

中華民國一〇二年十一月十日出版

浙江 月刊

謝野生頌

聯絡同鄉感情 · 發揚兩浙文獻



535

第四十五卷 第十一期

台北市浙江同鄉會 印行



第二届世界浙商大会

The 2nd World Zhejiang Entrepreneurs Convention



第二届世界浙商大会 开幕式



世界浙商大会
World Zhejiang Entrepreneurs Convention



合心合力强浙江



慈湖·頭寮謁陵



慈湖



頭寮



(相關內容請閱本刊第45頁)

Happy Birthday!

11月份壽星 生日快樂



王晨 包容 江晶 周煜 倪圻 秦贊 湯武 龔芊 樓威
 丁亞 變 于志嘉 尹政堯 方元元 毛振暉 王可飛 王永金 王建梁 史文昌
 甘紹煦 任曉如 任曉飛 向川英 朱杞華 朱春雪 朱海林 吳美芳 李佩宸
 李勝榮 阮馨儀 周仕涵 季介眉 林再友 林宛儀 林納生 林素芳 林德馨
 林麗麗 邵成驥 金瑞虞 柯柏年 柯懿恩 胡仙良 胡紹建 胡翠芬 范毅之
 韋文祥 徐鵬遠 翁正薇 翁瑞光 袁正民 馬雪庭 張立欣 張明君 張逸永
 張鐵耀 章筱霞 陳文娟 陳文瑛 陳有雄 陳克宏 陳珠鳳 陳學琴 陳錦錠
 陶有才 馮濟敏 黃波平 楊星燦 楊國華 葉財原 董梅生 董華明 董貴鴻
 董寧波 虞修珍 趙存華 趙樂民 趙蔚民 樓邦倫 潘國藩 潘曉霞
 蔡銘松 鄭道海 盧秀永 錢南欣 戴君恬 戴博文 戴聖宜 璩維靈
 韓雨生 韓德威 藍雅馨 朱黃靜香 季阮玉梅
 胡李世美 葉黃月娟

本月份壽星生日快樂，若有遺漏者，請來電補正，謝謝！

兩岸情深 翰墨千秋



陳堅



黃維耿



徐鳴



謝大弘



寶德盛



鄭旭彬



社址：106 台北市羅斯福路三段二七七號二樓
 電話：二二六三五六〇七・二二六三〇五八一
 傳真：二二六二八四〇〇
 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.tp-zhejiang.org>
 本會E-MAIL：tp.zhejiang@msa.hinet.net
 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

社務委員：嚴長庚 吳壽松 張禮善 樓登岳
 翁中明 樓文淵 徐達仁 吳志成
 張冬梅 倪胤超 林德馨 楊尚賢
 胡治清 斯培倫 陳健倫 鄭致宏
 陳繼國 俞川心 王錫洪 徐憶中
 周道忠 張屏 徐旭陽 張政平
 陸兆友 鍾仲英 周坤 許汝才
 應柔爾 徐明哲

社務委員會主任委員：馮宗木
 編輯顧問：吳神農
 總編輯：金雨麟
 總經理：林德馨
 社長：陳友旺
 社務委員：吳紹起
 社址：台北市浙江同鄉會
 出版者：浙江月刊社

浙江月刊

第四十五卷 第十一期
(總號五三五期)

中華民國一〇二年十一月十日出版

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

浙江月刊 第四十五卷 第十一期 (總號五三五期) 目錄

封面

慈湖·頭寮謁陵

理事長的話

「將心比心」就是「佛心」——吳紹起 二

專欄

王金平假處分案二連勝院長寶座拱手讓人——胡致中 三
哲人日已遠——典型在夙昔

紀念蔣夫人宋美齡女士逝世十周年——樓文淵 五

古今人物

偉哉，錢君匋——莊月江 六

一位不求聞達的畫家張涵鄉長——伯文一〇

遊子孟郊之路——朱惠勇一三

國畫大師溥心畬——乘漁帆渡舟山入台灣——毛德傳一六

故鄉鄉情

梅城人吃的「雞蛋果兒」——龔玉和一七

由炎明園到芝山岩——張鐵耀一八

石人嶺遊記——龔勵二一

趙公碑·念母亭·徐福祠——翁志峰／黃志國二三

古越藏書樓——蔡彥二六

古今藝文

拙荆巧手——結婚五十周年的追憶(三)——吳神農三一
談讀書——竺柏岳三四

說話藝術與人生態度——拾穗三六

旅遊感想

夏遊美國黃石公園——一生難再的機遇——樓文淵三七

醫療保健

吃得對讓您一夜好眠——轉載四四

會訊

慈湖·頭寮謁陵紀行——本刊資料室四六

本會會務活動——四

本會續收會費及各項捐款徵信錄——四七

梅仙老師私房菜(十七)——四六

祝十一月壽星生日快樂——封底

「將心比心」就是「佛心」

吳紹起

感謝雲門居士沈良鄉長贈送我「佛心」二字

八月十七日同鄉會成立六十周年紀念大會上我感言緬懷鄉賢創建同鄉會甲子年展望未來，我們應以誠懇懇懇，實事求是，服務鄉親，求和諧，求團結，以無私無我之精神，創造未來，當時大會場之右側懸有「佛心」二字，我便以「佛心」與鄉親共勉。

九月七日於胡大智鄉長書法展上沈良居士，贈送我「佛心」二字，現懸掛於同鄉會辦公室以此自勉。「佛心」是以真誠的心，慈悲的心，勸人為善，以利眾生，真誠的慈悲，是無限的、絕對的、無條件的愛，是一種利他主義的道德觀，在佛教上稱為慈悲心、慈悲行、慈悲精神，一切以慈悲為本，「觀無量壽經」中謂：「佛心者，大慈悲是也。」

「佛心」是真誠的慈悲心，普愛眾生亦可稱謂理性的愛，平凡的愛，是與慾望和執著在一起，是有限與不穩定的；而為實行真誠的、慈悲的、理性的愛，亦就是佛心的大愛，以利眾生。古人常以「將心比心」的精神來鼓勵我們待人處事，亦就是「己所不欲，勿施于人」，推己及人，行仁恕之道，可謂人與人之間的關係，最重要的不是共享榮華富貴，對別人的失意、挫折、苦難、傷痛，不但不能漠不關心，尤其不能有「幸災樂禍」的心，而是人與人之間要有一顆「將心比心」的互相體諒之心，所謂「不經一事，不長一智」；人不要凡事要到最後才懊悔不及，應該在平時就要「將心比心」的為別人設想。

廣言之，「將心比心」就是「佛心」，體諒的心就是佛心，為服務鄉親應發揚「將心比心」的精神，更銘記「將心比心」就是「佛心」，祈盼以此語共勉之。



王金平假處分案二連勝 院長寶座拱手讓人

胡致中



立法院院長王金平黨籍假處分案，經台北地院裁定核准，於提供擔保金九三八萬元後，得繼續行使國民黨黨員之權利，國民黨馬主席向台灣高等法院抗告遭駁回，掀起政治巨浪。

「九月政爭」震動政壇，不僅未獲黨內支持，民進黨更傾力圍攻監聽違法，旨在模糊關說焦點，轉移目標，馬主席在四面楚歌之中，忍受大老建議，放棄再抗告確定，使社會之是非、黑白倒置，令人痛心。筆者謹就該案之適用法律及假處分之執行等問題，作進一步評論。

民事假處分制度，係使爭訟之權利人，在判決確定前，對金錢以外之請求，由法院以裁定強制或禁止債務人為一定行為之保全程序。王金平為國民黨全國不區立委，其聲請假處分之訴訟標的為「一定暫時狀態」，旨在保有黨籍，俾能同時保住立委及立法

院院長之資格，繼續行使其職務。惟後二者為附隨黨籍之政治利益，喪失黨籍等同喪失立委資格，有如唇齒相依。

根據媒體資料，民進黨立法院總召柯建銘背信案在一、二審判決有罪，上訴最高法院發回，台灣高等法院更審判決無罪，柯總召經王金平之關說，該案果未上訴而無罪確定。馬主席認關說事證明確，為杜絕政治干預司法，扭轉「法院是國民黨開的」之惡劣形象，於九月十一日經考紀會議決將黨員王金平撤銷黨籍，並於同日函中選會註銷立委資格，附隨黨籍之政治利益，當然併歸喪失，對撤銷黨籍之爭執，依「馬、王」今日之政治地位，依社會之常情、常理，堪資認為政治性爭執，非民事私權糾紛。

民事訴訟法第五三二條規定「假處分，非因請求標的之現狀變更，有

日後不能強制執行者，不得為之」，其目的在凍結維持現狀之不變更，假處分無溯及效力，其「一定暫時狀態」之請求標的，須其提出聲請時仍尚存在為要件，若其「一定暫時狀態」之請求標的，已不存在或有變更，即屬假處分形式要件不具備，不能為實質之裁判。引喻言之，醫師能醫治病人，已死之人不是病人，非醫治對象，無法使之復活，縱華陀再世，也無能為力，假處分與之同理。王金平聲請假處分及法院裁定核准，均在九月十一日撤銷黨籍生效之後，「一定暫時狀態」標的之「國民黨黨籍」已不復存在，屬於非黨員，應認假處分之聲請不備法定程式要件，逕予裁定駁回，一、二審見未及此，竟從實質審認裁定核准，王金平得繼續行使國民黨黨員之權利，等同非國民黨員，得行使國民黨員之權利，不能謂非適用法律違誤。

國民黨為財團法人，二十年前檢同黨章，向台北地院為法人登記在案，足證黨章並無違反法令，在受憲法及法律規範下，政黨對黨員應享有懲處權，並須迅速確定，俾政黨之運作

能保持活力。王金平因關說被撤銷黨籍，如有不服，應循黨內申訴規則解決，不能由民事假處分程序救濟。二

○五年立法院舉行院長選舉，民進黨不分區立委邱彰，於投票時拒絕亮票，違反黨團指示，遭民進黨開除黨籍，邱彰向台北地院提告，該院以司法不干涉政治駁回，社會無人指為不當。如今王院長以「定暫時狀態」，聲請假處分之黨籍爭執，應屬政治性爭執，由司法強行介入，無異加深政爭，製造社會動亂，有失超然中立，自損司法公信。

假處分之效力，非自法院為裁定時發生，須經王金平提供擔保金之後，移由民事執行處核發執行命令，才開始執行假處分之裁定，惟王金平之國民黨黨籍，在九月十一日已被撤銷，在國民黨未變更撤銷處分之前，王金平為非國民黨黨員，國民黨雖放棄再抗告確定，但撤銷黨籍及註銷立法委員資格均依然有效，台北地院九月十三日裁定，准許王金平得繼續行使國民黨黨員權利，係在撤銷黨籍之後，執行法院之執行命令，無法使已喪失黨籍及立委資格，重新復活，換言

之，王金平迄至目前，已非國民黨之黨員，也非國民黨全國不分區之立法委員。

台北地院裁定主文，准許王金平得繼續行使國民黨黨員之權利，但該裁定理由中又謂「王金平經被國民黨撤銷處分喪失黨籍」（均見台北地院新聞稿），顯有「主文」與「理由」矛盾之違誤，高等法院駁回國民黨抗告之理由謂：「抗告意旨以王金平之國民黨籍及全國不分區立法委員資格，於原裁定作成前已喪失，無法透過假處分溯及回復，……云云，殊無可採」（見高院新聞稿），該院對此全國矚目之敏感案件，不詳核原裁定之理由矛盾，不審查民事假處分所必須具備之要件，亦未就已喪失黨籍之王金平，如何得能繼續行使黨員權利，於理由中敘述其所憑之論據，遽以「殊非可採」四字駁回抗告，實難辭粗心、草率之違誤。

國和則安，黨和則強，家和則興，馬主席為顧全大局，展示誠意，將撤銷黨籍之申訴期限，延至十月十四日，黨內大老關心國計民生，有意斡旋融和。王金平卻婉辭大老美意，拒

絕提出申訴，自斷挽救之路，終致撤銷黨籍，無法變更處分，是人生從政最大失策與失算，其聲請假處分案，雖官司二連勝，但無法以該裁定經強制執行，保有國民黨黨籍及立委資格，無異將立法院院長寶座拱手讓人，錯算一著，全盤皆輸。

會務活動

10月1~10日

紀念國父孫中山先生誕辰一四六周年——兩岸情深 瀚墨千秋
畫展於中正紀念堂展出。

10月5~13日

鎔鑄丹青 覃志剛書畫展於國父紀念館展出。

10月25~27日

浙江第二屆浙商大會於杭州舉行。

10月31日

各府縣鄉親前往慈湖·頭寮謁陵活動。

哲人已遠 典型在夙昔

紀念蔣夫人宋美齡女士逝世十周年

樓文淵

時光易逝，歲月不駐，生命經歷三世紀，享壽一〇六歲的蔣夫人逝世，轉瞬竟已十周年。本（一〇二）年十月二十三日，中華民國婦女聯合會曾為這位舉世聞名，永遠存在人們心目中的蔣夫人，舉行莊嚴肅穆的追思禮拜，由嚴主任委員俤雲女士主持，周聯華牧師證道及祝福，並有難得的貴賓，世界女青年會總會長 Deborah Thomas-Austin 女士應邀出席，並隨

郝柏村先生之後，為追念永遠的蔣夫人，頌讚她生前對國家、人民與世界的偉大貢獻，最後由蔣家孫媳方智怡女士致詞，崇讚蔣夫人的傑出智慧，並感念各界的關愛。追思禮拜在安靜的氛圍中，曾安排由蔣夫人為照顧孤苦兒童創辦的華興中學兒童合唱團獻唱聖歌〈奇異的恩典〉及〈耶和華祝福滿滿〉。嗣由天韻詩班獻唱〈野地

的花〉、〈生命的雲彩〉與〈How Great Thou Art〉，均博得熱烈的掌聲，為莊嚴的禮拜中增添喜樂的氣氛。禮成後，承婦聯會分贈蔣夫人的精緻郵票以為紀念。午後安排前往中正紀念堂參觀蔣夫人的照片展覽，瞻仰蔣公與夫人的風采。

紀念蔣夫人逝世十周年追思禮拜，自動前往出席的昔日政府要員有郝柏村、陳履安、許水德、丁懋時、胡為真、馬鎮方、汪希苓諸先生以及華興中學、振興醫院等單位代表人員，另有士林官邸的故舊參加，這是一次懷念與崇敬蔣夫人的盛會，但在當天的電視新聞以及次日的平面媒體上，除了長篇大論對假油與食安問題的報導外，看不到這一深具紀念意義的一些消息，誠如數日後蘇姓殘障朋友，投書《聯合報》所說：「今年是蔣宋

美齡女士逝世十周年，台灣對這位永遠的第一夫人的紀念活動，似乎不太熱衷，感覺逐漸被淡忘。然而蔣夫人的形象，卻永遠活在一群殘障者心中。一九六七年，蔣夫人創辦振興復健醫學中心，專門收治各地小兒麻痺患者，不論出身背景，不計貧富貴賤，皆能得到照顧，重新站起來。」由這位殘障朋友的投書，可以感到當年蔣夫人的仁慈愛心，是永遠值得人們感恩與懷念的，另一方向，亦可反映出今日社會與政治的現實一隅。那天是

周末，在會場中似乎見不到一位政府官員與執政黨的當權派人士的出現。祇見到領導人所送的一隻圓型花球，上款題著「永遠蔣夫人」，下款則祇具其姓名三個字。吝惜得不願寫上一「鞠躬」或「敬獻」二個字，這種令人感到失敬的表示，應當是承辦人員或

幕僚人員的疏失或是他們的缺乏常識，所以近年來常能在報端，在新聞評論節目中，看到對當前政府用人方面多所評論與所輕，由此事可見，實其來有自。

回顧蔣夫人多姿豐富的人生經歷，記得在民國八十七年時，有關單位聯合舉辦大型「蔣夫人宋美齡女士與近代中國」國際性的學術討論會，邀請二百餘位國內外歷史學者與專家，齊聚一堂，舉行十場次的熱烈討論，廣泛的交匯意見，對蔣夫人一生志業進行平實探討、客觀闡述與公正的評論，筆者因緣參與，獲得聆聽各方宏論與高見，同時亦更悉心鑽研蔣夫人以往諸多論述史料與紀錄，似如置身當時情景。篇篇論著，蘊含著蔣

夫人對人們的愛心、對國家的忠誠、對社會的奉獻與對歷史的盡責；在許多文章中處處顯示著蔣夫人的非凡睿智、淵博學養與雍容器度，一生中充滿著對人類的廣慈博愛；同時亦透露出堅強的意志與勇氣。如在發生閩變時，曾不辭艱辛與危險，進出閩南地區窮鄉僻壤，崎嶇陡峭山區或河川之中，隨著蔣公的軍事行動前進；又如一二八淞滬戰爭時，不顧日寇的襲擊與敵機的掃射，冒險親赴前線慰問堅守陣地的將士；又如西安事變發生後，在詭譎不安氛圍中，不顧安全，深入虎穴，營救蔣公脫險歸來，均為蔣夫人大智大勇的表現。綜觀蔣夫人的一生，自與蔣公結褵後，同心同德為國家建設而努力，誠如他倆結

婚誓言所示：婚後將生命奉給國家，一生無違這誓約。這是可流傳千古令人欽敬的史事。個人深深感佩蔣夫人學貫中西，譽滿全球，並以卓越智慧與豐富學識與經驗，輔佐贊襄蔣公不遺餘力，功在黨國，平生奉行主義，摯愛同胞，致力和平，仁愛濟世襟懷，尤為世人所崇敬。近年來閱讀其歷年言辭文章，無不以爭取國家生存、民族興亡、改善生活、勸勉世人為前提，具有宗教家的熱忱，哲學家的遠瞻與政治家的胸懷。當為世人所珍視，可奉為人人立身處世的規範，而永垂久遠。最後謹以「生命經歷三世紀，學養才識貫中西，相夫濟世享久譽，志業事功耀汗青。」以申衷心感戴之忱。

偉哉，錢君匋

衢州

莊月江

今年八月六日，海寧市政府召開

「錢君匋藝術研究館」建館十五周年

藝術研討會，由於君匋先生長公子大

緒兄的推介，我有幸被邀，忝陪末座。

一九九七年深秋，我在《浙江日

報》上刊發了一則文藝通訊：《故鄉

傳來喜訊》文中有這樣的敘述：「金

秋時節，故鄉海甯傳來喜訊，錢君

.....

