

中華民國一一一年十一月十日出版

浙江月刊

謝野生 頌

聯絡同鄉感情 · 發揚兩浙文獻



643

蔣萬安與諸市議員們揭示「大陳挺萬安 萬事都平安」為民祈福

第五十四卷 第十一期

台北市浙江同鄉會 印行

10月22日本會理事監事們參與大陳挺萬安之夜餐會，並為蔣萬安競選市長大陳後援會成立大會



1. 蔣萬安與市議員們手比6號，熱烈支持蔣萬安
2. 同桌鄉親們手示6號合照，熱烈支持蔣萬安競選台北市長
3. 胡理事長祝福市長候選人六號蔣萬安高票當選
4. 胡理事長與市議員王欣儀會晤，祝福她當選連任
5. 本會常務理事夏安宙（右一）、常務監事方偉光（左一）、理事王以力（左二）及台北市青田縣同鄉會理事張慶華（右二）等四人與會
6. 蔣萬安起立向高朋滿座的鄉親們致謝



浙江杭州灣跨海大橋是連接嘉興和寧波的跨海大橋，全長36公里，2008年5月通車時曾是世界最長的跨海大橋。海中平台可提供餐飲、住宿、休閒、娛樂、觀光、購物等綜合性服務；觀光塔讓旅客俯視大橋的恢宏氣勢及杭州灣的波瀾壯闊。

跨海大橋地理位置



橋面景觀



大橋夜景



車輛彙入匝道



跨海大橋入口告示



高架匝道



夜色中的遠景



海中平台



東海大橋拱門



台北市湖南同鄉會鄧佛麟先生等四位 嘉賓於11月10日來本會參訪

1. 湖南同鄉會參訪團嘉賓四人由本會胡樹東、游宜榛及王咨尹三人接待合影



①

2. 本會胡理事樹東為湖南同鄉會參訪團簡介本會創立史蹟



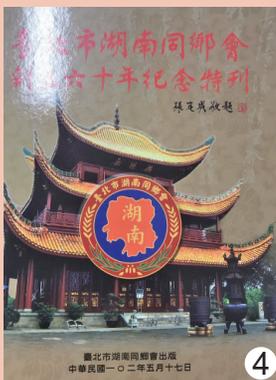
②

3. 湖南同鄉會參訪團觀本會歷屆理事長照片後追述往日交情



③

4. 台北市湖南同鄉會創立六十週年紀念特刊封面



④

行政院新聞局出版事業登記證局版台誌字第〇三九一號
中華郵政北台字第〇六〇〇二號
執照登記為雜誌類交寄

浙江月刊

第五十四卷 第十一期
(總號六四三期)

中華民國一十一年十一月十日出版

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、鄭羽傑

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：二三三五六〇七、二三三六三〇五八一

傳真：二三六二八四四〇

郵儲劃撥帳號：〇〇〇二二七二一號

戶名：台北市浙江同鄉會

本會網址：<http://www.taiwan-zhejiang.com>

本會E-MAIL：fpzhejiang@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：二五〇六一二二二五

※《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 第十一期 (總號六四三期) 目錄

封面

蔣萬安與諸市議員們揭示

「大陳挺萬安 萬事都平安」為民祈福

特別報導

救國團面臨黨產會沒收其財產之——本刊編輯室 二

生存危機

還記得「台灣光復節歌」嗎？——陳晃麟 六

人物風采

李叔同的愛情故事 送別——悲欣交集——本刊編輯室 九

宋韻遺存：朱熹立朝四十天與上泗題刻——龔玉和一五

追憶文友徐日東——吳健生一八

亦飛與文浩——吳健生一九

旅遊見聞

讀九華山之遊 藉補失隅之憾——樓文淵二一

浙江礦泉水銷到內蒙古——王輔羊二四

踏遍青山攬勝景(河口)——廬上雁二五

書齋小品

照鏡、對境的因緣與智慧——滕麗芳三一

人生四苦——曉茵二〇

養生保健

食全食錄——轉載三八

常見健檢名詞釋義——本刊編輯室四〇

會訊

會務訊息——四二

編者的話——四三

本會續收會費及各項捐款徵信錄——四四

福地服務專欄

台北花園公墓闢建設置之重要函文——墓管會四五

救國團面臨黨產會 沒收其財產之生存危機

本刊
編輯室

據新聞報導：民進黨政府的不當黨產處理委員會於七月二十六日處分將中國青年救國團六十一筆不動產、近十四億元不當取得財產移轉國有，並追徵二·四億元，救國團須在三十天內履行，否則將面臨強制執行。救國團聲請停止強制執行，台北高等行政法院開庭，救國團員工於庭前拉布條、舉牌，認為黨產會迫害人權，是「現代版極權機關」。

讓我們深入一點瞭解救國團究竟是什麼樣的機構，政府這樣的處分是否合法。據《教育部重編國語辭典修訂本》對「救國團」的釋義為「中國青年反共救國團的簡稱。民國四十一年（一九五二）蔣中正先生為號召愛國青年，普遍展開全國青年第三次大結合而成立的青年團體。期在三民主義的領導下，完成反共救國的任務。」救國團成立時的主任是蔣經國，據

救國團現任主任葛永光說，救國團是行政院成立的，隸屬於國防部，連法院都已經認定救國團成立的時候是政府組織。連民進黨前副總統呂秀蓮都出來作證說，「據我所知救國團是民國四十一年行政院命令成立的，隸屬於國防部，所以它是政府組織，不應該用黨產來處理。」如今有七十年歷史的救國團現正面臨解散的危機。



救國團祕書處長鄭斐文表示，黨產會行政處分已影響近七千個家庭的

生計，形同迫害人權。黨產會的處分理由是集杜撰之大全，這是民主時代還是極權時代？說沒收就沒收，只給以似是而非、自行編造臆測的理由，就沒收近七千人的工作權、財產權、生存權，難道這機關已變成獨裁機關了嗎？

救國團葛永光主任表示，當黨產會認定救國團是國民黨附隨組織時，就認為救國團以前不是行政機關，而當要沒收救國團財產時，就主張救國團是行政機關。有這樣指鹿為馬的機關嗎？由於黨產會在一個月後，將隨時移送強制執行署強制執行。這樣子，我們員工的工作權沒有了，我們的單位消失了，每年服務近一千多萬人次的社會大眾，以及三百多萬人次的弱勢族群，也將不能持續下去了。所以我們認為黨產會這項處分，對我們來講，確實形同要消滅救國團。因此我們向法院申請停止執行這項處分，它確實有急迫性跟公益性。我們呼籲法院能夠裁定停止執行黨產會的行政處分。我們希望面對這樣一個極權機關，我們救國團必須要有能力來抵抗

，呼籲大家勇敢站出來支持救國團，讓救國團繼續為台灣社會服務。

葛永光主任義正詞嚴地說：「救國團在台灣走過近四分之三個世紀，伴隨台灣民眾與青年朋友走過萬千艱難，翻越無數險阻，也見證了台灣許多光輝的時刻！七十年來，我們投身公益服務、發展青年教育、鼓勵終身學習、提倡運動健康、協助心理輔導的張老師專線，秉持著勿以善小而不為的精神，默默地為社會國家克盡己力。我們一直都是和民眾站在一起的全民團體，從無黨派之別，也沒有族群之分。然而黨產會卻挾著轉型正義的大纛，漠視救國團七十年來的付出與貢獻，扭曲真相，無情地打壓，要沒收其財產！這是官逼民反，我們沒有選擇！我們必須讓黨產會知道黨產會的處分，根本是違法濫權。」

針對黨產會不當的處分，葛永光主任打出一「官逼民反」的招牌，號召民眾在救國團成立七十週年前夕的十月三十日來到凱道抗議政府的不當處分。

葛主任說：「救國團有三個集結

地點：愛國東路大孝門、信義路大忠門、二二八和平公園。它們分別是公義大隊、自由大隊、和平大隊，代表我們的幾個訴求。在東門景福門前會合成為一個救國大隊再行進到凱道，開始集會遊行。這次是因為黨產會對我們做的行政處分，要我們還十六・三億元。其實他對我們的財務狀況很清楚，我們在財務上是負荷不了的。另外要移轉我們六十一筆土地、房產，這些房產大部分是我們營業的據點，占我們將近五成的收入。這個處分，坦白講就是要我們活不下去了。我們的員工有一千七百人，我們的老師有將近五千人。所以對這麼多人而言，可能會涉及大量解雇，對救國團的生存發展，當然造成了威脅。」

葛主任說：「基本上我們認為黨產會的處分，根本是違法濫權。因為最早他說你是國民黨附隨組織，我們很清楚的告訴他，救國團成立的時候是行政院成立的，隸屬國防部，連法院都已經認定了，救國團成立的時候是政府組織。既然是政府組織怎麼又是國民黨的附隨組織呢？他不承認

，硬說你是國民黨的附隨組織。等到第二階段要拿你財產的時候，他又承認你成立的時候是政府組織。因為是政府組織，所以你的財產全部都是政府的。救國團既然是政府組織，就不是國民黨的附隨組織，就不應該用黨產條例來管控我，這個邏輯很清楚。所以我們說他是違法濫權。」

葛主任說：「他（指黨產會）講了一句話，對我們三萬多的義工傷害很大。他說救國團要放下屠刀，立地成佛。」葛主任回稱：「我們的義工平常出錢出力，做很多公益，照顧很多弱勢、很多人，而你叫救國團放下屠刀，立地成佛。所以有人講，七十年來，救國團做了這麼多事情，沒有做壞事，救國團已經成佛了，手上沒有屠刀，有屠刀的是有權力的人，只有黨產會才有屠刀。所以我們這一次說是官逼民反，是黨產會逼著救國團要上街頭。七十年來第一次，請大家熱烈來參與這個遊行活動。」

少康戰情室（電視節目的名稱）來賓錫欽說：「我以前參加過霧社先峰營，到現在印象還很深刻，到霧社

。那時候我認識一個嘉義的女孩子。那是讀高一時，只要一到暑假，快放假前大家都搶著去敦化北路台北學苑報名，而且秒殺，就像現在搶五月天演唱會一樣，很難哦！那時沒有網路可報名，都要親自去而且還要透過教官審核什麼的，所以那時候我搶到霧社先峰營，非常開心。包括中橫公路縱走也是很熱門的活動。尤其那個戰鬥營，因為是男女生一起參與活動，對十八歲很年輕的高中生來說是一個非常有趣的體驗。一開始會有個披彩帶的魔鬼班長，他非常嚴格扮黑臉扮得很徹底，很多人一進去都被弄得哭了，第一天就哭著想回家，我想大家的印象都非常深刻。

我覺得說要救國團放下屠刀，立地成佛。我覺得該放下屠刀的應該是民進黨執政者的黨產會吧！今天不能說，為了政治目的，不管它是否為國民黨的附隨組織或政府組織，在不同階段，因為不同目的就採用雙重標準，我覺得這是大家完全沒辦法接受的。特別在選舉期間，真的是官逼民反，我覺得如果你是否參加過救國

團的活動，或你認為我們是為了公義、自由、和平，你還承認救國團曾經對台灣社會有過付出，有過貢獻的話，我真的呼籲大家在三十日踴躍參與這個活動，給救國團力量。」

立委費鴻泰說：「黨產會要把六十一筆土地拿回來，說國防部屬於政府組織，所以要拿回來，如果是政府組織要拿回來，黨產會就沒有權力去管這件事。」

十月三十日下午救國團在成立七十週年前夕為「公益、自由、和平、救國」而走上凱道進行街頭抗議大遊行。主辦單位估計有超過五萬民眾冒著大雨參與，到場聲援的有前總統馬英九、前副總統呂秀蓮、吳敦義、楊志良及蔣萬安等人。救國團主任葛永光表示這次遊行，救國團不但要對黨產會的違法濫權表達嚴正抗議，並希望透過公益、自由、和平、救國等主張開展新民主運動。

蔣萬安說：「救國團是我祖父一手創建的，在風雨飄搖的時代，號召青年加入抗共保台行列，極富歷史意義和團結使命。救國團只是個民間社

團，辦很多活動，包括桃園羽球館的設施。那天輕鋼架倒下，要不是救國團後續整理燈具的電線拉住，不然會倒塌得更快，一定會有人受傷。」

馬英九火力全開說：「我個人從高中開始就參加救國團的活動，尤其是大學四年寒暑假都參加，自己服務公職四十年，能夠有一些能力，跟救國團給我的訓練有很大關係，所以我看到救國團受到迫害受到打壓，黨產會成了蔡政府打手，追殺救國團，我就憤怒，我要反抗。」

馬英九高



讓救國團陷入危急存亡之秋

舉右手高呼，他實在是忍無可忍，怎麼可以整肅幾十年來從事公益活動的團體。他說去年他曾投書外媒，台灣已經是「不自由的民主」，當執政黨採用不公平、不正義的程序處理反對黨，這時候就已經不再是自由民主國家，而是不自由的民主國家了。

台北市前副市長李永萍三十一日

在少康戰情室節目裡說：「我曾擔任救國團指導委員，所以事前我就了解，救國團非常重視這個活動，我們也真心非常支持。因為黨產會打擊救國團，說它是國民黨附隨組織，事實上這個認知非常薄弱。今天你能提出的證據能說明什麼，說明了救國團是由政府成立，後來轉為民間組織。由政府成立變成為民間的組織，台灣所在多有。憑什麼說它是國民黨的附隨組織。但不管如何？把它界定為不當黨產的這個法是民進黨訂立的，然後也是由民進黨來認定，所有這些處理都是民進黨一意孤行。」

她續說了些感想：「我覺得昨天很感人的是雨那麼大，天氣那麼冷，我本來還擔心雨那麼大，會不會來的人只有小貓兩三隻。我搭捷運去，看到怎麼這麼多人都從捷運站出來，每個人都穿了雨衣，一出去大雨滂沱。站在舞台上看到整個景福門那邊滿滿都是人，真的很感動。可是更令人覺得很難過的一點是分屬不同政黨，做過台灣總統、副總統的人，昨天都在凱道發出呼籲。呂秀蓮呼籲說這是官

逼民反。我昨天跟幾個國民黨籍的台北市議員站在旁邊聽馬英九發言。我們聽馬英九演講這麼多次，第一次看到他講得這樣淋漓盡致，慷慨激昂，他直接說我很憤怒，我們人民要出來反抗。因為他是學法律的，結果在這種狀況下，人民團體的財產完全被抄沒，馬英九從法律的角度來看，當然這不但違反了法律的信賴原則，還違反了基本的民主精神。難怪我覺得救國團的事情，真的是讓很多支持中華民國，支持過去台灣一路走來打拚歷史的人，會有一種很強烈的亡國感危機。因為你覺得我們過去創建好的基礎都不在了。而民進黨為所欲為，所有民主該保障的法律，他全都加以踐踏。昨天我覺得民眾的心聲、呼聲，站出來支持救國團，可是我們也很明白地講，如果這種支持不能夠反映在選票上，最終還是會成空。民進黨一黨獨大，還是會一意孤行下去。」

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、來稿文字以雋永、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。

還記得「台灣光復節歌」嗎？

陳晃麟

日本自一八六八年明治維新後，

在政經軍事各方面全力學習西洋現代化，獲得成功後極力向外發展，鄰國高麗是其首要目標。而高麗是清帝國的藩屬國，剛好高麗南部東學黨作亂，中日兩國同時出兵，但內亂平定後，日本不肯撤兵，要求共管高麗，大清不肯答應。兩國輿論皆主張動武，後中日同於清光緒二十年（一八九四）七月初一宣戰，此即甲午戰爭。

因日本海軍戰艦噸位不如清廷，原本沒把日本看在眼里，但其船小卻較靈活，火炮射得快而準。沒想到清廷船雖大卻因戰略戰術運用錯誤，原是定遠、鎮遠兩主艦大船在前的人字隊形，臨陣竟將其倒過來讓小船居先，陣勢就亂了；而首發砲火竟又誤中己船望台，丁汝昌提督受傷無法指揮，最後海軍不幸大敗。而陸軍之敗更甚於海軍，於是清廷海陸全面戰敗。

次年清政府由老臣李鴻章代表清

廷與日本簽訂馬關條約，允諾高麗獨立，賠款二萬萬兩，割讓台灣澎湖及遼東半島。但因俄羅斯對我國東北地區也有野心，不想讓日本獨霸，遂聯合德法兩國起而向日本抗議，反對清廷割讓遼東半島。最終由清廷增加三千萬兩賠款買回遼東半島。而割讓台灣就此定案，於是台灣澎湖自一八九五年起就成為日本帝國統治下的殖民地。

但日本的野心並不以占領台澎而滿足，繼續不斷對其鄰邦大清帝國及後來的中華民國展開侵略手段。民國三年（一九一四）歐洲爆發第一次世界大戰，日本藉口英日聯盟對德宣戰，竟進攻德國租借的山東膠州灣，並向濟南進兵，侵略山東半島。日本非但不理會袁世凱的抗議，次年更提出苛刻的二十一條款逼迫中國接受。民國十七年蔣介石領導北伐至濟

南時日本藉口僑民受傷炮轟濟南，造

成五三慘案，意欲阻擾中國統一。不久張作霖乘專車欲自北京逃回東北在皇姑屯竟被日本炸死。民國二十年發動九一八事變突襲北大營，先攻瀋陽進而佔據東北，扶植清朝末代皇帝溥儀建立偽滿州國。民國二十一年日軍進攻上海，造成一二八淞滬抗日戰役。於民國二十六年又釀成七七事變，終於導致中日間爆發全面戰爭，是為中國的抗日戰爭。前四年是中國單獨對日作戰，直到一九四一年底日本偷襲珍珠港事變，終於導致美國向日本宣戰。於是中國的抗戰遂與歐戰的西方國家聯合作戰，成為第二次世界大戰。抗戰有了美國的參與，提供我國不少武器裝備。在一九四五年四月間歐洲先後擊敗意大利和德國後，只剩下東方的日本還在作戰。美國在這年八月六日和八日，先對廣島、後在長

