



北美校友园地

NAAF eNEWSLETTER

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



南加州校友聚会

9月的洛杉矶依然骄阳似火，南加三十位校友冒着101F的高温，聚集在洛杉矶圣盖博市的上海饭店一聚福楼。除了品味正中的上海菜肴外，各路神仙们还带了自家种植的珍果，好酒，好茶，麻辣香肠，糖果，月饼，核桃肉等各式零食，应有尽有！大家聊的开心，吃得满意，奖品礼物拿到

周以红 84-5



手酸。还有四位医二代的加盟让聚会添加了许多童趣！北加二位漂亮校友也特地赶来参加聚会，使南加的校友男生更饱眼福！特别感谢我们的美女群主卢悦雯，一次又一次的精心策划，吃的，玩的，奖品，样样不缺！期待下次再聚！

校友动态

编者按：

我校校友杨克怡医生和贺鸣医生参加了今年的海地义诊。杨医生的『义医海地行』一文已刊登在今年2月【校友园地】。从本期起本刊将连载贺医生的海地义诊的日记。



第一天

(一) 2018年1月13日，早上8点15分，飞机准时在亚特兰大降落。在这里我将和另外三位志愿者会合，一起坐中午12点的飞机去海地首都太子港。

国际医生志愿者 (Medical Volunteers International, MVI)，是由美国华人医生自发创建的面向全球华人医生的志愿者组织。这次海地义诊是它的处女行，参与的是 Mission of Hope (MOH) 的项目。

毛医生从加州来，她坐昨晚的红眼航班第一个到达机场。虽然素昧平生，但凭着照片上的记忆和短信联系，我很快找到了等候中的毛医生。她正坐在机场餐饮区的一张桌子旁喝着咖啡，手里捧着一本很薄的小册子在看。离她不远处，有一个乐手正专注地吹着萨克斯风。

和毛医生相互致意后，我去买了一杯鲜榨果汁，然后在她的对面坐下。我们一边闲聊一边等候着另外两位的到来。萨克斯风的旋律婉转悠扬，机场内人来人往。一切有条不紊，一切都美好安详。很难想象，二三个小时的飞行距离外，便是另一个世界。



海地是加勒比海上的一个岛国，和多米尼格共和国毗邻而居。但是和后者不同，海地的人口95%以上是黑人。由于各种原因，包括历史的和自然的，海地成了世界上最为贫穷的国家之一，长期接受国际社会的援助。因为离的近，美国自然成了其中的主力。

自己想去义诊想了很多年，却总也下不了决心。今天，这第一步总算是迈出来了，只是不知道等待我的会是怎样一种经历。

(下接第2页)

(上接第1页)

领队徐医生的飞机晚点了，他给我们发短信说直接去登机口了。于是毛医生和我一边起身往登机口走去，一边纳闷为何西雅图的杨医生音讯全无。按理他早该到了。

飞往太子港的登机口人群居然熙熙攘攘，这完全出乎我的预料。我知道没有人会去海地旅游，这一飞机的人应该都是志愿者。一瞬间，我突然安心了许多。

徐医生从包里拿出了定制的队服让大家穿上。杨医生这时也出现在了登机口，原来他一直躲在一旁赶着完成昨天的门诊病例。

我相信人以群分。短短的几分钟时间，我们四个人都如同熟识的老友，寒暄合影后便登上了前往太子港的飞机。



(二) 一下飞机，潮湿闷热的空气扑面而来，令我想起故乡的夏天。

机场小而破旧。行李大厅乳白色天花板颜色已经泛黄，期间零零落落的夹杂着几块不协调的灰色。可能是局部天花板掉落，又找不到原色去补，便只能凑合着。这样总比露着个洞强些。

天花板很低，加上光线不足，不大的行李厅给人一种压抑感。大厅里只有两个行李传送带，其中一个正在输送我们这个航班的行李。传送带嘎吱嘎吱的响着，有气无力的，听着像是要随时罢工的样子。从墙外输入的行李接二连三地掉到地上，毛医生忍不住跑过去帮着调整输送带上行李的位置。

按 MOH 对医疗志愿者的要求，我们带了六个大箱子。其中四个是药物和医学器材，两个是补充营地的日常生活用品。徐医生作为领队和组织者，亲力亲为，费心筹备了几乎所有的物品。



拿到行李后，我和毛医生先行一步很快出关，拐弯后马上见到了 MOH 的接待人员。打过招呼后转身，却发现徐医生和杨

医生没有跟上来。他们的四个行李里都是医用药品，想来一定是被拦下了。

等待之际，我环顾着四周。此刻我正站在从出关拐弯处到机场门口不到 100 米的狭窄通道的中间，两旁是几家零售店，其中一家是电讯服务，门口摆着一排各式手机。零售店里的物品陈列简单随便，售货员或百无聊赖玩着手机，或趴在柜台上面无表情地看着出机场的人流。

等了许久两位医生终于在转角处出现了。看见他们灿烂的笑容，知道肯定是有惊无险。说笑中，我们跟着 MOH 工作人员步出机场门口，往停车场走去。刺目的阳光让人睁不开眼睛，我赶快找出墨镜戴上。

一辆丰田的皮卡等在停车场，车身上 MOH 的标志说明它会载我们去往目的地。这车显然已经是很老的型号了。据说 MOH 所有的运输工具都是捐赠的。我看着座位上斑驳的皮面，想象着它过去的主人们，想象着它如何辗转千里来到了海地。

五人座的皮车载着我们六个人穿过首都太子港一路颠簸向 MOH 驻地驶去。



(三) 到达 MOH 驻地时已近黄昏，夕阳正斜照在驻地活动中心的前廊上。一片温暖的金黄色中，几位穿着红色 T 恤的年轻女孩迎接着我们的到来。后来才知道，她们也都是志愿者。



在志愿者们忙着清理我们带来的物品时，我的注意力被不远处的一个男孩儿吸引。男孩还不会走路，时而在满是尘土的水泥地上爬行，时而坐起看着手里捡到的东西。旁边一个年轻的女子，应该是他妈妈。