匋藝術研究館」主體工程落成，九二

歲高齡的金石書畫藝術家、收藏家錢

君匋先生於十月二十四日將晚年所藏

書畫、文物和自己的佳作精選出一千

件，捐獻給故鄉海寧。那天為「錢君

匋藝術研究館」題寫館名的全國人大

常委會委員長喬石專程趕到海寧，出席君匋先生的捐贈儀式，還應君匋先生之邀，赴桐鄉參觀「君匋藝術院」。

喬委員長對錢君匋先生精湛的藝術造詣和高尚品德給予了高度評價。當天晚上，我在中央電視台的新聞聯播節目中看到這一盛況時，想起了一九八五年君匋先生將四〇八三件家藏書畫、文物和自己的作品捐給他的出生地桐鄉，桐鄉為此興建的「君匋藝術院」亦已「十歲」。我曾兩次去「君匋藝術院」參觀，並寫了散文〈玉壺冰心錢君匋〉，在《光明日報》介紹錢先生「藝術報國」的高風亮節……

桐鄉君匋藝術院於一九八七年十一月一日正式開放。海甯錢君匋藝術研究館於一九九八年八月九日正式開放。兩個毗鄰的小城市，都與君匋先生有親緣，都收藏和展出君匋先生的「家珍」。君匋先生的這些「家珍」，可謂書畫印獨領風騷，詩文樂譽滿遐爾，刀筆毫各臻其美，精氣神兼而有之。

君匋先生萌發將家珍悉數捐給故鄉的想法，是一九八五年正好八十虛歲的時候。他回憶當時有此想法時的心境，曾說：「……八十歲，已走到

人生的最後階段，不得不考慮到身後的事了。對重得文物（即「文革」中被抄走後發還的書畫印帖與青銅器、陶器，《莊注》等）的處理，和家人

談了我的想法；如果照平常的處理分給兒孫，我能監護的不過三代而已；而延續下去，他們對這些文物所持的態度如何不得而知，也許吃盡賣光；而我千辛萬苦收集珍護下來的文物，聚則不易，散則極快，不如把這些文物一股腦兒捐獻給故鄉。由故鄉建立機構來永遠珍護下去，永不分散，這不是一件很放心的事嗎？」向國家獻寶，像君匋先生這樣全部獻出，國內還是首例。他當時這樣做的目的有二。一是「物盡其用」，主張藏品公開，好讓後學者觀摩研究；二是「拋磚引玉」，希望有更多的藏家也「一己為大公」，把民族的文化遺產好好地公諸於世，保存在更穩妥的地方，為子孫後代造福。出乎人們意料的，在首次大捐贈之後，君匋先生又將一九八五年之後十二年中收藏和創作的一千件精緻藝術品捐給了祖居地——海寧。

其實，君匋先生捐獻藏品給國家，早在一九七二年就開始了。那年年

初，他將珍藏了近半個世紀的，魯迅先生於一九二八年七月十七日寫給他的一封信，捐給了上海魯迅紀念館。

一九九八年初，上海魯迅紀念館擬建「朝花文庫·錢君匋專庫」，當經辦人員與君匋先生協商時，君匋先生很是高興，竭力支持，表示要將兩次大捐贈遺留下來的字畫、圖書等物品，精選出來入藏「錢君匋專庫」；還欣然接受館方建議，書錄魯迅先生的有關舊體詩、文摘，以及重新描繪他曾給魯迅書籍設計的封面，還表示要創作一五〇幅字畫入庫珍藏。可惜由於君匋先生同年八月二日病逝，這一計畫擱淺。後由君匋先生長公子大緒先生出面，捐給上海魯迅紀念館計字畫二十幅、圖書四二〇餘冊、傢俱、文房四寶等實物三十四件，書信一七〇餘封，以及照片、資料等千餘件。

前文提到，我曾兩次參觀桐鄉的君匋藝術院。在恆溫的珍品室，藝術院主任沈伯鴻在給我們看張大千六十三歲時作的那幅設色山水畫時，說道：「這幅畫現在（一九九四年）的拍賣價至少一八〇萬元，抵得上座君匋藝術院，還綽綽有餘。」這些收藏品

中，十七件是國家一級文物。國家一級文物的概念是什麼？沈伯鴻打了個比方，說一件國家一級文物值一個人頭。也就是說，竊賊偷去一件國家一級文物，抓住了是要殺頭的，具體地說明這些稀世珍寶的價值。在出示一盒「西泠印社」創始人吳昌碩的印章時，沈伯鴻又說，君匋先生共捐獻吳昌碩刻的印章一五二方。這些珍貴的印章，曾拿出六十方到日本展覽，每方的保險金高達四十五萬美元呢！在君匋藝術院珍品室，我才真正曉得什麼叫大飽眼福和大開眼界。主任從保持恆溫的珍品庫裡次第拿出文徵明、陳老蓮、吳昌碩、齊白石、于右任、張大千、徐悲鴻、朱屺瞻、潘天壽、唐雲等古今名家的書畫作品和吳昌碩的兩盒印章，以及一些名家畫的扇面給我們看，加上主任一一講解指點，使我們享受了一次高雅的藝術饗宴，使我們對君匋先生愛鄉、愛國的豪舉越來越敬佩。

君匋先生是一位集書、詩、畫、印、音樂、文學、出版、收藏於一身的藝術大家。他多才多藝。一九二八年，年僅二十二歲的君匋先生就以「

錢封面」的美名在上海出版界走紅，先後為魯迅、葉聖陶、豐子愷、巴金、郁達夫、陳望道等著名作家的作品設計封面。詩集有《水晶座》、《冰壺韻墨》等，散文集有《素描》、《戰地行腳》、《錢君匋散文》等，音樂作品有歌曲集《摘花》、《小學校音樂集》等，美術專著有《西洋美術史略》、《民間刻紙集》等，書畫篆刻作品《長征印譜》、《錢刻文藝家印譜》、《錢君匋畫集》、《錢君匋書畫篆刻精品集》、《錢君匋篆書千字文》等，各種著作有六、七十部，用「著作等身」來形容，並不誇張。

君匋先生祖籍海甯路仲鎮（現併入斜橋鎮），一九〇七年二月（丙午年除夕夜）出生在與路仲毗鄰的桐鄉屠甸鎮。七歲上私塾，放學後，喜歡在方磚上練習碑帖，還喜歡臨摹香煙殼子上的人物花鳥，並喜作泥塑——自此發韌，遂有後來之事業也」（錢君匋自述）。兒時的藝術愛好，往往是成就一位藝術大家的先天條件。一九二三年，他經小學時的錢作民老師介紹，到豐子愷執教的上海藝術師範攻讀美術和音樂。一九二五年卒業後

，在海寧、杭州、台州等地的小學、中學和藝術專門學校當過音樂、美術老師。一九二七年到上海開明書店任美術、音樂編輯，從此開始了他在上海長達七十餘年的藝術生涯。

君匋先生的勤是出了名的。我曾在君匋先生家裡看他作畫，大約兩個半鐘，他竟一口氣畫了七幅花卉條幅。錢師母對我說：「君匋是『木陀』（傻子），只曉得畫畫寫字，不曉得休息。」先生聽了，憨厚地笑笑，算是回答夫人的埋怨。君匋先生自己刻有一方閒章「閒工夫」，邊款云：「事藝需閒工夫，余終歲碌碌無遊日。見袖手之徒輒羨之。惜彼輩浪擲大好工夫，豈不可悲。丁亥除夕，君匋並記。」這方刻於一九四八年的朱文篆印，距離先生逝世整整五十個年頭。這五十年中，先生惜時如金，不少作品是用「閒工夫」完成的，如一九六〇年為潘天壽先生作「未能陳言務去」閒章，邊款「庚子冬至前三日嚴寒，君匋呵凍並記。」同年為潘天壽先生刻的一名章邊款：「犧牲午睡為天壽兄作。」為毛澤東主席刻的名章邊款：「一九四九年十一月三日赴京倚

裝作。」可見君匋先生用「閒工夫」已經用到了見縫插針的地步，令人驚歎。

君匋先生做事認真，一絲不苟，我曾親歷。一九九五年十月初，我高中時的同學高健行君送我一套徐菊庵先生於四十年代後期畫贈君匋先生的金陵十二釵影印件，並附故鄉海甯書畫名家蔣孝游、許安康近年的各一題記。我將其拍成照片，寄君匋先生看一下。十月二十八日，君匋先生復信說：「前寄來徐菊庵題記兩則，已經拜讀。其中所談，類多猜測。今將此冊由來簡述一過（莊按：另紙毛筆書寫，如下：此冊為老友徐菊庵先生贈於余者。余得此冊即四出請海上十二名家對題。後捐贈於君匋藝術院。一九八九年由上海市印七廠假得影印掛曆，旋為莊月江先生所得，屬為題記。因將經過簡述如上。乙亥秋九月錢君匋年九十於抱華精舍），不知以為如何耳。裝冊時請注意：前面廣者與兩則題記對齊，後之空白不管多少，盡空為是。」

君匋先生不僅糾正了蔣、計二位「題記」中的「猜測」，親撰題記，還教我裝幀入冊的方法。

一九九八年五月七日我去上海辦事，抽空到君匋先生府上拜訪，恰逢海寧派人派車來接他到故鄉參加「錢君匋藝術研究館」揭幕式。客廳裡人很多，我獨自坐在一隅。大約過了十多分鐘，君匋先生走下樓梯，即奔我而來，說：「讓你久等了。我有點便秘，在解手。」接著問我是否也到海寧，請帖接到沒有。我說我不曉得海寧開館，是到上海辦事抽空來看看你的。君匋先生說：「你若去，同車去好了。」我答下午還有點事要辦，乘夜車到硤石，有地方住的（他囑我可住龍祥賓館，並叫我留一張名片給工作人員：「他們好寫請帖。」）。為了不耽誤先生行程，寒暄幾句後，我即告辭。臨別，錢先生關照我：「畫冊已經掛號寄給你。你回衢州就可以收到的。」

我當天晚上到硤石，住在老同學高健行家。翌晨，我和健行去西山腳下的「錢君匋藝術研究館」。館內展品已基本佈置就緒，外面還在擺設盆景。下午三時，我和健行到龍祥賓館三樓，找到了君匋先生的房間。由於君匋先生一行要去審定展館佈局，我

們聊了不到五分鐘，正在拍照時，工作人員又來催先生動身。

因曉得先生要去展館，我與健行就蹬著自行車先去了那裡，擬待先生到館內看展品時再補拍幾張照片供本報刊用。不久，工作人員推著先生的輪椅來到了展廳。先生見我，點頭示意。想不到這便是我和君匋先生的最後一面！當天晚上八時我回到衢州，寫了〈海甯錢君匋藝術研究館開館〉的簡訊，電傳給《杭州日報》、《寧波日報》等多家本省兄弟報紙，本報《衢州日報》十日見報，《杭州日報》十日下午版也及時刊出了這條消息，他地市兄弟報也及時刊發了這條消息。君匋先生活到九十三歲，駕鶴西去，不帶走一絲紙屑，卻留下桐鄉君匋藝術院、海甯錢君匋藝術研究館、上海魯迅紀念館中的「錢君匋專庫」，以及出生地屠甸鎮上的「錢君匋故居」，供世人欣賞藝術，研究藝術，接受藝術的薰陶，提高文化素質，功德無量。藝術不是數學。中國太大，不好說誰的作品第一。但可以說，君匋先生的作品是第一流的。白石老人辭世後，君匋先生的篆刻作品可謂一代宗師。



一位不求聞達的畫家

張涵鄉長

伯文



我們浦江譽為書畫之鄉，繪畫人才輩出，旅台鄉親中享有盛名的有本會常務理事張涵鄉長。他是台平鄉張官村人，民國三十五年在浙江省立嚴州師範求學時投筆從戎，大陸撤退時隨蔣公來台，在侍衛室服務多年，後轉金融單位服務，育有子女三人，長子培賢在南投經營高山茶葉工廠有成，銷售台灣及中國大陸，並在越南設有分部，產銷體系一貫，將來在茶葉生意這行中佔有一席之地是可預期的；次子培聖現遊學加拿大、日本，在學業上的成就也是無可限量的。長媳百莉與長女惠玲現均服務於金融界，可謂一家妻賢子孝其樂融融。

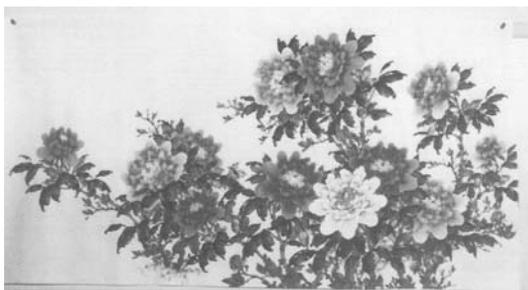
張涵鄉長在嚴州師範求學時已習有繪畫基礎，來台後先後師從藝評家姚夢谷、趙松泉、杜登吟諸老師學習四君子花鳥，因天資聰穎，進步神速，不及數年已在畫壇嶄露頭角。於民國七十、七十一年先後以孔雀、牡丹

參加台灣省公教人員書畫展獲國畫組第二、三名，花卉則為第一名，同時獲邀在正中書局專教牡丹。其作品先後多次參加國父紀念館、中正紀念堂、博物館、國軍文藝中心及全省各縣市社教館展出。八十七年浦江縣舉辦全國性擴大畫展邀請世界各地華僑華人畫家參展，張鄉長的作品亦在受邀之列。後於九十年，以雙松八鶴圖在北京中國藝術館展出，評為構圖縝密、形象生動、典雅清新之作；九十五年金華市政府邀請展出牡丹花馬。另巨幅松鶴圖，贈予浦江歷史博物館收藏外，連美、日、韓、新及中國大陸等愛好者也有珍藏。曾獲浦江縣誌編審會出版之《浦江縣歷代書畫人物小傳》之推介。

張涵鄉長曾將其繪畫心得為文作介，供初習者按照文意學習，以之為鵠的，這是很難能可貴的。（詳見如後）

張鄉長之畫作佳品極豐，尤其所繪之牡丹更是一絕，其畫法介於工筆與寫意之間，有工筆畫之工整，也有寫意畫之流暢。以筆者對書畫管窺之見，到目前為止還沒有第二人有如此畫法，套句俗話「誠乃可供雅俗共賞」也。爰謹刊出其畫作一幅，並摘錄其牡丹畫法一文於後，供鄉親賞閱，也為結語。

牡丹屬灌木，春末夏初盛開，花朵大而艷麗，盛產於古都洛陽，詩云：「洛陽三月花似錦，萬紫千紅氣象新，群芳譜中稱王座，雍容華貴滿園春」，唐朝玄宗皇帝與楊貴妃在洛陽沉香亭上賞牡丹時，召李白作清平調三首，頭一首「雲想衣裳花想容，春風拂檻露華濃，若非群玉山頭見，會向瑤台月下逢」，讚賞貴妃與牡丹之



美，僅瑤台仙境才有，故稱為花王，通稱富貴花。

茲將張涵鄉長繪花心得略述於後，以供愛好者參研指教。

一、筆有羊毫、狼毫、長流、山馬、排筆等大小不同，依畫面大小寬闊及題材背景不同而用何種毛筆，甚至用排筆、（或稱闊筆），若繪沒骨畫，可將毛筆全部化開。畫鳥嘴、眼睛等宜用小狼毫，畫竹葉、幹等用大狼毫化開以中峰，左側峰，右側峰等筆法，用筆時注意常洗筆，以免雜色殘留筆內，影響美觀。

二、墨須臨時磨，顫墨如病人推磨，有氣無力，如太用力，磨成的墨中易藏碎粒，畫在紙上，裱畫時因受濕糊浸潤，碎墨融化，破壞畫作，若以墨汁來畫，因墨汁滯而不化，濃淡不分，毫無韻味，宜戒之。

三、顏料：有藤黃、花青、紅、赭色、石綠、白粉等，黃、紅、青為透明體，赭色、白粉、石綠是礦物質為不透明體，用色時有單色、複色，所謂單色，一筆僅用一種顏色，如紅、黃、青等。複色用兩種顏色調合，如藤黃調花青為綠色，紅調花青為紫

色等，綠色的筆尖觸紅色畫在紙上成為嫩葉，顏色自然，切忌綠筆調紅色則成另一種混合色了。如畫茂盛濃厚的葉，綠色的筆尖觸花青或觸墨畫下，則葉中間濃，兩邊較淡，有深淺立體感，至於用粉亦有濃淡之分，切忌平塗，否則呆板無趣矣！水雖非顏料，沒有顏色，但亦有顏色作用，如墨筆、色筆，筆尖觸水畫下，則有先淡後濃之分，若畫扁豆或荷葉上水珠，紙上點幾滴水，用調好的色筆即時畫扁豆、荷葉。一粒粒豆，或水珠立即顯現了。

四、紙有宣紙、綿紙，畫花鳥最好用宣紙，宣紙有生宣、熟宣，生宣多韻味，熟宣即礬宣，則否，可作練習之用，我所採用的宣紙是台灣國泰公司生產的夾宣，墨與顏色容易控制，單宣較適合書法，至於大陸生產的宣紙，濕度較高，如以沒骨畫墨與顏色容易散開，若畫工整的小鳥眼睛、嘴速度要快。

五、用筆，筆有中峰，稱圓筆，側峰稱斜筆，畫平而扁的物體多用側筆，中峰作畫多用腕力，筆須握緊，若用指力，筆須放鬆，線條小而短者

用指力，長而大者宜用腕力，用筆之法輕重徐捷，未動筆之先須考慮，意在筆先，筆未到而意先到也。古曰：筆法分為：一、神筆，縱橫妙理，變化莫測。二、清筆，簡俊瑩潔，疏豁虛明。三、老筆，蒼藤古柏，峻石屈鐵，坼玉罐缶。四、勁筆，強弓巨弩，礦機蹶發。五、活筆，筆勢飛走，乍徐還捷。六、潤筆，含滋蘊彩，生氣藹然，以上六種筆法是學畫者最高指導方法，應勤於鑽研。

六、初學花卉者宜從梅蘭菊竹四君子開始：

(一)蘭花：畫蘭全在於葉，是細、長柔的花卉，味清雅幽香，與蔥粗勁強烈味不同，開一支一花者稱蘭，一支多花者稱蕙，其實兩者都是蘭，古人畫蘭，以丁頭鼠尾螳肚方法，一筆長，二筆交鳳眼，三筆破鳳眼，四筆五筆宜折葉，俯仰而能生動，意到而筆不到，切忌三葉交會於一點，雖淡淡幾筆而風韻飄然，穠蘭須葉托花，花後應插葉，點花心猶美人之雙目，秋波生動，畫蘭須懸腕才能揮發自如。

(二)竹有陽竹陰竹之分，陽竹葉朝上，幹細而短。陰竹葉向下，幹長。

竹是多節中空，修長，葉密的常綠植物，高風亮節，代表人品清高，畫竹幹以淡墨狼毫，扁筆（粗竹用排筆）懸腕緊筆，平均使力，自根部往上，留節一氣呵成，幹上下部節短，中間節稍長，根部約五節起生枝，出枝以十五度至三十五度為佳，葉用个字形，介字形畫法排列，我國自古以來，以鄭板橋畫竹為代表作，藝評家姚夢谷先生以兩個介字形，一個个字形組成之十一筆是初學者最佳方法，畫竹葉以懸腕中峰先畫中間兩筆，而後以右側峰、左側峰畫兩邊兩筆較為美觀活潑，至於畫風竹、雪竹方法相同。

(三)梅花：初春盛開，花五瓣而圓，顏色有紅、粉紅、白、淡綠等色，淡綠又稱綠蒂梅，開花時不長葉，畫梅注意體古、幹怪、枝清、稍健、花奇，畫幹宜墨淡而筆枯，枝瘦如鐵，出枝不可對稱，要虛女字形，交枝處花密，枝長花稀，簡言之，梅以曲為美直則無姿，以倚為美正則無勁，以疏為美密則無態，故須蒼勁有力，疏密有致。至於桃花雖與梅花相似，五瓣惟花稍尖，色艷，開花時枝長嫩葉芽，枝幹沒有梅之蒼勁。蠟梅，雖稱

梅，在寒冬盛開，與春梅完全不同，葉長卵形，而尖、花瓣多，內層為紫色，外圍各片色黃如蠟，故稱蠟梅。

(四)菊花：係草本，枝勁與春花之和柔不同，葉肥潤有岐缺，異與其他花卉之枯，花揚仰有傲霜之姿，與松並稱。花瓣有長、短、稀、密、闊窄、巨細之異，少則十幾瓣，多則上百瓣，長瓣而花平，多瓣花如半球形，顏色有黃、紫、紅、白、綠等色，花朵中濃外淡，平開之花見蕊，球形花不畫蕊，花瓣宜用淡墨或粉鈎，再上色或粉染。亦可用沒骨畫法直接畫花，畫幹不應過直，花不垂頭。

