

寧波同鄉

聯絡會員感情
協謀同鄉福利
報導家鄉消息
發揚寧波文獻

中華民國一〇七年九月十日出版

台北市寧波同鄉會印行



毛家瑜理事長與參加兩岸大學生夏令營的學生們，赴甬前在本會門口合影。



寧波同鄉會刊

本刊QR code



台北市寧波同鄉會

本會QR code

594

會務活動

① ~ ② / 2018. 8. 15 理事會議。



③ ~ ④ / 2018. 8. 8 毛家瑜理事長親自主持，有關大地工程處控告本會及相關墓屬遷讓土地案之墓屬會議。

⑤ ~ ⑦ / 2018. 8. 25 本會中元普渡法會，在三張犁寧波墓園四明堂舉行，由毛家瑜理事長主祭。



⑧ / 書法班師生辦理聚餐聯誼活動。

寧波同鄉第 594 期目錄

圖片：理事長與參加兩岸大學生夏令營的學生……………封面	慈鄉孝事風情多……………金建楷 20
會務活動……………封面裡	寧波方氏溯源……………丁惠增 23
兩岸交流……………封底裡	格言： ……………24
兩岸大學生夏令營選輯……………封底	保健常識： 身體濕氣怎樣排除……………逸 剛 24
人物志： 寧波幫鼻祖嚴信厚……………應鳳鳴 02	生活隨筆： 春閨夢裡人……………夏 烈 25
會務報導： 邱進益新書簽名會……………03	遠親不如近鄰的啟示……………王 燭 27
毛葆慶先生回憶錄： 走出去才有前途……………	世界員警 or 世界流氓（外一章）……………裘國英 27
……………毛葆慶口述 應平書筆錄 04	雨夜漫談……………胡倩筆錄 29
演講紀錄： 投資理財及追求健康經驗談……………	話裡畫外仇素蓮……………史鶴幸 32
……………周詠棠 05	夏季養生之道……………石 隱 34
寧波珍聞： 十九則珍聞……………龐其輯 08	徵文啟事： 三毛散文獎開始收件……………31
鄉情采風： 「仙人餘糧」山黃精……………竺濟法 10	會訊： 通告……………01、40
錢塘江水神……………方 東 12	本會 107 年各項捐款收入徵信……………35
風情蕭王廟……………陳偉權 14	本會第 18 屆第 5 次理事會會議紀錄……………36
錢塘江記……………龔玉和 16	
沙孟海的翰墨中山情……………葉立標 17	

台北市寧波同鄉會通告

一、本會第一三三次（一〇七學年度第一學期）獎學金，自十月一日開始接受申請至十月底截止。凡我同鄉會員子弟，現就讀國內公（私）立大學（不含研究所）、專科、高中（職）生，其上學期學業、操行成績各平均八十分（含）以上者（各科均需及格），均可來會填寫表格辦理申請手續。（申請獎學金之學生及家長，均一律須加入本會為會員，期滿一年始得申請）

獎學金申請表請至本會現場或附回郵信封索取，亦可註明份數 E-MAIL:ningpo@ms71.hinet.net 電郵索取。（註：申請表格式不符者不予受理。）

本會獎學金大學生每名六千元、專科生五千元、高中生四千元、學業成績九十分（含）以上者加發績優獎學金。另代辦董氏專案獎學金五名，每名貳萬元。（詳細辦法請來會洽詢）（下轉 40 頁）

寧波幫鼻祖嚴信厚

應鳳鳴

「寧波幫」於十九世紀末由嚴信厚一代崛起，是有它充分條件的。

它不是幫會，沒有組織，當時祇是一個意識性的概念；憑著「嚴信厚是我們寧波同鄉」的一句話，就像那時上海流行「安徽幫」、「山西幫」以地域分；「漕幫」、「鹽幫」以行業分，這樣的形式在社會中流行開來！

嚴信厚當時擁有金融、航業、礦業、製造、綢布莊、百貨公司等事業，因為他有寧波人「有錢大家賺」、「有事大家做」、「有飯大家吃」性格，包括他週邊協力廠商，幾乎都是寧波的「出外人」。嚴信厚是「寧波幫」領袖的說法，就不脛而走。

嚴信厚於公元 1838 年、清道光 38 年，生於浙江慈谿縣費市鎮嚴家。他父親嚴恆先生是個書生，家道中落，沒有功名，只喜寫字繪畫，靠祖傳薄產維持家庭。信厚是他長子，長大後也喜歡書畫。他原名經邦，字筱舫，後來也取了一個號，叫石泉居士，作為他字畫落款之用。

他讀完鄉村私塾後，依俗例到寧波一家銀樓學生意（當學徒），由於他寫得一手好字，受人另眼相看；也因此遇到貴人，帶來他一生命運最大的轉機。

他寫字習趙孟頫字帖，學畫臨摹名家邊壽民「蘆雁」。意外的是一幅「沼澤蘆雁」被杭州胡雪巖看上，便延請他到杭州信源銀樓做「先生」。（按邊壽民為清雍正年間「揚州八十聖」之一的書畫家，文壇有「蘆聖」之稱。）

胡雪巖是十三歲從家鄉到杭州當學徒，與嚴信厚同樣出身。可他 26 歲認識窮書生王有齡，有個「候補浙江鹽吏」的頭銜，只是無力補官，他便挪借 600 銀元幫王有齡補正。後來王有齡發跡，官任杭州知府，繼升浙江巡撫，胡雪巖事業得到支助，大展鴻圖，當時又逢「庚申之變」，英法聯軍佔北京，辦軍糧、置軍藥，代辦軍餉，攀上左宗棠、李鴻章朝中大臣，一時間呼風喚雨，有「紅頂商人」之稱。

李鴻章愛好書畫，胡雪巖便把嚴信厚臨摹邊壽民的「沼澤蘆雁」圖上獻，深得歡心。並請胡雪巖引薦描畫之人，相見之下，竟情投意合，而使嚴信厚得到保薦「候補道加知府銜」封賞，獲機會接近李鴻章和李門下親信盛宣懷。

盛宣懷是江蘇武進人，時年 26 歲，與嚴信厚年齡相近，他入李中堂幕府，參與創辦招商局，開採煤礦，另為李中堂紓解北洋水師軍需。胡雪巖與嚴信厚也就成了盛宣懷辦事的主要幫手。

嚴信厚的發跡，始於署理天津鹽務幫辦，登上亦官亦商階梯。後來辭官經營鹽業，積聚大量錢財，起了鴻鵠之志，開始辦學校、辦實業、辦航運、辦銀行，要為社會謀福利，開啟「寧波幫」一扇大門。

他立下座右銘：「有飯大家吃、有事大家做、有錢大家賺」，作為他立身處世的格言。1887 年，他 43 歲，先在寧波創辦中國第一家機器軋花廠，再以「通久源」之名，生產龍門牌棉紗。寧波慈谿為產棉

邱進益榮譽理事長新書『肺腑之言』簽名會 歡迎鄉親踴躍出席

日期：9月29日（星期六）

時間：上午 10:00

地點：同鄉會 2 樓中正堂

新書記載二十餘年來外交心得，深信兩岸只有透過和平發展，相互攜手始能創造中華民族美好的未來。臺灣第一位總統府發言人、九二共識歷史見證人。

邱進益 1936 年 11 月 19 日出生，浙江慈谿人，畢業於國立政治大學外交系，1990 年出任總統府發言人、1993 年出任「海峽交流基金會」副董事長兼秘書長、1996 年出任中華民國考試院銓敘部部長。

（本會現場備邱進益部長新書『肺腑之言』五十本免費提供鄉親，以報到簽名順序贈書，送完為止，敬請鄉親，踴躍參加，提早就座，以免向隅。）



之地，農民入股，不受中間剝削，頓使農村富裕起來。

然後他把經濟實力擴向上海、天津。在上海設麻袋廠、麵粉廠、榨油廠、綢布莊；在天津開設物華銀樓、老久章綢緞莊，另設內河運輸路線，通航寧波、上海、天津，運輸一貫作業的產品。他以寧波為原料與加工製造的基地，上海為生產及中轉基地，天津為內銷基地。有了這樣架構，產生金融通匯的需要，便以上海為中心，開辦「源豐湘票號」，分號遍布天津、北京及江南各大埠，形成通路。於是促成「中國通商銀行」的誕生，嚴信厚任總經理。1905 年又創辦中國第一家保險公司——華興保險公司。

津滬工商業嗣有洋商介入，國人為謀團結，推舉嚴信厚組織「上海商業會議公所」，又稱第一商會，並為首任總理，後改稱上海商業總會，人事不變。

寧波商人在上海甚有優勢。嚴信厚本於他經營商業的理念，就是要使寧波人個個

能夠出頭。他事業用的是寧波人，他週邊事業和協力廠商，又以寧波人居多，現在他又位居上海商界領袖，「寧波幫」就在無形中成勢；嚴信厚也成為在寧波商人之中一言九鼎人物。

嚴信厚對家鄉貢獻很多。首先在他費市鎮出生地開辦養正學堂、芝秀義塾、芝田義塾、寧波儲才學堂（今之寧波中學），還捐田 17 畝、獻金 18 楹、設高壽義塾；另為寧波置辦芝生疫局，為民眾種「痘」，預防天花疫症。他成功後，倡辦天津至塘沽鐵路，修築寧波鐵路出錢出力；又為浙中、安徽、山東等地賑災。所為無不福國利民，受人頌揚。

他於 1907 年病逝。

嚴家後人中，堂侄嚴修，與張伯苓創辦天津南開大學；孫女嚴幼韻，民國第一外交家顧維鈞博士夫人，112 歲逝於紐約；110 歲時尚出書《109 個春天》。現今費市嚴家傳至五代，已有專家研究費市嚴家族發展歷程。

社會公益的啟端 ——我的奮鬥人生(五)

毛葆慶口述 應平書筆錄

【台北市西南國際獅子會會長（民國 62 年 5 月～63 年 5 月）；國際獅子會 300A1 區監督（民國 82 年 5 月～83 年 5 月）】

上一個單元提到，我在民國 56 年，加入了獅子會，當時正是紅磚廠全盛時期，我認識了張福康、王志聖、樂嗣宗、張培新、孫奇保、楊慶麟、林茂仁、杜雲方等獅友，了解到獅子會是一個以落實社會服務、增進國際了解、促進世界大同、宏揚仁政理論、培育優秀公民、關懷社會福祉、恪守道德規範、加強會際交流、鞏固獅子友誼、不求個人利益，提升工商水準為目的的社會公益團體。這和我們夫妻信仰的基督教義，人要樂善好施，熱心公益的理念完全符合。

加入獅子會，我一方面積極發展事業，一方面跟著前輩獅友，從事社會服務，經常捐錢，在我所屬的分會中設立社會服務金，以便該社團更好地為公眾服務。民國 62 年～63 年我得到獅友們之支持，擔任西南分會第九屆會長，任內首先捐款成立眼庫基金，跨出了我關心盲人的第一步。而我對盲胞的關愛，是思念母親的補償心理。那是兩岸隔絕的年代，雖然知道在對岸的母親因眼角膜損壞而失明，但完全無法為她做任何事情，心中的傷痛無以渲洩。在這樣的移情作用之下，我對獅子會的眼庫基金擴大捐款加深幫助盲人的力度。

另外，在兒童和青少年方面有：贈中華

育幼院滑梯一組，添增育幼院設備。贈聖本篤育幼院奶粉一批。贈中壢國際兒童村電視機及圖書一批舉辦華興青少棒榮獲世界冠軍歡迎會，贈添置棒球器材代金及每位國手禮品；聖誕節舉辦同樂會，贈與品學兼優國小、國中、高中及大專獎學金 96 名。

有關婦女和長者方面有：表揚模範優良清寒主婦聯誼會，贈禮表揚模範母親，贈銀盾獎座及慰問金等。表揚亞東女子籃球隊訪歐載譽返國歡迎會；慰問八里鄉安老院，贈慰問金及食品一批。

同時關心社會治安，分別辦理：表揚台北市大安分局掃蕩不良份子，檢肅竊盜績效第一名贈銀盾獎座及表揚台北市破案有功警察人員；表揚拾金不昧，誠實無欺的好司機陸春海先生。就任一年大大小小一共了二十多項活動，帶領西南國際獅子會交出了亮麗的成績單。

卸任會長後，我依然積極參與，民國 69 年獲監督孫鳴任命為 A 區第五分區主席，民國 75 年被監督許玉樹任命為國際獅子會 300A1 區專區副監督，暨第七十屆世界年會地主國委員會常務委員，民國 79 年由監督徐榮華任命為國際獅子會 300A1 區秘書長，民國 80 年當選為 300A1 區次督。

在獅子會持續從事公益活動多年，民國 81 年，我以帶動與圓滿為主題參選監督，當時我作出了三大承諾。承諾一：把獅友

的聲音成為區務指標。承諾二：可以結合獅友的理念成為區務工作。承諾三：可以容納獅友的抱負成為區務動力。

民國 82 年初，順利當選國際獅子會 300A1 區監督，為期一年。這次當選之後，我全心投入社會公益，把自己的事業交給二個兒子家驊和家瑜；主要因為我已快七十了，我認為是時候把拼事業交給下一代，而我要多為社會作服務的工作。

而獅子會的獅友們，也和我一樣在公眾事務有豐富的經驗，如我曾任台北市衛浴設備同業公會理事長及台北市政府勞資爭議仲裁委員等職，相信我會全心作好社會服務。

我一選上監督，就宣佈捐新台幣 150 萬做為社會服務金。這時候，當時的台北市警察局交通大隊長的李振光警官來拜訪我。提到了機車騎士戴安全帽的問題。大多數人都知道，台灣人的交通工具中機車是最普遍的；更幾乎是最主要的交通工具。每年因車禍死亡的騎車騎士非常多，李大隊長希望我以獅子會的力量，代表民意向立法院陳述騎機車戴安全帽的重要，推動騎機車強制戴安全帽的立法。

我聽了十分認同這是一項非常有意義的工作，於是在獅子會等一些我參與的民間組織，大聲呼籲向立法院建言，獲得丁守中等立法委員的支持，各界紛紛投入騎車戴安全帽的勸導。

當時有北醫的邱文達醫師表示，一位大他三屆的學長，在一次暑假郊遊，因騎機車沒戴安全帽，車禍死亡，原本學長要找他一起去，但因他有事沒去，學長的死已讓他震驚，民國八十三年他開始與交通大隊合作，勸導民眾騎機車戴安全帽的重要，並以統計數據加以證明其重要性。

民國 83 年 2 月到 5 月，經勸導後頭部外傷死亡率降低一半；我心想，從這數據推測，如果立法成功，推動到全台，則每年可挽救一千人的生命。

於是我更加努力在不同的場合，推動此法案之催生，終於在民國 85 年 12 月通過騎機車強制戴安全帽的法案，並於民國 86 年 6 月 1 日施行。這個法案通過以後，救了數以萬計的生命。至今仍影響交通安全至深，為人稱道，我的心中是十分引為榮譽的。

(五·卻酬)

投資理財及追求健康經驗談

周詠棠

(一) 投資理財

在台灣股票交易所未成立前，我初期如有積蓄多以購買黃金來保值，避免當時物價上漲率比銀行定期存款利率高而有實質損失，而且黃金價格也在上漲。

1959 年 8 月 7 日大水災，當時政府財

政困難，沒錢救災及災後重建、而物價上漲快。用台幣發行政府公債不會有人(或公司)購買，故發行以稻穀為單位的公債，且以稻穀單位計算債券利息，五年還本息，推派大公司承購，私人購買的非常少。我認為值得投資，結果五年

