老婆和孩子，出門去會球友。每個

球都專注地廝殺，終於一句驚嘆聲，攪亂了當下皎潔的月



光。那一球，真是匪夷所思啊！旁人



看我們，意境也許就相差甚遠，或許覺得真是聒噪惱人的一群烏鴉。尤其是每晚十點左右到球場前來巡查的警車，不知是否又接到住家舉報，對面球場，嘻笑聲震耳，像烏鴉！

“衝出南加州，進軍全美國”，社員也組隊出征USTA，美國網球聯盟，千橡爆竹隊隊長人稱網前龍爪手吳月，腳踏碎步手生疾風，在網前捕捉那小黃雞蛋球，輕鬆之極，手到擒來，那是獨門功夫，難以仿效的！

在Ventura咱隊每每勢如破竹般，打得其它二十餘球隊俯首稱臣，是隻猛禽，這都得感謝吳月隊長、陳中寧副隊長及歷屆隊長的英明帶領。

可惜，屢次到南加州大賽却鎩羽而歸，像是在鄉里是個秀才，在省會却過不了關，還是隻小雞呢！甯說進京趕考了，奈何？

不管它了，也許球員們背景、體能、營養都類似，打法也同質，也多是近四十才開始打網球的，能夠笑傲鄉里，已難能可貴！重要的是，大夥兒都喜歡打網球，珍惜這個緣份！這就夠了。

社裏每年舉行約兩次的全社網球大賽，分成A、B兩組，捉對廝殺，最近的這一次A組冠軍是實至名歸的何志剛和張大為，B組冠軍則是異軍突起的涂義和李愛文。大家講好，有不服氣的，下次再來挑戰！

德，你勝我贏謂之德，生生不息謂之德。中生代爬蟲類的恐龍橫行之前有節肢動物，之後有哺乳類，物種於是輪替定尊。網球場上也是稱能掌握一球生死的球員，是謂有德。過幾年，又有新一代球員，更有才，更強壯，跑得比你快，把你推擠到沙灘上。這種生生不息的推擠淘汰，在網球社尤其明顯。三、五年前，媽媽還憂心長不高的小虎，球拍都不會拿，如今長得健壯高大，把跟他練陪的爸爸都打殘了，實在是球太強了。這就是網球的道理！

如果，你自己不打網球，你兒子打，那把他送來咱網球社，讓這些烏鴉叔伯陪練，助他一臂之力。萬一烏鴉的子女竟然出人頭地，在美國或全世界的網壇都佔上一席之地，這烏鴉也做得值得了，與有榮焉！





# 星期六早晨聽演講

## CCCA “講座系列”的提升

張大凱

最近收到朋友轉來電郵通知，一位旅美中國學者在千橡演講，題目是「東漢黨錮與世說新語」。我帶著好奇的心去聽一下，心想這麼冷門的題目，到底有多少人會在週末的晚上去聽呢？走進會場，不由得呆住了，但見人頭擁擠，足足有 40 多人。演講時氣氛熱烈，聽眾的提問尖銳而有深度。聽完走出會場，感慨萬千。千橡的華人社區中，真是臥虎藏龍，大家對知識追求的熱忱，也令人欽佩。

康谷華協傳統上一直有各種講座的舉辦，選擇一些大家關心的議題，請專人來講授，這也是服務社區的一個層面。可惜在華協負責講座的理事人數很少，經費也不足，更何況大家都有繁忙的工作及家庭要打理，把講座的規模擴大及常規化實屬不易。在這種情形下，我們這些已退休而又有閒的人出來幫幫忙，哪怕是小小的貢獻，也有可能為社區帶來一些實實在在的好處。

有了這個念頭，我就找華協負責教育及講座的尚虹及包捷敏兩位能幹又負責的理事商量了一下，兩人欣然支持。要擴大講座的規模，我們需要更多人加入，一起蒐集題材及尋找適當的講演者。很幸運地有許多朋友願拔刀相助，包括潘黛美，蔣時亮，馮瀚緯，和吳茵茵。我們七人組成了一個「工作小組」，由華協尚虹及包捷敏負責。這個提議也獲華協理事會的通過。

在討論擴大華協講座系列時，工作小組一致同意活動的宗旨是：有效的為華人社區提供服務，所有演講將免費向公眾開放。除此外還做了以下的具體決定：

### 演講題目

針對社區不同的需要，題目將分為五大類：教育、醫療保健、生活情趣、理財與事業、及公民常識（輔助華協增強 Civic Engagement 的新目標）。講座基本目的是為大家提供更多有效及客觀的知識，同時避免任何商業性推銷或黨派政治、宗教的傾向。

### 時間

演講基本上將是每兩星期一次。時間訂在星期六早晨 9:45-11:00，和中文學校上課的時間相配合。如此很多學生家長都可以參加。如有必要個別演講的時間及地點都能有彈性，使更多有興趣的人能參加，包括中文學校的教師及義工。

### 地點

大多數的演講都會在 Cal Lutheran University 的 Swenson Center, room 101。我們很感激潘黛美幫我們安排到這麼理想的場地和設備。這裡離開中文學校只有 1.7 哩。在週六上午停車也很容易。除了 CLU 外，有些專題演講也可能安排在中文學校或其他場所舉行。



## 通知

每一個演講都會有專門設計的傳單，在演講前兩星期用 email 通知大家。因所有演講都是向公眾開放的，我們鼓勵大家繼續把傳單傳送出去，邀請更多人來參加。傳單也會放置在華協網頁的首頁。

根據其它組織舉辦講座的經驗，知道一般大眾興趣最高的題目是醫療保健。在 Ventura County 有一個美籍華裔醫生組織，有八十多位成員。他們的會長 Dr. Kelvin Loh 非常熱心支持我們的做法，鼓勵協會的醫生們為本地華人社區服務，到目前已有多位專科權威同意參加。基本上每一個醫學上的專題都可找到本地的華裔專家來論述。

在千橡社區中，生活在我們之中的各類專家也很多，從科學家到畫家，從食品生產到園藝高手，從大國經濟研究到數碼攝影，應有盡有。同時演講者也不限於華人，譬如說我們可以請千橡市長來講一下市政府的運作及城市將來的規劃；

也可請代表我們的聯邦或州議員來介紹他們的工作及聽取我們的理念。這些互動可促使華人更有效地在社會中發揮力量，這也是康谷華協的一個新目標。

新的講座已經舉辦了幾次，反應很好。參加的人數不斷增加。以後幾個月的演講也已安排。我們的目的是不斷發掘對社區大眾生活有切身影響的題材，請專家來分享他們的見解，充實我們的知識，同時引發大家更多的思考和討論。

在這個過程中，歡迎大家推舉我們社區中各領域的專家們來為大家演講，同時希望大家能提議你們想汲取、增長的題材，工作小組會盡量去找最理想的演講人選。你們的建議請寄電郵 [cccseminar@gmail.com](mailto:cccseminar@gmail.com)。我們的另一個理想，就是用講座這個平台，來增進各個本地華人團體間相互的交流，其重要性不能低估。

希望大家能踴躍的參加講座，把星期六早晨去 CLU 聽演講成爲一個新的生活習慣。



## 附：2015 年度講座系列計劃（請留意每月的通知）

Date	Speaker	Topics
12/17/2014	Dr. Kevin Chang	Cancer and Chinese Americans
01/24/2015	Derek Cheung	Educational, Self-learning, and Life Experiences
02/07/2015	Dr. Joe Wu	Everything you want to know about Stroke
02/14/2015	Xu Bing 徐冰	Tax
02/28/2015	Dr. George Yu	Sleep, Sleep Apnea and snoring
03/14/2015	Tuck Tsai	The Art and Business of Jewelry
03/28/2015	蔣時亮 & 項舉紹	Plan for your cruise
04/04/2015	Peter Lee	Digital boundary at home for the young
04/25/2015	Ms 王瑞芸	Essence of Chinese Culture (中華文化的精髓)
Future Talks		
05/09/2015	President of CLU	TBD
05/23/2015	Dr. Yumin Quin (To be finalized)	Prevention of coronary heart disease
06/13/2015	Jimmy Zhao	"Food" for thought
TBD	Dr. Tesu Lin (Jun/July)	Gastrointestinal diseases in Chinese American
TBD	Dr. Lynn Chan-Jeffers (Jult)	Plastic and reconstructive surgery
TBD	Prof. Yaming Lee (Aug)	大國經濟的過去、現在與未來
TBD	Dr. Patrick Kong	Spine-related nerve problems: lower back & neck pain
TBD	Dr. Wan Lee (September)	Myopia and Cataracts Care
TBD	Dr. Dale Sue	Advances in Medical Imaging Technology
TBD	Peter Lee	華人青少年心理輔導
TBD	Dr. Grace Sun (June)	Skin cancer and Asian Americans
TBD	Panel discussion	"Proud of our Chinese Heritage" - a message for the young



# 2014 首屆中華文化日

李瓊

2014年11月8日康谷華人中心籌委會成功地舉辦了第一屆中華文化日，約千餘人參加了盛會，當地兩份報紙對這次活動進行了採訪報導，並且給予了很高的評價。文化日的宗旨是向社區推廣中華文化，這次活動圓滿地達到了這一目的。來參加的人有千橡中文學校的學生和家長，本地區各個高初中及小學中文班的學生，和許多當地居民。

從八月中開始籌劃，到11月初成功舉辦中華文化日，僅用了兩個半月時間準備。這期間籌委會的各個成員花了大量的時間和精力，廢寢忘食、夜以繼日地工作，才使得活動按期舉辦。中華文化日得到了許多熱心人士和商家的大力支持，使我們得以將費用壓到最低，淨盈利5000元。在成功宣傳中華文化之餘，為華人中心籌建基金增加一筆資金，也是一個額外收穫。

這次活動之所以沒賠反賺，靠的是大家的努力和贊助。游麗惠和曾愾薇捐贈了500個購物袋，讓每一個購買抽獎卷和禮卷的家庭都拿到一個漂亮的購物袋。謝麗容、鄭乃碩夫婦和吳茵茵捐了一個iPhone6，成為抽獎熱點，葉晚林和崔磊夫婦捐了價格不菲的ablet作為第二大獎品。第三大獎品是吳華山從公司要來兩張環球影城的入場卷。另外有許多人或捐錢、或捐贈禮物、或認購帳篷，其中拔了頭籌的有王珏、焦守恕夫婦捐贈現金500元，蔣時亮、劉香嚴夫婦認購三頂帳篷。捐贈的人數很多，難以一一敘述，具體名單請看下列。在這裏，我代表康谷華人中心籌委會，和2014年中華文化日籌委會，再一次向所有為此次活動做出貢獻和支持的朋友們表示衷心的感謝！

## 贊助現金或物品 \$250 以上有：

TO Learning Center (吳茵茵、羅浩林)  
iPromise studio (蕭博洋、蔡友文)  
Sandbox Computer  
Jeng Academy Center (鄭適音、鄭美芳)  
New York Life (周洪)  
Holly (伍雄麗)  
謝麗容、鄭乃碩  
葉晚林、崔磊  
王珏、焦守恕  
蔣時亮、劉香嚴  
游麗惠、吳忠憲  
曾愾薇、邱煜仁  
郭美音  
李瓊、楊明發  
Tyler King