崎投下原子彈後，造成龐大的傷亡後，日本不得不宣佈無條件投降。中國的抗日戰爭也在日本投降後勝利了。依據開羅宣言及後續的波次坦宣言，日本必須將原自中國奪取的領土歸還中國。

中日戰爭從民國二十六年（一九三七）七七事變爆發，至三十四年（一九四五）日本投降，稱為八年抗戰；另一說是從日本佔據東北開始則是十四年戰爭。不論如何，總之，中國人民的犧牲幾達三千萬人，才能擊敗日本收復台灣澎湖，其代價是非常的龐大！日本自佔據台灣後，一八九六年六月即發動震驚世界的雲林大屠殺，無辜被屠者三萬餘眾。據日本綜合研究所報告認為，台灣在日本最初二十年殖民下，台灣曾有四十萬人被殺害。今日我們能不作受日本殖民統治被欺壓的國民，能不感恩中國人民八年血戰抗日的犧牲嗎？

日本在台灣地區的受降典禮，是於一九四五年十月二十五日上午十點在台北公會堂（即現在的台北市中山堂）舉行。降方為日本帝國所屬第十方面軍，其代表為日本台灣總督兼第

十方面軍司令官安藤利吉將軍，而中華民國則由陳儀將軍代表國民政府受降。同日，台灣省行政長官公署正式開始運作，辦公處所設於原台北市役所（即今之行政院院址）。這是台灣光復的由來。

各方主要參加受降的人員有

● 中華民國國民政府代表：陳儀、葛敬恩、柯遠芬、黃朝琴、游彌堅、宋斐如、李萬居等。

● 台灣人民代表：林獻堂、陳忻、黃榮老、林茂生等。

● 日軍代表：安藤利吉、諫山春樹、須田一二三、中澤佑等。

● 盟軍代表：美國總統杜魯門特別助理與「經濟調查小組」（*Presidential economic survey mission*）團長洛克

（*Edwin Locke, Jr.*）、顧德里上校

（*Cecil J. Gridley*）、柏克上校

（*Col. Henry Berk*）、和禮上校

（*Ulmont W. Holly*）、葛超智

（*George Henry Kerr*）等至少十九人。

一九四五年十月二十五日，日本在公會堂向同盟國舉行投降典禮並簽定降書，照片正前方可見懸掛有英中

美蘇四國的國旗。

次年八月，台灣省行政長官公署頒佈命令，將受降

典禮的十月二

十五日訂定為

「台灣光復節

」，簡稱「光復節」。

台灣光復節歌是由陳波作詞，陳泗治作曲。其三段歌詞如下：

張燈結彩喜洋洋，勝利歌兒大家唱，
唱遍城市和村莊，台灣光復不能忘。
不能忘，常思量；不能忘，常思量。
國家恩惠，情分深長，不能忘。

有錢難買真情意，有錢難買真爹娘，
今朝重見天和地，八年血戰不能忘，
不能忘，常思量；不能忘，常思量。
加緊建設，為國增光，不能忘。

張燈結彩喜洋洋，光復歌兒大家唱，
唱遍城市和村莊，民族精神不能忘，
不能忘，常思量；不能忘，常思量。
中華民國，地久天長，不能忘。



台灣光復節歌的作詞者是陳波，作曲者為音樂家陳泗治。曲調清快活潑，是其能流行的主因。

陳泗治淡水人生於一九一一年，日本東京神學院畢業，加拿大多倫多皇家音樂學院專修作曲。一九四〇年代擔任士林教會牧師時，曾將萬華、大稻埕、三重埔等三教會的唱詩班合組成立「三一合唱團」，不僅唱宗教、藝術歌曲，也唱歌劇中的合唱曲。

在台灣前輩音樂家中，有三位孜孜不倦傑出的作曲家，他們是創作管弦樂曲的江文也，創作鋼琴曲的陳泗治，以及創作歌曲（合唱曲）的呂泉生。他們三位都各自展現其才華，創作出優秀的樂曲。

陳泗治除了是音樂家之外，也是位教育家，他擔任過淡江中學校長。該校早期稱為淡水中學，它是加拿大宣教師馬偕博士所創辦的學府。

國定假日未修訂前，可能已近三十年前了，眾人皆知有光輝十月之說，先是雙十國慶日、再來十月二十五日是台灣光復節、月底三十一日則是蔣公誕辰。國定假日修訂後，台灣光

復節不再放假，分明是特意要人民逐漸淡忘中華民國歷經八年千辛萬苦的抗戰勝利才光復台灣的歷史，更讓後代子孫不知台灣曾被日本殖民過。所以你一定許久沒聽到這首「台灣光復

節歌」了，今特找出檔案資料與您分享，讓您回味這首歌歡樂、喜悅和當年台灣人民感恩的心情。

臺灣光復節歌

詞曲 陳波 陳泗治

與高采烈地

張有張 燈籠結 結彩 彩買 喜真喜 洋洋洋 勝有光 歌難復 兒買兒 大真大 家爹家 唱娘唱

唱今唱 進京進 城重城 市見市 和天和 村和村 莊地莊 臺八民 光年精 復戰精 不不不 能能能 忘忘忘

不能忘， 常思量， 不能忘， 常思量，

國加中 家榮華 恩建民 惠設國 情為地 分國久 深增天 長光長 不不不 能能能 忘忘忘

李叔同的愛情故事

送別——悲欣交集

本刊
編輯室

二〇二〇年七月初，春山油子（

日文：はるやまゆうこ）往生了，享年一〇二歲。謹以此文「送別」李叔同的女兒春山油子。

悲欣交集，人生之感悟。當我們再回首，沉澱的不只是記憶，那些如風的往事，如歌的歲月，都在冥冥的思索中飄然而去。

油子（ゆうこ）在日本最南端的沖繩島母親的老屋，掛滿裸體女人油畫的中式四合院裡往生。油畫是父親的作品，畫上的裸體女人是她母親。中式四合院是母親賣掉父親的一幅油畫，換了點錢買的。

春山油子是日本一基金的亞洲區官員。春山油子的名字，是母親起的。春山的母親是個日本人，名叫春山淑子（日文：はるやまとしこ）。

油子與中文的「遊子」諧音，因遭受中國男人的拋棄，剛出生的女兒

成了浪跡天涯的遊子。

一九八八年春天，春山油子剛滿七十歲。她作為項目官員來中國考察，在杭州虎跑寺，終於得知父親已去世四十六年的消息。

二〇二〇年七月春山油子去世了，享年一〇二歲。二十四年前，她的母親也是在沖繩老屋去世的。那是一九九六年，母親淑子（としこ）享年一〇六歲。《江湖夜雨》的第七十一、七十二章中，記錄了這段塵封的往事。

一九九四年冬天，大雪紛飛的季節，二柱前往日本沖繩。

自東京起飛，約兩個多小時後，抵達沖繩那霸機場。沖繩由許多小島連接而成，是日本最南端的島嶼之一，位居日本與台灣之間，常年氣溫保持攝氏二十四度左右，屬於亞熱帶海洋性氣候，是世界級的旅遊天堂。

那霸，琉球群島中的最大的一個島，也是日本沖繩縣政治、經濟、文化中心。沖繩島是第二次世界大戰最血腥的戰場之一，一九四五年四月至六月，美軍強行登陸，二十萬日本軍人全部戰死。日本戰敗後，美軍在距離那霸機場很近的地方，設置了美軍嘉手納空軍基地。

距離那霸機場不遠處有座小山，山頂上有個首里城堡，曾是琉球君主的官邸，是琉球王國的標誌。朱紅色的木質結構，完整地保持了中國唐朝建築風格。首里城的城堡氣勢巍峨，沿山道上去有牌坊和城門，著名的一「守禮之邦」大門是沖繩的金字招牌。

一天上午，二柱逛完城堡走出大門，踏上一條古樸幽靜的小路。路邊，有一個古老民居中的日式小吃店，有一個古樹參天，小店由夫妻兩人租房經營。吃了一碗清爽的沖繩拉麵後，二柱在庭院裡閒逛。庭院角落，有個花壇。花壇後面有一扇木製小門，推開小門，裡面是一個中式四合院的後院。

後院沒有人，正房房門虛掩，二

柱推門進入室內，整潔優雅，牆壁上掛滿了幾十幅裸體油畫。一位身穿中國清朝服裝的老婦人坐在藤椅上。二柱心想，這是一個博物館。

「你好」，二柱隨口用漢語問候。老人很慈祥地看了看二柱，輕輕回說「你是從中國來的？」一口並不標準的上海話，讓二柱吃了一驚。沖繩島沒有中國人來，見到中國人，老人似乎有點興致，與二柱攀談起來。

原來，這是個百歲老婦人，已經一〇四歲了。牆上的油畫是八十年前一個中國留學生的習作，後來兩人相愛，老婦人與中國留學生曾在上海生活了六年。

老人離開上海時，留學生把油畫作為紀念品送給了老婦人。老婦人腳步蹣跚地走到牆角的書櫃。從櫃子裡拿出一個小木箱，小木箱裡放著一只手錶、一絡鬚鬚，和幾封書信。

「你為何不在上海生活？」二柱好奇地問。「他做了和尚，拋棄了我和孩子，生活無奈，我就回來了。」老婦細聲說。

「這位留學生還在上海嗎？」二

柱接著問。

「他已去世五十多年了！」，老婦滄桑的臉上略顯傷感。

空氣似乎窒息，沉默了一會兒，二柱受好奇心驅使，進一步問道：「您是如何知道留學生已去世五十多年的？」

「我女兒六年前去中國，才知道的。」老婦輕聲說著，眼角流出了悲傷的淚水。

二柱翻看著書信，突然一首熟悉的詩句映入眼簾。

長亭外，古道邊，芳草碧連天；
晚風拂柳笛聲殘，夕陽山外山。
天之涯，地之角，知交半零落；
一壺濁酒盡餘歡，今宵別夢寒。

這首手抄的〈送別〉讓二柱驚嘆，落款「叔同於戊午八月十八日。」

「老奶奶，請問您就是春山淑子嗎？」二柱激動地問道。

老婦人悲愴地說：「請先生稱呼我為淑子吧！」

淑子？春山淑子。叔同？李叔同。和尚？弘一法師。一連串的疑問在二柱腦海裡閃現。

風流才子李叔同，與一代高僧弘一法師，二柱的心裡泛起了漣漪。

「你為何不在東京生活？」

春山淑子平靜地說：「父母原希望我嫁給銀行家，而我選擇了中國留學生，家裡便與我斷絕了關係。從上海回到東京，娘家人讓我滾得越遠越好。我只好帶著一兒一女，坐船來到沖繩。」

「你們如何生活呢？」

「我在漁村小診所工作，有時也下海捕魚補貼家用。」

「你的兒女在哪裡？」春山淑子說：「兒子當兵，沖繩戰役時死了，女兒春山油子在銀行工作。」

三天後，二柱返回東京。在友人協助下，於東京銀座，距離日本海外協力基金不遠處的咖啡廳，二柱拜見了老婦人的女兒春山油子。

一九八八年，年邁的春山淑子告訴女兒春山油子，其生父是中國人李叔同。

當年，春山油子作為日本海外協力基金的項目官員來中國考察，並獨自前往杭州，終於得知其父親李叔同

已去世了四十六年的不幸消息。

一九九二年，李叔同去世後的第五十年，春山淑子將一封家書〈致淑子：請吞下這苦酒〉，轉交給女兒珍藏。

春山淑子說「父親已作古，母親也年邁，不希望再提起半個多世紀前的事，後人的生活不希望被打攪」。

淑子是李叔同最後的一個女人，李叔同的日本籍妻子春山淑子。

一場抉擇，讓李叔同擺脫塵念，拋棄愛情與親情，遁入佛門，成為弘一法師。俗世佛門，互成陌路，春山淑子被絕情地拋棄，她只得抱著幼兒絕望地回到日本。

紅塵內外兩茫茫

李叔同拋下的妻兒，那位深愛他的日本姑娘淑子與兒女，七十餘年來在沖繩島默默地度過悲情的歲月。

一九四二年十月十日晚上，六十二歲的弘一法師索來紙筆，書寫了「悲欣交集」四字絕筆，交給隨侍在側的妙蓮法師，說：「你在為我助念時，若看到我眼裡流淚，並不是留戀人

間或掛念親人，而是在回憶我一生遺憾的往事。」

十三日晚上八時整，福建泉州不二祠的晚晴室，弘一法師在念佛聲中吉祥圓寂。那一刻，弘一法師的眼角流出了晶瑩的淚花。

「悲欣交集」，是一代高僧的絕筆，也是弘一法師對日本妻子淑子誠懇的致歉。

弘一法師，成為佛界中唯一「流淚的高僧」。

幾天後，泉州不二祠禪寺為弘一法師舉行了荼毗法會（僧人火化，佛界稱為荼毗），化身窯（火葬爐，佛界稱化身窯）暴起猛烈火光，天空突然升起一朵蓮花。蓮花上坐著菩薩化身的弘一法師，慢慢升起。事後，從化身窯裡檢出一千八百餘顆舍利子，六百多顆舍利塊。象徵著律宗十一代祖——弘一法師功德圓滿。

弘一、虛雲、太虛和印光並稱為「民國四大高僧」。

弘一法師，俗名李叔同。
長亭外，古道邊，芳草碧連天。
晚風拂柳笛聲殘，夕陽山外山。

一九一八年夏天，李叔同削髮為僧後，他最後一個妻子春山淑子，一個日本女人，歷經千辛萬苦，終於在杭州虎跑寺找到了出家的丈夫。而這首感動幾代人的〈送別〉歌詞，就是李叔同寫給她的訣別信。

一九〇五年秋，二十六歲的李叔同，東渡日本，在東京美術學院學習美術繪畫。裸體寫生困擾著李叔同，因需找個女模特兒。有一天，李叔同正在房中作畫，突然窗外一個姑娘飄然而過。他情不自禁地擱下畫筆，衝出畫室，原來是房東的女兒春山淑子，一個如櫻花般嬌羞的少女。

淑子停下腳步，羞澀地看著他，他領首展顏一笑，明眸皓齒，用日語夾帶手勢和她溝通，激動地邀請春山淑子做自己的模特兒。「這，這……」她十分驚訝，滿臉羞澀。李叔同，那溫文儒雅的氣質，像磁鐵一樣深深吸引了春山淑子。

幾天後，春山淑子成了他的專屬裸體模特兒。春山淑子笑容可掬地走進畫室，第一次在異性面前脫下衣衫，不好意思地閉上眼睛。

李叔同示意她斜坐到床上，臉向後微側，作出半回首的姿態，左手自然地支撐，右手隨意地擺放。她靜坐著一動不動，他定格了她的美。他陶醉於這樣的美，畫得屏聲靜氣，沒起絲毫雜念。

畫畢，他與她一起，談論一番。然後，他彈琴一曲，直抒胸臆，春山淑子情愫暗生。面對柔情蜜意的女子，李叔同一次又一次心海潮湧。不久，兩人跨越了畫家與模特兒的界限。雲雨與作畫，讓李叔同的生活如魚得水，其油畫藝術大為長進。

一壺濁酒盡餘歡，今宵別夢寒。李叔同在日本享受了愉悅的滋味。不久，房東的女兒春山淑子，成了李叔同第二位妻子。李叔同以她為原型，創作了大量的女子裸體油畫。

六年後即一九一一年，李叔同攜淑子，與兩歲的兒子，一起回到上海。一九一二年李叔同應聘到浙江師範學校，擔任繪畫與音樂老師，節假日從杭州趕回上海與淑子相聚。兩人恩愛有加，相濡以沫，一家人享受著平靜的生活。

這期間，李叔同每月的薪水是一〇五元，分成四份：一份給上海的妻兒四十元，一份給天津的妻兒二十五元，自己與在日本學習的弟子劉質平各二十元。

一九一六年，李叔同與學校的同事閒聊，聽聞了辟穀（斷食）一事。第二年春節剛過，李叔同就到杭州虎跑寺接受辟穀，去了二十一天。

在寺裡，他接觸了佛經以及僧侶的生活，感受到世間名利原是虛妄。返校後，他開始吃素、讀經、拜佛。

一九一八年三月底，淑子生下了女兒。

一九一八年五月，李叔同又到杭州虎跑寺，辟穀一個月，並拜了悟法師為師。了悟法師給李叔同取名演音，號弘一。一九一八年八月十九日，三十八歲的李叔同，在虎跑寺正式剃度出家。

李叔同出家歸佛的消息，當天就傳遍了杭州。三日後，傳遍了上海。這也成為民國以來，中國文教界哄動一時的新聞。李叔同出家，妻子淑子竟一無所知。

兩週後，淑子得知消息，攜帶幼女從上海趕到杭州。找了六天，跑了六個寺廟，最終在杭州虎跑寺找到了丈夫李叔同。

下午，在寺廟前臨湖的一間素食小吃店，李叔同與妻女見了面。吃著素飯，淑子淚流滿面。吃過飯，李叔同雇了一艘小船，把曾經刻骨愛戀的妻子淑子送上船。

「淑子，這是我三個月薪水，你們回日本吧！」李叔同從衣衫裡掏出一沓錢，遞給了淑子。並把一只佩戴多年的手錶、一絡鬚鬚、一封信和〈送別〉這首詩，交給妻子作為離別紀念。

「叔同，抱抱女兒吧！」淑子痛哭著，把幼女遞給叔同。李叔同雙手合十，謝絕了妻子的要求。傍晚，湖面泛起了薄霧。

「叔同！」，妻子淑子抱著幼女，站在船頭，大聲哭泣著。

李叔同雙手合十說：「阿彌陀佛，請叫我弘一。」

聽到這絕塵的聲音，妻子淑子悲傷地問道：「弘一，請你告訴我，什

麼是愛？」李叔同閤上雙眼：「愛，就是慈悲。」

「你對世人慈悲，為何獨獨傷我？」妻子淑子責問李叔同。

小船載著傷心欲絕的妻女離去，李叔同轉身進入寺門。剎那即是永恆，永恆亦是剎那。此次永訣，再無見面。

一念放下，萬般從容。從此世間再無李叔同這個人，只有一代名僧弘一法師！

那一年，是他們兩人相識後的第十一年年頭。李叔同三十八歲，淑子二十八歲。

妻子淑子回到上海，大病了一場。哀莫大於心死，淑子變賣了上海家中所有的物品。兩個月後，帶著九歲的兒子，懷抱五個月的幼女，攜帶著李叔同的畫作和離別紀念物，離開了中國。