这是一个白人男孩，胖乎乎的脸上有一双蓝色的大眼睛，他和在美国到处可见的洋娃娃们没有任何不同，然而在这样的环境中，他的存在却很是让



我出乎意料。他妈妈介绍说他叫 Matthew，11 个月大，和做志愿者的父母一起到海地已经三个多月了。他妈妈说话时，Matthew 仰着脸好奇地看着我，我注意到他白嫩嫩的脸上有几个红色的蚊子包。

Matthew 天真纯洁的脸庞，瞬间驱散了我心中那残存的一丝不安。

第二天

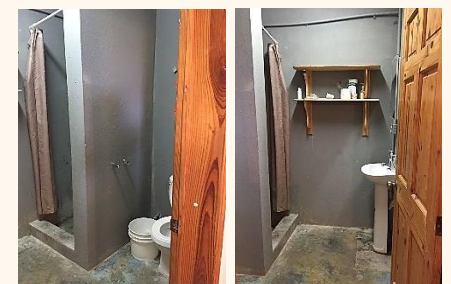
(一) 5 点 45 分，远处的公鸡声，狗叫声，还有隐约的音乐声把我唤醒。海地的第一个晚上比预想的要睡的好。

房间依然在昏暗中，没有听见发电机的噪音，一定是停电了。邻床的毛医生还在沉睡，也难怪，此刻的加州离天亮还早。

借着微弱的晨曦，我透过蚊帐环顾着房间内的一切：没有人睡的五个铁皮上下铺上，胡乱地散落着些旧的枕头，床单和蚊帐，不知是以前的志愿者留下的还是本来就属于营地；房间中央有一张长条原木木凳，把房间隔成了两块区域；木凳的上方，是从天花板上悬下来的两个灯泡，没有灯罩，光秃秃的泛着些白光。这个正方形房间的一个角落，对着我和毛医生的床铺，是一个很小的卫生间，门此刻正紧闭着。

有车驶过宿舍旁起伏不平的土路，轰隆隆的，如同是在我耳边碾过。公鸡打鸣的声音是越发的肆无忌惮了。隔壁传来了洗漱声，还有院子里人们的说话声音。

六点十五分，闹钟响了，天还未亮透。我摸索着向脚的方向蹭着身体，直到脚着地才弯腰坐起钻出低矮的下铺向卫生间走去。卫生间的门有点变形，用力推开它时发出了很响的吱呀声。我下意识地回头向毛医生床上望了一眼，她已经在起床了。



没有窗户的卫生间漆黑一团，还好可以用手机上的电筒照明。这个两米见方的空间，一侧是简易淋浴和马桶，另一侧是一个小水池。水池上方的墙上有一个长方形的小镜子，侧面的墙上有两块木板钉成的架子，上面有一些前面的人留下的洗簌用品。因为墙面地面都是水泥毛胚，在幽暗的光线下，这个卫生间显得阴森森的。

海地水源紧缺，营地不供应热水淋浴。即便是冷水，我们也被告知要尽量节约用水。比如抹肥皂时要关水笼头，不到万不得已不要輕易冲马桶等等。

我一边刷牙一边不停移动双腿以避免围着我嗡嗡叫的蚊子，然后快速转身打开淋浴，咬牙站到了笼头下。冷水很是刺骨，但至少，蚊子暂时无法近身了。

(下接第3页)

(上接第 2 页)



(二) 简易的早餐后，志愿者们带我们参观整个驻地。

1989 年，美国夫妇 Bob 和 Sharon 有机会在太子港北面 20 英里处买了一大块土地。1998 年，他们的儿子 Brat 继承了这块地。因受信仰的感召，他建立慈善组织 MOH，希望能通过它给予海地人民物质和精神的帮助。

MOH 主体现占地 100 英亩，雇有超过 400 名海地人。分散各地的学校有学生有 7100 名。



驻地的孤儿院现有 65 名孩子。

每个周日，驻地教堂吸引着附近村子里上千人来做礼拜。



MOH 的营养项目为海地每天提供 9100 顿日餐。

(三) 午饭后，驻地工作人员克莉丝汀带我们前往诊所，那将是我们接下来四天的工作场所。同行的还有她的父亲 Dr. Currie，一个外科医生。

克莉丝汀看起来只有二十来岁，但已是两个孩子的母亲。去年十月，她和丈夫卖掉了家乡田纳西的房子，带着孩子们把家搬到了海地，搬到了 MOH，那时他们的小儿子才五个多月。

克莉丝汀的父母和我们同天到达 MOH。她的父亲一直在帮着 MOH 建一个手术中心，这次随身带了三大箱的手术器材。

诊所平时全部由海地当地人运营，每周接待上百的病人。年轻的主管医生毕业于古巴的医学院，在诊所工作快四年了。除了驻地诊所，MOH 还有各种形式的移动诊所，有陆地的，也有水路，去往各个偏僻的村庄。船上诊所尤为辛苦，来回一周的时间，白天上岸为村民看病，晚上回船上睡觉。今天是船上诊所出发的日子，有一个从美国赶来的护士因为飞机延误没有赶上船，明天将和我们一起在驻地诊所工作。

说实话，当知道自己不用参加移动诊所时，心里还是很庆幸的，虽然不能亲临当地人的生活也是一种遗憾。



第三天

醒来又是 5 点 45 分。

还是停电，已经习惯摸黑洗漱了。但要时刻提醒自己的是不能用自来水刷牙。每天晚上休息前，我们都要在餐厅装满一瓶过滤水回宿舍用做早晚的洗漱水。

今天是星期一，驻地的全部人员都将进入工作状态。早餐刚过，各个队伍便出发奔向各自的目的。7 点半，我们也出发去诊所。

太阳虽已高挂空中，但晒在身上还不是很热。清晨的小路上，孤儿院的孩子穿着漂亮的校服，嬉笑着走向学校。看见我们在后面拍他们，便一溜烟地跑开了。一切都显得安静祥和，如同每一个美丽的早晨。

