中華民國一一一年十月十日出版

浙江月刊

謝紫生題

聯絡同鄉感情・發揚兩浙文獻

常務理監事暨市議員鍾小平、王欣儀、郭昭巖熱烈支持蔣萬安競選台北市長

第五十四卷 第十期

台北市浙江同鄉會　印行

競選台北市長蔣萬安 行腳十二區起跑

1. 蔣萬安拜訪老城區商號
2. 蔣萬安拜訪宮廟不只為自己祈福，更祈求全民及台北萬安
3. 蔣萬安、馬英九、賴世葆及多位市議員共同預祝選舉勝利
4. 蔣萬安與年輕女性共祝台北一定會更美麗
5. 在百齡高中與選民共聚一堂
6. 蔣萬安要讓每個人活出自己喜歡的樣子

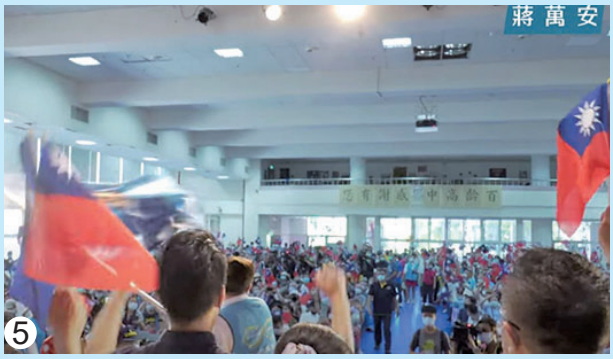
老城區的百年商號，看見過去與未來碰撞
1

不只為自己祈福，更祈求全民萬安，台北萬安
2

花漾城市，未來的台北一定會更美麗
4

3

我要讓每個人活出自己喜歡的樣子
6



5

重陽到夏日去，蟬鳴蛙叫歇，換四野秋蟲。
遍地落葉楓紅，黃葉舞秋風，賞秋的美景。

楓紅秋葉

高山積雪山邊楓樹

巨大楓樹

鄉居楓紅綠地

湖邊山景楓樹

山巔雲海加楓葉

教堂邊的楓紅

公園滿地楓樹楓葉

敬請全力支持浙籍市議員連選連任
出席111年會員大會時致詞的身影

台北市議員
郭昭巖女士

台北市議員
王欣儀女士

監事暨台北市議員
鍾小平先生

台北市長選候人
蔣萬安立委

行政院新聞局出版事業登記證局版台誌字第〇三九一號
中華郵政北台字第〇六〇二號
執照登記為雜誌類交寄

浙江月刊 第五十四卷 第十期
（總號六四二期）
中華民國一一一年十月十日出版

發行者：台北市浙江同鄉會
出版者：浙江月刊社

發行人：本會第十五屆理監事會
名譽理事長：夏漢容
理事長：胡大興
副理事長：駱尚廉
常務理事：樓文淵、金國銓、仇鼎財、蔡之貫、夏安宙
夏發凡
理事：葉正時、胡樹東、張國政、陳敏華、江冬英
樓震球、朱大勇、陳友旺、滕麗芳、謝維克
莊明康、施文森、馬復華、陳復義、鄭羽倣
王以力、汪淮
常務監事：方偉光
監事：鍾小平、陳秋英、盧建強、邢愛菊、應海瑞
朱雅蕾

總編輯：陳晃麟
社址：106台北市羅斯福路三段二七七號二樓
電話：二三六三五六〇七・二三六三〇五八一
傳真：二三六二八四四〇
郵儲劃撥帳號：一〇〇二二七二一號
戶名：台北市浙江同鄉會
本會網址：http://www.taiwan-zhejiang.com
本會E-MAIL：tpzhejiang@gmail.com
印刷者：漢雅資訊有限公司
地址：台北市南京東路三段89巷5弄18號1樓
電話：二五〇六—二二二五

※《浙江月刊》每期訂閱為一百元整，全年訂閱為一千元整

浙江月刊 第五十四卷 第十期（總號六四二期）目錄

封面

常務理監事暨市議員鍾小平、王欣儀、郭昭巖，熱烈支持蔣萬安競選台北市長

特別報導

台北市長候選人蔣萬安懇請您的選票支持——本刊編輯室 二

觀中正紀念堂常設展廳——劉勝驥 四

「自由的靈魂VS獨裁者：台灣言論自由之路」之感想

六千年前浙江「河姆渡人」東渡台灣——何有基 六

夏禹是海峽兩岸共同敬奉的民族偉人——何有基 一〇

以DNA相似性搜尋使計算科學走向分子層級——本刊編輯室 一三

人物風采

鄭子太極拳創始人鄭曼青——陳晃麟 一五

一位抗戰老兵的塵封記憶—滕裕中——龔玉和 一八

旅遊見聞

山水衢州　通衢京師——盧上雁 二二

書齋小品

國樂淺談——王輔羊 三〇

九龍山裡聽蟬鳴——朱育新 三二

科學實驗證明善惡有報真實不虛——本刊編輯室 三四

養生保健

奉化八大傳統名菜（下）——鄭傳良 三七

女性保健常識——呂瓊伶 四〇

心靈小語——呂瓊伶 四一

會訊

會務訊息——四一

編者的話——四二

第十五屆第八次理監事聯席會議記錄——四三

教育獎助學金申請辦法——四五

教育獎助學金申請書——四六

福地服務專欄

探索—台北花園公墓之二——墓管會 四七

台北市長候選人蔣萬安
懇請您的選票支持

本刊編輯室

學歷：

- 台北市建國高級中學
- 國立政治大學法律系、外交系雙學士
- 美國賓夕法尼亞大學法學院法學碩士
- 美國賓夕法尼亞大學法學院法律博士

經歷：

- 萬澤外國法事務律師事務所主持律師
- 美國WSGR律師事務所執業律師
- 第九屆立法委員（台北市第三選區中山區、松山區）國民黨籍

現任：

- 立法院厚生會會長
- 第十屆立法委員（台北市第三選區中山區、松山區）
- 國會研究室：02-2358-8268
- 中山區服務處：02-2511-2711

站神蔣萬安為勞工權益立院長時間發言

立法院社會福利及衛生環境委員會、經濟委員會在二〇一七年十一月二十三日聯席審查勞基法修正草案。這次勞基法修法，從勞動部預告七天就拍版定案，上週五才一讀，下一週馬上要進行審查，除了程序相當草率，而「不分行業鬆綁七休一的限制」、「縮短輪班間隔十一小時」、「延長工時帳戶制」，這些措施更遭到許多專家學者及勞工團體代表的嚴厲批評與質疑，但這些意見與聲音，執政黨卻完全不採納。

國民黨立委蔣萬安利用發言一百三十多分鐘的拖延戰術，讓草案無法送出委員會。晚間他在臉書上提到，本案攸關廣大勞工的權益，需要充分討論與溝通，讓勞工獲得最基本的保障。執政黨不該仗著人數優勢強行通過，所以他才要長時間持續發言，阻止修正草案強行送出委員會。並希望執政黨能夠再好好省思貿然鬆綁的後果，莫忘當初保障勞工權益的初衷。

蔣萬安這項作為是為了保障勞工的權利而奮戰，被媒體給予他站神的封號。

蔣萬安競選台北市長行腳十二區計畫起跑宣言

我出生在台北，台北一直是我深感驕傲的城市。我曾在國外留學、生活，深感國外無論在科技、金融、新

創、推陳出新的速度，積極追求環境永續，這些都是我希望在家鄉台北能夠看見的改變。以台北市過去所建立的基礎，我們絕對也做得到。疫情讓台北顛簸，但城市飽滿的靈魂，依舊存在。

過去幾年我深入台北每個角落，每一場拜會、活動，都讓我感受到台北市的熱情與活力，也讓我學習用更多更廣的角度看台北。每個行政區皆有它獨特的定位與發展，但也有遇到急需解決的瓶頸。這段期間我在台北市踏出的每一步一腳印，曬出黝黑的皮膚，代表的是我們積極傾聽每個聲音，並需回應每個需求。

從現在起我要再度走訪十二個行政區。從決定參選至今，十二個行政區，六百二十九場地方活動，五十二場宮廟參拜、儀典，無數次向里長請益。透過近距離接觸讓市民瞭解我的想法，也結合各區市民的心聲，作為制定政策的參考依據。我有信心，也有能力，能夠帶領台北市突破困境迎向勝利。台北市重生的路上，需要你的支持，讓我們都成為台北隊的一員。讓你加台北成為無限的可能。

萬安作伙行，台北百面贏

你＋台北就是無限。

從政之路：

新創律師→立法委員→台北市長。

矽谷經驗給我很多啟發：

「勇於嘗試，不怕挫折。」

國外的月亮不一定比較圓，

台北一定可以做得更好。

相信自己的決定，追求自己的理想。

跨領域模式，捐贈在地社福團體。

推動「愛心待用餐」多年，

每區至少一家。

「安心挺你，用愛餐一咖。」

多元城市，

我要讓每個人活出自己喜歡的樣子。

花漾台北市，

未來的台北，一定更美麗。

老城區的百年商號，

看見過去與未來碰撞。

書籍＋音樂，獨立書店是街區美麗的風景。

向前線的防疫英雄致敬。

謝謝所有的抗疫英雄！

不只為自己祈福，更祈求全民萬安，台北萬安。

（圖片摘自網路）

觀中正紀念堂常設展廳

「自由的靈魂VS獨裁者：台灣言論自由之路」之感想

劉勝驥

今年中正紀念堂常設展廳撤去蔣公北伐、抗戰、廢除不平等條約等重大貢獻的展品，反而以「自由的靈魂VS獨裁者—台灣言論自由之路」為名，展出醜化　蔣公的文件，觀後實在令人深感不安，特撰此文抒發感想。

民進黨當權，有一個重大因素就是醜化國民黨的專制、貪污與白色恐怖，其實蔣經國總統最恨貪汙、他律己甚嚴、自俸甚儉，對於親信的貪污、總是加重刑責。至於早年國府時期的專制與白色恐怖，有其時代背景、當匪諜已肅清、民智大開以後，民進黨就抓著當年兩蔣與反動勢力的陰暗搏鬥猛打、美化「二二八事件」而逐步贏得執政權！

一、中正紀念堂為教化廣場應陳列偉人的光明歷史、忽略　蔣公的陰暗搏鬥

中正紀念堂顧名思義為紀念　蔣公之聖殿，一如林肯紀念堂為紀念林肯之所在、不會有任何詆毀林肯之文物出現；而今常設展廳的「自由的靈魂VS獨裁者—台灣言論自由之路」卻影射　蔣公為「獨裁者」，在中正紀念堂褻慢、詆毀偉人、實在不敬。「自由的靈魂VS獨裁者—台灣言論自由之路」的展覽主題其實為民進黨的建黨歷史，應該另覓展館，中正紀念堂不該展出對偉人不敬的資料！

蔣公資料在常設展廳被壓縮到一小塊，　蔣公創辦國立政治大學、兼首任校長，　蔣公推動「新生活運動」、提倡「四維八德」，推動「中華文化復興運動」自任會長、命國文課本加入《中國文化基本教材》…，在常設展廳中均未見墨寶？　蔣公擔任五屆二十三年總統、任命了多少五院院長，在常設展廳中也未見墨寶？反而用兩個「政治案件批示」窗櫥展示十九件「應即槍決可也，中正」此兩窗櫥應移軍法館；一個「雷震案」窗櫥展示數件「胡適致雷震信、雷震案覆判胡適心情稿」，此窗櫥應移胡適館；常設展廳不展出偉人全部的光明歷史，只把十九件軍法覆判的　蔣公批文刊出，這是要影射　蔣公殘忍嗎？其實匪諜與台獨分子被判槍決者不足百分之十五、大多是判徒刑、刑滿即釋放了。

蔣公之偉大是抵禦了日寇侵略、穩住了中華河山；　蔣公來台以《動員戡亂時期臨時條款》、《懲治叛亂條例》、《刑法》一百條、《出版法》、設立警備總部有其時代背景，當時大陸淪陷、人心動盪，如果沒有兩蔣時代警備總部抓了三千嫌犯、其中一千多匪諜與台獨分子，台灣社會怎能安定、集中力量發展經濟奇蹟呢？

按陳孝威著《為什麼失去大陸》及懷冰著《徐蚌會戰》這些書籍所載史實，我們充分了解當年國共內戰時，共黨自抗日期間早已陸續滲透到國民政府各機關、軍中單位，連國防部

作戰最高指揮決策單位裡都有共諜，故所有調兵遣將的部署皆為共軍立即知悉，這樣打仗焉有不敗之理。另，共諜在陣前率兵投降之事，亦屢見不鮮呢！此所以國民政府來台後，何以必須肅清匪諜之原因在此，否則何能不重蹈覆轍，以確保台灣不被共軍所解放。至於警備總部這單位，不是來台灣才特別設立的，當年國共內戰時，在大陸各戰區就已設有各地區的警備總部，所以抓匪諜、思想犯這些措施都是在當年轉進來台的時空背景之下，所不得不為的措施，其目的無非是要保護台灣不至淪陷而已。故當知這是救亡圖存的必要行為，無論換了誰執政都會有類似之舉。

一九八六年蔣經國總統接見《華盛頓郵報》董事長Kathaire Graham時，指出人民結社、組黨之自由之前提說：「必須承認中華民國憲法、反共、不從事分離主義活動。」如今看來還是非常開明而正確，為什麼民進黨不承認蔣經國總統的民主進步？

二、中正紀念堂為歷史展場應陳列偉人的真實歷史、撤除捏造的合成照片

中正紀念堂常設展廳過去有多幅巨構繪製的　蔣公東征、北伐史畫，這是重要的歷史名畫、也說明中華民國的建國發展、梁鼎銘、梁中銘等人的油畫藝術價值也甚高，應該永久留存！而今常設展廳把　蔣公東征、北伐等巨幅畫移走，中堂展廳置入巨幅黃信介背景的中正紀念堂萬人演說合成假照片。如此演講造勢活動可能是趙少康參選市長，在選前一夜的造勢活動被籌展人將之合成的照片，中正紀念堂豈可偽造歷史？建議展場撤除捏造的合成照片、也建議撤除其他假借「藝術」之名而布置的焚燒屋與焚燒人之誇張虛偽作品。

鄭南榕《時代雜誌》二五四期「經國先生已陣亡、緯國再接棒？」的封面標題、根本與事實不符，可見其鼓吹百分之百的自由是汙衊、歪曲的自由，這樣的雜誌、「假歷史」怎可在展場公開陳設？

三、中正紀念堂常設展廳裡醜化蔣公的專制恐怖、忽視　蔣公的仁慈博愛

一九六五年　蔣公特赦彭明敏，本展覽介紹彭明敏的事跡時，卻加上「蔣中正迫於國際壓力」，硬要把　蔣公的仁慈博愛打折扣。　蔣公過去處理一千多中共與台共分子時、也特赦在反省院表現優良的洪幼樵、李〇輝等人，還給與工作、讓其後來發達，這是　蔣公的仁慈博愛，卻見不到本展覽公平的報導。

一九八七年七月十四日經國先生宣布自次日起解除報禁、黨禁，這是台灣走向言論自由之年、也是民主進步黨成立的基礎。然而「自由的靈魂VS獨裁者—台灣言論自由之路」卻絕口不提蔣經國總統開明進步的貢獻，而後才會有李登輝總統一九九一年廢除《動員戡亂時期臨時條款》，一九九二年廢除《整治叛亂條例》、《刑法一百條》、《出版法》等措施。

但是「自由的靈魂VS獨裁者—台灣言論自由之路」吹捧鄭南榕《時代雜誌・爭取百分之百自由》、吹捧「新國家運動：無耀邁進台獨路」，難道是正確的嗎？百分之百自由難道不是鼓勵胡作非為、詐騙橫行嗎？邁進台獨之路不是把台灣推向兩岸戰爭嗎？希望中正紀念堂主管單位能立即撤除不當展品，恢復原有紀念　蔣公之展品。

六千年前浙江「河姆渡人」東渡台灣

紹興 何有基

關於台灣原住民族是古越人東渡一支的論斷（簡稱「東渡論」），從上世紀末以來，海峽兩岸的專家、學者曾聚集一堂，經嚴肅、認真地探討，基本形成上述的共識。

記得二〇〇一年春天，在浙江紹興舉辦的「越文化暨大禹文化學術研討會」上，一篇題為《台灣原住民族根在浙江紹興》的論文，為「東渡論」研討起到了推波助瀾的作用。該論文不但受到與會學者、專家的首肯，而且引起新聞媒體的廣泛關注。新華社發文稱：「專家考證，台灣原住民族同胞根在紹興」；香港《文匯報》轉發了中國新聞社電文稿，標題為「台原住民族根在大陸」，副標題「古時居浙江紹興一帶，因變故渡海到台繁衍」；《人民日報》、中央電視台、中央人民廣播電台、《光明日報》、《文匯報》、《浙江日報》、《海峽導報》及《新加坡聯合早報》等境內外四十多家新聞媒體轉發了新華社的專論；網路媒體更是樂此不疲，紛紛轉載，一時間，掀起一股有關「東渡論」的討論熱潮。

近來，筆者對新石器時期浙江河姆渡文化遺址與台灣大坌坑文化遺址就出土遺存，以及相關資料作了疏理和比對，確信浙江與台灣乃至海峽兩岸自古以來是一家，是難以割捨的骨肉同胞。

長期以來，包括台灣在內的中國考古工作者經過艱苦卓絕地考察、發掘，成績斐然，碩果累累。就浙江而言，先後發現新石器時期文化遺址：浦江上山遺址（一萬一千至九千年前）、嵊州小黃山遺址（九千年前）、跨湖橋文化遺址（八千至七千年前）、河姆渡文化遺址（七千至五千年前）、馬家濱文化遺址（六千七百至五千二百年前）、良渚文化遺址（五千三百至四千二百年前）等；台灣新石器時期的遺址有：大坌坑文化遺址（六千五百至四千五百年）；圓山文化遺址（四千五百至二千年）、鳳鼻頭文化遺址（四千五百至三千五百年）、巨室文化和卑南文化遺址（三千五百至一千年）等。在諸多文化遺址中，要數餘姚河姆渡文化遺址與台北大坌坑文化遺址關係尤為特殊，完全有可能存在著直接的繼承關係，即大坌坑文化是河姆渡文化的延伸。探究其原因，主要有下列四點：

