



# 北美校友园地

## NAAF eNEWSLETTER

naaf.sjtusm@gmail.com | www.naaf-sjtusm.org



### 北加州校友新春元宵节聚会

张晓红 二医学生会

二月十七日，新春元宵节前，二医北加州校友们聚集在Hillsborough 83届五大班段沁德校友美丽而宽敞的大宅里，欢声，笑语，美酒，佳肴，度过了一个欢乐美好的时光。

段沁德与太太亲自设计和建造的美宅，多年来已成为北加校友们的聚集地。周日，熟门熟路的老校友，刚来北加的新校友，从LA飞来的嘉宾，自湾区各方来到段府。  
(下接第9页)

### 古巴的欢乐之旅

文 | 李桦 82-1

照片选编 | 毛爱迪 82-3

在这个冰雪的冬天，我们从北美各地飞到了温暖浪漫的迈阿密。五十多个人聚集在去古巴的MSC邮轮上。这艘意大利邮轮载着二千二百个游客和一千多船员漂洋过海去古巴。

波浪起伏的水面沐浴着太阳的光芒。白云飘在蔚蓝的海上。二月的大西洋不失为舒畅惬意的季节。甲板上人们穿着舒适的裙子、汗衫。从寒冷的冬季

来到亚热带地区、人们顿然身心放松。大年初一，邮轮南下在大西洋上航行，一路风平浪静。大海抱着我们前行。

来聚会的有二医82届、83届、84届、87届、90届的美加校友和眷属、还有瑞金医院5位护士长。

他乡遇故知，大家相谈甚欢。

晚上是船长之夜的正式晚餐，举船同庆中国新年。

(下接第3页)



### 南加州校友猪年新春聚会

周以红 84-5

吃吃喝喝懒懒有福的猪年。经历了南加州少有的冬季狂风暴雨的气候后，终于迎来了洛城春暖花开的季节。好天气、好心情，二医南加的校友们欢聚在洛城著名的川菜馆——巴国布衣，喜庆中国年。

各路校友带上了美酒、良茶、有丹和杰杰品牌的蜜柚、红牌红糖衣核桃、稻草村的米果糕点、话梅、椰子糖、蜜制腊肉……  
(下接第2页)

# 种植牙的起始

向喜林 96 口腔 博



用 X 光对古埃及法老的木乃伊进行扫描，可显示牙周病和牙缺失的存在。在古代文明的字里行间中，可以发现对牙齿缺失疾病困扰的记载。人类很早就开始尝试各种治疗方式。考古学家发掘出一具 2500 年前的黎巴嫩古尸，松动的下颌前牙用金丝捆绑固定。许多古代文字都记载了牙齿的重要性，不但强调牙齿的价值也强调牙齿的美丽。例如旧约圣经（英文版）中雅歌第四章二节所罗门写到“你的牙齿白如新剪过洗过的羊绒，没有一个缺失的，完美无比”。这些词语表达了对牙齿色彩，光亮，整齐，对称和完整的美学概念。

生活于黎巴嫩现代埃及和希伯来人的祖先腓尼基人用象牙制作成人工来替代缺失的牙齿，然后用金丝线固定在两边的邻牙上。一位叫 Albucasis(936-1013)的阿拉伯外科医师是第一位有文字记载了牙齿移植概念的医师。1561 年 Ambrose Pare 报道了拔掉一颗蛀牙后，用另一个体的完整牙齿再植入蛀牙

拔牙后的牙槽窝中。他被认为是第一个应用牙齿再植技术的医师。这种技术的发展以至于人们在 1772 年纽约的报纸上可以发现这样的广告“若有人意愿供出他的前牙，可以在梅登巷 28 号找到出大价钱的买家，4 几尼（旧英国金币）购一颗牙”。1950 年代自体牙移植出现在牙医学文献中。即把埋伏的第三磨牙完整取出后，植入刚拔除的第一磨牙牙槽中。在那个年代成功率可达 50%，以后随着牙齿处理以及治疗方式的改进，成功率又有所提高。