诊所外面已经排起了长队。诊所内，实习生，翻译，护士，均已到达。在经历了最初的忙乱后，问诊分流，量取生命体征，然后看病手术取药，一切逐渐变得井然有序。



我们这次的领队，也是 MVI 的创建人，是来自明尼苏达州的美容外科医生徐思海，所以这次的义诊是以手术为主。加上克莉丝汀的父亲，一个不大的房间里设了三个手术台。这是驻地诊所第一次开展外科手术。我临时充当了徐医生的助手，负责最后的缝皮。时隔多年又拿起缝针，很久以前那些奋战在手术室的日子一下回到了眼前，仿佛就在昨天。

第四天

黑暗中的晨洗已经如同在家里般驾轻就熟了。六点刚过，我已经步出了宿舍。

天空刚刚放亮。昨夜下了点雨，今早有些降温。风很大，吹在身上居然觉得有点儿冷。我转身回去拿了件薄外套穿上。

徐医生已经端坐在餐厅的廊檐下了。初现的朝霞中他身上的黄色 T 恤分外醒目。很是佩服徐医生充沛的精力，昨天他一共做了 11 个病例，

回来后我这个助手累得躺在长板凳上休息，他却精神抖擞地唠叨着说不够过瘾。

徐医生毕业于上海第一医学院，在国内的时候是个普外科医生。来美国后几经努力，在明州州府拥有了一家颇具规模的美容外科中心。他是浙江舟山人，却有着北方人有啥说啥的率性。徐医生近年来致力于公益事业，除了创建 MVI，参与全球义诊，还在明州带领华人医生在当地开设了面向华人的免费诊所。这次是他第四次来海地义诊，但作为组织者，却是第一次。

今天诊所门口等候的病人似比昨天多些。果不其然，最初的分诊后，一共有 16 例手术病例。不过经过了昨天的磨合，整个团队都信心满满，手术流程有条不紊，极具效率。救死扶伤，这个医务人员的天职在这里尤显纯粹而彻底。

开始工作前，我们有机会参观了诊所的假肢室和口腔科。假肢室是 2010 年海地大地震后建立起来的，是诊所最为昂贵但也是最受受欢迎的部分。



(未完待续)

中美星星桥培训 历程回顾 (下)

中美星星桥, 石建莉 03博 提供

2018年4月, 为期3周的培训顺利完成。特别感谢这段时间里所有为了服务自闭症群体所付出的各个医院的领导和医务工作者; 也非常感谢不远千里赶到会场的学员们, 大家积极学习的态度让我们感动、感叹。此次4月讲座, 历经上海、南京、珠海、佛山、深圳、嘉兴、抚州、济南、成都、咸阳、徐州等十多个城市。其中上海、南京、珠海三个城市作为 LSP (自闭症谱系障碍儿童学习风格简介) 的专场讲座, 中美星星桥讲师 LSP 创始人 Patrick Rydell 博士(以下简称 Pat 博士)再次受邀来到中国, 中美星星桥创始人石建莉老师担任翻译, 其他城市讲座均由石建莉老师授课。

我们一起回顾中美星星桥石建莉老师的精彩讲座吧!

【佛山站】



讲座现场家长、医生、康复师、特教老师纷纷到场学习。

偶遇一位学习课程不到两个月的学员, 得知情况后石老师邀请她做现场分享, 没想到不足2个月的时间这位学员的成长进步速度如此之快, 现场分享更是直击每位父母的内心。这让我想起在到达济南站后那位打电话向我报喜的天津家长, 她学习课程只有十几天的时间, 告诉我说, 孩子之前呼名反应是90%不回应, 而最近使用了课程提供的方法和策略, 孩子应名反应竟达到了

80%。因为隔着电话无法判断家长的描述是否准确, 但是家长们学习的能力和动力让我们看到了“以家庭为核心”理念的希望, 对于推动 ITS 协作支援系统更加充满信心。



课间大家围绕着石老师来提问, 并心交心地发表自己学习后的感受

【深圳站】



深圳市儿童医院

【嘉兴站】



【抚州站】



抚州市第三医院讲座现场



培训结束后, 石老师与科室袁滨医生接受记者采访。

市第三医院举行关爱自闭症讲座

本报讯 (实习记者袁菲) 为呼吁全社会共同关注、关爱自闭症儿童, 倡导自闭症早期发现、早期诊断和早期干预, 4月13日下午, 抚州三医院特邀中美星星桥石建莉博士来院进行学术讲座。石建莉博士, 中美星星桥自闭症谱系中心创始人, 目前在美利坚罗拉大学继续神经发育异常的研究。石博士以《美国自闭症孩子是如何康复》为题, 旁征博引、图文并茂, 向与会者介绍了如何去发现、去避免和康复自闭症孩子的方法, 使医务人员及家长们都有了较为全面的认识和了解。石博士通俗易懂、生动有趣的授课, 引起了大家的共鸣, 赢得了现场阵阵热烈的掌声。讲座结束后, 与会人员踊跃与石博士进行了现场提问, 现场学术气氛热烈。随后, 带着石博士与家长们参加了儿童行为矫正训练部进行参观学习。大家纷纷表示, 通过石博士深入浅出的讲解, 不仅拓宽了专业视野, 增长了见识, 提高了专业理论, 而且能将学习成果运用于临床实践, 更好为患者服务。

报社进行当地刊登报道, 足以证明抚州地区对于自闭症群体的关注

【济南站】



济南市儿童医院。石老师与赵冬梅主任科室进行交流学习

【成都站】



讲座现场, 也是感动的现场, 有位外国友人带着她的自闭症孩子也来到了现场寻求石老师的帮助。

讲座结束后, 石老师受邀与【四川省华西第二医院康复科、儿童保健科】进行科室交流

(下接第5页)

对笔者而言，2018年是不寻常的一年。慈祥的父亲于1月9日去世，享年88岁。妹夫的父亲于4月11日去世，享年87岁。母亲的姐姐，我的嬷嬷，于9月27日辞世，享年96岁。长辈们虽然都是高寿辞世，值得庆幸，但失去亲人的楚痛，仍是长留心间。如今，我常常在周末，对着父亲的像，点上一炷香，与他唠叨几句。而此时，我们已经阴阳相隔。