其一，在台灣新石器早期的大坌坑文化遺址中，台灣考古工作者不但沒有發現任何台灣舊石器時代「長濱文化」要素殘留，而且出土了大量與「長濱文化」不同的遺物。那麼，這就意味著台灣的舊石器文化與新石器文化不存在直接的繼承關係，而台灣的新石器文化只能從島外輸入。為此，台灣考古工作者明確地指出：「大約在距今六千年至五千年，有一個新

的人群經海上來到台灣生息、繁衍，創造了新石器時代的文化。」而筆者認為這個「新人群」不是別人，正是生活在浙江紹興古越人的一支，即浙江餘姚河姆渡人（餘姚舊屬紹興）。他們出於某種原因，東渡來到了台灣寶島。

其二，從浙、台新石器時期人類遺址出現的時間來觀察，兩者是相當地接近，其上限為七千至六千五百年間，下限為五千至四千五百年間，相差均在五百年上下。要在如此短暫時間內完成人類的承續關係，與台灣一衣帶水的浙江河姆渡人可能性最大。

其三，從遺址的位置及環境來考察，大都分佈在河口及海岸的低台地，便於古人類的採集、漁獵農耕生活。河姆渡文化遺址處在寧紹沖積平原的姚江口，河姆渡人在河谷平原可種植水稻，又可上山採集果品，下江、湖捕撈魚蝦，過著「飯稻羹魚」的生活。史式，黃大受教授在《台灣先住民史》一書對河姆渡人的生活狀況作如下描述：「河姆渡人早已脫離了『茹毛飲血』的原始生活，以大米為主糧，以牲畜水產蔬菜為副食了。大米的品種有粳秈二種，肉食有豬、狗、水牛、羊等家畜及鹿、熊、虎、豹、鳥類等野物，龜、鱉、魚、蚌等水產，連深海中的鯨、鯊也是他們的佳餚。蔬菜果品有菱角、葫蘆、酸棗、芡實、橡實等。在出土陶釜中，還殘存米飯和鍋巴。陶器分缽、盤兩大類，說明河姆渡人吃飯時已和現代的飲食習俗差不了多少。」而台灣的大坌坑文化遺址較集中在台北淡水河下游及西海岸一帶，大多在河口、河岸的低台地，生活環境不但相似，而且也佔有採集、魚獵及原始農耕之利。由此不難看出，大坌坑人是延續了河姆渡人「飯稻羹魚」的定居生活格局。

其四，出土遺物相似，有的難分仲伯，如出一轍。台灣著名考古學家張光直先生在考察河姆渡文化遺址後，對遺址所處的年代、位置及出土遺物作了概要的小結，他說：「河姆渡文化遺址原來是一個建於湖邊的木構村落，其遺物有特別豐富的石器、骨器、木器、陶器和動物與植物的遺存。遺址的位置（在浙江北部餘姚附近一座小山頭和一個古代的小湖之間）說明當時的村落可通達非常豐富的地上和水中的植物與動物資源，而遺址的遺物中充滿了這些植物果實和動物遺骸，有野生的，也有家生的，主要包括稻米、瓜、菱、葫蘆、豬、狗、水牛和水龜。這裡的稻米遺跡是全世界最早的之一，其栽植曾使用過一種特殊的用大型哺乳類動物肩胛骨所做的鋤頭。陶器灰黑色，常帶繩紋，有的刻劃有動物與植物紋樣。骨雕與木雕也可為此地藝術高度發達之證，而木器尤為精緻且保存良好。其他特別令人注意的器物有一個織布用的木梭和一個上漆的木碗。一長系列的放射性碳素年代將遺址的下層很結實地放入西元前的第五個千年。」而作為台灣新石器早期代表的大坌坑文化遺址，其出土石器數量雖然沒有河姆渡文化遺址多，但種類相當接近，計有打製石斧、磨製石斧、石錛、石簇、網墜、槽石棒等。其中，石錛為海洋民族越人所特有，它是造船的專用工具。古越人是一路走來，也把石錛帶到了那裡，台灣也不例外。從出土的石

器中，知道該遺址的主人在磨製石器技術上比河姆渡人更為成熟，可稱「技藝精湛」。大坌坑文化遺址出土最具特徵性的遺物就是數量巨大的陶器（片），與河姆渡文化大致相當。考古學家推測：我國東南沿海在全新世初期有一片以粗糙的繩紋陶器為代表的一種古文化，大坌坑文化便是這種文化的一個環節。這種以手工製作的繩紋陶，其含沙且質地鬆軟，火候不高，約攝氏四百至五百度。器型簡單，通常有罐、缽、碗、陶紡錘等。陶器口徑不大，一般在十四至十八釐米之間，寬肩、鼓腹，部分具有短圈足。大部分陶器在口緣下方頸部以下施滿繩紋。陶罐的口部唇面和肩部也常飾以「之」字形、條形紋或波浪紋的劃紋，線條流暢，頗具特色。人們驚喜地發現，台灣大坌坑遺址出土的印紋陶器，與河姆渡遺址的印紋陶器彷彿是同一個模子裡造出來的。台灣史跡研究會稱：「台灣歷史文化的根底在大陸。台灣最早的居民直接來自中國大陸東南沿海地區，台灣與大陸血肉相連，密不可分。」由此，說明大坌坑文化是河姆渡文化的延伸也就順理成章了。

關於河姆渡人過台灣的起因，可追溯到上古時代三次大規模海侵。在距今十萬年至六、七千年間，生活在江南沿海地區的越族先民，經歷「星輪蟲」、「假輪蟲」、「卷轉蟲」三次海侵。尤其是「卷轉蟲」海侵，使原來自然環境非常優越的東南沿海沖積平原淪為淺海，台灣、舟山、海南等與大陸脫離而成為海島。餘姚河姆渡亦在此時淹沒在淺海中。我國歷史地理學家陳橋譯〈越族的發展與流散〉一文說：「距今一萬二千年前後，地處長江下流的甯紹平原發生『卷轉蟲』海侵。這次海侵在七千至六千年前達到最高峰，在最後的一千餘年時，情形最為嚴重。」在這一時期裡，東海海域內伸到今杭嘉湖平原西部和甯紹平原南部，今錢塘江北，古海岸沿嘉定、黃渡、蟠龍、松江、漕涇達杭州玉皇山一線。錢塘江以南，今會稽、四明諸山山麓沖積扇以北，也成為一片淺海。海侵的過程，也是甯紹平原自然環境惡化的過程。在海侵的末期，甯紹平原的環境惡化是非常劇烈與迅速的，也就是在這一千餘年時間中，原來在這片自然環境非常優越的甯紹平原繁衍生息的越族居民，發生了他們部族歷史中的大規模遷移。這裡，陳橋譯教授講到了大遷徙之主因，而造成河姆渡人遷徙的直接原因很可能是當年越族先民經受了一場難以抗拒的特大自然災害，如海嘯、超級大潮等。其理由嘛，即餘姚河姆渡文化遺址出土人類賴以生存且數量巨大的稻穀、織布機具及房屋木構件等遺存，這是個極好的物證。因為「海侵」是漸進式的，人們有充裕的時間進行人員、物資的轉移；而海嘯等自然災害是突發性的，破壞力極強，一旦災難襲來，糧食、房屋、生活用品乃至整個家園在極短的時間內，被巨浪吞噬、摧毀，又遭泥沙覆蓋，被深深地埋入地下。劫後餘生的人們，只好拋棄溫馨的家園，遷徙他鄉。此次遷徙為古越人大遷徙的首次，它為越族的發展史掀開嶄新的一頁。

在遷徙的行列中，包括河姆渡人在內的越族先民，扶老攜幼成群結隊

地向會稽、四明山區轉移，過起「水行而山處，以船為車，以楫為馬」的採集、捕撈與農耕生活。這部分越人是日後越國的締造者，史稱「於越」；還有越人跨過錢塘江，進入今浙西和蘇南的丘陵地區，他們就是後來馬家濱文化、崧澤文化和良渚文化的創造者，為歷史上的「句吳」；再有越人，向南或西南遷徙。最後，這部分越人完全有可能到達今天的福建、海南、兩廣及雲貴等地，成為浙南的甌越、福建的閩越、海南的黎族、滇黔的駱越、湘贛的揚越及粵桂的南越。

一直以彪悍、勇猛、吃苦耐勞著稱的越族先民，更具豐富的想像力，對太陽東升之地分外迷戀與崇拜。為此，他們憑藉「善舟楫，長航海」的特性，在對太陽強烈崇拜心理的驅使之下，乘季風和洋流之便，離開大陸而走向海洋，去探索太陽東升之地，尋覓新的生存發展空間。

約在六、七千年前，古越人一支「河姆渡人」的勇士們，操起獨木舟，揚起風帆，從浙江沿海的句章（今寧波）出發，乘冬季西北風之便，借助洋流（如「黑水溝」）之利，飛渡大海，歷盡萬難千險，來到了寶島台灣。這些歷經「九死一生」的倖存者，在台灣定居了下來，成了今日台灣原住民族的祖先，也是台灣越文化最早的傳承者。

關於古越人登臨台島的地點問題，歷來有不同的解讀。有人說在台南，也有人說在台中；而筆者認為「河姆渡人」登臨台灣可能性最大的是台北一個叫「萬華」的地方，其理由為下述兩點：

一是，台北萬華古稱「艋舺」，是獨木舟彙集之地。艋舺原指獨木舟，後引申為獨木舟集聚的地方。艋舺位於今台北西城區，淡水河畔，是台北市發展的起源地。古時的艋舺，因常有獨木舟彙集而得名。由此，艋舺古來是天然的良港，「河姆渡人」的勇士們在此登島亦在情理中。獨木舟為越人獨有的運載工具，也是飛渡台灣海峽的唯一交通工具，在它身上凝聚著無數越人的理想與希望。出於對獨木舟這個文化遺存的敬重與懷念之情，台灣原住民族先民將此處以「艋舺」而名之，實屬高明之舉。艋舺之名不但啟用時間早，而且沿用時日冗長，直至清嘉慶年間，艋舺與台南、鹿港一樣是台灣與祖國大陸及東南亞各國聯繫的重要商埠。

二是，在台北大坌坑文化遺址裡，曾發現一定數量的「石錛」等器物遺存。古代越人的獨木舟，就是用石錛這種工具將巨木掏空而成的。由此，石錛成了海洋民族越族的象徵，大概發現有石錛的地方，皆為越人涉足的地方。今台北淡水河入海口南側的大坌坑文化遺址裡，其下層文化遺址就有石錛、石斧、石簇、石網墜等一類器物的發現。由此說明，今台灣原住民族先民早年曾在此定居，繁衍生息。另外，從遺存的推測年代，即距今七千年至四千七百年之間，與河姆渡人入台時間基本相符。

然而，台灣還不是越族先民抵達的唯一終點，還有人走得更遠。澳大利亞考古學家貝爾伍德教授研究結果指出：「中國長江下游可能是遠古南島語族的原鄉，他們在五、六千年前來到台灣，再從台灣輾轉遷徙到東南亞

地區，再朝東向太平洋、西向大西洋，擴散成今日的面貌。」有關族群遷移是件十分複雜的工程，常是千變萬化。諸如有些從台灣走出去多年的人，因某種變故，又從南亞或琉球等回流至台灣，由此造成台灣原住民族多源的錯覺。其實，台灣原住民族的族源只能有一個，即「根」在祖國大陸，今浙江紹興是其無法撼動的原鄉。

夏禹是海峽兩岸共同敬奉的民族偉人

紹興 何有基

禹，姒姓，名文命，夏后氏首領。相傳，禹治水有功，受舜禪讓繼帝位，是我國傳說時代與堯、舜齊名的賢聖帝王。禹創建我國第一個王朝—夏朝，後人又稱他為夏禹。

大禹治水的故事，婦孺皆知。但是，關於禹的出生地和治水起止地歷來有不同的版本。傳統觀點認為：禹生於四川石紐，羌人。中國治水，始於（黃河）壺口，功畢（浙江嵊州）了溪；持不同觀點的著名歷史學家顧頡剛則認為：「禹是南方民族神話中的人物，這個神話的中心點在越（會稽）」（《古史辨》）。他還指出，這個神話是在商周時期被「移植」到中原去的。學者陳剩勇說：「大禹是一位治水有功、被當時人擁戴、被後人神化和美化的歷史人物。他是生長在（我國）東南（沿海）的古越族人……越人在距今四、五千年前時，創造了輝煌的良渚文化。大禹治水的地域，正是良渚文化的散佈區—長江三角洲一帶。」我國著名地理歷史學家陳橋驛更肯定地說：「禹是在越地土生土長的人物，他的崇高精神和偉大人格，他的人定勝天的堅強意志和卓越不凡的治水方法，一直紮根在這個地區。現代紹興人可以理直氣壯地說，禹是我們的。」

洪荒時代的江南大地，山洪暴漲，江河氾濫，人們流離失所，古代越民首領禹率領本部落族人對之江（今錢塘江）、舜江（今曹娥江）、浦陽江及姚江等河流進行治理，讓族人安居樂業。由此，造就浙江大地，禹跡斑斑。至今，浙江全省有禹跡二〇九處，其中紹興占了一二七處。與大禹關係最為密切的會稽山，諸如封禪、計功、歸葬等大事都發生在這裡。據傳，會稽山原名茅山，因大禹治水成功後，登茅山會見四方群臣，計功行賞。從此，茅山改名為會稽山，「會稽者，會計也」。大禹死後，歸葬於會稽山。今之會稽山山麓，有禹陵、禹廟、禹祠、窆石亭（窆石為下葬工具）、禹井等古蹟。此外，紹興還有禹娶妻、生子之地「塗山」；禹獲治水之理得「金簡玉書」處「禹穴」；禹忙於治水，「冠掛不顧，失履不躡」之地「夏履橋」；姒姓族人為守陵，在會稽山下修建了「禹陵村」。凡

此種種，足以證明禹在「江南治水」不謬。用「疏導」之法，治理好江南的水患之後，「出身百越的禹率領一部分族人北上中原活動，以治水之功被推為領袖，創建了三代之首的中國歷史上第一個夏王朝，把百越文化帶進中原。」相傳，大禹即位十年後東向巡狩，行至會稽病逝，享年百歲，歸葬會稽山。至春秋時代，（于）越族首領句踐，復興越國，滅吳稱霸，遷都瑯玡，又一次把越文化傳到北方，融入浩瀚的中華文化。

從中國歷史上第一個王朝夏的締造者禹是古越人，足見我國自古以來就是個多民族的國家，各族人民在此大家庭裡發揮著自己的聰明才智，共享民族榮光。江南水鄉的越民族與中華民族的關係至為密切，不但是組成中華民族最早的成員，而且為後來漢族的形成與發展起到至關重要的作用。今天，在我國五十六個民族中，不見越族之名，然而，如壯族、傣族、布依族、侗族、水族、毛南族、仫佬族、黎族、佘族、京族和高山族等十一族，皆為越族的後裔，其人口高達二千六百多萬人。古老的越文化，是中華傳統文化不可或缺的組成部分，她的膽劍精神、海洋（船）文化至今仍熠熠生輝。

有古籍云：「大禹曾遊歷國外，到過扶桑、青齒、……身毒等多國，又到過蓬萊。」其中「扶桑」是日本，「身毒」是印度，「蓬萊」即我國寶島台灣。至於大禹有否到過日本、印度等地，目前無從查考；禹到過台灣，尚缺實證。但是，大禹精神、大禹文化的傳播，尤其是禹「卓苦勤勞」之風（魯迅語）和「人定勝天」思想，隨著大陸先民的遷徙步伐，早早跨越海峽，根植於台灣同胞的心田。

早年台灣就有「五步一小廟，十步一大廟」之說。在諸多廟宇中，要數供奉「海洋之神」禹王的水仙宮（廟）最為眾多。台灣多水仙宮與其所處的地理位置和水環境密切相關。台灣與大陸，尤其是浙台間人們走親戚、商貿及下海捕撈等都需要借助船力。況且，台灣海峽風急浪高，颱風不期而遇，船覆人亡之災難時有發生。為了消災避禍，人們往往求助於超自然的「神力」。當海難降臨時，人們情不自禁地操起筷子（下船前帶在身上），作划槳狀，口中念叨著水神爺禹王保佑。據說，此法十分靈驗，大都化險為夷。清代旅行家郁永河（今杭州人）在《海上紀略・水仙王》篇中說：「水仙王者，洋中之神。或曰『帝禹、伍相、三閭大夫、又逸其二。』帝禹平成水土，功在萬世；伍相浮鴟夷；屈子懷石自沉，宜為水神，靈爽不泯。」接著，郁永河詳細地講述了早年赴台採硫時其同伴王雲森遇颱風求水神保佑的故事，書中寫道：「余於台郡遣二船赴雞籠、淡水，大風折舵，船復中裂，王君雲森居舟中，自分必死，舟師告曰：『惟有划水仙可免。』遂披髮與舟人共蹲舷間，以空手作撥棹勢，而眾口假為鉦鼓聲，如五月競渡狀，頃刻抵岸，眾喜幸生，水仙之力也。」有關水仙的靈驗如何？這裡不作討論，但此事足以證明有關夏禹及水仙王的傳說最晚在明清時期在海島盛傳。為此，水仙宮在島內遍地開花也就毫無懸念了。另外，台灣的「清海宮」、「水明宮」和

「三官廟」等，也是紀念夏禹的場所。所謂「三官廟」，它是紀念「天官」堯帝、「地官」舜帝和「水官」禹帝的場地，香火鼎盛，遊客如雲。

每年六月六日為台灣的「工程師節」，是紀念中國水利工程師鼻祖禹。此時禹王是人而不是神，是受萬民愛戴和尊敬的人。工程師節，始於二十世紀四十年代。當時，工程師學會在四川成都舉行年會，大會建議以禹的誕生日（陽曆六月六日）訂為中國工程師紀念日，提案得到大會一致通過。第二年，經政府有關方面確認：定西曆六月六日為「中國工程師節」。工程師節，亦稱「水利節」，目的有二：一是，紀念我國第一位治水大功臣夏禹；二是，鼓勵今工程師們效法禹的不朽精神，為社會、百姓貢獻才華與智慧。每逢這一天，台灣的工程師都會集合在一起，進行多項紀念活動。與會期間，台灣地區領導人曾出席大會並講話，以示對節日的重視和對工程師們的殷切期望。與此同時，還舉辦工程模型、發明產品展，頒發年度各類科學技術獎、工程獎、詹天佑論文獎、工程論文獎；評出傑出工程教授、傑出工程師、優秀青年工程師等。