## 贊助現金或物品 \$100 以上有：

邱偉榮  
楊佩諭  
林冰 (Acupuncture & Herb Clinic)  
Mike Sun、Joyce Sun  
Green Onion  
小四川  
金園  
Lindero Learning Center



## 贊助現金或物品 \$100 以下有：

吳迎春 (外加\$75 Baxter 贊助)  
尚虹 (外加\$50 Bank of America 贊助)  
趙蓮  
潘建美  
楊曉明





## 健康保險 及 歐巴馬的健保改革

崔磊

在進入正題之前，我們先回顧一下保險的定義。保險是利用眾人平均分攤風險的方式，繳納一定的費用（保險費），避免“不可預期”的未來事件所導致的重大經濟損失。保險公司並不是慈善機構，所以就象其它的行業一樣，都不希望做賠本生意。客戶所繳納的保險費，大部分用來建立保險基金以應付可能發生的賠款，另一部分支付營業費用。總支出和保險費收入相比，差額就是保險公司的利潤或損失。

一般常見的保險有人壽保險（Life Insurance），房屋保險（Homeowner Insurance），汽車保險（Auto Insurance），地震險（Earthquake Insurance），等等。但是比起這些保險，健康保險有幾點非常不同的地方：

- 一. 其它保險公司與受保人（insured）都是直接的買賣對價關係，受保人支付保費給保險公司，當保險事故發生時，保險公司直接賠償損失給受保人。但是健康保險公司只是介於受保人與醫療體系的中間人，絕大部分的保費（75-85%）都經由保險公司轉付給醫院，醫生，藥廠等等，扣掉營業費用及稅金支出（10-20%），不論是上市的或非營利的健保公司的利潤平均都在5%上下。
- 二. 比起其它保險，健保理賠事件頻率非常高，但金額較低。更重要的是，其它保險事件是

完全隨機的（沒有人可以預測何時地震會發生、何時房子會起火、何時會出車禍等等），但很多醫療事件不是隨機的，而是可以預期的（比如糖尿病患者、高血壓患者、孕婦、癌症患者都對未來的醫療費用有個估計）。這基本上違背了保險的原則，所以健康保險不能算是百分之百的保險，有一部分的保費是預先支付的醫療費用。

- 三. 健康保險公司有一種特別的風險是其它保險公司所沒有的，這所謂的“不利選擇”（Adverse Selection或Anti-selection）是所有健保公司都要特別小心處理的。讀者們想想看你們在選擇健康保險時，是不是都會考慮保費高低、自付額多少、及未來一年的醫療費用，而做出對自己最有利的抉擇？因為很多醫療事件和費用是可以預期的，所以對消費者有利的選擇，都對健保公司不利。因為保費太高而覺得不划算的消費者逐漸退出保險市場（不買保險）或換一家保險公司，留下續保的人多有醫療需求，導致平均醫療費用升高，所以保險公司必須提高保費。一旦保費上漲，又有一些較健康的人退出，保費又必須再提高，這就造成惡性循環（Death Spiral）。



	Scenario 1		Scenario 2	
	Estimated Cost	Premium	Estimated Cost	Premium
Person 1	\$1000	\$400	\$1000	\$600
Person 2	\$200	\$400	\$200	\$600
Person 3	\$0	\$400		
Total	\$1200	\$1200	\$1200	\$1200

以下是一個簡單的例子（不考慮健保公司的利潤及營業費用）

有三個投保人，預估的醫療費用總共一千二百元，為了達到收支平衡，每人分攤保費四百元。假如第三個人因為他身強體健，覺得四百元保費太貴不划算，決定不保，那麼其它兩人的保費必須上漲百分之五十到六百元（這跟通貨膨脹一點關係也沒有），才可收支平衡。這時如果健保公司忽略了“不利選擇”的風險管理，對另外兩人收取四百元保費，那就得賠錢了。

很多媒體和輿論把保費上漲速度和通貨膨脹率（inflation）拿來比較，所謂不合理的保費漲幅就歸咎於健康保險公司公司的貪婪，真是不了解醫療保費的計算方式及它的風險。

美國是唯一沒有提供全民健保的已開發國家，政府只有提供照顧老人的Medicare及低收入家庭或殘障的Medicaid（在加州又稱Medi-Cal）。其它民眾只能透過民間的健康保險公司購買團體（經由雇主）險或個人險。

Fee-for-Service Medicare（紅藍卡）包括Part A住院費用，Part B門診費用，Part D 處方醫藥費用。政府付擔醫療費用的80%，其餘20%需要病人自己承擔。

紅藍卡Part A部分，工作滿10年，累積40點即不需再交月費，如果點數不夠40，則需要交費，每月約450元。Part B部分月費104.9元，大部分老年人是從退休金中直接扣B部分月費，不需要自己再另外付費。滿65歲的老人必須買Part B，不買的話，每超過12個月，罰款10%，而且

是終生罰款。Part D是2004年增加的保障，滿65歲必須買，平均月費32元，月費越高，拿藥時自付額越低，可根據自己狀況來選擇。如果不買，每個月罰1%，而且是終生罰款。

Part C又稱Medicare Advantage，聯邦政府外包給民間的健保公司經營，形式就像一般的HMO，它將紅藍卡的A，B和D部分都合在一起了，大部分個人不需要另付月費。各個保險公司為吸引老人參加，也會贈送很多額外的福利，如免費的針灸、按摩、助聽器、驗光、眼鏡、醫療交通、出國旅遊醫療保險等等。唯一的缺點是必須看健保公司醫療網內的醫生，看專科醫生也需要經過主治醫生轉診。



Medi-Cal（白卡）是加州政府提供給低收入者的福利，基本上不需交月費也沒有什麼自付額。另外，白卡包含長期醫療護理福利。



## 醫療與保健

2014年起，歐巴馬健保改革法案（Patient Protection and Affordable Care Act or PPACA）全面實施，多數州都已完成設立健保交易網站（Health Insurance Exchange），或是和其它州或聯邦政府合作，提供網路平台讓眾多健康保險公司以各種不同的健保產品，吸引不同需求的顧客，個人及小型企業員工可以比較各種健保產品的保費和福利以方便選擇。

對於超過五十名全職員工的大型公司企業，只要雇主繼續提供完整的醫療健康保險，員工和家屬們不需要透過健保交易網站選購保險，也不直接受到健保改革法案諸多的影響。

加州的健保交易網站是

<http://www.coveredca.com/>

如果讀者有興趣，可隨時上網查詢詳細的健保改革資訊，各家健保公司的比較，並可依家庭收入、人口數目、居住地區等約略計算出每月的保費。

新的健保產品以病人自付金額高低作為分級依據而分為白金級（Platinum）、黃金級（Gold）、銀級（Silver）、以及銅級（Bronze）。



白金級保費最高，病人自付金額最低；銅級產品每月保費最低，但病人自付金額最多；黃金級和銀級介於兩者之間。一些有能力自行支付中小額醫療費用的人也可只購買最基本的意外災難險（Catastrophic coverage）。

健保改革法案對於低收入醫療保險（Medicaid or Medi-Cal in California）的申請條件放寬，年收入在聯邦貧窮線（Federal Poverty

Level or FPL）133%以下，不論有無合法身份的移民，都可以申請加入。

至於年收入在聯邦貧窮線133%至400%之間的家庭或個人，也有資格獲得聯邦政府用減稅的方式補助保費（Subsidy），家庭收入越低，補助額度越高，據估計大約有兩百六十萬的中低收入加州居民有資格得到補助。購買銀級的產品，更可享受額外的自付額減免（Cost Share Reduction）。比如，一個年收入三萬五千美元（150% FPL）的四口家庭，只需拿出收入的4%，可得到銀級的保險。年收入七萬美元（300% FPL）的家庭，則需拿出收入的9.5%才能獲得同樣銀級的保險。值得注意的是，拿到政府補助的家庭或個人，會收到新的1095表格，每年報稅的時候要併入申報。

年收入超過聯邦貧窮線四倍的個人或家庭，雖然得不到聯邦的補助，仍然可以在健保交易網站購買新的健保計劃，或透過傳統的方式直接向保險公司投保。

以下是其它一些重要的條款，提供大家參考：

- 保險公司不得對醫療給付設定上限
- 保險公司不能拒絕帶病投保（Pre-existing Conditions）
- 26歲以下的成年子女可納入父母的健保計劃內
- 保險公司每年提供一次無自付額的免費健康檢查
- 聯邦醫療保險的處方醫藥部分（Medicare PartD），處於所謂“甜甜圈缺口”（Donut Hole）的人，可獲得250美元的補助。
- 每年根據市場佔有率，向藥廠徵收費用（但銷售額不到五百萬美元的免徵）。



- 限制保險公司的利潤以及營業費用（大型企業保費的15%，或者小型企業和個人保費的20%），超過的保費部分必須退還。
- 提升高收入者所得稅，將目前對收入二十萬美元以上的個人和收入二十五萬美元以上的夫婦所徵收的1.45% 薪資稅，提高至2.35%；一些投資收入課徵3.8%的所得稅；醫療設備的銷售需課徵2.9%的消費稅



（但以零售價購買的社會大眾不需加稅）。

- 2018年起，針對僱主提供的高額健保計畫徵收消費稅（Cadillac Tax），徵稅門檻為一萬二百美元以上的個人保險，以及二萬七千五百美元以上的家庭保險。

所以，健保改革法案主要是要求保險業者提高保險給付、取消醫療限制、降低利潤、聯邦政府再提供大筆的補助給低收入的家庭，希望擴大受保人數而達到全民健保的目標。為了避免聯邦政府負擔龐大的經費，歐巴馬健保改革利用社會財富的重新分配，對健保公司、中大型雇主、以及高收入家庭，徵收健保相關的稅金。

當然除了補助，健保改革法案也雙管齊下對不買健保的人罰款（除了少數個人豁免），以個人年收入百分比來計算。2014年的罰款為95美元或個人年收入的1%（取較高者），2015年的罰款為325美元或個人年收入的2%，2016年的罰款為695美元或個人年收入的2.5%，然後逐年按通貨膨脹率增加。罰款的目的是希望大多數年輕和健康的民眾都加入，一起分攤風險，補助年老和健康欠佳的人過低的保費，這樣才可以有效控制保

費上漲的速度。從風險管理的角度來看，這項條款是絕對必要的，而且罰款必須夠重，否則健康的人都等到有需要醫療服務的時候才去買保險，而有保險的都是身殘體弱的人，沒有足夠的人來分攤風險，保險公司只好把保費不斷提高，惡性循環的結果就是到最後沒有人買得起。

健保改革想要成功，就不能沒有健保公司參與。由於過多的規定限制，健保公司裹足不前，擔心慘賠倒閉，所以健保改革法案也有一些財政措施（簡稱3R），顧及到保險公司的盈虧及公平競爭：

**R**einsurance再保險—對於醫療費用過高的病人，聯邦政府用徵收的再保稅金，補貼健保公司部分的損失。

**R**isk Adjustment風險平衡—健保改革法案希望健保公司之間靠產品設計、客戶服務、等等做良性競爭，而不是爭取低風險身強體健的客戶，來提高利潤。所以聯邦政府會根據受保人的平均風險，每年重新分配健保公司所收取的保費，平均風險較低的健保公司要轉讓一部分的保費給平均風險較高的公司。