一九一八年十月底，淑子返回日本東京。淑子因與李叔同相愛，遭到家人極力反對，家人遂與她斷絕了關係。「滾！……滾得遠點，……有多遠滾多遠！」，被中國男人拋棄的

淑子，竟又被父母與兄弟所拋棄。

舉目無親的淑子，受盡了屈辱。無奈之下，淑子帶著一雙兒女離開東京，乘坐漁船，於四十天後來到日本最南部的沖繩島，以春山淑子的名字，到一家鄉村醫院從事醫護工作。

離別永不相見

從此，春山淑子與中國人李叔同（弘一法師）、日本人等斷絕了所有聯繫。淑子隱姓埋名，孤兒寡母默默地生活，萬分艱辛。不管生活多艱難，丈夫李叔同贈予的所有畫作，春山淑子悉心珍藏，從沒有轉讓或賣出。李叔同的一隻手錶、一絡鬚鬚、一封家書以及李叔同手寫的〈送別〉等離別紀念物，從未離身，與淑子終生相伴。

一九九六年，春山淑子在沖繩老屋謝世，享年一〇六歲。淑子與弘一法師自一九一八年離別，已經過去十八年，或許會在天堂裡再次交集。

春山淑子看著弘一法師，輕聲吟道：「君自故鄉來，應知故鄉事。來日綺窗前，寒梅著花末。」

弘一法師腳踩蓮花，雙手合一，回應說：「一念心清靜，蓮花處處開。一花一淨土，一土一如來。」

只有深刻經歷過紅塵的人，才能如此堅決地捨棄紅塵。

弘一法師悲喜交織的一生，縱有遺憾，也總歸無悔。

「愛就是慈悲」，是丈夫李叔同對妻子春山淑子說的最後一句話。

「悲欣交集」是一代高僧的最後絕筆。

人生是悲傷的積澱，生命是悲欣後的交集。

李叔同經歷了年少時的才子風流、成年後的藝術熏陶，和中年後的宗教靈魂，在三個階段後，深刻醒悟了人生猶如摠下葫蘆起來瓢，恰如這幽幽禪河不盡燈。

春山淑子，一段感情廢了一生。「愛就是慈悲」與「悲欣交集」遙相呼應，道出了李叔同弘一法師與春山淑子的悲愴人生。

天之涯，地之角，知交半零落。一壺濁酒盡餘歡，今宵別夢寒。

這首留名千古的〈送別〉歌詞，

或許飽含了「悲欣交集」四字絕筆背後的酸楚隱情。

悲欣交集，人生之感悟。

當我們再回首時，沉澱的不只是記憶。那些如風的往事，那些如歌的歲月，都在冥冥的思索中飄然而去。擁有的就應該珍惜，畢竟，錯過了，是再也找不回的。

【附後】

據記載，一九一八年出家前，李叔同曾將他的油畫作品二、三十幅，寄贈給北京美術學校（中央美術學院的前身）。很遺憾，遺失了。

一九六七年，偶然在堆放雜物的倉庫發現了李叔同的〈出浴裸女〉。作為僅存的一幅畫作，〈出浴裸女〉成為中央美術學院鎮館之寶。

〈出浴裸女〉一位浴後的半裸少女坐在椅子上，雙手扶把，袒胸露乳，眼睛微閉。神態靜美豐韻，氣質雅致纖素，聖潔如玉雕。

台灣學者李敖，曾自稱獲得弘一法師的真作，並在二〇一三年拍賣弘一畫作。春山油子證實，台灣一作家（李敖）在沖繩旅遊期間，曾偶遇春

山淑子，但並沒有獲贈弘一的畫作。

〈送別〉歌曲演唱

<https://youtu.be/V1Yldpgq8W0>

註：

李叔同：著名音樂家、美術教育家、書法家、戲劇活動家，是中國話劇的開拓者之一。他從日本留學歸國後，擔任過教師、編輯，後剃髮為僧，法名演音，號弘一，晚號晚晴老人，被人尊稱為弘一法師。

〈送別〉，曲調取自約翰·P·奧德威（John Pond Ordway）的作品美國歌曲〈夢見家和母親〉，是首「藝人歌曲」。這種歌曲十九世紀後期盛行於美國，由塗黑了臉扮演黑人的白人演員領唱，音樂也仿照黑人歌曲的格調創作而成。奧德威是「奧德威藝人團」的領導人，曾寫過不少藝人歌曲。

李叔同留日期間，日本歌詞作家——犬童球溪採用〈夢見家和母親〉的旋律填寫了一首〈旅愁〉的歌詞。

而李叔同作於一九一五年的〈送別〉，則取調於犬童球溪的〈旅愁〉。如今旅愁在日本傳唱不衰，而〈送

別〉在中國則已成驪歌的不二經典。

沈心工也曾根據〈夢見家和母親〉寫過〈昨夜夢〉，但始終未能抵得過〈送別〉的光芒。

「長亭」是指古代供旅行休憩的驛站，也是文人墨客筆下的常用詞。在古代送別詩詞中，「十里長亭」不斷出現，蘊含著離情依依的惜別情愫。久而久之，「十里長亭」就被用來泛指送別之處。

（照片摘自網路）

弘一大師李叔同



福建泉州清源山的弘一法師舍利塔



↑ 杭州虎跑寺的弘一法師舍利塔

宋韻遺存：

杭州龔玉和

朱熹立朝四十天與上泗題刻

杭州上泗曇山發現南宋大儒朱熹

(一一三〇S一二〇〇)摩崖石刻(註一)，二〇一三年四月實施保護性工程，改善題刻周圍的保存環境，減緩了對石刻的風化作用。

二〇一三年十二月，題刻被列為杭州市級文保單位。



曇山古人題刻主要有六處，朱熹留下了兩處：一處為南宋紹熙年間(一一九四年八月)所刻，朱熹受甯宗帝召見，由湖南進京途中路過曇山，在樺石南側石壁題下「頽然見茲山，一一

皆天作。信手銘岩牆，所願君勿鑿。」

另一處題刻位於仙人洞口，同年十月，朱熹離京返閩，再次經過曇山題刻：「紹熙甲寅閏十月癸未，朱仲晦父南歸，重遊鄭君次山園亭。周覽岩壑之勝，裴回久之。林擇之、余方

叔、朱耀卿、吳定之、趙誠父、王伯紀、陳秀彥、李良仲、喻可中俱來。」

曇山石刻，一為朱熹在曇山半山腰仙人洞南側之題刻，長一四〇釐米寬四〇釐米，六十二字，字徑六·五S七釐米之間。記述紹熙五年(一一九四)

朱熹自杭返閩途中偕弟子同遊曇山。洞內還有紹熙三年(一一九二)

題刻的「清虛洞天」四字篆字。

另處題刻在風水洞，洞崖上的自宋至明題記四則。

第三處在曇山洞第四洞廳壁上的「大明六年」和「主財入此洞」等。

《說杭州》載：「棋坪石，在富

陽曇山，為宋·朱熹題詩處。石平砥可弈棋。左右石磴有奧，可二人對坐。」

《宋史·朱熹傳》載「熹登第五十年，仕於外者僅九考，立朝四十日」。

說白了，朱熹中進士後，直至七十一歲過世，五十年間，任地方官二十七年，擔任京官四十天。

宋代科考三年為「一考」，九考，也就是二十七年，再加上京城四十

天，所說的「立朝四十天」也就是，在朝廷做官的四十天，上文提到的，

與朱熹進京與出京時間剛好吻合，他在進京與出京途中在曇山均有題刻，

即今曇山立為文保單位元的文字。

在京四十日？

紹熙五年(一一九四)，知樞密院事趙汝愚(註一)聯合韓侂胄(註

二)擁立宋甯宗為帝。甯宗即位後，趙升任右丞相，推薦朱熹擔任煥章閣

侍制兼侍講。「侍講」也就是帝師。

不料，朱熹奉召進京捲入宮廷爭鬥，迫使他逗留四十餘天就走了，即「立朝四十日」。

起因是右丞相趙汝愚與韓侂胄二人由擁立甯宗為帝的同盟轉而成為政敵。

趙認為「外戚不可言功」，阻礙了韓侂胄仕途升遷。朱熹向皇上進言，應當厚賞韓侂胄，不應當讓他參政。可是韓侂胄為內廷近臣，擔任「樞密都承旨」這樣的要職，傳達皇上旨意的官員，深得甯宗信任。

由此，韓開始了打擊趙汝愚活動，凡由趙引薦的官員均遭到貶職，同年閏十月，甯宗罷免了朱熹，他只好帶著幾個門徒，也就是石刻上提到的九個人，林擇之、余方叔、朱耀卿、吳定之、趙誠父、王伯紀、陳秀彥、李良仲、喻可中，回福建去了。

曇山

曇山石刻在典籍上均有記載，《咸淳志》載：「曇山在錢塘縣，去城五十里，近廟山，在楊村、有慈嚴院。」《夢梁錄》載：「楊村曇山慈嚴寺之後，名風水洞。皆誤以雲泉山為曇山，而曇山則未著錄也。山在雲泉東二里，即《郡志》所云西山東，蓋

雲泉俗呼西山也。山東南面微有土，餘盡石峰，奇秀靈巧，如樓閣、人物、仙禽、怪獸者，莫可繪狀，皴皴瘦透，岩穴百出，雖雲林畫幀，未殫其秀傑也。湖上諸山，惟飛來峰、香林瑞石山差堪伯仲。蓋石龍聳拔奇峭，靈氣旁泄，故曇山以花山為禰，而酷肖其祖，形如蹲獅，山石上有纜痕，深刻數寸。相傳昔時山岸瀕江，帆檣上下負纜所過處。鄭次山築亭於此石間，階級遺跡尚存。朱文公兩遊曇山，題名石上。」

《定鄉小識》有：「按紹熙甲寅，朱子年六十五歲，甯宗初即位，丞相趙汝愚首薦朱子，七月自湖南安撫召赴。行八月，除煥章閣侍講，朱子屢辭，不允。」

十月五日，乃受命，是韓侂胄擅權，朱子連上疏論還內、過宮、山陵、朝綱四事。

閏十月十九日面對，又極言左右竊柄之失，侂胄大怒，甯宗亦不悅。

是日，遂以御批罷侍講，除宮觀，趙公袖御筭還上，固諫，侂胄遣中使徑赴外，朱子上奏謝，遂行，立朝

止四十六日耳。十一月還考亭。癸未乃二十六日，正去國將歸時也。

林擇之等皆為弟子，擇之名用中，古田人，為高弟，從遊最久，朱子甚愛重之。

余方叔，名大猷，上饒人，《文集》有答問。

李良仲，名杞，平江人。《四朝見聞錄》云：慶元元年，韓侂胄欲逐趙忠定，遂禁偽學，朱文公云國寓居西湖靈芝寺，平江木川李杞獨叩請得窮理之學，有紫陽傳授行於世，即此人。

王伯紀，名漢，金華人，魯齋之叔見弟子。從來聖賢之仕也，皆因小人沮之，蓋不能得聖明君而事。君既厭正言之逆耳，而小人又復多方排擠，是以道不能行，席未嘗暖而即去國，古聖賢皆同一轍也。君子惡小人之誤國，小人惡君子之異己。君子欲去小人，往往勢孤力弱，而反為小人所中；小人欲去君子，則黨眾力齊，而讒害君子殆盡矣。吁！可慨哉！

錢塘沈君象元，家茲山之下，以題名拓本贈送余，余因此繫乎朱子出處，《文集》未載，志乘亦不著，故

裝潢而識其大略去。

鄭次山，名濤，見風水洞石刻，是書剛勁道肅，確為（朱）文公所書，蘇氏以為用筆結體不似朱子他刻，疑屬弟子代書，非也。且匡石完好，波畫明麗，首數行公題名處，石瑩潔如常拓之碑，精彩倍常，疑有神護，可寶也。

錢塘湖上諸公未嘗有題刻，惟此山兩題而已，詩略溫漙不易拓。是書拓本，好事往往裝池成卷，詫為稀有。乃兩題尚見聶志，而魏氏邑乘略而不錄，何歟？」

古籍介紹朱熹受到趙汝愚推薦進京，及入京後遭遇，還講了石刻上提到門生的來歷。

典籍

隋唐時期，杭州成為東南名郡，運河連接錢塘江水系，成為我國南北運輸主通道。唐宋時，設立定南公館接待過往客商，「公館」即驛站。

《定鄉小識》寫道：曇山「岩石有纜痕，深刻數寸。昔時山岩瀕江，帆檣上下負纜所過處。南宋名士鄭次山築園亭於此，石級遺址尚存。朱文

公兩度遊曇山，題名石上。」

早年曇山是杭州前往贛、閩、睦、翁、粵等驛道與航運口岸，岩石上還留有船隻泊岸時負繫纜繩痕跡，歲月流逝，泥沙淤積，湖口封塞成谷，逐漸沉積成盆地，就是上文的「昔時山瀕江，帆檣上下負纜所過處。」史志還有記載：「山東南面微有土，餘盡石峰，奇秀靈巧，如樓閣、人物、仙禽、怪獸者，莫可繪狀，皴皴瘦透，岩穴百出，雖雲林畫幀，未殫其秀傑也。湖上諸山，惟飛來峰、香林瑞石山差堪伯仲。」

古人認為山石之奇，可與飛來峰、香林、瑞石山媲美。由於交通便利，岩石古怪，及琳宮廟宇吸引了文人，或寓居耕讀，或攀岩涉溪，或摩崖題刻，僅在仙人洞旁就有名士題刻六處。可以看到古代曇山立於江左，潮水冲刷石塊，滿山皆是光禿禿的岩石，形若「光頭」，玲瓏可愛，山體形勢奇形怪狀，有「百獸群山」之稱。

南宋後，戰亂迭起，湖埠景觀與古蹟相繼湮沒，錢塘江沙漲潮退，河床東移，江水漸退，大江化為桑田平原

，定山、漁浦的激流險灘不復舊貌矣！

曇山處雲泉山東側，背靠靈山，傍依銅鑿湖，「百獸群山」仍在。之江區開發方興未艾，可以利用曇山人文歷史、地形地貌，做成一個展示宋文化、山水觀賞勝地，加大開發力度，打造一個朱文公祠，將湮沒孤山之朱公祠在曇山恢復，做成一個南宋文化展示地，可以擴大知名度，也能吸引更多遊客到訪。

註一：趙汝愚（一一四〇—一一九六）字子直，饒州餘幹人。孝宗乾道二年狀元，策劃「紹熙內禪」，升任右相。慶元元年（一一九五）遭構陷，貶為寧遠軍節度副使。慶元二年（一一九六）過世。開禧三年，復趙汝愚原官，賜諡忠定。理宗時，追封福王。

註二：韓侂胄（一一五二—一二〇七）字節夫，相州安陽人，南宋權相。韓侂胄以恩蔭入仕。知閤門事。紹熙五年（一一九四）與趙汝愚等策劃擁立甯宗趙擴即位，官至太師、平章軍國事，力主開禧北伐，功虧一簣。開禧三年（一二〇七），韓侂胄被殺，時年五十五。

追憶文友徐日東

杭州
吳健生

徐日東，東陽市巍山鎮光里湖村人，生於一九三七年十一月八日，卒於二〇〇六年十一月二十三日。

徐日東從小酷愛讀書，一九五七年金華一中畢業，考入水利學院，因身體健康原因，休學回鄉。他曾任過教職，搞過血防工作，攻讀中醫，在市資格考試中，一舉奪魁，成為一名農村中的中醫師。他擅長創作喜聞樂見的詩歌，作品〈建築工的太陽〉、〈畚鄉女歌手〉等刊登在各大報刊上，屢次獲獎。一九九五年三月，在石龍星曲徵歌中，〈建築工的太陽〉榮獲中國工人歌曲新作徵歌金獎。榮譽證書先後獲得二十八本。曾在東陽文壇騷客中風雲一時。他以詩為伴，生活孤單。

上世紀八十年代，他任古光工程隊會計，赴衢州工地，步入建築的生涯。他積極配合隊領導，在市區尋找

租用辦公場所，經商議，市民沈鳳仙同意將自己的三間平房拆後重造；二至三樓作為工程隊辦公、住宿用房，一樓為房東居住的協議。打那以後，徐日東與房東的接觸也多了起來，在百忙的空餘時間，為房東問診把脈，精心治療，多種疾病藥到病除，房東深受感動。沈鳳仙對日東產生了好感。幾年後，工程隊撤出衢州，日東留下來看管辦公住宿用房。他倆朝夕相處，有了愛慕之情。亡夫後，沈鳳仙為了感恩，毅然作出決定與日東結為終身伴侶，拍結婚照，領上結婚證書。從此，有了妻室，撐起三男二女這個大家庭，生活過得和和美。為生計重操創作詩歌、中醫的老本行，當時在衢州文壇上也曾占有一席之地。

