

A winter sunset over a snowy landscape. The sun is low on the horizon, casting a warm orange glow across the sky and reflecting on a body of water. The foreground is covered in snow, with some bare branches visible. A large evergreen tree stands on the left side of the frame.

银光老年协会

Silver-Light Seniors Association

# 银光通讯

2025年1月1日 第183期

责任编辑 徐建中

# 目 录

<b>【银光寄语】</b> .....	
《银光老年协会》简介.....	
《银光通讯》简介.....	
<b>【银光活动】</b> .....	
欢歌热舞进公寓、悦人悦己两相宜 .....	芳草
感恩节美食文化.....	林淑华
中学生到猎人公寓慰问演出纪实 .....	竺雪丽/文 李晓雪/摄影
银光人在乐园.....	曹福昌
交谊舞汇报表演.....	张媛香
<b>【银光文苑】</b> .....	
《八十感怀》 .....	陈时达
《八十抒怀》 .....	陈时达
风雪飞舞迎圣诞.....	王岚 医友
欢欢喜喜迎新年.....	医友 王岚
护理中心慰问演出有感.....	匡汉英
寒风吹落叶 放眼看初冬 .....	邹少男
枯叶的守望.....	邹少男
泰森园冬景.....	芳草
冬日致弟.....	芳草
<b>【银光往事】</b> .....	
银光往事（3） .....	柏映庆/文 双姥/整理
银光往事（4） .....	贺新/文 双姥/转载
小说推荐阅读.....	徐联舫
<b>【小说连载】</b> .....	
运气《短篇小说之二》 .....	李庆宪
<b>【旅游揽胜】</b> .....	
南美观光.....	舒延川

**【银光厨艺】** .....  
银光厨艺人的义工精神..... 张媛香

**【美国记事】** .....  
十二月份..... 徐建中

**【银光大事记及分会花絮】** .....  
银光12月大事记..... 银光理事会  
分会组队12月活动花絮..... 银光理事会



## 【银光寄语】

# 《银光老年协会》简介

银光老年协会是在弗吉尼亚州政府和联邦税务署注册的非牟利、非政治、非宗教和非实体性民间团体。它以团结服务华裔老人、促进中美文化交流、帮助华裔老人熟悉美国生活、参加社会活动、融入主流社会、争取和维护华人应有的权益为宗旨。银光老年协会成立于2004年，她已成为华盛顿地区最有影响的华裔老人民间团体之一。

1. 银光老年协会的网站地址：<https://www.silver-light.org/>
2. 欢迎捐款：为维持银光老年会员正常活动，协会接受个人和社会各界的捐款，所有捐款均可免税，收到捐款后协会将给捐赠者寄相关发票。捐款请填写支票：支付给 Silver- Light Seniors Association，并请寄到如下地址：SLSA 44675 Cape Ct Suite 130, Ashburn ,VA20147

# 《银光通讯》简介

《银光通讯》是银光老年协会举办的免费电子版华文月刊、每月1日发行。本刊主要反映华裔老人老有所依、老有所学、老有所为、老有所乐的精神风貌。至今已出版180多期，欢迎查询阅读，其共享链接地址已改为：

## [欢迎访问银光通讯全集共享文件夹](#)

1. 另外还可以查询银光网站上的友情链接：[Information \(silver-light.org/information.html\)](http://Information (silver-light.org/information.html))  
《银光通讯》实行责任编辑分期负责制，本栏目公布本期和下期责任编辑的姓名和邮箱如下，以方便读者联系。  
本期责任编辑：徐建中，邮箱：[jianzhongxu45@gmail.com](mailto:jianzhongxu45@gmail.com)  
下期责任编辑：肖玉萍，邮箱：[xiaoyuping44@gmail.com](mailto:xiaoyuping44@gmail.com)
2. 《银光通讯》统一投稿邮箱：[journalslsa@gmail.com](mailto:journalslsa@gmail.com)  
每月投稿的截稿期为24日。

[返回目录](#)

## 【银光活动】

# 欢歌热舞进公寓、悦人悦己两相宜

## 记银光协会赴科尔文朗养护中心的慰问演出

### 芳草

初冬的暖阳，挥洒在 Fairfax 彩色的大地上。清风丽日，碧空如洗，让人心旷神怡。2024年12月7日中午，银光协会理事长陈丽珍、副理事长梁平、曾立新率领各个分会和直属队的文艺表演相关人员，一行40多人，浩浩荡荡地来到科尔文朗养护中心，为居住在这里的各族裔朋友表演文艺节目，表示亲切慰问。

走进美观整洁的养护中心寓所，映入眼帘的是，陈设精致布局有序的摆设，厅堂一角的桌子上，摆出了饮水、热可可及小点心，让到来的客人，有种宾至如归的感觉。演出人员落座之后，安静地做着演出前的准备。墙上的挂钟显示1:30 Pm，演出开始了。

领队兼主持人陈丽珍用流利的英语，向各位观众介绍了银光协会的基本情况和今天节目的内容，并向大家致以诚挚的问候。她说，我们银光协会是一个在美老年华人的四非社团，过去20年约有会员1500人，目前活跃的会员约300人。平均年龄在75岁左右。他们的精神状态非常的好，常年活跃在 Fairfax 各个地方，他们热爱美国，积极参与各种有利社区，有利民族团结，有利身心健康的活动。今天她们要用歌、舞、戏等多种形式的表演，来传播中华文化，展现文化艺术独特的美，为你们提供优质的精神服务。祝你们健康长寿！





第一个上场的是交谊舞队的交谊舞《火恋》，队长兼教练陈全清带领五对男女队员，踏着热烈而欢快的乐曲，用变幻多端的舞步，轻盈地穿梭在舞台上，把



快乐的气氛，传递给现场的每一个人。

接下来是器乐队贾维杰的电吹管独奏表演，一曲《蒙古人》婉转悠扬，深沉浑厚的电管音沁人心脾，如梦如幻，让人陶醉其中。第三个出场的是广场舞《娥嫚》，这是目前风行华夏大地的热门歌舞，猎人公寓的三位舞林高手，身着美丽的民族服饰，翩然起舞，她们动作整齐，飘逸灵动，给人美的享受。



接着是安妮湖公寓表演的舞蹈《相遇》，这是一首唱腔优美的越味歌曲，在大洋彼岸的国内火爆流行，深受大众喜爱。分会长王玲珍牺牲了很多休息时间，在网上查找素材，去粗取精，胜优汰劣，自编自导，八位美女刻苦练习，终于把这个精品舞跳下来。她们的舞姿柔中带刚，戏韵神情兼备，十分耐看。

太极队的《功夫扇》表演，动作整齐美观，刚柔并济，收放自如，配上戏曲风格的音乐，高亢激昂的唱腔，让听众进入如醉如痴，欲飘欲仙的境界。



紧接着演出的重头戏来了，民舞队教练黄韵桦的独舞《苹果香》，把演出效果推向高潮。《苹果香》也是一首目前非常火的流行歌。你看她身着唯美的维族衣帽，用她那春风杨柳般柔软的双臂，那为舞而生的魔鬼身材，把经典高难度的维族舞蹈，演绎得淋漓尽致。那俊俏的脸庞，生动的表情和得体的肢体语言，无不尽释歌词的丰富内容，让你看得拍案叫绝。一曲终了，全场掌声雷动。





随后上场的是维也纳分会英语歌表演唱 Now Or Never 和 Guantanamera ，分会长郑邦业老当益壮，如歌手明星般地放声高歌，气势如虹；年轻靓丽、婀娜多姿的副会长刘怡菁，窈窕身姿随歌而舞，吉他手江友青娴熟地弹奏乐曲，三人珠联璧合，完美诠释歌词内容，给人耳目一新的感觉，大家报以热烈的掌声。



猎人公寓此次作品多多，接下来的两个节目又是她们贡献的。《山水情歌》是一个曲调柔和，动作优美的集体舞蹈，五位美女如青春靓丽的村姑，伴随着悠扬的乐曲翩翩起舞，把观众的思路带入了桂林山水之间，置身在阿哥阿妹互诉衷情的意境中，真是美伦美奂。





张媛香大姐的彩妆越剧表演《送花楼会》与歌舞风格迥异，但更加精彩！她一袭小生装扮，手捧花篮步履轻盈飘然而至，边唱边舞，水袖挥洒自如，圆场轻车熟路。把剧中人物的形象，生动的展现出来，给大家带来了别开生面的视觉体验。



