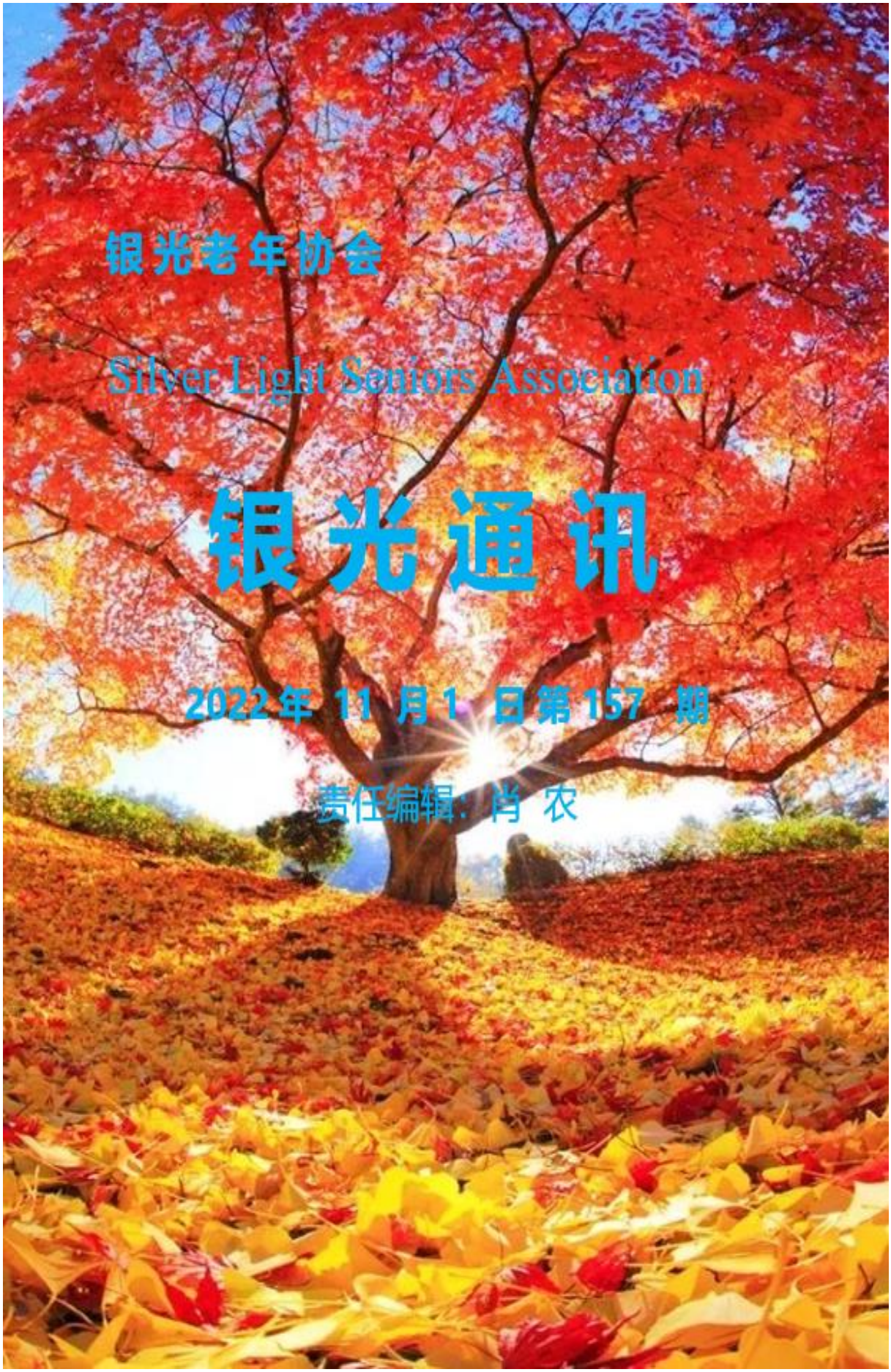

银光老年协会

Silver Light Seniors Association

银光通讯

2022年 11 月1 日第 157 期

责任编辑：肖 农

目 录

【欢庆双诞】 4

银光 18 周年暨乐园 6 周年庆典盛况报道.....施浣芳、肖农等

欢度重阳节 喜庆双华诞.....陈时达

感恩.....毕丽珠

喜庆重逢迎华诞.....田德发

【创作文稿】 22

北 美 渔 趣.....毛姐

也说欣赏自己.....邹少男

秋游芝加哥（上）.....方元

偶感四首.....马一毛

【银光厨艺】 38

金秋时月银光厨艺美食篇（美篇）.....张媛香

【追思光祥老师】.....39

光明真诚 祥和奉献.....竺雪丽

悼念陈光祥先生.....陈时达

陈光祥老师追思会悼辞.....张媛香

一、“银光老年协会” 简介

银光老年协会是在 Virginia 州政府和联邦税务署注册的，非牟利性、非政治性、非宗教性的民间团体。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，争取和维护应有的权益为宗旨。至今，它已经成立了 18 年，是华盛顿地区最有影响的华裔老人民间团体之一。

1）网站网址：http://www.silver-light.org/Information.html

2）接受捐款：为了支撑老年会员正常的活动，协会接受个人和企业的捐款，所有捐款均可免税，收到捐款后，协会将给您寄相关发票。捐款请填写支票，支票支付给银光老年协会（Silver Light Seniors Association），支票请寄到如下地址：

