



綠緣

北加州北一女校友會

2014 通訊錄

The CS Group at Morgan Stanley



Mike Chiou, CFP®, CIMA®

Financial Advisor
Vice President
(P) (408) 861-2053
(Fax) (408) 861-2100
mike.chiou@ms.com

Cynthia Shen, CFP®, CIMA®

Financial Advisor
Vice President
(P) (408) 861-2054
(Fax) (408) 861-2100
cynthia.shen@ms.com

Morgan Stanley
20400 Stevens Creek Blvd. Ste.350, Cupertino, CA 95014
www.morganstanleyFA.com/csgroup

Certified Financial Planner Board of Standards Inc. owns the certification marks CFP®, CERTIFIED FINANCIAL PLANNER™ and federally registered CFP (with flame design) in the U.S., which it awards to individuals who successfully complete CFP Board's initial and ongoing certification requirements.

Investment Management Consultants Associations, Inc. owns the marks CIMA®, Certified Investments Management AnalystSM (with graph element)®, and Certified Investment Management AnalystSM.

Morgan Stanley Smith Barney LLC. Member SIPC

CRC715127

北一女校友

環球地產投資顧問集團

買房及商業地產致富·千載難逢!



Grace 魏樹華 (琪韻)

Broker 執行長

專業 誠懇

Cell: 408-829-8898

(國語, 英語流利)

SKYPE: GraceWey

MSN: GraceWey@Live.com

QQ: 1648408827

電郵: Wey899@163.com

www.CaBayAreaHomeS.com

提供投資移民一條龍服務

專助 **EB5** 及其他投資移民, 購屋, 申請學校, ESL, 考駕照, 翻譯, 公證, 保姆等家政項目

專精高級住宅買賣 - 新屋或轉售屋

服務全灣區

投資熱點及租賃行情分析

專精買低價屋, 整修後出租或再出售, 獲利

幫您購買銀行拍賣及短售住宅及商業地產

房屋市場走勢, 銷售率, 價位及租賃行情分析

住宅地產買賣 / 出租 / 代管

- ▶ 詳細解釋買賣房屋過程及須知
- ▶ 加州高等公立學校及資料, **斯坦福**及**伯克利**等名校介紹
- ▶ 各學區學術分數資料(API)
- ▶ 同時幫助到台灣選購法拍屋及商業地產退休自住或投資

商業地產買賣 / 出租 / 代管

辦公樓、廠房、商場、店鋪、土地、
大中小型公寓、看護中心、加油站、洗衣店、
餐館生意、購物中心、餐館、教堂、
多單位住宅、農場(杏仁、核桃、魚塘、花園等)
、養老院、生意買賣、高爾夫球場、酒店、
各種建築物新建, 改建

- ▶ 獲美國地產研究學院資格認證
(GRI) Graduate REALTOR Institute
- ▶ 獲美國服務耆英地產專家資格認證
(SRES) Senior Real Estate Specialist
- ▶ 獲美國專業鑑定室內設計認證
(Accredited Staging Professionals)

- ▶ 獲美國地產協會網路應用認證
(e-PRO) Internet Professionals
- ▶ 商業地產投資協會會員
(Member of CCIM)
- ▶ 獲白金認證銀行法拍屋及
短售屋 **Broker** CA. BRE#01408774, 01897475



AN ADVISOR WHO KNOWS THAT

TODAY'S WOMEN

ARE A FINANCIAL FORCE.



A Merrill Lynch Financial Advisor can help you develop a customized strategy that puts you on track for the future you envision while you deal with the challenges of a hectic life.

Contact a Merrill Lynch Financial Advisor for more information.



Adela Lee

李芸華

Vice President
Financial Advisor
PIA Program Portfolio Advisor
408.554.7988

Merrill Lynch
5300 Stevens Creek Boulevard
Suite 120
San Jose, CA 95129
www.fa.ml.com/adela_lee



The Bull Symbol and *Merrill Lynch Wealth Management* are registered trademarks of Bank of America Corporation.

Merrill Lynch Wealth Management makes available products and services offered by Merrill Lynch, Pierce, Fenner & Smith Incorporated, a registered broker-dealer and member SIPC, and other subsidiaries of Bank of America Corporation.

Investment products:

Are Not FDIC Insured

Are Not Bank Guaranteed

May Lose Value

© 2013 Bank of America Corporation. All rights reserved. | AR04C378 | AD-11-13-0608 | 470551PM-1213 | 12/2013

[目錄]	1
------	---

五十慶生遊輪奇幻之旅	葉惠娟	4
鹽湖城的沈思	鄺如丘	10
奇異恩典，愛心之旅	魏樹華	16
素食者的逸聞軼事	瑜兒	22
2013 年會花絮	鄺如丘/龍啟華	27
靈堂上的女主角	詹紹慧	33
教師節禮讚—記 2013 年 9 月 28 日利苑小聚		37
王莉莉，龍啟華記錄 劉瑞明攝影		
日月潭涵碧樓紀行	陳昱寧	42
六十慶生・椰島熱情	黃珠芬	47
源	魏任	49



封面照片剪輯：龍啟華
年刊編輯：劉佑慈



廣告贊助廠商索引

感謝以下人仕及廠商大力贊助綠緣的出版!

欲了解廣告主業務，請點擊其名稱以連結至其網站

-八劃-

【法律業】

[劉中原律師事務所/Lau & Lau Law Group LLP](#) - - - - - 32

【房地產業】

[Barbara Chang](#) / 邵攸, Coldwell Banker- - - - - 30

[Carol Lin](#) / 林頌玫, Referral Realty - - - - - 20

[Grace Wey](#) / 魏樹華, 環球地產投資顧問集團- - - - - ii

[Judy Liao](#) / 張玉枝, Antec Realty - - - - - -19

[Sophie Tsang](#) / 祁培玉, Intero Real - - - - - 21

[Suh Lee](#) / 何素雀, Alain Pinel Real - - - - - 51

【非營利組織】

[Asian American Depression Association](#) / 美亞憂鬱症協會- - - - - -26

[Peach Foundation](#) / 培志教育基金會- - - - - -9

【金融財務業】

[Adela Lee](#) / 李芸華 Merrill Lynch Wealth Management - - - - - iii

[Cathay Bank](#) / 國泰銀行- - - - - 53

[Mon-Fung Chiou, Cynthia Shen](#) / The CS Group at Morgan Stanley - - - - i

[Paul Yen](#) / 閻立中, 會計師及企業評價分析師- - - - - -41

[Peggy Chen, CGU.CPA](#) / 陳心珮會計師事務所- - - - - 51

-九劃-

【保險業】

[Catherine Chen](#) / 徐秋容, State Farm Insurance - - - - - 14

[Joan Chang](#) / 韓中芬保險事務所, JC Health Insurance Services - - - - - 8

-十劃-

【健康生活】

[Agape Superior Living](#) / 愛佳倍優質生活股份有限公司 - - - - - 36

-十三劃-

【農產品】

[Dah-Won Farm](#) / 大王農場 - - - - - 15

-十六劃-

【餐飲業】

[Ming's Restaurant](#) / 明苑 - - - - - 31

-十八劃-

【醫師，診所，藥劑】

Dr. Hwa-Ling Liaw, DDS, Dentist / 廖華玲牙醫博士 - - - - - 52

五十慶生遊輪奇幻之旅

葉惠娟

北一女中三年，是影響我人生最重要的三年，也是青春時期最快樂的三年。待過三個班級：一忠、二溫、三勤，參加三年的排球隊，一年的口琴社，拿過全校排球冠軍、軍歌比賽亞軍、合唱亞軍及台北市冠軍，和同學一起唱民歌、練排球、練合唱及比賽幾乎填滿了我高中讀書以外的生活。也因為這樣，當 2010 年一忠同學李方方在南加州舉辦三十 重聚而我因故向隅時，就答應她一定要來跟她一起在遊輪上過五十歲生日。

五十慶生遊輪之旅差點又因為與中秋節撞期而錯過。傳統的我，總認為中秋節就是應該在家裡跟家人一起度過，還好我有個很愛玩的媽媽，不斷的在我耳邊嘮叨：「中秋節每年都有一次，但跟一群好朋友一起過五十歲生日，可只有一次啊！」再想想：這不就是 Family 2.0 的意義嗎？念北一女時，我因家住三芝太遠，無法跟媽媽住在一起，高一家政課作業花布裙子弄砸了，是一忠同學林士哲的媽媽出手解救；高二不愛吃福利社的包子，莊雅惠的媽媽又幫我準備了一整個學期的便當；高三更是常常到好友易玥文家中報到，第一本民歌歌本也是一忠同學送我的，對沒有姊妹的我來說，北一女的同學們就好像我的姊妹。就這樣，趕在報名截止前一週報上了，更在大夥兒的快速揪團下，幸運地跟一忠二溫好友江選齡、孝班胡海音、讓班張佩旻成了室友。

我也剛看完李安導演的「少年 Pi 的奇幻漂流之旅」，就讓我也來分享一下我的「北一女 1980 屆五十慶生遊輪奇幻之旅」吧！

綠園的青春笑聲 是我們共同的回憶

因為搭北加州團隊的便車，提早進了遊輪，早到的同學們一邊幫忙工作團隊準備東西，一邊嘖嘖喳喳的聊天，隨著一張張熟悉面孔的陸續出現，驚呼聲、狂笑聲此起彼落，連連引來船上其他船客的側目，豪邁的笑聲好像已經成為小綠綠的基因，一群小綠綠在一起，總會有說不完的話，不間斷的笑聲。最令人開心的當然是碰到了多年未見的老同學：

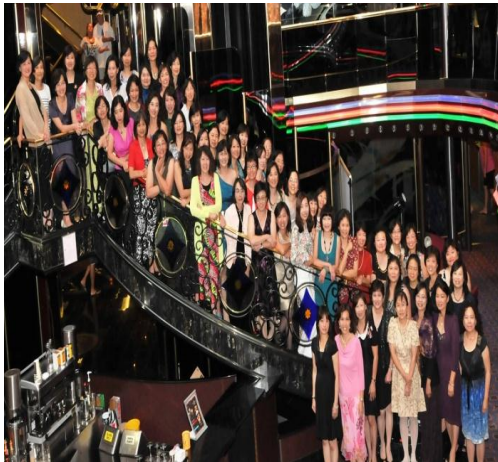
一忠李方方、林文韻、王珍琿，二溫江選齡、蔡書芬，成大四年同學黃子娟、林學蘊，清



大工工的黃瑞芬，還有許多高中隔壁班、常常看到、耳聞、或畢業紀念冊上熟悉的名字面孔如宋清華、胡海音。許多人雖然是高中或大學畢業後第一次再重聚，但也許是每個人獨有的特質吧，卻都能一眼認出，讓人備感窩心。

也有同學對我的記憶是停留在排球場上的。因為實在太喜歡排球了，高二不知道為了什麼（好像是因為換新校長），班際排球賽整整打了一學年，二溫拿到日間部冠軍後，還去跟夜間部廝殺，讓我每天清晨、中午幾乎都在排球場上，晚餐同一桌的讓班王錦燕同學，竟然說：看到我，還會想到比賽時接我發球時的恐怖！

三位室友中，一忠二溫好友江選齡在高二就隨父母舉家移民到美國，依然保有赤子之心的她，是這段旅程中最奇幻的相遇：選齡跟高中我認識的她，一點都沒有改變，依然瘦巴巴的讓人擔心風一來就會被吹走，個性也依然迷糊，雖然沒有在北一女完成高中學業，但她熱愛台灣的心意確讓我深深感動及汗顏。由於選擇了較有自由彈性的牙醫工作，讓她即使已經沒有親友在台灣，仍然每年回台灣一個人自助旅行，踏遍台灣每一個角落、吃遍每個夜市及地方小吃，讓一樣喜歡到處旅行及小吃的我，約好下次回台灣時再一起去。



連玩樂都很專業的女中豪傑

就像怡芬總召所說的：北一女的学生就是好強。不管是當專職媽媽，還是各行各業的專業工作，每個同學都像校歌的歌詞：齊家治國、一肩雙挑。祁培玉和張佩旻精彩的房地產及退休財務管理專題演講及所展現的專業，不只讓美國同學提問連連，連來自台灣的我，都佩服不已。但畢竟女性天職，言談中大家最多的話題總還是圍繞在小孩與健康上面。

「會讀書又會玩樂」也一向是社會上對北一女學生的第一印象，即使年過半百的我們也還是一樣。宋清華以前在隔壁班良班，我不確定是否認識她，但依稀記得從以前好像就是如此的有自信、會玩，是大家的開心果，難怪現在當了教授，還是最受學生歡迎。舞台上的筱媛及秀媚帶著大夥熱舞，看著她們專業的舞姿及妖嬌嫵媚的節奏，實在很難想像他們一個是加州大學資訊中心主管、一個是中文學校的校長！？讓人開始非常期待三年後 2015 在東岸由秀媚校長主辦的三十五重聚！

背後的推手~完美組合的北加州工作團隊

我自己也常常辦大型活動，深深知道要讓這樣的活動順順利利、參加者盡興而歸，是多麼不容易的一件事。確因為提早到三勤同學蔣慧瑜及黃文琳家中待了三天，因緣際會地見識到這次主辦北加州成了半個工作團隊。九月二十五日一大早搭北加州團隊便車一同南下洛杉磯，麗年與文琳開車的好身手，讓有時差的我，就在後座一路穩當地補眠，下了車，才發現工作團隊自己的行李並不多，但要給同學們的東西可真不少——活動布條、名牌、議程、小綠綠環保袋……



