

中華民國一〇二年十二月十日出版

謝野生題
浙江月刊

聯絡同鄉感情 · 發揚兩浙文獻



第二屆世界浙商大會

The 2nd World Zhejiang Entrepreneurs Convention



536

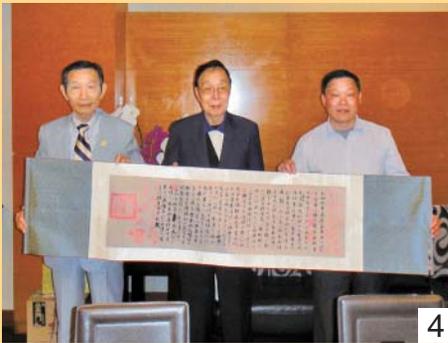
第四十五卷 第十二期

台北市浙江同鄉會 印行

本月會務活動焦點



1. 本會成立60周年特刊第二次籌備會。
2. 2013浙江省海峽兩岸經濟文化發展促進會考察團蒞會拜訪。
3. 參觀核四電廠。
4. 浙江中華文化學院來訪。
5. 浙江省全國人民代表大會財委會副主任呂祖善(左二)浙江政協文衛體委主任楊建新(右一)。
6. 北京話劇團演出「最後的勝利」—弘一法師。
7. 台灣·寧波攝影圖片展。



12月份壽星生日快樂

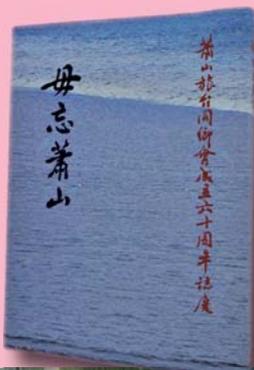
周坤 項靖 卜有法 方南富 方賢暉 王英俊
王素珍 王慧蓮 任浙延 池品倩 何依珊 吳郁文
吳紹起 忻紀民 李桂榮 沈國楨 周文軍 周文蕙
周兆成 周桂芳 林天明 林慕棣 邵拓榮 邵曉柔
金滿慈 俞申芳 洪在京 胡紹銓 倪國年 凌蘭君
孫以塏 徐祖城 徐國維 徐鈺婷 張式安 張咸章
張美娣 張淑芳 張超為 張潤生 許阿成 許紹鵬
陳心慈 陳和貴 陳復義 陳滋煌 陸世珍 陸寶蓀
單榮昌 程李法 舒龍江 楊太璿 楊日青 葉宮寶
樓震宇 蔡之貫 蔡錦芬 蔣敏華 鄭棣英 韓廷一
韓杏順 羅堯庭 羅德瑾 邊子泓 鄺仲棟
朱蔣必強 佟虞珊珊 汪吳純英

本月份壽星生日快樂，若有遺漏者，請來電補正，謝謝！

Happy
Birthday

台北市蕭山同鄉會六十周年大會

(相關內容請閱本刊第32頁)



浙商大會後 遊吳興、嘉興

1. 湖州同鄉會陳復義理事長贈紀念牌與市政協副主席曹德平先生。
2. 湖州太湖畔的月亮飯店。
3. 團員於嘉興合影。



浙江月刊 第四十五卷 第十二期 (總號五三六期) 目錄

封面

浙商大會在杭州

理事長的話

振經濟，利民生——吳紹起 二

古今人物

散記孔仲起教授——莊月江 三
魯迅的革命思想——尹政堯 八
氣象萬千胸臆出——潘復興其人其畫——王維友 一〇
林風眠與他在玉泉的故居——龔勵 一四
張可久與德清——朱惠勇 一七
嵎籍世界乒乓球冠軍——倪夏蓮的傳奇人生——徐華鎰 一八

故鄉鄉情

第二屆世界浙商大會在杭州隆重召開——徐忠友 二五
浙西山鄉賞秋韻——龔玉和二 二七
參觀普陀山佛教博物館——張明華 二八

古今藝文

吳理事長紹起博士 展翅起飛——佛心——沈良三 〇
蕭山同鄉慶周甲 古樂秋菊滿士林——樓文淵 三二
拙荊巧手 結婚五十周年的追憶(四)——吳神農 三三
浙潮洶湧——黃信樵 三七
湖州賦——汪欣 三八
汪欣與〈湖州賦〉——吳文杰 三九

從文化與文明觀點——孫雄飛 四〇
論中華精神文明對物質文明——季世華 四二

歲月如歌鄉情彌篤——
台北市溫嶺同鄉會第二十四次金秋參訪團記盛

醫療保健

運動保健十八式——陳啟新提供 四五

會訊

本會會務活動——四六
本會續收會費及各項捐款徵信錄——四八
梅仙老師私房菜(十八)——四七
祝十二月壽星生日快樂——封底

振經濟，利民生

機不可失 時不予我

吳紹起

人生是一去無返，稍縱即逝，誰能掌握機遇，把握時光，以達成功，國家命運，亦是如此，必須精、準、快，取得先機，方能達陣。

台灣與大陸同文同種，血濃於水，較其他國家或地區易於交流，建立互信，希望整個中華民族能努力，創造雙利、雙贏，台灣地狹人稠，缺乏資源，須依賴國際貿易才能國富民強，國家有人才，民間企業才有競爭力，但近二十年來鎖國政策已造成不可彌補之損失，歷史教訓不可不記。

馬英九總統上任後，積極推展開放政策，加強兩岸文化經濟交流，簽訂ECFA，近半來又簽署「服務貿易協議」，但立法院內鬥，遲遲未能通過，立法諸公應為國為民作正面思考，不應再過度內耗。台商眼見韓國與大陸，即將簽訂自由貿易協定（FTA），屆時韓國產業進軍大陸，台灣先機可能失去大半，台商聯誼會暨各地台商不得不登報呼籲盡速通過，台商不怕競爭，只怕沒舞台，服務貿易為廣大中小企業取得先機，但先機稍縱即逝，不可復得。

大陸與韓國以及東協等國簽署自由貿易協定，只要簽署國家皆可免除關稅，惟台灣未能積極簽訂，則出口產業處於不利競爭地位。

出口影響投資，投資影響就業，就業影響消費，欲振興經濟，富裕民生，應拋棄成見，減少內耗，全力配合開放政策，歷史告訴我們：「機不可失，時不予我。」

散記

孔仲起教授

衢州

莊月江

一

也許是一種緣分，二〇〇〇年十月底，我在杭州張筠林女士家裡與孔仲起先生通電話，就同他很講得來。雖未曾見過面，聽他的言談，我覺得他是一位淳厚長者、謙謙君子。果不出所料，十一月十七日下午，張筠林女士陪先生夫婦到衢州，我在衢州火車站一見到先生那一副彌勒佛相，便證實了我的「先見之明」。

與先生相識相交十三個年頭，對先生的治學和為人，實在敬佩。先生在其藝術隨筆《尊受居畫談》中，開頭即夫子自道：「樂天吾所求。父母賜我一副歡喜菩薩相，謬受諸好稱道。常言：自得其樂、知足常樂、助人為樂！『知足常樂』似乎成了我的人生信條！因知足而自適，因知足而忘憂，陶陶然、欣欣然能不壽康乎？然『知足』非『裹足』，每臨教席而知不足；每臨學海而更知不足。知難而學，學而致知，知而解惑，如是循環

往復，樂在『遇險而脫險』之中；樂在積學和增知之中！生活在『追求』與『知足』這一對矛盾而融合的良好迴圈中。先祖仲尼有道：學而時習之，不亦說（悅）乎！」

由此，可窺知先生為人、治學之一斑。

二

孔仲起，一九三四年生於上海，雖出身名門（他的曾祖孔杏生、祖父孔子瑜、父親孔小瑜都是著名畫家），但他兄弟姐妹多，家境貧寒。因此，他唯讀了半年初中，一九四八年就失學，在家帶弟妹，做家務，還提籃小賣，賣過茴香豆。上海解放不久，他曾學過兩個月連環畫，一九五一年，進入英雄金筆廠當工人，才有了安定的生活。

也許是家學淵源和嶄新的生活對他影響，工餘時間，他還是喜歡作畫，特別愛畫漫畫，並得到過漫畫大師米谷和版畫界前輩楊可揚先生的指導

。一九五四年，漫畫〈早與不早〉獲上海職工美展一等獎；一九五五年，漫畫〈假使大家都有這樣想法〉獲全國職工美展一等獎。在當工人的四年多時間裡，作為上海工會活動積極分子的孔仲起，用漫畫這一美術領域的「輕騎兵」針砭時弊，抨擊歪風，有時幾乎一天要畫好幾幅。他告訴我，「假使大家都有這樣想法」，是取材於他在馬路邊看人家從汽車上卸木頭，發現有的人偷懶，回家就構思了這幅警示人們幹活不要偷懶的漫畫。

由於孔仲起人品與畫品俱佳，一九五五年秋，全國總工會保送他進中央美院華東分院（即今杭州中國美院前身）深造。從此，孔仲起不僅與美術結下了終生之緣，而且隨著歲月的流逝，他成了中國屈指可數的幾位山水畫家之一，十多次出國講學和舉辦畫展。他的不少作品被國內外著名的博物館收藏。北京圖書館收藏了他的〈學海書山〉、軍事博物館收藏了他與兩位青年教師合作的宏幅巨著〈祖國萬歲〉，中南海先後收藏了他三幅作品，其中和青年教師林海鐘、張偉平合作大幅〈山海匯觀〉懸掛於紫光閣……他曾出版《山水畫技法概要》

、《山水畫譜》（與姚耕雲合著）、《孔仲起山水畫集》、《孔仲起畫（雲霧水）》、《孔仲起畫集》等畫（書）籍。特別值得一提的是，他在報章刊上陸續發表的〈片言隻語〉（即成書後的《尊受居畫談》），我覺得簡直可以和艾青寫於四十年代的《詩論》媲美。《尊受居畫談》中對為人治學的論述，眼光敏銳，思想深邃，用詞簡潔，回味無窮。看得出，他有意在他老祖宗孔夫子《論語》的風格寫作。

孔仲起進美院讀書後，與其他三位被保送的工人畫家一起，接受了高中文化課的強化教育。一九五七年，潘天壽院長為「拯救國畫」，美院擬以人物、山水、花鳥分科辦班。暑假期間，孔仲起回到上海徵求在安徽藝術學校從教的父親孔小瑜的意見。那天，父親正好與錢瘦鐵、唐雲二位老友在家裡小酌。鑒於當時的形勢，唐雲主張他學人物畫；錢瘦鐵則認為他應當學山水，因為山水畫有中國畫中最富傳統的學問，且是筆墨間最能飽含感情價值和精神內涵的畫種。錢瘦鐵當場拿來紙筆畫了兩幅給他作示範；唐雲最後也同意了錢瘦鐵的看法，

也畫了一幅山水畫給他，以示鼓勵。就這樣，孔仲起師從顧坤伯先生，一頭撲進了山水畫的學習和創作中。一九五九年，他創作〈建設中的新安江〉等三幅畫，刊於《新安江全集》。嗣後，他與姚耕雲以「西湖十景」為題材創作了十幅冊頁，用賀年片的形式發行，在山水畫範疇初次顯露出了他的才氣。一九五八年，他還參與編寫美術教材。

一九六〇年畢業後，孔仲起留校執教至今半個世紀，在西子湖邊的中國美術最高學府裡教書育人，同時勤奮地探索繪畫理論和不斷創作。一九六四年，他的成名之作〈浙江潮〉參加全國美展，並在國內外二十餘種報刊登載，且作為單幅印刷出版。從此，孔仲起聲名鵲起。他描寫新安江大壩節節升高的新作〈日日升〉，一九六四年十月十六日在《解放日報》顯著位置刊出，以配合我國首顆人造衛星上天與蘇聯赫魯雪夫下台。談到這一往事，先生向我講述了一件令人哭笑不得的逸事。此畫發表若干年後，一位編輯告訴他，〈日日升〉刊發之前，報社領導讓兩位編輯用放大鏡仔細檢查過畫面上的每一朵浪花，生怕

其間會出現「U S」形狀而釀成「政治事故」。這類事情現在的小青年聽起來簡直是「天方夜談」，但在當時「以階級鬥爭為綱」的日子裡，此類荒唐事比比皆是，見怪不怪。

三

孔仲起是一位美術教育家。工作的需要和教師的責任感，促使他對中國畫的理論和表現形式進行長期系統的研究，形成了他對國畫傳統的獨到見解。先生認為，「傳統」不等於「因循守舊」，決非時下一些人所謂「保守」、「沒落」的代名詞。「統一」是「統括」、「統體」、「統治」、「合一」、「正統」、「本始」和「大一統」的意思。只有精神和文化的高度統一才能長期流衍承傳。先生曾說：「『能傳則統，能統則傳』是數千年來民族精神和民族文化積澱，它有著『溫故知新』、『繼往開來』、『望今制奇』、『借古開今』、繼續和發展的含義，是『推陳出新』進行再創造的『基業』。」對於「變化」和「吸收」，先生有獨到的見解：「西求變，中求化。吸收西方非西化，要化西。」由此可見，「能沿續和

發展的民族文化謂之「傳統」，「傳統」是維繫民族精神的紐帶，是發揚中華文化的金鑰匙，是培養熱愛祖國的原動力，是對外文化交流的出發點。由於先生對「傳統」有這樣精闢的理解，使他的「傳統」涵養有了深厚的功底，「傳統」在他的筆下得心應手。無論南宗還是北宗，無論工筆還是寫意，無論重彩還是潑墨，先生都兼收並蓄，廣覽博取，再加上自己的獨特創意和新穎構思，遂使先生脫穎而出，成就為一名造詣很深的國畫家。如先生的成名之作〈浙江潮〉，

六和塔下洶湧澎湃的錢江怒潮，籠罩在水霧中的錢江大橋，捲起千堆雪浪的拍岸驚濤，其憾天動地之勢，令觀畫者身臨其境時心雖驚而膽卻壯。懂畫的朋友看了這幅作品，會想到宋朝畫家李嵩的〈觀潮圖〉；先生對〈觀潮圖〉雖有借鑒，但又修正了李嵩的圖式，熔鑄進自己的所思所想；畫面的氣魄和主題，充分體現出二十世紀中國人開闊的胸懷和鮮明的時代精神。重讀此畫，我油然想起已故詩人陳山寫於一九五六年的豪邁詩句：「我是浙江潮水的兒子……用萬丈鐵尺：橫量洶湧的浙江潮……」詩畫印證

，可見浙江潮在詩人和畫家筆下，都是民族精神和英雄氣概的象徵。

先生喜畫雲與水。對於雲與水，先生如是說：「我愛行雲流水。愛其生氣流動，無塞無慮，無礙無際。所謂雲行雨施、海闊天空。」先生專門出版了一本《孔仲起雲水》畫冊，所選三十六幅作品中，直接和間接畫錢江潮水的就有十三幅之多。先生的夫人是海寧人。我與先生開玩笑，不是因為愛妻子而愛海寧潮水。先生笑道：「我畫海寧潮時，還未曾與她認識。但我一九六四年畫〈浙江潮〉，是在她工作的屏風山療養院；不久認識了她，是緣分。」先生告訴我，畫潮水的起因，是一九五八年「大躍進」一時，老師帶著他和一些同學到海寧「錢塘江人民公社」蹲點體驗生活，四十多個日日夜夜，白天看潮，晚上聽潮，經常在大潮湧來時寫生，深深愛上了錢江潮水摧枯拉朽的氣概和一向向前的精神，潮水成了他創作的要題材。先生曾寫下過這樣富有詩情畫意的文字：「我愛畫水！因為：激情如水，猶如大海大浪或大潮，波濤洶湧噴薄激射；心靜如水，平平和和，猶如一灣清澈的寒泉，深沉恬靜；

豁達如水，猶如大江大河大湖大海，汪洋洋洋，遼闊無涯。」如表現大海的作品〈觀無涯〉，一九九二年被中國教育國際交流協會徵用為紀念集的刊頭畫，編者並以公文式的口氣陳述「……使該畫冊增添許多光彩。許多看到該畫冊的同志感到該畫氣勢浩大，展現了民間教育國際交流的光明前景，激勵人民去開拓……」我想，這就是前人所說的「一品其味，全其意，明其志」吧。

也許我是海寧人的緣故，當我在畫冊裡看到〈觀無涯〉、〈衝浪千年傳〉、〈月潮〉等氣勢磅礴的生動畫面時，海寧大潮聲如雷鳴的怒吼，猶在耳邊，而「錢塘廓裡看潮人，直至白頭看不足」、「鯤鵬水擊三千里，組練長驅十萬夫。紅旗青蓋互明來，黑沙白浪相吞屠」、「碧山影裡小紅旗，儂是江南踏浪兒」、「欲識潮頭高幾許，越山渾在浪花中」等古人誦錢江潮與誇衝浪人的詩句，也接二連三從我的記憶中跳了出來……

四

評論孔仲起山水畫的特點，是畫家和美術理論家的事，但作為孔仲起

的朋友與讀者，我的直觀印象是：剛則剛，柔則柔，剛似奇峰插雲、怒濤卷雪、氣吞山河；柔如風拂柳絲、平沙月影、恬靜淡雅。〈雲山蒼蒼〉、〈心胸所依〉、〈弄潮兒詞意〉、〈明月共潮生〉、〈漫寫昆侖展胸臆〉等，「剛」意極強；而〈煙波江上〉、〈山妝霧裡看〉、〈灘行所見〉、〈雲深知沃野〉、〈平蕪靜雪〉等，則「柔」意綿綿。如〈灘行所見〉，一九八九年參加日本東京舉辦的「現代中國畫壇巨匠桂林風景畫展」，以其工整雅致、輕柔妍麗的特點獲得好評，印在請柬封面和海報上。即使前輩與同時代人畫過千百次的題材，先生筆下，必有他自己的特色。譬如黃山，可謂是中國山水畫中的一個「永恆主題」。先生的〈黃山攬勝圖〉，與一般描繪黃山局部的作品不同，力求用現代的觀念全方位、多角度地表現黃山。這幅四十二公分×七〇〇公分的長卷，將迎客松、天都峰、蓮花峰、玉屏峰、夢筆生花等黃山的諸多名勝盡收筆底。陸儼少先生在卷尾上題曰「仲起兄曾六上黃山，山中景物因能熟記而默識之矣。今拓為長卷筆墨又足以發之……」展現在讀者眼前

的，畫面上雲海洶湧、松濤吟嘯、奇峰競秀、雲氣淋漓，將黃山的娟秀與壯麗揉為一體，使讀者如在天上俯瞰黃山勝景。讀這幅佳作，我進一步理解了先生跟我說起過的：「『傳統』和『創新』是一個問題的兩個方面，並無二致，更非對立……創作貴在創。『創』重意，『作』非造。」誠者斯言！

一九九九年，先生除了執教、繪畫和參加國內外有關社會活動之外，還做了兩件有意義的大事。一是七月中旬參加「兩岸書畫界」圓合元代大畫家黃公望的〈新富春山居圖〉，二是秋冬為「百年中華英烈頌」藝術大展領銜創作十二公尺×二·七公尺的〈祖國萬歲〉。

〈富春山居圖〉是中華民族的瑰寶，可惜半個多世紀以來一直「一分为二」，殘卷分別藏在台灣故宮博物館與浙江博物館，美術界久有將殘卷圓合的願望。先生對我說，每當他講課講到〈富春山居圖〉時，總感到一種難於排遣的遺憾，因為沒法向學生講清在海峽彼岸的那一部分〈富春山居圖〉的圖式。二〇〇〇年，研究中國美術史的王伯敏教授在一篇文章中

