



千橡

CCCA JOURNAL

2026年春

第81期

Conejo Chinese Cultural Association & Thousand Oaks Chinese School
P.O. Box 6775, Thousand Oaks, CA 91362 🌳 www.ccca-tocs.org

目錄



千橡雜誌
CCCA JOURNAL
第八拾一期
2026 春

4	方智武	編者的話
6	楊雋	會長的話
7	康淑芬	校長的話
8	王勇斌	家長會會長的話
康谷春晚		
10	千橡雜誌	新聞報導：馭夢千里，薪火相傳
14	秦正	根與光（詩）
16	李愛捷	轍上春痕
18	溫蜀虹	花兒納吉：當我們再次迎接春天
20	千橡雜誌	晚會工作人員與司儀介紹
22	曹怡	燈光落下，傳承繼續—2026春節晚會幕後記
青少年專欄		
24	孫佳懿	我家裡的年味
26	孫妙楚	我家裡的年味
29	袁天恩	我家裡的年味
31	Oliver Crawford	The New Year in My Family
32	Zijian Sun	The New Year in My Family
地北天南		
34	子玉	蒙大拿大瀑布城的羅素博物館之印象
文藝沙龍		
38	洪曉寒	重走黃金路
42	何萍，司華曉	墨西哥旅途點滴
48	王大坤	閱讀秦牧談寫作的語言
51	蒼信	翡冷翠的遐想
人生百味		
52	Alan 馬	乙巳年隨筆
56	思南	永不放棄希望！——動物學家珍·古德最後的寄語
58	李洋	困途夫妻
62	李瓊	畫扇
64	謝桂棟	方寸間看人類科技活動
70	李煜	熱愛可抵歲月漫長
74	陳華瑛	功成名就後因何自毀
76	張棠	AI Gemini 對我兩本新書的導讀

CONTENTS



目錄

千橡雜誌
CCCA JOURNAL
第八拾一期
2026 春

CONTENTS

書與畫		
78	王心皓	書法作品 (6幅)
82	李德鰲	春歸
好書介紹 (讀書)		
84	千橡雜誌	臉的自傳
86	王穆之	論德國作家雷馬克
92	泰正	雷馬克筆下的人物性格分析
95	鄭美芳	好書介紹：親愛的圖書館
教育與教學		
96	鄭德音	回首迢迢教學路 (三)
102	紀星華	在孩子的畫裡，看見感動
生活與保健		
104	王友平	金字塔倒了
[康谷華協]		
37		《千橡》編委會
83		康谷華協永久會員
103		千橡雜誌編輯宗旨
108		康谷華協獎學金申請辦法
109		康谷社團
110		康谷華協入會規章
112	魯滔	康谷華協理事會
113	魯滔	康谷華協行事曆
115	康淑芬	千橡中文學校活動摘要
116	康淑芬	中文學校教師名單
117	王勇斌	家長會名單
[廣告]		
118		廣告價目表



Cover photo AI generated by 潘建美



編者的話

方智武

社區華人翹首以待的春晚於2026年2月28日晚，在千橡市藝術廣場（Civic Arts Plaza）的 Fred Kavli Theatre 隆重舉行。晚會以“馭夢千里”為主題，通過精湛的藝術表演，展現了海外華人勇於追夢的心路歷程。

晚會在詩詞朗誦《根與光》中拉開序幕。緊接著開幕舞《薪火相傳》，通過堂鼓、童舞、武藝與戰馬群舞四個篇章，將康谷華人社區“以教育為根、文化為魂”的精神呈現在觀眾面前。晚會節目編排精妙，從古典情懷到現代力量，跨越了東西方藝術的界限。東西合璧的古典音樂演奏，體現少年意氣與希望的合唱與原創歌曲的演唱，還有體現民族文化的瑰寶以及信念與夢想韌性的舞蹈，不僅帶給觀眾一場視覺的盛宴，也是康谷華人社區對其半個世紀歷史的致敬以及對未來的深情寄語。中文學校的孩子們的表演成為了當晚最受歡迎的節目之一，無論是孩子們稚嫩的歌聲與萌心十足的舞步，還是舞台劇《哪吒》，都贏得了觀眾們熱烈的掌聲。晚會的精彩節目照片，製作人的感悟，以及節目總監的總結，都收錄在本期的《春晚專欄》中。

這次晚會也特別慶祝三條歲月之河在千橡地區的交匯：千橡中文學校建校50周年，康谷中華文化協會成立45年，以及《千橡》雜誌發刊40周年。謹填《六洲歌頭》一首，以茲紀念。

八方海客，相聚洛城西。播橡子，培曉翠。系歸依，立根基，續寫千秋曆。
流年易，根深植，香墨醉，薪火繼，志難移。暑寒五旬，方塊連城壘。
橫豎為旗！且看雛燕起，稚子賦新詩，灼灼連漪，化桃蹊。
賀年辭歲，燈籠喜，千鼓急，笑聲齊。天籟起，花納吉，蝶翩飛，滿春畦。
細看風流地，連天際，彩雲歸。鉛字外，熒屏裡，記流輝。
四十經年，故事盈書幃。字字相思。轉頭林成碧，遠路共誰知？馭夢千騎。

歡度春節不僅僅是華人社區共同的慶典，也是每一個華人家庭難忘的高光時刻。這期的《青少年專欄》專門記錄了孩子們眼中的“年味”。每一篇都各有特色，都非常棒，但我要特別推薦孫佳懿同學的文章。初讀她的文字，很難想像這出自一位在美國生長的高一學生之手。在她的筆下，年味不再是乏味的民俗符號，而是一場關於感官、色彩與情感的華麗交響。「清潔劑淡淡的化學芬芳，混雜著窗外趁機湧入的幾絲清冽。」捕捉到不協調的、現代與自然混雜的氣味，並賦予美感。「玻璃澄澈如無物，讓路過窗邊的晚霞，都憑空多了幾分輝煌的顏色。」將光影物化得讓人驚奇。「最終都沉澱為記憶裡一塊溫潤的琥珀。」誰會想到用琥珀來比喻時間與記憶？！「大人談笑間將手搭在頭頂揉成一團帶起的香水氣。」似乎不經意的描述體現了作者敏銳的觀察，捕捉到人與人之間微妙的、帶有氣味的肢體接觸。在這篇文章中，我隱隱約約看到了張愛玲的影子。如能繼續寫作，前途無可限量。

【文藝沙龍】有四篇文章。《重走黃金路》帶領讀者走進一個多世紀之前成千上萬的淘金者的艱辛之路，講述結局迥異的淘金者的人生命運以及能真正照亮人心的光。《墨西哥路途點滴》不只是一篇遊記，而是對旅行真正意義的思考——“不是為了逃離生活，而是為了讓生活變得更寬



廣。不是爲了尋找答案，而是爲了讓問題變得更深刻。不是爲了看見世界，而是爲了重新看見自己。”盼望《秦牧談寫作的語言》或許對正在寫作的人有啟發與幫助。詩作《翡冷翠的遐想》確實超出常人的想像。當你聽到或者讀到 Florence（翡冷翠）這個名字時，你會作何遐想呢？

在【地北天南】子玉帶領讀者去參觀蒙大拿瀑布城的羅素博物館。博物館裡收藏了兩千多件羅素創作的畫作和藝術品，相信你會喜歡。

【人生百味】精彩紛呈。有陳華瑛探討為什麼有人在功成名就之後自毀；有張棠自己對AI的親身體驗；有李洋聊她和友平旅行途中層出不窮的有趣故事，讓人讀後開懷大笑；有謝桂棟從郵票中看人類的科技活動，還有Alan對已經過去的蛇年生活中發生的各種瑣碎事情的感悟。特別推薦李煜的《熱愛可抵歲月漫長》。如果你認為你自己也是一位美食鑒賞家，請你和李煜這位“吃貨”一比高低。作者對中西美食，中國的南北菜肴，以及川菜的精通與獨特的心得，讓人大開眼界。不過文章有點長，讀起來要稍微有點耐心哦！

在【教育與教學】欄目，鄭德音老師繼續聊他的迢迢教學路，如何從一位陶瓷科學家變成開辦課後輔導班的創業者以及一位滿懷激情的老師。這一期著重談他在英語教學方面的心得，讀後不能不對他的創意以及投入擊節讚賞，尤其是家中還有在上中學的家長們，不可不讀！

這期的【讀書】欄目文章不少且精彩無比。雜誌特別介紹露西·格雷利的自傳——《臉的自傳》，書中介紹她如何接納自己那張因為疾病而殘缺的臉。鄭美芳介紹的《親愛的圖書館》（The Library Book）描述1986年發生的洛杉磯中央圖書館被刻意縱火的案件，該圖書館的更廣泛歷史，以及奧爾良個人對圖書館的熱愛。王穆之教授詳細介紹了德國作家雷馬克和他的作品，而泰正則對他筆下的一些人物作性格分析，探討在戰爭中人物的命運邏輯。

謝謝作者們對《千橡》的厚愛與辛勤耕耘，也感謝您的閱讀！



吳茵茵

Flora Yuan

管海玲

陳蕙玲

馮瀚緯

潘建美

胡若琦



王友平

曾向紅

周輝

朱牧仁

徐衛龍

余隆川

司華曉



會長的話

楊雋

又是一年春好時。在華協迎來45週年華誕之際，我心中滿懷感懷。回首過去的一年，我們在全體理事和志願者的共同努力下，順利完成了一項又一項挑戰。每一場活動的圓滿落幕，不僅提升了協會的影響力，更像一根無形的紐帶，將我們千橡華人社區緊緊連在一起。在此，我要向每一位辛勤付出的夥伴致以最誠摯的謝意。

一輪明月，對海外華人有著的特別意義。中秋佳節象徵著團圓與和諧。去年的活動現場溫馨而熱鬧，通過越來越豐富多彩的節目和互動環節，讓大家在歡聚中感受傳統文化的魅力，也進一步增強了社區成員之間的情感聯結。

我們第二次參與了Thousand Oaks Street Fair（千橡街市活動）。透過這一平台，我們向更廣泛的社區展示了中華文化的獨特魅力，同時也加強了與本地居民的交流與聯結。現場的熱烈反響讓我們深刻感受到文化交流的重要意義，也為協會未來的發展奠定了良好基礎。

在CCCA每年的活動裡，中國新年晚會無疑是最重要的亮點。中國新年是東方文化最重要的節日，而中國新年晚會則是千橡華人社區對外展示的最大窗口。我們自然全力以赴。今年的晚會規模盛大、節目精彩紛呈，充分展現了社區的高參與度和多元才藝。創紀錄的演出參與者和志願者，也凸顯了千橡華人社區的凝聚力。無數熱烈的反饋激勵着我們延續這一傳統，與本地社區共同迎接新春，傳遞祝福，也讓更多人了解和欣賞中華文化的豐富內涵。

步履不停，未來可期。雖然夏季的忙碌尚未到來，但我們服務社區的心始終火熱。千橡華協將繼續紮根社區，不斷提升活動品質，為大家帶來更多溫暖與文化歸屬感。這不僅是我們的宗旨，更是我們的承諾。誠邀每一位朋友與我們同行，共同迎接下一個充滿希望的篇章！





校長的話

康淑芬



千橡中文學校今年邁入第51年，持續為大千橡地區的孩子們提供學習中文的機會。

我衷心感謝歷任校長的辛勤付出。正因為他們帶領教職員工與義工家長共同努力，為學校奠定了長久發展的堅實基礎，千橡中文學校才能薪火相傳，延續至今。

本學年是千橡中文學校首次在CLU校舍上課。在此要特別感謝孜孜不倦的老師們、盡心盡力的職員們，以及默默付出的學校義工。正因為大家的辛勤努力，孩子們才能很快適應新的校園環境。

同時也要感謝PVA會長帶領PVA義工家長們，在校園安全維護方面給予學校大力支持。

感謝學生與家長們對千橡中文學校的信任與支持。正是這份信任與鼓勵，成為全體教職員工竭盡所能、盡心盡力把學校辦得更好的動力。

我們也誠摯感謝CLU提供優質校舍，讓中文學校得以在良好的環境中持續推動中文教育，傳承與弘揚中華文化。

讓我們攜手努力，使千橡中文學校在新的校園中薪火相傳、永續發展。





陪伴成長，見證花開

記PVA這一年

王勇斌

時光飛逝，轉眼間2025 - 26學年已接近尾聲。作為千橡中文學校家長會（PVA）的會長，我懷著滿滿的感激與留戀，寫下這一年的心得與體會。

一、PVA的意義：一切爲了孩子，一切爲了文化的傳承

還記得去年九月，我們剛剛搬入CLU新校園時的忙碌與期待。全新的環境、開放的校園、以及尚不熟悉的教室分佈，都給新學期帶來了不小的挑戰。從開學第一天的擊鼓明志、許願樹，到每週的服務台、小木屋旁的家長志願者整理圖書，再到萬聖節遊行、讀書俱樂部、感恩早餐日、以及規模空前的春晚……每一場活動的背後，都凝聚著PVA團隊的一份用心。

有人問我，我們做這些事的意義是什麼？我的答案是：一切為了孩子，為了讓中華文化在這片異鄉的土地上生根發芽。

我們希望，我們的孩子不僅是在學習一門語言，更是在觸摸一種文化，尋找一份認同。我們希望，他們在這裡感受到的，不只是漢字的筆劃和拼音的聲調，更是春節餃子裡的團圓，中秋月餅裡的思念，以及端午粽子裡的情懷。

二、活動的出發點：讓文化在體驗中流淌

這一年來，我們嘗試了許多新的活動形式，每一個活動都承載著傳播中華文化的初心：

- ✧ 開學第一天的擊鼓明志，讓孩子們在鼓聲中感受“立志”的傳統；
- ✧ 小木屋的設立，讓我們PVA有一個家，有更多的圖書可以存放；
- ✧ 圖書館的中文書籍，從《小羊上山》到《摩比分級閱讀》，從傳統故事到現代繪本，讓閱讀成為連接孩子與中華文化的橋樑；
- ✧ 讀書俱樂部的線上共讀，讓每天15分鐘的中文閱讀，成為孩子們生活中不可或缺的一部分；
- ✧ 萬聖節服裝交換，雖然是西方的節日，但孩子們穿著心愛的服裝穿梭在校園裡，用稚嫩的聲音說著“Trick or Treat”，在跨文化的體驗中收穫雙倍的快樂；
- ✧ 春節發紅包，讓紅色的祝福在孩子們手中傳遞，讓“壓歲錢”的美好寓意代代相傳；
- ✧ 春晚舞台劇《哪吒》，讓孩子們在排練與演出中，走進中國神話的奇幻世界，感受“我命由我不由天”的勇氣與擔當。

這些活動的出發點，從來不是“要做多少事”，而是“能為孩子、為文化傳承做些什麼”。我們相信，文化的種子，正是在這些點滴的體驗中，悄悄播撒進孩子們的心田。



三、校園安全：新環境帶來的新挑戰

這一學年，我們最大的變化之一就是搬入了CLU校園。全新的校園帶來了更好的環境，更好的硬體條件，也帶來了更大的挑戰。

校園面積比以往大了許多，教學樓分佈在不同的區域。每週六的早晨，當家長們陸續送孩子到校，PVA的志願者們便早早到位——他們在路口引導車輛，在停車場維持秩序，在教學樓入口處為學生和家長指路，在校園裡巡邏確保孩子們的安全。

無論是烈日當空，還是偶爾的陰雨天氣，志願者們始終堅守崗位。他們穿著醒目的背心，穿梭在校園的各個角落，用一聲聲“早上好”迎接每一個孩子，用一次次揮手引導車輛有序通行。

四、收穫與感想：感動常在，文化生根

這一年的收穫，遠比我預想的多。

我收穫了一群志同道合的夥伴——PVA的每一位成員，都是默默付出的幕後英雄。從策劃到執行，從搬運桌椅到佈置場地，從Voucher兌換到整理圖書，從清晨的停車場引導到課間課後的校園安全秩序維護，每一份看似微小的工作，彙聚成了我們共同的美好回憶。

我也收穫了許多感動的瞬間——看到孩子們在許願樹下認真寫下心願的樣子，看到他們在春節活動中興奮地接過紅包的笑容，看到《哪吒》舞台上孩子們投入表演時眼中的光芒，看到家長們主動報名志願者的身影，看到老師們接過感恩早餐時的那句“謝謝”……這些畫面，讓我深深感受到：我們所做的一切，都是值得的。

更重要的是，我看到了文化的種子在孩子們心中生根發芽。有的孩子因為讀書俱樂部愛上了中文閱讀，有的孩子因為春節活動開始追問“為什麼過年要發紅包”，有的孩子在小木屋裡借到了人生第一本中文繪本，有的孩子在《哪吒》演出後驕傲地說“我們是最棒的”……這些點滴進步，正是PVA存在的意義所在。

五、感謝與展望：因為有您，文化不息

這一年的順利運轉，離不開每一位家長的支持、每一位中文學校老師及員工的配合、每一位志願者的付出。在此，我謹代表PVA，向大家致以最誠摯的感謝！

感謝家長們，是你們的信任與參與，讓我們的活動有了意義；感謝中文學校老師及員工們，是你們的理解與配合，讓我們的工作得以開展；感謝志願者們，是你們的汗水與熱情，讓每一個想法變成現實，讓每一個週六的校園安全有序。

展望未來，PVA將繼續秉持“一切為了孩子，一切為了中華文化的傳承”的初心，為大家帶來更多有意義、有溫度的活動。我們希望，在異國他鄉的這片土地上，每一個孩子都能在中文的世界裡，找到屬於自己的文化根脈。

最後，祝願每一個家庭幸福安康，祝願每一個孩子在中華文化的滋養下，成長為有根、有魂、有夢的人。

薪火相傳

2026
千橡春晚

Chinese New Year Gala

《馭夢千里，薪火相傳》

康谷中華文化華協2026馬年春晚圓滿落幕，共慶半個世紀的耕耘與未來希望

2026年2月28日晚，由康谷中華文化協會（CCCA）主辦的年度春晚慶典在千橡市藝術廣場（Civic Arts Plaza）的 Fred Kavli Theatre 隆重舉行。本屆晚會以“馭夢千里”為主題，通過精湛的藝術表演，展現了海外華人勇於追夢、跨越千里的心路歷程，見證了一個團結、堅韌且富有創造力的華人社區如何在異國他鄉書寫屬於自己的華麗篇章。

晚會在莊重而感人的詩詞朗誦《根與光》中拉開序幕。社區前輩們——那些曾為千橡中文學校五十周年、康谷華人協會45周年以及《千橡》雜誌四十周年默默耕耘的會長、校長與主編們登台，以詩為媒，訴說著過去半個世紀以淚水和汗水澆灌的奮鬥歷程。緊接著，開幕舞《薪火相傳》通過堂鼓、童舞、武藝與戰馬群舞四個篇章，將“以教育為根、文化為魂”的精神呈現在觀眾面前，震撼全場。





晚會節目編排精妙，從古典情懷到現代力量，跨越了東西方藝術的界限。

東西合璧的樂章：Newbury Park 高中室內樂團帶來了經典《睡美人》與富有冒險精神的《馴龍高手》；特邀鋼琴家範心怡與弦樂手們合作的《愛的旋律》，通過《雨夜花》、《天邊》

等曲目，勾勒出一段關於歸屬與追尋的心靈旅程。

少年意氣與希望：新成立的少年合唱團演唱的《蝸牛》，以周傑倫的經典旋律唱出堅持追夢的精神；而《阿凡達》影星 Trinity Bliss 帶來的





原創歌曲《You Make Me Wanna Dance》，則為舞台注入了動感的現代青春活力。

民族文化的瑰寶：從節奏明快的《客家採茶舞》，到表達自然敬畏的羌族舞蹈《花兒納吉》；從展現盛唐厚重張力的《唐宮鬪音》，到取自《詩經》、象徵社區耕耘收穫的《豐年》，每一個節目都展現了中華文化的多元與深厚。



信念與夢想的韌性：原創舞蹈《棕櫚頌》以南加州常見的棕櫚樹為意象，向觀眾傳遞了生命的力量。棕櫚以其平凡的一生彰顯出堅忍不拔的精神，正是這種“向下紮根、向上生長”的信念，支撐著每一個身在海外的華人——夢雖遙遠，追逐終可抵達；願雖艱難，堅持自會圓滿。

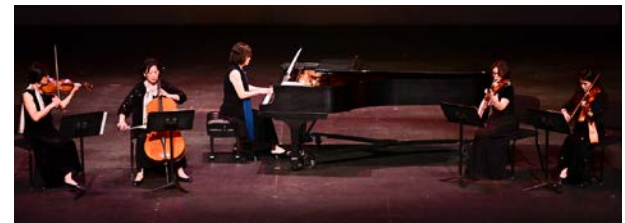




中文學校的孩子們成為了當晚最受歡迎的閃亮之星。Pre-K班的《新年好》、一年級的《我的朋友在哪裡？》以及雙語班的《月亮圓來團圓》，孩子們稚嫩的歌聲與萌心十足的舞步贏得了全場熱烈的掌聲。隨後由中文學習學生演出的舞台劇《哪吒》，則通過魔童轉世的故事，探討了善惡抉擇與打破命運枷鎖的深刻主題，展現了華裔青少年的表演天賦和中文學校老師們的精心指導。



最後的閉幕舞《馭夢千里》將全場氣氛推向最高潮。不同年齡層的表演者同台，父母與孩子並肩起舞，生動詮釋了“陪伴、榜樣與支持”的社區合力。當華協主席楊雋和節目總監曹怡帶領全體演職人員在掌聲中謝幕時，觀眾席爆發出了經久不息的熱烈歡呼。



康谷中華文化協會多年來致力於連接社區、傳承文化。此次在千橡市藝術廣場的盛大演出，不僅是一場視覺的盛宴，也是康谷華人社區對其半個世紀歷史的致敬，對未來的深情寄語，更是一次精神的共鳴，有力地展示了康谷華人群體在“馭夢”路上的堅定步伐與文化自信。



《根與光》 The Roots and Light

秦正



今天，我們站在這個舞台，
懷著感恩，也懷抱驕傲，
迎來三條歲月之河在此處回流——
中文學校半個世紀的耕耘，
文化協會四十五載的守望，
《千橡》雜誌四十年的接續書寫。

Today we stand upon this stage,
With gratitude in our hearts, and pride held high,
As three long rivers shaped by time and age,
Converge beneath the Conejo Valley blue sky—
The Chinese School, fifty years of steady care,
The CCCA, forty-five years of faithful giving,
And the *Thousand Oaks Magazine*, forty years of
passion shared,
Each carrying its story, each still living.

五十年前，一群心懷夢想的人，
在南加州的陽光下，在洛城邊的橡園裡，
種下一粒種子——
印著炎黃的印記，
是文化的血脈，是歸屬的符號。
太平洋邊放下的紙船
飄著鄉愁，也載著
父母的叮嚀。

Fifty years ago, a gathering of dreaming hearts,
Beneath the Southern California sun,
At Los Angeles' edge, among the oaks,
Planted a seed — small yet solid one.

It bore the mark of Yan and Huang, clear and bright,
The living blood through which our culture came,
A sign of home, of roots that bind us still,
A shared belonging, and a shared name.

Along the Pacific shore, frail paper boats were sent,
To drift with longing on the open sea.

They carried parents' words, so softly spoken,
And all the hopes of what we might yet be.

五十春秋，千人搖籃，中文學校
教孩子寫下第一個「家」的筆劃，
讓他們在橫豎之間找到根，
在方塊之中看見光。

In fifty springs and falls, the cradle of thousands—
the Chinese School
Has taught small hands to write the first true word: *home*,
To trace its opening strokes, and learn, between each line
and rule,
Where roots take hold — and where the light is shown.

四十五年，文化協會在康谷落地生根，
枝葉伸展著社區的脈動，
如燈塔，照見歸來的方向；
如港灣，安放每一個遠航的心靈。

For forty-five long years, the Association took root,
In the valley's soil it came to stand,
Its branches spread with the rhythm of the streets,
The living pulse of a gathered land.
A lighthouse, showing paths of return;
A harbor, where far-sailed hearts may stay,
It casts its light on the homeward turn,
And gives the wandering soul a place to lay.

在街市的紅燈籠下，
在春晚的笑聲里，
在文化日的舞台上，
傳遞著一份不改的驕傲與溫柔：
提醒自己從哪裡來，
知道未來還能走多遠。
鼓聲低沉，鑼音高亢，
每一次的擊打都伴着心跳的節奏。

Beneath red lanterns in the market streets,



In Spring Festival laughter, rising clear,
On Culture Day's illuminated stage,
It passes on pride, both firm and dear,
A reminder of where our journeys start to fly,
A knowledge of how far we yet may roam.
The drum beats low, the gongs ring high,
Each strike aligned with the heartbeat of home.

四十年，《千橡》記錄著這片土地的故事。
目錄展開，看花開花落，
書頁翻過，聽潮落潮生。

In forty faithful years, the magazine has told
the stories of this land, both near and far.
Its contents open wide to blooms and falls,
Its pages turn with tides that ebb and are.

從手抄的紙頁，到電腦的螢幕，
從剪貼、鉛打、鋼版印刷，
到如今的網路典藏、全球同讀——
每一頁，都浸著汗水與信念；
每一字，都回蕩著社區的脈搏。
From hand-copied sheets to glowing screens,
From steel-plate press to digital archives read on the webs,
Each page is steeped in sweat and faith,
Each written word resounds with community' footsteps.

《千橡》將屬於我們的故事，
綴成一串晶瑩剔透的珍珠。
把思念、努力與夢想，
編進康谷的微風。
The stories that belong to ours,
Are strung bright, like pearls of crystal rain.
Longing and labor, memory and dream,
Are woven softly into the ocean breeze' refrain.

有人說，我們只是過客。
可當我們回首，
樹已成蔭，根已深入地下。
而這片土地，
流淌著汗水和淚水的土地，
早已刻下我們的名字，
潮水衝不去，
野火燒不毀。
Some say we are only passing through.
Yet when we turn and look behind,
The trees have grown to cast their shade,
The roots have reached where depths entwine.
This land—
A land through which our sweat and tears have run—
Has long since carved our names to our heirs,
The tides cannot wash them away,
Nor can wildfire burn them down, like no one cares.

有人在燈影下輕聲問，
在這條奔流不息的歲月長河裡，
我們的故事，是否還能寫下？
更明亮的詩章？

You may ask, beneath the glow of evening lights,
Within this river of unceasing time:
Can our story still be written on?
Can it yet become a brighter line of rhyme?

我說——

遠方從不是距離，而是心裡的光。
只要課堂裡仍有稚聲吟誦，
只要文化的火種在心中燃燒，
只要《千橡》的文字繼續溢出芬芳，
我們的路，就會越走越長。

I will answer—
Distance is never measured by how far,
But by the light the heart can hold.
As long as classrooms echo with young voices raised,
As long as culture's flame is kept and told,
As long as the TO Magazine lets its words release their scent,
Our road will stretch, unbroken, long and bold.

文化永續，是我們穩穩托舉的信念；
薪火相傳，是我們世代守望的溫度；
馭夢千里，是我們共同奔赴的方向。
Cultural continuity is the faith we lift with care,
Shared inheritance, the warmth we guard through time,
Dreams that travel far and wide,
Are the course on which our spirits climb.

今夜，我們將故事收在記憶深處，
將夢想交給明天的腳步。
讓文化之光，
照亮每一個清晨的地平線，
讓每一次的出發，
帶回一片天邊絢麗的晚霞。
Tonight, we gather the stories deep within our keep,
And place our dreams into tomorrow's stride.
Let culture's light,
Illumine every morning's line of dawn.
Let every journey outward bring us back
A sky at dusk, with colors drawn.

謝謝大家！
你的參與，
讓故事得以繼續；
你的鼓勵，
讓每一次的堅持都有了意義。
願我們攜手同行，
讓夢想乘著風，
駛向更遼遠的天際。
Thank you all!
Your presence makes the story still unfold,
Your encouragement gives meaning.
To each step of perseverance, we hold.
May we walk together, hand in hand,
Let dreams ride on the wind's command,
And sail toward horizons ever more grand.

轍上春痕——心靈是生命的容顏

康乃馨藝術文化團

李愛捷



總有一場深情，醉了流年，暖了相逢。

春晚在掌聲與歡聲笑語中落幕。康乃馨藝術文化團表演的舞蹈《棕櫚頌》仍然餘音繞梁。我回味那融合傳統與現代的舞蹈，這是一種文化的傳承，一份情感的寄托。

今年的春晚節目，我們面對了突如其來的變化。在時間安排和節目選擇上，都充滿挑戰。避免重疊，與自然對話，是我們的選擇。如何運用現代舞的審美參與敘事，形成低調而深刻的秩序感？舞蹈《棕櫚頌》迎著時代的呼喚，展開了一場創新的嘗試，去體驗時光，映照歲月的溫度及痕跡。這種多元化的組合，是否能讓不同年齡層的觀眾都找到共鳴呢？勇於挑戰的康乃馨藝術文化團踏上了新的探索之路——迎難而上。無論作品有形與無形，都是我們成長的印記，讓我們在一次次突破中煥發出更加蓬勃的力量。舞蹈設計由棕櫚樹的姿態帶來靈動別致的物語為注腳並以此向表演藝術致敬。讓現代舞的張弛節奏融入靜謐的氛圍之中，使視覺與情感的溫度在承接過往藝術語境的同時，延展出新的表達與感知。編導舞蹈

《棕櫚頌》，並非僅僅探尋現代舞風格的一種品味上的自我慰藉，而是試圖看見它在寂然之中所沉澱的光澤——一種在簡樸中顯現的能力與品格。讓自然界的生存意義在創作中落地，以簡約承載豐富，以節制呈現深度。這種不喧嘩的尊嚴，或許比任何鮮亮的光芒更耐人尋味。它所傳遞的，是天地和諧、萬物共生的哲思與溫度，也讓人重新體認人與自然和諧共生的生命意識與文化意蘊。

我們都坦然地站在陽光下，擁有直面未知的勇氣。在堅定不移的選擇中，崩潰過也好，受過傷也罷，依然積極向上。寶貝們，謝謝你們與我一起開啟新的篇章。正是你們的同甘共苦，讓我的創作在堅持中感受到生活和藝術的回響與質感。舞蹈“棕櫚頌”走上舞台，是我們集體創作的新生，也展現了築夢者的風采。雖然我們年齡不同、經歷各異、基礎不一，但都懷著一顆追逐藝術夢想的熾熱之心，也都有那股努力拼搏、認真學習的勁頭。一堂堂課，記錄著你們付出的艱辛。反復練習，仔細揣摩，你們的努力體現在課堂內外，也體現在微信群裡

的交流與彼此的請教之中。聽到最多的一句是：「今晚有空嗎？」看到最多的是：週末我們一起找地方練習。正是這樣的相互鼓勵與陪伴，讓我們在有限的時間裡反覆雕琢與打磨，在創作中求新，在排練中出彩。

在舞蹈形成的過程中，是你們讓我明白；道路雖然艱辛，但從不孤獨。在歲月的反覆打磨中，心靈對美的渴望與夢想，逐漸成爲真實的存在。你們用敬業的精神傳承了藝術，也成就了自己。嚴格的要求換來的不僅是大家的認可，更讓整個團隊由內而外散發出昂揚的精氣神。因爲在我們心裡，最大的挑戰來自責任與榮譽。流下汗水，舞出倔強。這些努力與堅持，折射出藝術的魅力，也凝聚成一道道動人的亮點與情懷，讓舞蹈在華美的燈光中絢麗綻放。

春晚是中國的明信片。拉開春晚的帷幕，呈現出不同舞台，不同國度，不限種族，在中國馬年的歡歌笑語中傳遞著祝福。人隨春好，春與人宜。馬年之初。謝謝你們“騎上駿馬回草原”。喜看你們揚鞭駿馬，馳騁在社區之間。舞蹈以它獨特的律動表達特定的思想情感。從樸實的風格中透出一份厚重的人文關懷。身在外的兒女彷彿聽到了母親遙遠的呼喚。駿馬鬃毛飄揚，歌聲悠揚酣暢，奔騰而過的馬群瞬間將歌聲傳向遠方。她彰顯了異鄉遊子的民族自豪感與自信心，喚醒了心靈深處的美好。騰馬良辰百福駢，一鞭得意東風裡。

辭蛇嘉序千祺集，金鞍駿影躍雲天。進入馬年，到處都能看到駿馬的身影。馬的英武、挺拔與進取精神將伴隨我們一整年。願你們像奔騰的馬兒一樣，堅韌不拔，勇往直前。聚精會神，迎難而上，迎接生活的每一次挑戰。堅信這份靈動能使你們在新的一年里找到屬於自己的機會，迎來成功。讓愉悅與內心的滿足帶來的豐盈充實每一天。如月之恆，如日之昇！

萬裡春風催馬躍，千重祥雲伴春來——瑞氣盈門。



花兒納吉：當我們再次迎接春天

溫蜀虹



今年的春晚，我們舞團選擇了羌族舞《花兒納吉》，這個選擇是一個奇妙的巧合。

很多年前，父親大學畢業，被分配到四川工作。單位的房子還沒建好，他住在山裡的老鄉家。那家人姓熊，是羌族。

那一年，我還在讀初中。春節中放假中的某一天，父親忽然說：“走，我們去熊家過年，去山上吃嘎嘎！”（“嘎嘎”是四川話裡“肉”的意思）

就這樣，我們臨時起意出發了。上山走了兩三個小時。山路陡而滑，我一邊走一邊抱怨，父親卻興緻勃勃。到了山頂，熊家人顯然沒想到我們會突然造訪，先是一愣，隨即笑開了。火塘已經生起，木柴噼啪作響，火光映在黑黝黝的木梁上。臘肉掛在梁下，被菸熏得顏色深沉發亮。“嘎嘎”切得很厚，帶著柴火的鹹香。山裡的冬夜很冷，可火塘旁是熱的。火光一跳一跳，像在呼吸。屋外是漫長的冬天，可在火塘旁，人總會相信，春天很快會回來。

下山的時候已經很晚。山路滑溜溜的。爸爸拉著我的一隻手，媽媽拉著我的另一隻手，我在

他們中間。那時覺得，父母是無所不能的。山再高，路再滑，有他們在就什麼也不怕。

在多年以後的歲月裡，那晚的畫面總是留在記憶深處。寒冷的冬天在門外面，溫暖的火在屋子中間，人圍在一起。那是童年最早的一種安全感。

很多年過去了。父母已經不再年輕。如今我也到了當年父母的年紀，才慢慢明白，中年並不是無所不能的。身體會疲憊，傷痛會出現，力氣會變小，恐懼也會不時襲來。只是當年，他們沒有讓我們看見。

每年的春晚，舞蹈題材的選擇都是一件難事。這次春晚，我們原本並沒有打算跳這支舞。因為題材撞了，只能臨時調整。當老師說出“羌族舞”三個字的時候，我心裡忽然亮了一下——想起大山裡、火塘中那忽明忽暗的火苗。

排練《花兒納吉》的時候，我常常在鏡子裡、在錄像裡審視自己。圓肩駝背，頭前伸。常年的伏案工作，讓我們很多人都有相似的姿態。可音樂一響，身體又慢慢被喚醒。那些旋轉和腳步裡，有一種向上的力量；像草，從土地裡一點點頂出來。



排練期間，舞團姐妹接連傳來母親離世的消息。在情緒失控的深夜，在那些共情的淚水裡，我們真切地意識到，曾經牽著我們的手，並不會永遠在那裡。

成長，不只是向前。也是學會面對冬天。

舞蹈中有一個隊形，我們圍成一個圓，手拉著手。中間有人舉著紗巾旋轉，燈光下的紗巾像一簇跳動的火苗。那一刻，我忽然想起山上的火塘。火在中間，人圍成一圈。

音樂響起，燈光亮起。笑容自然浮現在臉上。不是因為沒有傷痛，而是我們把它們安放在心

裡，然後迎著光跑過去。我們衝向舞台中央。那幾步很輕，卻很堅定。那不是奔向表演，那是奔向春天。

小時候，我被父母一左一右牽著。如今，我在圓圈裡牽著姐妹們的手。我不再被保護。我們一起支撐。我們是彼此依靠的大山。

《花兒納吉》是迎春的舞蹈，是對春天的讚歌。我們知道會有冬天。知道父母會老，身體會累，消息會來。也知道，有一天，我們也會像父母一樣離去。

奇怪的是，比起自己的離開，我們更害怕的是失去。

也正因為如此，當燈光亮起的時候，我們才更願意圍成一個圓，更願意拉緊彼此的手。

打敗傷痛的，不是逃避，不是麻木。是希望。

就像那年山上的火塘，冬天在外面，火在中間，人圍成一圈。很多古老的民族，都在冬天圍著火跳舞。彷彿只要人還在一起，火還在中間，季節就會慢慢轉動。

即便知道會有冬天，我們仍然選擇盛開。



致謝晚會工作人員

General Managers	曹怡 Lindsay Cao	魯滔 Tao Osgood
Advisors	蔡友文 Carol Woo	劉琳 Lin Liu
Artistic Director	魯芳 Fang Lu	
Artistic Advisor	夏興中 Xia Xingzhong	
Program	溫蜀虹 Wendy Wen*	梅芳華 Jason Mei*
	章旻 Min Zhang	汪媛 Alyssa Wang
	劉立莹 Liying Liu	
Marketing & Finance	嚴雅瑾 Yajin Yan*	
	王盼成 Pancheng Wang*	蔡友文 Carol Woo*
	王勇斌 Frank Wang	丁凱軍 Kevin Ding
	游麗惠 Tina Yu	汪媛 Alyssa Wang
	楊睿 Cassidy Yeung	
Graphic Designers	胡若琦 Roshie Hu*	溫泉 Renee Wen*
Stage	余隆川 Longchuan Yu*	
	孫建玲 Jan Sun	
Theater	董平 Ping Dong*	李敏 Min Li
	丁雨非 Justin Ding	陳若童 Amy Chen
	丁雨辰 Jessica Ding	章馨朵 Allison Zhang
Back Stage	王勇斌 Frank Wang*	王為 Wei Wang*
	林艷 Yan Lin*	TOCS PVA & Youth Volunteers
Photographers	許大昆 DaKun Xu*	周恩明 Andy Zhou
	劉本仙 Benxian Liu	甘露 Kira Gan
	潘卉 Hui Pan	周潤璋 David Zhou
	成方怡 Kathleen Cheng	王勇斌 Frank Wang
Stage Video Graphics	李思齊 Dylan Li*	王文芳 Wenfang Wang
	劉琳 Lin Liu	
Stage Music Graphics	黃弋民 Joe Huang*	黃小峰 Eric Huang
		*統籌 Manager



致謝司儀

李晗 HAN LI 2019年擔任春節活動主持人，很高興再次為CCCA主持春節晚會。她於2024年畢業於埃默里大學，在校期間多次參與生物實驗室的學習與研究，對實驗室工作充滿熱情。畢業後加入安進 (Amgen)，負責研究性藥物的生產與檢驗。工作之餘，她喜歡動手創作，如鉤針編織和3D建模。很期待再次與大家一同留下溫暖而珍貴的回憶。

陸溫晴 WENQING LU 現為 Oak Park 高中十年級學生。她熱愛藝術創作，尤其擅長繪畫、平面設計與舞蹈，並曾多次為社區活動設計視覺作品。對她而言，藝術不僅是自我表達的途徑，更是傳遞溫暖、聯結人心的橋樑。她十分榮幸能擔任2026年CCCA春節聯歡晚會的主持人，期待與大家共度一個溫馨而難忘的新春佳節。

陳怡安 LESKA CHEN 現就讀於 Agoura 高中十一年級，很榮幸再次回到 CCCA 春晚舞台擔任主持人。她熱愛主持，享受在舞台上與觀眾互動的過程，曾主持過 2024 年 CCCA 春晚和中秋晚會、台灣同鄉會年會及千橡中文學校五十週年校慶。她積極投入社區服務，在中文學校擔任助教，

並創辦非營利組織 Harmonic Youth Orchestra，帶領樂團至老人院舉辦音樂會。怡安是網球校隊和田徑校隊的一員，並參加各式鋼琴比賽。這次怡安希望以熱情與聲音，為今年的晚會增添更多精彩。

陳雅翰 ALBERT CHEN 西湖高中九年級學生，千橡出生和長大，在千橡中文學校學習超過十年，多次登上春節晚會的舞臺。除學業外，Albert 還從小學習鋼琴，曾多次作為獨奏者與專業樂團合作演出，同時也作為校隊和俱樂部主力活躍於足球賽場。今年他非常榮幸能擔任千橡春節晚會的主持人，願以他的熱忱與經驗為社區呈現一場難忘的盛會。

但旦 DAN DAN 2020年從 Oak Park High School 考入埃默里大學 (Emory University)，獲得金融與統計學學士學位以及商業分析碩士學位。在大學期間，喜愛籃球，每年參加校內籃球聯賽，任學校管樂團的次中音薩克斯風演奏，現就職於 Pennymac，擔任統計模型開發分析師 (Statistical Model Development Analyst)。Dan 很高興再次與千橡社區一同慶祝馬年。

燈光落下，傳承繼續

—2026 春節晚會幕後記

曹怡



當閉幕舞的音樂緩緩響起，舞台上一位父親抱着孩子站在燈光裡。柔和的光從高處落下，孩子與父母並肩而立，時間仿佛在這一刻慢慢延展開來。謝幕時，我站在側台，看見那位父親望著自己的孩子，眼裡滿是驕傲。

那一瞬間，我忽然明白——

我們忙碌了幾個月所做的，從來不隻是一場演出。

春晚，在海外社區，是一個舞台，但它所要表達的卻不在舞台。

它是一種團圓——團聚在文化與歸屬；它是一種傳承——傳遞根的韌性與光的溫度。

一台晚會的誕生，往往不是驚天動地的，而是由許多看似平常的細節慢慢累積而成。幾個月裡，節目不斷修改，流程反復推敲，海報一次次更新，演員名單一輪輪確認。很多工作都發生在工作之餘的分分秒秒，安靜的夜晚、在週末的排練廳裡，也發生在一封封郵件和無數次電話溝通之間。

有人負責統籌，有人負責設計，有人四處聯繫贊助，也有人默默整理名單、校對文字。魯濤在節目冊與整體協調中承擔了大量工作，與嚴

雅瑾、王盼成等人一起推進廣告、排版和票務安排；財務、市場、視覺設計等環節也在團隊協作中逐漸成形。精美的海報與節目單則是溫泉，胡若琦和遊麗惠的傑作。那些看似細小的步驟，其實決定了一台晚會最終呈現的從容、秩序與精彩。

如果說這些工作搭建了晚會的骨架，那麼節目創作與排練則慢慢賦予它生命。

溫蜀虹與梅芳華兩位節目總監，從最初構想到最終呈現，幾乎參與了每一個節目的討論與調整。音樂的節奏與過渡、舞台的走位、不同節目之間的銜接，都在一次次交流中逐漸清晰。魯芳作為藝術總監，親力親為參與每個節目的藝術指導，在週末和下班後的排練中不斷提出建議，使節目在舞台表達上更加豐富而動人。總監顧問蔡友文在關鍵節點提供方向性的意見，夏興中則為部分節目提供了專業的樂器編排建議，而章旻為各個節目聯繫排練場地，儘心儘力、不厭其煩。

正是在這樣持續不斷的討論與嘗試中，一台晚會慢慢找到了自己的節奏。

而真正讓舞台順暢運轉的，是另一群不太被觀眾看到的人。



整場演出的節奏由餘隆川團隊把控。作為舞臺時間總調度，她負責整台晚會的時間軸管理，以及所有節目上場、轉場的指令協調，確保每個節目都能按既定節奏順利推進。劇院總監董平和她的團隊在後臺沉著協調，與劇院工作組密切配合，及時搬運和調整舞臺道具。演員上下場、備台井然有序，使三百多位演員和上百名義工能夠順暢進出舞臺，整個演出在緊湊而有序的節奏中推進。劉立瑩整理演員與義工名單，為現場管理建立起清晰的結構；丁凱軍指導主持人，使整場串聯自然流暢、氣氛層層遞進，讓整場演出在輕鬆與莊重之間自然過渡。

