



青青園地



園地 第1137期 2008年9月11日

網址：<http://www.chingching.org>

大合唱選曲

指揮部

卡爾·張 — In Remembrance

大衛·方 — Chorus of Schottish Refugee

團務頻道

團長 劉春英

9/13

青青在加州黃金海岸舉辦音樂營活動，未能報名參加的團員請於9/20 回到PACE 練唱！

練唱前一小時 (1:00-2:00pm) 在練唱教室，吳純娟帶領大家一起跳Line Dance，歡迎踴躍參加，

9/27

團慶慶祝晚會即將來到，尙未向聲部家長或Leader

報名的團員，請於近日儘快報名參加，以便統計人數。

暑假已過，公演已開始進入準備階段，九月底前將會公佈大合唱曲目，十月四日樂訓將製作公演錄音CD，盼青青團員快快返團參加練唱，共創另一個美麗回憶！

9/27晚團慶活動，已開始報名，收費每人\$10，地點在南灣華僑文教中心、內容豐富、有晚餐、輕鬆愉快，請大家共襄盛舉。

公演即日組已開始進行策劃年終公演的節目，由於每年公演觀眾反應“大合唱”是最受歡迎的節目，爲了讓所有團員有更多參與公演的機會，今年除了原有的上下場固定的大合唱外，將再製

作一風格、形式特殊的第三大合唱，由指揮方玉山策劃。

至於其它的小節目，則由宋慧玲、錢懋圭分別製作，希望全體團員，共襄盛舉，協助他們，共創另一個快樂、歡欣的青青公演！也非常感謝宋慧玲出任今年節目組的總協調人！

練唱點滴：希望參加音樂營的團員投稿(9/13)、林亮成(9/20)、高宜敏(9/27)。

練唱出席統計

實到練習人數：41人

女高音：16	男高音：5
女低音：11	男低音：9

伴奏：黃心姮

練唱點滴

陳暉

分部練習丟丟銅仔時男高音練得最久，方指揮解釋說：

這首歌的男高音部份有許多切分音所以多花時間。

音樂營將請DR.SANO 來作指導。方指揮選的是” Chorus of the Scottish Refugees”

唱義大利文，張指揮選的是” In Remembrance ”

，第一句歌詞 Lux aeterna 是 light forever

的意思。這兩首曲子也是年底公演要唱的。

歡迎舊團員女低音的任英歸隊，這是她今年第一次來練唱。

歡迎伴奏黃心姮參觀北京奧運歸來，她去看了六場中國籃球隊的比賽，五場皆敗，第六場終於贏了。身歷其境，扯著嗓子為中國籃球隊加油的情況，令她難忘。

歡迎新朋友舊金山來的女低音錢文玲，她是看了世界日報上的報導而找來的。

歡迎新朋友徐娟娟夫婦，徐娟娟唱女高音，她說”我感覺你們的程度很高”
。徐先生唱的是男低音。

下半場張指揮已先行離去。方指揮帶大家練習年底公演要唱的其他曲子：
土地之戀及濁水溪溪水濁。在練習濁水溪溪水濁時，剛開始的單獨男低音主旋律就集體唱錯歌詞，在眾人的笑聲中曾紹宗解釋說：
是字太小了，方指揮就說：
那明年要出大字版才行。

接著是單獨女低音主旋律，錢懋圭問方指揮是要什麼樣的音色？
“混厚”，“可是伴奏是輕快的？”
，“如果不是要表現女低音的音色，不然就給女高音唱就算了”。眾人大笑，好像是講錯話了，方指揮忙用台灣政壇上的流行語：因為一時誤會，沒有講清楚…。眾人再笑。

輪到男高音加進來唱時，魯國明問：
“愛人打拚勤工作”中的”人”字是怎麼唸？
方指揮解釋：這裡是”希望人們”的意思，所以要唸”郎”音，如果句子指的是情人，那就要唸”林”音。眾人又笑。

謝謝垂青幫我們錄的西文發音

Mi Vida Mi Canción

<http://www.youtube.com/watch?v=FwxVjPLLMvk>

文摘

『找出自己的缺點，
接受天生的限制，
這也是一種自信。』（P.45）

『小鴨，有小鴨的責任。
大鴨，有大鴨的承擔。』（P.46）
*資料來源：'甘露與淨瓶的對話'

