

華人

We Chinese in America



走近張純如

宋美齡征服美國之行

誰是"最後一代的內地人(NDR)"?

寫作與我

今又十月

江山無限景，盡在一園中



普天壽房地產公司 Prudential California Realty

曾陳琇卿
Frances Tseng
通國、台、英語

Award winner:
* Chairman's Circle Gold
* President's Circle
Top 3% Nationwide

專線: **858-518-0008**

置富地產
TOP NOTCH REALTY Inc.

Andrey Lam
林淑霞
Broker/Realtor

99大華超市後面 **619-807-0327 (Cell)**

Prudential California Realty

房地產買賣專家
宮筑筠
Victor Kung

手機: **(760)715-8496**

Century 21 Award

Each Office is Independently Owned And Operated



Producer 2001-2003

我有買方，誠徵賣主，免費估價

獲21世紀總公司 最高銷售金人獎 (Double Centurion Producer)
最佳服務獎 (Quality Service Award)

歡迎光臨網站 www.janehou.com
查閱最新熱門上市樓宅，學校成績報告表
最近房屋貸款利率及貸款利息計算一覽

★ La Jolla, 3房2.5浴, 全新裝修
近UCSD, 超市, La Jolla頂尖學校
自住、投資皆宜
★ Mission Valley, 2房2浴Townhome
最佳投資



侯佳音

Jane Hou

Top 1% Nationwide
千萬經紀



East Carmel Valley—2003年, 3100
呎高級住宅區, 5房4.5浴, 樓下全套房/
浴, 兩個車庫, 3車位, 車庫有窗可用作
辦公室; 房型別緻, 飯廳客廳有氣派,
雙開玻璃門進出後院。一樓全新木地板,
廚房大理石檯面, 裝潢考究, 主人已
遷外州, 房空急售! \$995,000起價。



Penasquitos—Park Village小區
4房3浴3車庫, 樓下房/浴全。一手主
人, 保養精細, 新近又重裝修。主人房帶
大陽台, 景色一覽無餘。走路上小學。預
約看房。



Scripps Ranch—3房2.5浴town-
home, 搶手房型, 客廳寬大
實用, 管理費低, 走路上頂
尖小學。\$485,000起價。

★ 另有Camel Valley Townhome及獨立屋, \$639,000
起, 走路上學及Torrey Pines高中。

廣告最多 銷售最快 收費最低 服務最佳

專線: 858-444-2428 手機: 858-354-9168

網站: www.janehou.com 電郵: janehou21@aol.com

歡迎來電詢問購買新房、Relocation 優惠計劃

匯豐地產實業貸款公司

Premier Diversified Mortgage Corp.



價錢最便宜



經驗最豐富



信譽最卓著



服務最周到



手續最便捷



- ▶ CHFA 30年固定利率5.0%
- ▶ 最低浮動利率1.95%起價
- ▶ 自備款祇需3%即可申請購屋貸款
- ▶ 0 Point, 0 Fee (無費用) 貸款30年固定5.0%,
15年固定4.75% APR Same
- ▶ 免查收入購屋或重新貸款, 從申請到手續結束
(Close of Escrow) 兩星期完成
- ▶ 聯邦政府利息優惠方案 Mortgage Credit Certificate
- ▶ 各種順位貸款淨值取出可達125%

利率跌至二十年來最低點

沈園

Joanne Shen
MBA/BROKER

購屋貸款、重新貸款, 請您把握時機
現在就打免費電話: 1-800-665-2920
Tel: 858-945-3588 Fax: 858-453-4503
6540 Lusk Blvd., Ste. C-210, San Diego, CA 92121

*Service is our business
& we are the best in town!*

同仁眼科視學中心

Neovision Optometry

特點

- 聖地牙哥規模最大視學中心之一
- 最先進全新數字電腦診斷、驗光等設備
- 自設鏡片加工場,最新日本原裝進口電腦切片機
- 有照配鏡師為您配鏡,大多立等可取

服務: 全面性眼科保健檢查
 視力矯正 (FDA批准CRT, Ortho-K)
 激光視力矯正
 專精眼病治療
 隱形眼鏡驗配

經營: 各種名牌眼鏡框
 特備兒童眼鏡專櫃
 高度數近視、老花
 超薄超輕眼鏡



俞進醫師
 眼科視學博士

Jean Yu, O.D. M.S.

- * 上海復旦大學物理學士
- * 美國紐約州立大學視科學碩士
- * 美國佛羅里達NOVA大學眼科視學博士
- * 十餘年經驗

新張期間 鏡框七折優惠

★ 接受大多數保險 ★

營業時間: 週一至週六 10am ~ 7pm
 週日休息



English: 858 689-9533 華語專線: 858 689-9535 Fax: 858 689-9515
 8137 Mira Mesa Blvd. San Diego, CA 92126 (Target Plaza 西端)



汽車保險
 房屋保險
 商業保險
 人壽保險
 醫療保險

曾晶

Tel: 858-268-7010(三線)
 Fax: 858-268-7013

Licence # OC78801

我們的業務人員精通國、粵、川、英語

7323 Convoy Ct., B-111, San Diego, CA 92111 (大華超市後門)

基本住院費·五百萬終身保險·PPO·1000 年度自付額



加州藍十字
 特約代理

年齡	個人	夫妻	家庭	個人及 一個小孩	個人及 多個小孩
19-29	47	80	128	83	105
30-34	57	76	133	95	117
35-39	66	119	167	102	125
40-44	88	127	185	119	153
45-49	104	153	197	140	162
50-54	135	264	302	171	194
55-59	175	342	389	200	239

04/01/03 Effective

花小錢
 買大保險





新樂宮海鮮大酒樓

JASMINE RESTAURANT

Jasmine
The Seafood Restaurant of San Diego

蟬聯：聖地牙哥美食比賽"名廚獎"
履獲：聖地牙哥雜誌評鑒為"最佳中國餐館"
榮獲：加州餐飲業協會"美食獎"

- 一、家庭溫馨便餐
- 二、滿月、節慶派對
- 三、公司、社團餐會
- 四、喜筵、壽酌

- * 世界級名廚主理廚政
- * 貴賓廳、酒吧
- * 可筵開七十席
- * 歡迎預定全年結婚酒席

特別推薦家庭小菜



- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ☞ 油鴨北菇蒸滑雞
Steamed Chicken with Preserved Duck ☞ X.O.醬帶子海鮮煲
Scallop and Mixed Seafood Pot with X.O. Chilli Sauce ☞ 雞絲婆參會翅裙羹
Fish Maw with Sea Cucumber and Shredded Chicken Soup ☞ 葡汁焗斑球
Baked Grouper Balls with Portuguese Sauce ☞ 黑椒牛仔骨
Black Pepper Veal | <ul style="list-style-type: none"> ☞ 荷豆欖菜炒魚崙
Stir Fired Minced Fish with Sweet Peas ☞ 荔芋斑腩煲
Taro and Grouper Fillet Pot ☞ 乾蔥原粒豆豉雞煲
Black Bean Chicken Pot with Shallots ☞ 新樂宮發財一品煲
Hon Po Delicious Mixed Pot ☞ 生炒臘味糯米飯
Fried Glutinous Rice with Preserved Meats |
|---|--|

TEL:(858)268-0888 FAX:(858)268-7729
4609 CONVOY ST., STE. A, SAN DIEGO, CA 92111

營業時間
週一至週五
早10:00至晚10:00
週六、日及假期
早9:30至晚10:30



CHIROPRACTIC

可介紹忠誠、負責、能為您爭取最大權益的車禍律師



陳運仁醫師 兼藥劑師主理
陳雪玲醫師
通：英、國、粵、滬、潮語

主治：**車禍、工作、運動受傷**

頭痛、頸、背、腰疼、肌肉、關節、四肢酸痛、神經痛、坐骨神經痛、肩膀僵硬疼痛、頭暈、耳鳴、年老骨質鬆脆，運動體檢



專治有關疑難痛症

接受醫療健康保險

如不幸有意外，及早檢查根治以免受後遺症折磨

脊骨神經專科，X光醫療按摩

接受醫療健康保險

中區 KEARNY MESA (週二、四、六)

(858) 268-1288

4609 C CONVOY ST.(新樂宮酒樓旁)

北區 PENASQUITOS (週一、三、五)

(858) 484-0800

9871 CARMEL MTN. RD.(Stater Brother市場)



LILYS百合高级装璜材料公司

木地板: JOHNSON厂家直销, 红檀香木, 紫檀木, 黄金檀, 枫木, 玉檀木, 巴西像牙, 南美樱桃, 黑金木, 金不换, 红胡桃木, 琥珀木, 非洲柚木, 桦木, 竹子等... \$2.99起.

圣地亚哥: 品种全, 质量好, 服务优, 是您投资的首选.
独家代理: S M T WOODS, BHK, VENTA, LAMINNATE,



金不换



非洲柚木



黄金檀



红檀香木

花岗岩: 直接进口, 蓝珍珠, 秀石, 黑金沙, 胡蝶绿, 非网钻, 印度红, 绿珍珠等.....
名贵石材, 标准板材, 地砖, 墙砖, 花样繁多.
大理石雕刻壁炉: \$1500起

实木橱柜:
枫木, 像木, 樱桃木, 核桃木, 桦木, 红檀木等..... \$量身定价



免费电话:
1-866-889-6555

TEL: (858) 560-1686 FAX: (858) 560-6025
地址: 7113 Engineer Rd. San Diego CA 92111
E-Mail: lilys7113@sbcglobal.net





石龜

國際股份有限公司

Stone Turtle International Inc.

想讓您的居所更典雅、更具獨特氣質
請光臨石龜公司的展銷大廳
蒐集中國十三省天然奇石精華
觀賞自然界的鬼斧神工
領略宇宙間的浩瀚壯麗

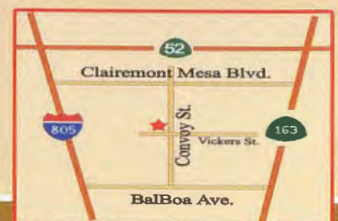


看似沉默無語
意境可納山川
此乃雅石之韻

石龜公司總裁趙松齡先生
係美中收藏家協會常務副會長
古玩鑒定、交流專家

858-560-0168

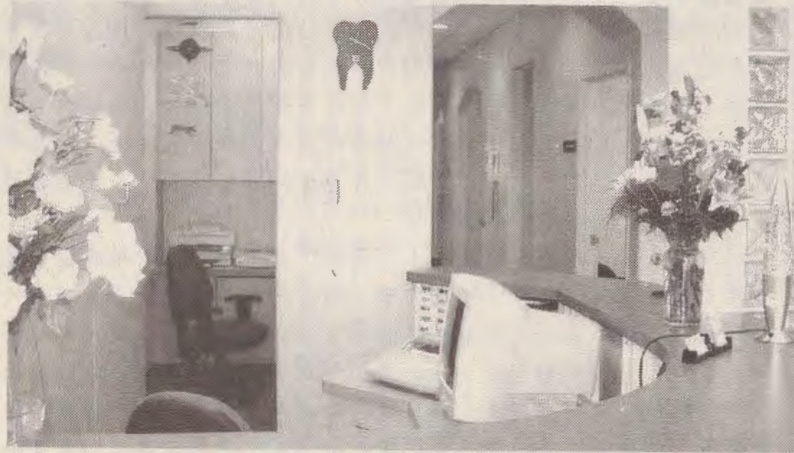
地址: 4764 Convoy Street, San Diego, CA 92111





沐旭昇牙科診所

XUSHENG MU D.D.S., M.S.D. FAMILY DENTISTRY



- 上海第二醫科大學
口腔醫學院畢業
- 華西醫大口腔外科
臨床研究生畢業
- UCLA 和 USC 進修深造
- 廿多年牙科經驗
- 美國牙醫學會 (ADA) 會員
- 加州牙醫學會 (CDA) 會員
- 聖市牙醫學會 (SDDA) 會員

主治

牙齒美容
定期檢查
兒童牙科
洗牙補牙
智齒拔除
根管治療
牙冠牙橋
牙周治療
活動假牙
急診治療

是您全家大小
最可信賴的
家庭牙醫師

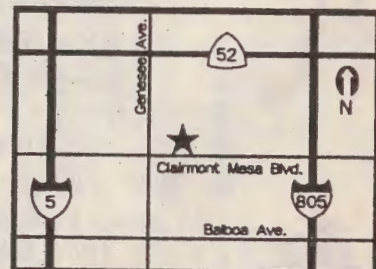
診所特點

1. 品質與美容并重
2. 消毒徹底、完全，定期測試，保證您的安全
3. 牙科設備最新最全
 - * 擁有數字顯示X線機，X光劑量減少90%以上
 - * 全景牙片機，清晰顯示所有牙齒
 - * 口腔內視攝影機，讓您對診斷治療一目了然
4. 兒童專用牙椅，笑氣鎮靜麻醉
5. 診所設計優雅，使您在治療和候診時輕鬆舒適
6. 收費合理，自費者優待

Tel: (858) 270 - 4588

門診時間：週三、週日休息
週一、二、四、五、六 上午九時至下午六時

接受各種保險及政府治療卡 (MEDI-CAL) ，可用信用卡付診



4716 Clairemont Mesa Blvd.
San Diego, CA 92117
25, 44公車可達診所

The First & Only Authentic
Chinese Magazine in San Diego



鼓吹進取精神
宣揚傳統美德
聯絡鄉情親情

竭誠為聖地牙哥、南加州、
墨西哥蒂華納華人讀者服務
7323 Convoy Court, Ste. B113
San Diego, CA 92111
Tel: 858-569-0988
Fax: 858-569-0985
法律顧問：馬強律師
wechinese@hotmail.com
wechinese@sbcglobal.net
© 2004, Pegasus Media Inc.

致讀者朋友

親愛的讀者朋友：

聖地牙哥華人社區結束了繽紛的九月，迎來了金色的十月——十一國慶、雙十國慶、中秋節，客屬崇正會新理事會就職、科商會十年大慶、歷史博物館孫中山分館開幕、西方寺英文佛學院成立……歡慶的鑼鼓此起彼伏，喜樂的氣氛一浪高過一浪！將要舉辦的活動包括中華藝術學會一年一度的大型藝術節、中國人協會第二屆醫療保健免費諮詢、太極武術表演等等，本刊這期《社區活動綜述與預告》欄目用了整整五頁篇幅，仍然沒有將所有活動盡數報導。這說明了什麼？這說明了聖地牙哥華人社區的繁榮！顯示出聖地牙哥華人同胞的團結和力量！《華人》能以自己的方式為身在其中的華人社區做一點力所能及的事情，是我們的榮幸和驕傲。祝愿聖地牙哥華人社區更加發展壯大！《華人》愿同您一起成長。

《華人》月刊也在金色的十月迎來了自己創刊三週年而穩步走進了第四個年頭。三年來，在眾多華人朋友的支持和關心下，《華人》從一株細弱的小苗，成長為一棵亭亭玉立的小樹，她健康、迅捷的成長靠得是眾人的辛勤澆灌：三年來，《華人》的作者隊伍不斷擴大，《華人》的讀者日益增多，《華人》市場不斷發展……行筆至此，感慨萬千，在未來的日子裡，我們有什麼理由不更加努力把《華人》辦好，以感謝各方朋友們的厚愛？！

本期的封面人物是在美國社會大名鼎鼎的華裔女作家張純如。她的《南京大屠殺》是第一本以英文書寫的控訴日軍罪行的著作，該書的出版震撼了美國社會和學術界而登上暢銷書排行榜。她的《中國人在美國》更是迄今為止最詳盡介紹華人在美國歷史的英文巨著。她為中華民族、為華裔美國人作出了巨大貢獻，我們為她驕傲！

孟憲嘉先生的《誰是“最後一代的內地人(NDR)”》一文，對在大陸出生、在台灣成長、在美國深造、定居的一代人作出了詳盡的描述；劉昌焱先生的《今又十月》回憶了在去年聖地牙哥山火中的親身經歷和體會；李峴、南山子、卓以定、佚名、老成等作家的文章，都是很值得一讀的佳作。

希望您喜歡這本《華人》走進第四年的第一本雜誌。

謝謝！

《華人》發行人 馬平

代
東

《華人》新辦公室開張茶話會，歡迎光臨！

為了更好地服務華人社區和廣大讀者，本刊新辦公室從十月份正式啟用。

為感謝三年來支持我們的廣大讀者、作者、廣告客戶朋友，同時慶祝《華人》創刊三週年，本刊謹定於十月三十日下午2-6時在辦公室舉辦新張茶話會，歡迎大家光臨指導，共敘友情！

時間：10月30日（星期六）2pm - 6pm

地點：《華人》雜誌社

7323 Convoy Court, B-113, San Diego, CA 92111

(99大華超市後辦公樓)

詳情請洽：Tel: 858-569-0988 Fax: 858-569-0985

因邀請人數眾多，恕不一一致函，特此代東請見諒。

《華人》雜誌社全體同仁敬邀



目錄

2004年10月 (Volume 4, No.37)

封面人物	走近張純如(米妮)	17
華人社區	華人社區活動綜述與預告	7
	遐齡鶴壽頌柏公	25
特稿	今又十月(劉昌焱)	37
華人聚焦	誰是“最後一代的內地人(NDR)?”(孟憲嘉)	31
李峴視點	只能不信“邪”(李峴)	33
古今名人	宋美齡征服美國之行(小麗)	35
往事如煙	八十隨筆(麥鳳瓊)	28
華人文苑	遠客思鄉歌一曲(彭世強)	51
	江山無限景,盡在一園中(南山子)	52
	寫作與我(卓以定)	53
	詞四首(王者風)	54
	記情詩籤(黃柏)	25
	所謂快樂(劉懿雯)	55
	人生在世(佚名)	55
	我喜歡營養午餐(王正中)	56
	異國生活趣事三則(廖遠)	56
	讚日間保健中心(劉德奎)	56
	快樂是金(管庭輯錄)	46
真情世界	來美趣事一籬筐(一舟)	41
麗容夜談	女性的智慧之鑰(劉麗容)	42
古風雅韻	中國古建築——十全十美與走投無路(佚名)	44
橋藝人生	知止而定(孟昭璋)	43
教育筆記	一位成功母親的教育問答(朱參白燕)	45
	媽媽手記(海麗)	47
	爸爸是什麼(老成)	49
書評書訊	讀《中國式離婚》(翟玟)	59
旅遊天地	西歐四國掠影(徐峻)	57
祝您健康	與失眠(Insomnia)作戰	62
	最佳時間 最佳身體	63
社區服務	“聖地牙哥中國城”通訊指南	76
	華人信箱	5
	金賢愛醫師(Dr. Joy Kim)的行醫之道	67
	訪韓裔保險經紀人金傑克(Jaker Kim)	68
	分辨獨立承包商與員工的20個判斷因素(孟慶欲)	69
	汽車電池的檢驗	69
	撞車後應注意的九個事項	70
	汽車加油小秘訣	70
	San Diego of Man 舉辦中國日,飛行表演向公眾開放	32
知識百科	歷史上的十月(李小詩)	71
	鋼琴常識介紹(馬越)	79
	高爾夫趣談錄之廿二(馬三推)	60
封面題字	伍卓凡 Art Director 馬小路 wechineselu@hotmail.com	

島語小集

• 你不能決定生命的長度,但你可以控制它的寬度。

你不能左右天氣,但你可以改變心情。

你不能改變容貌,但你可以展現笑容。

你不能控制他人,但你可以掌握自己。

你不能預知明天,但你可以利用今天。

你不能樣樣順利,但你可以事事盡心。

• 天才人物不會犯錯;他的過失都是通向發現之門。

• 名與利不會改變人的品質,只會使原已存在的優劣彰明較著。

• 最誠懇的恭維可能是傾聽,而非模倣。

• 試圖阻止他人發表意見是對那人極大的抬舉,因為那代表你知道人家比你優越。

• 當你伸出兩個手指譴責別人時,餘下的三個手指恰恰是對著自己的。

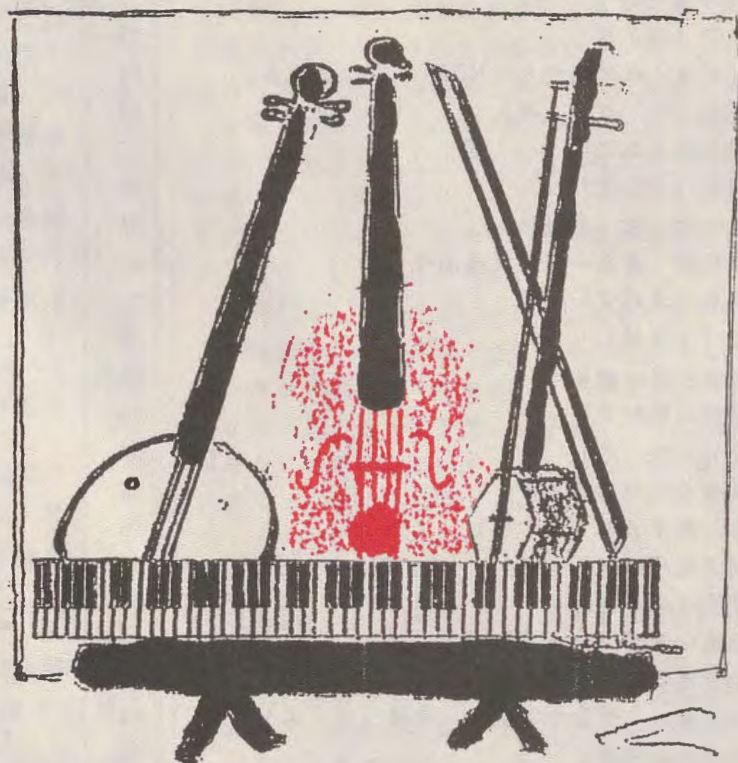
• 時間考驗愛情也滋養愛情,金錢考驗人性也發現人性。

• 整個世界將會展開爭奪眼珠的戰役,誰能吸引更多的注意力,誰就能成為廿一世紀的主人。

• 坦承溝通跟黑咖啡一樣刺激,事後也一樣教人難以成眠。

第九屆藝術節

聖地牙哥中華藝術學會主辦



時間: 公元 2004 年 十月廿三日 星期六

6:30pm 畫藝展覽

7:30pm 音樂演出

地點: Poway Center for the Performing Arts
15498 Espola Road, Poway, California

票價: \$10.00 \$20.00

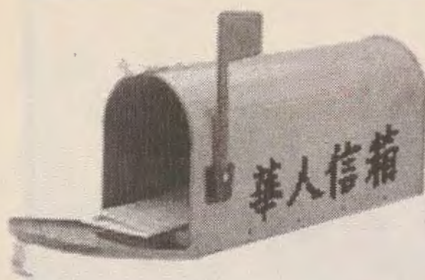
售票:

程靈芸 (858) 793-3672

莊紹武 (858) 509-1514

林小蝶 (858) 436-6433

沈雅琴 (760) 744-0186



華人信箱
是聯絡讀者、作者
和編者的橋樑。



Tel: 858-569-0988

Fax: 858-569-0985

E-mail: wechinese@sbcglobal.net

7323 Convoy Ct. #B113, San Diego, CA 92111

把關。再次感謝。

華人信箱



編輯先生(女士)：

本人因家貧參加工作較早(14歲)，文化低，只讀了點業餘學校，離休後來美。經診斷有嚴重腦萎縮，為防癡呆，除吃藥

外，在老年保健中心同仁及汪(潮)、杜(世中)等老先生指導和啟發下，習作為樂、打打麻將，有時還在家搞點力所能及的勞動，以鍛煉身腦。所寫雖不成為什麼東西，但我並不是為名而寫，而是表露我的真實思想和現實情況。表達親情、鄉情、感情及友情，我認為，是應該抒發、宣揚，不過我只是筆拙詞窮而已。所以望給予指正修改，不勝感激之至。

寫稿人 廖 達

廖達老先生：

謝謝您惠賜大作，《異國生活趣事》一詩已刊登在本期第56頁。詩寫得不錯，“活到老，學到老”的精神更值得學習。愿您筆耕不輟。再重復一次以前我們對作者所說的話：“只要拿起筆，你就是作家”。祝健康長壽！

華人信箱



尊敬的編輯先生：

我是《華人》的忠實讀者。《華人》中一個個進取的人生故事，一篇篇人與人之間的真情，啟迪了我，鞭策了我，確實受益匪淺。出於對貴刊的信賴，我將日常生活中遇到的不懂的常識寄上，誠望貴刊給予指點。

中國的報紙雜誌頻頻登載：隔夜的“熟蔬菜”不可食用；蔬菜不可反復加熱，冰箱裡的蔬菜只能放置三天；塑料盒不能在高溫中加熱……原因是：會“生毒”，產生致癌的亞硝酸。

可美國的華人說法不同，做法不一：1) 由於生活節奏快，工作壓力大，晚餐時多燒一點青菜、豆豆、紅蘿蔔裝在塑料飯盒裡，第二天微波爐一轉，這樣的吃法，合理嗎？科學嗎？2) 冷凍的“蔬菜饅頭”“蔬菜餃子”是否可食用？3) 蔬菜放置冰箱裡保鮮多久？

編輯先生，我每每看見一個個小孩、一個個華人吃著過夜的蔬菜，我心如刀絞，好不難受。為了華人，為了下一代，請你們提供有關知識，我不勝感激。

祝貴刊越辦越紅火。

讀者 徐憲珍

謝謝您，徐憲珍讀者。您說的情況在華人中確實普遍存在，國內的說法也有道理。飲食衛生是門學問，容我們請專家在下期來回答這方面的問題好嗎？華人信箱



讀了這期《華人》的封面故事《創業路，科商情》，讓人感動，也讓人欽佩，科商會有這麼多精英人物，讓人覺得聖地牙哥華人社區真的是藏龍臥虎。《封面人物》由原來的一個人變為一個集體，是一個新的形式，封面有耳目一新之感。另外，我喜歡讀的幾個欄目有古風雅韻、李規視點、“知識百科”的歷史上每個月大事選錄等，讀後頗有收穫，代為向作者致敬。希望《華人》今後各方面的內容更加豐富多彩。

《華人》一忠實讀者



拜讀了卓以定醫師刊載在九月號的《當忍者龜遇上變色龍》一文，深有感觸。請轉告卓以定醫師，聖地牙哥很多人都是她的忠實讀者，還請她為聖地牙哥《華人》多寫點這方面的文章，給讀者更多精神上幫助。其實，我們華人有很多心理方面的問題，又沒有看心理醫生的習慣。讀了她的文章，從別人的故事裡受到很大的啟發。請《華人》代為向卓以定醫師表示衷心感謝。

讀者 李 菁



讀今年八月份華人月刊《枕頭的恩怨情仇》，其中寫到“曹子建愛上了自己的嫂嫂……漢獻帝曹丕之妃甄氏”似有錯植。據史：漢獻帝姓劉名協，是東漢最後一位皇帝。曹操次子曹丕受漢禪為帝，史稱魏文帝。初繼官渡之戰後，曹操統兵攻陷冀州擄袁紹之媳甄氏。以貌美兼有文彩，賜曹丕為妻。甄早殤，曹植哀之，為作《洛神賦》。相傳伏羲之女宓妃，因渡洛水而亡，成為水神。宓妃之名實早見於《離騷》。後人以為曹植的《洛神賦》系感念甄妃而作，實係附會。

《華人》月刊《九十不老，松柏長青》標題之下，漏列作者姓名。

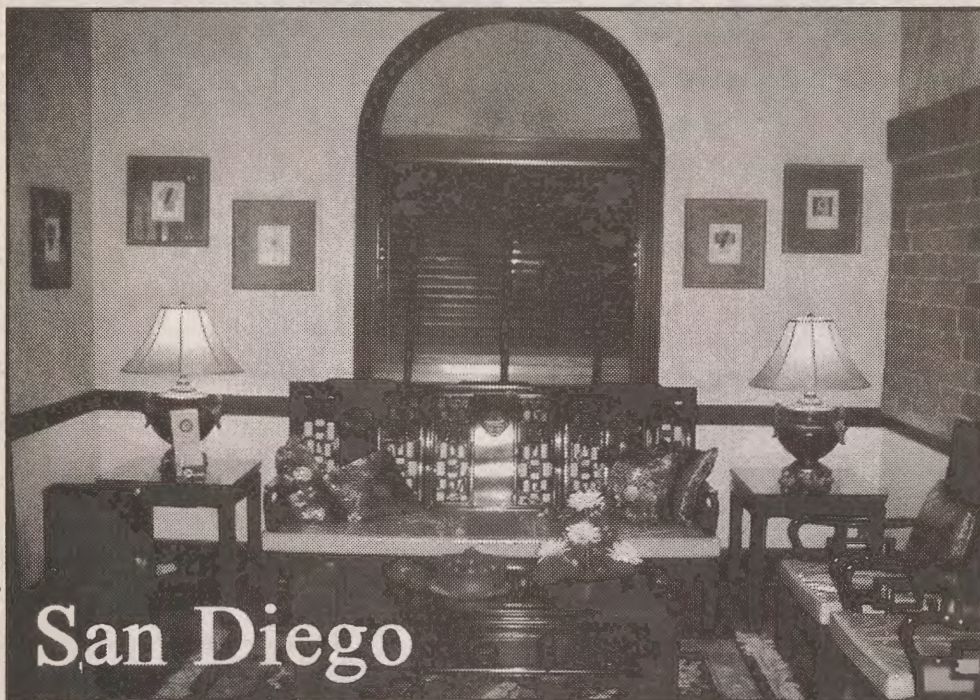
讀者 魯 氓 (舊金山)

魯 氓先生：

謝謝您這麼認真地閱讀我們的雜誌。您在這裡所指出的謬誤之處。文章忘了寫作者的名字，也是我們不應疏忽的地方。今後我們會加倍注意。也請您繼續為我們

要吃，就吃最好的！

鎮江肴肉 無錫排骨 肴蒸蹄膀 辣炒辣 鮑菇雞片
 黃耆蒸魚 蔥爆蜆頭 蝦子烏參 御園扒鴨 三杯燒雞



San Diego

御園

週末老中的最愛
 週六、週日上午 11:00-2:30

原燒台台蔥豆小油芝奶竹擔
 汁餅式式油沙籠條麻黃苗擔
 菜夾扁米餅酥包圓湯小包飯麵
 漿肉食糕餅餅圓包糰



Chin's Seafood & Grill

Tel: 858-536-2300 536-2302

9355 Kearny Mesa Rd.

San Diego, CA 92126 (In Holiday Inn at Miramar Rd.)

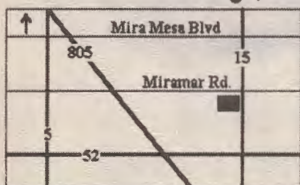


Chin's Palace

Tel: 760-439-3600 439-3601

2241 El Caminoeal

Oceanside, CA 92056 (In Target Center)

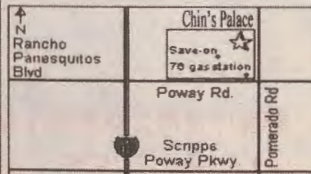


贈送 \$12.95



御園雙拼 (凡買 2 道菜以上)

每桌限用一券 截止日期: 10/31/04





華人社區活動綜述與預告

華人雜誌社自十月起啓用新址：

7323 Convoy Court, B-113, San Diego, CA 92111

電話：858-569-0988 傳真：858-569-0985

E-mail: wechinese@sbcglobal.net

衷心感謝聖地牙哥所有華人朋友的支持厚愛！

聖地牙哥客屬崇正會隆重舉行就職典禮 著名華人僑領黃雄華連任新一屆會長



聖地牙哥著名華人僑團組織客屬崇正會於9月4日晚假美華海鮮酒家隆重舉行，著名僑領黃雄華當選連任新一屆會長。會上新任理事會宣誓就職，由徐惠寶律師監誓。與會嘉賓包括聖地牙哥新老華人僑團的領袖、郡政委員會主席朗·羅伯茨、警察局代表、州立大學劉麗容教授、就選 Chula Vista 市議員的年輕政治新秀譚健偉以及專程從洛杉磯赴會的僑團朋友。就職典禮氣氛熱烈隆重，上圖為部份僑領盡情高唱《我是中國人》等歌曲，左四為黃雄華會長。

聖地牙哥華人僑團聯合舉辦盛大國慶慶祝活動 首次舉辦大型國慶晚宴 國慶文藝晚會節目精彩

聖地牙哥二十多新老僑團為慶祝中華人民共和國



55週年國慶，聯合舉辦了兩場大型慶祝活動。

9月17日晚，以越棉察華人社團領袖黃雄華為主席的盛大晚宴假新樂宮隆重舉行，六百多人出席了晚宴。這是本市華人社區第一次聯合舉辦的國慶晚宴。

大會主席由客屬崇正會會長、著名僑領黃雄華擔任。中國駐洛杉磯總領事館副總領事蔡自先偕夫人劉廣毓、領事賴波、張凱斌專程前來，美國國會聯邦眾議員艾沙 (D Issa)、聖地牙哥郡政委員會主席朗·若伯茨、市警察局局長及主流社會政要、南加州僑團領袖都參加了晚宴。著名歌唱家表演藝術家演出了精彩節目助興。整個宴會氣氛熱烈，盛況空前。

9月19日晚，八百多位僑胞又在 Poway Center for the Performing Arts 藝術表演中心參加了大型文藝演出以慶祝中華人民共和國 55 週年。中國人協會會長蔡輝致詞時指出：這是聖地牙哥華人第十次舉辦慶祝活動。第一次公開慶祝是 1995 年 9 月 30 日在北郡的 Sunset Hills 小學舉辦，五百人參加了活動，首開紀錄，此後每年舉辦，規模逐年增大。顯示了旅美華人心向祖國、祝福祖國國泰民安、繁榮富強的心願。當晚晚會節目精彩紛呈，觀眾掌聲熱烈，充滿濃厚的節日氣氛。

聖地牙哥華裔婦女聯盟舉辦

2004 年秋季講座“婚姻加油站”受歡迎

聖地牙哥華裔婦女聯盟一年一度的秋季講座於 9 月 25 日假 Mira Mesa Blvd 的 Quality Suite 酒店舉辦。婦女聯盟特邀羅昌文、張寄梅夫婦前來主講《婚姻加油站》。參加者踴躍，既有結婚半個多世紀的老夫妻，也有新婚的年輕伴侶。講座通過各種生動活潑的形式，深入浅出地道出了婚姻美滿幸福的真諦。

羅昌文、張寄梅夫婦出生於台灣基隆，中學時相識，十年後步入紅地毯，至今已經三十一年。他們育有一子一女，現已分別自研究所及大學畢業。

夫婦二人 1977 年來美，曾任電腦職。1990 年自芝



The Unique International Team

著名的房地產國際團隊

張明和與貝約翰



專線：858-847-3355

手機：858-243-1719

13857 Carmel Valley Rd. Ste. A
San Diego, CA 92130

為您尋找理想美屋，助您實現美國之夢



John R. Bell

Sandra "Kazuko" Chang

房地產最前線

Mira Mesa...2001年新，4房3浴+書房，樓下有1房1浴，2170呎，明亮有朝氣，壁爐，社區安靜，走路到小學、超市、銀行、公園、購物中心，請預約參觀。

Mira Mesa... 格局寬大，4房2.5浴兩層樓，1990年建，兩大車庫，兩壁爐，後院有景，巷道安靜，安全地點，無管理費，無開發稅，特別推薦。\$630,000-\$639,000

Mira Mesa...南北向，地點好，安靜街，4房2浴，2車庫，多種果樹，交通方便，近Miramar大學，圖書館，無管理費，自住投資兩相宜，可協助出租。僅售\$488,000

聖地亞哥房地產權威

- ★ 三十年豐富與成功的房地產經驗
- ★ 資深傑出千萬經紀
- ★ 精通國、台、日、法、英語
- ★ 誠懇負責，信用可靠
- ★ 充分瞭解中國傳統，美國環境，歐洲、日本風格，為您提供最明智的選擇
- ★ 免費估價，銷售最快捷

喜樂的心乃是良藥。
箴言1:20

泰式餐廳出售

美麗餐廳，適合中餐、韓餐、日餐、泰餐，鄰近Qualcomm球場，與Kaiser醫院，繁忙購物中心，3千餘呎，120座、啤酒牌，設備齊全，售\$160,000

設計新穎 新餐廳

Hill Crest...位第六街大道上，一年新大型開放式廚房與檯面，步行約五分鐘至UCSD與MERCY醫院，近163高速公路，格局上乘，租約長，觀光遊客多，環繞商業與住宅區，有淡酒牌。老闆退休，售\$200,000

急徵倉庫、購物中心、旅館
小屋換大，大屋換小

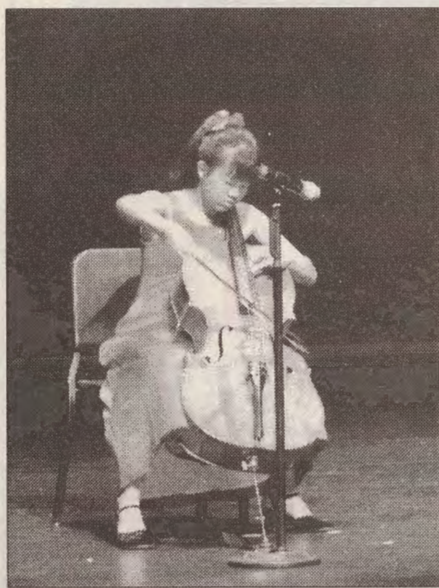


房屋買賣 公寓投資 商業及地產投資 物業管理 貸款



加哥遷居聖地牙哥改行經商，現經營五家零售店。他們自 1995 年起全心投入鞏固華人基督徒家庭及傳揚婚姻家庭福音的工。

**聖地牙哥藝術協會獎學金募捐音樂會圓滿成功
《華人》封面人物、小音樂家周潔敏演奏大受歡迎**



具有近七十年歷史的聖地牙哥藝術協會 (Associated Arts) 於 9 月 26 日 (週日) 下午 3 時在格林納史坦威演奏廳舉行了一場獎學金募捐音樂會。

我市 12 歲華裔大提琴手周潔敏 (Margaret Zhou) 在音樂會

上演奏了聖桑的大提琴協奏曲。她與專程從洛杉磯趕來為其伴奏的專業鋼琴家歐瑪麗配合默契，曲終贏得全場經久不息的掌聲。

周潔敏曾是本刊 2002 年 6 月號的封面人物 (請參閱《好學生周潔敏》一文)。她五歲開始師從著名大提琴演奏家郭律嚴，通過認真學習再加上過人的天份，琴技飛速提高。繼 1999 年她贏得藝術協會獎學金比賽第一名，此後連續三年獲得該協會的藝術獎學金。她心理素質優秀，雖然年齡小但台風沉穩，一旦進入角色則絕少失誤，是藝術界不可多得的可塑之才。

當日同台演出演出的另兩位青少年音樂家是：13 歲的日裔小提琴手 Chayato Ishibashi 和 19 歲的 Sanaz

Rezai。他們分別演奏了西貝柳斯的小提琴協奏曲和蕭邦的鋼琴夜曲等。

音樂會當日爆滿，主辦者對售出空前數量的入場券及募捐的借過相當滿意。三位演奏家當年均曾分別獲得藝術協會的獎學金，此番演出全部收入將融入獎學金基金，用於繼續資助年輕有為的青少年音樂藝術人才。

**聖地牙哥美中科技商務促進會隆重舉行十週年年會
新理事會就職， 硅谷精英朱敏主題演講大受歡迎**

成立於 1994 年 2 月 26 日的聖地牙哥美中科技商務促進會於 9 月 25 日 (星期六) 假 La Jolla Marriott 大酒店舉行了年會，隆重慶祝該會成立十週年暨新理事會成員就職典禮，並邀請北加州著名企業家、硅谷精英朱敏前來作主題演講。

美中商會是一個非政治性非營利性的民間團體，會員主體為中國大陸旅居美國學有所成的專業人士。該會創會宗旨是“聯系美中商情、促進科商交流，發揮橋樑作用，開拓創業先機”。十年來，在該會創業精神的鼓舞下，陸續出現了一大批充滿活力的新創公司和企業家。科商會每年舉辦科技創業、市場分析以及稅務理財等方面的研討會和專題講座。該會還與加州大學聖地牙哥分校等單位聯合舉辦研討會，吸引中美專家學者聚會交流，社會影響力逐年增高。曾受中國國務院僑辦和外專局邀請，組團前往國內參加人才交流年會和投資環境考察，是為數不多的被外專局批准為具有推薦國際人才資格的國外組織之一。



科商會的主要創始人及首任和第二屆會長為著名企業家張海明，美林證券集團副總裁殷敢為接任，劉至女士是在跨入新世紀接任的第三位會長，她發揮市場專業背景，將科商會推向一個新的發展階段。當選為新會長的張維維是一位成功的科學家和企業家，他的公司發明的 P53 重組腺病毒已成為迄今世界最領先的抗癌基因治療藥物。與張維維同時就職的理事會成員還有：榮譽會



林潔儀

Jenny Lam

Tel: 619-282-9696
Cel: 619-885-3004
4744 El Cajon Blvd.
San Diego, CA 92115

浮動利率
1.25% 起
Rate & Term subject to
change without notice

專辦各類房地產貸款

Countryland Real Estate & Mortgage

•Residential •Condos •Apartment •Business

☆利息低
☆收費廉
☆手續快

\$ First time buyer 購屋貸款, 3% Down payment

\$ 10% 頭款, No PMI

\$ 20%頭款, 免查收入, No W2s

\$ 沒有信用, 沒有綠卡, 新移民貸款

\$ 30%頭款, 國外在美國置業貸款

\$ SBA 小型商業貸款, 出租房屋貸款

\$ 重新調整貸款, 0 Point 0 Fee program

\$ 曾有 Foreclosure, Bankruptcy 記錄特別貸款

\$ Biweekly 付款, Jumbo Loan Available

\$ 固定利率 30年、15年、10年、7年或5年



特別酬賓
Free \$300
優待估價費

COMMERCIAL & INCOME PROPERTY

CASH-OUT REFINANCE. UP TO 90% LTV

豐富的經驗, 為您提供最佳好的服務
最低的利率, 讓您能節省更多的金錢

專業服務 歡迎來電洽詢 精通國、粵、英、越語



Mark Lau

Everyone Needs An Excellent Mark!