二〇〇六年十月三十日因身體不支，舊病復發，住進衢州市人民醫院。由於病情惡化，吐血不止，此情此

刻，愛妻給東陽老家三叔打電話，趕快把大哥接回去，三弟馬上與二弟、四弟商量，決定次日就赴衢州市人民醫院把大哥接回老家。

愛妻沈鳳仙放心不下，隨同前來服侍，十一月八日正是日東七十歲壽誕，提出給丈夫過生日。此時，日東不禁流下了眼淚，生日雖然過得簡單，卻過得很高興，日東感嘆地說：「有這樣好的妻子，死也瞑目了。」十一月二十三日，走完他人生最後的里程。愛妻打電話叫兒子帶上家中全部積蓄的十萬元錢前來料理喪事，具體由三個叔叔操辦，妻子為日東洗浴，穿上他喜愛的衣服和鞋帽，讓他一路好走。子女都送來花圈，並為伯父守靈。下葬日，兩個女兒攙扶著兩淚汪汪的母親，為夫送上山頭，全村二百多村民也為日東送行。下葬時，愛妻從衣袋裡取出一塊紅布，捧上黃土，包好放入穴中，喊叫：「日東，你先進去，我再跟來。」在旁的人，不約而同為她的舉動流下了熱淚。然後，將日東的全部詩文、作品、榮譽證書等在墓前火化，陪伴他在天之靈。每

年清明、冬至，攜子女前來掃墓祭拜

，每次都給日東的三個弟弟全家每人

分一個紅包，中餐聚後回衢州，一件件、一樁樁，詮釋了她半路結交訂百年的愛情真諦。

亦飛與文浩

東陽
吳健生

徐亦飛，亦名徐子桃，一九二九

年生於東陽縣巍山鎮光里湖村。從小受父母的寵愛，八歲上學，讀書很努力，學習成績在班上是第一、二名，還寫得一手好字。對平時遇到的問題愛鑽牛角尖，打破沙鍋問到底，大家稱他為「小聰明」。

能與父母相見呢？他身在曹營心在漢，決意要回大陸，得到王惕吾的同情和支持，「你不想在台灣年輕有為，回去有你另一番天地，如果強留你，不是愛你，可能會害你終生。」一九四九年九月，歸心如箭的他告別了二年軍涯生活，回鄉與父母團聚。

徐文榮的胞兄徐文浩那時就走南闖北尋找商機。有一天，一身樸素著裝的徐文浩等，扛著行李、麻袋在哈蜜火車站蹲夜，寒風刺骨把他們凍得捲縮成一團。

初中畢業後，由徐祥光二姑丈（

王惕吾之嫂）以堂老關係，聯繫給子桃找一份工作，王惕吾滿口答應。一九四七年十月要去南京缺路費也都由二姑丈湊足，到南京後王惕吾給子桃安排到南京警備司令部，擔任一名書記職員。次年蔣介石退守台灣，警備司令部也隨之而去。他面對浩瀚的大海，遠離家鄉，才知道在家千日好，出家一日難。因他是家中的獨苗，越發思念父母，如果這樣下去，何時才

一九五〇年九月徐亦飛以插班生

進入東陽中學，畢業後考入鐵道部在北京辦的鐵路學校，結業後被分配到鐵道部第一工程局工作。因工作需要，調到新疆哈密任設計科技師。那時的大西北生活艱苦不言而喻，但是他認為：既然選擇了這份工作，幹一行，就要愛一行，專一行，很快成為一名工程師。然後，也成了家，先後養育了三個兒子。

上世紀六十年代，正遇困難時期

徐亦飛飯後在車站溜達，當聽到有人在講東陽話，馬上前去盤問：「你們是東陽人嗎？」「是。」「我也是。」正是老鄉見老鄉，鄉情一片濃。當得知來的所以然後，就把徐文浩他倆留到家中住宿。原來寧靜的家頓時熱鬧起來，妻子馬春光忙著做飯，燒熱水給他們洗浴，整理床鋪，安頓住宿。大家拉家常到半夜，可謂「擇

不完的稗，講勿完的話。」徐文浩他們感嘆曰：「天底下還有這麼好的人，真是千載難逢呀！」在外多個不眠之夜，今晚總算能睡個安穩覺了。

次日，徐亦飛很快為他們聯繫上

一份「苦差使」，告訴他們明天就可以上班了。徐文浩他們高興得跳起來，「好！好！好！」但這份「苦差使」對種田出身的他們來說是家常便飯，幹起活來，擔扁不偷扁，得到修理廠領導的好評。

在計畫經濟的年代裡，家裡一下子擠進了這麼多個人，對每月定額發放糧票的家庭，一下子變得捉襟見肘，賢妻馬春光心裡感到很不自在，認為「自討苦吃」。可是亦飛卻不這樣想，私底下做妻子的工作，「將心比心，如果他們的今日是我們，你有何感受呢？我們東陽人是最有義氣的。人家有難，伸手拉一把是很得力的，都會記在心裡的，何況呆的時間不長，做足了路費就回東陽，我們待人接物是有名目的。」這一席話使妻子啞口無言，心悅誠服，心情開朗起來，認為丈夫做得對，而且應該這樣做。繼續每天起早做飯，備好茶水，下班回來，熱氣騰騰的飯菜早已上桌，又燒了熱水讓他們洗浴，還備上洗衣裳的肥皂、洗衣粉。徐文浩他們感慨萬千，不是兄弟，勝似兄弟。

臨行前，亦飛特地買了當地的土特產作為回鄉貨，在站台上的徐文浩突然問起：「世兄家裡還有那些人？」「只有單身母親」，進站後，坐在火車上的徐文浩含淚頻頻招手道別，謝謝！謝謝了！汽笛聲響起，火車慢慢開動，駐足的亦飛望著向東方奔馳的列車，沉思著，何時能再相見？

東陽有句俗語：放春風有夏雨。回東陽後的徐文浩，在橫店辦了一家社辦企業的麻袋廠，經過多年的打拚，企業越辦越火紅。徐文浩不忘落難之中見真情的世兄亦飛，他倆通信從不間斷，在百忙之中，經常帶上禮物，從南鄉趕到北鄉探望世兄年邁的母親，徐文浩逢人就說：「世兄的母親就是我的母親。」百年時，特地前來戴上孝，送她一程。

時光如流水，彈指一揮間。世兄、世嫂已年逾花甲，在陝西鐵路局光榮退休，世兄徐文浩早早邀請世兄到他公司當一名高級顧問，一呆就是二十幾年。期間，徐文浩還為世兄亦飛在市區建設路，以自付三萬元買了一套百餘平方米的廉價房安居。由於年

事已高，才離開崗位。後來到湖州子媳那裡居家養老。

二〇一八年，世兄、世嫂雙雙九十大壽，世弟徐文浩千里迢迢送去祝壽賀禮和壽畫、壽對，祝願他倆長命百歲萬年春。

二〇二二年，夫妻雙雙身體硬朗壯實，在子媳細心的照料下，過著頤養天年的生活……

人生四苦

曉茵

一、看不透：

人際中的糾紛、鬥爭後的隱傷、喧囂中的平淡、繁華中的寧靜。

二、捨不得：

曾經的精采、不逮的歲月、居高時的虛榮、得意時的掌聲。

三、輸不起：

一段情感之失、一截人生之數。

四、放不下：

已經走遠的人與事、早已塵封的是與非。



讀九華山之遊

藉補失隅之憾

樓文淵



我好旅遊，以親受各地的特殊風

俗與秀麗山水風光。兩岸未開放交流之前，在台灣較有名氣的高山，危礮的山林如：玉山、大霸尖山、大武山與雪山都爬過。雪山當時是冬天，登山困難，到達山峰可俯視遠眺蜿蜒於叢山之中的中橫公路，以及山中小村落。在當時雪山山腹積雪甚厚，我們就藉此機會，仰臥而下一大段山坡，減少步行之苦，是我永遠牢記在心。登山需要體力，更有一些冒險性的。當時約為民國四十幾年時，人們繁忙於生產事業，尚未到達登山臨水之樂，也談不到危險有所防範的設施。

大陸開放後，禁錮四十年的旅遊一旦開放，我公務之餘，利用較長假期，參加旅行團，先後分別走遍了大陸各地的名勝古蹟，曾前後登臨五嶽——東嶽泰山雄、西嶽華山險、南嶽衡山秀、北嶽恆山幽、中嶽嵩山峻；四

大佛教勝地——山西的五台山、浙江的普陀山以及四川的峨嵋山。並五登黃山，而緊鄰的九華山，祇在山下過宿。復因搭乘長江遊輪而失之交臂。今多年後，體力已衰，已不可能再去大陸遊山玩水。唯未登佛教四大勝地之一的安徽九華山，至感遺憾。

今偶閱前由《旺報》刊載一位居台中的朱言紫女士早年獨遊九華山的旅遊文章，文字暢順，風光絢麗。讀這〈蓮花佛國九華山〉，如同個人親臨這勝景之感，謹摘錄其部分文章，以慰失落多年胸懷，亦可讓讀者諸君子對九華山有所瞭解。

蓮花佛國九華山

匈牙利文學家山多爾曾說：「世上最大的禮物，就是與志趣相投的人相遇。」這個「人」，不必然是今人。我原先預定的計畫是——追李白，從

黃山到九華山再到廬山，在九華山，我收到了不同於一般的「禮物」。

大多數到九華山的人，除了禮拜現今暫代釋迦牟尼佛職務的地藏王菩薩，就是為了中國保留最多的肉身菩薩而來（約十四位），我上九華山，除了想看看乾隆御賜的「東南第一山」是何模樣，此外，就是要目睹李白詩中描述的：「天河掛綠水，秀出九芙蓉。」（〈改九子山為九華山並序〉）到底是實指九，還是泛稱「多」。芙蓉即蓮花，九華山原名叫「九子山」（最早稱：求子山），被三上九華的大詩人一改，從此定名。

九華之寶肉身菩薩

我先在九華山下的柯村住了一晚，民宿老闆很熱心，隔天一早開車送客人上山，在號稱有九十九處轉彎的山路，邊開車邊述說有關九華山的傳奇。

我入住祇園禪寺後，首先就到保存無瑕和尚肉身的萬歲宮參拜，到萬歲宮有纜車，我選擇走石階，約一小時抵達。無瑕和尚一二四歲圓寂（另一說是一二六歲），死後三年肉身不

腐，明思宗朱由檢敕封為「應身菩薩」，文革時被埋藏十多年，再挖出時，貼金早已剝落，肉身依然完好，在溼氣頗重的地方如何保存四百多年，除了高僧集戒定慧於一身的「定力」，實在難有其他解釋。肉身菩薩，又稱為全身舍利，九華山可查者有十四位，文革時被毀了五位，現在只剩下五位。

因為計畫隔天才要上最有名的天台峰，看看還有時間，我從萬歲宮沿著山路，目標是小天台。行經東崖禪寺，在詩碑廊遠望對面的天台峰，想到劉禹錫〈讚九華山〉：「江邊一幅王維畫，石上千年李白詩。」終於體會到歷代的文人墨客為何也愛九華山，東崖禪寺沒有天台峰高，但視野之好，堪稱九華之最。

風光勝景在天台

到小天台途中，全是年紀稍大的香客，沿路的居民多在家門口擺上攤子，賣水果跟茶食。環視竹林、田畦、民居，絡繹於途的香客引起數聲犬吠，現世佛國不就是這般模樣嗎？

讓我眼睛為之一亮的，是在一處民居的白牆上，寫有一首詩：「爸爸讓我學出家，看清本來真面目。媽媽要我娶媳婦，生養子女傳後世。媽媽爸爸各有夢，老夫老妻同江月。少爺十六進空門，由此踏上涅槃路。」這十六歲出家的師父，想來僧臘不多，心境才會如此直白。

香客們是逢寺必拜，我超前先到了小天台，或許是因為地處偏僻的關係，意外的沒有看到出家人，只有居士招呼大家喝水。

清代有九華十景，現在闢為八大景區，最具可看性的，是海拔一三〇公尺的天台峰，可以在山腳轉運站坐園區巴士，抵達鳳凰松附近，接下來可全得徒步上山。說起九華山的鳳凰松，又名黃山松、台灣松，高七·二公尺，胸圍三·一公尺，雖沒黃山迎客松出名，但旁有一石，李可染手題：「天下第一松」，為南北朝時梵僧杯渡所植，距今一千四百年。

告別這棵萬眾矚目的名松，我直奔天台峰。走著一段又一段，望不到盡頭的石階，得不時停下歇喘，突然

聽到不絕於耳的念佛聲，我正疑惑是不是天耳通了，這才發現前面不遠處，有一老一小，是老先生一步一聲佛號，小孫子在爺爺停下時，又是擦汗又是撫背，我看得眼淚幾乎奪眶而出，到了轉角處休息，老先生的女兒、女婿早就等在那裡，老先生告訴我他今年八十三歲，來自富春江畔的建德。

跟這有福氣的三代人說再見後，約一小時，終於到了天台峰，介紹牌上寫著：「不上天台，等於沒來。」

我遊目四顧，除了寺前有念經團在誦經外，就是快把奇形怪石全部淹沒的人群，或許我一心尋找「蓮花」山峰，站太久了，行跡過於可疑，一名身穿水藍制服的保安對我說：「妳的票，拿出來看！」我心想：票在大背包，神經病才會揹個大包爬幾千級石階。

我說：「沒帶！我住祇園禪寺，就我一個台灣人，很好查。」保安聽了竟然說：「拜佛的，應該不會騙人！」在佛國勝地，當然是和諧第一。

誤占師父地藏靠

往花台景區遇到一群年輕人，一聊才知道經常有人從該處逃票上山。花台景區跟天台峰中間，有個景點叫地藏靠，是唐朝高僧金喬覺（金地藏）平日靜坐的地方。

我看著面積約半個操場大的平坦石區，其中竟然有個下凹處，人坐其中三面環石，金地藏在此修枯禱九年，這麼個天然好處所，我當然不放棄，靜坐約半小時後睜開眼，一旁有位師父對著我微笑，直覺告訴我：占了人家的位置了！

悲君法師告訴我，他是羅漢墩的住持，我頓時肅然起敬，這羅漢墩，相傳是五百羅漢經常出現的地方，唐代金地藏首先在那裡搭茅篷，近代四大高僧之一的虛雲法師與其弟子宣化上人，均在羅漢墩修行過，臨別時，我祝願悲君法師，羅漢墩能在他的努力下，早日修建完成。

洋人也愛拜觀音

從回香閣往天台峰的半路，有處龍溪峽谷，在九華山的第三天，我前往探險。按照民宿老闆送的地圖，我

在土地公廟往左拐，沿著小路走到峽谷邊，一路的石階覆蓋著厚厚的竹葉，可見人跡罕至。

走了快一小時，終於遇到人了，是個老外，光著上身正低頭看書，兩人互嚇一跳，洋神仙來自加拿大，不停描述站在峽谷裡讓水沖，是多麼的有「能量」。

洋神仙告訴我，他在中國教藥理學跟氣功，十六年來，每年到九華山住一個月，手指著他住的民宿方向，要我隨後去參觀。

我走到峽谷盡頭的百歲橋，路已被封，折往洋神仙住的民宿，老闆娘很熱情，招待我一碗觀音豆腐，小老

闆告訴我，他一拔觀音草回來，就招呼洋神仙一起做豆腐，我看著一旁微笑的老闆娘，年過七十仍然滿頭黑髮，我問是不是吃觀音豆腐的關係，她笑說不知道。

我想，能產生肉身菩薩的地方，老百姓也應該很能抗衰老。

我很幸運能讀此好旅遊的文章，以彌補未能親登九華山的缺憾，謝謝作者。

（照片摘自網路）



浙江礦泉水銷到內蒙古

王輔羊

民國九十年七月十日二十六日

，我隨行政院蒙藏委員會的暑期中小學教師內外蒙古參訪團，來到內蒙的呼倫貝爾陳（即舊的意思）巴爾虎旗地方旅遊。買到了一瓶礦泉水，叫做

「農夫山泉飲用天然水」，其產地居然是浙江省淳安縣千島湖南山。瓶子上有簡化字「農夫山泉」及漢語拼音「NONFU SHANQUAN」。

千島湖為大陸國家一級水資源保護區，面積五百八十平方公里。農夫山泉（淳安水廠）源出於千島湖距南山三·五公里處深層，長年水溫攝氏十二度，天然清純，味道甘冽。

此湖即新安江水庫，一稱青溪湖。在浙省西部淳安、建德兩縣間，新安江上游。為一九六〇年新安江水電站建成後所形成的巨型湖泊。湖中常見島嶼三百九十八個，低水位時，島嶼逾千，故名千島湖。湖水澄碧，群

山疊翠，島嶼棋布，港汊交錯。湖周多石灰岩溶洞，素負盛名的有靈栖洞、方臘洞、仙姑洞、白馬洞等。湖區年平均氣溫攝氏十七度，為新興旅遊區及避暑勝地。

新安江水庫是大陸建造的大型水利工程之一，新安江為錢塘江支流，上游也稱徽港。源出安徽省南部休寧、祁門兩縣山區，東流經淳安、建德匯入錢塘江。沿岸以低山、丘陵、盆地為主，屬亞熱帶季風濕潤氣候，平均降水量約一千五百公厘，水量豐富。河流切過山谷，往往形成峽谷險灘，河岸陡立，水流湍急，適宜建造水電站。一九五七年在建德附近銅官峽興建水電站。水庫長約一百公里，寬窄不等，最寬處十多公里，蓄水量一七八億立方公尺。



