

台灣鄉訊

Taiwanese Community Newsletter

A bi-monthly publication of
Taiwanese Association of America, Atlanta Chapter



2007 January/February
Issue 74

Mail To: _____

Address: P.O. BOX 464430 Lawrenceville, GA 30042
Web Site: <http://ataa.us>

目錄：Inside this issue

- 台灣同鄉會年會及舊曆年聚餐晚會通知 1
- 二二八紀念活動 1
- 美東南區台灣同鄉會 2007 年夏令營 2
- 台商會除夕舞會中的舞星 2
- 陳總統過境美國停留舊金山 4
- 台灣商會跨年舞會小記 5
- 「台灣客家社」成立宣言 6
- 歐洲台灣協會聯合譴責立法院的「執政黨」 7
- 唱歌有著不可思議的神奇效用 7

刊登社團活動消息：

各社團如果要在鄉訊刊登活動消息，請打電話到編輯室給蔡山慶〔770-551-0879〕，或將稿件傳真至 770-551-9573。電子郵件地址：shanctsai@gmail.com。會員資料更新，或對鄉訊編輯或打字有興趣者，請洽編輯室。

鄉訊編輯人員：

林春雄，施佩君，許蕙茹，陳妙嫻，陳富美，蔡山慶，林玉惠，李怡靑及賴志鋒。

台灣同鄉會 2006 年理事會：

會長顏經邦，770-521-7993；陳富美，770-739-5125；陳俊瑋，ccchen@student.gsu.edu；王淑貞，770-753-9695；林俊雄，770-813-8283；林世清，678-474-0743；及沈禾祥，770-368-8368。

台灣同鄉會年會及舊曆年聚餐晚會通知

親愛的鄉親：恭賀新禧！同鄉會將在舊曆過年聚餐並舉辦年會改選四位理事、欣賞回顧一年活動影片。誠懇邀請大家作夥來慶祝過年，交陪結緣大團圓。除了傳統過年美食外，敬老賞幼，禮品摸彩，大家偕歡喜。請邀親友前來參加。

日期：2007 年 2 月 17 日（星期六）

時間：下午六時

晚餐費用：成人 \$7.00（會員） \$10（非會員）

小孩（4-10 歲）\$4.00 3 歲以下免費

會員會費：家庭 \$20.00，個人 \$10.00

地點：亞特蘭大台語長老教會（見第---頁圖）

1039 Rays Rd, Stone Mountain, GA 30083

節目：台灣鄉土人情趣味問答（有獎）

1. 精彩才藝表演

2. 禮物摸彩，紅包敬老

歡迎提供禮物。有關年會活動細節可向會長顏經邦（770-521-7993）或理事查詢（第一頁）。

台灣同鄉會敬邀

二二八紀念活動

時間：二月二十五日，星期日 1:30 - 3:30PM

地點：亞特蘭大台語長老教會

1039 Rays Rd, Stone Mountain, GA 30083

今年逢二二八的六十週年，在台灣及世界各地將盛大舉

行紀念會。亞特蘭大同鄉會將於二月二十五日下午一點半在亞特蘭大台語長老教會交誼廳舉辦紀念會。將請世界台灣人大會召集人郭重國先生為我們做專題演講。郭會長將談二二八事件對台灣的社會、政治、經濟的影響。郭會長在過去十幾年來馬不停蹄地在海外為台灣獨立建國的理想奔波，他曾當過世台會會長、全美同鄉會會長、本地同鄉會會長及台灣公共事務協會常務委員等。

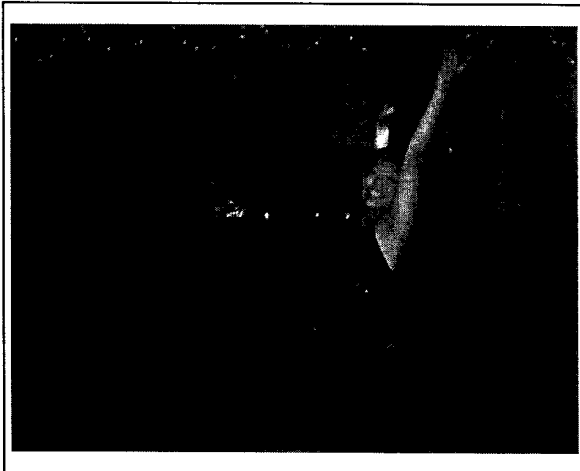
我們疼惜前人的腳步，追思先人的犧牲，為著將來建立一個公義、是非分明、有希望有疼心的社會，讓我們來參加這個有重大歷史意義的紀念活動。

台商會除夕舞會中的一顆耀眼舞星：郭妍妉

文：高達宏 攝影：蔡山慶

亞特蘭大台灣商會於二〇〇六年十二月三十一日舉辦跨年除夕舞會，在舞會開始的時候，由舞蹈學士郭妍妉表演了一曲爵士舞「我為你而唱」，她將期盼戀人的感覺，藉著優美的舞姿，流暢的舞步表現了出來，讓在場的眾人驚艷不已，舞畢全場掌聲、叫好聲不絕。