(五)牡丹：屬灌木，春末夏初盛開，花朵大而艷麗，盛產於古都洛陽，古稱花王，通稱富貴花。

牡丹顏色有大紅、粉紅、朱紅、黃、紫、白、黑、綠色等以綠牡丹最為華貴，葉長一支一葉、三葉、九葉，是其他花卉所無，花頭大而花瓣多，可比照菊花之組合。葉修長而茂密，畫嫩葉，以藤黃調花青之淡綠筆尖觸紅，一筆而成。茂盛葉，綠色筆尖觸花青或再觸墨以正，倒兩筆畫成一葉，葉中濃邊淡有立體感，牡丹如用

工筆畫則無韻味，沒骨畫易顯現其艷麗生動有韻味。如若畫粉紅牡丹，先將白粉調紅成粉紅色，再以粉紅筆尖觸紅，從花心向外，依序畫成牡丹花，未乾前以筆尖觸紅小心修飾，層次分明，恣態生動，花蒂、花柄比照嫩葉法用筆，花心以白粉調藤黃點蕊，多花時注意各色調和，花與花要有呼應，或以花蕾補缺，畫面可配白頭翁、壽帶鳥、孔雀等，至於鷹、雀等較不適用，整個畫面須注意陽光、空氣、水分不可擁塞。

流感疫苗注射

請年滿六十五歲之長者及滿六個月以上嬰兒至入小學前之幼童，請即日起，帶健保卡到戶籍所在地的衛生所或合約醫療院所接種，以防止冬季流行性感冒，而永保安康。



遊子

孟郊

之路

德清

朱惠勇



唐代詩人孟郊為人正直、耿介，不趨附權貴，一身才華抱負無法施展。他的詩中有一股「孤傲冰寒」之氣。韓愈稱其詩「刺目怵心，刃迎縷解。鉤章棘句，掏擢胃腎。神施鬼沒，間見人出。」

孟郊的一生足跡遍佈大江南北，被後人稱為「遊子」。其以孝母為先而盛名於海內外。

一

初秋時節，躁熱的風拂面，樹梢上的蟬兒長鳴不息，我沿著一條泥石小徑，來到孟郊故里孟宅堡。孟宅堡位於浙江省武康（現屬德清縣）城西村，孟郊祠在故居上重建的。幾十個村婦正在焚香點燭，對孟郊的塑像虔誠地祭祀。祠前有座清河橋由花崗岩砌築的單孔石樑橋，我坐在斑駁的橋石上，眺望遠處晚霞映紅了大半個天空。頓時我浮想聯翩，孟郊幼年時經常與兒伴在橋頭玩耍，當三三兩兩的

燕子銜泥回屋下築巢時；東野正興趣頗濃地與弟弟孟郢在橋畔捉迷藏。孟母裴氏在家中紡紗翹首盼兒回家。

從清河橋東行一里許，有一座高大的三孔石拱橋橫跨於前溪上。因橋位於縣衙門前，武康人稱它為官橋。官橋南面地勢空曠，視野開闊，南朝時為「吳歌」的發源地。景平元（四二二）年，宋少帝劉義符從建康（今南京）來武康欣賞前溪歌舞時，為沈充的〈前溪曲〉續譜了〈前溪續曲〉，使武康吳歌揚名於全國。唐朝時，武康已成為江南習樂之地；江南歌妓大半出於前溪。據說孟東野步行上官橋，觀看四面八方駕車駛舟的來客；在前溪兩岸舞姿翩翩，歌聲迴轉，琴瑟陪奏，通宵達旦；在「吳歌樂曲」環境薰陶下的孟郊，對他的詩歌創作頗有影響。

二

東野早年喪父，家境貧寒。據《舊唐書》稱：「孟東野少時隱居於河

南嵩山，流連詩酒，多於釋、道、隱士交往。」因心牽家鄉老母，不久返鄉；在家中添油加燈，博覽群書。靠紡紗織布為生的孟母裴氏，對他有望子成龍，出人頭地，榮耀故里的寄託與嚮往。在母親的鼓勵下，他兩次乘夜航船去湖州府院應試；舟泊駱駝橋下，上岸步行百米進學宮參加考試；官道無門、未果而返。唐貞元七（七九一）年，四十一歲的孟郊中了湖州府的鄉貢，激發他去京城長安趕考的熱情。這是古代文人「十年寒窗無人問，一朝成名天下知」的官本位意識的反映；孟東野當然亦不例外。

按唐人李肇《國史補》述：「京兆者而升者，謂之等第，外府不試者，謂之拔解。」古書云：「長安舉子七月後，投獻新課，有諸州拔解。京城長安有「槐花黃、舉子忙。」的諺語孟郊以「湖州府拔解」的身分去京誠應試的。唐貞元八（七九二）年、九（七九三）年、十一（七九五年），三次進京赴考，均名落孫山。一股難以名狀的抑鬱與痛苦襲擊他的心頭，舉子無奈，悲傷而歸。他三次赴長安與皇榜無緣，卻有意外的收穫，他有幸與韓愈相識；兩位文人惺惺相惜，

相見恨晚。韓愈高中及第，而東野榜上無名；令他十分羞愧。他與韓愈相交甚篤，為孟郊在詩壇上有一席之地埋下了伏筆。古人言：凡事喜憂參半，三次落第之悲傷外，還有兩件喜事值得一提。貞元八（七九二）年夏天，他初次赴京在潤州（今江蘇鎮江）碼頭旁泊舟時，與已登第的族叔孟簡相遇，讓東野喜出望外。叔侄在碼頭上依依惜別時，孟郊揮筆贈詩：

一意兩片雲，暫合還欲分。

南雲乘慶歸，北雲與誰群。

他將族叔江南任職比喻為南雲，而他去長安趕考稱為北雲。孟郊第二次赴京城為貞元九（七九三）年農曆正月初五，遊興正濃，雇車走遍城內的名街小巷；孟郊在大雁塔上題名，來表示心中的不滿。據宋人張禮《遊城南記》述：「塔既經焚，坊皆剝，而磚始露焉，唐人墨蹟畢見，今孟郊之類尚存。」

三

孟郊故里武康，地處浙西山區。從故鄉至京城有萬里之遙，四次赴京應試千辛萬苦，險象環生。他進京的路上，代步的交通工具繁多，有木船

、騾子、馬車、雞公車、轎子等；還走過懸崖峭壁上的棧道橋、石拱橋、竹橋——當年孟郊乘坐「三吳浪舡」離開家鄉河埠時，孟母吩咐：「兒啊！功名成否？母親盼你早日回家。」孟郊點頭，拱手而去。

唐貞元十二（七九六）年，孟郊第四次入京應試。也許他對漢朝張良的崇拜選擇了陳倉道。欲求功名利祿的孟東野，蒼天不負有心人，高中進士的他；心情豁達開朗，從戎州乘舟還鄉船進長江三峽時，他作了一首《巫山曲》，詩中有「荊王獵時逢暮雨，夜臥高丘夢神女。輕紅流煙濕豔姿，行雲飛去明星稀」之句。從詩意中，借荊王之典故，來感歎欣喜的心情。這是孟郊第四次進京中了進士。四十六歲的他金榜題名，衣錦歸鄉，榮耀故里，當然是他的一生中最愉快的日子。作為出身寒門的山人，能一舉成名，猶似鯉魚跳過了龍門的驚喜；他騎著高頭大馬，身披紅色綢帶穿越了京城大街，捺不往的心花怒放，揮筆題與了《登科後》詩，詩中有「春風得意馬蹄疾，一日看盡長安花」的名句。封建社會制度規定，凡中進士者，先由吏部預定官職的方案；呈報皇

帝審核後簽上「欽定」兩個大字，決定了進士們的命運。狀元、探花、榜眼者多見任職于翰林學士、校書郎等職務，孟郊自信會被朝廷器重。貞元十六（八〇〇）年，五十歲的孟郊奉詔去陪都洛陽始應銓選，被任命為江蘇溧陽縣尉；滿腔熱情的希望化作泡沫，彷彿被人潑了一盆冷水，骨冰心寒。不久，親自赴故鄉接母親來溧陽，侍養盡孝；寫下了那首膾炙人口的名詩《遊子吟》。

他上任後有若不釋然的心情，卻難以那班庸俗的官僚協調相處，在金瀨平陵城，內有湖泊，湖岸樹木參天。他坐在湖邊的石涼亭，飲酒彈琴，賦文題詩；因終日放情山水，不理公務，遭致溧陽縣令不滿；以「曹務多廢」為名；另委他人代行縣尉事務，發一半薪水給孟郊。貞元二十（八〇四）年，他怒火頓起，辭官拂袖而去，雇船與慈母寓居常州。元和元（八〇六）年，孟郊投奔河南府尹鄭余慶帳下，任河南水陸運從事、試協律郎。他客居洛陽宣仁門外街的東立德坊，坊前有條寒溪，俗稱洛中溪。溪水瀠洄，河岸置亭。孟郊閒時常在溪中行舟吟詩，時而在亭子內揮毫賦文。

其《寒溪九首》詩有「洛陽岸邊道，孟氏莊前溪。舟行素冰拆，聲作青瑤嘶。」他在洛陽寓居八年，除元和四（八〇九）年，孟母裴氏病逝，他奔喪守孝外，在洛陽時經常與韓愈、賈島、張籍、王建、劉義、王涯等人唱和酬詩。劉義少時任性，因喝酒殺人亡命，被特赦後投靠韓愈門下；與東野十分友好，其詩《與孟東野》：「寒衣草木被，饑食草木根。不為孟夫子，豈識市門井？」

唐元和（八一四）年三月，山南道節度使鄭余慶奏章朝廷孟郊為興元（今陝西漢中）府參謀、試大理評事。六十四歲的孟郊攜妻鄭氏同赴興元，時值炎熱的初秋，年老體弱的他，卒于途中河南閿鄉，葬於洛陽。按韓愈《貞曜墓銘》述：「母卒五年，而鄭公以節領興元，奏為軍參謀、試大理評事，挈其妻行之興元，次於閿鄉暴疾卒，年六十四。」又據《舊唐書·孟郊傳》：「孟辟書下而卒，葬於洛陽。余慶給錢數萬葬送，贍給其妻子者累年。」

孟郊匆匆而逝，他生前親朋好友皆驚愕不止，紛紛前往洛陽弔唁、哭

四

祭。賈島《哭孟郊》詩：「身死聲名在，多應萬古傳。寡妻無子息，破宅帶林泉。塚近登山道，詩隨過海船。故人相吊後，斜日下寒天。」王建《哭孟東野》詩寫得更絕，詩云：「吟損秋天月不明，蘭無香氣鶴無聲。自從東野先生死，側近雲天得散行。」張籍等文人為孟郊私諡為「貞曜先生」。刑部侍郎韓昌黎大筆一揮，為其撰《貞曜先生墓誌銘》，又在孟郊故里武康建貞曜祠；元至正十六（一三五六）年春毀於兵燹。一九九八年冬天，在東野故里重建了孟郊祠；一代詩魂重返故土。據武康縣誌明確記載，在孟宅堡村有一東野古井，孝子孟郊為母親汲水所開鑿。清乾隆十一（一七四六）年，武康縣知縣劉守成重疏井，建亭立碑。現井圈、井碑移放於縣博物館內。苦吟詩人孟郊駕鶴西去，永不復返，他的代表作《遊子吟》「慈母手線，遊子身上衣，臨行密密縫，意恐遲遲歸，誰言寸草心，報得三春暉。」為後人廣為傳誦，流芳百世。

孟郊的一生，仕宦不達，中年喪子；年邁家空，一貧如洗；天南海北，遊子生涯。真是古人云：「路分兮、道漫漫。」



大業

禮品有限公司

TARGET AWARDS & FLAGS CO. LTD.

顧客滿意就是我們追求的目標



獎牌



獎盃



水晶



琉璃



旗幟



會場

<http://www.award-flag.com.tw>

E-mail: target@award-flag.com.tw

台北市中華路一段 164-1 號

電話：2389-2222(代表號)

傳真：2331-1944 · 2382-6427

國畫大師 溥心畬

乘漁帆渡舟山入台灣

舟山
毛德傳

溥儒，字心畬（一八九六—一九六三）世居北京，係愛新覺羅天潢貴裔，道光皇帝曾孫。伊祖父就是輔政同治、光緒兩朝的恭親王奕訢。溥心畬博學多才，尤善書畫，是和張大千、齊白石齊名的馳譽世界的「國寶」級國畫大師。在大陸情勢急劇變化時，溥心畬全家自上海乘風帆漁船偷渡來舟山，而遷徙入台灣。

當杭州於一九四九年五月三日解放，上海市於五月二十七日解放後，舟山群島（今浙江舟山群島新區）為國民黨陸海空軍十餘萬人踞守，直到一九五〇年五月中旬棄守舟山，兵民十四萬人撤退入台灣。六十三年前，本人由定海軍事管制委員會派遣，隨野戰軍進兵攻取舟山接管之前，於役島嶼前線。若干因種種因素避共恐共欲投台蔣國府者，不少人由上海（浦東及金山平湖濱海）乘風帆逃舟山以轉赴台灣。國民黨黨政如浙江CC派

首腦羅霞天全家……；青年學生如蘇北人劉宜良（即美籍華人作家江南）……；高級知識分子文化名家如溥心畬全家……皆是。

溥儒到舟山有段戲劇性插曲，如下：「在某一風平浪靜之夜，著名國畫家溥心畬先生全家數口由滬乘漁船逃來舟山。以南岸防務嚴密，潛由北部上岸，經本軍（毛按，係六十七軍）守兵發覺盤查。溥先生隨員認兵多愛財，乃以黃金數兩暗贈，請予方便。哨兵見其行賂，更認定必為共諜偷渡來此，乃通報哨所諸兵加以捆綁解送上級法辦。」上述見於黃埔中將劉廉一文〈舟山作戰之回憶〉。

劉廉一可不是一單純武夫，劉曾留學美國陸軍參謀大學，任過五十四軍參謀長於滇西反攻殲擊日本王牌師團，中國駐聯合國軍事代表團（團長何應欽）陸軍副武官，回國任國防部辦公廳主任。當淮海戰役結束，陳粟

劉鄧大軍欽馬長江時，蔣介石手令「給予胡璉名義，使編成三個軍」，胡璉力邀劉廉一出任重建十二兵團之六十七軍軍長。後，六十七軍（代號雄師部隊）奉命自廣東潮汕增援舟山，於一九四九年十月二十七日全軍到舟山進入陣地。十一月三日至六日，國共舟山登步島血戰（當時，我在桃花島紅軍師六十一師後指，帶領支前船老大），劉廉一率六十七軍四個美援團救援登步。對溥大師被扣押，劉廉一記述：「軍部以高高在上對此一時尚無所悉，幸余以當時部隊整訓，常赴各下級單位親訪，忽在某團長桌上見到此項押解人犯公文。當告該團長對溥先生應予優待，並即以電話告知該師政治部主任親予訊問，並即送往軍部招待所」，當然，溥大師不是共諜而自願遷台，階下囚頓變座上客。

在逗留舟山期間，溥心畬有幾詩留痕：

遊定海奎光閣

石壁崔嵬撼怒濤，清秋臨眺俯城濠。
海門雲白孤帆遠，沙岸天青片月高。
戰壘飛霜驚草木，回風卷霧拂旌旗。
長江夜索扶桑氣，北斗光寒動佩刀。

渡沈家門

遠天煙水近黃昏，初月微明帶雨痕；
故國鄉關何處是？片帆吹渡沈家門。

登舟山

古縣臨滄海，城荒石壁存。
青山連蟹嶼，白浪湧蛟門。
潮落漁人少，烽嚴戍卒尊。
天高驚木葉，況乃近黃昏。
(毛按，蟹嶼、蛟門皆舟山地名)

十二兵團由十一師、十八軍升擴，是陳誠賴以起家的基本部隊。劉廉一電報時任東南軍政長官的陳誠上將。陳誠安排飛機接溥大師一行由舟山入居寶島台灣。

梅城人吃的

雞蛋果兒

杭州
龔玉和

梅城，舊稱「嚴州府」，而今只是浙江建德一個依傍新安江的寧靜小城。

雞蛋果兒是一種當地的尋常小吃，食材與做法一般，味道卻不同凡響。可以說，這是一種梅城特有的食品。我們到訪梅城多次，品嚐過這種「果兒」後，個個拍案叫絕，這是一種以雞蛋與菠菜作為餡料搭配製作的食品。

梅城人稱作的「果兒」，內涵不是外地人叫做水果的「果兒」概念，而是一種麵粉製成的圓形或長形的面餅，鼓鼓的餡子，類似帶餡料的面餅，或者，大個頭的水餃，製作方法與杭州人吃的「鹹菜糰子」、「豆腐糰子」，或帶餡的鹹菜餅大致相當，不

過，其味各有千秋。

雞蛋果兒有一種特殊的鮮味，葷素結合，營養調配適當，很適合江南人的口味。

一般來說，梅城人將雞蛋果兒作為上等食品點心來款待客人，每每到了初春或立夏時節，小孩子總是纏著大人要吃雞蛋果兒。

我到訪過許多地方，別的地方從來沒有聽說過有這樣的食品，它的主要原料有雞蛋、菠菜、麵粉、肉丁、精鹽、醬油等。在梅城鄉村工作時，跟農婦學過，雖不熟練，但是做出來的雞蛋果兒倒是像模像樣，製作方法至今仍記得清清楚楚：先用麵粉拌水，放入少許食鹽，慢慢地和成面胚；再將菠菜洗淨切細，將和好的面胚攤

成面皮，置於掌中，先放一些肉丁；記住，肉丁中須放一小匙醬油和稍許味精；後抓一把菠菜放在肉丁上，現打一個雞蛋在菠菜中間；拌入少許醬油，再抓一小撮菠菜蓋在蛋上；然後，包面皮與餡包封緊密，不可使內餡漏出；然後入在平底鍋中油炸；待一面炸黃時，翻面再炸；兩面炸成金黃色，即熟，可以上桌了。

鄉民說，考究一點的吃法，再蘸辣醬或甜麵醬，口味各人自調，最好熱吃，冷了，味道就會遜色許多。我初次品嚐，味道十分了得，果皮鬆軟，餡子翠綠，帶有黃、白、紅三色，鮮汁橫溢，既有菠菜的爽嫩清香，又有蛋肉的鮮純厚味，可謂色、香、味俱佳，極誘人食慾，有幾分吃了還想吃的衝動。

據梅城人介紹，東漢時，嚴子陵

十二期開學典禮，由主任蔣經國蒞臨主持，略作簡單訓示：「青年人應立定志向，為國家民族而努力奮鬥犧牲」典禮一小時始畢。

翌（一九六四）年元旦慶祝大會，由局長葉翔之中將親自主持，首先頒發本局戰鬥英雄獎章與忠勤勳章，並訓示：「本局自一年多來的軍事突擊行動，從北起山東半島，南至雷州半島，從事直接間接的爆炸、狙擊，使毛共不知所措，我們派往少數突擊同志，牽制共軍五十餘萬部隊，使其防不勝防，同時立即獲得群眾的掩護和支持，已造成我民族復興的新機運……」

一月二十三日，法國與中共建交，我與法國斷絕邦交，監察委員陶百川說：「今日問題，如不反攻不足以扭轉大勢。」「如果法國承認中共，我們應立即與法國斷絕邦交，因為如果果不絕交，則變成中國政府承認『兩國中國』之存在，是非常嚴重的事。在法國正式承認中共之前，我國應盡量與法國阻止其承認，我們要促請法國當局注意，英國承認中共十餘年，英國政府得到了什麼好處？」政府應盡最大努力交涉，必要時派大員前往。

中華民國政府認為法國政府已將中法邦交破壞無遺，無再事容忍，決定自二月十日起與法國政府斷絕外交關係。

六月十三日，報載我反共游擊隊遠程突擊山東半島海岸共軍據點，傷斃共軍三十餘人後返防。游擊英雄李秉銘於突擊行動中殉職。在突擊戰場上能將李烈士遺體運回基地，是團隊精神最高表現，值得我們敬仰欽佩。