今日台灣，以大禹命名的地名、路名真不少，如「大禹嶺」就是其中的一個亮點。大禹嶺位於台灣中央山脈主稜鞍部，原名合歡埡口，海拔為二五六五米，是台灣中橫公路的最高點。大禹嶺名稱之由來，可追溯到上世紀六〇年代台灣修築中橫公路期間。以台灣國軍退除役官兵為主力的公路施工隊，在施工條件差，工具簡陋，人們以徒手相搏。又因地質條件複雜、地形險要等諸多因素，築路工程「舉步維艱」，工程人員死傷事件時有發生。一九六〇年，蔣經國先生前來視察工程狀況，他感歎地說：「此處築路之難，不亞於當年大禹治水時所遇之艱難。所以，中橫公路完工通車具有『人定勝天』的時代意義。」為此，當公路竣工時，中橫公路最高點被命名為「大禹嶺」。大禹嶺山高水長，出產優質的大禹嶺茶，香飄島內外。

夏氏，為「大禹三宗」的重要一支，分佈於全國各地。今日台灣，若以前百大台灣姓氏為準，夏禹姒姓及其宗親中，有黃、劉、徐、江、塗、辛、韋、計、水、越、夏侯、會稽、羿等五十四個姓氏為禹的後裔。

台北夏氏宗親會是台灣最早成立的夏氏宗親組織，每年都會舉行紀念集會，出版紀念文集。每逢新春佳節，夏氏宗親都要舉行隆重的家祭，拜祖敬神，虔誠之心，溢於言表。一九九五年，浙江省與紹興市恢復公祭大禹陵活動以來，夏氏宗親會每年組團代表在台十五萬大禹後裔出席祭陵大典。一九九六年，夏氏宗親祭祖團領隊夏荷生說：公祭大禹陵「不但夏氏的老一輩要來，而且子子孫孫都要來，讓夏氏後人勿數典忘祖。」

大禹文化及其精神，早已走進台灣尋常百姓家。台灣逢甲大學教授蘇哲儀說：「自從台灣先民定居台灣島時開始，就將勤勞、奮鬥、樂天、知命的大禹精神帶到了島上，至今大禹精神在台灣民眾心中根深蒂固。」台灣大學教授陸炳文在〈大禹世系台灣姓源考暨其他〉一文寫道：「大禹是

鄰里間『談古論今』的重要話題之一，樂此不疲。在談論古往今來之聖賢豪傑，其中最津津樂道者之一，就是夏禹王。原因在於中華文化五千年道統，自黃帝軒轅以降，堯、舜、禹、湯、文、武、周公、孔子……，禹誠為第一位先有功德始受禪封傳位的古代君王，中華大地更因其封地夏才有得號『華夏』的美麗史實。」每逢新春佳節，台灣尋常百姓大都會拜（水）神祭祖，以求風調雨順，一家平安。台灣夏氏、禹氏、姒氏及水氏等宗親，都要舉行家祭，這是一種儀式，也是一種文化，更是一種精神的傳承。大禹「傳賢不傳子」思想還影響台灣當代的家庭企業。蘇哲儀教授說：「比如大禹在傳王位時，『傳賢不傳子』的做法，對很多中小企業家影響深遠，他們在培養接班人時最先考慮的是能力和專業，而不是關係，用CEO經理人的方式打理企業，而不是只傳給兒子，這大大地延長了企業的經營壽命。」此類事例，不勝枚舉。

從大禹精神及其思想在台灣的廣泛傳播，足見夏禹是包括台灣二千三百萬同胞在內的中國人共同敬奉的民族偉人。

以DNA相似性搜尋 使計算科學走向分子層級

本刊編輯室

在世界資訊快速增長下，目前記憶體製造量已經無法跟上資訊產生的速度。這將會造成未來資訊大量的流失，為解決這問題，科學家們正積極探索新的記憶材料。有趣的是，科學家發現用來儲存遺傳訊息的DNA具有資料儲存的高度潛力。DNA的容積僅為奈米大小，具有極高的訊息容納密度，若用DNA來儲存資訊，科學家估計僅需一個鞋盒大小的DNA即可儲存全世界的資料！除此之外，DNA還具有極長的儲存時間，科學家估計DNA記憶體在適當保存下，可以使用數百年，因此DNA儲存技術的開發獲得了學術界及企業界的高度關注。本文將介紹最新的DNA資料庫相似性搜尋技術。

試想下述場景：你是位於愛倫學校分子資訊系統實驗室（Molecular Information System Lab. MISL）的一名研究員，你和實驗室同仁們已開發了一套在合成DNA裡儲存並讀取數位影像的系統，以證實此種密度極高且耐久的介質，或可用來保存世界上日增的資訊寶庫。

而你對貓兒情有獨鍾。你若想從活潑貓兒的照片中加以篩檢，你如何自測試資料庫去挑選相關檔案，而毋需依序檢視整個檔案，這樣真的是比花一下午時間更好的方法嗎？

MISL的科學家團隊最近在《自然通信》（Nature Communications）期刊發表的一篇論文，首先提出了自

儲存在DNA（去氧核醣核酸）分子的數位圖像檔案裡，依據內容相似性的搜尋技術。此法與現代搜尋引擎類似，它雖比尋常侍服器小很多，卻有更高節能的潛力。

共同作者微軟公司高級研究員，愛倫學校兼任教授陳圓覺說：「依據內容搜尋使我們可打一個字或詞彙，就能自數百頁的文件裡呈現出正確的頁面，或將雛菊照片上傳後便得到所要花朵的影像。我們毋需知道所要搜尋的正確頁碼或檔案，此種運算使我們免於閱讀整份文件或上網瀏覽每一張照片的苦惱過程。我們團隊採用同一觀念，並應用到以分子形式儲存的資料上。」

不論以數位或分子形式儲存的檔案，以資料庫用語來說，皆以關鍵字詞的方式檢索。在電子資料庫裡，典型的是檔案名稱；在分子資料庫裡，則是獨特的序列、條碼，就是與特定檔案相關聯DNA的片段編碼。一般而言，當你知道檔案內容時，據關鍵字詞檢索可以很有效地選取所需要的；若你不知道，且你的資料是以DNA而非0與1的形式儲存時，則整個資料庫將必需被排序才能執行依內容搜尋。

為超越據關鍵字檢索之限制，研究員們利用人工智慧的技術及DNA序列自然配對特性開發出在所儲存資料裡的相似性搜尋。在傳統數位資料庫，相似性搜尋依賴一組與原資料分開儲存的資料裡的特性向量。當執行搜尋時，其結果指向與每一資料檔案獨特配對相關的特性向量位置。而在分子模式裡，MISL團隊開發了影像編碼序列的技術，此項技術可應用在訓練時未見過的新影像，而整個過程可很容易地延伸到影像視頻、文本等資料形式。

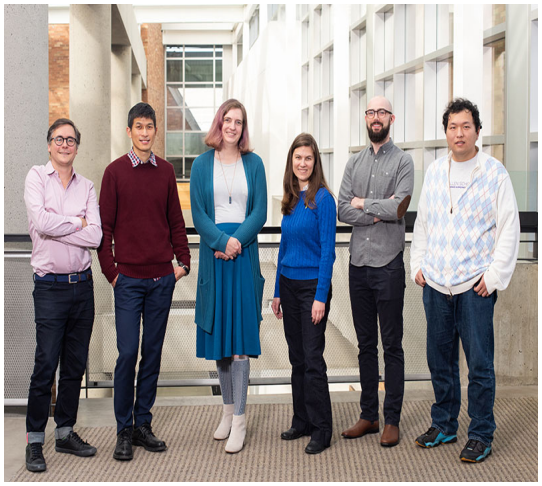
研究員們創造了一個實驗資料庫，透過編碼器來操作一百六十萬個影像集，將其特徵向量合併轉換成DNA序列，對每一檔案給予獨一的條碼識別符。然後他們對三張照片執行相似性搜尋，包括名為Janelle的晚禮服貓、台北一〇一大樓和LEGO玩具，針對資料庫中每一個要查詢的影像樣本，據其反向補數編出特色序列。在作大量排序過濾掉混合目標與查詢對偶後，他們發現大多數序列寡核苷酸真的是對應於資料庫中要查詢視覺相似的影像。

該團隊發現其基於分子的方法與以矽演算法呈現相似性搜尋的成就堪相媲美。然而與那些演算法不同的是，該團隊指出基於DNA搜尋，由於具有先天平行性，能擴展到更大數據庫的潛力，也不會顯著增加處理的時間和能源消耗。在此種DNA高度平行運算的特性下，搜尋一百六十萬個照片集，也僅是觸及所謂DNA計算科學的皮毛而已。

愛倫學校教授和通訊作者Luis Ceze說：「由於快速且低成本合成、排序和自動化的進步，DNA資料儲存變得更實用，在資料庫內進行運算的能力將為分子—電子混合電子計算機系統創造了條件。自相似性搜尋起步是令人興奮的，因為在機器學習系統裡那是原始且普遍的，它將變得快速普及化了。」

微軟公司研究院與美國華盛頓大學的分子資訊系統實驗室（MISL）聯手開發了多項DNA儲存技術，我們

浙江同鄉陳圓覺（照片中左二），也是微軟的高級研究員參與了多項關鍵技術的開發。



Left to right: Luis Ceze, Yuan-Jyue Chen, Callista Bee, Karin Strauss, David Ward and Aaron Liu.
Tara Brown Photography
MISL.部分研究成員

鄭子太極拳創始人 鄭曼青

陳晃麟

鄭曼青先生本名岳，號曼青，浙江溫州永嘉人氏，生於民國前十年（一九〇二年）農曆六月二十五日，逝世於民國六十四年三月十四日。幼年家貧，賴母親張太夫人授以詩書，資質超人，過目成誦。十歲從拔貢汪香禪學畫，結識冒鶴亭，閱覽其蒐集任伯年、趙撝叔諸家畫軸，復得姨母張光紅微老人之指引，藝事大進。十五歲由詩翁魯勝北介紹赴杭州，與當地名士沈寐叟、馬一浮等人結交，相與研論詩書畫。十九歲應羅癭公之薦赴北京，執教於郁文大學，授詩學，同時參加中國畫學會，由是得交陳師曾、凌直支、齊白石、陳半丁等詩書畫名家，相互切磋，藝文境界大進。後獲得蔡元培先生之讚賞，推薦至上海國立暨南大學授課，其時吳昌碩、朱啟鈐在滬濱執藝文牛耳，經蔡元培介識，詩酒留連，揮毫作畫，歎為奇才；乃相率揄揚，被聘任上海美術專門學校國畫系主任，時為民國十四年。此時他才虛歲二十四，故謙誠地邀聘馬孟容、馬公愚、張善孖、張大千、諸樂三、諸聞韻三家兄弟等人一同任教席，以堅學子之始基，傳為上海美專之佳話，因此培養出不少傑出畫家人才。

二十九歲與黃賓虹創辦中國文藝學院，自任副院長；其間由於體弱多病，乃拜皖中九代名醫宋幼庵為師，後來竟成為國醫聖手，並當選為全國中醫公會理事長及廌選為中醫師公會產生之首屆國民大會代表。

二十七歲在滬從太極大師楊澄甫習拳，經年得其大要。時楊夫人臥病幾殆，群醫束手，得鄭曼青悉心投藥診治，終告痊癒，楊師感其恩，乃將拳、劍要訣悉心傳授。

陳微明於曼青著作《鄭子太極拳十三篇》書序中也稱，名書家鄭君曼

青精於歧黃（中醫術也）。而楊師澄甫南來，鄭從學太極拳於楊六年，時楊師侯夫人有疾，生命垂危，幸得曼青悉心診治而癒。楊師感念其恩，將他人所未聞之拳藝精微處，悉以口訣傳授之。曼青至蜀，復遇異人，與之參究，道行益晉。

浸淫若干年後，時值抗戰軍興。鄭先生轉任湖南省政府咨議兼國術館館長。國術為湖南省全民運動，規定每兩個月調派全省各縣國術館長及教官四十人，授以太極拳，但因學習時間不敷，乃刪減老架重複之招式，將其精簡為三十七式，名之曰：「鄭子簡易太極拳」，此乃因時制宜，未減太極之原理，但求其便於傳習並普及於世也。

抗戰期間曾任教於中央軍官學校及重慶中央訓練團。民國三十八年來台，應當時台北市長游彌堅先生邀請，創設時中學社以推廣太極拳藝。

蔣公題強健身心

綜觀鄭師一生，因其擅長詩、書、畫、醫、拳五藝之長，人稱五絕老人，著作等身，悉以弘揚中華文化為本旨，蓋博覽群經，深悟哲理，冥合天人，對事物之窮究，若絜裘領，一代奇才，不獨是太極同道之光輝，亦吾中國之賢哲也。

鄭曼青在其書之自序中云，他童年時有軟腳風痛病，醫藥罔效，後練易筋經而痊癒。少年時有肺病，吐血咳嗽不止，練太極拳而癒。當時年少無知，病一癒，就把拳荒廢了。再犯病後，始知身體脆弱，只練一陣子又有何用？思前想後，悲不自勝。未料復練不出數月，病竟霍然而癒。因此領悟到是打太極拳才能得此功效也。怎可荒廢呢！因此更加重視練拳，看得比吃飯睡覺還重要，每天在剛起床及睡前各練拳七分鐘，未嘗間斷。神氣充沛，漸達身體強健之境地。

鄭曼青像

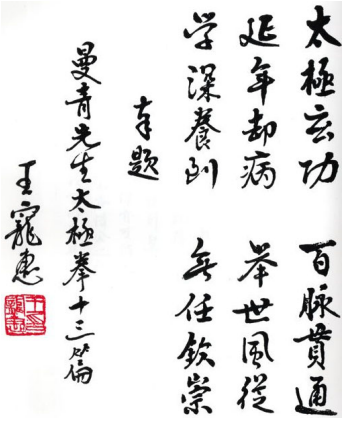
抗戰期間政府遷都重慶，有一次鄭曼青應英國駐華大使薛穆之邀，在宴會後表演太極拳術。當時正好有一批英軍訪華團在座，成員皆為少壯武官，見曼青身材矮小，有些瞧不起他。時鄧克愚語云：「爾等皆身材魁偉，實力雄厚者，是否想與曼青一試身手乎？」他們連聲稱是。其中安君最為孔武有力，就請問如何比試？曼青說，隨你之意！於是安君於一丈之外，急速衝過來，氣勢洶湧，略舉左臂，以右拳出擊。曼青便向左一側身，避開來勢，只見安君已一個踉蹌仆前幾步之外矣！安君回頭又略舉右臂，以左拳出擊，結果一如前次，向右一個踉蹌仆前幾步之外矣！最後安君改採雙拳搏擊方式，向曼青迎頭猛擊而來。只見曼青頭略向後一仰，伸右掌向安君左腋一擊，安君便兩腳離地，向後仰翻跌於一丈外，幾乎跌出場外。此時突見曼青一個飛身跟了過去，抓住安君一臂，這樣他才不至於跌出場外。眾人一看，皆驚喜讚嘆不已。其餘武官看過這一幕後，皆不敢來較勁，只好請他再表演了。

曼青掤起右臂，作虛抱之姿，鄧克愚便說：有誰能力推曼青，使他稍

有移動，就算他勝了。某君率先力推，無法動搖，於是又來一人，合力推擠良久，仍未能移動分毫。蒲樂道君轉而請作其他表演，曼青伸出一臂掌心向上，請人緊握其掌，用力壓住，使它不能翻動，就算他勝了。先後三人握其掌，不但未能止其翻動，且皆仰跌出去。曼青再伸臂舒掌，請人猛力用手砍。安君首先以立掌猛擊十餘下，後縮手而退。蒲君也舉臂連砍數十下，而曼青若無其事。這時蒲君撩起曼青衣袖，問道你的手臂是鐵打的嗎？四座發出一片掌聲，莫不讚嘆太極國術之奧妙。英國人士知中國有太極拳者，此為伊始也。這是京山鄧克愚在《鄭子太極拳十三篇》之序文中所描述其親見之經歷。

民國三十四年乙酉春美國陸軍駐重慶者百餘人，聞曼青與英武官友誼賽，連勝數場。便邀請他出席每週例行之聯歡會，曼青帶著弟子五六人與會，先表演了太極拳推手。美戰士選了精於技擊者十餘人，要與曼青較量。一經交手，先後不支者五人。忽一體重逾百餘公斤之壯漢，自一丈外跳躍著向曼青頭部擊來，曼青以手肘一彎接應，壯漢竟跌出二丈有餘，撞壁而倒，聲震屋瓦。他回頭再度擊來，曼青手一揚，又再跌出去，只能搖頭莫可奈何。四座頓時歡聲雷動。有人覺得奇怪，問曰：「怎麼曼青好像一揚手便將人兩次舉起丟出去一般？」張君以英語答稱，這是太極拳之運氣，以無力打有力解之。此為李壽籛君在《鄭子太極拳十三篇》之序文中，所描述其親身之經歷，並謂：「曼青手法身法有過人之處，每發人出，其聲其狀，似以錢投鼓，直至撞壁而止。此非具有內勁不辦。」

曼青著述《鄭子太極拳十三篇》之動機在其自序中，皆已言明。以其受益甚多，不敢自祕，願以積年所得，就正於當世海內外武術及運動家之前。太極拳之體用，自各有獨到之處，非其他武術及運動所能及。惜乎往昔之學是拳者，若非自矜殊能，便是獨善其身。是以途徑日漸就窄。今曼青深切體會佛典中維摩詰居士關切病人之痛苦，願發孔子推己及人之心，將太極拳之益人處，公諸於世。欲使虛羸者轉而強健；衰病者興而有作，並將此引為己任。往昔楊師澄甫以其家傳絕業，未肯輕易授人，因恐傳非其人，故僅簡述體用梗概傳世耳。尋應曼青及匡克明之請，於民國二十三年五月刊行。當時曼青之所得尚稱膚淺，不知其有裨益世人。後澄師已歸道山，欲再向其請益已不可能，故將其所知祕笈全部筆之於書。在於效法「上醫醫未病」之旨意，欲令後學者修練驗證養氣之功。庶幾人可自強，乃至於國強，振興民族也。窺此可知鄭曼青誠心欲造福後人之心胸廣大，實可欽可佩也。



