

牛顿 中文学校 校刊

NCLS JOURNAL

2008 - 12

第 4 期



◇ 怎样教声母 Y 和 W

◇ 熠熠生辉的平实

◇ 二十年来时路

◇ 天津的建筑和海河上的桥

目 录

2 学校董事会会议简报-----	孙 京
3 助教录用原则及管理条例-----	校行政
3 牛顿中文学校乒乓球公开赛-----	筹备小组
4 熠熠生辉的平实-----	大 海
6 怎样教声母 Y 和 W-----	赵咏梅
7 三年级丁班作文-----	指导老师田 毅
10 猫熊为什么被称为熊猫-----	报 摘
11 二十年来时路-----	李家祺
13 七年级丙班作文-----	指导老师庄 园
17 天津的建筑和海河上的桥-----	杜炎武
18 花心得-----	朱伟忆
19 打破厨具迷思-----	本 刊
19 奏乐马路-----	报 摘
20 亡国之音哀以思-----	湘 灵
23 感恩节联欢会-----	支教组
23 中国“胃”道-----	过海哪吒
24 巧用百味之将食盐-----	刘慧文
25 卡拉 OK 歌会开始报名-----	筹备组

牛顿中文学校校刊

NCLS JOURNAL

主 办：牛顿中文学校

董事长：孙 京

校 长：李 屏

副校长：韩 斌

编 辑：孙海燕

封面图画：张智杰

指导老师：郑 玥

（此画获 PHE 国际绘画比赛
第三名）

网址：

www.newtonchineseschool.org

邮址：

principals@newtonchineseschool.org

editor@newtonchineseschool.org

告读者：

牛顿校刊今年以新版面示人，设有“教务漫谈”、“学生园地”、“小荷尖尖”、“牛顿五十”、“我的家在...”、“人物专访”、“支援教育”、“校区内外”、“生活点滴”、“文化动态”等栏目，欢迎各位牛顿人惠赐稿件、作品（书画、摄影）。

来稿请寄：

editor@newtonchineseschool.org

本校将略付微酬，仅表示我们
深 深 重 重 地 谢 意 。



牛顿中文学校董事会会议简报

(马丽君会议记录, 孙京执笔)

牛顿中文学校董事会于 2008 年 11 月 1 日召开了 2008-2009 年度第二次董事会会议。董事会九名成员刘希纯, 姚洁莹, 马丽君, 李屏, 张剑, 郭红, 赵肖东, 倪继红, 孙京全部出席了会议。副校长韩彬按惯例列席会议。前任董事长王卫东列席了部分会议。

此次董事会会议的主要议题为:

- 1) 讨论并通过 2008 / 2009 年度预算报告 (李屏)。
- 2) 听取学校工作报告 (李屏)。
 - a) 开学以来情况汇报。
 - b) 助教情况汇报和讨论。
- 3) 听取马立平教材实验教学情况汇报 (姚洁莹)。
- 4) 听取家长会工作报告 (倪继红)
- 5) 听取支持中国贫困地区教育事业项目报告 (郭红)。
- 6) 听取校庆五十周年筹备汇报 (王卫东)。

董事会首先本着高度负责的态度, 对校长提交的学校年度预算逐条做了仔细讨论。董事会满意地看到, 本年度预算将继续本着促进学校稳定发展, 量入为出, 从简从严的方针, 在努力完成许多重大活动的同时, 力争在不增加师生负担的情况下做到预算平衡。在慎重讨论及提出修改意见后, 董事会原则通过本年度预算。

校长李屏做了 2008 年度开学以来情况汇报, 表示各项工作运行正常, 师资及生源稳定, 教学环境和秩序良好, 负面反馈大为减少。学校成功地举行了防火演习, 还拍了具有历史意义的全校师生合影。董事会对李屏, 韩彬及全体校行政工作人员

所做的努力和取得的优异成绩表示衷心的感谢和祝贺!

校长李屏还就学校助教的使用管理情况做了介绍, 就如何改进提高提出建议, 并初步拟定了一个助教工作条例。董事会就此做了深入讨论, 在原则通过的情况下提出若干建议。会后, 李屏校长根据董事们的建议又对条例做了修改。董事会在对修改稿做进一步讨论之后, 决定通过, 并在下学期开始执行。

姚洁莹董事就马立平教材实验教学情况做了汇报, 表示这一试点工作进展顺利, 师生家长反映良好。董事会对参与这一实验的师生们的热情和努力表示肯定, 也对它今后的发展方向做了热烈研讨。最后决定在现阶段继续开展该项试验, 听取各方面的反馈意见, 为将来制定新的方针奠定基础。

董事会还听取了家长会长倪继红所做的工作汇报。开学以来家长会发展了一些新成员, 家长值班制度开展得有条不紊。家长会协助校行政搞好学校日常管理, 在防火演习等活动中发挥了重要作用。他们还将节日期间和校行政一起主办感谢教师茶话会, 表达家长对老师们的感激之情。

董事会也听取了郭红董事所做的关于‘牛顿中文学校支持中国贫困地区教育事业’项目工作情况汇报。今年这一活动起步早, 起点高, 计划周全, 现在已在扶贫对象, 筹款活动等诸多事务上有很大进展。董事会对工作组成员的无私奉献和热情工作给予高度评价, 感谢大家的辛勤努力。

牛顿中文学校建校 50 周年大庆筹备工作组组长王卫东也在董事会上就该项活动的进展

情况做了汇报。筹备工作在各个方面全面展开，包括中文教学研讨会、50周年纪念册、征文、文娱比赛、舞会、游园会及大型音乐晚会等的准备工作都在积极进行之中。筹备组云集了近年来多任校领导，大家各施其职，积极地推动着该项活动的顺利展开。

董事会会议连续进行了4个小时，气氛热烈，发言踊跃，体现了董事们对学校事务高度负责的精神。董事会相信，在全校上千名师生员工及家长持续不断的努力和支持下，牛顿中文学校一定能经久不衰，不断发展，为弘扬中华文化做出贡献。

关于助教的录用及管理条例

学校原则上：不给教师配备其亲属当助教；学生人数超过八人以上的班级方可安排助教；一班配备一个助教；优先安排想做助教的第一节课主讲老师做第二节课的助教；同时第二节课优先安排学生助教。

学生助教的录用及管理条例：

1. 申请者需要填写申请表，并附有我校中文课教师的推荐信，经过审查和面试后方可录用。我校的应届毕业生优先考虑。
2. 助教工作的第一学期为试用期。此期间学校将不支付工资，视为义工。试用期结束后，经学校审查合格方可正式录用。
3. 助教年龄未满十五岁者，学校将不支付工资，视为义工。
4. 助教的年限不得超过两年。
5. 一学期内请假次数四次以上者，学校将取消其助教资格。
6. 有事不请假或无故不到超过两次者，将不再被学校录用。
7. 违反助教守则并不听从劝告者将不再被学校录用。

乒乓 比赛

比赛 乒乓

在庆祝牛顿中文学校成立50年之际，为了推动乒乓球运动的发展，激发更多人打乒乓球的兴趣，我校乒乓球俱乐部将从2009年1月11日起利用周日第一节课的时间（2:00 至 3:30pm）在学校二楼GYM内举行首届牛顿中文学校乒乓球公开赛。

欢迎各位家长，教师，10年级以上的同学及任何乒乓球运动的爱好者（包括校外人士）踊跃报名参加。比赛项目包括男子单打，女子单打及任意组合双打。每项前三名者将获得奖杯。

报名日期：即日起至12月21日止

报名地点：牛顿中文学校二楼GYM内

报 名 费：每人\$10

联 系 人：汪自强，黄少君老师

艺讯

芭蕾舞《胡桃夹子》

11月28日至12月28日，波士顿芭蕾舞团将在歌剧院（the Opera House）演出第41季《胡桃夹子》。作为波士顿的文艺传统之一，该剧每年圣诞节前后上演，温暖迷人、老少皆宜，长盛不衰。《胡桃夹子》由俄国作曲家柴可夫斯基根据德国童话故事创作而成。

购票热线：617-695-6955

二十人以上团体购票，可享最高五折的优惠。

演出地址：539 Washington St.
Boston, MA 02111

熠熠生辉的平实

大海

如果说牛顿中文学校有金牌老师的话，王瑞云老师当之无愧。

为了孩子“领先”在起跑线上，真有家长守在电脑前，等午夜 12 点注册机关打开，第一个敲进去给孩子报王老师的课。她的班总是很快“灌满”，她只好成为唯一再开第二时段课的老师。有一年，她的三个学生因故转到别的学校，因分班原因需要跳一级。家长担心，来问王老师的意见。她说了一句去试试吧。结果年终，三人拿了班级的前三名。

如果说拿金牌是得靠真工夫的话，王老师自 1979 年加入牛顿中文学校老师行列以来，将近 30 年，用心地全心地擦亮手中这柄教鞭，从没有懈怠。“为了了解儿童的心理特点，我周末在新英格兰医疗中心，听过一门医学追踪调查分析的课，跟了整整五年，从没缺课。”从老师到校长（1993-1994），又到老师；从 1981 年在家长大会上见证，牛顿中文学校通过改为拼音教学的提案（这一改革，是后来牛

校的工作日，不是常人的耐久性所能承受的。王老师一直有全职工作，因此可以说，她把自己青壮年的大部分星期天，都献给了牛顿中文学校，献给了中文教育。“我当校长那年，赶上大伙儿决定给校长支薪。我推辞了，我说要改就以后改吧，我还是守着老例。”

