

千橡



CCCA JOURNAL

2018年秋

第66期

Conejo Chinese Cultural Association & Thousand Oaks Chinese School
P.O. Box 6775, Thousand Oaks, CA 91362 🌳 www.ccca-tocs.org



編者的話

陳蕙玲/朱牧仁



一進入九月，天氣忽地就涼爽舒適了許多，今年全球夏天的氣溫，猶如燒著的大火爐，到處都在打破歷年來的高溫，就連千橡也創下華氏114度（相當於攝氏46度）的紀錄，一不小心曬了太陽，就像是火烤一般刺痛！這樣的高溫，難道是在抗議有人說“沒有地球暖化”這件事嗎？

有天傍晚去公園散步，望著巨大豔橘色的夕陽冉冉落下，正感嘆美景不在，誰知一轉身，竟見著了剛剛爬上山坡、巨大且檸檬色的滿月，鑲在寶藍色的天空；在太陽下山後的10分鐘內，天空會呈現這種優美的藍調，就像鬱悶深沈的頹廢，被月光拉出了希望的未來！原來那天是農曆的七月十五日，又叫中元普渡，據說鬼門關這天會釋出孤魂野鬼出來，許多的信眾會在門前擺上豐盛的食物以招待這些“好兄弟”，而當晚碩大而明亮的月亮，是不是上蒼釋出的慈悲，好讓他們看清楚桌上的食物？

這期雜誌的投稿非常踴躍；題材也豐富多元，有些稿件只好留待下期再發表，如果沒看到您的大作，請你靜心等待下期雜誌！

“與你一道遠行”和“騎車走天涯”，是兩個捧著心的母親：洪曉寒和安妮，寫下孩子騎車貫穿美國3700公里、停靠60個站、歷經二個多月膽顫心驚的心情；“我的小妹阿寬”是編委陳蕙玲描寫從小一起長大的好姐妹，成為女強人經過的心情；“瞎子阿炳”是王瑞芸講述一個偉大的民族音樂家，如何成為高級乞丐的故事，讀來令人唏噓不已；“行之拙拙”馮瀚緯寫下南加州行之不易，同時大部份的加州人也都有拿警察罰單痛苦的記憶，令人讀之心有戚戚然；讀了作者謝桂棟好幾年的文章，至今才知道他的工作是個很少人接觸的行業，遊艇，非常的有趣，你可不要錯過；李瓊介紹了“現代主意烹調”洋洋灑灑講了現代烹調的一些方法，看來下次得到她家蹭飯，也試一試現代主義的烹調有何不同？

上期雜誌我們曾經討論過一個千橡家庭的憂鬱症悲劇，而書友林博文，特地介紹的兩本如何對抗負面力量和面對正向的書，請看好書介紹；Dream繼續為我們報導她的抗癌經歷，我們這期同樣為她集氣加油，鼓勵大家珍惜自己的健康，為健康而努力；蔡篤的“丟煙頭記”是個非常有意思的戒煙經歷，且容我賣一個關子，邀您讀讀這篇文章；編委司華曉本期介紹兩位高人氣的畫家：凡高和高更，您也可以上網觀看彩色版的篇幅報導；更別忘了欣賞青少年工作室小朋友的報導。

在地北天南的旅遊介紹篇中，有陳華瑛的加拉帕戈斯群島報導。北半球從日本北海道，途經地處亞熱帶的台灣花蓮，到南極之行，都有旅遊的介紹，而吹著冷氣在家裡讀南極之行，更是別有一番滋味在心頭！

經過這幾年全體編委的共識，幾乎每個編委都是可以審稿、編輯以及協助廣告業務，幾乎是全能編委。

感謝所有編委兄弟姐妹的攜手合作，特別要感謝總排版胡若崎，以及財務陳丹丹的辛勞，才得以再次讓這本雜誌獻給各位讀者品讀，當你拿著這本社區共同的精神傑作，也許正是另外一個有著寶藍色夜空月滿之時，心滿意足的我們也祝福您闔家月圓人團圓！



目錄

千橡雜誌
 CCCA JOURNAL
 第六拾六期
 2018 秋

CONTENTS

001		編者的話
002		目錄
004		廣告索引
006		會長的話
007		校長的話
008		家長會會長的話
		年度回顧
010	尚虹	康谷華協大事記
012	王暉	2017-2018千橡中文學校活動掠影
014	馬海璐	千橡中文學校家長會活動回顧
016	潘黛美	2017-2018講座系列簡介
		《千橡》特報
018		文化中心開幕典禮
		藝文筆記
020	司華曉	保羅·高更(印象派系列之七)
022	司華曉	文森特·梵高(印象派系列之八)
026	朱牧仁	秦淮八艷之六：長齋繡佛卞玉京
		文藝沙龍
028	王瑞芸	瞎子阿炳
031	章濟貧	中秋有感
032	張棠	哈佛和MIT的早春
036	于靜	于靜詩畫選(2017深秋—2018初秋)
038	瀟楓	讓我怦然心動的邂逅
040	陳蕙玲	阿賢的民宿
043	Joe, 雙谷登山社	英詩中譯三首
044	方青	秦淮河斷想
045	李德鰲	今日桃源
		地北天南
046	何萍/司華曉	南極啊，南極！
050	左大磊	雜記北海道
052	陳華瑛	加拉帕戈斯島的夢幻船遊(三)
057	陳華瑜	傻鳥拍鳥記
062	Annie Wang	騎車走天涯
065	洪曉寒	與你一道遠行
		人生百味
070	馮翰緯	行之拙拙
072	謝桂棟	工作，在水一方去遠航
074	李瓊	體驗現代主義烹調
075	章世倩	尋回心上的人



075	李曉春	育兒小記(四)－秋夜私語
076	Dream(李明記錄)	抗癌旅途嘆入生(二)
078	陳蕙玲	我的小妹－大尾阿寬
079	蔡篤	丟煙頭記 流金歲月／歷史回顧
080	時錦棟	中國南海主權之二、三事 創業與理財
081	嚴后建	借債省稅的迷思 生活與保健
082	王友平	心理障礙的原因與對策(一)
086	蕭新芳	健康養生淺析 好書推薦
088	Paul Lin (林博文)	《覺醒的你》與《臣服實驗》 康谷社區
090	Min Leu 呂旻原	貝城義診的一日
092	黃思睿	新陽光病房學校義工報告
094	王友平	大愛無疆——中東難民營義診聞思錄 青少年工作室/校友園地
100	Drudy Zhang	CCCA Youth Program Earth Day Event
104	Douglas Shao	Too Muture, or Too Different 插圖
019	紀星華	十二生肖圖
		[康谷華協]
69		康谷社團
107		《千椽》編委會
108		康谷華協獎學金申請辦法
109		康谷華協入會規章
110		康谷華協理事會
111		康谷華協行事曆
112		千椽中文學校行政人員名單
113		千椽中文學校活動摘要
114		千椽中文學校教師名單
115		家長會名單
115		康谷華協永久會員
116		財務報表
		[廣告]
118		廣告價目表

Cover photo taken by Nancy Chu.





會長的話

謝麗容

身為一個華人，或者說，身為一個海外華人，我經常自問，我是誰？

再者，身為一個康谷華人，作為社區的一份子，我們又是誰？

從自己生長的國家飛到美洲新大陸，回想當時年輕的我們只為了一個簡單的、小小的夢想！再從完成學業，舉家遷至康谷，在千橡中文學校與孩子一起成長；如今孩子早畢業了，我們依留康谷。於此稿此時，我的生活將在這個城市邁入第二十年，來自心中最真實的感動讓我想如此與您分享——康谷是美麗的傳奇，我們扮演著最佳主角；康谷更是真實的歷史，我們親筆撰寫嶄新的每一頁！

在汪宜前理事與蔡友文理事兩位主任的領導之下，眾所期盼的“康谷華協文化中心”，於今年九月十六日正式開幕！這個劃時代的里程碑是前人心血的積累與多年募款的成績；更是許多康谷人士共同效力的成果。文化中心的創立，旨在提供一個更可親的家園讓大家互相交流；並計畫在短期之內即刻開辦多元化才藝課程、金齡活動、文藝活動、小班制社區課程、小班制中文輔導課程、甚至麻將大賽……等等。文化中心的存在是如此仰賴社區人士的參與，更是需要每一個華人——您的支持！

康谷華協在歷任會長領導之下，與各地文化單位共同協辦、互相支援各種活動，建立長遠的互惠關係。例如，協助千橡圖書館舉辦春節活動已行之多年；這兩年來更接受了千橡植物園邀請，協助慶祝春節，舉辦地球日活動，同時創制青少年義工服務團體；康谷華協文化日不但啟發了聖峪華協，我們也加派人手支援聖峪華協首屆文化日！更別說Amgen亞裔美人協會在公司園區舉辦的中國日與亞洲日，華協總是義不容辭予以協助！地方上還有更多華人團體，揚聲、韻聲、民樂坊、舞韻、快樂媽媽義工群……等等，無不默默發揮能量，回饋社會，只願華人組織的能見度更加彰顯於康谷地區！海納百川，康谷華協秉持華人兼容並蓄的精神與地方共榮！我們是值得驕傲的。

華協春晚一直以來都是康谷的文化盛事！今年將由前理事丁凱軍先生擔任總監。身為移民第一代，在文化傳承的道路上，我們責無旁貸！我們的文化不只是讀書、識字；也不只是傳統藝術、音樂與舞蹈。我們的文化是兼善天下的，不獨親其親，不獨子其子。讓我們在昂首前進的時候莫忘初衷，讓我們珍惜身邊人事物之所以、之所然。誠摯邀請您，發揮才能、貢獻時間或捐款，讓我們一起創造屬於康谷華人的小時代！



校長的話

曹怡

千橡中文學校建校已逾四十多年，承蒙老師、家長和行政人員之間多年的密切合作，學校持續穩定發展，蒸蒸日上，為孩子們學習中國語言和文化提供了良好的教育環境，培養了一批又一批的學生。今年三月，我非常榮幸地被選為2018 - 2019新學年的校長。在我這履新的一年裡，我願意與大家一起承前繼後、再接再勵，為社區孩子們的中文教育事業盡一份心力。

剛過去的暑假是一個忙碌的夏天。還在假期中，許多辦公室行政人員已經開始了不知疲倦地工作，以確保新學年順利開學。更讓人感動的是我們敬愛的老師們，在學生們還放著暑假，他們卻已孜孜不倦地忙於備課編輯材料了。還有的老師在百忙之中抽時間參加學校組織的南加教師研討會。他們所做的一切，就是為了讓學生受到更好的中文教育和中華文化的熏陶。在這裡特別為這些無私奉獻的行政人員及老師們致以十二萬分的敬意及謝意。

在即將到來的新學年中，學校主要將致力於以下幾個目標：

第一個目標：進一步提高教學質量

首先，為了充分發揮現有師資的多元化指導作用和他們的潛質，學校將為老師們提供更多的交流溝通機會。學校現有的教師隊伍，是一個新老結合的團隊。有的老師經驗豐富，有的老師治學嚴謹，還有的老師勇於創新，這種組合呈現了各有千秋的多彩教育特色。倘若我們定期提供給老師一個交流的平台，使大家得以取長補短，積極努力，教學質量定會更上一個新台階。當然，另一方面，我們想強調一下：在教學環節中，老師、家長和學生三方面的互動、交流、溝通與協調配合，也是提高教學質量的重要因素之一。教育過程的經驗告訴我們，在教學環節中的互動性展現為當父母與孩子共同參與到教學活動中時，孩子會更廣泛而深入地投入到課堂或課外的教學活動中去，其表現較以往更為積極出色。這是學好中文的關鍵因素。同時，學校方面也會更加致力於完善教學和教務管理，積極鼓勵老師堅持嚴謹的教學態度，運用生動活潑的教育方法，為提高社區孩子們學習中文的興趣而努力。

第二個目標：校務管理進一步系統化

今年學校的校務管理機制有所變化，採用三級管理制。校長統管全局，堅持正確的辦學方向，不斷更新教育理念，提高教育質量。負責校內機構設置、人員調配、提高教師和教務人員的隊伍建設和管好用好學校經費等。三位副校長分別管理教務、總務、財務、資訊、註冊、活動組等。分工明確，各司其職。各個組的成員具體實施各組的工作任務。並且直接進入和管理各年級組。這樣就可以更有序、有效地完成學校預期的各項目標任務。也可以全力為一線教學的老師服務，讓老師可以全身心地投入教學，無後顧之憂。

第三個目標：建立雙語教學研發組

隨着中文對世界的影響力越來越大，許多沒有中文背景家庭的孩子也希望接觸中文，我們中文學校的需求會不斷增長。這就要求進行雙語教學。如果一成不變地採用原有教材，會出現不少弊病。為此學校今年組建了雙語教育開拓和研發小組，請來了有豐富教育和教務經驗的人員負責尋找合適的新教材，探索適合雙語教育的新方法。以滿足日益增長的這批學生雙語學習的需求。以務實雙語和文化知識為基礎，讓博大的中國文化更深入人心。

我衷心希望能夠在老師、行政人員、家長及學生的配合下，努力迎來又一個快樂成功的一年！



家長會會長的話

馬海珺

二零一八年的八月末，千橡中文學校迎來了又一個新的學年，中文學校家長會也熱火朝天開始了新一年的工作。

很榮幸我今年能繼續擔任家長會會長一職。在過去的一年裡，家長會全力協助中文學校的教學及相關活動，協助CCCA的社區服務和文化推廣活動，並為家長會活動的開展、中文學校活動和中文社區建設進行資金籌募工作。每個周六千橡中文學校的校園裡、每次大型活動的會場，都能看到身著藍色會服的家長會成員的身影。希望在我第二年的任期內能進一步促進家長會與學校的溝通與合作，精簡整合活動項目，將工作重心和資金集中在促進教學上。

今年我們千橡中文學校家長會一共有十五位成員。勤勞能幹的劉琳副會長將繼續在家長會發光發熱。黃弋民 (Joe) 將出任另一副會長的職位。長久以來家長會成員中男性成員較少，Joe一直堅持在家長會服務。作為爸爸們的代表，他一直以來盡心盡力、任勞任怨。我們希望他的榜樣力量可以帶動更多的爸爸們積極參與到中文學校和社區活動中，言傳身教，給孩子們——特別是男孩子們——一個可以跟隨模仿的榜樣。因為孩子畢業等因素，今年家長會有較大的人員變動。我們很幸運 Sue Shu, Lisa Lee, Elisa Guo 和楊雋可以繼續在家長會服務。此外，我們也非常幸運地請到了以下新成員加入：肖凱麗，Annie Ai, Sabrina He, Amanda Li, 董平，Jenny Yang, Vivian Guo, 和另一位爸爸成員王大軍。其中肖凱麗將出任家長會出納。

暑假期間，劉琳，Joe和我代表家長會與中文學校曹怡校長及副校長們就新的一年工作重點和合作方式進行了商談。我們都一致同意工作重心應在促進教學，增進學校和家長的溝通上。經過討論，我們決定合併運動會和學期末游園會，改變以往運動會的形式，運動和遊戲相結合，讓孩子們在運動中得到快樂，在遊戲中得到活動。此外，複印室將交由學校管理，家長會為學校複印室募集資金用於購買複印材料。雙方同意採取措施共同宣傳促進中文圖書借閱，培養孩子們讀中文書的興趣。另外雙方就如何加強與班媽班爸的聯繫以及與家長的溝通進行了探討。

家長會將繼續廣受歡迎的voucher reward program，以激勵學生提高學習積極性。同時我們會進行一些調整使得這個項目實施得更好，更能方便老師們的教學。我們的茶水站也將繼續服務學校的老師、家長和學生。在CCCA的文化推廣活動中，家長會也將一如既往地出工出力，出謀劃策，並為大型文化活動新春聯歡晚會募集資金。

新的一年裡，我們家長會將延續以往的出色工作，進一步增加與家長們的交流，增進與學校和CCCA的溝通合作。我和家長會的同仁，願以拳拳之心，為我們的孩子，我們的社區，和我們的共同目標盡一份綿薄之力。



千橡雜誌編輯宗旨

- 【千橡】雜誌是一本以整個康谷華人為主要對象發行的地域性刊物，沒有康谷華人，就沒有《千橡》雜誌的存在。她不是技術專刊，也不是文化論壇。她的成長與康谷華人社區的發展齒唇相依，她的原動力基於康谷華人社區的脈動，她的品味內涵反應康谷華人的特色與個性。
- 【千橡】雜誌的編排精神是以整個康谷華人社區大家庭為取向，全力協助配合康谷華協，忠實報導各個組織〔康谷中華文化協會、千橡中文學校與家長會〕及社團的活動與動態，提供園地刊登作品、交流資訊、聯繫感情。
- 【千橡】雜誌的內容走平實路線、不花俏、不嘩眾取寵，不牽扯政治議題、不宣揚宗教、不圖利任何私人或商家。所有具個人宣傳、謀利、酬庸、商業色彩、人身攻擊、爭議性、含不雅文辭的文章，一概避免。內容組合本著大眾化、多元化的原則；各類文稿的百分比與取捨，求其平衡，避免重複。
- 【千橡】雜誌設有編輯委員會，對康谷華協負責。編委會每年需網羅新血幹才加入，秉持積極奉獻、勇於負責、密切合作的團隊精神，按時向社區提供高質量的刊物。所有編委需持熱心公益的精神培訓新手。
- 【千橡】雜誌各主要事項由編委會成員共同商議決定，重大改變需經由康谷華協同意。
- 【千橡】雜誌的所有營運開銷，以廣告和捐贈收入為主，自給自足。所有帳目總結後由編委會列交報備康谷華協財務，並接受必要的審查。
- 【千橡】雜誌每半年一期，於十月與四月出刊，視情況得修訂之。每期大綱、方向、欄目、文稿篩選與時間表細節，以主編為軸心，與編輯委員共同訂定之。其編排精神與方向應前後一脈相承。

2017-2018 CCCA Events 康谷華協大事記

尚虹



◀ 中秋晚會 9/30/2017 Deerhill Park



中華文化日11/4/2017 Front Lawn of Thousand Oaks Civic Arts Plaza ▶



◀ 節日晚會12/2/2017 Moorpark Country Club





會長聚會 1/6/2018



Thomas Fire消防員募捐 1/2018



千橡圖書館春節活動2/15/2018



千橡春晚2/17/2018



千橡中文學校校長選舉3/24/2018



金齡活動4/14/2018



植物園Youth Project和地球日活動4/28/2018



2018新理事選舉5/5/2018



Amgen 多元文化節5/23/2018



初夏露營2018 Table Mountain



文化中心活動: 茶藝課



週六講座系列 CLU Swenson Center



理事合影6/3/2018

2017-2018 千橡中文學校活動掠影

王暉



8/12/2017 開學前全體教師行政人員會議



2/17/2018 校內中國新年系列慶祝活動之舞龍舞獅



7/28/2017—7/30/2017 老師們在Orange City的Chapman University參加南加州中文學校聯合會舉辦的夏季教學研討會



11/5/2017 共31位同學參加南加中文學校聯合會在Arcadia High School舉辦的秋季學術比賽



2/18/2018 老師們在Orange City的Chapman University參加南加州中文學校聯合會舉辦的春季教學研討會



2/24/2018 與家長會合辦春宴暨謝師宴

千橡中文學校運動會海報作品



3/3/2018 班級海報比賽



3/17/2018 第十一屆千橡運動會



4/8/2018 共8位同學在El Monte僑二中心參加南加中文學校聯合會舉辦的成語常用語比賽



- ▲ 5/12/2018 母親節贏取康乃馨活動
- ▶ 5/21/2018 教職員及學生接收並整理新購教材



- ▲ 6/16/2018 老師們在El Monte僑二中心參加“學華語向前走”教學觀摩
- ▼ 6/2/2018 結業典禮



2017-2018 TOCS-PVA Events 馬海瑋



PVA Year End Party



2017-2018 CCCA 講座系列簡介

潘黛美/尚虹

Crime Prevention and Project Safe Passage Commander Tim Hagel 5/19/2018



Thousand Oaks is ranked the fourth safest city in the U.S. Commander Tim Hagel is assigned as the chief of police for the city of Thousand Oaks since 2014. In the seminar, Commander Hagel discussed his experience safeguarding the lives and properties of Ventura county residents. He also talked about the program Project Safe Passage which he created, to better the lives of young children and prevent them from joining gangs.

Safe Passage, a partnership between the Thousand Oaks Police Department and Conejo Recreation and Park District, is committed to eliminating gang-related crime by stopping gang recruitment and the replenishment process among at-risk youth. Staff from CRPD help these kids (ages 5 through 12) get to the sites safely after school, assist with homework, provide healthy snacks, and, most importantly, provide them a safe passage for a better life.

This free program focuses on two densely populated micro-communities characterized by a high concentration of gang recruitment and crime in Thousand Oaks. The program assists about 150 children daily. It is funded through the generous contributions of the local community.

Since 2014, Safe Passage has been contributing to a positive change in reducing gang activity and violent crime, while improving the quality of life for residents living in the affected multi-family communities in Thousand Oaks.



Asthma vs COPD: How to tell the difference

Maryum Merchant MD 3/19/2018

Dr. Maryum Merchant practices at UCLA Medical Office in Thousand Oaks. She is a pulmonologist and states that her mission is to help patients breathe better and be able to enjoy a good quality of life. In the seminar, she talked about both asthma and COPD having similar symptoms, like cough, wheezing, and difficulty with breathing. The audience learned how to tell them apart and effectively receiving treatment for both.



From Medical Jokes to Medical Facts

薛曉青醫師 2/10/2018

Dr. Green Shiaoqing Hsueh is board certified in Obstetrics and Gynecology and has been in private practice for more than 30 years. She is currently working at Carole Pump Women's Center in Northridge Hospital. In the seminar, she started with several medical jokes and then discussed the science and myths behind each joke. She also talked about the new development in having babies, sexuality in older people, and common health issues in Midlife and beyond.



珠寶的藝術與鑑賞

蔡篤先生 10/14/2017



蔡篤先生與太太岑元芳於1971年來美，定居紐約。在1972年白手起家，經營珠寶生意。1978年，在德州的達拉斯市設立了珠寶批發公司。在8年中，公司業務高速發展，成為美國南部最大的珠寶批發商之一。蔡篤在工作實踐中，不斷學習，成為珠寶研究的專家，尤其對玉，更具專長。蔡篤在1986年售出其公司股份，與太太遷至南加州。兩人熱心公益，對康谷華協及慈濟的活動和捐款不遺餘力。蔡篤曾任韻聲合唱團兩任會長，帶領韻聲在華協的新春晚會

及文化節表演。在蔡篤先生的演講中，他講述了從事珠寶生意的過程，介紹了珠寶分級別及估價的原理，包括玉、紅寶石、藍寶石、珍珠、珊瑚及象牙。蔡先生同時也展示了幾件精美的首飾，並講到配戴這些飾物的藝術。

畢業感言

6/3/2018

又到一年一度的畢業季！六月三日來自 Westlake, Thousand Oaks, Newbury Park, Oak Park, Agoura Hills 和 Camarillo 六個高中的八位傑出畢業生，Kelly Jiang, Olivia Chang, Michelle Chen, Jonathan Sham, Andrew Yang, Kevin Chen, Irene Li, and Jessica Yuan。他們與社區低年級學生和家長分享他們高中的學習生活經驗和大學申請的經歷。討論會以專題提問和自由提問的方式進行，生動活潑為聽眾留下深刻印象。下面是一些他們給社區低年級學生的臨別贈言：

“From the whole application process, I learned a lot about myself. It is important to find where your passion is about.”

“The core motivation for applying for college shouldn't be about number or validating yourself. It is about going where fits you the best.” “The most important thing is to maintain your mental and emotional health.”

祝賀他們鵬程萬里！前程似錦！





康谷華協文化中心
Conejo Chinese Cultural Center



康谷華協文化中心開幕典禮 汪宜

通過華協多年不斷努力，凝聚了社區多方捐助，得到康谷華人厚愛的康谷華協文化中心於九月十六日正式開幕。開幕典禮上康谷各方華人領導和熱心人士前來祝賀。大家為康谷華人的家歡欣雀躍，並期待中心之後持續給社區提供文化活動，向社區展示華夏傳統。由於場地限制，開幕典禮邀請的嘉賓人數有限，之後中心還將陸陸續續地請社區各界朋友們光臨中心前來參觀和使用。



文化活動室：茶仙子劉老師到場為各位貴賓展示中華茶文化，古琴藝術家 Luci 彈琴為大家助興，手作達人黃愛旗帶領快樂媽媽俱樂部部分成員展示手工製作。





中華文化：十二生肖圖 - 紀星華 -





保羅·高更

(印象派系列之七)

司華曉

保羅·高更（1848–1903）1848年6月7日出生於法國巴黎，父親是一名新聞記者，母親則來自南美洲的秘魯。

高更出生的第二年，法國發生了反對君主制的軍事政變。這場政變最終以失敗收場。保羅的父親因為激進的共和制思想立場在巴黎陷入困境，於是決定全家一起離開法國，乘船遠赴秘魯投奔高更母親的娘家。在到達秘魯之前，高更的父親在途中因為心臟病發作去世。然後高更和母親還有外婆一起在秘魯生活了六年。南美和秘魯的異國風光不僅在幼年的高更的記憶裡留下了深刻的印象，也決定了他一生漂泊不定的生活方式。

1855年，高更和母親一起回到法國，定居在奧爾良。1865年，十七歲的高更成為一名船員，幾年後又進入海軍服役。這段時間，高更隨著自己的艦船走南闖北周遊各國，他的足跡踏遍了南美洲的巴西、巴拿馬，以及太平洋、地中海，甚至到了北極圈。

1871年，高更離開海軍回到法國巴黎，這時候才知道親愛的母親已經在1867年因病去世。母親去世之前把高更託付給一位好朋友古斯塔夫·阿羅沙（Gustave Arosa），請他作為高更的監護人，在生活和職業方面關照年輕的高更。阿羅沙幫助高更在證券交易所謀到了一個股票經紀人的職位。高更憑藉著自己的聰穎和努力，不久就在證券交易方面得心應手，再加上那幾年持續的經濟增長，高更很快就有了豐厚和穩定的收入，並且在兩年之後，二十五歲時和一位漂亮的丹麥姑娘梅特·索菲·加德喜結良緣。

成家之後，高更在證券交易所的同事克勞德-埃米爾·舒芬尼克爾（Claude-Emile Schuffenecker）和阿羅沙的影響下，對繪畫產生了興趣。阿羅沙雖然不是藝術家，但卻具有很好的藝術品味，收藏了很多當時法國著名藝術家的作品。而舒芬尼克爾的業餘愛好就是畫畫，作品很有印象派的味道。

從來沒有正式學過繪畫的高更，畫起畫來卻有模有樣，進步很快。還是通過阿羅沙的引薦，高更認識了一些當時非常前衛的印象派畫家，而且受到印象派創始人之一畢沙羅（Camille Pissarro）的指點。1876年，也就是高更開始學畫的第三年，他的一幅風景油畫Landscape at Viroflay被官方沙龍選中，然後連續參加了五次印象派畫展，高更因此作為藝術家的信心爆棚。

高更一面繼續在證券交易所做事，一面繼續畫畫，做著職業畫家的夢，直到1882年經濟衰退股市狂跌。高更因經濟衰退丟掉了工作，於是下決心改弦更張另起爐灶，投身藝術，打算通過畫畫養家糊口。但是由於經濟不景氣，作品沒有銷路，日子漸漸地入不敷出、捉襟見肘，高更全家只好於1884年搬到生活成本相對較低的里昂，後來又搬到妻子的老家哥本哈根。這期間高更甚至做了一段時間的帆布推銷員。

1885年，高更把五個孩子留給妻子，隻身回到巴黎。1886年，最初的印象主義藝術煙消雲散，印象派藝術家各奔東西，高更也逐漸偏離了印象派的畫風，尋找探索自己的藝術風格。這一年，高更來到渴望已久的布列塔尼半島。布列塔尼位於法國西北部，時代的氣息還沒有吹到這一帶，當地的風土人情仍然保持著原始淳樸的風貌，這種樸實的風味和高更幼年的南美印象不謀而合。

1887年，高更和朋友來到巴拿馬，然後又順路去了馬丁尼克島。在這段旅行的過程中，高更逐漸找到了自己的藝術風格，明晰的線條、生硬的色彩對比、碩大的體積感、無陰影的表達，完全脫離了印象派描繪自然的理念。和印象派最初的遭遇一樣，高更的這種激進的藝術風格根本沒有知音，沒人欣賞。

1888年創作的《佈道後的幻想》體現了高更這個時期的藝術風格。這幅畫由紅、藍、黑和白幾種顏色組成，彎曲起伏的線條把畫面按照對角線分割成兩個部分。上半部分是佈道的內容，雅各在



和天使摔跤，下半部分是在聽佈道的農婦。整幅畫表現了當地農婦的宗教幻想。作品中的色彩本身就是表現的內容，而不是傳統印象派對自然界的某種描寫。



由於健康和經濟上的原因，高更於1888年10月又回到巴黎。遠在法國南部阿爾勒(Arles)的梵高通過在巴黎做畫商的弟弟得知高更在巴黎，立即寫信邀請高更去阿爾勒一起生活一起畫畫一起探討。走投無路的高更覺得這是一個不錯的主意，於是動身去了阿爾勒。不幸的是，高更和梵高一起度過的時光並不似兩人最初想像的那般美好。由於經歷、理念和性格等方面的差別和分歧，兩人最終不歡而散。

1891年，高更拍賣了三十幅作品，利用籌到的錢遠赴南太平洋上的一個美麗的島嶼大溪地(Tahiti)。大溪地是法國殖民地，當地氣候溫暖四季如春，熱帶雨林和其它茂密的植物遍布全島，永遠蔚藍的天空，美麗的大自然和簡樸的生活方式深深地吸引了高更。高更在當地的農村租了一間小屋，開始了創作。淳樸原始的民風和鮮豔多彩的居民服飾是高更藝術靈感的源泉，他的很多傳世的作品都在這個時期完成，其中包括幾幅以他的十三歲的小情人特哈瑪娜為模特的人物作品。

《兩位塔希提婦女》就是這樣一幅作品，左邊少女的原型就是特哈瑪娜。由於經濟窘迫導致生活的不穩定、不規律，嚴重影響了高更的身體健康。1893年，高更回到法國治病，同時還得到了一份伯父贈予的遺產。兩年之後，高更帶著這筆錢又回到了大溪地。雖然高更仍然保持著旺盛的創作慾望，不停地畫畫，但他的作品根本沒有銷路。坐吃山空，再多的錢也有花完的一天。1897年，高更的經濟和健康狀況再次亮起了紅燈，更讓他傷心的是，他最喜歡的女兒在法國去世了。

貧困潦倒心灰意冷，這個世界再也沒有什麼值得留戀了，高更打算結束自己的生命，於是獨自跑到深山老林裡服毒自殺。結果卻被人發現救了過來。對生命意義的反思往往來自深刻的痛苦。接下來的整整一個月，高更每天一覺醒來就拿起筆來畫畫，一直劃到筋疲力盡。他用了一個月時間畫出了生平最大的一幅經典作品《我們從哪裡來？我們是誰？我們往何處去？》。這幅1.5米高、3.6米寬的畫表現了高更對人生乃至人類的深刻思考。畫中的嬰兒意指人類的誕生，中間摘果的人暗示亞當摘採智慧果和人類的生存發展，最後的老人表示人類從生到死的命運，這大概就是高更全部的人生感悟。

晚年的高更健康狀況每況愈下，深受病痛的折磨。1901年，高更搬到位於大溪地東北方向一千五百公里的馬克薩斯群島，在貧困和病痛中淒慘地度過了生命的最後一段時光。1903年5月8日，高更因為心臟病發作去世，距離五十五歲生日僅僅只差一個月。高更的墓地位於馬克薩斯群島的Hiva Oa島，如今每年都有許多遊客前往祭吊。

幼年時期的經歷使高更終生厭煩都市生活，嚮往原始簡單的生活方式。他只有從那樣的生活中才能獲得藝術創作的靈感，再加上自我中心和浪漫隨性的生活態度，高更生前被稱作是“野蠻人”。作為後印象派的代表人物，高更不再是通過作品表現客觀的外部世界，而是用繪畫表現自己的情感世界和心中的哲理，即所謂“主觀化的客觀世界”。

高更後期的作品大多描繪島民簡樸原始的風俗儀式，人物造型渾厚豐實，輪廓線條醒目，色彩單純、大面積平塗，富於象徵意味和裝飾效果，對後來的象徵主義和超現實主義產生了深遠的影響。英國作家毛姆1919年出版的長篇小說《月亮和六便士》，被普遍認為是以高更為原型創作的。





文森特·梵高

(印象派系列之八)

司華曉

1890年7月29日，梵高在法國偶章(Auvers-sur-Oise)離開了這個世界。“悲哀將永無止境……”(Sadness will last forever……)是梵高留給這個世界的最後一句話。幾天之後偶章的一片小山崗上，星羅棋布的墓碑旁，又多了一座新塚，從這裡可以眺望幽藍無際的天空下那片金燦燦的麥田和黃艷艷的向日葵……

1852年3月30日，荷蘭南部的布拉班特省的一個名叫津德爾特的小鎮，鎮上的梵高牧師的第一個兒子文森特出生不久便在這一天夭折了。

1853年3月30日，整整一年之後。感謝上帝，梵高牧師的第二個兒子降臨到這個世界。梵高牧師沒有多想仍然給這個兒子起名文森特。

在梵高的記憶裡，每個禮拜天都要和父母一起去教堂做禮拜。教堂旁邊有片墓地，那個早逝的、有著一模一樣的名字的梵高就葬在那裡，所以每個禮拜梵高都會看到刻著自己名字的墓碑。這個事實不但讓梵高自己，也使後來的讀者覺得，或許梵高從出生的那一刻就注定了命運多舛的一生。

梵高生性聰慧學東西很快，不但在學校各門功課成績優異，深得老師的喜愛，而且在家裡受母親的影響學習繪畫。但是十五歲那年，高中讀了一半的梵高突然就退學了，沒有人明白到底是怎麼回事。退學在家的梵高無所事事，每天在街上轉悠。這可急壞了做父母的，不能眼看著兒子就這樣荒廢了。最終梵高的父親想起了在海牙做藝術品經紀人的弟弟，也就是梵高的叔叔。這位叔叔也叫文森特。文森特叔叔沒有子女，把梵高當作自己的孩子，自然是一口答應下來，幫梵高在自己的畫廊裡找了一份差事。

1869年，十六歲的梵高來到海牙，成爲一名藝術品經紀人。梵高憑藉自己的聰明好學，努力上

進，事業蒸蒸日上。四年之後不僅事業有成，成爲畫廊裡業績最好的經紀人之一，而且從一名青澀少年成長爲獨立成熟的年輕人。

這個時候，總公司爲了拓展在倫敦的業務，決定把梵高派往英國倫敦。和海牙相比，倫敦是一個國際大都市，具有更好的發展前景。梵高愉快地接受了新的工作，來到了倫敦。

在倫敦工作期間，情竇初開的梵高開始暗戀房東十九歲的女兒。當時的梵高年輕有爲，工作穩定，收入頗豐，而且還是一名虔誠的基督徒。從任何方面來看，梵高都是普通人家的女孩子嫁人的理想人選。梵高自我感覺良好，一邊工作一邊編織著自己的愛情故事，幻想著房東的女兒也在愛著自己，只等自己開口求婚，佳人馬上點頭同意，美好姻緣自然是水到渠成。1874年夏天的一天梵高鼓足勇氣向佳人求婚，卻遭到了對方的斷然拒絕。原來姑娘已經訂婚，名花有主，而且對梵高根本沒有任何感覺。

失敗的愛情對梵高是一個沉重的打擊，母親家族的精神病遺傳基因第一次在梵高身上顯現出來。從此梵高對工作熱情不再，漫不經心，經常出錯，但是畫廊看在文森特叔叔的面子上，並沒有立即炒了梵高的魷魚，而是要求他在三個月之內振作起來，恢復以前的工作熱情和業績。但梵高繼續我行我素，不思進取，業餘時間卻廢寢忘食地研讀聖經，也許梵高是在上帝的話語裡尋找精神上的藉慰。梵高從原來的積極熱情變得鬱鬱寡歡。畫廊看著梵高一天天消沉下去不可救藥，終於在1876年4月請他走路回家，整整七年的藝術品經紀人生涯畫上了句號。

隨後梵高應聘成爲倫敦一家私立學校的老師，教授法語、德語和數學，但是幾個月之後就因爲學校發不出工資而不得不離開了。這個時候又是文森特叔叔出面，介紹梵高去倫敦的一家書店工



作。但是梵高還是用大量的時間研讀聖經追求信仰並且練習素描寫生，在工作上卻是漫不經心缺少投入。書店的工作也沒做多長時間。

轉眼一年就過去了。1877年梵高決定投身宗教，把餘生奉獻給至高無上的上帝。這年五月份，在父親的建議下，梵高來到阿姆斯特丹準備神學院的入學考試。一開始還比較順利，但在學習希臘文的時候，遇到了意想不到的困難。儘管一再努力，梵高在這門功課是仍然沒有取得明顯的進步，最終還是未能通過神學院的入學考試。梵高不死心，又來到比利時布魯塞爾的一個教會主辦的培訓學校碰碰運氣。梵高的運氣並沒有因為換了個地方而有所改變，還是跟不上課程進度。

儘管如此，梵高對宗教的熱情絲毫不減，在父親的極力推薦下，學校將梵高作為一名沒有薪水的見習傳教士，派往比利時南部的貧窮煤礦博裡納日傳播基督教的信仰。梵高於1878年的聖誕節前來到了博裡納日，一邊傳教一邊用畫筆記錄當地礦工的日常生活。1879年春天，博裡納日地區天花流行，而且禍不單行，煤礦又發生了瓦斯爆炸。一連串的災禍奪取了很多礦工的生命，讓他們的家庭立刻陷於貧困。悲天憫人的梵高不忍心看著人們在苦難中掙扎，把自己不多的生活用品、食品、和現金毫無保留地分發給了礦工的家屬。一無所有的梵高決心效法耶穌為了拯救世人而蒙受磨難，睡著稻草鋪成的床，吃飯有一頓沒一頓地湊合，同時還繼續走訪關懷遇難礦工的家

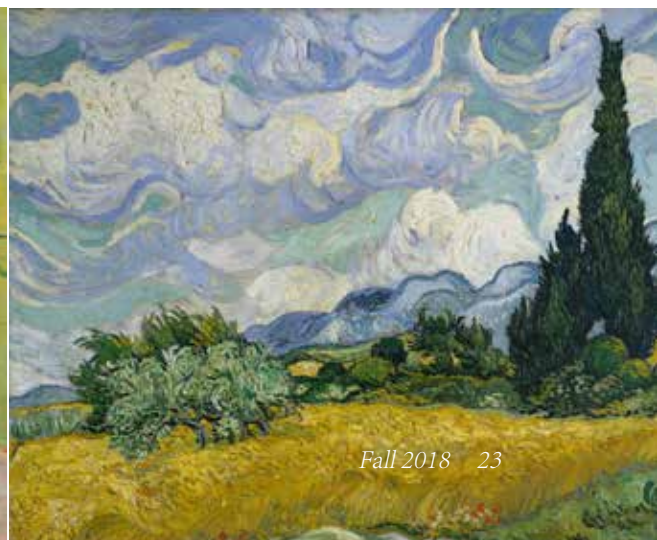
屬。這樣的日子沒過多久，梵高就變得面黃肌瘦、蓬頭垢面，再加上不修邊幅，看起來和當地的礦工沒有什麼區別。教區定期巡視的人員來評估梵高的傳教工作，看到梵高這幅形象，大吃一驚。不管怎麼樣，傳教士代表著教會和教區，乃至上帝耶穌，換句話說，就是有身份的人。梵高的這種做法和形象嚴重影響了教會的名譽和尊嚴。