家有中等生

其實沒有遠大理想也不是什麼壞事，這輩子能夠做一個正直的人就可以了。

女兒的同學都管她叫“23號”。她的班上共有50個人，而每每考試，女兒都排名23。久而久之，便有了這個雅號，她也就成了名副其實的中等生。我們覺得這外號刺耳，女兒卻欣然接受。

老公發愁地說，一碰到公司活動，或者老同學聚會，別人都對自家的“小超人”讚不絕口，他卻只能扮深沉。人家的孩子，不僅成績出類拔萃，而且特長多多。唯有我們家的“23號女生”，沒有一樣值得炫耀的地方。

因此，他一看到娛樂節目藝非凡的孩子，就羨慕得兩眼放光。後來，看到一則9歲孩子上大學的報導，他很受傷地問女兒：『孩子，你怎麼就不是個神童呢？』女兒說：『因為你不是神父啊！』老公無言以對，我不禁笑出聲來。

中秋節，親友相聚，坐滿了一個寬大的包廂。眾人的話題，也漸漸轉向各家的小兒女。趁著酒興，要孩子們說說將來要做什麼。鋼琴家、明星、政界要人，孩子們毫不怯場，連那個4歲半的女孩，也會說將來要做央視的主持人，贏得一陣讚歎。

12歲的女兒，正為身邊的小弟弟、小妹妹剔蟹剝蝦，盛湯揩嘴，忙得不亦樂乎。人們忽然想起，

只剩她沒說了。在眾人的催促下，她認真地回答：『長大了，我的第一志願是，當幼稚園老師，領著孩子們唱歌跳舞，做遊戲。』

眾人禮貌地表示讚許，緊接著追問她的第2志願。她大大方方地說：『我想做媽媽。穿著印叮噹貓的圍裙，在廚房做菜，然後，給我的孩子講故事，領著他在陽臺上看星星。』親友愕然，面面相覷，不知道該說些什麼。老公的神情，極為尷尬。回家後，他歎著氣說：『你還真打算讓女兒將來當個幼稚園老師？咱們難道真的眼睜睜地看著她當中等生？』

其實，我們也動過很多腦筋。

為提高她的學習成績，請家教、報輔導班、買各種各樣的資料。孩子也蠻懂事，漫畫書不看了，剪紙班退出了，週末的懶覺放棄了。像一隻疲憊的小鳥，她從一個班趕到另一個班，卷子、練習冊，一逕逕地做。

可到底是個孩子，身體先扛不住了，得了重感冒。輸著液體，在病床上，她還堅持寫作業，最後引發了肺炎。病好後，孩子的臉小了一圈。可期末考試的成績，仍然是讓我們哭笑不得的23名。

後來，我們也曾試過增加營養、物質激勵等等，幾次三番地折騰下來，女兒的小臉越來越蒼白。而且，一說要考試，她就開始厭食、失眠、冒虛汗，再接著，考出了令我們瞠目結舌的33名。

我和老公，悄無聲息地放棄了轟轟烈烈的揠苗助長活動。恢復了她正常的作息時間，還給她畫漫畫的權利，允許她繼續訂《兒童幽默》之類的書報，家中安穩了很久。我們對女兒，是心疼的，可面對她的成績，又有說不出的困惑。

週末，一群同事結伴郊遊。大家各自做了最拿手的菜，帶著老公和孩子去野餐。一路上笑語盈盈，這家孩子唱歌，那家孩子表演小品。女兒沒什麼看家本領，只是開心地不停鼓掌。她不時跑到後面，照看著那些食物。把傾斜的飯盒擺好，鬆了的瓶蓋擰緊，流出的菜汁擦淨。忙忙碌碌，像個細心的小管家。

野餐的時候，發生了一件意外的事。2個小男孩，一個奧數尖子，一個英語高手，同時夾住盤子裡的一塊糯米餅，誰也不肯放手，更不願平分。豐盛的美食，源源不斷地擺上來，他們看都不看。大人們又笑又歎，連勸帶哄，可怎麼都不管用。最後，還是女兒，用擲硬幣的方法，輕鬆地打破了這個僵局。