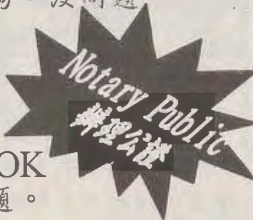
劉文棋

Cel: 619-726-6333
Tel: 619-283-9538
Fax: 619-283-8210

房地產貸款、買賣

專辦

- ☑ Self-employed, OK.
自營生意, 收入不夠, 沒問題。
- ☑ Bad Credit, OK.
沒信用, 沒問題。
- ☑ Bankruptcy, OK.
破產, 沒問題。
- ☑ First time Buyer, OK
第一次購屋, 沒問題。



如欲購屋售屋, 請來電洽談。收費合理。

4672 University Ave., Ste. A, San Diego, CA 92105

重慶川味

CHUNG KING

858-279-5999

858-278-6388

每天供應

明檔涼菜
任選三種

\$4.99

招牌菜

酸菜魚肉麵
重慶口水雞

特別推薦

辣子活蟹
潑辣魚

地方風味小吃

重慶牛肉麵
重慶擔擔麵
三鮮米線
四川涼麵

七天營業

- ☀ 煲仔系列
- ☀ 海鮮系列
- ☀ 香脆鍋巴系列
- ☀ 特色素香菜系列

4647 Convoy St. #101-C, San Diego, CA 92111



長張海明、殷敢為、常務副會長沈園、副會長汪軍、書記艾群、財務曾晶、理事黃維旭、侯佳音、李一山、劉連祥、劉至、馬強、浦慶、沈純、吳純、武群、蕭昆、楊曉明、殷紅為、余芒等。

年會上，來自北加州灣區的大陸企業家朱敏應邀發表了《情系創業路，夢圓華爾街》的演講，他充滿激情地向與會者介紹了自己創業的心路歷程。朱敏現年 56 歲，原籍浙江寧波，是大陸文革期間的下鄉知青。1984 年以 34 歲的年齡來美深造，經過一番波折，終於在灣區成功創辦網訊公司（WebEx, Inc.），現已成長為年營業額 13 億元的大企業。朱敏還是灣區大陸商務社團華源的創始人之一。（上圖為朱敏在演講）

三百多位科商會會員與當地大陸社團負責人出席年會，會上並進行了業務技術等多方面交流。

佛光會聖地牙哥協會成員參加加州海灘清潔日活動

國際佛光會聖地牙哥協會二十多位會員於九月十八日參與第二十屆“加州海灘清潔日”，在聖地牙哥地區與其他近四千位義工，一同共襄盛舉，檢拾海邊的垃圾，為愛護地球、保育生態盡一份心力。聖地牙哥一直以美麗的海岸風景聞名於世，據主辦單位表示，十八日共撿起約 121,300 磅的垃圾與回收物。

佛光會聖地牙哥協會舉辦佛學生活講座

國際佛光會聖地牙哥協會於 2004 年 9 月 26 日下午二時在佛光山西方寺舉行了題為《科學法門——一個學佛者的另類選擇》的佛學生活講座，由張維廉居士主



講。聽張維廉居士如何以科學的角度來印證佛法，進而協助現代人改善生活品質，開發智慧潛能。這也是一場非常適合青少年及對佛法有疑惑的人聆聽的演講。

張維廉居士畢業於臺灣大學化工系，目前為品勤科技負責人，從事環境保護及生態保育的工作。（佛光會聖地牙哥協會供稿）

華人僑團舉辦籌款活動 支持譚健偉角逐 Chula Vista 市議員



現任 Chula Vista 市計畫委員會委員的譚健偉（Dan Hom），是《華人》2004 年 2 月的封面人物，《只為公仆不為官》一文向讀者介紹了他 36 年的生活道路。他大學畢業後一度經商，曾擔任過聖地牙哥亞裔商會會長。後來全力投入公共事務，任

職於比鄰墨西哥的 Chula Vista 市。他有勇氣有抱負，出馬競選該市市議員，成為自華人定居聖地牙哥兩百年間第三位出馬競選公職的華裔。在 3 月的初選中，他以 43% 的佳績在五名候選人中居首，將於贏得 22% 選票的拉丁裔候選人卡斯坦尼達在 11 月決一勝負。

譚健偉得到了當地廣大華人僑胞的支持和讚賞，在近日舉行的籌款會上，聖地牙哥眾多華人社團包括中華會館、華人聯誼會、福建同鄉會、客屬崇正會、廣東同鄉會、東南亞華人耆英會、越棉察華人協會、“金豪俱樂部”等均派員參加了為他舉辦的籌款活動，並當場籌得五千餘元。

Chula Vista 現任市長、警察局和消防隊都已向他表示聲援，他的選情被普遍看好。

墨西哥蒂華納市華僑舉辦“十一”、中秋慶祝活動

9 月 17 日晚，美墨邊境城市蒂華納的華僑同胞六百餘人，歡聚在當地聚龍城酒家，熱烈慶祝中華人民共和國 55 週年國慶，迎接中秋佳節，同時舉辦第二屆卡拉 OK 比賽。

慶祝活動由當地華僑組織華僑協會和華僑婦女協會共同主辦。華僑協會秘書長劉可偉主持當晚的盛大集會，華僑協會主席黃沃沛、中國駐蒂華納總領事孫鶴、中國和平統一促進會墨西哥分會會長黃權暖先後致詞，向僑胞、鄉親表達親切問候。應邀在主賓席就座的還有當地僑賢容維雄、周瓚方、張建華、曾仲儀以及總領事夫

黃樹蔚會計師事務所

SHUWEI HUANG CPA, EA

加州註冊會計師，美國會計師協會會員，會計碩士，電腦教育碩士

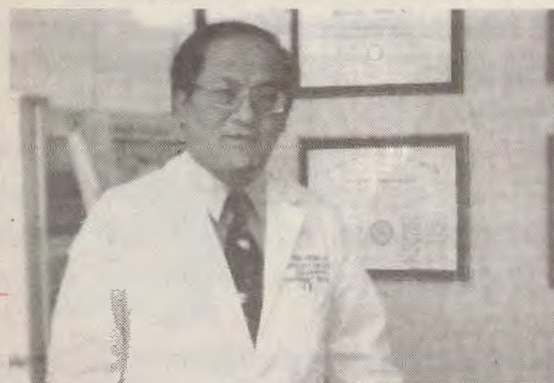
Tel: 858-467-9853 Fax: 858-467-9365 Email: sdcpa3@sbcglobal.net

親愛的客戶朋友，感謝你對我們的信任和幫助。在新的一年裡，我們將繼續秉承認真負責的敬業精神，不斷提高服務水準，擴大業務範圍，熱情誠摯地為各位客戶提供最良好的服務。讓我們與您一起，與您共同努力，與您互相幫助，並肩攜手共同發展。恭祝各位身體健康！萬事如意！

誠摯為您提供以下服務：

- ☆ 申報個人、合夥、公司稅務
- ☆ 薪資稅表、銷售稅表申報
- ☆ 公司成立解散
- ☆ 公司電腦網路設計
- ☆ 簿記、會計、財務報表
- ☆ 稅務局查賬交涉、稅務規劃
- ☆ 電腦會計設立
- ☆ 財務數據庫設立

7670 Opportunity Road, Suite 240, San Diego, CA 92111



西醫內科

向中中

醫學博士

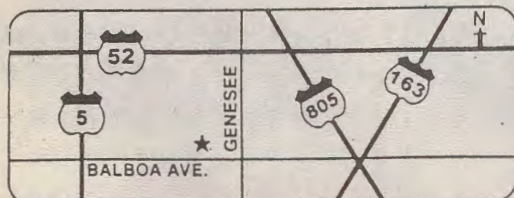
Raymond Heung, M.D.

主治：各種內科疾病及癌症專科

醫師精通：國、台、粵、英語

- 美國內科、腫瘤及血液專科學院院士
- Sharp Memorial, Scripps Memorial 和 Alvarado 醫院主治醫師
- 前 UCSD 醫學院專科醫師
- 前紐約 Albany 醫學院內科主治醫師及教授

接受多種醫療保險、政府醫療卡Medical, Medicare 歡迎UCSD, USD, SDSU及各學院學生前來體檢



- ▷ 免費乳房檢查及X光攝影
- ▷ 各種癌症診斷及高科技治療
- ▷ 定期全身檢查和驗血
- ▷ 感冒疫苗注射

預約專線 (858) 874-8868

5222 Balboa Ave., Suite 33, San Diego, CA 92117

門診時間：週一至週五 9am-5pm (週二 9am-12noon)

人邱秀琴等。

當晚的卡拉 OK 比賽也熱鬧紛呈。總領事孫鶴一曲《鄉戀》聲情並茂，贏得一片掌聲；當地歌手也各自獻上拿手歌曲，人們歡聚一堂，用歌聲、笑聲共慶佳節。下圖為慶祝活動主要僑團領袖和中領館代表。



**聖地牙哥僑學界慶祝雙十國慶活動
10月2日在北郡中文學校拉開序幕**

聖地牙哥僑學界各界慶祝中華民國雙十國慶的升旗典禮已於十月二日上午在 Rancho Bernado 中學的校址舉行。本年度升旗典禮由北郡中文聯誼會徐鈺玲理事長擔綱，同時還有北郡中文學校、中華學苑、中文學校及逸仙中文學校的四位校長協辦的國慶活動，正是南加州一系列慶祝國慶的二十項不同活動中的“開鑼戲”頭一場。典禮在隆重的中美國歌聲中，美國及中華民國國旗冉冉升起。迎風而展中，釋放了七彩國慶“自由精神”的汽球束。典禮主持人孟憲嘉發表簡短致詞，宣示升旗典禮的意義在於對來自的母國衷心祝福，祈望國家強盛、人民安樂。隨後由潮州會館的三頭醒獅帶領，在鑼鼓喧天的熱鬧氣氛中，參加典禮人士移師進入室內會場。台北經濟文化辦事處周唯中副處長、廖期宏秘書、僑一中心簡許邦主任、僑聯總會文光華主任等人專程從洛杉磯來參加盛會並致詞。聖地牙哥知名僑領林振堯、程靈芸、黃明智、黃莉莉、丁錦全、徐惠寶等多人盛重列席。會中朗·羅伯茨的代表 Shawn McMillan 宣讀了兩封賀信。在中華海外青年“嚕啦啦”團隊帶動下，四校學生進行了趣味競賽，現場氣氛 High 到了極點。四校暨其他社團並設了攤位舉辦園遊會，作為慶祝國慶升旗典禮的尾聲。

今年的升旗典禮以“和諧團結”為主題，不計年齡，不分族群，以教育、傳承為主軸，獲得一致認同。

(孟憲嘉供稿)

聖地牙哥西方寺英文佛學院開學

據世界日報記者李大明聖報導，由台灣佛光山斥資創辦的聖地牙哥英文佛學院，9月中旬在位於聖地牙哥公園大道 (Park Boulevard) 的西方寺正式開學。這所學府雖然規模不大，但生動充實的課程很快吸引許多有志鑽研佛學、弘揚佛法的美國青年。幾乎清一色的洋弟子，已成為該校的一大特色。

依法法師受佛光山星雲法師委派主持這所英文佛學院。這位出身名校的女學者原籍雲林縣北港鎮，畢業於國立台灣大學法律系，念二年級時剃度出家。1990年來美深造，經六年苦讀，獲耶魯大學宗教研究博士學位。後又到哈佛大學、柏克萊加州大學等處從事博士後研究，並在波士頓大學授課，閱歷豐富。

佛學院的課程設置，依法指出，共有《佛門倫理學》、《佛經研究》、《禪坐的理論與實踐》、《佛教基本教義》、《淨土的經典與修持》、《藥師經》、《中國佛教史》、《人間佛教對當今問題的看法》以及比較實用的《寺廟與非營利組織經營》等九門。與此同時，就讀這所佛學院的學生還必須參加一系列的法會，學習佛門禮儀、八關齋戒等，此外“出坡”（即灑掃、種菜、整理圖書等體力勞動）也屬必修的功課。依法不諱言，這對那些在美國長大、慣於享受自由的年輕人來說，肯定有一個適應的過程。例如長時間的打坐、日復一日的茹素、誦經，都不是輕鬆之舉。

依法表示，聖地牙哥英文佛學院全部以英語授課。除了她本人常駐西方寺，佛光山翻譯中心負責人依日法師及依超、永東、滿普、妙西等多位法師講授部分課程外，來自普林斯頓大學的學者邁克爾·歐文斯 (Michael Owens)、哈佛大學的博士研究生捷森·克勞爾 (Jason Clower) 也將擔任客座講師。星雲法師將於16日以同步視訊方式，親自為學生講授“人間佛教對當今問題的看法”一課，由翻譯中心的白人專家安麟 (Tom Graham) 現場傳譯。

依法透露，前來這所佛學院就讀的學生中，有一部分人將剃度出家，全心擔負起弘揚佛法的重任；另一部分人畢業後將取得在家講師的資格。佛教在美國英語族群中的影響，將隨著這些洋弟子的腳步深入人心。

聖地牙哥中華歷史博物館 孫中山分館落成典禮隆重舉行

期待已久的聖地牙哥中華歷史博物館孫中山分館於2004年10月2日上午十時半正式開幕。近百位華洋來賓出席了開幕典禮。開幕典禮由劉麗容博士主持，聖地牙哥郡政委員會主席朗·若伯茨出席並致詞。開幕式上還向熱心捐助分館的張家恭、孫穗華夫婦贈送了該館的金鑰匙以致謝。館長莊紹文博士向來賓講述了分館建造

黃卓森保險

Stanley Wong Insurance Services

License No. OB53979

代理多家著名保險公司 服務至上信譽卓著

—— 為您最佳選擇 ——

房屋保險

- 新屋、汽車折扣
- 自助、出租
- 出單快捷

勞工保險

- 餐館、禮品店
- 柏文、商場
- 寫字樓等
- 各行業員工

商業保險

- 專精餐館、旅館等
- 最低保費僅僅 \$750
- 價錢特平

汽車保險

- 年輕駕駛、新取駕照、不良記錄
- 最低保價，讓您省錢再省錢

人壽保險

- 代理多家頂尖人壽保險公司
- 為個人、團體提供最佳人壽保險計劃

加州藍十字保險 Key Agent

基本住院費 • 五百萬終身保額 • PPO • 1000 年度自付額



年齡	個人	夫妻	家庭	個人及一個小孩	個人及多個小孩
19-29	47	84	134	87	126
30-34	57	91	157	103	140
35-39	71	142	199	122	144
40-44	90	152	203	124	160
45-49	113	183	236	147	170
50-54	145	288	317	179	203
55-59	190	380	408	211	250

04/01/2004 Effective 生效 • 保費按月計 • 夫妻要以年輕者計算 • 限 San Diego

★ 精通粵、國、英語

★ 代理全美多家保險公司

★ 積二十年工作經驗

★ 天天為您服務

Tel: 858-569-0383 Fax: 858-569-0445

4619 Convoy Street., # C, San Diego, CA 92111

的過程。開幕典禮中還展出中國古代玉器，由 Mr. & Mrs. George Tomlanovich 捐贈；有清朝景泰藍，由 Dr. & Mrs. Stanford Penner 捐贈；另有本地人士捐贈的早期華裔之物，將有助於人們對早期美國華人生活的進一步瞭解。

該館幾乎全是由本地中外人士慷慨捐贈而建成。其中十萬元以上贈者有張家恭和孫德華夫婦，謝肇金和林小曼夫婦，楊若汀女士，龔耘和鄭瑾夫婦。其他各三、四萬元捐贈也有很多。建築師是本地著名建築師黃安和義務計畫。籌建及經費捐款由館長莊紹文負責。工程進行由呂德璿和莊紹文擔任。從開始到完成大概是三年時間。在這三年中，市中心地產增值很快，開始計畫時約值九十萬元，現在，分館市價幾乎加倍。

中華歷史博物館自十年前開幕以來，已經舉行了五十次展覽及重要活動。近四年來，該館派出成員到各小學講解中國歷史及文化，深受好評。每年講學約有四十多個學校。現在該館的教育計畫是由林小曼博士主持。林博士曾波士頓大學教授，專長於中國文化歷史，曾編著不少教材。

兩年前，本地最大的英文報紙聯合論壇報 (The San Diego Union Tribune) 從本地三十幾家博物館中選出四名編入該報之網路，該館是其中之一，這是本地華人的光榮。

繼 10 月 2 日開幕式之後，10 月 3 日還舉辦宴會以慶祝。歡迎各界人士踴躍參加，共襄盛舉。中華歷史博物館地址：404 Third Ave., San Diego, CA 92101。詳情請電詢博物館：619-338-9888。(歷史博物館供稿)

下月活動早知道

聖地牙哥中華藝術學會將舉辦第九屆藝術節

聖地牙哥中華藝術學會將於十月廿三日(星期六)在 Poway 的表演藝術中心 (Poway Center for the Performing Arts) 舉辦第九屆藝術節。屆時有來自不同族裔不同地區的著名音樂家、表演藝術家為聖地牙哥華人僑胞獻上一台精彩的文藝節目，文藝演出前並舉辦畫展，實為一場藝術盛宴。歡迎廣大僑胞踴躍參加。藝術節舉辦時間：2004 年 10 月 23 日，下午 6:30 為畫展，7:30 音樂演出，地點：15498 Espola Rd, Poway, 票價分 \$10 和 \$20 兩種，聯絡人：程靈芸會長 (858) 793-3672，莊紹武 (858) 509-1514，林小蝶 (858) 436-6433，沈雅琴 (760) 744-0186。

精英中華文武學院三週年紀念

舉辦音樂太極武術表演慶祝活動

為慶祝精英文武學院創業三週年，10 月 30 日(星期六)將在舉行免費的音樂太極武術表演，屆時除該院學員的匯報表演外，還將邀請外地高手一同慶祝。為了配合紀念活動，精英學院還推出新的教學計畫，凡在 10 月 30 日前，兩人同時登記 1-3 個月的太極武術愛好者，只需繳一個人的學費，機不可失！表演活動時間定在下午一點半開始，精英地址：8666 Commerce Ave. 聯絡電話：858-578-8267。

聖地牙哥中國人協會為華人社區主辦 第二屆醫療保健和健康免費諮詢活動

聖地牙哥中國人協會於 2003 年成功舉辦了第一屆醫療保健和健康諮詢活動，受到廣大僑胞的廣泛好評和歡迎。為繼續服務廣大僑胞，中國人協會決定於 10 月 31 日(星期日)舉辦第二屆醫療保健和健康諮詢活動，並邀請本地華夏中文學校協辦這次活動。這次活動江邀請在美國有行醫執照的本地華裔醫生，其中包括內科、腫瘤科、兒科、神經科、牙科、眼科和中醫針灸科各科醫生參加。本次活動將於 10 月 31 日(星期日)下午 1 點至 4 點在 Miramar College (華夏中文學校所在地) 1-100 號大樓舉辦，歡迎廣大僑胞參加。詳情可進一步查詢聖地牙哥中國人協會網站：www.sdcausa.org，或參閱本期《華人》及本地中文報紙廣告。

(聖地牙哥中國人協會供稿)



陳正雷大師應邀來訪聖地牙哥

聖地牙哥太極健身學社特邀中國陳氏太極第十一代掌門人、中國十大武術名師之一陳正雷大師將於 11 月 6、7 兩日來本市講學，並展示其家學絕活：傳統陳氏太極拳老架一路。中華太極源遠流長，集匯養生、武功於一體，造福人類，譽滿全球。此次陳大師將與您分享太極武學之神奇魅力，嫡傳正宗，機不可失。詳情請洽：Jesse Tsao, 858-793-8939, Email: Jesse@taichihealthways.com。(圖為陳正雷大師拳照，聖地牙哥太極健身學社供稿)

移民律師馬強聖地牙哥辦公室搬遷新址

本刊法律顧問、著名移民律師馬強聖地牙哥辦公室將從原來在 Balboa Ave. 搬遷至 7323 Convoy Court, B-113，電話仍是 (858) 279-9888，傳真：(858) 569-0985，敬請讀者朋友垂注。

江浙

萍聚閣

NEW SHANGHAI RESTAURANT

4681 Convoy St., San Diego, CA 92111

Tel: 858-569-4833 Fax: 858-569-8883

江浙川菜金漆招牌食家品嚐眾口皆碑

開業七週年大酬賓

為酬謝顧客支持，凡惠顧

Y 消費滿 \$30，送蔥油餅

Y 消費滿 \$50，送小籠包

☆特價早餐 週末 10:00-3:00

\$1.25 ●豆漿(甜、咸)●蔥油餅●油條

●上海春捲●燒麥●酒釀湯圓●飯糰●燒餅

\$2.25 ●皮蛋粥●海鮮粥●陽春麵

●臭豆腐●銀絲卷(蒸/炸)●皮蛋瘦肉粥

●瘦肉粥●上海方糕●上海蔥油拌麵●炸豆腐

●豆沙鍋餅●芝麻湯圓●雙檔●八寶飯

☆特價晚餐 \$5.99

無錫排骨
梅菜扣肉
走油蹄膀
百葉結烤肉
麵筋塞肉
蔥烤立魚
五柳魚絲
寶辣醬
香芋鴨煲
砂鍋脆篤鮮
麵筋絲瓜毛豆
紅燒素雞
雪菜皮肉絲
紅燒獅子頭
桂竹筍炒肉絲
三杯雞
樟茶鴨
乾煎龍俐
水煮牛、魚二樣
重慶辣子雞丁
火爆腰花
乾煸牛肉絲/鱈魚絲
豆瓣魚片/全魚
麻辣豆花魚
三鮮麻辣煲
砂鍋酸菜魚

魚香茄子
回鍋肉
苔條麵拖魚
紅燒劃水/肚腔
排骨茄子煲
砂鍋什錦
薺菜燒冬筍
四喜烤麸
沙茶鐵板牛
椒鹽蝦
魚香蝦
雪豆蝦
韭黃百葉蝦
糟溜魚片
韭黃鱈魚絲
海鮮豆腐煲
砂鍋魚頭
麵筋炒雙冬
竹筍豆腐
素黃雀
五更腸旺
腰肝合炒
粉蒸排骨
生爆鹽煎肉
泡椒腰花/
魚片/鱈魚/
肥腸

☆特價餐點 \$3.95

●小籠包 ●蘿蔔絲酥餅
●芝麻大餅 ●紅油抄手
●牛肉麵 ●鱈糊麵
●排骨麵 ●海鮮湯麵
●什錦湯麵 ●上海炒年糕
●薺菜炒年糕
●雪菜炒年糕
●肉絲炒米粉 ●雪菜肉麵
●豉油黃炒麵
●上海粗炒麵 ●乾炒牛河
●星州炒米 ●什錦炒米粉
●生煎包 ●鍋貼
●粟泥酥餅 ●韭菜水餃
●上海鬆糕
●油豆腐粉絲湯
●牛湯油豆腐粉絲
●榨菜肉絲麵
●冬菇蝦仁湯麵
●炒馬麵(乾/湯)
●薺菜餛飩湯/麵
●菜肉餛飩湯/麵
●蝦肉餛飩湯/麵
●上海湯年糕 ●豆沙酥餅
●花素蒸餃 ●韭菜盒子
●辣醬麵 ●炸醬麵 ●蝦腰麵

宵夜：9-12am 附送銀絲卷

歡迎堂食外賣

西醫內科 Internal Medicine

周曼虹醫師

Jasmine Chow, M.D.

Diplomate, American Board of Internal Medicine

- Oral Roberts University 醫學院博士
- Loma Linda University 駐院內科醫師
- Paradise Valley 醫院主治醫師
- Sharp Chula Vista 醫院主治醫師

主治

血壓，糖尿，腸胃，膽固醇，肺，
腎，失眠，貧血，婦科檢查，
骨質疏鬆，全身檢查

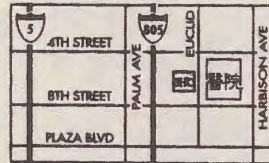
預約專線

(619) 267-8181

Mon-Fri, 9am-5pm

☆ 接受 ☆

Medicare, Medical
及多種醫療保險



610 Euclid Avenue, #201, National City, CA 91950

聖地牙哥華夏中文學校服務部

代理中國護照簽證

由專人赴洛杉磯領事館辦理

- 中國護照延期
- 赴華旅遊、商務簽證
- 中國過期護照延期
- 兒童中國旅行證
- 中國護照更換

辦理地址 (一)

Miramar College, D103
10440 Black Mountain Rd.
San Diego, CA 92126
Tel: 858-350-8361 (陳莉莉)
Tel: 619-741-7024 (薛蔚蔚)

辦理時間

11/20/04 (週六) 12pm-4pm
11/21/04 (週日) 10am-4pm

辦理地址 (二)

華美時報社
5253 El Cajon Blvd. #B
San Diego, CA 92115
Tel: 619-286-0953

辦理時間

11/22/04 (週一) 2pm-7pm

辦理費用

除領事館收取的費用外，
每本護照另加\$15手續費

領取證件時間

自辦理之日起
兩週後領取

請上網索取表格

www.sdhxcs.org
在服務部簽證護照欄目
索取各種表格
或在 Miramar College
華夏學校廣告欄索取
(每週日)



走近張純如

米妮

看到封面和題頭照片，關注讀書的人一定能認出這是張純如。在美國曾引起轟動的《南京大屠殺》一書的作者，全美最暢銷雜誌《讀者文摘》(Reader's Digest) 1998年9月期封面人物。

好一個張純如

張純如，英文名 Iris Chang，華裔作家，歷史學家，《The Rape of Nanking》、《Thread of the silkworm》以及《The Chinese in America》三本書的作者。

張純如出生於學者學庭。外公張鐵君是著名的報人，曾任《中華日報》總主筆。父母早年負笈來美，就讀哈佛大學，畢業後留美任教。父親是物理學家，母親是微生物專家。張純如生於新澤西州的普林斯頓，在伊利諾依州的爾班那讀書成長。現從事專業寫作的她畢業於伊利諾依大學新聞專業，後獲得約翰霍普金斯文學院碩士學位，俄亥俄伍斯特學院及加州州立大學海沃德分校名譽博士學位。她還是《紐約時報》，《芝加哥論壇報》，《洛杉磯時報》，《新聞週刊》等美國主要媒體的時事欄目特約撰稿人，曾作為特約嘉賓出席“Jim Lehrer 時事一小時”及“早安美國”等著名電視節目。除了專業寫作外，她還特別關注人權狀況，特別是華裔移民在美的社會權益。由於她對此的積極關注及貢獻，張純如曾榮獲約翰及凱瑟琳·麥克亞瑟基金會的和平與國際協作獎，華裔美國人組織年度傑出人物獎。

很值得一提的是，2003年亞洲爆發 SARS 疫情之後，在美華人受到波及。在眾多的社會反應中，最引人關注的是加大柏克萊分校宣佈暫停所有來自中國大陸、香港、台灣及新加坡的學生入讀夏季課程。此舉一出，引起社會極大反響。張純如立即撰文為亞洲學生的權益鼓與呼。5月21日，紐約時報發表張純如的題為《Fear of SARS, Fear of Strangers》的文章，批評加大的招生

政策是對亞洲學生的變相歧視。她指出，“SARS 是全球範圍的疾病，單單對亞洲學生採取類似行動對抵抗病毒並無用處，這項政策只不過是借 SARS 的名義而實行的歧視政策。”加大後來修改了原先的計劃，放鬆了亞洲學生的夏季入學政策。至於是否張純如的文章發揮了名人效應，而令加大改變政策，我們無從得知。有一點我們知道的是，作為華裔美國人，在美國社會又具有一定知名度，張純如勇於為自己所代表的族群的利益發出自己的聲音，呼喚公正，確實令人贊賞。不僅如此，張純如還敢於直言不諱地批評政府當局的不公平政策。2001年12月24日發表在“紐約時報”的題為《Betrayed by the White House》文章中，她指出布希政府“阻止二戰中被日本迫害的美國戰俘向日本討回公道，要求賠償的作法不僅短視，在道義上也是得不到支持的。”

約訪張純如

第一次見到張純如是在聖地牙哥史維會舉行的一個頒獎典禮上。張純如應邀作了演講之後，《華人》雜誌約訪張純如，她欣然應允。如期電話訪問的那天，由於一個小小的誤會，還是張純如給《華人》雜誌打來了電話。當時她剛剛巡迴演講完畢回到 San Jose 的家中。

訪問進行了一個多小時。從談話中得知，原來張純如與聖地牙哥頗有淵源。她的父母曾在進行學術活動期間在 La Jolla 小住，她的成名之作《南京大屠殺》的第一次簽名售書會是在 La Jolla 的一個書店進行，還有不少親戚和朋友在聖地牙哥定居。她說聖地牙哥近年的變化很大，她很喜歡這個城市。之後談到筆者感興趣的一個問題，那就是張純如出版的書延續一個紅色的基調，是否和中國題材有關。對於這個問題，張純如坦率地說這倒不是設計的初衷。書面的設計包括顏色是由出版商決定。在出版界有一個共認的規律，那就是紅色的



葉靜芳

Betty Sun



**買房、賣房
信譽好，服務好**

歡迎來電索取房地產資料

Tele: 858-755-5311 (H)

Direct Line: 858-344-2701

Fax: 858-509-1853

E-mail: bettysun@aol.com

精通國、粵、英語

Scripps Ranch

二年新，光照寬大，硬木地板，Corian Kitchen Counter Top，後園有景，不需付 Mellos Roos!

East Del Mar

走路到學校，近購物市場、公園，不需付 Mellos Roos!

Tel: 858-755-5311

Website: www.bettyforhomes.com

置富地產

TOP NOTCH REALTY Inc.

誠聘

地產專業

有、無經驗均可

有意者

請到公司面談

晚上 6:00-9:00



林淑霞

Andrey Lam

手機：(619) 807-0327

電話：(858) 715-0688

7323 Convoy Ct. B108, San Diego, CA 92111
(99 大華超市後面)

楊進醫生談牙病的防治

美國牙科協會(ADA)

關於兒童早期齲齒的聲明(I)

早期兒童齲齒定義為齲齒的發病年齡在乳牙長出來到六歲期間的兒童齲齒這些齲齒的損害包括牙表面有齲洞或牙表面被腐蝕而無齲洞(decay)，齲齒可引起兒童牙髓炎甚至整個牙齒被腐蝕掉嚴重的早期兒童齲齒是指非典型的、急性的、進展型的齲病。美國牙科協會(ADA)認為早期兒童齲齒是一個嚴重的公共健康問題 美國牙醫協會強調健康工作者和公眾必須認識到兒童的牙齒是非常容易產生齲齒的在乳牙萌出後，早期兒童齲齒是一個感染性疾病，有許多種早期兒童齲齒-奶瓶齲齒(Baby bottle tooth decay) 指長期使用奶瓶的兒童產生的多發性的前牙齲齒腐蝕美國牙科協會強調，當幼兒的第一顆牙萌出後，父母應當做以下兩件事：1) 預約第一次檢查 最有利的時間是牙齒萌出後的6個月內，最遲不超過12個月；2) 接受口腔健康衛生教育有利於兒童口腔健康發展的需要。(待續)

Elect Miyo Reff
請投票給 Miyo Reff 女士
是家長和教師們的最佳選擇!

“Miyo Reff 女士十五年來作為聖地牙哥學區的領導，成功地改善了全市範圍內少年兒童們的學習環境。

Miyo Reff 女士是推動學校發展的最好的候選人。”

——Ann Armstrong, 前聖市教育董事會主席



MIYO
REFF
for School Board

San Diego Unified School Board District A

<http://www.reff4schoolboard.org>

Paid for by REFF for School Board. ID#1259770



書更能吸引讀者。不過，張純如說，紅色是她最喜歡的顏色，這樣倒滿足了各方的喜好。筆者還問起她正在寫作中的第四本書，曾有消息透露是本小說，張純如證實了這一消息，不過，至於更多關於新書的細節，張純如則想暫時保守秘密，到時讀者自然會知道。

訪談中，我們還談到了她父母對她成長過程的影響。她說，父母都是作科學研究的，她之所以從事文學寫作和歷史研究是由於對這方面有極大興趣。父母對此也非常支持。由於繁忙的寫作，演講日程，自然要犧牲不少與家人共聚的時間，不過，她說，她盡量做到家庭寫作兩不誤。她還談到對歌劇，古典音樂，芭蕾的喜愛；對那些寄希望子女學習中文的華人父母就如何最有效地讓孩子學習中文，學好中文提出了建議。她說，她認為學習一種語言最好的辦法就是身臨其境，加上有效的動機和物資鼓勵可以達到最好的效果。最後，筆者問張純如可不可以對聖地牙哥喜愛她的讀者說幾句話，她呼籲，如果有人手頭有關於第二次世界大戰的歷史資料或日本侵華證據，她可以協助將這些證據到政府備案，保證這些寶貴的資料得以保存。另外，她還呼籲華裔群體應該更積極投入到將日本侵華的罪惡以其他形式公諸於世。比如電影，戲劇，小說等方式。她說，“我們真的應該作出更多的努力來維護這段歷史的真相。”

張純如的三本書

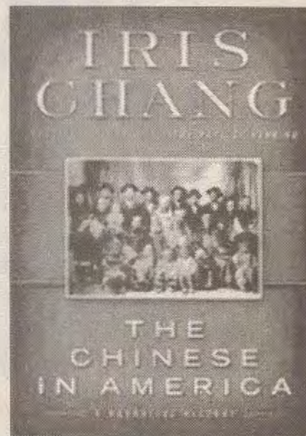
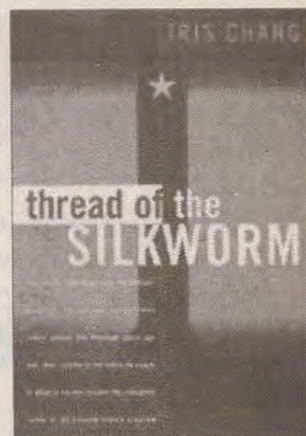
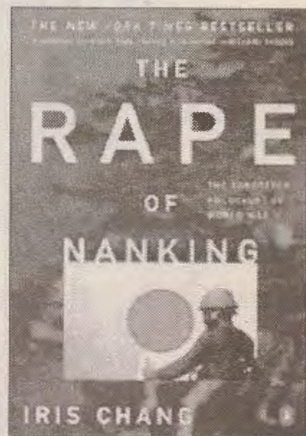
介紹張純如，肯定要提到張純如的書。到目前為止，張純如一共出版了三本書。雖然不是著作等身的高產作家，可是每一本書都傾注了她大量的心血，每一本書都有其重要的史學價值和文學價值。在此，筆者簡要介紹一下張純如寫的三本書。

一九九七年，《The Rape of Nanking》（中文譯名《南京大屠殺》）一書的出版給史學界、文學界以及暢銷書市場帶來了震撼性的效果。

《南京大屠殺》是第一本用英文撰寫的揭露第二次世界大戰期間日本侵華所犯下的滔天罪行的書。張純如通過廣泛深入的研究搜集資料，用歷史學家的眼光，以科學研究的態度，以史實為依據，以學者式的文風，向世界闡述了歷史上少有的慘無人道的一幕。南京大屠殺

對中國人來說，是不能被歷史遺忘的罪惡。然而由於各種原因，這段歷史從來沒有得到侵略者的承認，也沒有在世界範圍內得到應有的關注。眾多原因之一是因為絕大多數有關這段歷史的圖書資料，證據，文章都是使用的中文，有礙於資訊的普及。張純如用英文撰寫的《南京大屠殺》至少打破了文字的局限，用世界最通用的語言，向更多的人說出了這一段慘烈的歷史，讓更多應該瞭解這段歷史的人們為之震撼。這本書已經被翻譯成十多種文字，讀者遍及世界各地。據張純如自己介紹，這本書尤其得到了在二戰中同樣遭受日軍暴行的其他亞洲國家讀者的響應。在世界範圍內，給遭受過被侵略者種族清洗的弱勢民族維護歷史真相提供了啟示。比如上世紀二十年代初被土耳其人瘋狂殺戮的其境內少數民族亞美尼亞人，上世紀七十年代被巴基斯坦軍隊殘酷屠殺的孟加拉人。張純如在為聖地牙哥史維會舉辦的頒獎活動而作的演講中介紹說，在她的一個簽名售書會上，一位來自孟加拉國的作家不無感慨地對張純如說，在孟加拉也發生了同類的慘案，不過沒有人將它寫成英文，在美國出版，得到更多人的關注，他為此深感遺憾。

不過，《南京大屠殺》翻譯成日文的過程並不順利，負責日本市場出版的柏書房（KASHIRO SHOBO PUBLISHING HOUSE）的主編寫信給張純如說，出版該書的消息“遭到右翼勢力的彈壓”，他本人也收到右翼分子威脅他生命的信件。由於後來柏書房對右翼勢力的妥協，該書的出版最後以夭折而告終。不過，張純如仍然在為在日本出版該書而繼續努力。



After School Learning Tree

育才課外學校

美國教育專家任校長

2004 年秋季 After School Program 開始招生

學校-育才-貴府
全程接送



開設課程: 英文寫作、英文演講、英文閱讀 (美國專業老師任教),
輔導中文、數學學習

中、英文打字、微軟 Office、圍棋入門及提高教程

擬開課程: 電子琴、小提琴和小合唱 (聘請專業老師, 費用待定)。

招生對象: Elementary School & Middle School Students

上課時間: 週一至週五 (從學生放學到晚上六點半)

學費標準: 週一至週五, 每天\$17

Short Day, 每天\$20 (提供免費午餐)

學校位於 Sorrento Valley, 地處 Freeway I-5、I-805 交匯處, 比鄰 UTC、Carmel Valley、Del Mar 和 Mira Mesa

可就地參加
天普美術學院
的專業美術學習

電話: (858) 603-2211 電話/傳真: (858) 452-7045

地址: 11211 Sorrento Valley Rd., San Diego, CA 92121

天普美術學院

US ARTS

加州教育部立案美術專業學校

Rancho Penasquitos-Poway 校區

12812 Rancho Penasquitos Blvd., Ste. U
San Diego, CA 92129
858-484-7690

Sorrento Valley 校區

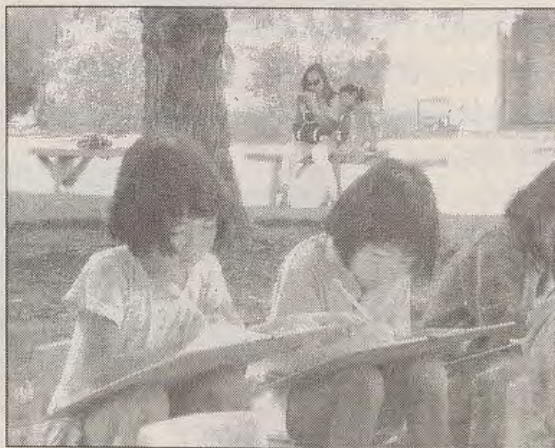
11211 Sorrento Valley Rd., Ste. Z., San Diego, CA 92121
858-452-7045

★ 來該分校上課的學生, 可由育才課外學校提供接送和 after school 服務

- ★ 基礎繪畫 • 水彩 • 粉筆
- ★ 剪貼 • 油棒 • 油畫
- ★ 素描 • 中國畫 • 等等

- 適合年齡從四歲起到成人
- 小班制, 由中、英文專業老師授課

讓您的孩子在天普良好的學習環境
和濃厚的藝術薰陶中愉快成長!