視覺團隊同樣不可或缺。劉琳的舞台背景設計讓空間更有層次，李思齊製作的MP4視頻素材使節目之間的轉換更加流暢。攝影師許大昆帶領團隊記錄下演出中的一個個瞬間，讓這些片刻在時間裡留下痕跡。

前台的溫度，是觀眾進入劇場的第一印象。劉琳帶領前台團隊用心佈置迎賓區域；楊睿和團隊籌畫承辦演出後的答謝安排。

後台總是最忙碌的地方，三百多位演員、一百多位義工的協調與安全是一項巨大的工程。王勇斌、王為、林艷在現場協調中來回奔走；黃戈民常常在最需要的時候出現，解決各種突發問題。還有一支由青少年組成的義工團隊，在不同崗位上提供幫助，讓年輕一代也成為這場文化活動的一部分。

當所有人各自完成自己的工作時，一台晚會便在不知不覺中成形。

今年的春晚又多了一層特別的意義：中文學校迎來五十週年，華協四十五週年，《千橡》雜誌四十週年。中文學校師生、華協與《千橡》雜誌，以及本地區許多文藝團體共同參與，使這台晚會不僅是一場節日演出，也像一次社區的集體紀念。本地千橡藝協全團支持，許多團體踴躍報名，讓舞台呈現出豐富而多元的面貌。

所有的節目，這些名字背後，是一種共同的信念——我們願意為這份文化付出時間與心力。當不同年齡、不同背景的人在同一個舞台上相遇時，文化就不再隻是記憶，而成為一種正在發生的生活。

也許，這正是春晚存在的意義。

它讓孩子第一次站在舞台上，讓父母在觀眾席見証成長；

讓遠離故土的人重新聽見熟悉的旋律，重新看見流淌在血液中的文化符號；

也讓年輕一代知道，這些故事與傳統仍然屬於他們。

在海外社區，這樣的時刻尤為珍貴。它讓我們記得自己從哪裡來，未來還能走多遠。

作為總監，我始終覺得，一台晚會永遠可以做得更好。流程可以更成熟，藝術呈現也可以更精緻。但比這些更重要的，是守住這份初心——讓更多人參與，讓文化自然傳承，讓舞台成為連接彼此的橋梁。

謝謝每一位演員、老師、家長、義工與合作夥伴。謝謝每一位走進劇場、給予掌聲的觀眾。

當最後一束燈光慢慢暗去，掌聲漸漸散去，人們各自回到日常生活中。但那些共同排練、共同等待、共同完成一件事情的時刻，會悄悄留在記憶深處。

燈光會落下，但傳承不會停止。

明年再見。



【编者按】大家心里的“年味”是什么样的？每个青少年家里庆祝新年的方式各不相同。我们一起来跟着这几篇文章，体会不一样的年味。

孙佳懿家里有年前大扫除的仪式感，妈妈包的大元宝饺子，小孩子还需要用才艺表演来换红包！孙妙楚在深圳、亚利桑那和加州都过春节，她经历了从不想看春晚到为了守住家乡记忆，凌晨五点爬起来看春晚的过程。Flora 从小在洛杉矶过春节，有许多体验中国文化的愉快回忆，她家里的年夜饭充满了爸妈家乡的味道。Zijian 家里有去洛杉矶中国城吃海鲜大餐和跟小时候兄弟聚会的传统，那盘蒜香炸鱿鱼看得人直流口水。

特别不同的是，Oliver 写的是美国元旦，有放烟花、吃美食、玩桌游等节目，家庭聚会非常热闹。元旦聚会让全家人关系更近，也让他觉得很感恩，因为有上帝的保佑，大家又平安度过了一年。

不管是吃饺子还是吃炸鸡，不管是在中国还是在美国，大家最开心的都是能和家人、朋友聚在一起。这种“暖暖的”感觉，就是我们都寻找的年味。希望你们读完，也能感受到这份温暖！

特别感谢 Westlake High School 的 Ashley Zhao 老师协助征集青少年稿件。



我家裡的年味

Sabrina Sun 孫佳懿

Westlake High School 10th Grade

“年年老去又逢新發月，春來更有好花枝。”

旁人口中的年味似乎總像個固定的座標：須得有北方的紛飛大雪，聽凜冽寒風在門廊下穿梭，聽故里磨不掉的厚重鄉音，因久別而流露出那麼些近鄉情怯的細膩；須得在燒著暖氣的屋裏，看鹽粒似的白雪簌簌落下，看街巷被裝點成一片金紅，看穿著各色棉衣的人們，因這嚴寒而生出幾分同舟共濟般的親近。

然而，對於一直生長在南方的我而言，冬天總歸算不上太冷。骨子裡的溫和使北風也柔軟。窗外從不願像書中描寫的落下一團團棉絮般的大雪，除了幾棵沉默褪去綠意的小樹，幾乎尋不見半分寒冬的凌厲。這樣的日子總是少了些年味，沒了銀裝素裹的大地，也鮮少有人會戴帶上些鮮豔的圍巾，一切似乎和往常沒什麼區別，只是城市的街角偶爾會爬上一抹暖融融的紅。

可家裡的熱鬧卻從不遜色於任何書本中描繪的一般，宛如潮水般漲滿每個房間。

大掃除總是我一年中最期待的儀式。我熱衷於整理各處的散亂，將書櫃裡的雜亂一一分類；把衣櫥內的山河重新折疊，歸於齊整。耳畔是妹妹與阿姨擦拭玻璃的吱呀聲，拖把劃過地板的濕潤聲，還有笑語與指揮聲交織成的、令人安心的嘈雜。那時的年味，是藏在書縫裡被驚起的紙墨香，是厚重冬衣下木板傳遞的粗糲觸感，是清潔劑淡淡的化學芬芳，混



雜著窗外趁機湧入的幾絲清冽。

等陽光任由冬夜的霧靄覆上天跡，家裡也煥然一新。地板被擦得亮晶晶的，連瓷磚間的金線也褪去塵垢，熠熠生輝。玻璃澄澈如無物，讓路過窗邊的晚霞，都憑空多了幾分輝煌的顏色。於是孩子們便從櫃子裡翻找出早些備好的春聯，在家裡來回擺弄。進門處總要貼得端莊，紅金相間的底色配上黑色的毛筆字，念起來朗朗上口也添了幾分年味。窗戶上總愛貼些俏皮的窗花，有時是當年的吉祥物，有時是鞭炮紅包的裝飾，剪裁出喜慶的笑臉。

而我的母親便也往往在此時坐在廳前，聽著我們盡情嬉鬧，望著遠處的樹木與群鳥，手中則包上幾個餃子。她總是熟練地從巨大的飯盆中剝出半勺肉餡，摺在掌心的面皮上，指尖蘸些水塗在邊緣，信手一捏，談笑間便成一個漂亮的元寶。可每每輪到我自己時總顯得笨拙，無論怎樣擺弄總歸餡和麵各過各的，煮出來也成了一團叫人難以下咽的面餅。好在廚房裡升騰起的香氣，總能赦免一切笨拙，將這些可笑的餐點用旁的芬芳給蓋過。焦香金黃的煎餃，在嘴裡炸出汁水，油潤的鍋貼無論是沾上陳醋或是其他醬汁都顯得別有一番滋味。清甜脆嫩小白菜，配上拍散的蒜瓣，既解膩健康，蓋在飯上又平添幾分顏色。而外婆每年總是不遠千里帶來湖北特有的拳頭大魚丸，煮在清湯裡沉沉浮浮，鮮得能勾住舌頭。

待到晚餐的喧鬧落幕，我們便總是情怠地賴在家中，只渴盼著從人來人往的桌前竊取些招待客人的零嘴。於是，年味便成了桌上綿軟的點心，醇厚的可樂，清爽的果汁，是大人談笑間將手搭在頭頂揉成一團帶起的香水氣，是那一聲聲刻意壓低的笑意。

而當夜幕真正四合，燈火通明時，便是親人之間無拘的逗樂，那時我們家真正的“年”才算拉開序幕。孩子們的壓歲錢不僅是需要說些吉祥話，而更多的是靠著這一年來學到的各種才藝表演，按著大家的水準向觀眾們討個賞。正因此，我們兄妹幾個總是使出渾身解數來多做些準備，載歌載舞。功底深的，便正正經經來一段，惹得他人豔羨。能力不餘的，便要滑頭在台上胡亂動一氣，滑稽盡顯，洋相百出。可在這寬容的夜晚，再笨拙的演出也只會激起滿堂歡笑與喝彩。這份熱鬧總顯得短暫而喧囂，在大家的口袋都塞得鼓鼓囊囊，心滿意足時便熙熙攘攘地散去，任由歡聲笑語擠滿屋子。

大人們的戰場在樓下的麻將桌。清脆的牌片撞擊聲，如密集的雨點，混合著時而高昂時而低回的歎息與驚呼，自地下室隱隱傳來，牽動著樓上我們的神經。而咖啡台邊，則總展開著獨屬於孩子的牌局。因著“資金”前所未有的充裕，遊戲便平添了幾分真實的“賭性”。牌桌上風雲變幻，若是誰輸得狠了，索性要起無賴，整個身子癱在桌上哀告求饒，而贏家則又氣又笑，捏著牌虛張聲勢地扔來扔去，抱怨聲與笑罵聲撞作一團。

待到夜深，牌局散場，連地下室麻將的聲響也歇了。我們只得橫七豎八癱在沙發上，嘴裡還殘留著糖果的甜膩，指尖仿佛還粘著撲克牌光滑的觸感。妹妹已經睡著，頭歪在我的肩上。



就在這一片狼藉又溫暖的寂靜裏，我看見有人輕輕關掉了最後一盞大燈，只留下一盞昏暗的壁燈，光暈柔和地籠罩著我們。那一刻，那些混雜著清潔劑、煎餃、香水和麻將聲的夜晚，最終都沉澱為記憶裡一塊溫潤的琥珀。

那些或是平庸或是溫暖的瞬間總堆疊在那些令人難忘的夜晚，那段青澀而歡樂的時光已隨著年歲的增長被覆上了一層朦朧，那份曾近在咫尺的煙火氣如今慢慢化為了感恩與珍惜的暖流，可其中那份濃濃的親情和團圓的溫暖卻永遠紮根在我的心間。無論走過多遠，無論去往何方，只要想起那份孩子氣的感動，就不禁望向窗外的晚霞，期盼著能再次映出往日屋子裡永不息滅的、熙熙攘攘的金紅色燈光。



Selina Wu 孙妙楚

Westlake High School 10 th Grade

爆竹声中一岁除，春风送暖入屠苏。千门万户曈曈日，总把新桃换旧符。——[宋]王安石
春节，是中国最盛大、隆重、引人注目的传统节日之一。从农历腊月廿三持续至正月十五，大人和小孩都会帮忙准备春节的各项活动，清扫家室，迎接财神，用红彤彤的福字将门口装饰。传统的春节庆祝活动包括放鞭炮、收红包、守岁等等。到了现代，随着网络世界的发达，庆祝春节的规模逐渐从家庭之间扩散到全国，春节联欢晚会变成了新春必不可少的活动。

二零二零年，深圳，大年三十晚。

我撑着懒腰从房间里出来，客厅的灯只留了一盏，昏暗的光影照在沙发上，朦朦胧胧刻出几个人影。

“妙妙出来啦！快来坐快来坐！”

是奶奶。她的手中正捏着一把瓜子，一边往嘴里送一边熟练的将咬开的壳吐到垃圾桶里。爷爷坐在奶奶的身边，目不转睛的盯着父亲调整电视，手边的茶还往外不住的冒着热气。哥哥，原本正在手机上打着字，看到我出来，便往旁边移了移，示意我过去坐。

小跑两步，还没落座手上便多了一个空糖纸。

八点整。

“亲爱的观众朋友们，大家新年好！”

随着屏幕逐渐亮起，主持人洪亮的声音传了出来。我将身子团紧了一点，看着几乎每年都是一样的面孔，说着相似的主持词，注意力几乎都在父母准备的零食上。

春节联欢晚会，对那时的我来说并没有什么意思。刚开始无非就是穿着各式民族服饰的人跳舞唱歌，中间穿插些武术或者京剧什么的。我耐着性子看了十分钟，便有些百无聊赖的



打起了哈欠。

屏幕上五颜六色的光倒映在眼底，我揉了揉眼，爷爷奶奶好像在笑。可是那只是跳舞啊，难不成大人的生活如此无聊，连这样老套的节目也能看得津津有味。

我被弄糊涂了。

整个晚会并不能单纯用糟糕或者有趣形容，姐姐和我更偏好只看小品和相声，但如果可以借着看节目的由头熬夜，对小孩来说总是令人兴奋的。

好像只有那个晚上，我们可以偷偷借着春节的氛围，将平日不能吃的零食全都装到肚子里，将平日应该遵守的规则制度抛之脑后，然后理所当然的说“这就是春节呀”。

我想这就是为什么小孩都喜欢过春节。

“难忘今宵，难忘今宵

无论天涯与海角

神州万里同怀抱”

每年春晚的最后一个节目总是难忘今宵。当熟悉的乐曲响起，当爷爷跟着节奏不自觉的唱起来，我才发现自己不知道什么时候竟然睡着了。

客厅里，姑姑正看着手机，哥哥和妈妈都已经回了房间。爸爸四仰八叉的倒在沙发上，鼾声震耳欲聋。

可爷爷还在唱着：

“共祝愿祖国好，祖国好

共祝愿，祖国好

共祝愿，祖国好”

二零二四年，亚利桑那，二月八日晚。

“春节都不放假，学校也太坏了。”

“不能请假吗。”

“只上半天学而已。这样吧，妈妈允许你们两个今天晚上好好玩，明天上半天学后，回来再睡也可以。”

“谢谢妈妈！”

这是我来美国的第一年，也是没有在中国过新年的第一年。因为英语有障碍，学校绝对不是我在大年三十最想呆的地方。因此，一想到最重要的节日要分一半给无聊的校园，难免觉得委屈。

那晚我和姐姐将投影仪搬到房间，有些笨拙的找了半天才终于将央视春晚的入口调了出来。

“唔。但是有时差哎。现在看不了。”姐姐有些懊恼的指着屏幕上待播出的字样。



如果要按照时差来，我们得等早上五点才能看了。

“春节联欢晚会为什么要在北京时间八点播出呢？不能更早或者更晚吗？”我也跟着抱怨起来。两个人只好一起爬到床上，先小咪一会儿，等到凌晨再定闹钟起来。

五点。

黑漆漆的房间里亮起一面光，鲜红的礼服绽放在我们眼前。

“这里是中央广播电视总台 2024 年春节联欢晚会的直播现场。我们和全国各族人民、全世界的中华儿女相约守岁，喜迎甲辰龙年的到来。”

全世界的中华儿女？

我用力睁开眼，朝墙上看去。

“开始了。”

“嗯哼。”

“美国也二月九号了。”

“嗯哼。”

“那我们也算是和他们一起跨年了？”

“嗯哼。”

姐姐似乎想笑，但因为太困只发出一点鼻音。

起不来就算了，我安慰自己。毕竟只是个联欢晚会。

投影上的节目还在播放着，一阵阵的乐曲和笑声在房间里久久回荡。我的意识却越来越昏沉了。

和在中国没到二月举国欢庆的氛围不同，我们在美国的时候并没做特别多的装点。只是照例会吃饺子和汤圆之类的，也算是讨个彩头。新年好像变得和其他节日，或者其他日子一样，没什么不同了。

这么想着，竟然会觉得有些遗憾。

好像还没来得及给爷爷奶奶打电话。今年爸爸会去爷爷奶奶那过吗？他们现在也在看晚会吗？奶奶还是吃一样牌子的瓜子吗？爷爷还会跟着一起唱歌吗？

“难忘今宵 难忘今宵

无论天涯与海角

神州万里同怀抱”

朦朦胧胧的，我好像又听见熟悉的音乐响起，便在脑海中一起哼唱起来：

“共祝愿祖国好，祖国好

共祝愿，祖国好

共祝愿，祖国好”



Flora Yuan 袁天恩

Westlake High School 11th Grade

中国新年一直都是我一年里最期待的一个节日。

小时候每到春节期间，我爸妈会给我穿上唐装，带我去洛杉矶的中国城和亨廷顿图书馆的中国园子参加中国新年的庆祝。那种热闹的感觉，我到现在都还记得。中国城街上到处都装饰着红色的灯笼，一串串的红灯笼挂在商店门口和路边，晚上亮起来的时候特别有节日气氛。

中国新年的庆祝少不了舞龙和舞狮子，有时候还能看到变脸，少林功夫和昆曲表演。舞龙舞狮子的时候锣鼓声很大，咚咚咚地响。我小时候其实有点怕那个声音，可是又忍不住一直看。舞狮子的时候，两个人在狮子皮里面配合得很好。感觉那只狮子真的活了一样，狮子会眨眼、张嘴、跳来跳去。有时候狮子还会突然冲到人群里面，大家笑着往狮子嘴里塞红包，狮子会眨眨眼，低下头表示感谢。我觉得这件事特别有意思，好像大家送它红包能换回好运一样。武术表演的动作有时候很快，少林寺的和尚们看起来很厉害；有时候武术表演动作很慢，比如太极拳，动作整齐的时候很优雅，看起来让人放松。变脸表演是个神奇的节目，想不明白在那么短的时间内，为什么可以变化出那么多脸谱？变脸表演一天会有好几场，我看不腻，看多少场都行。小时候，说实话我完全听不懂昆曲表演唱的什么，觉得演员们的戏服很好看。后来我了解到昆曲是中国最古老的戏曲，有六百年历史，是世界文化遗产。我觉得自己很幸运，能在距离中国那么远的洛杉矶欣赏到如此高级的艺术，而且还是在亨廷顿图书馆的中国园林里看的现场表演。

中国新年的庆祝也少不了给小朋友准备的各种手工活动。我还记得怎么用红纸做小灯笼：把纸折起来，用剪刀剪出花纹，再慢慢贴好，最后挂上丝线。虽然我每次都做得歪歪扭扭，但我都会带回家挂起来。我们也会试着用毛笔在红纸上写“福”字，大人会说“福”要倒着贴在家里，因为“福到了”。小时候我其实也不太懂什么意思，只觉得写毛笔字很难，可是很好玩。

除夕的时候一定少不了吃团年饭。因为我有许多亲戚都在中国，所以每一年除夕的时候，我都会跟他们视频拜年。虽然隔着手机屏幕，可是看到全家坐在一起吃年夜饭，我也会觉得自己好像也在那张桌子旁边。我会说“新年快乐”，“恭喜发财”。他们会问我最近怎么样、在学校累不累。那种感觉很



温暖，也会让我有点想他们。至于压岁钱嘛，家里的长辈都会给我留起来，等我夏天回中国的时候一起给我，我一下子就很富有。

在美国的家里，我们也会吃团年饭。因为我爸爸妈妈都是武汉人，武汉人爱吃藕，所以我们家每一年的年夜饭都有跟藕有关的菜，比如藕夹、炸藕圆子、排骨藕汤。妈妈说藕丝代表连在一起，有家人永不分开的意思。她还会做糯米圆子和鱼圆子，象征团团圆圆；蒸一大条鱼，因为年年有余；再烧一盘排骨，整个厨房都是香味。我和爸爸一边吃零食看春晚，一边铺上红桌布等年菜上桌。我家里也会贴窗花和对联，特别喜气洋洋。很多时候年过完了很久，那些装饰都还没被拆下来。是啊，谁舍得跟春节告别呢？还要等一整年才能再过一次呢！

对我来说，中国新年不只是一个节日，它是我小时候的回忆，是跟家人连在一起的感觉。就算以后长大了，去了别的地方，只要听到锣鼓声，或者看到红灯笼，我都会想起那些过年的画面。



Photo credit : Hui Pan



New Year in My Family

Oliver Crawford
Westlake High School 11th Grade

Every year on one special day, the New Year begins on January 1. It is a very special annual event and an occasion for my friends, family, and relatives to celebrate together. It is so important that we celebrate it every year by throwing a party for everyone—friends, relatives, family members, and cousins alike—to enjoy ourselves and have fun.

First, during the morning, my family prepares to celebrate the New Year by driving around town to different stores to buy the necessary materials, food, drinks, and many other things needed for the party. This includes buying fireworks to set off in the yard, making food and drinks in the house, setting up board games, card games, and sports games, and preparing the TV to watch the ball drop in Times Square before family and friends gather together to celebrate.

My family makes and buys food such as watermelon, cake, cornbread, peas, pork, apple cider, soda, grapes, apple pie, and rice. Soon, about an hour later, people begin to gather together, including my grandfather, grandmother, cousins, friends, siblings, Dad, and Mom. After that, we gather around a large round table full of food, and we make sure to pray before eating. The table is full of various foods and drinks for us to enjoy, such as watermelon, cake, cornbread, peas, pork, apple cider, grapes, apple pie, soda, and rice.

While talking around the table and holding conversations about various topics, some of us eat quickly while others take their time, as the food is really delicious and filling.

After finishing our food, some of us stay inside and play board and card games like Uno, Risk, chess, and Exploding Kittens. The rest go outside and play games such as football and basketball in the yard and on the street while the adults watch or sometimes join in. The games are really fun and go on for hours until the sun sets.

After we are done playing games, we set up fireworks and prepare to light them under the moonlight. The fireworks are vibrant, colorful, and loud, and they are really beautiful to look at in the dark.

After all of this, the whole family gathers together again to talk about various things.

We usually sit down in the living room and watch the anticipated Times Square ball drop



before continuing our conversations, sometimes even debating topics such as politics, beliefs, and world events.

Then we make New Year's resolutions, take pictures, and say our goodbyes before people start leaving the party. We place great importance on this event every New Year because it brings the family closer together and gives us hope for the future. It is an important occasion that makes us thankful and grateful as a family, knowing that we have made it through another year. Combined with our faith in God as Christians, it explains why we hold such great importance on New Year's Day.



New Year in My Family

Zijian Sun

Westlake High School 12th Grade

New Year in my family is similar every year. While I wasn't able to participate in it this year—due to my family being busy—I will be talking about what we did in recent years. During Chinese New Year in 2025, we drove out to Monterey Park, a city in the San Gabriel Valley made up of 64.66% Asians (most being Chinese). We drove there every year on the same 101 freeway, which I disliked due to the horrendous traffic we had to go through. My mom and I visit and celebrate Chinese New Year there annually, as the city feels like home to us.

Everywhere I went, I heard Mandarin. Everywhere I went, I saw Chinese characters.

Everywhere I went, I saw old friends. Everywhere reminded me of home. Well, it's because I lived there for around five years before moving to the Conejo Valley, so it adds to the overall nostalgia.

Annually, we would celebrate at this restaurant called Seafood Palace, located in a tight, cramped plaza. I always remember parking there, waiting for spots, and the frustration we went through. It was always crowded there on Chinese New Year, and a lot of people gathered there to celebrate. Despite that, the food was always worth it. The smell of fried calamari coated in garlic, the sight of the delicious king crab, and the greasy vegetables made me drool each time. It was irresistible, and the food tasted amazing every time. This, along with the chatter of my mom and her friends, instilled happiness in me. Seeing everyone happy just brought joy to me.

Each year, going there felt like a tradition. It was like visiting my home country again, China, without actually flying back. The atmosphere of the city, the people, and the food had a feeling of home to it, even though it was once my home. No matter where I went, I was reminded of memories from the childhood I spent there—my old school, the old boba tea shop (which was so popular back then), and the donut shop that I remember burned down. Those days felt timeless.



Fortunately, the celebratory spirit didn't end there. We would drive down to Pomona to our family friend's house and continue spending time together there. My mom would talk to her friend's mom the entire time, catching up, while I spent time with her friend's son—someone I had known since I was a child. He's like a brother to me. We would catch up and talk about our experiences growing up together. We always reminisced about the past and how we used to argue and fight with each other when we were kids. Now he's a sophomore in college while I'm a senior in high school. Time really flies, I say to him each time.

Normally, around 11 p.m., we would finally drive back to the valley. This always felt dreadful. It hurt me each year when we had to go home. I wanted to savor the happiness everyone was experiencing, and I wanted it to last forever. Despite that, I knew it would happen again next year—I just had to be patient.

This is what New Year in my family is like.



Photo Credit: Zijian Sun



蒙大拿大瀑布城的羅素博物館之印象

于五

2023年六月二十七日上午，我們離開蒙大拿州州府海倫娜的房車營地，繼續沿著15號州際公路北上。

15號公路是美國境內縱跨南北向的聯邦州際高速公路。這條公路始於加州的聖地牙哥，止於蒙大拿與加拿大阿爾伯特的邊境。途中經過內華達州的拉斯維加斯、猶他州的鹽湖城、愛達荷州的波卡特洛 (Pocatello)、蒙大拿州的海倫娜 (Helena) 和大瀑布城 (Great Falls)。

蒙大拿州按面積是美國第四大州，但人口僅有一百萬。約百分之九十人口為白人，約百分之六為原住民。海倫娜是該州第二大城市，卻無高層建築。可見該州人煙稀少。

離開海倫娜不久便進入山區，這裡雨水充足，漫山遍野都是濃淡相間的綠色，景色怡人。蒙大拿州多山多水，擁有 97 座山脈，三千多個原始湖泊和河流，包括美國大陸最長的未築壩的黃石河(the Yellowstone)。

開到密蘇里河河邊，15號公路自此沿著密蘇里河至大瀑布城。密蘇里河是美國主要河流之一，也是北美洲最長河流。發源於蒙大拿州黃

石公園附近的落基山脈東坡，流域面積逾130萬平方公里，流經半乾旱的大平原，至密蘇里州聖路易斯以北匯入密西西比河。河長2341英里，略長於密西西比河，密蘇里河加上匯入密西西比河的下游，成為世界第四大河流。

到了大瀑布城，最吸引我們停留的是該城有座C·M·羅素博物館 (C. M. Russell Museum)。

查爾斯·馬里恩·羅素 (Charles Marion Russell) 是美國著名的西部藝術家。被譽為「牛仔藝術家」的羅素於1864年出生在聖路易斯一個富裕家庭，父母期望他能參與家庭的生意，而他更喜愛西部田野。不滿十六歲時隨家人的朋友Pike Miller到了蒙大拿，從此開始他的牛仔生活。他從事放牧，後來擁有了自己的牧場，過著西部荒野生活，同時進行自己喜愛的藝術創作。1892年，定居到大瀑布城，開始靠畫畫為生。

羅素與小他十四歲的南希在蒙大拿喀斯喀特的朋友羅伯茨家相遇，二人於1896年在羅伯茨家舉行了婚禮，1897年二人從喀斯喀特搬遷到大瀑布，在那裡定居直到1926年羅素過世。南

希不僅是妻子，更是他藝術上的得力助手。他專注於藝術，南希幫助他開拓藝術市場，在美國多地和倫敦舉辦畫展，使他成為世界知名的藝術家。他是當時藝術作品賣價最高的藝術家之一。

出了博物館後門，左手是羅素當時的住宅，右手是他的畫室。這棟建於十九世紀末的房子，內部裝潢講究，傢俱上乘，可見羅素當時的經濟狀況。搬進住宅的幾年後，羅素在旁邊建成了一棟高大的原木建築，十分寬敞的兩個大房間是他的畫室。他過世後，南希將畫室捐贈給大瀑布市，成為羅素博物館的一部分。

如今的博物館收藏了2000多件羅素創作的藝術品、個人物品和手工藝品。我問工作人員，目前展出多少幅羅素的畫作，答案是約兩百件。

羅素的其他主要作品分別藏於蒙大拿州海倫娜的蒙大拿歷史學會、懷俄明州科迪的西部布法羅比爾中心、德克薩斯州沃思堡的阿蒙·卡特美國藝術博物館和沃思堡的席德理查森博物館。

2023年五月我在達拉斯小住期間，前往阿蒙卡特美國藝術博物館參觀。阿蒙·卡特美國藝術博物館，源於名人阿蒙·卡特（1879-1955）。阿蒙·卡特不僅是位成功的商人，更是一位德州沃斯堡（Fort Worth）的慈善家和美國西部繪畫雕塑藝術的收藏家。他熱愛美國西部藝術家查爾斯·羅素和弗雷德里克·雷明頓（Frederic Sackrider Remington），收藏了二位藝術家的四百多件作品。該館還收藏了羅素的大量水彩、鋼筆等草圖。羅素的字跡漂亮，每幅草圖都是藝術品。其雕塑充滿三維藝術的造型和動感之美。能成為一位傑出的藝術家，不僅靠天賦和對藝術的熱愛，還需要勤奮、執著和努力。

阿蒙·卡特美國藝術博物館收藏的羅素作品，部分來自大瀑布城的一個酒吧店主。當年羅素常光顧這家酒吧，用自己的畫當錢幣使用。羅素過世後，酒吧店主沒有將他收藏的羅素作品捐贈給羅素博物館，而是賣給了收藏家阿蒙·卡特。這位慈善家用其美國西部繪畫雕塑藝





術的收藏為阿蒙·卡特美國藝術博物館打下基礎。

羅素喜歡流行藝術，並在收藏他作品的收藏家們中間結識了許多朋友，其中包括威廉·S·哈特、哈里·凱里、威爾·羅傑斯和道格拉斯·費爾班克斯等演員和電影製片人。羅素還與西方藝術家保持聯繫，包括畫家埃德加·塞繆爾·帕克森、畫家愛德華·博林和插畫家威爾·克勞福德等。

羅素不僅是位「牛仔藝術家」，同時也是一位故事講述者和作家。他成為西部美洲原住民的倡導者，支持無土地的齊佩瓦人（Chippewa）在蒙大拿州為他們建立保留地的提議。1916年，國會通過立法創建落基男孩保留地（Rocky Boy Reservation）。

博物館展廳裡有個羅素生前用過的馬鞍，製作精美，堪稱是一件民間藝術品。

1926年10月24日，羅素因心臟病突發在家中過世。葬禮當天，大瀑布城學校停課，以便孩子們觀看送葬隊伍。羅素的靈柩放置在一輛玻璃馬車內，由四匹黑馬拉著，享有殊榮。

羅素一生創作了約 4000 件藝術品，除了青銅雕塑外，包括他創作的2000多幅以牛仔、美洲原住民、美國西部和加拿大艾伯塔省為背景的風景油畫和水彩畫，其他還有素描，以及由蠟、粘土、石膏和其他材料製作的雕塑。1955年，羅素進入國家牛仔和西部遺產博物館西部牛仔名人堂。

離開大瀑布小城後，我們繼續沿著15號公路前行。一路上車輛漸漸稀少，高速路邊的休息區雖然公共設施完善，卻看不到現場工作人員。

當晚我們下榻在冰川國家公園裡的房車營地，體驗現代人的原始生活。仰望星空，思緒萬千。如今羅素的偉大作品 陳列於博物館大雅之堂，而一百多年前，他曾騎馬行走在蒙大拿州地曠人稀的原野，過著平凡而真實的牛仔生活……



《千橡》編委會

Title	Name	Name	Email
主編	方智武	David Fang	dzwfang@gmail.com
廣告主管	吳茵茵	Elaine Lo	elo8890@gmail.com
廣告, 版面	潘建美	Jianmei Pan	jianm.pan@gmail.com
廣告, 版面	曾向紅	Lucy Zeng	lucyxh.zeng@gmail.com
校稿主管/文稿編輯	徐衛龍	Weilong Xu	wxu101@yahoo.com
文稿編輯	李瓊	Qiong Li	qiongli_98@yahoo.com
文稿編輯	陳昭吟	Katey Chen	Yin9898@gmail.com
文稿編輯	周輝	Hui Zhou	zhouliz@gmail.com
文稿編輯	管海玲	Hailing Guan	hguan2001@yahoo.com
排版主管/文稿編輯	朱牧仁	Muren Chu	chu.muren@gmail.com
版面編輯主任	胡若琦	Roshie Hu	roshiehu@gmail.com
版面文稿編輯	司華曉	Scott Si	scottsi80@yahoo.com
版面編輯	余隆川	Longchuan Yu	longchuan99@yahoo.com
顧問	馮瀚緯	Jesse Fong	jfong2013@yahoo.com
顧問	王友平	Youping Wang	iacmospw@gmail.com
文稿/廣告/版面編輯	陳蕙玲	Helen Shih	helenshih168@gmail.com
青少年編輯	Flora Yuan	Flora Yuan	leafwhisker32@gmail.com
支援志工			
文稿編輯	孫邦華	Banghua Sun	banghua_sun@yahoo.com
文稿編輯,廣告	陸麗珠	Leslie Chou	lchou1497@gmail.com
廣告編輯	曾軾薇	Janet Tseng	jenettseng@yahoo.com
廣告版面編輯	方梅	Mei Fang	mfangx@yahoo.com



2025年9月初，我們隨加拿大導遊魏先生踏上北極之旅。那是一場視覺與心靈的雙重盛宴——白樺金黃如火，湖水清澈如鏡，天光與極光在天際交織成夢。然而，在這遼遠靜謐、瑰麗如詩的北境之外，還有一種更深的震撼：一個多世紀前，成千上萬的淘金者，也曾沿著這條路，奔赴他們的夢想與命運。

10日上午11點，我們抵達育空地區的小鎮Carcross。汽車沿著鋪滿碎石的土路緩緩前行，穿過兩旁稀稀落落低矮的木屋，不多時停在Bennett Lake湖畔。天空陰沉，雲層低垂，遠處的群山被霧氣半掩。山腰的松林暗得發黑，浩闊的湖面泛著鉛灰色的光，幾乎沒有波紋，只有微風掠過，水面輕輕顫動。岸邊的灌木微黃，天地寂然，連空氣都彷彿凝固了。據說若是晴天，把無人機升上去，能看到整片湖水深藍如鏡，雪峰與遠山盡映其中。

導遊召集大家圍成一圈，講起這座小鎮和班尼特湖一百年前的淘金熱的往事。他指著湖對面左側的山口說：“看，當年淘金者就是從阿拉斯加的Skyway翻過來的！”站在旁邊的我先生隨即咕噥一句：“你記得嗎？我們曾坐過一段

白隘口育空鐵路火車。”他的話喚醒了我久遠的記憶。二十多年前，我們帶著孩子們從溫哥華乘郵輪去阿拉斯加。郵輪在Skyway靠岸，我們換乘小火車，沿著當年蜿蜒險峻的淘金山道前行：一邊是深谷，一邊是雪線，列車貼著峭壁緩緩攀升，穿過木橋與隧道，最終停在美加邊境，然後折返。

沒有想到，如今我們站在了鐵道的另一端。

Carcross意為“水流交匯之地”。小鎮位於育空南部，夾在Bennett Lake與Nares Lake之間的一個狹長地帶。這條天然通道水流平緩，昔日人們可輕易涉渡。它原是內陸原住民Tagish與沿海Tlingit的交匯之地。十九世紀八十年代，聖公會在此建立了傳教站與寄宿學校，纔有少數歐洲人定居，但總人口從未超過200。誰曾料到，這個僻靜的地方有一天驟然沸騰，不久，又恢復了平靜。

1897年7月，一艘滿載黃金的蒸汽船抵達舊金山和西雅圖港口。報紙以驚人的標題宣告：“來自克朗代克(Klondike)的黃金萬兩！”西雅圖的商人更打出廣告：“只要買齊裝備，金子就等著你來撿！”



短短几個月，北美掀起繼加州之後規模第二、也最驚心動魄的另一場淘金熱。舊金山與西雅圖的港口被擠得水泄不通，十萬名冒險者——失業工人、破產農民、退伍士兵、商人、婦女，甚至作家的眼裏，都閃著黃金映在夢裏的光。

從西雅圖出發的淘金者，首先乘蒸汽船北上太平洋，抵達阿拉斯加東南的港口 Skagway，再從那裏翻山越嶺前往 Carcross，最後順育空河漂流至 Dawson，全程約一千六百英里。

若從舊金山算起，則行程更長，超過兩千英里。這三段路程中，從 Skagway 到 Carcross 最為艱難。為了防止無準備者凍死荒野，加拿大政府規定：每位入境者必須攜帶足夠一年的生活物資——約一噸重的糧食、衣物與工具。

從 Skagway 到 Carcross，他們只有兩條路：從 Skagway 北側的 Dyea 出發，翻越 Chilkoot Trail。這條路短而陡峭，被稱為“歷史上最艱難的三十三英里”。積雪深厚，坡度陡峭，連牲畜都無法通行。淘金者背著幾十公斤的物資，一趟趟搬運。有人在雪中暈倒，也有人被暴風雪掩埋。從 Skagway 東北方的白隘口（White Pass）出發。這條路雖坡度稍緩，卻泥濘難行。馬匹超載、道路溼滑，無數騾馬死於途中，人們稱其為“死馬小道”。

無論走哪條路，他們都得付出殘酷的代價。

當他們終於抵達 Carcross，便在山腳和湖岸搭起帳篷住下，伐木造船、儲糧待命，等到春雪消融，同時下水。那一帶一度曾豎起過上萬頂帳篷，被稱為“世界上最北的帳篷城”。

1898 年，加拿大開始修建白隘口育空鐵路，兩年後通車。淘金客從 Skagway 可直達白馬鎮（Whitehorse），再順育空河前往 Dawson，再也

無需翻山越嶺在 Carcross 中轉了。Carcross 因此人口驟減，成了鐵路沿線的一個小站。百年過去了，如今的小鎮只有 350 人，靜靜地隱於群山與湖泊之間，成了旅遊、原住民文化、歷史的一道風景。

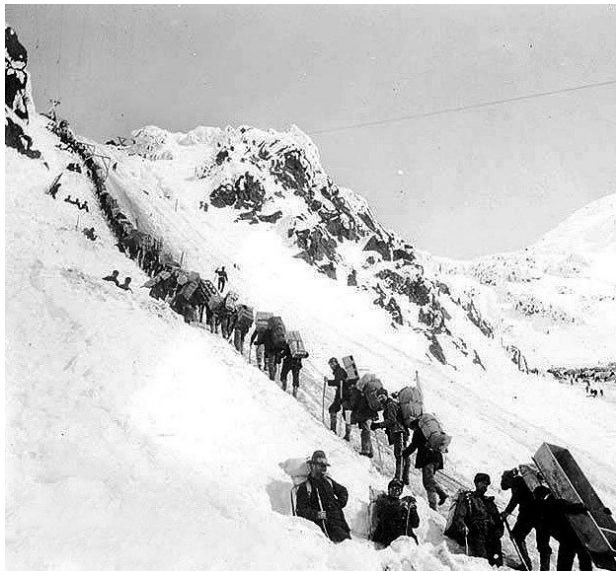
幾天後，我們來到當年淘金者歷經萬險的終點道森（Dawson）。

道森位於加拿大育空地區，坐落在育空河與克朗代克河之交匯處，佔地約三十二平方公里。十九世紀末，這裏原本只是原住民的漁獵地，不足五十名原住民和少數捕獸人、傳教士零星居住，幾間木屋與貿易站散落河畔。

1896 年 8 月，道森迎來了命運的轉折點——這片荒原因淘金一夜變天。鼎盛時期，人口激增至三、四萬，有五十多家餐廳、二十多家舞廳與賭場，還有郵局、銀行、歌劇院、報紙、旅館與教堂——夜晚燈火通明，蒸汽船晝夜穿梭，被譽為“北方的巴黎”，一度成為僅次於溫哥華的第二大城市。

形形色色的人在這裏追逐夢想，命運各異。

有的與鉅額財富擦肩而過：被稱為“克朗代克金礦無冕之王”的羅伯特·亨德森（Robert Henderson）生於 1841 年加拿大新斯科舍省（Nova Scotia），年輕時便在加拿大西部和美國各地做淘金工，對礦脈與地質經驗豐富。1896 年夏天，他在離 Dawson 東南方向約 15 英里的 Gold Bottom Creek 勘探時，找到了含金的砂層，雖純，卻不夠集中，開始小規模開採。根據記載，他在 8 月中旬遇見來自加州的喬治·卡馬克（George Carmack）及其原住民妻子凱特（Kate Carmack）的一家，隨口提到 5 英里外的兔子溪（Rabbit Creek）也許有點金子。他自己並沒去過兔子溪，也並不看好那裏。那時，他因糧食耗盡、體力透支，只能劃



獨木舟回 50 英里外的 Forty Mile 補給、整休。等他兩、三周後回到 Gold Bottom Creek 或者克朗代克地區時，才知道這條溪谷早已被樁號佔滿。他後來無奈地說過一句話：“金子是我找到的，但克朗代克卻不是我的。”1918 年他去世時，幾乎身無分文。

有的把握了機會，一夜意外暴富，但離開了最初的自己：受到亨德森的啓發兩、三天後，卡馬克一家準備去碰碰運氣。他們在克朗代克河口紮營、晾曬鮭魚，為過冬做準備。他們轉往那條不起眼的兔子溪，竟意外發現了閃着金光的砂粒。根據當時加拿大礦權法，每位探礦者在新金礦地只能登記一塊五百英尺的標準礦權 (Claim)。卡馬克立即豎起木樁，以自己的名字申報了“發現礦權” (Discovery Claim)，並把小溪改名為“大發橫財溪” (Bonanza Creek)。他當時的礦產收入估計為數百萬，他和家人搬到西雅圖，後拋棄了妻女，再婚，晚年淒涼。

還有的成也黃金、敗也黃金：“大亞歷克斯”麥克唐納 (Big Alex McDonald) 是蘇格蘭移民。1895 年前他便在育空從事物資供應。淘金熱爆發後，他並未親自挖金，而是以敏銳眼光和雄厚資本，在波南扎溪 (Bonanza Creek) 與

埃爾多拉多溪 (Eldorado Creek) 大量收購礦權。其中最著名的便是“第三十三號礦區” (Claim 33)。他靠這塊地賺得盆滿鉢滿，被稱為“克朗代克之王” (King of Klondike)。鼎盛時期，他擁有二十八塊礦權和上千名僱工，財富以數百萬美元計。然而，財富未能長久，因投資失敗，1910 年他去世時幾乎破產。

也有人在道森沒挖到金，卻挖到了另一種黃金。傑克·倫敦 (Jack London) 的故居博物館坐落在道森市中心一條安靜的小路上。倫敦生於加州，年輕時懷揣文學夢想，四處漂泊。1897 年 7 月，21 歲的他踏上淘金之路，到達 Dawson 時已是深秋，好礦權早在一年前被佔盡，剩下的多是貧礦與「邊角地」。他在 Dawson 的生活極為艱苦。一年後，他因壞血病發作，不得不放棄採金，踏上返鄉之路。在船上，他立下誌願：「我沒挖到黃金，但要寫出讓全世界都知道這片土地的小說。」1903 年，他出版了以克朗代克淘金熱為背景的《荒野的呼喚》 (The Call of the Wild)，一舉成名。此後，又創作《白牙》 (White Fang, 1906) 與短篇《生火》 (To Build a Fire) 等，年收入高達 4-6 萬美元，成為當時美國最富有的作家之一。發財後，他買地購船，但經營失敗，負債累累，健康惡化，寫作效率下降。40 歲去世時，淨資產僅數千美元。

站在今天回望這段歷史，克朗代克淘金熱讓偏遠的 Carcross、Dawson 一夜崛起，帶來了鐵路、郵政、醫院等的建設，推動了加拿大北方的開發，也孕育出像傑克·倫敦這樣的著名作家，成為勇氣與夢想的象徵。然而，這場熱潮卻充滿了幻滅：1897 至 1899 年間，大約十萬人從美國與加拿大南部出發前往克朗代克，其中僅三至四萬人真正抵達育空。三分之一的人未能翻越 Chilkoot Pass 或 White Pass，許多人死於雪崩、飢餓、凍傷或疾病。到達 Dawson