不出所料，梵高作為傳教士的日子也走到了盡頭。

1880年，嘗試了各種職業，遭受了一連串的波折和挫折，梵高已經沒有了當初的銳氣，也許命運之神在帶領他走向另外一條道路。認真考慮了幾個月，梵高決定把繪畫作為終身的追求，這一年梵高二十七歲了。

在兄弟姐妹五個人當中，只有比梵高年幼四歲的弟弟提奧和他最為親密。提奧後來也成為一名成功藝術品經紀人。提奧一直在精神上和經濟上支持著哥哥梵高，這次也不例外，毫無保留地支持梵高投身藝術的決定。

雖然梵高從幼年時期就開始畫畫，而且斷斷續續一直在練習，但卻從來沒有接受過正規的繪畫訓練。聽從了提奧和其他朋友的建議，從十一月份開始梵高註冊進入了布魯塞爾美術學院，在那裡學到了解剖學和透視原理等等的繪畫基礎知識。學習不到半年，第二年的四月份梵高回到家鄉和





父母住在一起，潛心練習繪畫技巧，主要以周圍的鄰居為模特，也畫一些家鄉的景物。1882年6月，二十九歲的梵高創作了自己的第一幅油畫。

接下來的兩年，梵高創作了超過兩百幅油畫和大量素描，進步很快，逐步形成了自己平穩、嚴密的筆觸和色彩細緻變化的特色。1885年初，巴黎的畫商對他的作品表示了興趣，於是梵高把自己的一幅重要作品《吃馬鈴薯的人》和幾幅農民肖像送去參展。梵高的作品第一次出現在畫廊的櫥窗裡，但卻一幅都沒有賣出去。提奧認為梵高的作品主要是以棕褐色作為基調，色彩過於灰暗，不符合當時流行的印象派繪畫那種多彩亮麗的畫風。

1886年1月梵高再次進入美術學院，學習油畫和素描，這次是安特衛普皇家美術學院。但是，梵高卻不太認同學院派的繪畫理念和教學方式。有一次素描課老師要求大家畫維納斯石膏像，梵高很快就第一個完成了作業，老師看了看，問他為什麼不按照石膏像的比例，把維納斯的臀部畫得這麼誇張。梵高爭辯道，女人要生孩子，當然臀部要大。老師對梵高很不滿意，梵高自己也覺得不能這樣按部就班地和一群比自己年輕十多歲的小朋友一起上課，於是向學校提出跳級。學校看了梵高的作業，不但不同意跳級，反而要求他降級加強素描基礎訓練。當時梵高馬上就要三十三歲了，感到時不我待，於是決定離開學校，走自己的藝術道路。

從1886年4月開始，梵高來到巴黎和弟弟提奧住在一起。提奧介紹梵高認識了一些印象派畫家，

其中就有當時也在巴黎的高更。受到印象派繪畫的影響，梵高的色彩鮮豔明亮起來，筆觸也更加奔放果斷。

漸漸地梵高厭倦了巴黎的都市生活，於1888年2月來到法國南部的小城市阿爾勒(Arles)。阿爾勒美麗的鄉村風光和淳樸的民風給了梵高很多藝術靈感，讓梵高興奮不已。著名的向日葵系列就是在這個時期創作的。同年秋天，梵高通過提奧得知高更從布列塔尼回到巴黎。梵高本來就有一個夢想，把藝術家們聚在一起進行創作、交流和探討，覺得這是一個千載難逢的機會，於是寫信給高更請他來阿爾勒，並且特意租了一個有多個臥室和創作空間的黃顏色的房子。

高更當時貧困潦倒走投無路，欣然接受了梵高的邀請，與當年10月23日抵達阿爾勒。高更的畫雖然沒有銷路，但是參加過幾次印象派的畫展，在巴黎的藝術圈子裡小有名氣，老實巴交的梵高對他崇拜不已，自命不凡的高更卻有些看不起當時還不太為人所知的梵高。

兩個人一起畫畫，互相交流，認真探討，最初的一段日子還算平靜和愉快，梵高自稱他們倆是南方藝術家聯盟。但是好景不長，過了不久，兩個人在藝術和性格方面的分歧逐漸暴露出來，爭吵越來越厲害，火藥味越來越濃。高更本來就喜歡漂泊不定的生活，再加上話不投機，於是萌生退意，打算一走了之。但是梵高卻不願意看到自己的南方藝術家聯盟土崩瓦解，懇求高更不要離開。在勸說無效的情況下，有天半夜梵高靜悄悄地進入高更的臥室，一聲不響地盯著高更。高更





從睡夢中睜開眼睛，赫然看到一個黑影盯著自己，仔細看看竟是梵高，於是請他離開自己的房間。第二天晚飯後，高更獨自在街上散步，突然聽到身後有腳步聲越來越近，回頭一看，只見梵高手裡攥著一把尖刀朝自己走過來，高更沒有說話，只是嚴厲地盯著梵高，梵高有些膽怯，轉過身往回走去。高更覺得此地不宜久留，回到自己房間收拾東西準備離開。梵高看到高更真的要走了，悲憤之下拿起剪刀剪掉了自己的左耳，然後想起風月場所的一名女子說過喜歡他的耳朵，於是拿著剪掉的耳朵讓風月場所的老闆轉交給那位女子。這一切高更都看在眼裡，但他什麼也沒說，什麼也沒做，自顧自地離開了梵高的黃房子，離開了阿爾勒。這一天是12月23日，是高更來到阿爾勒的第六十二天。

梵高和高更六十二天的友誼最終以悲劇收場。極度失望的梵高從那之後就開始成為精神病醫院的常客。每次精神病發作之前，梵高自己都非常清楚，但又完全無能為力，沒法阻止疾病復發。梵高陷入深深的痛苦和絕望之中，他最擔心的就是有一天疾病完全控制了自己，再也不能拿起筆來

畫畫。所以每當精神正常的時候，梵高就拼命地畫畫，和時間賽跑。在生命最後不到兩年的時間，梵高創作出了現在無人不曉的《星夜》、《鳶尾花》、以及《麥田群鴉》等等傳世名作。

1890年7月27日傍晚，巴黎北部的小村莊偶章，梵高拿著一把左輪手槍離開了自己居住的小旅館，在附近的一片麥田裡朝自己的胸口開了一槍。這一槍並沒有致命，梵高自己又走回了那個小旅館，旅館老闆找來醫生幫他做了一些緊急處理。第二天提奧從巴黎趕來看望他，梵高一開始看起來精神還不錯，但是病情突然惡化，傑出、熱情而又孤獨的梵高終於在29日臨晨告別了這個讓他又愛又恨的世界。這一年梵高三十七歲……

不算遺失和損毀的，梵高留給後人超過兩千幅作品，其中包括大約九百幅油畫和一千一百幅素描。這些作品受到全世界的藝術博物館和收藏家的熱烈追捧，在拍賣會上屢屢創出天價，有的甚至超過上億美元。但梵高在世的時候，他的作品只賣出過一幅，成交價是400法郎，這就是梵高的藝術生涯的所有收入。



秦淮八艷之六：

長齋繡佛卞玉京

朱牧仁



卞賽（1623 — 1665），又名賽賽，成爲女道士後自號「玉京道人」，後人因而稱之爲「卞玉京」。余懷的《板橋雜記》中並沒有提到她幼年時的經歷，對她的描述中也完全沒有“能歌善舞”的字眼，顯然的，她並非成長於梨園，而多半來自家道中落的官宦之家。《雜記》中的記載是她十八歲（～1640）時和妹妹卞敏僑居於蘇州號稱“吳中第一名勝”的虎丘，遷居到秦淮後，遇到清軍於1645年進入南京，於是又身著道服逃回蘇州。

余懷對卞玉京的描寫是簡潔的「知書，工小楷，善畫蘭、鼓琴，（畫蘭）喜作風枝裊娜，一落筆，畫十餘紙。」說她初見生客，不善於言辭，一旦遇到了佳賓，「則諧謔間作，談辭如雲，一座傾倒。」余懷對卞賽的姿色不置一辭，或許是非言語所能形容吧！由當時江南盛傳的兩句詩：「酒壚尋卞賽，花底出陳圓。」可見一斑。

談到卞玉京的情史，自然要提到鼎鼎大名的吳偉業。吳號梅村，別號“鹿樵生”，22歲即以

會試第一、殿試第二榮登榜眼，而與錢謙益和龔鼎孳並稱“江左三大家”。崇禎十四年（1641）在金陵的宴席上吳遇到了卞氏姊妹，一見鍾情後自然是來往頻繁。不過兩人之間卻無法開花結果，他竟然拒絕了卞氏下嫁的示意！

吳爲何如此絕情呢？一說是，

秦淮八艷男主角	紅粉知交	功名(明)	功名(清)
王穉登 (1535-1612)	馬守眞	(修史)	
錢謙益 (1582-1664)	柳如是	禮部侍郎	禮部右侍郎
龔鼎孳 (1616-1673)	顧橫波	進士，兵科給事中	尚書
吳偉業 (1609-1672)	卞玉京	榜眼，南京國子監	國子監
朱國弼 (?)	寇白門	保國公	
冒襄 (1611-1693)	董小宛	復社四公子之一	
侯方域 (1618-1655)	李香君	復社四公子之一	
吳三桂 (1612-1678)	陳圓圓	武舉人，遼東總兵	平西王

崇禎妃田氏的兄長田畹爲結好皇帝，於 1642 年赴江南選妃而相中了卞賽、陳圓圓。雖然最後卞氏並沒有隨田畹進宮，但是卻在吳的心中蒙上了一層無法穿越的陰影。另一說則是明代朝廷禁止地方官在轄地納民婦爲妾，吳梅村時任南京國子監司業（相當於南京教育局副局長），不敢造次。更可能的是崇禎賜婚的正宮並非等閒，家中難容青樓女子。

值得一提的是，從和吳梅村有關的兩則小故事可以看出來，崇禎絕非一般所想像的昏君。其一是崇禎四年（1631）吳梅村參加會試，被誣陷作弊，年僅二十的崇禎並沒有聽信一面之辭，親自調閱試卷，而後批上“正大博雅，足式詭靡”結案。其二是田畹攜陳圓圓返京後，國事如麻的崇禎（時年三十一歲）毫無興緻，田畹才將陳氏贈送給了吳三桂。

卞賽的妹妹身材修長且膚色白皙，風情綽約，看起來像座水晶雕像；她也善於畫蘭、彈琴，只是面對客人彈上兩曲就罷手，並面色羞紅；蘭畫也只是竹枝數支、蘭草二、三，不像玉京的枝葉縱橫。總之，一位以少見長，一位以多爲貴，各盡其妙，也均有雅士珍藏。二人於 1645 年東返蘇州後，一時爭艷，門前鞋履滿階。

彈指間五年就過去了，吳梅村在戰亂和變局中也不知所措。直到順治七年（1650），也就是吳、卞初識後十年，和兩位都熟識的錢謙益和柳如是邀請他們在常熟的府邸相見。到了時候，卞玉京卻待在內室不出。悔恨與無奈之下，吳寫下了《琴河感舊四首并序》才離開。

《琴河感舊四首并序》之三

休將消息恨層城，猶有羅敷未嫁情。
車過捲簾徒悵望，夢來揣袖費逢迎。
青山憔悴卿怜我，紅粉飄零我憐卿。
記得橫塘秋夜好，玉釵恩重是前生。

讀了吳的詩文，卞氏當然感受到他的深情，但是更深刻的應該是對他的絕望，她知道吳梅村是不會娶她的了。幾個月後，她親自率侍女柔柔攜琴登門拜訪吳，並爲他彈琴，也許是當作辭別吧！

隨後吳寫了篇《聽女道士卞玉京彈琴歌》，「駕鵝逢天風，北向驚飛鳴。飛鳴入夜急，側聽彈琴聲。借問彈者誰，云是當年卞玉京。」由初識「玉京與我南中遇，家近大功坊底路。小院青樓大道邊，對門卻是中山住。中山有女嬌無雙，清眸皓齒垂明璫。」到敘述他們十年相識所經歷的滄桑，最後感歎動盪時代女子的悲涼遭遇……

兩年後，卞玉京下嫁一諸侯，終究是無法相處，許是「曾經滄海難爲水」吧！於是留下婢女柔柔代替自己，

而回蘇州出家作了道士。隨後該諸侯之族人中，一位七十多歲的良醫鄭保御收留了她，爲她修建了別宅以供修行。她長齋繡佛，持戒律甚嚴。爲了報答這位德高望重的名醫，卞玉京用了三年的時間，舌尖刺血，爲他抄寫了一部《法華經》。

卞賽後來隱居於無錫惠山，十餘年後病逝，年四十有三，葬於惠山祇陀庵錦樹林。卞玉京死後，花甲之年的吳梅村，來到她的墓前弔唁，並寫下了《過錦樹林玉京道人墓并序》，序文更像是爲她作傳，余懷的《板橋雜記》中有關玉京的文字泰半出自此序。





閑話阿炳……

回到無錫家裏，一日與母親聊天，她老人家冷不防說起：嗯……瞎子阿炳嚟，小時候天天看到，哪天他不到我們住的新生路上走一趟呢，天天是個天天！

阿炳！……快跟我說說他什麼樣？啥格樣子，叫花子樣嚟！可是人家胡琴拉得好呢……我是問他給人演奏什麼樣？

啥格演奏！他就是像叫花子一樣，一路走，一路拉著胡琴嚟。

……就算人家一路走一路拉，可他的曲子拉得好聽吧。

啥格好聽……家家的大門都關著，我們那辰光，好好的人家都要關起大門過日腳的。

姆媽，你從沒跟他說過話嗎？

啥格說話，一個人穿得索索破，衣服敞著，帶副黑眼鏡，人精精瘦……跟他說話，不要吃大人罵！瞎子阿炳在我們新生

路上走，啥人理他？一條街的人都不理他。他就那樣一直走，走到毛公館那裏，就在台階上坐下來——毛公館那裏有台階，他就可以坐下來拉了嚟……再往前他就不走過去了，那裏盡是些草棚子，他不過去了……草棚子裏都是窮人嚟，他不過去了。

哦，他過去就討不到銅錢了。

他不跟人討銅錢，他是一個“高級叫花子”。

我大笑：這個“高級叫花子”是你這麼叫的，還是當年大家都這麼叫？

是我叫的嚟，他不向人討銅錢，叫花子是要朝人討銅錢的嚟……所以他是高級叫花子。

姆媽，可是……

啥格可是，我告訴你啊，我當年……媽開始第 108 遍地講“我當年”了。



我心癢難熬，第二天就跑到阿炳故居瞧瞧去。故居在無錫鬧市的芯子裏，看著極有洞穴之感。想想看，四周一圈盡是錚光滴滑的大商廈，突然其中嵌著一個灰土土的小平房，活像一個人走著走著，腳下一軟，踩進一個土坑裏的感覺。

當門照例豎牌，石頭的，正面刻著：“江蘇省文物保護單位，阿炳故居，江蘇省人民政府 2002 年 10 月 22 日公布，無錫市人民政府立”；背面介紹是：“這裏原是清代末年的洞虛宮內的雷尊殿和火神殿，原有建築二十餘間，現僅存 9 間，包括雷尊殿三間和附房六間，均係普通的硬山頂平房，分為前後兩排，其中 25 平方米的一間為阿炳晚年同寡婦董彩娣的居室……他出生於此逝世於此，並在此創作了《二泉印月》等許多著名樂曲。至今，全部房屋基本保持了當年的原狀。”

房子確係原狀，是江南一帶最普通的青瓦白牆的民居，但阿炳家的“白牆”布

滿黃汗的水跡，如同人的皮膚生了瘡癬。外頭屋檐下隨意放著幾只過去無錫人家家有的陶甕，一只陶泥爐灶，上面的一口鐵鍋敞著並鏽著。走進去，房內的牆面更是汙黃齷齪到不忍卒睹，多處牆泥剝落，磚頭裸露，屋內空落落裏地放著一張不大的竹床，床上有癟塌塌的藍印花布薄被，齷齪齷齪的白紗布蚊帳。當然也有方桌條凳，箱籠油燈鍋碗瓢勺……一只舊到發黑的琵琶靠在小馬桶的旁邊（怎麼不見胡琴呢），破長衫舊竹籃掛在牆的釘子上……這樣赤裸裸地展示貧陋其實是有講究的，說明牌上語氣認真：“三號廳運用樸實，真實的手法，復原阿炳當年的生活場景，讓參觀者真切地感受到阿炳生活的窘迫和無奈，以及發人深醒的社會現實。”嗯，果然真實，與母親口中的阿炳正處於同一個氣場。

阿炳舊平房的對面便是雷尊殿了，他從小就居住在雷尊殿院落中（他是跟著當



道長的父親長大的)。雷尊殿與眼下所有的“古跡”一樣修葺得整齊體面。正門前的對聯為：“上天無私霹靂一聲驚世夢，下民有欲電光萬道照人心”。對聯顯然是寫給雷神的，可裏面供的卻不是雷祖大帝，而是一尊阿炳的石頭胸像——塑得活像電影演員張震。牆上貼著滿滿的頌詞：

二十世紀，在中國無錫誕生了一位偉大的民族音樂家，他的名字叫華彥鈞，人們親切地喊他阿炳。他的……六首名曲，如今已成為中國民間音樂的瑰寶。這樣的音樂東方人稱它是“天籟之音”、“千古絕唱”。西方人稱為“東方的命運交響曲”，小澤征爾聽了淚流滿面，以東方人特有的虛誠態度說，這種音樂應該跪著聽。

話真說得感人，叫人看看心裏都會濕起來，膝蓋也幾乎要打軟。我走出去，站在雷尊殿高台階往下看對面阿炳居住的齷齪小平房，會覺得整個事情怪怪的，不知哪裏出了錯。

我回到家裏，呱啦呱啦跟母親描述阿炳故居，還把手機拍的照片給她老人家看，又湊著她耳朵大發議論道：姆媽，你說這個瞎子阿炳的命怎麼能壞到這副腔調？！他雖是個私生子，可是他的爹爹是道長呢，一直教他讀書寫字學樂器，其實他原本過得蠻好，長得肉咪咪的，是個翩翩少年，早就開始有名了呢，你聽說過無錫城裏當時都叫他“小天師”吧？（“我還沒有出生呢，不曉得。”）好，他爹爹

一死，香火旺盛的雷尊殿直接就傳給了他，現成一份好家業，吃吃弄弄，愜意得很，過好日腳沒有問題……當然，他後來自己吸毒嫖娼染梅毒，一路壞下來是不稀奇的。最稀奇的事情是——姆媽你看哈——好像他一直那樣“壞”著，倒能活下來呢，一旦吉星開始朝他高照，中央音樂學



院才打算要擡舉他，都沒能容他在那道光裏呆上一個時辰，立刻就被奪命……

媽對我只一看，臉上出現鄙夷之色——一個我熟悉的表情（你連這個都不知道嗎？！）才徐徐開腔：瞎子阿炳的命要不壞才怪，誰叫他一直住雷尊殿的，那是個啥地方，雷神住的地方嚟，專門驅逐人世間陰寒之氣的，瞎子阿炳的胡琴拉得那樣陰陽怪氣……不犯沖嗎？！

媽的話又惹得我大笑：姆媽，你老人家觀點夠創新的，這幾天我被阿炳鬧的，在網上搜過幾個來回了，都不曾看到過這麼奇葩的角度。要不要我幫你寫成論文一篇，也算是對阿炳的一家之言，送出去瞧瞧……放心，我肯定把你放第一作者哈。



母親又用她那種經典的表情朝我一看——你知道什麼？！

媽一向就會小看我。自她老人家引出這個話題，我查了很多有關阿炳的材料呢。比如我還知道，當阿炳敗落後開始上街賣唱為生時，馬上受無錫丐幫為難，他要先給丐主拜碼頭，才許上街謀生。後來無錫有個叫薛福瑞的“青幫”人物，在黑白兩道都有些勢力，因同情阿炳，替他出面向丐幫說情調停，指阿炳是一個道士，並不是乞丐，他上街只是憑藝賣唱，不屬於討飯（難怪他不“討銅錢”），丐幫買了青幫面子才肯放過他，容他在街面上謀生。因為此，阿炳一直留著道士髮直到入殮……可我夠聰明，一點都不想將這個料抖給母親，否則她會更得了理，說，可不是嗎，他的一生就這樣被栓牢在道觀裏了，那雷神除了克他，不會助他，他的命當然壞得一塌糊塗。

母親對虛無縹緲之事那種理直氣壯的認可，讓我相當吃驚。過去她是個人民教師哦，歷幾十年風雨歲月，唯物主義根基應該捶打得十分堅固牢靠了，怎麼老了老了，“晚節不保”，竟會放任自己回到更早生命階段裏——舊社會——的那套玩意兒裏去了呢？對母親以及母親的觀點我真的全都看不懂了……

不過算了，在眼下流行後現代多元的文化語境中，她愛怎麼想是她自己的事。與阿炳無關，與阿炳研究更加無關。

我給了她一個燦爛的笑臉：姆媽，今朝想吃啥？我去買。

聽見這個，她臉上也露出笑來……阿炳的話題就此翻過去了。

2018-5-8 無錫覆地公園城邦





哈佛和MIT的早春

張棠

文友張鳳主持哈佛中國工作坊有年，經常邀請文化界人士去燕京圖書館演講交流，今年五月初她邀我們南加州的蓬丹、彭南林與我參加，我和老公已久未旅行，就決定早去早回。

我們不想太早趕飛機，就搭禮拜六下午飛機，晚上十點半抵達波士頓，再去租車，到早已訂好的民宿就已經很晚了。我們預備第二天早上，到校園中走走看看。第二天起床，我穿了球鞋，皮鞋放在背包裏，聽了民宿主人的勸告，搭公車去哈佛。哈佛不遠，公車司機極有耐心的跟我們解釋費用，總之價錢很公道，作為耆老，一個人不到一美元。公車開進校園就有人下車，過了一下，另一批人也要下車，司機說這不是站，那些人就說剛剛也不是站，你為什麼停，於是兩邊爭執起來，這位司機堅持說不停就是不停，就跟站在旁邊的我們抱怨：好好的一個禮拜天，清早就被人責怪，早知如此不如不早

起工作了。我們在旁一再稱讚他，說幸虧有你，我們外鄉人才會有賓至如歸的感覺……。

說也奇怪，汽車駛入地下隧道不久，就在黑黑的隧道中間停了下來，哈佛到了！大部份人都在這裏下了車，包括剛才那批想要提早下車的人。我們跟著人潮，橫過隧道，走上石階，到了石階頂端，來到一個小廣場。很多人在這裏走來走去，我們找到一個穿保安制服的女人，問她怎麼去燕京圖書館，她看了看我們手中的地圖，就把手往右邊一指，說往那邊去。

我們往右邊走過去，走到一幢大樓門口，很多人在此駐足瀏覽，有的一看就是父母親帶子女來參觀的，另外還有跟著導遊參觀的團體，一團團從身邊走過。此時天陰陰的有了雨意，這使我想起，出門前看了氣象預報說今天會下雨，但到現在還沒下，只是有了溼意。在眾人之間，我捨



先站在紅磚牆前的木棉花前照了相。今年洛杉磯春天來得早，一月時木棉花期已過，這裏要到五月初，才開得極盛，現在洛杉磯已近夏天了，而這裏才正是春花盛開之時呢。我們順著馬路走走逛逛，都是一幢幢古色古香的紅磚大樓。那是個禮拜日，學校不上課，大樓都鎖著，但是仍然沒有停車位，幸虧我們聽了民宿主人的勸告，沒開車來就不必為停車傷腦筋。

我們先找到燕京圖書館，在四周的高樓中此樓顯得矮小。門前有兩株盛開的梨花，這種無子梨，是洛杉磯最早報春的花，一月也開過了，這裏的白梨花，開得又濃又密，確實比較漂亮。

我們到得太早，圖書館還沒開門，我們就在附近逛逛，看到附近有一座古色古香，石塊嵌造的小教堂，叫 Swedenborg Chapel。花園中花色嫣然，我仔細觀看，都是五顏六色的鬱金香，被深紫色的風信子(Hyacinth)圍了一圈，這風信子一般在雪後開花。洛杉磯無雪，所以在洛杉磯從



哈佛教室

未見過，這裏的其他花木也都是我住東部時常見的。波士頓的風有些涼，是一種在洛杉磯無法體驗的微涼，我

們走在微涼的風中，有紫色的和白色的丁香(lilac)，我看到一株白色丁香依偎在



燕京圖書館

紅磚前，有些嬌羞的模樣，俗語說人比花嬌，此時此景，絕對花比人嬌。在雪白的梨花後面，有株米黃色的白花樹，我猜這必是 Dogwood (山茱萸)，我走近去看，果真有十字的花心，這花在洛杉磯是完全看不到的。萬紫千紅總是春，舊夢重溫，年輕的歲月，初春的花季，似乎又都回來了。

星期日，哈佛的教室都關著，我們找到 Science Department，這是星期日唯一有活動的地方，我們在館裏休息、吃中飯，然後就去燕京圖書館。這時，已有有人在館中出出進進了。

燕京圖書館的內部很新穎，演講的人也陸續到來，這次演講，借場地極不容易，所以時間一改再改，最後改在五月六日。主持人張鳳這段時間在佛州探親，也要匆匆趕回。

這次演講，一半講員來自洛杉磯，一半來自紐約，還有一位台灣來的青年才俊，正在此間哈佛讀博士。大家的講題以

學術性為多，我來之前，我做了些查證，知道我媽的錢塘吳氏家族的書籍在哈佛有收藏，我六世祖（遷杭第八代）的《江鄉節物詩》還被掃描，掃描本上有「中日圖書館」的印章，顯然這本書的收藏，時日久遠。此館還收藏了我第八世祖（遷杭第六代）吳灝的《國朝杭郡詩集》，還有其他族人的詩集和文稿。近期的，有我父親的自傳《滄海拾筆》，並承張鳳女士的推薦，也收藏了我的《蝴蝶之歌》，我也因此與祖先的作品，同列燕京圖書館，這是我和家人最引以為傲的事了。

當晚，張鳳邀我們吃中式晚餐，因為一連幾天忙於奔波沒有好好用餐，所以覺得這頓晚餐特別美味。吃完飯，又去一家好客的文友家做客、閒聊，原來波士頓流行叫 Uber，我們也預備搭 Uber 回家，但文友好心地要送我門回去，走到門口時，



一直預報要下的雨終於滂沱而下，也幸虧文友送我們回去，在大雨中似乎走了好久才到民宿，到家時民宿主人已睡了。

一夜好睡，第二天早上起來，我已聽到老公與房東聊天的聲音。等我下樓吃早餐，我才知道，去愛爾蘭旅遊的女主人，昨晚回來了。

喝了咖啡，吃了麵包，男主人殷勤的帶我們樓上樓下參觀，原來一般 Boston 的平民屋是瘦長窄形的，每屋有地下室 (basement)，此屋還有閣樓 (attic)。男主人在閣樓放樂器，在我們出門前，特別彈了一段大提琴給我們聽。地下室則是男主人維修腳踏車的地方。昨夜的大雨到此時幾乎全停了，清晨的空氣清新無比。我們問了路，知道 MIT 不遠就開車上路了。

MIT 果真不遠，很快的看到了民宿主人提到的橋和悠悠流水，再一下就看到民宿主人說的 boxes（他說 MIT 的教室如方盒子），MIT 到了。

我問一位貌似教授的中年男子，我要找一個地方照幾張像，作為我到此一遊的紀念，他就說你剛剛照的奇形怪狀的教室，是近一、二十年的作品，你要看老一點的作品，往右轉就可看到一個穹頂 (dome)，我就告訴老公，往右轉就可以了，果真一座雄偉高大的大理石門樓迎面而來，上面刻著：「Massachusetts Institute

of Technology」，老公讓我自己先進去參觀，他去找停車位。

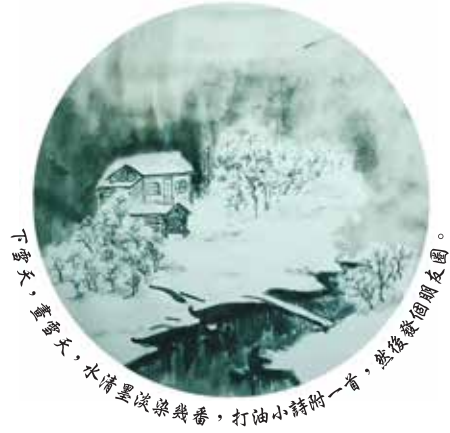
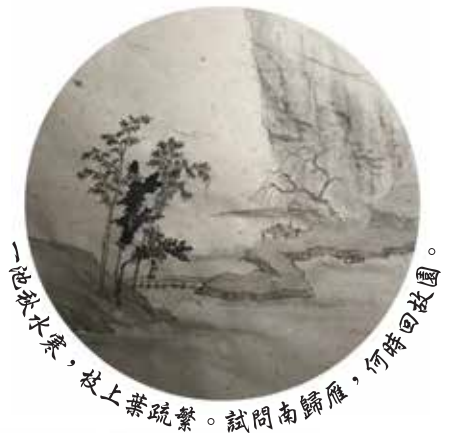
MIT 和哈佛截然不同，哈秀麗且古色古香，MIT 則是雄偉 (Majestic)，在綠葉新發，百花爭豔的初春，兩校一文一武，一秀一威。此時此刻，我覺得空氣中都一樣的漾溢著，初春甜美、年輕的、蓬勃的校園氣息。

在迷人的春意中，我們告別了久仰的哈佛與 MIT 兩大世界級的名校。



于靜詩畫選

二零一七深秋—二零一八初秋





筆墨三兩間，閒落清溪邊。釣守門潛水，長對雲外山。



雲鎖山迷綠，水連天色融。一帆風送遠，兩樹已秋紅。



三月薰風暖，清江春已深。雲帆搖水影，雁跡杏花村。



筆走雲山上，墨遊江水間。
若將心入畫，便是夢中仙。



綠水伴青山，正值秋色天。漁家三兩戶，日落正炊煙。



一葉春柳綠，劃過滿江風。幾點輕舟過，空留留晚聲。



秋夢淒淒傷，秋山秋水長。楓來紅葉樹，風過滿江涼。



綠漸探空江，桃花飄暗香。春風十里度，山水兩茫茫。



讓我怦然心動的邂逅

瀟楓

我高中畢業時轟轟烈烈的上山下鄉運動已經接近尾聲，政策已經允許有更多的畢業出路。我被分配到了鐵道部北京橋樑廠，在結構車間做了一名維修鉗工。剛剛參加工作，終於離開了家，心很快就“野”了，連週末都不想回家。雖然只有 18 塊錢一個月的學徒工的工資，但吃飽肚子還是夠的，因為那時的工廠食堂吃飯很便宜！加上父母給的零花錢，每個月還可以省出來塊兒八毛看看電影，喝喝啤酒，小日子過得挺滋潤。可畢竟只有每月 18 塊的工資，無論如何是過不了好日子的，時不時還得回家蹭頓飯以改善一下伙食。

雖然離家路程不是特別遠，但北京的冬天還是寒風刺骨，也還會下雪，就是開春也還是風大難以騎車往返。我多是搭公共汽車回家。那是一個冬日的清晨，寒氣逼人，我媽一早起來為我們做了早飯，還千叮嚀萬囑咐要我一定搭公共汽車去上班，我隨便扒拉了兩口飯，6 點半就趕到了公共汽車站，這時車站已經有很多人在等車。由於寒冷我站在人群邊上低著頭，搓著手，跺著腳，就在我無意抬頭的瞬間，在黑暗中眼前一道扎眼的白色閃過，我定

睛一看，是一個姑娘戴著一個白色大口罩，脖間圍著一條白色的圍巾，她在我眼前快速走過，白色的口罩和飄逸的白圍巾讓人眼睛一晃。那時候北京有個順口溜形容北京的社會現象，其中有這麼一段順口溜“豆腐比肉賣得快，大師傅比豬長得快；一隻軍挎來回帶，大姑娘頭巾帶兩塊”。這位姑娘只戴了一塊白頭巾，而且還只是圍著脖子上，沒有包在頭上，此時雖然太陽還沒有出來，但東方已經魚肚泛白了，影綽綽我看到是個高挑、健美、白皙皮膚的姑娘。一身黑色的呢子短大衣，和比較緊身的滌棉褲子，一雙半高的黑色皮鞋。由於戴著口罩，只能看到她的雙眼，那是圓圓大大，一眨一眨很耐看的一雙大眼睛，最吸引人的是她綁在腦後的黑黝黝、直溜溜的秀髮，偏分的劉海略過了眉梢。為了避寒，雙手插在大衣口袋中，一身黑色著裝，在朦朦朧朧的晨色中，她的白圍巾格外的引人注目。在寒冷的清晨，她亭亭玉立筆直地站在人群中，與周邊那些縮肩噓手的大老爺們兒形成了鮮明的對比。她禮貌地慢慢地擠到前面，等待著公共汽車進站。雖然她是我們家屬區的人，由於戴著口罩，我



無論如何也看不清她是誰，不知道是好奇心的驅使，還是十八歲青年被異性的吸引，我情不自禁地向她走去，其實我也不知道要做什麼，當我還距離她隔著幾個人時，公共汽車進站了，大家紛紛搶著上了車，我光看姑娘了，等我緩過神兒來，車上已經快上滿人了，我趕快連滾帶爬地擠上了車，可我怎麼也找不到那個姑娘了。車到了路口換乘車站，我匆忙下車去換車，情急中踩了一下前面人的鞋跟，我頭也不抬忙不迭地道歉，就想趕緊去轉乘下一路車。由於下車人多，路又狹窄，我躲不開、也超不過前面的人，待我抬起頭來，赫然發現被我踩到的人正是那位姑娘，她對我的道歉，只是回頭報以一個淡淡的微笑，什麼話都沒有講，毫無責備之意，顯然她僅僅是對一個陌生人的禮貌。我略有一點遲疑，她已經快步走向她的換乘車站了。我一看我們換乘的是一個方向，但不是同一趟車，就這樣我的第一次的“不期而遇”發生了，但也不了了之地結束了。

自此之後，我幾乎天天都回家，內部電影也不看了，小青工的啤酒聚會也不去了。連我師父都納悶：這小子怎麼一下班就急著回家？我也說不清為什麼！可就是有一股熱情在胸中滾動，每天都搭同一班車來上班，就是期待再見到那個戴白圍巾的姑娘。她似乎也很默契地定點搭同一班公交車，我經常可以見到她。難得有一次我非常近距離地與她同乘，車上人多，我們都站著，那時的公交車是沒有熱風和空調的，由於人多，在冬天司機也開著窗戶，車廂內是很冷的。站著的乘客都不願意用手去抓那個冰冷的鐵扶手，我看到了她的無奈，我面向她哼了一聲，掏出手絹搭在鐵扶手上，然後再抓住它，她會意的一笑，也掏出手絹扶住了座椅把手，我們一路都沒有講一句話。就這樣我們每天清晨在公共汽車上的邂逅成了我們之間的默契，也成就了我的砰然心動的瞬間。隨著天氣轉暖了，大家都換了輕裝，她也摘下

了口罩。我看到雖然她有一點點齙牙，但白暫和俊俏的臉蛋非常的可愛。在她發現我的驚訝表情時，她的目光還有意無意地在我臉上多停留了幾秒，似乎想告訴我：傻小子，我長得好長好看嗎？但我們彼此始終沒有講過一句話，除了青春期的懵懂，我更多的是享受和呵護著那種彼此心照不宣的默契。可是，時不時的，我還是一股衝動想要認識她。隨著一次次的“不期”而遇，我大概知道她家住西平房，後來知道她是高我一屆的中學同學，工作在區政府某單位。

很多次我都暗下決心：今天我一定主動去認識她，可一旦見到她，我的勇氣就跑到爪哇國去了。就這樣，每天清晨我這隻懷揣著幸福的兔子，不辭辛苦的奔波在上班的路上。一天，我看報紙得知在區政府附近發生了車禍，也就是從那天以後，我再也沒有見到過她。起初我完全沒有把車禍與她的消失聯繫在一起，我還懷抱希望要認識她，夢想可以與她成為朋友。後來連著幾天我都沒有在車站和車上見到她，我想她一定生病了，或者換工作了。我恨自己的怯懦，除了焦慮和著急，我完全無計可施，只是每天都盼望能夠再見到她。

一天，可能是我的同車車友看穿了我的心思，兩個車友有意無意在聊天中，說出我最不願意知道的事情：在那天的車禍中，她受到了無妄之災，她受了傷，不得不換了工作。從此她再也不能，也不用乘坐公共汽車了。我先是為她的劫後餘生而慶幸，可更為我再也不能見到她而遺憾，甚至懊惱自己的懦弱和猶豫。

時光流逝，直到今天我都不知道她是誰，也不知道她的名字。為了祭奠我那沒有開始的單相思，從那以後，不管夏日風雨，還是冬日嚴寒，我都不再乘公交車上下班了，而且我也不常回家了。直到一年後，我考上了大學，每周一次從學校回家，方才勉強再次乘坐那趟公共汽車。

阿賢的民宿

陳蕙玲

阿賢是四姑姑好朋友的朋友的孩子。他是一個高壯肥胖的年青老闆，看起來人畜無害，笑容可掬。老闆娘漂亮年輕，帶著鄉土人特有的靦腆，總是輕輕柔柔、帶著一抹微笑的忙碌著。我想著，這兩個人看起來真不配啊，該是年青小姐嫁了有錢少爺，當老闆娘的吸引力而結合的吧？

波賽頓民宿，有著希臘式的建築，是阿賢一家去希臘旅遊，最鍾意的地方，因而命名。四層樓希臘式的白色建築，由十個房間、兩個廚房、兩個大廳組成。每個房間有不同的清雅裝修，特殊的軟水設計使人在梳洗後，從頭到腳像罩了一層乳液，非常舒服。一樓大廳及每個房間都有網路，一樓大廳設置的卡拉 OK 音響，用手機即可下載選曲功能，大家暢快的從台語、日語、英文歌，唱著幾十年的經典歌曲，回味著歌曲與自己人生重疊處，年少輕狂的歲月。

白色建築矗立在一片綠油油的田中，背對著連綿而高聳的大山，山上終年雲霧繚繞，非

常的仙氣。從建築左側步行大約 15 分鐘左右，就可到達一處僻靜的海邊，在那裡，可以面對太平洋，聽著潮起潮落看日出，以及海浪、雲、海不同的變化。

在波賽頓一百呎對面的大片草地上，有滑翔翼的報名處，九點鐘在雲霧繚繞的高山上，輕輕滑下幾架顏色各自不同的滑翔翼，靜靜地、輕輕地、慢慢地停在雲端之上，有的滑翔翼甚至飛進了雲裏久久沒有出現，過了十幾分鐘，在花俏的展示幾個旋轉技巧之後，才緩緩的降落在大草地上。

如果不是因為團體活動和時間上的不允許，我恨不得趕快衝到對街去報名，也想享受一下飄蕩在雲裡、霧裡，仙氣飄飄的感受！

姑姑的一群朋友都是球迷，比我們多住一天，所以只有姑姑和我，由阿賢陪著出遊。阿賢說因為人少，所以可以多走幾個較為隱秘的景點。阿賢七拐八拐，通過了部落聚集的地方。現代的部落已經都是水泥而非土塊的建築了，跟想像中大不相同。我們來到一處廣場，

