



小蜜蜂

第 12 期 2012—11

牛顿中文学校月刊
NCLS JOURNAL

编辑：唐微 editor@newtonchineseschool.org



- 名著连载：哈佛家训（1）
 - 美东地区第一届少年儿童中文写作大赛获奖报道
 - 美东地区第一届少年儿童中文写作大赛波士顿赛区我校学生获奖作文集
 - 美国总统大看台

卷首语

四季如画/唐微.....Page 3

新闻大厅

美东地区第一届少年儿童中文写作大赛获奖报道/校刊编辑部.. Page 4

牛博士趣味园

笑话/李青俊整理 Page 5

学生作品大观园

美东地区第一届少年儿童中文写作大赛我校学生获奖作文集... Page 6

图片欣赏

感恩节快乐! Page 6

家庭教育论坛

东西文化，兼容并蓄； 生动活泼，乐在其中/沈安平.....Page 13

中国万花筒

中国武术/佚名.....Page 15

牛顿茶馆

美国总统大看台/李青俊.....Page 17

牛顿文苑

名著连载：哈佛家训（1）/威廉．贝纳德Page 19

网海拾贝

蚕的生活史Page 22

广而告之Page 24

封面摄影： Bo Yang

主办：牛顿中文学校

校长： 梁 楠

副校长： 肖广松

董事长： 韩 彬

家长会长： 田 元

网 址: www.newtonchineseschool.org

四季如画

唐微

有一个天才的画家，从来没有人当面见过，但是大家都听说过，而且每天有意或者无意都在观赏他的作品，甚至时时处处就生活在他的画里。他以大地为纸，风为笔，阳光为水彩，或用素描，或用国画，或用油画，或用木刻，绘成了一幅又一幅五彩斑斓，变化万千的四季景象。

漫长的冬天过后，你在等春天的到来，忽然有那么一个时刻，你注意到黝黑的枝头上冒出一又一点，看似有色，又好像没有，慢慢地，你发现，那是介于绿和黄之间的一种调和色，玲珑剔透。那是大自然开始用心素描春色的结果。其笔法可谓细腻至极，沿着长枝短茎，一点一点连成线，再连成片，一幅流动的立体的画就呈现在门前屋后，大街小巷，这画的名字就叫春天。

如果说春天的画始于素描，那么随着春天的节奏加快，大自然也在悄悄地变化手法。当春天渐浓的时候，万物朝气蓬勃，大自然也跟着激情澎湃，他不再是一点一线的描绘，而是一大片一大片将水彩泼在大地上，树木葱茏，花团锦簇。等到晚春夏初时，大地上已是一片绿色如海，万紫千红花如潮。在烈

日的烘托下，大地不再彰显细节，只是一股劲儿捣腾浓郁，嫁接气势，积蓄精华，等着收获的那一天。

秋天来了，太阳就像一个玩累的孩子，野性收敛，偶尔也会像一只小猫那样静静地躺在屋角，什么也不做，就只看着你。雨季过后，风似乎有些渴。在大自然的笔下，树叶学会了变色，就像花那样呈现出五彩，而俊美的花朵却像失焦一洋，变得模糊，你如果只是

看那些局部，似乎一切都渐渐开始变得杂乱无章，不成形状，但是，如果你退后几步，不用仔细观察，甚至闭起你的眼睛看，那份温柔，那份激情，似乎隐隐约约又都存在于那些丰满的果实中，一点也没少，而且是清清楚楚地展现在心里。

于是，带着这份温柔，这份激情，这份果实，我们微笑着送走秋意，点着清露，数着冰霜，在黑色的大地上，随时等着第一片白雪的到来。没有叶子的遮掩，大树小树个个忘乎所以，赤膊上阵，在寒风中跳起劲舞，毫无保留地张扬着它们的野性。大自然收起色彩，开始用刀刻下一个又一个黑白分明的场景，连成琼台玉阁，在冰天雪地里，打造出一个纯洁的童话世界。在这个童话世界里，到处可见那些已具稚形的苞蕾潜伏在雪中，露着小脑袋，不言不语，浑身却分明带着成熟的坚韧和不屈的生机，这是大自然的伏笔，也是另一个春天的起点。



新闻大厅

热烈祝贺我校学生在 美东地区第一届少年儿童中文写作大赛波士顿赛区 比赛中取得优异的成绩。

编者按： 在梁楠校长鼓励和大力支持下，在各位老师和家长的帮助和指导下，我校共有 24 名学生参加了此次比赛，成绩非常突出，在少年组，少儿组以及儿童组三个级别中，经过初赛和复赛，总共有 7 人获奖：

唐若洋，	获少年组第一名，	九年级马立平班	指导老师：姚洁莹
毛作波，	获少年组三等奖；	八年级乙班，	指导老师：李威
汪维廉，	获少年组优胜奖；	九年级，	指导老师：梁楠
高 安，	获少儿组三等奖；	八年级甲班，	指导老师：汪春晓
王文伊，	获少儿组优胜奖；	五年级马立平班，	指导老师：刘凤英
唐牧阳，	获儿童组第二名；	三年级马立平班，	指导老师：赵咏梅
杨月潇，	获儿童组三等奖；	二年级马立平班，	指导老师：冯怡丽

后排左起： 唐若洋，
汪维廉， 梁楠校长，
高安， 毛作波

前排左起： 唐牧阳，
杨月潇， 王文伊

摄影： 唐微





笑话集锦

李青俊（收集整理）

1. 打灯笼的蚊子

仙蒂和爸爸出去野营,晚上在营地过夜,他们整个晚上被蚊子搅得十分恼火,最后爸爸说:“仙蒂,用睡袋蒙住头,蚊子就咬不到我们了。”过了一会儿,仙蒂伸出头来呼吸新鲜空气,这时他看见了以前从未见过的萤火虫,于是他叫道:“天啊,蒙住头也没用,蚊子正打着灯笼找我们呢。”

2. 漫山挂满马铃薯

中文学校四年级某班上一同学的作文:

“这个周末我去了郊游,满山都是成熟了的马铃薯,挂在枝头随风摇动。”

3. 没做作业

中文老师:作业为什么没做呢?

凯文同学:今天天太冷,我爸把我的作业本放壁炉里生火取暖了。

4. 拖后腿

考完期中考试后,老师在班上批评汤姆考得不好。他说:“汤姆同学,你怎么考了

这么点儿分,全班一平均,你严重拖了咱班的后腿。”

汤姆听后很是不解,就举起手问:“老师,咱班又不是猪,还分前后腿?”

5. 循循善诱

中文老师:“有些同学开始骄傲了,大家还记得龟兔赛跑的故事吧。杰米,你说说看,兔子为什么输给乌龟?”

杰米:“因为它睡觉。”

老师:“对极了!我们应该怎么做才能使兔子不睡觉呢?”

杰米:“把乌龟换成狼。”

6. 核对电视节目表

妈妈:“杰克,你又开电视了。”

杰克:“我又不是要看电视。”

妈妈:“那你在做什么?”