六十多位同學眷屬分住不同樓層十幾層樓的遊輪，不同地點不同時間舉辦的不同活動，更別說還有下船外出活動，加上一群總是嘖嘖喳喳的熟女們，三天下來，麗年總召的嗓子都喊啞了，尤其是最後一天的團體照及照片，更是一大挑戰。這一切都仰賴著一群無私奉獻、合作無間的團隊：麗年總召，文琳、培玉、宗慶、綺華、筱媛、虹影及隨時加入的救火隊。尤其是負責拍照攝影的虹影及她先生，深怕漏掉哪一個同學的情影、哪一段值得回憶的片段，從開始報到的那一刻起，就無法片刻休息，讓我們深深感謝之餘，也感受到他們的鸞鵲情深。

歡迎大家常常回台灣 期待 2015 美國東岸畢業三十五年重聚

孔子說：「五十而知天命」，我很高興參加了這次的五十慶生遊輪之旅，在每個北一女同學身上，我真正感受到「知天命」後的豁達與開闊，我也相信，五十慶生遊輪之旅，跟北一女的三年一樣，對每個人來說都會是人生中最棒的一段奇幻之旅。

昨天參加一個「兩岸生活型態趨勢研討會」的與談，大陸新周刊總編說了一句話：「台灣最美的風景是人」。台灣是大家生長的地方，不管您在何方，都希望您可以像選齡一樣，常常回台灣體驗台灣的美，也期待與大家三年後美國東岸再見！

後語

完稿時剛好馬雅預言的世界末日及台灣的冬至剛過，就先預祝大家天天快樂、耶誕快樂、新年快樂！



葉惠娟，1980級校友，大學一路念化工到博士，但現在已轉型當創新顧問與教練，客戶學生橫跨研發、製造業、服務業、農業、文化創意產業。服務於台灣新竹市的工業技術研究院產業經濟與趨勢研究中心，擔任跨領域總監。

延續在北一女排球隊長、合唱的嗜好，繼續保持網球、羽球、高爾夫、賞鳥、Ukulele、卡拉OK.等休閒嗜好，篤信中醫、經絡養生。

韓中芬保險事務所

JC Health Insurance Services

韓中芬保險團隊熱誠為您服務
最專業的服務・歡迎查詢



韓中芬

Chung-Fen (Joan) Chang
Lic. #0C71619



政府健保補助計畫
詳情歡迎來電！

專精

商務保險、餐館及勞工保險、
個人/團體健康、人壽保險、
團體短期、長期傷殘保險。

代理多家保險公司，選擇多！

● 生前利益萬全保 (代理多家保險公司，選擇多！)

一種滿足現代人多樣需求的創新保險 解決後顧之憂的萬全之策 活著都能用到的人壽保險

8大疾病：心臟病、中風、擴散性癌症、失明、癱瘓、末期腎衰竭、肌肉萎縮、主要器官移植。
6項日常活動：洗浴、穿衣、進食、挪動、如廁、尿失禁。

● 退休年金 如何建立一份終生保證收入年金，退休後持續加薪，階梯式遞增退休年金

▶ 您想過悠閒的退休生活嗎？▶ 您希望擁有一份能提供較高利率的年金卻又不必承擔風險嗎？
「個人退休終生年金計劃」好處良多：1. 保本 2. 穩賺 3. 終生保證收入 4. 紅利

● 耆英保健精選 PPO, HMO, Care1st

可參考多家公司比較 Anthem  by UnitedHealthcare  scan 

網上申請 立即審批 www.e-Healthagent.com

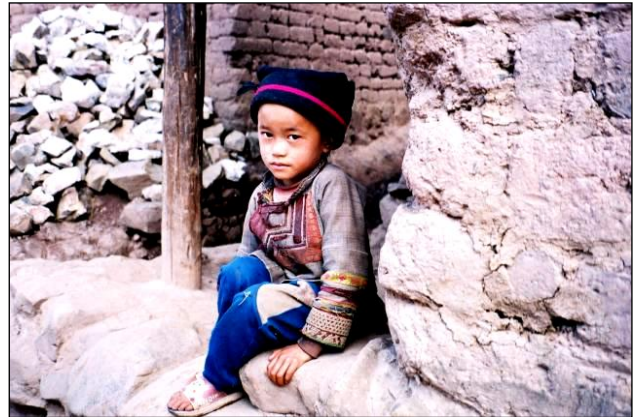
510-573-6888 手機：510-579-9534 傳真：510-438-9047

E-mail: joan@e-Healthagent.com

S053694-1

...那是選擇的一夜.在我們姐弟三人中,必須有一個人輟學,家裡已沒有再多的錢了.脾氣暴躁的父親將家裡僅剩的三百元錢(約 40 美元)扔在地上,說:你們自己選擇吧!(字 XX, 女, 初一)

...家裡媽媽醃了些鹹菜,在我返校時我都會帶上一瓶到學校裡。我沒有分給宿舍的人吃,並不是我吝嗇,而是我覺得我可以吃上四、五頓,這樣就可以省得四到五元的菜錢。(阿 XX, 女, 高一)



美金125元就可以幫助他們圓夢



Peach Foundation

Promoting Education, Arts and Community Harvest
培志教育基金會網址

[www. PeachFoundationUSA.org](http://www.PeachFoundationUSA.org),

電話: (650) 525-1188 Email: staff@PeachFoundationUSA.org

大環境 小氛圍：鹽湖城的沈思

鄺如丘

俯瞰鹽湖城的山區，主人一家住在一個城堡模樣的豪宅裡面，女主人克思婷自我介紹：

70年代，我在一家律所擔任行政管理工作，成了半個法律專業，等到我發現，新來乍到的小男生，起薪就超過我十年經驗的收入，我毅然辭職！

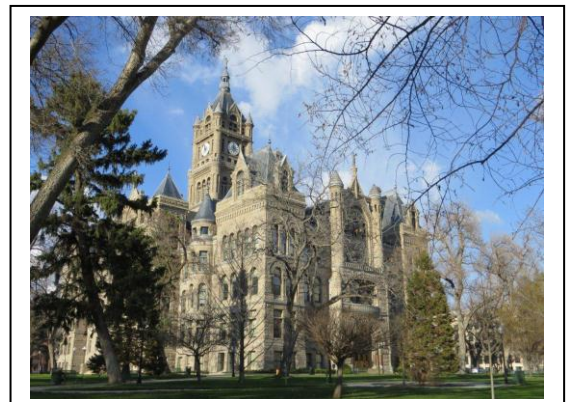
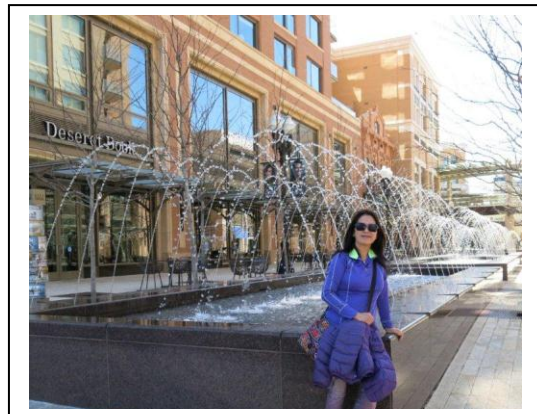


80年代，考過房地產執照，做個經紀，日夜工作帶客人看房子買地。因為丈夫已經是個頗有名氣的律師，為了養育四個孩子，我決定再度轉行。

90年代，孩子漸漸長大，我找到一個利基市場，經銷酒類和含酒飲料，進口到猶他州來。在這個摩門教總部的鹽湖城，女人做生意，做的還是教義不允許的酒，我受到純男性掌控的州政府，市政府全力打壓，數度幾乎放棄，幸而有我大伯支持鼓勵，還用他自己的人脈替我打通關節，慢慢把生意做起來。大伯，也是摩門教徒，卻有一顆開放仁慈的心，我永遠感謝他。



身為女性，在職場的追求上，經常不能按著傳統軌道來，走著走著，似乎就得發揮創意，另闢蹊徑，才能開創另一片天地。



從走進鹽湖城第一刻開始，人人都讚這是個清潔，和諧，步調適中，人人友善的地方。聽了三十多年居民克思婷的話，覺得什麼事情，都不能僅看表面。就在三月八日國際婦女節，猶他州議會通過了一個不利於女性的法律：人工流產在決定之後，登記跟醫生見面，通過所有初步測試，還必須等 72 小時，才能進行手術。這個議案，僅僅經過 53 秒簡單陳述，就順利通過了。州長拿到法案，二話不說，立刻就同意，簽署了。州內“聯合婦女聯盟“，”人權協會“都大肆鞭撻：

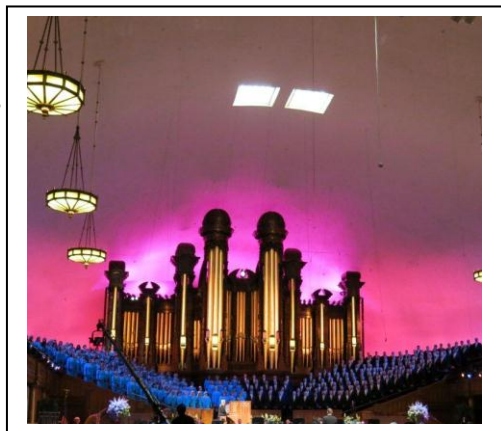
議會議員以男性為大多數，他們不了解婦女的心酸苦楚和需要！

女性不是造兒的工具！

即使被強暴，也要等 72 小時，為什麼？為什麼？

一個美麗的城市，生活水平不高，週邊國家公園林立，沃砂砌山脈到處是滑雪聖地，初來乍到的旅客，可能馬上考慮搬來定居算了。作為一個女人，必須考慮這個大環境，會不會被雙重歧視？

不是男人，



不是摩門教！

噢，還不是主流社會白人。

嚴格定義，應該是三重少數——triple jeopardy！

復活節一大早，我進了摩門教音樂廳，跟四千多民眾一起欣賞禮拜堂合唱團的仙樂飄飄，同行的提醒我，全場只有一個黑皮膚的非州族裔觀眾。一邊思考這個事實，一邊聆聽 I have sunshine in my soul today. 我不該對那個黑哥發出憐憫之情，我敬佩他，在一個完全不黑的城市裡，抬頭挺胸的活下去。我們周圍的聽眾，雖然一律是白人，對我們也都友善，關懷，整個氣氛非常美好。音樂會結束，全場起立熱烈鼓掌，合唱團以最後一曲跟大家告別： May God Take



Care of You Until we Meet Again. 真是萬分感動，當我能力不及，無法照顧心愛家人朋友的時候，愿上帝照顧你們！！當我們對世事世人發出不平之鳴的時候，也別忘了轉眼，偏頭，看看周遭溫柔的愛。雖然，我的座位很遠，但 350 位合唱團員恍如一人的歌聲，令我熱淚盈眶。愛一個人，不是把自以為好的什麼什麼，強迫加諸人身；而是應該打造一個充滿瞭解和協助成長的氛圍，讓他們幸福的發揮潛能。

到猶他州律師協會訪問，碰到一個大帥哥羅倫，明星臉加專業知識，萬分迷人。結果他已經是四個孩子的爸：11 歲，6 歲，4 歲，11 個月大的孩子，由辭職回家的全職媽媽照顧，羅倫得以衝刺法律專業，賺錢養家。帥哥，是表象；深層看去，他屬於一個上世紀的傳統摩門教世界：男主外，女主內，多子多孫多福壽！

妳？能享受麼？？



旅館餐廳，提供千變萬化的餐店，佈置古典，服務到位，帶位的葛麗絲，溫順的鵝蛋臉，柔柔的步伐和輕輕的語調。



我問：你有亞洲血統麼？

她答：馬來西亞華僑。

我說：你真是美麗，每天見到你，都令我開心。

她燦然的笑了，不斷道謝。

製作蛋捲的師傅，是印度人蜜雅。她清晨 5 點上班，然後在爐頭前面做蛋捲，煎薯片，烤薄餅，三樣產品一樣一樣上，直到下午一點才下班。溫和的面容，和一絲不苟的烹煮動作，形成一副動人的畫面，我跟她交談，分享瑜伽的心得，她的辛勞，令我覺得我的蛋捲格外可口。勞動，是神聖的。如果我沒有自己的專業能力，我也願意去當廚師，拿個最基本的工資，過個簡單的生活，靠自己勞力自立自強，很有尊嚴呀！

我的服務員，是位大嬸：恕英，她來自韓國。我跟她交換了我僅有的幾句韓語，她特別拿了一瓶格外過癮的辣醬給我佐餐。如許的“特優待遇”，真是貼心啊！

小小的鹽湖城，人口 18 萬。

有些人把它貼了：“歧視女性，蔑視人權”的標籤。人們應該努力修改州法，使得公平正義能夠繼續開展。這個大環境，可以徐徐圖之！

我親身體會的每一個會議，每一個人，都各自有他的努力，他的打拼，她的認真，她的適應，他們一一打造屬於自己的小氛圍，令我觀察體會之餘，深深感觸：

大環境～～知其不可而為之。

小氛圍～～要怎麼收穫，先那麼栽。

幸福，就在大環境小氛圍當中，迎著我們緩緩而來了。



酈如丘, 197x 級校友, 台灣師大教育學士, 美國愛和華大學行政碩士,

美國紐約州立大學博士研究

中央日報, 世界日報記者, 中廣公司, 星島電台播音員

服務灣區，經驗豐富，保費公道。
歡迎洽詢，信用可靠，服務最好。

汽車，租客，人壽，商業，退休
房產，醫療，勞工，貸款，基金

電話：(408) 863-0000

傳真：(408) 863-1230

地址：20132 Stevens Creek Blvd,
Cupertino, CA 95014

Email: catherine.chen.jxfy@statefarm.com

Web: www.catherinechen.com



徐秋容
Catherine
Chen
北一女校友

保險經紀

牌照：0E83624

有個好鄰居·日日好安心

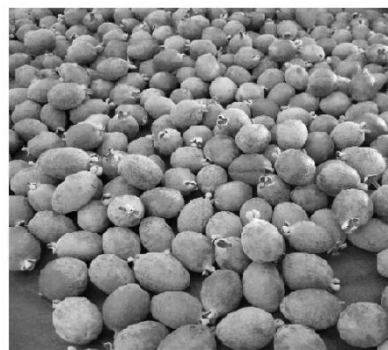
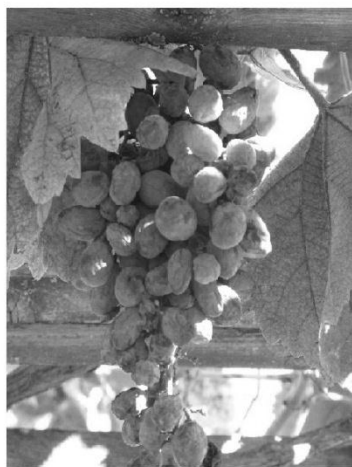
大王農場 DW Farm