後發還本息，以稻穀重量計算，並可按當時稻穀市價計算折換成台幣領取，我賺了現金 2.5 倍。

台灣股票交易市場自 1963 年才開始，上市股票家數很少，成交量亦很小，所以我至 1969 年起才投資股票，初期以績優股為主，那時證券公司僅有六家，以後才增多。

我投資股票由 (A) 保守型開始，逐步為 (B) 穩健型，(C) 積極型（波動較大，風險較高）。投資理財名言：不要把所有的雞蛋放在一隻籃子裡，所以投資要分散，以減少風險。

1988 年起我開始投資國外基金，當時台灣還沒有基金公司，很多人還不知「基金」，要經香港或已開發國家的基金公司進出，基金公司每種基金可購很多種的股票，有專門人員操作，風險較小，但費用稍高。

買賣股票有「長期持有」(長綫)、或「短期持有」(短綫)，因每次買進要付手續費 1.425/1000，每次賣出要付手續費 1.425/1000 及證券交易稅 3/1000，所以買賣一次要付稅費合計 5.85/1000，而目前銀行一年期存款利率為 1% 左右，即同一股票若進出(買賣)兩次，約相當損失一年期定存利息。所以我採取股票長期持有。

< 持有股票於適當時間宜換成以後可能利潤會更好的不同的股票 > 例如：

(1) 2009 年 12 月 24 日將南亞股票出

售換購台積電股票：

南亞每股價 63.70 元售出，購進台積電每股價 57.80 元。 $63.70/57.80=1.102$ 。(稅費不多略去不計)。即南亞 1 股換成台積電 1.102 股。

(2) 2010 年至，2018 年每年分得股利如下圖表：

(3) 2018 年 7 月 10 日股價：

南亞股價：82.70 台積電股價：222.00

(4) 2009 年 12 月 24 日至 2018 年 7 月 10 日每股資本所得及股利所得：

南亞： $82.70 - 63.70 + 30.91 = 49.91$

台積電： $222.00 - 57.80 + 40.50 = 204.70$

因南亞 1 股換台積電 1.102 股， $204.70 \times 1.102 = 225.58 / 股$

$225.58 - 49.91 = 175.67, 175.67 / 49.91 = 3.52$ 倍

所以換股後，獲利相差 175.67 / 股，即 3.52 倍

創新科技股，生產的是用戶直接用的產品，即要瞭解它是否有潛力的研發組織而不會落後。例如：

(1) 手機著名廠牌，瑞典 Nokia (諾基亞) 曾為世界最暢銷獲利很高的公司，但輸在跟不上市場開發及研發，以致產品性能不如後來居上性能更好的公司 (蘋果，三星，等等) 連年大虧損，不得不出售公司。

(2) 台灣宏達電生產的 HTC 手機亦如 Nokia。曾在一段時期手機性能高於一般產品而大賣，獲利很高，股價曾高達每

	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2010 至 2018 合計
南亞每股現金股利	1.9	4.7	2.1	0.4	1.9	2.3	3.3	4.5	5.1	30.91 元 / 股
	南亞每股配股股利 (2013)					$0.0785 股 \times 60 元 / 股 = 4.71 元$				
台積電每股現金股利	3	3	3	3	3	4.5	6	7	8	40.50 元 / 股

股 1300 元，但追不上其他廠牌而滯銷，2018 年 7 月 10 日股價下跌至每股 51 元。

所以買此類股要小心。

我購買下列股票均賺不少倍：

(1) 聯華電子 (聯電): 多年前很少人買入，股價約 10 元左右。當時每天成交量僅 10 - 30 張 (每張 1000 股)。我以股均價 10 元一股開始購入，3 年後開始盈餘配股票及股息。10 多年後連年配股累積成 6.65 股，至 1994 年 8 月股市指數劇升至 1 萬點。我以平均價每股 140 元售出。

$140 \text{ 元} \times 6.65 \text{ (股)} = 931 \text{ 元}$ ，購入時一股成本 10 元， $931 / 10 = 93.1$ 倍，賺 92 倍。聯電因研發落後，2018 年 7 月 10 日股價僅 17 元。

(2) 台積電: 聯合報 2018 年 6 月 5 日 A1 版報導。1994 年 9 月 5 日每股 96 元上市，多年盈餘分配股票股利及現金股利。股價報酬率 7359.85% (即 73.6 倍)。2017 年的研發支出約 27 億美元 (約台幣 823 億)。因此公司技術不落人後，或更先進。2018 年 6 月 5 日收盤價為 229 元 / 股。今年盈餘配股息 8 元 / 股， $8/229 = 0.0349$ (即百分之 3.5, 是銀行一年期定存利息 3.5 倍左右)。所以世界各國持有的台積電股票佔 80% 以上 (已可

算是外國公司)。

(3) 其他我持有的股票獲利多倍如下：

股票名稱	平均價 (進)	平均價 (出)	獲利	持有年數
力霸	7 元	25 元	2.6 倍	2 年多
台聚	20 元	80 元	3 倍	3 年多
中銀	65 元	260 元	3 倍	1 年多
亞泥	20 元	220 元	10 倍	2 年多

其他投資：

(1) 房地產：

(A) 1964 年 - 1978 年 (14 年) 賺 6.3 倍

(自住，出租收入不計在內)

(B) 約 5 年 (出租) 賺 2 倍

(出租租金不在內)

(C) 1978 年 - 2013 年 (35 年) 賺 26 倍

(自住，出租收入不計在內)

(2) 外匯：

購美國國庫債券 (美金): 後於 1988 年 USD 1=39 台幣售出，至 1989 年 8 月升值至 USD 1=25.70 台幣，相差 13.30 元，升值 34%。

歐元: 購歐洲基金買入當時歐元 1= 美元 0.9, 售出時歐元已升值，歐元 1= 美元 1.6. $1.6/0.9=1.78$ ，僅匯率升值已賺 78%，基金獲利尚未計入。

(3) 期貨：

1998 年 7 月 21 日台灣開始有台指期貨，我是第一批成交戶之一，即獲利。2000 年政黨交替，因變數較多，即退出期貨交易，僅賺 200 多萬。

1982 年我為服務之鋁軟管公司預購 1983 年全年鋁料期貨，賺得之利益可支付全公司員工一年薪資及獎金還有多。

雖然投資獲益不少，但大多用在慈善公益捐款，如捐給求學的大學 (母校) 貧困學生助學金，台灣大地震捐款，台



灣天主教安老院，經紅十字會及世界展望會捐款大陸大地震，外蒙古大風雪災害，非洲大旱災敘利亞難民等捐款，所以資金如流水一樣，有進有出，所剩還足夠全家人的養老金。（上）

（7月25日演講重點·上）

（更正：本刊593期第16頁標題，正確為：「學術巨擘傅璇琮的生平軼事」；第一頁目錄右欄第一行，正確為：「人物志：學術巨擘傅璇琮的生平軼事」）

十九則珍聞

龐其輯

當年糧票 · 分類可多

鄞州區東柳街道月季社區六十一歲市民郁松林，卅三年前在供銷社工作時，養成收集古舊票證興趣，如今有兩萬多張糧票，分成幾十種類別，洋洋大觀，可以從中窺見糧票時代人民生活狀況。種類分地區別，北方南方不同；票名也不統一，其中有通用、定額、農村、週轉、獎售等等；還有分年齡和工作別，如重工業者四十斤、輕工業者卅二斤；讀小學的十八斤、中學生卅五斤。最嚴苛的是糧票不准賣買、丟了不能補發就要餓肚子。

浙寧理工 · 全國第一

浙江大學設在寧波的第二所學院，八月一日在鄞州區高教園區揭牌，這學期招生。包括這所新的「浙大寧波研究院」，先後另有浙大寧波國際合作學院、浙大寧波工程師學院、浙大寧波理工學院。這些院校都是獨立性的，在教育部列入單獨考評，其中浙大寧波理工學院，二〇一三及一五兩年均排名全國第一。浙大校長鄒曉東稱，浙大在寧波雖「五位一體」共用一個校區，但目前並無合併成為分校計畫。

妻子支邊 · 丈夫得利

餘姚梁弄初中語文老師張亞萍，參加新疆鄉村支教，義務介紹當地土產由她經商的丈夫義賣，二〇一四年迄今已有相當可觀成績，受到「全國五好家庭」表揚。張老師發動梁弄師生捐書支邊，又推介新疆老師到餘姚學習。現在她先生的商店已轉型為專賣新疆特產的旗艦店，還分銷十幾個地方。

半年收成 · 又增長

寧波市上半年又有好收成，地區GDP生產總值達五、〇三七·三億人民幣，比去年同期成長七·八%，高於全國一個百分點。財政收入特別好，達一、六四七·五億，比去年同期增加一四·一%。全市居民人均可支配收入，達二八、五一八元，同去年比成長八·一%。

元代宸奎閣碑現身

鄞州文管會尋找失落石碑，已有成就，將拓印存檔，並籌辦展覽。已尋獲的舊碑，包括在阿育王寺殘碑中發現的元代宸奎閣碑銘、沙孟海為寧波昭忠祠題寫的碑

文、並被考證為沙氏最早的一塊碑文字。

誰是寧波超大商家

寧波改革開放四十年了，在一次檢討會上檢討，認為雖已從一座東南小城、躍升為計畫單列市，但以現有條件，感覺尚有不足。大家通過一個共識，要培養寧波市千億級民營企業，國際級企業領袖，並使寧波老字號發揚廣大，加強品牌宣揚，創造城市歷史光輝。

九五度燒傷上網救

寧波多善士，在網上為一遭火焚護士募捐，不到兩小時捐到五十萬元，並護送至上海急救。第二醫院護士馬潔，住江北區東方社區十九幢，深夜失火不及逃出，周身遭火燒傷，經診斷傷勢達九十五度，需大動手術，但需送上海瑞金醫院，熱心人士將此事 P O 上網求援，立刻募到五十萬元。據悉，寧波李惠利醫院透過台灣取得日本種皮技術，可保痊癒。

紀委書記 · 鐵面無私

北侖區霞浦、柴橋出了一個人稱「鐵面無私包公」紀委書記，二〇〇九年至一五年，已辦了三百多件案子。這位書記性情溫和，對人親切有禮。但遇到檢舉案，六親不認，只講事實證據。他的朋友擔任城管被控私車灌公油；另有一位親戚剋扣徵收補償，都被他查實送辦。

足球少年 · 錄取體大

寧海一位十三歲少年，有足球守門員特長，被北京體育大學足球運動學院錄取。這次報名參加選拔的有一千人，寧波躍龍中學學生謝天中選。選拔老師是西班牙籍教授，他看中謝天把守球門三連撲救球技能。

市醫檢驗 · 立取容器

在寧波市立醫院就醫，如果需要檢驗呈送檢體，只要拿就診卡到機器上刷一下，已打印好的條形碼液容器，就會自動從機器中輸出。之前，就診者需在窗口掛長龍才能完成。能得如此方便，是由擔任醫院檢驗助理的羅守軍研究發明的，還因此獲得專利。

鄞州開例 · 選一把手

鄞州區開歷史新例，第一次公開甄選兩位「一把手」主管：一位是百丈街道主任，一位是鄞州工業區主任。已有一百七十人報名，將從口試、崗試中選出，然後試崗一年。據說甄選沒有標準試題，最難過的一關是評選委員輪流提問答辯。最後的任命，仍須市人大通過。

美麗鄉村 · 落在十區

寧波市十大美麗鄉村選出公布，入選的是：海曙章水、江北慈城、鎮海九龍湖、北侖白峰、鄞州咸祥、奉化大堰、餘姚四明山、慈溪掌起、寧海前童、象山定塘。

江東南路 · 茶城熄燈

寧波市區江東南路開設將近四十年的「金鐘茶城」，因鄞州區地塊項目變動，將要宣佈熄燈。這座茶城有兩百多家茶葉舖子，本地茶「望海茶」和「奉化曲毫」曾受推薦得過大型茶賽金獎，但專售本地茶的茶舖在茶城不到五分之一，如茶城關歇，可能更有沒落之虞。有關方面策畫在市中心區另設一座高品質的專業茶城，重振寧波茶業。

水蜜桃酒 · 自釀上市

奉化、鄞州、餘姚、慈溪農家自釀水果酒，已經應市。最熱門的水蜜桃酒，每公斤售價約人民幣二百元，酒精濃度是四十五度。其他先後上市的有楊梅、草莓、火龍果、彌猴桃，但當季的要等三個月後才釀成酒。這些酒是由果農個別生產，大規模企業化經營尚在醞釀中，預期明年可能先有水蜜桃酒打品牌量產。

甬劇江廈街上舞台

「吃飯要糧票，吃肉要肉票…」，生活用品如衣服、香煙、燒火，都要用票；這是寧波四十年前的生活情況。寧波市甬劇團編成一部甬劇，以最著名的馬路為背景，取名「江廈街」，通過當時小市民生活和改革開放前的場景，於八月一日在天然舞台公演三天，受到佳評，現決定於下半年在全市十個區市縣巡迴演出。

滬甬高鐵 · 經過嘉興

幾年以後，寧波到上海經過嘉興，可有一條直通的高速鐵路。現在已列入國家計畫，並完成一次勘察設計招標，全面啟動目前期作業。滬嘉甬高鐵要通過杭州灣，涉海工程若干專題調查觀察，亦已開

始。這條鐵路完成後，寧波到上海高速火車可能只需一小時可達。

漁禁期滿 · 兩港忙翻

八月三日開漁節當天，寧波與舟山兩港有四千七百四十二艘漁船奔向大海，一展禁漁三個月來身手。出動漁船作業種類，分為刺網、乾網、桁杆拖網、籠壺網，捕撈滑皮蝦、紅蝦、竹節蝦、梭子蟹、章魚、小黃魚、蝦潺。為了搶市，這批漁船不會走得太遠，三天後兩港就有船滿之患。

近親通婚 · 遺害案例

餘姚出現近親通婚遺害子女的病例。三十七歲女子小萍（化名），十七歲開始全身乏力，一些感冒小病就能使她臥床不起，最近到寧波李惠利醫院神經內科檢查，發現她患肌軟性疾病，屬於一種基因遺傳，結果查證其父母是第二代表兄妹，均有隱性基因遺傳，女兒是混合體，於是發病。主治醫生范小琴說，三代或三代以內，有共同祖先，男女通婚就有增加隱性疾病的危險。現小萍已被治癒恢復健康，是否會有後遺症，尚待觀察。

「仙人餘糧」山黃精

竺濟法

家鄉寧海近年興起研製黃精茶，引起筆者關注。

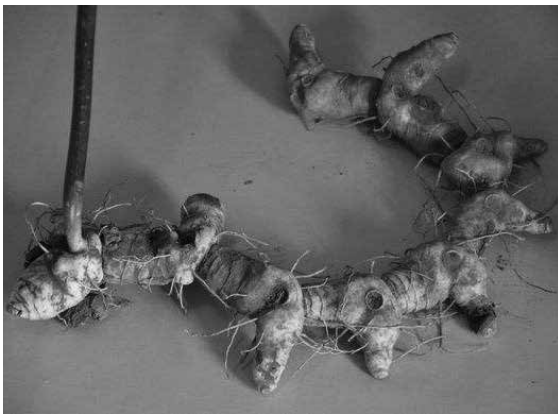
寧海與天臺相鄰，一百八十萬畝山脈源於天臺山，俗稱「大天臺山」，各地高山均產黃精，俗稱山黃精。筆者長在山區，