五十三年元月余晉任上尉。六月二十七日，本班新建 領袖銅像揭幕典禮下午三時由局長葉翔之中將親臨主持，並致簡要訓示。十二期學生家長懇親座談會則由葉杭生主持，並參觀學生儀隊操槍表演及本班教育設施，環境內務，以增進家長們對本班生活、管教的瞭解與認識。晚間會餐並舉行同樂晚會。

九月筆者晉升上尉。九月二十一日，國父紀念周會在局本部中正堂由局長葉翔之中將主持，新進人員舉行宣誓禮。

民國五十四年元月二十六日，情幹班第十一期學生畢業暨第十三期學生開學典禮，假本班中正堂隆重舉行，由蔣兼主任經國先生親臨主持。

民國五十六年二月四日，第十三期學生畢業暨第十五期學生開學典禮在中正堂合併舉行，仍由蔣兼主任經國先生親自主持。

鳳凰計畫：民國五十六年八月間，余在陸軍步兵學校高級班受訓時，有前裝甲部隊戰友汪盛鑑前來敘談，提及有位鄉姑想要嫁郎，看我在如何？如果有意的話，約定時間在女方介紹人家見面，第三天週日我們就見面了，晤面那天她是太大方兩眼直盯在我身上，反而是我到有點不好意思呢！她年輕只有十七、八歲，為了不傷害她的自尊心，只有表示好吧！沒想到妻曾菊貞她先答應願意嫁給我，我也就答應了；她回屏東敬向父母稟告此事亦告同意，據女方介紹人云：她父母健在有兄妹各一，家境尚好。再約定日期前往她家與父母見面，一週後的週日，和女方父母見面，此際她祖母已八九十歲尚健在。與父母暨祖母晤面後，看到我軍人模樣都感滿意，就如此這般決定親事。我們一切依照婚嫁程序，軍人結婚要經有權責單位申報核准，喜餅聘金訂婚結婚走完全程，女方宴客在自宅，男方在台北。婚後第一胎男孩，岳母比我還高

興呢！第二胎女兒，兩個孩子恰恰好，為增產報國第三胎是女兒，這編制外沒有着補也培植她專科以上教育；目前我倆內外孫都有了。祖上積德有庇庇，不埋怨有感恩，不貪心有知足，不煩惱有樂觀，生逢其時貴人助，很幸運。

民國五十八年九月四日，參加國防部參謀旅行，搭乘公路局金馬號專車，首先參觀淡水六〇五群飛彈營之鷹式及勝利女神飛彈操作演練。是夜宿棲蘭招待所，次日赴礁溪聯勤電池廠及森林開發處宜蘭木材加工廠，夜宿宜蘭。第三天赴桃園石門水庫參觀，為我國政府興建之第一個多目標水資源開發工程，亦為台灣經濟自給自足之一環，建設經費共為新台幣參拾貳億元。其工程效益為：灌溉、發電、防洪、給水、觀光等，成為北台灣觀光旅遊之勝地。

民國六十年三月十七日戴笠將軍殉難紀念大會由領袖 蔣公親臨主持，本局安排兩個場地，一在介壽堂專為歷年因公為國殉職烈士之遺族家眷們，領袖慰勉全體家屬，略謂今天是情報局成立三十九周年的紀念日，也是戴故局長殉職二十五周年，還有很

多殉職的同志，這一個每年一度的紀念，表示我們對為國殉職的同志的敬仰和懷念，是一種很光榮的紀念。

今天，需要對你們小弟弟、小妹妹，你們的家屬及各位家長說的，你們的子弟，你們的父兄，為國家、為主義、為黨國、為革命而殉職，這在你們家庭中，都是最光榮的父兄和子弟，所以你們還要特別教育你們的子女，個個都能夠盡到你們父兄的職責，來繼承你們父兄的事業，完成我們國民革命的歷史任務。

領袖巡視戴先生紀念館後，就在二樓陽台對與會同志作簡要訓示，隨即巡視隊伍行列，最前面隊伍是情幹班學生大隊官生約一個營，學生個個精神飽滿，雄糾糾，氣昂昂，領袖看到這一支末來的無名英雄隊伍，一直領首微笑，狀極愉快。

筆者得幸擔任學生第十八期隊長，領袖巡視十八期學生行列時表示欣慰，學生們是第一次參加「三一七」紀念大會，由領袖親臨主持更是感到非常興奮與榮幸。

該期學生曾接受兵器射擊、跳傘、兩棲、駕駛、求生、戰術小部隊至排連，行動爆破等專業訓練課程，百

分之百達成上級交賦之教育訓練任務。

五十年代美國曾有勸蔣公放棄反攻大陸計畫，而建議將珍貴的人力、物力從事經濟建設。多次壓迫我國軍撤出金馬，領袖堅不放棄反攻大計畫和金馬，例如四十七年金門砲戰時，我軍的砲火不但有效壓制對岸的砲火，我空軍更創下了三十一比一的空戰佳績，從而掌握了海峽制空權達三十多年之久。

局長葉翔之將軍擔任情報局重任後，由於國際局勢的演變，中共內部的動亂，使我們大陸反共革命運動步入了新目標里程碑，任內由穩定走向最高峰，從組織發展，建立制度，更建立邊區多個訓練游擊基地，為反攻復國行動紮下根基。

葉將軍為因應發展大陸工作人才的須要，遂有招考大學畢業生「文職班」延攬人才；繼招訓「常備士官班」為情報局注入新血。並奉核定增設開辦「初級班」、「高級班」調訓全國情治單位工作同志，能夠有接受深造教育之機會。

民國五十六年向考試院協商情治單位工作人員舉辦「乙」等特種考試國防部情報局情報人員考試」為工作同

志取得「文官任用」資格。

局長葉將軍秉承領袖意旨，有遠見做好大陸工作，數個邊區游擊武力，海上突擊大隊；督導特戰總隊；陸軍前瞻師兩個師的兵力，為反攻勝算作了準備。如同堅守金馬外島成就是最佳範例。

葉局長為發揚戴雨農將軍忠義教國精神，營建戴先生紀念館，為團結昔日工作袍澤，結合志同道合人士，創辦成立「忠義同志會」；為照顧同志辦雨聲醫院、雨聲小學、興建同志眷舍、營區福利站、擴建復興電台等，顧慮周到，均有顯著功效。

我中華民國作為自百年前開始持續歷史的政治實體，比「中華人民共和國」的歷史還長三十八、九年。《

石

人

嶺

遊

記

杭州

龔勵

近年以來，自從杭州西山遊步道全線竣工，西湖周邊各座山脈嶺脊的道路暢通無阻，登山者越來越多，一向冷落的石人嶺驟然熱鬧了起來。

幾位朋友聞訊，便向一個常年堅持鍛鍊登山運動的長者打聽去石人嶺

群英憶往》是一部陸軍官校第四軍官訓練班入伍生總隊口述歷史，民國三

十八年，海桂輪、海吉輪、延平輪……搭載著年華正茂的青年學子，萬里飄零來到台灣，他們在此耕耘，落地生根，初期接受的軍事訓練，成為培育的沃土，養成人格鍛鍊體魄，磨練心志，他們的成長無比艱辛，他們的滄桑無言可喻，他們的貢獻無庸置疑，他們是苦難時代之縮影，國軍的前輩們無畏艱阻，忠勇奮發之毅力及筆路藍縷之奉獻，除令人動容外，尤值後輩崇敬與效法。

阮清源將軍任副主任時曾提示隊職官能陪同學生聽取情報課程，余對這項課目大都參加旁聽，實獲益良多。民國六十二年筆者晉任中校，調

任副大隊長。

自五十二年由裝甲兵奉調情幹班工作，已歷十一年又八個月，承蒙阮清源、傅若鵬、杜心石、鄧文勳、張錫麟、史必祿等將軍副主任愛護與教誨，獲益良多。

自擔任隊長職起，年度莒光連隊選拔曾榮獲第一名，年度軍官團射擊比賽衝鋒槍組第一名，政治教育筆記前一、二名多次，爭取到個人、團體榮譽。助獎章計有忠勤勳章、三星寶星、景風甲種、弼虎甲種、陸軍軍官榮譽徽、服務紀念章多座。

學生班第十八期民國七十年晉任上校七十一年十二月一日限齡退伍。完成階段歷史使命。

好，風景優美，空氣清新，濃蔭蔽日，鶯啼鳥鳴，古意盎然，一個春秋假日登高望遠的好去處。」

於是，我們師生一行數人相約週末一起去攀登石人嶺。

清晨，大家在楊家牌樓車站集合。楊家牌樓，以前只是一個村落，隨著城區的擴大，現已改稱「楊家牌

樓社區」。

我問嚮導：「為啥要叫『楊家牌樓』？」

嚮導是本地人，快人快語，說道：「其實也沒有什麼特殊來歷，老早這裡多是一些荒山野嶺，山前立了個楊姓官員的墓道牌樓。後來，隨著住戶越來越稠密，為識記方便，久而久之，眾口難改，也就稱『楊家牌樓』了。不過，現在這個牌樓是上世紀九十年代才恢復的。」他又說：「這裡外來人員多，早就成為一個嘈雜市場了。」眾人舉目望去，果見楊家牌樓下的路上，人來車往，熙熙攘攘。

他說道：「現在村裡務農的人不多，青年人外出打工，中老年人多以租房為業。」我們走過凌亂的街道，村後有一條蜿蜒小路，一直通往山嶺深處，兩邊是茶園。路旁還散落著不少墓道殘存破損的石翁仲、石獸。

嚮導指著這些石翁仲說道：「這些石人、石馬原是清代兵部尚書梁肯堂墓前所立，現在就遺留在路邊了。」

遠遠望去，有條泥石小徑通往山腳，有一座黃牆黛瓦的古剎，嚮導又說：「此路俗稱『上香古道』，早年從餘杭、德清、富陽一帶的香客到靈隱

寺、天竺三寺進香的就是從此路上山的。前面有一座寺院，叫永興寺。」

嚮導說道：「永興寺在西溪歷史上有點名氣，不過原址在現在的西湖高級中學內，這座永興寺是二〇〇六年後易地重建的。」大家一擁而入，進入寺院山門，看到影壁上有一幅不大的濟公神像，嚮導又說：「相傳濟公菩薩就是在永興寺出家的。」

我們朝寺院裡面張望，沒有見到香客。寺院前，遇到一位年長的農婦，便聊了起來，她說：「以前從閒林、倉前、三墩來的客人多走這條路。每到春季，山道上香客絡繹不絕，他們或身背香袋，或肩挑香擔，翻過山，過了嶺，就是天竺三寺，因而，也帶動了永興寺的香火與楊家牌樓的興旺。」她又說：「早年杭嘉湖地區多數村民養蠶，因此蠶農們每到春季多要到天竺燒香。俗話有『開春不到天竺來敬香，來年難得求安生。』因而，楊家牌樓村民也從『香季』中獲益不少。兒時，見到過村民在路邊擺起茶水攤、香燭店，還有人專做『門板素齋』，供應過往香客，一季香市過了，算下來，收入相當可觀。」

我們一路向山上行進，嚮導指著

前面一塊橫在路邊的巨石，說道：「這裡之所以叫『石人嶺』，原來山腰有塊直立的岩石，外觀酷似人形，故而名之。不過，現在這塊岩石已經沒有了。人們只好用這塊『石人嶺』三字的石頭來取代。」

我翻閱了清代《西湖覽勝詩誌》，有這樣的記載：石人嶺，「峭拔凝立，形如人狀，雙髻聳然。下有洞府，名玉女岩，深遠可玩，北山盡此矣。」

王季重有詩云：「一嶺透天月，千溪呼雨頭；石雲開繡壁，山瀑瀉寒流；鳥道苔衣滑，人家竹語幽；此行難作路，數武百年遊。」

從古人的這些描述中不難看出，石人嶺在杭州早期旅遊中就已經成為一個景點，而且石人嶺是西湖旅遊北山線的盡頭。

眾人拾級而上，沿途溪水潺潺，林木高大，遮蔭蔽陽，兩邊樹木鬱鬱蔥蔥，一路上鶯啼鳥鳴，景色煞是誘人。我們邊走、邊玩賞，只見新築的山路平坦，路基的三面用青石條圍築，中間用碎岩塊構成粗獷的圖案。

大家聊著、聊著，不覺就到了山腰，有個涼亭，亭上書「石人亭」三字。嚮導說，這個亭子是村民集資造的

，早先香火時節，還有茶水免費供應。我們來到嶺脊的分叉路口，路旁立了個石質指示牌，顯示直行可到天竺山，向左走可達北高峰，右面方向經獅子壘可達十里琅當。

眾人攀到山巔的頂峰處，舉目遠眺，只見山嶺層層疊疊，嚮導指著四周的樹木，說道：「現在嶺上樹木高大，擋住了視線。因此，登石人嶺的

最佳時節在秋冬季節，樹上的葉子落下來後，站在高處就可清楚地遠眺西湖了。因此，古人將石人嶺叫做「觀湖嶺」，他們認為，此地是觀賞西湖的絕佳之地，登高望遠，湖水宛若方硯墨池，似有能置於掌心之感，景色別有情趣。」

我忽然想到，在此地眺望西湖全景，古人有過不少記載，《西溪梵隱誌》寫道：「觀湖嶺，即石人嶺，登陡至頂，遙睇西湖，如在目前。」《西溪百詠》也有：「石人嶺在西溪之東，路通飛來峰。嶺半有石，儼如人立，故名。有詩曰：『獨立孤峰若有神，似隨行動儼然真；眼看天際望夫子，米拜山頭呼丈人；瘦影肯憐雲作伴，孤蹤喜與鶴為鄰；經年住此觀榮謝，應笑桃花惟解春。』」

趙公碑·念母亭·徐福祠

寧波 翁志峰
黃志國

趙公去思碑亭

在岱山東沙角小嶺墩都神殿右首。光緒二十五年己亥士民公建。為前知定海廳事南豐趙惟喻立石亭一座，內置石碑一方，題曰：「民不能忘。」碑陰湯浚為記，其詞曰：岱山居定海之北，去廳治百餘里，四面環海，魚鹽之利甲於一郡，而捕魚者多係外來客民，每當春夏之交，漁船彙集不下數千艘，沿海一帶，帆檣林立，而岸上肩挑貿易者流亦百倍於常時，熙

熙攘攘，往來如織，洵海島中之一大市集也。然而，禾稼之叢，稂莠生焉，芝蘭之區，荊棘叢焉。況以茲土僻處海外，為上官耳目之所不及，兼之近年以來海疆多事，各處失業之人往往託為漁民，乘機生事。始猶出沒於波濤之中，繼乃實逼處此，橫行街市，越貨禦人，濱海居民不堪其擾，每屆漁汛，鄉民輒惴惴焉，如逢大敵，夜不安眠，至於紛紛避地者不可勝紀。歲癸巳。南豐趙公來宰是邑，下車伊始藍，問民疾苦，得悉岱民窘狀，

即親蒞其地，櫛風沐雨，督率緝捕，獲悍盜數人，立決之，餘黨悉平。於是商賈相與慶於市，農夫相與忭於野。向之夜眠不安者，今則高枕而臥矣。向之紛紛避地者，今則奠厥攸居矣。勞之來之，還定而安集之。恩德之隆，無以復加。越五年，公以秩滿超遷，岱人士德公之深，思公之甚，謀所以表公者，爰於公所嘗經之地建亭立石，以志不朽。昔何武在相州所居，無赫赫之名，而去後常見思，況公之於岱，其赫赫者固已在人耳目耶，

是焉可以不記。

定海廳同知趙惟翰按照慣例，每年大黃汛期，到岱山巡洋，住在東沙小嶺墩的庵院中。他在任期間，使東沙的治安明顯改觀，百姓感戴他，在他任滿離開舟山時，立碑紀念他。

念母亭

坐南朝北，位於岱山縣岱西、東沙兩鎮之間的念雙線和高東錢岔路交通要道上。占地三百平方米，建築面積為二十五平方米，八角園亭，直徑四·五米（一般園亭直徑為三·八米）。有亭欄、亭道、亭園，亭的高度七·三米。亭匾是全國著名書畫家豐子愷題寫的「念母亭」三個黑色大理石真金字，亭中正面立碑是「母儀昭天」，由全國書法協會會員、浙江省書法協會會長姜東舒書寫，岱山鄉賢馮兆異原寫亭聯，岱山宿儒九十五歲沈立恭和省內書法家撰寫亭記、亭聯，成蓬萊仙島一人文景觀。

念母，顧名思義就是思念母親的意思。而「念母亭」的建立，以敬仰老一輩人對家鄉的懷念，表達念母思親報國愛鄉的摯忱。

早在一九六四年，岱山念母鄉諸

賢為紀念抗日勝利，以鄉內王家恒的母親張太夫人教子抗日而遇難一事為背景，在東沙狗嘴巴嶺墩建造一座「念母亭」。當時，一些從岱西到東沙來的鹽民，肩挑滿擔白銀似的食鹽，一上狗嘴巴嶺，就要在「念母亭」歇息一會。然後，從東沙帶些點心、布料等什物回去，過狗嘴巴嶺時，也要在亭裡歇息一會。這亭深受鄉民讚揚。該亭還對東沙人民具有深刻的愛國主義教育意義。

筆者仔細欣賞了溫嶺石、青石等材料建成的「念母亭」，還有亭匾、亭碑、亭聯、亭記，又聽到了很多的參觀者對老同志王家恒和台灣同胞的敬佩之言，覺得這座筆者通過念母村老書記方國權介紹，來到了原岱西中心小學退休教師林孝輝家。一進家門，正在會客室看電視的林老師夫婦知道我的來意後，便開始喝茶交談。訪談中得知，林老師原來是「念母亭」重建小組成員，主管重建日常事務。重建小組由三人組成，組長是王家恒，另一位是岱西鎮青黑村村委會主任王令囊。林老師提供了重建「念母亭」的文稿、設計圖案、照片等資料。

據林老師說，二〇〇〇年是世紀

之交年，也是在紀念抗日戰爭勝利五十五周年及舟山解放五十周年之間，為教育下一代，岱西旅台鄉親王植茂慎重、真誠地接受族叔王家恒老人關於重建「念母亭」的建議，曾回岱山察看兩次，選址擇型，辦報批手續，積極發動原岱西鄉旅台同鄉王家良、金青德、陳根杏等八十三人慷慨捐助美金一·三萬元，折合人民幣十一·二萬元。並委託王老全權負責代辦策劃，設「念母亭重建小組」，具體實施。資金落實了，下一步的任務就開始選擇造亭地址。重建小組與念母村聯繫，得到了村委會的大力支持。六月二十三日，該村委會出面向東沙鎮人民政府申請建造「念母亭」的報告。六月二十八日，鎮政府對此報告作出同意的批覆，允許其在淨寺路和念雙線交界處建造「念母亭」，同時也得到縣土地、公路管理部門的同意。八月份，重建「念母亭」正式動工。

在動工過程中，最忙的算是林老師了，他須經常往返於定海、工地。如去定海王老那裡，商量造亭過程中的事項，比如亭的形狀、所用材料、亭匾、亭碑、亭聯、亭記的文稿和書法等。光是〈重建念母亭記〉碑文，

寄給旅台鄉親修改二次，當地文人修改五次，七易其稿後的背面碑文如下：

〈重建念母亭記〉

西元一九四六年，岱山念母鄉諸賢為紀念祖國抗日勝利，弘揚先烈愛國精神，以鄉內王母張太夫人教子抗日而遇難受國民政府頒發「式範鄉閭」紅匾褒獎之事蹟，籍保「念母」鄉名，於狗嘴嶺建亭一座，名曰「念母」，由著名書畫家豐子愷題名，成為鄉內愛國教育場地之一，又為行人憩息遊覽之處，深受鄉民讚揚。後因平嶺修路，亭被拆而未移建，公眾甚為惋惜。現由岱西旅台鄉親王植茂等八十三人為表達念母思親報國愛鄉之摯忱，慷慨樂助美金一萬三千三百元，易地重建斯亭，為蓬萊仙島留此人文景觀，繼承原亭作用。鄉民臨此，觸景生情，綜現報國愛鄉、敬賢孝親於永久。謹作記。