室外寫生課剪影。

歷史的硝煙已經淡去，張純如為中國人完成了一項艱巨而重要的任務。我們應該怎樣面對未來，不讓歷史重復？答案是民族當自強！

張純如的另一本書是《Thread from the Silkworm》，台灣版中文譯名為《中國飛彈之父——錢學森之謎》。按時間的順序，這本書出版在《南京大屠殺》之前，是張純如出版的第一本書。由於題材的因素，這本書沒有《南京大屠殺》那樣在美國社會得到廣泛關注，不過，“對任何關心亞洲政治及安全議題的人來說，是必讀的一本書”。（《遠東經濟評論》）在《中國飛彈之父——錢學森》

一書中，張純如以細膩的描寫，以敏銳的觀察將錢學森謎一樣的人生展現給了讀者，寫得有血有肉，特別對於在中國大陸生長的讀者來說，這是一個難得的機會瞭解一位“大人物”的人性，真實的一面。

更難得的是，作為一位歷史題材的作家，張純如將書中大量涉及的物理理論，火箭發射原理及過程的細節描述得清晰，直觀，顯示出豐富的科學知識背景。原來，張純如在大學選擇寫作專業前，曾經學習過計算機科學，數學等數理學科，並且對這些學科十分喜愛。再加上她的父母都是從事科學研究的學者教授，家庭的影響自然不小。還有，她生活過的大學城，濃厚的科學研究氛圍是她永遠的精神源泉。在向筆者介紹她撰寫《錢學森》時採訪錢學森在加州理工和麻省理工的同事和學生的經歷。她說她很敬重這些從事空氣動力學，高能物理研究的科學家們，他們智慧，溫和，和他們交談交往時時讓她如同置身于當年成長的大學城，感受到濃濃的知識氣氛。筆者曾對張純如為何選擇錢學森作為題材表示了興趣，不過很快在她的書中找到了答案，寫錢學森原來完全是由於出版商感興趣。在美國，這倒是個很好的動力。

張純如的第三本書《中國人在美國》出版於2002年。與另外兩本書相比，《中國人在美國》是張純如的“大作”，該書四百多頁，篇幅明顯長於另兩本。《中國人在美國》貫穿近150年的歷史，詳細闡述了華人移民美國的三波移民浪潮。從清末來美淘金的廣東移民，到二戰後直至六〇年代，為逃避戰亂和政治不安定來美的台灣和大陸移民，到近期來自中國各地，有著不同教育程度，不同經濟背景的新移民。不論每個移民背後的故事如何，他們都有一個共同的目標，那就是在遠離故土的他鄉之地，尋找機會，改變現狀。華人移民史是血淚史，



是奮鬥史。張純如通過詳盡的歷史資料，將華人移民的忍辱負重，默默奉獻的歷史活生生的再現，從淘金潮中的苦力到近代大批湧現的華裔商人，華裔科學家，藝術家，航太員，各行各業，湧現菁英無數，成為美國民眾公認的“模範少數族裔”。儘管華人移民的權益跟百年前相比已有了巨大的改善，儘管華人移民被視為“模範族裔”，儘管華人移民和其他族裔的移民一樣為美國的繁榮和強大作出同等的奉獻，然而，現實卻經常不盡如人意。從1882年的排華法案，到一戰後大蕭條時期對華人的不公正待遇，到近期的李文和案，美國歷史上每隔一定時期都會

出現一定程度的排華運動。張純如認為，華人移民，包括在美出生成長的華裔美國人總是在美國國內經濟不景氣的時期容易成為被攻擊的目標和替罪羊。如何改變現狀？張純如在她的書中寫到：“對抗種族主義沒有簡單的解決辦法。我們寄希望在教育的普及和華裔民眾對民主政治的積極參與……要表達自己的觀點，向社會發出自己的聲音，衝破‘模範族裔’頭銜的限制，因為這個頭銜讓別人圈定了我們存在的形式，制肘了我們走向更大的成功。”（p399）同時，張純如也向社會疾呼，“沒有各代華裔移民作出的貢獻，美國不會是今天的美國。華裔移民參與修建了跨州鐵路，有的參與了南北戰爭，他們早期為公平待遇而作出的奮鬥為後來公民權利的立法奠定了基礎，他們參與了美國首批火箭的製造，從硅谷到全國各地，他們的貢獻堅定了美國在資訊時代的強勢地位…”（p390）

可以說，張純如對南京大屠殺的大量取證，對因受麥卡錫主義影響而改變了整个人生、因而改變了歷史的科學家錢學森人生軌跡的探索，對華人百年在美歷史的廣泛細緻的研究，奠定了張純如作為當代年輕歷史學家的

地位。隨著時間的推移，更將證明她以及她所作的研究的歷史價值。



張純如在聖地牙哥演講結束後與本文作者米妮合影。



全年英數補習班

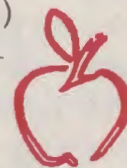
招生

8月30日
(週一) 開課

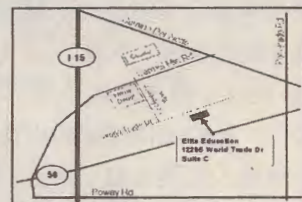
- ✓ Pre-Algebra, Algebra, Geometry, Pre-Calculus, Calculus, SAT——
每週兩天，每天 1.5 小時 (每月 \$180 起)
- ✓ Writing, Grammar, Vocabulary——
每週一天，每天 2 小時 (每月 \$180 起)

UCLA 數學博士、YALE 文學學士任教，以加強貴子女數學與英文實力為目標，十多年教學經驗。

適合十歲以上學生上課，以最快速度讓貴子女加強信心，是預習或複習數學、英文的最好辦法。



Elite Education



12265 World Trade Dr., Ste. C
San Diego, CA 92128

採小班授課或私人補習，名額有限。

歡迎上網或電話查詢：**858-673-0366**

www.geocities.com/elite_education_sd

拔萃數學書院

重慶巴人

川菜館

重慶名廚主理 正宗四川風味
一樣的川菜 不一樣的感覺

巴人川菜秉承川菜百菜百味、一菜一格的原則和服務至上的宗旨，經營正宗川菜、風味涼菜、四川江湖菜、家常小炒、泡椒系列及地道家鄉小吃。巴人川菜一週營業七天，自早上十一時至晚上十時

歡迎各界華人光臨品嚐

858-279-2520

4957 Diane Ave., San Diego, CA 92117
(99 大華超市向西約半哩，見 Diane Ave. 右轉即可見巴人)



特級廚師

陳慶平先生

劉寧牙科診所

Poway Family Dental Center

我們向您和您全家提供

高質量的口腔牙齒保健和治療，週到的服務，舒適獨特的治療環境，採用當今先進的治療方法和設備，全自動安全消毒系統。

劉寧 牙醫博士 Ning Liu D.D.S.

- ☆ 前北京 301 總院主治醫生
- ☆ 華西醫科大學畢業
- ☆ 口腔牙科博士 Ph.D 文憑
- ☆ 廿餘年中國、美國行醫經驗
- ☆ Member of American Dental Association

劉凱 牙醫師 Kai Liu D.D.S.

主治：成人及兒童牙科

牙齒矯正 根管治療 牙齒美容漂白 牙冠牙橋
各種牙週病 定期牙齒保健 活動假牙 洗牙補牙拔牙

中英語門診專線：

858-679-8918

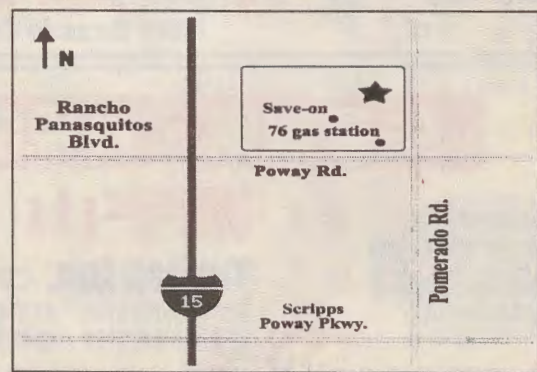
門診時間

週二至週五 9am - 6pm

週六 9am - 2pm

週日、週一休息

24 小時急診服務



☆ 接受牙齒保險和政府醫療卡 (Medi-Cal)

12378 Poway Road, Suite B, Poway, CA 92064



誠實、細心、耐心、經驗豐富
 值得您信賴的專業房地產經紀人

姚菁仙 Jane Yao

專精：住宅、公寓、商業投資、租賃
 免費為您分析最新房屋買賣市場，提供最新學區資料

聯絡電話：(858) 444-2400

直線電話：(858) 444-2455

傳真：(858) 444-2500

E-mail: janeyao@century21award.com



精通國、台、英語

Maggie's Art

858-538-1925

基礎兒童繪畫、素描、水彩、粉筆、油棒、
 剪貼、油畫、卡通畫、時裝設計畫

上課地址鄰近 Carmel Valley,
 Poway, Rancho Penasquitos,
 Scripps Ranch, 交通方便

- ☆ 一所與眾不同的美術學校，由多年豐富教學經驗的專業美術教師 Maggie Chiang 創辦。
- ☆ 注重繪畫基本功的訓練和創作力的培養
- ☆ 在校學生多次獲得繪畫比賽大獎

兒童班(5-8 歲)
 學費\$120/10 週(每週一小時)
 少年班(9-15 歲)
 學費\$240/10 週(每週二小時)



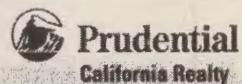
Canyonside Recreation Center 12350 Black Mountain Road, San Diego, CA 92129



普天壽房地產公司

聖地牙哥美國最適合居住的金三角之一
 您住這一定會滿意
 天氣好，學校好，科技、生化等大公司聚集的優良居住

誠信負責為您全職服務。
 熱心專業為您解答各類問題。
 以經驗及耐心幫買主找到最適合、價格最合理的房子。
 愛屋及屋，為賣主照顧房子及盡力為買主爭取好價格
 〈空屋有佈置服務〉。
 遷移Relocation Service。
 新屋優惠Program。
 租屋管理服務



Award winner - Chairman's circle Gold
 President's circle
 Top 3% Nationwide

專精地區
 Rancho Bernardo, Carmel mountain, Poway, La Jolla, UTC Scripps Ranch, Rancho Penasquitos, Del Mar, Carmel Valley, Mira Mesa, Sorrento Valley, Rancho Santa Fe, Fairbanks Ranch, Carlsbad...etc.

曾陳瑋卿

Frances Tseng

通國、台、英語

專線: 858-518-0008 傳真: 858-350-8878 E-mail: Frances8889@yahoo.com

16969 Bernardo Center, Dr. San Diego, CA 92128 Carmel Vally

生意理財，省稅的好幫手



羅宇山 會計師

Yushan Luo, CPA, CMA

加州註冊會計師，肯塔基州註冊會計師
 註冊管理會計師，會計學碩士

電腦帳務處理，員工薪資申報，財務報表編製，稅務申報及規劃
 公司成立與解散，工商管理諮詢，QuickBooks 安裝及培訓

Tel: 858-643-9098 Fax: 858-643-9096

E-mail: shan_689@luo.accountancy.com 6640 Lusk Blvd, Ste. A207, San Diego, CA 92130 通國、粵、潮、英語



遐齡鶴壽頌柏公

黃仁夫

2004年8月8日黃柏先生萬壽良辰。他的兒女媳婦、孫子、曾孫，與五百親朋好友，聚會於美國南加州聖地亞哥福臨門酒樓，為柏公祝壽。是日，福臨門酒樓內筵開近六十席，香鬢履影，冠蓋雲集，杯盤交錯，歡聲笑語，洋溢著一派福壽康寧的喜慶氣氛。壽星公精神矍鑠，步履穩健地應酬於親友的熱情祝賀之間。

柏公遐齡鶴壽，精神旺盛，身體壯健，耳聰目明，思維敏捷，記憶精確，實在是一位壽而康的慈祥長者。

柏公萬齡體健自何來，我謂他是自強者壽，大德者壽，健身者壽。

自強者壽——孔夫子有句名言：“天行健，君子以自強不息”。出身於華僑世家的他，少年時代，飽受飢寒，十餘歲便隨堂兄遠赴緬甸謀生。青年時步入建築業之門，勇於探索，艱苦拚搏。壯年來美，日作兩工，備嘗艱辛。但他貧不奪志，樹立遠大志向，追求進取，奮發努力，有所作為。文化基礎低而刻苦自學，業務不熟能不恥下問。在人生征途中，他受挫折而不灰心，遇困難而不退縮，處順境而不驕奢。有作為而養其身，他自強不息、努力進取的心理狀態又促進了健康的身體，從而譜寫著九十年的輝煌人生。

大德者壽——有為之人，必然注重德性的修養和品格的自我完善。“君子坦蕩蕩，小人常戚戚”。黃柏先生為人，以仁待人，胸懷坦蕩，與人為善，滿懷愛心，敦厚坦誠，和藹可親，珍惜友誼，知恩圖報，實在是一位謙厚慈祥的長者。他寬容隨和，積蓄數年的血汗錢，因堂兄的官司而被沒收，數十年來從未埋怨過。他助貧扶弱，新中國建立之初，他到廣州經營建築業；同鄉兄弟到廣州打工，他與太太買來白米放在舖內，對弟兄們說：你們有工開就開工，沒工開就回店內量米煮飯。關顧貧苦兄弟的真摯感情，至今仍為鄉親們津津樂道。他從不做損人利己的事。他富而不忘宗祖，在鄉間首倡成立建設基金會並帶頭捐資；公益事業，他慷慨解囊。他助人為樂，在條件許可的情況下，先後協助二、三十位親朋鄉里出國，並支持初到新環境的人適應生活。他以自己的品德和篤行，在家中做一位好丈夫、好父親，對兒女循循善誘，諄諄教導，把兒女教養成人，事業有成。

家族德澤綿綿，繼往開來。修身養德，無欲無畏，心地坦然，從而寬鬆泰和，在精神生活上享受快樂人生。

健身者壽——柏公雖非偉岸身材，但個子不高而敦厚穩重。青壯年時代，他經手較強的體力勞動的鍛鍊；進入老年，仍堅持強身健體。數十年來，他堅持動腦動筆記事抒情、作文章、寫詩詞。腦筋常用則靈，他九十高齡，仍有過人的記憶力，述及過去經歷，何年何月何日做過何事，都能一一道來。他寫的詩文，有不少妙言警句，以人生歷程中的深刻體會自勵勵人。他交友廣泛，老友眾多，常聚首談心，生活過得充實。他堅持每天散步兩小時，練得步履穩健，身心康泰。“生命在於運動”，強身健體，才能在漫漫人生路上奮鬥不輟，才能使事業取得成就。

美哉柏公！祝福您生命之樹如松似柏，長青旺盛！



黃柏先生（左五）在他的九十壽筵上與前來慶賀的朋友留影。

記情詩籤 黃柏

慎渡慈航

人生在世如朝露，
性命歷程莫虛度。
凡事滿懷求公益，
普惠大眾創良圖。

自勵感言

為何世事遍折磨？
皆因人心自私多。
不勞而獲徒夢想，
多種多收好結果。

聖地亞哥長春藤學院 Ivy Institute, San Diego



各班招生中!

全美最大的華人升學機構——長春藤學院，本著多年來豐富的教學經驗，配合高素質的師資，加以完善的教材，將為您的子女在學期中紮下更深厚的學識基礎，奠定更堅穩的升學實力。尤以 SAT 班學生經過一個階段的密集課程後，大部份學生均有顯著的進步。

開設課程：

- (1) SAT Class (10-12 年級)：擁有獨一無二、完整不重覆的教材，加以教學經驗豐富的名師指導，使學生達到最高的學習效果。
- (2) SAT II Subject Class (11-12 年級)：加強文法，寫作及數學實力，以期獲得高分而達到申請 UC 及 Ivy League 名校的入學標準。
- (3) PSAT Class (8-10 年級)：針對未來 PSAT 及 SAT 考試趨勢，提早加強英文、字彙及閱讀能力，奠定良好的基礎。
- (4) 英文閱讀寫作班 (6-9 年級)：加強字彙、閱讀、文法，以提高寫作能力。
- (5) 個別輔導 (7-12 年級)：代數、幾何、三角、微積分、化學、生物、物理等科目。 **一對一個別輔導**

長春藤學院成立十六年，口碑極佳，是一所值得信賴的專業學院

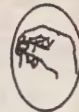
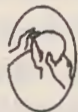
Tel: 858-268-1628 Fax: 858-268-1626
4849 Ronson Court, # 205, San Diego, CA 92111



康樂針灸中藥中心

加州針灸執照

二十年針灸、中醫藥、
氣功點穴、推拿的臨床經驗。



診治時間：
週一至週六
10am-6pm
其他時間
可預約
週二下午、
週日休息

主治：跌打推拿（運動、車禍、工業外傷）、頸肩
腰背痛、中風偏癱、內科、婦科、小兒科、
皮膚科、腫瘤及其他各種疑難雜症。

採用：地道中藥材，純濃縮科學中藥，各種純
天然保健品，一次性使用無菌針灸針



林健中醫師

接受政府醫療卡 (Medical)
無保險者和老人有優惠

Tel: 619-583-0678 Fax: 619-583-0877
6080 University Ave., San Diego, CA 92115

- ★中國浙江中醫學院大學畢業
- ★中國中醫研究院高級推拿班畢業
- ★中國氣功及楊氏太極拳正宗傳人
- ★獲中國中醫學會頒發中醫氣功醫師職稱
- ★獲中國武協授予的武術三級教練證書

老正興 Shanghai City

正宗江浙菜

Tel: 858-278-5883

七天營業：上午十時至晚十二時

週六、週日 10am-3pm

\$1.35

豆漿（甜、咸）、油條、上海春捲、燒
餅、飯糰、雞粥、豆沙鍋餅、陽春麵、炸
（蒸）銀絲餅、蔥油餅

\$3.95

上海粗炒麵 辣肉麵 雙槽湯
上海炒年糕 榨菜肉絲麵 素蒸餃
齊菜炒年糕 齊菜雲吞湯（麵） 韭菜盒子
雪菜肉絲麵 蝦肉雲吞湯（麵） 韭菜水餃
乾炒牛河炸 醬麵 鍋貼 燒麥 八寶餅
上海涼麵 牛肉麵 芝麻湯圓
臭豆腐 鱸糊麵 油豆腐粉絲湯

特價晚餐 \$6.99

老正興砂鍋、魚香茄子、醃篤鮮、蒜香骨、韭蔥鱈絲
、松仁魚米、走油蹄膀、紅燒獅子頭、韭黃香干肉絲
、糖醋黃魚、香干肉絲、沙茶鐵板牛、蔥烤立魚、蠔
油牛肉、梅菜扣肉、雙冬麵筋、八寶辣醬、素黃雀、
五更腸旺、海鮮豆腐煲、四喜烤鼓、魚香肉絲、糖醋
小排、豆豉魚片、紅燒素雞、雪菜百葉毛豆、麵筋塞
肉、腐乳肉、糟溜魚片、椒鹽排骨、咸魚茄子煲

宵夜 9pm-12am: 七十多種菜式

為生日派對、社團聚餐等活動免費送外賣

新增蟹粉小籠包

\$4.75 上海小籠包
芝麻大餅 橋家冊方糕
上海鬆糕 香菇菜包
薺菜包 蘿蔔絲餅

午餐自助餐
\$5.99

3860 Convoy St., #105, San Diego
(原燕京樓地址) Sunrise Towne Centre



Health Net

永豐保險公司

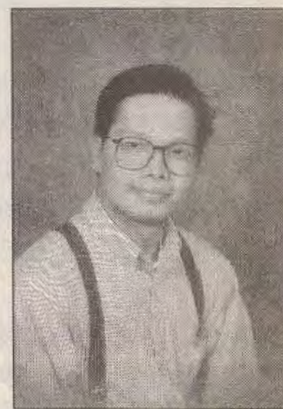
Tel: 619-460-2201 Pg: 619-891-3883

特約代理個人及團體健保

基本住院費，六百萬終身保額，PPO，1000 年度自付額

AGE	YOU	YOU & SPOUSE	YOU & ONE CHILD	YOU & CHILDREN	FAMILY
19-24	42	79	64	85	121
25-29	43	83	65	86	125
30-34	52	102	74	96	143
35-39	62	122	85	107	165
40-44	84	163	106	127	206
45-49	96	190	119	141	232
50-54	145	287	166	188	329
55-59	173	341	196	218	382
60-64	189	370	211	232	412

Rates Effective 8/01/2003



LIC #0B35247

7299 University Ave.
La Mesa, CA 92941

麥鳳瓊

八十隨筆



由著名畫家陳丹青所繪作者肖像。

中學時代

(接上期) 初中時除了唱歌外，還在留聲機裡學會幾段京戲，如四郎探母，蘇三起解，賀后罵殿，轅門斬子等。年幼無知，不分青衣鬚生，跟著留聲機學，很快學會。有人喜歡聽我唱，我就唱。後來與章富交友時，我也曾清唱轅門斬子片段，他聽了極為欣賞。在重慶突患失音病，說話不出聲音，倒了嗓。醫藥欠缺，從此就唱不大聲。連音色都變了。幸好沒有學聲樂。在這種情況下，我還是想錄一段轅門斬子。等我死後，章富來回味。我一直拖著沒有做，他已經死在我的前面，此後也不會做了。

我參加過一次初中國語演講比賽，結果落選得來第四名。當時參加的冠、亞、季軍是老手。參加了幾次，且國語字正腔圓，抑揚頓挫恰到好處。我是望塵莫及，心悅誠服的。

明月、梅花歌舞團在漢口演出，演員我只記得王人美、黎莉莉。我與同學吳碧霞，整個暑假都留連在戲院，

百看不厭。像茶花女中的台詞均能背誦，也跟著台上唱。

上海兩江體專在漢口招生，同學郭培玉、鄭惠瑛、雷德珍三人都到上海去了。我因父親在西安，岐兄在武昌住校，只有我協助母親，不忍遠離。我先考取培文中學第一名，已繳費。後有同學告知武漢女中也在招考(武漢女中是教會式的貴族學校。校規很嚴，學生氣質很好)。我以初中二年級讀完的程度同等學歷去考高中一年級，沒有把握，只是試試的性質。結果考取了，鄰居葉碧霞和促成我考試的姚秀姑都在該校。我想進武漢女中，但培文中學已繳費，如何能退費呢？我想了很久，找了一個理由：家裡要遷到河南去(七舅在河南)，到培文教務處交涉。校方想留我，因我成績好(我初一、初二在民新都是前三名)，我說我真的要離開。一位老師就說：“我跟你一同到你家問過家長，如是確實我一定退費。”我心裡雖然恐慌，但我說：“君子一言，駟馬難追。”老師說：“好。”於是老師同我坐了人力車回家。在路上我是忐忑不安。一到家，見到母親，我就拋了眼色，同時搶著先講話，暗示母親。母親見狀知我在搞鬼，就唯唯諾諾。我就用激將法“君子一言駟馬難追”，逼得老師將錢交出，他還賠了人力車費。

在武漢女中是走讀。學校很遠，上學時趕不及就坐人力車。放學走路回家。中午在學校附近吃豆皮、豆絲、麵、米粉、燒賣等。都很好吃。結識一些新朋友。其中一位黃淑華廣東人，她是漢口市運動會蟬聯幾屆的競走冠軍。她有雙長腿佔了強。很多同學都巴結她，但她對我特別友善。她在高中一年級唸完後就結婚去香港了。婚禮很隆重。伴娘有六位。在璇宮飯店舉行婚禮。抗戰後就失去聯絡。我時時會想念她。在武漢女中的同學除了葉碧霞，就是汪淑。她現在聖荷西老人療養院，老弱多病。有很多同學都作古了。

抗戰前夕學校常常鬧學潮。校長李玉英請市政府處理，市長是吳國楨，剛從美國回來就當了市長，與漢陽鐵廠老闆千金有名的美人結婚。才子佳人，珠聯璧合，傳為佳話。吳市長有膽識，有魄力，將同學召集到市政府廣場訓話：“如有學生再鬧風潮，一律開除學籍。”從此就沒有再鬧了。吳市長後來做過上海市長，台灣省主席。

高一的暑假雷德珍由上海回漢，她與湖北省主席黃紹竑的女兒同學，主席官邸在武昌，常邀我一同過江到武昌乘主席的座車，與男女公子到東湖珞珈山等處遊玩。有位少爺是空軍，我逃難到宜昌還見到過他，有信給我，我沒有回信。雷德珍沒有再回上海，去了延安。幾十年過去，回憶從前感慨萬千。

二十五年穗華弟突患腦炎不治去世。我們快樂的家

籠罩在愁雲慘霧之中。當時正流行一首歌曲《我親愛的小弟弟》，是懷念死去的弟弟而作。我們聽了心如刀割，泣不成聲。我仿《祭十二郎文》寫了一篇文章，後來在武漢女中校刊上登載（我共有三篇文章登在校刊）。

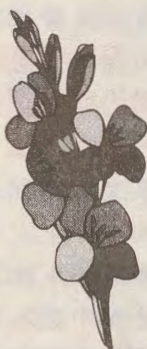
蘆溝橋事變後，我曾考取多處戰訓團體，結果都沒有去。後來參加抗日救亡歌詠隊，到鄉間去演《放下你的鞭子》等短劇。因歌詠隊主辦人胡君是章興（章富親弟）好友，章興那時已是知名的小提琴家了。常來隊裡，知道我這個人（那時我與章富尚未謀面），也知我與郭培玉（漢口市標準美人）是一夥的。因此章興曾對章富講：“鳳瓊姐與培玉當年在漢口是齊名的風頭人物。”事實上我與培玉只是表演上的夥伴。論演技不分軒輊，但她的姿色出眾，我是弗如遠甚的。一日胡君來信叫我到隊裡去，要商討排演短劇事宜。我到後見隊裡僅他一人，我知他別有用心，掉頭就走了，從此也不再去唱歌。

在武昌住時的鄰居呂順寶，思想前進，我家雖住在漢口，但我時常去姨婆家，順寶給我看了一些馬克思主義的書，我是不求甚解的，對我的思想沒有改變。有一天順寶就帶了男女青年數位借住我家數日。聲言要去延安大學報到，來邀我一同去。母親當然反對，我也無此打算。款待數日，他們一行就離開了。不通音訊數十年。在章富八一年突逝武漢時，訃文見報，順寶電話找到岐

兄、女兒歷歷下榻的飯店找我（我未及奔喪）。順寶是參加長征還活著的老革命，想必身居要職了。

逃 難

日軍侵華所到之處，姦淫擄掠，燒殺活埋，殘忍至極，慘絕人寰。二十六年李、麥兩家老弱婦孺準備逃難。第一站是宜昌。我在漢口的同學也是鄰居的葉碧霞的父親（船主）有宅第在宜昌，並且非常寬廣，可容納許多人。於是我們一行八人（太婆、姨婆、三叔、小叔、大叔未婚妻及妹妹、我和鳳珍）去到宜昌，租住在葉家。因為是暫時性的，有地方睡，有地方煮食就很好了。住在那宅子的青年人很多，賭牌九、遊山玩水；老年人則打麻將。在宜昌有段時間飲水有股怪味，尤其煮滾時惡臭難聞，簡直不敢喝水。那時又無可口可樂飲料，真是苦不堪言。某日我與武漢女中同學陳潔玲（她父親也在船上工作，宜昌也有房子）到河邊去訪友，看見有軍隊駐紮。成群的馬匹在河邊。我才醒悟我們飲水怪味的來源。我們飲的是馬尿。加錢請挑水的到河當中去挑才稍好一些。 (二)



狄景美牙科診所

ELAINE C. TI D.D.S.

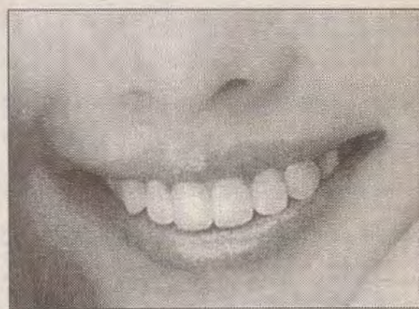
- 台灣大學牙醫學系畢業
- 聖地亞哥牙醫師協會會員
- 加州牙醫師協會會員
- 美國牙醫師協會會員

- ★ 一般牙科 美容牙科
- ★ 設備全新先進 治療輕巧徹底
- ★ 數位 X 光設備減少輻射線照射
- ★ 口內攝影設備便利觀察病變情況
- ★ 廿餘年經驗 細心診斷 耐心治療

星期六門診（通國、台、英語）

**為您規劃全家牙齒保健
在親切愉快氣氛中完成治療**

277 Church Ave., Ste. B, Chula Vista, CA 91910



應診時間：週一至週六

8am - 6pm

預約電話：619-425-0642

傳 真：619-425-0696

1-5		805	
54			
E St			
3rd Ave.	Church Ave.	2nd Ave.	
F St	★		

聖地牙哥中國人協會、華夏中文學校聯合組織

聖地牙哥華人社區醫療保健免費諮詢活動

日期：2004年10月31日（星期日）

時間：下午 1:00 - 4:30

地點：Miramar College, Building 1-100

10440 Black Mountain Road, San Diego, CA 92126

內容：為了幫助華人克服語言和醫療資訊上的困難，使大家及時得到醫療與保健方面的服務，中國人協會、華夏中文學校聯合當地有行醫執照的部份中、西醫生，為您舉辦免費諮詢活動，內容如下：

- 1) 回答醫療、保健有關問題；
- 2) 提供診斷與治療的最新信息；
- 3) 介紹醫療、保健保險、傷殘與社會福利的有關信息。


熱烈歡迎當地華人、華僑，偕同您的親人好友，踴躍參加這次諮詢活動，希望對您的健康有所幫助。

感謝提供免費諮詢的醫生們。謝謝他們的愛心與無私奉獻。

有關信息可瀏覽聖地牙哥中國人協會網頁：

www.sdcausa.org

醫生簡介（排名不分先後）

- | | | | | |
|-------------------------------------|--------------------------------------|-----------------------|--|------------------------------|
| ● 包剛醫師
睡眠科
Grossmont Hospital | ● 范健民醫師
中醫針灸
私人開業 | ● 金華醫師
精神科
UCSD |  | |
| ● 陳堅醫師
內科、血液、腫瘤
Kaiser Group | ● 甘愛東醫師
眼科
私人開業 | ● 沐旭生醫師
牙科
私人開業 | | ● 俞進醫師
眼科
私人開業 |
| ● 程郁醫師
神經科
私人開業 | ● 華蒙醫師
消化內科
Grossmont Hospital | ● 童崗醫師
神經科
UCSD | | ● 楊進醫師
牙科
私人開業 |
| ● 陳葉青醫師
中醫針灸
私人開業 | ● 胡虹醫師
中醫針灸
私人開業 | ● 屠玉敏醫師
牙科
私人開業 | | ● 張彬醫師
兒科
海軍醫院 |
| ● 高爾凱醫師
神經科
私人開業 | ● 胡奇志醫師
牙科
海軍醫院 | ● 向中醫師
內科
私人開業 | | ● 鍾原醫師
內科
Kaiser Group |

贊助單位與個人：甘愛東(Michelle Gun)眼科診所，沐旭生牙科診所，屠玉敏牙科診所，俞進眼科診所，楊進牙科診所，“關心”(Quantum)日間保健中心

兩年前，世界抗日戰爭史實維護會的第五屆雙年會在聖地亞哥召開。中午與會者用餐時，戴鴻超教授跟同桌的華家熙博士、彭滋成博士聊天，說道：“我們這一批在中國受過完整教育、然後來美國又接受了更多專業教育和訓練，到現在居住了三、四十年的華人是一群少數，而且很特殊的族群。文化上我們根深蒂固地接受中華為母國，實質上我們在美國社會中生活了大半輩子，脈動上早已息息相關。我們受了兩種文化的薰陶，體認深廣，又有語文能力和專門知識，在美華人之中也算少數。而美國人士中縱有能識華文的所謂‘中國通’，到底跟我們深受中華文化影響的華人到底不同。能夠真正作為代表溝通中、美之間的橋樑的，就是我們這批人了……”。

筆者正巧坐在鄰桌，聽得一清二楚，覺得很有道理。但是，戴教授並沒有將“年齡層次”、“教育程度”、“專業領域”、“社會貢獻”明確地加以說明、標出界限，所以心裡頭直覺地感應到他指的應該是在美華人中的菁英，例如“百人會”的貝聿明、馬友友、楊振寧等等享有盛名的人士。

話分兩頭，轉過來說另外一件事。

每星期隨世界日報附贈的《世界周刊》中，必有信懷南（筆名）先生寫的“坐看雲起時”專欄，那是筆者捧起了世界周刊首先翻閱的文章，其次細讀陳世耀、孟玄、劉天三位先生的社論，再後閱讀韓秀女士寫的“心平氣和”專欄，然後才是些能吸引筆者注意的特別報導。

去年三月二十三日那期，筆者看了信懷南先生一篇標題為“最後一代的NDR”的文章，引以為奇文。比起在高一時讀柏楊寫的《高山滾鼓集》、大學時讀李敖寫的《傳統下的獨白》覺得還要有力，把話說到我的心裡去了。當即將該文截下保存，並且分寄給我的老同學、老朋友。

因為信懷南所說的“最後一代的NDR”指的正是“我們這批1937到1950年在中國大陸或香港出生、台灣長大、常（或“長”）住美國的“內地人（Nei-Di-Ren）”。我們“卡在東西文化的夾縫裡，遊走於外來與本土間，在新舊交替的時代中，對中華文化抱殘守缺，對西方文明汲汲營營非常特別的一代。逐漸地我們這代都會隨風而逝”。……“在台灣，他們叫我們

內地人，到中國，他們視我們為台灣人，在美國我們是第一代移民。中國人的子女，美國人的父母，我們的一生不管在哪裡，始終還是過客而非歸人。”

讀了此文，筆者心中大樂。以這樣的定義，余乃標準的“最後一代的內地人”也。1945年出生於四川省，1948年隨父母去到台灣，一直到受完大學教育，服過兵役之後，二十五歲那年來美留學唸碩士，然後選擇了留下來的人生道路，跟著成家創業，子女都在美國出生，雙親也在退休之後，從台灣來到此地當我的“芳鄰”。

人生的前三分之一弱在中國生長，中間的三分之一強完全在美國生活。

誰是“最後一代的內地人（NDR）”？

孟憲嘉

作為

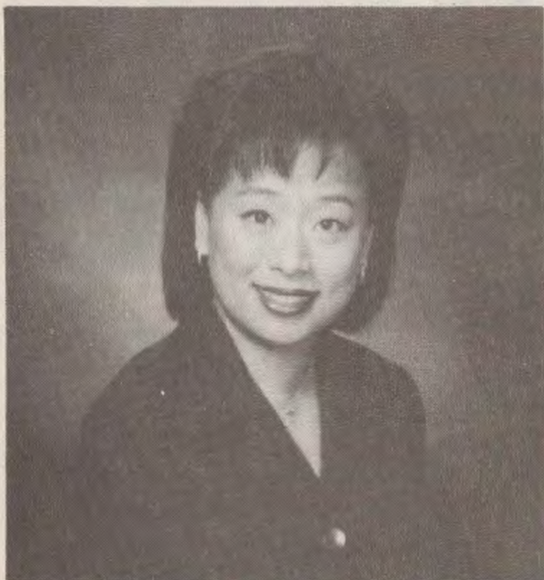
“最後一代的內地人”，我們有相同的時代背景，大環境雷同，經驗也相似，所以說：女孩子年輕時多半穿過“蓬蓬裙”，跳過“吉魯巴”，聽過“康妮·弗蘭西斯”，迷過“詹姆斯·迪恩”。男孩兒呢？多半都交往過幾個“混”過“太保”的同學或朋友，也都認識一些認真讀書，往後得了功名的博士學者，或者現在台灣政壇上人所儘知的“中生代”人士，如果沒有特別因素，多半都還到過成功嶺接受軍事訓練，大學畢業後，服過“預備軍官役”當過小少尉。如果家在台北的話，肯定知道西門町的大街小巷和電影院，吃過中華路的小館子，去過三軍球場看球賽或者中外團體藝文表演，記得當年“反共抗俄”時代的“台北的天空”。

一轉眼，我們這批內地人已經走過了三分之二的人生，也經歷了甜酸苦辣不同的滋味。有些人早已功成名就，在規劃或體驗退休生活，或含飴弄孫，或遊山玩水，安享辛勤努力獲得的成果，也有些仍孜孜矻矻地為事業、為生活、甚至仍在為感情找答案，有如濃霧中的唐吉訶德，手持長矛，騎著瘦馬和風車巨磨搏鬥。

因為前半輩子的路，大家都是“曾經走過”的“過來人”，“吾道不孤”，經歷縱不盡相同，滋味殊無二致。所以“最後一代的NDR”一文一出，吾輩舉世欣喜若狂，反應熱烈。在“應觀眾要求”之下，不久之後就成立了www.thelastndr.org的網站，以便所有心有靈犀的Last NDR能夠上網“情繫一線”，相互交談，將已心通他心，在生命中彼此激起多彩、興奮的火花。

筆者察覺到有些上網的讀友，其實年齡層並不限於54歲到68歲之間，原生長地也不全是“台灣或香港，

Bank of America



俞穎

Angela Yu Alldredge

資深副總裁

首席客務部經理

Senior Vice President
Premier Client Manager

俞穎小姐現為美國銀行資深副總裁兼首席客戶服務部經理。她具有十多年豐富銀行業務經驗，精通英語、國語和上海話，一貫兢兢業業為客戶服務，深得廣大顧客好評。

最近，俞穎小姐以她出類拔萃的專業表現和崇高的敬業精神，作為金融界代表，榮獲聖地亞哥“YWCA 各行業最優秀女性”榮譽稱號

(YWCA's Tribute to Women and Industry Award)，並被公司提拔為資深副總裁，這是對她多年傑出工作的充分肯定。

華人最瞭解華人的需求，俞穎小姐為您提供個人財務管理、投資、貸款等各項服務。她會關照您的利益，幫助您解決一切難題，助您儘快實現您的美國夢。

請與我們聯絡：

858-552-4008

8813 Villa La Jolla Dr., La Jolla, CA 92037

San Diego Museum of Man 舉辦中國日

聖地牙哥人類博物館每年舉辦數次社區活動，展示各族裔文化和藝術，今年10月28日將舉辦中國日，屆時有中國武術和中國民族舞蹈表演，還有茶點招待。時間：下午6-8時，地點：1350 El Prado, San Diego, CA 92101(Balboa公園內)。詳情請電：619-239-2001

聖地牙哥飛行表演向公眾開放

一年一度在 Miramar 空軍基地舉行的飛行表演今年10月又再度向聖地牙哥公眾開放。今年的表演時間一共三天：10月15日(週五)、16日(週六)、17日(週日)，時間：9:30 a.m. - 4 p.m.。另10月16日(週六)舉行 Twilight Show，時間：5:30 - 8:30 p.m.，聯絡方式：Marine Corps Air Station Miramar Public Affairs Office，P.O. Box 452013, San Diego, CA 92145-2013, Contact: Sgt. Valerie A. Martinez or Risa Carpenter 電話：(858) 577-7546 / 6000，傳真：(858) 577-6001

似乎從大陸來、從南洋來，或者早年就來美在此地長大，關心在美華人事務的朋友也多有在。議題範圍也不限於過去的“白頭宮女話當年”，不論李敖與蕭孟能在“文星叢刊”的恩怨、是非，或者克林頓總統的《我的人生》，解放、重建伊拉克的戰爭，有關現時代的人生經驗，都成為了探討的目標。

現在，再把話說回來。戴教授所說的“在美華人知識份子族群”如果本意不僅是少數菁英學者，也能涵蓋些文藝、工商、體育等行業對社會有相當貢獻的普羅大眾。而事實上“最後一代的內地人”也放寬了定義的界限，那麼在美國（似乎也可擴及加拿大，乃至歐洲、澳洲等西方文明社會）的華人，反正都是“過客”，遵從“先來後到”的資格，應能訂出一些合理可循的道理。

已經在人生中間出些成就（“立功”），經“他人評估”認為“不虛此行”，或者“自我檢定”之後，雖然成就不大，但是“一步一腳印”地“瀟灑走一回”過來了，而且“歷程比目標更重要”，此外還要保持“不吃後悔藥”的“平常心”，累積了寶貴經驗（“立德”）的朋友，更進而將“術業有專攻、聞道有先後”的心得提供出來（“立言”），幫助後來者的成長，也是一項功德。如此，在西方社會中，彼此扶攜，發揚潛力和才能，庶幾不負中國讀書人“士不可不弘毅、任重而道遠”的“美德”。

筆者愚見，未知戴教授與信懷南先生以為然否？！

(九月一日於聖地亞哥)

只能不信“邪”



這裏所說的“邪”字，是指人類對許多無法解釋的天文、地理、人文現象所產生出來的恐懼感；而這種恐懼感也許又隨著幾代人流傳下來的“神話”和“民謠”，營造出一種“靈異、鬼怪”等撲朔迷離的文化心態。於是，UFO是不是天外來人？人死後是不是生命的延續？冥界裏是否有天堂和地獄？人的靈魂是否能出竅？死人是否能轉世？活人是否能避邪？如此類推的問題，免不了就要困惑著人類的某些群體。

不過，不論是從科學角度還是從宗教意識，我都不具備以唯物或者唯心的觀點去探索幾千年人類文明史都沒有探討清楚的話題。在這裏，我想說明的是一種心態，一份可以試圖輕鬆面對的感受。

911，這是一個讓現代人聽到就會神經緊張的號碼組合，對吧？偏巧，我就選中了9.11三週年前夕，到紐約旅行。

上飛機前，我才知道共和黨即將在紐約召開全國“黨代會”，紐約的“防恐”警報線已由桔黃色上升到桔紅色。凡是美國人都明白這意味著“危險升高”。可是，機票早在兩個月前就已訂好，全家人也把假期攢到了一起……

走吧，好在此行紐約只有三天。

原已不算輕鬆的心情，在走進紐約賓館之後更加沉重：房間號——911。作何感想？不吉利。換！客滿。

9.11之時遊覽911之地，偏巧又住在911房間。這預示著什麼？災難？

也許中國人對宗教信仰並不算狂熱，可是對民間的傳說卻有一種“寧可信其有，不可信其無”的執著。例如古人用4的諧音做“喜”來解釋，現代人又把這種諧音當成“死”來理解。結果，當4作為號碼出現的時候，樓房賣不出去，電話就沒人買；反之，人們把8的諧音理解成“發”的意思之後，不論是電話號還是車牌號，轉手都能賣出個好價錢。

以此類推，原本不需“避邪”的9和1，自從紐約那高聳入雲的世貿大樓在9.11那天被瞬間夷為平地之

後，9和1的組合也就成為“忌諱”的號碼之一。

由此可見，我那原本愉悅輕鬆的度假心情，被這三個號碼攪得不安起來。

由於我們所住的賓館靠近紐約最繁華的第五大街和時代廣場，出門就逛世界著名的商場，走路就可以去“百老匯”歌劇院，所以在信“邪”與不信之間猶疑了片刻之後，我們還是決定留守在911房間。