山景非常的秀美，而在廣大的地上，有用石頭圍成一圈一圈的圖案，原來這就是豐年祭的場地。想像著幾千人圍著營火，手牽著手快樂地唱歌跳舞，大口吃肉大口喝酒……我好想有機會也可以來參加這樣歡樂慶豐收的節日，分享部落人的快樂！

接著他又帶著我們來到中部橫貫公路的著名景點，中橫的牌樓當然是必須打卡的地方。只記得上次來是畢業旅遊，和同學一起拍的照片，接著他帶著我們到燕子洞，洞中只有短短 15 分鐘的腳程，而這段從陡峭的岩壁鑿出一條鬼斧神工的隧道，埋葬著多少榮民工人的青春和血汗。峭壁上有著許許多多的洞穴是燕子築巢處，世世代代繁衍後代的美麗岩壁，岩壁下方，一條蜿蜒迤邐、清澈如翡翠般的溪流，讓我久久不願離去，上次見你是上個世紀的事，那麼下次呢？

從花蓮側太魯閣國家公園管理處往中橫公路的天祥方向走，在過了第一個隧道後，就可看到『砂卡礑步道』的入口，這是一條沿著砂卡礑溪的天然景觀的步道，據說是由海底因為地形地貌改變，而上升的特殊地形，步道全線亦設置很多座大小觀景平台，供小憩賞景，聆聽自然美妙的樂音。砂卡礑溪的溪水清澈碧藍，步道有如深山的秘徑，沿途的峭壁佈滿藻類植物，自然的特色和綠色河床上巨岩林立，溪谷佈滿大理石，景緻十分迷人。沿途看到好幾對外國友人，有講英文和講日語的遊客，而帶隊的導遊英文和日語之流利，令人豎直了耳朵、睜大了眼睛，感嘆台灣的導遊的水準還真高，相信這些旅客一定會滿載而歸。

除了燕子洞，對花蓮美景記憶最深的是清水斷崖，年少時有一張朋友拍的照片，是我最鍾愛的風景照之一。姑姑的腿不是很舒服，有兩個景點他無法下去走，只是坐在車上等著我們。原本想是該回去的時候了，姑姑就對阿賢

說覺得玩得很開心可以回去了，不好意思佔用他太多時間，但是熱情的阿賢不斷地說，一定要帶我們去看看清水斷崖神秘的景點，而我對它情有獨鍾，所以我們就去了。

我們駛過了一些大巴士停靠的景點但是並沒有停，阿賢又轉了幾個彎，在只有一輛大巴士和一些私家車停靠的地方下了車。我們漫步經過下方有鐵路的馬路，這一條馬路原本是中橫其中一個景點，但是現在已經封閉了沒有車流經過，下方的鐵軌穿過兩個山洞，放眼望去全是綠綠蔥蔥的樹林和矮樹叢，看著就像一幅美麗的風景明信片，坐在火車裡的旅客，一定不曉得自己已經身處美麗的風景。

陪同姑姑慢慢地向斷崖的方向走去，我激動的心情，像是去見久違的情人。清水斷崖峭壁千萬年矗立在花蓮海岸，面對太平洋的潮汐與每日昇起的朝陽，拍向崖壁的海浪捲堆起白色的波浪。今天，天有點陰，太陽從雲層裡投射下來，圍著清水斷崖的海面，有著天空的藍色和翡翠的碧色，一種叫人無法形容而懾人的



美，不知世界上怎麼有如此美麗的顏色。這樣的美景久久刻劃在腦海，只要見過一次就感動得無法忘懷，成爲一生的愛戀。

因爲我們是阿賢媽媽的朋友，他對我們就像家人般聊著天。他和哥哥都曾經去加拿大留學，哥哥是個學霸，而阿賢雖唸完觀光科系也總是要父母掛心，後來和家人商量，買下波賽頓一半的股份，然後經過經心設計，有了現在的民宿。他提到和一些有同樣理念的經營者，如何商議推動介紹花蓮的觀光，也說不願因爲介紹客人參加其它商家的活動而抽成，他覺得這樣客人得不到應有的權益，而最終受害的是觀光業本身。他也提到他的客人都是回頭客，有些和他的理念相應，互相欣賞的顧客，還每年不時的預訂行程……。我愈來愈欣賞他了，覺得他是個有理想、有世界觀的年輕人。我告訴他說：因爲他的良善和他對“對的事情”的執著，會吸引有同樣思想的人的喜歡、來相應，而人生並不需要討好所有的人，而是應該吸引人生觀相同的人，一起分享人生的道路……。當我說到這兒，阿賢突然說：吸引力法則！我眼睛一亮也說：是呀！吸引力法則！沒錯！導覽成功的法則，即是“吸引力法則！”我們互相擊掌、也互相吸引，我也突然明白

阿賢的漂亮老婆是看上了他這個人！我突然整個人輕鬆起來。

回程的時候，我覺得自己就像是阿賢的家人，當阿賢大方的說：等一下吃晚餐，要請我們喝”magic water”（神奇的水），因爲它很神奇，喝了會有無限的歡樂。阿賢說有一個女孩非常的嚴謹不苟言笑，來到他們的民宿後，因爲喝了magic water，放開了心胸，開懷大笑。他還拿錄影畫面給我看，只見一個可愛的女孩，站在椅子上，拿著兩隻麥克風開心的唱歌。吃晚餐的時候，我終於喝到了magic water，原來那是原住民的小米酒啦，非常的好喝！大家淺嚐即止，我在喝了兩杯之後，姑姑又倒了她的一大杯給我，過了二十分鐘左右，我臉開始熱了起來，不由自主的歡樂，使我笑得停不下來！果然是神奇的歡樂之泉啊！吃過豐盛的午餐，依依不捨的我們就返回台北。

今天姑姑 Line 我，說收到阿賢托人特地送給我的小米酒，我想起magic water帶給我的歡樂，和一對辛勤耕耘的年輕夫妻，我忍不住的微笑。阿賢，謝謝你！我也虔誠的祝福你能平安順利的經營自己的夢想，下次見！





英詩中譯三首

Joe

【編按】本文錄自雙谷登山社內部通訊

一個晚輩小女生最近喜歡引用美國饒舌歌手 Kanye West 的新歌裡面的一段歌詞，我覺得有趣所以把它翻譯成中文：

Get so bright it's no sun
Get so loud I hear none
Screamed so loud got no lungs
Hurt so bad I go numb

燦爛靚麗遠勝陽光
嘈雜紛擾我耳關窗
大聲哭喊傷我肺腸
痛入心扉神智已盲



昨天看到有人要求中譯這首英詩，我覺得有趣，就嘗試一下：

You've gotta dance like there's nobody watching,
Love like you'll never be hurt,
Sing like there's nobody listening,
And live like it's heaven on earth.

- William W. Purkey

狂舞 如入無人之境
熱愛 無懼情傷魂牽
高歌 不求知音聆聽
生活 漫遊天上人間



下面這段也是看到別人需要英翻中，我嘗試了一下：

"I only got a little, but I know that's A LOT –
I don't know what I am, but I know what I'm NOT –
And knowing that right there might be all I've got...!!!!" (Intuition)

(普通版)

我只擁有一些，但是我感覺已擁有許多
雖不知道自己是怎樣的人，但我知道我不是某種人
只是這麼一點點認知，但這就是我所知道的自己……!!!! (直覺)

(文藝版)

雖阮囊羞澀，但覺富甲連城
本無自知之明，只恐隨波浮沉
微弱智慧明燈，伴我一生旅程……!!!! (直覺)





秦淮河斷想

方青

(一)

秦淮河，載不動六朝
許多君王的榮辱興衰
前朝舊事，如青樓的琴簫夜曲
湏臾飄散在桃葉渡口
隔著朝代的煙雨
看不清激灑濤波裡
漂流的是哪一首唐詩
懷才不遇報國無門的書生
躲在船艙裡憤世嫉俗
對隔岸賣唱的歌女心生怨恨
唯恐玉樹後庭之花開敗之後
又將順帶凋謝另一個朝代

(二)

孔聖人，正襟危坐
高踞夫子廟神台之上
一卷論語，天下在此開合
冷對金陵城的前朝後朝
笑看秦淮河的早潮晚潮
北岸的貢院
在起承轉合中淒清冷落
南岸的青樓歌台
隔空飄過秦淮八艷的脂粉香氣
聖人腳下，再莫說

“君子不過文德橋”此等詭語
若不是斯文君子春心蕩漾
從南朝駛來的彩燈畫舫
任她如何濃妝豔抹
也難找到停靠的碼頭

(三)

烏衣巷，再也見不到烏衣
而朱雀橋頭的野花
卻年年開成醒世的格言
年年用七寸草葉
丈量季節和朝代的枯榮
六朝金粉如三月的煙雨
消溶在秦淮河的槳聲燈影裡
惟有劉禹錫和春歸的燕子
才參透了石頭城的禪機





今日桃源

李德鰲

戊子春暮，攜內踏青。是日，明陽清麗，惠風和暢。避喧囂，迎靜謐，越溪澗，穿楓林。拾階於坡嶺，息足於巒坪。然當體挺軀直之時，視過地平之刻，忽感豁然開朗，地闊天空平疇千頃，茵綠連綿，蒲花盛開，鋪綴其上。近而觀之，鮮如綠色蛋糕流奶黃；遠而望之，艷若天工氈繡金錦。環域週際，山林護衛，林葉之間，屋舍隱現，色彩變幻，旌旗輕飄，婉如環戒鑲寶石，更似皇冠嵌明珠。紫氣過而地震清，白雲飄而天穹淨。俯見松鼠幾隻，追逐於青草；仰觀湖鷗一群，飛舞於藍天。晨風與葉露同暖，春色共日光齊輝。驚呼：此乃加國之桃源矣！

於是，步小道於蜿蜒，享草花之清香，至山隅，近村區，遙聞村人笑語，馬達聲聲，近睹村貌秀雅，風格迥異樓宇依山而建，錯落有致；村民來往忙碌，各有所為。門前屋後，養花栽樹，除卻道路和房舍，所有空地均植綠草。各家各戶，展

花籃之獨雅，樹國旗以明歸人人有。手機，戶戶備車輛。凡人相見無生語，未語先笑禮先達。縱語言未通，也誠意暖心。雖膚色不同，然彼此信任，且信仰各異，卻和諧共處。沒有仇恨離悲傷，多元文化共榮生。真乃聯合國制，地球村管，世界風情在此濃縮，昔日桃源今朝再現。此情此景，身心愉悅。步移心駐，情往神留。

告別村舍，繞山環行，不出百步，又換天地惟見平整之馬路，網縱橫以交通，絡城鎮而飛達；各路之車輛，呈禮讓以穿行，望天際而馳騁頓。覺由平靜之山野，忽入高節奏之另一世界，心胸起伏，激情澎湃。放眼望去，更有殊觀：無數之村落，星星點點，珍珠一般，撒播於無邊之原野。城鎮一體之美妙，同贊晉時桃源更添時代之新涵。誠服加國文明之燦爛，祈願光華天年之長長！

德鰲丁酉菊月追記於
加拿大多倫多密西沙加

南極啊南極！

何萍/司華曉

1 南極大陸是地球最南端、最寒冷、常年被冰雪覆蓋的一塊蠻荒之地。南極大陸雖然佔了整個地球面積的十分之一，但因為寒冷的天氣、頻繁的風暴、再加上常年不化的積雪，惡劣的自然條件讓人類無法長久居住。1820年來自俄羅斯、英國、以及美國的探險家同時發現了南極大陸，第二年人類才首次踏上這塊神秘的土地。從那之後又過了整整九十年，挪威探險家羅爾德·阿蒙森率隊於1911年12月14日抵達南極極點，成為人類探索南極奧秘的一個里程碑。

從人類第一次發現南極大陸算起，將近兩百年過去了。隨著科學技術不斷進步，人類從最初前赴後繼不斷探索和發現南極大陸的奧秘，到後來建立了各種各樣的科學考察站，再到今天南極大陸對遊客開放，讓普羅大眾也能夠親自登上這塊遙遠而又神奇的土地，滿足對大自然的好奇心，實現親臨世界盡頭的人生夢想。

2 我們首先飛抵阿根廷首都布宜諾斯艾利斯。三月份，當地正是秋高氣爽，下午的氣溫高達攝氏三十幾度，大街上陽光鋒利，灑在皮膚上火辣辣的。所到之處，自然是走馬觀花，體察民情，拍照留念，到此一遊。然後繼續南飛，最後落在一個名叫烏斯懷亞 (Ushuaia) 的小城市。

烏斯懷亞有大約六萬居民，是地球上最南端的城市，所以又被稱作世界終端的城市 (The city at the end of the world)。

一出機場立即感到一陣寒意，天空上堆積著厚厚的灰色的雲層，遠處高山上的積雪依稀可見。雖然南極大陸還在八百多公裡之外，隔著茫茫大海，但似乎已經嗅到了南極的氣味。

很巧的是，搭載我們前往南極的遊輪也叫《烏斯懷亞》號。說是遊輪，其實根本不是人們通常外出旅

遊乘坐的豪華遊輪。烏斯懷亞號最初是一艘美國國家海洋與大氣管理局的勘測船，2002年首航，2963噸，退役後被改裝成為南極遊船。

3 下午六點，在一聲汽笛聲中，烏斯懷亞號載著九十一名遊客和四十三名船員準時啓航，揭開了我們南極之旅的帷幕！

和所有的遊輪一樣，啓程之後的第一件事就是全體人員集中在甲板上演習在緊急情況下如何登上救生艇。

然後大家一起去餐廳用晚飯。船上的伙食不像大遊輪那樣豐盛，每天早餐是自助餐，午餐和晚餐都是包括沙拉或者湯、主食和甜點的三道菜西餐，所有乘客都是同樣待遇。

第一夜風平浪靜，平安無事。

一覺醒來，感覺船隻搖晃得越來越厲害了。原來是我們進入了大名鼎鼎的德雷克通道 (Drake Passage)。德雷克海峽是全球最深的海域，大西洋和太平洋在這裡交匯，風和日麗的時候也是波濤洶湧，如果趕上刮風天氣，那可就是波浪滔天。在那樣的波浪中，烏斯懷亞號這種噸位的船隻真是隨風飄蕩的一葉扁舟。

幾乎沒有遊客經歷過這麼大的風浪，大家走在船上像醉漢一般跌跌撞撞。船上所有的走道兩旁都裝有扶手，大家才不至於人仰馬翻。船上給每個人發放暈船藥和貼在耳後的暈船藥膜，大部分人吃過藥貼了藥膜就沒事了，但是還有少數遊客仍然暈船嘔吐。然而風浪對船上的工作人員卻沒有任何影響，他們知道如何讓身體的節奏和搖晃的船體保持協調，在大風大浪中如履平地，行走的時候根本不用扶任何東西。尤其是餐廳的工作人員，端著鍋碗瓢盆來往穿梭也從來沒有失過手，讓人嘆為觀止。

第四天的早晨，一覺醒來發現過去兩天一直伴隨我





們的風浪不見了蹤影，大海像是一頭頑皮的野獸，玩累了之後安靜下來。在風浪中顛簸了兩天兩夜，我們終於有驚無險地平安跨過了德雷克海峽。

4 站在甲板上眺望南方，一個個島嶼從海水中探出頭來，有些裸露著黑色的泥土，更多的是被白皚皚的冰雪覆蓋著，往遠處看，連綿起伏的南極大陸已經出現在地平線上。灰色的雲層從頭頂上向遠方伸展開去，直到和遠方的白色大陸撞在一起。

盼望已久的南極大陸就在眼前，人們心裡既興奮又緊張，大家瞪大了眼睛默默無語地注視著那塊充滿神秘色彩的土地，生怕發出聲響將她從沉睡中驚醒。

再看近處，我們周圍漂浮著大大小小的浮冰，小的有一頭豬的大小，大的比我們的船還要長還要高。我們的船靜悄悄地繼續前進，把大大小小的浮冰甩在身後。和巨大的冰山擦肩而過的時候，覺得像是另外一列白色的列車正在開往相反的方向。

我們已經進入南極海域，按照行程，今天就要登上第一個島嶼。



5 三月中旬的南極，冬季就要開始了，每年適合遊覽的季節已經接近尾聲。

每年的十一月到第二年的三月份是南極大陸的夏秋季節，天氣相對溫暖，平均氣溫在攝氏 0°C 到 -25°C （華氏 32°F 到 -13°F ）之間。但是南極的溫暖完全不是加州的春暖花開陽光明媚，和地球上大多數地方的溫暖完全不是同一個概念。從四月到八月份，是南極每年的極夜時期，這段時間完全沒有日照，終日不見陽光，最低溫度可以達到攝氏 -72°C 左右（華氏 -98°F ）。

寬闊的海面和陸地上沒有任何遮擋，任憑寒風放肆地呼嘯，人們的感受比真實的溫度還要低好幾度。儘管所有的人



都按照要求準備了防水防風的禦寒衣褲和帽子，貼身還有專門的保溫內衣和羊毛衫等等，手套也是一薄一厚兩雙，不拍照的時候戴厚的，拍照的時候戴薄的，但在零度以下的大風天裡還是感到寒氣逼人。

6 烏斯懷亞號拋錨在距離島嶼幾百米遠的深水處，用橡皮艇把大家送到岸邊，大家要趟幾步水才能走到岸上。船上為每個人準備了長筒雨靴，再加上褲子防水，所以不用擔心冰冷的海水灌進鞋裡。

船上一共有六艘橡皮艇，每艘最多乘坐八個人，每次登陸和返航所有橡皮艇需要跑兩趟才能把九十幾名遊客全部運完。有的乘客把橡皮艇叫做衝鋒艇，這個名稱為我們這些手無寸鐵的遊客添加了幾分英武與豪邁，大家都很喜欢。

南極公約規定，南極圈裡的任何島嶼，每次只允許一艘遊船停靠，每次登陸人數不能超過一百人。搭載幾百名遊客的大型遊輪必須把遊客分成一百人一組，每組登陸上岸停留一小時，然後換下一組，所以乘坐大遊輪的遊客每天只能在陸地上停留活動一小時。

和大遊輪比較，烏斯懷亞號這種噸位的船隻優勢就非常明顯。烏斯懷亞號的遊客不超過一百人，每次登陸都是傾巢出動。如果不怕冷，想在岸上玩多長時間都可以。但的確是太冷了，為了安全，我們每次在陸地上玩兩個小時左右，然後乘衝鋒艇回到船上休息吃午飯，下午再次登陸，還是兩小時左右。這樣一算，我們每天登陸遊玩的時間大約是四個小時。

但是大遊輪也有自己的好處，通過德雷克海峽的時候平穩得多，不像烏斯懷亞號這種噸位的船隻那般驚心動魄。

7 這趟南極之行我們從北往南一共登上了八個不同的港口和島嶼。這些港口和島嶼的自然環境、地貌、氣溫、以及島上棲居的動物各不相同，讓我們領略了豐富多彩和神秘莫測的南極風貌。

第一個登上的島是Trinity Island，登陸的地點叫做Mikkelsen Harbor。出乎意料的是，我們上岸的那片區域居然沒有積雪，裸露的泥土和鵝卵石上面覆蓋了一層像是青苔一類的植被和隨處可見的企鵝的糞便。既然有糞便，當然就有企鵝。不但有企鵝，而且遍地都是。

在登陸之前，我們被告知一定要和野生動物保持五米以上的距離，盡量尊重動物的生活習性。

由於遊人對待動物非常友善，島上的動物大概已經習慣了人類的造訪，絲毫不懼怕這些不速之客，你玩你的，牠玩牠的，和平共處，互不侵犯。有些比較好奇膽子又大的企鵝會走到遊人的身邊，抬起頭來注視遊人。看到企鵝和遊人零距離互動，大家就像中了大獎一樣高興得心花怒放，舉起相機連續不停地按著快門。



Trinity Island 是我們登上的唯一沒有被積雪覆蓋的島嶼。

8 每次在我們登陸之前，首先會有一艘衝鋒艇把幾名遊輪上的工作人員送到島上，他們會察看一下地形，確認沒有危險，然後我們這些遊客才開始乘坐衝鋒艇登陸。上岸之後，如果地形複雜，工作人員會帶領大家排成一隊往縱深進發，如果地勢平坦，工作人員就站在遠處作為地標，那些人體地標規定了我們的活動範圍。

我們第五天和第七天登上的Neko Harbor 和 Denco Island 地勢起伏比較大，都是一上岸是一片平坦的開闊地，再往前走就是一座幾百米高的冰雪覆蓋的小山。雪山上根本沒有路，地上的積雪蓋住了腳脖子。在工作人員的帶領下，大家在雪地裡深一脚淺一脚地奮力攀登。不時有人滑倒，旁邊的人立即出手攙扶。雖然一路上艱難困苦，但是大家仍然興致勃勃。

登上山頂，雙手叉腰，環顧四周，心中升起一股豪邁之情，真是會當臨絕頂，一覽眾山小。原來在周圍的那些島嶼和仰視才見的山峰突然都在腳底下了，就連停泊在海面上的烏斯懷亞號看起來都只有拇指一般大小。周圍全是一眼望不到邊的大海，因為陰天多雲，海水也是深灰的。幾個小島和很多浮冰一起飄在海面上。萬籟寂靜，天水一色，偶爾看到冰川上融化的巨大冰塊落入水中，濺起的波瀾一圈圈地擴散開來，幾秒鐘之後才聽到冰塊落水產生的轟鳴。

下山的時候才體會到上山其實容易多了。因為坡度比較大和積雪比較深，下山的時候總是覺得頭重腳輕，腳底下站不穩要仰面摔倒。有些人側過身體腳踏實地小心翼翼地往下走，有些人乾脆一屁股坐在地上手足並用往下滑。大家歷盡艱辛出盡洋相，最後總算平平安安地回到山腳下。

9 我們第八天登上的 Whaler's Bay 在一個圓形的海灣裡面。包圍這片海域的一圈山脈是從前火山爆發產生的，圓形的山脈有一個幾百米寬的豁口，讓海水灌了進去，才產生了

這片四面環山的海灣。這個幾百米寬的豁口和豁口附近的水深正好讓烏斯懷亞號這種噸位的遊船進入海灣。

我們的船一大早就啓航往海灣方向駛去。遠遠看去，一座寬闊的山矗立在海面上，中間缺少了一塊就是海灣的入口。果真是秋水共長天一色，但卻是青黑的顏色，陰霾密布的天，和被烏雲染成黑色的水。船在不停地往前駛去，山在不斷地迎面靠近，越來越雄偉高大，讓人感到了自然的崇高和壓迫。然後我們就行駛在豁口當中，兩旁的山峰由黑色的火山石形成，覆蓋著白雪，黑白相間。四周是無邊無際的青黑色的海水，上面漂浮著奇形怪狀的浮冰和冰山。此情此景彷彿是一幅絕妙的潑墨山水國畫。

這個豁口也是風口，大家頂著刺骨的寒風站在甲板上，欣賞美景，拍照留念。

地球南半球的很多東西都和北半球正好相反，比如南半球的冬天正好是北半球的夏天，在北半球越往南邊走天氣越暖和，在南半球卻是越往南邊走天氣



越冷。我們的船一路南下，這裡是南極之行的最後一站，因為季節和緯度的雙重原因，這是我們在南極圈度過的最冷的一天。

當天的溫度是攝氏 -6°C （華氏 21°F ）。

乘衝鋒艇登錄之後，站穩腳跟，放眼四周，真是一圈高山圍城一般把我們包圍在中間。

人類在發現南極大陸不久，十九世紀二十（1820）年代就來到了這裡。最初人們為了得到動物的皮和油脂，在這裡建立了基地捕殺海獅和鯨魚，後來因為附近海域的動物數量逐漸減少（貪婪自私的人類！），1931年這個基地被放棄了。二次世界大戰期間，英國海軍又回到這裡監視納粹德國的潛艇，為同盟國的商船提供安全保障。1967年和1969年的兩次火山爆發讓人們徹底放棄了這個基地。

直到今天當初的房屋設施還可以看到，但是已經殘缺不堪，還有一艘漁船靜靜地躺在海灘上，只剩下一幅骨架。

沒有了人類的干擾，這裡重新成為各種海洋動物的天下。

10 在氣溫相對比較高的夏秋季

節，所有常駐南極大陸的各國人員加在一起，大概是三千人左右，全部分佈在各國的科學考察站。在漫長寒冷暗無天日的極夜期間，只有幾百人仍然堅守在南極大陸。

應該慶幸這塊土地不適合人類居住，各種野生動物才能免遭人類的驅逐和殺戮，仍然自由自在地在這塊屬於它們自己的土地上繁衍生長、生生不息。

在南極的海域和陸地上，的確任何時候任何地方都可以看到各種各樣活潑可愛的動物。

水中經常可以看到三五成群的鯨魚不緊不慢地從附近游過，有些還會不時露出脊背噴起一片水霧，或者翹起寬大的尾巴拍打著水面。

海獅海豹也是到處都是，它們大部分時間都是幾隻或者十幾隻懶洋洋地躺在地上擠成一片。偶爾會有幾隻用雙鰭撐起身體來回走動，像孩子們一樣一起玩耍。有時候還會看到海獅躺在海水裡的浮冰上面，有幾隻身上還有很深的傷口，鮮血把冰面都染

紅了。據說海獅身上的傷口通常是因為它們自己之間為爭奪食物、或者逃脫了鯨魚的追殺而留下的。

看到最多的還是企鵝。南極大陸一共棲居著六種不同種類的企鵝，有四種企鵝體型較小，身高大約60到70釐米，體重在五公斤左右。兩種體型較大的企鵝（帝王企鵝）身高可以達到一米以上，通常棲居在更加靠近南極內陸的區域。除了這兩種體型比較大的企鵝我們這次無緣親眼目睹，其它四種體型較小的我們都碰到了。

據說每年十二月份和一月份是小企鵝孵化出生的季節，那個時候可以看到企鵝媽媽和自己的孩子們在一起，既可愛又呆萌。三月中旬，小企鵝們都長大了，但是他們走起路來搖搖擺擺的樣子還是非常討人喜歡，讓人忍不住想伸手抱一兩隻回家當寵物養起來。



11 十一天的南極之行一眨眼就結束了，在那片冰雪覆蓋晶瑩剔透的大地上，我們只是幾個來去匆匆的過客。遠離了鬧市和喧囂，置身於一個原始洪荒、沒有人類污染的環境之中，才能真正地領悟到一些宇宙萬物存在的意義。

造物主創造萬物，原本是讓大家在一起和睦相處，但是自從人類有了智慧，便妄自尊大起來。人們毫無節制地擴充自己的地盤和勢力範圍，對大自然和其它物種巧取豪奪，甚至不惜自相殘殺，用來滿足自己不斷膨脹的佔有欲望。智慧原本是造物主賜予人類的一個非常美好的特質，讓人們可以超越物質世界的界限去體會更加豐富多彩的思想和人生境界，但如果用錯了地方，智慧也可以給人類和宇宙萬物帶來無盡的災難。

一千七百多年以前，王羲之曾經說過，“仰觀宇宙之大，俯察品類之盛。所以遊目騁懷，足以極視聽之娛，信可樂也。”用今天的話說就是，向上看，天空廣大無邊，向下看，地上事物如此繁多，這樣縱展眼力，開闊胸懷，窮盡視和聽的享受，實在快樂啊！

也許這才是我們應該具有的對待宇宙萬物的態度。

注：文中的照片全部都來自作者的南極之行。



雜記北海道

左大磊



不知為何一直以來都覺得北海道是一個非常羅曼蒂克的地方，最適合夫妻、情侶攜手同行，嚮往之情始終縈繞心頭。漫漫數年終於等到一個機會讓我踏上這個日本最北的島嶼。時逢初夏，春天的尾音依然在空中盤旋著，白雲在天際飄蕩，清新的空氣恨不能一口氣吸盡它，好徹底的洗滌身心一番，在這個生活節奏緩慢的地方，整個人都輕鬆起來，腳步亦隨之放緩了！僅在札幌停留一晚，還來不及看清這個以雪祭聞名的北海道第一大城，就驅車北上前往旭川，開始環繞北海道東北部、東南部的旅遊。一路上滿眼悠閒的原野風光，田園與花卉交織的大自然景緻盡收眼底，遠方並不雄偉卻

連綿不斷的山脈仍披著白紗似的皚皚白雪；人們都說北海道是日本的鄉下，那麼此次行程所到的層雲峽、知床、摩周湖、阿寒湖等地，更是鄉下中的鄉下，卻也是北海道最美的地方。

觀賞芝櫻是這次吸引我來到北海道的動力之一。在這之前，我以為芝櫻就和其他種類的櫻花一樣盛開在枝頭，搖曳生姿，原來它是開放覆蓋在草地上，日文“草地”的漢字就是“芝”，故名芝櫻。在東藻琴芝櫻公園，我體會到了樹大即是美的意境，深深淺淺的粉色芝櫻開滿在數個山頭的斜坡上，其中夾雜著白色的、紫色的，像打翻了顏料缸蔓延出好幾公頃的繽紛花地毯，多麼壯觀！漫步在花間步道，為之迷、為之醉，滿心都是浪漫之情！



芝櫻

知床，是到了北海道才知道的一個地名，它是位於北海道東北角尖端的一個半島，突出於鄂霍次克海，在當地土語中是“大地的盡頭”的意思。知本五湖是日本最原生的自然國家公園，2005 年被聯合國列為世界自然遺產保護區，它的原始像貌也正是它最具魅力的地方。在這靠近大海的神秘森林中有像被五個手指戳下的五個窟窿，填滿了地下水而形成五個規模大小不



一的湖泊，它們沒有名稱，就直接稱爲一湖、二湖……五湖；雲朵與山巒倒映在如鏡的湖面上，幽靜安謐，美的讓人心儀而屏息膜拜。進入公園需要專業的嚮導帶領，我們的嚮導雖然英語不怎麼靈光，但是十分敬業，隨身帶有一本超厚的字典，有彼此不甚明瞭的問答，翻一翻字典就有答案了，溝通毫無問題！在湖邊樹幹上常看到熊爪的痕跡，原來這裡是棕熊的家，五月至七月正是牠們的活動期，難怪嚮導時時提醒我們如何迴避棕熊，千萬不能有正面衝突！園區的盡頭有一道高架木棧道，人們悠閒的散步其上，頻頻回首遠眺逐漸隱沒在森林中的五湖，不禁要讚美感謝老天爺，賞賜給人類的如此珍貴的自然美景！

摩周湖是一個神秘的火山口湖泊，沒有河流的出入口，因此認爲它的水源來自於天上的雨和雪，終年的低水溫無法繁殖微生物，而成爲世界少有的最透明的湖泊之一；藍天白雲倒映在平靜光滑的湖面上，陪襯著、圍繞著湖的山丘和樹林，整個環境透露出一股令人不忍打擾的安逸和寧靜。同樣都是火山湖泊，也位在同樣的國立公園內，阿寒湖就顯得“活潑”多了，湖水在晨曦下盪漾潑洩，波光粼粼；乘坐環湖觀光汽船，並且在湖中的小島上參觀一個展覽館，其中介紹只有在阿寒湖才能生長的綠球藻，是艷綠色的圓球，大如籃球，小如玻璃彈珠，真讓我長了見識！

日本的溫泉向來出名，泡湯是一項特殊文化，



摩周湖

已經融入日本人的日常生活中了。北海道溫泉在數量和湧出量上更高居全國之冠。幾乎所有酒店都設有男女分開的溫泉池，而且必定是裸泡，外來的遊客剛開始與陌生人袒誠相見還是比較害羞的，不似當地人不論老少都是落落大方，沖洗一番就浸入溫泉池中，如魚得水，好不享受！泡溫泉一般不超過二十分鐘，微微出汗應是最佳狀態，既排毒又有美容效果，起身後別忘了喝一點水以補充身體失去的水份。

北海道畜牧業非常發達，有好多歷史悠久的老牌甜品店，出產一流的乳製品，口感醇厚，奶香濃郁；因爲多數產品採用當地純天然的新鮮原料，食品都有保鮮期，很難運到北海道以外的地方出售，所以就成了名符其實的當地特產美味，來此一遊的人們大概都會帶上一盒“白色戀人”，把甜甜的餅乾一路帶回家。北海道的農產和水產資源豐富，甜美的玉米，蜜糖般的瓜類，以及令人眼花撩亂

的各種海鮮，尤其是那種可以自己任意組合的海鮮飯，吃起來非常過癮；這裡是美食者的天堂！

很多人都說北海道應該來四次，因爲這裡一年四季各有特色，春天撲天蓋地的櫻，夏季迷人的薰衣草，秋天賞紅葉，冬天看雪祭，都是不能錯過的美景。而我下一次何時再來？



札幌



加拉帕戈斯島的夢幻船遊（三）

文／攝影：陳華瑛



話說在 1971 年 11 月有位匈牙利軟體動物學者造訪群島中的平塔小島（Pinta Island），意外發現島上還有一個倖存者：一隻馬鞍背雄龜。此碩果僅存者立刻被送到達爾文研究中心加以保護，其後被命名為「孤獨喬治」（Lonesome George -- a Pinta Giant Tortoise）。研究人員為保存其基因型多次找相近亞種的母龜與牠送作堆，但皆未能繁殖成功。終於「孤獨喬治」在 2012 年 6 月 24 日與世長辭，死因可能是年老，咸認牠已超過百歲了。其所屬的平塔龜種正式宣告絕跡。



「孤獨喬治」的故事象徵著一個物種滅絕的淒愴史。做為其亞種的最後一隻，牠想必在最終的四十年裡有無比的孤寂

惶惑。牠死後紐約市的美國自然歷史博物館把牠的遺體做防腐處理再製成標本。之後厄瓜多爾政府跟加拉帕戈斯市長兩方搶著要牠。前者想把牠放在厄國首都基多展示，後者認為牠是巨龜群島的象徵，應該讓牠「回家」。終於「孤獨喬治」在 2017 年 2 月 17 日被運到達爾文研究中心做展示。

真沒想到我們這麼幸運，若是早來三個半月都會與他緣慳一面呢。抵達展示廳時只見朝拜者絡繹不絕，大夥兒必須排隊等候，輪流進屋後也只能停留幾分鐘。我仔細端詳這個未留下一兒半女的巨龜，心頭總有點酸楚。這麼一個英俊挺拔的物種就此從地球消失了。

另外一隻叫「地牙哥」（Diego）的馬鞍背雄龜的故事就讓人歡欣鼓舞了。大約在半世紀前群島中的西班牙島（Española Island）上只剩下 2 雄 12 雌野龜，零零落落地分散棲息難得匯聚，以致此巨龜亞種瀕臨滅絕命運。幸好科學家在南加州的「聖地牙哥」動物園找到一隻該亞種的雄龜，猜測可能是在 20 世紀初被科學家從巨龜群島帶到美國來。於是此雄龜在 1976 年又被送回聖克魯茲島，身負拯救其物種的使命。他被遷入一個繁殖中心與幾個雌龜送作堆，至今已生產大約 800 子孫。該繁殖中心總共已成

功培育約 2000 隻的幼龜，並陸陸續續帶至西班牙島放生。現時此亞種已被宣告脫險。這位叫「地牙哥」（表示他來自加州聖地牙哥）的雄龜現今 100 歲左右，仍在努力生產救種，繼續創造一龜力挽狂瀾的奇蹟。

研究中心也圈養了一些陸鬣蜥供展示。群島的陸鬣蜥有 3 個亞種：黃色鬣蜥（分佈在六個小島上）、聖塔菲（島）黃鬣蜥、以及粉紅鬣蜥（1986 年才在伊莎貝拉島北端的狼火山 Wolf Volcano 被發現）。



參觀完研究中心後我們信步回到港口，途經魚市，海獅與褐鵝圍著攤販討吃他們丟棄的鮮魚內臟。女攤販被牠糾纏的有點兒不耐煩了，可見到大夥兒看得興頭，又忍不住笑起來。

前幾日造訪的小島多半光禿禿的，植被稀疏。聖島地大而山丘夠高，可以攔住不少雲雨水氣，因此滿目蒼鬱蔥蘢。早上在高地看到的一種像苦瓜一樣的橘色瓜類，鮮嫩欲滴。下午在達爾文研究中心見到一種灌木遍開黃花，和葡萄大小的白色果子。導遊說白果可吃，但黏黏的。我對水果是永不嫌棄的，嚐了一下甜甜的，於是沿途邊走邊摘吃得亦樂乎。來到候船走廊時，下方水裡也相當熱鬧，有不少小鯊魚和魷魚在轉悠。這個有滋有味的一日至此到了尾聲。

根據資訊，阿約拉港口的西端（達爾文研究中心在港口的東側）有個步道領你穿過一個仙人掌林去烏龜灣海灘（Tortuga

Bay Beach）。這是個白沙海灘和湛藍海水的景點，可以看到海鬣蜥、海龜，有時甚至藍腳鰹鳥與軍艦鳥也會現身。聽說海岸邊有許多白邊真鯊與魷魚（Whitetip Shark & Rays），是個浮潛的好地點。我們限於時間並未造訪此處。

第六日我們要造訪的西班牙島（Española Island），位在群島中最偏遠的南端。這是資格相當老的火山島，大約在四百萬年前爆發形成的。經過長期侵蝕逐漸演變成海拔很低、地面十分平坦的小島。

今早是從加納灣（Gardner Bay）登陸。這兒的沙灘有兩公里長，由白色珊瑚礁風化而成，比第二日造訪的中國帽島的白沙灘還廣袤綿長，純淨悠然。大夥兒各自沿著沙灘漫步尋寶，拍攝自己喜歡的景觀與動物。

海獅也很中意這溜美麗的沙灘，肥嘟嘟的眾海獅橫七豎八地癱著做日光浴。間或有幾隻海獅寶寶偎著媽媽吸奶，吸得啾啾響。我觀察了一下，似乎個別奶頭吸一下就後繼無力，以致寶寶在幾個奶頭間輪番轉戰。奶香味把蒼蠅也給吸引過來湊熱鬧。

撫養一個寶寶不容易，耗盡媽媽身上儲備的營養與精力。因此母海獅是絕不收養別家的小孩。若有不相干的小海獅企圖靠近偷奶，她會很兇狠的駁斥，甚至以撕咬對待。這兒許多媽媽上班去（出海抓魚）的小海獅只好夥在一起在淺海裡嬉戲。



接著有個奇怪的景象出現：一處水池裡一隻大海獅在跟一群幼獅互動，糾纏不清的。他有點



粗暴，可又不像真有敵意似的，讓我摸不著頭腦。

連忙向一旁的導遊請教，答案大大出乎我的意料。原來這是一隻雄海獅（額頭比較拱凸）在自辦托兒所，把一些媽媽出海的幼獅趕在池子裡，強迫小傢伙接受他的看管，不准出界。他為啥要自找麻煩呢？別的成年海獅都癱在白沙上閉目養神，獨獨他在跟一群小頑童廝混纏鬥，追來趕去的？

原來他多了點心眼。自動自發地費勁看管小寶寶，是期待母海獅回來時看在眼裡而感激上心，願意假以辭色接受他的追求……真沒想到海獅的智商已進步到這種程度，叫人刮目相看。現在我總算看出點名堂來。

然而辦托兒所哪有這麼容易？寶寶們的最愛是母乳，他沒法供應，於是小傢伙根本不買他的帳，不用他，只隨意追逐亂竄。自封的所長又沒有三頭六臂的，身手還沒小傢伙靈活，以致滿池子跑來趕去疲於奔命，落個頭昏腦脹還是顧此失彼的。