Ms. Liuying Gong

44675 Cape Court #130 Ashburn, VA 20147

二、“银光通讯”介绍

“银光通讯”是银光老年协会举办的、免费网络电子版华文月刊，每月 1 日发刊。反映华裔同胞，老有所依、老有所学、老有所为、老有所乐的精神风貌。至今，已经出版 150 余期，欢迎阅读、查询。

1） 查询、阅读链接：

https://drive.google.com/drive/folders/0B9_Cl6nGTh2ZeHdkbmh0WnpTQ28

2）“银光通讯”责任编辑:“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姓名和邮箱（本期和下期责任编辑相同时，可用一行表明），以方便读者联系。

下期责任编辑姓名：肖 农 邮箱：shushi4243@gmail.com

3）“银光通讯”投稿邮箱：来稿请用 Email，每月 24 日前投到下面邮箱，邮件主题写：投稿。

投稿邮箱：shushi4243@gmail.com

【欢庆双诞】

银光 18 周年暨乐园 6 周年庆典盛况报道

文：施浣芳；图：肖农、王成杰、田德发、汪基铭

金秋十月，我们迎来了银光老年协会建立 18 周年及乐园日间服务中心成立 6 周年的纪念日。庆典活动时间定在 10 月 15 日（周六）下午 2 点至 4 点半，地点：亨顿老年活动中心大厅。当日下午 1 点起，各路演员、各地朋友络续来到大厅，找座位，找朋友，忙更衣、忙化妆，彩排，唠嗑，一片热闹喜庆景像。

下午 2 点，主持人——原银光副理事长龚蕊女士宣布庆祝活动正式开始。首先，银光第十届新任理事会领导陈丽珍女士宣读——亨顿老年中心主任露丝（Ruth）女士给第九届银光理事长陈时达先生的贺信。接着，陈时达理事长致答词：感谢亨顿老年中心多年来对银光人开展活动长期持久的支持，说到动情处，他用高亢的歌声抒发胸中无限感慨；理事长接过乐园捐赠银光五千美元，真诚感谢乐园主任王继红先生的慷慨！又随即把捐赠交给新一届理事会，勉励年轻的新班子“高歌猛进，再创辉煌”。

乐园日间服务中心主任王继红先生讲话。他说乐园就是银光的孩子，照顾好叔叔阿姨是乐园人义不容辞的责任，承诺在乐园发展壮大同时，只要有盈余，一定不会忘记回馈银光协会。最后他衷心祝愿所有老人欢乐健康长寿！王先生的话音刚落，被乐园服务多年的毕丽珠女士坐着轮椅上台，她代表乐园被护理的几十位老人，朗读她的新作“感恩”散文诗：感谢银光大家庭，让海外华裔老人有个温馨的家，感谢日间服务中心乐园，让有病之老人，老有所依、老有所养，耐心细致被呵护，点点滴滴的恩情，心怀感激永志难忘……王先生的担当豪爽，毕女士的柔情感恩激荡着在座的每位银光人。

2 点半，龚蕊女士宣布文艺演出开始。回想 2000 年及 2021 年，新冠病毒肆孽全球，那两次的庆祝活动只能在网上通过 Zoom 播放，在疫情有所缓解的 2022 年，庆典活动要在实体大厅里举行，这一举措得到银光人的广

泛认可。观众特别期待，演员倍加努力，她们力争用最好的状态、最佳的水平奉献给观众。经过庆典组委会的筛选，呈现在观众面前 16 个节目，既有广泛的代表性，又要较好的观赏性，可以说每个节目都是精品。

说唱类节目共 7 个。2 个男生独唱：维也纳分会的郑邦业，和特邀嘉宾著名男高音歌唱家张筑麟的压轴曲“感恩”； 2 个小合唱：由 HWFH 分会“欢乐的歌唱起来”，及“踏雪寻梅”两首，以及维也纳、LRG、北维校区三个分会联合演唱“人间第一情”；1 个男女声三重唱， “呼伦贝尔大草原”由 HWFH 演出；1 个越剧小组唱，“我家有个小九妹”由银光越苑承担；及银光合唱队的大合唱，演唱两首歌--“天路”和“读书郎”，由李继英女士指挥。每个节目不仅歌声（戏声）优美悦耳，服装统一整齐得体，而且形式活泼、多姿多彩，给观众耳目一新的感觉，达到较好的舞台效果。

舞蹈类节目共 7 个。西城区的“相逢是首歌”，安妮湖公寓的“吉祥欢歌”，猎人公寓的“罐舞”，银光民族舞蹈队的“书简舞“，再加三支交谊舞，它们是：泰森公寓的“黄玫瑰”、Sully 分会的“山茶花开神奇土地”（这两支舞蹈均由陈全清女士编导）、及银光交谊舞队的“宫廷华尔兹”，每个舞蹈共同之处是音乐动人，服装靓丽，舞蹈迷人。有一种不是专业队胜似专业队的感觉。

还有两个节目，一是银光太极拳队的“太极拂尘”，由三位演员表演，行云流水舒展大方；二是银光器乐队，由古筝、两把二胡及巴乌共四人合奏“游牧时光”，合奏的音乐优雅悦耳，和谐动听。

高水平的演出，观众不断给予热烈掌声。那久违的相逢，机会难得的演出，观众由衷感谢演员们出众才艺和倾情奉献的精神；而我们可敬的演员把演出成功归功于领队、教练、策划和编导们不懈努力、归功于精心安排这场演出的新旧理事们通力合作！在互相感恩中，全体演出人员登上舞台，欣喜地照了一张“全家福”像片，2022 年的庆典活动完满地落下帷幕！

