



澳洲华人专业人士俱乐部 (CPCA) 期刊 (1993 年创刊)

Chinese Professionals Club of Australia (Melbourne)

2020 年 6 月

(第 77 期 增刊)

本期目录

[卷头语]	3
[抗疫生活]	4
《庚子年的抗疫生活》征稿通知	CPCA 理事会 4
会员投票、计票过程和结果	陈小钢 施浩 4
[文字类]	6
疫情面面观	洪党才 6
爱心 MedFamily	庞加研 9
抗疫的日子 - 全球共此凉热	果悦悦 10
[书画类]	14
Beautiful Lagoon	曾一 14
书法作品	张树云 15
山里人家	鲁首年 16
书法作品 (多幅)	许漫江 17
松鹤延年	李连台 19
门前小景	王红 20
[摄影类]	21
阳光下的墨尔本	谢曹玮 21
维妈疫市	张烨 22
摄影作品 (多幅)	史晨霞 23
比一比, 蜘蛛侠	杨建 27
Lockdown, Stay Positive	康诚 29
[图文类]	31
难忘的纪念	潘仁积 31
疫情中的逃逸	赵明 36
猫女宅家记实	李雁鸿 37
美食组宅家生活有滋有味	美食组 (制作: 谭育红) 38

疫情中的一天	陈 波 39
我们是与你们一起战斗的 MedFamily	李飞云 40
[视频类]	41
爱在日落黄昏时 - 墨村晚霞集锦	陈 晨 41
演唱：妹妹你坐船头	张庆原 42
书法习作介绍	李念慈 43
书法习作介绍	黄宇航 44
摄影组特别的五月	摄影组（制作：孙晓洋）45
那些花儿	郑菁菁 46
带口罩的日子	健美组（制作：刘岚）47
投稿规则及编辑部声明（2016 年 6 月更新）	48

[卷头语]

赵明

2020 年初新冠病毒开始在澳洲的各大城市悄悄蔓延，3 月 23 日维州宣布了禁足令。避疫期间正常俱乐部活动无法进行，为活跃会员生活，理事会组织了一个“庚子年的抗疫生活”主题比赛，围绕着“抗疫”这个主题，鼓励会员创作，题材和形式不限，只要是原创就符合参赛条件。

4 月 16 日理事会发出通知之后，陆续收到 27 件会员作品，并根据作品表现形式分为：文字、书画、摄影、图文、和视频共 5 类。投稿截止之后，从 5 月 16 日开始，以一个星期的时间向会员展示作品并同时接受会员投票。

5 月 23 日，理事会利用 Zoom 举办了一个作品欣赏及评选晚会，56 位会员参加了这一网上的盛会。卢清辉主持了当日的晚会，赵明简略播放了所有的投稿作品，夏力戈作为新任 CPCA 理事会主席，借此机会补上了本应在春节晚会上做的向全体会员介绍 2020 年理事会的理事，并做了一个简短的讲话。活动进行之中，会员有一个最后的投票/更新选票的机会，陈小钢、施浩、舒德明在后台紧张地累计着选票。结果出来之后，赵明重新播放了获奖作品。获奖作者们各自做了一个即席获奖感言。网上的时间，过得一点不比晚会大厅里的时间慢。时钟指向 11 点，参加者互道珍重、惜别。

维州人的努力和牺牲得到了回报，病毒的蔓延很快受到了控制，现在已经处在解除禁令的第二步。期待着在不久的将来能够战胜病毒，恢复每个人的正常生活。而我们的“抗疫”作品，将会给我们留下一个百感交集的回忆。

编者感谢所有的投稿者，有了你们这些充满创意、风格迥异的作品，抗疫生活比赛才有成功的可能。感谢所有投出了自己珍贵的一票以及参加晚会的会员，你们同样功不可没。编者也愿借此机会，向所有在疫情期间做出了无私奉献的会员们（包括义工、捐款、邻里相助，等等）致敬！

[抗疫生活]

《庚子年的抗疫生活》征稿通知

CPCA 理事会

亲爱的 CPCA 会员们：

庚子年初，新冠肺炎疫情席卷全球，大家的生活失去了平静。大多数会员现在都呆在家中，或工作或学习。有了更多时间陪子女学习和娱乐；可以在花园种起新鲜的蔬果；也有时间专心研究一下厨艺；有条件的还可以全家来场卡拉 OK 一展歌喉。

理事会现组织大家来个“庚子年的抗疫生活”主题比赛，大家可以围绕这个主题，提交各自的作品。可以写散文或诗歌，可以是书法或绘画，可以演唱歌曲，可以是摄影作品，也可以是幽默短片，可以视频记录园艺生活和厨艺生活等等，只要是原创作品都欢迎参赛。

参赛时间：从 2020 年 4 月 25 日开始。

参赛方法：请将作品发送到 happylic@cpca.org.au，视频可直接发给理事会。从 4 月 25 日开始，参赛作品将在 CPCA 会员群向大家展示，由大家邮件投票，或者 zoom meeting 统一投票，投票截止日（编者注：后改为展示和投票开始日）为 5 月 16 日（星期六）。

获奖：得票最高的作品获得金奖，第二到第四名获得银奖，第五到第九名获得铜奖，所有参赛作品将获得优胜奖。

会员投票、计票过程和结果

陈小钢 施浩

投票

这次投票采用了 Google Form，要求实名投票。本来每位会员只容许投一票，根据会员的反馈意见，改成了最多投三票，超过三票作废。容许会员投票后更改选票，最后一次投票作为最终选票。会员们可以随时在网上观察投票结果，真正做到了投票“全透明”。

最终投票 108 人次，其中 11%更改过选票。

计票

施浩负责下载投票结果，陈小钢负责计票，舒德明验证计票结果，确保公平、公正和万无一失。

为了便于理事会安排当天活动议程和准确掌控时间，施浩提前一天下载初步的投票结果，由陈小钢测试完成统计结果需要花费的时间，计票过程不超过 15 分钟。

下载的文件是 EXCEL 格式，首先复制备份，然后对数据进行分列、排序、去除多余票、重复票，然后做成数据透视表，最后完成投票结果排名。经舒德明验证，结果完全一致，连排列顺序也相同。