压轴戏是民舞队的伞舞《三月桃花雨》，队长杨毓兰严格要求，排练中以身作则，使节目质量不断提升。该舞表现了六名徐娘，打扮得花枝招展，在绿肥红瘦时节去踏青赏花。她们舞动着薄如蝉翼的粉色小伞，轻快跳跃在林中小道上，欣赏着春天纷落的桃花雨美景。舞蹈动作舒展大气，队形变化多端，颇具观赏性。



这支舞由林萍女士执导，经过反复排练，舞者已达到烂熟于心的程度了。

至此，历时一小时的十个节目，全部表演完毕。观众席上爆发出如雷的掌声和欢呼声，不少观众向演员们挥手致谢。此时，养护中心经理要求银光全体人员全部上台，接受公寓居民的掌声感谢！大厅再次响起雷鸣般的掌声，演员们频频挥手，致意感谢。随后集体合影留念。



此次慰问演出，是银光理事会经过近两月的精心策划组织，各个部门密切配合完成的。此次演出的全体员工精神饱满，自始至终秩序井然，无一差错，效果超好！科尔文朗养护中心的经理 Ms. Deborah Aquino，代表他们中心所有员工，感谢银光演出队的爱心奉献，称赞今天所有的节目都非常精彩，他们都非常喜欢。并向陈丽珍理事长提出要求，希望以后一定要再次合作，再派演出团队来中心演出。双方依依不舍，挥手道别。尽管演出结束，大家依然兴致盎然，欢乐的情绪仍在心中荡漾，大家深切感受到，“爱出者爱返，福往者福来”。送给别人快乐的同时，自己也会收获更多的快乐。



# 感恩节美食文化

## 一场跨文化的味蕾盛宴

林淑华

2024年11月26日中午12点-2点，安妮湖分会在社会厅举行盛大的国际食品节及感恩节装饰品活动，邀请各族裔的朋友们携带自家美食佳餚参加，共享节日的喜悦。社会厅里洋溢著温馨热闹充满感恩的气氛。这个活动旨在弘扬多元文化的美食传统，同时增进社区成员之间的交流和情感联系。

到了正午，各家各户的居民各展所长，纷纷展示他们的拿手好菜。在公寓经理 Mrs. Louneta Beckles 及社区服务员 Yashoda 致词后，活动开始，现场呈现一片缤纷的美食世界，琳琅满目香气四溢。



左边穿黑衣是经理 Mrs. Louneta Beckles

中华美食更是不遑多让，其丰富的烹调技艺和独特的口味，令人垂涎三尺並大受青睐。不管葷食、素食、麵食或糕餅甜食等，都是大家用心採購精心制作。公寓办公室也准備了矿泉水、十几盒南瓜派及水果盤供大家享用。





可惜美食照片未能全拍到入镜。

除了美食之外，感恩节的装饰也是一大亮点。社会厅内的装饰充满了节日的气氛，五彩的纸花、火鸡和各式各样的装饰品，精心布置的感恩节餐桌，将整个活动场所装点得如诗如画，让居民们感受节日的浓厚氛围。活动在一片欢乐和温馨中接近尾声，居民们依依不舍地回到各自的房间。这次的感恩节活动，让老人们在感恩和欢乐中度过了一个美好的节日，也为他们的生活增添了一抹亮色。



居民们有序的拿取美食享用。



饭前祷告

[返回目录](#)

## 中学生到猎人公寓慰问演出纪实

文/竺雪丽 摄影/李晓雪

12月12日中午12:00，马里兰州波托马克中学的学生一行18人，在教中文的贾老师和助教老师带领下，到猎人分会慰问演出。联络人张媛香事先征得银光理事会的大力支持，理事长陈丽珍也亲临现场和参加活动的师生们进行了亲切交谈并对他们关爱老人的善行给予了赞赏。

这些美国孩子们对款待他们的菜肉包子和饺子都赞不绝口，纷纷用学会的中文说：“好吃，太好吃了…”这是张媛香发动了张梅先，孙钦芳等20多位义工手工制作的。

学生们集体朗诵了中文唐诗，用歌声和舞蹈表达了对老人们的感谢。他们表

演的手语“小土豆”，幽默可爱，充满童趣。最后的一支中文歌曲“感谢你”。感情真挚动人，老人们以热烈的掌声回报这些可爱的孩子们。

毛伟华老师领衔表演了中国特色的民族舞。孙秀珊老师表演了太极剑。精湛的节目获得阵阵掌声！在互动交流时，学生们又兴致勃勃地跟着于龙梅等老师打了太极拳。女孩子们猜想于大姐的年龄60岁。于大姐乐开了花。忙说“no, no, I' m 88.”

学生们还说他们在学校有练习包饺子、学着做宫保豆腐和酸辣汤。他们后来还打了乒乓球。

这次中学生们冒着严寒，给老人们送来了温暖和快乐，老人们也热情鼓励他们好好学习中文，争取人人成为中美文化交流的桥梁。

张媛香老师还特地请她的女儿李晓雪来帮助拍照、录像，记录了美好时刻！这次活动共计参加人数有50多人。

事后，贾老师发来微信：太感谢您们了，学生说“今天是他们一生中最好的一天”，他们都不停口地赞叹爷爷奶奶太好、太可爱了！学校校长办公室的秘书说，咱们这个活动是她认为全校最好的活动。



# 银光人在乐园

曹福昌

乐园护理中心大多是年龄大或体质欠佳的老年人，大多数是银光协会会员。他们多才多艺，多年来在亨顿老年中心参加过华人的各种活动。只是年纪大了，有些活动跟不上脚步了，乐园里娱乐设施正好为他们所用。到乐园大家都“彼此彼此”，所以他们老了就想转移到乐园更自在，跳舞慢一点、步子小一点、麻将大一点，更好抓，看得清楚眼不花！出门步子迈不大，上门接你老人家！还是我们在一起，我们继续乐开花！

乐园最大的大厅是礼堂，也是餐厅，舞台上十几平米的电子屏幕，吃饭时播放些新闻或世界风光。不时还看到你自己的家乡。其余不同时间按需分配。老人们早餐后各自分散开去，这里有十几张棋牌桌。几个棋盘，长廊里有几张长沙发，按摩室有十几张按摩椅，医务室，理发室，到哪里你选择！咖啡，茶水！需要？随你！。十点，大厅里“医疗康复椅子操”音乐声起，屏幕上一群医生领操，喜欢的老人们纷纷来到大厅跟着锻炼。做完操，时间全给文娱活动了。你手中的歌单被放大在屏幕上，庞老师的钢琴和歌声召唤着你！喜欢唱歌的老人们就团团坐着“上音乐课”了，高兴就和屏幕上的原唱试试“合唱”。跳舞需有人带，有人教，乐园从办公室到厨房，个个都能教你唱带你跳！每天总有人带着你娱乐。这得天独厚的条件，使得乐园多年来文艺活动异常活跃。经理当初招募员工就想到这录用条件，真佩服他是个有心人！

十一月二十七日，乐园里的银光老人们举行“庆祝感恩节”文艺演出。上午九点，乐园经理梁慧聪宣布演出开始。





第一个节目是集体诗朗诵。



### 诗朗诵 《感恩》

我们小时候觉得，感恩就是不能忘记对我们施过恩德的人，特别是母亲给予了我们生命，长辈给了我们呵护，老师给了我们知识等等。可是今天老人们的感恩不止于此。老人们感恩大自然给人们的恩惠：“太阳给了我们温暖，明月给了我们柔情，天空给了我们湛蓝，白云给了我们轻柔，大山给我们展示着它的巍峨和它脚下峡谷的幽深，大地给了我们春天的生机，夏天的繁盛，秋天的成熟和严冬的晶莹；地下给了我们无穷的宝藏……”。

最后这，我也知道，我们小时候，老师教过我们《勘探队员之歌》。

老人们还感恩他们曾经的苦难经历！他们感谢自然灾害！“天灾使我们学会顺应自然法则，科学地改造自然，使它更好地为我们服务”。特别使我感动的是，老人们感恩他们受过的磨难。这使我想起了多年前的一次老兵节的午餐会上，两位分别来自战败国德国和战胜国美国的二战老兵，分别回忆当时战场上各自所受的苦难和同伴牺牲或受伤的悲惨。两位老兵流着泪互相拥抱，餐厅里响起一阵口号声：“要和平！反对战争”！这是老一辈从苦难中得到的经验，要预防和抵制侵略战争。把它扑灭在冒烟之前。把好战者拉下马！