主持人龚蕊女士宣布庆祝活动正式开始和到会嘉宾

新任理事会领导陈丽珍女士宣读露丝主任贺信

乐园主任王继红先生慷慨捐赠银光五千美元并讲话

银光合唱队的大合唱

男生独唱 维也纳分会郑邦业

西城校区分会舞蹈“相逢是首歌”

泰森公寓分会的交谊舞“黄玫瑰”

越个越剧小组唱，“我家有个小九妹”

银光民族舞蹈队的“书简舞“

HWFH 分会演出的男女声三重唱，“呼伦贝尔大草原”

Sully 分会的交谊舞“山茶花开神奇土地”

HWFH 分会“欢乐的歌唱起来”等两首

安妮湖公寓分会的舞蹈“吉祥欢歌”

银光太极拳队的“太极拂尘”

维也纳、LRG、北维校区三个分会联合演唱“人间第一情”

HWFH 分会的“罐舞”

银光器乐队由古筝、两把二胡及巴乌合奏“游牧时光”

特邀嘉宾著名男高音歌唱家张筑麟的压轴曲“感恩”

银光成立18周年、乐园成立6周年庆典
银光新理事会理事九人，徐印树理事因病缺席
2022年10月
徐塘
吴月兰
张媛香
王丹
陈丽珍
曾立新
翁凯伦
陈华
吴月兰 陈丽珍 曾立新三位理事为核心组成员
20221015 王成杰摄制

2022年10月

三张各具特色的演出人员合影

银光交谊舞队的“宫廷华尔兹”

#返回目录

欢度重阳节 喜庆双华诞

-----在银光 18 周年庆和乐园 6 周年庆会上的讲话

陈时达

尊敬的来宾，亲爱的银光会员和乐园朋友们，大家下午好！

秋风送爽，硕果飘香。在经历了 2 年多的疫情反复，我们终于迎来了大家欢聚一堂的日子，共度重阳节，同贺双华诞：银光 18 周年庆和乐园 6 周年庆。请允许我代表银光老年协会对诸位的到来表示热烈的欢迎！

望着一张张熟悉的面庞，热情、开朗、和蔼；听着一阵阵爽朗的笑声，欢乐、自信、豪迈。我的心中涌起了从未有过的满足，因为我们银光这艘航船，乘风破浪，胜利到达了彼岸，而且将要继续新的航程。

回首 4 年的理事长任期，留下了难以忘怀的记忆和我对大家热情支持的谢意。

1）想起了 2018 年 10 月历任理事长和银光的开拓者们，如：龚留英，欧阳铭，王一宁，陈钟英，孙贤颐，邹怡和张文海等，把我带上了银光义工的舞台。给了我指引和帮助；

2）想起了第 8 届和第 9 届理事们的通力合作。副理事长李继英，汪基铭；龚蕊和舒朝濂的辅佐和襄理。

3）想起了银光 12 个分会的分会长和 8 个活动组组长们，以及广大银光人（无论是资深会员还是后继新秀）的巨大支持。

银光组织的文体活动、各种学习班和防疫抗疫，保健养生的科普讲座等，既在陶冶性情，传承中华文化的瑰宝，在多元文化节等公益活动中绽放异彩；又在实践银光“老有所为，老有所学，老有所乐”的初衷。借此机会，我向各位表示衷心的感谢！

掌声让我想起了《掌声响起来》这首歌：我站在这舞台，听到掌声响起来，我的心中有无限感慨，多少青春不在，多少朋友已离开，我还拥有你们的爱……。一段小改动的插曲，表达我此时此刻激动的心情。

我还要向曾给银光和受伤会员捐款的行善者;以及在疫情期间通过银光

向抗疫第一线的医护人员乐捐的 303 位银光人（捐款$12,365）致以崇高的敬意！

特别要提到的是与我们相互支持，共同发展的“乐园”。这个北维唯一一个由华人创办经营的成人护理中心，最近稍有盈利，就慷慨捐款$5,000给银光。让我们以热烈的掌声感谢乐园王继红董事长的大爱精神！

一人难挑千斤担，众人拾柴火焰高！如果说第八、第九届理事会还作出了一些成绩，那都应该归因于大家。今天我要把接力棒，传给第十届理事会了。祝愿“银光”和“乐园”在新一届理事会的领导下，在前进的征途中，高歌猛进，再创辉煌！

谢谢大家！

#返回目录

感恩

毕丽珠

我出生在八年抗日战争中，经历过国共两党交恶的残酷时代，成长在新中国。

在命运多舛的岁月里，我像路边的一棵小草，任凭风吹浪打，脚踩人碾，侥幸地活着。

我感恩那个纷乱的时代，让我早熟、懂事，瞬间长大。知道人生的确不易！但我却没了童年。

我感恩人生的艰难，让我从小就知道，什么是飢寒交迫、侮辱歧视、无情蹂躏，三根肠子空着二根半的痛苦滋味！

所以还没长大的我，迫切学做“十八般武艺”，用我未成年的小手、用粗针和自已捻搓的麻绳，纳着前线战士的大鞋底；绣着五彩缤纷的枕套；钩织着出口香港的对对丝扣等等，挣着一点微薄的角票，以求给一贫如洗的家庭，奉献一点点轻微的收益。当然，也学会了几样女红的技艺。