王寵惠題太極玄功

編案：今年是鄭宗師曼青一百二十歲冥誕，高雄市薪傳鄭子太極拳協會特辦了一場紀念活動，本刊特撰一篇文稿簡介鄭曼青生平事蹟，以饗讀者。

一位抗戰老兵的塵封記憶

滕裕中

杭州 龔玉和

我們於二〇一五年一月十一日在杭富公路上的紫雲山莊訪問了一位在抗戰時期曾經在中印半島參戰的老兵藤裕中先生。

老人住在社區內，看電視、聽音樂、讀書、種菜，還養了幾隻雞，自得其樂。我的到來，聊到他的經歷，彷彿一陣微風，吹拂了多年塵封的記憶，娓娓道來，一生的故事。

作者在滕裕中寓所採訪（2015.1.11）

讀書

老人說，我一九二三年農曆七月二十一日在杭州出生，父親是婺源人，早年到杭州來做生意，在江干沿江地區開了一家鋪子，叫做爽記木行。

六歲那年，我到江干海月橋小學讀書，不過，那所小學只有初小，畢業後，又到天長小學去讀完高小，這是一所由國民黨方軍長夫人創辦的完小。

畢業後，我報考了國立中學，當年杭州國立中學只有二家，一所是省立中學（今杭州高級中學），另一所就是市立中學。我報考的是在岳廟附近的杭州市立中學，不過那時只有初中，沒有高中部，學校的男子部設在金沙港—今曲院風荷公園內，女子部則在岳廟對面的房子裡—今跨虹橋旁邊。只讀了二年（一九三七年），抗戰爆發了，書是讀不成，大家要逃難了。

幸好哥哥在保安處做事，雇了幾條船，帶著人員、文件等什物沿著錢塘江航道，西去安徽，躲避日本人的炮火。

在婺源

我們在南星橋上船，坐著保安處的木船，由富春江、新安江到了歙縣，接下來，我在婺源中學繼續求學。一直到今天，婺源中學還會寄來校慶的請柬，也許我是最早的校友了。

婺源縣屬徽州府管轄，徽州盆地，四面環山，中間一片沃土，一個易守難攻的地方。由此，日本人始終沒有打進去。進校時，婺源中學只有初中部，後來由於戰時大批外地知識份子逃難到了皖南，徽州雖然偏僻，人才倒是不缺，學校又辦了一個高中部，我就在婺源中學的高中部畢業的，也是那所中學第一屆高中畢業生。

我仍清楚地記得，當年有位化學老師，叫做江芷（註一），浙江大學畢業生，聽說還是浙大校花，後來去美國定居了。到了一九四一年，在婺源高中畢業後，準備報考大學。

當時金華、衢州一帶仍在中國政

府掌控下，學校有「統一會考」，成績在八十分以上，可以保送到英士大學等校去讀書。英士大學設在麗水，我這個人很有點「考運」，每次成績總在八十分以上，本來可以直接保送上大學的。不過，那些年（一九四〇年前後）日本人打得特別凶，同學們群情激昂，熱血沸騰，紛紛要求從軍，上前線，打日本人。

報考軍校

我也受到感染，跑到衢州去報考了陸軍機械化學校。錄取後，校方派來接我們的人就將大家帶到了學校所在地，湖南洪江縣。原來是要學習三年的，到一九四四年才畢業。不過在戰爭非常時期，我們在一九四三年底就畢業了。畢業同時，立即授銜，成為少尉軍官，隨即跟著部隊派往緬甸戰場，先到印度學習。

在蘭姆迦

我們是乘坐飛虎隊的運輸機去的，先飛緬甸，然後，坐火車、行軍，輾轉來到印度的蘭姆迦訓練中心。那時，美國支援了許多重型軍事裝備，大家需要學習操縱這些現代化武器裝備。我被編在「中國駐印度獨立戰車第四營」，學習駕駛坦克技術。

第一、二營已經訓練完畢，被派到緬甸前線去了，第三至七營則留在蘭姆迦集訓待命。那時，一個排是四輛戰車，全部由美國援助，一輛戰車四名戰士，一個駕駛員，一個副駕駛員，一個機槍手，一個通訊員。我沒有被編入戰車，成為少尉補給組長，在基地做後勤。

不過，所有人員都要學習開坦克，參加嚴格的軍事操練，由美國教官負責訓練學習操作技術。同去者的英語都相當不錯，不久，我就升任中尉排副了。剛進軍校時，就有規定張貼在牆上，軍校生畢業後，第一年授少尉；一年半成為中尉；二年就是上尉；第四年授職少校。

調防鎮遠

雖然在蘭姆迦受訓、待命，部隊並沒有按原計畫開往緬甸戰區。

到了一九四五年初，接到了上級命令，我們調防貴州鎮遠縣。此時，國內的抗戰相當吃緊，日軍佔領湖南後，揮兵進入貴州。鎮遠成為抗戰前線，炮火已經逼近陪都重慶了。

當時我所在的坦克部隊，清一色美式裝備，成為中國軍隊中最精銳部隊之一。

在返國路上，我是開著運輸車經過滇緬公路回國的。

車隊進入中國境內，到了貴陽，大家才獲悉，日本人投降了！

雖然當年的道路極為艱險，盤旋崎嶇，呈「之」字形的山地公路，兩邊不時有萬丈深淵，一不小心，就有可能粉身碎骨，不過，官兵們終於盼來了多年夢寐以求的和平，不用打仗了，大家一路歡歌笑語，直到鎮遠。

到了鎮遠，戰爭結束了，我們的任務主要是運輸，將美國通過駝峰航線、滇緬公路運送來的大批援助物資，諸如：輪胎、槍械、餅乾、罐頭、麵粉等運到各地。

派往徐州

接下來，部隊在鎮遠進行整編，

我被編在裝甲兵教導總隊，直接派往江蘇的徐州。

我是開著大卡車回去的。意外的是，我的汽車駕駛室座位旁邊坐了一個姑娘，這個女孩後來成為名人，叫做王玉齡（註二）。當年她才十七歲，準備前往南京，與張靈甫結婚。

當時張靈甫擔任七十四軍的軍長，南京警備司令。

一路上，我一邊開車，一邊與她聊天，她告訴了我許多自己的經歷及理想。

我們談得來，也解除了旅途的寂寞。

我將她送到了武漢，然後，她坐船沿長江航線到南京去了，而我則繼續開車前往徐州。

車到南京，出乎意料，她竟然在我們的南京駐地下關的一個倉庫裡迎候，並邀請我到她在南京家中做客，她向張靈甫介紹說，我是她的表兄。

張靈甫很忙，匆匆打了個招呼，就忙他的事情去了。接下來，我繼續開車前往徐州。

後來，張靈甫在內戰中去世，王玉齡則到了台灣後，去美國讀書了。

上世紀七十年代，周總理邀請她回國參訪以後，我一直與她保持聯繫。有一次，我跟她提到當年的事，她說：「哎呀！我都忘了。」

我說：「那麼重要的事怎會忘掉？」她說：「我老了。」

其實，她那能得老年健忘症呢？前不久我還在電視上見到她在蕭山參加一次什麼活動。

我們一直都保持聯繫，每年通幾次電話，寄個聖誕節或者新春賀卡什麼的。

在鐵路局工作

到了徐州，我被任命為預備軍官團搜索排的排長。

內戰全面爆發後，我在想，我參加軍隊是為了打日本人，保衛國家，現在又要打仗了，怎麼能中國人打中國人呢？在部隊裡，我有一位好友，江蘇人，叫蔣仁，我們在洪江軍校是同學，一起到緬甸、一起到印度，又一起回國，一起到了徐州。

他向上級請了假，準備回家去結婚。於是，我託他到了南京後，給我拍個電報，說我父親過世，催我回家辦喪事。其實，父親早在我讀初二時就已經去世了。

接到他的電報後，我向上級請假，回到杭州家裡，再也沒有回去。

我有個姨夫叫曾宗鑒，擔任上海中國銀行顧問，介紹我到浙贛鐵路局工作，先在營業處工作。浙贛鐵路尚在修築中，我在鐵路局汽車管理所—車船股做事，一直到杭州解放為止。

五十年代

解放後，我被鐵路局遣散，讓我到公安局報到。

當年的「公安八條」規定，劃為「歷史反革命分子」的條件，必須是國民黨軍少校或連長以上官員，我只是個「排副」，夠不上格，戴不了「反革命分子帽子」。

於是，就放我回家了，在江干做點小生意。

我的妻子已經在中國紡織公司杭州辦事處做事，她介紹我到浙江麻紡織廠（下稱「浙麻」）。

其實，我在浙麻只做了七個月，雖說名義上是浙麻供銷合作社副經理，其實，只是一家只有二個人的小店。當年浙麻廠長是翟翕武（註三），直到今天，翟廠長還記得我，去年（二〇一三）過春節，我們還專門去看望過翟廠長。

後來，我的一個遠房親戚，叫余銘丹，在浙江建築公司（下稱「浙建」）做事，他是浙建磚瓦一廠的廠長，他說，我們要在蕭山辦一個浙建機磚二廠，用機器製磚。

一九五一年我到他辦的蕭山浙建磚廠二廠做事。廠長見我辦事還算能幹，就讓我當基建科股長。那年，我們一次就徵收了四百多畝土地，建成了那家工廠。

不久，「三反五反」運動來了，我被叫到湖濱的浙建公司總部交代問題。

小組長見到我寫的材料，說道：「你一個人就徵收了四百多畝土地，經手那麼多款項，怎麼會不貪污？老實交代你的貪污問題，坦白從寬，抗拒從嚴！」

我說：「我確實一毛錢都沒有拿，有什麼問題可以交代？」

他說：「你這個貪污分子還不老實！」

說著，就過來扯我的帽子，我不肯給他，當年我年輕氣盛，二個人扭打了起來。

這個人馬上報告上級，領導發下話來，要送我到「革大」學習。

我去找到了領導，一個山東來的老幹部，向他講明白情況。後來，在宣佈去「革大」學習人員名單時，竟然沒有我的名字，總算逃過了一關！

註釋：

一、江芷（一九一一～一九八七），婺源人，浙江大學化工系畢業，受聘於杭州省立女子中學。抗戰時回鄉，在婺源縣立中學任教，倡辦戰時高中班。一九四九年去台灣，歷任台灣師範大學教授，其詩詞造詣甚高，著有《春雲秋夢詩詞合集》，工繪畫，喜崑曲、皮黃。一九八七年逝於美國普林斯頓城。（摘自《婺源縣誌人物篇》）

二、王玉齡，一九二八年生於安徽，幼年隨父母遷居長沙。一九四六年，時年十七歲的王玉齡與抗戰名將張靈甫結婚。一九四七年五月十六日，張靈甫在內戰中死於孟良崮，應驗了一句古詩：「夫死戰場子在腹，妾身雖存如晝燭」。一九四九年王玉齡去了台灣，後來隻身到美國求學。其後，在美國航空公司服務二十餘年。一九七三年應周總理邀請回國參訪，也是當時獲准特許回國的華人，只有她與楊振寧二人。（摘自網路）

三、翟翕武，一九一六年生於山東淄博，一九三八年入黨，歷任浙江麻紡織廠廠長、浙江工業廳廳長、副省長、省計委主任等。（摘自網路）

明年台北市浙江同鄉會創立七十週年，本會擬編網路特刊，因此謹向海內外鄉親徵稿，歡迎撰寫有紀念性質的文稿，踴躍向本會投稿。謝謝！

山水衢州　通衢京師

杭州　盧上雁

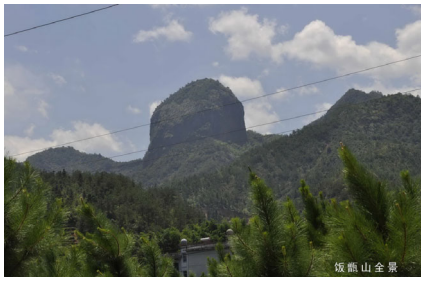
那些年，到衢州出差的機會較多，一是在衢州學院教書（上單證課）；二是隨規劃院到衢州做課題，無論是城裡還是周邊鄉鎮，跑了不少地方，也是規劃院繼臨安、安吉之後，去得最多的地方之一。

衢州之名，出自成語的「通衢大道」，古代錢塘江航道為我國南北交通的骨幹，南方各省的商客，過浙閩邊陲的仙霞古道，到江山港上船，揚帆北上。船過衢州，沿著錢塘江航線就可以抵達杭州，再在南星橋「過塘」（中東河）至拱宸橋（拱埠），進入京杭運河後，直奔京城（進入了貫通我國南北的交通網），才有「通衢京師」之稱，衢州以此得名。

神奇的山脈

衢州城區周邊的幾個鄉鎮，諸如，高家鎮、蓮花鎮、全旺鎮，我們大多去過，令人印象至深的地方莫過於全旺鎮的飯甑山。

二〇〇八年，規劃院一行到飯甑山踏勘，車出城區未久，就進入全旺鎮地面了（離城區僅二十三公里）。眾人端坐車中，遠遠望去，只見一座座高山橫立在地平線上，擋住去路。有一座峰嶺，山脊呈圓錐形，暗紅色，高聳於群峰之上，宛若一個偌大的甑子，頂天立地，橫刀立馬，攔在路上，大有「車到山前疑無路」之想。


飯甑山全景

嚮導見狀，說道，前面那座高山就是飯甑山了，又稱狀元山、臥龍山。

只是外鄉人知之不多，可是到了衢州地面，方圓百里，無人不知。《衢縣誌》記載：「飯甑山，宋有毛自知結廬此山，後毛（自知）高中狀元，遂名為『狀元山』。眾山之杪，一石拔起，四面圓淨如削，巍巍直插雲霄，膽壯者攀援可達其巔，山頂呈饅頭形，上有七塢七崗，一脈清泉，終年不竭。」

自古以來，這座奇特的山峰在鄉民中流傳著許多故事，經久不衰，在老百姓心目中，這是一座神山，一個聖地，一塊至珍而不可褻瀆的瑰寶。

只要說到飯甑山，村民就不由自主地流露出誠摯、尊崇、肅穆之情。

每當歲末年初之時，無論是災荒之年，還是風調雨順之季，百姓都會自發地，成群結隊，敲鑼打鼓，扶老攜幼來到山前禱告。

五穀登豐之歲，他們會在山下頂禮膜拜，感謝上蒼施捨的恩惠；天災人禍之時，也會在此祈求上天的甘澤雨露、官府的寬宏大量，能讓人有個溫飽安居之所，傳承歷千年而不變。究竟這是何方寶地，能讓人如此敬畏？

聽了他的話，眾人大惑不解，問

道：「莫非飯甑山是世人心中的諾亞方舟？」

嚮導解釋道，飯甑山在當地人中流傳著一個古老傳說：很久以前，衢州大難，暴雨連降七七四十九天，晝夜不息，引起山洪迸發，氾濫成災，渾黃的洪水淹沒了田地，也淹沒了方圓的九縣十八鄉。一時，天昏地暗，狂風怒號，暴雨傾盆而下，大水淹沒農田，沖進村莊，被洪水奪去家園的鄉親只得捨家棄物，逃到山上躲避這一場空前浩劫。

到了山上，不幾天，鄉民就犯愁了，帶來的食物吃光了。大家走投無路，餓得兩眼昏花，有氣無力。

此時，清明山上有一座道觀，叫清明觀，道人張三丰正在修行。

某日，張大師掐指一算，西安（全旺古稱「西安縣」）遭水災，百姓大難。張三丰坐不住了，騰雲駕霧，直奔虹橋頭而來。

到了虹橋上空，撥開雲頭向下一看，果真一片汪洋，昔日美麗富饒的田園村落無影無蹤，只有和尚山頂有上千百姓餓得七斜八倒，或奄奄一息，或伏地跪拜，祈求上蒼開眼，救渡百姓苦難。

張三丰按下雲頭，來到山上。饑民見到仙人下凡，紛紛跪拜乞求：「張仙師，快來救人吧！」

張三丰順手從山上拿來一團泥巴，在手中捏幾下，霎時間，便變成一個甑子。甑裡盛滿了白米飯，還冒著熱氣哩……白花花，一個饑民見了，不由分說，搶過甑子，三下五除二，將米飯吃了個精光；沒想到，片刻之後，甑子中又冒出香噴噴的大米飯。

米飯吃了又「漲」，漲了又吃，怎麼吃也吃不完，……，一碗米飯，一隻甑子，不知解救了多少饑民。百姓感恩戴德，天師功德無量，救難一方民眾。

洪水退後，鄉民又要回去重整家園了。未料，有些災民卻賴在山上不肯走，他們說，天天呆在山上多好啊，不做事，有飯吃，天大的好事來了，不吃白不吃！

張天師聽了，嘴上不說，心裡很是不悅。

他向甑子吹了口仙氣，霎間，只見甑子越長越高，越變越大，頓時成了陡峭的百丈絕壁，甑頂出現了一片平地。那個巨大的甑子，也就是今天見到的飯甑山。

說著，說著，車子已經來到飯甑山下，眾人仰首舉目，果真山峰極其雄壯，為丹霞地貌，一條小溪自上而下，潺潺而流。

山腳溪畔，農舍菜園，井然有序；溪旁有碎石小徑，蜿蜒而上，直通山脊，峰頂為呈暗紅色的巨大岩石，人稱「和尚頭」。

眾人躬身拾階而上，兩旁翠竹雜樹，鬱鬱蔥蔥，路旁堆著大捆大捆毛竹。

嚮導介紹道：「有道是『靠山吃山』。千百年來，全旺鄉民大多依賴農林為生，對於村民來說，竹子經濟效益高，每年要上山稀疏竹林，次年毛竹才會長得更加茂密，這是一種經濟效益較高的作物。」

只見有位老者，一身短打扮，腰繫柴刀，頭戴紅帽，正推著竹子下山。一位同事不覺詫異，問道：「請教長輩，毛竹粗大笨重，吃得消嗎？」

旁邊有位青年見狀，說道：「別看他已八十二歲了，每天起早落夜，村裡不少老人都這樣。其實，他兒子在城裡住樓房，開轎車。去年接他到城裡享福，老人硬是逃了回來，這裡山好、水好，人長壽！」

我們四下張望，只見小村依山勢而築，兩山交匯處有巨樟擋道，山間有二條碎石小路，曲曲彎彎，至此交匯，一直延伸到大山深處。

嚮導說：「這是衢溫古道，昔時，衢人到麗水、溫州經商，多取此路。」我們繼續向上攀登，周邊竹林幽深，路陡地險，清泉瀑布，非同尋常。嚮導又說，此路為衢遂捷徑，過嶺，就到了遂昌縣地面。