昨天看到最近一期神经创伤杂志 (J. Neurotrauma, 35:2239-2241, 2018) 的报道，在我们个领域里，2018年失去了三位有影响的科学家。一位是新墨西哥大学的 Dennis M. Feeney 教授，4月17日去世，享年76岁。一位是德州大学的 Timothy Schallert 教授，5月29日去世，享年68岁。最后一位是密西西比大学的 Raymond Grill 教授，5月30日去世，享年52岁。前两位教授只是拜读过他们的文章。而 Grill 教授就很熟了：他生前正在申请我们研究中心的工作，来讲过学，一起吃过饭，去世前几天还与我有通信往来，介绍他刚获得的一项国家自然科学基金。Grill 教授是一个踏实做学问，很受学生爱戴的教授。可惜，一次心肌梗塞，就夺去了他年富力强的生命。

年轻时，我们充满活力，常常有一种错觉，认为生命是有限的。我们每天迎接旭日东升，又送走灿烂晚霞，认为这一切



都是理所当然的，很少会想到生命是有限的。如今，我们已不再年轻，渐渐感觉到生命会有终点，尽管在很多时候，我们的心态依然年轻，精力依然旺盛。但自然规律是不可抗拒的，无人能幸免，无论是帝王将相，还是平民百姓。总有一天，我们在送走夕阳后，等不到第二天的旭日。

活着真好！能活在当下，是我们最大的幸福。朋友们，请珍惜！我们这一代人，经历了很多磨难，如今，也不轻松，有的还在为事业拼搏，有的则在为下一代操劳。但在有生之年，我们应该给自己留一段时间，做自己喜欢做的事。在我们的脑子依然清醒之时，不妨看看书，饮饮茶，练练字，摄摄影，旅旅游，会会友，享受人生的乐趣。

活着，就要活的健康长寿。健康长寿虽有先天因素，后天调理也

不可忽视，而且是我们唯一能够选择的。曹操在《龟虽寿》中写道：“盈缩之期，不但在天；养怡之福，可得永年。”即为此意。

目前全世界人均寿命最长的国家是日本，人均寿命83.7岁。美国则是79.3岁，中国为76.1岁。在中国，人均寿命排名第一和第二的城市是上海(80.26)和北京(80.18)。随着经济能力和医疗水平的不断提高，相信人们的平均寿命还会继续增长，我们生活在一个好时代。虽然没有一个人能预测自己的寿命，但我们仍可后天调理，争取自己的养怡之福。

在写此短文之时，老同学送来了作家冰心写的散文《谈生命》，柯蓝朗诵，边听边写，滋润心扉。冰心写道：“宇宙是一个大生命，我们是宇宙大气风吹草动之一息。江流入海，叶落归根，我们是大生命中之一叶，大生命之一滴。”

此生，我们要珍惜生命，要感谢生命。



(上接第4页)

【咸阳站】



陕西中医药大学讲座现场

【徐州站】

徐州市儿童医院是石老师回国前一



天最后一站讲座，全场满员，医院设置了分会场转播此次培训。当天天气非常闷热，大家依然坚持到培训结束。

感谢徐州市儿童医院的讲座为整个

4月的行程画上了圆满的句号。再次感谢各个医院领导、残联领导的支持与信任，感谢对自闭症群体的关注与关怀，我们将继续努力前行，不负众望！

我们的心路

难忘的2018年4月，是中美星星桥开启的又一个征程，我们将会更加努力推动“个性化协作支援系统”(Individualized Transactional Support System, ITS)，在充分考虑中国自闭症康复的实际情况后，中美星星桥倡导以家庭作为康复的核心，即家长-康复师-医生-老师等相关各方分工清晰，密切合作，互相协作支援，以共同帮助自闭症儿童获得最佳康复效果。

秋情归

—为医学院同学欢聚四十周年而作

颜嫣慧，83-2

秋
你以渲染的色彩
洒泼出季节的热情
墨染广袤无垠的思绪
摇曳一席绿肥红瘦的幽梦
在千万个缠绵的音符里
打捞昨日记忆
缤纷秋叶蝶舞
吹柔一池斑斓相思正浓
呼唤青春婀娜纯美
翩翩儿女寻梦归来
在绵绵不尽的遐想里
拨弄时光琴弦
今天聚首母校的摇篮

心绪激荡似潮
絮语婉约如歌
欲道又哽的缅怀
望你望我
望穿四十载风雨春秋
在百感交集的翻腾里漪涟
思念成海

一朝一夕的豆蔻年华
撞见你的美丽
头顶蓝天白云的澄澈
站在天桥望二边
一边是你我共聚相守的蜗居
多少挑灯夜战后的疲倦
留给嘻笑喧闹的不悔
相濡以沫挥洒友情
刻骨镂心
一边是红楼博击长空翱翔
穿梭时光隧道

青春的河流
遥远而纯净奔涌
鹅卵石铺满的记忆里
有无慌淡那种种的曾经

一张张老照片里
有你青春传神的模样
绿茵场上英武矫健的身姿
是你生动活泼的剪影
拉拉队里拔尖的嗓门
为谁激动
为谁嘶吼
为我们共同的青春芳华独秀

教室里萧瑟清凉
埋头苦读的身姿与灯光作影
图书馆汗流夹背
踩踏出层层足迹深痕
实验室切磋琢磨
处处布满细密指纹
红楼见证我们的勤劳和缜思
在每一个白袍起舞的日子
智慧和勇气旗鼓
信心与毅力作航
一行南去的雁唱着离歌
穿越厚重毫不张扬的秋韵
博击惊涛骇浪
激情澎湃一往无前