回來的路上，堵車，一些孩子焦躁起來。女兒的笑話一個接一個，全車人都被逗樂了。她手底下也沒閒著，用裝食品的彩色紙盒，剪出許多小動物，引得這群孩子讚嘆不已。至下車，每個人都拿到了自己的生肖剪紙。聽到孩子們連連道謝，老公禁不住露出了自豪的微笑。

期中考試後，我接到了女兒班主任的電話。首先得知，女兒的成績，仍是中等。不過，他說，有一件奇怪的事想告訴我，他從教30年了，第一次遇見這種事。

語文試卷上有一道附加題：你最欣賞班上那位同學，請說出理由。除女兒之外，全班同學，竟然都寫上了女兒的名字。理由很多：熱心助人、守信用、不愛生氣、好相處等等，寫得最多的是，樂觀幽默。班主任還說，很多同學建議，由她來擔任班長。他感歎道：『你這個女兒，雖說成績一般，可為人，實在很優秀啊！』

我開玩笑地對女兒說，你快要成為英雄了。正在織圍巾的女兒，歪著頭想了想，認真地告訴我說：『老師曾講過一句格言：當英雄路過的時候，總要有人坐在路邊鼓掌。』

她輕輕地說：『媽媽，我不想成為英雄，我想成為坐在路邊鼓掌的人。』

我猛地一震，默默地打量著她。她安靜地織著絨線，淡粉的線，在竹針上纏纏繞繞，彷彿一寸一寸的光陰，在她手中吐出星星點點的花蕾。我心裡竟是驀地一暖。

那一刻，我忽然被這個不想成為英雄的女孩打動了。這世間，有多少人，年少時渴望成為英雄，

最終卻成了煙火紅塵的邊緣人。如果健康，如果快樂，如果沒有違背自己的心意，我們的孩子，又何妨做一個善良的普通人。

長大成人後，她一定會成爲：賢淑的妻子、溫柔的母親，甚至，熱心的同事、和善的鄰居。在那些漫長的歲月裡，她都能安然地過著自己想要的的生活。作爲父母，還想爲孩子祈求怎樣更好的未來呢？

20歲的慈悲之心：哈佛才女楊元寧

比爾·蓋茲的母親曾經撐著羸弱病體，在他的婚禮派對中，公開敦促他：「得天獨厚的人呀！你背負了比常人更沉重的使命。」楊元寧也是如此。

外人眼中，她出身豪門，是王永慶的外孫女，她的父親楊定一則是長庚生技董事長，從小就是天才兒童，13歲以全巴西最高分考上醫學院，21歲就拿到紐約洛克斐勒大學生化博士及康乃爾醫學院醫學雙博士。楊元寧16歲就出版了7本發人省思的童書，17歲爲「紐約時尚週」走秀，18歲進入哈佛大學就讀，修習生物學與東方哲學雙學位，並在大學2年級就修完哲學系的應修學分。

特殊教育 感悟哲思人生

她的成績除了來自聰穎的天賦，更重要的是楊定一特殊的訓練——朗誦古典文獻。身爲科學家與醫師，楊定一在研究兒童腦波時發現，朗誦古文時，兒童腦波的狀態與靜坐時一樣，腦波彼此平行如一道巨大的雷射光波，不僅代表著深層的紓解與冥想，更是讓大腦發揮創意的必要條件。

至於爲什麼要挑選古代聖哲的著作？他認爲這是讓孩子們直接與大師對話，他更要求帶領朗誦的大人不要解釋字義，他相信孩子們有足夠的智慧了解，而這些經文也不至於因爲大人的解釋而扭曲原意。

從6歲起，楊定一就帶著她與2個弟弟讀經書，從

孔子、老子到佛家思想，楊元寧笑笑說：「小時候這樣讀古文只是好玩，但那些文字好像有生命，不同時候會跑出來產生新的意義。」在這麼多經書中，最讓楊元寧有所感悟的，則是《六祖壇經》，經書所言：「菩提本無樹，明鏡亦非台；本來無一物，何處惹塵埃。」對她影響深遠。

