

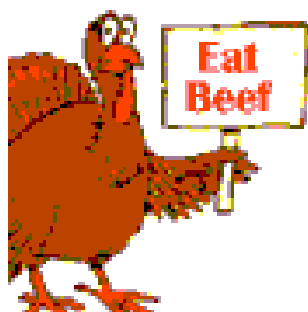
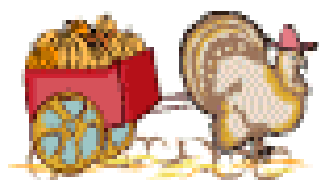


Newton Chinese Language School Journal

牛顿中文学校

月刊

★漫谈华人社区参政议政 ★凝聚力的感叹 ★流行乐坛



二零零二年十一月第十三期

齐心协力搞好教学

校长：杨立原

在副校长殷鹏、教务主任宜芳和全体校行政人员的组织下，成功地结束了第一次全体主教会议。在这次会议中，各年级老师互相交流教学经验，畅谈对校教学工作的看法，校长、副校长和教务主任分别听取各位老师有关教学所提出的问题，及时调整、修改并完善今后教学方针。是一次非常有成效的会议。



在各位老师的积极配合下前期工作进展顺利，老师教学积极性有明显提高。围绕提高教学质量，完善学校教学管理系统，校行政决定，从十一月开始教务主任宜芳和校长助理依达将分别到各年级听课，（具体时间将由校方和老师共同商定。）其目的是了解教师讲课情况，总结教师教学经验以便更好开展工作。学校将根据听课情况了解教师工作需要，尽可能有效地为教师服务提供培训计划和有关教学资料。如果哪位老师不愿意被听课请直接和校长说明理由，学校可以根据情况酌情调整。在校行政提议下，由家长会组织，从明年一月份到五月份，“家长教学评估团”将分别到各年级听课。（具体时间由家长会和老师商定。）多少年来家长参与教学，是家长的愿望，和家长们有效地交流，提高教学质量同样也是教师的心愿。同时学校教学组也期望能够通过家长听课更直接了解教师教课水平和家长需要。当然，仅通过家长代表的一次听课不一定能够达到理想境界，但是在时间条件有限的情况下，只能暂做如此安排。如果哪位老师有更好的方法能够一举两得，或者有特殊原因不愿被听课同样可以直接和校长谈，相信校长一定不会闭门造车，一意孤行，会尽可能满足老师需要。因为是第一次做如此教学计划，难免会有不周之处，希望每一位老师都能够积极参与，不惜提出您宝贵的意见和建议，敞开心扉和校长直接对话。

今后，围绕教学需要各年级组之间应加强联系，在不占用上课时间的情况下，可以不定期分组讨论，如果需要可以邀请校长或者教务主任列席。学校将提供场地和茶饮。各年级组老师根据需要自己安排讨论时间。

老师的点点努力，家长都会有目共睹，从很多家长的反应来看，对学校大多数老师的教学非常满意。老师不辞辛劳、兢兢业业地工作，确实感动着家长和全体校行政人员。只有学生、家长、老师和校行政人员齐心协力才能够把中文学校搞好，真正提高中文教学质量。

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

给家长的一封信

尊敬的家长们：

提高教学质量是今年行政班子的一项头等大事。第一个问题是怎样提高教师的质量。学校建议组织教学人员和家长去各班听课，以期对我们的教师有一个比较全面的了解和评估。

家长会负责组织家长。我们呼吁家长们自愿来参加这项重要活动。

一旦我们人员齐全，先与学校行政一起讨论应该评估哪些方面。在听课和评估过程中，每个小组及成员应用同样的标准和尺度去衡量每一个课堂和教师。学校行政会定好日期，先通知教师，然后才开始听课。

准备工作做好后，家长们分成三组：一组管学前班到二年级，共十一个班；二组管三年级到五年级，共十个班；三组管六到九年级，共七个班。每组有一个家长负责协调整个活动。

如果你愿意参与学校工作、帮助学校，尤其是如何提高教学质量。这是一个很好的机会。我知道很多家长都关心学校，更重要的是，家长们都疼爱自己的孩子，希望孩子得到最好的教师和教育。所以，我鼓励大家来参与这项活动。

有热情的家长，请与我联系。电话：781-863-5790（H），或 email: wwang@e-smart.com.

谢谢大家的支持！

家长会会长：王卫东

2002 年 10 月

上学期，曾有过一次“火警”。虽然是虚惊一场，但暴露了很多学校需要正视的问题。当时的校长学明很重视，要求校舍管理主任楼一平起草，自己多次修改，又呈报董事会讨论补充，最后达成协议，有了牛顿中文学校第一稿“紧急情况疏散计划”！

这学期开学时，学校曾发给每个学生一张，要求孩子带回家给家长看。为了进一步强调这个计划的重要性，和方便大家对这个计划的认识，本刊特别将之登载如下，请家长和老师们都认真阅读、仔细了解！

紧急情况人员疏散计划

(牛顿中文学校，2002 年)

1. 遇到紧急情况（如火警），所有教师必须立刻停止正在进行的教学活动，立即在助教的帮助下带领班上所有学生从指定的楼梯和出口大门有秩序地撤离大楼。
2. 离开大楼后教师及助教应在出口门外附近集中班级所有学生并立即点名查清学生人数，并指派助教及时向校行政通报情况。所有学生未经教师同意不得擅自离开班级集中地点。
3. 所有家长必须带领未上课的子女立即就近撤离大楼。然后与班级教师联系认领学生。绝对不可在楼内到学生教室认领学生。以免引起混乱，延误疏散时间。
4. 校行政及家长会值班人员应迅速检查厕所、礼堂、球场等地，责令所有遗留人员迅速就近撤出大楼，并疏导撤出大楼的人员离开建筑物，留出通道，以备车辆进出。
5. 警报解除前，所有人员不得返回大楼。等待相关人员来处理。
6. 教师、助教、校行政工作人员、值班家长要了解相应楼梯和出口大门。全楼共有五个楼梯及出口大门，按顺时针编号。请相应班级老师记住你班学生使用第几号楼梯及出口大门。

一楼：

使用一号大门（主进口）：104，107，108，109 教室，部分饭厅。

使用二号大门（前停车场处大门）：110 教室和饭厅的人员

使用三号大门（楼后侧，左面）：101，102，103，111，112，113，114，115 教室

使用五号大门（楼右侧）：105，105A，106，体操房

二楼：

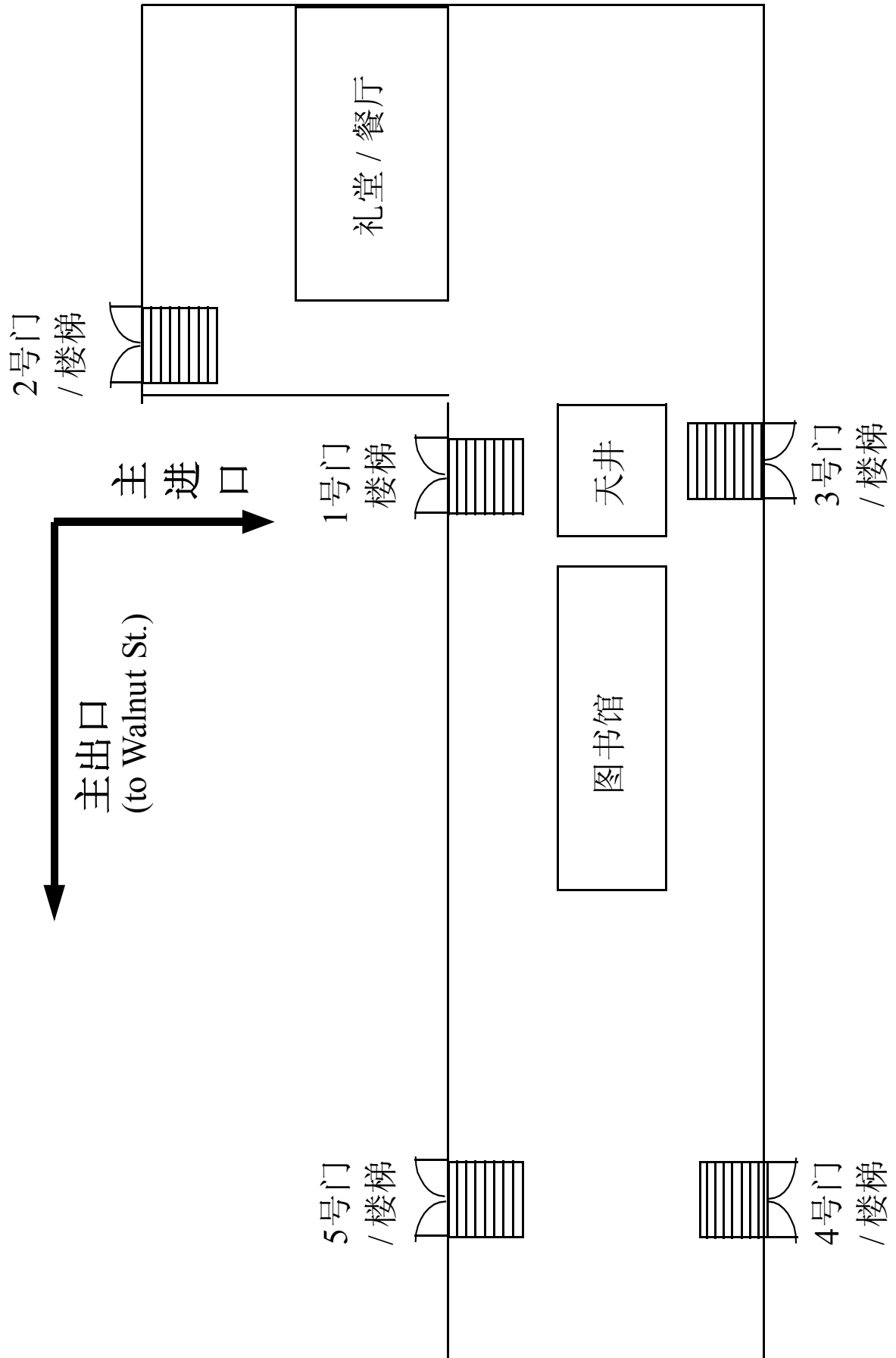
使用 1 号楼梯/大门：礼堂，图书馆（一半），218，219，220 教室

使用 2 号楼梯/大门：礼堂舞台，221，222 教室

使用 3 号楼梯/大门：201，202，203，223，224，225，226，227，228 教室

使用 4 号楼梯/大门：205，206，207，208，209，211 教室，篮球场

使用 5 号楼梯/大门：213，214，215，216 教室，篮球场



教学园地

专栏主编：杨宜芳



教务主任的话

学生习作

节日知识

中文点滴

千里之行始于足下

教务主任：杨宜芳

提高教学质量，是每一位家长，老师，学校工作人员最大的心愿，也是学校不断提高的长远目标。

但是如何提高教学质量，从何着手？甚至提高到一个什么样的程度？这些问题似乎都没有定论，也很难有定论。学海无涯，学无止境，这教学质量的提高也不会有止境。想我们学校有王瑞云这样的老师，二十多年来，从未让自己停留在满足现状的水平上，且不说她给自己，给孩子买了多少书，就是开会学习，也从未放过让自己学习充实的机会。她做这一切，都是为了用最适当，最让孩子乐于接受的方式学到更多的知识。二十多年的不断丰富完善与提高，不是几句话就能写完的。王老师常说：教学是良心的工作！这句话的寓意是多么深刻呵。