结果

按得票多寡，此次竞赛的结果为：

金奖

视频 - 戴口罩的日子（健美组）

银奖

视频 - 演唱（张庆原、黄宇航）

视频 - 特别的五月（摄影组）

图文 - 难忘的纪念（潘仁积）

铜奖

图文 - 美食组参赛作品（谭育红）

视频 - 书法作品介绍（李念慈）

图文 - 猫女宅家记实（李雁鸿）

视频 - 那些花儿视频（郑菁菁）

视频 - 书法作品介绍（黄宇航）

优胜奖

图文 李飞云 - 我们是与你们一起战斗的 MedFamily（美篇）

文字 庞加研 - 爱心 MedFamily

书画 许漫江 - 书法作品（多幅）

书画 曾 一 - Beautiful Lagoon

书画 李连台 - 松鹤延年

文字 洪党才 - 疫情面面观

摄影 康 诚 - 摄影作品（2 幅）

文字 果悦悦 - 抗疫的日子 - 全球共此凉热

图文 赵 明 - 疫情中的逃逸（美篇）

摄影 杨 建 - 摄影作品（2 幅）

书画 张树云 - 书法作品

摄影 史晨霞 - 摄影作品（多幅）

视频 陈 晨 - 爱在日落黄昏时

摄影 谢曹玮 - 阳光下的墨尔本

书画 鲁首年 - 国画作品

书画 王 红 - 门前小景

摄影 张 烨 - 维妈疫市

图文 陈 波 - 疫情中的一天（美篇）

[文字类]

疫情面面观

洪党才

一. 自作多情

今天在阿德莱德(Adelaide)的一个药店买创可贴，顺便问了一下有没有消毒洗手液。店老板说有。我还挺惊讶的，心想阿德莱德素质高，不囤货。结果他指给我看，明显就是店里自己分拆包装的。一小瓶 40 毫升，要价\$9.95。这不是明着借机抢钱吗？

从药店出来，顺道去“川厨”吃晚饭。刚坐下来，服务生手里拿个东西就直往我脑门上捅！

我问：“做什么？”

他说：“测体温！”

尽管多少觉得服务生礼不到位，但心想这个措施好，可以让我放心地在这里用餐，所以尽力配合他。

但是，一次、两次、三次，不管小服务生对着我怎么测，可仪器就是显示“Error(错误)”。于是，他对他自己测，却显示 36.5，正常！

无奈他进去把老板喊了出来。老板用温度器对我脑门测，叫我拿掉眼镜测，换到左右手腕测，全部显示 Error 错误！可是他测自己也没问题。

这时，他看到我脑门有点冒汗了，开始急了。把我带到餐馆外面，在外面的椅子上坐了下来。

他问：“你为什么出汗？”

“哦，我刚从药店走过来，走得有点热！”我说。

过了一会，他又开始测。这次终于有结果：34.5。我说你这测温计不工作，得校正。他对着自己一试：36.4！我不死心，让他再测，结果差不多，34.5。

他一脸抱歉的样子，把我请进餐馆。我笑着说：“老板，既然我的温度这么低，结帐时请打折”。

坐下来之后，老规矩，点了一个鱼香肉丝一碗饭。

菜做得地道，味道正宗，辣香酸甜，吃得浑身热了起来。

之后，我拿着帐单到柜台上结帐并请求再次测温，这次显示：35.4。

“先生，你打折之后是 18 块零 4”。

“不用打折了，刚才我是开玩笑的。”打折让我受之有愧。

“不，先生。今天还在 8.8 折的优惠期，明天就结束了！”

一不小心，我又一次自作多情！

二. 科学家的智障

上个星期五(3月20日)，从澳大利亚中部沙漠乌默拉(Woomera)回阿德莱德(Adelaide)的路上，车里三位科学家在交谈着世界各国的最新疫情。

我说我原以为武汉的疫情高峰过后，世界会趋于平静。但怎么也没想到现在欧洲却成了疫情中心，尤其是意大利死亡人数超过了武汉。

这时，车里一位印度裔的科学家盯着我来问：“克文，难道你真的相信中国的数据？”

“我还听说在武汉凡是新冠病者都被枪毙，有这回事吗？”他接着又向我求证。

我不置可否，只是反问了回去：“如果是这样，为什么还需要4万多医务人员奔赴武汉？”

当存在傲慢与偏见时，科学家也脑残与智障。

三. 创可贴的温暖

去乌默拉的前几天，我在墨尔本游泳时意识错乱，手指强力触壁，导致1/4中指指甲翻折90度，痛并流血。当时到服务台寻求急救包扎时，值班女生吓得叫起来。

到达阿德莱德之后，我发了一条Moment，说自己正在药店买创可贴。

“阿才，你又碰哪里了？要创可贴的？”一个朋友微信里问。

“你这么一问，我眼泪都要流出来了。都快要截指了，也没人在意过。”被朋友的那份细心所打动，我可怜兮兮的。

一个星期后，我从乌默拉又回阿德莱德。到一个餐馆吃饭洗手时，恰好餐馆厨师就等在后面。他看到我小心翼翼怕弄湿创可贴的手指时，趋前一问：“怎么啦？用创可贴，你受伤了？”“你坐几号桌？我让服务生送你一个新的。”我说谢谢，不用了。可他真的坚持说了三遍。

以前只知道创可贴呵护创伤，现在才知道它也有温暖。

四. 低体温高血压

新冠当前，风声鹤唳。在阿德莱德就餐前被测温，惊讶地发现自己低体温：34.5。当时心里懵懵懂懂地有点暗喜，以为这是身体好的表现！

回家之后，跟女儿谈及此事。她怀疑是不是因为我十来年前切除了一叶甲状腺而引起的甲状腺功能减退？接着我又网上搜索，发现体温低的人免疫力减弱并有多多种弊端。于是，立马预约了社区医生。

昨天下班后赴医诊。医生用红外人体测温仪对着我额头，一测：36.5，正常！但就在我心里舒坦的时候，她却测出了我平生第一次出现的高血压（95:145）。

医生说，也许是因为长期的精神紧张、焦虑，不安和恐惧引起的？

新冠纠缠，覆巢之下，岂有完卵。

五、着急

1 月 31 日，收到三条微信。

“姐夫在吗？我有个医生朋友今天被通知转入门诊接诊，很多发热病人，发现整个科室都没有配护目镜。”

“很着急！”

“如果能买到，我有同事明天到墨尔本，可以帮我带回来。”

于是我通过多种途径，寻找货源。跑了多家药家、医疗器材店，甚至杂货店和五金店。最终因为货源断供，其他的替代品都不符合要求而作罢。

“没买到也没问题，中国的医生们也能感受到来自人与人之间最本真的关爱和善意。”朋友这样宽慰我。

七个星期后，剧情反转，澳洲的疫情急转直下。3 月 20 日，当我打开手机时，一下子弹出多条微信。

“小洪，澳洲病例也开始增长，你们需要什么？我快递口罩，消毒泡腾片，一次性手套。”

“凝胶出不去，不给快递。”

“我看医学院的学生都要出战了，秋 D(*我二女儿)也会去吗？她需要什么？”

“我去买防护服吧？”

“护目镜？”