杰克:“我在核对网上的电视节目表有没有印错。”

7. 看电视

SANDY 来的那天晚上,镇上没了电。

麦克:妈妈,我想看电视。

妈妈:今晚没电,亲爱的。

美东地区第一届少年儿童中文写作大赛波士顿赛区我校学生获奖作文集 (以年龄和获奖级别为序)

(1) 暑假养蚕记

——作茧真的自缚吗？

——唐若洋

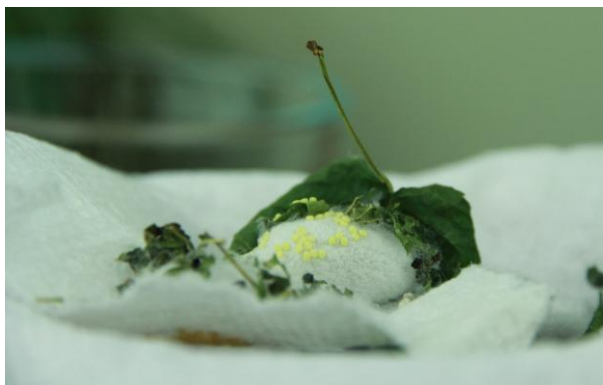
九年级马立平班；指导老师：姚洁莹

一天，爸爸下班回来说：“我给你们带回来一个宠物！”我和妹妹心想爸爸终于让我们养小狗了！我们到处看，可是没有小狗的影子，只看见爸爸从包里拿出一个小袋子对我们说：“我今天可是特意帮你们带回来这个！这就是。。。蚕子！这个暑假就可以养这个蚕啦！”

那天晚上，我们就把蚕子放在碗里。一开始有一点无聊，因为蚕还没有从蛋里出来。终于有一天妹妹突然叫：“出来了！出来了！”从那天起，我们一家人都在忙前忙后去伺候这些蚕。那些小蚕一天比一天大。过了好几个星期有一些蚕就不怎么动了。爸爸告诉我们：“它们很快就要开始做茧了。”果然没错，没过几天，小蚕就不见了。只看见用丝制成的椭圆形茧。渐渐地，每个茧的一端开了一个圆孔，有几个蛾在旁边动来动去。它们什么也不吃，也不飞走。只是不停地下蛋，然后就死了。

通过养蚕，我不仅学到了很多生物知识，更学到了一些生活中的智慧。当我看到蚕做茧包住自己的时候，就想到那句成语：作茧自缚。但是，它们后来又从茧里

出来变成了蛾。这个时候，我忽然觉得人们都把这句成语的意思想错了。因为蚕做茧，并没有自缚。这些蚕把它们自己包起



来是为了保护自己，让自己变成蛾，下更多的蛋。那些聪明的蚕其实知道以后怎么出来。其实，人的生活当中有时也会这样。当我们把自己搞得一团糟的时候，如果肯想办法，总能找到出路，把事情弄好。不要怕麻烦，因为这些麻烦都是我们在成功的过程中必须要走的一步。

虽然我养蚕只是给了它们几片叶子而已，可是小小的蚕却用了它们短短的一生教会了我一些做人的基本道理。

(2) 我暑期去了华山

毛作波

八年级乙班；指导教师：李威



这个暑假我去了中国的西安旅游。在西安最好玩的活动是爬华山。到了山前我就朝上看，一个紧张的感觉一下冲到我的身体里。今天的云很低，山顶都看不见了。那时，我想到了很多人坐缆车上山。他们就到山上看风景。我还想，如果不爬山，你就失去一个爬山的体验。

进山的路先是很长一段十到二十度的坡地。走着走着，我觉得走坡地脚不舒服，宁可走路边的台阶。因为天热，走山路出大汗，我还觉得如果一讲话，我就会口干，喝了水也没用，没多久又想喝。路

旁边有泉水。这水很清，你都可以看见下面的石头。我爸爸和我下去洗了一下脸。水很冷，在脸上很舒服。上山要准备好大瓶水。

我爬山的时候也一直在擦汗。我刚刚洗好毛巾，过几分钟它又全部湿了。爬山还要准备好擦汗的毛巾。

接下去全部是台阶了。有的地方很陡，坡度接近九十度。越陡爬得越累，每隔几分钟就要休息一下。我有一点觉得没有希望了，因为走不完的台阶。我的爸爸给我讲，“不要想这些，就专心走。”

经过约三个小时，总算到了北峰。索车的终点站也在这里，所以这里是人最

父母之言

我们感谢侨报和牛顿中文学校组织这次写作活动，以及八年级乙班李威老师的指导。特别感谢校刊编辑唐微工作认真负责，因为我在投稿的截止日很晚才送出电子邮件，如果没有他坚持和侨报编辑交涉，作波的作文也不会有参加评审的机会。毛作波通过这次活动学到不少写作技巧，也使他看到自己的不足。除了课外学中文，他还爱好体育活动，如游泳，网球和滑雪，还爱好国际象棋。他的个性喜欢做有挑战性的工作。我们期望他能充分掌握中文的听读写技能，可以更好地了解中华文化。

多的地方。下午我们又开始爬山，在上面拍了几张照片。在路旁我看见一个老人在休息，他是一个工人，他要把很重的担子挑到山上去。上面吃的和建筑材料都是这些人运上去的。大部分的工人都比他年轻。有个人问他“您几岁了？”他的伙伴说已

经七十多了，工作了六十年了，他还说，他每天只挣五十元。大家都觉得老人很辛苦，七十多岁还不能退休，还要工作挣钱，很多人给了他钱。

我们又走了两个多小时，觉得应该下山了。这时已经下午三点多了，下山还要走近五个多小时。快要到山下了，我看到刻在石头上的大字，大概的意思是，如果征服了华山，你没有任何东西不能做到。这些字的位子放得很好，上山的时候经过这里，我没有看见，坐索车上下的人也看不见，只有自己下山的人一下就看见了。我觉得很开心，我坚持到底了。我觉得如果今后我做事像爬华山一样这么用功，把每件事做到底，我会成功的。

(3) 暑假欧洲行

汪维廉

九年级 指导老师：梁楠

今年暑假，我和我的妈妈一起去了欧洲的意大利和法国旅行。在意大利，我们去了罗马和威尼斯。然后我们去了法国的巴黎。我们天天看景点儿和博物馆，好玩儿的地方真多啊！

我们第一个旅游的城市是罗马。罗马实在是太让人大开眼界了！在罗马的大街上，随便往哪一个方向都会看到罗马的古迹。向左看，就看到古罗马的教堂；向右看，就看到古罗马的集市。向前望，就看得角斗场；向后瞧，就看到了古罗马

的喷泉。罗马让人感觉像是回到了几千年的古代一样。我们还进了角斗场参观。进去就看到角斗场是用好多巨大的石头块儿盖起来的。过了几千年，有的被风沙磨平了，有的被暴雨打倒了。我看着这些一直在想，“真了不起啊，古代人没有吊车，怎么搭得起来这么巨大又这么平稳的建筑呢？”

威尼斯也很有趣。那儿的大街小巷都被桥一个一个地连起来，成为了一座水上城市。在那儿能坐上一艘小船，叫刚朵



拉；你能坐刚朵拉看到很多漂亮的建筑和有名的桥。威尼斯人还有一种特别的公共交通工具。他们不用我们的汽车或者火车，他们用公共交通船，带人到各个小岛和码头去。威尼斯还生产特别的玻璃艺术品。他们的玻璃像钻石那么光亮，还像彩虹那么五颜六色的。

在威尼斯我们遇到了一个惊喜。我们在街上看到了一所中文学校，叫威尼斯中文学校！学校里有好多孩子在学中文。妈妈和我还进去拜访了那儿的校长和老师，校长用中文问了我在美国的中文学校的事情。我觉得在威尼斯遇到中文学校很亲切。

最后一站，我们去了法国巴黎。法国的特色太多了。我们第一件事就是看卢浮宫。卢浮宫实在是太大了；人真的得在那儿花几星期才能把它的艺术品都看一遍。我们从来都没有看到过那么多的艺术品，那么多有名的油画和雕像。