來自台灣的郭妍妉在高中畢業以後，來到美國深造，於雪蘭多大學取得藝術表演學學士學位，隨後在皇家遊輪做專業表演有半年之久，現在回到亞特蘭大，準備攻讀碩士學位。



美東南區台灣同鄉會夏令營：2007年巴哈馬豪華遊輪之旅

時間：七月六日至九日

地點：邁亞密 ←——→ 巴哈馬

報名截止日期：三月七日

主辦單位：佛羅里達台灣同鄉會，

網站：www.setaa.org

email: setaa2007@yahoo.com

承辦旅行社：天洋旅行社；

遊輪公司：Carnival Cruise Lines

二〇〇四年二月二十八日，200萬台灣人以牽手護三寶的仗陣，打破了外來政權的復辟夢。然而我們堅持以不流血的和平程序轉移政權，相對的就要承受長期的社會改革的陣痛。

2008年台灣總統大選的之前，讓我們台美人參加夏令營，大家手牽手、心連心，一定能再次彰顯團結作伙的精神，勇往向前，也必能衝破黎明前的黑暗，創造台灣更好的明天。

南佛州臺灣同鄉會

鄉訊聲明

我們歡迎讀者投書，做建設性的評論或發表個人高見，避免人身攻擊。台灣鄉訊編輯委員會有權更改、修正、及拒絕刊登。讀者投書以簡略為原則，投書者請附上真實姓名、電話、及住址，以示負責。稿件如經編委會採用，將以真實姓名刊登以示文責，所發表的文章僅代表作者本人的意見。編委會也歡迎其他生活上的小品文，截稿日期在發刊前三個禮拜。有興趣者，請將文章寄到：P.O. Box 464430, Lawrenceville, GA 30042 或跟鄉訊編輯委員會工作人員聯絡：E-mail: "shanctsai@gmail.com"

2007 SETAA Summer Camp BAHAMAS CRUISE Registration Form

SAILING DATE: July 6 (Fri. 3:00 PM) -July 9 (Mon. 10:00AM), 2007

LOCATION: Carnival Cruise Line - Ship Fascination - Pier Miami

NAME: (En) _____ (Han) _____

MAILING ADDRESS: _____ **CITY:** _____

STATE: _____ **ZIP:** _____ **PHONE: (H)** _____ **(O)** _____ **(C)** _____

Email : _____ **FAX:** _____

Who you traveling with : _____

Please provide the person's name and home phone number of other cabins you are traveling with and like to join the same dining table.

Accommodations: (Check One) ☐ **Inside Cabin** ☐ **Ocean view cabin**
(Name **SHOULD** be the same as showing on passport. Please type or print clearly)
(Fill one form for each cabin)

Guest Names		US Citizen	US Resident	US Visitor	M/F	DOB
(E)	(H)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
(E)	(H)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
(E)	(H)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
(E)	(H)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		

Disclaimer: I, the undersigned agree to assume all responsibilities for any injury and damages incurred to my family and myself and agree to make no claim against SETAA 2007 related to the activities for July 6-9, 2007

Sign/Date _____

Detail of charges:

- For 1st & 2nd passengers, inside cabin \$353.30/p.p., ocean view cabin \$393.30/p.p. The rate includes \$123.30 port charge & gov. tax. For 3rd & 4th passengers, the rate is \$40 less than inside cabin, and \$70 less than ocean view cabin.
- The above rate based on 2-4 passengers per cabin. We have a nice group rate. Each cabin will receive \$50 onboard credit which can be used for your onboard expense. Tips are extra. It is recommended \$30/p.p.
- All passengers' full name same as on passport and DOB along with **\$150.00/p.p. of deposit** will be required in booking and assign cabin **before Mar. 07, 2007**. Please submit Registration form and deposit with credit card information to **INNOVA TRAVEL INC** ASAP in order to obtain better cabin assignment.
- The final payment for all bookings will be required on/before May 05, 2007. Fee will be applied to any change or cancellation after this date. Please contact **INNOVA TRAVEL INC.** or **www.AirTourCruise.com** for detail.
- Please submit payment to **INNOVA TRAVEL INC.** ATTN: Marie 2574 N. University Dr. Suite 220, Sunrise, FL 33322 Tel: (954) 747-8282, Fax: (954) 747-5288, E-mail: innovafl@yahoo.com
- You may board the ship between 12:00 pm and 3:00 PM on July 6, 2007. You can have lunch on ship if you wish. Please report to the ship registration desk as well as to the near-by SETAA registration desk when you check-in. The SETAA program information will be provided when you report to SETAA desk.

Optional tours (pre-cruises or post-cruise): Please contact **INNOVA TRAVEL INC.** for more tour and hotel information.