談及圓合〈富春山居圖〉的願望，很快得到了台灣書畫界的贊同。七月中旬，大陸方面以中國國家畫院楊曉陽院長及孔仲起教授為主導，畫家張松、宋柏松、吳山明及藝評家沈鵬參加；台灣方面則以山水畫大師李奇茂及新秀白宗仁教授兩人參加。孔仲起教授總體策劃設計出小構圖後，兩方畫家共合臨了五幅〈新富春山居圖〉，其中兩幅分別由浙江美院、黃公望紀念館收藏，一幅贈浙江台辦，一幅贈東道主富陽市政府，一幅帶回台灣作紀念，此幅長十一公尺，高六十六公分的長卷，成了我國繪畫史上的一件雅事。

「百年中華英烈頌」藝術大展是按照二十世紀中國革命、建設和改革的歷史進程，彙集近三百幅優秀美術書法作品，旨在展現為中華民族建立不朽功勳的革命前輩和英烈的光輝形象，頌揚他們的豐功偉績，以此激勵後人，發揚革命傳統，再創輝煌。先生接到為「百年中華英烈頌」領銜創作〈祖國萬歲〉大型山水畫的任務後，幾經易稿，終於完成了圖式設計，與何加林、鄭力合作，歷時兩個月，在由十張八尺宣紙連接而成的空間裡

，完成了這幅「百年中華英烈頌」的壓軸之作。先生告訴我，為了更開闊地展現中華大地的宏偉氣勢，他採取「透過雲層看大地」的視角，運用中國畫散點透視的傳統方法，如《蘭亭集序》中所云「遊目騁懷」，將天山、祁連山、嘉峪關、黃河、華山、太行山、黃土高原、井岡山、人民英雄紀念碑、泰山、江南江北平原、山海關、渤海灣等象徵中華民族百年鬥爭和千年文明的標誌，展示在每一個炎黃子孫都能讀懂的畫幅裡。此畫氣勢恢宏，氣象萬千，不僅已被中國軍事博物館收藏，並作為一九九九年十二月二十六日發行的「百年中華英烈頌」紀念郵品的背景畫，而且廣為印行，作為二〇〇一年的單幅年曆。

五

先生自畫漫畫開始，在半個多世紀裡，作品數以千計，優秀作品也有上百件。得獎的，被博物館收藏的，捐給公家的和民間收藏的，已不知其數。只要看看他十年前出版的那本厚重的《孔仲起畫集》中的一三三幅代表作，就可以曉得其畫作幅幅都是精品；但我感到三幅作品還得提一下，

而且兩幅還是小品。我稱其為「一大一小」。「大」的這幅畫於一九八二年。一天，孔仲起與父親（孔小瑜，一八九九—一九八四，安徽省書畫院副院長）、哥哥（孔伯容，一九三二—二〇〇二，在上海海關工作，雖非專業畫家，但幼承家學，並師從吳湖帆，滬上畫壇稱其為「孔牡丹」）、時年十五歲的女兒孔貽奮，在杭州九蓮村書齋裡合作〈瑞花圖〉。老爺子畫紅梅白梅，仲起兄弟畫壽石、牡丹，貽奮則添小竹一枝。祖孫三代四人合作的這幅畫，不僅洋溢著自家人的天倫之樂，而且成為滬杭書畫界的美談趣聞。

作於一九九〇年的〈醉仙〉，尺幅雖小（二十四公分×二十四公分），趣味卻濃。先生告訴我，那年，徒步走完我國海岸線的溫嶺畫家郭修琳，偶爾在某地海灘上發現一塊花崗石，樣子極像仲起先生抱臂曲背跌坐著的羅漢模樣，且還有他那一副笑口常開的彌勒相。郭修琳將此石帶到杭州送給了先生。先生不僅當作寶貝收藏，且即興將其狀畫了下來，寥寥幾筆，一個背後擺著酒葫蘆，臂下襯著木拐杖的天真有趣的醉仙，便永遠留住

了他那可愛的「一瞬間」。先生在畫上題款：「妙哉得吾形神……遂即興對石寫生〈醉仙〉一幀，可謂：看似酒仙原阿福！大凡富於想像之藝人，每每放意相物，見物見人。郭兄味像取石，念友之情，心物相印，得千里神馳之妙。」

六

二〇〇四年九月二十八日，衢州孔氏南宗家廟恢復中止了半個多世紀的祭孔典禮。先生是孔子七十三世孫，應邀來衢參加祭祀。二十七日晚上，素芬嫂子在賓館的餐廳裡找到我，說先生叫我到他的房間裡去一趟，給我帶來了一盒有我名字的月餅。我說我的名字怎麼會變作月餅的商標？嫂子說，「你看到了一定開心。」

果然，漂亮的月餅鐵盒上，有一「錦江月」三字，是上海的一款名牌月餅。「錦江月」從右往左讀，就是一「月江錦」。

「這盒月餅，非你莊月江莫屬。」先生邊笑邊說，「這盒月餅是上海一位朋友昨天特快專遞寄到杭州的。素芬拆開來一看，有你的名字，我們當即決定轉送給你。今天帶來，正好

給你家裡過中秋節。這就叫緣分。」

我說：「也是你們心裡有我，我這個名字經常在你們腦子裡的緣故。」

先生又說：「我這次到衢州，特別高興。你看看我們住的房號五〇一五。我的生日正好是五月十五日，你說巧不巧！」

二〇〇八年，先生又出了三本書集：《榮寶齋書畫譜·孔仲起繪山水部分》、《觀無涯·孔仲起山水畫集I》、《觀無涯·孔仲起山水畫集II》。先生來衢州時，帶了兩大箱來，囑我分贈與他相識的衢州畫家和一些熟人。我照辦。

二〇一〇年九月，衢州圖書館為

辦農村書屋，在晚報上向讀者徵求各類圖書。我考慮到喜歡學畫的農村青年難有機會接觸到高雅精緻的山水畫作品，於是將我處尚存的一一〇冊先生的作品集，代表先生悉數捐給了衢州圖書館，請他們分發到各村的農村書屋。此事乃「先斬後奏」。我寫信

給先生陳述代為捐書之由，先生在電話中回了一句充滿哲理的話：「創造藝術的最終目的是和大眾共用其成，同遊其間，為之怡情，為之陶冶，這自然既要有有效的藝術感染力，又要有明確的公眾群體意識。」

多次與先生共餐，見先生總「舔」一點點白酒，便問在家裡「舔」不

「舔」。回說每餐必「舔」，但均不足半兩，且聽夫子自道：「余益好酒，不尚痛飲，酷愛烈性，小小半盅，鼻嗅舌舔，細細品味，靜靜思維，二十回悠悠然，陶陶然，油然興至，不亦醉乎！」又令我想起在先生客廳裡飲茶時，先生的《茶經》：「竊以為，客來敬茶，在選茶、洗杯、賞壺、沖水泡茶、說茶、品茶的过程中產生了一種氣氛，有時伴以中外古典音樂，即時人所云的高雅氛圍也。」

其實，先生的飲食起居，極為簡單。在簡單的生活中體悟出哲理，並樂此不疲，非大智慧莫屬。

魯迅的革命思想

尹政堯

魯迅原名周樹人，字豫才，魯迅為筆名。出生於一八八一年九月二十五日浙江紹興市區（現為魯迅中路）周家新台門，年輕時受過詩書經傳的教育，他拋棄了讀書應試之途徑，於一八九八年進了江南水師學校，又於

一九〇二年四月和一些具有先進思想的人士，東渡日本進入東京弘文學院就讀，開始了他長達八年的留學生涯。其間他目睹日本明治維新以後，各方面發展進步，反觀清政府腐敗到瀕臨亡國的邊緣，貧窮落後的現狀極待

改變，並認清非以革命手段無法達到拯救國家之目的，為此他毅然剪去辮子，斷髮明志，革命志向深獲留日同學的敬佩。

魯迅與革命黨人往來甚多，而同志間關係最親密者要屬光復會主要領導人陶成章。魯迅和陶成章雖是同鄉，但初次碰面是一九〇二年在東京，當時陶成章因從軍救國的願望未能達成，認為組織會黨起義是反清革命的

捷徑，因而發起組建光復會，並親自介紹魯迅加入。陶成章可以說是魯迅的革命導師，他對魯迅的思想與革命實踐有著深刻的影響。

一九〇三年十月，日俄戰爭即將爆發，在東京的革命志士認為這是中國革命的好機會，鼓吹革命的〈浙學清革命團體〉，由許壽裳、沈懔民邀請魯迅參加，他欣然允諾，意志非常堅定。一九〇四年日俄戰爭在我國東北爆發後，日本統治滿州說等侵略謬論盛行，也有少數留日學生居然崇拜日本，連蔡元培等人在上海創辦的《俄事警聞》中竟也出現袒日的傾向。魯迅以他獨有政治敏感性洞察其奸，致函蔡元培，提出三點意見：一、持論不可袒日。二、不可以「同文同種」口是心非的論調欺騙國人。三、勸導國人認真研究國際時事。事後俄事警聞採納了魯迅的中肯意見，言論有所改變。求學時代的魯迅，就有如此真知灼見，能認清日本和沙俄一樣都是帝國主義，都包藏侵略我國的禍心，實為難能可貴。

一九〇五年暑假，一千三百餘位留日學生在東京富士見樓舉行盛會，

歡迎孫中山先生，魯迅在場聆聽孫中山先生「救中國應改革舊制實行共和」的長篇演說，對孫氏敬意油然而生，在魯迅眼裡，孫先生是一位戰士，魯迅在孫先生死後曾說：他活著是革命，死了還是革命。

一九〇六年革命志士章太炎在上海西岸刑滿出獄離滬抵達東京，魯迅與留日學生在東京錦輝館舉行的盛大歡迎會，魯迅十分推崇他那「英雄一入獄，天地亦悲秋」的視死如歸的英雄氣概和「七被追捕，三入牢獄，而革命之志，終不屈饒」的豪傑精神，並譽之為「後生的楷模」（參看《魯迅全集》第六卷）。

一九〇七年七月鑑湖女俠秋瑾被清政府殘殺的噩耗傳至日本後，紹興同鄉會舉行追悼會，痛斥清廷的慘無人道，魯迅對於秋瑾的犧牲十分傷痛。為紀念秋瑾，魯迅在小說《藥》中塑造了夏瑜這個人物，用來隱喻秋瑾和秋瑾式的革命。他對作品中的夏瑜十分敬仰，並堅信革命者的生命不會白白犧牲。

一九〇九年八月魯迅回國，赴杭州任浙江兩級師範教員，翌年返紹任紹興府中學堂物理教員，該校原有中

國同盟會會員也是國文教員陳去病等籌建的「越社」，該社同仁知道魯迅是革命黨人，對他非常信賴擁戴他為領導人。一九一一年十月十日，武昌起義成功，在杭州光復當天，越社在開元寺舉行慶祝大會，魯迅為大會主席並發表演講。

魯迅是歷史的見證者，見過辛亥革命，見過袁世凱稱帝，見過二次革命（討袁之役），見過張勳復辟。深覺「思想革命」的重要性，認為喚醒人民的自覺，為革命的首要工作，而文藝是喚醒人民自覺的工具，魯迅的第一部短篇小說集《吶喊》，是以諷刺的文筆啟發個性覺醒；第二部《彷徨》中的各篇小說，則鼓吹將個人的解放與社會的解放結合，表明個人沒有解放自己的力量。魯迅終其一生譯著無數，成就其「思想革命」之理念。

一九三六年十月十九日，魯迅逝世於上海。他奮鬥終生，全部精力獻給了革命和文學事業，實是近代我浙江同鄉中偉大的文學家、思想家和革命家。

氣象萬千胸臆出

杭州 王維友

潘復興 其人其畫

中國畫作為中國文化的一大精髓，植根於華夏濃厚的文化沃土之中，以她的沉雄博大、精深典雅獨步於世界藝術之林，與西方的油畫形成了兩座並峙的藝術高峰，給予中華民族乃至世界眾多的美術愛好者以極其高尚的精神享受。中國書畫家協會會員、浙江省文化藝術研究院藝林書畫院副院長兼祕書長、浙江逸仙書畫院畫師潘復興，幾十年來一直熱愛中國畫，傾情丹青，醉心繪事，時時沉浸在五墨六彩、六法精論之中，每天點皴勾勒、提按轉折，精筆妙墨、佳構珍品時有所出，無論在精神上還是在藝術語言的表現上，都顯示出一種深沉而又鮮耀的生命力表達，透露出他在國畫創作方面不斷迸發出的藝術感染力，越發受到畫界和社會的關注。

潘復興祖籍浙江紹興，一九三七

年出生於杭州。自幼酷愛繪事，就讀杭州高級中學時就被美術教師賴一匡先生看中，選他擔任學校美術隊的副隊長。百年杭高，不僅是浙江新文化運動的中心，又是藝術家的搖籃。經亨頤、李叔同、魯迅、豐子愷、潘天壽等著名藝術家都曾在這裡執教或學習過。進了杭高讓潘復興追求藝術的興趣越發濃厚。他作為校美術隊的副隊長不僅積極配合美術老師做好美術隊的工作，而且還經常跑到西湖周圍的博物館、美術館、展覽館去看畫展，細心研究大師們的繪畫技法，不斷提高自己的藝術修養。有一次他在浙江博物館裡參觀潘天壽、吳弗之、諸樂三、潘韻四先生書畫作品聯展，面對一幅幅大師的大作，他激動不已，迷戀忘返，真想立馬拜在大師門下，終生作門徒。這個念頭時時縈繞

在他的心間，他斗膽提筆給時任浙江美術學院院長藝術大師潘天壽寫了一封信並附上一幅自己的習作請求潘先生指教。信發出去後，他一直忐忑不安，「潘先生會給我回信嗎？」一個星期後，正在醫院養病的潘先生真的給他寄來了一封熱情洋溢的回信，信中循循善誘，話多鼓勵，寫道：「復興小朋友，你有志學習國畫，很好。學習國畫首先要從臨摹畫譜（如芥子園畫譜等）入手；其二，要經常觀摩畫展，學習吸收古今名家之長；其三，要多多遊覽祖國名山大川，從生活中、從大自然中吸取創作素材。只要不斷努力，你一定會大有長進……」。潘先生的話語如同醍醐甘露，滋潤著他幼小的心田。他把潘先生這三條教示永遠牢記心間。高中畢業後，因家境貧寒，他只好放棄去美院深造的機會，便走上工作崗位，到杭州人民玻璃廠擔任美術設計。然而，他並沒有放棄對國畫的追求，他順其自然地把平時積累的國畫知識運用到美術設計中，效果精妙，大受廠方稱道。一九七二年，浙江美術學院（今中國

美術學院)與杭州市輕工業局聯合舉辦美術設計人員進修班，勤奮好學、出類拔萃的潘復興便成了杭州人民玻璃廠參加這個進修班的不二人選。在進修班裡，他如魚得水，如饑似渴的吸收浙江美院這所我國最高藝術殿堂散發出來的豐富藝術營養，精心專研美院教授們傳授的每一個細節每一個技法。就是這次進修，他得以廣結美院的諸樂三、陸抑非、吳茀之、潘韻等一大批畫壇前輩學界耆宿，近侍左右，日沐春風，雨露教化多且深矣。進修結束後，著名山水畫家潘韻先生又收他為入室弟子，終於圓了他積壓心頭多年的拜師夢。潘韻浙江長興人，是一位卓有成就的中國畫家，早在五十年代初他已是浙派山水、人物畫的先驅者之一。他初學北宋黃山谷與明代沈石田，繼學南宋馬遠、夏圭，掌握傳統筆法，觀察真山真水，重視寫生，會大家之奧竅，擷天地之靈氣，別闢蹊徑。他的創作以剛毅之筆，溢不阿之情，又於剛直強倔之中蘊藉溫婉，韻而不靡，工而不詭，雄秀兼至，格調雙諧。他的寫生眼力獨特、筆法嫺熟，畫面精審堅實，線條剛健

俊逸，不故意矜炫古雅卻自有高致；他的山水畫無論是起承轉合、回抱皴托，皆能舒展自如，渾厚雄健，神舞韻動，過目難忘，充滿了詩情畫意和生活氣息。他中年時期的坎坷遭遇是緣於他剛直率真的品性，但他熱愛祖國，無怨無悔，晚年被浙江省政府聘任為省文史研究館副館長後，一如既往，為繁榮祖國文化教育事業做出了不懈的努力。拜師潘老後，潘復興正式開始於畫理技法進行系統的學習與實踐，他的藝術生涯也真正走向正軌。從此，他定期帶上作業到老師家中求教，聽老師給自己講畫論，看老師給自己做示範。潘韻先生對這位本家小朋友也是格外寵愛，悉心教授，時常幫助他確定創作題材，幫他畫小稿，畫了又推翻，推翻又重畫，反反覆覆，直到滿意為止。有時潘先生還將自己的藏畫拿出來讓潘復興帶回家臨摹，第二天再將臨摹的作品送給老師評點。廠裡工作忙，白天沒有空，就只有連夜加班，天亮送到老師手上。石法、樹法是山水畫的基本功，潘韻就趁編寫《樹石畫譜》的機會向潘復興傳授，他邊畫邊講構圖、佈局、筆

法、墨色……，潘先生講得仔細，潘復興學得認真。一百五十餘幅樹石圖的技法示範，讓潘復興深得石法、樹法之三昧，一時突飛猛進，筆下功夫日見提高。就這樣他孜孜不倦追隨潘韻先生十餘年，青燈孤影，霜晨夜雨，焚膏繼晷，沉心驅智，克紹其裘，臻彼堂奧。他浩蕩的才情和紮實的技法，在潑墨揮毫、中行側逆、橫掃豎抹之間，得到了淋漓盡致的表達。

多年來，潘復興牢記兩位潘老師法自然、師法古人」的教導，早已深諳「外師造化，中得心源」的畫理，虔誠地向大自然學習，向經典的傳統山水畫學習。他堅持深入生活，走向自然。在自然山水面前，他感受大自然的萬千變幻。他走遍了祖國的名山大川，領略和體悟山川的壯麗秀美及無限神韻，胸中充滿了千山萬壑。為了尋找山川的內涵和感覺，各種山石的形成及特色，他一搜盡奇峰打草稿」，在大量寫生中汲取營養，認識創作規律，從真山真水中獲得創作源泉。他的山水畫卷，讓人大有「登山則情滿於山，觀海則情溢於海」之感。那草那樹，都被賦予了勃勃生機。

山的巍峨壯觀，水的清澈激越，雲的輕柔飄逸，霧的亦夢亦幻，草的昂然臨風，樹的蔥郁蒼勁，氣象蕭疏，煙林清曠，石體堅凝，雜木豐茂，台閣古雅，重巒疊嶂，逶迤連綿，加之毫鋒穎脫，墨法精微，紙面用墨淋漓酣暢，有時能密不透風，有時卻惜墨如金，紙面留白，空能跑馬。墨色有時淡破濃有時濃破淡，多層次，多靈動

，多韻律，滋潤得體，變化無窮，使畫面出現一種全新的面貌，一切都是那麼自然和諧，相融一體，完成著畫家對自然的深切觀照。一幅〈江山如畫〉長卷，他懷著對祖國美麗江山的熱愛，繪出心中的壯景，燦爛絢麗的富春山水，浮雲環繞，波瀾壯闊的江山，美麗激昂，煙雨迷濛，一片繁榮，象雲霞升騰聚集起來，一派旖旎的江南風光、和諧怡人的富春景色已闖入我們的視野，如身臨其境，心曠神怡，深得景外之意，意外之妙也。又如他的〈天清遠峰出〉、〈煙豁雲山〉、〈江山神韻〉等，他將奔放的熱情傾注於畫面中，自由地運用勾、勒、點、擦、皴、染，通過筆墨的微妙變化和豐富層次，予人以強烈的視覺

