

中華民國一一一年七月十日出版

浙江月刊

謝君生頌

聯絡同鄉感情 · 發揚兩浙文獻



寧波同鄉會四月底召開會員大會，左起常務監事李汝麟、貴賓蔣萬安、理事長毛家瑜及理事崔幼民、應君國等合影

639

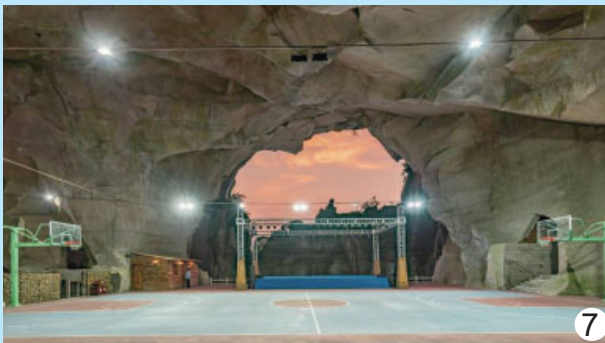
第五十四卷 第七期

台北市浙江同鄉會 印行

台州三門縣蛇蟠島照片集錦

杜甫詩云：「台州地闊海冥冥，雲水長和島嶼青」，正是三門縣蛇蟠島的寫照。傳說古有青白兩蛇於此修煉成精，後化成人形白蛇與許仙留下一段情史。蛇去島空，留下首尾相顧的兩座蛇山，似在敘說人蛇交往的傳奇故事。

1. 蛇蟠島景觀
2. 蛇蟠島景觀之一
3. 野人洞
4. 蛇蟠島日落景觀
5. 石雕窗櫺藝品
6. 洞口虎頭石雕
7. 洞內籃球場



台北花園公墓春暉堂屋頂及已傾圮水池 修繕工程剪影



1. 春暉堂大門屋頂修理
2. 春暉堂大門另側之屋頂
3. 佈設水池底座之鋼筋
4. 佈設水池周邊之鋼筋



5. 佈設水池頂部之鋼筋
6. 通往水池的階梯步道
7. 水池雛形



中正紀念堂花園裡蓮花盛開



宋·周敦頤〈愛蓮說〉：
「予獨愛蓮之出淤泥而
不染，濯清漣而不妖。」
又稱讚蓮乃「花中之君
子。」

←拱橋旁蓮花即將盛開



盛開蓮花的特寫←



池中密集的蓮花←



人行道邊即見鮮豔的蓮花←

行政院新聞局出版事業登記證局版台誌字第〇三九一號
中華郵政北台字第〇六〇二二號
執照登記為雜誌類交寄

浙江月刊

第五十四卷第七期
(總號六三九期)

中華民國一十一年七月十日出版

發行者：台北市浙江同鄉會

出版者：浙江月刊社

發行人：本會第十五屆理監事會

名譽理事長：夏漢容

理事長：胡大興

副理事長：駱尚廉

常務理事：樓文淵、金國銓、仇鼎財、蔡之貫、夏安宙

夏發凡

理事：葉正時、胡樹東、張國政、陳敏華、江冬英

樓震球、朱大勇、陳友旺、滕麗芳、謝維克

莊明康、施文森、馬復華、陳復義、鄭羽傑

王以力、汪淮

常務監事：方偉光

監事：鍾小平、陳秋英、盧建強、邢愛菊、應海瑞

朱雅蕾

總編輯：陳冕麟

社址：106台北市羅斯福路三段二七七號二樓

電話：二三三五六〇七、二三三三〇五八一

傳真：二三六二八四四〇

郵儲劃撥帳號：〇〇〇二二七二一號

戶名：台北市浙江同鄉會

本會網址：<http://www.taiwan-zhejiang.com>

本會E-MAIL：fpzhejiang@gmail.com

印刷者：漢雅資訊有限公司

地址：台北市南京東路三段89巷5弄18號1樓

電話：二五〇六一二二二五

※《浙江月刊》每期訂閱為一百元整，全年訂閱為一千元整

浙江月刊 第五十四卷 第七期 (總號六三九期) 目錄

封面

寧波同鄉會四月底召開會員大會

特別報導

美國處理烏克蘭問題歷經四任美國總統——本刊編輯室 二

我的人生故事

歲月催人老、往事知多少(十一)——夏漢容 五
天從人願 有志竟成——樓文淵 九
王建煊對老年的見解——訪王建煊記錄 一〇

人物風采

力倡人生佛教·推動佛教世界化的太虛大師
努力建設人間淨土 與世界佛教徒接軌(下) 滕麗芳 一一
淳安方臘農民起義——王輔羊 一七
清代浙江總督李衛在杭州——龔玉和一八

旅遊見聞

海鹽將現高鐵新城——戴勁男摘編 二一
金華一日遊——張先林 二二
山城慶元行——廬上雁 二三

書齋小品

奔跑的我——胡鵬年 二七
從牛年說到本命年、牛飲與牛脾氣——王輔羊 二九
做好時間管理——呂瓊伶 三〇
默念三句話就能逆天改命——本刊編輯室 三一
一段名揚世界碑文的啟示——編輯室編譯 三四
相較於生死其他只是雞毛蒜皮——轉 載 三五

養生保健

瘟疫爆發不是偶然！——本刊編輯室 三六
腦霧忘很大——轉 載 三九
人所不知道的身體——轉 載 四一

會訊

會務訊息——四二
編者的話——四三
本會續收會費及各項捐款徵信錄——四四

福地服務專欄

中元普渡法會——墓管會 四五
中元普渡法會通知——墓管會 四七
中元普渡法會報名表——墓管會 四八

美國處理烏克蘭問題 歷經四任美國總統

本刊
編輯室

美國處理烏克蘭（Ukraine）問題

歷經四任美國總統，第一任是小布希從二〇〇七年開始鼓勵當時是烏克蘭澄色革命的總統加入北約組織（NATO）。雖然他深知普丁已經劃下了紅線，如果烏克蘭加入北約組織，將是俄羅斯容忍的最後底線。但小布希當時還是加以鼓動，只是那時美國深陷次級房貸風暴、兩房危機，到最後雷曼兄弟倒閉，美國並沒有在北約組織裡積極遊說這件事情。

其次，二〇〇九年初進入歐巴馬總統的任期，這時期處理烏克蘭議題主要的人物就是當時的副總統拜登，他是現在的美國總統。那時他認為最重要的事情是要讓烏克蘭反貪腐。因為他認為烏克蘭政治之所以不穩定，不論是親俄派或親歐派上台，最大的問題都是貪腐。所以要讓烏克蘭的政治走向真正健全的民主政治，沒有被

寡頭貪腐壟斷的民主政治，才不會使親歐派上台以後，自己也因貪腐而在後續的選舉裡輸掉政權，又變成親俄派的亞努科維奇上台。因此二〇一四年，當時拜登首先處理的問題就是烏克蘭內部的政治改革，接著才進行外交手段。但最終俄羅斯佔領了克里米亞，明斯克協議本來簽訂了停火協議，然而烏克蘭當時的領導者巧克力大王波洛申科無法接受。總之，那是拜登當年在歐巴馬總統任期時所扮演的角色，也可說歐巴馬是處理烏克蘭問題最重要的總統之一。

第三個就是川普，他一方面說北約根本沒有存在的必要，他希望削弱烏克蘭，但同時也希望削弱俄羅斯。人們說很可能因為他和俄羅斯的關係良好，所以他是為了賣軍火而賣給了烏克蘭，未必是想要削弱誰。總之，川普玩的是兩手策略，一方面跟著丁

的關係好像沒有太壞，一方面又賣軍火給烏克蘭。賣軍火本身很可能只是為了軍火商利益，未必代表他的外交戰略，但也可能是他的外交戰略。這是川普令人捉摸不定之處。

第四任就是繼川普之後成為總統的拜登。他在歐巴馬時期本來是用外交模式處理俄烏的衝突，而這次他放棄了外交戰略，直接選擇了戰爭。理由是什麼？到目前為止很少人有答案。因為包括美國財政部長葉倫最近都提到，這場俄烏戰爭如果拖下去，拖太久，它會拖垮全世界的經濟。

二〇一九年秋一份吹哨者爆料文件引發華府政壇大地震，當時美國總統川普遭人指控在與外國元首通話時，公然要求對方啟動司法調查，影射曾在當地負責美援外交工作的大選競爭對手，涉嫌貪污和安插家人在當地的國營企業擔任董事。並在談話中暗示，如果不配合照辦，很可能就會拿不到美國的軍事援助。這比水門案還要暗黑的政治暗盤交易，瞬間佔據了所有新聞媒體的版面。涉案的美國總統正是川普，被影射安插家人在國

外撈油水的則是競選政敵拜登。整起事件中，無辜受牽連被迫在美國國內政治醜聞風暴中軋一角的外國領導人，則是當時也是現任的烏克蘭總統澤倫斯基。那年九月二十五日澤倫斯基說：「其實那通電話很愉快，我們談了很多事情。我想正如大家所看到的，我並沒有受到施壓。」川普說：「我沒有逼他。我們跟烏克蘭往來，也希望大家都跟烏克蘭往來，我說往來就是指給錢，大家都應該出錢幫忙烏克蘭，我們已經給了很多錢，我批准了反坦克飛彈軍售。歐巴馬卻只給我們枕頭和被單，我送飛彈給你耶！很多人勸我不要，但我也沒理他們。」

從歐巴馬到川普到拜登三位近期白宮主人都被捲入烏克蘭漩渦當中，無人倖免。歐巴馬時期對俄國侵占克里米亞的溫吞反應，當時被認為明智，如今看來卻充滿綏靖色彩，縱容了俄國暴行，養大了普丁胃口。川普時期一通語氣曖昧的元首熱線，引來國會調查，導致川普本人受眾院彈劾。雖然最後保住大位，卻也激化了美國政治兩極對立。而輪到拜登上台後，

華府不止眼睜睜看著俄國跨境出兵，拜登更被迫要承受自己過去的政治決策，在今天衍生出來的後果。因為早在擔任歐巴馬副手的十幾年前，拜登就已經長期出使烏克蘭，擔任美援資金的監管人和當地政經改革的操盤手，種下他與烏克蘭之間複雜難解的命運糾葛。川普在二〇〇九年七月說：「我們正與俄國之間進行關係調整，但我向你和所有烏克蘭人民保證，我們不會為了俄國而犧牲烏克蘭利益。」從一九九四年烏克蘭總統與美俄兩國簽下銷毀烏克蘭核武的安全備忘錄開始，美國與烏克蘭之間就註定了不斷的政治聯繫。二〇〇〇年後美烏關係的調性，主要是隨著烏克蘭領導人親美或親俄的傾向而搖擺。二〇〇四年的橘色革命促成了親美尤申科上台，雙方逐步深化往來，但二〇一〇年親俄的亞努柯維奇重新復出，美烏關係的走向隨即又疏遠了。當時歐巴馬政府面對烏克蘭政局的頻頻轉換，以及莫斯科看待烏克蘭議題的高度敏感，外交態度轉為消極。甚至在二〇一四年烏克蘭爆發廣場革命，再度推舉親西方領導人上台之後，華府依舊顯得投鼠忌器，不願提供高殺傷力的武器給烏軍，深怕被俄國錯誤解讀，或是落入烏克蘭內部親俄勢力手中。時任烏克蘭總統的波洛申科說：「我沒有抱怨的意思，軍毯、夜視鏡當然也是非常重要的物質，但光靠軍毯是沒辦法打贏戰爭的。」歐洲政策研析中心波利亞科娃說：「歐巴馬政府不願意提供致命性武器，因為他害怕這麼做會激怒俄國，導致俄國進一步侵犯烏克蘭。」美國公共電視網（PBS:Public Broadcasting Service）新聞口白云：「歐巴馬在下台前接受大西洋雜誌訪談時表示，不論我們做什麼，烏克蘭永遠活在俄國侵略的陰影之下，他還說美國的烏克蘭政策一定會保持模糊。」

米亞，三年之後，華府改朝換代，川普上台前後私下對普丁展現出來的孺慕之情，讓外界合理懷疑，川普政府在烏俄危機當中可能會一面倒向俄方。

然而若是撇開檯面上的做態，實際上川普時期所釋出對烏克蘭的軍事援助單看數字並不輸給歐巴馬政府。甚至從軍售項目來看，川普批准出口的武器還包含了此次俄烏戰爭當中，發揮極大效益的反坦克標槍飛彈。二〇一八年十月十四日川普說：「我才是提供烏克蘭強大武器，反坦克武器的人。歐巴馬什麼都沒做。他做了什麼？他只送了枕頭和軍毯給人家。」歐洲政策研析中心波利亞科娃說：「川普釋出了這些標槍反坦克系統，反觀歐巴馬政府卻堅持不賣殺傷性武器給烏克蘭。事實證明俄羅斯根本不敢吭聲。」然而根據華盛頓郵報事後追蹤，川普所批准的這批二百一十枚標槍飛彈實際上並未真正交到烏克蘭士兵手裡。而是被美方限制只能存放在彈藥庫中，作為對俄國的戰略性嚇阻。至於二〇一九年的彈劾案裡，原本被川普凍結，以澤倫斯基抹黑對手拜登

