

羅城生活求學實用手冊

目錄

前言.....	2
修課.....	3
中國同學會.....	5
生活情報指南.....	6
理財資訊.....	6
住屋問題.....	9
日常生活購物.....	11
常用換算.....	13
簡易食譜.....	14
交通問題.....	16
如何選購一部汽車.....	16
怎樣獲得汽車駕駛執照?.....	18
郵寄服務.....	25
休閒娛樂.....	26
心靈廣場.....	29
教會介紹.....	29
羅城華人勝利浸信會校園團契.....	29
文選.....	31
護照簽證問題.....	35
海外中文刊物.....	37

羅城華人勝利浸信會

Victory Baptist Chinese Mission of Rochester
www.VictoryChinese.com

前言

親愛的新同學，歡迎您來到羅切斯特（羅城）！雖然這個坐落在美國東北的城市有著漫長的冬季，但我們也擁有山花爛漫的春天，涼爽的夏天和萬紫千紅的秋天。正像羅城主頁所說的，這裡可能沒有加州明媚的陽光，但我們擁有更加碧綠的青草、我們非常理解大家背井離鄉，異國求學的艱辛，孤獨和壓力。但大家別忘了還有我們這些同胞，同學，朋友就在您們的周圍。我們期待著能夠和您們交流溝通，共用喜樂平安。

這本手冊的目的是說明剛到羅城的中國同學，儘快認識當地環境，適應北美的生活。以下所列的，如修課、存款、買車、考駕照、購物、旅行……等等，都是相當切身且實際的問題。承蒙北卡洛麗華人教會提供資料，特此致謝。衷心祝願您學業有成，生活愉快！

羅城簡介

坐落在紐約上州的羅城位於安大略湖之濱。這裡四季分明，風景如畫。在附近有很多州立公園（State Parks），如 Letchworth，Stony Brook，Finger Lakes，等等，都是郊遊的好去處。在揚揚灑灑的雪季中，有 Skiing，skating，Sledding 諸多冰雪運動，可以讓在國內機會不多的同學們盡興領略。羅城還被 Expansion Management Magazine 評為全美生活品質最高的城市（注意，沒有“之一”）。這裡有全美數一數二的幼兒和中學教育。

一些介紹羅城特色的好網站：

<http://www.urmc.rochester.edu/aboutRochester/flash.html>

<http://www.inforochester.com/>

<http://rocwiki.org/>

修課

一、 簡介

來到一個新的求學環境，應儘快把規矩弄清楚，才不至於一路打迷糊仗。由於每個系都有不同的規定，所以千萬不要存有“某某系是如此，我這系也該是如此”的想法。各系教務處都有關於學生修課取得學位的檔規定，在修課以前一定要先拿一份研讀清楚。以材料系為例：有三份檔說明取得學士學位，碩士學位，博士學位所具備的條件。弄清楚哪些課該修，哪些課即使修了也不承認，免得花冤枉錢又浪費時間。例如，美國的碩士分很多種，比如 M.E.(Master of Engineering), M.S. (Master of Science)；學習計畫也有很多，有只修課程以考試為結業標準的，有作研究寫論文的，要明確你想念的是什麼。有些系可以直攻博士，但是必須通過資格鑒定考試(Qualification Exam)，這些規定都可以在系上的檔找到。

二、 每季該修多少課

按照移民局規定，外國學生必須維持全時間學生身份(Full Time Student)。每學季大學部學生應修課程，不得少於 16 個學分，在 UR/RIT 研究生 Full Time 不得少於 12 個學分。新生剛來，如果沒有師兄師姐幫忙，不易進入狀況，最好是少修學分，較易取得好成績。一般而言，工程學生選課都需要與導師(Advisor)討論決定。研究生如果修任何 Supervised Research，既掙 Research Credits，那麼 Courses Credits 可相應減少要求。比如 UR 的 ECE 系，如果選擇只修課程不寫論文，那麼 Research Credit 就不能超過 6 學分數。若有任何不確定之處，不要猶豫，向系裡小秘詢問。

三、 加退選(Add or Drop)及中途退課

加退選的截止日期在學校印的課表中都會有詳細說明。超過這個時間以後，如果發現修課壓力太重無法應付，可以試著請任課老師批准(理由要充分)，報請學校註銷(Withdraw)；但此時學費已無法全數退回，而且成績單上會有記錄。研究生的及格成績是 B。在別的學校曾有學生選了課以後，不知道還可以退，修不動只能硬撐，結果兩個學期都不及格，遭到退學處分。此例不可不注意。

有些課程（例如所有生物領域的研究生都要學 Advance Biochemistry）會提供免費的單獨的輔導，一般由往屆的高年級學生擔任。如果覺得課程太難，但又是必修，可以儘早跟課程負責人談。

實用網站：

<http://listener.uis.rochester.edu/csched/>（上面有整個 UR 的課程列表）

<http://www.cs.rochester.edu/~xshen/service/newstudents/>（一位老生寫的心得，主要適用於 Computer Science Department）

<http://listener.uis.rochester.edu/Registrar/CourseInfo/gsm.html>（ School of Medicine and Dentistry 提供的課程的介紹）

四、 指導教授

部分 Ph.D 學生在入學前已經選定了指導教授，對於未確定導師的 Ph.D 及 MS 學生，一般剛入學時，會由系裡安排臨時輔導老師。入學之後，研究生作論文要有指導教授，新生可以把這位教授的研究項目弄個大概，挑定幾個較有興趣的題目，以後即可與教授約談。如果已有中國學長在，可以從那兒打聽資料，但是只能拿來作參考，絕不可輕易放棄與教授當面請教的機會，才能進一步瞭解其研究概要，並打聽他是否有研究計畫支持學生作研究助理(Research Assistant)，簡稱 R.A.。有的教授會問你以前的成績，或要求先念一個學期，有了美國的成績以後再去找他。當你與幾位教授都談過以後，作好決定，接下來是把這位元教授給你的資料研讀一番。有看不懂的地方，再去找他，讓他覺得你很有心，不要傻傻的直等到一個學期以後再去找他。如果有好的成績當然要立刻讓他知道。有的教授有所謂的“試用期”，先付學生少量的錢，在實驗室打零工，這也是一個很好的表現機會。

指導教授的選擇對一個人的影響很大，尤其對於博士研究生：小從研究題目的確定，念書時的經濟資助，大到何時可以畢業，甚至畢業後的就業問題。所以在選擇時不可單貪圖一時的方便(譬如語言上)或是一時的經濟資助。教授的名氣也不是唯一的準則，指導教授的人品才是最重要的!這可從與他(她)的交往和從他(她)現有的學生或博士後研究員口中得知。前車之鑒，數不勝數，不可不慎。

中國同學會

羅切斯特大學中國學生學者聯誼會（ Chinese Student and Scholar Association at the University of Rochester, CSSAUR）給同學們提供很多的幫助。CSSAUR 的 Group Email 上經常有人發出有用的資訊如各類活動消息，Moving Sale，Car pool，賣車，等等。

To subscribe or unsubscribe group mail， email to majordomo@cc.rochester.edu， with body "subscribe cssaur" or "unsubscribe cssaur".

Websit： <http://www.cssaur.net>

BBS： <http://bbs.cssaur.net>

CSSAUR 今年主席是 羅熙，電話：585-733-3432，Email: juvenshe@gmail.com.

UR TSA 羅徹斯特大學臺灣同學會

web: <http://sa.rochester.edu/urtsa/>

email: urtsa2008@gmail.com

RIT 中國學生會(RIT CSSA)的聯繫郵箱為： ritcssa@gmail.com

MCC 中國學生團體 MCC Chinese Culture Club 的連絡人是：Jasmine Tang，電話 292-2000， phone mailbox 6520， E-mail: jtang@monroecc.edu

生活情報指南

理財資訊

銀行開戶

剛抵美國，身懷鉅款，第一要事就是要趕快去銀行開戶 (open an account)。在日常生活中，使用支票如同使用現金一樣，甚至更方便安全。像要郵寄電話費、電費就得用支票。不過當你外出遊玩時，只有現金，旅行支票或信用卡可用。

1. 選擇銀行要考慮:

1. 規模要大的，所提供的服務比較完善且穩固，不過利息比較低（約低 1%）。有一些叫 Trust and Loan 的公司，給的利息會較一般銀行高，不過服務範圍較小，也容易倒閉。還有一些網上銀行，比如 ING Direct，利率較高，也有聯邦風險保障。
2. 離學校和所住的地方有多遠。
3. 是否在校內設有 24 小時自動提款存款機 (automatic teller machine-ATM)。
4. International Money Order 要多久才可換到現金。
5. UR 用 Chase 和 HSBC 的比較多，Todd Building 有 Chase 銀行，圖書館門口有 ATM，Medical Center 也有 Chase。

2. 開戶必備證件

護照、社會安全碼(Social Security Number，可用 I-20 上的臨時號碼，對於新生可能有政策不需要社會安全碼，但是需要由學校國際學生處 ISO 出具的證明)、學生證(或其他有照片的 ID)、通訊位址和電話(可用臨時住處的，確定之後在到銀行更改)。學生證可憑 I-20 事先至學校申請。可以找有 Chase 帳戶的同學，他們也許有 coupon，你用 coupon 辦帳戶，Chase 會給你的帳戶打 10 美元以上。