有一回兩個小傢伙開溜，硬是被他追回來。在這當兒另一頭又有兩個頑童趁機開溜。他追了過去只逮住一個，另一隻非常機靈地潛入海裡去了。此時所長已面露疲態，動作明顯遲緩下來。這托兒所快撐不下去了。

下午大夥兒從蘇瑞茲岬（Punta Suarez）再次登上西班牙島，因為還有更精彩的在等待。一上岸就看到加島鷹在樹頂上虎視眈眈（Galapagos hawk）地掃視牠腳下的領域。

接著就來到嚮往已久的加島信天翁的面前（waved albatross or Galapagos albatross）。這個很獨特的大鳥屬於信天翁中唯一生存在熱帶的一支亞種。其主要繁殖地就是西班牙島，在別處很難看到。

沒想到我們這麼幸運：一對情侶就在眼前跳起求偶舞。雄鳥開始用頭橫寫阿拉伯數字的8。有時長脖子可以歪斜至與地面平行，是瑜伽好手的料。畫了幾個8字後，開始親嘴，兩嘴對繞圈圈輕輕碰觸、敲得咳咳響，然後仰頭長

噓。下面的小影片紀錄了此一精彩的過程：

<https://www.youtube.com/watch?v=SFwgCh1hh4U>



跳完舞就要孵蛋啦！上圖不知是否是剛生的蛋？一方把蛋撥來撥去好一陣才搞定往蛋上坐下。其配偶不知是驕傲還是興奮，在一旁踩高抬腳跳舞。

信天翁有個特色是人類不如的：其愛侶的分手率為0%。根據觀察與統計，對配偶高度忠貞的鳥類中，綠頭鴨的成功率為91%，公認最恩愛的天鵝是95%。反之納斯卡鯉鳥的離婚率為40%，與人類裡面的美國人半斤八兩。火烈鳥更是非常隨便，拜拜手說再見乃家常便飯。

信天翁擇偶過程十分慎重，往往要花上好幾年的工夫跟各種候選人互動跳舞，仔細考核對方。一旦雙方覺得氣味相投決定攜手成為愛侶，之後即忠貞不二，堅定不移。在這方面信天翁是動物界的翹楚。不知中文把牠們稱作「信」天翁是否是意有所指？從牠們對配偶的忠誠看來，此鳥似乎真的跟誠「信」有牽連。

西班牙島的海鬣蜥的特色是紅色，其彩麗為群





島之冠。海鬣蜥在陸地移動時顯得蹣跚笨拙，可一跳入海中就有若得水蛟龍，搖擺著尾巴來去自如。牠們可潛至十公尺深的海裏，用那銳利長爪（見上圖）牢牢地扒住礁岩以抗拒水波的推動，然後用刮刀似的利齒啃食岩面上的藻類。

在繁殖期雄紅色海鬣蜥會變出綠色來，為牠們贏得「聖誕鬣蜥」的別名。各島的繁殖期略有差異，大約是在一月至四月之間，真可惜我們來的不是時候。從網路資訊看來這種鬣蜥的審美觀還真特別，那色彩看起來非常突兀刺激，難怪中國人說紅配綠狗都嫌。

根據資訊，公園當局已陸陸續續釋放 2000 隻孵育成功的馬鞍背巨龜到西班牙島。可惜我們一隻都沒看到，好遺憾。不然今日的島遊會更精彩盡興。

此外，西班牙島上的小型鳥很多。早上有個大仙人掌地雀 (Large Cactus finch) 從一旁的灌木裡找到一粒紅果跳出來吃。這灰不溜丟的小鳥是所謂的達爾文雀 (Percy Lowe 在 1936 年開啓的稱呼) 之一。當初達爾文來到加島時對這些毫不起色小鳥沒啥關注，也沒啥概念。當他搭乘的小獵犬探索船回航後，他把採集的鳥標本交給著名的鳥類學家約翰古德 (John Gould) 做分類。後者花了一番工夫才驚異地發現加島的這些小鳥是新物種。牠們在結構、羽色、鳴叫、築巢等方面的極為相似，只在喙形上有分化差異。

博學的達爾文知道南美大陸只有一種這樣的雀鳥，然而他在加島卻捉到了十幾種類似的鳥，而且每個島的雀鳥都有些不一樣。這現象讓敏銳的達爾文領悟到世界上所有的鳴雀都來自一個共同的祖先，卻因適應不同的生存環境與食性而漸漸演化出差異性。這樣的思維促使達爾文洞察到生命進化的奧秘，成就了他的曠世理論。因此達爾文雀對達爾文的啟發意義非凡。

第七日上午造訪聖塔菲島 (Santa Fe Island)。這座島上有兩個特色：兩百多歲的巨大如樹的加島霸王樹 (仙人掌, prickly

pear)，以及聖塔菲鬣蜥。此地的陸鬣蜥也是獨一無二的，全身淡黃色的，而背脊的刺棘很明顯長大 (下圖)。



下午造訪的是南普拉薩島 (South Plaza Island)。此島上的陸鬣蜥很像聖塔菲鬣蜥，但是部份的後背呈棕褐色。



有趣的是待我返家後整理相片，竟發現有隻花色怪異的陸鬣蜥 (上圖)，除了下巴頸子一帶淡黃色外，其他部位都是黑花花的，醜得可以。就隨手把牠刪掉。後來突然靈光一閃，記起一事。去年加島遊畢曾經做了些功課，其中提到巨龜島的海、陸鬣蜥乃同源共祖。咸信其祖先在古早時乘著漂浮物從中南美洲來到這一帶的火山島 (註：那些島嶼應已沈海，因現有的火山島都相當年輕)。然後在 8 百萬至 1 千萬年前左右，有些鬣蜥因陸地植被貧乏而被迫下海覓食，啃食水中礁岩表面的藻類。這麼一分道揚鑣，即演化成現今的海、陸兩個分支。然而在面積極小的南島上兩種鬣蜥因分佈地重疊，出現雜交現象，蹦出雄海鬣蜥與母陸鬣蜥的混血兒。這不但顯示海陸兩鬣蜥同源共



祖的淵源，也表示島上的生物還在繼續演變中。

我當時還在想：能一睹混血兒鬣蜥該多棒？咦！這隻醜八怪莫非就是混血兒？即刻上網查詢，驗證了我有眼無珠，巧遇混血兒竟然相見不相識，還糊裏糊塗地把牠的玉照刪掉，真是該打。我趕緊把該相片從垃圾桶裡撿回來。

根據觀察混血兒遺傳了海鬣蜥的尖利爪子，比陸鬣蜥老媽厲害，可以爬樹。其身體黑色似老爸，唯獨頸子與前胸繼承了老媽的黃色。混血兒沒有生育能力，跟母馬與雄驃生的驢子一樣。目前該島的鬣蜥只有 2% 是混血兒，居然被我看到且拍攝到，簡直是中了大獎，讓我高興地跳腳。

對混血兒有興趣的朋友請打開下列網頁，在文末展示的那隻混血兒跟我照的上圖幾乎一個樣：

[https://
www.santacruzgalapagoscruise.com/hybrid-
iguana-in-galapagos/](https://www.santacruzgalapagoscruise.com/hybrid-iguana-in-galapagos/)

南普拉薩島是個風光明媚的小島，遍地一種很特別的植被，在乾季時會轉變成紅色以減低光合作用，此時整個小島會像燃燒了似的，紅得特別豔麗。可惜我們到訪的時候乾季才開始，因此只有部份地區有變紅的跡象。

第八日就要搭機離島了。船公司很體貼地安排了一個精彩的清晨船遊：閒逛聖克魯茲島北岸的黑龜灣 (Black Turtle Cove)。我們的橡皮艇輕聲輕氣地滑過水面，緩緩靠近這個紅樹林海灣，只見靜謐的紅樹林在晨曦下倒映在清晰如鏡的水上，水裡魴魚成群悠游，海龜伴隨，整個海灣沈浸在出世的寧靜裡。

遠遠看見好幾隻鸕鶿在沿岸捕魚。玄燕鷗 (Common Noddy) 在一旁撿漏「網」(嘴) 之魚，往往大刺刺地站在鸕鶿頭上等候觀望，簡直欺人(鳥) 太甚。鸕鶿雖大好幾倍仍莫可奈何。

搭機時刻迫近，橡皮艇開動回船。奇怪的是久等仍未見另艘橡皮艇返回，方才聽說他們的馬

達突然罷工。導遊趕緊派了我們這艘前去馳援。真是到了該離去的時刻，橡皮艇都累垮啦。

結束了，真的結束了。不論多麼不捨，這趟夢幻之遊終歸要醒過來。我們不得不對巨龜島揮手說再見。重回人間塵世後，當晚在旅舍裡覺得腳下的地板會像波浪一樣的晃動起伏。初時我跟先生都以為地震了，看看別人並無異樣，方才領悟是在浮動的船上待了七天七夜的後遺症。

從巨龜島回來至今已經兩個多月了，先生跟我還常常津津樂道船遊的點滴。這個達爾文的巨著《物種起源》的孕育地真是一處很獨特的世界，是一個展示生物進化的活的自然博物館，時而會出現叫人驚喜的情景：藍腳鯉鳥與信天翁在腳前大跳求偶舞；唯一生存在赤帶的企鵝就在眼前入洞房；雄性軍艦鳥競相鼓起牠們那招牌大紅氣球式的喉囊；塗了口紅的紅嘴熱帶鳥翩翩翱翔；小海獅眨巴著無辜大眼望著你；貌若史前恐龍的海陸兩鬣蜥原同宗卻分道揚鑣，又偶而回頭廝混；世上最大的巨龜各處趴走……想像力豐富一點的人很可以恍惚地以為進入了時光隧道，回到從前的時代，那個尚未受到太多人為破壞的古早的地球生態。感謝我們搭乘的小天使遊船有條有理地帶領大夥兒見識了它的特殊魅力。

遊後我查了一下該島的各式遊船資訊，發現搭乘 50 或 100 人的大船可能比較寬敞豪華、飲食高檔些，但參訪的小島多半很局部受限，意思不大。若是只拿乘載 16 人的小船來說，也是各走各的路線，造訪的小島頗有差異。在稍做比較之後，我發現似乎沒有其他遊船涵蓋類似我們這麼完整而豐富的行程。顯然我們的小天使號遊船是行家，不但把位在中間的北西摩島、最北的烏島和最南的西班牙島這幾個鸕鶿天堂都攬括了，沿途停靠的其他小島也都各具特色、別有風情。很高興悠鶴旅遊在包船上做了很棒的選擇，讓我們的巨龜島船遊回味無窮。前些時跟那位從香港來的團友聯繫，她用《高潮迭起、精彩紛呈》來形容這次加島行，真的是再貼切傳神不過了。(完)



傻鳥拍鳥記

陳華瑜

圖 A01

前言：今年三月下旬我曾回台探親。時值春暖花開之際，寶島處處鳥語花香。正巧舍弟新近加入拍鳥族，乃提議帶著姐姐們去開個眼界，讓我們見識見識台灣的飛羽世界。這段經歷可說高潮迭起精彩紛呈，事後大姐執筆寫出下文與親友分享。（陳華瑛）

「鳥出來了！快、快、快看！」「在哪裏？在哪裏？看不見呀！」「就站在正前方左邊倒數第三根的樹枝上，」「還是看不見啦！」「唉喲！妳把鏡頭蓋拿下來呀！」真是緊張的連相機鏡頭蓋都忘了取下。「噢，看見了，看見了！這麼小要怎麼拍？」「不要緊張，慢慢來。調整焦距，適當拉進，要準焦，不要晃動，不然會糊掉。」以上是在鳥點與小弟的現場對話實錄。

早在半年前就風聞對攝影沒啥興趣的小弟竟拍起鳥來，讓家人跌破眼鏡。之後他不時 e-mail 過來新近的傑作，只見眾多稀奇古怪的鳥兒玉照很是令人驚嘆，大家不得不對沒參加過任何攝影學習班的小弟刮目相看。

寶島台灣近年來盛行拍鳥。這兒有高山、低地與冗長的海岸，加上處處河流、湖泊、水庫、

埤塘、及濕地等，生態環境多樣化且物產富饒，因此滋養出眾多鳥類。根據統計台灣的鳥種多達 675 種以上，其中除了在地留鳥外，還有許多遷徙中的候鳥、過境鳥及迷鳥等。也就是說全球約有十五分之一的鳥種會在寶島出現，因此是追鳥族的一大寶藏！

正好三月中旬旅居南加州的小妹回台省親，熱情的小弟趁便邀約咱姐妹同行走春郊遊，趁機也讓我倆見識見識台灣的拍鳥風潮。這日上午我們在前往野柳找鳥半途中，小弟突然得到鳥友 Line 過來的鳥訊，說是台北市文山區恆光橋下正有一隻稀有候鳥光臨。我們快馬加鞭地趕去，只見橋下已擠滿了拍鳥一族，更有人穿了防水膠鞋站在水裡，而眾多專業的大砲相機全朝著對岸的一簇灌木叢嚴陣以待（見 A01）。

小弟拿著類單眼的小炮急忙往前衝，我與小妹這兩隻「傻鳥」緊隨其後來到橋下。先是奇怪大夥兒沒啥動靜，只是閒閒地耗著。問了旁人方知那稀客才現身覓食吃飽了，這會兒正在灌木叢裡歇著。終於，鳥明星踩著小碎步跳了出來，不慌不忙地四處遊走。他落落大方，對彼岸密密麻麻的粉絲視若無睹，偶而才歪著頭做



圖 A02



是花枝招展，很有看頭，不愧為國鳥。

一日我們從友人處得知有鸛鷓（一種貓頭鷹 Collared Owllet）出現在高雄六龜的藤枝森林遊樂區（海拔 1500~1800 公尺）。藤枝森林遊樂區素有「南部的小溪頭」之稱。不幸 2009 年莫拉克颱風來襲時遭受嚴重破壞，林道 18K 至 19K 處坍方至今仍未修復。幸好此鸛鷓的現身點據說是在

俾倪眾生狀，還很俏皮地翹屁股豎尾巴（A02 一尾巴能大幅度的上翹是其特色之一），一副見慣了這類大陣仗的模樣。小明星如此賣力地配合，大夥兒自然抓緊時間全神貫注地打鳥（拍鳥），快門聲喀嚓喀嚓不絕於耳。小弟沒有大砲型相機，用的是一台輕巧的類單眼機種，也能拍出那隻十一、二公分大的小嬌客各種姿態神情，著實讓咱姐妹興奮雀躍。

17.5K 處，通車沒問題，因此許多鳥友都聞風而來。如此這般咱姐弟仨又成了追鳥一族，天未亮就直奔藤枝森林遊樂區打鳥去。

這是稀有的冬候鳥兒「藍喉鷓」（公 Bluethroat）。他脖子上那撮藍色羽毛從某種角度看去有若藍鬍子一般。讓我想起法國有個民俗故事叫「藍鬍子」（Bluebeard），講一個富裕而兇殘的病態貴族，專娶美麗女子入門再殺掉，令人不寒而慄。好在上頭這隻藍鬍子大不一樣，嬌憨可愛讓人直想親一個。

抵達林道 17.5K 處時還不到 7 點，已見兩台車停泊路旁，有一人並已架起大砲對著左邊山丘上的樹林。我們急急下車，稍傾即聽到鸛鷓的叫聲，真是好兆頭。大家紛紛準備好相機，並舉頭極目搜尋前方林中的鳥蹤，看了老半天脖子都快折斷了。此時又有拍鳥人開著 BMW 來到，並取出鳥音機播放錄製的鸛鷓叫聲誘鳥，仍舊是只聞其聲不見其影。

另一日我們驅車去南投惠蓀林場，因為聽說有台灣國鳥之稱的藍鵲（Taiwan Blue Magpie）常駐那兒的大草坪。抵達時已近正午，只見草坪上三、兩人士架著大砲，而藍鵲卻杳然無蹤。心想：日正當中烈日炎炎，藍鵲該不會躲在樹叢中打盹了……正嘀咕著，忽見一隻藍鵲刷刷地飛出來。黑頭、藍衣、釘子眼；展翅高飛時，其翅膀內外兩側的彩色有鮮明差異（A03）。此鳥空中掠食的飛行技巧高超，其尾羽更

等了又等，小妹和我不耐煩這樣的煎熬，決定走山道健行，留下小弟獨自痴等。只見林道兩側擁有非常豐富的高山林相，楓、杉、櫻、梅、二葉松等蓊鬱蔥蘢，而櫻花樹剛結了紅豔豔的櫻桃果，美不勝收。此時正巧有四五隻台



圖 A03

灣獼猴在道旁林中跳來躍去地覓食，好像在跟我們作伴。

走著走著，忽見兩輛車開下來，小弟的車是後面一輛，他停車說鸛鷓沒現身，但要我們快快上車，前頭車子的主人要帶他去附近一處鳥點找難得一見的紅胸啄花。我們很失望，幸好不久前他曾在武陵農場巧遇鸛鷓，有留下牠們的倩影。附圖（A04）左側是他的正面照，目光炯炯有神；右側是是牠的頭部後方照，具有一對幾可亂真的「假眼」斑紋，用來唬弄他鳥 / 他人，妙不妙？



鸛鷓只有拳頭大，是台灣最小的貓頭鷹，很難得地是在白天活動。牠們看起來有可愛討喜超萌的表情。其實是個兇悍的猛禽，會捕獵體型大上許多的獵物，是其他鳥群避之惟恐不及的惡夢。

話說我們急急跟著前面那位拍鳥人在一條土石路上顛簸了一陣子，才找到他說的鳥點。這回運氣稍好，拍到紅胸啄花的母鳥。小弟不死心，次日清晨 3 點即起床獨自出征，至晚餐時分才返回。說皇天不負苦心人，總算拍到美麗的公鳥（A05）。

紅胸啄花（Fire-breasted Flowerpecker）是台灣特有亞種，身長 9 公分，體型之小在台灣排名第二，（冠軍是綠啄花），喜食桑寄生果實。桑寄生是一種半寄生植物，果實成短棒狀，具有黏性，排便時會沾黏於小鳥的屁屁上。紅胸啄花因此愛在樹枝上摩擦屁屁，桑寄生種子得以附著寄主（通常為常綠樹）而傳播

繁衍。哇！這有夠狡詐吧？許多植物都是靠花粉粉的讓蝴蝶蜜蜂來傳播，獨獨「它」用這麼個刁鑽古怪，折騰傳播媒介（小鳥）的方式來繁殖，叫人噴飯。

因此要拍紅胸啄花，就要尋找有果實可吃的桑寄生（大約在 3 月結果）。小弟找到的那個鳥點還有相當多的桑寄生果，因此守株待鳥肯定成功。更難能可貴的是該樹植根在低於道路的坡地，樹冠幾乎跟路面等高，拍攝起來相對輕鬆如意。

之後我們還又造訪了兩處湖泊濕地：新竹市香山區客雅溪口北岸一帶的「金城湖」，以及嘉義縣東石鄉的「鰲鼓濕地森林園區」。

新竹是小弟定居所在，因此對新竹周邊熟門熟路。金城湖位於客雅溪出海口北岸，人稱「魔鬼湖」，為海埔新生地調節水位之用，現則為港南眾多農田主要排水出口。這兒環境清幽沒有干擾，湖中央的兩塊小沙洲提供了鷺科、鶺鴒科及雁鴨科的棲身場所。加上海埔新生地所形成的潮間帶海濱生物豐富，更成為鳥類的天然五星級餐廳。每到漲潮、退潮之際，蒼鷺、小水鴨、赤足鶺鴒、黃尾鶺鴒等眾鳥就飛進來覓食，因而成為港南最重要的賞鳥據點。



我們驅車來到時，只見高大防風的木麻黃林矗立路旁，偶而可見一旁桑田阡陌，而濕地一側更是波光粼粼，水鳥悠遊漫步。其中最醒目的是高蹺鴿，此鳥是「梟娜娉婷」一詞的最佳註



圖 A06

解 (A06)。每年 4 到 6 月期間為鳥類求偶繁殖季節，其中高蹺鴉的情愛世界更為精彩，牠們的交尾有如一場優雅的雙人舞，很幸運地曾被小弟目擊並拍到。

另外很受矚目的是彩鷺 (大眼妹)。這鳥嬌小卻生著一對「牛」眼，看著有點突兀嚇人。彩鷺 (Greater Painted-Snipe) 身長約 25 公分，在台灣是唯一的彩鷺科飛羽，也是第二級保育動物。此鳥異於一般飛禽的是雌鳥不但體大，也比較艷麗 (A07 左為雄右為雌)。更甚者，他們實行一妻多夫制，雌鳥只負責生蛋，孵蛋與照顧幼鳥的任務全由雄鳥負責。雌鳥沒了後顧之憂，可以繼續擇夫的工作。

我們還看到一隻麻鷺捕到一條跟牠身體幾乎同大的魚 (A08)，叫人擔心牠會把自己的喉頭卡死了？另有一對出現非常吸睛的繁殖羽的小鸕鷀，以及別名「巫婆鳥」的「埃及聖鸛」。巫婆鳥長相的確醜怪，名副其實 (A11



圖 A07

的左側)。據說牠們原產於非洲及中東地區，數年前偷溜出某動物園，成了外來入侵鳥種。中、北部溼地常可見牠們成群結隊。野鳥協會也表示，埃及聖鸛與台灣本地鷺科鳥類在食物、巢樹等生態資源上有諸多重疊，對在台灣繁殖的小白鷺、黃頭鷺、夜鷺以及度冬的蒼鷺、大白鷺、中白鷺等鳥類造成生存及繁殖上的競爭排除效應。

小弟還在新竹客雅溪出海口的防波堤上拍到一隻台灣稀有迷鳥——藍腹藍磯鶇。這種候鳥遷徙的路線並不經過台灣，竟能看到與拍到牠非常幸運。(迷鳥即迷途的鳥，是指一些鳥類由於天氣惡劣或者其他自然原因，偏離了自身遷徙路線，出現在本不應該出現的區域)。



圖 A08

這天我們姐弟仨又驅車來到嘉義東石的「鰲鼓濕地森林園區」造訪。這兒早期為「台灣糖業公司」填海造陸從事農、漁、牧事業及種植甘蔗的大本營。近年來地層嚴重下陷，造成海水入侵地下水層，農場逐漸沒落荒廢。這低窪地勢加上周邊海堤圍繞，大雨過後魚塢及舊時農地形成天然的蓄水池，成了水塘濕地，吸引越來越多候鳥與留鳥棲身及停留。現今躍為具有多樣林相及生態豐富的國際級濕地公園。每年從秋季開始，鸕鷀科、雁鴨科、鸕鷀科、鷺鷥科、鷺科、及鸛科等

各種水鳥一批接著一批，陸續由北方來此渡冬，熱鬧非凡，令人目不暇給。其數量龐大且氣勢驚人。此外，其繁殖羽與非繁殖羽變化差異很大，常讓人誤判為兩種鳥，因此在辨識上極富挑戰性及樂趣。



濕地的賞鳥道路筆直通天，每隔一段距離就有一座觀鳥亭，不但美觀實用，還很貼心地張貼著鳥訊。這兒幅員廣大，風光旖旎。這日有一大群黑面琵鷺現身（A09）。有一對卿卿我我地互相理毛，讓人



只羨鴛鴦不羨仙。請注意最右邊這隻琵鷺是白面而不是黑面喙（A10）！這種白面的出現在台灣的機會不多。原來黑面琵鷺有一種近親和牠長得十分相似，但眼睛四周不是黑色，而是白的。牠的中文名稱叫做白琵鷺，也有人把牠叫做白琵鷺或白面琵鷺。白面夾雜在黑面的族群裡，如果沒有細看各個「臉色」，還真會造成魚目混珠的狀況呢！

這兒也有赫赫有名的

捕魚高手「鸕鶿」。鸕鶿一換上繁殖羽，平添詭異氣質，簡直認不出來了。他後腦勺那一溜黑色龐克頭有點「貌不驚人誓不休」的味道。臉上黑白紅褐相配參雜更是惡模惡樣，讓人退避三舍（A11 右側，左側為埃及聖環）。想來雌鳥就喜歡這個調調，否則雄鳥也不會這樣奇裝異服的費勁了。

還有隻叫「白眼潛鴨」的迷鳥出現。牠們主要在東歐至中國新疆、內蒙一帶留鳥。希望這超可愛的小東西，以及前面提到的藍腹藍磯鶉能找到回家之路，否則獨自客死異鄉可就淒慘了。

深深感謝小弟帶我們踏入鳥兒的世界。幾次隨拍增廣了不少見聞、見識。他拍的照片更是張張生動、美麗、感人，讓我們大飽眼福。祝福他拍鳥能更上層樓，鳥運源源不斷，美照如雲。



圖 A11



騎車走天涯

Annie Wang

曾經在武小中讀過的，騎著駿馬，行走天涯，追尋武林秘笈，和江湖各路大俠論英雄飲美酒，好不暢快淋漓的自由生活！

(1)

2018 年的夏天，七位斯坦福大學生為著自己的理念，傳播 STEM (Science 科學, Technology 技術, Engineering 工程, Mathematics 數學) 的科普知識給邊遠地區的孩子，開始了他們歷時 10 個星期，途經 10 個州，停靠 52 個站，共計 3700 英里的騎車從舊金山到華盛頓 DC 橫跨美國的旅程！

初聞我家公子 Alex 的瘋狂暑期行動時，親娘是擔心的、不捨的，答案是不支持也不反對，需要瞭解更多的細節再來商議！公子做事執著、堅定、有忍勁，但也是一通情達理之人，爽快地答應了親娘的要求，去找更多的信息來！

當天晚上，親娘立馬打電話給好友，商討公子這一瘋狂行動！沒想到好友一聽，立即舉雙手贊成，說什麼少年不做，難道等老了再做？說什麼現在不讓他做，等到以後他還是會去做的！唉，怎麼就找了這麼一個知己良友在討論呢？

沒過幾天，公子帶著他的信息又打電話來了，這次的信息貌似感覺行動還算靠譜。原來每一位騎車小分隊成員，是通過一次次的面試才最終拿到的 offer（哈哈，一無償的暑期公益活動）。面試官是去年參加騎車活動的成員，他們對所招收的新隊員要求可謂瞭如指掌，因為旅途中的一切所要經歷克服的困難都讓他們知道什麼樣學生最合格，最合適！

公子耐心地一次又一次打電話來講解，親娘一次又一次地拖延時間不作答覆，這樣持續了兩星期。其實親娘一直知道的，拖延戰術對此位少爺無效，他會每次極其友善的、耐心的、不斷的來問，每每這樣，他親娘總會被他精誠所至，金石為開而答應，Game over！

(2)

一旦決定，海闊天空任鳥翱翔的感覺！長大的鳥兒，為娘的雖有千般不願，萬般不捨，但還是必須學會讓其放飛的，只有這樣做，娃才能長大，才能成熟，才能體會父母的用心良苦。

騎車小分隊的成員一一落實之後，第一次會議也緊鑼密鼓地正式開啓了，公子在會議上碰到來自同一村的 Rachel 姑娘，大笑不止，同問“你怎麼會在這？”高興之時，同期盼著旅程快點開始。

準備工作第一件大事，必屬籌款，此乃最頭痛、最艱難的工作。於是乎，公益廣告做起來了，Go Fund 的籌款帳號也開啓了，錢不多也不少地開始增長了，除了去年的騎車分隊留下的 \$8000，他們還要籌備 \$15000。公子打電話來說，向人家要錢真的好難啊！親娘立馬說這也是你該學習的一部分，學會讓人家捐錢予你！

有了一些銀子，少男少女開始籌備所需的各種物品了。另外，合理精心歸化不多的資金也是一個他們要學習的技能。

分工合作、群策群力，七名隊友隔三差五地開個小會，仔細研究各種細節，可謂絞盡腦汁地，無所不及地想呀……

出發的日子逐漸臨近，臨出發的前幾天，還出現前隊友本願借用的 Mini Van (迷你麵包車) 不能借了，其中最主要的原因是車主不願承擔相應的保險風險 (Mini Van 的功能是放置所有補給用品和 STEM 課的材料，由 7 名成員每日輪流開車)。這下可好，小分隊的成員個個急得像熱鍋上的螞蟻，關鍵時刻，熱心的 Rachel 媽媽鼎力相助，把自己已到了退休年齡的老 Van 給請出來了，稍作裝扮，塗脂抹粉 (出發前做了一整套維護保養工作) 地把 Van 奶奶給攙扶出來。Van 奶奶，一路辛苦地由 Alex 公子從南加護送去北加，六個小時的考驗，Van 奶奶扛了下來。大家開心之時特別感謝 Rachel 媽媽的雪中生炭及慷慨解囊。



(3)

6/18/2018 旅程開始了，小分隊親媽們在之前也已經在 Texting Group(短信群)裡聯繫上了，大家互相勉勵，抱著有信息互通的原則，開始了親媽們提心吊膽的暑假，一個難熬的夏天呀……。

從此，親娘我開始用“Find Friends”這個 App 在谷歌地圖上追尋公子的腳步。用 Wikipedia 查詢並翻譯每一個停靠站，予己予人，和親朋好友分享，同時也釋放一些為兒子擔憂的壓力！一旦寫了，必須堅持，就如 Rachel 對心疼她的媽媽說的那樣“不會中途打道回府的，騎了就是目的地才是終點的！”娃們堅持著，我也必須堅持到底！

因為派 Van 奶奶相伴與小分隊同行，熱心的 Rachel 媽媽儼然成了騎車小分隊的 Team Mom(領隊媽媽)，每天時事報導他們的足跡，讓媽媽們有一個抱團取暖的地方，聊以慰擔憂！

(4)

少男女每日同吃同住，玩的是青春，拼的是激情，體驗的是旅程，感謝的是一路得到的幫助，以及智者的智言智語。

印象最深的是小分隊入住的加州 Plymouth Pentecostal 教會，牧師 Cruz 和妻子 Connie，熱情、溫暖，不僅打開教堂大門讓小分隊入住，還自掏腰包給小分隊在當地餐廳享用一頓墨西哥美食，並送上智言(摘自他們的博客)：

1.不要擔心有沒有錢。無論掙多少，做你喜歡做的任何事，讓自己快樂最重要。

2.不要讓任何人告訴你，你能做什麼，或不能做什麼。按照自己的方式及想法做自己認為重要的事情。

3.不要急於結婚。除了真正的愛情之外別無他物(牧師說的同時，對著他的妻子 Connie 輕瞄一眼，找到真愛的表情盡顯)。

隊友 Rachel 姑娘和公子是小分隊中年齡最小的，且

都是暑假的生日，此次旅程中，Host 他們的朋友，紛紛給兩位安排了一個不一樣的、難忘的十九歲生日，暑假寶寶的特點就是每年的慶生日地點有可能一年一換。

(5)

前半段旅程極其艱難，上坡路線頗多，突發狀況也頗多，摔跤的摔跤，有人被蜜蜂隔著衣服叮咬的叮咬，破胎漏氣補洞之類已屬於每日常規事情了！但一路風景讓小分隊成員歡呼雀躍，說若不是騎車走天涯，哪能欣賞到如此美景？

旅程中，時不時 Van 奶奶還要耍點小性子，一會兒副駕駛坐位旁的玻璃只下不上了，一會兒側門關不上了，這些在炎熱的沙漠上行駛時都是煎熬，所幸到了大城市時都一一修好。

(6)

此次旅程中最亮的亮點乃是小分隊與 MIT 的騎車公益傳播 STEM 小分隊在科羅拉多會合之時，一個從西向東，一個從東向西。公子的乾媽評論“終於會師啦！一種共軍拼國軍的感覺”相聚在餐館裡，火拚在飯桌上，以水代酒，共分享旅途中的心路歷程。

(7)

行程過半之時，親媽團終於熬不住了，紛紛飛往科羅拉多丹佛市探望小分隊，小分隊在那有一個三天的休息調整時段，陪吃陪喝陪玩，當然去為他們付款乃是最得歡心的行動！三天的相處，近





距離的感受，七位隊友，各有特色，各有所長，各有性格，共同點就是相聚在這十星期的騎車旅途中，堅忍不拔的毅力，精神都是一樣的。

小分隊成員用百花齊放、百家爭鳴來形容也不為過。有繪畫畫得像照片一樣細膩精緻的，有跳舞跳得像空中飛燕的，有見到各種樂器都愛不釋手的，有在非洲烏干達大地上狂飆摩托車經歷的，有熱愛自然為己任的，有到那都不會走丟的，有參加學校鐵人三項賽的……

(8)

原本以為過了旅程中最高點科羅拉多的落基山脈頂峰後，接下來就是一馬平川的大平原騎程了，但其實並非如此！

騎在堪薩斯的感覺就是那沒完沒了的玉米地，然後就是一會兒上一小坡，一會兒下一小坡的路況，無止境的感覺，外加那惱人的從東吹至西的雷震雨風，直接影響從西騎至東的小分隊（騎速超慢）！還要面對一路吃百家食吃壞肚子的事實，每一次這樣的情況，Van 奶奶總會一次再一次突顯神力，把小分隊成員及其自行車給送到了目的地。

堪薩斯州的夜晚是那無止境的，像煙花般不停閃電的，響徹夜晚的雷電交加雷震雨，讓從未踏足堪州的小分隊感到新奇有趣，但壞處就是想要在夜晚睡一安穩覺的難度頗大！

(9)

帶著 Mission(使命)開騎的小分隊，一路傳播 STEM 知識，一路騎，一路傳授，一路被不同地方的小孩的求知慾望而感動，一些偏遠地區，一些不是旅遊經常所去的地方，孩子們被小分隊的課程吸引着，個個喜笑顏開，通過做冰淇淋的過程瞭解了化學原理，通過數蟋蟀的方式知道了一些統計數據的知識…小分隊為孩子們準備了化學，趣味數學，統計，環保，繪畫，寫作，和計算機編程的課程。

每每到了大城市，由於當地接待他們的組織事先早早的打上廣告，小朋友們有上百個之多，小分隊用輪流開啓小班模式，儘量讓每個小朋友有多選擇的機會，可謂用盡全力，用心做好。

(10)

在漫長的旅程中，以天為被，以地為床，在前不著村後不著店的地方，安營紮寨露營已是常事，

幾天沒澡洗也是必須克服的困難，通力合作，自己動手自己搞定一日三餐，還要營養均衡，並且要照顧素食的隊友！

因為籌資的有限，外加還想多留一些銀子給明年的小分隊，小分隊成員每天分頭聯繫每一天的住宿安排。這一路得到無窮無盡的幫助，教會、親朋好友溫暖的家、Warm Shower（一世界性的民間自行車愛好者組織，專門為自行車騎友打開家門提供住宿的組織）、救火站、民間組織、警署、學校、收置無家可歸的組織……

沒有入住過一天 Hotel，唯一兩次的 Motel 住宿，一次由牧師出資（因為教會不能住），一次由他們去傳播 STEM 的組織者提供，在多日流浪之後，突然住上了三流的 Motel 時，心情是無比激動的，紛紛打電話給各自親媽們分享這個好消息，哈哈……（有比較才有感觸）

(11)

接近尾聲的旅程，勝利在望，行程卻更為艱難了，弗吉尼亞州的路況頗好，但騎車的道路山路之多，上坡 1000 英尺，下坡 700 英尺，此起彼伏的，可謂考驗毅力的關鍵時刻……

最閃亮、最瘋狂、最戲劇性的，最讓人記憶深刻的一天，當屬旅程最後一站的行程！不得不說，年輕就是好，有的是活力，有的是精力，有的是熱情，臨時決定把最後兩天行程併一天完成，屬於本次騎車旅行中騎程最長的一天，一共騎了 155 英里。挑燈夜騎，在 8/26/2018 東部時間凌晨 1:30 到達華盛頓 DC，旅程終點選擇在 Washington Monument 拍下了他們歷史性一刻的照片（8:30am - 1:30am，中間加起來有 2-3 小時的休息時間，一共騎了 14-15 個小時）。據說這瘋狂的主意還是我家公子提議的，主意一出，一呼百應，大家說騎就騎，只是苦了在遠方等待的親爹親娘們……

陪伴娃長大，陪伴娃騎車走天涯，為娘的在谷歌上也走過了千山萬水，在 Wikipedia 上更長了非常之多的地理人文歷史知識，收穫滿滿的親娘度過了一個難忘、難熬、難能可貴的夏天！

當歲月流逝之時，再回首之時，小分隊成員定會為自己曾經的勇者付出而露出燦爛的笑容，無怨無悔的青春，美好絢麗。



與你一道遠行

洪曉寒

(1)

遙想當年，我的兩個哥哥對父母扔下一句“你們別擔心”，在一個到處洪水氾濫的夏天騎上破破爛爛的自行車踏上了從成都奔往上海的長征。父母站在大院門口，一臉驚恐萬狀。兩個兒子這一去，杳無音信，直到一個多月後突然竄回來。

萬萬沒有想到，四十年後，大一的丫頭突然向我們宣佈，今年夏天要跟幾位同學從學校騎車到華盛頓 DC，歷時 10 周，跨越 10 個州，靠停 60 個站，一步一步用腳踩過 3700 英里。

有沒有搞錯，丫頭？

你 16 歲才斷斷續續學騎自行車，到上大學前，還搖搖晃晃騎上去，一驚一咋摔下來。據說後來在學校奇蹟般地會騎了，可那水平僅限於用自行車代步，從一個教室奔另外個教室，哪裡就一夜成大師，有底氣橫跨美國？

丫頭，你若回答不了我的問題就休想去！

你騎車經驗這麼有限，怎麼敢於走這麼大趟？萬一出點事咋辦？為什麼一定騎自行車？經費從何處來？學校有支持麼？吃住怎麼打算？你一去兩個多月不見蹤影，把我們嚇死怎麼辦？再有，你不覺得放棄了實習很可惜？畢竟一年級學生不太容易找到實習，而你已經找到了兩個！

媽媽，你怎麼就不相信我已經是騎車老手了？自從我決定騎車，我就常和同學們週末練習到郊外長途騎車。

你問為什麼騎車？媽媽，你大概不瞭解美國教育資源分配的不均勻，千橡附近的高中各方面資源都很豐富，什麼 AP 課都開得出，可一些小地方的孩子們，卻很難有機會涉獵到全面的科學，技術，工程和數學（STEM）教育，我們一路騎車，才有可能深入到平時不會留足的地方，跟那裡的孩子交流。騎車也考驗我們的毅力，無論颶風下雨還是烈日炎炎，我們都必須準時趕到預定的地方。

嗯，學校不願擔責任，但我們相信通過各種渠道，一定能募到足夠的款。

我們自己煮飯，尋找免費住處，實在找不到住處就搭帳篷。

我以後有機會實習，不急在今年。

你們可以用手機跟蹤，中途還可來看我呀。

明明知道這丫頭一旦下定決心做什麼事兒，十匹馬都追不回來，我還是補一句：萬一你騎不動了，隨時買張票飛回家哦。她堅定地回一句：既然去，就一定到 DC。

得，我無言以對了！

2018 年 6 月 17 日，我們把丫頭送到學校，眼看著她一臉即將出行的喜悅，突然想起當年父母的萬般無奈。

2018 年 6 月 18 日，一行 7 位同學，3 男 4 女，身著從上到下嶄新的騎車衣服，戴上墨鏡，綁好護膝，騎輛二手自行車從學校出發了。同行保駕護航的還有我家那輛開了 18 萬英里的老 Van，載滿了各種供應：簡單換洗衣服，睡袋床墊，鍋碗瓢勺，帳篷工具，教學用具……

七位隊友的家長們，20 幾位斯坦福孩子的父母們，十幾位千橡的叔叔阿姨們，以及孩子們的朋友們紛紛搭起了社交羣，一路為他們加油！

(2)

與當年父母音訊全無，兩眼茫茫不同，我可用智能手機“跟蹤”丫頭每天的行蹤。當在“尋找手機”軟件輸入密碼，一個綠色的小圓圈立馬跳出來，給出她的定位，她動幾步，小圓圈就跟着跳幾步。

每天必定關注這些：

幾點出發？多少英里？

天氣如何？濕度多大？海拔多高？

誰開車？但願老 van 不負眾望

途徑哪些小鎮？入住哪裡？能不能洗澡？

在哪裡教課？有多少學生？

還有多少里到達目的地？



。。。。。。

遙控跟蹤的天敵是信號不暢失聯，兩眼一抹黑。

曾經有好幾天，他們翻越延綿不斷的洛基山脈 (Rocky Mountain)。雖然之前他們已經通知可能沒有信號，但當我盯着手機上的時間被固定在十幾小時之前，衛星圖象顯示出一座座山峰拔地而起，還是膽顫心驚。一天之內從海拔 4500 尺的 Craig 跌落到海拔 880 尺的 Steamboat，第二天又飛躍到 5000 尺的 Grand Lake 到底是怎麼跌宕起伏的體驗？事後丫頭說：下坡時真的有些怕，只有集中精力，牢牢握住煞車。

或者，騎了 100 英里，終於進城了，明明看見丫頭在交叉路口，偏偏信號斷了，小圓圈被“定格”在了車水馬龍的路口，一動不動。再過幾分鐘，小圓圈早飛遠了，我這裡仍驚魂未定。

或者，天色已漸漸晚了，丫頭還在千里之外一步一步地往前移動。有一次我實在忍不住打通電話跟她商量能不能坐車去目的地。她卻堅定地回覆：媽媽不擔心，我很強壯 (I am strong)。頓時，我幾乎崩潰。

。。。。。。

因為跟蹤，我熟悉了幾百個他們必經之路的地名，把從西朝東千姿百態的變換盡收眼底。每天，丫頭到站了，我才安了。

(3)

有些地方，去過了，終身難忘，比如內華達的 50 號公里。

丫頭曾寫過一首詩，開頭是這樣的：

It's not the tide of a gentle lullaby. (不是一首溫柔的搖籃曲)

Or the roll of a perfect storm. (或是一場疾風暴雨)

It's the cacophony of banging pots or questions of foxes. (是敲打罐子乒乒乓乓的聲音)

That wakes us up every morn'. (把我們驚醒)

We shuffle our feet and rub out bleary eyes. (我們動動腳，揉揉眼)

Thank the day that were healthy, (not too)

wealthy, and (a little) wise. (感謝我們健康，富有一雖然錢不多一，一點兒智慧)

And get ready for a day of cycling and sunny skies. (準備好騎車，迎接陽光燦爛的一天)

這首詩 (笑。如果可以被稱為詩) 寫於剛剛經過內華達州的 Great Basin National Park。很難想像，在 50 號公路上，她對每天的行程仍然翹首以待！

50 號公路被公認為美國最孤獨的公路。有人警告說沿途的小鎮除了幾個加油站，幾隻野狼什麼都沒有。網上流傳着張頗有點誇張的照片：一個小夥子，橫躺在公路上，放眼望去，空無一車。

我追蹤的衛星圖象清晰地顯示出烈日炎炎照下，道路兩邊被烤得焦黃，黃色的分道線特別醒目，道路空曠筆直，延伸到地級與雪山融為一體。

車隊的 50 號之行始於小城 Fallon，停靠站為經典的驛站 Middlegate, Austin, Eureka, Ely, 止於 Great Basin National Park，共騎了 333 英里。

Middlegate 只有 17 人，2 - 3 隻狗，居然有個屋頂貼滿了 1 美元紙幣的餐館，出售巨無霸漢堡包。店主對遠道而來的小小勇士們說：你們可在店的後面搭帳篷，需要什麼盡可告訴我。小分隊就在方圓幾十裡唯一有人氣的地方安營紮寨了。

從 Middlegate 到 Austin 69 英里，一路燥熱難忍，本來他們對只有 159 人的 Austin 不抱什麼希望，可到站後，發現馬路邊居然冒出個游泳池，還可以洗澡，這可把他們高興壞了，一頭紮進水裡，跟當地的小孩子嬉遊着，久久不肯出來。

丫頭在 50 號上一腳一腳踩着自行車，腦子裡飄來一陣意識流，她自問自答：

Where does all the water I'm drinking go? It's been like 5 bottles and I still don't have to use the bathroom. (我喝的水哪裡去了，我明明喝了整整五瓶，卻沒有上廁所)

How come I'm not sweating? Oh right, wind. (為什麼我沒有流汗？對了，風把汗吹走了)

Have I really been thinking about my legs



for the past 10 miles? (過去的十英里，我怎麼都沒有惦記過我的腿?)