枇杷俱樂部 招收會員

電話/傳真 (831) 637-3717

dw.farm1@yahoo.com

www.dwfarmlife.com/blog



奇異恩典，愛心之旅

魏樹華

雖然同住矽谷，卻從沒遇見過學姊。在一個陽光艷麗的下午，興致沖沖地來到學姊家門前。輕敲大門，出來了一位素雅、祥和的她。心中頓感興奮，但很快就被學姊的接待氣質凜領進平靜尋思中。來到學姊家中客廳，見到學姊和善的婆婆，正埋頭看著報紙，沒多久她老人家與友人相約外出做活動去了。

學姊也跟很多人一樣赴美求學，拿了數學及電腦雙項碩士後在新澤西州的貝爾實驗室做事，從事研發行動手機通訊系統(cellular telephone system)，維時長達十年之久。隨著老大、老二之後，一對可愛的雙胞胎在 1991 年誕生了。為了四個寶貝孩子，自己決定割捨工作，半年後退下來，全心照顧孩子及先生。

在父母的眼裡，孩子就是寶，孩子彼此之間歲數相近，再添了雙胞胎，實在不好帶。每天一張開眼，家中就仿佛是一個生產工廠，按鈕一按，生產線的機器便全起動了。不同的是學姊是唯一的線上作業員，所以自己必須同時操作各階段的作業。忙碌時自己一邊炒菜、做飯，除了雙手全佔用了，外加雙腳也得同時用來鉤個什麼、推個什麼的。學姊就這樣全心全意相夫顧子地又度過了一年。1993 年老五出生，加入陣營。學姊說日子雖然過得緊湊繁忙，但自己踏踏實實地仰賴在主的手中，不住禱告，在凡事中數算主的恩典並心存感謝，腳步因此必不慌亂，喜樂自然而生。

五個孩子仿佛是五根手指，雖然長短不一，但愈見愈愛。1995 年全家隨著爸爸的新工作遷居北加州。臨行前，搬家公司不小心把大家的鞋子都打包運走了，孩子們乖乖地光著腳丫子上飛機。下機後的



第一件事，便是直奔 Payless Shoes，每個人買雙涼鞋穿上。孩子看見爸媽的辛苦，個個成了懂事的孩子。

學姊笑著說，帶孩子就像打仗一樣，但一路來不慌不忙，憑靠上帝所賜予的智慧，跟孩子做朋友，儘量去稱讚、鼓勵孩子。當孩子犯錯時，不去指責他們，而是用另外一種方式來讓他們知道下次該如何做才能夠做得好。為人父母必須以身作則，替孩子在生活中設立榜樣跟指標。

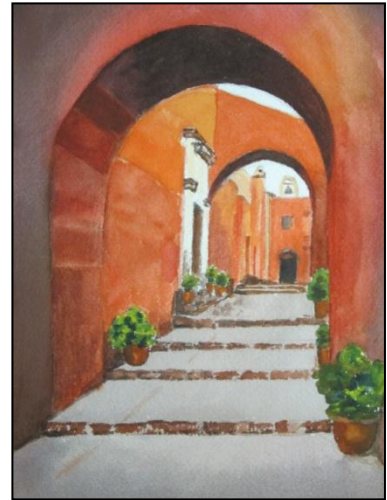
學姊的父母原住德州休士頓市(Houston)，後來小住加州後，便在 1999 年到大陸傳福音。2001 年母親在江西中風，經過一番週折後，

父母搬回加州賃屋而居。為了不麻煩女兒及女婿，父母二老在外過活。後來女婿將自家重新隔局，把他們接來與大家同住。學姊便在一個屋簷下，侍候起多位長輩。

學姊誠心孝敬，照顧公婆一如自己親生父母。公公中風了九年之後已在 2001 年安息。留下婆婆在家，學姊時時對婆婆噓寒問暖，定期提醒並帶婆婆去燙頭髮，接送婆婆上英語班，並做點心讓婆婆帶給同學吃。婆婆如有身體不適，學姊一定帶婆婆看診就醫。這些生活上點點滴滴對婆婆的呵護細節都讓婆婆感到自己備受重視及關愛。

母親今年 90 歲，幾經跌倒、中風，慢慢發展成老人痴呆症。父親今年 93 歲，動過三次心臟大手術，最近多次中風後也臥病在牀。去年父親開疝氣手術，必須住院就醫，學姊白天要帶媽媽去醫院陪父親，晚上孩子在家照顧媽媽，自己則繼續留在醫院看護父親。現在想想，那又是另一段堅辛的過程。但令人最窩心的是體貼的先生及孝順懂事的孩子。他們真是幫了很多的大忙。

想想自己的日子在週旋於照顧五個孩子、公公、婆婆及自己的父母中，一天天過去。學姊常常感謝五個孩子令人感動之處：老五自小不挑食，八個月便自己會吃貝果麵包（Bagel）；老大很



懂事，早早便幫著做家事；老二很乖，初中、高中時便自己帶午餐，而且吃得很簡單。除此之外，孩子們自小多讀聖經，唱詩歌再禱告，他們看見父母跟老人之間的互動，學習到中國傳統的孝道。他們眼見父母的辛苦，個個成為貼心的孩子。大家一路走下來，同甘共苦，手足之情特別深厚。

學姊對自己孩子的懂事及上進感到非常安慰。如今仍然愛幫忙做家务的老大，目前已經在

Oakland 的 Kaiser Hospital 頭頸外科手術實習第四年了，並且最近有了一個二個月大的孩子。因為回到家後就要忙著照顧自己的太太及小嬰兒，老大每天下班一定會在回家的路上給學姊打電話詢問情況，有時並跟媽媽在電話上一起禱告。老二熱衷教育及語言，加州柏克萊大學（UC Berkeley）數學系畢業後又在 UCLA 教育系花了二年拿了碩士又拿到教書證書（Credential），之後又到加州柏克萊大學（UC Berkeley）拿到教中文的證書（Credential），後來去台灣教過一年書，目前在桑尼維爾市（Sunnyvale）教數學，同時也幫忙爸媽照顧家中同住的祖母及外公、外婆。除此之外，她還會六種外國語言、常帶領外國孩子們做義工。小時候頑皮的老三，西北大學音樂系畢業，專攻作曲。他覺得音樂可以真正帶給人們喜樂。體



貼的老四，為了節省學費，自己很努力地唸書，提早一年就自柏克萊大學（Berkeley）的心理系畢業了。她的目標是要做一個專業護理人員（Nurse Practitioner），因為她從小脊椎不好，特別能體會到病人的痛苦，她覺得護士比醫生更能照顧到病人的苦。小女兒老五進入加州理工學院。家中的雙胞胎今年都將在哥倫比亞大學唸研究所。真是個個都優秀極了！孩子們看見爸媽如此辛苦，大家從小自動自發、努力唸書，還利用時間幫忙家務、照顧長輩。孩子彼此之間更培養出來莫大的親和力、凝聚力、向心力及默契。孩子們手足情深，除了彼此關心、鼓勵、外還常常一起開音樂會，其樂融融！

學姊樂觀真誠，心中對神存有單純的仰望。矽谷常有裁員潮，她家也經歷過失去工作的難關。但學姊只憑單純的信靠，做正確的事，日子也都平安走過。

學姊的細心及智慧讓人敬佩：她將家中設上有效的監看設施以便當父母有狀況時，她能及時反應。學姊照顧父母無微不至，時時還帶著媽媽到外面辦事，好讓媽媽生活不枯燥。伯母甜蜜的微笑掛在她可愛的臉上，說出學姊經年累月長久付出的努力及愛心。這一切只憑那來自上帝的力量！

學姊有著不拔的毅力，專心及正面的人生觀。三年多前，因為老五參加華運畫圖比賽，自己便開始畫畫二年，之後大約是從一年前開始在 Youtube 網路視頻上學了一年水彩畫，更於半年前在桑尼維爾市（Sunnyvale）成人學校學水彩畫。學姊懷著一個構想：「天天畫展」，就是在媽媽牀前掛上一個展覽看板，隨時抽空畫畫，請媽媽牀前就近看畫。學姊忙中作畫，不知不覺也有不少美麗作品。每畫完一張，學姊的喜悅總是來自於那唯一看展的媽媽，她端詳時所流露出的可愛模樣。

在我們交流當中，謙虛的學姊不時地感謝上帝、先生、婆婆、父母及孩子的支持。我品嚐了學姊烘烤的點心，欣賞了她的畫，觀賞了後院的花園、菜園，還有那吱吱喳喳叫個不停的籠中小鳥們，這些再再告訴我這是一個多麼甜美的家庭！

在回家的路上，耳畔仍繚繞著學姊所分享的經節：

- (1) 我若必須自誇，就誇那關乎我軟弱的事便了。
- (2) 祂對我說：我的恩典夠你用的，因為我的能力，是在人的軟弱上顯得完全。



受訪者：王學姊，個性謙虛，獲美國數學及電腦雙項碩士學位，育有子女五人。為照顧公婆、父母、養育子女，毅然辭去在新澤西貝爾實驗室任職多年的工作。以單純誠懇之心全然仰靠上帝的力量，以愛心，孝心持家。曾榮獲駐舊金山台北經濟文化辦事處頒發的模範母親獎狀。嗜好：畫畫及園藝。
謹奉學姊交代，尊重家人隱私，因此不刊登名字及家人照片。



撰文：魏樹華，1977 級，2011-2012 北加州校友會理事。現任：全職房地產經紀。曾任：服務高科技多年。主要嗜好：關懷長者，服務需要幫助的人，與家人朋友連繫，並暢懷享受大自然。

ANTEC REALTY



Judy Liao 北灣房地產顧問, CPRES, HAFA, Broker



Judy Liao

Direct (925) 783-6691

張玉枝 1975

DRE Lic# 01720301

Judy Liao 專精北灣房地產

*涵括區域: Antioch, Brentwood, Oakley, Pittsburg, Martinez, Concord, Walnut Creek, Danville, San Ramon, Dublin, Pleasant, Bay Point and surrounding area .

*誠懇, 盡責, 為您爭取利益

*專精銀行屋, 短售, 換屋和投資

*流利國語, 台語, 英語

*請來電索取 **MLS** 買賣房屋資訊

Judy 專精北灣地區房地產, 提供專業幫助。若有興趣知道更多有關北灣地區房地產最新資訊, 請電: (925) 783-6691.