小時候上山採挖過，燒煮較長時間成棕紅色，滋味甘美，一次會吃上半碗。在困難年代，山黃精無異於美食佳餚。

黃精食、藥兩用，為滋補佳品，上好中藥。歸屬百合科，多年生草本，根莖橫生，



黃精綠葉蔥翠，細花優美。



黃精根塊一年一節，難得的九年生黃精。

形如生薑。味甘，性平，含有澱粉、糖分、脂肪、蛋白質、胡蘿蔔素、多種維生素和微量元素，具有補氣養陰、健脾、潤肺、益腎等功能。

葛洪、李時珍盛讚黃精為仙藥

晉代文化名人、醫藥家、道家葛洪、明代李時珍等多位古代大醫家，分別在《抱樸子內篇》《本草綱目》等醫藥經典中，記載黃精功效不凡，令人刮目相看。

葛洪《抱樸子內篇·卷十一·仙藥》將黃精列為延年益壽之仙藥：

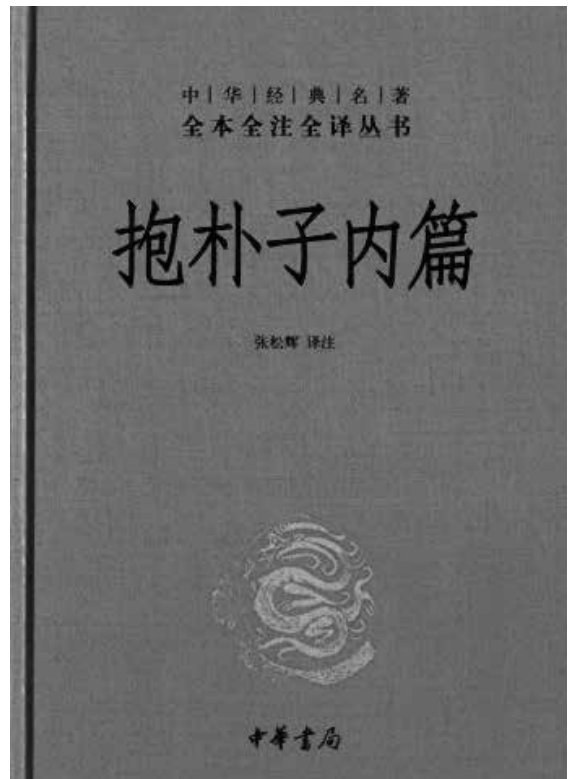
黃精一名兔竹，一名救窮，一名垂珠。服其花勝其實，服其實勝其根，但花難多得。得其生花十斛，乾之才可得五六斗耳，而服之日可三合，非大有役力者不能辨也。

服黃精僅十年，乃可大得其益耳。俱以斷穀不及術，術餌令人肥健，可以負重涉險，但不及黃精甘美易食。凶年可以與老小休糧，人不能別之，謂為米脯也。

文中說到黃精花、果、根三者以果最佳。如服用黃精十年，必有大益。就辟穀來說，黃精甘美易食優於白術。饑荒之年，黃精可以代糧，有「米脯」之稱。

《抱樸子內篇·卷十五·雜應》再次記載黃精宜於辟穀：「問諸曾斷穀積久者云，差少病痛，勝於食穀時。其服術及餌黃精，又禹餘糧丸，日再服，三日，令人多氣力，堪負擔遠行，身輕不極。」意為葛洪從多位辟穀者實踐得知，服用黃精，斷穀較少病痛，身體狀況勝於食穀之時。辟穀主要食物為白術、黃精和禹餘糧（一種石粉）。

辟穀養生屬於生命科學範疇，非專業人士不能試驗。葛洪之記載，僅說明其認為辟穀以黃精為上品。



中華書局 2011 年版葛洪《抱樸子內篇》封面

《抱樸子內篇·卷六·微旨》記載更為誇張：「有道之士，登之不衰，采服黃精，以致天飛。」

仙人有地仙、天仙之分，前者長壽延年，但無法升天，天仙為仙人最高境界。「天飛」即飛天為天仙。

一書三處說到黃精之功效，尤其是說服食可以成為天仙，足見葛洪對黃精之推崇。

葛洪及其從祖葛玄，被民間尊為小、大仙翁，曾長期在天臺山境內修道練丹，想必黃精為他們經常服用之佳品。

李時珍《本草綱目》記載：

黃精為服食用藥，故《別錄》列於草部之首，仙家以為芝草之類，以其得坤土之

精粹，故謂之黃精。《五符經》云：黃精獲天地之淳精，故名為戊己芝，是此義也。餘糧、救窮，以功名也；鹿竹、菟竹，因葉似竹，而鹿兔食之也。垂珠，以子形也。陳氏《拾遺》（筆者注：即唐代鄞縣籍大醫家陳藏器《本草拾遺》）救荒草即此也，今並為一。嘉謨曰：根如嫩薑，俗名野生薑。九蒸九曝，可以代糧，又名米脯。

文中點出了黃精名稱之含義。

這些大醫家記載黃精具有良好保健功效，為仙家道人修煉、辟穀之服食佳品，並可作為糧食代用，救窮救災難，因此有「仙人餘糧」、「救窮草」、「米脯」等美名。（上）

錢塘江水神

—孫悟空師兄弟三人的原型

方東

二、揭秘孫悟空師兄弟三人的真正原型

本人在對錢塘江兩岸的水（海）神信仰考察後發現，孫悟空師兄弟三人的真正原型可能與錢塘江水神有極大關聯。

1、孫悟空的原型可能是錢塘江水神桑九侯王和四明山鞠侯的結合

桑九侯王又稱桑神，是錢塘江地區著名水神。清乾隆《兩浙海塘通志》有載：石窟廟，《萬曆上虞縣誌》：祀桑神，在蘿岩山麓，神嘗助宋兵有功，封郡王。明張秋河決，嘗顯陰靈助築，至今客江湖者遇險難呼號求救，輒護持有聽禱其應若響。

又據「浙江省文物局網站」載：石窟廟

是（上虞）夾塘一帶的土地廟，神「桑九老相公」傳說是唐代進士，鄰縣餘姚縣馬渚山桑家人，排行老九，民間封其為「桑九侯王」。因其母被一隻白猴精攝來上虞羅岩山，九兄弟趕來相救，但尋找無蹤，各散落在羅岩山四周守候至終。後人為旌表其孝道，在該山四周立廟九座以志紀念。另傳「桑九侯王」兄弟9人分別叫通保、漢保、定寶、國保、鎮保、全保、志保、義保、憲保。桑氏兄弟各有專祠奉祀，以桑憲保影響最大。

《上虞民間信仰的幾位神》也介紹：相傳桑九侯王共有兄弟9人，分別叫通保、漢保、定寶、國保、鎮保、全保、志保、

義保、憲保，餘姚梅川人，後遷居上虞蘿岩山。桑氏兄弟各有專祠奉祀，以桑九侯王影響最廣。桑九侯王諱憲保，字仲才，仕唐憲宗朝，沒于王事為神，追封「悟空國師」，相傳桑九侯王顯應卓著，曾「駕舟救康王、酒水退金兵」受到宋朝敕封，明嘉靖間，又於杭城顯應退倭寇，立廟西湖寶石山，加封為「護國天下都督、黎陽郡王、宏仁普福真君」，清同治間敕封「桑王」。農曆九月二日為桑九侯王誕辰，上虞民間迎神賽會極為興盛。

「餘姚論壇」也載「桑九侯王和梅山殿」，提到「桑九侯王諱憲保，字仲才，仕唐憲宗朝，沒于王事為神，追封『悟空國師』」，「梅山殿，在斗門梅山殿胡家，現重建，有一僧人。內供奉桑九侯王為主。」該殿中還懸著上書「桑九侯王」的匾額，落款為西元二〇〇四年孟夏，善男陳柏年、信女沈秋雲叩拜。

桑九侯王信仰，早在錢塘江沿岸地區影響很大，清道光《澣山志》「卷七」也記載有「郡王殿」：在廟山頂，隆慶間建，案《西湖志》：桑憲保，字仲才，行九，姚江燭溪人，仕唐，宣宗時奉使海昌，卒，追封悟空國師。繼為神。建炎間，助張浚禦金兵有功，事聞建廟，明景泰、天順間，又以塞黃河功，封王爵。又《湧幢小品》：桑九郡王，係出桑巷，鄉人為立廟，並祠其子周舍、史舍。

從以上資料可知，桑九侯王的「侯王」與孫悟空的「猴王」是吻合的，而桑九侯王所追封的「悟空國師」與孫悟空的名稱也是吻合的。

桑九侯王是餘姚縣燭溪人，餘姚縣境內最有名的山是四明山，四明山唐代起就流行以「九題」為名的勝跡，其中一題為「鞠侯」。據黃宗羲《四明山志》所載：「鞠侯，雪竇西十五，為徐臯山，有鞠侯岩，

以其形似，鑿字名之，攢峰割日，哀瀑崩雲，誠奇地也。」

鞠侯在四明山九題（即九大勝跡）中排名最尾。唐代著名詩人陸龜蒙和皮日休曾作「鞠侯」唱和詩曰：（陸詩）：何事鞠猴名，先封在四明。但為連臂飲，不作斷腸聲。野蔓垂纓細，寒泉碾玉清。滿林遊宦子，誰與作公卿。（皮和）：堪羨鞠猴國，碧岩千萬重。姻蘿為印綬，蕾實是提封。眾遣狙公渡，果教揮子供。爾徒如不死，應得躡玄宗。陸龜蒙詩中講述了四明山「鞠猴石」之景，並有猴王封作「遊宦」、「公卿」等，表現出在四明山有「鞠猴」稱王的情景，而皮日休的詩中所稱的「鞠猴國」、「眾遣狙公渡」、「果教揮子供」等句則更進一步形象的寫出四明山是花果山的「美猴王國」及「孫悟空渡海求仙」、「小猴摘供水果」等情景。

鞠侯應為孫悟空所衍生的仙石之原型。

鞠侯與桑九侯王（悟空國師）的結合應該是《西遊記》中孫悟空的主要原型。

2、豬八戒的原型可能是錢塘江水神朱小二和四明山豬精的結合

《西遊記》中孫悟空有牛魔王等結拜兄弟，而桑九侯王也有一位結義兄弟，稱為朱小二。

朱小二，桑九侯王義弟，生前以孝義聞於鄉里，故又稱「朱孝義」，歿後被奉為當地社神，民間俗稱「義相公菩薩」，在錢塘江南岸一帶信仰頗盛，為當地保境安海之重要神靈。

「中國清明網」《民間鬼神之信奉的幾位神》一文中曾載：

義相公菩薩，崧廬人，原名朱小二，相傳為桑九侯王義弟。生前以孝義聞於鄉里，故又稱「朱孝義」，歿後被奉為當地社神，被封為「都巡檢防禦使」，後加封為「通濟侯王」，民間俗稱「義相公菩薩」。相

傳凡有瘡毒、疾病祈禱輒愈，在虞北一帶影響深遠，信徒眾多，崧廈寺前村「雙楓廟」專祀義相公菩薩。

清光緒《上虞縣誌》也載：雙楓廟，在六都寺前，舊名了虯廟，建在瀕海沙地，明季被沖坍，移今處，廟前有雙楓，故名。廟左為朱小二相公殿，朱小二為桑九郡王義弟，生平以孝聞，故所居稱孝義村。歿後里人奉為神。

從以上資料可知，朱小二是桑九侯王的義弟，這與豬八戒姓豬（豬、朱同音）及是孫悟空二師弟的形象和身份都是吻合的。此外，豬八戒前世為天蓬元帥，掌管天廷水軍，與朱小二水神身份也是吻合的。

在上虞與餘姚縣相連的四明山，有一張老莊，東漢時有上虞縣才子李汾住山上，曾與豬精共度月夜良宵，《太平廣記》「第四百三十九卷」及黃宗羲《四明山志》「卷

九」都曾載此事，文章稱：

上虞李汾居四明山。山下有張老莊，養豕積年。永和末中秋，汾對月撫琴，忽聞有嗟歎聲。汾開門視之，有女子端正絕倫，但口帶緇色，言是山中張家女，竊來奉謁。汾便留之，下帷背燈，琴瑟已盡，雞鳴，女欲辭去。汾藏其青氈履子一隻，女索還不得，號泣而行。及明，汾見鮮血滿地，發視履子，已化為豬蹄殼。尋血下山，至張老圈內，其豬見汾，瞋目咆哮。汾具述前事，張老遂烹之。汾亦棄此山院，別遊他邑。

上文豬精的好色與豬八戒的形象是完全吻合的，此文中豬精所在的張老莊和《西遊記》中豬八戒所居住的高老莊也略相同。

因此，四明山張老莊之豬精與錢塘江水神朱小二的結合當為《西遊記》豬八戒之原型。
(六之三)

風情蕭王廟

陳偉權

2016年奉化水蜜桃文化節開幕前一天下午，《在桃花盛開的地方》演唱者蔣大為、詞作者鄔大為、曲作者鐵源在林家村耕人書會舉行記者見面會。30多年後三人首次團聚，講述這首歌曲背後的故事。蔣大為表示，他1984年春晚演唱這首歌一夜成名後，也曾經來過奉化唱過這首歌。特別是後來知道這首歌唱的就是奉化，更有感觸。蔣大為又說，奉化作為蔣氏故里，我自己也姓蔣，覺得自己和奉化很有緣分。詞作者鄔大為祖籍奉化，2015年夏天重新踏上家鄉的土地時，被家鄉的美景深深吸引，說這裡跟歌詞意境非常吻合，「桃樹

倒映在明淨的水面，桃林懷抱著秀麗的村莊」。他說非常感謝為創作這首歌提供素材的奉化「小戰士」，沒有他就沒有這首歌。鄔大為在現場還欣然提筆寫下：「我心中最美的花是桃花，我心中最親的地方



是奉化。」另又在紙上寫下：《在那桃花盛開的地方》唱的就是奉化。曲作者鐵源表示，自己是第一次到奉化，這裡雖不是他的家鄉，但作為桃花的故鄉，這裡的一切都非常美好。

1980 年末，鄔大為把歌詞交到他手中後，先是採鄧麗君歌曲式的流行樂音調為這首歌譜了曲，但試唱後，感覺唱不出戰士博大的情懷，為了更好地表現出戰士的情懷和陽剛之氣，唱了很多民歌找感覺，最終形成了現在這首《在那桃花盛開的地方》。當這首歌在傳唱開後，在當時全國當代青年最喜愛的歌曲投票中，成為獲獎的六首歌曲之一，獲選的還有同是鐵源作曲的《十五的月亮》。

三人在記者見面會後，還一同來到林家村桃花山上賞桃花留影。

同期，奉化市人大常委會第 32 次會議確定桃花為奉化市花，《在那桃花盛開的地方》為奉化市歌。

2016 年中國民間文藝家協會又命名奉化為「中國桃文化之鄉」，並批准建立「中國桃文化研究基地」。鑒於每年水蜜桃上市，蕭王廟街道遊客雲集，為適應市場需求，2016 年蕭王廟新建水蜜桃市場，佔地近 20 畝，設施齊全，服務周到。據悉是目前華東最大的桃子交易市場。品嚐水蜜桃在舌尖上醉美滋味時，熟透的水蜜桃不必用刀削皮，也不必剝皮，只要用食指和拇指輕輕撕下桃皮，入口汁多甜味鮮美，有的人還用吸管插入桃肉中，吮吸桃汁，其味同樣美不勝收，可真切體會到奉化水蜜桃的美譽：瓊漿玉露，瑤池珍品。