此时，我想起一句话：多年前中国领导人来美国友好访问，我们曾参加过迎接，在中国驻美大使馆里，一位杨公使在招待会上号召我们：为中美两国多元文化交流和两国人民的友好交往多做积极的工作！

老人们朗诵的声音洪亮，真叫人羡慕，谁能相信他们是过八向九奔百的老龄

朋友？你看那九十四岁高龄，儿孙能组成一个班的吕鹏老师，她精神饱满，不但齐声朗诵时能清楚地听到她那响亮的声音，单独朗诵的那几句，她几乎是以标准立正的姿势完成的。听说二十年前，最早提出倡议筹建银光协会并积极为之奔走的就有吕鹏和她的老伴吕学富二位老师。他们一群人常在吕老师家议事。“银光”的会歌《银光颂》就是在他们家集体作词，并由“长征组歌”的作者，老音乐家唐珂老师谱曲而成，唐老师当时是来女儿家探亲，在美国居住了一段时间。

《银光颂》永远召唤着银光人，无论走到哪里都紧密团结，为旅美华人多做贡献，为中华民族争光！接着是歌舞演出，这些节目他们都烂熟了，因为他们天天排练。你叫他们唱歌跳舞，他们的节目能演出一天不重复。只怕体力坚持不了！

刚演完了预定节目，台下好多老人就好像孩子一样，纷纷涌上舞台热闹了一番。最后汪桂兰演唱了一首《青藏高原》。演出完毕，乐园又为当月出生的五位老寿星祝贺生日快乐！大厅里充满了喜庆。这时伙房里的大哥大姐们已在饭桌上摆好了热气腾腾飘着香气的午餐，大家才回到各自座位补充能量！

午餐后老人们还要玩一会 bingo。这遍及西方的游戏，是专为老人们饭后安静一会安排的。同时也是一次全体集合。玩了大半天了，到回家的时候了，老人们还有些依依不舍……。



为当月生日的老寿星祝寿

# 交谊舞汇报表演

张媛香

12月18日下午，时至隆冬季节 HWFH 老人公寓的演出大厅聚集着三十多位老人，他们今天身着华丽的服装，兴高彩烈，心情异常激动，准备向交谊舞指导老师陈全清做学习交谊舞汇报表演。

陈全清老师义务到我们公寓教老年朋友们学习交谊舞已有九个多月了。这九个多月每周二次前来授课风雨无阻，不管酷暑寒冬赶黑夜总是早早地来、迟迟地离去。她的先生 Glenn 不厌其烦开车接送，还为我们做助教。经常在没有车的情况下，陈老师乘她并不熟悉的公交车，中间还要转车，途中需一个半小时奔波乃能按时来为老年人授课。

我们这些学跳交谊舞的老人都是“七老八十岁”高龄，年龄最长者已八十九岁。大部分人没有跳过舞蹈，更没有跳过交谊舞。在陈老师悉心耐心、苦口婆心、手把手的教授下，老人们学习的热情高涨，克服记忆力差，手脚不灵活，动作不到位的困难。再加上陈老师有丰富的教学经验，严谨的教学态度，认真不厌其烦的教授，每一个舞步，每一个舞姿她都是一遍又一遍亲自示范，累得汗流浹背，身上的衣服湿透也不在乎。她的这种忘我的精神感动着我们，激励着我们，让我们这群老人逐步掌握了平四、慢三、伦巴、恰恰和桑巴五种舞蹈。

当交谊舞队长宣布汇报表演现在开始后，老人们搭好舞伴排列整齐，在平四伴奏音乐《火恋》悠扬的音乐声中翩翩起舞。紧接着慢三华尔兹音乐《波兰圆舞曲》，老人们舞态雍容华贵、舞步婉转流畅，动作起伏、舞姿飘逸，一点也不逊色于年轻人。恰恰、伦巴二种交谊舞老人们也跳得很不错。恰恰是一种节奏明快、充满活力的舞蹈，老人们也跳的轻松欢快。

最后表演的桑巴，这是个难度较大的集体舞蹈。桑巴是巴西的国舞，是西班牙的一种群众舞蹈，在美国也是喜闻乐见，我们公寓的管理者也都喜欢，它是美国多元化的一种表现。陈全清老师过去也没有接触过，在舞友余文正老师建议下，陈老师和队长彭国庆认真分析解剖原视频，自己先掌握舞蹈技巧，然后一步步教给大家。大家在欢快的西班牙音乐声中一起跟着领舞，步伐轻盈、舞姿欢快、激昂的表演，使汇报表演达到高潮。



今天，我们怀着感恩的心情，圆满完成了汇报表演，向陈老师展示了这段时间的学习成果。现场掌声如潮，气氛热烈，舞友们用优美的舞姿表达了对陈老师的深深谢意。

除了陈全清老师的辛勤付出，我们还要特别感谢她的丈夫 Glenn 先生。Glenn 先生不仅全力支持陈老师的教学工作，还积极参与表演，为舞友们带来欢乐。此外，他还承担了所有教学活动和演出活动的接送工作，为陈老师的每一次教学和表演提供了无微不至的后勤支持。正是这份默默奉献，让陈老师能够全身心地投入教学，也让我们这些老年舞友收获了无尽的快乐和健康。

在岁末之际，我们全体舞友向陈全清老师夫妇致以最诚挚的感谢和祝福！希望这份感激之情能通过我们签名的贺卡传递给他们。祝愿他们圣诞节快乐、新年健康幸福！

汇报表演虽然结束，但我们舞蹈学习之旅仍将继续。愿我们在新的的一年里，继续携手共进，收获更多快乐和成长！共同迈向2025年，迎接喜乐、平安、健康与幸福！



[返回目录](#)

## 《八十感怀》

七言诗

陈时达

一晃不觉朝杖时，三更常醒忆往昔。  
少小逐梦成砥柱，老大嘲己乃布衣。  
东海苦读经书卷，西域勤练歌舞诗。  
去国怀乡嗣翹楚，万般风情寸心知。

## 《八十抒怀》

七律一首

陈时达

轻声慢步自悠闲，八旬春秋岁月绵。  
回首曾经风雨路，纵眸尚念艳阳天。  
望舒易引幽情起，宿霭难隔壮志延。  
且喜此心人未老，余晖漫洒兴无前。



# 风雪飞舞迎圣诞

王 岚 医 友

风雪飞舞迎圣诞，圣诞老人降凡间。  
鹿车载满珍稀礼，和平祝福万里传。  
长途跋涉不辞苦，翘首期盼心暖暖。  
童趣无边圣诞乐，平安之夜舞翩跹。  
雪花飞舞夜阑珊，驯鹿铃声悦耳甜。  
圣诞老人笑容满，礼物包裹爱心传。  
穿越千里不觉累，温暖希望洒人间。  
平安之夜梦如愿，欢声笑语满庭院。



# 欢欢喜喜迎新年

医 友 王 岚

冬尽春来万象新，旭日东升气象伦。  
奋斗拼搏不辞苦，未来可期梦有神。  
老当益壮身体强，同心协力展鸿勋。  
迎新岁月共期盼，愿与天下共庆仁。  
新年钟声响苍穹，万物复苏草木荣。  
辛苦一年终有果，岁月如歌尽从容。  
阖家团聚曙光现，阡陌迎春百花共。  
愿景成真心愿满，合家欢乐笑语浓。





[返回目录](#)

## 护理中心慰问演出有感

匡汉英

冬日银光闪烁  
在这个感恩的季节里，  
在这个到处洒满冬日阳光的  
美好的日子里，  
安享着社会的温暖和关爱的银光人，  
怀着一颗赤诚的感恩之心，  
带来精心准备的拿手节目，  
冒着冬日的寒风，  
来到同样飘着银发的人群中，  
给护理中心的老人送上银光人的问候！  
送去银光人的关怀！  
是啊！我们银光人也要回馈社会！  
报答邻里！  
我们的节目，  
无论是吹拉弹唱还是太极舞蹈，  
无论是民族舞还是交谊舞，

