

# RUN 4 LIFE 為生命而跑

## --Hudson 春季短跑比賽

(上接 P01)這種四英里的短跑即要比爆發力,又要比耐力,因此,比長跑更具有挑戰性。

我同兒子丁丁八點半到達比賽地點,已有好幾百人聚集在那兒。環顧周圍,見到很多跑步認識的人。一英里的比賽是九點十分開始。大約有兩百多孩子參賽,還有很多父母陪着跑,在終點線前,看到孩子們沖向終點的各種表情和姿勢,觀眾都為孩子們的競賽精神而鼓掌。丁丁以七分三十秒跑完了一英里,比上次有進步。接着,有二百多人包括很多十幾歲

的孩子參加了四英里的比賽。我總成績比去年慢了四秒,平均六分四十七秒一英里。

到美國生活久了,尤其是有了孩子後,深深體會到美國體育的普及性。美國人對孩子體育活動非常重視,而且從小抓起。我孩子的美國同學中,幾乎每個人都參加一到兩項體育項目,每周都要有幾次訓練。到了周末,父母忙着陪孩子參加各種比賽。他們花在孩子體育活動上的精力和時間似乎比輔導作業及其它的活動多得多。

過去,我認為美國家庭對孩子體育活動的重視有點過分了,到了不務正業的地步。相比之下,我們亞裔家庭對體育不如美國人重視。我們更看重孩子的智力教育。像這種社區的體育運動,只能看到幾個亞裔面孔的人。但是,如到學校看樂隊表演,亞裔的孩子很多。第一、二小提琴手幾乎都是亞裔孩子。隨着自己兩個孩子長大,一個喜



成人組比賽



夏訓茂和兒子夏一丁參加比賽後

歡運動,另一個不喜歡,從他們身上,我逐漸地體會到體育運動對孩子的成長有很大的影響,體育除了增強孩子的體質,更重要的是訓練孩子的競爭意識,團隊精神與自我約束力,另外,還逐漸培養孩子與人交流和合作的能力。在體育運動中,父母與教練總是不停地鼓勵孩子們在身心兩方面都要頑強不屈 (To be physically and mentally tough), 而這種頑強不屈的訓練,孩子可能會終身受益。

我記得高中畢業回到農村後,曾在鄰村做過一段時間的民辦教師。教室是一間土牆茅草房,大約有二十平方米,二十幾個三年級學生,只我一個老師。那時,所有學校的教室都要貼一個口號叫“德智體全面發展”。我沒有任何體育器材,更沒有場所,但必須有體育課。我設計的半小時

“體育”課就是每天下午放學前,讓孩子們繞房子跑幾圈。然後,男孩子跳繩,女孩子踢毽子。最後,在地上用粉筆畫一條線,將孩子們分兩組,用繩子拔河。只要被對方拉過了粉筆線,就算輸了。即使是如此簡陋的體育課,孩子們都非常高興地參加,尤其是拔河。而那幾個拔河中總是爭強好勝的男孩,現在在農村多少有點出息。回到老家時,他們還同我談到當年拔河的“體育”課。

現在回國度假,總要在北京或上海停留。早上到公園里去跑步,看到的都是大人尤其是老人在鍛煉身體。孩子們功課太多,基本上沒有時間在課外去參加體育活動。似乎德智體在極不平衡地發展。

我想“德智體全面發展”是個非常科學的口號,真正做到很難。不是每個孩子都喜歡運動,做父母的只能盡力而為吧!

供稿人 夏訓茂 2006年4月29日



鋼琴教授 Donna Lee



為大家做義工

# 克城人士參加全美安良工商會 91 屆年會

[本報訊] 5月5日上午,本報記者採訪了剛從波城參加全美安良工商會 91 屆年會的克城安良工商會主席歐陽永兆先生,他對 4 月 23 日下午在波士頓舉行的全美安良工商會年會作了簡單的介紹:這屆開幕儀式有來自全美安良工商會的 188 位代表及各界僑領和嘉賓參加,揭幕典禮在錦獅獻瑞後即拉開序幕。首先由全美安良總經理梅惠照、彭偉權先後致開幕詞,接着由波城安良公所主席劉啓祥先生以中文和英文向與會嘉賓代表宣讀了二十五個祝賀電文及賀詞,祝賀全美安良工商會第 91 屆年會隆重召開。另一位會長梅惠聰亦向與會者致意。同時各類友好僑團代表亦先後上台致賀,其中,台北華僑協會秘書長謝國樞、全美洪門致公堂總理劉文優、伍伯和也上台致賀詞,波士頓中華公所主席黃國威先生也上台致詞祝賀。