和心理感染力，寓情於景，情景交融，氣勢宏大，雄渾蒼健，表現出渾然天成、生機無限的趣味和空濛幽靜的禪意。他正在試圖以面貌新穎、精神高邁的山水畫作，表達對自然的嚮往與敬畏、對傳統的繼承與超越。

潘復興擅長山水，但其花鳥魚蟲也不讓時賢。花鳥畫在我國有悠久的傳統，且題材內容與形式語言均有一定的程式或規範，這些程式或規範一方面是我們學習先人經驗的起點，對於我們繼承傳統的觀念和技法有重要的作用。早在浙江美院進修時，他就曾向諸樂三、陸抑非等花鳥畫大師求教花鳥技法。他的老師潘韻先生又是一個山水、人物、花鳥俱臻上乘的全能畫家。他在潘先生處不僅學到了山水之神奇，也時常聽先生講解花鳥的奧妙。花鳥畫藝術早已埋藏在他心靈深處。他學潘先生學得好，師意不師跡，重風骨神韻，故入其門而不為所囿。

他的花鳥畫氣韻生動，氣象縈迴，氣格空靈，意境如仙。經營位置，八面出風，錯落有致，不落窠臼。他畫梅，緊循「稀、老、瘦、含

」之梅法，繁中有簡，簡中有繁，繁而不亂，簡而有理，滿紙老幹虬枝，用筆如鐵，圈花蔽葉，相互映掩，姿態萬千。小枝宛如鋼絲，枯身老木肉含筋骨，神似蟒蛇舞姿。骨法用筆，有筆有墨，筆、墨、彩三管齊下，設骨鉤線並舉，線味十足，墨趣橫生，幽香素心，表現了嫺熟的傳統功力。

他寫竹立意筆先，然後凝神靜氣借象達意，手起筆落，或深或淺，隨意點綴，筆墨簡練，堅挺軒昂，構圖空靈，蒼勁渾厚，節節生風。

他筆下的鳥禽，造型準確，左顧右盼，如真如幻，構思巧妙，天趣盎然，引人入勝。其〈蒼鷹圖〉渾厚蒼勁，大氣磅礴。他綜合了鷹、鷲、鵬幾種兇猛型禽鳥的特點，側目睚眦，嘴像利斧，神采飛動，氣雄萬夫，好像呼之即出，去追逐狡兔，從而描繪出蒼鷹躍躍欲試的氣勢。

「大雪壓青松，青松挺且直」、「森森直幹百餘尋，高入青冥不附林」、「龍甲虬髯不可攀，亭亭千丈蔭南山」……松樹偉岸、挺拔，是生命力極強的樹種。中國人喜歡將松樹與人堅韌、高潔的品格相比喻，同時

還習慣於將松樹作為長壽的象徵。松樹的高貴品格，使它成為許多畫家筆下的最愛，潘復興亦然。潘氏畫古松，往往得神骨。他不畫松之直而落墨於其曲，盡得老虬盤結，枝幹怪張而欲奮飛起舞的神韻，鐵衣紫鱗，鐵幹虬枝，雄健蒼拙，剛強不屈，堅挺舒展，郁郁蔥蔥，華蓋亭亭，千奇百怪，氣勢不凡，恰似龍蛇飛動，影搖千尺，其聲勢似狂風驟雨，震撼半空，又凜凜生寒，真是驚心動魄，極富生活氣息！老根、枯乾、嫩葉交織出來的富於黑白、粗細、大小、幹濕變化的圖像資訊綜合了諸多美的元素，給人以美的啟迪。潘復興還特別善於將山水畫與花鳥畫融為一體，發揮其畫松梅蘭竹菊之強筆，山水畫中還常為奇峰伴蒼松，松借山勢，如盤龍過海，而山附松魂，又靈動毓秀，使山水畫更顯動感，更富仙意，從而造就了潘復興先生之山水畫往往有著與他家同景卻不同意的獨特境界。一幅五尺立軸〈蒼松紅梅圖〉，松梅互伴，松幹蒼勁，針枝欲飛，鐵骨紅梅，挺俊奇特，生機勃發，品格高妙。特別是他的〈半空鱗甲舞蛟龍〉、〈松老無

風韻自寒〉、〈披鱗帶甲舞東風〉、〈姣姿臥龍圖〉、〈亭亭凌霄雪〉、〈松岩圖〉、〈松韻〉等一系列蒼松圖，時有長松倒掛、翔鱗乘空，時有曲松盤空、欲附雲漢，平遠、高遠、深遠，三遠各異。株株蒼松無一不是破頑石而生，迎風雪而立。浩然之風骨和百折不撓之氣質，躍然紙上。山石、雲水、花草樹木也都表現得渾厚而靈動、寧靜而安詳，如真似幻。且筆墨圓潤，多渲染，少皴擦，凹凸分明，層次細膩，描繪精工，曠遠幽深，突顯其濕筆重墨，筆力堅實，大氣磅礴的畫風，也顯示出他寬闊的胸懷和細節描寫及筆墨語言中嚴謹和細緻的精神。唐人張璪寫松，很能用筆法，「常以手握雙管，一時齊下，一為生枝，一為枯枝，氣傲煙霞，勢凌風雨，槎牙之形，鱗皴之狀，隨意縱橫，應手間出，生枝則潤含春澤，枯枝則慘同秋色。」唐人符載把張璪畫松說成是「流電激空，驚飈戾天，豪飛墨噴，離合惝恍，若雷雨之澄霽，見萬物之情性。」一足以可見張璪用筆的魄力。今觀潘氏畫松，讓人不禁想起張璪，不由心生敬意也！二〇〇五年

，浙江美術界隆重紀念潘頌誕辰一百周年，為深切懷念恩師，潘復興創作長卷〈蒼松湧泉圖〉，用堅勁沉著的線條，枝枝如鐵，盤根石畔，古幹槎牙，神清骨峭，秦風漢雨，虬幹龍鱗，氣韻天成，真是一樹如屈鐵山畫沙，筆能扛鼎騰龍蛇。」中國美院教授、著名畫家徐家昌讀後心生感慨，提筆揮毫寫道：「老根盤曲龍蛇態，深谷轟鳴飛瀑聲，氣象萬千胸臆出，興來落筆往縱橫。」極讚潘復興勤學不輟，畫藝精湛，心手相應，神與物遊，直抒胸臆，氣象萬千，從心所欲而不逾矩也。

書畫之於潘復興已不是名利之工具，純粹興趣使然。他現雖已年及七旬，仍日日研習不棄，或伏案、或遠遊，心儀前賢，坐究四荒，更兼日日三省，檢點筆墨，從不敷衍。筆墨的至境是內美，畫事即是內美的外化，須有天資、功力、學養、品德四者兼備，不可有高低先後，潘復興深知中國畫的玄奧所在，在未來的藝術道路上，他定會有更出色的表現。期望著他的自我超越。期待著他有更多的精品佳作面世！

他在玉泉的故居

林風眠（一九〇〇—一九九一）

是二十世紀我國最傑出的畫家，如果想要尋找一位對現代中國美術最具影響力的畫家，那麼非林風眠莫屬了。

林風眠對杭州、對西湖自始至終懷有揮之不去的眷戀之情。

一九〇〇年秋天，林風眠出生在廣東梅州，這是一座青山綠水的小城，他說：「我從小生活在山村裡，對大自然有愛好，成爲一種習慣，不管到什麼地方，只要能從車窗中望見外面，不管怎樣的景色，那怕是幾棵樹，幾間小屋，一條河，我都不會感到厭倦。」

一九一九年，林風眠梅州中學畢業後，同林文錚等人一同報名參加留法「勤工儉學」。一九二四年，參加了萊茵宮舉辦的一次中國美術展覽會，會上，結識了蔡元培。

一九二五年冬，蔡元培推薦林風眠出任北京國立藝專校長，旋即回國

任職。

一九二七年，蔡元培聘請風眠出任大學院藝術院院長，林文錚為祕書。

一九二八年杭州國立藝術院成立，林風眠被任命為院長，他聘請林文錚為教務長，在湖畔的哈同花園大禮堂行就職禮。一九二八年四月十一日《申報》報導：「西湖國立藝術院於九日舉行開學典禮，來賓有吳稚暉等人，行禮如儀後，院長林風眠致辭，略謂西湖有許多來訪，一為遊覽，二為燒香，前者為此地風景好，自然美吸引，後者為拜佛。其實，佛在人心，何必遠道而來，蓋亦仰慕西湖之美也，而在美上，人心不知足，故有自然之美之外的創造，這是設立藝術院的原因。」蔡元培手書之「杭州國立藝術院」校碑樹立於藝術院門外。

林風眠以「學術自由，相容並蓄」為建院方針，介紹「西洋藝術，整理中國藝術，調和中西藝術，創造時

代藝術」為目標。當時，林風眠所聘請的教師，只要藝術確有成就，沒有門戶之見，畫系流派很多，吳大羽、克羅多、李超士、蔡威廉、方幹民等人，都有個人獨特風格。陶元慶沒有留過洋，其藝術個性很強，也被林風眠請來，因此，學校的學術自由空氣濃厚。

林風眠是自由主義藝術家，主張自己選擇藝術之路。師生中，寫實主義與抽象主義爭論激烈，林處於「超脫」地位，即不支持這一派，也不貶抑那一派。師生各種流派的展覽、刊物都在闡明自己觀點，正如《教育大綱》中提出的：「本校藝術教育方針是不偏不倚的立場，在忠於藝術，促進吾國文化恢復其過去的榮光為目的。」

一九三五年，林風眠靠賣畫、靠「藝專」薪水，在湖畔玉泉建造了一座小屋，房屋由他親自設計。未料，只過了二年，到了一九三七年「藝專」正在籌備建校十周年校慶之際，日本侵華戰爭爆發，寧靜的校園生活被打破。

十一月中旬，日軍在金山衛登陸，杭州危在旦夕，學校奉命撤離。

「藝專」師生從南星碼頭乘木船出發，過起流亡生活。

他們撤離後，校園立刻成為日軍兵營，學校沒帶走的畫作等全被日軍用大刀割成七零八落，他的畫作〈摸索〉做了日軍蓋馬廐的防雨布了。林風眠失去了他半生心血創作的油畫。日軍佔領杭州期間，這所玉泉的小屋被用作傷兵醫院。

一九四五年，抗戰勝利後，林風眠回到杭州，他從上海接回了分離八年之久的妻女，一起住進了玉泉的小屋裡。當時，雖不擔任藝專校長，他是一個畫家，也是一位教授，屋內常常有三五知己，眾人品茶論道，學生登門求教，談不上門庭若市，也不算寂寞。他重新修繕了被破壞的舊居，並在屋頂上增建了一個大畫室，四面銅窗，中間擺著一個大畫桌和一張大床，小陽台種了許多仙人掌，站在陽台上可眺望湖邊景色，樓下有大客廳和四個小臥房、衛生間，客廳書架上堆滿畫冊和書籍，還有許多古典音樂唱片，牆上經常更換他自己的作品。

他的夫人、女兒蒂娜，以及後來成為女婿的奧籍猶太人卡門和他生活在一起。夫人經常往來於滬、杭之間

，幫著料理家務。一家四口人有四種不同血統，夫人是法國人，女婿是奧地利人，女兒則是中法混血。女兒婚事由夫人做主，卡門是一個到中國避難的遠房親戚，做過牙醫。

在杭州期間，林風眠雖然只是一名普通教授，但是他沒有了雜務，一身輕鬆，由此畫畫時間多了，成就了他一生創作的高峰時期。大部分時間住在玉泉小屋內，閉門謝客。不過，仍有不少同事或朋友來訪，傅雷、趙無極、蘇天賜等人是林家常客，也有不少藝術界的追隨者登門拜訪，例如：黃永玉、吳冠中、金明玉等人常常帶畫請恩師賜教。

林風眠在玉泉家中常舉行小型PARTY，學生也為老師慶賀生日。

有一次，林風眠在小屋內為他的學生蘇天賜、凌環如舉行了婚禮。蘇、凌倆人在戰亂中失去了雙親，他像慈父一樣為他們在家中主持了結婚儀式。

學生喜歡到林風眠家做客，他們學畫、唱歌、演戲，經常三三結伴來到馬嶺山下，坐在玉泉寺的山門旁，坐在涼亭的石板凳上，聆聽從林家客廳裡傳出來的悠揚音樂，有貝多芬、

蕭邦、莫札特、李斯特優美的樂聲，有時也聆聽義大利女高音家尼莉那花腔般的歌唱而令人銷魂。

同學們早就耳聞風眠頗具傳奇的人生經歷，一位曾執中國藝壇牛耳，叱吒風雲的人物，大起大落，一時又沉到社會底層的人生境遇。

一九四七年冬，鋼琴大師馬思聰在「藝專」禮堂演出，林風眠陪同妻子、女兒、女婿前來觀賞他演奏的〈聖母頌〉、〈西藏音詩〉等。結束後，馬思聰為答謝東道主的幫忙，在樓外樓餐館設宴款待林風眠一家與藝專師生。席上，林先生身著一件西式草綠夾克，一頂黑色法蘭西小帽，目光深邃，絲毫沒有大畫家的架子，用略帶廣東口音的國語向大家致謝，話不多，卻令人印象至深。

住在玉泉的這段時間，林先生除了去「藝專」上課，其餘時間仍然是畫畫，題材多為仕女、風景、花卉，還有貓、秋鷺、公雞、貓頭鷹等。

他常常畫到深夜，然後擺到地板上。次日早晨起來挑選，滿意的留著，多數被撕掉了。他的這個習慣延續到他的一生。風眠雖使用的是水墨工具，但是不受限制，夾進了水彩色、

水粉色，用的畫筆除色筋筆外，主要是大號毛筆和各種刷子，他深切地瞭解到水墨畫上用色很難，水墨以墨為主，加進色彩就得與墨協調，這種畫法至為不易，所以，他作畫時非常謹慎。

一九五〇年農曆十月初一是林風眠五十歲生日，也是他在玉泉小屋內渡過的最後一個生日，幾位學生與同事過來祝賀，其中有關良、鄧白等人。

沒有過多久，「知識分子思想改造運動」開始了，稍後進行了教學改革，過左的思潮越來越激烈，大力批判資產階級藝術思想，人們把他掛在臥室裡從沒有公開過的〈黑衣女像〉拿出來大加批判。

一九五一年初，學校組織了一次批判會，一批師生被冠上「新派畫集團」被進行批判，有人追根求源，由此林風眠成為「形式主義祖師爺」，構成了他辭職的直接原因。此時呆在學校已經無事可做了；一九五一年，風眠辭職離開了杭州回到上海。林風眠一走，再也沒有回來。

回到上海後，一家人住在一位法國朋友的舊樓內，家裡生活費由夫人教法語維持。有時夫人通過法國領館

賣點畫作度日。但是仍不能維持家庭開銷，於是林風眠給人做家教，收入時斷時續。到了一九五四年有了轉機，「華東美術家協會」成立，主席劉開渠，副主席賴少其、豐子愷等人，林風眠是理事，美協可以給點生活費，但是規定，每月需要拿出一張畫交給美協。他的這點收入僅僅夠柴米油鹽開支，如果要買畫紙、顏料等開銷還是非常緊張。

一九五六年，國家允許僑民歸國，他的妻子、女兒、女婿離開了上海，到巴西定居。妻女走了後，風眠孤身一人住在舊樓中，一住就是二十七年。

那時他的繪畫不好賣，十元錢都賣不出去，但是也有「識貨」的人，有個人一次賣了四幅，跑到美國後，發了一筆小財。

一九六一年，林風眠玉泉的小屋以七千元人民幣價格被收歸國有。

文革時，林風眠被關進監獄，罪名是在任杭州「藝專」校長時聘請外國教授，有「裡通外國」的確鑿證據，在牢獄中整整呆了五年。直到一九七二年，他的大弟弟回國探望哥哥，不知林風眠下落，於是打算到北京找

周恩來，周總理沒見到，不過遇到了梅縣同鄉廖承志，他向廖打聽哥哥下落。

廖答應幫忙查一查。終於在周總理與廖承志的關心下，林風眠以「無確鑿證據，應予釋放」結論，結束了牢獄生涯。

一九七七年十月二十六日，林風眠離開了奮鬥七十八年的中國內地抵達香港，住在堂弟林汝祥家中，一見面，林風眠不無感慨的說：「我一生落落，什麼家產也沒有，只帶了四十幅畫出來。」

堂弟笑著說：「不要難過，只要有『畫畫機器』出來就好了。」

林風眠離開大陸之後，非常想念西湖，又畫了不少蘇堤、西湖春秋的繪畫。無論是誰看了這些畫都會感覺置身於江南美景之中，楊柳由綠轉淡墨的遠山與拱橋，一派江南明媚清秀的怡人景色。他的畫作淋漓盡致的滋潤效果，無論是西畫或中國畫都不能達到如此完美的境界。從他的畫作中，人們不難窺探到，雖然晚年寄居異鄉，但是他的心始終不渝留在西子湖畔。

張可久

與

與德清

德清

朱惠勇

德清縣文聯的第十期《吳越風》

刊登孫侃先生〈在清溪畔懷想另一位遊子〉文章，記述了張可久與德清的情緣。張可久是何人？對於當今的德清人來講鮮為人知，所以引起我的極大的興趣。近日，我查看了多家出版社出版《元曲三百首》和明嘉靖《德清縣志》、清康熙《德清縣志》後，真讓我感歎不絕。張可久是元代著名的散曲家，在我國文學史上佔有一席之地。故特待他與德清難解的情愫與關聯，寫出以饗讀者。

張可久（約一二七〇—一三四八），字小山，號伯遠，慶元（今浙江寧波）人。曾任桐廬典史、省署掌管文牘的首領官、紹興、衢州路吏、昆山縣幕僚等官職。一生仕途坎坷，平生好遊江南山水，晚年曾在杭州、德清兩地居住。專寫散曲，尤工小令。有《小山樂府》六卷、《蘇堤漁唱》等。他的作品有《賣花聲》、《懷古》、《憑欄人》、《江夜》等套曲。他與喬吉合稱為元代散曲兩大家，他

將詩詞的聲律、詞藻、句法進入散曲中，使散曲作品開創、拓寬了新路子。其散曲風格清麗俊雅，恬淡閒逸；當時十分流行，頗有名聲。明清時，文人對他的作品推崇與喜愛。現存散曲小令八五五首、套數九套，是元曲最負盛名的一家。亦是元代創作散曲最多的作家。《太和正音譜》稱許他為「詞林宗匠」。明朝李開先將《張小山小令》和喬吉《喬夢符小令》合刊，時人閱讀十分喜歡，又讓唱妓在茶館、戲院傳唱，影響廣泛。

元至元五（一三三九）年，張可久因仕途不暢，淡泊名利；來到德清開元宮隱居三年餘，開元宮又名開玄道院，地址在德清乾元鎮百梁山（又名百寮山）麓下。開元宮為元代道士王氏所建。王壽衍，字眉叟，號月溪，有學文。元至治初（一三二一）年，被召入京師，元英宗碩德八剌親授王壽衍為「弘文輔道粹德真人」，提領杭州開元宮；常與文人學士交往。後因謝老還江南時，在德清縣城擇地