作为学校，要想让教学质量不断提高，涉及面之广，需要的努力之巨是可想而知的。

在一届届校长的领导下，学校发展成今天的规模，大家都会倍加珍惜。上届校长学明将接力棒传到立原的手里，也将未完成的心愿传到立原手里。继续为学校添砖加瓦，植树荫后人的宗旨不变。

在立原的安排下，一系列的措施出台了。首先是强调纪律。开学至今，很少有迟到早退，更无故缺席现象发生。许多老

师都提前来到学校，为顺利开课作好准备。除此而外，另一桩大事就是关于统一考试。这是前所未有的，是本届校行政在教学上的一个举措与尝试，是学校发展需要应运而生的。统一考试有利于协调各班，各年级的教学进度，为学校建立完善的教学系统奠定基础，也可以给老师，学生，家长一个教学上的标准，让大家有据可依。相信会在教学中得到不断的完善。由于学校出考题与教课老师出题不是完全吻合，会有一些偏差。因此，我们在给老师复习大纲和考试题型时，同时附上了教师意见书，希望老师认真考虑填写，以使我们有据可查，非常感谢老师提出的宝贵意见，以便我们及时调整这些偏差。相信在今后的出题中，会很快消除这些偏差。

万事开头难，任何事情都不是一蹴而就的。关键是我们终于迈出了这一步。

这次编排复习大纲和考试题，让我感触最深的是得到了学校各方的理解与支持。我们是

TEAM WORK，大家心里想的是如何提高教学质量，如何教得更好，让孩子们学得更好，学有所成。只要我们从大处着眼，从一步一个脚印做起，提高教学质量，一定能见到成效。

{ 学生习作 }

一、 六年级学生：

左文潇： 我在二年级时，一天我的老师带来了两只黑色的小兔子。它们长着黑黑的毛，长长的耳朵，和一条毛茸茸的小尾巴。它们瞪着亮亮的眼睛看着我们。一只兔子很胆小，它看见我们来了，立刻跑到笼子另一边。过了一会儿，老师喂它们胡萝卜和生菜。它们趴在地上，拱着背，一小口一小口地吃。老师让两个小朋友进兔笼看兔子。我和一个小朋友进去了。我拍拍一只兔子的背，它的毛软软的，滑滑的。而那只胆小的兔子老是跳来跳去，不让我们碰它。我很喜欢兔子。它们好可爱呀！

周忆凝： 我们家在中国原来养了一只小狗。我们叫它“大黄狗”。大黄狗死了，所以我五年都没有看见它了，可是我记得我很小的时候我坐在我们家的小湖边，追大黄狗玩。姥姥怕它会咬我，可是大黄狗是一只很听话的狗，它不会咬人的。我记得爸爸不让我从饭桌喂大黄狗吃，所以我就跑到外面，把我碗里的肉和骨头给大黄狗吃。我那时候五岁，我不记得很多，可是我很想大黄狗。我的妈妈说我得等到我的弟弟(2岁)和妹妹(5岁)长大了，我才能再养一只狗。可是到那时候我就更想我的大黄狗了。

韩敏怡： 我家的客厅摆着一个鱼缸。我和弟弟养了大，中，小几条金鱼。它们都同样有一条宽大的尾巴，在水中游动时像一把扇一样，不停地摇摆，头上都有一对又大又突出的眼睛，像一对照射灯一样，皮肤金灿灿的颜色在水中显得特别鲜艳美丽。它们虽然安静，没有声音，但在水中不停地游动，给客厅带来了无限生机和活跃的气氛。

二、 七年级乙班学生：

任课教师： 写日记是学习写作的重要一步。刚刚学完“学写日记”，孩子们可以照猫画虎。先写一件事：一个学习过程；后写一个人：一个他们很有感情的人。他们的中文词汇还是很有限，但观察事物和人的角度很有意思。

马晨阳： 2002年8月5日 晴 微风

今天下午，爸爸带我去摘苹果。真好玩呀！

我们到果园时，我就看到一大片苹果树。树上结满了苹果。刚开始，我看到大的就摘了。我想大的就一定熟。可是爸爸告诉我大的不一定熟，应该挑南边的摘。我问爸

爸为什么？爸爸说：“因为南边的果子受太阳的光照时间最长，这样果子既成熟了，也很甜。”爸爸让我在南边摘了一个尝一尝，北边也摘了一个尝一尝。真的！南边的就是比北边的甜，好吃。今天通过摘苹果，我即玩了，又学到了摘苹果的知识。

孙璇： 2002年10月6日 星期日 天气晴
今天中午，爸爸和妈妈带我到一个篮球场去，教我打篮球。我高兴极了。

看到篮球场，我想立刻投球。爸爸一把拉住我，要我先做准备活动，再投球。

准备活动做完了。我投了两个球以后，妈妈发现我的投球姿势不对。所以她教我对的姿势投。练三步上篮的时候，又忘了怎么投球，就用了不对的姿势投了。练传球的时候，爸爸传给我球，让我投，我投球的姿势又错了。妈妈和爸爸耐心地教我，我一遍又一遍的练习，终于学会了投球法。我真高兴。

杨振明： 2002年10月4日 星期五 天气下雨

每天早晨，妈妈总是给我准备早饭。我想我不能每天让妈妈早起，所以我问妈妈：“你能不能教我煎荷包蛋，这样你就不用每天早起了，我会把蛋煎好夹在面包里吃。”妈妈听了很高兴。她仔细地教我怎么样倒油，把蛋壳打碎，把蛋轻轻地放在锅里。妈妈告诉我火不能太大，蛋不能煎得太老，还要当心火，不能烫痛。今天早晨我第一次自己准备好自己的早点，我吃得特别香。妈妈还是起身下楼来看我。当她看我已经吃完早点准备上学了，高兴极了。我也很高兴，因为我又学会了一件事。今后我要学会做更多的事，学会自己照顾自己。长大了还要照顾我的爸爸妈妈。

余咏晖： 星期六 晴天 十月五日

今天早上七点三十分，我醒了，我躺在床上听音乐，三十分钟后才起床，把被折好，然后穿衣服洗脸刷牙。九点钟爸爸开汽车带我去犹太人的教堂，参加我的同学的成年仪式。我在那里看到了其他的同学，还有很多人我不认识，大家都穿了很漂亮的衣服。成年仪式会是在气氛庄严的情况下进行，他们唱歌，有人演说。直到十二点钟才完毕。

陈一览： 2002年10月6日 星期日 天气晴

今天爸爸教了我怎么做麦饼。我们先拿出来面粉和一个大碗，然后爸爸教我面粉放在碗里。我把牛奶，鸡蛋，油，盐和糖也

拿出来。然后我把这些东西都放在碗里。爸爸教了我怎么混合调料。终于，我把它煎到两面发黄就放到碟子里，可以吃了。麦饼很好吃，麦饼真香。我明天还要做麦饼。

王哲彦： 2002 年十月四日 星期六 天气晴
今天我，爸爸，妈妈和妹妹去海滩游泳。我们是去玩。我和妹妹在 YMCA 学了游泳。今天我们也可能学一点。我喜欢 YMCA。可是我更喜欢海滩。在海滩没老师，想做什么就做。我很喜欢海滩。因为我喜欢游泳。

王亦林： 2002 年 5 月 3 日 星期五 天气晴
今天早上，爸爸教我打乒乓球。我们去了 Dayden 打。

在那里，爸爸教我正手打乒乓球。我先打不到，练了几次，终于打到了球，但是球飞了出去。再练了几次，终于成功了。爸爸说，他明天教我去打反手。真好玩。

高林娜： 2002 年 10 月 1 日 星期二 天气晴
今天下午，爸爸带我去打棒球了！

我从来没有打过棒球。爸爸很耐心地教我。打棒球有九个人。投手和接球手。一垒手，二垒手和三垒手。左外场手，中外场手和右外场手。我一向不是很懂，因为有很多人在打不同的位置。可是后来我想了一想，终于懂了。

郑健昆： 2002 年十月一日 星期二 天气晴
今天晚上爸爸带我去“HARRY GATH POOL”，教我游泳。上一次我去了夏令营，我差不多会了。这一次，我真想掌握怎么游泳。看到那么多人在水里，我有一点紧张。差不多要跳下去了，爸爸停止了我，让我去先用水擦身体和踢腿，才可以进水。这些活动做好了，爸爸开始教我浮在水面。首先我吃了许多口水。练了很多次，我就学会了。然后爸爸就教我在水面和水里游。练了很多次，我终于会了。爸爸慢慢和耐心的教我。回来后我全身的肌肉很疼。但是我就可以吹牛说我会游泳。

余咏晖： 2002 年 9 月 2 日 星期一 阳光灿烂

我需要一张新的电脑桌子。一天，我们一起去买了一张没有装好的电脑桌子。在家里，我和妈妈看指示说明，爸爸没有帮我们，因为他不能弯腰。我和妈妈拿出每块木板和钉子，钉子有大有小有圆有长，木板有长有短有宽有窄。按照顺序放好，我看指示说明，妈妈照我读的说明去做，我们把木板一块一

块拼起来，我把圆钉放进圆洞里。有一次，我们拼错了，我又要重新做，才能拼下去。我和妈妈用了差不多一天的时间，才把电脑桌子完成了，我有一张既大又新的桌子。

赵珂： 2002 年 10 月 6 日 星期四
今年，妈妈给我一个蓝色的表。这个星期四，我的表很奇怪了。我就觉得表上有一点汗味。在星期三，我在学校里运动很多。我想可能是出的汗把表弄臭了。我问妈妈怎么办呢。妈妈说可以洗一洗。妈妈教我怎么用刷子沾点肥皂刷洗一下。妈妈怎么洗的，我都学会了。我的表再要有味，我就有办法了。

朱墨： 2002 年 10 月 3 日 星期三晚上
今天晚上，爸爸教我怎么洗衣服。我要洗的衣服带到楼下。他教我怎么把浅色和深色分开。然后他告诉我哪一种洗衣粉是给浅色还是深色。这些东西教完了，我就把衣服投进洗衣机，然后我跟爸爸去打乒乓球。我们打 5 打 3 胜。打到了 2 比 2，衣服洗好了。爸爸就教我怎么烘干衣服。开始烘干了，我们又回去打乒乓球。最后是我赢了。我很高兴，因为我会洗衣服了。

周阳： 2001 年 9 月 15 日 星期六
今天，妈妈教我做三明治。妈妈做的三明治很好吃。

做三明治要准备好二片面包，一片奶酪，一片火腿肉，一片生菜和一些沙拉酱(RANCH DIP)。

首先，把面包放到烤箱里面。当面包烤到金黄色时，取出。第二，把火腿肉放到微波炉里烤一分钟再取出。第三，把沙拉酱涂在面包上。另一片面包，放上奶酪，生菜和火腿肉。最后，把二片面包合在一起，三明治就做好了。一口咬下去津津有味！

现在我自己也会做三明治了。

何超： 2002/10/3

我知道音乐是什么样子的，可是我只会五线谱。今天爷爷教我识五线谱。

简谱里有 7 个音：1, 2, 3, 4, 5, 6, 和 7。要是在上面加一个点(i)，就是高一个八度。在下面的点是低一个八度。在一个音节里有二拍，四拍等。一拍是个没有音符线的音。音符线可以把一个音的时间缩短或延长。音下面是缩短。一个线就把音变成 1/2 音。两个线把音变成 1/4 音。在音后面的是延长。一个线是把一个音变成两个音，两个线把一个音变成四个音。