Wow this view is absolutely gorgeous! (天啦，風景實在太美麗了!)

Oh wow this view hasn't changed for like the past 20 minutes. (噢，這道風景 20 分鐘都沒有改變過?)

I really hope that gravel didn't pop my tube! (我真希望上坡不會刺破我的輪胎)

美國就有位作家 Stephen King，在 Middlegate 閉門六個月，寫成了轟動的小說《Desperation》。無獨有偶，William Nilon 主演的獲獎片《Black Road》也是在 Middlegate 取的景。而我家丫頭，獨自吟詩高歌在荒蕪人煙的 50 號公路，誰說她的文字不會傳世？(笑)

(4)

長達十週的騎車，有許多事始料不及，比如：輪胎每天爆幾次？爆了之後要多少時間才能換好新胎？全隊因為爆胎延遲多久到達目的地？

每天能不能洗澡？在孤獨 50 號公路上和科羅拉多 Rocky Mountain 長途跋涉，他們有過長達五天沒有洗澡的記錄。每每問：臭了沒？丫頭笑答：沒有沒有，挺香的。又問：你們臭着教課，學生沒有抱怨？丫頭答：沒有沒有，他們根本沒有聞到。

有幾次在人煙稀少的地方，聯繫不到接待的，就只好在馬路旁邊搭帳篷，七個大孩子擠在一起，天當被，地當床，夜裡冷得牙齒打架。

吃壞了肚子，渾身無力，最後實在騎不動，只好用車把他們拖到目的地。

荒郊野嶺中，GPS 失靈，怎麼找路？

如何在突然降臨的大雨中繼續前進？

算好了 100 英里，到達目的地居然還差 3 英里，於是決定繞城，直到把英里數湊足(笑)

怎麼不被堪薩斯漫漫無際的玉米地弄得抓狂？



既然非得經過一段 freeway，怎麼騎在一串汽車前面旁若無車？

如何避免被肯塔基州潮熱蒸得昏昏欲睡？對，趕早行動！凌晨 3 點半起床，4 點半出發，看太陽從遙遠的地極冉冉升起，慢慢染紅天空，大地，花草，樹木。

或者，兩天的路程合成一天，把最後 155 英里用在背後，於 2018 年 8 月 26 日凌晨一點半直達此行終點站——首都的華盛頓紀念碑(Washington Monument)。

誰說得清楚下一刻會發生什麼？

(5)

他們此行的重要目的是傳播 STEM。七個孩子，個個身懷絕技，他們公益教學共九次，大都去的幾千，1 ~ 2 萬人口的小城市，比如內華達的 Ely，科羅拉多的 Steamboat Spring，堪薩斯的 Newton，密蘇裡州的 Farmington 伊利諾州的 Carbondale，肯塔基的 Hazard，開設的課程有趣味數學，計算機編程，統計，化學，創意寫作，環境科學，繪畫藝術。

因為正值暑假，所有的授課都只好在公共設施比如圖書館，科學館等進行。事先，他們並不知道有多少人來，學生年齡分佈。如此，每位小老師都必須根據情況靈活調整教學內容。

第一次是在內華達州人口 4,255 的“大城市”Ely。他們提前一天到達，圍坐了一個公園半天



之久，每人都試講了一遍並彼此聽取建議。

第二天來了 20 個學生。早上自由選課，所有孩子都選擇了製作冰淇淋的化學課和創意寫作課，把我家丫頭下午要開的環境科學課曬在一邊。這下她傻眼了，打來電話，泣不成聲：媽媽，你知道我花了多少時間和精力備課的，你知道我騎車的願望之一就是讓更多的人關注我們的地球，可是，我卻沒有機會，這怎麼好呢？我立馬使出全身解數安撫了她半小時之久。

“感覺好點了？”最後我問

“好多了，謝謝媽媽”

幸好，下午有兩個小姑娘拜丫頭為師，她這才破涕為笑，歡天喜地，恨不得把自己學的統統兜售出去。

人氣最旺的課程在 Kansas City。畢竟是大城市，來了 80 個學生，小分隊每人都上了 4 節課。丫頭熱血澎湃，開心得不行，“英雄”終於有了用武之地。我說：孩子們一定從你們那裡學到很多。她立馬糾正：媽媽，應該講，我們也學到很多。我們學習了如何跟孩子們互動。他們渴求知識的熱情讓我們很感動。。。

2013 年，哈佛大學，麻省理工和哥倫比亞大學一些學生成立了 Spokes America，發起者相信每个孩子受教育的機會不應該由其膚色，郵政編碼，及社會經濟情況來決定，他們身體力行，用騎自行車橫跨美國公益教學的方式來一點一點改變目前教育機會不平等的現狀。斯坦福大學從去年開始響應此活動。今年夏天幾乎同時，麻省理工從波士頓奔舊金山，斯坦福大學從舊金山奔首都華盛頓，7 月 17 日兩隊匯師於科羅拉多的 Grand Lake，雖素昧平生，卻一見如故，分外親切。

丫頭講：但願今後有更多的大學加入這項公益活動，把愛心一捧一捧接力下去，讓更多邊遠地區的孩子受益。

(6)

此行一路向東，從加州出發，經內華達州，猶他州，科羅拉多州，堪薩斯州，密蘇里州，伊利諾州，肯塔基州，弗吉尼亞州，最後抵達首都華盛頓。

在 2/3 的路程之後，我問丫頭：騎夠了沒有？她猶豫下答：但願以後還騎。我聽懂了，那意思是還沒有騎夠。

一行七個大孩子，錢包扁扁的，沒有一分錢的酒店預算，七十天的長途跋涉住哪裡？難道睡馬路不成？每每我疑慮重重，問題猶如高射炮似地發過去，丫頭總安慰說別擔心別擔心。事實證明了我的多慮。除了幾個人煙稀少的地方外，他們都找了接待。

美國是個小鎮文化很發達的國家，教會、民間團體星羅棋佈，遍佈了幾乎每個角落。比如，他們入住的教會 Plymouth Pentecostal Church 所在地 Plymouth 只有 1000 人，教會卻至少有三家。一般而言，當他們自報姓名，說明長途旅行的目的，教會對他們一般都歡迎。有的牧師把他們請到自己家中洗澡，有的安排到教會的兄弟姐妹家住，有的替他們訂酒店。

更多時候，他們入住素不相識的 Warm Showers。Warm Showers 是一個世界性的民間自行車愛好者組織，凡願意接待過路的騎車者，可上網公開自己的地址。車隊就用這種方式，解決了大部分的住宿。常常，Warm Showers 的主人不僅提供免費住宿，還免費供應食物。有幾次，主人碰巧不在家，就放放心心把門留給他們。孩子們也很懂事，每次離開前，都把房子打掃得乾乾淨淨。這一路，他們還吃住過消防站，急救中心（笑），校友，親朋好友家。

如果他們不是在一個安全，發達的國家長途旅行，如果沒有得到各方的厚愛和支持，如果他們每天露宿街頭，食不果腹，丫頭還會不會覺得沒夠呢？

(7)

2018 年 8 月 29 日，當我站在洛杉磯機場等候丫頭的歸來，想到勇氣的確可以傳承。40 年前我的哥哥們毅然冒險，如今我 19 歲的女兒也步他們的後塵。

此行對一生有什麼影響？

她今後的歲月肯定有大大小小的驛站。行在每條道上，常常難以預料前面一馬平川還是崎嶇不平，風和日麗還是風雲突變，眾星捧月還是孤獨無援。那麼，年輕時代這 3700 英里的經歷會不會不經意地浮現在心頭，化為勇氣和力量？

這麼想著，一眼看見曬得黑乎乎的丫頭夾在人羣中，咧着嘴開心地笑着，朝我奔過來。



康谷社團

千橡城基督教會

Pastor Peter Lee 828-716-0626
 王友平牧師 805-987-0985
 方智武長老 805-376-3073
 江梅生長老 805-497-6208

西米基督教會

甄世平牧師 805-285-7789
 歐思真長老 818-865-0645
 陸大齡長老 805-529-4863

康谷華人基督教會

蔡茂昌牧師 805-241-1542

康谷天主教查經班

顧木蘭 805-375-6292
 週五/每月第二、四週 7:30PM - 9:30PM

慈濟西北洛杉磯聯絡處

Northridge 會所 818-727-7689
 Santa Monica 會所 310-473-5188

千橡圖書館

廖慰真 805-381-7356

千橡中國書畫學會

溫揚 805-493-1939
 田丰 805-480-1887

千橡聯誼社

謝聰貴 818-279-3469
 章濟貧 818-887-1711

中國旅美科技協會-洛杉磯分會

方平 805-338-7596
 朱曉春 sxczhu@gmail.com

美國防癌協會義工-南加州聯絡人

凌生輝 (Ling Wu)
 吳道宏 (Edward Wu) 818-292-3543

www.cccto.org

www.cccto.org

www.cvccc.net

康谷快樂媽媽義工群

Conejo Valley Happy Moms Club tinayu@yahoo.com

健言社

週四/每月第一、三週 7:30PM-9PM
 胡晷 805-529-8891

雙谷跳舞俱樂部

周溱 805-852-2268
 易繼行 818-707-9243

韻聲合唱團

顧木蘭 805-375-6262
 何美珊 818-518-7631

揚聲合唱團

黃桂林 805-807-8763

千橡民樂坊

汪宜 805-709-6886

千橡舞韻

沈楓 213-924-7771

夢幻青少年管絃樂團

續易瑾 818-889-4739

東方藝苑 (CAPA)

王珽 805-376-0108

橡園太極拳協會

週日 7:30AM - 9:30AM
 張寧孜 818-991-8149
 黃珠蟾 805-778-0702

Oak Park 網球協會

週二、四、五 7:30AM - 9PM
 張寧明 (Senior) 818-889-5643
 週五 8PM - 10PM
 週日 (冬季) 2:30PM - 5PM
 龍長勤 805-241-3234

千橡羽毛球俱樂部 www.tobadminton.org

以上資料如有更新變動，請與編委徐衛龍聯繫：wxu101@yahoo.com，否則資料不作變更



行之拙拙

馮瀚緯

在大洛杉磯地區，去哪幾乎都得開車，如果不會開車，說是行不得也哥哥，實不為過。

在此住久了，回頭看過去幾十年的開車史，還有不少足堪回味。

停車一

一個聖誕採購季到購物中心買東西，停車場紛紛嚷嚷一位難求。眼看一部小車開走空出一個停車位，我眼明手快調好方向衝進到位停妥，一氣呵成，相當的得意，卻不料開了車門，這空隙除非紙片人，根本沒法出得去。看了看右側門，情形也是一樣。幸好，那時開的是五門車，還不至於把自己困死車內。我往後爬到置物廂，準備從“尾門”下車。這時從後窗看到不遠處站著一對老夫妻正瞪著我注目。我開了尾門，一個旋步瀟灑的跳到地面，很不幸一個腳步不穩，跌了半個狗吃屎。我飛快的站好，只見那位女士抿著嘴對我搖搖頭，但那位男士卻微笑對著我豎起大拇指。拉拉衣角、整整外套，關了門鎖好車，我朝著這對長者露齒一笑，再微微鞠了一躬，然後轉身向商場走去。

我不知這位男士長者是嘉獎我停車技術好，還是身手矯健？結論是：在公眾場所陌生人之前，如有動作失誤，也別忘了要優雅的扳回面子。

停車二

多年前開車拜訪北加州的海邊小城 Carmel，這地方風景優美，永遠是遊車如織。當地市政府為讓遊客流動性平均及停車位更有效的控管，規定鬧區街邊停車以一個鐘頭為限，超過就開罰單。控制的方法是每一個鐘頭左右，有糾察人員拿著一把帶色粉筆的手杖，在每部停車靠街的輪胎中位打個記號，對已有記號的車，就會開罰單。

我本就要去好幾處，因此每回不到一個鐘頭就換地方，也確定後輪中位是“乾淨”的。半天多下來，各重點都玩盡興，準備開車離去時，發現擋風玻璃上夾了張罰單。查看車後輪胎記號並未違

規，再全盤檢驗，發覺前胎赫然有兩個印記。有道是顧後失前，只怪自己“學藝不精”，這就是個活生生的例子。

體驗是：法條講的原則，切記只看了執法人員的片面表像，自己就先入為主的劃限了。

挨罰一

在美國開車吃罰單，相信每個人都有很豐富的經驗。

有回多人一起到 Las Vegas 賭城，租了一部 Van，我擔任司機。早早年代，去 Vegas 還不是那麼風起雲湧。那天上了往賭城的 15 號公路上，才發覺到速度表是壞了的。當時整個高速公路上前後空蕩蕩，天上除了飛鳥和偶而的飛機，只我們一部車唯我獨尊，也就不怎麼在意。

天大地大，一路開來精神亢奮，膽也跟著大，油門也就踩得深了。狂奔一陣子，看到車後遠遠有個小車影，我開始減速，等遠車開近了，原來是部警車，竟然閃著燈打開擴音器叫我靠路邊停下。警察走過來隔著窗口，說我超速到 95 哩，要開罰單。我與交警分辨說，也許我是有超過法定的 55 哩限速，但絕不可能快到 95。交警說，這速度是十多分鐘前直升機所測到的，拿了紀錄給我看。我把這怪罪到車上速度表壞了，路上又沒同行車子可作參考，但還是非常誠惶誠懼誠實的認罪了。也許是我的誠意感動了交警，他在罰單上把超速改為 75（如果車速超過法定的限速 20 以上，罰金會三級跳，駕駛記錄的負點也會加倍。），還一再告誡安全第一，祝我們旅途愉快。

反思是：人在做、天在看，不可凡事存著僥倖之心。

不過，在美的公職人員執行任務時，一般來說還有相當的人情味。當然有一點非常重要，如真的犯規被逮時，切記避免強辯硬辯抗辯狡辯，旁邊的好友更不可基於“義氣”也加入陣營一起雄辯。到底在美國，講的是法，再來是理，然後才是情，次序可不要弄反了。

挨罰二

有回冬天加班到很晚才走，在離家不遠一個有雙向 Stop 標誌的十字路口準備左轉。當時天黑四處無車，我做了個加州式暫停（依法遇 Stop 應停車靜止三秒鐘。所謂加州式暫停也就是“蜻蜓點水”意思一下，也許一秒都做不到。）就左轉，剛上橫街，就見左手邊街口停了部熄燈的警車，那時黑壓壓一片，不仔細看，根本不會發現。心想不妙，肯定要吃罰單了。但



當我開越過左側的警車好幾十呎，也不見他車子開動或亮燈，想這位警察可能正在忙或休息。心念一轉，就右拐再左拐換了條巷弄，只盼快快到家，進了車房就安了。不料還未到家門之際，只見後面閃燈還鳴了幾聲笛的警車快速跟近，一個箭步切到我車前，逼我停在一個民宅車道口。一個大個警察走過來令我下車，打開兩臂兩腿趴在車左側，這個動作在好萊塢警匪片中早就是目熟能詳。

警車的笛聲是停了，但車頂的紅黃燈還是轉得非常刺眼，在那寧靜的住宅區沒有月光的晚上，這景象實在很嚇人。看到不遠處有居民走出街又退回自家門口張望，可是怕萬一有槍擊事件發生躲得快？警察壓著我搜了全身確定沒有違禁品，開始問我為何從大街左轉後看到警車就加速逃跑？我解釋自己只是個單純的老百姓下班晚了專心趕著回家，並沒有注意到路邊有警車。他再指責我遇STOP Sign沒有Full Stop，在住宅區裡開車超速等等，都違反了交通法規。

警察讓我坐回車裡，拿了我的駕照回到警車上察我的底。幾分鐘後回來說，我過去的紀錄很乾淨，所以他不會抓我，但還是要開我兩張罰單。我再解釋工作一整天沒休息，累了，如果犯了規，是自己無心的疏忽，希望能“從輕發落”，也就是只開一張罰單？我沒有成功。

老實說，當時左轉後確有躲的念頭，但碰到了這麼個警察，總覺得有種被請君入甕的感覺。本來只是Stop停車違規，現在還多了個超速。如果拿到兩張罰單，是沒法上課去刪除自己駕駛紀錄的負點的。

教訓是：偷雞念頭不可有，否則就要有蝕把米的準備，天網終究是恢恢的。只是，那晚上在自己住區鄰居前如此亮相，這也是夠衰的了。

菜鳥記 有個冬天，參加華人社區舉辦的大熊湖滑雪營。進山區有個規定，車子一定要備有雪鍊，除非安裝的是雪胎。我，從沒在雪地裡開過車。

住進營區，第二天一早，把新買的雪鍊依說明裝好，就出發往滑雪場開去。沒走多久，路邊停了兩部車，好像出了什麼事，我停了車，走回頭看看究竟。原來第一部車的雪鍊沒裝對，車打滑，車主是新手，在路邊求助。第二部車的老陳是老手，正幫著重新安裝。我自告奮勇上前幫忙，講實話自己是生手，只能說在旁湊熱鬧。

一陣混亂完工，我和老陳走回自己的車子，忽然發現在我車後不遠處有條雪鍊躺在雪地上。我回頭對老陳說，哈！又一個菜鳥，雪鍊掉了都不知道。撿起雪鍊，準備帶回營區後再來個失物招領。當回到車上，想想保險計，還是下車檢查自己的四個輪胎是否安然無恙，這一看，非同小可，兩個後胎的雪鍊都不見了，原來剛撿到的雪鍊根本就是自家的。叫住老陳，陪著一起往營區尋回去，幸好幾十公尺外找到了第二條。當老陳幫我把這兩條雪鍊牢牢的安裝回去後，早上大半天也都報銷了。這趟滑雪之旅還沒開張，已做了個雙料菜鳥，也真有夠糗的了。

為了遮羞，我跟老陳說：起碼，我的駕駛技術還真不賴吧？雪地開車，有沒雪鍊，沒啥兩樣。

啓發是：人之初，性本拙。這與洪荒宇宙起於混沌的道理是相互呼應的。文明和科技的發展讓人類不斷的進化固然可喜，但如太超過則不免有矯枉過正之憾。

勸君偶爾試著做做拙人、行行拙事，相信對人世間必會有另類意想不到的領悟，生活也自然，必然會有不期然而然的驚喜而更加美好。





工作，在水一方去遠航

謝桂棟

初來乍到的新移民，一腳踏入美國，往往尚未回神，便要融入這兒的民族之爐。雖說進了爐兒機會均等，個個走過場，人人都努力，能否出神入化則造化有別，要看入的是哪地之爐，與何成分相溶，也許，還有時來之運？過半世看今朝，有人感嘆，身不由己修地球；有人自嘲，天生我才機器上的螺絲釘；有人風華，兩袖清風講壇獨立輔後人；有人升騰，呼風喚雨期貨股市錢如水；有人說，他是一條快樂的船。

自從入了游艇這一行，從事船艇業的國貿，便自喻為一條航行四方的“船”，走南闖北，以水為伴。記得那年公司招亞洲經理，要求會說兩種亞洲語言，能經常海外出差，獨當一面業務。幾輪面試被選中後，經過數月業務培訓，開始試水去海外。首航新加坡，次航抵日本，半年後，順風順水到上海。老板親自出面，教喻如何介紹產品，如何與客戶應酬，如何遣詞用語……，因為新入這一行，被教了不少的“如何”！在星洲，船一晃，還算適應東南亞的水；在東瀛，得心應手懂對方；在華夏，陪著看船展，介紹國情與民風。幾次試航，大考終算過了關。從此以後，我成了一條解開了纜繩的“船”，涉風浪於湖川大海，從一港到另一灣，戲水花於浪湧浪尖，從急水到瀾濤，不斷的識水諳海航。

美國的船艇業擅長於經營北美市場，但疏於國際貿易。美國特色的“製造商出口代表”公司有精通外國文化和語言的人才，人人猶如不同尺寸的行舟，在一片片熟悉的水區巡航馳騁，施展身手，化解製造商的煩惱，讓“美國製造”飄洋過海。出口代表型的公司，代表的業務由老板以及他的員工來執行。撥開海雲，舉目遠望，我們的舟艇有的航行於墨西哥灣，有的穿航於馬六甲海峽，有的巡航於地中海，有的穿梭往返太平洋和大西洋。是船就得以水為伴，浪擊不止馬達不停；是代表就得把最新的產品信息傳遞，送到市場，送到買主手上，讓交易實現。在我負責的區域，橫濱游艇碼頭有我的身影，首爾的漢江上我掏過水花，在廈門五緣灣留下對話的聲浪，在馬尼拉灣的水上把酒言歡，在胡志明市的游艇廠我撫摸龍骨，在珠海的游艇工業區推介設備，在蔚山現代救生艇售後跟蹤，在高雄小港拜訪潛在客戶……。我們在熟悉的水域，指定經銷商，建立銷售渠道，設定遊戲規則。我們扮演的角色，就是一條巡航之舟，讓供與需通過這船平穩地實現快速接駁。

曾記得，早年入這行，曾被各方廣泛測試。當向老資格的經銷商推介我方公司的產品時，被測試過對船艇和發動機的了解；當完成商務洽談而轉

為社交時，被測試過對酒的知識和酒量；當有人自豪曾駕船到過哪個島嶼和港城，見到什麼異域風光時，被測試過對世界地理的知識；也曾被測試去操控一條船……。還好，我們所代表的製造商，都提供對新產品介紹的培訓，有時必須由你上駕駛艙，操縱體驗新舊舵機的異同。我們的宴會從來不缺美酒佳肴，游艇展會時有比基尼美女的點綴，工作之地也多在世界風光旖旎之處。見世面勤學習，熟悉西方的生活方式，懂得西方的社交禮儀，亦為從事休閒船艇業的職業功課。你具備了產品知識，懂得水上休閒的樂趣，親歷過別緻的“游山玩水”，在各種場合都能與人親和互動，視寒冬臘月上吧台空腹灌冰啤酒為耳耳，處海灘椰林見性感美女搔首弄姿不情迷，能準確而本分地唸好公司的“生意經”，那麼，心照不宣你算是入行了。

曾記得，早年的東南亞金融危機，前幾年的美國金融風暴，在我們經常出入的布場掀起巨浪，有的公司被浪濤吞沒，有的公司被急流支離，我們的“船”照常駛離碼頭，頂住風浪穩速前進，當我們在一片狼藉的碼頭、競爭者望而卻步的時候驚現，把我們所代表的工廠的新產品、新機會傳送到經銷商的手中，我們感動了客戶，贏得了更大的市場份額，贏得了經銷商的終身信任。這船，廣受歡迎水漲船高，成了帶來生意輸送利益之舟，世言道：商場如戰場，而在游艇行業，這處處流淌著財富的商場，有風浪少硝煙，似乎富豪眼裡的游艇美女圖，不需要出現戰艦炮火的畫面。最好的服務，專業的服務，才是這個行業中，顛簸不破的競爭指南。弄潮於商海，我們洞察個中奧秘，並精於錦上添花，讓這份玩水的工作變得賞心悅目。

中國有句俗語：幹一行怨一行。如果說三十年前的昨天，是面對極低的薪水又不能跳槽而喊冤叫屈，那麼三十年後的今天，可能由於太大壓力卻薪水不公而頻炒老板的魷魚，反映的都是不同時期的職場現象。倘若焦距美國職場，且不論中國俗語的結論將會出現與否，但發現更多的是一字之差：專一行幹一行。各行各業大多要由專精一業的人士擔當。譬如，從事初級教育，除了要有相應的學位，必須通過教職證書考試；做家庭老人護理，也必須滿足社安護理的培訓要求；更不用說會計師、醫生和律師了。一個“專”字，保證了美國職場的專業對口，專業水準。用一個“專”字，堵住不合格者，婉拒過合格者（Over qualified person）。通常，一個合格的專業人士，從事他專長的合適職業，大都薪水相配，工作快樂。

我，以及我的同僚是幸運的。我們非生於此，而此需要我才，用我之才，賜一片遼闊的水天，可航船舟於東西，能播浪跡於天涯。細數我們公司負責一方市場的“八大金剛”（負責各市場銷售管理的八人），有六人為外國出生，其中兩位歐洲人兩位亞裔，以及兩位來自古巴的西語裔。我們專在外語，每人至少有兩門以上的外語，加外國文化和生活的背景；專在國際貿易的知識或經驗。說來頗為簡單，這就是上“船”工作，作為製造商出口代表的基本條件。然而以往的職業經歷讓人領悟：凡一個行業以前越少有外裔從事，越有國際化趨向，越含有高端歐美風尚的地方，往往是合格的新移民最能發揮才能的地方。因這“船”，要承載供方接過需方，三方同舟，共濟生輝，創造價值，必須首先語言通暢，能在遼闊的“商海”，乘風破浪持續巡航。





體驗現代主義烹調

李瓊

聖誕節時兒子送我一套《現代主義烹調：烹調藝術與科學》叢書，印刷精美，價錢不菲。

跟大多數人一樣，我平時想做什麼菜，就上網去找食譜。現在網絡這麼發達，有幾個人還看著烹飪書做菜呢。送我這麼一套昂貴的書，覺得真是一種浪費。可這是兒子的一份心意，我高高興興把書接過來，快快樂樂地擺在廚房最顯眼的角落裡，成了兒子愛老媽的見證和廚房裏的擺設。

最近女兒在家，想做幾道精美菜餚給女兒吃，於是想起這套書來。

這套書一共六本，洋洋灑灑地從歷史基礎講到現代技術，從設備原理講到動植物原料。本來只想找幾個比較簡單的菜譜試一試，翻開食譜，每一道菜都是很複雜的樣子，家裡不是原材料不對就是缺少某一味作料，其中很多東西我都不知道該上哪裡去買。尤其是操作步驟，動不動就參考第X卷第XXX頁什麼的，直讓我看的眼花繚亂，似懂非懂。出於好奇，乾脆從第一卷翻看起來，看看作者是怎樣把烹調和科學與藝術聯繫起來的，也看看那些米其林廚師做菜時是怎麼樣講究的。先讀了一下作者介紹，第一位作者居然是大名鼎鼎前微軟首席技術官，內森·梅爾澳德（Nathan Myhrvold），那個集技術專家、廚師、探險家、攝影師和企業家於一身的多面怪才，難怪他能將烹調與藝術和科學結合在一起。就沖他，即便當成故事或者作為科普，這套書也值得一看。

為了讓自己讀的更有興趣一些，理解透徹一些，選了一道我熟悉的菜，肋骨牛排做參照，看看書上是怎麼說的。

做這道菜，首先要有一個真空低溫烹調設備。

近來，用真空低溫烹調已越來越被人們所接受。

聖誕節時女兒順潮流送了我一個。初拿到時，因為新鮮，用了幾次。尤其是做牛排，可以說百做百勝。為了試用更多功能，女兒和我甚至用它來煮過一次雞蛋，做過一次土豆泥。不過真空低溫煮雞蛋真是大材小用，時間長不說，煮出來的味道也沒什麼特別。

真空低溫烹調的特點是可以準確完美地把食物按預定的溫度均勻加熱，這點我已經在以往的烹調中得到了證實。另外，按照《現代主義烹調》理論，真空密封大大減少了氧氣與食物接觸時造成的化學損傷，例如魚類的天然脂肪被氧化後會產生腥味，鮮亮紅肉中的肌紅素經氧化會變成棕紅色，等等。還有，在真空密封袋中烹調的食物往往會更鮮嫩多汁。咋一聽，這個理論似乎成立，不過還有待本人再去實踐體會。以往的烹飪中，我對抽真空不是很在意。不知是我的手笨，還是Costco買的那種真空包裝機不是特別好用，有時候空氣抽的不是很乾淨。我以為這種包裝法只是為了烹飪時防水，就沒多在意包裝質量。沒想到這道程序直接與烹飪後肉的品質有關，看來要想做出米其林水平的食物，每一道程序都馬虎不得。

按照書上說，經過真空低溫烹調的牛排，如果再燒灼一下，讓美拉德反應以及其它僅再高溫下才有的化學反應產生的促味劑和芳香族化合物，這樣烹調出來的牛排才是獨一無二的。

我做牛排的方法是兒子教的，步驟與如書中所敘述基本一致，凡是吃過的親朋好友無不讚不絕口。如今念過這套權威性的書，算是從理論的高度對自己的烹飪技術有了個總結，從此往後老公再跟人講究包餃子的力學問題時，我也可以吹一吹做牛排的熱傳導原理了。



尋回心上的人

章世倩

我從小就喜歡看卡通影片。從《太空飛鼠》、《大力水手》、《史努比》到《科學小飛俠》，我百看不厭，其中最喜歡的影集之一是《頑皮豹》，因為其中的主角淘氣，可愛且滿有喜感，像極了我的妹妹！

我的妹妹生性好動，渾身是膽，活像個男孩兒。小女孩都喜歡玩洋娃娃，她卻不然，一個金髮及腰的娃娃到了她手裡，不消幾天功夫就成了光頭貝蒂！她極富好奇心，對於新奇的事物，總要一探究竟。

妹妹四歲那年的一個仲夏夜，外婆、媽媽帶著妹妹與我去台北市中心的一座公園遊玩。園子裡林木蔥鬱，亭閣處處。有台灣博物館、台灣第一部蒸汽機、露天音樂台，還有一彎池塘。塘裡各色鯉魚、烏龜，自由自在地游來游去，多麼祥和美麗！我們平日住在公寓裡，哪兒能觀賞這麼多動植物啊？妹妹好比一隻從籠中放出來的小鳥，

一溜煙就不見了！外婆和媽媽自顧自地欣賞夜景，等發現少了一人時，妹妹早已不知去向！

黑漆漆的公園裡，稀稀疏疏地點綴著幾盞昏黃的路燈，放眼望去，大小一般的孩子看起來都一個樣，甚至男女也分不清。媽媽心急如焚地邊喊邊找，幼年曾裹過小腳的外婆吃力地緊追其後；而我則盯著快樂玩耍的小朋友，巴望其中一位是我妹妹！不知我們祖孫三人跑了多久，也不曉得在公園繞了幾圈，只聽得媽媽的聲音愈來愈顫抖沙啞，我們也愈來愈跑不動了。儘管如此，我幼小的心靈可以感受到，媽媽找妹妹的決心如鋼鐵般堅強！

正當我們氣喘如牛，舉步維艱之際，遠遠望見池塘上的那座拱橋頂，站著一大人牽著一個孩子，那小孩正哭得相當厲害。媽媽心頭一震，直覺是妹妹，飛也似地往前直奔，果然是她，一把抱住，久久不能自己！

原來妹妹一進公園，看到什麼都好玩，大喜過望，不知不覺把我們拋諸腦後。待驚覺竟然獨自一人時，非常害怕，一面大哭一面叫媽媽，吸引了一位婦人的注意。她相信我們一定在找妹妹，所以陪著她站在高處，耐心等候我們的出現。媽媽了解原委後，對好心的婦人千謝萬謝；對妹妹輕言細語，但千叮嚀萬囑咐以後一定要……。

假使一個牧羊人少了一隻小羊，他怎能不放下所有的，去找尋那隻迷途羔羊？倘若一個管家丟失了主人的一個物件，他如何能坐視不管，而努力追回主人的財產？一個母親爲了走失的孩子，尚且不顧一切，直到尋見掌上明珠，更何況宇宙萬物的創造者，豈不付上所有的代價，單單爲了尋回祂心上的人？！

育兒小記 (4)：秋夜私語

李曉春

三更半夜，Julia 在美夢中被小兒子 Leo 吵醒。原來睡前喝太多水，他畫地圖了。迷迷糊糊中，Julia 忙不迭地給小祖宗換衣服和床單，他緊閉雙眼，任憑擺佈。

突然，他說了一聲：“媽媽，我要和你說句話……。”

“什麼嘛？”Julia 沒好氣地問，美夢被打擾，她心裡真有些懊惱呢……。

“媽，你辛苦了！”他仍然緊閉雙眼，說完這些，翻個身繼續沉沉睡去。

黑暗裡，迷糊中，Julia 真實清晰地聽到自己咕咚一聲的心跳，她相信那不是兒子的一句夢話，微寒的秋夜頓時變得溫馨起來……。



抗癌旅途嘆人生 (二)

Dream 口述/李明記錄、翻譯、整理

上次說到，突如其來的全身劇烈疼痛使我完全失態，多虧大劑量的嗎啡才讓我安靜下來，可以配合醫生檢查。然而，“第四期非霍奇金氏淋巴瘤（Non-Hodgkin lymphoma；簡稱 NHL）”的診斷，瞬間把我們一家三代推入了極度驚恐，而我自己卻出奇地平靜。這實在是我所信仰的神的奇妙作為，祂也神奇地帶我出美國，進墨西哥，在 Tijuana 的 Immunity Therapy Center 接受 Alternative Cancer Treatment。

Tijuana 的治療不是採用美國醫院治療癌症的方法，即單一針對癌細胞而被動維護機體抵抗力，而是以盡可能保持身體穩定狀態為前提，同時進行提高身體自身免疫力和殺癌排毒兩個作戰策略。既然要同時顧及三個方面，所以就根據病人的實際情況運用多種治療手段。例如不是簡單地注射化療藥，而是同時注射可以提升血液 pH 值、使身體處於鹼性狀態的藥物，維持和提升血細胞的藥物，各種減輕和治療嘔吐噁心等副作用的藥物。醫生也在化療同時給我進行紅外線熱浴，為的不僅僅是以局部高熱縮小腫瘤，同時也可以提升整個身體內部溫度來加熱殺死癌細胞和阻止癌細胞繁殖。激光治療也被用來阻斷腫瘤帶給周圍神經的疼痛。說起來真的很神奇，抓著嘔吐袋、被輪椅推進治療中心的我，三次治療後，疼痛感就減半了！一個星期後痛感消失！第三個星期結束時，24 個被腫瘤侵犯的淋巴結從掃描影像中消失了！餘下的腫瘤包塊只有 3 個，不但體積縮小，而顯示出的是低量腫瘤活性。原來最大的那個腫瘤也從 6 厘米縮小到不到一半！就這樣，我接受了 8 個星期的 50%劑量化療和其它綜合療法，脫離了癌症魔爪，讓在床上躺了 63 天的我重新站了起來，高高興興地回到了美國。

我感謝神！我知道因為祂要救我，才感動我力排眾議來到 Tijuana，讓我接受到這種綜合的有效療法，也讓我經歷了 Tijuana 的醫生護士那種對病人的關愛和在專業上的謹慎。用謹慎這兩個字

描述 Tijuana 的醫生護士一點也不誇張。他們幾乎天天都在監測我的紅白血球和血小板的變化，根據這些血細胞水平忽高忽低的情況，及時地調整每一項治療的劑量、強度、部位、持續及間隔時間。我知道這些醫護人員的謹慎不僅僅來自於他們訓練有素的專業精神，也因為他們有那種如同照顧自己家人的愛。醫護人員每天都要見病人，和顏悅語地詢問、鼓勵、安慰，仔細、輕柔、謹慎地檢查和治療。他們的愛本身就是強大的治療力量！