我们还去了巴黎南面的凡尔赛宫。凡尔赛宫以前是法国皇家的行宫。里面的装饰又漂亮又特别。有一个长廊里周围墙上都是镜子，照着对面窗外的花园，像是风景画一样。从凡尔赛宫的窗户往外看，就看到一个巨大的花园。花园里都是大树和喷泉，还有一条小河。河里有好几只白天鹅。

在巴黎的最后一天，我们去了埃菲尔铁塔。从铁塔的旁边向上望，觉得它非常高；我担心无法能爬上去。我们一步一步地往上走。上到第一层，我们休息了一会儿，再继续往上爬。终于我们上到了第二层了！所有的游客从第二层就必须坐电梯上到最高层。我和妈妈很高兴我们登上了埃菲尔铁塔的最高层。从那儿，我们可以看到整个巴黎。我们用照相机扫描巴黎，

找到我们已经去过的景点。我们看到了卢浮宫，也看到了美丽的赛纳河。

这个暑假的欧洲行真令我难忘。我希望明年暑假还能再经历这么有趣的旅行！

（4）我的暑假生活

高安

八年级甲班；指导老师：汪春晓

学校一放假我就和爸爸，妈妈飞往中国。在中国给我最有印象的是八达岭长城。



高安，刚刚满十二岁，在 *Lexington* 的 *Diamond* 上七年级。除学习外，她喜欢画画，吹笛子和跳舞。

七月七日的早晨我和爸爸，妈妈起得早早的。在旅馆前面坐了一辆出租车直奔长城。那天，雨飘飘的，雾像一个毯子盖上了大地。出租车停在停车场里，我和爸爸妈妈走了两里地才到长城脚下。我们站在长城脚下，望着八达岭长城像一条龙在高山。长城上已经有很多人在上面了。我们也随着人流开始爬长城了。

长城上人挤人地往上走。我和爸爸妈妈走到一个好休息的地方。我摸着石墙，从炮孔看出去，看到了绿树木，草，和一条小路。有人在上面往下走。我看前方，看到一大群人在往上爬。因为爬到了很高，雾很多了，我看得不远。可是旁边的风景很美丽。我一个一个梯级往上登长城。长城很高。妈妈有一点晕，我就扶着妈妈一起往上爬。我们爬着爬着有一点饿了，就吃了一点小饼干，然后继续往上走。妈妈对我说：“不到长城非好汉”。那我很快就是一个好汉了！

站在高高的城楼上面，我看到一大队人慢慢地往上爬。抬头一看，离好汉坡的顶不远了。我们沿着石墙走，像在云里。这两千多年的长城好古老，可还是好好的。妈妈说修长城用了很多人的。在最后一个很陡的楼梯上妈妈给我讲完了一个长城的故事。我一脚踏上了最后一个台阶。我高兴而自豪地想：我爬到八达岭长城的高峰了！我终于是一个好汉了！在最高的顶上，站在云中，感觉很自豪。

我骄傲地和爸爸妈妈开始往下走。在爬下长城路上，有一个人在卖纪念牌。我们一人买了一个。刻上了名字的纪念牌上有长城的高度：888 米和当天的日期：七月七日。我把牌子放在书包里，高兴地往下走。这时天晴了，我们终于看到了高高的长城。我在心里想，我是一个好汉，一个强人。爬长城，我学到做事要有毅力。爬八达岭长城给了我暑假生活很多快乐。

(5) 我的暑假生活—游溶洞

王文伊

五年级马立平班， 指导老师：刘凤英

今年暑假我们全家到南方旅游。听



王文伊：我今年九岁，在五年级马立平班。我喜爱弹钢琴，吹长笛和葫芦丝。我也喜欢绘画和阅读。我有一个妹妹和小狗。我的生活虽然很忙，但是也丰富多彩。

妈妈说要去看山洞，我想：“山洞有什么有什么好看的？”不过，只要是出去玩儿，我就高兴。

爸爸妈妈轮着开车，我和妹妹一会儿唱歌，一会儿看外面的景色，一会儿看电视，过了十个小时，终于来到了我们的旅馆。

第二天上午，我们来到 Luray Caverns。进了山洞后，感觉有点潮湿和凉意。很快，随着灯光到达之处，我看见周围布满了各种各样的“雕塑”。有的像水晶灯，有的像华丽的窗帘，有的像玉石做的工艺品，有的像红烧肉，有的像“Bacon”。原来，这不是普通的山洞，而是石灰岩洞。就是这些不时滴在我们头上，据说给我们带来一年好运的水滴，慢慢地形成了这些艺术品。这些巨大的钟乳石和石笋需要很长的时间才能形成。导游说它们长一英寸就要一百年啊！突然，我看见了两个“煎鸡蛋”！白色的蛋白裹着稀软的橙色蛋黄，使人很难分出真假。导游说它们是游客用手把断了的石笋摸光滑后形成的。过一会儿，眼前又一亮，深深的山谷中几乎集中了洞里最美的景物。原来这是一个湖，湖面平静得像一面镜子，把周围的一切倒映在这里。它叫镜湖。它只有十到十五英寸深，却显得有十到十五英尺深。这是因为水中的倒影给大家一个错觉。导游又带我们到一个很大的空地，里面有一个像管风琴的乐器。导游说这个乐器叫 Great Stalacpipe Organ。他给我们放了一个录音，叫我们看远处的一个钟乳石。我一看，只见一个小槌，敲着那个钟乳石，弄出砰，砰，砰的声音，像钢琴一样动听。

接下来的几天，我们去了另外几个溶洞。其中之一是 The Lost Sea。它是一个宽阔的山洞，里面有美国最大的地下湖。我们乘船在湖中边听解说，边看大鱼

跳出水面。另一个叫 Ruby Falls。它是一个探险者在石缝中爬行七小时后发现的。我们刚进入洞里时，有一些失望。因为它既没有 Luray Caverns 的美丽，也没有 Lost Sea 的壮观。在拥挤的石缝中行走半小时后，导游说会给大家一个惊喜。这时四周一片漆黑，只听见哗哗的流水声。当我们从十倒数到零时，灯光一亮，我们都惊叫起来。只看见一个瀑布高高地挂在空中，随着灯光变幻着颜色。它有一百四十五英尺高，是美国最大的地下瀑布。

