

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

中華民國一〇八年十一月十日出版

台北市寧波同鄉會印行



寧波市台辦主任許義平把寧波五谷畫坊創意助殘中心之殘障人士為毛家瑜理事長雕刻的版畫贈送給理事長



寧波同鄉會刊

本刊QR code



台北市寧波同鄉會

本會QR code

608

會務活動

會議。
①③、108.10.16理事



④~⑧、本會寧波東錢湖墓園四明堂牌樓揭幕儀式，於10月21日上午在寧波舉行，由毛家瑜理事主持，寧波市台辦主任許義平（圖⑥左2）、副主任顧海飛，以及鄞州區相關領導都參與了儀式，接著祭拜了歷代祖先。本會參與的尚有：常務理事應君國夫婦、崔幼民、張祺民夫婦、干鵬飛、唐義為；理事莊明康、范佩菊、夏發凡、沈佩君、戴雅林、朱一鳴、王翼中；監事應丞武、王方岳夫婦、鄭龍華；總幹事勵長發、事務員胡建華、東錢湖墓園管理員唐林華。

寧波同鄉第 608 期目錄

- 圖片：**寧波市台辦主任許義平贈送版畫給毛理事長……………封面
會務活動……………封面裡
本會 2019 年金秋參訪團照片集錦(一)……………封底裡
本會 2019 年金秋參訪團照片集錦(二)……………封底
- 鄉賢記事：**柬埔寨寧波僑領應偉石……………
……………鳳鳴 02
追記「國貨大王」方液仙……………
……………林木 03
周慧珺獲上海文學藝術界「終身成就獎」……………應平書整理 06
甬上屠氏三傑與茶文化……………
……………竺濟法 08
- 寧波人物誌：**港台兩大表王……………曉鶯輯 10
- 鄉情采風：**溪口玩溪……………王燭 11
- 舟山的建房儀式……………金星 12
李魯的幸福時光……………寒石 14
寂寂青山有淨土……………丁唯真 17
菩提庵裡悟禪學……………龔成 18
- 生活隨筆：**老美，不必怕老中……………裘國英 20
威力之點就在當下……………吳家岩 22
追憶去年返鄉行……………唐之文 23
挫折與肯定……………胡倩 25
歷史沒有成王敗寇論……………龔玉和 27
談生活的藝術……………孟欣 29
正面看自己……………胡豆豆 32
- 尋人啟事：**……………21
- 醫藥常識：**遇到毒物傷害怎麼辦？……………
……………張謨瑞 34
- 會訊：**通告……………01、40
本會 108 年各項捐款收入徵信……………37
本會第 18 屆第 19 次理事會會議紀錄 37

台北市寧波同鄉會通告

- 一、本會第一三五次(一〇八學年度第一學期)獎學金頒贈典禮，定於 108 年 12 月 14 日(星期六)上午十時在本會二樓中正堂舉行，除另函通知領獎學生外，歡迎學生家長及會員同鄉蒞臨觀禮(凡業經本會受理申請案件，在十二月十日如未接到本會通知者，請立即與會務人員聯絡)。
註：獎學金發放當日，未到場領獎之學生，凡無正當理由暨未向本會提出請假申請者，註銷其資格，『現就讀學校於東部、南部(苗栗及其以南)同學除外』。
- 二、本會定於 12 月 21 日(星期六)下午二時起在本會寧波西街 126 號，舉行甬台大學生冬至聯誼。現場有包湯圓、座談、歌唱等多項活動。歡迎同鄉子弟踴躍參加，與對岸來台就學學生聯誼。
- 三、本會長期開辦手機入門班、社交舞、寧波話教學、書法班等課程，並已全面展開新的課程，歡迎新同學報名加入學習。由青年工作會主辦的社交舞於每週二授課，仍聘請專業師資洪建榮老師授課，並由牛炳伍老師擔任助理。寧波話教學初級班於本月起的週六下午開辦新班，歡迎新同

下轉 40 頁

柬埔寨寧波僑領應偉石

鳳鳴



祖籍寧波，在柬埔寨土生土長的 44 歲青年企業家應偉石，今年參加台灣遠見雜誌舉辦的 2018 第 16 屆華人領袖遠見高峰會，響應台灣倡導的新南向政策。

應偉石是柬埔寨唯一網路遊戲公司 Sabay 集團的創辦人，旗下擁有柬埔寨最大的娛樂新聞、線上音樂與直播網，還跨足披薩、漢堡與電影院產業。

他向我南向政策招手，是因為柬埔寨經過不斷的戰亂，現在已安定在民生事業上起步，有平均年齡 25 歲的世界最年輕的消費群，他在高峰會的「新南向大高雄前進東南亞論壇」上，介紹柬埔寨現狀時說，1863 年為法殖民地，二戰後成為獨立王國。他家三代在柬埔寨經商，經歷了廿多年的戰亂。1970 年政變後人口從 700 萬成長到 1600 萬，也變成後開發的處女市場，尤其進入經濟的黃金時代，每年 GDP 都有 7.2%，7.5% 的成長，成為中國大陸、韓國、日本投資新興地。

應偉石十九歲步入社會，起步行業是地攤式的販售各種光碟 CD，那時已結束了廿多年的內戰，因龍諾政變國號改為「高棉」

而出名。後由北京支持的施亞努執政，組織一黨獨大人民黨，政席分布全國一市 24 省；貨幣瑞爾，一元美元可兌 4 千～4200 元，2005 年發現石油及天然氣。2018 年起人均 1560 美元，人口 1550 萬華人佔比很高，講潮州話和國語近似，英語、法語。華人經濟都還不錯，全國有華裔日報、日報、柬華日報、高棉日報、金邊晚報等近十家華文報。

由於社會結構年輕化，文化結構電子化，知識教育時代化，應偉石的地攤生意蒸蒸日上，經過 25 年的打拼，他的事業蒸蒸日上，柬華日報暱稱他是「柬埔寨的騰訊加萬達」，媲美中國網路和電影兩大事業的巨霸。

應偉石是他爺爺時代來到柬埔寨，落地生根，做的是小生意。到了應偉石一代，沒有可繼承的生意和工作，只好到處求職，做過導遊、推銷員、管理員、畫工，積蓄了二千萬元，到金邊街上擺攤，開始做能夠謀利的生意，販售市面上熱銷商品光碟。

光碟很好賺，一片一元美元可賺半元美元，可是競爭得厲害，一天十二小時做得很辛苦。他想到生意要做別人所沒有的，別人在金邊當地進貨，他要到越南、泰國進貨，而且要有門面。這構想獲兩個朋友支持，合作，他開起了光碟店，有了更新流行歌曲、影視碟片、遊戲碟，花樣擺出，進一步把能拷貝的碟片，翻印批售給全國同行，生意越做越大。

就這樣，有了人生第一桶金。

二十世紀末期，柬埔寨首都金邊市街頭，有很多咖啡攤，一杯一千薩爾（柬幣，4000 元兌一美元）。他想何不開家像好萊塢電影裡的咖啡館？這時他有了能力，想到就做，於是開起金邊獨此一家名叫 T&C 的咖啡館，有裝潢、空調、音樂氣氛，售價每杯分 4000 元（一美元）、2000 元兩種，果然心想事成，成功立足。

有了咖啡館經驗，眼光朝向餐飲投射，成立 CBM 集團。現已擁有二十多家連鎖，包括披薩世界、亞洲小城、T&C 咖啡、BB 世界，每一家品牌都很響亮，成為流行時尚。

應偉石現為柬埔寨 Sabay（柬語開心）

網路遊戲公司執行總裁。他花了三年時間，使這家公司成為消費者玩電腦、玩手機、玩 Ipad 的「家」。網路遊戲《恐怖行動》在線人數峰值達到一萬。這種比例拿到中國大陸等於「騰訊」《王者榮耀》百萬在線那種盛況。於是它有了「柬埔寨騰訊」的稱號。

Sabay 集團旗下的 Platina 電影院，放映 2D 和 3D 電影；Major 電影院已進入 4D 時代。在柬埔寨都是最先進的。這是它被與大陸萬達成為世界最大電影營運商聲勢並列的由來。

應偉石說，他是膽子大，拼著一股勁，在異國文化地區打出一片天地，完全是靠著寧波人吃苦耐勞的一種天賦！

追記「國貨大王」方液仙 —方家祥口中的爺爺

林木



從 1934 年 1 月開始到 1935 年底短短的兩年期內，中國國貨公司在上海先後設了三家分店（靜安寺、新開路、小東門），在全國各大城市裡先後設立 21 家中國國貨公司分店機

構：南京、武漢、鄭州、

長沙、溫州、鎮江、濟南、徐州、嘉興、西安、昆明、福州、汕頭、香港、廣州、

貴陽、重慶、成都、桂林、廣州灣（即現湛江）以及新加坡。

1932 年「一·二八」和 1937 年「八·一三」淞滬抗戰時期，方液仙積極聲援抗日救亡運動，在安遠路的中化公司內和膠州路的申園裡兩次設立傷兵醫院，指派社內同仁護送。第二次方液仙在膠州路申園辦的傷兵醫院規模更大，被位於新開路 856 號中國紅十字會總部命名為紅十字會第一號傷兵醫院。方液仙還聘請美國約翰霍普金斯大學醫學博士，曾任上海聖約翰大學院長和醫學院院長的倪葆春領導救護工作。方液仙和中化社的所作所為，得到

政府讚賞、百姓擁護。

方家祥說，國貨運動是非常成功的，中化公司黃金十年（1931—1940）的事實有目共睹，每年利潤勝過前一年，全國經銷店開了 30 多家，幾乎遍及到全國。在這期間，三星牌蚊香把傾銷中國市場的日貨野豬牌蚊香完全趕出了中國市場；祖父的味生與吳蘊初的味精，把日貨味の素完全趕出了中國市場；祖父的箭刀牌肥皂和五洲固本肥皂品質遠勝老牌英商的祥茂牌肥皂，價錢比後者低 1/4 左右，搶走了英商在肥皂洗滌業裡的一大半市場。

但有歷史學者說這三年的國貨運動是失敗的，因為有不少國貨廠家倒閉。而方家祥指出，當年國貨運動喚醒國人興廠辦實業，新開的工廠多了倒閉的也多，在西方，新開的公司第一年有 90% 以上會倒閉，而剩下來的才是強者。1933 年中國國貨公司從原先只有製造國貨廠家 200 餘家增加到了第二年 1934 年的 1400 百餘家廠，還在芝加哥世博預展會上助漲了國人的志氣。這些都是最好的證明。這三年的國貨運動，對「中國製造」起到了非常大的促進作用，對此後中國的化學工業、電器、輕工業、機械工業發展等都有深遠引領意義！

大義凜然不受利誘 被汪偽特工總部所害英名不朽

方家祥說，一個很有意思的現象是，祖父開始創業階段，生意上屢戰屢敗，但在租界裡射擊訓練賽中，他沒有放棄過。因連續五次比賽中得第一名，在 1922 年 3 月 22 日在虹口萬國賽槍會上，成了租界裡第一位獲得「中華杯」大獎的華人。祖父平時愛說的一句口頭禪是：「與洋人別苗頭」（與洋人 PK）。祖父從小讀書生活都在洋人圈子裡，看不慣洋人那付總是趾高氣揚的腔調，在無奈中萌發出要「與洋人別苗頭」的想法，時久而成信念。當時租

界裡，華人在洋人面前抬不起頭，只有射擊運動中華人壓倒洋人。《申報》稱：「租界公共事業，華人大都向隅，唯該隊能破此先例，平等參加，技壓西人，實是增國之榮，為滬濱居民吐氣」。

民國 11 年（1922 年）3 月 24 日星期五的《申報》曾這樣報導中華杯得獎情況：本埠中華義勇軍，於民國九年六月間，贈與萬國賽槍會銀盃一架，定名曰「中華杯」。以備已入該會各華員，每月競爭一次，並規定勝五次者，即獲得該杯。惟其中班次高低、及加分讓分等，悉照賽槍會規則，以示大公。本月二十二日星期三上午七時至九時，為該杯第二十二次比賽之期，賽員到場者頗形踴躍，當七時適降重霧直至七時三十分鐘，霧散後開始射擊，各賽三百碼最小牛眼靶十六響，結果，射分首推方液仙，得七十三分，次陳景塘（方的教練獲曾得北洋政府總統頒發的八等嘉禾章）七十二分，郝伯陽、陳如松各七十一分，王衍慶七十分，餘如陳家祥李玉書陳文龍諸君射分亦頗可觀。查方君第一次獲勝在九年十月，第二次十年一月、第三次十年四月、第四次十年十二月，此次複被佔領，計有五次之勝利，照章該錦標完全為方君所得，比賽遂告終結。茲將勝過該杯者姓名及次數錄下：方液仙五次（完全獲勝），郝伯陽四次，陳景塘三次，王衍慶陳如松李玉書各兩次，劉景和陳文龍周慶恩曹心安各一次。



中國化學工業社工廠場景（今安遠路）

國貨年標語

提倡國貨，是國民的天職。
 提倡國貨，是強國的根本。
 提倡國貨，就是團結民衆。
 提倡國貨，可以解決民生。
 提倡國貨，可免利權外溢。
 提倡國貨，就是戰勝敵人。
 提倡國貨，可免經濟壓迫。
 我是中國人，我愛中國貨。
 國貨不發達，利權必外溢。
 我愛我國家，我愛我國貨。
 萬眾一心，要用國貨。
 我勝強敵，要用國貨。

國貨年上海《申報》每週四出版的國貨週刊上，均刊有的此國貨年標語

20 世紀 30 年代的全國性國貨運動，努力使國家富強不受外侮，足以自立於地球之上。

太平洋戰爭爆發，上海淪為「孤島」後，方液仙大義凜然，堅持民族氣節，利於國者愛之，害於國者惡之，樂於擔任中共地下黨領導的群眾團體「益友社」的名譽理事，卻拒絕出任汪偽所謂新政府的實業部長，敵偽利誘不成惱羞成怒，遂以武力威脅甚至加害。1940 年 7 月 25 日，方液仙在從新加坡路寓所驅車去工廠的路上，遭四周早已埋伏的日偽特務槍擊。受槍傷後的方液仙又被綁架至汪偽特工總部——極司非而路（今萬航渡路）76 號，犧牲於獄中（一說在去「76 號」的途中），年僅 47 歲。

方家祥感慨萬分地說，祖父出於本能，一生自力更生百折不撓奮發圖強，開始時他的國貨運動完全是與眾多中國商人一起為生存而戰，或許沒有什麼宏大理想，但他的內心有著對祖國和民族真摯而深沉的

射擊給了祖父對洋人「別苗頭」的機會，得勝後，他要再接再厲，出所學，盡所知，與洋人在新型工業領域決一雌雄，自己有所成就後，又聯合其他國人廠家，一起與日本和洋人

愛，他的腦海裡有超出常人的勇氣和智慧，在被時代推向風口浪尖之時，便奮不顧身，以致卓有建樹，最後讓自己成了民國時期中國商界當之無愧的標緻性人物！

一直以來，筆者景仰這位國貨大王，覺得他在國貨運動中自力更生致力於科技創新、品質管控、產品行銷和組織企業經營者聚餐會聯合起來開辦國貨大廈、宣傳國貨等，種種做法，至今對同行來說仍有啟迪，可資借鑒。我們是要走改革開放的道路，但更要有自信、能自強，做好實業，長袖善舞，與發達國家共贏。在不少地方，曾幾何時，對國貨和實業的熱情已經消退，本來明明是國貨的，卻要冒牌貼上洋商標，或是取個類似洋貨的名字，到國外去注個冊，轉內銷；走進商廈，但見店招都是外文，仿佛到了海外；甚至有的國企，荒了自己的田，去種別人的地，以為競爭對手、外國企業加工產品為榮……凡此種種，令人齒寒，也有愧先輩。這次，採訪了方家祥，在上海淞滬抗戰紀念館的英雄榜上，看到方液仙作為唯一一位商人其英名與抗戰中為國捐軀的國軍將士的名字排列在一起，心裡更對國貨大王增添敬意。我想，滄海橫流，歷史作證，他後來實際上也成了一位可敬的戰士或將軍，英勇地奮戰在不同的戰壕中，並因此而獻身，確實值得讓人永遠銘記和緬懷。