接著說，相傳元朝末年，老百姓慘遭蒙古人殘害，官逼民反，揭竿而起。朱元璋舉事，為破「鐵衢州」，花了三年零六個月。

某日，朱元璋兵敗，率部撤退到此，被蒙軍團團圍住，三天三夜，難於突圍。

飯甑山，扼四縣之要衝，易守難攻，朱元璋率兵，據地勢之險，幸得山神顯靈，出奇兵擊退敵軍，攻破衢州，做了大明開國皇帝。登基後，朱元璋想到當年幸得山神庇佑，化險為夷，下旨封飯甑山為「臥龍山」，此名一直延續至今。

自古至今，衢州百姓把飯甑山視為仙山、神山、靈山。

一位長者告訴我們，早年，百姓如果受了委屈，或者遭到了冤屈，無處申訴，就會到飯甑山來，向神山述說，向上天祈求。老百姓深信不疑，上天一定會懲罰壞人，救助好人。

老人指著路邊一棵棵巨樹，說道：「許多人習慣在大樹幹上繫著的一條條紅彩帶，也就是，人們的一個又一個心願。如果有什麼心願，人們都願意跟飯甑山說，神山一定會顯靈：

窮人來求個溫飽；
姑娘希望嫁個好郎君；
光棍渴望娶個俏媳婦；
讀書人盼望下筆如神；
官吏夢想步步高升；
農夫祈求風調雨順。

每一個人都盼望健康幸福，全家平安。老百姓有了心願，都會來到飯甑山來，許願，求神，或者，還願。

在百姓的心中，飯甑山是一座神山，一座仙山，一塊難得的風水寶地。在這裡，一切夢想都會化為現實。

我們邊聊，邊攀，未久，就到達頂峰。大家居高臨下，舉目遠眺，只見群山連綿不斷，周邊山體奇形怪狀。

山下，溪流環山而走，如同一條綠色的綢帶飄灑山間。山巔有鐵索道，村民將砍下的毛竹直接用索道運到山腳；索道下有一泓清泉飛奔而下，周圍林木幽深，宛若世外桃源。

這裡不僅是一塊美麗的土地，也是一座奇異的峰巒，一個有故事的山脈，對於規劃者來說，給了多少開發想像的空間？

難道不是一塊旅遊、修身、養老、祈福的黃金之地嗎？

我們由衷的希望，開發旅遊業以後，飯甑山將以全新面貌迎接八方來客，僻村荒山成為火熱的景點，崎嶇曲折的古驛，高聳入雲的巨樹……，成為人們認識大自然，窺探歷史進程的見證。在外打工的眾多全旺鄉親回到故鄉（金華酥餅師傅不少是全旺人）

，帶來從都市學會的知識、掌握的技能，將家鄉建設得更美麗、更璀璨。當然，故鄉的土地也將帶來遠勝於它鄉所能獲取的財富！

荒村古埠，情趣橫生

盈川，如今只是錢塘江上游衢州高家鎮一個荒僻的古埠。誰會想到，遠在晉代，這裡就已經成為浙西的一座縣城了。

唐如意元年（六九二）建縣，縣域廣達三十餘平方公里，轄今衢州市的衢江區、龍遊縣的大部分地方。

清《康熙衢州府志》載：「盈川縣東距龍游三十里，西離衢州四十里。」盈川山水清秀，文脈源遠流長，有著獨特的地理環境（今距城區不足二十公里）。

古時，錢塘江水運發達，龍游商幫和徽州商幫在盈川彙聚，商客由水路從上游的江山港沿衢江順水而下、從杭婺逆水而上，船經盈川地面，水域寬闊，卸下油米鹽布等日用品，肩挑獸馱，運往上方、峽川等地，又將浙西的土紙、石灰、山貨、竹木等土雜品，裝船外運，繁忙的商貿，促成盈川成為浙西的一個著名埠頭。當年水上帆梢林立，船舶穿梭，岸上屋宇井然，店鋪鱗次節比，商客雲集，蔚成一方巨鎮，時至清末民初，竟有「小上海」之稱。

只是到了二十世紀二十年代，陸上運輸興起，特別是浙贛鐵路通車，錢塘江水運逐年萎縮，古埠交通樞紐位置消失，降格為一個村落。而今，大江上攔洪蓄水建庫，航道淤塞，致使水運廢棄。古埠自此沉寂，逐年淡出視線。

但是，盈川山水清秀，古蹟眾多。康熙《龍游志》有：「盈川山水幽曠，古蹟實侈」記載。盈川碼頭，自古就是衢江通往龍游等地的隘口，成為衢龍交通之主要通道之一，距今已有一千三百多年的歷史（今古渡遺址尚存）。

最勝時，夜宿客船多達數百餘艘。江上水深流急，風景獨秀。古人臨江賞景，前觀大江東去，風帆點點，後望巨樹村舍，田園溪泉。

我們一行，臨江踏勘，舊貌猶存，大有發思古之幽情，只見古埠臨江岸上有幾十級寬約七米石階往下延伸，到江邊有個平台，這就是古埠遺址。眾人上前察看，兩邊用巨大的石塊砌成，有近百米之長。

走到埠頭，泊了一條渡船，艄公五十開外。我們一行上船，他解開纜繩，用竹竿在石坎上一按，便撐竿起航了，不消片刻就到了對岸。

民國至上世紀五十年代，江岸有個涼亭，圓頂翹角，白牆黃瓦，遊客登亭遠眺，水接雲天，大江浩瀚，舟楫出沒，三衢秀色，盡收眼底。

宋代楊萬里有詩〈夜宿盈川市〉：「下灘一日抵三程，到得盈川也發更；兩岸漁樵稍燈火，滿江風露更波聲。」

觀江岸白鷺低飛，古趣橫生，讓人浮想連翩，如果恢復涼亭，岸上築一古衢式樣之酒樓，取名「望江樓」，豈不妙哉！

遊客登樓品茗小酌，推窗外望，可觀「衢江東去，大浪淘沙」，江水漫漫，荒蘆遍野，感受「窗含西陵千秋雪，門泊東吳萬里船」之古趣。

在我們看來，盈川的景觀以及歷史遺存正是旅遊開發不可多得的素材，也是炒起衢江旅遊不可或缺的背景材料之一。

古埠人文綿遠流長

盈川不僅山水秀麗，而且有著得天獨厚之人文脈絡（楊炯）。

可以說，盈川之楊炯，猶如西湖之白居易，對於開發衢江旅遊業有著不可替代的功用。那麼，楊炯為何許人也？

楊炯是唐代文人，才學廣博，文思敏捷，詩文流傳甚廣，與同代的王勃、盧照鄰、駱賓王齊名，史稱「初唐四傑」。

唐如意元年（六九二），設盈川縣。是年暮秋，楊炯授職盈川縣令，輕騎簡從，離開洛陽，跋山涉水，來到盈川上任。到任後，勸農蠶，薄賦徭，政平人和，百姓休養生息，安居樂業。

公務之餘，楊公賦詩作詞，撰文著書，瀟灑倜儻，人稱「楊盈川」。

未料，證聖元年（六九五），衢州氣候反常，盈川大旱，一連數月，滴雨不下，稻田開裂，農田顆粒無收。楊公心憂如焚，焚香祈禱，沐浴齋戒，設壇祈雨。跪求上蒼，普降甘霖，救渡眾生於苦難。可是，自早到晚，依然烈日當空，驕陽似火，不見老天開眼。

此時，饑民哀號遍野，倉空罄懸，餓殍遍地，竟有了人吃人的慘狀。

楊炯面對禾稻枯焦，白骨如山，身為縣令，觀此慘狀，痛不欲生，對天長跪不起，垂涕泣道：「蒼天啊，何掣肘於我？炯為一縣之令，無力解民於倒懸，實愧對蒼生父老！」是日，楊炯「投井自殉，以慰上天。」

次日，狂風大作，暴雨傾盆而注，千畝良田稻禾復甦。盈川百姓，婦孺老弱，傾巢而出，個個笑顏逐開。

當縣民聞訊，楊公以身祀天，無不哀號慟哭。四鄉百姓扶老攜幼，前來焚香叩拜。

宋之問作〈祭楊盈川文〉曰：「屈投汨羅兮君投井，憂國憂民兮同一心；君之赴任兮歡送傾城，君今逝世兮悲泣全盈！」

唐玄宗得知楊炯禱雨捐軀解旱情，至為感動，御題：「其死可憫，其志可嘉」慰挽，敕建盈川城隍廟，祭楊炯為盈川城隍神，加封楊炯為仁祐伯，將城隍廟擴建為三進三十二間。後人有詩歎曰：「精誠動天地，忠義感神明」！

二十世紀九十年代初，楊炯祠由當地村民捐款恢復。一九九八年列為「縣級文保單位」。宜重修盈川城隍廟，江岸築楊公塔，作為衢江旅遊之標杆。

與古村休戚相關的歷史名人還有一位南朝的劉勰。**劉勰**，著有《文心雕龍》五十卷。梁天監七年（五〇八）任太末（今龍游）縣令。

是年冬，劉勰到盈川縣城的大覺寺禮佛，與住持智圓長老言談甚歡。

後來，劉勰將自己費時十年所著

之書《文心雕龍》呈送丞相沈約。

沈閱後，對他的才學極為推崇，大加讚許，逐句評點，《文心雕龍》遂成經典。一日，劉勰與沈約同遊大覺寺，見此地山水清秀，風光秀麗，萌發出家之念，在盈川大覺寺削髮為僧，法名慧地。

（柑桔）秋爽之時，盈川之旅，一可賞水色江天的「三衢勝景」；二是享受近郊古埠休閒遊樂；三可品嘗衢江名產柑橘。衢江沿岸柑橘滿山遍野，特具鄉土色彩。

開發此一地域特色頗濃的「柑橘之旅」，不僅對於遊客有吸引力，而且，對於盈川，對於衢州柑橘推介，衢江旅遊的知名度，都有推波助瀾之功。

（小赤壁）盈川不僅河山秀麗，而且，地勢險要，歷來就是兵家必爭之地，人有「居浙右之上游，控鄱之肘腋，掣閩越之咽喉，通宣翕之聲勢」之謂。

在唐、清、上世紀的二戰時曾是古戰場，兩軍對壘，在此爭奪制高點，攔截江面敵艦的戰例，而今，遺址猶存。

盈川還有一處勝地（深潭仙境），我們沿江踏勘，遺址在盈川古渡百餘米處，碧水深潭，岸邊岩崖峭壁陡立，水深不可測。有鄉人說，有人用四兩絲線繫著石塊沉入水底，仍深不探底。此處懸崖絕壁，地形險扼。

據傳，黃巢義軍在此與敵軍遭遇，一場殊死血拼。嚮導指著高達數十丈的巨崖峭壁，說道，這就是當年留下煙薰火燎的痕跡，人有「小赤壁」之稱。

時至今日，盈川只是一個村落，居民不足九百，旅遊業並未開發。

如果衢江區開發錢塘江上游的旅遊業，以古埠（盈川）文脈為龍頭，打造「關公文化」（關公山）、深山探古（灰坪）、鯉魚跳龍門（天脊龍門）、九壇俗文化、九龍湖休閒為烘托，柑橘類產品作為土特產，加上「浙西大草原」的鄉情野趣，拓展一條具有古衢文化特色的旅遊新線路，應當不是不可能的事。

品嘗烏溪江魚鮮

在衢江踏勘後，已是日暮黃昏，眾人正準備打道回城之時，東道主便說：「走，到石室去吃飯，今天我作東。」

在衢州，石室幾乎成了地方美食的一個代名詞。

何以一個小小的鄉村，有如此吸引力呢？我不由去刨根問底，說出來也不奇怪，石室距衢州城區只有十餘公里，交通方便，浙西名景爛柯山就在境內。這不是根本原因，主因是烏溪江浩浩蕩蕩，自南而北，穿過衢州地面，水到了石室段，清冽甘美，又寬又深，魚類資源豐富，得天獨厚的區位、物產，造就了一方餐飲業的繁榮。

剛到石室，東道主又說，到這裡吃飯的人多，不僅有本地客，還有許多人是從金華等處慕名專程開車過來，足見石室魚香不同於尋常。當然，石室菜餚以它的的野生魚作為招牌。

我們聽說了，不由說道，現在吃野生魚的地方不少，杭州西湖，建德千島湖，湖州太湖，多打著野生魚招牌，莫非石室魚餚還有過人之處？

東道主笑道：「他們那裡的魚怎能和石室相比，烏溪江的水質非同尋常！」

不說不知道，原來烏溪江水庫是全省少有的幾個大型水庫之一，容量高達二十餘億立方米，其地表水可以直接飲用，還用說，好水自然育得好魚！

烏溪江水質好，野生魚種類繁多，數不勝數，什麼鴨嘴魚、將軍魚、太陽魚、老虎魚、跳魚、斑紋魚、汪鼠郎等等，聽了這許多稀奇古怪的名稱，讓人目瞪口呆，多數野生魚的名稱還是第一次聽說，不用說品嘗一下了。

隨著季節變化，無論是種類、魚形，還是魚味，烹飪方法，與外地相比，都有過人之處，而且，當地魚味館燒魚的方法，別出心裁，讓人過齒難忘，滬杭城裡吃不到。

我們四下張望，只見餐館外停著的一排排汽車，人們紛紛停車吃飯，不由說道：「這裡餐館生意不錯！」不料，夥計聽了，卻說：「今天是工作日，人不多，只要到了週末，外地來的汽車一輛接著一輛，想要找個車位都難。」

我們被引進一家酒樓，只見門邊朱紅畫表，柱上各書寫著五個大字：「野魚鮮無比，天下第一樓」。眾人登樓入室，在靠江邊地方占了一張桌子，坐下，舉目四顧，好一座酒店，樓上雕簷映日，畫棟飛雲。

憑欄遠眺，烏溪江煙波浩渺，落日漁舟，不由心曠神怡。

在石室吃飯，主菜當然是剛捕獲的野生魚，品嘗正宗烏溪江野生魚味，就有不同的感受，第一盆上來的是「鴨嘴魚」，第一次聽說這個名稱。

我拿筷子伸進盆內，一夾，果然此魚外形如同鴨嘴一般露出湯面，黑黑的魚皮，圓形的「鴨嘴」，一品嘗，野性十足，肉嫩、魚鮮、微辣，鮮不可擋。

聽夥計說，鴨嘴魚產量有限，衢州城裡也有幾家打著石室魚味牌子的餐館，想要弄一些地道野生鴨嘴魚來擦亮招牌，可謂煞費苦心。

我們在石室吃飯，近水樓台先得月，有著不同的意義。

品嘗以後，東道主引領大家到大盆旁去觀賞了鮮活鴨嘴魚，果真如此，鮮龍活跳，魚體奇形怪狀，算是開了眼。

下一盆是「魚頭湯」，汁水又熱又濃，魚香四溢，面上浮著紅辣椒乾，好大的一盆，盛菜的缸竟是一個不銹鋼大臉盆，人有別開生面之感。

嘗了一口，果真又辣又鮮，特具浙西菜品風味，誇道：「此菜比杭州名菜的『魚頭豆腐』味道還要好！」

東道主聽了，便說：「現在來吃魚頭的人太多了，湯濃、肉嫩、味鮮，大魚頭難買到。市場上，魚身倒是便宜，反而魚頭賣得貴了，物以稀為貴，來遲了，怕吃不到。節假日，客人特多，店家忙不過來。」

接著，便是「清蒸鱖魚」，與別處鱖魚不同的是，外地多是人工飼養，這裡的鱖魚，特色一是野生；二是個大；三是味辣；四是無泥土味；五是特鮮嫩。一品嘗，不由拍案叫絕！

東道主又介紹說，烏溪江鱖魚從催產、育苗，到放養全過程採用生態化養殖。此舉對於烏溪江水庫來說，魚兒彷彿是「清潔工」，既發展了水庫漁業，以利於民生，又使得江面常

藍，庫水常清，乃是一種雙贏之舉。

下一盆菜稱作「酸菜跳魚」，我們大抵沒聽說過什麼叫「跳魚」，聽名稱，心想，此魚莫非會「跳」？其實，所謂「跳魚」，非魚也，乃是深山中的一種蛙類，稱為「石雞」。

此菜極名貴，因為跳魚多生長在深山溪澗，白天潛伏在巨岩卵石縫隙之中，不出來，到了夜深，跳魚才會「跳」出來，因有「喔喔」雞鳴之聲，得名「石雞」。

我品嘗了一下，此跳魚果真比雞肉還要鮮。

聽說，農民半夜打著手電筒出來捕捉，方法是，只要手電筒光亮一照到跳魚的眼睛，不要移開，跳魚便會伏著不動了。小東西怕光、怕亮，農民才上前捕捉。又因為溪澗中常有蛇、蜈蚣之類毒蟲，故而，夜間捕捉極為不易，拿到了石室，價更高。由於跳魚過於稀罕、昂貴，衢州人才有了「貴客臨門，不吃跳魚，不算敬客」之說。

上的湯菜，稱作「烏溪江銀魚羹」，銀魚在江南一帶很普通，只是此魚要求的水質甚高，在市場上已經不多見了。由於烏溪江仍保持著國家一級水質。因而，產量豐富。烏溪江銀魚的特色是體小，透明見骨，人有「形似玉帶錦葉，味若天宮仙饈」之說，已成為魚中珍品，外地很難吃到。

又上來的一道菜，叫做「土雞大王蛇」，聽菜名，就「土」得可以，也是石室名餚之一。用土雞燉大王蛇肉，別處沒有聽說過，味道鮮美，自然不在話下，在石室能吃到，就覺得稀罕了。

好菜，當然要有好酒配。烏溪江水好，古代石室以盛產美酒而名，民國《衢縣志》說：「酒，古以石室酒為名。今不知釀法，惟有三白酒通行，然亦有遂安人釀造。」什麼叫「三白」？向以「曲白、水白、酒白」而揚名，名泉、名水出得名酒，以烏溪江得天獨厚的水質而言，加上石室「酒文化」的沉澱，開發烏溪江旅遊業後，古酒美食文化再造，理應不會讓人感到意外。

本刊稿約

一、本刊園地公開，歡迎同鄉先進及青年鄉友踴躍投稿。

二、來稿內容請以下列範圍為主。

1. 浙江各地名勝、古蹟、物產、風俗習慣之記述。
2. 浙籍先賢傳記軼事及著名人物之介紹。
3. 浙籍旅臺人士奮鬥成功事蹟。
4. 浙江各縣地方文獻與掌故。
5. 浙江各地在抗戰期間之感人故事。
6. 家鄉探親旅遊之報導。
7. 大陸家鄉建設新貌及投資環境介紹。
8. 浙籍同鄉好人好事之表揚。
9. 其他。