“你列好清单”

“好着急！”

很着急，好着急，急人所急，急人所难。急中折射一份真情谊。

~~~~~

如今，疫情的消息每天铺天盖地，似乎还看不到尽头。但是，没有哪一个冬天不会过去，没有哪一个春天不会到来。

祈祷！



## 爱心 MedFamily

庞加研

2020. 4. 30

牙医爱心志愿者曹禾驱车上百公里，冒雨来回至少好几小时，把 MedFamily 的捐赠物资送到 Gippsland 乡村医院。照片发在协调群里，感动之情流出指尖，微信了几个字赞扬她。在她的坚持和改动后，这首小诗献给 MedFamily 的每一个人。

雨淅淅，水绵绵，  
阴云压顶百里行。  
医护后援同一心，  
抗疫捐赠奉真情。

2020. 5. 15

有感飞云微信照片，第 N 批捐赠 PPE 今晨出发

一天又一天，一夜又一夜，  
一拨又一拨，一批又一批。  
从二月到三月，  
从四月到五月，  
从中国到澳洲，  
爱的奉献捧出的 PPE。  
MedFamily，  
我为你赞！赞！！ 赞！！！！

# 抗疫的日子 - 全球共此凉热

果悦悦

## 写在前面

今年四月，此文的一部分发表在我的一位大学同学的微信公众号上。为了支持 CPCA 的征文活动，我对原文加以润色及增补。均属亲身经历、感想，希望能和各位会友分享和交流。

## 一

随着澳洲新冠肺炎病例的增加，澳洲联邦政府于 3 月 22 日实行封城，规定只有在四种情况下才能出门：购买食品和生活用品、看病、锻炼身体和不能在家进行的上班或上学。随着禁令的颁发，是一波紧接一波的抢购。先是厕纸、擦手纸、米面、洗手液，后来是牛奶、鸡蛋、体育器材、感冒发烧药，还有储藏食品和居家办公的连锁效应而造成的冰箱和办公家具的脱销，连手提电脑的价格都一路飙升。前一阵，相似事件发生在香港时，澳洲还是隔岸观火地看笑话，不曾想嘴角的笑容尚未褪去，便轮到自己了。

早上七点钟超市开门，六点半已经有很多人在门外等候了。开了门，所有人都直奔商店后面厕纸的货架。我抢了倒数第二包厕纸，暗自庆幸。又买了点儿其它东西，正准备结账，经过库房的门口，见到一位消瘦的老大爷问工作人员还有没有厕纸。工作人员说今天都卖光了，明天再来试试吧。老大爷很失望的样子。我继续往前走了几步，想了想，又折回，来到老大爷面前，说：“您是要买厕纸吗？把我的拿去吧！”

老大爷起初略显吃惊，继而面露感激，一个劲儿地谢我。我告诉他我家里还有两卷呢，可以再撑两天。转身离开，我心中感慨万千，其实更重要的原因是，他的白发、眼神和动作让我想起了我的父母。希望这种情形发生在他们身上时，也会有人慷慨地出手相助。

后来，又看到媒体报道，超市里有一位妇女抢了三包厕纸，然后分给三位行动缓慢、没有买到厕纸的老人。

“乐人之善，济人之急，救人之危”，在灾情当中，更显可贵。

## 二

居家办公难免使人不适应，缺少了平时与同事面对面的交流和嬉笑怒骂。于是公司有人在 WhatsApp 上建了一个名为 “Stay Sane while WFH” 的群，邀请的都是本部门的同事，发的内容大多为调侃和笑话之类的人畜无害的内容。我一般由于工作忙，很少去查看或者发言。

一天，我随便点开，一段文字赫然映入眼帘：“Someone in China ate something; the whole world are now washing their hands.”（“中国有人吃了某种东西，使得现在全世界都在洗手。”）是一个悉尼并不熟悉的同事发的。我立刻发了帖子：“你什么意思啊？目前没有人能确定病毒的来源。请以后不要发表此类信息。”

意犹未尽，我打电话给经理，提醒他注意这段含有歧视的言论。经理表示同意我的看法，并提出要跟总经理沟通。接着我给经理和总经理写了跟进的电邮，希望他们对这种歧视的言论予以抨击。