邑人沈立恭現年九十五歲撰
田文蕙書

西元二〇〇〇年九月三日立

為迎接人類社會新世紀的第一縷陽光，能工巧匠們在保證質量的前提下，加快建造速度，終使念母亭在二

〇〇〇年十二月底主體、亭欄、亭道、亭園全部完工，交付使用。

徐福祠

位於小嶺墩都神殿之南數十米處。其浮雕石碑等，均用青石製成。相傳西元前二一九年，秦始皇巡遊泰山，有齊人徐福等上書始皇帝，言大海中有蓬萊、方丈、瀛洲三神山，仙人居之，請准其前去求仙人賜以長生不死藥。始皇欣然允諾。於是，徐福率船隊遠航東海尋找三神山。後人考證徐福要尋找的三神山之一的蓬萊山，即今舟山岱山島，史載徐福曾到過岱山島，在岱山北端東沙角山嘴頭登岸，涉足蓬萊山（岱山古稱）。東沙角居民中至今還有徐福到岱山求仙藥的傳說。現東沙鎮山嘴頭、小嶺墩等地仍留有徐福求仙藥遺跡。小嶺墩上的徐福祠包括徐福碑，就是東沙居民為紀念徐福所建。徐福碑座東朝西，由三大部分組成，方士徐福端坐中央，手執書卷，正凝神思索。左首的一座大型浮雕，反映的是徐福要東渡蒼海，準備啟航率童男女及百工立在船頭向眾人告別。畫面上海風習習，波濤滾滾，鼓角聲聲，旌旗獵獵，始皇攜百官與眾百

姓以祈盼的心情同徐福等依依惜別。與之對應的右首另一座浮雕描述的則是徐福的船隊歷盡千難萬險進入東海後，終於探尋到蓬萊仙島，只見海天蒼茫，波濤洶湧，雲霧繚繞中的蓬萊、方丈、瀛洲等仙島若隱若現，似乎近在咫尺，卻又遠在天涯，求仙船隊上的人們拼盡全力，搏風劈浪，奮力向前。整個浮雕場面宏大，人物造型逼真，情節細膩感人，具有較強的藝術感染力和觀賞性。

徐福碑於上世紀九十年代建成後，近幾年東沙民間人士又募捐擴建成占地約二百平方米的徐福祠。徐福祠造型獨特，氣勢恢宏，特別是正面祠門上面的「蓬萊仙島」三字，點明瞭此處正是徐福想尋找的蓬萊仙島。

徐福到蓬萊岱山島求仙藥的故事世代相傳，東沙居民對徐福十分信仰，把其當作神來供奉。為紀念徐福這位偉大的航海家，進一步弘揚徐福文化，岱山縣還成立了徐福研究會。二〇〇四年，岱山舉辦徐福東渡節，中外徐福研究的專家學者，相聚在東沙的聚泰祥，並參觀了建在該鎮的中國海洋漁業博物館，成為東沙文化交流史上的一段佳話。

古越藏書樓

紹興 蔡彥

紹興，素稱盛文之邦，名士雋材肩背相望。步入近代，與內地不同的是，它正處在經濟轉型的前沿陣地，因此感覺更為靈敏、思想轉變更為迅速，在中國圖書館發展史上得風氣之先。光緒二十六（一九〇〇）年，由郡紳徐樹蘭「集議」創辦的「古越藏書樓」，是國內第一家公共圖書館，是點亮中國近代圖書館事業的星星之火。

徐樹蘭，字仲凡，又字仲佳，號檢庵，（一八三七—一九〇二），山陰（浙江紹興）棲鳧人。因經商致富，咸豐年間舉家從棲鳧遷至紹興府城大坊口、水澄橋等處居住，為清末紹郡徐、李、胡、田四大家之一。他自幼聰慧，早有文名。光緒二（一八七六）年，北闈中舉，授兵部郎中，改宦知府、候補道銜鹽運使。後以母病歸鄉，不再出仕，以購書、藏書、印書自娛。熱心地方公益，不辭辛勞。前後籌賑，近自本省、遠至秦晉，至數十萬金。又多留意三江口水利，督建西湖底閘、新堤。特別是晚年贊成維新變法，把改革教育和振興農業視作中國富強之路。

據地方誌記載，徐樹蘭與其子徐爾谷「皆喜購舊書，書買多集其門」。其弟徐友蘭亦性好收藏，凡舊鈔、精刻、石墨古今法帖、書畫，有所見輒購度，復命長子徐維則廣為搜羅，如此者數十年。徐維則又在水澄橋南首創辦墨潤堂，銷售書籍，並自設木刻作坊。《融經館叢書》、《會稽徐氏鑄學齋叢書》、《式訓堂叢書》、《紹興先正遺書》，均為同光年間

徐氏家刻本。由於其六叔蔡銘恩為徐氏塾師，蔡元培曾於光緒十二至十五（一八八六—一八八九）年在徐家為徐維則做伴讀，校勘徐氏所刻書《紹興先正遺書》、《鑄學齋叢書》等。「徐氏藏書很多，我到徐氏後，不但有讀書之樂，亦且有求友的方便。」「以孫（維則）之伯父仲凡先生搜羅碑版甚富。」蔡元培「博覽群書，學乃大進」，故能於光緒十五（一八八九）年赴杭州參加鄉試中舉，同科就有日後浙江維新中堅汪康年。四年後，他入京補應殿試，被取為二甲第三十四名進士。

光緒二十二（一八九六）年，徐

樹蘭與上虞人羅振玉等在上海組織農學會。在當時的維新報刊《時務報》和《知新報》上刊登徵求會友的《公啟》十條和《試辦章程》十二條。梁啟超、譚嗣同、劉光第等變法驍將均為農學會會員。第二年與羅振玉等創刊了旨在「開廣風氣，考究耳目」的《農學報》，同時編輯出版了《農學叢書》一四九種。徐樹蘭口述的《種煙葉法》一書，即是叢書的另種。他身體力行，請撥「洞庭湖濱新漲沙田一、二萬畝，歸入會中」。又與胞弟徐友蘭在上海昆山黃浦置地百畝，開闢種植試驗場，作為試驗農學新法之地。《公啟》載明「農學會」的宗旨之一是一「翻譯農書，並創刻農學報章，專譯各國農務諸報」，以資考究。「本會應辦之事，門類繁多」，藏書樓「資用甚巨，勢難預籌」，只能「陸續試辦」。

光緒二十一（一八九五）年，徐樹蘭仿「盛杏孫（宣懷）京卿在天津道任內稟請北洋大臣奏設之二等學堂」，籌辦紹郡中西學堂。光緒二十三（一八九七）年，學堂開學。徐樹蘭自任監董。翌年，在京城任翰林院編修的蔡元培得知「戊戌變法」失敗後

，棄官回鄉，有志興辦教育，徐樹蘭立即聘請他出任學堂監督。光緒二十六年（一九〇〇）年，中西學堂更名為紹興府學堂。兩校章程均列「藏書」章節，規定凡「經史子集、國朝掌故與禮樂兵刑巨冊、經濟之書以及西學翻譯、各種格致書籍之外輿圖均由本學堂陸續購儲，以供各教習暨各生取閱」。學生取閱「別訂借書助約」。這裡的「借書助約」就是由蔡元培在光緒二十五（一八九九）年手訂的《養新書藏略例》。《略例》說：「凡學堂教習及肄業生，不論助銀與否，皆得借書。凡不佞學堂者，助銀十圓以上，皆得借書。凡助銀五十元以上者，得援引同學二人，百圓以上者四人，其餘以是為差，皆不必助銀可以借書。」這些規定雖然還帶有互助的性質，但它表明養新書藏已經具有面向公眾開放的特徵。在蔡元培的主持下，紹興府學堂躋身清末國內新式學堂的佼佼者行列。

中西學堂和養新書藏的舉辦是徐樹蘭創辦古越藏書樓的源頭。今紹興圖書館藏《墨子》一書。清光緒二年浙江書局據畢氏靈岩山館本校刻。今「養新書藏圖籍」、「古越藏書樓圖

記」、「會稽徐樹蘭捐」、「紹興縣立圖書館古越樓藏書」印鑒。這四枚印章反映了從「養新書藏」到「古越藏書樓」再到紹興縣立圖書館再到紹興圖書館的演變過程，是研究我國近代圖書館發展史的重要實物。一九六一年，孫孟晉先生在《中國人民政治協商會議全國委員會〈文史資料選輯〉第十五輯上撰寫〈清末東南的幾個藏書樓〉說：「古越藏書樓的創辦者是紹興人徐樹蘭，建立於一八九七年，『古越』一樓的成立，比浙江藏書樓的前身『杭州藏書樓』早三年，可謂能開本省風氣之先。」從中西學堂經由養新書藏到古越藏書樓的發展脈絡看，是可以存其一說的。

徐樹蘭捐資創設了新式的中西學堂及養新書藏之後，沒有止步。他清醒意識到：「泰西各國講求教育，輒以藏書樓與學堂相輔而行。都會之地，學校既多，又必建樓藏書，恣人觀覽。」而中國的官私藏書，有著藏書未廣，秘而不宣的弊端，「購書既苦於無資，入學又格於定例」的寒酸好學士，難能有讀書學習造就自己的機會。因此，他覺得捐資創辦一個真正開放的藏書樓「以備闔郡人士之觀摩

，以為府縣學堂之輔翼」，已是眼下手勢在必行之舉。於是又籌謀創建古越藏書樓。

光緒二十六年（一九〇〇）年，徐樹蘭選址府城鯉魚橋附近的古貢院（今勝利西路五〇三號），購地一·六畝（合一〇六七平方米），建樓四進，前三進是樓屋，供藏書用，中進廳堂，是一個有桌椅可容納六十人看書的閱覽廳。另闢有讀報處。各進之間隔以天井，以利於採光。大廳上面掛一塊白底黑字「誦芬堂」三字的匾，柱子是黑漆的，掛著勸學的抱聯，廳內的退堂門是藍漆的底子，上面有金色的斑紋。整個書樓的建築，莊重而典雅。「房屋之建築，圖書之購備，以及桌椅器物之設置，總共支銀三萬二千九百六十餘兩，復每年助洋一千元。」禮延監督一人，總董其事，司事三人，分司其書，俾有志學問之士，得以觀摩焉。聘有門丁、庖丁、雜役各一人供應茶水，承辦膳食。一九〇九年，古越藏書樓被公佈為「浙江省文物保護單位」。

古越藏書樓建成後，徐樹蘭開宗明義：「本樓創設之宗旨有二：一曰存古，一曰開新。」以為「不談古籍

，無從考政治學術之沿革，不得今籍，無以啟借鑒變通之途徑。」「以家藏經史大部及一切有用之書，率數捐入」書樓，又捐資購備圖書、標本、雅訓、報章及近代譯本新書等，「藏書七萬餘千卷」。涵蓋內容十分廣泛。除經、史、子、集舊籍外，還收藏了許多時務、實業等新書。由於受樓主農學活動影響，尤多農學著作。外國文獻也佔有一定比重，書樓規定：

「凡今籍中分已譯、未譯二部。東西書籍，一律收藏。」「已譯者供現在研究，未譯者供將來研究（已通外國文字者）及備譯。」，「至實業各書，中國此類著作甚少」，自然在收藏之列，「附入此類中」；「各書之外，兼收各種圖畫，類別為三：曰教科書，曰地圖，曰實業圖。又收各種學報、日報，以資考求」；「研究科學，必資器械樣本，故本書樓兼購藏理化學器械及動、植、礦各種樣本，以為讀書之助」；「外國標本、器械，各學堂皆有之。茲因學校規模未備，故附入藏書樓，將來經費稍充，即別辟教育博物館，將此項裁去。」

同時置備了用於藏書的書櫃，全部以上好樟木精製而成。櫃門對開，

兩山打槽板，栗色的油漆，中間刻寫「古越藏書樓」五個青藍色隸書字，編有序號。兩門之間有立柱，飾銅質面葉、抓手。供讀者使用的書桌、坐椅和平時常用的器具雜物等也一應齊全。

凡古越藏書樓藏書，均今該樓藏書章或印記，藏書章有「養新書藏圖籍」、「古越藏書樓圖記」、「會稽徐樹蘭捐」、「會稽徐氏檢庵購存」、「檢庵購藏舊本」、「會稽徐氏檢庵見本」、「紹興縣立圖書館·古越樓藏書」。

為取得社會各界的支持和贊助，藏書樓的章程特地申明：「以限於資力，未能完備，願出資助及助益書籍者，均拜嘉惠。」在捐資購買和贈送來的書上，除加蓋「古越藏書樓圖記」的藏書章外，均書有「某某惠贈」的字樣。

古越藏書樓還獨樹一幟地開「存書」之例。古越藏書樓鑒於自己的藏書設備和管理條件比較優越，歡迎別人把閒置書籍拿到藏書樓來寄存託管，存取自便。在此類書上，一律今「本樓新設存書之例，如欲取還此書，繳回本樓收據即可發還」及「某某存」之語。

光緒二十八年（一九〇二）年三、

四月間，徐樹蘭制定了《古越藏書樓章程》。《章程》共分七章三十節，洋洋四千字。既有讓讀者遵守的「讀書規程」，又有約束管理人員的「管理規程」，還有做好藏書建設的「藏書規程」。對「存古」、「開新」的建樓宗旨單獨立章，予以解釋，置於各章之首。另設「名稱」、「雜規」、「附則」三章，將藏書樓千頭萬緒的管理工作進行條分縷析，並加以制度化和規範化，以確保樓主人藏書思想的貫徹和實行。《章程》規定，每日上午九點至十一點、下午一點至五點為閱覽時間。除萬壽節、新年、清明、中秋、夏至、冬至等節日外，均對外開放。

同時，徐樹蘭給撫院呈上〈為捐建紹郡古越藏書樓懇請奏咨立案事〉呈章，曰：「紹興統轄八縣，綴學之士，實繁有徒。當此科舉更章之際，講求實學，每苦無書。職不揣綿薄，謹於郡城西偏購地一畝陸分，鳩工營造，名曰古越藏書樓，以為藏書之所。……規模粗具，以備闔郡人士之觀摩，以為府縣學堂之輔翼。所需開辦經費及常年經費，均由職自行捐備。當此開辦之初，事關闔郡，自應呈請

奏咨立案，以期永久。」

這樣，到光緒二十八（一九〇二）年四月，古越藏書樓已是「規模初具」，「當此開辦之初」，除呈明紹興府縣核轉備案外，呈請撫院察核奏咨立案施行。樓立即用已刊行的章程和書目進行管理，並對原有書目進行改編。

古越藏書樓先後兩次編制書目，首個書目由徐樹蘭親手編訂，將藏書分為經、史、子、集、時務五部，計三十五卷，訂為六本，於光緒二十八（一九〇二）年四月刊行，今保存在北京師範大學圖書館；第二個書目，馮一梅重新編制，將藏書列為政、學二部四十七類，訂為二十卷八本，光緒三十（一九〇四）年上海崇實書局印行。目錄學家姚名達十分推崇《古越藏書樓書目》說：「談最早改革中國分類法，以容納新興之學科者，要不得不推《古越藏書樓書目》為最早也。」

令人遺憾和悲痛的是，就在古越藏書樓建成開放的當年，為之操勞得心力交瘁的徐樹蘭突然病倒了，而且一病不起，於光緒二十八（一九〇二）年五月十日告別了人世。徐樹蘭彌留之際，邀集鄉紳馬傳煦等鄭重地出示，為呈明捐建紹郡古越藏書樓懇請

湊咨立案事」呈章一本，《古越藏書樓章程》一本，《古越藏書樓書目》六本，照繪樓圖一冊。囑咐兒輩必須繼承父業，辦好書樓。囑託完畢，兒輩應承，遂安然瞑目長眠。

是年，紹興紳士翰林院編修馬傳煦、詹事府右春坊右贊善鮑臨、江蘇候補道阮祖棠等以古越藏書樓確實「裨益紹郡地方士子，似並為江浙兩省倡首」，聯名向浙江巡撫任道熔「呈請獎敘」。今中國第一歷史檔案館保存有浙江巡撫任道熔〈為請獎捐資紹興府中學堂及藏書樓紳士事片〉，具奏時間是光緒二十八（一九〇二）年九月二十五日，朱批「著戶部核給獎敘」時間為同年十月二十四日。

還在古越藏書樓創辦之初，南通名流狀元公張謇與徐樹蘭、羅振玉和劉錦藻一起在海門籌辦「同仁泰鹽業公司」。事後，他撰寫〈古越藏書樓記〉一文，追記古越藏書樓開放的盛況：「樓成，其鄉之人大歡。具有司亦為請褒旨於朝。」讚譽「仲凡先生舉累世之藏書，樓以度之，公於一郡，凡其書一若郡人之書。」並表示有志「欲效先生之所為，而欲海內藏書家皆效先生之為也。」不久，張謇即

創辦了南通圖書館。在古越藏書樓建成後的十年間，各地有識之士爭相效仿徐氏的做法，辦公共藏書樓，公共圖書館蔚為風氣。

徐樹蘭去世後，其子顯明先生繼承乃父之遺命，仍照常開放書樓，任人閱覽，嘉惠士林。但因徐爾谷「丁憂」持服，其接管古越藏書樓的典禮只好擱至癸卯光緒二十九（一九〇三）年舉行。翌年，光緒三十（一九〇四）年上海崇實書局印行新編《古越藏書樓書目》。一九一四年《教育週報》一篇調查說：「浙省圖書館，除杭垣外，只有古越藏書樓一處。茲悉古越藏書樓，在紹城之鯉魚橋下，系會稽故紳徐樹蘭捐資獨創，內儲書籍甚富。計已刊入書目者，約七萬八千四百三十一卷。未刊入書目一萬五千二百八十卷。向會訂定章程，供人借閱。」這時的藏書數量為九萬三千七百一十一卷，比古越藏書樓創辦之初增加近二萬卷。

一九一六年，徐爾谷向教育部提交稟文，續辦「故父捐設紹興藏書樓」，並附送章程，書目一函。教育部批復：「該員故父徐樹蘭，在紹興城內獨立捐設古越藏書樓一所，以家藏

書籍七萬餘卷悉數，以供眾覽，並每年認籌常年經費。在前清時，迭經奏咨有案。該員兄弟仍繼承先志，勉力經營，恢崇典籍，嘉惠鄉邦。……至

所請立案一節，查圖書館規程，業於民國四年十月二十三日呈准通行，並刊登四年十月二十六日公報在案。應即查照該規程第四條所規定，徑向地方長官核明立案，再行咨報本部查核可也。一九三〇年，陳布雷簽發的浙江省教育廳第六十四號令指出：「故家、世族後裔或有為生活所迫不能保存以致出售藏書情況」，古越藏書樓的藏書完好。一九三二年，海寧州圖書館收到徐爾毅寄送的《古越藏書樓書目》，鄭重地蓋上「民國二十一年收到」戳記。

一九三二年末，古越藏書樓改組為「紹興縣立圖書館」，據《中華圖書館協會會報》第七卷第三冊：「紹興縣政府，對於整理古越藏書樓案，經縣政會議討論後，決定照教局所議辦法，先將藏書樓圖書器具等件，由縣派員會同教局暫行發封，一面將整理辦法呈候教育廳核准後再行辦理云。照「廳令」流通書庫也納入圖書館管理。圖書館的開辦經費為一千五