3. 戶頭種類

支票帳戶(Checking Account)與儲蓄帳戶(Saving Account)是必備戶頭，若有多餘的錢則可存在定期存款戶(Certificate Deposit，簡稱 CD)，利息較高，但必須在約訂期限後才可領取(一般有三個月、六個月、一年、十三個月期到二年不等)，若不得不提前解約，則須支付解約金。

4. 自動提款卡(ATM Card)

開戶後，會分別收到銀行寄來的 ATM Card 及密碼(Pin number)，有了這兩樣，就可到

24 小時營業的自動櫃員機(ATM)去存、提款、轉帳和查帳。非不得已，請不要在別家銀行的提款機領錢，手續費很高，很不合算。很多銀行的 ATM 卡也是 Debit Card，此卡與一般信用卡的作用相同，買東西時不必付現金或支票(只能在接受信用卡的商店使用)，卻完全不具有信用價值，表面上像是使用信用卡，實際上是使用支票，存在的理由是方便一些申請不到信用卡的人。

注意：密碼要記牢，通知單最好撕毀，但別把密碼寫在 ATM Card 上，卡片使用完畢勿忘拿回，萬一遺失必須儘快通知銀行掛失及補發。

5. 網路服務

幾乎所有的銀行都提供網路服務，開戶時，可順便申請帳號及密碼。網路服務包括轉帳、查帳、繳交帳單等，各家銀行的服務不一，請參閱銀行的相關資料。可以網上交房租，還錢等等，銀行會寄支票到相應的位址，你就不用填支票了。

****婆婆媽媽的話****

1. 開戶後，銀行所發給你的相關資料，一定要詳細閱讀，如手續費、額度、轉帳次數及其它服務等，若有不明白要問清楚。
2. 最好養成對月報表的習慣(信用卡帳單、電話帳單亦同)，若有支票金額不對或不明原由的費用等，都可向銀行問清楚，不要平白蒙受損失。
3. 夫妻可使用同一帳戶，只要開戶時一同去銀行，便可共用支票及取得兩張 ATM 卡，方便很多。申請信用卡時，亦可為伴侶申請副卡。
4. 多多利用網路或電話查詢帳戶情形，避免不必要的手續費或罰款。

信用卡取得

剛到美國，沒有信用度可備查，所以較難申請；但開學期間，很多信用卡公司，如 City Bank、AT&T、American Express 會到學校促銷，可每家都試試看，而且還會送實用禮物，可說是一舉兩得。當申請到一張卡並使用後，按期付款，過一段時間有了信用歷史，再申請其它的卡就容易了。不過，現在 Chase 銀行也可以在新生沒有信用記錄，也沒有社會安全碼的情況下，辦理信用卡。

1. Visa or Master Card

大多免年費，由銀行或銀行與廠商合作，提供消費紅利(購物的 1%-5%)，例如 Chase、City Bank 與 Shell 加油站，Bank one 與 BP 加油站合作等，幾乎所有商店都收。

2. American Express (AE)

免年費(也有多種不同帳戶，詳閱申請書)，買機票有優惠，大多數商店都收。

3. Discover

免年費，每年依消費額度有紅利可領，多數商店都收。

****婆婆媽媽的話****

1. 信用卡不必多，累積信用在同一張卡上，一可減少每月的各類帳單，二來可使你的信用卡升級為銀卡或金卡，提供更多優惠。每個月務必對帳單，一旦有不明公司的消費，要向信用卡公司問清楚，這常是不經你同意又擅自銷售或加入某計畫的結果，因美國郵購或電話購物很普遍，不須簽帳也會有消費記錄的，不能不小心。信用卡付款的方式有兩種：一是完全付清，另一是支付部分(但必須付高過它的 **Minimum Payment**，而遲付部分被收的利息非常高，要記得理性，節制消費)。盡可能在 **Grace Period** 之內，**Due Date** 之前付清，則不會被收利息。

2. 美國人的一切分期付款行為，都建立在 **Credit History** 上。如果一點歷史都沒有，就和有非常壞的歷史一樣，不為商家所接受。收到信用卡、電話、水電帳單等要即時付款，以保持好的信用歷史。

住屋問題

租屋常識

大凡來美國求學的留學生都住在出租公寓裡。找公寓有時會是一件十分棘手的事情，既要地點合適，又要租金適中，還要樣式滿意，實在不太容易。

對於學生來講，公寓出租的消息可以有以下的來源：老生介紹，學校 Housing Office 的租屋廣告，Dining Hall，Student Center 以及其他校園中的廣告欄上也常有租屋啓示，或到超級市場（如 Wegmans，Tops）、平價百貨商店（如 Wal-Mart）拿取免費租屋指南（Apartment Finder），CSSAUR Mailing List，還可以買當天報紙，查尋公寓租賃的消息。租屋前，先要將位址看好，把看中的區域劃出來，再比較租金和條件，如公寓大小，有無包水包電或包熱水取暖，之後就可以打電話預約看公寓了。

當然了，公寓的找法和好壞標準見仁見智，涉及個人的喜好及需求，在此不一一深談，只就租屋所應具備的基本常識舉列一二如下。

一、與出租人的承諾 – 租約

旅美的留學生中，除了攜家帶口的，大多與他人一同分租一間公寓。無論幾個人同租，責任和義務一定要先弄清楚。在美國這個處處講究法律的國家，租屋合約無疑是支配業主與住客之間關係的法律檔，具有約束性的同意書，當中列出雙方要遵守的條件和規定。租約因不同的出租公司而定，其內容可多可少，但通常包括下列各項：

- 業主與住客的姓名；租出公寓之位址及單位號碼；租約之有效期；月租 金額；定金的數目；租約的開始及結束日期。
- 出租人的責任（如是否提供暖氣、冷熱水、瓦斯，並有責任修理下水管道、暖氣、空調及電路系統等）
- 租屋人的責任（如不得變換公寓內任何設施，不得分租或轉租給他人，以及遲交租金的處罰等）
 - 對於意外事故的處理（如遇淹水、火災等）
 - 對於其他細節的規定（如可否養寵物、對鄰居有抱怨）
 - 對於毀約、提早解約的規定

縱使沒有任何書面合約，業主與住客的關係仍然存在。若住客按月支付租金，稱為按月計算的租客，只要某一方在卅日前通知(有些是二個月前)，便可終止雙方的關係。

要成功地驅逐租約中的住客，業主一定要持有效的法律根據，最普遍的一種是住客欠租。其他如租約已滿期，但住客卻拒絕遷出；住客不讓業主在有需要的情況下進入公寓；住客沒

有保持公寓清潔；在沒有獲得業主的同意下，住客分租或轉租該公寓給其他人；有些業主還規定住客被鄰居正式抱怨三次就可予以驅逐。

二、與其他租屋人之間的承諾

租屋人不僅要與屋主(Landlord)有合約的承諾，還要與其他租屋人或稱同屋(Housemate)有一定的彼此承諾。這種的承諾可以是口頭，亦可以是書面，以前者為常見。(在美國，書面承諾才具有法律效力，保護應有的權益不受侵犯。)它包括下面一些內容：

- 所應分擔的租金(或者再加上定金)。一般公寓，無論二房或三房均有一間主臥室較大，分擔房租時，住大房者平均多\$10-40不等，可與室友協調。
- 交付租金的時間
- 所應分攤的其他費用(包括電費、水費、電話費、瓦斯等)
- 所應分擔的義務(包括清潔、打掃等)
- 對於生活細節的認定(如起居習慣、愛好)
- 對於轉租的認定(要先確知可否允許轉租，以免與屋主發生糾紛。另外轉租人與原租人間的責任分擔也應有清楚的認定，以免將來有麻煩時處理不清。)

學校附近大型公寓群簡介

- Rustic Village 424-4380

999 East Henrietta Road

www.rusticvillageapartments.com

一室或兩室公寓，條件優越，但價格稍貴。RIT 一些學生住這裡，乘公車上學方便，現在 UR 也有從 River Campus 到 Rustic Village 的校車。

- Crittenden Way Apartments 424-2680

249 Crittenden Way

Rochester, NY 14623

一室或兩室公寓。

- Elmwood Manor 271-8740

On Lilac Drive, off Elmwood Ave.

www.elmwoodmanorapts.com

studio, 一室或兩室公寓, townhome。價格適中，離 UR 較近，離 RIT 較遠。

日常生活購物

UR 校園附近

1. 步行可以到達的地方[在 Mount Hope Ave.(Rt. 15)]上：

速食店：McDonalds，Wendy's，Subway(近 Goler House)，Burger King(近 UPK)

亞洲店：光盛 (1667 Mount Hope Ave.，Tel：461-3180，Mount Hope Plaza 內，近 UPK，中國貨爲主)；Chang's Oriental (1867 Mt. Hope Ave.，Tel：426-7660，Rt.15 與 Westfall Rd. 路口南邊，韓國貨爲主)