多年的媳妇熬成婆，王老师有炙手可热的口碑，用自己编写的教材，应该说驾轻就熟，教学该是很容易吧？“每节课都要认真准备，因为每个孩子都是独特的，每节课的情绪都是变化的。因人而宜是教书育人的准则。”王老师给我看她的宾果游戏卡，一面是图，一面是字。不是从一张复印下来的，而是一张张分别制作的。所有的图都是不相同的组合。“我告诉孩子们，不用看别人怎么填，每个人都有不一样的，你一定能做好你自己的。让他们有自信心，是教育的目标之一。”每一组游戏（生字新词）都配有儿歌。“旋律、图画及颜色可以帮助儿童记忆，有些孩子长大成人了，还记得中文学校学到的那些儿歌。”王老师还提到，每次上完课，她都会检讨一下当天的教学，这也是她三十年不改的本份。

为了拍照去打扰她的课。看她先检查小朋友的作业，把词端正地写在黑板上，问学生有没有在自己的作业上找到，找到后要画一个圈儿，一双双小手举起来。对有的孩子她会问一句：“这次是自己做的，还是爸爸、妈妈帮忙的？”鼓励有进步的孩子。因为学的是太空、火星、月球和太空人，当然有一首太空人的歌。孩子们唱完后，王老师说，你们这次唱的和老师上次教的不一样，但是你们很



顿中文学校吸引大批中国留学生子弟的关键点），到亲身投入拼音教材实施，又到自己编写教材；三十年来，超过 1000 个牛顿中文学

棒，自己编了一首歌。小朋友们都开心地大笑起来。

王老师拿出几个彩色气球图板，让孩子们唱歌：红气球、绿气球、黄气球和蓝气球，上天游游，上天游游，上天游游。王老师嗓音并不出色，但一遍一遍尽兴地和孩子们一起唱，这首歌她可能唱过成千上百遍。当男、女分队“红白大赛”时，她会配合孩子们舞动身体，给他们加油。她让孩子们公正地说出哪队比哪队人多（人少），哪队比哪队唱得好。结果是人少的女孩队赢了，男孩队就又大声地唱了一遍，皆大欢喜。

要做游戏了，每个孩子拿到一小捧单个的字，要把这些字组成句子。这些五岁左右的小朋友差不多都做到了。有些句子还有不同的版本：“大山上有石头”和“山上有大石头”；“绿树下有叶子”和“树下有绿叶子”。每个孩子拿到的那捧字是有些差别的，让每个孩子都能组出自己的句子，是王老师的设计。

“能做到会产生自信，会给他们愉快感。让每个孩子觉得学习是一件愉快的事，可以给他的一生打基础，这是做老师的责任！”

王瑞云老师是北京人，1949年随母亲去天津探亲，母亲有阴差阳错地带他们搭上去台湾的船，准备去旅游一下。那班船成为倒数第二艘，由天津港开往台湾的船（倒数第一艘遭遇沉船之难）。她从此成为“台湾人”。大学毕业后计划来美留学，却因身体原因不明的敏感而放弃了。1979年，又与先生和孩子一道来美定居，竟过渡顺利。这三十年来，他们一家一直住在牛顿，所以与中文学

校缘分深远。

她现在在学校做老师；有一个可爱的小长孙；还长期照顾衰老的母亲。好容易放暑假了，还要在学校参与夏令营的事。也分担着纽英崙中国夏令营的部分职责（曾在那里开创语文教学）。“每天忙得不得闲，晚上有时只想坐下来喘口气，竟能睡着了。”问她将来的打算，以为她会想写书、编教材（有人联络）。会去旅游，受聘做教育顾问或去帮忙把孙子带大。没想到她说：“真是有许许多多非常想做的事，退休以后，我会去做与教育有关的义工。用爱心、耐心、良心回馈社会。我觉得生活给我太多恩典，而我应该予以回报。”

见王老师那天，她穿一件大红高领衫，映衬出她满脸的喜气和浑身的精神。她讲话多台湾的习惯用语，但又隐隐地透些北京腔。她讲之所以喜欢幼教工作，是因为“孩子们都是纯洁、诚实、直接的，真心地对待他们，他们会



学会健康地待人。“有一个孩子，我每教一首歌谣，隔天他就会送我一幅关于歌谣的画，我很感动这份纯粹的感情。”说起孩子，王老师有说不完的话。

有这样的金牌老师，牛顿中文学校有福；在这里上学的孩子们有福。

怎样教声母Y和W

二年级两班赵咏梅老师

声母 Y, W 与单韵母 i, u 发音相同, 我们已学过了单韵母 i, u, 为什么还要学 Y, W 呢? 这其中有两个原因:

1, 声母 Y, W 是声母不是韵母, 让我们看一看声母表就知道最后两个是 Y, W。

声母 (23 个):

b	p	m	f	d	t	n	l
g	k	h		j	q	x	
zh	ch	sh	r	z	c	s	
y			w				

2, 在单韵母 a o e i u ü 中, a o e 这三个可以单独注音, 但 i u ü 不行, 只有通过 Y, W 来帮助。

如何把其中的道理教给孩子们呢? 我根据 7, 8 岁的孩子年龄小, 好奇心强, 并且喜欢朗朗上口的歌谣的特点, 设计了以下的教学方案。

先复习学过的其他 21 个声母, 让同学们看挂图, 然后说:“今天我们来学最后两个声母 Y, W。”把 Y, W 写在黑板上, 接着说:“它们的发音和我们学过的单韵母 i, u 相同, 谁能说一说 6 个单韵母是什么?”这时有的同学说: a o e i u ü。紧接着我说:“a o e 可以单独注音, 因为它们像大人一样可以单独开车来中文学校。”我请贾广瑞的爸爸举起了 a 单独注音的字卡, 又请潘晴的妈妈举起了 o 单独注音的字卡, 请董红梅老师举起了 e 单独注音的字卡。同学们跟我读过后, 我说:“i u ü 不能单独注音, 它们像小孩儿, 不能开车来中文学校, 要和爸爸妈妈一起来。”我请马嘉好同学举起 i, 她的妈妈举起 Y, 然后我说:“你们看 Y 像不像树杈, 我们来学一段歌谣: 树杈树杈 YYY, 小 i 的妈妈是大 Y。”这时马嘉好同学和她的妈妈把手里举的 Y 和 i 放在一起组成了 yi。然后 Kevin 同学举起了 u, 他的爸爸在一旁举起了 W。我说:“同学们大家看 W 像不像倒过来的屋顶, 我们来学另一个歌谣: 屋顶屋顶 WWW, 小 u 的爸爸是大 W。”Kevin 同学和他的爸爸把 W 和 u 放在一起组成了 Wu。

这时张路路同学举着小 ü 来到了前面, 我说:“小 i 和小 u 都找到了爸爸妈妈, 那么小 ü 怎么办? 我们来学最后一个歌谣: 小 ü 没父母, 小 i 的妈妈大 Y 来帮助。”马嘉好同学的妈妈 Y 和张路路同学的小 ü 组成了 yu。同学们都高兴地乐了。

声母 Y, W 就这样学完了。下课后, 同学们都安心地回家了, 因为小 i, 小 u, 小 ü 也都跟着它们的爸爸妈妈回家了。我想同学们会永远记住这三段歌谣。

(特别感谢: 贾广瑞的爸爸, Kevin 的爸爸, 马嘉好的妈妈, 潘晴的妈妈, 董红梅老师, 谢谢你们在课堂上的大力帮助)

青青小草

三年级丁班田毅老师指导的一组关于“生活中的趣事”的作文,这些小朋友刚开始练习写故事——作文,他们讲的事儿,涉及生活中的很多方面,读来挺有意思的。

玩 棒 球

徐衍峰

有一天,我哥哥带我和我的朋友,去我们学校打棒球。在球场上,我们先练习扔球、接球。哥哥是投球手,我是击球手,我的朋友是接球手。我们玩了很长时间,出了很多汗,也很累。但是我们很高兴,我最喜欢的运动是棒球!。



秋天来了

吴子文

秋天来了,秋天来了!树上的叶子从绿色变成美丽的红色\黄色和橙色.今天是星期天,我和爸爸妈妈、妹妹去农场。在农场我们摘了很多苹果。我和爸爸去农场里面的面包店, 买面包吃。我和妹妹还买了一个大南瓜。农场还有很多动物, 我喂一只羊玉米。我们玩得很开心。

一个特别的地方

晏蔚然

对于我来说，图书馆是一个特别的地方。那里有书、唱片和电影。我非常喜欢读书和写书。我有我喜欢的作家。我也喜欢运动，像足球、篮球、棒球和网球，虽然我的运动不是很好，我还是喜欢。我也喜欢读运动方面的书。

我通常从图书馆借一大堆书回家，有时候我只借几本。我长大后的理想是当作家和医生。

去 Lego 商店

Henry Tao

我妈妈带我去 Lego 商店，商店里有很多 Lego。我最喜欢的是星球大战。妈妈付了钱，我拿着新买的 Lego 高高兴兴地回家了。



我的爱好

顾昕然

我的爱好是体操，因为体操很有趣。你可以健身、比赛、表演，还有动作很优美。我看了奥林匹克运动员，我很羡慕他们。我长大的时候，想成为奥林匹克体操运动员。

去 Tioman 岛

刘立遐

夏天的时候,我和爸爸、妈妈、弟弟去马来西亚的小岛度假。这个小岛的名字是 Dioman。我们坐船去, Tioman 岛很美丽。我们在海滩上玩,我和弟弟看见了许多鱼和螃蟹。我和妈妈去潜水,我们看到很多热带鱼。

果 园

斯锐 Liao

我今天去果园了,我们不知道路,但是我们有 GPS,爸爸、妈妈不会用,我帮他们。我们找到了果园。我在那里很高兴。等我回家,我高高兴兴地看电视。

快乐的暑假

靖祥娜

今年的暑假我是会中国过的,我和我的家人干了很多事情。我最喜欢的事情是去云龙湖。我和爷爷、奶奶还有我们的小狗吧特,一起乘环湖车。散步时,吧特不小心掉进泥塘里边。出来时,像个落汤鸡!真好笑!