走出房間，才發現紐約的繁華並沒有因為“桔紅色的警戒線”而改變。遊人如織，閒庭散步和行色匆匆的人流都好像紐約是他們生活中的一部分——管它是警車還是救護車鳴笛，連駐足一望的願望都沒有。這份“我行我素”的泰然，減輕了我心中的沉悶。於是，我帶著一種莫名其妙的“挑戰”心情，專程到9.11的遺址去揣摩和感受生命的內涵。

三天，平安無事！

其實，我心裏也明白，即使有事兒，也未必是因為我住在911房間。

離開紐約，我們全家繼續北上。到了加拿大的首府多倫多，預定的大飯店又是911房間。“邪”，這可真叫“邪”！

不過有了紐約的經歷，這一次我不僅沒要求換房間，反而慶幸有了這種巧合；又是一個值得深思的文化現象。

從某種意義上講，我們中國人的忌諱很多。也許是歷史久遠，加上文化中有許多事物都與聲形聯繫到一起，所以人們喜歡用形象思維來判斷“吉利”和“不吉利”之間的區別。

記得我上小學五年級的時候，大年三十兒，家裏正準備吃年飯的時候，收音機裏傳來當時紅極一時的“革命樣板戲”《智取威虎山》小常寶的唱段：“……大禍從天降……”。偏巧，這時我給父親盛了一碗飯，並隨手將一幅筷子插在了飯頭上。好嘛，就這麼一個小小的細節，惹得全家差點兒沒吃上年夜飯。

“大過年的，一開收音機就是‘大禍從天降’；吃



上：作者攝於紐約 La Quinta 賓館；下：攝於加拿大 Hilton 大飯店。

個飯嘛，又把筷子插在了飯頭上。”。自“文革”以來就過著朝不保夕日子的父親，把飯碗一撇，收音機一關，丟下媽媽好不容易對付出來的幾樣好菜，坐到椅子上獨自生氣去了。

媽媽對我說，按照中國人的習俗，只有祭奠死者才把筷子插在飯頭上。然後又對父親說：去舊迎新。現在不是年三十兒嘛，再過幾個小時才是大年初一。言外之意，新年一到，所有的“不吉利”也就隨著“辭舊”自行消失。

儘管從那時起，我再也不敢手懶地將筷子插在飯上，但是真正理解父親何以氣惱，還是到最近教授中文時，當我提到象聲字和象形字的時候，才頓有所悟：可不是，滿滿的一碗飯

上插著一雙筷子，真的就像墳頭上立著的一塊碑！

可是反過來去想：“文革”十年，全中國七億人民的娛樂活動就是八部“樣板戲”。由於是革命的，所以每段歌詞都會有訴苦伸冤的字句。天天“你死我活”的，父親快樂得起來嗎？唉，如果父親在當時能夠做到“我就不信那個邪”，也許他老人家至今還會健在呢。

行文至此，我才發現自己和真正的美國人相比，最多算作“只能不信邪”。而真正能夠做到“不信邪”的人，當屬美國人。

就說 HALLOWEEN 吧。用漢語說就是“鬼節”。

最初，HALLOWEEN 是天主教徒紀念所有聖靈的宗教儀式。到了西元前五世紀，塞爾維特島上的居民認為新年前夜 10 月 31 是那些既沒有升上天堂，又沒有下到地獄裏的鬼魂出沒在人世間尋找自己轉世到人間的日子。所以，島上的居民把自己打扮成妖魔鬼怪，甚至比妖魔鬼怪更加醜陋，以免鬼魂附身。

這原本是一種宗教信仰和風俗習慣，也是以歐洲文化為主體的美國人承傳西方文化的標誌。可是不信

“邪”的美國人，愣是把一個“人、鬼、神”的傳統節日古為今用，把生與死的主题變得雲淡風輕，演變成如今純娛樂性的節日。

在美國，不論你是新移民，還是老移民，沒人會忘記每一年的十月三十一日的晚上，大人要守在家裏發糖，小孩可以出去要糖。即使你因疲於奔命的工作忘記了時間，忘記了日子，你的家人和鄰居也絕對會提前提醒你“HALLOWEEN 到了”。於是，你突然意識到，似曾相見的情景再一次出現在你的眼簾：鄰居家那綠瑩瑩的草地，一夜之間變成了墓碑林立的墳場；花園錦簇的大門，憑空懸掛起一付骷髏……。

恐怖？準確地講，初到美國，我對 HALLOWEEN 的厭惡多過於恐怖。我不明白美國人為什麼要戲神弄鬼，並且不惜重金地用妖魔鬼怪的裝飾品來點綴自己和房屋。然而，年復一年，看到兒子在翹首等待著每一年 HALLOWEEN 到來的過程中長大，在我每年一次坐在家門口向過往行人的手裏發糖的時候，我才漸漸地體會到：美國人的骨子裏，有一種“不信邪”的精神力量。

如果說兩百年前，美國的“祖先”們以不信“邪”的精神從英國殖民地地位中掙脫出來，建國立說，有了美國；那麼兩百年後的今天，美國人仍以不信“邪”的心態在傳統和現代的社會構架中享受生活。

在這種文化氛圍裏，年復一年，你就對隔壁鄰家在 HALLOWEEN 夜晚刻意安裝上鬼哭狼嚎的音響不再反感，起碼你可以做到聽而不聞；當你看到素不相識的大人領著小孩兒，頭戴血淋淋的面具到你家來要糖的時候，你會客客氣氣地寒暄幾句，遞過幾塊糖，然後“自鳴得意”地把這看成是聯絡鄰里感情的“捷徑”。

當然，我也觀察到，每年的 HALLOWEEN，有中國背景的家庭，雖然家門口也會擺個南瓜臉或者稻草人，但是那個南瓜臉多數都是笑臉常開。偶然也會見到有人在門前擺放個朔膠小鬼，但是，大多時候，那個“鬼”也是一臉的可愛，決不會象美國人那樣毫無顧忌地將棺材、骷髏一拈腦地擺在自家門前。說心裡話，我至今也做不到。

從“911”說到了 HALLOWEEN，從中國文化談到了美國文化。在這裏，不是我故作高深，而是我試圖通過自己的感受，去圖解一種複雜的人文心態。當然，不同經歷的人在一種大的文化氛圍中，又會形成一個個不同的、自善其身的世界觀和人生理念；但是，我相信“愉悅、快樂、幸福”永遠是人類嚮往的理想境界。那麼，如何獲得這種感覺，恐怕就要“仁者見仁，智者見智”啦。

(李峴視點之八)

宋美齡征服美國之行

小麗



宋美齡，在歷史的風雲際會中光芒四射。她有與生俱來的聰明、美麗與手腕，加上孔宋家族的強力支援與美國背景，使她在權力、財力與魅力的交織中，成為中國近代百年史上最具有影響的女人。她在外交舞台上的最大表現，是1943年“征服”美國的訪問。

1943年2月17日，宋美齡一行赴美後自海德公園搭乘火車於下午5時10分抵達華府聯合車站，車站內外萬頭攢動，擠滿歡迎人潮。白宮以國賓之禮歡迎蔣夫人。2月18日，可說是她生命史上的一大日子，她要在眾議院發表一篇相當重要的演說。她必須把中國人民奮力抗戰的情況，生動地介紹給美國國會和美國人民，以喚起美國朝野對中國的同情與更進一步的支持。此外，她個人的形象和聲望，端看她在國會山莊的表現。

羅斯福夫人陪同宋美齡至國會，議員席和旁聽席座無虛席，她向鼓掌歡迎的參議員微笑領首。宋美齡原僅計劃向眾議院發表演說，抵華府前始接獲副總統兼參院議長華萊士之邀向參議院“說几句话”。宋美齡一開始即說：“余本非善於致辭之演說家，其實余并非演說家；然余亦非絕無勇氣。蓋數日前，余在海德公園時，曾參觀總統之圖書室，其中所見，其最令余發生興趣者，即玻璃窗內有一總統一篇演詞之初稿，第二次稿，直至第六次稿。昨日偶與總統提及此事，謂知名而公認為優良之演說家如閣下者，其演說草稿之次數，尚須如此之多，殊使余有以自慰。總統答稱，彼演說詞草稿有多至

十二次者。准次而論，余今日在此臨時發言，諸君當能諒我。”這段開場白獲得了如雷掌聲。

宋美齡在參院的演說，舉出了美國飛行員杜立德上校1942年4月率隊轟炸日本後，數名飛行員在回航時降落我國山區獲中國人民的熱烈歡迎，如同回家。她說：“余在貴國度過余身心長育之時期。余操諸君之語言，不但操諸君內心之語言，且操諸君口頭之語言。故今茲來此，亦有如見家人之感。”宋美齡的演講不時被掌聲打斷，有時竟有近五分鐘的掌聲。她在結語中的一句話，獲得了滿堂彩，她斬釘截鐵地說：“我中國人民根據五年又半之經驗，確信光明正大之甘冒失敗，較諸卑鄙可恥之接受失敗，更為明智。”眾議事廳爆出了歷久不歇的掌聲，一位議員說他從來沒有見過這樣的場面，宋美齡差點讓他掉下眼淚。

一位住在新澤西州東奧倫奇市的家庭主婦，寄了一張三塊錢的匯票和一張上海難童在火車站哭泣的剪報至白宮，要求代為轉給宋美齡。這位美國太太說：“三塊錢匯票是我的三個女兒合送給那位在火車站哭泣的小朋友。”這是宋美齡的國會演說經由收音機轉播全美，打動千千萬萬美國人心田的最佳證明。每天有數百封來自全美各地的信件寄至白宮，收件人是宋美齡。《華盛頓郵報》一位名記者寫道：“她所要的是什麼？是為了整個地球上的人類。”

在國會演講後的第二天，影響力並不亞於國會演講的記者會在白宮總統橢圓形辦公室舉行，172名記者擠滿了辦公室，爭睹“亞洲第一夫人”的風采。在記者會上，宋美齡坐中間，羅斯福在右，羅斯福夫人居左。《時代》周刊說，宋美齡有如初次登台演出的少女一樣，總統一直在抽煙，總統夫人的一只手放在宋美齡的椅子上，狀似護衛著她。主持過數以千計記者會的羅斯福像個縱容的叔叔介紹他美麗的侄女，他說“蔣夫人是個與眾不同的特使”，他要求記者不要問難以回答的問題。穿著一襲黑色旗袍，胸前別了一支中國空軍軍徽的宋美齡，一開口就不同凡響。她說，她在中國戰場訪問過前線無數次，不知懼怕為何物，但此刻看到記者的筆不停地揮動，心裡面不知道是怕還是不怕，“然而，我看到你們的臉上都閃爍著笑容，我感覺到我是你們的朋友……”，記者熱烈鼓掌。儘管如此，美國記者們開門見山就提出一系列尖銳問題。有個記者問她：聽說中國並沒有充分運用其人力？臉上露出不悅之色的宋美齡，提高聲調回答說，中國在人力上已盡全力，但缺少軍火，中國不缺訓練有素的飛行員，但沒有足夠的飛機和汽油。一個記者馬上追問：中國如何獲得軍火？宋美齡很技巧地把難題推給羅斯福，她恭恭敬敬地轉向羅斯福說道，

總統解決過許多重要問題，度過許多危機，最好由總統來回答這個問題。記者微笑著看羅斯福如何“接球”，面對多次類似場面的羅斯福馬上接腔說，要把飛機和空需品運到中國去，可說是一件極為困難的事，但美國政府正戮力以赴把這些重要物資送到中國。他說，如果他是中國政府成員，也會問：什麼時候運來中國？為什麼不多送一些？作為美國政府一分子，他將會回答：我們將以上帝所允許的速度，把物資運往中國。羅斯福說完後，臉上露出得意的表情。

一位記者立即問宋美齡，她對加速美國軍火運華一事有何建議。宋美齡站起來，兩眼盯著前方，然後轉向羅斯福總統，徐徐說道，他剛剛說過將以上帝所允許的速度把物資運往中國，“但我提醒大家要記住：自助者天助之。”羅斯福听了大笑，並說他非常同意“自助”乃是一件非常了不起的事。不過，有些記者覺得宋美齡有點咄咄逼人之勢。有位記者問及飛虎隊在中國表現如何？宋美齡大加贊揚美國志願飛行員對中國抗戰的貢獻。老政客羅斯福知道記者會如果繼續開下去，宋美齡的鋒頭會比他還健，於是宣布散會。記者會使專欄作家克萊伯大呼過癮，他說，也許有一天要讓影星海倫·海絲來演這個角色，不過她演得再好也比不上真實生活中的宋美齡。

2月28日晚上，宋美齡一行坐火車離開華府，展開她的忙碌而緊湊的“征服美國”演說行程。宋美齡的火車在半夜經過猶他州一個小鎮，全鎮居民(包括50名小學生)在車站守候通宵，希望能一睹宋美齡的風采。火車緊急停車後，宋美齡仍在睡覺，一個女傭打扮成宋美齡的樣子，穿著她的披肩，走到月台上，頻頻向群眾領首微笑。這位完全不懂英語的女傭平時看多了女主人的神態，再經過一番指點，鄉下人都以為她就是宋美齡，一直叫道：“就是她！就是她！”

宋美齡此行最受矚目的是在好萊塢露天大會場發表來美的第三次重要演說，以及會見200多位支持中國抗日的影劇界人士。為中國人所熟知的大牌影星如勞勃·泰勒、賈利·古柏、英格麗·褒曼、凱瑟琳·赫本、亨利·方達、麗泰·海華絲、秀蘭·鄧波兒等都和宋美齡寒暄，宋美齡對好萊塢電影的熟稔，不但使影星驚喜，亦使影劇記者大為佩服。影星均踴躍捐巨款給中國。宋美齡于好萊塢露天廣場向三萬聽眾發表演講，呼吁大家支持中國抗戰。

歷時七個月大有收穫的新大陸之行後，1943年7月4日，宋美齡返抵重慶。

(10月24日是宋美齡女士冥誕，謹以此文紀念她在中華民族生死存亡的緊急時刻，對中華民族所作出的巨大貢獻。)



張志慧 Dr. Siu Truong, M.D.
美國 Tulane 醫科大學畢業
美國 UCSD 醫學院專科醫師
美國醫學協會會員

張志慧婦產科醫師

Tel: 760-635-3777 (通英語、國語、廣東話)

477 N. El Camino Real
Suite. C304
Encinitas, CA 92024

醫術高超 經驗豐富 服務週到 親切關懷

婦科:

主治婦女各類疾病，
不規則子宮出血，
更年期綜合症，
陰道炎，宮頸炎等。
專精：子宮肌瘤切除術

產科:

助產接生，鎮痛分娩
專精：
無麻醉催產
及治療不孕之症。

保險

(Insurance)
★ PPO
★ POS
★ MEDICARE

陽光地毯清潔公司



美國 IICRC 協會認證專業技術人員

- 1, 採用新式先進儀器，效果一流；
- 2, 專業友善的服務，用戶一致讚好；
- 3, 價錢合理，服務週到，保證滿意。

(619) 895-3534 (國語、廣東話)

(619) 425-2578 (英語)

特設消費者知識錄音專線，歡迎查詢
1-877-328-1688 (英文)

www.sundancecleaningservices.com

今 又 十 月

劉昌焱

歲歲有十月，今又十月！

記得去年十月末，夫人務商海外，我孤身與山舍相伴。

周末一覺醒來，窺探窗外，已是滿地橙色，拉開臥房玻璃門，移步後院，仰望上蒼，正是“天高云淡，望斷南飛煙”，西邊盡頭的海灘名城——娜和雅（La Jolla）還酣睡在海市蜃樓之中；腳底下的城中鄉鎮——鮑蕪市（Poway）欲蘇醒于晨霧帳帘之下；西南參差不齊的樓房和山丘時隱時現，唯獨地上空的一條頭巾，橫空飄浮異常顯眼。

“赤橙黃又青藍紫，誰持彩巾當空舞？”快步南上“望鄉台”，順頭巾東望，鐵山（IRON MOUNTAIN）那邊，已有濃煙一柱，且正一步一步地向西移來，顯然其東鄰的若夢娜（RAMONA）小鎮方向發生了火災！此時該是早晨七、八點鐘。

鮑蕪離若夢娜約有十英里，中間又聳立著橫跨南北的万丈土牆——鐵山，憑借這得天獨厚的地利且又近臨市消防中心，料想火是不會光顧敝舍的，於是我回到屋內，一邊看電視，一邊用早餐，面對著接連不斷地火災新聞鏡頭，也充耳不聞，聞之不動聲色。

十點前後，湖北老鄉汪軍從家打來電話，問及火災情況，且主動提供住處于萬一。接著大明、國雄等相繼電話詢問火情。我都以“沒事，燒不到我家來”相告。十一點左右，屋外風聲陣陣，樹叢嘩嘩作響。出北車庫大門東望，鐵山已被黑帽蓋頂，且借著燥熱的東風鋪天蓋地地向門前移來，形勢比預想的要嚴重多了！

十二點上下，北邊山坡上的灌木叢被強勁的東風壓著向西邊一片倒下。我趕緊拉起門前圍中水管，頂風向距離房屋不到 50 英尺特大容量的煤氣罐周圍干枯的灌木叢澆水，一廂情願地想給煤氣罐立起一道半圓形的緩沖水牆。下午一點許，已見一條火龍從鐵山南麓山腰向山腳下狼吞虎咽地直奔下來，火龍所經之處，留下一片漆黑。

兩點左右，一對鄰居開車離開了他們的山舍。我一下從“沒事”中緊張起來，赶忙關緊所有門窗，然后把兩部小車子停到無樹草的大路邊，緊閉了所有門窗。折回屋裡，急忙向湖北老鄉陳丹華博士家求救。其父子即刻開車來到鮑蕪路和三市路（ESPOLA ROAD）（ESCONDIDO-POWAY-LAKESIDE）交叉處，步行穿過禁戒線與我會合，三君趕到危在旦夕的山舍，他父子開走了另外兩部車子。此時，水、電和電話通信已斷，我人工拉下車庫大門（至關重要！）開著一年新的房車，帶著几件常用衣服和一具袖珍望遠鏡，依依不捨地離開了三年前用血汗修建的平房。南出金礦路（MINADE ORO ROAD），西下鮑蕪市，向陳家避難。此時，煙火已蔓延到南邊山坡，路南的人家，焦急地看著無情的火龍，消防隊員們無可奈何地站在路旁，等著禍福參半的天意和撤離令。

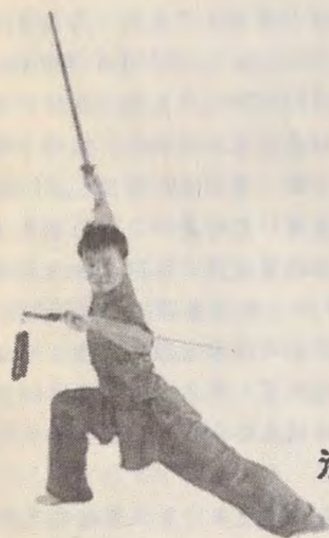
在陳家稍息片刻，草草用完晚餐，突然想起煤氣罐閥未關，我即決定驅車回家關閥。時已黑幕降落，陳家擔心一人于萬一，令其子隨同。車至三鎮路口，已見火龍虐過敝舍，正以 U 型的架勢，吞食著鮑蕪路北邊的響尾蛇山谷（RATTLESNEAK GREEK），且直向谷低密集的住家撲來。我向封路的警察說明來意，一位高大警員心平氣和地對我說：“無人可入，但不用擔心，火會光顧一切的”（NOBODY CAN GET IN, BUT DON'T WORRY, THE FIRE WILL TAKE CARE OF ALL!）聽罷，我真是啼笑皆非！有回家之路，無回家之本，只好折返陳家過夜。想著一夜不會安神，進出無數，我便給房車接上電源和水源，獨自睡在裡面。

次日大早，天還是蒙蒙的，我帶著几次驅車回家而不得入的疲倦和失望，再次試著返回，車至三鎮路口，仍被擋住了。我借著袖珍望遠鏡向東尋察敝舍存亡的究竟，但它望不穿打不開晨霧和煙塵織成的天幃，卻只見一片墨黑的響尾蛇山谷和山丘上几處樓樓青煙。“東方欲曉，莫道君行早”。大約六點鐘，東方漸明，煙霧逐去。我用袖珍望遠鏡來回搜索著，終於看到了我們房屋的南角。科學的推理，整個房屋應該生存下來了。

大約九點鐘，災區住戶可以回家了。到家了，房屋生存下來了，停在路邊的車也子生存下來了。兩尊北京房山白玉雄獅依然守護在大門口，其後兩棵離家門僅三、五英尺中國棕樹，卻是體無完膚了。屋內滿地一層煙灰，後院游泳池底是一張黑紙。令人驚異的是，大火一刀齊地止步于乾草叢生的後院坡！再北上水井，路過煤氣罐，其周圍石牆已燒紅一段（臨近堆有數十塊建房用的運送木底板），煤氣罐卻安然無恙。到達井口處，藍色高壓水罐已粉碎三塊（臨近堆有十几塊建房未用的

精英 JING

Chinese Martial Arts & Culture



涂步銀



呂少芳



呂國晶

3rd Year Anniversary!

Two for One Deal!

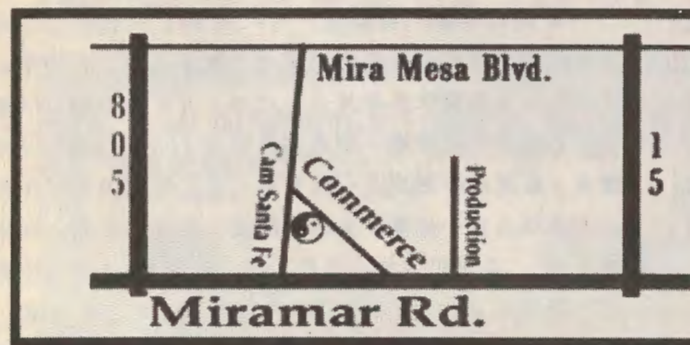
Best Wushu & Taiji in Town!

慶祝精英文武學院三週年紀念，
凡在十月三十日前，兩人同時登記
1-3個月，只需繳一個人的學費。

十月三十日（星期六），下午一點半

免費音樂太極武術表演

敬請光臨！



www.sdtaichi.com

8666 Commerce Ave.
(858)578-8267

長木板)，所有地面管道都已焦頭爛腳，橫七豎八的躺在地上。查遍住宅內外，損失大小輕重皆有，但房子生存下來，我還是頗為平衡的。折返陳家，告知房子還在的好消息，全家為之慶幸。我道聲謝謝，開回房車，準備著三無（無水，無電和無通訊）的災后日子。

那是回家第二天的下午兩點，我正要出門去添加災後用品，突然大門外響起一陣急促的敲門聲，開門一看，一位中等個子的男子漢立在門口，他的大半面孔被黑色口罩遮著，渾身黑點斑斑，酷似剛從煤礦出來的工人或是剛與火龍搏鬥的消防員。“先生，有事嗎？(HELLO SIR, WHAT CAN I DO FOR YOU?)”等他揭開口罩，才認出是大明好友。几天來，他們一直沒有我的音訊，想是凶多吉少。他和國雄以記者的身份在警戒線處爭進了數次，但次次無功而返。今天，他花了近兩個小時，避開警戒人員，偷偷從響尾蛇山谷爬上來，要親自看過究竟。見到人物俱在，大大為我鬆了一口氣。“疾風知勁草，甘苦晚人心”，他是災后第一來訪我這好似隱居深山多日的孤者，真是感慨萬千！

几天來，我一直忙著清理房屋內外，沒來得及去探訪鄰舍，又想實地看看此次鮑蕘市火災后狀況，我們便驅車到鮑蕘路路南地區查看。那棟曾天天可見、精心設計房架已立，只等待塗外牆 (STUCCO) 的高級樓房已化為灰燼，只有大門的鐵架還立在那里；原屬聖地亞哥電氣公司 (SDG & E) 老總，現是閃電 (CHARGERS) 一球員的百萬豪宅，只留下門口兩匹駿馬雕像，還有傭人住房和几處破牆；一路所經之處，斷壁殘垣，風聲獸鳴，好不淒涼！

年年有十月，今又金秋十月。整整一年了，草又青了，黃了，樹又綠了，枯了。它正應了“野火燒不盡，



春風吹又生”之萬世規律，金秋十月，是天高氣爽的日子，是快樂收穫的季節。但是兩千零三年十月末那場波

及美國南加州數郡，橫掃聖市東南北三區，老少傷亡數百，房屋毀壞上千，歷史罕見的火災，至今想起來仍是非常后怕而又值得深省的！

一個“可上九天攬月，可下四海捉鯨”的國度，卻無力制服這場火災！豈不怪哉！

“WHAT IS WRONG WITH THIS PICTURE”！

補記：

此篇雖是記事，欲想悟出几份道理：

- 1) 無事時且當有事準備；
- 2) 決不可屯草木于易燃物邊緣；
- 3) 火災撤離前，關好所有門窗和切斷煤氣；
- 4) 香港朋友說：你們行善多年，必有好報；
- 5) 本地朋友說：兩尊大門玉獅嚇跑了火龍；
- 6) 妹妹們說：是她們的禱告，是上帝保佑了我們。

……

在此，真誠感謝那些生死不顧幫助我們渡過難關的摯友；真誠感謝那些生息相關提供百家飯的人家；真誠感謝全州保險 (ALLSTATE) 及時的關照和雪中送炭！

作者簡介：劉昌焱先生，太空通訊工程師，湖北武漢人，1979 年與夫人陳緒珞來美，是聖地牙哥中國人協會第四屆會長。現居住在 Poway。

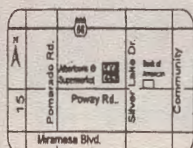
聖市大型中餐自助餐廳
四川、湖南、廣東菜式

華 閩
Café China



夏季特別推出

蟹 腿 椒 鹽 蝦 烤 鴨 (週末)
甜 酸 排 骨 燒 麥 烤 雞 串 壽 司
及 各 種 小 菜



七天營業
週一至週四：11am - 10pm
週五和週六：11am - 11pm
週日：11:30am - 10pm

coupon
午餐
\$1.00 off
(限四人)

coupon
晚餐
\$1.50 off
(限四人)

coupon
全部免費
星期四小孩免費
(10歲以下)
(限一家兩孩)

買
三
送
一

12664 Poway Rd., Poway, CA 92064 Tel: (858) 486-8228 486-8229 (堂食外賣均可)

聖地牙哥華人社區最大最久的珠寶店

Kim Quang Jewelry

金光金舖

(Since 1981)



- 專門經營和定造各種首飾
- 18K、24K 足金飾品
- 各種珠寶、玉飾、鑽石
- 著名師傅修改各種首飾
- 質量保證，方便快捷

6941 Linda Vista Rd., Ste. A
San Diego, CA 92111
(與遠東 III 同一商場內)

858-560-5818

1251 E. Anaheim
Long Beach, CA 90813

562-432-5218

營業時間：早上十時至下午六時，逢星期一休息。



Yen Window Coverings & Home Improvement Inc.

Tel: 858-361-8561 Fax: 858-793-1821

訂做各種尺寸窗簾 工廠直銷最低價格



重點
推薦

木質百葉窗
竹棉編織窗簾

免費估價

免費到府上展示各式窗簾

請電

858-361-8561

- 我們的價格低於任何商店
- 歡迎光臨我們的工廠和展廳
參觀和選擇您所喜歡的窗簾

9245 Dowdy Dr., #103, 206, San Diego, CA 92126

徵求賣主 房屋行銷買賣代理商



李 玲
Julia L. Chiang
Since 1992



替您尋找一所可安身的好屋
極力推銷您的吉屋快速售出
歡迎上網 www.juliachiang.com
查閱貸款、學區、客戶推薦信等資料

新上市

- *Carmel Valley: 5房3.5浴, 1990年建2層樓, 2車庫, 安靜巷底, 對鄰無房舍, 開價\$945,000
- *Penasquitos: 4房2.5浴, 2003年建, 2層樓, 2車庫, 採光好, 高級廚房設備, 開價\$675,000
- *University City: 3房2浴91年建, 2車庫, 近805高速, UCSD, 購物中心, 餐館, 開價\$550,000

信譽好, 服務佳, 經驗足
業績優異經紀人

買房給優惠, 賣房收費低

專線: 858-259-7565 手機: 858-349-9463
傳真: 858-259-7589 julialc888@msn.com
精通國、台、英語

積十餘年房地產經驗 竭誠為華人僑胞服務



Lisa Zhang
張麗莎

榮獲普天壽公司
2003最高銷售業績獎

(The Chairman's Circle Award of Prudential California Realty)
衷心感謝客戶朋友的大力支持



歡迎來電查詢詳細售屋資料
專線: 858-547-6080 手機: 858-208-7508
Zhang211@yahoo.com



Prudential Calif. Realty
www.lisazhang.prudentialcal.com

賽大獎桌牌



迷你 百家樂

比賽日程

10月6日

12月1日

牌九



比賽日程

11月3日

大獎賽於每個月的第一個星期三舉行

\$10,000 高達一萬美元的獎金*

參加者須是VIP Rewards Club 俱樂部成員

VIEJAS CASINO

*For more details call (619) 659.1553 and ask for a Floorperson.

This offer is non-transferable and cannot be combined with any other offer or promotion. Viejas Casino and Viejas Enterprises team members and their spouses are not eligible. Viejas Casino reserves the right to change or cancel this promotion at any time. Must be 18 years or older.

Please gamble responsibly, if you have a problem call 1-800-522-4700.

Just off I-8 East at Willows Road • (619) 445.5400 • Viejas.com

Julia Cheng, MBA, CMFC, CLTC

Financial Planner

CA License #0816637

讓我們用多年的豐富經驗和專業知識為您規劃您最關心的事。

- | | |
|---|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 遺產保存 | Estate Conservation |
| <input type="checkbox"/> 長期護理保險 ¹ | Long Term Care Insurance |
| <input type="checkbox"/> 退休規劃 | Retirement Planning |
| <input type="checkbox"/> 共同基金 ² | Mutual Funds |
| <input type="checkbox"/> 年金 ³ | Annuities |
| <input type="checkbox"/> 投資規劃 ² | Investment Planning |
| <input type="checkbox"/> 付費財務規劃 ² | Fee-Based Financial Planning |
| <input type="checkbox"/> 稅務規劃 | Tax Planning |
| <input type="checkbox"/> 定期人壽保險 ³ | Term Life Insurance |
| <input type="checkbox"/> 永久人壽保險 ³ | Permanent Life Insurance |
| <input type="checkbox"/> 人壽保險能夠幫助 | Life Insurance to help |
| <input type="checkbox"/> 為抵押貸款提供保障 ³ | Protect a Mortgage |
| <input type="checkbox"/> 現金流量和財產淨值分析 | Cash Flow & Net Worth Analysis |
| <input type="checkbox"/> 個人退休帳戶 | IRA |
| <input type="checkbox"/> 大學基金 | College Funding |
| <input type="checkbox"/> 汽車保險/屋主保險 ¹ | Property & Casualty Insurance |
| <input type="checkbox"/> 房客/共有公寓保險 ¹ | Renters / Condo Insurance |
| <input type="checkbox"/> 業務延續 | Business Continuation Funding Needs |

San Diego Office

7676 Hazard Center Dr., Suite 600
San Diego, CA 92108
Tel: 619-543-8140
Ext 2311
Fax: 619-688-1344

Las Vegas Office

750 E. Warm Springs Road
Las Vegas, NV 89119
Toll Free: (888) 816-6688
www.prudential.com/us/j.cheng

鄭莉容

財務計劃師



1) Availability varies by carrier and state.
2) Investment advisory products and services offered through Prudential Financial Planning Services, a division of Pruco Securities, LLC, (Pruco). Securities products and services offered through Pruco, member SIPC, 751 Broad Street, Newark, NJ 07102.
3) Life insurance and annuities issued by The Prudential Insurance Company of America and its affiliates. All of the aforementioned companies are Prudential Financial companies.

Future written communications from The Prudential Insurance Company of America and its affiliates including contractual agreements and policy maintenance information will be in English. Additional materials may also be in English.

Prudential Financial, its affiliates and financial professionals do not render tax or legal advice. Consult your tax and legal advisors regarding your personal circumstances.

Prudential Financial and the Rock logo are registered service marks of The Prudential Insurance Company of America and its affiliates.

IFS-A094215 ed 7/2004

Prudential Financial

生活空間新概念
服務聖地牙哥華人
☆新張期間特價酬賓

中意生活傢俱館

New Fashions Furniture

(858)571-2738 (858)205-8886

貨色精美 款式繁多
價錢公道 服務誠懇

入口各國傢俱、沙發、餐檯、茶几

進口義大利皮沙發
三件組合 (Item 190) \$1699.00



五件圓形玻璃檯、椅子
5 Pieces Glass Top Table & Chairs

布質實用沙發2件組合(三人、二人座)



\$399.00



\$89.00

3 Piece Glass Top Cocktail table



全套實木餐檯五件

\$139.00

Real Wood Dining Set 5 Pieces



\$849.00

睡房四件床組合



\$119.00

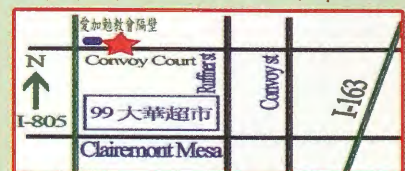
Coffee Table



健康護背床墊

Queen size 2pcs/set \$510.00起 (硬、中、軟三種)
Regency Design 15 Year Warranty
Queen size 2pcs/set\$299.00
Area Rug\$129.00起
各式西洋油畫.....\$120.00起

七天營業 早上11:00AM至下午5:00PM



7250 Convoy Court, San Diego, CA 92111

愛加勉教會隔壁



- ▣ 專精好學區房地產，資料準確，信息及時，經驗豐富
- ▣ 歡迎諮詢學區報告，最新售房資料以及各種優惠計劃

☆ 新上市 ☆

專線: 858-547-6078

公司: 858-653-6400

jianpxing@hotmail.com

認真負責是我的宗旨
您的滿意是我的成功

Carmel Valley——96年, 3房
2.5浴 townhouse, 1564呎, 2車庫+
huge 儲藏室, 高挑屋頂, 明亮安靜,
位置佳, Del Mar 學區, 走路上學校、
圖書館、公園和商場, \$639K起。

Sabre Springs(R.B.)——
95年, 3房2浴 condo, 1313呎,
2車庫, 室內佈局佳, 寬敞明亮、
木地板, 近 15和 56 高速, Poway
好學區, \$460K起。



邢建平
Jian P. Xing

請到我的網站 www.jianpxing.com 查詢以下資料:

- 聖地亞哥各社區最新熱門上市屋
- 各學校成績報告單
- 全國最近房屋貸款利率
- 與貸款有關的各種計算

中文衛星電視服務中心

專業銷售、安裝、改裝小耳朵, 代理各種衛視

中文小耳朵特價優惠

858-583-4180

www.Global-SatelliteTV.com

自由天空免費計劃 特價 \$199

無月費, 無年費
一次安裝, 永久享受!

新聞時事、精彩連續劇、綜藝、旅遊、兒童、健康、飲食、體育、相聲、雜技、魔術、兒童學成語……
24小時精彩中文節目, 應有盡有!



正在熱播新拍
40集連續劇「倚天屠龍記」
120集喜劇「我愛我家」

獨家推出 CCTV 升級計劃

不必更換解碼器
不必增加小耳朵

\$60

增加多個免費中文台

東森衛視計劃



衛視台 新聞台
影視台 幼幼台
大陸台 香港台
財經台 三立台
JET台 新唐人
宏觀 大愛 人間

節目年費: \$360

全套設備: \$99

免費安裝: \$0



Nancy L. Chu
REALTOR

全職, 盡職, 保您滿意

如果您希望有一位房地產經紀人, 同時又是經驗的貸款經紀人, 盡心盡職為您全面服務, 請給我一個電話。我可以解決您買房、賣房、貸款方面的各種問題, 讓您省時、省心從總體上節省許多費用。

朱南

Cell: 858-245-6133
Business: 858-485-8184
Fax: 858-485-9507
email: Nancychu2003@yahoo.com
website: www.nancyrealty.com

Licensed by California
Department of Real estate

服務聖地亞哥全郡
精通英/國/粵語



歡迎查詢
最新售屋資料
借貸款信息



為您尋找市場最低利率

16776 Bernardo Center Drive, Ste.102, San Diego, CA 92128

Mortgage

買房 賣房 貸款
一條龍服務

利率低! 速度快! 服務佳!
為您——省心 省力 省錢
重新貸款, 抓住時機
機不可失, 時不再來

請立刻打電話給:

李慧 Loan Officer
Realtor

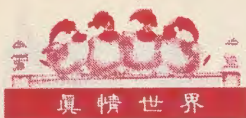
Amanda Li-Williams

專線 858-922-3368

傳真 858-259-1562



12625 High Bluff Dr., Ste.110E
San Diego, CA 92130



來美趣事一籬筐

一 舟

買 車

海峰是個自費來美，攻讀碩士學位的留學生。來聖地牙哥以後，沒有汽車幾乎是寸步難行，必須盡快地買輛汽車。汽車在美國，就像自行車在中國，是一樣的普遍和不可缺少。

週末，朋友帶著海峰來到了住在山頂上面，刊登廣告要賣舊車的一戶人家。這是一輛從外表看起來很舊的日本汽車，要價八百元。海峰即不懂車，也不願耽誤朋友太多的時間。他心想，反正是買舊車，差不多就買了吧。海峰付了錢，開著車，從山頂上剛到了山下，不知什麼原因，汽車熄了火，再也開不動了。海峰又走回了山頂上的人家，想退還汽車。那個賣車的人站在自家門口對海峰說：“你已經開走了車，不知道你做了些什麼。再說一手交錢一手交車，是不能退還的。”

海峰只好打電話叫來了拖車，把汽車拖到了修車行，經檢查估價，修車費需要六百元。海峰的內心裡不平靜地起伏著：身上全部的家當，只有一千八百元美金。這可是來美前，全家人湊出來的錢。父母親的期望，兄妹們的關愛，全都深深地傾注在裡面啊！海峰計算著：買車、修車加在一起一下子花掉了一千四百元，心疼啊！

這真可謂是，屋漏又逢連陰雨。人在不順的時候，走得快了，趕上倒楣；走得慢了，倒楣趕上呢。

無奈之中，海峰咬緊牙關，開著第一輛破舊的汽車，開始了在美的學習、打工的艱辛生涯。

進 口

戴維斯是個以 U·C·Davis 這所大學為主的一個美麗的城市，姐姐從家鄉來到了這裏，看望妹妹。

來到的當天下午，姐妹倆去超市買東西。妹妹把車停好後，姐姐已走到了超市門口，確怎麼也推不開門。妹妹還沒走到超市門口，就聽見姐姐在大聲地喊著：“快點，快點！”是有人剛從超市裡面走了出來，姐姐就從外面緊緊拉住了大門。妹妹趕快走了進去，姐姐也隨後走進來。

真奇怪！妹妹發現：離門口不遠就是收錢櫃台，收

錢的服務員，排隊付錢的顧客，每個人都睜大眼睛，驚訝地看著自己和姐姐。“我們有什麼好看的呢？！”妹妹納悶地想著。

直到買好了東西，走出超市門口時，妹妹才發現：剛才進來的時候，走錯了門！而姐姐也才知道：原來，在美國的超市，進口和出口是分開呀！

澆 水

阿偉順利地拿到了金融專業的碩士學位，在會計師事務所實習了一年以後，即將返回台北市。

當人們要離別一個地方的時候，會有許多的捨不得。離去的前幾天，阿偉除了做好工作的交接外，每天早晨還忘不了照常給放在會議室角落裏的那棵樹澆水。最後一天的早晨，同事看見了他正在澆水，好奇地問道：

“阿偉，你在做什麼呢？！”

“我在澆水，今天我還特意加了些肥料呢，你看這樹葉長得多綠呀。”

“那你澆了多久啦？”同事接著又問。

“我都澆了一年了。”阿偉認真地回答著。

“噢，但那是棵假樹！”同事大笑起來對阿偉說。

阿偉不相信，用手摸了又摸，才發現那棵樹真是假樹，也不由地笑了起來。不過，他留下了和那棵樹的一張合影。(之三)





女性的智慧之鑰

劉麗容

四、男人與家事

(接上期)做母親的常常要扮演黑臉，嚴厲的母親當然不受孩子的歡迎；而父親高興的時候，帶孩子出去玩，或買些東西，反而讓孩子覺得和爸爸在一起是很愉快的。這種“加班女性”因長期受煎熬，心態上往往不平衡，而且在兩種角色之間掙扎：一是自己覺得自己是個受害者，而外界的人則認為她是一個兇惡的女人。因此小孩常常選擇和爸爸在一起，而不願意和媽媽在一起。在孩子的心靈中，父親永遠是可愛的、大方的、有耐心的、不催促人的；而母親則是小氣的、催促人的、脾氣暴躁的。這種情況下，“加班女性”要如何能自覺，如何結合其他的女性來突破這種難以抵抗的父系社會及傳統的束縛，便是一個令人深思的問題了！

從何教授通過長期的訪問與觀察，發現了一件非常有趣的事情，很值得與大家分享。

在她訪問的對象中，有一位男士是幫著家裡做很多的事，舉凡釘釘、打打、敲敲的事情，都是他在做，而且家中的家俱修理、燈泡更換、櫥櫃維修等都由他負責。這位男士覺得做這些事令他相當愉快。另外有一位男士，由於太太常常不在家，他常得帶孩子、煮飯，也覺得非常愉快。這一類的男士和那些不做家事的男士，主要有甚麼樣的分別呢？

