



牛頓中文學校

月刊



Newton Chinese Language School Journal

二零零二年十月，第12期



如何提高教学质量

校长：杨立原

提高教学质量，已经成为牛顿中文学校老生常谈的话题。如何从根本上提高教学质量除了无休止地在理论上探讨以外，需要踏踏实实地从点滴做起，从现在做起，真正落实到具体问题上来。

作为现任校长，我感到欣慰的是有如此勇于承担重担的副校长殷鹏积极努力地做好校行政工作，使我有更多的精力处理教学上的问题，大胆而且无后顾之忧地做好提高教学质量这一棘手而具体的工作。不止一次地在心底默默地感谢教务主任宜芳、校长助理依达、校各级工作人员和全体教师，没有您的协力支持与配合，学校教学工作不可能如此顺利地进行。

开学一个月来，各年级老师努力工作，配合学校完成各项工作是有目共睹的，家长反映非常好。第一个月学校教学工作的重点是：提高教师整体素质，严格考勤制度。严格考勤制度，从表面上看是一件非常容易做到的事情，可真正认真去落实，确实需要下一定的决心需要校长有不怕得罪人的勇气。试想，如果教师不能够严格遵守教师守则，在短短的一个半小时上课时间内竟迟到 20 分钟，尚不以为然，不向学校做任何解释，引起家长公愤，何谈提高教学质量！当我忍不住执笔写学校重要通知，提醒各位老师注意时，仍然和那十多位家长一样有着同样的愤慨之情。我没有听从任何人担心我会因此得罪老师的善意建议，而写下了本学期开学以来的第一个重要通知。通知发下以后，在教师中引起反响，大多数老师表示学校的做法是对的，也有人认为，新官上任的这把火烧得太大了。但无论如何，只要是对的，有利于教学工作，有利于提高教学质量，我会不计个人得失，坚决坚持执行学校制度。希望每一位老师理解合作，每一位家长监督配合。

除严格考勤以外，在教学计划中，将试行年级间统一复习和考试。这样有利于各年级间统一进度，便于学校及时了解教师讲课情况和学生对中文知识的掌握情况，为今后学校教学制度的完善打好基础。在统一教学大纲，统一复习题和考试题这一具体工作中，教务主任杨宜芳做了大量工作。因为是第一年试行，相信有许多地方需要各年级组配合和及时提出反馈意见，以便宜芳修改整理。

今后数月教学工作的重点是加强各年级教师间有关教学问题的交流，积极创造教师间互相学习共同提高的机会。学期中学校教务组将会分别到各年级各班听课，事前将会通知各位老师。听课的目的是总结教师讲课方法和经验，以便存档为今后教师间相互交流提供良好资料。年末，将由家长评估团巡回到各个班级听课（从各班家长中选出两名代表），其目的是对教师讲课情况进行评估，为明年校长聘任教师提供资料。

提高教学质量，需要全体老师的共同努力，需要全体家长的积极配合，所以在主教和助教老师认真工作努力教学的同时，希望家长给予配合，上课期间不要随意进出教室，严格遵守家长守则。既然各位家长不怕麻烦将孩子们送到中文学校来学习中文，请相信我们的老师是会尽心尽责地教课，就请您放心地将您的孩子准时送到教室按时离开教室，如果您对老师的教学有意见请及时向校长提出，请不要打扰老师正常教学。相信大多数家长送孩子进中文学校都是为让孩子们学到更多中文知识。

在结束本文时，特别对以下老师表示感谢：学前甲班王瑞云老师兢兢业业二十三年中文教学，为学校的发展做出了不可磨灭的贡献。三年级丁班的冯怡丽老师不辞路途遥远开车一个多小时到中文学校，风雨无阻数年来从未迟到、早退过。原八年级优秀教师汪春晓，因为开学后要办理一些事情，担心教课期间请假会影响学生正常学习，特辞去教师职位，义务帮学校工作。国际象棋班教师朱丽萍，手术后两天带病坚持上课。当看到朱老师下课后扶着楼梯一步步走下楼时，全体行政人员都为之感动。这种敬业精神是值得提倡的，只有良好的校风、良好的教德、良好的素质和修养才能够使牛顿中文学校在今后的中文学校竞争大潮中立于不败之地。

校长 杨立原 781-647-3434 副校长 殷鹏 781-275-8942

教学园地

专栏主编：杨宜芳



教学心得

推荐作文

学生习作

中文点滴

《教学心得》

如何学好汉语拼音

二年级丙班：冯瑶

汉语拼音是帮助我们学习汉字、生词、阅读及讲好普通话的重要工具。为了让我们牛顿中文学校的孩子们能很好的掌握这门工具，校行政在制定教学计划时，专门设置了学习汉语拼音的课程。校长杨立原亲自为我们编写了教材，练习，制定了学习进度。本学期我们的目标是：

1. 系统学习汉语拼音，掌握拼音方法，认读声调符号，读准四声，借助拼音认字，阅读，说好普通话。
2. 巩固，学习一些常用的字、词，用拼音拼读课文，有意识地培养他们组词、造句的能力，为今后写短文作伏笔。

为了达到上述目标，我们认为必须从两方面着手——教师的努力和家长的协助。为此，我们二年级的五个老师本学期已开了两次会。大家在一起细找问题，交流经验，深谈体会，互通材料，修改计划，希望能找到一些能调动孩子们学习积极性的教学方法，让我们的孩子们掌握好这门工具。然而，光靠我们几个老师，每星期 90 分钟的中文课和有限的家庭作业，恐怕还是远远不够的。我们希望家长们能从以下几个方面协助我们：

1. 帮助孩子们完成作业。因为孩子们目前所认的汉字有限，大多数题目还需要家长解释一下。
2. 与孩子们多说中文。每天花 10 分钟，让他们把以前学过的字表上声调，天长日久，孩子们便能掌握好四声这一难点，试着用拼音认生字。
3. 请孩子们把每次的儿歌，课文读给家长听。一定要多开口说，说多了，语感自然就来了。
4. 设计一些针对自己孩子特长的游戏。例如，有的孩子喜欢玩扑克，我们可把声母、韵母及声调都标在牌上，可玩各种拼音游戏。有的孩子喜欢数学逻辑，我们就给他们出一些数学公式形式的拼音题。例如， $p + a + / = pa$ 。平时多观察孩子们的特点，找出与其特征“连配”的教学方式。这样就可以借力使力，事半功倍。玩游戏不仅是增添趣味，更能提高学习效果。

让我们二年级的全体老师和家长们共同努力，使我们教有方向，孩子们学有目的，真正学好拼音这门课，为日后的中文学习打好基础。

教学体会

一年级老师：陈励

对于 5-7 岁一年级的孩子们来说，要他们在经过 10 个月的中文学习后，可以写出自己的中文名字，可以用学过的字、词、词组造句，

可以在校联欢会上用中文流利地背诗，唱歌，如果没有学生们的努力，要达到这一目标是件不容易的事情。

为了培养,提高学生上中文课的兴趣,在课堂上,我采取:1. 分组朗读课文比赛;2. 用学过的生字组词;3. 随着学生们词汇量的增加,逐步让他们口头造句,看谁能造出又多又好的句子.4. 将课文中出现的主要词组,生字抄写在数张纸上,让学生认读,造句.如第三课学到“下,见,天”三个生字,当我要求学生用这三个生字组词时,孩子们七嘴八舌,抢着回答:下楼,下地下室,下车……;看见,再见,听见……;明天,昨天,冬天,夏天……当我看到这群平时极少用中文的孩子,能如此积极努力开动脑筋,真为他们感到高兴.

为了巩固学生们在课堂上学到的知识,除让他们完成练习册的作业外,我还另外出作业让学生多多练习.结合课文中出现的生字,让学生组词,填空,造句,选登合适的小儿歌,让学生读后将认识的字圈起来.如第三课作业上的儿歌:种牙:掉了一只牙,悄悄手中拿,跑到花盆前,把它来种下,每天看一看,怎不见发出芽?课文中出现的三个生字,都可以在这首儿歌中找到.

希望学生们通过10个月的学习,会更喜欢他们的母语(MOTHER LANGUAGE)--中文.

《推荐作文》

茵茵:

暑期回国,老同学给我看了她女儿王绮昕的几篇作文习作.我非常喜欢.我想通过你向校刊推荐其中的一篇,“今天不上自习课”.王绮昕同学今年十六岁,在北京读高中二年级.“今天不上自习课”是她高一时的习作.王绮昕是位品学兼优的好学生,作文中的“我”完全是杜撰的.透过文章的风趣幽默,可以深深的感到国内的学生在升学高考重压下的无奈.茵茵,希望你也喜欢王绮昕的这篇作文.

薛文琼

今天不上自习课

王绮昕

老师,我今天不上自习课了,理由如下:

第一,我今天非常困,为什么会困呢?原因很简单,因为昨天睡得太晚,为什么会睡得晚呢?我想您应该记得,您昨天给我们留了两大张卷子,而且题还特别难,这,我当然不怪您,也不敢怪您,因为只差两个星期就要期中考试了,您也是为我们好,给我们查漏补缺嘛!虽然卷子上的题在课上您差不多都讲过,但是,非常不幸的是,您讲课的时候我经常睡觉,(当然,就算没睡着也一样听不懂,这是题外话。)所以上面的题我全都不会做.昨晚,不知为什么我妈决定不看她的电视连续剧,坐在我的桌子旁,以无比关怀和期待的目光盯着我做卷子,使得我既不能打电话问同学作业兼聊天,也不能边做卷子边看漫画书.我只能一直以苦思冥想状和奋笔疾书状交替表演之,一直熬到半夜12点多,老妈哈欠连天地自己去睡觉,我才得以结束“演出”.结果是卷子没写多少,平时晚上的“娱乐节目”也没做,还弄得困得不行.说实话,我今天一整天的心思全是一一睡觉!睡大觉!我能熬到

自习课才跟您请假已经不简单了,要知道第一节我就想回家睡觉了.

理由二,自习课无法睡觉,我准备自习课回家睡觉.一般来说,我趴在教室的桌子上也能睡得香,就像许多时候您讲课时发生的情形.但是在自习课上我可睡不着,因为您讲课的时候班里只有您一个人说话,偶尔有些接下碴的,分贝也不高.自习课就不同了,差不多教室内所有生物的嘴都在发声,音量大出五十多倍,您想想,那噪音和十字路口警察所受的困扰也差不多了吧?那我怎么睡得着?毕竟我还没有修炼出能在马路当间儿熟睡不醒的本事!所以,我决定回家躺在床上舒舒服服地睡,这样能更有效地利用我有限的生命中有有限的时间,睡足觉,养好精神,以便在您上课的时候捣点小乱,给我们那经常充满着考试前压抑气氛的课堂增添点儿笑声,活跃活跃气氛,要知道我们就靠这点儿幽默扛住那好像随时要压到我们头上的“天花板”了,难道您没觉得咱们教室的气氛经常够肃穆吗?所以,为了我自己,为了咱们的课堂,现在我得回家睡觉.这是我的第二个理由.