Blog: <http://judyliao-realtor.blogspot.com/>

Email: Judy.AntecRealty@gmail.com

經驗豐富、專業誠懇、服務一流



Carol Lin

林頌玫

北一女校友

Realtor®, M.A.
Certified Purchasing Manager
License # 01362222

服務整個矽谷南灣佛利蒙

投資；買賣；出租管理

售屋時： ★ 傳統與網路行銷雙管齊下，為您找到最多買主
★ 協助設計裝修使賣相更佳，售價更高

購屋時： ★ 定期免費提供：市場存貨報告，學區成績報告，為您分析投資風險

資歷： ★ 檢定及格採購經理C.P.M.專精商業法，房地產法，合約，議價，估價，地產建設開發

查詢最新的房地產資訊

請立即上網

www.carollin.com

手機 **408-685-8811**
直線 **408-610-9552**
電郵 **carol@carollin.com**



Referral Realty

1601 S. De Anza Blvd. #150 Cupertino, CA. 95014



Top 1%



祁培玉 北一女
臺大土木



Sophie Tsang

Realtor®, MBA, CRS, CDPE, Luxury Homes
Intero Chairman's Circle Award

Direct: 408.667.3171

Direct: 650.947.4655

Sophie@InteroRealEstate.com

www.SophieTsang.com



Your #1 Real Estate Resource



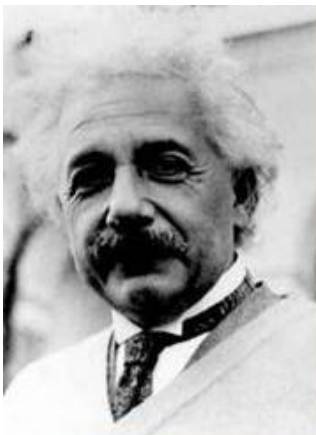


素食者的逸聞軼事

瑜兒

筆者長年持素，近年來由於積極推廣素食的環保益處，因此對古今中外的素食者認識漸深，發現其中有些人聲名顯赫，有些則鮮為人知。正因背景互異，他們茹素的機緣、感想或流傳下來的名言佳句也各有特色。在此謹藉年刊一角分享一些素食者的逸聞軼事，並一探素食者的心中天地。

從文獻中查詢知名的茹素前輩，最常見到的便是哲學家 and 文學家，因為他們大多具有悲天憫人的情懷，而且擅長以鏗鏘有力的筆墨影響世人。即便在千百年後的今天，我們仍能從其字裡行間，清楚窺見他們當年是如何力行實踐自己在深刻探索人天定位後的哲思。持素的卓越哲學家，包括古希臘的柏拉圖、布魯達克(Plutarch)、身兼數學家的畢達格拉斯，還有近代德國的康德等；茹素的文學家，則有伏爾泰、史懷哲、泰戈爾、卡夫卡、蕭伯納、愛默生、叔本華、梭羅及托爾斯泰等。他們所帶動的社會影響不分古今中外，而且每位文豪都有許多深刻的體悟流傳後世。如文學家托爾斯泰就曾說過：「當我們自己還是被宰殺動物的活墳墓時，我們還能期待世上有什麼理想的情況？」後代和平主義者也經常引述他「只要還有屠場，就仍有戰場」的名言。他堅信未來有許多理念將驅使人們了悟事理，改變生活方式。而他的一些理念，諸如解放奴隸、女權平等以及停止殺生等，在當年看來似乎遙不可及，如今都已隨民智漸開而逐一實現。或許有朝一日，人類的同情心會更進一步擴展，將愛護動物也納入大愛之中。人們若自幼接受愛的教育，從愛護動物及大自然開始，成長後就不易傾向暴力，更不可能成為從事大型恐怖爆破、殺人不眨眼的罪犯。我聽過許多人談起他們為何茹素，其實最好的理由，莫過於像這些哲學家及文學家般，是為了尊重生命、崇尚和平。



學習理工的矽谷科技人很容易會認為科學家向來以唯物分析為思維主幹，對吃素的接受度，未必能趕得上有人文素養的哲學家。但幾位著名的茹素科學家，包括牛頓、達文西、特斯拉、達爾文、愛迪生、得過諾貝爾物理獎的愛因斯坦，還有靈長類專家珍古德(Jane Goodall)等都是素食者。達文西自幼便摒棄肉食，因為他難以坐視人類的殘忍超過任何動物。愛因斯坦也曾留下這句至理名言鼓勵世人：「我以為，素食生活方式，單憑其對人性情的改變，對人類就有相當大的助益。沒有什麼比素食更能改善人的健康，並增加人類在地球上生存的機會。」

生物學家對於氣候變遷及其物種影響了然於胸，著名野外自然專家暨環境保護組織 Sierra Club 創始人 John Muir 也是素食者。許多科學家更以其專





業知識，為世界環保組織計算出素食生活能為地球節省多少水資源、能源，以及減少土壤破壞、溫室氣體排放的確實數據。曾領導聯合國氣候變遷小組、並與高爾同時榮獲諾貝爾獎的帕卓里博士本身也是素食者，他經常向同輩的科學家及政治家推廣素食環保的理念。

早在 1997 年 COP3 聯合國氣候變遷會議的京都協議，科學家們即提倡減碳的必要，經過十多年的推廣努力，各國政府及民間開始逐漸重視討論減碳的因應措施，然而年復一年，國際會議卻總難定出具體政策。科學家目前已研究發現，光是減碳並不足以因應氣候變遷，同時還應針對減少在大氣留存期較短的高效應溫室氣體，如甲烷、一氧化氮及黑碳等。素食生活方式對於減少這些高效應的溫室氣體其實相當快速有效，並且易從個人做起，無需等候國際政策。但是目前民間相對於科學家在留存期短又高效應溫室氣體的研究，這方面的認知了解仍有相當大的落差。此外從量化經濟效益來看，用一磅麵粉做的麵包，當然比一磅肉能餵食的人多好幾倍，但生產麵包所需的水資源，卻比肉食少好幾倍。在非洲以蔬食做為主食，比方種植沙薯(jicama)及木薯(cassava)等經濟作物，能收省水抗旱防飢之效。曾赴海地地震救災的朋友也曾告訴筆者，各種豆類及大豆替代品(texture veg protein 即 TVP)可用來緊急補充蛋白質，最易於攜帶至災區提供眾人溫飽。筆者偶為校友會舉辦素食烹飪示範，就是為了將科學家的研究心得以輕鬆又實用的方式介紹給綠園精英，希望能在這個知識爆炸、人人忙錄的現代生活中，為您及所愛的親友做小小的提醒。

在政壇，荷蘭是唯一有以保護動物之名成立政黨的國家，動物黨推選領袖人物 Marianne Thieme 為國會議員，在國內外倡導每週一天素食日可省下的具體環保數據。身為英國環保先驅的查爾斯王子，也相當重視素食生活方式，常以素饌款待政要。美國素食界最轟動的一件事，便是 2010 年前總統柯林頓在接受電視訪問時，談到自己在心臟手術後為重拾健康而決定改變飲食方式開始持素，希望晚年有更多時間享受含飴弄孫之樂。他所推崇的幾本名醫寶典，也因而再度在坊間熱賣。其中 Esselstyn 醫生的臨床研究和 Campbell 醫生的病理研究，對素食療法提供佐證，以醫界素食者的身分關懷病患的整體保健並提倡預防之道。兩位醫生的早年生長環境其實都牽涉畜牧養殖，然而卻因親身研究而率先改變飲食，再以自身心得與眾人分享。去年為北加州校友舉辦電影欣賞會放映的《餐叉勝過手術刀》一片，直接聽兩位素食名醫現身說法，或許比看書更容易了解。還沒機會欣賞的朋友，不妨到圖書館或柏拉阿圖醫療基金會附設圖書館借閱。

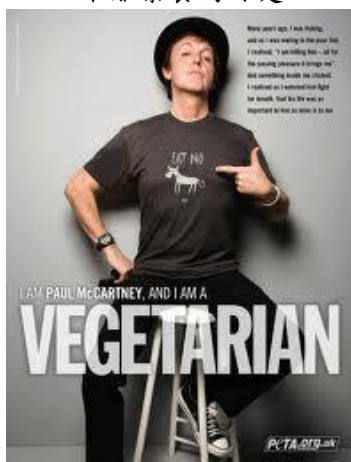
(圖：筆者與 Michael Klapper 醫生合照)



素食名醫還有華盛頓地區責任醫療協會(Physicians' Committee of Responsible Medicine)主席 Neal Barnard 醫生；揭發流感容易在人禽畜密集雜處的養殖場爆發的 Michael Gregor 醫生；寫書演講提倡高營養密度(Nutritional Density)素食而頗負盛名的 Joel Fuhrman 醫生；灣區本地的 Michael Klapper 醫生及早期的 Dean Ornish 醫生；在夏威夷觀察亞裔

後代傳統飲食差異性而悟出少肉食多保健的 John McDougall 醫生；從人體結構，如齒型、大小腸長度來討論何以素食更適合人類健康的 Milton Mills 醫生；還有特別設立生機飲食中心，以輔助病患轉換飲食的 Gabriel Cousens 醫生等人。他們針對許多慢性病症都出過專書，也常到各地素食節演說他們實地輔導患者治療成功的故事。這幾位醫生以本身的飲食方式為典範，正好為西方醫學之父 (Hippocrates) 所說「以食物為醫藥」的話下註腳。

除了先前提到的「餐叉勝過手術刀」片中兩位醫師外，原先也從事畜牧業，但在經過手術台的震撼後，開始放下屠刀茹素的還有一位名人，那就是《紅色牧人的綠色旅程》一書的作者霍華李曼 (Howard Lyman)。他曾上過電視訪問秀，向歐普拉 (Oprah) 直言道出畜牧業不為人知的內幕。長居聖塔克魯茲 (Santa Cruz)，原本是 31 冰淇淋連鎖店繼承人，卻為提倡素食而不惜脫離家族企業的 John Robbins，也是位很有意思的素食領導者。早年在暗中調查畜牧業真相時，因夜深不得已投宿畜牧業主家中，還發生一段藉由深談讓業者由葷轉素的戲劇性故事。他在深具影響力的第一本書《新世紀飲食》(Diet for a New America) 發表後，又出過許多書，後來以幾本著作積蓄投資的股票狂瀉而受挫損失後，竟又得到新的了悟，寫書談何以素食低廉又營養保健，最適合度過經濟難關。近年年事漸長，又動筆談論活到百歲的健康人生之鑰，訪查健康高齡社區，而話題仍不離素食的好處。



醫界的素食者為養生防病奠定理論及臨床基礎，而體壇的素食則以過人的耐力及運動成績，瓦解許多人以為素食營養不足的迷思，包括籃球名將 John Salley、田徑名將 Carl Lewis、極限耐力鐵人賽冠軍 Brendan Brazier 在內，各項體育賽事，都有茹素而戰績輝煌的選手。

在各行各業中，最能將理念產品化、普及化，以便利民眾日常生活的，莫過於素食創業家。原本反對太太茹素的內科醫生 Carl Myers，後來在以專業知識進行研究後，不但開始提倡認同素食，更創立自然快餐小館 (Nature's Express) 連鎖店，在店內率先引用標榜可減少 8 成用油的「氣炸鍋」(air Fry)

來炸薯條。轉型為慈善家的科技富豪比爾蓋茲，也倡言地球的未來要靠素食，並在微博中讚揚 Twitter 創始人出資成立的 Beyond Meat，還有 Hampton Creek Foods 等公司研發製造各種革新的素肉替代品。史丹福大學的 Pat Brown 教授，也以生物高科技專業知識創設研發素食食品。全素又美味的 Daiya 起司、加拿大生產的 Gardein 素肉，不光在 Whole Foods 銷售，也在 Costco 大賣場批發出貨。許多新一代的披薩店及西餐廳已善加利用，增設全素餐點，以便招攬年輕又重視健康環保的新型消費者。像是由麥當勞出身重新開發出重視健康的 Lyfe Kitchen，就是用 Gardein 的素肉烹調出全素主餐，而 Amici's East Coast Pizzeria 和 Zpizza，則用 Daiya 起司推出全素披薩。感謝財經主流媒體富士比雜誌登高一呼，讓身為首富的企業家們深深了解素食的利益、環保商機，從而使良心企業能發揮責任感，重新包裝品牌，配合社會腳步。



就連不傷害眾生一根毫髮的全素皮草，近年也開始流行於時尚圈及鞋帽設計，讓名媛淑女也能迎合社會良知，減少使用動物性皮草。本地還有柏克萊畢業的高材生，自創全素化妝品牌 Pure 平價出售。小型超市 Trader Joe 店面雖小，全素食品卻應有盡有，售價和肉類食品不相上下，而且標識清楚。高檔超市 Whole Foods 的主人本身就是素食者，店內不僅到處擺放素食食譜，而且還使用素食名醫 Esselstyn 任職於第二消防大隊的兒子 Rip Esselstyn 所撰寫的與隊友成功以素食降低高血脂的書《Engine 2 Diet》作為形象品牌，推廣高營養價值的素食。筆者仍耐心等候旅遊業及快餐連鎖店響應全素餐飲，希望有一天，汽車旅館不再只供應傳統的蛋肉早餐，也開始提供簡單又經濟實惠的炒豆腐（代炒蛋）配馬鈴薯塊，從企業界開始大量減少環境成本。如果 Burger King 能直接販售全素漢堡，而不含奶蛋成分，大型旅館的素宴能營養好吃到令任何人都無法拒絕，那就太棒了。

演藝圈、藝術家及媒體名人也紛紛藉由其出眾的才華及知名度，帶動素食及動保風潮。披頭四搖滾歌手保羅麥卡尼是英國週一無肉日的代言人；年輕美麗的女星 Alicia Silverstone 和多才多藝的音樂人 Moby 分別出書提倡素食；歌手 Pink 用前衛的 MV 畫面提醒世人物種平等；前 CNN 記者 Jane Velez-Mitchell 經常以專題播報素食相關訊息；電影《小豬寶貝》(Babe) 男主角 James Cromwell 拍完這部影片後改吃全素；《夏綠蒂的網》這部電影的素食製片家 Bernie Williams 因此片結識 80 多位動物演員後，開始倡導善待動物，片中的豬媽媽在現實生活中，也由電影工作人員從死神手中救出，送至澳洲安享天年。拜中國音樂家李叔同（法號弘一大師）為師的漫畫家豐子愷，也追隨老師的步伐，從音樂文藝走向靈性世界，開始茹素。他獻給老師的《護生畫集》，便是他以最擅長的才華繪出一幅幅慈悲的寫照，為有情眾生道出他們無語的心聲。



（圖：漫畫家豐子愷《護生畫集》）

基督復臨安息日會在世界各地設立素食醫院、社區及學校，栽培營養及醫療專業素食人才，兼重保健與傳教。本地教友為筆者舉例時，提到過一位素食外科醫生 Wareham，直到 95 歲才從手術台退休。與這個素食團體接觸也很有趣，因為該教會擅長引經據典提倡保健，而且高齡老人最多，而且他們的素食食譜最崇尚簡單自然的食材，雖然價格低廉，但營養價值甚高。研究長壽社區的書籍，更是經常引用基督復臨安息日會教友聚居地 Loma Linda 小鎮的長壽成果。推動三藩市每週一天素食日的熱心人士 Dixie Mahy 年屆 70 多歲，她所領導的素食協會已在灣區活躍了 25 個年頭，每有素食演講活動，總能看到她瘦小靈活的身影穿梭會場提供協助。



北加州灣區三藩市的市名，是因紀念 12 世紀義大利有動物守護神之譽的修道士聖法蘭西斯（St. Francis，又譯聖方濟）而得名。他畢生熱愛動物，並與動物朋友建立了融洽、和諧的關係。如今，愛護動物已成世界十大環保工作之一，因此，生態學家便將其紀念日十月四日訂為世界動物

日。成立數十載的三藩市素食協會，每年也都在十月初前後舉辦素食節以茲慶祝。矽谷人生活忙碌，因經濟富裕而得享優質的生活，但與素食傳統甚深的三藩市、提倡平等先進的柏克萊、或重視有機農產的聖塔克魯茲等城市相比，較偏重環保科技，而忽略了個人的素食環保習慣，期待華人科技菁英能在這方面起帶頭作用，為公眾健康及地球永續盡一分心力。



撰文：瑜兒，1984 級。服務高科技多年，退休後為 World Preservation Foundation 及北加州愛海抗暖化教育中心推廣素食，並喜愛舞蹈。

*參考：Vegetarian Christian Saints, Holly Roberts, 2004

美亞憂鬱症協會 — 非營利機構

Asian American Depression Association

Under section 501(C)3 Public Charity

目標：健康心靈，美麗人生

我願聽你傾訴 ... Direct: (408) 705-6659

汝洪湘 心理學博士

Psy. D. of California School of Professional Psychology



你心中平安嗎? 心裡很煩嗎? 生活有壓力嗎?