當今，科研、製造和消費已經進入世界高度融合的時代，你中有我，我中有你，但是，各國的利益仍然於各國的國貨含金量和規模大小密切相關，誰忘乎所以自費武功，到頭來就會衰弱和倒楣，這已經是不言而喻，所以國貨的精神依然沒有過時也永遠不會過時！讓我們記住這位鄉賢，早日讓國貨得以再次興旺，促民族更加富強！

（下）

周慧珺獲上海文學藝術界 「終身成就獎」

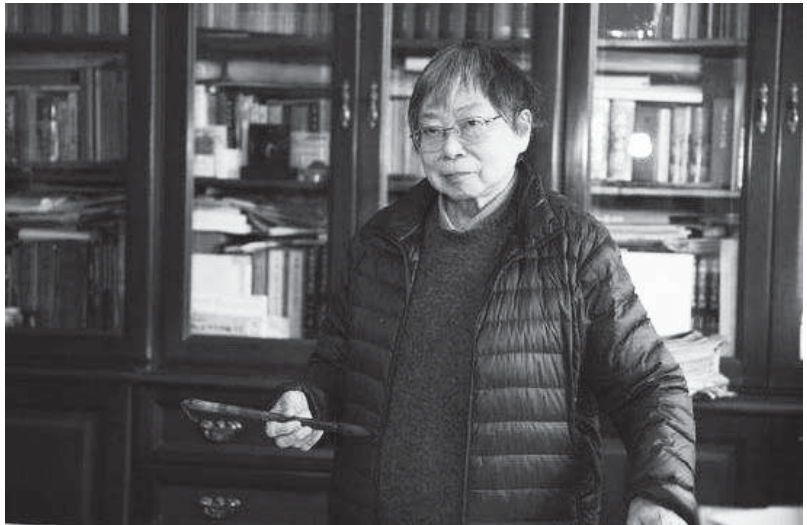
整理 / 應平書

「我的一生很簡單，簡單到一生只做了一件事，那就是書法。」這是上海文學藝術界「終身成就獎」周慧珺最常說的一句話。

1939年生於鎮海的周慧珺，是書界大家，真草隸篆皆有涉略，尤以行草稱著。

1974年，35歲的周慧珺出版了平生第一本字帖——《魯迅詩歌選行書字帖》。字帖中那剛健俊逸的墨蹟令人耳目一新，一時間名滿大江南北，掀起了一陣「周慧珺熱」。

之後，她又接連書寫了《周慧珺行書古代愛國詩詞選》《周慧珺行楷書千字文》《周慧珺行草千字文》《周慧珺教



魏碑》《周慧珺楷書前後赤壁賦》《周慧珺行書杜甫詩選》《周慧珺楷書前後出師表》《周慧珺楷書金剛般若波羅蜜經》等十餘種字帖，不僅每一次都與自己此前的風貌拉開了距離，而且作品中蘊含的元素不斷豐富，手法日趨洗練，呈現出不斷否定不斷超越自我的進程。

雖成名甚早，周慧珺卻不斷探索的向前進，在進入古稀之年，



她更以獨到的個人風格與技法，進入了人書俱老之境。

周慧珺是德藝雙馨的藝術家，她擔任上海書協主席時，憑藉個人魅力和影響力，為書協組織活動籌募資金，經常慷慨解囊。

2003年對抗「非典」，她個人捐款20萬元；2008年汶川大地震後，書協組織募捐活動，她捐款30萬元，她還匿名資助生活困難的名家遺孀及幫助困難青年入學，資助殘障人士等。

2017年初，周慧珺捐出2500萬元，成立「周慧珺書法藝術基金會」，旨在打造書法界的「諾貝爾獎」，激勵中青年作者為振興海派書法而努力拼搏。

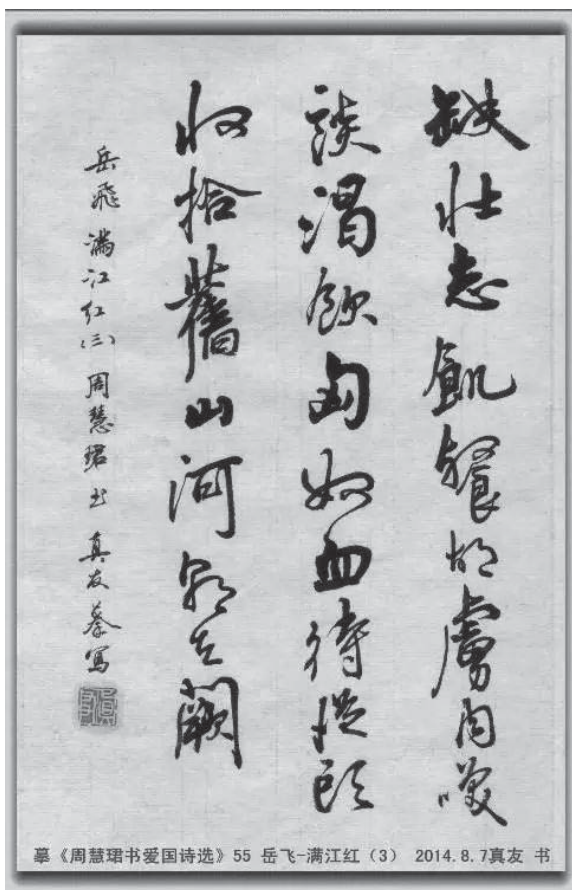


周慧珺主政上海書壇的十二年，上承海派書法深厚的歷史積澱，下啟上海書法在改革開放大背景下復興的關鍵十二年，她對海派書法的傳承和弘揚作出了力所能及的貢獻，自身也為新時期的海派書法豎起了一座嶄新的地標。

周慧珺曾說：「於我而言，傾此生為斯事，是我最大的快樂，我無怨無悔。衷心感謝上海這座偉大的城市給予我的厚愛，我當再接再厲，繼續做好這件事，為傳承和弘揚書法盡自己的一份綿薄之力。」

「上海文學藝術獎」是上海文學藝術界的最高獎，旨在表彰和獎勵為促進和繁榮上海文學藝術事業作出突出貢獻的個人和作品。對於獲得「上海文學藝術終身成就獎」的個人，將給予表彰及獎勵，並對其藝術成就、作品等進行總結整理，為其出版評傳、個人作品及製作紀錄片等。

（取材自「周慧珺書法藝術館」）



甬上屠氏三傑與茶文化

竺濟法

晚明寧波出了5位茶書作者，分別是屠隆《茶說》、屠本峻《茗笈》、聞龍《茶箋》、羅廩《茶解》、萬邦寧《茗史》，在中國茶文化史上佔有一席之地。這5位名人均出於寧波名門望族，其中屠隆與屠本峻為從祖孫。

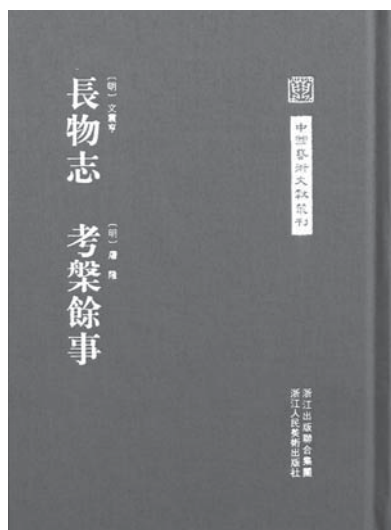
2011年，屠氏後裔屠呦呦女士獲美國最具聲望、有醫藥奧斯卡之稱的生物醫學獎拉斯克醫學獎，一鳴驚人；2015年，又榮獲諾貝爾醫藥獎，一舉成為當代國際最偉大科學家之一，譽滿天下！真可謂「江山代有才人出，各領風騷數百年」。

屠隆：真香真味宜清飲，《龍井茶歌》堪稱最

屠隆，鄞縣人。晚明著名文學家、戲曲家、官員。萬曆五年進士，才華橫溢，落筆數千言立就，與胡應麟等並稱「明末五子」。歷任潁上知縣，轉為青浦令，後遷禮部主事、郎中。為官清正，關心民瘼。曾作《荒政考》，極寫百姓災傷困厄之苦。萬曆十二年蒙受誣陷罷官，路過青浦時，當地人曾捐田千畝請他於當地安家，被謝絕。為人豪放好客，縱情詩酒，結交多為海內名士。博學多才，詩文、戲曲、書畫造詣皆深，尤精戲曲，有多種劇本、著作傳世。晚年以賣文為生，竟至乞鄰度日，悵惘而卒。

屠隆愛茶，其藝術隨筆《考槃餘事》造詣甚高，清代著名史學家、考據學家錢

大昕評價《考槃餘事序》曰：「評書、論畫、滌硯、修琴、相鶴、觀魚、焚香、試茗……靡不曲盡其妙。」後人將其中論茶部分單獨輯為《茶說》，作為明代茶書之一。



浙江人民美術出版社2011年版文震亨、屠隆著《長物志·考槃餘事》封面

《茶說》內容諸多作者自身體會，如其「擇果」一節，強調品茶以真香、真味、正色清飲為佳：

茶有真香，有真味，有正色。烹點之際，不宜以珍果香草奪之。奪其香者，松子、柑橙、木香、梅花、茉莉、薔薇、木樨之類是也。奪其味者，蜜桃、楊梅之類是也。凡飲佳茶，去果方覺清絕，雜之則無辨矣。若必曰所宜，核桃、榛子、杏仁、欖仁、菱米、粟子、雞豆、銀杏、新筍、蓮肉之類，精製或可用也。

品茶之最高境界是清飲，評茶師都以清飲品評。屠隆明確指出，各類花茶無疑會奪去真香，雜以幹鮮瓜果、炒貨，則為休閒品茶。

屠隆著有隨筆小品《娑羅館清言》，文體類似《圍爐夜話》、《小窗幽夢》，內多佛語禪意，又以「娑羅」命名，被列為佛家文獻。「娑羅」系梵文音譯，有堅固、高遠之意，原為盛產於印度及東南亞的一種常綠喬木，樹形高大美觀，質地優良。相傳釋迦牟尼的寂滅之所即是在娑羅樹間，因此佛教中有不少事物都與娑羅樹有關。傳入我國後，許多寺院都有栽植。屠隆曾到寧波阿育王寺移植一棵娑羅樹，並改書齋「棲真館」為「娑羅館」，《娑羅館清言》之名即以齋名書。

《娑羅館清言》內有四條涉茶，其中兩條為聯語形式，一聯堪稱佳句，刻劃了文人雅士的閒適情懷：「茶熟香清，有客到門可喜；鳥啼花落無人，亦自悠然。」同時體現出作者樂於以茶會友、以文會友的情趣。另一茶句「呼童煮茶，門臨好客」意義相近。

另一涉茶聯語為：「淨幾明窗，好香苦茗，有時與高衲談禪；豆棚菜圃，暖日和風，無事聽閒人說鬼。」反映了雅士與百姓的日常生活。

屠隆還作有著名的《龍井茶歌》：
 山通海眼蟠龍脈，神物蜿蜒此真宅。
 飛泉歎沫走白虹，萬古靈源長不息。
 琮琤時諧琴築聲，澄泓冷浸玻璃色。
 令人對此清心魂，一漱如飲甘露液。
 吾聞龍女滲靈山，豈是如來八功德。
 此山秀結複產茶，穀雨霖霖抽仙芽。
 香勝旃檀華嚴界，味同沆瀣上清家。
 雀舌龍團亦浪說，顧渚陽羨詎須誇。
 摘來片片通靈竅，啜處冷冷馨齒牙。
 玉川何妨盡七碗，趙州借此演三車。
 採取龍井茶，還烹龍井水。
 文武每將火候傳，調停暗合金丹理。



屠隆草書七言詩扇面：

仙宮玉盞酌流霞，千歲紅楓四照花。
 早解虛皇金冊召，不將清淚送鶯車。

茶經水品兩足佳，可惜陸羽未知此。
 山人酒後酣氤氳，陶然萬事歸虛空。
 一杯入口宿醒解，耳畔颯颯來松風。
 即此便是清涼國，誰同飲者隴西公。

作者淋漓盡致地抒發了對龍井泉水與龍井茶的熱愛。認為龍井泉是山海相通的龍脈海眼，色似玻璃，飲如甘露。龍井茶香勝檀香，味賽甘露，龍團、雀舌、顧渚、陽羨都無法與之媲美。

2004年，在杭州龍井寺舊址附近發掘出刻有屠隆手書之《龍井茶歌》古碑，落款為萬曆甲午年秋七月，書風灑脫，結構嚴謹，用筆遒勁，點畫精妙，茶香書香融為一體，成為探訪龍井和龍井茶歷史文脈不可多得的文物。

屠本峻：獨於茗事不忘情，記載茗花可點茶

與屠隆同時代的屠氏名人有其從孫屠本峻，年齡僅小一歲。其父大山，嘉靖十一年進士，累官兵部右侍郎兼都察院右僉都禦史，總督湖廣、川、貴軍務。本峻初以父蔭任刑部檢校、太常寺典簿、禮部郎中等職，後出任兩淮運司同知，移福建任鹽運司同知，升任湖廣辰州知府，進階中憲大夫致仕。著名清代同鄉史學家全祖望在

《甬上望族錄》中列出屠氏「六望」，其中本峻父子與屠隆列為「三望」。

屠本峻鄙視名利，廉潔自持，以讀書、著述為樂，到老仍勤學不輟，留有著名的讀書「四當論」。一次，一位朋友勸他說：「你年事已高，就不要這麼辛苦

讀書了。」本峻回答說：「吾於書饑以當食，渴以當飲，欠身以當枕席，愁及以當鼓吹，未嘗苦也。」讀書之樂，自在「四當」之中了。從此，其讀書「四當論」流行於世，鼓舞著歷代讀書人求知不倦。（上）

港台兩大錶王 ——應德耀和應聖瑞

曉鶯

出生於浙江定海的應德耀，當年隨政府來台，民國 40 年在台北市博愛路與衡陽路交叉路口架起一座「勞力士手錶」巨幅霓虹燈廣告，立下他手創的慎昌鐘錶行基礎，開啟西門町繁榮熱鬧景象，時間一幌已歷近七十年了！

西門町繁鬧依舊，慎昌鐘錶行已在衡陽路 70 號建起慎昌大樓，經銷世界名錶，獨領風騷。

慎昌鐘錶行在台北市另又在復興南路和忠孝東路四段開設復興店、忠孝店；尤其復興店開幕時，有 250 年歷史的「江詩丹頓」名牌特為之設計獨賣限量紀念錶首站展覽，益為慎昌增加聲勢。