1931 年 Popenoe 博士夫妇的考古队在美洲的洪都拉斯的雅玛人尸骨中发现有片状的扇贝植入下颌骨前牙牙槽骨内，替代缺失的三个前门牙，X 光发现有二个植入体周围有骨质堆积。这是目前发现的最早骨内种植体。种植牙是一个假牙修复学的学术名称。它解释为一种修复装置或异源可塑材料植入口腔粘膜组织下或骨膜内或骨内为固定或活动假牙修复体提供固位和支撑。

种植体有三种类型，分骨内种植体，粘骨膜下种植体和下颌骨贯穿种植体。但目前绝大多数应用的是骨内种植体，其中又以根型种植体为最为广泛（另一种为叶片状）。

人们对根型骨内种植材料进行过不懈的

探索。例如硫化橡胶，搪瓷和金属材料。最早出现在现代医学文献上的是一位称 Maggiolo 的巴黎人 1809 年尝试用黄金种植体，加州人 Harris 1886 年尝试用搪瓷材料。也有人用铅灌注成粗糙的钉型植入。1909 年堪萨斯 Wichita 城的 Greenfield 用圆柱状金属种植体，并发表了应用该种植体的文章。Alvin Strock 1938 年在哈佛大学植入了一种当时认为是成功的种植体，并发表了文章总结种植牙失败的可能原因。他讨论一种称活合金（由钴，铬，钼组成的合金）比其它金属有更好的组织相容性，他对 2 个动物和 3 个人体进行了活体实验，有一个实验个体十五年后的种植体依然存在。1947 年意大利人 Formigini 用钼金属制成二段弹簧状种植体，也有人在 50 年代末 60 年代初用钴铬合金制成的弹簧状种植体进行了多种尝试。但也就在这个时段，瑞典教授 Branemark 和他的同事引入并发展了钛金属根型种植体，从此开始了革命性的种植牙治疗模式，这一类型的骨内种植体在世界上广泛应用。



（上接第 1 页，南加聚会）

还有因事不能赶来的校友鲁鲁和琼琼捎上的柑桔和奖品。炜炜和来来牛气冲天的庆生蛋糕



更有失联多年的表姐妹在聚会上再见面！



感谢远道而来的豆豆，可可，汤汤，潘潘，罗罗。特别感谢我们的美女群主雯雯一次又一次的精心策划，出资出力，吃的，玩的，样样不缺！愿我们的欢歌笑语更上一层楼，期待下次再见！



(接第1页, 古巴的欢乐之旅)

我们六张餐桌被安排在一起。美食佳肴, 欢歌笑语。朋友们兴高采烈举杯畅饮, 共祝新年好。席间几个朋友还即兴合唱了《祝酒歌》。

入夜, 海天一色, 四周黑暗一团, 站在甲板上伸出手去好像触摸到了浩瀚的宇宙。

次日, 我们的船停泊在牙买加的 Montego 港。

位于加勒比海的牙买加是北美度假胜地。这里原是英国殖民地。当地的人肤色



黑得发亮, 他们的祖先是来自非洲贩卖来的黑奴。岛上居民讲英语, 颇有礼貌。牙买加虽然是一个小国却有世界上跑得最快的闪电人, 博尔特。有闻名的蓝山咖啡, 浓烈的朗姆酒, 朗姆酒香蛋糕, 还有清彻的海洋和美丽的白沙滩。



牙买加的冬季也是烈日炎炎。二医游泳队员们和水性好的同伴都参加了凉爽的水上运动。老同学们在一起玩, 唤醒了往日的青春活力。人人仿佛回到了大学时代。去划单人橡皮船、去蓝洞悬崖跳水、去手拉手在八河内淌水, 迎着瀑布逆流而上。

