

牛 顿

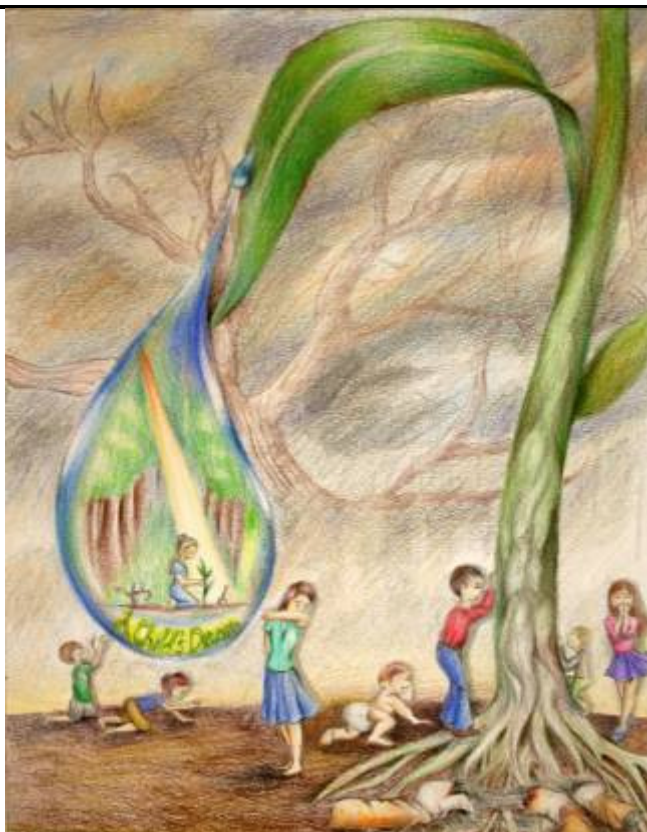
中文学校

校 刊

NCLS JOURNAL

2010-11

第 3 期



回首来时路

教授今夜依旧晚归
韵舞东方 情牵故乡
赏枫无须去远游

目 录

董事会议

- 1 董事会会议简报 赵肖东
郭 红

校长之角

- 2 回首来时路 冯 瑶

小荷尖尖

- 6 八年级甲班作文
中秋节、名字的来历、
一场比赛
指导老师 蒋 珊

人物专访

- 4 教授今夜依旧晚归
大 海

校区内外

- 8 牛顿少年队在第八届美体协杯
乒乓球比赛中勇夺冠军
汪 洋
9 美术获奖喜讯 本 刊

支援教育

- 12 支援教育事业和
资助贫困学生
交流计划章程 支教小组
9 支教计划第五年 支教小组

书报网页

- 22 我们能拥有孩子几年？

我与牛顿

- 14 东方韵舞 情牵故乡 曹景雁
季 晶

夕阳正红

- 16 失而复得的感受 冯尧芬

文学史话

- 17 青山依旧在 几度夕阳红 湘 灵

生活之醉

- 20 赏枫无须去远游 刘凤英

老楼的角度

- 9 图片微博 楼一平

品味心情

- 23 相遇 tiramisu 付东东

肖东厨房

- 24 南瓜系列 赵肖东

封面：美术比赛第一名作品 贺盛雅
(详见获奖消息) 指导老师 郑 玥

牛顿中文学校校刊

NCLS JOURNAL

主 办：牛顿中文学校

董 事 长：刘希纯

校 长：冯 瑶

副 校 长：邓永奇

家长会长：吴 刚

编 辑：孙海燕

网 址：

www.newtonchineseschool.org

邮址：

principals@newtonchineseschool.org

editor@newtonchineseschool.org

告读者：

牛顿校刊由牛顿中文学校主办，每月出版。本刊设有“校长之角”、“教学园地”、“两代情怀”、“生活之醉”、“小荷尖尖”、“家在中国”、“人物专访”|“支援教育”、“校区内外”、“我与牛顿”、“文化动态”、“品味心情”等栏目。欢迎各位牛顿人，以及我们的朋友惠赐稿件、作品（书画、摄影等），来稿请寄：

editor@newtonchineseschool.org

本校将略付微酬，以表示我们深重的谢意。



牛顿中文学校董事会会议简报

(赵肖东会议记录, 郭红简报执笔)

牛顿中文学校董事会于 2010 年 10 月 28 日在新纪元公司会议室召开了本学期第一次董事会会议(董事会感谢咸军博士免费提供会议场所)。董事会九名成员刘希纯, 姚洁莹, 张剑, 郭红, 赵肖东, 倪继红, 冯瑶, 韩彬和吴刚全部出席了会议。副校长邓永奇因故未能按惯例列席会议。会议于晚上 7 时 15 分开始, 10 时 15 分结束。

此次董事会会议的主要议题为:

- 1) 校行政工作报告(冯瑶)
- 2) 2010 - 2011 年度财务预算(冯瑶)
- 3) 家长会工作报告和计划(吴刚)
- 4) 教师评估项目进展(赵肖东)
- 5) 本年度支持中国贫困地区教育事业项目的开展(倪继红)
- 6) 感恩节教师茶话会和感恩节联欢会的安排(冯瑶/吴刚)

冯瑶校长首先汇报了开学以来学校的主要工作, 董事会对学校教学和管理平稳进展非常满意; 同时冯瑶校长和校行政对学校中文课程的发展, 对目前《中文》和《马立平教材》两套教科书的教学安排, 以及对未来师资的培训, 都有很认真的考虑和实践, 董事会对此表示感谢和高度重视。对于将书费和学费统一加入到注册系统中的建议, 董事会认为应予采纳。另外, 对于星期天学校上课时间的交通管理, 冯校长表示要进一步加强与牛顿警察局的协作, 尽量保证牛顿警察的到岗和交通安全。董事会对此也表示非常感谢。

冯瑶校长接着向董事会注解了 2010-2011 年度的预算修订稿。根据上一次董事会上的建议, 冯瑶校长对预算作了部分调整。董事会一致通过了预算。

家长会会长吴刚向董事会汇报了家长会的工作情况。家长值班的网上管理, 有了进一步的改进, 对值班家长和家长会成员都更为清楚和方便。董事会感谢家长会和网络管理王卫东的共同努力。由家长会组织的感恩节晚会正在积极的筹备中。随着家长会在学校各项活动越来越多的参与, 家长会的成员对此付出了极大的努力, 非常辛苦。董事会对家长会的参与和奉献精神一再表示敬佩和衷心的感谢, 更希望看到越来越多的家长关心学校的事宜, 成为学校活动中的主力。

赵肖东董事汇报了由她主持的教师评估项目。经过董事会和校行政几年的共同努力, 教师评估项目终于在本学期正式付诸实践。评估小组由董事会代表, 校行政代表, 家长代表和顾问各一名组成, 已经对本学期首先开展评估的年级安排了日程。董事会认识到, 评估小组对这项工作承担非常大的工作量, 对评估小组的努力表示称赞和感谢; 并再次强调, 教师评估的意义是为了进一步推动和提高牛顿中文学校的教学水平和质量。

倪继红董事代表“牛顿中文学校支持中国贫困地区的教育事业和贫困学生受教育的计划”工作小组, 向董事会做了详细的工作汇报。董事会高兴地看到, 工作小组按照本学年期开学前通过的“支教计划章程”, 工作进展非常顺利。特别是今年有六名新成员加入到工作小组中来, 增加了新鲜血液和力量; 各项活动分工明确, 计划到位; 在今年募捐活动的形式上还有一些新的尝试。董事会感谢工作小组积极的准备, 表示将尽最大力量支持这一项目。

据冯瑶校长和吴刚会长介绍, 今年感恩节晚会和教师节日茶话会的时间和地点都已经安排好。董事会祝愿学校的每一位老师、学生和家長, 通过活动, 度过一个愉快的节日。

董事会在最后的讨论部分, 议题主要涉及到长期基金储蓄的管理, 学校春节联欢会的部署, 参与社区活动的安排, 学校部分基本设施的添置, 以及财会方面有关现金交付的管理等等。会议结束时, 董事会一致认为, 这学期已经有了一个非常好的开始, 今后的工作一定会更加顺利; 学校其它各方面的发展也会迈向新的高度。

回首来时路

开设“马立平教材班”四年有感

冯 瑶

我最早接触马立平教材是七年多前，当时我正在二年级教拼音。一位从北加州转到我班的学生的家长，借给我一本马立平二年级的教科书作参考。我翻了一下，觉得这个二年级的水平也太高了吧！当时班上的学生大概只有一百多生字量，要学这本书实在太难了。但我觉得里面的小故事十分有趣，学生能听懂，就试着利用下课前五分钟，讲一个书上的故事，学生们听得很入迷。以后，我便以此为踌躇码，告诉学生，只要上课表现好，这节课就有五分钟 Story Time。此后，我的教学效率似乎真的提高了。我迫不及待地与也在二年级任教的老搭档姚洁莹老师分享。我们很想知道为什么他们的二年级水平这么高？后来，我们几位老师合买了一套样书，从一年级开始，花了两年多时间仔细地研究了一遍，慢慢发现了这套教材的连贯性和完整性。请看马立平教材系列纵览：

- 一年级：儿歌，初入散文（认读生字 305 字）
- 二年级：短篇散文，暑假作业引入拼音（认读生字 378 字，累计 683 字）
- 三年级：拼音总复习，长篇散文，暑假听读《西游记》（认读生字 364 字，累计 1047 字）
- 四年级：长篇散文，繁体字入门（认读生字 337 字，累计 1384 字）
- 五年级：拼音复习，打字入门，阅读训练：章回小说《西游记》简写本，写作入门
- 六年级：写作方法入门，打字提高，现代文学，英汉翻译入门
- 七年级：写作方法深入，打字提高，中国历史/地理，神游中国

- 八年级：高级阅读，古文学与文化，实用中文
- 九年级：古/现代，中/外国名家散文，励志文学
- 十年级：全面使用中文，中国文化巡礼，与 SAT II, AP Chinese 接轨
- SAT 中文/AP 中文冲刺：任何日校十一年级学生