及周邊金礦區的約兩萬人，失望地發現“好地”早被先來者佔盡，只能在尾礦中淘砂、打工為生。許多人在 1910 年前後黯然南歸。據估計，真正挖到金子的不到四千人，而能成為百萬富翁者，不過數百。而這區區數百人中，大多數在十年之內就散盡家產，回到了出發時的貧窮，甚至更慘。

下午，我們漫步在 Dawson。

此時，天空澄澈得像被秋雨洗淨的藍寶石，朵朵白雲在空中悠然飄浮，映襯著遠山與金黃的山林。如今的 Dawson，與百年前僅喧囂三年的淘金城相比，已變成一個小而獨特的歷史小鎮，處處可見當年的繁榮和人類貪慾給自然留下的創傷。

傍晚，我們登上圓頂山 (Midnight Dome)，這是俯瞰道森全景的制高點。腳下，育空河與克朗代克河在暮色中交匯，城鎮燈火如金屑，在霧氣與河光間閃爍。夕陽緩緩沉入遠山，天際被染成橙金與靛藍交疊的柔光。

我想起道森城的一首牆頭詩—《育空的魔力》(The Spell of the Yukon)。詩人羅伯特·瑟

維斯 (Robert W. Service) 生於英格蘭，22 歲移民加拿大，1904 年來到道森，在加拿大商業銀行工作。那時淘金熱漸漸退潮，他仍在這座邊地小城裏，傾聽淘金者、流浪漢、妓女、失敗者與幸運兒的故事，並將他們的悲歡化為詩句：

我渴望黃金，也去追尋，
如奴般翻山越嶺，泥濘挖掘。

飢餓也好，壞血病也罷，我都與之抗爭；

我把青春擲入墳墓。

我渴望黃金，也得到了，

去年秋天我帶著財富回來；

可生命並非我所想，

黃金也並非一切。

夜幕深處，極光如一條緩緩流動的思緒，在天際鋪展。綠色與紫色交織成柔和的光帶，不耀眼，卻有穿透力。那光似在無聲地呼吸，輕撫雪嶺與河谷，也彷彿在低語：真正能照亮人心的，不是地底的黃金，也不是一時的輝煌，而是那來自永恆的光，引領我們前行。



墨西哥旅途點滴

何萍 司華曉

序言 影像之外的國度

聽說我們要去墨西哥度假，朋友們的第一個反應是擔憂。經常聽說外國遊客在那邊遭遇綁架和攻擊，甚至有人喪命。他們的語氣好像在為我們送行，似乎這一去就是永別。

許多人對墨西哥的印象源自好萊塢電影。銀幕上的墨西哥總是血雨腥風，刀光劍影，充斥著陰謀與暴力。走私、販毒、人口交易，伴隨著警匪大戰與黑幫火併。看多了這樣的影像，人們便把墨西哥想象成一個叢林法則下的法外之地。

出發前的那些日子裏，經常會想，我們究竟是要去一個危險的國度，還是要去一個被誤解的國度。

恐懼往往來自距離，而距離又會被影像無限放大。

當飛機起飛的那一刻，我突然意識到旅行的意義也許正是讓我們親自去觸摸那些被想象遮蔽的地方，去看一看真實的世界究竟是什麼樣子。

1 初抵墨西哥城

每一次抵達陌生城市，都像是翻開一本陌生的書；不知道下一頁會寫著什麼，是混亂還是秩序，是危險還是溫柔，是陌生還是驚喜。

墨西哥城，這座被無數傳說包圍的巨獸，在心裏既遙遠又模糊。直到飛機輪胎觸地的那一刻，它才真正從想象中走出，成為腳下的現實。

走出海關，叫了一輛優步(Uber)車直奔預先訂好的酒店。

算上週邊地區，大墨西哥城是全球第六大都會區，總人口接近兩千三百萬。龐大的人口數量使城市周圍的高速公路和城市裏的主要街道在大部分時段裏都處於擁堵狀態。

出租車在車的海洋裏蠕動，前後左右的車子擠作一團，看不出來一共有幾條車道。我們的司機見縫插針，不停地切換車道，想方設法擠進旁邊那輛車的前面。關鍵不是自己開得多快，而是比周圍的車子快一點點。

看起來人們早已習慣了這種混亂的狀態，耐心地往前移動。十幾英里的路程，開了四十多分鐘。

2 暮色中的獨立天使

暮色漸深，城市的喧囂卻絲毫沒有減弱。在酒店裏稍作休整，便來到街上。這時的天色已經從明亮的金黃過渡到柔和的藍紫，像是一幅正在慢慢暈染的水彩畫。白天的餘溫尚未散盡，空氣裏還帶著一絲燥熱，並且混雜著街頭食物的香味與汽車尾氣的味道，真實而鮮活。

走出酒店正門，向左拐不過幾十米，便來到一個車流密集的交叉路口。車輛在紅綠燈的指揮下有序地停靠、啓動，發動機的轟鳴聲與遠處的音樂聲交織在一起，構成了這座城市獨有的節奏。

路口中央，著名的獨立紀念碑在暮色中顯得格外醒目。四十五米高的圓柱形基座在燈光照射下泛著淡淡的金色，而頂端的勝利女神雕像則像是懸浮在空中的光影。她張開寬闊的雙翼，姿態優雅而堅定，

正從高空俯瞰這座城市的脈動。當地人稱她為“獨立天使”，不僅因為她象徵著國家的獨立，也因為她似乎在默默守護著腳下的芸芸眾生。

沿著街道中間的寬闊分隔帶前行，腳下的地磚被打掃得乾乾淨淨，兩側的鮮花與灌木修剪得整齊有致。分隔帶宛如一條穿行於車流之間的綠色長廊，讓人彷彿置身於城市中央的一片小型花園。每隔一段距離，就會看到一座真人大小的名人雕像，他們或雙手背後，或目光遠眺，姿態各異，卻都帶著一種沉靜的力量。這些人物曾在國家歷史上留下深刻印記，如今以這樣的方式被紀念，也讓行人得以在匆忙的步伐中短暫停下，回望歷史。

大街兩側的高樓大廈在夜色中逐漸亮起燈光。玻璃幕牆反射著車燈與五顏六色的霓虹燈，像是一面面巨大的鏡子，將城市的光影折射得更加絢爛。樓頂的霓虹燈不斷閃爍變化，緊挨著的巨大標誌牌上寫著那些耳熟能詳的跨國金融機構、保險公司和豪華酒店的名字。它們的存在不僅象徵著全球資本在墨西哥的佈局，也讓這條街呈現出一種國際化的氣息。行走在這裏，能感受到一種介於歷史與現代之間的張力：一邊是象徵獨立與民族精神的紀念碑，一邊是象徵全球化與經濟力量的摩天大樓。

街道上人來人往，有剛下班的白領，有牽著孩子散步的夫婦，也有像我們一樣的旅行者。每個人都在自己的節奏裏穿行，而城市的脈搏則在他們的腳步聲中不斷跳動。我們繼續沿著分隔帶向前走，感受著這座城市在夜幕降臨時展現出的另一種面貌——既喧囂又溫柔，既現代又古老，既陌生又令人著迷。

墨西哥城的夜色喧囂，卻不焦躁；明亮，卻不刺眼。它像一個經歷過風暴的人，學會了在嘈雜中保持自己的呼吸。

3 夜市的喧囂與守護者的影子

白天的墨西哥城像一臺巨大的機器，而夜晚的它則像一條流動的河，帶著熱度、香氣、音樂與人群的能量。在這條河裏，既能感受到陌生城市的危險，也能感受到它的溫度。

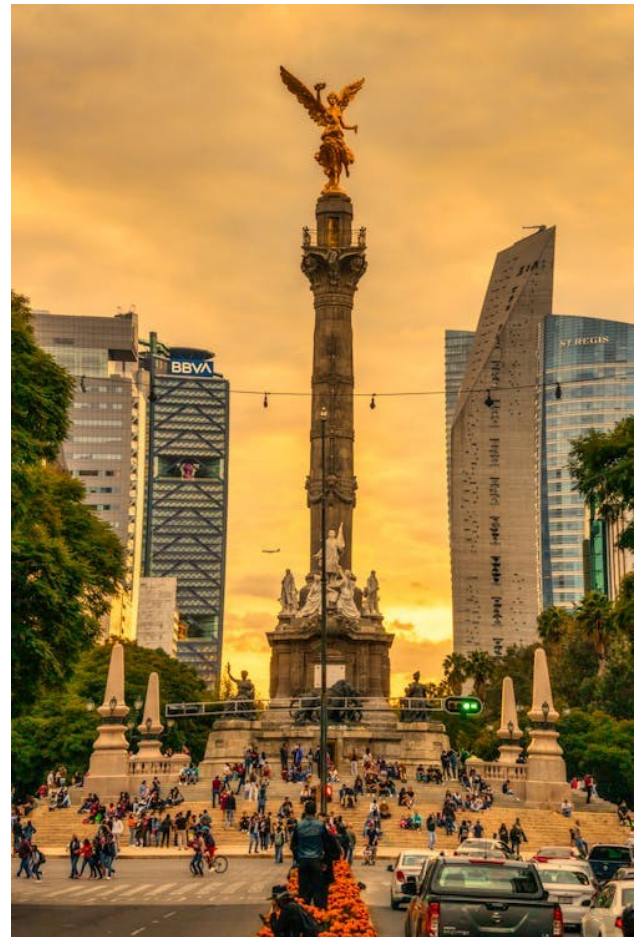
夜幕降臨後，酒店背後的商業區進入了它最熱鬧的時段，城市的另一面才真正甦醒。這裏覆蓋了好幾個街區，像是一張密集而鮮活的網，把來自世界各

地的遊客都吸附在其中。街道兩旁排列著各種風味的餐館：墨西哥的玉米餅攤、阿根廷的烤肉店、亞洲風味的麵館，還有散發著甜香的甜品鋪。餐館之間夾雜著售賣小電器、旅行轉換插頭、手機殼、紀念品和日常用品的小商鋪，燈光明亮，貨物堆得滿滿當當，像是隨時準備滿足旅人任何突發的需求。

踏上街道的那一刻，只見溫暖的燈光從店鋪裏傾瀉出來，把遊人的影子灑在街上。空氣中混合著烤肉、香料、甜點和油炸食品的味道，層層疊疊地撲面而來，讓人忍不住放慢腳步。街上人潮湧動，摩肩擦踵，遊客們興奮的交談聲、攤販的叫賣聲、音樂聲此起彼伏，構成了一種混亂卻令人愉悅的節奏，讓人感受到這座城市蓬勃的活力。

人行道上不時看到身穿制服的警察。他們胸前掛著對講機，腰間佩著烏黑的手槍，步伐穩健，神情嚴肅，與周圍輕鬆自在的遊客形成鮮明對比。他們的目光不斷掃視四周，像是無聲的守護者，把這片喧鬧的街區牢牢地納入視線之中。

這一帶聚集了跨國公司、金融機構、豪華酒店，也



吸引了來自世界各地的遊客，因此成為當地政府和警方重點維護的區域。正因為如此，儘管街道擁擠、聲音嘈雜，心裏原本那一點點對陌生城市的緊張與不安，卻在看到這些警察的身影后悄然散去。取而代之的，是一種被保護著的安全感，讓人自然地融入這片夜色中的熱鬧與活力。

4 清晨的光落在美術宮

清晨的空氣帶著一絲涼意，我們沿著改革大道向美術宮方向步行。城市剛剛從夜晚的喧囂中醒來，街道上的節奏比昨晚緩慢許多。陽光從高樓之間傾瀉下來，把大道兩側的玻璃幕牆照得明亮而清澈。車輛在寬闊的車道上有序地穿行，偶爾傳來幾聲喇叭聲，卻沒有夜晚那種密集的嘈雜。

走到大道盡頭時，美術宮的身影在晨光中逐漸顯現。白色的大理石外牆在陽光下泛著柔和的光澤，像是被清晨的光線輕輕擦亮過。昨晚的霓虹燈與車燈已經退場，取而代之的是一種更純淨、更真實的色彩。金色的穹頂在藍天映襯下顯得格外醒目，彷彿一枚靜靜懸在城市中央的寶石。



走近廣場，看到幾個街頭藝人正在佈置他們的畫架和樂器，偶爾有遊客停下腳步拍照。與夜晚的熱鬧不同，這裏的氛圍顯得從容、安靜，像是城市在白天展現出的另一種性格。

推開美術宮的大門，室內的涼意撲面而來。高高的天花板、巨大的柱廊和光滑的石材地面在晨光的照射下顯得更加清晰。陽光透過高處的窗戶灑進大廳，在地面上投下斑駁的光影。我們放輕腳步，彷彿怕驚擾了這座建築的莊嚴與靜謐。

沿著寬闊的樓梯向上走時，牆面上的巨幅壁畫便劈頭蓋臉地呈現在眼前。那些描繪革命、勞動與民族覺醒的畫面色彩鮮明，線條與色塊之間充滿張力。那些畫讓人感受到一種來自土地與人民的

真實力量，那種力量在晨光中顯得格外坦誠。

在美術宮裏漫步，就像是在閱讀一部厚重的歷史書。每一幅壁畫、每一處裝飾、每一塊石材都在講述著墨西哥從殖民、革命走向現代化的過程。我們在大廳中央停下腳步，抬頭望著穹頂，心裏升起一種安靜的敬意——彷彿這座城市的靈魂在晨光中被重新點亮。

5 在美術宮裏讀懂墨西哥的靈魂

如果說街道展示的是城市的外貌，那麼壁畫展示的就是它的內心。

美術宮的二樓有一幅迭戈·里維拉（Diego Rivera）的巨幅壁畫，與其說是一幅畫，不如說是一場撲面而來的歷史風暴。這幅畫讓人彷彿走進了一個國家的夢境——混亂、熾烈、痛苦，卻又充滿希望。

這幅畫的畫面裏充滿了機器、齒輪、工廠、蒸汽、鋼鐵，工業化的力量像是要從畫布裏衝出來。工人們的身體被機械包圍，他們的表情既堅毅又疲憊，似乎在告

訴觀眾工業時代的代價與希望。

而在畫面的另一側，里維拉毫不避諱地呈現了全球化帶來的衝突。殖民者身著華麗的服飾，手持武器或聖經，站在高處俯視著當地的土著；而土著人則被迫跪下、被驅趕、被同化，臉上寫著無聲的抗爭。那種文化與權力的碰撞，在畫布上被放大到令人無法忽視的程度。

繼續往下看，觀眾會發現畫面中還隱藏著更深的矛盾：資本主義與社會主義的對立。里維拉把資本家畫得肥胖、冷漠，坐在高高的椅子上，周圍堆滿金錢與機器；而另一邊，社會主義的象徵則以工人、農民、集體勞動的姿態出現，色彩鮮明、線條有力，像是在宣告一種新的社會理想。

這一切並不是抽象的政治概念，而是墨西哥歷史真實的縮影。站在壁畫前，觀眾會突然意識到：



這座城市的現代化並不是一條平坦的道路，而是經歷了殖民、革命、工業化、全球化等多重力量的拉扯。里維拉用畫筆把這些力量全部攤開在你面前，讓人無法逃避，也無法輕易下結論。

站在壁畫前面，儘管周圍的遊客來來往往，但畫面裏的那些人物卻像是活生生的，他們的眼神穿越時間，直直地望向觀眾。那一刻，美術宮不再只是一個藝術場所，而像是一面鏡子，讓觀眾看到一個國家的靈魂如何在衝突與矛盾中被塑造。

6 火焰與裂縫—迭戈·里維拉 (Diego Rivera) 和弗裏達·卡羅 (Frida Kahlo)

在墨西哥藝術史中，有一對名字幾乎無法被分開提起—迭戈·里維拉 (Diego Rivera) 與弗裏達·卡羅 (Frida Kahlo)。他們的故事像是兩條奔流不息的河流，在命運的某個節點相遇，隨後以激烈、熾熱、矛盾、深情的方式交織在一起，最終匯入了墨西哥文化的主幹之中。

弗裏達出生於 1910 年，中學畢業後以優異成績考入醫學院。18 歲那年，她的醫生夢想被一場慘烈的車禍打斷。弗裏達在車禍中身受重傷，幾乎癱瘓。她後來經歷了三十多次手術，修復受傷的身體。

躺在病床上的弗裏達並沒有向命運屈服，而是通過繪畫來轉移注意力。病床上的弗裏達畫出了許多她對於病痛的感受和想像。她所有的畫作中有超過一半是支離破碎的自畫像，充滿了隱喻、具象的表徵，讓觀眾震驚於一個女人所承受的各種痛苦。弗裏達也深受墨西哥文化的影響，她經常使用明亮的熱帶色彩，並且採用了寫實主義和象徵主義的風格。

弗裏達的畫作引起了迭戈的注意。迭戈年長弗裏達二十多歲，在墨西哥已經名聲鵲起。弗裏達一開始跟隨迭戈學畫，後來兩人陷入熱戀，隨即結婚。婚後的迭戈不改風流本性，四處拈花惹草。弗裏達卻因為深愛他而一再容忍，直到忍無可忍才選擇分居。這段期間弗裏達到巴黎辦個展，才發現自己對丈夫的愛已勝過愛自己，然而迭戈卻提出離婚。

後來兩人又走在一起，迭戈重新向弗裏達求婚，直到弗裏達的生命終點，迭戈一直陪在她身邊。

他們的愛情並不完美，卻真實得令人心碎。

在他們的故事裏看到的，不只是藝術家的激情與孤獨，更是墨西哥文化深處那種強烈的生命力—即使被命運撕裂，也要用色彩、用筆觸、用愛，把破碎的靈魂重新拼回去。

7 藍房子的心跳

在科約阿坎的街區裏，藍房子靜靜地伏在樹影之間，像是一塊從時間深處沉澱下來的礦石。午後的陽光透過枝葉，斑駁地灑在那面鈷藍色的外牆上，使它時而深沉如海底，時而明亮如天穹。微風吹過，樹葉輕輕摩擦，彷彿在為這座房子低聲伴奏。行人走近時，總會不自覺地放慢腳步—那抹藍色有一種難以言說的引力，既安靜又熾烈，像一顆跳動的心臟。

這正是弗裏達·卡羅靈魂的顏色。

穿過入口，庭院豁然開朗。仙人掌像一列沉默的守衛，筆直地站在石子鋪成的小徑兩側。它們的影子在地面上交錯，像一幅天然的墨線畫。紅色的花朵在藍色牆面前燃燒般地綻放，色彩之間的對比強烈得幾乎讓人屏住呼吸。空氣裏混著泥土的溼氣、植物的清香，還有一絲淡淡的油彩味，彷彿畫家剛剛離開不久。

在屋內，每一個房間都像是時間的容器。光線從高處的窗子傾瀉下來，照在她的畫架上，照在那把磨損的輪椅上，也照在她曾經穿過的繡花長裙上。那些衣料在玻璃櫃中靜靜垂落，色彩依舊鮮



豔，彷彿只要有人輕輕觸碰，它們就會再次隨她的步伐搖曳。鏡子裏映出的不是遊客的身影，而是一種隱約的回聲——她曾在這裏凝視自己，凝視痛苦，凝視生命的裂縫。

當人們緩緩穿過這些房間時，腳步聲在木地板上輕輕迴盪，像是在與逝去的時光對話。那些遺物並不是靜止的，它們帶著溫度，帶著呼吸，帶著她未曾說完的話。彷彿只要再靠近一點，就能聽見弗裏達輕柔的傾訴：她如何在這裏經歷身體的崩塌，又如何在這裏完成靈魂的重建；她如何從少女成長為畫家，從畫家成為象徵；她如何愛過、恨過、離開過，最終仍回到這座藍色的懷抱。

藍房子之所以成為弗裏達的象徵，並不僅僅因為這裏是她生命的起點與終點，而是因為它承載了她最真實的部分：疼痛的重量、孤獨的陰影、愛情的火焰、創造的衝動、破碎的聲音與重生的光芒。它像是一座靈魂的煉爐，把她的生命熔化、錘打、重鑄。

弗裏達的生命告訴人們：痛苦不是終點，放棄纔是。只要不放棄，堅持創作，人生就在創作中延續。而旅行，也是一種創作——它讓我們在陌生的土地上重新認識自己。

走出藍房子時，科約阿坎的街道依舊熱鬧，陽光依舊明亮，但那抹深沉的藍色卻會在心中久久不散。它提醒著人們：一個人可以被命運撕裂，但只要他仍願意創造、願意愛、願意凝視世界，他就永遠不會被擊敗。

8 金字塔上的風與時間

清晨的霧氣仍在尤卡坦半島的林間遊移，空氣裏帶著溼潤的泥土味。站在金字塔的腳下，仰望那一層層向天攀升的石階。太陽尚未完全升起，光線透過叢林的縫隙，灑落在金字塔的稜角上，彷彿點亮了一座沉睡千年的宇宙模型。

在西班牙人抵達這片大陸之前，這裏——後來成為墨

西哥的那片土地——居住著阿茲特克與瑪雅人。這片土地讓人們想到的除 burrito、taco、和瑪雅人，一定還有這些直指天穹的金字塔。

瑪雅人從不把金字塔視為單純的建築。他們稱之為“世界的階梯”，是連接天界、地界與冥界的軸線。每一層臺階都是宇宙的一層，每一塊石頭都在重複著古老的神話。與埃及那種封閉的陵墓不同，瑪雅金字塔是開放的、呼吸的、活著的。它們不是為了埋葬，而是為了讓神靈降臨，讓人們登天。

沿著石階緩緩向上攀登，腳下的石塊被無數代祭司與國王踏得光滑。風從叢林深處吹來，帶著鳥鳴與樹葉摩擦的聲音，彷彿遠古儀式的回聲仍在空氣中迴盪。祭司曾在這裏點燃香料，煙霧直衝天際；頭領曾在這裏接受加冕，象徵自己成為宇宙的主宰。

金字塔的頂部是一座小小的神廟，石牆上刻著羽蛇神的身影。瑪雅人相信，神靈不會隨意降臨，必須通過儀式、獻祭與天文的精準對齊，才能讓宇宙的秩序重新啟動。春分與秋分的日子裏，光影會在階梯上形成一條蜿蜒的蛇影，彷彿羽蛇神從天界滑落人間。這不是巧合，而是建築師與天文學家共同完成的奇蹟。

神廟讓人感受到一種奇異的靜謐。遠處的叢林像一片無邊的海，而金字塔像一艘停泊在時間中的船。瑪雅人相信，世界並非永恆穩定，而是需要不斷被“維持”。血液、儀式、祈禱、天文觀測——這些都是讓太陽繼續升起、讓季節繼續輪迴的力量。

當我轉身下階梯時，陽光已經完全照亮了金字塔。石階的陰影像一條條時間的刻度，提醒著人們：瑪雅文明雖然遠去，但他們對宇宙的理解、對生命循環的感知，卻仍然鑄刻在這座金字塔上。

9 在十字架與金字塔之間

又是一個清晨，薄霧中的瑪雅金字塔顯得沉默而堅定，彷彿仍在守望著一個早已遠去的世界。而在不遠處，教堂的鐘聲緩緩響起，穿過村莊的街巷，與





鳥鳴和風聲交織在一起，形成一種奇異的和諧。

隨著西班牙人的到來，瑪雅文明逐漸讓位於來自歐洲的基督教文明。這種讓位並非瞬間發生，而是一個漫長而複雜的過程：武力、疾病、土地制度、宗教象徵……逐漸疊加，最終改變了這片土地的精神結構。如今的墨西哥，超過九成的人信仰基督教或天主教，基督教和天主教的宗教符號像空氣一樣自然地存在於生活的每個角落。

在市場入口，聖母像被鮮花環繞；在公交車前擋風玻璃上，耶穌的貼紙隨著顛簸輕輕搖晃；在山間小路旁，一座座小小的十字架靜靜佇立，像是為某個逝去的靈魂守夜……

而最讓我印象深刻的是墨西哥的公墓。

公墓裏的墓室像一座座微縮的房屋，整齊排列在陽光下。有的簡樸，有的華麗，彷彿在死後仍延續著生前的階層差異。棺木被安放在其中，有些墓室甚至陳列著逝者的遺骨，毫不遮掩地呈現生命的脆弱與時間的無情。幾乎所有墓室的頂端，都矗立著基督耶穌或聖母瑪麗亞的雕像，姿態溫柔而莊嚴，彷彿在宣告：逝者已經跨越塵世，歸入神聖的懷抱。

天主教和基督教雖然深深紮根於墨西哥人的日常生活，但是在歷史敘事中，它仍然帶著“外來文明”的影子。

在壁畫、戲劇和節慶表演中，一次次出現相似的場景：最早抵達的西班牙人，一手握著武器，一手高舉聖經或聖母像。他們的形象既神聖又暴力，既莊嚴又令人不安。那是一種複雜的象徵——彷彿整個民族在用藝術表達一種難以言說的情緒。

他們曾是受害者，卻也在新的信仰中找到意義；他們被征服，卻也在耶穌與瑪麗亞的故事裏重建了精神的家園；他們失去了舊世界，卻在新的宗教中尋

得慰藉。

這種矛盾的情緒在墨西哥文化中延續至今，像一條暗流，在節慶、儀式、壁畫、祈禱聲中悄然流動。瑪雅與基督教並非簡單的替代關係，而是糾纏、融合、衝突與重生的漫長過程。

站在金字塔的陰影下，聽著遠處教堂的鐘聲，不禁想到，墨西哥的靈魂，正是在這兩種文明的交匯處誕生的。它既古老又新生，既痛苦又豐饒，既屬於瑪雅，也屬於基督。

而旅行者所能做的，就是靜靜站在這片土地上，傾聽它的回聲。

尾聲 旅行者的回望

離開墨西哥的那天，站在機場的落地窗前回望這座城市，它已不再是電影裏的暴力之地，也不只是旅遊指南里的景點集合。它是一片被歷史反覆錘打，卻仍然閃耀著生命力的土地。

在這裏，我們看到文明如何在衝突中重生，看到藝術如何從痛苦中綻放，看到人們如何在混亂中尋找秩序。

而旅行的意義，也在此刻變得清晰。不是為了逃離生活，而是為了讓生活變得更寬廣。不是為了尋找答案，而是為了讓問題變得更深刻。不是為了看見世界，而是為了重新看見自己。

墨西哥教會我的，是一種複雜而真實的美——一種在金字塔與十字架之間跳動的美，一種在歷史與當下之間呼吸的美，一種在破碎與重生之間閃耀的美。

而我知道，這段旅程不會在離開時結束。它會在未來的某個清晨、某個街角、某個念頭裏再次被喚醒，像一首來自遠方的歌，伴隨我繼續前行。

(註：文章照片來自互聯網)





秦牧是中國當代著名的文學大師，以寫散文著稱。他和楊朔被譽為中國散文界的「南秦北楊」。

早在我上初一的時候，父親就買了一本《藝海拾貝》，從我讀到那本書開始，我知道秦牧這個作家的名字。到上世紀 80 年代中，父親又買了一本他所寫的散文《語林采英》。《語林采英》由花城出版社出版，於 1983 年 2 月第一版，第一次印刷。秦牧自稱該書是《藝海拾貝》的姊妹篇。

我讀過多遍秦牧的《藝海拾貝》，可謂對它愛不釋手。但在我父親買回《語林采英》後，由於當時忙於自己的專業，只是草草地翻過幾頁，應付

我父親。直到 2000 年回國探親，我在父親的書架上看到這本書，便把它帶到國外。還是種種原因，我又把它束之高閣，久而久之將它遺忘。直到最近，清理物品，從一盒子裡翻出這本書，終於靜下心慢慢閱讀。

秦牧對《語林采英》的書名解釋即「在語言的『樹林』裡，摘幾朵花」。在《語林采英》中，秦牧是基於自己的創作體會和經驗，在語言的叢林中摘取 32 朵「鮮花」，也即以 32 個篇章，講述這些鮮花的「生長特性和種植要點」。和《藝海拾貝》的寫作風格一樣，文中也是利用古今中外名人的故事，名人名言，多種實例來闡述他的論點，增加文章的趣味性和知識性，讓讀者更容易理解他在文學語言藝術諸方面的論述，從中受到啟發。

我讀完後，受益匪淺。現把他論述的文學寫作語言的要點從以下五個方面介紹如下。

一 文學語言需要簡潔與飽滿

何為簡潔？簡潔就是用較少的字表現較多的意思。簡潔就是要緊緊抓住中心，不要枝蔓橫生。

如何能把文章寫得簡潔？首先，得要求思想明確。這樣，話才不會講得拖泥帶水；其次，寫後要多加刪改。對於繁冗的地方，不但要捨得刪去多餘的字句，有時，甚至要捨得刪去整段整段的東西。

秦牧還以美國一位文風簡練的小說家海明威的寫作習慣為例，說明大作家是如何做到寫作時讓文字保持簡潔的。他說，海明威寫作時是站著寫，海明威之所以採取站立的姿勢執筆，就是因為這樣可以讓他把話說得明快一些，不至於講一些不著邊際的囉嗦語言。

秦牧同時又說，寫作語言簡潔不等於簡單，文章的簡潔與否不是以字數來判斷的，而是要看文章



的內容（也即飽滿的程度）。文學作品不像繪畫、雕塑、音樂等等形象藝術那樣，直接以形象、音響訴之於人們的感覺。文學是透過語言描繪形象的藝術。文學之所以有別於哲學和其他社會科學，文字上的重要特徵之一，就在於它的形象性。它活靈活現，繪聲繪影，奕奕有神，栩栩如生地描繪了人物和各種環境，給我們以一種彷彿可觸可摸，人物、景象歷歷如在目的感受。如果作品不能描繪形象，它就失去這種功能，不再成其為文學作品了。不但小說、劇本、敘事長詩等等，需要形象的描繪，就是短詩、散文、雜文等，也都有一定程度的形象。沒有這一點，它們的文學風味就大大削弱以至完全消失了。描繪形象，需要費些筆墨，爲了它而多使用些文字，完全不該吝嗇，這樣就能讓作品飽滿起來。

二 語言要有音樂美

秦牧認爲，一切文學工作者，在寫作的時候，對於語言的音調節奏，昂揚頓挫，應該具有敏感性。書面語，儘管本身是無聲的，但是執筆的人在書寫它的時候，閱讀者在心頭或口頭朗誦它的時候，它卻是有聲的。註意語言文字的音樂美，不但可以讓讀者閱讀起來朗朗上口，而且，還可以增強作品藝術感染的力量。

在文學類中，最講究音樂美的文學作品，自然無過於詩歌。詞家們懂得：表現柔婉纏綿或悠揚淒清之情，可以多用平聲字，表現幽咽沈鬱之情可以多用入聲字，上聲字常用來表現矯健峭拔的風格，去聲字常用來表現宏闊悲壯的情調。

不但寫作詩歌之類的韻文，應當註意音樂的美，就是寫作散文、小說、隨筆之類的東西，也應當註意一定程度的音樂美。如果一句長長的句子中，盡是平聲字或者盡是仄聲字，或者一段文章七八句話當中，結句的字一律都是平聲字或者仄聲字，那樣的文句和段落，讀起來就沒有什麼昂

揚頓挫、節奏和諧的美感了。尤其是在散文作品中，有時適當引用一些韻文句子，如詩詞、對聯、諺語、格言之類，不僅可以更好地闡明意思，增添文采，也可以加強它的音樂美。

三 語言需要個性化

文學，在對作者的許多要求中，有一項就是要求作者能寫出獨特的性格語言。它包括二個方面，一是作者本人的直抒胸臆、敘事狀物時的獨特語言，也就是具有作者個人風格的語言；二是寫各種人物言談的時候，寫誰像誰，能夠表現出他們的個性特徵。

秦牧認爲，能夠用自己獨特風格寫作是一個成熟作者的標誌之一。這對許多初涉文學的人來說是比較難的，但這是每個文學愛好者的努力方向。

如何利用自己獨特風格的文學語言來寫作呢？秦牧說有二種情況：一是他在敘述事件、描繪人物的時候，自己隱藏在幕後，讀著只是在字裡行間感到這個「說書人」的存在，並領會他的愛憎褒貶之意；但是在另外一種場合，當作者直接抒寫感情，發揮議論的時候，這個「說書人」就跳到前臺來了。這時，讀者彷彿感覺到作者就站在他們的面前，聽到他的聲音，直接地領略到他的性情和風貌。一般來說，在小說戲劇中，作者「跳到前臺」來的時候，是比較少的。但是在散文、詩歌一類作品中，作者卻往往是一直站在前臺，痛快淋漓地發揮了他的個性的。

四 文學語言中的譬喻與警句

優秀的作家和詩人都擅長用譬喻。他們的比喻新鮮，別緻，奇警，獨具一格，讀後常常令人難忘。

譬喻是語言藝術中的藝術。譬喻是用已知的事物來說明別人未知或知之不深的事物。它可以增添情趣和加強文采，有時還能使形像生動，詩意盎

然。

秦牧指出，中國的許多歇後語和謎語都是很好的比喻。如歇後語：「刀切豆腐——兩面光」「搽粉進棺材——死要臉」。再如謎語：「小小諸葛亮，穩坐軍中帳，布下八卦陣，專捉飛來將」等等。秦牧認為這類譬喻都非常有藝術效果。

除了譬喻外，優秀的作品還需要有警語，精彩的警語能夠對作品起到加強濃度和推波助瀾的作用。

何為警告？警語包含的範圍很廣，機智、幽默的語言；描敘生動、令人餘味回甘的雋永語言；洋溢智慧、揭示真理的語言；精彩的格言；出色的詩句等都可以說是警語。象王之渙的「欲窮千里目，更上一層樓」，李紳的「誰知盤中餐，粒粒皆辛苦」，英國培根說的「知識就是力量」，法國伏爾泰說的「生命在於運動」等，都是能撼動人心的警句，它們引起共鳴的力量是巨大的。

秦牧指出，在寫作中，可以引用別人的警語，增強自己作品的情趣，揭示生命的哲學。但更重要的是，在寫作中，作者自己也能夠寫出警語。秦牧認為，只要周密觀察和深思熟慮，再加上語言的昇華，就可以產生警語。

五 要「為情而造文」而不是「為文而造情」

秦牧說，優秀的作家一般都是非常真誠熱情的人。我們讀他們的作品，往往像是接觸到他們專注的目光和感受了他們跳動的脈動。他們在寫作時，會為作品中的人物、情節，如醉如癡或痛哭悲傷。儘管作品中的情節和人物是虛構的，但是它們植根於真實之中。他們在寫作它們的時候，又著實設身處地，具有真情實感，感人的力量也就從中產生了。從魯迅到巴金，就是這種非常真摯的人，他們的作品就是「為情而造」，能夠直叩讀者心扉了。

秦牧也舉出法國的巴爾劭克的實例，說巴爾劭克在寫《高老頭》時，稿紙上常常有淚水的痕跡，在寫到高老頭死了的時候，他甚至痛苦到滑倒在地。

而「為文造情」則是另一種情況。他們在寫到人物情節高潮的時候，沒有什麼精彩動人的語言。在「節骨眼」的地方，他們也寫不出幾句奇峰突出，震撼人心的言語。換句話說，這樣的作家總是無法引導我們走進作品中的情節境界，和作品中的人物同其喜怒哀樂，更無法激起我們感情的巨瀾。

以上即為從《語林采英》中摘下的幾朵「花」供大家欣賞。高爾基說：「文學創作的技巧，首先在於研究語言，因為語言是一切著作，特別是文學作品的基本材料。」希望我們能從秦牧對文學語言的論述中有所收穫。





翡冷翠 遐想

著 信

一座奇妙典雅的城
一個略顯不同尋常的詞
翡冷翠是一個詞
翡冷翠是一座城

啊，翡冷翠
一個由三個漢字構成的詞
它新鮮或自然
古樸
或
艷麗

翡冷翠是一個名字
一個人的名字
她或許是一個漂亮的小妞
來自於遙遠的長河落日圓的山旁
那偏僻的天寒地凍的小村莊
她有一雙烏亮的會說話的眸子

那雙烏亮忽閃的眼睛
讓多少跳動的心改變速率
讓多少文弱的心增添幾分豪氣
讓多少原本平庸的心想成為英雄
變得不安份守己
總是要
跨海越山
闖北走南
徵戰於夢幻
忙碌於現實

翡冷翠是一道車轍
低溫無雨的荒原
有一種淒涼的美
商隊在就要完全乾涸的河底
留下了一叢印跡
多少年了
光和風的合力

將它塑造成了幾絲歷史的刻痕
而如今
它又化作一片藝術的
薄如蟬翼的紙
藏進了博物館的玻璃櫥窗裡

什麼是藝術
在加勒比海的那個風光旖旎的小島上
一個棕色頭髮的性感女郎
好像在主持鵝湖論道的開幕式
從她那撩人的一掬豐唇裡
一本正經地說出這個問句

遠處是藍色的天和海
趾邊是柔順的沙
托盤裡是悅目的五顏六色
這是最優美的構圖
層層疊疊的知名或不知名的果子

翡冷翠是一座果園
藝術也是
翡冷翠是一個有三個漢字的詞
藝術是一個有兩個漢字的詞

啊，翡冷翠，翡冷翠
翡冷翠是一個詞
翡冷翠是一座城
一座奇妙典雅的城
一個略顯不同尋常的詞

註：

翡冷翠，即義大利城市 Florence。一般譯作佛羅倫斯。

徐誌摩根據其義大利文 Firenze 的發音，譯成翡冷翠。



乙巳年隨筆

Alan 馬

1 年關將近

說著道著，年關臨近。不免惆悵一下。

今年洛杉磯的雨，似乎忘了該來的時節。山火燒了十天，天卻藍得透亮，像一塊剛擦過的玻璃，清冷得讓人想起北京的冬天。三九的最後一天，寒氣逼人，夜裡的風也帶著南加少有的凜冽。晚上出門遛狗，街上空蕩蕩的，月亮掛在天上，圓得近乎圓滿，卻又隱約缺了一角，像極了人生。幾顆星格外亮，獵戶座斜斜地掛在東南方，彷彿在提醒我，冬天還未走遠。

今天是臘月十六，日子過得飛快，快得讓人來不及細想，就又添了一歲。小時候的臘月，總是熱鬧得很。孩子們早早盤算著假期，臉上掛滿了興奮，彷彿整個世界都是他們的。如今想來，那種快樂，簡單得讓人羨慕，卻也遙遠得讓人悵然。甲辰龍年的尾巴，悄無聲息地溜走了，像一條滑過指尖的魚，抓不住，也留不下。

2 橙子花開

洛杉磯的春天來得含糊。冷熱沒個準譜，花兒們也不著急，慢條斯理地開著。後院那棵橙子樹倒熱鬧，披了身素白裙裾，招引得千百隻蜜蜂來趕集。晴空底下，嗡嗡聲織成一片網。

露臺正對著那樹白花。蜂兒們忙得緊，卻顯得

從容。小身子在花瓣間鑽進鑽出，倒像是閒逛。不時有白瓣兒被它們蹬落，撒了一地。偶見幾隻蜂兒採著採著便墜下來，多半歇歇腳又振翅飛去。家裡那幾條狗兒最是好事，總要湊過來嗅嗅地上蹣跚的蜜蜂，溼漉漉的鼻頭幾乎要碰上那金黃的肚子，倒像是給它們打氣。

也有那氣力不濟的，爬著爬著便不動了。偏生狗兒們頑皮，伸著舌頭要去撩撥，我連忙喝住。看那小東西獨自掙紮著向前爬，不覺心下黯然。

抬眼望過濃密的枝葉，陽光正烈，晃得人眼花。滿世界都是活氣，偏是這小小的蜂兒，要走完它最後一程了。

3 四月有感

洛杉磯的二月，杏花初綻時，枝頭尚帶著幾分冬日的清瘦。待到五月，藍花楹便鋪開一片紫霧，將春意釀得濃稠。這期間，天堂鳥、風鈴木、櫻花、鬱金香、山茶、罌粟等等，皆按著時令次第登場，倒像赴一場不見請柬的雅集。

陽光總是慷慨的。它漫過籬牆，將三葉梅染成各色綢緞——粉的輕軟，紅的濃豔，紫的矜貴。那些花枝從鄰家院落探出身來，在風裡微微頷首，倒比主人家更先道了早安。路旁野花也不怕場，罌粟最是伶俐，頂著綢緞般的花



瓣，風一來就跳胡旋舞。往年去羚羊谷看花潮，總覺得它們開得太洶湧。如今在巷口遇見三兩叢，倒顯出幾分家常的可愛。

前院山茶飲飽春雨，某日清晨忽然捧出滿樹繁花。深紅的像舊年胭脂，淺白的似新磨羊脂。風過時，花瓣簌簌落在青苔上，竟鋪成一條香徑。橙花柚花更性急些，開得雲堆雪砌，惹得蜜蜂終日嗡嗡地數算花帳。角落裡雛菊仰著臉，把陽光數成金色鈕扣；丁香攢著淡紫香囊，在牆根下分送幽芬。

那株矜持的玫瑰還在數她的花苞，小薔薇卻已笑吟吟地綻了滿架。

薰衣草與天竺葵挨挨擠擠，紫的愈紫，紅的愈紅，倒像在爭論誰更襯這四月天。還有許多不知名的花草，也都守著本分，該抽芽時抽芽，該雕零時雕零。

世人常道“天地不仁”，卻不見草木榮枯自有章法。這些花兒不讀曆書，不辨節氣，開時便開，落時便落，倒比終日營營的我們更懂“當下”二字。每回看它們頂著露珠的模樣，便覺得浮名虛利都成了蝸角蠅頭。

4 他鄉的爆竹

下午忙著在家給兒子做醬肉包，遛狗出來的比平時晚了一個小時。八點鐘了，天還亮著，是那種將盡未盡的亮，帶著點遲疑，彷彿也不捨得就這樣暗下去。月亮卻已經攀上銀杏梢頭，淡白的，薄薄的一片，像老式信箋上洩開的茶漬，不經意地掛在那裡。後街的銀杏樹總有百來年了，樹幹粗糲，一到秋天便抖落滿地的金扇子，如今正是最蔥鬱的時候，在暮色裡綠得

發暗。

今天是美國的獨立日。遠遠近近的爆竹聲此起彼伏，劈啪、轟隆，又劈啪，倒像是誰在漫不經心地敲著一面破鑼。這聲響叫人恍惚——像極了除夕夜裡的中國，也是這樣熱鬧，這樣雜亂無章。只是少了硫磺味的煙，少了滿地紅紙屑，少了年夜飯的油腥氣。

異國的節日，終究是別人的熱鬧。

5 清晨的霧

晨霧是懸著的紗，松針是靜止的弦。我在家後的小街上，閒閒遛著那幾個毛孩子。悄然間，光遊移而來，從松枝的裂隙間滑落，薄霧被鍍上邊緣，光從枝極的裂隙探入，將懸在水珠串成晃動的念珠。狗吠聲在光柱裡浮沈，像投向幻境的石子。我怔怔看著，自己的影在青草上融化，與松脂的清香攪成淡金色的漩渦。這迷幻的景色啊，讓現實薄如蟬翼。



6 歲末小文

洛杉磯的雨水，今年來得早。才近歲暮，便淅淅瀝瀝不肯停，一連四日，倒像是要把明年所有的溼氣在這幾日裡落盡。院子裡凡有陰翳的角落，都悄悄生出青苔來，綠茸茸的，帶著些舊絨布似的光澤。連兒子練武的那根木棍，也蒙了一層薄薄的青黴，湊近了看，像是時光自己發出來的嘆息。