2. 搭公車可以到達的地方：

Wal-Mart(1200 Marketplace Drive，平價購物中心，兼營副食)

Wegmans (650 Hylan Drive)，Tops (1100 Jefferson Road) (本地連鎖食品超市)

Market Place Mall 及周圍的商店群 (Jefferson Road 沿線，Rt.15 &15A 範圍)

3. UR 在週末都有從 River Campus 開往 Market Place 以及 Public Market 的校車，方便同學採購。

食物雜貨

1. 西湖食品店：

85 Commerce Drive，Rochester，NY 14623. Tel: 334-0372

2. Lee's Oriental Food：

900 Jefferson Road，Rochester #1-1，NY 14623. Tel: 272-7020

3. 永發超級市場：

4 Lake Ave.，Rochester，NY 14608. Tel: 546-1250

4. 海源公司：

971 South Clinton Ave. Tel:271-3705 (與 Goodman Street 交叉口的南邊)

5. 亞洲超市：

Brighton-Henrietta Townline Road. (與 West Henrietta Rd.交叉口的東邊)

6. Public Market:

位於 downtown (280 North Union Street) 的農貿市場，每二、四、六上午營業。新鮮蔬果，物美價廉。

日常用品及電器

1. 日常用品：除超市外，平價商店如 Wal-Mart 等，大批發店如 Sam's Club、BJ(需購買會員證方能入場購物)。Big Lots， Family Dollar， Dollar Tree 等，提供更便宜的物品。
2. 電話卡：可在網上訂購：www.firstphonecard.com， www.phonecardonsale.com
3. 電器及文具：除平價商店及大批發店外，專賣店如 Best Buy、Circuit City、Office Max、Office Depot 及 Staple 等可提供更多更好的商品選擇。
4. Yard sale /Garage sale/Moving sale：可以買到又好又便宜的二手物品，但得花時間逛，大多在週六的早上。可開車尋找或網上、報紙查詢。
5. 加入學生會的 group mail list， 可收到校內和校外朋友發出的二手貨訊息。
6. 郵購和網路購物：有時可以買到較便宜的貨物，但得花時間找尋，且無法知道物品的品質，所以最好在市面上看過該貨物，或比較過後再買。初到美國沒有信用卡無法在網路上消費。有信用卡也要小心網路上當。以下網頁僅供參考：

www.bestbuy.com

www.slickdeals.net

www.circuitcity.com

www.techbargains.com

www.pricegrabber.com

www.pricescan.com

www.fatwallet.com

www.ubid.com

www.dealsea.com

<http://rochester.craigslist.org/>(網上買賣舊貨)

購物折扣

1. 本地報紙 Demorat and Chronicle 經常會登載各商店的減價消息，周日的報紙都會贈送各類的折價券(coupon)，這些折價券可以在超級市場使用，有的超級市場還給予雙重折扣 (Double coupon)。
2. 有些商店可免費申請貴賓證或購物證，可享受該商店的折扣活動，在該店的顧客服務處可以立即申辦(須有 ID)。
3. Mail-in Rebate (郵寄回扣)是一些商場和網頁常用的促銷方式。要記得購買後及時按照回扣要求寄去相關材料如收據，包裝上的條碼等。若未按期收到回扣支票，可打電話去詢問。

****婆婆媽媽的話****

1. 美國的商店均有提供退貨(Refund)的服務，但必須憑收據並在有效期間內至服務台辦理退貨，每家商店的退貨有效期規則可到服務台的刊板上查看。所以收據可不要亂丟。
2. 如果商店的折扣品已售完，可至服務台索取 Rain Check，當貨物補齊後(大多過了折扣期)，可憑 Rain Check 來購物，售價是 Rain check 上的折扣價。

常用換算

長度(Length)

1 inch (in) = 2.54 釐米

1 foot (ft) = 12 in = 0.3048 米

1 yard (yd) = 3 ft = 0.9144 米

1 mile = 1,760 yd = 1.6093 公里

面積(Area)

1 square foot = 0.093 平方米

1 acre = 4046.86 平方米

1 square mile = 640 acres = 2.59 平方公里

體積/容積 (volume/capacity)

1 teaspoon (tsp) = 5 毫升

1 tablespoon (tbs) = 3 teaspoons = 15 毫升

1 cup = 8 fluid ounces (fl oz) = 16 tablespoons = 237 毫升

1 gallon = 4 quarts = 8 pints = 16 cups = 128 fl oz = 3.7854 升

1 bushel = 35.239 升

1 cubic inch = 16.387 立方釐米

1 cubic foot = 0.0283 立方米

品質/重量 (mass/weight)

1 ounce (oz) = 28.35 克

1 pound (lb) = 16 oz = 0.4536 公斤 \approx 9 兩

[速算例: 130 lb \approx (130-13) 斤 = 117 斤]

溫度 (temperature)

華氏(fahrenheit) 轉攝氏(celsius): 1) 減去 32 ; 2) 除以 1.8

(速算近似: 減去 30 除以 2)

{例: 80 F = [(80-32)/1.8] C = 26.66 C , 或取近似 80 F \approx [(80-30)/2] C = 25 C}

攝氏(celsius) 轉華氏(fahrenheit): 1) 乘以 1.8 ; 2) 加上 32

簡易食譜

溫馨提示：廚房裡面有煙霧探測器，廚房油煙太多的時候，它會響。

在 Walmat 的海鮮區附近，有非常精美的食譜卡片，對還不熟悉做飯的同學不失為好的教材

紅燒肉

材料：水和醬油的比例為 4:1，蔥，薑，冰糖適量

做法：將豬肉切塊，至於鍋中，以水和醬油淹過豬肉的量，加蔥薑，以大火滾開，關小火燜一小時後，再加冰糖，再燜半小時即可。可按照個人喜好，往裡面加土豆、黃豆、粉條、白蘿蔔等。

生菜肉鬆(豬肉餡，蔥頭碎，青豌豆)

原料：豬肉餡 10oz，甲作料(醬油、米酒各半匙，澱粉 2 小匙)1 份，蔥頭碎、慈姑、青豌豆各 1oz，幹蘑菇 5 個，生菜葉數片，米粉 2oz，作料(醬油、水各 1 大匙，澱粉、鹽、香油各 1 匙，胡椒粉適量)1 份，花生油適量。

制法：1．肉餡用甲作料醃制，幹蘑菇切絲，生菜葉洗淨。

2．熱油鍋乾炸米粉，控油裝盤；鍋內留油燒熱，放入肉餡和蔥頭、蘑菇、慈姑，大火煸炒，肉熟後加入青豌豆和乙作料翻炒，裝入米粉盤內，拌勻。

3．用生菜葉包好即可食用。

牛肉燉蘿蔔

原料：牛肉 10 oz，白蘿蔔、胡蘿蔔各 2oz，鹽、醬油、料酒、糖、黑胡椒粒。

制法：1．牛肉洗淨，下熱水燙過，撈起瀝幹，切塊；白蘿蔔、胡蘿蔔削皮，切成小塊。

2．牛肉放入鍋內，加調味料和適量水，大火煮開後轉小火，煮約 40 分鐘，再放入蘿蔔塊同煮，至肉爛即可。

碎肉蒸蛋

往碎肉中加點油、鹽、一點醬油、糖，調好；往上面混合物中打蛋，打勻；加一點水，不要太多；架在電鍋裡面蒸，米飯好，碎肉蒸蛋也好了，易做好吃。

紅燒魚

魚：光盛有活的鯽魚賣

魚洗淨，晾乾水，裹上麵粉

燒熱鍋，放少許花椒，過一會兒倒油，油熱後，放魚進去，等魚的兩面成金黃色，拿出魚。

調好調味料：適量的水、料酒、生抽、醋、糖、鹽。

往鍋裡放適量蔥薑蒜，炒出香味之後，把魚放進去，倒入調味料，大火燒，等調味料收得差不多時，就可以盛出來了。

烤雞腿

材料：大雞腿(在美國，帶骨頭的肉食一般都很便宜)，鹽、醬油、料酒少許

做法：將大雞腿抹上適量的鹽、醬油、酒，醃一小時以上。將雞腿擺放在有滴油的烤盤上，以 375 度烤 50 分鐘即可。(若沒有滴油的烤盤，一般的也行，但較不酥脆。)

交通問題

初來美國，大凡不住在大城市的新同學都有一個相同的感觸，那就是出門難。這種出門難是相對沒有代步交通工具而言，特別是當習慣了大城市便利快捷的公車設施，更會對中小型城市的公車或多或少地產生一些失望。公車的時間表和路線圖可看網址：

<http://www.rgrta.com/SchedulesMaps>

在羅城住上一陣子的朋友就會發現，不僅搭公車有諸多的不便，就算是想要以自行車（腳踏車）代步，主要也是在校內。因這裡的許多馬路都沒有為騎車人作特別的設計，於是騎車人與快速行駛的汽車齊頭並進，平添了許多馬路上的驚險感。爲了行動方便及安全，最好是自己開車。因此，一旦住所安定下來，經濟能力許可下，很重要的事就是趕快選部好車並學會開車。