續前期趣味數學 挑戰自己 腦力激盪

問題：數字 1 至 9，每題皆為 4 個相同數字如 9999，共九組數字，只准在數字間加上數學運算符號，使其皆等於 24。今解 179 最後三個數字，需用較深的數學階乘！符號。亦有他解，能解就對了。

$$1111=24 : (1+1+1+1)! = 4! = 4 \times 3 \times 2 \times 1 = 24$$

$$7777=24 : [(77/7)-7]! = [11-7]! = 4! = 4 \times 3 \times 2 \times 1 = 24$$

$$9999=24 : (9+9+9) - \sqrt{9} = 27 - 3 = 24$$

評分：若只答出 1 題，重度痴呆；2 題，中度痴呆；3 題，輕度痴呆；4-5 題，不痴呆但也需警惕；6 題，很聰明；7 題，算高智商；8 題智商很高了；若 9 題全對，那幾乎是天才了。



踏遍青山攬勝景

杭州

盧上雁

(河口)



二〇〇七年冬，規劃院接到一個課題（江西鉛山縣擂鼓嶺開發），此專案成為我「浪跡天涯」的轉捩點，並非完全出於途中在龍遊那次突發性車禍（「車禍」僅是引發點）。林院長已淡出規劃院事務（林正秋大我十三歲，剛過七旬）。

我也意識到，年歲不小了，不能再「浪跡」下去，專業畢竟是「外貿單證」，此行業打滾數十年，寫出了相當數量的文字與書籍（課本與專業書），在財政部刊物（《新理財》）擁有專欄（不必再絞盡腦汁了），教書只是「順水淌淌」而已。況且，心目中，規劃院也就那麼回事，初時的熱忱（身體力行，為窮僻鄉村開創一條融入改革開放大潮的途徑），時至今日，心力交瘁，該收手了！

一、行走武夷山（擂鼓嶺）

規劃院已經完成了江西井冈山、婺源等地的規劃編制，緊鄰浙江的上饒，見鄰省（浙江、安徽、福建）生態旅遊搞得風生水起，動心了。

上饒擁有三青山、龍虎山這樣的道教名山（國家宗教政策對「道教」已放鬆），另一個開發專案就是境內的鉛山縣（擂鼓嶺）了。

鉛山縣府所在地在河口鎮，「鉛山」這個地名不為外界熟悉，不過，說到河口，倒是一個鼎鼎大名之地（昔日為贛省四大名鎮之一），區位非同小可。我國所謂的名城、名鎮，大抵是因為水上運輸的地理位置與歷史原因所形成。

至於說擂鼓嶺，則從未聽說過。不過，只要說到「武夷山秀甲天下」，上上下下，無人不曉，人有一武夷之勝，天造地設，山為峻奇險聳，水為曲折瀾洄，鬼斧神工，莫可窺

測。」

古人觀山勢之奇，歎曰：「千岩競秀，萬壑爭流，山之奇幻百出、水之盈澈流暢，吾觀海內山水之秀、於斯為最！」

對業界人士來說，上述這些話早就耳熟能詳，尤其是一九九九年，武夷山列為「世界自然與文化雙遺名錄」，成為世人公認之名山秀水（非「黃婆賣瓜，自賣自誇。」）。

由此，福建武夷，聲名鵲起，遊客紛至沓來，成為炙手可熱之勝地。



在擂鼓嶺考察，左四為作者
(2007)

武夷山，一座延亙數百公里（閩、贛二省分界）之大山，南坡屬福建省管轄，旅遊業蒸蒸日上，至於說北

坡（也就是擂鼓嶺）仍冷冷清清，仍維持在千年不變的農耕作業狀態。按規劃文本說法「養在深閨人未識，天生麗質難自棄」。

實際上，武夷山分處二省，一脈相承，氣候、植被、地質、風貌相似，同樣的典型丹霞地貌、同樣的「峰巒岩壑秀拔奇偉，溪澗泉水清澈澄碧」的自然景觀（即「奇秀甲東南」）。只因山體地域中軸線劃分，二地判若天壤。

此時，已有開發商（池紹穩先生）相中了這塊土地，意欲投資開發，規劃院就是應他的邀請到擂鼓嶺去的。

我們車子在浙贛高速公路（饒市出口下，沿信江支流（岑源溪）旁的公路，直抵鉛山縣車盤鎮，由鎮區進入擂鼓嶺有一條四十餘公里的鄉級道路，坎坷不平，車行顛簸。我在想，交通瓶頸可能是制約擂鼓嶺尚未開發的因素之一。（擂鼓嶺面積一六、〇〇七Hm²，八八%為國有林，十二%分屬村組及鄉村。）

二、擂鼓嶺攬景探勝

剛到擂鼓嶺，巧遇一位朋友（黃紹良），大夥叫他「黃總」。

黃總與我父親很熟，父親年歲大了，很少出門，平時一個人在家中看電視、聽音樂（我們夫妻忙於外面事務）。當年黃總在杭州工聯大廈做基建，因為老屋常要翻修，妻子請他過來幫忙，幾次下來，與父親熟了，專業相近，話題也多了。

也許，老朋友了，黃總對我們一行特別關照。

擂鼓嶺仍稱「江西省鉛山縣車盤鎮擂鼓嶺林場」。

池總派來的幾個開發者就住在林場總部舊樓（樓內仍有原林場員工與家眷），簡陋破損。到了晚上，雖安排我們入住林場總部，武院長帶了幾個人進去，轉了一下，走出來，仍回到車裡，說道：「我們在車裡打個盹，反正只住二晚就走。」

黃總心裡有數（條件太差），也不勉強，武院長他們睡在車裡了。

我在旁看了，對他說：「將來買個帳篷，平時折疊著放在車後，急用時，可以派用場，總比睡在車椅上強，

晚上睡不好，第二天很難爬山涉水。」他聽了，只是笑笑。

那晚，我與老黃在一個房間，聊了個通宵。



作者與黃總在擂鼓嶺考察（2007）

對於生活條件，我有桿秤，這樣的待遇比起青來，要優厚多了！

次日一大早，老黃起來準備。

林場幾個老員工見我準備隨大夥進山，上前勸道：「這位老同志就不要去了，那個地方沒路，全靠四腳二手爬，行嗎？」

老黃過來，上下打量了一會，說道：「沒關係，你行！好在冬至過了，山上的蛇蟲沒有夏秋那麼毒！」吃完早餐，帶上乾糧，一行人匆匆進山了。

老黃有備無患，揹著柴刀，穿了



厚褲，戴上建築工人的頭盔，走在前面。我們一行人緊隨其後，深入叢林大山。

幸好有老黃一路照顧，每到陡險處，一步一腳，他先過去，然後，我跟著他走過的路，慢步攀行，越是偏僻、越是大山深處，瀑布清泉、峽谷陡峰，景觀越是奇秀。雖說深入原始山嶺（沿著採藥人攀爬過的小徑），小心翼翼，有的地方還爬著前進，

談不上「遊山玩水」這樣閒情逸致，一門心思只顧攀山爬嶺。一路上，山勢雄峻陡峭，溝壑縱橫，攀行其間，讓人望而生畏！

我思忖著，景色果真與東南坡之福建武夷，有過之而無不及！

傍晚，眾人回到宿營地，忽有個念頭，如果早幾十年就能隨規劃院出來上山下鄉開發這塊土地多好，驚險、刺激，跋山涉水之餘，居然可以改

變地域人文，了卻平生之志！

三、登武夷主峰（黃崗山）

第三天登武夷主峰（黃崗山）。

黃崗山，為華東最高峰（海拔二一五八米），也是我國東南地區面積最大、保留最完整之亞熱帶原始森林，林木覆蓋率達百分之九十五以上，區內地質遺址、地貌景觀獨特，山水景觀優美，加之多年精心呵護，動植物種類豐富多樣（規劃文本語）。

車子由一條簡易軍用公路上山，山頂原有兵營，仍能見到軍用工事遺址與暗堡，早年列為禁區（福建省面對台灣／冷戰時期處於敵對狀態）。九〇年代後，兩岸關係解凍，官兵隨之撤離。

不過，車到山口，仍有人把守（林業局），須持證方能入山。

經聯繫，守門人獲悉我們是規劃院過來勘查資源者，才獲准進山。

上山後，景色非同小可，一路上，溪清潭碧，野花碩果，居然還能見到樹林中竄出（在公路上狂奔）的野豬（一條軍用簡易便道，車子能一直

開到山頂）。

嚮導說，冬天了，野豬出來覓食，山中仍有雲豹、黑麂、黃腹角雉、猴群等珍貴野生動物，還有稀罕的金斑鳳蝶、拉步甲這些昆蟲。

我在想，所幸多年的「禁區」，才能保存那麼多原始森林與稀有動植物。

車往山上開，向窗外張望，地殼斷裂層（武夷大峽谷）就在眼下。

地勢高峻，山中植物明顯呈垂直帶狀分佈，山腳為低山竹林區；山腰覆蓋著層層疊疊的原始森林。

車到山頂，（過於高寒）鮮有樹木，只能見到一片枯草荒野。

眾人登峰四顧，人有一群山踩於足下，飄然欲仙之感，每當風起雲湧，濃霧滾滾而來，周邊峰巒飄散於雲海之中，宛若蒼海之上的座座孤島，令人有騰雲駕霧之感。觀此景，眾人無不連聲叫絕！

嚮導說，此景並非武夷山之絕色，若是早起登山觀日出，太陽自雲霧中徐徐升騰，與周邊怒海雲浪，相映成趣，堪稱武夷一絕。



一位同行者說，如果晴空萬里之時，山巔賞景，可眺台海風雲。

聽了，我給《人民日報》寫了通訊，題曰：

「遊黃崗山，望台海風雲」（《人民日報海外版》二〇〇七年十二月二十六日），也許，這是上世紀五〇年代後，第一篇黃崗山遊記。

四、過桐木古關，觀史上風塵

黃崗山有桐木關，一座連接閩贛二地的重要關隘。

早年貨物全靠獸拉肩挑背扛，此關成為進江入海南下廣州之捷徑。

贛徽湘諸省不產鹽，福建海鹽經閩江溯流而上，至閩北黃坑，出桐木關，入江西河口。據《桐木關碑記》載：此關「上與江西鉛山、貴溪、金溪等縣界連，下達建陽黃坑地坊，為商販鹽挑往來之所。」

清廷實行嚴厲的「海禁」政策，武夷山所產之紅茶不能經由福建口岸運往海外（唯有廣州一地），只能通過內陸輸往廣州，桐木關成為獨有通道（後文詳介）。

咸豐五年（一八五五），太平軍石達開部在江西戰場取得軍事優勢，虎視福建。由此，閩省清廷邊防吃緊，扼守此關成了關鍵。關文又載：「況該處逼近賊氛，防範稽查最為嚴密，全賴團練聯甲齊心，協力捍衛梓鄉。」字裡行間，無不透露，昔日桐木關作為軍事要衝之險扼。

走河口，說史話

下了黃崗山，由池總帶隊，驅車直奔河口（今之鉛山縣城）。時至今日，出了江西省，恐怕很少有人知道「河口」這個地名。

在史冊上，河口曾是贛省四大名鎮之一。民諺有：「裝不完的河口，賣不盡的漢口」，可窺探到，在昔日南北運輸中，河口幾乎等同於「萬商雲集、九省通衢」之武漢三鎮了。

這是因河口所處地理位置所決定（東南交通之要衝）。商船從河口出發，沿信江而行，入鄱陽湖，直通長江水系，（即可從鄱陽湖入贛江，直抵廣州）。

明清二代，商船只要到了河口，也就進入了我國東南地區的商業網（東南經濟繁榮，居全國之冠）。桐木關至河口古驛段，成為閩省北向「出省大道」。

乾隆年間，河口商貿運輸進入鼎盛時期，閩贛皖浙川粵荊蘇等商貨集散於此，行銷全國，一時商賈雲集、客貨匯萃，號稱「通衢八省，貨達四海」。

僅沿江碼頭多達數十餘處，泊船千艘，港口繁盛，時有「船到三日不能靠岸」之說。沿街店鋪多達二千餘戶（僅紙店就有一百多家，茶行五十餘戶），各地在河口設的會館多達二十餘所，昔日商貿之興旺發達，可見一斑。

明·嘉靖年間，河口之造紙業，與松江之棉紡、蕪湖之漿染、蘇杭之絲織、景德鎮之製瓷，並駕齊驅，史

稱江南五大手工業區域之一。

清《鉛山志》載：「貨聚八閩川廣，語雜兩浙淮揚，舟楫夜泊，繞岸燈輝，市井晨炊，沿江霧布，斯鎮之盛事，實河口之巨觀也。」

正是由於紙張、茶葉、百貨等大宗商品的集散帶來了繁盛，使得河口成為江西省的四大名鎮之一，老街素有「九弄十三街」之說。

我們一行從城東到古街入口處，一路勘查（全長二千五百米／寬約六米），一邊細細觀察，街面由青條麻石鋪成，人行，車往，走得油光閃亮（約一千五百米保存較完好），道路兩側的老商號及老屋鱗次櫛比，基本保存了古代格局。



河口老街，站立者為開發商池紹穩先生（2007）

河口老街始於明代，至清乾隆年間，街區格局已經定型：繁盛時沿街作坊、商號多達五百餘家，行業大致

有：南雜廣貨、紙號茶行、布店藥行、酒店銀樓、會館廟堂，不一而足。

只是到了二十世紀初，陸上運輸興起（一九二三年浙贛鐵路貫通），交通轉為鐵路，這條古代交通動脈漸趨沉寂，河口淡出世人視線。

其實也不盡然，二戰時期，我國東南沿海鐵路幹線被日軍佔領，國府西遷川蜀，沿海主城鎮相繼失守，但是，廣闊的內地城鎮鄉村仍為中國政府掌控，第三戰區長官司令部就設在河口。由於交通骨幹及中心城市淪陷，東南各省的機關、企業、學校等撤退時，再次啟用這條貫通南北交通之古航線。

隨著外埠大批人員的湧入，河口再度呈現出繁忙景象。

實際上，河口當時已成了我國東南地區的軍事、行政、經濟、交通中心。

古鎮風貌

眾人漫步老街，一路觀賞，一路聊天，建築大多為磚木結構，以封火山牆分隔，沿街房屋為多進古屋，進

深幽長，一進為鋪面（經營商業）；二進以內及樓面一般為居室、棧房等。鋪面、樓廊和內間可看得到，多飾以精美磚雕、木雕或彩畫（仍能窺探到昔日之輝煌）。

迄今為止（二〇〇七年），保存較完好者約三百家，顯示著不同年代的建築特色。

我們逐一考察，除少數仍有商事活動以外，大多轉為住家，外觀殘破。向裡張望，黑暗幽深的長廊內仍有居民，整體觀感是雜亂、衰敗，火災隱患嚴重。

所幸，現存老屋大多得到適當保護（不少建築外嵌著牌子，寫明房屋歷史）。

河口另一名品是「河紅」（河口紅茶），其實，河紅主產地不在河口，而在福建崇安。嘉慶二十二年（一八一七年），清廷貪圖巨額關稅，將紅茶外銷鎖定廣州，形成了桐木關—河口—廣州的紅茶外銷路線。由此，習慣上將崇安紅茶統稱為「河紅」。

鵝湖書院

接下來，我們驅車前往鵝湖鎮。

說到鵝湖，聯想到的也就是史冊上南宋大儒朱熹與陸九淵的「鵝湖之辯」就在鎮內的鵝湖寺舉行，由此，小鎮也跟著揚名天下。

史有一「東周孔丘、南宋朱熹」之說。

錢穆在《朱子新學案》有言：「在國史上，前古有孔子，近古有朱子。兩人皆在（中國）文化史上發生莫大影響，曠觀全史，恐無第三者堪與倫比。」

西方人對宋史上的「鵝湖抗辯」大為驚訝，千餘年前，中國人居然對於不同意見敢於辯論，僅這一點，就讓後輩汗顏！

換句話說，中國文化史上的二大哲人，孔子和朱子，無論是從東方古文化學來說，還是從中國文化地理學角度來看，類同於泰山和武夷，二大名山，其潛台詞，一目了然，孔子、朱子有著同樣的歷史地位。

朱熹何許人也？出生在福建尤溪縣，八歲遷居建甌。

次年，舉家遷居崇安五夫里，十

九歲中進士。

朱子老家的五夫里鎮，現有一排參天紅豆樹和巨樟（據傳係朱熹手植）。旁有一座仿古樓，稱紫陽樓。樓前，有一池塘，號半畝塘，上刻「靈泉」二字，據傳此二字乃朱熹手筆，還有條小巷，叫朱子巷（兩邊土牆卵石夾道，長不足百米）。迄今為止，只有修復後的武夷書院，懸掛著「理學正宗」牌匾。

朱熹一生在五夫里住得最久，但除此之外，幾乎沒有別的遺跡可供憑弔。

相比之下，朱子與同為古聖人之孔子的待遇，相差遠矣！

據考，朱熹一生有五十多年時間在武夷山講學、著述、研習理學。

武夷山至今留有許多朱熹活動遺跡。

從旅遊規劃者角度來看，孔夫子之所以備受關注，除了中國古代文化之博大精深，孔子學說不斷被後人提及之外，另一原因是，山東曲阜有孔子家廟、有「孔子府第」可供人祀禮。可是，同樣作為古文化巨人之朱熹

，卻沒有類似的「朱子家廟」或「朱府」，可供後人懷念，多少讓人有些失落之感。

此次鵝湖鎮之行，大家不約而同地想到一個問題，為什麼不利用鵝湖厚澤的朱子文化，打造一個朱子紀念地（類似於孔廟）呢？由此，我們一行細細考察了鵝湖書院，坐南朝北，占地八千餘平米，建築面積廣達四千八百平米，書院面朝獅山，背靠虎山，左有龍山，右依象山，龍虎獅象，拱衛四周，守護著這個千年書院。