應德耀篤信天主教，樂善好施，發起創辦天主教博愛基金會，現任榮譽董事長，年屆九秩華齡，尚為基金會奔跑各地「關懷站」，幫助外籍新娘所生子女教育輔導。據統計，外籍新娘現有 40 萬人，婚生子女達 60 萬，他希望都能有機會幫助他們。

香港大中華錶行，是寧波章水鎮蜜岩村

應聖瑞開設幾十年的老店，以誠信不欺店譽，經銷世界名錶，享名港九商圈。

應聖瑞出身於貧困家庭，在家鄉讀滿初小四年級，就輟學到上海學生意，民國 40 年赴港，在中環一家錶店打雜，省吃儉用，四年後蓄有 3,300 元港幣，在德輔中道與人合作做起鐘錶生意，直至民國 72 年聚資 3,300 萬港幣，自營物業，於干諾道中 62 號購買地下及閣樓，不忘國恩，開設「大中華錶行」，成就他一生事業。

有一年春節，「大中華錶行」曾遇劫難，賊徒趁四天年假，破壞錶行安全設備，侵入行中洗劫，損失慘重。不過，應聖瑞素具不折不撓精神，絕處逢生，不久便重振聲勢，浴火鳳凰般成為家喻戶曉之事。

應聖瑞有成後，先回鄉擴建小學，在家鄉設立寧波首家私立養老院，並為家鄉造橋修路，捐資寧波大學，現已為寧波人大頒給「榮譽市民」榮銜，並膺選甬港聯誼會名譽會長。

溪口玩溪

王燭

一說到去溪口玩，人們津津樂道的都是遊覽溪口鎮的人文景觀，如蔣介石故居、玉泰鹽鋪、蔣經國曾居住過的小洋房、蔣母墓道等等，很少有人想到玩溪口的自然景觀。溪口是因一條頗具特色的溪流而得名的，溪景秀麗迷人，因此不去玩溪，可謂是白去一趟溪口。

穿過武嶺門城門，沿溪口鎮前行，只見一條寬闊的溪流，左面傍山，右面靠街，潺潺流動，頓給人一種既有山野風光又充溢市廛繁囂的好去處的感覺。溪口的溪叫剡溪，主流出於剡界嶺，由新昌縣流入奉化境內，稱剡源。從文昌閣望去，它看去像條江，河面足有六七十米寬，也許因為它的水流過淺，水清見底，故稱之為溪吧！我先是由文昌閣、小洋房拾級而下，乘旅遊竹筏。這個筏子頭裡彎曲蹺起，中間設一簡易涼棚，若干凳子，供人坐憩觀景。別看這竹筏由這樣一排竹子紮成，但人多時搭乘 20 多人而不會沉沒。經仔細觀察，我才發現它的秘密，原來這竹筏兩邊及下面綁紮了十幾個充滿氣的汽車內胎，怪不得它有如此神奇的負重力。

竹筏，看起來它輕飄飄地浮在水面上，誰知它竟重得寸步難行。由於溪水很淺，所以這裡不行船，就是這竹筏也無法用櫓槳來搖的，只能用竹篙撐著駛行。我乘的竹筏工是一對四五十歲的夫婦，他倆一個在船頭，一個在船尾，用竹篙撐行，非常

吃力，每撐一回只能前進一兩米。撐了半小時才前進了百米左右。同筏的一個青年遊客嫌前進得太慢，或許自己也想嘗一嘗撐筏子的滋味，想點樂趣，也幫助去撐筏，但前進仍如蝸牛爬行。還有兩位遊客在用可樂瓶裝溪水。我一打聽，原來是奉化籍的臺胞要帶這裡的溪水去臺灣供奉呢。

「快下水，快下水！」原來這竹筏已行到淺水區，一些急不可耐的青年遊客紛紛跳到水裡，玩水嬉戲。有兩位小姐漂亮的裙裾浸泡在水中也無所謂，這卻用水潑兩個同行的男士，不甘示弱也潑水回敬。於是一場激烈的水仗打開了，雙方很快都變成了落湯雞。筏上的遊客嘻嘻哈哈，都笑彎了腰。

看到前面大橋柱墩上，離文昌閣不遠的岩邊不高的石崖上，十幾個男孩，從七八米高處魚貫躍入水中，作各種姿勢的跳水動作，配襯著這山、這水、這筏、這橋，遠遠看去，構成了一幅絕妙的水墨風景畫。我一打聽，得知溪口絕大多數的溪水深度近及膝蓋，而跳水處水深可沒肩。於是，我也心癢癢的，試著下水去遊一下，一浸入水，清涼涼的，刺人肌膚沁入心肺，一消炎夏酷暑的渾身暑氣，那種快活勁兒遠勝於在有中央空調的豪華舞廳的翩翩起舞。久耽城市煩囂環境之中，能在此領略一下山野風光和清涼的溪水，真有超凡脫俗之感。

舟山的建房儀式

金星

舟山的民居建築，其形式和風格，大小島嶼有所區別。例如臨近大陸的舟山本島之定海城區，因有面積較大的一些平地，故有許多徽派建築樣式的四合院，甚至有中西合璧的走馬樓或小洋樓。而在遠離大陸的孤懸小島，例如嵎泗列島的黃龍島，峭壁嶙峋，山高地陡，其民居大都是單家獨戶，石窗石屋，並且是劈山壘堤，依山而建，逐級升高。所謂「倚山築屋幾家齊，屋後有牆牆後梯。鄰舍不分左和右，層層祇見判高低。」

隆重的上樑儀式

早期嵎泗黃龍島等張網作業地區的民居，在砌牆前還要在堂屋下挖一個很大的「落地洞」，為海蜇、龍頭魚等儲藏之用。而岱山縣的東沙古鎮和大衢的島門鎮，昔日也有此俗。這是因為岱山東沙和大衢的島門鎮，是著名的大黃魚中心漁場，每逢大黃魚汛，需要加工大量的黃魚鯊，「落地桶」也是必需的配套設施。但除此之外，就建房的程式和禮儀，舟山海島的民俗慣制，基本上是一致的。

關於海島的建房程式，主要有「奠基」、「上樑」、「砌牆」、「蓋瓦」和「進屋」等。其中，奠基又包含「選地相宅」和「祭祀動土」，而上樑俗稱「上正樑」或「上大樑」，其儀禮最為隆重。

先說奠基。所謂「奠基」，在造屋之前，屋主先要尋找屋基地，要請風水先生察看「陽宅風脈」，按照陰陽八卦、天干地支以及五行相生相剋的原理，來確定宅基是否「風水寶地」？能否在此建房？並要進行祭奠活動。

而在選擇宅地時，尤其是小島漁民，除了考慮「風水」等因素外，還要考慮是否是「風口」？屋後是否有石塘？還要考慮上屋、下階的道路和山溪的流向。在測定宅地和正屋的走向時，其方位不能朝正南和朝正東。因為海島的颱風季節，以東風為多，若宅屋朝向正東，狂風暴雨驟至，很不安全。

為此，「選地相宅」，需用船上的羅盤測定方位。同時，選定的宅地必須面向港灣和巒口，便於屋主觀察海上風浪及其船隻的動向。萬一海上有變故，屋主可及時察覺而下山補救。當「選地相宅」後，屋主要用三牲福禮及四色水果和大紅蠟燭，祭祀祖宗及當方土地神。

破土要擇潮漲的吉日良辰

一旦宅基確定後，接下來就是破土動工了。破土動工的日子，要擇吉日良辰。破土前，要在地角祭拜土地爺和四方鬼穀神，要用朱漆大紅木盤以及豐盛的祭品祭祀他們。祭祀畢，由主人執三炷清

香和酒壺領頭，後跟施工的泥水和木匠，手拿鋤頭和土筐，按造屋的宅基軸線，邊鋤邊走，從而劃出宅基的界線和範圍。

繼而，則是掘土開漕。開漕時，因地漕較深，土質較松，需放大片石填底，用木夯夯實，俗稱「開掘排夯」。開掘排夯後，在底石上再築一排方形的塊石，俗稱「理石」，使宅基平衡方正，成為一塊完整的宅基。此時，在地基四角還要放定界石，上刻「×姓牆界」或「泰山石敢當」字樣。俗話說「造屋百年，全靠地基」，地基穩則屋牢固。

然而，海島的風俗還有其獨特之處：一是破土。海島破土的「吉時良辰」，則為潮水上漲的時辰。這是因為潮漲，意味財源漲、福祿升，魚從遠方向近岸遊來，是魚豐人富的象徵是大吉大利。二是插旗。海島奠基時，屋主在宅地和鄰居的屋前屋後都要插旗。在浙南海島，插的以紅旗為多，紅為喜氣。在內陸杭嘉湖地區，插的是一面竹篩，俗稱「百眼篩」，即為篩去晦氣。而在舟山群島，插的都是漁船上的旗。有紅、黃、藍等色彩鮮豔的旗幟，但不插白旗和黑旗。而在形態上，有方形、三角形和花邊形的，在圖案及造型上，有鼉魚旗，龍鳳旗，鯧魚旗，八卦旗，令字旗等等；好像百旗博覽會。尤其是蓋上觀音和龍王廟大印的佛祖旗和龍王旗，更為吉祥和神聖。

要用專有的銅板奠基

此外，海島建房時，漁民還習慣把康熙銅錢或描有金龍圖案和乾隆通寶字樣的銅板，作為鎮邪的奠基物，放在四角

的基石之下。而後，要燒錫鉛和燃放爆竹，並在宅基的側角，豎一塊「泰山石敢當」的石碑以驅邪。

奠基後，接著是擇日立棟、豎窗架和門框，再後就是砌牆和上樑了。

上樑是最具信仰色彩的一道工序。上樑前要揀吉日，親朋好友要送禮，鄰居間為了辟邪，要在屋角掛紅旗、米篩或鏡子，俗稱「拔福」。同時，宅屋的柱子上要貼綠紙楹族，正樑上要掛紅布二方，還要插金花或掛紅燈籠。當天，屋主要祭拜天地神祇，辦豎屋酒，要向大木師傅分「雙份利市紅包」。而當上樑進行時，大木師傅要唱「上樑歌」，要用米酒「醮樑」，還要拋「上樑饅頭」，貼八卦圖案和拋「子孫袋」等等，其程式是十分的繁瑣。

以前，上樑開始前，先由大木師傅把屋主準備好的紅布或福字橫幅，安置在明間的脊檁中間，俗稱「布彩」。此時，要唱「布彩」歌。歌曰：「大紅綢緞掛成雙，押穩楠木紫金樑。仙鶴神鹿群起舞，金龍玉鳳祝安康。」唱畢，大木師傅開始正式上樑，即把一根根桁條安裝到樑架上，並要用米酒燒大樑，俗稱「醮樑」。此時，也要唱「醮樑」歌。歌曰：「九龍山上，出了一根沉香大木，上有鳳凰築巢，下有青龍盤根。」云云。

而當明間脊檁到位後，上樑的儀式進入了高潮。當家的大木師傅要頭頂饅頭盤，腳踩梯子，邊上梯子邊唱：「腳踩聚寶鳳凰地，身踏招財紫金梯。龍飛鳳舞鶴來朝，龍母娘娘把手招。」

當大木師傅上至樑頂時，他就開始向下拋「上樑饅頭」。而下面的姑娘們，要邊

搶饅頭邊唱歌。歌曰：「龍女接寶兆吉祥，屋主含笑喜氣揚。上樑喜逢黃道日，宅安人美有福享。」隆重的上樑儀式，就在這歡悅的喜慶和歌唱聲中進行。

上樑之後忌諱多

然而，上樑之後，海島的建房程式和儀禮還未結束，其中還有許多忌諱。

為使「金龍盤新屋，財富不外流」。所以，在新屋的建築中，無論是石窗的浮雕，還是石礮或石柱，均有龍的圖案。同時，海島人上樑最喜歡下雨，所謂「龍浴於水，生活富庶」。然而，又卻忌紅諱火，凡文字用語中有火有紅的，都得忌諱。為此，楹聯和橫披皆用綠紙，有火字旁的字不可全寫。然而，上樑後卻又在新屋內生火鬚，三天三夜不滅，謂之「火種不滅、興旺發達」。

再說進屋。當新屋造好後，還有一道重要的程式，即為進屋，又稱「喬遷之喜」。進屋時，先遷祖宗香火，後祭祖。老屋的傢俱搬完後，打掃時要將地面垃圾用畚鬥盛著，搬進新屋裡去，俗稱「不遺財」。

同時，要把火 生旺後搬進新屋，象徵新屋「哄哄響」，日後興旺發達。而當主人搬進新屋時，先要祭太平菩薩，後祭灶神爺和祖宗，並用新灶炒蠶豆，發出「辟辟、拍拍」的聲響，一是驅邪，二是預示今後的日子，熱鬧而興旺，

隨著時代的變遷，舟山的民居樣式和觀念，發生了深刻變化，並以鋼筋水泥平頂式的建築為主，傳統的建房程式和儀禮，有了一些變化。但在邊遠小島，尤其是木式建築，還是按照古老的傳統程式和禮儀傳承和運行著。

李密的幸福時光

寒石

朋友吳胖來電，約我們週末去龍觀走走。

龍觀是個小地方，位於浙東四明山核心區域。印象中，可走處除了五龍潭，清溪漂流，便是香飄十裡的桂花。吳胖是龍觀人，胖而憨厚，有極濃鄉土情結，到哪兒開口閉口都是家鄉龍觀，有事沒事總讓我們去龍觀玩。我說五龍潭都爬過幾次了，漂流還早，又不是桂花時節，你還能帶我們去哪？吳兄喉嚨隨之高起來：去了不就知道了？

去了就知道

走荷梁線，到龍觀，左拐又右拐，一邊一溜矮挫山頭，一邊一泓清亮小溪——還是去五龍潭的線路。正欲啟口，吳胖突然方向盤一打，在一片灘谷平疇間向左岔入另一條陌生的道——還真是去了去了就知道的去處了。

李密是龍觀的一個村，三面山嶺夾一片狹而長的灘地，兩三百戶人家散落在

地與山之間。李畧人都不姓李，姓洪，清時從原慈溪洪塘（今江北洪塘）遷入，原名裡畧。山裡畧多，山裡山灣裡灣裡畧裡畧，無名村落也多，裡畧約定俗成成為許多村落名，後為避同名，此裡畧始改名李畧。

跟村名的不講究一樣，從前的李畧窮鄉僻壤，交通閉塞，山高皇帝遠，村裡的年輕人大多外出打工謀生，剩下上年紀人守在家裡靠種毛竹、楊梅維持生機，村集體年收入僅為 3000 元。

——現在呢？吳胖又賣起了關子：去了不就知道了？

一條坦平整潔的混凝土大道傍著一泓潺湲小溪前行，兩邊盡是連綿的、無邊的桂花，遠近平地、山坡上栽的皆是，宜人桂花香不時拂過鼻尖。車在這樣環境裡前行，就像一尾魚游在水裡，空氣水一樣清新鮮潔。

桂花之鄉

龍觀是桂花之鄉，光李畧，就栽了千餘畝桂花樹。桂花的好，除了花，不落葉，四季常綠，你看到的桂花總是鬱鬱蔥蔥的，養眼；樹還好種，江南的冷冬嚴夏，都奈何不了它，自在；品種主要有丹桂、金桂、銀桂，還有四季桂，就是每個季節它都可以開花。所以，儘管非桂花時節，卻依然可以不時聞到陣陣飄忽桂香。