还有两个符号。有付点符号，还有连音线。付点符号是 1 个音加上那个音的一半。连线音就是把几个音连起来。要是有两个音是一样的，和他们都是在连音线的两头，那第二个音就变成了第一个音的延长。最后一个符号是休止符号，那时候“0”。

马晨阳： 我很爱我的爸爸。爸爸喜欢给我讲他小时候的故事。但是很多次我觉得都很没意思。我原来睡觉前都让他给我讲故事。有几个故事我都让他给我讲了上百遍，可是我还是很喜欢。

我没有事干的时候，我爸爸爱领我出去玩。他很喜欢散步，很爱看风景。有一次去散步，我很开心。回家后，我就给爸爸做了个汤喝。喝完汤后，爸爸很高兴。

我长大了一定会想我爸爸的。可是我知道他会永远呆在我的心里。

孙璇： 2002 年 7 月 20 日 星期日 天气晴

今天下午，妈妈说我能邀请我的最好的朋友到我们家来玩。我高兴极了！

Emily 来了以后，我们两个人出去打篮球。Emily 打篮球不是很好，所以我们玩篮球游戏的时候我总是赢。我也注意她的投球姿势不对，我教她对的方法。Emily 学东西挺慢的，但是我耐心教她，她一遍又一遍地练习，终于学会了。我们打了一个篮球比赛，打得我们满头大汗，最后没人赢。

回家以后，Emily 教我怎么玩扑克牌。我们玩了几个游戏，然后她要走了。今天我玩得很高兴！

赵珂： 一到星期天，我就必须做中文作业。很多的时候，我的中文作业有一点难。我的姥姥就帮我做我的中文。要是没有姥姥，我做中文就会太困难了。这个日记里，我不会写“困难”，姥姥就帮我想起来怎么写。

姥姥星期六去学英文。姥姥觉得三年级很难。我每个星期天帮她写她的英文作业。我们互相帮助。我们两个人一起学会第二个语言。

杨振明： 2002 年 7 月 31 日 星期三 天气晴

今天是我哥哥的 23 岁生日。我特别想念他。他现在在纽约一家投资公司，做编写电脑程序工作。他叫杨振申。我很佩服他。我觉得他很聪明。做事能坚持到底。

他小时候，爸爸买了一部现在看来很低级的电脑。他从那部电脑开始，学到了很多的东西，一直到现在他成了电脑专家。

他每次有问题。他会在电脑前坐很久很久，一直到问题解决为止。

我要像他一样勤恳地学习。不解决问题决不罢休。将来我也要像他一样有出息。

朱墨： 2002 年 10 月 8 日 星期二

我的爸爸多好！他每天从工作回来就马上去做饭。吃的时候，他给我和妈妈好吃的部分像软的饭。为了我们他吃苦。我觉得这不必要。但是爸爸不听我。他也跟我去踢足球，还去看我的比赛。然后，他每个星期四送我去练习乒乓球。以前他每天晚上的一两点钟才睡。因为现在没有课了，他可以早点睡，但他还是很晚睡。我很喜欢我的爸爸，因为他努力工作，朋友多，很爱我和妈妈。

王冰： 2002 年 10 月 17 日 星期四

我和姥姥、姥爷的感情很深。小的时候，我和他们在天津生活在一起。我很小时，姥姥和姥爷就很注意我的学习，教了我二十四个节气，十二属相等等。他们还用卡片教了我认中文字。姥姥做了一个卡片兜。就是用一块绿色的布，再缝上一条条松紧带。姥姥和姥爷把认字卡插在兜里，然后我认了一个，就在旁边插一个小红旗。全都认完了以后，就换卡片。六岁上小学以前，我就已经能认两千多字了，可是现在我已经忘了很多。我以后应该多注意复习。夏天晚上，姥姥和姥爷醒着，看着我，热了为我扇扇子，因为那时还没有空调。

我欠他们很多。姥姥和姥爷为了我花费了很多心血和时间。上星期六他们刚从中国来探亲看我们，能住半年。我会好好地照顾他们。

周阳： 2002 年 10 月 12 日

今天早上我去了 ISEE 班。一点钟左右，爸爸带我回家了。到家时，妈妈打电话来告诉我们外公生病了。我着急死了！我和爸爸很快的跑到医院去看外公。

我对外公有许多感情的。他对我也有许多感情。我和外公一起做很多东西。很多时候我们吃完晚饭就出去散步。外公也帮我学中文。我不会读和写的字，外公会教我。我们有时候也下象棋。外公下的比我好，但是有时候我也下过他。我希望外公身体会很快恢复健康。

陈一览： 2002 年 10 月 18 日 星期五 天气晴

我的弟弟已经有 11 个月大了。今天下午我从学校回家，他爬过来要我抱他。看他的样子真可爱！

每当我逗他的时候，他会哈哈的笑出声来。但是有的时候他也很淘气。晚上当我练琴的时候，他老喜欢站在边上，一只手扶在琴上，一只手摸着乱弹一气。他还喜欢跟着我，有时候把我的东西扔得满地都是。我没有办法只好叫来妈妈。

我的弟弟现在会走几步了。我希望他快快长大。

何超： 我的朋友

我最好的朋友是 Ben Klein。他从六年级以来就是我的好朋友。Ben 有几个特点。第一，他很喜欢跟我踢足球和打篮球。Ben 在学校也很好，是个很好的学生。他很喜欢我，我也喜欢他。Ben 是一个很好的朋友，很注意我。他跟我的是离不开的朋友。我会永远记住他。

高林娜： 2002 年 10 月 16 日 星期四 天气晴
今天下午，我和弟弟看书。弟弟高兴极了！我把书打开就看到了小鸟。弟弟大声说：“NAD! NAD!”。我忍不住笑了起来。弟弟也笑了起来。我把书翻到第二页，看到了小乌鸦。弟弟又大声说：“NAD! NAD!”。然后不等我笑就走了。弟弟一定要练习说话！

郑健昆： 这篇日记记述我的爸爸。我爸爸是个很耐心的人。我不懂一件事，爸爸就教我。我知道爸爸每天很忙。但是爸爸还有时间跟我玩儿和帮助我学习。意思是说爸爸关心别人。爸爸有很多兴趣，其中一个为烹调。爸爸很会做菜，晚上做的菜很好看又好吃。爸爸还喜欢踢足球和打羽毛球。我很爱我的爸爸。

三、读“同一首歌”，并用英文写一首类似的诗。这也是七年级乙班的一次课外作业。

同一首歌

鲜花曾告诉我你怎样走过，
大地知道你心中的每一个角落。
甜蜜的梦啊谁都不会错过，
终于迎来今天这欢聚时刻。

水千条山万座我们曾走过，
每一次相逢和笑脸都彼此铭刻。
在阳光灿烂欢乐的日子里，
我们手拉手啊想说的太多。

星光洒满了所有的童年，

风雨走遍了世间的角落。
同样的感受给了我们同样的渴望，
同样的欢乐给了我们同一首歌。

高林娜： “The Same Song”

Flowers have told me how you walked by,
The land knows about every step you have
taken inside your heart.
No one will miss the sweet dreams,
That finally won this happy moment.
We have walked through thousands of lakes
and mountains,
The smiles on your faces have been carved
deep inside.
In the sun light of our happy days,
Hand in hand we wish to say so much.
Star light shines on all of our years,
Wind and rain has walked over the whole
world.
The same memories have given us the same
feelings,
The same happiness has given us the same
song.

王冰： May our hearts remember

May our hearts remember
How we've talked before,
How we used to laugh and play
And frolic in the field.

We had spend ever so many days
Just lying in the grass,
Under the sunny sky
We let our spirits fly.

So many happy childhood days have gone
past

And we are now adults,
When the flowers bloom, I still wonder
And remember you.

Today all our dreams came true
As we celebrate today,
We hold each other with tears in our eyes
For we have much to say,
May our hearts remember today!

杨振明： My Lighthouse

Sometimes my life is dark, empty, and
foreboding,
Like a ship in the night out at sea.
But you are there for me.
You are the

tower of strength that I rely on.

Sometimes I'm sad and alone,
Like the captain at the wheel, wanting to be
home.

But you are there for me,
You shine your bright light for me to reach
out too.

Sometimes I'm confused, not sure what to
do,

Like the seaman who loses his way in the
fog.

But you are there for me,
Your shining beam tells me the right
direction.

Sometimes life is as rough as the uncaring
sea,

It causes, panic, frustration, and despair.
But you are there for me,
A quiet entity on the edge of a rugged cliff,
You are my beacon, my lighthouse.

{ 节日知识 }

感恩节的来历

The Pilgrims 乘 Mayflower 到达麻州的 Plymouth Rock, 时年 1620, 12 月 11 日。第一个冬天很惨淡, 但第二年丰收了。这些先期殖民者便组织了一次庆祝活动, 叫 “Thanksgiving”。后来, 并没有连续。从 1827 年, 一位叫 Sarah Josepha Hale 的杂志编辑, 倡导将之列为国家的节日。一直到 1863 年, Abraham Lincoln 才使她如愿以偿。Lincoln 是将十一月的最后一个星期四划为 Thanksgiving。1939 年, Franklin Roosevelt 改成十一月的第四个星期四。这样一来, 离圣诞节不会太近, 不大影响生意。然后, 延续至今。

开始, 感恩节餐桌上有鱼、海鲜、禽类 (如 Turkey、鹅、鸭等)、麦粉、水果 (raspberries、strawberries、grapes,...)、蔬菜 (碗豆、南瓜、四季豆)、干果类等。演变到现在, 多了 Ham、白薯、玉米棒、cranberry sauce 和南瓜 pie 等。这几道菜成了一顿丰盛、传统的感恩节餐桌上, 不可缺少的节目。

{ 中文点滴 }

冰心, 原名谢婉莹, 是中国现代著名的女作家、诗人和儿童文学家。1900 年 10 月 5 日生于福州。冰心自幼阅读了大量的中国古典小说和外国名著。1923 年毕业于燕京大学文学系, 并获得 Wellsley 的奖学金。于已于 1923 年 8 月赴美留学, 1926 年拿到文学硕士学位后回国。从 1919 年五四运动爆发, 激发了冰心的创作热情开始, 到九十多岁, 她一直都没有停止过写作。冰心她的作品富有时代气息, 明朗乐观、清新隽永。为许多读者喜爱。

纸船

——寄母亲

我从不肯放弃了一张纸,

总是留着——留着,
叠成一只一只很小的船儿,
从舟上抛下在海里。

有的被天风吹卷到舟中的窗里,
有的被海浪打湿, 沾在船头上。

我仍是不灰心的每天的叠着,
总希望有一只能流到我要它到的地方去。

母亲, 倘若在你梦中看见一只很小的船儿,
不要惊讶它无端入梦。

这是你至爱的女儿含着泪叠的,

万水千山, 求它载着她的爱和悲哀归去。

1923 年 8 月 27 日

往事

……窗外雷声作了, 大雨接着就来, 愈下愈大。那朵红莲, 被那繁密的雨点, 打得左右欹斜。在无遮蔽的天空之下, 我不敢下阶去, 也无法可想。

对屋里母亲唤着, 我连忙走过去, 坐在母亲旁边——一回头, 忽然看见红莲旁边的一个大荷叶, 慢慢的倾侧了来, 正覆盖在红莲上面……我不宁的心绪散尽了!

雨势并不减退，红莲却不摇动了。
雨点不住的打着，只能在那勇敢慈怜的
荷叶上面，聚了些流转无力的水珠。
我心中深深的受了感动——

母亲呵！你是荷叶，我是红莲。心
中的雨点来了，除了你，谁是我在无遮
挡天空下的荫蔽？

1922 年 7 月 21 日

RE/MAX International
(781) 275-3777 (Direct)
FrankChenTeam@hotmail.com



FRANK CHEN, the award winning top producer! We know what to do 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!

