

## 野营留影



### 编者的话

度过了漫长的冬季和姗姗来迟的春天，过了六月，Spokane 的大地终于百花齐放，姹紫嫣红。华人协会自春节联欢后，又举办了端午节包粽子学习班和 Medica Lake 的野餐聚会。新旧旧友相聚一堂，喜气洋洋。请看现场的照片和故事。



## 粽牵中美跨国缘-----

### 记 2012 年 SPOKANE 端午节

我的妹妹宫江清（左上图）是美国斯波坎市的华人协会秘书长，她筹备组织了今年六月的端午节活动。节日期间，我正好从中国来到波斯坎出席学术会议，有幸参加了这次活动，见证了海外华人对中国传统文化的热爱。



右二：  
赵素梅



刘君正在示范包粽子

端午节在 6 月 23 日，头一天晚上，几位组织者分头准备。宫江清总策划，并且浸泡糯米。刘君女士负责包肉粽，她用盐与香料腌制了猪肉。赵素梅负责甜粽，泡好了红豆与红枣。下班后，我与妹妹开车来到了斯波坎华人文化馆，开始了“自己动手包粽子”学习活动。说实话，我在中国度过了无数的端午节，从来都是吃粽子，没有包过粽子。这个创意很精彩，是我妹妹想出来的。

宫江清秘书长从屈原投江的故事，讲到了当代端午节的意义。刘君女士与赵素梅女士现场讲解并示范了包粽子的方法。取一张细长绿色的竹叶，对折后形成一个漏斗，将糯米红豆垫底，又将一大块猪肉放入，外面再盖上糯米红枣。左手托着并向中间挤压，右手将竹叶复盖上去，盖得要严实，形成三个角，最后用细绳子紧紧地捆住，就成功了。

我与大家一起现场学习，可是三五次都没有成功。主要是包裹不严，总是漏米。我请教了刘老师，她手把手地教我。我又请教了妹妹，她向我演示了一步一步的手法，我终于包出了一个标准合格的粽子。太高兴了，今后回国过端午节，我一定要组织家庭包粽子，这样过端午节更有意义。

这次活动的参与者，大约有 20-30 人之多。有大学的社会学教授平苹与他的儿子，有华人作家融融，有公司技术人员仲先生与他的夫人孩子。特别引起我注意的，是来了好些中美跨国婚恋的情侣。50 岁左右的李娜开车来了，风风火火的。她嫁了一个美国老公捷瑞先生，一下车她就拉着我说话不停。她来自南宁，曾经是广西壮族自治区篮球队的专业运动员。个子太过高大与壮实，离婚十多年一直没有遇到合适的男友。她一句英语不会讲，但是借助网上翻译器，却与美国人在网上谈恋爱。美国人到南宁与她见面，虽然只能借助辞典表达，但两个人却深深相爱。2011 年，李娜带着漂亮的女儿来到了斯波坎，女儿上社区大学，李娜自己学习英语。斯波坎的华人很少，她很孤独，华人协会是她的娘家，只要有活动就积极参加，见到华人，能说华语就特别开心。她对我说：“你看，我一到这里，就赶紧抓住一个华人说汉语，不说汉语憋得慌。你就是我抓住的第一个华人。”

许多参与者向我称赞妹妹宫江清，他们说，斯波坎的华人一向各过各的生活，没有组织。自从宫江清 10 年前来到斯波坎之后，才建立了华人协会。她多年来担任华协主席，在春节举办歌舞晚会，在周末举办文化讲座，每逢华人节日都有创意活动。更重要的是，美国有些城市的华人分帮分派，勾心斗角，而斯波坎的华人非常团结，中国大陆、台湾、香港与美国本土的华人融合成一家人，大家都归功于宫江清的个人魅力。

宫江清来自中国武汉，在加拿大与美国生活了近 30 年，目前在斯波坎社区大学多元文化办公室工作。她牺牲自己的休息时间，在没有任何经费来源的情况下，做了大量的公益性的华人工作。她热爱中国，也热爱美国，为传承中国传统文化，为发展中美民间的友谊与爱情，奉献了自己的青春与热情。

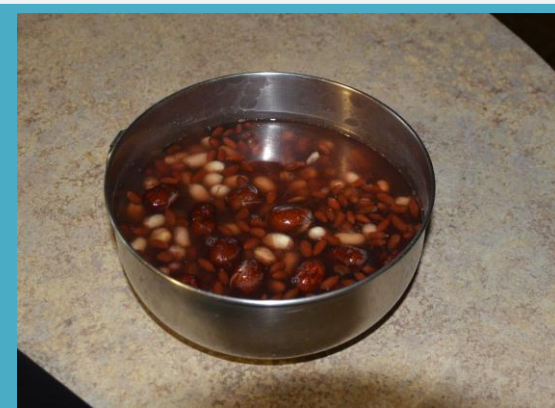
两个小时好似瞬间即逝，每个人都手拿一串粽子，在喜悦与欢笑中踏上了归途。明天是端午节，斯波坎的华人们，也包括她们中间的一些跨国情侣，将会一起品尝绿粽。

（作者：宫哲兵 武汉大学教授）

## 健康杂粮粽的试验

年年端午节，处处粽子香。我不敢吃粽子，一是因为糯米不易消化，留在胃里常常犯酸。二是为了健康，怕糖分太高。我连大米饭都戒了，一年四季吃杂粮，最多喝点菜粥。怎么还敢吃粽子呢？何况自己不会包，每年端午节，只能闻一下空气中的粽叶香，也就算过节了。