第三个理由：今天中午学校的饭菜极差，还说什么是营养餐，连点大肉都见不着！要知道只让我吃那飘散在菜中的星星点点的肉末，我就心里发虚，半小时之后就饿了。所以，今天下午我一直饥肠响如鼓，早就盼着快点奔到校外那个烤肉摊买他一大把羊肉串美美地饕餮一番！我实在等不到下了自习课再吃羊肉串了，我已经饿极了！请您原谅我，我正长身体，没您耐饿。这是第三个理由。

第四，刚才我突然想起今晚六点半有一部电视连续剧要大结局了，这部连续剧我一直只是断断续续地看，因为我看电视是要和我妈“战斗”的，她总是不让我看，偶尔她疏忽了，我才能如漏网之鱼般透过客厅门缝看个大略。不过，今天既然是大结局，不看就不得看了，所以非看不可，我准备和我妈大战一场，而且还要争取胜利，您说是不是啊？所以，您给我点时间作战前准备，我得早回家。这是第四个理由。

第五，期中考试快要到了，我自知努力学习也没有及格希望，顶多把分数从一位数提高到两位数。要知道我爸只要一看见比60小的红字就要揍我。我家的门牌号是45，他那脾气！有时他一迷糊，就把门牌号当成我的分数，上来就打……，别提了！所以我现在都不敢跟他同时进家门！不过这回期中考试，我知道我是免不了带一“把”比60小的红字回家的，与其说现在就开始坐以待毙，不如趁着现在还不带考试分数回家，让我享受一下不必忐忑不安、战战兢兢回家的心情，我也试一把乐乐呵呵、潇潇洒洒地往家走的滋味。所以，我跟您说，这几天我爱回家！再说了，我也得为家长会做些心理和生理的准备，考虑考虑下一阶段怎样把考试成绩隐瞒到家长会之前一分钟，以便使自己遭受毒打的场景晚些来到。当然我知道这

也不过是苟延残喘，家长会一完，那场揍是逃不掉的。看到这儿，您为我担心了吧？您也别太着急，我爸揍我的时候我会尽量运用张三丰的四两拨千斤之术把我爸的拳头拨到我们家大衣柜上去，乘着他叫手疼的时候我会逃走的。什么？您说不行？！您放心，我不会傻到真离家出走的，我就蹲在我家巷子口等我妈来找，没事儿，您放心。瞧，我怎么又说跑题了呢？得，我这就做总结性发言，我的意思就是请您允许我在考试前的这几天——暴风雨的前夜，还能美美地回几次家。所以，还得您开恩早点放我走，别让我在我家门口和我爸遭遇。这是第五个理由。

第六，本来是没有第六的。不知您没想过为什么我不敢跟您当面请假而把假条偷偷放在您桌子上，使得您看到这张请假条时我已经溜没影了？这说明我惧怕您！我经常惧怕您，不管是您的目光如妈妈般和蔼可亲、还是似法官样明察秋毫，我都怕。您知道为什么吗？我正好顺便在此把一个我一直不敢当面跟您说的的事儿写上一——您有个习惯，就是每次临近放学的时候您总要匆匆赶来给我们发几张练习篇子！有几次我正庆幸您今天可能忙忘了，自以为终于逃过此劫之时，教室门口就出现您的身影，把一大沓卷子一张不漏地发到我们手中。这使得我一次又一次地受到极大刺激，以至于发展到现在我最怕怕的就是放学前看见您的身影，我深知我已经患上了严重的“放学前恐您症”，目前还有点向“不放学也恐您”发展的趋势。当然我主要还不是“恐您”，是“恐您”手中的篇子。所以，如果您同意今后放学前不带篇子来，最好平时也少带篇子来，我想我这一疑难痼疾是可以不治自愈的。

以上是我今天自习课请假的理由，请老师批准。

《学生习作》

茵茵：可能是刚开学的关系，老师们还来不及收集孩子们的作文。七年级乙班的孩子就“近水楼台先得月”了。第一部分是几个孩子的暑假作文，第二部分是课外阅读。与土生土长的中国孩子相比，他们的作品可能比较幼稚，但隔着千山万水的，他们尚可有如理解 and 表达，实在是很不错。

第一部分：“暑假生活中的一天”

马晨阳：八月二十一日这一天是暑假中最有意义的一天。二十一日这一天早上，我的朋友 Ryan Darlow 约我一起去 Walden Pond 钓鱼。这一天晴空万里，空气清爽。Ryan 的姨妈开车领我们一起来到了 Walden Pond。我们一共钓了九条小鱼。Ryan 钓上了一条很大的鱼，可是它跑掉了。我们还下水游了一会儿泳。中午，我回到了家，吃完午饭后，妈妈领我去 Museum of Fine arts。这是我第一次去，所以非常兴奋。

我参观了：希腊，罗马，埃及，欧洲和观看了日本人的打鼓表演。这一天我感觉过的很快，但是过的很有意义。

赵柯： 七月四日，我们刚出发去缅州。妈妈，爸爸，奶奶和我才刚醒，因为才七点。总共爸爸开了九个点车。越往北开，枫叶越红，树林也更密。我们下午才到我们要住的旅馆。那天晚上我们去城市中心看焰火。虽然缅州焰火没有波士顿的焰火好，缅州的景色好多了。我们七月五日去了缅州的一个国家公园。我觉得去缅州很开心。

王冰： 今天是我住在夏令营的第四天。早晨，我一睁开眼睛，就高兴地床上跳下来，因为今天是我一直等待的一天-我终于可以去骑马了！我赶快跑到餐厅吃了早饭，然后就换上骑马的服装，等待九点半的铃声。铃声一响，准备去骑马的七个人都跑来上车。我们坐着车到了马场，那里有很多匹高头大马，有棕色的，黑色的，还有白色，深红色的，也有两，三种颜色混在一起的马。因为我是第一次骑马，所以老师为我挑了一匹很老实的棕黑色的马，它的名字叫 Easter。骑马的路上，沿途的风景非常美丽，远处有山，有水塘，还有一大片草地，长着各种颜色的花，象梦境一样。

一个小时过得太快了，从马上下来以后，没有人愿意离开刚刚骑过的马。我希望明年还能再来。

周阳： 暑假的一天我跟妈妈，爸爸，外公和外婆去新英格兰水族馆参观。水族馆里有许多种海洋动物。一进门就看见些企鹅，看起来很好玩。再往前走可以看见一些橱窗。橱窗里有珊瑚，海蛰，龙虾，螃蟹，海星，水蛇和各种各样的鱼。水族馆中间有个大水池，这里面有海龟，鲨鱼，水母和各种各样的大鱼。有时候你可以看见工作人员在大水池里喂动物呢！

水族馆里我最喜欢的是企鹅。它们有黑和白的毛，非常好看。水族馆真好玩。我希望明年再去看一看。

第二部分：课外阅读之理解：

学完第四课“小云学唐诗”，给孩子们布置了一首李商隐的“夜雨寄北”，诗如下：“君问归期未有期，巴山夜雨涨秋池。何当共剪西窗烛，却话巴山夜雨时？”要求他们写一段话来解释这首诗的含义。一周以后，惊喜地看到孩子们的有趣答案。除了诗中的“君”被理解成朋友、家人及夫妻，这一点不同，孩子们对本诗的情绪理解倒都是

对的。李商隐的诗素来刻意省略人物情节，表达的只是那人那事所激发的情感。从这个意义上说，孩子们能了解这首诗所表达的孤寂和思念，已是上好表现。

翁磊： 夜雨寄北的意思是有一人问另一人，他什么时候回来。另外一个人不知道，可是，他可能春天或夏天回来。他回来的时候，他们就说话，说什么话都行。这是这个诗的意思。

王亦林： 这首诗写一个人思念他的朋友，和他的家，他在旅游。他的朋友问他什么时候回家，他说他不知道。他希望他们可以说话，他想给朋友讲他旅程怎么样。

周阳： 这首诗是李商隐下雨晚上，感到孤独的时候写的。他的意思是：我很想跟我朋友谈话，我朋友问我什么时候回家，可是我也不知道。我听到外面的雨声，池塘可能涨满了。我很想跟你谈谈今天晚上的感受。

何超： 你问我什么时候能回来，我也不知道。

四川下的雨涨满了池塘。

什么时候能跟你一起在西窗下面，共剪烛花。

那个时候，我还会给你说，我这个时候的心情。

朱墨： 这首诗是说一个人，他在一个地方叫巴山。他在一个下雨的晚上想念到了他的好朋友。那个朋友问了他，什么时候回家？可是，他也不知道。所以他回去的时候，他想跟那个朋友说下雨晚上他想到的东西。

余咏晖： 你问我哪一天能够回家，我也不知道怎样回答。一年又过去了，我仍留在这里。我知道你对着灯思念我。到了我们见面的时候，我要把我的思念之情细细向你诉说。

王星月： 在那特别的年代里，
作者非常怀念他的故乡。
希望能早日归来，
与他的情人喜结良缘，
共同度过美好的人生。

陈一宽： 你问我啊，什么时候回家。我自己也不知道。巴山这个地方晚上的雨，下得把池水涨满了。什么时候可以和你一起坐在西窗前，剪着花烛讲话呢？到那时，我要详细地把眼前巴山夜雨中的一番情思讲给你听。

杨振明： 诗里描写一个女子在一个秋雨的夜晚等着她的夫君。夫君回家遥遥无期。巴

山山村整个晚上都在下雨，下得后院的秋池都涨满了。为什么当我们应该一起剪窗花、点红烛的时候，我却一个人孤零零地坐在雨夜了对自己说话。这首诗表现了一个女子悲哀的心情。

蔡家琰： 你问多久我再来，还没有定好。
秋天晚上的巴山下了雨，池子里的水涨了。
何时我们一起修剪西窗的蜡烛，
一起说巴山晚上的那场雨。

You ask how long before I come,
Still no date is set.

The night rains on Mount Ba swell the autumn pool,
When shall we, side by side, trim a candle at the West window,
And talk back to the time of the night rains on Mount Ba?



《中文点滴》

桂花

(宋)何应龙
一树婆娑月里栽，
是谁移种下天来？
金英恰似清宵月，
一夜圆时一度开。

{解词} 婆娑：枝叶繁茂；金英：金黄色的花；清宵：月光明亮的夜晚；一夜圆：指一年一度的中秋月圆。

{诗意} 这棵枝繁叶茂的桂树好像是月亮中的那一棵，是谁把它从天上移栽到人间来的呢？金黄色的桂花非常像那晴朗夜空上的一轮明月，在一年一度的中秋月圆时盛开。

咏牡丹

(明)俞天猷
闲花眼底千千种，
此种人间擅最奇。
国色天香人咏尽，

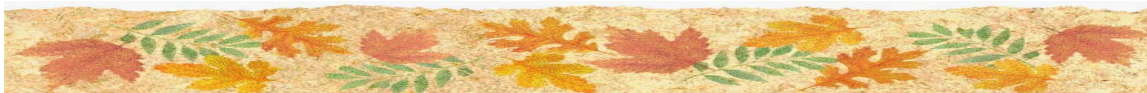
丹心独把更谁知。

{解词} 闲花：牡丹以外的普通花；擅最奇：具有最奇绝的品质；国色天香：娇美华贵；丹心：赤心，这里指花心；独抱：独具。

{诗意} 我观赏过千万种花，可是只有牡丹具有最奇绝的品质。牡丹娇美华贵，虽然人们赞美它的语言已经差不多用尽了，可是谁又知道它那颗与众不同的心呢？

冰心咏叹：

风雨后——
花儿的芬芳过去了，
花儿的颜色过去了，
果儿沉默的在枝上悬着。
花的价值，
要因着果儿而定了！



【为您服务】

专栏 蔡洁

编者的话：夏日的鲜花还没有收缩五彩的花瓣，熟悉的校园依然在宁静中沉眠，茵茵的电话已经催上门来。校刊，校刊，还是校刊！无奈的我实在不忍心打断她那如丝细雨的劝说。有意躲避，却躲不过她那诚切目光的期待。……“好吧茵茵，让我再一次登上你那条“贼”船。”

不提茶亭了。过去的事就让它过去了，一切从零开始。究竟我能为<<校刊>>做些什么？困惑了很久，终于在遥远的记忆中浮出一张清晰的图片。那是十几年前，北京电视台晚上八点有一个家喻户晓，深受欢迎的节目<<为您服务>>。节目主持人被人们亲切称为沈大姐。她以长人之心，可亲可敬为千家万户送去了温暖。对！就办一个<<为您服务>>的专栏。虽然名字过时了，但能为我们的孩子，家长做点实事。比如：提供信息，排忧解难，教您理财，周末做上一道好菜……为您服务的内容方方面面，朋友们欢迎您关注我们开辟的新专栏。

一. <<医学询问小组>>在我校成立

常常听到一些朋友寻问有关健康医学，药物常识。可以理解，生活在异国他乡，更需要同胞的相互帮助。放眼望去，我们牛顿中文学校本科出身的医生真不少。把这些救死扶伤的大



夫们组织起来，成立一个“医学询问小组”是本专栏的第一个愿望。果然，不费吹灰之力，就有贤人聚来。如果是在国内，这些人可以开专家门诊了。

康复医学：虞卉； 眼科：徐曼；
神经内科：朱纪光； 妇产科：李钰玲
普通外科：殷鹏； 儿科：孙英；
药学：郭红； 牙科：陈晓蓉
手术麻醉：刘少雄
暂缺：普通内科，泌尿科，皮肤科。

感谢这些 Dr. 们的无私奉献，每个人都答应得那么爽快。除了借助本专栏回答您提出的问题，我们将争取和家长会合作，安排一次现场询问（时间待定）。请您不要错过好时机。不过，说好了，只是疑难解答，不负任何医疗责任。