感恩节音乐舞会

时间： 2002 年 11 月 23 日，星期六，晚上 7:30---11:30。

地点： Woburn ACAS Center
29 Montvale Avenue
Woburn, MA

票价： 成人\$10 一张，老人和五岁以下孩子\$5 一张，一家\$20。
每个学校日，图书馆有售票处；也可在门口购买。

节目： 楼上：演出和交际舞会；

楼下：卡拉 OK，麻将，扑克，电视，电子游戏，手工艺活动，零食及饮料。



【牛顿论坛】

漫谈华人社区参政议政

沈安平

上期中文学校月刊(2002 年十月, 第十二期)有两篇有关华人社区民主参政的文章(老康的<<“华夏日”与“团体选票”>>和吴利宁的<<观潮起潮落, 迎八面来风>>)。两篇文章各有特色, 前者是综论时局, 不乏幽默诙谐, 后者是身经其历, 充满一腔热情, 但以我之见, 它们的主题都很鲜明: 华人参政议政有勇气还不够, 更要有智谋。老康理性地探讨了目前在华人和亚裔界反响较大的“团体选票”的策略, 而利宁则激情地描述了她居住镇“ACTON”华人参政的“潮起潮落”。(前几天又高兴地得知 ACTON 的第一所中文学校已就租用校舍一事与当地学校签约, 将于明年春季开学, 特此表示衷心的祝贺。)如有家长读者对华人参政议政怀有兴趣, 错过这两篇文章, 不妨找个机会读一下。

由于自己的个人经历和职业背景, 我一向对时政怀有较大的兴趣。多年居住在社区政治气氛浓厚的牛顿市更使我有机会参与了社区活动。简单回顾自己走过的路程, 挑选几个比较有代表性的经历与大家交流与探讨。这也算是对这样一个重要的话题起到一些推波助澜的作用。

记得我们全家当年初到牛顿市时, 儿子四岁多, 还没到上公立幼儿班的年龄, 但有幸获得牛顿市公立学校多元文化学龄前儿童幼儿班的奖学金, 同时还有免费专车接送。一学期以后被告知由于财务紧张, 此班有可能在本学年结束之后被关闭。班级老师紧急呼吁所有家长向学校总监去信(用自己的母语也可), 希望保留这个多元文化学龄前班级。我当时正在波士顿大学教育学院就读研究生课程, 收到老师的求救信, 觉得自己孩子享受到了这个好机会, 同时又是搞教育的, 理解这种多元文化对新移民家庭的重要性。因此我就认真考虑后英文给学校总监写了一封信, 谈到了这个班级对自己孩子教育的好处(当然经济上的好处更多些), 以及这种多元文化学校教育对其他类似家庭可能会得到的益处。后来我被老师告知学校总监在学校委员会主持的听证会上读了我和其他家长的来信。这可算是我在他人鼓动下第一次在社区发出了自己的“声音”。

我们牛顿中文学校成立已有四十多年了, 多年来牛顿市社区一直保持着互助互利的良好的关系。十年前我们中文学校学生人数开始迅猛发展, 学校的校舍管理上压力突然增大, 特别是在学校内部环境及教室整洁方面出现了一些疏忽, 引起了一些负面影响。后来牛顿学校分管学校后勤校务的副总监“召见”我们语气严峻地说: 如果下学期我们学校环境管理没有很大的改进, 将要取消我们租用牛顿公校校舍的合同。校舍搬迁可不是儿戏, 后果极其严重。作为学校董事会负责人, 我反复考虑之后决定给这位副总监写信, 首先接受批评, 提到学校这几年学生人数提高和迅猛发展对学校管理带来的挑战, 表示已积极采取措施改进学校管理工作。同时也强调了中文学校的学生许多都是本社区公校的学生, 给这些孩子提供母语文化教育, 这也是对社区整体文化教育事业和质量起到积极的推动用。我把此信的附件寄给了该副总监的顶头上司(学校总监)及他的“雇主”, 牛顿市学校委员会的所有成员(市长是委员会的当然成员)。后来收到学校副总监的回信, 语气缓和多了, 对我们学校也说了一些好话, 只是强调牛顿公立学校为我们提供了许多帮助, 希望我们能够在校舍管理上把工作做好。毫无疑问, 这些牛顿公立学校的最高决策人都是由本地区选民投票产生的, 从民主理念上说, 我们牛顿中文学校的许多本地家长也是“决定”他们命运的社区主人。

数年前我们因购房而搬迁到牛顿东北部社区, 孩子也因此而转学到本地的小学就读。孩子来到此校之后受到不少调皮同学的各种“骚扰”, 他的学习情绪受到很大影响。我们甚至考虑是否送孩子到私立学校就读。但是经过反复思考之后, 想到我们都是社区的纳税人, 公立学校就是我们社区居民的财力来支持的, 而我又是学习教育政策和管理转业的, 这正好也是一个实践机会。我就主动地和学校教师, 社会工作者(其职责主要是负责和学生及家庭联系和沟通的), 校行政人员取得联系, 告知他们我们孩子所遇到的麻烦, 听取他们的建议并恳请他们给予各种可能的帮助。一年之后看到我孩子的学校委员会需要两名家长成员, 需要经过家

长选举产生。我就主动根据程序报名，提供自己的简历和竞选目的，结果在没有对手竞争的情况下当选为学校委员会成员。此时我孩子也已开始适应新学校的内外环境，度过了很困难的时期。同时由于自己的“身份”，同学校的交流和联系更多，也更深入了，对学校的内外“文化”环境（此地蓝领阶层的家长相对多一些）也就有了更深层次的了解。在我的任期内最后一次学校委员会会议上我还根据自己的观察和“研究”对学校的工作提出了一些见解。我的孩子也由班级全体同学的选举而获得在学校毕业庆祝会上代表毕业学生发言的荣誉。

三年前我儿子上了牛顿市北高中，我也注意参与学校的一些家长会组织的一些活动。如高中校舍设备需要更新换代，社区决定通过公民投票来提高房地产税来筹款，我也响应学校家长会的呼吁给其他学校家长打电话请求他们投票支持增税筹款的议案。一年后学校委员会需要两名家长成员，因有过去“参政”经验，我满怀信心地参加竞选。此次共有四名家长报名，两名男性，两名女性。根据每个竞选人提供的材料，一名女士早已有孩子在北高中毕业，她早已参与过学校家长会和其它工作，经验丰富。其他三名成员都有些参与经历，但似乎没有特别高低之分。家长投票结果，那位知名甚高的女士（按字母排列位于候选人名单第一）获得 150 张左右的选票，另一名男士（名单上排列第二）获得 70 多张选票，我（名单上排列第三）获得 50 多张选票（我想极大部分都是白人家长的投票），另一名女士（名单上排列第四）获得 30 多张选票。事后我和北高中家长会谈起此事，他们说我还是有机会当选的。在名单上我排在第三位，而我的英文名字（Anping）从拼写和读音上说似乎偏向女性化。这样一来如果从候选人的性别平衡上来考虑，那位排列在第二位的男家长自然多少沾光了。当然我现在也无法证实如果我的名字不是“Anping Shen”，而是“Andrew Chen”时，（按字母排列，我的名字就会在候选人名单上排第一位）我是否就会当选。事后我碰到北高中一位从大陆来的家长，她告诉我她一看到我的“大陆人”名字，二话没说就选了我。

美国的民主政治（从本质而言，西方的民主政体都是如此）是建立在保护个人主义的基础之上的。因此参与政治的首要目的就是为自己（并由此到自己的家庭，自己的种

族，社区，宗教，政党，文化，国家等等。）这和我们国内的从上而下的谈政治有着本质上的区别，或许说顺序上正好相反。我当时愿意写信给学校总监自然也是因为自己得到了好处。学校教师要我们写信自然首要动机也是从保护自己的工作机会。这么多年来我自己在牛顿社区的参政参政毫无疑问就是为了自己，家庭和孩子。老康提出的“华夏日”庆祝和利宁描述 ACTON 华人参政都是为了华人社区的利益。

但是我们华人，或扩大些说包括亚裔人口在内，整体上来说，还是极少数，而且根据报道投票率较白人和非裔都低，因此提出“团体选票”的策略是很重要的。同时只有团体内部拧成一股绳，才能有力出拳，不被他人和社区轻视。利宁详细描述 ACTON 社区华人界的串联行动给了我们不少启示。但是勇气鼓起了，声音响亮了，拳头出击了，怎么使它们落在实处，取得实效是很值得我们进一步思考的。这几年的社区活动经历和对美国政体的观察又使我们不由的感慨到民主理念的博大精深，但是操作过程似乎又有不少“技巧”，我们华裔和亚裔在政治理念和运作技巧这两各方面都极有待于提高。因此我们要积极参政议政，既是要发出自己的声音，争得自己的权利，同时也是要融入主流社会和提高自己的政治和人文素质。此外，从我个人的参与经历来看，选择参与的切入点和融合点也是及其重要的。参与社区学校教育管理和决策对我们华人家长因该是一个比较自然的选择。我们甚至可以毫不夸张地说我们华人家长具有许多学术和教育上的优势来积极参与社区学校管理和决策，这不仅对我们孩子的全面教育和成长极有帮助，对美国社区学校的质量的全面提升也有深远的意义。但是我感到努力参政议政的最主要目的还是为了我们的下一代，希望他们从小就开始培养主动参政意识，长大后能真正融入主流社会，并有机会成为为主宰自己命运，影响社会决策的有生力量。

希望能在下周二的选举日见到我们华人家长积极参加投票，发出自己的声音！



【牛顿风景】

凝聚力的感叹

李少娜

北京一趟载誉归来，名曰波士顿中华艺术合唱团，实际上是牛顿中文学校合唱团的团员们，还没来得及抖掉身上的疲乏，还没仔细核算一下这次参与第六届中国国际合唱节付出的巨大经济代价，只听见，大家轻柔的，明显经过训练的歌声又从一楼 108 教室飘了出来，唯一不同的是，团员们的歌声更显得富有情感和训练有素了。一年半之久的艰辛磨砺，居然还让这个团队孕含了更强的生命力，一直还不断地吸引新团员们的加入，这让我这位只想短跑一程的同路人颇为惊讶。惊讶之余，便是对我们可敬的团员们，真真正正的折服与敬重。

如今，我将家里那扇半圆玻璃窗前的长桌上正中摆着的儿子女儿的留影，换上了我们合唱团在北京演出，比赛和在居庸关长城留影的三帧 8X10 照片，每天都要瞅上两

怨生气，最后实在是挺不住瞌睡虫的困扰，倒在很不舒服的椅子上进入了梦乡。再联想到合唱团抵达北京后，大家忍受着炎热酷暑气候的煎熬，顾不上与亲朋好友们相见会面，带着时差引起的浓浓睡意，一次又一次聚集在中央音乐学院的奥尔夫音乐教学教室苦苦排练。女中音部团员吴利宁的小女儿缪忱安小朋友，一到北京就患上肠胃重流感，高烧难退，上吐下泻，就是怀着想在中国参加一次演出的美好愿望，忱安小朋友执意坚持参加排练。可她实在是病得太重，到了音乐教室就不支倒在椅子上了，她忍着疾病折磨的难受伴随着大家的歌声昏昏入睡。后来更听说，高迪夫妇的小女儿高波，在参加合唱节演出活动后因阑尾发炎一直剧烈腹痛，回到波士顿即刻入住哈佛儿童医院，并诊断出阑尾已化脓穿孔了，真险！由此说来，由