我经常被夸奖，可都是同情怜悯的咏叹调，但足可以温暖着我那無人关心、干瘦、冷颤的小小身躯。心中感受良好，至今难忘！

我的祖辈、父母辈都是带着“原罪”万劫不复的载体。他们的子孙后代，自然就是被人鄙视欺侮毒虫野草。心中常自问：“我本无辜，何罪之有？”

因此，我感恩人生的痛苦，只有在极度的煎熬中，才会激发出巨大的动力，求知、求进、求生存！以期改变自已的命运。

我感谢命运，正由于它多舛，我才会努力攀爬，从地平线以下走到今日。

我感恩今日的陽光，让我无比温暖。不再缺衣少食，不再恐惧三年一小整，五年一大改的各种“运动”。让我可以脱颖在自由世界之中。

我感恩自由，让我抬头能厂欣赏白云蓝天，低头可以看到平等的尊贵人生。

我，虽已耄耋，但深知好歹。这是上天的眷顾，让我苦尽甘来，跻身在乐园之中。

我感谢银光老年协会的成立，能为她曾经漆砖加瓦、众人捧柴地做点该做的事情，表达微不足道的心意，她，也让我重新认识了自己。

我感恩现实中的“乐园老人服务中心”，在国家包容、政府支持的鼓励下，经理王继红夫妇的创业精神，在此落地开花。我们这些海外的老者才能老有所养、老有所乐。加之，所有员工的耐心热忱和细心照顾：早上随车而至，立马送上爱心早点，午餐过后又一一送回各家，小眠和放松着已玩累了的肌体，这是何德何能修来的福报？很多老人都感动地庆幸自己。这来之不易的晚年幸福，从而促进了彼此的友善相处。

让我这棵曾经的小草，在这里延缓着早该枯萎的生命，享受着今日的美好。不会再有苍穹之大看不到我的存在，人海之阔不在乎我这一滴的去留。

我愿天之大处处有阳光，地之广遍地均芬芳！

我祟尚，滴水之恩，涌泉相报。

#返回目录

喜庆重逢迎华诞

----银光十八周年暨乐园六周年庆典实况录像

影视制作：田德发

请打开下面链接，进入 youtu.be 网页观看视频

https://youtu.be/AFrVyghkI_M

也可复制 DVD 光盘。用 DVD 播放器在电视上欣赏。

#返回目录

【创作文稿】

北 美 渔 趣

毛姐

白头波上白头翁，
家逐船移浦浦风。
一尺鲈鱼新钓得，
儿孙吹火荻花中。

每当读到唐朝诗人郑谷的这首诗时，我便会情不自禁地回味起那些在北美垂钓的乐趣来。先说说钓淡水鱼。

秋风像一把柔韧的梳子，梳理着静静的穆玛湖（Moomaw Lake），水波潋滟，湖水恬静地、光滑地在两岸间蜿蜒地向前伸展开来。

在湖里垂钓，主要是欣赏旖旎的风光了。近处是濡湿鲜绿的湖岸，岸上有芦苇、草地、花园和别墅，远处是一片峭壁巉岩。

岸上四周的树叶，绿的，红的，黄的，白的，一丛丛一簇簇地倒映到水中来，覆盖了半湖秋水。万物都沉浸在柔和、晶莹、蔚蓝色的大气中，仿佛一副色彩缤纷的织锦画，蕴藏着宁静、温馨、和谐的美。

不时地能见到各种水鸟，鸬鹚，野鹅，鹭鸶……还有河狸、水獭等等。湖心岛上还有野鹅蛋呢，可是小 C 说，法律规定只准打鹅，不准捡蛋。哦，我明白了，这就叫可持续发展吧！

一只灰、蓝、白三色相间的美丽的鹤，一直用单腿屹立在水中央，不仅是因为它的美丽打动了我，更令我佩服的是它那始终引项直立的高傲神态。任凭我们的船围着它转了几圈，它既不惊恐地飞走，也不慌乱地摇摆，甚至连眼睛都不眨一下，俨然一位冷艳高傲的公主，旁若无人，目空一切，好一副任你风吹浪打，我自岿然不动的作派。最后，我们还是不忍心惊动它，去钓鱼了。

我独自一人轻轻地划着一艘 kayak，犹如一把锋利的小剪刀，慢慢地剪开了犹如碧绿色絲绒一样光滑的湖面，来到水深处，抛下了鱼饵（这里补充说明一点，在中国一般都是用蚯蚓等小虫子来做鱼饵，美国则大都用仿生鱼饵），不一会儿，瞧，我也钓到了一条大嘴鲈鱼，这可是淡水鱼中味道比较鲜美的哟！

换到另一条詹姆斯河（James River）里去钓鱼，情况就大不一样了，甚至不用船，直接下水，用抄网捞就行，屡屡得手，不到半天功夫就可以满载而归了。

美国于上个世纪七十年代从中国引进了亚洲鲤鱼、鲢鱼……等鱼种，用于抑制池塘和湖泊中的各种水草、藻类、污物和寄生虫的泛滥。

但是，由于美国人不喜欢吃淡水鱼，也许他们认为吃淡水 fish 真的很费事吧，所以很少有人捕捞，再加上这些鱼是近些年才引入的外来物种，缺乏天敌，这里的湖泊和内河里的鱼的体型都能长得很大。驾驶着小艇，你甚至可以守株待兔，让鱼儿自己飞进网中。当然，现在美国人也在逐渐尝试改变饮食习惯，像中国人一样，用吃的方式来减少这些鱼儿。