蕭王廟地處剡江兩岸，眾多的沙質土和沖積土，使得生產的農副產品成物華天寶，著名的土特產還有花木、竹筍等系列產品。

蕭王廟街道常駐 3.5 萬人口，傳承著淳樸民風，齊心協力共建美麗鄉村。

說起 2003 年設置蕭王廟街道還挺有意思。那裡地名古稱泉口，後又長期叫蕭鎮，當時為啥人們同意稱蕭王廟？可稱王的，又是哪位名人？其實廟神不過是個七品芝麻官，王是後人所封，講的是北宋天禧年間有個叫蕭世顯的奉化縣令，廉潔為公、勤政為民，率領百姓治水築堤、建壩抗旱、治蝗重農，深受百姓信任和敬仰。北宋年間就為蕭世顯建有廟宇，後來廟宇幾經修繕，如今的蕭王廟建築宏偉，為浙江省重點文保單位，多年來，弘揚著「官愛民、民尊官」的人間正氣。

那裡的棠雲山區竹林如海，山中多座古橋、廊橋，見證著山民勤勞樸實，一生選擇一件事，認真做好一件事，擁有充實無悔的人生。如八旬老人袁恒通，一輩子手工製造竹紙，其竹紙在修復古籍中為其他紙張無法代替，日本修復古籍的權威岡與造評價這棠雲竹紙勝宣紙。袁恒通成了寧波非物質文化遺產傳承人。

棠雲茶亭凝聚著傳統文化的精髓。百年來，歲歲施茶，年年不斷，見證了茶文化可雅可俗，高雅作品浩始煙海，俗文章寫在大地上，尋覓難得。據當地高齡老人回憶，清末民初，古廊橋橋頭，廟門口就有茶亭，在這山鄉過往要道上為行人施茶。1949 年後更是從不間斷，一般年景在端午開始，到重陽前後天氣轉涼為止，有的年景熱天時間長，掘毛筍期間天已比較熱，茶亭老



人就提前供應茶水，茶亭還備有十滴水，又用六月霜、金銀花等消暑解毒中草藥煮茶。過往行人汗流浹背，一到茶亭歇腳，喝茶後舒一口氣，頓時手腳輕鬆，總是讚不絕口，如茶亭楹聯「毋忘有愛捐志士，可敬無酬值班人」。

棠雲茶亭為路人供茶，由茶引來文明風尚。據記載，1975年，上海退休工人江善林回鄉，把古廊橋右邊的茶亭遷到廊橋左邊，建造兩間茶室，路邊開有窗戶，上寫「棠雲茶亭」四個大字，靠窗放著茶桶、搪瓷杯，伸手可及，用來舀茶，他親自到棠雲茶亭義務燒開水，免費為路人供應涼茶，附近村莊中的老人也自覺加入到這個義務勞動中去。40多年來，接班人連續不斷。1987年，帶頭的江善林逝世，由棠雲車站站長柳自康接任，柳自康調離棠雲，由當地供銷社退休職工江聖祥接手操持茶亭，江聖祥逝世後，由熱心公益的村民袁通義接管。2005年9月，由寧波市政府文明辦授予棠雲茶亭「文明之星」稱號。此後由江長義負責茶亭管理，直至今日。

他說，茶亭燒水，大家自願報名，積極性高。像袁月英、張定心等好多人義務燒茶都在15年以上，今年84歲的張定心被我們再三勸阻才停止。人多就按年份分村

安排，今年編成5組每組兩人，每組服務一周，輪流往返。輪到值班的老人每天清晨四點半就到茶亭「上班」，過去每天要燒500公斤左右開水，為到山外種田的山民、企業工人、在校學生施茶，如天涼時可少些，但也要燒100多公斤。茶亭十分講究清潔衛生，接受少量捐款，用於改善設施，帳目上牆公佈，也有表彰寓意！從1975年至今，先後近200位老人到棠雲茶亭義務燒茶。民間施茶，弘揚著善舉和美德。

蕭王廟讓城市人嚮往。浙江醫藥高等專科學校、寧波國際文武學校、寧波市少體校陸續遷址到蕭王廟落戶。在徵集土地過程中，人們顧大局，識大體，樹新風。正如村民所說，建學校對當地一時看不到多大好處，還要捨得奉獻，但從長遠來看，學校裡人才聚集，有利於推進經濟文化全面發展。據當地街道工作人員介紹，在整個拆建和徵地過程中，沒有碰到釘子戶，也沒有上訪戶，其中要遷移301處墳墓，也由相關人家自動遷移他處。

蕭王廟人情練達。千年古鎮，醉美桃園的新格局正在形成。走進蕭王廟，美在眼裡、歌在耳裡、甜在嘴裡、樂在心裡，堪稱是宜居宜業的好地方！（下）

錢塘江記

龔玉和

余觀東南之勝，山水之巍，莫過於錢塘江也。

大江東去，浩浩蕩蕩，發溯於常山港，橫貫兩浙，直通大海。水到衢州，稱衢江；經蘭溪，稱蘭江；過梅城，而稱富春江；

至蕭山聞堰渡，又稱之江，全程千餘里，統稱錢塘江，古渭曲江、浙江、羅剎江、之江。

上世紀二十年代之前，陸上交通尚未興起，北方商旅，揚帆南下，由京杭大運河

直抵杭州，過中東河，經柳浦渡入錢塘江，溯水而上，抵桐嚴、蘭衢，達江山港，越仙霞嶺至閩粵，繁忙通暢之水運，商客南來北去，孕育了千年的華夏文明。

二十世紀八十年代後，衢江兩岸，遍栽林木柑桔，鬱鬱蔥蔥，不僅造福一方百姓，也成就了水質清冽的大江源頭。

遊人駕舟東去，順流而下，雲山蒼蒼，江水茫茫，白浪滔滔。

至梅城，系纜登岸，此乃千年古城也。雙塔高聳巔峰，直刺雲天，為河山增色、為日月添彩。古寺鐘聲，民風淳樸，背靠烏龍嶺，為睦州之屏障、嚴州之鎮山，居大江之上游，扼江南之咽喉。白雲、青山、藍天、碧江、古塔、城池，交相輝映，氣

象萬千，蔚為大觀。

過嚴東關而下，煙霧蒼茫，峰嶺挾持，千里畫卷，富春山居，乃黃公望之故地也。今「三江兩岸綜保工程」啟動，秀水碧波，林木蔥籠，人有美不勝收之感。

水至杭州灣，數橋橫跨江上，天塹成通途，兩岸鄉鎮繁榮，百姓安居樂業，市場興旺，魚米之鄉，絲綢之府，文物之邦，真江南錦繡地也，更為大江東去勾劃了最新、最美的圖畫。

攬天下最宜人居地者，非錢塘江兩岸莫屬！

注：錢塘江，又名浙江、曲江、漸江、羅剎江、之江等。

沙孟海的翰墨中山情

葉立標

前言：

在研究沙孟海生平的著述中，還沒有人系統地論及他對孫中山的景仰之情。筆者通過史料搜集與整理，發現在他生命的不同階段都有與孫中山相關的軼事可資挖掘：十二歲時對篆文「中華民國軍政府鄂省大都督之印」的辨識，二十七歲時與四弟談三民主義，到三十歲前後書「中山公園」匾額、《總理遺囑》碑文、「孫中山先生演講處」條幅，乃至耄耋之年重書「中山公園」匾額、為加拿大溫哥華中山公園華楓堂題寫「春秋多佳日，林園無俗情」楹聯，以及義務地擔任杭州逸仙書畫社名譽社長，為書畫展銷揮毫潑墨、為美術教育殫精竭慮、為結集出書出謀劃策等等，無不體現了他對中山先生的深厚感情。本文擇其有代表性者，進行挖掘與梳理，以豐富沙孟海生平史料。

一九一一年，沙孟海在錦堂學校附小讀書時，對報載的篆文印樣「中華民國軍政府鄂省大都督之印」的辨認，我們可以確認在他年少的記憶中應該已經留下了孫中山的印記。一九二六年二月十二日的日記中提到，他在家「與四弟談共產黨事，黨

中人數實不多，而外間謠傳三人成虎，幾於談之色變，共產之論首創之德人馬克思，實行之者始於俄人列寧，而傳入中國則由於陳獨秀、孫中山高談三民主義實亦共產之預備也。」可見此時的沙孟海對孫中山其人其事是有深刻瞭解的。

後來他為杭州中山公園寫匾額、寧波中山公園寫碑文、溫哥華中山公園寫楹聯，以及為孫中山曾經到訪過的史跡點及杭州逸仙書畫社留下諸多墨寶，其中有不少還直接引用了孫中山的名言警句。這一切，無不流露出他對孫中山先生深厚的景仰之情。本文從這些有關的史料與軼事中擇其有代表性者，進行挖掘與梳理，以期在研究沙孟海生平，緬懷與弘揚沙孟海思想精神方面有所補充。

中山公園匾額

一九二七年，杭州市政廳擬將西湖公園改為中山公園；一九二八年浙江省政府「以西湖本為一大公園，前設孤山公園毫無意義，茲擬改為中山公園以垂不朽，業經政府委員會決議通過並令杭州市長照辦」。當年中式門樓的上方匾額正中，就是時任浙江省政府秘書處第二科科員沙孟海題寫的中山公園四個大字。



上世紀五六十年代的中山公園（自藏老照片）

按照沙茂世的說法，「1928年初，時任杭州市市長的陳屺懷先生，命當時在書法上小有名氣的沙孟海書寫匾額《中山公園》（隸書），沙因當時初到杭州又年輕，故未署名。惜此匾額在文革中被砸，現在的匾額為1981年應杭州市園林局之請，由沙孟海重新書寫的。」

一九九四年冬，這塊用行草重寫的「中



選自《墨香飄四海》——沙孟海題山川名勝書法作品影集選》

山公園」匾額曾一度被摘下，原因是要將中山公園改名為孤山公園。後經張令杭、朱馥生聯名寫作《杭州中山公園史考》，通過媒體據理力爭，終於讓有關部門掛回了原匾，另行在孤山北麓建孤山公園。

《總理遺囑》碑文

一九二九年夏，寧波為紀念孫中山先生在城內中山公園修建總理遺囑碑亭，由沙孟海題寫《總理遺囑》碑文及額。文化大革命後碑文尚存，惜碑額已不見矣。其實，碑額「總理遺囑」四個大字並無破壞，不見的只是石碑的基座。

根據史料記載，石碑一面是總理遺囑，一面是寧波中山公園碑記，都是當代書法家沙孟海先生青年時期的手跡，甚為珍貴。文革初，遺囑亭被拆除，石碑下落不明。直到1980年，建造盆景廊時，才在花房內發現。當時就移到公園辦公室前保存起來，但基座太重，只好移到工具房前。1981年夏，修正園河西邊的石砌，石料不夠，公園管理人員把基座剖開當作石料，等到技術人員聞訊趕來，已來不及挽救。

碰巧那一時期沙孟海在與一位老友閒談時，提到了年青時在寧波所寫的這些碑石，並委託這位老友協助尋找。這位老友回甬後很快找到了這塊「總理遺囑碑」，並請天一閣精通拓印的師傅拓成拓片，帶給在杭州的沙老。在沙老過世後的第二年，沙老家屬遵循沙老生前遺願，將沙老收藏的「總理遺囑碑」拓片以及沙老作品

遺物數百件一同捐贈給了沙孟海書學院。一九九六年在赴臺灣舉辦《沙孟海書法遺作展》時，該拓片作為三十二件作品之一運往臺灣展出，讓海峽兩岸同胞一起重溫了孫中山先生的遺願，為實現海峽兩岸的早日統一作貢獻。

一九八九年十月初，沙孟海與四弟史永赴甬再次探望故居時，首日上午與寧波市委書記孫家賢、鄞縣縣長翁禮華同訪天一閣，觀黃山谷詩卷及萬季野明史稿。下午專程前往中山公園，特意去看那塊倖存的「總理遺囑碑」。此時碑石依然碑文朝內靠在牆邊，沙老特意翻轉碑石，拂去碑上的雜草沙土看到文字，沙老證實了這正是他當年的手跡原碑。並告訴隨行人員，這塊碑雖未署款，但碑石的正文和碑額上「總理遺囑」四個大字都是他所書寫的。

比對各個時期中山公園（中山廣場）的平面圖與照片，最初的總理遺囑亭位置應該是在今中山公園門樓與景行牌樓之間的中軸線上，高臺圓頂圓柱圓護欄似乎均是石質的歐式涼亭，名曰中山亭。與一九九二年原址重建亮相的民族式琉璃瓦四方型是不一樣的，與現在見到的飛簷重瓦紅木的仿古樓閣式（一九九八年重建）也是風格迥異。



總理遺囑亭，攝於 2015 年 3 月 28 日

細察今中山廣場法治文化公園內的總理遺囑碑，碑石為寧波的梅園石。碑陽無上

石時間及書丹人名，碑額「總理遺囑」四字縱向排列，正文含落款共八列，滿列 25 字，共計 160 字，首行平齊，碑額及正文均由楷體書寫，「字為沙氏所書當無疑」；碑陰無字跡，平整如碑陽。據上引可知，碑陰尚有《寧波中山公園碑記》，如有鑿除，必有刀痕。難道此碑是據拓本新刻的？

好在沙老 1989 年時曾向隨同人員描述過當年遺囑碑亭的景致，稱當時碑亭中所立的二塊碑石大小相同，碑文朝向相反緊貼在一起，難怪當年很多人將其誤看成是一塊石碑雙面刻字了。甬上名儒周閃耀先生提供的一份《沙孟海青年時代留在寧波地區碑石》名錄中，稱「總理遺囑碑」和「中山公園碑記」是二塊碑石，也印證了當年碑亭中實為二塊碑石的史實。

茲錄《總理遺囑》碑文如下：

總理遺囑

余致力國民革命凡四十年其目的在求中國之自由平等積四十年之經驗深知欲達到此目的必須喚起民眾及聯合世界上以平等待我之民族共同奮鬥

現在革命尚未成功凡我同志務須依照餘所著建國方略建國大綱三民主義及第一次全國代表大會宣言繼續努力以求貫徹最近主張開國民會議及廢除不平等條約尤須以最短期間促其實現是所至囑

中華民國十四年一月二十四日孫文

遺囑手跡上的落款為「中華民國十四年二月二十四日孫文」與此碑的落款「中華民國十四年一月二十四日孫文」正好相差一個月，真不知道是當初沙孟海書寫時筆誤，還是石碑因風化或人為損壞，致使「二」字正好脫落了上面一點。（上）

慈鄉孝事風情多

金 建 楷



慈孝是中華民族的傳統道德，是我國源遠流長、最具特色的文化之一。繼承慈孝文化，對構建和諧社會、振興中華民族具有深遠的現實

意義。慈指溫順善良，即強調長輩對晚輩的慈善和愛護；孝是履行孝道，即強調晚輩對長輩的尊重和孝順。兩者相輔相成，合成了一個詞彙，叫作母慈子孝。慈孝乃是人類最美好的情感，也是人類最基本、最淳樸、最持久的人性和諧的平臺。因而，今天我們提倡慈孝就是要使家庭乃至整個社會長幼、上下之間和睦相處，愛國愛鄉愛家，共同振興中華。

（一）慈水·孝井·慈孝竹

慈城譽之為慈孝之鄉：它本姓慈，崇尚孝，典出東漢董孝子事。那裡由慈水、孝井、慈孝竹，演繹出了他的故事：

慈水：晉代木華著《丹山圖詠》云：

「一條流水入句章，二仙聖德彰慈養。」

（唐代賀知章註：「鮑全有聖德，董黯有孝行，俱出後漢時，傳為四明山地仙也。」）

董孝子本名董黯，西漢著名儒學家董

仲舒的六世孫。自從他的祖父董洵從北方遷來後，世居慈城小東門。在原縣城（嵗山渡）的東北隅有一條溪流，水味十分甘冽，董黯每天到那裡汲水供奉老母，並築室溪旁，艱辛所至，母病竟愈……日子一久，不但董黯成了出名的孝子，連這條溪水也被人們取下一個溫順善良的名字——慈水或稱慈溪，俗稱董孝子溪。唐時（西元738年）為褒揚董黯孝道，竟以慈溪作縣名。從此慈風大振，孝水曲流，人傑地靈，鐘靈毓秀。清·董闓有詩云：