去 游 泳

张书仪

星期四下午，我和妈妈还有 Anna、Kacie、Keefer，还有我的弟弟去 YMCA 游泳。我们先要洗澡，然后来到游泳池。游泳池有很多小孩了，还有爸爸和妈妈。我还不会游泳，所以我带上游泳圈。我有一点害怕，妈妈一直鼓励我。我开始试着游泳。妈妈说：“你带着游泳圈，你会浮起来。”我就靠着池边慢慢地游。后来我胆子越来越大，游的越来越远。我对妈妈说：“我不怕了，妈妈，我们下次再来好吗？”妈妈高兴地点点头。

去 中 国

王安地

今年夏天我们全家去中国。在中国我们去了动物园在动物园里，我看见了猴子、长颈鹿、斑马还有大熊猫。我们去西安了，在那里，我去看城墙、参观兵马俑。我们坐火车去和回来。我喜欢去中国。

去 学 校

郑凤仪

我每天去学校，学校叫“F.A.Day Middle School”，在牛顿。我上西班牙语、英语、数学、科学、历史和话剧课。我在蓝宝石队，我的老师很好。

猫熊为何被称为熊猫

熊猫是中国特产的稀有动物，由于它憨态可掬，毛色美丽，受到人们的喜爱被列为国家一级保护动物。

据考证，在汉初学者缀辑成书的《尔雅》中，就有关于大熊猫的记载。西汉时，咸阳宫里开设的“上林苑”（动物园），据说就饲养有大熊猫。

有趣的是，1869 年法国传教士大卫神父在中国四川西部旅游时，偶尔在一户人家看到一张非常美丽的大熊猫皮，他十分惊讶，以为发现了一种新的熊种，他将它起名为“黑白熊”，并进行了考察，撰写成论文寄到当时巴黎博物学杂志发表，立即引起外国学者的广泛关注。

在大卫神父关于“黑白熊”的论文发表的第二年，由治学一向严谨的生物学家爱德华博士，将这种所谓的“黑白熊”正

式定名为“猫熊”。并为其在动物分类学上争得了“猫熊科”的一席之地。

猫熊正式的学名“Ailuropoda melanoleucus”，英文则写做“Panda”。台湾称之为“猫熊”，而中国一直叫它熊猫。有一种这样的解释：中国解放初期仍习惯从右至左认读文字的方法，所以将“猫熊”误读成“熊猫”。久而久之，约定俗成。虽然在 1989 年《辞海》修订本里，熊猫已注明即猫熊，但大熊猫之名已深入人心，实在不用多虑去修该它了。



二十年来时路

李家祺

1992 年牛顿中文学校秋季班开学，我由副校长升为校长。远在 1979 年定居波士顿后，发现众多的华人社团中，最具影响力的是中文学校。搬家多次，从未离开过牛顿，当小儿足龄进牛顿中文学校后，一直待了十年。

参与学校事务越多以后，由家长变成了老师。同时校际活动频繁，多所中文学校联合筹办“纽英崙中文夏令营”，地点始终在 Regies 学院（Weston）从 1987 年至今不曾中断。时间是每年八月的第二个礼拜。

在波士顿认识的朋友，大多由中文学校开始。学校由最早的三所，发展到十所。校际的合作也扩大到麻省中部。“纽英崙中文教师研习会”自然形成，每年八月的第一个周末，地点也在 Regies 学院，最早是两天三夜，后改为两天一夜。食宿全部免费，由台北的侨委会赞助。在 1987-1997 的十年中，我义务为研习会服务。

很多家长和老师，自己的子女离开了，仍然在中文学校服务，把别人的孩子当作自己的亲人。西方的博爱精神与为人服务的热心，在中文学校最为彰显。

二十年前的往事很难记全，点点滴滴的琐事，也许能为牛顿中文学校的宏篇巨幅补缀。

最早的家长大会是以英语进行，连校务会议也是以英语为主。经我提议改成中文，为学生做榜样。当时我是家长会成员，改革之初，可苦了香港和新加坡来的成员。

那时所有行政人员，包括校长、副校长、教务训导、总务都是义务，家长必须参加轮流值班，由家长会全权处理。

正常教学时间是两小时，分两节课。第一节是语文，第二节是文化。中间休息二十分钟，由学校提供免费点心、饼干和果汁。这种教学

安排，由牛顿兴起，目前所有中文学校都沿袭下来。

学校教材部分由老师自己编写，主要供低年级使用。中年级与高年级，老师自行决定所用教材。当时的侨委会免费提供所有年级教材，包括有声的录音带、CD、《语文周报》与参考书。最初只有注音，后增添拼音。

在我当校长时，学生人数从未超过 120 人。原因之一是台湾赴美留学生减少；家长懂注音的，会送孩子去莱克辛顿中文学校；牛顿另有纽顿粤语学校，吸引讲粤语的家庭。其实两校曾一度合用一个场地。

学校不曾感觉经费短缺，创校初期，曾经有人乐捐了一笔“创校费”，从未动用。而老师只收象征性的车马费。凡老师参与校外的教学活动，会由学校负担。像是“美东中文学校年会”，轮流在美东的北部、中部举行。首府华盛顿多次中选，牛顿学校曾参与在波士顿的主办。老师的住宿与交通费用，每年都有预算。

常常有好心人士赞助与捐款。在我个人的经验中，美国是个开放而有爱心的社会，只要是有意义的活动，不用忧虑经费。当时有家长要设立长期的奖学金，并没有接受。因为实在缺乏通晓这项业务的专业人士来管理。

记得台湾高雄青少年传统艺术团（跳绳、扯铃、踢毽）来波士顿表演，有一场为中文学校学生的特别演出。三个中文学校联合赞助售票，每人两元。希望为他们旅行更顺利，筹得数千元。想不到人家一毛不要，只接受了一面锦旗。

当时牛顿教育局准备在小学设双语课，在中学设选修中文课。希望牛顿中文学校提供师资与课程。先试办了“中国节庆介绍”巡展与示范，以后开始了正式的中国文化课程，教育局减免了我们上课用地的租费。由于我们的老师白天都有职业，这项合作只进行了两年。好心的“华夏艺术协会”愿意代替中校进行合作。后因学校人事变动，这项课程就暂停了。

过去我们也为“儿童博物馆”提供义务的中国传统技艺的介绍和示范，为中文学校建立了良好的信誉。

海外中文学校的兴办，主要不确定的因素是，没有自己固定的场地；学生和教师的来源也不太能掌握；社会和经济的变更也对其产生影响。中文学校最大的特色则是不受拘束，不被牵制。完全由学校里的大多数人来决定和执行，教师虽非专业，但他们有良心与责任心在课外自行研修。当创业的人立下好的制度与规范后，后来的人就有了因循的根据。教材编写不易由于学习中文的人越来越多，两岸三地的中国人都出版了不少较适宜海外教学的课本。好在教学本来就是一项艺术，应用之妙存乎一心。

由于中文学习不易，有心人士研究出一套帮助读音识字的方法。最早有注音，后来又有拼音。其实她们只是工具，认识真正的中国字才是最重要的。我们父母那一辈，根本没学过注音与拼音，认识的中国字不见得少。今天采取直接认字法，对海外中国子弟最实用，勤查字典，易记易学。

语言是听说而来，文字阅读却要靠学习。听说读写四者皆备才算真正懂中文。如果有心研究中国的文史，简繁体字都懂，自然得心应手。偶尔读到叶永烈写的《我的台湾之旅》（广东旅游出版社 2004 年 12 月），作者勤索资料，写了很多连住在台湾的人都不曾知道的事物。他执笔公允，赞成中小学实行“识繁写简”，认为会减少双方的差距。也因此想到，2007 年游成都，参观了许多名胜古迹，适逢全国研究生考期，现场遇到不少大学毕业生，他们对古迹留下的许多中国字全都不识。

1959 年牛顿是波士顿地区最早的一所非每天教学的中文学校。1973 年分校在 Lexington 成立。没多久，北边的 Chelmsford 也有了中文学校。当时这三所学校几乎是集体活动，不论老师或学生都有非常密切的关系。每个学校都有特色，相互学习。后来波士顿的广教、昆西中文学校、洛尔中文学校也先后加入。几乎每个月都有各项竞赛，包括演讲、象棋、作文、壁报、绘画、万圣节化装比赛、新年中国服装表演以及户外的夏初运动会。各校轮流选项主办。

由于工作转换的关系，离开了中文学校。直到 2006 年，我从“共同基金公司”退休。秋季班回到牛顿，成为学前班王瑞云老师的助教。每个星期天下午与这些小孩子在一起，自己也觉得年轻了。今天的这些小朋友比二十年前的，更显聪明了。

15 年前的老朋友，现在仍在中文学校教学与服务的，有盛兰兰、朱伟忆、谭嘉陵、王瑞云、楼一平、沈安平、李少娜。

2007 年的四月，牛顿中文学校发起支援中国贫困地区学校教育的活动。筹组师生前往四川大桥中学，原定王瑞云老师领队，行前半个月，她发生脚踝骨碎的意外。由我代责出发。提前一周到成都，参观了所有临近的名胜古迹。然后接学生去大桥。帮助中国的高中生，让他们有机会完成学业，是牛顿中文学校近五十年来最令人骄傲的举动。董事会每年发放固定金额，全校师生与支教小组的筹款活动，不止说明了爱心的发挥；更是海外中国人团结的表现，希望年年举办。帮助更多中国地区的教育提升，让更多人体会有知识的乐趣。