做為交換條件的那一筆四億美元軍事援助，則是在事件曝光之後，隨即解凍，如數匯給了烏克蘭政府帳戶。

PBS新聞旁白：「拜登重回白宮之後也延續前朝政策，當面承諾提供一批六千萬美元的致命性軍火給在二〇二一年九月首度訪美的澤倫斯基，其中包括標槍飛彈，但就在俄軍大舉集結烏克蘭邊境的關頭，拜登又嘗試外交手段，在十二月初和普丁舉行虛擬峰會。並將一批兩億美元的軍事援助延後至月底交付。」

美國企業研究所達斯汀華克說：「戰爭爆發前，拜登政府以為強化武裝和外交談判無法同時並進。但隨著俄國展開軍事行動，拜登政府也立即擴大軍事援助。如今他們交付武器給烏克蘭的速度和數量都超乎以往。」

根據白宮網站三月十六日對外公佈的數字，拜登上台後提供給基輔的軍事援助累計已達二十億美元。而這個金額根據媒體粗估，到了四月中更將攀升到三十億美元，其中光是拜登三月中宣布對烏軍增援的一批標槍飛彈，數量就高達兩千枚。相較之下，

過去歐巴馬和川普對烏克蘭的軍事援助堪稱小巫見大巫，不可同日而語。

然而就如同華盛頓郵報在報導中所做的結論，從華府的視盼高度而言，烏克蘭問題從來都只是美國對俄羅斯戰略考量的一環。無論是歐巴馬、川普或拜登，恐怕從來都沒想到俄國有一天會真的走上全面開戰這條路。

註：本文據今年四月二十日TVBS《文善世界週報》內容潤飾整理而成。

《心經》名詞釋義

《心經》全名《般若波羅密多心經》，此經名由般若、波羅密多、心經三個名詞組成，般若勉強可譯為智慧（詳見第八頁），波羅密多意為到彼岸，心經者乃指此經為佛典中六百部般若經典之核心要義，故稱心經。

波羅密多：梵語音譯波羅密多，略為波羅密，意為到達彼岸。波羅密是說修行者乘大行之船，能由生死苦惱的此岸，過度到涅槃安樂的彼岸。

歲月催人老、往事知多少

(十一)

夏漢容

前言

近來疫情嚴重，令人坐立難安，往事多回味，日子較平安，繼續書寫在台北市府工作的狀況，尚請各位鄉親多多指教。

一、一個月內肅清忠孝東路違規行業

忠孝東路為台北市東區商業中心，據統計在影響治安之十八種行業中，忠孝東路範圍內就有一百五十二家，其中證照齊全者只有十五家而已，而證照不全者有二十七家，完全無照者卻有一百一十家。由此可知國人守法的觀念確有不足，思想及行為又過於自由。如果讓這些商家對法令視若無睹，若一旦發生了意外事件，因未辦登記，就常發現連一個應負責任的人也找不到，這絕不是國民所得超過

一萬美元，已邁進開發中國家的社會所應有的現象。

行政院郝院長，於全國治安會報中曾做了以下的提示：「工商管理的良窳，影響社會治安至鉅，無不法行業的存在，應為工商管理工作應有的原則與目標。過去一年多來，對於違規行業的稽查取締與輔導其合法化，成效未盡理想，請台北市長擇市內某一條重要街道，以一個月為期限，全面肅清違規行業，使整條街道均屬合法業者營業，台北市建設局長對此任務應負成敗的完全責任。」

對於院長所提示的重點，經過一再的思考，台北市這一年來對影響治安的十八種行業稽查取締工作，的確花費了不少心思，也投入了許多人力和物力，就全國來說也算得上是績效最顯著的了。但是在執行上，我們卻遭遇了瓶頸，總是無法突破，而有使

不上力的感覺。每天九個外勤稽查小組就選定的四條重要道路：忠孝東路、南京東路、中山北路、林森北路，對各責任區內的列管違規業者進行查核，凡是公共安全有顧慮或是惡性重大者，由小組長提出名單，經提報核定後，其拒不業者即執行站崗監督，勸阻消費者進入消費，經過了這一年無休無止境的稽查取締，列管的違法業者，均已依法裁罰或停止營業。但是五百家中仍有二百九十二家持續營業，其原因為對停業處分不從者，依法只能再罰，而行政人員無權直接強制執行；另外移送地檢署偵辦，經法院判決後再違法者，檢察官或法官認為屬於接續犯，故會形成違法免罰的現象。

若欲對違規業者實施斷電處分，則又無明文規定，因無照營業或建築物違規使用，並非一律構成斷電處分

。因此唯有實施站崗監視，雖然是最耗費人力的笨方法，但是卻成為最直接有效的方法，然撤崗後，卻仍有可能再復業。因此在這一年當中，我們就一直在重複進行上述的動作，雖然稽查人員自始就體認到輔導業者合法化是一項重要的工作，但因為就一項經濟行為而言，供給與需求是成正比的，有那麼多的消費者，才有那麼多的供應商，以行政手段是否能夠完全禁止得了呢？

我想答案是否定的，所以導禁兼施的措施是必要的。但如此這般長時間執行下來，稽查工作人員已產生疲態。郝院長在治安會報工作的提示，是一件高難度的任務，並非建設局甚至聯合稽查組所能負擔的，至少還牽涉到警察局、工務局及環保局等單位的積極配合，要建設局長單獨負起任務的成敗，實在令人極為惶恐，深怕政府意欲依法行政，展示公權力的決心，卻無法整合相關單位共同達成。

個人的去留並不足惜，長官所交付的任務如何圓滿完成，才是最值得考量的。為了集思廣益，曾經邀請本

局各單位主管在家中會商，以期取得共識，全力投入於一個月內達成任務。此次任務共計執行一百零一家，另為了落實站崗達成停業的目的，對於未經允許懸掛的招牌，依法通知業者限期自行拆除，否則予以代為執行，另於影響治安營業場所門口明顯處張貼勸阻消費者進入的告示。

一九九二年五月肅清忠孝東路十八種違規行業的工作，總計列管了一百五十二家，除了證照齊全合法經營的十五家及經過稽查取締而停業的三十六家之外，其餘的一百零一家均因為這項震撼性的執行行動而全面停業。在這一箇月中，全部稽查小組同仁全月無休，日夜投入這個前所未有的勤務，出勤次數多達三百七十七組次，動用稽查人力一千五百人次，專責警力一千六百餘人次，且為了落實稽查成效，另組成抽查小組，逐日協助清查有無遺漏及執行情形。

這一次史無前例，空前的將整條忠孝東路十八種違規行業，於短短一個月內加以肅清，但是無照營業，違規使用實為長年累積下來的沉痾，而

且普遍存在於各個角落，並非一朝一夕可以解決的，而業者已投資了鉅金於裝潢設備等，普通均不甘投資落空，而存有觀望及僥倖心理，一旦執勤鬆懈，勢必死灰復燃。而政府的稽查人力是臨時編組，又僅逾百人，如何來有效地維持稽查成果，確實是相當棘手的問題，否則花了這麼多的人力，所達成的取締成效無法維持，不但可惜，而且前功盡棄，徒勞一場而已。在這倍極辛苦的一箇月中，展示了政府落實公權力的決心，並確實達成了長官所交付的任務，幸不辱命，我總算可鬆一口氣。整體工作尚需中央政府制定相關法律，並分配各單位職責，從根本做起，建立守法的工商發展，三十年後的台北市十八種特種行業管理究竟如何，應該進步很多了。

二、台北廣播電台訪談紀錄

題目：影響治安行業聯合取締小組的執行成效。

採訪人：王施佳小姐（以下簡稱王）

受訪人：建設局夏漢容局長（以下簡稱局長）

黃宗文議員（以下簡稱黃議員）

王：市府聯合稽查小組執行取締忠孝東路違法業者的工作已經一個多月了，在此請夏局長以您身為副召集人的身分談一談執行的績效。

局長：謝謝王小姐的訪談，取締違法營業是政府的政策，而此次一個月內稽查忠孝東路商家，更顯示政府貫徹政策的決心。在過去我們曾針對台北市四條主要商業道路做了近一年的稽查取締工作，執行結果約有三分之一停業。為加強績效，經郝院長指示，改採重點集中取締方式，於是選擇忠孝東路作為一個月的強力取締工作。先前一年來的取締勸導，但礙於房屋使用用途不符，依法實難以取得營業事業執照，加上目前公司法、商業登記法、建管、衛生及消防等法令的罰則較輕，對業者難以產生嚇阻作用使其停業。目前本府聯合取締稽查小組有十四組，每組成員十人，經一個月嚴格取締工作以來，忠孝東路一百三十七家違法業者皆已停業，但為防其死灰復燃，我們另以拆除招牌

、張貼公告等方式配合，繼續派員巡邏站崗，並建請管區警員協助巡邏及臨檢工作，以維持本次執行績效。

王：由以上夏局長所言，可了解此次重點取締忠孝東路違法業者的成效仍佳，但限於人力、財力及法令之限制，難免有所疏漏。而有些議員認為此種以人力站崗的執行方式只是治標，難能治本。想請教黃議員就如何治本的方法，提出意見。

黃議員：基本上，台北市政府的方向是正確的，但整個的政策意識卻是在於消除業者。十八大行業屬於變形蟲的行業，是工商社會的副產品，其特徵為機動性大、利潤高、回收快。故要取締某一條街道容易，但要消除十八大行業的違規業者卻是極為困難的，就目前而言投入如此多的人力、財力，反而卻使新增業者愈多。我認為治本最好的方法便是大赦。因為十八大行業的存在，表示有實際的社會需要，故應在管理上著手，以及由政府負起管理上的責任，而消費者則應負有注意的義務。

局長：我很贊成黃議員的說法。

因為社會的變遷、經濟的繁榮，以及國民所得發展的結果，基本上應可以設立此類行業，而不是由政府採取防堵消滅政策。但設立必須合法化，故政府所以一方面取締，一方面也應研修各種法令規章以符合現實狀況。目前經濟部日前已委託中央警察學校研究特定目的事業的管理辦法並提出報告，其內容主要包含兩大重點：一、贊成制定特定目的的事業管理辦法；二、調查並統計出有百分之五十以上的民眾主張開發色情娛樂行業。

王：這是否意味將成立特種行業專業區？

黃議員：我想這在台北是很困難的。第一是地區問題，第二是管理困難，第三則是專業區文化衝擊。因為目前台北市從事十八大行業的人口近七十萬人，且散布台北市各地，而現在無主管機關管理，是政策上矛盾的地方。應該有一個大方向，作為政策指導，由法律、管理者等方向著手。例如在天母，可說是無色情區域，因為居民絕不會允許任何一個色情行業存在其住家附近，也就是靠市民的自

覺來排擠這些行業。

局長：對！這是最好的方法，本局也常收到一些大樓管理委員會的檢舉信，要我們前往取締，因為政府的人員力有限，罰則又輕，所以執法上有其困難。

王：局長前面提到目前政府正研擬特定目的的事業管理辦法、及成立專設管理機構等，是否真正可以防止違法營業？另外，目前所謂KTV等行業被稱為是現代人的快速休閒娛樂，在執行取締時如何進行輔導？

局長：事實上說來，大部分的業者都是正常經營，並非全部色情化。目前政府的都市計畫區，面積將由百分之九增加為百分之十五，市政府已於去年修法，唯迄今尚未定案。目前的問題並非如何消滅業者，而在於如何放寬建管法令，使其合法化，設於適當地點。另外，因其利潤高，稅捐處已重新查定及加強查漏工作。