這是一幢縱深五進次，一個典型的中國古代建築群布局。

初建於宋景德四年（一〇〇七），賜名仁壽寺（俗稱鵝湖寺）。

南宋時，稱文宗書院；明·景泰四年（一四五三）重建，才有鵝湖書院之名。

數百年間，屢有興廢，幾經變動，現屋為清道光二十七年（一八四七）重修，基本建築格局不變。二十世紀九十年代又有一次大維修。

今日之鵝湖書院，不僅格局完整，舊址不變，實為全國所罕見。

如果將鵝湖書院打造成一個類似曲阜的孔子紀念地，宣介得當，人氣不會低於曲阜之孔府。

鉛山處在上饒市，舊有「扼浙贛

皖閩之咽喉，居南北東西之中樞」之說。如果將擂鼓嶺、黃崗山、桐木關、河口、鵝湖串成一線，其青山秀水與文化積澱，在全國範圍內，可說無

與倫比，區區一個縣域，境內可以打造一條具有全國性影響力的旅遊線路，對於當地的民生經濟會產生多大的影響，這是不言而喻的。

照鏡、對境的因緣與智慧

滕麗芳

一、古人的鏡子·今人的借鏡

《莊子內篇·應帝王》：「至人（道德修養完美的聖人）之用心若鏡，不將不迎，應而不藏，故能勝物而不傷。」莊子要人用心若鏡：不期待、不執取，只客觀反映事實而不留存於心上，如此就能承受一切，而不會被外在的事物所傷。這樣的心態會造就達觀、務實、理性的人生！他之後的《韓非子·觀行》則說：「古人之目短於自見，故以鏡觀面。智短於自知，故以道正己。故鏡無見疵之罪，道無明過之怨。目失鏡，則無以正鬚眉；身失道，則無以知迷惑。」韓非認為人的眼睛看不到自己臉面上的樣

子，因此要拿鏡子來修正自己的儀容；同理推論，人在行為上若有了缺失，也需要有能力（法）或方法（術）好讓自己回到正道上，以免讓自己陷於迷途。韓非的方法，是要人各自找個適合自己的「緊箍兒」時時戴著，好讓自己行得端、走得正。由此看來，兩千多年前，我們的先哲就都從鏡子領會到了許多修身、守心、安心的道理。期望透過鏡子作譬喻，讓我們在面對所處的情境能做出智慧、積極、正向的抉擇！

最早提出鏡子具有照妖功能的則是東晉的道士葛洪。他在《抱朴子·登涉》裡說，一般道士都在深山裡煉製丹藥。因為山林裡的人少，鬼魅妖

怪就多了。因此，修道人常要在身後背上一塊九寸長的明鏡，這樣可以使山林裡的鬼魅不敢近身。即便是在山林裡不期偶遇山精妖怪，也只要先回頭看看鏡子就好了。因為，對方如果是仙人或是山中的好神，那麼鏡中的樣貌就不會變。假如他是山精鳥獸、邪魅幻化而成的人，那麼鏡子就會讓他們顯出原本的相貌；也有可能你遇到的是老魅，因為他們有倒退走路的習慣，所以只要用鏡子一照，你就會發現：他沒有腳後跟！由此可以識別出山林裡的各類友伴！至今民間風水學裡，也還流行著一種鏡子可以化煞、收煞的說法呢！

鏡子這麼有趣，那麼，就試著從

我們的歷史長河裡留傳下來的民間小說家言裡，來看看託付給鏡子的各類有趣的因緣吧！

二、破鏡重圓·楊素豪情促癡情 夫妻團圓

唐朝的韋述在《兩京新記》裡記敘：隋文帝開皇九年（西元五八九年）滅陳。時陳後主的妹妹樂昌公主已嫁徐德言為妻。隋文帝以楊素破陳有功，就將樂昌公主賜給楊素當小妾。楊素，文武雙全，風流倜儻，也仰慕樂昌公主的才華和美貌，特為樂昌公主造了宅院。可是公主鬱鬱寡歡，終日一語不發。

樂昌公主與丈夫徐德言情義深厚。在南朝陳將亡的時候，徐德言就曾揮淚對妻子說：國已危如累卵，豈豈能保安全，你我分離已成必然。以你這般容貌與才華，國亡後必然會被掠入豪宅之家，我們夫妻長久離散，各居一方，唯有日夜相思，夢中神會。倘若老天有眼，不割斷我們今世這段情緣，你我今後定會有相見之日。所以我們應當有個信物，以求日後相認

重逢。說完，他把一枚銅鏡一劈成兩半，夫妻兩人各藏半片銅鏡。徐德言又說：如果你真的被掠進富豪人家，就在明年正月十五那天，將你的半片銅鏡拿到街市去賣，假若我也倖存人世，那一天就一定會趕到都市大街上，通過銅鏡去打聽你的消息！

第二年正月十五，徐德言趕到了都市大街，果然看到一個老頭兒正在叫賣半片銅鏡，而且價錢昂貴。徐德言一看，正是他劈的那半片失落的銅鏡，立即付了錢，並把老者帶到自己的住處。請他吃喝，然後對老人講述了破鏡的故事，並拿出自己珍藏的另一半銅鏡。老人感動得熱淚盈眶。徐德言就著月光題了一首詩，託老人帶去給樂昌公主。詩曰：「鏡與人俱去，鏡歸人不歸。無復嫦娥影，空留明月輝。」

樂昌公主看到丈夫的題詩，悲不自勝，更是整天愁眉不展，滴水不進了。

楊素盤問再三，知悉原委，也被他倆的真情所感動。立即派人去找來徐德言，讓他們夫妻二人團聚。還設

宴送別了他們。府中人都為公主夫妻能破鏡重圓而高興。也為楊素的寬宏大度、成人之美而讚歎。

後來人們就以「破鏡重圓」來形容夫妻歷經離散或感情決裂後，重新團圓合好。

三、《荔鏡記》·追尋婚姻自主的因緣

明代傳奇《陳三五娘》，原名《荔鏡記》，是最早的閩南語白話作品。據《台灣大百科全書》說講的是：有關泉州書生陳三與潮州富戶黃九郎之女——五娘的愛情故事。故事大意是泉州書生陳三送兄嫂赴廣南上任，路經潮州時，恰逢元宵節。在花燈會上與五娘相遇，兩人一見鍾情。俟陳三返回泉州時，路過黃家繡樓口，五娘正巧在樓上，便對他投荔枝表心跡。陳三於是假扮成磨鏡人，進了黃家，又刻意打破了黃家的寶鏡而賣身為奴，只盼能與五娘相會說說話。可是五娘的爸爸早就把女兒許配給富豪林大了，而且婚期將至；這陳三便與五娘和她的丫頭一起私奔。結果被官府逮

住了。經過一翻波折，陳三終於得到兄嫂的幫助，和五娘結成了眷屬。這故事盛行在潮州、泉州一帶和台灣的歌仔戲裡。目前在南管戲裡還是頗受歡迎的一齣劇目。這齣戲表達了明代人們對婚姻自主的想法！

四、《西遊記》·照妖鏡裡尋回

本真

明朝吳承恩在《西遊記》裡，寫孫悟空大鬧天宮後，二郎神楊戩帶著梅山六兄弟和一千二百個草頭神、一條狗，來到了花果山要捉拿孫悟空。托塔天王拿著一面照妖鏡，那鏡能識別萬法，使得孫悟空的隱身術無所遁形。結果孫悟空被如來佛祖壓在了五行山下，要他好好修行！

五百年後，孫悟空受到南海觀世音菩薩的點化，跟隨唐僧去西天取經。路經烏雞國。聽說烏雞國王被一隻青毛獅子妖怪霸占了國王的位子。這一聽，激起了孫悟空的俠義心，要幫國王奪回王位。於是，他指出了假國王是個妖怪，只見那青毛獅子忽然一溜煙兒跑了，卻還是被孫悟空給逼了

回來。這時候青毛獅子又變成了唐僧的模樣，還是被孫悟空給認出來了，於是師兄弟三人（悟空、悟淨、悟能）圍住了青毛獅子。這時候，忽然文殊菩薩從雲裡現出身來，一邊喊著且慢，一邊從袖裡取出了鏡子，往那妖怪身上一照，原來牠是文殊的座騎獅狒王。

西遊記裡與葛洪的照妖鏡，能照住原身，能定住原形。這面鏡子，其實是要人通過事物的表象，返妄歸真，去找到事物的本質，人不犯糊塗了啊！

五、《聊齋志異》·鏡聽卜卦術

清代蒲松齡的《聊齋志異》裡，有個《鏡聽》的故事：

山東宜都縣有份姓鄭的人家，有兩個兒子。老大學業優秀，成名早，父母偏愛些，連帶對大媳婦也比較好；老二成績不優，父母不疼，連著覺得媳婦也不討喜。妯娌間也生了隔閡！二媳婦常激勵丈夫要發憤。鄉試那年的除夕夜，老二夫妻倆就悄悄用「鏡聽」（註一）術來占了個卜。吃完

年夜飯，老二媳婦揣著鏡子出門，聽到有兩個人嬉鬧地邊走邊說：「汝也涼涼去！」老二和媳婦猜不透這話的意思，當然也就不知道是凶是吉了！

鄉試結束，兄弟倆回家了。農曆的八月天，真熱！兩個媳婦在廚房做飯，忽然聽到官府報喜的人騎馬到了家門口，大聲報道：鄭家老大中舉啦！媽媽趕緊到廚房對大媳婦說：「大男中試矣！汝可涼涼去！」

二媳婦一聽，覺得心酸又委屈，邊哭邊做飯。沒想到隔一會兒功夫，又有人登門報喜了，說是老二中舉啦！二媳婦頓時站起身來，使勁兒地把擀麵杖一扔，口裡也說著：「儂也涼涼去！」這時她忽然想起鏡聽來的那句話。噢！原來是應驗在這時候的！二媳婦好開心！相信，你我也會為這個結局驚喜的！

六、《鏡花緣》·設身處地換我心為你心

清代李汝珍的《鏡花緣》是一部虛擬小說。作者以他所說的故事有如鏡中之花、水中之月而命名。書裡的

海外國家、奇花異獸……，脫胎自《山海經》、《拾遺記》、《博物志》等書。小說前半部，描寫唐敖、多九公等人乘船遊歷海外的「女兒國」、「君子國」、「無腸國」……等地的故事。後半部寫武則天科舉選才女，由「百花仙子」托生的唐小山及其他各花仙子托生的百位才女考中的故事。

在女兒國裡盛行著「女主外，男主內」的習俗。唐敖等人也在此經歷了一場性別交換的體驗之旅。他們被逼著要塗脂抹粉、穿耳洞、纏足、著女裝、繡花、做家事、帶孩子；女子則是著靴帽，忙著外務；做國王、百官及士兵。她們也擁有三妻四妾。把當時現實世界的秩序完全顛倒了過來。歷程頗有趣，又能引發人們去思維各種習以為常，如：性別議題、職場、教育、家庭腳色與功能等：刻板印象的問題。

在君子國裡的人，人人謙虛、禮遇外人，但矯枉過正反而成了假君子、真小人的行徑。其實也是對現實社會現象的反思，蠻有意思的！

至於無腸國的源起，來自《山海

經·海外北經》，無腸國在深目國的東邊。鏡花緣裡的多九公說這無腸國的人：吃下食物，腹中並不停留，一面吃了，隨即一直通過。……明明曉得腹中一無所有，他卻偏裝作充足的樣子，……最噁心的是富貴人家排出的糞便，會給低一等級的奴僕，吃高一等級人的排泄物；一直到最後，還給了狗吃，這就是天下第一奇的無腸國。

李汝珍的奇思妙想，應該是啟發了現代電影故事「寄生上流」裡社會樣貌的原形吧，思之令人發噁、忍俊不禁！

作者認為在他的時代裡，書裡所說的這一切現象與議題，如同鏡花水月一般，雖不存在，但卻值得關注。然而兩百年後的今天，兩性在求學、工作、職場上，真的有了極大的改變，一定會讓作者大為驚訝。李汝珍是蠻有前進思想的作家！此外，工業革命後的兩百多年來，全球在資本主義的推波助瀾下，社會上普遍呈現著過度追求物慾的生活百態；甚至，現代民粹選舉政治下，衍生的多種不安、紊亂的社會徵象，也呈現著許多耐人省思、檢討的問題。李汝珍似乎也都

預言、譏諷了那些畸形與病態的社會現象呀！

七、《紅樓夢》·以風月寶鑑示反妄歸真

《紅樓夢》是我國四大著名小說之一，此書別名有《情僧錄》、《風月寶鑑》、《金陵十二釵》、《石頭記》等。

《紅樓夢》裡有一面雙面鏡子叫風月寶鑑。賈瑞是賈府義學塾賈代儒的長孫，平日專圖便宜、以公報私，勒索學塾子弟。自從在寧府裡見到了王熙鳳（註二），就迷戀上了鳳姐。王熙鳳捉弄他，一次讓賈瑞挨了一夜的凍；一次讓賈蓉和賈蕃去訛詐賈瑞，還讓他們往賈瑞頭上倒了污穢物，賈瑞因此得了重病。賈瑞雖也「無藥不吃」地努力治病，可還是無效。不久，來了一個跛足道人送給賈瑞一面「風月寶鑑」，告訴他說：「這物出自太虛幻境空靈殿上，警幻仙子所製，專治邪思妄動之症，有濟世保生之功。所以帶它到世上，單與那些聰明俊傑，風雅王孫等看照。千萬不可照

正面，只照它的背面，要緊！要緊！三日後吾來收取，管教你好了。」

賈瑞拿起鏡子的背面，一看是一具骷髏；再一看正面，竟然是鳳姐正笑著向他招手。這一看，他神魂顛倒了；再看看背面，仍是那個骷髏。於是他再也不看背面了！

其實，賈瑞在正面鏡像裡看到的鳳姐，只是他心中的幻影。他整日沉溺在自己的幻象裡，最終還是害死了自己！他的爺爺奶奶極為傷心，要燒掉這面害死他孫兒的鏡子。沒想到這面「風月寶鑑」開口了：誰叫你們瞧正面了！你們自己以假為真，何苦來燒我！

正說時，跛足道人來了，搶走了鏡子，飄然遠去了！

賈瑞的故事分明是個寓言。作者想藉這個寓言告訴世人，所有外在的境界狀態，實則都是我們歷事練心、藉境修心的一個助緣。那面風月寶鑑正面所顯現的正是人們每天所見到的現象世界。這個現象世界猶如一面鏡子，反應著人們內心裡五欲六塵所心心念想的事物。這六塵的境界相，看

上去似是真實，其實乃是人們一廂情願的妄想。正是「酒不醉人人自醉，色不迷人自迷」呀！《華嚴經》上說「心如工畫師，能畫諸世間。」禪宗四祖道信禪師也說：「境緣無好醜，好醜起於心。心若不強名，妄情從何起？妄情既不起，真心任遍知。」

因此，心才是煩惱的根源啊！人在面對現象世界而產生迷惑的時候，若能以靈明的理性去反省自己的內心，自能明白「對境不迷心無物」、「早悟色空空幻身」的道理。這也是觀自在菩薩在行深般若波羅蜜多時，照見的五蘊皆空啊！人若能於覺察後，了知真如（註三）心的性空道理，就不會因外界的境象而起煩惱了。

當一個人的心，不攀緣外界的色、聲、香、味、觸覺上的時候，那麼「一切魔事，云何發生？」（《楞嚴經》）。賈瑞是死在淫字上的，但世間死在自己一念貪心極力去追求色、聲、香、味、觸覺等事物上的人，也多得是了！否則怎會有：「人為財死，鳥為食亡」的諺語！西漢·賈誼的《鵬鳥賦》又怎麼會洋洋灑灑地說出

：「貪夫殉財兮，烈士殉名；夸者死權兮，品庶每生。（貪得無厭的人為追求錢財而不惜一死，胸懷大志的人為追求名節而不惜一死；作威作福的人為追求權勢而不惜一死，芸芸眾生只顧惜自己的生命）」的話呢！如此看來，所謂的輪迴，其實也不過就是人們當下的一念心，沉溺、攀緣在貪、嗔、癡、慢、疑五毒（註四）的妄想境界裡輪轉不歇呀！

八、對鏡·對境

所謂：中醫治病，佛道療六欲。《禮記·禮運》中提出人有七情：喜、怒、哀、懼、愛、惡、欲。中醫對治的正是七情。《黃帝內經》說：「心在志為喜、肝在志為怒、脾在志為思、肺在志為憂（悲）、腎在志為恐。」因此常聽中醫說「喜傷心」、「怒傷肝」、「思傷脾」、「憂（悲）傷肺」、「恐傷腎」。由此看到中醫保養了我們的生物能量。當然中醫的喜、怒、憂、思、悲、恐、驚與禮記的七情稍有出入，但都泛指人的心理狀態而言。至於六欲，《呂氏春秋

《說：「全生者，六欲皆得其宜者」。東漢高誘註解六欲是：生、死、耳、目、口、鼻也。基本上與佛教「眼、耳、鼻、舌、身、意」六根（註五）的內容大致相仿。而佛道療六欲的內涵則屬於現代醫學治療裡靈魂健康領域的範疇。

所有宗教，尤其佛、道兩家專門對治的就是人們的六欲。道家主張：天人合一、致虛守靜、反璞歸真、清心寡欲、齊物論；等。能讓人做到從心底上波瀾不驚、遇事達觀，進而與天地並生，與萬物合一！至於佛教，則馬鳴菩薩在《大乘起信論》裡說眾生心有二門：一是心真如門，以真心為本，是不生不滅、不垢不淨、不增不減，清淨的如來法身；二是心生滅門，是現象世界。因此佛教的治心之道在「都攝六根，淨念相繼」。提醒我們「不怕念起，只怕覺遲」；要「心常覺照、不隨妄轉」，煩惱自會消除。當我們歷經了諦聽心音，覺照後的心，識得了現象世界的生滅不實，內心自會呈現一片純淨、清明、無所罣礙、照破山河萬朵的輕鬆自在了！