最后是我的一点感想：学校要以教师为中心，校长一定要有老师的经历。同样，董事会的负责人也应有教育行政教学或相关的经验。学校董事会和牟利的工商界董事会不同，它要监督和帮助校务的发展。应该给予校长全权处理教学的支配权。凡是与中文学校教学无关的活动都不宜参与。

我们感谢牛顿教育局的合作，除了学校因失火原因更换场地，牛顿中文学校始终在一个地点教学，行政人员的努力维护与师生的守法，获得了当地教育单位的信任。我们过去提供牛顿中小学的中国文化课程，希望能多为本地的外国子弟继续服务。

由于学生人数的扩充，行政人员虽有增添，也许职责划分不够明细，偶有抱怨之声，这是民主国家正常现象，只怕没有批评才不知如何改进，千万不能自满，每个老师要尽责；每个家长也要尽力，都是为了我们的孩子。

七年级丙班庄园老师指导学生写了一组回忆暑假的作文。孩子们用自然、生动的笔触，记录下了他们旅游或游玩的愉快心情。

记一次难忘的旅行

周旋

去年的夏天，我和爸爸妈妈一起飞去中国度假。我们第一站是上海飞机场。机场到处是世界各地的人，还有五颜六色的灯。

出了上海飞机场，我们坐了一辆大汽车去苏州。苏州是我妈妈的故乡。我见到了外公和外婆。外婆做了好多好吃的菜：有鱼，虾，肉，鸡，鸭，还有许多我叫不出名字的菜。

告别了苏州，我们来到中国第一大山——泰山。我们一直爬到山顶。云在我的脚下飞跑。我也看到一只小猴子。她非常可爱。俗话说“上山容易下山难”。但是，我和爸爸妈妈玩的很开心。

我这次去中国看到了许多美丽的景色。是一次难忘的旅行。

我爱上海

段宇杰

我的故乡在中国。我的故乡是中国最大的城市。我的故乡就是上海。我2002年来到美国。我在上海去过中国学校。我的学校很小。老师对我们不是很好。我们学校的中国老师教了我们一点儿英文。午饭很不好吃。在学校，我学过英语的你好，红，晚上，你好不好和再见。我在家说我会说的英文。我有时间就去一个公园。这个公园的名字是虹口公园。我可以走到虹口公园。我在虹口公园喜欢跑来跑去。我用公园的锻炼身体的东西。我最喜欢坐在水边看鱼。水里面的鱼五颜六色的。我爱上海，我的故乡。

去六把旗

曾由京

今年夏天的一个星期三，爸爸，妈妈，弟弟和我去了六把旗。我们起得很早，因为我们要带一个朋友一起去。朋友先来到我们家，我们开车去六把旗。汽车在高速公路上飞跑。我们听音乐，说笑话，也玩了游戏。

我们到达了以后，先要买门票。买完票要检查我们的包。进了门口，我和我的朋友先坐了尖叫。爸爸，妈妈，和弟弟都没有坐，因为他们害怕。尖叫又大又高。

在六把旗，我的朋友和我坐了一个很有名的滑铁轨道，叫超人。第一个下落是二百四十三尺，我们都很怕，但是我还是坐了。

后来，弟弟，我的朋友，和我坐了蝙蝠人。我的朋友说她以前坐过，她也说很好玩儿。我坐完以后，觉得既好玩儿，又有趣。弟不知道弟弟喜不喜欢。爸爸，妈妈也买了一张照片。

这一天玩得真开心。

Yosemite

金薇

今年夏天，我们全家去加州的 Yosemite 国家公园玩儿。我们在那里玩了好几天。

我们先去爬一个很高的瀑布。我们爬的瀑布叫 **Vernal Falls**。我们爬山的时候很辛苦，但是，我们终于爬到了顶上，大家真是太高兴了。我们从上面看瀑布，真美丽。山顶上有一个小湖。在那有很多大石头和大树根。在 **Yosemite**，那是我最喜欢的地方，因为你可以坐在石头上，把你的脚放在水里吃东西，真是太舒服了。我们下山后，回到旅馆看北京奥运会。

第二天，我们去看 **Sequoia** 大树。这些树有三千多年了，又高又大。树干要好几个人才能合抱过来。有一颗树叫 **General Sherman**，它是世界上体积最大的树（**1486.6 m³**）。我们在公园里照了很多照片。

去 **Yosemite** 真是一次难忘的旅行。

一个难忘而愉快的度假

刘曼丽

我们去 **THOMPSON** 湖度假是一次难忘的旅行。那个时候是夏天，我十三岁。我们一家去了六口人：我的继父 **TOM**、我的妈妈、我的阿姨、我的继父和他前妻所生的儿子 **NATE**、我和我的妹妹。**THOMPSON** 湖在缅茵州。**THOMPSON** 湖边有绿幽幽的大树，形成森林。在湖的周边有很多房子，这些房子彼此距离较远。我们在湖边租了一栋房子，我们在那里游泳，划船。我们在那里住了一个星期，非常好玩。

我还记得有一天，天气很好。妈妈、阿姨、我和妹妹出去划船，我们划了好远好远。可是，一下子天气变了。突然开始起风了，平静的湖水上有了浪花，我们开始往回划。可是，风越来越大，浪越来越高，我们很难往回划，很危险，这时，**TOM** 来接我们，我们才划回家，真使人难忘。

我的故乡

曾舒慧

我的故乡是在 **Reading**。我家的房子是白色的。在一个很安静的路边上。在 **Reading** 我有很多好朋友。**Reading** 里面也有几个很好玩的地方。有的时候我的好朋友和我一起去那些好玩的地方去玩。我的好朋对我很好。我去一个中学叫 **W. S. Parker Middle School**。**Parker Middle School** 的老师也对我很好。**Reading** 里面也有一个很大的图书馆，图书馆里有很多书。有的书是大人看的书，有的书是小孩看的书。图书馆也有很多 **DVDs**。还有很多 **Nintendo DS games**。我每次去图书馆的时候就会借很多书。冬天来了，就下雪了。雪是白色的。我的朋友和我有的时候在雪里一起玩。**Reading** 就是我的故乡。

我看到了美丽的西藏

张 繁

今年夏天，我去中国旅游了。我去了很多地方。我最难忘的旅行是去西藏（**Tibet**）。

我和我的家人和朋友们先坐火车从北京到达拉萨。火车跑了大约四十几个小时，两天两夜。人们称拉萨为世界屋脊。它海拔三千多米高。我们下火车时，很多人还有高原反应。

第二天，我们去参观布达拉宫。布达拉宫是一千三百年前建的。它非常高大，非常壮观。布达拉宫的外墙是白色和红色的，宫顶是金色的。它有一千个房间，有九层楼。里面有很多壁画和佛像。我们看到了很多东西，也学到了很多。

我们还开车到了纳木措湖。纳木措湖是世界上最大的咸水湖。我们骑着牦牛(yak)到了湖边。那里的湖水清清的，天蓝蓝的，真是美极了。我们还能喝湖水的水！

这真是个难忘的旅行！我希望我今后还会有机会去西藏！

记难忘的旅游乌镇

林恺闻

今年二月，我们一家去上海过春节。除了在上海游玩之外，我们还去了乌镇旅游。

乌镇在上海和杭州之间。那儿是闻名中外的江南水乡。它有很多弯弯曲曲，大小不一，相互连通的河流，需要坐船进去。

我们坐船进了乌镇以后，看到它是一个古老和美丽的小镇。河边的小路都是石板路。路边有一排排的房屋，住着一户人家。这些房子从外面看很旧，用木头和石头造的。但是从里面看，房子很现代化，有空调，有电视机，还有 Wi-fi。河上有很多石桥。到了晚上，房子和桥上的灯一亮，灯火通明，五颜六色的彩灯倒映在水中，显得更加美丽，更加迷人。这是我一次非常难忘的旅游。

故乡北京

高瑛

我在北京生的，也在北京长大。我五岁搬来了美国。北京有天安门广场，也有好多高楼。二零零八年奥运会就在北京。鸟巢和水立方也在北京。我姥姥和姥爷也在北京。我去了长城，长城很美丽。北京的人都很高兴，因为他们住在中国美丽的首都，北京。

难忘的旅行

王海诺

我这个夏天和我爸爸，妈妈和弟弟回中国了。在北京逛了两个星期，我们就拎着行李，上火车回丹东了。我全家都是从丹东来的。我的亲戚和朋友也住在那里。在丹东，我玩得很高兴。

我们家的人特别多，一共有十几个人。我们来到丹东的第三天，就去了一个全家晚会。我走进参观以后，快惊呆了！丰盛的饭菜，高级的餐厅，就像在一个大城堡里！我把盘子吃得干干净净以后，就出去跟我表哥去逛街了。

丹东晚上的街，多美丽啊！五颜六色的灯挂在街上，什么颜色都有。街上的人可多了。比天上的星星还多。可是我最喜欢的是路边上的摊。摊里什么都卖。有的摊有小孩的玩具，有的摊摆着鞋和衣服。有的摊还有桌子和板凳在它旁边。你走在这些摊旁边，可以闻到很多香味，快让你口水流出来。

除了丹东晚上的热闹，我还喜欢跟我亲戚们在一起。我们一起开晚会的时候，都觉得非常高兴。我的亲戚都对我很好，我就爱他们。

晚上逛街，参加晚会，跟亲戚们团聚，都让我忘不了这个夏天。

Vermont

周亚娜

8月25号，我和爸爸，妈妈，弟弟，妹妹开车去了 Vermont。爸爸开了四个多小时，然后我们到了 Ben & Jerry's Ice Cream Factory。Ben & Jerry's 有很多人来看的。我

们看了一个 tour,看到了他们做 ice cream。他们让我们吃一点 ice cream。吃好了,我们就照了几张相。我们去了 Burlington 的 Hilton Hotel。我们先去把东西放好,然后我们去了 Church St.找个餐馆吃饭。吃完了,我们走了一会儿路,就去睡觉了。

第二天,我们离开了 Burlington,去了 Quechee。我们坐了两个小时车,然后我们到了。Quechee 有个很大的河。两边都有很大,很高的山。从上面看下去很可怕。我们从上面走到了下面。下面有很多人在游泳。弟弟也想去,但是我们没带游泳衣。我们在河边的石头上玩了一会儿。河上也有很多石头;我和弟弟跳到河上的石头上,看游泳的人。我们玩好了的时候,就回家了。Vermont 很好玩!