黃議員：台北市現有七百多家KTV業者，只有一百多家是純粹唱歌，另一方面，如此龐大的市場規模卻逃漏稅金嚴重，政府連一毛錢都收不到。

局長：目前法令上有困難，如稅務上，不管有無執照皆統一課稅，只要營業就課稅，所以民眾以為只要交稅即合法，若能進行稅務改革，對無照業者嚴罰，應能收到成效。

王：特定目的的事業管理辦法是否除了制定罰則，亦有專業機構統籌管理。

局長：事實上，該法案目前仍未起草，待經濟部向中央提報有訂立此法令需要時才會起草，其中包括設立條件，處分罰則、人員、營業時間等皆會有明確規範。

黃議員：我同意夏局長所言，現今建設局的確面臨困難。若能使事、權統一，權責分明，才能發揮行政功效，否則事權分散，一事情牽連很多單位，當然成效不彰。

王：局長談到目前忠孝東路清查告一段落，成果將由各轄區分局來維持，此是否表示違法行業將由警察來繼續取締？

局長：這是政府決心的問題，在稽查小組將違法營業清查後，若再復出營業，由警察來執行，貫徹到底。

我們的人也會繼續稽查，並研究最有效的方法。

黃議員：我支持建設局的決心，但支持之外，也盼望能了解台北市的實際狀況。有了法律，專責機構，自然有公信力。目前只是一種平衡，掃地工作而已，稽查並非管理。

（待續）

般若（般若字依古漢語讀如撥）乃古印度梵語之音譯。般若勉強可譯為智慧，因未能盡表原意，只得採音譯。般若細說有五重含義，實相般若乃般若之體，明瞭一切法皆空，離一切虛妄相，故名實相般若。觀照般若乃般若之用，因觀照而明瞭諸法悉皆空寂，可彰顯其體之用。文字般若因一切法有賴語言文字始能詮釋，而文字性本空寂。境界般若者一切法之境界本無自相，由根本智、後得智而得顯發，明了一切諸法境界，悉本空寂，故名境界般若。眷屬般若指煖、頂、忍、世第一、戒定慧解脫、解脫知見等，皆智慧之屬，故名眷屬般若。般若乃通達真理無上之妙慧。

天從人願 有志竟成

樓文淵

懷念昔日台省府兩家鏗而不捨精神的老友。五十年代，台灣經濟發展開始萌芽，一般國民與軍公教人員，都是艱苦貧困。當年蔣夢麟先生鑒於糧食生產的不足，尚憂慮到人口問題，但一般民眾並無此感受，而祇顧到家族的繁衍，希望香火的綿延。雖然經濟生活不寬裕，但年輕夫婦仍是繼續不斷的生育下一代，加以養育、培植。記得台北中華路旁邊的老松國民學校，學生竟超過萬人，成為台灣最大而有名的小學，由此可見當年人們並沒有少子化的思想，所以人口成長迅速。

五十年代，我在省府服務，有兩個家庭，是多產家庭，他們希望生育一個男兒以繼承祖先香火。他們那種鏗而不捨的精神，今日回想仍是深深的敬佩。一位在省稅務處服務的同仁，已生產了幾個女兒，但他夫婦總希

望有個男兒，以期報答上代祖宗與父母，一直生了九個女兒，仍不斂車，繼續努力，希望再添一個，不論男女均繼續，結果蒼天仁慈，給了一個男孩，排行第十。一時之間，喜訊傳遍中興新村各家戶，要好的同仁、友好，都趨赴其府來祝賀，這是難得的天從人願的大喜事。

其次另一家，是我同單位的同事。那時公務人員待遇菲薄，他家已育有三位女兒，長大已逐年上學，我的好友亦為繳交學費而傷腦筋，那時尚未實施九年國民義務教育，要讀書，就得繳學費，唯一的辦法，因同事們亦多寅吃卯糧過日子。祇有預借薪水來因應這筆需要。當他夫婦先後生育了四個女兒後，猶感未能養育一男孩，以繼祖宗香火。於是下定決心，再生一個，即使是五千金，亦所甘願。意想不到第五胎竟是男兒，滿足他們

的願望，亦使同事鄰居為他們有志竟成而高興。雖然生活艱苦，內心仍是喜悅。兩夫婦鑒於既然第五胎生男孩，心猶不足，希望再添一男兒，結果又連續生育了四千金。那時大女兒已進大學，成績優異，而作公務員的老父，已有不勝負荷之感。女兒孝心，為減輕家庭負擔，亦不出國深造，亦不嫁人，以其任教所得來補貼家用，減輕老父負擔，並培植弟妹們的教育與生活，此女曾為東吳大學有名的經濟學教授，貧戶出高才，令人敬佩！其弟妹們亦均受教成功，各個專業，值得敬佩。

在今日少子化的境況，想到當年在大家艱苦生活中，仍為國家「增產報國」，培育優秀的下一代，值得吾人敬佩與懷念。更希望我們的後代能博學、審問、深思、慎辨，作一個為國為民謀求幸福的奉獻者。

上月第六三八期第二十三頁篇名〈力倡人生佛教·推動佛教世界化的太虛大師（上）〉之作者係滕麗芳，其姓氏被誤為「藤」。特此更正。」

王建煊對老年的見解

訪王建煊
記錄

人生盡心盡力，結果交給上帝

二〇一七年全球六十歲以上的人口約九億六千二百萬，且每年以百分之三左右的速度增長。人們習慣上把老與病、弱、殘連在一起，將老弱病殘列為需要社會照顧的群體，老年人深感憂慮。八十高齡的老人王建煊對此卻大不以為然。他說：「他們都以為我時間不多了，我快要離開這個世界了，然後那裡痛一下，他就想會不會是癌症末期了，他天天就在這種恐懼下，若你的心情都是這樣的話，不健康。」

美國楊百翰大學的研究員朱莉安·霍爾特倫斯塔德的研究可以佐證王老的見解。他的研究團隊紀錄了數萬人的日常生活，追蹤七年後得出結論：飲食運動並非延年益壽的首要因素，而與家人朋友乃至陌生人有良好的

交流互動是延長壽命最積極的因素。

澳洲弗林德斯大學的研究也發現，與五個以上親密朋友一直保持接觸的老人，死亡率降低百分之二十二，平均延壽七年。美國每七個人中就有一個超過六十五歲，估計為四千四百七十萬，四點四個勞動人口供養一個老人。二〇一八年四月日本大和市宣佈，把老年人定義調整為七十五歲，以應對人口老化危機。

王建煊說：「其實各種年齡有各種不同的貢獻嘛！對不對？我們退休的人跟一般人比，不比他們很差呀！我常去老人院探訪，他們給我介紹說，這位老先生從前是幹什麼什麼的，這個老太太是文學家，什麼博士。所以老人裡面人才濟濟，老了有老的作用。」

白髮是歲月的冠冕，八十高齡的王建煊充滿活力，奔走世界各地演講，有一年多達二百五十場，最多時一

天講五場。二〇一八年在洛杉磯五十多天講了一百零四場。曾經擔任過財政部長、監察院院長的他，上台不講大道理，好像與老朋友閒話家常，從凡人小事切入，娓娓道來，妙語連珠。以豐富的人生閱歷，帶出信仰的真實確據，特別受歡迎。

他說：「這是我現在的資源，我有東西講啊！因為我有太多的經驗，比如我常常講：我們人生做事，人生盡心盡力，結果交給上帝。 Do your best, then God will do the rest. 有人聽了以後，欸！有道理！可是我五十年前這樣講呢！人家說，小伙子你懂什麼玩意兒。可是今天我再跟人家講『人生盡心盡力，結果交給上帝』。人家就說有道理有道理。對他就有用處啊！所以我們年齡長的人要利用你年齡長的這種資源，來發揮你的那個社會效果。不然一天到晚就躺在那個地方，大則遊山玩水，小則就在門口散步，搞什麼名堂呢！你浪費自己的資源了嘛！各種老人可以做不同的事嘛！」

他鼓勵老年人不要整天只研究養

生之道，要善用自己的特長，分享出去，對後人、對社會、對歷史都是寶貴的財富。不但繼續貢獻社會，這種積極的生活方式更有益於身心健康。王建煊弟兄並不諱言總有躺倒的一天。他說：「站不起來了，我坐在病床上。老人家，有人來看我，對不起！我還

要跟他講，你應該時時以窮人為念，金錢像肥料，撒出去才有用。你有沒有撒呀！他說王老先生已經快要再見了，他講得有道理哦！我要做。結果他有幾百億，通通撒出去，那不得了哇！我做了一輩子還沒做到呢！所以你你不要小看那個，我告訴你有用！」

金錢幫到急需的人才更有價值，福音傳出去才能改變世界。年齡增長，漸入佳境。他說：「所以我們老人八十歲了，黃金年華，黃金哦！」把人生經驗那怕只是一點點，分享出去就是對社會的貢獻。

註：據網傳訪問王建煊視頻本刊記錄。

力倡人生佛教·推動佛教世界化的太虛大師 努力建設人間淨土 與世界佛教徒接軌(下)

滕麗芳

組「佛教訪問團」·救援國家的
抗戰



民國二十八年（一九三九年），國際反侵略大會中國分會，推太虛為名譽主席，函請大師題字，大師為此

題：「古所謂攻非攻，即侵略反侵略。墨耶兼愛為宗，佛孔愛其先覺」。這年九月一日，大師組織「佛教訪問團」。據太虛的「己卯日記」：當時題額的有林森主席題「巨海南針」；龍雲主席題「大法西還」，蔣總裁題「悲憫為懷」。此時，王禮錫也於大公報發表「論國民外交方針」，主張從速組佛教、回教訪問團。大師也作〈佔海南島之威脅與對佛教國之誘略〉一文，冀能喚起全國上下及佛教徒的注意。由於當時西南國際路線益形

重要，終於得到朝野的重視與贊助，以自動組織佛教徒名義，成立佛教訪問團。由政府函聘大師為團長，准予費用。

民國二十九年（一九四〇年）一月，太虛出席印度文化協會並加入為永久會員。下旬，大師率訪問團員及譚雲山夫婦抵達菩提伽耶。禮金剛塔，於金剛座靜坐，為國難致禱。後訪尼連禪河及牧女獻乳糜處、菩提場曉坐觀佛處；參禮靈鷲山：訪七葉窟、浴溫泉：等。途中太虛以詩勉勵學者

：「覺樹枯榮幾度更，靈山寂寞尚重興。此來不用傷遲暮，佛法宏揚本在僧」。又瞻禮轉法輪塔、五比丘紀念塔，參觀阿育王石柱等地。印度總理尼赫魯得知大師來訪，特別接見。大師當時對尼總理說：「全世界的文化分為三種：第一是內心聖潔的修證，第二是人類情誼的調善，第三是對物質力的制御。由此三種發揮出來，就是印度文化、中國文化、西洋文化。中國和印度，曾對世界有過很大的貢獻，不過近代的中印都受了西洋的影響。西洋文化的歧途，是把人當物質一樣，所以世界的危機日深。希望將來不偏一端，物質需要發達，同時精神也要有修養，倫理也要得協調。」這番言論深獲尼赫魯總理的讚揚。今天我們重讀大師的話，仍然覺得大師議論剴切，語語中肯！

隨後參訪錫蘭，由愛陀拉末得尼律師陪訪法顯洞。大師親書「法顯洞一題額，交保管會刻石。並與首相借鐵拉卡暢談中錫文化聯絡事宜。大師此行遠赴錫蘭、緬甸、印度等地，宣傳抗日救國，發動各地華僑、華人和

廣大佛教徒及佛教團體，積極支援祖國抗戰。

心心念念在文化·要建設人間淨土

大師希望以建設人間淨土的理念，與世界佛教徒接軌！民國十五年（一九二六年）大師為杭州佛學會講《華嚴經·普賢行願品》時，即提出〈建設人間淨土論〉。後來在民國三十年（一九四一年），大師對學生的講話：「為我的學生，要從四方面去學：一、修行：這中間，包括聞思修慧，由聽講、研究、靜坐、思惟，以至於根據六度四攝之原則，表現於行為上者都屬之。二、講學：如法會講經，或學院授課，乃至著書立說，翻譯流通等皆是。三、用人：一件較大的事，不是那一個人可以成功的，必須和合各種不同才能的人。所以要有團體的組織，並要有領導的人善能用人，最重要的能自知知人。四、辦事：佛教的事，亦有多方面的，如學院僧寺等，往往與政府社會發生種種關係。若遇疑難的事，要有判斷力；困難的事，要有忍耐力。觀察於法於眾有

益的事，務須任勞任怨去處理應付，不可畏縮。如於法於眾無益者，勿為虛榮私利，和人爭持不捨！以上四事，各人宜時時對自己反省，對他人觀察。」其中明顯表揭露出人間佛教的思維！

民國三十二年（一九四三年），張道藩問太虛「我們需要的文藝政策」是甚麼？大師作〈對於文藝政策之管見〉，批判「欲以恢復宋儒傳統，襲取應用（西洋哲學）為範疇之新儒家，日見囂張；多師理學餘緒而排斥佛法。」大師指斥為：「設一言固有文化，即隨督儒淺見，籠統的以接受韓歐程朱一流為恢復；而不知韓歐膚淺無識之偏狹，程朱陰盜陽憎之欺偽，其狹偽實為中國文化千年來漸陷低弱之主因。則恢復固有文化，反成加三民主義以拘蔽，使不能有所擇取於初盛唐雄大宏遠之全民族文化也！」大師又作〈中國民間之教化何在〉。文中屢屢指出：「實則新儒家也者，既不與一般民間思想相關，復不為新進思想所取，僅為御用文化耳！」大師率直剴切的言論，至今仍值得學術

