

星星草

2003 年 12 月 第四期



牛顿中文学校 月刊
NCLS Journal

卷首语



敞 开 的 门

——海伦 ● 凯勒

诗人告诉我们，夜充满神奇。失明之夜也有其神奇。惟一丝毫无光的黑暗是无知与无感。我们之间看得见和看不见的差别并不在感官本身，而是在我们是否运用了感官。凭着想像力和勇气，我们可以追求感官以外的智慧。

宇宙间无限神奇，随着我们人类接受能力而展示在我们面前。我们精确的视觉，不在于我们能看到多少，而在于我们能感受多少。不是仅靠知识来创造美。自然界对喜爱她的人唱出最动人心弦的歌。走向自然界仅是为了满足分析或搜集事实的人，自然界不会开启她的奥秘，她要把她的奥秘显示给看了自然万象、因而启发崇高精神情操的人。

每天我把完全的信心交我，他们的感觉时常骗人，中我搜集了无数宝贵的真我的性灵可以描绘出天空之切也许沉默黑暗，但在我心的一切思想都闪耀着色彩。



托在耳聪目明的朋友身上。他们引导他们走入歧路。可是从他们的事例理，我用这些真理建立了我的世界。美，听到小鸟的歌唱。在我四周的一中，我的性灵里却有音乐和光明，我

眼前各种行动的限制都是我发现维护真正的自由。把这些限制放在我们手中，是要磨去我们性格中阻碍我们潜能的顽石。这些限制也撕去了蒙住我们双眼的眼罩，使我们不至漠不关心。因此我们才看到别人所背的担子，我们会听命于怜悯心而去帮助别人。

是各种形式的磨练，其目的在激励自

没有人能比我更懂得，抗拒加在我身上的限制是如何悲辛。对我目前的处境我不会自欺，说我从不悲哀从不反抗，那是不确实的。但是很久以前我就决定不要抱怨。受到严重伤害的人，为了旁人的缘故，一定要愉快地度过自己的岁月。信仰便是为了这目的——提起精神，带着微笑，勇敢地奋斗到底。也许这不算是崇高的雄心，但跟屈从于命运却有极大距离。然而要扭转命运达到这境界，一个人必须工作，获得友情的安慰。

有条小船，张着雪白羽翼般的帆，驶出港口。海灰得骇人，天空因险云而阴暗。看到小船驶去的人都说：“这是个坏天气，看天色如此黑！”但是小船继续驶去，到了广阔的海中，在那里，突然过了暴风雨区，阳光明亮地照耀在帆上，使白色的帆转成银色。流过小船四周的水都是蓝色的，有金光跳跃着。这条原来在叹息、眼泪和悔恨中离去的小精灵，不顾留在后面的一切恐怖，终于找到了阳光和欢乐的避风港。

目 录

卷首语	敞开的门 / 海伦·凯勒	1
	给校长的一封信 / 李少娜	3
	牛顿中文学校行政人员名单	4
校园花絮	/ 王依达	4
教学花园	色彩感觉能力的培养——水粉静物写生的随想 / 王泉海	5
	2004 年春季数学班更名通知及说明 / 武亚明	6
What is new at school		7
小荷初露	三年级乙班：秋天	8
	三年级丙班：万圣节	8
	四年级乙班：秋天	10
	八年级乙班：一个家庭成员	11
	九年级甲班：我的爸爸	11
	九年级乙班：秋天	12
	十年级作文	13
七嘴八舌	关于中文教学的一点建议 / 沈亚虹	14
家长之声	心平气和地对待子女的选择 / 章晓华	14
	在美国教育孩子(上) / 陈利钦	15
生活指南	人到中年，请多保重 / 滕蓉蓉	18
	牛顿中文学校东方之声合唱团明年暑期活动和招聘新团员通知	20

征稿启事：真诚欢迎各位教师、家长、学生及所有关心、支持牛顿中文学校的人士投稿。

为按时出刊(每个月的第一个周日)，所投稿件最好在每月 20 日以前发 email 至

chineseteacher@hotmail.com, 谢谢！

本期封面设计：郭寒冰

牛顿中文学校网址：www.nclsboston.org

卫东，洁莹：
你们好！



前晚接到我们校刊主任韩黎娟老师的电话，征询是否可将我代表董事会在感恩节前夕写给你们和校行政的感谢信刊登在即将出版的这期校刊上，我笑着说：“哎哟，这篇被我们董事会成员称为活象三、四十年前中国报社社论的信就别登了，还是让我试着重写一篇吧。”于是，便引出了这一封信。校刊工作很不易，应多支持。

尽管咱们每人头上都戴着一顶什么“长”的帽子，身上坚压着沉甸甸的责任，但这会儿，我还是想抛开这些，权当我们都是朋友，随意抒发一下感想就是了。

每个星期天，我们牵着孩子的手，在绚丽迷人的秋天踏入学校，又在茂绿盛热的夏天暂离那儿。暑去春来，年复一年，三年五年过去了，十年八年过去了，孩子们渐渐长大了，我们头上的白发也渐渐增多了。当年一百学生不到的牛顿中文学校，已发展到今天稍不控制就易达到过千学生的盛况。凝神顿足，徊魂细想，才发觉我们的生活竟与牛顿中文学校贴得这么近，才发觉自己人生中多少的喜怒哀乐竟抛付给了这所学校。无论我们是家长，是老师，是校长，是董事会会长都好，我们共有的一点都是一样的，那就是希望这所由我们自己当主人的家变得更完美，更和谐，更安定。

拥有一个完美和谐安定的家，还是一个如此庞大繁复的家，这当家的该是何等的操劳不易！我当然知道，你们拥有自己的事业，你们的工作已经十分的繁忙，你们的家人和孩子都需要你们付出更多的时间和精力。你们愿意在众望所归中站出来挑起牛顿中文学校校长这付重担，全是因为你们执著地热爱着这个家，全是因为你们对管好这个家拥有足够的自信。多少个熬夜工作的夜晚，多少个讨论工作的电话，多少个有关教学的电子信件，多少件大大小小的事务，多少个做好学校工作的新创意……，一桩桩，一件件，都摆放在全校几千师生家长心中的一杆称上。

一分付出，一分收获。牛顿中文学校能有兴盛的今天，那是因为有太多像你们一样的师生家长了。刚刚由家长会和喜洋洋小乐队举办的牛顿中文学校感恩节音乐舞会，又是学校团结、兴盛、成功的一次具体体现。

问苍茫大地，谁主沉浮？是你，是他，是我们全校千百位希望永远享有一个完美和谐安定的大家庭，而且不惧辛劳，愿意竭诚付出的所有人！

朋友，让我们并肩一齐努力。



李少娜
2003.12.1

牛顿中文学校行政人员名单

中文姓名	学校其它任职	家庭电话	电子邮件(主)
王卫东	校长/董事会董事	(781) 863-5790	wwang@fudanalumni.org
姚洁莹	副校长	(781) 229-5929	jenny_yao@comcast.net
沈 依	财务主任	(617) 924-8698	Yi_shen@hms.harvard.edu
严亦文	财务主任(学生)	(617) 770-4583	jyan@partners.org
楼一平	校舍管理主任	(617) 328-4191	louzhu@aol.com
郑捷飞	总务主任	(508) 650-0903	jeff_zheng@hotmail.com
何瑞萍	教务主任	(617) 559-0295	ruipinghe@yahoo.com
韩黎娟	校刊主任	(617) 969-9858	lijuan_han@hotmail.com
王依达	校长助理	(978) 264-0747	iwang@parlex.com

校园花絮

1. 上月初，成人交谊舞蹈班的吴晔老师参加了 Commonwealth Classic Dance Competition 并赢得了专业 / 业余组的一等奖，“The Open Scholarship Award”。

今年七月，吴晔老师还参加了在纽约举行的 Manhattan Dance Sports Champine，在 silver level 比赛中获得了冠军。

吴晔老师除了自己参加国际标准交谊舞比赛之外，还利用业余时间不断深造，并不断地把学到的新舞教授给我们成人交谊舞蹈班的学员们。在吴老师耐心、认真地指导下，舞蹈班的学员们从对标准交谊舞一无所知到学得有模有样。有的学员原来对标准交谊舞只知点滴，现在却跳得有韵有味；有的学员在刚开始时只会踩一种步子，现在却是舞得抒情自然。吴老师说跳舞是一项健康的运动，对中年人更有益处。近两年来舞蹈班的学员有增无减。

