B2 走進奧運 – 劉歡再圓“主題歌夢想”；北京特色商業街喜迎四海賓客
B3 商海縱橫 – 點燃北京奧運開幕式主火炬的人 一代體操王子—李寧
B4 專題報道 – 奧運連接 你和我 北京奧運會主題歌《你和我》歌詞

風從東方來

南加州在迎接北京奧運之際勁吹中華文化風

【本報記者王迴、鐘大偉洛杉磯報導】在迎接北京奧運的日子裏，南加州的華僑華人相繼舉辦豐富多彩的活動，以各種方式表達他們對北京奧運的深情祝福，同時也以空前的熱情在這片多族裔集聚的熱土傳播中華文化。

“學術超女”于丹親密解讀中國國學文化

國學於丹在僑報大廳發表演講

7月31日在洛杉磯加大，8月2日在僑報大樓，紅遍中國大陸的“學術超女”于丹教授兩度開講，慕名而來的聽衆擠滿了現場。善於表達與溝通的于丹不負衆望，以其特有的“親密解讀”方式，深入淺出地把深奧的中國國學精髓傳遞給熱愛中華文化的當地民衆。

于丹是中國北京師範大學藝術與傳媒學院副院長、教授及博士生導師，此次是受中國海外交流協會、美國僑報及洛杉磯加大孔子學院的邀請，在美國進行巡迴演講。這次演講活動主題爲“中國文化的生命體驗”，主要是與聽衆分享交流對中國文化的生命體驗。她表示，自己不注重知識的介紹，而是要還原生命，理解孔子的態度，並以此改變自己的生活態度，從而在喧囂紅塵中，找尋一份安詳、寧靜、幸福與滿足。

國為國場內標滿而在場外“搶位”的盛況

從7月底到8月初，于丹從紐約到波士頓，從西雅圖到舊金山、洛杉磯，在所到之處都得到海外華人的共鳴。對於中國文化在海外的傳播前景，于丹說，“文化就是與現實生活相結合，在日常中遵守古代文化的規則，我們需要借鑒古人的態度，做到自省自修。”

談到北京奧運，于丹認爲，奧運會對於中國來說不是一個終點，而是一個國際新紀元的起點。她說，“我們應該關注的，是後奧運時代的中國將何去何從？”

“太極文化風”掀起歡慶奧運的熱潮

8月2日，首屆國際太極文化節在惠提爾公

國為華人齊練太極拳

園舉行，從下午3點開始安排了遊園、中西娛樂表演、氣功師表演及中西醫師的義診，華洋

雲雲大使（右）談話

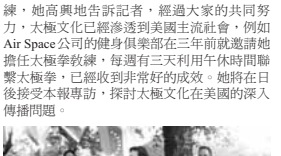
明星紛紛登臺獻藝。在活動現場展出的“迎奧運神州風采圖片展”也吸引了相當多的觀衆，大型奧運慶典活動的節目更是豐富多彩，百人腰鼓、千人大合唱、太極精英和武術高手們的輪番表演更是讓人目不暇接。

孫安光會長帶領華人練習太極拳

國際太極文化交流協會會長孫安光帶領數百太極拳愛好者進行二十四式太極表演，場面頗爲壯觀。孫安光表示，舉辦太極文化節大型活動是爲了讓更多各個族裔的朋友瞭解太極拳，同時也爲了表達南加華人迎接北京奧運的喜悅心情。他希望在此基礎上總結經驗，在將來舉辦更多的文化交流活動，讓中國太極拳在美國家喻戶曉，讓更多的人受益於這一神奇的防身術及養身術，並在主流社會擴大太極文化的影響力。

國為華人齊練太極拳

具有“中華武術百傑”和“太極女皇”之稱的蘇自芳表演了精彩的太極劍，贏得全場的陣陣喝彩。蘇自芳曾獲全運會及亞運會太極拳及八卦掌冠軍，也擔任過新加坡國家武術隊主教練，她高興地告訴記者，經過大家的共同努力，太極文化已經滲透到美國主流社會，例如Air Space公司的健身俱樂部在三年前就邀請她擔任太極拳教練，每週有三天利用午休時間聯繫太極拳，已經收到非常好的成效。她將在日後接受本報專訪，探討太極文化在美國的深入傳播問題。