再说说海钓。

选择晴朗无风的天气是很明智的。小 C 总是在海钓之前，不但要看好天气预报，还要看好海潮预报，掌握好退潮和涨潮的时机，因为只有这样，才能在最短的时间里争取最大的收获。

按照小 C 的计划，大清早，我们呼朋唤友一起驱车来到了海边，已经开始退潮了，迅速拖船下水。待船儿开到一座大桥底下，便停船抛锚。因为这个桥底下有很多浮游生物，是鱼儿喜欢觅食的地方，我们就先在这里下钩。

很快就涨潮了，开始有所收获。陆续上钩的有大黄鱼、海鲈鱼、石斑鱼、比目鱼、多宝鱼、马鲛鱼、赤魟鱼……

下午，再把船开到深海处，还钓到了鲅鱼、带鱼、魔鬼鱼（忘记它的学名叫什么了）……由于品种太多，我都叫不出这些鱼的名称来。

渔友们不时地发出喜悦的惊呼声，呵呵！哈哈！又一条！正所谓“清早船儿去呀么去撒网，晚上回来鱼满仓。啊～～！”

当西边的海角上空燃烧着一片桔红色的晚霞时，海水也被霞光染成了红色。我们大获全胜，载着鱼儿，披着晚霞，凯旋而归。

2022 年 10 月

#返回目录

也说欣赏自己

邹少男

从网上看到一位老者说：善待自己就要习惯于欣赏自己。我头一次看到要欣赏自己的说法，也深感这一说法新奇、特别、挺有意思的。这说法在我头脑里转来转去想了好几天：需要欣赏自己吗？最后想明白了，需要欣赏自己。因为准确如实的肯定自己的长处，优势，这是做好每一件事情的前提。

但我还认为每当在欣赏自己的同时，还必须运用“自知之明”这把尺子来度量自己，以便警惕不要陷入自我陶醉，孤芳自赏的泥坑里。

那么我欣赏自己什么呢？

欣赏自己心态年轻。尽管已到过耄近耋之年，但我笃信一篇曾轰动全球的著名短文《年轻》中的一段话：“在你我心灵的深处，同样有一个无线电台，只要它不停地从人群中，从无限的时间中接受美好、希望、欢欣、勇气和力量的信息，你我就永远年轻。”

这段话与我一直努力实践着的“活到老学到老乐无穷”的信条，高度吻合。我愿意接受新事物，学习新知识，努力紧跟时代的步伐，哪怕仅仅是抓到其尾巴，也会抓紧不放，绝不能被它甩下。

欣赏自己生活的充实。我总是把家务、写作、跳舞、钓鱼、购物、上网浏览时事新闻、看电视剧、散步、帮儿孙做点力所能及的小事，等这些事务，都充满热情的去做，一点也不敷衍。当干起来时往往是用统筹法，排并列纵队，齐头并进，而不是一路纵队，一件一件的去做。因此每天都紧张有序，没有被白白浪费掉的时间。

欣赏自己头脑清醒，反应灵敏。尽管随着年龄增长，近期记忆衰退，但在处理事务上，条理还是清晰，是非还是分明，思维还是灵活的。反映在手脚动作上，还是准确敏捷的，往往从电脑桌上碰落的小物件，我可以随手从坠落中抓住。家人经常提醒我走路要慢点，殊不知走的快是青少年

就时养成的，是性格所致，要改很难。我有时候在想，假如现在是处在社会动乱的环境中，为保护自己和家人而自卫，我出手的动作绝不会比对手慢。

欣赏自己家庭幸福。儿孙满堂，家庭成员关系和谐融洽，我疼爱他们，对不是自己生的会格外关切、照顾。同时，与两位亲家关系顺畅，接待他们时真诚热情周到。平时保持电话、网络联系，逢年过节互致问候。

准确的欣赏自己非常重要。要想逐步达到超越自我，完善人生，必须做到准确的欣赏自己。

2022 年 9 月 5 日

#返回目录

秋游芝加哥（上）

方　元

9 月 23 日至 27 日，女儿带着老伴和我共三人，来到向往已久的芝加哥，进行为期三天的旅游。芝加哥位于美国中部伊利诺伊州，拥有两百七十五万人口，东临密歇根湖，是美国重要的铁路、航空枢纽，也是美国主要的金融、期货和商品交易中心之一，奥黑尔国际机场是全美第三繁忙机场，芝加哥加郊区组成芝加哥大都市区，人口超过 9 百万，仅次于纽约、洛杉矶，是美国第三大都会区。

23 号（周五）当地时间下午 1：42，我们走出奥黑尔国际机场，乘优步，原本 30 分钟的车程，花了 1 小时才到达目的地，一路上见识高楼林立、车水马龙大城市风貌，领略大城市交通拥堵窘状。我们入住迪尔伯恩（Dearborn）大街的万豪酒店（Marriott），在此度过四晚美好时光。

女儿买了三张芝加哥通票（Chicago City Pass），成人票价 114 美元，九天内可参观五个芝加哥顶级景点，包括谢德水族馆、菲尔德自然史博物馆、威利斯摩天观景台三项必选项目，及以下三项中任选两项：芝加哥艺术博物馆、芝加哥科学和工业博物馆、360° 芝加哥观景台。我们把这五项称为“计划内”参观，还要穿插“计划外”参观，如芝加哥地标建筑云门、皇冠喷泉、华丽大道、海军码头等……