水總是好的。花木喝得飽足，葉子綠得發亮，我立在屋檐下看時，幾乎能聽見它們舒展的聲響。幾隻儲水的圓桶也滿得漾出來，張著口，

靜默地接住天賜。只是苦了那三隻狗兒：它們原是每日早晚必出門巡禮的，這幾日卻只能蜷在門後，望著一片水光瀲灩的世界，眼神裡有些委屈的茫然。

到底等來雨聲稍歇的片刻，趕緊牽它們出去。剛踏上後街溼漉漉的水泥地，雨點又啪嗒啪嗒落下來。我倒可以像東坡那樣「何妨吟嘯且徐行」，只是狗兒們的長毛已開始打縷，一縷一縷貼在身上，像落魄的貴族還穿著淋溼的貂裘。只得轉身往回走，雨絲斜斜地追著，人與狗都成了被天氣推著走的影子。

聖誕第二日早晨，竟出了太陽。洛杉磯的太陽向來慷慨，一出來便鋪天蓋地的，把前幾日的潮溼蒸得騰起一層白氣。樹幹在晨光裡微微冒著煙，像人舒了口氣似的。我停了腳步，閉上眼睛：那一瞬間，時間忽然軟了、化了，不再是一分一秒的刻度，倒像一片溫潤的玉，貼在知覺的深處。這大概便是生命本來的樣子了，不為什麼，只是存在著，呼吸著。

歲末最後一日，雨又滴滴答答來了。趁早晨雨小，匆匆帶狗走了一圈。今年花事似乎趕早了，門口兩株山茶已經開得有些不管不顧，前院的黃花開得正當時，路旁的樹都抽出嫩芽來，玫瑰更是常年殷勤地紅著。抬頭看遠山，雪帽子白得綿軟；低頭瞧腳邊，不知名的小花欣欣然張著瓣。洛杉磯的四季原是摻在一處過的，像一盤沒調勻的顏料，春的綠、夏的紅、



秋的黄、冬的灰，都在這裡暈著。

明日便是新曆新年，我也將滿五十了。五十該是知天命的年紀——天是什麼？命是什麼？想想過去一年，幾十年，竟都薄薄地疊在記憶裡，一掀就過去。時間原是個最伶俐的戲子，你認真同它算帳，它便給你一套規矩；你若懶得計較，它也就模糊成一片光影。

想起張若虛那兩句：「江畔何人初見月？江月何年初照人？」千古的月亮照過千古的人，人換了一代又一代，問卻還是那個問。答案大約本不在遠處，只在當下這一刻罷——雨剛停，花正開，狗在腳邊蹭著，山在遠處白著。

歲暮天寒，願諸位平安。日子總是要過的，好在還有這些零碎的美，像暗夜裡自己會發亮的碎瓷片，撿起來，也能暖暖手。

7 除夕帖

今夜是乙巳年的最後一天。院子裡的狗子們方纔還追著戲耍，這會兒卻靜靜臥在門檻上，看天邊最後一點光亮沈下去。它們的尾巴有一搭沒一搭地掃著身下的毯子，像在丈量這日子的長短。

我想起白天的事。清早我起床，它便撲過來，前爪搭在膝上，眼睛亮晶晶的，仿佛我這一夜的睡眠不是平常事，倒像是從遠道歸來。我笑它癡。它不懂什麼叫做「除夕」，也不曉得明日就是新歲。可它那份歡喜是真的——為著一頓早飯，為著開冰箱那一聲響，為我出門倒個垃圾又回來，它都要把尾巴搖成風裡的旗子。我有時想，這世間若論慶祝，怕是沒有比狗更在行的了。它們不必等到年節，不必等到什麼了不得的事，光是活著，光是見著主人，光是能在青草地裡打個滾，便值得把全身的快樂都抖擻出來。

前些天讀一篇文章，文中說，人活到一定時候，會覺得什麼都空了。做的事沒了意思，處



的人成了演戲，連從前死死追著的東西，如今看著也像個笑話。這感覺不是抑鬱，倒是醒過來了——從眾人做著的夢裡醒過來。醒過來便看見，原來那些意義都是借來的，是故事，是戲文。可醒過來又怎樣？許多人慌亂，趕緊找新的事填進去；許多人認命，索性躺著不動。我讀到那裡，忽然想起家裡的三隻狗孩子。

它們從來不問活著有什麼意義。它們只問：今天院子裡可有松鼠？晚飯可有肉骨頭？主人什麼時候回來？

文中又說，生命不必有個「點」。聽曲子不為著等那最後一聲響，跳舞也不為著跳到哪裡去。我年輕時也不懂這話，如今看狗，倒懂了七八分。狗活在當下的本事，怕是天生的。它們不曉得什麼叫做「過去」，也不盤算什麼叫做「將來」。你喚它一聲，它便應你一聲；你拋個球，它便追那個球。球停了，快樂也停了嗎？不，它們又找別的事快樂去了。

想起沈從文先生寫湘西，寫水手，寫吊腳樓，寫那些在船上過活的人。他們的一生也沒有什麼驚天動地的大事，搖船，撐篙，過灘，靠岸，日復一日。可沈先生偏能從這些平常事裡看出莊嚴來。他說：「這世界或有在沙基或水面上建造崇樓傑閣的人，那可不是我。我只想造希臘小廟……這廟供奉的是『人性』。」

我如今想，我家狗那尾巴搖的，不也是人性裡最要緊的一層麼——不必追問，只管活著。

今早它們又在院子裡瘋跑，追著一隻剛從籬笆牆上竄下來的松鼠。太陽剛剛升起，照在其中一隻身上，毛都成了金色的。我蹲下來看它，它忽然停下，跑過來舔我的手，舌頭熱乎乎的。那一霎，我忽然明白：它不是在追松鼠，它是在慶祝——慶祝這個有太陽的早晨，慶祝這個能跑能跳的身子，慶祝這沒來由的一刻。

夜裡守歲，狗子們照例臥在我腳邊。外頭有零星的爆竹聲，它們耳朵動一動，並不起身。我摸摸它們的頭，它們閉著眼，尾巴又懶懶地搖了搖。

我想，這便夠了。

舊歲將盡，新歲要來。可對於它們來說，並沒有什麼不同。明日太陽升起，它們還是要為著起床而慶祝，為著開門而慶祝，為著我回來了而慶祝。它們教會我：活著這件事，本不需要什麼道理。呼吸著，便是奇蹟；在一起，便值得「搖尾巴」。

除夕的夜色漸深。外頭的熱鬧是他們的，我們守著這屋裡的靜。靜裡也有歡喜——為著這當下，為著這不必言說的一切。





永不放棄希望！ 動物學家 珍·古德 最後的寄語

思南

2025年10月1日，珍·古德(Jane Goodall)去世的消息傳來，全球都悼念這位傑出女子的離世。網絡電影Netflix上播放了一則節目，叫“著名的最後的話——珍·古德博士”。該節目錄製於2025年3月，在珍·古德去世之後才得以播出。記錄了珍·古德留給這個世界最後的話。

珍·古德是一位靈長類動物學家、環境保護的倡導者、教育工作者。她以在坦桑尼亞貢貝溪國家公園對野生黑猩猩的社會與家庭行為進行長期觀察研究而聞名；同時，她對環境保護的不懈努力也為世人矚目。她的“根與芽”環保項目，旨在培養有良知的新一代，成為地球的守護者。她被稱為“社會的良心”，“大自然的母親”。

面談節目開始時，主持人布萊德·佛查克(Brad Falchuk)攙扶著90歲的珍·古德走上演播廳的時候，珍的手中拿著一個玩偶猴子，那是一個失明的魔術師34年前送她的生日禮物，是一種不屈不撓精神的象徵。在近一個小時的時間裡，他們談論她的生平，她的家庭、婚姻、工作，以及她給這個世界留下的影響。

珍·古德1934年4月3日出生在英國倫敦，母親是一位作家，父親是一位工程師，後來成了一位賽車手。她曾經有過兩次婚姻，第一次是和《國家地

理》雜誌的攝影師——雨果·範·拉維克(Hugo van Lawick)。他拍攝了珍·古德在野地研究的十年，他們有一個綽號叫“小蟲”的兒子，如今她的兒子和三個孩子住在坦桑尼亞。她的第二任丈夫是德里克·布賴森(Derek Bryceson)，他們一起在國家公園做科學研究，婚後五年，他因患癌症去世。

母親的影響

珍·古德從小喜歡動物，得到了母親的支持。她18個月大的時候，有一次把蚯蚓帶到床上去，母親並沒有責怪她，而是說，“你一定覺得奇怪，這些蚯蚓沒有腳怎麼可以走路”。4歲的時候，她有一個任務是收集雞下的蛋，她很好奇雞蛋是從哪裡來的，她問別人，但沒有人告訴她答案，最後她發現一隻褐色母雞進入雞窩，準備下蛋，她就跟著去觀察，在那足足呆了4個小時。媽媽找不到她，差一點要打電話給警察。事後，媽媽並沒有責怪她，而是耐心地聽她分享她的發現。媽媽的支持埋下了小小科學家的種子。

回首往事，她認為那個經歷是科學研究的萌芽：提出問題，得不到正確的答案，自己去找答案。在這個過程中會犯錯，但永不放棄，並學會忍耐。

珍·古德10歲的時候看了電影《人猿泰山》後，



就想去非洲，可是家裡沒有錢。人們說，“那裡很危險，而且你是女孩，不應該有這樣的夢想。”但她媽媽說：“如果你想做這件事情，你就得很努力，不放過任何機會，我相信有一天，你會找到解決的辦法。”她媽媽智慧的言語給她動力。後來她到森林裡去研究大猩猩，也是媽媽陪著一起去，若沒有這樣的媽媽，就不會有日後的那個著名的珍·古德。

兩個珍·古德

她說世上有兩個珍·古德，一個是坐在這裡說話的，還有一個是人們把她偶像化的。

她第一次發現自己被偶像化是她去一個地方見到一對夫婦，那個太太發出驚呼說：“我的上帝啊！”珍·古德平靜地說：“我不是上帝，我是珍。”另外有一次，有一個人對她說：“我可不可以摸摸你？”她說：“我們可以握握手。”更多的時候，人們希望跟她拍照，讓她簽名。

她說：“我不明白為什麼人們會這樣喜歡我，大概是因為人們信任我，認同我所堅守的理念。”她充分地使用了這種影響力，常年奔走於世界各地，呼籲人們保護野生動物、保護地球環境。

守護自然的戰役

珍·古德認為絕大多數的人是善良的，他們只是無知。她曾說過：“邪惡我沒辦法溝通，但是無知我們可以溝通。”她的使命是培養有良知的一代新人。她說：“我們沒有很多時間，因為這是一個很黑暗的時期，在這些年中，我覺得就像在納粹德國佔領歐洲的二戰時期，丘吉爾是在歐洲唯一拒絕向納粹投降的領袖。他有一個著名的演說，說我們將跟他們在海灘戰鬥，在街上戰鬥，甚至我們會用破酒瓶跟他們戰鬥。丘吉爾激發起了英國人的鬥志。我們如今也在打一場戰役，為了守護我們的大自然母親。丘吉爾說他永遠都不會放棄，如今，我們也不會放棄努力。”

雖然任務艱鉅，她卻是鎮靜的。她將內心的力量歸功於那些在森林中獨處的時光。

根與芽

珍·古德於 1991 年在坦桑尼亞創立了“根與芽”（Roots & Shoots）國際環境組織和自然保育組織計劃，她將對未來的希望寄託在此，盼望能培養“新一代有同理心的公民”。

稱之為“根與芽”是因為芽看上去非常小，它們卻能穿過磚石的牆，迎向陽光。這個組織向成千上萬的年輕人傳遞一個希望的信息，他們可以衝破阻撓，把這個世界變成一個美好的地方。根的重要，是因為每一個人都要在這個地球上盡到自己的責任。她鼓勵年輕人參與並彼此連結，在自己的小區瞭解動物，關心動物，關心當地的環境，讓河水變乾淨，把魚放回河中，聽老人講故事，記錄他們的口頭歷史。

目前，“根與芽”在 60 個國家建立了 5000 個分支機構。她說到有一次在新加坡，一個 CEO 講了一個故事，他的女兒對他說：“人們說你在破壞環境，這不是真的，是嗎？因為這是我的地球！”她說，要傳遞你的信息不是靠強力，而是靠心與心的對話。

將近一個小時的面談即將結束時，主持人退場，留下珍·古德一人，給世界留下最後的話。她看著鏡頭說：“我們每個人來到世界上都有一個使命，即使在最黑暗的時候，都不要放棄希望，因為我們的行動是有影響力的，尤其是乘上一百萬倍，一千萬倍，是會產生很大功效的，我們應該為這個美麗的地球做一些事情，為我們的子孫做一些事情。”最後她說：“我在這裡看著你們，願上帝保佑你們！”講完最後的話，她安靜地坐在那裡，眼角閃著淚光。

如今，當她最後的話向全世界播放的時候，珍·古德已經離開了這個她所深愛的星球，如她所說，開始了一個新的探險。她在這世上打完了美好的仗，完成了上帝賦予她的使命，她最後的寄語將照耀著我們繼續前行：

每個來到這個世界的人，都懷有使命，永不放棄希望，播種者，必歡然收割。



李洋



囡途夫妻

去年 8 月份我們夫妻二人製定計劃如下：8 月中旬至 8 月底在德國科隆、萊比錫兩地做短宣工作，從 9 月 1 日後就開始我們的北歐五國自駕遊（也順道前往挪威探訪一對宣教士夫婦）。計劃之後我內心充滿了期待和忐忑，期待自不必說，忐忑是基於前年的西歐自駕遊，旅途中驚險、意外以及各種不確定性帶給我的旅途焦慮症像我們家後院的馬齒莧一樣，在我的心田裡難以清除。但我的王先生信心十足，重複著他那句家庭金言：凡事禱告靠上帝，從最壞處打算，往最好處努力。

出發那一天，兒子把我們放在機場，Check in 開局不利：我們的飛機在英國換機場轉機飛德國。對於我這個綠卡持有人需要辦理英國簽證，我大意了，只做了歐洲簽證。但是，走運的是美國機場人員竟然聯繫了英國移民局，說明了我的情況開關放人了，我真的不敢相信這樣的事情能夠發生，直到走出英國機場那一刻才放鬆下緊張的心情！感謝主！

我和王先生輕鬆愉悅，乘車到英國另一個機場轉機飛德國！但是在托運行李的時候被告知托運行李從 15kg 變成 12kg。問題不大，我們各自從托運行李裡掏出來 3kg 隨身帶就好了。王先

生叮囑我：無法通過安檢的東西千萬不要帶在身上。

讀者朋友們，你們要記住我先生囑咐我的這句話。

5 分鐘後，我們搞定了托運行李，背起隨身行李快步朝安檢走去。說到這兒，大家可能猜到了，如果不出意外就該出意外了。安檢人員攔下了王先生的背包。起初我們不太擔心，因為前面被攔下的其他乘客背包無非是一些吃的喝的，再次檢驗後都順利放行。直到王先生的那件可疑物——防狼噴霧被安檢人員從背包中拿出。我的王先生竟然把這個東西從托運箱子裡拿出來裝到了隨身帶的包裹裡！

英國機場的小夥子很嚴肅的告訴我們：防狼噴霧在英國被視為武器，所以我們肯定走不了了，而且他們也管不了這事兒了，要通知警察並且沒收我們的全部物品。我們倆當時就傻眼了，但薑還是老的辣，王先生面帶微笑地說：

“哎！給咱當恐怖分子了，說不定還要給咱帶手銬呢，洋洋你要有心理準備”。我們倆站在牆角邊，忐忑不安地等待警察的到來，在此期間不斷地有機場人員盤問我們，我們就一遍一遍地解釋：我們只是要在歐洲宣教旅遊期間以



防萬一……20 分鐘後，三位人高馬大的英國警察全副武裝的來了，但是憑我的直覺，在他們看到我們的一瞬間就已經放下警惕級別了：一對小（身材矮小）夫妻，滿臉的擔憂與不安，迫切等待著警察發問的目光，將所有的心情都表達在臉上……明顯一看就不是合格的恐怖分子，不符合恐怖分子的氣質。

因為王先生擔下了所有的責任，說噴霧是他買的、他帶的，跟我沒關係，人家就沒盤問我，我站在不太遠的地方聽見人家問他拿這個東西的目的是什麼，他說是為了旅遊時以防萬一保護我妻子……看著他站在三個人高馬大的警察面前，矮小的身影、竭儘全力地解釋，嘴角都泛白沫了，我不禁又心疼、又可笑、又可氣。大概十分鐘後，終於放過我們了。我問王先生人家不追究了？他說：“追究啥，咱既沒上線，又沒下線，明顯不是特工，飛機還等著咱呢，快走！”

在到達德國後為期半個月的短宣工作中，我和王先生一如既往地全身心投入在工作中，和德國的弟兄姐妹們彼此分享，如久別重逢的家人。特別需要感謝的是榮軒夫妻二人，去年我們西歐之旅就是在他的建議和鼓勵下以自駕遊的方式，並且車子也是他們夫妻借給我們的，今年依舊借給我們車子，大力支持我們自駕遊。

9 月 1 日到了，放飛小自由的我們夫妻二人備好鍋碗瓢盆電磁爐、水果蔬菜方便麵、咖啡茶葉礦泉水、香腸火腿豆瓣醬。呵呵，看這陣勢，歐洲人民別想賺我們兩口子的飯錢。

第一站我們的計劃是傍晚六點半輪渡到達丹麥哥本哈根。在景區附近找酒店住下後，第二天玩一天。找酒店的工作交給了王先生，他經過再三的挑選，選定了一個離核心景區 15 公里遠的一個民宿，果斷下了單。一分鐘後，先生說：“Sorry，老婆，我把房子定在瑞典了”。我趕緊安慰他：“沒事兒，退掉再找。”先生說：“不能退”。我說：“沒事兒，就 15 公里

問題不大”。先生說：可是 15 公里是鏈接兩個國家的厄勒海峽大橋，過橋費 70 歐元，我們今晚去瑞典住、明早回遊丹麥、再回瑞典北上，這三趟就要 210 歐元”。

短暫的沉默後，我們達成共識：在丹麥哥本哈根能玩多久就玩多久，晚上就回瑞典住，不走向回頭路了。小小的一點不完美是旅途的點綴，就這樣，我們蜻蜓點水般地在哥本哈根遊覽了很小的局部，沿途看到了哥本哈根的夜景，在去瑞典的路上穿越厄勒海峽大橋時天已經黑透了，很遺憾沒有看到這座世界聞名的大橋。

到達住宿地點的時候已經是晚上 10 點半了，按照 booking 上的說明，我們在租住房子門口的密碼盒裡拿到鑰匙。打開房子的一瞬間，我們的內心無比喜悅。這是一棟位於瑞典郊區的 single family house，房間裡的設施齊全，就像家一樣溫馨整潔。我們趕了一天的路又累又餓，外邊已經開始下雨，北歐 9 月的晚上已經冷了，我和王先生急切、且喜悅的從車裡拿出行李，吃的喝的，想著美美的吃一頓，洗個熱水澡，舒舒服服的睡上一覺……還是我那句話：如果不出意外，就該出意外了。

就在我們從車裡拿出最後一件行李時，我鬼使神差地把房子大門鎖上了，唯一的一把房門鑰匙，以及汽車鑰匙、手機、電腦、衣服、食物全部被我鎖在了屋裡，只留下我和王先生衣著單薄地站在夜幕的雨中。我嘴邊白色的哈氣伴隨著雨霧，房子就在眼前，但那是另一個世界。無助、懊惱，恨自己……一分鐘後，腦子裡開始快速想對策：首先想到的是找到訂單，聯繫房主送鑰匙；不行，手機電腦都在屋裡。那就再找一個酒店；不行，車鑰匙、手機、銀行卡都在屋裡。睡在車裡等天亮，不行，天冷的很，厚衣物也都在屋裡。我內疚且無助的眼神望向王先生。話說我這王先生也挺夠哥們兒的，絲毫沒有埋怨和急躁的情緒，他認為唯一的辦法還是請週邊的鄰居幫忙打電話上網聯繫我們的 booking。我聽到這個主意後絲毫沒有輕



鬆感。您想想，接近 11 點的晚上，異國他鄉的郊區，語言能否能否溝通看運氣，敲門問人家借手機電腦？

果然。當我們按響一戶亮燈住戶的門鈴時，女主人隔著窗戶聽我們講述敲門的原由，結果人家用不太標準的英文說 Sorry, I can't help, 關燈、關窗。當時的我並不是太沮喪，因為我料到了。此時此刻，我突然平靜了，腦子裡冒出了一句話：上帝，看你這回怎麼幫我。內心已經放棄的我準備回車裡觀察一下車裡的禦寒條件，為睡車裡做準備。王先生走過來對我說：“我們還是要再嘗試一下敲門，再晚一點就真的是太晚了，這次你敲門，人家對女性戒備心低。”對，有道理，此乃兵者詭道也，《孫子兵法》都用上了。

忽然在我們視線範圍內一個房子廚房的燈亮了起來，我快步走了過去，按響了門鈴。主人是一個 60 歲左右的亞洲男子，矮矮胖胖的。果然，當他看清我們二人並聽完我們的困難後，竟然把門打開了，讓我驚喜的是這位鄰居竟然是個廣東人，雖然不會說普通話。他的警惕心還在，手機可以讓我們用，但是進屋用電腦他猶豫了。看到他的猶豫，王先生建議讓他幫我們叫警察，這應當是最好的辦法了，可是鄰居好像更猶豫了，他真誠的對我們說：他在瑞典已經住了 50 年了，從來沒有叫警察的經驗。我們完全理解這位鄰居的心情，一生安分守己，晚年住在這個高檔小區生活，如果真的要叫警察來，彷彿打破了這個小區和自己半生的寧靜。最後這位鄰居決定陪我們先看看我們 book 的這棟房子，或許可以有點辦法！我已經開始凍得瑟瑟發抖了，默默地回到車裡，心想：這下可好了，在囧事這方面我們兩口子打了個平手，他是機場“恐怖分子”，我是瑞典“雨夜幽靈”。

突然，我聽到了除了我先生和這位鄰居以外的第三個人的聲音，這讓我感到了一線希望，我快速下車走了過去，而這位說話的睡眼惺忪的

鄰居竟然是我們這套租房的主人！上帝真的幫助我們了！只見她不緊不慢地從門口的花盆下拿出一把備用鑰匙說：我在 booking 的注意事項上寫到這一點了，經常有顧客把鑰匙鎖在屋裡。”我真的不敢相信事情發展得如此絲滑，這就完美解決了？三更半夜、異國他鄉、求神禱告、孫子兵法、廣東同胞、天降房東、花盆下取鑰匙？算了不想了，一切解釋權歸於上帝，我只是希望房東能夠換個智能電子鎖。

美美的睡了一覺，真好，小小的不完美是旅途的點綴，絲毫沒有影響我們的行程。早晨的瑞典郊區比我們想象的更完美，原始的森林湖泊就在小區馬路對面，溼漉漉的空氣讓人想佔便宜似的多吸兩口。泥土與植物混合的味道，讓人回想起有著相同味道的不同美好景地。我們兩個人像掰玉米棒的猴子，這一處還沒捂熱手心，就開始追趕下一個美景。

一路上，我們兩口子歡聲笑語，感嘆著上帝之手的神奇，人文美景的獨特。車上的早餐更是說不出的美味：咖啡的清香、芝士的濃鬱，全麥麵包勁道的口感，這些平時在家裡不顯眼的食物卻是旅途中不可或缺的享用。不知不覺的我們接近了目的地哥德堡——北歐最大港口之一。那裡有著名的魚市教堂、Haga 老城、哥德堡群島。進入核心景區前我們要給車加滿油，這是我們兩口子自駕遊的一個習慣，排除一切可能影響我們看美景的因素。生活的最高境界不就是車裡有油，卡裡有錢，手機有電嗎！哈哈，剩下的就交給上帝和祂創造的大自然了！

但是……聰明的你一定猜到了，如果不出意外就該出意外了。15 分鐘後，我們進入市中心，交通明顯開始緩慢，我突然感覺在走走停停的過程中，車子好像提速有問題，有卡頓現象。10 分鐘後我們停在了一個海岸邊的小停車場，雖然這不是主景區，但是卻深深地吸引了我們。藍寶石一樣的天空與碎片般的藍海聯合一體，遠處的帆船像海鷗舒展翅膀的樣子，分不



清那移動的潔白的斑點是歸巢的鳥、還是醒來的帆。歐式建築沿著海岸線錯落鋪展，歐洲特有的石磚路帶著天然的弧度與色差，交錯成溫潤斑駁的小徑，將視線引向那古老的教堂，以及風格敦厚的書店。空氣中瀰漫著歐洲特有的溼潤和海風的氣息，我和王先生不停的用相機捕捉著美景，每一幀畫面都不想錯過。帶著對下一個景點的期待，我們回到車裡準備出發。

啾啾啾，啾啾啾……此處省略 50 個啾，車打不著火了，一股涼意瞬間從頭灌到腳。這人生地不熟，語言不太通，朋友藉給我們的車就這樣壞在車水馬龍的港口邊？馬上聯繫車主朋友，還好，朋友有一個會員卡，在全歐洲都可以叫拖車。於是最折磨人的事情開始了——打電話。電話那頭的機器人用我們似懂非懂的语言，拋出一連串的選項，我們像被困在迷宮裡，猜測應該按下哪一個數字鍵，每一個滴聲都讓我們的焦慮多了一分，終於，中彩般地等來了真人接電話，對方問了無數個關於車子的情況，直到拋出最後一個致命問題：車子在哪裡？是啊，在哪裡？在哪裡？我們舉目四望，手機定位，只要看到一個路牌，就一個字母一個字母的拼讀。電話那頭是更困惑的沉默或追問，我們更顛三倒四的描述，語言像一部天書，地點則是天書上的密碼，我們已經指揮不了我們的嘴……

掛了電話後開始了等待……1 個小時，兩個小時；再打電話，再繼續等待；3 個小時後終於等來了拖車。這事兒也邪了，拖車師傅一來，車子不太順利的打著了，這個師傅告訴我們自己開車找最近的一家修車店排查情況，中途不要熄火，我們戰戰兢兢的開到一個最近的修車廠。感謝上帝，這 15 分鐘的路程沒有出岔子。

修車廠的老闆是一個中東人，那是英語也不會說，歐洲話也不會說，好在有一個年輕的當地員工能簡單的用英語交流。他告訴我們今天先排查，根據情況預估大概維修時間，哎！那還能怎麼辦呢，等吧。好在這個汽修廠就在核心

景區的附近，我們拿了一些簡單的行李，訂好酒店，就開始了徒步遊。但是，那美好的心情已經盪然無存，更多的是擔心車子的情況，都知道歐洲人的節奏慢，這要是等個 3 天 5 天的，那我們的行程豈不是都泡湯了？突然，我們的手機響了。修車站打來的。電話裡說懷疑我們加錯油了。

不可能，絕對不可能！一向穩如老狗的王先生也有點急了，因為我們太了解這部車了，去年就是開的這部柴油車，每次加油王先生都認真的像是給車選“聖水”。好在王先生有保留消費小票的習慣，我們立馬返回汽修站讓他們看小票，在給他們小票之前我們以防萬一，先請 ChatGPT 看了一下，ChatGPT 肯定了我們確實加的是柴油。看到我們胸有成竹的樣子老闆也懵了。於是老闆根據小票上的電話打到加油站，確認我們這一單的消費情況。最終加油站確認我們加的是 95 號汽油。不可能，絕對不可能，我決定再次用 ChatGPT 拍照確認讓老闆看。這事兒也真邪門了，這次 ChatGPT 改口了，說根據小票顯示，我們加的就是汽油。我當時連殺了它的心都有，我追問：“你剛才不是說是柴油嗎？” ChatGPT 說抱歉，剛才小票上面的一個位置有折痕，沒看清楚。教訓呀朋友們，深刻的教訓，人工智能也會出問題。

我們兩個像撒了氣的皮球。王先生說：“認認真真的把汽油加錯了，這就是人的罪，太依靠自己了就會跌倒，還是要專心信賴上帝呀。”與王先生不同，聽到這個結果我反倒十分的輕鬆，因為這個錯不是我犯的，哈哈哈哈哈！

距離我們這次囹途之旅已經過去小半年了。回想這一路我們既是飽覽風景的旅遊搭子，又是彼此最靠譜的麻煩處理中心。這些計劃之外錯點的滿桌怪菜，被上帝之手化成發光的座標裝點著我們的生活。平日裡被夢吵醒的我總會摸摸身旁的他，鼾聲依舊安穩。呵呵，我們是一路的……



剛從 Amgen 回到家中，身體有些疲憊，心裡卻帶著幾分興奮。這次活動是華協應 Amgen 亞洲協會（AAA）的邀請，協助舉辦中國春節慶祝活動。我和麗容負責現場展示中國書法與繪畫；一同參與的還有書畫的老搭檔——茶藝展示，Elaine 的插花，為書畫攤位和茶藝攤位增添了幾分雅緻與靈動，讓整個空間有了年味與文化的氣息。

整個活動安排得很緊湊，留給書畫與茶藝展示的時間只有半小時。為了在有限的時間裡儘可能完美地呈現中華書法繪畫文化，麗容和我提前好幾天時間就開始做準備，希望在短短的時間裡，呈現出中國書畫的神韻與節日的喜慶氣氛。我倆都不擅長畫國畫，只好臨時抱佛腳，集中苦練國畫技巧。功夫不負有心人，麗榮畫出了觀眾喜歡的“柿柿如意”，我畫的“金馬迎春”，也成為被點名索取最多的扇面。看到自己的畫如此被珍惜、被等待，內心自然欣喜不已，所有的付出在

那一刻都變得值得。

其實這並不是我第一次在 Amgen 展示書法國畫，也不是第一次在扇面上畫國畫。來之前，我還跟華協會長開玩笑：在這裡畫了有十次了吧，很多人都已經有了我畫的扇子，再畫下去會不會討人嫌。巧的是，今天早上手機屏面跳出來的照片，是我在 2011 年在 California Lutheran University (CLU) 春節慶祝活動上寫寫畫畫的情景。那時的我還不敢真正提筆，李昭在事先準備好的紙條上用毛筆書寫來賓的中文名字，我則在一旁幫忙蓋章。轉眼十五年過去了，當年的熱鬧場景依然清晰，也記得那個在毛筆字與國畫方面青澀無措的我。我順手在手機上翻看。很多過往的經歷一一跳出，喚醒我久違的記憶。

從 2011 年起，連續五年，幾乎每年的春節，我都和李昭一起在 CLU 的春節晚會上支起一張桌子，在紙上或者扇子上寫寫畫畫。看似簡單的事，但對於我這個平時不動毛筆的人，每次都是一個不小的挑戰。

2012 年是龍年。那次，我們決定改用團扇。下班回家路上，我一邊開車一邊琢磨晚上的活動應該怎麼做。我想不應該像以往一樣只寫來賓的名字，應該添點不同的內容。不會畫龍，至少應該寫個龍字。回到家，顧不得吃飯，翻出紙筆，把“龍”字的楷書、行書、草書寫法挨個練了幾遍，便匆匆趕去 CLU。諾大的大廳裡人潮湧動，我們的書畫攤位前很快就排起了長長的隊伍，我提起筆，在扇子上寫下一個草書“龍”字，那是我一個小時前剛剛學來的寫法。拿到扇子的人笑得非常開心，她絕對沒有想到，她的笑容給了我莫大的鼓勵與信心，讓我一個接一個寫下去，直到活動結束。那晚的活動登上了當地報紙，我寫龍字的特寫照片與報道並列刊出。

這次活動的成功，激起了我對書畫的濃厚興趣。我曾想，等孩子們都上了大學離開家，等我退休，我便開始學習書法與繪畫。但一年一度的春節晚會等不得我慢慢學習書畫。從 2014 年開始，我們在扇面上加上花草，讓團扇更加生動。



每次的活動，書畫桌前總是大排長龍，據來賓說，為求一扇，他們要排隊等候近一小時。這讓我感到既高興又慚愧。高興的是，自己能為弘揚中華文化盡一份力，慚愧的是自己的水平實在有限，不能全面展示中國書畫的深厚底蘊。同時也更深地體會到書畫本身的魅力，就我這三腳貓的功夫，都能讓來賓為得一扇而排隊近一小時。若是名家在場，那隊恐怕要繞上幾圈。

還記得我設計的第一款扇面是牽牛花。有了花卉的扇面更加吸引人，但是也帶來了更多的要求。每次活動前，我都會設計幾個不同的圖案，以供來賓挑選，比如牽牛花、荷花、蘭花、牡丹花，等等，再加上小雞、小鳥、蝴蝶、蜻蜓什麼的。以我有限的力量，盡最大力量提供充分選擇。但每次都會有人會提出“特別制定”，羊年要羊，蛇年要蛇，還有要貓要狗要兔子的，在他們眼裡我大概什麼圖案都畫得出來。有一次，一個小女孩說她想要玫瑰花，看著她童真的眼裡滿是期待，我沒辦法告訴她我不會，只好硬著頭皮按照想象畫了一幅蹩腳的玫瑰圖給她。看到小姑娘拿到扇子後的高興樣，我告訴自己，下次要準備得更充分一些。

2016年，華協受邀去 Amgen 加亞洲節的活動，我在那裡擺了一個畫扇的攤位。活動原本定在一點鐘結束，結果排隊求扇的人多，直畫到兩點才得以收攤。有了第一次的經驗，以後連著幾年去支持 Amgen 的亞洲節活動，每次我都會提前設計好圖案，找幾個人一起練習，分工協作，以避免臨

場手忙腳亂。

說來慚愧，退休後，我始終沒能專心學國畫。相比起來，油畫對我的吸引力更大，讓我無法拒絕，一頭扎了進去，以至於國畫水平一直沒有提高。但扇子一直在畫，從春節聯歡晚會，畫到華協舉辦的中華文化節，從街頭集市，畫到 Amgen 辦公樓。畫的次數多了，技巧雖沒長進，經驗豐富了許多。慢慢地我懂得人們心中所求——喜慶、祝福、應景、寓意，於是每次上陣前必定苦練幾天，讓圖案儘量貼合主題。

一月底，千橡地區的 Stagecoach Inn 博物館舉辦農曆新年慶祝活動，邀請詠舞坊舞團表演民族舞蹈，同時也邀請我們去展示書畫和茶藝。根據扇形，我設計了十幅圖案，有花有魚。今年是馬年，自然少不了馬。比起花草，畫馬難度更高。為了把奔馬畫得生動有神，我以徐悲鴻的奔馬為參照，反覆練習了幾天，才勉強畫出兩匹馬來。而馬的確成為這次活動以及隨後 Amgen 慶新春活動上最受歡迎的扇面。

回望這一路，從不敢提筆，到硬著頭皮練字，再到一次次在人群前提筆作畫，我並沒有成為真正的國畫家，卻在一次次“被需要”中，慢慢滋長出勇氣與擔當。或許，成長從來不是等準備好了才開始，而是在不斷上陣中逼自己進步。





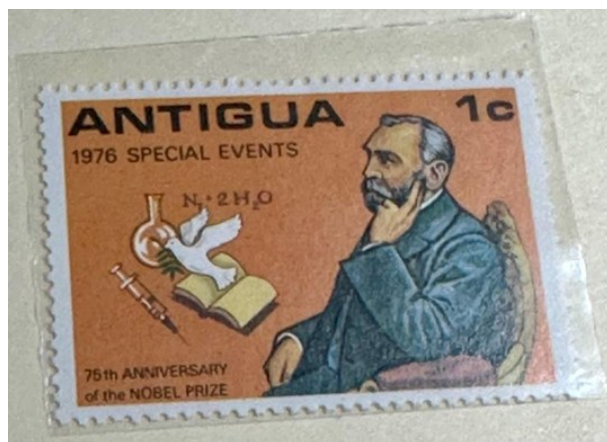
收集了幾十年的集郵本，近來又被我頻頻打開，為的是尋找寫作“方寸間看……”系列集郵文的靈感。收集在冊的郵品中，有許多科技相關的郵票，尤其是諾貝爾獎獲得者的紀念郵票，激發了我想進一步發掘他們背後故事的慾望。

現代科技活動中，人類有很多新的發現、創新和理論突破，其中的佼佼者以諾貝爾獎得主最為耀眼。1896年12月10日瑞典化學家阿爾弗雷德·貝恩哈德·諾貝爾（Alfred Bernhard Nobel）在意大利桑雷穆去世，留下了鉅款和三份遺囑，幾經風波，最後以他存放在斯德哥爾摩一家銀行，1895年11月27日的第三份遺囑為準，取消遺產分贈，全部遺產用於設立獎勵基金。始自1901年，諾貝爾獎開啓了對人類科技活動中，有突出貢獻人員的獎勵機制，進一步推進了科學技術的發展。為了紀念諾貝爾，以及表彰諾貝爾獎獲得者的貢獻，各國郵政不斷地發行紀念郵票，以郵遞的形式傳揚他們勇於科研探索的精神。每當欣賞那些郵票，方寸間彷彿湧現了他們的人生故事，留芳的事蹟。

（一）

在我收藏的一枚安提瓜發行的郵票中，諾貝爾

坐於椅子左手托腮作思考狀，右手前方一個燒瓶，一支針管，一本書籍和一只張開翅膀的鴿子，鴿子的上方有一行化學公式。化學家的形象一目瞭然。諾貝爾勤於思考、熱愛和平，在他發明“安全炸藥”之前，因炸藥而引發的事故頻發，1863年他不顧身家安全，和弟弟一起在斯德哥爾摩海倫坡建立實驗室，獲得了寶貴的實驗數據，為攻克炸藥的安全性難題奠定了基礎。四年後的1867年，諾貝爾在英國的礦山做對比實驗：一箱安全炸藥置於木柴後點火未爆炸；再把它從約二十米的山崖拋下也未爆炸。接著，在石洞上鑽孔填入安全炸藥，在鐵桶裏裝進安全炸藥，然後用雷管引爆他發明的“安全炸藥”，在可控的狀態下爆炸成功了。實驗證明了諾貝爾發明的“安全炸藥”確實安





全。於是，一個以生產“安全炸藥”為主的托拉斯誕生了。諾貝爾一生獲得 355 項專利，其中與炸藥相關的專利有 129 項。晚年他因自己的發明創造被逐漸用於軍事領域，偏離了為工地、礦山提供安全炸藥的初衷而心生不安。

一如那張安提瓜發行的郵票，上有一羽展翅飛翔的“和平鴿”，象徵諾貝爾內心充滿和平的願望，可他的發明卻被用於戰爭，造成大量的人員傷亡，是他不願意看到卻無力改變的現實。諾貝爾就以自己的遺囑：“一份給曾為促進國家之間的友好，為廢除或裁減常備軍隊以及為舉行和平會議作出過最大或最好工作的人。”設立了後被稱作為“諾貝爾和平獎”的獎項，以及另外如物理、化學等獎項惠澤社會。

諾貝爾終身未娶，但他有兩段未果的愛情。諾貝爾年輕時曾經在巴黎學習，因身體健康不佳經常去藥房，結識了名叫瑪麗安娜的女店員，交往之後產生了愛情，然而這個短暫的情感，因瑪麗安娜在一次傷寒病的襲擊下，併發肺炎離世而告終。諾貝爾的第二段感情發生在 43 歲那年，在去奧地利商業旅行的途中，他結識了二十歲的猶太美女——索菲，被其美貌吸引兩人保持了近十五年的情人關係。由於索菲生活奢華，揮霍又不聽勸導，加之感情背叛和一名匈牙利軍官生了孩子，諾貝爾和索菲的關係徹底結束。索菲因與諾貝爾有這層關係，憑藉握有諾貝爾寫給她的二百多封信，妄圖繼承諾貝爾的遺產，但因兩人沒有正式結婚而遭到拒絕。為了平息事態，負責諾貝爾遺囑事宜的律師，就以高價從索菲手裡買下這些信件，讓諾貝爾的意願在排除了另外還有的一系列風波之後，最終得以實現。1898 年 5 月 21 日，瑞典國王宣佈諾貝爾遺囑生效。1900 年 6 月 29 日，瑞典國會通過了諾貝爾基金會章程。1901 年 12 月 10 日，在諾貝爾逝世五週年的紀念日，頒發了首次諾貝爾獎。

(二)

同為瑞典人的科學家斯萬特·奧古斯特·阿瑞尼斯 (Svante August Arrhenius) 由於在物理化學上的貢獻，提出電解質在水溶液中電離的“阿瑞尼斯理論”，研究了溫度對化學反應速率的影響，寫下化學反應的速率常數與溫度之間的關係式——現在稱之為“阿瑞尼斯方程式”，獲得 1903 年諾貝爾化學獎。我藏有一枚科特迪瓦共和國發行的郵票，紀念斯萬特·阿瑞尼斯獲得諾貝爾獎，在科學家的右面也是一目瞭然地印著水箱與電池連結導電的實驗裝置。阿瑞尼斯是第一個利用物理化學原理，來估計大氣中二氧化碳的增加，在多大程度上導致地球表面溫度升高的科學家，對現代氣候科學的誕生發揮了重要作用。

因為斯萬特·阿瑞尼斯的科學貢獻，以他的姓名命名的還有：阿瑞尼斯酸、阿瑞尼斯鹼、月球阿瑞尼斯隕石坑、火星阿瑞尼斯隕石坑、阿瑞尼斯山和斯德哥爾摩阿瑞尼斯實驗室。阿瑞尼斯於 1895 年升為斯德哥爾摩大學教授，並在一年後擔任校長。1900 年起斯萬特·阿瑞尼斯參與到諾貝爾基金會和諾貝爾獎的活動，後又被選為瑞典皇家科學院院士。然而，令人匪夷所思，作為諾貝爾物理獎和化學獎委員會委員的他，卻幾次運用自己的地位，試圖阻攔一些科學家得獎，甚至試圖阻止瑪麗·斯克沃多



夫斯卡·居里（居里夫人），參加她的於1911年12月10日在斯德哥爾摩舉行的諾貝爾化學獎的頒獎典禮。不過，阿瑞尼斯的提議被



居里夫人拒絕，她照樣攜同自己的姐姐和女兒出席，這讓斯萬特·阿瑞尼斯臉上無光。

（三）

集郵冊裏，我有兩張一套由格林納達發行的郵票，紀念第一屆諾貝爾生理學或醫學獎得主埃米爾·阿道夫·馮·貝林（Emil Adolf von Behring）。集合網上的檢索，把我碎片化的認知，和他的生平及超於常人的精神匯於一頁，彰顯出貝林對人類健康的巨大貢獻。

貝林是德國醫學家、細菌學家和血清學家。他因研究並建立治療白喉的血清療法，使這種曾是導致兒童死亡的主要疾病之一的白喉得以有效治療，因此被稱為“兒童的救世主”，並於

1901年獲得諾貝爾生理學或醫學獎。貝林1854年3月15日出生於一個貧窮的鄉村教師之家，從小成績優秀顯示天賦，通過獎學金完成了大學前的學業，然而他無法繼續獲得獎學金來讀他理想的醫學。因為軍醫學生的學期視同服兵役，可以獲得薪水，貝林決定從軍學習軍醫。1878年貝林於威廉皇帝軍醫學院獲得博士學位，1889年進入柏林傳染病研究所，成為“微生物學之父”羅伯特·科赫的助理而眼界大開。當時，破傷風和白喉流行，雖然研究發現了破傷風桿菌和白喉桿菌，但防治無策。那時，同為科赫弟子的日本學者北里柴三郎，常和貝林一起散步，閒談有關破傷風和白喉等醫學問題，當貝林從北里柴三郎那裡得知中國古代醫學中有“以毒攻毒”的理論時，貝林產生了科學聯想：病毒產生毒素，那麼就會有能攻毒的抗毒素。有了這個假設，貝林著手對感染了破傷風桿菌的動物做實驗研究。根據實驗結果，貝林在1889年德國醫學會年會上，提出了“抗毒素”及“抗毒素免疫”的新概念，並以此來闡述“以毒攻毒”的原理。可萬萬沒有想到，與會的一些老前輩聽了他的報告直搖頭，有人直言這篇論文雖然頗有道理，卻提出了當時聞所未聞的醫學術語，恐怕會出亂子，引來會場一陣哄笑。貝林雖然對他人的反應感到尷尬，卻依然堅信“以毒攻毒”有其科學道理。會議結束後，他又反覆進行了三百多次實驗，終於證明：將曾感染過破傷風桿菌而仍存活的動物血清，注射給剛感染破傷風桿菌的動物，可以預防破傷風病症的發作。研究結果表明，耐受過破傷風的動物血清中存在著能對抗破傷風毒素的“抗毒素”，它能中和毒素，使毒素失去作用。在此基礎上，人們研製出了破傷風抗毒素血清，成為醫學史上的重要發明。1891年，貝林開始攻克白喉的研究，依然根據中醫“以毒攻毒”的醫理進行。首先，他在豚鼠身上注射白喉桿菌，使其患上白喉病，再注