如何選購一部汽車

1. 根據你的需要，決定車型(四門車、二門車、旅行車等)。
2. 根據車廠的信譽和車型的評估，決定選購的牌子。
3. 按預算範圍，決定車內配附件的多寡。消費者雜誌推薦下列的選項：
 1. 空調系統 (Air conditioning)
 2. 收音機或卡帶或 CD (Radio and/or cassette and/or CD player)
 3. 動力方向盤 (Power steering)
 4. 自動排檔 / 手排檔 (Automatic transmission / Manual transmission)
 5. 車外後照鏡 (Outside mirrors)
 6. 後車玻璃除霧器及雨刷 (Rear-window defroster and/or wiper)
4. 根據「購買新車指南」 (*New Car Cost Guide*) 計算新車的 Dealer Invoice 及 Suggested Retail 的價格，或根據「買舊車指南」 (*N.A.D.A. Official Used Car Guide*)，按舊車的年份、車型、哩程和配備等，計算該車當月份的市價 (Retail price) 或折舊換新價(Trade-in)。(*New Car Cost Guide* 和 *N.A.D.A. Official Used Car Guide* 可洽詢公共圖書館、銀行或保險公司，網址 <http://www.nada.com/>)
5. 買舊車時：
 - a. 要考慮到年份、狀況及碼表哩程數，保養狀況良好的車子值得考慮。
 - b. 舊車可從下列處選購：
 - 專賣新車經記人的舊車部
 - 專賣舊車的經記人

- 個人處(報紙或網路廣告)

c.看到合適的舊車後，按其年份、碼表哩程數、配備、款式等從 *N.A.D.A. Official Used Car Guide* 計算該車的價格。

d.可考慮選擇在 www.carfax.com 上花 25 元購買為期一個月的帳戶，其間可以不限次數輸入汽車的車輛識別號碼(VIN， Vehicle Identification Number)以取得該車的歷史記錄(曾有多少車主，有無出過嚴重車禍，報廢等)，到 mitbbs 的車版常常有很多人提供幫助免費查詢 carfax.

e. 靜態驗車包括：

- Shock absorber test on 4 corners
- Wheel suspension test (push and pull wheels)
- Check tire thread for uneven wear
- Check brake system (踩煞車踏板一分鐘內，踏板不下沉)
- Outside and underframe rust inspection
- Inside inspection for gages， controls， all lights， radio， air conditioning
- Check fluid levels

f. 動態試車包括：

- Transmission test for smooth shifting including reverse
- Steering test for right and left turns
- Steering wheel test when still， check for noise
- Brake test at 45 mph.車輛不應搖擺或有刹車的雜音
- Fuel mixture/piston test，等車降到 25 mph 後，急加速看排氣管是否冒藍煙
- Temperature check 車行駛一陣後看儀錶板顯示引擎溫度是否正常
- Pull to sides

g. 試車後，談價錢以前，可將看中的車子開去給信用可靠的汽車檢修工 (Mechanics) 檢查車況及做下列試驗：

- Cylinder compression test
- Brakes inspection
- Check for oil leaks
- Check for old repairs
- Belts and hoses
- C.V. joints and boots
- Suspensions
- Muffler
- Cooling system

這些檢查大約要\$40-\$60，但非常值得。請 Mechanics 將檢查到的毛病及修理的費用做估價表。

h. 按照 6.c 的舊車行情及 6.g 各樣修理的費用，向車商或車主議價，求一個合理的價格，如售價包括保用款項(Warranty)，應寫明包括項目、期限。

i. 相關網頁：www.kbb.com，www.cars.com，www.autotrader.com

6. 買新車時：

a. 多到幾家賣同一車型的汽車經記人(Dealer)處試車、看車。

b. 檢查車內的安全設備(如安全帶等)、駕駛者的視野、各樣配件開關是否容易操作、放行李的地方夠不夠大、顏色是否喜歡等。

c. 耗油程度是否可以接受。

d. 選定車子後，一定要試車。檢查噪音程度是否正常，車子的操作是否便利，換檔是否平順，倒車檔是否正常，儀錶顯示、各樣開關、車內外燈光是否正常，剎車是否平穩。交車前把各樣小毛病修好，可免日後的麻煩。

e. 新車講價時，由 Dealer Invoice 講起，再比較其他車行所議的最後價格作決定。除了價錢以外，售後服務的便利及顧客的滿意程度也應列入考慮。

f. 注意經記人巧立名目的專案，如有不明白或不合理的專案要談清楚或除去。

g. 如有舊車要 Trade-in 時，等一切新車價格都商定後，再提出來談。

h. 新車買賣與經記人簽約時，要詳讀條文，並請經記人的經理簽字。

7. 迅速買保險及辦理過戶手續。

8. 州政府規定，車子如搭載嬰兒或孩童，應為他們準備合適的 car seat。

怎樣獲得汽車駕駛執照？

紐約州法律規定，駕車者必須持有合法有效的駕駛執照，頒發駕照的機構是州交通部下屬的機動車管理所 (Department of Motor Vehicles)，簡稱 DMV。DMV 在羅城地區的辦公地點有多處，你可前往這些地方申請駕駛執照。最近的辦公地點在 2199 East Henrietta Road (Suburban Plaza)。DMV 電話 1-800-225-5368；或查詢 [http:// www.nydmv.state.ny.us](http://www.nydmv.state.ny.us)。獲得駕駛執照必須經過兩個步驟，即：首先應申請一個實習許可證 (Learner's Permit)，然後才能學習駕駛。持這種許可證開車時，在車的前排乘客座位上，必須有一位持有該類車正式駕照的人一同上路，否則違法。

當你確信自己掌握了駕車技巧，熟悉了本地區的交通規則及交通信號後，才可申請正式駕照 (Driver's License)。

一、申請實習許可證 (Learner's Permit)

A. 首先要有一本《駕駛員手冊》(Driver's Handbook)，該書可在 DMV 的各個辦公地點免費索取，也可以由 DMV 的網站下載。該手冊詳細介紹了本州的道路法規、交通規則、信號標誌及一切有關駕駛的內容，希望能花時間熟讀，大多數考試題目均可在書中找到相應答案。

B. 當你認為有把握進行筆試時，可前往 DMV 進行筆試，在申請進行筆試前，你必須準備齊全相關的檔(詳細說明可查閱駕駛員手冊)：

C. 實習許可證不僅是學習駕駛汽車的第一步，而且可以當作個人身份證。它可以代替學生證、護照，是買東西出具個人支票時攜帶方便的身份證明。

二、申請正式駕照 (Driver License)

只有通過實際駕車上路考試，才能拿到正式駕照。

A. 在申請路考前，須先到 DMV 網站上預約考試時間和地點。同學們常去的考點有 Emerson Street 和 East Rochester 等。(Emerson 的路況比較多簡單，比較類似 UPK 傍邊的社區，推薦選這裡)

B. 考官在與你上路前，通常會要求你依次打開車前燈、方向燈、剎車燈、緊急燈等，然後再上路考試，考試過程中，不得有朋友陪伴。

C. 通常路考的時間為 5-15 分鐘，內容可能包括：

1. 啟動、停車 (Stop)、趴車 (Park)、平行趴車 (parallel parking)，倒車。
2. 依據各種道路標誌和交通訊號燈做適當的反應。
3. 跟車、超車、被超車、緊急剎車。
4. 換道 (lane)、轉彎、以及在不太寬的路上進行三點掉頭。
5. 開車的姿態。
6. 如果是手動排檔的車，還包括換檔、離合器的使用等。

D. 路考通過後，考官會給你一張簡易證明當作臨時駕照，正式駕照將會郵寄到你家裡。如果不通過，需要再次預約路考時間。拿到駕照後，千萬不要過分得意，請記住從你獨立開車的那天起，每次開車上路都是考試，而且必須通過。祝你成功！

婆婆媽媽的話

1. 考路考時，監考官最重視你有沒有“很小心地”開車。你知道有人早會開車了，或者學的很熟練，駕車技術可說是到了如火純青的地步，但卻沒考上，為什麼？因為技術太好，動作太快，太俐落了，考官“看”不到他很小心地開車。所以奉勸各位新手或老手，在美國考駕照時，別忘了多多“左顧右盼”且不時地察看後照鏡，轉頭的動作要清楚，讓考官“看”得到你的“小心”。

2. 拿到駕照後能獨立開車是很讓人欣喜的事，但從今以後要獨自一人開車才是大學問。筆者在此期盼新手最好練熟後再去考駕照，千萬不要勉強去考駕照，萬一幸運

的拿到駕照，以後上路沒人指導，碰到問題才是大麻煩，千萬別把開車當遊戲，太危險了。

3. 多數人學車時只是在地方道路(local road)上練習，未曾上過高速公路(highway)。拿到駕照後頭兩次上高速公路時最好請在 highway 上駕駛熟練有經驗的人坐在旁邊幫忙指導。多年前筆者的一位大學同學拿到駕照後自己開車上高速公路，第一次就出了車毀人傷的嚴重事故。

4. 冬季在雪地上開車時，無論車子有多麼先進完全的防滑措施或配置，慢速行駛和保持車距永遠是最基本和必要的。當必須剎車時，應及早減速，點剎(多次輕點)，防止猛踩剎車造成車輛打滑失控。要牢記安全第一，莫讓國內父母親人擔心!