我们觉得，如果从第一册开始，一直按部就班地学，按教材要求完成作业，家长持续地支持辅导，对于家里有普通话语言环境，中文听说能力不错的孩子，是可以学会这看似很“难”的东西的。于是，2007 年 5 月，我和姚洁莹老师向董事会正式提出了开设马立平教材试点班的想法，希望我们牛顿中文学校的孩子们也能从中受益。这一想法得到了当年刘希纯校长和董事会的全力支持。2007 年秋季，学校开设了两个马立平教材试点班。我教一年级，姚老师教四年级（但用马立平二年级的教材）。开始招生了，我们俩心里没底，生怕没“生意”。每天都上网看报名情况，终于集到了可开班的人数，我们真是又喜又忧。

“马立平教学法”强调的是提高学生自身的成就感。既然是强调成就感，课程就安排得很紧，几乎没有时间做“有趣的游戏”，这与主流社会倡导的“生动活泼”、“寓教于乐”的教学法似乎相去甚远。如果老师没吃透教材，很容易使学生产生枯燥乏味的负面效果。如何在有限的时间内让学生们掌握那么多的字词，做更多的课堂练习，有更多的机会参与教学活动，便成了我们这一年的主要议题。我和姚老师几乎天天打电话探讨教学方法及难点。我们也曾困惑，也曾彷徨，但依然痴心不改，就这样相互扶持着走完了这最艰难的第一年。

第二年，学校再增开两个新班，梁楠老师教一年级，盛兰兰老师教四年级（同样也是用二年级的教材）。盛兰兰老师在美国取得教育博士学位，平时的工作也是教中文，有多年的教学经验，专业上有很深的功底。她在教学中的敬业、认

真、负责，令人折服。每年暑假，她都将下一年的课备好与我们团队的老师们分享。她的教案已成了我们的范本。她的加盟无疑给我们团队打了一剂强心针。年轻的梁楠老师对新事务的领悟力极强，非常善于总结归纳。她与我们分享的教语法的公式法，我们用起来得心应手。在教学中她紧扣教材，根据孩子们的心理特点，设计专门的教学方法，着重培养学习兴趣，深受孩子、家长们的喜爱。

转眼第三年，由于教室有限，学校只增开了一个一年级的新班，由冯怡丽老师任教。冯老师也是学教育出身，出国前一直教中学语文。我们学校也工作十年了。她在教学上很有一套，加上她脾气那么好，不紧不慢，耐心至极，轻声细语地将知识的雨露，注入到孩子们的心田。同年，由于行政上的需要，赵咏梅老师接替我教三年级。赵老师曾在日本教过中文，在我校也教了五年了。拼音是她的强项，她善于使用教具启发学生学习。受过普通话专业训练的她，字正腔圆，嗓音甜美，听她读课文真是一种享受。

迈入第四年，先是在第一课时开了一个一年级新班，不到5分钟，二十个位子一抢而光。第一节课找不到教室，只好在第二节课增开一个班。虽然时间方便，但两天后，二十个名额也满了。杨文老师出任主教。杨老师曾经给我做过两年助教。原本在新加坡教过中文的她，十分谦虚，几次让她当主教，她都说再学习学习。今年我和梁老师都暂时无法教课，她才同意出山来教，还是那么谦虚，而且更加认真。一封给家长的信，她都反复琢磨，仔细推敲。一个难教的字，她会打电话来问这样教好不好。曾力老师今年也加入了马立平团队，接任四年级主教。她对教材并不陌生，因为小女儿两年前开始跟盛兰兰老师学，她便一直用心跟踪，加上她有十几年的海外教学经验，教起来得心应手。曾老师多年前教过我女儿，一些看似很难的字，女儿竟然很快就学会了，看来她有厉害的看家本领。曾老师对教学的认真负责，精益求精也是有口皆碑。

平时大家忙于上课，无法相互观摩，组长姚洁莹老师的先生邹英寅就给团队的每个老师都录了像，然后利用周六把大家集中到他们家培训。几个周六，我们在一起看录像，做点评，谈体会，收获甚丰。只是难为了邹先生，他不但负责给大家录像，还要招待我们这么多人吃喝。

马立平试点班今年已进入第四个年头，从两个班发展到七个班，从开始担心没生源，到今年五分钟爆满，成绩是大家有目共睹的。这主要归功于这套有针对性的教材，还有就是既敬业又有爱心的老师，再加上积极配合，鼎力相助的学生和家长们。

有不少家长提出希望能多开几个班，董事会、校行政也都注意到这个趋势，正想办法解决教室和师资问题。在此，我们再次提醒家长们，“马立平教学法”并不适合所有的学生。如果你的孩子中文听说不成问题，家里又能提供语言环境和持之以恒地支持与辅导，那么，这样的学生学习兴趣就能持久，在美国通过四到六年的业余学习能达到自由阅读中文的程度，取得“事半功倍”的喜人成就。

（姚洁莹老师和学生学习“中国美食”

摄影 楼一平）



教授今夜依旧晚归

大海

我们学校的一位家长，听在国内的朋友推荐，买来好看实用的《吃出健康的智慧》一书。拿到手后发现，作者是著名华裔科学家康景轩，“这不是我们跳舞班的老康吗？”

2004年，康景轩教授突破性地利用基因工程技术，首次成功在哺乳动物的体内改造其脂肪组织成分。“他做成功的时候，好兴奋啊，半夜从办公室给我打电话，我从内心为他高兴，因为他从中国一个小乡村走到这一天，付出的辛苦我历历在目。我只能说一句话，快回家来吧！”曾在我校任教多年的谢雪梅老师这样回忆。

2006年，康景轩将新技术应用于家禽，成功的培育出世界上第一头能够自身合成拥有“人类液体黄金”美誉的Omega-3脂肪酸的克隆猪。该成果被誉为具有“革命性”的意义。美联社、路透社、CNN、BBC、《福布斯》杂志等世界三十多家主流媒体，竞相报道该突破性成果，并被权威的美国国家卫生研究院，评为“2006年最重要的饮食健康研究之一”。美国《发现》杂志，分别于2006、2007年，将其列为世界百项重大科技发现的第38和第24位。康景轩不到10岁，就用灯泡做

“土地雷”，他说“创新贯穿着我的生命。要创新首先要勤于动手，勇于挑战，不迷信权威。与其煞费苦心地去完成100件没有创造性的事，不如多动脑筋，集中精力做一件有创造性的事。”

2007年康景轩被美国《Esquire》杂志评选为全美最杰出与最睿智（The Best and Brightest 2007）的人士之一。“那项科研已经“全线完成”了，这项专利以后如何推广应用，不是我们搞科研的人的责权范围了，我十分期待它被广泛利用，造福人类。”

四年来，在那股热流的漩涡中和由其脱身之后，康景轩绝没有用一天去懈怠。而是“越来越忙，以前他就是个回家没有钟点的人，现在几乎不见了。有些邻居从没有见过他，以为我是单身母亲。可我一直坚信，他是可以做出科研成果的人。因为他没有一刻不在想新点子，从家里到实验室，甚至走在路上。我都得控制他那些“业余专利”申请的数量，每个都去申请还得了？他这么痴迷地搞科研，我承担家事还不是应该的。”雪梅，这位美丽恬静的妻子，话语里充满了对丈夫的理解和欣赏。许多年来，她上课、上班、教育孩子、管理家务、担任丈夫的“超级助理”，一肩担起全家。怪不得康景轩说：“没有雪梅，我绝对做不出这些成果。”

康景轩还在做一个事必躬亲、凡事追求尽善尽美的科学家，向着下一个更有创意的目标奔跑；他是运用转基因技术研究脂类代谢的先驱者，科学界的精英，几乎每个月都有大型的国际学术会议，用去他许多宝贵的日夜；作为学科的带头人和实验室的“首领”，事无巨细都在他要关照的范围内。千忙百忙之中，康景轩为他情牵梦绕的同胞写了《吃出健康的智慧》一书，在国内掀起一股健康书热。“食品健康对于中国是一项巨大的挑战，为了让更多的国人了解这些与健康和生活息息相关的生活真相，转变陈旧的健康观念，并掌握科学、正确、健康的做法，我开始写这本书。希望它能够走进大众的心里，为大家所用。”

康教授的导师，美国科学院院士、哈佛大学医学院终身教授、原医学院内科和预防医学系主任亚历山大·利夫博士是召唤他来美国、来波士顿、来哈佛的人。多年的相识、相



知，他洞悉康景轩的才华和天分。这位九十多岁的老人，常常嘱咐谢雪梅：“要尽力协助他，他是会给科学带来极大成果的人。”他戏称康景轩是自己“学业的儿子”。老教授在推荐序文中说：“他是一位非常杰出的科学家，我可以肯定这本书的重要性。我相信那些明智的遵循他的建议的人，将能很大程度地提高健康生活的品质和延长寿命。”

康景轩教授在这本书里，把健康饮食的智慧归纳为“一日‘三掺’”。一掺“降糖之宝”纤维素；二掺“降火之宝”抗氧化物；三掺“降脂之宝”Omega-3。

康教授十分传神地把健康饮食的要诀归纳为“清水鱼”，而且他的清水鱼有三个层次。第一层面是：青菜、水果、鱼类。二来是指饮食清淡、多补充清洁的水分；多摄取对人体有益的Omega-3 不饱和酸。再深一层的意义在于：追求清水鱼的意境。心态要如清水游鱼一样悠然自得。为如此浪漫的科学家叫好！

康景轩教授是我们这一代一步一个脚印地从中国走向世界的华人，也和我们一样，有一颗无论如何都改变不了的中国心。近年来他花费大量心力回馈祖国，跑得最多的路是美中航线。他热衷于把最先进的学术理念带回去和大家分享。除了写书之外，他应邀到北京、上海、广东、辽宁、青海和福建等地与当地政府、院校、科研机构开展广泛的合作；每年赴中国科学院暨研究生院讲学。还应上海红十字会邀请，专场为上海市民做了多场科普演讲。2006年11月，他作为外方主席，在上海主办“世界营养、运动与健康大会，吸引20多个国家的专家学者济济一堂，为推动中国全民健康做出了重大贡献；国内许多医药公司高薪聘请他做顾问，他都婉言谢绝了。却把大量的时间花费在帮助自己的母校——不甚有名的广东医学院上：创办“中美基因营养和健康研究所”，每年往返多次给研究生上课和指导科研。为学校 and 国外院校学术交流牵线搭桥，也为学校师生到国外留学提供平台和帮助。“看到国家在这个学科方面的落后，心里十分焦急。我理当尽自己的力量帮助它，让它尽快和国际水平接轨。”