大家可能觉得吴晔喜欢教跳舞，所以她可以这么不厌其烦地教。其实吴晔有她自己的心愿。用吴老师自己的话说：“在交谊舞比赛中很少有东方人。我之所以把心血全放在我们的舞蹈班，是因为我希望能培养出出色的人才去参加比赛。让人家看看我们中国人也能在这高雅的旋律中跳出优美的舞蹈来。”舞蹈班的学员们，你们可别辜负了吴晔老师的一片真心和一份深情啊！

2. 正是上中文课的时间，六年级甲班的学生们却在一楼餐厅围着一桌子好吃的有说有笑，嘴里还嚼得津津有味。奇怪吗？原来这是六年级甲班蔚健老师别具特色的教课方式。

六年级语文课本中有一课题目是风味小吃。蔚老师早几个星期前就让全班同学回家做准备工作。要求是每个学生都必须自己动手在家长的帮助下做一道正宗的中国菜或是点心，然后带来学校让全班分享。全班同学都参加了，有的做了饺子/锅贴，有的做了三鲜鸡，还



有的做了炸酱面……只要带起来方便的菜学生们都带来了。你看那桌上有田思齐的猪肉火烧，有刘杰希的发面饼，有徐田田的葱油饼，有洪海伦娜的五香茶叶蛋，还有黄思南的菜肉包子……一桌子喷香的地方小吃让全班同学尽情地品味。由于这些美味食品全出自于同学们自己的手，大家更是沾沾自喜。蔚健老师可是做到了课本和实践相结合了。

3. 上课时间到了，方慧老师端着一盘梨走进了三年级丁班的教室。哦，三丁班的学生上中文课时有梨吃？其实不然，方慧老师正要给全班讲孔融让梨这一课呢。

方老师讲完课文以后指着身后的一盘梨对大家说：“同学们，我带来这盘梨是准备分给你们的，大家可以自己上来拿。”方老师讲完后就站在一旁笑眯眯地看着学生们挨个儿去拿梨。“你猜怎么着？”方老师骄傲地对我说：“每个同学都挑小的拿！多聪明的孩子哪。”是的，孩子们在老师的耐心教导下变懂事了！谦让本是中国人的一项美德。希望我们的孩子们长大以后能够继承中国人的优良传统。

王依达

教学花圃

栏目主编：何瑞萍



色彩感觉能力的培养-----水粉静物写生的随想

王泉海

要画好水粉静物写生，你首先应该注意的是培养自己的色彩感觉能力。因为只有感觉到的东西，才能被准确地表现出来，水粉静物写生也同样如此。

从美学角度来看，描绘静物是人们对日常生活物品审美需求的反映。静物画题材非常富于绘画性，有着独立的艺术欣赏价值。另一方面，它在绘画基础训练中又有十分独特的地位。如果说素描是造型艺术的基础，那么色彩静物写生就可以视为色彩训练最基本的手段。初学者可以在光色相对稳定的画室里，较长时间进行深入的写生练习，从容地观察各种光影现象和色彩关系，研究各种不同物体的固有色，在不同情况下的光源色、环境色中的变化。还可以根据绘画者自身的要求和需要，任意选择对象并随意组合相应的静物内容和主题，从而组织出一个从造型到色彩都符合练习要求的画面。所以水粉静物写生常作为各类艺术院校学习的主要内容，并被列为绘画基础课的主要训练内容之一。

水粉静物写生的技法有着相对的灵活性和多样性。它既可以借鉴水彩画的表现技法，又可依据油画的塑造手段，还可以将两种方法兼容并用，这就形成了水粉画在表现色彩时所具有的优势。它为人们理解和掌握色彩关系及其变化规律，提供了较为灵活和便利的条件。当然，水粉画也有其特殊的问题，如容易产生脏、灰、粉、生等毛病，对初学者，甚至有了一些作画经验的人，都是很难解决的。产生这些现象的原因，有技法问题，也有观察方法的问题，然而最主要的问题是由于作者对客观对象所产生的色彩现象缺乏一定的理解。如果克服，关键问题就在于要用色彩关系及其变化规律的原理去理解、分析和表现客观对象的色彩。

在静物写生中，常可看到这样的现象：被画出的苹果，由于过多地注重条件色对其固有色影响，使本来颜色很鲜艳的苹果，画出来后给人的感觉很脏很烂。还有在描绘物体时只注意了其固有色，忽视了条件色对它的影响，给人的感觉好像此苹果不是放在这个特定环境中的物体。以上两例所画出来的物体都给人以不典型、不生动的感觉，原因多在于缺少用色彩关系及变化规律的原理去理解和分析对象的色彩。

因此，理解和掌握光和色彩的关系及其变化是很重要的，会使我们在色彩写生和创作过程中占有主动权，避免被动地模仿对象的颜色，而是按照客观对象在一定的条件下所形成的色彩关系进行描绘，这样表现出来的色彩也就会真实。在静物写生中我们还应注意表现出物体的质感特殊性。例如，玻璃器皿的透明性，布料的柔软性，金属铁器的刚性，瓷器表面的粗糙性，花朵枝叶的鲜嫩性，木制品类表面的反光性。这些物品对光源色及环境色的反射敏感程度都不同，这就要求我们观察和分析物体的固有色、光源色、环境色和反射光色，以及它们之间的关系。因为我们所看到的客观对象所反映出来的色彩是十分复杂的，所以感觉和理解是十分重要的。我们不可以像计算机那样准确测算出其固有色与条件色之间相互影响的程度，也不可以像照相机那样简单地复制，只能靠我们的感觉去判断。这就需要我们努力锻炼，多观察，多练习，并培养自己准确判断这种色彩的相互影响的程度的能力。需要强调的是，这种感觉是理性的感觉，也就是从感性认识到理性认识，再到感性认识的一个过程。

总而言之，一幅优秀的色彩静物写生作品必然是有其独特色调倾向的。那种杂乱无章、各自为政、无调性的色彩作品是不会引起人们的美感的。所以，我们应在写生中牢牢地把握并记住静物的色调，并将其贯穿于写生的始终。



2004年春季数学班更名通知及说明

武亚明

今年秋季，我们牛顿中文学校方方面面都在努力健全教学体系并逐步走向完善。数学教学课程涵盖了小学至高中，注册学生明显增加。加之留美学生的孩子们现在都到了10—15岁年龄段，于是五年级以上各班超员，SATI注册学生高达37名。

孩子一多，水平参差不齐就显露出来，这给孩子和教师都带来困难。同龄的孩子数学基础知识可以差上三个年级。这正是为什么在美国的中学里，一个年级预设多个等级，因人而教的原因。为使我们中文学校数学教学与美国学校接轨，在较短的周日课程里让孩子们摄取更多的知识，并真正能够帮助他们树立信心，在美国的学校里人人优秀，学校打算将原有的按年龄年级分班改为按程度科目分班。家长们根据孩子的实际能力注册班级，学校因材施教，孩子们也避开了年龄和年级这个比较敏感的问题，在周日的一个半小时用功读书，积极思维并学有收获。

最后，我们诚请学生家长提出您的建议，逐步使我们牛顿中文学校的数学教学体制系统化和完善起来。 附：

Math Courses Offered by NCLS Spring 2004

Courses	Suggested Age	Suggested Grade
Elementary Arithmetic I	7-8	1-2
Elementary Arithmetic II	8-9	3-4
Elementary Arithmetic III	9-10	4-5
Pre-Algebra	10-12	5-7
Algebra Ia	11-13	6-8
Geometry I and Algebra Ib	12-15	7-10
Algebra II	13-15	8-10
Pre-SAT	13-15	8-10
SAT I	14-17	9-12

.....

招聘： 牛顿中文学校拟聘请**数学教师**两名

Pre-SAT

辅导 8-9 年级学生，分章节循序渐进地演练模拟 SAT 考题，认真准备习题和题解，善于归纳总结所教内容，为学生准备 SAT I 打下坚实的基础。

较好的英文表达能力，大学理工科本科，具有很强的责任心和爱心。

SAT I

辅导九年级以上学生，大量演练 SAT I 实际考题，并解答疑难，授以技巧，学生以实战为主，在规定的时间内完成考题。

较好的英文表达能力，具备等同于大学数学或物理本科文凭，有较强的责任心和爱心。

.....