- Miami 1 day city tour/ Bayside-\$35/p.p.
- Miami 1 day city tour/ Everglades (air boat admission)- \$59/p.p.
- Key West 1 day tour - \$69/p.p.
- Orlando theme park 2 days 1 night (2 parks admission) - \$280/p.p.
- Orlando theme park 3 days 2 night (3 parks admission) - \$390/p.p.
- Orlando theme park 4 days 3 night (4 parks admission) - \$470/p.p.

SETAA 2007 contacts:

Tony Sheu (954) 961-4058 tony@psheu.com

Sandy Liao (305) 826-7650 euroasiamiami@hotmail.com

Jack Lin (954) 475-0285 paradise8888@yahoo.com SETAA2007@yahoo.com

Seq: _____ Booking #: _____ Cabin : _____ Total Fare : _____

台灣的勝利：陳總統過境美國停留舊金山 李雪紋
A victorious day for Taiwan – President Chen's
stop in San Francisco Helen Lee (hlee@unr.edu)

Dear Colleagues,

May I share with you my experience in San Francisco this past Monday (1/8/2007). It's a glorious day for Taiwan and a "Taiwanese" president!

President Chen made a transit stop in San Francisco while on his way to Nicaragua. I made a special trip to San Francisco to join the other Taiwan-loving groups of people to welcome him and to defy that never-ending riot from the Red-Shirts. Among the huge cheering crowd, I was glad to run into some of our members and former NATPA presidents: Ed Huang, Chin-Chu Lin, Wu-Nan Lin, Chris Yen, etc.

President Chen and his entourage were led by dozens of motorcycle policemen in the front, three big black limousines in the middle, and followed by more police cars in the back, and some more on the street sides. What a majestic scene it was to see that dozens of policemen lining up so orderly and sitting on their motorcycles outside the St. Regis Hotel. I heard a resident saying that there were not as many police escorting when President Clinton was visiting. It truly was a most royal treatment that the president of Taiwan had received as the president of a "nation".

There were hundreds of Taiwan and Chen supporters with green Taiwan flags and American flags in the hands, we had stretched out to couple blocks while I saw only couple dozens of Red-Shirts standing in the corner, who strangely chanted in Cantonese. When the Red-Shirts were trying to yell through their bull horn "Abien sia tai (step down 下台)", we would follow their word "Abien" with "gia io 加油". Our voices were so loud that had totally drowned their words of sia-tai. Thus it sounded like the Red-Shirts were also chanting "Abien gia io" with us. Although normally I speak softly, but that afternoon I was chanting with my fully trained soprano voice that carried out stronger than the Red-Shirt's bullhorn. And my effort of traveling from so far had deeply touched those who knew me. They were just as passionate as they could be,

especially when President Chen's motorcade was arriving. Our cheering was so deafening that many of us were chanting with hot tears in our eyes: "Taiwan, Taiwan, Go! Go! Go!"

After Chen had stepped out from his limousine, the security guards were trying to hurriedly escort him into the hotel, but President Chen was so moved by our passion that he started to walk toward the crowd and waved to us so joyfully. The cheering became a climax, and at that moment all the Taiwan-loving crowd and the president who had been long humiliated and mistreated to the extreme, had thus been liberated to a thorough ecstasy of freedom with human dignity and pride. My eyes were welling up and my heart was so full that it had almost burst ---

After that most exuberant experience in San Francisco, Wu-Nan Lin's wife had graciously asked me to stay at their home, for it would be getting dark soon. But I had to nicely decline because I had some important engagement the following day. During my five hours of driving home, my spirit was as high as the Sierra Nevada mountain summit (8,900-ft.) which I would have to drive pass over between Sacramento and Reno. And in the darkness of the winding mountain route, it seemed to me that I could almost visualize the dawning light that was rising from the horizon on the beautiful island of my beloved Taiwan.

Helene

亞特蘭大台灣同鄉會建立新網站

ATAA has a NEW web site

「君自故鄉來，關心故鄉事」，
請上網路瀏覽同鄉會的新網站：
< <http://ataa.us> >，
它有豐富的台灣消息和時事評論。

We have a new ATAA web site. It is "<http://ataa.us>"

二〇〇六年除夕亞特蘭大台灣商會跨年舞會 小記

文：郝慰國 打字：施佩君

「一年容易又除夕，家家戶戶迎新年」，公元 2006 年很快到了尾聲，許多亞特蘭大的僑胞又回想起歷年在僑教中心的除夕跨年舞會，尤其懷念着去年舞會的美好回憶。今年在台商會長涂常雄兄的熱情號召下，邀請了台灣同鄉會、客家同鄉會、聚賢會、雅韻舞社、亞城歌唱社、及僑教中心志工團共襄盛舉，聚集了三百多位會員社友在僑教中心盛大舉行除夕舞會，讓本地眾多紳士淑女們翩翩起舞，分享著「飄飄何所似，天地一沙鷗」的輕鬆與逍遙。