眼，这般浓烈和陶醉的痴情，真是让人不可思议。

合唱的照片中没有我的身影，但我却偏偏百看不厌。

每当我的目光落在二十二位孩子的身上时，我总会先瞧瞧其中仅有的三位男孩子们，他们的妈妈都亭亭伫立在合唱队伍中。这三位童声唱得相当好的小朋友是女高音部梁木森的宝贝儿子马廷海；女中音部胡秀玲的独生儿子周俊谦和女中音部赵霞的五岁小儿子刘波，当然了，他们全是牛顿中文学校的学生。记得出征北京前，全团在波士顿的乔顿音乐厅录音的那个星期五晚上，指挥乔万钧和团员们顶着一周工作的劳累，顶着连续四、五小时排练录音的疲乏，一遍又一遍地演唱着。随妈妈一同前往的周俊谦小朋友，在观众席上等侯妈妈，一等等了五个小时！他没有任何的烦躁不安，没有任何的抱

波士顿中华艺术合唱团录制的第一盒 CD，它是如此的不同寻常，它潜藏着孩子甜美的梦境，揉入了三代人殷切的憧憬，溢发来自灵窍的心声。且不评价其艺术水准的高低，光是这深深嵌刻的含意，就足够揣摩领悟的了。目前，这盒收录二十一世纪波士顿中国留学生及华侨合声歌曲的作品，正由美术专业艺术家为我们进行独出心裁的包装设计，这将是我们的波士顿华人留给历史的一份礼物，更是我们合唱团团员们发扬牛顿中文学校一直倡导的团结，参与，奉现精神的记载。

尽管如今已是深秋，醉红澄黄的枫叶在诉说这是一年最辉煌的时分，可我对盛夏之际在北京的日日夜夜，还是难以忘怀。

八月二十八日晚上，北京王府井大街上的金帆音乐厅，被轻轻柔柔的细雨蒙上了迷幻的外装，显得更加古典优雅。一辆辆满

载参加合唱节演出的各团演员的大客车陆续到来。因为仅是剧场演出，湿润的空气中少了肃肃的紧张和窒息的不安，多了愉悦的欢乐与宽松的宁逸。一挂“第六届中国国际合唱节《北京晨报》之夜音乐会”的醒目横幅悬挂在金色的厅徽浮雕下。当晚共有七个合唱团参演，其中广东南海广播少儿合唱团和大连电视台童声合唱团都与我们同台演出，而南海广播少儿合唱团更是这届合唱节的金奖获得团体。我们有幸现场欣赏到了他们高水准的精湛演出，不光对一众美国生，美国长的孩子，即使对我们大人们，也是一生少有的学习观摩机会。我们的节目当晚被安排为最后出场，自己说嘛，当然叫压轴演出啦。在这么多专业，半专业和业余的团队中，唯有我们这支彻头彻尾业余的队伍是三代人同台演出的，难怪当身着洁白连衣裙的大姐姐们一人牵着一位仅有四、五岁的，同样一身洁白的小妹妹盈盈大方走上舞台时，会场霎时响起了极热烈的掌声。一曲《我和我的祖国》将永远留在大家心中。那温馨，可爱的场面，让人感动得眼睛潮润，一辈子都不会淡忘。后来才知道，这一富含创意的出场仪式是由负责教授孩子唱歌的黄语红老师设计的，这功劳应给黄老师记上，牛顿中文学校的师生家长都这么说。

都说我们这趟北京之行艰难，都说我们这趟合唱之旅不易，确实如此。

我是与中国第六届国际合唱节组委会联系的负责人，可以说，在将近九个月的与北京电话和电子邮件联系工作中，我经历着从满怀热情到迷惑不解，由迷惑不解到看清原由，由看清原由到坚定信念的心迹路程。这条心迹路程走得很不轻松，可以说相当辛

帮助，在困难中感受团队力量的伟大，在困难中悟受众多人品的高贵难得，这些都是无价的收益。在这一路艰难中，我们得到了很多人的鼓励和帮助，而这当中，尤以合唱团的全体团员，合唱团副团长兼女中音部声部长狄晓慧老师，几位声部长孙京，程纪平，费志芬/薛文琼，牛顿中文学校家长会会长王卫东和牛顿中文学校 2001-2002 学年校长吴学明，是这些人奉献最多，是这些人坦荡无私，他们都是大家心中真正的英雄！

我们离开生育我们的那方土地十几年了，十几年来，中国发生了翻天覆地的变化，在剧烈的变迁中人们形成了很有中国特色的现代价值观，这种包装得很不错的现代价值观令我们感到很陌生，很困惑，正是两种难以重合交聚在一个共同点上的价值观念，给我们的北京之行带来了巨大的考验。我们在没有任何经济赞助的情况下，在面临美国经济衰退浪潮的冲击前，在组委会利润挂帅向“钱”看的运作中（组委会将不居住在亮马河大厦的几位团员的预付款全部收取了，还要收取不统一入住大厦团员每人每次活动费\$10美元），我们全团一起共同承担了沉重的经济负荷，共同领略了获取成功的欢乐快乐。是什么因素让牛顿中文学校近百人齐心协力参与了这次文化壮举？是怎样的凝聚力成就了这次集体活动的成功？人们能够透过合唱团参与表演和比赛的表象，辨识捕捉到其最深沉最感人最珍贵的内涵吗？合唱团是我们中文学校大集体的缩影，而中文学校又是留美华人汇聚的一个领域，在这个领域中我们可发挥大家的聪明才智，继续增强我们这个集体的凝聚力，再多做几件益事，好事。



苦。如果说在组织这次活动中有什么收益，那便是在困难中得到牛顿中文学校的支持和

不到长城非好汉。

我们一起攀登上了险峻巍峨的居庸关长城，我们每个人都笑得这么灿烂，显得那么自信。看看合影照片中的每一位孩子，他们是如此的可爱，他们是如此的快乐。为了我们的孩子，为了我们自己充实的生活，朋友们，让我们在牛顿中文学校多见面，常相聚吧。

十一月二十三日，学校家长会将在WUBURN的ART CENTER主办一场感恩节晚会，我们盛情邀请大家都来参加。如果您想一睹合唱团北京演唱的英姿，那就请您全家一起来参与这个活动，再一次听听他们悠扬的歌声。

爬山记

梁榕

宝贝女儿想爬山，真想爬那座 Mt. Monadnock。那山虽然不高，却很是有名。多少年来，攀登此山的人数在北美都是第一。尤其到了秋季，更是吸引众多的远近登山爱好者。

女儿的小学每届毕业班在毕业典礼前都爬那山。偏偏她这届因连日雷雨，没爬成。于是便成了她一个未了心愿。女儿乖巧温顺，从不央求什么。但独自一人在屋时，不时就哼着“Mo-~-nadnock”的调儿，作娘的心里便挂记着，总想找个时间让她圆了此愿。

曾向先生提过几次，未有任何反映。先生在大学时曾是运动场上一员骁将。但如今已成了“君子兰”。一来动口不动手，也不动脚；二来室内盆栽，对俗山野地毫无兴趣。没办法，我只好和女儿私下安排好一切，把日子定在哥伦布节的周末。

好事多磨，不料又是连日大雨。只好再推迟一周。

星期六早起，又见天空阴阴。先生便开始打起退堂鼓点。我和女儿一商量，此乃本年最后的机会，一定得抓住。于是，便打点好吃喝衣物，把先生推上了车。

一路上，见天时阴时晴，路边树木田野，色彩缤纷，正应了麻州的名字：“满山秋色时”。一家三口的兴致越来越高。到了山底停车场时，先生还没讲够他那光辉荣耀的运动健将史。下车后，更是磨拳擦掌，欲跃跃试。

刚开始时，山路虽然遍布大小山石，但并不难行。先生见地图上标着两英里，不以为然，说他每天午饭后都要走两英里。我三年前爬过此山，知到厉害，笑着劝他不要吹牛。半小时后，路渐渐变陡了些。女儿仍是在前面蹦蹦跳跳，我感到有些吃力，骨关节炎在提醒我要知道自己的年龄和体能。先生

可吃不住了。他那条在足球场上受过严重创伤的腿又疼痛难忍，提出要“撤”。我看看时间和路标，知道这只是上山路途的三分之一。再看看女儿那期待的神情，真不忍心让她失望。只好咬咬牙，挥手与先生告别，转身陪女儿继续向上行。

再走不远，就开始真正地“爬山”了。前几天下过雨，山石上流着淙淙溪水，加上落叶，很滑。而且越发陡峭，必须要脚蹬石阶，手攀石缝地“爬”了。越往高处，腿越软，气越短。女儿已经知道照顾人了，连连说要我在路边休息等着，她自己一个人向上攀登。可是她刚满十一岁，我不敢也不舍得放她一人在这荒山之中，便告诉她，攀上眼前的大岩石，就能看见山顶了，我可放心看着她一个人往上攀。

好不容易攀上了这道崖，却发现我又搞错了。此处虽然能看到山顶，但山路被繁茂的树木遮挡得严严实实，根本看不到爬山的人。我恍然大悟：上次蹬此山是在早春，树叶刚刚开始发芽，所以看得见山路。此一时彼一时，不可同日而语也。

女儿抱着我的胳膊，连声长叹。我知道她的小心眼儿，又想继续上山，又怕累坏我。回头看看，路程已过三分之二，视野已够宽阔，风景已够美好，就此罢休，已不枉此行。可是，心里亦有不甘，更不能让女儿抱憾。坐下小歇一会儿，喝点水，吃点心，在女儿的帮助和鼓励下，不断努力，终于蹬上了顶峰。

在此我就不累叙那山顶的千般风景，万分感慨，也不愿说下山时和回家后的窘态，更懒得把山路上的所见所听的趣闻写下来。只是想告诉大家，那座山，那座 Mt. Monadnock 却实值得“爬”（但不适和老弱病残）。

【为您服务】

专栏主编： 蔡洁

亲爱的读者朋友们：

时间真快，<<为您服务>>专栏又在今天和您见面了。在本栏第一期专栏中，我们推出的<<医学咨询小组>>得到了众多朋友的支持。又有两位内科医生主动提出加入我们的行列。在此表示热烈欢迎！他们是：钱红 978-263-9217；张华 781-784-1025。目前，他们都是麻州有行医执照的内科医生，又是我校的学生家长，近水楼台先得月，感谢他们为大家服务了。<<医学咨询小组>>将在十一月十七日下午 2:30 分在本校二楼图书馆举办医学咨询活动。敬请医学咨询小组的成员准时到场回答有关疑难。并希望大家不要错过好时机。

今天的<<为您服务>>专栏将为您开辟另一条服务专线——各区老人服务点。话要从头说起。两年前的，我的朋友李东随先生从 ohio 搬迁到波士顿。初来乍到，人地生疏，李东急着找工作，却又苦于外出时小儿子无人照顾。哪里有同胞，哪里就能找到温情。一个星期天的下午，李东让我带她到牛顿中文学校转一转。仅仅十几分钟，我便注意到李东和一位老人热情地交谈着。双方分手时，留下了电话号码。没想到这个电话号码竟帮了李东的大忙。那是一个风雪飘零的日子，李东接到一家公司面试的通知。她首先拨通了老人的电话，把儿子送到老人府上，放心地去参加：“interview”。当她回去接孩子时，看到心爱的儿子与爷爷玩的正开心，一老一小其乐融融。临走时，李东留给了老人应有的报酬。双方都为这种临时的互助而感到满意。后来，李东被这家公司正式录用。每每提起当初，李东的脸上总是溢满了对我们牛顿中文学校老人的感激之情。这两位老人就是在我校曾任语文教学欧阳老师的父母。