說實在話，如果單單靠我自己，無論是前期的腫瘤疼痛，還是治療中出現的治療副反應（例如我感覺整個身體被泡在熱岩漿中；大腦好像被燒焦，完全失去了思考和記憶能力；噁心、嘔吐、無法飲食、無法睡眠等等），隨便哪一項都會把我擊倒，再也爬不起來。可是我卻挺過來了，而且在此後鞏固療效的幾個月裡，讓我有時間反思了很多事情，醒悟到應該大大地感謝神，感謝家人，感謝朋友們，感謝醫生護士。

我首先是重新認識了我自己。躺在病床上的日子裡，我回過頭看過去的我，就像踩在轉輪上的小倉鼠，一刻不停地忙工作，忙孩子。忙裏忙外，忙到忘了自己也需要休息充電，直到被打倒。我問自己，這真的是我想要的生活嗎？如果這一次不是神的憐憫，我真的走了，我丈夫會多麼傷心！我的孩子們怎麼辦？我年邁的父母怎樣生活下去？越想還真是有些害怕。人們都說生命短暫，但若不是死到臨頭，還真是很難有深刻體會。現在想起來，神並不是沒有提醒我，只是我太過依靠自己，以為只要我努力就一切都不在話下，所以總是被每天的瑣事纏身，根本就忘了欣賞每一天的珍貴和美好。

其實我有一個很好的家庭。我的先生 Brian 很愛我，為了分擔我照顧三個孩子的壓力，特別是有自閉症的兒子需要頻繁的治療，他常常帶孩子們外出參加各種活動。他為家庭做了許多許多，可我感覺不到他對我的愛。為什麼呢？因為他是默默做事不說出來討讚揚的人，而我只專注事情的進行和細節，很少體諒他的感情，也沒有對他的辛勞給予誇獎。疾病中，我平



生第一次告訴我先生“我累了，需要你，需要孩子們的參與和朋友們的支持。”還沒有等到治療結束，我就告訴我的先生說，這一次不僅僅是我的絕處逢生，也是我們全家的重生。精疲力竭不是生活本來的面目。從此以後，我要珍惜和你在一起的每一刻，珍惜咱們全家在一起的每一天，不是只看著事情做得如何，而是感恩在一起的時光。我們今後要常常度假，雖然每次度假不一定遠行，也不一定很多天，只是要放下事無鉅細的忙碌，享受家庭就好。

我一直認為我很愛孩子，為他們負責，但卻常常抱怨孩子不聽話，處處讓我操心，竟然把他們帶給我的歡樂逐漸忘卻了。我曾經一直無法進入患了自閉症的兒子的世界，我不理解他，不知道怎麼去幫助，我只能不斷抱怨。2015年12月，神讓我帶著自閉症的兒子去學習 SonRise 課程。這是一對夫婦自己創造的一套 unconditional love 自閉症孩子的方法，幫助成人進入兒童的情景，讓兒童做主，以兒童自己的方式改變兒童的自閉症。接觸到 SonRise 教程之後，我雖然也感謝神，但直到我躺在病床上，我才有時間真正思考到神的安排多麼奇妙。因為 SonRise 教程不但讓我學習如何更好地幫助兒子，也開始幫助我學習信靠神，學習相信祂總會為我開一條路，學習在愛裡選擇積極快樂的生活態度。就是這種態度，讓我這次沒有問神為什麼是我，為什麼生活對我這麼不公，為什麼讓我有一個自閉症兒子，又患上癌症，從而可以在第一時間向神禱告，得以在聖靈帶領下做出到 Tijuana 治療的正確選擇。神也幫助我在病中學習更多和孩子們的坦然親情交往。有一次我問我的二女兒，如果媽媽這次病倒起不來了，對你會有什麼影響？孩子說：“有你沒你是兩種生活，沒你的生活一定很悲傷。”是啊！孩子是多麼的愛我，依賴我，可惜我曾經因為忙碌把他們變成出氣的對象。我想，今後我要做他們的好媽媽、好朋友，可不能再一味地“好心批評”。

疾病中我也反省自己從前和我父親母親的關係。亞洲人的父母都是愛孩子在行動上而不善於說出來，所以我們做孩子的也就不會把感謝的話講出來。遠的不說，在我生病期間，三個孩子都是由 Brian 和我的父親在照顧，老父親的辛苦可想而知。在我臥床的日子裡，我媽媽寸步不離地守在我身邊，對我盡心盡力地照顧。有一段時間，我肚子疼到難以忍受，像是腸子絞成了一團，我媽媽就煮咖啡一遍一遍地給我灌腸。父母的這

種關愛，以前也多得很，可是我不懂得把感謝讚揚當面講給他們聽。從 Tijuana 回到美國後，我就跟我先生講，咱們今後不但彼此要把愛說出來，也要常常把對父母的贊揚感謝說出來，要像擁抱孩子那樣也擁抱我們的父母，這些最簡單又分文不花就可以有效促進家庭成員關係的方法，我們要像西方人那樣，常常使用。

當然，疾病中也想到來自幾個教會的弟兄姐妹的關心與幫助，想到來自 Camarillo 社區許多朋友的幫助，特別是有一位叫做何妮妮的好朋友，簡直就是神差派到我身邊的天使。何妮妮曾經是一位醫生，而且她自己也是從癌症治療的九死一生中走過來的人，所以當時只有她一個人支持我去 Tijuana 治療，成為我得知去 Tijuana 是神的心意的一個重要印證。我在 Tijuana 治療期間，我媽媽不斷地把我的情況用微信告訴何妮妮，也把醫生講的每一句話都錄下來轉送給何妮妮。我的每一個無以言表的痛苦和艱難，何妮妮好像都知道，她用她豐富的醫學知識，結合她自己的親身經歷，天天都通過微信，及時地幫助我恰如其分地配合醫生，減輕痛苦，戰勝軟弱。

以前我是個因為忙碌知道有神但感覺不到神的基督徒，而這次的磨難讓我真正經歷了神。我每天和祂交流，也享受祂的恩典。在 Tijuana 的日子裡我就對神說：“神啊，謝謝你救我脫離這次的癌症，也改變我對你、對人、對事情的看法。你用我吧，用我為別人服務，無論未來我還會遇到什麼艱難險阻。”所以，我在身體漸漸恢復的過程中，越來越多地在微信和 Facebook 上寫帖子，分享從神來的勇氣，介紹 Tijuana 的治療過程和方法，並感謝丈夫、父母、孩子、醫生、護士、朋友、教會弟兄姐妹和很多短暫出現在身邊的人。我要告訴人們，人生雖短暫，有愛就長遠。



我的小妹——大尾阿寬

陳蕙玲

阿寬是小妹的同學，我們住長安東路，她住長安西路。國中的阿寬就常來家裏玩耍，家裏有4個兄弟的她，最喜歡和我們4個姐妹一起玩。從小她也最搞笑，笑話常常惹得我們笑不攏嘴！記憶最深的是她說：我媽說我人已經到妳家，屁股還在市政府……哈哈……大家可以想像一下她當時的走路姿勢，記憶猶新。

她高中畢業後，放棄聯考沒有繼續升學，我當時想成為媽媽的“兒子”，想靠自己努力成就一番事業，讓媽媽因此驕傲。我有一份朝九晚五的工；三晚餐廳唱民歌；另外和小姑及阿寬合開了一家在晴光市場的舶來品店。

阿寬真是一個能說善道，知道人情冷暖而且很得人心的一個女孩，不知有多少客人都是她“說說談談”之後，成為我們的忠實客戶，大家都非常喜歡這個小妹，她因此認識許多客人。你也許想不到阿寬高中時是合唱團的女高音，當時就有一個客人找她去幕後幫歌星對嘴唱歌，後來有機緣成為當紅某影后的助理。阿寬從小就想當導演，她年輕時睡覺前常常在幻想自己得了最佳導演獎，然後練習得獎感言……我結婚時就告訴她說：就是妳啦！妳就是我結婚片子的導演！所以我的結婚片子是她的處女作！雖然她的得獎感言到現在還是沒有發表的機會，但是她在我的心裡已經是最佳導演了！

幾年後，因為房東收回了我們的店，店務就結束了。阿寬、她二哥和我，曾經一起在華視附近租房子。我當時因為已經拿到綠卡，英文也還可

以，和一個製片談帶人去加拿大辦理移民的事。阿寬當時做場記，好像還談了個轟轟烈烈的戀愛，我還跟著

去看了幾次“拍電影”。有一次沖著男主角是劉德凱，半夜還跟去看，後來只遠遠的看到他，而全身吹的都是故意製造的煙味。還有一次是看胡瓜他們演的戲，胡瓜個子小小的當時很年輕。我只覺得場記是一個非常無聊、需要很多耐心的工作，不是一般人可以做的，而阿寬卻甘之如飴。阿寬喜歡看書，文筆非常的好，寫了許多膾炙人口的歌曲；阿寬的歌聲也非常迷人，當年的許多餐廳秀裏她還替某個影后對嘴唱歌……

又過幾年，阿寬已有自己的辦公室和許多的助理，最記得她開了一部賓士，帶我在台北市到處逛，她的開車技術實在令人不敢恭維，當她看著害怕的我時說：開始覺得你是良家婦女而我不是。

我在南加華人的華語學校當教師時，只要有老師不肯再教了，或突然老師不能教了，我都時常去頂替。我想阿寬和我，骨子裡都有一種俠女的性格，願意擔下別人不願意擔的責任。2013年1月，阿寬來美辦新年演唱會，告訴我說：有一部喜劇片，是要拍豬哥亮的，不小心她只好擔下來當導演，現在自己正努力的改劇本，要是我看了不喜歡，希望能諒解這是她的第一部戲，因為我是那個從小就支持她當導演的“阿記”。然後，當然大家都知道，骨子裏除了俠氣干雲之外，還有與生俱來的幽默感，使大尾鱸鰻創造了國片的奇蹟！



(接下頁)



丟煙頭記

蔡篤

我居住在 Reseda Blvd 南端山頂上的一個小社區，社區後面就是聖塔蒙尼加山巒！它是屬於南加州森林保護區的公園，空氣和風景均是十分清新美麗，每日清晨、黃昏來此山坡徒步健行或溜狗的真是絡繹不絕！

十年前我每天晨間在此山坡健行的同時，增加了一個項目，便是隨身攜帶一個長手夾子（不用彎腰就可夾起地上垃圾）及一個垃圾袋，沿著山坡一邊走一邊夾起路上及樹叢邊的小垃圾！那真是無奇不有，連很多情侶在這花前月下，情不自禁而留下的風流殘物也是隨處拈來！

我撿垃圾的起因緣由是：十多年前我尚未退休，公司在城中區，有一天下了班，開車打小巷子轉入十六街，遵守交通規則，停車，左右看後，才再轉入！……。忽然聽到身後有警車警鳴！趕緊靠邊停下，靠著窗，不甘地對走到車側的老警問他：What did I do wrong? I fully stopped my car before I made my left turn! Did I?

這老警輕蔑地一裂嘴：Yes! You did! But at the same time, you threw out a lighted cigarette butt from your window!

拿到罰單，是要出庭的！被法官判一日勞動，另加罰金！只有認了！

勞動地點是在 Balboa Lake，我心中暗笑，哈哈，真是 a piece of cake! 因為偶兒在那湖邊也碰到一兩位身穿黃色 Volunteer 背心，撿垃圾的人士！

按時找到自以為是的報到處！但他們告訴我，不對！是要到對面街的一部大 Van 那報到！我開著小紅跑車，急剎在 Van 前，下車一看該卡車上已經坐滿了三山五岳的好漢！Mr. Gonzales checked me in!

卡車急開，到了 101 公路旁的 Woodland Hill 處停下，翻了一個山坡，Mr. Gonzales 發了一些工具，叫大家開始行動！……我當然是當仁不讓，一馬當先地到處去撿煙屁股矣！……但馬上被制止！

他要我們搬一些大件廢棄物（我們車後有一部大的空卡車）和地上一些打毒品用的針筒，針頭，等等。忙到中午，大家休息，我想買啤酒給大家，當然又犯錯了！

和大家坐在草地上瞎聊，一位滿身刺青的大漢，說他是 Columbia 的 Rebel without a cause! 另外一位老韓，他被判卅天，因為販大麻！他向法官申訴，說那僅是自用！但法官問他，你車廂中為何有那小秤？

一天忙完後，我留下等 Mr. Gonzales 簽 release form，我終於忍不住問我可否留下多做一些時日？……唉！又是一個大白眼！

不經一事不長一智！爲了永絕後患！俺戒煙矣！

自那以後，我就開始在社區附近撿垃圾了！

（續上頁）

自從大家知道阿寬和我從小認識之後，我在台灣和美國的許多朋友都告訴我他們有多喜歡她，都說她雖然表面上看起來酷酷的，說話超級好笑，她當歌唱比賽評審也評得一針見血，有獨到之處，還有常常看到她參加許多義務活動，幫助智障的許多孩子，更是義氣的擔起撫養朋友孩子的責任！雖然阿寬的容貌已不復往昔，但是她的人

氣卻一路飆升！6月9日那天，如果你被阿寬放鴿子，請不要生氣，因為她要“喬”出時間和二姐見個面，吃個飯。

在我眼裏的阿寬，永遠是那個用真誠眼神看著你，告訴你她的夢想的女孩；而她築起自己和許許多多人的夢想，她~是個夢想實踐家，加油阿寬，也要時時注意健康喔！永遠愛妳的二姐。



中國南海主權之二、三事

時錦棟

南海主權爭議是近年來國際上最熱門話題之一。必須一提的是，在抗戰勝利之後，1945年至1948年之間，戰勝各國（尤其是中、美兩國）在南海諸島礁上的各項活動，在在都代表了中國政府在美國認同之下，行使過主權國家的權力及行爲。對於當時中華民國政府海、空軍對於諸島礁的收復、登陸、命名、立碑、探測、偵照等活動，從來沒有來自任何國家或是政府的異議。我相信任何人在上世紀中期上過學的都會記得，中國疆界北到東北黑龍江，南至南沙群島的“曾母暗沙”，這都是七、八十年前的事了。

根據先父時光琳親筆的詳細飛行紀錄，（時任中國空軍駐南京大校場第十二獨立偵察中隊少校中隊長），在1946年12月初，以一個多星期的時間，與劉新民中尉及其他隨機人員，駕駛一架由B-25C輕轟炸機改裝的偵察機（機號31217），經過南昌、廣州，到達海南島三亞機場。於12月8日上午，歷時三小時廿五分鐘，完成對西沙群島航測及攝製諸島位置，申張及紀錄中國對於群島之主權。任務交代完成



之後，於11日在三亞機場接到了十多年前在杭州笕橋中央航空學校的老長官，空軍老前輩蔣孝棠先生。他是代表空軍隨著海、陸軍部隊前往西沙永興島登島，立碑、勘測、駐防、及指導架設助航設施。任務完成後，隨機返回南京。



據說永興島的命名，是因為當時海軍擔任登島任務的艦艇就是永興艦。太平艦擔任南沙群島的太平島收復任務，永暑艦擔任南沙永暑島的航測，諸島也因此得以命名。這些史料，希望有海軍軍方人士出來人証實。當年抗戰初期，因為中、日海軍實力相差太遠，中國海軍被完全覆沒。戰後才利用二次大戰美軍太平洋艦艇支援，重建國府海軍。因此，所有戰後南中國海域上的活動和任務，可以說是百分之百的由美國政府和海軍的認知與支援。否則以短短一年的時間，國府海軍不可能完全自力完成如此鉅大的南海遠洋任務。不知道為什麼目前美國政府完全否定了當年的政策和方向。

之所以引述這些資料，是希望能夠引起相關人士，在失去這一代知識之前，提供所知紀錄來說明時空背景的變化，來確定歷史的環境和真相。



借債省稅的迷思

嚴后建——執業會計師

現在一般在美國生活，同樣在東南亞、大陸台灣也這樣，大家都會通過借債的方式來買房、買車。那麼，借債是否真的省稅？我們來探討一下。

第一，借債需要負擔利息。比如說，房子借 mortgage，需要付給銀行\$1,000 的利息。假設你的稅率是 30%，一般人的稅率（聯邦加上州政府的稅率）。因為付了房子借款利息 \$1,000，那麼，從稅的角度，你就省了 \$300 (30%) 的稅。你實際付出去的錢是 \$700 ($\$1,000 - \$300 = \700)。你的 cash flow 給銀行是 \$1,000，但是稅上節省了 \$300，所以實際付出的是 \$700。若是我們沒有房貸的話，不需要付給銀行利息，那麼我們還是要付給國稅局 30% 的稅。也就是說，我們只付 \$300。從 Cash Flow 來說，只付 \$300。那麼，\$700 和 \$300 的差額是 \$400，如果你跟銀行借了錢的話，無形中你就等於多承擔了 \$400。如果不跟銀行借錢，你就只需付稅錢 \$300 就可以了。所以，應該這麼說：若是我有錢，我就不要跟銀行借。因為跟銀行借，我反而要負擔多付的錢（也就是 \$400）。我們算一下，如果你有錢，反而又要跟銀行借貸款，你就划不來了。假設銀行利息是 5%，那麼你就多承擔了 5% 的利息。因為你借來的錢如果放在銀行裡，銀行等於 1% 的 return 都沒有。所以如果有錢的話，房子就不用貸款了。所以若能少貸款是最佳策略，減少房貸利息。

第二，那麼我們現在分析一下借錢到底是不是好事呢？

我們都知道有一個原理叫財務槓桿原理。比如說，我跟銀行借錢的利息是 5%，我跟銀行借 \$100,000 來做其他投資。例如，股票、房地產。假設我們得到的一年的回收是 9%。扣除付給銀行 5% 的利息，我們還賺 4%。這就是我們說的財務槓桿原理：用別人的錢可以賺到 4%。假設如果借來的錢沒有回收（零 return），

那麼，我們例子中借來的 \$100,000 還是要付 5% 的利息，也就是 \$5,000。這個利息就是多增加的負擔。再假設如果你血本無歸的話，你既承擔了利息又損失了本金，就是雪上加霜（double dips）。一方面我損失了利息，另一方面我跟銀行借的錢都損失掉了。所以，財務槓桿原理可以在好的方面，也能在壞的方面體現。我們跟銀行借錢的時候需要很慎重的考慮是否是絕對必要。

另外一件事需要考慮的是：我們投資是否真的賺的多呢？很難說，投資都有風險，我們是否有例子中的 9% 的回報或者更高呢？都很難說。大部分的投資都會有損失，甚至很厲害。所以需要慎重考慮。

我們曾遇到的案件中，在二十多年前，洛杉磯有人推銷賣 Trust Deed Note（房地產抵押）。在當時有高達每年 15% 的利息收入。好像表面上看來很有賺頭，因為那時銀行貸出來的利率是 8%。很多人就從房子上向銀行借款，借出來的錢就去做投資。結果血本無歸，造成很多人財務損失。

總而言之，我們需要小心評估我們到底借錢是否有好處。若是沒有足夠的錢買房，當然能借多少就借多少。但在還款中，盡量早日還清，減輕房貸的壓力，因為我們無法保證將來我們一定有足夠的收入能負擔房貸。哪一天，失業或生意失敗時，房貸付不起的時候，祇好賣房子抵房貸。

以上意見僅供大家參考。若要知道細節，請找每個人的專業會計師諮詢。





心理障礙的原因與防治對策（一）

王友平

中文稱呼

英文的“Mental Disorder”在中國人的語言裡，可以換成很多詞彙，例如心理障礙、心理疾患、心理疾病、心理失常、心理不正常、心理問題、精神疾病、精神失常、精神障礙、精神病等等。因為人們常常忌諱說精神病或者精神失常，現在越來越多地說心理障礙或者心理失常，但從醫學和心理學的角度講，本質上是同一回事。另外，按照老百姓更通俗的，而且對人不夠尊敬的說法，腦子有毛病、缺心眼、少根弦、差成兒、傻子、瘋子也是對心理障礙的表述。甚至如果有人說“你有病”，那意思通常不是說你有什麼軀體疾病，而是說你這個人的心理有問題了。當然，老百姓的這些說法很難和嚴格的醫學和心理學術語一一對應，無法反映心理障礙的種類和程度。民間還有一種說法，意思大家都明白，但從嚴格的醫學和心理學角度講，不如前面那些通俗說法合乎醫學分類，那就是把有心理障礙的人說成“神經病”。因為，在準確的醫學分類裡，心理障礙是精神科的疾病，歸精神病學醫生（Psychiatrist）處理；而神經病是特指神經系統有肯定的生理生化和病理解剖病變證據的疾病，例如腦腫瘤、腦出血、癲癇、脊髓損傷、三叉神經痛、頸椎病、末梢神經炎等等，歸神經科的神經科醫生（Neurologist）處理。精神病與神經病實在是不同的兩類疾病。

分門別類

說句老實話，“心理障礙”實在是一個太過包羅萬象的名字，不同歷史時期，或者同一歷史時期的不同國家的專家們，對心理障礙的分類很不相同。一方面，很可能同樣的名字表達的

是不同的心理障礙，例如今天很多人都知道抑鬱症，但真正在精神科那裡，抑鬱症（Depression）這個名字太過含糊，既可能是屬於嚴重精神疾病的抑鬱症，比如屬於雙向情感性精神病（英文是 Bipolar）的抑鬱症；也可能是各種情況帶來的並不會致命的悶悶不樂（Melancholy）、傷心（Sad）、悲痛（Grief）、沮喪（Dejected）、情緒低落（Mood Turndown）、頹廢（downcast）、郁郁不樂（Blue）、悔恨（Sorrow）等等。另一方面，也可能同一個心理障礙有很多不同的名字，例如老年癡呆症（Senile Dementia）也常常被稱為阿茲海默症（Alzheimer's Disease），但是二者並不能完全等同。近年中文對這個疾病的其它稱呼還有老年退化症，或者老年失智症。就是在英文裡，現在也更傾向改稱為 Cognitive impairment，翻譯成中文就是“認知損害障礙”。所以，就普通民眾說來，大家對心理障礙的分類遠不像其它軀體疾病那樣清楚。既然現代的心理疾病患者越來越多，初步了解心理障礙的分類對心理保健就非常重要了。雖然受篇幅的限制，但我們還是要對心理障礙的分類有一個粗略的介紹。

心裡障礙可以從兩個角度進行分類。第一個角度是從病因病理學的角度，把心理障礙分成有確鑿的生理生化和病理解剖證據的心理障礙和沒有確鑿的生理生化和病理解剖證據的心理障礙兩大類。從這個角度去對待心理障礙的時候，不考慮臨床表現有什麼相同或者不同，針對病因而確定的診斷是不變的，其治療目標是治本。

第二個角度是按照症狀表現來分類，可以把心理障礙分成意識障礙、認知障礙、情緒情感障



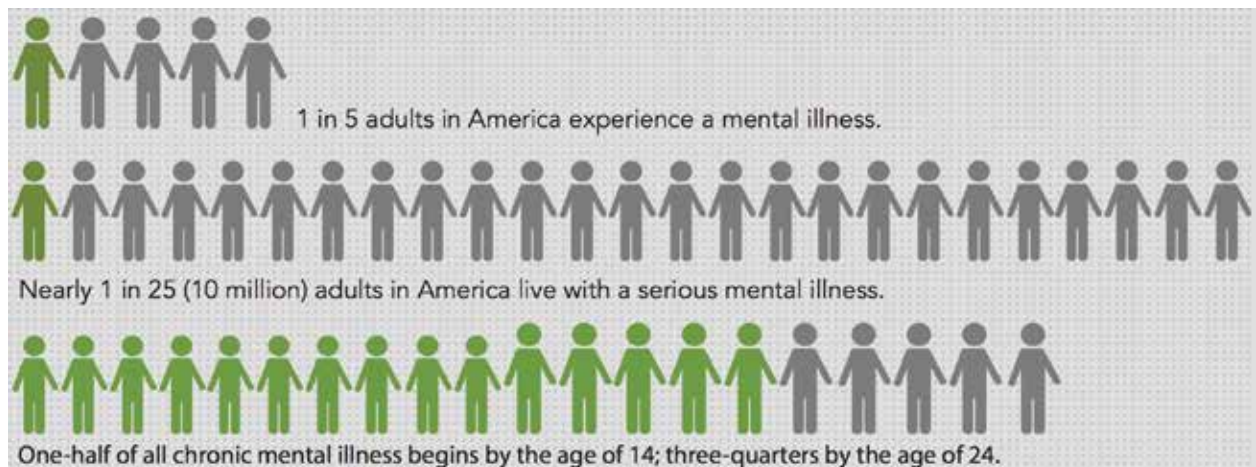
礙、意志行為障礙、個性障礙、表現為軀體生理功能的障礙、社會交往障礙等等。從這個角度去處理心理障礙的時候，不考慮病因是什麼，診斷術語會隨著主要症狀改變而改變，目的是先把讓病人從對己對人都有害的情景中解救出來，其治療就是對症治標。

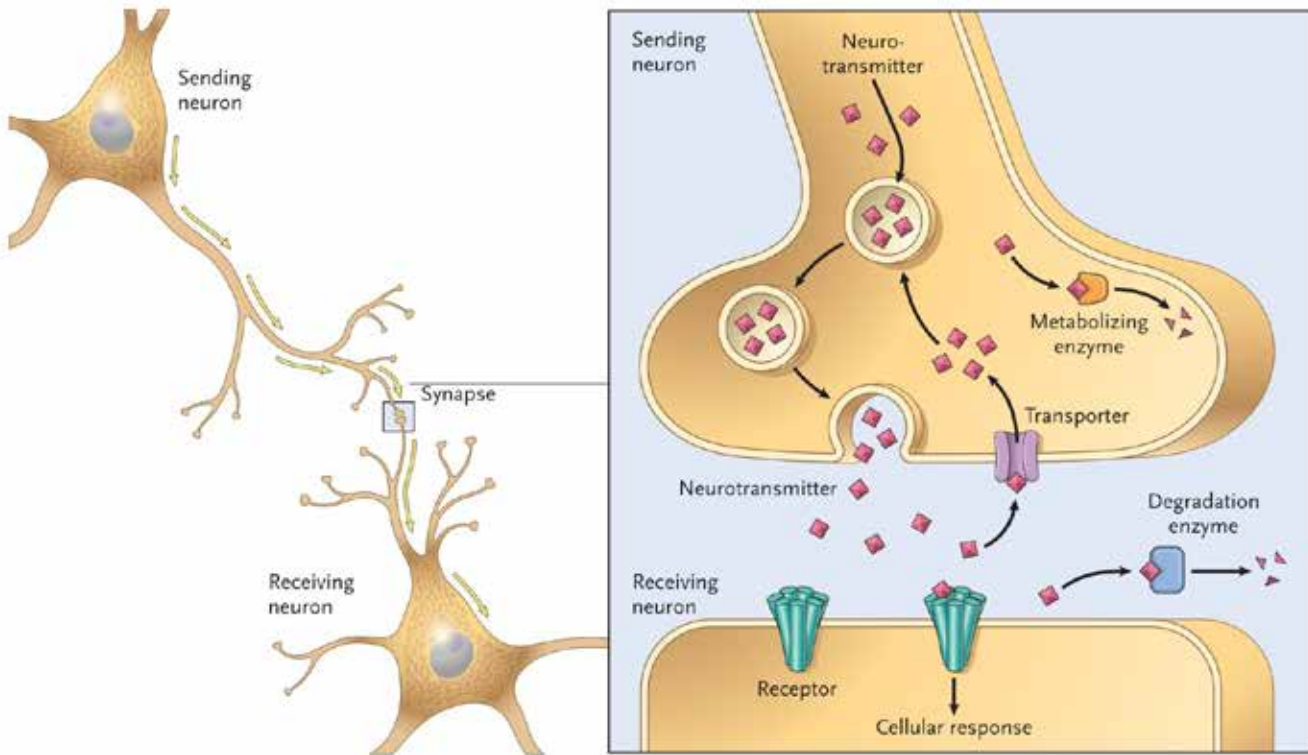
診斷過程

其實，醫生或者心理學專家通常會把兩個角度的分類結合起來做診斷。為什麼？因為對心理障礙診斷的主要依據，截至目前，還不能像對待軀體疾病那樣，通過物理化學手段得到確鑿的客觀證據，而依然是靠醫生或者心理學專家通過對當事人的問詢和觀察獲得的信息，通過與當事人的親友交談互動收集來的信息，加上一些很難完全客觀化的心理測量得到的信息，然後，醫生或者心理學專家以他們的經驗加以分析，做出診斷。所以，可想而知，心理障礙的診斷遠比軀體疾病的診斷更加充滿多意義性。“乳腺癌”就是乳腺癌，可是“抑鬱症”到底意味著什麼呢？這常常需要具體案例和具體分析。正是因為心理障礙診斷術語的多意義性，常常會造成同一個心理障礙病人在不同醫生那裡得到的診斷好像不一樣；而且，一個醫生或心理學專家給同一個病人下的診斷也很可能隨著病人表現的改變而不停地改變。

說來說去，就是說心理障礙的診斷其實不容易，但總得有一個通用的標準吧，要不然醫生、心理學專家、心理障礙者及其親友就沒有

辦法交流。聯合國衛生組織為所有疾病建立了一個診斷分類體系，叫做《國際疾病分類系統（International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems ; ICD) 》。世界各國的各科醫生都在使用 ICD，心理障礙在其中自然有一席之地。美國醫生向保險公司申報檢查和治療費用時，用的就是 ICD 編號。但是，世界各國的醫生和心理學專家在診斷治療心理障礙時也都參考美國精神病學會制定的《精神障礙診斷與統計手冊（Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders ; DSM) 》，因為美國的標準是一個涉及到時空變化的立體的五軸系統，對任何心理障礙進行診斷的時候，不但考慮病因和心理失常的症狀，還考慮更多問題。這五個軸是：軸 I，心理失常的臨床表現有什麼特徵；軸 II，是否有人格障礙（考慮到了人成長過程這個時間因素）；軸 III，一般醫學情況，就是除過心理失常表現之外全身軀體有沒有其它問題，這是在追究有沒有確鑿的生理生化和病理解剖證據；軸 IV，心理社會問題和環境問題，這是討論心理障礙者的生活適應情況，有沒有家庭、教育、職業、住房、經濟、求醫、司法、各種其它社會環境和社會功能的不協調、以及前述所有情況可能為心理障礙帶來診斷、處理和的影響；軸 V，根據前四個軸的資料，最後做出的生物—心理—社會功能水平的綜合評估。知道了這一點，下次您和醫生或者心理學專家討論自己或親友的心理診





斷時，不妨仔細了解一下醫生和專家的五軸結論是什麼。

釜底抽薪

前面提到，從病因病理學的角度，可以把心理障礙按照有無確鑿的生理生化和病理解剖證據分為兩大類。有確鑿的生理生化和病理解剖證據的心理障礙其實還可以細分很多小類，其中比較大的類別有兩個，一個是器質性精神障礙，另一個是精神活性物質所導致的心理障礙。

所謂器質性精神障礙其實是其它疾病的併發症。例如，當一個人患有腦腫瘤、腦血管疾病、腦外傷、腦感染、癲癇、老年癡呆症等腦部疾病時，或多或少都會出現一些心理失常的表現。甚至心肝肺腎等全身任何軀體疾病，只要可以導致腦缺血缺氧，都可能出現心理障礙。這些軀體疾病導致的心理障礙以意識障礙、情緒紊亂、幻覺、錯覺等為多見。當年我下鄉當知識青年的時候，有一位原來很嚴肅、盛氣凌人的公社黨委書記，從某一天開始，他在職工食堂喫飯的時候，常常在喫土豆的時

候，把土豆皮從他的嘴裡吐到自己碗裡，然後用筷子夾起來笑嘻嘻地逐一扔到別人碗裡。開始的時候，他的手下“受寵若驚”，對這種領導的特別看顧也報之以笑臉。但隨著每個人都不斷地被書記臨幸，有人就覺察出問題來，最後經過其他領導同意，把這位書記“騙”到縣醫院去檢查，確診是腦子裡長了一個腫瘤。病愈後他告訴大家，當他給大家分發土豆皮的時候，他的腦子裡有一個聲音說，為了表示領導關心群眾，黨中央命令他把土豆皮扔到別人碗裡，他不得不執行。原來那是腫瘤壓迫大腦出現的幻聽。對這一類心理障礙的治療原則當然是解決原發病，例如對那個黨委書記而言就是切除大腦腫瘤。原發病去除了，心理障礙就消失了。如果不進行這樣釜底抽薪的處理，任何其它解決心理障礙的方法都不會有效。例如單單給這個黨委書記使用抗精神病藥物和鎮靜劑，或許可以讓他安靜片刻，但絕不會最終消除症狀。

各位看官，說到這裡，大家就應該很容易明白，為什麼有人的腦袋上挨了一棍，從此變傻了，因為腦子被打壞了。所以有人說小孩子腦



健康養生淺析

蕭新芳

春生夏長，秋收冬藏。自然界萬物無不跟隨季節變換，環境變遷而變化。人體也是一樣，像一個小宇宙。臟腑陰陽，氣血循環相互平衡和制約。五臟六腑各司其職彼此照應又相互牽制。故五臟六腑乃人身之寶，也是養生之寶。它是定壽命、決健康、澤精氣，是人體養生的根本所在。

人體是一個講究平衡與和諧的系統。人體之氣與自然界之氣是相通的，養生要順應這種變化，“借自然之力養生命之體”從而達到“天人相應”的境界。《黃帝內經》中的《四季調神大論》說道“故陰陽四時者，萬物之始終也，死生之本也，逆之則災害生，從之則苛病不起，是謂得道。”“懂得順應四季的變化來保健，便是養生入門”了。

四季除了氣溫的溫、熱、涼、寒，還有生物的“生、長、收、藏”變化。這種變化與自然界的陽氣盛衰密切相關，春季陽氣開始上升，草本等各類生命也開始萌發；夏季陽氣逐漸長旺，萬物繁茂盛大；秋季陽氣開始收斂，萬物不再生長而是進入收割的階段；冬季天地陽氣處於閉藏之態，生命也生機內斂。陽氣是主生長的氣，就像生物生長需要太陽光照射一樣，人體的生命機能也要依靠陽光的溫煦。在春夏季，人的生命活動相對活躍，而秋冬季，人體生機就會進入低落期。體內的氣血運行同樣受到季節影響。陽氣充足，氣血通暢；陽氣衰微，氣血停滯。因此許多人到了冬天容易出現肢體關節痛，胃脘部疼痛，女性出現痛經等不適這都是氣血運行阻滯不暢導致的。此外，氣血的分佈也會受陽氣的影響。春夏陽氣旺盛，人的氣血會偏向體表，四肢、頭面部等處。而秋冬季陽氣閉藏，氣血也會沉伏在內臟，容易導致手足發涼而內熱叢生的病症。人體陽氣的盛衰變化，還會直接影響疾病的發生與否。在陽氣閉藏的冬季，不僅著涼感冒等外感疾病較多，慢性支氣管炎、慢性心衰、心腦血管等慢性病也容易加重或復發，需要格外注意調理。

如何做好健康養生？我們要維護健康的四大基石：**心理平衡，適量運動，合理膳食，戒煙限酒。**

養生先養心。古語云：體壯曰健，心怡曰康。世界衛生組織也認為健康是身體上、精神上 and 社會適應上的完好狀態。人們追求的健康應該是身體上、心理上、社會上和道德上的和諧狀態。養生以養心為重。至於養心，在於五要：要有平常心、仁心、寬心、靜心和開心。平常心在乎“淡”。《黃帝內經》中講到“恬淡虛無，真氣從之，精神內守，病安從來”。即要求人做到心境淡泊，不以物喜，不以己悲，保有一顆平常心才活得真實。仁心，即要仁慈仁愛，對世界充滿愛心。孔子認為“養德尤養生之第一要也”。具有仁慈者方可通向長壽之路。“養心立德，福壽康寧”。寬心，乃寬容豁達是也。豁達就是一種寬容，恢宏大度，胸無芥蒂，肚大能容，吐納百川，以風清明月的態度，從從容容對待人世間的一切。靜心，旨在寧靜致遠怡情修心。古人云“養生有五難，名利不滅，此一難也，喜怒不除，此二難也，聲色不去，此三難也，滋味不絕，此四難也，神慮精散，此五難”。故心靜要重視精神的調攝，無論身處何種境地都應保持恬淡虛無的心境。開心，意為心情愉悅知足長樂。“人生不如意十之八九”。人要看得開，放得開。從而減輕心裡壓力，保持心理平衡。

適量的運動，預防、消除疲勞，是防止亞健康、延年益壽的一個重要因素。切忌在疲勞到極點時參加運動，此時運動對人體有害無益。對待運動的科學態度是“貴在堅持，貴在適度”。生命在於運動。醫學之父希波克拉底（Hippocrates）的箴言傳世：“陽光，空氣，水和運動是生命和健康的源泉”。運動是促進生命發展不可缺少的主要動力。古人指出“久坐不動易傷氣血，腦力者應慎之；身動過劇，易傷內臟，體力者應戒之”。這說明運動量要應人而異。有動有靜才無病無痛。美國國

家老齡研究所 (The US National Institute of aging) 將運動分四種基本類型：耐力運動、力量運動、平衡運動和靈活運動。耐力運動又名有氧運動。能增強呼吸如心率，有利於心臟、肺部循環系統之康健。增強耐力運動能使日常生活更為輕鬆，活動有慢跑，健走，跳舞等。力量運動也叫阻力性訓練，可增強肌肉。如舉重，使用阻力帶，引體內伸展於此。平衡運動能預防摔倒，一些下身力量訓練也能提高平衡性。諸如單腳站立，踮腳行走，打太極拳等。靈活運動能伸展肌肉有利於身體更加柔軟和敏捷。活動包括小腿動態的拉伸和靜態的拉伸，瑜珈等。

合理膳食。民以食為天，合理的飲食可以增進健康。《黃帝內經》中提出“五穀為養，五果為助，五畜為益，五菜為充，氣味合而服之，以補精益氣”。就是強調營養均衡才能補益五臟，使人體陰陽、氣血平衡。五穀指禾稷麥黍菽，禾乃大米，它能補中益氣養護脾肺。由於它在水中生長，故還具有滋陰的功效。稷就是小米，可以養心安神。麥即麵粉，它能補氣補脾腎。因小麥在炎熱的夏季成熟，因而還有溫陽的功能。黍就是黃粘米，性味甘甜補脾。菽泛指豆類，普遍具有健脾的功效。其中綠豆能解毒，紅豆能養心利濕而花生則能補氣血。此外，五穀還包括薯類和堅果。總之五穀乃營養之基礎，粗細搭配有益於健康。五果泛指水果，含有豐富的維生素。總體說來有生津、解毒排毒的功效，還能助消化。寒性的水果有梨、西瓜、柚子等；熱性的水果有桔子、桂圓、芒果、石榴等。人們要根據自身體質而選擇。五畜是動物

蛋台質的來源，指豬牛羊雞魚等。它們能滋補身體。但要控制食量否則易造成內熱。牛肉性溫補氣強筋骨。羊肉溫熱，可溫中養腎。體質虛寒怕冷者冬天可適當多吃一點。豬肉能滋陰，雞肉能補氣。五菜泛指各種蔬菜，包括葉菜(如青菜、白菜、菠菜等)，塊根類(如蓮藕，蘿蔔等)，果實類(如西紅柿、南瓜、茄子等)。它們都含有豐富的膳食纖維，能營養五臟六腑、清火排毒、通利大腸，是對五穀的重要補充。此外，應多吃時令菜。春夏秋冬時令菜“得天地之精專”，無論營養還是口感都比非季節菜更勝一籌。五味調合，五臟精氣源於五味。食物的四性五味可以調節人體虛實寒熱的偏差。但五味要均衡。酸味入肝止汗止喘解毒，但過多食酸卻會傷脾。甜味食品補脾補血