車輛故障的徵候

使用汽車如若發生下列情形，可能有若干原因，應儘早將車送修：

- 1.自動排檔換檔時不平順，不上高速檔，或有齒輪相磨的聲音
 - a. 變速箱油液不足
 - b. 調速器失效
 - c. 離合器內部損壞
- 2.剎車時有金屬摩擦的聲音
 - a. 剎車片磨損
- 3.踩剎車踏板時，踏板鬆軟或下沉
 - a. 剎車管路中有氣泡
 - b. 剎車管路系統漏油
- 4.冷車時，引擎顫抖
 - a. 阻風門(choke)需要調整
 - b. Emission control system 失調
 - c. 油門不順
- 5.引擎加速時有連續的「答答」聲(knocking)
 - a. 先改用 unlead plus 或 super unlead 的油看看情況有沒有好轉
 - b. Timing belt 需要調整或換掉
 - c. Emission control system 需要保修
6. 車內廢氣味道很重，或引擎排氣系統有漏氣的聲音
 - a. 排氣管漏氣
 - b. 車輛板金有縫

- c. Muffler pipe 漏氣
- 7. 手排檔不易上檔或容易跳檔
 - a. 變速箱油液不足
 - b. 離合器需要保修
- 8. 汽車拉向一邊
 - a. 輪胎漏氣
 - b. 左右邊的胎壓不同
- c. 前輪定位失調(Front-end alignment)
 - 9. 車子上下擺動
 - a. 避震器失效
 - b. 懸吊系統 (Suspension system) 失效

汽車維護摘要

一、氣：

1. Air cleaner (月查，10，000-20，000 miles 換)
2. Vacuum lines and hoses (月查) to PCV，EGR，power brake，etc。
3. PCV valve，Charcoal Canister (20，000 miles 換)
4. EGR vlave (半年查)
5. Exhaust pipe，catalytic converter，muffler，tail pipe (半年查)
6. 冷氣系統 (周查)，必要時加 freon，可保夏涼。
7. Sight glass (月查)

二、油：

1. 汽油：

Fuel filter (20，000miles 換)

Fuel additive (carburetor，fuel injector cleaner，fuel line antifreeze) 每兩月至每半年

2. 機油：

Multigrade (10w-40) motor oil： 3000-5000miles 換 (月查)

Oil filter 5000-6000miles 換

3. Transmission fluid (月查)：top it with correct fluid，do not overfill

Fluid and filter，20，000-30，000mils 換

4. Power steering fluid (月查)：不要使用 transmission fluid

5. Grease job (每半年)：ball joints，steering joints，hoods and door joint

三、水：

1. Antifreeze: 每兩年更換，更換前先清洗，使用 50/50 (Antifreeze/water)
2. 水箱水位 (周查)
3. Cooling system : hoses , belts , heater hoses , hose clamps (月查)
4. Windshield washer fluid (月查)

四、電：

1. 蓄電池水位(月查，多數新型電池不需)：添加時使用蒸餾水或 demineralized water
2. Battery posts: 每半年 cleaning
3. Battery tester 之使用
4. Spark plugs and rotor: 10,000-20,000 miles 更換 (tune-up)
5. Ignition cables (半年查)，偶而夜間檢查
6. Timing belt: 某些車種規定 60,000 miles 時更換
7. Alternator belt tension (半年查)
8. 電線 insulation (半年查)，oxygen sensor
9. Neutral switch (半年查)
10. Jumper Cable 隨車帶
11. Multitester 之使用

五、車體：

1. 清洗(每兩周或大雪過後，或至少在開春時去洗車房清洗車身，車底，以去除冬季路上融雪鹽的殘留腐蝕。)
2. Touchup point 與 spray paint 的防銹功能
3. Undercoating 與車體防銹
4. Windshield shade 能保護車內塑膠部分

六、車輪：

1. Tire size 要統一，不可混用 radial 與 bias ply tires
2. Tire pressure (月查): 25-35psi，小備胎: 40-60 psi (Tire gauge)
3. 適時作 balancing 或 alignment (Toe in/out, camber, caster)
4. Tire quality standards, Treadwear 100-300, Traction A, B, C, Temperature A, B, C,
5. 紋路深度 (Tread depth): 不得低於 2/32 英寸(一美分硬幣倒插在輪胎紋路間，林肯像的頭頂不可露出)，否則要換新輪胎。
6. 冬季可考慮換用雪地輪胎(snow tires)，以減少路上打滑。磨損較多，接近光禿的輪胎在雪地上防滑性最差，入冬前應更換(snow tires 或新的 all season tires)。

七、剎車：

1. Brake line (橡皮部份)和 brake fluid level (月查) 添加 brake fluid 時，小心不可滴至車體，會損車漆
2. Brake shoes (drum brake) 與 brake pads (disc brake)的厚度檢查(每半年) 最低厚度不能少於 1/8 inch
3. Parking brake 的調緊，宜在 4 格到 10 格間。可用 shoe adjustment 或 cable adjustment，以前者較妥。
4. 剎車 pedal 被踏後徐徐下沉，表示 master cylinder seal leak 需要更換

汽車保險與意外處理

汽車保險：

1. 至少比較兩家保險公司，再做決定。
2. 汽車保險一般可分兩類：第三責任險(liability)與全險(comprehensive)，本州法律規定每部車至少要保第三責任險。
3. 每類保險再下分為醫療費用(medical payment)、身體傷害險(bodily injury)與物險(property damage)，保額愈高，保險費用亦提高。車齡、車型、駕照年數、記錄(record)亦有關係。
4. “全保”有自付額(deductible)之規定，一般新車在 50-150 元，舊車在 100-200 元之間為普遍。
5. 決定之前，向朋友或老生打聽一下，若價錢相差無幾，宜選擇信譽好的公司，若公司有“糾纏”前科，處理脫緩等，絕不考慮。

意外事故處理：

1. 不要與對方爭理，不要移動車位置
2. 迅速找一、二位目擊者，或抄下車牌(車型)
3. 抄下對方車牌號碼
4. 請路人通知警方，或自己撥 911 報警
5. 遵照警方指示，完成雙方記錄
6. 問下員警名字、電話號碼
7. 通知自己的保險經紀人，告知情況
8. 若保險公司負責修理車子，開去兩家修理廠要求估價(estimate)，寄給保險公司
9. 若身體受傷，不要匆促與保險公司簽字和解，觀察數周後再做決定

****婆婆媽媽的話****

1. 中國人一向很有禮貌，即使自己沒錯，也習慣說對不起，這在意外事故發生時，會很吃虧的，所以千萬別隨便說“I am sorry”。

2. 保險公司會依你的開車紀錄，每年加減你的保費。如果你一直是優良駕駛，你的保費會下降。如果你有超速、被開罰單或車禍賠償紀錄，那你的保費會再下次保單開始三年內，被提高保費。連續三年無肇事紀錄，則可減低保費。所以奉勸諸位，開車請小心，這不僅爲了荷包，也爲了身家安全。

3. 擁有一部車，的確方便不少，但保費、修車費的開銷也不少，所以選購一部好的舊車很重要。如果你是單身，也不喜歡亂跑，搭便車，公車購物、出遊也是一個節約好方法。

美國汽車協會(AAA)簡介

美國汽車協會（American Automobile Association，簡稱 AAA），又稱“Triple A”，是特爲開車人而設立的全國性的機構，向會員提供多種的路況服務（例如拖車、援救、換輪胎、開鎖等）以及旅行幫助（例如免費定票、地圖、旅行指南(Tour Books)、旅行策劃等）憑會員證在一些商店，景點，租車行，旅館有折扣，且一年有四次拋錨時免費拖車。舊車易生“狀況”，尤可考慮加入成爲 AAA 會員。根據拖車距離遠近，有兩檔會員，年費不同：若主要在本本地開車，可成爲普通會員，拋錨時免費拖車幾英里；若常出遠門，可成爲 plus 會員，拋錨時免費拖車 100 英里。

A A A Emergency Road Service：461-4100 (Rochester 本地); 1-800-222-4357 (全美)

網址: <http://www.aaa.com>

其它出行方式

去其他城市除了飛機以外，一般可以乘坐灰狗（<http://www.greyhound.com/home/>）或者火車（<http://www.amtrak.com/servlet/ContentServer?pagename=Amtrak/HomePage>）但是經常比較慢，而且比較貴（有時甚至比飛機貴）。如果是去紐約市或者水牛城（尼亞加拉瀑布）可以乘坐 Megabus（<http://www.megabus.com/us/index.php>）經常會便宜很多（甚至偶爾會有 1 美元或者其他低於 10 美元的票價）。另外一個方法就是找 Car pool，cssaur 的 mailinglist 上經常有相關資訊。