今年雪花飘飘的日子来得格外早。为了让更多的老人发挥余热，让更多的家长在需要帮助的时刻，急有所去，本专栏和家长会商议，将建立一个各区老人服务点。当您的孩子们因为下大雪而不能去上课时，当您的宝宝因为身体欠佳不能送托儿所时，当您的工作太忙不能脱身时，您不妨打个电话，问一问住在附近的中国老人，也许他们会助您一臂之力，解决燃眉之急。

感谢家长会的积极协作，特别是会长卫东的热情支持，使这些建议正在逐一落实。下一步，家长会将做一个市场信息调查，统计登记闲散在各区并具有一定服务能力的老人名单。究竟有多少老人可以参加这样的服务工作？他们分住在哪些区？如何与他们联系？请见下期专栏。当然，“世上没有白吃的午餐”。至于老人们的劳动所得，我就不必在此操心了，酌情而异。欢迎愿意参加这项服务网的爷爷奶奶叔叔阿姨与本刊联系。

联系人： 蔡洁：617-469-3151

王卫东：781-863-5790

您知道醋的妙用吗

1. 疾杆菌遇到酸性物质就会失去活力不能生存，所以在痢疾流行季节，可多吃一些醋。
2. 涤绸缎等丝织品时，在水里放少许醋，能使丝织品保持原有的光泽。
3. 金属器皿用旧或生锈时，用醋涂一遍，待干后用干布擦拭，然后再用水清洗，能恢复光亮，且能防止再生锈。
4. 擦皮鞋时，在鞋油中加一二滴醋，可以使皮鞋更光亮。
5. 用醋冲洗暖水瓶或茶杯，可除水垢。
6. 在牙膏上滴一滴醋刷牙，能除烟垢。
7. 浴室，浴缸，抽水马桶用醋擦拭一遍，稍等片刻，再用碳酸钠抹一遍，然后用清水冲洗，所有污垢，斑点一扫而光。
8. 清洗塑料窗帘，厨房塑料换气扇时，先在清水中加入一杯醋，（水能淹没物品即可），然后把窗帘或换气扇放入清水中浸泡片刻，擦洗后清洁无比。

9. 深色毛料衣服的经常摩擦部位有光亮，敷上醋水（醋、水各半配制），稍干后再敷一次，然后覆盖一块干布，用熨斗熨烫即可清除。

饮食控制小秘诀

想减肥的人们应注意：

1. 每日以三餐为主，尽量不吃点心或宵夜。
2. 计划好要吃的分量，不可多食。
3. 改变进餐的顺序，先喝汤，再吃蔬菜，最后吃肉类和饭，并细嚼慢咽。
4. 菜汤和肉汁含的脂肪量高，不要用来拌饭。
5. 烹调时多用蒸、煮、炖、烤及凉拌等方式。
6. 进餐时要专心，不要一边看电视或报纸杂志一边吃东西。
7. 两餐之间如感到饥饿，可吃一些蔬菜，以降低饥饿感。

8. 多吃新鲜蔬菜和水果, 不吃或少吃零食, 及甜腻、油炸、油煎等高热量食物。
9. 少吃花生、瓜子、腰果、核桃等含脂肪量较高的坚果类食物。
10. 家里或身边不存放零食。
11. 少喝酒。

家庭用药常见错误

时间错位: 不少人服药多安排在白天而忽视夜间。有的药一天服两次, 应每隔 12 小时服 1 次, 有的应每隔 8 小时服 1 次, 可是病人往往在三餐间服用。这样, 白天血液中药物浓度过高, 而夜间很低, 影响疗效。

药量过大: 如超量服用可引起中毒, 尤其是老人和儿童。随意加大剂量是十分危险的。老年人用药剂量以相当于青年人的 2/3 或 3/4 为宜, 切忌剂量过大。退热镇痛药 (APC) 等剂量稍大, 便可能出现大汗淋漓, 甚至虚脱; 利尿剂用量稍大则易大量失钾、失钠, 甚至尿失禁。当然在某些特定情况下, 又需要果断足量给药, 如含服硝酸甘油片急治心痛等。

药量偏小: 有人认为小剂量比较安全。其实这样非但无效, 反而会贻误病情, 甚至可能产生耐药性。

时断时续: 药物发挥疗效主要取决于它在血液中恒定的浓度。如不按时服药, 达不到有效浓度, 就可能无法控制疾病的发展。

疗程不足: 药物治疗需要一定的时间, 如尿路感染需要 7-10 天, 才可治愈。如用药两三天后症状有所缓解就轻率停药, 很可能成为慢性感染。

当停不停: 一般药物在达到预期疗效后就应该停药, 否则会引起毒副作用, 如二重感染、依赖性、以及蓄积中毒等。

突然停药: 许多慢性疾病需要长期坚持用药来控制病情, 巩固疗效, 如精神病、癫痫病、抑郁症、高血压、冠心病等。应在医师指导下逐步停药, 不要擅自停药。否则会导致旧病复发, 甚至会危及生命。

随意换药: 需要一定的时间才能显示出药物的疗效, 如伤寒用药需 3-7 日, 结核病需半年。如随意换药会使治疗复杂化。出了问题也难以找出原因, 不利于及时治疗。

多多益善: 两种药物联合使用常可增强疗效。但如配合不当则会产生抵抗作用。导致降效、失效, 甚至招致毒性反应。老年人往往同时患有多种疾病, 需要服用多种

药, 这时应注意抓重点, 兼顾其他, 一般一次用药不宜超过四种, 更不宜因诊断不清而采取“撒网疗法”。实践证明, 用药种类越多, 出现毒副反应的风险越大。

小儿用成人药: 小儿肝、肾功能差, 解毒功能弱。所以一定要了解药物的性质及注意事项。氟哌酸可引起小儿关节病变和影响软骨发育, 应禁用。

以病试药: 有人患疑难病症, 久治不愈, 便到处找偏方、验方, 轻率使用。这样会使不少病人病情加重, 病情恶化, 难以救治。

餐桌上的降脂“药”

我国传统中医有“医食同源”之说, 在日常饮食中, 有许多普通的食物其实就是降低血脂的良药。

苹果 苹果含有极为丰富的果胶, 能降低血液中的胆固醇的浓度, 还有防止脂肪聚集的作用。苹果中的果胶还能和其他降胆固醇物质如维生素 C、果糖、镁等结合成新的化合物, 从而增强降血脂效能。有的研究报告指出, 每天吃 1-2 个苹果的人, 其血液中的胆固醇含量较低。

鱼 鱼含有人体必须的多种不饱和脂肪酸, 其降血脂的功效是植物油的 2-5 倍, 对中老年人的心血管有良好的保健作用。

大蒜 英国科学家研究发现, 大蒜内所含的酸素有抗菌、抗肿瘤特性, 能预防动脉硬化, 降低胆固醇和甘油三酯, 降低血压等。实验发现: 将几滴蒜素滴入牛奶, 牛奶中的胆固醇含量大为降低。

姜 生姜内含有一种类似水杨酸的有机化合物。该物质的稀溶液是血液的稀释剂和防凝剂, 能降血脂、降血压、防止血栓生成。

海带 海带内含有大量的不饱和脂肪酸, 能清除附着在血管壁上的过多的胆固醇。海带中钙的含量极为丰富。钙可降低人体对胆固醇的吸收, 降低血压。

鸡蛋 美国医学家的临床实验报告指出, 蛋黄中的卵磷脂具有从体内排出血清胆固醇的作用, 是高血压、动脉硬化和老年性痴呆的克星。

除上述食物外, 茶、山楂、菊花、荷叶等也均有一定的降血脂作用。

【流行乐坛】

“歌伴人生”之二

晓刚：

你好！

今天抽时间又制了第二张碟。上一张重点介绍了两位乡村女歌手。今天介绍几名乡村男歌手。

美国社会的男女平等与中国有不同表现形式。在对待每个人的生活时，这个社会可能是最男女平等的社会了。从出生，教育，结婚等等的机会已经不允许任何歧视，而民众的意识也相当自愿地尊重这种规范。但当我们看看演艺界，体育界，男性角色却仍然是主体。这很容易地从男性女性的收入来衡量。三大电视的主播，Hollywood 的巨星，男性的收入要高出女性相当的比例。体育就不用说了，没有任何女性能够象乔丹或武兹那样造成一种社会效应。

女权主义者的奋力鞭斥丝毫不能改变这一现象。而辩护者说这根本不是性别歧视，而是社会追求更美更好的必然选择。听上去也不无道理。乡村歌手曾经是男人一统天下，上世纪后半页女性开始进入。至九十年代，女性歌手欲以男歌手一争天下，但有人说这只能让男歌手更加璀璨。

我还是以一女歌手开碟。

1、Babara Streisand 不是乡村，也不是 Pop 还不是 Rock，而是古典的歌手。你要是没听过她的歌一定看过她的电影 Funny Girl。她是整个六十年代的偶像。这位从纽约夜总会闯出来的歌女，凭借其迷人的嗓音和眼睛（她极擅长抛媚眼）终于成为集歌唱家，演员，和导演为一身的艺术家。按理我们都不太会是她的歌迷了，但有一年（93 年？）Las Vegas 落成世界上最大的饭店 MGM，要请名流来捧场，居然把卸幕多年的 Babara 请出山，引来空前轰动。最后，我到底是看 MGM 饭店还是看 Babara 都搞不清了。她的音色属于唱轻歌剧类的，



天生高贵典雅的气质使得她不肖落入 rock&roll 的潮流。她的老歌有很多我都喜欢，Circle, You Don't Bring Me Flowers. 而选这首 Tell Him 她复出后的新作，与时下的另一红星 Celine Dione 合唱。两人的音色初听很相似，极谐和。仔细再听，对比层次分明，Babara 的纤柔带沙声，温情似水，Celine 的透亮很圆润，激情如潮，你要是已经听过，那就再欣赏一遍了。

2、Wind Beneath My Wings 是一首我百听不厌的歌。Bette Midler 在 Beaches 中出演主角并一曲唱至排行第一。真是大满贯了。她模样可不算漂亮，甚至有点难看。但出频率颇高，电影，电视，唱歌那儿也少不了她。肯定属于精力旺盛的那一类。她的歌声有一种磁性，这在女性歌手中是少有的。她另外一首 From a Distance 同样脍炙人口。那时美国正打伊拉克，此歌一举获 Grammy 大奖。有人说是此歌合人心意，天佑出征将士。看着香港电台的实况转播，一位朋友打趣说这成了我们的“血染的风采”吗？

3、好了，终于该介绍乡村男歌手了。Kenny Rogers 是老乡村。有好老？我以为有 70 多岁，但考证下来也就 60 多。十年前在 Houston 见他就已经是银须白发，深度皱纹的老汉了。他的艺术生涯很坎坷，从小生长在七位兄弟姐妹的大家庭，饭都吃不太饱。中学的表演给他带来一些收入，但大学没上几天便辍学了。从五十年代到六十年代，他是屡战屡败，屡败屡战。就是靠着这么点弃而不舍的精神，终于在七七年修成正果，以一曲 Lucille 荣登 CMA (Country Music Association) 榜首。更重要的是进入了流行歌曲的排行榜。从此一发不可收拾，连续六年保持金

榜十名。并赢得大批 Pop 听众。由于出生平寒, Kenny 常做义演及慈善活动。我在 Houston 看他演出就是一场义演。此外, 他上电视, 演电影, 摄影, 居然还开了家连锁餐馆。好象是专做红烧肉, 没机会尝过不知味道如何。这首 Here You Go Again 是他去年的新作, 唱来依然魅力十足, 不过有点黄昏恋的感觉。