其中的一曲一调，一招一式，  
都表达着银光人的真诚！  
都传递着银光人的情谊！  
啊！这一群银光的引路人！  
这一群银光的兄弟姐妹们！  
你们是那冬日里一抹最炫丽的银光！  
在寒冷的冬天里温暖别人！  
也同样照亮了自己！

[返回目录](#)

## 寒风吹落叶 放眼看初冬

邹少男

时间走得悄无声息，转眼季节换了模样。今天温度最低零下3摄氏度，寒风吹进泰森老年公寓的大院，带来了初冬的清冷和静美。地上落叶遍铺，像是盖上了一块花色的布单，这无疑是大自然的工艺。

轻盈飞舞的落叶，每一片都藏着季节演变的故事；都在诉说初冬里的心情；随手捡起一片叶子，对着阳光仔细看，叶脉的纹路清晰密致，像刻意的刺绣。这片颜色斑驳的叶子，在叙述它靓丽的一生：从春天的嫩绿，到夏天的浓绿，再到秋天的金黄与橙红，现在又安安静静地躺在枯黄初冬的怀里。或许，这片小小的叶子，是大自然向人们提示岁月流逝和生活情景的信息。

在公寓大院的四周，以及院内道路两侧的橡树、枫树，尽管枯叶已散落了一半，却仍然显得挺有精神的。在温柔的阳光沐浴下，枯叶红的像霞，黄的像金，橙的像火，松树玉绿。微风吹拂，树冠轻轻摇晃，发出“沙沙”声，像是在低语述说着季节变换的经历。放眼环视公寓大院，犹如一幅展开的咖啡色的画卷，我两眼不停的来回扫描着这画卷，欣赏着初冬特有的魅力。

初冬的阳光温柔不刺眼，风凉爽不刺骨。好运动的老人从大楼里走出来，有的步伐轻快稳当；有拄着手杖，步子不紧不慢；有坐在路边长椅上闭目养神；有

的背对太阳来晒后背，还有愉快的聊天，随风传递出嬉笑声； 这为平静的大院增添了几分热闹。

初冬，不仅是大自然送给我们的一种独特的景色，更是一段平凡却又是值得珍藏的日子。



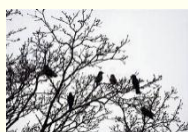
[返回目录](#)

## 枯叶的守望

邹少男

在经历了一整夜的雨水洗礼后，橡树和枫树上本就稀疏的枯叶都已吸满雨水，更加沉重。有些枯叶告别了树枝，摇摇晃晃地坠落到地面。仍有一些枯叶依然顽强的坚持守最初的信念，不管雨点敲打还是狂风摇撼，对树枝不离不弃。它们不仅要对抗风雨的侵袭，还要忍受成群的乌鸦在树间穿梭着骚扰与碰撞。看着树上这些枯叶，我不禁对它们的决心和毅力心生敬意，相信它们最终会等到明年春天，新芽从枝头萌发的那一刻。

雨洗枯枝叶渐稀，落叶摇摇别依依。  
仍有旧叶苦坚守，不弃初心恋旧枝。  
风摧雨打终无惧，鸦扰枝间志不移。  
来春新绿成一片，枯叶化泥护根基。



[返回目录](#)



# 泰森园冬景

芳 草

隆冬将至叶落光，晨结冰花晚下霜。  
枝头鸟雀争剩果，丛中松鼠储冬粮。  
园中有花似蔬菜，红绿黄白嫩苗秧。  
日月轮回天地律，严冬过后是春光。

[返回目录](#)

# 冬日致弟

芳 草

冬至夜长白昼短，  
问弟晨起衣可添？  
三餐有无可口饭？  
寒夜被褥能御寒？  
手足之情常惦记，  
临窗眺望难安然。

[返回目录](#)

## 【银光往事】

# 银光往事 (3)

## 在“银光”的日子里

柏映庆/文 双姥/整理

在大华府地区有许多老年华人社团，我们老两口是在来美国多年后才参加了银光老年协会的。在该协会成立庆典大会上，老伴吴影表演了单人太极扇，受到欢迎，此后我们便成了“银光”的成员。该会成员多为来自大陆，也有台湾，香港，越南等地的华人。银光协会得到我领事馆的关照，协会还与美国当地政府主办的 Herndon 市老年活动中心等处合作，开展了多项活动。维州 Herndon 市新建了一座名为港湾(Harbor)的大厦，专供老人活动，内设有：多功能厅，健身房，台球房，工艺室，会议厅，计算机室，乒乓球室，棋弈室，还有一间宽敞的餐厅等。银光会使用这些设施开展多项活动：举办英语班，计算机班，太极班，绘画和书法班，小提琴班，合唱排练等。中心和协会共同举办一些讲座，如讲老年保健，医疗保险等。银光协会还办有自己的网站，由孙贤颐主办，介绍银光并报导活动和传递信息，受到大家的欢迎。

我们老两口分别参加了英语的高级班和初级班学习。老伴吴影指导太极扇的练习，她的工作认真细致，受到赞扬，很快有关的领导看中了太极扇，提出准备演出，我也参加了练习，在短期内排出了一台节目，先后在市老年中心的联合会演和 Reston 市多元文化节中演出，表演时我们听到了台下老外们一阵阵热烈欢呼声。当我们走下舞台时，一位白人妇女拉着我的手激动地说“太美了，真棒”，几个小伙子齐声连续地喝彩欢呼着，这时老年中心的主任 Ruth，对这台演出得意地说“这是我们的骄傲”。这些表明具有我国传统文化色彩的太极扇，感动了老外们并得到了她们的认可。

协会办的“老年小提琴班”是一个大胆的尝试，由孙一龙提出并主办此项活动，全采用 C 调来拉琴，以便入门。我尚能识谱，为增添音乐情趣，大胆地参加了提琴班，这对我是一项有趣又十分艰难的选择，我拿出老人的毅力进行学练，从拉出烦人地嘎吱音调开始后，我按要求作指法和弓法的基本功练习，经一个暑

期自我苦练，摆脱了“嘎吱调”后，逐渐能弹出“铃儿响叮铛”这一轻快的调子，也能拉出“天长地久”和“小夜曲”这样的柔情的曲子，我拉得不优美，只能拉出了基本的谱子，有了这点进步我也感到很欣慰了。协会和中心还组织参观游览活动，如今年春天组织我们到 DC 去观赏樱花，盛开花簇的艳丽美景和浓郁的繁盛气息，焕发了老人们的精气神。以樱花树和湖湾作背景为我老两口照了一张合影，这张照片展示在“港湾楼”橱窗里。对着这张照片一位会友对我说“看，多美，多有精神”。

有会友举办家庭 Party，如我们参加了吕学富夫妇在其豪宅办的聚会，除大家愉快的欢谈交谊和会餐外，还借机办了一个感谢和送别著名作曲家唐诃的活动，他专为我们作了一首曲子，并由龚留英带头集体填词，叫“银光颂”作为会歌。在唐老师的指导下我们集体练唱，大家高歌“挺起你胸膛，北美大地走，多彩的世界里，个个乐悠悠……”这歌声表达了老人们亲切与豪迈的情怀。

最近“银光”为庆祝成立一周年，举行了一次大型的金秋庆祝活动。我俩除分别参加了太极扇和大合唱的演出外，吴影还作了单人木兰拳双扇的表演，得到热烈的赞赏。我与郭子光作了男声小合唱，唱了两首歌，一首是“今天是你的生日，中国”，另一是美国名歌“雪绒花”，我们用歌声将“心中的祝福带到远方的祖国”，我们还用美国朋友喜爱的歌声赞美了雪绒花的俏丽与洁白。庆祝活动中，会友们演出多项歌舞，精彩纷呈，不断地洋溢着欢乐的激情，我们愉快地渡过了这一喜庆的日子。

中心为老人提供多种服务，供应一顿营养午餐，还提供交通车为需用的人接送（收少量费用）。Herdon 老年中心有一位热心的年轻工作人员— Fred，他的积极工作和友好的态度，使我们都很喜欢这个美国青年人。郡政府还专派出协助“银光”开展活动的王小姐，她在大量事务中，还担任英语的教学，我们都感受到她工作的细致和对老人的友善亲切。

银光会的理事会是一个热心义务服务的领导班子，特别是正付理事长龚留英和陈钟英，她们在繁杂的事务中，勤于动脑子克服困难，能做到耐心和热诚地服务，注意尊重人，团结人，力争大家出力把事情办好，这样使“协会”的活动显得生气勃勃。