What is new at school

NCLS is proud to announce the acceptance of \$3000 funding from the Asian Resource Group of FleetBoston Financial Foundation. This grant is awarded to support the Senior Residents Assistance Program, as part of Fleet's Diversity Resource Group Giving Program. We will apply the grant to our various senior programs and activities to make NCLS a better community center.

Our teacher, Zhang Yun, is instrumental in helping us apply and secure this grant.

We would like to thank Fleet for its contribution and support, and thank Zhang Yun for her dedicated community service.

小荷初露



三年级乙班： 秋 天

杭牧月： 秋天的天气开始渐渐冷下来了。有些树叶枯萎了，从树上飘落下来，有些树叶还是绿油油的，还有些树叶变得象火一样红。秋天就像油画一样五彩缤纷。

秋天，有些小鸟飞回南方了，有些小动物（就象小松鼠）开始储存食物，为冬天做准备。

秋天的月亮很明亮，有的时候像个银盘，有的时候黄黄的，像个大月饼挂在天空。

我们全家都是在秋天过生日。秋天是个美丽的季节，我喜欢秋天！

刘大江： 秋天到了。树叶变黄了和红了。天气变冷了。大雁往南飞。有一天在我家院子里，我看见一只小松鼠在打洞，往洞里放松果。原来很多动物都跟松鼠一样在秋天准备过冬的食物。

杨慧康： 秋天到了，天变凉了。树叶有的变黄，有的变红，很美丽。苹果熟了，南瓜、草莓也熟了。我喜欢去农场摘苹果，也喜欢摘南瓜和草莓。摘来的南瓜可以刻“万圣节”的灯笼，也可以做南瓜脸。秋天是收获的季节，我喜欢秋天。

王督钰：

秋天是美丽和凉爽的。无数的枫树使得秋天变得特别好看。我喜欢秋天，因为我们几个小朋友常在覆盖不同颜色树叶的操场上玩耍。我们在落叶上跳跃；我们在操场上踩单车。秋天真的是很美好。

郝吵吵： 我喜欢秋天，因为我可以去骑车子。我也可以去摘苹果，我喜欢树叶的颜色。叶子真好看。秋天真美丽。

尹小飞： 秋天叶子从树上掉下来。枫树的叶子由绿变成红再变成黄。最后落在地上。真好看！

李婧： 秋天到了，天气凉了。树叶落了。一群大雁往南飞。我们都去摘苹果。摘苹果的人很多。苹果很好吃。农场丰收了。秋天有很多好吃的。我喜欢秋天。

张沛德： 秋天是很美的。秋天的树叶很美，有些是红色，有些是黄色，有些是橙色。

秋天是不美的。因为秋天的树叶落下来。当树叶落下时树是棕色的。秋天是不美的，当树叶落下后，树叶就死了。

三年级丙班： 教师 庄园： 初来美国的那一天，正是万圣节。美国，对那时的我来说，是一片陌生与神奇。走出夜幕中的芝加哥机场，融入灯火之城，眼见满街打扮怪异的大人小孩，不禁心想：共产党宣传的没错，这真是一个奇装异服、群魔乱舞的资本主义花花世界。前来接机的丈夫，看到我那一脸刘姥姥进大观园的表情，素来寡言的他，忍不住同情地甩出一句：“今天是 Halloween，这是人们在 Trick or treat。”这个解释，我懵懵懂懂，可又不愿显得太孤陋寡闻，所以也不多问，只是瞪着那双好奇的眼睛。



十年过去了，多少陌生的西方节日，都已逐渐习以为常。只是这个万圣节，心里总是不大喜欢。儿时去别人家串门，从来不主动要东西吃，敲开陌生人的房门去要糖，无论如何不符合自己童年所受的教养；天性爱美，又生就胆小，对黑暗中那些丑的事物，避之唯恐不及，何谈充其一员？所以，孩子小时，总是以“别吓着孩子”、“吃糖多不好”为由，将这个节日拒之门外。

儿大不由娘。今年，七岁半的姐姐带着五岁的妹妹，约好了邻居小朋友，一起兴高采烈地去要糖。当妈的万般无奈，只好远远跟随，做暗中的保镖。一户人家，真是煞费苦心，一个成年男子，打扮成幽灵，端坐在车库上面的平台上，周围布置好灯光、话筒和音响。孩子们未及近前，无不异口同声：“Is that real?” “O-f c-o-u-r-s-e I a-m r-e-a-l---.” 这个声音，压得很低，拖得很长，瓮声瓮气，在夜空中回荡，令孩子们踟躇不前。他就这样在外面坐一个晚上，恐吓、刺激、抑或是陪伴着孩子们。好在天公作美，当晚无霜无寒；还有一户人家，院中一口大棺材，棺材盖子下面伸出一只血淋淋的手臂。小女儿似乎有些害怕，但又不甘示弱，与大孩子们上前看个究竟。当她断定一切都是假的时，一副释然的表情。

夜游归来，俩姐妹兴奋地诉说着所见所闻，争相炫耀自己如何如何勇敢，而对糖果的兴趣反在其次。她们的情绪感染着我。回想自己的童年，每年“六一”儿童节，照例是白衬衣、蓝裤子、红领巾，在红旗下宣誓或表演，象跳忠字舞一样程式与刻板；一年到头盼来的春节，无非是一件新衣裳、几毛压岁钱。哪里有女儿这般由衷地兴奋与快活？也许真不该把这份快乐从她们身边夺走，不该让她们重复父辈那种黯然失色的童年。吃糖多固然不好，而万圣节能增强胆量却是不争的事实，世上的美丑原本就很难界定，见多不怪，将来女儿恐怕不至于象妈妈那样怕走夜路。我答应女儿，明年要好好装饰自己家的院子，好好过万圣节；我自言自语，入乡随俗吧，只要不是流俗……

万圣节过去好多天了，女儿还沉浸在初次 Trick or treat 的喜悦里，还在不厌其烦地讲述。由此，我想给自己的中文学生出一道描写万圣节的作文题。一来学生喜欢的东西，会乐意去讲，会有话去写；二来也想借机调查一下，看还有没有拒绝万圣节的家长。同学们几乎清一色地喜欢万圣节、喜欢 Trick or treat、喜欢吃糖。只有一个同学不喜欢万圣节，因为“太吓人”了，我想这是一个有点儿胆小、被父母保护得太好的女孩儿；还有一个同学万圣节没出门，在家里吃糖，不知没出门的原因，是否也是因为家长对该节日的排斥；很喜欢我们班的一个女孩儿，她主动不出去 Trick or treat，而是呆在家里发糖，欣赏上门来要糖的人的各式服装。对一个孩子来说，能够这样支配这个节日，实在是另一种境界了。

陈芳华: 我喜欢万圣节,因为我爱吃糖。今年的万圣节我是女巫,我和朋友一起要糖。

雷西雅: 我喜欢万圣节,因为我 Trick or treat on the street。我是一个巫婆 (witch) 和灰姑娘 (Cinderella)。在 October 我放两个 Pumpkins 在我的 front porch。

王 凯: 我喜欢万圣节,因为我喜欢吃糖。万圣节我没出门,我在家里吃糖。

李 桐: 我喜欢过万圣节。我喜欢糖。我当了一个 ninja。我和朋友的家人一起去要糖。

张弈谕: 我喜欢万圣节。那天晚上我扮成武士,爸爸陪我去别人家要糖,我很高兴。

金小雨: 我不喜欢万圣节,因为太吓人了。我穿的是 Rock star, 和朋友一起讨糖。

朱恩宏: 我喜欢万圣节,因为我拿得到糖。我是 Scream。我要糖。

王英博: 我喜欢万圣节,因为这一天我会很高兴。今年我穿着鬼服戴着面具,同学们也穿着各种服装在学校里游行。天黑了,我和小朋友一起去点南瓜灯的人家要糖。

吴丽娜: 我非常喜欢万圣节,我可以去要糖。今年的万圣节我打扮成女妖 (witch), 爸爸带我去要糖。

胡子俊: 我喜欢万圣节。万圣节很好玩。我打扮成 vampire。我到人家的家说: “Trick or treat。” 人家就给我很多糖。

汪竹君: 我非常喜欢万圣节,因为大小朋友们穿着各式各样的服装,代表各种动物、鬼或公主等等。今年的万圣节,我没有任何打扮,因为我决定在家发糖给上门来的、穿着各种奇怪的衣服的大小朋友们。当我看见他们的时候,我高兴地笑了。

田思纯: 我喜欢万圣节, 因为我能够要到很多糖。我打扮成公主 Bell, 我姐姐打扮成巫婆。我去要糖。

戴佳琳: 我喜欢 Halloween。我穿了一个 Princess。我和姐姐到很多家要糖和?。

何佳潞: 我喜欢万圣节。 我喜欢万圣节因为它好玩, 我还可以 Trick or treat。今年我扮了天使。今年的 Trick or treat 我得了很多糖。

周也鲁: 我喜欢万圣节, 因为有糖。我是一个带大刀的人, 我去要糖。

秦思华: 我喜欢万圣节。在万圣节我拿到很多糖。

苑小鸣: 我喜欢万圣节, 因为我能够要糖。我要了很多糖。我喜欢万圣节!