不一會就到李畧了。李畧不是裡畧嗎？感覺沒跑多遠，也沒爬過山，沒繞幾個灣，且一路都是寬敞的水泥大道——就到了？再次感覺李畧名的不講

究。但是，一下車，不講究的李畧忽然讓人感受到它的講究了，而且不是一般的講究。

先說那條溪吧。溪橫村前，一邊是村落，一邊是桂花園。溪岸用塊石駁坎，溪底分段砌了一道道石壩，使溪水形成一個個梯級落差的水潭，既利於蓄水洗濯，也利於水生物滋長。水是清澈活潑的，從上面一道水壩上跳下來，在潭裡轉悠幾圈後，又忙不迭跳到下個潭裡。有人在一個個潭裡垂釣，身旁水桶裡養著烏溜溜一片漁獲——盡是手指頭大的溪魚。遊人歎這麼小的潭裡竟有這麼多溪魚。又道這麼小的魚，釣上一盤得費多少勁啊，用電瓶觸就省事了。不料那垂釣者嗆道：哪能啊！這溪裡魚釣是釣不完的，用電觸，省事是省事，用不了半天就全滅了。李畧人已經自覺把保護環境與維護生態平衡視為份內事了。

再看村落，李畧人的講究已經讓人有些咋舌了：清一色盡是一幢幢粉牆烏脊、江南民宅風格的三層聯排別墅。全村近三百戶人家，每戶一套這樣的別墅，面積一百六七十平方米。幢與幢間輔以走道、花圃與流泉，寬綽處還砌了魚池。仲春時節，杜鵑爭豔，綠草碧樹芳菲；流泉引來了山澗水，鮮活激蕩，可洗滌，亦可飼養觀賞魚。

家家戶戶蓋大瓦片房

吳胖領我們進一戶洪姓人家。老兩口已界古稀，頭髮灰白，身板硬朗，掛一臉和藹爽朗的笑。老人快人快語，說老了老了，又有了個新職業——接待員兼

解說員，每天都要帶幾批人看房子。他開心帶我們看客廳、餐廳、廚房，看二樓老倆口臥室，女兒臥室，三樓兒子臥室和前後陽光房。我們說：老人家，住這麼大這麼好的房子，開心吧？一位說：開心得夜夜睡不著覺呢，做夢都在笑；一位道：做亂夢似的。誰會想到，這把年紀了，竟可以住上這麼好的房子。我們說：倆人住，實在有些偏大。一位說：大就大唄，又不收你房租。等周末節假日，兒女們一回來，就不大了。一位道：大有大的好，就是打掃衛生吃力。

在三樓陽光房，我看到了傳說中的李畹太陽能光伏「大瓦片」（老人語），在陽光下發著烏漆瓦亮的光。李畹的家家戶戶，蓋的都是這樣的大瓦片。據老人介紹，蓋這種大瓦片有三種好：一是不漏水，比土瓦、混凝土瓦強多了；二是隔熱、蔭涼，伏暑天室溫能降五六度，省空調費，三是每年還能從村裡領到好幾百元的用電補貼。老人說這種大瓦片最大的好是每年能為村裡掙來 60 萬元的收入。村裡有錢了，村裡的環境大變，交通通暢了，溪流清澈了，生活污水無害化處理了，老年活動室、健身設施大改善，連家家每天喝的開水都可以免費到村裡充……光伏發電帶來的好處還遠不止這些：村容村貌大變，環境優美，加上得天獨厚的桂花資源，吸引了大量遊客，村裡因此辦起多家民宿、農家樂，還投資建了一家桂花深加工廠。這些又將為村民和村集體經濟帶來一筆筆可觀的可持續收入。

全國首個太陽能光伏村

吳胖說李畹村是全國首個太陽能光伏村。去年底，李畹光伏工程二期正式並網發電，成為全國首個也是唯一實現光伏全覆蓋的村莊。兩期工程每年可發電 60 多萬度，村集體經濟直接獲益 60 餘萬元。對於我們村集體建房、鋪設光伏發電設施投入巨大，村裡哪來資金的疑問，吳胖說建設資金主要來自三方面：一是政府舊村改造扶持金，二是村裡融資，三是村民自助部分。

桂花園即李畹的文化廣場。迎面一堵粉壁牆門，月洞門兩側書有對聯：月出驚山鳥時鳴春澗中，人間桂花香夜靜春山空。門額曰：桂花園。門裡一橫粉面烏脊照壁，上書有桂樹與花的文字介紹。繞過照壁，即是開闊的活動、健身場地，磨沙的地坪間有樹樹蔥蘢的桂樹，足容一村人休閒集會，娛樂健身。廣場的另一端已抵山坡，其上並立寬窄兩堵江南馬頭牆造型的牌碑，窄者書曰：中國·桂花之鄉。

歸途中，我由衷地喃喃：龍觀真好。真希望做個李畹人。

李胖樂了：知道為什麼帶你來李畹了吧？炫耀唄！——我不是龍觀人，而你是！我說。李胖越發得意：告訴你，我們村也在拆遷了，新村已經動工，我家能分兩套這樣的別墅。

我說，死胖子，算你狠！

寂寂青山有淨土

丁唯真

久居都市，便嚮往山野、峰巔、怪石、嘉木、雜花，哪怕是溝坡嶺頭一抹野草，都會給人一種陶冶，體會到光陰的變幻和季節的交替。正逢中秋佳節，隨同良師益友前往馬友友的祖籍地——咸祥。

秋晨的涼意撲面而來，使人陶然欲醉。車出城向東，經錢湖，翻韓嶺。一側的福泉山峰巒如聚，山風徐吹，松濤如怒；一側是綿亙的赤堇山區，潔淨、柔和的碧空下，滿山遍野是正在轉黃的樹林。我們領略著窗外的初陽靈趣，想像著很少有足跡踏到過淨地，話題是怕被歷史淹沒的遺跡，還有對苦難的記憶，更有對歷史的責任。

清香與芬芳相混

過咸祥鎮，路越來越窄，車緩緩前行。兩旁翠綠與金黃相雜，清香與芬芳相混，挺拔與婆娑相間。大大小小的樹林都抹上絢麗而又柔美的秋色。這奇妙的秋天！

棄車登黃牛嶺。太陽照射著四周，前面是蒼松疊翠的山巒，定睛望去，山脊上好似有一條細細的金線，迤邐於半空中，感覺到那邊也橫亙著重巒疊嶂。周圍瀰漫著優美、安逸的氣氛，真不啻勞累過後酣然入夢。

古道曲曲幽幽，林中莽莽蒼蒼，有的樹偏紮根壁隙岩縫，遠遠望去好象生長

在光禿禿的岩石上，如巧奪天工的盆景藝術。目光透過密密的枝葉，天被遮蔽得嚴嚴實實，偶爾漏進幾許碎碎的陽光，篩下碎影在我們身上。回首一瞥，已不見來路，折疊的山頭漸遠漸淡。漫步而上，頭頂上枝丫交錯，那些刺藤、荊蔓雖纖弱細小，也不甘寂寞，爭向路中。

周圍十分安靜

野徑上有山岩連體的大石，鋪滿青苔的石縫間，冒出星星點點白色的蘑菇，如隨意點綴，在空氣中散發著淡香和一種幽秘的魅力。駐足環視，林木籠蓋著依然高峻的山嶺，嶺頭山脊重重疊疊，松林的色彩也重重疊疊地一抹一抹由濃而淡，與蒼穹環合一體。蒼老的獨樹，枝杆斜出，濃蔭覆地，亂石野趣。

周遭很靜，靜得那麼深邃。古道盡頭，便是馬友友祖父的墳塋，上刻沙孟海題的對聯：此外有崇山峻嶺，其間是福地洞天。橫匾：居之安。旁邊為其太祖父的墳塚，刻有襟懷振靈素，山水含清輝字樣。

太陽似有若無，時隱時現，雲朵飄遊不定，渺茫的天地沉默不語。佇立墓前，陣陣微風吹過，悄然變幻的光與影一點一滴改變著我的心境，帶給我無邊的遐思。

菩提庵裡悟禪學

龔成

在奉化東南與鄞州區東鄉交界的海邊，有一座青山環抱下黃牆素瓦的梵宮，山門外懸掛著我國現代著名高僧海燈法師題寫的金字招牌——菩提庵。

菩提庵位於奉化松巖鎮五百巖村後山坡上，初建於南宋，是一座具有七百多年歷史的古庵。

為何取名菩提庵？請教庵中師傅後才明瞭，是為紀念創禪祖師菩提而設立弘法道場。

為紀念創禪祖師菩提而設

民國時期榮法和尚和其徒釋進明至庵住持。1964年，巖中善信從薑山大庵中迎請釋世岳法師住持古庵。文革時期，世岳法師帶領眾僧尼創辦印刷廠，並任廠長，成績顯著。不僅僧尼的生活有保障，還資助地方經濟建設。世岳法師為人謙和，克勤克儉，宣導農禪並行。之後，世岳法師兩徒慧宏、慧悟遵循和傳承法師優良道行，為菩提庵的發展作出了顯著努力，使全庵更為壯嚴，深受信眾讚譽。

菩提庵不大，但頗有特色，進入山門後，只見二棵已500年樹齡的參天大樹迎門屹立，如大佛前二柱點燃的高大香燭，蔚為壯觀。

「何必介認真看樹呀，菩提本無樹麼」耳邊不知從何處傳來一句哲理的禪語。我

四處尋望，站在潔淨的大殿前，除了自己愉悅而心跳的聲音，這無聲的落葉頓讓我悟出了這句佛界真諦。是啊！「水月留痕原是幻，菩提有樹亦為空」。這是已留傳幾千年的一首佛教偈語，為人們津津樂道。

庵在山上沒有自來水，用的就靠山上流下來的溪水，為使山泉長年可用，庵中大興蓄水池、聚水庫多座。庵裡還貯存了不少柴草、建造柴間、繕房，僧尼的生活設施十分完備。

接待室的佛法流通處，室內擺放的電視機，只有一個佛教頻道可以播放，是庵裡專用的電視機。主持說，到庵裡來的人不是來觀看社會上五顏六色的節目，來的都是參佛護法、誦經祈禱的，除了學習佛教經典，要其它類節目何用。這就是專一佛教的優良道風、不二法門的精神。

重視環境有先見

其次是走遍大小佛殿，我沒看見經餐錫箔、香灰蠟燭。居士們說，這是當家師傅一直以來所規定的戒律。這一戒律有別與其他寺庵，乃是菩提庵的最大靚點。法師說：世間萬物皆為空，所謂諸相皆非相。亂燒經餐錫箔、亂點香燭，不僅是封建迷信作祟，而且是火災隱患，污染清淨的環境，與人與己毫無益處，何必勞民傷財、違背善良、破壞寺規呢！惟有胸懷一顆菩

提善心，一心向佛，祈求眾生脫離苦難保平安，才能使自己心安理得利樂有情。帶著一顆平常心來，帶去一顆平安心回豈不更好。

良好的信譽，嚴厲的戒律，清淨的道場，吸引著眾多護法使者支持。幾年來，還被評為奉化市五好寺庵、平安場所、規範化場所等榮譽。這座壯嚴神聖的護法場所，多次受到省市有關領導的好評。

這麼好的場所，肯定能吸引香客去做佛事。然而，庵裡做佛事從不請外來僧尼，居士們都是自做義工，自誦佛經，自做佛事。

庵裡對水陸道場做佛事也不規定價鈔，而是隨緣，自行往樂助箱裡投放。無論是捐款者或建造者，都沒有給他們留名，一切隨緣自願。

沒有商業氣息的寺院

十多年前，一老闆從上海慕名前去菩提庵，觀察全庵後不僅被這裡優雅而清淨的環境所嘆服，而且對今後的發展前景充滿信心，並當場應允要投鉅資建造玉佛殿。但在建造過程中，投資者擅命工匠在大殿顯著位置裡刻名留芳，住持聞訊後立即予以制止，遭到捐資者的不滿，並提出要求退還捐資。當時庵裡已無資金可還，然工程過半急需投入，面對兩難局面，住持法師仍堅持以數百年菩提庵正規道風為重，情願背債，也不能破壞庵規，而如數退還捐資。從此凡去庵裡捐資幫工者，都能慕其名，敬其節而樂於奉獻不留芳名。

正當佛殿將要竣工之際，又遭汶川大地震之時，在資金奇缺的情況下，菩提庵聞訊後一邊連夜舉行平安祈禱法會，一邊停

止進料，停工停建，停止一切開支，將剩下的錢資助災區人民。。法師慈悲善舉，感動了聞訊的護法居士，大家你百元，我千元紛紛捐款災區。

庵裡有二個當家師傅，慧宏法師為主，兼顧全庵日常管理；慧妙法師主內，抓伙食日常生活。她倆在 30 多年前，一起在杭州靈隱寺出家至今，沒有分開過，情同手足，親如姐妹，同時受戒，一起攜手走進菩提庵。

她倆都是寧波人，是文革後恢復宗教第一批學法出家的僧尼之一。

慧宏法師她說過，還在娘胎裡已經聆聽佛經了。因為她母親是一個虔誠的佛教徒，經常到寺院進香拜佛誦經。慧宏法師就從小喜歡聽經看佛教書，跟著母親也不知看了多少佛書，聽誦了多少次佛經，終於使她領悟到萬物皆空的菩提真諦。於是她「隨緣度日皆三昧，見性明心斷六根」。

走遍菩提庵，在我心裡深深地烙下了一個純字。誠然，在我的印象中，這裡的所有佛殿不能與金碧輝煌的大寺院相比較，但她小巧玲瓏別有風格。更重要的是這裡壓根兒沒有商業銅臭味，亦沒有以職業為生的現代和尚。菩提庵使我領悟到頗像傳統佛教道場中久違了的一個純字。純能生清淨之心，不應聲香色味觸法生心，純字能化為菩提之心，乃更為神聖壯嚴之勝地也。

遠景規劃下的菩提庵令人更為欣慰，當家法師把佛手一揮，已把庵前的 10 餘畝枯地牢牢圈進，作為庵裡今後發展用地，山后還有一片空地等著可以開發依山而築的佛殿，一個神聖而壯嚴宏大的菩提庵為此而聲名日隆。

老美，不必怕老中

裘國英

美國的朋友們，特朗普先生，各位花大把銀子，整軍經武，造艦，購機，引領韓日菲越，包圍中國，最好把中國海軍圍在島鏈內。

可能是韓戰越戰的陰影，至今仍揮之未去，深怕中國人利用全面戰爭的手段，將美國打敗於無形之中。其實中國人真搞不懂，美國為何把中國視為眼中釘，非拔掉不可。

其實中國人是很好對付的，讓我慢慢講給您聽：

1. 中國人很崇洋，什麼是外國的好，中國許多樓宇，店名，品牌名，用西洋名，用西洋名，消費者有信心，用中國名，乏人問津，我們沒聽過，在洛杉磯的開發商用富春居命名，賣給美國人，當地買家一定搞不懂。

2. 中國的小朋友個個想去迪斯耐樂園，以和米老鼠唐老鴨合照為榮，因為中國沒有如此具強烈吸引力的樂園。往後中國人只知米老鼠，不知唐伯虎。

3. 中國的小孩愛吃麥當勞，肯德基，小胖子特別多，上學時美國小朋友在運動的時候，中國孩子在背書、考試，而且戴眼鏡的特別多。將來在中國的中學籃球隊，再過一百年也打不過美國。中國小六生下課時要父母或祖父母在校門口接，替他們背書包，擦汗，美國小六