船在加勒比海域继续西行。

我们来到了开曼首都乔治敦。这里也是英属海外领地。它是世界第四大离岸金融中心, 被称为避税天堂。岛上见到不少简约的建筑、原始的海滩和英雄式的海盜塑像。



一组同学出海又去潜水, 他们伴着黄绍鱼, 海星在汪洋大海里畅游, 痛快无比。

邮船又停靠在墨西哥的

科兹美岛了。这是墨西哥人的圣岛。长长的海岸整洁干净。海边有一座宁静的小教堂, 有个头顶着神蛇的神像, 还有许多独特的雕塑和建筑。

我们乘渡轮去看前哥伦比亚古老的玛雅遗址: 图伦, 这是十四世纪玛雅人最后



建造和居住的城市。四处是残破的老城墙、城楼、瞭望台, 城内的大部分建筑物是石头建造的神殿, 宫殿及柱楼等建筑群。石墙上有雕刻及图案。玛雅人遗弃了这座城堡, 人们不知他们去了哪里?

玛雅文明有相当发达的数学, 日历, 天文学。早阿拉伯人 500 年, 运用了数字 0。他们计算太阳绕地球一周所需 365.2240 天这和美国宇航局计算的 365.2242 一致。

农历初五, 我们终于到达了此行的目的地古巴。邮轮缓缓驶入哈瓦那港湾。远远就望见了雄伟的西班牙式的古堡和古堡中央高高的灯塔。



哈瓦那, 我们童年歌谣中的美丽地方, 我们来了!

我们大团人坐上了十几辆色彩亮丽的雪佛莱, 福特古董车去哈瓦那街上兜风。街上到处都是琼瑶小说里那种高贵的雪佛莱车。仿佛突然走进了 50 年代美国的老电影中。这些老爷车的内部已换成新的卡车主机, 外面套着色彩亮丽的雪佛莱和福特老爷车外壳。1959 年古巴革命, 古巴被美



国封锁, 最多的美国古董车都被保存在古巴了。这里是一个凝固了的往日时光。

我们走访了新城、老城和中城, 各处都见到许多西班牙式古建筑, 哥特式教堂。虽然许多建筑年久失修, 依然有一种优雅古典的残缺美。

新城区革命广场, 武器广场上的新建筑就显得逊色了。

在海滨大道上有一幢豪华的国家大酒店, 原是美国人盖的赌场。我们熟知的美国作家海明威很喜欢古巴风情, 曾经在哈



瓦那居住了七年。他是古巴大众最崇尚的传奇人物, 他的名字和英雄主义者卡斯特罗, 切. 格瓦拉的名字一样响亮。哈瓦那有海明威故居, 海明威喝酒的酒吧, 海明威每天钓鱼的地方。在哈

瓦那, 海明威的像比卡斯特的像还多。

古巴, 当代的社会主义国家。经历了西班牙殖民统治、美国时代和古巴革命时代。这是一个均贫富的国家。大学教授的工资仅每月\$35。人人有医保。社会治安很好。92%的人是天主教徒。长期的殖民文化混合着加勒比的自由海魂, 古巴人活得轻松快乐。古巴小学体育课教的是跳莎莎舞。年轻人晚上大多出来过夜生活, 跳舞喝酒直到早上 3、4 点才回去睡觉。

也许, 跳莎莎舞, 喝朗姆酒, 古巴人忘却了物质的匮乏。



晚间一些朋友去典雅的小酒吧听古巴风情的爵士音乐。还有些朋友去大酒店看精彩的歌舞表演。

我们去看了一场世界著名的露天大型 Tropicana 莎莎舞表演。在热带地区晚上 10 点才开演。大家边看秀, 边喝着香槟、朗姆酒。晚风习习, 莺歌燕舞, 五彩缤纷的沙裙, 欢快的音乐旋律令人留恋忘返。这次古巴之旅, 大家朝夕相处。同舟共济, 很高兴又结识了许多新朋友。

(下接第 4 页)

(上接第3页)



感谢丁应青医生,茅大敏医生组团旅游。感谢瑞金来的五朵金花每天给途中脚受伤的朱晓明换药。感谢爱说笑话的陆亦健一



路上让大家开怀大笑。感谢每一位同船共渡的伙伴。让我们活一天就快乐一天!