这时，发帖的同事通过 Skype 联系我，问有没有时间沟通一下。我说正在开会。他又问能否开完会打电话给他。我想了一下，觉得处理这种事情，还是通过文字比较妥当。于是，又去了 WhatsApp。发现他在“Stay Sane while WFH”群里@我解释，说他只是转发，希望我不要当真，并表示内容已删除。我回答道：“转发并不能推脱你的责任或认可你的行为。那段文字与公司的价值观背道而驰。”

同时，总经理回复了我的电邮，说他相信那个同事不是故意的，但是他会在部门会议和部门领导会议上提及此事，强调大家注意网络语言。之后，在两次会议上，他确实兑现了承诺。

这件事就这么过去了。纵观整个过程，群里三十多口子，没有任何人站出来表示什么，包括一个华人在内，好像任何事都没有发生一样。也许事不关己高高挂起，也许心里本来就对中国有类似想法。反正你们心里怎么想我管不着，但是一旦说出来，让我听到了必定回击，顺便也敲打一下吃瓜观众。在目前的特殊时期，反华、歧华言论甚至行为此起彼伏，我们自己不发声谁发声？

灾难之时，人性尽显。

### 三

澳洲人热爱运动颇有名气。离家不远有个运动场，外围是 400 米的合成橡胶跑道以及沙坑，中间是铺着草坪的橄榄球场。运动场任何时候都对公众开放。我间或到这里跑跑步、晒晒太阳。每周有几个晚上，会看到跑步和竞走俱乐部的成员挥汗如雨地练习。非俱乐部成员也可以加入，有专业教练免费辅导，参加者自愿地缴一两元钱 - Gold Coin Donation，即可。草坪上也是踢球的踢球，打板球的打板球，热火朝天。

封城令下达后不久，俱乐部的活动停止了。社交距离的规定，禁止了一切两人以上的运动。然而，这并不能阻止墨尔本人对运动的钟爱。在一个风和日丽的下午，我来到了运动场跑步。这里已经有不少忙碌的身影，疾步的、快跑的、跳远的、掷标枪的、遛狗的、推着儿童车散步的、骑 scooter 的，还有的人干脆坐在长凳上日光浴。各种年龄，不亦乐乎。

正跑着，一位中国大妈出现在我视线里。她在跑道上闲庭信步，前面两三米处，是她的狗狗。但是，……虽然大妈手里握着狗绳，她并没有给狗狗系上，任由狗狗自由地奔跑着。

这里是市政府所属的公共场所，按照规定，遛狗必须要系绳。因为其它的狗都系着绳子，由主人牵着，所以这位大妈格外显眼。我寻思，也许她想让狗狗暂时撒一下欢。可是，等我跑了一圈后追上她后，狗狗还在自由跑。要不要跟她说呢？没有其他人阻止她；可能她不是故意的呢！又一想，还是要管这个闲事。这么多人在锻炼，还有很多小孩，万一狗狗发了兽性。并且身在国外，尤其在目前这样的敏感时期，我们不仅是代表我们自己，还代表着华人，代表着中国人。于是我停下来对她说，“您好！您的狗需要拴上绳子。”她哦了一声，冲我笑了笑，立刻把绳子套在了狗狗的脖子上，看来是事先知道规定的。

我也对她微笑，继续跑步，脚下的步伐更加稳健，头顶上的阳光更加明媚。

### 四

封城禁足，许多我喜欢的活动都不能进行了：打球、游泳、泡酒吧、下馆子、看展览、聚会、逛商店、周游世界……。我是一个在家里呆不住的人，所以刚开始很是郁闷。时间一久，却渐渐体会到了这种生活的妙处。

首先，拥有更多和孩子们相处的时间。我居家办公，他们居家学习，我便有机会进入他们的世界。给他们做饭、讨论学习内容、一起散步、打室外羽毛球、打乒乓球、追剧。从 Brooklyn 99 到 Total Drama，再到 Klaus，我们一起欢笑一起忧。我们有了更多的时间慢慢地边吃边聊，而不是想着赶快吃完饭去干下一件事。自行车买了很多年了，通常都是孩子们自己或和他们的朋友们一起骑。最近，我竟然和他们一起骑了好几次。当我望着他们骑行的背影，任风轻柔地抚摸着我的脸，让夕阳温暖地洒在我肩上时，我对生活如此宁静而美好心存感激。

“今天又是一个艳阳照，高高兴兴骑着单车跑。”

还有，平时忙得很少去父母家，都是他们来我这里。近来每周都有时间去看他们，坐下来一杯清茶，听他们讲那过去的事情，甚至带着父亲去了电信商店咨询路由器的问题。

邻居和朋友也纷纷分享经历，利用这难得的机会清理房间、整理档案、种瓜点豆、与多年没有联系的老友熬电话煲……。

路上车流量明显减少，多数时间畅通无阻，空气里闻不到了汽油味。