我的故乡

斯蒂文

我的故乡是中国第一大城市上海。上海有很多很多的名胜古迹,中外闻名的外滩,也是一个巨大的购物心,更有名的是可口的上海菜。

记得夏天,我们回上海探亲,我们去了外滩公园,也坐船游了黄浦江。在船上看见了欧洲式的旧建筑,也看到了中国第一高塔“东方明珠”。到了晚上,灯火辉煌,美丽极了。上海的商店里东西又多又好,什么都有。我买了很多电子游戏都比美国便宜。我们还去了一家很大的餐馆吃饭。里面很漂亮,他们把菜和水果都做成了花,非常好看,味道也很好。

我的故乡上海,真是一个国际大都市。

加拿大之行

谈佳齐

2008 年 8 月 10 日,爸爸开汽车带妈妈、弟弟和我去加拿大。开车又长又累,但是比飞机省钱又方便。我们都带了很多东西。爸爸、妈妈决定住在加拿大 6 天。我和弟弟很高兴。

到了加拿大,已经 7 点了,弟弟说他饿了。我们去个很好的吃饭的地方,他们的饭很好吃。我们吃、去的时候,到上面的旋转餐厅吃饭。餐厅在慢慢转动,吃饭的人可以看到周围的夜景和尼加拉瓜大瀑布。我们都很高兴,只是妈妈头晕,恶心,像晕车一样。弟弟陪妈妈先下去了,我和爸爸吃完甜点就去找他们了。

我们去了多伦多动物园,千岛湖等很多其他地方,玩得很开心。几天后,大家都累了,爸爸带我们高高兴兴地回来了。

尼加拉瓜大瀑布

薛元康

今年夏天,我们一家去加拿大看尼加拉瓜大瀑布。我们开车从波士顿出发去加拿大的多伦多。到达的第二天一大早,我们一家和住在多伦多的姨妈一次去看瀑布。

在距离瀑布两公里时,我们听到了巨雷般的声音。我们终于来到瀑布后,我跑到悬崖上观看瀑布。只见上万加仑的水飞快地从很高的悬崖上飞流而下。非常壮观。旅客们有的站在悬崖上观看瀑布,有的坐直升飞机从上往下看,还有的人坐旅游船到瀑布跟前看。尼加拉瓜瀑布是北美洲最大的瀑布,它是由三大瀑布组成的。我越看越爱美丽的瀑布,越看越不想走。

那天晚上,我回想这一天的经历。尼加拉瓜瀑布是多么神奇和美丽啊!我想着想着,就睡着了。

天津的建筑与海河上的桥

杜炎武

天津是我的故乡，我生于斯，长于斯。中国改革开放以来，天津发生了巨大的变化，取得了举世瞩目的成就。天津老市区保持着浓厚的特有风韵，崭新掘起的滨海新区迅速地向现代化靠拢。这几年我多次回天津，故乡的变化让我目瞪口呆、让我惊叹、让我叫好！

天津是历史文化名城，东西方文化交融造就了她中西兼容、古今并蓄的独特城市风貌。老话说：北京四合院，天津小洋楼。天津市区的五大道，小洋楼建筑群，被誉为难得的艺术宝库。其中有欧式别墅近代住宅 300 多处；近代名人旧居百余所。高墙深院中，留下了很多耐人寻味的故事。

海河两岸保存了大量明、清风格的建筑；原英、法、意、德、奥、俄等国租界留下了上钱座大小洋楼，因此天津有“万国建筑博物馆”之称。那些千姿百态、造型别致的小洋楼，有的静穆庄重；有的高耸奇拔；有的富丽纤巧……从建筑风格来分，有巴洛克式、哥特式、洛可可式、西洋古典式、文艺复兴式、象征主义式、中西合璧式、折中主义式、法国曼塞尔式、西班牙式、南欧建筑式、英格兰田园别墅式、意大利双柱连拱式——世界各种建筑风格在天津都能看到。天津一共有十二个历史风貌建筑区。风格迥异的小洋楼点缀着天津的大街小巷，构成了津门独特的风情。这些建筑凝固了历史……

天津的另一看点是海河上的桥。海河上的桥如同海河的“百变名片”，直观地展示了天津这座城市的过去和今天。海河上共有时九座桥(四座新桥和十五座改建过的老桥)。这十九座桥一桥一景，渗透进津门传统和现代文化元素：永乐新桥张开了“天津之眼”，桥上建有摩天轮，每天运转，天津英姿尽现；新赤峰桥是“巨轮扬起风帆”——外形如同一艘巨轮，桥的主塔犹如风帆在海河上扬起。这是中国唯一的一座斜塔双索西弯斜拉桥；大光明桥是“诠释欧风汉韵”，大光明桥外观上是西洋古典风格，但有日、月、星辰雕塑和奔马雕塑。雕塑意境表达的是中华民族奋起精神的韵味。体现“光明”的深层含义；国泰新桥是彩虹造型，上部钢拱结构如同一道美丽的彩虹。拱形上部设有观光平台。海河上另外的十五座老桥传承了历史的记忆。经过休整，跨越百年时空，与海河相依相伴的金汤桥、解放桥（万国桥）等历史钢桥，恢复了开启功能。使全国少有的钢结构开启桥得以保存和日臻完善。从另一角度讲，它开启了人们尘封已久的记忆，也传承了海河源远流长的历史文脉。

夜幕下，海河的桥梁闪烁着亮丽迷人的光芒，桥体晶莹夺目且个性张扬，在星空下散发着迷人的光辉。真可谓：璀璨海河夜，浪漫游天津！

天津确有不可不尝的多款小吃：十八街麻花、耳朵眼儿炸糕、小刘庄紫心甜萝卜、狗不理包子、煎饼果子、锅巴菜、馄饨、茶汤、糖炒栗子……而我对天津更有一份特殊的情感。我记忆的仓库常常会打开，许多童年、少年、青年、壮年的故事、情节、画镜头、伴着关爱、温馨、乐趣、和亲情一幕幕呈现在眼前，这些岁月难以磨灭的回忆给了我深深的抚慰。

天津，你以古老的历史和文化取胜；也靠改革开放的突出业绩、日新月异的巨大变化夺目。我祝愿你的魅力象海河水一样永不止息万年长青、活力无穷。

养花心得——艳丽朱顶红

朱伟忆



这是俺家盛开的花儿。近几年俺养花种菜着迷了，屋外室内，一年四季都有各种花开。尤其在寒冬季节，室外白雪纷飞寒风呼啸，而室内窗前却盛开着几株艳丽的花朵，为家里带来浓浓的春意。

这株挺拔的花茎上开着朱红色大花的叫作“朱顶红”，每柱花茎上可开出分别朝着四个方向的四朵花，因此还有个俗名叫“炮打四方”。这花是几年前由朋友分株给俺家的。有趣的是，朋友家留的原株很久不开花，可这朱顶红一到我这儿，每年要开两三次花。但像这照片上这样同期蹿出三株花茎的也不多见。说明俺们调养有方。哈！

其实俺以前从来没钻研过养花，对家里的

植物们也没怎么精心管理，连浇水都经常忘记，直到发现土干透了才赶紧大浇一回。没想到这懒法子却对朱顶红歪打正着，符合了养花“浇透干透”的原理。有懂行者说，如果植物因饥渴而处于垂危的边缘，就会尽快开花结果繁殖后代，以使生命获得延续。

通过养花实践，我得出的经验是，育花也像育人。如果过分娇惯了，或者人为修剪太多、营养水分太足，使它们习惯于养尊处优，反而失去了开花结果的动力，还可能长偏、长冒、变畸形。其实，植物与人类一样，都有很强的适应性，较艰苦的环境能使它们更坚强皮实。植物生长的三要素是阳光、空气、和水，除此之外，只需给以必要的而不是过量的养分以及适合的温度，它们就会健康成长。

朱顶红并不是娇气的花类，只要天气够暖，就尽量将其放在户外，让其经风雨见世面。天气冷了挪到室内后，需放在有阳光的地方。浇水不要太勤，快干透了再浇即可，但要浇就浇透，直到盆底流出些水。每两三个月上点花肥，可以用买来的肥料棍（Plant Food Spikes），但施肥宁缺也万不可过量。

朱顶红是根球类植物，下面有一个像葱头似的球茎，旁边还会长出很多小“葱头”根茎，开花之后也会结花籽儿，用分栽根茎或者种花籽都可以进行繁殖培育。不过，俺对迎娶进门的第一盆朱顶红采取晚育政策，没着急让其繁育后代。一发现旁边窜出新株就拔掉，这样能保证母株获得充足养分茁壮成长，尽早开花。待它开过两回花之后，我才开始分栽根茎。

分茎培育比种籽繁殖见效快，最好在春夏植物生命力旺盛的季节进行，有利于母株和分出的小球根宝宝们恢复元气。要给刚分栽好的母子们浇透水，但不要施肥，要等他们缓过劲来长结实了，才能加肥料。每个“宝宝”都可以长成一株花。这些年，俺的花儿也算“英雄母亲”，已经繁殖了不知多少后代。除了自家留了几盆，其余的都送给朋友们。咱们中文学校也流传着不少我家朱顶红的子孙们。因此分享一下自己的养花心得，希望大家的花儿都开得鲜艳。