界深思！

民國三十二年（一九四三年），夏秋間，大師積極發表大作，〈中國今後之文化〉刊於大公報、〈聯合國戰勝後之平和世界〉寫於新中華八月號、〈人群政制與佛教僧制〉發表在時代精神雜誌；並講「佛教徒應參與中國和世界的新文化建設」，文章中論及文化政治的原則是：「世界人類之利益為第一；國家民族之利益為第二；個人家屬之利益為第三。」

民國三十三年（一九四四年）大師抵達桂林，為佛教會開講為期一週的《佛說觀彌勒菩薩上生兜率陀天經》。講完即拜訪教育部長陳立夫，商討漢院員生緩役事，得到部長允可。大師又親自拜訪軍政部長，為全國僧侶請願免役以從事救護工作。當天，大師作〈轉移風氣運動的原則〉一文，主張：「以今融古成民族文化思潮，以中融外成國際文化思潮；以義融利成道德文化思潮；以雅融俗成進步文化思潮。」大師的見解弘廣深遠，氣象卓爾不群，話語擲地有聲！

民國三十四年（一九四五年），

七月四日，德國投降，大師立即作〈告日本四千萬佛教徒〉文，勸日本無條件投降，並由福善法師代為廣播。八月十日，日本宣告無條件投降，我國的八年抗戰終獲勝利。大師作〈告世界佛教徒〉文，希望能對世界永久和平作出貢獻。文中說到：「亞東南各民族，尤當以佛教加強其聯合。以聯合的力量來共同努力發揚佛教，以對世界永久和平作非常有力的貢獻！」中日佛教徒，尤應密切聯合。一方面肅清魔鬼們遺留的毒素；一方面發揚最徹底自由平等博愛民主精神的大乘佛教文化，努力於人類真正和平的推進！」

九月，蘇聯與美國的擴展政策日趨強化，大師作〈因果昭然縱惡者可以止矣〉：「乃今國際間，猶有恃勢橫行，肆力侵掠。得意忘形中，不知不覺中，步上希特勒之後塵者，抑何迷倒之甚耶？其速警覺，回心向善！」大師真是獨具慧眼，洞燭機先，見幽微於毫端呀！

民國三十五年（一九四六年）元旦，太虛大師接受國民政府頒給勝利

勳章，當天掃蕩報改名為和平日報，大師特作詩相贈：「十年掃蕩妖氛盡，一旦和平慶到來！猶有和平暗礁在，迅行掃蕩勿遲回！」因當時國共和談結果未卜。那年春節，總算國共協商宣告成功，大師又作〈試筆〉誌慶：「初日披呈春節瑞，宿雲歛作夏時霖。世經喪亂人思痛，國慶昇平民定心。和氣致祥成協議，安生樂業戒相侵！怨魔盡化慈悲佛，仁壽同登任運駁！」

殷重憶念菩薩學處·期勉人生的佛教

這年中秋前，大師主持焦山僧才訓練班結業典禮；鎮江佛教界禮請大師赴金山寺講「人生的佛教」。第二年大師隨同芝峰法師等人去溪口，回到一別十年的雪竇寺，作〈重歸雪竇〉：「妙高欣已舊觀復，飛雪依然寒色侵。寺破亭空古碑在，十年陳夢劫灰尋！」流露出不勝唏噓之感。

大師駐留寧波期間，禮見耄老，解下自己常佩的玉玦，親自為耄老懸

掛於胸前，並作〈奉獎老〉：「吃虧自己便宜人，矍鑠精神七四身。勤樸一生禪誦力，脫然瀟灑出凡塵！」這也是他最後的詩作。

民國三十六年（一九四七年）大師在延慶寺（浙江省寧波市）講《菩薩學處》時說：「我現在所倡導的菩薩學處，是重在啟發初發菩提心願的菩薩；旨在要人盡能成為大心凡夫的菩薩，不是頓超二乘的大菩薩。」這本《菩薩學處》也成了日後佛教僧信修學佛法的範本。

身雖捨心意堅·二百餘舍利顯功德

民國三十六年二月中，太虛聽到福善法師得天花驟逝，悲慟至極，作「慟福善」。三個星期後又為震華法師封龕，大師心極哀慟，作偈：「諸法剎那生，諸法剎那滅；剎那生滅中，無生亦無滅。」五天後（三月十二日），在玉佛寺（上海）直指軒中風捨報，世壽五十九歲。侍者楊承多等人隨侍助念彌勒聖號，祈祝大師上生兜率，再來人間。法尊、葦舫、塵空等法師為大師作下述之籌備工作

：在奉化雪竇山建築舍利塔，各地得分請舍利建紀念塔；大師遺物則移存武昌，作為紀念。

太虛圓寂消息傳出，各界政要、名流、海內外佛教僧俗之哀輓唁電紛然而至；四月八日，舉行茶毗典禮，送別人群長達一里多，備極哀榮！由善因法師主持說法舉火。次晨，由法尊等人拾取靈骨，得三百餘顆舍利，呈紫色、白色、水晶色；而心臟不壞，綴滿舍利，足徵大師的願力堅固宏深。十四日，大師舍利安奉在雪竇寺供法堂。五月二十日，印順、續明、楊星森等人在雪竇寺圓覺軒著手編纂《太虛大師全書》。民國三十八年（一九四九年）臘八日，舍利塔施工完竣，奉大師靈骨入塔。

大師身後的榮與哀

民國三十六年六月六日，國民政府頒給大師褒揚令，是對大師一生踐行佛教理念、憂國、救國；憂民、教人，努力實踐「人生佛教」理想的肯定。令文如下：

國民政府令 三十六年六月六日

釋太虛，精研哲理，志行清超！生平周歷國內外，闡揚教義，願力頗宏！抗戰期間，組織僧眾救護隊，隨軍服務；護國之忱，尤堪嘉尚！茲聞逝世，良深軫惜！應予明令褒揚以彰忠哲。此令！

民國三十八年五月，國民政府播遷來台，中國大陸政府則陸續實施三面紅旗、破四舊立四新、文化大革命、紅衛兵運動等改革措施，其間搗毀大量的文物古蹟以及古書、古董；等。太虛大師的舍利塔也被破壞殆盡，舍利子散落一地，混著沉泥濁砂，難以分辨，一代大師的遺骸終至歸於塵埃，竟成一片虛空！相信大師對自己靈骨的歸處應是無所罣礙的，但是他畢生心心念念的文化之根，遭此劫難，雖升兜率，應猶椎心吧！

深宏的影響力·遍及佛教各大宗派

民國十四年大師選派弟子留學日本、暹羅、錫蘭、西藏等地，學習梵文、巴利文、藏文、英文；其中大勇、法尊等法師深入西藏，學習藏傳佛教，法尊法師將宗喀巴大師所造之

《菩提道次第廣論》（簡稱《廣論》）譯成中文，大勇法師為《廣論》造科判，大師親為作序。這本《菩提道次第廣論》不僅溝通了漢傳與藏傳佛教。這顆種子更在一甲子後綻放了一朵意想不到的花朵。民國八十年（一九九一年）日常老和尚成立福智僧團及福智文教基金會，把《廣論》作為弘法佈教的依據。每年舉辦教師營、企業營，引導營隊學員觀功念恩的思維、企業人士則發展慈心事業，發揮頗大的影響力。

法航法師留學錫蘭後，任教於錫蘭大學。斯里蘭卡佛教界稱他「古有法顯，近有法航」。

民國二十七年（一九三八年），張晶英女士（係孫立人將軍夫人，後名孫張清揚居士）在重慶皈依太虛大師。大師教她唱「三寶歌」，其中「盡形壽，獻身命，信受勤奉行」讓晶英女士感動至深，發願「難行能行，難忍能忍」，一生以居士身護持佛教。她除了以身口意奉行佛法，更以資財與智慧護持佛教和法師。如：民國三十七年，營救慈航法師等人；買下

善導寺作中國佛教會會址，讓佛教有弘傳中心。民國七十年善導寺興建慈恩大樓時，四樓特闢太虛圖書館紀念大師。夫人又將變賣自己首飾的款項，到日本購來整套《大正新脩大藏經》，託付當時外交部葉公超部長協助空運來台灣影印，成為我們目前流通的大藏經版本。後來，清揚居士得知慈濟證嚴上人要建醫院，立即賣掉了孫將軍具有紀念意義的功勳紀念品，以及自己的首飾和積蓄，捐作建院經費。晚年把自己位在新北市永和市值上億的寓所，也捐給了佛光山作為永和學舍。夫人對佛教事業的護持力，讓星雲大師讚她為現代居士楷模！

佛光山星雲大師說他一直在追隨太虛大師的腳步，努力把佛教推向國際化。因此，佛光山於民國六十七年（一九七八年）在美國成立「國際佛教促進會」，籌建西來寺，後又在美洲各地、歐洲、澳洲、非洲、大洋洲、日本、韓國、馬來西亞等地，籌建一百座以上的道場及佛教事業組織；舉辦「世界神明聯誼會」促進世界各宗教的交流；等。星雲並說他遵奉太

虛的教誨：要做一個有擔當的「新僧」。撰作《我不是「呬教」的和尚》，來闡明他「一日不作，一日不食」，僧團要自食其力、自立於社會的理念。佛光山出版佛教刊物、辦報紙及電視台弘法；興辦養老、育幼、幼兒園、中小學、大學、佛學院、美術館；開辦雲水醫院、設置各類獎項鼓勵並福利社會；等；對各類社會濟助、救災事務，從不落人後！

太虛大師說：「彌勒菩薩常以歡喜笑臉迎人，不分善惡慈心相向，平等施與，可做修此（利他）行者的代表人物」。星雲大師說：在人間，人能心慈，則彌勒淨土也就成就了。因此，倡導「三好」運動、三好校園，讓孩子們從學習中，把「存好心、說好話、做好事」變成良好的生活習慣。其實都隱含著太虛的影子！

民國二十九年政府任命太虛大師為「中國佛教國際訪問團」團長，慈航法師也隨行其中。太虛大師訪問結束返國時，慈航法師則仍駐留馬來西亞、星洲、麻六甲、吉隆坡、怡保等地巡迴講經、弘揚佛法。並在星洲、

檳城、怡保等地創設菩提學院、佛學院及佛教人間月刊社：等。民國三十

七年台灣中壠圓光寺禮聘慈航法師來籌辦「台灣佛學院」，大陸年輕僧侶慕名宗仰，紛紛前來依止、受教。結果以「疑似匪諜」的罪名而被捕。幸得清揚居士等多人奔走營救，才獲出獄。

慈航法師以「僧青年是我身上的血液和靈魂，也是我的化身。」來勉勵並安頓學僧，讓達心及玄光法師深受感動。越暮年，在汐止秀峰山上建「彌勒內院」，禮請慈航法師住持講學，並作為大陸學僧來台的棲身處所。五年後，四十三年四月四日，慈航法師留下一偈：「空手而來，空手而去，來來去去，永無休歇。」圓寂了。圓寂前三小時，法師還在為學子講經！五年後，弟子們會同諸山長老開缸檢視，發覺法師袈裟完好，面呈紫色、眼睛發亮、耳鼻口也都完好，唇尚軟、眉毛、鬚鬚還長了不少，慈航成為台灣第一尊全身舍利的肉身菩薩！人們感念他，在全身裝金後，迎奉於彌勒內院的慈航堂供養，至今

香火鼎盛。

慈航法師在台時間雖僅六年，但他所接引的僧伽，成為台灣佛教近五十年來的中堅分子，對台灣佛教的弘揚貢獻巨大！

大成至聖先師奉祀官主任秘書李炳南居士，號雪廬，弟子們稱他「雪公」。創辦台中佛教蓮社。他與廣欽、煮雲等法師被認為是台灣佛教淨土宗的主流推手。民國五十二年創辦台灣第一所佛教醫院「佛教菩提醫院」及慈光育幼院，繼又增建菩提救濟院；成立弘法團、辦《明倫月刊》社等弘法文化機構、弘明幼兒園等；這些設國中小學、弘明幼兒園等；這些也都是太虛大師的佛教革新思維！

當時，印順與演培、續明等法師曾在菩提醫院建「太虛紀念館」。李炳南居士弘法時以儒佛並舉，以淨土為依歸。淨空法師追隨雪廬老人十三年後，創辦華藏視聽圖書館、佛陀教育基金會及澳洲淨宗學院，並指導新加坡淨宗學會創辦「弘法人才培訓班」，對佛教淨土宗的弘揚影響甚深！其他，如法鼓山聖嚴法師提倡的

「提昇人的品質、建設人間淨土、推動心靈環保」及慈濟證嚴上人（其師父印順法師為太虛弟子）對慈濟事業的期許：慈善、醫療、教育。中台禪寺在推廣佛學外，也籌辦從國小到高中的學校，為社會育才，根本上也都不脫太虛大師人間淨土的範疇。