大部分商店关闭，起初不习惯，后来觉得也不错，那些东西不买也罢，还省去了不少纠结。原来人对物质的要求可以如此原始而简单。

这些年来，开会、应酬、锻炼，除了白天上班，每个星期总有三个晚上参加各种活动，疲于奔命。匆忙之中，竟把好时光都错过了。而今，算是卸下了那些光环，在寂静的夜里，或与娃儿们一起看电视，或读书，或听秋虫鸣叫，或闻雨打窗棂，或任思想的野马肆意驰骋，没有邻居的派对嘈杂，没有了杯觥交错。浮躁、不甘寂寞是现代人的通病。如今烦乱回归平常，精雕细琢返还简单。我似乎又触摸到了我的灵魂。

就连这篇文章，也是二十多年以来，第一次坐下来，重拾耕笔，（哦，只是键盘代替了耕笔，）倾听一度被忽视的心声，追寻记忆的踪迹，抒写对生活的感悟。

当封城解除后，我们是否会怀念此时此刻？怀念这种日出而作、日落而息的生活？

## 五

在这场疫情带来的灾难里，中国始终处在风口浪尖上。各种有意无意、有知无知的指责、攻击愈演愈烈。先是抨击中国封城封省是中世纪践踏人权的做法，继而斥责中国隐瞒实情、未向世界提出预警，还信口中国囤积居奇，出口伪劣防护用品。欲加之罪，何患无辞？

这些指责也延申到了针对海外华人。连中国疫情最初爆发时澳洲华人募集口罩捐献国内的照片也被断章取义地发到媒体上，并冠以掏空澳洲防护用品，运往中国的恶名。其实，当疫情在土澳抬头时，很多华人组织纷纷行动，捐献防护用品给医疗机构，却并未见到英文主流媒体的报道。

埋头苦干是中华民族优良传统，但是当今社会，实干也需要公关的支持。很多西方人，由于缺少与中国的接触、了解，由于受媒体影响，再加上本身带有的偏见，不明真相。因此，宣传，学会表达，拥有话语权，尤其是在西方主流媒体上有理有据的发声异常重要。

令人欣慰的是，最近，开始看到一些中国用英文以及在英文媒体上的宣传，比如新华社推特发表了兵马俑与自由女神对话的动漫，以及驻美大使崔天凯在《华盛顿邮报》的发文。也许一篇两篇文章不会带来立竿见影的效果，然而，涓涓细流，汇成大海，相信将会看到更多。希望这些不断的努力，会逐渐端正西方对中国和华人的看法。

## 写在结尾

八十五年前，中央红军走完了长征最后一段行程，即将到达陕北。毛主席登上岷山峰顶，远望苍茫的昆仑山脉，慨然挥笔写下了“安得倚天抽宝剑，把汝裁为三截？一截遗欧，一截赠美，一截还东国。太平世界，环球同此凉热”的豪迈诗句。那时，伟人就高瞻远瞩地预见到人类是不可分割的一体。正如《人类简史》的作者尤瓦尔·赫拉利所说的：“流行病本身和由此产生的经济危机都是全球性问题，只有全球合作才能有效解决这些问题……. 我们需要一种全球合作与信任的精神。”

期待着，“更喜岷山千里雪，三军过后尽开颜”的那一天。

2020年5月，于墨尔本

[书画类]

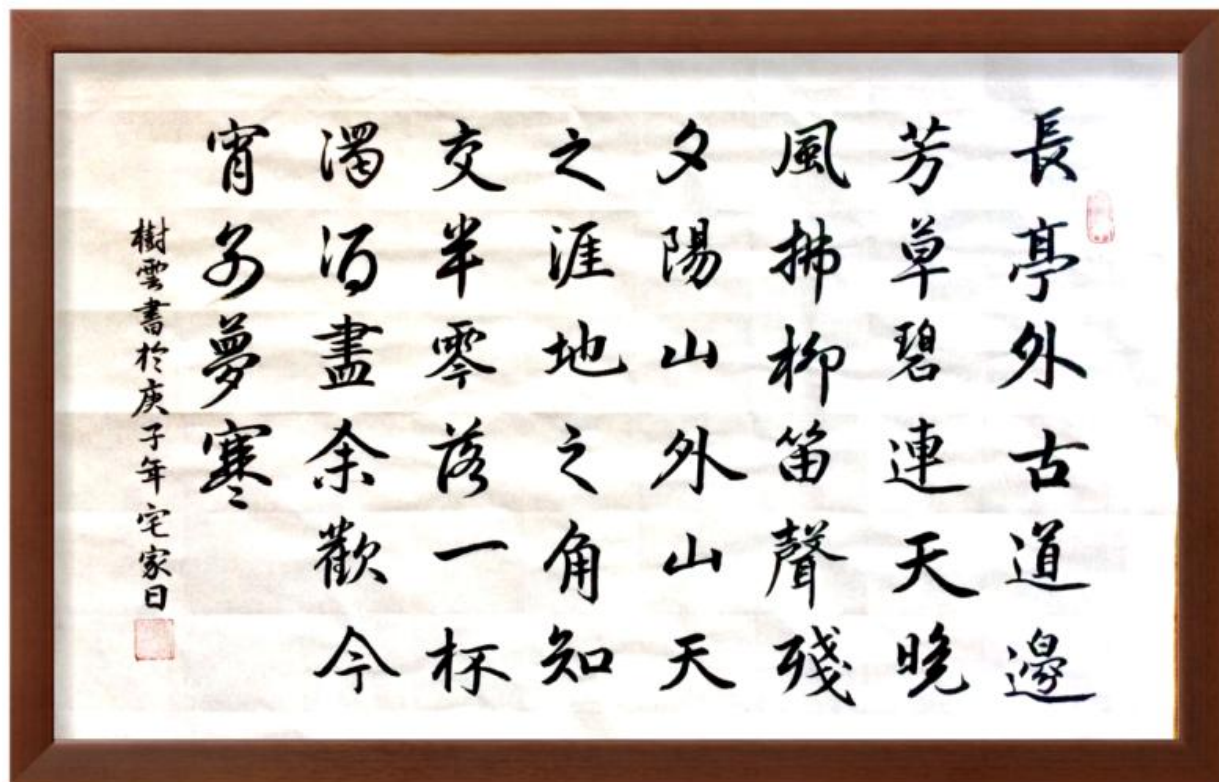
## Beautiful Lagoon

曾 一



书法作品

张树云





山里人家

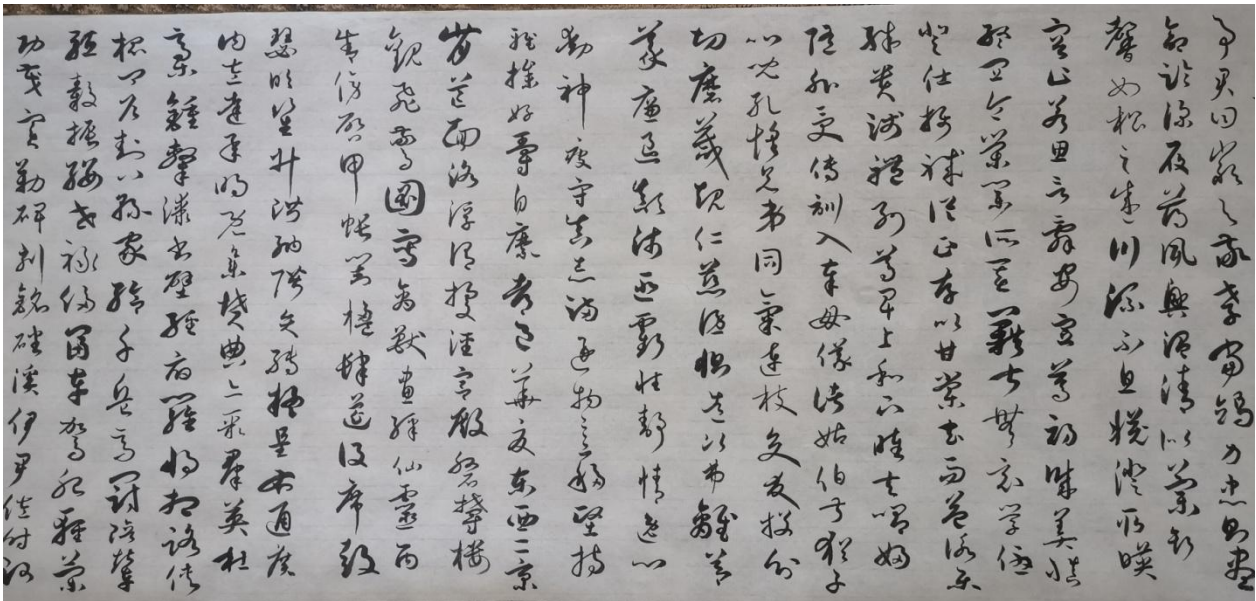
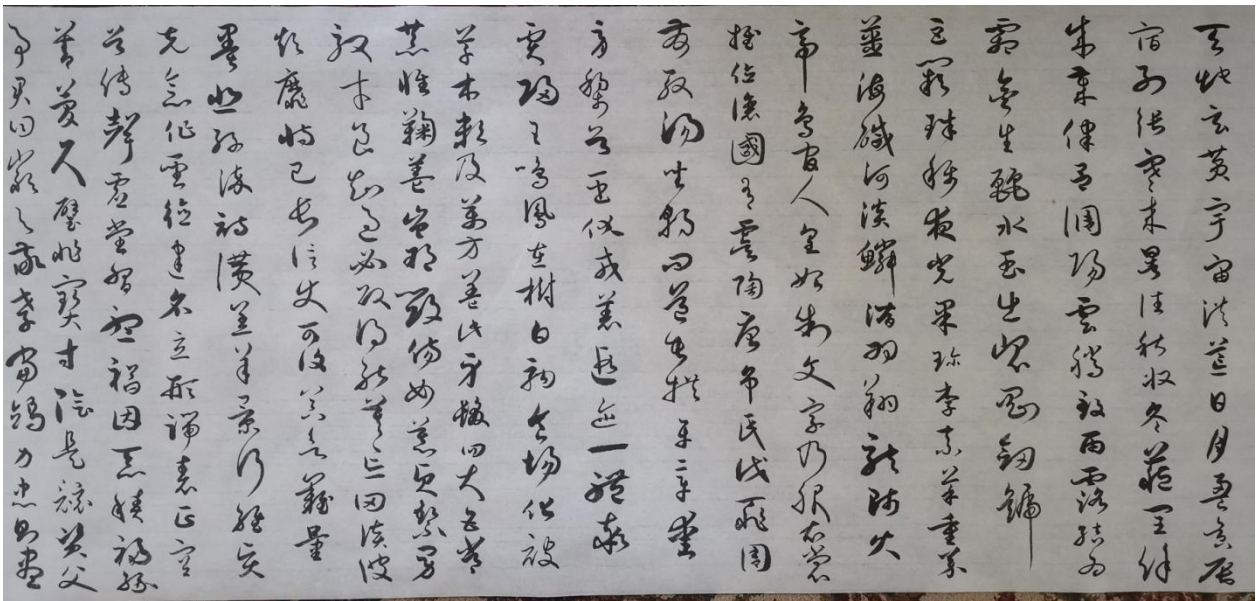
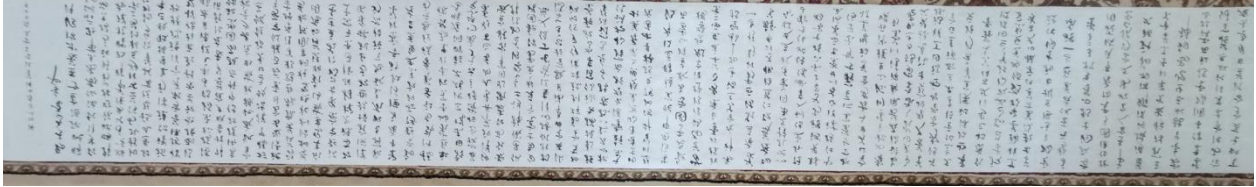
鲁首年





书法作品（多幅）

许漫江



觀飛雲之國雲為歡畫解仙靈而  
 青信即甲帳雲桂韓道及序致  
 瑟明生升階地陰文轉揚星木通度  
 內直達平明光東焚典二聚群英杜  
 高鍾擊漢書壁經府羅將相諸侯  
 振門方刻心孫家給子兵高司諸擊  
 經教振振長祿仙留半擊水舞舞榮  
 功交官勒碑刻銘碑漢伊尹德付以  
 海卷宮曲中涉且孰言相公通上清  
 將持似騎回澤直說感生丁俊又為  
 勿多士寔字長林更霸諸經困橫  
 何逢戰錦沙士上之監河道如法韓  
 雲取刑即嘉新用軍家精宣威  
 沙澤龍卷丹青九如看正百那素  
 再寂示恒成將主云了底門從雲  
 難田未城正此碼石銘昭洞應曠是  
 無題巖岫書雲以本於雲物共懷  
 穠付我而散手雲雲緩程無雲新  
 動貴點涉而相教東吏魚乘立座  