陈翊宁: 我喜欢万圣节, 因为很好玩儿。今年我扮成了一个骷髅。我要了很多的糖。今年我非常高兴。

Peter Tao: 我喜欢万圣节, 因为我喜欢打扮成不同的人物去要糖。今年我打扮成了超人。

四年级乙班: 秋天 指导教师: 曾力 助教: 高妍

许婉璐: 我喜欢秋天的原因很多。第一个原因是秋天不太热, 也不太冷象夏天和冬天。春天还老下雨, 所以秋天有最好的天气。

第二个原因是秋天的树特别漂亮。冬天的叶子都掉光了, 不太好看。夏天和春天的树叶老是那个绿色, 太普通了! 但是秋天的树叶有很多种。有黄色、金黄色、橙色、红色, 还有紫色的叶子。混起来它们特别好看。

第三个原因是秋天是丰收的季节。秋天有很多好吃的东西, 比别的季节多多了。有苹果、葡萄、西红柿、土豆、白薯、南瓜, 还有好多别的。也是商店卖的食物更便宜, 因为有更多的吃的。这些是我为什么喜欢秋天的原因。

诸安迪: 在秋天的时候, 树叶从绿色变成红色、黄色和橙色。人们穿上了毛衣和外套。很多住宅外面放了大南瓜。果园里果子熟了。我和妈妈一起摘了很多苹果、桃子和李子。我最喜欢在一大堆树叶里跳上跳下。

徐昊: 秋天到了, 树叶变颜色了。变成红色、橘黄色, 还有黄色, 真漂亮。秋天到了, 我该上学了。我已经升到了三年级。我这个学期有一个新老师。我们会学很多新东西。可是在中文学校, 我上四年级。我到我的小学以后, 有一些工人正在盖一所新校舍。校长说在 2004 年或者 2005 年, 新校舍就会盖好了。

李瑞瑞: 秋天是冷冷的, 秋天的树叶会变成红色、黄色、橙色, 还有很多其他的颜色。秋天的时候树叶也会掉下来, 当叶子掉完的时候, 它们也就开始“睡觉”了。我的爸爸又要扫树叶了, 我也跟着我的爸爸扫树叶。草地也渐渐不绿了。每家每户都放了害怕的小东西, 大家都知道万圣节要来了。我喜欢万圣节, 我也喜欢在秋天玩的就是跳在树叶里面!

王晶晶: 夏天走了, 秋天来了。房子外面的风景都变了。树上树叶由绿色变成了红色、黄色, 真漂亮。小松鼠跑去收集果子好过冬。我最喜欢秋天去外面玩, 看各种颜色的树叶和花。

董萌筱: 秋天来了, 树叶从绿变黄, 变红。人们穿上了毛衣。小动物们也穿上了厚厚的皮衣。我和小朋友在外面踢足球。爸爸、妈妈带我和妹妹摘苹果。苹果又大又红, 真好吃! 我喜欢秋天。

潘雨珊: 秋天来了, 叶子开始变颜色了。有的变成了黄色, 有的变成了红色, 还有的变成了桔红色。秋叶把一座座山变成了一幅幅美丽的图画。

秋天来了, 天气越来越冷了, 白天越来越短了, 晚上越来越长了。候鸟飞回到南方去了。



秋天来了，学校开学了，暑假结束了。我最喜欢的秋天里的节日是万圣节。你能穿怪怪的服装，戴上吓人的面具。我喜欢秋天！

吴伦杰：我喜欢秋天，因为天气不冷也不热。周末我和妈妈骑着自行车去玩，一路上看到树叶，有的变成黄色，有的变成红色。风景真美！

天气开始转冷，树叶变黄掉下来了。星期天我和爸爸、妈妈一起扫树叶，把草坪弄干净。爸爸妈妈说我是个好孩子。

沈远照：秋天来了，天气变冷了，树上的叶子变红、黄和橙色了，但是还是有绿叶。穿 T-shirt 和短裤的人也少了，现在大家都换上了外套和长裤了。

秋天是我最喜欢的季节。我觉得可能有好多小朋友都喜欢这一个季节因为是万圣节。好多人在房子外面放上了万圣节的装饰品。

秋天树上的叶子一片片掉下来。我最喜欢去追赶随风飘动的落叶。有时候风把叶子吹成一堆，我喜欢在里边跳，或者捧起一把向天空撒去。我喜欢秋天！（待续）

八年级乙班：写一篇短文，描述一个你所熟悉的家庭成员，要求抓住这个人的特点写。

周阳：妹妹 6 个多月了，黑黑的头发竖起来像个刺猬，妹妹的头很大，老动来动去，眼睛看这个又看那个。她的眼睛像两个圆圆的小球，睁得大大的，什么东西都要看。妹妹高兴的时候，眼睛眯眯的，没牙齿的嘴巴张开来，哈哈大笑。妹妹不喜欢坐着，每分钟都要人跟她玩或者要人抱。如果坐得太久，她就会张开嘴，啊啊大叫。但是妈妈一抱起她，妹妹就扒在妈妈的肩上偷偷地笑。

高林娜：我的弟弟很烦人。我干什么，他也想干。两个小小的黑眼睛像珍珠一样一溜一溜的---在想什么坏主意。几天前，我在 MCAS 上考了满分，爸爸妈妈都很高兴，弟弟马上就开表演游泳---让爸爸妈妈为他高兴！

其实呢，我是很爱我弟弟的：红红的脸蛋，甜甜的小嘴，还会叫姐姐呢！

郑建昆：我的妹妹最大的特点就是她很有精神。比如，她每天差不多十点就上床，但是，她十一点才真的睡。她的动作特别快，喜欢抢东西。她差不多三岁，现在就知道许多数字和英文的 ABC。

妹妹有黑色的头发，一个好大好大的头，两个大眼睛像小球。她比别的小女孩儿高很多。我想可能长大后会成为一个人打篮球的人。

王冰：我的妹妹四岁。她的头发比乌鸦的羽毛还黑，剪得像一朵蘑菇，一朵大黑蘑菇。风一吹，头发就像一条瀑布。除了晚上睡觉的时候，妹妹的嘴一直是动着的，掉出一串又一串的英文和中文话。

妹妹是一个可爱可是很调皮的孩子。

马晨阳：我的姥爷七十多岁，他的头发已经全部灰白了。我的姥爷的眼睛不大，一笑起来，就会眯成一条缝，他的个子不高，说起话来，操着满口东北味的普通话，嗓音非常洪亮。我的姥姥喜欢读报纸和书。最近，他正在翻译一本关于营养食品科学的书。有时候他还讲给我听。我很爱我的姥爷。（待续）

九年级甲班：我的爸爸

张雪敏：我的爸爸长得帅，他的手也很巧。他能做一手好菜，像红烧鱼、烧鸡、炖牛肉等。每次我都吃得津津有味。他的朋友的计算机坏了时，他们想到的第一个人就是我的爸爸。爸爸还亲手给我做服装呢。别人看到我的服装都问：“那么美丽的服装是从哪儿买的？”我爸

也会弹琴。凡是他听过的音乐他就能弹出曲子来。我的爸爸有一双万能的手，可是他更有一颗博大的心怀。我爱我的爸爸。现在我的爸爸不在身边。我就尽我最大的努力让爸爸少为我们家操心。我在学校所有的功课都争取拿到 A。在家尽量帮妈妈多干活。我想这是对爸爸最好的报答。我爱我的爸爸。

任远：我爸爸是从中国来的。他有一双万能的手。他会做木工活，把我们的房子修一修，改一改。爸爸除了做木工活以外，他还会做油漆工，把我们的房子从里到外都油漆一遍。每个房间的油漆的颜色都不一样。我爸爸会做很多家务活。我很爱我的爸爸，所以我听他的话。我也会帮爸爸做一些木工和油漆活。