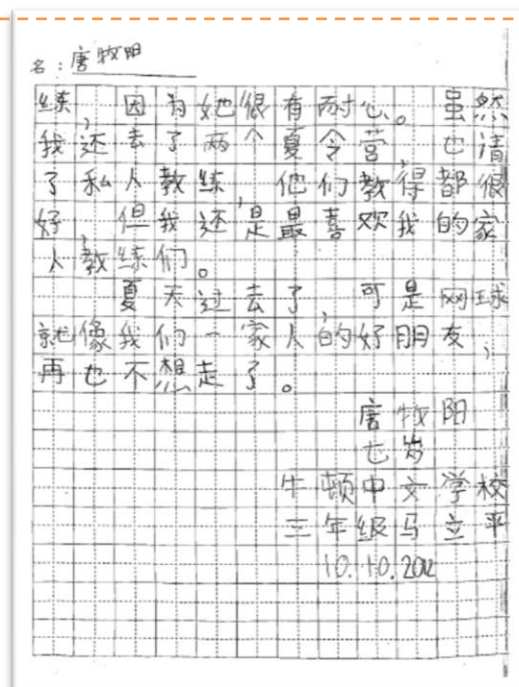
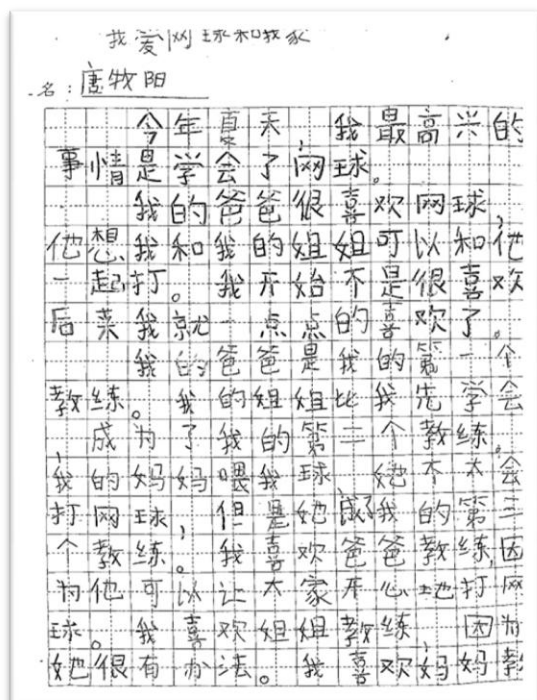
十天的假期很快就结束了，这些奇怪的溶洞们给了我美好的回忆。我盼望着下一次的旅游。



(6) 我爱网球和我家

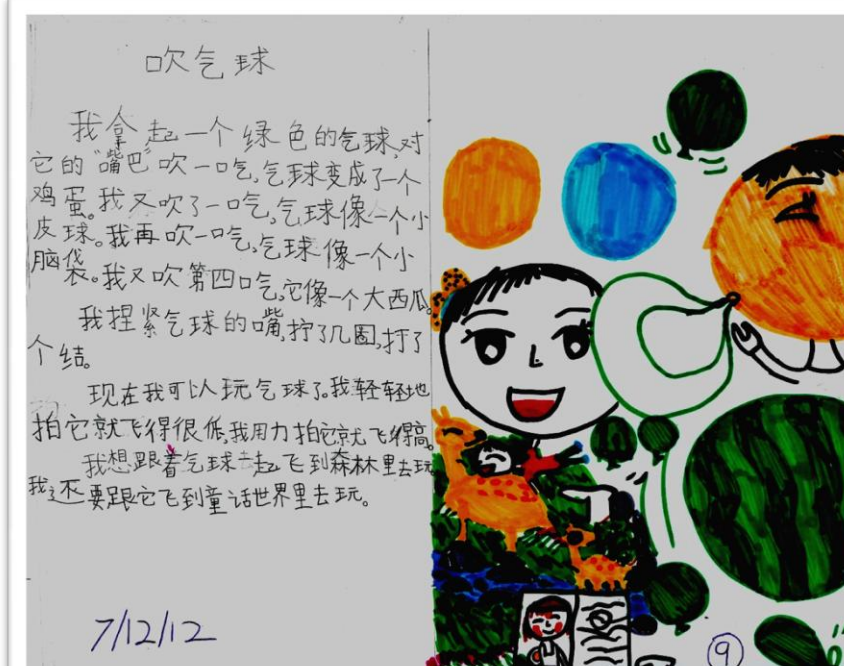
唐牧阳

三年级马立平班，指导老师：赵咏梅



(7) 吹气球

杨月潇



我们关爱

家庭教育论坛之二：

东西文化，兼容并蓄；生动活泼，乐在其中

沈安平

前几年我听到过这样一个故事。一个国内的学者来波士顿 MIT 做访问学者，一年的学术研究结束回国之前对朋友说，他对这里的美国大学生留下了极好的印象。他觉得这里的大学生阳光潇洒，思路开阔，主动性强，又是敢想敢说，很有创制能力。他对朋友说回去之后也要把自己的女儿培养成这样的一个人“美国式”的年轻人。

几年之后这个学者又有机会来波士顿访问，他的朋友问起他回国几年培养女儿的经历如何，是否成功了。他满脸沮丧地对朋友说：“甬提了，这是一场灾难 … 我的家庭教育是彻底的失败了。”

我不知道这位学者到底遇到了什么样的家教“灾难”，因此也不敢妄加猜测。不过，我想作为一个在海外生活了二十多年的家长和家庭教育工作者，我是从心底了欣赏和羡慕那些美国的优秀青年学子，以及他们身上所拥有的那种朝气蓬勃，热情开放，阳光灿烂的形象。我想这位 MIT 访问学者的当时的家教理想是完全可以理解的。

但是看别家的孩子/学生是一回事，但是如果自家里有了一位这样的感想敢说敢做的孩子/学生，那就可不是闹着玩的了。因为这样的孩子/学生是会对传统观念进行挑战的。

我去年年底和孩子进行了一次酒吧间的“访谈”，并以此在本地媒体上发表了一篇父子酒吧对话的文章 (www.bostonese.com)。在这次谈话中，大学毕业并在加州创业的儿子在谈话时的咄咄逼人之势，我到现在还是记忆犹新。然而在这种坦率和不无幽默的人生观交流又是一种父子情深的乐事。

两年前耶鲁大学教授蔡美儿的文章及其她的两个女儿迥然不同的成长经历就是一个有典型的例子。如果在美国成长并接受了精英教育的母亲在培养自己的孩子时都会遇到如此之大的挑战，那么在中国这样一个没有“西化”的家庭中遇到这样敢于挑战的孩子时，我们有些注重“中体西用”的父母亲确实就很难招架了。

我最近与我的朋友谈起家庭教育的挑战，他说我们有些孩子（包括我的儿子）缺乏一点“戒骄戒躁，不悲不亢”的精神。我想从我们中国文化的角度来说，这里的许多年轻人（也包括这里的成年人，特别是美国的政客）确实缺乏这种中国传统文化高度评价的为人处事的精神。我的朋友说的一点不错。或许我们可以说 美国这个社会本身就是“又骄又躁，不悲只亢”！要不那些美国的建国之父当年怎敢到这个他们一无所知的美洲新大陆创天下？！如果我们中国的祖先也具有这种豪迈亢奋的气概，我们现在还犯得着吃这么多的苦头来离乡背井，遥居海外吗？

但是作为长辈和家庭中有权威的成员，我们自己在和孩子交流时是否也能做到“戒骄戒躁，不悲不亢”呢？我想这也就是虎妈身上的一些盲点，她在急迫地把中国文化灌输到自己孩子身上时，自觉或不自觉地表现出一种“又骄又躁，时悲时亢”的心态。从这个意义上说，我们都可以从蔡教授家教过程中看到自己的影子。在家庭教育中，不是一种平等理性快乐的交流和沟通，而是一种从上到下的管束和灌输。

我们的孩子成长于大波士顿这样一个博大精深的西方文化环境中，如果他们在学校里没有接受到扎实的西化教育，那他们的学校教育就是失败的。这里的自由主义思想的和具有批判性的思辨文化精神更是西方文化中的精髓。牛顿北高中的学校校训是“Leaning sustains humanity.”（学习维护人性）。2002年我儿子十年级时，牛顿北高中学生会邀请美国最左倾的激进学者Howard Zinn给学生做反战演讲，Zinn把发动阿富汗战争美国总统布什（当时伊拉克战争尚未开始）比作是和那些极端恐怖分子处于同等道德水平的坏分子，作为一个在两次大战时的美国空军投弹手和著名历史学者，他强调历史上所有的战争总是要伤害无辜的，战争是罪恶的。Zinn当时的这次演讲在牛顿这样一个著名的知识文化重镇（一度曾有四个诺贝尔奖获得者居住在这里）里也被一些社区成员非议。我当时就写信给牛顿北高中校长和牛顿学校委员会成员，高度赞扬这个演讲，我认为这就是牛顿社区公立学校高质量的人文教育的具体表现。