芝加哥旅行第一天

24 日（周六）在酒店用过早餐，出门就往中心地段奔去，不到 8：30，已经来到最热闹密歇根大道，站在芝加哥河畔放眼望去，满眼是高楼大厦，大道东侧是歌德式城堡建筑群——芝加哥论坛大厦（总部所在地），大道西侧是白色豪华气派的箭牌高楼，站到横跨芝加哥河的密歇根大街桥上，沿河两岸的摩天大楼，麟次櫛比好壮观！桥两端有四座桥头堡矗立着，由石刻雕像数说着当年芝加哥的故事。无论你往哪个方向瞧，都是满满的辉煌和繁华。

9：30，我们来到谢德水族馆（Shedd Aquarium），大门口，”人和鱼”的雕塑（Man And Fish）：一个男人拥抱着一条比人更粗壮高大的鱼，给人

印象很深。位于密歇根湖畔的水族馆，于 1929 年开馆，是美国第一座内陆水族馆，每年游人 2 百万，展示热带、温带、寒带的咸水鱼和淡水鱼共 2 万多个水生动物。进得富丽堂皇的大厅后，我们看了 4D 电影“鲨鱼”（Shark），在表演馆里欣赏白色鲸鱼（Beluga）与人共舞。最精彩的是在玻璃水漕中的千奇百怪各种水生动物，它们来自不同海域：加勒比珊瑚礁、亚马逊流域、世界海域、和东南亚海域来展示，还有南极的小企鹅。那些黄貂鱼、草海龙、用肺呼吸的深灰鱼、河豚等是我第一次所见，充满欣喜和好奇。

11：30，来到建于 1921 年的菲尔德自然史博物馆（Field Museum）。它与水族馆毗邻、位于芝加哥湖滨大道，是世界最大的自然史博物馆之一，它的特色有：收藏了世界上现存最大、最完整的恐龙化石苏(Sue)，收藏了 2 100 万件标本——包括稀有的察沃河食人狮，和 3.3 万件中国文物。我们看了 3D 电影“巨型恐龙”，又来到恐龙区，亲眼目睹多具不尽相同恐龙化石，站在六千七百万岁庞然大物化石前，我的震惊难以言表。自然生态区：复甦的地球、大自然与荒野、鸟类和地底冒险，丰富又逼真。文化区：美国土著人、美国起源、非洲、中国、古老埃及区域，尤其看到五千年历史的象形文字和 23 具木乃伊，給我留下深刻的印象。从甲虫到大象，从恐龙到猿猴，还有矿石、宝石样样俱全的宏大博物馆，给我上了一堂最齐全、最生动精彩的自然历史课。我们抽空在博物馆食品区，简单用三明治作为午餐。

下午 3 点走出自然博物馆，天气晴朗，阳光普照，我们趁着难得一见的好太阳，赶到海军码头，买了 50 美元一张 4：00 至 5：15 的游轮船票，那是 75 分钟的沿芝加哥河岸坐游轮观赏城市建筑之旅。我们之前一直马不停蹄、走马看花参观两个博物馆，确实有点累，现在停下急匆匆的脚步，坐游轮，晒太阳，看两岸高耸挺拔的大楼，听导游如数家珍的讲解，不是神仙胜似神仙。

游轮从海军码头出发，沿着芝加哥河，穿梭于芝加哥市，举头仰望“全美最佳建筑城市”，欣赏着与天争高的摩天大楼：湖心大厦、92 层高耸的川普大厦、造型别致的圆柱形玉米大楼，波音大楼、CME 芝加哥商品交易所、

最高处是带有两根长天线的黑色钢铁建筑汉考克大楼，一栋栋，一幢幢构建成美国独一无二最美城市。芝加哥河从市中心到河口仅 2 公里，建造了 18 座开启式桥梁，成为世界上最多移动式桥梁的城市，我们的游轮在青水碧波河面上航行，又在一座座硃红色钢筋铁桥下穿行，真是不可多得的游览体验。

登高望远观景台。下午 6 点我们来到拥有 110 楼层 443 米高的威利斯大厦(Willes Tower)，1974 年完工，连续 25 年都曾是世界最高楼（目前为北美第二最高大楼）。进入高速电梯，电视屏不断刷新楼层及比肩的世界各著名摩天大楼，并在很短时间到达 103 层。这层的整个布置就像开阔的展览馆，有照片、展示柜、电视介绍着摩天大楼的历史和辉煌、从窗外所见主要建筑和景点名称，引导我们沿着玻璃窗往外眺望，那浩瀚的密歇根湖、及一览无遗芝加哥华灯璀璨下多彩景色。最摄人魂魄的是：在这 412 米高处伸出四间五面皆玻璃的观景台——Skydeck，每年有超过 1 百万游客来到观景台，只为了在仅有 1 分钟时间内，欣赏脚下迷人景色及胆战心惊的体验。

芝加哥旅行第二天

25 日（周日）多云，早上我们来到千禧公园(Millennium Park)。称为“大豆子”的云门（Cloud Gate）于 2004 年竣工，随即成为芝加哥的新地标建筑，吸引无数居民游人。看到反射镜体，会想起街头巷尾交通用凸面镜，联想游乐场里的哈哈镜，非也！大型镜面豆型雕塑的外壳不是玻璃，而是用 100 多块 10 毫米厚、形状不一的不锈钢板焊接抛光精细打磨、却丝毫看不出焊缝丁点痕迹、一体成型的完美艺术品。它圆润光洁、晶莹剔透像个巨型夜明珠，雕塑上半部分形如椭球，其曲率半径平滑变化，得到比例不一缩小的映射像，游人看到变形的自己，常开怀不已，映射了周边的斯通大楼、保德信广场与 AON 中心，更有趣的是天上巨大的云彩也映射其中。雕塑的下部好似人的臀部，两边平滑低矮坐落在地面以支撑百吨重的雕塑，上端拱起形成门状通道，游人可穿行其中，“云门”决不是浪得虚名，而是有云又有门。