注:文中照片来自于参加此次活动的校友

## 除夕, 集结

或许我们曾朝夕相处,或许我们仅擦肩而过,或许我们从未谋面,偶尔在群里冒个泡泡。但我们都是来自二医校园的种子,在世界各地生根开花。今天我们从天涯海角飞来,聚集在迈阿密海滨,因为我们和春天有个约会。把冰封雪飘的严冬留在身后,去追求绚丽温暖的阳光。告别了白雪纷飞的北国,去拥抱湛蓝的大海,把倩影留在碧绿之中。抹去皱纹,染黑白发,让时间倒流,我们要重温炽烈青春,晚霞中,巨轮承载着我们的笑声,向新的一年扬帆起航。



## 初一, 船上

干杯!杯里盛的是岁月的结晶。我们尝尽了酸甜苦辣,走过的道路曲曲弯弯。共渡了烟火和诗情迸发的80年代,终于收获了丰硕的果实。让我们举杯共醉,庆祝这无悔的人生。

“茄子!”留下这一激动的时刻。虽然青丝已成白头,脸上爬满了皱纹,我们没有虚度光阴,平庸不属于我们。每张饱经风霜的脸上,洋溢着自信的骄傲,芳华仍在,青春永驻。

## 初二, 牙买加

小小牙买加,有山有水,大海环抱,



## 猪年加勒比海游

茅大敏 82-1

还有瀑布。虽然是隆冬季节,我们却尽情享受这大自然的恩赐,在沙滩上任凭来自另一星球的热能烧烤,赤裸双脚体验火一样的地热。随着海边热情的拉美音乐,我们不由自主地扭动了肢体。我们曾在瀑布中冲凉,在蓝洞跳水,在小河中嬉闹。异国他乡,我们又重渡了一次欢乐的童年。

## 初三, 开曼群岛

到开曼,就要游大海。有一首歌:大海就是我故乡,海外游子和大海有着特殊的情结。我们曾随着海浪飘流四方,海水将



故乡与我紧紧联在一起。今天我们要拥抱大海,在大海宽广的胸怀中畅游,让海浪拍打我们的胸脯。我们要和鱼群共戏水,在海底珊瑚中穿行。海底世界竟是如此浩瀚,这鱼儿兴许能捎信给我故乡的亲人。别看我们已年过半百,身板还象年轻时一样矫健。一群老人和大海拼搏,其乐无穷。

## 初四, 墨西哥

墨西哥的冲动来自神秘的古玛雅。那消失了的热带丛林文化,曾和大河流域的古代文明并驾齐驱,残存的玛雅遗址凝固了当年的辉煌。玛雅人用新石器时代的工具,雕镂了气势宏伟殿堂庙宇,计算出精确的天像历法。玛雅文明的消失是个谜,却给了我们一个警示,让我们坚持和孩子说中国话,给他们讲中国历史,常带孩子回国看看,让他们记住自己本是炎黄子孙。

## 初五, 古巴

古巴,加勒比海的明珠,一个近在咫尺,却是不能随意到达的远方。那里有金色的沙滩,白色的海浪,蔚蓝的大海,翠绿的草地,挺拔的棕榈,欧式的建筑,沿海的长堤,温暖的阳光,奔放的爵士乐,热情的莎拉舞,绚丽的壁画,浓烈的朗姆,复古的老爷车,更有纯朴的古巴人。一个处处风景如画,有着深厚文化底蕴美丽岛国,