「在昔漢孝子，奉母大隱溪。
溪水如厓蜜，療疾勝良醫。
天心感純孝，潛使地脈移。
至今慈水曲，猶有慈鳥啼。」



董孝子溪

孝井：董黯汲水奉母的孝行。漸漸傳遍了各地，特別感動了慈城的鄉親；眾鄉親在想：慈水品質雖好，但遠水難解近渴啊！他們幫董孝子想了個辦法：就在他屋旁邊挖了一口水井。相傳此井與孝子溪相通，水味一樣甘冽。這樣，母

子生活得更加快樂健康……後來，董黯的孝行還受到東漢和帝的嘉獎，把他奉為浙江境內有史以來第一個著名孝子。於是這口孝井與其孝名又比翼雙飛揚名久遠了，在歷代都受到保護。井邊原有一塊刻著「漢董黯孝子之井」的石碑。（文革時被毀）。宋·方山京《孝井》詩曰：

古井千年尚著名，只緣慈孝不勝情。
碧煙自好濃霜白，何必溪流擅獨清？



孝井

慈孝竹：有偶無獨，在古代二十四孝中，有孟東哭竹冬生筍的故事，慈城也竟衍生出一種叫慈孝的竹子。慈孝竹簡稱慈竹，又叫子母竹。它確確實實具有慈孝文化的個性特點：密密叢生，一叢或多至十百竿，根窠盤結，四時出筍。竹高至二丈許，新竹、舊竹密若老少相依……夏日，幼竹葉茂，為雌竹遮擋熾熱的陽光；冬日，幼竹落葉，好讓更多的陽光溫暖雌竹，正體現了可貴的孝心。如今可在慈城的公園裡窺見……啊，「慈竹搖搖兮，孝風勁；大愛漫漫兮，見真情！」綠雲擁綴，迎風搖曳，儼然成了慈城慈孝文化的座標，慈孝精神的形象大使！有歌曰：

慈水流，孝井久。慈竹搖搖孝風稠！



（二）慈湖·孝祠·摯情續

除慈水、孝井、慈孝竹以外，還有相關的慈孝文化標本事物，諸如：慈湖、孝祠、董宅、董墓，人們務須再將其摯情續……

董孝子宅：據光緒《慈溪縣誌》卷四三記載，董孝子宅位於「縣北慈湖書院談妙澗東，宅東數十步即普濟寺。」宋·王休有詩云：

短石拂荒阡，誦君孝行全。

甘泉潛易地，至德上通天。

明詔再三下，承歡八十年。

草堂遺址在，溪水繞涓涓。

光緒《慈溪縣誌》卷四十三錄有清·魏基《浮碧山董孝子故宅》一詩：

故宅臨流在，寒煙繞麓浮。

碧山今雨歇，清馨暮雲留。

樹老長呼鶴，溪清不飲牛。

春風堪作伴，千載獨相求。

董孝子祠：在三民路西段，慈城闕峰下。祠（家廟）內曾立有「後漢孝子董君（黯）碑」，碑銘為唐明州刺史崔殷所撰（詳見光緒《慈溪縣誌》金石卷）。

宋·杜醇《過董孝君祠》詩云：

湖環闕麓任清漣，古廟塵埋白漢傳。
劍吐寒芒憤已雪，碑刊軼事墨猶鮮。
芳名百世留青史，至行千年啟後賢。
爵祿可辭甘海曲，富春耕釣與駢肩。

明代狀元姚涑，慈城人，也曾作《出北郊過董孝祠遺址》詩一首：

漢代遺祠何處尋？闕峰回首碧雲深。
千年邑為仁人號，一脈溪流孝子心。
廢苑殘碑橫綠草，空階古樹集寒禽。
延光盛典依然在，幾度經過思不禁。

慈湖：南宋心學大師楊簡，為弘揚慈孝之風，將城北的闕湖改名為慈湖，他在《慈湖遺書》卷六寫道：「嘉泰昭陽大淵獻（昭陽，歲時名，用以紀年。大淵獻，亥年的別名。此句意即嘉泰三年（1203）），築室董孝君祠之西，下有湖焉，某曰：『溪以董君慈孝而得名，縣又以是名，則是湖宜亦以慈名。』」並作詩曰：

惜也天然一段奇，如何萬古罕人知？
只今煙水準軒檻，觸目無非是孝慈。
惜也天然一段奇，如何萬古罕人知？
只今弄月吟風處，孔子明言是孝慈。
惜也天然一段奇，如何萬古罕人知？
只今山色邊深翠，孔子明言是孝慈。



慈湖

董孝子墓：在慈城北邊三十裡黃楊畝。

元·烏本良的《謁孝子墓》一詩寫道：

「漢家董孝子，穩臥黃楊裡。

世事任滄桑，朝朝白雲起。」

董孝子廟：在慈城南門內。舊在慈城東北慈溪（即董溪），因孝子得名而舊祠毀。附於城隍廟。明·張瓚曾作《祭董孝子廟因賦》：

綠樹濃蔭覆享堂，國家秩祀重綱常。
峨冠象服輝重席，漢詔唐碑映畫廊。
簷外乳烏晴學語，庭前小草暖吹香。
平生志在敦風化，何幸官臨孝子鄉。

又慈孝坊：舊名祈報坊，元·至正三年，邑簿白桂因董孝子廟易今名。

崇孝祠：在慈城孔廟左。為孔廟附屬祠堂。明代孫懋，始作《令君胡公於學宮建崇孝祠》詩曰：

吾邑號慈邑，由公肇錫名。
郡方隆特典，縣曷少專楹。
教孝來賢尹，崇祠傍聖庭。
苾芬靈爽格，喜氣洽簪纓。

啊，「湖楊波，祠星火，慈風拂拂孝長流！」這些閃耀慈孝精神的標本式風物，構成了慈孝

文化獨特的一道風景線，一幅幅人文畫卷，如今，正有待於人們進一步開發、弘揚，並使之迴響在世界和諧的藍色天空中……



董孝子墓



崇孝祠

寧波方氏溯源

丁惠增

2006年，我岳母大人過世，她的牌位入祀「方氏宗祠」，後與1985年過世的岳父大人方睿安先生合葬於寧波靈峰山墓地。我也得以瞻仰「方氏宗祠」。錦繡江南，百祠歸宗。祠堂就是歷史教科書。祠堂中，蘊藏著中華民族自強不息的民族精神。「方氏宗祠」座落在寧波市北侖區大鎮林頭方村。大門兩旁有聯曰：「巍巍靈山世代弘揚長風，浩浩六桂後裔申張正氣。」祠堂內懸掛匾額「六桂堂」，顯得莊嚴肅穆。「六桂堂」下方有「珍七公之位」和「璧十公之位」。「宣統元年歲次己酉八月。誥封道奉大夫公省知府袁孫城敬」等牌位。兩旁有對聯，聯曰：「河南固始開基遠，福建莆田世澤長。」兩壁懸掛銅牌，左銅牌：「行第六十世。」（即字輩譜）

第五傳聲細，添千萬增端。

桂益仲義統，珍璧奎英桓。

秀彥謙和順，聰明睿智軒。

彝倫昭穆敘，福祿永昌安。

奕世承恩文，同源濟美寬。

忠良多啟佑，瑞鳳祥麟現。

右銅牌二塊。其一：義門律詩。

是詩之作也，疑在宋真宗景德年青陽一脈（今皖南青陽縣），同居十一世三百餘年，鳴鼓就食，以千口計。詔旌德綱，義門後世，恐尋源遼遠未免有疏忽之虞，因簡錄是詩，以見真傳。累世傳習，凡遇同宗，讀此可以為券。

義門詩：

甘田美宅九華車，頌白熙熙庭巷通。

倉廩甚虛無異竄，衣冠雖變有醇風。

兒孫繞幾慶堂壽，羔酒對盤樂少年。

聞講諸書旌孝悌，為君惻勸閭門中。

由此可見我岳父為「睿」字輩，我妻為「智」字輩。時遇方智恒老人是年74歲（2006）。他說：「睿」字輩中最後一位老人（即我岳母）走了，「智」字輩中他最大，我妻弟方松恒排行最小。可惜「家譜」於「文革」中被毀，有關方氏遷移，演變最珍貴史料失傳。方松恒說，方家祖先由福建遷至鎮海林頭村。這與《靈峰志》（2003年版）所刊：「林頭方村方家，明正德年間從福建莆田遷入」相一致，而慈溪方姓則由鎮海林頭方村遷入。據我考證，方氏兩次大規模南遷一是魏晉時期，二是南宋時期。南方主要繁衍地：安徽桐城、歙縣；福建莆田、閩侯；浙江寧波、金華；廣東香山、番禺；江蘇昆山、宜興。寧波方氏源自福建莆田，慈溪、鎮海為主要聚居地，其中一支遷至大碶鎮（今屬北侖區）西3.5公里的靈峰山下，即林頭方村。新修定《鎮海柏墅方氏仁二房·之壽房支譜》與林頭方村方家同宗但不同族，其排行表對不上號。鎮海方氏前十二世用十二字：

廣友聞禮明廷 宗上元亨仁義

後十六世用十六字：

積善之家必有餘慶 資富能訓惟以永年

鎮海柏墅方氏簡史與史載略同。本系方氏，世稱六桂堂。舊譜相傳，唐昭宗朝有諱廷範者曆宰閩三邑，有惠政，卜居莆田

刺桐巷，子六人並登進士第，以六桂稱之。其後七傳而至宋太廟齋郎（天子祖廟曰太廟）右正言（官名，掌錄帝王言行）諱軫，以參蔡京而貶鄞令，家於慈溪鳴鶴山，卒葬鳳浦巖。明萬曆年間（友一府君舉家由鳳浦巖遷鎮海柏墅方氏與北侖大碶方氏同宗，皆源自福建莆田，由慈溪遷居鎮海而

大 鎮原也隸屬鎮海縣。

方氏作為浙江寧波一帶名門望族，歷來人才輩出，僅以在滬著名書畫篆刻家就有：方介堪，永嘉人；方去疾，溫州人；方增先，蘭溪人；方正之，慈溪人；方傳鑫，鄞州人；方堯明，慈溪人；方文根，慈溪人……

（下）

身體濕氣怎樣排除

逸 剛

中醫說「暑、風、寒、濕、火燥」是治病的六邪氣，之中傷害最大的就是濕邪。中醫一直認為，濕氣就萬惡之邪。輕而無從察覺，重澤危害生命。熬夜、吃生冷食物、衣服未乾就穿身上，容易引起濕氣入侵。

腸胃系統關係到營養及水分代謝，保護腸胃最好的方式是清淡、適量、均衡飲食。油膩食物不易消化，容易造成腸胃悶堵、發炎。甜食油炸會讓身體產生過氧氣化物，加至發炎產物。生冷食物、冰品或涼性蔬果，會讓腸胃消化吸收功能暫停止，不宜食用。

平時多吃一些五穀雜糧，不僅具有養生

功效，還能排毒養顏，防濕邪。薏米有健脾祛濕、舒筋除疲、清腸排毒等功效。紅豆有健脾止瀉、利水消腫功能。將薏米和紅豆加水煮熟食用，可以利尿、除濕、對水腫擁有效果（不適宜尿多者食用）。

長吃油膩，缺乏運動的人，常有身體沉重四肢無力而不願活動，久而久之，就會導致濕氣攻入脾臟，引發濕熱病症，所以透過運動也能排除濕氣。

久居潮濕環境或陰雨、梅雨季久坐或久站，缺少運動，都對身體不利。

<節錄《健康福報雜誌》「身體濕氣怎樣排除」·卻酬>

格言

一、愛不是佔有，也不是被佔有，愛祇在愛滿足人（印度詩人泰戈爾）。

二、上星期的魚，賣不出好價錢。（列寧電影「水底情深深」台詞。）

三、慢活與停頓，為心靈覓得更多空間，得以重新深呼吸，喚醒沈睡已久的感應力與創造力。（張以昕撰文「瑜珈這檔事」）

四、你要去回溯做過的每一件事，

印叟輯

以及每一個念頭，如此才能更瞭解自己的心。（瑜加大師斯瓦米韋達）

五、知識分子具有特定公共角色的人，有能力向公眾及「為」公眾個人發言，履行社會責任。（巴勒斯坦裔美籍覺薩依德）。

六、聯誼不斷連書香，長綿恩澤淑群英，情牽南台，心擊中華。

< 卻酬 >

春閨夢裡人

“Old soldier never die, they just fade away.”

——麥克阿瑟將軍在國會演講

夏烈

我在美國曾遇到一位軍人出身的大學工程教授，有點土，和我們這幫人並沒有什麼交往，因為成長背景、興趣及想法都不同，不是一種人，能談的也不多。他是孤兒，母親早亡，父親戰死於對日軍的常德會戰，所以是國家一路撫養的烈士遺族，在蔣夫人宋美齡女士辦的孤兒學校唸書，相簿中還有一張夫人摟著他脖子的照片。以後他進軍校，退役入大學苦讀，最後留美取得博士學位，是那種忠黨愛國的人。只記得他曾告訴我們，有一年他們這些在美事業有成的軍屬孤兒被夫人在紐約寓所召見。夫人年邁，只能坐在椅子上，和藹的望著他們，他們排隊趨前致意，報答當年呵護養育之恩。這些當年的孤兒，如今兩鬢已白。他走到夫人面前，千言萬語，國仇家恨，朱顏已改，全湧上心頭……。

此刻，此刻他百感交集，敬禮叫了一聲：「夫人……」嗚咽而淚流滿面，再也說不下去了，夫人頷首微笑，他行禮回座。敘說此事時他眼眶微紅。我不禁想起相關而又不相關的詩句：「座中泣下誰最多，江州司馬輕衫溼」以及「一聲何滿子，雙淚落君前。」

野戰部隊是地上作戰單位，不適合四十多歲的士官兵，除非在廚房做伙伕兵，就算連部的雜兵在作戰時都得端槍上刺刀。我剛下部隊服役到台中后里報到，遇到第一個江連長是結了婚的軍官，他似乎唸過初中，因為粗識幾個英文字。副連長就是個北方人老粗，直爽。報到是慢車由台北愧到台中，再等車轉公路客運，一入營房立即加入晚點名集合訓話。因為士官及士兵總覺得軍官軍餉高，又整天命令他們出



民國 37 年面值伍百萬元金圓券

操做工，心中憤憤不平。副連長用他山東腔說道：「你們老說當官的舒服、錢多。俺告訴你，俺白天和你們一起出操，吃了晚飯你們可以洗澡，上福利社，喝汽水聊天，俺們還得開會檢討，計劃明天，弄到很晚，比你們累得多了。」想想，又加上一句：「你們，哼，不生孩子就不知道尿疼。」這些話淺白易懂，比喻也符合兵的水平。

后里營區並沒有住多久，主要是訓練教育召集的步兵士官。訓練完了，部隊移防前不能閒置，就調我們去大安溪及大甲溪築堤防，其實是搬石頭。那群窮苦的士官告訴我，軍人隨身帶三件寶：小刀、電光（手電筒）、洋火（火柴）。我問輔導長，他說沒那回事，軍人的三件寶是甩筆、搖錶、點火機。也就是說，筆要甩幾下才出墨水，錶要搖才能走，打火機要點火才能用。