跛足道人的風月寶鑑不正是示現了真妄不二的道理嗎？鏡子的正反兩面，猶如《大乘起信論》所說一心開啟的二門！賈瑞只因一心執著於淫慾的貪念，而致丟失了自己的性命！他爺爺奶奶只顧溺愛孫子，也不去探究事情的真相，就要去燒鏡子，難怪鏡子都要開口罵人了！說他們是：假作真時真亦假呀！因此，當我們著迷於五欲六塵裡面的色、聲、香、味、觸等感官、感受境界上的時候，若能及時覺悟，回返到原本清淨的自性本心上，不執取那些外境、六塵裡妄想的愉悅、悲苦或憤恨；等的感受，也就自然能遠離顛倒夢想了。如此，賈瑞也就不至於讓自己走到了絕路上去！

九、轉鏡·轉念

跛足道人送寶鑑給賈瑞的時候，特別叮嚀他：千萬不可照正面，只照它的背面，要緊！要緊！就是要賈瑞在面對深重煩惱情境的時候，務必記得要翻轉鏡子，調整自己的心像情緒！切記一定要轉鏡、轉念呀！賈瑞若能從跛足道人務必轉鏡、轉念的叮嚀

裡，提醒自己明白自身的處境、看清人世間的真相，讓心念不再貪戀、執迷於自己一廂情願的慾望裡頭，又怎會淪落到無邊無盡痛苦煩惱的大海裡去呢！賈瑞沒有悟性，讓自己枉活了一生、白丟了性命，當然是可悲哀的！他同時也在警惕著世人，當無明（註六）煩惱從我們心中升起的時候，就當立即自問：「云何應住？云何降伏其心？」（《金剛經》）禪宗六祖慧能在聽到「應無所住，而生其心」（註七）的時候，豁然開悟！因此，如果我們在生活中遇到了心煩慮亂的時候，也要能先放下煩惱的心緒，學習轉個念頭！也就是換個立場，或是換個角度去重新思考問題。這一「轉念」，就可以讓我們擁有海闊天空的自由心靈。進而開展出新思維、新活力與新行動，可以造就出新生命！所以，個人命運的成長與轉變，關鍵全在於我們這顆心的轉念啊！

人在「轉念」後，思緒轉向內心深處去探索追尋，將會找到屬於我們心靈底層還不曾被五欲六塵所攪亂的清淨本性。自能掙脫眼前所捆縛住我

們心頭的煩惱，找到走出困頓而迎向光明的坦途呀！

所以轉念是把鑰匙，它讓我們直面人生、覺悟本性、認識真我，覺察此生對生活樣貌與生命意義的真實嚮往！這時生活中的煩惱已被轉成菩提（智慧），人就能活出清淨、幸福、開闊、喜悅、坦蕩、無憾的人生。這是生命旅途上轉迷為悟、轉凡成聖的關鍵！

自古以來，人們對鏡時所體悟出來的雖有不同。但基本上，仍不出唐太宗所說的範疇：「以銅為鏡，可以正衣冠；以人為鏡，可以明得失；以古為鏡，可以知興替。」可是我們的小說家們竟然能將鏡子的妙用延伸到修身、人倫、照妖、卜卦、想像、寓言、說善根；說善理、善法等；方面，讓人聽來興味盎然、趣味無窮，又能傷勵讀者深思、勵志與修行。難怪梁啟超對小說的評價是：「欲新一國之民，不可不先新一國之小說呀！」

希臘哲人亞里士多德也說：悲劇是對於一個嚴肅的、完整的、有一定長度的行動的模仿，：藉憐憫與恐懼

來使這種情感得到淨化。當我們透過閱讀小說中人物的故事敷設鋪陳，和他們生命樂章的跌宕起伏，或隨喜、或同悲，甚至激揚起內心洶湧澎湃的情緒；當故事結束時，反觀劇中人物的一生，那些憂悲喜惱的故事，不正如一面面的鏡子，對我們的生命發揮著反觀的省思與啟發智慧的作用嗎？！

註一：「鏡聽」，是一種傳統民俗，又稱「聽鏡」、「聽響卜」、「耳卜」等，是在除夕或歲首的夜晚，抱著鏡子偷聽路人的無意之言，以此來占卜吉凶禍福。

註二：「王熙鳳」，紅樓夢裡的主要人物，是王夫人的內姪女、賈璉的正妻、賈寶玉的堂嫂、表姐，巧姐的生母。賈府裡通稱她鳳姐或璉二奶奶，別稱鳳辣子。人長得美、能力強、有才幹、城府深。賈瑞，是賈府遠房玉字輩子弟，王熙鳳是他的嫂子。

註三：真如：佛教語。指永恆存在的實體、實性，亦即宇宙萬有的本體。與實相、法界等同義。《唯識論二》釋真如曰：「真謂真實，顯非虛妄。如謂如常，表無變易。謂此真實

於一切法，常如其性，故曰真如。」或云自性清淨心，佛性，法身，如來藏，實相，法界，法性，圓成實性，皆同體異名也。

註四：貪、嗔、癡、慢、疑：是佛教所說的五毒心。這五種心會使人造作惡業，像毒藥會妨礙人的修行，故稱為五毒心，加上惡見（不正見），即所謂的六種「根本煩惱」。

註五：六根是佛教用語，是指眼、耳、鼻、舌、身、意等六種感覺器官。眼能見色是視根，耳能聞聲是聽根，鼻能嗅香是嗅根，舌能嚐味是味根，身能感觸是觸根，意能知法而對法生意識是意根。根有能生之義，如樹有根，能生枝幹；視根生眼識，餘根亦復如是，故六根能生六識。

註六：無明，淨空法師開示：念就是無明。換句話說，你的念頭愈少，你的無明愈少；你的妄念愈多，你的無明就愈多。從妄念變成執著，執著就是煩惱。

註七：《金剛經》說：「應無所住，而生其心」。聖嚴法師開示：「無住」就是不在一個念頭或任何現象

上產生執著，牢牢不放。比如受了打擊，被心外的事物所困擾，那叫心有所住。又比如貪男女色的，心就注意男女色；貪名的，心注意名；貪財的，心注意財；貪美食的，心注意美食。這些人若沒有女色、男色就活不下去，沒有名、沒有財就渾身不對勁，沒有美食也不能過日子，心中老是牽

掛著這些東西，這就叫「有所住」。

「十二因緣」也稱十二緣起法。

說明任何事物皆依因與緣和合而發生，是有情眾生生死流轉的根源。「十二因緣」指：無明、行、識、名色、六入、觸、受、愛、取、有、生、老死像鏈條般環環相扣且相續不斷。

當我們的心受羈絆、住在這件自

己所「愛、惡」的事情上的時候，也就啟動了十二因緣「愛」、「取」、「有」的大門，在現世種下了因，未來世就會得「生」、「老死」的果，從此將落入生死輪迴的路。

另，有關「波羅密多」、「般若」及「五蘊皆空」的註解，可參閱第六三九期月刊第四、八及二十八頁下欄已刊載的資料。

食全食鎂

轉載

你是否常覺得累，充滿緊繃感？

晚上睡不好，

白天吃很多維生素B群也無效？

有可能是鎂不夠！

鎂是什麼？

對我們的健康有什麼重要性？

請看本文。

鎂是人體不可或缺礦物質之一，人體有超過三百種化學反應，包括製造蛋白質、合成骨骼和去氧核醣核酸（DNA）等，都需要鎂的參與；

鎂的作用除了能幫助神經傳導及肌肉運作，也有穩定心律、血糖的功效，並能保持關節軟骨的健康，不過人體無法自己製造鎂，必需透過食物來攝取。

鎂的作用與功效

降低心血管疾病

鎂有心臟保護神之稱，人體一旦缺乏鎂，大量的鈣會進入細胞，造成肌肉細胞處在一種過度收縮無法放鬆

的狀態，就會影響心臟收縮與傳導。

鎂透過控制鈣濃度、降低血中膽固醇，改善心肌缺血與心肌壞死情況，且減輕心臟負荷，達到有效對抗心血管疾病。

幫助入睡舒緩焦慮

體內缺乏鎂，會使人情緒趨於緊張，增加緊張激素的分泌，鎂能穩定神經細胞、穩定情緒，缺鎂會使腦細胞太興奮無法放鬆，使人不易入睡。

穩定血糖降低糖尿病發生率

鎂有心臟保護神之稱，人體一旦缺乏鎂，大量的鈣會進入細胞，造成肌肉細胞處在一種過度收縮無法放鬆

從膳食中攝入足夠的鎂，有助於提高胰島素的敏感度，對糖尿病人的血糖代謝有積極作用。

預防骨質疏鬆

鎂不足也會讓你的骨質流失，這其中的關鍵在於「副甲狀腺素」。副甲狀腺素與調控體內的鈣離子濃度有關，身體缺「鎂」會抑制副甲狀腺素分泌，降低腸道吸收鈣質的能力，身體為了維持一定的血鈣濃度，會將骨頭中的鈣游離至血液中，因而導致骨骼變脆。

有助緩解偏頭痛和經期不適

偏頭痛大多是因為腦血管收縮與擴張異常，刺激痛覺受器所引起的症狀。想要緩解偏頭痛，建議多食用鎂與維生素B2。鎂可以抑制發炎物質運作，有助於降低偏頭痛的發作頻率與強度。

有助於降血壓

要預防高血壓，「鎂」是關鍵角色！研究發現，高血壓患者比血壓正

常者體內更缺乏鎂，因為鎂有助於人體調節血流量，讓血壓下降。

鎂的禁忌、副作用？

基本上補充鎂沒有太多的禁忌及副作用（補充超量的鎂，可能會導致腸胃不適、噁心、腹瀉等症狀）。因為若是從食物中攝取過多的鎂，身體會將多餘的鎂從尿液中排出，因此並不會為健康帶來風險，如果需從其他營養補充品攝取，每日不超過七百毫克即可。

睡覺需滿八小時嗎？

晚上喝牛奶可助眠？

睡眠並非完全是入夜後的事，要達到良好的效果，需要整天的作息安排來配合。不少人都覺得「睡覺要睡滿八小時」，不過有醫師打破迷思，醫師陳志銜指出，其實睡覺最重要的不是睡眠時數，而是睡眠「品質」，有時候睡太久，反而更累。

有些人認為，如果熬了夜，等假日再來補眠就好，但生理時鐘不固定，很容易導致越睡越累。若睡眠不足

可藉由睡午覺來調整，飯後午休小睡十至二十分鐘，比假日睡到中午的效果還要好。

至於有人認為喝牛奶可以助眠。

陳志銜醫師說，喝牛奶也要注意時間。牛奶中雖含有睡眠荷爾蒙「褪黑激素」的色胺酸，可幫助入睡，但需要十四到十六小時來轉換，因此牛奶最好是早上喝，才能幫助晚上入眠。

陳志銜醫師也建議，最好不要利用喝酒幫助睡眠，也不要再在酒裡加安眠藥，那會加重安眠藥的副作用，十分危險。

轉載自《健康福報》

（照片摘自網路）

30-60mg	60-120mg	>120mg
 酪梨	 腰果	 菠菜
 豆腐	 穀物	 南瓜籽
 鮭魚	 黑巧克力	 黑豆

GanKong

常見健檢名詞釋義

本刊
編輯室

一、身體質量指數 (BMI)

依據身體質量指數 (Body Mass

Index, 簡稱BMI) 的定義, 計算的公式是BMI等於體重(公斤)除以身高(公尺)的平方, 其正常範圍的值為十八·五到二十四之間, 一般以二十二為理想值, 常稱為標準體重。除老年人身高會漸微縮之外, 通常成年人的身高應穩定維持在一定值, 則反算過來, 將身高的平方乘以二十二, 所得數值就是你的理想體重。例如你身高是一六〇公分, 則以一·六×一·六×二十二=五十六·三二(公斤)就是你理想的標準體重。若你的BMI值介於二十四至二十七之間, 則體重已過重; 若介於二十七至三十屬於中度肥胖; 若介於三十至三十五屬於中度肥胖; 若超過三十五則屬於重度肥胖; 反之若小於十八·五則為體重過輕。

二、腰圍

男性的腰圍小於九〇公分, 女性的腰圍小於八〇公分是理想的正常範圍。

三、血壓

血壓是體內血液流動時, 血管壁所承受衝擊的壓力, 心臟的脈動是收放相間, 一收縮一舒張的動作。所以收縮時測得的數值就是收縮壓, 舒張時測得的就是舒張壓。用儀器測量血壓時, 有兩個數值, 一個較高一個較低。偶會聽到有人稱呼高的叫高血壓, 低的叫低血壓。其實這樣講不正確, 因為高血壓或低血壓是對血壓不正確的說明用語。正確的講法, 數值高的叫「收縮壓」, 低的叫「舒張壓」。

測量血壓數值之單位為毫米汞柱(mmHg), 依據醫學對成年人血壓

的定義, 理想的血壓值其收縮壓小於一二〇且舒張壓小於八〇。若收縮壓介於一二〇至一三九或舒張壓介於八〇至八九, 就是高血壓前期; 若收縮壓介於一四〇至一五九或舒張壓介於九〇至九九, 就是高血壓第一期; 若收縮壓大於一六〇或舒張壓大於一〇〇, 就是高血壓第二期。若重複測量血壓之收縮壓值大於或等於一四〇, 舒張壓大於或等於九〇, 即應就醫評估犯高血壓之可能性, 並作進一步治療處置。

引發高血壓的危險因素包括年齡在四十歲以上、體重過重、家族性遺傳、原有糖尿病、心臟病、腎臟病等疾病; 有不良嗜好如吸菸、酗酒、飲食習慣不良(如喜好高油高鹽高脂肪食物)、缺乏運動、生活壓力過大、難以舒解壓力、喜吃濃茶、咖啡等刺激性食物, 這些不良習慣都需要加以改善。

四、糞便檢查的臨床意義

有潛血反應時, 先做肛診確認是
否有痔瘡或直腸病兆, 排除後進而做

大腸鏡檢查，來確認有無癌症的可能性；若有寄生蟲時，應在醫師指示下服用殺蟲藥。

五、血液常規檢查

白血球 (WBC)

白血球過高代表體內組織處於發炎狀態，可能為感染性或壓力性，建議觀察其他生命跡象，如血壓、心跳、體溫等，並檢查白血球分類數、血液細菌培養、胸部X光等檢查，血液性疾病檢查，並須排除造血器官疾病或白血病。如白血球過低，需釐清是否為接受放射線治療之影響、病毒性感染以及抵抗力差等原因，建議檢查白血球分類數。

白血球計數 (WBCC)

白血球屬於身體的免疫系統；當白血球檢測值過高，可能因為壓力或身體某部位受感染、發炎，甚至是白血病（血癌）、組織壞死等嚴重疾病；過低則可能是因病毒感染（如感冒）、再生不良性貧血或自體免疫疾病等原因所導致，也可能與使用某些藥物有關。

紅血球 (RBC)

紅血球過高可能代表紅血球增多症，建議進一步檢查其餘與紅血球相關之指數，如血色素、血球容積等，視情況轉介家醫科或血液腫瘤科做進一步診治。如過低可能代表血液性疾病或貧血、失血等，建議進一步檢查其餘與紅血球相關之指數，如血色素、血球容積等。

血紅素

血紅素過高可能有血球增多症，建議進一步檢查其餘與血色素相關之指數，如紅血球、血球容積、血球容積比等。血紅素過低可能代表血液性疾病或貧血、失血等，建議進一步檢查其餘與血色素相關之指數，如紅血球、血球容積、血球容積比、鐵、攜鐵蛋白、維他命B12、葉酸、血紅素電泳等，視情況轉介家醫科或血液腫瘤科做進一步診治。

六、血脂肪

總膽固醇 (CHOL)

若總膽固醇偏高，建議飲食應注意少油、少鹽、少脂肪食物，並配合

運動，且於三至六個月後回門診追蹤檢查；若總膽固醇偏低，建議應注意均衡飲食，如合併有其他心血管病或肝、腎功能等問題，建議回家醫科或新陳代謝科門診，進一步診治。

三酸甘油酯 (TRIG)

若檢測值大於一五〇代表三酸甘油酯過高，應控制糖及澱粉類食物的攝取，避免酗酒，增加運動，並於四個月後至家醫科門診追蹤檢查，進一步診治。若檢測值大於五〇〇，請至家醫科或新陳代謝科門診接受治療。

高密度脂蛋白 (HDL)

血中百分之二十的膽固醇由高密度脂蛋白運送。主要是將週邊組織的膽固醇帶回肝臟代謝。血液中高密度脂蛋白含量愈高，罹患冠狀動脈心臟疾病的機率愈低，所以它是一種良好的膽固醇。

低密度脂蛋白 (LDL)

血中百分之六十的膽固醇是由低密度脂蛋白攜帶，主要是將膽固醇由肝臟帶到週邊組織。低密度脂蛋白過高所引起高膽固醇血症是冠狀動脈硬化和心臟疾病的危險因子，所以低密

度脂蛋白被稱為壞的膽固醇，易堆積在血管壁中，造成血管阻塞。

七、肝功能檢查

血清麩氨酸草丙酸轉氨基酶（GPT）：GPT大量存在於肝臟組織中，血清GPT上升表示肝臟受到損傷。

八、腎功能檢查

尿素氮（BUN）

尿素氮是體內新陳代謝最終的產物，如果水分不足或腎臟的排泄機能變差，血液中尿素氮濃度就會增加。

肌酸酐（Cr）

肌酸酐是肌肉運動代謝所分解的產物。腎功能正常，肌酸酐方可經正常代謝後藉由尿液排出體外。

尿酸（Uric acid）

普林（Purine）也譯為嘌呤，是動植物細胞中組成DNA與RNA的原料之一。普林是細胞代謝所產生的物質，不論動植物，都含有普林。普林因為被細胞包覆，可在器官之間移動發揮作用，且得以任意在動物與植物體內流通，因此許多食物都含有普林