這些願意在家裡和小孩多接觸的男士們有一個共同的特徵，那就是：這些人的成長環境中，都有一位很冷淡、對他完全漠不關心、有著距離的父親。換句話說，父親對孩子比較冷淡的家庭，將來這些孩子長大，自己做了父親之後，可能對自己的孩子，相反的會比較好一點。這個有趣的現象，與傳統的論調，倒是大相逕庭。一般的論調是說：很多人的興味是學習自父親，他的父親如何對待他，他就如何對待孩子。但何教授所舉的個案都顯示：父親對孩子非常冷淡，甚至不理睬的，往往孩子因為得不到父愛，他會在自己孩子的身上，多給予一些父愛。

除此之外，這一些願意做家事的男士們，都有相當強的“自信心”。他們認為：在兩人都需要外出工作的情況下，男女本來就應該分工合作，為甚麼一定只能由太太做家事？這種主動的觀念，不認為在家裡做家事就是顯得比較女性化，或是顯得沒有能力，而是一種健康的想法。這一種男性，一般是較愉快的，他們並未感到受欺負或感到不安；相反的，對於鄰居或朋友的嘲笑，他們都能不予理會，原因是他們對所謂的“大男人主義”和一般女性對他們的嘲弄，都一概不認同。這一類男性，多有奮鬥自強的能力，他們比較不在乎外界和傳統的壓力與批評，同時由於他們本身身受其苦，因此他們會希望自己能做一個好父親和好丈夫。

五、女性應有的自覺

美國女性主義的發起人之一貝蒂·法利頓 (Betty Friedan) 女士就非常贊成何教授書中的看法，她認為：對於所謂“成功的女性”，或被稱為“女強人”的背後，隱藏著多少的辛酸呀！這些辛酸的事情是應該要讓所有工作的女性們，有一個完整的自覺才是。這些自覺包括：到底女性所謂的女權運動，到目前為止已走了多遠？是否真正有成效？是否女性真的能自覺？女性在家庭和事業之間，能否真正取得一個平衡？在這個大時代的巨浪推動下，女性有甚麼樣的束縛存在，又如何解決？

根據何教授的調查，在雙職夫妻的家庭中，只有20%的男性會幫忙做一點家事。這些家庭的女性在受訪中不斷地表示：她們之所以願意接受這樣的不平等，主要原因是不希望在家庭中掀起太多的風暴。而她們在長期加班、長期疲勞之下，造成夫妻間關係的缺乏、經常性的感冒和生病等各種後遺症，這種結果，對於她們的健康、快樂和婚姻的維護，都造成了極嚴重的損害！

對於這一羣為數龐大的“加班族”女性，何教授為她們把真正的事實擺在大家的眼前，為她們吶喊，因為她們需要改變！但事實上，真能做到嗎？有多少女性願意把這種實情公諸於世？有多少女性尚有剩餘的精力和時間，坐下來討論這些問題？這都是值得探討的。(十四)



知止而定

孟昭璋

我們談停與讓的哲學在橋牌的運用，曾說過國手級亦因為並不知曉而致失誤的牌例。因此覺得還需要再加強說明。

請再先看以下這一付牌：

- ♠-A98
- ♥-J98
- ♦-QJ109
- ♣-A54
- ♠-J6
- ♥-752
- ♦-K43
- ♣-K9763
- ♠-Q7542
- ♥-643
- ♦-A87
- ♣-102
- ♠-K103
- ♥-AKQ10
- ♦-652 雙方有局
- ♣-QJ8 南發牌

S W N E

1NT --- 3NT End 首攻♣-6

晚近流行 15-17 點的 1NT 開叫，它的規定要求就不像舊式傳統那麼嚴格，可有完全沒擋毫不設防的牌組，譬如本牌中的方塊。它在希望伙伴能有適當牌力補助就好。果然伙伴有 12 大點，並有許多 10、9、8 的 intermediates 中間張，方塊且有♦-QJ109，充分支持；跳答 3NT 很恰當。

首攻來的梅花，也是確定的雙擋。估計 winners 有黑桃 2、紅心 4、梅花 2、方塊亦可 2，比合約所需的 9 墩綽綽有餘。似乎不會有什麼問題。

於是對於攻來的梅花♣-6,4,10、莊家順手就用♣-J 吃進。接著出方塊♦-2,4,9 給到東家的♦-A。

東家出還一副梅花，♣-2,8,9、

不管 Declarer 現在就用♣-A 拿、還是下一副再拿；西家的♦-K 便是莊家南北方的致命傷。一旦西家♦-K 上手，他就可能連連取掉梅花的贏張，把 3NT 打得成為“當”one！

這一牌的 Declarer 不但是國手級，可不是普通人物，並且還是得過世界冠軍 world champion 的世界第一流的高手呢。

究竟是那兒搞錯了？很簡單，錯就錯在第一步。如此高手忽略太意，竟然未能“慎之於始”，而在一開頭便伏下敗筆。

如果是稍稍停頓片刻，深入考慮一下西家可能 5 張梅花時的應付之計。就不會陷入此種敗局了。

請看世界冠軍的高手名角尚且都犯了粗心急躁的毛病，焉能不值得我們加強警惕。

此牌成敗關鍵端在第一付，莊家（應當♣-6,4,10,8 讓東家的 10 拿去這頭一副。）！儘管他會繼續攻梅花，莊家或者能用♣-J 得牌、或者♣-2,J,K,A 由夢家 Ace 得牌；可以控制保持梅花的控制權。

隨後出方塊♦-Q 輸給東的♦-A，他就沒有梅花可以繼續攻擊了；倘或即使還有梅花續攻，那麼梅花在外分布便是 4-3，梅花裏只輸兩副；此外方塊也只輸兩副。然而黑桃紅心的 6 墩篤定可靠，南北方能保證梅花裏的一副和方塊裏的兩副、合計 9 副；3NT 是一定會 make 的！

美國 PRO 的專業橋牌評述家，曾引用馬克吐溫的名句：

“There are several good protections against temptations, but the surest is cowardice.” 援用引申、apply at the bridge table。

然愚意他引用的這個字眼並不恰當，即使是在橋牌桌上防護蒙受超墩 overtrick 的誘惑，也並非是要靠著“膽子小”啊。

毋寧願意引述我們中華古經典裏的指示：“知‘止’而後有定、定而後有慮、慮而後能安、安而後能得。”的道理。

尤其 Declarer play，能夠知“止”也就是略“停”，而作全盤思考、策劃擬“定”正確戰術，“謀後而動”，庶幾近矣。

我們為強調所倡導的《橋牌三字經》第一經“停”的重要，特再加重述這一個特例。以世界冠軍為殷鑑而呼應大家的注意。

其實無論何事，在開始一切行動前的“頭一步”，就需要懂得運用《止》的哲理，隨後研判指導戰術行為的《定》；方能顧《慮》周全、《安》然執行；可保遊刃有餘，卒抵於成，而有所《得》！人生百務皆可適用，非僅引用之於橋藝而已。（24）

讀者朋友如對橋牌感興趣，請與孟昭璋先生聯絡：geoffreymeng@cox.net or geoffreymeng@yahoo.com，中英文均可。





佚名

中國古建築—— 十全十美與走投無路

中國古建築的簷角屋脊上常常排列著一些數目不等的小動物作為裝飾，這些美麗的裝飾品是中國建築裝飾的一大特點。

這些小動物一般叫做屋脊走獸、簷角走獸、仙人走獸、垂脊吻等，古建行內部也稱為小跑或“走投無路”。它們已經“走”到了簷角的最前端，再向前一步就會掉下去，真的是走投無路的。

中國古建大都為土木結構，屋脊是由木材上覆蓋瓦片構成的。簷角最前端的瓦片因處於最前沿的位置，要承受上端整條垂脊的瓦片向下的“推力”；同時，如毫無保護措施也易被大風吹落。因此，人們用瓦釘來固定住簷角最前端的瓦片，在對釘帽的美化過程中逐漸形成了各種動物形象，在實用功能之外進一步被賦予了裝飾和標示等級的作用。

唐宋時，還只有一枚獸頭，以後逐漸增加了數目不等的蹲獸，到了清代形成今天常見的“仙人騎鳳”領頭的小動物佇列形態。

“騎鳳仙人”，民間也叫做“仙人騎雞”。這個“仙人”究竟是誰？為什麼在簷角的最前端？為什麼騎著鳳凰？民間對此有著各種各樣的傳說。

一種傳說他是姜子牙的小舅子，想利用姜子牙的關係往上爬。姜子牙看出小舅子的居心，但深知道他才能有限，因此對他說：“你的官已升到頂了，如果再往上爬就會摔下來。”古代的建築師們根據這個傳說，把他放在了簷角的最前端，如果再往上爬一步就會掉下去摔得粉身碎骨。

另一種傳說他是齊泯王，在位期間不務正業，昏庸無道，所以遭到群眾的憎恨，珍禽異獸窮追猛打，把他追到走投無路的地步，再往前邁一步，就會掉下來摔得粉身碎骨。

至於為什麼用仙人騎著鳳凰，傳說齊國的國君在一次作戰中失敗，被敵人追到一條大河邊，眼看就要走投無路了。突然，一隻大鳥飛到眼前，國君急忙騎上大鳥，化險為夷。因此人們把他放在建築脊端，寓意著逢凶化吉。

在小仙人之後，坐安排列著一隊小動物，根據建築規模和等級不同而數目有所不同，多為一、三、五、七

、九等單數。北京故宮的太和殿用到了十個，除了象徵著皇權的至高無上外，大概也意味著只有皇帝才配享受到“十全十美”的待遇。在不同的建築物上小動物的數目不等，用九個來舉例，它們依次是：鴟吻（龍的九子之一）、鳳、獅子、天馬、海馬、狻猊、押魚、獬豸、鬥牛。故宮太和殿在最後增加了一個行什。數目越多，表示級別越高。拿故宮來說，太和殿用了十個，天下無二；皇帝居住和處理日常政務的乾清宮，地位僅次於太和殿，用九個；坤甯宮原是皇后的寢宮，用七個；妃嬪居住的東西六宮，用五個；某些配殿，用三個甚至一個。這些小獸代表的意義分別為：

1. 鴟吻，喜歡四處眺望，因此在簷角的前面。

2. 鳳，象徵尊貴、有聖德之人。據《史記·日者列傳》：“鳳凰不與燕雀為群。”鳳是吉瑞的象徵，亦是皇后的代稱。

3. 獅子，代表勇猛、威嚴。《傳燈錄》記載：“獅子吼雲：‘天上天下，唯我獨尊’。獅子作吼，群獸懾伏。”

4. 天馬、海馬，象徵著威德通天入海，暢達四方。

5. 狻猊，古書記載是與獅子同類的猛獸，也有說為龍的九子之一。傳說能食虎豹，有率從百獸之意。

6. 狻猊，是海中異獸，傳說和狻猊都是與雲作雨、滅火防災的神。

7. 獬豸，古代傳說中的猛獸，與獅子類同。《異物志》中說“東北荒中有獸，名獬豸”。傳說能辨別是非曲直，獨角，又有神羊之稱，是勇猛、公正的象徵。

8. 鬥牛，傳說中是一種剝龍，據《宸垣識略》載：“西內海子中有鬥牛……遇陰雨作雲霧，常蜿蜒道路旁及金龍玉棟坊之上。”傳說是一種與雲作雨、鎮火防災的吉祥物。

9. 行什，一種帶翅膀猴面孔的人像。

古代的宮殿多為木質結構，易燃，因此簷角上使用了傳說能避火的小動物。這些美觀實用的小獸端坐簷角，為古建築增添了美感，使古建築更加雄偉壯觀，富麗堂皇，充滿藝術魅力。梁思成評價道：“使本來極無趣笨拙的實際部分，成為整個建築物美麗的冠冕”。

一位成功母親的教育問答

朱麥白燕

再次多謝讀者們的支持和鼓勵，多謝你們的來信，讓我有機會和你們一同探討及解答問題。

你好，朱太：

我閱讀了你在《華人》雜誌上的文章，對你提供的信息很感興趣。我有一個在讀高中二年級的女兒，如果要申請大學，通常需要有一些課外活動。請你告訴我選擇校內的課外活動和校外的課外活動的差異，他們是不是起到同樣的作用呢？謝謝！

李太

我們首先要考慮到申請大學與課外活動的關係，為什麼課外活動會影響到學生是否能進入他們理想中的大學呢？

我們應先從大學的角度來看，每一所大學都有校內的課外活動，其目的是為了給學生們做一些自己喜歡及有利的活動，或是讓學生們多認識一些跟自己興趣相同的朋友，但最重要的是很多課外活動都是用來與其他大學競爭的，並決定大學在社會的地位。有的大學以讀書來互相競爭，有的以體育或是音樂來互相競爭，其實每一所大學都有它不同的特長。

在所有申請同一所大學的學生中，如果學生的功課及 SAT 成績都差不多，他們便要看課外活動。首先他們要從各方面看看這個學生的性格在進入大學讀書後能否適應這所大學的生活，其次便要看學生能否對大學有所貢獻。例如你網球打得好，進入大學後可以幫助大學的網球隊贏得競賽，當然被錄取的機會就大很多。如果你是一個已經有名氣的小提琴家，被錄取的機會也是大很多。因為每所大學都希望有名氣的人就讀他們的學校，以此來提高他們在社會上的地位，有些大學為此幾乎不擇手段。

再回來解答李太的問題，學生應該在校內參加課外活動還是在校外參加課外活動？當然如果學生本身在課外活動上已經能做到國內頂尖的，能夠給大學有一個證明，你是一個有恆心，有天份，有上進心的人，當然大學會樂意錄取這些學生。但是如果沒有這些證明，大學又怎麼去知道你是一個什麼樣的人呢？



所以最好是參加校內的課外活動，成為團隊的一分子，這樣大學便會覺得你是一個合群的而不是自私的人，又對中學有所貢獻，

可能進了他們的大學會對大學有所貢獻。如果你在課外活動中又起到 leadership 的作用會更加好。當然如果學生能在參加了校內的課外活動以外，還有時間參加校外的課外活動的話，這樣更是相得益彰。

其實課外活動是一個很難解答的問題，學生應該選哪一個課外活動有助於進入其理想的大學，這也是一個很複雜的問題，需要花很多時間來研究。平時我們華人花比較多的時間去研究學生在九年級至十二年級應該選什麼科目，或是花很多時間去研究甚樣可以拿到 A，但他們忽視了去選擇課外活動，其實選擇課外活動是很重要的，可能是能否進入理想大學的關鍵。

我們華人子女很多都有很好的學校成績，SAT 也考得很好，如果大學的 Admission Officer 看到多個學生的成績及 SAT 的分數都是一樣，但只有一個錄取名額的時候，他們便將重點放在課外活動上面，所以正確選擇課外活動對進入理想大學是很有幫助的。

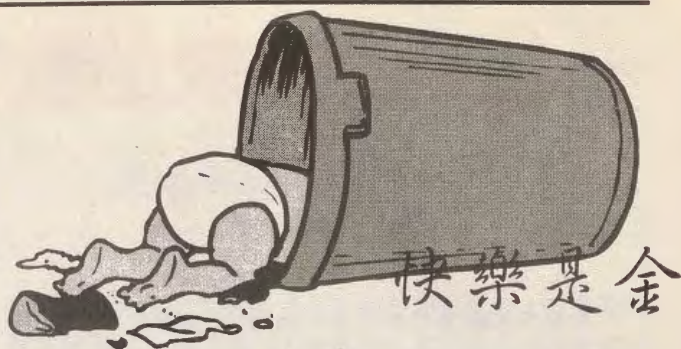
我們從另一方面來看，中學學生讀書已經很辛苦，課外活動有時是需要花很多時間才可以做得好。如果學生選的課外活動是在體育方面，每星期需要大約 20 小時去練習及比賽，如果對進入大學沒有多大幫助，實在是可惜。當然學生選擇課外活動不應完全是為了進大學，很多時候是他們的興趣愛好，但如果他們喜歡的課外活動，可以幫助他們進入理想大學的話，不是兩全其美嗎！所以我們要深入研究參加哪一個課外活動對每一個學生的利弊。

選擇課外活動實在是不容易，因為中學有太多的課外活動給學生們去選擇，尤其是我們移民多數都沒有在美國讀過中學，又對美國的體育或 community service 不完全了解，所以有時子女想得到這方面的幫助，我們

做父母的會覺得力不從心。〈因篇幅關係，下回再分析課外活動〉

作者簡介：朱麥白燕女士出生在香港，畢業於柏克萊加大的 Food, Nutrition & Dietetics 專業。她有三個女兒，大女兒兩年前畢業於哈佛大學，現在紐約市工作；二女兒今年畢業於哥倫比亞大學，也在紐約市工作；三女兒去年也考進哈佛。作為一位成功的母親，她很樂意將自己的育子心得與讀者分享和交流。自從本刊在六月號刊登了她的《教育心得》之後，收到許多讀者來信詢問有關教育問題，朱麥白燕為她能夠對讀者有所幫助而高興。她歡迎有興趣的讀者繼續與她聯絡，共同探討大家所關心的教育問題。她的 Email: chuexpert@aol.com，讀者也可留下電話請她回覆。

• 學期結束，兒子把成績單交給父親，父親看了勃然大怒，往兒子臉上就是一耳光罵道：“你在學校裡，為什麼一天到晚打架？！”兒子委屈地說：“我沒有呀！”父親聽了，又是一巴掌：“還敢嘴硬？成績單上導師的評語明明寫著‘經常和同學打成一片！’，難道是老師冤枉你了嗎？”



• 某大學歷史系的考試中有一段是口試。到了某位考生時，教授問了三個問題，他都回答不出來。最後教授沒辦法，為了給他一個及格的機會，問了他最後一個問題：“美洲新大陸是誰發現的？”學生不語。教授再也忍不住了，便氣急敗壞地喊道：“哥倫布！”突然，這位學生轉身往外走去，教授趕緊把他叫住問：“你為什麼要走啊？”學生回答：“你不是在叫下一個考生了嗎？”

• 老鼠躲在洞裡，聽到“喵……”的聲音便一直不出來，不讓貓有機可乘。某天，老鼠聽到“汪汪……”便很放心地跑出來，當即被貓爸爸吃掉了。貓爸爸轉身告訴小貓：“看到沒有？在現今社會要想求生存，一定要會兩種以上的語言。”



金葉餐廳

9823 Carroll Canyon Rd, San Diego, CA 92131

Tel: 858-271-8268

特聘一流名廚
推出特色菜式
歡迎光臨品嚐

Fax: 858-271-6918

大屏幕 Plasma TV
可播球賽

夏季特別推出港式西餐

週末特別推薦

焗飯或焗意粉

焗海鮮
焗鮮蝦、蘑菇
焗菠菜、魚片
焗洋葱、豬扒
焗蜆肉、雞肉
焗牛肉、鮮菇意粉

扒類

西冷牛扒
香煎羊扒
牛、雞、鴨、鵝扒
牛扒吉列魚
吉列豬扒
雞、豬、鴨、鵝扒

咖喱類

咖喱雞
咖喱牛腩
咖喱吉列魚片
咖喱蝦

飯類

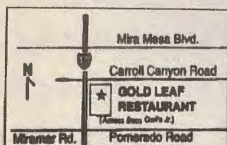
窩蛋免治牛肉飯
海南雞飯
招牌鴨鵝飯
印尼炒飯

星期六、日早上 11 時至下午 3 時

- 燴牛肉鮮茄意粉
- 黑椒洋葱牛肉飯
- 窩蛋免治牛肉飯
- 焗蜆肉雞肉飯
- 沙茶雞炒粉
- 肉絲炒年糕
- 咖喱雞飯
- 雲吞湯麵
- 乾炒牛河

\$4.95

- 焗肉醬意粉
- 上海粗炒麵
- 海南雞飯
- 牛腩湯麵
- 馬乾麵



營業時間

一週七天
11am - 10 pm

：童食外賣任君選擇：有烈酒牌

孩子2歲到4歲學講話的時候是最好玩的。這個時候孩子的童言稚語天真可愛，純粹的兒童思維，有時讓人驚奇他們的領悟力，有時又讓人忍不住捧腹大笑。

傍晚兩個孩子跟爸爸到花園去澆水，一會兒功夫苗苗氣喘吁吁跑進來向我報告：“弟弟脫了鞋在玩水，劈哩啪拉，亂蹦亂跳！”隨著她的話音，弟弟光著腳丫提著褲子跑了進來。苗苗活靈活現的描述讓我引俊不禁。

兩年前她聽過小貓釣魚的故事，講到小貓釣起一條大魚，在地上劈哩啪拉，亂蹦亂跳。沒想到她仍然記得，還會用來形容弟弟！

苗苗上幼稚園的路上經過一個大馬場，天氣熱了有些馬躺在草地上，我說“你看它們懶洋洋的”。苗苗立即糾正我：“不是懶羊羊，是懶馬馬！”

有一次買回來兩副釣魚玩具，我說：“我們先打開一副看看，如果不好的話，另一副就要退回給商店。因為有時玩具上寫的 Good，其實是 No good”。苗苗老成地說：“是呀！有時玩具上寫 No Good，其實是 Good”。直把我的眼淚都笑出來了。唉！孩子怎麼懂得大人的世界，東西寫 “No good” 怎麼賣呀！

苗苗極喜歡畫畫，上色彩和剪紙，學寫英文字也很快，但對算術卻不喜歡。教她算術是一件頭疼事，她畫畫上色彩可以一個多小時不挪動，而做算術卻欠連連，一會要上廁所，一會要喝水，總不集中精神，有時讓人教得直上火。給她舉例卻經常被她的“另類思維”搞亂了套。有次問她 $2-1=?$ 她答是 2，我耐心地舉例：“剛才你和弟弟兩個人在玩，你去了廁所，還剩下幾個？”她仍然懶洋洋地回答：“兩個”。我忍不住生氣了

：“你到底有沒有想？怎麼會是兩個？”她一臉無辜地看著我：“我上廁所，弟弟來陪我，我們就是兩個。”唉，這是哪兒跟哪兒呀！

苗苗四歲就“立志”長大要當工程師，我笑她：“你那麼會講話，當律師挺好！”她卻認定要當工程師。有天看到幼稚園的課室裏老師貼了一張表，列出每個孩子說他們長大的志願。有的說要做醫生，老師，員警，救火員，還有些比較糊塗的搞不清楚長大做什麼是怎麼回事，有的說要做蝴蝶，做卡通人物，還有的說長大了做“爹地”、“媽咪”，只有苗苗說要做工程師。

媽媽手記

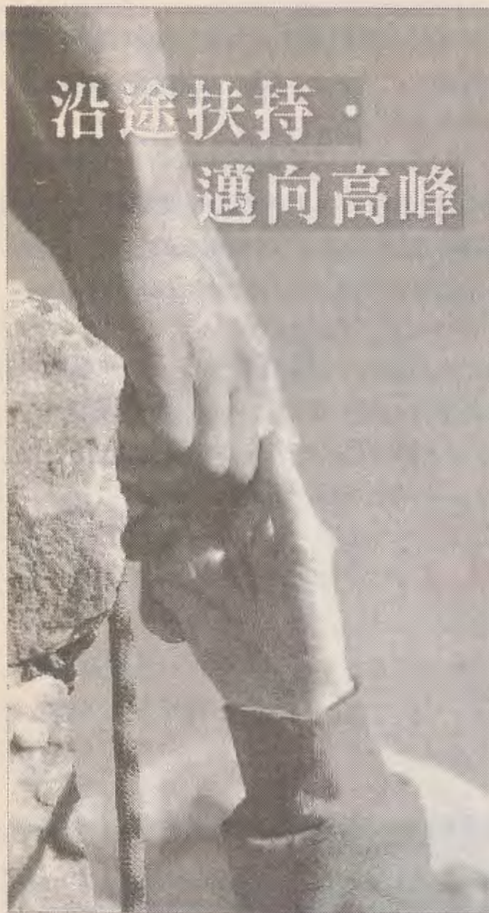
海麗



吧。”說完趴到我身上嗚嗚地哭了起來，為不得不“轉行”感到天大的委屈。

經過一段時間反復練習，苗苗做算術好象有點開竅了，看我高興她就來勁了，每做對一道題就仰起頭來等待表揚，我說“Good job!”她嫌不夠，期待地問：“Are you proud of me?”我說“Sure!”那還是不夠，接著是送上小臉索要 Kiss，我要是動作慢一點，她乾脆反過來往我臉上親。一頁功課花上老半天，我也被她的親吻口水糊了一臉。家裏孩子期待讚美，公司員工期待表揚，現在做父母跟做公司主管都得慷慨點。

沿途扶持 邁向高峰



國泰銀行是西岸最優秀的銀行之一，於四十多年來，秉持提供卓越商業銀行服務的一貫信念，滿足您不同的金融服務需求。

為了配合您拓展新領域，我們的全球服務網絡，包括位於加州、華盛頓州、德州、麻薩諸塞州及紐約州的各家分行，以及香港、台北與上海三個辦事處，隨時候駕，為您服務。此外，我們的網上銀行服務可助您隨時在全球任何一個角落達成商業目標。

國泰銀行以雄厚的資產作後盾，與所有同仁，信守著相同的理念，全心全意為您提供全方位的個人及商業銀行服務，幫助您達成財務上的目標，邁向成功的高峰。

Vincent Chen 陳宗信
(San Diego Branch Manager)
Tel: (858) 277-2030
4688 Convoy Street,
San Diego, CA 92111



CATHAY BANK

精進的規模，不變的承諾

1-800-922-8429

www.cathaybank.com



Member
FDIC 07/04

聖地牙哥美國華人學校

想省去週末接送小孩學中文的煩惱嗎？
請來參加我們的中文 After School Program！

聯繫人：周 泉 Jenny Zhou
電話：858-792-6572
註冊查尋：www.sdacs.net
學校地址：11860 Carmel Creek Rd.
San Diego, CA 92130
免費接送：Del Mar, Solana Beach,
和 Poway 部份小學
招生對象：Elementary School students

After School 課程

- 中文教學
- 英文寫作
- 專業美術班
- 教授舞蹈，棋類
- 免費課間餐
- 數學輔導
- 輔導 Homework
- 專業網球班
- 球類及體育活動



首屆中文夏令營剪影

秋季中文 After School Program 開始招生

爸爸是什麼

老成



一個“爸爸”，總會有自己的“父親觀”。這個父親觀的建立，在最初，當然是非常倫理學的，可是這倫理學的冰山，往往在“小太陽”似的孩子的前面融化成為柔柔的水。也許“水”就是爸爸的象征吧。

爸爸是孩子們的泉水，是孩子們的“童話之泉”，因為一個爸爸常常會不知不覺地迷失了自己，純粹用孩子的觀點來看世界。有一次我跟孩子談論許多年以前台北街道的寂靜清幽，感慨地說，那種景象現在只有清晨四點鐘才能見得到了。我的第二個孩子立刻建議第二天清晨四點鐘到街上去散散步。這是違反我生活規律的，但是我跟孩子對那新鮮經驗有同樣的貪心。結果當然是——第二天清晨，我“跟著”我的孩子去吸收新鮮經驗去了。

爸爸是孩子們的大海，是孩子們在這個世界上所能找到的唯一能夠匯集眾流的“眾水的家鄉”，因為一個爸爸往往能夠發現孩子們各種不同的意見的可愛，所以他認為自己的使命是使各種想法都能夠並行不悖。有一個星期天，我的三個孩子都希望能去看一場“有爸爸陪同”的電影，但是每一個孩子都堅持自己對影片的選擇。於是，我不得不安排連續三個星期的電影欣賞活動，讓三個孩子自由參加。

爸爸是孩子們的港灣，是孩子們逃避嚴正社會規範的庇護所，因為孩子們有時候看起來脆弱得那麼可愛，如果不稍加保護似乎就會受到嚴重的摧殘。我的最小的孩子，有一天拿著她的數字練習本走進我的房間，告訴我說，數學習題又多又繁，她已經不想做了，因為她覺得十分厭煩。我也看出她臉色有些蒼白，眼珠子並不明亮發光，這是感冒的前奏。我不得不放下我的工作，給

她沖一杯蜜水，然後陪她一道一道地分解數學習題，同時在紙上計算，互相核對答案。我知道孩子需要的是這樣的一個港灣，並不是“對病人的訓誡”。

爸爸是孩子們的銀行。這個銀行一再使孩子有機會觀察到人類最偉大的發明之一——錢的妙用。最使孩子困擾的是，錢為什麼會跟爸爸成為一體？最使爸爸心驚的是，孩子們把“錢的妙用”跟“爸爸的妙用”混為一談。事實上，孩子們簡直把爸爸看成“有兩條腿的錢”了。因此，孩子們把事情單純化了，不是通過爸爸去用錢，而是直接地“用爸爸”。我的最小的孩子曾經跟我說，她要一盒彩色筆。她說要有彩色筆，就有了彩色筆。我的第二個孩子跟我說，她希望有一部鋼琴。這當然是對“銀行”的考驗。可是結果仍然是，她要有鋼琴，就有了鋼琴。我的大孩子跟我說，我應該去買一棟有花園，有一大片碧綠草地的住宅，使大家都能享受多一點的陽光。這一次，她發現“銀行”並不是無論什麼事情都辦得到的了。儘管是這樣，這“銀行”仍然是非常可靠有用，尤其是日常生活上小小需要的滿足。當然，這“銀行”本身的最歡迎的業務，也是那袖珍可愛的小小平價物件的購買。

爸爸是孩子們的旅行社。這旅行社，會給孩子們安排最完美合適的旅行。這旅行社並不像其他的旅行社那樣有許多“規定”，這旅行社是自由的，能夠滿足觀光客的任何需要。這個旅行社辦過兩次奇特的觀光旅行。第一次是到高雄去看澄清湖、春秋閣，然後再到墾丁公園，最後是鵝鑾鼻去看燈塔。兩個小觀光客，老大跟老二，所提出的最重要的觀光要求，卻是到高雄大新公司飲食部吃客冰淇淋——跟台北的冰淇淋並沒有任何差別的冰淇淋。第二次是到福隆海濱的沙灘上去游泳。三個小觀光客，老大、老二、老三，所提出來的最要緊的“觀光項目”，是中午在沙灘上吃野餐，必須是每人一根鹵雞腿——跟家里吃的完全一樣。

爸爸是孩子們的律師事務所。這個律師事務所同時得到時時有小爭執的三方面當事人的信任。這三個當事人里的任何兩個有小爭執，都委托同一個可靠的律師替

她們打官司。因此，這個律師事務所的最大的業務並不是訴訟，而是調解。調解不同於判案，調解只不過是一種藝術。這個律師事務所經常準備著一本可愛的小書，一兩顆甜甜的糖、一杯可以消除火氣的冰蜜水，還有一兩句笑話、一個簡短有趣的故事，或者“一個父親的溫和安慰”。這個律師事務所，辦過的一次最複雜的和解，是老大對老二不滿，老二對老三不滿，而老三對老大不滿。那一天，是這個律師事務所最忙碌的一天。

有時候我覺得，對於“爸爸是什麼”的最好答案，是從人倫方面來設比喻。這些比喻，會使聽的人容易了解得多。例如說，爸爸是孩子們的朋友。一個跟孩子一起出去散步的人，難道還不像朋友？跟孩子一起下跳棋，跟孩子一起打撲克牌，這樣的人，除了朋友，還有誰？例如說，爸爸是孩子們的老師。這樣的一句話無比正確。告訴孩子一個音符是四分音符還是八分音符的人，告訴孩子“兩人同時同地向相反的方向走，六小時後兩人的距離是多少”的計算法的人，告訴孩子這個英文詞跟那個英文詞相差一個英文字母的人，告訴孩子“孔明的姓是諸葛”，“劉備不是劉邦”的人除了老師以外，還會是誰？

不過，爸爸總是爸爸。你有時候會覺得為爸爸下定



德國卜勞恩父子漫畫選載

義是有許多困難。爸爸的真正性質是不可比喻的。對於“爸爸是什麼”的最完美的答案，應該只能是：爸爸就是爸爸！

Golden Dragon Chinese Kung-Fu Institute

金龍中國功夫學院

中國武術，培養自信、自律、自強

著名教練馬金龍

親自教授

傳授內容

各種拳術、器械、
太極拳、太極劍、
對練、散打等
(以上均可開設私人班)



秋季 After School 功夫班

招生年齡：5 - 14 歲

本學院免費接送以下學區：Carmel Valley,
Del Mar, UCT, Mira Mesa

課程安排

週一、二、四、五 \$13.75/天

2:30pm - 3:40pm (監督、輔導家庭作業)

3:40pm - 4:00pm (免費課間餐)

4:00pm - 5:30pm (少林功夫)

5:30pm - 6:00pm (讀書，學生離校，可免費延至 6:30)

週三 \$19.75/天

12:30pm - 2:30pm (監督、輔導家庭作業)

2:30pm - 3:30pm (中文課)

3:30pm - 4:00pm (免費課間餐)

4:00pm - 5:30pm (少林功夫)

5:30pm - 6:00pm (學生離校)

另：週三、五專業繪畫課 (可自選，只限 6 人，另收費)

★太極訓練班

24 式太極拳、42 式太極拳

32 式太極劍，太極推手等

週四，週六：太極班

週五：推手

半價優惠期 3 個月 \$6/1 小時

★節假日

7:30am - 6:00pm

中文、舞蹈、數學、手

工、功夫，價格 \$25/天

★功夫課時間

週一至週五 4pm - 8pm

週六 10am - 12pm

4pm - 6pm

4040 Sorrento Valley Blvd., #H&G, San Diego, CA 92121

Tel: 858-597-0287 Website: www.DragonRus.com

■ 彭世強

遠客思鄉歌一曲

——有感于國慶文藝晚會

我曾在海外（澳門）三度國慶，但在美國，這是第一次。

有幸參加聖地牙哥各界華人華僑慶祝中華人民共和國成立55周年文藝晚會，夜不能寐，走筆抒懷。

——題記



走出國慶晚會的會場，縈繞耳際的總是那經久不能釋懷的思鄉之曲……新中國度過第55個春秋了，聖地亞哥的華人第十次聚會歡度祖國母親的誕辰，盛大慶典，歡騰熱烈，炎黃子孫，能不思緒萬千嗎？

整場演出就是一首海外遠客共吟同唱的思鄉曲。

歌舞聲、琴弦聲把人們的思緒牽回到蒙古草甸，青藏高原；鼓掌聲、歡笑聲把同胞的熱情，帶回到新疆曠野，江南田園。“陽光合唱”拉開了晚會的大幕，又善始善終地將晚會的熱流推向了最後的高潮！

我從蔡則平教授的親麗歌喉中，感受到了一股對“祖國，慈祥的母親”的愛的暖流，從唐繼肖先生渾厚舒緩的傾吐中，重見故鄉的明月、小溪，沉醉于祖國迷人的風光！“那就是我”，那就是我們，那就是中華兒女與華夏古國難以割捨的乳膠般的情結！臺上台下掌聲一片，就是這種情結的真實外現！

整場演出也是一首中華傳統文化的傳承曲。君不見，悠悠“江河水”，流出的是中國古代婦女的悲愴之淚，沉沉“黃鶴樓”，揮灑的是唐人的眷戀之愁！明快激越的男聲小組唱，亮出的是中國特色的“鐵道遊擊隊”的勃勃英姿！金龍武術，精英太極，展示的是長城黃河的風骨，華夏古國的精粹！演員中不乏一臉滄桑的老年人，還有一大批英氣勃發的中青年。最可喜的便是歡蹦雀躍的青少年！他們中有的稚氣未消，但他們唱的是蒙古草原的讚歌，跳的是“草原小妹妹”的舞曲。舞臺上躍起的跟斗，連續不斷的刀光棍影，精彩紛呈的劈拳叉腿，這可是一代又一代龍的子孫，在傳承古老悠久的歷史文化啊！

整場演出還是一首東西合璧的交響曲。我一次次的為傳統音律響起在大西洋彼岸而激動，為中華兒女兼收並蓄西方文化的精彩而鼓掌，為不同膚色的人們友好相聚，交匯、溝通東西方文化而叫好！

是的，當華夏中文學校的小朋友，“在草原上”又唱又跳時，我興奮；當張志誠先生“在草原上”，一曲高歌響過行雲時，我激動。可是我更加激情難抑的是，臺上一群中外學生共舞龍鳳刀劍、同習華夏武功！那“呼啦啦”龍騰虎躍的場面，讓現場多少海外華人爆出陣陣掌聲和笑聲，獻給中國同胞，也獻給外國友人！

我問夜月，您聽見了嗎？在這裡，黑頭髮的華人孩子，穿著大紅大藍的傳統服飾，用西洋樂器，演奏出悅耳的西洋舞曲，高鼻樑觀眾的藍眼睛，發出了由衷的讚歎！

我問夜月，您窺見了嗎？黃皮膚、白皮膚、黑皮膚的青年男女們，都在展示著本國或他國的文化。洋人揮起三節棍，黑人一展中華拳腳，黑眼睛的中華後代，演奏大、小提琴，都是一樣的精彩，一樣的動人！

我兩次淚濕。當一群身著紅色戎裝的中外小朋友，喊著，蹦著，跳著，轉著，如紅色旋風般席捲整個舞臺時，熱流湧上全身，我淚濕；當那位 Anna Carson（安娜）的美國女士，拄著拐杖激情洋溢地高唱《我愛你，中國》時，我兩眼模糊！她不僅深情演唱了一首中國現代歌曲，還加唱了一首濃郁民族情味的中國歌曲《紅豆詞》。聲聲歌，句句詞，奉獻的是外國友人的真誠情！全場不少觀眾自發起立鼓掌，我也在下面默默地向這位歌唱家深深致敬！

忽然想起，要是沒有二十多年前的“春天的故事”，哪有那麼多的國人，自覺而有深度地對西方文化，實行“拿來主義”？哪會有那麼多的外國友人，如此友好地擁抱華夏文化？

這場文藝晚會，是海外兒女獻給母親55歲生日的禮物——海外遊子的思鄉曲，華夏文化傳承曲，東西方文化交響曲！

2004年9月20日凌晨筆於聖地亞哥

■ 南山子

江山無限景，盡在一園中

最近本市康維大街 (Convoy Street) 新開了一間專賣天然奇石的公司，三千多呎的展廳擺放著幾千件從中國十三省蒐集來的天然奇石，成為華人社區時尚話題。如今，人們除了種花養草，彈琴舞劍、飲酒縱歌、吟詩作畫、遊山玩水的雅興之外，又增加了一樣，那便是奇石古玩的收藏愛好了。

現實世界的一切都是為個人的某種享受而生存著和發展著。為了要徹底享受人生的樂趣，我們又必須培養自己高明的見識，以具備有藝術家的性情。宋代大書法家米芾喜愛奇異怪石，每遇見心愛的石頭、不惜重金買來收藏。《宋史·米芾傳》有這樣的記載：“無為州治有巨石，狀奇醜，芾見大喜曰：‘此足以當吾師！’具衣冠拜之，呼之為兄。”一個對於生財之道不放心頭，而對奇怪石頭情有獨鍾、竟然整理衣冠拜為兄長的人，可謂愛石成癖，足見真性情了。

石頭疊在一起就是山，山和水的組合就是世間最美麗的圖畫了。早在二千五百年前，孔子就意味深長地說：“知者樂山，仁者樂水”。“知者”即智慧之士，“仁者”則是仁義之人。他們的品德、情操與山水的自然特征和規律性具有某種相似性，因而產生樂山樂水之情。山水密不可分，仁智也具有內在的聯繫，因此人們總是完全無礙地去享受各種山水的樂趣。的確，“古往”有文人士大夫登臨攬勝的傳統，“今來”有各行業人士旅遊天下的時尚。人間的真善美都體現在山水自然之中了。

喜讀唐詩的人都知道盛唐詩人王維寫的《山居秋暝》一詩，他是這樣描述的：

空山新雨後，天氣晚來秋。
明月松間照，清泉石上流。
竹喧歸浣女，蓮動下漁舟。
隨意春芳歇，王孫可自留。

這是他在自己溪山如畫的別墅園林中，與好友知己泛舟往來、彈琴賦詩的歸隱生活。看來山水泉石居處同在的生活是那樣令人神往，那樣逍遙自在。當然，那是往事越千年的古代隱士生活的寫照。

一個徹底的隱士理應居在山中過著儉樸的生活，透

過片片白雲俯視著樵夫和漁夫在相對交談，默念著高山流水，在這種凝想中獲得一種寧靜和平的感覺。然而我們生活所處的時代：汽車、冰箱、電視、電話以及一切高科技帶給我們生活的各種方便，要我們拋棄這些，離開現代都市到山中去過那幽寂的生活，確實是太可憐和愚蠢了。

幸而中華民族最優秀最理想和最合乎人性的哲學應是“中庸之道”，它叫人們對人生抱著一種比官僚和商人較為輕鬆快樂的態度。儒家的學說使人太累了，道家的思想又過於玩世，“中庸”應是孔子和老子調和起來的整體。在這種思想指導下，事情就好辦得多了。我們可以在家中的後園裡創造出山水來，做世界上最高明的隱士——半個隱士。筆者所居住的南山一樣景色宜人，山壁岩石自然凸凹，作為一個人造的環境，有樓閣車房可住，有山水花木供人欣賞，無論對外部世界和內心世界來說，都是一個和諧圓滿而又自立自足的天地。居於其中雅集賓朋，吟詩作畫，塵世間煩惱憂愁拋到九霄雲外，能不心曠神怡、逍遙自在嗎？幾年前有人寫過這樣的一首詩來讚美道：