- 半夜醒來就無法再入眠嗎? 過多或過少?
- 食慾全無? 或進食過多? 常自覺一無是處? 人生了無生趣?

多位專業人士為大家服務, 歡迎有心者加入我們志工行列

2013 年會花絮

鄺如丘/龍啟華

王莉莉在年會當中從會長榮升理事長，被主持人上了個標籤「膽大包天」！因為莉莉 2012 年不但是北一女校友會會長，也是政大校友會會長。莉莉在會長交接之時，特別感傷與不捨，因為卸任理事們是一群負責、合作、無需她操心的最佳團隊，她溼了眼眶，依依不捨，希望大家別忘了這段共事的兩個年頭。開完年會，莉莉忽然想起 Food Bank 的捐贈箱：「我們有人捐罐頭嗎？」理事們答：「兩個大桶幾乎都裝滿，安啦！」莉莉承認，年會當天實在千頭萬緒，忙得把捐贈的事兒忘到九霄雲外啦！



用毛筆寫好台上大字，一手書法冠絕灣區的蔣康耀，多年來支持校友會，大家都很感謝他。年會前一晚，他出席大專校聯年會，被問到次日幾點會到北一女年會？他的回答很誠實，也很白：「北一女母老虎太多了，我不敢去。」年會後多名理事檢討，發現姑爺們到我們年會，因為姐妹們吱吱咋咋，卻缺乏男士聊天，他們成為大片小綠綠中間的孤島，所以慢慢就興趣缺缺了。網路大臣殷瑾認為，要夫婿參與，姐妹們還得有些創意對策，才有可能。

年會各項開支打平，會長王莉莉功勞當然很大，公關大臣張惠梅更是功不可沒。所有「綠緣」上的廣告，都是在她領導下成就的，大筆收入的背後，是公關組每天晚上「打電話打到快要哭出來」，終於完成了設定的目標，不辱使命。公關組需要所有校友支持，提供可能願意買廣告的商家或個人名單，大家加油，校友會才能永續經營。

為年會開場的美麗儀隊，有位不辭辛勞的教頭—倪桂芳。因為儀隊練習必須配合音樂，可是每位隊員都要下場練習，誰管音樂開開停停哪？桂芳除了提醒大家動作，加強不熟悉的部份，還要在電腦和練習場之間奔跑，一人分飾二角，經常搞得香汗淋漓。還有一位幕後功臣—張惠梅，她打了無數個電話召集隊友，每次練習還自掏腰包準備吃的喝的，增



加大家參加練習的動機，最後惠梅自己也上場參加演出。隊友們覺得海外重溫儀隊舊夢，這兩位姐妹真的太給力了。不過，每次寫電郵，打了張惠梅的名字，總是跳出阿妹—張惠妹的芳名，還得費點事糾

正。

「威震寰宇北一女」相聲節目，本來是理事李玲的主意，但因為近期換了工作，而分身乏術。她的夥伴鄺如丘只好找過去台灣電視小童星古美蘭拔刀相助。兩人說演逗唱，自娛娛人，全場大笑連連。雖然有學姊覺得「顏色」稍微多了點，但也有許多姐妹高呼：多點色彩好呀！這年頭，誰怕誰呀？反正娛樂節目毀譽參雜，也是常態。兩位演出者厚著臉皮笑笑，也就過去了。事後有觀眾要求取得相聲稿，希望廣為傳播，還願意付稿費呢！



「成長組曲」的誕生是因為今年理事群裡有不少愛歌者，捨不得這麼難得的搭配組合，再怎麼辛勞也得試。唱歌之外，另收集校友照片的主意來自校友本身，要她上台跳舞，她推回來一個點子，放些幻燈片就好了！的確，放學生照，全家福以及結婚照要比看一位年過半百的在台上跳芭蕾舞好！但是有的人擔心拿出與 EX 的結婚照會讓現在的另一半吃醋！製作人答應大家不會公佈結婚照的姓名，可是在欣賞的時候，有人說不附加姓名，時過多年，我們怎能猜得出是誰！各位，您認得出幾位？

會長莉莉知道北一女合唱團正忙著四月底的公演，不會整團參加；所以靠著她的人脈（會長及創會的吳玲瑤學姐都是 1968 級的，那是人才濟濟的一年），私下邀訪，找來了諸多老將，有歷任會長、理事、連帶姑爺等等。稍年輕的就到青青合唱團裡去找，那兒也有不少校友、姑爺。最難找的是伴奏，張嘴（唱歌）容易，動手（彈琴）難。對行家而言，純看五線譜彈琴，只是眼手合一，算是初級班；能看簡譜彈，而又不是 C 調的，就需要在腦子裡計算、推演出該彈什麼黑鍵、白鍵，那是中級班；高級班的能看著五線譜彈出不同的調來。先得確認現有的黑鍵、白鍵位置，然後全盤移動，立刻找出新的黑白鍵位置。我們的伴奏是高級班的；太低的音唱不下去，她能立刻換調到歌者合適的音域。人手找足後，練唱是段愉快的時間，聽著一屋子迴盪的合音，只覺得好爽心悅耳。

組曲長達 20 分鐘，最怕失去觀眾興趣，所以唱歌，跳舞，演默劇樣樣來。本來計畫上台台下一起跳，可是忘了開燈，觀眾席一片漆黑，跳起舞來一定踩到腳，所以只有 76、78 屆的幾桌熟人從後跳到前場，聊勝於無！演母親的蔡蔭美學姐一上台就有人笑了，她們



想必是看到了江學珠校長！蔡學姐演江校長從美國演到台灣，熟的朋友常開玩笑以江校長稱呼。這次改換角色，還特別去借了頂假髮，增加老相；也找人惡補了如何打毛線。打了帽子，孩子不要戴，打了披風，

只好給玩具熊披。這個劇情好似有點傷感，可是看開了，才能做一位新時代的母親。最後壓場的太極拳是太極拳班何守璇老師調教出來的。當「樹」的同學都是週一班的，結伴參加年會並表演。其中一位同學從未參加過年會，可是樣樣都看了有興趣，看了陳萍的民族舞蹈，就說下週要去上她的課。一身白功夫裝的黃琮是何老師週日班的新生，兩人都是李書東大師的子弟。黃琮被老師指名上台，又是新選理事（這麼巧！），哪能說NO！

燈謎是應景的節目，年會當日正值元宵節。整整十分鐘，台上沒有表演也沒有音樂，可是一桌桌好安靜地各自想方法擠出答案；有人手指在桌面來回地比劃，有人用iPhone上網求救，也有的找來參加表演的人作軍師。讓我們看看交回的答案：

庭訓（打一古時學子名人）：管子（管教孩子）是答案；有人答莊子（板起臉訓孩子是裝出來的一套？），旬子（訓子？），黃庭堅（庭間訓子，好不刻板堅硬？），蘇東坡（？？）

王母娘娘（打台北地區地名）：天母是答案，但「后里」好像也挺有道理的。

家鄉話（打一字）：響（鄉音）是答案，訪（方言）就差了一點，訥（在家內講的話？）差得更遠了。

十五天（打一字）：胖（半月）是答案；「旬」好像也合理，可是猜字謎是由意思再去湊字，單靠意思不夠力道。

老婆婆燙頭髮（打一種中式麵食）：銀絲捲是答案；大家對這一題最有感覺，答案各有千秋，有兩面黃（黃臉老太婆＋枯黃捲髮？），麵疙瘩（老太婆的臉多疙瘩，還是捲髮是疙瘩？），窩窩頭（老太婆燙的是個倒蓋的鳥窩頭？），花捲（可惜，就差一點！）

最多人數的級次- 1976，32人，代表李佳芬

最遠一人來自澳洲

最年長的級次-1949，闕新萍

最年輕的級次-1994，蔣珮琪

最幸運的-王莉莉，自己及老公各得一份抽獎禮物。看來這新啟用的抽獎電腦程式還得加油潤滑一番。

2012 財務長薛乃莊夫婿黃頌基，是少數到場的男士之一。散場後，大家忙著拿車付費開回家，黃家伉儷卻在停車場跟所有經過的校友稱讚：北一女時間管理一級棒，說幾點結束，一分不差就完事了！別人不信，黃頌基卻早就信心十足：北一女耶，不是別人！



鄺如丘，197X 屆校友，台灣師大教育學士，美國愛荷華大學行政碩士，美國紐約州立大學博士研究。中央日報、世界日報記者，中廣公司、星島電台播音員，南灣博愛文化中心行政主任，美國宏基集團活動總監，美國司法部分析師，美國中文語言考官，國務院同步翻譯，公司培訓、激勵演講講師。



龍啟華，1976 屆校友，電腦資訊業工作，新任校友會會長，週一太極拳班前任班長，日新中文學校理事。餘暇喜整理庭院、與家人騎自行車遊舊金山、還有管不完的閒事。

誠懇地為您服務

Top Realtor®
Senior Real Estate Specialist
in South Bay and Silicon Valley

30年南灣房地產買賣，投資，交換
 北一女畢業

台灣大學經濟學士
 史丹福大學統計碩士

www.BarbaraChang.com
Barbara.Chang@CBNorCal.com

邵 攸
Barbara Chang

(650)947-2286

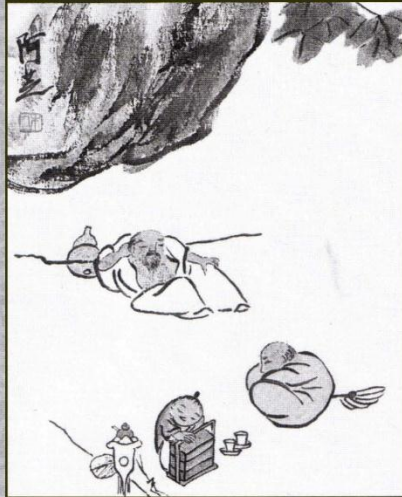
經驗
 豐富
 效率
 高



專業
 又為
 您著
 想



炊茶圖 齊白石畫



燭光晚餐・開會設宴・推車飲茶

最美味的點心
最優雅的貴賓室
最細緻的佳餚
最氣派的宴會廳
最重要的是
我們有
最無微不至的待客之道



(650) 856 - 7700

1700 Embarcadero Road, Palo Alto, CA 94303

專用 250 車位免費停車場

www.mings.com



- * 專辦美國移民局“已批准地區中心”之 EB-5 綠卡申請之投資移民。
- * 免費提供 EB-5 投資移民個案評估。
- * 提供 Skype 視訊會議服務。
- * Specializing in U.S.C.I.S. “Preapproved Regional Centers” for EB-5 Investment Green Card Immigration.
- * Free EB-5 Case Evaluation.
- * Videoconferencing Services via Skype.

- 41 年豐富經驗，信譽卓著。
- 中美專業律師群，提供多語服務。
- 精通國、粵、台及英語，為個人、公司及政府機構等提供有關美國及美國與中、台、港兩岸三地間之法律專業服務。
- 擅長複雜移民、人體受傷、家庭婚姻、信託遺囑、公司商業、地產買賣、民事訴訟、刑事辯護、智慧財產侵權及國際法等法律事務。
- 團隊服務、親切誠懇、服務迅速、收費公道。
- 歡迎電話及電郵諮詢。

- 41 years expertise with outstanding credentials.
- Professional Attorneys with multilingual services.
- Multilingual in Mandarin, Cantonese, Taiwanese and English. We provide services to individuals, corporations and governments with legal issues involving the U.S. or the U.S. and China, Taiwan and Hong Kong.
- Specializing in complex cases involving Immigration, Personal Injury, Family Law, Probate, Living Trusts, Business Law, Real Estate, Civil Litigation, Criminal Defense, Intellectual Property Right Infringement and International Law.
- Team work approach with honesty, efficiency, integrity and reasonable fees.
- We welcome telephone and email consultation.