百元，常年經費三千零六十六元。編制三人，設館長一名，館長人選由地方政府部門「呈薦」。

古越藏書樓植根於文化積澱厚重的沃土，史學家範文瀾的故居與古越藏書樓只一河之隔，想必是這裡的常客。與古越藏書樓近在咫尺的大通學堂、紹興府學堂精英輩出，從這裡走出了辛亥革命的主將徐錫麟、秋瑾、陳伯平和兩位北大校長、十七名院士、四萬餘名德才兼備的畢業生，自然也是受到其豐富藏書的滋潤。一九〇六月，文字學家錢玄同在上海與徐樹蘭次子徐爾谷的女兒，在滬讀中學的徐娟貞結婚。徐爾谷與蔡元培又是錢玄同父親錢振常當年在紹興龍山書院當山長時的門生。一九一三年十月十六日徐樹蘭的孫女徐娟貞在紹興古越藏書樓後進的徐宅生下第四個孩子——後來的大科學家、兩彈一星元勳錢三強，父親錢玄同給他名秉穹。第二年八月，徐娟貞懷抱九個月大的秉穹風塵僕僕進了北京，與錢玄同團圓。一九二六年秉穹在北京孔德學校高年級時，與周作人的兒子周豐一及有文學天賦的李志中要好，秉穹體格強壯，而李志中清區癯瘦削，頑皮的周豐一各送他們「三強」和「大弱」的外

號，時任北京高等師範學校教授，宣導新文化運動的錢玄同偶而聽到後，不禁大加讚賞，乾脆將次子的名字正式改為三強，並將其寓意解釋為德智體俱佳。

一九四九年五月紹興解放，古越藏書樓獲得新生。目前尚存古越藏書樓舊藏六八七種，五七八九冊。其中經部書一七〇六冊，史部書一六五四冊，子部書一二三七冊，集部書一九二冊。書櫃四十只。

「采風問俗，遍及海外。探知五大州萬國盛衰強弱之由，罔不視文教之興廢以為准。……樹蘭自維綿薄，平日購藏書籍雖僅七萬餘卷，竊願公諸同好，於郡城西偏，購地建樓，為藏書觀書之所，並酌擬章程。歲需經費，亦由自捐。請諸疆吏，上聞於朝，以垂永久。明知蹄涔之水，不足慰望洋之歎；區區此志，獲望後之君子匡其不逮。或由此擴充，則為山九仞，亦一簣之基也。」這是徐樹蘭病歿前夕光緒二十八年（一九〇二）年四月所手訂的《古越藏書樓書目》所作序中的一段話，讀之催人淚下，催人奮進。今天的人們當以此自勉，圓中華文化強國之夢。

拙荆巧手 結婚五十周年的追憶 (三)

吳神農

有了龍寶寶，做媽的卻沒了工作（失業了）真是喜憂參半。因為這對於家庭收入大有影響，尤其我當初選妻的要求就是要雙薪家庭，才夠養家糊口。因為我不如其他有福之人，妻子生產後有四老代勞照顧幼兒——我爹娘歿於大陸最亂、最窮的一九六〇年，岳母雖健在，但她老人家素來身體羸弱，我們何敢勞擾？是以舉凡育嬰撫兒一應家務全由新手媽媽一肩承擔，我是職業軍人，既無時間，也無經驗，對家事幫不上什麼忙，真是辛苦了新娘娘。好在秀春在娘家時，就曾幫過早婚的長兄協助大嫂照料嬰幼的侄子侄女，所以她略有經驗，兼之眷村的宏吾嫂、彥夷嫂（其夫婿黃彥夷是我當見習官的第一位主管，待我如弟愛護有加，那時我們駐防金門，我生平第一次投稿《正氣中華報》就是他的鼓勵和指導，我也是他們結婚時的男債相，如今他倆老隨兒女僑居美國含貽弄孫，安享晚年。）等的協助

和關愛，得使初為人母的她，不致無措無助。但出生就四千公克的嬰兒，食量大，媽媽奶水不足，只好靠奶粉補充，但當年一磅勒土精奶粉，差不多是我十分之一的月薪，一般家庭大多買較便宜的國產味全奶粉，但賢妻為孩子的健康，寧可自己節衣縮食，也堅持用勒土精，為此，她月子還未坐滿時，就替開裁縫舖的唐太太代工（唐少駿上尉，南京人，時為裝二師工兵營之連指導員，是當時人見人稱羨的美男子）以縫紉手藝，貼補家用，當軍人妻子的清苦可見一斑。

邱小姐離開裝甲兵司令部，我又自工兵組調回參辦室，未幾又調任我為新成立的「裝甲兵訓練中心」訓四連連長，同仁們都說邱小姐有幫夫運——在我們結婚前後，我既升了級，又調任了部隊長。連長雖官卑職小，但已可擁有一方單位鈐記和軍旗，三十出頭的青年軍官，屬下有十七輛戰車，我自覺很神氣、蠻威風。但是部隊

長不能像在高司當參謀，每天可以上下班，回家後至少可以洗洗尿布、做做雜務。當連長是主官，雖亦有星期假日或國定假日，但即使平時也不一定可以回家，逢年過節時更要加強戰備，而主官需留守。所以邱秀春雖當了連長夫人，卻沒了幫手。反而因為我們單位是訓練新兵，一梯次四個月，所以新兵每人發一套新軍服、一套舊軍服，有些衣褲還有破洞，穿起來未免狼狽，我乃商請夫人出馬，搬縫紉機到連上為新兵補征衣，大家對連長夫人肯為弟兄服務都很感激。十數年後，我夫妻倆到花蓮旅遊，巧遇當年的新兵倪欣，他認得出我們，次日他竟邀了數位同梯的戰友，有兩位還帶了太太，請我們吃飯，倪告訴他太太一般人常說「做兵真甘苦，衫破無人補。」但我們的破衣服都是連長夫人親自為我們縫補的……一軍中有倫理，同志有情份，尤其裝甲兵，有蔣司令提倡的「誠愛熱」軍風，無論

長官部屬，向心力都比較強，此次巧遇，我感到當年的小小付出，竟享受了袍澤的溫馨回報，竊心甚慰。

當連長兩年後，我又被調回司令部參三處任訓練官，而那時秀春已因朱氏表哥的介紹，在龍兒彌月過後，就入了台糖公司物料總處（那時為防共軍空襲台北，省政府早已遷至中興新村，部分軍政單位及國營事業單位很多疏散到別縣市，台糖總公司遷至彰化溪州，物料總處遷至雲林虎尾糖廠）邱秀春算有眷員工，還配了名為「望梅樓」的日式宿舍，所以帶著龍兒到虎尾，小夫妻倆又離得遠了，但妻子有了份工作收入，又省了房租錢，雖是聚少離多，兩地相思，但生活卻因而寬鬆不少。尤其當時三姨妹秋蘭在南投讀高商，因心律不整休學，作為大姐的秀春，約她到虎尾作伴，也可代為照顧小外甥，我則祇有假日搭轉三次車才能於傍晚回到家，第二天下午又要回營了，所以龍兒對爸爸很陌生，而對常常去看看他，抱抱他的表叔及蘭姨倒很粘。

民國五十三年九月，原駐台中清泉崗的裝甲兵司令部及裝甲兵學校，全部遷駐新竹長安新營區。我住進到

和賢妻均略盡過棉薄的新營房，竟有幾分激動和與有榮焉的感覺。



在忠誠樓辦公近兩年後，我就進入裝甲兵學校高級班受訓，該期大部分為陸官校二十四、二十五期同學，彼此水準整齊，競爭很激烈，我自知資質魯鈍，深恐成績落人後，因而甚多個清晨四點，我就帶著洗臉盆裝著講義，潛返司令部（那時已改稱「裝甲兵訓練指揮部」的「軍官小憩」苦讀，起床號時才帶著臉盆，若無其事的奔向盥洗室，再回寢室整理內務，畢業時倖列第三名。原望有機會佔到中校缺，卻失之交臂，因而在負氣心情下，報考自付為「沒出息」的文學校軍訓教官，無心插柳卻考取了，而且一幹就是十六個寒暑，（以學校而言稱一年為一個寒暑，比任何行業更恰當，因為有近三個月的寒暑假）誤

了不少年輕的子弟，說來慚愧。

正巧那時台糖公司又遷回台北，因此於軍訓教官分發縣市意願的三個縣市順序欄內，我均填了「台北市」，結果如願。秀春在台糖分不到宿舍，我們租了房租較低，生活水準與習慣均較接近的南機場軍眷區的房子，無意中作了初中同學施永忻（來台後改名偉）的近鄰，施媽媽潘守莊女士做得一手好江浙菜，真是遠親不如近鄰，施學長長子以中與我家龍兒同庚，我們時常去他家串門子，兩條小龍在一起玩得很有默契，內人則向老夫入學做江浙菜，自此我們餐桌上原本的「台灣菜」漸漸質變為「江浙菜」，而且秀春也學會了包湖州粽子、千張（百頁）包子等道家鄉小吃。日後東坡肉、紅燒獅子頭、砂鍋粉皮魚頭、爛糊鱸絲、青豆蝦仁、醃篤鮮等成了我家偶爾（或年節）自吃的美食，也成為我夫妻倆各自的同學、朋友來家小敘時的佳餚，他們或她們均有句不約而同的結論——「吳神農是個沒良心的肚皮」，這意思就是指秀春做得一手好菜，吳某卻仍皮包骨。我自二十餘歲至今六十餘年來，體重一直在五十一到五十八公斤上下徘徊，至

今我沒有三高，也沒有水長（無攝護腺之患，尿管不滴答。）腰桿挺拔，還能捷步快走，偶而來幾下伏地挺身。去年，我就是選用腳架在欄桿上伏地挺身的相片製賀年卡，還效顰蘇軾〈江城子〉的詞意寫了「老朽聊發少年狂，腳朝天，手頂地，墨鏡斜睨閱盡人間世。為報知音頻下問，廉頗老，尚能飯。」的歪詞，無非是向親友報個老而尚健的音訊。如今我猶能有老而未朽的身子骨是半世紀來拙荆的巧手，為我精心調羹湯，妥善配營養之功，賜給我千金難買的老來瘦。

大恩不言謝，何況我要謝的也非此一端：蓋我自三十七歲到四十七歲的十年間，幾乎年年住院，甚至隔四、五個月又住醫院，先是肺病，後是肝炎，一發燒就是三十八、九度，而且往往多天不退燒，我甚至胡思亂想過，若是一病不起，教秀春如何獨自挑起養育三個孩子的重擔？因為正是我常住院的十年間，老大、老二還年幼，么女又來到人世，正是做媽媽的最忙的時期，卻要讓賢妻一邊忙著養兒育女，一邊要跑醫院探望我，真作孽！因為我病而讓她蠟燭兩頭燒，尤其她心理的煎熬更令我自責，愧疚與

心疼。幸喜我心還好——我想得開，更因為愛妻在心理上給我安慰鼓勵，在生理上補充我虛弱身體所需的營養，雖夫妻倆都受了十年間歇性住院的折磨，但老天見憐，熬過那屢受病魔之苦的十年後，我反而很少生病了，也沒有再因病而連累老婆的困擾，真是謝天謝地謝祖宗。我很珍惜這條被賢妻以慧心巧手從病魔手中搶回來的一老一命，所以我惜福地很知足，在這垂暮之年，我還會自尋快活，還願自己這塊老廢物被利用，所以我願為圖書館做志工（已不間斷地連續八年了），讓自己的黃昏歲月過得有剩餘價值，也讓老妻安心，教兒孫們放心，使在天上的父母開心。我們育有兩男一女，長子名雲龍，雲是家父的號，為紀念他祖父而採用，龍則是該年肖龍，但妻於課子時認為名字筆劃太多，囑我以後再為兒女時命名時，筆劃要少一些。民國五十六年七月十八日，老二出生時，為父的正在忙於以美軍C-130巨型運輸機，空投重裝備演習的湖口台地的雲中，所以抱歉，爸爸沒有親自接你來到人間，而作為妻子，分娩時丈夫不在身邊，絕對會抱怨失望的，但這也無奈，因為這是你

作為軍人妻子必有的委屈。演習完畢，趕到台北三軍總醫院產房時，我不知用什麼話安慰受冷落的妻子，但我已經想好老二的名字叫「雲中」，這正符合實情。三年後，女兒誕生於農曆的庚戌年底，國曆的辛亥年頭（元月十五），正是中華民國辛亥革命成功一甲子大慶之時，二哥名「中」，小妹名「華」豈不順理成章！雖然華字筆劃還是多了點，但「龍」族的「中華」兒女，倒是意義非凡，國慶家慶，自是欣喜得意。

我的三個兒女也來得正是時候，從老大出生開始，到老三呱呱墜地這十年間，正是國家否極泰來，由剝而復的經濟快速發展的年代，國庫豐盈，軍公教人員待遇一年比一年好。我們結婚時用的是煤球爐，十年後改用電鍋或瓦斯爐了。我家的第一台黑白電視機，就是為收看美國太空人阿姆斯壯登陸月球前一天裝的，而第一輛坐騎摩托車也在稍後以分期付款買的。所以我要感謝政府，能讓我們逐年改善生活，能讓我有能力供三個孩子接受高等教育。如今兒女們均已成家立業，且均有水準以上的收入，我們也有了內外孫輩，已不必讓我和老伴

操任何的心了。為國我已盡忠過，為家我也盡了心，我要和賢妻過無牽無掛，有滋有味的晚年生活。

金婚誌慶，我選在母親節時，偕老伴坐郵輪在太平洋上共渡海上良宵；更在結婚紀念日當天，相攜去聽了

國寶級大師吳兆南和他的徒子徒孫們，演出名為「愛你一生」的相聲，這劇名似乎為愚夫婦而取，簡直太絕了。孩子們也為我們辦了金婚宴，邀請外婆家的舅舅、姨丈和表兄妹們一同餐敘，也順便照了全家福相片。

邱將軍（我上校退伍）為我吳家生後嗣，續香火，劬勞了五十年，也夠您辛苦了，容我說聲平常鮮少出口的「我愛您！」這應該是遲來的曬恩愛吧！

談讀書

嵊州
竺柏岳

書籍，是只有人類才能創作出的傑作，而人也只有讀了書，才會活得更精彩、更有意義。正如杜甫所說：「讀書破萬卷，下筆如有神。」

近日，讀到當年中山大學我的老師趙仲邑教授的大作《精廬小札》一書，其中〈聞一多先生好讀書〉一文詳介了他的老師聞一多讀書的痴迷之情。聞一多十二歲從老家湖北省考入清華預備學校，小少年紀，開始了讀各個朝代的詩歌。他在一九一九年二月十日的日記上寫道：「近決志學詩。讀詩自清、明，溯魏、漢、先秦。讀《別裁》華，讀《明詩綜》，次《元詩選》，次《宋詩選》，次《全唐

詩》，次《八代詩選》，期於二年內讀畢。」據說他確是「讀畢」的。聞一多學習英語開始後，大量讀濟慈、雪萊、拜倫等的英文詩作，不懂就查詞典。在此基礎上，他於一九二三年出版第一本詩集《紅燭》，奠定了中國詩壇的地位。他留學美國三年後於一九二五年返國任清華教授，經常告誡學生說：「讀書要懂，先求不懂！一說是說，要細心讀書，發現問題，才能分析問題，解決問題。他自己就是如此的。所以他講的課，寫的科研論文，無不資料詳實，富於創見。趙仲邑教授說，他一九三九年考入清華，多次讀過聞一多先生的講稿、書稿

，見其寫的毛筆字工工整整，絕少行草字，上課時的板書亦莫不如此。聞先生數十年傾注於《周易》、《詩經》、《莊子》、《楚詞》、唐詩這五方面的學習與治學研究，頗多創見，可惜一九四六年在一次演講中死於特務暗殺，終年四十七歲。然而，他的愛國精神永久傳承於後代。

讀書固然有艱難困苦之處，但能帶來無盡歡愉，誠如諺語所說：「書中自有黃金屋，書中自有顏如玉。」晉代田園詩人陶淵明棄官後，親事躬耕，寫下的《讀山海經》詩說得何等自在：「泛覽周王傳，流觀山海圖。俯仰終宇宙，不樂得何如？」你看他在書中遨遊得多麼歡快！

宋代大詩人陸游這位紹興老鄉，一生勤奮讀書為國為民，留下了多首以讀書快樂為主題的詩篇。他離蜀返

浙時，出三峽不攜一物，盡買蜀書而歸。他確是個讀書狂，試看其《寒夜讀書》：「韋編屢絕鐵硯穿，口誦手鈔那計爭。不是愛書即欲死，任從人笑作書顛。」愛書幾乎到了「痴顛」的地步，如陸游者，可謂天下古今第一人。〈白髮〉一詩說：「蕭蕭白髮濯滄浪，剡曲西南一草堂。飲水讀書貧亦樂，杜門養病老何傷！」可見樂意讀書，聊以自足自慰。在另一首〈寒夜讀書〉更講出讀書的「獨欣」之樂：「老去無他嗜，書中有獨欣。月窗雞喔喔，霜野犬狺狺。雖嘆吾何適，猶尊昔所聞。從今倘未死，一日亦當勤。」這是說，在雞犬共鳴的月光照耀下寒冬之夜，他爭分奪秒不廢讀書，從中獲取快樂。陸游的人生信條是生活享受可以馬虎一點，但書不可不讀。請看《堅頑》：「小市朝行藥，明燈夜讀書。雖殊帶箭鶴，要是脫鉤魚。有飯已多矣，無衣亦晏如。堅頑君勿怪，豈失遂吾初。」這是說，陸游早上服藥後漫步以散發藥性，到夜間燈下攻書。正因為陸游一生的勤奮自律才能作詩超萬首。近代梁啟超詩曰：「詩界千年靡靡風，兵魂銷盡國魂空，詩中什九從軍樂，亙古男兒

一放翁。」對陸氏的為人為詩作了熱情讚頌。

曾記得十年文革中，風行「知識無用」、「知識越多越反動」論，臭老九低頭挨批鬥關押的情景。然而，否定讀書的歪理似一陣風的飄逝後，一九八二年葉劍英元帥揮毫大書「攻城不怕堅，攻書莫畏難」八個大字，吹響了向科學文化知識進軍的號角。於是，舉國民眾歡欣迎難而上，認真讀書，用「衣帶漸寬終不悔」、「眾裡尋他千百度」的追求精神，攻克一個個科學堡壘。

一九八一年，歷盡磨難的數學家華羅庚，應母校江蘇省金壇縣中學的邀請，前去暢談自己艱難的成才之路。他說：「人家問我有什麼文憑，我說，只有一張初中文憑。直到一九八〇年才發生變化，法國給我榮譽博士證書。」

華羅庚家窮，初中畢業，上不了高中，只能去一所職高讀一年即失學回家，照料家中開的小店，業餘時間做數學題。不久患上了傷寒症，致使左腳殘廢。這時，他想：既然不能幹別的工作，正好可以全力鑽研數學，只要一筆一紙就行了。於是，他訂閱了《科學》雜誌，又買了許多數學書

，全力以赴鑽研。他寫了不少數學論文投到雜誌社去，卻屢遭退回。一九三〇年，十九歲的他在上海《科學》雜誌發表了一篇論文，對某教授的數學理論進行了質疑。當時，清華大學數學系主任熊慶來讀後，大加讚賞，次年安排華羅庚到清華數學系當助理員。這項工作只是整理圖書，收發文件，有更多時間去聽課和學習數學。一年半內讀完大學數學全部課程，還自學英、德、法三門外語，又在國外雜誌上發表了三篇論文。於是，他被升為教師，可以去上課了。抗日時期，華羅庚在西南聯大任教，所住昆明鄉下的房子是小樓上，下面養豬、馬、牛，家書在柱上擦癢，樓板跟著搖晃。用的是油燈。在這艱辛環境中，他以苦為樂，完成了不少論文。抗日勝利後，華羅庚受聘去美國當教授，獲得不少榮譽。新中國成立後，他毅然回國，榮任科學院數學研究所所長，又是美國科學院外籍院士的第一個中國人。他用四句話告誡母校金壇縣中學的師生們：「埋頭苦幹是第一，髮白才知智叟呆。勤能補拙是良訓，一分辛苦一分才。」