康教授和谢雪梅老师的一女一儿都是牛顿的毕业生，多少年间，他们每个星期天把爸爸送去实验室，就来中文学校报到。放学后再去接爸爸回家。现在女儿已上大学二年级，偏好文科的她，颇有写作的天赋。大学一年级选修了文学方面的课程。暑假被妈妈“推荐”到实验室给爸爸做“秘书义工”。结果交出一份父母意想不到的“暑假作业”——在全新的每天和父亲朝夕相处的交流和沟通中，她认识了自己科学家的父亲。并且由衷地佩服和尊敬他的处世为人。她发自内心地决定改学生物课程，尝试做与爸爸相近的科研工作，这让康景轩夫妇多么开心！他们的儿子早在七年级就缠着父母要去实验室帮忙。百劝不果之后，就带他去“试了一个夏天”。结果他得到严格的父亲的认可。“儿子和我做同行的可能性极大，因为他对这一行非常有兴趣。”骄傲写在为父的心里。



四年前，能歌善舞的雪梅“要求”丈夫陪自己去上牛顿学校交谊舞的课，过过在舞场上翩翩起舞的瘾。结果活泼好动的康景轩，也一下子喜欢上了这门魅力无穷的课。交谊舞成为这一对同样来自广东湛江的恩爱夫妇一项新的生活乐趣。课一上三年多，直到毕业，跻身响当当的“黄埔三期”，让我们有幸多了一位值得骄傲的牛顿人。

小荷尖尖

八年甲班蒋珊老师开学至今已指导学生作文三次，现选登每组作文数篇。

中秋节

陶越博

中秋节是中国的一个节日，在农历的八月十五号。传统是大家在中秋节吃月饼。因为要记住中国人怎么推翻了蒙古。他们用月饼让大家知道什么时候开始打仗。

今年，我的中秋节是这样的：爸爸先去中国城买了几块月饼，然后他回来了。到家后，爸爸、妈妈带我去看月亮。可惜天上的云太多了，我们没有看到月亮。回到家，妈妈给一块月饼吃。我很快就吃完了。这个月饼中间有一个蛋黄，我觉得很好吃。我觉得我的中秋节过得很好。

邹首文

中秋节是中国农历的八月十五，中秋节时我们吃月饼和赏月。月饼的馅有好多，有甜的，有咸的。甜的里有红豆等，咸的里有肉等。有一个传说，讲，有一个很漂亮的姑娘住在月亮上，她的名字叫嫦娥。她有一个小白兔，中秋节时人们可以看到她们在跳舞。中秋节是一个我喜欢的节日。

我名字的来历

陆佳

我的大名是陆佳，我姓陆，名字是佳。爸爸妈妈希望我生活美好，就叫我陆佳。我的名字只有两个字，因为爸爸妈妈要给我起一个又短又容易说又容易写的名字。我的名字叫丁丁，爸爸妈妈希望我跟《丁丁历险记》里面的主角一样机智、勇敢和聪明。

李逢道

我的名字是李逢道。我哥哥叫李峰德。爸爸姓李，妈妈姓冯他们两得到我们，我和哥哥名字合起来就是“得到”。

邹首文

我的名字是邹首文。我姓邹，我是家里首字辈的，我和哥哥中间的名字是首。

我的名字里有“文”字因为我妈妈和我姥姥要我文化。文还有文静、文雅、文质彬彬的意思另外一个原因是，我姥姥原来有一只波斯猫，它的名字叫文文，我的小名也叫文文。那只猫很漂亮有很听话。那就是我名字的来历。

林嘉慧

我的名字是林嘉惠。我的妈妈挑名“嘉”，因为她认为嘉是很漂亮的意思。她也认为慧是一个好字，因为她希望我是聪明的孩子。

陶越博

我的名字叫陶越博。你要是想知道我的名字是怎么起的，你必须知道我爸爸的名字是怎么起的。爸爸的名字是这样来的：我爷爷奶奶以前是水利工程师，我爸爸出生的时候，他是爷爷奶奶的独子。爷爷奶奶想让他有出息，就给他取名世界上最大的水——海洋。爸爸长大以后，就越洋过海来美国读书，并获得了博士学位。当我出生的时候，爷爷奶奶给我取名陶越博，希望我超越我的爸爸，超越博士。这就是我名字怎么来的。

我觉得我爸爸无愧于他的名字，我很自豪我爸爸是一个很好的老师，又是一个优秀的科学家，也是一个出色的医生。我就得我一定能够超越我的爸爸。只要我刻苦努力，我一定会无愧于我的名字。

一场比赛

梅子涵

昨天我们有一场足球比赛，上半场两队各进了一个球。下半场开始，不久，对方就又进了一个球。虽然我方队员激烈地反攻，但是我们没有再进球。

这场比赛我们虽然输了，但是我们学到了不少东西。

我的第一个数学比赛

李博安

去年秋天我参加了我第一场数学比赛，我学校的数学队刚刚开始，所以我就去参加了。我们学校喜欢数学的人很少，

所以学校的数学队大约只有 12 人。这是我朋友的爸爸开的。我们去参加 I. M. L. E. M(麻省初中数学比赛)。我们队上数学很棒的人其实很少，只有我、我的朋友、一个八年级的学生和一个五年级的学生“Nerd”，其他人都是一些五年级的学生，数学不能算好。

这个比赛一共有五个小比赛，我们是对离我们近的学校。比如 Lexington Diamond、Lexington Clark、Concord、Belmont 这些学校。这些学校是州最棒的。但是我们学校第一次参加比赛，全队都觉得我们会输的。

每一个比赛里有五项内容：有 Mystery、Geometry、Number Theory、Arithmetic 和 Algebra。我参加了 Mystery、Arithmetic 和 Algebra 的比赛。我们全队打得很不好，比赛里可以的 216 分，我们只得了 94 分。Lexington clark 得了第一名，他们得了 214 分，只错了一个题目。我们学校得了第七名，其它四个比赛，我们总分得了第七名，进步很少。

现在我们数学队的人，都已经参加过一次比赛，比去年好多了，我真希望今年我们得到更大的分数！

我的钢琴演奏

林嘉慧

2009 年 6 月，我参加了一个钢琴演奏会，有 30 多个孩子表演。我是第 14 个弹的。大家都弹各种不同的歌曲。大的孩子弹的歌都很难。演奏大约是一个小时。在演奏结束时，我们都拍了一组照片，这日子真的很开心。

林嘉雯

我在乒乓球夏令营参加了一个乒乓球比赛。我和很多人比赛，这些人从 8 到 15 岁。谁先得 11 分谁就赢。我得了第二名，第一名是一个 15 岁的男孩子。我那时 11 岁。我姐姐得了第三名。我也得了一张奖状，每个人都得了一张奖状。我很喜欢这个乒乓球比赛。

一场游泳比赛

陶越博

我爱游泳一直在一个游泳队里游泳。上个星期天，我去参加了一场比赛。我游了很多项目，但是我最喜欢的是 100 米混合泳，因为我可以在一个项目里游四个泳姿。第一个 25 米是蝶泳，第二和第三个 25 米是仰泳和蛙泳，最后一个 25 米是自由泳。

我排着队等待我的小组赛，心里有点紧张，因为我很长时间没有游 100 米混合泳了。终于轮到我了，我站到了起跳台上，“呼”的一声枪响，我跳进了水里。我在水下使劲踢了几下，然后浮上水面，开始游蝶泳。我拼命地游，蝶泳游完后，我排在小组第一。虽然两个泳姿不是我的强项，我还是使劲地往前游，最后 25 米是自由泳，我奋力地游到了终点。

比赛结束了，我的成绩比去年提高了 11 秒！妈妈爸爸都说我是好样的，我高兴极了，这场游泳比赛真是太精彩了。

高月

在我 7 岁那年，爸爸妈妈带我去参加麻省钢琴比赛，我 5 岁就开始弹琴，有一个很好的老师，她叫我怎么弹出好听的声音。我要弹两首歌。房间顿时安静下来，孩子们都紧张极了。一个人站起来欢迎大家，然后第一个人站起来弹。我站起来，走到那个人面前，给他我的书。他说：

“我们不让拿这个东西。”我看他拿着一张纸，在家里我们没有找到那本书。麻省钢琴比赛不让我们带纸。那人说：“你可以弹，但是不会拿到奖杯。我上了台，坐在钢琴面前，我就开始弹了。我准备了一年，可是没有拿到奖杯。

一场足球比赛

朱亦宁

我参加了一场足球比赛。我是后卫，我们踢得都很认真。对方实力没有我们好，可以他们还很自信。结果他们丢了好几个球。

中间休息时，他们教练告诉他们新的战略，又换了几个人。下半场比赛开始，他们踢得好多了，可是我们踢得更好，最后还是我们赢了！

这场比赛真是太好笑了。

牛顿中文学校少年队 在第八届北美体协杯乒乓球赛中勇夺冠军

第八届北美体协杯乒乓球赛，于 2010 年 10 月 7 日在麻省理工学院的杜邦体育中心举行。在这次比赛中，共有三十二支球队参赛，角逐成年 A 组，B 组，女子组和少年组的冠军。

像往年一样，牛顿中文学校乒乓球课的汪自强老师组织我校少年乒乓选手参加一年一度的赛事。少年组的比赛共有 5 支球队参加，它们分别是牛顿中文学校队，剑桥中国文化中心一队、二队，波士顿乒乓俱乐部队和中华广教学学校队。牛顿中文学校少年队的成员为：JULLIA SUN（学生助教），DARREN WANG（七年级学生）和 BRYAN XIAN（七年级学生）。

由于比赛采用大循环方法决出名次，每一场比赛都至关重要。三名少年队成员在场上顽强拼搏，在场下兼做比赛队员的啦啦队员和“教练员”。全队精诚合作，愈战愈勇。

经过近 5 个小时，16 场的激烈比赛，他们用汗水和泪水，取得了四战皆胜的战绩。首次为牛顿中文学校夺得了少年组的冠军。第二至第四名的三支球队都是二胜二负，最后算小分，波士顿乒乓俱乐部队获得亚军，剑桥中国文化中心一队获得第三名。

在同一赛事中，我校的另一名年仅 12 岁的学生 BRIAN GAO(八年级学生)，代表波士顿乒乓俱乐部 A 二队，战胜高达 2200 分的乒乓老将，为波士顿乒乓俱乐部队夺得最具份量的 A 组冠军，为球队立下了汗马功劳。