这些医生在国内从事临床已多年，积累了不少实践经验。不少人经过努力，又获得美国行医执照。如果您遇到了医学上的烦恼，请与本专栏联系，我会及时向小组的有关专业人员转达您的需求。同时，如果您有一技之长，欢迎您加入我们的<<医学询问小组>>。联系电话：617-469-3151. 蔡洁。

上届校长学明的父亲吴士民先生与学明一起为牛顿中文学校服务了一年以后，于今年六月返回中国，吴先生曾为学校月刊写过几篇情真意切的文章，很受欢迎。临走前，还特别嘱咐我：如果接着做学校月刊，是否加一张彩色页来吸引更多读者，尤其是小孩子；系统并分级介绍一些课外读物给孩子们。谆谆教诲，感人至深。现在，远隔重洋，吴先生还关心着学校月刊，他的老人保健常识摘要，与蔡洁的“为您服务”专栏是不谋而合，特别登载于此。

学明，

下面是几篇有关老年人健康保健的短文。如觉得合适，可传给中文学校编辑。如果编辑感到有用，告诉我，以后将陆续寄上有关健康保健的短文。

老年人起居有讲究

1. 老年人要生活在和睦的家庭中，受到子女亲属的敬重才会精神愉快。每天的生活要有一定的规律，根据身体状况安排丰富的室内外活动。
2. 老年人的居室应尽量安排在向阳的房间，室内的家具要简单，方便行走。早晚要开窗换气，保持室内空气新鲜，使头脑清醒，身

体舒适。睡眠应早睡早起，最好定时，形成条件反射，到时候就能入睡，不致失眠。晚餐后不要喝茶，少喝水，以免兴奋或夜尿过多而干扰睡眠，睡前用热水泡脚有利于睡眠。

3. 老年人随年龄增长，基础代谢、消化功能逐渐降低，所以膳食应是低热量、低脂肪、低胆固醇，充足的蛋白质、维生素和适量的无机盐。进餐需定时定量。一日三餐，不宜吃得过饱。
4. 老年人的各种活动协调和平衡功能差，脑血管调节功能较差，老年人行走起坐等动作要慢，尤其夜间起床要多加小心，老年人跌倒常发生在这个时候。起床时宜先由卧而

坐，停一会儿再由坐而立，站一会儿再行走，高龄老人则宜备便壶在床旁坐着小便。

摘自《生活与健康》

饭后三不宜

茶：饭后如立即饮茶，势必冲淡胃液，影响食物消化，同时茶中的单宁酸能使食物中的物质凝固，给胃增加负担，并影响蛋白质的吸收。饮茶最好是在饭后一小時。



水果：食物进入胃内，需经过一至二小时的消化过程，才能缓解排出，饭后立即吃进的水果会被食物阻滞在胃内，如果在胃内停留时间过长，就会引起腹胀、腹泻或便秘等症状，日久将导致消化功能紊乱。

散步：《饭后百步走，活到九十九》的说法在中国广为流传，其实这是不对的。因为饭后胃处于充盈状态，即使是很轻微的运动也会使胃受到震动，增加胃肠负担，影响消化功能。因此，饭后以适当静坐，闭目养神 20-30 分钟，然后再活动为宜。

摘自《今晚报》

哪些食物不宜空腹吃？

香蕉 香蕉含有较多的镁元素。空腹吃时，会使人体内的镁元素突然增高，从而破坏人体血液中的钙镁平衡，对心血管产生抑制作用，不利于人体健康。

西红柿 西红柿内含丰富的果胶、柿红酸及多种可溶性收敛成分，如果空腹下肚，以上这些成分容易与胃酸起化学反应，生成难以溶解的硬块状物，引起胃肠胀满、疼痛等症状。

摘自《采风报》

疗效食品知多少？

有降血脂、降血压、防止血管硬化作用的食物：海藻、山楂、黑木耳、大蒜、莲子、洋葱、芹菜、荸荠、海蜇、蜂蜜等。

有消炎及使炎症减轻作用的食物：大蒜、菠菜根、芦根、马齿苋、冬瓜子、油菜、蘑菇等。

有清热解毒作用的食物：西瓜、冬瓜、黄瓜、苦瓜、绿豆、扁豆、乌梅、菠萝、葫芦、鲫鱼、墨鱼等。

有健脾健胃作用的食物：生姜、乌梅、鸡内金、麦芽、陈皮、花椒、茴香、葱、蒜、山楂、醋等。

有润肠通便作用的食物：核桃仁、芝麻、松子、香蕉、蜂蜜等。

有镇咳祛痰作用的食物：白果、杏仁、冬瓜皮、桔子、冰糖、萝卜等。

有止血作用的食物：花生衣、黄花菜、木耳、莲蓬、丝瓜、乌贼骨等。

有生奶作用的食物：鲫鱼、猪蹄、鱼头、生南瓜子等。

由预防感冒作用的食物：醋、大蒜、生姜、淡豆豉等。

摘自《吃好啦！》

这次摘了四篇有关老年人健康保健的短文。如果编辑认可，可告诉我。以后每个月我可以摘录一些有关老年人健康保健的短文或资料用电子邮件发给你，再由你转发给校刊编辑；或者，省事起见，也可以告诉我校刊编辑的电子邮件地址，由我直接发给他（她）。由你决定。我认为，不妨搞一个健康保健专栏，每期登载几篇小文章，会有人感兴趣的。

另外，建议把洪绍光教授的讲话分几次刊出（家里电脑上有这篇材料，文字上我已略加整理）。在国内知识分子圈内，几乎是人手一册。

Silva 兄弟装修公司

由来自巴西工作人员组成的犹如巴西足球一样强大阵容的 Silva 兄弟装修公司，接洽任何室内外装修、厨房浴室、地板门窗翻新、内外油漆、解决一切有关水暖电问题。欢迎联系！

联系人：Joao Silva 电话：(617) 596-9537 E-mail: Y_Silva2002@yahoo.com

【牛顿论坛】

为人师表

茵茵

师者，传道授业者。传其道，授其业，却反行其之道，不可理喻也。

好了，我就“文”到这份上，现在是怡笑大方，再多便是丑态百出了。都是文化大革命害的，四书五经、孔子庄子、老子孙子，一个都没好好学过。没有什么可以怪老师的，回忆中的老师们，从小学到现在，个个栩栩如生，好的层次不一样，留下的印象有多有少、有深有浅，却没有一个坏的。为此，很是感谢命运！幼儿园的老师是死活想不起来，不是那时日子太平淡，就是现在忘性太出色。

长到自己也可以做老师的年龄，才开始比较平等地看待老师。但对老师，还是有点习惯性的仰望。从第一天跨入牛顿中文学校，对所有台上台下的老师们，我都是怀着自然而然的敬意。迟迟不敢持教鞭，原因之一便是这份敬意：怕别人这样敬我，怕由这份敬意而连带的责任——为人师表。

既为人师，必先严于律己、表里如一、言传身教。如果要求学生按时到校，那老师也应该按时到教室；如果要求学生遵守课堂纪律，那老师应该是纪律性的榜样；如果要求学生完成作业，那老师也应该认真备课，做好自己的“作业”；如果要孩子们学好中文，喜欢中国文化，那老师应该表现出对中国和中国文化的一定了解和热爱。

话是这样讲，做起来并不容易。

新上任的校长立原，是从老师做起的，又主管教学二年多了。她很爱惜老师，是提高教师待遇的提倡和拥护者，同时，她也绝不马虎，要求老师们尽心敬业、遵守教师守则，起到表率作用。开学前，她和副校长殷鹏一起召开二次教师会议；一开学，她又再三重复、三令五申，但老师迟到的事还是有发生。

“受害”的家长不满，意见很多。意见提出来了就好，一方面可以尽量妥善处理，另一方面也是消气的办法。问题是没有提出来的意见，甚至还来不及形成的意见呢？想想那些巴巴望着教室门口老师出现的孩子们，他们幼小的心灵会怎么感受？也许现在少上点课他们正乐，但许多年以后，他们中

会不会有人把没学好的中文归咎于这些“等待”？象我怪文化大革命耽误了我的“文言文”

一样？不是危言耸听呵，我们不都是后来才敢、才能给过去的老师打评语、下结论吗？

不管怎样，作为教师，应该不迟到，至少这样去努力。那二十几双盯盯看着的眼睛，象二十几个嗷嗷待哺的婴儿，无论如何要排除万难，准时站在讲台上。这是不让孩子们失望的第一步。

立原敢于严格要求每一个老师，实在是为学校着想，对家长和孩子们负责，也是为老师们好。不然，她犯不着做这种费力不讨好、又得罪人的事。有她这样坚持原则的校长，家长、学生和老师都应该很高兴，因为这意味着我们牛顿中文学校的教学系统及其质量，在朝健全、提高的方向发展。

老师的表率作用也不是做不到。最好的例子是王瑞云老师和谭嘉陵老师，加在一起，她们在这里教了四十多年，不管是风和日丽，还是冰雪交加，她们都如时钟的钟摆一样，总会按时出现在教室，并给学生们一份准备充分的教案。能做到这样，大概只有为数不多的人，所以她们是优秀的。

我们绝大多数的老师出道不久，资历没那么深。但她们（和他们）教书与做人都非常不错，值得学生和家长尊敬。

忍不住提醒各位：老师也是人，便也有人所具有的一些“难免”和“疏忽”。偶尔有不到之处，大家都能谅解，并宽容一点才好。毕竟都是“革命同志”，在为着共同的“事业”而奋斗。

当然，作为老师，不应该为自己找任何借口。以身作则、为人师表、尽心敬业，是身为教师的不可推卸的责任。自私自利一点去想，至少，若干年后，我们的学生谈起我们时，不是散散漫漫，不是不认真。

师者，传道授业者。传其道，授其业，亦行其之道，心安理得也。



“华夏日”与“团体选票”

· 老康 ·

日前读报偶见一则题为“农历新年成公共假日过首道关”的报道（《侨报》两千零二年九月六日 A16〈纽约华人要文〉），为之一振！报道说纽约市市议会交通委员会全票通过把农历新年纳入纽约市的公共节假日的提案。

这则消息勾起了我的一段回忆。十几年前我就读于纽约理工大学。由于一件牵扯到美中关系的“政治事件”的影响，我晚到了半年，赶上了春季入学。开学没到一个星期便是农历新年。那所犹太人办的大学什么节都放假，就是不放农历新年。我们几个大陆的，台湾的，新加坡的同学大年三十晚上还在上课。课间相见，这份儿不平、这份儿悲伤、这份儿无奈啊！要是美国有个“华夏日”，让华夏子孙同庆农历新年该多好！

这回是盼到了曙光！要是这个提案能成为法律，纽约市将是美国第一个把亚裔传统节日纳入公共节假日的城市。届时“相应的学校和商家有权灵活决定是否休息或举行庆祝活动。上班族可以请假不算旷工，学生可以不上课不算旷课。”

提案由华裔市议员高登提出。率先全票通过此案的市交通委员会是由华裔刘醇逸当家（主席）。但愿其他委员会和市议、政部门都有足够的亚裔势力，使提案顺利成为法律。

由于文化和其他原因，亚裔参政的不是很多。光靠寥寥无几的亚裔政府官员和议员，短期内恐无望在大范围内实现“华夏日”。须要“另辟捷径”才是！

“捷径”就是我所要谈的“团体选票”，也就是英文的“BLOCK VOTES”。不知正确的中文翻译是什么。

在美国选举中一个社团或一个群体因为自身利益认可某个候选人，以期这个候选人当选之后为这个团体谋福利。因为这个团体代表为数众多的选民和选票，每个候选人都想得到这个团体的认可，从而讨好这个团体。这就是“团体选票”和“团体选票”的力量。美国黑人是应用“团体选票”的好手。

几个月前，女儿朋友的父亲的同事想要竞选麻省省长的党内候选人，请我太太做顾问，拉医生界和亚裔的选票。我说：“那还不容易？你只要承诺把农历新年定为麻省的公共假日，你肯定可以得到亚裔的‘团体选票’！”

大话是这么说，但亚裔的“团体选票”并不存在。因为没有哪个团体或个人有足够的影响力代表或“煽动”整个亚裔社会。

以前有些闹民主的朋友后来都没了联系。听说有人在做华人“团体选票”的事，以期为华人在美国社会上争影响、争地位。这么多年来也没什么消息。估计没有具体目标，也就难成“团体选票”。