郵寄服務

郵局

來到新的環境後，一定想向家人報平安，許多新的體驗亦急於與親朋分享。除了 E-mail，寫信、寄送照片應是個最簡單也最經濟的方法。信封、信紙各個商店均可購得，可是航空郵票、郵資的決定就非得到郵局一趟才可解決了。近來電腦網路日益普遍，美國郵政局也設立了線上資訊服務，其網址為 <http://www.usps.gov>，有興趣的話不妨利用此項服務取得更多的資訊，或電 1-800-ASK-USPS。

UR 在 River Campus 的 Todd Building(也是 Chase Bank 所在)有一個 Post Office，另外在 Medical Center 也有一個 Office。

常用平信郵資

美國國內：1 oz.以內\$0.42(letter)，1 oz 以上每 oz 再加\$0.17；\$0.27(postcard)

國際（除加拿大及墨西哥外）：1 oz.以內\$0.94(First class letter & postcard)，(郵價隨時調整，以當時為準)

UPS

UPS 全名為：United Parcel Service，是面向全美的快遞郵件服務。特點是取件到家、送貨到家，適合於大宗貨物的郵寄。但是須自行包裝，自秤重量，之後打免費服務電話詢問計價並告之住址以便取件。UPS 的運費是與郵件的大小、重量及寄送的距離相關，具體的限制要求請打免費電話（1-800-742-5877）詢問，或查閱其網站 <http://www.ups.com/>。

Intramural Mails

在 University of Rochester，各系之間、各可校區(含 Medical Center 與 Laser Lab)之間，都有學校自身的郵寄系統。只需用專門的信封，填上收信人及地址就可投寄，不用郵資，非常方便快捷；尤其在學習工作繁忙而不能去親自其它校區送相關檔時，很有幫助。

休閒娛樂

旅遊資訊

旅遊點介紹

Lake Ontario：安大略湖北美五大湖的最後一個，羅城就坐落在湖的南岸。Ontario Beach Park 和 Duran Eastman Park 是市區兩個主要的湖濱公園。

Niagara Falls：舉世聞名的尼亞加拉大瀑布位於羅城以西開車大約一個半小時，美加邊境上，Lake Erie 在此流入 Lake Ontario。此乃必去之處。

Letchworth State Park：號稱美東大峽谷。曲折的 Genesee River 在壯觀的峽谷中流過，留下 Upper Falls，Middle Falls，Lower Falls 三個大瀑布。峽谷兩岸有許多開闢的小徑(Trails)，適於健行，貼近大自然。秋季的漫山紅葉吸引無數遊人。

Finger Lakes：紐約上州的“手指湖”地區風光秀麗，且有眾多的州立公園開闢在深山峽谷中，地形奇特，瀑布連連：

Stony Brook State Park， 10820 Rt. 36S， Dansville， NY14437

Watkins Glen State Park， Watkins Glen， NY 14891

Robert H. Treman State Park， 105 Enfield Falls Road， Ithaca， NY 14850

Taughannock Falls S.P.， 2221 Taughannock Park Road， Trumansburg， NY 14886

Buttermilk Falls State Park， Rt. 13， South of Ithaca

Thousand Island：千島湖，位於羅城東北開車三小時的美加邊界上，是安大略湖流入 St. Lawrence River 之處，島嶼星羅棋佈，別墅眾多。

Adirondack Mountains：紐約州東北部的自然保護山區，有許多高山，湖泊，冬奧會曾在此舉辦，乃旅遊勝地。

紐約市，波士頓，Washington DC 等處遊覽，可開車前往，亦可結伴參加從多倫多出發的旅遊團，可在附近上車。

Entertainment

本地向顧客開放採摘水果的果園

Pick-your-own farms and orchards for **Rochester**， **Monroe County**:

1. **Gro-Moore Farms Inc.** - <http://www.pickyourown.org/>, **Strawberries**, pumpkins. 736 Rush-Scottsville Rd., Rush, NY 14543. Phone: 533-1588. Hotline: (585) 359-4345, Email: gbmoore@rochester.rr.com. The strawberry season starts **mid to late June** depending on the weather, started the pick-your-own season Tue. June 13th, 2006 already. Hours for Pick-Your-Own Strawberries: 8am - 8pm Mon-Fri; 8am-6pm Sat and Sun.
2. **Schutt's Apple Mill** – <http://www.schuttsapplemill.com/> U-Pick **Cherries** - **last week in June**. 1063 Plank Rd., Webster NY, 14580. Phone: 585-872-2924. E-mail: DMRDE78@aol.com
3. **Jerome's U-Pick, Grapes**, 6850 Pressler Road, Rt. 53, **Naples**, NY, Phone: 585-374-6112, U-Pick hotline: 1-800-874-2548. June-strawberries and peas; July-red raspberries; Sept-Oct–Grapes and pumpkins
4. **Whittier Fruit Farm** - Apples, blueberries, cherries, flowers, plums, pumpkins, raspberries. 219 Whittier Rd., Rochester, NY 14624. Phone: 585-594-9054. Email: info@whittierfruitfarm.com. Cherries: mid-July, Raspberries: mid-July-early September, Plums: mid-August- mid-September, Apples: Late August-early November, Pumpkins: Late September- Early November.
5. **Green Acre Fruit Farms** – U-Pick Apples, strawberries, Peaches, blueberries, plums. 3480 Latta Rd., Rochester NY, 14612. Phone: 585-225-5926. E-mail: GACRE@AOL.COM
6. **Jack Munt Farm**, Crops: strawberries, 51 Probst Road, **Pittsford**, NY 14534, (585) 624 9423, dmunt8331@aol.com.
7. **Baumans' Farm Market**, Crops: strawberries, raspberries, 1340 Five Mile Line Road, Webster, NY 14580, (585) 671-2820.
8. **Creekedge Farm Market**, 683 Ridge Rd, Webster, NY. Phone: 716-671-6772.
9. **Kirbys Farm Market**, 9739 West Ridge Rd, Brockport, NY. Phone: 716-637-2600. E-mail: linda@kirbysfarmmarket.com
10. **Van Dorn Fruit Farms** - U Pick Apples, 1282 West Ave., Hilton NY, 14468. Phone: 585-392-8264
11. **Cobblestone Farm** - U Pick Apples, 1191 Manitou Rd, Hilton NY, 14468. Phone: 585-392-8422. E-mail: hwyant8422@aol.com

Movies

There are two movie theaters , one is MOVIES10 , the other is Regal Henrietta. Also 2 Bowling centers nearby , these entertainment facilities are very close to UR campus and not that expensive to most of the people , you can find the address and contact info below:

Movies 10

2611 W Henrietta Rd

Rochester , NY 14623

585-292-5840

Bowl-A-roll Lanes

1560 Jefferson Rd

Rochester , NY 14623

585-427-7250

Regal Henritta

525 Marketplace Dr.

Rochester , NY 14623

585-424-3223

Bowlers World

376 Jefferson Rd #7

Rochester , NY 14623

585-424-3720

花絮

★來美後，最會用和最常用的字眼就是“pardon me”。只要聽不懂，就pardon me，對方一定會很有禮貌地再說一遍。特別是在超市，舉凡刷卡“debit”或“credit”，購物袋“paper”或“plastic”，一來不懂意思，二來聽不懂他說啥。某日與好友一同上超市，這回該懂的都懂了，應該可以快速結帳吧?!要離開櫃檯時，收銀員說了一句話，朋友直覺地脫口而出：“Pardon me?”只聽見對方慢條斯理地將話再說一遍：“Have a nice day!”真是太糗了！

★美國人很會與人寒暄客套，不管去哪裡、做什麼，分開時大家都會彼此祝福：“Have a nice day!”或是“Have a good one!”之類的，當別人對我們說“Have a nice day”時，我們就回答：“You too.”表示同樣的祝福之意。話說一天，奕婷去超市買東西，結完帳，店員一面把收據拿給她，一面說了一句話，奕婷習慣性地回了一句：“You too!”話一出口頓覺尷尬。因為店員說的是：“This is your receipt。”

心靈廣場

教會介紹

我們是羅城華人勝利浸信會(Victory Baptist Chinese Mission of Rochester)的一群中國基督徒，因為上帝的真理和博愛而認識了祂。我們大多數都來自中國大陸，也有來自臺灣，香港等，五湖四海，背景也是千差萬別。為了同樣一份愛而走到一起。在我們中間，既有剛來美國的莘莘學子，也有大學教授和各個公司的業務骨幹，還有那些功成名就已經開始享受悠閒的退休生活的老年朋友。恰似人生中的每一個階梯，在我們教會的不同年齡群體中都有所體現。但這些階梯通向哪裡呢？人生的終極目標是什麼？如果您有這樣的疑問，或許我們這裡的熱心朋友會給您一些回答。