近日讀到著名小說《傷痕》作者

盧新華的隨筆《三本書主義》，談及他從自己切身體驗得來的人生要讀三本書的主張，極為新穎。他說，第一本書指古往今來的「書本知識」。他在文革期間學業荒廢，初進復旦大學後，啃《昭明文選》、《戰爭與和平》，還背誦唐詩、宋詞、元曲等。作為閱讀的收獲，在魯迅《祝福》影響下，寫成《傷痕》這篇小說，開闢了二十世紀八〇年代「傷痕小說」的興

起。同時，他又學習孔子、老子等諸子名篇，從而奠定了中文系學生知識的基礎。第二本書指社會與自然的大書。他於一九八五年辭去記者職業，下海經商，留學美國前踩過三輪車，當過書店經理，賣過廢電纜，做過金融期貨，也在賭場發過牌，體驗了人生的腥風血雨。第三本書是自己的心靈。人們總習慣用眼睛看外部世界，忽略了對自己心靈世界的內省、反思

與探索，總一味地「隨財波逐物欲」，「人云亦云」，而不閱讀「自己心靈」的人生，這必是短視、焦慮與放縱的人生。盧新華強調調說，這三大本大書是「一體三面」應整體觀照，才能進入「天人合一」的大境界。從宏觀視角，他所談三本書的實質是學知、外察與內省三者的統一，是讀書的金玉良言，讀者多加體察，會獲益匪淺。讓我們在讀書的道路上成長壯大！

說話藝術

與

人生態度

拾穗

說話藝術

急事：慢慢的說
大事：清楚的說
小事：幽默的說
沒把握的事：謹慎的說
沒發生的事：不要胡說
做不到的事：別亂說
傷害人的事：不能說
討厭的事：對事不對人說
開心的事：不要見人就說
傷心的事：看場合說

別人的事：小心的說
自己的事：聽聽自己的心怎麼說
現在的事：做了再說
未來的事：以後再說

人生態度

人生沒有太多應該——凡事感恩
人生沒有太多藉口——面對責任
人生沒有太多等待——勇往直前
人生沒有太多擔心——活在當下
驕傲之後是毀滅，狂妄之後是墮落，懂得低頭才不會撞頭。

一個人活著不是比氣盛，而長比氣長；是比鬥志，而不是比鬥氣。
樹的方向，由風決定；人的方向，由自己決定。

專注是每個人成功的必要條件。
肯吃苦，苦一陣子；怕吃苦，苦一輩子。

最低潮時，往往就是最高潮的開始。

只要找到路，就不怕路遙遠。
一個人要成功就很不容易，但是要守住成功更加困難。

能解決的事，不必去擔心；不能解決的事，擔心也沒用。

夏遊美國黃石公園 一生難再的機遇

樓文淵

公元二〇一三年，已是我進入桑

榆晚年的垂暮歲月。因長女有子在美就讀大學，所以辭了台灣的大學教職再攜其一對學生子去美西就學，以期就近集中照顧三個孩子的學業，取捨之間，曾忍痛作決定。後來又因我家幼孫的求學趨向，隨後亦前往寄居入學。更因長孫今年暑假，在台北市的國小畢業，接著要進入競爭更激烈的國中讀書，所以利用這難得機會，我們夫婦倆攜同長孫前往美西洛杉磯探視親人，並經長女事先規劃，安排一次遠遊。使我們祖孫三代有一個可遊覽名勝而又輕鬆愉快的假期。當時就讀大學的外孫因有課業與須打工，致未適同前往。這仍是一次家庭中浩浩蕩蕩三大人四小孩，七天六夜的旅遊活動。我們選定的行程是久享盛名的黃石國家公園、拱門國家公園與四總統巨石像，以期是一次蘊含親情、愛心與愉快的名勝旅遊，亦一償我倆長

久以來的嚮往與願望。

美西時間的六月十四日清晨七時，應是台北時間的當天下午十時，因兩地有十五小時時差關係，我們一行七人，在住處洛城附近的亞凱迪亞（Arcadia）搭乘由海鷗假期安排的遊覽車，全隊有五十六人之多，擠滿一車。在七天旅遊途中，曾與來自西安，在交大任教的陳先生夫婦、新加坡來的劉老師交談較多，亦結識來自上海，善攝人像的姚先生夫婦及其外孫女；途中曾為我家攝取美好的鏡頭，尚有旅居在美西的上海朋友多人，更有來自家鄉杭州的鄉人，可能是她們的身家不凡或持有過度的警惕心，以致沒有他鄉遇鄉人的感覺而少交談。其他亦有他國人士，所以車上氣氛熱鬧非常，導遊必須以中、英雙語作報導或介紹，我因雙耳重聽，不多費神，一切適諸大家的行動而行動，當然妻孥們是我最主要的輔助人員。

行程第一天，六月十四日上午，在三個集合點，聚集了五十六位旅遊者後，即趨向內華達州的賭城拉斯維加斯行進，祇見高速公路上來往車輛如織，誠有車如流水馬如龍之感，據導遊說，洛杉磯地區人口約有三百九十餘萬，每百人據有車輛七成，因地區廣大、人口散居，日常行動如上班、上工以及送要上學等等，均沒依賴駕車往還接送。所以交通建設完備，南來北往，東西啣接，都有暢通高速公路可利用。在洛城時，如與友好往還，動輒在行車中花去一、二小時以上時間，由此可知該地交通概況的一斑。亦因此美國一國，一年清耗的能源，佔世界上總能源的大部分，當然用之於生產事業的以及調節氣候的冷熱，都是主要的原因。同時天天駕車奔波，不但增加日常生活支出，更增加生產成本，導致他（她）們的待遇亦隨之水漲船高。節能減碳，愛護地球，似乎應是美國首要的對象，這是幾次旅美的所見與所感。

自洛杉磯去拉斯維加斯有二八〇英里，折算公里達四四八公里。途中先進入莫哈比沙漠（Mojave Desert），沿途都是沙礫地帶，沒有樹木，

間有低矮灌木叢，成長著類似仙人掌狀的約書亞樹，因有耐旱的本能，仍能保持翠綠的顏色，如枯黃的大地，增添一些活力。此種地形既不像沙漠，也不像戈壁灘，是很特殊的一種地質。在強烈陽光照射，天氣顯得格外炎熱。在進入賭城之前，先行在一家麥當勞用餐。這次旅遊，旅行社祇提供交通工具，安排住宿旅舍，以及附贈的早餐，其餘午、晚兩餐都要自理，亦不提供飲水，是一次淨純的陽春之旅，連參觀各景點的門票費用，都得自行負擔。這樣的做法，與我們台灣的旅行團隊的習慣，大不相同，亦增加了旅客的許多麻煩。既已參與，祇得順其自然。車到拉斯維加斯（Las Vegas），因主辦的海鷗假期有四車遊客，停車休息，加以調整，以不同的路線，分頭併進去黃石公園，因而耽到下午四時半，方各奔前程出發。隨即由內華達州，沿亞利桑那州而走向猶他州，該地區都屬洛磯山脈延展的山區，此地山岩都是土黃色巉峻岩塊，看似疊積而成，在地質學中說實是千萬年前的海洋沉積層，但在岩石縫隙或其平坦的石層上，成長著低矮的灌木，當為有關農林單位播種

而成，可見其所費心力、人力之巨。未幾即進入猶他州境，這是一個區域非常廣袤的大州，土地面積有二十二萬平方公里，它有五座國家公園，六個國家森林公園，四十個州立公園，並有七座國立紀念碑，人口有二八五五萬，而白人人口佔百分之九十。是摩門教的宗主地。此地已進入美國大陸地段時區，又須撥快一小時，當到下午八點多鐘，方見到紅日西沉。我們的遊覽車在被稱為處女峽谷中行駛，山谷深處有潺潺流水的溪流，這就是科羅拉多河流的源頭，因為對美國地理常識不足，出於我的意思。車行山谷地區有海拔二千呎，據說自加州洛杉磯至拉斯維加斯途中，曾經過有二處高達四千呎的山地，因車子行駛於緩緩的坡度上，所以未能察覺意識到，而導遊亦未於車前提醒我們，祇是在事後提到，使我們失去一晚身臨行程中最高點的感受，似乎是導遊的失職。先在Dior Outlet一個出售名牌的小鎮歇腳而後投宿在行程中一小市鎮的蘋果樹旅舍，一天自凌晨以至深夜，奔波了六、七百公里的路程，沿途觀賞各地景色，頗為疲怠而早早入寢休息。

翌晨，是旅遊第二天，清晨又早起，六點鐘即啟程，旅舍祇準備一小包乾糧以替代早餐。行車於六十號公路，轉入一九一公路，已進入洛磯山脈山區，海拔均近二千英尺，可遠眺高山積雪，公路兩旁均為岩石的高山，巉峻奇秀，多數地區已種樹成林，已較日昨所見者為可觀，可知其艱巨，車經莫波山谷（Moab Canyon），九時稍後，即進入拱門國家公園區（Arches National Park），其中有三大景區，一為法院塔區（Court House Towers）、次為平衡石區（Balanced Rock）、再次為視窗拱門區（The Windows Section），這公園佔地七萬三千餘英畝，擁有大小不等，奇形獨兀的天然石壁、石洞及石像等遺跡，均是經過千萬年風霜雨雪的錘鍊、風化而成的巧奪天工之景觀，成為今天的自然遺產。大家均以興奮的心情，到達第一個「法院」景點後，見到四周的巨大石群為之驚嘆不已，為天賜美景，此區較為有名的景點為 Sheep Rock、Three Gossips、Tower of Babel及The Organ，大家紛紛攝取這種雄偉難得的景緻，而一車車的遊客，絡繹續續紛紛到達，我

們亦即另換景點，驅車向平衡石區前進。當年這些景點，似乎均以形象以及人們的想像為之命名，平衡石區的幾處巨石實在設有一塊像似屏風，有的是幾塊巨大的石頭累積而成，有搖搖欲墜之勢，如取名為風動石，似切合實際，但英文名字為Balanced Rock，就合情理。大夥又在此處攝影留念後，頂著晌午炎熱陽光，沿著光禿禿的高山坡地上，再走向視窗拱門區（The Windows Section）景點，觀賞幾處岩石形成的拱形石穴，其中以Landscape Arch、Cove Arch、Elephant Butte以及Cove of Caves、Turret Arch與North Window、South Window為最著，遊客不辭汗流浹背，都必身臨其境，攝影留念作為此行的獨特記憶。在拱門的南、北窗處，可俯視展望四周，黃赭色的平緩山坡，綿延起伏，間有低矮灌木，浩淼無限，並可在遙遠處見到兀立的巨石，祇能遠遠的留下一瞥，嗣原路返至旅客中心，略事休息，解決了午餐的民生問題。循科羅拉多河行經至Glenwood Canyon 嗣停車，觀賞Colorado Rive的景色，此景點之開發為一聯邦參議員之呼籲、爭取而建

有高架橋與道路，當我佇立在奔競的河岸，回想當年在台北觀看由著名豔星瑪麗蓮夢路所主演的一部電影〈大江東去〉（The River Of No Return），許多驚險鏡頭，在河流裡與驚濤駭浪搏鬥的，都是在這條河流中拍攝，想念著當年她那嫵媚妖豔的風姿，不無緬懷之意，順便詢問導遊，似乎是年紀太輕了，毫無印象，這種幾十年前的老電影、老歌曲，那種情節、情境，亦祇有留待像我這種耄耋之人去回想與回味了。在深山高聳峽谷中，天候顯得清幽與寧靜。下午三點多鐘已有日薄西山的感覺，車子仍在山區奔馳，後來經過滑雪勝地Vail，是窩藏在兩山之間的村落，祇有十一平方公里的面積，人口有五千左右，因以滑雪著名，每年冬季是遊客最多，各種滑雪比賽開始時，是最熱鬧的時節，亦是最令人嚮往的滑雪勝地。我們要趕到科羅拉多州的首府丹佛（Denver）住宿，並且尚有百餘公里的路程，所以在向晚日落的傍晚時分，車行在白河國家森林區，見到該地滿山遍地都是高聳的樹林，造林的成功，既可改良地形地物，亦可創造像滑雪運動的新境界，令人欽羨。

入晚進入丹佛地區，隔河可見到一幢幢高聳入雲的大樓，在天際線下形成一個巨大部落。丹佛有人口六十三萬四千餘人，海拔有一千五百多公尺，是一座高山城市。我們入住在河邊對岸獨立在曠野的VQ大旅社，因為祇有一部電梯可運作，而海鷗假期到了兩車旅客，超過百名旅客，分配住房後，等了數十分鐘方能上樓進住房，這也是令人不悅的瑣事。晚間我家七人以及少數同行者，上最高十四樓的西餐廳用膳，一方面觀賞丹佛燈光照耀的夜景，一方面靜靜地享用這豪華的晚餐。

美國時間的六月十六日，是行程的第三天。六月十六日是我國黃埔軍校於民國三十年的創立，這一日是第一期開學典禮，當年的孫中山先生曾蒞臨主持，並致訓詞，是民國史上有意義的一天。因我離軍職已五十年，同時亦無任何成就，早已淡然，但每逢這校慶的日子，總有一些回憶與感想，黃埔建軍是 蔣公日後輝煌事業的根基。對我而言，軍校畢業是我獲得第一幀國家頒給的證書。同時今天是美國的父親節，昨晚特在旅舍的頂樓歡度這在異國難得之節日；可俯視

丹佛市的夜景，環城公路上的車流奔波不息。外孫語家、語庭及明甌已在家準備了一份含有節日快樂音樂的賀卡，在餐會中呈獻，憑添了許多歡樂氣氛，更感謝他們對母親的指導，具有的無限心意。

今晨自丹佛驅向黃石公園途中，自出市區後，即是一片平疇綠野的大地景區，車行幾個小時，都是如畫般的綠色大地。其間有疏落的村舍，亦見到農家飼養的牛隻與馬匹等家畜。當進入懷俄明州 (Wyoming) 叫夏安 (Cheyenne) 的地方，遊覽車需加油，我們亦獲較多時間的休息，突然發現該處的美國國旗與州旗都降了半旗，不知何故？使我們多了一陣驚惶的猜測，導遊雖答允去瞭解，終無結果。該休息站環境清幽而整潔，有大片如茵綠草，與運動設施，大家可舒展筋骨。並在途中，連續見到漫長的火車行列的行進，約有百節長的運煤車輛，當可瞭解附近的山區是產煤的地區。美國的公路交通路線圖，非常的詳細，如果自己駕車旅遊，亦可按圖索驥，依著道路旁標示著的編號行進，必可抵達目的地，當時我們離開丹佛後，循二十五號公路轉入十八號公

路後，再轉入八十九號公路，走向山區，都是林木茂密，翠綠一片，不像日前所經過的內華達與亞利桑那一帶的景況。今天參觀的第一個是南達科他州 (South Dakota) 終年開放的景點——瘋馬山紀念地風景區 (Crazy Horse Memorial)，此地為紀念早年

一位抗英統治的印地安人的酋長，今天印族的後人，為對當年統治者的不滿，在對面的山頭上，亦興工雕刻瘋馬英雄的巨像，現在仍在雕刻中，同時堅拒今政府的任何補助與支援，要以一己之力來完成這巨構，藉以表示他們內心長久以來的憤懣。我們在紀念館的中心廣場耽留休息並用餐，一方面遠觀山上尚未完成的石雕巨像，一方面觀賞一位印地安老者的舞蹈，以及口中唸唸有詞。因不懂印地安語，真是不知所云。稍後驅車走向羅斯摩爾山國家紀念公園 (Mount Rushmore National Memoria) 的四位總統石雕巨像參觀，這是美國歷史上最著名開創歷史和建有豐功偉業的四位總統，亦是令人懷念的傑出領袖。第一位是華盛頓，開國元勳，已為全國人民敬崇為美國國父；第二位是撰寫《美國

獨立宣言》，後來繼任總統的傑佛遜，亦是開國元勳之一；第三位是解放黑奴與領導南北戰爭，使美國不致分裂的林肯；另一位是較近代，為我們較多認識，創行新政，解決上世紀三十年代經濟大恐慌的羅斯福。四位連在一起的石雕巨型頭像，併列在巨石山顛，為世人增添一座景仰、瞻視的景點。是時正是午後炎熱之際，步行進入園區，在巨像的山腳瞻望，亦表示我們不辭千里而來的敬仰心意。而後經安排驅車去參觀熊世界 (Bear Country)，是隱藏在一片森林之中

，嚴格規定遊客參觀時，必須坐在車中不能離開片刻，以免發生意外。按照規定的路線行進，在觀看途中，曾見到落磯山麋鹿 (Rocky Mountain Elk)、馴鹿 (Reindeer)、以及野狼 (Arctic Wolf)、大角羊 (Big Horn Sheep)、白大角羊 (Dall Sheep) 與落磯山的山羊 (Rocky Mountain Goat) 以及獅子、野牛 (Buffalo)、驢子 (Miniature Donkey) 與藉以為名的大灰熊 (Grizzly Bear)，牠們都是隱身在林園的草叢或經設置的水池邊，或坐或臥，或是懶洋洋的漫步，可能是炎熱

的天氣，影響到牠們的生活與行為；身為人類，亦感同身，最後參觀了養育中心。這熊世界是一九七二年時，由一位名為D. O. S. Penes Casary所建，利用這荒山僻野建造動物世界，為遠來的遊客增加一個活動的景觀，其魄力與雄心深為敬佩。嗣即離開愛達荷州 (Idaho) 而返歸上午所經的懷俄明州，在吉利鎮 (Gillette) 住宿，並先在一家規模甚大的自助餐廳用膳。佳餚在前，小兒們大快朵頤，飽食而離，飲食不慎，常會帶來後患，出門在外，必定得當心，此為此行中又一次經驗。

旅遊行程的第四天，六月十七日，正式進入黃石公園的核心區域。早上在吉利鎮的旅舍中，因為投宿的人過多，餐廳狹小，供應的早餐亦非常寒酸，我家是放棄了這機會，以自備乾糧作早餐。旅行社如此的安排，這是業者缺乏誠信之行為，顧客被欺，祇得默默的忍受。山區仍是明媚的好天氣，藍天白雲，空氣又清新，稍有冷冽的感觸。我們沉浸在這種美好的景色，它跨越了美國中央地區的分水嶺落磯山脈，沿途景色如畫，亦感到土地的廣大，綠意盎然。其時常回想

到早年，於台灣所觀看的許多美國拍攝的電影，畫面盡善盡美，平疇綠野，均是寫生的藍本，而今均出現在眼前，使人沉湎而陶醉。

下午一時，進入黃石國家公園的北門，建有一座由石塊堆砌簡樸而高大的羅斯福拱門，上面鐫有羅斯福總統的一句銘言「For The Benefit And Enjoyment Of The People」，此地尚屬蒙大拿州 (Montana)，未幾又進入懷俄明州 (Wyoming)，據說黃石公園有近九千平方公里的面積，分屬於三個州的地域，以懷俄明州的百分之九十六為最大；蒙大拿州為百分之三；愛達荷州祇佔了百分之二。而廣大園區內的結構分布，森林佔百分之八十、草地佔百分之十五、水域佔百分之五。同時整個園區，蘊含著無限的生機，植物、動物、礦藏與水資源都非常的豐富。列為美國自然公園首屈一指，為人類旅遊、研究的焦點，世界各地人們，不遠千里而來觀光旅遊或研究，足見具有巨大吸引人群愛好的誘因。據說一九八八年六月的一次森林大火，燃燒範圍甚大，救火困難，延燒達三個月之久，所幸一場九月大雪，承天助而撲滅這無情