9歲時，她與父親參加5日禪修，在第5天打坐要結束時，楊元寧忍不住嚎啕大哭，楊定一緊張地以爲5日禪坐讓孩子身體不適，沒想到楊元寧卻哭著說：「原來人生是一場空。」

16歲那年，楊元寧出版了7本童書，《大地醫生》《不再恐懼》《活在沉靜中：讚頌大地》《整體療法》《記得快樂》《大笑老人》《業力：一分耕耘一分收穫》等。小男孩吉多因爲透過與爺爺對話，體會了生命的意義。書中處處充滿佛家哲思，她坦言書中寫的道理，都是給大人看的，而智慧爺爺則是父親楊定一的化身。

她甚至談到連成年人都講不清的「業力」，在《業力：一分耕耘一分收穫》中說，人生的一切都是將石頭丟在水中，激起陣陣漣漪，引發善惡因果，更說：「我們的靈魂或是精神，不論我們叫它什麼，也是一樣的。即使拋去了這個肉體，我們的靈魂還是永存。真相是，我們原本就是美麗的靈魂。暫居在這皮骨袋裡。內在是無限地光明，永遠不滅地閃耀著。」

傳承門風 成爲他人天使

出身豪門，對楊元寧最大的意義，不是揮霍不盡的金錢，而是最好的教育環境，以及好家庭的「家風」——盡力、勤儉、助人。

從小，家族裡的長輩就身體力行：「無論碰到多大的困難，一旦立定目標，就要盡全力。」問楊元寧：「你人生遇過最大的困難是什麼？」她認真地想了想，回答：「沒有，我一定盡力完成。」

她承認自己有完美傾向，常常連楊定一都拜託她放輕鬆。申請大學時，她比別人早2個

月寄出所有的申請表格；老師建議她不要超過6所大學，她卻一口氣申請了12所，而且每一份表格都費盡心思，強烈表達她渴望入學的欲望。最後她被哈佛大學以提前申請的方式准許入學，在哈佛所有的入學方式中，是最困難的。當她獲准入學後，輕輕鬆鬆放假，別的同學們還在拖延著，直到最後一刻才拚命。

勤儉，自然是這個家族最爲人所知的門風。王永慶先生總是一條毛巾用到破。楊定一在餐桌上也有規矩，他不准孩子們有剩菜，他說：「吃飽，不是理所當然，非洲有幾百萬人都在挨餓。」

楊元寧也不像一般富家千金愛奢華，她很少買衣服，特別是學期中，寧願把時間拿來念書，也不花錢血拚；好不容易可以買衣服，總是平價實穿得體就好，一件衣服穿個4、5年很平常。

助人，則是楊定一從小教育楊元寧時，最重要的觀念。楊定一在巴西見過太多窮人，知道他們的苦以及自己的富足，所以他從小告誡楊元寧：「妳很幸運出生在這樣的家庭，更應該幫助人。」

楊元寧的心比父親期望的還要柔軟。從小只要有同學生病請假，楊元寧除了打電話關心，還會幫同學準備好缺漏的功課。曾經有個猶太媽媽握著楊定一的手說：「楊元寧真是個小天使。」

從賓格利高中（The Pingry School）畢業時，楊元寧除了在學業上獲得無數獎項，最讓她驕傲的，則是「羅斯奈爾獎」（Russ Neil Award），由全校250位同年級學生選出得獎者；另外最高榮譽的「勞丹帝獎」（Magistri Laudandi Award），得獎評語則是：「其他獎項或可表揚『最可能締造成就者』，但該生乃『最能夠幫助眾人締造成就』而獲頒此獎」。

台上綻放 要求完美表現

進入哈佛後，楊元寧幾乎投注所有心力在智識的追求，夜夜苦讀，兩三天就讀完100多頁黑格爾的哲學思想或者生物學理論。念書累了，她就去湖邊跑步，睡前爽快地做上百

個仰臥起坐當遊戲。

她永遠提前把老師交付的功課做完，2年來科科得A。楊定一勸她放輕鬆，甚至開玩笑：「只要妳有一科得B，我就請妳吃飯！」直到大學二年級結束，楊元寧都沒吃到爸爸這頓「拜託不要拚命」的晚餐。