看着花株长大、含苞、盛开、凋谢、结子.....亦对生命的循环往复有了真实的体验和感叹。能有色彩艳丽的鲜花相伴，是福气。时常欣赏它们，不仅能养眼调节视力，还可陶冶性情。面对这种优美恬静，一切烦躁、疲劳、焦虑、气恼.....都会烟消云散。

如果世界和人性都如鲜花般的美丽，那该是多么美好！

家里家外

打破厨具迷思

加州柏克莱大学每月发行以健康为主题的期刊《UC Berkley Wellness letter》，今年 10 月号对厨具材质进行了全面探讨：

不沾锅致癌是一种误解。基本上，不沾锅的涂层材质是一种惰性物质，不会直接与食物产生作用。不沾涂层制作过程会加入一种简称 PFOR 的化学物质，中文翻译为“全氟辛酸铵”，经动物实验证明为致癌物质。但根据研究，就算不沾锅加热到华氏 600 度，所释放的 PFOA 也非常有限。

至于铝锅煮食物将导致老人痴呆症，全国健康协会（National Institute Health）及其它专业机构都明确表示，到目前为止没有任何科学实验证明这种说法。事实上，“铝”是地壳第三多的化学元素，土壤、食物、空气里处处都有。而且被广泛应用在止汗药剂、化妆品、抗酸剂及其它药品中。就算不用铝锅，也避免不了其它来源。一般铝锅对健康没什么大碍，就算是刻意镀上一层可使锅子变得更坚固、防刮的铝质氧化物质，也可安心使用，甚至用来煮西红柿等酸性食物都无妨。

老一辈的中国人喜欢同铁锅炒菜，年轻一代以铁锅易生锈为由加以制止。而研究发现，

铁锅加热食物会释放铁质，对贫血的妇女来说常吃铁锅煮的食物，特别是酸性食物，可补血养身。

使用铜锅的人相对不多，经调查，确实该提防：铜锅通常要加衬里，如果未妥善处理，将在加热过程中释放铜质，可能让人恶心呕吐。

不锈钢厨具越来越普及，不仅方便，而且安全无健康疑虑。烹煮过程也会象其他金属厨具一样，释放微量的铁等金属物质。

有厂商推出一种号称最有健康概念而且环保的“特姆龙”锅（thermolon）。柏克莱大学研究报告指出，事实上，特姆龙是一种由矽、钛及其他物质合成的陶瓷涂层，无安全疑虑，但也没有科学依据可证明有益健康，消费者应以平常心看待。

全美独一无二的

奏乐马路

马路会奏乐唱歌？兰卡斯特就有一条全美独一无二的奏乐马路。它的原理是在路面像唱片一样刻上“纹道”，车子以一定速度开过去，连续产生的声音，听起来就像一首歌。这种马路在日本、韩国和荷兰已有，在美国则是首次出现。

本田汽车公司为拍广告，和兰卡斯特市府谈好，由本田出钱在 K 街刻一段 2.5 哩的奏乐马路。本田车以 55 哩速度驶过，路面将响起《正义先锋》（The Long Ranger）主题曲。马路推出后引起两极反应：有人说你开车过去，完全无法预料会听到什么，当你走完全程，会笑得和不拢嘴。而附近的住户却说，从早到晚听歌，害得他们夜不安枕。

市府不得已。两周后填平了马路。这下又引来几百名“爱乐者”抗议。市府想想也对，奏乐马路可以成为观光景点，吸引人们下高速来这里看看。

于是市府自掏腰包 3500 元，在远离住宅的 G 街做了一段奏乐马路。这会不再演奏《正义先锋》了，改奏《威廉尔泰序曲》（William Tell Overture）。



亡国之音哀以思

湘灵

春花秋月何时了，
往事知多少？
小楼昨夜又东风，
故国不堪回首月明中。
雕栏玉砌应犹在，
只是朱颜改。
问君能有几多愁，
恰似一江春水向东流。

这如咽似泣的行板，直书心头的血泪之痛。此时的后主李煜，早已忘却自身的囚徒处境，有的是难以释怀的亡国之恨。从不可一世的一国之主，沦为朝不虑夕的阶下囚，这是何等的巨差。真可谓“流水落花春去也，天上人间”。李后主的囚徒生活，是万般无奈的形势下，自己等来的。当时，面对秣马厉兵的北方强国——大宋帝国，这位生于内宫、长于妇人之手的皇帝，除了发出“几曾识干戈”的哀叹外，就再也没有其他作为。有的却是大厦将崩前的及时享乐。

有一幅南唐画家顾闳中的《韩熙载夜宴图》，。臣子场景如此之豪华，贵为皇帝的后主更不知何等奢侈。所以，后主前期的词，引人共鸣的不多。当曹彬率宋帝国大军，渡过长江，包围金陵时，李后主只有肉袒出降了。归顺宋帝国后，李后主被掳来宋京汴梁，被宋太祖封为违命侯，人格受到极大侮辱。宋太祖不久暴死，他的弟弟继位为宋太宗。这位太宗皇帝，更加无耻。每当朝宴，都命李后主的皇后小周后随寝。对于这个歌舞升平、诗词文赋熏陶下长大的皇后，面对仅识干戈的粗鄙霸主武夫时，心情可想而知。小周后每次归来，都大骂后主无能误国，连自己的女人也保不住。这些更加重了李后主的悔恨之情。他的悔恨只能通过纸笺，如江水直泻，奔流而出，一首接一首，悲之痛，情之切，悔之深，恨之极，连绵不绝，直至生命尽头。

上面的这首《虞美人》，为后主的绝命词。后主写成后，自己吹笛，小周后唱之。宋太宗侦知到这首哀曲，再忍受不住，下命将李后主毒死。李后主死于七月七日，那天为他四十一岁生日。不久，小周后不再愿进宫受辱，追后主而去。宋帝国太祖、太宗兄弟，同其他征服者一样，有著征服他人，霸人妻女的阴暗心理。真应了孔夫子所说“吾未见世人好德如好色者也”。宋帝国征服后蜀，宋太祖赵匡胤毒死后蜀主孟昶，将孟昶的美人花蕊夫人迎入内宫。这位花蕊夫人以“十四万人齐解甲，其中无一男儿”的诗留名，并成为新皇新宠，但不如小周后有骨气。李后主是懂得怜花惜玉的皇帝，能遇上大、小周后这样的痴情姐妹，也不枉来人生一场。

南唐从元宗李璟开始，就对北方的强邻，卑躬曲膝，纳贡称臣，采取守势，而不知发奋图强，终逃不脱覆灭的命运。而覆灭的理由竟是赵匡胤所说“卧榻之旁，岂容他人酣睡。”真成了狼和羊的故事，狼要吃掉羊，总会生出借口。

李煜(937—978)，五代十国时南唐国君及最出色的词人。字重光，初名从嘉，号钟隐。莲峰居士。徐州(今属江苏)人，一说湖州(今属浙江)人。南唐元宗李璟第六子，宋建隆二年(961年)继位，史称后主。

五代十国的乱世又好像回到南北朝的“五胡乱华”。大唐晚年，各种矛盾的激发，引起王仙芝、黄巢的大暴乱。黄巢后来攻下长安，但其部下朱温(852—912)，审时度势，降了大唐。朱温利用大唐皇帝做为傀儡，征讨四方，逐渐坐大，于901年被唐封为梁王。最后于907年代唐自立，国号梁，史称后梁。从此，在中原这块土地上，到960年大宋建立为止，上演了一出梁、唐、晋、汉、周，不断改朝换代的历史剧，史称五代。但史学家在其朝代名前加一后字，以示区别。而南方各地的诸侯，乘著中原内乱，各在当地建立起前蜀、后蜀、吴、南唐、吴越、闽、南汉、南平和北汉十个独立王国，史称十国，合一起，称为五代十国。

大唐除了利用朱温破黄巢，还招沙陀兵李克用(856—908)，引来鞑靼。中原的朝廷更迭，

与北方游牧民族结合，使局面更复杂。朱温和李克用成为劲敌，朱温图谋李克用不成，结成世仇。后朱温篡唐称梁。朱温死后，后梁被李克用之子李存勖（音序）（885-926）于923年袭破，李存勖沿用唐做国号，史称后唐。李存勖后死于内乱。李克用养子李嗣源（867-933）得位。李嗣源病死，其婿石敬瑭（892-942），以割让燕云十六州、父事契丹主为代价，由契丹帮忙，立为后晋儿皇帝。石敬瑭开儿皇帝先河，由此在历史上留下大名。以后一些无耻之徒竞相效尤。

中原失去燕云十六州的屏障，农耕民族从此生活在游牧民族铁蹄阴影下，直至被游牧民族征服。石敬瑭死后，继任石重贵不愿做儿皇，后晋为契丹所灭。契丹建立大辽国后北还。石敬瑭的部将刘知远（895-947），在契丹撤后的权力真空下，建立后汉政权。唐、晋、汉的三个政权，全是互为关联的沙陀政权，他们又同更北的游牧民族契丹相互勾结，形成强大的军事同盟。刘知远死后，后汉政权落到手下大将郭威（904-954）手里，郭威取代后汉为后周。郭威及养子柴荣（921-959），一路南征北伐，逐步统一中原各国。柴荣早死，其继承人时年七岁，其手下大将赵匡胤，发动陈桥兵变而黄袍加身，成为宋太祖。