坳石泉流曲轉彎，水聲松韻若潺潺。
游魚飛鳥相戲逐，雅集群賢在此間。



左圖為
作者南山子
居所之後院
一角。

■ 卓以定

寫作與我

兼談新書《新世紀優質父母手冊》

人生很多事情會發生都是很不可思議的。我怎麼也無法想像到在大學畢業這麼久，又在出國這麼多年，可以用我小時的母語和大家一起討論和溝通。這真是很奇妙的因緣呀。

我想很多人都會問我，你不是心理醫生嗎，怎麼可能成為作家？其實我很小就喜歡寫，喜歡說故事給別人聽。因為我小時，家裡有叔嬸，有姑姑，有舅舅，一大堆的大人，就我一個小孩子。父親有好多年生病在家，他不准我去上小學。所以叔叔就從小帶我去廣播電臺說故事，去發表在報章雜誌的兒童園地。養成我很小就對周遭的社會，電影，任何小事件的關心。因為從小都和大人在一起，看他們每人的不同。在我的腦海和故事中沒有壞人，只有不同的人。我喜歡分析，也喜歡說給別人聽。現在回想這也是我和別人結交的方法。後來上了小學、初中都是老師的寵兒。可能被寵壞了，到了高中，碰到高一和高二的國文老師從不大注意我的作品。即使我十四歲就在皇冠發表了一篇散文(邂逅)，也沒得到什麼鼓勵。之後就開始專心念書。棄文從理，一直到1979年以後在美加發表怡婷信箱。其間每月都最少寫二千到三千字。在那十多年，我也常在世副、世週寫些東西。但是都是用著筆名。一直到80年末，回去臺灣，突然在美加看到怡婷信箱已經出了兩本書。內中很多錯字，這才認真的想到該是用真名寫文章的時候。至少可以幫助正在邁向地球村的所有中國人。

其實這幾年我將案例很有意地加進每篇文章。每篇文章都必須有一個主題，而且至少一個案例。寫的十分辛苦。中間的過程和掙扎很類似寫創作小說。因為太艱澀的心理資訊難懂(如我第一本書《養老在海外》)，又無法令人真的在生活實用，也無法使讀者感到息息相關。唯有加進非常類似自己的親身問題時，讀者方才恍然



，原來自己的身邊事，也會發生在別人身上。可是因為怕牽涉到病人的隱私，我絕對不能據實以報。所以得一改再改。甚至得將兩三人的事變化，揉造成一個人的事。這十分像在揉麵，或畫水彩。尤其中國人有很多的肢體語言，如安安一個受虐者的走路，

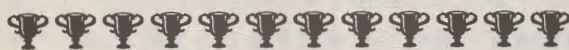
或青少年和父母的坐姿等，更得多少誇張些。所以對我最大的鼓勵和讚美就是自己的病人常愛看我的文章，認為是真實的。但又信任我，有時還說自己親人的事也可寫來幫助別人。他們對我的信任和贊同才是我最大的推動力。

中國傳統的教育方法，的確因為世界的變小而遇到前所未有的挑戰。其實父母養育子女是包括了兩個重要的階段。就如大鳥餵小鳥，缺一不可。第一個階段是教導子女如何成長，第二個階段是如何領導子女成熟獨立。以我多年的經驗，中國的父母普遍地能稱職作好第一個階段(臺灣更有統計，中產階級的主要開銷就是花在孩子的課外活動上)。但是非常容易疏忽令子女更成長、成熟又獨立。偏偏這在現在的社會已是完全必需的條件。

這些父母教導子女總是沿用第一階段的方法，不管孩子多大，多用待幼兒般呵護。所以這幾年常在我診所看到緊鎖雙眉、憂心的父母。他們為了愛子、愛女而來掛診。從他們的口中，可以體會到一批被照顧得無微不至而長不大的孩子。他們陪子女讀書，早上想盡方法叫他們起來，甚至陪子女睡覺，還有上了大學，還去拜託老師的。為此，我在書中的第一章寫了長不大的孩子。其中有成功和失敗的案例。沒想到這章也是得到最多回響的一章。前陣子在周刊發表時，幾乎每星期都有長途電話打來，一位家長說以她個人的觀察幾乎每家都有這樣的一個孩子。說的有點誇張，但是臺灣最近行政院經建會發表有四十萬十五歲到二十九歲的失學又不工作的人口，想想也真是可怕。日本更有一個特別的名詞叫單身寄生蟲族。大陸最近也開始報導大學畢業的年輕人卻住在家裡，不肯去工作。他們都要自己創業，而不肯務實去找份朝九晚五的工作。

在我的診所看到的病人幾乎都是父母總希望子女改變，先生希望太太改變，太太希望先生改變。不論是愛情或親情實在都是千變萬化的，正因為人人都執著在過去那份美好的記憶中或期望當中，和現在的感受比較，便容易受到傷害。我通常都是令當事人看清自己在這個關係中的角色。我很強調讓病人看自己成長的家庭中的劇本，這是指夫妻之間，或父母和子女之間的運作關係。人都在不知不覺之中很容易又重複了上一代的錯誤。譬如夫妻的吵架方式，管教子女的模式等。

最後希望我的作品能隨著不斷學習中慢慢進步。人生就是有苦有樂，人如沒苦，怎會享受得來不易的樂趣？人如沒樂，也不會明白苦的難熬。人人都是由這苦樂人生成長。希望以我的心理臨床經驗和資訊能令讀者了解自己，作自己的心理醫生。可以更學會接受和轉移和放下，不論在表面上，或是在心態上。從負面的境遇變成正面的成長。十年前，我記得聽到老明星 Kirk Douglas 說過 Parenting is the most humbling experience。我們的日子還很長，不管多大的孩子會有很多東西教我們的呢。因為生命本身就是一個永無止息的學習過程。



路路畫室小班美術課

Lulu's Art Studio & Classes

由具有多年經驗、畢業於中國八大藝術院校——魯迅美術學院的 Lulu 老師執教。

對 9 歲以下的學生，採用興趣培養和繪畫基本功訓練相結合的方法，給兒童豐富的想像力一個發揮的空間。

對 10 歲以上的學生，採用專業美術學院的教學方法，從素描開始教起（無須基礎），並有水彩、Acrylic、圖案設計、人物以及創作課程。

特 點 小班制，每班不超過 5 人，中、英文授課，專業美術學院的教學方法。

週末美術班正在招生中

班級	年齡	授課時間
• Children's Drawing I	4 歲半-6 歲	1 小時
• Children's Drawing II	7-9 歲	1.5 小時
• Sketch, water color & Acrylic Painting	10 歲-成人	2 小時

Email: luluguang@hotmail.com

Tel: 858-610-2353 858-538-6095

14333 Dalhousie Rd., San Diego, CA 92129

(Locate In Rancho Penasquitos area)

詞四首

王者風

離亭燕·觀奧運

聖地風光如畫，奧運又回希臘。走過百年風雨路，隊伍空前強大。盛況滿名城，續寫幾多神話。

中國健兒天下，金榜直追超霸。四面開花頻報捷，戰果令人驚詫。接過五環旗，舉世共看華夏。

臨江仙·讚劉翔

場上群雄並起，隊中一將飛騰。甩開黑白眾追兵。疾風吹正勁，捷足率先登。

短徑豈容專擅，黃膚照樣能贏。劉翔一跨世人驚。俯身塗舊史，抬眼望新星。

臨江仙·讚李婷孫甜甜

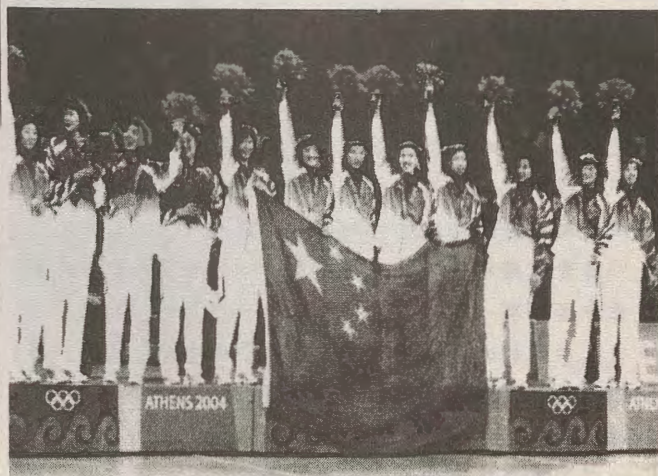
默默兩名新秀，峨峨六道雄關。網壇絕頂敢登攀。拍揮如舞扇，球出似飛丸。

宿將紛紛敗陣，新軍屢屢贏盤。高臺平步摘金冠。亭亭雙玉立，燦燦笑容甜。

臨江仙·讚中國女排

連日凝眸無寐，兩強鏖戰重開。心驚氣促淚盈腮。從容翻逆局，智勇奪金牌。

二十年來錘鍊，再登霸主高臺。老排豪氣喜歸來。閩中甜美女，海內棟樑材。



所謂快樂

劉懿雯

時常聽人說：“新年快樂”，“聖誕快樂”，“母親節快樂”，“情人節快樂”，“生日快樂”等等。這不過是衝口而出的祝賀之詞，也不知快樂何來。對方也相應回敬一句“快樂”。

快樂是甚麼東西？無影無形，捉不住，抓不牢。快樂只是一種感受，是發自由衷的一種感覺。快樂因人而異，因時而異，也因地而異。有時候你覺得快樂的東西，而人家未必覺得快樂；人家覺得快樂的東西，你偏偏覺得痛苦。所謂得失榮辱，古有明訓，各人的立場處境不同，反應各異。那麼甚麼才是真正的快樂呢？那要按各人的需求了。

你心裡追求夢想的是甚麼？財富權勢，醇酒美人，甚麼是你需要的，一旦得到了，那就真正快樂了。“快樂”這兩個字相當自私，它包括佔有。

我個人的要求很低。記得四十年前在香港中環路有間華人行，樓上是酒樓，地下舖面中有一間首飾耳環店，名叫“式式”，裡面有無數太太小姐們心愛的東西。我本來有一件深藍色織花旗袍，又名貴又大方，看到“式式”有一片膠製的藍葉髮夾，真漂亮，也正好襯我的藍花織錦旗袍。不過一看價錢，驚到不得了，要價十二元！那時候十二元是很多錢的了，一個普通白領階級月薪也不過一百二十元，買一個髮夾佔去月薪十分之一，於是不敢問津，掉頭便走。但每次過海跑到“式式”，那髮夾仍在，比較安

心，但仍捨不得解囊。如是者有七八次之多，人都倦了，腦子裡裝滿了髮夾的樣子及顏色，好不痛苦！於是終在一天，我大吼一聲“千金難買心頭好”，登時就買了回來，據為己有。從此，我一直保留著那髮夾，及至四易之遷，從香港到美國，不知道落在哪裡。但腦子裡仍刻印著那片大藍葉。可愛的大藍葉，我不會拋丟它的，一定收藏在不常動用的箱子裡，可能



好像是朱光潛先生說過：以出世的態度做人，以入世的態度做事。我很信服這話，以為朱先生是用極簡單的語言，說出了人生複雜的道理。人生一世，如草木一秋，是匆匆而麻煩的短暫。所有的人，都是這個匆匆舞台的演員和看客。常言浮生若夢，過去把這話當做消極的思想批判的，其實，誰都明白，人生到底是一觸悲劇。無論是天才還是愚鈍，到頭來都擺脫不了一個毫無二致的結局。有了這樣的洞察，人們就會在不免有些蒼茫的悲涼中，獲得某種頓悟。參透一切苦厄，把身外之物看淡，豁達，瀟灑，了無牽掛，無憂而有喜。我理解，這就是“出世”的思想，是指在總體上看，要把世事看淡。

但若只停留在這一層面上，那就確實有點“消極”的味道了。只講“出世”而不講“入世”，則對人生的體悟還說不上全面深刻。有了“入世”對於“出世”的加入和融會，就把人的高低、不同的境界區分了出來。

從具體上看，人活著要謀生，要做事，不論是為自己，還是為社會，都來不得半點虛妄。太陽每日升起，每日落下，一個人的一生能看到幾次日出日落的景致？因此就要珍惜，決不虛度光陰。要每日過得充實、有意義，有益於人，也有益於自己。積極，有效，把眼前做的每一件事，都看成盛大的慶典，既轟轟烈烈，又扎扎实實。不悲觀，不厭世，一步一步堅定地向前走去。明知愈走愈接近那誰也無法逃避的終點，卻始終是堅定地前行。這樣的人生，是擺脫了大悲苦而擁有大歡喜的人生。（佚名）

人生在世

會無意中重見它。但我老家在紐約，要尋找又得跑“八千里路雲和月”……

這是一件可愛的頭飾，並且我從未見有人戴在髮上。人人都有的東西，太普遍而氾濫，不矜貴。

我從來不曾對財富及權勢著過迷，其實好多時，唾手可得的東西，卻眼光光讓它溜走，溜走了才快樂，因為你不再牽掛及執著……

我喜歡營養午餐

王正中

八十年代中，我剛夠吃老人午餐的資格——六十歲。有幾次到蒙特利公園市蘭格力老人中心，交餐費一元，排隊領號碼牌子，依序到廚房前櫃台，拿了放好事務餐盤找座位用餐。試過幾次簡單西餐，七成飽，真不錯。

聽芳鄰指點，搭巴士到洛杉磯華埠的老人服務中心吃過兩頓營養午餐。因為都是華人，所以吃的是中國味道的“唐餐”飯盒，塑料餐具，吃完往垃圾桶一扔，既衛生又省錢——也是一元一頓。

那年頭，唐人街北邊有間酒樓，提供中式營養午餐，八人一桌，五菜一湯，好像朋友聚餐，邊聊邊吃，別具風味。也有人吃飽了，湊它兩桌麻將解悶玩樂，夥計伺候茶水，給下賞錢就搞定了。

九十年中，我夫婦從加州首府沙加緬度搬到氣候好、景致佳的教育及旅遊中心聖地亞哥。

1999年元月下旬，內子不幸辭世，五十多年的伴侶棄我而去後，傷痛之至病了一場。痊癒後除了懷念賢妻，跟著連午晚兩頓飯也成了大問題。因為我不會煮飯做菜，笨手笨腳，不必找個原因自圓其說。

從內子走了次日，我就在聖市百老匯街一間老中老墨合夥的“長城”，吃九毛九分一個菜的中式快餐，早晚兩餐加稅連飲料六塊八毛上下，就此吃了半年多。花錢事小，要命的是驗血報告的結果，嚇壞了家庭醫師。處方吃藥在其次，重要的是徹底改變伙食——以蔬菜為主，少肉、少油、戒各式的BBQ。

當然得聽醫師的話，學內子妙計遂拜狄兄、陳兄伉儷為師，用心惡補學煮晚餐。讓您見笑，今仍未及格。

我是郡政府屬下 RSVP 的義工，上午要服務，中午這頓好在附近有吃營養午餐的地方幫我解決了難題。

郡政府在市區供老人餐的有三處：Market Square Manor、Beech Centers、(MSM 即 SCC 社區中心)、Horton Centers，每天參加人數平均三百五十人左右。因為定有妥善的規則，所以秩序井然，更無種族歧視。

既然冠以“營養”一詞，所以

菜式統由合格營養師來設計調配，三十天每天菜式不同（月月改變順序）。在 SCC 一年三百六十五天天天有午餐，還有早餐，其他兩處只一週五天。

主菜有以雞、魚為主，牛、豬肉較少，還有披薩、麵條、熱狗和墨西哥餐，洋廚子做的 Contonese Chicken 還真不錯。另配沙拉、綠色菜、雲豆等。水果有蘋果、柳丁、梨、罐頭混合水果。甜品有巧克力泥、布丁、冰淇淋等，算夠豐富了。每人還配一紙盒低脂鮮奶。每年的聖誕節、復活節、感恩節、國慶等大日子吃“大餐”，還有抽獎、餘興。

餐費若干？真是便宜到家了，“散吃”每餐二元二角五分。在 Horton 和 Beech “包月”二十頓，二十四塊錢，折合每餐才一元二角——在聖地亞哥一般小店買兩紙杯咖啡的錢。

異國生活趣事三則

廖達

一
敝人生性愛操勞，身居華房倍寂寥；
院後揮鋤種瓜菜，味鮮無害賽佳餚。

二
孫兒上學路途遙，朝送晚接只尋常；
莫道吾身老又弱，但願他日出名家。

三
參加保健*心情好，相聚華人樂無涯；
笑淪古今談奧運，幾圈麻將驅煩惱。

*日間老年中心

劉德奎

讚日間保健中心

週末興未盡，二、四到中心。同宗情更切，四海覓知音。中心供稿）
海內存知己，天涯若比鄰。“日間”織情網，五洲結同心。



(關心保健

西歐四國掠影

徐峻

2004年5月中下旬，應西歐學術和工業界同行們的邀請，我前往西歐的德國、瑞士、荷蘭、丹麥四國進行與藥物設計有關的學術交流，為期兩周。工作之餘，記下沿途所見和隨想……

巴伐利亞的愛爾朗根

從北美東海岸的JFK機場起飛，只花9個小時就到達了德國的法蘭克福。出了機場大樓可以直接走入火車站，乘上去紐倫堡的城際特別快車(ICE, Inter City Express)。愛爾朗根是在法蘭克福和紐倫堡之間的只有一百萬左右人口的小城，因此，城際特別快車兩個多小時到達紐倫堡之後，必須換乘短途列車才能前往愛爾朗根。雖然，從紐倫堡到愛爾朗根只需要15分鐘，但是，愛爾朗根的居民仍然會對你說，紐倫堡和愛爾朗根的確是兩個城市。在歐洲的土地上旅行，時間按幾分鐘來數算，距離則用幾公里或幾十公里來丈量。



停泊在愛爾朗根火車站前的老式機車與電氣機車

愛爾朗根是世界著名的西門子公司的總部。西門子公司在通訊和醫療器械方面的發明常常拿到與它比鄰而居的愛爾朗根—紐倫堡大學去測試，這使得愛爾朗根—紐倫堡大學與工業界關係緊密，很多專業在德國有良好的聲譽。西門子公司和愛爾朗根—紐倫堡大學是愛爾朗根城市人口的主要成分。

愛爾朗根—紐倫堡大學有個聲譽卓越的計算化學中心，我的朋友加斯特格教授是中心的三位創始人之一。加斯特格教授還創辦了一家化學資訊學高技術公司，聘請一位名叫讓·皮埃爾的法國人做公司的首席執行官。與加斯特格的學術交往已經有多年了，此次應加斯特格的邀請訪問愛爾朗根的主要目的是討論關於藥物設計方面的問題。這種私人學術訪問在我們之間已經持續了好幾年。

愛爾朗根位於南德意志的巴伐利亞，那位在二百年前發現歐姆定律的歐姆(G·S·Ohm, 1789—1854)就出生在這座小城，並在愛爾朗根大學求學。另一件與愛爾朗根有關的科學軼事則是所謂的埃爾朗根綱要。1872年數學家克萊因在德國埃爾朗根大學作就職演講時闡述了埃爾朗根綱要，他把各種幾何與代數的變換群相聯繫，用變換群對已有的幾何學進行了分類。埃爾朗根綱要隨後成為幾何學的指導原理，導致了射影微分幾何、仿射微分幾何、共形微分幾何的建立。隨後，由於黎曼幾何的發展和愛因斯坦廣義相對論的建立，微分幾何在黎曼幾何學和廣義相對論中得到了廣泛的應用，在數學中成為獨具特色應用廣泛的學科。

巴伐利亞地處德國東南部，首府是慕尼黑。境內主要居民有巴伐利亞人、斯瓦本人、法蘭克尼亞人等。如同世界各國歷史上都有“春秋戰國”時代一樣，巴伐利亞在十九世紀中葉曾是一個獨立的小王國。1871年1月18日，普魯士國王威廉一世兼任德意志帝國的皇帝，巴伐利亞向普魯士國王俯首稱臣。德國結束了“春秋戰國”時代。按照1871年的帝國憲法，巴伐利亞高度自治，這個高度自治的傳統一直延續至今。加斯特格作為巴伐利亞人，常和我談起巴伐利亞的語言、文化和歷史。他不無遺憾地說，巴伐利亞語現在也只是偶爾在家裏與老兄弟們交談時使用。加斯特格用略帶自豪的語氣介紹說，因為巴伐利亞高度自治，歷史上紐倫堡和愛爾朗根這樣的城市雖然也是教堂林立，但不受神甫管制，這在德國一度盛行的政教合一的黑暗時代是難能可貴的。漫長的歷史帶來了許多有趣的傳說，雖然我們的日程緊張，研究生們常常忍不住要向我說上一些。例如，紐倫堡有個名勝是個城堡式的監獄，據說曾經關押著一位英

武的巴伐利亞王子，監獄建在山谷中，足有好幾百米深。有一天，王子的駿馬躍入監獄，縱身一跳就將王子救了出來，不信？那炮臺上至今還刻著馬蹄印呢！還有一個傳說是關於紐倫堡香腸（音譯：紐倫堡燻西激）。這種香腸只有小指頭那麼大，在各地的西餐館常常看到。當紐倫堡還是一座小城堡時，城門在太陽下山時上鎖。那些不小心被關在城外的人們，例如熱戀中的情侶，只好把香腸從城門的鎖孔中投給看門人請求開門。為了達到開門的目的，香腸必須做得細小而美味可口，久而久之，紐倫堡香腸變得聞名遐邇了。聽了這個傳說，我不禁在工作午餐時要了一盤紐倫堡香腸配巴伐利亞酸菜，當然，德國廚子會不動聲色地自動為你斟上半升啤酒。香腸果然可口，可是那酸菜幾乎酸掉我的滿口牙齒。加斯特格教授的家在慕尼黑，妻子是兒科醫生，育有一子二女。小女兒熱愛中國文化，選修了中文課程，希望大學畢業後去中國看看。十幾年前，加斯特格在慕尼黑大學做研究，導師是大名鼎鼎的烏給教授。這個烏給教授在國際有機化學界享有很高的聲譽，他發明的烏給反應（就是多成分縮合成環反應）在當代組合化學廣為引用。為了在學術上獨立地創出自己的天下，加斯特格辭別了烏給，來愛爾朗根與其他三位教授共同創立了愛爾朗根—紐倫堡大學計算化學中心。為此，烏給教授大為光火，還寫了一封言辭偏激的反對他的信。加斯特格每言及此，就訴說走出“巨人影子”的艱辛。今天，烏給已經處在年老病危狀態，創立計算化學中心的三位元教授已有一位退休，加斯特格也必須於兩年後因為年屆 65 歲而引退。聊起這段往事，看到他現在人丁興旺的研究組將會鳥飛人散，我們不禁唏噓感歎。

愛爾朗根的中國人不算多，但是加斯特格的研究組有三位亞裔學者，一位是來自南朝鮮某大學的生物資訊學中心主任，另外兩位是來自中國的博士後學者。平時，德國人占多數的研究組用德語交談，這給以英語為主要外語的亞裔學者帶來了困擾，我的到來使我們彼此都有“天涯遇故知”的感覺。在我即將赴瑞士巴塞爾的那天凌晨，兩位來自中國的學者相約到火車站送行。紅色的列車緩緩啟動了，他們在熹微的晨光中向我揮手，想起他們昨晚所談的留學際遇，我的眼睛有些潮濕。我用心默禱著：願您未來順利，我的同胞……

再訪巴塞爾

巴塞爾是位於法國、德國邊境的瑞士小城。群山環抱，林木蔥郁，萊茵河穿城而過。民風淳樸，很多人操德、法、英三種語言。因為是多山之國，瑞士的登山野營器具聞名遐邇。

巴塞爾雖然小，但她是瑞士的化學工業中心，瑞士的三大化工集團都集中在這裏。世界著名的諾華（Novartis）製藥的總部就設在巴塞爾，諾華的前身為西巴—亥給（Ciba-Gagi）製藥和三都子（Sandoz）製藥，都是歷史悠久的製藥機構，為人類的健康作出了貢獻。巴塞爾是瑞士第二大城市，她被萊茵河分割開來，一邊稱為大巴塞爾，是經濟商業及消閒購物中心，另一邊稱為小巴塞爾，主要是花店，畫室、工藝坊和茶室等。巴塞



瑞士巴塞爾的德國火車站門前一景

爾有瑞士最古老的大學，有收藏豐富的美術館，聞名遐邇的音樂學院。每年二、三月間舉辦狂歡節，人們歡慶地慶賀著直到復活節。春天是巴塞爾狂歡的時節。

我於兩年前的三月初訪巴塞爾。那時，春寒料峭，而我那旅居巴塞爾的朋友正處於事業和家庭的困難時期。我們多年沒有見面，相見時發現彼此都已步入中年。他鄉遇故知是人生的一大樂事，我們竟夜長談。觸景生情，不禁有了留學經年、時事不易的感覺。在萊茵河畔中國餐館前臨別時，看著河水蒼茫、無聲而流，我寫了一首短詩，祝願他振奮精神，克服暫時的困難：

萊茵河畔春草新，迎春花開又逢君。
一語道破天涯事，萬言難盡人間情。
芳草枯榮鄉夢遠，世外滄桑家國近。
長帆重啟風波少，天意愛憐負笈人。

此次再訪巴塞爾，朋友的事業和家庭都走出了低谷，更可喜的是，他剛剛迎來了新婚的妻子。因此，在三國共建的巴塞爾機場告別時，我又依前韻寫了一首贈別詩：

幾度風雨幾多情，仲春時節迎新人。
遍曆天涯知冷暖，數說甘苦惜知音。
和衷三國有一水，共濟萬物無二心。
君憑群山立遠志，我借長風萬里行。（之一）

即使你看了陳道明、蔣雯麗演繹的電視劇，我認為你依然有必要找來王海鴿的《中國式離婚》讀一讀，那是另一種感覺。

書的開始平淡無奇，就如同日復一日地上下班。但是一頁頁

讀下來，不知不覺中，你就被帶入到一種難以言說的情境，你變得越來越想知道“後來呢”，雖然那個“後來”可能是你已經知道的，或者已經猜到的，在一口氣讀過之後，你甚至會感覺精疲力竭，就好像你自己經歷了一場離婚大戰——這本書的每個細節，似乎在我們身邊都不難找到對應的影子，我們在讀的時候，那種熟悉感始終伴隨著我們，壓迫著我們，最後讓我們掩卷深思……

我不知道外國式離婚是什麼樣的，我也不知道外國婦女在婚姻中扮演什麼角色，但是中國婦女的大大部分像書中的林小楓——她們在婚姻中對老公的期待很多，不僅將自己一生的幸福全部寄托在老公的身上，而且還將自己子女的未來也全部賭在丈夫的身上。她們以巨大的決心和毅力支持老公走向成功，為此甘願做出犧牲——辭職、帶孩子、承包全部家務，而這全部的犧牲過程，實際上就是一個逐漸“忘我”的瘋狂過程。

她們的悲劇命運要比直接傍大款而慘遭失敗的女人令人同情得多，因為她們適當奮鬥過程中的所有艱辛，但是她們卻無法享受到成功的喜悅——並不是男人不肯讓她們享福，而是因為她們已經忘卻了自己，所以，她們的視野和心胸都越來越小，而對男人的控制欲則越來越強，最後家庭成為她們的戰場，而這是一場注定兩敗俱傷的戰爭。

《中國式離婚》女一號林小楓是大學中文系本科畢業，當初在眾多的追求者中挑中一表人才的醫學院高才生宋建平。多年以後，小楓對宋建平越來越失望，原因很簡單——她認為自己嫁了一個窩囊的男人。最後宋建平放棄了在大醫院的工作，去了一家合資醫院，收入成倍暴漲，但是累得回家連說話的力氣都沒有。小楓為了支持老公的事業主動辭了職，丈夫知道後，更覺妻子的可貴，於是加倍努力掙錢，在家里對妻子也更加逆來順受——人家為了自己，連工作都辭了還怎麼樣？

翟 玟



讀《中國式離婚》

於是順理成章地這個三口之家有了兩輛車，過上了富足的日子，小楓在這個時候認為應該重溫他們夫妻之間荒廢已久的“功課”，可宋建平則無論如何也不行。

一個家到了這一步，就成了噩夢。在小說中，作者反復強調一個主題——婚姻中的背叛；第一種背叛是“身的背叛”；第二種是“心的背叛”；第三種是“身心的背叛”。

總之，讀這樣一部關於離婚的小說，整體感覺就是一個“累”字，“累”的原因也許正是因為這是一場中國式離婚——許多與感情無關的事情全部糾葛在一起，錯綜複雜，紛紛擾擾，放著好好的日子不過，偏要尋死覓活。另外，假如說這本書對人生有什麼指導意義，我想也許她在善意地提醒女人——犧牲的過程就是一個忘我的過程，如果你準備好犧牲自己，你就要準備好相對應的心態，否則將是一場危險之旅。

《中國式離婚》刊登在人民文學出版社主辦的大型文學雜誌《當代》2004年第4期上。作者王海鴿女士1952年出生於山東，16歲當兵，1983年調至總政話劇團任編劇。主要作品有人們非常熟悉的《牽手》、《愛你没商量》、《不嫁則已》等。她創作的電影、電視劇、話劇曾獲國家級各種大獎。

《當代》的編者在《中國式離婚》題頭有這麼幾句話說得精彩：

“愛情是婚姻的墳墓，尤其是無私的愛情？”

成功的男人背後，都有無私的女人。無私的女人背後，都有失敗的男人？

女人的無私，催男人奮起，逼男人成功。但男人究竟是在戰場上奮鬥，還是在情場上奮鬥，誰又能夠知道？男人多大的成功，才不愧對女人的無私，誰又能夠說清？

一場婚姻悲劇，不怪女人無私，不怪男人無情，只怪這個女作家太清醒。”

高爾夫趣談錄之廿二

馬三推

高球史奇聞薈萃

■揮杆失誤拿球杆出气的下場

在 1977 年美國高球公開賽資格賽上，職業球手韋恩·雷諾 (Wayne Levi) 只需在最後兩洞上獲得兩個帕，便可參賽該年最大的高球公開賽。不料，在打第十七洞時，球打偏了，本來得博蒂是肯定的。打成老鷹也十分可能。雷維一氣之下拿球杆出氣，他雙手使大勁彎那把開球杆，不料杆軸弄彎後那鐵頭彈到他臉上，一只牙都被擊得鬆動了，嘴唇也被划破，鮮血直流，染紅了他的襯衣。他急忙找到正在記分帳內的醫生，在嘴唇上縫了六針，對雷維來說，嘴上挨了一下倒也罷了，最重要的是他失去了參加美國高球公開賽的機會。這對他的打擊頗大。

■圖痛快，裸體室外吹海風的尷尬

1991 年在法國尼斯，蘇格蘭職業選手山姆·托倫斯在地中海公開賽後，在傍晚時分回到他住的酒店。他脫光衣服，很悠閒地站在房外的陽台上，享受著海風的吹拂。當睡意襲來他準備進房間躺下時，一陣狂風突起，把他的房門倒鎖了。托倫斯心中頓時窩火，這時太陽也落山了，海面刮來的濕濕的涼風，讓赤身裸體的托倫斯冷得發抖。最後，他向樓下一名看得發呆的過路人求救，請他們找人幫忙。托倫斯整整在陽台上被凍了 45 分鐘。由於情緒問題，第二天的比賽中，托倫斯又受挫，他僅打了一個可悲的 77 杆。

■寧為業餘球手，拒領九萬獎金

在 1981 年新加坡高球公開賽上，日本選手小野義明在第十七洞一杆進洞，獎金為現金 5 萬美元，外加一部 4 萬美元的轎車。小野年方 25 歲，是名業餘球手，有人提醒他說，如果接受了這些獎金，他將成為職業球手，不能再參加業餘球賽。雖說大多數人會放棄業餘選手的身份來領獎，他的一些球伴對他說，領獎去，讓你的業餘球手資格見鬼去吧！但小野卻不一樣，他把自己關在更衣室達 3 小時，思想鬥爭激烈，他愛打球，也喜歡參加業餘賽，難道為了 9 萬美元就此放棄這一權利？最後，小野宣布他的決定：我不想當職業選手，但我永生不忘新加坡！



■慶賀奪冠獲獎四萬五，險將支票付之一炬

蘭尼·沃德金斯 (Lanny Wadkins) 首度在 1977 年 PGA 錦標賽上獲大獎後，他計劃大大地慶賀一番。他拿到那張四萬五千美金的支票後，在小石灘舉辦了一場慶典，并用了一個小時的時間來與媒體談話。他和他太太下榻的酒店房間里，堆滿啤酒及香檳，因為酒店管理部門認為他倆要好好喝上一通。結果，喝得酩酊大醉的兩口子，相伴上床。第二天清晨四點，他們一覺醒來。發現地面上有一團紙，弄開一看，竟是那張支票！蘭尼說，睡夢中，想把它扔入火爐中燒掉，真要感謝上帝，幸虧沒有投中。接著，他說了一段感謝上帝的話：主啊，感謝您讓我喝醉，要不這張支票就成灰了！蘭尼小心翼翼地將巨額支票壓平後，又呼呼大睡起來。

■圖涼快穿短褲上場被罰五百元

PGA 巡回賽有一項一成不變的禁令，在正式比賽場合，選手不准穿短褲上場，理由是穿長褲能維持高球手是一種紳士運動的地位。儘管像傑克·尼克勞斯 (Jack Nicklaus) 這樣的球星也提出修改這項規定的建議，但 PGA 官員的立場巋然不動。1992 年在弗吉尼亞州威廉斯堡王磨房高球俱樂部舉行的安豪澤布什精英賽上，職業球手馬克·韋伯 (Mark Wiebe) 面對華氏一百零二度的酷暑天，不管有無規定，認為涼快舒適比傳統習俗更重要，穿上短褲便上場。結果，韋伯被罰款 500 美元，理由是漠視規矩，表現失態。

■因放屁被罰款 250 美元

湯姆·博爾特 (Tom Bolt) 曾經是世界最杰出的高爾夫球手之一，由於他的脾氣十分暴躁，常常在球場上因粗暴行為被處以罰款，亦被稱為是球上的“雷公”。但是，有一次他招致的罰款卻與眾不同，絕無僅有。1959 年孟菲斯公開邀請賽 (Memphis Invitational Open) 上，當同伴正要推擊時，站在一旁的博爾特忍耐不住放了一個屁，聲音響亮如“雷”，周圍的人不禁哄然大笑。裁判氣得決定罰款 250 美元，以懲戒博爾特“違背體育道德的行為”！一個屁值 250 美元，博爾特的“氣”可夠貴的。

請向您的醫生詢問 有關 BMI 的問題

Deborah Gould, MD
(戴博拉·古德, 醫學博士)



BMI 能拯救您孩子的生命。不過，您知道甚麼是 BMI？您孩子的 BMI 又是多少嗎？

BMI 代表“體重指數”(Body Mass Index)，它是人體體重與身高之間的比例，是一種判斷身體是否超重的快捷方法。它可能是您要求兒科醫生進行的一個最重要的測量。

為甚麼呢？

因為目前，肥胖在美國已經成為兒童的十大健康問題之一，6到9歲的美國兒童和青少年當中有15%存在超重或肥胖現象。

請考慮這一點，一個肥胖青少年在成年後，持續肥胖的機率高達80%。

為甚麼肥胖問題如此重要呢？因為我們知道，體重超重與糖尿病，高血壓，脂肪肝，關節病以及睡眠呼吸暫停等疾病緊密相連——這些慢性病都會嚴重影響生活質量。也許最為痛苦的，還是青少年由於體重超重產生的沉重心理負擔和自尊問題。

BMI 通常是一個家庭問題。不久以前，一個體重超重的11歲男孩來到我的辦公室，他的父親也有肥胖問題。不幸的是，男孩說，他祇有在吃東西時才感覺良好。最後，我終於使他們道出原委：這一家

人都把食物當作共同的安慰，而他們從未談及的，是孩子的自尊問題。

另一個家庭有兩名超重兒童，他們每週至少去兩次快餐店，吃大量的薯片，喝大量的汽水。當他們的母親得知，一罐蘇打汽水的含糖量相當於12茶匙的時候非常震驚，她當然決不會再讓孩子們吃12茶匙的糖。經過一番關於食品和營養的談話，這位母親開始多在家中做飯，飲食包括蔬菜和水果。我上一次見到他們時，連這位母親的體重也減輕了。

您能做的有哪些？

• 承認可能有問題存在，並跟孩子談論。

• 向您的兒科醫生詢問有關 BMI 的資料。

• 回家後，打開收音機或音響，而不是電視。

• 將看電視的時間控制在每天最多兩小時以內。

• 努力使全家養成健康的習慣。

• 多喝水，少喝汽水。

• 喝低脂或脫脂牛奶。

• 多吃蔬菜和水果。

• 祇有餓的時候才吃東西，

而且要慢慢地吃。

選擇更健康的生活方式，這是

每個人都能做的一個決定。每一次我與病人和他們的家庭見面時，都看到他們正在採取積極的步驟，朝向更健康的生活邁進。

我在此鼓勵大家到愷撒永久醫療中心網 www.kaiserpermanente.org 瞭解有關肥胖病的詳情，不過，要想使您和孩子邁出通向健康生活的第一步，還需與您的醫生共同商討。

Dr. Deborah Gould (戴博拉·古德) 醫生(上圖)是加州奧克蘭愷撒永久醫療中心(Kaiser Permanente Medical Center in Oakland California)兒科主任。

本文是 NCM(新加州媒體)少數族裔媒體合作夥伴開辦的每月宣傳專欄的第一篇，由愷撒永久醫療中心內科醫生根據臨經驗撰寫；由愷撒永久醫療中心贊助，NCM Infowire 製作。



與失眠 (Insomnia) 作戰

——16種幫助你入睡的方法

累了一整天後，你已在床上躺了三個鐘頭，仍毫無睡意。鬧鐘滴答滴答地響著，你覺得每一分鐘都好比一個鐘頭，倘若有任何方法可以使你入睡，你一定全力以赴。

當然，你不是唯一受此折磨的人。在寂靜的夜晚，尚有數百萬人和你一樣輾轉難眠。

失眠是僅次於感冒、胃病及頭痛之後，病人常向醫生求助的問題。從前，醫生遇到這種情況，可能會開一、二種安眠藥，幫助病人進入夢鄉，但今日的情形不同了。研究人員及醫生每年對睡眠都有更進一步的了解，因此拓寬了與此相關療效的醫療知識。

事實上，你也可借助一些常識來幫助自己解決此問題。你可能只需要一種療法，或者需要綜合幾種方法。

與失眠作戰，其致勝的關鍵在於你如何訓練自己，睡眠雖是一種自然的生理現象，但它也是一種經由學習而來的行為。以下介紹的十八種方法可幫助你改善失眠——

一、硬性規定睡眠時間

睡眠是一天24小時中不可或缺的一段時間。睡眠充足才能使你白天精神旺盛。欲達到此目標，應訓練自己每晚在同一時間就寢，以設定生理時鐘周而復始地運作。同樣地，培養固定的起床時間也很重要。定個睡眠時間，例如從零晨一點到六點。如果在這期間睡得很熟，每周可加15分鐘，直到你在半夜睡醒。在添加另下個15分鐘之前，設

法先解決半夜醒來的問題。藉此，你可以找到最適合自己的睡眠時間，從而得到充分的睡眠，迎向清新有活力的一天。假使你在半夜醒來，且無法在15分鐘內再入睡，請勿為此掙扎。躺在床上，听听音樂或廣播，直到你感到困倦，便自然入睡。同時，務必在指定的時間起床，勿延長睡眠時間，企圖補償失眠的那段時間。即使是周末，也勿睡大頭覺。切忌周末晚睡晚起，以免星期日晚上失眠，使星期一早晨精神不濟。

二、莫在床上浪費時間

當你年齡漸增，你所需要的睡眠愈少。大部分新生兒一天要睡18小時。等他們到了10歲左右，他們通常只睡9~10小時。成人的睡眠鐘點沒有一個正常值，一般是7~8小時，有些人則需要10小時。但有些人只睡5小時，也照樣過得很好。最重要的是有效率的睡眠。最好在你有睡意時，才上床睡覺。假使你無法在15分鐘內入睡，不妨起身做些輕鬆、單調的事。翻翻閉書、織毛衣等。勿玩電動玩具，以免精神亢奮，也避免做有目標的家事，例如洗衣服(以免你不洗完不罷休!)。當你感到困倦時，再回去睡。若仍無法入睡，再重複此步驟，直到你能入睡。但記住：仍需在同一時間起床。

三、睡前保留一些安靜的時間

有些人生活繁忙，直到他們躺下來準備就寢時，才是他們一天中

唯一有機會思考這天所發生之事的時分。在就寢前1—2小時，至少坐下10分鐘左右，回想當天的活動，並在腦海中理清及歸結自己的看法，檢討你面臨的問題及壓力。試著找出解決之道，並計劃明天的活動。這個練習能幫助你澄清紛亂的煩惱，以免阻礙你進入夢鄉。萬一冷酷的事實再度滲透你的意識，你大可心安理得地告訴自己：我已處理好了，而且也知道該怎麼辦了。

四、專心睡覺

要就寢時，就應該確實地準備入睡。假使你腦海中仍殘留其他事物，你將無法專心入睡；勿在床上看電視、打電話、和先生(或太太)爭論、看書或吃東西。將臥室視為睡覺的聖地。

五、避免興奮劑

咖啡、可樂及巧克力皆含咖啡因，這是幾種威力不淺的興奮劑，能令你睡不著。因此在下午四點過後，應避免這類食物。也勿抽煙，因為尼古丁也是一種興奮劑。

六、避免喝酒

避免在晚餐喝酒，並持續整個晚上。酒精確實會壓抑中樞神經系統，但它也將中斷你的睡眠。數小時後，通常在半夜，當酒精的作用消失後，你的身體會因酒精突然消失，而使你醒過來。