射不同的毒性藥物進行治療，結果大多豚鼠死亡，只有少數倖存。貝林以更大劑量的白喉桿菌注射到倖存的豚鼠身上，發現因豚鼠體內已產生了能“中和毒素”的“抗毒素”物質而沒有死亡。

貝林進一步將白喉毒素注射入山羊和馬等動物體內，當動物產生免疫力時，便從它們的血清中提取抗毒素，用於預防和治療未具免疫力的動物。從 1892 年開始，貝林進行白喉抗毒素的人體試驗，經過多次失敗並反覆改進抗毒素的劑量後，終於在 1894 年取得成功。當時這種令人聞之色變、致死率極高的疾病終於找到了有效的治療方法，這項研究成果造福了全人類。

1925 年 1 月，美國阿拉斯加州的偏僻小鎮諾姆，在貝林逝世後的第八年爆發了白喉疫情，而存有血清離諾姆最近的城市在 955 英里之外，由於大雪封路血清只能被運送至離諾姆鎮還有 657 英里的地方，而那天恰巧直升機駕駛員休假，人們決定用哈士奇雪橇隊代替運送。在正常情況下 657 英里的路程需要 25 天時間，當時疫情快速蔓延，晚一天就意味著更多的病亡。人命關天，雪橇隊員日夜兼程以接力運送的方式，全力以赴僅僅以五天半時間就將血清送到當地，挽救了很多人的生命，拯救了諾姆小鎮。這是一個搬上了銀幕非常感人的真實故事。諾姆小鎮的居民獲救，除了哈士奇雪橇隊的努力，還得歸功於埃米爾·阿道夫·馮·貝林。

(四)

1952 年獲得諾貝爾和平獎的阿爾貝特·史懷哲 (Albert Schweitzer)，是一位充滿人道主義精神的醫生，他把自己的大半輩子獻給了非洲的醫療服務事業。史懷哲出生於新教牧師之家，自幼受到為社區和人類服務的基督教精神薰陶，18 歲進入斯特拉斯堡大學就讀神學和哲



學，24 歲獲得哲學博士學位，並順利進入學術和音樂事業。1904 年史懷哲在 29 歲時，瞭解到非洲黑人的狀況，那裡極需醫療援助，激發了他從小就在心裏播下的服務與幫助他人的志願，並作出一個震驚他人的決定，進醫學院從頭開始學醫。經過八年刻苦努力他獲得了醫學博士，1912 年又專門前往法國巴黎學習熱帶醫學。1913 年史懷哲和志同道合的夥伴海倫（後為妻子），遠赴西非加蓬在蘭巴雷內的原始森林河畔，建立醫院救治麻風病人。他畢生致力於醫治非洲黑人的疾病，聲名遠揚深受非洲人的敬仰，被尊稱為“叢林的聖者”，“非洲之子”。

作為擁有神學、音樂、哲學和醫學四個博士學位的史懷哲，在救死扶傷的同時，一直思考著尊重所有生命的倫理哲學。在 40 歲時，他覺悟到尊重所有的生命是道德的開端，提出要敬畏一切生命，認為生命之間存在普遍聯繫，人的存在不是孤立的，它有賴於其他生命和整個世界的和諧。這個敬畏一切生命的思想，成了史懷哲“生命倫理學”的基石。

阿爾貝特·史懷哲於 1875 年 1 月 14 日出生在德法交界的阿爾薩斯·洛林凱瑟斯貝格小鎮，三十幾歲去非洲，在貧窮落後的非洲獻上了畢生的精力和智慧，從醫生到思想家，從人道主義活動家到作家，從風琴演奏家到奔波歐洲演

出為醫院籌款，五十餘年如一日，直到他九十歲時在蘭巴雷內逝世，與妻子合葬於加蓬共和國的蘭巴倫醫院旁。對於史懷哲的事蹟，愛因斯坦曾評論說：像阿爾貝特·史懷哲這樣集善和對美的渴望於一身的人，我幾乎沒有發現過。在二十世紀的西方世界，他是惟一能與甘地相比，具有國際性道德影響的人物。

在我收藏的一套匈牙利郵政發行的紀念郵票中，有三枚紀念阿爾貝特·史懷哲的郵票，其畫面分別如下：

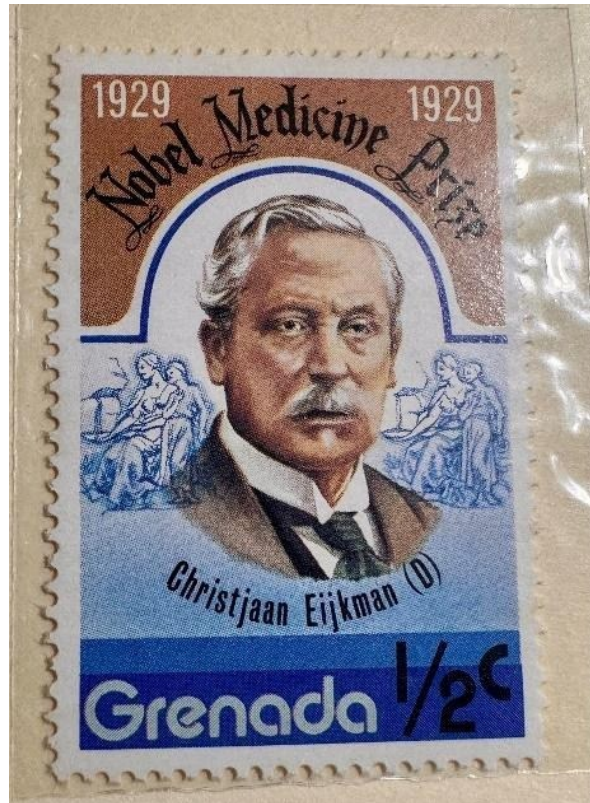
1. 史懷哲醫院引進多種新藥來對抗麻風病，這是一種由細菌引起、可導致肢體殘缺與毀容的慢性傳染病；
2. 史懷哲在非洲建立醫院，致力於對抗昏睡病、麻風病以及其他熱帶疾病；

史懷哲既是神學家、音樂家、詩人，也是醫生，他為法屬赤道非洲帶來了重要的醫療服務。郵票以直觀的畫面詮釋了史懷哲在非洲所作出的一系列善舉。

戰爭，尤其是近代以來的兩次世界大戰，造成了大量的人員死亡，這促使史懷哲把個人的行善，轉到思考人類命運的重大問題上：敬畏生命反對戰爭。基於敬畏生命的倫理哲學，史懷哲晚年成為保衛世界和平，反對核戰爭的鬥士，他著書立說提出敬畏一切生命的理念，把愛的原則擴展到動物，為人類的可持續發展和世界和平提供新的思想基礎，因此獲得 1952 年諾貝爾和平獎。

(五)

我收藏了一枚格林納達的郵票，為紀念 1929 年諾貝爾生理學或醫學獎獲得者克里斯蒂安·埃克曼 (Christiaan Eijkman) 而發行。通過網上檢索埃克曼的背景，瞭解了他當時如何發現腳氣病發病的真相，以及他開創的“對照研



究法”，對現代醫學教育的影響，以及至今仍然廣泛的應用。十九世紀末，腳氣病在亞洲高發，患者時常出現神經損傷、水腫、心力衰竭等症狀，當時的醫學界普遍認為這是一種傳染病，並沒認識到這個疾病是由不良飲食習慣，導致硫胺素（維生素 B1）不足而發生。

克里斯蒂安·埃克曼於 1858 年出生在荷蘭，1875 年進入阿姆斯特丹大學軍醫學院，8 年後獲得博士學位。之後作為一名軍隊醫生，他被派往荷屬東印度（今印尼）因患瘧疾病而退役。為了搞清楚瘧疾的病因，埃克曼決定去德國留學，投奔“微生物學之父”羅伯特·科赫攻讀細菌學。1886 年埃克曼重返印尼爪哇，作為助手參加一個由荷蘭政府派出調查腳氣病病因的調查團。不久，調查團找出了患者血液中的細菌而撤回國，但埃克曼繼續留在當地從事這項研究，他認為既然發現了腳氣病菌，就應該在細菌理論指導下找出治療的方法。奇怪的是埃克曼使用了幾乎所有的治療方法都沒有效



果。這時，埃克曼在生活中發現雞群有類似腳氣病的症狀，那些食用精米的雞出現腳氣病，而食用糙米後症狀逐步消失。於是他設計了對照實驗，將雞群分為兩組，一組喂精米，另一組喂糙米、米糠，實驗結果顯示，精米組患病率顯著高於糙米組。研究結果表明精米加工的過程中，流失了某個關鍵物質，是導致腳氣病發生的原因。按照這個思路，埃克曼進一步開展人體實驗，把監獄裡的犯人分為兩組，一組只吃精白米，另一組吃糙米，結果吃白米的一組犯人患腳氣病的比例遠高另一組。根據這一發現，腳氣病由細菌引起的理論被否定，從而確定人類是因硫胺素（維生素 B1）不足而導致腳氣病的發生。埃克曼這項發現為推動認識維生素的重要性，以及為現代營養學奠定了基礎。因此，克里斯蒂安·埃克曼與弗里德里克·霍普金斯一起，獲得 1929 年的諾貝爾生理學或醫學獎。

(六)

朝永振一郎是日本第二位獲得諾貝爾獎的物理學家，他於 1965 年因構建了量子電動力學（QED）和美國物理學家理察德·費曼（Richard Feynman）和朱利安·斯溫格（Julian Schwinger）同獲諾貝爾物理獎。我的集郵中有一枚乍得共和國發行的郵票，一位東方人的臉龐，其右面是一個發散著光環的帶電粒子，紀念朝永振一郎獲得 1965 年的諾貝爾物理獎。說實在，我對這位物理學家並不瞭解，上網檢索他的生平，才瞭解他是一位多才多藝的物理學家。

朝永出生在京都，父親是京都大學的教授，家教嚴格，一路求學都在京都。21 歲那年他於京都大學求學期間，因聆聽了 1927 年訪日的年輕英才海森堡（1932 年諾貝爾物理獎得主）和狄拉克（1933 年諾貝爾物理獎得主）的演講，受到了很大的啟發，而對量子力學越感興趣。



畢業後朝永進入日本理化學研究所，並在那裡獲得博士學位。1937 年朝永作為日德交換留學生赴德國萊比錫大學留學，師從當年在京都聆聽其演講並深受影響的海森堡，從事原子核理論研究。1941 年 12 月太平洋戰爭爆發，朝永已經回到了東京，這時來自美國和英國的文獻資料被中斷，好在理論物理的研究通常被認為“只要有紙和鉛筆”就可以做的研究，他和好友湯川秀樹（1949 年諾貝爾物理獎得主）步調一致繼續開展相關的研究。從進一步完善湯川的介子理論，將其確立為正式的理论，到朝永後來提出的電子質量的一部分包含電磁波反作用效果的“重整化理論”，並於 1947 年發表了論文。全球理論物理學界受到震動，1965 年朝永憑藉其在量子電磁力學領域的基礎研究，成為日本第二位諾貝爾物理獎獲得者。

在京都上學期間，朝永經常乘閒去“寄席”（一種專門表演傳統曲藝的小劇場），欣賞聆聽“女義太夫”（類似中國南方彈詞）和“落語”（形式上與中國的單口相聲類似）。耳濡目染無師自通，朝永在德國留學精通德語，能以它來表演日本單口相聲——落語。1975 年他還出版了散文集——“庭院飛來的鳥兒隨筆集”。朝永振一郎的文才和演藝，打破了人們對“理工男”的刻板印象。

李煜

熱愛可抵歲月漫長

意識到自己是個“吃貨”純粹偶然。有次在油管上隨意瀏覽，看到一個視頻標題：周深《一路花生》，暗忖怎麼會有唱花生的歌，還一路？點進去才知道人家唱的是詩情畫意的《一路生花》。不禁失笑，開始反思自己“吃貨”的一路。

我的童年適逢中國物資貧乏的年代，幾乎所有的東西都憑票供應。雖然家境還好，但無奈那個年代有錢也未必買得到東西。所幸父母對我疼愛有加，媽媽常說我是家裡的“寶貝蛋”，因為家裡每月六個寶貝雞蛋大多便宜了我，連大我四歲的姐姐也會讓著我。父母在大學教書，晚上時間要備課，批改作業，需要家裏安靜，對付小朋友的辦法就是給些小人書，玩具，零食，結果就是養成我非常愛吃零食的毛病。正餐可以不吃，零食不能少，儘管那時的零食品種不多。爸爸因為工作關係經常出差，常常可以去北京上海，買到高級一些的奶糖和巧克力。奶糖都有漂亮的玻璃紙包裝，吃完奶糖還要把玻璃紙夾在書裏保存，每次翻看都會覺得很幸福呢。最特別的是大白兔奶糖，蠟紙包裝，不是玻璃紙，但它獨特的奶香味勝過其它奶糖。而且因為只有爸爸去上海出差才能買到，更顯得它珍貴。那時的散裝巧克力是半橢圓形，上面有轉著圈的花紋，是我最愛的“小草帽”。記得有一年爸爸去北京出差，我又心心念念“小草帽”，然而這一次爸爸帶回的是板狀的粗巧克力，說是巧克力倒不如說是可可粉加粗砂糖，完全沒有油脂和奶香。年幼的我自然失望，不會想到中國當時的經濟已是到了崩潰的邊緣。也正是因為經濟即將崩潰，才有了改革開放，才有了中國一系列翻天覆地的變化。

但當時對於小小吃貨的我來說，大人們談論的

“粉碎四人幫”，“鄧公出山”，“改革開放”自是不能理解。能感覺到的是吃的東西越來越豐富。雖然還是不合法，但已經有人從農村到城裏販賣東西，而且不僅是錢，糧票也可以換食物。我家因為是兩個女兒，糧票有剩餘，而且因為爸爸常出差，有全國糧票，比地方糧票更具價值，家裡吃的東西漸漸豐富且不再限制，有時游泳回來可以吃好幾個煮雞蛋。這在當時還算是奢侈，因為周圍的鄰居有的因為父母工資低些，有的因為人口多，特別是男孩子多、飯量大的，還不能實現雞蛋自由。等到我上初中情況就已大為改觀。很多東西都不需要憑票購買。小攤小販越來越多，我家鄉著名的煎餅果子就是那時出現且逐漸壯大至今。隨著物質越來越豐富，小吃貨也越來越滿足。直到到成都上大學才知道什麼是天外有天。

雖然是吃貨，我也算是個有志向的吃貨。初中就立志學醫。父母本是反對，他們覺得學醫對女孩子太辛苦，而且以後的職業接觸的人太複雜。他們希望我子承父業，也做大學老師，彈性上班時間，接觸的人單純，還有寒暑假。無奈我是認死理的人，和全家辯論非要學醫，記得有一天我和爸爸爭論到凌晨三點，媽媽和姐姐都堅持不住睡著了。現在想來我也不知道那時何來那麼大的勇氣，竟然與有些大男子主義和家長制的爸爸激烈抗爭。那年在我家鄉招生的重點醫科大是北醫、上二醫、中山和華西。爸爸經過無數次的權衡利弊讓我報了華西醫科大學，我也如願考上。把媽媽愁得不行，因為我一點兒辣都不吃。媽媽覺得到了那個無辣不歡的城市我可怎麼活，豈不知我不僅活下來，成都還打開了吃貨的新天地。



初到成都，不僅僅是我，從北方去的同學都被大大地震撼於食材何其豐富。學校旁邊有條大學路，是個農貿市場。從人民南路一進去最先是水產品。不說別的，賣鱈魚的攤子一溜擺開，每家都給客人現宰鱈魚。剃下的魚骨就擺在宰魚的大木盆前面，北方來的同學還問人家這個魚骨怎麼吃，老闆一句“餵貓的！”讓我們覺得自己真是孤陋寡聞。魚攤後面是肉攤。那時在我家鄉只能買到肥多瘦少的豬肉，媽媽戲謔地稱它為“丹頂鶴”（一大坨肥肉上頂著一點兒瘦肉），牛羊肉都幾乎買不到。成都的豬肉都是瘦肉型的，而且商家可以根據客戶的需求切不同的部位。不僅有牛羊肉，還有兔肉。再往裡是賣禽類的，活的、宰好的都有。再往裡是賣菜賣水果的。蔬菜和水果種類之多也不是北方人能想象的。賣香料的地方也是數不清的品種。熟食也很多，樣樣好吃，連廉價的刀削麵、鍋盔都是美味。說是吃貨的天堂毫不為過。學校的食堂在本地同學眼中自是不怎麼樣，可在我們這些北方同學眼裡食堂菜品已經非常豐富。那時候校東區一個食堂由兩個伙食團承包，有點兒競爭關係。每個伙食團中晚餐都有近二十個肉菜，十來個素菜。肉菜是名副其實的肉多菜少，用很大的盆盛著擺在臺子上，是什麼一目瞭然，選定了把飯盆往那裡一伸，食堂師傅就給打上一勺。盛素菜的器具小一些，那時候的我們學習燒腦，還大多喜歡體育鍛鍊，葷菜比素菜受歡迎。面對豐盛美味，讓一點兒辣都不吃的我犯難。入學一個月，我頓頓都只能吃唯一沒有紅色的菜：五分錢一份的炒豆芽。有一次終於看到另一個沒有紅色的菜，炒土豆絲，趕快買了一份。一口下去直接全吐出來，是比辣更不能讓人接受的麻，麻得口舌都沒了知覺。拼命漱口都不怎麼能緩解。那種感覺幾十年後還記憶猶新。一個月頓頓豆芽的折磨讓我不得不開始嘗試辣。人的可塑性還是很強的，儘管涕淚橫流，我也漸漸開始適應辣，但對麻味，真的是很長很長時間之後才習慣。自從能吃麻辣後，美食天堂又上了一個層次。

雖然那時窮學生沒什麼錢，可成都有太多的小吃

既便宜又美味。平時的街邊攤自不必說，每年一、二月燈會也有小吃。春天還有小吃節，讓我至今念念不忘的麻辣冷就是在小吃節上的所得。還有文殊院的齋飯，全素的材料也能如此的好吃，豆腐皮纏在竹筍上的“糖醋排骨”，豆腐皮裹著土豆泥的“豆瓣魚”裡，還有竹筍做的“魚刺”。各式素菜做的還都有個葷菜名，煞是有趣。無數美食的結果就是半年之內長肉很多。可憐的媽媽在那半年裡極盡擔心不食辛辣的我得瘦成什麼樣，但半年之後的寒假在火車站當媽媽看到像大白饅頭一樣，眼睛都胖成一條縫的我，當時的心情應該是挺複雜的。而年少不知愁的我，成都六年歲月帶給我的吃貨快樂遠遠大於多出的十幾斤肉帶來的煩惱。尤其是等到去高中同學上學的北方大學，在他們的食堂見識了一下有限的幾個菜都寫在打飯小窗口上方的黑板上，根本見不到菜，而且白乎乎的幾片肥肉炒白菜讓人食慾全無的時候，川醫食堂真是讓吃貨幸福感爆棚。

如果說稍有遺憾就是當時是窮學生，沒有充足的財力讓我能更多的享受成都美食。那時候覺得最好吃的就是火鍋了。應了那句話，“貧窮限制了我的想象”。記得實習的時候，有病人請主治醫生吃飯，好心的老師就帶上我們這些實習生。每次老師問想吃什麼，幾個實習生就歡呼雀躍“火鍋！火鍋！”。老師笑咪咪地嗔怪：“咋個老是火鍋，整得我沒得面子嘛！”我們才知道在我們這些窮吃貨天花板般的火鍋，其實並不高級。老師雖然覺得丟面子，還是遂我們心願帶我們吃火鍋。他負責應酬，我們負責吃。也是在那個時候知道成都火鍋的食材涵蓋之廣，毛肚、鴨腸、兔腦都是平常。還有天梯、黃喉，如果不說誰也不知道是牛的上牙膛和主動脈。華西壩上的六年在我人生中如此的重要，不僅僅因為安身立命的知識和才能，不僅僅是餘生溫暖我的同學朋友情誼，不僅僅是遇到一生為伴的命中註定，更有小吃貨的口腹滿足。多年之後生活才告訴我這有多重要。

雖然吃貨的前半生高光時刻隨著離開成都落下帷

幕，小吃貨欣喜地發現時隔六年家鄉的餐飲也悄然豐富。尤其因為原來的男友後來的先生在北京工作，我倆也算是有福享受京津兩地的美食。天津的早點豐富，嘎巴菜、老豆腐、煎餅果子時至今日仍是我們的最愛之一。因為工作關係也經常被請吃飯，雖然天津菜不如川菜，但也有我的喜歡，如八珍豆腐煲。時不時週末去北京也豐富了味蕾。先生平時探路，我去時就到處尋寶，烤肉季、烤肉宛、白魁老號、同盛祥、大三元，各家的爆肚、滷煮、炒肝兒，還有先生工作的醫院出門就是東華門夜市，我們經常徜徉其中。可惜還是囊中羞澀，北京高大上的餐館沒能光顧。先生就比較幸運，工作之便品嚐很多美食，王府井香港美食城還沒開業就能大快朵頤，回來還繪聲繪色給我描述。那時正好是洋餐進軍中國的時候，第一家麥當勞就開在王府井，我品嚐漢堡薯條比天津的小夥伴們都早。Baskin Robbins 一個冰激凌球就十元人民幣，對於當時一個月基本工資只有一百六十元的我來說也算奢侈。好在先生在手術科室工作，工資加獎金還不少，能滿足我一次兩個冰淇淋球。雖然我並沒有覺得 Baskin Robbins 就比七喜、娃娃頭冰淇淋好吃，每次舉著兩個冰淇淋球逛街還滿幸福的。我喜歡看京劇，先生表面上也表現出興趣，但估計讓他能抵禦使其昏昏欲睡的冗長唱段的大概是劇場門口的 Pizza Hut，當時 Pizza Hut 還有 salad bar，蔬菜的那種吃法對於我們算得新奇。先生醫院門口竹竿兒衚衕的早市兒也是我們經常光顧的地方。早市兒八點多就沒了，對於年輕缺覺的我們是個挑戰，然而吃貨為了吃而克服困難的毅力不容小覷。記憶猶新的是那裡活蹦亂跳的新鮮鯉魚，大的十元三條，小的四條。總是忍不住買，可對於當時還不會做飯的我來說是個挑戰。買回去大眼瞪小眼的結果就是先生一擡袖子“我來”。然後就是魚加上所有能加的材料一頓煮。當時因為魚新鮮還覺得滿好吃的。現在想來真有點兒暴殄天物。北京還有個吃貨的寶藏就是駐京辦。各省加省會都有自己招待進京大吏的賓館，其內的餐廳是正宗的各省市美食。當時還有些小確幸，想著

這麼多駐京辦夠我們尋寶一陣子。首先去的就是四川駐京辦，那裡的翠魚水煮印象深刻，端上桌的魚盆裡半盆的紅辣椒，服務員當著我們的面舀走辣椒是我們不曾發現的上菜方式。正當我們慢悠悠的計劃吃遍駐京辦時，卻猝不及防地出國了。

雖然我們幸運，落腳美國之地是世界文化熔爐的紐約，飲食文化的衝擊也還是有的。首先就是發現老外 supermarket 幾乎不賣生豬肉，需要到 Chinatown 才能買到，而且比牛肉還貴。當時還比較拮据的我們只好放棄豬肉，以致後來經濟條件好些又可以吃豬肉，發現豬肉的確有股不是很好的味道。然後是食堂的飯菜真的是一言難盡。總是就那麼幾樣不說還都挺難吃。但有一樣我倒是在現在都有些小懷念，就是每週五的燉火雞翅，那麼難吃的火雞居然可以燉得軟爛入味，對吃貨還略是安慰。還有老外的飲食方式也讓初來乍到的我新奇，第一次看到一位女士拿水果刀片著一大個青辣椒吃，還被小小震撼了一下。忽然明白所謂長見識其實就是有機會看到這個世界存在的你認知以外的事。雖然食堂不好吃，好在紐約有很多中餐館。我們剛去時還以廣東菜為主，其中早茶是我們的最愛。因為聽不懂廣東話，吃早茶時不僅僅要專注於吃，還得眼觀六路地不錯過經過的小車上的碟碟碗碗。先生說每次看到我一邊吃一邊緊張地左顧右盼、生怕錯過什麼的樣子甚是有趣。紐約最值得一提的是鹿鳴春的蟹粉小籠包，是我迄今為止吃過的最好吃的小籠包。離開多年以後帶孩子們去紐約玩兒，在鹿鳴春外等了近一個小時，已經焦躁不安的兒子吃第一口時發出感慨是“Definitely worths the wait”。可惜去年再訪紐約，鹿鳴春已經搬地方且易主，再也沒有原來的小籠包。既然出來闖世界，自然也要兼容各個國家的美食。日本的魚生，越南的 Pho，義大利麵、披薩，約旦的素茄子，法式麵包，當時還不普遍的印度餐，自然還有美式的 burger、BBQ。曾經住過 Queens 的 Astoria，地鐵出口就有一家麵包店，幾乎每天下班都在店裡等新鮮出爐 Hero，手捧熱騰騰的



Hero 和先生一人一口吃回家，尤其是在寒冷的冬日，小小麵包予以我們的溫暖與滿足，時至今日仍心底盪漾。然而儘管可以品嚐世界美食，卻都抵擋不了我們對國內美食的懷念和嚮往。尤其是在美國生活一年左右，以致於每天晚上睡前都要雲美食一番，回憶小時侯家鄉味道，到成都美食，再到北京的點點滴滴，很多時候都在雲美味中漸入夢鄉。

即使無比懷念且嚮往曾經的美食，我甚少想到過自己製作。雖然也日常做飯，但都是非常基本水平。飽腹而已，絕談不上什麼美食。原因之一是從小父母寵愛，媽媽非常能幹，每次我拙手笨腳地備菜，媽媽都受不了，直接把我趕出廚房。另一個原因是媽媽覺得熱愛美食，尤其是熱愛製作美食非常沒出息。我的祖母是傳統的舊時代女性。一生的目標和任務就是照顧好家庭。在我童年與她有限的相處時間裡對她的印象是她每天大多數時間都在廚房。作為職業女性的媽媽對此頗為嗤之以鼻。儘管祖母烹飪水平相當可以，甚至可以從非常基本的材料自己創造製作食材，媽媽始終覺得這種圍繞吃的一生非常沒出息，花費在製作美食上的時間是無比的浪費。我們二十幾分鐘就結束戰鬥讓她覺得她做飯的一個多小時非常不值得。大概也不只是我媽媽，父母那一代可能都有這種認知。我有一個朋友說她媽媽平時脾氣還好，但一進廚房就發火。受父母影響即使自小就是個小吃貨，我自然也不能把自己的精力過多地放在製作美食上。

直到四十多歲時生了一場大病，幾乎近三年的時間食慾全無，所有東西都食之無味，味同嚼蠟，甚至還有苦味。不要說有任何享受，如果不是為了活下去，我大概都不會吃東西。彼時才明白吃對一個人是多麼重要，若無食慾，也無美食感受，人生無趣甚至生不如死。就在我以為餘生就要受此折磨時，我的食慾卻毫無預兆地回來了。清楚地記得那是又一個毫無樂趣的午飯後的兩點多鐘。坐在電腦前工作的我突然非常想吃奶油蛋糕。當時的我並沒意識到這對我意味著什麼，只

是非常奇怪，因為我一直都不怎麼喜歡吃奶油蛋糕。後知後覺的我很久以後才明白那一刻是上天予以我餘生的眷愛。寶貴的食慾迴歸和味蕾覺醒讓我明白能做一個吃貨不是羞恥而是幸運。由此也開始了我對美食和製作美食無限的追求，且驚喜地發現我居然有著烹飪天賦，或許這基因就來自於祖母。之所以覺得是天賦，其一是發現我能品嚐出很多人品嚐不出的味道且可以描述出來；其二是能複製出很多美食，但當與其他人分享方法時，得到的多數反饋是他們做不出來；其三是在製作美食的道路上永不言敗，屢敗屢戰，愈挫愈勇。我的美食製作沒有地域、國界限制。只要可以找到食材，製作過程不是特別高不可攀都願意嘗試。因為嘗試之下的成功又形成正反饋，於是更願意逐鹿廚房。及至空巢，可以世界各地旅遊，我的美食人生打開了新篇章。羅馬萬神殿旁邊小店的咖啡，比利時 Newport Beach 上的青口，奧地利薩爾斯堡的炸豬肉，葡萄牙里斯本的海鮮飯，義大利 Cumo Lake 小鎮上的烤章魚，慕尼黑啤酒節上的鮮啤酒，日本溫泉旅館的涵蓋極多的懷石料理，韓國的活章魚火鍋，等等，等等。我的美食天幕上佈滿了閃亮的、我所鍾愛的星。也因著對美食的熱愛，人生滿足感與幸福感不會缺席。未來不可知，但只要還有能力去感受並熱愛美食在味蕾上的綻放，人間便值得。

年過半百常愛感慨，那天說到“餘生寶貴，不容浪費。”先生聽後戲謔地說：“不止魚生，紅燒肉也寶貴啊，也不容浪費。”於是兩吃貨相視而笑，餐桌旁坐下來，細細品味我們的不容浪費。





功成名就後因何自毀？

陳華瑛

有位叫「謝家華」的華裔商業奇才曾經聞名科技界。他在 90 年代從哈佛大學畢業後自行創業，於 1996 年成立廣告網站 Link Exchange，兩年後以 2.65 億美元賣給微軟。1999 年他又投資創立賣鞋網站 Zappos，到了 2009 年該網站收益已達到 10 億美元，並於當年以 12 億美元賣給亞馬遜。之後仍續留公司擔任執行長，直到 2020 年 8 月才退休。哪知 3 個月後他因生活萎靡嗜好玩火而喪生，年僅 46 歲。

功成名就的人為何又會踏上向墮落自毀之路呢？最常見的答案是：「飽暖思淫慾」；只知道追求物質而忽略了精神生活。然而也有許多成功人士仍舊活得有滋有味有勁頭，並不會步入歧途至不可自拔。這類雲泥之別的差異引人深思。於是我嘗試檢視謝家華與另一位華裔名人金國威的兩種人生，想從中得到一些啓示。

根據資訊，謝家華少年得志，二十多歲就身價上億。他的網路鞋店開創極致的客戶服務，顧客買一雙鞋子，會收到三雙，試穿後留下最好的，再免費退回其他兩雙。其名言是他雖賣的是鞋子，實際上是要傳遞幸福快樂。他也希望員工快樂

幸福，公司裝飾成遊樂場所般；人事管理上也沒有等級制度，鼓勵員工自由發揮，可以帶貓狗等寵物上班。

有心裡分析家說，一個人越是缺乏什麼，就越要追求什麼。謝家華口口聲聲要給大家幸福快樂，左一聲幸福，右一聲快樂，似乎是一種微妙的暗示。熟知他的人都說他很不快樂，他其實很孤獨……那麼問題的癥結究竟在哪兒呢？這一切也許可以從他的原生家庭一窺端倪。

根據謝家華的自傳，其父母從台灣移民來美，都是拿博士學位的高等知識份子。父母對他從小要求嚴格，學業成績必須全「A」外，各種課外活動也馬虎不得，排得滿坑滿谷：例如參加電腦營，打橋牌，下象棋，參加學校游泳隊，滑雪，玩四種樂器（鋼琴、小提琴、小喇叭與法國號），進入學校的辯論隊，外加週末上中文學校學中文……他每週只能看 1 小時的電視。對爸爸媽媽的要求與安排，他雖然都接受且應付如儀，內心卻頗有反感，機伶如他乃採取陽奉陰違的對策，想方設法投機取巧……



他形容爸媽是典型的亞裔父母，會定期與其他亞裔家庭聚會。他觀察到大人在一起閒聊的時候，談的全是孩子們的成績。他因此得到一個結論：亞裔父母最在意孩子們的三件事是：學業成就（讀名校），好職業（賺大錢），玩樂器（附庸風雅）。每次晚餐結束後小孩子都得輪流表演彈琴拉琴之類的，表面上是提供娛性節目，其實是家長們藉此互相評比孩子。

在父母完全以功利為導向的教養下，聰明絕頂的謝家華果然進入哈佛大學，畢業後成為一個商業奇才、賺錢機器。然而他越富有似乎就越空虛孤獨，也缺乏真正的朋友。他在成長過程中被父母安排了密不透氣的學習課程，恐怕也騰不出時間來跟別的孩子玩耍交誼。這肯定影響了他日後的交友能力。他在死前數個月曾用錢收買公司的50個員工，支付高薪請他們遷到猶他州的私人豪宅作伴。可想而知能接受這種安排的人多半是趨炎附勢之流。狐群狗黨環繞身邊更加速了他的酗酒、嗑藥、迷戀火燭等病態行徑，終至萬劫不復。

對謝家華而言，財富顯然不能填補他的空虛。金錢既不能為他帶來心靈的喜悅，也沒能為他買到真正的友情，反而誘發他放縱無度、結出惡果。

這讓我想起另一位有點傳奇性的華裔，一位在攀岩登山界頗有名氣的高手 + 攝影家金國威。金家爸媽也像一般亞裔父母，對孩兒有望子成龍的期盼。哪知他在大學時竟迷上攀岩登山，畢業後跑到優勝美地跟一群登山族混在一起，竟日切磋琢磨攀岩技巧。他靠偶而打零工、端盤子等籌儲生活費，平日住在一輛破車裡，甚或搭營睡覺，仿若漂泊遊民。後来越玩興頭越大，樂此不疲，終於踏上專業登山的不歸路，沒再回頭。後來他跟幾個夥伴創下多項世界紀錄，並在2011年創下世界首度成功攀登喜馬拉雅山的梅魯峰（鯊魚鰭路線）。該過程被他拍成紀錄片，

在美國獨立製片電影節「日舞影展」（或稱聖丹斯電影節 Sundance Film Festival）獲得觀眾獎（Audience Award），一時聲名大噪。

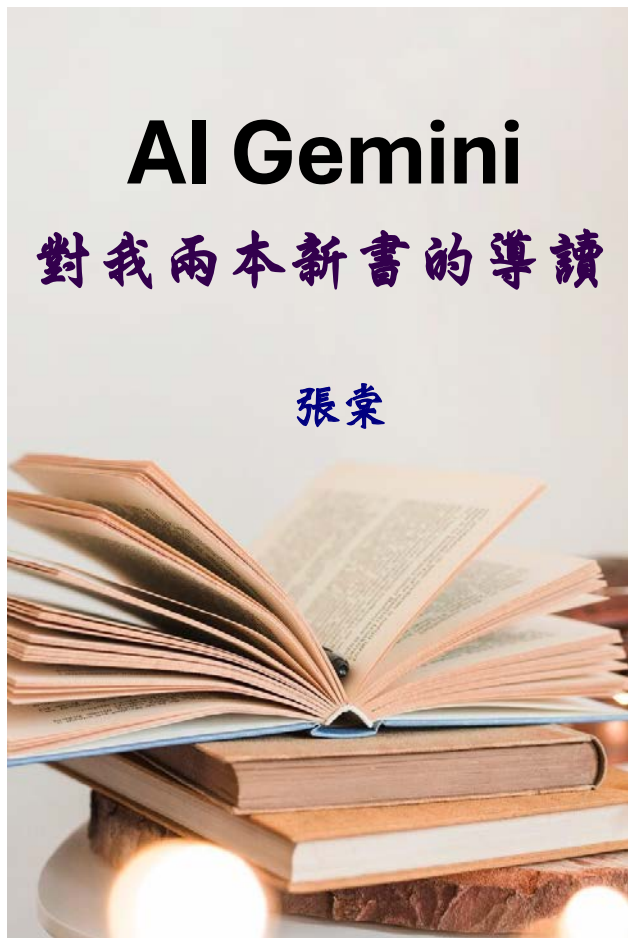
從影片中可以看出這些專業攀岩者不同於一般沽名釣譽的業餘玩家。他們對大自然，尤其是巍峨山岳充滿敬畏仰慕之心。他們熱衷琢磨攀岩技術、努力鍛鍊體魄與耐力，既為挑戰自己，也期盼能克服萬難探索各種奇山異峰，享受環視蒼穹下的莽莽遼闊，感受靈魂深底的觸動與昇華，體驗死而無憾的滿足與喜悅。

攀岩登山是他們的熱情所在，是其生命歡悅的驅動力。他們對一己所做全力以赴；不但三餐不繼、漂泊流浪仍無怨無悔；也甘冒生命危險，至死不渝。金國威提到他因經常跟死神打交道，常常好奇自己最終會如何死法？他幾度在進出鬼門關、千鈞一髮的當兒浮上「噢！原來我就是這樣走的……」的念頭。

他現在闖出名堂來了，收入肯定有所改善。可是富貴於他如浮雲，金錢無法誘惑他墮落，不能動搖他對攀岩的熱愛。此外，在從事攀岩活動的過程中他也結交了不少志同道合的朋友，培養出深厚的革命同志般的友誼。他們彼此惺惺相惜，互相鼓舞打氣，讓他的人生浸淫在有伴同行，吾道不孤的溫馨裡。

其實世上有很多功成名就的人士並不會因為多金而步入旁門左道。也有不少秉持助人為樂的信念而熱衷公益與慈善事業，幫助這個世界變得更美好些。如果謝家華的父母當初能引導他發掘自己真正的熱情的所在；開拓他的視野與胸襟，以他的聰明才智必能大有作為，也可以活得興致勃勃豐盈喜悅。

他真是太可惜了，一生努力追求的金銀財富不但不能使他快樂，反而成了把他推入深淵的推手，令人無限唏噓！



2025 年年初，我出了兩本新書，都得到台灣僑聯總會之佳作獎。《會飛的恐龍》獲詩歌獎；《人在美國西湖》獲散文獎。詩歌是我第一次得獎。散文則是第二次獲獎（第一次是 2013 年的《蝴蝶之歌》）。

僑聯合總會每年都舉辦海外華文著述獎比賽，參賽者來自世界各地，2025 年散文錄取 11 名，小說 6 名，詩歌 5 名。

我的大學同學唐虞治，熟悉 AI 語言，她聽到同學老年獲獎，而且得散、詩雙料獎，就說她要幫我查看 AI Gemini 看看電腦怎麼推薦，下面就是她從電腦 AI Gemini 幾秒鐘閱讀評論的結果：

《人在美國西湖》

張棠的散文集《人在美國西湖》是一部多面向的作品，以細膩清新的筆法，描繪了作者在美國西湖村（Westlake Village）的日常生活、自然風

光，並融入身處異鄉的觀察與感悟，折射出東方文化在西方土地上的溫度與靈光。

1. 詳細內容介紹：

這本書主要以作者張棠居住的美國「西湖村」為中心，將作品分為幾個主要的內容面向：

- 自然與日常：書中大量篇幅描繪了西湖村安靜優美的環境，例如前有小山巒、左有高大常青橡林的自然景致。作者將清晨的朝霞與烏鴉、雨後山谷的雲霧，描繪成「真中國山水畫也！」，展現了對大自然的詩意觀察。
- 花鳥系列：作者特別喜歡描寫花鳥，例如書中提到〈沙漠奇花〉、〈月下佳人〉、〈好鳥枝頭亦朋友〉等篇章，結合了知性與感性，深入介紹各種植物與鳥類，充滿生動的趣味。
- 浮生點滴：記錄了作者隨和寫意的生活點滴，包括她在退休前後的心境轉變，以及一些充滿會心一笑的生活軼事。
- 旅遊遊記：文集中也收錄了作者在各地旅遊的見聞和感想，如〈哈佛與 MIT 的早春〉、〈中南美筭記三則〉、〈吳哥印象〉、〈北京大學巡禮〉等，展現了開闊的視野。

異鄉感悟：透過優雅的華文文字，表達了身處異鄉的文化觀察與感悟，讓讀者感受到東方文化與西方環境的交融與對話。

2. 解釋與評論：

- 解釋：「西湖」的意象：作者筆下的「西湖」指的是她居住的美國加州西湖村（Westlake Village）。這個地名巧妙地與中國著名的杭州西湖產生連結，使得作者在描寫異國風光時，自然地融入了中國山水畫、古典詩詞等東方美學視角。這種中西文化意象的疊加，是本書的一大特色。
- 寫作風格：張棠的文字特點是平易近人、不事雕鑿，但同時擁有細膩清新和詩意筆觸。她善於運用古典詩詞（如引用楊萬里的「小荷才露尖



尖角」)來點綴現代的描寫,使文章在清淡中見雋永,在寫實中見靈光。

- 優點(清新脫俗的意境):本書最大的價值在於其文學性與情感深度。作者將美國的日常景色,用一種詩意化、中國化的視角來呈現,讓讀者即使身處異鄉,也能感受到一種靜謐、優美的生活氣息。特別是她對花鳥自然的描寫,充滿了對生命的熱愛與對美的敏感捕捉,展現出清新脫俗的氣質。

- 特色(豐美多面向的文集):人在美國西湖》不僅僅是單純的寫景或生活記錄,它涵蓋了自然觀察、生活哲思、文化感悟和旅遊見聞等多個層面,因此被評論為「豐美多面向」。讀者可以從中獲得知性(關於花鳥的知識)、感性(對生活的熱愛)和趣味(生活小事)的多重收穫。

主題(文化上的雙重認同):張棠的文字代表了海外華文作家的一種獨特視角:他們在享受西方生活環境的同時,依然保有對東方文化的深厚情感和美學習慣。這本書是關於在異鄉土地上如何尋找和定義生活中的美,以及東方文化的光芒,溫暖地折射在西方土地上的成功實踐。

總結來說,《人在美國西湖》是一本優雅、細膩且充滿詩意的散文集,它不僅描繪了美國西湖村的美景,更展現了作者張棠作為一位海外華文作家,其內心的寧靜與豐富。

《會飛的恐龍》

關於張棠的詩集《會飛的恐龍》,這是一本融合了古典與現代詩藝、充滿生命感悟與自由精神的作品。

1. 核心內容與主題

- 「詩者,心也»:詩人以清新自然的筆觸,觀察四季流轉、花開花謝,書寫多元且變化的新世界。
- 讚美生命與自然:詩作中充滿了對生命的讚美與對自然界美好的歌頌,用真心寫景,善心寫

情。

- 突破與希望:詩集探討生命的起伏與深意,即使在人生的低谷,詩人也看到一個純樸無華、充滿希望的世界,鼓勵在黑暗中耐心等待「生命的門扉」啓開。

從「恐龍」到「飛翔」的轉變:書名《會飛的恐龍》象徵著詩人從最初的笨拙、傳統、拘束(恐龍)中掙脫,透過寫詩的過程,逐漸獲得自由、靈感與突破,最終感受心靈的飛翔(會飛)。詩人認為詩是「自由的產物」。

2. 詩藝特色

- 風格多樣,融合古今:本詩集涵蓋了自由詩、白話詩,以及融合五七言格律詩的創作。古典韻味與現代語感並存:張棠以靈活的筆法,將古典的韻味與現代的語言習慣相結合,展現獨特的詩藝。