移防到台南隆田，一個不起眼的地方。我也換了連隊。移防的原因不太清楚，好像是準備移到外島的前奏，又好像不是。我在台南成大唸的工學院，所以有一個週末返回母校，處理一些去美國唸研究所的申請事宜。回程坐公路局客運已天黑，遠處曾數度有亮光閃爍，但是沒有隨後雷聲，或將下雨的徵兆。沒想到一到軍營門口，竟看到營區全黑。我問衛兵怎麼回事？他回答：「你不知道剛才有大地震嗎？」我說不知道。坐大巴士走小路車悞得兇，感覺不出地震。進了連隊營房，忽然二次強震又來了，我們衝出房門，連長大呼：「趴下！趴下！」大家趕快伏地，但是並沒有多少恐懼感。

這次白河大地震死傷近 800 人，是我第一次經歷大地震，以後又經歷 1989 年的舊金山大地震及 1999 年台灣的 921 大地震。三大我都沒受傷，甚至 921 大地震

我因剛剛經過長途飛行，白天又忙了一整天，竟不知覺的睡過半夜的大地震。

剛由大陸撤退到台灣時，兵慌馬亂，漫無法紀。我看張拓蕪的《代馬輪卒手記》，知道那時候亂到可以在海陸空三軍裡跑來跑去開小差，也不算逃兵。因為生活極度匱乏，填飽肚子都有困難，頂個別人的名字，起碼可以吃一份軍糧。有位後來在報界做到主管的韓老兄告訴我們，他那時頂著一個水兵的名字，水兵叫周磚，磚頭的磚。所以有一陣子我們都喊韓主任為「周磚」，他笑笑。張拓蕪曾到台中大肚紙廠當警衛，廠裡有上百箱鈔票，每箱十多噸，是廢棄的金圓券、法幣、關金，由廣州運來做紙漿之用。這些警衛拿來糊牆壁，有人找到五百萬元的，貼滿一房間。有個警衛到基隆碼頭會妻子，竟有一賣橘子小孩告訴他銀圓券仍然有效，一元可換一圓銀洋。這下子大家都變成了富翁，大麻袋裝了銀元 連夜運出。但是那時抓匪諜抓得兇，財不能露白，否則可能是對岸收買的酬勞，所以躲躲藏藏並沒有好日子過，甚至還有被捕及受不了自首的。反正橫財即使不生橫禍，也沒什麼好下場。由這件天方夜譚的事可看出當時有多亂！

我以後在美國看陳凱歌導演及張藝謀攝影的「黃土地」。片到最後，那些陝北農民求雨跳秧歌舞，鑼鼓喧天。讓我連想起農曆春節時 51 師在師部大操場前的舞龍。各步兵團共出八條龍，排成一排，在司令台前交叉飛舞。這是我此生看過最壯觀、最熱鬧、技術最純熟的舞龍，比職業舞龍還精彩得多。為什麼不是呢？他們本來就是純樸農民，在大陸農村有舞龍傳統，再加上軍事訓練，當然會比別人舞得好。

這些士官年輕的也有三十剛出頭的，大多是少年兵開始，也就是先做做長官的勤務兵。有一個年輕的下士，廣東人，原本

傘兵，是那種收入比較高、吃香的、神氣的兵種，但是犯了小案子，行為不良，所以被下放到步兵連來。在我們連裡，他也是「考管份子」——就是問題人物的意思。此人是連裡唯一能操流利台語的外省籍士官，台語歌唱得動人。有時向我借錢，當然借了是不會還的。我借給他，因為他教我唱台語歌。我母親是台灣人，所以認為自己應該會唱些台語歌。至今還記得他教我「送君情淚」、「雨夜花」、「可憐戀花再會吧」……等。他後來曾被一位副排長懲罰，竟生氣剃掉自己的眉毛，這是我生平僅見無眉之人，但是一直記得他唱那些歌時忘懷的表情，也是初次感受到台語歌是如此悽美動聽。

那時野戰部隊有懲罰的傳統，三十多歲的士官受到懲罰不是好看的，所以有時有「特殊事件」發生，也就是持械或手榴彈行兇，同歸於盡。有一次我在台南一家小電影院，黑暗中聽到有人喊：「老子幹掉你！」觀眾頓時大亂奪門，要是拉手榴彈可不是好玩的。我對懲罰士兵一開始不習慣，後來入境隨俗，也有過打罵士兵。連長告訴我，兵不打，打仗時他就不敢殺

人。但打罵對像多是士兵，不是士官。因為士官多已三十多歲，面子還是要保持住。

預備軍官都是大學畢業生，那時大學錄取率只有百分之十幾，家境較好，當然受到多關照。有一次司令來視察，特別召集幾個單位的預官講話。司令親切的問道各位好不好，吃得飽吃不飽？有個小子竟回喊吃不飽，大家也跟著喊：「吃不飽！吃不飽！」司令很生氣說：「吃不飽，當兵的就是要吃不飽！」下面一句沒說出來的可能是：才能打仗。

預官的入伍訓練三個月，那時多年都是在台中成功嶺的預一師受訓。主要是出操、打靶、槍枝兵器；也有不少學科如地圖判讀，領袖訓詞、思想教育等，內容可說相當充實。開訓第一週就排隊打預防針，但傳聞其實是打降低賀爾蒙 (anti hormone) 的針，免得我們胡思亂想。這種事似懂非懂，有人慎重其事的問醫官：「打了針，老二會不會變小？」醫官趕緊闢謠，免得引起騷動，大家會更胡思亂想了。

(四之三) (卻酬·原刊自由時報副刊登)

遠親不如近鄰的啟示

王 燭

中國人有句老話，叫做遠親不如近鄰，這話看似淺顯，但卻有哲學意蘊。按理說，親戚是一種含有血緣關係的人，彼此最為親近，有急難事，相互可有求必應，無私幫助的是親情。但因為住得遠，隔離時間長了，彼此感情難免有點疏離了。有時有點急難事，親戚一下子幫不上忙，這就不

及近鄰了，近鄰在鄉村往往是近在隔壁和對門；在城市，同居一棟樓，樓上樓下，前後左右，隔壁相居。每天低頭不見抬頭見，各家若發生一些急難事，近鄰們大多會自動出來幫忙。所以這個時候近鄰比遠親確實管用多了。近鄰是創建和諧社會的一個重要因素。寧波市過去有不少人住在老牆

門內，一個老牆門樓上樓下，少者住十幾戶人家，多的住幾十戶人家，大多數鄰居處得很和諧，每天你來我家坐坐，我去你家談談，有些什麼工具或其他東西缺少的，相互借來借去使用，親如一家，促進了人際關係的和諧。這種關係的確是遠親不如近鄰啊。

隨著經濟快速發展，人民收入有了明顯提高，各地建新樓蓋高樓如雨後春筍，舊房被拆，居民遷居日見增多，加上為了改善居住環境，越來越多的居民買新樓房居住。而新樓房是各家各戶獨居，鐵門一關，互不來往，相互居住了幾年甚至連隔壁鄰

居姓甚名誰都不知道，這樣的事已經習以為常，見怪不怪了。鄰居人際關係已大大疏遠，不和諧了。真是活現了老子說的「雞犬之聲相聞，老死不相往來」之境地了。這是社會的進步還是社會的倒退，值得人們去好好思考的了。所以現在如何促進鄰來往 促進人際關係親密和諧，是值得政府部門、街道等管理部門好好考慮的，並應把它作為一項重要工作去做好，因為這是建立和諧社會的一項不可或缺的工作，恢復中華民族的遠親不如近鄰好傳統，促使人際關係和社會更加和諧。

世界員警 or 世界流氓（外一章）

裘國英

從中美貿戰去觀察美方的手段，是先用恫嚇，各媒體配合造謠，以不實的論述、數據，製造中國在求、中國股市、經濟將衰退假像。接著，不守誠、推翻協議，再以陸戰隊駐台，提高官員訪台層次，增加對台軍售，等刺激中國，以上各項作法，是員警，或是流氓，顯而易見。

中方回應，不避戰，不懼戰，但談判大門繼續敞開，但如不守誠信，一切白談。

預測中方將淡化貿戰，用實力和具體作為，對付此長期新經貿、科技冷戰。待美方主動降低緊張，恪守誠信，才會重啟談判。接下去不是口舌之爭，而是真正比誰能更耐損、比實力的階段。貿戰反而加速中國科研發展，加深中國全球佈局，中國將進一步涉入國際新秩序的建立，中華文化、思唯將擴大對全球的影響。

補充說明：

1. 至今回想習奧會時，習主席曾言：「太平洋之大，應可容納中美兩國」，當時沒有特別體會，海南衝突尚未檯面化。至今體會頗深，可見中南海早已料到有今天，因此我們對中共中央的判斷、領導，應俱充分信心。

2. 我個人在公、私領域接觸，或觀察美國民間人物，都屬善良，甚至略帶天真，想法基本上都單純。許多人知美國，少知全球，但都跟著美媒走。在中美貿戰，轉而將形成長期國力較量的狀況時，華人應區分美國民眾，及美國政府，對前者應示友好，爭取，他們未必認同政府作為，時後者，華人應團結一至，以理性溝通，對付可能的挑戰。

如：美投入百億，設星戰部隊，華人的回應不應是我們不怕、我們也行，而是提問：該項經費何不投入更新全國基建、教育、

醫保、研發、環保，這才會使美國再度偉大的願望提早實現，美國百姓會過得更幸福。

從伊核看美國一貫手法

1. 全球媒體宣傳伊朗意核，威脅區域安定。
2. 製造事端，嫁禍伊朗，期待將伊逐出敘利亞，重建敘戰略優勢。
3. 威嚇全球不得向伊購油，如中國不配合，就藉此宣傳中國支援邪惡國家，也藉此製造對中緊張。
4. 打趴伊朗，美可繼續控制石油供應及

漲跌，以控制全球各國，繼續印製美鈔，操控全球金融及經濟。

伊核事件，不定單純伊核，有多重戰略目的。

補充：

如伊核協議續存，美國不能獨佔石油供應及價格控制，中俄將聯手涉入中東，俄以軍力，中國以石油購買力，中東形勢政觀，人民幣和石油掛鈞，美元優勢盡失，美元危矣，川哥批評原協議很爛，不是沒道理的，M退出伊核協定，對該國未說，有其必要性

雨夜漫談

—追記三毛·凌晨對話錄

胡倩筆錄

寧波才女三毛，是很多人心目中的偶像，可惜最後選擇了輕生。本段對話，是她1981年自加納利島應邀回國頒發金鐘獎時，在警察廣播電台「平安夜」中談拍電影、寫作、服飾和自信等問題。其中有她個人的生活態度。適逢定海舉辦三毛散文獎徵文比賽，本刊特刊出讓年輕一代的鄉親進一步認識這位才女。

——編者

凌晨：記得在去年的時候，「平安夜」節目裏邊播出了跟三毛的談話之後，雖然，也有不少的朋友也在報紙上面看到文字發表；可是還是有太多的朋友希望能夠聽到她的聲音，也一直希望我們有機會能夠重播對她的訪問。那麼現在呢！您就可以再聽到她的聲音，全新的，是今天的，就是現在的三毛的聲音（笑），嗯！是不是三毛？我想一方面最近這段日子，我們除了在金鐘獎的頒獎典禮上，我想很多人也在電視上面看

到你的樣子了，同時也聽到你的聲音。

可是呢！那個時候講的話多半是那麼的短，而且多半是跟金鐘獎的頒獎有關。我想最近這段日子來，很多朋友也都關心妳的近況，還有就是我們在報紙上也看到，有一些新聞發表，說是有電影公司要拍妳的小說，把它拍成電影。那麼在這方面總覺得好像新聞的發表，短短的，有一點霧裏看花，而且，好像都離開了妳講的話（說到這裏凌晨呵呵的笑了起來）。

三毛：嗯！我沒說話，不過喉嚨已經啞了！（三毛並反問凌晨）這次回來喉嚨是不是……聲音是不是很沙啞？

凌晨笑說：不是談電影的關係？

三毛：不是！因為電影始終都是別人在說話，我坐得很遠，沒有機會答話。

凌晨：哦？到底是怎麼一回事？

三毛：關於拍電影事情，大概在三年以前就一直有電影公司來跟我說，當時我的看法是——電影這個事業，對我非常遙遠，大概有七、八次的機會。嗯！香港的、台灣的、法國這三個地方的導演來找我談過這件事情，我始終不很感興趣。去年大概有六家電影公司跟我談過這個問題。我是一個懶人，而且沒有禮貌，所以，連信都沒有回。（一笑）

直到大概在兩個月以前，我接到台灣朋友給我寄去的報紙，還有香港的、馬來西亞的、新加坡的，都說——在報上都說已經是完全準備好了，有一家公司要拍我的電影，可是，當時我自在那裏種菜，我完全不知道這個新聞。所以，看到這個新聞的時候，我覺得非常的吃驚，而且心裏的確有點不高興。嗯！我不知道為什麼會有這樣的傳聞，因為，過去三個月來，我的確跟電影公司沒有任何的接觸，直到這個新聞大概刊登了二十天到一個月之後，才有電影公司正式式的寫信給我，跟我商談這個問題。

我這兩天也是給記者先生們追問得很厲害。或者是朋友們、親戚們、讀者寫信來，各方面的意見都很多。我的看法是——我還是一個寫作者，我喜歡躲在我的筆後面，把我的生活寫出來；至於電影呢？我想百分之九十以我目前的心態來說的話，是不可能拍的。（哦！）我說百分之九十，因為還有百分之十的可能，因為人生永遠不能百分之百的肯

定一件事情的。（對！對！）

所以，我在這裏也很高興表明一下自己的一些感想，我並不是反對電影，嗯！我自己也很喜歡看電影。可是，如果說要把個人的故事拍成電影的話，我有點感想，我認為，我是一個很平凡的人，而且我（三毛停頓了一下）不知道我的年歲還能活多久，這當然不能說，因為誰也不曉得。可是一般性的來說，我覺得我才過了半生，如果把我當一個傳奇人物來拍攝的話，它祇是一個娛樂性比較高的電影。（對！）沒有什麼太大的意義，不如說，靜心等待，看看我將來的時日還有什麼變化（對！）也可能還是不值得拍，因為我的看法呢！我不是謙虛，我覺得我是不喜歡把我的故事拍成電影的，還是喜歡躲在我的筆尖後面，寫寫我的東西。

凌晨：唉！我想會不會有人覺得很奇怪？因為我們知道，有不少的作家當他們的作品受到歡迎以後，有人要拍成電影，他們是求之不得；又有人說，一個故事，或一件事情通過文字之後，它是一種工具——一個表達的工具；通過電影，也可能是另一種工具，你是不是會擔心說，電影會把這個故事給扭曲了？還是比較不真實？

三毛：（思索了一下，很堅定的回答）不會！因為我這兩件事情，我分得很清楚，我認為，嗯，我就是我；三毛就是三毛。但是，三毛並不代表完全的我。雖然，我寫的都是真實的故事，三毛祇是我筆下的一個人物，當然也是我部份生活的紀錄。所以，我認為真正了解我的讀者，他們看了我的文章以後，我的形象是不會被破壞的，是獨立的（對！），三毛還是獨立的。

那麼電影呢！當然也是一種藝術。但

是，不可否認的，它也是一種商業行為。嗯！這個時候，我們就要顧慮票房和賣座的問題，在演員、導演、攝影、編劇，這些非常龐大的工作上，會將三毛變成什麼樣子，就不是我一個人所能控制的了。不過，我認為，就是拍出來，和書裏面的三毛絕對是有出入的。因為，每