咱们不碍把在麻省实现“华夏日”作为一个目标，尝试一下“团体选票”的力量。首先，大部分亚裔，不论宗教信仰，帮派体系都可以接受这个目标。其次，因为在这个社会里谁当“领导”对日常生活影响不大，多数亚裔并不在乎谁当省长、市长，以至懒得去投票；我们可以把候选人对“华夏日”态度作为投票标准并鼓励亚裔投票。再次，现在竞选激烈，有时候几千票可以定乾坤；只要咱们手里能有几万张“团体选票”，他候选人就得认咱的帐！

美国的政治系统，光运动省长大人是不够的。咱们得如法炮制，举一反三，同样对付那些省议员、省法官，市级官员和政客乃至街道居委会主任（ALDERMAN）。

此法理论上可行，实际上也具操作性。

运作方法是由报纸出面，一家或几家在麻省有影响的报纸或报系发起个“华夏日工程”！也不用亲自去拉选票。现在各种亚裔团体多如牛毛，诸如同乡会，同学会，中文学校，各种协会等。请响应号召的团体报个数字，算算他们能“鼓动”多少选票，再履行个相应的法律手续。让学社会学或学政治学的学生打个杂，权当是实习。每周或每个月在贵报上登一特大广告，列上所有响应号召的团体和选票数。到了选举季节，把报纸往候选人眼前一晃，他就得跟咱走，把实现“华夏日”作为竞选纲领之一。

参与这个工程没有输家。首先，报纸可以以此提高知名度、扩大发行量。大家关心“华夏日工程”的进展情况就得看报。对于响应号召的团体，他们也乐得时不时在报上看到他们社团的名号，感谢报纸给他们做免费广告。报纸会损失一些版面，但这是个为整个亚裔社会造福的工程，不单是当地财团，中国、台湾、乃至东南亚各国和地区的政府和财团都该支持和赞助。只是要把财政帐弄清楚，千万别因为“分‘脏’不匀”而“因小失大”。

圣人说：“星星之火。可以燎原”！如“华夏日工程”能在麻省圆满竣工，那就可以在全美乃至全世界推广。一旦咱学会使用“团体选票”这一锐利武器，还有什么“好处”咱亚裔争不来？

篡改一句古诗：“普天同庆华夏日，家祭毋忘告老康！”但愿用不着等到“家祭”的时候。

两千零二年九月十九日于波士顿（版权归作者所有）

观潮起潮落，迎八面来风

——喜看 Acton 华人参政迈出第一步

吴利宁

2002 年初春的三月，乍暖还寒。一日，在我家五花八门的邮件里，悄悄夹杂了一个十六开大小，题为“Town of Acton, Annual Town Meeting Warrant”的小册子。如果那天是我去邮件的话，这件东西会和 Junk Mail 一起无声无息地进入垃圾箱。幸好那天是老公做了这件事。饭后，他照常把当日的邮件浏览了一遍。“又要加税了”。他如是说。“怎么会？”“因为 CPA”。

Acton 的 Property Tax 本来就是周围几个镇子最高的。前几年它的税率是千分之二十，近两年在一片怨声载道中，税率降到了千分之十八左右。可是，由于 Property Assesse 的大幅提高，降低税率并没有减少纳税人在 Property Tax 上的支出。正因为对加税的特殊敏感，我要想读一读这个 Warrant，知道什么是 CPA。

CPA 的意思是“Community Preservation Act”（社区环境保护措施？）。它是“Chapter 44B of Massachusetts General Law”的一部分。接纳了 CPA 镇子可以每年向纳税人多征收他们现有税额的 3%。这笔基金可用于三个用途：1. 征收和保护空地（open space）；2. 保护历史性建筑和地域；3. 增加和维护 Affordable housing。同时 44B 要求镇上每一年把 30% 的基金总额平均地花在以上三个方面。而余下的 70% 则可积累起来，或用于以上三方面的任何一个。

加税谁都不情愿，但把钱花在维护生态，防止过度开发和保护历史遗址方面，多数人还是认同的。至于 Affordable housing 嘛，好事啦。不过最好在其它地方，千万不能在我家门口。

同样根据 44B，由 CPA 筹集的基金，还能得到州政府的多达百分之百的 match。这些钱，再加上刚才提到的 CPA 基金本身，其用途都由一个应运而生的叫做“Community Preservation Committee”的机构来决定。换句话说，在最极端的情况下，CPA 本金的 80% 和州政府的 Match Funds 都可以合法地完全用在 Affordable housing 上-只要 Committee 愿意。

对于不惜一切代价奔 Acton 好学区，视 housing 为一生最大积蓄的华人社区来说，这无疑是在一池静水中扔了一个大石头。

果然，几天后，在“Acton-Chinese”上就有反响。（Acton-Chinese 是多年来由 Harry Chen 和王泽养精心维护的一个 Mailing List。它平时的作用是通知游泳池开放时间，出 Baby sitter 广告，和推荐钢琴老师牙医等等。）打响第一炮的人叫 Adam Miao。他首先向大家解释了什么是 CPA，它的用途和影响。继而他凭借个人经历，认为应该否决 CPA。苗先生原住 NEWTON，一个实行 CPA 较早的地区。他住的那条小街既安静又安全，温适可人。不想一日被通知说，斜对面的房子被 CITY OF NEWTON 买了，要搬进一群“SPECIAL NEED PEOPLE”。天知道这帮人是 PHYSICALLY CHALLENGED 还是 MENTALLY RETARDED，也没人告诉你他们的存在对孩子的安全有没有影响。总之，你是倒霉了。ADAM 因此结论道，让政府太有钱绝非好事。

苗先生最后鼓励大家去订阅 ACTON 的地方报纸“THE BEACON”。其实那段时间这份报纸已将 CPA 和与之有关的话题炒得沸沸扬扬。这些相关话题中，最重要的一个是拆除 ACTON 老学校校舍，还是把这座楼改建成可以容纳 20 家左右的 Affordable housing。赞成方说，这栋二层红砖楼校舍状况良好，又是 ACTON 的一个历史见证。把它改成公寓，一方面照顾了低收入家庭，还保护了遗址。反对方则认为，这栋楼位于二所学校之间，把它夷为平地并修成 PLAY GROUND，可以大大缓解学校正面临的课间活动场地不足的问题。

“THE BEACON”上的另外一个热点是 TOWN MEETING 之前的 SELECTMEN 选举。今年 SELECTMEN 中有两位任期届满，而且都选择竞选连任。他们当中一位是工程师出身的 WILLIAM SHUPERT，另一位是据说代表老年人利益的 F. DORE HUNTER。令今年选举有声有色的是“天上掉下个林妹妹”-一位退役多年的女士 GENA MANALAN 决定重返政坛。她与 HUNTER 和 SHUPERT 势均力敌，有得一拼。这三个人在竞选中发表的“政见”，当然是围绕 CPA 和拆除校舍进行的。我没有

保留当时的报纸,也记不清他们每个人的观点.印象中他们没有一个人明确地对任何事表明“是”还是“不是”.每个人都是高瞻远瞩,泛泛而谈.要在字里行间摸清每个人的意向,谈何容易.当个选民也难哪.

TOWN MEETING 是 2002 年 4 月 1 日. SELECTMAN 的选举在它一个星期之前.随着这两个日子的逼近,“ACTON-CHINESE”日有新贴,争论叠起,炸开了油锅.

有的人认为,要是能把 CPA 基金的第三项用途 Affordable housing 分出来,作为另一个提案就好了,这样经纬分明,多好选择.事实上,这项州法的制定人把这个第三条,放进与之不相干的第一,二条,绝非偶然,目的是把“苦头”和“甜头”混在一起,让人食而不知其味,弃之又嫌可惜,否则州政府以“均贫富”,“等贵贱”为目的的“甩石头掺沙子”政策如何实现?

交流中,更多的同胞率直地表示了对由各种途径引入的 Affordable housing 的忧心忡忡.“YOUNG PROFESSIONAL”的中国家庭最怕的是这东西对房价和学校质量的负面冲击.记得一位周姓女士在 E-MAIL 上大声疾呼“如果这样下去,ACTON 会成什么样?”有的人干脆说“VOTE IT DOWN FOR OBVIOUS REASON.”

在选举和投票的战略战术问题上, JING XIANG 建议 ACTON 华人社区对选举人和议案要有基本一致的看法.如果票投分散了,就毫无作用.有人提醒大家在 TOWN MEETING 上要坐在一起,以示“国”威.朱道一在选谁做 SELECTMAN 方面独有高见:反正 SELECTMAN 对中国人都不重视,如果我们把在位的两个选下来一个,他们就要对中国人另眼相看了.这一招大家叫好.于是决定把 HUNTER “干掉”.

然而在所有的 E-MAIL 里,大家谈的最多的,也是我印象最深的,要算对华人参与地方政治的深远意义和重大战略方面的思考.这类谈论多半出自一个叫 EDDIE ZHANG 和另一个叫 AN HONG 的朋友.前者我至今尚未谋面,也不知其中文名字.后者则是在这次选举及“TOWN MEETING”活动中逐渐浮出水面的 ACTON 中国人第一智囊人物和组织者安宏. EDDIE 说,“投入政治决不只是决定你那天选谁,这是一个长期的运作过程.在投票的两天前,大张旗鼓地谈选举,我们做了足够准备吗?没有!这比不投好吗?当然!可是你的那一票,反映了你的意向和思考吗?未必见得.所以,一种长期的深入的对“TOWN EVENTS”的关注,研究和参与很有必要.政治是一种平衡游戏,在我们为自己的利益而战的同时,我们要远见卓识地看到我们这颗棋子在全局中的地位.”

一边是 EDDIE ZHANG 在长叹“路漫漫其修远兮,吾将上下而求索”,另一边是安宏反复多次耐心劝导同胞们去掉“怕”参政的思想包袱.在引用了联邦劳工部 CFO 莫天成先生不久前在剑桥区 WHITE HEAD 关于中国人跳出中国圈子,在更广阔的空间施展才能的讲话后,安宏深情地说,过去,包括我在内的许多中国人都认为,政治是“NEGATIVE THING”.但是莫先生的一席讲演,让我在这一点上有了新的反思.我们最缺乏什么呢?不是学位,也不是专业技术,而是社会技能和政治经验.我们曾经相信,勤奋工作会带来我们需要的一切,但是莫先生说不是.“HARD WORK BRINGS HARDER WORK. ONLY SMART WORK BRINGS YOU WHAT YOU WANT”.什么是“SMART WORK”呢?至少不是我们过去一直做的那些.我们只有依靠自己,才能找出“THE SMART WAY”.

半年后的今天,再读安宏和 EDDIE 的这些精彩段落,其间深邃的见解,严谨的思辩和飞扬的文采,就像第一次读到那样,令我振奋.可惜在本文中没有更多的篇幅与读者分享他们的才华了.

在大家一片热烈讨论的当口,不觉间已到了 SELECTMAN 选举的日子,2002 年 3 月 26 日.选举于傍晚时分在四个投票区同时进行.走进 CONANT SCHOOL,我心里怵怵的,不知道自己会不会也象 FLORIDA 的部分居民一样,搞不清选票怎么填.还好,老公在身边.我们搬来 ACTON 之前,他就有了选总统的经验,并以此在家里自嘲是管“大事”的.我一向甘于做“小事”,不想,今天为给 ACTON 中国人多加一张选票,也管一回“大事”.

选票完全不是 FLORIDA 人对着太阳照的那种.这张小卡片左边印了一系列人名,右边是这些人想要竞选的头衔.中间是一串切断了“->”符号.你要选某人,只要把那个中间切断的箭头连起来.我在拉着帘子的 BOOTH 里做的唯一工作,就是保证 HUNTER 的那一根线不连.出来后把卡片塞进一个会记数的箱子,我的公民义务就算完成了.

两天后,“THE BEACON”宣布 SHUPER 和 HUNTER 双双卫冕成功.我们想扶持的“林妹妹”MANALAM 仅以 10%左右的选票短缺而对 HUNTER 称臣.有意思的是,今年 SELECTMAN 的差额选举,吸引了大约 1800 名选民.这个数目是 ACTON 已注册选民的 15%,也是过去两年参加投票总人数的四倍左右.