我想我们既然定居在这个美国文化重镇的大波士顿地区，我们既然对西方文化充满了的

景仰（但愿这个假设是基本正确），那我们这些家长不如就敞开心胸，以我们自己这些接受了美国学校高质量的人文（科学教育也不差呀！）教育的孩子为师，通过和我们孩子的倾心交流来学习一些西方文化中的活生生的内容。我八年级的女儿这次就被社会科学教师要求全程关注美国的总统和地方选举，我们全家也为此增添了不少有关选举的话题和辩论。

只要有沟通，就会有交流，只要有交流，就会有学习。如果这个沟通和交流是快乐的，那么这个学习过程也是快乐的。

两千年前我们中国的教育家孔子不是早就说过“知之不如好之，好之不如乐之。”如果我们和孩子的交流沟通是快乐的，我们还有必要担心孩子会“全盘西化”吗？

在 21 世纪的今天，有着三千多年历史的中国文化开始（强调一下，只是“开始”）和有着三百多年历史的美国文化展开有意义的平等对话。我想我们这些身居美国的“中国”的家长应该有这样一份自信在这个过程中发挥出推波助澜的作用。

海纳百川，有容乃大。让我们家长首先从我们自己做起。

沈安平目前任麻州中小学教育部学生测试办公室
任职。曾担任牛顿中文学校校长和首任学校董事
长。近几年在学校开始了《家庭教育课》，并在
媒体上发表了数十篇有关学校教育，家庭教育和
儿童成长的文章。如需联系，可发电子邮件到
shen07@gmail.com.

中国万花筒

中国传统武术简介

武术在我国有悠久的历史，它的产生，缘起于我国远古祖先的生产劳动。人们在狩猎的生产活动中，逐渐积累了劈、砍、刺的技能。这些原始形态的攻防技能是低级的，还没有脱离生产技能的范畴，却是武术技术形成的基础。武术作为独立的社会文化现象，是同中华民族文明的产生同步的。

武术萌芽于原始社会时期。氏族公社时代，经常发生部落战争，因此在战场上搏斗的经验也不断得到总结，比较成功的一击、一刺、一拳、一腿，被模仿、传授、习练着，促进了武术的萌芽。

武术成形于奴隶社会时期。夏朝建立，经过连绵不断的战火，武术为了适应实战需要进一步向实用化、规范化发展，夏朝时期的武术活动主要在以下两个方面发展：一、军队的武术活动，二、以武术为主的学校教育。

商周时期，商代出现了武术训练的重要手段——田猎，商周利用“武舞”来训练士兵，鼓舞士气，周代设的“序”，“序”等学校中也把射御，习舞干列为教育内容之一。相传在周时期出现了一部中国武术史上重要的著作《周易》，亦称《易经》，“一阴一阳为之道”这本书有涵很丰富的哲学思想，对我国养生学的发展影响极为深远，其“易有太极，是生两仪，两仪生四象，四象生八卦。”产生了太极学说，从此奠基中国武术体系，



进入春秋战国以后，诸侯争霸，都很重视技术在战场中的运用。齐恒公举行春秋两季的“角试”来选拔天下英雄。在这时期，剑的制造及剑道都得到了空前的发展。

武术发展于封建社会时期。秦汉以来，盛行角力、击剑。随着“宴乐兴舞”的习俗，手持器械的舞练时常在乐饮酒酣时出现，如《史记·项羽事纪》记载的“鸿门宴”中“项庄舞剑，意在沛公”，便是这一形式的反映。此外，还有“刀舞”，“力舞”等，虽具娱乐性，但从技术上更近于今天套路形式的运动。

唐朝以来开始实行武举制，对武术的发展起了促进作用，如对有一技之长的士兵授予荣誉称号。裴民将军的剑术独冠一时，裴民剑术、李白诗歌、张旭草书并称唐代三绝的美誉，可见武术作为一种文化形式已相当具有影响。

宋元时期，以民间结社的武艺组织为主体的民间练武活动蓬勃兴起，有习枪弄棒的“英略社”，习射练习的“弓箭社”等。由于商业经济活跃，出现了浪迹江湖，习武买艺为生的“路歧人”。不仅有单练、而且有对练。

明清时期是武术大发展时期，流派林立，拳种纷显。拳术有长拳、猴拳、少林拳、内家拳等几十家之多；同时形成了太极拳，形意拳，八卦拳等主要的拳种体系。

到了近代，武术适应时代的变化，逐步成为中国近代体育的有机组成部分。民国时期，民间出现了许多拳社、武士会等武术组织。1927年，在南京成立了中央国术馆。1936年中国武术队赴柏林奥运会参加表演。

中华人民共和国成立后，武术得到了蓬勃发展。1956年中国武术协会建立了武术协会、武术队等，形成了空前广泛的群众性武术活动网，为武术的发展开拓了广阔的道路。1985年，在西安举行了首届国际武术邀请赛，并成立了国际武术联合会筹委会，这是武术发展中历史性的突破。1987年在横滨举行了第一届亚洲武术锦标赛，标志武术走进亚运会。1990年武术首次被列入第十一届“亚运会”竞赛项目。1999年，国际武联被吸收为国际奥委会的正式国际体育单项联合会成员，这是武术发展中的又一历史性突破，意味着在不久的将来，武术即将成为奥运项目，意味着“把武术推向世界”的雄伟目标的进一步实现！



美国总统大看台

李青俊

轰轰烈烈的美国大选而今已尘埃落定。这场被认为是美国有史以来争夺最激烈和竞选费用最高的一次总统大选（总计 26 亿美元），以现任总统巴拉克·奥巴马（Barack Obama）击败共和党竞选人米特·罗姆尼（Mitt Romney）顺利连任结束。在失业率高达 7.9% 之际仍赢得大选，巴拉克·奥巴马创造了美国政坛的奇迹，打破了美国大选史中当失业率高于 7% 时现任总统都无法赢得连任魔咒，并书写了几个第一。四年前，奥巴马当选为美国第 44 任总统，成为美国历史上第一个黑人当选美国总统，而今连任，巴拉克·奥巴马（Barack Obama）成为美国历史上首位连任总统的非裔美国人。

美国历史上的这 43 位总统中，没有一人被罢免。美国宪法第 22 号修正案中明确规定总统的任期只能为两届。除格罗佛·克利夫兰在 1885 年至 1888 年和 1893 年至 1896 年分别两次执政、罗斯福在 1933 年至 1945 年间连续担任 4 届总统外，包括奥巴马共有 19 位总统获得连任。有一位美国总统自动辞职。有 8 位在任内死亡，其中 4 人遭暗杀身亡。

下面我们具体点评一下有关历任美国总统的统计数字：

1.、“国父”和“宪法之父”：美国第 1 任总统乔治·华盛顿（1789～1797 年在位）因其对美国建国的卓越贡献，被尊称为“国父”；第 4 任总统詹姆斯·麦迪逊（1809～1817 年在位）则因其对研制联邦宪法所做出的巨大贡献，被称为“宪法之父”。

2、父子总统和叔侄总统：第 2 任总统约翰·亚当斯（1797～1801 年在位）和第 6 任总统约翰·昆西·亚当斯（1825～1829 年在位）是父子俩；第 41 任总统乔治·布什（1989～1993 年在位）和第 43 任总统乔治·沃克·布什（2001～ ）是父子俩。第 32