跋山涉水的历程
在时间和速度中铿锵
风霜岁月铸就了铮铮傲骨
人生沧桑沉淀了浮躁
上善若水奏乐着生命乐章
仁医精诚妙手回春

赞誉你功显赫王者归来
也双手拥抱你平淡无奇幽香如兰
花白的鬓角寻觅眉宇间的坦城
最亲最真最美最纯
最难忘
我的同学

秋风几缕
摇醒飘零绮梦
重拾滑入眼底落叶
润湿泪花晶莹
叹往日时光荏苒
柔情缱绻千肠消魂
酿成一盃盃醇香美酒
笑傲苍穹举杯共赏
多少情感难表
多少相思不尽
在眷恋探戈中
曼妙旋舞
在呢喃细语间
隽永温情
在觥筹交错里
淡忘名利
在十月的风情上
让思念燃烧成诗

一颗颗滚烫的泪珠
滋润着夜色阑珊
放你的手于纯洁无瑕的胸前
高吟秋歌霞满天
酣畅淋漓友情的爽朗
今夜属于红楼
牵挂你
下一个五年再见

校友原创

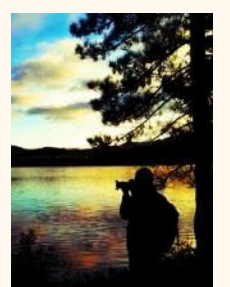
【北美校友园地】编辑组

陈闻远, 朱美清, 施爱芳, 陆文高, 聂敏, 林霖



Lac Supérieur, Québec 是加拿大秋叶最绚丽多彩的地方之一。

10月初,清晨太阳还在山背后躲着,夜里的低温使空气中的水份在近水面处凝结成薄雾,远处看去,万般寂静,犹如到了仙境。山水间五彩缤纷的秋叶,点缀着大自然的美丽壮观景色。



克罗地亚游记 (上)

文 | 摄影 鲍世浩 83-1

7月20日 周五, 多云

筹划已久的克罗地亚游, 将在今晚成行。当我将注意力瞄准这个东欧国家的时候, 正值2018年世界杯足球赛如火如荼地进行之际。谁也没有预料到, 克罗地亚这个人口才四百多万, 国土面积只有五万六千多平方公里, 位于巴尔干半岛上的一个年轻共和国的英雄足球队员们一举拿下了银牌, 成为一支世界足坛上的劲旅。足球踢开了进入世界的大门, 或许没有这次在世界杯足球赛上的辉煌胜利, 克罗地亚还不会那么快引起世人的关注。过去, 克罗地亚在我的印象中曾经只是一个很模糊的地理概念, 只知道她是南斯拉夫解体以后从中分裂出来的一个新的国家。在这之前, 如果问我克罗地亚的首都叫什么名? 具体的地理位置在哪? 我都无从回答。当我决定把这次出游的目标锁定在克罗地亚的首都萨格勒布时, 我才着实认真地学习了一遍这个国家的历史。

克罗地亚是个古老而又年轻的国家。说她古老, 是因为她的历史最早可以追溯到两千多年前的罗马时代。公元925年她的第一任开国国王托米斯拉夫登基, 在之后的几百年间她屡屡被匈牙利统治。二战期间成了德意轴心国的傀儡国, 二战结束后她成为铁托元帅领导的南斯拉夫社会主义联邦共和国的一个加盟共和国。铁托去世后, 1991年6月克罗地亚宣布独立, 从此一个新的共和国诞生。1991年至1995年间原南斯拉夫的两个加盟共和国克罗地亚与塞尔维亚之间爆发了战争, 直至1995年12月份战争才结束, 从此踏上了政局稳定、经济发展的道路。

通过了解克罗地亚的历史, 让我知道了在克罗地亚的土地上曾诞生过几位名人。发现美洲新大陆的克利斯朵夫-哥伦布原来是诞生在克罗地亚的一个叫做考尔楚拉的小岛上, 只是因为当年这个小岛从属于意大利, 所以哥伦布一直被世人以为是意大利人。南斯拉夫社会主义联邦共和国的开国领袖铁托也是诞生在克罗地亚的一个叫作库姆罗韦茨的村庄里。克罗地亚曾出过三个诺贝尔奖的获得者, 发明交流电的科学家尼古拉-特斯拉是克罗地亚人。领带和钢笔的发源地也在克罗地亚。

订好了布鲁塞尔飞往萨格勒布的机票后, 接着我便开始寻找在萨格勒布下榻的酒店。通过比较, 我最终选中了一个地处萨格勒布市新城区、在酒店网上的评分为9.6的民宿公寓。航班起飞时间是晚上八点多。下午五点我就提早结束了工作, 兴冲冲地拿着小行李箱直奔火车站, 在那里与另几位驴友会合后, 坐火车直达布鲁塞尔国际机场。

出境旅游可有三大收获, 一是游览名胜, 二是了解民俗, 三是品尝美食。这次去克罗地亚, 会有些什么样的收获呢? 期待着吧。我们在萨格勒布国际机场安然降落了, 从停机坪上的积水可以得知这里刚下过了一场大雨。当我们走出机舱时, 雨水已停, 空气格外的清新。

因夜已深, 机场里人影稀少, 我们很快就通过边检, 走出了机场大楼。

在机场门外叫了一辆出租车, 不消半小时的车程就到了下榻的那家公寓。这是一幢三层楼高的房子, 摁门铃后, 一个年轻男子打开了房门, 他就是房东约西普。他住在底楼, 楼上每层有两套供出租的公寓。约西普把我们几人领到了三层楼上的公寓, 那就是我们预订的房间。进入公寓后, 我们感到一阵欣喜, 公寓内装修一新, 十分干净、整洁。萨格勒布的夜晚是宁静的, 在这里除了语言的不同, 其余都与比利时那么相似, 萨格勒布之旅从今晚起拉开了序幕。



7月21日, 周六, 晴转多云, 时有阵雨

清晨七点半, 我自然醒来, 一夜睡得很好。昨晚在机场的自动取款机已经兑换了一些克罗地亚的货币“库那”, 手里有钱, 心里不慌。今天我们第一天的旅游计划是去老城区, 也就是当地人所称的“上城区”, 这是萨格勒布历史最悠久的一个城区。在我们居住的公寓附近就有电车站, 电车驶向市中心。