网上似乎没有人对这一结果加任何评论。本来我们也没做 HOME WORK, 谁知道 MANALAN 就一定比 HUNTER 好呢? 选票的数目倒是一个敏感点。ACTON 据估计有几百家中国人, 如果有公民身份的每一家出两张选票, 就会凑成一个可观的数字。这个数字虽不能够使我们所向无敌, 却足以在 ACTON 原有政治力量平衡的某一边加上一个重重的筹码.... 让我们 TOWN MEETING 见吧。

2002 年 ACTON ANNUAL TOWN MEETING 于 4 月 1 日晚上 7 点如期举行。待我伺候孩子吃晚饭, 再赶到 ACTON 高中礼堂, 时间已在晚上 7:20 左右。我一进去就四下寻找“组织”。只见老朋友朱道一和太太太平再加上我老公, 肩并肩地坐在显赫的第二排。我在紧挨着他们坐定后, 不久发现身边陆续增加了一些中国同胞。(事后才知道他们当中包括宏安, 李洪, 夏一江和她先生)。我们 ACTON 的老资格华人领袖王泽养, 因为没赶上注册而坐在最后面高高的观众席上俯瞰全场, 并不时地向我们投来注目礼。

主席台上的“人物”们分两侧而坐。一侧是 BOARD OF SELECTMAN, 另一侧是镇上“FINANCE COMMITTEE”的成员们。WARRANT 上每一个议程都由这两个组织事先审议过, 并由他们加上了“推荐”或“不推荐”(RECOMMENED OR NOT RECOMMENED)的注脚。会上讨论的议程先由一个 SELECTMAN 口头介绍给大家。如果这个议程存在争论, 赞成和反对双方可以辩论。这种辩论或者是事先准备的有图片有数据的 PRESENTATION; 或者是完全的即兴讲演。实际上与会的任何人都有权使用观众席间的麦克风(共四个)随意发挥。

议程从最小的开始。例如在某条街建一个无线通讯转接站; MULTI FAMILY HOUSE 申请扩建; 镇上准备接管一个在 SUBDIVISION 里的 PRIVITE ROAD, 使之变成 PUBLIC ROAD; 镇上修下水道预算; 镇上修煤气管道预算;如此种种, 不一而足。随着议程一项项提交, 人群里“AYE”(哎)的声音此起彼伏。原来, “AYE”表示“是”, 而“NAY”(耐)表示“不”。这些鸡毛蒜皮的小事, 不涉及大多数人的利益, 所以大家一概“AYE”之。有的提案我还没听清楚, 就已经被人“AYE”过去了。

繁繁杂杂, 啰啰嗦嗦。转眼间就 9 点多钟了。主持人宣布散会。第二天同一时间接着再来。分手时, 同胞们简单交流了几句, 都为今天没讨论“实质性”问题感到奇怪。对于这一安排的蹊跷, 我们到一, 两天后才恍然大悟。

第二天, 一进场, 就发现到会者比头天增加了一倍。显然许多人都事先知道会议的日程安排——虽然这个日程安排从来不曾公布过。我们又“老外”了一把。

在那种你能感觉得到的紧张, 亢奋, 即将短兵相接的气氛中, 好戏终于出台了。今天讨论的第一项就是本次会议的特别议程: ACTON 老校舍拆除, 并将老校址改建为 PLAY GROUND 的建议。先是建议方陈述理由, 然后反对方予以驳斥。大多数发言人似乎并没有给出比报纸上更多的信息。然而一位稍后才拿到麦克风的衣冠楚楚的老先生却颇为抢眼。原来他代表了一大群老年与会者, 是他们的发言人。只见这些老先生, 老太太们个个穿戴整齐, 神采奕奕, 完全没有上班一族的倦怠。我这才意识到, 我们碰到了一批以逸待劳的“职业革命家”。比较前面其他反对者的含蓄, 这位革命者的炮火尤为猛烈。他指出学校活动场地小, 完全是学校扩建引起的。当时通过扩建方案的时候你们干什么去了? 怎么会现在才冒出个场地问题? 他的第二发炮弹更为命中要害。他说, 保留老校舍是去年 TOWN MEETING 通过的。关于老校舍的再使用问题曾有若干方案。在临时委员会将最后方案确定为改建 AFFORDABLE HOUSING 后, 这个拆除建议才出笼。其间的因果还不明显吗? 对于这猝不及防的致命一击, 我不知建议方是否还有还手之力。只见四个麦克风后面都有一条人龙。下一个发言的明显是特邀代表, 一个 ACTON 911 遇难家属。她长长的讲话大意是, 幸亏她丈夫生前未雨绸缪, 不然她一家在遭此大难后, 生活定会一落千丈。人都有遭遇不测的时候, 我们应该尽力去帮助不幸的人。

她说完后, 因为时间关系, 主持人决定立即对此案进行表决。首先, 同意拆除的人先站起来, 点人数。然后, 反对拆除的人再站起来, 再点人数。同意拆除方需要 2/3 的压倒多数方能取胜。这时有人提出无记名表决(SECRET BALLOT), 结果被驳回。很明显, 今天支持 AFFORDABLE HOUSING 的人站在了道德的至高点, 一般人需要一点隐私的保护才能说出心里话。在和中国同胞一起站起来, 支持拆除建议的一刻, 我忽然发现, 这个问题很像关于堕胎的争议。“FOR LIFE”的一方可以在任何时候, 任何情况下, 大声疾呼生命高于一切。“FOR CHOICE”的人虽然喊不出什么响亮的口号, 但他们从来都自行其事。生活是复杂的。口号有它的道理, 但自己的问题还要自己面对。

表决完了, 340 票对 415 票, AFFORDABLE HOUSING 大获全胜。

接下来是通过 ACTON 学校的各种预算。小学的, 中学的, 高中的和职业高中的。近年来, 由于给老师增加工资和新建改建校舍, 各个学校的各种预算, 几乎全超, 而且超出的幅度大过了预先制定的

年增加额. 对于下一年教育经费的大幅上升, 大多数人连眉头都不皱一下. 唯一有异议的是那位衣冠楚楚的“发言人”. 可是面对上台台下的众志成城, 他的陈词是那样的苍白. 虽然是经济衰退, 也知道很多人失业, 但他们要让学校, 让孩子们尽情挥洒. 这就是 ACTON 人! 整个儿一个“再穷也不能穷教育, 再苦也不能苦孩子”的美国版本.

阵阵倦意袭来, 我才注意到已经 10 点多钟了. 周围的中国同胞大多数都已撤退, 只有夏一江夫妇和我们俩还撑着. 台上继续讨论着镇图书馆, 消防队和政府的各种预算. 一会儿, 夏一江夫妇也从我们的视野中消失. 这一刻我多么理解那些电视上常见的在国会辩论中大梦周公的人啊. CPA 要什么时候才能讨论呢?....

终于熬不住回去睡觉了. 第二天到公司打开 E-MAIL 一看, HARRY CHEN 和 ADAM MIAO 告诉全体 ACTON 的中国同胞, 昨天晚上 CPA 已在大家的呼呼大睡中以 2/3 的压倒多数通过了. 我知道这就是为什么第二天的议程比第一天多得多, 为什么 CPA 会放在第二天的最后的全部原因. THE BOARD OF SELECTMEN 支持 CPA, 而且知道反对 CPA 的人, 太晚了都熬不住.

民主政治, 你我也经历了一回. 这叫做“运筹于常理之外, 决胜于哈欠之中”.

2002 年的 TOWN MEETING 是过去了, 可是 CPA 还没有成定论. 因为 CPA 是大事, 长远的事, 所以在今年 11 月的大选(GENERAL ELECTION)中还要进行全民投票. (如果在 4 月的 TOWN MEETING 中 CPA 被否决, 就不会再把它提交给大选了. 所以 TOWN MEETING 的首战是不可缺少的). 在这两个重大事件的间隔里, ACTON 的中国人没有闲着. 在一群有志之士的撮合下, 一个叫“ACTON 华人志愿者”的组织应运而生. 它是一个纯自愿的来去自由的“松散”机构. 这个小组成功地组织了 2002 年 ACTON 中国人暑假大聚会(细节请看美洲时报报道<<绿野芳踪, 浓情似火>>). 并利用这个机会详尽统计了 ACTON 中国人现有的和未来的注册投票人人数. 在离大选的日子仅一月之遥的今天, 志愿者小组更是利用一切机会, 敦促大家去办理手续, 成为注册投票人. (有心人会注意到 ACTON 的选民注册表还发到了我们牛顿中文学校. 君不见“ACTON VOTERS TAKE ONE”?)

就算在 11 月大选后 CPA 定论了, ACTON 华人参政的初衷不会变. CPA 只是在恰当的时间以其“恰当”的内容, 偶然成为 ACTON 华人参政的切入点. 不管最后的投票结果如何, 我们都是赢家. 因为我们的长期着眼点并不仅限于经济利益. 我们的“醉翁之意”在于通过华人对美国社会的了解, 参与, 渗透和影响, 来争得华人在美国社会的应有地位. 我们要让世人知道, 除了勤奋和吃苦耐劳外, 中华民族更具有善良, 智慧, 同情心和正义感. 当然这些目标都不可能在一夜之间实现. ACTON 的志愿者小组正在筹划如何把达到这些目标的具体过程, 落实到我们日常生活的每一天.

为了脚踏实地地去做与长远目标有关的每一件小事, 我们首先得解开自己心里的那个“疙瘩”. 有趣的是, 自从踏入美国国土的第一天, 我们便把“爱国”(不言而喻是爱中国)当成了政治生活中的头等大事. 爱中国当然好, 祖国是我们的由来, 我们的精神支柱和立命之本. 可是我们当中大多数(包括我自己)的这种爱国热情, 除了作为自己聊解乡愁的一剂特效药外, 到底给祖国增加了什么实质性的贡献? 扪心自问, 要是这里没有我们更爱的东西, 我们为什么不约而同地选择了滞留? 过分夸大自己的爱中国热情, 把爱中国当作自己政治生活的全部, 不仅使我们自愿放弃了所在国公民的义务, 而且这种骄情难免使我们不落为国内同胞的笑柄.

当我们作为第一代移民而终日为柴米油盐奔忙时, 很自然地, 我们会将参政这件“上层建筑”的事寄希望于下一代. 可是看一眼我们这些中国话都讲不好, 从小就被同化成“香蕉人”的孩子们, 他们有多少属于中国的文化底蕴和民族精神使其足以在这个西方文化占主导地位的国度里, 扬起祖先的旗帜? 况且, 每一代人都有自己的使命和责任, 我们不当推诿属于自己的那一份.

如果我把自已比喻为一枝干柴, 那么为什么在搬到 ACTON 以后才被点燃? 其实 ACTON 的华人成分与其它主要华人社区并无二致. (也就是说, 像我这样的“干柴”俯拾皆是). 我知道这是因为 ACTON 有安宏, 有王泽养, HARRY CHEN 和志愿者小组——这一批勇于为华人利益动大念头, 出大气力的人. 我由衷感谢他们.

最后, 请允许我用我们民族先贤先圣的千古名句来为 ACTON 华人和 BOSTON 所有致力于华人参政的同胞们壮行:

乱石崩云, 惊涛裂岸, 卷起千堆雪.

江山如画, 一时多少豪杰.....

三十功名尘与土, 八千里路云和月.

莫等闲. 白了少年头, 空悲切.