皇冠喷泉是一件超精致的大型公共艺术作品。由相隔不到 10 米远的两

座影像塔、及塔间黑色花岗岩倒影池组成。其长方体的影像塔外形好似砖墙，实则它由玻璃砖加发光二级管（LED）构建的大型电视，轮流播放收集所得 1000 张芝加哥市民的不同笑脸。电视除了显示不断变化生动人脸外，还会每隔 5 分钟，从人的口中吐出大水柱。我驻足凝视这很有创意的现代艺术，想象炎热的夏日，一定有多少孩童在水池里奔跑，在喷泉里喜嘻。

坐在公园椅子上，观赏皇冠喷泉变换的笑脸，想着将要参观芝加哥艺术博物、西半球最大的科技工业馆、及访问名校芝加哥大学等等。芝加哥，你有多少神奇和惊喜等着我们探索和发现？

下期待续，敬请关注 （10/18/2022）

老伴和我来到芝加哥

芝加哥谢德水族馆

自然博物馆中的大象

女儿和她爸在新地标云门前

威利斯大厦和它的观景台

皇冠喷泉一角

#返回目录

偶感四首

----读《银光通讯》145 期相关文章抒怀

马一毛

其一

开到东来开到西，哪儿有鱼哪儿去。
养老就是靠山姆，酱爆鱼肚补身体。

其二

捕鱼捉蟹数十载，至今旧习不能改。
借问渔翁欲何往？肩扛大鱼凯旋来。

其三

野雁野鹿锅内煮，呼朋唤友怕车堵。
返老还童有妙药，会飞会跑就是补。

其四

新冠病毒鹿身藏①，野味诱人病难防。
老命一条恐难保，于娟②教训实难忘。

注：

①2021 年 11 月 12 日《华盛顿中文邮报》美国简讯 A2 版刊登：美研究称美国野鹿大规模感染新冠。这项研究由宾夕法尼亚州大学、爱荷华州自然资源部门与爱荷华州大学联合发布。研究人员自 2020 年 4 月至 2021 年 1 月期间，收集了被猎人射杀、车辆撞死等野鹿的淋巴结样本，发现其中 80%的检测样本感染了新冠病毒。

②于娟，复旦大学任教，以吃野生动物穿山甲、鳄鱼、五步蛇、野孔雀、野鹿等闻名。三十出头患乳腺癌，离世前撰文，告诫人们珍惜生命，保护大自然，禁止吃野生动物。

2021 年 11 月 16 日

#返回目录

【银光厨艺】

金秋十月银光厨艺美食篇（美篇）

张媛香

链接：https://www.meipian.cn/4h6j6oj0?from=copy_link&um_rtc=ee94af57eef3d06237c6c804ee978fd1&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

【追思光祥老师】

光明真诚 祥和奉献

---在陈光祥教授追思会上发言

竺雪丽

亲爱的吴金美老师及家人,

各位来宾和朋友们:

今天我代表 HWFH 老人公寓的朋友们，沉痛哀悼我们的好老师、好兄长、好朋友、好邻居—-陈光祥先生。陈先生的突然离去，令多少人伤心流泪、扼腕叹息！我们怎么也不愿相信这是真的，在我们心目中，您还是那么年轻，充满活力！我们多么怀念与您相依相伴的日子，怀念您的开怀大笑，怀念您的侃侃而谈，怀念您驾驶着心爱的马自达，带着我们四处奔波。陈光祥先生患病以来，在进行治疗的过程中，一直默默地与疾病抗争，从来不愿意麻烦别人。以至于得知陈老师突然离去的那一刻，公寓很多朋友非常懊悔，因为怕打扰陈先生静养，没来得及探望，真是万般不舍。

陈先生是英语专业教授，学识渊博，造诣很深，用他的专长热心为公寓华裔、银光会员和社区华裔服务。自 2014 年执教银光和亨顿老人中心共同举办的公民入籍英语班，每年 2 次登报发举办入籍班的消息，直至疫情而停办。他不仅认真授课，还邀请美国入籍移民官员举办相关讲座，帮助学员办理申请，使很多银光会员和社会华裔成功入籍。陈先生 2016 年入选银光理事会，分工抓学习，他分别在公寓和希望西城校区举办过英语学习班。他还多次捐款支持银光老年协会组织的捐献活动。

陈先生是 2016 年住进公寓。他心镜光明，为人真诚，处事祥和，乐于奉献。是我们的好朋友，好邻居，为公寓华裔居民做了许多好事。他是我们公寓的热心义工，一直是公寓华裔和管理层的重要沟通桥樑。一些华裔

有事找公寓管理层，请陈先生帮助联系和沟通，他总是有求必应。

早年他曾经来美国讲学过，对美国情况比较熟悉。公寓和银光一些朋友想了解美国交税和保险等方面知识，他都会耐心向你介绍，帮你出主意。每年公寓华裔一起要给公寓工作人员写一封感谢信，都是由陈光祥先生执笔的，即使在他病重期间也是如此。