建道觀。開元宮在元明清三朝屢毀屢建，下有關帝祠，清順治十五（一六五八）年由道會沈侗壽重建，該道宮毀於民國。張可久在德清隱居時，經常登高一二一米的百涼山頂峰欣賞德清余不溪的兩岸山水風景，寫下了頗多德清為內容的散曲小令，如《雙調·水仙子》、《德清觀梅》、《越調·天淨沙》、《由德清道院來杭》、《中呂·紅繡鞋》、《德清山中簡歌子春》等散曲。他的散曲《中台·滿庭芳》、《九曲溪》對德清山水風光描繪，也是對他在德清余不溪畔的生活真實寫照。

「桃花院宇，梅邊杖履，竹下琴書。余不溪上山無數，儘自相娛。雲樹淡十幅畫圖，月波寒九曲明珠。閑鷗鷺，三年伴侶，不減賀家湖。」張可久散曲中的生活顯得清貧淡泊，桃花、梅樹、翠竹、青山、綠水、道院、琴書的德清值得他的流連。再說余不溪環如九曲，穿越縣城東下、古橋、老宅、大樹、集市及當地風土人情在文人腦海中留下不可磨滅的印象。他三年客居德清開元宮，邀請四明（今寧波）人任昱來德清欣賞山水風光。任昱，字則明。年輕時喜旅遊，這

位元散曲高手的作品精煉、簡樸，活潑，現存小令五十九首，套數一套。傳為他的作品問世後，很多歌妓登門拜訪求索小令；以供傳唱。張可久客居德清第二年秋天，書邀喬吉來德清。喬吉（一二八〇—一三四五），字夢符，號笙鶴翁，惺惺道人，山西太原人。終生不仕，嘯傲山林，寄情詩酒，消渡時光。有散曲集《惺惺道人樂府》、《文湖州集河》、《喬夢符小令》共有小令二〇九首，套數十套，僅次於張可久的多產作家。他還創作雜劇十一種，如《兩世姻緣》、《金錢記》、《揚州夢》等。作品風格

情麗見長，樸質通俗。並提出：「鳳頭、豬肚、豹尾」六字，就是說作品要求開頭美麗，中間浩蕩，結尾響亮。對戲曲理論及創作影響頗大。兩位散曲大家相會於德清百涼山下的開元宮，又直奔余不溪畔，站在阜安橋（俗稱長橋）上；時值八月桂花水，橋下波浪滾滾，濤聲震天，十幾艘漁舟在風浪中逆流而上。喬吉作《中呂·滿庭芳》漁父詞：「扁舟棹短。名休掛齒，身不屬官。船頭酒醒妻兒喚，笑語團圓。錦畫圖芹香水暖，玉圍屏雨石急風酸。清江畔。閒愁不管。天地一壺寬。」

嵊籍世界乒乓球冠軍

倪夏蓮的傳奇人生

嵊州 徐華鏞

二〇〇九年四月二十三日，嵊州籍、世界乒乓球冠軍、歐洲乒乓球冠軍——倪夏蓮和她的丈夫托米，率盧森堡乒乓球代表團赴日本比賽後回到祖國，受到熱烈的歡迎。在江蘇省江陰市中學一個以她名字命名的體育館內

，倪夏蓮作了乒乓現場表演，並作了「祖國榮譽高於一切」的演講。四月二十四日，倪夏蓮到江陰市新華書店和江陰作者顧鐵林一起參加《乒乓大使倪夏蓮》一書的簽名售書活動。

倪夏蓮是嵊州的女兒，是紹興的

風雨飄飄，漁舟蕩漾。兩位散曲家在橋上各作《雙調·水仙子》、《德清長橋書事》，雖然在同橋、同題散曲，各顯特色。無疑為德清縣文學史上題寫絢麗的一頁。據說張可久離開了德清，去紹興會友印象較深，並在杭州西湖旁作《越調·小桃紅》、《寄鑿湖諸友》：「一城秋雨豆花涼，閒倚平山望。不擬年時鑿湖上，錦雲香，採蓮人語荷花蕩。西風雁行，清溪漁唱，吹恨入滄浪。」

此曲將揚州平山堂、蘇州滄浪亭、紹興鑿湖、德清余不溪（余不溪又名清溪）四景合一，可見他對德清情緣之深。

女兒，是中國的乒乓健將。中國駐盧森堡大使馬志學說：「倪夏蓮是盛開在中國與盧森堡友誼百花園中的一朵鮮花，她用乒乓傳遞友誼，用乒乓為中國贏得榮譽。倪夏蓮是中國的驕傲，也是盧森堡的驕傲，是一位名符其實的『乒乓大使』。」

與銀色小球結緣

倪夏蓮的故鄉在嵊州市甘霖鎮下倪村。其父親倪瑞富是下倪村祖祖輩輩的農民。一九四七年，其在上海打工的哥哥葉倪財把十七歲的倪瑞富帶到上海，在一家小紡織廠當翻砂工。倪夏蓮的母親葉源花，是嵊州市博濟鎮葉家村人，一九四九年離開嵊縣在杭州附近的長安製絲廠工作，一九五三年與倪瑞富結婚後來到上海，在康定路絲綢廠工作。

一九六三年七月四日，倪夏蓮出生在上海一個只有十九·八平方米的住房裡，她是老四，上面還有二個哥哥、一個姐姐，由於父母親均在工廠上班，小夏蓮便抱到故鄉嵊縣下倪村，由奶媽蔣玉蘭撫養，因此夏蓮是喝著嵊縣剡溪江畔的乳汁成長的。斷奶後，倪夏蓮重新回到父母身邊，由奶奶一手帶大。

倪夏蓮的乒乓球生涯是從七歲開始的。當時她家馬路對面的房管所裡有一台黑白電視機，電視機在上個世紀七十年代初期是罕見物。那段時間的傍晚，總在播放「亞非拉乒乓球錦標賽」的新聞轉播。乒乓球是中國的國球，吸引著許多人來觀看比賽盛況，

小夏蓮近水樓台，穿過馬路便擠到裡面去觀看。啊，那一來一往跳動著的白色小球引起了她的注意，特別是中國隊取得一項冠軍時，贏得了場內場外的陣陣喝采，更令小夏蓮神往。從此她與銀色小球結下了緣，她期望長大後也能成為一名乒乓球運動員，也能贏得觀眾的喝采。

倪夏蓮懷著乒乓的梦想，進入了上海市控江二村小學，這是一所在工人新村裡辦的重點小學，校內有八張墨綠色的乒乓球台，是她童年中的一塊聖地。小夏蓮進入二年級後便開始在打乒乓球，並入選學校的乒乓球隊，三年級便成為學校的乒乓大王。當時學校把倪夏蓮推薦給上海江灣區少年體校，然而學校的教練看了倪夏蓮的全部資料後把她退掉了，倪夏蓮苦苦哀求，教練們毫無表情的說：「你個子矮，你的父母也矮，這是先天註定你在乒乓球上不會有發展。乒乓球運動員要不斷在台旁奔跑，手長腳長的人才優。」

當時楊浦區業餘體校的一位教練卻對倪夏蓮有不同的看法，他認為作為一名運動員，除了身體條件外，還

有比這更重要的地方，那就是運動員的毅力和勇氣，而這種氣質是很難讓人覺察的，小夏蓮身上就有這種寶貴的潛力，他接納了小夏蓮。

倪夏蓮在接受命運的挑戰，她向自身這個缺陷發起了挑戰，為此她要比別人付出更多的辛苦，也只有更多的付出，才能得到回報。

命運總是眷顧那些勇於拼搏的人，一九七五年夏天，十二歲的倪夏蓮獲上海市小學生女子乒乓球冠軍。一九七六年，十三歲的倪夏蓮進入上海市青少年業餘體校。一九七七年，獲全國少年乒乓球冠軍。

一九七八年夏天，倪夏蓮遠赴國外，參加土耳其伊茲密爾市舉行的世界中學運動會，倪夏蓮打得非常順利，她奪得了團體的冠軍、女子雙打冠軍。她本來可以一鼓作氣輕鬆地拿下女子單打冠軍，可是在當時「友誼第一，比賽第二」的政治指導下，十五歲的倪夏蓮服從領導的安排，把球讓給了東道主土耳其的選手，屈居亞軍。

一九七九年，被人們稱為「小不點」的倪夏蓮在第四屆全國運動會上

爆出冷門，她以變化莫測的球路，靈活機動的戰術，戰勝了曹燕華、童玲等世界一流的名將，奪得女子單打亞軍而進入國家隊。這是她心目中的一塊聖地，這裡的二十五位女子乒乓球員都是精英，每個人都有自己的絕活。然而真正成為主力隊員的就只有四、五個人，其餘的二十個人卻上不了國際比賽的戰場，她們如同白頭宮女，默默無聞，只有奉獻。一定要做主力隊員，決不可埋沒在這二十個陪練人員中，倪夏蓮決心再次拼搏。她把莊則棟「笨鳥先飛」作為自己的座右銘，別人走一步到位，她就走兩步，而且這兩步的速度比別人的一步還要快，「有數量才有品質」，她把每分鐘都用到極限。倪夏蓮打球是用左手握拍的，為能揚長避短，助長打球的優勢，她選擇了「直拍長膠」的獨特打法，被人們譽為「怪球手」和「黑馬」，這成了她進入國家隊主力隊員的法碼。

勇奪世界乒乓球冠軍

一九八〇年，身高一·五七米的倪夏蓮獲得國家運動健將的稱號。

一九八三年春天，舉世矚目的第三十七屆世界乒乓球錦標賽在乒乓球日本首都東京舉行，各國好手雲集。經過中國隊領導的反覆考慮，中國女隊排出了曹燕華、倪夏蓮、童玲、耿麗娟等四位戰將作為主力隊員出陣，她們以三：〇的相同比分，連勝荷蘭隊、法國隊、南斯拉夫隊、捷克斯洛伐克隊、匈牙利隊、德國隊和朝鮮隊，殺入半決賽。半決賽遇到了原蘇聯隊，女排教練們排出了三名出場隊員：曹燕華、童玲和倪夏蓮，她們不負眾望，又以三：〇戰勝了原蘇聯隊。

四月二十日晚，日本女子隊以同樣的凌厲殺勢進入了決賽，和實力相當的中國隊在東京代代木體育場相遇，爭奪考比倫杯。對於日本隊來說，是占了天時、地利、人和優勢，他們揚言，要以「破釜沉舟」的精神擊敗中國隊，希望以這次的世界大賽作為振興日本乒乓球運動的一個轉捩點。

中國姑娘們個個摩拳擦掌，一心想在這場比賽中為中國爭光，但是在這多名國手中挑選誰呢？在京王飯店二十七層的一個小會議室裡，中國教練組鄭敏之、張燮林、周蘭蓀、馬金

豹、胡玉蘭等資深教練琢磨著女隊出場的三名最佳人選，這是為國爭光的具體人選呀！可以毫不誇張的說，中國隊每一次捧杯，首先在佈陣上凝聚著教練員們的智慧。可這一次佈陣，卻讓她們費神了，幾個人把手中的幾張牌翻來覆去掂量再掂量，最後一致舉手通過，剛滿二十歲的矮個子倪夏蓮入選了，她和曹燕華、耿麗娟三人組成了中國女子隊迎戰日本隊。

爭奪考比倫杯的中日大戰開始了，曹燕華和倪夏蓮作為「雙打」選手迎戰日本隊。曹燕華用的是右手，以弧圈球為主；倪夏蓮用的是左手，以近台快攻為主。這樣一右一左，一弧一快的打法和配對，簡直讓日本人無法應付，結果比賽以二：〇結束，再次奪得女子團體冠軍。倪夏蓮在賽場上表現出來的「拼」與「快」的那股精神，給日本觀眾留下了深刻的印象。

在女子單打比賽中，倪夏蓮不負眾望，充分發揮了「黑馬」、「堅球」的作用，先後擊敗了南朝鮮、荷蘭等種子選手，碰到自己的戰友曹燕華。倪夏蓮躍躍欲試，因她已多次擊敗過曹燕華，倪夏蓮勝券在握。然而在

這節骨眼上，領導找倪夏蓮談話了，希望她讓球給曹燕華。倪夏蓮雖然感到可惜，可她還是一口答應下來，因為中國乒乓球隊是一個集體，讓「球」是為了一致對外，她是個識大體顧大局的人，她非常自然地以「一：三」的比分讓給了曹燕華。

一九八三年的春天，是屬於倪夏蓮的，在那屆她註定要創造輝煌的世界乒乓球錦標賽上，倪夏蓮的榮譽還沒終止。在男女混打比賽中，當時的世界男子乒乓球單打冠軍郭躍華找到倪夏蓮，徵求她是否願意和他搭擋參加混合雙打，倪夏蓮有些受寵若驚，因郭躍華是她心目中崇敬的老大哥。經國家乒乓球隊批准，倪夏蓮和郭躍華面對那一場場血淋淋的廝殺，過關斬將，十分艱難地得到了第三十七屆世界乒乓球賽混合雙打冠軍。事後，倪夏蓮意味深長的說：「我當時像灰姑娘遇到白馬王子一樣的興奮，我從郭躍華大哥身上學到了不少東西，我們真是打得太艱苦了，有幾場是以落後的情況下拼奪上去的。那一次，我們都沒有讓球，是真打，我們還以三：一的比分贏了蔡振華和曹燕華。」

在三十七屆世乒賽上，倪夏蓮以沒有輸給外國球員任何一局的驚人成績成了中國的功臣。她還與曹燕華合作，獲得了女子雙打第三名。

一九八五年，在三十八屆世乒賽事中，倪夏蓮對外國選手的比賽依然沒有輸掉一局，她與曹燕華獲得女子雙打第二名；混合雙打與滕義配合獲得第三名。

在作為「夢之隊」的中國乒乓球隊中，小個子的倪夏蓮知道，中國的女子乒乓球人才輩出，她在中國的乒乓球生涯將屬於另一個小個子女人——鄧亞萍。一九八六年二月，倪夏蓮帶著眼淚離開了拼搏七年的國家隊，退役了。國家乒乓球全體教練和隊員為倪夏蓮舉行了親切而熱烈的歡送會。她含著熱淚動情的說：「是國家隊給了我這身乒乓球藝，是國家隊給我機會贏得了榮譽，我會永遠記著祖國，永遠記著大家。」倪夏蓮依依不捨地和隊友們一一握手道別。

一顆耀眼的海外使團乒乓球明星

就像足球請聘國外教練與球員一樣，中國的桌壇高手自上個世紀七十

年代開始就被國外球隊請去當「外援」，國人稱他們為「海外兵團」，由於她們為中國與海外的交流起了不可替代的作用，現人們改稱為「海外使團」。

一九八九年八月二十七日，二十六歲的倪夏蓮在國家隊教練馬金豹的幫助下，與德國萊茵河畔的拜耳公司俱樂部簽訂了合約，她與年輕的丈夫林宏偉來到德國克萊菲爾德市，成為海外乒乓球使團的一顆耀眼明星。她在德國打了一年的乒乓球，沒有輸掉任何一場球，她那身變幻莫測的怪球引起了人們的好奇與關注，許多俱樂部紛紛向她伸出了橄欖枝，提出了更好的合作條件，而令倪夏蓮心動的是盧森堡大公國的國家隊。盧森堡國家不大，但經濟條件好，他們不但給倪夏蓮提供了優惠的條件，而且還給她的丈夫找了一份很好的工作。她決定離開德國到盧森堡去。

在盧森堡，倪夏蓮靠自己的乒乓球藝開闢出一個嶄新的天地，迎來了她乒乓球生涯中的又一個高峰。在這以後的十幾年中，倪夏蓮先後轉戰於德國、美國、波蘭、盧森堡、義大利和

荷蘭，她走到哪裡，就把冠軍帶到哪裡，被人們譽為「歐洲不可戰勝的乒乓球女王」。一九九六、九七、九八、三年倪夏蓮蟬聯歐洲十二強比賽的女子單打冠軍。一九九八年，她又把當時霸佔了二十一年歐洲女子冠軍的匈牙利布達佩斯俱樂部主將拉下馬，首次榮登歐洲女子乒乓球冠軍的寶座。

倪夏蓮談起這十幾年的經歷，自豪而又感慨地說：「只要我到哪個國家城市的俱樂部，哪個城市的俱樂部就是國家的冠軍，我簡直變成了冠軍的品牌。每當我拿到冠軍，我都會深深地懷念祖國，是祖國母親給了我這身骨肉軀體，是祖國母親培養了我這身乒乓球藝。」

二〇〇二年的歐洲乒乓球女子冠軍倪夏蓮卻拿得十分不易。那一年，她跟多年的丈夫林宏偉分手了。離婚帶來的創傷在她的心久久難以癒合，整整三個月，她都沒有睡好覺。她決定放棄這次比賽，並和兒子作出去國外旅遊的打算，以忘卻痛苦。可是盧森堡國家隊的主教練連續三次來到倪夏蓮的住所，邀請她再次出征。盛情難卻，倪夏蓮咬咬牙應允了，她在

極短的時間內調整了心態，加強訓練，奮勇上陣。三十九歲的高齡選手倪夏蓮以自己紮實的乒乓功底，連連挫敗對手，不僅拿到了歐洲女子單打冠軍，還與人合作，奪得了歐洲乒乓球雙打冠軍。

倪夏蓮再次奪得歐洲冠軍後，在盧森堡大公國成了英雄。她在盧森堡受到上至大公（即國王）下至平民百姓以及歐洲體育界和球迷們的推崇和尊敬。報紙和電視裡經常出現她的名字和形象，使她成為球場外的又一個品牌。然而倪夏蓮並沒有忘記自己的祖國，祖國始終放在倪夏蓮的心中。一九九三年，在瑞典舉行的第四十四屆世界乒乓球錦標賽上，倪夏蓮與中國隊的陳子荷相遇了。這是一場關鍵的球，我要不要打？我要不要拼？倪夏蓮犯愁了。如果贏了，我如何面對祖國？如果讓了，我對盧森堡怎麼交待？她處在萬分無奈的境地。祖國榮譽高於一切，她作出了讓的決定，但又不能讓盧森堡的同行們看出，為此在打到兩局平之後，當第五局倪夏蓮從十九：十六領先時，她面對中國領隊席上的李富榮和張燮林的嚴肅的臉

，不動聲色地把一次次的球讓給了陳子荷，使中國女子隊再次獲得考比倫杯。

在商業、經濟和體育上，倪夏蓮為中國和盧森堡之間的交流也做了很大的貢獻，中國駐盧森堡大公國大使馬志學讚譽倪夏蓮為「乒乓大使」。

以五十五歲高齡 參加二〇〇八北京奧運會

奪得二〇〇二年的歐洲乒乓球冠軍後，由於年齡的原因，倪夏蓮放下了球拍，投身於商界和金融界。二〇〇四年，在雅典舉行的世界奧運會上，倪夏蓮也怦然心動過，但這樣的比賽強度對於年屆四十一歲的倪夏蓮來說實在難以支撐，便放棄了。

二〇〇八年，當二十九屆奧林匹克運動會在北京召開時，年屆四十五歲的倪夏蓮激動得流淚了，偉大祖國首都北京就像一塊強有力的磁鐵緊緊地吸引著她。倪夏蓮重新拿起懸掛多年的直握球拍，重披戰袍，決心返回祖國參加比賽。

按理說，倪夏蓮的年齡可以打元老杯了，但她卻要返回祖國參加北京

奧運會女子乒乓球單項比賽，與年輕的姑娘們一拼高低。然而並不是每個乒乓球運動員都可以參加比賽的，須達到一定積分，列為世界桌壇中的種子選手方可拿到進入奧運會比賽的入場券。為能達到足夠的積分，從二〇〇七年開始，倪夏蓮又頻頻出現在乒乓球賽場上，在歐洲十二強乒乓球比賽上，倪夏蓮說：「起初，我認為自己為盧森堡大公國打球只是幫助他們，