**R**isk Corridor損益門檻—年度損益在百分之三之內，由健保公司自行吸收；之後的百分之五，聯邦政府和健保公司對分一半；在百分之八之外的部分，聯邦政府和健保公司八二分，健保公司的盈餘或虧損都因此減少。

總而言之，歐巴馬的健保改革法案基本上是針對健保公司的改革，加上醫療資源和社會財富的重新分配。一般中大型雇主、高收入的家庭和身強體健的民眾，多付稅金或保費；而中低收入的以及年長高風險的民眾，可以獲得補助，整體受保人數會增加。但是，美國醫療體系缺乏效率、肥胖人口過多、基礎家庭醫生不足、醫院浮濫報價、處方醫藥昂貴，這些佔了保費百分之八十的根本問題沒有解決，健保費用不可能明顯下降的。





## 笑果排座次

# 漫談不同水果的不同保健特點

(一)



王友平

網傳美國《讀者文摘》雜誌在 2014 年對水果有過一次梁山好漢排座次，認為對健康最有利的水果，從第一到第十依次是蘋果、杏、香蕉、黑莓、藍莓、甜瓜、櫻桃、蔓越莓、葡萄柚（grapefruit）、紫葡萄。可是另外一個網站的排序卻說最有利於健康的水果是藍莓（blueberry）、莓（strawberry）、莓（Raspberry，也翻譯為樹莓、覆盆子）、黑莓（blackberry）、西瓜、檸檬、芭樂、葡萄柚、波森莓（boysenberry）、蔓越莓。列位看看，除了發現“莓”是好果子，兩個排行榜在其它方面可就沒有什麼規律了。您若去查找更多的資料，一定會得到更多不同的排序。這並不是專家們“蘿蔔白菜、各有所愛”，而是因為不同身體狀態的人對營養物質的需求不同，患有不同疾病的人對物質的避諱也不同，從不同的需要出發去選擇和按水果不同成份的取捨去排序，結果就不同了。可見我們大可不必非要關公戰秦瓊，還要辨別他倆誰操縱無人機更熟練，而是應該關注常見水果的不同保健特點，按您自己的身體需要來決定入口次序。

## 老輩兒說

當年筆者下鄉當知青，正趕上毛的妻子江青在全國推廣學習馬列主義原著，被農民稱為喝過一些洋墨水的知青，自然就成為所謂的理論輔導員。我們白天被貧下中農改造，晚上輔導他們怎樣用馬列主義在白天改造我們。如此，按農民的話說，知青和農民彼此間的關係“麻煩得很！”經過一段馬列理論學習之後，農民說知青想事做事也麻煩得很：“你們城裡娃太麻煩了，出門先邁左腳還是右腳都要從馬列哲學裡找個說法出來，簡直是吃飽了撐著。”而且，怕麻煩的農民讓怎樣吃水果也躺槍：“連吃個水果也講究什麼果皮果瓢果核的營養不同了，什麼不同水果對身體不同系統充滿了矛盾作用了。哪那麼麻煩，按照老輩兒說的就好了。”我問他們：“老輩兒說什麼？”“老輩說：桃飽人、杏傷人、李子樹下埋死人。”意思是桃可以像糧食那樣多吃，無害；杏吃多了可就對身體不好了；至於李子不吃也罷，誰願意吃著吃著就倒斃在樹下呢？



我當時覺得老輩兒的話還真正確，因為當時村裡的果園有很多桃樹和蘋果樹，遇到豐收的年歲，無論桃或蘋果，飽吃一頓還是可以的。杏樹好像只有七八棵，品種不錯，到了收麥季節，黃澄澄的，可望不可及。據說都送給了上級領導，領導們工作辛苦嘛！普通村民是吃不上，屬於被改造對象的知青更吃不上。至於果園的李子樹就更珍惜，只有兩三棵，我看見過樹上的李子是紫色的，但摸都沒有摸過。那時我就安慰自己：“讓那些吃李子的人都在樹下成爲肥料吧！”瞧，人心就這麼罪惡，何止狐狸吃不上葡萄就說葡萄是酸的。

某夏日半夜，民兵連長敲我們知青的門，說有人在果園裡偷竊，要我們去抓賊。問爲什麼要我們去，連長曰：“三天前剛剛有個老漢兒被埋在果園裡了，農民嫌晦氣，沒有人願意進去抓賊。”記得等我們三位知青哥們進到果園，哪裡有賊？黑咕隆咚的，就繞過新墳，悄悄抬出來大半筐有生有熟的桃子，藏到地窖裡，飽吃了一些時日。現在想來，人只要有條件，犯罪是很順溜的。不過當時很感謝這位連長沒有聽說過知青內部的一句豪言壯

語：“知青不偷、五穀不收；知青不搶，莊稼不長”，才出現了這種讓黃鼠狼保護雞的歷史事件。也就是那天半夜，我還

吃到了三四個杏，味道真不錯，只是有些心虛，還到不了傷身的地步就適可而止了，怕第二天被人看出來樹上屬領導的杏少了。誰知，次日天亮，全村都叫了起來，滿樹的杏都不見

了，顯然有人比我們更勇敢沉著，在我們離開後竟然無懼傷身，來了個大掃蕩。好在我們是奉命捉賊進園，相信領導聽到的匯報一定說是被賊偷光了，與知青無關。

後來進城了，上大學了，當醫生了，到美利堅了，紫皮大李子實在年年誘惑我，吃還是不吃，也曾經是個問題。我想過，若說一個人“艷如桃李”，那是誇其外表帥靚；而這個人若再被譽爲“桃李不言，下自成蹊”，那說明此人心靈也很美，品性好，不必多言，身教勝過言教，追求仰慕效法者必然如過江之鯽。這等才子佳人集於一身者，勢必“桃李滿天下”。文學上如此並用桃李來讚譽，而在植物分類上桃李杏又都同屬薔薇科，怎麼真的到吃起來的時候就“養人”、“飽人”、“死人”大不同呢？看來，給水果來個梁山好漢排座次，需要古今通考，中西貫通才好。

## 桃園三結義

桃、杏、李三者在中醫皆有論述。桃有生津消煩渴、消積潤大腸的作用，所以吃飽一定沒有關係。再加上可以補心氣、養肝氣、活血脈、通月經、止虛汗盜汗，因此古人視其爲壽果，所以王母娘娘就種了很多，孫悟空就去偷來吃。事實上，現代醫學發現桃含鐵多，適合缺鐵性貧血者食用；桃含鉀多含鈉少，水腫者食之有益。僅就這兩條，還真的對老人家們有好處。

杏被《食經》謂爲“味酸，大熱”，中醫說給那些風寒肺虛的人，就是有急慢性支氣管炎的人吃起來正好。但若多食，則“生癱瘓，傷筋骨”。《本草衍義》說：“小兒尤不可食，多食致瘡癰及上膈熱”，意思是吃多了上火生瘡、流鼻血、生眼眵、爛口舌，孕婦更要謹





慎。現代醫學發現杏含有較多類黃酮，所以有預防心臟病和減少心肌梗塞的作用。同時，杏含有豐富的β胡羅卜素，能很好地幫助人攝取維生素。杏的維生素 B17 含量更為豐富，也就是說喫杏可殺滅癌細胞，但對正常細胞沒有任何毒害的作用。近幾年杏仁更是大受追捧，咱加州的農民就大面積的將糧食蔬菜用地和其它果林，改種杏樹。不過，從 2007 年開始在網上流傳的所謂南太平洋島國斐濟從未有患過癌症，是因為斐濟人喜吃蕎麥、杏仁和杏干。這種新的老輩兒說也太瞎扯了。在世界衛生組織公佈的西太平洋地區癌症發病率中，斐濟發病率排行第三。

剛才說過，當年下鄉陝西從來沒有吃過李子，所以不知道陝西出的中醫巨匠孫思邈可以給李子戴了一個“不可多食，令人虛”的帽子。不過明代的雲南嵩明人蘭茂所著的《滇南本草》也說杏“不可多食，損傷脾胃”。既然南北學派都如此一致認定，國人誰敢不信？今天的中醫研究認為那些脾胃虛熱，有熱痰、牙齦腫脹，在發熱中的人應該避免吃李子。不過，西醫發現李子有非常強烈的促進胃酸和胃消化酶分泌的作用，有強烈的增加腸蠕動的作用，因此美國醫生使用李子解決便秘問題時就沒有太多顧忌。西醫也認為李子含有大量谷酰胺、絲氨酸、甘氨酸、脯氨酸，對那些肝硬化腹水的病人實在是好的水果。關於這方面，中國老輩兒其實有類似說法。《本草求真》說“李味屬肝，故治多在肝”。孫思邈也說過“肝病宜李”。所以，到美利堅之後，我這個心、肝不夠好的人，吃李子也偶然會吃到飽。

### 一天一蘋果，醫生遠離我

這是典型的西方老輩兒的說法。但中國老輩兒也認為蘋果性涼味甘，不管是什麼品種的蘋果，適當食用後都具有明顯的補心益氣、生津止咳、健胃和脾、除煩、解暑的功效。蘋果富含多種維生素、礦物質、蘋果鞣酸和纖維物，可補充

給人體足夠的纖維，降低心臟病的發病率。蘋果裡面的糖的吸收相對緩慢而均勻，對減緩餐後血糖有一定好處。所以，有些美國人把蘋果作為瘦身食品，每週節食一天，那天只吃蘋果，所謂“蘋果日”。尤其是孕婦吃蘋果可以在防止自己過度肥胖的同時幫助胎兒發育。不過我想，您若每天每次吃飽了飯再來個大大的蘋果，而且專挑那種特別甜的大蘋果，長此以往，醫生就會和您的關係相當密切了。蘋果富含半乳糖荳酸，對排毒有幫助，新近研究發現蘋果中有一種蘋果多酚，能夠抑制癌細胞的增殖，降低大腸癌的發病率。蘋果還富含纖維素，雙向調節腸道蠕動，腹瀉時吃蘋果能收斂止瀉，便秘時吃蘋果又催促排便。不過也有極少數人便秘的時候越吃蘋果便秘越嚴重。據說蘋果還可以醒酒。但我以為，與其醉酒後吃些蘋果，還不如不要醉酒。

### “莓”不勝舉

如果說到美國後，哪一類水果是我以前沒有吃過，現在卻常常塞滿腮幫子，那就是美不勝收的各類漿果。草莓性偏涼，富含各種氨基酸、果膠、有機酸、胡蘿蔔素、維生素 B1、B2，以及鈣、鎂、磷、鐵等礦物質，其中維生素 C 的含量比蘋果葡萄高出 10 倍以上，具有清熱涼血、保養齒齦、清新口氣、滋潤咽喉、美膚養顏、潤澤頭髮、分解食物脂肪、去除體內的重金屬、預防感冒和比其它水果更強的抗癌作用。雖然說體質偏寒的病人不宜食用太多草莓以避免引起腹瀉等胃腸功能紊亂，但因為草莓可以激活胃壁中具有保護胃黏膜和抗菌功效的酶，其促進食欲和推動腸胃蠕動的作用顯然功大於弊。