如果您已經是基督徒，我們期盼著能和您在主的道路上共同前進。

如果您想發覺生命的真正意義，我們願意和您共同探討。

如果您想瞭解基督教的文化，我們也張開雙臂歡迎您的參與。

我們教會裡有很多和大家年齡相仿的年輕人。我們非常願意和您交朋友。我們教會除了每禮拜天下午四點的主日崇拜，主日學和晚餐，之前有體育俱樂部，有英語學習班，其他時間還組織各種娛樂活動。有每週四上午有長輩聚會和姐妹會，也有週五晚在 UR Whipple Park 的學生聚會和在教會的家庭聚會。我們追求的是身體的強健，更追求精神的富足。如果您遇到什麼困難，請不要猶豫，我們會盡我們的所能幫助您。如果您想更多地瞭解我們，請登陸我們的網頁：www.ChineseVictory.com。在網頁上也可以下載這份羅城手冊的最新版本。我們的地址是 32 Wildbriar Road, Rochester, NY 14623 (距 UR, RIT, MCC 都在十分鐘以內車程)。

我們的牧師來自中國大陸，畢業於北京大學，相信與您會有許多共同語言。歡迎您和馮偉牧師聯繫：電話 585-305-7768，Email：pastorweifeng@gmail.com。

團契介紹

羅城華人勝利浸信會校園團契

初到異鄉，置身於這陌生的環境，你是否感到惶然？面對課業、生活、家庭的種種壓力，你是否重新思想人生意義？你是否在新環境中感到孤單而渴望回家？

我們的學生團契就是留學生的家。在這裡有一群中國學生，定期聚在一起，一同研讀聖經、尋求人生意義和真理，一同切磋學業、交換心得，並且分享與分擔生活的喜和憂。在這個家中，我們找到休憩之處，也在這個家中，我們得到真誠的愛和友誼。

我們的時間安排是：每週五晚上六點半晚餐，七點半開始聚會。聚會地點在 UR Whipple Park， 649 Richardson Road（楊東和吳霞家）。楊東的 Email：dxy8692@yahoo.com， 電話：585-354-0484。我們的聚會方式有：唱詩歌、禱告、查經、見證、專題、座談、分享、電影欣賞等。不定期的聚餐 potluck，大家各展廚藝，輕鬆享受弟兄姊妹為大家準備的美肴。此外，不定期舉辦戶外活動，包括郊遊、烤肉、賞楓葉、野餐等等。

聽起來學生團契的活動式樣繁多，但卻是以研究聖經、認識真理為主。誠摯地邀請你成爲這個家中的一員，我們願意與你一同度過在此留學的春夏秋冬，與你一同經歷享受神的愛，並成爲你的好朋友。

文選

您想認識神嗎？到處可見！

“如何知道有神存在？”“你能拿出證據來嗎？”這是我們和人談論信仰時，常常遇到的問題。我們大陸來的中國人，長期生活在無神論的環境並接受一切從科學實證為出發點的教育，對於是否有神，產生這樣的疑問，是很自然的。這個問題早在第一世紀，聖經就已經告訴我們：“上帝的事情，人所能知道的，原顯明在人心裡，因為上帝已經給他們顯明。自從造天地以來，上帝的永能和神性是明明可知的，雖是眼不能見，但借著所造之物，就可以曉得，叫人無可推諉。”(羅馬書 1:19-20)

上帝創造萬物的時候，造了一個有靈的活人來管理萬物。這個人不但有物質的身體，還有靈可以與神交往；有魂可以思想，有自由意志可以作決定。是一個有靈魂體的活人。當始祖亞當犯罪之後，人的靈與神隔絕了，但神放在人心裡的良知，仍能感覺到創造者一神的存在，仍有追求神的傾向。我們中國人，自古以來也普遍有“敬天”的思想。北京至今還保留當時皇帝帶著他的臣民拜天敬天的天壇。雖然當時人不知“天”是誰，但承認有超乎人類之上的權能者，也就是有敬畏神的心。春秋戰國之後，人本思想氾濫。發展到今天，“人類萬能”，“人定勝天”成了社會上教育的基礎和考慮問題的出發點。可是即使在這樣的情況下，人們的內心，仍然有良知和是非之心，對無法無天的事有辨別的能力，而且在危難時就自然而然呼求神的幫助。原始人類如此，現代人也一樣。這是人類和其它動物根本不同的地方。人之所以呼求神尋找神，是因為神已將自己顯明在人心裡。歷史上有許多唯物論者，口頭不承認有神，甚至一生反對神，但內心卻不可避免地不斷有掙扎，面對死亡時也會恐懼。感歎人生的空虛與無助。要想抹掉在人心裡關於神的事情是不可能的，因為神已經給人顯明。人的這種求神的傾向，正是神存在的一個明證。

其次，借著所造之物，也可證明神的存在。我們可以從宇宙的浩瀚，天體運行的規律，物質結構的精密，生物構造與功能的奇妙等等，看到神創造的偉大和神奇。只要是人，就不得不承認，在這一切之上，必然有一位極具智慧的創造者。就拿野地的一朵小花來說，當你看到那排列勻稱，色澤鮮豔的花瓣，配合上結構精緻的花蕊，襯托在綠色的枝葉上，在日光下吐露芬芳，你決不會相信它是偶然碰出來的吧！更何況在氣象萬千的廣大宇宙中的自然現象呢！根據天文學的研究，如地球繞太陽運行的軌道或速度稍有不同，或和太陽的距離稍有改變，都會帶來災難性的毀滅。可是千百年來宇宙天體，卻有條不紊地運行著。也許有人說這是自然規律，不錯。可是誰制定了這些自然規律？又是甚麼力量使這些自然規律維持和運行？神已從聖經中清楚告訴我們：“常用祂權能的命令托住萬有。”(希伯來書 1:3) 六十年代中國文化大革命時期，由於人為的禍亂，造成政府癱瘓，城市秩序無人管理，交通混亂，生產停滯。一個城市，一個

國家尚且需要正常的管理，更何況是如此浩瀚無窮的宇宙？如果不是有一位偉大的全能者的設計，創造和管理，怎麼可能使整個宇宙如此和諧協調？上帝的永能和神性，在祂所造的萬物中清楚地表明出來，使我們可以知曉，無可推諉。“諸天述說神的榮耀，穹蒼傳揚祂的手段。”(詩篇 19:1-6) 在這樣奇妙的自然面前，我們應該謙卑地讚美說：“神啊，您真偉大！”

我很喜歡“創造奇功”這首詩。曲調優美流暢，詩詞表達了對神創造大自然的驚歎與讚美：仰看天空，浩大無窮，萬千天體，縱橫錯綜，合成整個光明系統，共宣真神創造奇功。一輪紅日，西落東升，是神太初創造大工，光輝照耀天空，顯示真神能力無窮。

不論你仰望天邊無際的星空，或是俯視極美的遼闊大地；不論你凝視那波濤洶湧的海洋，或是閒步於碧綠的山坡草地；不論你身在萬花齊放的春天或是身處五彩繽紛的秋景，當你引吭高歌這首詩時，你會發出內心的讚美和對神奇妙創造的敬仰。但願神的創造奇功，引發我們心靈深處積壓已久的對神追求的那一點火苗，及時撥旺燃燒，投身到造物主的懷抱。

第三，“神既在古時借著眾先知多次多方的曉諭列祖，就在這末世，借著祂兒子曉諭我們。”(希伯來書 1:1-2) 神通過祂的創造向世人啓示自己以外，還通過祂的兒子耶穌基督向我們顯明，給我們啓示，使我們進一步領會祂的公義和慈愛，以及神對整个人類的救贖計畫。單憑自然啓示知道有神還是不夠的，因為自從始祖犯罪後，人的靈死了，處於與神隔絕的地位，無法認識神，更談不上與神交通。這是為甚麼我們的祖先雖然有求神之心，卻找不到真神，於是觀音，菩薩，土地公，灶王爺，甚麼都拜。神為了拯救世人，差祂的兒子耶穌基督來到人間，道成肉身，把自己有形有體地顯明出來。“從來沒有人看見神，只有在父懷裡的獨生子將祂表明出來。”(約翰福音 1:18) 人找不到神，神來找人了！基督耶穌來到世上，為我們受死，完成了神的公義，顯明神的慈愛。祂的復活，顯示了神的大能。祂的一生向我們顯明神的完美。祂有神的一切權能和屬性。我們只有接受耶穌基督作我們個人的救主和生命的主，才能與神和好。耶穌說：“我就是道路，真理，生命；若不借著我，沒有人能到父那裡去。”(約翰福音 14:6)

可見神既是創造者，又是救贖者。神創造人是為了讓他管理萬物，和神同享榮耀。當人墮落背離，神又差遣基督來作救贖的工作，使人重新與神和好。耶穌基督是救贖工作的中心，是我們的救贖主。

第四，神還通過祂的話語聖經向我們說話。全部聖經六十六卷，由四十幾位經歷學識迥然不同的作者，在前後相隔一千五百年的時間寫成。風格文筆雖各不相同，但其內容卻驚人地和諧一致，就如出自一人之手。實際上它的確也是出於一位作者，就是神自己。是神的靈感動不同的人寫出，所以“聖經都是神所默示的。”(提摩太后書 3:16) 它的發行量之大，流傳之廣，是世界任何書所不可比的。雖歷經浩劫，卻愈壓愈旺。它幾千年前寫的預言，都準確地應驗，更是令人歎為觀止。關於聖經的神聖性和正確性，以及道德標準的高超性，已有無數著述加以論證。它是神向人說話，也是神向人的啓示。所以要認識神，就要認真研讀和考查聖經。