跨年舞會照例要暢飲香檳酒來迎接新年，古代蘇東坡描繪他月夜酒醉歌舞的心境：“明月幾時有，把酒問青天，不知天上宮闕今夕是何年，我欲乘風歸去，又恐瓊樓玉宇，高處不勝寒。起舞弄清影，何似在人間。轉朱閣（三步）低綺戶（探戈），照無眠。不應有恨，何事長向別時圓。人有悲歡離合，月有陰晴圓缺，此事古難全。但願人長久，千里共嬋娟。蘇軾—水調歌頭（兼懷子由）。”當時蘇軾政壇失意，家人離散，他依然胸懷曠達，積極進取，堅持著「好運、歹運，總嘛愛照起工來行」。

自晚上七點左右，雖然天氣是寒風細雨，但參加的佳賓已三三五五絡繹於途，逐漸填滿了會場，雨勢愈來愈大，但並不減來賓的興緻，反而使屋內增多的鄉親朋友益顯熱情。七點半開始時已有超過三百位來賓報到就位，雖非把酒話桑麻，倒也品茗敘年夜，首先由陳淑女、邱文姬兩位身著高雅黑禮服的女士帶領大家玩賓果遊戲，也為跨年舞會揭開了序幕。

藉著中心新添的音響設備，加上清楚的大銀幕，大家得以興高采烈地參與賓果同歡，有涂會長的百元大獎，很快就產生了第一位重賞之下的勇夫，由剛剛功成身退的僑務委員何智達醫師首拔頭彩。接著熱騰騰的新鮮宵夜也在大夥的期盼下登場，這些美食是蔡大姐霜玲女士及黃素紅大姐這對黃金搭檔領軍搭配蕭媽媽、蕭麗青母女在廚房苦心努力配製了一天的傑作。加上現切的新鮮水果，大家聞香排隊，食指大動，面對著香噴噴的炒米粉、滷蛋、春捲、炸雞腿和豆沙酥餅，很多來賓是以逛夜市胃口來回奔波，等明年再減肥了！

大快朵頤之餘，主持人高達宏兄邀請吳處長、涂會長為大家開始摸彩，今年禮品在主辦單位的努力下，不但有許多捐贈的精緻獎品，還保證人人有獎，不虛此行，所以摸彩結束後，大家都是喜氣洋洋，無人空手過

年。抽完獎就正式開始了除夕舞會，首先由高達宏介紹今年的特別來賓舞蹈表演，是由郭雲吉的掌上明珠，正在專攻舞蹈的郭妍玟為大家表演專業的現代舞 solo：『我為你而唱』的爵士舞表演，她優美的舞姿不但讓大家有機會欣賞一流的現場舞蹈，也看到了另一位優秀下一代的表現！緊接著郭小姐的精采表演之後，高達宏邀請吳處長伉儷為舞會開舞，大家也紛紛下場或是夫妻伉儷情深或是知己好友以舞相聚，在華爾茲三步舞曲中婆娑起舞，真是「起舞弄清影，何似在人間」！

大夥一面享受舞會的熱絡交誼，一面也不忘與好友知己寒暄問候請安，中間也請吳處長、劉碧蘭等為大家上台獻唱一曲助興，不覺已近午夜，舞會志工也忙著開香檳酒瓶，準備三百多杯的香檳美酒夜光杯，人手一杯，一起見證觀看現場大銀幕實況轉播亞特蘭大地下城的倒數計時跨年盛況，共祝新年的來到。

此時真是「四海同心賀新年，一夜鄉心五處同」，大家有緣有幸此時此地在這地球村的一角攜手同賀邁入新的一年：天涯海角有時盡，此情可待成追憶矣！當大家舉杯同聲倒數：「五、四、三、二、一、零，Cheers! Happy New Year!」、「恭喜新年」，一片歡呼聲中舉杯暢飲今年第一杯香檳同賀新禧，又是新的一年！往者已矣，來者可追，溫馨喜樂的心情閃耀在每位在場來賓的臉上，不分男女老少，遑論故鄉何處，均在此同慶一元復始萬象更新，向新的一年邁進！「但願人長久，千里共嬋娟」，也讓蘇東坡這句千古絕句（寫給其弟蘇子由）祝福大家明年此時此地再相聚，共話亞城除夕時！！

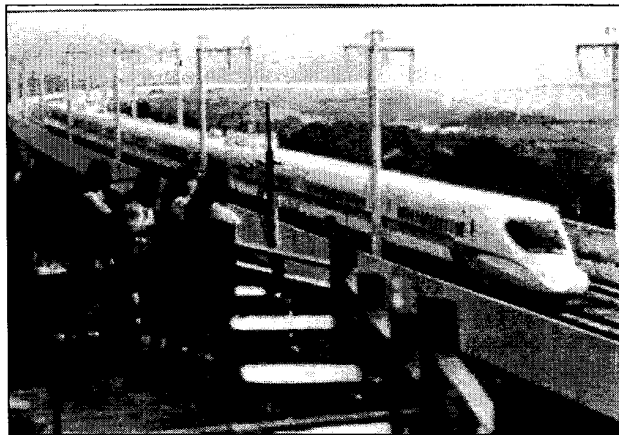


會長致詞：涂長雄伉儷（前排） 攝影：蔡山慶

***** 台灣高速鐵路正式通車 *****

台灣彰化的一群居民從一家飯店的陽台上觀望一列 T-700 日製高速火車，盼望中的子彈列車終於在二〇〇七年一月四日通車，縱貫台灣南北，讓台灣南北經濟，同步提升，百尺竿頭，更進一步！