右图：浸泡杂粮



今年端午节，斯波坎华人社区组织包粽子学习班，谁包的粽子谁带回家，不过，要经过老师检验，不让露馅的粽子出门。我去凑热闹，华人洋人济济一堂。两个长桌子上，一排大锅，都是浸泡后的粽子材料：粽叶，糯米，带皮猪肉，红枣，赤豆，等等。两个老师一个一个地做示范，手把手地教。我混在人群中，依样画葫芦，几次实践，竟然学会了，老师让我把粽子带回家。这些粽子有甜有咸，带回家也是送人的，因为我们基本不吃米饭。

回到家，我煮了四颗，九十分钟后，取出一个小的，一切为二，和丈夫分享。没想到，那个香啊，粽香，肉香，调料香，还有糯米香，阵阵扑鼻，吃得我们欲罢不能。不过，我竭力克制，对丈夫说，明天再吃。第二天，只给他一颗，我吃芋艿。

晚上睡在床上，心里很不舒畅。想不通为什么好吃的食品都不健康？想来想去，既然学会了包粽子，何不尝试健康粽？糯米，糯米，对不起，首先向你开刀。请来花生，红枣，赤豆，枸杞子，怎么样？我们把这些材料都泡在水里（照片），用黑糯米代替白糯米，加了同量的黄糙米。到了晚上，我就着手包粽子。煮九十分钟，杂粮粽子成功啦！

### 材料：

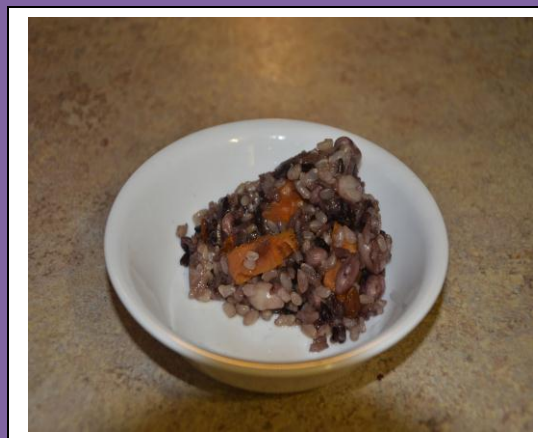
花生，赤豆，黑糯米，黄糙米，等量，各四分之一。  
红枣，每颗粽子加两粒。红蕃薯（切小块，代替豆沙），每颗粽子加两块。枸杞子一小匙。

### 注意事项：

包粽子时，把红枣和蕃薯放在中心。

吃杂粮粽子的时候不用加糖，因为红枣和蕃薯都是甜的。关于肉粽，我建议用小排骨代替猪肉，或者用浸泡后的虾干和鱼干等海鲜代替猪肉。减一半糯米，另一半用黄豆代替，建议大家来尝试。

（作者：融融，美国《星岛日报》专栏作家）



**简讯：**Spokane 的跨国婚姻俱乐部（Half & Half Club）成立以来，每月举办一次活动，已经办了十次。这个松散的团体以 POTLUCK 的形式，每次在一个成员的家里聚会，讨论东西文化的冲突和融合，如何学习异国的风俗，又保持华人的传统。俱乐部里有结婚三十多年，依旧保持亲密关系的夫妇，也有不少刚从中国大陆嫁过来的新娘，有的英文都听不懂。与在美国生活了以后再结婚的夫妻相比，这些新娘的困难更多，内心的挣扎也更加剧烈。有一对夫妇不到一年已经离婚。但是，也有语言不通，却心心相印的夫妻，靠爱创造奇迹。目前为止，俱乐部已经为有十多对夫妻录制了他们的婚姻故事。从怎么认识到如何相处，吃中国菜还是吃美国菜？对孩子要不要严格？等等。俱乐部欢迎更多的跨国婚姻夫妇前来参加活动，并讲述他们的故事。作为俱乐部的发起人，作家融融已经撰写了多篇文章，发表在美国的《星岛日报》和大陆福建省的《厦门日报》上。

右图：Junier 和丈夫畅谈他们的婚姻路程。



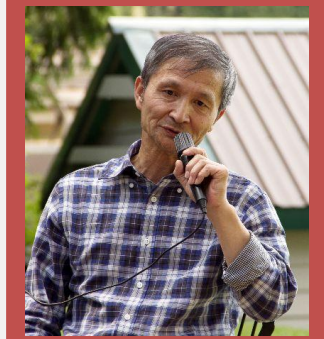
**简讯:** 今年是 Gonzaga 大学自 2009 年以来第四次得到联邦政府的“Startalk”外语计划资助, 暑假为小学, 中学, 高中开办免费中文课, 每天上午九点到下午两点, 包括免费午餐。中学生四个星期, 小学两个星期。这个项目不但向当地的学生教授中文及中国文化, 还给有意从事中文教学的老师提供了学习锻炼的机会, 下图是来自加州伯克莱大学的 Tracy Wang 教授正在培训斯波坎的中文教师。



斯波坎华人教会在朱伟玲和蔡文森的湖边住宅举办美国国庆户外联谊活动, 游泳, 划舟, 游船, 浏览斯波坎第二大湖 LOONLAKE 的风景, 约有五六十人出席。来自 Cheney 的林艺明先生在波光粼粼的湖边给大家讲述了自己患肝癌之后遭遇的灭顶之灾和得到美国少女捐赠的肝脏而得救的另才故事。



下图: 小学班学生准备和表演中文节目: 熊 猫



衷心鸣谢  
杨丽萍, 宫哲兵, 蔡文森等提供生动照片