七、你的藥物是否有問題

某些藥物會破壞睡眠，例如氣喘的噴劑。所以如果你需長期服用醫生的處方，應問醫生是否有何副作用。如果懷疑藥物可能干擾你的睡眠，他可以用別種藥物取代，或調整你的用藥時間。

八、檢視你的工作時間表



研究顯示，作息時間不定的人如白天班及夜晚班不時地交替的人有睡眠困擾。

日夜經常顛倒的作息，可能產生類似坐飛機時差的疲倦，且可能使睡眠機制產生故障。解決之道：避免白天及夜晚的輪流制，應固定白天或夜晚工作。

九、睡前吃點清淡的宵夜

就寢前的1—2小時，吃點面包及水果有益，一杯溫牛奶也不錯。避免甜食或油膩的食物，前者可能使你精神亢奮，後者可能壓抑你的身體。警告：如果你年紀較大，勿在睡前喝過多液體，以免半夜膀胱的壓力迫使你醒來。

十、佈置舒適的睡眠環境

失眠可能經常由壓力引起。當你進入臥室後，仍感到緊張及焦慮，神經系統處於清醒狀態。這時，冰冷的臥室，很快地也加入戰線，使你更加難以入眠。怎麼辦呢？不妨改善臥室的擺設，用你最喜愛的色調來裝飾。將室內的隔音設備做好，並將暗色的窗簾垂下。總之，盡量使臥室舒適，無壓迫感。買個舒適的床，不論是彈簧床、水床或會擺動的床，只要睡起來舒服就好。穿寬鬆的睡衣。確保臥室的空調適度。且勿將時鐘置于視線範圍內，以免使你整晚分心。

十一、放松心情

勿浪費腦力思考白天的煩惱。藉著抒情音樂放鬆自己，並想像自己隨著音樂漂流。

十二、使用輔助器具

耳塞可以堵住噪音，尤其當你住在一條熱鬧的街上或機場附近。眼罩可以遮除刺眼的光線。電毯可

以使你保暖，尤其你若是容易著涼的人。

十三、學習放鬆身心的技術

你愈努力想入睡，可能愈發現自己白費力氣。可能因此，你整晚都在和睡眠搏鬥。所以，躺在床上應盡量放鬆自己。失眠的問題之一是人們太專注於想入睡，且操之過急。成功地入睡的關鍵在於減少你的注意力，避免過份壓迫自己。深呼吸、伸展肌肉(體操)、瑜珈術可能有幫助。學習放鬆自己，一開始或許不容易，但就像節食一樣，你必須經常練習。總是需要花點時間才有成果。

十四、做運動

在傍晚做點輕鬆的運動，例如散步，不僅會使你的肌肉疲倦，也會提升你的體溫。當體溫開始下降時，可能有助於誘發睡意。運動本身也可能有助於誘發沈睡，這是失眠者最渴望的。

十五、睡前做愛

對許多人而言，這是睡前相當愉快的放鬆方式，包括身體及心理的釋放。有些研究者發現，做愛期間被誘發的荷爾蒙機制，確實能促進睡眠。但這也視個人情況而定。如果做愛引起焦慮並引發問題，睡前做愛並非是個好主意。除非你能視為享受，你才能從中獲益。

十六、洗溫水澡

睡眠專家認為正常的體溫能影響生物時鐘。睡眠期間，體溫較低。白天時，體溫到達最高。就此說法而言，專家認為，當體溫下降時，身體開始昏昏欲睡。因此，若在睡前4—5小時，洗個溫水澡，將體溫升高，待它開始降低時，你將感到疲倦、想睡。

最佳時間 最佳身體

- 讀書最佳時間——早上醒來頭腦一定會昏昏的，洗把臉沖個澡，就會清醒。這時也是頭腦最清醒的時候，此時讀書或記東西會比較容易。
- 運動最佳時間——因為早晨的空氣最新鮮，出去散步可多呼吸些清新的空氣，不僅可以提神，對身體又很有幫助。但切記不要做劇烈的運動。
- 吃水果最佳時間——飯前一小時吃水果最有益，因為水果是生食，吃生食再吃熟食，體內就不會有白細胞增高的反應，有利於保護人體免疫系統，增強防病抗癌的能力。
- 鍛鍊最佳時間——傍晚時鍛鍊身體是最好的，因為人的各種活動都受“生物鐘”的影響，無論是身體的適應或體力的發揮都在下午近傍晚時分最佳，早上則反之，運動時的血壓和心率都較傍晚時高，對人體有害。
- 洗澡最佳時間——晚上臨睡前洗一次溫水澡能讓全身的肌肉和關節放鬆，有助於安然入睡。
- 減肥最佳時間——飯後20分鐘內散步，行程1600米，最有利於減肥。如過二小時後再散步二十分鐘，則減肥效果更佳。
- 刷牙最佳時間——每次進食後三分鐘內，因為飯後三分鐘口腔內的細菌開始分解食物殘渣中的酸性物質，腐蝕溶解牙釉質。
- 護膚最佳時間——人體皮膚的新陳代謝夜間十二時至凌晨六時最為旺盛，因此睡前護膚有促進和保護皮膚新陳代謝及保護皮膚健美的作用。

二十餘年經驗

音樂課

愛心 耐心 細心

★鋼琴★古箏★小提琴★中提琴★大提琴★弦倍司
★吉他★電倍司★聲樂★作曲★樂理★管風琴

南加大音樂博士 Dr. John Naples

資深教師李清 Cathy Naples

音樂教室在 OCEANSIDE, 近 Carlsbad, Vista, San Marcos



- 新學生第二個月學費 20% off
 - 定期每年二次舉行學生演奏會
 - 週六在台灣中心有古箏個別課 (台灣中心在 99 大華超市後門)
 - 提供古箏和弦樂器租購服務
- Studio: 760-439-5697 Cell: 760-805-8880

鋼琴調律 Piano Tuning

馬越

美國鋼琴技師協會會員
雅馬哈琴行指定調琴師

858-538-5501
858-733-8881



yuema@yahoo.com



三陽牌抽油煙機

619-284-2686



CY-760

此廣告可獲 \$20 優惠

型號: 30" 36" 42" 48"

材料: 琺瑯烤漆, 不銹鋼

4660 El Cajon Blvd., #109, San Diego, CA 92115

營業時間:

週一至週六 9am-7pm

週日 9:30am-6pm



Tel: 619-584-4333

Fax: 619-584-4338

www.kdsigns.com

kdsign@sbcglobal.net

License #730061 Class C-45 UL LISTED-BONDED-INSURED

承接

- ✓電腦設計
 - ✓數位印刷
 - ✓各類招牌、旗幟, 及 ✓各種商業標誌設計製作
- Electrical signs / digital printing, Vinyl, Monument, Banner & Logo, Design & All Commercial Signage

4879 University Ave., Ste D, San Diego, CA 92105



華龍搬家公司

專業包裝
免費估價
提供紙箱

家庭、公司大小搬家

專業 高效 安全 可靠

最好的服務, 最好的價格

Tel. (858) 736-6006 (619) 855-9003

e-mail: aaron@aaronmoving.com

www.aaronmoving.com

房產買賣 竭誠提供

市場動態 免費估價 精簡裝修 成倍回報
先買後賣 買賣後搬家 生意買賣 出租管理

David Zhang

Realtor, Home Inspector

免費諮詢 詳情請電

858-208-6788

www.SaleHomeSmart.com

集多年房地產豐富經驗唯一華人房屋檢查員

《華人》電腦工作室

以品質、品味、時效

為您提供以下服務:

- 一、中文打字、翻譯
- 二、名片設計、承印
- 三、網頁、廣告設計
- 四、電腦組裝、維修

619-236-2359

wechineselu@hotmail.com

SEDCO PLUMBING

Lic # 774674

任何排水管道的維護和修理

保證質量, 隨叫隨到

一週 7 天, 每天 24 小時

為您提供最優質服務

Tel: (619) 579-1014



家庭婦產小兒全科

何允心 醫學博士 Susanna Chou, M.D., Ph.D.

哈佛醫學院及生化雙博士
美國家庭全科專科文憑
醫生世家

(619) 425-5559

340 4th Ave., #12 (4th & F)
Chula Vista, CA 91910

☆接受各種保險及醫療卡



中藥 針灸 按摩

唐聲瑛診所
TANG CLINIC



Shengying Tang, L.Ac, Dipl.Ac
Licensed Acupuncturist/
Herbalist

- Sports/Work Injuries
- Allergies/Asthma
- Women's Health/PMS
- Arthritis, Tendinitis
- Pain-Any Type
- Skin Problems
- Stress, Insomnia
- Difficult Cases
- ☆ Personalized Herbal Formulas
- ☆ Disposable Needles

四十年豐富臨床經驗

- Prof. of Neurology, Rehabilitation at China-Japan Friendship Hospital (M.D.)
- Prof. of Acup./Neuro. At China Academy of Traditional Chinese Medicine (O.M.D.)

5222 Balboa Ave., Ste. 54, San Diego
Mon-Fri 9am-5:30pm Sat 9am-1pm

Tel: 858-560-1828

唐毓琪中醫師

Diana Tang L.Ac.

畢業於上海中醫學院，具有廿五年臨床經驗

針灸方脈主治：

- ☆內、外科、婦科、兒科、傷科；
- ☆各類痛症、頑症、中風後遺症；
- ☆食療藥膳、冬令進補、延年益壽

Tel: 858-231-9590 858-679-0486

12307 Oak Knoll Rd., Ste. C. Poway, CA 92064

楊進牙醫博士

華西醫大口腔臨床博士，南加州大學 (USC)
口腔學院研究生畢業，廿多年牙科臨床經驗

主治 • 洗牙漂白 • 智齒拔牙 • 兒童牙科 • 牙冠牙橋
• 活動假牙 • 全口假牙 • 牙週治療 • 根管治療 • 各種補牙

牙列正畸 (Braces) • 反頷 (地包天) 五歲開始矯正
• 上牙前突 (爆牙) 矯正最佳牙齡 10-14 歲

(858) 292-6998

4310 Genesee Ave., Ste. 108B, San Diego, CA 92117

BRAKE DEPOT

CABINET DISPLAY

Pizza Hut
DELIVERY

CHANNEL LETTERS

SEAFOOD CITY



LARGE DIGITAL PRINTING

POLE SIGN

Holiday Inn
EXPRESS

RANCH 99 MARKET

第一銀行
First United Bank

VEHICLE GRAPHICS



CHANNEL LETTER

MENU



WALL SIGN



EASTERN SIGNS
INCORPORATED

Designers • Architects • Builders • Developers

全部工作皆由本公司設計製作

- 電子招牌設計專家
- 大型招牌設計及數碼印刷
- 彩色橫幅及地產經紀的帶照片招牌
- 各種霓虹燈設計製作

(619) 285-9641

4412 Euclid Ave. San Diego, Ca 92115 * Licensed - Insured - U.L Listed

WE SPEAK ENGLISH, SPANISH
VIETNAMESE, CHINESE, LAOS & THAI

THE MOST TRUSTED NAME IN GRAPHIC PRODUCTION FOR OVER 20 YEARS 服務聖地亞哥和南加州 20 餘年

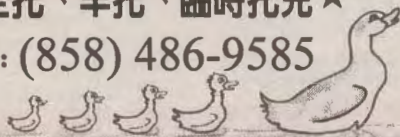
亞平家庭托兒所 (Poway)

由持有加州政府托兒執照、曾十五年
教師生涯、懂教育、愛孩子、有耐心的

亞平 主理。

★歡迎全托、半托、臨時托兒★

詳情請電：(858) 486-9585



Law Offices of Benedict, Cao & Associates

黃小鳳

Sylvia Huynh



Cell: 619-306-1668

Office: 858-654-0406

Fax: 858-654-0107

2171 Ulric St, Ste. 206, San Diego, CA 92111

鄭耀輝太極拳研究社

拳社開放時間

8月15日(星期日)

9月19日(星期日)

10月17日(星期日)

12-2pm

太極拳表演

8月7日(星期六) 11am 開始

位於 South Clairemont
Recreation Park

3605 Clairemont Dr.

San Diego, CA 92117

858-581-9924

☆第 19, 22, 24, 66 電視廣播臺專題節目☆

858-272-2698 3650 Clairemont Dr., #1, San Diego, CA 92117



聖市正宗太極唯一研究所

吳氏太極第五代宗師

四十年太極武功深造

廿五年授武經驗

超低利率房屋貸款

無雜費
無隱藏費用

專業誠信，服務於加州地產業十餘年

張捷 (Jay Zhang)

買賣房屋重新貸款

幾分鐘電話，保證省您數千美元

利率低達 1.25% (1.27 APR)

憑此廣告可獲得高達\$500 購房回贈

Tel: 858-450-0818 Fax: 858-777-5535

Fairlending USA, Licensed by CA Dept. of Real Estate

6650 Flanders Dr., Suite L, San Diego, CA 92121

Lowest Price • Best Selection

The Worlds Finest Pianos

✓ No Showroom Markup ✓ Rentals

✓ Lessons ✓ Warehouse Pricing

2 Giant Freeway Locations

San Diego

619-293-7773

The Piano WAREHOUSE

San Marcos

760-744-9320



Prudential
California Realty

加州最大的房地產公司

宮筑筠

Victor Kung

手機：(760) 715-8496

公司：(800) 781-8087

16969 Bernardo Center Dr.

San Diego, CA 92128

客戶不斷的介紹，是我服務品質最好的證明

當您在買賣房地產時，不妨先聽聽專家的建議。

免費提供您市場分析及市值估價，歡迎來電諮詢。

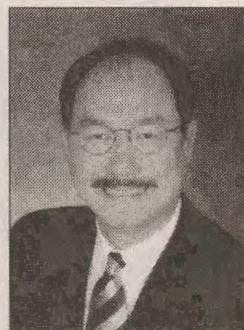
歡迎瀏覽我的專業網站

www.victorkung.com 查閱資料

■ San Diego 各地最新上市屋 ■ K-12 年級各地學校資料

■ 最新房屋貸款利率

■ San Diego 各商會資料



宮筑筠

Victor Kung

金賢愛醫師 (Dr.Joy Kim) 的行醫之道

來到韓裔脊骨神經科醫師金賢愛 (Dr.Joy Hyunae Kim) 的診所，首先被候診室牆上一幅大大的年曆畫所吸引，上面用漢字寫著：“道則至老不離，教子以當行之”。中華文化與韓國文化一脈相承的說法，在這裡獲得了又一個證明。

由此讓我對金醫師首先感興趣的是：金賢愛醫師的
道是什麼呢？

17歲來美的金醫師，1994年畢業於加州大學洛杉磯分校生物化學系。1997年12月從洛杉磯脊骨神經專科學校 (LA College of Chiropractic) 畢業後獲得執業證書，在診所工作三年具備了豐富的治療經驗後，於2000年初在緊鄰15號高速公路的Rancho Penasquitos社區開辦了自己的診所，至今正好四年光景。

診所裡候診的病人一個接一個，她忙得幾乎沒有時間接受預定的採訪。當她終於走過來時，眼裡還閃著淚光。她剛剛送走一位華人病患，17個月大的嬰兒脖子軟塌塌的，連頭都抬不起來，而孩子的母親勞累得脊椎也出了問題。她深深地同情那位母親，在為她治療的同時，也表示盡己之力治療這位可憐的病兒。她說，現代繁忙的社會給人們帶來太大的壓力，這些壓力導致了神經和脊椎方面諸多疾病的產生。她之所以從事脊骨神經方面的治療工作，就是想通過自己的醫術減輕人們的病痛，向人們傳播有關知識，教育人們認識到脊骨神經對身體的重大影響，最終幫助大家生活得健康愉快。

金醫師是三個孩子的媽媽，在繁忙的醫務工作之外，她克盡媽媽的職守，忙完診所的事回到家後，自己的時間基本花費在孩子身上，平時也盡可能可孩子待在一



起。“當媽媽的沒時間有病，”說這話時她笑得很甜，絲毫沒有抱怨和無奈。“我要求自己每次專注於一件事情，並爭取做到最好。到家了，就把診所的事情放在一邊了，專心做一位好媽媽。”她的先生為教會服務，本身就非常忙碌，但只要有時間，總會前來協助。可以說，她和丈夫家庭事業兼顧得當，已經建立起一種良性的平衡和互補關係。

她將來的計畫是為病患儘力治療的同時，逐步推出脊骨神經專科知識的宣傳教育活動，以便讓更多的人瞭解有關常識，更有效地同疾病作鬥爭。

十月份，金醫師專為華人社區提供一項優惠計畫：她歡迎華人朋友來她的診所免費檢查，她會根據具體情況，為前來檢查的朋友提出可行的治療意見和步驟（不包括車禍傷害，因涉及法律問題）。

“上帝給了我幫助病人的能力，我要充分利用這種能力為人們服務。”虔信基督教的金醫師這樣總結。

讀者朋友如需檢查，請電話預約檢查時間。金醫師的電話：：858-484-4242，地址：12798 Rancho Penasquitos Blvd, Ste.J, San Diego, CA 92129。



楊紅 牙科醫師 Helen H. Yang D.D.S.

- 北京醫科大學口腔學院畢業
- 美國 Loma Linda 牙學院牙醫博士
- 美國牙醫協會會員
- 加州牙醫協會會員

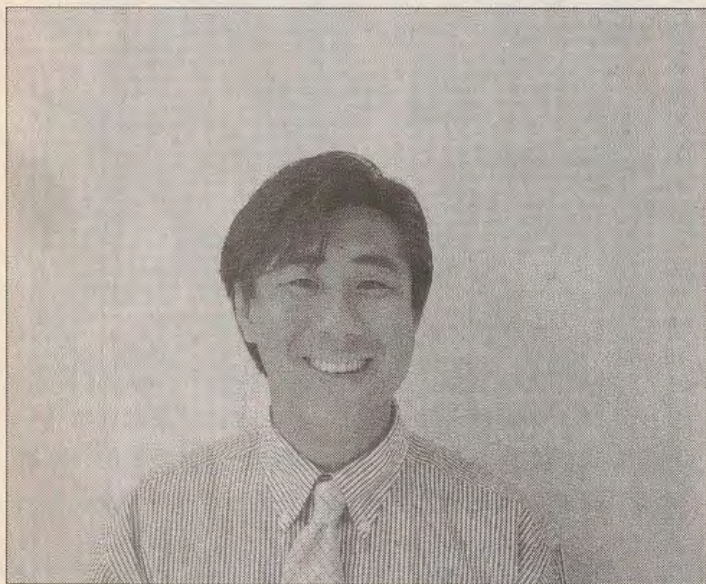
專精 牙病預防 牙齒美容 洗牙補牙 牙冠牙橋
根管治療 牙週病防治 牙科急診 種植專科

健康的牙齒 自信的笑容：幸福從口腔開始

預約電話：858-484-8500

12798 Rancho Penasquitos Blvd., Ste. I, San Diego, CA 92129

訪韓裔保險經紀人金傑克



金傑克 (Jaker Kim) 出生於韓國首都漢城，幼年移民來美。今年四月來到美麗的聖地亞哥定居，並開始從事保險銷售業務。他是第一個打算為華人服務的韓裔保險經紀人。本刊最近採訪了他，以下是採訪摘錄。

華人：Jaker，請問你在美國居住多久了？請簡單談談來美國後的經歷。

Jaker：我在美國已居住了 24 年。我先後在紐約、密執根完成了我的小學、中學、高中和大學教育，獲得 Business 碩士學位之後，我先後在 Allstate 和 AAA 保險公司總部工作和主要市場中心（俄亥俄、密歇根、伊利諾伊斯）做管理工作，包括客戶服務部門、行政管理部門等。

華人：為甚麼你選擇聖地亞哥定居並開始保險業務？

Jaker：因為我在保險公司總部工作了很長的時間，從來沒有直接接觸過客戶。長期以來，我總希望能與客戶面對面交流。有一天，我的一位在農夫保險公司市場部工作的朋友建議我搬到聖地亞哥去試試。他告訴我：雖然聖地亞哥已經有很多保險經紀人，但是不少人經營保險業務只是為了把保險賣給客人。我想，我雖然不知道怎樣賣保險，但是我懂得怎樣幫助別人。我能以自己在總部多年工作的經驗和對保險業務的具體知識為客人服務，而聖地亞哥就是我開始實現自己理想的最好地

點，因為她是美國最有價值的一個城市。於是我決定搬來聖地亞哥，開始我的保險業務。

華人：是甚麼原因使您選擇了保險業務？

Jaker：高中時我曾出過一次車禍。那時甚麼都不懂，不知道該怎麼做。我的保險經紀人沒能很好地幫助我，我選的保險公司可能也是個很小的公司，所以那次車禍簡直讓我發瘋，丟了很多錢不說，總覺得哪兒不對頭，但當時沒人給我正確的建議。所以，我決定以後如果做生意，一定要做能夠幫助人的事情。我的經營理想是設身處地為客戶著想，假如我是他們，我會做甚麼，怎麼想。我不願意只是向客人出售保險，因為保險不是商店裡出售的物品，而是提供的服務，我要盡其所能提供給我的客戶所需要的一切服務。

華人：為甚麼你要進入華人市場，開發華人客戶？

Jaker：在我眼裡，華人是聰明勤勞的人，在美國，華人是受教育程度最高的人，我願意自己有很多華人客戶，有很多華人朋友。我的一位華人客戶曾告訴我：剛來美國時，第一次買保險買了許多愚蠢的保險，五年後才意識到很多都沒必要買。我要告訴我的華人客戶甚麼才是最適合他們的保險，我要讓我的客戶買了保險感到舒服、放心。最重要的是，我希望他們找到最合適的經紀人，找到最新最好的保險項目。

華人：你現在有甚麼經營上的計劃？

Jaker：目前我沒有具體的計劃，我相信進入華人社區後會幫助我制定為華人朋友服務的計劃。我想和你們一起制定我的經營計劃。

最近我正在著手一件為失蹤孩子家庭服務的項目進行宣傳。你知道，任何一個失去孩子的家庭都耽心孩子的命運和安全。我們這個“兒童識別卡片”項目就是將每一個孩子的基本資料收集起來，包括醫療資料，照片、指紋、頭髮選樣、DNA 測試、父母基本資料等等。一旦孩子走失，把這張卡片交給警察，他們會幫助盡快尋找。我希望更多的華人父母參加這項免費的計劃，可直接與我聯絡，提供給我您的有關資料，我會給您寄去識別卡。同時，註冊者每年都可獲得新的 ID，因為孩子每年都在成長，照片也有所變化。我的地址是 3111 Camino Del Rio N. #400, San Diego, CA 92108, 或者 Emailgojaker@yahoo.com。歡迎華人的讀者們積極加入這項對每一位父母都至關重要的計劃。謝謝！（上圖站立者為 Jaker Kim）

分辨獨立承包商與員工的 20個判斷因素

孟慶欲會計師

錯誤地把一個員工當作一個獨立承包商可能會給你公司帶來一系列的罰款和懲罰處置。聯邦稅務局(IRS)推出了20個規則作為判斷因素，來幫助雇主作出正確的分類。這些規則幫助你去確定你和你雇用的工作者是否雇主雇員的關係。如果你對第1到第4個問題的回答都是“是”，你雇用的工作者大概是一個獨立承包商；如果你對第5至第20個問題中的任何一個問題回答“是”的話，那麼你雇用的工作者可能是個雇員。

以下是20個規則，請回答：

1) 利潤或虧損。工作者於工作中，除了預定的報酬外，能否獲得利潤或遭受損失？(這應該介入真正的經濟風險，不僅是得不到報酬的風險。)

2) 投資。工作者有沒有用於工作上的設備和設施的投資？(投資越大，越能確定是否為獨立承包商。)

3) 為一個以上的公司工作。工作者是否同時再為超過一個公司工作？(這傾向於表明獨立承包商狀態，但不決定性因素，因為雇員也能同時在為超過一位雇主工作。)

4) 為公眾提供服務。工作者的服務是否是面向公眾的？

5) 指示。你是否有權利指示工作者在何時、何地，和怎麼工作？(這顯示對工作者的控制。)

6) 訓練。你用一個特殊方式訓練工作者做工嗎？(獨立承包商已經被訓練。)

7) 一體化。工作者的服務對您的事務是不是很重要，他們是否已經成為你的事務的一必要的部份(這也許表示，工作者是受於您的控制。)

8) 服務必須工作者親自提供。工作者是否需要親自提供服務，相對與對別人委派任務？(這表明你對工作被執行的方法也感興趣，而不僅僅是結果。)

9) 聘用的助理。你是否雇用、監督和支付工作者的助理？(獨立承包商雇用和支付他們自己的職員。)

10) 繼續的關係。在工作者和你自己之間有一個持續的關係嗎？(關係可能被認為持續，如果服務是經常但不規則地提供。)

11) 工作小時。你給工作者設置時間嗎？(獨立承包商是自己控制他們的時間。)

12) 全時工作。工作者必須在你的工作上花費他們所有的時間嗎？(獨立承包商有權選擇何時何地工作。)

13) 工作必須在你的物業範圍內被完成。工作者必須在你的物業範圍內工作，或你控制工作進行的路線或地點嗎？(回答沒有並不意味你的工作者就是獨立承包商。)

14) 順序。你有權利確定工作進行的順序嗎？(這顯示對工作者的控制。)

15) 報告。工作者必須向你報告他們的行動嗎？(這也許顯示工作者缺乏獨立性。)

16) 薪水支付方式。你按時、星期、或月支付工作者的薪水嗎？(獨立承包商一般完成工作，得到報酬或佣金，但在工業界中，也常常有按小時支付報酬的例子。)

17) 費用。你支付工作者的公務或旅行費用嗎？(這傾向於顯示了對工作者的控制。)

18) 工具和材料。你提供工作者設備、工具，或材料嗎？(獨立承包商在工作中一般使用他們自己的工具和設備。)

19) 解雇的權利。你有權解雇工作者嗎？(獨立承包商不能無故被解雇，否則你將面對合同違約的風險訴訟。)

20) 工作者放棄工作的權利。工作者能夠在任何時候辭職，而沒有招致法律責任嗎？(一個獨立承包商有法律責任來完成合同。)

汽車使用的電池好壞，取決於電池內部蜂窩狀鉛版的狀況。現在普遍使用的汽車電池，其工作原理是硫酸液體與汽車內的鉛版接觸，產生化學反應，釋放出電流。在釋放電流的過程中，鉛版表面有硫酸鹽附著，使發電能力下降。當發動機充電時，產生相反的電流，溶解電池鉛版上的硫酸鹽，使電池恢復電力。一般汽車電池的壽命是4到5年，在炎熱地區可能只有2到3年。如果電池經常蓄電不足(可能發電機有故障或行駛距離過短)，或者電池內部的水位達不到淹沒鉛版頂部的水平，使鉛版乾燥，都會造成硫酸液提早結晶。應注意經常檢查電池內的水位，如果水位過低，應及時添加。普通的純淨水就可以使用，不必買專門的水。至於電池的測試，自己做不了，應將車送到有專門測試設備的服務站測試。

汽車電池的檢驗

撞車後應注意的九個事項

一、不論車禍大小，一定叫警察。除非你可以肯定是你的錯，而對方又沒有損失人還不錯，並決定放你一馬。

二、千萬不要私了。除非你知道花多少錢，而對方又當時現現鈔。

三、當你發現有車從側面向你沖來，我個人認為加速要好過剎車，尤其是在城里大家當時的速度都

不快，一腳油基本都能躲過去。退一萬步說撞上了，那時候的情形就是他的車頭撞你的車尾，即安全又有理。

四、要全對方的有關資料，立即通知保險公司。

五、如有條件，下車先把現場拍照，留下最直接的證據。現如今大家的電話基本都有照相功能了，可充分利用。

六、過十字路口，尤其是 STOP SIGN 在你一側，一定要停兩次，之前要停死，然後慢慢通過 STOP SIGN 當車頭探出後再點一下剎車，開始左，右，左的看三次，確定是安全的再走。

七、出了車禍以後，當時不要對任何人說你人沒有事，尤其是保險公司和警察。先觀察一個禮拜最好再找個大夫復查一下。確實覺得自己沒事了再說。之所以讓你這樣做，不是為了讓你找一條財路，更談不上善良不善良。只是希望大家更好的保護自己。因為我覺得遇到車禍時，保險帶是可以降低生命危險，但它肯定增加你肌肉或者神經受傷的幾率。你想當車撞得時候，在慣性作用下你的身體會全部沖向一個方向，而保險帶又幫著你的一部分不動，等于要扭一下你的身體，而且勁兒還不小。那你肯定會受傷，而肌肉或神經的傷，有時會越來越重，特別嚴重的會影響終生。就算你有醫療保險，但它也不是百分之百全付。美國的醫療費大家心里是有數的，隨便一個小百分比，你都會痛得跳起來。

八、是關於是不是保全報，我個人覺得當你保了全保以後，你的利益和保險公司綁在了一起。當你有車禍發生，保險公司的專業人馬肯定會全力和對方對方爭。結果肯定要比咱們自己用半生不熟的英語爭來的強，至



少吃不了虧。就算有時保費比你的車都貴，能保全保還是保了吧。當事情出了以後，你就知道這每年多出的這幾百有多值。你要知道，就算你能保證不撞別人，並不等於你就不會發生車禍，而且車禍發生以後，它可真的不是你要花多少錢去修車那末簡單。再加一句，稍微多花一點錢找大公司報，他人財實力雄厚，事情處理得快，小錢也不和你計較。只要你有道理，他總會給你一個滿意的結果。小公司錢上比較扣再加上人手少還素質不高，你光和他打電話就氣你個半死。

九、關於車的問題，常談的都是關於哪種舊車便宜，好開，省油。而且有一些人拿著八萬年薪，用 60% 的工資供著一個空蕩蕩的大房子，卻開著一輛基本配置的克羅娜，還滿世界嚷嚷，車嗎能開就行。當遇到車禍，看著自己家的車被撞得亂七八糟車，滿地碎玻璃，三四輛閃這燈的警車環繞四週，而自己的親人痛苦的被人綁在擔架上，抬上救護車，那個時候覺得這個世界上還有什麼比你的親人和你自己的生命更重要的事呢，所以，買一輛結結實實有著那厚厚鋼板的車坐進去，前後左右有安全氣囊環繞，對駕車的恐懼感才會消除一些。

汽車加油小秘訣

一、早上或晚上加油比較好，避免中午大太陽。因為汽油是以體積而不是以重量計費，熱脹冷縮。早上或晚上加油時，同體積的汽油可以有較多的質量，節省不少錢一箱油可以多跑個幾十英里。

二、盡量以多少公升的方式加油，而不是以多少錢的方式加油。因為四舍五入以後，你常常會無形中損失你的金錢。

三、如果要跑長途之前，保持加新鮮的油越多，則使你在高速行駛時加速與馬力十足。

四、跑市區請加油箱的一半或 2/3 (視地點增減) 因為市區常常走走停停。(若你加滿油則會更加重引擎的負荷，起步沒力且又使車耗油)，況且市區很多加油站不怕沒地方可加。

五、若車少開者 建議保持油量在 (低液面) 因為汽油放久了會變質。

六、充分利用每一滴油 節省我們的錢錢 做好環保 (因為加滿油時容易揮發至大氣中造成空氣污染)，危害他人你我及下一代的健康。

七、如果你正要進加油站，發現油槽上停著一部油罐車，這個時候二話不說，請調轉車頭繼續找下一家加油站！因為油罐車補充的油料，正涌起槽底多年的沉積，很有可能就加到你的油箱。

歷史上的十月

李小詩

10月1日

中華人民共和國宣告成立(1949)



1949年10月1日下午2時，毛澤東主持的中央人民政府委員會在首都北京舉行第一次全體會議。中央人民政府主席、副主席、委員全體出席會議，宣布就職。

會議一致決議：宣布中華人民共和國中央人民政府成立；接受中國人民政治協商會議《共同綱領》為政府施政綱領。選舉林伯渠為中央人民政府委員會秘書長；任命周恩來為中央人民政府政務院總理兼外交部長，毛澤東為中央人民政府革命軍事委員會主席，朱德為中國人民解放軍總司令，沈鈞儒為中央人民政府最高法院院長，羅榮桓為中央人民政府最高人民檢察署檢察長，並責成他們迅速組成政府機關，推行各項工作。

下午3時，北京30萬軍民在天安門廣場舉行集會，慶祝中華人民共和國中央人民政府成立。林伯渠宣布典禮開始，主席、副主席和委員們在天安門城樓上就位。毛澤東宣布：“中華人民共和國中央人民政府於本日成立了。”國歌聲中，毛澤東親自按動電鈕，升起了第一面五星紅旗，54門禮炮齊鳴28響。毛澤東又宣讀了政府公告，向全世界宣告中華人民共和國成立。

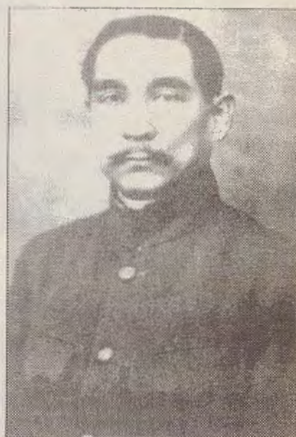
10月10日

辛亥革命爆發，

孫中山就任中華民國臨時大總統(1911)

1911年10月

10日武昌起義，辛亥革命爆發。當時，在國外的孫中山在美國的報紙上得知武昌起義勝利的消息，即繞道英、法，爭取外交支持。12月25日，孫中山回國抵上海。后各省代表在南京推舉孫中山為中華民國臨時大總統。1912年1月1日，孫中山在南京宣誓就任臨時大總統，宣告中華民國臨時政府成立，以中華民國為紀元，改行陽曆。



孫中山在臨時大總統就職宣言中表示，一定要“能盡掃專制之流毒，確定共和，普利民生，以達革命之宗旨，完國民之志願。”“臨時政府成立以後，當盡文明國應盡之義務，以期享文明國應享之權利”。臨時政府對外要洗雪清朝反動政府的“辱國之舉措”。

孫中山在臨時大總統任內推行了一系列的社會和政治改革，制定了《中華民國臨時約法》，規定“中華民國之主權，屬於國民全體”，公民有人身、選舉、參政、居住、言論、出版、集會、通信和宗教信仰的自由和權利，並發布了一系列有關政令。在外交上，表明“得與世界各邦敦平等之睦誼”，加入“公法所認國家團體之內”。在經濟上，廢除清代的苛捐雜稅，保護民族工商業，獎勵華僑在國內投資。在文化教育方面，提倡“自由、平等、博愛”為宗旨的“公民道德”教育，廢止小學讀經。

中華民國的成立標志著長達2000多年的封建帝制的結束。

10月13日

美籍華人崔琦獲諾貝爾獎(1998)

1998年10月13日，華裔美籍科學家崔琦因發現遜電子在強磁場。超低溫條件下互相作用，能形成某種特異性質的量子流体，獲得本年度的諾貝爾物理學獎，他是繼1997年朱棣文之後登上諾貝爾殿堂的第六位華人。

崔琦出生在河南省，在香港接受教育，後來又成為台灣某大學的榮譽院士，兩岸三地人因此分獲此殊榮。



香港最
覺興奮，他
們從崔琦的
身上看見了
母語教學的
優勢，因為
崔琦在香港
培正中學接

受的就是母語教育。從去年以來，香港就一直在致力於推廣母語教育，但是阻力不小，很多香港父母都對英文教育有一種迷信心理，這次崔琦的獲獎使他們終於對母語教學的優勢有了清醒的認識。

10月15日

美籍華人李遠哲獲諾貝爾化學獎(1986)

美籍華人李遠哲博士榮獲1986年諾貝爾化學獎，是繼美國物理學家李政道、楊振寧和丁肇中之后，第四位獲得諾貝爾獎金的美籍華人。他也是第一位獲得這項獎金的原籍為台灣省的科學家。

李遠哲1936年出生在台灣新竹縣，在台灣獲得碩士學位后，於1962年來美國深造，就讀柏克萊加利福尼亞州立大學，1965年獲化學博士學位。1968至1974年在芝加哥大學任化學系教授。1974年起，任柏克萊加州大學化學教授，并任勞倫斯伯克萊實驗室的主要研究員。1974年加入美國籍。他是美國科學院院士。

這次李遠哲獲獎，是由于他對交叉分子束方法的研究，對了解化學物相互反應的基本原理，作出了重要突破，為化學動力學開辟了新領域。分子束是一門新學問，近二十年來才試驗成功。交叉分子束方法是李遠哲攻讀博士學位后，與這次同時獲諾貝爾化學獎的指導教授赫希巴赫共同研究創造的。過去十多年來，李遠哲又不斷改進這項創新技術，將這種方法運用於研究較大分子的重要反應。他設計的

“分子束碰撞器”，和“離子束交叉儀器”能分析各種化學反應的每一階段過程。目前，分子束已在工業上發揮巨大作用。例如，開發超大型集成電路時，借用分子束的技術，把極高純度的半導體



性原子積存在電腦板上。

10月15日

中國載人航天(2003)

2003年10月15日，中國在酒泉衛星發射中心進行首次載人航天發射。9時整，“長征”二號F型火箭點火

升空。按計劃，飛船運行在軌道傾角42.4度、近地點高度200公里、遠地點高度350公里的橢圓軌道上，實施變軌后，進入343公里的圓軌道。首位升天的中國宇航員是來自遼寧的空軍飛行員楊利偉，今年38歲，大學文化，中校軍銜，是中國自己培養的第一代航天員。他將在飛船當中展示五星紅旗和聯合國的旗幟，還將透過雙向語音以及下行的電視圖像，分別與中央的領導，還有他自己的家人通話。神舟五號在發射升空之后，預計圍繞地球14圈，然後返回地面，完成首次載人航天飛行任務。太空載人技術是國家綜合國力的象征，它可以大大提高國家的聲望，推動科技發展，還可以振奮民族精神和加強國家凝聚力。此次載人飛船計劃也具有不能忽視的重大軍事意義。



10月16日

中國爆炸了第一顆原子彈(1964)

1964年10月16日15時，中國在西部地區爆炸了一顆原子彈，成功地實現了第一次核實驗。

1955年初，中國開始創建核工業。當時，毛澤東說：我們“不但要有更多的飛機和大炮，而且還要有原子彈。在今天的世界上，我們要受人家欺負，就不能沒有這個東西。”周恩來和聶榮臻領導制定全國科學技術發展長遠規劃，對原子彈的研制作了重點的安排。同年，中央批准陳雲、聶榮臻、薄一波負責領導核工業的籌建工作。1962年11月，中央決定成立以周恩來為首的專門領導機構。

這次核試驗的成功，是中國國防建設和科學技術方面取得的一項重大成就，它標志著中國國防現代化建設進入了一個新的階段。

10月17日

波蘭作曲家蕭邦逝世(1949)

1810年3月1日，蕭邦生于波蘭華沙郊區熱拉佐瓦沃拉。他6歲開始學習鋼琴，8歲時開始公開演奏。

1824年蕭邦師從德國音樂家、華沙音樂學院院長埃爾斯納學習音樂理論。1829年蕭邦從華沙音樂學院畢業。當時正值波蘭民族解放運動走向高潮的年代，反對外國奴役、爭取自由獨立的民族鬥爭對青年蕭邦的思想產生了深刻的影響，培育了他的民族感情和愛國熱忱。1830年蕭邦離開華沙，出國深造，從此永遠離開了祖國。1932年他在赴巴黎途中經過斯圖加特，得知華沙起義遭到沙俄鎮壓和華沙陷落的噩耗，精神受到強烈震撼。到巴黎後，他放棄了去倫敦的計劃，在巴黎定居，從事鋼琴演奏、教學和創作活動。在這裡他除了與流亡巴黎的波蘭僑民密切交往之外，還結識了匈牙利杰出的音樂家李斯特，法國著名文學家喬治·桑以及海涅、密茨凱維奇等知名人士。蕭邦的作品深受祖國民族獨立運動的影響，具有極深刻的民族性、思想性和崇高的革命內容。他的創作始終以描述波蘭人民的生活和英雄氣概為主題，作品大多表現出強烈的愛國熱情和波蘭人民對自由的渴望。

蕭邦的音樂具有無與倫比地幽婉、細膩、抒情而優美的特點。他的鋼琴曲包括各種類型，其中最令人陶醉的鋼琴曲是他的“夜曲”，這是極其優美的樂曲，它抒情、沉思而帶有憂郁的感情，曲調富於歌唱性。蕭邦一生共寫了20首夜曲。他的另外一種樂曲叫“前奏曲”

，比夜曲稍微短小，但更加抒情。據說這些前奏曲是蕭邦在陰雨連綿的瑪喬爾卡島創作的。他的降D大調《雨滴前奏曲》是人所共知的前奏曲。比前奏曲規模大一些，而又豐富多彩的“練習曲”是蕭邦創作的另一部分寶貴財富。本來練習曲是為練習而寫的，但蕭邦在他的練習曲里賦予它詩情畫意般美妙動人的藝術生命，給人以無窮的美的享受，如《蝴蝶練習曲》、《革命練習曲》等。蕭邦的作品中最著名的是他的各種舞曲，如圓舞曲、波蘭舞曲、瑪祖卡舞曲等。圓舞曲源於德國，但蕭邦把它變成了高尚、典雅的音樂，供人欣賞，因此他的圓舞曲不同於一般圓舞曲，如《離別圓舞曲》便是。蕭邦還寫了一些敘事曲、詼諧曲、奏鳴曲、協奏曲，他寫的一部奏鳴曲中第二樂章的《葬禮進行曲》是人所共知的哀歌。他寫的著名協奏曲，則更加絢麗多彩，聞名遐邇。

1849年10月17日，蕭邦在他的巴黎寓所中逝世。臨終前，他囑親人將自己的心臟運回祖國波蘭安葬。

10月24日

宋美齡在美國逝世 享年106歲 (2002)