國為移眞珠教練與洋弟子演示太極拳

中國駐洛杉磯領事館總領事張雲大使、文化參贊陳懷之以及南加州多位民選官員出席此次活動，並向孫安光等大會組織者頒發鼓勵狀。張雲大使表示，北京奧運會既是中國的，更是世界的，希望通過北京奧運會、通過此次太極文化節，讓更多人瞭解中華文化，傳播中華文化。

作爲南加州歷史上最大的太極文化交流活動，首屆國際太極文化節吸引衆多媒體的關注，包括美國國家電視台（NBC），而上海電視臺著名主持人葉慧賢葉也帶領攝製組專程遠道而來錄製實況，他向記者表示，參與此次活動的美國上海人聯誼會提供了全程的支持和幫助，他一定要把最好的畫面帶回上海，讓國內觀衆感受洛杉磯華人的熱情。

校園民謠引人追憶純真年代的青春文化

8月3日晚上，來自中國具代表性的校園民謠歌手老狼、水木年華、葉蓓以及特邀嘉賓高曉松，在聖蓋博市立劇院聯袂上演“校園民謠之夜”，吸引衆多來自海峽兩岸的移民一起追憶純眞年代的青春文化。

老狼是中國校園民謠的領軍人物，曾榮獲1997年度Channel（V）中文TOP20榜中榜特別推薦男歌手獎。他在演唱會上一口氣演唱了《同桌的你》、《睡在我上鋪的兄弟》、《戀戀風塵》、《北京的冬天》等七首膾炙人口的校園民謠，受到場下新老知音的熱烈反響。

音樂學院科班出身的葉蓓唱功精湛，她傾情演繹的《B小調雨後》、《白衣飄飄的年代》、《蒲公英》、《花兒》等歌曲，將當年校園青春文化的美麗場景重新拉回到聽衆的身邊。

從左至右：高曉松、葉蓓、老狼

已經定居洛杉磯的歌壇才子高曉松首次在第二故鄉登臺亮相，他表示自己很高興能和昔日老友同台飆歌。風趣幽默的高曉松也相當謙虛，他認爲校園民歌所影響的只是一小部分人，而且當年是校園的精英青年引領潮流，如今社會更加繁榮，校園民歌就不會顯得那麼特別了，但是他還是珍惜通過民歌創作給自己和同齡人留下的美好回憶。目前高曉松正在與好萊塢籌拍大片，他將以導演的身份參與更高層次的中外文化交流。

高曉松對於同樣來自清華大學的流行樂壇奇才盧庚戌和繆傑給予厚望，這兩位青年歌手組成的水木年華演唱組極具人文實力，曾獲得中國歌曲排行榜、全球華語音樂榜中榜、MUSIC RADIO等排行榜的“最受歡迎組合和最佳組合樂隊”獎。該演唱組的2006年專輯《生命狂想曲》獲得CCTV-MTV音樂盛典最佳專輯。這兩位英文很棒的青年歌手也將在中國流行音樂國際化之路上留下自己的足跡。

從左至右：葉蓓、繆傑、老狼、高曉松、盧庚戌

洛僑領分享京奧之喜

【本報特派記者金立多天津攝影報道】8月5日，天津市政府僑務辦公室主任哈文龍在市政府大廳歡迎美國洛杉磯代表團出席北京奧運開幕式一行，並設午宴招待。中國海外僑聯顧問、洛杉磯著名僑領陳軍向記者表示，中國國家僑辦對海外華僑出席北京奧運會開幕式的工作極爲重視，此次有近200位海外華僑華人受到邀請，體現了中國政府和人民對海外僑胞的特殊關愛，也是值得海外僑胞應該珍惜的崇高榮譽。

左二 陳軍 奮鬥終文化

作爲全球華人迎奧運組織委員會主任，陳軍在回首迎接奧運的日子時感慨萬千，他表示終身難忘洛杉磯廣大華人華僑的參與和支持，特別是在迎奧運倒計時一週年和一百天的盛大慶典晚會上，在舊金山奧運火炬傳遞活動中，以及在抗議CNN卡弗蒂辱華言論的示威活動中，都顯示了海外華人的熱情和團結。