任总统富兰克林·罗斯福（1933～1945 年在位）则是第 26 任总统西奥多·罗斯福（1901～1909 年在位）的远房堂侄儿，富兰克林·罗斯福的妻子正是西奥多·罗斯福的亲侄女。

3、上任时最年轻的总统：第 26 任总统西奥多·罗斯福于 1901 年 9 月 14 日接替遇刺身亡的麦金莱总统，时年 42 岁，成为迄今美国历史上最年轻的总统。

4、当选和就职时年龄最大的总统，也是迄今寿命最长的总统：第 40 任总统里根（1981～1989 年在位），当选和就职时已经 70 岁，离职时 78 岁，也是最长寿的总统（2004 年 6 月去世，享年 93 岁）。

5、从未结过婚的总统：第 15 任总统詹姆斯·布坎南（1857～1861 年在位）是美国历史上惟一从未结过婚的总统。

6、任期最长的总统和任期最短的总统：第 32 任总统富兰克林·罗斯福于 1933 年 3 月 4 日上任，从第 37 届总统连任到第 40 届，1945 年 4 月 12 日死于任内，是迄今惟一连任 4 届的美国总统。任期最短的总统是威廉·亨利·哈里森（1841 年第 9 任），任职仅一个多月就死在任上。

7、任期内遇刺身亡的总统：从某种程度说美国总统也是一份危险的工作。迄今共有 4 位美国总统是在任期内遇刺身亡的。他们是：1860 年当选的美国第 16 任总统亚伯拉罕·林肯（1861～1865 年在位），在连任第 20 届总统后仅一个月，在华盛顿福特剧院被暗杀；1880 年当选的美国第二十任总统詹姆斯·加菲尔德（1881 年 3 月 4 日～9 月 19 日在位）是美国第 24 届总统，上任不久即被刺杀于华盛顿火车站；1900 年当选的美国第 25 任总统威廉·麦金莱在 1901 年连任第 29 届总统半年后被无政府主义者开枪暗杀于纽约市布法罗的美国展览会；1960 年当选的美国第 35 任总统约翰·肯尼迪，1963 年 11 月 22 日在达拉斯的一次竞选活动中乘车时遇刺身亡。还有五位总统任职期间曾经被刺但幸免于难：杰克逊（1835 年）、罗斯福（1933 年）、杜鲁门（1950 年）、福特（1975 年）、里根（1981 年）。布什父子也收到过一堆恐吓信。在美国的四十多届总统里，有遇刺经历的就有 11

人，几乎占了 1/4。

8、最胖的美国总统和最矮小的美国总统：威廉·塔夫脱（1909—1913，第 27 任）以 314 磅的体重当之无愧成为美国历史上最胖的总统。为此，白宫不得不为他准备了一个超大号浴缸。而第 4 任总统詹姆斯·麦迪逊（1809～1817 年在位）身高五尺四吋（不足 1.6 米），体重约一百磅（不足 100 斤）乃为美国历史上最矮小的总统。

9、同一天去世的美国总统：1826 年 7 月 4 日，即美国独立五十周年纪念日，约翰·亚当斯和托马斯·杰斐逊在同年、同月、同日去世，这在美国总统史上是第一次。

10、第一个获得诺贝尔和平奖金的美国总统：西奥多·罗斯福 1906 年 12 月 10 日因调停日俄战争成功获得了诺贝尔和平奖。在美国总统中第二个获得诺贝尔和平奖的是伍德罗·威尔逊，于 1920 年 12 月 10 日获得。

11、最先住进白宫的美国总统和从未住进白宫的美国总统：我们都知道白宫是美国现任总统居住的地方，它始建于 1792 年，供总统及其家属居住和办公。最先住进的是 1800 年 11 月的第 2 任总统约翰·亚当斯，其后历任总统依次效法。而第 1 任总统华盛顿是唯一一位没在白宫居住过的美国总统。华盛顿两届总统就职典礼一次在纽约，一次在费城。当时华盛顿市尚未建成。

12、唯一做过刽子手的美国总统：第 22 任总统和第 24 任总统克利夫兰在 1871—1873 年间曾任纽约州伊利县的公安局长，其间曾数次充任刽子手，亲手执行死囚的绞刑任务。有趣的是，克利夫兰也是美国历史上唯一分开任两届的总统，1884 年他当选为美国第 22 任总统，1888 年谋求连任未果。1892 年他卷土重来，当选美国第 24 任总统。克利夫兰的任期不相连，由于政绩平平，被历史学家称为“虎头蛇尾”的总统。他于 1908 年逝世。

13、就职演说最短和最长的总统：就职演说最短的美国总统是乔治·华盛顿。他连任总统时的就职演说最简短，只有 135 字。最长的是威廉·亨

利·哈里逊（1841 年第 9 任），宣读一小时又四十五分钟，就职演说词 8578 字，结果当天天气寒冷，演说结束后，哈里逊总统就感了风寒，一个月后就病故了，也是美国历史上在位最短的总统。

14、唯一一位单身的美国总统：詹姆斯·布坎南是唯一没有结过婚的美国总统，故得名“独身总统”。克利夫兰就任总统时也是一个独身者，但任职后在白宫结了婚。克利夫兰总统与夫人年龄相差 27 岁。

15、在白宫举行婚礼的唯一的美国总统：在白宫举行婚礼的唯一的美国总统是克利夫兰。他是 1886 年 6 月 20 日和弗朗西斯·福尔索姆在白宫兰厅举行婚礼的。

16、毕业于哈佛的总统和出生在麻州的总统：有人说：“麻州是政治家的摇篮，美国的政治智囊库。”这里悠久的历史资源、富饶的人文环境、顶尖的教育系统，不仅孕育出数不胜数的学者名人艺术家或创业天才，也为美国培育出成批的政治精英。毕业于哈佛的总统有 8 位，他们分别是约翰·亚当斯、约翰·昆西·亚当斯、拉瑟福德·海斯、西奥多·罗斯福、富兰克林·罗斯福、约翰·肯尼迪、乔治·W·布什和现任总统巴拉克·奥巴马。出生在麻州的总统有四位，分别是约翰·亚当斯（John Adams）1735 年 10 月 30 日出生于马萨诸塞州布伦特里（Braintree, Massachusetts）、约翰·昆西·亚当斯（John Quincy Adams）1767 年 7 月 11 日出生于马萨诸塞州布伦特里（Braintree, Massachusetts）、约翰·肯尼迪（John F. Kennedy）1917 年 5 月 29 日出生于马萨诸塞州布鲁克莱恩（Brookline, Massachusetts）、乔治·赫伯特·沃克·布什（George H. W. Bush）1924 年 6 月 12 日出生于马萨诸塞州米尔顿（Milton, Massachusetts）

此外，杰拉尔德·福特是唯一的一位担任过职业男性模特儿的总统。加菲尔德是唯一的一位左撇子总统。杰斐逊是在接见宾客时第一位以握手礼相迎的美国总统，它开始于 1801 年 7 月 4 日在白宫举行的独立纪念日招待会上。里根是有长期电影明星生涯的美国总统。

牛頓文苑

名著连载：哈佛家训

内容简介：一个水滴，可以折射出太阳的光辉；一则[故事](#)，可以滋养饥渴的心灵；一本好书，可以改变无数人的[命运](#)。这是奉献给天下父母与孩子的一部精心之作，须知小[故事](#)中见大世界，小细节里有大乾坤，通过阅读与反思，来净化孩子的心灵，感悟七彩人生。