成分。

人體中的核酸在肝臟代謝的過程中會產生普林，因此即使不吃含普林的食物，體內還是會產生普林，且生成量佔體內普林的百分之八十，至於攝取食物的普林則佔百分之二十左右。普林最後會經過腎臟，再隨著尿液或糞便排出。

尿酸是普林（Purine）的代謝產物，主要由腎臟排出。當代謝系統異常或飲食中攝取過多高普林食物、酒精、細胞破壞增加（如接受化學治療）等狀況；或排出過低，如腎臟排泄功能不良、藥物等影響所致，就會造成體內尿酸濃度升高，產生過多尿酸。若不能有效排出就會形成尿酸結晶，最後導致痛風發作。血中尿酸升高產生痛風性關節炎之機率相對較高。

現代醫學科技發達，經由各種健康檢查，常可在疾病初期及早發現及早治療，得保身體健康。但健檢報告常用到許多我們並不很了解的醫學名詞，只能聽醫師簡單的解說，因此編者特蒐集這方面的衛教資料編成〈常見健檢名詞釋義〉與讀者參考。

會務訊息

一、一一〇學年度的「台北市浙江同鄉會教育獎助學金」，收件截止時間為十一月二十日（以郵戳為憑），請欲申請的同學把握最後辦理時間。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《浙江月刊》刊登之申請表格。

二、十月二十二日晚上六點，由大陳鄉親後援會等團體聯合主辦之「大陳萬安之夜」於「鉅星匯國際宴會廳」舉行。為表對浙籍鄉賢蔣萬安先生競選台北市長的支持，同時也是對本會葉正時理事賢昆仲的相挺，胡理事長大興先生特率同本會之理監事暨鄉親代表出席。會中除宣布蔣萬安先生競選台北市長之大陳後援會成立外，同時也宣揚大陳文化及精神。浙籍鄉親、各界貴賓出席踴躍，場面熱絡，洋溢著鄉親挺鄉親的濃烈鄉誼。

三、十月二十三日下午二點三十分，於南門國中操場（廣州街六號），

本會監事鍾小平先生為參選台北市市議員，與市長候選人蔣萬安先生舉行中正區、萬華區聯合競選總部成立大會，本會全體理監事成表支持，並預祝高票當選。

四、十月二十五日，台北市長候選人蔣萬安先生，特敦聘本會理事長胡大興先生任「中華民國各省市同鄉會總會後援會」之副總會長，共組台北隊，為創新、永續、科技的台北市一起努力，本會全體理監事全力支持。

五、「台北花園公墓」『永安堂』屋頂防水層維護工程，自十月初開始動工，原預定竣工時間，因山區連綿下雨導致延宕；完工時間將視天候狀況而定。

六、「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，請配合開放時間前往。惟因秋冬時節，山區天色昏暗，兼以近期連日大雨，山區天雨路滑，掃墓或祭祖的鄉親，

請多加注意山區天候及路況，維護自身安全。

七、「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。

八、藝文消息：「黃素梅女士之書畫紀念特展」，係由台南市文化局與和通文化藝術基金會共同策劃辦理，假台南市中西區民權路二段三十號的吳園公會堂展覽室展出，展期自十月十四日起至十一月六日止，開放時間為上午十點至下午五點。黃素梅女士係本會常務監事方偉光先生之母，一生相夫教子，諸子賢德，於四十四歲始專注投入書畫研習與創作。此次公益書畫展，深受藝文界好評。



編者的話

鏡子除了反映物體形象之外，你可知它還有什麼功能嗎？最著名的莫如唐太宗所說「以銅為鏡，可以正衣冠；以人為鏡，可以明得失；以古為鏡，可以知興替。」更古的莊子、韓非子也自有其高明的見解，後世又有照妖鏡、鏡還可卜卦、破鏡重圓、紅樓夢中的風月寶鑑等許多非常有趣又有意義的故事。進一步人在面對情境時，心該如何自處？快來讀滕麗芳理事精心撰寫的這篇具啟發而生動的〈照鏡、對境的因緣與智慧〉文章。

修改國定假日後，青年節、教師節、光復節都不放假，民眾對其意義逐漸淡忘了。自教改後把中國歷史歸屬東亞史，以致學生們連孫中山、蔣中正、岳飛這些歷史人物幾乎不認識了。甚至國家元首竟稱台灣七十三年歷史，忘了台灣在一九四九年之前的歷史。本刊特撰〈還記得台灣光復節歌嗎？〉略說近代日本對中國侵略的

史實，在蔣介石領導下經歷八年艱辛的抗戰克服萬難才得到勝利，我們要感恩全中國三千萬人的傷亡犧牲，才能光復台灣，才能不再做日本統治下被欺凌的二等國民。

據新聞報導政府將把救國團的土地、資金收歸國有，此舉形同沒收七千員工的工作、財產、生存權，使救國團面臨解散危機，救國團覺得被官逼民反，號召人民於十月三十日到凱道遊行抗議。當天在寒風大雨中來參加的民眾超過五萬人，齊心抗議政府違法濫權的措施。到場聲援者有前總統馬英九、前副總統呂秀蓮、吳敦義、楊志良、費鴻泰、李永萍及蔣萬安等人。救國團主任葛永光說，救國團是行政院成立的隸屬於國防部，法院已認定救國團成立時是政府組織。連前副總統呂秀蓮都出來作證認同這項事實，它既不是國民黨附隨組織，便不應該用黨產來處理救國團。七十年来救國團從事的都是對青年、社會、國家有貢獻屬於公益性質的活動。本刊特撰相關報導，也轉敘了多人回憶當年親身參與救國團活動的感想。

本會續收會費及各項捐款徵信錄

111年9月01日至111年10月31日

收費日期	姓名	會員會費	永久會員	月刊贊助	會務贊助	獎學金贊助	合計
111.09.02	章澤儀	500		500			1,000
111.09.03	吳貴卿	500					500
111.10.03	俞慧玲	500					500
111.10.03	牛楷鈞	500					500
111.10.03	牛芊蕙	500					500
111.10.03	張咸章 / 章若新	1,000					1,000
111.10.03	石哲君	500					500
111.10.04	俞光明	500					500
111.10.04	章凌立	500					500
111.10.07	史芳林	500					500
111.10.11	馬國英		5,000				5,000
111.10.12	張孝毅 / 張家婕	1,000					1,000
111.10.13	財團法人 徐增壽文教基金會					200,000	200,000
111.10.18	呂志廉				5,000		5,000
111.10.19	胡浩翔 / 胡婕鈴	1,000					1,000
111.10.26	曩安	500					500
111.10.28	溫灝騰	500					500
111.10.28	游宜榛				500		500
111.10.31	錢蔭範				1,000		1,000
	合計	8,500	5,000	500	6,500	200,000	220,500

台北花園公墓闢建設置之重要函文

說明：

- 一、此闢建設置之重要公文，係由墓管會執行委員胡樹東理事整理成電子檔，以利理監事、墓管委員與工作人員參考利用，也便於資料查找與經驗傳承。現行管理辦法暨相關規定業經數次修訂，依從新原則，墓園管理自依現行規定辦理，合先說明。
- 二、依所揭函文與管理辦法等相關規定可知，同鄉會僅作框架性之規範，具體造墓則係使用鄉親在此框架下的自主作為。即：使用者從本會登記列管之合格建商或其他建商中，自行選定建商承建，並依所定墓型規格施作。
- 三、**墓基與所屬墓道之維護，為使用家族之責任，同鄉會則善盡管理與協力之義務。若鄉親發現墓基與所屬墓道有土石流失或建體壞損等現象，請及時維護、妥適處理，以確保逝者安眠。**

臺北市浙江同鄉會函

發文字號：(65)浙四驥第 131 號號函

發文日期：65 年 11 月 10 日

受文者：台北縣石碇鄉公所

主旨：本會擬開闢貴鄉小格頭段小金瓜寮林地籌設「台北花園公墓」敬請准予設立。

- 說明：一、本會鑒於台北市郊現有之公私營墓地，歷經多年來之營葬，幾告已無隙地，為期保持我中華民族慎終追遠死有所葬之優良傳統，兼以配合政府推行社會福利政策，發展社會公益事業特在台北縣石碇鄉購置荒山坡地，予以開發，使其成為環境優美之花園公墓，並擬定名為：「台北花園公墓」，不唯可以營葬，兼能供作觀光遊覽。
- 二、該地坐落台北縣石碇鄉小格頭段小金瓜寮小段 30-2、38、39 等三地號私有林地，面積 32.7821 公頃，四周空曠，係屬 25 度傾斜山坡荒廢林地，雜草叢生，農耕價值甚低，周圍 200 公尺範圍以內，均無任何建築物及其他設施，符合省頒「公墓、火葬場、殯儀館、納骨堂（塔）管理規則」闢作公墓之用。
- 三、謹檢呈地籍謄本、地籍圖、闢設計畫書、各項設施配置計畫圖、墓園分區使用計畫圖各四份，敬請准予設立，以便動工開闢。

台北花園公墓闢設計畫

- 一、目的：緩和台北市郊墓地擁擠，保持我中華民族慎終追遠，死有所葬之優良傳統，兼以配合政府推行社會福利政策，發展社會公益事業。
- 二、名稱：台北花園公墓
- 三、組織與管理：預定於奉准設立開闢後即由台北市浙江同鄉會籌設台北花園公墓管理委員會並為獨立財團法人，以董其事。委員會之下，分設：管理、工程、業務三組辦事，另並制定公墓管理規則，以作為管理公墓之依據，上述組織章程及管理規則當另按規定手續呈報主管官署備案。
- 四、土地概況：
 - (一)座落：北縣石碇鄉小格頭段小金瓜寮小段 30-2、38、39 等三地號，地目「耕」。
 - (二)面積：總計 32,7821 公頃。
 - (三)土質：砂質堪土。
 - (四)交通：公路局北宜線可通。
 - (五)現況：荒廢山坡林地。
 - (六)環境：200 公尺範圍內均無住宅或任何其他公共設施。
- 五、法令依據：符合台灣省政府訂頒「公墓、火葬場、殯儀館、納骨堂(塔)管理規則」之規定。
- 六、經費來源：闢設本公墓所需經費，全部預計約為新台幣 1 千萬元，由台北市浙江同鄉會籌集之。
- 七、闢建構想：
 - (一)墓園規劃：
 1. 墓區：共分 ABCD 四區。
 - a. ACD 區除利用山坡地開闢為墓區，但其斜度超過 45 度者均不開闢，並加強造林以保持水土。
 - b. B 區靠近北宜公路，且為入口處所，除在附近開闢停車場外，全區闢為花園特區種植樹木花草。
 2. 墓基：每一單位面積分為：8 平方公尺（約 2 坪）、12 平方公尺（約 3 坪）、16 平方公尺（約 4 坪）、22 平方公尺（約 6 坪）等四種。
 3. 標誌：除於墓園入口處豎立「台北花園公墓」牌坊一座外，並於每一墓區，依序編定號碼。
 - (二)公共設施：
 1. 道路：開闢主幹道一條，全長 2000 公尺，墓區與墓區間及每處墓區鋪設 1.5 公尺寬水泥路相通。
 2. 排水系統：每一墓區前後均闢水泥磚之適當寬度水溝以便水流暢通，主排水溝則將現有之山凹原水流形成之排水溝長約 1500 公尺將之改善為卵石混擬土排水溝，深度加為 2 公尺寬為 1.5 公尺，並在適當處施作截水溝。
 3. 擋土牆：凡坡度較高之地區，以卵石砌之，以防土崩。
 4. 停車場：在公墓附近闢停車場 2 處，均可停車 100 餘輛。
 5. 禮堂：利用原有農戶之建地，籌建禮堂一所。
 6. 棺木停厝所：在適當地點，籌建棺木停厝所一處，俾一時不能下葬之棺木，得以暫厝。

7. 骨灰塔一座：為火葬骨灰存放之處。
8. 廣植花木：原有林木，如非必要，不予砍伐；並隨時增補種植，俾使公墓公園化。

台北花園公墓管理辦法

(此為 69 年制定之初始辦法，經 69.5.14 北府社字第 9742 號簡便行文同意備查)

- 第一條：本會為保持我中華民族慎終追遠，飭終營葬之優良傳統，並配合政府推行社會福利政策，公墓公園化十年計畫，與發展社會公益事業，特於台北縣石碇鄉小金瓜寮設置台北花園公墓。
- 第二條：本公墓之管理，除遵照「台灣省公墓火葬場殯儀館納骨堂（塔）管理規則」辦理外，並依本管理辦法使用之。
- 第三條：本公墓分八個墓區，如：

第一墓區－忠區	第二墓區－孝區
第三墓區－仁區	第四墓區－愛區
第五墓區－信區	第六墓區－義區
第七墓區－和區	第八墓區－平區
- 第四條：申請使用土葬安葬，應先行取得死亡證明書及埋葬許可證，向公墓管理所提出申請。
- 第五條：申請使用人應向公墓管理所繳納墓基使用費及建設管理費，各墓區墓基使用費及管理費之徵收標準依公墓開發成本及物價指數，由公墓管理委員會會議訂定之。
- 第六條：各墓區墓基使用，每一單位面積，以 22.2 平方公尺為限。
- 第七條：每一墓基使用期間至洗骨為止，中途請求改葬或遷葬廢止使用時，應通知公墓管理所消除墓籍，並由申請人負責整理墓基及清理古棺或其他一切物品，其已繳納之使用費不予退還，倘洗骨仍繼續使用墓基時，應向公墓管理所續辦使用申請，並重新繳納管理費用。
- 第八條：墓基使用者，於使用前憑墓地使用證明書向公墓管理所辦理登記手續，其埋葬地點以使用證明書所註位置為準，不得任意變更。
- 第九條：墓碑及造型建造，為求整齊美觀，美化環境，申請使用人應依公墓管理所所設計之型式規格建造之。
- 第十條：本管理辦法如有未盡事項，依照「台灣省公墓火葬場殯儀館納骨堂（塔）管理規則」辦理之。
- 第十一條：本管理辦法經呈奉主管官署核准後實施。

台北花園公墓基本墓型規格要求與規定事項

- 一、依據：台北花園公墓董事會第九次會議討論事項第六項之決議。
- 二、目的：墓地為人生最後之歸宿，其環境必須莊嚴優美、整齊安全，始足以安死者之靈，慰生者之心，故於造墓時，須依地形與墓基配置狀況，妥為設計施工，並經常維護水土保持良好，使排水系統暢通，達成公墓花園化之目的。
- 三、基本墓型規格要求：
 - (一) 墓穴建造以入土為原則，不得突出地面 30 公分以上。埋葬時，墓穴內應放置木炭至少 60 公斤，雄黃至少 1 公斤及適量石灰等，並按規定妥為封固（密封式）。

- (二) 墓園後牆高度，以 3 公尺為標準，如地形過高者，得視實際需要酌量增高，並應加強安全措施。
- (三) 墓園後牆（擋土牆）所用材料，以圓石、觀音石、大理石或水泥鋼筋為原則。
- (四) 墓前道路規格為 10 公分厚水泥路面，寬 1.5 公尺，每一墓位之墓道與排水溝，應與其前後左右之墓道、排水溝相銜接貫通，以求整齊美觀，排水系統良好。
- (五) 墓穴四周，可選用洗石子、鋪磁磚、大理石、非洲黑等材料。
- (六) 墓園兩側應種花木。
- (七) 同一墓基之墳墓，應採同一方向，不得擅自變更，違者不准施工。
- (八) 如經選定為壽域者，應先做妥壽域之後牆與墓前道路及排水溝，連同壽域一次完成，以固定墓位與墓基之安全。

四、規定事項：

- (一) 造墓應由領有執照經本會登記有案之合格建商中由墓主自行選定一家承建，並出具委託書，於施工前，檢同承建約定書副本及施工圖說等向本公墓管理所登記列管，俟發給施工證後，始得動工。
- (二) 施工時應會同管理所人員確定位置，不得越界建造，如不按指定位置或越界建造，應無條件拆除。
- (三) 造墓工程所需水電由管理所供應，在不增加喪家經濟負擔原則下，承建商應向公墓管理所繳納造價百分之十之墓園水電道路設施維護費。
- (四) 凡修理墓穴或掘墓洗骨，均應先提出書面申請，並經公墓管理所同意後方得施工。
- (五) 廢土廢料應妥善處理，不得散置工地，以維環境整潔。

五、造墓完工並經墓主驗收認可後，由公墓管理所納入墓籍管理，並由墓主繳納墓穴管理費，公墓管理所提供該墓穴四周雜草清除與清潔，墓穴排水疏導暨聯繫等事項。

六、本規定事項若有未盡事宜，悉依政府訂頒有關公墓管理之規定辦理。

七、本規定事項，由公墓管理所簽報董事長核定施行並提報董事會備查，修正時亦同。

墳墓承建約定書

承建人
 建台北花園公墓第
 區
 段
 號墳墓
 坪，願遵照
 「台北花園公墓基本墓型規格要求與規定事項」之規定標準承建，附工程圖及施工說明書，全部工程費為新台幣
 萬
 千元，願就其中一成，繳交公墓管理所作為公墓水電道路設施維護之用，本公司（或行號）對委建墳墓應附保固責任，如有倒塌或損壞，自願立即修復及賠償，並遵守公墓管理所之一切規定，對台北花園公墓各項公共設施，如未善盡維護而致損壞時，願負賠償之責。

承 建 商 號
 負 責 人
 登 記 證 字 號
 地 址
 電 話

中 華 民 國 年 月 日