又是一个没有互联网,没有融入世界潮流的神秘国土。

中古曾是兄弟国家,所有的经历都是如此雷同相似。50年代,中国没收了地主资本家的财产,分给了穷人。59年,古巴也紧紧跟上,将富人的蛋糕分给了无产者。蛋糕吃完了,没人再将蛋糕做大,人民生活停滞不前。40年前,中国终于明白了发展才是硬道理,古巴还在走老路。建筑精美但破落,旧房正在倒塌,新房还无踪影。和改革初期的中国一样,古巴有二套货币和价格体系,二者差别25倍。最攒钱的是涉外旅游业,教授、医生、律师争相跳槽,当起了导游,高级劳务输出是国家的第二大经济支柱,医生、工程师纷纷到南美其他国家打工。神秘的国家已开始和世界交流。人们开始抱怨60年来世界已经天翻地复,古巴却在原地踏步。总有一天古巴人会理顺这一逻辑关系,只有将蛋糕做大,才可以谈如何分配。

古巴,一个似曾相识的国土,今天中国已经先走一步,相信古巴也会很快跟上。毕竟,历史的潮流,人们追求幸福的潮流,谁也不能阻挡。

古巴,一个似曾相识的国土,今天中国已经先走一步,相信古巴也会很快跟上。毕竟,历史的潮流,人们追求幸福的潮流,谁也不能阻挡。

## 初六, 告别

难忘的8天。新朋旧友,我们朝夕相处,促膝谈心,开怀疯笑,返老还童。二医校园的经历,修得了这8天同船渡,8天的同船渡,又在酝酿着一个新的旅程。我们还会相聚,还会出征远方,因为我们要象诗一样的活着,优雅地老去。



# 打鸟之行

摄影+文 陈湘莺 (Helen Friedman) 79-3

2018年的最后一个星期，我一个人在新墨西哥的沼泽地拍鸟。这个地方我是在网上一篇游记里了解到的，然后查地图，订机票，订旅馆，租车，用谷歌导航开车去了那里。一放下行李，我就去寻找那个游记中描述的路边停车场，在晚霞褪去前二分钟赶到，用Ipad匆忙拍了几张。



第二天凌晨四点起床，五点赶到那里，停车场上一片漆黑，静静的一个人也没有。突然间湖里发出一阵喧哗，“嘎嘎嘎”！“嘎嘎嘎”！车灯下，我看到一大堆白色的雪雁在嘈动。

太好了！今天有鸟！是不是我的车灯把它们惊到了？我关了车灯，钻进车里，不久鸟叫声也渐渐地平息下来。

我一个人在黑暗中静静地等着天亮。等待的时间感觉特别漫长，我不断地看表。终于，东方出现了一小块鱼肚白，我不停地往那里看，希望它快点变大变亮，但天空却越来越黑了！这就是所谓“黎明前的黑暗”？

然而，朝天上一看，发现涌来了许多乌云。很快，就听到车顶上“嗒！嗒！嗒！”的响声，接着，就是哗啦啦的倾盆大雨——下雨了！完了，今天没日出了，鸟儿们还会不会作飞行表演呢？不过我还有三天的机会拍，今天就算是聆听雨声音乐会吧。



六点，七点，不断地有车开进来，等候拍鸟。七点五十分，终于天亮了，雨也停了，在湖里睡觉的雪雁、沙丘鹤开始活动了。

摄友们纷纷从车里搬出大炮小炮上前拍摄，其间不断地有鸟群从别处飞过来降落湖中，湖里的鸟越集越多，鹤在拍翅，打鸟，雁儿们在排队环游，像表演团体操。

八点二十分，我正在回放刚拍的片子，突然听到轰隆隆的响声，以为火车过来了，一抬头，原来是雪雁集体起飞。密集的白色鸟像竖起的一面墙，接着，铺天盖地的从我们头顶飞过，喳喳喳大叫着，在空中盘旋，飞出各种队形——一人字，一字，圆形，方形……，忽而集结，忽而散开，不断变换队形，我们从相机的窥窗里目送着它们远去，直到鸟群消失在地平线上。再回头一看，湖里一只雪雁都没有了。这个从起飞到消失的壮观过程只有十几秒。

晨拍完美结束！



保护区鸟虽多，但面积很大，鸟儿们不是总在一个地方栖息，也不是总在飞，要天不亮起床，开车到处追寻，等待，一旦发现入镜的瞬间，就要放下吃喝拉撒去抢拍，表演不停，拍摄不止，宁可错杀一千菲林，也不可放过一个镜头；什么天寒