一個人對於書本的了解、對於三毛的了解，（對！對！）因為知識程度的不同，或是因為個性的不同，都是不一樣的。

電影不會影響到三毛真正的書中精神。但是，我還是不是很喜欢拍，這是真的。

（六之一）

徵文啓事

第二屆三毛散文獎開始收件

三毛散文獎是以浙江定海籍當代女作家三毛命名的散文類文學獎項，面向全球華語作家。第二屆三毛散文獎自今日起向各地作家徵集作品。

一、評獎範圍

三毛散文獎的評選範圍為散文作品集、單篇散文作品。第二屆參評作品須是 2016—2017 年期間，公開出版的漢語散文作品集和公開發表的單篇散文作品（單篇散文作品原則上須 4000 字以上）。

二、作品要求

觀照精神家園，抒寫時代變遷，鼓勵浪漫詩意的美文寫作，傳承優雅漢語，展現中文魅力。

注重作品的文學品位，鼓勵想像力豐富、敘事靈動飛揚、呈現銳氣與才情的豐美潤澤之作，重視在大時代背景衝擊下發出的個人內心之聲。

三、獎項設置

第二屆三毛散文獎設立散文集獎 5 部，每部獎金人民幣 5 萬元；散文集新秀獎 8 部，每部獎金人民幣 2 萬元。單篇作品獎 5 篇，每篇獎金人民幣 1 萬元；單篇作品新秀獎 8 篇，每篇獎

金人民幣 5000 元。

四、報送方式

1、報送作品須附作者簡介，包括真實姓名、性別、年齡、工作單位、通訊地址、聯繫電話等。

2、散文集獎參評者需寄 9 部作品集；單篇散文獎參評者需寄發表作品報刊影本 9 份（含雜誌封面、目錄）。

3、每人限報 1 部（篇）作品（郵包上請注明第二屆「三毛散文獎」徵集字樣），如用化名報送多件作品，將被取消參評資格。

4、參評作品除個人自行報送外，也可由出版社、文學雜誌社、各地作家協會推薦。

五、徵集時間

2018 年 4 月 20 日至 2018 年 10 月 31 日（以當地郵戳為準）。

六、作品寄送地址及聯絡人

郵編：316000 浙江省舟山市定海區文聯（昌國路 61 號）

聯絡人：方雲，電話：0580—2036268，13868213442，2022969。

話裡畫外仇素蓮

史鶴幸

一個生於上海，居於寧波，曾耳濡目染於外公的書法，又浸潤于父母的身體力行，一個上海紅幫裁縫、一個教師……最終成就戲曲舞蹈、書畫服裝設計於一身——她就是江南佳人仇素蓮女史。

「她跟我學畫的時候是工業局服裝工業公司中層幹部，到現在成為了藝術家。」——陸儼少高足金林觀在仇素蓮畫展上如是評說。「因為她膽子很大，能放開手腳畫畫。膽大才能藝高，藝術上要走極端，因為藝術的極是永遠達不到的，但要沉下心來不斷追求。」

話說當年，仇素蓮一邊耳提面命地向金林觀學畫，「不為謀生，只是謀心」地日日不輟，潛心習畫；一邊在中國美院成教學院，系統地學習中國山水、中國書法，及參加山水畫臨摹班、山水畫高研班、花鳥畫學習班……心追手摹竟十載，緣此成為班上學習時間最長的學生。畫畫，成了她從一而終的一場生命託付。

積十年之工的仇素蓮，「不瘋魔不成活」地愛畫成癡以身相許，「衣帶漸寬終不悔，為伊消得人憔悴。」「一次我臨摹一幅宋人山水，實在是太喜歡太投入了，抬頭發現已經凌晨3點多」。正是仇素蓮的悟性與勤奮，換來了不俗的成果。她說，自己的每一次展覽都當成自己的彙報，一個進步的階梯。「這樣我才不至於懶惰」。

初攻山水的仇素蓮，以小景山石、林木樓閣入手，畫面追求清逸可人、意趣蘊藉。在營造心中山水的同時，排遣著自身的心緒、心境。尤其，在不斷從傳統山水中吸取營養，砥勵前行。既體現江南女子的風情萬種，又糅合著北方女俠的擔當與果敢的一面。筆歌墨舞中的線條與色塊，就是她對生活呼喚與吶喊的一種心曲與委婉。誰說不是，畫如其人，其人如畫——仇素蓮是也。

尤其，2010年考入中國美術學院、2014年畢業於中國美術學院國畫系第三屆山水高研班、2015年入學中國美術學院書法系……葉兵、周振、金林觀均是女畫家仇素蓮的親炙私淑而令其畫藝大晉。有人說她，不斷學習傳統，並注重對真山真水的寫照，從而表現作品的深山幽壑、朝曦暮靄、秋葉春花，一種「感時花濺淚」地與自然孜孜對話。一幅「亭亭黃山松，瑟瑟穀中風。崎嶇不知險，人人攀高峰。山頭露崢嶸，白雲腳下送。仙境隨湧動，逍遙法畫圖中。」畫面松峰相依，風起雲湧。那是畫境，更是畫家的心緒、心境。

畫不再於像，而是意境第一，那是靈魂與生命。尤其那棵迎客松更是松枝虯勁，蒼莽可現。那是畫家心境，使之筆力勁放，以心馭筆，墨隨心舞，借自然山水，吐心中塊壘而直抒胸中傲岸磊落之氣。比如，通過多變的意象形態，豁達的筆墨語言，個性化地創新演繹。不

僅僅表現豐富多彩的自然美，更集中體現了中國人的自然觀和社會審美意識的積澱。

在她創作題材益豐的同時，又兼俱南北兩宗。筆墨姿肆蒼莽，豪放酣暢，富有傳神寫意的表現力；畫面追求簡率、冷逸，注重意境，率真率性。既有前者清逸高遠的寫意，率性而作，也譽心畫，張揚的是匠心；又有北宗的寫實工底，細膩恢弘。近日「十二個月花鳥」功力可見一斑。其中「石榴多籽」，頗有吳昌碩畫意；「映日荷花別樣紅」，也是傳統筆墨似曾相識。

仇素蓮筆下的山水，氣勢宏大，江山踴動，以筆尖、筆肚、筆根等的不同運用來表現自然山川的不同變化。線條疏秀流暢，剛柔相濟。勾雲勾水，煙波浩淼，雲蒸霞蔚，變化無窮，並創大塊留白、墨塊之法，將用筆效能發揮到極致。比如，突兀的崇山峻峰，屹立在繚繞的雲煙間，山石、流雲、急流的描繪，以流暢的線條勾勒，再加以暈染。畫面中，她努力每一筆無不連貫，令畫中的景物都是糅合了古人技法而有新變化的創新。

她還學習老師長於用線勾雲劃水而層巒疊嶂，尤用墨塊壓擠留白為雲為水，煙霧起伏畫面之上而別具特色。暈染山石，她更是多種皴法並用，皴染結合，使畫面更具豐富的層次與視覺效果，遠山近水各呈姿態。那是她遊歷了眾多古人名人，飽游臥看，以真實山水的依據，所以她在師學古人方面能夠出入自由，別出新裁。全國第七屆廬山杯書畫大賽金獎、上海世博會國際交流展金獎，浙江省第二屆視覺大賽中作品《井岡山龍潭》獲獎、書法作品入展寧波第二屆書法篆刻作品大展——那是仇素蓮實至名

歸。

那冊 2014 年出版的《仇素蓮畫集》，就是她若干年的苦心經營、藝術耕耘的總結與記錄，多少故事在其中。今天，仇素蓮把這一繪畫心得一一傳遞給自己的學生，在自我研習、創作不輟的同時，兼修傳統山水形意的傳承和弘揚，帶學生描摹山水，抒發胸臆，繼續著中國傳統文化的一種藝術傳承。

世界上走得最遠的是藝人，描摹山水；比藝人走得更遠的是藝術作品，淵源流長。



圖片由作者提供

夏季養生之道

石 隱

烈日不宜曝曬

人人都知道在烈日之下曝曬時間過久，皮膚就會被曬焦的。陽光裏面的紫外線，是含有足以曬焦皮膚的光線，它的波長約為二、九〇〇埃至三、二〇〇埃。陽光裏面同時含有能夠使皮膚生皮膚癌的輻射線，其波長和那些足以曬焦皮膚的輻射相仿。人們皮膚可以抵受陽光曝曬而不致被曬焦的能力強弱，須視若干因素為轉移，這些因素之中，包括體格方面，病理學方面，內分泌方面，和遺傳性方面等。

人們接受烈日曝曬的時間限度，各有不同，視各人皮膚的種類而異。戴帽子或撐傘，都不能保護皮膚完全不受太陽紫外線的侵襲，因為紫外光線可以從水或沙的面上，反射到人體上去。在海灘上曝曬過久而被曬焦，其情形比在沙灘以外的其他地點，尤為嚴重，因為在海灘上曝曬，還增加了從沙灘上反射在皮膚上的紫外線。

上午陽光最暴烈

通常來說，陽光最暴烈的時間，是上午十時至下午二時，中午十二時的陽光，比較下午三時要強烈一倍，及至下午四時半以後，太陽的輻射，就不十分強烈了，而且也不容易將人體的皮膚曬焦。比較上說：碧眼的人們最容易感受到陽光曝曬的不良影響。金髮女郎和紅髮女郎大都是抵受不了陽光的輻射，因此她們最好放棄日光浴。

內分泌的多寡，對於抵受日光曬焦的能力，是有密切的關係。依據專家們的觀察，婦女們懷孕後第二個月至第七個月之間，

是比較容易被烈日曬焦皮膚。這一事實，證實了內分泌和皮膚抵受日光曝曬的關係。

皮膚被陽光灼焦，大致可分為兩種：第一級曬焦和第二級曬焦，其中以前者情形，較為嚴重。所謂第二級的「曬焦」，祇是皮膚被曬為紅色。至於第一級「曬焦」情形較為嚴重，除了被曬脫了皮，還會起水泡。嚴重性的「曬焦」不會發生腫脹、楚痛、四肢乏力、發熱、發冷、顫抖和甚至於昏迷等。在烈日底下曝曬之後，隔了數小時之久，皮膚就開始呈現紅色，及到十二小時至廿四小時之後，才達到「曬傷」程度的巔峰。

但有的時候，在曝曬之後，相隔一天，才開始反應。皮膚被陽光曬紅，實際上和皮膚的普遍發炎，並無區別。長期性或慢性的「曬焦」是很危險的，因為連續性的曝曬，將會使皮膚耗盡它的恢復能力，其結果會釀成皮膚的脫皮，永久性斑點，色素層的喪失，以及終於釀成皮膚癌的惡疾。綜上而言，在烈日曝曬過多，是不宜的。

忌受過多陽光

怎樣可以減少陽光對皮膚的不良影響呢？上面已經說過，治療曬焦的最佳方法，就是「防止」。在太陽之下曝曬的時間，應是逐日增加，以成人來說，第一天在陽光裏曝曬的時間，二十分鐘就已經足夠了。接著，每天可以遞加二十分鐘，迄至皮膚呈現紅色為止。兒童們抵受紫外線輻射的能力，只有成人的一半，所以兒童初次在烈日之下曝曬的時間，最多是十分鐘，但此後也可以逐日將曝曬時間延長。兒童在烈日下曝曬，最好

在皮膚上加塗些保護劑，如氧化鋅、二氧化鈦及碳酸鋅等。這些藥物的功效，是可以防止紫外線射在皮膚上面。如果上述這些藥品調在深色的化粧粉裏，然後塗在皮膚上，也可以抵禦紫外線的透射，這一種混合藥脂，最適宜於婦女們使用的。

如果在烈日之下曝曬過久而生水泡時，患者就應該躺在床上休息，最好是請醫生治療。治療的方法，除了用硼酸或礦物油

塗抹之外，也可用發酵的蘇打粉放在洗澡水裏洗一個盆浴，也是有益的，除非是患者有心臟病，否則的話，注射鹽劑，也是一個有效的治療法。通常來說，皮膚上的水泡，是不宜破的，但有些專家們主張，如遇痛楚或厲害的水泡時，應該用消毒剪刀剪破，然後再塗以藥膏覆以紗布。

陽光雖是一種有力而有益的藥物，但切忌受用過多了。 (下)

本會107年各項捐款收入徵信續錄

一〇七年八月一日至一〇七年八月三十一日止

一、福利金捐款

毛總隊長家瑜募入

毛葆慶先生捐 200,000 元

本會募入

洪麗華女士捐 1,000 元
(青工會 - 社交舞)

金素琴女士捐 1,000 元
(青工會 - 社交舞)

葉雅君女士捐 1,000 元
(青工會 - 社交舞)

蔡慧卿女士捐 1,000 元
(青工會 - 社交舞)

福利金捐款合計新台幣貳拾萬肆仟元整

二、獎學金捐款

毛總隊長家瑜募入

毛葆慶先生教育基金 200,000 元
(毛葆慶捐)

本會募入

陳憲章先生捐 25,000 元

葉銀娣女士紀念基金 12,000 元
(王國恩捐)

張天成先生捐 500 元

獎學金捐款合計新台幣貳拾叁萬柒仟伍佰元整

三、出版捐款

本會募入

王國恩先生捐 1,000 元

張天成先生捐 500 元

出版捐款合計新台幣壹仟伍佰元整

四、會員會費收入

干副總隊長鵬飛募入

費振方、

(繳來一〇七年會員會費伍佰元整)

本會募入

胡雅萍、顏慈慧、周敬莊、曹定一、
傅于倩、

(繳來永久會員會費各伍仟元整)

凌夏梅、

(繳來一〇八年會員會費伍佰元整)

張逸永、董力鳴、王鳳珍、

(繳來一〇七年會員會費各伍佰元整)

(總計會員十人、會費新台幣貳萬柒仟伍佰元整)

本會第18屆第5次理事會 會議紀錄

日期：107年8月22日(星期三)
下午3時

地點：本會2樓中正堂

召集人：毛家瑜理事長

記錄：勵長發

出席理事：應君國、張禛民、侯和平、干鵬飛、戴義化、阮國榮、張李梅仙、莊明康、徐霞琪、戴雅林、李幼娟、朱一鳴、應瑞國、王翼中。

請假理事：崔幼民、唐義為、范佩菊、鄭志寧、夏發凡、張宏慶、吳家岩、沈佩君、黎艾霖、周家黔。

出席監事：李汝麟常務監事。

列席人員：陳俊聰會計師。

一、主席致詞：

今天有會計師列席，報告事項第(二十一)項後先討論案由一，討論完畢會計師即可離席。請確認議程(無異議)。

二、報告事項

(一)、宣讀第4次理事暨第3次監事會會議記錄，並報告重要決議執行情形。(詳附件一)

(二)、寧波話教學課程第7屆第15週已於107年8月18日上課，並持續執行中。

(三)、婦女工作委員會舉辦書法教學研習活動，第8期第11週已於8月16日上課，並持續執行中。

(四)、青年工作委員會舉辦的社交舞教學，第8屆第7週已於107年8月21日上課，並持續執行中。

(五)、107年7月21日、27日、8月1日、3日、4日等，參加2018兩岸大學生夏令營的同學，自動自發的來會排練表演節目。

(六)、107年7月24日收到台北地方法院民事庭開庭通知，有關台北市政府工務局大地工程處，為請求遷讓土地事，提告本會及基屬共1百餘位，並定107年8月30日下午2時20分於簡易庭第八法庭進行訴訟程序。

(七)、107年7月24日星期二下午3點，由財管會干鵬飛主委及戴雅林、俞志夏、李惠明、夏肇平等委員會同舒豐年顧問，出席土城區公所所召開「有關本會主張回復公用地役地及損害賠償」會議，經討論決議於8月8日進行該公用地役地位置及路面長寬會勘。並於8月8日收到土城區公所寄發會議記錄後建擋。(詳附件十)