【牛顿风景】

全面发展，保持个性，自信自强，稳中求胜

--漫谈沈岳的体操训练和比赛的成功之路

时辛 安平

人们常说体育和文艺上的成功与天赋是有很大的关系。沈岳的先天条件似乎注定他是一块练体操的好料。在岳岳出生之前的最后几个月里，他就已经不停地伸拳踢腿，急不可耐地要来到这个世界上大显身手了。他出生之后睡在摇篮里就是不能安分守己，醒着时两只小腿总是朝天踢个不停。岳岳满周岁进了托儿所之后老师见了我们总是要“告状”，说他太调皮，不守规矩。岳岳托儿所教室角落里有个用小栅栏围着的“禁闭角”，岳岳是里面的常客。有一次老师把他放进小栅栏后离开教室，几分钟之后回来时她惊异地发现岳岳明明应该是在关“禁闭”，但却在外面东奔西跑。老师又把他放进去之后躲在门背后观察，看见他竟然把他的一条腿搭在和他一样高的栅栏架上爬了出来。老师告诉我们这是托儿所历史上的第一次栅栏“突围”事例。

岳岳三岁后来美国后好动性格有增无减，幸好美国的儿童教育相对比较宽松，更注重儿童的个体发展，因此老师的告状基本杜绝了。但是岳岳进入公立学校幼儿班之后，学校人员对他又是观察，又有“会诊”，最后几乎还要调查我们家长家庭三代的身体和精神的健康状况，作为确定他是否需要特殊教育的“傍证”。我们及时主动和学校交流（及交涉），全面反映岳岳的个性和跨文化生活背景，并主动与学校配合从各方面来适当地降低岳的好动性。但是最使我们感到欣慰的是我们从小培养了岳岳的读书兴趣，因此尽管他上课经常不能很安静地听课，但是能比较专注地阅读他所喜欢的图书，因此经过学校全面“会诊”之后总算没有被“打入另册”（即特殊教育）。

但是岳岳在日常生活中上窜下跳的那股折腾劲经常使我们心烦意乱。岳岳在学校幼儿班课外活动时经常在小伙伴的怂恿下做些很不规范的倒手翻或其他简易“体操”动作，并且回家后还要在我们面前“露两手”，夸口以后还会做空翻动作。我们为此既高兴也担忧不已，生怕出事故。在岳岳六岁时辛辛带他到自己所工作的麻州体操中心去找到男子体操教练面试。他的灵活的身体条件和体操技能素质吸引了教练，同意他进入体操中心男子小预备队训练。当时是每周训练两次，每次两小时，半年后增加到每周六小时。他的启蒙教练专业是电脑工程师，只是业余爱好体操，因此他的训练课主要是以娱乐为主，时间不太长，也没有什么规范严格的技术训练。我们平时忙着求学和打工，对岳岳体操发展也没有什么奢望，只是希望他课外有较安全的活动锻炼环境。

训练一年后岳岳开始参加了一些地区和州范围内的最低级别的比赛。他八岁时得到了体操比赛的第一块奖牌。岳岳比赛成绩一般是四，五，六名左右，很少名列前茅。但是正是由于训练没有什么压力和强度，再加还有其他小队友交流和外出比赛的乐趣，他对体操训练总是兴致勃勃。但是慢慢地我们却有些坐不住了。在这种低水平的比赛才得个中不溜秋的名次，哪天哪日才有“出头之日”呢？既是参加比赛，就要力争名列前茅。这对我们许多闯五关斩六将考取大学并且到海外来拼搏的华人家长来说，竞赛争名次是一个根深蒂固文化心理“障碍”。有一次在一个规模较低的地区比赛岳岳只得了全能第五名，甚至落在其他几个在我们看来水平不如他的队友之后。在回家的路上我们两人拉长着脸，一言不发，但是赛后岳照样和其他队友谈笑风生，赛后到饭店与队友聚餐也是尽情享用。回家的路上安平有些坐不住了。“我们为你的比赛成绩感到羞耻！”（We feel humiliated!）他对岳冷不防地“大喝一声”。岳半晌不吭声，然后低声说：“我不感到羞耻！”（I don't!）。他的声音不大，却字字掙地有声，如重锤敲在我们心头。安平一时无言以对。是啊，他又没有做“坏事”，为什么要感到“羞愧”？到家后安平冷静考虑再三后向岳道歉。孩子年龄小，参与体操活动主要是兴趣出发，为什么定要拼个前三名呢？更何况比赛时影响成绩的因素很多，对孩子过分苛求一伤积极性，二伤自信心。这个事件对我们来说是一个转折点，从此我们互相提醒不用这种“激愤”的语言来评论任何一场比赛的结果。现在回顾起来，正因为岳有比较强的个性，他才没有轻易被许多外界的人为因素所左右，寓“练”与乐，始终对体操训练保持比较浓厚的兴趣。

1996年适逢奥林匹克运动会在美国亚特兰大召开。中国体操明星李小双夺得体操全能冠军，顿时成了岳岳心目中的英雄。1997年我们利用暑期回国探亲之际送他到国内省体操队训练一段时间，效果很不错。此后岳岳的体操训练质量也逐渐走上正规。1997年教练看到岳岳的较强的素质和潜力，就带他参加了全美“未来之星”体操选拔赛，经过层层选拔和测试（他的身体条

件测试得到满分），最后岳岳以总分第十一的成绩成为美国未来之星体操队成员之一。次年又以第十名的成绩再次成为未来之星队的成员。同年岳岳又在州和地区的体操比赛上首次获得双杠第一名。这些荣誉和经历使岳岳对自己的能力有了新的认识，同时也极大地提高了他的自信心。这是岳岳体操比赛生涯中的重大突破，他从此也开始编织体操明星的美梦。

随着体操比赛的级别提高，训练的质量性日益重要。岳岳当时的教练虽然有多年的训练经验，但是缺乏较高层次的训练和比赛经验。但是由于各种现实的原因，我们没有条件送他到麻州西部一所质量较高的体操训练俱乐部。由于岳岳的身高体重那几年增长较快，在以后几年州和地区的体操比赛上，他基本保持第4，5或6的名次（安平日后从教育的角度上总结为“第五名现象”）。为了弥补训练不足，我们又两次夏季带他到中国同龄的运动员一起进行短期训练。岳岳亲身经历了国内严格系统专业强化训练的特色，逐渐意识到优越的身体条件固然可以使你先行一步，但是后天的刻苦训练才是胜负的关键所在。

当然在如何调节偏重训练和比赛成绩与运动员身心和智力全面发展的等问题上，我们也经常反思中美两种教育和训练体制特色和弊端。我们自己经常扪心自问，要孩子练体操的主要目的是为什么？如果是着重孩子的全面和长期发展，那么我们就需要注意孩子的身心，专业学习和社交能力的综合发展素质。两年前岳岳上了牛顿北高中，我们就经历了这么一次考验。牛顿北高中体操队数年之前曾连续三年获得麻州高中体操比赛冠军。但是随着几名主力队员毕业离校，体操队成绩下降，其他队员早就等待着岳岳的加盟来重温昔日体操比赛成绩的辉煌。但是由于学校运动队的教练都是由任课老师兼职，水平有限，而且学校训练时间与体操俱乐部训练时间往往冲突等原因，一般像岳岳这样从事“正规”训练的运动员都不愿参加学校的运动队。岳岳的体操俱乐部教练也极力反对他加入学校体操队，生怕他影响日常的训练。我们考虑再三决定全力支持岳岳自己作出决定，参加学校体操队。我们意识到对他来说这是一次极好的参与学校集体活动和提高社会活动能力的机会。但是第一年由于队里的几名较有实力的队员相继受伤，岳岳自己最后也由于技术原因而未能获得资格参加全麻州高中体操的最后决赛，结果他眼睁睁看着牛顿北高中在比赛中名列末位。既花费了时间影响了正常训练，又“得罪”了教练，最后又没有得到任何名次，这对岳岳和我们来说都是一个很难过的经历。

去年进入高中十年级，岳岳的专业学习日益紧张，平时体操训练强度又加大，是否还要参加学校体操队训练确实是一个棘手的难题。但是岳岳的态度很坚决，不能在学校体操队最困难的时候离开它。我们也理解，尊重和支持他的决定。赛季中期岳岳的肩膀受伤，医生建议停止训练两个月。但是岳岳仍然坚持随队一起活动，并主动给队友训练出谋划策，担当小教练的角色。最后到了全麻州高中体操决赛时，岳岳不顾肩膀伤痛没有完全恢复，瞒着俱乐部教练参赛。结果除了吊环项目获第二名（因肩部受伤岳岳没有做完整套动作）之外拿下所有其它六块金牌，学校体操队成绩也由此上升到麻州高中比赛第五名。学校校刊和当地英文报刊都给岳岳发了专题报道。他也以此成绩而获得波士顿环球报评选的年度高中学校体操风云人物。虽然岳岳为参与学校体操队活动损失了不少专业训练时间，也给我们增加了不少接送上的麻烦，但是从整体上来看他参加学校体育对活动是得大于失，特别是获得了许多人际交流，领导能力，服务社区的宝贵经历，同时也得到了学校和社区的关注和荣誉，以及同学们的敬重，由此也更增强了自信和自强的心理。

三年前岳岳体操训练经历了一段低潮时间，甚至一些过去学会的体操技能因体重身高增加而丢失了。他的比赛成绩一直徘徊不前，教练对他似乎也是束手无策，我们为此也有些焦虑，有时也不免流露出急躁情绪。但是我们互相提醒自己体操比赛成绩固然重要，同时对他今后大学入学也有帮助，但是那毕竟不是他参与体操训练的主要目的。同时给他太多压力之后只会对他的心理稳定，全面健康和稳步发展产生负面影响。

去年秋季我们经过认真反复考虑之后决定把岳岳转换到本地的另一家体操俱乐部，从此岳岳的体操生涯开始了一个新的里程碑。新的教练是一位来自原苏联加盟共和国的国家体操队员，个人的技术水平较高，比赛和训练的经验也很丰富。虽然岳岳的训练基本时间还是保持每周25个小时，但是训练强度显著提高了，而且更加系统化和严密化，有时教练还要加班加点。岳岳似乎第一次感到了训练的艰辛，有时不免也有些畏难情绪。但是所幸的是他的心理上开始成熟了，比较能够理性地理解训练质量与比赛成绩之间的关系。在此后的赛季中岳岳的成绩稳步上升。在肩部受伤而影响两个月的正常训练情况下，岳岳在今年春季赛季中接连获得麻州冠军赛（14-15岁年龄组，下同）

全能第二名，新英格兰地区第三名，并在今年五月于加州圣地亚哥举行的全国青少年体操冠军赛上获双杠第六名，全能第十六名。

按照美国体操的规定，全国青少年比赛第十二名之内自动获得参加全国（成人）体操冠军赛的资格。其他运动员则必须参加资格赛来竞争余下的六个名额。岳岳今年六月参加资格赛并获得第四名，从而获得参加在俄州克里托夫举行的全国冠军赛的资格。根据规定在全国赛上得到第七名之内的运动员即能成为全国青少年体操队成员。岳岳以总分第十六名的成绩参加全国体操冠军赛。赛前他给自己定下的初步目标是要超过自己以往的最好成绩，同时力争进入前七名而能入选青少年国家队。岳岳在自己的网站上向朋友“宣布”如果入选国家队将举行“party”庆祝胜利。我们在赛前都为他捏一把汗，时辛在临赛前更是夜不能寐。结果在决赛中岳岳发挥正常，获得总分第六名的好成绩。同时他在强项单杠上发挥比较出色而得到第三名。现在回头来看岳岳的体操训练和全面发展过程，特别是他在重大比赛中自我感觉都是很好，极少有紧张情绪或较大的失误，这个成绩既是有些出人意料，但似乎又在情理之中。

岳岳今年秋季进入高中 11 年级学习，专业学习上也进入“决赛”状态。安平对岳岳开玩笑说：今年你不仅有机会显示你的身体肌肉 (body muscle)，更有机会显示你的大脑肌肉 (brain muscle)。最近他在麻州公校十年级的 MCAS 数学和英语的考试，SAT I 模拟考试以及 SAT II 的专业考试中都取得了较好的成绩。从目前他的各方面情况来看，岳岳似乎已经开始进入状态，以自信自强的心理素质和比较扎实的基础等优势来迎接新的挑战。当然他尽可能在校内外享受美国青少年生活中的快乐情趣，譬如他去年是年级中唯一选修舞蹈课的男生，他在时辛的帮助下以流行音乐编排了一段独舞作为该课向家长汇报作业。平时他酷爱流行音乐，不失时机参加和主办同学队友之间的聚会，同时对服装款式和发型似乎也愈加重视了。当然我们还得感谢他“以身作则”地提醒我们人生道路上再忙再累也不要停下来“闻闻玫瑰花香”。

回顾岳岳十年来的体操训练和比赛的经历，应该说取得了如此的成绩也是我们全家团队精神发扬光大的结果。岳岳继承了时辛优越的体操运动天赋，并有机会在东西文化交融的良好环境中持续发展才能并取得了很好的成绩。同时他也为自己能在十年的体操训练中练就了健美的身材，取得了成绩，获得了荣誉，得到了同学朋友的敬重而感到开心和快乐。当然岳岳这十年的体操运动也是给我们三人都提供了一次最好的学习机会。对时辛而言，她切身体会到了训练和人生一样，不仅要有苦练和拼搏，更要有欢快和兴趣；对安平而言，他深刻意识到教育上的整体和持续发展理论应该以尊重个人兴趣和培养自信和自强为前提，要有长期发展的策略。而我们也希望岳岳自觉地理解到天赋固然重要，但是后天的努力才是出成绩的关键所在。



合唱节记

• 老康 •

以牛顿中文学校家长合唱团为主体的波士顿中华艺术合唱团在由中华人民共和国文化部外联局、中国对外演出公司和中国文化旅行社联合举办的第六届北京国际合唱节上获得成人组优秀奖和成人组中国歌曲艺术奖两项殊荣，真是可喜可贺！这是团长李少娜、指挥乔万钧不懈努力和全体合唱团员和亲属辛勤劳动的结果。