近年來有人對吃草莓多了一些顧忌，問題不是來自草莓本身，而是因為吃草莓不用剝殼削皮，那麼將殘留農藥一起吃下去的可能性就大了很多。今天人們每天長時間盯著電腦和手機屏幕，導致視網膜感光所依靠的關鍵物質維生素 A





被大量消耗，於是眼睛乾燥、疼痛、怕光，視力下降。這時食用可提供大量維生素 A 及大量的β胡蘿蔔素的水果就很有益處，其中首推藍莓。藍莓清除氧自由基，提高視力，抗氧化、抗衰老、美容養顏、延緩腦神經衰老、提高記憶力、加固血管、改善循環、預防心臟病、改善睡眠、預防癌症的功效都非常強烈，是所謂的“超級水果”、“萬能水果”！ 但有尿路結石和腎功能不好的病人吃草莓要謹慎，因為它含草酸鈣較多，過食會加重病情。所以，改吃藍莓和蔓越莓，這兩種漿果酸化尿液，使細菌不容易附著在泌尿道內，所以可減少尿路感染的機率。其實，所有的莓所含的抗氧化物質、纖維素、鞣酸類物質、胺類物質都比其它水果高，因此其抗毒、防治心血管疾病、抗衰老和阻止癌細胞形成的作用都更強。近來的研究對其預防白血病和再生障礙性貧血等血液病的效果給予了肯定。

## 有牙沒牙，香蕉西瓜

我小的時候，中國北方交通落後，保鮮技術更落後，所以我們北方的一年四季都很難吃到香蕉，夏天過後就吃不到西瓜，但這兩樣水果實在不僅是我所愛，更是老人家們和小小孩所愛，因為其共同特點是無論有牙沒牙都可以啃下。若不擔心血糖問題，香蕉實在是最好的水果之一，它有清熱解毒、潤腸通便、潤肺止咳、降低血壓等功效。香蕉的蛋白質帶有某種較特殊的氨基酸，具有雙向安撫神經系統的效果，因而在睡前吃點香蕉會有一些鎮靜作用，可以幫助情緒緊張帶來的失眠；對於用腦過度產生的疲憊感及消極情緒，香蕉又有振奮的效果。有研究發現，香蕉的這種緩和緊張、降低疲勞和負面情緒的影響，可以提高工作效率，使服務人員對消費者的態度更好一些。香蕉的鉀元素的含量很高，這對人的

心臟和肌肉功能很有好處。香蕉是運動和體力活動前的好食品。過度用腦宜香蕉。但是，也正是因為香蕉含鉀高，患有急慢性腎炎和腎功能不全者就不適合多吃了，據說每天半根是極限。與此相反，腎臟有問題的人多吃西瓜卻蠻有益處。西瓜水分多、味甜，偏涼性，有天然白虎湯之名，是消暑熱的佳品。含磷酸、蘋果酸、果糖、葡萄糖、氨基酸、甜菜鹼、番茄色素、胡蘿蔔素、蔗糖酶、維生素 C 等等，可以消暑、解渴、利尿、消水腫，適用於高血壓、腎炎、肝炎、膽囊炎、黃疸等患者。

西瓜除醉的  
果效也不  
錯，可



以減輕喝酒引起的暈眩疲勞感。西瓜的含水量達 94%以上，卻因為其中的氨基酸有利尿的功能，不但不會造成體內積水，反而在尿量增多的同時把體內毒素帶出，促進腎臟功能正常運作，消除浮腫，因此西瓜具有減肥效果，但其蛋白質和纖維素含量較低，單用西瓜代替一日三餐來減肥對身體並不好。只是睡前不宜吃西瓜，免得一趟又一趟排水也排除了睡眠。西瓜的消水功能是孕婦要謹慎的，特別當胎動不安和胎漏下血（有早產徵兆）者不可多吃西瓜。當然，屬性清涼的



西瓜吃多會導致胃腸虛弱，損傷胃氣，造成食慾不振。西瓜的另一個特點是，倘若連續過量食用反而會使體內淤熱不能發散產生虛火，出現爛嘴角的癢狀。

## 南橘北枳

根據《晏子春秋》記載，齊國的晏嬰出使楚國，楚靈王想要羞辱晏嬰，便在宴會上故意讓人帶著一個盜竊犯來到面前，說這是齊國人。楚王問晏嬰，是否齊國人生來喜歡偷盜。晏嬰回答說：“橘生淮南則為橘，生於淮北則為枳，葉徒相似，其實味不同。所以然者何？水土異也。今民生於齊不盜，入楚則盜，得無楚之水土使民善盜耶？”真是精妙地辯解。不過，實際上，橘和枳雖然同屬芸香科，但橘屬於柑橘屬，枳屬於枳屬，兩者並不相同，即使橘生於淮北也不會變成枳。枳類不是水果，只能用來做香料和中藥。

“柑橘屬”的水果可就多了，包括柚子、柑子、橘子、橙子、檸檬等等，富含檸檬酸、氨基酸、碳水化合物、脂肪、多種維生素、鈣、磷、鐵等

營養成分，尤其是所含有豐富的生物類黃酮，抗氧化作用強，能激發人體皮膚、肺、胃腸道和肝臟中某些酶的活力，幫助將脂溶性的致癌物質轉化為水溶性的而排出體外。同時，它們可增強人體對重要抗癌物質維生素 C 的吸收能力，從而增強免疫力和阻止致癌物質亞硝酸胺的形成，可以大幅度減低口腔、咽喉、腸胃、胰腺等消化道相關癌症發病率。此類水果具有熱量低、水分多、可以降低脂之等特點，是減肥聖品，也使中風的發病率降低 19%。但是此類水果的果酸甚高，不利於牙齒琺琅質，所以食後最好要漱口。雖然有一些單方建議早晨空腹飲用檸檬汁，說可以減肥、降血脂、美容，但對於胃腸本身功能不良者應該避免空腹過食此類水果，因其可能刺激胃黏膜分泌過多胃酸，造成胃腹脹悶泛酸。要注意柑子性平，但橘子性溫味甘，若過食橘子則補陽益氣變為燥熱上火，誘發口腔炎、牙周炎、咽喉炎等。各種柚子的共同特點是性寒，適當食用具有下氣消痰、健胃消食、消除咽喉紅腫、利尿退水腫、降血壓、降血脂的作用。而且因為柚子含有豐富



的胰島素樣物質所以可以降血糖。目前研究發現柚子的化學成分非常複雜多樣，其中一些會抑制人的肝臟和腸道內某些酶，而大約有 80 種西藥，其多數是中老年人的常用藥要通過這些酶來分解代謝。當柚子抑制了這些酶的作用的時候，藥物代謝變慢，血內藥物濃度增高，相當於增加了藥物藥量。例如吃柚子的同時服用降壓藥，就可能造成頭暈、頭痛、惡心、嘔吐以至昏迷等血壓過低的症狀。因此，醫生建議在服用降壓藥、抗真菌藥、抗凝血藥、抗變態反應藥、鎮靜安眠藥的時候應該避免吃柚子。

## 吃葡萄吐不吐葡萄皮？

相聲演員表演繞口令時很喜歡說：“吃葡萄不吐葡萄皮，不吃葡萄倒吐葡萄皮”。那麼到底吃葡萄應該吐還是不吐葡萄皮？中醫認為葡萄性平味甘微酸，可補肝腎、益氣血、滋陰生津、強筋健骨、開胃、利小便。西醫發現葡萄富含鐵、磷、鈣、卵磷脂、胡蘿蔔素、維生素 C 和 B1、B2、B6，多種人體必需氨基酸。葡萄產能高，所以吃葡萄可以幫助消除頭暈、心悸、等身體孱

弱、疲勞過度和神經衰弱等症狀；可以清肺排毒，減輕吸煙（無論是一手還是二手煙）導致的呼吸道發炎、癢痛、咳嗽、多痰等癥狀；可以幫助血色不足、血壓偏低、循環不好、冬天手腳冰冷的孕婦提升陽氣，還幫助有出血現象的孕婦安胎。研究表明，葡萄含有類黃酮、花青素和白藜蘆醇等抗氧化成份，這些生物物質可以清除體內的自由基，對防治心臟病、高血壓、腎炎、水腫都有作用；可以降低血清膽固醇，降低血小板的凝聚力，其阻止血栓形成的力量超過阿司匹林；可以抑制癌細胞惡變，阻止白血病細胞的分裂增值，攔阻白血病癌變細胞的復制能力；可以阻止紫外線對皮膚細胞造成的傷害和防止皮膚癌。這些成份的含量都超過了柑橘類水果，而主要集中在葡萄皮和葡萄籽中。所以，理論上講，吃葡萄應該連皮帶核地下嚥，但這哪有相聲演員上下嘴唇一碰那麼容易？因此，適當飲用葡萄酒比直接吃葡萄更好，如果您沒有肝臟和大腦疾病的話。當然，糖尿病人最好也不要吃葡萄，糖太多了。還有，吃了很多葡萄不宜馬上喝很多水，特別對那些脾胃虛寒者更是如此。否則可能會突然拉肚子。好在這種非細菌性腹瀉拉完就止。





## 談一談 牙齒漂白

劉長瑞、朱玲



唇紅齒白、明眸皓齒是中國古人對於美女的形像比喻，俗話說“貌美牙為先，齒白七分俏”，逢人見面，牙必外露。隨著社會文明的不斷進步，人們物質生活和文化生活條件的不斷改善，牙齒保健意識的不斷加強，人們已不再滿足於牙齒僅能完成咀嚼功能，對於牙齒的美容要求也越來越高。許多人常會有這些煩惱：如牙色不好、煙斑牙、四環素牙、氟斑牙等，著色牙和變色牙成為人們迫切需要解決的美容問題。近年來，隨著現代口腔醫學的迅速發展，牙齒美白已成為現代口腔醫學的一種新觀念、新學科。著色牙和變色牙的治療和漂白方法多種多樣並日趨完善，究竟選擇哪種方法才能達到完美的效果，這就要根據牙著色和變色的具體情況而定。

### 牙齒美白/美容的方法

臨床上對於變色牙主要的修復方法包括全複合樹脂塗層、貼面、冠修復、內漂白、外漂白等方法。

1. 複合樹脂塗層修復：是將高分子複合樹脂粘固在患牙表面，以遮蓋變色牙。複合樹脂具有天然牙色，效果不錯，但修復後受眾多因素影響，修復物可變脆、變色或脫落，因此要精心保護，以延長使用年限。應少食濃茶、咖啡等易染色的食物，特別注意不要啃硬物以防折裂脫落。

2. 牙齒貼面：是將成品牙面粘貼到著色變色牙或缺損牙面上的一種修復，具有硬度高、抗磨損、外形美、光潔度好、不變色、使用年限長等優點。牙齒貼面修復的不足之處是操作相對複雜，易因粘固不牢而脫落。
3. 鑄造陶瓷、烤瓷全冠修復：是目前比較高檔的美容修復，其硬度，耐磨性與天然牙極為相近，不易破碎，且色澤美觀，與牙齦相容性較好，但因造價昂貴而應用受限。
4. 牙齒漂白：是利用化學淡化牙齒的琺瑯質或像牙質內的色素或色斑。牙齒漂白的本藥劑成分為過氧化物，通過放置在牙體硬組織表面或置於無髓變色牙齒的髓腔內達到牙齒漂白的目的。正確使用漂白技術有可靠的安全性，是一種不必切割牙體硬組織而改變牙齒顏色的美學途徑。漂白效果是確定的，但受著色原因、個體牙齒結構等因素影響而有所差異。