威硕：我的爸爸很能干。每星期我爸爸做晚饭。我和我妹妹都觉得我们爸爸做的饭很好吃。每个星期六和星期天，我爸爸喜欢修房子。我真爱我爸爸。爸爸在修房子时，我有时候帮爸爸，拿东西给他。爸爸休息的时候，我给他拿来热水喝，让他睡觉。

陆思：我的爸爸有一双万能的手。他特别能干，我们家里的东西坏了，都是他修好的。有很多事情，都体现出他多么能干。

我们的菜地被一棵大树挡住了，我们一直都打算把它锯掉。树太大了，可能吗？爸爸说：没有办不到的事情。爸爸也说冬天干这个事最好，因为雪会保护着草地。去年冬天，下了一层厚厚的雪，我们专门买了粗粗的大绳子，然后爸爸用梯子把绳子捆到树上。我们将树锯得几乎要断的时候，用共振的原理，把树晃倒。

爸爸不光很能干，他也很聪明。他教给我很多知识，也教了我做人的道理，特别是鼓励我以积极的态度对待任何事情。我爱我爸爸。（待续）

九年级乙班：秋天

黄和：今年的秋天终于来到了。秋天的天气不冷不热，很凉爽。现在，常常有轻风吹来，非常舒服。有时候还会下雨，可是都是小雨。除了天气以外，秋天的风景也特别好。树上的叶子都变颜色了。夏天的树叶还深绿的，到了秋天都不一样了，有的金黄，有的通红。再过一会儿，树叶就开始掉了，像小降落伞一样地飘下来。妈妈说我们下个星期可以去 New Hampshire 看风景。我最喜欢秋天！

何超：秋天是个很美好的时候。一年中，只有秋天才没有虫子，又不太冷。秋天，我们小孩又去上学了，又见新的老师，又认识新的朋友。秋天，自然环境很好，可以看见又红又多的叶子。秋天的空气很好，可以每天出门去玩，在一个叶山里玩。我很喜欢秋天，因为秋天是个美好的时间。

韩思宇：我喜欢秋天。秋天有树叶变红了。我和爸爸、妈妈还有妹妹去公园爬山。我们用了四十五分钟上到了山顶。这座山，有大约三百米高。我们在山顶上野餐。和我们一块去爬山的还有牛顿中文学校的小朋友。下山的时候，天上下起了小雨。我们每个人都安全回来了。我玩得很开心。

赵力童：每到秋天的时候，景色非常宜人。树上的叶子有的变红了，有的变黄了，最后都落到地上了。秋天也是一个收获的季节。这时候，人们都可以收获很多的食物。这让大家因此很开心，因为他们一年之内只能在这会儿可以收到他们最喜欢的吃的。

秋天的天气又是不冷不热，所以人们都可以出门，不用担心天气是怎么样。秋天是一个真正美丽的季节，人们在这时候也能真正了解大自然。

十年级作文:

作者: 程熙梦——我们家的小猫

今天早晨,我坐在桌子旁边,正在想怎么写这篇作文,忽然看到我们家的两只小猫在旁边玩耍。这两只猫,一只全身纯黑,我们叫它夜影;另一只猫是白色的,头上带一个大黑点,我们叫它雪花。雪花在我们家里种的几盆花中间忙忙碌碌地跳来跳去,而夜影总想抓雪花的尾巴。这种情景让我想到我要写的内容了。

大约一年多以前,妈妈从一个朋友家带回来这两只小猫。当时,它们才一点点大,就像一个大老鼠那么大,叫的声音很小,吃的东西也不多。它们的喉咙总是有声音,像是有痰没有吐出来。经过我们细心地喂养,每次给食物前,都要洗干净它们的碗,要喂干净的水。每个月都给它们洗一次澡。它们渐渐长大了,现在已经是两只大猫了。

这两只猫也有很多调皮的地方,如把花瓶打碎,抓坏东西,弄死了花草等。但是它们仍然很可爱,我们放学回家,一进门它们就跑上来,我们就抱它。到我们家的朋友都说:“你们家的小猫真可爱!”

作者: 孙觅觅——世界音乐的首都

美国是世界音乐的首都。在这里长大,我接触到各种各样的音乐,从古典到摇滚,有很多很多。我现在最喜欢听摇滚乐。我最喜欢的歌星是 Marilyn Manson, Black Sabbath 和 Guns n' Roses。他们都是世界上著名的歌星。它们是从七十年代开始走红的。他们的音乐很响,表演很有特色。我有很多他们的 CD。我几乎每天都听,越听越爱听。

这些歌星激发了我学吉他的兴趣,我买了一个吉他,开始学习弹我最喜欢的歌曲。我已经开始组建自己的乐队。我发现有很多很多困难,但是我相信,只要我不断努力,我一定会成功!长大以后,我想当个摇滚歌手。

两个月后, Marilyn Manson 要在波士顿表演,我很激动,他是我的偶像之一,希望我能去。

我喜欢美国,更喜欢这里多种多样的音乐。

作者: 包涵纳——中国的国花

在麻州,许多人知道她的州花是五月花。在中国,一半以上的人知道日本的国花是樱花。可是,你知道中国的国花是什么吗?

很多人以为中国的国花是梅花或者牡丹花。但是,如果你根本不知道中国有国花这一说,不用担心,三分之一的中国人和你一样。

尽管一百多个国家有国花,中国还没有决定用哪种花作国花。然而法国、意大利和西班牙这些大国也没有国花。

百分之七十的中国人以为牡丹花应该是中国的国花。十八个省选牡丹花为国花,他们都认为“一国一花”。可是,另外十一个省想要“一国四花”;四种花分别为春夏秋冬的季节花。但是,他们在兰花、荷花、菊花、梅花和牡丹花中无法决定。最后,他们决定还是选牡丹花为国花,另外的四种花当季节花。

在一九八六年,有人提出“一国两花”,代表中国的北方文化和南方文化。他提议梅花和牡丹花。梅花生长在中国的北方,代表纯洁的心灵。而牡丹花生长在中国的南方,代表高贵典雅的少女。

中国政府选国花的时候遇到困难，因为世界上花品种的百分之八十五渊源于中国，还有很多省份和政府组织在一国多少国花和到底选什么花方面没有达成一致意见。所以中国到现在还没有国花。预计中国将于 2004 年选出国花。

七嘴八舌

关于中文教学的一点建议

沈亚虹



我曾在美国哈佛大学东亚系担任过中文教师。对美国大学中文教学的要求与做法略知一二。尽管大学的中文课程设置、教学要求、学生年龄、素质与牛顿中文学校有很大不同，但我觉得有些做法还是可以借鉴的，尤其是如何训练学生说中文。

中文教学，离不开听、说、读、写。现在学校的中文课，读和写基本上没有问题，听和说略显不足。虽然老师课上都提问学生，但并不是每一个学生每一节课都有机会回答问题，或即使有机会回答问题，回答的机会不会很多。尽管听说中文主要不是靠在中文学校上课那每周 1—2 个小时（这个问题是另一个 topic，不在此议论），但中文课还是应给学生有一定的时间和均等的机会进行听说训练，并有一定要求。美国大学中文教学课程设置中对听说训练非常重视。很多学校都设有听说练习课。具体做法是由教师事先按所教课文内容准备 10—20 个问题。练习课学生不超过 12 人一班，老师与学生围做一圈，由老师从准备的问题中抽出问题换个问学生。由此每个学生都有均等的机会听老师的问题并回答问题。每节课下来，学生被问和回答的次数有时达十多次之多。当然中文学校上课的时间非常紧，加上孩子们年龄小，不可能有中文听说课的专门时间。但建议每节课或每 2—3 周抽 15 分钟左右，把班上孩子分成小组，每组不超过 6 人，由老师、助教、家长（志愿人员）带领进行听说训练。当然课前老师要准备好提问内容，并且助教和家长志愿人员都要事先熟悉一下提问内容。现在中文学校每班人数不一，但训练时人不宜太多。所以需要家长轮流或志愿帮助训练。

我已和四年级曾力老师谈过，曾老师愿意先在她班上进行试验。
提此建议的目的是：

1. 以此训练使中文课教学提出一定听说要求，提高孩子们听说中文的能力。
2. 使学校的中文教学和家长的参与、支持更密切配合起来。
3. 如果效果好的话，也许能增强孩子们自觉说中文的信心和中文语言的能力。