北方如此动乱，皇朝传位仅一世而斩，继以强人代之，更立新朝。南方却相对稳定。南唐自徐知诰篡吴而立，改名李昪（音便），传到李煜已是三世。江南富庶，又少兵火，犹如世外桃源——不知有汉，无论魏晋。这时的文人，多出于南人。词人如南唐李璟、李煜父子，冯延巳，前蜀的韦庄等。李煜在李璟“‘吹皱一池春水’，干卿何事？””，冯延巳答曰“未若陛下‘小楼吹彻玉笙寒’也！”的文化熏陶下成长，其成就远超前人。

李煜前期的词，仅为浓艳的宫廷生活，香艳、缠绵。如这首《菩萨蛮》

花明月暗笼轻雾，今朝好向郎边去。划（音铲）袜下香阶，手提金缕鞋。
画堂南畔见，一晌偎人颤。奴为出来难，教郎恣意怜。

将这种香艳的浓情置于上面所述北方金戈铁马的背景之下，其结局自然明了。后人认为此词为小周后而作，真实记录后主与当时的小姨，背著皇后大周后的偷情生活。烟雾清笼，是掩人耳目的好时机，而月色朦胧，又给幽会带来无穷遐想。少女的心飞向情郎。提鞋在手，以袜着地，蹑手蹑脚，溜出门来，直扑画堂南畔。也许心惊，也许路急，当扑到情郎怀里时，心房好一阵乱颤。最后两句，似为表白，似为独白，因为偷期不易，才更加珍惜。人类的情感非常有意思，愉快的心情产生在追求的过程之中，这过程愈长、愈难，得到的欢愉愈大。至此，一个少女的痴心活脱而出。

李煜降宋，被虏至宋京汴梁。随从无儿，后景凄凉，每日以泪洗面。生活产生巨大变故，词风也相应巨变。

往事只堪哀，对景难排。秋风庭院藓侵阶。
一任珠帘闲不卷，终日谁来！金锁已沉埋，壮气蒿莱。
晚凉天净月华开。想得玉楼瑶殿影，空照秦淮。

这首《浪淘沙》，起句既用“往事只堪哀”，哀者，己也。秋风起处，更加悲凉。藓苔侵阶，已久无人来关怀。珠帘也懒得卷起，因无人会来。藓苔侵阶，描写过去，帘闲不卷，叙述眼见，由过去而推眼见，不禁喊出“终日谁来”之愤！与先前“车如流水马如龙，花月正春风”（《望江南》）的生活形成强烈鲜明对比。下面引出三国末晋国“王濬楼船下益州，金陵王气黯然收，千寻铁锁沉江底，一片降幡出石头”（刘禹锡《西塞山怀古》）的典故。王濬顺长江直下，以火炬烧毁封锁长江的锁链，直捣金陵，孙皓归降。以此暗比自身。当曹彬的大军，搭建浮桥，横渡长江时，李煜竟视同儿戏，毫无防备。金陵终遭围困，李煜出降。历史竟是如此相似。山河仍在，明月依旧，只是物是人非。人去楼空，好一个“空照秦淮”！

四十年来家国，三千里地山河。
龙楼凤阁连霄汉，玉树琼枝成梦烟，
几曾识干戈？一旦归为臣虏，
沈腰潘鬓消磨。最是仓皇辞庙日，
教坊犹奏离别歌，垂泪对宫娥。

这首《破阵子》追忆当年拜辞祖宗庙堂时的场景。这位窝囊的皇帝，战前放出大话，要与国共存亡，最后连自杀殉国的勇气都没有，有的却是“垂泪对宫娥”。难怪当年李璟要立李煜为太子，遭到大臣钟谠反对。钟谠说“从嘉（李煜字）德轻志懦，又酷信释氏，非人主才”，真为先见之明。战前，宋太祖已预测李煜说大话而不会殉国。李煜当国，既是国家不幸，又是自身不幸。这位一心向佛的君王，怎能懂得“兵者，国之大事，死生之地，存亡之道，不可不察也”的道理呢？正如韩愈《论佛骨表》所云，凡崇尚佛教的，都寿命不长。国家之间，适合的只是弱肉强食的丛林法则，政治军事生活中的李煜，相差宋太祖岂止以道里计。

南唐是南方富庶大国，又通海上贸易。如能自强，当可抵御北方强敌。“三千里地”、“龙楼凤阁”极写山河之盛，国家之富。“几曾识干戈”为下面打下一个大转折。归降之后，引用沈约病容消瘦、潘岳衰老斑鬓的典故，极力摹写自己壮岁之身的衰老哀怜之态。后主真有赤子之心，对自己的懦弱误国，毫不隐瞒，和盘托出，这也是他归降后万般悲痛的一个原因吧！

林花谢了春红，太匆匆。无奈朝来寒雨晚来风。
胭脂泪，留人醉，几时重？人生自是长恨水长东。

这首《相见欢》，描写的内容却与题目相反，相见不欢。多愁善感的词人，随时都会有伤感袭来。更何况是花红满地时节。这花红满地，又不源于自然，却是寒雨连风的摧残所致。犹如孟浩然的“夜来风雨声，花落知多少”。多么令人无奈！林花被雨，如同胭脂泪流，“流不尽相思血泪抛红豆”，多么令人心碎！良辰易逝，美景难再，犹如“子在川上曰：‘逝者如斯夫，不舍昼夜’”，使人长恨！

帘外雨潺潺，春意阑珊。罗衾不耐五更寒。
梦里不知身是客，一晌贪欢。
独自莫凭栏，无限江山，别时容易见时难。
流水落花春去也，天上人间。

这首《浪淘沙令》，又使词人回到魂牵梦萦的故国。梦是自由的。但却是日有所思，夜有所梦。梦里将眼前的臣虏压下，又回到从前的帝王，所以叫“一晌贪欢”。而黄粱好熟，美梦难成。醒来之后，凭栏之处，江山如此多娇，只是易了主人。江南别后，再见不易，犹如天上人间。

世间人事，一报还一报。宋太宗赵光义做的孽，在其子孙徽宗皇帝赵佶（1082-1135）、钦宗遭到报应。北方崛起的游牧政权金国，继灭了契丹人的辽国后，于1127年，攻破宋国汴京，徽宗、钦宗全成了俘虏，囚于五国城，徽宗被封为昏德公，钦宗被封为再昏侯。被金封为昏德公的宋徽宗屈辱忍垢九年后，含恨而终。死前，留有一首绝命词。

《宴山亭·北行见杏花》

裁剪冰绡，轻叠数重，淡着燕脂匀注。新样靓妆，艳溢香融，羞杀蕊珠宫女。易得凋零，更多少、无情风雨。愁苦，问凄凉院落，几番春暮？

凭寄离恨重重，这双燕何曾，会人言语？天遥地远，万水千山，知他故宫何处？怎不思量？除梦里有时曾去。无据，和梦也新来不做！

一个违命侯，一个昏德公，一个是“梦里不知身是客”，一个是“除梦里有时曾去”，奏出了，亡国之君多少恨！

（刘湘灵，笔名湘灵。物理本行，电脑营生，文史副业。幼承庭训，略染陋习，文字游戏，自娱而已。承蒙原主编庄园错爱，得借贵方一块宝地，“嚶其鸣矣，求其友声”。）

感恩节联欢会

牛顿中文学校的感恩节联欢会连续举办了好多个年头了，也渐渐成了感恩节前后的一个传统活动。虽然每年的主办团体不同，内容形式各异，都离不开欢聚一堂，感谢感恩的主题。今年的感恩节联欢会由牛顿中文学校“支持中国贫困地区教育计划”工作小组来主办，给联欢会更加上了一层“献爱心”的意义，联欢会的全部收入都将用于今年的支教活动。我们为生活中的真善美感动，感谢和感恩，我们也不忘那些需要帮助的贫困学生。亲爱的朋友，来吧，来参加感恩节联欢会，让我们一起来度过一个热闹愉快的夜晚。请记住感恩节联欢会的时间和地点：

2008年12月13日，星期六，晚7:00 - 11:00pm

Boston College, Chestnut Hill Campus

Gasson Hall 100, 140 Commonwealth Ave

Chestnut Hill, MA 02467

门票：个人 \$ 15，家庭 \$ 20（欢迎捐款）

（如果你想更多了解牛顿中文学校“支持中国贫困地区教育计划”，请查看学校网站：Support China Education @ www.newtonchineseschool.org）

牛顿中文学校“支教计划”工作小组

品味心情

中国“胃”道

过海哪吒

最喜欢吃的一道菜可以和“宫爆鸡丁”并列为中国的国菜，正是今夏北京奥运会中国代表队队服的别称——“鸡蛋炒西红柿”。我也象老朋友冯小刚一样，可以天天吃、顿顿吃而不腻。也许我们几乎同龄，有同样的肠胃情感吧？

其实除了托儿所、幼儿园、我爸单位、我妈单位、我的大学、我的单位的食堂的这道菜把我喂大这个原因以外，我更怀念的是这道菜的改良版——鸡蛋西红柿面条。

我两岁半上长托至上小学，中间又插队三年、上中专两年、上大学四年，算是离家挺早挺多的人。但又因大龄晚婚，变成赖在家里不走的人。在家的岁月里，总有头疼脑热的时候，我妈发现，无论如何，一碗鸡蛋西红柿面就能把我治好，百试不爽。于是我严肃的妈对我的爱，都体现在这一碗碗的面条中了。她不会厌其

烦地单独下面，再另锅爆香葱花儿，翻炒几下西红柿，加点盐。加水煮开，卧上一个鸡蛋（文革时，用我妈在水池子底下养的鸡下的蛋），加味精调味（现在我用方便面加调味包给从简了）。把汤浇在捞出的面上。我生病就会见识我妈的柔和，老是笑咪咪地端来一碗面，“我们燕儿吃了这碗面准好。”她去世四年多了，但那模样就在眼前……