生看到，一定笑破肚皮不敢相信。

4. 中國最優秀的人才及有辦法的人才，移民美國，把辛苦賺來的錢送回到美國，把具優秀基因的下一代送到美國，這些有利美國發展。

5. 美國朋友更不用耽心，中國近年來美的富二代，他們年輕氣盛只會玩樂，不會和你們搶飯碗，因為他們擅長的是買名牌，開名車，別的不會。

6. 中國雖然有五千年了不起的文化，但現代中國人不重視自己文化，假如美國大學把中國研究諸子百家的學者，用最低的薪水，聘請到美國，教育美國又活潑又有創意的學生，保證將來美軍可用孫子兵法打敗中國軍隊，將來中國人要學習中國文化，要到美國來留學了。

7. 中國人，尤其是有錢人，不愛運動，愛吃愛喝，目前已有一億人罹糖尿病，相當菲律賓全國人得了糖尿病，其中200萬人，相當甘比亞全國人口，遭截肢。且每年以120萬，相當整個Dallas市人口數量增加，美國賣相關藥品給中國就賺不完，中國人愛吃藥，也不對藥品還價，而且認為愈貴愈有效，藥品比巧克力糖 See's Candy 更好賣。

以後美國朋友訪華，帶維他命丸送老中，絕對是最佳禮品，話說光此龐大糖尿病人口，就讓中國有得忙了。

8. 中國缺水資源，尤其是乾淨的水資源，如果全中國人用抽水馬桶，黃河、長江再各增一條還不夠，遑論工業休閒發展。

9. 中國最嚴重的問題是人口問題，十年後現在的大學生將結婚成家，一對夫妻要負擔上面四位，再加更上面的八位，一共十二位的養老問題，除經濟外，心理，體力的負擔如千斤萬擔，光四老中有一人生病，就會把一個家庭拖垮，且至今無解。試想中國飛行員，在駕馭最先進的飛機和美軍對峙時，長輩住院開刀，如何全神應戰？

美國朋友們，特朗普先生，看完上面各項令中國頭痛的問題，您一定笑了，中國威脅論如何站得住腳，中國真是自顧不暇。您可大膽放心，撤回包圍中國的海空軍回鄉，改善中美關係，多印鈔

票，請習主席多買美債，投資基建、教育和健保。過去中國人在上海替英國人拉黃包車，現在中國駕駛員在美國替美國人開高鐵，美國大佬坐在後面各個賞心悅目，如果做得到，特朗普總統您將成為美國歷史上最偉大的總統。

最後，再建議您一招，如獲採納，往後對中國問題，您可世代代高枕無憂，美國永坐全球一哥，那就是：

10. 招募 10,000 名研究生及學者，學好中文，赴中國深度學習以孔孟為中心的思想及諸子百家，回國後再成立 100 個研究所，把中國頂尖專家禮聘到美國，教育美國下一代精英，再加研究發揚光大，屆時中國將永世不是您的對手，美國永遠領導大同世界，全球萬幸，人類萬幸。

尋人啓事

尋找俞紀寰鄉親

現有黃登凱鄉親尋找她的徐匯中學同學俞紀寰，俞紀寰祖籍寧波，52年次，過去住和平西路林務局宿舍。

黃登凱鄉長目前住美國

聯絡方式為：電郵：tengkai86@gmail.com

威力之點就在當下

吳家岩

改變信念，即是改變生命的契機。沒有任何人的信念是被定型，絕不能更動的，或許有些人會覺得自己的性格早被原生家庭型塑。然而，不論原生家庭或兒時經驗帶給一個人多深的影響，都不可能就此決定一個人的信念。

此外，信念也不受理性的綁縛，就像某些人相信「人性本惡」，視生活為戰場，隨時準備攻擊或防禦他人，內在又是緊繃，又是疲累。若要改變這樣的人生，也只要改變信念，信念一改變人生也就不變了。

改變信念是改變生命的根本，當生命遭遇挫折時，人們會期待改變，然而只真要下決定改變自己，許多人又會猶豫不決：「我的性格早就被原生家庭塑造成這樣了，我不可能換一位慈祥的父親重新過一次快樂的童年，那我怎能改變自己？」還有些人會說：「即使我想放下『人性本惡』的想法，也不可能改變這個世界『人性本惡』的事實，而若是我放下了原來的想法選擇信任他人，世界卻沒有真的改變，那我豈不是像小白兔闖入滿是惡狼的叢林一樣，置自己於險境？」改變需要決定，沒有決心就只能墨守舊信念，永遠難以成就新信念。決定改變，就從當下改變起，當下是威力之點！只要當下改變了，過去與未來都會隨之改變。

請你相信，你的身體、精神與心靈的能力，都始源於當下的信念焦點，從不被過

去與未來掌握。一旦當下改變了過去的信念，以及你所經歷的過去都會隨之改變。譬如說，你還在受癌症之苦，當下的你身體不適，想法也可能是「我生病了，我的身體很不健康，隨時都會面臨死亡的威脅」，這樣的念頭會讓你聯想起許多「不健康」的過去，好比你曾經在職場上與人衝突，內在承受長期的壓力，或是有某段時間你因為壓力而夜夜喝酒，甚至會覺得，現在的生病其來有自，你早就不健康了，只是現在才發病罷了。

這些關於過去的不健康想法，只會加深你的不健康信念。若是你決定將不健康的信念改為健康，就請你在當下全然相信自己的健康。當下是威力之點，當你真正相信自己的健康時，你會自然地聯想起健康的過去，比如你小學時曾獲得百米賽跑冠軍，大學時代曾與山友征服了幾座百岳，中年時還常與好友相約在假日打球。這樣的聯想將加深你的健康信念，你會更篤定的相信「我是健康的，而且一直以來都是健康的，雖然現在生病了，但生病是邁向健康的過程，明天的我依然是健康的」。

這就是當下的力量，不論你想創造健康、富裕或和樂的家庭，都請你當下改變你的信念，當下就是威力之點，只要在當下創造出新信念，就能創造新的現在、過去以及未來，也就是你改寫了原本的生命藍圖，開創出新的人生。（却酬）

追憶去年返鄉行

唐之文

去年 11 月間，陪同母親回了寧波、慈溪、奉化、舟山一趟。慈溪是外公、外婆的家鄉，而我是在外婆家長大的孩子。小時候，聽他們說就是寧波話，外婆也常說些她家鄉大家族的故事，後來雖然到蘇州念了研究所，可是一直沒回到外公、外婆的家鄉，這次參加了台灣慈溪聯誼會組織返鄉團回到了寧波、慈溪，心中十分開心。

這次，因為搭的是晚班機，到慈溪已是晚上。第二天一大早在台辦主任龔金富、主任科員徐濤陪同之下就參觀了全新的慈溪城市展覽館，這個展覽館設備非常新穎，全面介紹了整個慈溪的城市面貌，下午走訪了濕地公園。

濕地公園遊客鼎盛，公園內雁鳥、遊魚優遊自在，還有候鳥博物館，一下子半天過去了，大家覺得意猶未竟，感覺上公園變大了，整個景色是如此美麗。晚上由張紅軍部長設宴招待，副部長蔣建華也陪同出席，場面盛大我可是大大開了眼界。

這次返鄉，應奉化台辦主任也是媽媽的老家應豐傑盛情邀約，全團在第三天到了奉化。奉化最知名的當然是老蔣先生的故居豐鎬房了。但因為團員中好幾人都已多次遊奉化，這次把重點放在妙高臺和岩頭古村毛夫人的老宅，當天除了徐主任專員陪伴至奉化之外，奉化台辦副主任胡銀兒、溪口台辦主任胡華青親自為我們導覽了毛

夫人老宅，岩頭古村是個十分寧靜的小村落，也許是一般遊客都很少至此吧！令人更能感受村民質樸的品質。而老宅保存的十分完善，給我們留下美好的印象。其實妙高臺是遊奉化的第一站，這裡景色優美，大家走的興致盎然。

中午由奉化台辦副主任胡銀兒代表宴請，接著又陪同參訪了雪竇寺。我和同行七人爬上佛頂去抱佛腳。最後，如願完成任務。晚上接受了應主任豐盛的晚宴。

到了寧波是這次返鄉行的重點，是要進行戲曲交流。寧波市文聯由章惠寧主任和羅碧妃小姐，親自到慈溪來接我們直奔寧



爬上佛頂抱了佛腳，心中開心感覺好運降臨。

波甬劇傳習中心。

提到甬劇傳習中心的王錦文主任，早在她在寧波甬劇團之時，台北崑劇團就與她做過交流。那是2008年的8月31日下午，在寧波市政府台辦會議室與寧波市藝術劇院院長郭國強、甬劇團團長沃幸康、一級演員王錦文、導演金侶、劇作家黃興等人就兩岸戲曲推廣及教學現況進行交流。當時座談主題：1. 兩岸戲曲教學現況異同；2. 兩岸戲曲教學未來展望；3. 如何共享資源創造雙贏。

時隔10年，雙方又再度交流，而這次是在甬劇傳習中心，意義更是不同。台北崑劇團多年來在台灣，主要是以推廣崑曲教學，以擴大崑曲愛好人口為使命；甬劇傳習中心是以推廣甬劇教學，以擴大甬劇愛好人口為使命；二個團有更多的共同處。當天我們參觀了甬劇傳習中心完備的教學環境，心中十分羨慕。這些年家鄉的進步有目可睹，近年來在傳統文化、戲曲的保存推廣上以國家的力量全力支援。當天主持座談會的是寧波市文聯施孝峰副主席，參加者除王錦文主任外，還有王紅剛導演；下午又前往寧波文促會，作京崑交流。在寧波文促會吳亞琴主任會同主要的成員進行了交流。吳主任談到該團的團員們，說是票友，也很多是自小學戲，和台北崑劇團成員都是大學時代接觸戲曲，有不同，他們安排了完整的文武場，分別唱了【徐策跑城】、【望江亭】、【西施】等名段。我們團內也有幾位會唱京劇的，臨時起意唱了段【醉酒】、【斷橋】的唱段，最後大家合唱了【遊園·皂羅袍】。

當天晚上，郁偉年主席設宴接待，寧波市台辦主任施金國及主要成員如台聯會副

會長王旭、章惠寧主任也都出席陪同。

7日上午演出相當人員到五鄉鎮文化中心獅山劇院走台，其他人由章主任陪同參觀了甬式家俱博物館。當晚正式在獅山劇院演出。台北崑劇團表演【遊園】、【拾畫】、【秋江】、【亭會】、【遊湖】等片段，甬劇研究傳習所，排出折子戲【牡丹對課】、【秋香送茶】，以及王錦文老師的【典妻】片段。

結束了寧波的正式返鄉行程，我們到了舟山旅遊，舟山台辦主任胡本祥因為在受訓，由處長張禕親自來寧波迎接我們，先是在徹子島的時候，天公不作美風雨交加，大家只好在室內清談，還好下午到了三毛故居之後就天氣晴朗，晚上定海區台辦主任方家彪在畫春園設宴，這是習大大視過的農莊，還在院落中喝茶。這裡的農莊強調的就是食材新鮮，菜是自家園子，雞是自家院裡的，海鮮是從漁船捕撈的，在這



妙高臺風景優美、空氣清新

裡吃飯就是有家的味道。原本是想先參觀一下這個模範農莊社區，可惜當天我們到的時候已經後晚了，沒能見到白天景緻。可是，當晚夜色新涼，畫春園內陳設簡樸但十分幽雅，四周寂靜，只有我們院落一室喧嘩，賓主盡歡，留下深刻的印象。

9日是去聞名已久的普陀山，時間有限還是只到了不肯去觀音院、南海觀音等幾

個重點。晚上，普陀區台辦陸軍海主任設宴請客，李東海副主任、繆文明副主任也都出席餐會，我們感受到他們濃厚的待客誠意。

10日結束這次的返鄉行，由於我們的航在晚上，張處長極力推薦我們上午一定要參觀朱家尖大青山國家公園，為我們的舟山行畫下完美的句點。

挫折與肯定

胡倩

美麗的校園，明亮的校舍，開放的、完美的教材，可抵得上老師的愛心和專業精神？

曾經，在孩子的成長過程中，我有過深深的挫折感。

是在我女之文剛上幼稚園的時候，正是國內各種教育改革之聲萌芽之時。而啟發式的教育以及新式的所謂蒙特梭利幼兒教育，正以最大的聲浪襲捲台北。

就像所有望女成鳳的母親一樣，精挑細選了一家，在當時號稱設備最善，以最活潑、最新式的啟發式教學為主。

走進校區，所有的遊樂設施都是最新、最好的，乾淨、清爽，而且非常注意孩子的安全，可以說無可挑剔。第一次我就愛上了這麼一所充滿溫暖的學校，儘管它的收費也是其昂貴不已，我還是毫不猶疑的就報了名。

說起來，學校的整個設計確實非常符合現代化的教育理念及設計，每班二十至二十五人，有兩名正式的大專幼教式相關

科系畢業老師，每星期也都公佈每週的教材及內容設計。家長可以很完善的了解孩子在學校學了些什麼。

第一次發現孩子並不是那麼適合開放式的教育，是在寒假期間。由於放假期間，學生人數少了許多，校方又試著從事一種所謂混和式的教學把全校學生集合在一起上課。

是在一堂表演課上，那天是由兩位實習老師負責，又有幾個寒假中報名入校的孩子。實習老師根據學生資料顯示，之文該是「老學生」了，為了示範活潑的教學性質，也就點名她上台表演。之文先是羞澀的低著頭，老師以為她害羞，試著鼓勵她，沒想到她逼急了，竟「哇」的一聲號啕大哭了起來，而且一發不可收拾。

孩子的異常表現，如一盞紅燈引起了我的注意，我又發現到，在六之文班上的兩個老師，對孩子的態度有很大的不同。有一個老師比較縱容孩子，如去郊遊她身上可能就揹著好幾個孩子喊累而交給她的背

包、水壺。另外一個老師就比較講究原則，要求孩子自己為自己的事負責任。

久而久之，那個比較縱容孩子的老師，自然比較贏得比較多孩子的喜歡，之文正是其中之一。這本是很好的事，但是，在學期中這個老師卻因為另有高就而離職了。

年輕女孩追求自己人生中更好的前程，原本是極為自然的事，而三、四歲的孩子那裡懂得這些，他（她）們是認為老師「遺棄」他們了。有很長一段時間，之文都是悶悶不樂的，雖然校方立刻請了個新老師，但她始終和這兩個老師不接近。

讀完一年之後，我為孩子換了個學校，這是一個比較保守而傳統的學校，雖然老師仍然有兩人，但一班人數有五十人之多。原先，我還擔心老師照顧得來嗎？但不久我發現這兩位老師都對孩子很有辦法。雖然說，課程比較多的唱遊、說故事，活動性的課程較少，但孩子反而有了較進步的表現。

這所學校的老師大多是有一、二十年以上教學經驗的老師，算得上是「祖母級」的老師。她們的教學經驗豐富，且能全心投入。當然，我並不是排斥年輕的老師或新式的教育措施。但是，在自己孩子的身上，我體悟到孩子個性中有極大的差異。

以我的孩子來說，她是個比較內向，不願表現自我，又極愛面子的，如果不是自認有百分之二百一定會或自己一定能勝任的工作，絕不願舉手說「會」。（因為她認為如果自己錯了，是極為丟臉之事）像這樣的孩子，比較傳統的教學環境以及深富愛心、有耐心觀察比傾聽孩子說話的老師比較適合她。