語言簡樸:詩歌的語言風格傾向於簡樸自然,不追求雕琢,但充滿哲理與藝術性。

3. 創作背景與特色

- 家族的詩人傳承:張棠出自「十四代詩人之家」,其祖輩有多位詩人與進士,這也激勵她發掘並珍惜自己的天賦。

- 家庭的「成績單»:詩人自述這本詩集不只是一本作品,更是「全家人的一份成績單」,其中收錄了弟弟張三的詩論,以及她對家族詩人的記載,甚至還有丈夫翻譯的詩作,體現了詩歌在家庭中的重要地位。

師友的肯定:詩集獲得詩人張三、美國洛杉磯華文作家協會會長王偉等人的肯定與推薦,讚揚其「對生命的深刻思索和對世界的溫柔注視」。

總結來說,《會飛的恐龍》是張棠的一部心靈成長詩集,它紀錄了詩人掙脫傳統束縛、追求自由創作的歷程,並以其樸實的語言、豐富的詩體和對生命希望的堅持,為讀者帶來溫暖與啓發。

王心皓書法作品介绍



◀ 名稱：諸葛亮《隆中對》(節錄)

書法類型：歐體楷書

作品尺寸：53x25”

書寫材料：黑墨寫在半生熟宣紙上

創作年代：2026年

書寫內容：自董卓以來，豪傑並起，跨州連郡者不可勝數。曹操比於袁紹，則名微而眾寡。然操遂能克紹，以弱為強者，非惟天時，抑亦人謀也。今操已擁百萬之眾，挾天子而令諸侯，此誠不可與爭鋒。孫權據有江東，已歷三世，國險而民附，賢能為之用，此可為援而不可圖也。

▼ 名稱：節錄臨摹《曹全碑》

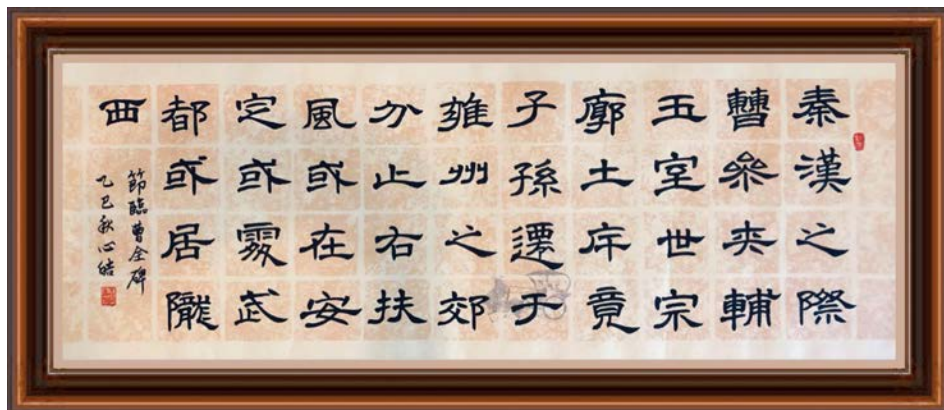
書法類型：隸書

作品尺寸：36x113.5”

書寫材料：黑墨寫在馬車蠟染宣紙上

創作年代：2025年

書寫內容：秦漢之際，曹參夾輔王室，世宗廓土，斥竟子孫，遷於雍州之郊，分止右扶風，或在安定，或處武都，或居隴西。





▲名稱：臨摹王羲之集字《心經》全部

書法類型：行書

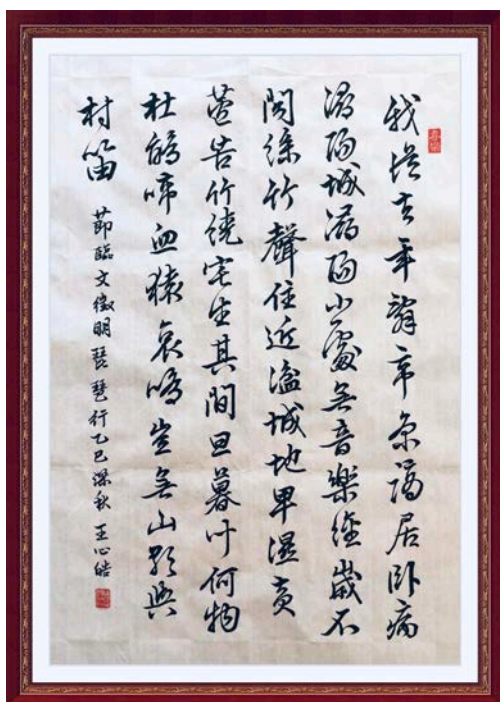
作品尺寸：14x56”

書寫材料：黑墨寫在撒金宣紙上的橫幅

創作年代：2026年

書寫內容：般若波羅蜜多心經

觀自在菩薩，行深般若波羅蜜多時，照見五蘊皆空，度一切苦厄。舍利子！色不異空，空不異色；色即是空，空即是色，受想行識亦復如是。舍利子！是諸法空相，不生不滅，不垢不淨，不增不減。是故，空中無色，無受想行識；無眼耳鼻舌身意；無色聲香味觸法；無眼界，乃至無意識界；無無明，亦無無明盡，乃至無老死，亦無老死盡；無苦集滅道；無智亦無得。以無所得故，菩提薩埵。依般若波羅蜜多故，心無罣礙；無罣礙故，無有恐怖，遠離顛倒夢想，究竟涅槃。三世諸佛，依般若波羅蜜多故，得阿耨多羅三藐三菩提。故知：般若波羅蜜多是大神咒，是大明咒，是無上咒，是無等等咒，能除一切苦，真實不虛。故說般若波羅蜜多咒，即說咒曰：揭諦揭諦，波羅揭諦，波羅揭諦，菩提薩婆訶。般若多心經



◀名稱：臨摹文徵明《琵琶行》(節錄)

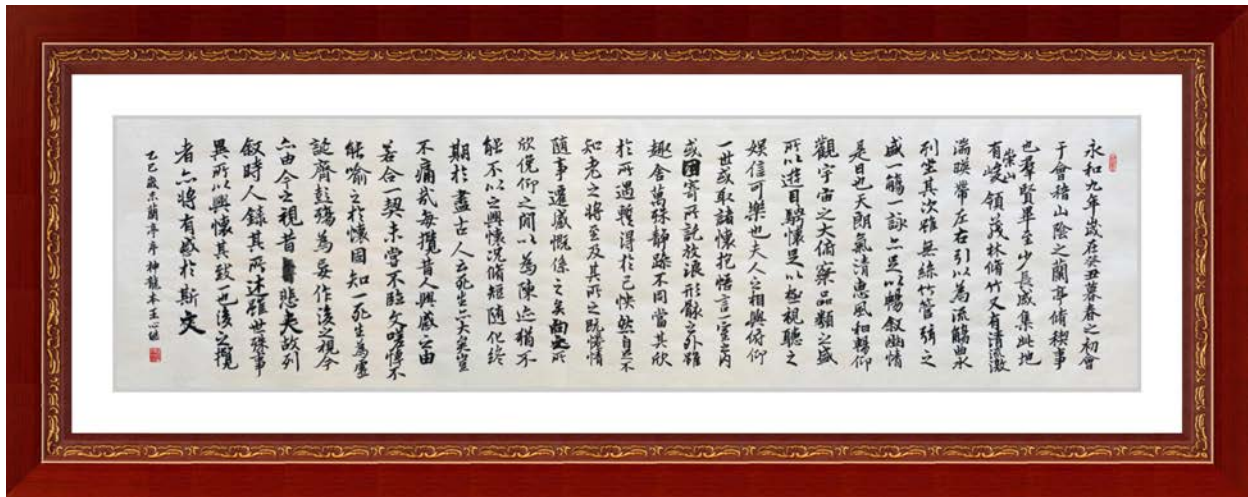
書法類型：行書

作品尺寸：27x18”

書寫材料：黑墨寫在半生熟宣紙上

創作年代：2025年

書寫內容：我從去年辭帝京，謫居臥病潯陽城。潯陽地僻無音樂，終歲不聞絲竹聲。住近湓江地低溼，黃蘆苦竹繞宅生。其間旦暮聞何物，杜鵑啼血猿哀鳴。春江花朝秋月夜，往往取酒還獨傾。豈無山歌與村笛。



▲名稱：臨摹王羲之《蘭亭序》馮承素之神龍本全部

書法類型：行書

作品尺寸：16X59”

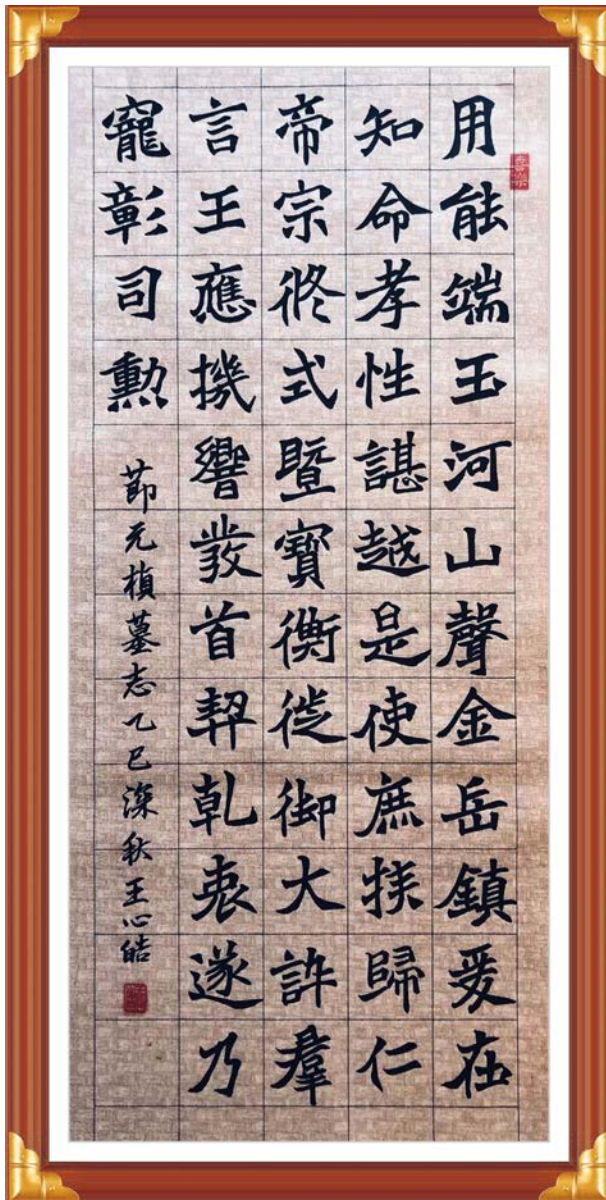
書寫材料：黑墨寫在半生熟宣紙上的橫幅

創作年代：2026年

書寫內容：永和九年，歲在癸醜暮春之初，會於會稽山陰之蘭亭，脩禊事也。群賢畢至，少長鹹集。此地有崇山峻嶺，茂林脩竹，又有清流激湍，映帶左右，引以為流觴曲水，列坐其次。雖無絲竹管絃之盛，一觴一詠，亦足以暢敘幽情。是日也，天朗氣清，惠風和暢，仰觀宇宙之大，俯察品類之盛，所以遊目騁懷，足以極視聽之娛，信可樂也。夫人之相與，俯仰一世，或取諸懷抱，悟言一室之內，或因寄所託，放浪形骸之外。雖趣舍萬殊，靜躁不同，當其欣於所遇，暫得於己，快然自足，不知老之將至。及其所之既倦，情隨事遷，感慨係之矣。向之所欣，俯仰之間，已為陳跡，猶不能不以之興懷。況脩短隨化，終期於盡。古人雲，死生亦大矣，豈不痛哉！每攬昔人興感之由，若合一契，未嘗不臨文嗟悼，不能喻之於懷。固知一死生為虛誕，齊彭殤為妄作，後之視今，亦猶今之視昔，悲夫！故列敘時人，錄其所述，雖世殊事異，所以興懷，其致一也。後之攬者，亦將有感於斯文。

書家介紹：

我是王心皓，台灣臺北人。為落款方便，取別名厚德。我從8歲開始學習書法。楷、隸、行及魏碑均有涉略。現在每日的提筆弄墨，成為我照顧家庭之外紓解壓力的最佳法寶。



◀名稱：臨摹《元楨墓誌銘》節錄

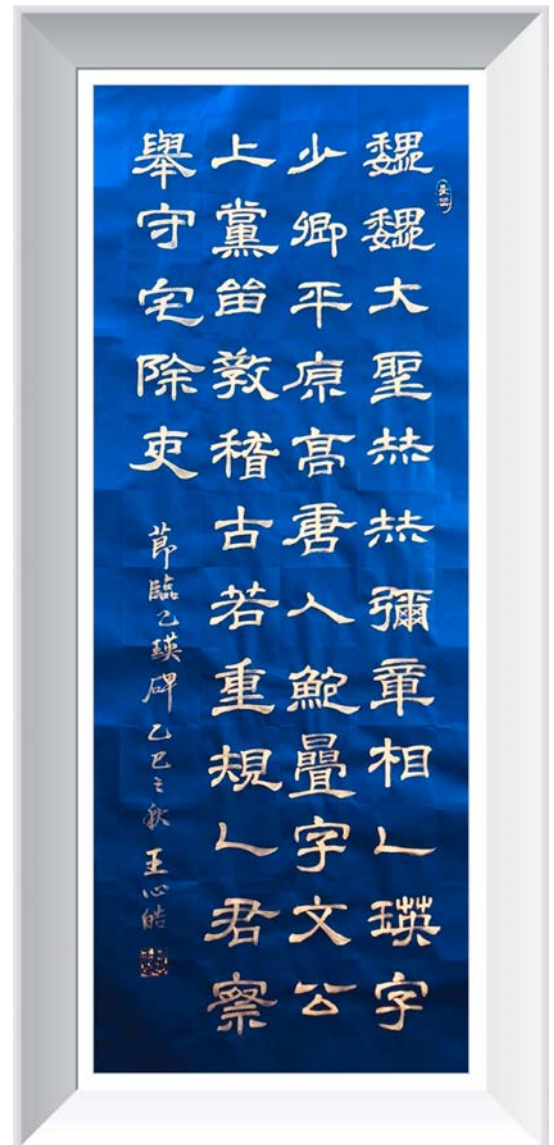
書法類型：魏碑體

作品尺寸：31x13.5”

書寫材料：黑墨寫在仿古格線蠟染宣紙上

創作年代：2025年

書寫內容：用能端玉河山，聲金嶽鎮，爰在知命，孝性湛越，是使庶族歸仁，帝宗攸式，暨寶衡徒禦，大諄群言，王應機響發，首契乾衷，遂乃寵彰司勳，賞延金石。



▶名稱：節錄臨摹《乙瑛碑》

書法類型：隸書

作品尺寸：35x14”

書寫材料：金墨寫在藍色宣紙上

創作年代：2025年

書寫內容：魏魏大聖，赫赫彌章，相乙瑛字少卿，平原高唐人，令鮑疊字文公，上黨留人，政教稽古，若重規，乙君察舉，守宅除吏。

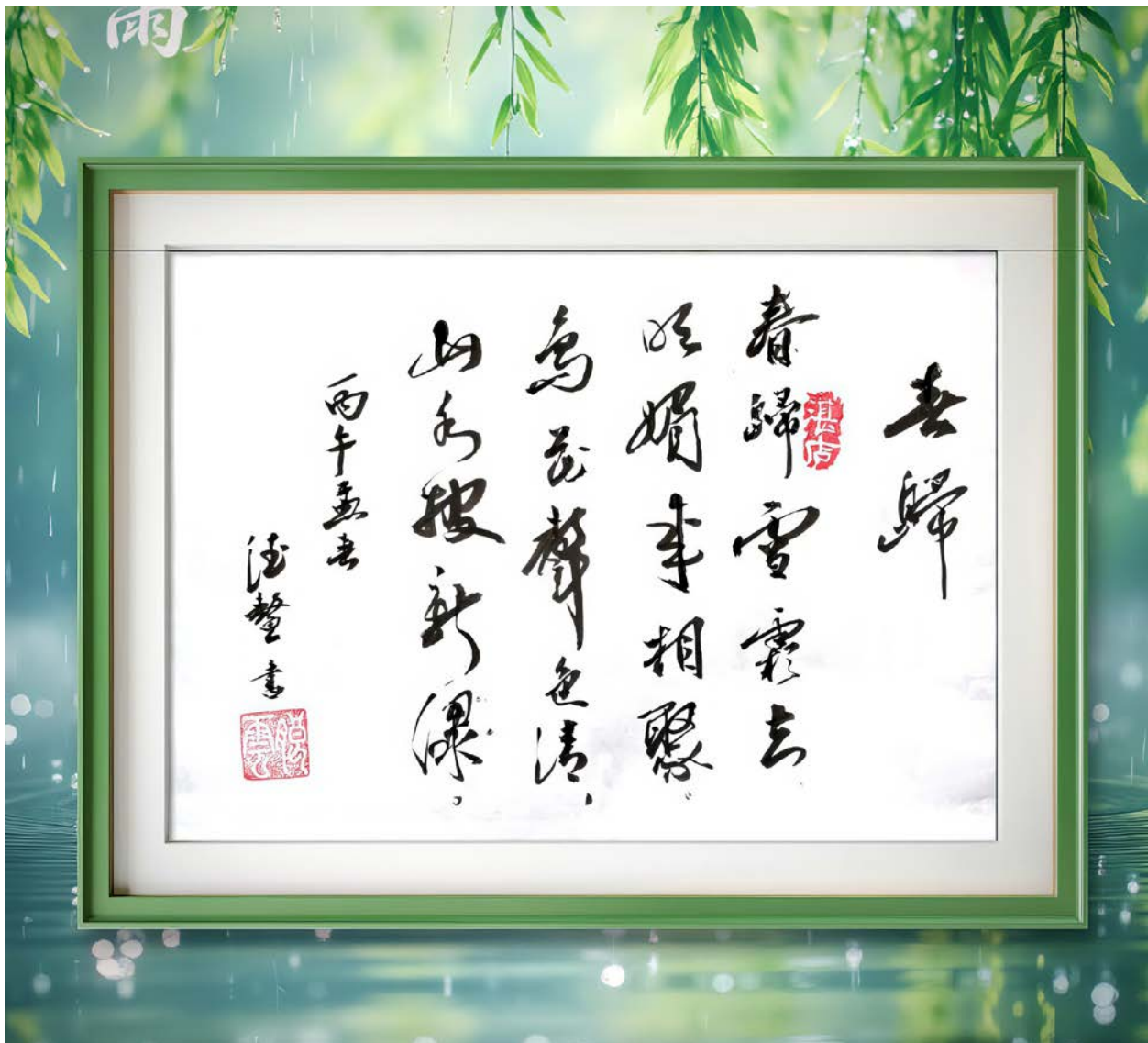


春歸

作者：李德鰲

春歸雪霜去，
明媚來相聚。
鳥花聲色清，
山水披新綠。

於多倫多





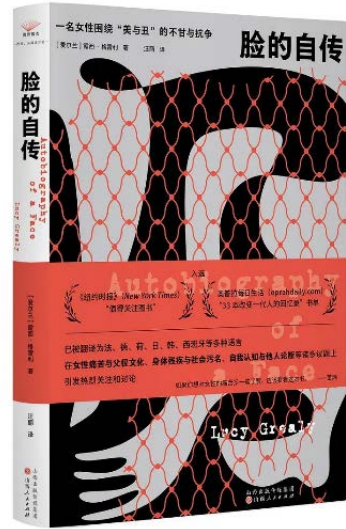
康谷華協永久會員 **CCCA Lifetime Members**

祝華僑先生 / 魯台孫女士
何慶華先生 / 蔣明權女士
李雅明先生 / 張寧孜女士
林志中先生 / 陳長秀女士
徐衛龍先生 / 方梅女士
羅福華先生
張奕霆先生 / 廖惠芳女士
張吾伊先生 / 翁梅影女士
張貴斌先生 / 武國英女士
張大健先生 / 胡小明女士
蔣時亮先生 / 劉香巖女士
陸麗珠女士
蕭博洋先生 / 賴伶君女士
修建虹先生 / 張蘇雯女士
徐以誠先生 / 朱情女士
江曉帆先生 / 陳玲伶女士
關學廉先生 / 紀星華女士
李昭先生 / 孫惠明女士
梁寬洲先生 / 黃家蘭女士
彭躍南先生 / 藍芸女士
王克中先生 / 林震寰女士
王友平先生 / 張建華女士
胡建策先生 / 蔡友文女士
吳禎祺先生 / 潘雪燕女士
嚴海先生 / 孫玉女士
林可岳先生 / 劉世華女士
羅浩林先生 / 吳茵茵女士
張茂生先生 / 歐陽虹女士
陳小明先生 / 周洪女士
鄭德音先生 / 鄭美芳女士
黃亮先生 / 張嘉倫女士
崔磊先生 / 葉晚林女士

孫邦華先生 / 王維亞女士
楊明發先生 / 李瓊女士
周大偉先生 / 劉綺華女士
劉寧先生 / 吳迎春女士
郭仲玖先生 / 顏惠貞女士
鄭乃碩先生 / 謝麗容女士
孫翔之先生 / 喬宗慈女士
姚志明先生 / 尚虹女士
劉龍斌先生 / 周雯女士
杜厚洸先生 / 俞美娟女士
劉建華先生 / 吳正宜女士
Michael先生 / 葛曉惠女士
齊鵬先生 / 董健女士
施志青先生 / 徐愛萍女士
羅愛華女士
邱道志先生
呂建德先生 / 陳淑貞女士
Mr. Thomas Chung / 庄裘莉女士
Mr. Brian Chase / 畢曉娟女士
趙怡女士
高煜先生 / 黃桂林女士
蔡嘉倫先生 / 蕭明花女士
林冰先生 / 林張肖玲女士
錢文絢女士
王新宇先生 / 曲玉生女士
王海寧女士 / 胡朝陽先生
張建萍女士 / 李文成先生
汪宜女士 / 李哲先生
關德松先生 / 張棠女士
秦定宇先生 / 趙蓮女士
易莉女士
劉楊女士 / 宋杰先生

徐建春先生
張勵女士 / 石立成先生
徐元建先生 / 王暉女士
涂毅先生 / 洪希女士
丁凱軍先生 / 董平女士
儲文松先生 / 王盼成女士
邵紅霄先生 / 潘建美女士
陳浩先生 / 陳亞麗女士
朱牧仁先生 / 靳海喃女士
游麗惠女士 / 吳忠憲先生
徐冰女士 / 劉立憲先生
張清春女士 / 羅權舟先生
梅芳華先生 / 胡贇女士
徐欣女士 / 王堅先生
劉琳女士 / 陳雪軍先生
閻月會女士 / 葛永茂先生
Mr. Ray Chui / 岳一梵女士
許大昆先生 / 曹怡女士
吳華山先生 / 陳珉縈女士
曾穗藍女士
柯文新先生 / N.Tamayo女士
胡琳女士
周恩明先生 / 張冬梅女士
劉存熙先生 / 吳菁苓女士
劉蓓蓓女士
沈曄先生 / 王玉琴女士
李明先生 / 包捷敏女士
甘泉先生 / 駱偉蘭女士
趙春霞女士
陳禮輝 / 王玲娜
黃弋民先生 / 曹文瑾女士

一張臉的自傳： 被醫治與被譏諷的 《千橡》雜誌



編者按：原文作者乃《漢唐陽光》編輯閻亮，本刊征得《漢唐陽光》同意轉載。此書原名《Autobiography of a face》，作者Lucy Grealy露西·格雷利（愛爾蘭），中文版譯者汪麗，漢唐陽光策劃，2025年8月由山西人民出版社出版。

喬治·奧威爾說：“自傳只有寫了一些不光彩的事情時才可信。”拿奧威爾的話來察驗《臉的自傳》這本書，會發現書中充斥著“丟臉”事件，多到令人感覺殘忍。這部自傳的作者露西·格雷利說：“我的臉代替了我這個人，而我消失不見了。”露西的臉如此獨特，是因為美貌嗎？恰恰相反，它是一張因疾病而殘損的臉，處處遭到敵意和譏諷。露西說：“在我拿到的特定的人生腳本中，並沒有寫入‘贊許’這個詞。”

這是一個充滿苦難的腳本：露西9歲時，臉部被查出患有一種兇險的骨癌——尤文氏肉瘤，經過一場大手術後，她失去了三分之一下頷；10歲至13歲，被沒完沒了的放療、化療折磨，她“瘦得令人不忍直視”；16歲開始，直到這部自傳出版，露西做過近30次面部修復手術，均以失敗告終。除了身體的痛苦，更有社會汙名對心靈造成的傷害。

如果說，每一種人生經驗都蘊含寶藏，那麼，從極度的痛苦中浴火重生，並帶回能讓所有人受惠的珍貴啟示，難度無疑是最大的。但露西做到了，她的自傳直面痛苦，並用盡全力去理解和言說痛苦。

人類的天性卻是回避痛苦，不僅害怕自己受苦，也對他人的痛苦垂目。露西患癌期間，她

的病情被公開在一個祈願名

單上，於是她收到大量陌生人的來信，這些信都表達了類似的想法，建議她去想一些快樂的事情。露西的家人也不能做得更好，甚至露西要在家人面前學會得體地受苦，她的母親堅持叫她不要哭。“人必須表現良好。人也絕不能抱怨或掙扎。在任何情況下，都絕不能流露出恐懼，最為重要的鐵律是，永遠且絕對不能哭。”露西嚴格遵守這些信條，當她無法控制自己的淚水時，心中便會生出強烈的自責。

在病人面前只說冠冕堂皇的話，親朋好友則不許病人悲觀，這是人的通病，往往將病人推入孤立無援之中。蘇珊·桑塔格說，“疾病是生命的陰面……我們都只樂於使用健康王國的護照”，又把某些痼疾當作禁忌，給它們加上臆想的汙名。相反，露西“沒有任何辦法能夠逃避痛苦”，但她有一種天賦，就是“擁有高度強烈的‘自我意識’”。《我身體裡的人造星星》的作者、愛爾蘭女作家希內德·格利森如此評價《臉的自傳》，說它“是唯一直接、專注、深刻地向我講述身體疾病帶來的自我意識的書”。

活檢、切除、放療、化療、虛弱、疲勞、脫髮、嘔吐，人們對癌症的認識往往限於零星的詞彙，留下大片諱莫如深的虛空。露西在病癒多年之後才知道自己患癌，因為家人和醫生從未直接對她說過這個詞。在痛苦中孑然一身的露西，無法回避痛苦，便長久地注視痛苦、沉思痛苦，用充滿細節和詩意的語言描寫痛苦。



在她筆下，痛苦被看見、被昇華，痛苦之身從未如此清晰，如同最幽暗的宇宙中突然爆發出異常明亮之光。

露西絕非膽小之人，兒童如她這般無畏，就像她所患的癌症一樣罕見。她發病後並不害怕，而是“沉浸在要冒險去醫院急診室的念頭中”，覺得哥哥們一定會嫉妒她。得知自己要進行大手術，她的反應也是一種英雄主義的自豪與得意。直到化療露出它的猙獰，露西才真正感到恐懼。這種化學藥物讓她的“胃壁呈弧形伸出，然後又痙攣般縮回原狀，就像一些五顏六色的受驚海葵”，“身體想要把它自己給翻轉過來，它一波又一波地做著努力，試圖去擺脫這看不見的入侵者，這勢不可擋的劇毒液體”。

病痛對這個孩子百般施虐，相比身體的虛弱，露西的意識卻愈加強壯。她不是用意志去抵抗痛苦，她所做的更進一步，是直視痛苦、認識痛苦。最終，她馴服了痛苦，知道如何與它相處。她允許痛苦進入她的身體，“這樣一來”，她說，“疼痛就會像嗅出我的氣味的熊一樣，等它們逐漸覺得乏味無聊時就會慢慢自行走開……我常常試圖用我身體的其他部位來平衡這類疼痛，這有些類似某種協商談判……我開始意識到，我正在以迥然於他人的方式體驗我自己的身體和這個世界”。

露西說：“我的疾病好像是世界為我披上的一條毯子，從外面只能看到一個難以分辨清楚的腫塊。不知怎的，我學會了把那條毯子變成一個帳篷，在帳篷下面，我幾乎愉快地安營紮寨起來。”帳篷裡，有著她從無人之地採擷回來的珍寶，這是她在痛苦中“得到的回報，就是去理解這一切”。想像一下，當一個人被流放到疾病王國踽踽獨行時，若遇見露西的帳篷，會得到多麼大的安慰？如同《身棲兩境》的作者蘇萊卡·賈瓦德所說：“我在露西的文字裡找到了慰藉……我開始把她的書稱作我的‘患病女孩聖經’。”

露西的癌症被治癒了，這不啻一個奇跡，因為尤文氏肉瘤的存活率只有5%。但苦難沒有結

束，反而變得更加殘酷，它來自社會汙名。馬上要11歲的露西，發現自己開始遭到沒來由的嘲諷和取笑，被叫作“光頭”或“醜姑娘”。露西懷疑是不是哪裡出了問題，她把問題歸結在她因化療掉光的頭髮上。她戴起了帽子，否則就拒絕出現在任何公共場合。但嘲笑仍在持續，有一天，露西對著鏡子極其認真地審視，才發現她的下巴看起來太小。她又拿起一面化妝鏡，傾斜角度，看到了自己右臉的輪廓，它不完整，陷了進去。一個想法進入露西的意識，令她震驚：“我一直這樣四處走動著，根本沒有意識到這對其他人而言是如此顯而易見的事情。”深切的恥辱感頓時吞噬了她。

露西的整個少年時期，都活在刺眼的日光和刺耳的議論之下。校園裡的男生公然對她指指點點，大喊大叫：“那邊到底是個什麼鬼東西呀？”“那個人真是我見過的最醜的女生。”真正讓露西感到自由而快樂的日子，是兩個萬聖節，系上圍巾裝扮愛斯基摩人，或者戴上面具，她不必擔心自己的臉曝光。她“感受到空前的自由”，邀請人與她共舞華爾滋，毫不費力。若一件事被視為理所當然，人心就會遲鈍，露西說：“能夠不被人取笑並且安全地走在大街上，人們怎麼可能感受不到這份快樂呢？”

謾謗造成的傷害，遠比身體受苦更難應付。從16歲開始，露西長久地陷在情緒的掙扎之中。如果說自傳的前半部分，基調是一串上揚的音符，露西就像一名勇敢地浮出病痛深淵的水手，那麼自傳的後半部分，則轉為大起大落的急促旋律，露西猶如驚濤駭浪裡落難的小船。心態的反復變化與面部修復手術的持續失敗有關，整形醫生的樂觀就和化療後的假髮一樣，很難說是否帶來了任何改善。但露西的孤獨太強烈了，不被接納的生活難以忍受，因此每次術後醒來，無論照鏡子讓她感到多麼絕望，她“還是會將幸福推遲到下一次手術”。

最終，醫生無計可施，露西“想到的唯一解決辦法，就是停止照鏡子”。人生經歷告訴她，擁有一張漂亮的臉是多麼重要。但漂亮不是同

齡人的濃妝，不是醫院裡密集的隆鼻和面部提拉術，露西說：“按照社會上的定義，美麗似乎只關乎誰看起來最像其他的什麼人。如果我能擁有自己原來的那張臉，一張沒有損壞的臉，我會懂得該如何欣賞它自身的美。”接納自己殘損的臉的過程漫長無比，露西內心終於有某種東西開始復蘇，那是不被社會譏諷所傷害的完整無缺的她，是不再蒙塵的她的本真面目。經過苦難的露西知道，“人們根本不能把任何美好或有價值的東西視作理所當然，因為痛苦和殘酷遲早都會到來”，這是她對欺辱她的世界所懷有的深深的悲憫與同理。

露西說：“我的生命中沒有愛與美，這樣安排是為了讓我能遇見大愛與大美。”思想與藝

術、對一切事物的理解，就是她所謂的大愛與大美，寫作成為她“進入這個世界的一種方式”。《臉的自傳》首次出版於1994年，是普通個體的人生故事這類文本的開拓者，這一體裁後來漸成潮流，廣受今人青睞。苗焯說過：“凡是提到女性的身體及疾病及痛苦，《臉的自傳》就是一本繞不過去的書。”

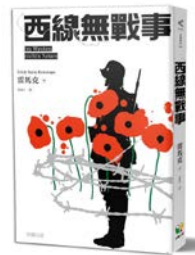
2002年，露西去世。她活著時，臉的殘缺使她不被接納，現在她走了，閱讀她的心靈，是讓她完整地重新進入世界的方式。瞭解露西的故事，你會願意成為她的朋友。健康和幸福並非理所當然，若有一天和痛苦相遇，希望我們可以不羞愧地面對露西，並從她的書中得到無盡的安慰。



論德國作家雷馬克 王穆之

雷馬克（Eric Maria Remarque, 1898-1970）是兩次世界大戰時期崛起的傑出德國作家。他在不算年輕的時候寫過一些作品，但並未引起讀者注意；此後日臻成熟的藝術才思，在多部長篇小說和一個劇本裡顯露出來：反映一戰的《西線無戰事》（1929）是其成名作；反映二戰的《凱旋門》（1946）是其代表作；《生死存亡的年代》（1954）則是他創作生涯的頂點之一。此外，他還和奧地利作家帕布斯特（G. W. Pabst）共同創作過一部電影劇本《最後一幕》。雷馬克自稱“是個戰鬥的和平主義者”和“不抱幻想的理想主義者”。（《凱旋門》譯後記）這一自我界定，準確概括了其文學立場與精神氣質，並通過作品中表現的生活內容、思想情感和藝術風格體現出來。

《西線無戰事》具有自傳性質。雷馬克從師範學校修業未滿，就被應徵入伍，參加第一次世界大戰。他五次負傷，特別是在最後一次戰役中，為救一重傷戰友，遭幾顆手榴彈炸成重傷，經過長時間治療方得康復。戰爭結束後，經過長時間醞釀和構思，始寫出長篇小說《西線無戰事》。小說先在《福斯報》（Frankfurter Zeitung）連載，使報紙銷量激增三倍。一經成書出版，更在德國及世界許多國家引起轟動，被讚譽為“當今歐洲書籍的最大成就”，（《德國近代文學



史》上冊，前蘇聯科學院編，福建師範大學外語系編譯室譯，人民文學出版社，1984年）開創了國內外各種語言譯本湧現的罕見盛況。英國《言論》雜誌（LOGOS: Journal of the World Publishing Community）於20世紀末組織的名為《塑造世紀的書籍》專案，選出了100本“沒有地區傾向，沒有文化偏見，能夠反映主觀評價和個人意見”的20世紀書籍，其中就有“著力描寫戰爭的恐怖和殘酷”的《西線無戰事》。

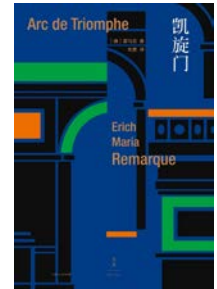
在中國，《西線無戰事》出版過兩、三種譯本，擁有相當多的讀者。魯迅先生曾提到：“講二十世紀戰爭的小說……有雷馬克的《西線無戰事》。”（《魯迅全集》第四卷：《二心集·中華民國的心“唐·吉珂德”們》）。林語堂在《西線前線平靜無事》序中認為，作者“能把戰爭的真相，及丘八的感想活躍的赤裸裸的描寫出來。”（林語堂，《大荒集》，生活書店，1934年）作家艾蕪在《文學手冊》裡亦說到“第一次歐洲大戰終了的時候，德國有個兵士叫雷馬克的，從戰場上回到家，寫了一部轟動世界的名著《西線平靜無戰事》。”

不過，德國文學與中國古典文學專家馮至先生卻認為“這部書在描寫戰爭的小說裡並不能算是第一流……那時歐洲的人民經過大戰，雖已十年，但痛定思痛，厭戰的情緒還很濃，各國都在為和平努力，這本書恰巧在此時出版，又加以這出版公司最善於宣傳，於是它便盛極一時，瀰漫全世界，就是在沒有歐洲戰爭前線經驗的中國人也隔靴搔癢地讀著。”（《馮至選集》第二卷：〈讀書界的風尚〉，四川文藝出版社，1995年）。就《西線無戰事》而言，這種看法有待商榷，但馮先生所說的當時歐洲人民“厭戰的情緒”跟“為和平努力”，倒是說出了這本書名聲遠播的原因。《西線無戰事》恰恰因其極大“真實”，道出了廣大讀者的願望與心聲，引起了他們的共鳴。若是將它僅歸結為“一時暢銷的書”或“讀書界的時尚”是不公允的，亦不符合歷史事實。從它問世立即引起轟動，直到現在人們還在閱讀、談論和評價它，就足以證明其卓爾不凡。當然，馮至先生

出言審慎，於附注中說雷馬克“還是創作了幾部有價值的小說”（同上）。

二

《凱旋門》將纏綿悱惻的戀情與炙烈燃燒的復仇火焰錯綜複雜地交織在一起，展開了驚心動魄、悲壯激越的情節，表現出作家生活思想觀念與藝術技巧高度完美的結合。小說所寫的時代臨近二戰前夜，在巴黎塞納河畔，“遠處，輕飄飄、黑沉沉的，凱旋門那個龐然大物像是浮現在細雨迷蒙的天空中。”流亡的德國外科醫生拉維克與一位孤獨女性偶然邂逅，相識、相熟、相知。拉維克已經冰冷的心腸為這位遭遇坎坷的女性所融化，他們終於沉浸在患難與共的情愫裡。直到結局，我們方知，這位德國一家著名醫院外科醫生的真實姓名是弗雷森布格，拉維克其實是他為隱瞞身份採用的化名。他為了協助兩位朋友逃脫納粹秘密員警的追捕，和女友茜比爾一起被抓住審問並被施以酷刑。女友遭受折磨後自縊於集中營，他本人逃脫後成為流亡者，在法國非法行醫，受到其技術不怎麼高明的外科醫生的盤剝。他在法國度過了“五年不安定的生活。坐了三個月的牢，為了非法居住，放逐了四次，又回來了。”然而，在他恰逢路人遭遇突然事故施以援手時卻意外惹來麻煩，難民身份因此暴露，被驅逐到捷克長達三個月之久。他患難中結識的女友瓊不知他的去向，居然和一個並無多少感情的演員混在了一起，後又遭到他的致命槍擊，不得不來找拉維克醫生搶救。瓊的傷勢異常嚴重，連這位手術經驗豐富而高明的外科醫生也無能為力。在陷入與瓊的感情糾葛的同時，拉維克意外發現他們的仇敵、法西斯秘密員警哈克亦在巴黎相比是執行秘密任務。仇人相遇，分外眼紅，於是拉維克長期跟蹤、偵測，摸清了他的生活規律，將劊子手逐漸引誘上鉤，找出適當時機，將他打死，深埋在森林裡，銷毀一切作案痕跡。拉維克醫生尋思：



他曾經愛過一個人，卻已經失去了她。他曾經恨過一個人，卻已經殺死了他。這兩件事情，都讓他解脫了。一個人復活了他的感情；另一個人消滅了他的過去。沒有一件未了的塵緣。沒有欲望；沒有憎恨，也沒有哀怨。假如這是一個新的開始，那麼那就應該是這樣兒的。

作家在二戰流亡美國期間，曾有意借助好萊塢把自己的作品搬上銀幕。他的作品亦的確多有戲劇性因素。他言，“也許因為我是一個想當劇作家而沒有成功的人，……我的所有作品寫的都像是劇本。一個場景接著一個場景。”又說：“寫對話，別的作家感到最困難，在我倒覺得挺容易。”（《西線無戰事》譯後記）例如寫他謀劃復仇和搶救瓊的過程中的對話，充滿了節奏感，時而緊迫，時而鬆弛，隨著情節的變化而變化，連我們呼吸亦似乎為作品所掌控操縱而不能自製。讀者對於他的復仇，深感痛快酣暢；對於瓊的重傷，又迫切期待拉維克醫生妙手回春，以期花好月圓。當然，不只是對話，小說的敘述和描寫亦如行雲流水般的暢快、潔淨、要言不煩。

三

我珍藏的這部《生死存亡的時代》是人民文學出版社1958年9月的版本。這部小說以情節敘述與人物性格、心理描寫精細、生動、深刻而見長，藝術技巧相當圓熟、洗煉。小說描寫了一個“在戰爭中誕生，在戰後那幾年通貨膨脹和動盪不安的苦難中成長，而在一次新的戰爭中覺醒的”德國青年士兵格列貝爾在蘇聯前線與祖國後方的種種遭遇使他終於認清了希特勒納粹主義的殘暴罪惡本質，認清了那是造成德意志民族與人類社會空前災難的根源！更為重要的是，在不幸和流血中盛開的愛情之花喚醒了格列貝爾的人道感，加深了他的懷疑，促使他去進行新的探索。在格列貝爾身上出現的“對國家、對人民、對整個人類的責任感，及社會意



識的萌芽”，是在雷馬克的其它小說主人公身上還不曾出現過的東西，表現出作者對二戰和戰時德國社會生活的深入觀察與認識，標誌著他的思想發展新歷程。

小說的開始，敘述蘇聯人正在猛烈進攻，格列貝爾所在的團隊則節節敗退。“勝利已經轉成了逃竄”，局勢糟糕透頂，士兵精疲力竭，士氣低落沮喪。軍事當局一面繼續欺騙廣大的士兵，說“是在縮短戰線……戰略上的需要”而“為了要把我們新的秘密武器放在一個有利於進攻的地位”，另一面則變本加厲地控制已經軍心動搖的士兵，由黨衛隊轉來的情報員和秘密員警的暗探，隨時收集材料、打報告，“說你是個製造恐慌的人”而加以嚴厲的處置和迫害。士兵之間，人心惟危，“不信任是第三帝國最普遍的特徵。在任何地方，人都不是真正安全的。”

格列貝爾希望休假批准，最好不要涉及到任何事情中去。“他要清醒一下，一個人過這麼兩三個禮拜，一個人靜下來尋思尋思，就是這麼回事。他要思量的事情是那麼多。不是在這兒——而是回到那兒，回到家裡，獨自一個人，離開戰爭。”三周休假兩次延期，在已不抱指望時，卻意外地被批准了。經歷了一路上的顛簸疲憊、千辛萬苦、惴惴不安和緊張恐懼之後，格列貝爾終於回到祖國家鄉的小城維爾登。“可是希望的島嶼好久以來就已經悄悄地沉沒在毫無意義的死亡的孤寂底下，前線已經崩潰，到處都是戰爭，到處，甚至在頭腦裡和心坎上。”格列貝爾“離開戰爭”而“清醒一下”的幻想遭到徹底破滅。晝夜不停的輪番空襲轟炸已將小城夷為廢墟和瓦礫，他的家已經蕩然無存，雙親也不知去向，直到三周假期的最後三天，他才得到爹娘的一點渺茫消息：被指定搭運輸船離開了這座小城，“曾經籠罩……的那種恐懼與苦惱已經悄悄的吹走”：他們還活著，這就夠了。

格列貝爾去找衛生顧問官員克魯賽醫生打聽父母的消息，因為他母親曾經到這兒來看過幾次病，也許最近又到這兒，醫生說不定會知道他



家的新地址。然而醫生的女兒伊莉莎白告訴他，醫生已經被關進集中營四個月了，她自己“像一個囚徒”，被當局指派住在同樓的“官方房客”——一個毒辣的納粹黨徒監督看管。他們在忍受物質極端匱乏、僅以一點可憐的口糧購買券和布券過活的同時，還遭受著法西斯政權的黨衛隊、衝鋒隊、蓋世太保和國社黨情報員無所不在、無孔不入的“組織系統”的嚴酷控制與秘密監視，日夜生活在緊張、恐懼、麻木和令人窒息的社會環境中，“誰也不能再信任誰。大家都互相害怕。”“今天，人只能想到他自身事。世界上不幸的事太多了。”克魯賽醫生就是因為“他不相信德國會在這次戰爭中勝利”而遭到告密，被關入集中營，最後致死。在領取骨灰時，家屬還受到“必須絕對保持緘默，不准報喪——無論是登報或是郵寄訃告，不准舉行葬禮”的警告！