在萨格勒布市区的有轨电车是城市主要的交通工具, 天蓝色车身的电车, 像一个个蓝精灵在城市的东南西北穿梭往来, 成为这座城市的交通命脉。

克罗地亚人是热情友善的, 当他们看见初次来访的远客, 会主动告诉你有关在这个城市生活的一些常识和窍门。上了电车后我向司机买车票, 一张票竟要15库那! 我们觉得这里的车票真贵, 居然比利时的车票还贵, 显然有点不合理。这时车上一位先生见状告诉我说, 这种在车上买的票一次使用时间是两小时, 而且只能是坐单方向的车。如果只是去市中心, 坐车时间不超过半小时, 可以在街头烟纸店或者书报摊买一种使用时间为半小时的车票, 每张票只需4库那。听了他的话, 到了市中心下车后, 我们马上在路边的书报摊买了4库那一张的车票, 预备下次使用。

萨格勒布市中心有个广场, 广场的中央有一座青铜雕像, 这是克罗地亚的民族英雄耶拉西奇总督的骑马挥剑塑像。广场以他的名字命名, 叫做耶拉西奇广场。1848年耶拉西奇带领当地民众击败了匈牙利人的入侵, 使克罗地亚第一次成为统一的国家, 耶拉西奇成为克罗地亚人民心中的英雄。今天在这里搭起了舞



台, 正在举行国际民间舞蹈节。各国派出的舞蹈队队员们身着美丽鲜艳的民族服装, 在这里载歌载舞。

当我们到达的时候正在表演的是一个泰国舞蹈, 一位年轻泰国女子和着音乐的节律, 扭动着纤柔的肢体, 翩翩起舞。接着是阿尔巴尼亚代表队的表演, 舞蹈表现的是一个乡村婚礼的场面,



一群男女青年围着新郎和新娘, 跳起了激情四射的舞蹈, 祝贺他们的燕尔新婚。与泰国舞蹈的柔缓细腻风格相反, 阿尔巴尼亚小伙子的舞蹈风格刚劲豪放, 而姑娘们的群舞则带有阿拉伯风情舞蹈的妖艳和煽情。

在广场的边上停着一辆城市观光小火车, 我注意到观光车上有一块牌子, 上面用英语和克罗地亚语写着: “本观光游览车由萨格勒布市政府资助, 欢迎游客免费乘坐。”于是我们几人坐上了这辆观光小火车, 在市中心的道路街街走马观花转了一圈。萨格勒布的老城就像欧洲其它国家城市的老城一样, 老房子的建筑风格是变幻多样的, 根据建造的年代新旧不同, 有巴洛克、洛可可等风格, 这些有着数百年历史的高大建筑物如今依然雄岸敦实。我注意到在萨格勒布古老建筑的墙面大都粉刷成金黄色, 在



在阳光照耀下更显得金碧辉煌。另一些在铁托执政时代建造的大楼由于公有化制度的约束, 都是千篇一律, 风格单调的工人新村式建筑群。

(下接第9页)

(上接第8页)

在广场的一角有一个旅游商店，我们在那里要了一份城市地图，看着地图从广场向着上坡的方向走进了上城区。往前走了两百五十米左右，萨格勒布的天主教圣母升天大教堂就蓦然呈现在我们的眼前，这是萨格勒布乃至克罗地亚最大的天主教教堂。圣母升天大教堂的两座尖顶高高耸立，直插天穹。教堂最早建于十一世纪，由于在1880年遭遇了大地震，这座大教堂遭到了破坏，现在的尖顶是后来重建的，一侧的尖顶已经完工，另一侧的尖顶还在修缮当中。走进教堂，



里面富丽堂皇，五彩的绘画玻璃、穹顶及墙上的油画均出自克罗地亚艺术家之手。我曾参观过很多教堂，然而这座教堂给我留下的一个深刻印象是在主祭坛的后面有一个灵柩，上面有一个玻璃罩，里面躺着一具大理石雕的人像，他身穿红袍，戴着神帽，这是故世的克罗地亚大主教阿洛希斯-斯坦皮尼克的雕像。

出了圣母升天大教堂，继续往前，想去参观萨格勒布市一个非常特别的博物馆——失恋博物馆，这恐怕是世界上唯一的一座以失恋为主题的博物馆。一路上频频向人打听这座博物馆的位置，根据别人的指点，结果我们来到了一条满是酒吧饭店的热闹小街。我突然眼前一亮：“咦，这不就是那条著名的传奇小街——‘血街’吗？”“血街”名称的由来有段特别的故事。

很多年以前“血街”还是一条河，因地势北高南低，河水由北向南流淌。后来在河的两岸出现了



一家私人作坊，有皮革坊、洗染坊、制皂坊等等，原本清澈的河

水渐渐被作坊排出的污水污染了，成了一条臭河浜。更可怖的是因为河的两岸居民分属两个宗教教区，宗教派别的分歧加上商业竞争，他们之间发生了激烈争执并演变成血腥斗殴，被砍杀的人头和手脚被扔进了河里，河水被染红，成了一条“血河”。教区之争一直持续到1850年，两派握手言和。之后，当地政府为了整治环境，将这条被污染的小河填实，筑成了一条马路，起名叫特卡尔契奇街。在二战时期，萨格勒布的反纳粹游击队在老城阻击德军，遭到了德军的疯狂报复。德军开始屠城，在这条街上屠杀当地百姓，死难者的鲜血四处

流淌，使得这条街成了一条血街，这是一段悲惨的历史。相对于它的正规路名，“血街”更容易被人记住，于是这条街有了个闻名遐迩的特殊别名叫“血街”。

这条小街不仅有一段血腥的历史，而且还有过香艳的往事。在这里曾经是一个红灯区，据说整条街上曾亮过四十九盏红灯，因那里的红灯比阿姆斯特丹的红灯亮得还要早，所以堪称世界红灯区的发源地之一。如今这条长约五六百米的“血街”已经成为一条美食街，在这里已经没有了血腥和香艳，取而代之的是丰盛可口的克罗地亚当地美食和香味浓郁的克罗地亚特产啤酒，昔日的“血街”是今日四方游客的必游之地。