地冻，忍饥挨饿，只要有好照片拍，全都不在话下！

我正式拍摄那几天，不是下雨就是下雪，只是偶尔有极微弱的阳光，照片的色彩都不好，还要回来后花很多时间做后期调整，然后才有现在看到的如诗如画的美照“骗”（片）。



这两张照片是我花了6小时在冰天雪地里扛着大炮到处追寻，疯狂扫射拍到的。

再见！2018！让我们在新的一年里展翅飞翔！



# 爱尔兰环岛纪行(上): 从都柏林到科克郡

陈念怡 82-5

爱尔兰，一个人口仅四百五十万的小国，却有着厚重的历史和无比的自尊。在与英格兰长年的摩擦和厮杀后，终于在1922年获得独立。爱尔兰四面临海，寒冷而多雨。夏季来临时，起伏的山峦上绿草如茵，牛羊满坡，流水潺潺，宛如世外桃源。爱尔兰的海岸线以礁石和峭壁为主，但有时也间以白沙碧水。（我和夫君有幸于2016年七月造访了这个美丽的国家。）



## 都柏林 (Dublin)

爱尔兰的都市大都具有保存完好的历史文化，低调而不事张扬。首都都柏林处于爱尔兰东岸。都柏林具有悠久的历史 and 深厚的文化底蕴，城市建筑精美优雅。弯曲的利菲河缓缓地流过城市中心。



横跨于利菲河上的哈本尼桥 (Ha'penny Bridge) 是一座全白色的桥，设计玲珑典雅。建于1816年的她今年正值200华诞。



都柏林是爱尔兰最大的城市，因而也是其金融文化中心。这方水土孕育了文学家萧伯纳和军事家威灵顿。爱尔兰最具特色的宾馆之一是建于1824年的萧伯恩酒店 (Shelbourne Hotel) (现为万豪集团

所收购)。1922年独立前夕，爱尔兰宪法就是在萧伯恩的112号房间起草的。虽然摆脱了不列颠的统治，爱尔兰的建筑仍保留着大英雄风。



都柏林的著名景点之一是历史悠久的三位一体学院 (Trinity College)。



建于1592年的三一学院又名都柏林大学，由英国女王伊莉莎白一世创办和颁授特许，至今已有400多年历史，是爱尔兰最古老的大学，亦是不列颠及爱尔兰七所古典大学之一。



都柏林有大面积的公共绿地。其中之一建有著名军事家威灵顿的纪念碑。这位在滑铁卢打败拿破仑的军事名人生前最不喜欢别人提到他是爱尔兰人，被



问急了就回答：“出生在马厩的不一定都是马啊！”

爱尔兰人爱啤酒！著名的吉尼斯 (Guinness) 啤酒 (味道好着呢！) 就是在都柏林生产的。



吉尼斯 (Guinness) 啤酒厂

## 基尔肯尼 (Kilkenny)

在都柏林东南面有另一个历史名城基尔肯尼。基尔肯尼具有爱尔兰最古老的教堂和墓地。



古旧斑驳的教堂内部

基尔肯尼附近有个美丽的古村落 Inistioge。我们经过时正值日头偏西。古石桥的斜影下是静静流淌着小河。水草丛中白天鹅时隐时现，斜睨着青草地上躺着的双双情侣。



爱尔兰最令人陶醉的画面之一是他们田园诗般的乡村景色。这是在基尔肯尼和 Inistioge 之间的一个牧场之家。



(下接第7页)

(上接第6页)



在牧场边停留拍照便会引来牛们的“围观”。好奇的牛们争先恐后地往游人面前挤。

### 沃特福 (Waterford)

从基尔肯尼沿海岸线向南行驶，我们途径又一古城沃特福。公元853年，英国的维京海盗(Viking)登陆沃特福。不久以后在此建立了爱尔兰的首个港口城市。沃特福城市虽小却五脏俱全，拥有有精美的古教堂和圣约翰天主教大学。