巧用“百味之将”食盐

刘慧文

食盐是我们家庭生活烹饪中最常用的调味料，学名为氯化钠（化学式 NaCl ），白色结晶体，吸湿性强，应存放于干燥处。它是一种中性的无机盐。其味咸，性寒，入胃、肾、大小肠经，具有清热解毒、凉血润燥、滋肾通便、杀虫消炎、催吐止泻的功能。它是人体正常的生理活动不可缺少的物质，每人每天需3-5克。

食盐在自然界里分布很广。海水里含有丰富的食盐。盐湖盐井和盐矿中也蕴藏着食盐。工业上用海水晒盐或用井水、盐湖水煮盐，使食盐晶体析出。这样制得的食盐含有较多的杂质，叫做粗盐。粗盐经溶解、沉淀、过滤、蒸发，可制得精盐。

盐能协助人体消化食物。盐的咸味，能刺激人的味觉，增加口腔唾液分泌，从而增进食欲和提高食物消化率。盐是体液中的重要成分，出汗过多，吐泻过多或失血过多的人，需要通过输入生理盐水或急饮温盐水来补充体液中盐的含量。因为盐在人体中维持着人体的渗透压和酸碱平衡。

盐类物质在溶液或唾液中电离形成钠阳离子和氯阴离子。阳离子被味细胞膜上的蛋白质分子中的羧基或磷酸基吸附而产生咸味。阳离子和阴离子均对咸味的形成产生影响，但主要取决于阳离子，而阴离子则影响着咸味的强弱和其它副味的产生（食用醋电离后形成醋酸阴离子）。

盐在溶液中，具有较高的渗透力，烹调时，能提出原料中的汁味。又因它是强电解质，故能提高原料中蛋白质的水化能力，使部分蛋白质变性。因此，盐在烹调中的最主要作用是增强菜肴的风味和调味作用，使菜肴提味，口感鲜美。

鱼、肉、禽、畜、蛋、菌类、蔬菜等烹饪原料，都或多或少存在着一些核酸、琥珀酸、肌酸等呈鲜味的某些氨基酸，但这些氨基酸自身的鲜味并不明显，只有与钠离子结合形成钠盐，才能呈现出明显的鲜味来。多好、多香的菜肴没有盐，也难以提味、增鲜。盐能使肉料

细嫩，突出风味

在烹调初加工中，菜肴事先码味，都必须使用一定量的盐，这不仅是烹饪中的加工工艺，也是保持菜肴鲜嫩适口的重要程序。肉片在上浆时，加入少量的水分后，还要再加少量盐。由于盐的作用，使肉片吃足了水分。再加入水淀粉、鸡蛋清拌和，将吸足水分的肉片紧紧包裹住。经过这样码味上浆后的肉片，烹制出菜肴来远比以前要细嫩得多。

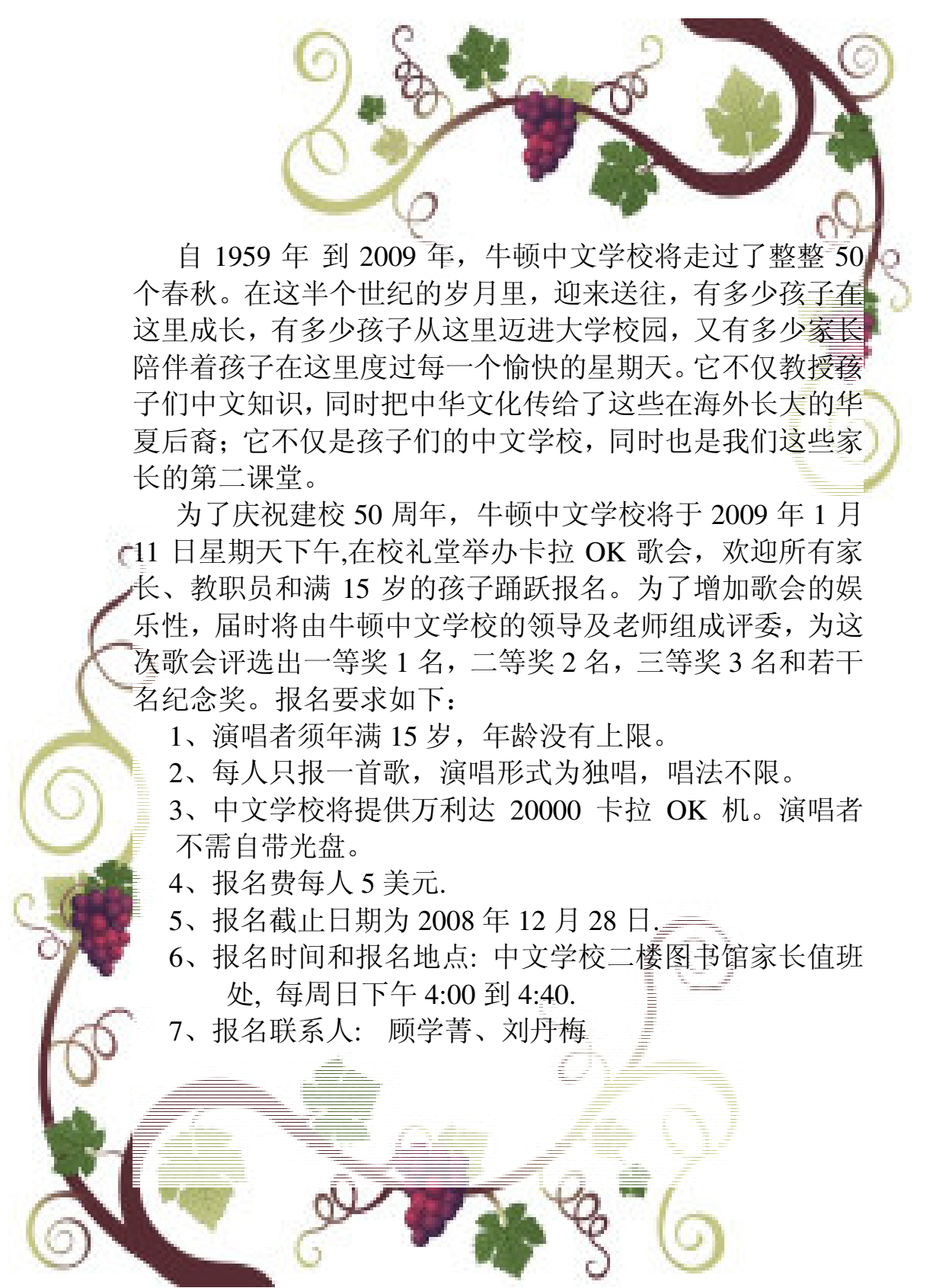
咸能引甜，在纯糖溶液中加入一定比例的盐，这种糖盐合液比纯糖水更甜，且味道醇和可口。

盐能使酸味可口香醇，由于酸对味觉的刺激很大，人在食醋时，总会有难以下咽的感觉，若加入适量盐调味，就可使酸辣汁、姜汁、糖醋汁等复合味显得更为协调，味道醇厚悠长。这是因为盐有很强的渗透结合能力，与其它味料共同发生使用的结果，实际上调制任何复合味都离不了盐作底味。糖醋里脊少了盐，甜酸味让人难以下咽，甚至作呕；加了盐，以盐调糖酸，压了异味，提了香味，风味才佳。

盐能收敛凝固，在打肉馅儿时，感到较稀，或肉茸与水分分离，加上适量的盐，顺着一个方向用力搅动，不一会儿肉馅儿变得干稠起来。这是因为低浓度的盐能提高蛋白质的水化能力，使茸糊中的自由水减少，而与蛋白质牢牢地结合起来，增加了水化层的厚度，从而使其粘稠。

何时放盐因料而异。这是在烹调中，合理用盐的普通原则。干煸牛肉需在烹调加热前放盐调底味，促使肉类原料脱水入味；而干煸冬笋、干煸萝卜丝则须先煸干水分后，再放盐或其它佐料。

总之，盐作为调味品，不仅是人生理的需要，也是烹调过程中调味的需要。盐的性味功能决定了它无论于人体还是于调味都起着酸、甜、苦、辣任何其它“味”不可替代的作用，因此有“百味之将”的美誉。



自 1959 年 到 2009 年，牛顿中文学校将走过了整整 50 个春秋。在这半个世纪的岁月里，迎来送往，有多少孩子在这里成长，有多少孩子从这里迈进大学校园，又有多少家长陪伴着孩子在这里度过每一个愉快的星期天。它不仅教授孩子们中文知识，同时把中华文化传给了这些在海外长大的华夏后裔；它不仅是孩子们的中文学校，同时也是我们这些家长的第二课堂。

为了庆祝建校 50 周年，牛顿中文学校将于 2009 年 1 月 11 日星期天下午，在校礼堂举办卡拉 OK 歌会，欢迎所有家长、教职员和满 15 岁的孩子踊跃报名。为了增加歌会的娱乐性，届时将由牛顿中文学校的领导及老师组成评委，为这次歌会评选出一等奖 1 名，二等奖 2 名，三等奖 3 名和若干名纪念奖。报名要求如下：

- 1、演唱者须年满 15 岁，年龄没有上限。
- 2、每人只报一首歌，演唱形式为独唱，唱法不限。
- 3、中文学校将提供万利达 20000 卡拉 OK 机。演唱者不需自带光盘。
- 4、报名费每人 5 美元。
- 5、报名截止日期为 2008 年 12 月 28 日。
- 6、报名时间和报名地点：中文学校二楼图书馆家长值班处，每周日下午 4:00 到 4:40。
- 7、报名联系人：顾学菁、刘丹梅