这次牛顿中文学校少年队能够在众多参赛队伍中脱颖而出，与我校长期的乒乓球基础教育息息相关。更是任课的汪自强、黄少君等老师辛勤耕耘的结果。祝愿牛顿中文学校乒乓球队在明年的比赛中，再接再厉、再创辉煌。（汪 洋）

美术获奖喜讯

(本刊讯) 今年暑假, 美术组郑玥老师组织了一个全国绘画比赛——美国儿科学会(少儿卫生组织)举办的全国儿童绘画比赛。来自 39 个州及 13 个国家的孩子参加了这次比赛。比赛主题为“保护世界儿童不要闻吸烟草和二手烟”。

这个比赛分 3 组: 3-5 年级(第一名、第二名)、6-8 年级(第一名、第二名)、9-12 年级(第一名、第二名), 另一共选出 38 名入围奖。

我们中文学校的 Lily he(贺盛雅), 获得 6-8 年级组第一名, 10 月初被邀请去参加在加州的颁奖(组委会提供\$1000 旅游和住宿费), 并获得\$500 奖金, 获奖者的学校也相应获得\$500 奖金。

另外参赛的 4 名中文学校的孩子 Charlie He、Erika Chen、Christopher Zhang、Erik Zou 都获得了入围奖。

相关网站:

<http://www.aap.org/artcontest/>

获奖和入围者:

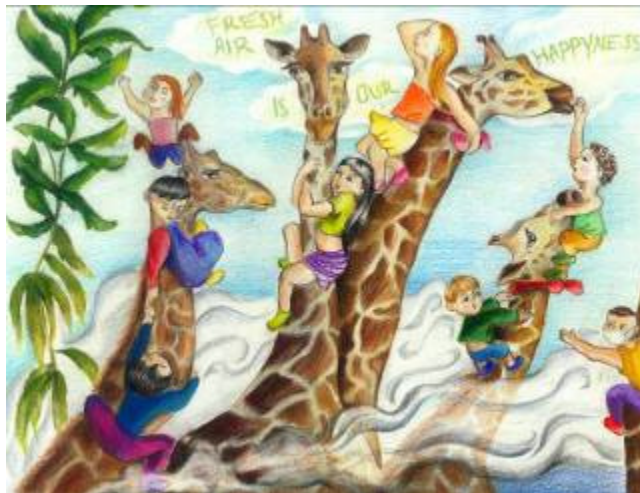
<http://www.aap.org/richmondcenter/Artists/2010/3-5/index.html>

<http://www.aap.org/richmondcenter/Artists/2010/6-8/index.html>

<http://www.aap.org/richmondcenter/Artists/2010/9-12/index.html>



Charlie He(贺盛华)
9-12 年级组入围奖



Erica Chen 9-12 年级组入围奖



Christopher Zhang 3-5 年级组入围奖

Erik Zou 3-5 年级组入围奖



小提琴老师邢媛梅

(Newton, Belmont, Watertown, Brookline, Cambridge, and Boston area)

Ms. Xing holds B. M and M. M from the Conservatory in Shanghai and United States.

She played regularly in orchestra, Chamber Ensemble, and solo recitals.

She completed the Suzuki teaching training program in 1993.

She has been a faculty member at the Longy School of Music in Cambridge since 1994.

Please contact her via e-mail: ymxing@netzero.net, she will be happy to set up a try out lesson for the first meeting.

牛顿中文学校支教计划第五年

2010—2011 年度的支教计划已经紧锣密鼓的开始了。新一年的计划有好几个亮点。第一，今年是支教计划实施的第五年。这个计划经过五年的尝试，更加趋于成熟。第二，在支教工作小组全体成员的共同努力下，经过董事会的批准，《支教计划章程》已经设立。第三，今年的活动将第一次全面按照章程实施。

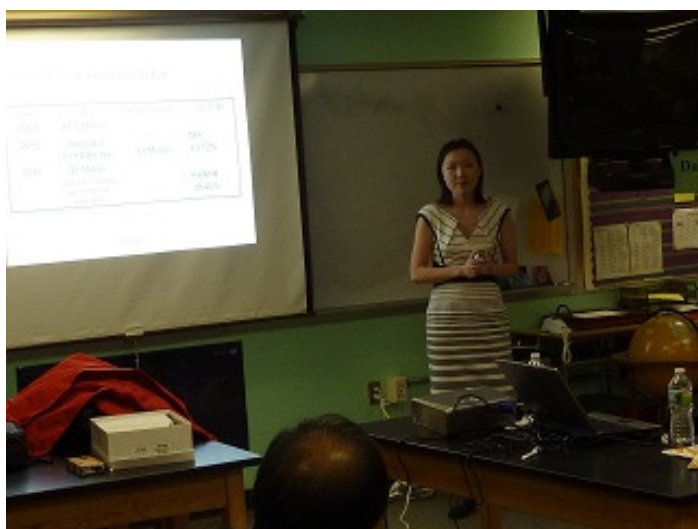
根据《支教计划章程》，今年的工作小组已经成立。它由 15 名成员组成。可喜的是，去年工作小组的全部九名成员都自愿继续参与，而且我们还增加了六名新的成员。经过上学期的民主选举，工作小组的组长继续由周琼林担任。工作小组已于 10 月 3 号在何瑞萍老师家召开了第一次会议，决定今年支教的中国学校再次为云南的永胜第四中学。工作小组的分工如下：

- 1, 参加去中国支教队的学生报名负责人：朱伟忆、夏耘、倪继红
- 2, 选拔去中国支教队带队老师负责人：王泽养、李家祺、高莹洁
- 3, 与云南永胜第四中学联系人：夏耘、周津平、何瑞萍
- 4, 财务：陈卉、何瑞萍、周立
- 5, 宣传：周琼林、李家祺、吴晓云
- 6, 组织募捐活动：
 - 才艺表演：陈卉、于晓梅、郭欣欣、任基安
 - 舞会：章鑫明、吴晓云、倪继红、何瑞萍、周津平
 - 书展：高莹洁、朱伟忆、周立、夏耘、王泽养
 - 义卖：周立、吴晓云

今年募捐活动的第一个项目是才艺表演。才艺表演定于 11 月 13 号星期六在牛顿 Day School 的礼堂举行，目前正在开始报名。期望有才有艺的同学和家长踊跃参加。

有了新一届学校董事会的领导和支持，工作小组将继续努力，发扬优秀的奉献精神和团队精神，并有信心把今年的支教计划做好。我们热诚期望广大同学和家长的积极参与和支持，请大家随时关注各项活动的日程和安排，我们一起来把这一项有意义的活动做的越来越好。

支教工作小组（周琼林执笔）



—老楼的角度—

10 月 31 日 Ms. Sarunna Jin

做“遗产税法及遗嘱”的讲座。

前言

牛顿中文学校支持教育事业和资助中国贫困学生的计划是牛顿中文学校董事会直接领导下的一个项目。该项目由牛顿中文学校学生和家长们于2003年自发组织，2007年纳入学校管理体系。项目资金一部分由学校每年从长期发展基金的利息里拨出，其余部分全部由募集捐款筹得。活动的具体事宜由支教小组（牛顿中文学校家长、教职员工、董事会成员等志愿者）负责组织操作。

本计划的宗旨在于：

1. 资助中国贫困学生完成高中学业；
2. 让牛顿中文学校学生通过参与此项活动而受益；
3. 促进中美学生之间的文化交流。

牛顿中文学校支持教育事业和资助中国贫困学生交流计划

章 程

第一条： 支教小组

支教小组由自愿者组成，其成员不少于5人。支教小组成员中至少一位应为学校董事会成员。如组员不能继续服务，新组员由牛顿中文学校社区成员、学生家长或老师自愿报名并由支教小组讨论产生。

支教小组组长为本学年度现任家长或教职员工，小组长由当年支教小组成员以投票的形式选举产生，并报请董事会通过。产生时间在每年六月份。其职责为计划、协调本年度的支教活动。组长一届任期两年，最多不超过两届（四年）。第一届从2010年9月起。

第二条： 资助学校的标准

1. 由我校教职员工或家长推荐的，中国有正规行政教学机制的一所高中；
2. 有一定数量的贫困学生；
3. 交通相对便捷，在中国境内一天可以到达；
4. 候选学校由支教小组提前一年选定并提交董事会审议批准。

第三条： 接受资助学生的标准及人数

1. 高中一、二年级品学兼优的贫困学生；
2. 提前3个月由被访学校老师提供以下书面推荐材料：

自我介绍

学校成绩

经济状况

3. 每年被资助学生人数根据当年资助款项决定，以20人左右为目标。

第四条： 参与支教学生的标准

1. 必须是牛顿中文学校在校学生（年满14岁）或曾在牛顿中文学校就读过至少两年的学生；
2. 有一定的中文沟通能力；
3. 能遵守中文学校及团队纪律；
4. 持有牛顿中文学校老师推荐信；
5. 经支教小组面试通过；
6. 身体健康，适合长途旅行；
7. 每年招收的支教学生学生不少于5人，最多不超过12人。如少于5人，当年去中国的行程取消。

第五条： 支教带队老师标准

1. 老师和学生比例在1/5左右；

2. 服务于中文学校管理、教学、家长会三年以上的老师, 行政人员和家长;
3. 有一定的领导能力、团队合作性和处理紧急情况的应变能力, 具有组织教育, 管理青少年的经验;
4. 身体健康, 能够适应长途旅行和艰苦生活条件;
5. 对支教活动有明确的认识, 乐于无私奉献;
6. 有时间或能请假参加支教旅行, 及出发前后和学生共同做准备和总结工作;
7. 支教旅行期间, 能够自始至终与学生在一起, 并对活动做一定的记录, 返美后需向中文学校作汇报。

第六条: 支教活动资金来源

1. 董事会从学校长期发展基金的利息部分拨款一定数额;
2. 支教项目募捐活动;
3. 个人及团体捐款。

第七条: 支教活动资金管理及使用

1. 支教基金由两名支教小组成员与学校会计共同管理;
2. 支教基金的使用包括下列方面:
 - 资助贫困学生的学费
 - 带队老师路费
 - 交流费用 (向中方学校捐书或教学用品等)

第八条: 活动方式

1. 每年举行数次支教募捐活动, 活动形式应该多样, 可包括书展、舞会、才艺表演等;
2. 一周在中国的支教活动;
3. 学年末在学校作汇报;
4. 每年去一所学校, 两年一轮, 第三年开始回访, 每个学校最多轮两次。