前 3 種牙齒美白方法會對牙體組織有不同程度的破壞，而漂白對牙體硬組織無明顯損傷，成為目前較為流行的牙齒美白方式。

### 牙齒漂白的原理與分類

牙齒漂白一般使用的都是利用人工化學藥品，如「過氧化氫」（俗稱雙氧水）或過氧化碳二胺（Carbamide peroxide），運用氧化還原的作用分解產生游離基時，將有機色素由碳環結構漂



白至無色素性結構，使色素分子之雙鍵轉換成單鍵而褪除顏色，達成牙齒漂白效果。但漂白術並非人人有效，應由專科醫生嚴格選擇適應症，操作時應保護好口腔粘膜，以防牙齦被灼傷，其法可分為外漂白術和內漂白術兩種。

1. 內漂白：主要用於牙髓壞死的變色牙、無髓牙或嚴重四環素變色牙的修復。牙髓已壞死/牙齒曾接受牙髓治療的牙齒漂白，牙齒必須先接受牙髓治療，在牙冠髓腔內放置吸滿牙齒漂白劑的棉花球，然後把牙齒填封，定期往牙科診所檢查漂白效果，視乎情況需要更換吸滿牙齒漂白劑的棉花球。直至漂白進程完成，便可取出棉花球，直到色素淡化停止便告完成，整個療程大約需 1 至 3 個月。
2. 外漂白：主要適用於非牙髓壞死的變色牙、中度無缺損的氟牙症和四環素牙的脫色治療。使用藥物覆蓋於牙齒表面，也可用紅外線、激光、加熱等方法增強氧化效應以達到美白的效果。

牙齒外漂白主要有兩種方法：家用型漂白和診所用型漂白（即冷光牙齒美白技術）

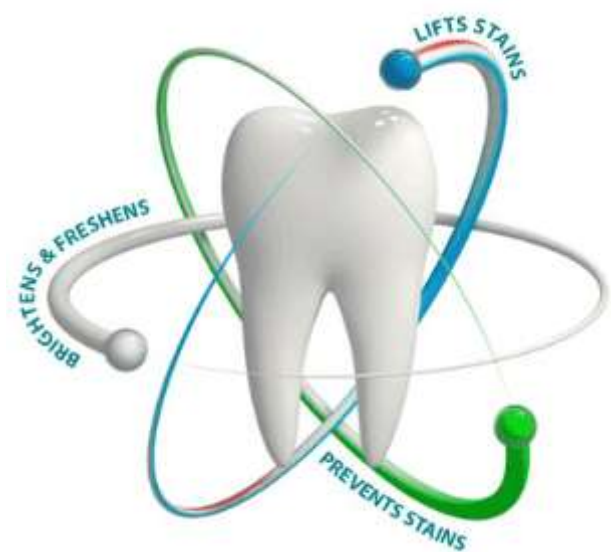
1. 家用型漂白：牙醫師先為患者訂製漂白用膠托，患者將漂白劑帶回家中，定時將注有漂白劑的膠托戴入口內。特點是安全、無刺激、療效穩定而持久，漂白後顏色不容易反彈，價格較低。唯一缺點是時間稍長，需每晚佩帶持續 2-3 週的時間，推薦使用濃度為 10% 的過氧化脛。
2. 診所用型漂白（即冷光牙齒美白技術）：是通過特殊冷光源照射覆蓋在牙面的美白劑，使之短時間內滲入牙齒硬組織中來達到改變牙齒顏色的目的，其優點是快速美白，操作治療時間短（30-60）分鐘，美白效果因個人牙齒情況而不同。中輕度的各種變色牙齒，一次美白就能獲得較為滿意美白效果。低溫冷光，完全避免了操作過程中對牙神經的刺

激。美白劑的主要成分過氧化氫，安全使用在牙齒脫色上已有數十年之久。在親水性藥物和完全不接觸牙齦的美白過程中，對牙齒結構及琺瑯質不會造成任何傷害。一次性、無刺激、無副作用的美白效果可持續兩年以上。因此被公認是目前最有效及最安全的牙齒脫色美白技術。

但是並不是所有斑或色素都可以淡化的。每個人用後都有不同程度的色度改變，漂白的效果因人而異，要視個人的牙體結構、對脫色的敏感性及使用時間的長短而定。一般而言，對煙、茶、咖啡等各種著色及中輕度以下四環素牙、氟斑牙有較好效果，對較重的四環素牙、氟斑牙也有一定效果。

### 牙齒外漂白的適用情況

很多人對牙齒漂白不太了解，也有很多人諮詢漂白需要多長時間治療，漂白牙齒最多不能超過 3 個月。牙齒漂白適用的人群和範圍比較廣，18 歲以上的人都可適用。但是，四環素牙、氟斑牙等牙本質已變色的牙齒，使用普通的漂白方法也很難達到良好的增白效果。牙齒漂白的適應症：







1. 最適合的情況：最好是漂白偏褐色和偏橙色的變色牙。
2. 效果最好：隨年齡增加而加重的牙齒變黃效果最好。
3. 效果中等：輕度的氟斑牙、四環素牙效果中等。
4. 效果不佳：重度的氟斑牙、四環素牙的效果不佳。

### 牙齒外漂白的不適情況

1. 死髓牙外漂白治療後褪色很快。
2. 美白劑對填充體和烤瓷冠沒有任何作用。
3. 伴有釉質發育不良的重度的四環素牙、氟斑牙、或者其它因素引起的變色牙，可能會引起患者較大的不適感。
4. 年齡在 16 歲以下人士、孕婦與嚴重的牙周病患者。

為防止因牙齒疾患造成的各種不適，誤認為是脫色產生的不良反應，在牙齒漂白前應首先應治療各種牙齒疾患。首先，要做術前牙齒清潔，從而使漂白劑更直接地滲透到牙體組織中去，取得更好的美白效果；其次是齲齒、楔狀缺損，在漂白之前都要先做充填，以免造成對牙髓的刺激。牙齦炎及其它口腔粘膜病也應先做治療。如若要進行前牙填充或全冠修復，最好在牙齒漂白確定顏色後，再治療。

### 牙齒外漂白可能導致的問題

1. 個別患者在治療後會有牙齒敏感的情況發生，一般在停止使用或完成治療後的 2-3 天內消失。

2. 治療結束後，會有個別的牙齒發生齦緣被漂白的現象，此現象在治療結束後半小時左右就會消失。
3. 因為牙齒在發育過程中就是分層堆積的，在治療剛剛結束時，由於各部分的釉質滲透程度不同，會有分層的情況發生即花白，有氟斑牙的患者比較明顯。但此現象在二十四小時內會逐漸恢復自然，這是因為光照結束後二十四小時內依然起作用。
4. 有少數氟斑牙患者，由於其牙齒釉質結構過於稀疏，美白劑對其滲透性極強，在治療過程中會有明顯的不舒服，應該馬上結束治療，以免引起病人更大的不適。有少數重度四環素牙患者，在第一次治療後兩天內左右會有 1-2 個色階的下降，他們在接受第二次三次治療後，美白效果就會比較穩定。

### 牙齒外漂白後的注意事項和保養

牙齒漂白後建議 24 小時內避免冷熱飲和有色物質；為防止牙齒在美白後吸收更多色素，一星期內，最好不吃容易染色的食物，必須避免飲用茶、咖啡、可樂、紅酒、莓果類飲料、有色牙膏、漱口水等及食用深色食物，同時要避免吸煙。

為了加固漂白效果，牙科醫生會替病人印牙模，然後量身訂造一個盛載牙齒漂白劑的托盤，用以家用型漂白。定期（4-6 個月）在家保養，會使漂白效果更加持久。

牙齒美白與生活質量密切相關，牙齒的色澤對於人的容貌美和心理健康有著舉足輕重的影響。擁有一口潔白整齊的牙齒會使自己在社會交往中更加自信，從而使成功的機會大大增加。



## Dreams, Goals and Advice

Andrew Chen

Dear current students of TOCS,

I'll keep my bio succinct. My name is Andrew Chen. I hail from Oak Park, also known, fondly of course, as the Bubble, and I'm a member of Oak Park High School's class of 2010. Since then, I've spent four amazing years at the great University of California, Berkeley, and graduated in May of 2014 with a B.S. in Electrical Engineering and Computer Science. As of September 2014, I am a software engineer at Yelp on the SeatMe team, which deals with restaurant management (Google us if you're interested!). It's been an enlightening experience in so many ways thus far, and I see myself growing as a professional here for the foreseeable future.



I've broken my life dreams and goals into two types: short term and long term. In the short term, I hope to continue growing as a software engineer, becoming more familiar with the ins-and-outs of the booming software industry in the Bay Area (and around the globe!), and improve my software development skills. Grad school may be on the horizon, if I can force myself to study for the GRE. My long term goals aren't too lofty. My main concern in life is to enjoy it with friends and loved ones, and to grow into the person I want to be. Of course, this ideal "person" I want to become is ever-changing, molded by transformations in my perspective as I progress day-by-day down the stream of life, but whatever this ideal is at any moment in time, that's the ideal I will strive for.

Now comes the important part. Advice! I'd say, the best advice I can give is to enjoy college. I know it may seem like an overused truism, but for me, it was easy to get lost in studying for tests and working on projects. I'm not encouraging procrastination or indifference, but rather I'm urging you to maintain a suitable balance between your academics and social life, and a healthy focus on both the present and the future. For some people, this comes natural and the equilibrium is easy to pinpoint. But for others, like me, this balance is something that must be consciously maintained. Finding joy and comfort can be hard under all the sources of stress that exist at colleges. By the same token, however, colleges provide an abundance of outlets for stress, and it's important whenever you feel like the world is collapsing on you (this is bound to happen to all college students at some point in their career), that you learn how to utilize these outlets, which can manifest themselves as clubs, project groups, friends, hobbies, etc. Always keep an optimistic and open mind, and don't be afraid to change directions once in a while.

All this advice might not mean too much to you right now. While it may seem to you like you've found your identity in high school, the transformations you go through in college are ones that you cannot foresee, and for the rest of your young adulthood, your identity will be constantly shaped by your interactions in college, be it social or academic. One last piece: I'm already almost five years removed from the college application process. For those of you applying, obviously, you want to strive for the best college you can get into, but once you make your decision, don't look back. The college you attend is less important than what you do with your life once you're there. As long as you're quick to adapt and make the most out of your situation, you will do well coming out of college. College is supposed to help prepare you for the real world, but only insofar as providing the resources for you to grow. *You* have to do the preparation. Enjoy the rest of high school and beyond, and good luck!

## *Dreams, Goals and Advice*

Alice Lin

It's been entirely too long since I've gone to Chinese school at Thousand Oaks High School with my two sisters every Saturday morning – wow, come to think of it, it's been almost 15 years! I'm now living in Boston working at Deloitte Consulting in their Strategy & Operations practice after having graduated from business school at Dartmouth this past summer.