 梁中庸身便作教於音案理華  
 報稱色以所嘉歡勉之祖格召所  
 澤咸寢增抗極而為正龍林采木  
 即為諫兒樺解相陰過東王不更

報稱色以所嘉歡勉之祖格召所  
 澤咸寢增抗極而為正龍林采木  
 即為諫兒樺解相陰過東王不更  
 泥點雲案來古門得竹放直進是  
 所素思慮咸河新相梁荷的應園  
 夢抽怪松杞晚翠桂桐平園除相委  
 前落落龍龍起起驕將運後摩摩  
 沈沈微微方富目靈新乃精微言  
 垣牆中得治飲這口交物飽飯是  
 寧飢底底振振親感感感感感感  
 高仙獲研付巾帷所疏扇團團團  
 情煙盡眠夕寐暮夢象床法法酒  
 湛接松東物物手執之悅豫且康  
 後而接而記並發新新新新新  
 怪怪怪怪怪怪怪怪怪怪怪怪  
 折躍躍躍躍躍躍躍躍躍躍躍  
 射蓬凡福福福福福福福福福  
 鉤解解解解解解解解解解解  
 妍嘆年々安倦倦倦倦倦倦倦  
 轉轉轉轉轉轉轉轉轉轉轉轉  
 經步引引引引引引引引引引  
 睇睇睇睇睇睇睇睇睇睇睇  
 即去去去去去去去去去去

点击下面的链接并放大观看原图:

[许漫江 - 书法作品（多幅）](#)



松鹤延年  
李连台



# 门前小景

王 红





[摄影类]

## 阳光下的墨尔本

谢曹玮



阳光下的墨尔本

草尾于2020 Easter Monday

# 维妈疫市

张 烨





## 摄影作品（多幅）

史晨霞

















## 比一比，蜘蛛侠

杨 建



比一比



蜘蛛侠



## Lockdown, Stay Positive

康 誠



Lockdown



Stay Positive

## [图文类]

### 难忘的纪念

潘仁积

2020 年 4 月 20 日

因为新冠病毒疫情，已经在家宅了 4 个星期，可能还得至少再宅 6 个星期。哪儿也去不了，只能“没事找事”。疫情在澳洲爆发之初，还能去公园走走、逛逛、拍些照片。疫情急剧蔓延后，随之而来的是“封城”，连公园也去不了。“事”，只能在自己家里找。

我从未当过农民，尽管曾经向往之。闲赋在家，首先找到的“事”便是种菜。几个星期来，买了不少的木料、所需的有机肥、液体肥，营养土等材料。除了给原来的菜地翻土、施肥、搭建棚子外，又新开了两块菜地。然后四处寻找、购买各类适应这个季节播种的蔬菜种子抓紧播种，忙得汗流浹背，不亦乐乎！

自此，每天起床后的第一件事，便是去菜地浇水、追肥、除草、灭虫，并留意观察菜地随时出现的状况。每当发现播下的种子冒出了嫩芽便会兴奋不已，而撒下种子后久未出苗又让我翘首以盼。劳作之余，时而欣赏着地里的菜苗从破土而出到茁壮成长，时而又期待着菜苗尽快成熟变成餐桌上的佳肴。这个过程带给我的愉悦感，真是妙不可言。

新冠病毒疫情给人们原本正常的工作、生活带来了巨大的冲击，也给我们自己的心理造成了不小的负面影响。自从全神贯注地忙于种菜后，使得因疫情爆发而产生的许多烦恼、担忧及糟糕的心情，逐渐都被我抛在了脑后。在逆境中保持乐观向上，同时对未来仍能充满信心。这也算是这段抗疫生活带给我的意外收获吧！

澳洲的疫情持续向好，感染人数正趋向于零。“解封”的时间已在计划中，指日可待。这归功于自上而下、方方面面，包括我们华人的团结合作，使澳洲成为世界上抗疫最为成功的发达国家。几个月来，陆续给两家医院，4 家慈善机构捐献了六笔款（其中一笔通过 CPCA 捐赠给中华慈善总会，用于中国的新冠病毒抗疫，其余 5 笔捐给了澳洲）。最后一笔捐款也于今晨收到了受捐方款项到账的确认回执。

恰逢今天是我移居墨尔本整 30 周年的纪念日。在这个有意义的日子，写上这些文字并附上疫情期间所拍摄的几幅小品，聊作“难忘的纪念”。

30 年的澳洲生活经历，使我发自内心地

感恩阳光普照，气候适宜，物产丰富，科技发达的澳洲大地；

感谢热情友善，仗义正直，豁达包容，聪明睿智的澳洲人民；

感激以民为天，善待异族，光明磊落，勤勉当政的澳洲政府！

I am, you are, we are Australian!