几个月来在“银光”的活动，使我们增长了知识和增添了情趣，并结识了许多朋友，在这多彩又和谐的氛围中，感到愉快而舒畅。

**柏映庆写于05年秋天**





[返回目录](#)

## 银光往事 (4)

### “银光”老人庆奥运

贺新/文 双姥/转载

从北京申奥成功那天起，居住在美国华盛顿地区的“银光”老人就与国内的朋友一样，心情激昂，兴奋无比。这是在自己国家的首都举办的奥运会啊！是我们国人百年梦寐以求的喜事啊！

“银光”老人都是退休了的老人，好多还是80岁左右的年令，经历过“东亚病夫”受洋人欺负歧视的年代。如今国家兴旺，国际地位日益上升，我们不仅办起了奥运会，而且还要办得最好。你看奥运火炬接力，从希腊采集圣火到北京奥运，有25000多名火炬手和护跑手，历时130天跨越五大洲。正是这样一支世界和谐之旅，点燃奥运激情，传递世界梦想，弘扬奥运精神。北京奥运场馆建设也是历届奥运之最，世界友人赞声不断。“银光”老人看在眼里，喜在心头。可是，竟有些国际反华势力和少数不明真相的人，企图抵制奥运。“银光”老人非常气愤。我们深信，这是绝对不会得逞的。据报道，国际舆论纷纷谴责，海外各国150多家华文媒体联合发表了支持北京奥运会的声明。“银光”老人与世界华人一起，都预祝北京奥林匹克运动会顺利举行，并取得圆满成功。

奥运是一个不分国家疆界，不分肤色种族，不分信仰文化，平等地进行竞技和交流的盛会。我们这些休闲的“银光”老人，当然不可能再与会竞技；有的人想当志愿者，也未被批准；有的人想观光奥运也有一定难度；但是我们都有一颗

爱国爱体育爱奥运的心。我们积极宣传新奥运，有老人在网上传送奥运场馆的图片视频，令人共赏；有老人给大家推介奥运的种种纪念品，令人遐购；有老人捐款助奥运，令人钦佩；有老人还写博客赞奥运，令人共享。许许多多老人，都在奥运精神的推动下，开展健康的文体活动，举行欢乐的竞技比赛，向着和谐同一世界同一梦想的目标前进。

“银光老年协会”在组织大家学习和娱乐的同时，积极开展健康的文体活动，举行各种竞技比赛，举办卫生保健讲座，专门成立了“银光乒乓球队”，“银光太极拳，太极剑表演队”，“银光老人服装表演队”等，以自己欢乐的健身活动迎接奥运。

“银光老年协会”组织的“银光乒乓球队”，经常参加华盛顿地区的乒乓联谊活动，挑战华府老人社团。去年九月，我们有十多位华裔老人，参加了美国北维地区老年奥林匹克运动会，在乒乓球比赛中的九个老人全都获得了奖牌。我们还有一位酷爱文体运动的老年朋友，平时天天打拳舞剑跑步锻炼身体，勇于竞技，在那次老年奥运会，他报了短中跑四个比赛项目，很遗憾临赛前腿部痉挛，未能再跑。不是夸口，否则拿几块金牌回来是没问题的。我们鼓励他今年再去北维老年奥运夺取奖牌。也许巧与北京奥运同步，到那时就更有意义了。在那次乒乓赛颁奖牌时，赛事的组织者是一位黑人朋友，他很高兴地和我们合影留念，还邀请我们来年协助他们举办老年奥运会，并衷心表示共迎奥运，祝福北京。最近，我们又在活动中心，举办了一次中美老人迎奥运乒乓比赛，贺新还高兴地夺取了70岁以上组的一个冠军。

在美国政府开办的老人活动中心，有打麻将下象棋、打太极拳、太极剑、太极扇、做保健操，学习中国书、学习英语电脑、唱歌跳舞和游泳打乒乓等欢乐的活动，增强了老年人的体质，促进了各国老年人的友谊。我们在组织各项体育比赛的时候，不分国籍身份，不分肤色种族，各个国家的老年人都积极参与，体现了“同一个世界同一个梦想”。近年来多次举行了棋赛、麻将赛、台球赛、乒乓球锦标赛。中美老人共赛事，健康长寿增友谊。活动中心的露施主任非常高兴，每次她亲自给大家发奖牌，还把赛场的照片刊登在美国的新闻报刊上。

同一世界同一梦，“银光”老人庆奥运。我们深信：北京2008奥运一定会举办成功，中国一定胜利，奥运精神一定能弘扬！



[返回目录](#)

## 小说推荐阅读

徐联舫

我是银光老会员徐联舫，几年前我在亚马逊网站出版了四本书，总计30多万字。曾经向部分银光会员介绍和赠送这些书籍。后来，亚马逊网站取消了中文简体书的出版业务。我就重新在谷歌出版这些书。并且内容有所补充，修改。不过亚马逊出版的是印刷书，而谷歌出版的是电子书。而且，我在谷歌出版的书定价为零，也就是可以免费获得。有兴趣的朋友可以自己获取，也可以告诉你的朋友回去。

关于四本书的情况，做一个简单介绍。

第一本书是小说，“学者复仇记”，故事很精彩，读者高度评价。

第二本书是杂文，“人生感悟”，介绍我得到的人生启示，涉及各种话题，希望对你有启发。

第三本书，“奇文共欣赏”，包含三篇学术论文，都与我的专业计算机没有关系。我认为这些文章非常有价值。尤其是一篇关于中医的论文，我有自己独特的思考，可惜理解的人不多。一篇关于中国历史的文章，我已经解决了这个所谓的“千古之谜”。还有一篇是外语学习问题，这是最正确的学习外语的途径，我已经得到了理论性的结论。

第四本书，是关于计算机的早年故事，今天许多已经成为平常知识了，但仍然有一定的参考价值。



下面是获得书籍的方法。

### 【在安卓手机上购买谷歌电子书】

寻找或下载谷歌商店应用(APP)。

在谷歌商店中寻找或下载谷歌书店应用(App)。

寻找书名或作者名。

### 【在苹果手机上购买谷歌电子书】

1.打开移动浏览器：例如 Safari。

2.访问 Google Play 书店：输入 [play.google.com/store/books](https://play.google.com/store/books)。

3.登录 Google 账户：使用你在 Google Play 书店上注册的 Google 账户登录。

4.搜索和购买电子书：搜索你想要的电子书，点击购买按钮。

5.下载电子书：购买后，电子书会自动下载到你的设备上。

### 【在电脑上购买谷歌电子书】

1.打开浏览器：例如 Chrome、Firefox 或 Edge。

2.访问 Google Play 书店：输入 [play.google.com/store/books](https://play.google.com/store/books)。

3.登录 Google 账户：使用你在 Google Play 书店上注册的 Google 账户登录。

4.搜索和购买电子书：搜索你想要的电子书，点击购买按钮。

这里我还是使用“购买”字样，其实我的书都是免费的，免费可以看作是购买的特例，收费为0.



## 【小说连载】

# 运气 《短篇小说之二》

作者：李庆宪

上篇说到面对着热气腾腾的饭菜，我一口都不想吃。其实那时我是在琢磨与那女孩见面的前前后后，我在想，难道就这样的结束啦？是我配不了她，还是我哪里作的不对，让她不满意？当初赵婶就对母亲说过：闺女不但长得倍儿漂亮，而且从小儿就仰慕解放军，上中学时就吵着要当兵，因她母亲阻拦没有当成，为这事她和家人别扭了好一阵子呢！这次听说我是个复员军人，论个头有个头，论长相有长相，高兴的不得了，正因如此才急着来见面的。那么今天一见面她为何会这样？我越想越想不通，心里堵成一个大疙瘩，别说吃饭了，连一口水都懒得喝。我一头雾水，在屋里踱来踱去。本来说得好好的，我俩去北宁公园转转，她也同意了，可是一到公园门口，她却变卦了，看她那假惺惺的样子，莫非是因为我没骑自行车驮她兜风，她才心灰意冷？