作者生動細緻地描寫了格列貝爾與醫生女兒伊莉莎白仿佛是命運註定的相遇。在黑洞洞的門廊裡，“他注意到那高高地隆起的眉毛，黑黝黝的眼睛，還有那像一片不寧靜的波浪一般蕩漾在她肩膀上的、赤褐色的頭髮”。待到走近亮光的屋裡，“她轉過臉來瞧著他。她的眼睛現在看來不再黑黝黝的，而是灰濛濛，而且非常水靈靈的了。”原來伊莉莎白是格列貝爾的中學同學，那已經是遙遠的七、八年前的事情、大家都“變得多了！”就是這一回的邂逅，像是重逢，又似初識，這個年輕士兵，忽然被喚醒了沉睡著的情感。在面對不義的、註定要失敗的戰爭和法西斯政權殘暴統治的絕望生活中，彼此心靈深處情愫的共同感應使他們深深地依戀相愛了。格列貝爾對伊莉莎白說：“生命從一切源泉汲取它維持下去的力量。臨到危急的時候，它不會懦弱，也不會傷感。”此刻，令人心顫的真摯愛情就是唯一的源泉，因為“從他啟程離開蘇聯時起，這還是他第一次覺得身心鬆弛。一種輕柔的平靜，如同一夜間漲起來的一股洪流，侵入了他，這洪流的亮閃閃的水面好像突然把一塊塊乾裂和枯竭的土地又連成了一個整片。”現實的“希望

的島嶼”已不復存在，可是心田的“乾裂和枯瘠的土地”卻得到滋潤。

小說的開頭和結尾部分寫格列貝爾在蘇聯，中間的很大篇幅寫他在後方的故鄉，寫故鄉小城的大部分篇幅又著重寫他與伊莉莎白的愛情。他和伊莉莎白彼此相愛是支撐他們繼續堅強生活下去的力量。有一次，格列貝爾穿過廣場的時候“看見一株很大的菩提樹，聳立在一所坍塌的房子面前。它沒受到什麼損傷，樹幹和丫枝從泥土裡戳出來，活像一隻巨大的叉開的手，抹著綠色，朝著陽光和絢爛的雲朵向上伸著。雲朵後面的天空，碧藍碧藍的。一切都在發亮和閃爍，仿佛下過雨一樣，一切都有根基和力量，它便是生命——健壯、顯豁、自然明白的生命，沒有疑問、沒有憂愁，沒有絕望。”格列貝爾曾經對伊莉莎白所說的“生命的力量”，在這株大自然懷抱裡的菩提樹軀體上得到了深切的啟示。在以後情節的發展過程中菩提樹作為頑強生命的象徵反復出現，仿佛一首樂曲的基調旋律的蕩漾。他在拜訪他在學校讀書時的歷史和宗教老師波爾曼時，這位具有理性的知識份子告訴格列貝爾：“必須相信上帝，相信人心的善良。”隨後格列貝爾經過廣場，“他看見那株菩提樹黑黝黝的聳立在一座坍塌的房子前面，於是他突然在自己的肩膀和肌肉裡感覺到生命的強烈的高漲，這種高漲他在第一次看見這株菩提樹時曾經體驗過。”格列貝爾再回想起波爾曼的話，雖然感到“他也沒法幫助我”，可是每次去看望他，“我總覺得生命比往常更深奧，更親切。”格列貝爾從自然、菩提樹和波爾曼“相信人心地善良”的啟示中獲得的生命力量，在很大程度上體現於對伊莉莎白的深沉愛情。“作者用鏗鏘的抒情詩句描寫了他們戀愛的勝利，這種戀愛使他們滌清了生活中的骯髒，使他們的眼睛朝著美好的未來展望。”（《生死存亡的年代》譯後記）就在他們臨別的前夜，又響起了尖銳的警報聲。他們決定就呆在這兒，不管出什麼事都不要緊，似乎有點兒聽天由命的意味，可是又相信“不會出什麼事的”，因為格列貝爾認

為“這跟花園、亮光和鏡子，跟伊莉莎白的肩頭，跟一種突然充滿了他全身心地廣漠、遼闊的寧靜多少有點兒關係”，這仍然是生活的勇氣與生命的力量。於是我們看到作家的這段描寫：

她用一隻手抓起被子，把它擱到地板上。她躺在那兒，結實健壯；這是一個少婦的身體，不再是一個姑娘的身體了。

他感覺到她在他的懷裡。她向他貼過去，他仿佛覺得有一千隻手在纏住他，抓住他，勒住他。這中間再也沒有一點兒空隙，一切又密又緊，它不再是頭幾天的那種衝動，而是一種迂緩的、沉著的起伏。它沖過一切，沖走了語言、疆界、天際，然後他自己——

就這樣，他們似乎遠離了周圍的一切，只是感受著彼此的存在；只有當格列貝爾自己的感受也已經過去，方才覺得時間又在慢慢的爬回來，爬進了沉寂。

他抬起頭。他好像從一個老遠老遠的地方回來。他諦聽著。他不知道自己已經離開了多久……他打量了一下伊莉莎白。她眼睛閉著，嘴巴開著，正在深沉而平靜的呼吸著。她好像還沒有回來呢，而他已經回來了。他早已又在開始尋思。……

小說將主人公之間的性愛純美且富有詩意地表現出來，含蓄、溫婉、清麗、雋永，健康、高尚，引發讀者豐富的聯想，讀來毫無猥褻、低級、鄙俗之感。格利貝爾從對伊莉莎白的愛情和性愛裡獲得了生命與生活的力量，他們由於彼此相愛而彼此獲得。雷馬克這種動人心弦的愛情描寫，像他的其他作品一樣，也曾經遭到無理指責。前蘇聯作家紮哈爾琴柯就談到過雷馬克的所謂“消極作用”：“關於‘雷馬克主義’我們是講得不錯的。雷馬克是我們有力的敵手。他之所以有力，是因為他的書寫得出色，但就構思，就形象，就思想意識來說卻不是我們的書。一個脫離集體的人的渺小的幸福和社會相對立。寫得脫離集體的人的渺小的幸福和社會相對立。寫得淋漓盡致的對一個女人

的豐富愛情沉溺在周圍生活的污泥裡。幻想給糟蹋，理想被扼殺。肯定的不是帶大寫字母的生活，而是生存。”（張高澤：《俄羅斯作家協會召開聯合理事會討論少年兒童文學的情況》，《世界文學》1961年1月號）這種指責顯然有“左”的傾向。試問，在不義的、註定要失敗的侵略戰爭所造成的空前恐懼中、在法西斯政權殘暴成性所形成的絕望的社會生活環境裡，還能要求於一個普通的年輕士兵什麼呢？只有愛情是他們繼續生存下去，並且得以幻想和理想的生活力量，也可以被認為是對納粹統治的一種對抗，這又有什麼可貶斥的呢？正如伊莉莎白笑著對格列貝爾說：“活著不是很美嗎？”曾將《西線無戰事》譯為意第緒語的美國小說家辛格（Isaac Bashevis Singer）說：“接觸人的最好的方式是通過愛情與性愛。你確實在其中學到人生的一切，因為在愛情和性愛中比在任何其他關係中，人的本性顯露得更充分。”（辛格：《盧布林的魔術師》，鹿金、吳芳譯，上海譯文出版社，1979年）雷馬克正是通過性愛的觀念與描寫，揭示人性，揭示人與社會環境的關係。

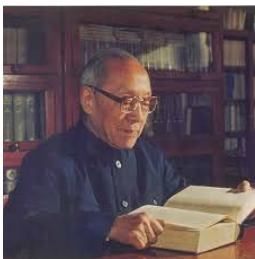
作者從各方面激越、憤慨地抨擊納粹政權的罪惡與腐敗及其發動不義戰爭所造成的深重災難，字裡行間充滿了辛辣的諷刺與冷峻的嘲笑。當格列貝爾街頭巧遇過去的中學同學、如今成了國社黨徒和衝鋒隊指揮官而飛黃騰達的平亭，為炫耀而邀請他往郊區別墅做客。他看到了平亭富麗堂皇、擺滿闊綽豪華傢俱與裝飾品的各個房間。平亭問他：“還舒服吧，是不是？”格列貝爾點點頭，“黨總是照顧它的人。”這是他的感慨，也是作者的嘲諷。伊莉莎白帶格列貝爾參觀同住的“官方房客”的房間，那是她匆忙中忘記鎖上的一個機會：“在窗子對面的牆上，卻掛著一個極大的鏡框，裡面是一張巨幅希特勒彩色畫像，裝綴著長青樹和橡樹葉的花環。下面一張桌子上，是一冊《我的奮鬥》的精裝本，黑皮的封面，燙金的萬字，放在一面很大的萬字旗上。兩邊各有一支銀燭臺，旁邊還有兩張元首的照片——一張是在貝希特斯伽登照的，帶著他



的牧羊狗；另一張上，有一個穿白衣服的女孩子正在向他獻花。另外，還有賞賜的短劍和黨的勳徽。格列貝爾看到這些“陳列齊全了”的展覽品，也不禁感慨：“對一個獨裁者的尊崇，很容易變成一種宗教。”像這樣的冷嘲熱諷，小說中隨處可見。

小說以“死的味道在蘇聯跟在非洲不一樣”開頭，在格列貝爾他們埋葬陣亡者之後，對四個蘇聯遊擊隊員執行了槍決。小說的結束，則是被捕的另四名蘇聯遊擊隊員的逃跑，其中一個男人把槍舉起來瞄準：“格列貝爾看見槍口的黑洞，這洞在擴大，他要大聲地叫出來，他有許多的話要迅速的、大聲地談出來——然而沒有等到他說出一個字來，……於是他的眼睛閉上了。”格列貝爾滿懷期待地休假回到後方家鄉，在糟糕透頂的前線埋葬了他的同伴；休假後，他逐漸醒悟，獲得了新的、支持自己活下去的力量，卻仍然沒有能夠逃脫戰爭的埋葬！讀者掩卷之後，不能不對這個沉痛的悲劇結局作出長久的反思：造成格列貝爾以及像格列貝爾那樣千百萬青年毀滅的原因是什麼？

四



據我所知，研譯雷馬克作品最多、最好的翻譯家是上海師範大學朱雯教授（1911-1994）。

《凱旋門》是朱先生抗戰結束後最早譯出的雷馬克作品，被收入巴金主編的“譯文叢書”，由上海文化生活出版社

出版。巴金還希望他把雷馬克的所有作品都翻譯出來，編成《雷馬克全集》，可惜他年近耄耋，體弱多病，沒有完成巴金先生的期望和自己的心願，殊為遺憾！

據朱先生的夫人、作家羅洪先生說：“雷馬克的作品他翻譯六本。”（羅洪：《悼念朱雯》，《收穫》1995年第3期）可是我多年尋覓珍藏的只有五種：除上述三部小說外，還有《流亡曲》（1941）和《里斯本之夜》（1963）。羅洪先生還告訴我們，《凱旋門》曾有一家出版社願出高價重版，但朱先生堅決不同意，認為自己的水準需要再提高，一定要對照德語原文重新修訂才能出版。可是教學繁重，衰老侵擾，數年才將修訂稿送出版社。這就是上海譯文出版社1994年的修訂譯本了。老輩翻譯家就是這樣兢兢業業，一絲不苟！

唐鴻棟在《彩雲西歸——懷念朱雯先生》談到朱雯還曾譯（蘇）阿列克塞·托爾斯泰（1883-1945）《苦難的歷程》三部曲《兩姐妹》、《一九一八年》和《陰暗的早晨》的精益求精，三次修訂和重譯：“忠實於原著，更能順暢傳達原作精神，譯文也更漂亮，在信達雅三方面確實更上一層樓。”（上海《文匯報·文藝百家》1994年12月11日）早年創作的《峰鼓集》收入“上海抗戰時期文學叢書”第二輯（福建人民出版社）他還著重提到朱先生的兩句話：“學問是做不完的”，“做人是做不完的。”——這可以作我們的座右銘。



雷馬克 (Erich Maria Remarque) 的小說始終圍繞一個核心命題展開：在極端歷史條件下，人如何繼續成為人。不同於宏大敘事式的戰爭書寫，雷馬克將視角凝注在個體生命，尤其是女性角色，通過她們的生存方式揭示不同時代階段的人性結構。

雷馬克筆下的女性形象個性鮮明，性格迥異，在一定程度上映射了雷馬克對戰後虛無主義與戰前流亡苦難這兩種不同時代悲劇的哲學思考。如果將《生死存亡的年代》中的伊莉莎白與《凱旋門》中的瓊進行對比，我們就能發現雷馬克對戰爭不同階段女性生命力的深刻洞察。

《生死存亡的年代》(A Time to Love and a Time to Die) (其實翻譯成《生死戀》可能更合適) 中的伊莉莎白可以看作是一位廢墟中的守護者。身處二戰後期，德國本土正遭受盟軍大轟炸。她的性格堅韌、清醒且帶有不可思議的寧靜。仿佛是一株在瓦礫中頑強生長的小草，面對隨時可能降臨的死亡和納粹高壓的統治，她沒有陷入絕望或者瘋狂，而是保持了一種驚人的冷靜和自尊。她敢於蔑視不請自來的納粹鄰居，在防空洞中守護著最後的一點人性的體面。這本書的主題是藉著描寫死亡陰影下的愛來探討毀滅中的重生，因此伊莉莎白的堅韌象徵著在戰爭年代微小的個體對生命尊嚴的最後守護。她與格列貝爾的愛情是搶奪來的時間，她的性格必須堅強，因為她代表的是“即便明天世界毀滅，今天我也要種下蘋果樹”的生命意志。

《凱旋門》(Arc of Triumph) 中的瓊則是一位迷霧中的流浪者。身處二戰爆發前夕的巴黎，瓊性格漂浮不定、虛榮且極度沒有安全感，像是一朵浮萍。她無法承受孤獨，必須通過不斷地更換情人來確認自己的存在感。她對拉維克的愛是真實的，但她的背叛也是出自本能。這種性格的描寫與定位與書的主題(流亡者的絕望與末日前的沉淪)非常契合。瓊的性格反差反映了戰前歐洲那種“山雨欲來風滿樓”的混亂與道德瓦解。她不需要伊莉莎白那種面對炸彈的硬氣，她需要面對的是長期的、侵蝕靈魂的虛無和不確定的未來。她的軟弱其實是人類共性的具體彰顯：當人看不到未來時，就只會活在當下。

這兩位女性性格的巨大反差，放在不同時代都有其代表性，放在一起則揭示了人類共性的不同側面。

在雷馬克的筆下，伊莉莎白被賦予某種神性的光輝。在《生死存亡的年代》中，戰爭已經到了最後關頭，一切虛偽的修飾(如瓊所追求的虛榮生活)都剝落了，只剩下生存的本質。因此，伊莉莎白的性格顯得剔透而純粹。而瓊是人性的異化，在《凱旋門》的巴黎，生活表面上還維持著和平的假像，但底色是灰暗的。這種已然未然的末日感讓瓊變得扭曲；她既想抓住愛情，又想抓住物質帶來的安全感，最終在矛盾中毀滅。

人性病態的一面和人性光明的一面在這兩位女性身上表露無遺。你可以在被流放、被扭曲的環境中隨波逐流，放任人性的軟弱，但你也可以即便身處地獄，依然擁有愛的能力和拒絕墮



落的勇氣。伊莉莎白象徵人性在廢墟中的微弱之光，而瓊則呈現了在文明失序的過程中最真實的掙扎。雷馬克既不浪漫化堅強，也不道德化軟弱，而是指出一個殘酷事實，那就是苦難既能塑造人，也能毀滅人。

從文學敘事的角度看，瓊更真實，因為她身上承載了更多人類在極端環境下不可避開的弱點。當一個流亡者需要面對曠日持久的貧窮、無根感和身份喪失，瓊的反復無常、自私和虛榮，其實是正常生理反應罷了。她無法像英雄一樣活著，只能像野草一樣隨風擺蕩，這種求生本能導致的道德模糊，確實更接近大多數普通人的底色。相反，《生死存亡的年代》中伊莉莎白生活在物質環境上的絕境，轟炸、死亡和納粹的恐怖是外部強加給的，具體而真實。在這樣的極端壓力下，人的性格往往會昇華。這種性格雖然迷人，但確實帶有某種文學上的英雄主義濾鏡。

這種人物個性的反差也體現在兩本書的愛情敘事。在《生死存亡的年代》裡，世界已經毀滅了，這種一無所有的狀態反而讓伊莉莎白和格列貝爾的愛變得像真空般純淨。因為沒有未來可以期待，所以他們只需守護當下。《凱旋門》中的巴黎是一個末日前的狂歡場，這裡有美酒、高級旅館和社交圈，但也充斥著虛偽。瓊身上那種想抓住愛情卻又離不開物質保障的糾結，真實地反映了文明危機之中人性的掙紮。

格列貝爾和伊莉莎白之間的愛情免於種種環境的複雜和人性的糾纏，是一種純潔完美的愛情，因此他們墜入情網是理所當然，順理成章地經歷和享受沒有攔阻、沒有掙紮的愛情。格列貝爾因著經歷了戰爭的殘暴而試圖弄明白為什麼世界會變得如此，但他的歷史和宗教老師波爾曼沒能給他答案，而是在伊莉莎白給他的愛情裡最終找到，因此他活著不再糾結，因為愛情轉移了他的視角。

值得注意的是，雷馬克雖然美化伊莉莎白與格列貝爾的愛情，但他沒有站在道德的高地譴責

瓊的虛浮與背叛，相反他對筆下這位女性存有極大的悲憫。瓊對生活的要求在今天看來一點都不過分，她只不過是想租一個自己的公寓，有點自己喜歡的傢俱而已，但在處於難民身份的拉維克看來既無必要也無可能。在雷馬克的文學宇宙裡，伊莉莎白是一個自足的靈魂，她可以靠尊嚴活下去；相反瓊則是一個破碎的靈魂，她必須依賴他人的注視和愛撫才能確認自己還活著。這種依賴性，正是流亡者、難民以及每一個迷失在時代變遷中的普通人最真實的心理寫照。雷馬克在刻畫瓊時，其實是把手術刀切向了人性的深處。在沒有希望的年代，愛情往往不是救命稻草，而是時代洪流中的奢望。

女性角色的差異，在男性人物身上得到多重層面的回應。雷馬克對格列貝爾和拉維克的刻畫同樣深刻細膩與富於多樣性，一方面顯示了他極高明的文學才能，另一方面則是他自己的人生經歷與對歷史特別是戰爭反思的結果。

拉維克作為曾經頂尖的外科醫生，他擁有極高的智商，敏銳觀察，冷靜分析，洞悉人性的本能，以及僅憑一把手術刀足以過一份富足生活的技能。保持對現實的冷靜是他生存的秘笈，他必須與世界保持距離，因為作為一個沒有國籍、沒有身份的流亡者，一旦動情或擁有太多物質的東西，他就失去了退路。然而人性的軟弱，或者說人性的良善，也體現在拉維克身上。儘管他看穿了瓊的虛榮、淺薄和不安分，他依然無法自拔。雷馬克在這裡描繪了一種人性的悖論：人在極度不確定的環境中，會在不知不覺中落入非我的境地，即愛上自己的對立面。瓊那混亂、蓬勃、甚至有些無恥的生命力，恰恰是拉維克這種行屍走肉般清醒的人所缺失的。拉維克知道瓊無法持守忠誠，知道她需要男人的懷抱來逃避黑夜。拉維克不是因為瓊的完美而愛上她，而是愛上了她還能感受到痛苦這種能力，因為他自己對痛苦已經麻木。在巴黎那些冷酷的雨夜裡，瓊是他與還有熱度的生命之間唯一的紐帶。

拉維克這個人物形象是矛盾的，而且必須是矛盾的。他拒絕自欺，卻不拒絕情感。拉維克在小說中做到了兩件極難的事。他能冷靜地誘殺納粹頭目哈克，展現了極其冷靜和理性一面；與此同時，他能容忍瓊的背叛，在最後時刻甚至想去救她，展現了其非理性和人性善良慈悲的一面。拉維克的魅力在於，他是一個拒絕被命運擺弄的虛無主義者。他看見了世界的滅亡，但他依然維持著外科醫生的職業操守（即使在黑診所），維持著對一個女人的非理性愛戀。這種知其不可而為之的矛盾，讓拉維克成為了二戰流亡文學中最偉大的男性形象之一。

拉維克最後選擇離開巴黎回歸黑暗（或者說走向命運的終點），也是他這種性格矛盾的一種必然解脫。在雷馬克的文學世界裡，性格即命運被推演到了極致。拉維克的結局不是外部環境的偶然，而是他精神邏輯的必然。當瓊這個生命中無法癒合的傷口消失後，他作為流亡者的唯一感性紐帶徹底斷裂。從一個層面講，瓊的死，實際上完成了拉維克人格的聖化。他殺掉了仇人哈克完成了對過去的清算，失去了愛人瓊則消解了對當下的眷戀。此時的他，性格中那種純粹的虛無讓他變得異常自由——這種自由讓他可以坦率地走向集中營或戰場，因為他已經沒有東西可以失去了。他那富有同情心卻又高傲疏離的性格，決定了他必須以某種殉道者的方式結束這段流亡生活。對他而言，被捕不是終結，而是一種由於性格不願妥協而導致的靈魂歸宿。

相反格列貝爾（《生死存亡的年代》）的死則帶著一種諷刺的悲劇感。剛學會愛與善，就被惡所殺。他因為憐憫而釋放了被同伴關押的戰俘，反而被自己釋放的人打死，這實在是一個黑色的幽默，也是一個瘋狂時代的錯位。

雷馬克在描寫這兩個人物時，似乎在講述一些看似矛盾的故事。在亂世中，善良而脆弱的人（如瓊）會掙紮而死，正直而單純的人（如格列貝爾）也會意外而死。伊莉莎白試圖選擇自己的命運但最終仍舊被命運吞沒，而唯有拉維克這樣深刻而矛盾的人，是主動走向自己的命

運。然而所有人物的命運其實非常符合邏輯，在雷馬克的文學邏輯裡，愛似乎是人物角色的終極宗教。愛讓格列貝爾看清納粹的邪惡，找回人性，一旦失去，生命也就沒有存在的意義。而拉維克在愛情中感受到疼痛，證明他還活著，當瓊死在他的手術臺之後，拉維克就失去了這種痛感，於是主動走向毀滅。《凱旋門》的結尾比《生死存亡的年代》更讓人感到壓抑，因為格列貝爾死於意外，而拉維克死於一種理性的絕望。

在雷馬克的這兩部作品中，這種打動人心的悲劇性通過拉維克和格列貝爾體現出在兩個層次。一是不可抗拒的無力感，一是知其不可而為之的尊嚴，而這兩個層次恰恰涵蓋了我們對悲劇的所有共情。無論是格列貝爾想在轟炸中守護新婚妻子，還是拉維克作為一個醫生想在亂世中留住一個並不完美的女人，這種卑微的、人性本能的願望，在巨大的時代車輪面前被無情碾碎。這種無力感，讓每個讀者都能在角色身上看到自己。我們都曾試圖抓住某些珍貴的東西，卻發現命運有時根本不講道理。真正的悲劇英雄，不是死於無知，而是死於清醒。拉維克明明看透了瓊的背叛，看透了巴黎的冷酷，看透了戰爭的必然，但他依然選擇去愛，依然在失去愛後選擇不再苟活。這種明知會毀滅，依然投入全部情感的行為，賦予了人類一種超越神性的光輝。

從《生死存亡的年代》到《凱旋門》，從廢墟中的菩提樹到暗夜裡的凱旋門，從伊莉莎白的清澈到瓊的混亂，從格列貝爾手中只會造成毀滅的槍到拉維克那把帶有救贖意義的手術刀，這兩本一百多年前的作品，今天讀來，依然讓人共鳴，並引發關於人性的真實性與戰爭敘事的反思，讓這些經典作品在當下的語境中煥發了新的思考價值。

（作者按：本文是審閱王穆之教授的文章《論德國作家雷馬克》的過程當中，以及閱讀雷馬克的作品之後有感而發，以此作為對王教授文章的回應與補充。）



好書介紹

鄭美芳

《親愛的圖書館》(The Library Book)是蘇珊·奧爾良(Susan Orlean)於2018年出版的非小說類書籍。一俟出版，即獲獲得高度好評，並成為《紐約時報》暢銷書。該書由西蒙與舒斯特於2018年10月16日出版，第一版共336頁。

此書主軸在描述1986年發生的一起洛杉磯中央圖書館被刻意縱火的案件，但在描述真實犯罪事件的同时，交替探討該圖書館的更廣泛歷史，以及奧爾良個人對圖書館的熱愛，這是她與母親共享美好回憶的所在地。

那次火災使100萬本圖書付之一炬，是洛杉磯史上第一次，也是美國有史以來最慘重的圖書館大火之一。這場火災直接導致洛杉磯圖書館封館七年，無數無可替代的紙本期刊、專利圖樣、歷史地圖、藝術版畫、攝影底片以及報紙檔案嚴重損毀。

作者奧爾良費時四年書寫此書。她透過訪談，努力挖掘火災的原因；也花大量精力蒐集資料，鎖定追蹤一個縱火嫌疑人。作者的書寫觸角寬廣。她以流暢的文筆旁徵博引，蒐羅各類相關資訊，為此書增加豐富的知識性。

其中最令我驚艷的是損毀書籍的復原工作。拯救被大火燒過的圖書館，涉及許多一般人不會注意到的知識領域。社會上有很多人做著冷門但很重要的工作，譬如：圖書館整治泡水書專家。專家們主要採用冷凍真空乾燥法、自然陰乾與殺菌除黴等技術修復受損館藏。另外，沒被燒掉的書需要迅速搬進冷凍庫降溫，否則黴菌孢子遇水復活，會在48小時內滋生發霉，書本將永遠無法恢復。

火災之後，許多圖書館員工患有心理創傷。有位員工表示在火災後，只要看到火，縱使是小到打火機的火，她也會感到害怕。

復原期間圖書館雖然對外關閉了，但員工們依舊繼續上班，只是工作內容變成清掃圖書館。清理過程中他們擔心牆壁石綿暴露在外會影響健康。員工們也害怕縱火犯再次縱火，更疑心是同事中有人縱火，彼此互相猜疑。在警察努力辦案陸續約談員工同時，圖書館員工們也每天都生活在惶恐不安中。

在火災原因尚未確定之前，有位消防隊長，同時也是調查縱火專家John Leonard Orr

寫了一本書關於洛杉磯縱火案，他找了經紀人希望能出版。他跟經紀人解釋，書名「起火點」，追查的是一連串有事實根據的縱火案，他寫道「和作者本人一樣，小說中的縱火者也是消防隊員。」出版社提出疑問，為什麼故事裡很多情節和洛杉磯縱火案不謀而合？經紀人聳聳肩說「這裡是洛杉磯啊，人人都寫劇本或書，全部都想賣啊！」

當時所有的人都不知道，John Leonard Orr 其實是個人格扭曲病態的長期縱火犯。

作者以一個又一個令人著迷的故事，帶著讀者認識圖書館的靈魂所在。這不僅是一場對縱火懸案的深度追蹤，更是一次對文明韌性的溫情致敬。透過文字，奧爾良不僅細膩地記錄了她與母親共享的圖書館回憶，更將那份對圖書館深沉的愛，化作永恆的墨跡，呈現在每一位讀者面前。



「…緣溪行，忘路之遠近，忽逢桃花林…」— 陶淵明·桃花源記

【續前文】

到了2003年，在工業界待了十年之後，我清楚認識工業界並非適合我的久居之地。於是在2004年，已經步入中年的我在四十六歲那年創立Jeng Academic Center。主要原因當然是養家餬口，另一個原因是我決心完成多年來的宿願：藉著教學，重新學習我真正熱愛的課題：「英語」。

說起英語，我一直覺得虧欠自己。我在高中時期不明所以地選擇了理工科甲組。大一時就覺得自己「所修匪系」。我缺乏理工生應有的數理直覺，對數學體悟甚遲鈍，對物理還有些感覺，對化學則永遠「見面不相識」。只有在英文和國文課如魚得水。這樣的人硬生生擠入理工大軍，隨眾參加大學聯考，自然是有如橫柴入灶，痛苦不堪。整個高中我的學習處於冰火兩重天：英語名列前茅，數理「咪咪冒冒」（一塌糊塗之意）。我的邏輯感還可以，喜歡中英語言，但數學和化學確實讓我長年吃足苦頭。算起來，我的資質屬於普通一級。（否則怎麼對數學、化學無感？）

我認識許多聰明秀出的人，朋友中也有屬於和我一樣資質普通的人。普通人的特質是「困而學之」，我覺得這四字最能描繪我的學習狀況。我注意到，困而學之的人有個共同點：「他們學習緩慢，但他們不輕易放棄。」我算是屬於不輕易放棄學習的人。

也就是從2004年到2024年的二十年間，我漸漸步入一段「……緣溪行，忘路之遠近，忽逢桃花林……」的奇異教學之旅。

「創立Jeng Academic Center」



2004年成立Jeng Academic Center

無論有多少詞彙可用來形容中年創業或轉業，「浪漫」二字肯定不在其內。時間不恰當，現實也不允許。我想起林肯在1864年競選總統連任時說過的一句話「don't change horses in midstream」。中年算是身處midstream 吧？換跑道，缺點是工作內容和性質不變，原本熟悉的領域轉瞬變成陌生的場景，十八年來日夕專研的陶瓷知識將束之高閣，未來形同未知，眼前雲霧籠罩，腳底不見去路。正所謂「人海茫茫，我胡適之！」

但也不是沒有好處。

好處是一切自己做主。先是命名為「Jeng學術中心」，我的姓氏赫然冠於公司名稱。公司既是關乎讀書學習，那麼我且依照自己向來的讀書習慣，明確標出三大教學宗旨：

(1) Clear Thinking（思維清晰）



(2) Orderly Mind (心智井然)

(3) Deep Understanding (深刻理解)

宗旨確立了，教學方向也自然底定。首先是不幫助學生完成學校的作業。其次是不教不願意學習的學生。其三是只收三年級以上的學生。

「規矩自己設」確然是自己創業的第一好處；第二好處是課程自己設計；第三好處是我有了許多獨處的時間，因為課後輔導班要下午三點半以後才會開始。整個早上和下午前半段都屬於我自己支配的時間，我可以用來讀書，沉思，備課。

在創業近四年後的2008年三月某天早晨，有一位朋友到辦公室找我。那時我習慣敞開辦公室大門，然後端坐在面對門口的教室書桌上讀書備課，以便隨時迎接訪客。這位認識我幾年但不是很熟識的朋友長我幾歲，一踏進教室，見我孤身一人端坐在一千餘平方英尺的教室內，或許是視覺上的畫面感引發她「孤單、岑寂、寥落、淒冷」的聯想，她失聲道：

「唉呀，德音，好可憐，你怎麼大清早一個人坐在那兒！」

我心底暗自失笑，但沒有把我的反應形於色。這位熱心腸的好友向來對我極友善，我知道她當下純粹是直覺反應，她的直接反應恰是個美麗溫柔的誤會。

面對她的慨嘆，我立即想起讀過的華茲華斯詩句：

For oft, when on my couch I lie
In vacant or in pensive mood,
They flash upon that inward eye
Which is the bliss of solitude;
And then my heart with pleasure fills,
And dances with the daffodils.

往往當我偃臥於長椅之上，
或空無所思，或陷於沉思，
它們便在我靈臺中閃現，
那是獨處之中的至福；
於是我的心充滿喜悅，
與那黃水仙翩然共舞

也就是在那一年的五月，我寫下「五十遺懷」雜詩一首，紀念當時讀書所思：

月如鉤，繞星斗，風靜人悄上高樓，
流光熒熒蟲唧唧，憑欄獨坐思量久；
遙想當年話春風，連床疊屋論無窮，
雄圖壯志何庸問，彩筆詩心若輕盈。
好夢遠，身未閑，情思脈脈敢相間，
挑柴擔水尋常事，卅年痴心磨一劍；
杜鵑花開處處紅，閉門幽讀入奇峰，
收拾零散推門出，好把舊夢與君共。

我喜歡朋友，也經常和許多朋友歡聚；但獨處時確實是我最自在快樂且珍惜的時光。

在現實「業績」的壓力之外，JAC提供的獨處時光讓我得以專心讀書，搜集資料，設計課程，思索人生。儘管亞里士多德曾說喜歡獨處的不是野獸就是上帝。他也明指出人生至樂在於沉思，而沉思只能在獨處中為之。

JAC成立後，我的讀書和沉思有系統地轉向英語，數學，科學（物理化學），文學，歷史，哲學，以及教育。



2017年家長課程說明會一景

而課程的首選便是英語

「桃花林之一：英語」

我很幸運，在英語學習路上一開始就遇見良師（王新宇），她和一群甫出師大校門的年輕老師把清新朝氣帶入在三重新成立的光榮國中，有十五個班級，我成為第一屆學生。就我所



知，幾乎所有學生都喜歡她的英語課。我覺得原因有幾個：（1）上課氣氛輕鬆愉快，我從未見她疾言厲色。（這在民國五十九年的三重地區面對血氣方剛的青少年擔任國中老師絕非易事）；（2）進度緩慢且重視發音練習；（3）教音標。國一和國二那兩年學習為我打下很好的基礎。

不過身為「四年級生」的我們，除了少數例外，大部分人都是國一才開始學英語。我也不例外。國小畢業後才知道ABC，對於學習第二語言，不但早過了最佳關鍵年齡（七歲），也已經來到次佳的八到十二歲階段的尾端，可以說「錯過了兩班特快車」，一開始就處於劣勢，註定英語學習之路顛簸坎坷。顛簸坎坷雖不表示學不成英語，卻表示從入門到初階、到進階、到無論往後何種英語水平，都註定要走上日積月累、魂縈夢牽、鐵杵磨成針的漫漫長路。2004年我成立JAC時已經四十六歲，記憶中上一次正正經經坐在英語課堂上學習是1977年那門毫無所獲的大一英語課！

我是喜歡英語，二十七年來也持續自修學習。不過「喜歡英語」和「當英語老師」之間的距離，就好比「愛好美食」和成為「掌勺名廚」相距之遙。自己喜歡英語，完全可以如宋朝的張孝祥那樣以「悠然心會，妙處難與君說」自言自語、自娛自醉。當了英語老師，面對滿教室一雙雙專注的眼眸，你的講課需要有故事，有歷史，有緣由，有知識，有趣味，有熱情，有典故，有實用，有一切可以激發不同年齡學生想像力和喚起他們切身關聯感的能力。耶穌曾說，「富人要上天堂比駱駝穿過針孔還困難。」那麼顛簸坎坷學英語，又是困而學之的我，要如何承擔這個我自己選擇的新工作？

我需要再一次尋找自己的教學繆思（Muse）。

1983年服兵役時的陳教官那一套可以應付台灣成員冗雜的阿兵哥，此處派不上用場；1985年南榮工專教書時用的是中文上課，現在也無路用（台語：用途）。1988年到1990年在密蘇里大學求學期間擔任助教時是在實驗室裡和美

國大學生交流；1991年到1993年在UCLA時教的是美國大學生研究生以及成人學生，與Jeng Academic Center 的三年級到十二年級的學生更毫不相干。

那麼只能從自己學英語的經驗中尋找繆思。我高中時期曾經廢寢忘食埋頭於Norman Lewis 的「Word Power Made Easy」。第一次讀完了全書意猶未盡，又立刻調轉車頭，從頭再讀第二遍。沒想到第二次讀完還是覺得不過癮，於是如法炮製再來第三遍，如是連續共費時十週，我從此愛上etymology。那麼開一門「字源學」沒問題。另外，我的文法也有把握。不誇張地說，1986年我離開台灣前，已經走遍臺北書店，把能找到的所有文法書籍開箱讀過，其中受益最多的是錢歌川的「翻譯的技巧」，那是他在南洋大學教書時的上課講義。我對英語五大句型的理解來自該書。閱讀課當然也少不了，帶著學生一起朗讀英文，討論詞彙，課文內容，有無窮趣味。（至於後來很重要的各類英文寫作課則在JAC早期付諸闕如，因為當時的我還未進入英語寫作世界。）

此外，我還需要新知識。朱熹「觀書有感」那兩句詩「問渠哪得清如許，為有源頭活水來」一直是我求學時的座右銘。此刻更形重要。我需要讀書自修。

自修方法有兩種：（1）購買相關書籍：（2）上網搜尋資料。兩路同進，並轡前行。書籍方面循著教學所需先後購買了千餘本，（期間屢違太太為防書氾濫成災的禁買令，到現在積習難改）；網路方面則托谷歌之福，得以下載新舊文獻書籍，從二十世紀九零年代直到十九世紀的1865年，依時序一路回溯，蒐集關於英語文法，修辭，寫作的主要論述和著作，有如遊走時光隧道般瀏覽了美國過去一百餘年的英語教學沿革。

這期間，Joseph M. Williams 1990年出版的Style: Toward Clarity & Grace 以及Gregory G. Colomb 2006年出版的The Craft of Argument 對我啟發甚多。Francis Christensen 1978年出版的Notes



Toward a New Rhetoric: 9 Essays for Teachers 開啟我對英文認識的新視野；Jacques Barzun 1975 年出版的Simple & Direct: A Rhetoric for Writers 則以學者和教授的身分，討論各種學術英文寫作的問題，受益匪淺；Martha Kolln 2006年出版的Rhetorical Grammar: Grammatical Choices, Rhetorical Effects 檢視英語文法與修辭學的關係。此外，從谷歌下載的1903年Barret Wendell出版的English Composition，帶領我進入一百年前哈佛大學的英語寫作課程；1890年John F. Genung出版的The Practical Elements of Rhetoric則鉅細靡遺，見識了十九世紀末期Amherst College的英語課程；1893年Adams Sherman Hill出版的The Principles of Rhetoric and Their Applications 則是得以一窺哈佛大學十九世紀和二十世紀交接時的英語課內容。最遠所及，則是Hugh Blair 出版於1783年的Lectures on Rhetoric and belles lettres. 我認為Blair在十八世紀對英語段落的分析，在今日讀來，仍然魅力十足。除此之外，各類其他閱讀「族繁不及備載」，權且略過。

自從成立公司以來，不少朋友陸續表達過同一問題：「學生下午才來，你白天大概很閒吧？」

我並沒有很閒。大量閱讀佔據不少時間。閱讀是個安靜活，不用四處奔波與人交際應酬，但要花時間「靜靜坐在書桌前」。我的英語教學心得隨著實際經驗和閱讀所得逐漸篤定踏實。

就這樣，在繁忙的教學中日復一日，「緣溪行，忘路之遠近」，我逐漸走進英語教學的桃花林。

[Jeng Academic Center的英語教學]

於是JAC的英語課程逐漸成形。以文法，詞彙，閱讀，和寫作為主要內容。這四者相互關聯，而所需知識與能力各異。文法需要長期反覆練習，以熟悉許多語文的規則與原則。寫作需要對所寫的項目思路清晰，在組織排比，敘述立論之餘，還要瞭解詞彙意思，用法，短語（phrases），子句（clauses），和句子結構以便傳達思想。閱讀則以瞭解他人思想為主或者體會他人所經營的想像世界以便適當地回應。

「文法，詞彙，閱讀，和寫作」四大方面成為主軸，循序漸進，承襲西方傳統上的「文法，邏輯，修辭」學習三部曲。

至於年齡差別，則採「因時施教」原則，重視學生的心理成長狀態，據以編纂教材。年齡層分為三階段：

(1) 第一文法階段（三到四年級）：

在這裡文法二字需做廣義的引申，而非只限於一般意義的英語文法知識。文法在這裡指的是「一切學習的奠基石，猶如文法是語言的基礎。」這個時期通常指的是小學三到四年級，此時孩子的心智最適合吸收，記憶，所以學習重點不在自我探索，而在吸納事實，比如說拼音法則，文法規則，詩歌，外語詞彙，歷史和文學故事，對植物，動物，人類身體的描述，以及數學運算等。

這個時期的英語教學著重在：語音辨識，拼音法則，敘述文寫作，聽寫練習，英語詞類的認識，文法練習，句子寫作。

(2) 第二邏輯階段（五到八年級）：

到了五年級，孩子漸漸具備分析能力，他們不僅有興趣增添知識內容，而更好奇於知道「為什麼？」。這時期的孩子心理成長屬於邏輯階段。

這個時期，他們需要瞭解事物的前因後果和不同知識領域間的相互關係，他們好奇於事物如何在邏輯架構中融洽地配合無間。也就是在這個階段，抽象思維開始萌芽，他們要學習代數運算，並開始把邏輯概念應用到所學習的內容中。他學習到所有的事物都有一個邏輯概念。比方說，寫作的邏輯包含段落結構，而段落的邏輯便是標明主題，思路不可游移不定。閱讀的邏輯便是批判和分析，不光是吸取訊息。歷史的邏輯便是瞭解歷史事件的緣由，比如鴉片戰爭和甲午戰爭到底是因何而打？而科學的邏輯便是科學方法。

這個時期的英語教學著重在：練習總結，提綱練習，敘述文，描述文，基本句子寫作技巧。



JAC 上課一景

(3) 第三修辭階段（九到十二年級）：

這個時候的學生已經到了高中，高中生的寫作和演說需要具備精闢，犀利，具原創性等特質。這個時期的學生開始將中學時期學到的邏輯思維訓練，應用在初階文法時期所累積的資訊事實，並使用清晰，有力，甚而優雅的語言做出判斷。此時學生開始投入他所特別傾心的學習領域，參加各種藝術營或科學營，選修大學課程，或者學習各種特殊技能。

課程有了，另一個迫切問題是：如何讓學生永遠保持學習熱忱？

此事說易行難。對於這個問題，JAC以歷史為主軸，讓學生在日漸清晰的歷史和時間概念中一邊學習神話，文學，科學，哲學，倫理，宗教，軍事，藝術，政治，經濟等議題時，一邊理解人類各種不同活動間的相互關聯性。也就是學生需要在十二年的義務教育裡，分別重複學習遠古時代（一、五、九年級），中古世紀（二、六、十年級），文藝復興時期（三、七、十一年級），和近代史（四、八、十二年級）等四個階段的學習。每一個階段相應對於文法時期（三到四年級），邏輯時期（五到八年級），和修辭時期（九到十二年級）。以荷馬史詩為例，小學階段先接觸兒童版的奧德賽故事，到中學時再閱讀簡易版的奧德賽傳奇。以後到了高中時，便可以直接閱讀荷馬史詩原文而不致有扞格窒礙的感覺，因為他們已經熟悉故事情節，高中時期便可以直接閱讀原文，與荷馬直接對話。

再以科學讀物為例，生物和人體科學屬於遠古時代，地球科學和基礎天文學屬於早期文藝復興時期，化學屬於早期近代科學，而量子物理和電腦科技則屬於近代科學發展。這樣的閱讀生活足以保存知識的整體性，而不是支離破碎，互不相干。學生知道的愈多，他的知識內容相互發明印證，概念日益清晰，而不至於治絲益棼，理不出頭緒。

這種系統化的學習與概念有兩個功能與目的：嚴謹的學習有助於學生發展美好德行。亞里士多德對德行的定義為「有能力行所當行。」有德性的人自律嚴謹，可以奮發自勵，不易「水向低處流」。他需要克服本身諸如惰性、不負責任等缺點。

此外，系統化的讀書還可以加入所謂的「偉大對話」中，也就是從古往今來的聖哲賢人著作裡汲取真知灼見與智慧，很容易將傳統思想和現代思維做連結與對比。他的另一個的特色便是長時間的寢饋於一個時代或一個作者，非常有助於開發深刻思維和理解，遠非漫無目的與計畫的讀書可相提並論。已經持續十六年的「Reading with Dr. Jeng」這門課便是依據此思維而建立。