蔡山慶 翻譯自 AFP/File/Sam Yeh >



長橋臥波，未雲何龍？複道行空，不覺何虹？

蔡山慶摘句：唐朝杜牧阿房宮賦

「台灣客家社」成立宣言

林健正 教授 國立交通大學材料工程與科學系

我們有幸生活在美麗的國度，卻不幸遭遇歷史的亂流。

十七世紀以後，在腐朽的大清帝國統治下難以謀生的廣福先民，紛紛冒險渡台揮汗墾拓，尋求安身立命的樂土，但若干西方霸權以及清國、日本、中國也隨後相繼殖民或主宰台灣，再度淪為被剝削對象的島上住民，乃漸漸滋生「命運共同體」的自主意識。最近半世紀反抗極權的政治運動，更把台灣推上舉世讚頌的東方民主櫥窗，向建立正常的現代國家邁步前進。

然而，大中國沙文主義者對本土政權的歧視與凌虐，卻使世紀伊始全球矚目之政黨輪替，反而讓台灣可能淪為一片焦土。人口與政經地位皆屬弱勢的客家族群，遭受語言霸權文化迫害以及大環境變遷的影響，母語迅速流失，文化命脈薄弱，眼看著就要被融化消滅！

在台灣歷史上，客家人經常勇猛抵禦外侮，表現有口皆碑；在台灣社會上，客家人勤儉樸實、堅毅刻苦的本性，乃是促使台灣向上提升的一股清流。值此客家危急存亡之秋，台灣也處於歷史轉捩的關鍵時刻，我們呼籲客家人攘臂而起，承襲先民硬頸奮鬥的精神，聯合願意「平等待我」的各個族群，立足台灣，放眼世界，為延續文化命脈、為保護先民辛苦建立的家園而共同打拚！

我們欣賞部分有益世道、合乎人性的中華文化，並且早已納為台灣文化的部分內涵，但我們無法接受罔顧人權、專制獨裁的政治枷鎖，反對藉「文化中國」之名行擴張「政治中國」之實！我們和渡台先民一樣，嚮往人間樂土，即使小國寡民，只要活得有夠尊嚴就稱心如意！

我們熱切盼望：愚民幽靈一去不返，族群平等早日實現，民主法治生根發展。基於這個理念，我們將支持致力族群和諧、珍惜多元文化、確實福國利民的政府與政黨。

我們懇切呼籲：停止玉石俱焚的杯葛惡鬥，而以週延可行的政策訴諸全民，共同建設適宜人居的祥和社會，早日抗衡中國廉價勞工造成的磁吸效應，確保西太平洋的民主燈塔！

我們謹此祈請朝野：正視台灣作為多元族群融合之獨立國家的事實，在多元文化的基礎上，以尊重與理性談論公共事務，放下由於爭奪自身偏狹的單一文化認同霸權所造成的仇恨與敵意，拾回久已丟棄的慈悲與寬容，消除誤會，擴展認同，直到全民凝結為堅強的命運共同體。屆時即可讓組成台灣國家民族圖像的「原住民」、「客家」、「福佬」及「新住民」等四大族群自在公平地享用著多元優美的「台灣文化」，成為水乳交融、共生共榮的「台灣人」，一起為制憲、正名、進入聯合國並肩奮鬥！

當此風起雲湧、變幻無常的時代，我們還是信心滿滿，因為客家人是久受肯定的世界優秀民系之一。我們無法容忍客家快速式微的困境，無法坐視台灣不斷沉淪的危機，今後誓以今天成立的「台灣客家社」為基礎，團結客家老中青，邁開大步向前走，不只為台灣社會，更為亞洲甚至地球村的福祉而努力不懈！（2007.01.27）

歐洲台灣協會聯合會聲明 譴責立法院的「執政黨」—國民黨

歐洲台灣協會聯合會會長 何章獻

2007年1月21日

歐洲台灣協會聯合會對立法院首度在預算會期怠忽職守，沒有通過「中央政府總預算案」，表示嚴重的抗議：此種浪費民脂民膏，辜負選民託付的行為，著實讓人痛心激憤；馬英九主席所領導的中國國民黨，爲了黨派私利，罔顧國家利益，置人民福祉於不顧，更令人不齒！