(八)、107年7月25日上午11點在本會1樓會議室召開第2次墓園管理委員會會議。

(九)、107年7月25日下午1點在本會1樓會議室召開第3次常務理事會，討論執行第18屆第4次理事會通過，付委常務理事會全權處理信義合建案與展曜建設展延合約談判及簽約事宜，並於會後與展曜建設簽立展延補充契約。

(十)、107年7月25日下午3點在本會2樓中正堂，由出版委

- 員會主辦演講會，邀請周詠棠鄉長主講「投資理財與健康管理經驗談」。
- (十一)、107年7月27日上午10點本會法益委員會主委夏發凡及墓管會副主委唐義為前往聯大法律事務所諮詢，有關大地工程處控告本會遷讓土地案。
- (十二)、107年7月30日下午2時本會委託安田地政事務所，辦理土城延吉段344、346、347等3塊土地過戶案，由前任理事長名下過戶至現任理事長名下。目前已過戶完成。(詳附件十一)
- (十三)、107年7月30日下午3時在本會1樓，由本會財管會干鵬飛主委、鄭志寧副主委、戴雅林委員及舟山同鄉會與崇裕科技協議，有關土城土地無權占用賠償金事宜。
- (十四)、107年7月30日下午3時在本會2樓中正堂由理事長召集各主委及組長，召開108年度工作計畫暨收支預算會議。
- (十五)、107年8月3日中午12時30分，由財管會干鵬飛主委、戴雅林、金紹佳、俞志夏等委員會同舒豐年顧問，前往本會土城土地視查，以確認遭毀損之公用地役地道路及被無權占用之土地實際現況。
- (十六)、107年8月3日下午三時半在本會1樓，由毛家瑜理事長及舟山同鄉會，共同與崇裕科技簽訂無權占用賠償協議書。隨由財管會委員戴雅林、俞志夏代理並會同舟山、崇裕，至民間公證所辦理公證完成。
- (十七)、今年2018兩岸大學生夏令營在寧波舉行，由寧波工程學院主辦，本會參加學生共17人，由教育委員會主委張祺民帶團，理事沈佩君及總幹事勵長發隨行，於107年8月6日上午8點在本會出發，並於107年8月15日中午返台。
- (十八)、107年8月8日上午9時整，由墓管會主委侯和平及副主委唐義為，協同財管會主委干鵬飛、委員戴雅林、俞志夏及顧問舒豐年，在本會2樓召開大地工程處提告遷讓土地訴訟說明會，並由墓屬書簽委任狀交本會委聘之律師，釐清案情並維護本會及各墓屬之權益。截至8月22日止已收到14位墓屬委任狀。
- (十九)、8月8日下午2:30分財管會干鵬飛主委、戴雅林、李惠明、俞志夏委員、舒豐年顧問以及舟山同鄉會吳岱隆總幹事。為就「新北市土城區公所應依法行政，將102年間遭毀損之既成道路，回復『公用地役關係及損害賠償』」至土城延壽路，進行該公用地役路段位置及路面長寬會勘。會勘單位有：新北市土城區公所、新北市土城地政事務所、新北市市政暨法律顧問李承志律師及利害關係人何姓地主及住戶林明忠等。
- (二十)、107年8月12日上午8時整，由財管會干鵬飛主委、戴義化、金紹佳委員，至本會與舟山同鄉會共有之土城土地，插置告示牌宣告未經同意擅自種菜者，已侵犯所有權人權益，請一個月內向本會登記，以進行處理方式。截至8月22日止已有6位前來登記。
- (二十一)、中元普渡法會於107年8月25日(星期六，農曆7月15日)上午十時，在本會三張犁寧波墓園四明堂舉行祭典儀式，由墓管會舉辦、毛家瑜理事長主祭、墓管會主委侯和平為副主祭，邀請各位理監事及鄉長們參與。
- (二十二)、107年9月29日星期六上午10點在本會2樓由出版

委員會舉辦，吳家言主委主持，邱進益榮譽理事長新書發表說明會，邀請各位理監事及鄉長們共襄盛舉。

(二十三)、本月份壽星：毛家瑜理事長、莊明康理事、王翼中理事。

(二十四)、請毛家瑜理事長補頒第十八屆理監事當選證書(前會期請假)。

三、討論事項

(一) 案由一：7月份財務報表，提請核備後轉監事會復核。詳附件二

說明：徐霞琪財務組長：本月1張1960萬定存到期，提出下半年度所需費用後，1800萬續存定存。會計師費用原合約簽訂為每年12萬，經與陳會計師協商後降到7萬2千元，各位理事有無意見。陳會計師檢視本會會計報表後有些意見請陳會計師說明。

陳俊聰會計師：同鄉會的任何捐款等均應是同鄉會之收入，有些專款專用，用不完可做經費保留，保留之意思可留做往後四年之用，這是正常的作法，也許與同鄉會的制度不同，這部分還需思考，如何做是最好的。有關會計與出納流程，應是由會計開出憑證後交由出納處理後續。會計師的立場是超然獨立的，不會偏袒，有關費用部分還請理事會同意。往後每月理監事會我會列席，對報表有問題的可提出，也許當下無法回答，但會後會盡快回答。

李汝麟監事：獎學基金的問題，要如何處理。北二高徵收款部份如何處理。因為5年以後信義計畫合建案會有大筆收入。

戴雅林理事：合建案還有一年時間，讓會計師與財務組長及財產管理委員會，依規定研究討論後從長計議去解決。

陳俊聰會計師：專款專用，用不完做經費保留。徵收款應該是同鄉會業內收入，這幾年結餘均為負數，也都在墓園這塊做結轉，主要癥結是要解決

入不符出的問題。至於信義計畫合建案會有税金問題，剩餘的應該是收入。張禛民常務理事：建議墓園的收入是否用其他科目收入。

陳俊聰會計師：如果把收入捐款放在資產負債表它是一個項目，如果放在每年收支表就不一樣，可能每年就不會負數而會有結餘。

戴雅林理事：我們有很多收入，沒有經過收支出納表，直接列入資產負債表，譬如清明中元功德金，直接到資產負債表暫收款科目。

徐霞琪財務組長：從現在開始所有收入都要借現金貸捐款收入。

干鵬飛常務理事：土城賠償金應放在哪？

陳俊聰會計師：還是放在收入比較正確。

莊明康理事：請教會計師我們需不需要開發票。

陳俊聰會計師：6樓有出租，應屬銷售行為，就應開發票。這問題再帶回確認一下。

決議：鼓掌通過，年會計師費用降為7萬2千元。其餘事項請會計師逐步導正。

(二) 案由二：財產管理委員會主任委員干鵬飛提案，土城通行案訴訟費用要求舟山同鄉會支付1/3，提請討論議決。詳附件三

說明：干鵬飛常務理事：土城通行權官司打了兩審，總共670,587元還不包括林明忠的款項，官司費用是否要舟山同鄉會支付1/3。

戴雅林理事：林明忠所付費用207,905元，是最早之前他找的律師他先墊款，原告依然是本同鄉會，這部份是否會要求本會支付，還不知。

決議：鼓掌通過，請舟山同鄉會支付因訴訟所支總價1/3費用。

(三) 案由三：第18屆第3次常務理事會議，會議記錄提報理事會追認核備。

說明：信義計畫合建展延案於第4次理事會付委常務理事會全權處理，經常務理事會邀請展曜建設來會協議討論後，並於7月

25 日會後與建商簽約完成。提報理事會追認核備。詳附件四
決議：經舉手表決 10 票同意，0 票反對，3 票棄權。依原案准予追任核備。

(四) 案由四：第 18 屆 107 年度第 1、2 次墓園管理委員會會議，會議記錄提報理事會核備。詳附件五

說明：有一墓屬其父骨灰早已放於四明堂骨櫃中，現其母也過世，擬將其也放於四明堂，因目前本會骨櫃已不開放，墓屬建議將其父母用兩個小的骨灰罈。同放於其父原有之骨櫃中，該案業經墓管會決議同意，並酌收 50% 之處理費用。因紀錄漏記，特此提出一併討論。

決議：用兩個小的骨灰罈，同放於一個骨櫃中，並加酌收 50% 之處理費用，經討論後舉手表決，13 票同意准予執行。另原案會議紀錄無異議鼓掌通過，准予核備。

(五) 案由五：有關大地工程處控告本會三張犁墓園佔用市府土地民事案，並於 107 年 8 月 8 日上午 9 點本會召開墓屬會議，會議記錄提請討論。(詳附件六)

說明：本會於 107 年 7 月 24 日收到台北地方法院民事庭通知書，通知本會於 8 月 30 日下午 2 點 20 分到台北市重慶南路 1 段 126 巷 1 號三樓台北簡易庭第 8 法庭出庭，有關台北市政府工務局大地工程處控告本會及 1 百多名墓屬遷讓土地，本會已於 8 月 8 日召開墓屬大地糾紛案說明會，會議記錄詳附件六之一。

干鵬飛常務理事：今早與戴雅林理事及舒豐年顧問，前往兩家律師事務所討論案情及詢價後，決定由宏洋律師事務所劉炳烽律師為本案訴訟代理人。

戴雅林理事：宏洋律師事務所所長劉律師為不動產專業律師，據他說本案墓碑上被告人數太多，若有遺漏或無法送達者，有可能會駁回，他要求此

部份由墓屬推派代表一自然人為代理人，並委託其為訴訟代理人。

干鵬飛常務理事：目前預估訴訟費用約 9 萬提請理事會同意。

決議：無異議鼓掌通過，聘請宏洋律師事務所劉炳烽律師為訴訟代理人，最高費用 9 萬。

(六) 案由六：科技資訊委員會第 1 次會議會議記錄，提請核備。(詳附件七)

說明：阮國榮理事：手機教學班由以往一期 4 個月改為 2 個月一期，分兩期教學各 8 周，第一期為初級班，第二期為進階班，從 9 月 7 日開始，每周五下午 2-4 點上課，開班人數最少 15 人，本會會員免費，非本會會員 1000 元。

決議：鼓掌通過，依原案准予核備。

(七) 案由七：本會 1 樓會客室擬安裝分離式變頻冷氣機 1 台，提請理事會通過。

說明：目前共有三家報價，除大金外其餘 2 家品牌均沒看過。(詳附件八)

決議：本案暫時擱置，依應君國常務理事建議以開立、東元、日立、聲寶四種品牌叫廠商重新報價後議決。

(八) 案由八：法律顧問合約將於 107 年 8 月 31 日到期，是否延續。另有關三張犁大地訴訟案律師費用報價 65,000 元。提請討論。

說明：聯大法律事務所顧問合約即將到期，法益委員會主委意向繼續延用。有關三張犁大地訴訟案聯大法律事務所律師費用報價 65,000 元，是否聘請律師。提請討論。(詳附件九)

決議：大地訴訟案律師已於案由五議決。律事顧問合約經討論後舉手表決，4 票同意，10 票反對。不繼續延用聯大律師顧問。

四、臨時動議：

徐霞琪理事：本會共 2 個電表，為評

估同鄉會電力使用狀況，需先了解各樓層冷氣分配，以便評估各月分差異加以改善，進而達到替同鄉會省錢。

干鵬飛常務理事：本會每年電費約 8 萬多。

朱一鳴理事：今天出版委員會開會，因

人數不足，改為談話會。主要的是 9 月 29 日星期六上午，邱進益榮譽理事長出了一本書，要在本會辦簽書會，希望各理監事踴躍贊助及參加，目前印萬春鄉長 2 本，本人 10 本，理事長 10 本。

五、散會：17:05

(上接第 1 頁通告)

二、本會為增進會員情誼，定於十月二十四日(星期三)組團前翡翠水庫、基隆海洋博物館、八斗子公園等名勝旅遊。當日上午七時四十五分於本會會所前集合，八時正準時出發，本會備有早、午、晚餐，用餐之後賦歸。費用每人新台幣捌佰元(包含午餐及晚餐、平安保險及交通等各項費用)。有意參加者，自即日起，請向本會幹事莊萍、仇蔚宜小姐報名登記及繳費，十月十五日報名截止。(若遇特殊因素本會得更改替代行程，恕不受理退費)

三、本會第九期書法課於 9 月 13 日(週四)開課，仍聘課程邀請日本龍集書道會師範老師孫靜教授，於每週四下午二時上課。孫老師上課認真，而且逐一批改作業，個別指導。所以上課的學員都覺受益匪淺。現第四期開課，歡迎新的學員加入，老師會一一個別指導，不怕不上進度。報名者請電 02-23052885 同鄉會，或上課前現場報名。

行政院新聞局登記證局版台誌第○四四○號
中華民國雜誌事業協會會員

寧波同鄉 第594期

出版日期：中華民國107年9月10日

創刊日期：中華民國52年8月1日

出版者：台北市寧波同鄉會

理事長：毛家瑜

發行人：毛家瑜

主編：應平書

出版委員會主任委員：吳家岩

編輯委員會：印萬春、應鎮國、周詠棠、

朱一鳴、鄭志寧、唐義為、

夏發凡、俞志夏、周家黔

地址：台北市寧波西街126號

電話：2305-2885、2305-2886

傳真：2303-7363

郵儲劃撥帳號：○○○四七四七八

戶名：台北市寧波同鄉會

排版者：巨龍國際有限公司

地址：新北市新店區中正路501之7號1樓

電話：2218-0010

傳真：2218-0286

本刊稿約

- 一、來稿內容以故鄉之人、事、物為主，其他為輔。並有「同鄉動態」專欄，歡迎踴躍投稿。
- 二、來稿請用電腦打字，並加標點，文後請附身分證字號(第一次投稿請附影本)以電郵方式寄來本刊，不符規定恕不受理。
- 三、歡迎附寄與作品有關之照片。
- 四、來稿文責自負，文末請具筆者之真實姓名及地址。
- 五、來稿一經刊登，除宣傳性及轉載者外，均按本會規定致送薄酬。
- 六、本刊對來稿有刪改權，刊登與否，概不退稿，請自留影本。來稿請寄：「台北市寧波西街126號寧波同鄉編輯部收」。
- 七、本刊網址：<http://ningpotw.com/monthly.html>
- 八、本會e-mail：ningpo@ms71.hinet.net
- 九、本刊e-mail：ying1952@yahoo.com



本刊QR code



本會QR code

台北市寧波同鄉會

兩岸交流



①、④、參加兩岸大學生夏令營的學生們在寧波、奉化參訪。



⑤~⑧、鄞州區宣傳部長方飛龍一行8月21日下午來會參訪、座談，本會毛家瑜理事長、李汝麟常務監事及崔幼民、干鵬飛、應君國、侯和平、張祺民常務理事；朱一鳴、徐霞琪、阮國榮、應瑞國、李幼娟、戴義化理事；王方岳監事等都與會，理事長首先表達了歡迎之意；並由徐霞琪理事代表介紹本會的現況。當天來訪的貴賓還有：鄞州區台辦主任盧善聽；街道書記朱葉鋒、王力波；副鎮長高一波；宣傳科長張繪薇；副局長沈宇燕；街道倪聘、陸雁。是晚，在天成飯設宴招待，毛名譽理事長也參加了餐會。

兩岸大學生夏令營選輯

中華郵政北臺字第122一九號
執照登記為雜誌類交寄



①~⑧、本年度兩岸大學生夏令營在寧波舉行，由寧波工程學院主辦，本會參加學生17人，由教育委員會主委張禎民帶團，理事沈佩君及總幹事勵長發隨行，於107年8月6日上午在本會出發，並於107年8月15日返台。

定價每冊臺幣50元
本會會員免費贈閱