但別以爲楊元寧是個無趣的書呆子。17歲時，她在朋友慫恿下參加試鏡，成爲平面模特兒，楊元寧總是從紐澤西開車進紐約參加一場又一場的面試，直接面對被挑選的殘酷，以及被選上後嚴苛的工作。第1次當模特兒，她是現場最小的菜鳥，做造型要忍受髮型師拉扯頭髮，拍照一站就是12小時。

她曾爲美國《Vogue》雜誌拍照，在「紐約時裝週」走秀，上了哈佛大學後甚至擔任起模特兒指導。新手走秀難免膽怯，她上台前告訴自己：「妳一定要相信自己是美麗的！」

不過她這個模特兒也很特別，拍照現場當大家都在閒聊，她卻帶上耳機，抱著書本苦讀。尤其接近大學申請前，有無數的先修科考試（Advanced Placement，簡稱AP），她一邊走秀一邊讀書，還得個全A。

楊元寧做模特兒，除了好玩，更重要的是去吃苦。別以爲模特兒光鮮亮麗，每一次面試都要殘酷地被挑選、到了現場要毫不保留，勇敢地展現自己，更別提在冬天穿薄紗拍照的痛苦。楊元寧開玩笑說：「我爸爸覺得吃點苦很好，所以很支持。」

助人爲本 願世人都得福

她若不是天才，怎麼會如此優秀？楊定一卻說：「每個孩子都是天才，只要大人能夠放下。」楊定一從不限制孩子們的選擇，唯一在意的，是希望孩子放下「我」，他說：「如果把自我成就當成人生最重要的事情，到後來一定會失望。」

楊定一常說，人生最重要的是「願」，有了希望，自然會走向它。他在小小楊元寧心中種下「助人的願」，已長成一棵不斷努力向天空延伸的小

樹，只求濃蔭庇人。有了奔向藍天的目標，自然不會迷失。

楊元寧在學校曾經爲了幫助中國免脛的孩子籌措經費，舉辦時尚走秀活動募款；參加不同的非營利性組織，爲貧苦的人找希望。

楊定一在瓜地馬拉推動的「住屋計畫」，楊元寧更是重要幫手。那是一個爲了當地貧民所興建的計畫，分別爲「希望之村」與「光之城市」的計畫。「希望之村」建造了環保而美麗的房屋，每戶只要1萬1000美元，目的是讓中低收入戶的貧民能夠有屋可住；「光之城市」則是造鎮計畫，包含2000戶住家、商用建築、學校、醫院等。

回美國的楊元寧常想起那些貧窮景象，貧窮單親媽媽帶著孩子住破爛鐵皮屋，一出門就被男人毛手毛腳，每天還要坐2個小時的巴士去工作，楊元寧就忍不住難過。

於是，楊元寧在繁重的課業外，還主動提出要幫忙製作說明書，她打了幾十通國際電話，跟不同單位要來詳細資料，消化後寫成易懂的簡介，在瓜地馬拉總統面前簡報自己的夢想與實踐方法。

在新書《哈佛心體驗》最後她寫著：「我的夢想是，有一天，我能爲世界各地無數的貧困人口提供更好的生活方式。成爲志工企業家之後，我希望能幫助世上每一個人獲得平靜、和諧、均衡的生活。我希望在某一天，即使是孤兒與棄兒也有機會獲得良好的教育，並體驗世界的美好。」

爲別人付出，回報是什麼？她笑著說：「看到被幫助的人開心，就是最棒的。」對楊元寧來說，哈佛大學，只是人生的起點：「我真要想趕快畢業，趕快去幫助人。」

電影《蜘蛛人》裡，影響蜘蛛人最深的一句話，是養育他成人的叔叔所說：Remember, with great power, comes great responsibility.（能力愈強，責任愈大。）」

楊元寧才20歲，讓人欣羨的天賦家世，滋養她，也考驗她。然而，最終能讓她閃閃發光

的，不是出身豪門名校，也不是美貌與才華，而是慈悲心。

許多人期待著當楊元寧40、50歲，具備了深度的智識與人生智慧後，會做出一番什麼事業？無論如何，人生苦短，若世界因爲有了她，而變得美好柔軟，就是眾人與她最大的福氣。

園地郵址 (歡迎青青人投稿)

園丁 - 劉桂芳

Email: guifang_liu@yahoo.com