國民黨做爲立法院的多數聯盟主導者，繼通過違憲的NCC後，在會期的最後一天，以綁架法案方式，將高度爭議性的《中選會組織法草案》列入第一案。此案意圖以「政黨比例制」來侵犯行政權，不僅已違背權力分立之憲政原則，且早爲大法官會議所明示爲公然「違憲」。而爲了確保不義取得的黨產，國民黨竟再度企圖透過政黨比例制掌控中選會，公然侵犯人民的創制複決權，阻止人民對重大議題行使公投！

同樣令人憂心的，也是由國民黨團主導，排在優先順序第二的「眷改條例」。此案僅嘉惠特定少數人，實屬「歧視性法案」，不但歧視了農工商等不同行業，更因耗費鉅資，將不可避免地排擠其他公眾事務的預算。試問，這個嘉惠特定少數的錢坑法案，被列在第二案，相較之下，遠遠優先於全國《中央政府總預算案》「第二十八案」，其惡意與要脅性要如何能夠自圓其說？

我們驚訝失望地發現：擁有席位優勢的國民黨，刻意違反常理，罔顧「必要」與「急迫」，以政黨的私益與特定階級的分肥爲優先，毫不掩飾其惡意與貪婪。再繼之以蠻橫、粗暴之方式，意圖強行闖關，不惜露出猙獰、霸道的嘴臉，更是令人厭惡。而事後毫無反省，叫囂民眾善忘，其欺凌民意的傲慢之勢，不但舉國憤恨，更令有識者唾棄！歐洲台灣聯合會對此行徑，在此亦同感寒心，表示強烈之譴責！

民主自由社會中的政黨政治，爭議固不可免，然而，透過對爭議的討論，以公益爲本，基於重大性、必要性、與急迫性，來加以考慮，逐步完成協商，使公眾利益得以實踐。若爲了政黨之私與少數政客的利益，不惜犧牲國家運作與全民福祉，則不但有悖民主政治之精神，更有違國民之期待。對於此次立院荒腔走板之行徑，我們看到政黨私益的貪婪與國會優勢權力的傲慢。歐洲台灣協會聯合會不但予以譴責，更要呼籲全民：淘汰這些輕忽民意與背離選民付託的政治人物，以維全民之利益與社會之公義！

賀高達宏大作：唱歌有奇效 李雪紋

Dear David,

You explained the benefits, the beauties, and the discipline of singing much better than we professional vocalists could.

Thank you for reminding me of how blessed I am to be in this very enjoyable (but demanding) and healthy profession.

Keep up your good singing!

Helen

唱歌有著不可思議的神奇效用 高達宏

雖然年過半百卻覺得自己很年輕，思路也很快，我一直以爲這是因爲我常運動的關係，後來看到了一篇有關用唱歌來治療自閉症和老年痴呆症的報導之後，我就特別注意唱歌對人有什麼好處，並且將資料收集起來，結果發現，唱歌竟然可以防老健身，緩和情緒，而我就是一個喜歡唱歌的人，難怪歲月的侵蝕比較緩慢。

唱一首歌的時候，需要動員的精神、神經和肌肉不少。要記住歌詞，要抓住旋律（高低音感），要跟對節奏（節拍速度），這三樣使腦神經必需大量動員，才能協調得好，才能唱出來（不管唱得對不對）。

所以需要訓練，經由不斷的練習，反覆的改正錯誤，才能記住歌詞，抓住旋律，跟對節奏，將歌唱好。因此對於防止腦力退化有相當的幫助。

而唱歌又是一種「外放」的行為，就是將聲音發出，別人會聽到，所以能夠解除自閉。因此，唱歌可以讓人更開朗、更自信、更協調。何況在卡拉OK盛行的現在，唱歌也是一種很好的社交工具，自娛娛人，可以很快的和大家打成一片。心理學家說，唱歌可以舒緩心情，削減鬱抑，其來有自。較誇張的說法是可以「發洩」情緒。

其次，在唱歌的時候，發聲的器官包括聲帶、舌頭、嘴唇，臉部、頸部肌肉、肺部、腹部都會同時用力，雖然運動量不大，但是，常常唱歌，長時間的長期累積下來，其實相當可觀。所以常唱歌的人，說話有力量，面部表情豐富，讓人感覺有活力，容易接近。

此外，以氣功練習的角度來看，唱歌簡直就是在練習呼吸吐納的氣功。唱歌的時候，初學者以胸部來呼吸，然後爲了延長聲音，就不得不用上腹部，尤其是在延長得

讓人幾乎「斷氣」的時候，更是讓人不得不做出最深最大的呼吸。

不論是用胸部還是腹部，大量的呼吸，用力的呼吸，都可以帶動身體內部的循環系統。隨著大量氧氣的進出，身體各部分都能得到充分的氧氣，讓之因而活絡起來。所以唱一、二首歌，等於是做了一場氣功運動。