相反的，如果是一個活潑愛現不怕說錯話的孩子，較新式的教育措施也許就合適

他的需要了。

近年來，很多新的學前教育理論，甚至強調零歲教育的教學，都引進國內，我也曾帶著孩子一一嚐試。在這漫長的學習過程中可以體悟到一點，老師也好，父母也好一定要付出較多的愛心和時間來陪著孩子一起學習、成長才能真正達到開啟孩子潛能的效果。

實際上，也有很多所謂新式的理論或教材，早已是古代的中國人已經用過，只是那時候的人沒有建立一套理論及教材。而現在，我們只是重新整理出發。很多幼兒的教材，其實不用花昂貴的金錢去買，只要在日常生活中的尋常物品上去加以取材、製作。像父母自己可用一些不用或要丟棄的衣、物剪裁成各式數字及圖案教孩子辨識。而我們小時候玩的跳房子、擲沙袋也是很好的訓練手、眼協調的教材。

對孩子要有耐心，可是有時候成果是短時期看不出來的。比方之文上了中班、大班對學校發生的事或老師交代的事都還說不清楚。有一陣子我真的很沮喪，認為自己的孩子什麼不如別人，比如說別的父母告訴我，孩子要去那裡玩，發生了什麼事，如果我問之文一定是一問三不知，真令人氣結。

但是，到之文上小學二、三年級時，有時又會告訴我幼稚園發生的一些小事。令我訝異的發現，原來那時她並非不知，只是不願說而已。

每個孩子有自己的個性和學習方法，做父母的責任是了解孩子送到進入他最合適的學習環境，做老師的責任是啟發孩子的潛能，這才是真正對孩子的將來有幫助，而不是虛榮的看一些表象，或是把孩子送進最昂貴的學校就是對他好。

歷史沒有成王敗寇論

龔玉和



蒙軍進攻常州

說到史冊上的南宋投降或崖山之役，大多不看好。

書上形容南宋的那些詞彙：荒淫無度、重文抑武、偏安一隅、貪生怕死、不堪一擊，一個弱宋的形象會不由自主浮現腦海。

自古以來，以成王敗寇為史觀，歷史並非如此涇渭分明，南宋雖敗猶榮。

南宋，自立國始，邊患不斷，國土日蹙，割地賠款；在蒙宋交戰中，宋軍大敗，一潰千里，一段不可否認的歷史。

南宋無論是保國守土，談判議和，甚或，被迫投降，已盡力盡責了。

南宋佔據的國土當時是世上最富裕、

工商業最發達、文明程度最高的地區，所取得成就，無論是政經、文化、社會、外貿，還是科技成果，遠遠勝過了前代的漢唐北宋，也超越了後世的大明王朝與康乾盛世，已經出現了現代文明的曙光。在中國史上達到了登峰造極的程度，即使在世界史上，也到了巔峰。直至滅國前，依然是最富裕的國度。馬可波羅在南宋滅國後抵達杭州，驚

歎「世上最華貴的天城」見到的僅是落日餘暉而已。

農耕民族與馬背民族的對決

歷代以來，發生在我國的戰事常常出現於長城以內的農耕社會與西北地方遊牧民族之間的碰撞，被稱之農耕民族（或定居民族）與馬背民族（或遊牧民族）之間的戰爭。

這些戰爭雖不乏中原王朝為炫耀武功開拓疆土而引發，但大多數是狩獵民憑藉武力入侵農耕文化圈所造成的，今屹立于荒野山嶺上的萬裡長城就是明證。

此狀態與遊牧民特定的生產、習性有很

大關係，他們遠離農耕地區，生存條件惡劣，荒僻落後，垂涎於關內農耕社會的巨大財富，將劫奪作為生存來源，或搶掠，或以搶劫作為威脅，或用馬匹、牛羊等交換農耕地區的衣物、鐵器、食物等來維持生活。

從史學觀察來觀察，中原以及南方實際已經進入了繁榮的農耕時代，而西北方的草原地區由於各種因素，依然停留在遊牧時代。蒙、宋交戰，其實是兩個時代的碰撞，說白了，就是文明與野蠻的對決，南宋的戰敗，一個文化的中國自此消失，也就是人說「南宋之後無中國」的內在含意。

人類文明空前倒退

蒙軍大舉入侵，燒殺搶掠，使得人類文明空前倒退，百姓陷入無與倫比的災難。

狩獵民族在長期生活中培養起來的習性，在冷兵器戰事中，烈馬、弓箭、衝殺，遠勝於中原王朝採用的城牆，或者，步兵方陣「守勢」作戰方式，使得「馬背民族」的大規模入侵總是處於軍事領先，為南侵製造了優勢條件。

二宋時期，國土遼闊，城鎮眾多，兵員分散，由於國策誤導，各自為戰，而蒙軍集中優勢兵力，大舉入侵，各個擊破，這些戰例非常值得今日軍事史家的研究。

宋廷「勤王詔令」所召集的部分武裝力量，缺乏統一調度與指揮，難於抵禦敵軍的大規模的殺戮。城牆高築、烽火相望，只能阻止小股騷擾，對於大股騎軍武裝入侵，無濟於事。

北宋時期，黃河流域與廣大的南方地區，包括富庶的川蜀各省的農耕地區，雖說時已發明瞭火藥，但定居民族的特性，

安居樂業的傳承，居民只將火藥用於節慶的燃放鞭炮，而非戰爭，面對野蠻入侵，顯得驚慌失措。

蒙軍有屠城法

蒙軍有屠城法，史籍記載處處可以找到證據：「凡城邑以兵得者，悉坑之」。（《牧庵集》），即凡是對蒙軍進行抵抗的城市，城破之後，不論男女老幼，格殺勿論。

史典中，蒙軍在征服中原與南方時的殺戮記載，慘不忍讀。

成吉思汗伐金，鐵蹄所到之處，橫屍遍野，山河殘破。

1213年，蒙軍「凡破九十餘郡，所過無不殘破。兩河、山東數千里，人民殺戮幾盡，金帛、子女、牛羊馬畜皆席捲而去，屋廬焚毀，城郭丘墟矣」（《建炎以來朝野雜記》）。

蒙軍在攻打城池前，先擄掠附近村鎮男子充當敢死隊，成為蒙軍取勝的炮灰。每攻下一城，便實施屠殺城內百姓。蒙法規定：只要是進行過抵抗，破城後除工匠以外，不問男女老幼、貧富貴賤，一律斬殺。

圍攻金中都（今北京），蒙軍北撤，「既出居庸關，所收虜男女皆殺之，其數不可勝計。」其時，河朔「數千里間，人民殺戮幾盡，其存者，以戶口計，千百不一餘。」（《靜修集》）。

貞佑元年，保州城破，「盡驅居民出是夕下令，老者殺，卒聞命，以殺為嬉」；兩天后，再下令，不管老幼全部殺掉，「命再下，無老幼盡殺」；「北兵屠保州，殺眾數十萬」；「北兵屠保，屍積數十萬，磔首於城，殆與城等」；「數千里間，人民殺戮幾盡。其存者，以戶口計，千百不一。」（上）

談生活的藝術

孟欣

晉朝人張翰說：「人生貴天志而復」，意思是說人生可貴的就是能發揮自己所嚮往的！他說完了這句話以後，就有了一個決定，可能由於當時的季節是秋風轉涼，寒意漸深了，他突然有回家的念頭，不做官，回去享受田園的生活。所以他在矢志上，很快的加了一個註解，什麼是嚮往的呢？馬上便作了一個說明。而且他突然想起一道故鄉的名菜「蓴菜鱸魚膾」，也許這個故事就到這裡結束，歷代的文人都很羨慕他在秋風起時，終於拋下名疆利索，很瀟灑的回到田園中去享受名菜。如果這個故事改成今天的背景，秋風起，寒流來了，有的人想起台南的擔仔麵、新竹的貢丸，或彰化的肉圓，於是便回去了。我們覺得如果只為了不做官、不逢迎，而回去享受故鄉的名菜，這種人好像不夠壯闊，還缺少很多東西，因此，我們到底應站在那幾個角度來看，人生所嚮往的是什麼？要充分享受人生，什麼才是最好的方式？這是需要靜下來想一想的。

我個人覺得，生活要求過得好，有一件事情是非常重要的前提，那就是「不自私」。一個不自私的人，心裡想的都不是自己，不會以自己的成敗得失為念，他把心與情感放在很可貴的事物上，結果他得到許多意外的收獲，那就是忘我的快樂。但自私的人就無法這樣，他整天盯著自己

看，看看自己有沒有吃虧，別人有沒有虧待他，結果目光愈來愈狹窄，精神也愈來愈不愉快。

宋代有位詩人吳春光，作了一首五絕詩，前二句寫的是在清涼的風中，他坐在森林裡，感到愈來愈冷的情形，這種感覺是很自然的反應，但是他立刻把這種情感排開，有兩個句子非常可貴，他說：「不道山中冷，翻憂世上寒。」他很快的忘記了自己皮膚冷的感覺，想到世上的人情冷暖而為之感慨不已。

在實際生活中，我們常可看到很多人，拖著不十分健康的身體，愉快的活著，做了許多有意義的事，這都是他們忘我的精神所產生的作用。

有一則老兵說的故事是這樣的：「有一位將軍非常勇於殺敵，所以很快便遭到敵人的攻擊，當他的頭被砍掉時，卻還一路往前殺著，直到有一個人說：『將軍，你的頭沒有了。』他才倒下來。」當然，這是一固極端誇張的故事，但是說故事的人有著極可尊敬的意義，那就是忠勇忘身的精神。

所以，「不自私」不僅是道德的根本，而且是生活上應有的基本態度。只有具此種態度的人，才能過著心胸開闊的生活。那麼，如果發現不自私有這麼多好處，而假裝不自私，那是虛偽的，還是

自私的。做作的不自私，是無法得到忘我的、快樂的。

其次，我們生活中可能會遭受到一些打擊，這時候我們就必須有一種達觀的態度，所謂「達觀」，即是從主觀去改變我們的態度。但一般來說，這不是我們所願意做的事，我們希望什麼呢？我們總希望「如果環境可以改變，如果對方可以改變……」很少有人說：「如果對方不能改變，環境不能改變，至少我能改變。」

有一位勇士，同時認識兩位女孩，他不知道要選擇那一位為伴侶，於是有人教他一個方法來測驗，就是請兩位女孩看半瓶醬油。有一位說：「那裏還有半瓶醬油。」另一位說：「那裡只有半瓶醬油。」我們可以感覺到前者是樂觀的，她覺得「還不錯！還有半瓶醬油。」後者是較悲觀的，她認為「真糟糕！只有半瓶醬油而已。」

半瓶醬油的事實沒有改變，只有他們兩個的觀點不同。事實上，他倆的一生都可能因這個態度而有所不同，所以問題是我們對禍福的觀點如何，如果可超越這些，依然可以享受愉快的生活。生活並不在於我們要擁有什麼，當我們以坦然的態度去面對生活時，很多不太重要的事情都可以忽略過去，讓自己從現有的環境中去享受一切快樂。

有一句聖徒的禱告是這樣的：「上帝，我感謝你，因為你把玫瑰放在荊叢裡。」大多數人都埋怨上帝把玫瑰放在荊叢裡，覺得為什麼人間有那麼多遺憾；他卻感謝上帝在荊上長出玫瑰。到底是荊裡有玫瑰，或是玫瑰中帶荊？我們很難加以說明，但是那一位比較幸福？當然是前者。所以「達觀」並非把事情看淡

了而已，甚至是可以發出驚嘆聲，一種歡呼的態度。我們應認為荊裡有玫瑰是一件非常好的事，不僅原它的荊，還感謝它荊裡有玫瑰。

宋朝詩人孫復的七絕詩，題目是「八月十四夜月」，初看題目就非常怪異，因一般人不看八月十四的月亮，但此詩最後二句，足以發人深省，他說：「清尊素色宜先賞，明月陰晴未可知。」為什麼不可看八月十四日的月亮呢？為什麼要拘泥於一般傳統觀念裏，在十五日那天，買好月餅、水果來賞月？說不定那天是月蝕呢？有很多人以為要環遊世界、要看艾菲爾高塔、要去迪斯奈樂園、黃石公園旅遊才會快樂。其實，我們生命裡有無限的美景，只是很多人都拘限在狹窄的觀念裡頭。有一則很諷刺的笑話：「有一個人，每到一處遊覽區，便趕緊在旅遊手冊上打勾，他就等著告訴別人，我到了那些地方。」他不知道每一寸土地都是風景，一個小小的池塘有一口世界，一顆小花也有它的世界，八月十四日的月亮，雖然不是很圓，已經夠美了，已經有足以使我們小小的情緒，無法承受的美感了。為何一定要在十五日去欣賞它，孫復的詩，給我們很多啟示，「為何要等那一剎那的圓度呢？」

所以，我們不要在別人所羨慕的點上，把自己釘死了。不知讀者羨慕的是什麼？也許是將來能夠功成名就。但就如所說的，風景不是到了提到風景那個字的地方才是風景。也許，有一天你功成名就了，才發覺今天是最快樂的也不一定。可以說，每一剎那都有他值得留意的美感。可是我們常為了沒有抓住「某一特定的」，「別人所羨慕的」而遺憾，

這是極為不智的。

在元人散曲中，有一首王磐的滿庭芳，內容是寫走失一隻雞的過程，全文如下：「生平淡薄，雞而走失，童子休焦，家家都有閒爐灶任意烹庖，煮湯的添他三枚火燒，攪炒的助他一把胡椒，倒免得我開東道，免終朝報曉，直睡到日頭高。」

這是歷史上一隻雞的故事，距今已有七、八百年了，沒想到那隻雞走得很不平凡，因為他的主人不平凡。雖然每個人都可能掉雞，但有的人卻掉得非常嚴重，像托爾斯泰的小說裡頭，就提到人性的問題，有時候因為我家的雞跑到你家，你家的雞跑到我家，或是你家的雞吃了我家的飼料，我家的雞吃了你家的飼料；或是我家的母雞跑到你家生蛋，你沒有送回……，雞毛蒜皮的小事，便形成世仇，兩家結下了極大的仇恨。

人常常不是與遠方的人成為仇人，而是跟與自己有切身關係，最該彼此相愛，最應處得融洽的人，偏偏成為仇人，而且是最尖銳的仇人。跟托爾斯泰的人相比，我們覺得王磐要可愛得多，幸福得多了。

楚王有一把很好的弓箭，出去打獵時遺失在森林裡，他的部屬非常懊惱，焦急的到處找，但未找著。在這兒我們看到幾個不同的人生境界，一個是部屬的態度，非常生氣、懊惱，第二個是楚王的態度，他說：「楚人失弓，楚人得之。不要把它看成是件太嚴重的事。」我們覺得這句話已經是講得很不錯了，可是孔子聽到了，他說：「楚王為何那麼小氣，不過是『人失之，人得之』罷了，何必加個楚字，誰撿到，就給誰使用。」

所以，達觀是在一個不能改變的事情上，因為改變了自己的態度，退一步把事情想得海闊天空，而且可以發出歡欣的呼聲。可以說，不是企圖把整個環境改變，或是改變不了而自己氣得生病，而是說能退一步把事情想得很簡單，很容易解決。