图一：游弋



图二：傲视群雄



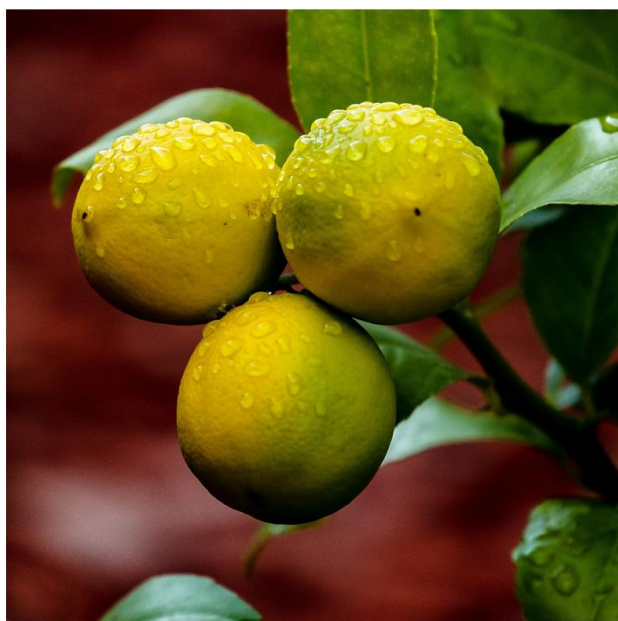
图三：戏水

（图一至图三：水中鹈鹕。2020 年 3 月 9 日摄于墨尔本 Jells Park）





图四：一生一熟（两个最后采摘的西红柿）



图五：雨后柠檬



图六：刚破土而出的荷兰豆苗





图七：发芽出土数天后的蚕豆苗



图八：生长中的莴笋

（图四至图八 2020 年 4 月 19 日摄于自家后院）

## 疫情中的逃逸

赵 明

Cathedral Range 在墨尔本东北方向，离 Glen Waverley 正好 100 公里。这里是维州最早开始攀岩活动的地方。上个世纪 40 年代墨尔本大学登山俱乐部开始在这里训练，说起来也是 80 年的历史了。

女儿曾经去过，说这是一个好地方。避役期间，好在还没有禁止户外健身活动，一家三人爬山去吧，远离人群。



点击下面的链接观看（美篇作品）：

<https://www.meipian.cn/2wgwyj63>



## 猫女宅家记实

李雁鸿

2020 一场疫情让全世界变了样… 新冠肺炎席卷全球，把人们赶进家门… 文人用笔记录这一时期的大事小情，摄影师用镜头捕捉到宝贵瞬间，我也觉得我应该记录一下自己这段时间的感受，想想觉得把每天的朋友圈整理一下，这是我最真实的生活写照…



点击下面的链接观看（美篇作品）：

<https://www.meipian3.cn/2vz59ne3>



## 美食组宅家生活有滋有味

美食组（制作：谭育红）

百年不遇的疫情几乎彻底改变了我们所有人的生活。世界上“流行”的战役方式就是“宅在家里不见人”，原始而有效。战役时期的家带给我们的不仅是安全温暖，家变成了临时的办公室，K歌厅，舞厅，迷你马拉松...

家的“灵魂”是厨房，每天从那里飘出阵阵饭菜香味，锅碗瓢盆交响曲伴我们度过特殊时期的艰难时光。



点击下面的链接观看（美篇作品）：

<https://www.meipian.cn/2wqaz5c7>

## 疫情中的一天

陈 波

疫情中很多人都可以在家上班，没办法，我只能羡慕嫉妒吧。好在开车随我快，停车随我愿！  
很自豪的是：美国研制新冠病毒疫苗要使用我们的产品，呜呜呜哇哇哇哈哈



点击下面的链接观看（美篇作品）：

<https://www.meipian.cn/2xzasoya>

## 我们是与你们一起战斗的 MedFamily

李飞云

MedFamily 的宗旨就是用自己的人力物力资源到中国组织及采购具有澳大利亚 TGA 认证的 PPE，并以最快的速度运送到澳大利亚来，并在社会上向大家呼吁捐款，我们保证每一分捐到的钱都将用于购买符合澳大利亚 TGA 标准的产品，并亲自送到第一线的医务工作者手中，把您的爱传递给他们，让他们知道我们是他们坚强的后备军！



点击下面的链接观看（美篇作品）：

<https://www.meipian.cn/2v9vxdvx>



[视频类]

## 爱在日落黄昏时 - 墨村晚霞集锦

陈 晨



点击下面的链接观看：

[爱在日落黄昏时 - 墨村晚霞集锦](#)

演唱：妹妹你坐船头

张庆原

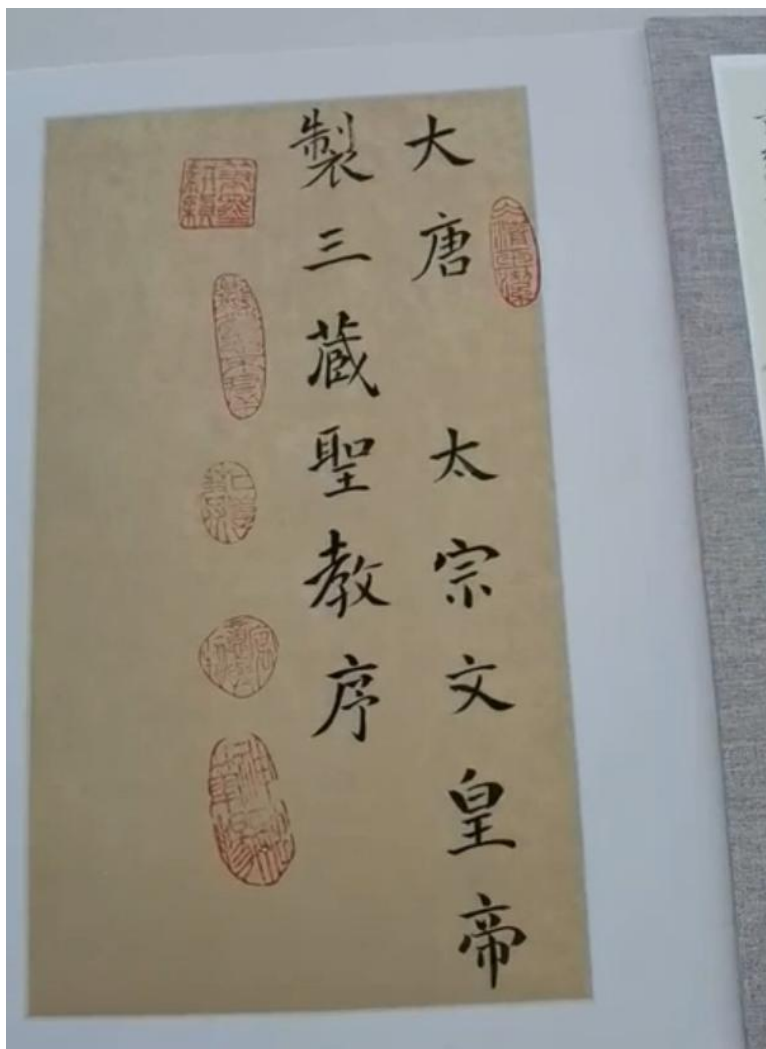


点击下面的链接观看：

[演唱：妹妹你坐船头](#)

## 书法习作介绍

李念慈



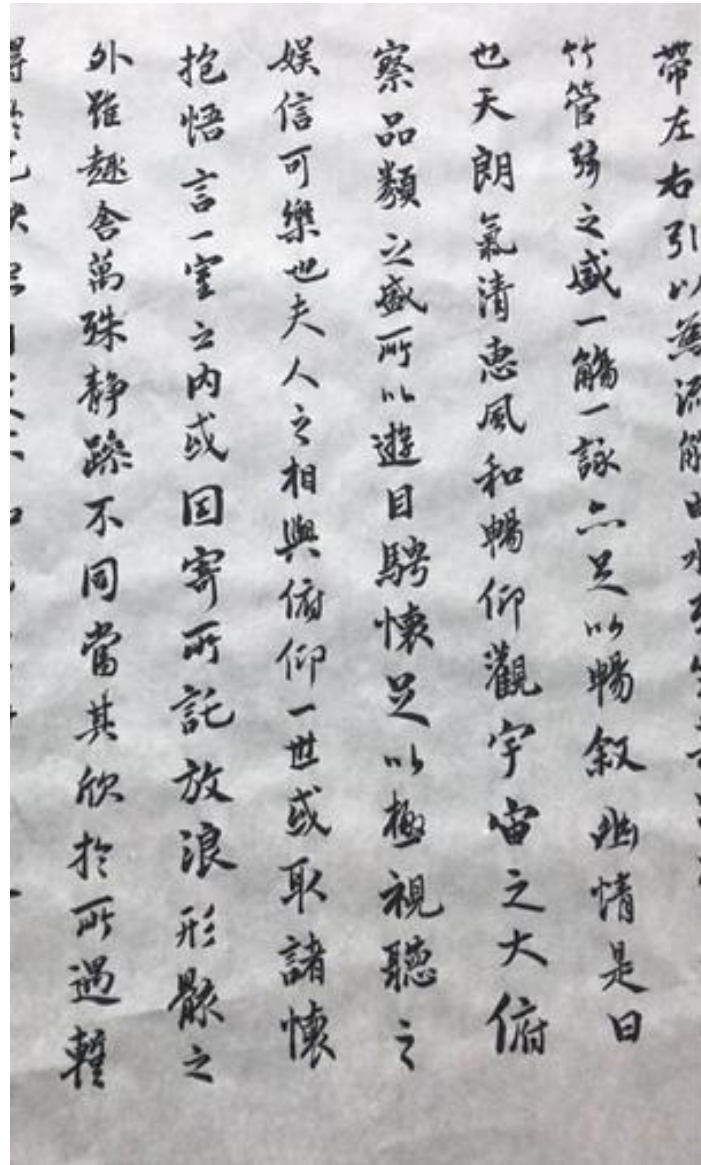
点击下面的链接观看：

[李念慈 书法作品介绍](#)



## 书法习作介绍

黄宇航



点击下面的链接观看：

[黄宇航 书法作品介绍](#)

## 摄影组特别的五月

摄影组（制作：孙晓洋）



点击下面的链接观看：

[摄影组特别的五月](#)

## 那些花儿

郑菁菁

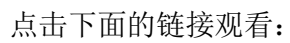