但是乒乓球輸入我的血液，如果我現在不打，那就說明我的乒乓球生涯終止了，我之所以現在還來拼搏，因為二〇〇八年的奧運會在我自己的祖國舉辦，我將力爭參加，這有特殊的意義。」

二〇〇八年三月，國際乒（桌）聯正式通知倪夏蓮參加北京奧運，倪夏蓮激動得流淚了，她很快便進入密集訓練。

同年八月七日，倪夏蓮隨盧森堡國家隊來到北京參加第二十九屆奧運會開幕式。在教練和運動員進場時，倪夏蓮揮舞著手巾走在盧森堡國家隊的前面，電視中的特寫鏡頭非常清楚。在通過貴賓席時，盧森堡大公（即

國王）亨利和瑪利亞·戴萊斯·梅斯特公主同時站起來，向代表他們的國家健兒致敬。主席台上，中國國家主席胡錦濤站起來了，向運動員們揮手。倪夏蓮一個在盧森堡生活了二十年的中國人，如今能與國王一起參加在自己祖國舉行的世界盛典，能得到國家主席的揮手，這是一件多麼難得又是多麼自豪的機遇。

二〇〇八年八月二十日，在北京大學體育館進行的奧運會乒乓球女子單打預賽第二輪中，倪夏蓮作為本屆奧運會女子乒乓球比賽中年齡最大的選手，和中華台北年輕的姑娘黃怡華對陣，比賽進行得十分精彩，當倪夏蓮以四：一戰勝黃怡華時，賽場上沸騰了，「四十五歲的祖母級乒乓球健將再次勝出」的新聞在她的第二故鄉上海、北京、盧森堡、台北，甚至世界各地的報刊、電視上出現。倪夏蓮面對媒體說：「我參加大型賽事已經很多年了，很高興能在比賽中發揮我的所有潛能。我的對手黃怡華是一名很優秀的運動員，每次我改變戰術，她都能反應過來，並且很快適應它。在乒乓球比賽中，優勢總在控球人手中

。我至所能戰勝她，是我的正手進攻今天發揮得非常好。」

年齡畢竟不饒人，倪夏蓮在下一輪的比賽中輸掉了，但她還是很欣慰，因為她回到了祖國，並且參加了，盡力了。「凡是比賽，終要分勝負，在比賽專案中，冠軍只有一個，但自己要自己盡力參加，都是精神上的冠軍。」倪夏蓮的話富有哲理。

一個幸福的四口之家

倪夏蓮對故鄉有著深切的情感，她每次填表格時，在籍貫一欄中總是填上「浙江嵊縣」。

二〇〇〇年清明節前夕，倪夏蓮與父母及哥哥倪巨集生、倪巨集明、姐姐倪秋蓮回到故鄉嵊州祭祖，她看著自己喝過第一口奶水的下倪村，左顧右盼，感慨萬千。當年父親迫於生計，離鄉背井，離開了下倪，現在新农村建設中，下倪村卻發生了天翻地覆的變化，「簡直比盧森堡還要漂亮。」倪夏蓮發自內心由衷地說。

倪夏蓮現在有了一個新的家庭，丈夫托米，是個風趣幽默的德國籍瑞典人，也是一名乒乓球運動員，在瑞

典曾經是第三號強手，二十一歲便執教於澳大利亞國家隊，成為世界上最年輕的國家隊教練。一九九四年，托米被盧森堡大公國聘為國家乒乓球隊總教練，也正是這個時候，托米認識了倪夏蓮，從相識到相知，再到交心，二〇〇二年，托米與倪夏蓮結婚。

一年後，他們有了一個女兒，取名為席琳。為什麼取這個名字呢，托米說出了原由：「那天，懷著孩子的夏蓮和我一起去看一部獲得奧斯卡獎項的電影，夏蓮深深地被電影中的主題歌吸引了，我們就商量著，給懷中的這個孩子取名為電影主題歌的演唱者席琳的名字，希望孩子長大後像這個演唱者一樣去感染別人。」

席琳今年已十歲了，她是托米和倪夏蓮的心頭肉，每天女兒乘坐的校車還沒有到門口，托米已提前打開大門，等待著女兒的到來。

除了托米與席琳，倪夏蓮與前夫林宏偉的兒子威利也基本上住在她的家裡，威利對魔術非常感興趣，他的一些魔術絕招有的是托米輔導的，有的是通過網上學會的，現在已經能上台表演節目了。

托米用自己的愛，讓倪夏蓮變得開朗樂觀，他深情地說：「夏蓮是一個奇蹟，她這樣的年齡還能得到這麼多的冠軍，這個世上估計不會再有第二人了。」

現在倪夏蓮和她的一家住在盧森堡大公國的第二大城市——埃特爾布魯克市的一個占地七百平方米的豪華別墅裡。這座別墅是一座漂亮的建築，其式樣和佈局都是按照倪夏蓮要求建造的。盧森堡大公國是歐洲的一個小國家，用地很緊張，由於倪夏蓮是特殊人物，為這個國家和這座城市曾作出過貢獻，因此這塊住宅用地是市長特批給她的。

縱觀世界的乒乓球史，倪夏蓮以四十五歲的高齡和兩個孩子的母親參加奧運會女子乒乓球單打比賽的角逐是十分罕見的，以二十歲的年齡獲得世界乒乓球冠軍後在國際乒乓球賽場上馳騁二十五年，更是絕無僅有。倪夏蓮的傳奇人生值得世人驕傲，值得中國人民驕傲，更值得故鄉浙江嵊州人民驕傲。



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

第二屆世界浙商大會在杭州隆重召開

杭州

徐忠友

金秋十月，是收穫的季節，美麗的西子湖畔桂花盛開，浙江的父老鄉親們興高采烈，熱情迎接著從世界各地趕回來的二千多位浙商代表參加兩年一度的「世界浙商大會」。世界浙商大會是浙江省規格最高、規模最大的浙商精英聚會，是浙江省委、省政府支持浙商創業創新的重要戰略平台。首屆世界浙商大會二〇一一年十月在杭州成功舉辦，並得到習近平、張德江等國家領導人的高度重視。

二〇一三年十二月二十六日上午，位於浙江省政府行政中心的人民大會堂彩旗招展，花木蔥郁，人群如織。以「創業創新闖天下、合心合力強浙江」為主題的第二屆世界浙商大會在浙江省人民大會堂主會場內隆重開幕，來自海內外浙商代表與浙江省的領導匯聚一堂，共話桑梓之情，共謀發展大計。

上午九時正，大會在播出一部反

映浙江十一個市語言的《鄉音》專題片後正式開始，中共浙江省委書記、省人大常委會主任夏寶龍在開幕式上致歡迎辭。他在致辭中代表中共浙江省委、省人大常委會、省政府、省政協和五千四百七十餘萬父老鄉親，向天下浙商致以誠摯問候，對廣大浙商為浙江發展作出的重要貢獻表示感謝。他說，黨的十八大以來，省委提出了「四個翻一番」的新目標、新要求，明確了幹好「一三五」的路線圖、時間表。當前，全省上下正以時不我待，奮發有為的精神狀態，全力抓好改革發展穩定各項工作，特別是我們打出轉型升級「組合拳」，打出了一個更為廣闊的發展舞台，這個舞台屬於浙江人民、屬於天下浙商。浙商是浙江最寶貴的資源和財富，是浙江發展最為倚重的力量，浙商興則浙江興，浙商強則浙江強。我們將進一步優化創業環境，為浙商發展壯大營造

更好的氛圍，力爭把浙江打造成為審批事項最少、辦事效率最高、投資環境最優的省份，讓每一位浙商都能在家鄉安心、順心、舒心地投資興業，都能感受到家鄉的無比溫暖和回報家鄉的無上光榮。

夏寶龍深情地說：「浙江是浙商永遠的家，這裡有大家的父母兒女、兄弟姐妹，有大家的兒時記憶、成長印跡，還有大家的酸甜苦辣、百味人生。家鄉呼喚遊子歸來，家鄉需要所有浙商共同建設美好家園。希望廣大浙商回歸浙江，爭做責任浙商；堅守實體，爭做實業浙商；轉型升級，爭做創新浙商；義利並舉，爭做『最美』浙商。始終牢記對家鄉、對父老鄉親那分沉甸甸的責任，把更多更好的人才專案建在浙江，把更多更優秀的人才引回浙江，把更多更優質的資金和技術投向浙江，努力做情繫家鄉、回報桑梓的模範。積極做實體經濟的『堅

守者」，樹立講品質、鑄品牌、做長遠的意識，把主業做久做實、做強做大，成為市場經濟的「常青樹」。主動參與創新驅動發展，努力在新一輪發展中實現新的跨越。自覺把個人榮譽、企業興衰與家鄉變化、民族振興、國家富強緊密聯繫起來，做一個心中有夢，敢於追夢的企業家，做一個誠實立身、誠信守業的企業家，做一個富有愛心、回報社會的企業家，努力做浙江的好企業、中國的好企業、世界的好企業。」

在一片熱烈的掌聲中，全國人大常委會委員、澳門特別行政區立法會主席賀一誠先生致辭。他代表海內外的浙江人和浙商，向第二屆世界浙商大會的舉行表示熱烈祝賀，並祝願浙江省的經濟更快發展，家鄉父老鄉親的日子過得越來越幸福。

中共浙江省委副書記、省長李強作主題演講，他在演講中說：「自首屆世界浙商大會召開兩年來，廣大浙商與浙江經濟一道，創新發展、轉型發展、互動發展、融合發展，共同描繪了創業創新的美好畫卷。兩年來，廣大浙商情牽故鄉、造福桑梓，浙商回歸漸入佳境；廣大浙商加快全球化

步伐，不但「走出去」，而且產業層次正在「走上去」。兩年來，浙江省不斷深化改革，提高效率，投資環境更優化，民間活力再增強；我省全力「保增長、調結構、促轉型」，努力實現了百分之八以上的增長目標；我省大力實施創新驅動發展戰略，用「四換三名」工程推進轉型升級；「四大國家戰略舉措」成為浙江經濟發展新平台，產業集聚區和都市區將成為轉型升級新引擎；我省朝著天藍水清的目標，治水治氣、治城治鄉，齊心協力建設美麗浙江。今天重聚首，是為了再一次匯聚浙商能量，攜手再出發，打造浙江經濟和浙江人經濟升級版。希望廣大浙商立足浙江不動搖，堅持實業不動搖，堅持創新不動搖，努力譜寫「創業創新闖天下、合心合力強浙江」的新篇章。」

接著，大會舉行了優秀浙商頒獎典禮，與會領導和著名浙商代表為獲得功勳浙商獎、傑出浙商獎、創業創新獎、浙商新星獎的七十三名浙商頒獎。其中，來自香港的永新企業有限公司副董事長、中國僑商投資企業協會副會長、著名浙商曹其鏞，因長期熱心支持家鄉的教育等公益事業，唯

一榮獲「功勳浙商獎」，由中共浙江省委書記、省人大常委會主任夏寶龍親自為其頒獎。

浙江省委副書記、第二屆世界浙商大會組委會主任王輝忠主持開幕式。浙江省工商聯主席南存輝宣讀了一投身農村治水，共建美麗鄉村」倡議書。境外浙商代表曹其鏞、省外浙商代表沈國軍發言。開幕式上還舉行了浙商創業創新項目簽約儀式，當場簽約四十三個項目，投資總金額達六四六億元。

當天下午，以「中國夢·浙商情——凝聚浙商正能量」為主題的〈第二屆世界浙商論壇〉仍在浙江省人民大會堂主會場舉行。浙江省領導李強、喬傳秀、王輝忠、茅臨生、毛光烈、熊建平、朱從玖、梁黎明、孫景森、湯黎路等出席論壇。來自國內外的特邀嘉賓與有關部門負責人、企業家代表一道，就創新驅動、金融創新、新型城市化、浙商回歸等話題進行演講與對話。

新加坡國立大學東亞研究所所長鄭永年教授、國務院參事室姚景源特約研究員、中國外交學院前院長吳建民等專家與著名浙商宗慶後、汪力成

、馬雲等，在會上就經濟、創新等方面話題進行了座談。

十月二十七日，第二屆世界浙商

大會還舉行了浙商文化論壇、世界浙商青山湖科技城對接、世界青年浙商圓桌會議等活動，為海內外浙商、專

家學者和社會各界搭建起增進友誼、共商發展的高層對話平台，為浙江經濟發展獻計獻策，並作出新的貢獻。

浙西山鄉賞秋韻

杭州
龔玉和

人說，浙西大谿谷春季最美，其實，秋葉之韻，更有一番情趣。

我們一行十月到訪昌化，舉目望去，山村、枯葉、落日、峰嶺，都是風情，幾陣涼風吹來，梧黃楓紅，塊塊梯田呈現出金黃色的稻子，彷彿披上色彩繽紛的繡衣，別提多美了！

大家下榻在農戶家中，剛巧在半山腰，推窗外望，夕陽西斜，晚霞輝映，群山顯得豐富多彩：楓葉的紅色，銀杏的嫩黃，梧桐的枯黃，竹子的碧綠，松柏的蒼翠，點綴著粉牆的民居、精緻的木屋，不知不覺陶醉在河山的秀色之中。

滿山遍野鋪滿了金黃色的落葉，在晚霞餘輝映照之下，彷彿塗上了一層油彩，泛著耀眼的光澤。蘆花在微風中搖曳，花色泛白，一股鄉情野趣

飄然而至。

幾位朋友見此情景，心花怒放，不由自主地奔向山林，感受大自然的恩賜。

這裡平時遊客不多（節假日除外），寂靜的山林，嵐氣逼人，稻穀飄香，運氣好的話，還能觀賞到「一行白鷺上青天」的古意。

村民說，現在是一年裡觀賞天目山落葉之美的最佳時分。

又說，前些天來了幾位上海遊客，住了一個多星期都不捨離去。雙休日以團隊客或自駕遊居多，夏季以中老年避暑客為最，多為一週以上的長客。節假日要預約，歡迎遊客平時到訪。

這裡平日較清靜，不喜喧嘩，鍾情於溪澗清幽靜僻的遊客會選擇到嶺

上農戶家中「逍遙」，一泓清溪奔瀉而出，曲曲又彎彎，遠眺滿山遍野，層林盡染，清溪、紅楓、翠竹、古松、怪石，構畫了柘林的特色景觀。

有位畫家說道：「昌化旅遊四季皆宜，唯暮秋最美！」

我們跑了大谿谷的好幾個景點，秋意最濃之地，莫過於柘林了。

這是一條兩邊都是高山的谷地，曲折的溪流穿境而過，樹林裡隱蔽著座座別墅式農舍，彷彿在訴說著山鄉巨變的故事；其實，當地真正開發農家樂還是近年的事，村道拓寬為標準公路，讓客車暢通無阻地開進深山老嶺。慕名到來的散客，以上海人居多。客房稍嫌簡陋，不過電視、衛浴、空調、冷熱水供應等，一應俱全。幾家辦農家樂較早的村民已經賺得笑顏逐開，別的農家見了羨慕，紛紛仿效，由此，在昌化山區蔚然成風。

眾人舉頭四顧，果見不少農家正

在大興土木，三、四層的樓房比比皆是，不少院落裡修築了亭台扶欄，門前高懸燈籠，屋旁溪水潺潺，宅後果樹花木，彰顯了返樸歸真的情趣。谿谷、石橋、菜園，溪水、澗潭，對於

城裡人特有吸引力。

鄉里有俗成的「農家樂」標準，每人八十元（包括晚早二餐一宿），如果坐客車來者，只要給屋主撥個電話，立馬開車到公路邊指定車站迎候。

有位村民說，上月來了位作家，住了個把星期，晨晚漫步林間，平時屋裡奮筆疾書，面對著郁郁蔥蔥的山林，文思泉湧。臨行時丟下一句話：「回去在報刊上描繪一下山村新貌。」

參觀普陀山佛教博物館

舟山
張明華

今年國慶長假過後的一天，老家寧波鄉下來了一批客人，我陪同他們朝聖遊覽了普濟寺、法雨寺、慧濟寺、紫竹林、南海觀音等寺院、景點後，客人又提出要參觀近年才開館的佛教博物館。為了滿足客人們的要求，我又陪同他們參觀了位於普陀山香華老街邊的佛教博物館。

普陀山佛教博物館是由原曇華庵拆建而成。它的前身是普陀山文物館。二〇〇七年九月開建新館，至二〇〇九年完成主體工程。館內各項功能設施按現代化標準配置，設有恆溫、恆濕等設備，消防給水系統以及國內最先進的電子監控防盜設備。其外觀

為仿宋風格，建築面積三六四三平方米，占地面积三四〇〇平方米，高度

一九·六八米；分上下兩層，七個展廳，其中底層三個展廳，上層四個展廳，中間為前後二個集散廳。與國家級文物保護單位元代多寶塔、普濟寺和普陀山新十二美景之一的海印池（又稱放生池、荷花池）相毗鄰。此館周圍古樹名木參天，琳宮輝煌，寶塔相映，荷花綻放，千莖萬葩，晴天月夜，景色旖旎，環境十分優美。館內珍藏佛教文物一七〇〇餘件，其中有國家一、二、三級文物三七三件。現擔任該館講解員的九名法師都是從中國佛學院普陀山學院畢業學僧女眾中

擇優挑選來的。

一進入博物館大門，迎接我們的是該館館長普慧法師，她向我們介紹了佛教博物館的前世今生。普慧法師說，普陀山佛教博物館的創建歷史可謂漫長而曲折。最初，普陀山普濟寺設有一間文物陳列室。一九六二年，普陀山文物館在普濟寺旁的積善堂成立，當時徵集各寺庵文物五百多件。「文革」期間，文物館停辦。一九七九年，舟山地區文物管理委員會選定普陀山悅嶺庵重建文物館。一九八五年，由於宗教政策落實，普陀山悅嶺庵文物館交由普陀山佛教協會管理，並更名為普陀山佛教協會文物館。

「普陀山佛教文化悠久，歷史文物眾多。原設在悅嶺庵的普陀山文物館，當時已收集了全山各寺院所藏文物二千餘件，其中包括不同朝代的佛像、經卷、九世班禪贈送的銀元寶，以及日本和東南亞各國贈送的佛教紀念品等。因設在悅嶺庵的文物館地處偏僻，安全隱患多，且當地氣候潮濕，所藏文物容易受損，後來被迫關閉。」普慧法師說，進入新世紀後，慕名前來普陀山的人與日俱增。為了讓廣大中外信眾、遊客更好地瞭解普陀山的佛教歷史，從二〇〇六年起，普陀山佛教協會在社會各方的大力支持下，著手建設普陀山佛教博物館。二〇〇七年九月，該館主體工程正式開工，二〇一〇年完成內部裝修，並進行了配套附屬項目建設以及新館文物布展、原文物清理等工作。

「普陀山佛教博物館的功能之一，就是要成為觀音道場重要的弘法視窗。」普慧法師說，在亞洲佛教信仰圈中，觀音是最為著名的菩薩。「家家彌陀佛、戶戶觀世音」，觀音菩薩的信仰千百年來早已廣泛流傳，是佛教慈悲救世精神的體現。唐時，海上絲綢之路的興起促進了普陀山觀音道