一個人在生活中有些小的事固然可以達觀來排開，但有時候或許會遭遇到太悲痛的事實，不是輕鬆一笑，或一點幽默感可處理的，可以說它是一種折磨，一種挫敗。這是較嚴肅的事情，必須好好思索一下。所謂「不經一番寒徹骨，那得梅花撲鼻香？」就是說：有很多挫折，往往可刺激我們產生一些反應，而這些反應可探出生命莊嚴的一面，反而顯出生命的光潔。年輕的朋友也許不太容易想到，會有什麼嚴重的挫折降臨到我們身上，總覺得那些問題很遙遠，不可能碰到。但是俗語說：「人生不到七十八，怎能笑別人老駝眼睛」，誰也無法料到，在人生的旅途上，會發生什麼重大的事情，但往往就有一些重大的事，偏偏發生在最要命的節骨眼上。

海明威的「老人與海」那位老人漁夫，他必須以手來操縱漁網，可是他在晚年時偏偏患有手抽筋的毛病，他非常懊惱，也很生氣，但他並非生自己的氣，也非唉聲嘆氣，每當抽筋時，他便把自己和手孤立起來，並且嘲笑他的手說：「手啊！你看你把自己抽成鳥的爪一樣，有什麼好看？」他不管手的抽筋還是去拉釣魚的線；他的這種態度，像是不承認抽筋是自己的一部分，在這部小說中，海明威把人性的尊嚴，表現得非常可貴。

正面看自己

——讀張德芬《遇見未知的自己》有感

胡豆豆

有時候真的不明白究竟是生活改變著我們，還是我們扭曲了生活，高考前的拼搏、年少張揚的青春、揮灑不盡的熱情和傻勁都去哪了？生活把我帶到哪裡了？疑惑的思緒又把我帶到張德芬講座的現場。

內心的追求

那天，她在講座前讓我們先閉目冥聽那首歌——《遇見未知的自己》，因為這是練習瑜伽前的習慣動作，於是我很快進入了角色，跟著音樂的旋律，心漸漸輕盈起來，仿佛回到了白衣白裙的年代，赤腳來到了晨曦的森林，陽光透過樹木打在身上、臉上，甚至腳丫上，此刻的我仿佛是通透的，穿梭在綠色樹木間，沒有牽絆，一路奔跑，沒有喘息，輕盈地像頭小鹿，來到海邊，細軟的沙灘，於是忍不住追逐浪花、裙擺飛揚，頃刻間就和大海成了夥伴……

在老師的輕喚中，慢慢睜開眼睛，開始了講座，在聽她講座的過程，我不知覺地還是會回想剛才的意境，也許這就內心的追求吧，記得大學畢業的時候我在同學畢業冊上寫得最多的就是這樣一

句話——希望生活有愛有陽光！十多年了，內心渴求的美好心願一直都沒有變，於是才會在剛才冥想裡有這樣一個清晰的影子帶著我在奔跑。

《遇見未知的自己》——這本書是朋友推薦看的，看完後，整個下午我把自己包裹在張德芬虛擬的故事裡，頹敗的心情、受挫的經歷，生活中的種種不順在她的故事裡都一一再現，同時也被一一指點，雖然不能完全化解，但終究向我指引了一把金鑰匙。如同她講座中向我們強調的覺知狀態：很多時候我們會發火，沖孩子、沖家人，但在同事和陌生人面前，我們會收斂許多。的確，記得有次爬山的途中，身旁一個7、8歲孩子問大人：阿姨，你說為什麼我的爸爸媽媽對別人這麼友好客氣？卻經常對我發火啊？是的，如同張老師所說，我們在最愛的人面前往往處於最低層次的覺知，很多時候我們甚至連這個7、8歲孩子都不如，處於無知無覺的狀態中，然而從無知覺到有知覺並非一步之遙，也不是到此為止，無知無覺之後會有後知後覺，可以進步到當知當覺，然後還可以進化到先知先覺。

工作、生活、孩子

其實這一過程也是我從看書到。工作、生活、孩子——我生命的三個重心，我一直又想照顧好孩子，又想工作出色，又想生活有夢想有追求，又想生活有精彩、多滋多味，有時候我會懷疑地問自己是不是要的太多，因為三個重心傾斜的時候，我會發現自己摔得一敗塗地，重重的頹敗感讓奮鬥的我很快忘了覺知。張德芬告訴我們學會接納，接納負面情緒的你，接納所有你不喜歡事實的存在，接納才能放下，才能共存，才能化解。

接納這兩個字也是我從看書到聽她講座，一年中一直努力修煉的課程。不知覺中會有些頓悟，如同在今天下班途中聽廣播新聞，有官員開房的新聞、有清潔工為殘疾乞討者餵飯的新聞、有臨終前捐獻眼角膜的新聞、也有暴徒扮員警暴打民工的新聞……短時間內正面、負面的新聞一同充斥著我的大腦，我一一接納了。

不要有負面情緒

這就是社會，美好的、醜惡的，同時同刻充斥著整個社會，好吧，我接納，我不會像剛工作時那樣義憤填膺；我也不會抱怨社會沒救了，我只是努力讓自己看到人性的光輝，同時也知道這個社會有犄角旮旯。接納這一切之後，才會清晰自己的定位，默默的告訴自己：遠離垃圾人，做不了太陽，但依舊可以成為一個散發光熱的人。接納這個社會，

同時也接納自己還是個仍會悲仍會頹仍會累會發火的人，當負面情緒上來的時候，給自己一個大大的擁抱，告訴自己鬆弛下緊縮的眉間，嘗試著讓自己嘴角上揚些，在心底留個微笑。

親子關係，張德芬在講座中提到，也是我最希望在這本書上尋找力量的地方，很多時候我發現會出現這樣一個迴圈，當工作累煩交雜的時候，我會發覺兒子也特別不好說話，於是我們的衝突不斷、危機四伏，於是我嘗試讓自己安靜，在我緩氣調理好，再次低姿態地對待他，發現他也緩緩地回應我，同樣以微笑的姿態。

如同瑜伽給予我們的道理，傾聽自己身體的聲音，從內在發現根源，在一呼一吸中嘗試讓自己延伸更遠，伸向廣闊的天空和蔚藍的大海。不知覺中，兒子已經伴我 8 年了，這 8 年，我們哭過笑過，我曾這樣寬慰自己，8 年了，最黑最累的日子都走過了，我們有什麼理由不快樂，又有什麼理由懼怕明天呢？儘管我們只有兩個人，但是在一起，我們一直都在一起，也許這就是滿足，陪伴就是最大的滿足。

我真的發現，倘若正面看自己，我真的覺得我現在最大的角色、最重要的任務就是當好媽媽，當好一名好媽媽，昨晚聽到一年級的兒子在念叨他筆下的我——《我媽媽》，很真實、很鼓舞、很慚愧、很觸動，這就是我，借著兒子的筆，正面看把自己，以覺知的心態期待未來的我，前面的路，我們繼續努力吧！

遇到毒物傷害怎麼辦？

張謨瑞

(5) 陰虛毒盛型證治

症狀表現：膚色暗褐晦澀，頭暈頭痛，低熱不退，日間潮熱，或手足心熱，常汗出，心悸而煩，胸悶氣短，口燥咽乾，伴有手足掣動等症。舌質紅，苔燥少津，脈細數。

治法：滋陰瀉火，清熱解毒。

方藥：麥冬白芷湯加味。

常用藥物：天門冬、麥冬、花粉、玄參、白芷。

(6) 蛇毒內陷型證治

症狀表現：本型由於蛇傷中毒嚴重，或處理失時，或治療不當而致蛇毒內陷，傳入心內，可出現閉脫危重之症。屬風火毒型蛇傷最易出現神昏譫語，煩躁不安等症；屬風毒型蛇傷易出現嗜睡或神昏驚厥等症。此屬蛇毒內陷之閉證。

如傷口局部紅腫，膚色突然變為紫暗或紫黑，面色蒼白，淡漠神昏，進而汗出肢冷，唇周及肢端發紫，舌紫絳，脈微欲絕，此屬心陽衰微，正氣耗散之脫證。

治法：閉證——芳香開竅。火毒內閉者宜涼開法。風毒內閉者宜溫開法。

脫證——固本救逆。正氣耗散者，宜斂補元氣法。心陽衰微者，宜回陽救逆法。

方藥：閉證——火毒內閉者，方宜安宮牛黃丸或牛黃清心丸。風毒內閉者宜蘇合香丸。

脫證——正氣耗散，方宜生脈散加減。心陽衰微者，方宜參附湯加減。

應用新鮮草藥外治蛇傷時有哪些注意點？

治療蛇蟲螫傷，應用有效的新鮮中草藥內服外敷，或單純搗爛外敷，或煎湯水洗等均有極好療效。對毒蛇咬傷常用清熱解毒、活血消腫、涼血止血之類的鮮藥，局部外敷具有較強的滲透作用，通過局部外敷，藥物可被迅速吸收直達病所，能與蛇毒發生直接作用。

為什麼治療蛇傷外敷的中草藥一定要用新鮮的？

根據民間治療蛇傷的長期實踐證實，治療蛇傷的中草藥鮮品作用強於幹品，其原因在於性味有別。鮮品藥的寒性更強，鮮藥所含的大量漿液，能直接作用於蛇傷的局部。近代植物學的研究結果表明，植物體受傷後，活細胞的呼吸作用可增強 20%~180%，並伴隨三磷酸腺苷的大量增加。這種過程可使植物體受傷組織細胞內產生「生物原刺激素」，因而具有刺激細胞恢復活力的能力。「生物原刺激素」進入人體後，則能強化細胞的新陳代謝，增強機體的應激能力，起到扶正祛邪的作用。此外，生物體（特別是植物的根、莖、葉及果實）只有在新鮮狀態下，其所含的對人體有益的各種酶類和各種維生素類物質的含量最高。這些物質對提高人體免疫力，調節人體內陰陽平衡狀態，均可起到輔助治療作用。若將根莖葉類藥物經加熱幹後，其所含的多種酶類將大部分失去活性。若將新鮮植物在常態下放置 10 天，其中的維生素就會損失大半，維生素 A、維生素 B、維生素 B2、維生素 K 幾乎全部失掉生物活

性。因此治蛇傷的中草藥鮮品效果就大大優於乾品了。

用新鮮中草藥搗爛外敷治療蛇傷時必須注意：

(1) 新鮮草藥必須用清水洗淨後，用潔淨的器皿和棒搗成泥狀，才能外敷。新鮮草藥必須現用現配。

(2) 搗爛的新鮮中草藥敷在蛇咬的患部時，必須把排毒後的蛇咬傷口留出 ...

(3) 根據中醫的經絡學說和下病上治的理論，治療蛇傷的新鮮草藥搗爛後可以外敷於凶門（百會穴）。

(4) 外敷新鮮草藥必須勤調換，要用鹽水棉球經常濕潤傷口，使其不要封閉。

(5) 蛇傷後期不宜外敷新鮮中草藥。

民間治療蛇傷的常用中草藥有哪幾種？其別名有哪些？其形態特徵怎樣？生長分佈在什麼地方？怎樣採集加工？性味和功效用量如何？治療蛇傷時應怎樣應用？

民間治療蛇傷的常用中草藥有七葉一枝花、半枝蓮、半邊蓮、山豆根、穿心蓮、白芷、徐長卿、青木香、蓍草、朱砂根、龍膽草、半夏、天南星、連翹、忍冬、細辛、大黃、黃芩、黃連、黃柏、野菊花、紫花地丁、蒲公英、鵝不食草、垂盆草、鴨跖草、魚腥草、黃藥子、蛇莓、虎杖、馬齒莧、木芙蓉、扛板歸、龍葵、八角蓮、九頭獅子草、萬年青、東風菜、白花蛇舌草、兩面針、鬼針草、望江南、仙人掌、龍芽草等 44 種

蠍類螫傷的防治

蠍又稱蠍子，種類較多。全世界已知有蠍約有 600 種，我國常見的毒蠍有鉗蠍和問荊蠍兩種。毒性甚強，被蠍螫傷後嚴重者可致生命危險。蠍雖有毒，但可供藥用。

蠍螫刺人後是怎樣使人發病的？

當蠍被驚動或被人觸及時，以其腹部尾

部末端鉤狀的毒刺螫刺，毒刺內有毒腺，能分泌毒液。蠍螫刺時，毒腺所分泌的毒液注入被螫物體內而使人或動物中毒。蠍毒是一種透明無色的神經毒蛋白，蠍毒素含有碳、氫、氧、氮、硫等元素。蠍神經毒由 21 種氨基酸組成，其中還有牛黃酸、三甲胺、甜菜碱等，呈酸性，能溶解於水、酒精以及乙醚中。

蠍神經毒的基質與蛇神經毒有許多共同和不同的特性，相同處如它們都有氨基酸殘基 60～70 個左右，以及 4～10 個二硫鍵，不同處如蛇毒中沒有丙氨酸，蠍毒中都有苯基丙氨酸；蛇毒中具 4～9 個蘇氨酸殘基，蠍毒中僅有 0～3 個；蛇毒中酪氨酸含量極少，蠍毒中則很高。故這兩種神經毒在臨床上有明顯的區別，蛇毒是弛緩性麻痺，蠍毒呈痙攣性麻痺，主要對呼吸中樞有麻痺作用，對心臟和血管有興奮作用，幼兒蠍毒中毒嚴重者有危及生命的報告。

蠍螫刺人後會出現哪些症狀？

蠍螫傷以兒童多見，其中毒症狀兒童較成人為重。問荊蠍及鉗蠍毒性劇烈，雖全身症狀較輕，但局部症狀明顯。

1·**局部症狀**：螫傷處紅腫、灼痛，中央處可見斑點，內有鉤形毒刺，嚴重時局部麻木、水泡、壞死。

2·**全身症狀**：螫傷 1～2 小時即感頭痛、流涎、全身肌肉疼痛，並呈痙攣性麻痺；口、舌肌群強直，斜視，少數病員可有緩脈，寒顫，血壓升高，尿量減少，呼吸困難，嚴重時，數日內可出現驚厥、呼吸停止。

3·**實驗室檢查**：尿中有紅細胞、蛋白及糖。

怎樣治療蠍螫傷？

1·**排毒**：切開創口，取出毒刺，用拔火罐吸出毒液。

2·**解毒**：可用鹼性溶液如 3% 氨水沖洗傷口，或使用胰蛋白酶 2000 ~ 4000 單位局部注射，破壞毒素。

3·**對症處理**：肌肉痙攣時，靜脈注射 10% 葡萄糖酸鈣及肌內注射安定 10 ~ 20 毫克；心動徐緩時，皮下注射阿托品；局部劇痛時，以 3% 鹽酸吐根碱 1 毫升 (30 毫克) 於刺痕近端深部皮下分次注射；肺水腫時吸氧，靜脈推注速尿，加用腎上腺皮質激素；若呼吸停止者，及時進行人工輔助呼吸。

4· 立即取新鮮馬齒莧 50 ~ 100 克，用冷開水洗淨，搗成糊狀，留出傷口敷患處約 1 釐米厚，每日換藥 3 ~ 5 次。

怎樣預防蠍螫傷？

不要戲弄蠍子，以免發生螫傷；在蠍區夜間行走，須帶照明工具；捕捉時要戴防護手套。

蜈蚣螫傷的防治

蜈蚣別名百足蟲、千足蟲、金頭蜈蚣、百腳。屬多足綱蜈蚣科動物。

蜈蚣行動很敏捷，常棲息在陰暗的地方，畏光，晝伏夜出。白天隱藏在牆腳石塊間、腐植土、樹皮、或臥倒在地的樹幹下面及堆集的煤塊中，以及荒蕪陰濕的茅草地及墳墓等處。

偶爾也有潛伏於衣櫥裡。蜈蚣是陸生多足類節肢動物，肉食性，雌雄異體，每年 4 ~ 5 月間產卵繁殖，卵乳白色似魚卵，一般 10 月之後天氣轉冷，潛伏於深土中越冬，至翌年驚蟄後開始活動。