点击下面的链接观看：

[那些花儿](#)



## 健美组（制作：刘岚）



47 of 48

## 投稿规则及编辑部声明（2016 年 6 月更新）

### 投稿要求:

- (1) 稿件以会员原创作品为主，其他作品酌情考虑；
- (2) 字数、形式、内容不限；
- (3) 除摄影欣赏外，作品应以文字为主；
- (4) 个人投稿使用他人照片应该注明摄影者；
- (5) 集体活动照片如要署名由摄影者本人负责添加在照片上；
- (6) 字体以中文为主，在一定条件下英文也可以接受；
- (7) 稿件应使用 MS Word, text, pdf 等可以电子编辑的文件格式；
- (8) 所有稿件必须符合 CPCA 章程以及遵循澳大利亚有关法律；
- (9) 编辑部有权谢绝内容、形式、篇幅不适合本期刊的稿件；
- (10) 稿件请以电子邮件形式投致 [rainbow@cpca.org.au](mailto:rainbow@cpca.org.au)。

《彩虹》所刊登的任何形式的稿件或文字均由作者自负文责，并且不代表本编辑部或CPCA的观点和立场。本编辑部和CPCA不因任何错误或遗漏而承担任何责任，并且不提供任何明示、暗示的保证。本编辑部和CPCA不负因本刊物文字而引起的任何直接、间接、附带或衍生的商业利益损失或其它特别损失责任。由此，本编辑部建议读者在使用有关资料前，应查证资料的真实、准确性，或者征询相关独立意见。此外，本编辑部保留刊登或删除任何认为不恰当或可能引起争议的稿件的权利。编辑部尊重作者的观点、稿件的内容和形式。由于时间有限，编辑部一般仅对来稿做非常有限的校对和修改（错别字或严重语法错误等）。重大修改必须征得作者的同意或者编辑部提供参考意见、而由作者本人决定是否同意进行修改。转载本刊文章须由作者同意。

### Disclaimer:

The views and opinions of authors expressed in the CPCA electronic publication of Rainbow do not necessarily state or reflect those of the CPCA publisher. CPCA does not accept any legal responsibilities for errors or omissions, and disclaims all warranties, expressed or implied, and it will not be responsible for any direct, indirect or special damage due to the information published by this magazine. CPCA encourages readers to verify the accuracy of information or seek independent advice before relying upon it. The CPCA and the Rainbow editorial committee keep the right publishing or deleting any original articles or those from other sources. The Rainbow editorial committee only provides reference comments on article and any revision should get permission from author.

---

彩虹网址 <http://www.cPCA.org.au/publication.asp>

Contact: [rainbow@cpca.org.au](mailto:rainbow@cpca.org.au)

---