第九条: 年度工作时间表

1. 九月底前形成本年度工作组, 募捐活动开始;
2. 十月底工作组向董事会提交本年度支教计划;
3. 十月开始支教学生和带队老师报名, 二月底报名结束;
4. 三月完成支教学生选拔, 开始培训;
5. 三月底完成所有募捐活动;
6. 四月出访受赞助学校;
7. 五月总结;
8. 六月汇报, 选出下一年度工作组组长。

第十条: 学校免责声明

牛顿中文学校及它的法人代表对支教活动, 包括出访中国期间可能发生的意外事故不承担任何民事和刑事责任及义务。参与支教出访活动的老师及学生家长必须填写学校免责声明。参与支教活动是出于本人自愿, 只要参与支教活动, 带队老师, 学生及学生家长即同意, 在支教活动中, 如有任何意外情况发生而造成人身伤害, 受害人将不追究牛顿中文学校任何责任。

第十一条: 章程修改

由工作小组提议, 报请董事会同意批准。

牛顿中文学校支教小组
2010 年 6 月

韵舞东方，情牵故乡

曹景雁，季晶



演出结束了，鲜花，掌声，座无虚席的看台，为我们几个月紧张忙碌的筹备画上了完美的句号。两个小时一晃而过，观众陆续散去，我们紧绷的神经终于放松了，竟有些意犹未尽。又回到空无一人的舞台，安安静静的享受这一刻，心中荡漾着难以言说的喜悦。

主办庆祝东方舞蹈艺术团成立十年晚会的提议，是在阎亚莉家的聚会上开始的。我们虽然每周见面，可是因为训练时间有限，从来不能尽情聊天。于是决定定期聚会，海阔天空聊天为主，各显身手美味小食为辅。当时乘着大家兴高采烈，陈锐提出了她和郭爱群商量的想法——十月份办一台晚会，庆祝东方成立十年！团

长宋雪黎和副团长曹景雁马上支持，大家也都跃跃欲试，那时还只是三月份。

办一台晚会谈何容易？Casey 剧场 630 个座位，会有这么多观众吗？音响灯光该由谁来控制？我们十几个人到时候都在场上跳舞，谁来做我们场内场外的负责人？租场地、广告宣传都需要资金，财务收支能持平吗？十年来，我们学了这么多舞蹈又该如何取舍，怎样安排呢？好在有牛顿中文学校做大后盾，加上东方之声合唱团和喜洋洋小乐队两个同根生的文艺团体的鼎力支援，渐渐就有了初步的计划。而当曹景雁联系到全美华人文化和教育基金会，决定共同主办这场晚会时，这庆祝活动便有了更深层的意义。

我们是一群幸运的同道：有幸福的家庭、可爱的孩子，闲暇时还能曼舞轻歌。可在

遥远的故乡，还有许多不幸的孩子在为衣食温饱忧虑。我们不可能短时间改变现状，但有可能帮助一所学校、几个孩子，这已经是意义非浅了——更何况还是通过我们最喜爱的舞蹈！

有了这样的基础和信念，每个团员都开始付出十二分的努力。陈锐是晚会的艺术指导，也是《溜溜的康定》和《担鲜藕》的领舞。她对舞蹈的狂热和对东方的执著，每每令我们动容。她的艺术天赋更对晚会的水平和质量起着决定性的作用。从整台晚会的节目选定到对东方参演的所有舞蹈的排练和指导，陈锐不愧是晚会成功的灵魂人物。而她的付出是外人无法想象的，团员朱静雯在祝贺信中对陈锐的描述可谓贴切之至：“锐，你辛苦了！看到你在每一次排练中喊前喊后，在演出前又从台前喊到台后，空场时猫在控制室里监督舞台灯光……这段期间东方这个大家庭，近乎取代了你小家庭在你心中的位置，我说的对吗？你是我们东方的财富！”

筹备执行委员会的其他四位团员曹景雁，郭爱群，李湘萍和宋雪黎也各司其职，为晚会的大小事宜忙碌着。在家庭，工作中挤出每一分钟，放弃原有的娱乐休闲，工作强度和效率可能远远高过正职工作。前任团长季晶更是出人意料的展现出又一项才能，从网站的设计到实施，从宣传海报的几易其稿，到在争分夺秒中完成节目单的排版设计，没有人相信这是出自一个新手。最后只有感叹，人的潜能是不可预见的。东方原指导张川川也鼎力相助，在嗓子做了手术，不能说话的情况下，坚持前来指导，让我们第一次尝试了“无声教学”。为了完成《东方荟萃》应邀而来的曾晨辉、蔡洁、陈惠能、钱晓青、王婷、刘承红从头开始学《炫歌悠悠》。所邀其他演出团体鼎力相助，无偿参演。刘春华联系媒体，刊登广告；梁榕帮忙剪辑音乐，润色文章；东方的其他团员也都无私地做着分配的各种事务，找赞助，拉广告。最能体现‘精诚所至，金石为开’的当属买票，在全体团员的齐心协

力之下，630张票在演出前一个星期全部售完，为了解决演员的需求，我们不得不到处寻求退票，真正的是‘一票难求’。

“万事具备，只欠东风”的当头，中文学校的孙京又一次出山，联合由东方团员家属和ACCEF志愿者组成的强大舞台工作人员阵容，管理了演出当天从前台到后台的各项事务，为演出的成功立下了汗马功劳。音响师肖广松、方思宁，灯光师李黎、田原长时间在控制室里忙碌。要感谢的名单很长很长，一台晚会的成功依赖他人太多的支持和帮助，家庭、朋友、观众。这台晚会已不只是东方舞蹈团在庆祝自己的十年，它体现了海外华人团结互助，众志成城的精神！

今天，当我们追溯走过的这半年，所有的艰辛都被成功的喜悦所取代。特别是当东方团员的下一代们，被秘密安排上台为自己的妈妈献花时，那份感动把所有的汗水化为乌有。我们用这样一场具有意义的慈善晚会，庆祝了自己十岁的生日。虽然我们只筹集了不到\$5000的善款，但我们对舞蹈的热爱；对家乡贫困儿童的关心，得到了观众们的认可。我们为东方舞蹈团自豪，也为能成为其中的一员而骄傲，我们欢迎更多和我们志同道合的舞蹈爱好者加入这个其乐融融的大家庭。

东方舞蹈团前身，当年成人健身班的负责人蔡洁的祝贺信，给我们做了最好的总结。

“欲说是去帮东方的忙，不如说自己圆了一个虚幻的梦：“相约在东方”。那份珍藏在内心深处的情愫，终于在扬起的白色长袖藏纱中飘逸的飞向空中，又轻盈地随帷幕缓缓落下……“东方”一个响亮的名字；我曾在你正式命名之前逗留不到十个月，你却用整整十年系统绕我、包容我、感动我，让我分享你的今天……”

欲说是一种分享，不如说是一种刻骨铭心的感慨。十年前的蒙古舞排练，爱群，你右腿伤残，左腿单蹦，一跃一落从北向南。十年后的再一次相约，陈锐，你腰间盘突出，却忍痛教我们如何悠悠，我想你何以悠得起来？！正是执着的精神造就了东方舞者幕后的刚毅、幕前的光彩。

台上一分钟，台下十年功。“东方”，一群普通的女子，你们让我目睹了舞团成长的蹒跚艰难……

昨天的东方——让我认识了自己，延续了老朋友的友谊就说是川儿吧，相识整十年了！可谓“十有九输天下事，百无一可意中人”。

今天的东方——给我认识新朋友的平台，心彤、惠能，一曲《弦歌悠悠》让你我有幸快乐结缘。

明天的东方——祝福你我，祝福你我的明天！

失而复得的感受

冯尧芬

我来自中国北京，今年74岁，在波士顿女儿家住上一年多了。我很喜欢这里，环境整洁优美，人们诚信友善、和谐相处。我感到每天呼吸着新鲜的空气，时时被美国人民高度的文明行为所感染。

最近，亲身经历补办老年卡交通卡，使我这种感受更深、更清晰。

8月27日下午，我乘坐134路公交车返家，从Wellington站上车，当时人很多，我刷卡后，没有及时把卡收好，就朝座位走去。回到家发现我的车卡不见了，我翻书包、翻衣兜，回想着上车、刷卡、入座的过程，怎么也想不出卡在什么时候，怎么掉的……

次日，在女儿的帮助下，与134路公交车总站及当班司机联系，都回答没有见到这张卡。我很失望，还得去Back Bay补办。我不会讲英文，女儿工作又忙，不能陪我去。无论有多少困难，我也得尽快补办，因为我经常去华人医疗中心看病，使用交通卡不仅省钱，而且便利。

8月13日上午，女儿给我写了一个便条，有我的姓名、出生日期和地址，还写上我的交通卡丢了，需要补办。我就揣上这张便条，自己Back Bay subway的一个办公室去了。

一位男士从我手里接过女儿的便条及我的绿卡，示意我坐在一边等候。同时在哪里办事的有七、八位。我隔着玻璃目不转睛地盯着为我办事的那一位。他仔细地审视了我的绿卡，一边与他人商谈，一边敲击电脑键盘。我心里很紧张，想起在国内补办遗失证件的经历，担心此时我既无法证实我的交通卡丢了，又回答不出卡内是否有余额，余额是多少这类的问题。更不会用英文回答工作人员的提问，这可怎么办呢？我开始后悔不该自己一人来办理这么重要的事……

大约过了难熬的十几分钟，那位男士把我的绿卡和一张小条移交给一位女工作人员，那位女士微笑着把我叫到窗口，我以为要向我发问或拍照，结果都不是她递给我一张新交通卡，卡上附着蓝色小条，条上写着18.4元。我喜出望外这么快，这么顺利就得到了新的交通卡，而且原卡上的余额一分不少地转进了新卡。我激动地重复着：“Thank you! Thank you!”