4、上张碟介绍了 LeAnn Rimes。这里再推一首 Ten Thousand Angels Cried。这是一首抒情圣歌了。唱得极为虔诚。歌曲的伴奏采用简明的电吉他, 电钢琴及小提琴伴奏, 但分解和弦一点也不觉得单调。背景和声非常遥远, 衬托出 LeAnn 伤感的嗓音。碰上下雨天, 听来真有天使泪撒人间的感觉。曲调可以算作 light music, 只是在结束乐句的小提琴伴奏还能听出点乡村味。

5、Tears in Heaven 同样是首悲歌。70 年代的英国摇滚明星 Eric Clapton 显然是因为受到痛失爱子的打击, 脱离了原来的乐队 The Yardbirds 而变成一位吉他独唱手。他对此类悲歌、伤歌唱来尤为自然。这首 Tears 是电影 Rush 的主题歌, 他以此歌纪念爱子居然变成一支老少皆爱的金曲, 风靡欧美。

6、Shinia Twain 是 90 年代中后期的乡村巨星了。她是继 Garth Brooks 之后和 Faith Hill 之前的最大商业卖点(哈, 套用国内时髦语言)。我看过一出关于 Shinia 的电视专辑 “Behind the Stage”, 方知此女子实不简单。她是一个弃儿, 被渥太华附近的一林业工人家庭收养了。养父是印第安人, 养母对她寄予厚望, 一心要她出人头第。家中通常只有三样东西可吃, 糖, 牛奶, 面包。只有等到教堂或印第安人聚会才能吃上好的。但她会在清晨 2-3 点钟起来去很远的地方唱歌。十九岁来到乡村歌曲的圣地 Nashville 试试运气。在她二十一岁时尚未入道, 养父母却因车祸双亡。她不得不回加拿大抚养四个弟妹,

在一家游乐场的夜总会唱歌。等弟妹成人, 她也 25 岁了。再回 Nashville, 终于出首碟。她爱憎分明, 有两个人她坚决不与理会。一个是她生父。她成名后生父数度要见她, 被她严辞拒绝。只认她养父。另一个是最初捧她的大老板。大概 Shinia 身为弱女子时不得以与这位老板做了些伤心交易, 成名后提起就是满腔仇恨。Shinia 嫁给摇滚制作商 Robert John Lange 后, 使她的歌从内容到形式上都贴上了 Rock Music 的标签。许多人都批评她拍了很多性感的 MTV, 至今乡村歌手中以她独领风骚。但她赢得了大量 POP 听众。96, 97 年简直就是红得发紫。到处都看见她在领奖, 开音乐会。碟的销量很快串上数千万张。连续几首歌排列榜首。而这曲 From This Moment On 是我比较喜欢的, 大概是看过她一场转播的缘故吧, 气氛热烈。

7、Natalie Imbruglia 曾经是悉尼边上一个鱼村的小姑娘。姓怪怪的, 不知祖先哪里人。她以一个肥皂剧在澳大利亚登台后, 移师伦敦。谁也没想到她的首碟 Torn 居然获得巨大成功。席卷欧洲、澳洲大陆再加北美。我原来压根没听说过她, 是唱碟俱乐部 (Columbia House) 在 97 年硬塞给我的(按规则, 只要会员不通知俱乐部, 则每个月都有一张碟寄来)。好在里面还有一首 Torn 唱得不错, 强烈的吉他节奏至始至终贯穿全曲。力度和激情都符合现代青年的潮流。

8、Steve Wariner 是我最 favor 的乡村歌手之一。可能是他有点儒气, 土得很艺术。他的歌很象听一位老友叙旧, 推心置腹、语重心长。当然我这里没有收录他那些狂野的。这首 “Holes in the Floor of Heaven” 获 98 年 CMA 最佳歌曲。和大多数喜欢这首曲子的听众一样, 有了伤心的经历就很容易被歌声唤起。催人泪下是不夸张的。很多评论都说这首歌勾起了酸楚, 但又帮助人渡过难关, 是伤心人的慰藉。

Steve 目前主要从事写歌，这里收录的都是他自己的作品。我以前所知的国内的歌星，是不太会写曲子的。这几年当有长足进步了吧？看看这些乡村歌手，Shinia, Garth, Alan 个个出口成曲，是乡村歌曲太容易写了？

9、“I Am Already Taken” 是 Steve 最近的一首诙谐曲子。但实际上是他 18 岁就写成的。唱来是一个完整的同窗恋爱故事，还有着西方文化的幽默。曲中悠扬的双簧管领奏与歌唱者成对答曲式，细腻地表达了另一半的心声。我记得一首老歌叫“同桌的你”，也是唱同学的，好象没成。

10、Toni Braxton 是一个小个子黑人姑娘。可她的声音相当 powerful。出碟并不多，却已经拿了两个 Grammy 大奖了。这首歌可能也是 Columbia House 硬塞给我的，但我还不觉得冤枉。

11、大概是 92 年，我第一次看到 Garth Brooks 电视实况时还以为他是个 Pop Star 呢。虽然他一副牛仔打扮，唱的又是乡村调，但他采用的全是 Rock & Roll 那一套东西：体育馆大舞台，同步灯光，焰火，无线头戴话筒。后来才知道，所有这些借用 R&R 的形式，都创了 country music 的第一。不论纯乡村歌曲的捍卫者如何否认，Garth 为 country music 吸引了空前的听众，而开创了乡村音乐的新纪元。乡村歌曲首次占据了流行歌曲的榜首。他获得的各种奖可以写满满一页纸。在他之前，没有乡村歌碟能卖过千万张的。但 Garth 有四张碟过千万。总碟销量超过一亿张。是美国历史上仅次于 Beatles 的最大卖家。如果以独唱歌手为记的话，他是美国第一人了。我开始怎么也搞不懂他的东西怎么这么受人喜欢，这么好卖。直到自己也狠心买了三张碟（大概\$50），方知他的魔力。最后一查这牛仔历史，原来他毕业于 Oklahoma 大学广告专业，难怪 Marketing 的水平让别的歌手望尘莫及。

他有很多行销技巧，比如说某张碟卖一阵，又突然把这些碟从商家撤掉，换包装成另碟再发行。如果时机不好，他宁肯推迟发行时间，决不草率出碟。其实他读书时一心想成职业棒球运动员，是学校的棒球主力且因此一直拿有奖学金。成名后的 98 年也象乔丹一样又加盟圣地雅歌棒球队，再玩了一把。而且他很会玩急流勇退，2000 年突然宣布退休，再推销售高峰。

这首“The River”是他 91 年的作品。歌词意境深邃，曲调大量采用切分，但转折处多有变化，极富表现力。我最喜欢一句是“And say you’re satisf-----ied”，他唱得随心所欲，恰似清河流觞。

12、Victoria Shaw 的版本“The River”是纯吉他伴奏。她是这首歌的词曲作者，唱来更细腻。与 Garth 的大浪淘沙相比，这样的表现应该算涓涓溪流了，的确让人回味无穷。这也是数位歌手，作曲家翻唱 Garth 一张碟，我从中选了这首做对比。

13、The Dance 是他首碟中的成名曲之一。也是我第一次认识 Garth Brooks 的曲子。这首歌后来成了他的 Logo。尤其是一句“I am glad I didn’t know”完全成了他的标识符。去年全美最负盛名的 Nascar 赛车手 Dale Earnhardt 不幸牺牲，纪念会上请来已退休的 Garth。一曲 The Dance 唱得全场热泪盈眶。我选了 94 年的现场录音版。你可以听到全场观众与他合唱，真可谓万众一心。你要是喜欢，以后再给你选上录音棚的版本。听现场版让我想起我们小时候也一起跟着台上唱歌，可台下的节奏总是越来越快，最后抛开领唱或音乐，自己唱完了事。前年女子世界杯 Boston 赛区，中国对挪威，其间奏国歌。数千中华好儿女也齐展歌喉，可唱着唱着就没了点。我不觉哑然失笑，争先恐后一定是我国粹。说老实话，美国人大部份不会象我们小时候学唱许多革命歌

曲，现在也不练卡拉 OK，但我听过他们毫无准备的合唱，让我感到惊讶的是他们的整齐。

14、Enya 你很熟了。我最佩服她的是能毅然离开颇有声誉的摇滚乐队（还都是她表兄妹叔叔什么的），而另开新径。终于找到自己的感觉和特征并表达出来。911 后她的这首歌好象是人们寻求平和的期望。电台不时播放，连电视台都用这音乐来做广告背景。伴唱重复的“啊”与 Enya 的绵绵不断的长声成对比，而小提琴的拨弦和大提琴的长弓又与歌唱者成辉映，有远山呼唤之感。

15、成名前的 Alan Jackson 是个汽车 dealer。业余时间写作曲，当地的俱乐部唱唱歌。据传是他当空嫂的老婆在飞机场认识了 Alan 的伯乐，才被人选中。89 年出道后也是一路高歌。至今保持 CMA 获奖提名次数第二的记录。这首 Where Were You 是 911 后的代表作，一月份后攀升为榜首。

16、Hero 是我 2001 年首推的曲子。生于

西班牙，移居迈阿密的 Enrique Iglesias 其父是西班牙红歌星。而 Enrique 受三种文化（欧洲，拉丁，美国）熏陶，使他的表现力深厚，听众广阔。获 96 年 Grammy 最佳拉丁歌手奖和数不清的其他奖。其实这首 Hero 一年前就发行了，并没有引起很多人注意。911 后，Enrique 将其翻唱，变成 soft rock 让人耳目一新。也许是正赶上一个唱英雄的时代，共鸣巨大。有一天我连续在三家电台听到这首歌。害得我第二天花了一个小时在网上寻找，未果。下班后冲进一家店里买下才算了了心愿。一位听众说到，911 后听这首歌让人感觉平凡的日子都好珍贵，普通的人都好英雄。

17、我以 Hero 的西班牙语版结束全碟。

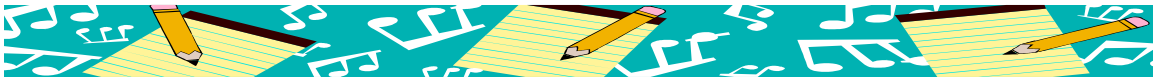
Enjoy!