陳軍說，“北京成功舉辦奧運眞的是來之不易，在中國南方發生雪災和四川發生大地震之時，我們都爲中國政府捏了一把汗，我們也盡力組織海外華人華僑參與賑災，現在風雨過去，又見彩虹，我們能夠終於與北京一起分享百年奧運夢想成眞的喜悅。”

一點通疼痛治療中心
新張推出特色便捷服務

【本報記者威廉阿罕布拉市報道】具有十幾年的專業經驗的推拿師張子明日前在阿罕布拉市開設“一點通”疼痛治療中心，並且除了傳統的推拿治療以外，還推出頗具特色的附加服務，包括“耳燭”排毒、火龍減肥和磁療健身等。

來自山東青島的張子明介紹說，自己很早以前在家鄉學到了推拿技術，並且一直從事這個行業，2004年到美國以後繼續發揮專長，但主要是提供上門，目前在Newport Beach，Santa Monica，Hollywood等高級社區擁有大量的固定客戶。爲了向華裔社區的同胞提供質優價廉的便捷服務，所以在阿市開設了這家疼痛治療中心。

張子明表示，疼痛往往也是亞健康的一種表現，也可能是患病（頸椎病、腰椎病等）的前期表現。很多人由於受風寒、潮濕、勞累困繞，都會或多或少造成軟組織早期不同程度的損害，有的人因經濟條件和工作原因，一直挺著不就醫，等挺不住的時候再看醫生往往已發展到嚴重程度。因此儘早借助推拿技術及輔助儀器治療疼痛是最好的選擇。

張子明還向記者演示了“耳燭”排毒、火龍減肥和磁療健身等新式治療服務，其中“耳燭”排毒不僅可以排毒減壓、改善氣色，還可緩解頭痛、過敏、鼻炎、失眠、眩暈等症狀。該治療中心新張期間將以特優價格給當地民衆提供這些特色便捷服務。

法界情．翰墨緣
書畫作品在蒙市展出

【本報訊】8月2日至10日，南京毗盧寺方丈傳義大和尙“法界情，翰墨緣”書畫作品美國展在蒙特利公園市長青書局舉行，成爲近年來首位在美國舉行書畫展的在任方丈。作品展由美國江蘇經貿文化聯合會、“中國佛教藝術”主辦，共有69幅參展作品，在展

出同時進行義賣，而所得款項將用於救助汶川地震災民。

傳義大和尙表示，可以在國內外舉行這項作品展非常他感到十分高興，也十分感謝各界人士給予的支持和肯定。

畫展開幕當天，加州物稅局委員會主席趙美心、中國駐洛杉磯總領館文化參贊陳懷之等多位嘉賓親臨現場祝賀。陳懷之表示，這不只是一般的文化交流，而是佛教界對外的交流。更難得的是傳義大和尙慈悲爲懷，將義賣所得捐助地震災黎。他希望佛教界不斷擴大，與外國宗教機構和組織進行更多交流，促進雙方聯誼，爲建設和諧世界作出貢獻。

愛基會舉辦愛心計畫夏令營

【本報訊】美國愛心第二春文教基金會（Renewal Foundation，簡稱“愛基會”）洛杉磯分會於8日至10日舉辦第三屆全球愛心計畫夏令營。

這是一項針對美國青少年財務管理的訓練課程（Money Management Camp），招收50名9年級至12年級青少年學生。

“愛基會”特別聘請非盈利機構Creative Wealth International專精訓練年輕人財務規劃教育講座的訓練師，在爲期三天的訓練課程裏，傳授職業生涯規劃、預算與財富管理、建立投資基本觀念等。

“愛基會”美國西岸負責人邱灌君表示，由於一般年輕人在學校接受的都是學科教育，對於金錢的基本概念十分薄弱，尤其在父母的保護和寵愛下，甚至會產生錯誤的金錢觀念。因此該會希望藉此短期的訓練課程，能幫助青少年建立正確的金錢概念、消費的價值觀，以及獲得財務管理的知識和能力。