場的形成，並使其迅速成為漢傳佛教的中心，使佛教傳至日本、韓國及東南亞等國。至清末，全山寺院無論大小，都供奉觀音菩薩，可以說是「觀音之鄉」。每逢農曆二月十九、六月十九、九月十九，即觀音菩薩誕辰、得道、出家的三大香會節，普陀山人山人海，寺院香煙繚繞，一派「海天佛國」景象。

當我們進入館中前廳時，一尊造型獨特的十八臂翡翠觀世音菩薩像吸引了人們的眼球。這是目前全世界最大的一尊十八臂翡翠觀音寶像，由多位著名企業家、護法居士共同發心捐獻供奉，中國工藝美術大師蔚長海設計雕刻，塑像高一·五八米，厚三十五釐米，加上蓮花台座一·七四米，總重八百餘公斤，價值二億多元。此寶像從構思、設計到雕刻，整件作品歷時三年半才完成。包括蓮花台通體由一整塊翡翠玉雕成，選料十分稀有珍貴。蔚長海大師在設計中表現了觀音救渡苦難的慈悲精神，整體造型如法如儀，又不失觀音親切柔美的獨特氣質，不僅充分表現了當代中國觀音信仰的群眾需求和當代工藝美術大師的高超技藝，還成為普陀山文化的標

誌之一。

我們先後參觀了第一展廳：海天佛國——普陀山佛教歷史廳。展出的文物有五十餘件。其精品有：明代佛說佛名經、萬曆勅諭、清代的大乘法寶等經書及清光緒聖旨、香爐、鐵鉢、各質寶印等。

第二展廳為智珠心印——為普陀山佛教法器廳。展出文物有五十五件。其精品有：清代洛迦大鐘、貝葉經、大銅鼎、羅漢大鍋、千僧大鍋、象牙朝珠、優質袈裟、燈座、各種如意等。

第三展廳為美奐絕倫——普陀山文物精品廳。展出文物三十八件。其精品有：龍華珍珠塔、碗等各類盜品。其中龍華珍珠塔，一九一五年曾榮獲巴拿馬萬國博覽會超等工藝獎。

上層大廳有第四展廳為寶相威儀——普陀山佛像精品廳。展出的文物有四十四件。其精品有：銅、玉、瓷等各質佛像。其中一尊明代的銅漆金十面觀音立像吸引了人們駐足觀賞。

第五展廳為筆底流韻——普陀山書法精品廳。展出書法精品三十三件。其精品有：文徵明、康熙、徐世昌、豐子愷等名人書法，其中康熙題《普陀山碑記》最吸引遊人觀賞。

第六展廳為佛風梵韻——普陀山歷代佛像畫精品廳。展出的佛像畫精品有二十二件。因最近該展廳在重新裝修我們無法入內參觀，聽說今年年底前該展廳可重新對外開放。

第七展廳為水墨丹青——普陀山歷代繪畫精品廳。展出的繪畫精品三十

三件。其精品有：王振鵬、王學浩、黃山濤、程十髮等各代名人畫。其中王振鵬畫的山海宮闕圖為國家一級文物。

參觀完所有展廳後，我們深深感到普陀山佛教博物館不僅是觀音道場的重要弘法視窗，也是值得人們研究

吳理事長紹起博士 展翅起飛——佛心

沈良

年之十月三十一日隨吳理事長赴

慈湖晉謁 蔣公中正一百二十七歲冥誕拜祭陵寢，於桃園午餐時面諭囑示晚愚略撰數百字為文以釋「佛心」之義。頓感如雷轟頂，惶恐莫名，不敢造次。經數日深思，晚既屢振筆疾書「佛心」兩字，且獲日本國際書法比賽大賞，若拒釋其義，深有一「囫圇吞棗」之嫌！只得斗膽不揣冒昧試釋其一義如下：

首先借重星雲法師說偈作「佛心」藥引一偈說：

佛在靈山莫遠求，

靈心就在汝心頭；
人人有個靈山塔，
好向靈山塔下修。

次以晚愚陋見依「心」之形義描釋如左：

一 鈎斜月三點星，
能照宇宙三千外；
千代萬世由衲生，
成佛為魔也由衲。

佛是菩提薩埵的簡稱，菩提是覺悟之意，薩埵是凡人之義，故覺悟明心見性的凡人就是佛。印文佛陀漢譯為「覺」，亦謂：「佛者覺也」，「

、交流、傳承佛教文化和發展普陀山佛教文化旅游的一個好載體。據館中的一位中年保安介紹，該館每星期二至星期日對外開放。自二〇一一年十一月二十五日正式開館開放至今，大約已接待了中外香遊客十五萬餘人次。

悟也」。佛者、弗人，人人皆可成佛，所謂：佛佛手等，心心自如，心生萬法，一切由心生，人有佛心，始乃成佛，不必外求，外求無心，亦無佛、無法、無僧。菩提只向心覓，不必苦苦向外面遠處去求，只要能夠反觀自心，佛堂就在眼前，菩提就在心裡。誰說鷲嶺靈山佛難求，佛在心中本自在，涉水登山空外求，不如端坐蓮花自心修。

蘇東坡曾有詩云：「稽首天外天，毫光照大千，八風吹不動，端坐紫金蓮。（利風、名風、毀風、譽風、譏風、衰風、苦風、樂風）」其中毫光就是指「佛心」如如自在，悠悠般若的佛光。所以佛不在求，關鍵在「修佛的心」，能修得佛的心，才能成佛。佛的心燈不亮，即全面黑暗無光

，怎能照亮通往成佛的隧道，到達般若菩提的究竟涅槃無上，正覺、正知清淨覺者佛的境界。

修佛的前提在「修心」，那麼要修什麼的心呢？當然就是要修佛心。修佛心首先要六菩提心：

一、為「勝義心」，看透宇宙萬物本質的智慧。

二、為「行願心」，就是慈悲救人的心。

三、為「三摩地心」，就是浩瀚寬宏容忍的心。

其次要做小菩提心，也就是「四無量心」：

一、為「慈心」，以無緣大慈之心普度眾生。

二、為「悲心」，以同體大悲之心解救苦厄。

三、為「喜心」，以後樂之樂給人喜樂幸福。

四、為「捨心」，以施捨甚至生命之心拯救他人。

佛心之義與內涵概如上述之三心、四攝，然佛是經過三大阿僧祇劫，運「大智」上求佛道以自利，運「大悲」下度眾生以利他，福慧雙足，萬德具修，方得阿耨多羅三藐三菩提之

佛果。因此，深知佛心之義之後，尚須力行抱持「佛心」之心，向上精進，深修六波羅蜜：

一、布施：向別人布施錢、物、法、樂，以及無畏布施。

二、持戒：不殺生、不邪淫、不偷盜、不賭博、不飲酒、不妄語。

三、忍辱：受人侮辱、冷淡對待、堅持百忍、榮辱不寵。

四、專心致志：每天精進向上，止於至善，圓滿證果成佛。

五、禪定：明心見性謂之禪，妄念不生，謂之定，定於佛心，即成佛。

六、智慧：智慧就是般若，是眾生從痛苦煩惱的此岸過渡到究竟快樂涅槃彼岸的船筏。以及八正道：

其一是「正見」，以佛的大悟正覺，觀見宇宙真理。

其二是「正思惟」，以佛心正確思惟方法普渡眾生。

其三是「正語」，以佛經典語，昭示成佛的途徑。

其四是「正業」，以佛陀正確的成佛作為，修持成佛。

其五是「正命」，以佛陀的正確

生活處生度死。

其六是「正精進」，以佛陀大願大行，精進不退，難行能行，難捨能捨，戮力成佛。

其七是「正念」，以佛陀秉持正確的信念，覺悟到「耀古今而不變，歷萬劫而常存——不生不滅」的真理。

其八是「正定」，以佛正確的統攝心理，定止於至善的「佛心」，得成菩提佛果。

綜上臚列所述，佛之義，心之意，以及如何修「佛心」得成阿耨多羅三藐三菩提薩婆訶的妙法，歷程與功效，就像洪鐘高掛架上，扣之則鳴；明月懸在天空，能於水現影，即如古人所說：「千江有水千江月，萬里無雲萬里天。」這就是「佛心」無作妙力化身成佛，至高無上，究竟般若涅槃的佛陀神聖善境——佛心成佛也！





蕭山同鄉慶周甲

古樂秋菊滿士林



樓文淵



在風和日麗的初冬艷陽天中，本年十一月二十四日是旅台蕭山同鄉會回顧創建歷史，意義深遠，更值得振奮欣慰的時節。當民國四十二（一九五三）年，政府遷台雖已有年，但仍有戰爭威脅的陰影，同時經濟生活的困乏，人人在精神上都有疑慮與恐懼以及生活上的艱困與無助，似乎不僅是在台蕭山鄉親獨有的感受，而是整個台灣民眾的共同感觸。

當年在台灣的蕭山鄉親不下三、四百餘人，其中部分德高望重的鄉賢們，有感於連絡同鄉，增進鄉誼以撫慰戰爭離亂的心情，更期待以有限的能力作相互濟助的照顧，或為荐介工作，以免凍餒之虞，安慰當年所遭遇的困境，而於四十二年秋冬之交的十一月二十二日，經籌劃後，成立台北市蕭山同鄉會，會員徵求遍及台灣全省，成立之初，即積極推展會務，訂立急難救助辦法，以免鄉親陷於困厄

，復辦理同鄉子弟獎助學金，以期激勵年輕學子敦品勵學等等舉措，在精神上，實質上都有助於各鄉親。嗣後承有關鄉親慨助，籌購同鄉會館，作為鄉親聚會、聯誼之場所，無形中成為精神寄託的所在。並對日後會務推展頗多助益，此亦前人種樹，後人乘涼，不可或忘的德意。

韶光易逝，歲月不居，倏忽之間，蕭山同鄉會成立竟屆周甲，經現任諸位理、監執事鄉長的努力籌劃、安排，業於十一月二十四日星期六，在台北市三軍軍官俱樂部，隆重舉行成立六十周年慶祝大會。會前分蒙黨、政首長愛顧與鼓勵，賜頒賀詞、賀電勗勉，並承浙江省暨旅台各府縣同鄉會致贈花籃祝賀，益增光彩與榮耀，復承各主持人親臨觀禮或致詞，深感榮寵，更為難得可貴的是今故鄉蕭山政府特組八人祝賀團專程前來祝賀，並承報導家鄉發展情形與美好遠景，

頗增旅台鄉人對故鄉的認識與向心，更寄予無限的欣慰與祝福。同時千年古鎮樓家塔獨有的古代宮廷音樂，今已列為大陸國家級非物質文化遺產的細十番，由協會組團四十七人來台，並與蕭山紹劇藝術中心團員二十九人，聯袂參加這次歡樂且盛大的聚會，他們的相繼演出使鄉親們欣聆久違的天賴之聲與唱做俱佳且精湛的演出，感到莫大興奮。並經同鄉會的安排，午後三時，細十番協會人員在士林官邸，遊客湧集的露天音樂台，以近一小時時光，由笙、簫、笛、管、胡琴與古箏等樂器組成，演奏古代宮廷樂曲，以表達大陸民眾內心長久以來對歷史巨人的崇敬心意，更讓觀賞菊花展的觀眾為之激賞，演奏中高潮迭起，掌聲不絕，當為觀眾的讚賞迴響。誠如同鄉會郭理事長所說：這是兩岸開放交流以來，自大陸同胞來台惟一的致敬演出，蔣公在天堂聽聆後，當也感到無限安慰。最後全體團員進入官邸正房前，在暮色蒼茫中，攝取團體合影，留作難忘的紀念。嗣由樓塔宗親設宴歡聚，能與睽違已久宗親歡樂暢飲，亦人生快事。當為兩岸同鄉參加慶祝大會增一美好記憶。

拙荆巧手 結婚五十周年的追憶

(四)

吳神農

吾稱老妻為「拙荆」，既非貶抑，也非自謙，實乃余妻既非名門閨秀，又無麗質天生，純乃一介平凡村姑，然伊稟性善良、天賦甚佳，尤其能吃苦、肯學習，而且學什麼、像什麼，作為一個家庭主婦，她是絕對稱職的。雖在官場上沒有明的幫夫運，但在我公職生涯中的各階段之能順遂渡過，她使我無後顧之憂，就是幫夫。尤其在對兒女的教養和對家庭的付出上，我是自慚形穢的；是她的寬容大度，暗示點撥，才使我不逾矩，也讓我隨心所欲；是她的細心呵護，嚴以課子，才使子女們循規蹈矩，按部就班完成學業，沉穩踏實潛心工作……撐起這個親朋稱羨的家，是我口中的拙荆，我心中的賢妻那雙生了繭的巧手。

曾為專製仕女唐裝（以旗袍及鳳仙裝為多）的外銷成衣公司代工；在那個學生都穿制服的年代，每逢新學年，新生制服上繡校名、姓名（女生不一秀）出來，本意應是減少騷擾的上策，但近年又見有些學校女生的芳名也赫然標在胸前了，教育是與時俱進的事業，此舉老朽不以為然）、學號的旺季時，某些學校，還特約將我家繡花機搬到學校，一班的送到體育館繡，當時我在大專院校服務，開學比中、小學晚，所以也幫得上忙——送送便當、剪線頭、分班綑紮好等雜役則由我來處理……繡學號而以多取勝，每個新學年，妻以勞累的汗水（學校體育館，沒有大型活動是不開冷氣的）換來花花綠綠的鈔票，那是憑她的巧手和勞累賺來貼補家用的錢，後來也成為我家買房子分期付款的後續款來源的一部分。

有勞了您的巧手 幸福了我和兒孫

內子因善於烹飪，她巧手烹調的菜，自然飽了家人的口福。三兄妹知道廚房是媽媽的聖地，所以不時添置廚炊用具及餐具，舉凡冰箱、微波爐、電烤箱、電子鍋、悶燒燜、壓力鍋、平底鍋、不沾鍋、煲湯陶瓷鍋，甚至洗碗機等，一應俱全，所謂工欲善其事，必先利其器，也是兒女表達的一番孝心。老大還在裝修廚房時，安置了八支六〇W的日光燈，媽媽的烹調技能，和因為兒孫們假日回來吃一餐她親自煮的菜那分歡喜做、甘願受的愉快表情，和眉角邊的縐紋與鬢邊的白髮也隨著時光的流轉而在燈光下亦日益明顯。我不捨老伴的辛勞，尤其最近生了一場連續三八·六度、三十九·八度高燒四天退不下来的病後，我要求兒女等媽媽病癒恢復元氣後，改每兩週回家餐敘一次，不能再讓年逾七十的老媽，再為你們的口福之欲辛苦了，女兒也都善體斯意。

十一月十六日晚，陪老伴去國父

紀念館觀賞了一場由海峽兩岸文化遺產節來台巡迴展演的「弘一法師李叔同傳奇」的話劇「最後的勝利」從出門到回家近四個小時，她未顯疲態，我很欣慰，對她恢復健康也有了信心

，她雖是生平第一次看如此莊嚴、對白深蘊哲理，也備顯沉悶的話劇，但她卻仍全神貫注，對弘一大師「以出世的精神，作入世的事業。」她尤其感到敬佩與尊崇，在演員謝幕時，她隨眾起立，熱烈鼓掌，並轉頭向我耳語「如果此時燈光幕上打出長亭外，古道邊，芳草碧連天……」的歌詞，引導觀眾合唱，是否會更增弘一法師於「悲欣交集」中圓寂時台上台下的共鳴？我深喜她的深入，有機會時我會設法將老伴的想法建議給演出單位——游本昌藝術團，和那位年青的編劇游思涵女士參考。

老伴的烹飪功底，和調製精力湯及養生果汁，完全來自勤摹仿，肯學習，舉凡電視上有美食節目或健康養生課程是她每天必修的課目，而且還作筆記，她也現買現賣，晚餐時偶而會喫到她新學的菜，餐後看電視消閒時，會遞來一杯不曾喝過的不知名果汁，美味特別又很營養，真是前世有

修、有燒香。

民國七十八年，中和地區農會舉辦烹飪比賽她奪得冠軍。

她也喜歡學習各種中式茶食與西點麵包的製作，為此她年逾百半，還正式報名到莊敬高職的烘焙班拜師學藝，半年後，她非但學會了很多糕餅的烘焙和多款麵包製作，並且還順利的考得「烘焙師執照」。我調侃她，你要開店做生意嗎？不然這張執照有啥用？她直接了當的告訴我，「那是成就感！」我赧然無言。她製作的鳳梨酥，很榮幸被兩岸領導人的家人都喫過——馬鶴老是二〇〇一年承囑協辦「世界華人和平建設協會」年會的小型餐會上，席間還有美國馬利蘭大學名教授邱宏達等；胡錦濤主席的弟弟錦平先生，我是在二〇〇八年由一位在非洲開礦的周姓企業家介紹，在上海一間咖啡館中結識，胡先生一條卡其褲配白襯衫，平易近人，一點「太子黨」壞習氣都沒有，他說道台灣鳳梨酥是很有名的茶食，能喫到尊夫人親手做的，尤其感到珍貴……秀春做的鳳梨酥、松子牛軋糖、南棗核桃糕等，成為我回鄉探親時的伴手禮。客歲二〇一二年歲末的一個半月，

電話訂貨不斷，邱姨小工場（其實是我們的廚房、餐廳和客廳）竟做了近六百公斤南棗核桃糕、松子牛軋糖、夏威夷豆牛軋糖等。人手不夠，四個內外孫已算合格童工，艾霖最小，但她的封口（熱膠機）技術不錯，也算一份，照樣以時薪給賞，四個小童工在寒假裡靠自己的辛勤，換得脹鼓鼓的紅包，均樂不可支。總算下來，共賣出二十一萬餘元，我們的利潤（辛苦錢）大概估銷售數的四成，蠅頭小利，無甚可喜，但「受人之托，忠人之事」，我們交出了所有的訂貨，還預留一些下來作年禮。邱姨爐提前啟火，倒炒熱了年節氣氛，不也是樂事一樁嗎？不過這個年尾大多時間為人作嫁，老妻沒有像往年那樣醃臘肉、灌香腸。而只漬了醉雞和長年菜。

四季有不謝之花 颱風無缺菜之虞

老伴的另一嗜好為園藝。為時花植栽，育苗、扦插、嫁接、授粉、堆肥、灌溉等農事功夫，已逾甲子之年，又報名入社區大學園藝班。我家窗台及屋頂陽台原本已有超過五十盆的蘭花，和各式閒花野草、瓜果蔬菜等也逾兩百餘盆，平時澆水、修剪等工

作已夠煩雜辛苦，但入班後又在社大實習蔬果園認養了約六坪地，種蔬菜如豇豆、絲瓜、胡瓜、小黃瓜等，這些都是爬籐植物，要搭棚架支撐，她量好尺寸，要我去採購，並囑咐寧長勿短。那天正巧是地方公職選舉投票日，依環保規定所有候選人旗幟都要在當晚，至遲在次日上午前拆除完畢，我當（充）清潔隊志工，拿了美工刀、鉗子，很快的折了一大捆，那些竹旗竿均有塑膠膜包覆，既滑溜好作業（架棚）又耐日晒雨淋，老婆說我猴腦靈活似偷非偷，像搶非搶省了不少材料錢。瓜棚塔得既快又好，我自鳴得意，但連續三天的挖土整地成塵吠卻要了我半條老命，但妻卻以此為「主業」天天戴斗笠、披頭罩、帶手套、攜噴桶、帶鉗剪、掛水壺，照顧她那塊土壤好，水源便，又接地氣，蔬果育成當然比盆栽好太多。有時也不忍掃她興而無奈的作跟班、當助手，次數一多我難免心中暗自抱怨，而她卻樂在其中。但等蔬果瓜類成長，收割後吃在嘴裡，甜在心裡的那份況味時，我真後悔當初的抱怨，何況這也是她的成就。