野火，所以林區嚴禁煙火有其必要，沿途見到火燒林的殘跡，枯林矗立，頗使人警惕而生珍愛天然資產之意。

我們進入園區後，首先前往長毛象溫泉區 (Mammoth Hot Springs) 參觀，似為早年火山岩噴射的沉積，累積而成的硫磺礦藏，像似土耳其棉堡的地質奇蹟，也像台北近郊陽明山小油坑的硫磺坑遺址。我們不辭千里而來，曾在炎熱太陽下前往一顧。而後轉至梯田溫泉區，範圍非常廣大，有些是乾旱的，其間尚有小噴射口，向上間歇噴出水泡，有的是沉澱的小水池，在平靜的水池中有澄澄湛藍的色彩；更有廣大的積水灘中，像是畫家所作的畫圖，靜臥藝中，更有流動的硫磺水礦，不斷的流水灌入下坡的溪流中，這些梯形溫泉給我的觀感，類似紐西蘭的地熱田，是蘊有無限能源的寶藏，可利用作為發電、溫室的用處，但因美國地大物博，尚無利用、開發的趨勢。經過梯田溫泉，而後在一處林木茂盛、雄偉秀麗之大峽谷中的岩崖上，遠觀萬馬奔騰的黃石瀑布，以及延伸的溪灘與峻峭的山壁，因為當天的公告，老忠實的大噴泉是在下午六時三十分左右，有一陣壯

大的噴射景色，所以又匆匆馬不停蹄的趕往老忠實噴泉區（Old Faithful Geyser），許多觀光客都先後陸續到達，佇候在嬌陽普照下的大地上，等待一睹這自然奇特景觀，結果遲了五分鐘，大家都是痴痴地等待，注視著噴泉的出口，當它噴向天空時，因圍觀者與中心地有些距離，並沒有聽到所謂轟隆隆的巨響，祇見到白色的氣體上升有四層樓高，直接射向天空，在綠色山脈的背景襯托的藍天，飄忽的白雲穹蒼中，數次噴向天空，初時觀眾頗為雀躍而歡呼，後來噴泉亦呈疲憊的狀況，噴射得不高，此時觀眾所亦已盡興，並已時臨日落，一天將盡之時，都紛紛離去。我們亦是奔波一天，最後驅車至Morrison附近的簡樸旅舍，並為消化自洛城帶往的食品，而在寢室用開水吃泡麪，孫子們覺得津津有味而享用。可能是幾天來，多次在麥當勞、肯德基等速食店吃漢堡等類食物，能換口味，而引起食欲胃口，這也出於意料。

一夜酣睡，十八日清晨全家晏起，而勞全車隊友久待，此實為未獲「早上叫起」的電話所致，匆匆著裝上車，即向大家表示歉意。當我們的遊

覽車正行進在山區，一邊臨水，一邊依山的道路上時，忽遇到大群野牛在道路上漫步前行，於是車子不得不緩緩的隨其後，使我們得能暢覽牛群的情景，有黝黑的、棕色的、有長角的，亦有小犢隨同夾雜其中而行，這也是一次因我們延遲出發而遇到的機會，相信當時隊友們的心臆中，因能一飽眼福，不會再有責怪我們延誤的意思。然後我們到達黃石湖畔，觀看深藍色靜靜的湖山，以及倒映在湖中的山影，有時忽出現二、三隻飛鳥掠過湖面，在沉靜的湖山景色中添上生動的畫意。大家拍攝了行將離開黃石公園的優美鏡頭以作留念，最後驅車至一九八五年火燒森林的遺址瀏覽，一大片枯木聳立在幾區山麓之中，是一眼望不盡的廣垠，而不容忽視，亦可見災區之大，森林防火，實為山區重要的課題。嗣即迴車而駛出黃石公園的南大門，走向另一景色幽美的大提頓國家公園（Grand Teton National Park），遠處是高峻的山脈，山巔中仍有皓皓白雪的冰河，山腳即是廣闊靜謐的傑克遜湖，由於晴朗好天氣，倒映在大河中的山巒，更是特別的耀眼。隔著河對岸最高的一叢高聳山峰

，導遊介紹說，這就是經常放映現在觀看派拉蒙電影公司出品電影，正片前的公司標幟之鏡頭。一經點明，大家都以遠山為背景拍攝湖山景色的照片，以作旅經大提頓國家公園的紀錄。然後沿著蛇河南進，正午時間到達頗著盛名的傑克遜鎮休息並用餐，天氣燠熱，似無逛街遊覽的心情，尋得可休息的餐廳息腳，我們在一家叫Great Bread Co.的簡餐廳用膳，一面尚可欣賞在街道上行駛的典雅馬車，足證這是懷俄明州，鄰近黃石公園的一個美好之山區小市鎮。餐後循著八十九號公路南下經過Alpine後，隨即進入愛達荷州（Idaho），山區即進入愛達荷州（Idaho），山區的Carlso森林公園以及熊湖（Bear Lake）邊緣，過Logan與Briigham City到達猶他州首府的鹽湖城（Salt Lake City），它是白人聚居的地區，同時是基督教中一派主張一夫多妻制的摩門教（Mormon）的發祥地。我們在市中心找到Temple Square的位置，經教會人員的安排、導覽，首先參觀可容納二萬一千人的大教堂。進入神聖莊嚴的教堂中，並就座於正中一隅，聆聽導覽人員的介紹，並希望去參觀者能即時申請加入摩門教者

，享受基督的恩典。然後在夕陽餘暉中驅車至州政府，參觀其宏偉而有氣派的大廈，並在府前居高臨下，俯視鹽湖城已為晚霞籠罩中的部分景色，嗣在市郊的中式自助餐廳用膳後，進住Comfort Inn，結束今天連續跨越懷俄明、愛達荷與猶他三州的行程。

十九日是行程已近尾聲的一天。由於幾日來，在長途行車中，並因患攝護腺而引起無尿急的感受，因此早餐時飲用了鮮橘汁與鮮奶，所以這早餐被我形容為最佳的一餐，同時午間用餐時，亦喝了一杯咖啡，在不受任何影響，增加了我的信心。早上先驅車去市郊之東不遠的鹽湖參觀，在晨曦微風輕拂中，登臨展望台，可看到湛藍深沉的海水，遠處似兀立在湖中的山頭，以及盤旋天空，飛翔中的海鳥，湖有一千七百平方英里面積，最深處為十英里。海水鹽分甚高，以生產海鹽為最著，似乎該地區亦有滄海桑田的變化。部分地區已由湖區變為陸地。原在湖的西面山區，本為賓漢礦業所有廣大開採銅礦地區，因發生災變而停止開採，山區仍留有它道路、開採場與廢土的痕跡，亦因此原建立在湖畔的，像似清真寺式的火車

站，現廢置兀立著，遠觀頗有景點的氣象，令人有滄桑之慨。

因為旅友中有三人，今將由鹽湖城飛返其美國居地，所以我們返回旅舍與他們揮別後，再行上路向拉斯維加斯行進。沿途不復有日昨那種青山綠水的風光，又進入乾旱的砂礫地區。行車途中導遊忙於收取各景點參觀的門票費用，每人美金五十元。因我們早前在洛城訂位時，合約上說明是免門票錢的，所以我家女兒為該公司的不守信譽而感到不平，使整個旅遊產生一些不愉快。

午後遊覽車行駛於第一天所經過的路途，太平洋時間，下午四時到達賭城拉斯維加斯，進住Circus飯店，因我家有四小孩，不適用於此間聲色場合的遊覽，晚餐後，陪同在這大飯店的遊樂與商店區瀏覽一番，同時亦藉機參觀遊樂場中安排的，間歇性每場相隔數十分鐘的馬戲團表演，祇是在排遣漫漫長夜的時間。後來小兒們要求再伴同他們到附近的街廓走走，看看霓虹燈光耀奪目的夜色。

六月二十日是黃石公園旅遊最後一天。晨間離拉斯維加斯出發時要返歸洛杉磯時，因海鷗假期攬客過多，

此時有九車遊客需重行分配歸途行程與車輛位置，耗了許多時間。出車後，先至郊外的M&M巧克力食品工廠參觀，隨隊順其製作過程，聽其簡報並觀看製作順序，再品嚐其小顆產品，可說是給以甜頭嚐試。然後引至販賣部，任君選購，似少光顧者，大多在其門口，參觀該工廠培育的仙人掌公園，據說有二百多品種，是熱帶能耐乾旱並可欣賞的植物，在大朵的仙人掌上，正綻開著紅黃夾雜的小花，亦是少見的沙漠奇葩。然後行車於廣漠之中，導遊又鼓如簧之舌，介紹一家中式自助餐廳，勸請大家進用昂貴每位近二十美元的早午餐。我們避之若浼，而至附近一家麪包蛋糕店，在精美的小店中，享用精緻的糕點，品嚐提供的飲料，一位斯文端莊的店主人，在其忙碌接應顧客時，曾不斷的殷勤招呼我們，並贈送小孩們喜歡的小點心，大家感受良好，留有記憶印象。午後再行車至奧克蘭名品大賣場參觀，這裡是在荒漠中闢建的一個集世界各名牌工廠直接提供，各立門庭的廉價大賣場，廣場中停滿了大大小小的車輛，走廊上人來人往，好不熱鬧。許多名品店中，更是生意鼎盛，

他們以名牌、低價作招徠，遊客們則紛紛解囊購買自己喜歡的或收贈送他人的用品，如各式皮包、皮鞋、衣服及裝飾品等等，看看他（她）們大包小包滿載而歸的形狀，必是樂在心中。耽了兩個多小時，方離開這個令人嚮往，而樂於花費的大賣場。而於午

後五時四十餘分安抵亞凱迪亞（Arcata）的大華商場，結束這次嚮往已久，亦恐不再往遊的黃石公園之旅。綜觀此行，經由加州而入內華達州、亞利桑那州、猶他州而至科羅拉多州，再至南達科他州而蒙大拿州、懷俄明州而愛達荷州，再進猶他州等

九個州的地域，總計路程有二千八百多英里，折算公里近五千。是一次遙遠遍及美國中西部的車行長程旅遊。觀賞了許多著名景點，亦可說是豐富了個人的渺小生命，也開展了兒孫輩未來環顧世界的眼界。雖是終日奔波，勞累不已，仍是值得回與珍視的經歷。

吃得對讓您一夜好眠

轉載



有關文獻顯示，一天睡眠不足，會導致第二天的免疫力下降，其中百分之七十六的人呈大幅度下降，其中經常失眠者的衰老速度可達正常人二·五至三倍。現代醫學研究證明，老年人使用安眠藥弊大於利，鎮靜藥物有改善老年人失眠的作用，但這些治療也可能弊大於利。因為鎮靜藥可明顯增加思維困難和日間疲勞的發生率，導致摔跤，或者精神異常的發病率升高……。所以有失眠困擾，又擔心安眠藥弊大於利，不妨通過食療來改善。

一、多吃含鈣食物：鈣，具有抑

制神經興奮、穩定精神的作用，平日多吃些豆製品或蝦皮、麻醬、海帶，鐵、銅是造血必要的礦物質，也具有安神鎮靜作用，宜食金針菜、龍眼肉、蘋果、藕粉、芥菜、黑豆、黑木耳、紅蘿蔔、蕃茄、紫葡萄、鱈魚，每周吃一至二次動物肝臟，每日吃點瘦肉、魚、蛋黃、綠色蔬菜（尤其是菠菜）這些富含鈣與鐵的食物，有助睡眠。另外可吃含有豐富色胺酸的食物，如：全麥製品、大豆、香蕉、優酪乳、小麥胚芽、南瓜、馬鈴薯、堅果類等，可以促進褪黑激素的分泌，進

一步幫助睡眠。杏仁含有纖維、維他命B2、鎂、鐵、鈣，平日多喝點杏仁茶，吃點蓮子、百合、大棗，都可以幫助睡眠。

二、飲食要有節，不要過飽，一日三餐定時定量，對中、老年人來說應少量多餐，保證營養足又不傷脾胃，晚餐七分飽最好。睡前二小時最好不要進食。如果空腹無法入眠，在睡前喝一杯熱牛奶或是熱湯，飯後最好慢步二十至三十分鐘，因為飯後便躺臥會使飲食停滯。

三、腰帶不要繫太緊，吃飽後不要放鬆腰帶，因為飯後放鬆腰帶會使腹腔內壓下降，使消化器官的活動和韌帶負荷量增加，容易發生腸扭轉，引致腸梗阻、胃下垂等消化系統病變。

四、在食用魚類、果核、動物肝臟及雞蛋時，食後不要立即吃水果，因為以上食物均富含銅質，如果立即吃水果如：柑橘、蘋果等，亦可堵塞銅質的吸收。吃水果的最佳時間是飯前一小時或者是飯後二小時。

五、腦神經衰弱者，應忌煙、酒、濃茶、咖啡、辣椒、高麗參、當歸、黃耆。因高麗參、當歸、黃耆，主補氣血之虛，藥味甘，一般比較黏滯，多服易胸膈脹滿，影響睡眠。

俗語說：「疾病三分治，七分養」。

。」「某些疾病多因飲食不調和所致，只要日常生活中膳食選得對，養成良好的生活習慣，就可一夜好眠！

（轉載自警聲二九五期第七頁作者王鳳英）

慈湖·頭寮謁陵紀行

十月三十一日星期四，本會舉辦一年一度慈湖·頭寮謁陵活動以感念兩位蔣總統對國家及鄉親的恩澤，當天兩部車五十多位鄉親代表各府縣參與此活動，隨行中看著當初隨蔣公來台的長輩，已從當初的小伙子變成現在的老人家。並在途中聽著長輩們訴說當初隨蔣公來台的種種心情與驕傲，我們都感同身受的抬頭挺胸起來，看著、聽著鄉親長輩種種的豐功偉蹟與心路歷程，我心中不免也有點感傷，看著他們的背影想著他們說的歷程，我腦海閃過一幕幕披荊斬棘、筚路藍縷的畫面，好不傷感啊！

想想他們來台已經將近七十年頭，多少精華的歲月都是在其中逝去，他們將蔣公當做是長官也是一個大家長，又比其他人多分了無法捨棄的情感，所以每年先總統蔣公誕辰紀念日這天大家都一定要親自

來看他老人家向他鞠躬致意，這分濃烈的革命情感數十年不變應該會陪著他們直到永遠吧！

隨著會裡每次舉辦的謁陵活動，心中不免有些感觸，以前去慈湖謁陵總是門庭若市而且團體謁陵是要排隊登記按著順序依序進入行禮的，而這次去卻是門可羅雀，不知是我們去不對時還是老人凋零，年青人已不知這位革命偉人了呢？

身為浙江人我們緬懷兩蔣對國家的貢獻是責無旁貸，儘管外界有諸多褒貶，但相信歷史已有定位，不論如何暇不掩瑜，我們始終相信不同時代有不同作為，方能成就其事，縱使現在不認同卻也蓋不過其偉大貢獻的。

相信今後本會仍會每年舉辦謁陵活動，來緬懷我們這位浙江之光，永遠的偉人。

本刊資料室

梅仙老師私房菜（十七）

賽螃蟹

材料：

鱈魚	3塊
蛋白	3個
蛋黃	1個
蔥白(切末)	1支
紅蔥頭(切片)	1粒
青江菜	300g
太白粉	3大匙

調味料：

紹興酒	1小匙
鹽	1/3小匙
胡椒粉	適量

做法：

1. 鱈魚去皮、去骨，切成細末，加蛋白拌勻。
2. 青江菜摘好，放入熱水中燙熟，撈出、擺盤。
3. 起一油鍋，將1/2杯油熱至6分熱，將鱈魚末過油、撈出。
4. 另在鍋內熱2大匙油，爆香紅蔥頭後撈棄，再放入蔥白、鱈魚末、鹽、酒炒勻。
5. 將魚肉盛出，放在青江菜上面，再放上一顆蛋黃即可上桌，吃時拌勻即可

※ 這道菜吃起來有螃蟹的味道及口感，但卻沒有加任何蟹肉或是蟹膏，很神奇喔！

香溜牛肉丸

材料：

牛絞肉	600克
洋蔥(切末)	1個
吐司	2片
鮮奶	1/2杯
蒜末	1小匙

調味料：

(1) 胡椒粉	1/3小匙
太白粉	1大匙
鹽	1/2小匙
(2) 味醂	1大匙
醬油	1大匙
番茄醬	1大匙
酒	1小匙
糖	1/3小匙
胡椒粉	1/4小匙

做法：

1. 吐司去邊切成末，用鮮奶泡軟備用。
2. 洋蔥末、吐司末、蒜末和牛絞肉一起拌勻，加入調味料(1)一直攪拌到有黏性。
3. 用手擠成大小統一的丸子。鍋中燒熱3杯油，將丸子炸熟，撈起備用。
4. 另外燒熱1大匙油，加入調味料(2)，至略燒開時，加入炸好的丸子一起燒到收汁即可。

本會續收會費及各項捐款徵信錄

會員會費

102年10月1日至10月31日

收 費 日 期	收 據 編 號	姓 名	永 久 會 費	普 通 會 費	月 刊 贊 助	合 計
10/1	11234	甘 紹 均			500	500
10/1	11235	鄭 紀 民		500		500
10/1	11235	鄭 君 梅		500		500
10/2	11236	馬 培 玓		500		500
10/2	11236	馬 雪 庭		500		500
10/4	11237	金 允 成		500		500
10/4	11237	金 佩 璇		500		500
10/17	11238	周 煜		500		500
10/18	11239	阮 自 強		500		500
10/18	11239	阮 馨 儀		500		500
10/21	11240	章 國 鋒		500	500	1,000
10/21	11241	周 國 平		500		500
10/21	11241	吳 鳳 祝		500		500
10/21	11241	周 仕 涵		500		500
10/22	11242	陳 宇 梅		500	500	1,000
10/23	11243	范 毅 之		500		500
10/23	11244	陳 建 宇		500		500
10/25	11245	吳 孝 貞		500		500
10/25	11245	黃 競 萱		500		500
10/29	11246	鄭 安 婷			500	500
10/29	11246	鄭 安 茹			500	500
10/30	11247	梅 棋 翔	5,000			5,000

會員樂捐

收 費 日 期	收 據 編 號	姓 名	會 務 贊 助	廣 告 費	合 計
10/8	3752	黃 國 祥	128,000		128,000
10/18	3758	馮 宗 木	10,000		10,000
10/16	3755	上 海 麥 寶		20,000	20,000

臺北市浙江同鄉會入會登記表

中華民國 年 月 日

申請人姓名		性 別		出 生	前 民 國	年	月	日	籍 貫		縣 市
國民身分證 統一編號											敬請附繳身分證（正反）影本一份 或其他有籍貫之證件影本一分
戶籍地址										電 話	辦公：（ ）
通訊地址											住家：（ ）
選擇會員種類 （敬請打√）	<input type="checkbox"/> 永久會員會費 5000 元 <input type="checkbox"/> 榮譽會員年繳 1000 元 <input type="checkbox"/> 基本會員（贊助會員）年繳 500 元 （嗣後無須再繳） （ <input type="checkbox"/> 如要月刊另請自由樂捐月刊補助費）										
介紹人											
繳納會費方法 請使用右列 任何一種	（一）交郵局劃撥 0002272-1 號本會帳戶。 （二）直接送交本會。 本會收到後即寄上收據，理監事會議通過後，將寄奉會員證。										

臺北市浙江同鄉會會員資料變更修訂表

中華民國 年 月 日

申請人姓名		性 別		出 生	前 民 國	年	月	日	籍 貫		縣 市
戶籍地址										電 話	辦公：（ ）
通訊地址											住家：（ ）
會址：(106)臺北市羅斯福路三段二七七號二樓 電話：(02)2363-5607 · 2363-0581 傳真：(02)2362-8440 E-mail：tp.zhejiang@msa.hinet.net											