合唱团的由来和参加合唱节的缘由《波士顿记事报》已有专文报道。我十岁的女儿就读于牛顿中文学校，我和太太也是牛顿中文学校家长合唱团的积极分子。我曾在网上为合唱团寻找各种合唱录音，也提供过合唱曲的英文歌词。这次回国的主要动因是希望有机会和孩子在中国同台合唱中国歌！

参加这次合唱节的波士顿中华艺术合唱团成员有成人五十几位和孩子二十几位。孩子们从六岁到十八岁不等。《波士顿记事报》总编和社长的千金也随团参加表演。给孩子们安排好活动就成为一件大事。

受团长李少娜的委托，我太太和共青团中央取得联系，希望让我们的孩子们能有机会为奥运会做一些事情或和国内的孩子联欢。不巧的是，现在正是暑假，少年宫大都关门。有关人士特别安排某区少年宫为我们开放。后因与排练、演出时间的冲突，参观少年宫的愿望最终没能兑现。

七月二十七日晚在北展剧场举行了隆重的开幕仪式。开幕式上包括南斯拉夫大学生合唱团、罗马尼亚“序曲”室内合唱团在内的十几个合唱团做了精彩的表演。由于入场卷紧俏，我们一家三口只拿到两张票。为团中央秘书保留的票又留在了亮马河宾馆。剧场守门人员坚持职守，决不通融。害得我们在场外听了大半场合唱曲。后经导游跑前跑后，终于从其他团拿到入场卷。

虽然只看了半场开幕式，我还是被他们的精彩技艺所折服。同时也为我们自己捏一把汗。从服装到舞台经验，我团都叹不如人。

七月二十八日我团将在金帆剧场演出。大约乔指挥也感到了压力。他考虑到孩子们练习的不够，怕影响到整团的成绩，临时决定孩子们不参加演出。后来家长们的一致请愿和孩子们的不断请战打动了乔指挥。团里决定二十八日取消一切旅游参观（包括参观少年宫）计划，全天排练。孩子们参加当晚的演出。

排练完毕乘车去剧场的路上，我开玩笑说：以前篡改《东方红》第二段，说‘共产党像太阳，照到哪里哪里亮；党的政策像月亮，初一、十五不一样。’还没等我说完，一个团员接茬：“还初一、十五呢，我们比那玩意儿快得多！昨晚上闭幕式后告诉我们小孩子不上；今个早晨六点电话通知孩子们又要上了。”这是戏言。一切都是为了孩子！

晚上有四个团体参加演出。我团是最后一个。按顺序、家长们鱼贯入场，然后是小孩子们带着天真烂漫的表情，穿着白色的连衣裙，大孩子牵着小孩子的小手，在家长们自豪和关爱的目光下，在观众的注目下徐徐入场。那情景刹是感人。

接下来是报幕员恰到好处的介绍。然后是这些哪是祖国也闹不清的孩子们用不甚熟练的中文卖力的高唱“我爱我的祖国”。后排的家人们也唱得格外卖力。歌声、情意把整台演出推向高潮。

演出结束后，大家都说孩子们为我们得分不少，希望孩子们也能参加三十号的正式比赛。

孩子们最终没被允许参加比赛。我们也就失去了最大的动力。加上有其他任务在身，让女儿亲临长城、紫禁城的计划也还没实现，我们没能有足够的时间参加合唱团的集体排练，最终放弃了参加比赛的机会，甚是可惜。

值得欣慰的是波士顿中华艺术合唱团以她前所未有的出色表演夺得了嘉奖。谨向合唱团全体成员致敬！

两千零二年八月五日于美国

学跳交际舞有感

朱青

早就想写写我们的交际舞班，只因文笔拙劣，一直未敢动笔。然而，想同大家分享学跳舞体会的念头却迟迟打消不了，反而与日俱增，终于鼓起勇气，写上几句，不求赏心悦目，但愿抛砖引玉。

我和我先生开始参加交际舞班，只是想利用陪儿子上中文学校的时间，在一起活动活动筋骨。尽管久闻马唯平老师的大名，更从吴晔突飞猛进的舞艺，目睹名师的魔力，但我们还是有自知之明的。吴晔天生就会跳舞，经过马老师的精心栽培，更是锦上添花，而我们是一对先天不足的笨鸟，难以起飞。朽木不可雕也。所以抱着试试看的态度，如若不行，撤退就是了。

一学期下来，收获不小，对跳舞有了新的认识，不仅不打退堂鼓了，还动员朋友们也踊跃参加。马老师教舞的本领真是名不虚传，他跳得好，讲的更好。任何一个舞步，经过马老师深入浅出地剖析，变得既简单，又生动，富有内涵。他不是单纯讲如何走舞步，而是用自己的博学多才，将艺术、自然科学与气功等有机地结合，融会贯通，用细腻的感受去描述它，用“过河”，“看飞机”，“倒茶”等生活术语，帮助学员去理解，记忆它，由浅入深，循循善诱，引导我们用身心去体会每一个动作，而不是机械地去模仿。马老师的言传身教，让我们真正懂得，跳舞和做科学实验一样，精确度要求很高，一定要用心去领会，掌握要领，反复练习，加上一副好新情，才能跳得好看。天赋，悟性不能否认，但勤学苦练更为重要。功夫不负有心人，坚持数年，必有好处。

悠扬起伏的 Waltz, 刚健有力的 Tango, 节奏明快的 Cha-cha, 柔中有刚的 Rumba, 以及欢快活泼的 Swing, 这些曾经对我们舞盲来说, 是天方夜谭, 高不可攀的高雅艺术, 经过马老师的反复训练, 不在是望尘莫及了. 他将这五个舞种系统编排, 配以优美的音乐, 使我们很快就能对号入座, 不回张冠李戴. 那年的 Thanksgiving 在中文学校的首次汇报演出, 尽管天公不作美, 只有三对半学员到场(我和我先生是其中一对), 在马老师, 吴晔的亲自坐阵下, 我们圆满地完成了每一个动作, 博得一阵阵掌声.

吴晔是马老师的高徒, 我们的助教. 她那登峰造极的舞姿, 令人叫绝, 而她对艺术执着地追求, 对集体无私地奉献的精神, 更让人敬佩.

了让大家树立起学好跳舞的信心, 为不知付出了多少时间, 精力, 其辛苦永远是亲切的笑脸, 热情的鼓励和让次, 回来后, 收到吴晔的 E-mail 及电前, 又带病一步一步地教, 直到我学感人. 在吴晔身上, 我学到了许多比

中文学校的交际舞班在不断发个班, 几十对学员. 我们很喜欢这个集体. 学员之间, 师生之间, 友好互助, 气氛融洽, 不仅学跳舞, 也结识了不少新朋友. 每个星期日, 都盼着在班里与大家一起跳舞, 畅谈. 有些学员悟性好, 学得快, 但他们从不翘尾巴, 总是主动与大家交流体会, 示范舞步; 有的为了练好基本功, 由月下散步, 该为车房苦练舞步; 有的在 cruise 游轮上展示舞姿, 回来后与大家分享, 鼓舞人心; 班上人才济济, 有的文武双全, 球场所转舞, 变后来者居上; 有的富有感召力, 热心为大家服务, 被大家公认为班长; 有的.....

我们很幸运有马老师, 吴晔这样舞艺高, 思想境界更高的人为师, 有这么多富有爱心, 乐于助人, 积极向上的学员. 两年下来, 我和我先生这两只笨鸟, 也能试着起飞了, 尽管飞得还不够矫健, 起码敢与群鸟同飞了.



为了把中文学校的舞蹈班办得更好, 为了保证每次舞会的顺利举办,吴晔难于言表. 但她从无怨言, 带给大家的, 人赏心悦目的舞姿. 我因开会, 缺课一话留言, 全是如何跳新的舞步. 上课会为止. 她这种认真, 忘我的精神, 实在跳舞更有价值的东西.

展壮大, 由一个班, 十几对到如今的三

【童言稚语】

专栏主编: 吴晓云



序: 自从涉足牛顿中文学校第一天起到现在, 一晃已经6年多了. 其间我当过老师, 也做过校行政工作, 现在又在董事会服务并任二年级丁班的老师. 回忆起来可谓酸甜苦辣各种滋味都曾尝过, 可是静静想来最让我难忘, 最使我津津乐道的还是那些与孩子们相处的时光. 孩子们的童言稚语当时就使我忍俊不止, 事后讲给亲朋好友听, 也常常令他们捧腹大笑. 今年茵茵再次执编校刊, 在她向我征稿时, 我突然想为何不把那些孩子们的故事写出来与大家分享, 相信大家也会像我一样从孩子们的话中感受到那些稚趣横生的快乐.

将发表在“童言稚语”中的小故事有的是发生在中文学校的, 有的是发生在我生活中的, 有的则是朋友孩子们的趣事. 大家看了一定会发觉你们生活中也碰到过许多类似的事情, 如

果愿意分享, 可以给校刊“童言稚语”专栏投稿, 也可以告诉我, 由我来编写. 为把我们的生活变得丰富多彩, 让我们共同努力吧!

“不是你”

去年冯老师在中文学校任二年级甲班主教师, 今年孩子们升到三年级, 冯老师仍留在二年级. 一日, 冯老师在走廊里碰到她去年班上的一位小男孩, 便上前问到: “明明, 你现在的老师是谁呀?” 明明看着冯老师说: “我们今年换老师了, 不是你. 我们去年的老师搬家了.”

二年级冯姚老师供稿

“居高临下”

十岁小儿喜欢下国际象棋, 见谁就要跟谁下, 如果对方不会, 他便现场教会再下. 今年暑假回国看望祖父母时, 教会7旬外祖父下棋. 一日, 祖孙奕战, 外祖父不知哪招得手, 把小孙子杀得落花流水片甲不留. 面对自己的残局, 小孙子既没闹情绪, 也没为自己并不精湛的棋艺感到羞愧, 反而反败为主, 居高临下的对外祖父说: “姥爷, 这是你跟我下棋以来下得最好的一局! 这说明你进步了!”

“无题”

五年级老师庄园

又一日,祖孙俩在棋盘上兵刀相见后,外祖父问外孙:“来瑞,以后你能成为象棋大师吗?”小外孙答到:“没问题!可是姥爷,你恐怕不行了,你太老了点。”

“喜添小妹”

小女儿悄然出世了.全家最喜欢的竟是两岁半的大女儿.一向喜欢小 baby 的她,这回不用再去包娃娃了,家里有了真的娃娃可以让她观赏,把玩了.

声言要帮爸爸妈妈照顾小妹妹,她倒是慎于言,敏于行.你看她,跑前跑后,一副煞有介事的样子,递个东西啦,扔个 diaper 啦,还真成了妈妈不可缺少的小帮手.更神奇的是,有她站在摇篮边,轻轻地摇晃拨浪鼓,柔柔地抚摸小妹妹的手,往往能止住新生儿烦躁的哭声,代之以安静的楚眉凝望.这对至亲小姐妹,在初始的日子里,就已开始相互欣赏了.

一阵手脚朝天,晨昏颠倒的忙乱过后,该向国内的家人汇报这再度的弄瓦之喜了.每次与家人通话,总像开电话会议一样,大女儿总是要把持一个话机,在大人说话的间隙,时不时插上两句.也许奶奶从电话里听出了新生儿父母非疲惫,她关切地说:“要是忙不过来,就把小妹妹送回来,我们给带吧.”奶奶话音未落,这边大女儿已是满脸的情急之色,连忙插话:“这是我们家生的,不能送回去,要带,你们自己生一个吧!”

“合情合理”

从生命伊始,到咿呀学语,远在大洋彼岸的姥姥,是借助电话,从呜呜哇哇,到哼哼哈哈中感受外孙女的成长的.每次与姥姥通话,妈妈总是把电话递给女儿:“跟姥姥说说话.”不知处涉人世的女儿,心里究竟是怎么看待这个小魔具的,反正,她总是模仿这大人的样子,把电话放在耳边,一本正经地咿呀聊上一阵-听不听,懂不懂,随你,该说的我可都说啦!

女儿开始冒话了,懵懵懂懂前言不搭后语,煞是好玩儿.逗她说话,成了生活的一大乐趣.一天,又说起姥姥,随口问她:“你知道姥姥住在哪儿吗?”想不到女儿拉着长声,不假思索,胸有成竹且一语惊人:“住-在-电-话-里!”