我一时丈二的和尚摸不着头脑，就在这时，我忽然想起退伍前老政委与我坐在船头谈心的话，他说：小鬼呀！经部队这些年的锻炼，你已成为精明能干的小伙子啦！不过回到地方，可不像部队这么简单哟！环境复杂得很，像你这样直爽的性格，免不了会上当碰钉子呀！”我一脸疑惑地问道：“老首长这话怎么讲？”他欠下身子，用慈祥而又深沉的语气说：地方复杂就复杂在人与人关系处理上，俗话讲，人心隔肚皮哟！所以你要学的像一个老铜钱一样……“

我当时似乎领会了这话的含义，就说：“老首长，我听明白了，您的意思是让我学的越老练越值钱吧？……“

没等我说完，只见老政委弹了弹裤腿，站起身来，活动一下腰板，有些不悦地说：“今天不早了，你马上回舱睡觉去吧！我一会儿还有要事，你只管记住，一是‘老铜钱’的内外形状，二是要真正理解‘由表及里’这个词呀……”

后来经过长时间磨练，我才理解了老政委的这番话，他原来说的“老铜钱”指

的是为人处事的技巧，那就是“内方外圆”，面对现实生活，要平和为人，心中有纲，“由表及里”是指透过现象看本质啊！想到这时，我的心情开朗了许多，这个女孩当时的举措，莫非是嫌弃我没有自行车，她说骑车驮她去公园兜兜风是个借口，那是变相向我提条件。

这也难怪，当时社会上就流传着这样一个歌谣：一年车、二年表，三年就把“对象”搞，没车没表“对象”跑。尤其像上海凤凰牌自行车，天津飞鸽牌儿自行车这些名牌，如果年轻人有一辆，那“对象”会“呼呼”的向你靠拢。

话说这事还真让我猜中了，两天后的一大早儿，赵婶就匆忙地来到我家，一进屋便说：“孩儿他娘，真让我没法开口，前天带来的那个女孩儿，她母亲刚回话儿，说这门儿亲事以后再说吧！原因就是自行车……”

赵婶停了一会，又说：“唉！这也不能怪女孩儿，都是这风气，她让咱家孩儿骑自行车驮她兜兜风，其实是探咱家的底……”

母亲听了赵婶的话一下怔住了，皱皱眉头，本想回敬几句，但话到嘴边还是咽了回去，因赵婶毕竟是好心好意的媒人啊！我坐在里屋听得清清楚楚，一头躺在了床上。

赵婶走后，我便对妈妈说：“以后别再麻烦赵婶了，您老也别为我操心了，我才27岁，这事不急，趁着没搞对象，我还可以多学习学习专业技术呢！眼下单位准备搞岗位技术比武，等我夺个冠军后再说吧！”

我说归说，实际上从那天起，我在认真学技术同时，就四处托人，想买一辆自行车。

话说家父早年就得了半身不遂，自从我应征入伍后，因日夜思念我，又添了新病。听妈妈说，他经常脖子上挎个小半导体收音机，谁也不告诉，总是去火车站，在候车室的椅子上不吃不喝，一坐就是一天，盼着我早日退伍回来。有几次都是车站工作人员亲自搀扶把他送回家的。父亲久而久之，再次中风后便卧床不起。等我复员回家时，父亲的病情已逐渐恶化，医治无效，于当年九月底就去逝了。

丧葬假期过后，我立刻上班，看到师傅们与往常一样有说有笑的情景，内心很不是滋味，看大家注视我，我赶忙低着头，转身来到门口，一屁股坐在大长凳



子上。这时我的师傅走过来问我：“伯父的事料理得妥当吧？听说他老是38年的老革命呢！唉！这人走了就一了百了啦！以后有什么困难就直接跟我说。”

我听了师傅的话鼻子一酸，泪水差点流了出来。我赶紧站起身“嗯”了一声，之后长长出了一口气。这时，工长正好从车间主任办公室回来，他先是安慰我了几句，然后话一转，一本正经地问我：“你想不想买辆自行车呀？”

（待续）

作者简介

李庆宪，网名津舞，爱好文学，喜欢舞蹈。创作的诗歌、散文、天津快板等文学作品，多次在美国的《美华商报》、《侨报》以及美国的注册华人组织《银光协会》发表刊登。在舞蹈方面，具有交谊舞国家级教师、裁判的资质证书，从事近 20 年的舞蹈教学，曾多次荣获全国以及省市的体育舞蹈大赛的冠军。



[返回目录](#)

【旅游揽胜】

# 南美观光

舒延川



[https://www.meipian.cn/59d97yuf?first\\_share\\_to=copy\\_link&share\\_depth=1&first\\_share\\_uid=5159170](https://www.meipian.cn/59d97yuf?first_share_to=copy_link&share_depth=1&first_share_uid=5159170)

注：此美篇是银光老会员施浣芳老师推荐的，她希望读者能分享她女儿南美行的快乐。

[返回目录](#)

**【银光厨艺】**

## 银光厨艺人的义工精神

张媛香



[https://www.meipian.cn/59fhdq42?from=copy\\_link&um\\_rtc=f37da15328704cf16b45c6b8cca5e532&share\\_depth=1&first\\_share\\_to=copy\\_link&v=6.10.2&user\\_id=122740482&share\\_from=self&first\\_share\\_uid=122740482&share\\_user\\_mpuuid=76694021c88d455425d7e513cd6c5fb6](https://www.meipian.cn/59fhdq42?from=copy_link&um_rtc=f37da15328704cf16b45c6b8cca5e532&share_depth=1&first_share_to=copy_link&v=6.10.2&user_id=122740482&share_from=self&first_share_uid=122740482&share_user_mpuuid=76694021c88d455425d7e513cd6c5fb6)

[返回目录](#)



# 十二月份

徐建中 摘译

## 1. 珍珠港事件纪念日

12月7日是珍珠港事件纪念日。1941年的今天，日本飞机轰炸了夏威夷珍珠港的美国船只。这次袭击造成2403名美国人死亡，1178人受伤。

第二天，美国对日宣战，加入第二次世界大战。

每年，在珍珠港国家纪念馆都会有特别的活动和仪式来纪念这一天。



## 2. 权利法案日

12月15日是权利法案日。1791年的今天，前10条宪法修正案成为国家宪法的一部分。这是一个思考美国人民享有的权利的日子。这些权利属于所有人，而不仅仅是公民。

权利法案

1787年，美国有13个新州。他们刚刚打了一场革命以摆脱英国的统治。他们想要保持团结。领袖们前往费城起草宪法，以“建立一个更完美的联邦”。当他们制定完宪法时，只有9个州同意签署新宪法。

有四个州不愿签字。这些州的领导人认为，宪法赋予了新政府太多的权力。他们希望确保他们人民新的权力。随后，宪法起草者对宪法增加了10条修正案。

这10项修正案被称为权力法案。这四个州随后加入了美国联邦。1791年12月

15日《权利法案》成为宪法的一部分。

权利属于所有人

《权利法案》保证了很多美国人民，包括移民。这些权利伴随着责任。我们必须让其他人也享受他们的权利。

《权利法案》明使美国成为“自由之地”数以百万计的人来到美国，就是为了拥有这些权利。

前十条宪法修正案

第一修正案

言论自由:你可以畅所欲言，即使没有人同意你的观点。(然而，一个人可能会因为说谎而对他人造成伤害而被起诉。)

新闻自由:报纸、杂志、广播、电视、互联网网站等可以随心所欲地刊印或发表言论。(但是，如果媒体说谎伤害了当事人，当事人可以起诉媒体。

宗教自由:政府不得确立宗教。它不能阻止一个人信仰他或她自己的宗教，也不能强迫一个人信仰某种宗教。

请愿自由:要求政府修改法律的权利。

集会自由:人民以团体形式和平集会的权利。

第二修正案

政府不得阻止个人拥有枪支。(然而许多州已经这样做了法律规定某些人不能购买枪支。还有其他关于购买枪支和携带枪支的法律。)

第三修正案

任何兵士，在和平时期，未得屋主的许可，不得居住民房;在战争时期，除非照法律规定行事，亦一概不得自行占住。

第四修正案

人们有权不受警察无理搜查的保护。没有法官的搜查令，警察不得搜查一个人或进入一个人的家。

第五修正案

除非遵守法律规定，否则政府不得剥夺一个人的生命、自由或财产。

被指控犯罪的人有权保持沉默。他们不需要回答问题来证明他们犯了罪。

被判无罪的人

法庭不能对同一罪行再次审判。

#### 第六修正案

被告有权要求陪审团进行迅速和公开的审判。

被告有权请律师帮助他或她辩护。

#### 第七修正案

在金钱问题上意见不一的人有权要求陪审团进行审判。(他们可以在法庭上起诉对方。)