I attended Calabasas High School and left the West Coast for college at the University of Pennsylvania, where I studied Psychology and Actuarial Science. After my studies, I moved to NYC to work for Ernst & Young as an actuarial consultant. It was a solid first job and taught me great technical skills as well as lessons for client interaction. However, I wanted the opportunity to be more creative, and after three years at E&Y, I transitioned to an energy consulting firm called PowerAdvocate where my sister Brittany was working at the time. Here I stayed for two years helping energy clients manage risk and cut costs before heading off to Hanover, NH, for two years of business school. My business degree helped round out the skills I had developed in my work experience – plus, it was two great years of building lifelong friendships and immersing myself in other cultures!

In terms of my dreams and goals, it's still an evolving and ever iterative process, but I've always been the person to motivate others, to work out and stay healthy. I would love to work at an athletic apparel retailer such as Under Armour or the North Face helping guide strategy and sustainability across the supply chain.

I totally wish I had the opportunity to go back as my young self in those Chinese school classrooms back in the day. However, since I don't have access to a functional time machine, words of advice will have to suffice for now:

**Make the most of your time at Chinese school.**

About 20% of the world's population, or over 1 billion people, speaks Chinese – that's the most commonly spoken language across the globe. I always secretly thank my mom for forcing us to attend Chinese school every time I'm anywhere and hear someone speaking Chinese. Seriously wish I had paid better attention when I was in class!

**Relationships are the most important thing.**

Make sure to tell people how you feel because relationships are what cause the most happiness in life. Life will have its ups and downs but those relationships are what will keep you afloat.

**Find a job that you enjoy, no matter what others say or believe.**

I've found that those who believe the most in their companies' visions are the people who end up the happiest.

**Open and honest communication cannot be underestimated.**

Don't be afraid to speak up and say what you really feel and believe. I know that sometimes this will not be the easiest thing, but I've learned that being open and honest will solve a bunch of problems before they even happen!

**Be kind and compassionate to everyone, including people with whom you don't necessarily agree.**

The best present you can give to anyone is an open heart and an open mind. There are people out there who will be very different than you but give them the time of day – everyone has a different story to tell, and who knows? You may learn something special or make a new friend.

The best of luck to you all!





## Dreams, Goals and Advice

Brittany Lin

Growing up, my two sisters and I attended Thousand Oaks Chinese School on Saturday mornings. As we prepared our pouts and dramatic feet dragging every week, part of us looked forward to the world of other Chinese students with whom we shared an innate bond. I attended Calabasas High School and went on to study economics at Harvard. After graduating in 2009, I worked as an energy consultant in Boston for two years before making the switch to Google. For my first two years at Google, I worked on the business side on Search Ads but always had an interest in social impact. Thus, during my third year at Google, I transferred over to Google.org, the philanthropic arm of Google that seeks and funds nonprofits around the world that use technology for social good. After working on that team for a year and traveling around the world from India to Brazil, I started at Stanford Graduate School of Business (GSB). I am currently pursuing my Master of Business Administration at Stanford and hope to make a career switch to merge my personal passions with my professional aspirations.



Three things drive me: fitness, technology, and empowering others. My dream is to apply technology to scale the fight against obesity, by developing products that help busy individuals be the healthier versions of themselves. At Google, I have seen how technology can empower our lives, making it simple to do the things that matter to us. But now the question I am trying to answer is: how can we successfully apply technology to address health and wellness? I recognize tackling obesity is an enormous challenge, but I believe with the experiences and relationships I can develop at Stanford GSB, I can effect significant change. And that's the plan for now.

Of course, I don't have all the right answers and that is precisely why I have included some advice you should listen to below.

**Your parents are pretty much always right.**

Or at least they have your best interests at hand. Give them the benefit of the doubt.

**Pay attention in Chinese school.**

Knowing Chinese well in today's economy is a huge strength.

**Maximize your strengths.**

Be self-aware enough to recognize both your strengths and weaknesses.

**Work hard and surround yourself with people who make you better.**

**Be humble but don't be afraid to take credit for your work.**

**Say what you mean. Mean what you say.**

All relationships are built on trust. It's important to be consistent 100% of the time. 99% consistency is not consistent.

**Seek your mission in life.**

"The two most important days in your life are the day you are born and the day you find out why."

-- Mark Twain

**Have fun. Be kind. Be happy.**

Arianna Huffington likes to ask if you're living by your eulogy or your resume. Live the way you want to be remembered.

The days are long, but the years are short. I wish you the best of luck on your journey!

## *Dreams, Goals and Advice*

Jamie Hsiao

Growing up, I would always talk to my parents about the future and what I'd grow up to be. My parents would always tell me, "Jamie, you can accomplish anything as long as you set your mind to it!". Even though my family pushed me to focus on my studies, it was apparent that I wasn't going to be a doctor, dentist or a lawyer. I had no interest in math or science and barely had passing grades through middle school and high school. The course that had most of my attention was Art. Painting, drawing, photography, making and building things came easy to me and were most enjoyable. Almost all my spare time was spent on what most Asian parents would call "hobbies". My parents were supportive and understood me. I applied for Art colleges and after I graduated from La Reina High School in 2006, I started attending Otis of College of Art and Design. Otis was a place that I could express myself and not be judged.



The first year of college was so exciting. Otis was a new place with new friends and professors that would become mentors. I had no idea what I would major in, but I learned quickly that I would be a builder of some sort. I was interested most in furniture and product design. After my first year of Otis, I decided to major in Product Design. All the courses in Product Design were very hands on and allowed each student to be creative. I was constantly in the welding and wood shops building all kinds of furniture and product pieces. A lot of time was also spent learning the computer programs that aid in Graphic Design and 3D Design. Time flew by as I was having fun while learning so much! Senior year came quickly and it was soon time to leave the familiar campus grounds of Otis. I often thought about what would happen after I graduated. Where would I work and would I continue to love what I do? I knew that I wanted to work in the design and in the creative industry, but finding a job wasn't going to be easy and it wasn't. After graduation, I struggled to find a job for 4 months, but I hadn't lost sight of my dream to work in the design industry. I was lucky and blessed to get an interview opportunity with a furniture manufacturing company, Lily Jack. My dream came true! I was hired shortly after my interview and was excited to start a new journey. I started as a project coordinator and after 8 months was promoted to a project manager position managing over 80 projects. I breathed design and worked in the furniture manufacturing for hospitality industry for 3 years. Though this was a dream job, I had another goal I wanted to reach. I wanted to own my own business and be allowed to be creative. I wanted to open a photography studio and I did just that with my family's unconditional support. The opportunity to do so came at the perfect time. I was preparing to leave Lily Jack and a photographer my family knew through mutual friends was retiring. I took over the studio and today I'm excited to say that I'm a proud owner of I Promise Studio in South Pasadena and work with an amazing team of professional photographers. My job is to be creative, to have fun and to capture special moments for my clients. This new adventure is just starting for me and I know it's going to be a great one!

Through the years, I've learned so much about myself and about my career choices. There isn't anything too big or too hard to conquer. As long as you keep your minds set on it and stay humble. Whatever the experiences you go through and whatever you chose to do in life, make sure it is something that is enjoyable! There is no sense in putting yourself in a situation you won't be happy in or grow from. Life isn't easy and good things come to people who work hard! Always keep your dreams and goals in sight! It's exciting. You never know what is in store!



## *Dreams, Goals and Advice*

Ariel Wen

Those Friday nights cramming for Saturday homework deadlines, attending weekend practices for the Chinese New Year production, and eating mooncakes or creating posters for different festivals were wonderful memories from my days at Chinese school. It's been more than 10 years since I graduated but I still remember how much fun and camaraderie I had with all my friends there. I'm also extremely thankful to all the teachers, administrators, and volunteers who made the experience at Chinese school possible. Their dedication to the community and intention to preserve our cultural heritage is commendable and truly heartwarming.

After TOHS, I studied Economics at Wellesley College, went abroad to the London School of Economics, and worked for a few years in Chicago at Morningstar, an investment research and financial data provider. Currently I'm at UCLA Anderson's MBA program studying finance and enjoying the wonderful SoCal sunshine after experiencing the polar vortex. I had unparalleled freedom to pursue anything I wanted after high school and decided to explore different cities, learn from individuals whose background was different than mine, and study something that was interesting. In the future I hope to work in either corporate finance or economic consulting and lead a balanced lifestyle surrounded by good colleagues, supportive friends and family.

For those of you still in Chinese school, I hope you'll cherish the friendship and time you have with your classmates. Everyone will go on to do great things and in this hyper connected world, relationships and the people you know will prove extremely valuable years down the road. I hope you'll also pursue professional and personal interests that are intrinsically rewarding for you rather than spending time on areas that are expected of you. You'll spend more time on what you like and slowly develop an edge that can't be easily replicated by others. In more pedestrian matters, in the last few years I've learned the value of buying clothing, electronics, and services based on pay per wear or pay per use. These will be investment pieces. For anything that you use frequently and cannot live without, premium products and services will make your life easier and save you much time and frustration. Small wastes and minutiae add up over time. Additionally, as a complement to all the news and magazine websites, Quora.com is a wonderful user-generated question and answer space that offers insightful and at times inspirational stories for individuals looking for guidance, mentorship, and answers.

You're at such an exciting time in your formative years. I give you my best wishes in your life journey and offer my support as an alum of CCCA. Should you ever wish to get in contact, feel free to email [arielywen@gmail.com](mailto:arielywen@gmail.com).



## 千橡雜誌廣告價目表

千橡雜誌為康谷中華文化協會每半年發行一次的免費刊物，出刊日期為每年十月和四月，發行網涵蓋千橡鄰近九個城市、康谷、聖佛南度谷、南加州部分中文學校及許多社團。目前發行量每期在 1000 本以上。

所有廣告除登載於千橡雜誌外，並加登於網頁上。網址如下：

<http://tojournal.relaybuilder.com/>

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

版面大小 Size	價格 Price	網頁價 Web site Price
1/4 頁 (1/4 page) 4.45 x 3.25"	\$70	\$10
1/2 頁 (1/2 page) 4.45 x 6.5"	\$120	\$10
全頁 (whole page) 9 x 6.5"	\$240	\$20
封面裡頁 (Inside of front cover)	\$390	\$20
封底裡頁 (Inside of back cover)	\$330	\$20
封底 (Back Cover)	\$520	\$20

千橡雜誌為非營利刊物，所有工作人員皆為業餘義務性質。如須本刊協助編排，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。

有意者請與下列廣告組人員聯絡。謝謝！

Please support your community-oriented journal publication. If you are interested, please send camera-ready to the following contacts:

廣告組： 包捷敏 Jiemin Bao 805-300-9400 jbaogreen@gmail.com  
 侯天雄 Tim Hou 818-292-0842 tim.hou@gmail.com  
 曾瀾薇 Janet Tseng 818-889-8770 janettseng@yahoo.com

CCCA is a non-profit organization. Website: [www.ccca-tocs.org](http://www.ccca-tocs.org)