調陰陽，過量卻容易導致臟氣不平衡。苦能清火明目養心陰，但食過份就會損了肺氣。辛味發散，可以通經絡，調節氣血。味過辣就會使肝氣受損。鹹味入腎，一旦過量會導致腎受損。

由此可見“谷養、果助、畜益、菜充、味調”都是提倡全面、均衡的飲食結構。在進食時應該按照“飲食金字塔”的份量比例及每天飲用足夠的水份，戒煙控酒，從而達到獲得充分的營養素和恰當的熱量去維持身體的健康！

世界衛生組織 (WHO) 提出“最好的醫生是自己，最好的藥物是時間，最好的運動是步行”的健康箴言。讓我們做自己最好的醫生，一起努力，百歲不是夢！





《覺醒的你》與《臣服實驗》 林博文

1. 《覺醒的你》 The Untethered Soul: The Journey Beyond yourself

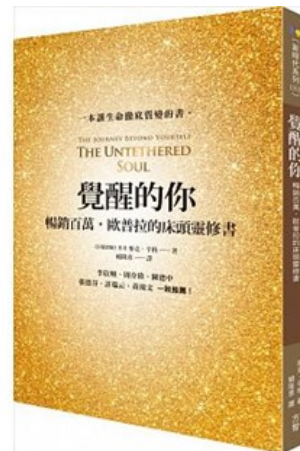
作者: [麥克·辛格](#) / [Michael A. Singer](#)

出版社: 方智出版社

副標題: 暢銷百萬, 歐普拉的床頭靈修書

譯者: [賴隆彥](#)

出版日期: 2018-3-1



2. 《臣服實驗》 The Surrender Experiment: My Journey into Life's Perfection (<http://www.books.com.tw/products/0010741163>)。

作者: [麥克·辛格](#)

出版社: 方智出版社

副標題: 從隱居者到上市公司執行長, 放手讓生命掌舵的旅程

譯者: [劉嘉路](#)

出版日期: 2017-2-1



作者 Michael A. Singer(麥克·辛格)在攻讀博士班時,無意間走上了靈性追尋之路。他計畫隱居林間潛心修行,在此過程中漸次了悟許多學校教育從沒提過的生命真相。憑著自身的,領悟,他展開長達 40 年的臣服實驗,意外讓自己從一名隱居者一路成為上市公司的執行長。

推薦序: 黃淑文/心靈繪畫師、YAI 國際靜心引導師、《人生難免會有傷》一書作者。

看完這本書,有一種當頭棒喝、茅塞頓開的感動。原來,我們都被自己騙了。

那些我們心痛到不能呼吸的,難堪到無法抬頭的,恐懼到坐立難安的種種痛苦,其實是大腦投射出來的幻像。經歷



種種痛苦難堪恐懼的你，不是真正的你。所謂的你，不是你所經歷的事件和情緒。真正的你，是觀看自己經歷各種喜怒哀樂、目睹所有一切的人。（就像現在，有一個你，正在看著自己看這一篇文章，那個觀看者，才是真正的你。）

或許你會問，如果那些痛苦、情緒、腦中種種雜亂的聲音都不是你，那麼你如何從假我的幻像中跳脫出來呢？作者麥克·辛格一再點醒我們，「你不是事件，而是經歷事件的人。」你唯一能從生命獲得的東西，只是體驗它、經歷它所獲得的成長。「若你釋放並讓能量通過，它就會消失。當痛苦在心中出現時，假如你放鬆並真的敢於面對，它就會過去。每一次你放鬆、放下時，就會有一小片痛苦永遠離開。」如同麥克·辛格所言，你要做的，就只是釋放，讓曾經糾結過你的痛苦通過你，讓騷亂的能量自由來去，只要察覺你正在做什麼就好。你抓得愈緊、愈執著，甚至築一道牆壓抑自己，反而把自己凍結在裡面。

不要怕，接受所有發生在你身上的事，你只是陪著自己經歷所有的旅程。你看著自己哭，看著自己笑，看著自己站上成就的舞臺。你要清醒的是，那些哭著、笑著、戴上光環的你，都不是真正的你。真正的你，是覺知這一切事物的你，你的意識獨立在外並覺知所有的一切。你是覺知者、觀察者、見證者。藉由覺知你在覺知，你學會讓每個事件自由地通過你，你學會放下、放鬆，不再黏溺在裡面，你的靈性就因此覺醒。

麥克·辛格在書中把內在的靈性能量比喻成太陽，不管你有沒有察覺，相信不相信，你是好人壞人，它永遠無條件地照耀著你。如果你躲避陽光好幾年後來選擇走

出黑暗，陽光依然會持續照耀你，如同你從未離開。你不必道歉，只需要抬頭看著太陽，你會發現，只要你願意，它永遠都在。和內在的能量連結，就只是一個簡單的意願，「告訴自己別封閉，永遠保持開放。」就像水龍頭開關，你打開，能量就流進來；你關上，就鎖住能量。

真的，就這麼簡單。控制開關的人，其實是你自己。只要你願意放鬆與開放，巨大的能量就會在你的內在湧現。麥克·辛格說，快樂其實是不需要任何條件的，正是因為我們為快樂設定限制，才會失去生命最簡單的快樂。「你創造的任何條件都會限制你的快樂，你必須給出一個無條件的答案。如果你決定這輩子從此刻起都要快樂，你不只會快樂，還會開悟。」

「你不是來地球受苦的，你的苦幫不了任何人。有無數你還沒想到的事情都可能發生。問題並非它們會不會發生，事情會發生的，真正的問題是：無論發生什麼，你是否都想要快樂？」

麥克·辛格的手上好像有一把利劍，他幫我們斬去三千煩惱絲，歸納出生命至簡至純的真理。看著這本書，幾度眼睛濡溼，一部分是感動，一部分是感歎我們活得太傻，把自己搞得太複雜、太辛苦。

麥克·辛格犀利細膩的教導，翻轉了我們慣有的認知。遵照他提供的步驟、方法，順著生命自然的流動，把自己敞開，並對自己誠實，你可以輕鬆簡單地回復生命的豐盛和快樂。

這是一本認識靈性與能量的入門書，誠摯推薦給讀者。

貝城義診的一日

Min Leu 呂旻原

鬧鐘響起，四點半。我一陣迷惘，又定錯起床時間了嗎？遽然間，昨夜訂了盒裝咖啡，準備巴士上的早餐，以及整理各式醫療表格的記憶，全都湧上了腦海。是了，今天要去義診。

今天我的身份是慈濟志工，我們要去義診地點在加州中部的大城 Bakersfield。這城我們暱稱做貝城，除了懶得把聾牙的中文全名唸出來外，還因為這是我們照顧多年的地方，是個寶貝般呵護的城。儘管名為貝城義診，來就醫的卻不全是貝城居民，不少遠至三、四十哩外的農民移工(migrant farm workers)也會來的。慈濟一年四次在這兒提供西醫、護理、中醫、牙醫及常用藥補給的服務，不問收入，全都免費。而我的工作，就是義診前邀約及協調各科醫療專業志工以及一般志工，並在義診當天協助處理各種突發情況。這樣說有些難為情，好像這個職務又重要、又艱難，其實經過逐年的改善，流程早已標準化了，連每次義診前的那絲心理壓力，都顯得有些制式而沒有實質必要。不過，今天可是一個看似尋常，又很不一樣的義診日。

七點二十分，我和同車的四位志工在談笑間到了義診的場地，一路順暢，比往常還早了幾分鐘。下了車，幾位早已在門外排隊等候就醫的



民眾向我們揮著手，依稀有幾個是熟悉的身影，五月清晨和煦的朝陽映著他們友善又些許腆靦的笑容。義診借用了貝城南邊一所高中的自助餐廳，我們一走進，似乎只有外面清冷的空氣跟著竄入，陽光全被屏在門外了。只看到負責電子醫療檔案的 Ron 和前來幫忙前置作業的 Paul 孤單的身影在諾大的學校餐廳裡各自忙著，像在播放慢速的無聲電影。原來每次校工都會事先把餐車、餐桌移走，並準備我們所需桌椅的，這回什麼都沒發生，人也不見蹤影；我們不由分說，趕忙加入了整理場地的小螞蟻行列。時間一分一分的毫不停留，看餐廳裡仍然雜亂無章的站著許多不知合作的桌椅，我的心用力地跳著，那種老師即將收卷而試題還沒答完的緊張情緒不由得漫漲了起來。可這時，轉頭就看到乘巴士駕到的義診菩薩大隊笑盈盈地走進了餐廳，竟比平時早到了半個鐘頭！志工們沒多問一句，馬上放下手邊的衣物，投入前置的工作；醫師們也沒閒著，有的爬高架帳篷，有的蹲跪著組裝醫療床和治療設備。大家分工合作，秩序井然，很快地就把場地布置好了，好像早經排練似的。





第一位病人開始掛號了，我緊繃的神經稍稍放鬆了一點。但馬上發現，原先安排有近十位仍略嫌不夠的雙語志工，竟只有一半到場。正煩惱著掛號和翻譯不夠人手，3 個有經驗的當地志工，儘管不在安排之內，卻都不約而同的冒出來報到助陣，幫了大忙。我緊握他們的手，還加了熱情的擁抱，一點也沒理會他們受寵若驚的尷尬笑容。雙語志工還是不足，所幸外面等候的病患也較往常少得多，還應付得來。大家從從容容的服務著病患，態度親切、有說有笑。慈濟一向標榜視病如親，社區診所的牆上如果掛了這幅景象，一定有十足的說服力！

才九點多，外面等候的病人已經都掛號完畢了，竟只有 35 人，大約是平常義診人數的三分之一。當地西語裔志工笑稱也許前一天是五月五墨西哥獨立日，大家狂歡過了頭，還宿醉未醒。我陪著笑，臉上的三條線掩不住內心的忐忑。今天動員了近八十位醫療人員和志工，加上龐大的資源，竟止於服務三十多位患者嗎？正當我們忙著猜想其中原故，卻又束手無策之時，又有病人陸陸續續來了。他們攜老扶幼，多是貝城的居民。原來，在現場設攤的 Dignity Health 工作人員 Marisol 悄悄地透過她的臉書，即時地把我們義診的訊息發布給她平日服務的當地低收入居民。就這樣，看似沒病人了，又三三兩兩走進來了幾位；一次又一

次，最後我們服務的病人數也衝到了 80 位，尤其牙醫和中醫看的病人數竟比前次義診還多出許多！也許是諸多差錯的因緣，今天來就診的患者沒有一大早同時擠來掛號，等候間常見的焦慮和無奈被包容和善解的臉色取代了；志工們專注的神情裡，也回報著真摯的溫暖。在回程的車上，我想著這些點點滴滴，和許許多多的面孔，一張一張都泛著聖潔的光芒。我的嘴角透出了笑意，他們不都是菩薩嗎？醫師是，志工也是，病患更是！這麼多湧現的菩薩，成就了今天的義診。

妙法蓮華經「從地湧出品」裡敘述了一段有趣的對話：從他方國土來的許多大菩薩向佛陀發願，願在佛陀滅度後，常駐這個娑婆世間修行，並供養、廣說妙法蓮華經的真實道理。對他們的美意，佛陀卻說「止！」，別再說了！這世間早已經有無數無量的菩薩在護持、宣說法華經的真諦。在佛陀說這番話的當下，地震裂了，果真有無數無量的菩薩從地湧出……。

菩薩從地湧出，我也許還不能領略經文真正的寓意；可是在我無力及時整理場地時，在我無法給醫病提供無礙溝通時，在我擔心義診資源沒有充分運用時，菩薩一個一個地湧現了！他們一直就在我的身邊，他們為我宣說的無上微妙法義是那麼淺白又真實。

我回頭看了看車子裡四個志工睡得東倒西歪的憨樣，不由地感嘆一聲：「菩薩！」





新陽光病房學校義工報告

黃思睿

“有一群孩子，他們扎著冰冷的針頭，眼中卻閃爍著對生命的渴望；
有一群孩子，他們蜷縮在蒼白的病房，懷中卻簇擁著對斑斕書本的嚮往。”

年初因為學校的一次活動，我成為 Super Joey Foundation 的一名志願者。Super Joey Foundation 是一個專門支持癌症兒童的慈善機構。通過基金會的介紹，我今年暑假期間每週一天在北京新陽光病房學校做志願者。



北京新陽光慈善基金會創辦的新陽光病房學校是一個獨一無二的學校，因為它是專門開放給患病的兒童。在這裡上學的孩子因身患白血病等重疾，無法接受正常學校的教育。但他們又不屬於殘疾人群，不能接受特殊教育，因此他們成為了被義務教育和特殊教育所“遺忘”的一大群體。

因為疾病而無法上學，卻渴望上學，他們非常羨慕外面背著書包的那些小孩，希望有一天他們能和外面的小孩一樣去上學。然而，他們小小年紀就得了白血病以及有了血液腫瘤，導致他們從小就要受到嚴格的醫療治療，比別人家的小孩艱辛得多。可是，他們想要上學的心從來都沒有改變過，他們依然希望有一天能夠背上書包，帶上鉛筆盒來上課。

我曾在兩週裡面成了新陽光病房學校最年輕的志願者。

最開始，我只是旁聽學校的課程，之後我成為了新陽光的一份子。第一天來到病房的時候，我看到了滿屋子裡面坐滿了帶著口罩的兒童以及老師們。當時，我甚至不知道他們為什麼要

帶上口罩，之後通過和老師們的交談，才發現他們之間有些疾病是通過呼吸道傳播的，為了不把疾病傳染給他人，這些孩子們每天二十四小時都需要隨身帶著口罩。然而，他們的神情仿佛如同從來沒有得過疾病一樣，當老師問他們十二生肖中，龍後面是什麼動物的時候，他們非常積極、踊躍的回答“是蛇”。他們迫不及待的渴望新知識的樣子，令我十分的震驚，我原本以為教室裡面會是死氣沉沉的樣子，誰知我預想的和實際上竟然截然不同，他們對生命的渴望以及對未來的期待早已經超過了疾病帶給他們的痛苦。我發現他們每天來到病房學校已經給予了他們新的起點，當他們痊愈了，他們便可以回到原來的生活了。在課程方面的話，新陽光病房的一些老師通過教一些人教版





的小學課程，讓這些患病兒童在知識方面一點也不差於常人。當然在教授一些基本課程的同時，我們志願者們會通過手工和繪畫的方式來培養兒童們的創造力。



無論是白血病兒童也好，還是沒有疾病的兒童都擁有屬於他們自己的

世界，那個世界裡面住著屬於他們自己的故事，那裡可能存在拯救世界的鋼鐵俠，也可能有一直沉睡的睡美人，或者是不停工作的巧克力工廠。孩子們都是一樣的，白血病兒童比別的兒童更加需要大人的理解和關懷。在面對未來的時候，他們的眼中閃爍的是光芒，他們比任何人都更珍惜生命。

我記得上一次手工課的時候，我要協助兒童們用彩紙做一個撥浪鼓。有些兒童因為年齡太小而沒有辦法聽從老師，我和其他的志願者們就去協助他們把手工做好。他們一開始都不太會用剪刀和膠條來把鼓面的形狀做好，後來當我去教他們怎麼剪出圓形的時候，他們都學得很快，並且特別積極地和我分享他們做出來的成果。有的小孩子在鼓面上畫了他們想像的恐龍的樣子，有的在鼓面上面畫了五彩斑斕的波紋，有的卻畫了他們想像中他們未來的樣子。小孩子們都是喜歡異想天開的小精靈們，他們心靈手巧並且比成年人更有想像力。我記得在小王子裡面有一句話，《小王子》開頭講述了這麼一段話，“我把我的這幅傑作拿給大人看，我問他們我的畫是不是叫他們害怕。他們回答我說一頂帽子有什麼可怕的？我畫的不是帽子，是一條巨蟒在消化著一頭大象。”

一個月過去了，當我再次回到新陽光病房的時候，我發現身旁的一切都已經大不相同了。以前很愛張口大笑的孩子開始變得沉默寡言。在我教孩子們制作“東南西北”的時候，一位坐在前排名叫雨霏的女孩已經領先班上其他孩子一大截了，並且把第二個做好的同時也幫旁邊一位年紀比較小的男孩趕上了全班的進度。可是在她做手工的時候，我竟然在一個九歲女孩的臉上感受到

了多少熱情也融不進的冰冷。她銀鏡下的眼神麻木的不像是個孩子而像一個行屍走肉的成年人。當我注意到了她脖子上有一條紅色河流般的傷痕的時候，我似乎能夠理解到她的痛楚。痛苦早已使得她對生活感到極度的麻木，片刻的喜悅已不足以蓋過

疾病帶給她的傷害了。下了課，通過和新陽光病房裡的老師得知，這些孩子每週都需要回到醫院病房裡面去檢查。這些能夠出院並且能夠在新陽光病房裡面上課的已經是情況比較樂觀的孩子了，還有一大部分的孩子都出不了院，只能每天與針管做抗爭。孩子們，雖然我沒有超人的力量讓你們立刻痊愈。但無論是現在，還是未來，我會盡我的一切努力來幫助和支持你們。

暑假很快就結束了，我已經回到了洛杉磯，馬上開始我的高中學習。我時常會想起那些孩子們，她們是那麼地天真無邪，卻不得不過早承受那些病痛和苦難。正如 Super Joey Foundation 的口號，“No child should fight cancer alone”，這些患病兒童們需要更多的關愛和支持。而我們每個人都可以用自己的方式讓這個世界更美好。未來的路還長，願上天可以善待這些患病的孩子們，因為善良和對生命的渴望是世界上最美的一道風景。





大愛無疆—中東難民營義診聞思錄

王友平

夜半過海關

2017 年的 9 月底，我和我們教會的兩位長者——對退休的兒科醫生護士夫婦——乘坐土耳其航空公司的飛機，兩轉三轉，於當地時間半夜 12 點，終於踏上了遜尼派伊斯蘭教國家約旦的首都安曼機場。雖然從出家門算起已經 25 個小時了，但一路接觸的都是異國文化，不知道是興奮還是緊張，或者是腰腿不舒服，反正沒有睡覺，倒也還真沒有覺得特別累。只是到了過海關的時候，因為充分體驗了外國人當有的耐心，所以開始迷糊打盹了。同機到達的，

比我們人數多很多的當地民眾很快就昂首闊步回他們自己的家去了，我們這些外國人只能充滿盼望地等待海關警察向我們揚起懶洋洋的手的那一激動時刻。大約 40 分鐘後，每人花了 40 個約旦第納爾（大約等於美元 57 美元）拿到落地簽證。入關後，我迷迷糊糊地去推了兩個行李車，和同行的醫生護士夫婦站到轉呀轉呀的行李轉盤旁，直到不知道多少轉之後，我們驀然發現轉盤上已經沒有行李了，看看轉盤周圍也只剩我們了。可是，可是，可是我們的行李卻沒有轉出來。霎那間，瞌睡蟲全都跑了。我們也小跑了起來，慌慌張張向著大廳裡唯一還保持熱鬧的地方衝過去，那裡集聚了十幾個和我們一樣沒有拿到行李的人。擠在一個小門門口的我們，一片混亂。“Excuse me, could you help me find my luggage?” 我用我蹩腳的英文向一個機場工作人員發問，他看了看我，面部毫無表情地說：“#*@!+%#!?”



“#*@!+%#!?”。糟了，可能我的英文太爛，他的英文我更是一句也聽不懂。趕快換上英文流利的醫生：“Sir, where is my luggage?” 那人的眼神比較清醒了一些，笑著說：“#*@!+%#!?” “#*@!+%#!?” 原來他講的根本不是英文。語言，語言太重要了！無可奈何地我們很不紳士地大喊起來：“Could someone speak English?” 還好，不一會兒，從小門裡面擠出來一個年青男子，用“標準的阿拉伯英文”解了圍，大家終於在吹鬍子瞪眼、比手劃腳的全身運動中圓滿了溝通目的。按他所說，我們的行李在還沒有到達行李轉盤前就已經被掃描出一些值得懷疑的物品，所以被隔離了，需要特別關照。等到其他所有可以用當地語言流利商討的人，拿著被開包檢查翻得亂七八糟的行李消失後，我們在半夜 2 點，和小門裡的機場工作人員一起，押送我們的行李到大廳另一頭，開始被海關進一步仔細檢查每一件物品。我們很清楚地知道，問題出在每個箱子裡的那一大堆準備帶給難民的大量維生素上，要不然，同行的醫生怎麼會第一時間就從隨身背包裡拿出一大堆文件！那可是我們預先通過當地 NGO 機構辦理好的合法攜帶大量藥品的證明。可惜的是，海關官員閱讀之後說，給我們發放文件的機構檔次太低，其權威沒有大到讓他認為我們毫無走私嫌疑。好在這位官員判斷我們不會逃跑，扣下六個箱子裡的所有維生素之後，允許我們帶著變得很輕很輕的箱子離開了機場。在前往旅店的路路上，我們一直在禱告，盼望上帝保守美國弟兄姐妹慷慨奉獻的維生素不要被約

一些值得懷疑的物品，所以被隔離了，需要特別關照。等到其他所有可以用當地語言流利商討的人，拿著被開包檢查翻得亂七八糟的行李消失後，我們在半夜 2 點，和小門裡的機場工作人員一起，押送我們的行李到大廳另一頭，開始被海關進一步仔細檢查每一件物品。我們很清楚地知道，問題出在每個箱子裡的那一大堆準備帶給難民的大量維生素上，要不然，同行的醫生怎麼會第一時間就從隨身背包裡拿出一大堆文件！那可是我們預先通過當地 NGO 機構辦理好的合法攜帶大量藥品的證明。可惜的是，海關官員閱讀之後說，給我們發放文件的機構檔次太低，其權威沒有大到讓他認為我們毫無走私嫌疑。好在這位官員判斷我們不會逃跑，扣下六個箱子裡的所有維生素之後，允許我們帶著變得很輕很輕的箱子離開了機場。在前往旅店的路路上，我們一直在禱告，盼望上帝保守美國弟兄姐妹慷慨奉獻的維生素不要被約



旦海關貪污了，因為美國藥物在約旦是可以賣出很高價錢的。大約兩週後，我們聽到當地 NGO 機構轉來的消息，維生素終於被領回並且發到了難民手裡。這太讓人高興了，那是後話。凌晨 4 點，我終於躺倒在旅店床上，立刻就睡著了。可惜的是，那對年長的醫生夫婦太過疲乏而無法安眠，早上 7 點敲門叫起我，大家就和其他比我們早一天到達的整個團隊一起禱告、喫飯，然後坐大巴向約旦和敘利亞交界的邊境小城出發。

初探難民國

我們的義診中心設在一個距離敘利亞邊境很近的約旦小城裡，那裡有一個基督教會會堂。在中東伊斯蘭教國家中，約旦是相對比較世俗的國家，或者說一些西方文化和制度可以半推半就地被執行。例如，約旦允許建立基督教會，但只有基督徒可以進出，如果是一個信仰伊斯蘭教的民眾進入基督教會，宗教警察立即就會登門拜訪教會和那個人的家。基督徒在教會裡可以用自己所喜歡的方式敬拜耶穌基督，但不能走到教會外面去傳講福音。據我了解，我們到達的教會裡的基督徒，有些是外國人，例如有一位幾年前從我們 Ventura 的醫院辭職，去約旦服事難民的一位年青基督徒，我看這個女護士還遠不到 30 歲。另外有些基督徒是從約旦其它城市，特別是從有大學的城市來的年青的約旦人。我不知道這些年青大學生或者 Yong Professor 最初是如何在他們的大學信耶穌的，但好像他們可以合法地進到這個小城的基督教會裡而不被宗教警察干涉。我也見到他們的牧師，一個巴勒斯坦基督徒，人很和藹，聽說他全家有七個人被以色列軍隊打死了，但他卻因此歸向了耶穌，立誓要向所有人，包括以色列人，傳使人與神與人都和好的福音。我聽這些約旦的基督徒講，在早年以色列和周圍阿拉伯國家的多次戰爭

中，大量的巴勒斯坦人被趕出了以色列，周圍富裕的阿拉伯國家只接受了很少一點巴勒斯坦難民，反倒是既沒有石油資源，也沒有水源，幾乎沒有現代工業的貧窮約旦，接納了大部分巴勒斯坦難民，使得約旦一半以上的人口成了巴勒斯坦難民。最近幾年的茉莉花革命，又把大約百萬敘利亞和伊拉克難民帶到了約旦，這些新難民佔到約旦全國現有人口的 10% 以上。就這樣，約旦人把自己的國家變成了“難民國家”，使約旦人自己成為國家的“少數民族”。不過，給我講故事的這些約旦基督徒絲毫沒有怨言，反倒很自豪地說他們是一個有大愛的民族和國家。看著他們驕傲的眼神，想想我所看到的，這個國家首都所具有的那種和歐美發達國家大城市一樣的奢華；以及成為極其鮮明對比的，我們義診所在小城街道的髒亂貧窮，我真的很敬佩他們心中所發出的基督之博愛！有意思的是，無論首都繁華大街上還是邊陲小巷裡，都很容易看到中國大陸華為手機的廣告。當地的基督徒說，華人，在約旦蠻受歡迎的！

義診邊境城

或許正是因為約旦的這種“大愛”，當我們在這個教會設立義診中心的前前後後 10 天裡，周圍所有的人，無論什麼信仰，都被當局允許來教會接受治療。這些人主要是敘利亞和伊拉克新難民，據說他們不喜歡住在約旦政府提供的難民營裡，說那裡環境太過惡劣，而且 IS 的勢力很大，反倒是遊走在老難民的社區裡會得到更多一些的同情。我們這個約旦義診團隊是由咱們當地 Ventura 的一個美國人教會，聯合周圍一些教會組成的。20 多位隊員，白人基督徒為主，也有少數亞裔和非洲裔基督徒在其中。另外，有 7 位台灣基督徒醫生護士是直接從台灣飛到約旦的。聽這個台灣基督徒義診團隊講，他們每年有一



半時間在台灣工作，養家糊口也積累資金，另外半年就集資飛往世界貧窮地方義診。其中一對年青夫婦已經去過非洲、南美、印度和東南亞很多難民集聚地，而這一次是舉辦婚禮後的第二天就飛來約旦。他們笑稱是蜜月旅行，這怎能不令人發自內心地肅然起敬？來自美國和台灣的義診隊員，在當地教會信徒的幫助下，充分利用教會裡的每一寸空間，同時開設內科、外科、婦科、兒科、口腔、針灸治療，當然也做簡單的血液尿液檢查，並且有藥劑師發放上百種藥物。教會的桌子就是檢查床，聚會大廳的長椅子就是給病人針灸的地方。因為缺乏隱私的空間和伊斯蘭信仰的緣故，台灣來的針灸醫生無法請人們，特別是婦女們，更衣行針，就把一排排細細的針，透過衣褲扎了下去。我的任務就是行針、拔針和處理暈針。因為空氣悶熱不流通，暈針的比例還真不低。這種隔著衣服扎針的方法我早年在中國農村使用過。現在看著台灣中醫師的操作，好像覺得自己一下子回到 40 年前。其實，從美國去的義診團隊裡，有大約一半的隊員不是醫務人員，他們的責任就是會同當地基督徒維持秩序，提供茶水，攙扶患者，帶領小朋友玩耍，或通過面對面的禱告幫助難民解除內心恐懼和建立喜樂盼望的心靈。9 月底的約旦，室外，比我們康谷最熱的夏季還熱；室內，因為每天都有好幾百難民湧入教會，空調和電扇根本無法把密集的人群溫度降下來，所有的人就都這麼“熱”情高漲地在汗液中忙活著。

兩萬克拉樹

完成了在約旦的服務之後，我們加入了約旦義診團隊安排的三天休假旅行。當旅行車離開一片灰黃色的約旦，進入綠油油的以色列，兩個國家經濟狀況的高下立即就被感受到了出來。在以色列的短短 3 天裡，我們匆匆忙忙地穿行在不同的文化、宗教、民族、及社會階層同處一城的耶路撒冷，猶太區、基督徒區、亞美尼亞區和穆斯林區的街區之間，從商店裡的擺設到街道的裝潢，各不相同。猶太教的聖殿山和哭

牆（西牆），穆斯林的圓頂清真寺和阿克薩清真寺，基督徒的聖墓教堂和耶穌行過的苦路，跑得我比在約旦的義診還累，實在無法用短短一篇文章來描述。我們也驅車進入巴勒斯坦人控制的約旦河西岸地區小城市伯利恆（Bethlehem），那裡是耶穌出生的地方。我們乘坐的旅行車必須在以色列和巴勒斯坦邊界停下來接受軍警檢查，然後換司機，因為以色列（國）的司機和巴勒斯坦（國）的司機互不越界。進入巴勒斯坦控制區好像一下子又回到了約旦那個邊境小城，雖然伯利恆已經是巴勒斯坦所屬相當發達的旅遊城市，但其繁華程度還是和耶路撒冷不能相提並論。出入西岸的體驗，引起我對以色列國的一個很奇特境況的思考，就是以色列這個小小國家，外面被阿拉伯



國家包圍，裡面有很多以非以色列人為主的小城市，而且還有一個巴勒斯坦國相對獨立地佔據著自己的腹地。我對約旦這個“難民國家”已經很難理解了，現在就更難明白以色列何以會允許國中有國，而且那國總想滅掉以色列國。後來我參觀了耶路撒冷的以色列猶太大屠殺紀念館，用我那實在爛得不行的英文聽到了也看到了一段話，意思說猶太人在二次大戰期間被德國納粹屠殺的理由之一是猶太人和日耳曼人是不同的人，所以不能共同生存。今天的以色列民族從自身的滅頂之災裡學習到了一點，那就是必須堅持一個原則——不能因為別人和自己不一樣就把別人趕盡殺絕，只能要求對方也以同理對待以色列人。我想，這大概就是以色列人在阿拉伯人環繞中竟然允許自己國中還有一個阿拉伯國家的原因吧。



類似的理念也可以從紀念館的“外邦義人 (Righteous Among the Nations) 大道”的設立中體驗到。這條紀念館建築物之間的大道兩旁，以至延伸到整個紀念館室外的各個園區，栽種了超過 2 萬多棵克拉樹，以紀念在大屠殺的歲月裡，那些幫助過以色列人的 2 萬多名其他族裔的人。他們被以色列人稱為“外邦義人”（或譯為國際義人）。這種樹的生命特別頑強，遇到山火的時候是最後被燒死的樹種。山火過後，在殘留的樹木裡，這種樹木最早恢復生機。這種樹的種子，無論是丟在地上 5 年之後，還是被動物和飛鳥喫下去再拉出來，也依然不會乾燥或浸泡變形損失份量，所以被古人作為重量的標準。衡量鑽石重量的“克拉”這個詞就是因此而來。所以，猶太人



選擇這種樹來感謝那些勇敢頑強的“外邦義人”。每一棵克拉樹下都有一塊牌子，刻寫著一名外邦義人的姓名、國籍、以及他們如何行公義施憐憫的信息，以便猶太人永遠感謝和懷念一個又一個具體的救命恩人。我在大道入口處看到了那棵辛德勒樹，但因為時間有限，我沒能夠找到記念中華民國駐奧地利一等秘書何鳳山（他被聯合國譽為“中國的辛德勒”）的克拉樹。1938-1940 年期間，何鳳山冒著危險為 2000 多位猶太人發放了到中國的簽證，使這些猶太人有理由逃離奧地利的納粹迫害，躲過了滅頂之災。納粹當局為了攔阻何鳳山發放簽證，以總領事館曾經屬於猶太人為由，沒收了總領事館的使用權。而當時的中華民國政府又拒絕出資另外租房，何鳳山就自費租下一套小公寓作為總領事館臨時辦公處，讓排大隊的

猶太人一個一個地拿到了救命簽證。記念外邦義人的克拉樹提醒以色列人牢記，天下所有族裔裡都有義人，所以不可對任何種族行滅絕之惡行。我想，何鳳山的表現不正是表明在博大厚重的中華文化裡，也有著這種兼容天下的精神。這更讓我深感作為一個華人基督徒，冒險進入中東，服務其他族裔難民的舉動，是何等地有價值。

險入伊拉克

按照預先的計劃，與約旦義診團隊分手後，我和那對退休的醫生護士夫婦如期再次飛到土耳其伊斯坦堡的阿塔圖爾克國際機場，與從洛杉磯數個華人教會來的伊拉克華人基督徒義診團隊匯合。我們和這個團隊的十幾位華人基督徒一見面，少不得雀躍一番。雖然我並不認識他們其中的任何一位，但聽說大家原本來自於美國、中國大陸、台灣、香港、菲律賓、新加坡、馬來西亞，立刻就有了天下華人是一家的感覺。按照我們手裡持有的機票，這個義診團隊應該轉飛伊拉克的埃爾比勒機場 (Erbil International Airport ; EBL)，然後從那裡乘車前往伊拉克庫爾德自治區的另一個城市。可是領隊告訴我們一個意外的消息：就在 9 月 25 日，居住在伊拉克的庫爾德人（說著庫爾德語的遜尼派穆斯林）進行的獨立公投獲得了 92.73% 的贊成票，一時間讓伊拉克政府，和與伊拉克庫爾德自治區接壤的土耳其、敘利亞、伊朗政府都行動了起來，因為這四個國家的庫爾德人一直有建立一個統一的獨立的庫爾德國的願望，但四國政府的回答很一致 “No！”於是，四國政府聯合宣布，對伊拉克庫爾德自治區施行某種程度的封鎖，四國政府都調動軍隊開赴與伊拉克庫爾德自治區接壤的邊境，據說僅僅土耳其一側就部署了上百輛坦克。伊拉克政府通知所有在庫爾德自治區範圍內的外國人撤離，可以通過首都巴格達機場回國，但是無法就近通過自治區唯一可以直接來往於國際間的埃爾比勒機場離開，因為進出那裡的所有航線都被切斷了。如此一來，我們這一群持有美國護照的華人，即便下定決心繼續

前往位於庫爾德自治區的難民營，也必須另找門路了。最終，我們從伊斯坦堡飛到了一個叫做 Sirkak 的很小很小的機場。停機坪上只有兩三架小飛機。簡單的幾間平房就是候機室。走出機場，只看到四五輛車，其中一大一小兩輛商務車是來接我們的。費了九牛二虎之力，十幾個人加上大量的行李和救難物品把車塞得滿滿噹噹，開始在滿目荒野裡的公路上顛簸起來。一路上，幾次被身著不同服裝的武裝人員攔下來檢查證件。兩個多小時後，終於到達土耳其和伊拉克的邊境，也就是土耳其和伊拉克庫爾德自治區的分界線處。土耳其一方對我們嚴加盤問檢查，但因為是人道主義救援，所以折騰了快一個小時也還是人員物資統統放行。庫爾德一邊那是大大歡迎，三下五除二就辦完了手續。然後又繼續開車，不到兩個小時，到達一個距離土耳其伊拉克邊境很近的小城市 Zakho。換了車，再行駛近一個小時，到達杜胡克省 (Duhok) 的首府 Duhok 市。半夜一點鐘，住進了 Duhok Amanuel Motel。在近乎一天一夜的顛簸中快要散架的身體終於躺平了，太舒服了。

救助雅茲迪

在美國推翻遜尼派的薩達姆政權的戰爭中，同屬遜尼派穆斯林的庫爾德人武裝“自由鬥士”，與佔伊拉克人口多數的什葉派穆斯林武裝一起成為美軍的重要盟友，原因是在薩達姆執政期間，為了推行阿拉伯化，先後屠殺了超過 50 萬庫爾德人。因此，推翻薩達姆的戰爭對庫爾德自治區的破壞非常有限。可是突然興起的伊斯蘭國 (IS) 很快就佔領了敘利亞東半部領土和伊拉克西部三分之一領土，把戰火燒進了庫爾德自治區，因為被佔領的伊拉克土地有很大一部分屬於庫爾德人統治。2014 年 5



月，精銳的 IS 部隊攻佔了屬於庫爾德自治區尼尼微省 (Neynewa) 的首府，也是伊拉克的第二大城 Mosul (摩蘇爾)。庫爾德自治區政府為了避免全軍覆沒，下令部隊退守自治區首府 Erbil (埃爾比勒)，使得 IS 毫無阻攔地迅速向全省推進。8 月就又攻陷了摩蘇爾西方約 100 公里處的 Sinjar (辛賈爾) 城，致使以 Sinjar 為居住中心的雅茲迪人 (Yazidi) 陷入該民族在歷史上的第 74 次滅族危機。雅茲迪人信奉獨特的孔雀天使，並不屬於伊斯蘭教。這在極端遜尼派的伊斯蘭國眼裡，雅茲迪人的出路只有兩個，要不然集體改教，要不然全部滅絕。當伊斯蘭國對一個誓不歸順的雅茲迪村莊屠城時，一次性地把全村 500 多名成年男性都處決了，將超過 300 名婦女與女童擄走變成性奴隸，迫使周圍村鎮數萬雅茲迪教徒逃往辛賈爾山上。據報導，短短幾天，僅僅脫水死在酷熱乾旱山區的兒童就有 56 名之多。IS 的種族滅絕暴行激起了全世界的公憤，也使得曾經對如何打擊伊斯蘭國遲疑不決的美國總統歐巴馬，立即授權美軍展開救援行動，空襲辛賈爾的伊斯蘭國軍隊，並向山區的雅茲迪難民空投糧食與飲用水。接著，國際援助組織協助庫爾德自治政府，在伊拉克與土耳其交界的庫爾德杜胡克省建立了難民營。但是，就如約旦的難民營一樣，一方面因為難民營不夠大，無法容納所有難民；另一方面因為管理不善（包括在其他族裔的難民中混有 IS 分子），致使超過半數雅茲迪難民或者自行尋找因為戰爭而未竣工的建築物棲身，或者成片地居住在高速公路兩旁和荒野的各式各樣的帳篷

中。我們每天就在一個又一個的村莊小鎮設立義診點，邀請附近的難民前來。我們也開車去把遠一點的難民一車一車地接過來。

我所參加的這個華人基督徒義診團隊，正是聽到 IS 種族滅絕雅



茲迪人的消息後組成的，他們從 2015 年開始已經去過那裡好幾次了，所以有一些雅茲迪人是認識他們的。那些雅茲迪人一看到相識的義診團隊隊員，就會擁抱在一起哭哭笑笑。每當我看到那場面就不由得流出眼淚來。醫療隊在那裡的服務條件比約旦更加簡陋，每天服務的時間也更長。特別是因為當地幾乎沒有基督徒，醫療隊找不到成人做助手。好在有一位美國白人基督徒，原來被聘為 Duhok 市的一個由美國人建立的私立大學校長，因為憐憫那些從 IS 手下被解救出來的雅茲迪婦女（她們或者懷了，或者已經生了 IS 軍人的孩子，雅茲迪家族逼迫他們放棄這些“孽種”，她們捨不得自己的骨肉而被驅逐出難民居住區），他辭去校長職務，向美國教會呼籲捐獻，在荒野山腳下集資修建了一個安慰中心，並且在那個中心建立的兩年時間裡，收容一群青少年和他同喫同住，帶著這些青少年一起蓋房子、學英文、學其它生存技能，這讓每個義診團隊隊員身邊都有一兩位這樣的翻譯官。有些孩子還帶上手套口罩，成為牙醫的幫手。我在伊拉克的任務是為每一個難民量血壓、數心率、測體溫，也根據醫生的要求給有些人驗血、驗尿，所以我也有一位個子高高的雅茲迪青年人做翻譯。雖然我們兩人的英文都不很靈光，但我們還是把每個講著雅茲迪語或者庫爾德語的難民，連同他們的基本資訊，分送給了不同的醫生。我真的很感謝那個年青的雅茲迪人。和約旦的義診團隊類似，伊拉克團隊的有些隊員也是不懂醫療的，他們的任務也同樣是為苦難的人禱告、幫助維持秩序、和帶領孩子們遊戲。難民裡面很少看到男人，更少看到青壯年男性，小孩子卻特別多。好像古今中外各個民族都一樣，越是困苦危險的時候，越會多多生育。當我們給難民分發食物的時候，幾乎都是孩子們把食物搬運回帳篷。每天的義診結束後，醫療隊還要摸黑去難民的帳篷裡訪問，為難民們禱告，也治療那些因為殘疾無法到醫療點的病人。在一個由薄薄一層塑料布圍成的帳篷裡，我們為一個在逃難中從山坡上滾落下來，摔成截癱的小孩子看病，他的家人淚流滿面，雙手合十，說個

不停。那感激的眼光，真的可以掃除我們的疲憊。

怎樣回家呢？

在伊拉克庫爾德自治區服務的日子很快就過去了，雖然每天行車都少不了被一個又一個的哨卡攔下來檢查，但還真沒有聞到戰爭的味道，何況那些士兵看到我們這些拿著美國護照又自稱中國人的義診人員，總少不了會試著用中文講“你好”“再見”。只是有一個晚上，半夜被密集的響聲驚醒，還以為附近發生了槍戰，但旅店員工淡定地說可能是有哪家人在辦喜事放炮呢。真的嗎？可是，就在還剩一天就要結束伊拉克義診服務時，突然有消息說美國和土耳其吵了起來，其直接誘因是美國警告土耳其不要進攻伊拉克的庫爾德自治區，但土耳其不聽話，於是兩國同時宣布停止為對方公民發放入境簽證。那麼我們這些已經持有進入土耳其簽證，並且已經買好經伊斯坦堡回洛杉磯機票的人，還能夠從伊拉克進入土耳其然後轉回家嗎？好在我們只擔心了一天，次日就得到土耳其方面肯定的答復，已經簽發的旅行證件還是有效的。於是我們告別了雅茲迪難民，原路開車回到 Sirnak，只是從伊拉克出關時又被土耳其大大地為難了一番。汽車在邊境大橋上足足窩了 3 個小時，上廁所都找不到地方。當我們最終回到美國家裡時，看到新聞說，就在我們離開伊拉克的第二天，土耳其軍隊就和庫爾德民兵打起來了！哇！真玄！差一點被困在伊拉克了。



CCCA Youth Program Earth Day Event

Rudy Zhang (photographer Sarina Lin)

CCCA Youth Program Earth Day event was successfully launched at the Conejo Valley Botanic Garden on April 28th, 2018. The primary goal of the event was to introduce native plants from the botanical garden and to increase local awareness of naturally grown and drought tolerant plants to the community. During the three-hour event time, more than two hundred people came in the garden to participate in the activities and over 130 healthy local plants



were distributed to visitors at free of charge.