五年级老师庄园

“梅菜鲑鱼”

梅菜鲑鱼罐头是我们全家的最爱之一.紧张,忙碌之余,吃上一碗梅菜鲑鱼拌方便面,与美式快餐麦当劳相比,真是既美味,又营养.所以,每次去中国超市,总忘不了买上两盒.

又逛中国超市.一边握着女儿稚嫩的小手,一边在货架上浏览.满目的豆豉鲑鱼罐头中,偏偏寻不到梅菜鲑鱼的踪迹,禁不住自言自语:怎么办呀,没有梅菜的了.女儿听罢,扬起头,严肃地正告:“妈妈,我不喜欢吃‘没菜’的,我喜欢吃‘有菜’的!”

五年级老师庄园

牛顿中文学校董事会会议简报

牛顿中文学校董事会于2002年6月15日在董事会成员王卫东家召开了一次会议.出席会议的董事会成员是沈安平,王瑞云,王泽养,黄茵茵,吴晓云,周琼林,邓双,王卫东,李少娜;副校长杨立原列席了会议.会议经过讨论后,全票通过了<<牛顿中文学校基金及管理规则>>,这个规则主要是由董事会财务工作小组的三位董事黄茵茵,邓双和王泽养牵头制定的.规则的通过将标志着牛顿中文学校财政管理的新里程碑,将会进一步促进学校的财务管理工作.新学年开始后,校行政将会循章执行.会议讨论了学校税号和非盈利机构的申请工作.预计九月份新学年开始之前可以完成这二项申请工作.

董事会会长沈安平 and 董事王瑞云老师,已在董事会工作了六年,本着执行学校章程的严肃态度,本着带头发扬牛顿中文学校民主办校的精神,他们主动提出退出董事会;为学校作出很大贡献的董事会成员王泽养,也因孩子不来学校的原因而请辞.因此,董事会决定增选三位新成员.

在五月二十四的董事会例行会议上,董事会超过半数表决同意每届校长为董事会成员.董事会候选人魏毅以多数票通过被当选为董事会成员.董事会候选人周晶,在这次会议上以多数票通过被选为董事会成员.

三位对牛顿中文学校卓有贡献的董事会成员沈安平、王瑞云和王泽养,即将离任董事会,因而这是他们最后一次正式参加董事会会议.所有董事会成员感慨万千,共同回顾了学校的历史和成长过程,希望继续弘扬牛顿中文学校所提倡的参与和奉献精神.

(记录及执笔:周琼林)

牛顿中文学校董事会简报

牛顿中文学校董事会经过充分酝酿, 于二零零二年七月十二日在位于牛顿市的大波士顿中华文化协会 (GBCCA) 召开了暑期工作会议。除了一位恰巧身在外地的董事邓双, 董事会其他八位成员周晶, 魏毅, 杨立原, 黄茵茵, 周琼林, 吴晓云, 王卫东, 李少娜均出席了会议; 副校长殷鹏被邀列席会议; 上届校长吴学明和上届董事会董事王泽养作为无记名投票选举的监票员出席会议。

董事会首先对校行政提出增设学校校刊主任一职和增购一部手提式计算机的要求作了讨论和表决, 并对其他有关牛顿中文学校的事务进行了协商。本次会议的主要内容是依照牛顿中文学校章程选举2002年—2004年度董事会会长和副会长。经过热烈讨论和无记名投票, 李少娜和王卫东以超过半数选票分别当选为本届董事会会长和副会长。

这次董事会会长和副会长选举过程很好地体现了我们牛顿中文学校的良好传统。董事会会员和校行政负责人本着为做好社区华人文化教育和弘扬中华文化的共识, 认真负责地各抒己见, 求同存异, 运用集体的智慧, 民主地产生了选举结果。李少娜和王卫东分别向大家表示他们将继续发扬他们多年来对学校的热情关切和积极奉献的精神, 运用他们的才智和经验, 和全体董事、校行政人员、以及全体学生家长一道进一步巩固和发展牛顿中文学校。 (执笔: 魏毅9/8/2002)

牛顿中文学校董事会会议简报

牛顿中文学校董事会全体成员周晶, 魏毅, 杨立原, 黄茵茵, 邓双, 周琼林, 吴晓云, 王卫东, 李少娜于九月十四日在大波士顿地区中国文化中心 (GBCCA) 召开了 2002 年秋季董事会第一次例行会议。副校长殷鹏被邀列席了会议。

校长杨立原向董事会做了书面行政工作汇报, 并解释和回答了董事会成员提出的问题。这学期中文课注册学生 563 人, 文化课注册学生人数 460 人。由于暑期准备工作充分, 开学第一周各项工作运行良好, 只有一个教室收到了房主 F. A. Day School 的投诉。

家长会会长王卫东汇报了家长会的工作, 家长会新的八位成员代表八个不同的地区。复印教学资料和管理停车场地是家长会的重要工作项目。开学第一周负责值班的家长们都早早来到学校, 各项工作做得有条不紊。牛顿中文学校合唱团在北京演出成功, 家长会会长王卫东做出了很多工作, 功劳显著。

会议充分讨论了校行政提出的财务预算。校长和副校长解答了董事会成员提出的各项问题。校行政和董事会在学校财务公开化和透明化方面有高度的共识。由于这届校行政是第一次执行董事会通过的财务管理条例而进行财务预算工作, 预算的很多细节需要进一步探索。这次董事会会议有条件的通过了校行政的财务预算。会后董事会的财务工作小组将与校行政共同制定一个符合学校特点、具有一定细节要求的财务预算表格; 董事会希望校行政在开学繁忙工作过后, 按这个新的统一表格做出 2002-2003 年度学校财务预算。董事会希望这届校行政将为今后历届校行政做出财务预算和财务管理的楷模。

这次董事会会议讨论成立了新的工作小组, 以利更好地发挥董事会的作用, 将学校工作做好。学校长期发展规划小组由李少娜、吴晓云和王卫东组成; 财务工作小组由邓双、黄茵茵和魏毅组成; 教学工作小组由杨立原、周晶和周琼林组成。各工作小组将会进一步订出具体工作计划。

会议简要讨论了学校章程的修改工作, 综合修改建议。会议在下午六时准时结束。

(记录及执笔: 周琼林)

新英格兰地区中文教师研讨会

十月十九日普源教师培训中心与波士顿学区外语系将举办第三届新英格兰地区中文教师研讨会, 前两届研讨会分别吸引了该地区三十多名中文教师, 并受到与会教师的广泛好评。本届研讨会的主题是 Thematic Unit, 即以一个主题内容为中心, 编排多课时, 跨学科的教程, 将语言教学与其他学科结合, 达到寓教于乐, 综合提高的效果。届时将由今年夏天美国中小学中文教师协会

(CLASS)组织的赴大陆学习考察的教师团的四名教师介绍并展示其考察成果。由于 Thematic Unit 被许多经验丰富的教育工作者认为是行之有效的教学方法, 我们预期本届研讨会亦会为中文教师们提供新鲜的教学角度及高效的教学方法。届时麻州教委的沈安平博士将应邀前来介绍如何取得中文

教师证书的报告。欢迎中文教师及对中文教学有兴趣的人参加。该活动不收取任何费用并提供早餐与午餐。

时间：十月十九日九点至下午三点

地点：普源教师培训中心图书馆 Primary Source, 125 Watertown, MA 02155

联系人：叶南 (617-923-9933x23 or Nan@primarysource.org)

中国入世对中美关系及美国教育工作者的重大影响

中国目前是美国的第四大贸易伙伴，并可望在下一个十年内将成为对美最大的贸易国。中国入世对于作为东西方两个最具影响力的中国与美国都将产生巨大的

影响。为了迎接这个挑战，中国已决定从城市小学五年级就开设英语课。那么美国及美国的教育工作者对此有什么对策呢？为了引起美国教育工作者及美国教育政策制定者对中国的重视，为了将中国文化及中文教学引进更多的美国学校，普源教育培训中心与 Simmons College 决定于十一月二日在 Simmons College 举办

中国入世对中美关系及美国教育工作者的重大影响研讨会

美国著名的中国经济专家 Brookings 智囊团的高级研究员 Nicholas Lardy 将作大会发言。接着一批来自学术界，教育界及企业界的专家学者将阐述他们对中国入世对美国上述领域产生重大影响的想法。下午将组织专题讨论。波士顿学院及哈佛大学 Fairbank Center 的 Robert Ross 教授将作大会总结发言。Freeman Foundation 是大会的主要赞助机构。北美时报亦是赞助机构之一。对该会议有兴趣的人请到普源中心的网页注册或同下面的联系人联系。注册费为 50 美元。

www.primarysource.org

联系人：Abby Detweiler (617-923-9933 x 20 或 abby@primarysource.org)

RECRUITING OPPORTUNITIES

This is Hong Xue. Having been working in the insurance and financial service industry for ten years, I recently took a position as Manager of Financial Services with Prudential Financial in charge of Asian market in New England area. Currently I am recruiting financial services associates (FSA).

Prudential Financial is one of the largest financial services institutions in the world with 127 years of history. It offers a broad range of financial products and services.

We are seeking bright and energetic people from all backgrounds to become financial services associates (FSA). We offer a professional development program for FSA:

- 1) a two year training program with competitive salary and attractive bonus,
- 2) comprehensive benefit package including 401K, health insurance, etc.,
- 3) high level support through intensive training, personal laptops, and high-tech computer programs.

Don't miss this great opportunity. If you, or anyone you know, are interested in joining Prudential, you are welcome to contact me for more information. As a potential candidate, you will be invited to the

Career Information Seminar (Breakfast and Lunch provided)

9:00AM--4:00PM, November 9th, Saturday

Newton Marriott Hotel

2345 Commonwealth Ave, Newton

Hong Xue, Manager of Financial Services

Prudential Financial, 595 Edgewater Drive, Wakefield, MA 01880

Tel: 781 2247616 ext:7173(w) 978 6929891(h) Email:

hong.xue@prudential.com

RE/MAX International

(781) 275-3777 (Direct)

FrankChenTeam@hotmail.com



陳宏光 (Frank Chen Group) 房地產組
專為華人服務，保護華人利益！
 亞裔地產經紀第一名、全麻州前 50 名

FRANK CHEN, the award winning top producer! We know how to market properties for our sellers and know what and how to buy for our buyers!!

Frank Chen is the Platinum Club member of Re/Max International (the highest level of achievements in 2001). The FRANK CHEN TEAM has different team members specializing in towns with good school systems, including Lexington, Newton, Brookline, Acton, Bedford, Wellesley, Concord, Needham, Belmont, Andover, Winchester, Wayland, Sudbury, Lincoln and Weston. We also worked closely with excellent partners from different fields including mortgage brokers, attorneys, contractors, Architects and builders. These partners will provide best service and deals for our customers.

For our sellers, we implement outstanding marketing strategies plus our team members work together to market your properties. As a result, our sellers will receive the best possible offers for their properties. For our buyers, we will save you a lot of time and frustration in finding the most suitable houses. We also provide you a number of best mortgage and legal professionals who can provide you the best programs. Many buyers feel that it makes no difference to choose an agent in buying houses because the sellers pay for the commission. That was a mistake many wished they hadn't made. Our experience and knowledge in Real Estate industry and the excellent service provided by our team made a HUGE difference. All our customers are extremely satisfied with our services and have become our happy customers and friends!

If you consider putting your house in the market, please give us a call. We would like to take the opportunity to present you our marketing plan. If you consider buying a house soon, please also let us advise you what and how to buy a property. Our experience and vision about real estate market is worth your phone call to us!

【新闻轶事】

这一个月可算是风平浪静，无事无争，除了以下几点。

1. 学校的停车场位子有限，全部留给老师都不够。故希望家长都停到对面的牛顿教育局的停车场。家长们在 Drop-off 和 Pick-up 孩子时，请一方面小心孩子的安全，另一方面尽可能加快过程，以利交通疏导。特别指出是已经有一次小事故发生，好在大人小孩都没事。另外，很多老师都反映，被堵塞在学校入口处，耽误很多时间，甚至导致迟到。所以，只好请老师尽量早点到学校，请家长积极配合。
2. 家长会将有一个滑雪计划，在十二月底。有兴趣的家长请与家长会会长王卫东联系：781-863-5790。
3. 波士顿地区的一些华人组织举办了教师节、中秋等庆祝活动，我们学校有部分教师、行政人员及董事会成员出席。

HAPPY HALLOWEEN