事实告诉我，“诚信在美国社会已成为公共意识，我亲身感受到办卡工作人员对我的信任与尊重。他们没有过问丢失交通卡的原因和过程，更不怀疑“丢卡”的事实，仅凭女儿的一张便条就给我补办了生活在这种氛围里，能不自觉净化自己吗？办事效率高也是我这次体会较深的一点。记得我在国内补办证件，要本人申请、说明原因，有时还得提出证明、相片等，手续齐备以后，还得等上几天。十几分钟就办完了，想也不敢想。另外美国工作人员的服务很人性化，使人感到亲切。和我同在办公室等候的有不同种族的人，他们对每一位都很热情，耐心倾听诉求、解答问题。

我拿着失而又得的交通卡，失望、紧张、后悔的情绪一扫而光，心里想着，在美国这个大家庭里生活，要好好学习美国的先进经验、先进文明。

青山依旧在 几度夕阳红

湘灵

滚滚长江东逝水，浪花淘尽英雄。是非成败转头空。青山依旧在，几度夕阳红。
白发渔樵江渚上，惯看秋月春风。一壶浊酒喜相逢：古今多少事，都付笑谈中。

杨慎（1488—1559）的这首《临江仙》，本是为其所著的《二十一史》弹词第三章《说秦汉》的开场词，被毛纶、毛宗岗父子在改编《三国演义》时，借来用做开篇词，却有天衣无缝之妙。

《三国演义》由史书《三国志》演义而来，故又称为《三国志通俗演义》。《三国志》由西晋史家陈寿（233—297）完成。又由南朝史家裴松之（372—451）旁征博引，引许多杂书作为注释。叙述由汉灵帝中平元年（公元184）到晋武帝太康元年（公元280）九十七年的中国史。百年战乱，百年兴衰。“人事有代谢，往来成古今”。兴亡之道，因于人事。消长之路，因用贤愚。得贤才，天下兴，亲奸党，家国亡。当事者不察，而后人察之，当事者不明，而后人明之。读史使来者事后分明。每一读者都成为事后诸葛，好生惬意！这也就成为历史吸引人的地方。

三国的历史，英雄辈出，各方为争夺天下，绞尽脑汁。胡适之在《三国演义·序》一文，指出三国故事流行原因，颇为中肯。胡适在分析中国七个分裂时期后，抛开有胡、夏嫌疑之争的南北朝、宋金对峙，剩下春秋战国、楚汉、三国、隋唐、五代十国。春秋战国因时代久远，资料偏少。楚汉、隋唐分裂时间太短，故事不够热闹。五代十国人物过于复杂。而三国人物、情节，相对易记，加上陈寿的记史，裴松之的作注，丰富翔实的史料，故此，成为演义家绝好的选材，三国故事在民间广泛流传。

裴松之注中引《曹瞒传》，出自三国吴人之手。所记曹操故事，颇为风趣，引人入胜，已有小说家笔意。注引《江表传》出于西晋虞溥之手，所记孙吴旧事，多为史家不屑于顾的详尽见微之趣闻。而所引干宝的《搜神记》，更被后人归之为小说类。这些情节，无疑为《三国演义》的形成提供多家佐料，剩下只是后辈作家的眼光和取舍。颇像日本电影《罗生门》，同一事件，不同人有不同人解读。

三国故事经过五百年演义后，由一位高手罗贯中集大成为《三国志通俗演义》一书。罗之后，又有零星变化，现流行版本为毛纶、毛宗岗父子最后改定。

《三国演义》正是基于《三国志》的事实，而加演义，为增添戏剧效果，或添枝、或加叶、或张冠李戴，此皆为作品人物描写之需要。如将正史中刘备怒杖督邮变成小说“张飞怒鞭督邮”，正史中孙坚杀死华雄变成小说“关云长温酒斩华雄”。为突出正史的刘备与关羽、张飞的亲密关系，小说中添加“桃园三结义”一节。为突出正史中的虎将关羽，小说添加关羽“过五关、斩六将”的情节。为说明吕布英雄，小说添加“虎牢关三英战吕布”一节。为说明董、吕之间残杀原因，小说添加王允用美人貂蝉离间董卓、吕布一节。所有这些，全为文学铺垫，为小说增添色彩服务。因为正史确记董卓为王允、吕布所杀。正史确记关羽为曹操俘获，后又不避艰险寻找刘备的事迹。小说虚构情节的加入，使正史人物更加鲜明突出，不像史书，人物记录缺少生动，个个像道德符号。小说中有时竟大段节录正史《三国志》。如孙策临死传位孙权。《三国志·孙破虏讨逆传》：“呼权佩以印绶，谓曰：‘举江东之众，决机于两阵之间，与天下争衡，卿不如我。举贤任能，各尽其心，以保江东，我不如卿’”。《三国演义》第29回写孙策“乃取印绶与孙权曰：‘若举江东之众，决机于两阵之间，与天下争衡，卿不如我；举贤任能，使各尽力以保江东，我不如卿。卿宜念父兄创业之艰难，善自图之！’”。因此，正因为小说中的这种虚虚实实，给许多后来之人，造

成错觉，误将《三国演义》作正史，因而忘记小说戏说之谈，这也是《三国演义》成功的地方，戏说压倒正说，野史颠倒正史。

《三国演义》对《三国志》最大颠倒是将刘备偏安的蜀汉作为正统，而将雄居中原、人口最多、版图最大、人才辈出的曹魏，归于叛逆。此观点最早源于东晋史家习凿齿（328—413）的《汉晋春秋》。基于此点，《三国演义》的作者罗贯中，所采史料，偏颇明显，史料不足之处，又以演义发挥。如曹操杀吕伯奢一节，曹操杀杨修一节，假假真真，真假全有。无非凸现曹操“奸诈”一面。如采用《汉晋春秋》之说，极利诋毁东吴周瑜、鲁肃。无非认为周瑜、鲁肃在汉室未亡之际，谋佐孙氏，分裂天下。其实，客观评述，当世之时，曹操、孙权、刘备三人，又有谁忠于汉室？只不过刘备姓刘而已，才成正统。鲁肃见孙权，使孙权完成称霸江东战略。曹操南来，鲁肃力排众议，说服孙权抗曹。赤壁之战胜利后，鲁肃又力劝孙权借荆州之地与刘备，以抗曹操。终使刘备有立锥之地，为其入川奠定基础。此与诸葛孔明三分之计殊途而同归。诸葛英雄，鲁肃亦豪杰矣！然在刘氏正统的成见之下，诸葛升天，鲁肃入地，诚不公也！

罗贯中（约1330—约1400）名本，字贯中，号湖海散人。元末明初著名小说家、戏曲家。事迹淹没不可知。据明人无名氏《录鬼簿续编》，该文作者在至正甲辰（1364年）曾见过罗贯中，且为罗贯中忘年之交。由此可以判断罗贯中活动时代为元末明初。当时的乱象，各路豪杰蜂起，情形颇似东汉末年。有战争便思将士，“得人者得天下”，罗贯中借《三国演义》一书，对此论尤其着重发挥，远甚于正史的《三国志》。如《三国志·周瑜鲁肃吕蒙传》写孙权见鲁肃一节，“权即见肃，与语甚悦之。众宾罢退，肃亦辞出，乃独引肃还，合榻对饮。因密议曰：‘今汉室倾危，四方云扰，孤承父兄余业，思有桓、文之功。君既惠顾，何以佐之？’”。《三国演义》将正史改动数字：“肃从其言，遂同周瑜来见孙权。权甚敬之，与之谈论，终日不倦。一日，众官皆散，权留鲁肃共饮，至晚同榻抵足而卧。夜半，权问肃曰：‘方今汉室倾危，四方纷扰；孤承父兄余业，思为桓、文之事，君将何以教我？’”。“悦之” 升成 “敬之”，“合榻对饮” 改为 “同榻抵足而卧”，“何以佐之” 变为 “君将何以教我”，“悦”升“敬”，“佐”迁“教”，一字之差，意思相差千里。“佐”者，辅臣，“教”者，帝师。岂可同日而语！凭三寸舌为帝王师，筹帷幄中而天下平，此难道不是乱世之下不遇明主的才子罗贯中所想？士择明主、主思能臣，在刘备、诸葛亮的君臣关系上最能体现。罗贯中抓住此点，居于史实，在刘备三顾茅庐、诸葛亮舌战群儒、周公瑾火烧赤壁等章节，做足文章，真乃大家风范，小说楷模。

《三国志·诸葛亮传》记，因为徐庶推荐，“由是先主遂诣亮，凡三往，乃见”。仅此数言。来到小书家笔下，竟成为长达六千余字长篇。诸葛亮的《隆中对》乃名垂千古的妙计，如不经心诚志坚之途而轻易许人，不足弥珍贵。刘备不“三次枉屈”，不足显赤诚。作家正是抓住“珍贵赤诚”之意，大做文章。得之不易，惜之亦坚。合于常理。

刘备一顾，足未出门，听报一人“峨冠博带，道貌非常”来见。刘备大喜过望，以为诸葛亮亲至。刘备整衣出迎，乃熟客司马徽。通过司马徽之口道出崔州平、石广元、孟公威、徐元直等名士，皆诸葛亮密友。诸葛亮独出其右，每自比管仲、乐毅。关羽、张飞惊叹，司马徽又道“可比兴周八百年之姜子牙、旺汉四百年之张子房也”。逐促使刘备一顾茅庐。路上，又听人歌“苍天如圆盖，陆地似棋局；世人黑白分，往来争荣辱：荣者自安安，辱者定碌碌。南阳有隐居，高卧卧不足！”观世界如观棋局，真乃“跳出三界外，不在五行中”。出此意境，非卧龙莫属。问之，果然。刘备再见诸葛亮住处卧龙岗，“果然清景异常”。作者意犹未尽，又加古诗一首，赞叹卧龙岗风水。“襄阳城西二十里，一带高冈枕流水；高冈屈曲压云根，流水潺湲飞石髓；势若困龙石上蟠，形如单凤松阴里；柴门半掩闭茅庐，中有高人卧不起。修竹交加列翠屏，四时篱落野花馨；床头堆积皆黄卷，座上往来无白丁；叩户苍猿时献果，守门老鹤夜听经；囊里名琴藏古锦，壁间宝剑挂七星。庐中先生独幽雅，闲来

亲自勤耕稼：专待春雷惊梦回，一声长啸安天下”。刘备来到宅前，通过门前小童，报上一堆官名“汉左将军、宜城亭侯、领豫州牧、皇叔”，小童一句“我记不得许多名字”加与回绝。世俗之物，在此不起作用。潜移默化之下，连门童也如此清雅，岂非人间仙境。孔明不在，刘备扑空。回程，刘备依依不舍，对冈上景色，又做一番观察。“果然山不高而秀雅，水不深而澄清”，俨然有刘禹锡《陋室铭》“山不在高，有仙则名。水不在深，有龙则灵”之意。刘备正犹豫间，望见一人“容貌轩昂，丰姿俊爽”，以为孔明降至，急忙做揖以待。问之，孔明友崔州平来也！刘备盛情邀崔州平入幕，被崔婉拒。