到此為止，以上這一切可以說是英語桃花林的前庭。真正走入英語幽林深處，引發驚嘆的域外之境，卻是源於另一件意想不到之事！

出乎意料的是，我對英語真正的突破來自SAT寫作教學，而這卻原本是我因其功利性而頗排斥的項目。2005年美國大學理事會的新版SAT要求學生在完整句中指出錯誤，這意味著我做為老師必須對每個舛誤解釋「為什麼」。這個要求迫使我以前所未有的深度，深入抉發英語句子的核心結構。

就在那時，我發現自己的經驗其實有個重要的歷史對映。早在標準化考試出現之前，溫斯頓·邱吉爾（Winston Churchill）在哈羅公學（Harrow）求學時，就描述過一種類似的覺悟。當他憶起 Somervell 老師的教導時，邱吉爾寫道：



「Somervell 先生——一位極其可親的人，我對他感激良多——被賦予一項任務：教導最愚笨的男孩學習最被忽視之物，也就是單純學寫英文。他成竹在胸，知道該怎麼做，而且他教英文的方式，前所未見。我們不僅徹底學會了英文的句法分析，還持續不斷地練習英文的結構分析。Somervell 先生有他自己的一套系統：他選取一句相當長的句子，用黑、紅、藍、綠四色墨水將其拆解。主詞、動詞、受詞；關係子句、條件子句、連接子句、選擇子句！每種都有自己的顏色與括號。這是一種操練，我們幾乎天天都做。由於我在第八、九年級待的時間是別人的三倍（邱吉爾曾被留級兩次），我接受了三倍的訓練，也因此把它學得非常透徹。」

邱吉爾的回憶之所以重要，是因為它揭示了一個關鍵真相：即便是說母語的人，也無法單靠直覺就能臻於精熟，而是必須經過有意識的結構分析。如果這種對句子結構的嚴格訓練，能夠塑造一位未來的英語散文大師，那麼，對我們這些以英語為第二語言的人而言，其力量又該有多大？

此一洞見恰恰規範出我想要對話的對象群體。我的故事所代表的，是數以百萬計像我一樣的學習者——以中文為母語的科學家、工程師與專業人士（以及由此類推的全球眾多學習者）。我們需要英語，不僅是用來作為飾品，而是為了清晰、精準與掌握閱讀和寫作。對我們而言，分析性地理解句子結構並非學院式的講究，而是不可或缺的一環。



2012年SAT班學生

G. Colomb 合著的《Style: Clarity and Grace》引入SAT 課堂。書中關於銜接（cohesion）與連貫（coherence）的概念——尤其是「由舊到新」的原則——著實讓學生們眼睛一亮。這些並非僵化的文法規則，而是以讀者為中心的原則。它們與受過分析性思維訓練的學生產生了強烈共鳴，也讓 SAT 考試準備轉化為一趟真正的智識探險之旅。英語變得可理解，寫作也變得可教導。

最後一道曙光則出現在 2018 年，當我讀到 George Gopen 的《The Sense of Structure and Expectations》時，Gopen 以驚人的嚴謹度，道出了我多年來只能隱約感受、卻無法具體名狀的感覺。他指出，讀者會在句子與段落中的特定位置，尋找對一些可預期問題的答案：句子如何回顧承接、如何前瞻而進；段落究竟是什麼，表達的要點為何。生平第一次，我終於能夠不憑直覺，而是可以依據讀者的期待來合理化句子的設計。那感覺猶如在一間摸索了數十年的陰暗房間裡，忽然有人打開了電燈。

George Gopen 方法真正新穎，且對非英語母語學習者尤其有益之處，在於它把權柄所在從作者的直覺，轉移到讀者的期待上。傳統教學要求非母語寫作者模仿那些他們沒有真正實感的形式；而「讀者預期法」（Reader Expectation Approach, REA）則提供了一張地圖。透過指出讀者在哪裡尋找意義、重點、連續性與收束，Gopen 把英語寫作從模仿行為，轉變為設計行為。這個轉變對於母語在意義編碼方式上與英語迥異的學習者至關重要，因為它以推理取代了猜測。寫作者不再需要問「這句話聽起來對不對」——一個他們無法有把握回答的問題——而是問：資訊是否被放在讀者預期看到的位置上。從這個意義上說，REA 不只是教人寫出更好的句子；它教會的是對英語論述可傳遞的掌控能力。對於像我這樣的學習者，以及全球數以百萬計的科學家、工程師與專業人士而言，它提供了一條最清晰、也最可企及的真正精通之路，使我們不僅能把英語寫「對」，還能更強而有力地把英語寫得意到筆隨。

[未完待續]



在孩子的畫裡，看見感動

紀星華

擔任偉博多媒兒童繪畫比賽的評審，轉眼已二十餘年。

二十多年的時光，彷彿也是一場屬於我的「時光旅行」。

一路走來，有幸與許多優秀、專業、經驗豐富的評審老師並肩合作、彼此交流。今年邁入第二十八屆，本屆評審恰巧皆來自美國中華藝術學會，與我都是相識多年的好友；能在藝術道路上相伴同行，是緣分，更是福氣！衷心感謝他們的熱情參與與無私付出。

今年的主題是「時光旅行 Time Tunnel Travel」。

時間，看不見，也摸不著；

但在孩子們的畫裡，我們看見了過去、現在與未來，也看見了夢想與希望。

每年欣賞孩子們的作品，內心總被那份可愛、純真與誠摯所觸動。也許正因如此，我才能在評審的崗位上堅持多年，依然樂此不疲。

從五歲以下的小貓組到十四至十六歲的小獅組，共六個組別，超過六百件作品。不同年齡層展現出不同層次的精彩——年幼的孩子用天馬行空的想像力、純真的線條與奔放的色彩，誠實描繪心中的世界；中高年級學生則以更成熟的思考與技法，使構圖更完整、畫面更具深度與張力。

我們始終秉持公開、公平、公正的原則，綜合考量主題表現、創意內容、構圖安排、色彩運用及技巧表現是否符合年齡層等面向進行評分。

然而，評審工作真正困難的是如何忍心「放下」。當我們不得不將一件用心完成的作品放到淘汰區時，內心總感萬般不捨，彷彿看到在每一張作品背後，都站著一個滿懷期待的孩子。

評選過程中，評審團並不知曉作品來自哪一所學校、畫室或個人，所有討論皆以作品本身為唯一依據。在全部評審程序完成後，我們進一步核對資料時才發現：有三個不同組別的前三名，或二、三名，來自同一個畫室；這樣的結果，並非事前所知或刻意安排，而是在盲選與多輪討論之下自然產生的結果。由於評選流程已完整結束，且決議經全體評審共同確認，因此仍維持原評選結果。

我們相信，當多件作品能同時脫穎而出，代表的是該畫室在教學上的用心與孩子們的努力成果，也再次說明，本次評選完全以作品表現為依歸，絕無任何先入為主或偏頗之處。

我常想，孩子們在創作時，願意放下玩耍、專心投入，那份努力、耐心與勇氣，本身就值得掌聲。

因此，我想對所有小畫家說：

無論是否得獎，你們都已完成了一次屬於自己的時光旅行。

你們都是我心目中的第一名。

希望你們繼續加油，努力畫下去；

因為你們的創意與夢想，必能讓世界變得更美好。

同時，也誠摯感謝每一位爸爸、媽媽與老師的陪伴、鼓勵與溫暖的支持。



千橡雜誌編輯宗旨

【千橡】雜誌是一本以整個康谷華人為主要對象發行的地域性刊物，沒有康谷華人，就沒有《千橡》雜誌的存在。她不是技術專刊，也不是文化論壇。她的成長與康谷華人社區的發展齒唇相依，她的原動力基於康谷華人社區的脈動，她的品味內涵反應康谷華人的特色與個性。

【千橡】雜誌的編排精神是以整個康谷華人社區大家庭為取向，全力協助配合康谷華協，忠實報導各個組織〔康谷中華文化協會、千橡中文學校與家長會〕及社團的活動與動態，提供園地刊登作品、交流資訊、聯繫感情。

【千橡】雜誌的內容走平實路線、不花俏、不嘩眾取寵，不牽扯政治議題、不宣揚宗教、不圖利任何私人或商家。所有具個人宣傳、謀利、酬庸、商業色彩、人身攻擊、爭議性、含不雅文辭的文章，一概避免。內容組合本著大眾化、多元化的原則；各類文稿的百分比與取捨，求其平衡，避免重複。

【千橡】雜誌設有編輯委員會，對康谷華協負責。編委會每年需網羅新血幹才加入，秉持積極奉獻、勇於負責、密切合作的團隊精神，按時向社區提供高質量的刊物。所有編委需持熱心公益的精神培訓新手。

【千橡】雜誌各主要事項由編委會成員共同商議決定，重大改變需經由康谷華協同意。

【千橡】雜誌的所有營運開銷，以廣告和捐贈收入為主，自給自足。所有帳目總結後由編委會列交報備康谷華協財務，並接受必要的審查。

【千橡】雜誌每半年一期，於十月與四月出刊，視情況得修訂之。每期大綱、方向、欄目、文稿篩選與時間表細節，以主編為軸心，與編輯委員共同訂定之。其編排精神與方向應前後一脈相承。



前言

冬天，通常是不打雷的，但是2026年1月7日，全球營養與飲食界卻突然響起了一聲驚雷——那是美國衛生部長 Robert F. Kennedy Jr. (RFK Jr.) 正式公布最新的《美國膳食指南2025-2030年》。這一記雷擊可真是夠強烈，把在全球推行了幾十年的飲食金字塔震倒了。當然，我不是說飲食指導本身崩潰了，而是說新的飲食金字塔與以前相比，幾乎呈現出上下倒置的格局。不可謂不震撼！

這波震撼讓筆者花了一點功夫梳理了一下美國飲食指南演變的蹤跡，頗為有意思。在此，筆者打算把美國飲食指南變遷的前前後後，分幾次呈現給各位看官。或許您會從科學家對飲食與健康關係的探索過程中發現，我們腦海中那些看似屬於“自己的”飲食觀念，其實往往是被別人逐漸灌輸給我們的。我們其實一直很少完全理性、明白地吃吃喝喝，而更多是因為相信媒體所轉述的專家觀點，相信這樣吃是好的，那樣吃是錯的。

吃真正的食物

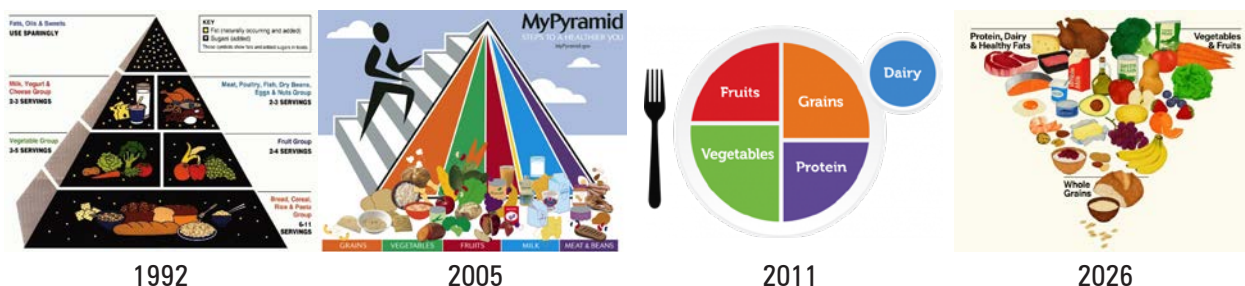
美國膳食指南第十版的全稱為《Dietary Guidelines for Americans 2025 - 2030》，簡寫《DGA 2025 - 2030》，這份指南被官方定位為聯邦營養政策數十年來最顯著的一次調整，核心概念為“吃真正的食物”（eat real food）。

這是什麼意思呢？簡單來說，就是建議美國民眾的飲食應以未高度加工的食物為主。大量研究表明，乳製品、動物性食物、蔬菜、水果和全穀類，往往具有較高的營養密度，也更符合人體健康需求。

RFK Jr. 希望將美國人的基礎飲食結構，從過去高度加工、低飽和脂肪、且高糖高鹽的碳水化合物食品，逐步調整為以肉類、乳製品（包括奶酪）、蔬菜、和水果為核心的飲食模式。

蛋白為王

2020-2025的指南建議，大多數人每公斤體重每日攝取約0.8克蛋白質就可以了，而新的指南則建議每公斤體重每日攝取1.2至1.6克的蛋白質。



圖片於2026年2月28日摘自
<https://app.xinhuanet.com/news/article.html?articleId=732de32eed3ffab4da5793e83e77cfaf>



如此幾乎翻倍的指標如何實現？新指南提出了三個方向：

其一，吃肉。新指南改變了以往過度強調植物性蛋白的觀念，對動物性蛋白和植物性蛋白採取更為均衡的態度，鼓勵人們從蛋類、新鮮海產品、家禽以及牛、羊、豬等肉類中獲取蛋白質。顯然，新指南不像以往那麼視紅肉為妖魔了。

但是，無論哪一類肉，都應盡量避免加工肉類，例如醃製或煙燻肉類（培根、火腿、臘肉、煙燻雞肉）；香腸類（熱狗、莎樂美腸 / Salami、德式香腸、中式香腸、臘腸）；乾燥肉類（肉乾、肉鬆）；罐頭類（午餐肉、鮪魚罐頭、罐頭肉醬或者肉湯），以及各類預加工肉塊、肉丸、肉片與肉餡。

其二，植物蛋白。植物蛋白在必需氨基酸的組成上通常不如動物蛋白完整，但由於富含膳食纖維和其他營養成分，新指南還是鼓勵適量食用，只是其在每日飲食中的比重有所下降，不再被指定為基礎食物。

這些植物蛋白主要來自豆類（例如黃豆、黑豆、毛豆、紅豆、綠豆、扁豆）、堅果類（如核桃、杏仁、腰果、開心果、夏威夷堅果、榛果）以及其它種子類（如各種瓜籽、奇亞籽、芝麻、亞麻籽、花生），還包括全穀物（如糙米、燕麥、蕎麥、薏仁、小米、麥仁、玉米）。全穀物每日建議攝取量約為2至4份。當然，精製碳水化合物（如白米飯、白麵包、玉米餅、即食或包裝早餐食品、餅乾和點心）仍被建議盡量少攝取。

其三、重新肯定乳製品：因為乳製品是優質蛋白質的重要來源，新指南不但鼓勵攝取乳製品，而且不再強調必須選擇低脂或脫脂乳製品，反而明確支持全脂乳製品。無論是牛奶、奶酪、酸奶，只要不添加糖就好。

總之，為了提高蛋白質的攝取量，碳水化合物食品不再被視為每日飲食的基礎。這二者比例的轉變，正是食物金字塔倒置的根本原因。

加“油”

今天如果你去參加食物運動會，按照新的比賽規則，你盡可以為脂肪類大喊“加油”了，因為過去幾十年針對飲食脂肪，特別是飽和脂肪酸的討伐已經停止了。從脂肪攝取量來看，每日脂肪攝取量建議占總熱量的20-35%，大約相當於每公斤體重每天攝入1克脂肪。從脂肪的來源上講，新指南雖然仍提倡優先選擇富含必須脂肪酸的橄欖油、堅果及海洋魚類脂肪，但已不再強調植物油一定比動物油更健康，因為動物脂肪中的膽固醇已經不再被視為主要的健康風險。理由是，人體血液中的膽固醇主要由肝臟合成，而不是直接來自飲食。因此，新指南認為，只要脂肪來自天然食物即可。無論是豬、羊、牛肉、家禽肉、蛋類、海產品、全脂乳製品，還是種子、堅果、橄欖和牛油果，都可以作為脂肪的來源。

糖鹽都繼續受圍剿

與鼓勵攝取蛋白和相對放開控制油脂攝入不同，新指南對食物中添加糖採取了更嚴格的限制。雖然新指南沿用了2020-2025指南的總體原則，即每日添加糖攝取量應該低於總熱量10%的基本原則（如果以每天需要2,000大卡熱量計算，每日添加糖應少於50克）。然而，新指南將其具體化為成人每餐添加糖不超過10克，而且明確呼籲不要喝含糖飲料，不要吃除食材本身含糖（例如水果、穀物、蔬菜都含有一定的糖）之外另加糖的加工食品（例如糕點）。新指南還具體地要求完全避免添加糖到任何4歲以下幼兒的飲食中。對5-10歲兒童也不建議添加糖。

有意思的是，新指南首次明確建議限制人工甜味劑（代糖）的攝取，包括阿斯巴甜（aspartame）、蔗糖素（sucralose）、糖精（saccharin）、木糖醇（xylitol）及醋磺內酯鉀（acesulfame K）等。為什麼呢？因為研究顯示，使用代糖並不能有效控制體重，反而因為長期攝取可能會增加罹患二型糖尿病、心血管疾病及死亡的風險。其原因在於代糖會影響



腸道菌群的生態，從而干擾整體代謝健康。因此，新指南建議應盡量減少甜味攝取，以天然食物（如水果）替代添加糖和人工甜味劑。

最新食物指南對食鹽攝取仍維持過往的嚴格限制，建議成年人每日食鹽攝取量應控制在 5 克至 6 克以下，也就是大約 1 茶匙的量，約相當於 2300 毫克的鈉。這是為了避免過多鈉攝取對人體健康造成的危害。因此，這 5 至 6 克並不僅僅指烹飪時加入的鹽量，也包括天然食物（如乳製品、肉類、果蔬、穀物）本身含有的鈉，以及調味料（如醬油、蠔油、辣醬、甜麵醬、味精、雞精）中的鈉，還包括加工食品（如加工麥片、麵包、糕點、飲料）中含量較高的鈉。由於加工食品普遍含有糖和鈉，指南因此強調所有加工食品必須標明糖和鈉的含量。

新概念

在這次飲食金字塔倒置的過程中，最強調的是食用真正的天然食物，並嚴格限制高度加工食品（飲料也屬於高度加工食品）。其原因在於，高度加工食品除了必然添加鹽、糖以及各類人工添加成分之外，已不再屬於天然食物。這一觀念的背後，其實包含兩個重要的新概念。

第一、在熱量與體重管理上趨向“重質不重量”，擺脫“熱量計算”的迷思。因為肥胖的重要原因之一在於高度加工食品，而非天然脂肪或者單純的熱量攝取太多，因此強調減少高度加工食品的攝取，並嚴格限制添加糖與鹽。也就是說，控制體重和熱量管理的手段不在於單純計算卡路里，而是通過吃得飽（高蛋白）和吃得好（天然原型食物），讓身體自然調節體重與熱量。

第二、新版指南首次提及腸道健康（gut health）與腸道微生態（microbiome）的相關概念，指出飲食型態對腸道菌群的生態環境與平衡具有關鍵影響。高度加工食品可能干擾腸道微生態，而富含蔬菜、水果、膳食纖維及天然發酵食品（如泡菜、德國酸菜、克菲爾（kefir）、味噌）的飲食，有助於支持多樣且穩定的腸道菌群，進而促進消化健康與整體健康。

具體標準

1. 蛋白質建議每公斤體重每日攝取 1.2 - 1.6 克。
例如體重 70 公斤的成人，每日蛋白質攝取量約為 84 - 112 克。
2. 乳製品：若每日需要 2000 千卡熱量，建議攝取 3 份（約 720 毫升鮮奶或酸奶，或約 130 克奶酪）。
3. 脂肪：成人每公斤體重每日攝取約 1 克脂肪，約占總熱量的 20 - 35%，其中飽和脂肪不應超過每日總熱量的 10%。
4. 蔬果：成人每日建議攝取蔬菜 3 份（約生重 660 克）與水果 2 份（約 230 克，相當於兩個成人拳頭大小）。
5. 全穀類：成人每日攝取 2 - 4 份（未烹飪時乾重約 30 - 60 克，可提供約 140 - 280 千卡熱量）。
6. 添加糖與人工甜味劑：原則上 不建議攝取任何量的添加糖與非營養性人工甜味劑；若攝取，每餐添加糖不應超過 10 克。
7. 鈉：成人每日鈉攝取量應低於 2300 毫克，約相當於 5 - 6 克食鹽。

爭議

一如既往，有新概念，就必然帶來爭論。所以，最新版本的食物指南也如同以往的指南一樣有許多被人詬病的地方。這是好事。在未來的文章中，筆者會分門別類地介紹在飲食指南頒布的路上都遇到過哪些挑戰。這裡僅僅把針對第 10 版指南的批評簡列如下：



1. 激進的蛋白質目標（建議成人每公斤體重每日攝取1.2 - 1.6克蛋白質）被反對者認為可能增加腎臟代謝負擔。
2. 對全脂且不添加糖乳製品的「平反」，違背了過去二十多年推薦選擇低脂或脫脂乳製品的做法。反對者認為，這可能與「減少飽和脂肪攝取才能保護心血管健康」的傳統觀點相衝突，其科學性仍有待進一步驗證。
3. 根據新版指南，一個每日攝取2000千卡熱量的普通成人，飽和脂肪酸攝取量應占總熱量的10%，約為22克。但若按照指南所建議的肉類、乳製品及脂肪攝取量來計算，往往很容易超過這一限制。那麼應如何平衡？
4. 新版指南僅限制商家在加工食品中添加糖或非營養性甜味劑，但商家仍可以使用純果汁、天然糖漿或蜂蜜作為甜味來源。這與指南同時建議個人避免飲用過多純果汁的觀點似乎存在矛盾，因為天然食物中的糖本質上

仍是糖，過量攝取同樣可能對健康造成不利影響。

5. 新指南限制穀物類糕點每份添加糖不超過 5 克，乳製品類點心每份不超過 2.5克，同時限制使用含有人工香料、色素、低熱量非營養性甜味劑及人工防腐劑的食品與飲料。這一做法被認為對美國食品製造與供應體系造成較大衝擊，也與美國現實的飲食習慣存在一定落差。
6. 新版美國膳食指南建議減少酒精攝取，但不再設定明確的飲酒上限。過去的建議是男性每日不超過 2杯、女性不超過 1杯。有專家認為，這種模糊表述不僅難以執行，也可能與部分最新研究結果不一致。近期研究指出，酒精被列為 一類致癌物，即使少量飲酒也可能增加多種癌症風險，因此建議儘量 滴酒不沾。

跋

中國人常說，“人生在世，吃喝二字”。然而，吃什麼、喝什麼，在絕大多數情況下並非來自我們親自探索後的選擇，雖然我們總以為那是自己理性的決定。其實，不僅是吃喝，人生在世的許多心思意念與言行，也往往只是我們自以為出於理性的選擇，但在根本上往往是被某種信念所牽引。顯然，人生不可能脫離信念，重要的是你我所信的是什麼。下一期筆者將從頭梳理美國飲食指南的出現與發展軌跡，讓我們更加明白，你我的飲食信念是如何隨著所接收到的信息而逐漸變化的。





康谷中華文化協會



Conejo Chinese Cultural Association

Academic Merit Award Guidelines

CCCA Academic Merit Award: Local High School Seniors (application deadline is **March 31**)

To recognize academic excellence, the Conejo Chinese Cultural Association is offering the CCCA Academic Merit Award scholarship to local high school, college-bound seniors with the following qualifications, in which each winner can earn \$500, respectively:

- Has a Grade Point Average (unweighted GPA) of 3.50 or above in high school (9th to 12th grade overall).
- Has attended Thousand Oaks Chinese School for at least five (5) years.
- Has completed at least 8th grade in Thousand Oaks Chinese School.
- Is admitted to a two (2) or four (4) year-college/university.
- The applicant must have a good attitude to apply and with completed essay (topic: the applicant's experiences in Thousand Oaks Chinese School)

Note: The application form can be downloaded from <https://www.ccca-tocs.org>

Please email to below:

ccca.education@gmail.com & education@ccca-tocs.org

Email Subject: CCCA Academic Merit Award

the application including:

1. the application form
2. the essay
3. a copy of the applicant's high school transcript

The selected winners will be announced on or before April 15. The selected winners must attend the school's senior award night (if actiable) to receive the scholarship. For any reason can't attend, must point a family member to attend, otherwise, you will be denied the scholarship.



康谷社團

千橡城基督教會

李明牧師
姚文棟長老
馬驥長老

chinese.cccto.org

760-213-9978
805-630-7794
805-907-1688

千橡創業俱樂部 (Entrepreneur Club)

柯文新 (Irwin)

805-341-3358

西米基督教會

甄世平牧師
歐思真長老
楊杰長老

ccsv.us

805-285-7789
818-865-0645
805-304-2467

詠舞坊

溫蜀虹

phoenixperformingart.org

805-758-3924

康谷華人基督教會

項偉亮牧師

cvccc.org

626-460-9099

雙谷跳舞俱樂部

易繼行

818-707-9243

康谷天主教查經班

吳昌慧
週五/每月第二、四週

818-518-4262
7:30PM - 9:30PM

韻聲合唱團

左宮子慧

818-517-5370

慈濟西北洛杉磯聯絡處

Northridge 會所
Santa Monica 會所

818-727-7689
310-473-5188

千橡藝術協會 PPMA

魯芳

president@ppmato.org

千橡圖書館

廖慰真

805-381-7356

千橡舞韻 PPMA-TODE

7:30PM - 9:30PM

tode-director@ppmato.org

揚聲合唱團 PPMA-YSC

7:30PM - 9:30PM

ysc-director@ppmato.org

千橡民樂坊 PPMA-TOCFE

7:30PM - 9:30PM

tocfe-director@ppmato.org

千橡中國書畫學會

溫揚
田丰

805-493-1939
805-480-1887

夢幻青少年管絃樂團

續易瑾

818-889-4739

千橡聯誼社

謝聰貴
章濟貧

818-279-3469
818-887-1711

東方藝苑 (CAPA)

王珏

805-376-0108

橡園太極拳協會

週日

7:30 AM - 9:30 AM

張寧孜

818-991-8149

黃珠蟾

805-778-0702

中國旅美科技協會—洛杉磯分會

方平

805-338-7596

朱曉春

sxczhu@gmail.com

Oak Park 網球協會

週二、四、五

7:30 AM - 9 PM

張寧明 (Senior)

818-889-5643

美國防癌協會義工—南加州聯絡人

凌生輝 (Ling Wu)

818-292-3543

吳道宏 (Edward Wu)

千橡羽毛球俱樂部

tobadminton.org

101橋藝軒

吳昌慧

818-518-4262

崔磊

805-300-3680

康谷快樂媽媽義工群

Conejo Valley Happy Moms Club
happymomclub2018@gmail.com

康谷排舞 (Line Dance)

孔令達 (Linda Kung)

818-632-8958

健言社

週四/每月第一、三週

7:30 PM-9 PM

胡晷

805-529-8891

康乃馨藝術團

Carnation Arts and Culture Group (CAGG)

Carnationdancing@gmail.com

以上資料如有更新變動，請與編委徐衛龍聯繫：wxu101@yahoo.com



康谷中華文化協會



Conejo Chinese Cultural Association

親愛的朋友:

康谷華協誠摯邀請您和家人, 加入這個屬於所有華人的大家庭。

康谷華協成立於1980年, 為IRS登記立案之非營利機構, 其主要功能為提供康谷各界華人語言、文化、教育等活動; 聯系華人情感; 並促進與其他社區之文化交流。

隨著華人社區的成長, 康谷華協所主辦、協辦或設立的各項活動(如千橡中文學校、文化中心、千橡雜誌、新春晚會、露營、專題演講、文藝交流、金齡會聯誼……等等)也不斷地增加和擴大。為增進華人影響力及獎勵華語文學習, 華協也針對高中畢業生設置了優良獎學金, 並於各大高中正式頒獎。有關華協各項活動細節, 請查詢華協網站 www.ccca-tocs.org。

上述相關活動經費, 悉數來自會員會費及其他募款。盼望您也加入我們的行列, 共襄盛舉。隻需繳交年費三十元, 即可成為華協年度會員, 享受一年會籍; 繳交六百元, 便可一勞永逸, 成為華協永久會員, 永享會籍。會員每年可享讀春秋兩期千橡雜誌、優先報名華協主辦的各項活動、並可參與華協會長及理事的選舉*, 共同為華人社區服務; 永久會員則可享受更高等級權利。詳細資料請至華協網站 www.ccca-tocs.org 查詢。

*有關華協各項選舉細節, 請諮詢現任秘書 <secretary@ccca-tocs.org>

康谷中華文化協會敬邀

是的, 我希望參加康谷華人協會成為:

普通會員。隨信附上三十元支票, 作為年度會費(有效期為本年七月一日起至下一年六月三十日止)

永久會員。隨信附上六百元支票。

支票抬頭請寫CCCA (Conejo Chinese Cultural Association)

請寄: P.O.Box 6775, Thousand Oaks, CA 91362

姓名(中文) _____

姓名(英文) _____

E-Mail: _____

聯絡地址: _____

聯絡電話: _____



The Conejo Chinese Cultural Association (CCCA)

Regular Membership, Lifetime Membership, and CCCA Patron Program

A. Regular Member:

1. Enjoy the rights to vote and to run for CCCA board of directors, as defined by the CCCA Bylaws.
2. Access to all events sponsored by CCCA.
3. Enjoy two complimentary editions of CCCA Journal.
4. The regular membership fee is \$30 per family, with membership valid from July 1st of the year to June 30st of the following year.
5. Every family of Thousand Oaks Chinese School students is required to pay the CCCA annual membership fee at registration and enjoy the Regular Membership of that year.

B. Lifetime Member:

1. Enjoy all the rights and privileges as provided to the CCCA Regular Membership.
2. Enjoy early notification and ticket pre-sale on major CCCA events for preferred seating options.
3. Enjoy honorary recognition in every edition of CCCA Journal.
4. The Lifetime Membership fee is \$600, and good for a lifetime.
5. For Lifetime Members with children attending Thousand Oaks Chinese School, no CCCA membership fee will be charged at registration.

C. CCCA Patron:

1. All donations are gladly accepted and are tax deductible.
2. Donors receive honorary recognition in CCCA Journal.

All fees are non-refundable and non-transferable.

Please email info@ccca-tocs.org for questions.

會員費與捐款回條 Membership Fee and Donations

Chinese Name: _____ English Name: _____

Address: _____

E-mail: _____

Home phone: _____ Cell Phone: _____

I would like to become a CCCA Regular Member. A check of \$30 is enclosed.

I would like to become a CCCA Lifetime Member. A check of \$600 is enclosed.

I would like to become a CCCA Patron. A check of \$_____ is enclosed.

Signature _____ Date _____

Please make check payable to CCCA, and mail it with this form to
P.O. Box 6775, Thousand Oaks, CA 91362



康谷華協理事會

CCCA Board Members

姓名	Name	职责	EMail
杨隽	Jun Yang	會長 / 活動 / 籌款	president@ccca-tocs.org
曹怡	Lindsay Cao	副會長 / 外聯*	vicepresident@ccca-tocs.org
魯滔	Tao Osgood	秘書 / 通訊*	secretary@ccca-tocs.org
吳祚互	Joseph Wu	財務監督 / 籌款	controller@ccca-tocs.org
嚴雅瑾	Yajin Yan	財務 / 籌款	finance@ccca-tocs.org
康淑芬	Jennifer Kang	中文學校校長 / 教育	school@ccca-tocs.org
王勇斌	Yongbin Wang	家長會	pva@ccca-tocs.org
方智武	David Fang	千橡雜誌主編 / 通訊	journal@ccca-tocs.org
梅芳華	Jason Mei	教育* / 文化節	education@ccca-tocs.org
劉琳	Lin Liu	文化中心主任 / 籌款	center@ccca-tocs.org
黃弋民	Joe Huang	青少年項目* / 活動	youth@ccca-tocs.org
章旻	Min Zhang	活動* / 露營*	events@ccca-tocs.org
汪媛	Alyssa Wang	金齡* / 活動	senior@ccca-toc.org
楊睿	Cassidy Yeung	青少年項目 / Youth春晚	
王為	Wei Wang	中秋節* / 金齡	
馬景然	Ralph Ma	IT / 網站 / 通訊*	tech@ccca-tocs.org
李穎弘	Vivian Li	活動*	
张丽	Elisa Zhang	籌款 / 活動 / 母親節	
林佩施	Caroline Lin	活動 / 外聯	
林蛟	Jiao Lin	IT / 網站 / 通訊	
*組長 Committee Chairperson			
李瓊	Qiong Li	榮譽理事 / 文化活動	
蔡友文	Carol Woo	榮譽理事 / 外聯	
丁凯军	Kevin Ding	榮譽理事 / 籌款	



康谷華協行事曆

CCCA Event Calendar

日期	活動	地點	負責人
Saturday, September 6, 2025	TOCS First Day of School 第一學期開學	TOCS	康淑芬
Saturday, September 7, 2025	CCCA Board Meeting #1 第一次康谷華協理事會	CCCC	楊隽
Saturday, September 20, 2025	中秋遊園會	Oak Canyon PK	王為/王勇斌
October, 2025	金齡組系列活動	TBD	王為
Sunday, October 19, 2025	Thousand Oaks street fair	Moorpark Rd TO	曹怡
Saturday, October 26, 2025	CCCA Journal Publishing - Fall Issue 千橡雜誌秋季刊出刊	TOCS	方智武
November, 2025	金齡組系列活動	TBD	王為
December, 2025	Holiday Party 節日餐舞會	TBD	Carol Wu
Sunday, December 7, 2025	CCCA Board Meeting #2 第二次康谷華協理事會	CCCC	楊隽
Saturday, December 20, 2025	TOCS Last Day of School 第一學期結束	TOCS	康淑芬
	Christmas and New Year Break		
Saturday, January 10, 2026	TOCS Second Semesters Starts 第二學期開學	TOCS	康淑芬
Sunday, January 24, 2026	CCCA President Gathering 會長聯誼	CCCC	楊隽
Sunday, February 28, 2026	CNYP 春節聯歡晚會	TO Civic Art Plaza	TBD
Sunday, March 1, 2026	Spring Banquet 春宴	TBD	康淑芬
Sunday, March 8, 2026	CCCA Board Meeting #3 第三次康谷華協理事會	CCCC	楊隽
Saturday, March 15, 2026	Deadline for TOCS Principal candidate nomination 千橡中文學校校長提名截止	NA	梅芳華
March, 2026	金齡組系列活動	TBD	王為
Tuesday, March 31, 2026	Deadline for CCCA Scholarship Application 康谷華協獎學金申請截止	NA	梅芳華
Tuesday, March 31, 2026	Deadline for CCCA director nomination 康谷華協理事提名截止	NA	魯滔
TBD	CCCA Journal Publishing - Spring Issue 千橡雜誌春季刊出刊	NA	方智武
Saturday, April 4-10, 2026	Spring break		
Saturday April 18, 2026	8 th Chinese Cultural Day/Mid Autumn 第八屆中華文化節	TBD	劉琳
Saturday, May 9, 2026	Official Announcement of CCCA VP & Directors Election results 康谷華協理事候選人政見發表會&康谷華協理事選舉結果公佈	TOCS	魯滔
Sunday, May 10, 2026	Mother's Day Celebration 母親節活動	CCCC	李穎弘
Mid May, 2026	PVA Carnival 家长会嘉年华	TBD	王勇斌
Mid May ~ Early June, 2026	2026 CCCA Scholarship Presentation 到各高中頒發獎學金	Local High Schools	梅芳華
May 23-25, 2026	CCCA Memorial Weekend Camping 康谷華協初夏露營	TBD	章旻
Saturday, June 6, 2026	Last Day of TOCS / Graduation Ceremony 千橡中文學校結業典禮	TOCS	康淑芬
Sunday, June 7, 2026	CCCA Board Transition Meeting 康谷華協年終總結/換屆會	CCCC	楊隽
June - July-Aug, 2026	CCCA Youth Project Summer Camp 康谷華協青少年夏令營	CCCC	黃弋民
Vary	CCCA Seminar 康谷華協講座	CCCC	劉琳
Sunday, June 8, 2025	CCCA Board Transition Meeting 康谷華協年終總結/換屆會	CCCC	劉琳
June - July-Aug, 2025	CCCA Youth Project Summer Camp 康谷華協青少年夏令營	CCCC	黃弋民
Vary	CCCA Seminar 康谷華協講座	CCCC	丁凱軍



千橡中文學校行政人員名單

Staff Directory

Title	Name
校長 Principal	康淑芬 Jennifer Kang
教務副校長 Assistant Principal	高 芳 Fang Gao
校務副校長 Assistant Principal	姚崇瑀 Vera Yao
活動副校長 Assistant Principal Registration	熊 麗 Xiong Li
註冊組/通訊組 Registration	謝紅梅 Helen Xie
教務組/秘書 Academics Director	林宜逸 Yiyi Lin
教務組/活動 Prek,K,EC, 3rd period Academics Director	林艷芳 Phelina Lin
教務組/1-4年級 Academics Director	王玉瑜 Yuyu Wang
教務組/5-9年級 Academics Director	韓偉娟 Weijuan Han
財務組 Budgeting Director	張文穎 Mango Chang
總務組 Purchasing	林佩施 Caroline Lin
資訊組 IT Director	須志仁 Eddy Hsu
年冊 YEARBOOK	溫 泉 Renee Wen
活動安全 Yearbook, Campus Patrol Director	林彥汝 Yen-Ju Lin
活動安全 Copyroom, Campus Patrol Director	黃俊榮 Gary Huang
活動安全組 Campus Patrol Director	萬海軍 Haijun Wan
IT 顧問 School Advisor	許家銘 Chiaming Hsu
校務顧問 School Advisor	游麗惠 Tina Yu
校務顧問 School Advisor	梅芳華 Jason Mei
校務顧問 School Advisor	王 暉 Heather Wang
財務顧問 Budgeting Advisor	李寶茵 Jasmine Li



千橡中文學校活動摘要

TOCS Calendar of Events

日期	活動	負責人
08/09/25	學前行政人員會議	康淑芬
08/16	學前全體教職員會議	康淑芬
09/06	第一學期開學(第三節休課)	全體行政人員
10/04	TOCS Moon Festival 中秋謝師活動	姚崇瑀
10/01-21	TOCS 秋季學術比賽 (硬筆書法, 看圖作文)	熊麗
11/TBD	SCCCS南加聯合會秋季學術比賽 (硬筆書法, 看圖作文)	熊麗
11/29	感恩節假日, 不上課	
12/20	上學期學期結束 TOCS聖誕節期末餐會	林佩施/康淑芬
12/27/25-1/03/26	Winter Break - 教材補助申請, 訂購	林宜逸/林彥汝
01/10/26	第二學期開學	康淑芬
01/17	MLK馬丁路德節, 不上課	
01/24	Lockdown Drill 封鎖演習 緊急疏散排練	萬海軍/梅芳華
02/01	班級海報比賽開始(另訂主題)	萬海軍/林彥汝
TBD	SCCCS南加春季研習營報名	熊麗
02/28	元宵燈謎	林宜逸/林彥汝
02/28	CCCA 春晚	CCCA
03/01	春宴	姚崇瑀
03/21	1 st -5 th Grade & EC 認字比賽, 6-8 th Grade中文常識測驗	韓偉娟/王玉瑜/林艷芳
TBD	全美中文學校聯合會AP中文模擬考試	熊麗
03/31	CCCA 獎學金截止申請日	CCCA
TBD	SCCCS南加聯合會春季學術比賽	熊麗
04/04	春假, 不上課	
05/02	TOCS母親節慶祝活動	林佩施/康淑芬
TBD	CCCA 文化日	CCCA
05/09	CCCA母親節慶祝活動	CCCA
05/16-23	CLU event & Memorial Day, 不上課	TOCS 老師
05/20	AP中文獎學金截止申請日, 班級學年成績單回填寫截止日	林彥汝
05/23-25	CCCA露營活動	CCCA
05/30	期末考試	TOCS 老師
05/31	班級學年成績單回填寫截止日	林宜逸/林彥汝
06/06	結業典禮(第三節休課), 期末餐會	全體行政人員
TBD	教材補助申請/SCCCS南加夏季研習營報名	林宜逸/熊麗



教師及教室分配

Teachers & Classroom Assignment

CLASS	ROOM	NAME
EC-初級	SW103	李裕靜 Yu Ching Clinger
EC-中級	SW120	曾軻薇 Janet Tseng
EC-高級	SW124	李浩榕 Nora Zhuang
Pre-K A	SW101	李韻祺 Yunqi Li
K-A	SW102	張詩嘉 Joyce Chang
K-B	G-1	唐香華 Sabrina Shang
1-A	S119	林文雯 Maggie Lin
		周克清 Kasey Zhou
2-A	S120	湯治芸 Chihyun Tang
2-D	S124	俞美娟 Emily Mei Chuan Yu
3-A	S108	朱春曉 Juliet Zhu
3-B	S109	孫明非 Mingfei Duan
4-A	S110	郭秀嬌 Melody Tsai
4-B	S111	張睿 Rui Zhang
5-A	S112	許肇華 Chaohua Hsu
5-C	S113	彭志坤 Annie Peng
6-A	S114	陳琇娥 Sheryl Lee
6-C	S116	王彩蓉 Cairong Battles
7-A	S117	胡鈺麟 Renee Hu
7-B	S118	李磊 Carrie Li
8-A	S107	宋怡欣 Emily Sung
8-B	S105	馬志宏 Maggie Ma
9B/AP	S106	王心皓 Anita Wang

CLASS	ROOM	NAME
畫圖 (初級) Art (I)	S117	林彥汝 Yen-Ju Lin
畫圖 (中級) Art (II)	S118	白雲悠 Molly Bai
國際象棋 Chess	S110	Greg Hamer
圍棋	S109	孫明非 Mingfei Duan
編織 (初級)	S112	孟薇 Wei Meng
編織 (中級)	S113	彭志坤 Annie Peng
珠心算 (初級) Abacus (I)	S114	陳琇娥 Sheryl Lee
書法 Calligraphy	S124	俞美娟 Emily Mei Chuan Yu
手工 Crafts	S107	李韻祺 Kiki Li
素描 Sketch	S108	司華曉 Scott Si
中國結 Chinese Knot	S105	馬志宏 Maggie Ma
功夫 Chinese Kung Fu	S-Hall	江子權 Eric Kong
*演講	S120	梅芳華/梅洛兮 Jason Mei/Vivian Mei
*摺紙	S116	萬海軍/萬瑞彬 Haijun Wan/Grady Wan
*全科目輔導	G-5	任方寧/譚凱茜 Sally Ren/Lorena Tan

*Supervisor/TA



家長會名單

PVA Directory

Title	Chinese Name	English Name#
會長	王勇斌	Frank Wang
副會長	王為	Wei Wang
副會長	印堃	Kun Yin
秘書	宋彥	Yan Song
出納	王盼成	Pancheng Wang
理事	蔡堅	Jian Cai
理事	奚安琪	Anqi Xi
理事	王文芳	Wenfang Wang
理事	毛麗	Lily Mao
理事	张晓霞	Esther Zhang
理事		Bella Jiang
理事	王薇	Wei Wang
理事	葉芬君	Mey Ye
理事	张滴源	Liyuan Zhang
理事	张麗	Elisa Zhang
理事	胡禕楓	Amy Hu
理事	王洋	Arthur Wang

Title	Chinese Name	English Name#
理事	樊華	Megan Fan
理事	李敏	Min Li
理事	杨峻雅	Junya Yang
理事	岳一梵	Yvonne Yue
理事	阿雅	Ada Tong
理事	譚志煒	Alex Tan
理事	榮蓉	Rong Rong
理事	林豔	Yan Lin
理事	白雲悠	Molly Bai
理事	李青霖	Heidi Li
理事	陳月圓	Cherry Chen
理事	楊飛	Fei Yang
理事	張曉偉	Catherine Zhang
榮譽理事	杜恩昊	Enhao Du
榮譽理事	董平	Ping Dong
榮譽理事	李炯炯	Amanda Li