三、來稿文字以隽永、簡潔、幽默、通順為主，文長請勿超過三千字，涉及人身攻訐者免投登。

四、來稿文責自負，文末請具筆者真實姓名和地址，發表時採用筆名聽便。本刊對來稿有刪改之權，不願被刪改者請預加說明。

五、來稿請用有格稿紙單面繕寫清楚，並加標點，最好以電子檔傳輸；已在其他刊物發表過者請預加聲明，以便酌情轉載。恕不退稿請自行影印留底。

六、惠賜稿件，概以致贈本刊為酬。

七、來稿請寄臺北市羅斯福路三段二七七號二樓《浙江月刊》編輯部收，或 E-MAIL：tpzhejiang@gmail.com。

國樂淺談

王輔羊

國樂除了有美妙的旋律外，還反映出禮儀和固有道德之傳統關係。

保存於我國儒家的生活方式，強調事物需合乎節度。孔子認為音樂是儒家體制主要的一個部分，有助於提供必要的修行和適度的欣賞價值。孔子時代的《孝經》有云：「移風易俗，莫善於樂」以白話說：「想要移風易俗沒有比音樂更好的東西了。」

國樂是國家制定之音樂，以備祭祀慶典、賓客、兵戎之用。如遼有國樂、雅樂、大樂與散樂之分，見《遼史・樂志》：「遼有國樂，猶先王之風；其諸國樂，猶諸侯之風。」也指我國傳統的音樂。雅樂是用於郊廟朝會的正樂，《論語・陽貨》：「惡鄭聲之亂雅樂也。」《漢書・五三・河間獻王傳》：「武帝時，獻王來朝，獻雅樂。」雅樂乃俗樂之對稱，我國古代帝王祭祀天地、祖先及朝賀、宴享時所用的樂舞。周代用為宗廟之樂的六舞，儒家認為其音樂「中正平和」，歌詞「典雅純正」，奉之為雅樂的典範。歷代封建統治者取得政權後，循例都制作雅樂，以歌頌本朝功德。漢代以後，雅樂由太常或太常寺掌管。

散樂為古代舞樂名，原指周代民間樂舞，包括俳優歌舞雜奏等，因不在官樂之內，故稱為散，歷代有之。梁武帝以來，成為民間及從西域傳入的樂舞雜技表演的總稱。《周禮・春官・旄人》：「掌教舞散樂、舞夷樂。」鄭玄註：「散樂，野人為樂之善者，若今黃門倡矣！」

在古代，國樂幾乎完全是用於儀式中的。它在處理政務上佔有一席重要的地位，被認為是教育系統中必修的一科（孔子教學以六藝為主：禮、樂、射、御、書、數六科）。儀式音樂出現於寺廟內的宗教儀式上及朝廷的非宗教儀式中，周朝時，政府甚至設有樂官，專管音樂之事。

國樂大盛於儀式，並不表示缺乏感情。西元前二二五五年，虞舜作韶樂，春秋時孔子聞之讚美，《論語・述而》：「子在齊聞韶，三月不知肉味。曰：不圖為樂之至於斯也！」

我國民間音樂常在戲院中表演，它的聲量大而粗糲，有時帶有些清越之音，劇樂即屬此類。因為要訴諸一般大眾，故其腔調已變得平易近人了（如下里巴人，俚俗之歌也。《文選・宋玉・對楚王問》：「客有歌於郢中者，其始曰下里巴人，國中屬而和者數千人。」按：此謂鄉曲蠻歌，人人所能也。）樂譜限於十四首或三十六首調子，以變奏曲和裝飾音之加入來因時因地而制宜。這就是為什麼一齣新戲，即使你首次聽到，也會聽起來有似曾相識之感。

民謠也是我國傳統音樂的一部分，工人工作時唱歌以自娛，農人唱歌以慶豐年或合奏播種的樂章，如今這種曲子仍隨處可聞；它們與別國的民謠相似，簡單而有韻律。

民歌是民間文學的一種，一般是用口頭創作、口頭流傳，並在流傳過程中經過不斷改良。我國民歌的曲調豐富多彩，有優美抒情的山歌，節奏強烈的勞動號子，流利暢達的小調等。各個時代優秀民歌都是各民族文藝中重要的組成部分，對詩歌的創作和發展起了推動的作用。

俗樂是古代各種民間音樂的泛稱。宮廷中宴會時所用俗樂稱為燕樂，亦作宴樂、讌樂，其名始見於《周禮・春官》，為天子及諸侯宴飲賓客時所用的音樂，一般采自民間俗樂，以別於廟堂典禮所用的雅樂。隋唐時期，在漢族及各少數民族民間音樂基礎上，吸收部分外來音樂，形成了供宮廷宴飲、娛樂時用的九部樂、十部樂、坐部伎、立部伎等，統稱為燕樂（見杜佑《通典・坐部伎》），曾盛極一時，獲得高度發展。宋朝沈括把含有少數民族和外來音樂成分的漢族民間音樂「清樂」，稱為燕樂（見《夢溪筆談・樂律》）。隨著民間音樂的演變，各代宮廷燕樂的形式也有所不同，如漢時有相和歌、百戲等，唐時有歌曲、舞曲（包括大曲、法曲）、戲弄等，宋代以來有雜劇、傳奇等。

國樂獨特的地方是其與語言的關係密切。中國話是一種多變化的語言，在說完與開始唱之間有難以區別的特點。

自古以來國樂曲子即很少用到和聲，即使以前的合唱作品也只是同聲合唱罷了！但自音樂家們開始帶來西方的樂理並運用於國樂中後，和聲才被介紹進來，至今已不覺得新鮮了。

縱然是無和聲存在時，國樂也並不簡單。一個傳統的音樂家於國樂中使用八十四個音階，以別於西樂之十二個長短音階。

國樂記譜法也是很複雜的，所以對於現代國樂家之轉而使用西樂記譜法，不必大驚小怪。

原始國樂之管弦樂隊所用樂器是用自然界中的八種材料製作而成的：皮、石、蘆葦、金屬、黏土、木、竹與葫蘆。今天的國樂器可因其發聲方法而分類為絃樂器、管樂器及打擊樂器三種。

打擊樂器在中國的戲園子裡決定了動作和歌唱的節奏。它們在旋律上形成一種同音異義字的背景。

常用於現代國樂中的其他樂器有：琴、瑟、琵琶、簫、排簫、洞簫、笛、笙、箏、管子、嗩吶、三弦、二胡、高胡、中胡、大胡、低胡等。

古典的國樂繼續不斷地大眾化，許多學校與音樂學院裡視其為正規的學科。研究與改進古典音樂的組織已經建立。中華國樂協會之下，有些附屬團體致力於發展地方音樂。

協會重新演奏古代的樂曲，並準備將它們譜成新曲。新作的曲子脫胎於古典，有些曲名如詩，好比什麼「高山流水」和「畫夢」啦！

新的樂器已被引進，諸如「魁鼓」琵琶和半音調膜笛。其餘像什麼十七管笙，仍在實驗階段。大部分的改進集中於音量和音色之壓制方面。

來聽這些古代樂器演奏的那些人們，已學會不去找尋熟悉的和弦或旋律了。國樂到底不同於西樂，它應是聽起來和平沉靜而兼有儀式的味道，應知它在一個極端的古文明中扮演著一個非常重要的角色。

九龍山裡聽蟬鳴

遂昌 朱育新

炎炎夏日去九龍山國家森林公園小住幾天，令我感到新奇的是，隔山蟬鳴此起彼伏，自晨至夕，不絕於耳。那吱吱的蟬鳴聲且一陣又一陣連綿，由低而高，由遠而近；如萬豆滾竹，千里鳴沙；一波一波撲窗而來。濃蔭處，不知藏有鳴蟬幾何。蟬多勢眾。鳴聲交織起伏，氣勢昂揚。問了行家方知滿山遍野、懸崖峭壁生長的闊葉林竟有二百多個樹種，其中有水青岡等十多個珍貴樹種。此類樹樹葉的氣味能驅蚊滅蚊，非常有利於蟬的繁衍與棲息，所以林中整日蟬聲不絕。

九龍山國家森林公園雖然地處浙西南遂昌縣西部山區，我卻挺喜歡她。前些年由於工作原因，老是往那裡跑，還曾兩次登上海拔一千七百多米的主峰。散文〈綠色明珠九龍山〉還獲得某地市級報刊旅遊徵文的一個小獎呢！

在我的印象裡，孩提時玩性最濃的季節當是盛夏。盛夏之時，除了下河游泳，我們便是覓蟬洞、拾蟬蛻。

蟬，有個雅稱，喚作「齊女」。相傳，齊國王后因與齊王鬥氣而死，化為蟬，飛到庭院樹上哀鳴，齊王聽後悔恨不已，故後人稱「蟬」為「齊女」。

每每聽聞蟬的第一聲鳴叫，小夥伴們便綻開了笑臉。我們與蟬們的遊戲正式登場了。那時我們住在一個小鎮上，少有的水泥路面，加之滿是白楊樹、楊柳樹、梧桐樹，以及眾多分隔道路之用的叢叢冬青樹，故這裡成了蟬們生活的好去處。

蟬從幼蟲鑽出地面變為成蟲，往往選擇在夜幕降臨之後。於是吃過晚飯，小夥伴們便三五成群拎上一個小竹籃去覓蟬洞了。蟬在臨出洞時，通常是用前腳挖泥的，且因為用力不大，所以洞總是從小到大，顯得很有規則。在淡淡的月光下，即使是極其微小的洞，只要給人以幽深的感覺，我們馬上可以認定，下面有蟬。而輕輕一按洞穴，伸下食指，一俟蟬本能地用前腳鉤住，你就可以將蟬起出洞外了。蟬在幼蟲時靠吸食植物根的汁液生活，所以，覓洞只須在樹周圍進行就可以了。如若蟬洞大開，那麼，從周圍樹上尋其蹤影就可以了。

拾蟬蛻，雖不像覓蟬洞那樣讓人感到刺激，但也無不令人收穫一種通過自己的勞動而獲得成功的喜悅感。因為蟬蛻是中藥的一味，有治療破傷風、中耳炎的功效，賣給中藥店，既能為社會作點貢獻，又可以作為自己秋季開學的學費支出。於是，除了晚上去找蟬蛻外，一大早我就揉一揉惺忪的睡眼，拎一隻小竹籃，背一根小竹竿，與小夥伴們一起繞著樹去拾蟬蛻了。依洞循跡，要不了一小時，就可拾得二、三十只蟬蛻。或許有人會說，如果誰起得早，趕在其他夥伴前，興許還可以拾得更多。殊不知，當年小夥伴們之間有個約定，誰起得早

，誰就要負責通知其他人，這叫公平競爭，友誼競賽。因為有約在先，大夥兒皆自覺維護，所以小夥伴們之間幾乎沒有紅過臉。這份難得的童真，這份淳樸的友情一直留在心間，揮之不去。

少年時，隨母親住在學校宿舍。夏晚納涼，鄰居聊天，常有蟬聲夜鳴相伴。令人想起古人詩句，如「夜深露濕簟，月出風驚蟬」，「明月別枝驚鵲，清風半夜鳴蟬」之類。

那時，鎮上中小學合併為一校園，我隨母住在小學教師宿舍，在校園東面；中學教師宿舍在校園西面，搭有一側屋，住有中學賴老師，他畢業於廈門大學，飽讀詩書，已經上了年紀。

暑假，剛上高中一年級。王同學約我一起向賴老師請教古詩。賴老師是我們班的語文老師，我欣然前往。柳樹蔭下的賴老師從籐椅上坐起來，教我們讀古詩。老師拖長聲音念到：「日照香爐／生／紫煙，遙看瀑布／掛／前川。飛流直下／三千／尺，疑是銀河／落／九天。又囑：記住：仄仄平平平仄仄，平平仄仄仄仄平平。平平仄仄平平仄，仄仄平平仄仄平。又再三解釋，平聲可以拖長，仄聲不能！記住了嗎？一個『生』字把煙雲冉冉上升的景象寫活了。一個『疑』字，用得空靈活現，若真若幻，引人遐想，增添了瀑布的神奇色彩。」

於是王同學與我一起拖長聲音念古詩，在紙上為平仄做記號，用「－」代表平聲，用「v」代表仄聲。這時教師宿舍旁柳樹上的鳴蟬便吱吱地來湊熱鬧，好像也對古詩頗感興趣。後來王同學與我各奔東西，彼此很少見面了。

睡在深山中的賓館裡，昨夜睡得很深。醒來晨曦初露，便聽見一隻嗓音格外嘹亮的蟬於山野靜謐之中突發「音響」，悠悠然領唱「起音」；只三兩聲，便引來萬蟬齊鳴，頓時形成一個大型合唱團的聲勢。這樣的合唱，從一開始就整齊而規律，齊唱一曲，必休止片刻；接著第二次齊唱，如此循環往復，節奏井然。轟然齊唱則山鳴谷應，遽然停歇而萬物俱寂，時唱時停，或抑或揚，似乎訓練有素，有約在先。鳴蟬們只顧起勁地唱著，不管吹毛求疵者譏之為「單調」或諷之為「聒噪」；也不管評頭論足者，指責這不像「通俗唱法」，那不像「美聲唱法」。它們只知道不遺餘力無休無止地唱著，唱著。令人驚歎的是，如此引吭高歌，竟然持續一整天，一直唱至暮色蒼茫時分方漸漸停歇。那情景，正如宋代詩人楊萬里所描繪的「日落無情最有情，偏崖萬樹暮蟬鳴」。

這蟬聲，在我看來，恰似那婉轉如清泉的流響，清亮像湖心的波浪，粗獷像莊稼漢的呼吸。聽著聽著，我的心兒也癡癡地醉了。你靜靜地細聽，蟬聲裡有一種柔婉與親切，恍如孩提時搖籃邊母親哼的催眠曲，給自己營造了一個恬淡的夢境。

蟬，是自然界的精靈；蟬，是通過自己的鳴叫，表達著生命。蟬以樹汁和露水為食，其壽命一般是數日或數週，確很短暫，以「露水命」喻之亦不為過。「同飲玄天露，何辭高柳寒」、「飲露身何潔，吟風韻更長」。於是我油然想及蟬們是因為自知生

命轉瞬即逝，於是才更加珍惜時光歲月竭盡全力拼命地狂歌不息。如果說，沒有蟬鳴的夏天不免顯得枯燥乏味，那麼正是因為蟬們的鳴叫，才完善了夏天的美學，豐富了夏季的內容。

蟬們總在激情的夏季，用自己的鳴叫，唱出屬於自己生命的歌。它們那充滿原生態的歌聲，彷彿是從喧囂的世界裡傳出的純淨清脆的佛音，衝擊著我的聽覺，震撼著我的靈魂。這時，我走近賓館門外的一株大柳樹下，屏住呼吸靜靜地望著蟬，蟬把嬌小的身軀低伏在樹枝上，隱藏在綠葉下最小的角落，頭朝上，安然地鼓動著翅膀，仍舊繼續唱著自己的歌。

這是夏季才擁有的歌。這是心中的歌。在聆聽鳴蟬放歌的時候，不知為何，我會在心裡默默地想起徐志摩，想念徐志摩的詩：

「等候它唱，我們靜著望，
怕驚了它。
但它一展翅，衝破濃密，
化一朵彩雲；
它飛了，不見了，沒有了—
像是春光，火焰，像是熱情。」

科學實驗證明善惡有報真實不虛

本刊編輯室

有句耳熟能詳的古話說：「善有善報，惡有惡報。不是不報，時辰未到。」大家一聽便知這不過是勸人去惡行善的一種道德勸說。然而時至今日科學昌明的時代，這句話的真實性竟有科學實驗證明了它的真實性。

英國加德夫大學和美國德州大學的聯合研究顯示，「惡有惡報」是有科學根據的。在神經化學領域的研究中科學家發現了一種現象：當人心懷善念、思考正向積極，生活得很陽光時，體內會分泌出令細胞持續健康的神經傳導物質，免疫細胞變得活躍，較不容易生病，正念常存，人的免疫系統就強健；反之，心存惡意、負面思考、常生活在悲痛中時，正向系統被抑制，啟動了負向系統，神經系統向反方向發展，身體機能的良性循環會被破壞，身體健康程度也會急速下降。

一份題為〈壞心情產生毒素〉的報告，也證實了這項研究。在一項心理實驗的測試中，科學家發現大腦中如果存在惡念，會逐步引起身體上化學物質的變化，血液中會產生一種毒素。一個心理正常的人，如果向冰杯內吐一口氣，凝結在冰杯上的是無色透明的物質；而如果情緒處在怨恨嫉妒狀態下，所吐的氣在冰杯上的凝結物會呈現不同的顏色。通過化學檢驗發現，這些凝結物裡存在一定比例的毒素。

量子力學認為構成物質最小的單

位是波，而波是虛無的，是沒有實體的一團能量。科學家稱這種能量為「超弦」，老子叫它做「道」，無論是好人或壞人，最終都會以能量的方式存在這世間。你所做的任何事情，最終都會以相同的方式回到你身上，就是所謂的報應。至於何時以什麼方式反噬，則視因緣成熟的時間而定。

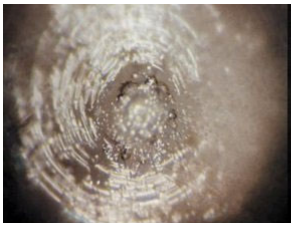
每個人的善惡念頭都會產生能量。你可能會說，這都是心理暗示作用，且每個人的道德觀念不一樣，善惡也沒有固定的標準，好壞都是人類自己定義的。如果一個人不是在人類的道德標準下長大，他的身體也就不會被這些所謂的善惡影響了。然而，科學家發現善和惡的念想會產生不同的能量頻率，其物質特性也不相同。

「人之初，性本善。」剛出生的嬰兒不懂善惡之分，他們的本性都是善良的。當一個人在說謊、騙人時，他的情緒無論控制得多好，生理狀況也會出現不由自主的變化。現代社會的測謊儀正是根據這種狀態研發出來的，身體機能會隨著某種客觀的特性運行，不會隨著人的思想狀態而改變。