太虛大師曾作偈：仰止唯佛陀，完成在人格，人成即佛成，是名真現實。他一生孜孜勤懇地推動「不忍眾生苦、不忍聖教衰」的人生佛教，澆灌滋養了當今佛教界每位大師的心靈，也開啟了今日佛教發展花團錦簇的新面貌！

佛教的新生，太虛大師是關鍵的領袖人物！而太虛大師「人間佛教」的理念能在台灣遍地開花，為大眾播灑下的善念種子，所造福的又豈僅是佛教呀！

註：角虎堂：五代時，淨土六祖永明延壽大師作《四料簡》，主張「禪淨並重」：「有禪無淨土，十人九蹉路；陰境若現前，瞥爾隨他去。無禪有淨土，萬修萬人去；但得見彌陀，何愁不開悟。有

禪有淨土，猶如帶角虎；現世為人師，來生作佛祖。無禪無淨土，鐵床並銅柱；萬劫與千生，沒

個人依怙。「戴角虎」意指：老虎本來勇猛，又戴上了雙角，就更所向披靡了。

參考書籍：《太虛大師年譜》印順文教基金會。

淳安方臘農民起義

王輔羊

方臘（？～西元一一二一年）

北宋末歙（音射）州（今安徽歙縣）

人，後遷居睦州青溪（今浙江淳安）

，雇工出身。時統治者窮極奢侈，江

浙地區還遭受花石綱（註一）之苦，

百姓終歲勞苦，不得一飽。他利用明

教（註二）組織群眾，徽宗宣和二年

（西元一一二〇年）秋起事於睦州，

在漆園中誓師，指斥宋王朝的罪惡。

自號「聖公」，年號永樂，以巾飾為

標幟，自紅巾以上分六等。分兵出擊

，教徒蘭溪朱言、吳邦、剡縣仇道人

，仙居呂師囊，方岩山陳十四，蘇州

石生，歸安陸行兒等也紛起響應，凡

得杭州、歙州等六州五十二縣，東南

震動。他擬劃江而守，漸圖進取，十

年內推翻宋王朝。宋徽宗派童貫率軍

十五萬前往鎮壓。次年夏他退至青溪

幫源洞和梓桐洞，戰敗被俘，秋季在

東京（今河南開封）被殺。餘部在呂

師囊等的率領下，轉戰溫、台等州，

到宣和四年夏秋間失敗。方臘是農民

起義的領袖。參閱《桂林方氏宗譜》

、《青溪寇軌附容齋逸史》、《宋史

·四六八·童貫傳附方臘》。

註一：據教育部國語辭典釋義：

「綱者，成群結隊運送物品；花石綱

指運送花石往京師的船隊。」花石綱

典出北宋末年，徽宗在蔡京等慝惠下

，竭天下以自奉，在東京建「壽山艮

嶽」。崇寧四年（西元一一〇五年）

，使朱勳主持蘇杭應奉局，凡民間有

可用花木、奇石，即直入其家，破牆

拆屋，劫得後分批綱運東京，史稱花

.....

石綱。官吏又乘機勒索，東南地區及

運河沿岸人民深受其害。方臘起事時

，罷花石綱，起事失敗後復置。宣和

七年（西元一一二五年）金軍南下，

再罷。

註二：明教，中國古代由摩尼（

註三）教發展而成的祕密宗教組織。

混合有道教、佛教等成分。五代、宋

、元農民常利用組織起事。尊張角為

教祖，敬摩尼為光明之神，並崇拜日

月。教徒服色尚白，提倡素食、戒酒

、裸葬；講究團結互助，稱為一家。

認為世界上光明力量終必戰勝黑暗力

量。唐末五代時流行於陳州一帶，後

梁末母乙曾以明教為組織紐帶舉行暴

動。北宋、南宋間流行於淮南、兩浙

、江東、江西、福建等地，不斷組織

農民起事，最著名者為方臘、王念經

暴動。

註三：摩尼（Mani），約二一六至

二七六年間）一譯牟尼，為摩尼教的創始者，波斯人，生於巴比倫尼亞（在今伊拉克）南部。約二十五歲時，宣布其新教義。吸取瑣羅亞斯德教、

基督教、佛教以及諾斯替教派的某些教理，創立摩尼教。宣傳善惡二元論，自稱為最後的「先知」。旅行東方各地，傳曾到過印度西北部和中國西

部。約公元二四二年回國，在國王庇護下建立教團，廣泛傳教。後遭迫害，被捕處死，但其教仍傳布。

清代浙江總督李衛在杭州

杭州
龔玉和

清代浙江總督李衛（一六八六—

千兩，須加收平餘十兩。

一七三八）在清史上算是個叫得響的

李衛屢諫無效，便在戶部走廊放

官吏，一個漢人官員深得清帝信任，

一個櫃，上書：「某王贏錢」四字。

視為心腹，李衛並非科舉出身，卻能

讓這位親王十分難堪，只好停收

官至總督，至為不易。

回扣。李衛這種直勇任事，給尚處備

雍正三年（一七二五），李衛出

位的雍正印象至深。

任浙江巡撫，後任兩浙鹽政、總督，

未久，雍正繼位，任命李衛為雲

直至雍正十年離任，奉召署理刑部尚

南鹽驛道。

書，尋授直隸總督。

清廷財賦分四大塊，一是錢糧；

李衛，字又玠，江蘇桐山人（今

二是鹽課；三是關稅；四是雜賦。

徐州），生於康熙二十五年（一六八

「鹽課」名列第二，足見財賦對

六），出身宦門世家。

鹽課之倚重。對於財稅而言，「裕國

康熙五十六年，捐了個監生，入

豐財，莫如鹽法」。可是私鹽氾濫，

費為員外郎。康熙五十八年，遷戶部

影響國課。因而，皇帝經常發佈「裕

郎中，被雍親王胤禛相中。當時官場

課必緝私」諭旨。

烏煙瘴氣，戶部有位親王每收錢糧一

不過鹽法痼疾由來已久，緝私舉

步艱難。李衛初接雲南鹽務時，鹽政

弊端重重，緝私列諸省之首。時有：

「天下鹽政之弊，未有勝於雲南者也

，一是官賣之弊；二是私鹽之黑。」

李衛主操雲南鹽務，加強巡緝，

打擊盜賣，改革稅賦，卓有成效。次

年，就被擢升布政使掌管鹽務。

雍正三年至八年（一七二五—

一七三〇）李衛調任浙江巡撫，後升

任總督。

在浙期間，李公治海塘，築湖堤

，懲貪官，清積欠，多行善，濟危困

，賑災難，勸農商，使浙江經濟為之

改觀。海甯自翁加埠至尖頭山近百里

海塘，在險要塘段築石塘、柴塘近二

千三百丈，緩和了危急形勢，並修建



了魚鱗石塘。

隨後，又設塘兵、把總等員弁分駐沿塘修護海塘。在海塘上，李衛「招民墾田，設灶煎鹽，官為收賣；漁舟入海，給牌察驗；魚鹽徵稅，充諸項公用。」

到任時，西湖淤塞嚴重，李衛下令疏浚西湖，並用湖泥築一條湖堤。

清《湖山便覽》載：「雍正九年，總督李公衛因港中沙灘成平陸，築成堤以通裡六橋，與蘇堤之東浦橋縱橫相接。廣三丈，長六十三丈。此堤之長，自此西行通洪春橋邊，百七十丈，則猶李公故跡也。」

李公堤自蘇堤東浦橋之西連接以達金沙港，而與趙公堤故址相接。堤廣三丈餘，長六十三丈，中建一橋曰玉帶橋，下環三洞

，上建巍亭，翼以丈石雕欄。石級分兩行，中為斜坡而無級。昔時，湖上諸橋無及其宏麗者。昔「玉帶晴虹」遂為西湖一景。

雍正初年，清廷推行「攤丁入畝

」，也就是改變官府按人頭收繳稅款方式，採以每戶擁有土地畝數來計算稅收。此政策可以說大大減免了少地或無地農家的負擔，頗得民心。浙江巡撫奉行敕令，但是，鄉紳竭力反對，到衙門鬧事。

一時民情沸騰，爭鬥激烈，相持不下，官員多驚恐不已。

李衛支持鄉民，推行新政。雍正七年，時值鄉試，士紳又聚集千餘人，在錢塘縣衙鬧事，反對推行「攤丁入畝」，並令商戶罷市，生員罷考。

李衛採用強制手段制止富戶騷亂，「攤丁入畝」得以實施，舉國譁然，百姓拍手稱快，此舉也推動了各省實施「攤丁入畝」的執行。既減輕鄉民負擔，又增加了稅收。

查嗣庭為浙江人，犯了「大不敬」罪。雍正以查氏玷辱科名，「停浙江人鄉試、會試」，專設「浙江觀風整俗史」，專事監視士人。

李衛一面「文告嚴督」，一面上書，稱「浙江士子感恩悔過，士風丕變，乃命照舊鄉會試。」雍正七年，

朝廷恢復了浙江的鄉試取士。李公對「學士甚敬，雖負氣好勝，然遇權貴要員，務出其上」。在民眾中，李公口碑甚佳。

李衛在杭州的政績是對西湖景觀開發。清代「西湖十八景」成形多在李衛任內，疏灘西湖，築金沙堤，在堤上修了三孔石橋，名玉帶橋，上建紅亭；

在金沙港立關帝廟；

整治小瀛洲，

築曲橋朱欄；

在湖中廣植芙蓉。

在岳王廟前立

「碧血丹心」坊；

在萬松嶺補植

萬株松樹；錢王祠

前築功德坊碑；

在玉泉建洗心

亭；孤山築西爽亭；寶石山造來鳳亭；

丁家山修八角亭，山下築「蕉石

鳴琴」景觀。

《湖山便覽》載：蘇公堤「第六橋西，右引桃溪之水，注曲環注，仿古人流觴之意，臨水築亭；亭西置舫



齋，回臨花舫，迤南為水月亭，後為樓閣，曰『聚景』，最後為觀瀑亭，為香泉寶。湖上泉流之勝，以此為著。」

《湖山便覽》又載：「雍正年間，李公衛灘治西湖，修繕勝跡，復增西湖四十八景……。雍正九年（一七三一），李公衛創湖山神廟於曲院風荷旁，奉祀湖山神及十二月花神和四個催花仙子，旋於廟側，闢地建花神廟、竹素園」，成為一個會所，列為清代西湖十八景之首。

雍正十一年，李衛不顧戶部尚書鄂爾泰（滿人）位在其之上，上書指出其弟鄂爾奇「壞法營私，紊擾擾民」，使鄂爾奇被革職查辦。

雍正十二年，他「疏發誠親王府護衛庫克與安州民爭淤地」；

雍正十三年，「疏劾總河貪劣」等。雍正對李衛的評價「嘉許之懷，筆莫能罄。非深悉朕衷，毫不瞻顧，安肯毅然直陳」。

江南財賦豐裕，然社會混亂，成為朝廷心腹隱患。李衛召兵設勇建營，專練拼刺之法。每當捕盜之時，李衛親臨指揮。他擅長捕盜，江浙盜賊

出沒橫行，李衛認為，青樓女子、酒坊茶肆等皆有盜線，不能禁絕，否則難以跟蹤盜賊。命人喬裝混入賊窩，暗通情報。

每次出手，都將一錦囊交與將士，出手多能直搗賊巢，大獲全勝，治安大為改觀。

鹽政為朝廷一大稅源。由於稅利豐厚，走私嚴重。

江南多食浙鹽，卻因淮鹽走私，造成市場混亂。李衛署理兩浙鹽政，經過一番調查，制定了對策。不僅加強沿海關隘巡緝，打擊不法商販私鹽活動，還提出改革鹽政稅賦對策。

李衛上奏雍正，力言兩浙商業發達，人口繁盛，造成口糧不足。

另一方面，鹽政得利，餘款甚多。李奏請皇上，從鹽政餘款中撥銀子十萬兩從四川等地購進稻米，並用買米剩餘銀兩修補各處損毀的城垣。

任上，用鹽政、府庫結餘修浚西湖，歷時兩年，挖淤泥封灘三千畝。

這些舉措不僅造福百姓，也大大地減少了鹽官的貪贓挪用。

雍正八年（一七三〇）李衛到嘉

興巡視，登煙雨樓，見樓屋殘破，授意整修，「睹此傾頹殷然，以整修為己任」，「樓旁更創軒榭閣，以復舊遊」，恢復明代創建的瀛洲勝景。

最大的地方誌《西湖志》，就是李衛於雍正九年開始支持編修的。

文人談到李衛時說：「衛公不甚識字，然遇文人甚敬」，參加編輯《西湖志》中有些名士，諸如，杭世駿、沈德潛、傅王露等人。還主持修撰《浙江通史》、《西湖遊覽志》等。

《清史稿》對李衛在浙的評價是「蒞政開敏，令行禁止」八字。

李衛深得雍正信任，使他無所顧忌，大膽實施。李衛位高權重，恃功傲物，屢屢開罪權貴。雍正多次告誡他，就可看出幾分：「嗣後極宜謙恭持己，和平接物，川馬、古董之收受俱當檢點，兩面欽用牌不可以已乎，是皆小人逞志之態，何須乃爾。其克慎毋忽」。雍正又警告說：「書雲習與性成，若不痛自刻責，未易改除。將來必以此受累，後悔何及。」