愿所有的父母能与孩子一起成长。与孩子一起静静阅读，举一反三，咀嚼那些貌似简单，实则丰富的故事。培养孩子敏锐细致的观察能力，精巧独立的表达能力，与众不同的视角，开放灵活的思维。

编辑推荐 《哈佛家训大全集(精华版)》：哈佛大学是美国历史最悠久的一流学府。它秉承“为增长知识和智慧而进来、为服务国家和同胞而出去”的理念，培养出了众多的政治家、科学家、[企业家](#)、作家、学者，因而享誉世界。从哈佛校门走出的

有名的成功人士包括 33 位“诺贝尔奖”获得者、32 位新闻“普利策奖”获得者和几位美国总统：第 2 任总统约翰·亚当斯、第 6 任总统约翰·昆西·亚当斯、第 19 任总统拉瑟福德·海斯、第 26 任总统西奥多·罗斯福和第 35 任总统约翰·肯尼迪，以及一批法官、内阁官员和国会领袖，而世界首富、微软总裁比尔·盖茨仅仅是它不合格的辍学生。

哈佛凭什么能培养出如此多叱咤世界的巨人？他们的教育中又有什么深藏未露的秘密？打开《哈佛家训》，去寻找你想要的答案吧……

目 录

(01) 《哈佛家训》序言	(02) 品性 —— 站立生命的基石
(03) 梦想 —— 装点岁月的风景	(04) 真爱 —— 永恒不息的心跳
(05) 成功 —— 奋斗人生的酒杯	(06) 思维 —— 通向真理的捷径
(07) 心理 —— 抚摸意念的手指	(08) 智慧 —— 呈现意志的张力
(09) 创意 —— 了无痕迹的匠心	(10) 勇气 —— 正直无畏的面对
(11) 觉悟 —— 朴实无华的光芒	(12) 《哈佛家训》补充

序 言

《哈佛家训》是我送给儿子和女儿的一份特殊的人生礼物。我深切地感到，父母不仅要用牛奶和面包将子女养大，在他们成长的过程中，我们还要及时用完美的思想熏陶他们的灵魂。子女是父母爱情的结晶。生下他们，并不只是让我们得到做父母的愉悦，更重要的是让我们去教导他们，用正确的人生观念启迪他们，使他们真正成为人类智慧的精英，成为大地上生命的强者。我们要担负起这个责任，应该好好去履行做父母的职责。几乎所有的年轻人都渴望拥有成功的人生。然而，他们中的一些人因为缺少正确的指导，往往事倍功半，甚至不小心误入歧途。青少年时期形成的观念，会以不同的方式影响一个人的一生，所以，在人生开始的时候，应该让他们接受高尚的思想，修炼优良的操行，形成健康的习惯。

《哈佛家训》中的每个故事都具有丰富的教育功能和深刻的生活意义，不仅可以激

发青少年对社会，人生进行多角度的思考，还可以点燃他们内心深处的智慧火花，使他们见微知著，从一滴水看见大海，由一缕阳光洞见整个宇宙。这是一部教子课本，也是一部成人的修身指南。许多望子成龙的人，总是认为孩子应该这样做或那样做，他们自己却经常背道而驰。父母觉得自己比孩子高明，但事实并非如此。如果我们没有比孩子们做得更好，我们至少应该和他们一起成长。所有阅读这本书的读者——无论是涉世未深的青少年，还是经历过世事风雨的成年人，如果因为这本书中的某一个故事或者是某一句话而改变了人生，从而使自己由平庸变得非凡，从失败走向成功，那我就感到心满意足了。

威廉·贝纳德
2004年2月于纽约

品性 —— 站立生命的基石

(01) 一条小面包	(02) 篱笆上的铁钉
(03) 被拆掉两次亭子	(04) 仁慈的谎言
(05) 我知道你是明星	(06) “芬克斯”酒吧的原则
(07) 这是詹姆斯的儿子	(08) 如果……那么……
(09) 红色玻璃球	(10) 皮斯阿司的结局
(11) 一美元小费	(12) 迪卡尼奥的放弃
(13) 神父的忏悔	(14) 细节中的人生

01 一条小面包

经济大萧条时期，一位富有的面包师把城里最穷的 20 个小孩召唤来，对他们说：

“在上帝带来好光景以前。你们每天都可以来拿一条面包。”每天早晨，这些饥饿的孩子蜂拥而上，围住装面包的篮子你推我嚷，因为他们都想拿到最大的一条面包。

等他们拿到了面包。顾不上向好心的面包师说声谢谢，就慌忙跑开了。只有格琳琴，这位衣着贫寒的小姑娘，既没有同大家一起吵闹，也没的与其他人争抢。她只是谦让地站在一步之外，等其他孩子离去以后，才拿起剩在篮子里最小的一条面包。她从来不忘记亲吻面包师的手以表示感激，然后才捧着面包高高兴兴地跑回家。有一天，别的孩子走了之后，羞怯的小格琳琴得到一条比原来更小的面包。但她依然不忘亲吻面包师，并向他表达真诚的谢意。回家以后，妈妈切开面包，发现里面竟然藏着几枚崭新发亮的银币。妈妈惊奇地叫道：

“格琳琴，立即把钱送回去，一定是面包师揉面的时候不小心掉进去的，赶快去，把钱亲自交给好心的面包师！”当小姑娘把银币送回去的时候，面包师说：“不，我的孩子，这没有错，是我特意把它放进去的。我要告诉你一个道理：谦让的人，上帝会给予他幸福。愿你永远保持一颗宁静、感恩的心。回家去吧，告诉你妈妈，这些钱是上帝的奖赏。”

编后语：

谦让的心，有如宇宙中的天空，有如大地上的海洋和山谷——谦让者因宽容而博大，

因博大而有力。好争的人，天将与之相争；谦让的人，天将与之相让。

02 篱笆上的铁钉

从前，有一个脾气很坏的男孩，他的爸爸给了他一袋钉子，告诉他，每次发脾气或跟别人吵架以后，就院的篱笆上钉一根钉子。第一天，男孩钉了 37 个钉子。以后的日子里，他慢慢学控制脾气，每天钉的钉子慢慢减少了。他发现，控制脾气实际上比钉钉子要容易的多。有一天，一根钉子都没有了，他高兴地告诉了爸爸。爸爸说：“从今以后，如果你一天都没有发脾气，就可以从篱笆上拔掉一根钉子。”日子一天一天过去，后来，篱笆上的钉子全部拔光了。爸爸带他来到篱笆边，对他说：“儿子，你做得很好，可是，看看篱笆上的钉孔吧，洞永远也不可能恢复原来的样子了。就像你和一个人吵架，说了些难听的话，你就会在他心里留下一个伤口，像此钉子洞一样。”插一把刀在一个人的身体里，拔出来后，伤口就难以愈合了。无论你怎么道歉，伤口总是存在。要明白，身体上的伤口和心灵上的伤口一样都难以恢复。

编后语：

你的朋友和你的家人都是你宝贵的生命财富，他们让你更自信，让你更勇敢。他们总是随时倾听你的忧伤，你需要他们的时候，他们会支持你，向你敞开心扉。可是，有时你会说出伤害他们的话，或者作出让他们心痛的事情。不要认为他们不会介意，就像在篱笆上钉过钉子一样，伤害会留下永远的痕迹。坏脾气是一柄双刃剑，它在伤害别人的时候，同时也伤害了自己。