江本勝博士對水進行的實驗

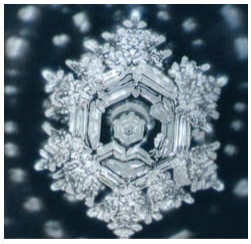
日本江本勝博士對水進行了系列的實驗，只要是天然無污染的水源都會呈現美麗的結晶。進而讓水聽音樂，以幾近天方夜譚的想法，給水聽貝多芬「田園交響曲」，呈現的結晶一如明朗爽快的曲調般美麗而整齊，聽莫札特充滿祈望的第四十號交響曲時，結晶體也呈現華麗的美感；若聽充滿憤怒、反抗語言的重金屬音樂，結晶呈現的竟然是凌亂毀損的形狀。後又想到讓水閱讀文字，在水瓶上分別貼著「愛與感謝」及「混帳」的字樣，結果揭曉，大出意料之外。看到「謝謝」的水，呈現的結晶是清楚而美麗的六角型；而看到「混蛋」的水，呈現的結晶則和聽到重金屬樂時一樣，是細碎零散的結晶。

看到「愛與感謝」水結晶幾近完美

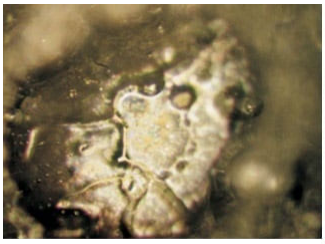


看到「混帳」水無法形成結晶

江本勝博士又曾對一湖水進行實驗，邀請了一群人對湖水祈禱，檢驗祈禱前後水的結晶，也發現祈禱後的水結晶非常美好。當水接觸到積極鼓勵善良的訊息，或在一個優美的音樂環境中時，水結晶會出現絢麗的形態，但如果接觸到的是仇恨謊言等負面的訊息，水結晶則會呈現扭曲變形的狀態。當你喝水時，以不同的心情，水也會回報你不同的結晶，所以要常懷感恩心。這些實驗結果似乎表明，世間萬物皆有靈，善惡在自然界中得到了最純粹的表現，並非是人類創造的概念。水佔人體重的百分之八十，當人處在不同狀態時，身體機能也會隨之發生不同的變化。這些科學依據似乎驗證了古人智慧的正確性。



祈禱後的湖水結晶



祈禱前的湖水結晶

這些實驗讓我們瞭解到日常生活中說話措辭的重要性。使用友善、溫柔軟語，會將事物帶向好的方向；惡言相對則會帶來負面不好的結果。

常做善事可延年益壽

美國耶魯大學和加州大學合作研究「社會關係如何影響人類死亡率」，工作者隨機抽取七千人進行長達九年的追蹤調查。統計研究發現，樂善好施且與他人相處融洽的人，其健康狀況和預期壽命明顯優於常懷惡意、心胸狹隘、損人利己的人，後者的死亡率比正常人高出一點五到二倍之多。此實驗在不同種族、階層、健身習慣的人群中，都得出了相同的結論，於是科學家公布了研究結論：行善能延長人的壽命。更多不同的實驗皆得出了相同結論，即純淨、慈善、正面的思想狀態能令生命健康喜悅，而惡念會讓機體組織失衡與病變。

付出之時立即得回報

美國凱斯西儲大學生命倫理學教授史蒂芬波斯特和小說家吉爾奈馬克從現代科學和醫學的角度出發，對人的各種善行，在付出與回報之間究竟能產生什麼樣的關係進行深度研究。研究人員制定了一個詳細的測量表，並長期追蹤一些樂於付出的人，分門別類的對每一種「付出」帶來的「回報」，進行物理統計和生理分析，從而揭示了「付出」產生的醫療作用和快樂指數。宅心仁厚、樂善好施的人，其善行確實對自身心理和身體健康產生巨大深遠的影響，其社會能力、判斷能力、正面情緒以及心態等都會全面提升。哪怕只是一個會心的微笑，傳遞一個友好幽默的表情，都會引起唾液中免疫球蛋白濃度的增加。

正氣內存自然得健康

綜合四十多所美國主要大學一百多項研究成果，並結合長期追蹤的實驗報告的資料，得出了令人驚訝的訊息：善良的行為，比如讚美、寬恕、勇氣、幽默、尊重、同情、忠誠等等，這些行為的付出顯示：「付出與回報之間存在著神奇的能量轉換祕密，人在付出的同時，回報的能量正透過各種形式回饋給付出者，只不過大多數情況下，自己渾然不知而已。」美國一項多年研究統計發現，青少年罪犯要比同年齡守法的青少年身體強壯許多；但是，當這些人進入中年之後，身體情況每況愈下，亦可見報應不爽。

從這些科學研究來看，善惡有報已經超越了有神論所宣導的生命價值取向，它是人類在此基礎上發展和生存的規律。科學研究也從側面證實了，古人相信善惡有報，並不是思想的封閉和愚見，而是古時代人類群體對待生命的根本看法。

對善惡有報的相信，也正說明人的思想是開闊的，開明的。心態的開放傳達著生命對未知事物保持的謙卑。

奉化八大傳統名菜（下）

寧波 鄭傳良

四、烏狼鯗烤肉

它是奉化人對河豚魚乾的俗名，也是商業上對它的一般稱呼。

「烏狼鯗烤肉」，這道奉化地方傳統名菜最具奇特色彩，又是冒險、刺激性強的一味「嗄飯」，唯獨奉化最流行，為奉化人食河豚有術及巧妙的方法。因此有人稱奉化人為「拼死食河豚」的「食河豚魚之鄉」。

我國東海產河豚魚約有三、四十種之多，主要有紅鰭東方鮄、假睛東方鮄、星點東方鮄、鉛點東方鮄、豹紋東方鮄、條紋東方鮄、蟲蚊東方鮄、弓紋東方鮄及多種刺鮄。河豚魚肉質厚實，細膩不油膩，少骨刺，且香醇鮮美，味道超過鰣魚、鮑魚和石斑魚，其鮮嫩可與五香牛肉相媲美。

河豚乾（烏狼鯗）為魚乾中的翹楚，營養也很豐富，含有蛋白質、脂肪、鈣、磷、鐵、維生素A、B1、B2及尼克酸等多種營養素；但其卵巢、肝臟、外皮、腸子、眼球、魚鰓、腦髓、血液、精囊等含有劇毒；可是大部分河豚魚的肌肉無毒且腴美，營養價值高；不過食用之前，一定要由行家作嚴格處理，徹底清除魚體上殘留的所有餘毒。

奉化人凡過年度節，不論貧苦富裕，家家戶戶，多多少少總要採辦，烹調，饒有風味，堪具地方特色的「烏狼鯗烤肉」這道名菜。餐桌上如沒有這道菜，即意味著宴席不豐盛。

烹飪方法：選肉質厚實，白淨魚乾，切去頭尾，將它表皮上殘留的棘刺，用火炭燻燒，再用刀鏟刮淨燻燒的焦刺，然後把整條鯗魚注入水中，泡浸使它變軟，待肉發軟後，撈起用菜刀，將它切成小塊（如三塊雀牌拼合那麼大小），計半市斤（二五〇克）放入高壓鍋內；同時再加入夾精帶膘的，切塊五花肋豬肉三市兩（一五〇克），毛筍乾塊，配加食鹽、黃酒、醬油、生薑、糖、水等調味佐料，加蓋，經烈火高溫猛燒，高熱烤煮三刻鐘後，改用小火燜燒，使其入味，稠濃滷汁，加微量味精即成。

「烏狼鯗烤肉」菜係肉、筍、鯗三者合煮，其特點是油而不膩，鮮而不腥，常成膠凍狀，是奉化人心目中和筵席上的美饌佳餚，也是專供產婦坐月子時食用的補身菜之一，它可與閩人供應產婦食螟脯鯗（墨魚乾）、桂圓肉煮蛋，粵人的蛇餐佳饌等相媲美。

五、鴨子芋艿

芋艿名氣在奉化當地十分響亮，是傳統地道的「拳頭產品」；如今在全國的知名度也很高，奉化因而被稱為「芋艿之鄉」；而芋艿在當地被譽為「羅漢聖果」的美名。

早在南宋寶祐年間（一二五三～一二五八年），奉化已栽種芋艿，迄今已有七百多年的歷史。本世紀三十年代，奉化芋艿就以個大、皮薄、形圓、光滑、肉粉、無筋、味美、含澱粉多，而聞名中外。一般芋艿頭，每個重一公斤；最大的可達二公斤左右，而且久儲不壞。經煮熟後，既可作

點心充飢，又可成菜餚下飯，同時還可加工製成芋艿粉絲和葡萄糖。

奉化所產的芋艿頭，以剡江中游的蕭鎮、前葛、牌亭、青雲、長河塘一帶最負盛名。它富含澱粉、蛋白質、糖類、脂肪、多種維生素A、C、鈣、磷、鐵等無機鹽成分。其食用方法很多，可以紅燒、白切、煨豬蹄、燒鴨肉等方式吃；「排骨芋艿煲」、「芋艿炖雞翅」、「芋艿石斑魚」、「芋艿海鮮羹」、「燒鴨芋艿汁」已成為風靡浙東的名菜，吃起來均別有風味。

「芋艿燒鴨子」是寧波、奉化當地每年中秋節時的一道名菜。其用料是當地產正宗的香廣芋艿子和當年養大的麻鴨（綠頭鴨、呆大鴨也可，不宜用北京鴨，因它太肥油）；調料是蔥二克、黃酒二十五克、食鹽七點五克、味精一點五克、清湯二百克、熟豬油五十克、生薑片五克。

製作方法：將重六百克芋艿子去皮，洗淨，把每隻芋艿從長的方向一刀切為兩半，然後放在湯鍋中煮沸，使芋艿熟透後；再摻入清湯二百克，將切成塊鴨肉或整隻鴨脯放入鍋中共燒，經旺火二十分鐘（火候），再加入黃酒、食鹽、生薑片，文火燜燒五分鐘後，添加味精和蔥，淋入熟豬油即成。

此菜為當地時令性強的風味美饌，金秋時節，所種植的芋艿成熟、飼養的麻鴨肥嫩；主要由芋艿、鴨子二大味合煮，成菜色澤乳白，鴨酥芋糯，原汁原湯，鮮美潤滑。麻鴨細嫩，含脂肪較少，其肉性甘、鹹、涼，含較多動物蛋白質、硫胺素、脂肪、鈣、磷、鐵等微量元素，和維生素B1、B2、E及煙酸等成分。煙酸可擴張血管，降低膽固醇，促進細胞新陳代謝。尤其是老年人，食之有鎮靜降壓，補中益氣，祛病延年的功效。

六、冰糖甲魚

此味菜，流傳在浙東寧波、奉化一帶，至今已有二百多年歷史，是一道傳統名菜，也是當地正宗甬幫、奉幫大菜館的看家菜。

製作時選用肉質鮮嫩，生活在沙質河溪中，野生的尚未產卵重一斤以上的甲魚；如今罕見野生的甲魚，多為人工養殖。甲魚俗稱鱉，又名團魚、元魚、水魚、腳魚、團菜、王八等，正式名稱應叫「中華鱉」，屬爬行類水生動物。

甲魚含有豐富的蛋白質、鈣、磷、維生素A、B1、B2、D、脂肪、糖類、煙酸以及動物膠、角蛋白、碘等物質。營養價值極高。不論是紅燒、清蒸、清燉還是砂鍋、製湯味道都極鮮美，特別是背甲周圍的柔軟表皮部分，俗稱鱉裙邊，不肥不膩，更為膾炙人口，歷來為筵席上乘名菜。

甲魚肉性味甘平，具有滋陰涼血的功效。《日用本草》載：「補勞傷、壯陽氣、大補陰之不足，有養陰清熱，平肝熄風，軟堅散結合的功效。」品質好的甲魚頭不腫脹，軀體部腹面不紅身上無髒傷，翻轉使背部朝下，能自動翻轉。反之，則品質較差。

製作方法：選肉質鮮嫩，尚未產卵，重一市斤左右的活甲魚二尾，經宰殺、洗淨，用攝氏九十度熱水泡一下，褪去表皮，用刀切去嘴、尾、爪、內臟及背殼尖骨，每尾甲魚切成六塊，待用。

接著，在鍋內注入清水五百克，把甲魚塊落鍋。加入黃酒半市兩、薑塊、蔥結，燒沸後，改用小火燜爛。另取隻炒鍋，置中火上，下入熟豬油一市兩，投進蒜瓣，生薑，將甲魚連同原汁一起下鍋。加入黃酒、冰糖屑二市兩、筍塊、醬油、米醋。燒沸後，改用小火，燜煮五分鐘。再用旺火收濃滷汁、勾芡，熱油緊裹住甲魚塊，放入蔥，燒至起泡時出鍋裝盤，兩邊綴上冰糖半市兩即成。

此菜特點，係用芡汁熱油緊裹甲魚，色澤光亮，甜酸鹹香，綿糯潤口，味道鮮美，熱度能維持較長時間。

七、清蒸河鰻

清蒸河鰻是當地的傳統名菜，製作此菜，選料講究，原以「溪谷中，沙地質，野生，斤重鰻，宰殺」，現溪坑鰻少見，故一般取用冬季背黑、肚白、嘴小，頭大，重約六百五十克的河鰻為佳。

河鰻的正式名稱叫「鰻鱺」，又名花鰻、白鱔，蛇魚等，為魚綱鰻科水生動物。體長呈圓筒形，具有洄游性，每年春季有大批線鰻，自近海進入江河，秋冬入深海生活，主要生活在溫熱帶的淡水中。肉質細嫩，味極鮮美，為高級食用魚類，民間視為滋補食物。

河鰻營養十分豐富，主要含有蛋白質、脂肪、糖、鈣、磷、鐵、維生素A、B1、B2及尼克酸等多種成分。鰻魚性味甘平，具有補虛羸、祛風濕、殺蟲的功效。用於治勞虛、補五臟、暖腰膝、起陽氣、治風疾、小兒疳積及婦女崩漏等症。食用對病癒滋補，增強體質，有一定功能。

製作方法：活河鰻二條（肉淨重八百克），經宰殺，洗乾淨，用沸水泡去周身的黏液，並把腹中腸子取出，然後斬去頭尾，切成四五厘米長，置入碗中，加黃酒、食鹽、生薑及醬油。

然後放到鍋裡用水蒸，煮沸後，改用文火燜蒸三十分鐘，揭鍋蓋檢視，薄如蟬翼的鰻皮不使有半點破損的為佳。成菜肉色白而乳黃，皮呈灰藍色，鰻肉酥爛，鮮嫩，綿糯，香醇，油光厚溢，味鮮略甜。

八、奉化搖蚶

奉化搖蚶即奉化象山港邊產出的蚶子，簡稱「奉蚶」，又稱「血蚶」、「寧蚶」、「本蚶」、「泥蚶」，為佐酒上品，它是我國著名食用貝之一。奉化搖蚶列入「古代珍稀貴品」，久負盛名，曾是貢品。清代詩人袁枚（一七一六～一七九八年）在《隨園食單》中云：「蚶出奉化縣，品在蚌蜃蛤蜊之上」。

蚶屬軟體動物門瓣鰓類斧足綱，棲息海水生活，貝殼形如心臟，外殼厚而堅硬，兩殼不等，表面有三十五條從殼頂放射至殼緣的肋，呈瓦壟狀，殼邊緣呈鋸齒狀。別名瓦楞子、魁蛤、復螺、赤貝、麻蚶等。生活在淺海泥沙或岩礁隙縫中。在奉化象山港邊的莼湖、石沿、鮚琦、桐照、棲鳳、楊村、松嶴等地一帶，養殖蚶子已有三百多年的歷史。

蚶肉中含有十餘種氨基酸、粗蛋白、鐵、維生素A、B1、B2、C、煙酸等，其氨基酸大都是人體蛋白質代謝所不可缺少的物質。奉蚶有別於毛蚶，它形圓、味美、血多、殼薄、無含口泥，肉質豐滿，營養價值高，尤其蛋白質含量更是豐富，它是冬季

，特別在春節期間，作為待客酌酒最佳美食之一。

蚶肉味甘性平，有補血、溫中、健胃的功能。其殼甘、鹹，能和胃制酸，化痰軟堅，散痰消積。明代著名家醫學家李時珍（一五一八～一五九三年）在《本草綱目》中云：「鹹走血而軟堅，故瓦壟子能消血塊，散痰積。」

烹製方法：將奉蚶（七百五十克），外殼洗刷乾淨至發白，投入沸水中略燙，翻動幾下，見蚶殼欲開時，迅速撈起，剝去半邊殼，排放在菜盤中，撒上薑末、蔥末、胡椒粉、淋入醬油、黃酒、麻油即成。

成菜肉嫩潤滑，清鮮味美，是浙東地區民眾春節前後的一道上等佐酒冷盤菜餚。也可將鮮蚶，用皿器裝浸在醬油中（加上少量黃酒）醉漬，密封儲藏在陰涼處，時間約一個月，即可啟封食用。此是老年人與婦女理想的粥、食稀飯的美菜，據說是補血高檔健身營養品呢！

以上是奉化八大傳統名菜介紹到此完畢。不過現在人們生活水平普遍提高，以往被視為「大嗄飯」的醬烤豬頭、紅燜羊肉、皺皮油肉等，迄今有二三味菜已難登大雅之堂，在筵席、酒樓或飯店內難得看見了。

女性保健常識

呂瑗伶

月經不來可能的五大問題

一、壓力過大

壓力增大會使壓力賀爾蒙升高，進而影響到性賀爾蒙的分泌，所以常見到壓力過大導致月經延遲或沒來。

二、極端飲食

為了減肥採取極端的飲食控制，包括不吃澱粉，三餐只吃水煮或去皮的肉，使身體感到壓力倍增，缺乏必需的脂肪酸，也使性賀爾蒙元素有不足的現象。

三、過度運動

適度運動為平日增添益處，如體力充沛、精神旺盛等，但每天高強度的重量訓練，也會影響其賀爾蒙分泌。

四、環境賀爾蒙

雙酚A、鄰苯二甲酸脂、戴奧辛等，因其結構與性賀爾蒙類似，在過多的接觸下對人體內分泌產生干擾，包括成人不孕、小孩性早熟、相關癌症等。

五、婦科問題

多囊性卵巢症候群，子宮肌瘤等常見的婦科問題，也會直接影響月經週期和出血量，除了透過藥物或手術控制外，飲食控制及生活習慣也需要特別注意及重視落實力行的。

心靈小語

呂瓊伶

花點時間思考，那是力量的源頭。
花點時間閱讀，那是智慧的泉源。
花點時間祈禱，那是精神的寄託。
花點時間去愛，那是上蒼的恩典。
花點時間工作，那是成功的前奏。
花點時間遊戲，那是青春的祕訣。
花點時間行善，那是天國的門票。
花點時間溝通，那是人脈的基礎。