據介紹，“全球愛心計劃”（GCP）是由“愛基會”於2006年創設，當年由長春藤學校24位大學生利用暑假前往中國教導學童英文，去年則有50位高中生與四位大學生響應。今年由於北京奧運期間機票昂貴，故於本地舉辦不同型態而別具意義的夏令營。

此次活動時間爲上午9時至下午5時，地點:Delight A Private Club, 13788 RoswellAve. #168, Chino, CA 91710，詳情可電909-576-8514，網址:gcp-china.org。

奚定一中醫師與您談健康

痺症的中醫辨證論治

風、寒、濕三者合而爲痺也。閉阻經絡氣血運行不暢所導致的，以肌肉、筋骨、關節發生酸痛、麻木、重著、伸屈不利，甚則關節腫大灼熱等例均爲痺症。書雲：“其風氣勝者爲行痺，寒氣勝者爲痛痺，濕氣勝者爲著痺”更有風熱內蘊而成熱痺也。

痺症原因主要是正氣不足，感受風寒濕熱所致，內因是痺症發生的基礎，素體虛弱，正氣不足，腠理不密、衛外不固是引起痺症的內在因素。

一．風寒濕痺：

1.行痺—肢體關節酸痛、遊走不定、關節屈伸不利或見惡風發熱、苔薄白、脈浮。治法：祛風通絡、散寒除濕。方藥：防風湯、桂枝芍藥知母湯加減。

2.痛痺—肢體關節疼痛較劇，痛有定處、得熱痛減、遇寒痛增、關節不可伸屈，局部皮色不紅腫之不熱，苔薄白、脈弦緊。治法：溫經散寒、祛風除濕。方藥：烏頭湯、烏附麻辛桂薑湯加減。

3.著痺—肢體關節著重酸痛、有腫脹、痛有定處、手足沉重、活動不便、肌膚麻木不仁、苔白膩、脈濡緩。治法：除濕通絡、祛風散寒。方藥：薏苡仁湯、鐲(益蜀 合併爲一個字，須造字)痺湯加減。

二．風濕熱痺：

關節疼痛，局部灼熱紅腫，得冷稍舒、痛不可觸，可病及一個或多個關節，多兼有發熱、惡風、口渴、煩悶不安等全身症狀，苔黃燥、脈滑數。治法：清熱通絡、祛風除濕。方藥：白虎桂枝湯、宜痺湯、犀角散、桃紅飲加減。

痺症日久，除風寒濕邪閉阻經絡關節的症狀外，還常出現氣血不足及肝腎虧虛的症狀，此時應祛邪扶正、攻補兼施，在祛風散寒除濕同時，加補益氣血、滋養肝腎之製品，可選用獨活寄生湯，痺久內捨於心，症見心悸、短氣動則尤甚、面色少華、舌質淡、脈虛數或結代者，治宜益氣養心、溫陽復脈，用炙甘草湯加減。

在痺症治療中，風寒濕痺的疼痛劇烈者，常用到附子川烏等祛風除濕、溫經止痛的藥物。應用這些藥物時，劑量由小量開始逐漸增加，久煎或與甘草同煎可緩解其毒性。患者服藥後有唇舌發麻、手足麻木、嗜心、心慌、脈遲等中毒症狀時，應酌情減輕劑量，或立即停藥並及時採取解救措施，對於痺症之痛程較久的抽掣疼痛、肢體痙攣者，常配伍地龍、全蠍、蜈蚣、穿山甲、白花蛇、烏梢蛇、露蜂房等，具有通絡止痛、祛風除濕作用的蟲類藥物。這些藥物大多性偏辛溫作用較猛，也有一定毒性，故用量不可過大，不宜久服，中病即止。其中蠍、蜈蚣二味可研末吞服，既可節省用量又能提高療效。痺症的癒後難爲良好，但病情纏綿，且感受外邪後易引起復發，病久痰瘀痺阻，出現關節畸形以及內舍臟腑引起心痺者，則不易恢復，癒後較差，醫家切切愼重小心爲之。