SAN FRANCISCO HEADQUARTERS
BANK OF AMERICA TOWER
555 CALIFORNIA ST, SUITE 300
SAN FRANCISCO, CA 94104
TEL: 415-956-1111
FAX: 888-567-1090
WEBSITE: [HTTP://WWW.LAUNET.COM](http://www.LAUNET.COM)
EMAIL: LAUANDLAULAW@LAUNET.COM
SKYPE ID: LAU-SF

SAN JOSE
TEL: 408-293-1111

FREMONT
TEL: 510-252-1112



Edward C.Y. Lau
Attorney at Law
劉中原律師

Shirley C. Lau
Office Manager
莊文玉
(1958年校友)

Steven L. Lau
Attorney at Law
劉亮志律師



靈堂上的女主角

詹紹慧

昭武：妳生前凡事低調，哪能料到由不得妳出意見的追悼會，把個上千人的靈堂坐滿後再加椅子的盛況？北一女來了兩位校長，昆山台商子弟學校校長也趕來參加，學校的同事和妳教過的學生、教會姊妹、以及妳不認識卻於急困時受妳幫助過的許多陌生人。沒能到場的自然是海內外敬妳、愛妳的學生，因為她們不知道，不知道曾老師像彗星一樣消失了，不知道妳以畢生心血建構了一個專為服務弱勢學生的基金會，所以妳沒有真走，就像靈堂上劉培翊老師所選的放大照，注視照片讓人覺得妳也正注視著她，陰陽雖兩隔還是會生感應的。

妳我結緣於三十多年前任教北一女夜補校，晚上九點放學，我們一塊等欣欣客運往木柵的公車，妳早我一站考試院下車。 那些年較為深刻的話題，多是逢颱必淹的經驗談。沒聽過妳訴苦，倒是會說說客廳刮水刮到魚，摘些龍眼充飢，或是看著沙發像隻小船流入家門前的大水溝。 我就會告訴妳當水淹過我們博愛新村一樓，二樓把電視等貴重物品搬到三樓樓梯，我三樓的家就自動成為鄰居們過夜的地方。

當伯母罹患癌症，請人看顧開銷大，於是妳忙於兼家教和縫製外銷的絲娃娃來維持家用。可是當 921 地震災後，南投仁愛鄉原住民教友於十二月十二日校慶日，來學校表演和募款。記得妳除了捐款像個大金主並與他們共餐以及餐後在教室和聲歡唱。妳是有心人，我知道妳是想使第一次進城來大台北的山區朋友心中感受被重視的溫暖。

接下的幾年妳我相繼轉到北一女日間部任課，我的課多在下午而妳在上午並兼帶數學資優生的輔導課。不久妳為教育部編寫大學聯考電腦參考題庫，又帶全國遴選出的學生出國參加國際奧林匹克數學競賽……。不久，患病六年的伯母走了，又過了好多年，輕度失智的伯父一百零六歲也走了。眾所周知，妳數十年如一日，公私兩忙沒有自己的生活。

二零一零年暑假我去昆山學校宿舍找妳，妳告訴我伯父留下的舊房舍有財團接手。妳擁有了一大筆錢，想用這筆錢研發無遠弗屆的雲端數學教學。

唉！有沒有搞錯，妳苦等多年的旅遊、攝影、品味美食和見識世界的願望呢？

當然，我不只一次聽妳談起；世界上有人一聽數學就怕，有人對數學總是想弄弄不懂，更有人從小就沒有機會去學習。如果數學像英文查單字一樣簡單，翻翻字典就能解決那該多有趣！於是妳想設計一套互動式以簡馭繁的數學軟體，軟體的特色是只要反覆練習，基本概念融會貫通，十秒鐘內就可以完成解題。見妳說的興致勃勃，並知道妳已經著手去做，甚至實驗性的在學校抽樣測試，反應不差，只限於經費沒有大規模的具體規劃而已。所以我轉而支持，由得妳這把愛火燒啊燒。

萬事齊備。妳十月底回台灣辦事，因為腹痛就去國泰醫院照了張片子，醫生診斷在右下腹有一惡性腫瘤。不明白妳是怎麼的「君子一言駟馬難追」？還是妳的腦子沒意會到事態的嚴重？次日就趕回昆山，只為參加一位外地來昆山打工姊妹的婚宴，因為妳答應了她。

聖誕節我打電話沒找著妳，就請在昆山的好同學熊明琍開車去妳家看妳。她回音說妳已經病危送往醫院。怎麼回事？

世界上就是有一種人，對強勢高位者她可以不甩，對弱勢朋友的熱忱卻常陷自己於盛情難卻的境地。我不知道妳是否這種情況？還是當時的劇痛已不由自主地住進醫院，慨然允許化學藥劑注入妳的血管？即沒有告知當地的學校同事，也沒思考回台北聽取第二種治療意見？親愛的，妳不是一級棒的聰明麼？還是在那當下，妳憐憫起自己無父無母甚至也無戀愛的人世寂寥？

我二零一一年元月二日由舊金山趕到昆山醫院，妳不認識我，不認識任何一位趨近床邊的友人。由於整棟大樓的加護病房只妳一位病人，機械裝備、密閉空間的全然隔離，全身插管的妳慢慢出現胡言亂語的譫妄症狀，於是妳的教會姊妹認為妳被魔鬼附身，請了牧師來為妳驅魔。隨著時日，妳漸漸甦醒，萬沒料到的是才幾天光景，妳後腦杓的頭髮從髮根脫落的極其徹底。

這當下金玲老師和曾明霞老師也趕來昆山，當時我們即商議把妳轉回台北治療。

台灣的醫療總較為先進，手術了，癌指數被控制了，雖然探測不出原始病兆留下的禍端，不過妳活過來了，活著就好。

二零一二年四月我和熊明琍去榮總看妳，護士來為妳搭藥，掀開的衣服讓我看到妳背肌上放射治療藍色的紅色的不同畫線，也瞥見妳骨瘦如柴像電視上的非洲飢童。聽見妳對熊明琍提起去年的冷凍治療和下週的新療程，我不禁憶起當年颱風後看到的一個場景：河裡的老鼠奮力游到登岸處，就被觀看的住家用長竹竿捅下去，一次次屢敗屢試，面臨注定必死的命運，一隻老鼠盡其全力掙扎逃生的歷程……兩年來妳多半住在醫院，每隔幾天醫生就把足以灼傷人的劇毒藥物輸入妳全身，一次療程讓妳血液裡的紅血球、白血球、血小板幾被殺光，再輸血補充。因為免疫力完全喪失，為預防感染，再強忍噁心吞食苦臭難聞的滅菌藥。癌指數又高了，再進行毒性更強的化療。即便這樣，癌細胞仍似春蠶對桑葉無休止的啃食。妳也如那河裡怕死逃生的老鼠麼？不！以妳信仰的深度非但不怕死還衷心親近死亡，那妳為什麼？

坐在床沿想找個輕鬆話題逗妳開心，玩笑似地說：我從沒寫過像給妳那麼肉麻的信，妳卻答說妳沒收到，因為閒雜信件太多，早改了網址。我在心裡嘆了長長的一口氣。因為兩年來我都藉由書信關懷妳。估計撥電話，由於時差，北加州下午的五點是台北早上八點，妳會先讀聖經，接著用餐和與數學小組視訊會議。再設想妳要休息，再、反正上午的時間

不合適，我這邊又到了夜裡。斷斷續續我給妳寫了十多封信，妳沒回信，我只當是妳累妳痛，偶而通上電話又覺得電話上時間寶貴寫信的事不值一提，甚至妳不回信的理由也設想很多。沒預料的是就連此刻的書寫妳也接收不到，往日惦記妳的病情我會撥電話問接近妳的人，現在呢？

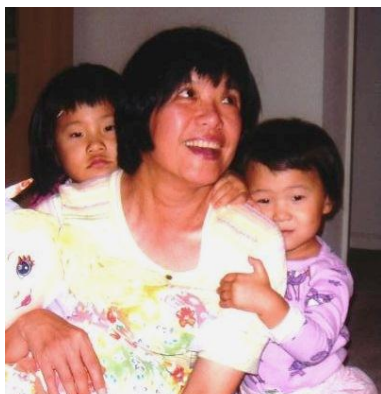
再說去年回美國後不時想起妳的痛，幾經思索，便依照妳給我的新網址寄了份趙可式教授推行的安寧照顧給妳，妳還是沒有回信，我卻開始懊惱自己，我是不是潑妳涼水？人不能的，上主能。我的信仰是不是不夠堅定？

知道麼？與妳病況急轉直下同步焦急萬分的，是由李孫文帶領的各個數學電腦高手，他們知道妳在等，妳的每況日下就是他們的加班指標。這洶湧的幹勁，不是因為受聘於妳，是被妳的意願和對他們堅持的信任，促使妳的使命內化為他們的使命。

直到八月六日完成國家專利註冊，十日夜妳揮手告別。應驗了大蘋果史蒂夫·喬所言：「面對死亡時一切都消失了，只有最真實最重要的東西才會留下」。

昭武，我相信我們必將相見，除了我是數學白癡，即便此刻對妳的偉大創作仍似懂非懂，不若妳生前愛人死後又遺愛人間。但我只一點點好，仁慈的上主也會收留我。所以妳走了，我沒有哭。我是沒有哭，只是祈禱，祈禱治不好我的心痛，便寫了這篇短文。

當然，他日我回台灣，一定會去木柵福德公墓的樹葬區的一棵樹下找妳，說不定妳樹上的鳥兒先迎上來。不！我忽然想起來，妳我不是都喜歡「輕笑」那首歌麼？我也可以模仿歌詞，把沒有寫出來的，屬於我倆私密的歡愉編成歌謠，掛在樹梢，吸引黃鶯圍繞，當往來的路人讚美黃鶯歌聲美妙的時候；唯我癡心長記——是妳的「輕笑」。



曾昭武老師與詹紹慧老師的
兩位孫女



從左至右：劉培翊老師，曾伯父，曾昭武老師，及詹紹慧老師
(最右)攝於曾伯父百歲壽宴

註：曾昭武老師，畢業於師大數學研究所。先任教木柵實踐國中兩年，鄭璽璜校長時受聘至北一女夜補校任教，數年後轉往日間部教學，於陳富貴任校長時退休。服務北一女長達三十年。而後受聘昆山為台商子弟並以建中、北一女教師為班底的學校教學至患病去世。



詹紹慧老師，台北護專畢業，江學珠校長時至北一女夜補校教護理，後至政大進修取得輔導教師資格，於鄧玉祥校長時兼任輔導工作為同學服務。圓神出版相關著作「心情舞台——考前一百天」。教學屆滿二十五年退休。



愛佳倍優質生活股份有限公司
www.agapesuperiorliving.com

愛佳倍所銷售的藥草及維生素補給品，為真正純天然營養物所製成的，並依健康飲食的比重加以調配，使身體能確實達到滋養強身、增強體力。

產品介紹

佰草精華： 自然食物電能最高的全方位營養品
氧之泉： 舉世無雙的氫氧方程式
鎂鈣方程式： 獨步單方的離子鎂與葡萄糖酸鈣
健心寶： 能使全身細胞健康的必需脂肪酸
益寶素： 增強身體防禦能力最佳的基礎動力
虹彩顏露： 卓越、精純的膠體鐵質
青春方程式： 助人體腦下腺釋放人體生長激素

歡迎洽購

于灣華 (1969年畢業校友)

Phone:(510)415-0921

433 Harlan St. #401, San Leandro, CA 94577

E-Mail: JerryLiao@sbcglobal.net

教師節禮讚—記 2013 年 9 月 28 日利苑小聚

王莉莉，龍啟華記錄 劉瑞明攝影



後左：張慶先，柳友麗，李惠美

前左：李寶和，王秀芝，陳民鐸，林惠英，楊樹森

往年遇到一年一度的教師節時，北一女校友會會寄賀卡和感謝函給目前在北加的北一女老師們。今年除了賀卡，校友會同時邀請老師們聚餐。今年的教師節正逢週六。在社服組組長劉瑞明的安排下，有八位老師參加了「謝師宴」。地點在Cupertino利苑餐廳。

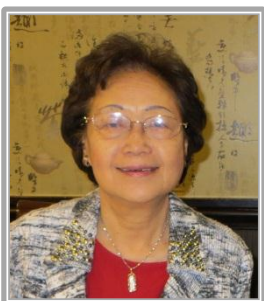
席間老師們侃侃而談，回憶往事。尤其是在北一女教書時的一些記憶。也有一些老師回憶起他們在戰亂時期如何遷台，正是驗證近代史的親身經歷。大家對於能在教師節歡聚一堂頗為興奮，甚至感到時光倒流，帶他們回到年輕時代。

參加的八位老師分別為：

物理老師李寶和、國文老師王秀芝、物理老師李惠美、歷史老師張慶先、地理老師楊樹森、音樂老師柳友麗、英文老師林惠英、物理老師陳民鐸。以下將老師們那段甜美的回憶做個介紹。



陳民鐸老師年壽已 92 歲之高，依然興致昂昂地協同 1973 屆的女兒陳韡之同來參加理事會社福組籌劃的教師節聚餐。1963 年前後，江校長從附中的物理老師那兒覓得已經在基隆海洋學院教書的陳老師，請他台北、基隆兩頭跑，開始他在北一女的教學生涯，教的是二年級理組班的物理。4 年後，老師實在忙碌不堪，乃請辭。直至現今，老師依然記得那四年中教的一位胡同學，特別用功。各位讀者，您知道這位胡同學嗎？



教歷史的張慶先老師也是 1963 至 1976，7 年之間當愛班的導師。立法委員李慶安在北一女高二時，清潔服務時間遭鬆落窗子玻璃刮傷鼻子，急送中興診所的事，老師此時依然印象深刻。此外，導師期間，班上有位同學坐火車上學，一大早就到班上，一人孤坐在空蕩蕩的教室，心情緊張，怕考試不如人，怕成績落入後，如此行為令家長憂心。老師走訪台大醫院心理科，才知道醫院的心理病人中有不少建中，北一女的學生！這項事實鮮為其他學生所知！