1728 Moorpark Road, Box 416, Thousand Oaks, CA 91360



康谷中華文化協會

Conejo Chinese Cultural Association

親愛的朋友：

我在這裡誠摯地邀請您和您的家人，加入屬於此地所有華人的大家庭—康谷華人協會。

成立於1980年的康谷華協，是IRS註冊有案的非營利機構，其主要功能是支援康谷華人社區的教育、文化等各種活動，聯繫華人情感，並與主流社會做文化上的交流。

隨著康谷地區華人社區一年年成長，康谷華協主辦或協辦的活動，如千橡中文學校、千橡雜誌、新春晚會、金齡老人聯誼茶會與餐會、健行、露營、專題演講、藝術交流、球類比賽等也不斷地增加和擴大。同時，康谷華協也一直維持著，提供應屆高中畢業生優良獎學金的傳統。有關各項活動的通知，請參考華協網站。

華協舉辦這些活動的經費，完全來自會員會費及募款活動，盼望您也能加入我們的行列，共襄盛舉。您只需繳二十元年費，即可成為華協一年的普通會員。您若交四百元，即可成為華協的永久會員。會員每年可收到兩期的千橡雜誌，優先參加華協主辦的各項活動，也可參與華協會長及理事的選舉（2/28/2015以前加入者具選舉資格），共同為華人社區服務。永久會員更可享受多項權利，詳細資料可至華協網站 [www.ccca-tocs.org](http://www.ccca-tocs.org) 查詢。請花一點時間，填好以下回條，並按址寄回。謝謝！

康谷中華文化協會會長  
段治邦 敬上  
二零一四年九月一日

是的，我希望參加康谷華人協會成為：

- 普通會員。隨信附上二十元支票，作為2014-2015年會費(9/1/14~8/31/15)。
- 永久會員。隨信附上四百元支票一紙。

支票抬頭請寫CCCA (Conejo Chinese Cultural Association)

請寄: P. O. Box 6775, Thousand Oaks, CA, 91362

姓名 (中文) \_\_\_\_\_

姓名 (英文) \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

連絡地址: \_\_\_\_\_

連絡電話: \_\_\_\_\_

P. O. Box 6775, Thousand Oaks, CA, 91362. E-mail: [ccca\\_tocs@yahoo.com](mailto:ccca_tocs@yahoo.com)



**The Conejo Chinese Cul tural Associa tion (CCCA)**  
**Regular Member, Lifetime Member, and CCCA Patron Program**

A. 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. September 1, 2014 — August 31, 2015 membership fee of \$20 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.

B. 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 \$400 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 at registration. \$20 membership fee will be reimbursed after registration is complete.

C. 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.

CCCA reserves the right for making changes of this program without notice. Please contact the following CCCA staff for any questions:

- |                 |                |                               |
|-----------------|----------------|-------------------------------|
| 1. ZhiBang Duan | (805) 300-8835 | Email: duan.zhibang@gmail.com |
| 2. Tina Yu      | (818) 635-3507 | Email: tinayu88@yahoo.com     |

---

Chinese Name: \_\_\_\_\_

English Name: \_\_\_\_\_

Address: \_\_\_\_\_

Home phone number \_\_\_\_\_ E-mail address \_\_\_\_\_

- I would like to become a CCCA Regular Member. A check of \$20 is enclosed.
- I would like to become a CCCA Lifetime Member. A check of \$400 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, P.O. Box 6775, Thousand Oaks, CA 91362



# 康谷社團

<b>干橡城基督教會</b>	<b>www.cccto.org</b>	<b>健言社</b>	
王友平牧師	805-987-0985	胡晞	805-529-8891
胡文善長老	818-707-7638	週四/每月第一、三週	7:30pm - 9:00pm
Pastor Michael Weidman	805-241-5435	<b>雙谷跳舞俱樂部</b>	
Pastor Peter Lee	828-716-0626	周濤	805-852-2268
<b>西米基督教會</b>	<b>www.cccto.org</b>	易繼行	818-707-9243
甄世平牧師	805-285-7789	<b>韻聲合唱團</b>	
歐思真長老	818-865-0645	張大凱	805-375-3888
陸大齡長老	805-529-4863	何美珊	818-518-7631
<b>康谷華人基督教會</b>	<b>www.cvccc.net</b>	<b>揚聲合唱團</b>	
蔡茂昌牧師	805-241-1542	朱曉東	805-795-8382
<b>康谷天主教查經班</b>		<b>干橡民樂坊</b>	
顧木蘭	805-375-6292	Kelly Li	805-709-6886
週五/每月第二、四週	7:30pm - 9:30pm	<b>夢幻青少年管絃樂團</b>	
<b>慈濟西北洛杉磯聯絡處</b>		續易瑾	818-889-4739
Northridge 會所	818-727-7689	<b>東方藝苑 (CAPA)</b>	
Santa Monica 會所	310-473-5188	王珽	805-376-0108
<b>干橡圖書館</b>		<b>元極舞社</b>	
廖慰真	805-381-7356	星期六 9:15am - 11:30am	干橡中文學校
<b>干橡中國書畫學會</b>		張寧孜	818-991-8149
溫揚	805-493-1939	<b>橡園太極拳協會</b>	
<b>長生學</b>		張孚威	805-480-1887
葉雁萍	805-277-3577	<b>籃球俱樂部</b>	
<b>干橡聯誼社</b>		賴家祥	818-991-9305
謝聰貴	818-279-3469	<b>Oak Park 網球協會</b>	
章濟貧	818-887-1711	週一、五、日	7:30am - 9:00am
<b>中國旅美科技協會-洛杉磯分會</b>		張寧明 (Senior)	818-889-5643
方平	805-338-7596	週五	8:00pm - 10:00pm
朱曉春	sxczhu@gmail.com	週日 (冬季)	2:30pm - 5:00pm
<b>美國防癌協會義工-南加州聯絡人</b>		曾燦堂	805-241-3234
凌生輝 (Ling Wu)		<b>干橡羽毛球俱樂部</b>	www.tobadminton.org
吳道宏 (Edward Wu)	818-292-3543		

以上資料如有更新變動，請與編委徐漸龍聯繫：[wxu101@yahoo.com](mailto:wxu101@yahoo.com)，否則資料不作變更



## 2014-2015 年度家長會名單 PVA Directory

職稱 Title	姓名 Name	分工 Duty
會長	邱傳榮 Rick Chiu	Copy/Security
副會長	Naren Showdrug	Treasure
副會長	洪娟娟 Carrie Ang	Library Team Lead
理事	舒朝暉 Sue Shu	Accountant
理事	葛曉慧 Tina Chulak	Games/special event/Snack
理事	史斌強 Binqiang Shi	Copy/Security Team Lead
理事	Baohui Zhang	Copy
理事	錢峻 Yun Lan	Copy
理事	Joe Huang	Security
理事	藍芸 Yun Lan	Security
理事	王江 Jiang Wang	Snack Team Lead
理事	印明非 Mingfei Yin	Snack
理事	章智華 Zhihua Zhang	Snack
理事	馬海琿	Snack
理事	張楠	Snack
理事	楊郁青	Snack
理事	田代寧	Snack
理事	徐萍	Snack
理事	柯文新	Snack
理事	溫霏	Snack
理事	李西雲 Lisa Lee	Library
理事	俞璋媛 Amy Yu	Library
理事	何志紅 Amy Chang	Library
理事	詹京輝	Library



## 干橡中文學校 2014-2015 年度行政人員名單 TOCS Staff Directory

TITLE	NAME	E-MAIL
校 長 Principal	黃桂林 Linda Huang	glhuangto@gmail.com
副校長 Assistant Principal	馬葵 Kelly Ma	kellyma999@gmail.com
副校長 Assistant Principal	謝麗容 Li Hsieh	littleaiis gmail.com
副校長 Assistant Principal	羅秋良 Qiuliang Luo	qiuliang.luo@yahoo.com
教務組 Academics Director	王暉 Heather Wang	heather_wang@hotmail.com
教務組 Academics Director	葉紹琪 Ivy Yeh Osawa	ivyeh@hotmail.com
教務組 Academics Director	羅圓圓 Catherine Luo	yyluo4@yahoo.com
教務組 Academics Director	游麗惠 Tina Yu	tinayu 8@yahoo.com
財務組 Budgeting Director	徐冰 Bing Xu	xubing@gmail.com
財務組 Budgeting Director	陳勵 Li Chen	chenli.song@gmail.com
資訊組 IT Director	許家銘 Chiaming Hsu	camyhsu21@gmail.com
通訊組 Communication Director	邱建雄 Scott Chiu	Scott chiu@gmail.com
通訊組/教務組 Communication Director	張冬梅 Daisy Zhang	dm_zhang@hotmail.com
總務組 Purchasing Director	王小岩 Sharon Wang	wang_sharon2005@yahoo.com
註冊組 Registrati n Director	李兆萍 Zhaoping Li	li.zhaoping@gmail.com
註冊組 Registrati n Director	薛世菁 Christine Hsueh	hsuehs@hotmail.com
活動組 Recreati n Director	吳迎春 Yingchun Wu	wuy99@yahoo.com
活動組/總務組 Recreati n Director	林曉玲 Xiaoling Lin	lins.simi@gmail.com
活動組 Recreati n Director	吳華山 Eric Wu	ericwu717@gmail.com



## 干橡中文學校 2014-2015 年度教師名單 TOCS Faculty Directory

CLASS	ROOM	NAME	E-MAIL
Pre-K	I-7	陳珉瑩 Tina Chen Wu	tina_spectrumrep.com
K-A	I-6	張詩嘉 Joyce Chang	chanshi@i .edu
K-B	I-8	曹樺 Hua Cao	caohua6679@yahoo.com
K-C	G-1	李秋慧 Qiuhui Li	Mrs.Li@yahoo.com
K-D	G-2	劉立瑩 Liying Liu	liuliyong93@hotmail.com
1-A	G-3	許肇華 Vivian Jan	chaohuahu@gmail.com
1-B	G-4	譚磊 Lei Chen	Shenlei830@hotmail.com
1-C	G-5	曾向紅 Lucy Zeng	zeng670322@yahoo.com
1-D	G-6	李繼勝 Jay Li	jishengli01@gmail.com
2-A	G-7	劉恩如 Kate Liu	kateliu818@gmail.com
2-B	G-8	王蓉 Rong Wang	rongwangxinxiang@yahoo.com
2-C	G-9	王玉春 Joyce Wang	yuchunw88@yahoo.com
2-D	G-10	魏雯 Wen Wei	wwei102000@yahoo.com
3-A	G-11	曾樞藏 Janet Tseng	janettseng yahoo.com
3-B	G-12	孫明非 Mingfei Duan	msduan@yahoo.com
3-C	G-13	楊星 Ma hew Young	youngsky99@aol.com
4-A	H-1	顧瑜雯 Vivian Ku	yuwenku@yahoo.com
4-B	H-2	朱琳 Lin Zhu Quinn	linzhuquinn@yahoo.com
4-C	G-14	魯芳 Fang Lu	luffang@y hoo.com
5-A	I-11	周文英 Tina Yen	papa805@yahoo.com
5-B	H-5	張建萍 Jian Ping Zhang	jp2zhang@yahoo.com
5-C	H-3	江華培 Paige Jiang	hpjiang56@hotmail.com
6-A	J-7	郭秀嬌 Melody Tsai	melodyhkuo@yahoo.com
6-B	I-5	龍惠敏 Huimin Long	bailong89@gmail.com
6-C	H-6	周輝 Elizabeth Zhou	zhouliz@gmail.com
7-A	J-8	姜惠娟 Carol Chiang	carolh.chiang@gmail.com
7-B	J-6	管海玲 Hailing Guan	hguan2001@yahoo.com
7-C	I-12	馬志宏 Maggie Ma	mglol2013@gmail.com
8-A	J-5	李恕康 Susan Lee	susanlg101@hotmail.com
8-B	I-9	黃炯濤 Nancy Huang	nancyhuang99@gmail.com
8-C	H-4	鮑江 Jan Fang	jan.fang@sbcglobal.net
9	I-3	俞美娟 Emily Yu	emily91362@gmail.com
10	I-10	金慧星 Ellen Huixing Jin	eisei_wang@yahoo.com