陈先生既是银光理事，也是公寓的热心义工。除了在英语方面热心助人外，也是公寓多年文艺活动布置会场的踏踏实实做事的人之一，给大家留下深刻的印象。他的那辆车，总是满满的，带着朋友去英语学习班，去中文学校，去老人中心等等。

公寓的义工和陈光祥先生相处多年，心怀感激和思念，自发的组织赠送花圈挽联，一些公寓的其他朋友也主动关心和参加，缅怀敬挽。公寓的华裔微信群、银光历届理事群、银光分会长群、亨顿老年中心群和银光西城校区等群，许许多多朋友们纷纷依依不舍发帖吊唁陈光祥先生。陈老师默默地走了，我们公寓失去了一位资深好义工，邻居们失去了一位真挚的朋友。陈老师我们永远怀念您！

陈先生吴金美女士伉俪情深，他身教言传，营造了一个令人羡慕的幸福大家庭。如今你们的四位女儿都已成家立业，儿孙满堂！陈老师此生无憾。望吴老师和家人节哀顺变，保重身体。

陈教授的老朋友献上的藏头诗，表达了我们的共情：

陈家寒门育才人
光宗教授智且仁
祥云西驾音容在
家眷朋友泪满巾

陈教授，请安息吧！

悼念陈光祥先生

陈时达

美国大华府地区银光老年协会第七届和第八届理事会理事，陈光祥老

师因病医治无效，于 2022 年 10 月 22 日在家中安详辞世，永远离开了我们，享年 76 岁。

噩耗传来，令曾经与陈光祥老师在理事会共事的理事们心情尤为悲痛。陈光祥老师从 2016 年到 2020 年当了 4 年理事，大家回想起与他一起作为义工相处时的点滴往事，留下了难以忘怀的记忆。

在分管入籍班教学中，他既对银光会员招生，也向社会招生。不但继承了中华民族的“我为人人，人人为我”的优良传统，而且入乡随俗，践行了当地百姓“与人为善，平等友爱”的精神，陈光祥老师持续利用自己的英语优势，为尽可能多的人服务。每周他总是开车带着我们这些没有交通工具的学员前往上课。兼任猎人公寓分会负责人时与分会其他领导一起受到楼下管理办公室的表彰。

陈老师急人所急，助人为乐。当他听说我们没有 40 个工作季点的时候，就开车到他熟悉的几家 Walmart 朋友那里，帮我们大家寻找工作。

当他见到我们有个会员在老年中心活动，发生意外受伤时，一方面利用老乡的关系，在当事人之间寻求谅解，另一方面在理事会里带头捐款$100。理事会因势利导，带动了全银光各分会发起了“献爱心”的活动，筹得$3000 多善款，为抚平受伤者的心灵起到了有益的作用。

陈光祥老师的逝去是难以面对，而又不得不接受的现实。我想，纪念陈光祥老师最有效的方法之一是以实际行动，学习他助人为乐，服务大众，不计报酬，甘当义工的高贵品质，为具有 18 年历史的银光老年协会的发展贡献自己的力量。

安息吧，陈光祥老师！请陈老师的夫人吴金美医生和家属节哀，保重！

陈光祥老师追思会悼辞

张媛香

今天我们怀着无比沉痛的心情，送别我们的好老师、好挚友、好寓友，送别我们银光老年协会的老理事陈光祥老师。

陈光祥老师曾担任银光老年协会理事，分工英语入藉班工作。他有多

年英语教学经验，又怀有一棵热诚的心，自 2014 年被聘请为入籍班任课老师，义务开办了十多期入籍学习班，学员达三百多人次。

他将自己高深的英语知识，结合入籍考试的内容生动形象的给学员上课，为了使学员真正学懂学透，他找来入籍面试光盘，一字一句，每个环节都认真讲解清楚。经过他培训，许多学员都通过了入籍考试。入籍为学员提供了全新的生活之路，学员们无不感激陈光祥老师。

陈光祥老师不仅有丰富的教学经验，他待学员似亲人，对交通不便无法上课的学员他主动车接车送，他的车里经常座满入籍班学员。

陈光祥老师 对自己严予律己，入籍班教学中，从不迟到，从不缺课，当时他正在 Walmart 工作，常上夜班，他不顾夜班的疲惫及时赶到入籍班为学员上课。

他待人热情诚恳、乐于助人，经常给银光会员提供入籍、医保、困难补助、办理退休等方面的信息，对有困难的银光老人主动给予咨询指导。在公寓他是大家公认的英语义务翻译员，公寓很多老人英语欠缺，语言有障碍，他会主动帮助，热心为大家做翻译沟通工作，并主动联系公寓管理层为住户反映要求，维护公寓住户的权益。

陈光祥老师待人真诚、热情、关心银光人，他认真负责、乐于助人的高尚品德值得我们永远学习、怀念。

陈光祥老师不幸辞世使我们失去了一位和蔼可亲的好弟兄，失去了为银光无私奉献的好义工，也是银光的巨大损失。

最后我代表银光第十届理事会，向亲属及家人表示慰问。愿陈光祥老师走好去天堂之路，同时希望吴金美老师及家人节哀顺便，保重身体！

HWFH 公寓华裔朋友代表，竺雪丽老师在追思会上发言

银光第八、九届理事长陈时达老师在追思会上发言

银光第十届理事会理事张媛香在追思会上发言

参加陈光祥老师追思会的朋友们

#返回目录

谢谢阅读