網海拾貝

蚕的生活史

蚕是一种完全变态的昆虫，它的一个世代须经过卵、幼虫、蛹、蛾四个形态完全不同的发育阶段。在正常的饲养情况下，幼虫期从孵化吃桑叶到吐丝作茧，需要20到28天；吐丝结茧约需3天；再经1至2天化蛹；蛹期经过10到15天就化成蛾，蛾才是成虫。在化蛾当日，雌雄成虫交尾产卵，如果产下的是非滞育卵，那么再经过10天左右就可孵化出下一代的蚁蚕了。这样，大约需要40至60天时间桑蚕便可完成一个世代，在不断的变态中代代相传。那么，桑蚕的卵、幼虫、蛹、和成虫的具体形态又是怎样的呢？作为幼虫期的桑蚕又是怎样一点一点长大的呢？下面介绍一下蚕卵、蚕蛹、蚕蛾的形态及桑蚕的生长特点。



蚕卵

蚕以卵繁殖。蚕卵看上去很像细粒芝麻，宽约1毫米，厚约0.5毫米。一只雌蛾可产400~500粒蚕卵，1700~2000粒蚕卵，重约1克。蚕卵的颜色，刚产下时为淡黄色或黄色，经1~2天变为淡赤豆色、赤豆色，再经3~4天后又变为灰绿色或紫色，便不再发生变化，称为固定色。蚕卵外层是坚硬的卵壳，里面是卵黄与浆膜，受精卵中的胚胎在发育过程中不断摄取营养，逐渐发育成蚁蚕，它从卵壳中爬出来，卵壳空了之后变成白色或淡黄色。

蚁蚕

蚕从蚕卵中孵化出来时，身体的颜色是褐色或赤褐色的，极细小，且多细毛，样子有点象蚂蚁，所以叫蚁蚕。蚁蚕长约2毫米，体宽约0.5毫米，它从卵壳中爬出来后，经过2~3小时就会进食桑叶。

蚕的眼性

蚕宝宝食桑量极大，因此，长得很快，体色也逐渐变淡。但它的食欲逐渐地有所减退乃至完全禁食，它吐出少量的丝，将腹足固定在蚕座上，头胸部昂起，不再运动，好象睡着了一样，称作“眠”。眠中的蚕，外表看似静止不动，体内却进行着脱皮的准备，脱去旧皮之后，蚕的生长就进入到一个新的龄期，从蚁蚕到吐丝结茧共蜕皮4次。具有眠性是蚕的生长特性之一，眠性是蚕的遗传性状，同时也受环境的影响。目前我国饲养的蚕属四眠性品种。

蚕龄

又称龄期，表示蚕宝宝处于某一个发育阶段。从蚁蚕到第一次蜕皮为第一龄；眠起后进入第二龄；再次蜕皮后进入第三龄；第三次蜕皮后进入第

四龄，第四次蜕皮又称大眠。大眠后就进入第五龄，五龄的蚕宝宝长得极快，体长可达6~7厘米，体重可达蚁蚕重量的1万倍左右。

熟蚕

蚕宝宝到了五龄末期，就逐渐体现出老熟的特征：先是排出的粪便由硬变软，由墨绿色变成叶绿色；食欲减退，食桑量下降；前部消化管空虚，胸部呈透明状；继而完全停食，体躯缩短，腹部也趋向透明，蚕体头胸部昂起，口吐丝缕，左右上下摆动寻找营茧场所，这样的蚕就称为熟蚕。

结茧

人们把熟蚕放在特制的容器中或簇器上，蚕便吐丝结茧了。结茧可分为四个过程：1、熟蚕先将丝吐出，粘结在簇器上，再吐丝连接周围簇枝，形成结茧支架，即结茧网。茧网不具备茧形，只是一些松软凌乱的茧丝层，以作为结茧的支架。2、蚕结制茧网后，继续吐出凌乱的丝圈，加厚茧网内层，然后以S型方式吐丝，开始出现茧的轮廓，叫做结茧衣。茧衣的丝纤维细而脆，排列极不规则，丝胶含量也多。3、茧衣形成后，茧腔逐渐变小，蚕体前后两端向背方弯曲，成“C”字型，蚕继续吐出茧丝，吐丝方式由S形改变成∞形，这就开始了结茧层的过程。4、当蚕由于大量吐丝，体躯大大缩小时，头胸部摆动速度减慢，而且没有一定的节奏，吐丝开始显得凌乱，形成松散柔软的茧丝层，称为蛹衬。

蚕蛹

蚕上簇结茧后经过4天左右，就会变成蛹。蚕蛹的体形像一个纺锤，分头、胸、腹三个体段。头部很小，长有复眼和触角；胸部长有胸足和翅；鼓鼓的腹部长有9个体节。专业工作者能够从蚕蛹腹部的线纹和褐色小点来判别雌雄。蚕刚化蛹时，体色是淡黄色的，蛹体嫩软，渐渐地就会变成黄色、黄褐色或褐色，蛹皮也硬起来了。经过大约12到15天，当蛹体又开始变软，蛹皮有点起皱并呈土褐色时，它就将变成蛾了。



蚕蛾（成虫）

蚕蛾的形状像蝴蝶，全身披着白色鳞毛，但由于两对翅较小，已失去飞翔能力。蚕蛾的头部呈小球状，长有鼓起的复眼和触角；胸部长有一对胸足及两对翅；腹部已无腹足，末端体节演化为外生殖器。雌蛾体大，爬动慢；雄蛾体小，爬动较快，翅膀飞快地振动，寻找着配偶。一般交尾3~4小时后，雌蛾就可产下受精卵。蚕蛾（成虫）留下后代，不久之后便会死去。蚕蛾产下的卵→孵蚕→变蛹→化蛾，又将完成新一代的循环。这就是蚕的生活史。

告 白

一笔丹青一寸心,一纸花鸟一片情

--王玉双, 沈亚虹中国画合展

金秋时节, 我校绘画老师沈亚虹和国画班助教王玉双在 LEXINGTON 公共图书馆联合举办中国画展览, 展出写意花鸟, 山水和书法作品共二十七件. 其中, 王玉双的作品以竹子, 梅花, 葡萄, 紫藤, 枫叶, 牡丹为主; 沈亚虹的作品则包括凌霄, 海棠, 玉兰, 玫瑰, 杜鹃, 牵牛花, 荷花, 牡丹等花卉以及山水书法. 两人为这次画展还特意合作了大幅水墨作品<<秋实>>.

十年前, 沈亚虹, 王玉双, 师从我校资深望重的谭嘉凌老师开始学习中国画. 在谭老师的指导下, 她们坚持不懈地努力, 终于学有所成. 几年来, 她们不仅就(助)教于牛顿中文学校国画班, 还曾在 BOSTON 地区, MAINE, 和 NEW HAMPSHARE 的一些城镇举办中国画个展, 合展, 或中国画的 WORKSHOP. 近两年, 沈亚虹还应邀在 BOSTON 和 PEABODY MUSEUM 举办的一些中国文化活动中演示中国画.



王玉双, 沈亚虹认为, 学习中国画的过程, 不单纯是一个学习画技的过程, 同时还是一个提高中国传统文化修养, 陶冶性情的过程. 这些都会在她们的作品中反映出来. 热烈欢迎大家亲临指导.

地址: Cary Memorial Library 1874 Massachusetts Avenue . Lexington, MA 02420, 781-862-6288

时间: 2012 年 11 月, 星期一至星期四, 9-9; 星期五, 六: 9-5; 星期日: 1-5

联系人: 王玉双 yushuang.hao@gmail.com; 沈亚虹 ys_2k_99@yahoo.com; Website: <http://www.inkfun.net>