## 千橡中文學校 2014-2015 年度教師名單 TOCS Faculty Directory

CLASS	ROOM	NAME	E-MAIL
畫圖 (初級) Drawing (I)	G-1	嚴錦玉 Sophie Chang	jinyuhy@gmail.com
素描 Sketch	H-3	司華曉 Scott Si	scotts80@yahoo.com
象棋 Chinese Chess	G-13	楊星 Matth w Young	youngsky99@aol.com
國際象棋 Chess	H-6	Jack Cashman	raonality52@hotmail.com
		廖思夢 Simone Liao	sheldonliao@yahoo.com
橋牌 Bridge	G-11	方建杰 Jay Fang	Jayfang99@gmail.com
書法 Calligraphy	I-5	龍惠敏 Huimin Long	bailong89@gmail.com
摺紙 Origami	I-7	鄭順心 Alec Cheng	alelcheng@hotmail.com
珠心算 Mental Arithmetic	I-6	楊佩諭 Patt Yang	yangpatty@yahoo.com
SAT II 中文 Preparation	G-12	孫明非 Mingfei Duan	msduan@yahoo.com
乒乓球 Ping-Pong	F Hall	王澤政 Eric Wang	ericwang1@gmail.com
網球 Tennis	網球場	王成昇 Paul Wang	wangfam4@verizon.net
籃球 Basketball	籃球場	井愛倫 Allen Jing	xjing6@yahoo.com
手工 Cra	G-10	魏雯 Wen Wei	wwei102000@yahoo.com
中國民族舞蹈 Chinese Dance (I)	G-6	李愛捷 Phoebe Li	phoebeli142@gmail.com
Chinese AP Preparation	I-3	俞美娟 Emily Yu	emily91362@gmail.com
	I-10	金慧星 Ellen Jin	esei_wang@yahoo.com
中文會話 Chinese Conversation	G-8	王蓉 Rong Wang	rongwangxinxiang@yahoo.com
功夫 Chinese Kung Fu		江子權 Eric Kong	etkong@yahoo.com
詮釋與交流 Interpretive and Communication	G-4	孟潔 Jie Meng	jmengtome@yahoo.com
中華文化歷史常識 Chinese Culture and History	I-12	江堅 John Jiang	johnjiang0704@gmail.com
中西編織 Weaving	G-2	黃愛旗 Aiqi Huang	aiqih72@gmail.com
民謠說唱 Fun with Chinese Folk Music	H-1	于靖力 Jenny Yu	yujingli_happy@163.com
作業輔導 Tutoring	G-3	學生助教 Student TA	



## 千橡中文學校 2014-2015 年度活動摘要 TOCS Calendar of Events

日期	活動	負責人
01/24/2015	第二學期開學	謝麗容
02/14/2015	中國新年遊園會	王暉/PVA
02/14/2015	Senior Chinese New Year Celebration 金齡組新春聚會	CCCA
02/21/2015	CCCA 新年晚會 (2/21) (第三節休課)	CCCA
TBD	南加州中文學校聯合會學生才藝觀摩表演	吳迎春/林曉玲
03/07/2015	春宴	謝麗容
03/21/2015	班級海報比賽	邱建雄/張冬梅
03/28/2015	千橡運動會	羅秋良/羅以松/吳華山
TBD	南加州中文學校聯合會 SAT 模擬考試	孫明非
TBD	南加州中文學校聯合會青少年中華文化常識比賽	王暉
04/04/2015	春假，不上課	
04/11/2015	春假，不上課	
04/18/2015	地球日活動	CCCA
04/19/2015	CCCA 春季健行	CCCA
04/25/2015	校內詩歌朗誦比賽-校內	吳迎春/林曉玲
05/01/2015	CCCA 獎學金截止申請日	CCCA
05/02/2015	(1st-5th Grade)認字比賽及 (6-8th Grade)中文常識測驗	王暉/游麗惠負責
05/09/2015	母親節慶祝活動	馬葵/ PVA
05/16/2015	期末考試	謝麗容
05/23-05/25	CCCA 露營活動	CCCA
05/30/2015	Teachers Appreciation Lunch	PVA/全體老師
05/30/2015	學末成績單交回辦公室	王暉/游麗惠負責
06/06/2015	結業典禮/期末野餐(第三節休課)	行政人員/家長會
TBD	南加州中文學校聯合會青少年夏令營	馬葵



## 2014-2015 CCCA Event Calendar 康谷華協行事曆

日期	活動	地點
Sat, Mar-07-2015	CCCA Seminar 講座	TOCS
Mon, Mar-09-2015	Deadline for TOCS Principal candidate Nominatio 千橡中文學校校長提名截止	
Sat, Mar-14-2015	CCCA Board Meetin #3 第三次康谷華協理事會	TBD
Sat, Mar-28-2015	TOCS Track and Field Meet 千橡運動會	TOCS
Sat, Apr-04-2015	Voting day for TOCS Principal 千橡中文學校校長投票/開票日	TOCS
Sat, Apr-04-2015	CCCA Seminar 講座	TOCS
Sat, Apr-18-2015	Arbor/Earth Day 地球日	Conejo Creek Park
Sun, Apr-19-2015	Spring Hiking 春季健行	<u>TBD</u>
Sun, Apr-19-2015	Deadline for CCCA/PVA directors nominati n 康谷華協理事及家長會幹部提名截止	
Sat, Apr-25-2015	CCCA Journal Publishing - Spring Issue 千橡雜誌春季刊出刊	TOCS
Fri, May-01-2015	Deadline for CCCA Academic Merit Awards Applicatio 康谷華協獎學金申請截止	
Sat, May-09-2015	Mother's Day Celebratio 母親節活動	TBD
Sat, May-16-2015	Deadline for CCCA BOD Elec on Ballot Collectio 康谷華協理事投票截止	TOCS
Sat, May-16-2015	Offi al Announcement of CCCA VP & Directors Electi n results 康谷華協理事候選人政見發表會&康谷華協理事選舉結果公佈	TOCS
Sat, May-23-2015	CCCA Memorial Weekend Camping 康谷華協初夏露營	TBD
Sat, May-30-2015	Senior Party 金齡組聚會	TBD
Sat, Jun-06-2015	Last Day of TOCS/Graduati n Ceremony/Year End Picnic 千橡中文學校結業典禮/期末野餐	TOCS
Sun, Jun-07-2015	CCCA Board Transition Mee ng 康谷華協年終總結/換屆會	TBD
	CCCA Award and Scholarship Presentati n 到各高中頒發獎學金	Local High Schools





## CCCA Board of Directors 康谷華協理事會

職 銜	姓 名	電 話	職 責
會長	段治邦 Zhibang Duan	duan.zhibang@gmail.com	公關
副會長	錢文綸 Wen Chien	wchien@sbcglobal.net	公關/地球日
秘書	游麗惠 Tina Yu	tinayu_8@yahoo.com	通訊
公關	楊曉明 Xiaoming Yang	xmyang04@yahoo.com	籌款
財務長 Controller	葉晚林 Wanlin Yeh	wanlin_yeh@yahoo.com	教育
中文學校校長	黃桂林 Linda Huang	glhuang@yahoo.com	教育
家長會會長	邱偉榮 Rick Chiu	zzyyex@gmail.com	教育
教育組理事*	尚虹 Hong Shang	hongshang@yahoo.com	籌款
籌款組理事	俞璋媛 Amy Yu	amyandy@yahoo.com	活動/其他
財務組理事	李柏威 Tim Lee	bb6vttec@yahoo.com	籌款
金齡組理事*	趙蓮 Lian Zhao Qin	lian91311@yahoo.com	活動
康樂組理事	葛曉慧 Tina Chulak	tinachula_08@yahoo.com	活動
康樂組理事*	陳萬富 Wanfu Chen	wanfchen@yahoo.com	活動
活動組理事*	潘建美 Jianmei Pan	jiamei.pan@gmail.com	康樂
教育組理事	包捷敏 Jiemin Bao	jbaogreen@gmail.com	演講/活動
通訊/網頁理事	王海寧 Haining Wang	hining@msn.com	活動
金齡組理事	夏興中 Xing-Zhong Xia	xzxia@hotmail.com	活動
活動/地球日理事	曹怡 Lindsay Cao	lindsayc88@gmail.com	康樂
活動理事	高薇 Vivian Gao	vivian.weigao@gmail.com	網頁/康樂
千橡雜誌主編	馮瀚緯 Jesse Fong	jfong2013@yahoo.com	會員聯繫
建校籌備	李瓊 Qiong Li	qiongli_98@yahoo.com	公關
春晚總監	周洪 Kathy Zhou	kathy_zhou@yahoo.com	
榮譽理事	鄭乃碩 Nick Cheng	nickcheng2009@gmail.com	會員聯繫
榮譽理事	蔣時亮 Bill Chiang	williamschiang@yahoo.com	會員聯繫
榮譽理事	吳迎春 Yingchun Wu	wuy99@yahoo.com	會員聯繫
榮譽理事	張大凱 Derek Chung	dereksc@yahoo.com	演講



## 2014-2015 干橡雜誌編委會

職責	姓名	NAME	E-MAIL
主編	馮瀚緯	Jesse Fong	jfong2013@yahoo.com
行政監理	陸麗珠	Leslie Chou	lchou1497@gmail.com
顧問	林志中	Chichong Lin	cclin1@verizon.net
顧問	王友平	Youping Wang	iacmspw@gmail.com
文稿編輯	徐衛龍	Weilong Xu	wxu101@yahoo.com
文稿編輯	李瓊	Qiong Li	qiongli_98@yahoo.com
文稿編輯	陳蕙玲	Helen Shih	helenshih168@gmail.com
文稿編輯	吳茵茵	Elaine Lo	elo8890@gmail.com
版面編輯	劉月齡	Yuehling Liu	yuehling.chiu@gmail.com
版面編輯, 文稿	朱牧仁	Muren Chu	chumuren@yahoo.com
版面編輯, 文稿	陳玲伶	Lingling Jiang	ll0805@gmail.com
版面編輯, 文稿	司華曉	Scott Si	scottsi_0@yahoo.com
版面編輯	陳昭吟	Katey Chen	yin9898@gmail.com
資管編輯	侯天雄	Tim Hou	tim.hou@ mail.com
廣告組長	孫邦華	Banghua Sun	banghua_sun@yahoo.com
廣告組員	包捷敏	Jiemin Bao	jbaogreen@gmail.com
廣告編輯	方梅	Mei Fang	mfangx@yahoo.com
廣告編輯, 文稿	余隆川	Longchuan Yu	longchuan99@yahoo.com
廣告編輯, 文稿	莫逢娟	Christina Ning	chrismning@gmail.com