The team of Earth Day event consisted of 15 volunteers who are students from local middle schools and high schools. The preparation work for the day encompassed over a month and a half prior to the event. In order to distribute local plants at the event, we needed to grow as many plants





as possible by ourselves. The first challenge was how to grow plants with a higher survival rate. Fortunately, we had the aid of Dr. Carol Zhu and Mr. Joseph Scarpine from the CVBG Board. Under their guidance, we went inside the Botanical Garden and learned to cut plants, a process that allows the “cut” to grow into a new plant without harming the original one. We were able to obtain 167 total cuttings of various plants including lavender, elderberry, rosemary, a multitude of sages, and more over four cutting sessions. We also needed to create posters about the plants to be displayed during the Earth day event at the distribution table.

After the plants were selected, the challenge was to keep the specimens alive until the event. Each family that went to help cut plants took their own trays of plants to grow slowly at home. The nurturement and care that the young plants required were both a challenge as well as a delight. As someone who does not necessarily have a green thumb, I had to constantly remind myself to check my batch of plants to monitor and make sure that they are healthy and prosperous.



A week before the actual event, a meeting was called at my house for all the volunteers to make sure that everyone was on the same page for the event and to make sure that the following week ran smoothly. We ran down the list of assignments that each member was responsible for and made sure to keep everyone accountable through multiple email and text reminders over the course of the next week. We made sure that the posters were ready-made and that each





member knew his or her duties and shifts for the Earth day event. When the rundown was finished, practice for the activities that would be offered during the event ensued. The parents pulled out the supplies that would be used during the event and the volunteers were able to note the face painting materials available and give assignments on bringing origami paper to the event. The most time-consuming demonstration was the paper making one. This demonstration required shredded



paper in a tray of water. Everyone meticulously learned each part of the paper making process from the helping parents and was able to emulate the steps by himself/herself. With the materials and assignments all sorted out, the meeting was decisively concluded and everyone had a week for final preparations for the Earth Day event.

The event officially started at 1:00 PM on



April 28th. We had four stations at the event. The plant station displayed the local plants we cut and grew. When people came to this station, we introduced these plants and answered their questions about this event or local plants. The other three stations included face painting, paper folding, and paper making.

The event was huge for the advancement



of more exposure to the community on the necessity to preserve local plants. With more and more harmful alien plants being wrongfully introduced in the California area as well as the rest of the world, it is truly important for the public to support the growth of traditional plants that are able to thrive in low water environments. Following the success of this Earth Day project, we would like to see these events become an



made a wonderful event for the local community. Before and during the event, many people including members from CVBG Board, CCCA, and students' parents helped us. Without their support, it would be impossible to achieve the goal. We would like to specially thank Jianmei Pan from CCCA and Carl Zhu from CVBG for initiating and supporting this event, and volunteer parents for encouraging and helping us.



annual tradition in order to promote, protect, and raise awareness for local plants during an ever-growing time of strife in nature.

Acknowledgment

As the student leader of CCCA Youth Program Earth Day event, I worked with other student volunteers, and together we





I was born and raised here in Thousand Oaks. Even now, having left Thousand Oaks for college, I look back upon the vibrant memories of my schooling - both on the campus of Thousand Oaks Chinese School and at Westlake High School. Between the colorful Chinese New Year's performances and the rigorous AP classes, I am grateful that both educations culminated in even greater educational opportunities. This summer marks the end of my first year at Yale University, where I have confidently settled in as a student and citizen.

I began my first year at Yale expecting to be challenged academically, socially, and culturally. But these were challenges I was prepared for, thanks to the diverse experiences I witnessed through literature

and history studies. Books like *1984*, *Brave New World*, *Catcher in the Rye*, and *The Kite Runner* exposed me to the difficulties experienced by people different

from me, and different from anyone in Thousand Oaks or the Chinese community. Although these materials dealt with sensitive topics like mental health and identity, they prepared me for academic discussions that are bound to happen at institutions of higher learning. That's why I'm surprised to hear about CVUSD's opt-out policy on literature which was adopted last year. As a student who has gone through our local public education system, I believe that this policy has been driven by misunderstandings and misinformation that ultimately harms students' abilities to learn and to be competitive applicants for universities that value maturity and diversity. At the end of the day, is this literature actually too mature? Or is it just too different?

Many parents have been led to believe that this policy prevents students from being required to read pornographic material. And the anxiety is understandable - if I was a parent, I would be outraged if a school





required my child to read these materials. However, while I cannot speak for every student's experience in the district, I personally cannot recall a single book or poem that even came close to "pornography" in class. In all my years studying in the Honors and AP English programs at Westlake High School, any material that even came close to sexuality came with numerous warnings and alternative offerings - even before this opt-out policy existed.

Our instructors have always been sensitive to mature works of literature, that's why this policy demonstrates a lack of trust in the educators who make the CVUSD one of the best systems in the nation. Among my peers across different schools in the district, we all had different opinions of certain teaching styles and personalities -- but one thing we never questioned was a teacher's judgment of appropriate literature. In my experience, CVUSD instructors have always been

extremely sensitive in introducing new books. Most, if not every English department has a rigorous process for approving new works to the curriculum. This opt-out policy paints teachers as devious individuals trying to corrupt children, and this is simply not the reality of our community. Ultimately, this opt-out policy leaves our education system open to abuse and self-censorship that harms our students.

As a student now entering my second year of college, I find this policy especially detrimental in how it affects the student's holistic education. Like I earlier stated, I have never encountered anything close to "pornography" in my high school readings. But my readings did include stories about people of extremely diverse backgrounds. People of color, immigrants, women, and members of the LGBT community introduced themselves to me through stories of laughter, tragedy, and



struggles. Nothing about these stories were inappropriate, except for some strong language which most students can handle in their high school years. These were stories that resurfaced in my interactions and classes in university. Whether you agree with certain lifestyles or not, students will inevitably interact with a diversity of people and their stories once they go to college. It also does not matter what a student majors in or studies; he or she may have to learn from these diverse individuals as professors, or work with them as classmates. Censoring these stories only hurts our students and their development in the long run.

More than ever, we are in an era where the stories that are taught to our students have become more meaningful and diverse. Even the Asian-American community is experiencing this phenomenon in books and movies like *Crazy Rich Asians* which share stories vastly different from the traditional American experience. But the CVUSD opt-out policy endangers these stories by allowing people to hastily label them as “too mature” when in reality they are simply “too

different.” When other people’s stories are put in danger, our stories are at risk too.

If parents truly want to encourage their children in

their learning and prepare them for life outside Thousand Oaks, oppose further limits on CVUSD instructors who simply want to teach them about the world. When you hear about a book that has been labelled for “mature content”, don’t just take that at face value. Talk to your children about the book, do your research, and evaluate what they can learn. Ask yourself: is this book truly too mature for my child, or is it just too different? Am I giving enough credit to my child to be challenged by new material -- and are there ways I can guide them through that experience?

Don’t let misinformation trick you into distrusting literature. Sometimes, different is good.



(Douglas Shao is a TOCS alumni who graduated from Westlake High School in 2017. In his senior year, he was accepted to Harvard, Yale, Princeton, as well as UCLA and UC Berkeley.)





《千橡》編委會

Title	Name	Name	Email
召集編輯	朱牧仁	Muren Chu	chumuren@yahoo.com
召集編輯	陳蕙玲	Helen Shih	helenshih168@gmail.com
顧問	馮瀚緯	Jesse Fong	jfong2013@yahoo.com
顧問	王友平	Youping Wang	iacmspw@gmail.com
文稿編輯	李瓊	Qiong Li	qiongli_98@yahoo.com
文稿編輯	徐衛龍	Weilong Xu	wxu101@yahoo.com
文稿編輯	吳茵茵	Elaine Lo	elo8890@gmail.com
文稿編輯	章世倩	Daphne Lee	eagleylee@yahoo.com
文稿編輯	陳昭吟	Katey Chen	yin9898@gmail.com
版面編輯主任	胡若琦	Roshie Hu	roshiehu@gmail.com
版面編輯, 文稿	司華曉	Scott Si	scottsi80@yahoo.com
版面編輯, 文稿	包捷敏	Jiemin Bao	jbaogreen@gmail.com
廣告專員	陳丹丹	Dandan Chen	dandangalaxy@gmail.com
廣告編輯	方梅	Mei Fang	mfangx@yahoo.com
廣告編輯	余隆川	Longchuan Yu	longchuan99@yahoo.com
文稿,版面, 網絡	潘建美	Jianmei Pan	jianm.pan@gmail.com

支援志工			
文稿編輯,廣告	陸麗珠	Leslie Chou	lchou1497@gmail.com
版面編輯, 文稿	劉月齡	Yuehling Liu	yuehling.chiu@gmail.com
文稿編輯	陳玲伶	Lingling Jiang	ll0805@gmail.com
文稿編輯	曹志揚	Jeffrey Tsao	yin98_98@yahoo.com
廣告編輯, 文稿	莫逢娟	Christina Ning	chrismning@gmail.com
廣告編輯	曾軻薇	Janet Tseng	jenettseng@yahoo.com



康谷中華文化協會



Conejo Chinese Cultural Association

親愛的朋友:

康谷華協誠摯邀請您和家人，加入這個屬於所有華人的大家庭。

康谷華協成立於1980年，為IRS登記立案之非營利機構。其主要功能為提供康谷各界華人語言、文化、教育等活動；聯系華人情感；並促進與其他社區之文化交流。

隨著華人社區的成長，康谷華協所主辦、協辦或設立的各項活動（如千橡中文學校、文化中心、千橡雜誌、新春晚會、露營、專題演講、文藝交流、金齡會聯誼…等等）也不斷增加和擴大。為增進華人影響力及獎勵華語文學習，華協也針對高中畢業生設置了學業優良獎學金，並於各大高中正式頒發。有關華協各項活動細節，請查詢華協網站。

除了中文學校的運作之外，上述相關活動經費，悉數來自會員會費或其他募款。盼望您也加入我們的行列，共襄盛舉。只需繳交年費二十元，即可成為華協年度會員，享受一年會籍；繳交四百元，便可一勞永逸，成為華協永久會員，永享會籍。會員每年可享讀春秋兩期千橡雜誌、優先報名華協主辦的各項活動、並可參與華協會長及理事的選舉*，共同為華人社區服務；永久會員則可享受更高等級權利。詳細資料請至華協網站查詢**。現在就請您利用下頁回條寄出會費或捐款，一起加入康谷華協這個大家庭！

*有關華協各項選舉細節，請諮詢現任秘書CCCA Secretary <ccca_tocs@yahoo.com>

CCCA Scholarship Program

Academic Merit Award

To recognize the academic achievement, CCCA offers Academic Merit Award scholarships of up to \$500 to each selected winner of local High School college-bound seniors, who have attended Thousand Oaks Chinese School for at least 5 years. The Merit Scholarships is awarded to the winner at his/her High School Senior Awards Night.

Updates on Qualifications, Guidelines, and application forms will soon be available on the CCCA website after the New Year.

Community Service Award: Thousand Oaks High School Senior only

As a part of its goals and objectives, CCCA offers a Community Service Award of up to \$300 to the most qualified Thousand Oaks High School senior, who is committed to community services. A nomination from Thousand Oaks High School teachers or counselors is required.

Please look for updates on the nomination form and the application form via CCCA website.**

**Conejo Chinese Cultural Association www.ccca-tocs.org



THE CONEJO CHINESE CULTURAL ASSOCIATION (CCCA)

Regular Membership, Lifetime Membership, and CCCA Patron Program

A. Regular Member:

1. Enjoy rights to vote and eligibility to run for elections, as defined by the CCCA Bylaws.
2. Access to all events sponsored by CCCA.
3. Enjoy two complimentary editions of CCCA Journal.
4. The regular membership due is \$20 per family, with membership valid from September 1st of the year, to August 31st the following year.
5. Every family of Thousand Oaks Chinese School students is required to pay the CCCA annual membership fee at registration, and enjoy the Regular Membership of that year.

B. Lifetime Member:

1. Enjoy all the rights and privileges as are provided to the CCCA Regular Membership.
2. Enjoy early notification and ticket pre-sale on major CCCA events for preferred seating options.
3. Enjoy honorary recognition in every edition of CCCA Journal.
4. The Lifetime Membership fee is \$400, and good for lifetime.
5. For Lifetime Members with children attending Thousand Oaks Chinese School, the annual membership fee of \$20 will still be charged at the registration but will be reimbursed at the end of registration period.

C. CCCA Patron:

1. All donations are gladly accepted and are tax deductible.
2. Donors receive honorary recognition in CCCA Journal.

All fees are non-refundable and non-transferable.
Please email ccca_tocs@yahoo.com for questions.

會員費與捐款回條 Membership Fee and Donations

Chinese Name: _____ English Name: _____

Address: _____

E-mail: _____

Home phone: _____ Cell Phone: _____

- 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 form to
P.O. Box 6775, Thousand Oaks, CA



康谷華協理事會

2018–2019 CCCA Board Members

姓名	Name	职责	E-Mail
謝麗容	Li Hsieh	會長	littleaiis@gmail.com
吳華山	Eric Wu	副會長/公關*	ericwu717@gmail.com
閻月會	Jenny Yan	秘書/通訊*	yhjyedx@gmail.com
崔磊	Lei Tsui	財務監督/活動	ltsui91362@gmail.com
李曉	Volary Li	財務/籌款	volaryli@gmail.com
曹怡	Yi Cao	中文學校校長/教育	lc2163@yahoo.com
馬海瑁	Haijun Ma	家長會會長/教育	haijunma@gmail.com
王暉	Hui Wang	活動/教育*	heather_wang@hotmail.com
尚虹	Hong Shang	公關/籌款*	hongshang@yahoo.com
朱牧仁	Muren Chu	千橡雜誌主編/通訊	chu.muren@gmail.com
徐冰	Bing Xu	活動/籌款	xubing@gmail.com
游麗惠	Tina Yu	活動/金齡	tinayu88@yahoo.com
趙蓮	Lian Qin	公關/金齡*	lian91311@yahoo.com
劉琳	Lin Liu	籌款/金齡	tangle.lin@gmail.com
潘建美	Jianmei Pan	教育/公關	jianm.pan@gmail.com
林肖玲	Xiaoling Lin	金齡/活動*	lis.simi@gmail.com
張清春	qingchun Zhang	籌款/教育	qingchunz@gmail.com
徐欣	Cindy Xu	公關/活動	xuxincindy@gmail.com
梅芳華	Jason Mei	活動/資料中心*	fanghuamei@gmail.com
王玉琴	Cherry Wang	活動/通訊/網站*	yuqin.wang@gmail.com
李宇航	Yuhang Li	活動/籌款	yuhangli@yahoo.com
*組長 Committee Chairperson			
蔡友文	Carol Woo	榮譽理事/公關	carolyuwenwoo@hotmail.com
李瓊	Qiong Li	榮譽理事/籌款	qiongli_98@yahoo.com
蔣時亮	Bill Chiang	榮譽理事/網站	williamschiang@yahoo.com
潘黛美	Debby Chang	榮譽理事/專題	debby.chang@sbcglobal.net



康谷華協行事曆

2018-2019 CCCA Event Calendar

日期	活動	地點	負責人
Saturday, August 25, 2018	TOCS First Day of School 第一學期開學 (第三節休課)	TOCS	曹怡
Saturday, September 8, 2018	CCCA Seminar 講座	CLU Swenson Center	潘建美
Sunday, September 9, 2018	CCCA Board Meeting #1 第一次康谷華協理事會	CLU Swenson Center	謝麗容
Sunday, September 16, 2018	Cultural Center Grand Opening	Cultural Center	汪宜; 蔡友文
Saturday, September 22, 2018	Moon Festival Outdoor Party 中秋賞月	Deer Hill Park, Oak Park	徐冰
Saturday, October 13, 2018	CCCA Seminar 講座	CLU Swenson Center	潘建美
Saturday, October 27, 2018	CCCA Journal Publishing - Fall Issue 千橡雜誌秋季刊出刊	TOCS	朱牧仁
Saturday, November 17, 2018	CCCA Seminar 講座	CLU Swenson Center	潘建美
Saturday, December 8, 2018	CCCA Seminar 講座	CLU Swenson Center	潘建美
Sunday, December 9, 2018	CCCA Board Meeting #2 第二次康谷華協理事會	TBA	謝麗容
Saturday, December 15, 2018	X'mas Party	Moorpark Country Club	李宇航; 林肖玲
Christmas and New Year Break			
TBD	CCCA President Gathering 會長聯誼	TBD	謝麗容
Saturday, January 12, 2019	CCCA Seminar 講座	CLU Swenson Center	潘建美
Saturday, January 12, 2019	TOC Second Semester Starts 千橡中文學校第二學期開學	TOCS	曹怡
Tuesday, February 5, 2019	Chinese New Year - The Year of the Pig - 新年快樂		
Saturday, February 9, 2019	Spring Banquet 春宴	TBD	曹怡
Saturday, February 9, 2019	CCCA Seminar 講座	CLU Swenson Center	潘建美
Saturday, February 23, 2019	CCCA Chinese New Year Performance 康谷華協新春晚會	T.O. Civic Arts Plaza	丁凱軍
Sunday, March 3, 2019	CCCA Board Meeting #3 第三次康谷華協理事會	TBA	謝麗容
Saturday, March 9, 2019	CCCA Seminar 講座	CLU Swenson Center	潘建美
Sunday, March 10, 2019	Deadline for TOCS Principal candidate Nomination 千橡中文學校校長提名截止		王暉
Friday, March 15, 2019	Deadline for CCCA Academic Merit Awards Application 康谷華協獎學金申請截止		王暉
Saturday, March 23, 2019	TOCS Track and Field Meet 千橡運動會	TOCS	曹怡
Saturday, March 23, 2019	Deadline for CCCA directors nomination 康谷華協理事提名截止		閻月會
Saturday, April 6, 2019	Voting day for TOCS Principal 千橡中文學校校長投票/開票日	TOCS	王暉; 嚴月會
Saturday, April 6, 2019	CCCA Seminar 講座	CLU Swenson Center	潘建美
TBD	Arbor/Earth Day 地球日	TBD	吳華山
Saturday, April 27, 2019	CCCA Journal Publishing - Spring Issue 千橡雜誌春季刊出刊	TOCS	朱牧仁
Saturday, April 27, 2019	Official Announcement of CCCA VP & Directors Election 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	閻月會
Saturday, May 4, 2019	Senior Chiense New Year Celebration 金齡組聚會	TBA	趙蓮
Saturday, May 11, 2019	CCCA Seminar 講座	CLU Swenson Center	潘建美
Sunday, May 12, 2019	Mother's Day Celebration 母親節活動	TBD	徐欣
Mid May - Early June 2019	CCCA Award and Scholarship Presentation 到各高中頒發獎學金	Local High Schools	王暉
5/25/2019- 5/27/2019	CCCA Memorial Weekend Camping 康谷華協初夏露營	TBD	梅芳華; 王玉琴
Saturday, June 1, 2019	Last Day of TOCS/Graduation Ceremoney/Year End Picnic 千橡中文學校結業典禮/期末野餐	TOCS	曹怡; 馬海珺
Sunday, June 2, 2019	CCCA Board Transition Meeting 康谷華協年終總結/換屆會	TBA	謝麗容
Saturday, June 15, 2019	CCCA Seminar 講座	CLU Swenson Center	潘建美



千橡中文學校行政人員名單

Staff Directory

Title	Name
校長 Principal	曹 怡 Lindsay Cao
副校長 Assistant Principal	邱建雄 Scott Chiu
副校長 Assistant Principal	葉晚林 Wanlin Yeh
副校長 Assistant Principal	羅秋良 Qiuliang Luo
教務組 Academics Director	曾軻薇 Janet Tseng
教務組 Academics Director	吳 妍 Yan Wu
教務組 Academics Director	齊瑾瑜 Natalie Kallen
教務組/校務秘書 Academics Director	游麗惠 Tina Yu
財務組 Budgeting Director	李寶茵 Jasmine Li
資訊組 IT Director	許家銘 Chiaming Hsu
資訊組 IT Director	須志仁 Eddy Hsu
註冊組 Registration Director	胡鈺麟 Renee Hu
註冊組/通訊組 Registration/Communication Director	張冬梅 Daisy Zhang
通訊組 Communication Director	簡雅洳 YaJu Chien
通訊組 Communication Director	溫泉 Renee Wen
活動組 Recreation	吳迎春 Yingchun Wu
活動組 Recreation Director	林肖玲 Xiaoling Lin
活動組 Recreation Director	王雷鎮 Larry Wang
訓導組 Campus Security Director	楊俊生 John Yang
總務組 Copy Room/Purchasing Director	田代寧 Kelly Tien
總務組 Copy Room/Purchasing Director	蔡卓明 Joe Cai
雙語教育計畫委員會主任 Bilingual Program Committee Chair	王暉 Heather Wang



千橡中文學校活動摘要

TOCS Calendar of Events

	活動	負責人
08/25/18	第一學期開學 (第三節休課)	全體行政人員
09/01	假日, 不上課	
09/08	緊急疏散排練	羅秋良/王雷鎮/PVA
09/15	TOCS Moon Festival 中秋謝師活動	葉晚林/齊瑾瑜
09/22	CCCA中秋節活動	CCCA
10/13	TOCS 秋季學術比賽 (作文, 翻譯, 書法及繪畫)	林肖玲/吳迎春
TBD	南加聯合會秋季學術比賽 (作文, 翻譯, 書法及繪畫)	林肖玲/吳迎春
12/08	(1st-5th Grade)認字比賽及(6-8th Grade)中文常識測驗	齊瑾瑜/游麗惠
12/22	上學期學期結束 TOCS聖誕節餐會	田代寧/邱建雄
TBD	CCCA 聖誕晚會	CCCA
12/29/18-1/7/19	Winter Break - 教材補助申請, 訂購	曾軾薇
01/05	假日, 不上課	
01/12	第二學期開學	曹怡
TBD	南加春季研習營報名	吳妍
02/09	新春謝師宴	葉晚林/吳妍/PVA
02/23	CCCA新年晚會(2/09 春節) (第三節休課)	CCCA/TOCS/PVA
02/23	班級海報比賽	林肖玲/吳迎春/王雷鎮
03/23	趣味運動會	羅秋良/王雷鎮/ 林肖玲/吳迎春/PVA
TBD	全美中文學校聯合會SAT中文模擬考試	孫明非/齊瑾瑜
TBD	CCCA 獎學金截止申請日	CCCA
TBD	南加聯合會成語比賽	曾軾薇
TBD	地球日活動	CCCA
04/20	春假, 不上課	
05/11	TOCS母親節慶祝活動	曹怡/田代寧
05/11	CCCA母親節慶祝活動	CCCA
05/11-5/18	期末考試	TOCS 老師
05/25	學年成績單回交辦公室	游麗惠
05/25-5/27	CCCA露營活動	CCCA
05/15	AP中文/SAT中文獎學金截止申請日	游麗惠
06/01	結業典禮(第三節休課)	全體行政人員
TBD	教材補助申請/南加夏季研習營報名	曾軾薇/吳妍



教師及教室分配

Teachers & Classroom Assignment

CLASS	ROOM	NAME
Pre-K A	I-7	伍怡靜 Olivia Wu
Pre-K B	I-8	李韻祺 Kiki Li
K-A	G-1	張詩嘉 Joyce Chang
K-B	G-2	曹 樺 Hua Cao
K-C	I-9	陳琨縈 Tina Chen Wu
K-D	G-3	劉立瑩 Liying Liu
1-A	G-4	林文雯 Maggie Lin
1-B	G-5	胥 健 Jian Xu
1-C	I-10	張書芬 Christian Siduguen
1-D	G-6	田 方 Fang Tian
2-A	G-9	郭淑玲 Vivian Kuo
2-B	G-10	蔣 璐 Olivia Jiang
2-C	I-11	王玉春 Joyce Wang
2-D	G-12	葉 明 Ming Ye
3-A	F-3	吳維德 Irene Wu
3-B	G-13	孫明非 Mingfei Duan
3-C	G-14	付清華 Avril Fu
4-A	H-1	顧瑜雯 Vivian Ku
4-B	H-2	朱 琳 Lin Zhu Quinn
4-C	H-3	陳建林 Linda Chen
4-D	H-4	周 蕾 Lei Zhou
5-A	J-3	許肇華 Vivian Jan
5-B	J-4	張建萍 Jian Ping Zhang
5-C	J-5	江華培 Paige Jiang
6-B	I-5	龍惠敏 Huimin Long
6-C	I-6	蔡雅惠 Yahui Tsai
7-A	F-9	陳慧嬪 Huei-Pin Chen
7-B	F-8	賀國稷 Helen He
8-A	J-8	鄭世玫 Rose Chen
8-B	I-2	馬志宏 Maggie Ma
8-C	I-3	孟 薇 Wei Meng
9-A	J-6	俞美娟 Emily Mei Chuan Yu
9-B	I-12	金慧星 Ellen Huixing Jin

CLASS	ROOM	NAME
畫圖 (初級) Art (I)	G-1	嚴錦玉 Sophie Chang
畫圖 (中級) Art (II)	G-2	余敏鴻 Nancy Yu
素描 Sketch	G-3	司華曉 Scott Si
珠心算 (初級) Mental Arithmetic (I)	G-10	陳琇娥 Sheryl Lee
珠心算 (中級) Mental Arithmetic (II)	I-6	蔡雅惠 Yahui Tsai
中國象棋 Chinese Chess	I-7	Jack Cashman
國際象棋 Chess	F-3	肖 銳 Bryan Xiao
書法 Calligraphy	I-5	龍惠敏 Huimin Long
手工 Crafts	I-8	李韻祺 Kiki Li
中西編織 Weaving	G-9	黃愛旗 Aiqi Huang
中國民族舞蹈 Chinese Dance (I)	F-Hall	李愛捷 Phoebe Li
網球 Tennis	網球場	王成昇 Paul Wang
功夫 Chinese Kung Fu	F-Hall	江子權 Eric Kong
成語小學堂 Idiom with Fun	H-3	陳建林 Linda Chen
詩詞朗誦與表達 Poetry Recitation	G-6	陳瀟瀟 Grace Chen
SAT II 中文 Preparation	G-12	孫明非 Mingfei Duan
中文AP先修 Pre-AP Practice	G-4	孟 潔 Jie Meng
Chinese AP Preparation (For 9th and 10th Grades Only)	J-6	俞美娟 Emily Mei Chuan Yu
	I-12	金慧星 Ellen Huixing Jin
作業輔導 Tutoring	F-8	學生助教 Student TA



家長會名單

PVA Directory

Title	Name	Phone #	email
會長	马海珺 Haijun Ma	(805) 669-8865	haijunma@gmail.com
副會長	刘琳 Lin Liu	(805) 768-4318	tangle.lin@gmail.com
副會長	黄弋民 Joe Huang	(805) 368-5729	ym_j_h@yahoo.com
理事： 艾萍 Annie Ai, 舒朝晖 Sue Shu, 董平 Ping Dong, 郭彩 Vivian Guo, 何彦 Sabrina He, 李西云 Lisa Lee, 李炯炯 Amanda Li, 王大军 Dajun Wang, 肖凯丽 Kaili Xiao (出納), 杨端 Jenny Yang, 杨隽 Jun Yang			

康谷華協永久會員 **CCCA Lifetime Members**

祝華僑先生 / 魯台孫女士	張茂生先生 / 歐陽虹女士	林冰先生 / 林張肖玲女士
何慶華先生 / 蔣明權女士	陳小明先生 / 周洪女士	錢文絢女士
李雅明先生 / 張寧孜女士	鄭德音先生 / 鄭美芳女士	王新宇先生 / 曲玉生女士
林志中先生 / 陳長秀女士	黃亮先生 / 張嘉倫女士	王海寧女士 / 胡朝陽先生
徐衛龍先生 / 方梅女士	崔磊先生 / 葉晚林女士	張建萍女士 / 李文成先生
羅福華先生	孫邦華先生 / 王維亞女士	汪宜女士 / 李哲先生
張奕霆先生 / 廖惠芳女士	楊明發先生 / 李瓊女士	關德松先生 / 張棠女士
張吾伊先生 / 翁梅影女士	周大偉先生 / 劉綺華女士	秦定宇先生 / 趙蓮女士
張貴斌先生 / 武國英女士	劉寧先生 / 吳迎春女士	易莉女士
張大健先生 / 胡小明女士	郭仲玖先生 / 顏惠貞女士	劉楊女士 / 宋杰先生
蔣時亮先生 / 劉香巖女士	鄭乃碩先生 / 謝麗容女士	徐建春先生
陸麗珠女士	孫翔之先生 / 喬宗慈女士	張勵女士 / 石立成先生
蕭博洋先生 / 賴怜君女士	姚志明先生 / 尚虹女士	徐元建先生 / 王暉女士
修建虹先生 / 張蘇雯女士	劉龍斌先生 / 周雯女士	涂毅先生 / 洪希女士
徐以誠先生 / 朱情女士	杜厚洸先生 / 俞美娟女士	丁凱軍先生 / 董平女士
江曉帆先生 / 陳玲伶女士	劉建華先生 / 吳正宜女士	儲文松先生 / 王盼成女士
關學廉先生 / 紀星華女士	Michael先生 / 葛曉惠女士	邵紅霄先生 / 潘建美女士
李昭先生 / 孫惠明女士	齊鵬先生 / 董健女士	陳浩先生 / 陳亞麗女士
梁寬洲先生 / 黃家蘭女士	施志青先生 / 徐愛萍女士	朱牧仁先生 / 靳海喃女士
彭躍南先生 / 藍芸女士	羅愛華女士	游麗惠女士 / 吳忠憲先生
王克中先生 / 林震寰女士	邱道志先生	徐冰女士 / 劉立憲先生
王友平先生 / 張建華女士	呂建德先生 / 陳淑貞女士	張清春女士 / 羅權舟先生
胡建策先生 / 蔡友文女士	Mr. Thomas Chung / 庄裘莉女士	梅芳華先生 / 胡贊女士
吳禎祺先生 / 潘雪燕女士	Mr. Brian Chase / 畢曉娟女士	徐欣女士 / 王堅先生
嚴海先生 / 孫玉女士	趙怡女士	劉琳女士 / 陳雪軍先生
林可岳先生 / 劉世華女士	高煜先生 / 黃桂林女士	閻月會女士 / 葛永茂先生
羅浩林先生 / 吳茵茵女士	蔡嘉倫先生 / 蕭明花女士	



財務報表

Financial Statement

CCCA Balance Sheet, June 2018

	<u>June 30, 2018</u>
ASSETS	
Current Assets:	
Cash	\$ 139,730
Short-term Investments	499,204
Accounts Receivables	10
Prepaid Expenses	700
Total Current Assets	<u>639,644</u>
TOTAL ASSETS	\$ 639,644
LIABILITIES	
Current Liabilities:	
Accounts Payable	701
Due to TOCS and PVA	161,000
Total Current Liabilities	<u>161,701</u>
EQUITY	
Opening Balance Equity	44,023
Accumulated Other Comprehensive (Loss)	(5,666)
Opening Retained Earnings	417,427
Net Income	22,158
Total Equity	<u>477,943</u>
TOTAL LIABILITIES & EQUITY	\$ 639,644

CCCA Income Statement, June 2018

	<u>July 01, 2017 to June 30, 2018</u>
Revenue	
Membership Fees	\$ 8,971
Donation	47,103
Event and Program Revenue	73,851
TO Journals Revenue	13,140
Other Revenue	817
TOTAL REVENUES	<u>143,882</u>
OPERATING EXPENSES	
Event and Program Expense	72,349
TO Journals Expense	16,013
Charity Donation	400
Gifts and Reward	1,216
Meeting Expense	1,129
Taxes	30
Professional and Legal Fees	900
Bank Charge	471
License and Certificate	595
Dues and Subscriptions	100
Computer HW Expense	8
Office Supplies	241
Storage Fees	1,122
Mail and Delivery	147
Other Expense	32,056
TOTAL OPERATING EXPENSES	<u>126,776</u>
OPERATING PROFIT	17,107
OTHER (INCOME) AND EXPENSE	
Interest (Income)	(107)
Dividend (Income)	(4,944)
TOTAL OTHER (INCOME) AND EXPENSE	(5,051)
NET INCOME	<u><u>\$ 22,158</u></u>



TOCS Balance Sheet, June 2018

	<u>June 30, 2018</u>
ASSETS	
Current Assets:	
Cash	\$ 455,008
Petty Cash	130
Due from CCCA	103,000
Prepaid Expenses	<u>1,007</u>
Total Current Assets	559,145
TOTAL ASSETS	\$ 559,145
LIABILITIES	
Current Liabilities:	
Accounts Payable	\$ 349
Payroll Tax Liability	2,348
Unearned Tuition Revenue	<u>213,420</u>
Total Current Liabilities	216,116
EQUITY	
Opening Balance Equity	600
Opening Retained Earnings	284,023
Net Income	<u>58,405</u>
Total Equity	343,028
TOTAL LIABILITIES & EQUITY	\$ 559,145

TOCS Income Statement, June 2018

	<u>July 01, 2017 - June 30, 2018</u>
REVENUES	
Tuition	\$ 290,739
Tuition Refund	(8,652)
Donation	1,222
Text Book Sales	<u>2,075</u>
TOTAL REVENUES	285,384
COST OF GOODS SOLD	
Text Books	\$ 8,630
TOTAL COST OF GOODS SOLD	8,630
GROSS PROFIT (LOSS)	276,754
OPERATING EXPENSES	
Computer and Software	673
Copy & Printing	775
Office Equipment/Supply	915
Telephone	111
Travel - Mileage	75
School Equipment	116
Teachers' Attendance Award	2,555
Facility Rental	71,104
Insurance	2,365
Meeting Expense	2,715
Merchant Account Service Charge	11,568
Professional service fees	180
Misc. Office Items	107
Classroom Allowance	17,297
Substitutes	2,150
Teachers Supplies	1,242
Payroll Expenses	82,548
SCCS Events	3,950
School Activities	<u>34,257</u>
TOTAL OPERATING EXPENSES	234,703
OPERATING PROFIT (LOSS)	42,051
INTEREST (INCOME), EXPENSE & TAXES	
Interest (Income)	(106)
Other (Income)	<u>(16,248)</u>
TOTAL INTEREST (INCOME), EXPENSE & TAXES	(16,354)
NET INCOME	\$ 58,405

PVA Income Statement, June 2018

	<u>July 01, 2017 - June 30, 2018</u>
REVENUE	
Membership Fees	\$ 8,145
Fundraising Revenue	23,196
Donation	510
Voucher Reward Program Revenue	1,102
Event Revenue	1,389
Other Revenue	<u>17,759</u>
TOTAL REVENUES	52,100
OPERATING EXPENSES	
Voucher Reward Program Expense	4,096
Fundraising Expense	22,576
Meeting Expense	1,587
Event Expenses	7,719
Community and Education Support	2,288
Office Supplies	286
Bank Fee	<u>388</u>
TOTAL OPERATING EXPENSES	38,940
OPERATING PROFIT	13,160
OTHER (INCOME) AND EXPENSE	
Interest (Income)	(3)
Other Expense	<u>2,639</u>
TOTAL OTHER (INCOME) AND EXPENSE	2,636
NET INCOME	\$ 10,524

PVA Balance Sheet, June 2018

	<u>June 30, 2018</u>
ASSETS	
Current Assets:	
Cash	\$ 58,609
Due from CCCA	<u>58,000</u>
Total Current Assets	116,609
TOTAL ASSETS	\$ 116,609
EQUITY	
Opening Retained Earnings	106,085
Net Income	<u>10,524</u>
Total Equity	116,609
TOTAL LIABILITIES & EQUITY	\$ 116,609

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
1/4 頁(1/4 page) 3.25 x 4.45"	\$80
1/2 頁(1/2 page) 6.5 x 4.45"	\$130
全頁(Whole page) 6.5 x 9"	\$260
封底內頁 (Last page of the magazine)	\$300
封面裡頁 (Inside of front cover)	\$410
封底裡頁(Inside of back cover)	\$350
封底 (Back Cover)	\$540

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： 陈丹丹 Dandan Chen 310-266-1655 dandangalaxy@gmail.com
潘建美 Jianmei Pan 805-876-4291 jianm.pan@gmail.com
曾幗薇 Janet Tseng 818-889-8770 janettseng@yahoo.com

CCCA is a non-profit organization. Website: www.ccca-tocs.org

P.O. Box 6775, Thousand Oaks, CA 91360