宋美齡北京時間24日5時17分在美國逝世，享年106歲。

宋美齡，蔣介石的夫人及外交助手。廣東文昌(今屬海南)人。1897年生于上海。幼年在家學英文。1910年去美國，後在威斯理女子大學就讀。1920年回國後，參加基督教女子青年會活動。曾在電影審查委員會、童工委員會任職。1927年12月在上海同蔣介石結婚，後廣泛參加社交、政治活動，並擔任一些婦女團體、兒童福利團體的領導職務。1936年12月西安事變後，親赴西安，支持和平解決。抗日戰爭時期，曾任航空委員會秘書長。1943年隨蔣介石參加開羅會議，任翻譯。1948年代表蔣介石去美國求援。1950年從美國去台灣。1974年，國民黨十屆五中全會授予她“中山獎章”。1975年蔣介石病逝後不久即去美國就醫、定居。1976年曾回台灣小住。曾任“中華婦女反共聯合會”主席，中國國民黨評議會主席團主席，中國國民黨婦女工作會指導長等職。1986年10月，回台灣參加蔣介石百年冥壽紀念活動。宋美齡著有《西安事變》、《中國的和平與戰爭》等。



1975年4月5日蔣介石去世後，宋美齡於9月16日中午搭乘“中美號”專機離台赴美，行前發表三千字的《書勉全體國人》。1995年適逢二次大戰結束50周年紀念，宋美齡應邀重返國會山莊接受致敬，並發表簡短談話。此次華府之行使垂垂老矣的宋美齡重溫了一場遙遠的舊夢。

移居紐約後，大部分時間住在孔祥熙所購置的長島蝗虫谷巨宅，然因住宅靠海，每逢秋冬，寒氣逼人，交通又不便，如遇大雪，頓成與世隔絕之孤島。90年代後，宋美齡以曼哈頓一棟老公寓9樓為家，這棟15層樓公寓面對公園，臨近東河，頗有鬧中取靜之優。宋美齡頗為滿意，住在第五大道公寓的孔令儀和她的夫婿黃雄盛亦便于就近照顧她。她就在此終老異鄉。

10月25日

日軍投降，台灣正式回歸祖國 (1945)

1945年10月25日，台灣地區日軍投降儀式正式舉行。中國方面陳儀長官等、美國聯絡官柏德爾准將出席儀式。日軍第十方面軍司令兼台灣總督安藤利吉在投降書上簽字。上午10時，陳儀代表中國政府通過廣播電

台宣布：從即日起台灣和澎湖列島正式重新歸入中國版圖，該區一切土地、國民、政事皆歸于中國主權之下。結束了日本在台灣長達 50 年的統治。

10月26日

全世界消滅天花 (1979)

1979年10月26日聯合國世界衛生組織在內羅畢宣布，全世界已經消滅了天花病，並且為此舉行了慶祝儀式。世界衛生組織的檢查人員在最後兩年裡，對一批尚未宣布消滅天花病的東非四國——肯尼亞、埃塞俄比亞、索馬里和吉布提進行了調查，發現這四個國家確實已經消滅了這種疾病，於是發布了這個具有歷史意義的消息。

天花病是世界上嚴重危害人們的傳染性疾病之一。幾千年來，使千百萬人死亡或毀容。一百八十年前，英國發明了預防天花病的牛痘疫苗。天花病患者的死亡率仍高達三分之一。後來，發達國家逐步控制了這種疾病，但非洲農村仍有流行。自1967年開始進行最后一次大規模消滅天花的活動。現在，天花病的病毒只保留在一些國家的七個實驗室中，以供研究之用。

10月28日

比爾·蓋茨出生 (1955)

1955年10月28日，比爾·蓋茨出生。

微軟公司(MICROSOFT)的創始人、現任總裁比爾·蓋茨是目前世界上最富有的人之一，他的資產逾千億，被美國人譽為“坐在世界巔峰的人”。比爾·蓋茨70年代曾經就讀於美國哈佛大學，但是兩年以後，他沒有完成學業就離開了這座著名的校園，其中原因有二：一是厭學，二是他敏銳地洞察到個人電腦在未來所擁有的廣闊前景。於是，在1975年，他與中學的校友保羅·艾倫以區區1000美元共同創辦了微軟公司。那一年比爾·蓋茨只有20歲。

1981年，比爾·蓋茨與保羅·阿倫共同為國際商用機器公司(IBM)設計一批個人電腦的操作系統磁盤軟件獲得成功，這就是人們常常談起的DOS命令。也就是從這時開始，微軟公司迅速地發展起來。到1996年公司員工已經從最初的40多名發展到1.6萬名，資產近200億美元，其營業額可同擁有30萬職工的IBM公司相媲美。在個人電腦的6種主要軟件中，微軟公司在其中的4種中獨領風騷；在6種專業軟件中，微軟公司也顯示出咄咄逼人的實力。同樣到1996年，微軟公司控制了84%的操作系統軟件市場，它開發的MS-DOS

磁盤作為軟件安裝在1.2億台電腦上，它開發的WINDOWS(窗口操作系統)可用于25種語言，用戶超過6000萬。

比爾·蓋茨是一個雄心勃勃的人，他的夢想是讓所有的人都能從他的成功中受益。當標誌著第二次信息革命開始的微軟網絡出現時，他立即站在了這股新浪潮的最前端。微軟公司投資4000萬美元同移動電訊技術公司合資建立了世界無線通訊聯網系統，以龐大的信息傳遞網絡服務于世界。1995年3月，比爾·蓋茨與另一位億萬富翁、美國最大的移動電話公司創始人克雷格·參考宣布了新的合作項目：在全球建立移動通訊網。這一項目的總投資達90億美元。比爾·蓋茨說，他要用電腦和信息高速公路解放世界。

比爾·蓋茨有著極強的競爭意識，在巨大的成績面前，他沒有考慮如何享受人生，他時時提醒自己不要居功自傲，要勇于奮進，只有這樣才能不斷處於領先地位。他熱愛自己的職業，並且刻苦工作。他要求下屬更多地了解對手，以面對新的挑戰。他認為，永遠革新才是成功的關鍵。比爾·蓋茨發表了《未來之路》一書，他在書中說：“事情才剛剛開始。”

比爾·蓋茨1994年結婚，妻子梅林達·佛倫奇是微軟公司的一名高級管理人員。他們目前有一個女兒，住在美國西雅圖市華盛頓湖畔的一套總造價達5000萬美元的別墅里，整個別墅全部實行電腦化管理，室內設施和裝修十分現代化。

作為一名百億富翁，比爾·蓋茨認為，富有到一定程度，金錢就沒有太大意義了。他表示，他將把自己財富的95%捐獻給慈善事業，讓別人都能從中受益。這位電腦超人兌現了自己的一部分諾言，出資200多億美元成立了世界上最大的基金會。

10月31日

伽利略蒙冤360年後獲平反 (1992)

1992年10月31日，伽利略蒙冤360年後終於獲得梵蒂岡教皇的平反。梵蒂岡教皇約翰·保羅二世10月31日在梵蒂岡說，當年處置伽利略是一個“善意的錯誤”。他對在場的教廷聖職部人員和20來名紅衣主教說：“永遠不要再發生另一起伽利略事件。”

伽利略是意大利著名的物理學家和天文學家。由於他在1632年發表了《關於兩種世界體系對話》的作品，支持和發展哥白尼的地動說，于1633年被羅馬教廷聖職部判處終身監禁，後改為軟禁，直至1642年去世，終年78歲。



LUBRIMART-TUNEMART

4101 Convoy St. San Diego, CA 92111 858-565-2052

三十年著名老店，現由華人技師 **謝貴** 主理 (通國、英、粵、越語)

更換機油

\$27⁹⁵

It's cheaper
to change your oil
than to change
your engine

營業時間

週一至週五 8am-5:30pm
週六 8am-4pm
週日 9am-3pm



√ 全方位服務包括：

- Changing your oil
- Installing a new oil filter
- Complete chassis lube
- Inspect belts & hoses

√ Free car wash w/oil change

√ 快捷，只需 10 分鐘，無須預約

√ 電腦輸入您的資料，三千英哩準時提醒

√ 熱情、誠懇、專業

√ 免費檢查：

- Air Filter
- Brake Fluid
- Battery
- Washer Fluid
- Acceptable
- Oil Level,
- Rear Diff
- Trans Fluid,
- Power Steering



SMOG CHECK

\$20 off

Reg. from \$ 49.95

+ \$8.25 Cert. & \$3.00 Transfer Fee

三十年著名老店——華人更換汽車機油的好去處

在亞裔商家集聚的 Convoy Street 大道上，有一家已有三十年歷史的更換機油的老店 Lubrimart-Tunemart 最近剛由華人技師謝貴先生接收主理。聖地亞哥的華人車主們，從此多了一處既方便、又安心的更換機油的好去處。

Lubrimart-Tunemartd 是為顧客提供全面服務的換油站，包括更換機油

為變速箱、剎車、動力方向盤添加潤滑油，安裝新的機油過濾器。他們使用的機油和潤滑油都是質量上乘的產品。換油的同時，該店還為客戶免費補充水箱的清水，蓄電池內用水，補充清洗窗玻璃的清洗劑，還會應您的需要為汽車作些必要的檢查，諸如清潔或更換空氣濾洗器、檢查空調裝置、變速箱故障檢修、發動機的檢測和調整等等。Lubrimart-Tunemartd 還提供汽車油煙檢測服務 (Smog Check)，華人同胞可在該店廣告內發現 Smog Check \$20 元折扣優惠券。另外，在這裡換油，還可以得到免費洗車的優惠服務，而且是完全手工洗車，多麼實惠！

據謝貴先生介紹，由於地點好，服務項目全面週到，時間快捷，特別還有幾位熱情專業的員工，故而吸引了南來北往的大車小輛，到這裡來換油成為最好的選擇。對前來換機油的顧客，他們會將該車的相關資料儲存在電腦裡，行駛三千英哩時，就會自動電話提醒您前來更換機油。謝貴先生歡迎聖地亞哥的華人同胞，來 Convoy Street 購物或用餐時，順便就到他的店裡換換機油，節省時間，為自己的車買個安心行駛。Lubrimart-Tunemartd 換油站的地址：4101 Convoy Street, San Diego, CA 92111(金城海鮮酒家的斜對面)，聯絡電話：858-565-2052。





華人月刊 WE CHINESE IN AMERICA
 7323 Convoy Court B-113, San Diego, CA 92111
 Tel: 619-286-2359 Fax: 619-229-9888
 P.O. Box: 151589 San Diego, CA 92175
 wechinese@hotmail.com wechinese@sbcglobal.net

社會服務

緊急電話: 911

Emergency call only:
火警、救援、警察、巡警
救護車急救醫療或空降醫護

電話號碼查詢: 411

郵政編碼查詢
1-800-275-8777

社會安全局

7691 Dagget,
San Diego, CA 92111
1-800-772-1213

就業發展部

Employment Development
1-800-547-3506 (國語)

電話公司專線 (國語)

AT&T: 800-338-8095
MCI: 800-777-0958
Pacific Bell: 800-281-2288
Sprint: 800-275-6392

聖地亞哥煤氣電力公司

SDG&E
1-800-411-SDGE (7343)

聖地牙哥公共圖書館

820 E Street,
San Diego, CA 92101
Tel: 619-236-5800

出國簽證辦理:

中華人民共和國駐洛杉磯領事館
443 Shatto Place,
L.A., CA 90020
Tel: 213-807-8088

駐洛杉磯台北經濟文化辦事處
3731 Wilshire Blvd., # 700
L.A. CA 90010
Tel: 213-389-1215

選民登記
1-800-339-2857 (國、粵語)

護照申請處
Midway Post Office
2535 Midway Dr.
San Diego, CA 92186
Mon -Fri 8:30am -4:00pm

出生、死亡、結婚證書辦理
Birth, death, marriage certificates
619-237-0502

律師 會計師

馬強律師事務所
聖地亞哥辦公室
7710 Balboa Ave., #327
San Diego, CA 92111
Tel: 858-279-9888
洛杉磯辦公室
1641 W. Main St., #218
Alhambra, CA 90801
Tel: 626-576-4857
Email: qiangma@aol.com

朱培德律師事務所
聖地亞哥辦公室
4615 Convoy St.
San Diego, CA 92111
Tel: 858-268-8823
舊金山辦公室
505 Montgomery St., #1122 San
Francisco, CA 94111
Tel: 415-874-3295

華人月刊: 619-286-2359

黃樹蔚會計師事務所
7670 Opportunity Rd., Ste. 240
San Diego, CA 92111
Tel: 858-467-9853
Email: sdcpa3@sbcglobal.net

羅宇山會計師事務所
6640 Lusk Blvd., Ste. A207
San Diego, CA 92121
Tel: 858-643-9098
Email:
shan_689@luoaccountancy.com

王慶發會計師事務所
7710 Balboa Ave., # 327
San Diego, CA 92111
Tel: 858-268-3082

陳麗莉會計師事務所
3073 Racetrack View Dr.
Del Mar, CA 92014
Tel: 858-755-2688

張惠蕓會計師事務所
6650 Flanders Dr. Ste. L
San Diego, CA 92121
Tel: 858-450-0082

診所

沐池昇牙科診所
4716 Clairemont Mesa Blvd.
San Diego, CA 92117
Tel: 858-270-4588

劉寧牙科診所
12378 Poway Rd., # B
Poway, CA 92064
Tel: 858-679-8918

康樂針灸中藥中心
6080 University Ave.
San Diego, CA 92115
Tel: 619-583-0678

向中中西醫內科
5222 Balboa Ave., # 33
San Diego, CA 92117
Tel: 858-874-8868

笑笑牙科診所
8018 Clairemont Mesa Blvd.
San Diego, CA 92111
Tel: 858-636-7887

唐聲瑛診所
5222 Balboa Ave., #54
San Diego, CA 92117
Tel: 858-560-1828

康寧痛症診所
4609 C Convoy St.
Tel: 858-268-1288
9871 Carmel Mtn. Rd.
Tel: 858-484-0800

唐毓璇中醫師
12307 Oak Knoll Rd., Ste C
Poway, CA 92064
Tel: 858-231-9590

858-679-0486 (02/04-)

同仁眼科視學中心
Neovision Optometry
8137 Mira Mesa Blvd.
San Diego, CA 92126
Tel: 858-689-9535
Fax: 858-689-9515

張志慧婦產科醫師
477 N. El Camino Real, Ste. C304
Encinitas, CA 92024
Tel: 760-635-3777

家庭婦產小兒全科 何允心醫師
340 4th Ave., # 12
Chula Vista, CA 91910
Tel: 619-425-5559

楊紅 家庭牙科門診
12798 Rancho Penasquitos Blvd
#1, San Diego, CA 92129
Tel: 858-484-8500
(By I-15, 有週六門診) (04/04-)

周曼虹醫師 Jasmine Chow, M.D.
610 Euclid Ave., # 201
National City, CA 91950
Tel: 619-267-8181 (8-10/04)

屠玉敏牙科診所
10737 Camino Ruiz, Ste. 230
San Diego, CA 92126
Tel: 858-693-3987 (9/04-)

狄景真牙科診所
277 Church Ave., Ste. B
Chula Vista, CA 91910
Tel: 619-425-0642
Fax: 619-425-0696 (9/04-)

房地產 貸款

張明和與貝約翰
Realty Executives
13857 Carmel Valley Rd., #A
San Diego, CA 92130
Tel: 858-847-3355
Cel: 858-243-1719

匯豐地產實業貸款公司, 沈 園
6540 Lusk Blvd., # C-210
San Diego, CA 92121
Tel: 858-945-3588
Fax: 858-453-4503

21 Century Award, 侯佳音
9934 Mercy Rd., Ste. 200
San Diego, CA 92129
Tel: 858-444-2428
Cel: 858-354-9168

Century 21 Paradigm, 楊語薇
16776 Bernardo Center Dr., #102
San Diego, CA 92128
Tel: 858-485-8184
619-985-8488
E-mail: fenggrace@yahoo.com.

Realty Executives, 李 玲
Tel: 858-259-7565
Cell: 858-349-9463

Email: juliaLC888@msn.com
13857 Carmel Valley Rd., #A
San Diego, CA 92130

Prudential Calif. Realty, 邢建平
Tel: 858-547-6078
Cel: 858-254-1698
jianpxing@hotmail.com

Turner Real Estate, 梁少娟
www.susannaleung.com
Tel: 619-889-3863
Susannaleung19@aol.com

Realty Executives, 葉靜芳
5850 Avenida Encinas, Ste. B
Calsbad, CA 92008
Tel: 858-755-5311
Cel: 858-344-2701

房地產貸款, 劉文棋
4672 University Ave., Ste. A
San Diego, CA 92105
Tel: 619-283-9538

Countryland Real Estate & Mortgage, 林潔儀
4744 El Cajon Blvd.
San Diego, CA 92115
Tel: 619-282-9696

Prudential Calif. Realty, 張麗莎
Tel: 858-547-6080
Cell: 858-208-7508
Zhang211@yahoo.com

21 Century Award, 姚菁仙
9934 Mercy Rd., Ste. 200
San Diego, CA 92129
Tel: 858-444-2455

Century 21 Paradigm, 朱南
16776 Bernardo Center Dr., #102
San Diego, CA 92128
Tel: 858-485-8184
Cell: 858-245-6133
Nancychu2003@yahoo.com

房地產、貸款, 李慧
12625 High Bluff Dr., Ste. 110E
San Diego, CA 92130
Tel: 858-485-8184
Fax: 858-259-1562

SellSmart Unique Ellen Wang
Tel: 858-220-3321
Fax: 858-451-1551
www.EllenWangHomes.com

SellSmart Unique David Zhang
Tel: 858-679-0486
Cel: 858-208-6788
www.SellSmartUnique.com
唯一華人房屋檢查員(01/04-)

Harmony Way Ginger Chang
Tel: 800-994-9697

華人月刊: 619-286-2359

普天壽房地產公司 曹陳秀卿
Tel: 858-518-0008
Fax: 858-350-8878
E-mail: frances8889@yahoo.com

普天壽房地產公司 宮筑筠
Cel: 760-715-8496
公司: (800) 781-8087
www.victorkung.com

美廈地產 Rosemary Tang
Tel: 858-792-9929
Fax: 858-792-9939
http://MichelleRealty.info
Email: rosemary@san.rr.com

Coldwell Banker 田潤鋒
Tel: 858-676-5247
Cel: 858-774-0807
www.cbcalifornia.com/rtian
Email: rtian@cbcalifornia.com

置富地產 林淑霞
7323 Convoy Court, B108
Tel: 619-807-0327
Tel: 858-715-0688
Fax: 858-715-0028 (6/04-)

房屋貸款 張捷
6650 Flanders Dr., Ste. L
San Diego, CA 92121
Tel: 858-450-0818
Fax: 858-777-5535

金融 保險

Allstate, 曹晶
7323 Convoy court, # B111
San Diego, CA 92111
Tel: 858-268-7010

Farmers Insurance, 尹建梅
15373 Innovation Dr., #218
San Diego, CA 92128
Tel: 619-269-3931
Email: jennyquitt@cox.net

UBS/PaineWebber, 程鴻
600 W. Broadway, Ste. 2000
Tel: 619-557-4786
Email: conniecheng@ubspw.com

永豐保險公司, Larry Chen
7299 University Ave.
La Mesa, CA 92941
Tel: 619-460-2201

黃卓森保險
4619 Convoy St., # C
San Diego, CA 92111
Tel: 858-569-0383
Fax: 858-569-0445 (6/04)

Jaker 保險服務
Camino Del Rio N. Ste. 400
San Diego, CA 92108
Tel: 619-392-6994
Email: gojaker@yahoo.com (7/04-)

國泰銀行聖地亞哥分行
Cathay Bank, San Diego Branch

4688 Convoy Street
San Diego, CA 92111
Tel: 858-277-2030 (8/04-)

餐 館

新樂宮海鮮大酒樓
4609 A Convoy St.
San Diego, CA 92111
Tel: 858-268-0888

北京麻辣城
4690 Convoy St.
San Diego, CA 92111
Tel: 858-278-1818

重慶川味
4647 Convoy St., # 101C
San Diego, CA 92111
Tel: 858-279-5999

御園餐廳
9355 Kearny Mesa Rd.
San Diego, CA 92126
Tel: 858-536-2300

金葉餐廳
9823 Carroll Canyon
San Diego, CA 92131
Tel: 858-271-8268

老正興
3860 Convoy Street, #105
San Diego, CA 92111
Tel: 858-278-5883

華岡自助餐廳
12664 Poway Rd.
Poway, CA 92064
Tel: 858-486-8228

重慶巴人川菜館
4957 Diane Ave.
San Diego, CA 92117
Tel: 858-279-2520 (4/04)

China Bay Restaurant
手工水餃餐館
6984 La Jolla Blvd.
La Jolla, CA 92037
Tel: 858-551-1763 (7/04-)

萍聚閣
4681 Convoy St.
San Diego, CA 92111
Tel: 858-569-4833
Fax: 858-569-8883 (9/04-)

金海樓 Chinese Garden
Clairmont Village Shopping Center
3057 Clairemont Drive
San Diego, CA 92117
Tel: 858-275-2888 (9/03)

雙喜餐廳
Chinese Double Happiness Restaurant
1011 Camino Del Mar
Del Mar, CA 92014-2640
Tel: 858-481-8584
Fax: 858-481-0712 (9/03)

學 校

聖地牙哥長春藤學院
4849 Ronson Court, # 205
San Diego, CA 92111
Tel: 858-268-1628

中加教育輔導中心
5703 Oberlin Dr.
San Diego, CA 92121
Tel: 858-678-8788
champseducational@rogers.com

拔萃數學書院
12265 World Trade Dr., Ste.C
San Diego, CA 92128
Tel: 858-673-0366

聖地亞哥中華學院 (週日上課)
San Diego Chinese Academy
9490 Genesee Ave.
La Jolla, CA 92037
Tel: 858-382-3837
Web: www.sd-ca.org (7/03)

華夏中文學校 (週日上課)
(教授簡化字、漢語拼音)
Miramar College, D 103
10440 Black Mountain Rd
San Diego, CA 92126
Tel: 858-720-1211
Fax: 858-720-1268 (沈珊校長)
Web: www.SDHXCS.org

北郡中文學校 (週六上課)
(教授繁體字、注音、漢語拼音)
12990 Paseo Lucido (近 Costco)
San Diego, CA 92128-4479
Tel: 858-538-5521 (張校長)
858-484-3149 (姚) 粵、英語
Web: www.sdcca-nccs.org (7/03)

聖地亞哥逸仙中文學校
13712 Torrey Glenn Rd.
San Diego, CA 92129
Tel: 858-484-3924
kerman@nosc.mil (8/03)

聖地亞哥中文學校
1750 47th Street
San Diego, CA 92102
Tel: 619-565-8008
Fax: 619-571-6867 (9/03)

聖地亞哥美國華人學校
夏令營和 After School
11860 Carmel Creek Road
San Diego, CA 92130
Tel: 858-792-6572 (6/04)
Web: www.sdacs.net

天普美術學院聖地亞哥分校
12812 Rancho Penasquitos Blvd.
Ste. U, San Diego, CA 92129
Tel: 858-484-7690

精英中華文武學院
8666 commerce Ave.
San Diego, CA 92121
Cell: 619-246-8586

www.sdtaichi.com
中英文廣告設計, 場地出租

金龍中國功夫學院
4040 Sorrento Valley Blvd., #G
San Diego, CA 92121
Tel: 858-597-0287
www.dragonrus.com

鋼琴班·古箏·各種提琴
和其他音樂課
Tel: 800-638-8588
Cell: 760-805-8880
提供某些樂器租購服務, 李清

奧林匹克數學/奧林匹克教育機構
Mira Mesa/Del Mar/Carmel Mt. Ranch
P.O.Box 502615
San Diego, CA 92150-2615
Tel: 858-487-9288 (3-8/04)

陳曉紅繪畫教室
Rancho Bernardo
858-487-7749
sherrychen@dalixart.com
www.dalixart.com (7/04-6/05)

育才課外學校
11211 Sorrento Valley Rd.
San Diego, CA 92121
Tel: 858-603-2211
Fax: 858-642-0938 (8/04-)

Maggie's Art (繪畫學校)
12350 Black Mountain Rd.
San Diego, CA 92129
Tel: 858-538-1925 (9/04-)

其他服務

世界食品綜合超級市場
5245 El Cajon Blvd.
San Diego, CA 92115
Tel: 619-265-9988
Fax: 619-265-9888

四海旅遊公司
7710 Balboa Ave., Ste. 109
San Diego, CA 92111
Tel: 858-278-5115
Email:
tracy.andytravel@wspan.com

KD Signs 招牌設計製作
4879 University Ave., # D
Tel: 619-584-4333
619-286-2359

EASTERN SIGNS
4412 Euclid Ave.
San Diego, CA 92115
Tel: 619-285-9641 (9-12/04)

五星家電修理行
9926 D Carmel Mountain Rd.
San Diego, CA 92129
Tel: 858-484-0887

亞平家庭托兒所
Tel: 858-486-9585

SEDCO Plumbing
Tel: 619-579-1014

鋼琴調律 (Piano Tuning)
馬越
Tel: 858-538-5501
858-733-8881
yuema@yahoo.com

The Piano Warehouse
San Diego: 619-293-7773
San Marcos: 760-744-9320

Mandarin Design 芳茗服裝修理
5861 Mission Gorge Rd.
San Diego, CA 92120
Tel: 619-284-0628

Viejas Casino
5000 Willows Rd.
Alpine, CA 91901
Tel: 619-659-1553
www.viejas.com

華美木地板
7905 Silverton Ave., Ste. 117
San Diego, CA 92126
Tel: 800-503-9688
Fax: 858-586-6607 (9/03)

Lily's 百合裝潢材料公司
7113 Engineer Rd.
San Diego, CA 92111
Tel: (866) 889-6555
(858) 560-1686

恆基大理石
7949 Silverton Ave., Ste. 921
San Diego, CA 92126-6354
Tel: 800-515-4168
858-586-1853 (8/04-)

龍苑紀念公園
El Camino Memorial
Alvin Chan 陳先生
Office: 858-458-6519
Cell: 858-761-3579 (11/03)

中文衛星電視服務中心
自由天空免費計劃
Tel: 858-583-4180
www.Global-SatelliteTV.com

石龜國際股份有限公司
天然奇石展銷大廳
4764 Convoy Street
San Diego, CA 92111
Tel: 858-560-0168 (8-10/04)

中意生活家俱館
4690 Convoy Court
San Diego, CA 92111
Tel: 858-205-8886 (8/04-)

汽車換油站
LUBRIMART-TUNEMART
4764 Convoy Street
San Diego, CA 92111
Tel: 858-560-0168 (8-10/04)

華龍搬家公司
Tel: 858-736-6006
619-855-9003

aaron@aaronmoving.com
www.aaronmoving.com (8/04-)

三陽牌抽油煙機
4660 El Cajon Blvd. #109
San Diego, CA 92115
Tel: 619-284-2686 (7/04-)

新大陸影視公司
N L Film Production. LLC
Tel: 858-538-1079
十二集電視紀錄片《飄在美國》
歡迎網上訂購: www.nlfp.com

社團·宗教組織

越棉察華人協會
4536 University Ave.
San Diego, CA 92105
Tel: 619-521-1818
Fax: 619-229-1111 (8/03)

東南亞華人耆英會
4027 Marlborough Ave.
San Diego, CA 92105
Tel: 619-284-0855 (8/03)

中國旅美科技協會
加州聖地亞哥分會
11522 Alkaid Dr.
San Diego, CA 92126
Tel: 858-344-9050, 722-3867
E-mail: infor@cast-sd.org
Web: www.cast-sd.org (8/03)

聖地亞哥中國人協會
San Diego Chinese Association
P.O.Box 927481
San Diego, CA 92192-7481
Web: www.sdcausa.org (9/04)

美中科技商務促進會
7710-B Arjons Dr.
San Diego, CA 92126
Tel: 858-547-1278
Web: www.uceausa.org
E-mail: lucyuceausa.org (10/03)

聖地亞哥中華藝術學會
San Diego Chinese Art Society
P.O.Box 3031
Del Mar, CA 92014
Tel: 858-793-3672
E-mail: luciayau@sbcglobal.net
聯絡人: 程靈芸會長 (10/03)

聖地亞哥京劇社
活動時間:
每月第二、四的星期二下午五
點
聯絡人: 朱葆瑛教授
聖地亞哥州立大學歷史系
電話: 858-481-3313 (6/04)

美中生藥製藥與技術協會
Sino-American Biotechnology
and Pharmaceutical Professional
Association
(SABPA, San Diego)
P. O. Box 910163
San Diego, CA 92191-0163

http://www.sabpa.org (07/04)

“關心”日間保健中心
(Quantum)
4428 Convoy Street, Ste.288
San Diego, CA 92111
Tel: 858-467-4717
聯絡人: Nga Tran 李菁 (8/04-)

聖地雅歌國語禮拜堂
3441 Clairemont Mesa Blvd.
San Diego, CA 92117
858-270-1282 (Phone/Fax)
858-270-3231 (Phone)
主日禮拜: 11:00 (國語)
郭雅各牧師 (8/03)

聖地雅歌榮光基督教會
580 Hilltop Dr.
Chula Vista, CA 91910
Tel: 619-829-1139
主日禮拜: 11:00 (國語)
聯絡人: 葉聰月長老 (Betty Chen)
(8/03)

聖地亞哥佛光山西方寺
主持: 依法法師
監寺: 滿普法師
國際佛光會聖地亞哥協會
會長: 黃維德
4536 Park Blvd., S.D., CA 92116
Tel: 619-298-2800
Fax: 619-298-4205
Email: sdbatemple@yahoo.com
Web: www.hsifang.org (9/03)

聖地亞哥主恩堂
主任牧師: 林祥源牧師
12335 World Trade Dr., # 2
San Diego, CA 92128
Tel: 858-675-8777
Fax: 858-675-8778
Web: www.cbcsd.com (9/03)

聖地亞哥靈糧堂
Bread of Life Christian Church in San Diego
會牧: 蔡恩慈牧師 Rev. Andrew Tsai
主日聚會地點:
11860 Carmel Creek Rd., #A238
San Diego, CA 92130
Office: 11860 Carmel Rd., San
Diego, CA 92130, 858-704-3899
免費靈修專線: 760-489-2478
輔導諮詢專線: 760-943-9222 (2/04)

《華人》訂閱單

名字 _____
地址 _____

訂閱一年(\$30)
或者 _____ 年

支票請寄至:
We Chinese in America
P.O.Box 151589
San Diego, CA 92175

鋼琴常識介紹

四、如何買二手鋼琴



馬越（鋼琴調律師）

有不少讀者朋友打電話來問關於買二手鋼琴的問題，諸如什麼牌子好？價錢是否合適？能否保值等等。要回答這些問題，我想首先要考慮買二手鋼琴的目的。雖然我們買鋼琴有各自不同的原因及目的，絕大多數人買二手鋼琴是為了以下兩個原因：

1，為孩子學音樂，練琴，但並不確定小孩能有興趣堅持下去，為避免花冤枉錢，家裏多個鋼琴作為擺設，所以不想投資過多買新琴。先買個舊琴看看，如果小孩子彈得好，有興趣，再換個好琴。

2，出於經濟上的考慮，同樣的價位，二手琴可以買到較好的牌子，更大的尺寸，或在同品牌裏買到更高的型號。

除開其他買二手鋼琴的目的，我們就討論以上兩種客人的需要和挑選方法。

二手鋼琴的銷售管道主要有：（新，舊）鋼琴行，二手鋼琴專營，鋼琴技師和鋼琴（翻新）修理行，私人廣告，親戚、朋友轉讓等等。通過琴行或商業性管道買琴的最大好處是品質有一定程度的保障（並不包括有些不法商人用品質差的鋼琴謀暴利的情況），正統聲譽好的琴行都會對所賣的二手鋼琴進行一定程度的維修和調整，通常都會提供一年或幾年的保證。如果買回來的琴有嚴重的品質問題，至少有個說理的地方。由於有商業利潤，通常價格會比通過私人買來的琴要高一些。而通過私人買琴，價格會便宜一點。如果碰上賣家急於出手，並且是搬家或換琴等等非品質原因賣琴，更可以達到價半功倍的效果。但應注意的是，私人賣琴通常沒有任

何保障，一手交錢一手交貨，成交後各奔東西。其中魚龍混雜，不乏有因為各種品質問題而出手的。為避免吃虧上當，繼承他人的燙手山芋，所以對琴的狀況和品質的檢查就是一個非常重要的環節。下面我們就談談二手鋼琴的挑選。

買二手鋼琴最好的辦法是請個懂行的專家幫助把好品質關。這樣剩下要挑選的就只有價格、音色、式樣及顏色等等外在的因素。但如果像大多數人一樣，我們並沒有奢侈到可以有一個可供我們隨時調遣的專家，只能靠自力更生。那麼，熟悉鋼琴的構造和主要部件的功能就是我們學會自己挑選鋼琴的關鍵。鋼琴的構造我在以前的文章中作過簡略的介紹，下面我再分別介紹一些同本文有關的內容。

鋼琴可以粗分為幾個主要部分：琴的箱體，音板，鉸軸板，鋼板，擊弦器，琴弦和踏板組合。

箱體；鋼琴箱體的材料，絕大部分鋼琴的箱體是木製的，木製鋼琴箱體的製作工藝主要有三種：1，實木芯製作法——用實木（SOLID LUMBER CORE）作主體然後再貼上飾面板。這種方法在歷史上曾經廣泛應用，現代鋼琴已經很少使用，只有很少數鋼琴選用此種方法。2，膠合板製作法——由膠合板作為芯體，外面用貼面板。3，纖維板製作法——用壓縮木製纖維板做芯，外面粘貼面板。現代鋼琴製造普遍使用的是後兩種製作法。琴腿、裝飾條、雕花部分等等通常都是實木製作。在挑選時請注意外觀是否受損，油漆是否脫落。是否有受潮的跡象，如箱體是否平直，如果箱體翹曲或有鼓包等等，都是受過潮或在製作過程中材料濕度控制不好的跡象。箱體本身及裝飾面的接合部位有否開膠，開裂。開膠的部位通常會和某些音形成共振，彈奏這些音時會發出難聽的雜音。

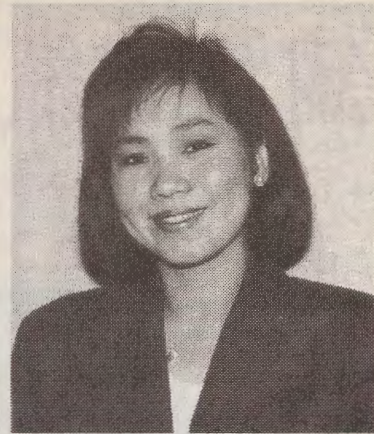
音板；音板是鋼琴發聲的主要部件，立式鋼琴的音板可以從鋼琴背後看到，三角鋼琴的音板卻要從鋼琴的底部才可以看到。從外觀上很難看到其品質的優劣。我們所能看到的就是它是否有裂縫、傷痕，音板上的肋骨是否有開膠，立式鋼琴打開鋼琴下面的蓋板可以看到音板正面下半部。從這裏可以檢查琴弦馬橋是否有斷裂，塌陷或開膠等等問題。同時我們也可以順便看看琴箱底部是否有用戶不小心掉下來的東西。通常來講，音板上有裂縫並不一定影響琴的聲音品質，尤其是老琴，音板上有裂縫比較常見。（待續）

作者簡介：馬越曾是北京交響樂團大提琴演奏員，美國音樂碩士，現為美國鋼琴技師協會會員，雅馬哈琴行指定調律師。詳情請電：858-538-5501, 858-733-8881, Email:yuema@yahoo.com。

大都會保險與理財

林夏敏 Jennie H. Lam
Financial Services Representative

為您提供有力保障



大都會保險及相關產品

大都會保險公司在全美總人壽保險承保額中穩坐第一把交椅，在團體保險領域也遙遙領先。全美排名前一百家大公司(Fortune 100)中，很多均委託我們承保其員工的各項保險或為其管理退休基金。

請現在就與我們的業務代表聯絡

- ◆ 私密需求分析
- ◆ 共同基金
- ◆ 人壽、醫療**、傷殘**及房地產**保險
- ◆ 教育計劃
- ◆ 長期醫療保險
- ◆ 投資型人壽保險***
- ◆ 浮動退休年金
- ◆ 延稅養老基金
- ◆ 退休計劃
- ◆ 定期人壽保險
- ◆ 終身人壽保險

創業於一九八八年

CA Lic # 0750535

Direct: 858-484-4109

Cell: 619-850-4109

Office: 619-641-3639

Jlam2@metlife.com

*Some insurance products offered by unaffiliated insurers through MetLife General Insurance Agency, Inc., N.Y. N.Y.
 **Offered by Metropolitan Property and Casualty Insurance Company and affiliates, Warwick, R.I. Not available in all states.
 *** Mutual funds offered by MetLife Securities, Inc., One Madison Avenue, New York, N.Y. 10010
 Metropolitan Life Insurance Company, New York, N.Y. 10010 L9810HPD2(exp1204)(CA)-LD

3131 Camino Del Rio N. #1050, San Diego, CA 92108

MetLife®
Financial Services

MetLife Bank



絕佳的利率、深解您意的服務專員， 以及值得您信賴的佳譽

130 多年以來，大都會一直以穩健投資和理財實力建立佳譽。

*現在，我們隆重介紹大都會最新的成員 MetLife Bank。

MetLife Bank 為您提供：

- ☆ 傳統及高額定期存款
- ☆ 高利率
- ☆ 彈性期限：3 個月至 5 年
- ☆ 聯邦存款保險公司(FDIC)的安全保障

今天就來開戶！欲知如何讓您的資金發揮最大效益，請與本人聯絡：

林夏敏 Jennie H. Lam CA Lic # 0750535

Financial Services Representative

Direct: 858-484-4109 Cell: 619-850-4109

Office: 619-641-3639 Jlam2@metlife.com

3131 Camino Del Rio N. #1050, San Diego, CA 92108

PEANUTS © United Feature Syndicate, Inc.
L01114RGL(exp1203)MLIC-LD

*“大都會”是大都會人壽保險公司的註冊名稱。

© 2002 MetLife Bank
MetLife Bank Member FDIC

華美木地板公司

恭候您光臨的五大理由

一、九年前總部設在洛杉磯的華美木地板公司，自2003年在聖地牙哥開闢市場以來，已成功為近千名華人同胞提供了高品質的服務，在華人市場建立了良好的信譽，是最值得您信賴的裝修公司。

二、華美木地板公司由裝修專家Mark Chen主理。Mark 23年前自台灣來美後即從事專業裝修至今，不僅具有豐富的專業經驗，而且具有豐富的管理經驗和滿腔熱情。

三、強將手下無弱兵。華美目前擁有的26名員工，個個有專長，有的甚至是全美華人同業中數一數二的行家高手。例如櫥櫃專家劉強，他為華航洛杉磯貴賓室承做的工程不僅讓華航滿意百分百，又應邀為舊金山華航製做櫃檯和檯面；又如地面和大理石地板專家高峰以及木地板、木樓梯專家謝師傅，他們的高質量工作都深受顧客好評。

四、隊伍穩定，分工合作。華美木地板與八個工程隊建立了良好的合作關係，一切為了服務顧客，讓顧客滿意，是我們共同達成的奮鬥目標。

五、物美價廉，而且以質量取勝，這是華美的經營宗旨。華美為您所做的一切，立足於提高您的家居生活品質，讓您和您的家人滿意。



華美 木地板 石材

櫥櫃 磁磚 油漆 窗戶

工廠直營 批發零售 保證滿意



Laminate
木地板



本公司擁有超過上百種以上的實木、Laminate、Engineering wood 以及 12x12, 12x18大理石和瓷磚
所有地板工程均贈送
三吋高腳板 (wall base)

免費估價

★ 本公司承建整體室內裝修，提供Package優惠價格
★ 代理各式櫥櫃、浴室木櫃及配套檯面板



保證 最高品質
最優惠價格
最佳售後服務

秋季回饋大贈送

做櫥櫃贈抽油煙機
做檯面贈不鏽鋼洗臉盆
及高級水龍頭
(截止到感恩節)

本公司產品皆為工廠直銷
比市場價格便宜30%-60%

七天營業

週一至週六 10:30am-6:00pm
週日 12:00pm-5:00pm



免費電話 (800)503-9688 傳真: (858) 586-6607
(866)503-9688 電話: (858) 586-6399 (858)586-6608

7905 Silverton Ave., Ste. 116-117, San Diego, CA 92126

中加教育輔導中心

5703 Oberlin Drive, Suite 202, San Diego, CA. 92121 (I-805, Mira Mesa Blvd 交叉口附近)



中加第一流專業計劃、師資及環境使個個學生達到目標

- 30%學生的弟妹也跟進了中加輔導。
- 學生來自二年級到高中三年級。在校成績平均提升25%。
- SAT英文:在兩個月內平均提升90分

請電:(858)678-8788

英數理商,PSAT,SAT,AP考試;在校升學輔導

如果您想在聖地亞哥找一位頂尖髮型設計師，
請來電預約具有廿年經驗的 **Sunny** 女士

她將帶給您百分之百的滿意和意外驚喜！

誠聘理髮師

- ▶ Digital setting perm
- ▶ Magic straightening system
- ▶ Color & highlight
- ▶ Precision cut
- ★ Hair extensions & man hair system

Sunny Kim

858-560-1616

By appointment only

7051 Clairemont Mesa Bl. #304B, San Diego, CA 92111