七月的萨格勒布，进入了夏季，中午气温达三十多度，骄阳之下暑气袭人。我们选择了一家看上去还不错的饭店，在店堂外的露天餐座上坐下。先要一杯鲜榨橙汁解解渴，然后点了餐。因为对克罗地亚餐还不熟悉，只能是看着菜谱上的照片，凭感觉点菜。

认识一个国家的文化需从认识那里的餐食开始。出国旅游要以开放的心态接受异国他乡的文化传统，也要以开放的心态接受当地的饮食，这就是所谓的入乡随俗。好奇心伴随着我去品尝克罗地亚的餐食。

正饮着橙汁，忽然听见一阵雄壮的军鼓声由远及近传来，只见一支穿着古代军服的士兵



队伍踏着鼓点正步走来。当这支队伍雄赳赳气昂昂地走近时吸引了就餐游客们的注意，只见那些行进中的士兵们目不斜视，一脸严肃。我猜想这应该是当地的一种传统风俗，每天到了正午时就应该有一身戎装的兵士列队在血街上行进，演绎当年战争时期的情景。

将克罗地亚人称作战斗民族或许并不过份，从很多方面可以体会到这个民族的彪悍好斗性格，这条“血街”名称的由来已经是个很好的注脚。看看克罗地亚迪纳摩足球队在世界足坛上的顽强拼搏精神，再看看二十多年前他们与塞尔维亚的激烈战争风云，无不说明了这一点。一个民族的性格在很大程度上决定了这个民族的兴衰成败。在当今和平发展时期，一个战斗民族如果将他们的



英勇无畏精神发挥在经济建设和科技创新上，同样也能创造出辉煌卓越的成就。

回过头来再说说克罗地亚餐，它与西欧国家的餐食有较大的区别。首先需要一提的是克罗地亚式汉堡包，在所有的当地餐馆都有它的存在：一个圆面包拦腰切开，中间夹一大块肉饼就成，为了防止那块肉饼从面包里滑出，便在汉堡包的中心插入一根小木棍或者塑料吸管作固定，这是克罗地亚汉堡包的一个独特的发明。这种汉堡包滋味的好坏就在于那块肉饼的配制和煎烤方法。另外值得一提的是克罗地亚炸薯条，与比利时炸薯条的不同在于它应该称作是炸薯块而不是炸薯条，薯块经油余后加进调料，味道变得非同一般。餐后再饮一杯低酒精度、清纯爽口的克罗地亚啤酒，这顿午饭就完成了。

从“血街”的一侧拾级上山，一直登到了上城区的最高点。登高望远，从山顶上可以俯瞰整个萨格勒布城。极目眺望远方，顿觉眼界宽阔。望山下，千家万户的屋顶连成一片瓦红色高低起伏的波浪；看远处，天主教圣母升天大教堂的双峰尖顶以及东正教教堂的洋葱状圆顶恰似这涛涛波浪中竖立的几座灯塔。登上高地，萨格勒布的老城古朴风貌和远处隐约青山尽收眼底。

一座城市如果有山有水就显得更有灵气，萨格勒布城的灵气源于这座小山。克罗地亚的总统府和国民议会就在这座小山坡上，有



关国家前途命运的决策就是在这里制定的，因此说这座小山也是国家的灵魂和心脏。在总统府和议会大厦的边上是一座名叫圣马可的罗

马天主教教堂，这座教堂的屋顶用彩色琉璃瓦拼成左边是克罗地亚旧王国徽章，右边是萨格勒布市徽图案。这座具有克罗地亚建筑风格的教堂规模并不大，但是其历史悠久，地位重要。让我不禁想起了在捷克首都布拉格，总统府也是建在城中的一座小山上，同样也是与一座天主教堂毗邻。因此我想，一个国家的总统府与教堂相邻，从而确立了这个国家的国教地位，宗教信仰成了这个国家的立国之本，是这个国家的人民的精神支柱。克罗地亚总统府和国家议会的建筑非常普通，普通到让我怀疑自己是否出现了认知错误。总统府前既无重兵把守也无森严戒备，门前只有一个警察在检查进入者的身份。于是让我想到了在世界杯足球赛的看台上克罗地亚的女总统与千百个球迷一起为克罗地亚足球队员欢呼鼓劲的场面，一个平凡的国家总统与简朴的总统府之间有一种必然的联系。

(未完待续)

《期权实战指南》

(节选)

第五章 熊市策略

第六节：结合认购策略 (Married Call)

根据最近的市场行情，向大家介绍一个熊市策略，希望对您的投资有帮助。

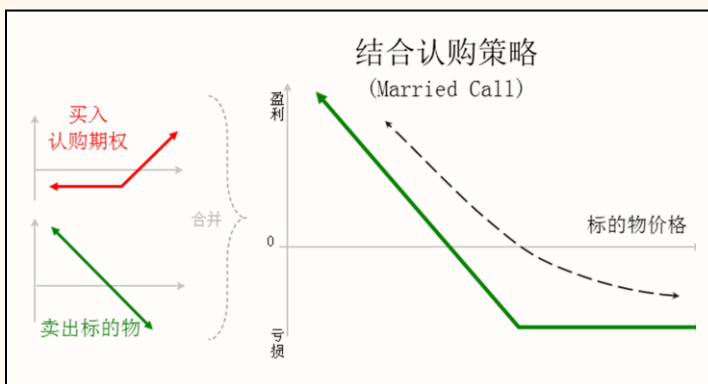
(一) 组成与操作原理

结合认购也是最简单的合成策略之一。结合认购 (Married Call)是由卖出标的物(股票/期货等)同时买入相同合约数的认购期权组成：

结合认购 (Married Call) = [卖出标的物] + [买入认购期权]