（嘿嘿，多提宝贵意见。）

祝春节快乐！

阳

2002 年 1 月于 Marlboro



感谢信

阳：

你好！

早知道你制 CD 上瘾，这么快会有第二张，那第一篇就不会叫“歌伴人生”了。帽子太大，不好找第二顶更大的，又摘不下来。上，上不去，下，下不来地尴尬了好一阵，才找出折衷的法子。然后，心平气和地想想，也没完全错。人生在脚下延伸，走到哪，唱到哪，不是很逸然吗？！

我是不大了解音乐，也没什么耐性，很少将一张 CD 从头听到尾。你这张是个例外。不知不觉中已是滚瓜烂熟、自得其乐，还欲言而不能止。有句话，叫“内行看门道，外行看热闹”。我想，我是看

“热闹”的。“热闹”看得高兴，免不了饮水思源。细细说来，以示谢意！

1. Babara Straisand 是不是唱的都是这一类歌，有点象音乐剧，如你提到的“Funny Girl”。我最喜欢的电影音乐剧是“音乐之声”和“Moulin Rouge”，她都不在其中。她是一个奇特的全才，做哪行就在哪行出类拔萃。唱歌得 Grammy，演电视得 Emmy，演电影得 Oscar；十年前导演“Prince of Tide”又获最佳导演提名。那是一部不错的片子，温馨感人。以为她会再接再厉、乘胜追击、创造奇迹。但她却鸣金息鼓，不再圆导演梦。我至今还想不通，因为她是最有希望成为第一个得 Oscar

最佳导演的女性。Babara 做事做人都是一流，是我挺佩服的一位杰出女性。

如果你不讲唱第二声的是 Celine，我肯定听不出来。Celine 的嗓子极特别，用她先生的话是“她有一副天使的嗓子”。由此可见 Babara 的功力深厚，压得住场。在 Celine 的歌里，那首电影“Titanic”的插曲：“My heart will go on”还是我的最爱。是不是很俗气？没有办法。喜欢就是喜欢，不喜欢就是不喜欢。Celine 今年有一首新歌：“A new day has come”，讲 Angel 的，你可能会喜欢？！因为你的歌里，有很多唱 Angel 的。把二位巨星往前面一放，让人不得不肃然起敬、正襟危坐地且听下回分解。

2. 听到这首歌时，我正在开车，不知头尾地一句“Did I ever tell you you're my hero? You're everything, everything I wish I could be”，使我猜想这是歌颂父母的。有谁会这么无私无求地帮助另一个人成功、扬名呢？多半是父母。后来，才知道不是那么回事。唱谁并不重要，重要的是还有这样的配合默契。互相帮助总是好事。

我对 Bette Midler 有点偏心。她长得很一般，天份也不十分出众，过人的是她的执着、她的顽强、和她绝不屈服的生命力。她是那种人，给她一个机会，她充分利用；没有机会，她便去钻机会的空子，只好对她另眼相看。

3. 没听说过 Kenny Rogers，他这时的嗓子已经带点沧桑，唱这首歌正好：许多年（二十、三十？）以后，还能让对方惊奇、感叹、和心动，那是值得一唱。

4. 谢谢你把 LeAnn Rimes 介绍给我！她的歌声是一绝。任何歌，经她一唱，就有了听头。我听的电台经常播放她唱的“Can't fight the moonlight”，也不错，但不如你选的几首歌。至少你比他们更知道 LeAnn 的好。如你选的这首“Ten thousand angels cried”，不晓得还有谁，可以唱出天堂这样的庄严肃穆和无限悲憾。

5. Eric Clapton 的“Tears in heaven”是几年前推出的。记得那时甜甜还很小，故他突然失去二岁小儿的事故对我震动极大。第一次听这首歌时，禁不住热泪盈眶，边流泪，边发誓，一定要竭尽全力照看好甜

甜，不管多么辛苦。由吉它伴奏的主旋律很是感人，或许是它触及了一个母亲的最敏感之处。时常还在电台里听到，每次都忍不住唏嘘。

6. 这是全张碟里，最幸福的一首歌。但愿人人都可以这样咏唱！

Shania Twain 是曾经红得发紫。我听过她的一些歌，这首是我最喜欢的。她嫁了个有钱有势的丈夫，应该心满意足。不久前听说她闲赋于瑞士的价值几百万的山庄，因为那里没有人注意她，更没有人骚扰她。这些人很奇怪，无名时钻山洞，不惜一切代价地往上爬；等到成了大名，有了大钱，又抱怨别人注意。前二天，又听说她蛰居六年后，要出新碟了。你会去收集吗？她当然唱得好。这首歌唯一的美中不足是男声太弱，给人一种阴盛阳衰的感觉。不是她丈夫唱男声吧？

7. 还是不知道 Natalie Imbruglia 是谁。但知道这首歌。一听就喜欢，说不出道理。歌中的挣扎、痛苦、失望溢于言表。等读你给的歌词，才明白她诉说的是一个很多人都体验过的故事。谁没有从希望、幻想的美梦里，跌回到冷酷无情的现实中来的经历呢？所以容易产生共鸣。

8. 和 9. 我很孤陋寡闻，一点都不知道这个叫 Steve Wariner 的歌手。听他唱歌感觉他不是很张扬：为人从从容容、大大方方；在彬彬有礼的后面，是执迷不悟的款款情深。他一首歌就是一个动人的故事。不得了！这些故事是他的故事吗？他其它的歌也是一个又一个故事吗？生离死别都被他唱出了希望，让我看着天上，寻思了好久。而那个痴心的男孩子，真让人感动，很高兴他的坚持，是一个美丽的结局。

10. 又是耳目一新。Toni Braxton 底气十足，感情充沛，具有极强的表现力。更惊讶我的是这首歌本身。看过心被伤后，各种各样的表现：难过、痛哭、嫉妒、愤怒、悲伤、绝望、.....应有尽有。独独没看到过这么“勇敢”的人，对离去的爱人大喝一声：“你给我回来！”。有意思！每一颗被拒绝的心，都应该听听这首歌。

11、12 和 13. “The River”是你这张碟中，最积极上进的一首歌。二种唱版我都

喜欢。Victoria 的听起来很舒服，如小溪潺潺、泉水叮咚。Garth Brooks 则荡气回肠、气势磅礴，一如奔腾不息、充满活力的江河湖海。

久仰 Garth Brooks 的大名，却从未认真听过一首他的歌。所以要谢你把他放在你的 CD 里，让我不听也得听。他的乡村味太足了，到现在，我还听不懂他在唱什么，手里拿着歌词都对不上号。但不影响他的表现力和感染力。他的声音既可高亢有力，把生命的进行曲唱得激越昂扬；又可温柔有加，把情感演绎得丰富细腻。如“The Dance”里，他十分完美地注释了一段珍贵的拥有，即使失去了，也还是珍贵的。只那么二、三句，他已把那段回忆的美丽表达得淋漓尽致，而后面“But I’d of had to miss the dance”的重复，更是用情至深、无怨无悔的典范。歌声揉合了深情的怀念、锥心的伤痛、坦诚的豁达、和乐观的豪迈，是阳刚之美的一种代表。怪不得他拥有众多的女性歌迷，我以前一直不理解。怪不得他拿那么多奖，是名至实归。

14. 这首歌是我的 Favourite。先在电台里听到，歌声与音乐如微微起伏的潮水，一波一波轻柔地拍击人的心头，不得已地要停下一切去听它。一次，甜甜在选频道，我听到那熟悉的音乐，赶快叫她停下。HBO 在播“Sweet November”，原来这首歌是这部电影的主旋律。电影是一个类似“Love Story”的故事：一个美丽的女孩与一个英俊的男孩一见钟情，堕入爱河。女孩不幸患了绝症，生命一点一点地离她而去。她不愿让心爱的人看到她的痛苦挣扎，由此产生的每一次误解，都由“Only Time”的过门来诉说她的心事。最后一次是一个深秋的清晨，薄雾蒙蒙，万物静籁。女孩欲悄悄离去，但男孩紧追不舍。女孩跑到一条幽静、树木环绕的石阶小径，才停下来，回头与男孩再次道别。她把长围巾解下，蒙住男孩的眼睛，然后一转身就跑。男孩揭开围巾，女孩已了无踪影。他往前看去，前面是一座静穆的墓地。整个场景，几乎没有对话，只有 Enya 的这首歌如泣如诉，如祈如祷，催人泪下。这样的情、景、声交融，叫人怎么忘得了？

15. 又是一个只闻其名，不闻其声的例子。还被你选了一首这么配合潮流的歌。甜甜比我先喜欢。每次听到我在放这张 CD，她马上一边道歉，一边快进到这里，还跟着哼哼。“I watch CNN but I’m not sure I can tell you, the difference in Iraq and Iran”是我俩最喜欢的一句。Alan Jackson 的这首歌平实无华，不带半点说教，只是叙述你、我、他的感受，很容易被人喜欢。这是不是你所指的乡村音乐好写，人人都信手拈来、出口成歌呢？

16 和 17。“Hero”是广为流传，我听的电台有时一天播好几遍。Enrique Iglesias 不愧是偶像级的歌星，唱得声情并茂、身心合一，那份感情饱满，再多一分一定会溢出来一样。我却总是听不出“Hero”的感觉，不知道为什么叫这个名字。但名字肯定是叫对了，是不是名正言顺又另当别论。我更喜欢他唱的西班牙版。尽管听不懂，味道却十足。可能象听“上海滩”的插曲一定要听粤语版一样。

生活的车轮滚滚向前，滚得每一个人都忙忙碌碌。静下心来听歌已不容易，更困难的是听到让人喜欢的歌。因为这里的流行乐坛太种类繁多、琳琅满目，让人眼花缭乱、不知所措。没有一点信念的话，只好全盘撤退，干脆什么都不听，象我刚来一样。不甘心，又不得其门而入，是一件蛮痛苦的事情。

所以，特别感谢你选了这些歌曲！感谢你去其糟粕，取其精华！更感谢你的慷慨分享！

慢慢体会到：一首好歌，如一本好小说一样，为生命打开了另一扇门，通向一处格外的风景，带来一份意外的开心。

什么时候会有 No.3 呢？

受益匪浅，不胜感激！

茵茵

2002 年 10 月

今夏流行

茵茵

你知不知道，今年夏天，美国收视率最高的电视节目是什么？It's American Idol! 对了，是 Fox 的“美国偶像”。这个节目每周二、三晚上播放，观众多时，达到二千万，为其首次夺得晚间电视节目的榜首，让 NBC、CBS 和 ABC 三大台刮目相看。

“美国偶像”就象一个唱歌比赛一样。全美有数十万名十六到二十四岁的青少年报名参赛。比赛刚开始是由三名评委说了标：从十万中选出一百人到 Hollywood，然后，裁减到四十五人，再到三十人。从这里开始，观众介入。第一步，由观众从三十人中选出九人，评委选出一人，成为 Final 10。他们是：Kelly Clarkson, Justin Guarini, Nikki McKibbin, Tamara Gray, R.J. Helton, Christina Christian, Ryan Star, A.J. Gil, Ejay Day, Jim Verraros.

接下来，每周二晚上，他们实况演唱，一周一个主题，如七十年代、八十年代、舞台歌曲等等。演唱一结束，观众开始电话投票，得票最少的被淘汰。投票结果在周三晚上现场直播，真人实景，很有点刺激。

整个节目制作模仿年初在英国大获成功的“Pop Star”，做得哗众取宠、热闹非凡。二出风头、身价看涨。焦点自然是参的孩子们，一张口比许多当红歌星虽然表现力也不错，但无法与精心相比。最让我佩服的是这些孩子们评头论足、大损特损，滋味不可能的。



因为节目盛况空前地成功，这份钱，赚得真美！

一直纳闷的是：参赛者里，没看见一张亚裔面孔。是亚裔孩子不知道？我班上的孩子好象都不怎么看电视，家教甚好的表现。是不那么会唱歌？还是没有信心与人比试？我当然没有答案。只是希望，谁家有会唱歌的孩子，去晓得利用这个大好机会。夺得头魁的 Kelly Clarkson 就是朋友怂恿才参加比赛的。

争第一名是因为会得到百万元的演唱合同。那些没有争到的，只要有一定实力，都得到了足够的曝光，和其它唱片公司的注目。不枉此行。

今年的“American Idol”于九月初结束，给这个沉重的夏季画下一个喧哗的句号。这个节目明年还会继续。实际上，外围选拔赛十月已经开始了。会唱歌的孩子们，可以到 idol.fox.com 查询更详细的资料，看你有没有兴趣？祝你们好运！

一个成功制作的节目，既赚大钱，又赚人心，皆大欢喜！今夏流行的 American Idol 就是一个例证。