江校長時期，北一女老師們除了忙碌於總統府旁的「綠園」，對社會其他團體也一併有貢獻。學校有輛車固定地每週載張老師及其他科目的老師們台北，新店，陽明山等地往返教學。新店的校區是六十年代北一女的分校，收有男生！彼時，幾所市區中心（近總統府）的學校如建中，北一女，都設有郊區分校，以備總區遭轟炸的話，還可以轉移分區運作。綠制服的設計也是緣於避戰的考量。時過境遷之後，新店的校區已改設為景美女高，然而綠上衣卻是逐年隨布料的改良，益加鮮綠，如今已成為人見人美的制服顏色。陽明山是蔣夫人辦的國軍遺族華興校區所在，北一女的老師們固定到華興授課，提高了華興中、小學生的素質；值高中學齡的優秀華興女同學也有的保送北一女。華視電台開辦之後，為鼓勵社會中失學的年輕人努力向學，政府開辦了空中教學的收音機節目。學校又是載了一車的北一女老師們固定到華視為教學內容錄音。暑假開始，就是老師們準備全國僑生入學招生考試出題，閱卷的時候。張老師說來這番，我才恍然了解身為全國第一水準的高校老師們，他們貢獻的範圍並不只限於本校的學生而已！張老師全家移民來美，結束了她北一女教學生涯，同時開展她在舊金山灣區的義務服務生活，在中華耆英會，聖荷西市政府等機構奉獻心力，如同當年造福人群。



李惠美老師是江校長到師大物理系指明得到的女物理老師。在他短暫的 3 年（1964-1966）教學時間，當溫班的導師。她自己並沒有鼓勵女同學將來主修物理，私底下認為物理難唸出頭。沒想到那年溫班同學大部分考大學時都



填物理系志願,而且也都考上了!而她自己離開教職來美時才31歲,等到孩子上小學四年級後才重回學校唸書,從物理開始,其後發現電腦市場廣大乃改唸電腦,一晃40餘年至今。江校長的確有眼光,讓女同學們以年輕優秀的李老師為榜樣。



林惠英老師協同愛女安琪來聚餐。安琪熟練地把雙親在北一女教書的生活一一道來:50年代,林惠英,鄧紹熙夫婦,同為師大第一屆畢業生,一畢業立即被江校長聘入綠園,夫婦倆都教英文。林老師用在上海教會學校裡從英國修女學的正統發音,字腔正圓地教學生們唱歌學英語;英俊的鄧爸爸則為仰慕的女學生們團團圍繞。林老師在這段時期,生下鄧家姐弟組成小家庭,鄧爸爸則只待了三,五年,後來被台灣銀行挖角而去。



如同張老師等被車到新店、陽明山,林老師也天天到蘆州道南中學為那群離鄉背井的僑生同學們上英文課。美麗時髦又愛學生的林老師帶他們唱英文歌引導出興趣,也不忘照顧同學牙痛了給錢看牙醫。同學們直至今日還不忘邀請老師參加道南人的同學會。當YMCA在台灣成立成人英語班時,林老師就離開了綠園,開始轉教成人學英語。



李寶和老師是與江學珠校長同時進北一女教書。後來參加留學考試,一百人只錄取兩位。當時他的物理本科就考了一百分。順利地成為兩位被錄取的留學生之一。在獲得博士學位之後,曾在台大、師大做教授。同時任職在聯合國教科文組織。因此曾被派駐世界許多國家。在師大任教的四十年中,有三分之一的時間都在國外。

老師教的是物理,以留學深造之因向江校長請辭。歸國後雖沒有重執教鞭,江校長依然愛聽他侃侃而談,常請李老師回校為同學在週一朝會上演講,鼓勵學生向上。李寶和老師及師母有十歲之差,師母從北一女及師大畢業後,李老師已結束北一女教書生活並從澳洲留學歸國,最後當了師母的頂頭上司!老師,師母找不出當年的舊照與我分享,因為一大箱上萬張的照片在離開阿富汗時被搬到不知去向!藉聯合國工作之機,老師攜家帶眷全世界五大洲差不多都跑過了,李老師於1960年赴美定居。今年已92歲。去年動了心導管手術。目前恢復良好,除了高速公路之外,日常生活都是自己開車。他告訴我們,他與師母還在戀愛期。每天都會互相擁抱相親。生活非常美好。讓我們得以親睹夫婦相處白頭到老的榜樣。



楊樹森老師也是大學畢業，二十一、二歲就來到了北一女，59、60年間教高二地理。也如同其他向上的年輕人，老師得到了來美深造的機會，向江校長請辭。校長當年把信義路的宿舍讓出來給老師。因為有宿舍，他才能結婚。即使如此，也沒法阻擋老師赴美深造的意願。一走多年，老師現今已80多了，為了我翻箱倒櫃找不出當年的照片，電話聲中不勝懊惱。老師的學生中不乏在灣區有名望之人，諸如明苑(Ming's Villa)的郭家姊妹等等。

楊老師的心臟也動了一次手術。他的兒子是醫生，特別為他裝了一個比較強壯的控制器在心臟內。他笑著說晚上睡覺時，如果翻向左側，自己可以清楚地聽到心跳的聲音。尤其夜深人靜時，聲音特別清晰。



王秀芝老師回憶說，江校長非常嚴格。凡是年輕英俊的男子一概不錄用。她認為李寶和老師非常幸運得成為一女中的老師，因為李老師年輕時非常英俊瀟灑。她記得當年在臺她是教育廳的人事主任，在一女中替江校長去請老師。她地方又不熟，好不容易找到這些老師家，請他們填表，到學校與江校長面試。有一次有七位江蘇縣的縣長來做老師，他們認為填那些表格很麻煩，請王老師代填。當時她們看王老師卅多歲的年輕小姐，根本無法理解她是教育廳的人士主任，地位與校長同等。

提到她是如何到臺灣的時候，她說原來在北大做助教。回到青島家中就因大陸淪陷而無處可去。一天一位軍人經過她家，要求借打電話。王老師問起他們何時開拔，知道在當晚，就要求權充他的姊姊，當晚就上了船離開了家鄉。人生從此改變。

她認為她最幸運的事就是選擇了教書的工作。桃李滿天下，到現在還有七十歲的一女中學生與她保持聯絡。真是人生一大幸福。



柳友麗老師是在謝雪如老師退休時到一女中教音樂的。在一女中教了廿七年，直到移民美國才從一女中退休。她說常遇到自己的學生，因為學生都必須站在她面前唱歌給她聽，所以大部份的學生她都記得。

柳老師到現在還在家中教鋼琴，同時可以照顧孫子。目前孫子都上學了，她還是時常惦記他們，煮些好吃的給他們吃。

柳老師是八位老師中最年輕的老師，並沒有歷經戰亂。在午宴中聽到其他老師們的親身經歷，感嘆萬分。

這次教師節的謝師宴，使我們有機會進一步瞭解老師們的生活和在北一女教學的歷史。是一次

非常難得的聚會。同時也感嘆老師們年紀漸長，有一些老師無法出門來參加這次的午宴。我們都希望老師們有健康的身體，愉快的心情。能夠出席我們的年會和同學們一起，回到他們年輕的時代。

老師們，謝謝您，教師節快樂！



(左)王莉莉:理事長

(中)龍啟華:會長

(右)劉瑞明:社服組長

Lechung Paul Yen, CPA & CVA

閻立中 會計師及企業評價分析師

Direct: 408-323-8968

Paul@PaulYenCPA.com

www.PaulYenCPA.com



Income Tax Services -

- Income Tax Planning & Preparation for : individuals, corporations, partnerships, LLCs and tax-exempt nonprofit organizations.
- Tax Authority Representation.
- Payroll Tax Services.

Accounting & Valuation Services –

- Business Valuation.
- Accounting System Design and Setup.
- Financial Statements Preparation.

6455 Almaden Expwy, Suite 215 & 217, San Jose, Ca. 95120

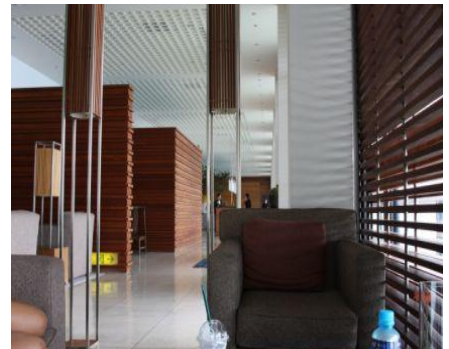
一個心奢華之旅-日月潭涵碧樓紀行

陳昱寧 2009/06

喜歡日月潭，
是因為從小在台生長的我對那烟波朦朧的湖山美景慕名已久。
嚮往涵碧樓，
是因為經年住在美國的我無意中發現
一個旅館的設計給了我滌靜身心的感覺。
在網上搜尋很久，
才曉得它是涵碧樓。
自此，涵碧樓就像一個夢境一樣一直縈繞在我心頭。
好不容易有時間赴台休閒一番，
從美國矽谷來的女兒和我，
就把日月潭涵碧樓當成重點旅遊景點了。
這是我涵碧樓心奢華的三天兩夜 SPA 之旅的影音記錄短片，
短片下面的文章是每天行程的簡介：

我們 09 年五月底從舊金山出發，坐飛機到台北。
我們再從台北出發，先坐高鐵，
再坐旅館派來的接駁車，
來到涵碧樓開始我們三天兩夜的 SPA 之旅。
經過勞累的長途跋涉，旅人得以坐在舒適的大沙發上品茶等候登記。

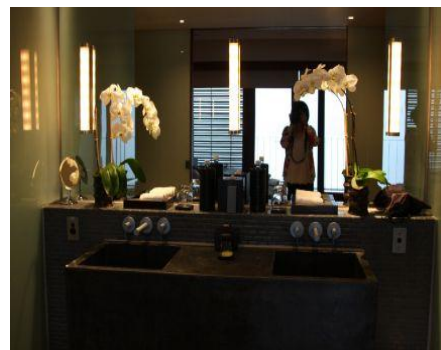
登記註冊後，我們在茶藝館享用阿薩姆中式下午茶。
園景太美了，我們選擇在傘下用茶點。



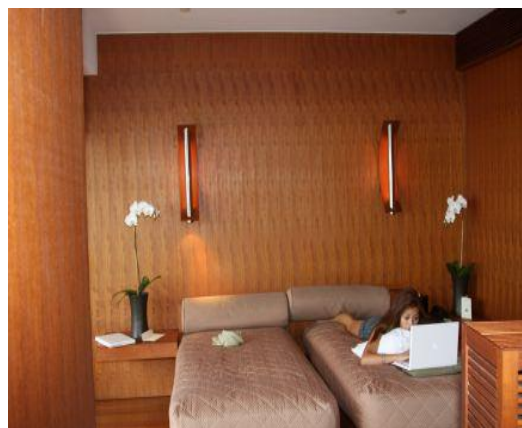
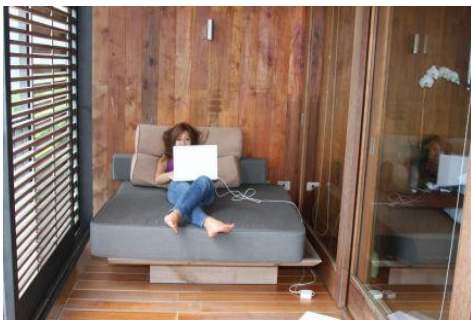
吃完後，我們住進景套房。一進門，就在左邊看到 Bose 音響。正面看到的是貴妃躺椅。這是客廳。可能是以黃金比例設計的吧，整個房間給人一種滌靜心靈的感覺，是個禪修的好所在。



浴室是可開放也可封閉的空間，它的設計及每一寸的構造可是整體和諧又低調的精品。



臥室設計得美觀却極簡，但它的燈光冷氣等組合的控制設備給人方便，像是無所不在的 butler 為我們服務。Wifi 線上網是不可少的。我們的加州女孩上網可盡興呢！



陽台設計得非常古樸，和房間配合得天衣無縫。
令我感動的還有一睜開眼就儘入眼底的湖景。
它還每分每刻都會因天氣變換呈現不同的美，
時時刻刻滋養着我渴盼美渴盼感動的心。

所以，對現代上網族，
有比在美景中上網更快樂的事嗎？
我們巡遊嘆咏加崇拜我們的房間後，就去游泳了。

晚上，我們在湖光軒享用中式套餐。
仔細看菜單，吃的還真的是山珍海味。
第二天一早坐船遊湖。
我們去了日月村，
對當地原住民邵族增加了解。
我們登上了拉魯島的外灘，
也多了解了日月潭的歷史與邵族的淵源。
我們也近距離地看到慈恩塔，玄奘廟及玄光寺。



在散步到水社碼頭時看到很多大陸觀光客要上船遊湖。



第二天下午，
我們母女去 spa 一起
享受桑拿，
一起做按摩，
之後整個人身心舒適
暢快。

在 SPA 看到的湖景。
請問世界上那個 SPA
可看到如此美景？

晚餐在有湖景的東方
餐廳吃西式套餐。



第三天一早我去晨泳，去淌漾享受那波光瀾影。

涵碧樓的泳池是以打造

“使游泳者在池中看不出池水和湖水的界限”

聞名的。

在那光影漣漣的池中

我早已有身在莫內（Monet）畫裡的感動了，

盯着拉魯島來回地游，

我真有懷抱天地胸襟變得好大的感覺。

我快樂得要爆了，



這絕對是頂級的心奢
華，
而不是“念天地之悠
悠，獨愴然而涕
下！”

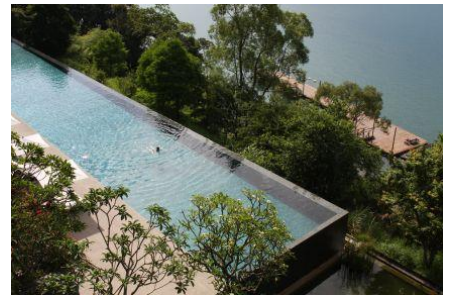
消耗體力後我們去東方
餐廳飽吃了一頓豐盛的
中日西式俱全的
brunch。Yummy.