我家住四、五樓窗邊的窗台是專

為掛花架而設的不繡鋼欄桿，平放、懸掛已逾百五盆，五層陽台（即頂樓）為綠化防熱，原欲鳩工做防水處理，妻卻土法煉鋼，自己將陽台洗刷乾淨，待大太陽曝曬乾透後，倒上防水膠，用掃帚拖刷均勻，角邊等處，俟膠乾透後再作加強處理，我耽心不保險，但十餘年來澆花灑水，甚至颱風豪雨都沒滲漏過，我真佩服老婆的土拙方法，既然比隔鄰請「抓漏專家」施作還棒，值得按個「讚」。五樓頂除了栽有四時不謝之花——包括荷花、睡蓮、玫瑰、月季、杜鵑、茶花、梅、桃、杏紫薇、鳳凰花、日日紅、曇花、夜來香、九重葛及天堂鳥等觀賞花卉外，絲瓜、小黃瓜、胡瓜、南瓜、苦瓜、檸檬、秋葵、金桔等瓜果類當然也會開花，林林總總，族繁不及備載，當然有四時不謝之花可以賞心悅目；而各種爬籐類瓜品，因都市裡小樓上較少狂蜂浪蝶，必待人為之一「授粉」，花開了才會結果，否則心血付之流水，我們花園中間也種葉菜類及辛香料，如小白菜、青江菜、芥菜、茄子、蕃茄、包心菜、地瓜菜甚至西生菜。另外還有蔥、蒜、韭菜、辣椒、九層塔、香椿及檸檬等，颱風過

境，大家搶著買漲了價的菜，我家則自栽自植不虞匱乏。寫出來不難，做起来卻艱辛備嚐，但在授過粉，眼看花熟蒂落，或隨手摘一支小黃瓜來吃時那甜脆味，不由得我夫婦就地在瓜棚下哼起那首老民謠（瓜棚小唱），你一口，我一口，一口的連吃帶唱，在黃昏時將夕陽送走。這種辛苦的付出及甜美的收穫，對兩老言，既勞了筋骨，等於多一項運動，也成為夫妻間的潤滑劑和膠合劑。

社團參與多元 愛心奉獻不缺

內人熱心公益、關懷弱勢更愛國不後人，她參加的兩個社團，都是政府立案，有堂堂宗旨，具實務功能者：中華木蘭愛心會，前後參加已逾二十年，除了擁護國策、反對台獨、討伐貪瀆、及幫清廉、勤政的候選人助選等政治性工作外，也做社會愛心工作，諸如配合少年警察隊，教化導正被管束少年的偏差；到育（孤）兒院帶孩子們做勞作、教唱遊；到遊民收容所實物贈送及精神安撫；到養（敬）老院慰問長者，並表演節目娛老，妻因此與其舞蹈搭檔蘇春里，合練花木蘭紅纓槍兩個月，粉墨登場時古裝

一穿，雙槍對打，花招百出，偶而還來個騰空避刺閃跳的鷓子翻身，還真有一「像不像，三分樣」，但那是花甲老嫗臨陣磨槍的把式。

老伴還參加了中和地區農會家政班（當年的用意是透過家庭主婦作宣導政務的媒介，及建立社區和諧合作境界，和相互學習交流一些家事（政）心得，民進黨造反後，政令宣導一項隨之消失。）入班第三年就被選擔任安樂班班長，每年的各項活動比賽，幾乎都曾名列前茅（歌舞和短劇、烹飪、插花、刺繡、小玩偶製作、米食點心等），其中短劇是我編導，用12345音符，來講紹興土話：24來發；57啥嬉？12拿來……35712，棉紗線拿來……）演出時話語和音符還打了幻鏡片，台上演得起勁，台下笑成一團，但若未用幻燈輔助，恐怕是雞同鴨講了。由於眾姊妹喜愛，農會器重，班長之職一當就是二十二年。在她第二屆任內，就提出協助家扶中心認養貧孤兒童之事，目前該班仍維持此慣例，二十餘年來受惠兒童已陸續完成自小學到高中的學習，年齡最長的應當是「三十而立」之人了。花點小錢，能濟助一個貧

孤的兒童接受教育，也算好事一樁。

為正當休閒及鍛鍊身體（應稱之活動筋骨），也為敦親睦鄰，邱班長號召班員及朋友、鄰居組成土風舞社（後改為有氧舞蹈），自任教練，三、四十個男女社員，陣營不算很小，亦以此班底選出志願者，慰問孤幼或敬老院，「春之晨舞社」也延續了二十餘年，雖無跳舞身材，卻具跳舞細胞，舞技差強人意，竟也被聘為台北縣松年大學教席，並取得「土風舞裁判」資格。其實她身材發福得晚，「中廣」也來得較慢，也忒係跳舞所賜。

國民黨榮譽主席連戰（永平）先生，曾為親民，瞭解基層百姓生活，而擔任鄰長時，老妻也被中和市公所聘為安樂里鄰長（相當於大陸昔時的甲長），而永平先生早已卸任，老妻卻連任迄今，我笑謂：「你的官做得和戰哥一樣大，而且比他做得久。」這是個無給職，純為鄰里服務的榮譽職，酬勞是每天一份公費贈閱的《聯合報》，和每年一至兩次的島內免費旅遊。鄰長要起帶頭作用，所以是當然的里內環保志工，每兩週集體打掃本里巷弄環境一次。為了不增加同組人的負擔，內人因故不能參加時由我

替補執帚，一次「掃街」下來相當打了楊氏太極八式，正好替代了晨間運動。某次本區立法委員林德福攜來慰勞餐點時，里長呂氏還特為介紹：「本里環保隊編階很高，有上校隊員……」其實退休了只是一介平民，能有機會為社會盡一點力所能及的義務，何階級之有？台灣文化之可貴也就在此，但大陸現在也提倡「志願工作者」風氣，據悉吾浙江省前省長呂祖善先生，退休後就在杭市「浙江博物館」當導覽志工，巧，呂先生與本會吳紹起理事長夫人王渝娟女士「同行」，因為吳夫人亦是我們「國立故宮博物館」的資深導覽志工呢？

林老，拙荆恐希冀人如其名「秀」而能「春」，故興起學習丹青之意，想藉此將長年庖廚之藝、園耕之勞的老繭能變得薄點。

其繪事，先從洪東老師習花鳥、仕女，因老來視力不濟，余建議改習山水。乃拜新生代畫家白宗仁博士名下，她不善臨摹，而喜以自己拍攝的景色入畫，故其作多屬自創，但非創新，無門無派，算是自樂其樂。

（全文完畢）

浙潮洶湧

浙潮定時洶湧

一年一度，中秋過後

此潮來自明州的商業道德

此潮來自溫州的經濟模式

此潮來自杭州的蘇堤、白堤

此潮來自岳墳的忠義節氣

天童、天目、莫干、會稽

天台、普陀、雁蕩、括蒼

山在咆哮，氣沖牛斗

太湖、西湖、鴛鴦、曹娥

飛霞、錢塘、富春、甌江

水在奔騰，一瀉千里

五十年前浙人莊烏顯達了

仍操著越國的鄉音敘述政治

九十年前介石攝權了

卻是寧波官話溜溜道理

黃信樵

人在懷想故鄉的心情絕無二意

不會因窮困受窘

驕傲顯赫忘了鄉音

元首曾當過福建省長

浙江書記

他接近了台灣經濟路數

把住了脈絡

對症下藥

一躍而起

洶湧澎湃

形成恆的潮汐

浙潮！浙潮！

洶湧澎湃

浙潮！浙潮！

認時而起！

小詩一首

紀台灣行

杭州·浙江中華文化學院，一行十人，於十月十七日來台參訪，返杭後該院教務處處長沈慧虹女士以詩誌謝，茲錄大作如下：

寶島環行七晝夜，
風物人情似曾諳。
碧波盪盪日月潭，
檜木森森阿里山。
離家千里親猶在，
訪台有緣會鄉賢，
海峽雖深終有渡，
富春圖合應有年。

吳神農提供

湖州賦

湖州
汪欣

東南望郡，瀕太湖兮春水浩渺；
春申菰城，據浙北兮膏腴之地。東至
嘉興，北隔震澤兮與蘇錫相望；西去
宣城，南接平原兮與杭紹相連。烏巾
氏顯赫，程林家醪香。商旅往來，煙
火萬家。項王起事兮圖霸業，功敗垂
成兮建子城。（註一）

唯具區之萬頃水波兮，數郡環繞
；獨吳興以太湖為名兮，眾水歸依。
陽光照耀之湖面兮，碧波風靜，見漁
帆之點點兮，萬類霜天；波濤洶湧之
大澤兮，浪高如山，望水天一色兮
，渾無涯際。（註二）

先民生息兮靠捕魚，木槩網墜兮
與魚斷。取味而養生，得魚而忘筌。
陂澤相屬，蒹葭菰蘆。港灣洲渚，魚
肥水甜。范蠡隱居在陶墩，千秋尚留
養魚經。鱖魚鮮嫩兮桃花豔，銀刀透
亮兮漁翁羨。魚膾功夫深兮，白舞梨
花翻蛺蝶；薄切如蟬翼兮，柳葉縷對
千丈線。（註三、四）

江南水城，河道縱橫兮水晶宮；
東西苕溪，穿城而過兮水雲鄉。瀕水
起屋，泊舟門前。開窗唯見人家盡枕

河，臥聽可聞船上搖櫓聲。蕩舟雪溪
上，漾漾河漣漪。館驛河畔兮楊花飛
，駱駝橋上兮賞美景。

滿池荷花兮小蓮莊，花徑清幽兮
菊坡園。舍利石塔兮存舍利，英光普
照兮轉飛輪。勤政為民兮勞公鉞，城
隍廟中兮修神廟。普渡眾生兮觀音佛
，潮音橋下兮有木橋。（註五）

吳越重農桑，家家養蠶繭。桑林
被野兮蠶為業，利布四方兮衣綾綺。
湖桑葉多，水土肥沃兮宜栽培；蓮心
蠶種，湖絲細柔兮稱極品。春暖吳蠶
始浴時，蠶兒飼養須心細。耕桑之富
兮出南潯，蠶絲上乘兮稱七里。湖州
絲綢兮譽海內，精裁細剪兮天下衣。
文物之邦富藏書，京師莫若甬宋
樓。鷓鴣溪畔嘉業堂，黃金散盡把書
收。詩書萬卷育人材，精英薈萃出湖
州。雕版印刷存典籍，鄉邦文獻得保
留。藏書印書兩巨事，文脈傳遞功千
秋。（註六）

銀鈎鐵劃書毫端，如椽大筆任自
由。翰筍行楷存秀淡，真草隸篆筆力
道。毛穎之冠稱湖筆，書畫妙品留千

秋。妙筆寫丹青，傅色濃豔傳古意；
趙字顯功力，珠圓玉潤開新風。漫道
藝文能怡情，筆墨傳統待追求。

古之猗頓陶朱之富，貲擬王侯；
近代四象八牛之財，富甲一方。得諸
社會，十年苦心兮生聚謀；還之于民
，實業起家兮解國憂。今之湖州兮，
魚米之鄉人富足；東南沃壤兮，發展
經濟促需求。百年易過理常在，絲綢
之府攀上頭。（註七）

編者註：

- 一、子城：即項羽在湖州所築，用以屯八千江東子弟兵之城垣，亦稱項王城。
- 二、具區：即太湖之別名，古名為震澤。
- 三、銀刀：太湖三寶魚鮮之一——銀魚，身長寸許，通體透亮銀白，兩只黑眼珠特別明顯。
- 四、魚膾功夫：湖州水產特多，吳（湖）人，善烹魚鮮，蘇東坡有詩誇曰：「吳兒膾縷薄欲飛，未去先說饞涎流。」
- 五、舍利石塔：係湖州飛英塔之原名，始建於唐代，北宋時為保護藏有舍利之石塔，於其外圍增建一

座磚木塔，形成全國獨一無二的「塔中塔」奇觀。
六、甬宋樓、嘉業堂：均為湖州私人

藏書樓，前者在吳興，後者在南湖，藏有宋、元刻本和明善本。
七、實業起家兮解國憂：指南潯富商

張靜江毀家紓難，捐鉅資供國父革命之需，國父讚其為「民國奇人」。

汪欣與〈湖州賦〉

湖州
吳文杰

汪欣是我的大學同學，一九六七年畢業於上海復旦大學中文系。任中學教師三十餘年。退休前任上海南匯區政協副主席。發表過〈胡樸安傳略〉、〈胡道靜傳略〉、〈論南社駢文辭賦的文化品格〉等論文。還擔任《中華易學大辭典》、《南社大辭典》的編撰工作。他人文學養深厚，喜好中國古典詩詞，尤其酷愛文賦寫作。年前他多年辛勤勞作的《琴高軒現代文賦集》一書出版，就是他長期文化累積的果實。「琴高軒」是汪欣的書齋名，《琴高軒現代文賦集》一書收錄文賦七十餘篇，其中有一篇為〈湖州賦〉。那麼，一個上海人怎麼會想到寫〈湖州賦〉的呢？汪欣告訴我說：他的母親出身是湖州俞家，小時候經常去上海的外婆家，外婆一家子都

說著湖州話，所以他對湖州話語感到很親切。上世紀九十年代，他曾隨上海市南匯縣政協教育文化考察團專程兩次來過湖州，湖州美麗的城市風光和豐厚的歷史文化底蘊，給他留下了難忘的記憶。前幾年，他研究清末民初的革命文學團體——南社，曾再次來湖州市地方誌編撰委員會，了解到南社有不少著名先賢就是湖州人氏。例如辛亥革命上海起義的領導人陳英士、中華書局大編輯王文濡、著名大書法家沈尹默以及朱文穎、張廷華、俞語霜、黃郛、周子美、周覺、周越然、楊愷等二十餘人。另外祖籍湖州的上海「海上畫派」創始人王一亭，他的出生地，即是他現在居住的上海浦東周浦鎮。由於多年來，對於湖州從不同角度加深了解，在查證了湖州自

三國時設吳興郡以來的相關史實之後，開始了〈湖州賦〉的寫作。
「賦」，作為古代一種藝術表現形式，它在反映現實生活方面，明顯有很大的局限性。不必說賦要求「鋪采摛文，體物寫志」，即使在押韻、對仗、典故運用等方面都有很高的要求，所以寫作難度極高，不是才情天分一流的人不敢落筆。而汪欣不僅敢於寫賦，而且大大拓寬了「賦」的寫作領域。現實生活中林林總總、方方面面幾乎都可以成為他寫作「賦」的題材，甚至《易經》六十四卦，汪欣都能夠為之點筆成「賦」，一「卦」一「賦」，各呈異彩，實在令人驚嘆。汪欣外表看似拙於言辭，其實內心世界豐富充盈，才氣橫溢，瀟灑超脫。其賦作視通萬里，思接千載，含英咀華，探驪得珠，是不可多得的佳構。汪欣寫賦，無意成大家，如他所說只是一「玩一玩」。就像民國多才多藝

的大名士張伯駒一樣，一生痴迷於「玩收藏」，最終「玩」出了大名堂。汪欣庶幾近之。汪欣還是書法家，其書法作品飄逸靈動，觀之令人賞心悅目。汪欣又是性情中人，琴歌酒賦，悠游自得。汪欣尤愛拉二胡，會彈鋼琴，他所寫的〈鋼琴賦〉，文筆優美，讀後令人讚嘆。汪欣有一次喝醉了酒倒

於酒店，還不要朋友來扶，此時大有辛稼軒昔日醉態：「昨夜松邊醉倒，問松我醉如何？只疑松動要來扶，以手推松曰去！」也頗有當年李白「我欲獨醉卿且去，明朝有意抱琴來」的灑脫不羈。汪欣的《琴高軒現代文賦集》共收錄現代文賦七十篇（如果加上《易大賦》六十四篇，共一三四篇）。一

百三十四篇文賦的容量或許比一百三十四篇長文章還要大，難度也高得多。現在全國寫賦的人很少，即使寫，也是偶爾為之。可見汪兄寫賦，不是「小打小鬧」，而蔚為大觀矣。

（轉載自《湖州晚報》）

從文化與文明觀點 論中華精神文明對物質文明

孫雄飛

文化的涵義

文化一詞，定義很多，因其觀察不同，始有相異的不同解釋，要而論之，約下列諸端：

一、從文化的來源解釋者，認為文化是人類適應環境的產物。

二、從文化的內容觀察者，認為文化是一種包括知識、信仰、政治、經濟、藝術、道德、風俗、以及得自社會的能力與習慣等之複雜體。

三、從文化的作用著眼者，認為

文化是一種學習的過程，或創造，製造的過程。

四、從文化的性質說明者，認為文化即社會遺產。

五、從文化的形式立論者，認為文化是一種民族生活方式。

這此定義，可說都能反映「文化」一部分的涵義，但其中任何一個，卻不能作為一個精簡而完整的界說，因其不是偏而不全，就是抽象而具體。

福爾森在《所著文化與社會進步一書中》，認為文化有左列六個因素：

一、物質原素：如器械、用具、房屋等，用以控制環境者。

二、社會結構原素：如法律、政治、制度、家庭關係等，用以確定人我分際者。

三、情感原素：即對事物愛惡的社會共同情感，如英雄崇拜、鄙惡盜賊、反對貪腐、追逐時尚等，用以評定社會價值者。

四、活動原素：即職業生活外的種種活動，如看電影、聽音樂、爬山、約會等，用以調劑生活內容者。

五、象徵原素：即表情達意的方法，如語言、恣態、文字、圖畫、電報號碼、及一切表意的符號等，用以代表或指示環境的內容者。

六、信仰知識或智力原素：如信仰宗教、信仰主義，具有數學知識，或發明印刷術的智力等，用以表達心靈或智慧的能力與偏向者。

是知文化，從而構成的基礎來說，是有民族性、歷史性、地理性的。從它發展的過程來說，是有適應性、創造性、進化性的。

從它外表的形式來說，是有精神和物質的。

從它理想作用來說，是以民族自然力為基礎，促進人類共生共存進化，以實現大同文化的。

所以「文化」，就時間言，是人類從草昧時期演進而至今日文明世界，其間不斷地積累，不斷地進步，都是文化的過程。

就空間言，它是「至大無外，至小無內」的，無論上至天文，下至地理，小至原子細胞，舉凡人類思想智能所及，言行所表，生活所依，不論物質的或精神的都是文化的領域。

所以「文化」一詞，演進到了今

天，它比較簡明而完整的定義是：「文化是人類為著適應生存，改善生活，而在物質的精神的兩方面所共同創造的一切成果。」茲申論之：

人類的生存，必須具有二個條件：第一是保，第二是養。

保就是自衛，養就是覓食。這自衛和覓食，便是人類維持生存的兩件事。人類要保，就要團結，因而有將散漫的人結合為組織的人文政治行為是屬於精神方面的。人類社會產生一種不同的生活，其綜合的成果便是「文化」。

文化與文明的區別

文化的涵義已明，進而解釋文化與文明的區別。我們用的「文明」一詞，在英文裡面亦有種種不同的用法。英語裡以「文明」為心智方面的文明。也有專指物質方面的文明。這樣區別，在我們中國語文裡亦好像已經存在，如以火車、輪船、飛機等為物質文明等等……為例；而以道德、法律、藝術等為精神文明之表現。