蜈蚣咬人後是怎樣使人發病的？

蜈蚣頭部第一對步足變為齧牙，先端尖銳，內含毒腺，故又稱毒鉤。當蜈蚣咬人時，其毒腺分泌大量毒液，順齧牙的毒鉤注入傷口而致中毒。蜈蚣的毒液呈酸性，有溶血作用。蜈蚣毒含有與蜂毒相似的兩種有毒物質，即含有組胺類物質和溶血蛋

白質，此外尚含有酪氨酸、蟻酸、亮胺酸、膽固醇等。毒素能作用於神經末梢，影響刺激傳導系統，對中樞神經系統亦有抑制作用。

人被蜈蚣咬後會出現哪些症狀？

蜈蚣咬人後出現局部症狀重，全身症狀輕，被熱帶蜈蚣咬傷後，其中毒症狀明顯。

局部症狀：咬傷處紅腫、劇痛，牙痕 1 對，有瘀點。嚴重者可發生水泡、瘀斑及組織壞死。區域淋巴結腫及淋巴管腫脹、炎變。

全身症狀：可有畏寒、發熱、頭暈、嘔吐；重症時偶見休克、昏迷。

怎樣診斷蜈蚣咬傷？

在咬傷處可見到一對楔狀的牙痕，或被咬後牙痕很快消失，腫脹與疼痛呈局限性，往往不超過 1 個大關節，不伴發癢、麻木感。

怎樣治療蜈蚣咬傷？

1·**排毒**：局部選用鹼性溶液沖洗傷口，破壞毒素；或用鮮半邊蓮、鮮野菊花、鮮魚腥草、鮮蒲公英等草藥中任選一種搗爛外敷紅腫處，或搗爛取汁內服。

2·**解毒**：① 中草藥選用具有清熱解毒作用的鮮蒲公英、鮮紫花地丁、鮮半邊蓮搗爛取汁內服；② 內服季德勝蛇藥片，每服 5 片，1 日 3 次；③ 刺螫傷處皮下注射 3% 吐根碱。

3·**對症處理**：① 劇痛時，傷口周圍以 0.25% ~ 0.5% 普魯卡因 10 ~ 20 毫升局部封閉，必要時可注射度冷丁止痛劑。② 遇有休克時，即刻注射 0.1% 腎上腺素 0.5 毫升，並配合應用腎上腺皮質激素製劑 (如氫化可的松、地塞米松等)。

怎樣預防蜈蚣螫傷？

保持室內乾燥、整潔、防止蜈蚣潛入，教育兒童不要玩弄蜈蚣。

(六之四)

本會108年各項捐款收入徵信續錄

108年10月1日至108年10月31止

一、福利金捐款

本會募入

陳曼麗女士捐 1,000 元(青工會 - 社交舞)
朱玫璐女士捐 1,000 元(青工會 - 社交舞)
駱榮欽先生捐 1,000 元(青工會 - 社交舞)
許藝薰女士捐 1,000 元(青工會 - 社交舞)
劉金生先生捐 1,000 元(青工會 - 社交舞)
仇秀芹女士捐 1,000 元(青工會 - 社交舞)
邱家邦先生捐 1,000 元(青工會 - 社交舞)
黃玉鳳女士捐 1,000 元(青工會 - 社交舞)
邱秀琴女士捐 1,000 元(青工會 - 社交舞)
馮美珍女士捐 1,000 元(青工會 - 社交舞)
楊賜鴻先生捐 1,000 元(青工會 - 社交舞)

福利金捐款合計新台幣壹萬壹仟元整

二、獎學金捐款

本會募入

朱公惠人(純)朱母汪太夫人紀念基金
5,000 元(朱仰祖捐)
朱仰祖先生吳淑芳女士教育基金
20,000 元(朱仰祖捐)

獎學金捐款合計新台幣貳萬伍仟元整

三、墓園捐款

本會募入

樂惠芳女士捐 1,000 元

墓園捐款合計新台幣壹仟元整

四、重陽敬老捐款

本會徵入

洪芝芳先生捐 200 元

重陽敬老捐款合計新台幣貳佰元整

五、會員會費收入

崔隊長幼民募入

吳碧蓮、王金財、(繳來永久會員會費
各伍仟元整)

本會徵入

徐玉偉、蔡蕾娣、戎吉榮、(繳來永久
會員會費各伍仟元整)

竺陳荷花、史美澤、(繳來一〇八年會
員會費伍佰元整)

(總計會員七人、會費新台幣貳萬陸仟
元整)

本會第18屆第19次理事會 會議紀錄

日期：108年10月16日(星期三)
下午3時
地點：本會2樓中正堂

主席：毛家瑜理事長
出席理事：應君國、張禔民、侯和平、
干鵬飛、唐義為、戴義化、

阮國榮、范佩菊、莊明康、徐霞琪、鄭志寧、張宏慶、吳家岩、戴雅林、李幼娟、朱一鳴、周家黔、應瑞國、王翼中。

請假理事：崔幼民、張李梅仙、夏發凡、沈佩君、屠益輝。

出席監事：李汝麟

列席：陳俊聰會計師

記錄：應平書

一、主席致詞：確認議程。

二、報告事項

- (一)、宣讀第 18 次理事暨第 10 次監事會議記錄，並報告決議執行情形。(詳附件一)
- (二)、寧波話教學課程第 10 屆第 6 週已於 108 年 10 月 5 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 12 期第 8 週已於 10 月 3 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 12 屆第 12 週已於 108 年 10 月 15 日上課，並持續執行中。
- (五)、科技資訊委員會手機班教學訂於 11 月 1 日第 9 梯次開課。
- (六)、重陽禮品(全聯禮券 200 元)已於 108 年 9 月 23 日寄出，本年度共寄出 393 份，目前已收到退回 2 份。
- (七)、108 年 09 月 27 日下午 3 點，信義計畫 43-3 號土地點交給展曜建設，參加點交人員有本會毛家瑜理事長及勵長發總幹事，展曜王明仁副總。
- (八)、108 年 09 月 28 日下午 6 點寧波市體育局一行 7 人由張霓局長率團來訪，本會由毛家瑜理事長陪同毛葆慶名譽理事長，率領李汝麟常務監事、崔幼民、張禔民、干鵬飛等常務理事、戴義化、戴雅林等理事、應丞武、忻紀民、王方岳等監事及勵長發總幹事

等在天成飯店接待及宴請，席開 2 桌。

- (九)、108 年 10 月 4 日下午 4 點崇裕科技因土城工廠要搬遷提前解約，前來本會簽立建築房屋拋棄承諾書，承諾拋棄侵佔本會土地上所建之鐵皮屋。
- (十)、108 年 10 月 6 日下午崇裕科技邱董前來本會申請退回 9.5 個月溢付之賠償金 137,940 元。
- (十一)、108 年 10 月 17 日本會金秋參訪團一行 21 人將由毛家瑜理事長率團前往寧波，參加寧波幫發展大會及四明堂牌樓揭幕儀式，預定 10 月 23 日返台。
- (十二)、本月份壽星：范佩菊理事、吳家岩理事。

三、討論事項

- (一)案由一：9 月份財務報表，提請理事會核備後轉監事會復核。

說明：詳附件二

決議：拍手通過。

- (二)案由二：109 年度年度歲入歲出預算討論。

說明：109 年度年度歲入歲出預算，將預定於 11 月理、監事會議做最後審核後寄送社會局，年度歲入歲出預算草案請參考附件三。

徐霞琪組長：目前同鄉會最主要的收入，是在土城賠償收入；另外，歲出部份主要參考今年的預算，但如果至今年九月底之前執行率不到 50% 的項目，就會考慮是否再編如此高之預算；另外各委員會如要編列額外之預算，敬請說明理由。

干鵬飛組長：在此補充說明土城賠償收入的現況，剛才與立惟公司簽定協議，年收入從 19 萬元，增加至 28 萬元；但一家崇裕公司搬走了，他的廠房留贈本會，目前與周姓地主協商希望能順利租出去。但未來，廠房之維修及稅金均由本會負擔。

戴雅林理事補充說明：崇裕公司已於 10 月 15 日遷出，原則周姓地主已同

意承租，除租金外，並同意負擔廠房之維修費及稅金。但需待其找到承租對象，才能進行簽約。

李汝麟常務監事：根據本人了解，歲出部份有些尚未編入或有差距，是否再作細部小修正；另外，建商明年會捐贈本會 25 萬獎學金也尚未編入；還有利息收入也有差距。

徐霞琪組長：目前同鄉會的確每個月都有資金缺口，但目前所有預算及支出都已十分精簡，除了希望土城土地本來有更多收益之外，就有賴各理事努力對外募款。至對此報表，是否請李常監再多費心提供意見，再加以修正，力求完備。

決議：請李常監及各委員會主委、徐組長再協助修正，於下個月再提報。

(三)案由三：三張犁墓園四明堂及辦公室油漆工程。詳附件四

說明：侯和平主委：由於修繕工程有時間性，如果理事們認為預算總體無誤，請本次務請通過。

戴雅林理事：希望建立制度，未來所有工程無相關事務之估價單，均請詳列單價、品項、材質、用料說明，以便審核有據。

干鵬飛組長：油漆工程必需四明堂的防水工程完工才能施工，目前四明堂的防水工程已完工，到只是尚未驗收，驗收問題因為牽涉到天候，所以此工程目前尚不能施工。

這時，唐義為、鄭志寧、張禛民三位理事均針對防水驗收，可及時完工的建言。毛理事長也解釋，此案是針對油漆工程之預算是否合理進行討論。

決議：經投票表決，14 票過半同意通過三張犁墓園四明堂及辦公室油漆工程之預算案。

(四)案由四：科技資訊委員會 108 年第二次委員會議記錄，提請理事會核備。詳附件五

說明：阮國榮主任委員補充說明，科技資訊委員會於 9 月 18 日開會決議：本年度手機班入門班，於 11 月 1 日～12 月 20 日，每星期五下午 2 時～4 時在本會二樓中正廳上課。本次

課程內容豐富多元有趣；課程內容包括手機全方位的操作使用；諸如照像、攝影、錄影、直播、視訊、上網、蒐尋、複製、轉貼、下載、觀片、手遊、電玩…，以及 5G 解說等等，感謝好幾位理事應付擔任講師。

決議：拍手通過准許核備。

(五)案由五：因政府連續 2 年調整基本工資再加上通貨膨脹，總務組擬微調事務人員薪水 2%，邱秀香除外。

說明：總務組長干鵬飛補充說明，主要是政府調整了基本工資，本會事務員薪資順應調整，形成對其他人不公，但顧及本會財務狀況，而擬此微調案。接著組織組組長阮國榮就國家法令的規定，對整個薪資結構作了分析報告。接著徐霞琪、戴雅林、唐義為、朱一鳴、張禛民等理事及李汝麟常務監事也都各自發表個人的意見。由於意見分歧，理事長最後提議，是否請組織組研究一下，對調薪建立制度？

最後修正案為：本次暫時擱置不討論調薪問題，由組織組研究確定目前會務人員的工作職掌定位？調薪是否建立制度？再提方案，進行表決。

決議：經投票表決，11 票過半同意通過修正案。

(六)案由六：三張犁墓園入口榕樹太大，需要修剪，報價單詳附件六。

說明：侯和平主委補充說，入口榕樹共有五棵，長得十分高大，幾已碰觸高壓電，有安全疑慮。因為環保署表示，此為本會私人墓園所屬，他們不負責修剪，故此經估價如附件。

決議：經投票表決，11 票過半同意通過此案。

四、臨時動議：無

五、散會：17:15

學報名加人學習。書法課仍聘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。手機入門班於每星期五下午 2 時～ 4 時上課。本次課程內容豐富多元有趣；課程內容包括手機全方位的操作使用；諸如照像、攝影、錄影、直播、視訊、上網、蒐尋、複製、轉貼、下載、觀片、手遊、電玩...，以及 5G 解說等等，而且講師人數眾多，陣容非常堅強，上課豐富有趣，尚有年輕助教在旁協助操作使用，正如班名「手機新入門，愛讓不釋手」。欲報名者請電 02-23052885 同鄉會，或上課前現場報名。

- 四、今年已近歲末，尚未繳付一〇八年會費之鄉長，請即日來會繳納，或就近至郵局劃撥（本會郵政劃撥帳戶：台北市寧波同鄉會帳號〇〇〇四七四七八）；本會會章規定會費標準如下：基本會員、贊助會員年費新台幣伍佰元、永久會員一次繳納新台幣伍仟元（以後免繳）、榮譽會員一次繳納新台幣壹萬元（以後免繳）。
- 五、本會每月出版之《寧波同鄉》會刊，印刷費用及郵資支出龐大，敬請隨意樂捐，以維開支，無任感盼（本會郵政劃撥帳戶：台北市寧波同鄉會帳號〇〇〇四七四七八）。
- 六、投稿本會刊之作者，務必留電話、地址、真實姓名以及 E-Mail，大陸地區作者，如過去未留電話且未收到九月之前稿酬者，請電話本會寧波辦公室 0574-87658266 胡先生或 E-Mail：ying1952@yahoo.com 應主編洽詢。

行政院新聞局登記證局版台誌第〇四四〇號
中華民國雜誌事業協會會員

寧波同鄉 第608期

出版日期：中華民國108年10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
顧問：印萬春、應鎮國、周詠棠、張李梅仙
副主任委員：朱一鳴、鄭志寧、唐義為
委員：應君國、戴義化、夏發凡、應平書、黎艾霖、李幼娟、王永龍、屠益輝、韓杏順、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：〇〇〇四七四七八
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，文末請具作者之真實姓名、e-mail、電話及地址，如標示不清恕無法致贈稿酬。
- 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

本會2019年金秋參訪團照片集錦（一）



①～⑧、本會2019年金秋參訪團由毛理事長領隊於10月17日前往寧波，分別參加了第二屆「寧波幫·幫寧波」發展大會、「寧波幫」文化節、北侖區海外聯誼會會議、海峽兩岸沈光文文化節活動、參觀章水景區、餘姚梁弄、參訪慈溪小家電城、寧波工程學院、寧波大學、北侖區台資企業；舉行了甬台鄉親「親情鄉誼」交流會。本會參與的人員尚有：常務理事應君國夫婦、崔幼民、張祺民夫婦、干鵬飛、唐義為；理事莊明康、范佩菊、夏發凡、沈佩君、戴雅林、朱一鳴、王翼中；監事應丞武、王方岳夫婦、鄭龍華；總幹事勵長發。

本會2019年金秋參訪團照片集錦（二）

中華郵政北臺字第121-19號
執照登記為雜誌類交寄



①～⑪、本會2019年金秋參訪團在寧波期間受到寧波市台辦主任許義平、前台辦主任施金國（圖⑦右）及鄞州區盧善聽主任、北侖區朱明霞副主任、鎮海區鄒興國副主任、海曙區范衛東副主任、餘姚市胡曉霞副主任、慈溪市魏孟迪專職副主任、寧波工程學院副校長王菁華、寧波大學校長沈滿紅盛情接待；台辦副主任顧海飛（圖⑪右）、台胞台屬聯誼會副會長兼秘書長王旭（圖⑥右5）全程作陪，雙方交換紀念品，圓滿完成鄉情交流。

定價每冊臺幣50元
本會會員免費贈閱