歡迎申請獎助學金

本會一一〇年度大專學子教育獎助學金申請從十月一日至十一月三十日止，欲申請同學請於期限內備妥相關文件，提交本會。

會務訊息

一、為獎助本會優秀勤學會員子弟，一一〇學年度的「台北市浙江同鄉會教育獎助學金」於十月起開放申請，收件截止時間為十一月三十日（以郵戳為憑），欲申請的同學請把握最後辦理時間。詳細辦法請參閱同鄉會網站公布「台北市浙江同鄉會教育獎助學金申請辦法」，或可電話聯絡會務人員洽詢。獎學金申請需填寫申請表外，尚需檢附成績單正本、學生證影本及戶籍證明等相關資料，申請書表格可於同鄉會網站上下載列印，或利用近期《浙江月刊》刊登之申請表格。

二、第十五屆第八次理監事聯席會議，已於九月十七日於同鄉會會所召開，出席理監事均能充分討論表示意見，過程融洽圓滿完成。

三、本會「教育獎助學金申請辦法」第五條，於第十五屆第八次理監事聯席會議通過修訂案，凡學年任一學期總平均成績達八十分（含）以上者，均發給一萬元，並擇最優者五位，發給二萬元。擇最優者五位，授權由當屆之獎助學金評選委員會決定。

四、感謝「徐增壽文教基金會」王董事長紹堉先生贊助本會獎助學金二十萬元。依王董事長表示，自今年度起，凡當學年任一學期總平均成績達八十分（含）以上者，獎助學金頒發金額一律調整為一萬元，名額為二十位。超額部分由同鄉會相對提撥，並以年度提撥、贊助款項為實際獎助之上限。歡迎鄉長效法王董事長之義行，多多贊助本會之獎助學金，用以提攜後進，鼓勵勤學的在學子弟。

五、「台北花園公墓」蓄水池抽水馬達故障，以及供水系統管路疑似因泥沙堵塞等問題，經同鄉會尋廠商估報價修繕，工程內容包含：檢查水管線路，更換零組件，更換故障抽水馬達，目前已全面排除故障問題並恢復供水。

六、因應九月地震及連日大雨，「台北花園公墓」管理人員特於九月下旬全面巡查墓園，經分區細查發現

地震、連日大雨，並未對墓園造成重大損害。各區災損均以按其等級或排除、或公告、或通知、或修復予以適切處理。

七、「台北花園公墓」『永安堂』屋頂防水層因日久造成斑駁脫落，同鄉會已尋廠商報價施作，自十月初動工，將於十月中旬竣工。

八、「台北花園公墓」墓區全天候開放，掃墓可隨時前往；「永安堂」目前開放時間為每日上午八點半至下午四點半，欲至禮堂祭祖鄉親請配合前述開放時間前往。

九、「台北花園公墓」凡塔位／蓮位捐贈、遷入、遷出、修墓、起掘，均應先至同鄉會會所辦理相關申請手續，辦理塔位／蓮位遷入、遷出者，於完成申請手續後，鄉親得依需求提出預約時段，唯需至少提前一週時間預約，以便現場管理人員配合調整值勤時間。針對墓園相關申請手續若有疑問，歡迎電話聯絡同鄉會會務人員洽詢。

編者的話

十一月二十六日是九合一選舉投票日，這是民主時代重要的民主活動，你我都要熱心參與。台北經過柯市長八年執政，有什麼措施令你覺得印象最深刻呢？恐怕莫過於他一上任就宣布停發每年重陽節敬老金，至於這筆經費轉到何處去呢？他說轉為其他老人福利事項，某年為長者在公園辦活動，讓老人家在太陽底下罰站曬了很久，簡直是虐待。他抨擊前任的大巨蛋，完工啟用了嗎？沒有。所以市長人選如果不當，非但不能造福人民，甚至是種傷害，投票何人豈可不慎。同鄉蔣萬安是個青年才俊，敬請同鄉們熱烈支持票投蔣萬安擔任市長。

關於台灣原住民族的來源，據維基百科資料，一般認為台灣地處南島語族活動範圍北邊，約四千年前已有南島語系的原住民在台活動，由數十個語言生活方式不同之族群所構成，屬南島民族。但何有基〈六千年前浙江「河姆渡人」東渡台灣〉大作據考古發現，證明約六千年前已有一支浙江餘姚河姆渡人東渡在台北艋舺等地登陸。此事經海峽兩岸專家學者共同嚴肅認真地探討，基本已形成共識。由此可知，浙江河姆渡人東渡來台，也是眾多台灣原住民族之一。

古話說：「善有善報，惡有惡報。不是不報，時辰未到。」現代科技發達，人們聽了可能認為這是迷信，要不然就是勸人去惡行善的道德勸說。然而正因今日科學昌明，這話的真實性竟已經科學實驗加以證明它的真實不虛。且來閱讀〈科學實驗證明善惡有報真實不虛〉這篇報導，看科學家從神經化學領域的研究，發現心念的善惡、思想的正反面，體內分泌神經傳導物質如何影響你的健康？甚至也有實驗證實壞心情會產生毒素呢！

今年是開創鄭子太極拳的鄭曼青百二十歲冥誕，編者研習太極拳數十年，健康良好，為感恩特撰文敘其生平。常見行動不便的年長者，越不動健康越惡化，形成惡性循環，謂之肌少症，而練太極是老少咸宜的運動。

台北市浙江同鄉會第十五屆

第八次理監事聯席會議記錄

一、開會時間：一一一年九月十七日（星期六）上午十時三十分。

二、開會地點：本會會議室。

三、主　　席：胡大興理事長　　**記錄：**游宜榛

四、出席人員：詳見簽到表（略）。

五、列席人員：游宜榛、陳晃麟、朱君頤、王咨尹。

六、主席報告：理監事出席過半、宣布開會。

七、報告事項：

（一）一一一年四月至八月會務報告

1. **一般會務：**略，請參照各期月刊。

2. **墓管會務：**

(1)「台北花園公墓」每年例行之清明、中元法會，已分別於四月二日及八月十三日舉辦；由理事長主祭，並在墓管會執行委員胡樹東先生暨全體會務人員陪祭下，以及出席法會的鄉親一同完成祭典。

(2)清明、中元法會，鄉親報名眾多，同鄉會依例邀請法師誦經，並供奉豐盛祭品；另胡理事長分別贊助清明、中元法會各二萬元整的祭品置滿供桌，獲得出席鄉親一致的肯定與好評。

(3)為配合清明、中元法會，「永安堂」燈具已汰舊換新，每日供水、供果，並將佛桌裝飾，禮堂更顯莊嚴。一年一度例行消防檢查及消防設備更新工程亦已於五月十八日完成。

(4)「台北花園公墓」工程，自一一〇年下年度已開始著手修繕與更新，包括：牌樓、照壁、土地公像等油漆；「永安堂」屋頂防水層因日久造成斑駁脫落；「春暉堂」禮堂入口玄關鐵皮屋頂因年久雨淋繡蝕更新；中央墓道增設水泥台階工程；以及3D墓區荒置已久之公共水池修復等；以及因應清明、中元法會除草工程等，皆已按時、按質完工。（施工前、後對照照片）

(5)原定於六月二十日上午於「台北花園公墓」進行之新北市一一一年度「私立殯葬設施經營業評鑑」，因疫情關係延後辦理。

(6)七月二十八日上午，胡理事長及執行委員胡樹東、游總幹事到「台北花園公墓」實施公務視導，並就「台北花園公墓」近期工程之完工情形，勘查驗收情形並予指示。

八、提案討論：

第一案：本會教育獎助學金辦法調整及發放案，提請討論。

說　明：1. 本會教育獎助學金申請辦法第五條之發放

金額，因應鄉親建議與物價上漲等因素，基於通盤考量，擬為以下之調整：

(1) 一般獎助學金：擬依現行辦法（如附件一，略）。

當學年任一學期，學期總平均八十分（含）以上發給獎助學金新台幣一萬元，並擇最優者五位各發給獎助學金新台幣二萬元整。

(2) 清寒獎助學金：憑當地縣市政府中低收入證明，經審核合格後，甲種（學科平均八十分以上）發給獎助學金原為新台幣二萬元，調高為新台幣三萬元整。

乙種（學科平均七十分以上）發給獎助學金原為新台幣一萬元，調高為新台幣二萬元整。

2. 「徐增壽文教基金會」奉董事長王紹堉鄉前輩指示每年贊助本會之獎助學金新台幣二十萬元整，自一一一年度起一律調整為新台幣一萬元，名額為二十位。

3. 本會一一一年度亦提撥新台幣三十萬元整補獎助學金專戶所需，以作為特優、優秀及清寒學生申請時使用，並歡迎浙籍在台陸生申請。

4. 本提案如獲通過，視為同時通過教育獎助學金申請辦法之修訂。（如附件二，略）

決　議：1. 擇最優者五位，其標準授權當屆之獎學金評選委員會決定。

2. 通過。

第二案：明年（一一二）為本會創立七十週年，為籌辦紀念特刊，特推舉召集人、副召集人，提請討論。

說　明：1. 明年（一一二）為本會創立七十週年，為因應網路時代，擬改採網路特刊。在確定特刊大綱後，將分別向鄉親邀稿與徵稿，為同鄉會七十週年留下美好的見證與傳承。

2. 為使特刊編務順利推展，擬依五十、六十週年紀念特刊之慣例，推舉副理事長駱尚廉先生為召集人，常務理事樓文淵先生、金國銓先生，理事胡樹東先生、滕麗芳女士為副召集人，《浙江月刊》陳晃麟總編輯為特刊執行主編。

決　議：通過。

第三案：新加入會員共十三人案，提請討論。

說　明：自一一一年三月五日至一一一年九月十六日止，申請加入會員，經會員會籍審查委員會書面審核，符合資格計十三人，敬請參考（附件三，略）。

決　議：經會員會籍審查無誤，通過。

九、臨時動議：無。

十、散　會：十二時十分。

台北市浙江同鄉會教育獎助學金申請辦法

中華民國一一一年九月十七日
第十五屆第八次理監事會修正通過

第一條：台北市浙江同鄉會（以下簡稱本會）為獎助優秀（清寒）會員子弟完成學業，備為社會國家服務，特訂定本辦法。

第二條：本會未策進實施獎助學金制度，設置獎助學金委員會，敦聘熱心桑梓鄉長擔任委員，另設置獎助學金評選委員會，敦聘教育界資深鄉長擔任評選委員。

第三條：本會辦理獎助學金，其申請資格及頒贈程序悉依本辦法之規定處理。

第四條：獎助學金之捐贈人，得指名名稱、名額與獎助金額、受獎助學生就讀學校科系及年級。

第五條：本會獎助學金以大專院校在校學生含最後一學期為範圍，研究生、享公費之學生、軍事學校及五年級制專科（一、二、三年級）不予受理，且該學期已在其他縣府申請過者不得重複申請。其種類金額如左。

一、一般獎助學金：當學年任一學期總平均八十分（含）以上發給獎助學金新台幣壹萬元，並擇最優者五位各發給獎助學金新台幣貳萬元；其標準授權當屆之獎助學金評選委員會決定。

二、清寒獎助學金：憑當地縣市政府中低收入證明，經審查合格後，甲種（學科平均八十分以上）各發給獎助學金新台幣參萬元、乙種（學科平均七十分以上）各發給獎助學金新台幣貳萬元。

第六條：獎學金金額，每期以五十名為原則。申請學生超過名額時，以學業成績高低為序，決定取捨。

第七條：申請本會獎助學金之本人及家長，均應為本會會員（含贊助同鄉），並照章繳納年費。

第八條：本獎助學金每年辦理一次（每學年辦理一次），於每年十月一日至十月三十一日受理申請，待本會完成審查作業後隔年會員大會統一頒贈，領獎學生必須親自到場受獎（居住或就讀新竹以南（含）或花東者除外），凡無正當事由並未事先請假者，取消受獎資格。每學期申請與贈獎日期，於《浙江月刊》公布。

第九條：申請獎助學金之學生應繳納文件如左：

一、獎助學金申請書一份（申請期間向本會索取）

二、學生證影本一份

三、上下學期分科成績單正本任一份（需九個學分以上）

四、申請人全戶戶口名簿影本一份

五、申請人兩吋半身照片一張

第十條：申請人學業成績最低評審標準如左：

一、學科成績八十分以上或甲等

二、操行成績八十分以上或甲等

第十一條：對捐（募）贈本獎助學金貢獻卓著之鄉親。由本會簽請理事長致贈感謝狀，並在《浙江月刊》表揚。

第十二條：本辦法提經本會理事會議通過實施，修正時亦同。

台北市浙江同鄉會教育獎助學金申請書

編號：

申請人			
姓名	校學業肄	名	姓
	夜日		
性別	出生	系別	單服位務
	年月日		
籍貫	年級	現職	
縣			
通訊處			
□□□			
電話	住宅		
	手機		
電子信箱			

長家	
成績紀錄	平均分數
學業成績	分
操行成績	分
體育成績	分

附件證繳	
附件名稱	已未繳辦
學校正式成績單	
學生證影印本一份	
申請人全戶戶口名簿影印本一份	
當年會費	
是否在其它同鄉會申請過	
收件日期	是 否

相片

審查註簽		審查結果	
獎學金委員會		獎助學金類別	金額
評選委員會			
祕書處		具領記錄（簽章）	

探索—台北花園公墓之二

Q：台北花園公墓的名稱與管理組織曾歷經怎樣的變動？

A：台北花園公墓的名稱，曾於民國72年第7屆（理事長為葉潛昭先生）第一次常務理監事聯席會議，更名為「台北市浙江同鄉會忠義山莊台北花園公墓」；換屆後又改回「台北花園公墓」之原名。至於管理組織，初始是以「台北花園公墓董事會」運作，於75年第8屆（理事長為葉潛昭先生）第四次理監事聯席會議中，撤銷原有的董事會改立墓園管理委員會，於同屆第7次理監事聯席會議中，通過「台北花園公墓墓園管理委員會組織簡則」。第9屆理監事會成立時（理事長為胡炘先生），以台北花園公墓多年來經營欠佳為由，於80年9月決議成立「整理小組」，並推舉朱鼎華常務理事擔任「台北花園公墓整理小組」召集人，接著於同年12月第3次常務理事會議決議，為徹底改善墓園營運，將「台北花園公墓墓園管理委員」改組，擬另行成立「台北花園公墓財團法人基金會」，惟最終財團法人基金會未見完成。民國86年7月31日第11屆（理事長為斯孝坤先生）第一次常務理監事會議，朱鼎華常務理事提案：撤銷花園公墓整理小組，恢復原有之「台北花園公墓管理委員會」。從此，管理組織名稱未再變動。

Q：台北花園公墓從闢建起，有哪些專業團隊或個人的參與？

A：台北花園公墓從闢建起，有以下的專業團隊或個人參與：

1. 台北花園公墓的闢建工程係先後向銀行貸款2千4百萬元，由太法建設公司施工，大陸工程公司與台灣土地開發公司監督審核。
2. 於闢建之初，水土保持計畫書係委託青聯測量有限公司辦理，並經翡翠水庫管理組派員到現場勘查提修正意見。
3. 台北花園公墓的植栽，主要是由林務局的徐學訓鄉長捐贈，包括：櫻花250株、杜鵑200株、黑松100株、翠柏50株、琉球松400株。
4. 台北花園公墓禮堂（即春暉堂），由吳壽松鄉長捐贈210萬元，委由「昱興開發公司」承建。
5. 民國82年本會與南海龍鼎建設公司簽約，興建「南海寶座」靈骨塔，後因建築執照未能申請核准，最終以解約處理。
6. 民國85年曾就墓八區興建靈骨塔開發申請乙事，本會委託浩華工程顧問公司辦理（簽約人為胡炘理事長），惜最終未竟其功。
7. 民國94年第13屆理監事會成立，對春暉堂進行招商整修，委由真心蓮坊股份有限公司規劃承作，使春暉堂及納骨室經過藻飾精修，盡顯金碧輝煌。
8. 本會於第13屆期間，委由大眾測繪有限公司至台北花園公墓實施墓地測繪，內容詳實有助本會之墓園管理。

Q：台北花園公墓曾有哪些代銷、合作開發方案？其結果如何？

A：台北花園公墓自設立以來，同鄉會歷屆理事會曾多次就代銷、合作開發等方案進行具體評估，例如：民國82年與南海龍鼎建設公司簽約，興建「南海寶座」靈骨塔；靈骨塔雖興建完成，惟因建築執照遲未核准，建設公司不堪虧損，最終以解約處理。又如民國85年2月，本會就墓八區興建靈骨塔開發申請乙事，委託浩華工程顧問公司辦理，惜最終亦未竟其功。再如民國91年8月12屆理監事會議，就墓園禮堂委託經營管理合約案進行訪商，有意合作的廠商經評估，最終決定不承接。同鄉會雖繼續徵求有意願合作者，但並無歡喜結局，迄民國93年11月理監事作出以下決議：花園公墓不再委外開發。民國110年，第15屆理事會雖邀請多家有經驗的業者參訪台北花園公墓，惜亦無積極回響；合作開發，尚未能如願。

Q：南海寶座合作開發案為何演變成買賣詐欺案？

A：一、簽約：民國82年5月本會與南海龍鼎建設公司（董事長吳〇煌）簽約，就「南海寶座」合作開發，契約要點如下：1.本會（甲方）提供土地，餘由南海龍鼎建設公司（乙方）負責，包括興建靈骨塔，保證骨灰位30萬個；每個骨灰位乙方應支付甲方新台幣1千元整。2.簽約時，乙方應支付甲方6百萬元履約保證金。

二、解約：民國84年10月南海龍鼎建設公司，透過土地開發公司申請建照屢未獲准（先興建靈骨塔，後補申請建照），因乙方不堪虧損，故申請與本會解約。本會同意解約，並退還6百萬元保證金，以及預售所得款1百萬元。於87年9月，本會完成退還南海龍鼎建設公司1百萬元（為預售塔位之所得款），同時悉數收回已發給的1千張使用同意書。

三、檢舉與裁罰：民國98年5月，民眾許〇芳女士與吳〇煌因該廢棄設施之買賣產生詐欺糾紛，民眾乃向台北縣政府檢舉；台北縣政府則因檢舉特至現場勘查，於民國99年6月作出裁罰決定，以本會未經核准設置及啟用就已同意販售為由（有預售之事實），作出罰鍰處分，並限期將廢棄設施拆除。同時勒令受處分人即日起停止開發、興建及販賣南海寶座之骨灰存放單位。