家长之声

心平气和地对待子女的选择

章晓华

一年一度的大学申请季节又来到了，海外的中国家长们一点也不比国内高考时的家长轻松。这种压力从孩子们入学就开始积累，到了十二年级更是最后冲刺的紧张时刻。在此我想谈一点个人的想法和体会。

我们经常在报纸、杂志上看到各种宣传教子有方的文章，很多都以“被哈佛大学录取”作为全文的总结。这很容易给我们造成一个错觉，似乎孩子进入了名牌大学就达到了目的，家长的成功也得到了许可。其实，这是一种很片面的理解，容易导致孩子单方面的发展，从而限制了孩子发挥自己最大的潜力。

我认为大学是孩子教育过程中的重要环节之一，而成功的美国大学教育系统造就了为数众多的、多元化的学校，都能提供很好的高等教育。上什么大学是水到渠成的结果，而不是开渠引水的目标。而培养一个热爱生活，热爱自然，对家庭、社会和所在团体有极强责任感的孩子要远比上什么大学更重要。孩子的身心健康、社会能力及对生活的态度才是他们的将来成功与否的决定性因素。

这些听起来老生常谈的观点，做起来并不容易。十几年来，我们不断地努力和探索，最终达到能心平气和地对待子女的选择。

例如，今年十一年级的女儿申请去了一个农场学校学一个学期，这意味着她在十一年级里不可能选修任何 AP 课程。她的有些同学的家长不同意子女去这所学校的主要原因也是如此，担心会影响他们的大学录取。但是我们知道，农场生活正是女儿现在的激情所在，任何 AP 课都不可能激发她那么高的热情和投入，而正是这种热情才是学习的动力和源泉。而支持孩子们去尝试各种不同的生活经历和接触不同的社会环境也是我们一直所倡导的，所以我们从一开始就很支持她的选择。至于她明年会去哪所大学，我们想总会有一所属于她的学校。

我真心地希望十二年级的家长们也能心平气和地对待子女的入学申请，从精神上给他们最大的支持，从而帮助他们顺利地度过这一紧张阶段。而且不论被哪所大学录取我们都应该表现出对子女最大的自豪和骄傲，都是值得庆贺一番的重大事情。因为这标志着十二年来辛苦努力的结果和他们新生活的开始。



在美国教育孩子(上)

陈利钦



海水比你的手更柔软，但海水不停地流动，所以最坚硬的岩石也为之改变了模样。—安徒生

最近，我女儿以第一名成绩从波士顿拉丁学校毕业，同时被哈佛和其他一些有名的高校录取。因着我女儿的这些成功，很多父母和朋友都问起我们教育小孩的经验，因为华人父母大都极为重视孩子的教育。从心里说，我对介绍教育孩子的经验非常犹豫。我们都知道得非常清楚，孩子从学业的成功到事业的成功还有很长的路。我们见过太多的例子，成功的学业未必带来成功的事业，成功的事业未必需要成功的学业。即使孩子在学业和事业上都成功了，人生的价值也远非仅用学业和事业可以概括。谈到对孩子教育的成功与否，相反我还很有顾虑。我不知道我们是否真的算得上非常成功的父母。我深信每一位做父母的都有很多教育孩子的经验。从不同方面看，我们从其他很多孩子的行为上可以看出抚养他们的成功的父母，尽管这些孩子可能没有去哈佛这样的名校。而我们的女儿因着她的聪明和努力，一向是学校里的宠儿。耳边听惯了赞美

声，几乎没有受到任何真正的挫折。我不知道过多的赞扬和过分的顺利对孩子今后的道路有多少负面的影响。我们只能衷心希望她能慢慢理解什么是真正的生活挑战，冷静对待现实。

虽然我们并不感觉在教育自己的女儿上有多少成功之处，但我还是愿意谈谈对现今亚裔父母在美国教育孩子的体验。我们在孩子教育上走过的路，也许会对一些父母有所启发，特别是如果你也有一位像我女儿一样个性极强，雄心勃勃的孩子。教育这样的孩子，对父母无疑是极大的挑战。

基本宗旨：无为而治，以柔克刚

如果有人问我一生最大的成就是什么，我会毫不犹豫地回答：我把我的孩子抚养成人。如果有人问我一生最自豪的是什么，最大的挑战是什么，我会有同样的回答。我在工作中所完成的任何项目，无论多大多难，都无法与教育我们的孩子相比。但这回答与她在学业上的成就没有太大关系。即使她学业一般，我还是会有同样的感触。在女儿远远还没有毕业，得到学校这些荣誉之前，我已经多次向我们的朋友们表示了这样的感叹。

如果要我将教育小孩的经验概括成一句话，那就是对小孩不要管得太多。我们在教育孩子上所做的最大的努力，就是最大限度地减少对小孩的干涉。这是我们所处的特定条件所决定的，亚裔父母在美国教育孩子，管得太多未必带来理想的结果。

几年以前，女儿从网上下载一段笑话。我猜想这段笑话多半是亚裔青少年们合作写的。题目是，“你知道你是亚裔，因为你的父母……”。然后列举一百多条亚裔父母的特点。其中除了极少数几条是赞扬或者中性的之外，绝大多数都是带着讽刺和批评性质的。虽说这是笑话，但可以看出现今在美的亚裔青少年要求独立，不愿意被束缚的强烈愿望。同时也可以看出他们对我们所赞赏的传统不屑一顾。这里面不但包含着所谓的“代沟”，同时也反映了中西方的文化差异。我立刻想到，如果我们做父母的也来给我们的孩子列一张清单，大概会有同样多的负面评论，尽管我相信我们的清单会比我们孩子的清单公正一些。由于我们与孩子的基本看法之间相差如此之远，在教育孩子时难免会有激烈的冲突。特别对于个性强的孩子，如果我们缺乏对孩子的充分理解和宽容，很难相信我们与孩子之间还能有任何正常的沟通。更不用说能让孩子听得进我们的劝告。

在与自己的孩子多次冲突之后，我的结论是，与其花如此多的时间说服孩子做出她不愿意做的选择，还不如让孩子自己决定她愿意做的事，只要不违反最基本的准则。绝大多数时候，我们的孩子知道好坏。我们作为来美的第一代移民，深知在外创业的艰难。清楚安纪守法、勤奋工作学习是唯一的道路。我们的孩子已经有了足够的身教。如果孩子愿意效仿，不用多说他们也早就明白了。但如果孩子决心选择不效仿父母，想要用说教的方法来使我们的孩子改变主意，可能性就实在太小了。

中国历史上治国成功的皇帝，除了那些开国的和在战乱时期的之外，他们成功的秘诀大多非常简单，无为而治。十七、十八世纪资产阶级革命根本的一点，就是让政府不要干涉太多。老百姓知道如何经营谋生。我们今天在美的亚裔父母，也许可以从历史中得到一些启发。在教育我们的小孩时，也要注意信任他们，不要干涉太多。这话听起来很容易，但做起来却并不那么简单。因为我们通常过分相信自己，而不够信任我们的孩子。我有一位朋友曾经很有感触地说，很多时候，我们在教育孩子之前，必须先教育自己。这话值得我们很多父母深思。

我相信我女儿学业上的成就与她能有足够的自主权来安排时间有很大关系。她从小酷爱阅读，但不那么热衷于那些流行的课外活动。尽管我不主张孩子花那么多时间阅读，而且深信健康的课外活动对于平衡生活是非常重要的，但在权衡利弊之后，我们还是决定让孩子自

已安排兴趣爱好、学习和娱乐，没有强迫孩子学这学那。所以她至今几乎没有任何值得一谈的特长。但换来的结果是，她一直有足够的时间阅读大量的书籍，同时也养成了她自觉学习的好习惯。她在英语、拉丁语、历史、经济等课程上的优异成绩，和她大量阅读书籍是分不开的。由此而带来学校里的荣誉和教师们的赞赏，进一步激发她的热情和自信心，构成了她在学习上的良性循环。

性格强的孩子也许永远不会满足于父母给他们的自由。无论你对孩子有多宽容，激烈的冲突还是所在难免。而使我们常常感觉在美国教育青少年是如此困难，他们的心真是坚如顽石。在经历了许多挫折之后得出的经验是，多花时间与孩子娱乐和交流（趁孩子还愿意！），少花时间对孩子讲道理或教知识。多给孩子无条件地提供帮助，比如说，接送孩子去他们所喜欢的正常活动和聚会，少对孩子提加强学习的要求。多鼓励孩子的努力和成功，少批评孩子的失误或不足。所有这一切的目的，是希望我们的孩子也许有一天会为父母的一片心意所感化，知道如何与父母相处，从父母这里得到有益的劝告。