#### 第八修正案

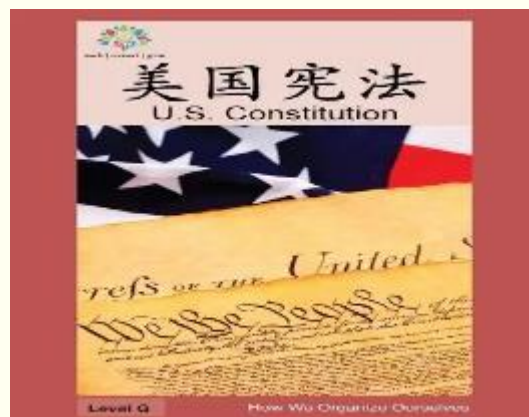
一个人不得以残酷或不寻常的方式受到惩罚。

#### 第九修正案

享有这一系列权利外人民还享有其他权利。

#### 第十修正案

举凡宪法未授予联合政府行使，而又不禁止各州行使的各种权力，均保留给各州政府或人民行使之。



### 3. 飞行纪念日

12月17日是动力重于空气的飞行器首次成功飞行的纪念日。

1903年，威尔伯和奥维尔莱特驾驶他们的发明“莱特飞行器”在北卡罗莱纳



基蒂霍克附近的杀魔山飞行了12秒。

在此之前，绝大多数人认为人类永远飞不上天空。

#### 4. 冬季开始

冬天开始于12月21日美国东部时间凌晨4点21分。这是一年中最短的一天。这一天另一个名字是冬至。西海岸各州的冬天受到太平洋的暖流影响比较温和。

冬天山区的天气最冷。中北部各州和东北部各州很冷。经常下很多雪。人们喜欢冬季运动，如雪橇、单板滑雪、滑雪和滑冰。堆雪人很受欢迎。

西南地区冬天干燥，白天温暖，夜晚寒冷。许多美国人冬天去南方度假享受温暖的天气。

#### 5. 美国的圣诞节

12月有许多传统的节日习俗。12月24日和25日是一年中最重要的节日、圣诞节。圣诞节是基督教的节日，但非基督徒也会一起庆祝圣诞节。

##### 礼品及小费

人们经常在节日期间给家人和朋友送礼物。他们给员工、公寓管理员、门卫邮递员、环卫工人、教师、清洁工、快递员等等送礼物或小费。同时，在圣诞节期间，美国人也会捐钱给他们的礼拜堂和慈善机构。有些人会给家人、朋友、邻居寄节日贺卡。忙碌的人们通过电子邮件发送问候。

##### 圣诞装饰

教堂可能会在前院画耶稣诞生的场景。各个家庭也在屋外或屋内进行装饰和布置来迎圣诞节。

在一些家庭，人们用灯和装饰品装饰常青树。人们在门上和窗户上挂装饰品如蜡烛、长袜星星、铃铛、雪人和一品红，这些都是节日的象征。节日贺卡上的鸽子象征着和平。

##### 食物

节日是美味佳肴的季节。饼干、水果蛋糕和巧克力很受欢迎。在平安夜或圣诞节那天，烤牛肉、火腿或火鸡是很受欢迎的晚餐。有些人在平安夜吃鱼或其他海鲜。

##### 音乐

你可以在所有的商店、收音机和电视节目中听到节日音乐。颂歌是传统的圣诞歌曲。也有关于圣诞老人和冬天的歌曲。人们可能会成群结队到街上、医院、养老院和购物中心唱圣诞颂歌。

### 特别活动

学校可能会为学生和家长提供假期计划。人们在家里、学校、俱乐部和企业举行聚会。在教堂有特殊的仪式。

家庭成员和友人们在一起相聚。他们相约去看望远方的朋友。



## 6. 光明节 (Hanukkah)

光明节是光的节日。这是个犹太人的节日，这个节日持续八天。今年，光明节从12月25日晚上开始。在1月2日晚上结束。

在光明节的每个晚上，犹太家庭都会在一个特殊的烛台上点燃蜡烛。他们会做特殊的光明节祈祷。它们讲述了发生在 BCE165年马加比和一个奇迹的故事。马加比人带领犹太人参加了一场长期艰苦的战争，从叙利亚国王手中拯救了他们的神庙。胜利后，他们想重新点燃“永恒之火”在圣殿中燃烧。然而，庙里的油灯只够燃烧一天。他们用了整整八天时间准备到了更多的油。可奇迹般的是，这仅能点燃一天的一点点油烧了八天。

### 一些光明节习俗

用于光明节的烛台上有八根蜡烛和一根“帮手”蜡烛。在光明节的第一个晚上，家庭使用辅助蜡烛点燃一支蜡烛。他们在第二个晚上点燃两支蜡烛，以此类推。每个家庭把烛台放在窗户上让人们回想起 BCE 的那个奇迹。

许多犹太父母为庆祝马加比的胜利而给孩子们送上礼物。他们教孩子们做慈善捐赠。

孩子们玩“陀螺”游戏。这个游戏让他们想起了战争期间在树林里秘密学习

的犹太孩子。当敌人靠近时，他们就把书藏起来，玩陀螺。陀螺顶端两边的字母提醒他们，那里发生过伟大的奇迹。



光明节犹太人吃油炸食物，比如土豆煎饼。

## 7. 宽扎节 (Kwanzaa)

宽扎节于12月26日开始，持续到1月1日。这是一个为期一周的非裔美国人文化和社区庆祝活动。它不是一个宗教节日

宽扎节有七天。在一些社区，非洲符号和颜色的宽扎节音乐播放一整天。商店和家庭陈列着手工制作的非洲物品。人们制作礼物互相赠送。红色、黑色和绿色是宽扎节的颜色。

宽扎节并不是一个非常古老的节日。它是由毛拉·卡伦加博士于1966年发明的,他希望非裔美国儿童了解他们的传统，以及如何在他们的社区中合作。宽扎节有七个原则。这些原则教导合作、创造力和信仰。

宽扎节是非洲裔美国人为自己的传统感到自豪的日子。

## 8. 除夕夜

12月31日是除夕夜。人们举办许多晚会来迎接新年。数百万人前往纽约时代广场庆祝除夕夜。零点前10秒，一个水晶球开始从高塔上缓缓的落下。当球落到塔底时，新的一年就开始了。这被称为跨年盛会“落球仪式”

人们在午夜大声欢呼，放烟花，拥抱和亲吻他们所爱的人。他们唱传统歌曲《友谊地久天长》。



## 【银光大事记及分会花絮】

# 银光12月大事记

12/2 猎人分会召开了以分会义工为主的分会会员代表会议。与会者30余人。主要议题：

分会会长刘仕萍报告分会经费收入支出结存情况。

改选分会领导班子。

原副分会会长高凉英因年迈及家庭等因素，提出卸任要求。经推荐协商，到会者一致通过决议，选举出分会新的领导班子：刘仕萍继续担任正会长，新增两位副会长邓松碘、竺雪丽。

12/5 理事长陈丽珍和理事翁凯伦及夫人受邀参加韩国社区服务中心举办的健康饮食研讨会。小组讨论焦点，旨在了解社区食品服务和健康饮食习惯的挑战和机遇。收集的见解将有助于指导改善粮食安全和促进亚洲社区更健康饮食的策略。

12/7 上午理事长陈丽珍应邀参加美华家长协会在 Fairfax 政府大楼举办的四周年庆祝活动。

12/7 下午，安妮湖、猎人、维也纳的三个分会，与银光交谊舞队、器乐队、太极队、民族舞蹈队到科尔文朗养护中心（The Residences at Colvin Run）做慰问演出。约三十多名中心居民聚集观赏。演出由理事长陈丽珍主持，总共十个节目历时一小时。表演精彩，获得阵阵掌声。居民和经理都欢迎银光再度前往表演。

12/10 理事长陈丽珍参加 Fairfax 郡健康部门多元文化谘询委员会季会。本次主题是气候行动及呼吸系统疾病。气球暖化的事实，造成民众身心健康的妨碍。希望县民能从自身开始做起，使用绿能冷暖气，减少垃圾，减少开车，使用绿能车辆。大家一起为保护地球而努力。