超脫理性的束縛

遠志明

理性的思維方式是人類文明的重要標誌。但是，人若將生活完全建立在理性上，是很可怕的。你可以想像一個人，什麼事都經過計算，經過推論，經過比較，然後才說出來、做出來；這種人，你怎麼跟他打交道呢？你跟他交往，他卻全是算數，一加一等於二。英國作家狄更斯筆下的萬來硬，用這種公式教育他的孩子：你別信什麼高妙的真理，你就信一加一等於二，人生就是計算。這種人何等可怕！雖然這種人也可能有某種成功，有高的地位，或賺很多錢，但他得不到真誠的愛，也付不出真誠的愛，沒有良知，不講情義，毫無瀟灑……這樣的生命不是又可怕又可憐嗎？

人生不光是理性。譬如，一個人的愛，包括夫妻的愛、親情的愛、朋友的愛，如果是通過理性計算，那就不叫愛，那叫欺騙或利用。這樣的人，你娶她，嫁她，或跟他做朋友，你就要倒楣了。所以我們若說：「人是理性的動物」這句話是不對的。人如果真的只是理性動物，那麼人就是狼，是有頭腦的狼，是帶著計算器的狼。

基督教重視人性的靈性部份，這部分包括由良知生髮的真誠的愛，就是超理性的愛，不計算的愛，犧牲的愛；這種愛來自心靈深處。人性中這一寶貴的靈性部份必須被喚醒，人才有希望。一個失去靈性生命的人，就是一個理性的陷阱；而他本人，也曾像在世上飄泊的陌生人，找不到真誠情感的落腳之處，找不到心靈的故鄉。

當一個人的靈性被喚醒後，他就找到了心靈的故鄉，一旦你找到了，就一見如故，因為你的靈性是從那兒來的，不用證明就會知道。就像一個吃奶的孩子投入母親懷抱時的那種感覺。心靈尋求自己的故鄉，這種饑渴是每個人都有的，沒有人敢說沒有這個要求。你可以賺大錢、得學位、有地位，但你無法使你的心靈沉默不語，它要歸回母親的懷抱；尤其當你面對死亡，你的心靈將向你發出抗議，因為心靈的饑渴是不能用理性或物質來填補的。耶穌說：「人若喝我所賜的水就永遠不渴，我所賜的水，要在他裡頭成為泉源，直湧到永生」。又說：「我就是生命的糧，到我這裡來的必定不餓，信我的永遠不渴」。人若找到了這生命的泉源，就找到了心靈的故鄉，你的心靈將因此而歡喜跳躍。

不信神的人，常常以理性自居，然而當他們面對超越理性的事實時，又顯得毫不講理。比如，人能造汽車、飛機、電腦等，要先設計、造模型、精雕細刻，不能有一點誤差，造好後還要經過反復試驗、修正才能算大功告成。

可是人卻不想一想，人自身是怎麼被造成的？人這麼複雜的生命，比汽車、飛機複雜多了，是從那裡來的呢？人們回答說：「這是自然進化的結果」。什麼是自然進化呢？就是偶然性產生的。因為地球歷史很長，它們經過幾百萬年，幾千萬年，或者更長時間，然後就出現了，好像時間會造就一切可能性。我現在真驚奇這種大膽的思維方式！人這麼複雜的東西，既然可以偶然產生，那麼你試試看，把那些鋼鐵橡膠等等堆在一塊兒，過上一千萬年，或者一億萬年，

看看能變成汽車嗎？我實在覺得，人雖標榜理性，遇到自己不明白的事卻蠻不講理；人認為只有自己造的東西才是造的，不是人造的東西，都不是造的，都是偶然產生的，這不是理性的思維方式。聖經上說：「自從造天地以來，上帝的永能和神性是明明可知的，雖是眼不能見，但借著所造之物，就可以曉得，叫人無可推諉」。今天人不承認上帝非因證據不足，乃是人怕面對上帝存在的後果，怕對自己所做的事負責。不少人的確願在快活中墮落至死，也不想向神認罪悔改以求永生；今朝有酒今朝醉而已。

聖經上說上帝是個靈，尋求上帝的人必須超越理性的束縛，用心靈和誠實來尋求祂。當你的心靈真正接觸到上帝后，你會發現一個新天新地，就是心靈之鄉；你以前沒經歷過卻又十分親切熟悉。信上帝的人跟不信上帝的人最大的區別是：那些不信的人，並沒有得到豐盛的生命，卻自以為是得到了，他們不知道天外有天，不知道他們本應得到的是什麼。我說這話，因為我是過來人。當我尋到後，立即意識到，這才是生命的真諦、人生的至寶，也就不能不對別人訴說。一個信了耶穌的人若不把這麼寶貴的經驗告訴別人，就是自私、就是犯罪，難怪基督徒們會不厭其煩的傳福音了。很多以前的疑問、看不慣的事，在我成為基督徒之後，自然都消解了；因為我經歷了事實，有了新生命的體驗，能看得更遠，想得更深。這樣，人生不再受理性思維的束縛，而是超越它，在靈性的層面經歷上帝的大能大愛。但願更多更多焦渴不甯中的心靈，歸向它們的故鄉。神在呼喚。

作者來自北京，是《河殤》撰稿人之一。八九年六四事件後至巴黎，後到美國普林斯頓大學任訪問學者，現于密州 Jackson 進修神學。本文是九二年九月的講章。



如果你想更認識基督教信仰

我們歡迎您每週五晚上六點半

在 Whipple Park 649 Richardson Road

與我們一起來分享晚餐，查考聖經



護照簽證問題

美國移民局

Citizenship and Immigration Services (INS)

www.uscis.gov

電話： 1-800-375-5283

(來自中國大陸)

中國大使館

Embassy of P. R. China

2300 Connecticut Ave. , Northwest

Washington , D.C. 20008

電話： (202) 328-2517

紐約領事館

Chinese Consulate General in New York , NY

Address: 520 12th Avenue , New York , NY 10036

Tel: (212) 244 9392

Fax: (212) 502 0258

(來自臺灣)

臺灣駐美辦事處

Taiwan Coordination Council for North American Affairs

Suite 1290 , Two Midtown Plaza

1349 West Peachtree St. , NE

Atlanta , GA 30309

電話： (404) 872-0123

如何申請赴加拿大旅遊（臨時居住）簽證

在美國有合法居留身份的外國人可以申請簽證前往加拿大旅遊。（美國公民和永久居民不需要簽證，只需出示美國護照、出生證或綠卡等證件。）

下載申請表格 IMM 5257 的網址：

[http://www.cic.gc.ca/english/pdf/kits/forms/imm5257b\(pilot\).pdf](http://www.cic.gc.ca/english/pdf/kits/forms/imm5257b(pilot).pdf)

加拿大駐布法羅領事館地址：

Canadian Consulate General

Immigration Regional Program Centre

1 HSBC Center, Suite 3000

Buffalo, New York 14203-2884 U.S.A.

網址：<http://www.canadainternational.gc.ca/buffalo/>

若本人前往申請，最好爭取在上午 10 點以前趕到排隊，因 11 點就不再准許入內申請了。遞交申請後，當場坐候兩個小時左右，一般就可以拿到簽證。

所需相關材料：

- 1) 護照（不少於三個月剩餘有效期）和美國簽證、I-94 卡
- 2) 兩張護照標準像片
- 3) 申請費（現金或銀行匯票 Money Order, 目前單次入境簽證申請費是 65 美元）
- 4) 財力證明（銀行存款證明，工資單等）
- 5) 填妥的 IMM5257 表格（一家只需填一份）

如果您在美國是 B1/B2 身份，還需出示將回中國的證明（如飛機票等），若您在美國探親，還需出示親人在美國的合法身份證明。

如果您在美國是 F-1 or M-1 身份，還需出示：

- I-20 表格（endorsed within the past 12 months by your student advisor for re-entry to the US）；

- 當前學期註冊的證明。

如果您在美國是 H-1 身份，還需出示：

- I-797 批准通知單
- 你當前工作證明（如雇主開據的證明信）

如果您在美國是 J-1 身份，還需出示 DS-2019

海外中文刊物

生命與信仰

670 Bonded Parkway
Streamwood, IL 60107
(630)837-7551
Home page: <http://www.cclife.org>

海外校園 Overseas Campus

P.O. Box 638
Lomita, CA 90717
(310) 325-7968
Home page: <http://www.oc.org>

使者雜誌 Ambassadors for Christ

P.O. Box 280
Paradise, PA 17562-0280
(717) 687-8564 / 1-800-624-3504
mail: am@afcinc.org

中信 Chinese Today

P.O. Box 750759
Petaluma, CA 94975-0759
(707) 762-1314
Email: ccmlit@ix.netcom.com
Home page: <http://www.webdomain.com/cpw/CCM>

號角 Herald (免費贈閱)

48 Allen Street, 2/f
New York, NY 10002
(212) 334-2061
Home page: <http://www.cchc.org>

世界日報 (718) 746-8889

中央日報、人民日報海外版 (可與學生會聯繫訂閱)