就在我們臨別前，起霧
了。

日月潭在我們臨別一瞥
時讓我們看到她不同的
面目。

相機客除了忙着打包行
李，

又要忙着照相了。



再見了，美麗的日月潭，拉魯島和盛名副其實的涵碧樓。
在此要謝謝涵碧樓的經營者，
你們的堅持，讓涵碧樓處處顯得大氣却低調，簡約却精緻，
讓人容易打心裏拋棄繁雜，放空一切，得到真正的休息與享受。
你們的慧眼，把日月潭和涵碧樓包裝成一個完美的結合體，
自成一景點。
你們的用心，放在恰到好處的地方，加上空間和美學的結合，
再再讓人感動。
我的確享受到了一個心奢華的假期，謝謝。



一加州遊遍世界的旅客 Dr 陳
呵呵，引我的話要注明出處噢！



陳昱寧：北一女 1970 級，清華大學物理系畢業，University of Pennsylvania 材料科學工程博士，Stanford 商學院研究所 SEP certificate. 在 Martsoft Corp (VC 投資的軟體公司) 當過八年的董事長和 CEO。90 年代合創亞美家長協會 (AAPA)，在 Cupertino 臨近六城為提升學童教育，護衛亞裔權益與提高華人地位的 civic matters 辛苦奔走奉獻八年。曾任 Cupertino Educational Endowment Foundation (CEEF) 董事。現從事 hedge fund 投資事業。



六十慶生・椰島熱情

黃珠芬

期待令人焦急。打從二零一二年初，六十慶生重聚夏威夷遊輪之旅就開始被提起。我沒去過夏威夷，立刻決定參加，時時引頸以待。直到六月，終於開放讓我們訂位。於是，同學間郵件飛梭，誰要和誰同房，海景房好還是經濟房好，要不要帶禮服，機票怎麼訂……好不容易，一兩個月後總算早鳥們各自找妥同伴，訂好房間。我們才稍安靜下來，北加州的籌備會卻從沒能閒著；有時提醒我們該買那種保險，有時告知我們可參加那些一日遊，甚至還為落單的人找室友，為提早幾天到，或者晚幾天走的同學提供交通、住宿資訊。遊輪之旅預定在二零一三年的十月舉行，但是早從一年半前，每隔幾天就有一封郵件在談六十慶生重聚，真是把人心搔得癢癢的，怎麼不是明天就要出發呢？



雖然大家都是六十歲的人了，初見面的驚喜毫不掩飾地表現在擁抱和尖叫中；瞬時我們都回到十八歲，毫無知覺那失聯的四十二年。第一天的報到會其實也是認親會。這端才找到高中同班照張相，那頭有人對我揮手，端詳半天，哇！竟然是失聯五十年的小學同學。再看看，初中同學也有好幾個。大學同系的更不用說了，一口氣來了十二個。奇妙的串聯，這群人竟有一大半是認識的。透視過些微的白髮和眼袋，那一張張當年稚氣的臉就浮現出來。沒有任何隔閡，我們的話題馬上銜接到幾十年前分手的那一刻：橫貫公路健行，大隊接力，合唱比賽，和教官捉迷藏，與男校去郊遊……那是多麼天真快樂的十八少女時啊。走過人生六十年，每人際遇不同，相同的是耳順之年，臉上多了祥和與智慧。其中有不少人已升格為祖母了。這些祖母級的同學都不畏言老，帶著孫兒的照片到處炫耀。



這次重聚，同學來了七十位，加上親友總共有一百二十一人參加。王維一家三代七口是最大一戶；朱黛波帶了九十三歲，仍耳聰目明，步履穩健的媽媽一起來，令人感動。還有三位美國先生，和幾位中文不太溜的成年孩子們，跟著這一群不老之將至，辣味不減的熟女們，也是興味十足，玩成一片。



同學一起參加遊輪是一種聰明的安排，因為遊輪上有各種娛樂表演，運動設施，演講遊戲，隨時可以吃喝，累了就回房休息。第二天我們全體一起共進晚餐。餐廳送我們一個點著六根蠟燭的蛋糕，同學們一起慶祝六十歲生日，快樂迎向人生的新階段。此後幾天，大家各自邀約吃飯。遊輪上有各國口味的餐廳，每日嚐鮮輪換著吃，或跟理組班的同學，或跟文組班的同學，或跟大學同學……能一起在郵輪上共度一星期，分享這四十幾年人生經歷的冷暖點滴，是多麼難得的經驗。

除了遊輪上的活動，我們自己的籌備會更費心地安排了遊遍茂宜島，夏威夷大島和可愛島的一日遊。我們四天乘遊覽車出去郊遊，下車欣賞美景，上車閒話敘舊。趙振中把當年的黑白照片掃描存入平板電腦，讓大家指認照片上的同學，考驗我們的記憶力，一路歡樂無窮。



北一女人才濟濟，有會教排舞的趙媽玲和劉淑莞，帶領大家跳舞運動；會走模特兒台步的陳君瑜，教辣妹酷酷的 cat walk；老人專科醫生葉新新，殷殷敦囑養生之道；專研地質的姑爺徐寬雄，一路解釋夏威夷特殊的火山地貌；還有最佳攝影朱慧姬，隨時捕捉活動的精采鏡頭。此行，既是感性，也是知性。

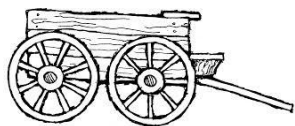
七天的六十重聚遊輪之旅很快就過了。最後一天下午，船公司提供了一個中型的表演廳，供我們播放當年流行的老歌，一起或唱或跳，講講笑話，騷首弄姿，捉弄姑爺們，還有免費的雞尾酒助興，一次歡聚就在依依不捨的氣氛中結束。大家推選出劉祝慈為三年後畢業四十五年重聚的總召，互相祝福留住好心情與好健康，期待下次再相會。



黃珠芬，1971 級真班，台大商學系國貿組畢業。旅居德國、英國二十多年，從事貿易工作。現在返回台灣定居，閒時喜好旅遊，唱歌，閱讀，寫回憶錄。

源

魏任



光復樓，明德樓，敬學堂等是耳熟能詳的北一女校舍。知道過去校園內曾有教師居住的忠字宿舍的大概不多。母親當年捨松江女中遠到彰中就是敬畏江校長，卻在我能記事時和父親來到總統府旁的一女中任教。忠字宿舍是一長排分成好多隔間，每一小間就是一戶，轉身都不易。廚廁都在外公用。只有兩位教英文的孫老師有能力各自建了廚廁俱全的相對寬大獨立房。她們的先生，邵先生好像在中影任職常聽時髦洋歌而趙先生似乎常出國。趙伯伯會帶回禮物給我們小朋友而且記性好不遺漏任何人，他們家的聖誕晚會是我們小孩的最大期盼。

忠字宿舍靠近學校後門的大廚房，是至善樓的前身。由於整個校園本身不大，到哪裏都不遠。我曾獨自到母親任教的班上，個子小小的我只需放個書包在桌上就可遁形在後與學生一起上課甚至享用她們給的點心。當然這種好事只能發生一次。教師常集中閱卷長久不歸時，在那電話稀有的年代，我便常跑去張望。當年防空洞多凹洞也多，院裏就有聚水生苔面積不小的。我也曾掉落這個水塘，在無人通報下自己爬出撿回一命。第一次到福利社買牛皮糖，好興奮一張錢可換回九張。福利社的老先生用他戴著金戒指的手慢慢找錢。福利社前有個兔籠，讓日後的我覺得雞兔問題不可思議。從來不見雞在兔籠裏，管它幾隻腳哩！廚房雖是個大通倉，每家有固定地方。我們在最後處，分界用的水泥牆上劃著我不同時期的高度。由於來自大江南北，各省份的菜色都有，菜香四溢。廁所洗澡間在一處，那時廁所紙是非常粗糙的黃顏色紙頭。白天都覺得太遠，晚上更是沒膽去。江校長雖嚴格，卻也相當重視員工福利的。每周都有名片欣賞。也請名師開班教授繪畫書法烹飪等等。黃色的娃娃車送我們去附設的學前班。童年就這麼悠忽過著。

快上小學時搬到校外北一女的中山南路宿舍，正好我可以走路到女師附小上學。從與一家共用廚房住在二樓到一房一廳廚廁衛浴的平房時，我已是小學四年級。那年我們是宿舍裏第一家有冰箱的。冰箱上有個紫色小燈。父親改習作時必聽收音機，那個收音機有個綠色小燈。這時家庭經濟好些，逢年過節能請會燒菜的一女中門房來家辦桌。



也能到螢橋茶棚喝茶，去兒童樂園聽歌，到餅乾廠買剛出爐的蘇打及椒鹽餅乾。更重要的是有空間讓一女中學生來家交流了。父親的文友和四川老鄉三不五時的聚聚。家裏訂三份報紙，自立晚報，大華晚報和大約是徵信新聞。還不是抽水馬桶的時代，每隔段時候有挑糞的來。



搬到重慶南路一女中的第一新村時，我上了北一女初中。那三年好快樂，學習精神充沛。向來知道父母的敬業精神，尤其母親教學認真到她的學生永遠比我重要。當了學生才知受益匪淺。每門課都教得踏實學得有趣。地理老師鄭銀天才師大畢業，教我們時癌症辭世。她的鼓勵永遠記得。導師張香華是我們快樂學習的舵手。她朝氣蓬勃教學生動，不僅親自帶著我們辦壁報，要求大家剪報，還讓全班去電影院看電影。她家巷口饅頭店小姐喊她張姐姐，她確有如姐姐般循循善誘我們。有回在明星咖啡屋與老師碰面找不著回家的路。飄逸的長髮，常手挽竹編袋子韻味十足。生物老師李寶樞，歷史老師母中興，英文老師孔祥理，數學老師陳誠一，以及理化老師熊世勤。這些老師們的教學讓我在高中聯招如願進了北一女高中。更巧的是母親教我同屆兩班，她是忠班導師潘星慧。

母親在北一女任教三十多年。搬到美國時，包括傢俱只有半個貨櫃。卻有北一女每年聘書，學生畢業紀念冊，歷屆學生來往信件以及她的教學獎狀。當然她也保有多年來照片。她很高興我參加這次六十慶生活動，我也很高興能將她 1971 年 2 月與江校長及郭媛媛老師的高三忠全班照和當時一些照片交給忠班保存。

去過母親的故鄉杭州，西湖旁是她高中和大學唸書的地方。感受到母親讀書和教書都盡心盡力以求問心無愧。北一女集天下英才學子，校長領導有方外，嘔心瀝血認真教學的老師也功不可沒。父親十二年前辭世後，母親跟著我直到三個月前小中風行動不便住進安養院。她是世上無條件愛我唯一的人了。北一女是母親的最愛，是我的「緣」和「源」－緣份且源遠流長。



魏任 - 1971 校友。父親任職大學前也在北一女教書多年。好溫馨的當年全家福。

用世界500強公司高管經驗為您服務
用多年房產投資眼光為你買房賣房



Alain Pinel Realtors 地產經紀人 Suh Lee (何素雀):
讓我來協助您實現您的地產夢想!

每個客戶的地產夢想都是一個獨特的專案。
夢想需要獨到的市場眼光、專業的知識和技巧、
嚴謹的流程、科技的系統、以及一顆誠摯的心來達成。

竭誠服務灣區

- 分析市場數據和投資回報，並確定出場策略
- 執行盡職調查
產權、環境、土地和建築物
- 推薦平面和立面圖、室內 / 室外設計、材料、出售準備
- 透過各種管道 / 媒體促進銷售
- 提供完善售後服務



578 University Ave.
Palo Alto, CA 94301
License # 01933567
650-388-8250
slee@apr.com
www.apr.com/sclee



C.G. UHLENBERG LLP
會計師事務所 (成立於1927年)



陳心珮 Peggy Chen 北一女 1974 校友

Certified Public Accountants and Consultants

- Tax and Estate Planning
- Corporate/Partnership Formation, Operation, and Dissolution
- Auditing
- Election Certification
- Bookkeeping and Financial Statements
- Offers and Compromise
- Full Computer Services and Consulting
- Litigation Support

Redwood City Office
333 Twin Dolphin Drive
Suite 230
Redwood City, CA 94065
Phone: 650-227-6799

Fremont Office
4032 Clipper Court
Fremont, CA 94538
Phone: 510-770-8680

Tooth fairy dental care
Cosmetic & Family dentistry
Hwa-Ling Liaw, D.D.S.

廖華玲 牙醫師

1299 Water Lily Way, #50
San Jose, CA 95129
Phone: (408) 996-2468
Fax: (408) 996-3168





**Here to support
our community.**

- Established in 1962, Cathay Bank is the oldest operating U.S. bank founded by Chinese Americans.
- Our service network covers 8 states and 42 cities in the United States.
- With a presence in the three major Asian commercial centers of the Pacific Rim—Hong Kong, Taipei, and Shanghai—Cathay Bank has the capabilities to meet our customers' global banking needs.



www.cathaybank.com

1.800.9CATHAY

(1.800.922.8429)

FDIC insurance coverage is limited to deposit accounts at Cathay Bank's U.S. domestic branch locations.
We do not accept deposits at Taipei and Shanghai representative offices.