会后陈丽珍与北维华人家长协会执行长 Ian , Nina 和大华府社区健康服务中心董事王一宁座谈。讨论三个组织合作，为大华府华人做更多的服务。

12/12马里兰州波托马克高中的中文班师生一行20人，到猎人分会慰问演出。猎人分会约30多人参加。理事长陈丽珍亲临现场表示鼓励与支持。

猎人分会自制美食接待客人。孩子们表演了唐诗朗诵、歌舞等，猎人分会互动表演了民族舞和太极剑。分会会员们鼓励美国孩子们学好中文，争取成为中美文化交流的桥梁。

12/20晚，理事会在 Zoom 召开了蛇年春节活动筹备会。

会计在会上做了2024年度财务报告。根据历年按各分会春节活动人数补助红包标准，会议讨论通过了蛇年春节活动各分会及活动组补助方案。

对于1/23亨顿中心暨银光春节演出，会议对有关事项及宣传报道作了具体安排。春节后计划进行理事会、分会长及活动组长座谈总结会。

会议决定银光对资深义工并目前仍在继续为银光服务的田德发、李德天二位老师颁发感谢状。

今后通过制定实施规范化的评选机制和持续优化的义工奖励政策，银光将更好地传递公益精神，凝聚人心，迈向新高度。

12/22 正副理事长和北维华人家长协会执行长张迎先生，前理事长及大华府健康服务中心董事王一宁，前任理事长陈时达做线上座谈。主要目的在于听取张迎对怎样进一步完善银光英文网站的构想，并愿意亲自帮忙做网页设计，交付与已经帮银光建立初步网站的 Kevin 执行。大家对张先生热情的帮助非常赞赏。正副理事长当场邀请张迎先生和 Kevin 作为银光英文网站建设设计顾问，以便更好的发挥其作用。把英文网站建设好才有条件对外宣传银光进而申请资金补助，进而在北维地区发展成有影响力的华人活动中心。

[返回目录](#)

## 分会组队12月活动花絮

11/22维也纳中心举行庆祝感恩节活动，约80人参加，其中有20多位银光会员。中心提供了美味的传统感恩节火鸡套餐给所有的会员享用。感恩餐在优美音

乐中进行，气氛非常温馨。此刻大家心中充满感恩，非常感谢维也纳中心对银光维也纳分会的关照。也感谢维也纳会长郑邦业和副会长刘怡菁对分会的积极奉献。感谢副会长江有青老师为许多节目不知疲累作吉他伴奏，感谢林爱琼老师指导唱歌表演及钢琴伴奏，还感谢陈宝月老师平时为合唱钢琴伴奏。更感谢每一位到中心的会员分享和陪伴，让分会活动得更充实更有乐趣，每一天都开心快乐！

（维也纳分会联络人 刘怡菁）



11/26 安妮湖分会举办公寓国际美食节及感恩节装饰品活动，邀请各族裔的朋友们携带自家美食佳肴参加。这个活动旨在弘扬多元文化的美食传统，同时增进社区成员之间的交流和情感联系。

各户居民纷纷展示他们的拿手好菜，现场呈现一片缤纷的美食世界，琳琅满目、香气四溢。中华美食大受青睐。现场除了美食之外，感恩节的装饰也是活动的一大亮点，各式各样的装饰品，将整个活动场所装点得如诗如画，让居民们感受到节日的浓厚氛围。

（安妮湖分会联络人 林淑华）





12/3 维也纳中心为所有12月生日的会员开庆生派对，其中有二位银光会员郑邦业夫人 Jenny Cheng 和维也纳副会长江有青老师。大家共同为江老师庆祝85岁的生日。江老师是 JSCC (Jim Scott Community Center)中心音乐负责人。他平时工作认真，态度积极，和蔼可亲，JSCC 特别为他颁发了感谢奖，给予了关怀及鼓励。

同时银光维也纳分会会长郑邦业也颁发感谢状给两位副会长江有青及刘怡菁（维也纳分会联络人 刘怡菁）



12/12中午，马里兰州波多马克中学中文班的师生一行20人，到猎人分会慰问演出。猎人分会约30多人参加。理事长陈丽珍亲临现场表示鼓励与支持。

猎人分会张媛香、张梅先、孙钦芳等20多位义工用亲手制作的菜肉包子和饺子招待客人，美国孩子们赞不绝口。

学生们集体朗诵了中文唐诗，用歌声和舞蹈表达了对银光老人的感谢。毛伟华老师领衔表演了中国特色的民族舞。孙秀珊老师表演了太极剑。精彩的节目获得阵阵掌声！在互动交流时，学生们还兴致勃勃地跟着于龙梅等老师学打了太极拳。银光人与美国孩子们相处和谐融洽。

这次中学生们冒着严寒，给猎人分会送来了温暖和快乐。分会会员们也热情

鼓励孩子们好好学习中文，争取人人成为中美文化交流的桥梁。张媛香老师的女儿李晓雪帮助拍摄，记录了美好时刻。



（文：猎人分会联络人 竺雪丽，图：李晓雪）

12/14下午，泰森公寓举行了两场近200人的2024年庆祝圣诞聚餐活动。约有近40名银光会员参加。公寓董事长及公寓管理人员及服务人员都前来向房客们热情祝贺圣诞快乐。公寓大门内外、各楼层公共客厅及多功能活动大厅，到处都是漂亮的大圣诞树，彩灯和大型圣诞花环。公寓请来了圣诞老人和合唱队。好多人频频与圣诞老人合影。服务人员给大家制作端来了丰盛美食和饮料。人们坐在大红套椅上围着圆桌，一边享用美食，一边欣赏合唱队的美妙音乐与歌声。不时有人抑制不住喜悦心情，索性上前加入，一起放声歌唱圣诞歌，此情此景真是浪漫圣诞欢乐开心啊！





（泰森公寓分会 通讯员）

12/15 希望中文学校西城校区的大礼堂里热火朝天，一场2024年秋季结业式和年终联欢会正在举行。

张群校长和陈鑫教务长给获奖的学生和老师及义工们颁发了总统义工奖和华盛顿文化奖。颁奖之后，文娱表演正式开始，共有11个节目。

第9个节目是老年班演出诗朗诵及合唱。老年班的学员平均年龄已都年过古稀，但是他们十分勤奋好学，除了坚持每周学习英语外，还坚持每周练习唱歌跳舞，始终保持旺盛活力。

当老年班学员精神抖擞地走上台时，场下立即响起欢迎的掌声。他们朗诵的诗歌“我们是龙的传人”，就是老年班为迎接年终联欢而自己编写的。朗诵依然那样铿锵有力，抑扬顿挫！引起一片热烈的掌声。接着，老年班全体学员深情地演唱了“亲亲的茉莉花”，受到一致好评。

（西城分会 汪桂兰）





12/19 下午，银光民族舞蹈队召开了年度总结与感谢会。队长杨毓兰回顾并总结了一年多来的舞蹈队活动成果：全队共学习了《卓玛泉》《吉祥》《三月桃花雨》《秋水伊人》《烟花翠》《女儿情》六支新舞蹈，参与了银光老年协会及亨顿老年中心的各项活动演出、各社区和单位亚裔文化节演出，以及慰问老人院的公益演出，共计16次。这些成绩的取得，离不开全体队员的积极参与和刻苦努力，更离不开三位老师的辛勤指导与无私奉献。



为了表达对老师们义工精神的真挚感激，义工小组彭国庆和张芳代表全体队员献上了感恩贺卡和红包，向黄韵桦，林萍和沈秀霞三位老师致以崇高的敬意和由衷的感谢。会上，两位老师以及银光的三位领导陈丽珍、梁萍和李米兰也分别发言，寄语民族舞蹈队未来更加辉煌。

活动最后，全体成员载歌载舞，在欢声笑语中，舞蹈队年度总结与感谢会圆满结束。

（民族舞蹈队通讯员）

12/20 维也纳中心举办庆祝圣诞节活动，约90人参加，其中有20多位银光会员。中心请来了合唱团演唱圣诞节歌，场面十分温馨浪漫，让大家感觉到浓浓的传统圣诞节气氛。中心也提供了甜点美食给大家享用。

午餐后，由江有青老师安排精彩的歌唱节目。有热情的西班牙曲，也有欢乐的中英合唱。大家随着音乐唱歌跳舞，度过了这个愉快的圣诞节派对。

（维也纳分会联络人 刘怡菁）