我们的女儿

因为教育的方式必须因孩子的性格而异，而孩子的性格可以有很大差别，所以我想先介绍一下我们的女儿。

我们的女儿是我们唯一的孩子。和绝大部分在这儿的中国小孩一样，她从小聪明。但有一点不太一样的是，她的个性极为独立，比绝大部分男孩还要自强，雄心勃勃得多。同时她又是一个非常内向的孩子。这性格也许一半是天性，一半和我们从小不宠爱、主张孩子独立有关。她的个性对她以后在学业上的成就有很大的影响，但也对我们父母在她的教育上提出了不小的挑战。因为在家里，我这位父亲也是一位个性极强的角色。一开始，我对她的雄心还非常欣赏。记得我们住在 Indianapolis 的时候，我送她去普度大学为优秀儿童举办的一个假期班。回来的时候我对她说，普度是一所非常好的高校，你以后可以去那里上大学。不想当时才十岁的女儿回答说，这和她的志向还差得很远。我问她想去哪里，她回答说，MIT 或哈佛。她的回答使我非常吃惊，但我马上鼓励她说，你有这样的雄心很好。如果我有机会，就把家搬到波士顿，让你有更多的机会。

隔了一年多，我真的有机会换工作，把家搬到了波士顿。女儿也考入了有名的波士顿拉丁学校。随着小孩年龄长大，与父母的关系也随着改变。和所有的孩子一样，女儿在小时候把我们父母当做英雄。特别是我这位父亲，一向是她崇拜的对象。但进入青少年之后，她很快发现她当年的崇拜对象现在已经成了妨碍她绝对自由的锁链。于是因我们父母管教而引起的冲突日渐增多。

我一向自信自己是一个对孩子非常宽容，给孩子以足够自由的父亲。但在我女儿进入青少年的时候，我很快发现我们对宽容的定义和孩子的期望还有极大的距离。我们常以我们这一代成长时父母对我们的管教做参考，以为我们已经对孩子宽容得不能再宽容了。但我们的小孩却以当今美国孩子的成长环境做比较，常觉得我们管得太多而无法容忍。我知道美国家庭中也同样存在这个社会问题，但对中国家庭就更为严重得多。加上我自己本人的个性和女儿一样强，孩子的教育就常常出现危机。

为了缓解与孩子的冲突，我不得不调整自己在家庭中的角色和自己对孩子的期望。我深信这些调整是我一生中最为艰难的考验之一，几乎使得我们老三届在文革中的动荡经历逊色。很多事真是难以用一篇短文表达，这里我只能说几点在解决小孩教育中危机问题的简单体会。（待续）

圣诞节

12月25日，是基督教徒纪念耶稣诞生的日子，称为圣诞节。

耶稣的生日究竟是哪一天，其实早无据可查。为什么要把12月25日定为圣诞节呢？这是在5世纪中叶由教会规定的。公元354年，在“菲洛卡连”日历中第一次写明12月25日是耶稣的生日，到5世纪西方普遍接受了这个日期为圣诞节。

节日期间，各国基督教徒都举行隆重的纪念仪式。圣诞节本来是基督教徒的节日，由于人们格外重视，它便成为一个全民性的节日，是西方国家一年中最盛大的节日，可以和新年相提并论，类似我国过春节。

西方人以红、绿、白三色为圣诞色，圣诞节来临时家家户户都要用圣诞色来装饰。红色的有圣诞花和圣诞蜡烛。绿色的是圣诞树。它是圣诞节的主要装饰品，用砍伐来的杉、柏一类呈塔形的常青树装饰而成。上面悬挂着五颜六色的彩灯、礼物和纸花，还点燃着圣诞蜡烛。

红色与白色相映成趣的是圣诞老人，他是圣诞节活动中最受欢迎的人物。西方儿童在圣诞夜临睡之前，要在壁炉前或枕头旁放上一只袜子，等候圣诞老人在他们入睡后把礼物放在袜子内。在西方，扮演圣诞老人也是一种习俗。



生活指南

人到中年，请多保重

滕蓉蓉

上个星期六，我参加了一位朋友的葬礼。这位朋友是位具爱心、同情心、事业心于一身的好父亲、好丈夫、好同事，却不幸患胃癌去世，年仅46岁。他唯一的儿子在波士顿拉丁学校读书，是位各方面都十分优秀的学生，但他却未能看到儿子上大学的那一天。对于他的英年早逝，大家都十分痛惜。拉丁学校家长联谊会的众多家长都去参加了他的遗体告别仪式，以表达他们哀痛的心情及对逝者妻儿的安慰关心。

最近几个月，连着接到坏消息。先是国内一个朋友不幸车祸，自行车被大卡车撞，脑外伤后成了植物人，今年刚满40岁；而后是宾州费城的老邻居患肺癌去世，留下两个未成年的儿子；几个星期前，同学从加州打来电话，说是我们的一个大校友（同校不同系的）突然去世了，也只有46岁。记忆中的这位大校友高高个儿，长相英俊，是位不可多得的才子。

报纸上还常常看到不相识的同龄人英年早逝的消息。看着自己的同龄人一个个倒下去，心里真不是滋味。这几天我老是在想，到底是什么原因造成这种英年早逝现象？沉思良久，觉得可能有许多因素。

一．先天不足。我们这一代人，生在大跃进时期的饥荒年，长在文化大革命时期的动荡年，物质贫乏，营养不良。不少人都曾经上山下乡去最艰苦的地方“脱胎换骨”、“忍饥挨饿”劳动锻炼过。

二．压力重大，工作繁忙。改革开放以后，考大学，考研究生，考托福，忙出国，过五关斩六将，没有好好休息过。到了美国忙学位，苦读书不分昼夜；忙身份为老板加班加点。等到身份有了着落，工作稍为稳定，又要忙碌房子，忙碌孩子。上有老，下有小，再加工作重负，真是没有喘气的时候。日积月累，疲劳没有恢复，就像银行里的户头只取钱不存

钱，就会出现透支现象。“积劳成疾”这句话还是有道理的。再看古人造字也是非常贴切，“忙”字是竖心旁加“亡”，心太累了就亡了么。现代医学也证明人在忙碌疲劳之下，机体的免疫力、抵抗力明显下降，这也是中医所称的“正气存内，邪不可干，邪之所凑，其内必虚”。

三、忽视小病小患。由于学习工作繁忙，大多数人对小病小患不当一回事，再加上美国的医疗体制也不同，任何病痛先要去看家庭医生，家庭医生根据病情再转给专科医生，其间要预约等待来回折腾，一两个月就过去了。对于许多人来说，不到万不得已是不去看医生的。等到发现有病，为时已晚，耽误了许多宝贵的时间。

因此，人到中年，应该是开始保养的年龄了。让我们从饮食营养开始。

（一）合理饮食，营养适当。

在物质丰富的美国，我们状况已经一去不复返了。但天题。怎样合理饮食？首先要保勿梳洗后不吃早餐就去上班。免不了狼吞虎咽地几口下肚，完了。晚上回到家好不容易一最丰盛的一顿饭菜，因而饱餐



小时候那种一个月偶尔吃次荤的天吃肉、顿顿吃肉也引发许多问证一日三餐。许多人早上起来匆等到中午饿得前胸贴后背的，就也没有吃出饭菜是什么味道就吃家人坐在一起吃饭，这是一天中一顿。这是许多人一日三餐的写照

照（包括自己在内）。其实这是很不合理的饮食。不管多忙，要挤出时间来吃三餐。理想的**早餐**应该是 1—2 片面包，一只鸡蛋，一杯牛奶，1/2 到 1 根香蕉。**中餐**：50%粮食（米面类），30%肉类，20%蔬菜。**晚餐**：50%粮食，30%蔬菜，20%肉类，而且不要吃到十分饱。现在有人提倡高蛋白低碳水化合物饮食(Atkin's diet)，我觉得不适合我们中国人，因为我们是喝稀饭吃萝卜干长大的，虚不受补。