離任後，仍常干預浙事，引起後任總督程元章不滿，密奏朝廷。

雍正閱後，在奏子上批曰：「衛之粗率狂縱，人所共知，何必介意。朕取其操守廉潔，勇直任事，以挽回瞻顧因循，視國政如膜外之風耳。」

雖然李衛卓有政績，也有人在皇帝面前參了一本：衛公生性風流，好勝心切，且剛愎自用，迷於女色。在湖山神廟中，將自己形象立為正神——湖山神，並將他的十二位寵姬立為十二月花神，侍立左右，民間對此頗多傳聞。

後來，雍正駕崩，李衛入宮，跪

地大哭不止，幾乎暈絕（「入謁梓宮，跪伏大慟，暈絕不能起」）。隨即，乾隆即位，傳到耳裡，大有不悅之色，下令將湖山神廟中的神像全部改塑。《湖山便覽》載：「世宗南巡，諭曰：『衛仰借皇恩眷，任性驕縱，初非公正純臣，名立廟，甚為可異！』命毀之」。

《新西湖遊覽志》載有：「湖山春社，即湖山神廟，與左公祠毗連。中奉湖山正神，旁列十二月花神，清

雍正九年，李公衛建。內列十二花神，上有一總司花事者。中坐者，即李敏達公衛也，旁則皆姬侍也。」

「敏達」是李衛的諡號。後人有詩感歎：「廟貌鄰忠武，巍峨棟宇新；湖山原有主，花月豈無神；觴誦群賢地，亭台四季春；年年逢社日，簫鼓競湖漣。」

李衛主政浙江，做了不少有益的事。湖上勝景至今仍找到痕跡。

海鹽將現高鐵新城

嘉興
戴勁男摘編

千年古城海鹽，一直不通鐵路，這種狀況即將改觀。二〇二一年五月，浙江省自然資源廳發布的「南通至蘇州至嘉興至寧波鐵路工程（浙江段）規劃選址批前公示」顯示，通蘇嘉甬鐵路長度一六六千米，設計時速三五〇千米／小時，將在嘉禾大地設嘉興北站、嘉興南站和海鹽西站三座車站。海鹽距離上海一一八公里，距離

杭州九十八公里，與蘇州、寧波相距均不到百公里，是「虹橋國際開放樞紐」南向拓展帶上的重要組成部分，是接滬融杭的重要節點。隨著長三角一體化發展戰略的不斷推進，海鹽奮力打造嘉興融入長三角一體化的金南翼，積極構築杭州灣北岸黃金海岸經濟帶。為此，海鹽依托自身歷史文化、產業資源、交通條件，將建設虹橋

國際樞紐中南向拓展帶的重要支點，高鐵新城作為海鹽近期重點建設的站城一體戰略區域，也將成為海鹽新時代發展的樞紐核心和發展引擎。海鹽已向全球發出高鐵新城城市設計及重點片區建築概念設計方案徵集令。海鹽高鐵新城總面積約一六〇五公頃。設計打造海鹽高鐵新城，對海鹽乃至整個嘉興、長三角區域來說意義重大。將高鐵新城與海鹽古城緊密相連，這還是響應浙江「千年古城」復興計畫所向，是順應民生期盼所需。

積世累功逾四十年，終修得正果。後

遂行道天下，匡世濟民，成為民眾喜愛的除妖祛邪、懲惡揚善的英雄。

據說：黃大仙祖宮有三奇：一是雨奇，在一九九六年，居然晴空鳴雷，宮天降雨，又晴空陽光普照。二是音奇，宮前祭壇，人至對語，音韻和鳴，謂之「天音」。三是籤奇，自宮開光朝聖以來，從未見好運者得下籤，滯運者得上籤，疊疊世事，事無巨細，直指要害，感興趣的朋友可以去

試試。

金華黃大仙景區為道教第三十六洞天所在地。景區內林木蔥鬱、空氣清新、湖泊水碧如鏡、溪泉潺潺流暢、氣候涼爽宜人，動植物資源極為豐富，據說有野生動植物九千餘種，交通便利，設施配套，是旅遊觀光、避暑度假和修學朝聖的勝地。

下午，在金華仙山文化產業有限公司統一組織，給我們四百餘人分室上課推銷產品，經過難熬的九十分鐘

後總算結束了，可我也買了五百元物品哦！

最後一個景點是遊覽步行小吃街，每個城市都會有一條特色小吃街，北京後海小吃一條街、上海城隍廟美食街……長長的街道兩旁，整齊地擺放著各色攤位。人群熙熙攘攘，討價還價聲不絕於耳，同行人排隊去買小燒餅，說遂昌要三元，這裡二元哦！

在金華玩了一天，很累，七時多到家，便早早休息了。

山城慶元行

杭州
盧上雁

慶元是位於浙江西南邊陲旁靠福建不太知名的小縣（其實，縣域面積非常大），對於杭州人來說，偏遠了一點，人有「越角閩根」之稱。

報刊上，慶元這個地方，除了偶爾有颱風暴雨之類的新聞以外，鮮有趣聞逸事報導，政府大員或名人學士到訪慶元者不多，因此，外界對這個地方比較陌生。

那幾年，規劃院的同仁在浙西南

地區做了不少專案，泰順、景甯、麗水，大都跑過了，大家在感覺上，有見多不怪之想：慶元只有浙南山區司空見慣的景觀罷了，沒有特別稀奇例外之處：崇山曠谷，山鄉古村，森林遍佈，山脈交叉，切割劇烈，岩崖飛瀑，雲霧籠罩……

我在想，那些地方交通不便，讓

外地人畏縮不前，否則，早就成為江南城鎮遊客的追逐之地了。有一個同仁忽發奇想，說道，這個地方如果設個直升飛機場就好了，既解決了交通瓶頸問題，又能在空中鳥瞰浙西南大地的錦繡河山，一定是個賺錢的好行當！

一、書生論政

那天，參與慶元縣旅遊發展總體規劃者有五個人，同車到慶元開會，

除了武彬專心致志開車以外，還有林正秋、周復多、陳仙波與我。這些人平時忙於教書、開會或出差，有機會碰面，打個招呼，相互問候一下而已，無緣有什麼機會私下交談。

那次因路途遙遠，車行時間過長，一路上，有點無聊，空間太窄（只是一輛七座越野車），於是乎，造成了一次難得的聊天機會。

時值二〇〇七年夏，媒體正大肆宣傳明年（二〇〇八）的北京奧運會，每天主要新聞報導多是以此為主題的內容，全國上下，無一例外的在議論這個舉國關注的大事。此時，廣播中不斷地傳出北京「沙塵暴」的消息，陳仙波聽了，若有所思地說道：「明年北京就要開奧運會了，沙塵暴如此厲害，外賓見了，怎麼行！」意思是有意礙大國顏面。

有人聽了，不假思索地說，中國那麼大，首都設在北京，偏北了一點，最好的辦法是，有一個夏都，再設個冬都，南北平衡，這樣做會好些！

不知誰又說了幾句：「其實，在我看來，國家首都的位置，最好在南

京，那個地方好！六朝故都，靠近上海這個國際大都會，地處江南，自古以來，風調雨順，百姓安居樂業，又處在全國的中心位置，東南西北中，方方面面都能照顧得到，就像是華盛頓與紐約一樣。再說，江浙一帶，得『西風東漸之先』，南京作為全國的首都，再好不過了，真正的大國風采！」

有人聽了，半開玩笑地說：「你這個人就不動腦筋了，南京是個什麼樣的城市？金粉樓台，秦淮八豔，亡國之都！都城，萬萬不可設在南京，玩物喪志啊！『春花秋月何時了，往事知多少？問君能有幾多愁，恰似一江春水向東流！』這樣千古絕唱，只有金陵城裡亡國之君才寫得出來！」這一說，全車人都笑了，就這樣，一個難得的談笑機會，沉悶的氣氛，頓時給打破了，於是，眾人七嘴八舌，海闊天空地聊開了。

可以說，那天路上的一番閒聊，讓我印象至深，直到今天都難以忘掉，也是我第一次聽到這些人在聊業務以外的話題（閒扯）！

二、慶元品蔬菇

雖說慶元與浙西南地區其它縣市的山林風光雷同，但是，與別的地方比較起來，當地盛產的純天然蔬菇和山筍野蕨，可說是別樹一幟了！

那幾年，隨著麗水至龍泉高速公路的開通（二〇〇四年），慶元旅遊業的總體格局為之提升。規劃院為慶元所做的規劃，除了山水觀光、生態旅遊之外，就是著力推廣與拓展高山「綠色食品」。

改革開放以後，日子好過多了，解決了溫飽問題，與早先一窮二白的日子相比，宛若換了人間，吾輩年輕時羨慕的「雞鴨魚肉，大吃大喝」，已成為陳跡。隨之而來的是「富貴病」（血壓高、血脂高、脂肪肝、肥胖病等），增添了人們無限的煩惱。

在工商業發達地區，尤其是長三角，環境污染日益嚴重，讓人望而生畏。由此，慶元縣以它獨特的風貌與產品，蔬菇菜筍，揚名大江南北，人有「慶元蔬菇賽雞鴨」之說。

在規劃中，提倡「綠色食物、有

機食品」應當以慶元為先，成為現代餐飲的先導，或許，能成為吸引遊客的拳頭產品之一。因此，我們著力打造慶元的蔬菇形象，作為規劃院課題的主要內容之一，不僅想為當地山貨尋找銷路，提升附加價值，也希望以此為基點，為山民融進現代生活潮流做點努力。

慶元處處青山綠水，岩崖飛瀑，山水清澈見底，大山之中，雲霧籠罩，空氣清新，所產無污染之高山蔬果，已成為大城市居民心馳神往之物。

慶元縣地處浙江最南端的聳山峻林之中，過了縣界便是閩北。因而當地餐飲風俗大多受閩北山地居民飲食習慣的影響，其味既有浙江人的酸甜，又有閩北人的薑辣，可謂集閩、越風味於一爐，自成一派。

同席的飲食文化專家林正秋院長，見多識廣，品嚐過各式各樣的美味佳餚，也情不自禁地稱讚起慶元人烹飪「蔬餚蔬果」技藝的高超水準。

品嚐了以後，點評道，「粗菜細做」，口味爐火純青，其味遠勝於雞鴨魚肉之類的葷腥食物。我們規劃院

的到來，希望為浙南餐飲業翻開新的一頁。

慶元境內群峰連綿，山嶽巍峨，氣勢磅礴，數量之多，冠居全省。

其中百山祖（地名），號稱「百山之祖」，常年蔥籠碧翠，為浙江的第二高峰。全縣山谷狹長，谷地平緩，土質肥沃，山貨物產極為豐碩。

巍巍蒼山，層層梯田，潺潺溪澗，成為慶元人取之不竭，用之不盡的大倉庫。

我們就餐的地方是縣城的菇城賓館（原為政府招待所），現已改造成一家集餐飲、住宿、娛樂為一體的星級賓館，菜餚以菌菇類及山蔬鄉味為特色。

進入餐廳，剛坐定，第一道菜就上來了，稱之「扒雞腿菇」。

粗聽之，以為是雞腿燒蘑菇。不料，卻是一道純菇類蔬菜，因其形酷似雞腿而得名。此菜特點是黃、白相間，菇香濃郁，入口鮮美無比，難怪古人說的「山珍海味」，將「山珍」列於「海味」之前，原來「山珍」之美，不是「海味」可以比擬的。

慶元，又稱「菇鄉」，其香菇產量占諸縣之首，當時鄉民百分之二十五的收入來自香菇生產，菇類品種多達數百餘個，因季節的不同、菇種的不同、做工的不同，製作出來的香菇菜餚名稱各不相同，品味各有千秋。

南宋時期，慶元的龍岩村有一位名叫吳三公的老農，深居山村老林，常年以蔬、果、菌等為食。有一次，他發現用刀砍過的闊葉樹幹上長的香菇特多，開創了人工培植香菇的先河。吳三公常年深居山野僻壤，以菇菌野蔬為食，身體康健，童顏鶴髮，長命百歲，被山農尊為「香菇祖師」，人稱「菇神」。