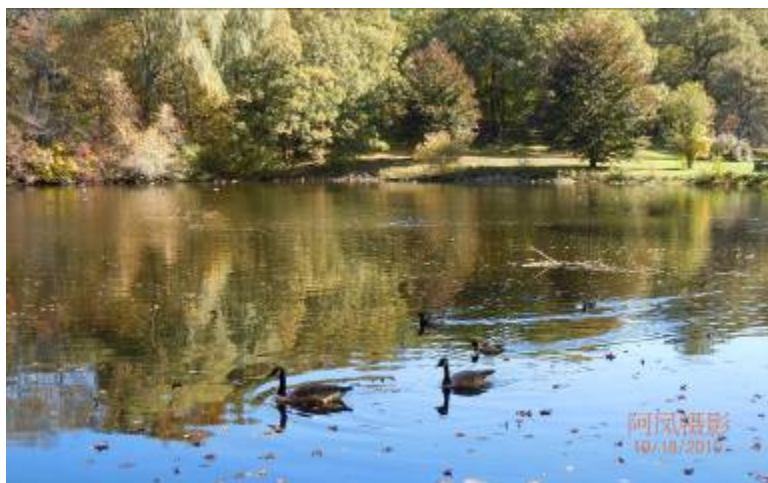
刘备二顾，却是冬天。“天气严寒，彤云密布”，纷纷扬扬，下起大雪。张飞生出退意。被刘备阻止。将近茅舍，却听路旁酒店有人引亢高歌。作者故意改动李白的《梁甫吟》“壮士功名尚未成，呜呼久不遇阳春！君不见东海老叟辞荆榛，石桥壮士谁能伸？广施三百六十钩，风雅遂与文王亲；八百诸侯不期会，黄鱼负舟涉孟津；牧野一战血流杵，朝歌一旦诛纣君。又不见，高阳酒徒起草中，长揖山中隆准公；高谈王霸惊人耳，二女濯足何贤逢；入关驰骋夸雄辨，指麾众将如转蓬。东下齐城七十二，天下无人能继踪。二人功迹尚如此，至今谁肯论英雄”。诗中引述姜太公垂钓渭水得遇周文王，后佐周武王灭商事迹。汉高祖礼贤下士，重用狂生酈食其。酈食其凭三寸之舌，说服齐七十二城归汉故事。再次强调文士治乱之谋远胜武夫制暴之勇。刘备趋前一问，歌者二人，为孔明友人石广元、孟公威。通过作者巧妙安排，正史记载的诸葛亮的密友全部出现。而“卧龙”却仍未现身。卧龙仍然深藏不露，刘备胃口已经吊足。来到堂前，刘备终可入门，一幅字画先入眼帘“淡泊以明志，宁静而致远”。此句原本出自诸葛亮写给儿子的家训。小说作者加以剪裁，用在此处，恰到好处。接下，听到歌声：“凤翱翔于千仞兮，非梧不栖；士伏处于一方兮，非主不依。乐躬耕于陇亩兮，吾爱吾庐；聊寄傲于琴书兮，以待天时”。歌中依然表达贤士择明主而依的情操。刘备等到歌毕，趋前施礼，又认错人。歌者为诸葛均，与诸葛亮差一字。诸葛亮外游未归，“或驾小舟游于江湖之中，或访僧道于山岭之上”。用句颇为模仿陶潜《归去来辞》中“或命巾车，或棹孤舟。既窈窕以寻壑，亦崎岖而经丘”。刘备又扑空，只得留书一封，连杯茶亦不得，悻悻而归，张飞愤怒。回程，远见一人，狐裘暖帽，“骑着一驴，后随一青衣小童，携一葫芦酒”，踏雪赏梅，吟诗而来。刘备“滚鞍下马，向前施礼”，又拜错了。来人为诸葛亮岳父黄承彦。

刘备三顾之时，不只张飞不悦，连熟读《春秋》的关羽也不高兴。刘备却持定恒心，“斋戒三日，薰沐更衣，再往卧龙冈谒孔明”。等来到堂前，诸葛亮午睡未醒，刘备恭候阶下，不敢惊声。关羽、张飞候于门外。关、张等候多时，不见动静，闯进门来。张飞见此大怒，要放火烧屋，被关羽止住。刘备又将二人轰到门外。如此大动静，诸葛亮应该早醒。但诸葛亮翻个身，又假装睡去。刘备“又立了一个时辰，孔明才醒，口吟诗曰：‘大梦谁先觉？平生我自知，草堂春睡足，窗外日迟迟’”。吟后，故意问道：“有俗客来否？”。好一位俗客——“刘皇叔在此，立候多时”。诸葛亮却不立刻出迎，而是转入后堂，“又半晌，方整衣冠出迎”。诸葛亮如此，颇像秦末传授张良太公兵书的黄石公。传授兵书前，极尽考察张良之能事。张良终能忍，才得过关。《三国志·刘备传》评价刘备“折而不挠，终不为下者”，《演义》便一而再、再而三举例证之。“三顾频繁天下计”，只是其中一个典型案例罢了。诸葛亮见到刘备，先是再三推托，等到刘备道出实情，诸葛亮才和盘说出“西出巴蜀、东联孙吴，以荆、益州为基地，静观天下变化”的重大战略决策。以“隆中对”为名，载于史册。后事发展，完全按照诸葛亮的预料，刘备从此结束东奔西窜的狼狈局面。“天时、地利、人和”，曹魏、孙吴、蜀汉三方各取一势。三足鼎立，于刘备草庐三顾得来。这就是刘备的韧性。以后七八十年的中国政治格局全源于此。源于一个二十七岁，茅庐未出的青年奇士。小说非如此描写，不足为得此奇谋。（待续）

赏枫无须去远游

刘凤英

十月金秋，天高气爽，这是一年中最美的季节，也是人们出游赏枫的季节。记得女儿们还小的时候，每当 Columbus 的长周末，一家大小都要长途跋涉去 New Hampshire or Vermont or Maine 看红叶。那时夫妻二人一起开几小时车，再和孩子们一起爬山玩水一点也不觉得累，每次都玩得兴高采烈，不亦乐乎。到底是年岁不饶人，现在孩子大了，



我们也步入了天命之年。先生的工作越来越忙，一到周末有些时间就想着怎么把没睡够的觉好好补一补。别说开几小时车了，想着心里就觉得累了。

我这个人喜欢画画和摄影，不管到什么地方一定拍摄许多照片。所以，不管远游还是近游，我都会找到我的拍摄点。近两年我发现，其实踏青也好，秋游也好，大可不必舍近求远，在我们周围方圆二十哩内外就有许

多好去处，多是每个城镇自己的小公园或自然森林保护区域。

位于 Belmont and Waltham 之间的 Beaver Brook Reservation 坐落在 Mill Street 路边，是一个有 65 英亩的自然保护区。公园由两个池塘、水坝、小溪和蜿蜒的小路组成。由于 Mill Pond and Duck Pond 地理位置呈高低排列，所以在两个池塘中间建有水坝，池塘的水顺水坝流下形成一条潺潺的小溪，游人可以随意行走小溪旁或茂密的树丛中。如果你在周末去，可能还有几个游人和你呼应，平时去散步最好叫上朋友或家人，因为周边几乎没有行人。那种静谧和惬意会令你忘记所有的烦恼，整个身心融入大自然当中。你会觉得，整个公园都是我的！可同时因为太静了，很容易会被一只松鼠或小鸟惊吓一番。

前几天天气出奇的好，一组照片拍得非常成功，这些没有经过任何修改的照片比油画还美。Duck Pond 不虚此名，那里好像永远栖息着许多加拿大鹅和美丽的绿头鸭。

为了拍摄一对鸭夫妇，我连续去了三次 Duck Pond。这是一对恩爱非常的鸭夫妻。



我发现它们喜欢宁静. 总是远离鸭群, 尽情地享受甜蜜的二人世界

秋风微起, 天湛蓝湛蓝的, 树影婆娑摇曳在水面上, 拍出的画面流金荡漾, 五光十色, 真是美呆了!

下面一幅中的鸭夫妇形影相随地荡游在孔雀开屏似的水面上, 如果不是在照片中看到



如此波纹, 我在画画时还很难想象出这样的效果。油画也难描绘出这样温柔、闲逸尽显秋色的美景. 落叶飘零, 稀疏的枝杈倒映在水中, 蓝天一点, 浮云半片, 你身临其境你一定会忘记你的烦恼, 心里只有满满的美的享受!

有时因为天气阴晴不定, 秋风瑟瑟, 被风剪裁过的画面就像被打碎了的琉璃。可我的鸭夫妇还是那样淡定, 从容, 紧随不舍. 远远的, 母鸭对她的老公投去了信任和爱戴的秋波, 爱的温馨真让我们

又羡慕又嫉妒. 我们的老夫老妻们如果有幸见证鸭的爱, 一定会给自己的生活会添加几分感触和浪漫。有一次一只外姓公鸭靠近了夫人, 为了远离第三者, 鸭丈夫携夫人很快游到了池塘的另一边。找到一个僻静的地方, 鸭夫妇又开始了它们恬静的二人世界。看到这一幕幕动人的场景, 在心里为它们献上深深的祝福。

Beaver Brook Reservation 真是个又近又方便又美丽的小公园, 希望大家有时间到那里走一走, 我认为这是一举两得的美事, 因为你在享受大自然的同时也锻炼了身体。所以我说: “赏枫无须去远游, 美景就在家门口”。



我们能拥有孩子

多少年？

3岁，他上幼儿园了，看着他小小的坚强的背影，心中又喜悦又有点心酸。离别了一整天，孩子看到你高兴得跑过来扑在你的怀里。跟你说：妈妈，我想你了。那一刻，抱着孩子就像抱着整个世界。

6岁，他上小学了，这是多么值得纪念的事情，孩子的人生从此翻开了新的篇章。却没想到，这也是孩子离开我们的第一步。他已经对与你分开一天习以为常了，而且他喜欢每天去学校，这是他更喜欢的生活。甚至他有时还会说：妈妈，在家好无聊，没有小朋友和我玩。

12岁，他上初中，有的甚至开始上寄宿学校，一个月或者几个月回一次家，见上一次面。他们开始不再依赖你，甚至，他们喜欢和你对着干。你想帮他们做点事情，他们说：“妈妈，我自己来吧。”这句话突然让我们觉得好失落，孩子是不是不再需要我们了？