沃特福的基督大教堂始建于11世纪。堂顶饰有精美的雕花。



### 科克和金赛尔

从沃特福继续向南，便进入科克郡(County Cork)。南部沿海的科克郡风景优美，拥有多处傲人的的人文和自然景观。首府科克市是爱尔兰的又一个工业重镇和港口城市。



在科克市的南面有一个美丽的旅游小镇金赛尔(Kinsale)。小镇金赛尔，位处近大西洋的班顿河口。以前是个渔村。金



赛尔曾经的渔港内现在停满了游船。由于这里是大西洋连接内陆的狭隘水道，金赛尔历史上曾经是重要的军事要塞。

金赛尔小城内店铺林立，房屋绚丽多彩，游人摩肩接踵。爱尔兰遍地酒吧。奇怪的是，很多小镇餐馆8点以后就不提供



饭食，但吧台却开到很晚。我们拍照“收工”后常常找不到饭吃。

从南部的科克郡沿海岸线西行，我们进入了爱尔兰著名的旅游线路：



### “野性大西洋路”(Wild Atlantic Way)

沿途饱览了爱尔兰崎岖壮丽的海岸线和旖旎多姿的田园湖泊。处于班顿河入海口的小镇金赛尔是爱尔兰南部海岸的一颗明珠。它的城市布局紧凑，转身回眸便是又一处美景。然而小镇街道狭窄，山边临海道路逼仄，驾车行驶如履薄冰。

爱尔兰西南沿海地形多变，山水相依，十分壮观。沿海岸线行驶，时见海岸



崎岖、惊涛骇浪，时见草场湖泊，风光旖旎。



科克郡的西南面，陆地大西洋伸出一个尖角，此处名为“Old Head”，也不知中文应该翻成什么好。峭壁上的“天涯

海角”风景这边独好，但是却被高尔夫球场圈了起来，非俱乐部成员不得入内。无奈只得在球场外拍摄那海岸边开得轰轰烈烈的罂粟花。



野性大西洋之路继续往西，便进入克里郡(County Kerry)。克里郡这个地方闻名遐迩，陆地向海中伸出三个手指状的半岛。每个半岛的海岸线都有旅游摄影价值。其中吸引游客最多的是“Ring of Kerry”(克里环)。这是一条环绕爱沃瑞半岛(Iveragh Peninsula)的旅游线路，长达166公里，单向行驶。沿途除了观望海景，还有壮观的山脉、古遗址和美丽的小镇，令人目不暇接。



“克里环”内最有魅力的景观可算是克里峭壁 - Kerry Cliffs。此地景色壮观，但是开车接近却颇费周折，停车后又要跋涉很久才能接近峭壁边缘。



这是一个峭壁群，上下延伸约有2-3公里。  
(未完待续)

我住在旧金山湾区的北东湾地区，与硅谷之间有六十哩的距离吧。近年来由于旧金山湾区人口不断增长，硅谷地与旧金山的房价越来越昂贵，北东湾的房价相对便宜许多，所以华人北移的现象越来越多明显。我现在住的小区就是在北东湾，地理位置优越，不仅距伯克莱大学，旧金山，雪弗莱练油场，州政府，及地铁站都较近，而且风景优美，旁边就是高尔夫球场，整个小区被 San Pablo Bay 环抱，与 Pinole Point regional park 仅不到二哩之遥。站在小区任何地方眺望 San Pablo Bay，可以看到海水波光粼粼，远处山峦起伏，重叠，美景尽收眼底。自从