這些較強較深的呼吸，可以讓內臟充滿生機，而且，還可以讓膀胱有力，降低尿意，老年人上廁所的次數明顯

減少，而且上廁所的時候不會「點點滴滴」。有些研究指出，唱歌或許對於攝護腺腫大也有延緩的作用。

最近有一位喜歡唱歌的女士說，唱歌的時候由於大量氣體進出口腔、肺部、腹部，使得口腔、體內的臭味得以逼出，對於減輕、消除口臭有相當的效用。可見唱歌的好處真的不少。所以我們應該常常唱歌。

不過有一點要注意的是，不要在三更半夜的時候唱，不要在別人的耳邊唱，那會讓人受不了。



Sherry Hsiao

蕭淑女 REALTOR®

Cell: 678.677.1298

Office: 678.578.2700

Fax: 678.578.2710

E-mail: sherryhsiao@kw.com



KELLER WILLIAMS

R E A L T Y

Chattahoochee North

3930 East Jones Bridge Rd., Suite 100
Norcross, GA 30092

MLS



Each Keller Williams office is independently owned & operated.

加加 TRAVEL PLUS AGENCY, LTD.

旅行社

5364 NEW PEACHTREE RD., CHAMBLEE, GA 30341

——中國城斜對面——

TEL: (770)457-3838 FAX: (770)457-5978

外州免費電話: 1-800-875-9988

**價格誠實、合理
服務親切、週詳**

A120493

- ★全部電腦作業
- ★代理國內外各航空公司
- ★代辦簽證及回美證
- ★代訂旅館、機場租車
- ★安排參加東、西岸及夏威夷觀光團
- 通國、台、粵、英、越、泰、寮語**

TAIWANESE SCHOOL OF ATLANTA

台美學校

**3644 Chamblee Tucker Rd. Suite F
Chamblee, GA 30341**

TEL: 770-938-0035

Directions : from EAST is to take 285W, exit at Chamblee Tucker Rd., turn right at the light, turn left at second traffic light which is the intersection of Henderson Mill Rd and Chamblee Tucker Rd.



陳英偉眼科

CHEN EYE CENTER

Dr. Willie YW Chen MD

(Board Certified Ophthalmologist)

診
治
項
目

精通各種近遠視及散光手術 (LASIK), 白內障, 青光眼, 雷射去斑, 雷射脫毛, 雷射去皺, Botox Injection, 斜弱視診治, 眼科針灸, 及其他眼疾治療。

Tel : 770-448-5587 Fax : 770-448-4086

附設眼鏡及隱形眼鏡部門, 精通國、台、西、三、交通: Local Bus 10 號車停診所門口

Norcross Office: 5720 Buford Hwy, Suite 205
Norcross, GA 30071

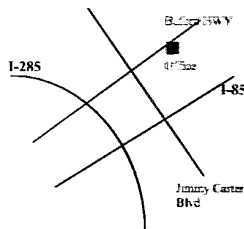
診治時間

週一至五 9:00AM -5:30PM.

週六 9:00AM -1:00PM

(Appointment Only)

接受大多數保險



房地產買賣銷售

住宅、商業、土地、投資

Chung Ho

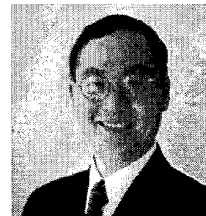
何重財

手機 : 678-591-3743

傳真 : 678-344-6568

e-mail:

chungho@comcast.net



Special Program

- HUD / Bank 拍賣 - 自宅或投資
- 上班族的投資工具 - 1031 Exchange (Capital Gain / Tax Deferred)

Trent Realty, Inc

連嘉煌

Peter C. Lien

770-595-8863

AMERITAS
FINANCIAL SERVICES



Products & Services:

- Mutual Funds*
- Educational Fundings 529
- Fixed & Variable* Annuities
- 401(k), 403(b)
- IRA, ROTH IRA
- SEP IRA, SIMPLE IRA
- KEOGH, PENSION PLANS
- Life & Health Insurance
- Term Life
- Whole Life
- Universal Life, Variable Life*
- Variable Universal Life*
- Estate Planning
- Trust Services

Provide tax-advantaged insurance and financial products from many different companies.

*Registered Representative: Securities offered through Ameritas Investment Corp., Member NASD and SIPC

5900 O Street, Lincoln, NE 68510-2234, (402)466-4565

讓我來幫助您 滿足您的保險需求

汽車 · 房屋 · 人壽 · 餐館 · 退休金

優質產品與服務---

由一間您所熟悉的公司提供。

請來我的辦事處或電話洽談

郝慰國

Steven Hao MBA

電話: 770-416-0840

傳真: 770-416-0850

5672 PEACHTREE PKWY., SUITE G,
NORCROSS (ATLANTA), GA 30092

週一至週五 9AM - 6PM, 週六 9AM - 1PM



Allstate.

You're in good hands.

www.allstate.com

©2000 Allstate Insurance Company, Allstate Indemnity Company,
Allstate Life Insurance Company, Northbrook, Illinois.