考「文明」與「文化」兩詞，在我國都歷史淵源甚遠。

《易經》上說「見龍在田，天下

文明」，「文明以止，人文也；觀夫人文以化成天下。」所以，凡及事的發明，稱為文明；有關人事文明，稱為人文；而以人類的人文理則感化天下，化成天下，所累積、凝結的成果，便是「文化」。

我們認為人類所以能自別於禽獸，乃是因為有「心」和「理性」，這「心」和「理性」，是由自然所賦予，而為發明和發現的泉源，此為文明之所由來也。而文化乃是人類社會由野蠻至文明在各方面努力的成果。文明是指人類所發明之精神的或物質的資料而言，而文化乃是指上述資料之影響我們的人類思想及生活而言。文明是屬於比較靜的東西，是某一時間、某一空間的產物，也就是某一時代的產物；而文化則是屬於比較動的東西，是一個民族隨時間移動，演變而累積的歷史成果。文明是文化的構成因素，是文化的一部分，而文化則為文明的整體，是文明的總結晶。

五千年來神州大陸的物質文明

中華民族先聖先賢，五千年來，創造、發明的物質文明，重要的有：

一、中華民族古代的發明：

指南針和羅盤、蠶絲、火藥、火箭、紙與印刷術。

二、水利工程和建築工程：

重大的水利工程和建築。

三、冶鍊鑄造技術：

煉丹、鍛鑄技術，成為道教文化及兵備文化的淵源。

四、食鹽製造法與陶瓷製造：

食鹽製法、陶瓷的製造——成為中華文化的特色。

五、釀造技術與榨油技術：

釀造技術與榨油技術——民間文化特色。

六、織造技術：

織造技術，民間文化特色。

五千年來神州大陸的精神文明

中華民族先聖先賢，五千年來，

創造發明的精神文明，富有而優美：

一、中國的文字和書籍：

中國的文字，優美、藝術性、教育性，形成中華文化的特色。

二、宗教：

道教、佛教、回教、基督教、天主教，具有中華文化的精神

三、哲學：

天人合一的宇宙論，心物合一本體論，知行合一的認識論，中庸與忠恕之道的人生論。

四、藝術：

繪畫、書法、音樂、舞蹈、戲劇、雕塑。

五、文學：

韻文文學、散文文學、武俠小說、故事。

六、政治：

政治思想——儒家政治思想、道家政治思想、墨家政治思想、法家政治思想、國父政治思想、蔣公政治思想。政治制度——中央官制、地方官制、五權憲法、民主憲政體制。

七、經濟：

中國古代的土地政策、中國歷代的國營事業。

歲月如歌 鄉情彌篤

溫嶺 李世華

台北市溫嶺同鄉會第二十四次金秋參訪團記盛

「桂子月中落，天香雲外飄」的金秋時節，我們迎來了台北市溫嶺同鄉會第二十四次金秋參訪團一行四十九人。他們於九月十五日由桃園直飛

溫州轉溫嶺，受到我市有關部門熱烈歡迎。下午參觀城市規劃展覽館，對家鄉宏偉藍圖，深為讚賞。繼參觀城市新區，乘遊艇遊覽九龍匯，碧波粼

粼，綠樹成蔭，風光秀麗，嘆為觀止。當晚李斌市長設宴洗塵。發表熱情洋溢的歡迎辭，溫嶺同鄉會理事長葉永強對家鄉領導熱情接待，深表感謝

。十六日舉行兩岸同鄉書法筆會，兩岸書友揮毫潑墨，腕下生風，筆走龍蛇。鐵劃銀鉤，行雲流水，一幅幅翰墨飄香，血濃於水的鄉情厚誼，躍然紙上，一筆筆精品力作，酣暢淋漓，熠熠生輝，真是兩岸一家親，翰墨寄深情。下午赴椒江，參觀吳子熊玻璃藝術館，大家對精品力作，交口稱譽，晚上參加台州市台辦中秋聯誼會。

十七日上午赴東部產業集聚區參觀，這是溫嶺城市副中心，濱海生態城，聆聽該區領導的介紹。兩岸鄉親，歡聚一園，共度中秋佳節。皓月當空，銀輝朗照，流光溢彩，在悠揚的樂曲中，拉開帷幕。多場歌伴舞，引吭高歌，載歌載舞，抑揚起落，高唱入雲，餘音繚繞，餘味無窮。樂器小合奏〈春江花月夜〉，管弦繁奏，哀絲絲豪竹，金聲玉韻，令人心曠神怡。笛子獨奏，嘹亮高亢，響遏行雲，誠如李白詩云：「真乃穿雲裂石之聲，引商刻羽之奏。」大奏鼓以其奇異的服飾，熱烈粗獷的節奏，幽默詼諧的表情，最受眾人矚目。數十名壯漢，喬裝女扮，面抹白粉，額塗胭脂，耳環垂肩，頭插花彩，挽牛角簪，操鑼鈸魚鼓瑣呐等樂器，赤足上陣，婆

娑起舞，隨著鼓點變換隊形，扭扭妮妮，謔浪笑熬，亦莊亦諧。市委書記周先苗也在現場和台灣同胞共度佳節，他說：幾年來溫嶺與台灣的交流合作不斷深化，呈現出蓬勃發展的良好態勢，希望今後溫嶺與台灣的交流合作將迎來更大的機遇和更廣闊的空間。周書記代表溫嶺向台北溫嶺同鄉會贈送一對石獅子，這是溫嶺石雕，現在全省都在發揚「獅子型」的幹部精神，想讓這份禮物帶著溫嶺人的祝願送給台灣鄉親。

這次參訪團頗具特色，從人數來講，突破歷次，從年齡結構上，既有八十歲以上的去台第一代，更多的年青晚一輩，許多還是第一次來到溫嶺。大家對家鄉物阜民康，社會和諧，經濟發展，突飛猛進，城鄉建設，日新月異，感到由衷的喜悅與敬佩。對政府和有關部門熱忱接待和市台辦精心策劃，熱情照拂，深為感激，而千年曙光碑下共賞明月，歡度良宵，更給他們留下一海上生明月，天涯共此時」的無窮回味。

回眸一九四九年以後，兩岸森嚴壁壘，滔滔海峽隔斷兩岸交往，庭闈依闕，盼穿秋水，遊子懷鄉，望斷雲

山。一九八七年十一月二日蔣經國先生順應民意，開放探親。但由於四十餘年的隔絕，台胞對大陸情況，諱莫如深，更由於十年浩劫，雖白雲親舍，歸心如箭，仍心懷疑慮，裹足不前，有鑒於此，我們發揮黃埔獨特優勢，廣泛聯繫，那時台北市溫嶺同鄉會理事長李蘊、總幹事蔣福東及好些理事都是黃埔同學，通過他們介紹大陸自粉碎「四人幫」後，撥亂反正，政通人和，社會定安，經濟發展，及有關對台政策，解疑釋惑，歡迎組團前來參訪。一九八八年春，由李蘊領隊，一行四十八人進行破冰之旅，受到黨政部門熱情接待。通過這次參訪，加深理解，消除疑慮，從此引來了旅台鄉親，絡繹返鄉探親訪友，尋根覓祖。李蘊兩任八年，年年組團返鄉，繼任理事長林德馨是黃埔二十五期，總幹事程鵬遠是黃埔二十四期，蕭規曹隨，兩任八年。從未間斷，其後任滕浩然、葉永強也樂於組團返鄉參訪，這樣的年年組團返鄉，在全省乃至全國還是罕見。

鄉情激揚 回饋桑梓

由於返鄉加深理解，許多台胞紛

紛返鄉投資創業，例如郭再順創立太苑房地產開發公司。建造東輝新村及溫嶺標誌性建築，二十八層的溫嶺大廈。在他的帶動下，引來許多台商，前來創業，為溫嶺經濟發展，注入新的活力。

旅台鄉親很關心故鄉教育事，同鄉會名譽理事長郭再順捐巨資創立「郭賜神教育獎勵基金會」，獎勵新錄取大學的優秀生和特困生補助。江道生捐資創立幼兒園及道生中學，陳宜昌助建多所學校，黃埔十六期金濟芳年逾八旬，將其平日省吃儉用的儲蓄捐獻建造著橫鎮中學六層十間教學樓及溫西大球小學三層六間教學樓，其他贊助學校添辦教育設施等，更是比比皆是。

旅台鄉親關愛故鄉，樂於奉獻，例如一九九四年殘聯理事長陳國萬陳述肢體殘疾希望輪椅代步，請本人向台北市溫嶺同鄉會聯繫請求幫助，該會欣然同意，隨即捐來殘疾人輪椅一〇〇輛，於十月十日舉行交接儀式。其他捐獻登高消防車，修橋鋪路，改善鄉村飲用水，贊助老人協會等更是不勝枚舉。

我市瀕臨東海，為颱風多發地區

，並常在我市登陸，例如一九九七年八月十一日，「溫妮」強颱風在我市石塘登陸，損失慘重，九月九日台北溫嶺同鄉會組團前來，各團員慷慨解囊，捐助美金五一〇〇元。黃埔三十一期同學金徐澤向台州市及我市捐獻大量綠葉素化肥，價值近二十餘萬元。二〇〇四年秋「雲娜」颱風在我市登陸，九十三歲高齡蘇筱徠（黃埔八期）和八十三歲的郭再順向本會寄來救災款，本會收到後立即轉交民政局統一使用。還有台胞捐資助建防波堤。天災無情，人間有愛，充分體現了血濃於水的親情。

中秋

月滿麗中天，吳剛擎玉杯。
一中凝共識，兩岸共嬋娟。

曙光碑賞月

曙光碑下詠嬋娟，兩岸同根共月圓。
拍岸驚濤歌盛世，清輝萬里照無眠。

歡迎台胞中秋參訪團

桂子飄香秋正嬌，金鳳送爽近歸橈。
春雲暮樹鄉情切，秋水望穿吟筆搖。
文化交流揚國粹，揮毫潑墨湧詩潮。
今宵共賞蟾光滿，存異求同樂舜堯。

歡迎台胞中秋參訪團

今夕銀輝分外明，金鳳颯爽迎鄉親。
冰輪朗照秋光麗，玉宇澄清不染塵。
根在故鄉懷遠志，身繫海外念昏晨。
血濃於水炎黃裔，棠棣情長海樣深。

水調歌頭

（步蘇東坡原韻）

與台北市參訪團共慶中秋

共賞瑤台月，兩岸樂堯天。良辰美景人瑞，共慶太平年。文化交流筆會，良性互動對接，情暖白露寒。霄漢清光麗，照耀普天間。

曙光碑，景色美，喜忘眠。今朝此夕，九二同尊盼團圓。存異求同互勉，兩利雙贏創建，和璧定能全。把酒敬蒼昊，島陸共嬋娟。



運動保健十八式

陳啟新

一、寫在前頭

時光好快，當年，龍騰虎躍的小夥子，如今，竟成老人了。老人沒在飲食、作息、運動上養成好習慣，易有病叢生，自己痛苦，連累家人，尤其是運動，該排在首位。

今年回鄉，區政府轉發上海市政府編製的一本《中醫觀念——談養生保健》，頗具健身價值。小冊子共分六章：第一章說明中西醫治病概念不同，西醫著眼局部性，即頭痛醫頭，腳痛醫腳，見效快，中醫要照觀全面，頭痛腳痛要追問何以會痛，從源頭上治療，收效慢，但能徹底醫好。第二章談中醫醫術、藥理、中藥分類、介紹服法，還告訴您如何煎藥；第三章是體質分類，例陽虛、陰虛等，共分九種，列舉各類體質的特徵病狀；第四章是運動保健，即本文要告訴您的；第五章食醫同源，談食療與藥療，如何進補；第六章四季保健，告訴

您應時產品如何吃！

二、盤點養生關鍵的十八「常」

日常生活中的一些小動作會對身體起到慢慢的促進與改善作用，我自平時只用花很少的時間去做做即可。

第一式：髮常梳 兩手十指自然微屈成爪形，從頭部前面向後方輕輕地梳髮，反復做三十六次。能防治高血壓、頭暈頭痛，提高智力。

第二式：目常運 兩眼睜開，眼珠慢慢地向左右、上下、遠近各活動十八次，再向順時針和逆時針方向各轉動十八次。能防治眼病，提高視力。

第三式：面常浴 兩眼輕閉，先兩手搓掌二十四次，隨後將兩手掌從鼻旁兩側向上按摩到前額，又向兩側分開按摩到太陽穴，再向下按摩到下頷，反復浴面十八次，最後兩眼睜開。能防治面部瘡癬，消皺美容。

第四式：鼻常揉 用兩手中指指面放在鼻孔旁的迎香穴上，輕輕地揉

按四十八次。能防治感冒、鼻炎。

第五式：齒常叩 先叩上下門牙四十八次，後叩兩側大牙四十八次，叩的力量不宜太大，以輕輕作響為度。能防治牙痛，提高智力。

第六式：舌常攪 口唇輕閉，先將舌頭放在牙齒外面，嘴唇裡面，按順時針和逆時針方向慢慢轉動，各做九次。能防治牙周炎，提高語言能力，增加唾液。

第七式：津常咽 當口腔中唾液較多時，要分三次，用意念誘導慢慢地吞咽到小腹。能防治口腔炎，幫助食物消化吸收。

第八式：耳常彈 口腔微閉，將兩手掌心捂住兩側外耳道，十個手指放在後腦部，以食指在中指上，輕輕地滑彈後腦部二十四次，可聽到咚咚響聲。可防治耳病，提高聽力。

第九式：頭常抬 頭部由前向後慢慢抬起，反復做二十四次。能防治頸椎病、頭暈頭痛。

第十式：胸常揉 兩手掌面在胸部自上而下反復擡胸二十四次。自防治咳嗽、心臟病、憂鬱症。

第十一式：腹常摩 兩手掌心重疊放在肚臍中央，先在肚臍周圍按順

會務活動

11月7日 二〇一三浙江海峽兩岸經濟文化發展促進會考察團蒞會拜訪。

11月8日 台灣·寧波攝影圖片展於王朝飯店一連展出三天。

11月14日 六十周年特刊第二次籌備會。

11月16日 北京話劇團於國父紀念館演出之「最後的勝利」——弘一法師。

11月17日 浙江中華文化學院來訪。

11月21日 二〇一三海峽兩岸文化創意產業展於南港展覽館開幕。

11月24日 台北市蕭山同鄉會六十周年慶祝大會於三軍軍官俱樂部舉行。

11月24日 浙江省全國人民代表大會財委會副主任呂祖善先生率團來訪。

11月27日 參加中華民國團結自強協會參觀核能四廠龍門施工所。

時針方向小範圍摩腹十二次，再大範圍摩腹十二次。隨後按逆時針方向大範圍摩腹十二次，再小範圍摩腹十二次。能防治肝、膽、胃、腸、胰、盆腔諸病。注意：便秘宜順時針摩腹，腹瀉宜逆時針摩腹。

第十二式：腰常轉 將兩手掌心輕輕地放在兩側腰部的腎俞穴上，指尖朝下，身慢慢地前傾向順時針和逆時針方向各旋轉三次，隨後以脊柱為軸，再向左側和右側各轉腰三次。能防治腰椎病、腰肌勞損、腎臟病。

第十三式：丹常養 兩目輕閉，兩手掌心重疊放在肚臍下方小腹部位，意念輕輕地集中在小腹部位約五分鐘。能提高人體的精力、體力、智力、免疫力。

第十四式：肛常提 吸氣時慢慢地收腹提肛，呼氣時慢慢地鼓腹鬆肛，反復做二十次。能防治痔瘡、尿頻尿急、大小便失禁。

疫力、活力。

第十五式：肩常搖 兩手臂由下，向後、向上、向前，再向下搖動做二十次。能防治肩周炎、上肢酸痛麻木。

第十六式：膝常蹲 撐腰兩膝稍屈、伸直，上下蹲膝反復做二十次。能防治膝關節炎，增強下肢肌力。

第十七式：腿常蹠 一側下肢著地，另一側下肢伸直上蹠，固定在一定高度，約五分鐘，兩腿交替。能防治下肢肌肉萎縮，增強下肢活動力。

第十八式：跟常顛 兩腳跟慢慢踮起後用力下顛踏，反復做七至十次。能防治多種慢性性病，提高體力、智力。

三、尾語

前面介紹的保健運動十八式，並非一定要全部一起做，你愛做幾式就做幾式，你喜歡那招式，便做幾招式，在日常生活中，不擁場地，不限時段，花費些許時間，慢慢地起改善作用，收意想不到的極大效果。

另外，想將其他五章，及其附錄灸、推拿等民族治療，綜合起來，縮編成「不同體質人群的中醫保健——藥食調養」，再向鄉親們介紹。

梅仙老師私房菜（十八）

三鮮麻辣豆腐

材料：

蝦仁	80g
透抽	1支
裡肌肉	80g
青蒜(切丁)	1支
蒜頭(切末)	3粒
薑(切末)	2片
花椒粒	1小匙
豆腐(切丁)	1盒

調味料：

辣豆瓣醬	2大匙
醬油、糖	各1小匙
胡椒粉	1/4小匙
太白粉	1小匙
(加水成芡汁)	
麻油	1/2小匙

做法：

1. 蝦仁洗淨、切丁；透抽清理後切丁備用。
2. 鍋中加入 2 大匙油，爆香花椒粒後取出不要，再加入蒜末和薑末爆香
3. 加入裡肌肉翻炒，放入透抽、蝦仁和辣豆瓣醬炒勻，加入 1 杯水和豆腐丁煮滾。
4. 調味後煮至入味，用太白粉水芡芡，撒上麻油及青蒜丁即可盛盤。

雲豆肥腸

材料：

雲豆或菜豆 (切長段)	150g
煮熟大腸頭	1條
大蒜(切末)	4粒
紅辣椒(切末)	1支
地瓜粉	適量

調味料：

鹽	1/3小匙
胡椒粉	1/3小匙

做法：

1. 大腸頭切段，沾上乾的地瓜粉。
2. 鍋中燒熱 1 杯油，將大腸頭段炸到香酥，撈起。
3. 放入雲豆也炸至脫水，撈出。
4. 鍋中燒熱 1 大匙油，爆香蒜末和辣椒末，放入雲豆、肥腸頭和調味料，拌炒均勻即可。

本會續收會費及各項捐款徵信錄

會員會費

102年11月1日至11月30日

收日期	收據編號	姓名	永久會費	普通會費	月刊贊助	合計
11/4	11248	施 惠	5,000			5,000
11/8	11249	孫 慶 耀		500	500	1,000
11/29	11250	羅 寯		500		500

會員樂捐

收日期	收據編號	姓名	會務贊助	獎學金	冬令救助	合計
11/5	3757	俞 翊 燾		10,000		10,000
11/5	3758	徐德榮基金會		10,000		10,000
11/7	3759	利 華 羊 毛		10,000		10,000
11/8	3760	尹 政 堯		3,000		3,000
11/14	3761	台橡(股)公司		38,000		38,000
11/14	3762	張 逸 永		10,000		10,000
11/25	3763	丁 守 中		50,000		50,000

社址：台北市羅斯福路三段二七七號二樓
電話：二三六三五〇七・二三六三〇五八一
傳真：二三六二八四四〇
郵儲劃撥帳號：〇〇〇二二七二一號
戶號：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

浙江月刊

中華民國一〇二年十二月十日出版
第四十五卷第十二期
(總號五三六期)

發行人：吳紹起
社長：陳友旺
總經理：林德馨
總編輯：金雨麟
編輯顧問：吳神農
社務委員會主任委員：馮宗木
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

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

發行者：台北市浙江同鄉會
出版者：浙江月刊社