（二）适当休息，恢复疲劳。

20 多岁的时候，经常开夜车也不觉得累。一到中年，感觉就不一样了。如果过了 12 点钟睡觉，第二天就会精神不振，觉得中午要小睡一下补足睡眠。所以中年人要学会调整作息时间，不要太迟睡觉，工作繁忙要学会忙里偷闲。周末加班后有些单位会让你选择拿补休还是拿钱，像这种情况我母亲总是告诫我拿补休，因为钱永远是挣不完的，而一周没有休息，疲劳积累起来了，长此以往，必然得病。珍惜与家人一起的时间，生命很短暂，我们不知明天将是什么。抓住今天，充分享受生活给予我们的一切。

（三）确保健康，重在预防。

人到中年，定期健康检查很重要。原则上应该每年体检一次，查一下心脏、肝、脾，查一下血糖、血脂，许多糖尿病及高胆固醇是在体检时发现的。已婚女性应该每年做一次宫颈涂片及常规妇科检查。去年国内有位影星李媛媛不幸患宫颈癌去世，因为发现时为时已晚，早期宫颈癌完全是可以治愈的；满 40 岁的女性应该有一次 Mammogram 的底线纪录，然后每两年复查一次。全美国每年有几万人死于乳房癌，乳癌的生存率完全与发现早晚有关。我曾见过乳癌手术后活过 45 年的幸存者。

中年男性要慎重对待小毛小病。如夜间小便次数增多及小便排空不尽，要注意是否有前列腺肥大或肿瘤；咳嗽、鼻塞不要輕易以为伤风感冒，不管是干咳还是有痰咳嗽，如果连续咳嗽超过三个星期，一定要去看医生，有必要的話做 X 线；食欲不振，吃少量食物就有饱胀感，空腹胃痛或吞咽时觉得食物卡在食道，也必须去看医生，因为中国人胃癌、食道癌的发病率比其他族裔要高；胸部不适也必须重视，如果运动或疲劳以后胸闷、胸痛，完全有可能是心绞痛、心肌梗塞的先兆症状；脾气变坏，为一点小事发火，青筋怒暴，除了心情不好以

外，是否有肝脏方面的毛病或血压增高等因素；晨起眼睑水肿常常是肾脏有病的先兆；而下肢肿胀常常跟心血管病有关……。

我们当初是为了自由投奔美利坚。得着自由以后，生命更显可贵。让我们放下生活重负，尽情地享受生命吧。

牛顿中文学校东方之声合唱团明年暑期活动和招聘新团员通知

以牛顿中文学校家长为主体的东方之声合唱团（原称波士顿中华艺术合唱团）自去年夏天赴北京捧回两座第六届中国国际合唱节优秀表演奖之后，在校行政的关心支持下，在孙京团长，乔万均指挥和全体团员的共同努力下，整体艺术水平在不断提高中，并多次为牛顿中文学校赢得了荣誉。为了让合唱团有更多学习和提高的机会，为了促进各国文化和艺术的交流，也为了丰富大家的暑期生活，合唱团团委会经讨论后决定：从即日起开始招聘新团员，截止日期为 2004 年 1 月 31 日，报名时间和地点：每周日下午三点半或五点，学校一楼 108 教室。组委会将组织黄石国家公园四日三夜游活动，该活动只限于合唱团团员和家属。结束了黄石公园游后将直赴爱达荷州大学参加第四届爱达荷国际合唱节（7/6/04 至 7/12/04），非团员可乘机先回波士顿。联系人：孙京 JSun@statestreet.com。请看下列详细通知。

热爱合唱的朋友们，我们热烈地欢迎您！



What: **The Fourth Idaho International Choral Festival**

When: July 6 ~ July 11, 2004

Where: Pocatello, Idaho

Activities: BEHC will organize a trip to Yellowstone National Park (which is 150 miles away from Pocatello) before the Festival.

The tentative dates and activities are set as follows,

7/3 fly to Salt Lake City, then goes to Yellowstone National Park directly.

7/4 ~ 7/5 sightseeing in Yellowstone

7/6 leave Yellowstone in the morning, practice afternoon and evening in Pocatello

7/7 morning visit a skiing resort, afternoon opening ceremony

7/8 ~ 7/11 performance, exchanges

Fees: We don't have a concrete number yet, but basically each member and family takes care of the air tickets and the expense at Yellowstone.

The chorus committee will try to organize the activities in Yellowstone. The room and board at Pocatello will be arranged by Festival committee at minimal cost to us. As a reference, a rt air ticket could cost as little as \$139, or as much as \$325

(if you book now at Priceline.com). A room in Yellowstone costs \$50 ~ \$70 per night.

Please discuss this with your family members. We like to collect the trip info by mid Dec.



李亦鸣
Travel Specialist

如果您需要购买飞机票或其他旅游事宜,欢迎和我联系。我这里提供亚洲, 欧洲, 南美洲所有机票及 Package, Tour, Cruise 等服务。最新价格:
Spend Christmas in Aurba
七日游 12/20 - 12/27 \$999
+ Tax 波士顿出发(包机票, 酒店)

Cancun 七日游 1/3 - 1/10 or 1/10 - 1/17 \$ 699 + Tax 波士顿出发(包机票, 酒店)

Puerto Plata 七日游 1/3 - 1/10 or 1/10 - 1/17 \$ 699 + Tax 波士顿出发(包机票, 酒店 及三餐)

1月22日是春节, 要回国的朋友要抓紧订票。
联系电话: 617-325-6714 晚七点以后, 或手机 617-710-2987

E-mail: yimingli@aileentravel.com

www.aileentravel.com

“厨房巧手”技巧集锦

炖牛肉酥烂的技巧

要把牛肉炖烂, 可在炖肉时往锅里加几片山楂片, 然后用文火慢慢炖煮, 这样可使牛肉酥烂且味美。另外, 煮牛肉时, 应该先将水烧开, 再往锅里放牛肉。这样不仅能保存肉中的营养成分, 而且味道特别香。

煎鱼不粘锅妙法

将锅放上火烧至温热时, 用一小块鲜姜把锅内涂擦一遍, 然后把油倒入锅内, 并使锅内沾满油, 待油热时将鱼放入煎炸, 这样鱼就不会粘锅。

豆腐入味的诀窍

要使烧制的豆腐易入味, 关键在于火候及调味。烧制豆腐时, 应用大火烧沸后(加入各种调料), 再移至小火焖, 待焖至汤汁少许时, 用水淀粉勾芡使汁均匀包裹在豆腐上, 出锅即可。

大卫影室

David's Studio

617-899-1609 (C)

781-784-4335 (H)

节日期间特为牛顿中文学校提供优惠服务:
(如果您是老师我们将优先为您服务)

全家福, 单人照, 各种组合, 任君选择.

时间: 星期天下午 1:30 - 5:15

地点: 牛顿中文学校 206 教室

价钱: 第一张 8"x 10": \$7/张

第二张之后: \$5/张

如想自行打印,

我们可将像片通过电子邮件寄给您: \$10/张

No Sitting Fee!

穿上您节日的盛“妆”, 带着您美丽的微笑, 留下这美好的回忆!



Ask The Experts!



Sell/buy a house in good school towns, call **Good School Realty, Inc.!**

We have experts covering Acton, Andover, Belmont, Brookline, Lexington, Newton, Sudbury, Wayland, Weston and many other towns with excellent public schools! Look forward to our Acton and Newton offices soon.

Call 1-888-430-5900 or visit our website www.GoodSchoolRealty.com to sign in for automatic marketing updates.



胡桃街音乐教室 (Newton)

教授小提琴, 大提琴单独或集体课. 老师为前波士顿大学音乐系教授. 毕业于费城 **Curtis** 音乐学院. 多次国际比赛获奖. 具有丰富教学及演奏经验. 耐心负责. 接收各级别学生.

请联系郭老师 617-504-6209 或 周老师 617-935-1379.

For online reviews, please visit the following links:

<http://www.bostonphil.org/wpkuo.html>

<http://www.shriverconcerts.org/oldseason/Muir.html>

<http://www.rockefeller.edu/pubinfo/muir.html>

<http://www.metamorphosen.org/met/memberindex.asp>

<http://www.bu.edu/bridge/archive/1997/11-07/arts.html>

<http://www.yesterdayservice.com/PerfR.html>

<http://www.anl.gov/ARTS/muir.html>

<http://www.buffalo.edu/reporter/vol28/vol28n07/n7.html>

<http://www.classical.net/music/recs/reviews/e/eco00006a.html>

<http://www.newberkshire.com/reviews/jp-morris.html>