另一道菇類名餚稱作「合雙香菇」。在慶元鄉下，只要有婚慶喜宴，桌上必有此菜。這道菜有夫妻「成雙合歡」的寓意，成為宴席上一款廣受歡迎的主菜。

此菜做法並不複雜，只是將新鮮的香菇去蒂洗淨，在菇中抹上魚茸肉末，兩朵香菇合攏。下油鍋煎成二面成金黃色後，烹入料酒、麻油起鍋。我們品嚐了一下，果然鮮美爽滑，外

香裡嫩，別有風味。

大凡有成雙成對男女進店用餐，夥計必定推薦這一道菜，說是此菜食後，有男女「情投意悅」、「百年好合」之美意。

山粉餃特有名氣，特點是皮薄、餡多、味鮮，做法是選用上等山地產番薯澱粉為主料，餡子有肉末、香菇丁、筍丁、蘿蔔丁、薑米、蔥花等。

當地農戶人家吃年夜飯時，幾乎家家戶戶都要做山粉餃。此餃入口軟滑多汁，鮮香可口。聽一位縣領導說，一位中央級大員（張德江）到慶元視察，食後，大加稱讚，譽為「浙江第一餃」。

席上的另一道名菜，稱之「菜心地皮」。

粗觀之，黑色的「地皮」夾在碧綠的菜心之中，色彩頗為豐富。

我不知「地皮」為何物，忙請教一位同桌，回說是生長在山林巨岩之上的薄皮，絕對「環保」，無任何污染，再經過廚師精心加工而成。

初品此菜，鮮糙爽口，食後，回味無窮。

此「地皮」確是大自然的恩賜，在城市中，很難享用到此等美味之野生食品。

慶元還有一款「名吃」，叫做「百山菜」。

此菜大有來歷，慶元百姓無人不知。相傳，城裡有一富翁到百山祖走親戚，山裡人一時拿不出大魚大肉款待，只能燒幾道鄉野粗菜待客。

不料，富翁在城裡吃慣了雞鴨魚肉，品嘗了百山祖的野蔬粗菜之後，大加稱讚，覺得勝過了家中的任何美味佳餚。回城後廣為宣傳，使得這道山菜一傳十，十傳百，迅速成為慶元喜筵請客中的主菜，也成為現代宴席上的珍品。

其實，做「百山菜」的原料很平常，只是用百山祖原產的鴨掌菜（即樹參梢）、百山菜（即老鴉菜）為主料，經廚師用現代烹飪方法調製而成。食之，柔軟嫩滑；聞之，鮮香撲鼻，早已成為慶元山野蔬菜中的珍饈。

陳仙波教授品嘗後，對「百山菜」大加稱讚，認為口感一流，可與席上任何美味珍饈媲美！

慶元縣為適應旅遊業的拓展，開發了許許多多以山珍菇菌菜餚為號召的食物，其中以「百菇宴」最為知名，做法是取各種山產菇菌為原料，採用炸、蒸、溜、爆、燉、燴、燻等多種烹飪手法，具有上百種口味，無論是口感、物形、色香均呈上乘。此次我們品嘗的蔬菜名目眾多，數不勝數，如竹籬田鯉魚、香菇素包、鄉村田螺煲、三公菌鴨、滑嫩茅菇、檸檬山珍春捲、千層菇、清燉花菇等等，令人目不暇接。

這些年來，慶元的蔬果美味，吸引了許許多多江浙以及閩贛食客慕名而來，為慶元縣帶來了一波又一波的旅遊熱潮。人們在慶元不僅能夠欣賞到風格別具的崇山峻嶺、古廊橋、古村落，還可以品嘗到風味獨特、滋醇味厚的山菜珍饈，同時，也增加了慶元縣的知名度，當地的山餚蔬菜可謂功德匪淺！

山珍美味，不僅為慶元的經濟開發增輝添色，為當地山民帶來致富的福音，也為城市居民找到了一個享受正宗「無污染高山蔬菜」的原產地，

及有益於身心健康的生態環境。

女性以瘦身健美為時尚，長者以「千金難買老來瘦」為榮，關鍵因素

還是在於運動和飲食習慣，而慶元則兩者兼備，可謂得「天時、地利、人和」之先，為其開發「生態旅遊」提

供了有利條件。諸君，在到訪慶元，遊山玩水之外，更可一睹山珍之豐，一品野蔬之美，讓人有流連盼顧，去而忘返之感！

奔跑的我

胡鵬年

真正的強者，不是不會面對挑戰，而是面對挑戰與折磨時，還繼續奔跑。

寒風瑟瑟，捲著落葉在地上舞蹈，簌簌的聲音不絕傳向遠方。站在起跑線，心中滿懷著對目的地的堅定信心。當尖銳的吹哨或槍聲劃破天際，我們位居前列的參賽者開始奮不顧身、飛快地向前奔跑，向著那個看似遙不可及的終點，帶著大無畏的勇氣與毅力，邁著大步伐，略揚起雙臂，充滿著奪標希望的力量。這樣的場景歷歷在目，無法忘懷。

回顧二十年前的我似乎也是如此，帶著最明媚的陽光或陰沉的天空跑入競賽場，滿懷揣著夢想，播種下希望與願望，用熱情奏響昂揚的歡歌前

進，沒有怨、沒有利，就是想面對自己的挑戰。

每憶及此，我不禁在心底微笑，腳上的步伐卻始終不敢停歇，不知不覺地，行程即將過半。雙腿開始發軟，步伐漸漸沉重，口乾舌燥的我貪婪地呼吸著新鮮的空氣；然而到嘴邊，卻已不復香甜，只剩下似有若無的氣若游絲，望著並算計那依舊遙遠的終點，心中的堅定一點點隨著時間消磨。我好似遊行的群眾，被一條無形的鞭子驅趕著向前，進入沉默的螺旋裡「內卷化」。

這樣的場景，與記憶中參加路跑賽產生無縫隙的重合。澎湃的路跑熱情也漸漸偃旗息鼓。我把自已縛在繭裡，開始被動地接

.....

受體力疲乏的折磨，似乎被困在團團迷茫中，找不到出路，甚至丟失了自已。只剩下最後三分之一里程。然而一個可怕的念頭，卻不知何時悄無聲息地在心底播下種子，並不經意間瘋狂地生根發芽——我想放棄了。於是，帶著難以睜開沉重的雙眼，任憑身體如行屍走肉般地向前行。

「加油！加油！」彷彿傳來此起彼落的呼喚，又彷彿只在觸手可及的身旁，那聲響宛如黎明時第一縷陽光下的微風，揚起我心底的塵埃，那些最初的夢想和信念又重新甦醒。我聽見靈魂深處，一個聲音在聲嘶力竭地向我吶喊：「不能放棄，目標就在眼前！」於是，堅定地睜開雙眼，用力地邁開腳步，跟隨著前面人的腳步，終點已然近在咫尺，在那裡，有欣慰的

微笑與掌聲，有溫暖的懷抱和攙扶及純淨水的滋潤，還有紀念品的加持，一切都變得值得，我知道，自己該衝刺了！於是，握緊雙拳，邁著堅定與剩下的腳步，重振雄風向著目標彼岸，奮不顧身地跑步……。這樣的場景，多像記憶在年輕歲月裡所參加無數次的路跑賽。

我可以倔強地強顏微笑，也可以難過地在湧出淚水與汗水的夾雜下，依然要把腳步繼續鏗鏘地，邁開步伐、調整呼吸、忍住汗流，頂住陽光或雨水，只因我看到了來自終點那一縷曼妙的曙光與五彩的吹氣拱門，在眾多人群的加油和歡呼聲中，還有工作人員的注目眼光，享受如同出征凱旋歸來的戰士所受的禮遇。

我自問：「累嗎？」
我內心回答「累。」

「為什麼不放棄呢？」
「因為我還懷有夢想，還有目標需要追求！」追求那自我體力與毅力極限的挑戰。

奔跑吧！帶著最初的夢想和一往無前的勇氣，揮灑激情的汗水，流下

拼搏後的熱淚，用體力與精力來邁向璀璨的未來。

每次看著我穿運動鞋的腳在奔跑，跟著前面多數的跑著前進，就好像有某種動力在牽引，特別感覺到跑步是一種娛樂、也是一種鍛鍊、也是一種交流活動。有種莫名無形的動力，催促著我前行。每次參加路跑賽時，不時見到路邊的行人或馬路上被管制的車輛都停下來觀看我們龐大隊伍的行進，我頓時猶如馬路小英雄般地神氣，使精神又振作起來，猶如有隻推手在背後助推前行。

每當見到前面跑者的人影時，大腦就不由自主地產生有股必須迎頭趕上的衝動勇氣，油然而起，腦子裡沒有雜念，只有前進的動力，就加大力度，向前行。如果疲憊，就刻意放慢腳步，調節呼吸與體力，保持腳的步伐一致，以慣性的動作，輕微擺動身體手臂去前進。

跑步是最經濟的運動項目之一，只要經常鍛鍊、保有體力，隨時都可以起跑，奔向你所想見識的风景裡去，增加視野與見識。因此，將跑步運

用到實際生活或工作中，都會提高與增進體能與志氣的磨練，帶來健康，建議大家不妨試試！

《心經》：「：照見五蘊皆空，度一切苦厄。」何謂「五蘊」，人的生命是由身心組成，細分是由色、受、想、行、識五者構成，佛法稱為五蘊。色是物質的身體，包括眼耳鼻舌身五根，與其相應的，眼見為色、耳聞是聲、鼻嗅者香、舌嚐乃味、身能接觸稱為觸，色聲香味觸稱為五塵。

受是五根接觸外境最初所生的感受。識是辨識了別之功能，五根各有其識的作用，五識之外還有個意識合稱六識。意識者人對一切現象能產生分別作用，能對心境起認識作用的心，意識所對者稱為法塵。想是六識（眼耳鼻舌身意）與六塵（色聲香味觸法）接觸後所產生的思慮。行是行為造作義，乃由思慮進而發為具體的行為。色由地水火風四大性質物質假合而有，受想行識由心之妄念所生。五蘊皆賴因緣和合而有，若因緣不足自然無存，故云五蘊皆空。



從牛年說到本命年

王輔羊



牛飲與牛脾氣

去年的農曆是辛丑年，生肖屬牛，筆者正是屬牛的人，人們常說這就是我的本命年。本命年指與人生年干的支相值之年是也。如某人壬戌年生，過六十年即可再遇到壬戌，謂之本命年。一說，以生年分十二屬，如生於子年屬鼠，丑年屬牛等等，每過十二年即可再遇，亦謂之本命年，亦省稱本命。

唐·白居易在《七年元日對酒》詩之四：「今朝吳與洛，相憶亦欣然，夢得君知否，俱過本命年。」自注：「余與蘇州劉郎中同壬子歲，今年六十二。」宋·宋敏求《春明退朝錄》卷下：「至道二年十一月，司天冬官正楊文鑑建言：曆日，六十甲子外，更留二十年。太宗以謂支干相承，雖止於六十，本命之外，卻從一歲起首，並不見當生紀年；若存兩周甲子，共成上壽之數，使期頤之人，猶見

本年號。」元方回《過白土市》詩：「丙寅小運流年換，丁亥當生本命過。」

本命乃指與人生年的干支。本命辰（星），指同生年干支相值的辰區，古人把黃道附近一周天的十二等分由東向西配以子丑寅卯等十二支，稱十二辰，用以紀年，太歲由東向西運行，每年達到一個辰區。宋·范成大《丙午新年六十一歲俗謂之元命作詩自祝（音況，通「況」，比況）》：「歲復當生次，星臨本命辰，四人同丙午，初度再庚寅。」同理，本命日即指同人生日干支相同的日子。

舊時算命看相的人謂人一年的運氣為流年。有人說若逢人的本命年，會有流年不利的事情發生，故要安太歲。我才不信這一套！咱學科學的人，怎會迷信此說呢？太歲乃古代天文學中假設的歲星，又稱歲陽肚太陽。古人認為歲星（即木星）十二年一周

天（實為十一點八六年），因此把黃道分為十二等分，以歲星所在部分作為歲名，但歲星運行方向自西向東，與將黃道分為十二支的方向正好相反，所以假設有一個太歲星作為歲星運行相反的方向運動，以每年太歲所在的部分來紀年。如太歲在寅叫攝提格，在卯叫單闕等。又配以十歲陽，組成六十干支，用以紀年。我雖屬牛，但無牛脾氣，只是擇善固執而已。

至於「牛飲」，則謂人俯身而飲，形態如牛，故云。而因牛一次飲水量皆甚多，所以也泛指人之狂飲、豪飲也。《韓詩外傳》卷四：「桀為酒池，可以運舟，糟丘足以望十里，一鼓而牛飲者三千人。」清·蒲松齡《聊齋志異·秦生》：「一瓊（音盞，一種玉做的爵杯）既盡，倒瓶再酌。妻覆其瓶，滿屋流溢。生伏地而牛飲之。」晉·葛洪《抱朴子·疾謬》：「及好會，則狐蹲牛飲，爭食競割。」宋·梅堯臣《和韻三和戲示》：「將學時人鬥牛飲，還從上客舞娥杯。」郭沫若《歸去來·在轟炸中來去》：「真是愉快，假使是在十年前，聽