18岁，他离开你去上大学，一年回来两次。回来的好几天前，家里的冰箱就装不下了，为他准备了各种各样他喜欢吃的东西。可是一回来打个照面，他就忙着和同学朋友聚会去了。从此，你最怕听到的一句话是：“妈妈，我不回家吃饭了，你们自己吃吧。”

大学毕业后，孩子留在了远方，一年也难得回来一次了。好不容易回来一趟，几天就走了。你最盼望的就是孩子的电话，希望，孩子对你说一声：“妈妈，我很好，你保重身体。”这样就足够了。孩子结婚了，回家的时间有一半匀给了你的亲家，你已经习惯就老两口在家了，但是，你最希望听到孩子对你说：“妈妈，今年我回家过年！”

当孩子又有了他们自己的孩子，你已经不再是他们的家庭成员了，他们的一家三口（或一家n口）里，已经不包括你们了。而我们也慢慢的习惯了这样的日子。只是习惯在闲来无事的时候，经常翻

翻相册，看看我们自己的一家三口，无论孩子身在何方，他永远是我们家庭中无可取代的一员。

是啊，当孩子在身边的日子，我们是多么幸福。可是有时我们却会抱怨。抱怨因为他，你做了太多的牺牲；抱怨他晚上老醒来，让你睡不好；抱怨他无理取闹，抱怨他爱撒娇长不大；抱怨他生病，让你操碎了心；抱怨为了培养他，花费了太多的精力与金钱……

可是，如果你想想，10多年后，就算你想要，也没有机会了。孩子会不停的长大，过了这个时期他就再没有这个时期的习性。

你是不是常常在他断奶后怀念喂他吃奶的日子，可是当时你却觉得好累好辛苦好厌倦。是不是常常看他以前吃手的照片觉得好可爱，可是你曾经却为要不停的给他洗手而烦恼透了。是不是在他褪去童声后，特别想念他曾经奶声奶气的声音，可是他以前撒娇的时候你却很不受用。是不是当孩子去上学后，你特别怀念他黏在你身边的日子，可是以前你却总在想他要什么时候才能去上学啊。。。

时间无法倒流，过去了就只能永远过去了。孩子能待在身边的日子是多么难得与宝贵。因为这一点，我更加的珍惜与孩子相处的每一刻，也让我无论遇到什么，都心存感恩。

谢谢上天给我这么一个孩子，让我分享与见证他成长的每一刻。无论带给我多少困难、烦恼、甚至挫败，无论让我失去多少睡眠、时间、金钱、精力，我仍然豁达，因为，这都是上天的恩赐。当他在身边的每一天，我都会让他觉得幸福，也是让我们都有一个美好的回忆。

我不会给他太多压力、束缚，更不会给他牵绊、阻扰，但是我会适时管教，也会做量力而行的投资，因为我有责任与义务教会他生活的本领，好让他来日自由快乐的飞翔。同时，我也会告诉他，就算所有的路都行不通时，还有一条路你可以畅行，那就是回家的路……

相遇 tiramisu

付东东

我妈妈总是笑话我说：馋当厨子，懒出家。下辈子要送我去当厨师。的确，我不懒，但是我馋，馋到见了美味可以连命都不要了。有一次参加一个 potluck party，来宾大部分都是美国人，他们带来的食物无非就是些 salad, pasta 和 pizza 之类的家常菜，甜点也不过就是 cake 和 pie。这些东西对我这么馋的人来说，一点吸引力都没有。当这些菜在桌子上摆好以后，从门外又进来一位漂亮女士，看上去也就三十岁左右。一头蛋黄色的披肩长发，垂在肩上的头发，就象绕着脖子挂了一圈用头发做的弹簧圈，整个人看上去像是从 18 世纪欧洲宫廷里走出来的公主，古典而又美丽。后来和她聊天才知道，她是意大利人，而且她的头发天生就是这样卷曲。她叫 Emi。Emi 手里端着一个玻璃烤盘，从透明的盘子看进去，里面像是一层一层和她的头发一样颜色的膏状的东西，最上面是一层巧克力粉。整个盘子在灯光的照耀下发出奶油般的光泽，看上去太诱人了。我的口水差点掉下来，趁周围的人没注意，赶紧把它又咽回去。Emi 让主人把这个盘子放到了冰箱里。这时候晚餐开始了。那天人很多，大家要排队领取食物，边聊边吃。我也拿了一些能填饱肚子的东西，站在离餐台不远的地方，虽然也是边聊边吃，可是我完全不知道我在吃什么，也不知道我都和人家聊了些什么，因为我实在是心不在焉。我的魂已经飘到了冰箱里，我的心在巧克力粉上跳跃。我知道在这个世界上，美食面前人人平等。当那个盘子拿出来时，谁都不会手软的。况且在这么多恶虎面前，这一盘美味实在不够人人有份的。所以我只好坚守阵地，免得错过了瓜分的战斗。事实上，果然不出我所料，在那个盘子被放到桌子上不到几分钟，我就看见有人只能用勺子在盘底上不停地刮，也只刮到了半勺没有形状的混合物。当然这不是我，因为我是有备而战的。我拿着自己的战利品，找到了一个比较舒服的椅子坐下来，用一个漂亮的小勺挖下一小块，斯文地把它送进嘴里，慢慢地品味，让它在舌尖上尽量多停留一会儿，那感觉至今都不能忘：软软的，滑滑的，甜甜的，由酒、咖啡、巧克力、奶香和香草混合起来的浓郁的香味，让我几乎快醉倒了。这就是我第一次结识“提拉米苏”。从那以后，我就对这道意大利甜点痴迷到一发不可收的地步，从它的起源到各种配方一路研读下来。

这里边还有一个美丽的故事：二战时期，一个意大利士兵要出征了，可是家里已经什么都没有了，他的妻子为了给他准备干粮，把家里所有能吃的饼干、面包全做进了一个糕点里，那挂着汗珠，闪着泪光递上的糕点就叫提拉米苏(Tiramisu)。每当这个士兵在战场上吃到提拉米苏就会想起他的家，想起他的爱人。在意大利文里，“Tira”是“提、拉”的意思，“Mi”是“我”，“Su”是“往上”，合起来就是“拉我起来”的意思；也有另一种解释是“带我走”或者“记住我”的意思。这道点心里浓浓的酒香，也凝聚了浓浓的幸福和甜蜜。

我从众多的配方里筛选了两种做法，一种是有鸡蛋版，用来款待我的贵客和朋友，材料正宗，但成本高一些：<http://home.comcast.net/~jankemi/recipe/tiramisu.html>。另一种是无鸡蛋版，自己平时随便吃的，用 Cream Cheese 代替 Mascarpone Cheese，成本低一些，可以经常吃，但口味不会很差：<http://www.youtube.com/watch?v=XrGmWI4LEpc>。俗话说“民以食为天”，这“天”底下又怎么能少得了我这种馋人呢？



南瓜系列

金秋时节话丰收，丰收瓜类话南瓜。说起南瓜我情有独钟。中国的南瓜又甜又面，随便烧烧就很好吃，如果放上糯米烧成南瓜饭就更是香糯爽口。来美国后每年十月，看见那么多大南瓜开始很高兴，可是听说那是专门用来为万圣节做装饰的，不能吃。于是也学着美国人买来放在门口做装饰，在万圣节那天刻成图案吸引来要糖的孩子们，过完节就扔了。有一年在苹果园买了两个为万圣节准备的南瓜，买的时候就发现比那种纯用来装饰的南瓜沉，在雕刻图案时也特别费劲，因为肉厚。万圣节当天，照常点了个蜡烛放在里面，过一会出门看时，就闻到迎面飘来的南瓜香。这一闻不要紧勾起了我插队南泥湾时吃小米南瓜饭的记忆。好想吃那一口啊！过完节，我便把那个大南瓜切成几块，一部分第二天做了锅南瓜糯米饭，其他的放进烤箱烤熟做成了南瓜泥，再用南瓜泥做南瓜饼，南瓜 Muffin，南瓜面包，南瓜豆沙糯米糕，反正是想辙把那个大南瓜给吃了。一样样地试，做出来还都挺好吃，送给朋友，朋友们也个个叫好。这以后就成了我们家的传统了。一到十月就开始做各式各样的南瓜点心。接下来就跟大家分享几个。

南瓜泥的做法：

买 Sugar pumpkin ——比较小的那种，一切两半，把瓜子连囊都拿出来，（瓜子洗净后撒点盐烤一烤也很香，老美就这么连皮嚼）瓜扣着放在烤盘上，350°F，烤到熟，视瓜的大小，大约 30-45 分钟。然后把瓜肉挖出来碾碎，可以用碾土豆的工具，也可以用 food processor 打一下。这样就可以随时用了。一时用不完，可以冻起来。

如果想做成泥，有味道，我会放点油在锅里炒一下，象熬豆沙似的，可以把水分熬掉一些。加些黄/红/白糖（随便哪种都可以，我一般放黄糖，不那么甜，比较自然），cinnamon（桂皮粉）2tsp，nutmeg ½ tsp，all spice ½ tsp，clove（丁香粉）1/2 tsp。

南瓜饼配料：



2 杯糯米粉，1 杯面粉，1.5 杯南瓜泥，¼ 杯糖，1 tsp 盐，2 个鸡蛋，约 1.5 杯水

做法：将以上原料和好，稍微醒一下，平底锅，中火，放点油，用冰激凌勺，一勺一个象做 pancake 一样，视平底锅大小，一次摊几个。看着上面有点收干了再翻，这样只需翻一次。

南瓜面包配料：

3 ½ 杯 面粉，1 杯糖，2 tsp cinnamon，½ tsp all spice，½ tsp nutmeg，¼ cloves，1 ½ salt，1 tsp baking soda，1 tsp baking

powder，1 ½ 杯自制南瓜泥或一听 16oz pumpkin，1 杯油，4 个鸡蛋

将前面干料和匀，弄个洞，把最后三样（事先也和匀）边倒边和，最后如果愿意可以加一杯切小的核桃仁或半杯葡萄干。烤箱预热至 350°F，把和好的面包料倒入两个用油喷过的面包烤盘，烤 50 分钟或至用餐刀试到不沾。各家烤箱温度会有差别。如果想做成 Muffin，可以做 24 个中型 Muffin。只需烤 20 到 25 分钟。