亞特蘭大台語長老教會

Atlanta Taiwanese Presbyterian Church

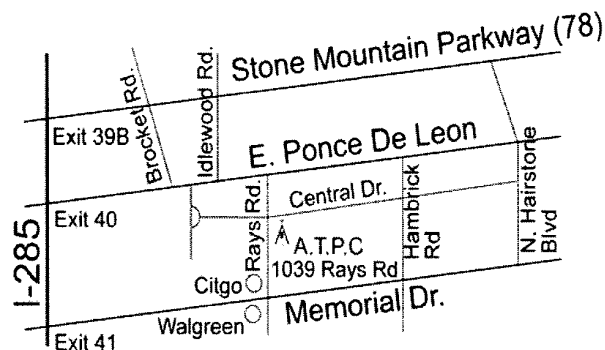
地址: 1039 Rays Road, Stone Mountain GA 30083

電話: (404) 297-0665 (Office) (404) 297-6656 (Fellowship Hall)

主日崇拜 禮拜日 上午 11:15 查經聚會 禮拜三 下午 7:30

主日學 (成人) 禮拜日 上午 9:45 YOUTH聚會 禮拜日 上午 10:00

(兒童) 禮拜日 上午 11:00



宏城置業

Help-U-Sell

Full service. Big savings.
The experts next door...



革命性的房產銷售服務

- 由本公司網站可搜尋MLS的所有房屋
- 用我們獨家的行銷方式給您的房屋最高的曝光率及最快的速度找到買主
- 幫您賣房祇需\$3,950起, 幫您省下\$\$\$



Andy 葉
手機: (678) 548-1099

聰明的買主
佣金回饋計劃
將為您省下
很多錢

	傳統 6%	Help-U-Sell
房價	\$250,000	\$250,000
佣金	-\$ 15,000	-\$ 3,950
淨值	=\$235,000	=\$246,050

讓您節省下 \$11,050

* 固定費用按房產情形有所調整

Office: (678) 509-8100

www.HusMetroProperties.com

Duluth Office: 3780 Old Norcross Rd., Suite 305, Duluth, GA 30096

生日
婚禮
果籃

錦繡花坊

A Blooming Earth Florist

青樹
藝花
花籃



池坊涼花藝名師

黃淑蕙

Sophie Huang

駐店服務

www.1800221flowers.com

TEL: (404)321-4409

FAX: (404)321-4486

1-800-221-FLOWER(3569)

2403 Lawrenceville Hwy., Decatur, GA 30033

五大洲際國際送花服務

AFS FTD TELEFLORA FLORAFAX CARIK

特備台灣送花服務

About 1 Mile
Inside Perimeter
第三個紅綠燈左手邊

Lawrenceville
Hwy

Exit 38

I-285

錦繡花坊



國際銀行

Global Commerce Bank

Best Service

Member
FDIC

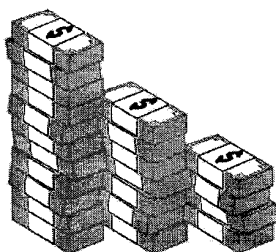


5150 Buford Hwy., Suite B-130, Doraville, GA 30340

營業時間：電話 (770) 457-5858 傳真 (770) 457-1410

週一至四：上午九時至下午四時／週五：上午九時至下午五時／週六、日：上午十時至下午二時

服 務 項 目



活期定期存款

一般消費貸款

中小企業貸款

國際貿易業務

進出口信用狀

中小企業進出口融資

針對您的需要，每週七日營業，服務人員精通各種語言。



GRAND OPENING!!!

J's Beverage Depot

(New Owners)

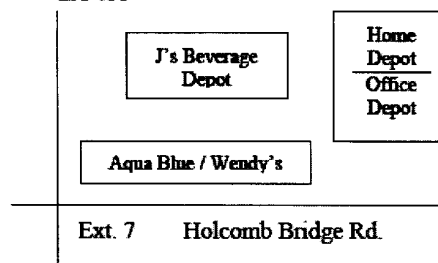
- 10,000 ft² of liquor, beer, and wine!
- Large selection and low prices!
- Grand opening specials!

Bud Light (24 pk-cans) -- \$15.99
 Miller Lite (24 pk-cans) -- \$15.99
 Ravenswood (750ml) -- \$7.99
 McManis (750ml) -- \$8.99
 Toasted Head (750ml) -- \$8.99
 Kendall Jackson Chardonnay (750ml) -- \$10.99
 Smirnoff Vodka (1.75L) -- \$17.99
 Bacardi Rum (1.75L) -- \$18.99

Just a sampling of the grand opening specials you will find at J's Beverage Depot!

Prices valid through 2/28/07

GA 400



(1/2 mile east of GA 400 on Holcomb Bridge Rd., past Old Alabama Rd.)
 1570 Holcomb Bridge Rd., Suite 610
 Roswell, GA 30076
 (770) 552-6680
www.jsbeveragedepot.com
 Hours: Mon-Thurs 10-10; Fri-Sat 10-11

阿展仔 e 新酒店開幕了!
 歡迎鄉親來奉茶及交陪.