2009 年金融危机后，很多华人搬入我们小区。好的气候，好的景色，在周末我们常有散步活动，包括去 Pinole Point regional park 走路。

11 月份雨后的一天、天气格外的好，白云在湛蓝天空上自由摆放，呈绸缎状，烟雾状，或花朵状，空气清晰，阳光明媚，气温适宜，非常适合走路散步。



“到 Pinole Point 地区公园散步去”，朋友哨子一吹，我马上响应。我们选择了往海边方向的散步小道。

我是越走越感慨，越走越感到所住小区的好！仙境近家里，何必求远行！沿着那个散步小道，没走多远，一片沼泽湿地



【北美校友园地】编辑组

陈闻远，朱美清，施爱芳，  
陆文高，聂敏，林霖



就展现在我们面前，坑坑洼洼，凸显的部分上面长满了浓密的发红的覆地野草，洼洼的地方是一汪汪的海水，海水出奇的平静，自然成了镜子。我们虽然没有看到水中月，却看到了水中如画的蓝天，云彩，山峦，太美了！我们继续向海滨沙滩方向走着，走着，突然看到一个若大的小塘，野鸭子们正随心所欲地在小溪里嬉戏着，无暇顾及好奇的我们，它们的自由悠然，成了我手机中超好的闲庭漫步图画。想着美好，周围的一切也都是美好。这不，在



远处，小道的尽头有一颗大树，我称之为“小杨树”，它在那天也永远地停格在美



丽的风景画里。在我们回途中，原来一洼一洼的水或消失了，或变浅了。“退潮了”，前后仅一个多小时相隔，景观又变成另一种的模样。我们离开的时候，看到其他人络络续续在往那条小道走去。想必变幻的天空，阳光，云彩，及海水退去后的大片湿地，同样会带给他们奇妙惊喜。

大概地说，San Pablo Bay 连接了太平洋与内陆。太平洋上空的温度与内地的温度之差产生的气流造成了小区上空景象千变万化。时而晴空万里，时而白雾茫茫，时而云彩飞舞，时而光芒万丈，时而彩虹横跨，时而彤彤一片。远处的山



峦，近处波光粼粼的海水配合着千变万化的气候，交织成一幅幅壮丽，神奇的大自然奇景！

随着 Hilltop Mall 的改建，我相信不久的将来，北东湾会越来越旺。



### 刊头背景介绍

画名：猪年大吉

作者：张绍淇 83-3

类型：水彩

尺寸：9in x 12in

创作时间：2019 年 2 月

作品简介：己亥猪年，以画聊表对母校新年的祝福。各位同学 ZHU 任医生，ZHU 治医生，恪守职业道德，妙手回春，担领导携学子，成绩斐然，得意又自豪。我以我艺践医德，我以我心荐华夏。



# 小猪汤圆 聂敏 90-2

皮的材料：200 克糯米粉，150 克温水。  
 先用 30 克粉和上 50 克水搅匀并微波 1 分半，然后把熟面团和剩余的粉放在一起慢慢加入温水成软硬适中的面团，这一步的目的主要是口感好，增加延展性，汤圆不易开裂。然后拿出一小块面团滴入一滴红色 food color，和匀成粉红色，汤圆每个剂子 28-30 克，共可以做 12-15 个。贴嘴巴耳朵眼睛时蘸上一点点水把它们按上去，会粘的牢固。包上你喜欢的馅。煮的时候水多一点，火不要太急，轻捞轻放，一锅可爱的小猪出炉！



(接第一页，北加聚会)

大家一起相互交流，唱歌，畅谈，合影留念，83 儿科颇有名气的孤身自行车世界旅行者张永嘉也为大家带来他的周游离奇经历，引起阵阵惊叹和笑声。



晚餐中，段医生的自制咸肉腌笃鲜，咸菜冬笋豆瓣酥，是大家的最爱，校友们自制的风味腊肉，四喜烤夫，马兰头，牛肉冻糕，糖醋排骨，红烧牛筋，上海菜饭，炒年糕龙虾面，糖醋排骨... 等 30 多种上海美食，令校友们胃口大开。饭后的甜点更是五花八门：各式美味蛋糕，酒酿汤圆，红豆年糕，松糕，芋头粥，红豆汤，水果.....。



老中青校友们边吃边聊，其乐融融。聚会一直到晚上九点，大家相约，期待下次再相会！