大家都知道，如果没有先持有标的物，空卖股票或期货是非常危险的。在这里，买入认购期权的作用类似一份空卖股票或期货的保险合同。当标的物价格上升超过认购期权执行价以上时，都可要求行使认购权(类似要求保险赔偿)；按执行价买入标的物(股票/期货)，由此确保整个策略的最大亏损有了限度。如果标的物价格下跌，卖出的股票/期货盈利可随之增加，而认购期权可能作废(保险失效)，期权亏损达到极限。当买入认购期权与卖出股票/期货结合后，实际综合效果是：股票/期货上升的最大风险有限，下跌的盈利机会无限，可以直至股价到零。

从图象可以看出，单一买入认



购期权的图加卖出标的物的图合并形成的结合认购图形。就风险与获利来看，就是单一买入认购期权的最大风险和获利方向，在加卖股票/期货后，由原先买入认购的看涨倒转成买入合成认沽的看跌。



(二) 适用范围与优缺点

比较适合于下列情况：

- ◆ 由于最大风险有限，适合用在大部分趋势看跌的市场。一般而言，下跌往往速度较快，来势突然；此策略能最大限度发挥优势。
- ◆ 如情况紧急，可先卖出股票/期货，后买入认购期权组成结合认购。如果卖出股票/期货取得一些获利时，再买入认购期权，可以将部分盈利锁定，从而大大降低最大风险，有时甚至可能做到无风险投资策略。
- ◆ 在卖出股票/期货后，如方向判断错误，可用买入认购期权组成结合认购代替止损。
- ◆ 也可用于逆市操作：跟随大涨市场先买入认购期权，当上涨达到一定程度即可大胆卖出股票/期货，组成结合认购。
- ◆ 预计市场将会大幅下跌，而心理上仍有顾虑。利用认购期权作为保险，虽然亏损认购期权的时间价值，但对稳定情绪有很大帮助。

优缺点：

优点与买入认沽期权类似：最大风险有限，盈利机会无限，直至

最后股价/期货达到零。如果将买入认购期权当作是卖出股票的保险，则这份保险可灵活使用以求成本最小化，回报最大化。

缺点是期权的时间价值损耗。实际上，使用买入认购期权的时间长

短，是成本亏损的主要可变参数。减少使用认购期权的时间，依赖于对市场趋势的正确判断。对于市场判断没有把握的情况，建议使用完整策略较安全。

(三) 使用注意与风险控制

结合认购须注意时间价值的损耗风险。如果标的物价格不变，期内在价值不变，有效期逐渐缩短，认购期权的价值会因为其时间价值损耗而逐渐降低。对于期权买入方而言，这种风险发生的概率较高。

当然市场是动态变化的，每时每刻标的物价格都可能大幅波动。而发生突然大幅波动的时间点直接影响整个策略盈亏效果。如果结合认购策略成交后立刻出现标的物市场价格大跌，卖出标的物 and 约的盈利速度较期权的变化速度快。如果发生大跌的时间延后，则因认购期权的时间价值消耗，而使整个策略获利会明显减少；实际平衡点逐渐向下移动，表示亏钱的可能性将会越晚越大。

(四) 盈亏与平衡点计算

- 当标的物价格上升至认购期权执行价或以上，亏损达到最大极限：

最大风险 = [标的物卖出价] - [认购期权执行价] - [认购期权权力金]

* 盈利用正数表示，亏损用负数表示。如果[标的物卖出价]大于[认购期权执行价]与[认购期权权力金]之和，最大风险可以是正数，表示此策略的最小盈利额。

- 由于认购期权价格成交时已支付，最大盈利随股票/期货价格下跌而上升。理论上，盈利额可持续上升直至标的物价格跌到零：

最大盈利 = [标的物卖出价] - [认购期权权力金]

- **实际盈亏** = [标的物卖出价] - [平仓买入价] - [认购期权权力金]

- **平衡点** = [标的物卖出价] - [认购期权权力金]

(可将正数结果理解为盈利；负数看成亏损)



园艺美食宠物



酱汁肉 李挺 84-5

五花肉焯水洗净冷却，肉皮用打洞器密集打洞，用锡箔包只留皮面在上暴露。烤箱预热用 boil 档（如果有分档的烤箱选中档 boil）包好的肉放在中格约 15-20 分钟或看到肉皮起很多泡泡。温度不宜太高太接近，免烤焦。

烤好的肉，皮向上置一合适大小深锅内，小火时加料酒、红糖和自选香料/调料（如用腐乳，豆酱等先用冷水调开成液体状再加入）。温活煮开，加水至盖没肉块，大火煮开，小火焖 40-60 分钟或更长根据个人喜好酥烂程度为限。换中大火收汁（小心最后 5 分钟！）。稍凉后可切成厚片，浇上肉汁上桌（所以肉汁不要全部收干）。



帮 Hershey 找了一个漂亮、温顺的女朋友，但是 Hershey 与她不来电，没有擦出爱的火花，女孩只能悻悻回家。

刘毅 90-1

蔬菜园



种菜几年，感觉一年比一年种的好。今年收获最多的还是冬瓜。冬瓜种在前院，12 尺见方的地盖着厚厚的木屑，那里的土又厚又肥，全天照太阳。地里有喷水龙头每周浇 2 次水，每次半小时。种下去前 6-8 周，根在往下伸，藤在尽情爬。等瓜苗长到 4 尺长我就打枝留 2-3 主藤，然后每条主藤留 2 个侧藤。等他们把那块地爬的一大半，这时就撒一些磷肥催花。开始开的总是雄花，耐心等待，雌花就慢慢盛开了。夏天，冬瓜地里绿叶田田，小苗尖尖，蜜蜂们忙着采蜜，胖胖的冬瓜躺在大大的叶子下，总是给人惊喜和无限希望。

种菜其实就是为了显摆而不是为了吃。今年除了最灿烂的冬瓜，日本茄子，香蕉辣椒也属于一线明星！冉冉升起的新星是茼蒿和黄金瓜！职业妇女变成菜农，真是一个华丽转身，其中乐趣绝对不能用经济价值来衡量！

聂敏 90-3

千奇异彩·观鸟

戎小明 85-1