典禮結束後,外地代表即乘興搭坐“鴨仔船”環遊波城。當晚在龍鳳酒樓舉行了慶祝宴會。

本屆年會,克城安良工商界有九位人士參加了這個為期三天的會議,其中現任美洲協勝公會總理的袁慧嫻小姐在年會上也做了發言。

第 91 屆年會於 25 日晚間選出梅錫銳、伍健平兩位新總理,各得 62 票。兩人隨即在陳國瓊的監督下宣誓就職,並從兩位前任總理彭偉權、梅惠照手中接過印信,完成交接儀式。彭偉權、梅惠照二位總理也成了全美安良工商會元老。

安良工商會成立於 1893 年 1 月 9 日,至今已有 91 年歷史。當孫中山先生於 1894 年成立了“興中會”後,曾發動華僑購買公債國券,奮力救國,當時安良工商會亦是其中的積極響應者,有力地支持了孫中山的籌款。



# 黃唯律師事務所

Margaret W. Wong & Associate Co., L.P.A. Attorneys At Law

國家利益豁免,杰出人才,教授及研究人員移民,J1 回國豁免,勞工綠卡, L1 跨國經理,投資移民,B,F,H,R,O,V 簽證,親屬移民,入籍,廚師,管家,技工等均可申請綠卡,政治庇護,遞解出境,監獄保釋上訴,出庭至聯邦巡迴法庭  
★ 庇護獲準者不需等排期,立即可申請綠卡 ★



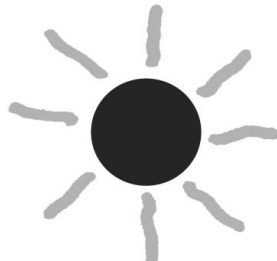
黃唯律師 Margaret W. Wong

本公司提供英語、國語、粵語、俄語、西班牙語、羅馬尼亞語、匈牙利語、德語、日語等語種服務

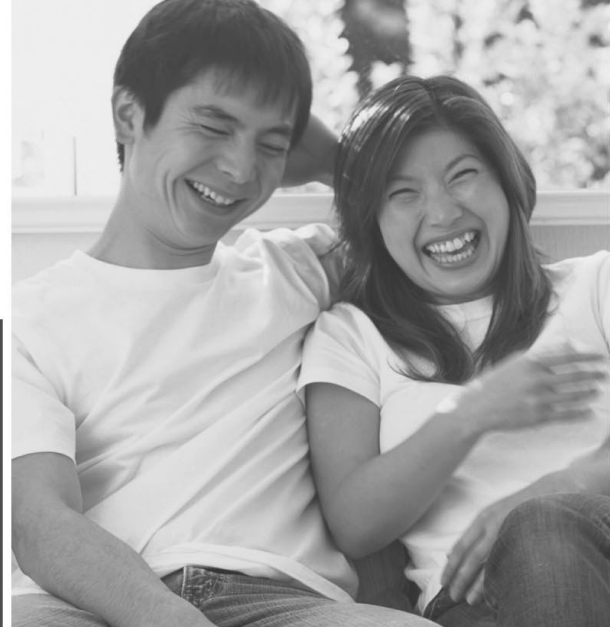
**Cleveland 總公司地址:** MWW Center  
3150 Chester Ave., Cleveland, Ohio 44114  
總機電話: 216-566-9908, 中文: 216-579-0187  
傳真: 216-566-1125  
E-mail: ying@imwong.com  
http://www.imwong.com.

**Columbus 分公司地址:** 470 Olde Worthington Rd., Suite 200 Westerville, Ohio 43082  
預約電話: 614-221-8892, 傳真: 614-410-6899

**Detroit 分公司地址:** 11201 Connor Ave., Detroit, MI 48213  
預約電話: 313-527-9989



以此價格, 您的住宅會裝修得耳目一新。



借入 11,000 美元  
每月 99 美元\*

FIXERUPPER® 住宅改善貸款  
• 收入要求降低  
• 每月付款額較低  
• 靈活的償付期限  
• 此優惠截止至 2006 年 5 月 31 日

請造訪任何分部, 瀏覽 NationalCity.com 或致電 800-347-5626。

**National City**

個人銀行·商務銀行·投資·抵押貸款

\*7.03% 年利率百分比 (APR) 的固定利率適用於新的 FIXERUPPER 貸款, 可貸款 5,000 美元或更多, 最長期限可達 180 個月, 並從 National City 支票帳戶進行預先授權轉帳。例如, 如果您以年利率 (APR) 7.03% 按揭 180 個月貸款 11,000 美元, 每月要支付 99.16 美元的本金、利息和預付信貸費用。APR 可能因您的信貸資格而異。要求財產、產權和/或水災保險 (如果適用)。受信貸資格的限制。向您的稅務顧問諮詢有關利息可減免的問題。適用於俄亥俄州克利夫蘭市的 National City Bank。必須在 2006 年 5 月 31 日前收到申請。貸款文件必須在 2006 年 6 月 15 日前簽署。



抵押貸款是 National City Mortgage (印第安納州 National City Bank 分部) 的產品。NationalCity.com • 會員 FDIC • ©2006, National City Corporation