到這樣的消息，一定又牛飲了一大瓶白蘭地。」

牛脾氣謂牛或人有倔強執拗的脾氣。田漢《關漢卿》第五場：「他的牛脾氣您還不知道，他寫《竇娥冤》您也知道是為打不平的。」蕭軍《五月的礦山》第十章：「如果在平常看

了金大樑今天犯了牛脾氣的樣子，他或許又罵他一頓而後再說笑一頓。」

這是牛的個性或脾氣使然，無可厚非嘛！因此人們又造了一個字曰「犇」（音醬，同強）其義有二：一、固執。沙汀《困獸記》二十：「我知道你這個人，凡事總要「犇」到底的！」

做好時間管理

呂瓊伶

台灣上班族「求生」不易。瑞士

洛桑管理學院調查全球五十個國家的全年工時，台灣高居第三名，約二千三百小時，平均每週工作超過四十四小時，而日本則是全年一千九百小時，法國全年只有一千五百小時。

據 *Clear* 雜誌的調查發現，將近百分之三十的受訪上班族每週工作六十二小時以上，平均每天加班超過四小時。

你是那一型加班族呢？

主動加班型：希望有傑出亮眼的

表現，甘於超負荷工作。

從眾加班型：常有一「別人都沒走，我怎麼好意思」的心態。

工作倦怠型：沒有好的時間管理，事情常拖延而導致加班。

隱性加班型：因為工作內容繁複，需要的作業週期較長。

如何分配輕重緩急？

重要又緊急的事：通常是突發事件，一定優先處理。

重要但不急迫的事：依照計劃按部就班來做，以免拖成重要又緊急的

二、結實豐滿。劉心武《班主任》：「別看有著一身犇肉，實際上對任何一種正規的體育活動都不在行。」犇牛筋，喻指執拗倔強的脾氣。犇嘴：頂嘴、強辯。所以我們不要隨便惹牛惹毛了，牠會翻臉不認人的！「鐵牛」集二者之長，發起功來，鐵牛運功散的威力可是無窮啊！

.....

事。

不重要且不緊急的事：重新思考需不需要做，能不能簡化？

對快節奏的都市生活，職場人像上了發條的機器，恨不得一刻不停，長時間下來，健康自然就亮起紅燈。聰明的上班族選擇當「不加班達人」，但該如何掌握時間管理？提升效率的訣竅是用最短的時間做最多的事，然後享受下班後的生活。

分配輕重緩急 優先處理急迫任務

商業週刊創辦人何飛鵬在《自慢》中指出，企業組織普遍有「做不完

定律」。他認為不如用「80/20法則」提升效率：花百分之八十的時間與精力做百分之二十的重點工作，剩下百分之二十的時間與精力去簡化處理百分之八十的非重點工作。

提升效率的重要原則是：先跟主管確認其工作目標，再來判斷事情輕重緩急的狀況，否則悶著頭苦幹，如

果你做的不是老闆要的，其結果也許是做了白工；老闆認為重要且急迫的任務，你卻沒去做，則會造成職場上成員無法和氣且自然地相處的後果。

本趨勢觀察家大前研一在近年也倡導「oft學」：把工作的開關關掉，好好享受下班後的生活，工作時才更有效率。他自己就喜歡釣魚、滑雪、吹單簧管，偶而還騎重型機車出遊，有豐富的生活經驗，能幫助他的創意源源不斷。

別把工作當成人生的全部

西方早有一「努力工作，努力玩（Work hard, Play hard.）」的觀念；日

默念三句話就能逆天改命

本刊編輯室

默念三句話，不論什麼事都會改變。

當你累了，默念《心經》三句話，就能逆天改命。

我每次遇到煩心的事情，都會到寺廟清靜一下，時間久了，住持也認識我了。他告訴我，這樣一遇到煩躁的事情就來到寺廟，不能解決問題。這時候他送給我一本書，就是《心經》。他告訴我如果累了可以念一念書中的這三句話，不論遇到什麼事情都會發生改變。

一、心是一切痛苦的根源。在生

活中我們會遇到許多壓力，會一直陷入悲痛之中，一直走不出來。其實我們都是在跟自己較勁，讓自己的心困在過去，就像一位哲人曾經說過：「世界上沒有跨越不了的事情，只有無法逾越的心。」

有這樣的一個故事。他年輕的時候，遭受到別人陷害，坐了八年的牢；不過後來這個冤案被平反了。但這個人並不高興，因為他無緣無故被關了八年。平日一直在罵著說「真倒楣

！人生中最好的青春年華都浪費在牢中了。我吃了那麼多苦，那個陷害我的傢伙，就算把他千刀萬剮也難洩心頭之恨。」這個人一直生活在痛苦之中。

六十五歲時，這一生的生命也快走完了，有一位禪師來探望他，都這麼多年了，為什麼要一直耿耿於懷呢？這人氣若遊絲，仍然說著「大師！我真的是被冤枉的。怎麼能釋懷！那個人將我的人生都毀了。」禪師搖著頭說：「的確，你在牢房裡被困了八

年，但是你在外面又被自己困了三十年的牢。真正毀掉你的不是那個人，而是你自己的心啊！」是的，如果我們一直放不下過去，總是沉浸在過去中，永遠逃避，問題也永遠不會解決，心也會一直坐牢。

《心經》有云：「觀自在菩薩，行深般若波羅密多時，照見五蘊皆空，度一切苦厄。」萬物皆有生有滅，都是夢幻泡影，所有的痛苦其實都不是在於外物，而是跟自己的內心有關係。如果我們的心不在在往事的牢籠，就可以走出挫折。困難的迷霧能夠獲得真正的自由。在生活中因為名利、錢財等身外之物而斤斤計較，又為得失耿耿於懷。看上去好像是被生活所折磨，其實都是自我折磨。還有許多人為了失戀而痛苦，遲遲幾年都沒有走出來，因為跟自己過不去，也放不下。其實人生在世，快樂本來就不多，何不放開懷抱，放下痛苦的過往，去擁抱幸福的重生。

二、你的世界就是你內心的映射。以前有兩個書生，學業相當，希望能考取進士，於是兩人結伴一起去京

城考試。當他們路過森林的時候，天上一隻小鳥摔了下來，死在他們腳邊。高個子書生沒當回事，繼續往前走，矮個子書生心裡咯登了一下，鳥落在地上，意思不就是落第了嘛！他一直看著鳥思考了許久，之後，才追上高個子。到了京城，矮個子書生一直很鬱悶，心中想的都是考不上，結果到了考試那天，他心裡被落第所糾纏，答題時候沒有思路，最後就沒有考上。而高個子書生一心高中，答題的時候很順暢，最後金榜題名。其實小鳥摔下來與科場考試並不相干，一個沒當回事，而另一個卻一直在想，最終的結果真是天差地別。

《心經》有云：「諸法空相，不生不滅、不垢不淨、不增不減。」我們遇到的事情其實都是虛幻的，沒有好壞，真正去定義的是我們的內心。心像一面鏡子，能夠照出這個世界的樣子。一旦人有了妄念，心鏡就變得扭曲了，看待世界的方式就不一樣了。這就是《心經》中所講述的無明心，也就是不明白的心。我們每天都會遇到各種各樣的事，如果內心不

清楚，就會看不清這個世界，更看不清自己。最終就會搬起這莫須有的石頭去砸疼自己的腳。相反，如果我們遇到事情少想一些，多關注自己要做的事情，就能安然以對，過好自己的日子，收獲大幸福。

三、心越清淨人越自在。佛說一念一清淨，心是蓮花開。我身邊有些朋友，只要心裡不高興很生氣，就會去唱歌釋放自己的壓力。但是回到工作崗位或家中的時候，心情還是異常煩躁。其實這就是在說，我們的內心不清淨。在唱歌的時候，我們沒有想煩心事，但是一回到工作崗位或家庭中的時候，旁人的一句話，一個動作，還是會讓我們不得安寧。

星雲大師曾講過這樣一個故事，古代有人給他的母親過八十大壽，請了唐伯虎來為他母親題詩，這時唐伯虎提筆便寫「這個女子不是人」，這個人就很有生氣。心裡想著唐伯虎居然罵我媽，早知道就不讓他題了。過了一會兒，唐伯虎這才慢悠悠地喝了茶，寫下第二句「九天仙女下凡塵」。這人突然又很開心，說寫得太好了。

誇我母親是仙女呢！唐伯虎接著又寫「養個兒子會做賊」，這人看了很難受，竟然罵我是賊，最後唐伯虎寫了一句「偷得仙桃供母親」。這人的心情就像天氣一樣又變了，沒有剛剛的煩躁了。就一盞茶功夫讓一個人能有這麼大的情緒起伏變化。故事看上去雖然有些誇張，但其實正是我們生活的寫照。話沒有說完，事情還在發生，而我們就先坐不住了。由此這個情緒就上來了，落在紙上三兩語，聽在耳中一席話。就能夠輕易攪亂我們的心，弄丟自在。我們有時候太在乎他人眼裡的樣子，糾結他人給的選擇，完全忘記自己是誰，究竟要什麼，就會被別人牽著鼻子走，最終只會讓自己一事無成。人生在世欲望太多，所帶來的煩惱也就越多，心中就會不清淨。

《心經》云：「心無罣礙，無罣礙故，無有恐怖。遠離顛倒夢想，究竟涅槃。」如果我們的情緒不受世俗的影響，行事也就不會因變化而起波動。因此只有堅守內心的清淨，我們才能成為更好的自己。人生無

常，凡事都要放一放，置身事外的想一想，在喧囂處不慌張，推擠時不迷茫。自然福氣就會跟隨你。因為這世間萬物都是跟心有著關係的，如果我們欲望少一點，心清淨一點，自然萬物就比較簡單了。佛說：「心包太虛，量周沙界。」也只有心境廣闊的人，不論外界是情是雨，內心都是天高雲闊，總能放空自己，不生苦難。這便是般若心，能裝下世間無窮美好，收獲人生旅途珍寶。所以在閒暇時，可以多讀一下《心經》，能夠淨化自己的心。

相傳釋迦牟尼只花了二十一天，講了八十卷《華嚴經》，又花了十二天的時間講了一百八十萬字的《阿含經》，但是《心經》中只有二百六十個字，釋迦牟尼卻講了二十二年，可見《心經》中蘊藏著很深的智慧。就像禪宗四祖道信禪師曾說「百千法門，同歸方寸，河沙妙德，總在心源。」當我們讀懂了書中的這些話，就擁有著改變人生的力量，福氣也會伴隨著我們。自從高僧將這本《心經》送給我之後，我一直在家裡研讀，自己

的內心也得到了淨化，不像之前一遇到事情，就去找別人，思考方式也發生了許多變化，因為我們的心得到了鍛鍊，自然而然人生也就會發生變化。感謝你的觀看，願你福生無量。

附錄《心經》全文供您參考

《般若波羅蜜多心經》唐·玄奘譯
觀自在菩薩，行深般若波羅蜜多時，照見五蘊皆空，度一切苦厄。舍利子！色不異空，空不異色；色即是空，空即是色。受想行識，亦復如是。

舍利子！是諸法空相，不生不滅，不垢不淨，不增不減。是故空中無色，無受想行識，無眼耳鼻舌身意，無色聲香味觸法，無眼界乃至無意識界，無無明，亦無無明盡，乃至無老死，亦無老死盡，無苦集滅道，無智亦無得。

以無所得故，菩提薩埵，依般若波羅蜜多故，心無罣礙，無罣礙故，無有恐怖，遠離顛倒夢想，究竟涅槃。

三世諸佛，依般若波羅蜜多故，得阿耨多羅三藐三菩提。

故知般若波羅蜜多，是大神咒，是大明咒，是無上咒，是無等等咒，能除一切苦，真實不虛。

故說般若波羅蜜多咒，即說咒

曰：「揭諦揭諦，波羅揭諦，波羅僧揭諦，菩提薩婆訶。」

註：本文據「曉書說」網路節目

<https://www.youtube.com/watch?v=2r1sj9k6w4>

整理而成。

（轉載自網傳曉書說）

一段名揚世界碑文的啟示

編輯室編譯

很多人後悔沒有早點看到在倫敦聞名世界的威斯敏斯特大教堂地下室

的墓碑林中，有一塊名揚世界的墓碑。

英國前國王們，可以不去拜謁那諸如狄克斯、達爾文等世界名人們，但他們卻沒有人不來拜謁這一塊普通的墓碑，他們都被這塊墓碑深深地震撼着，準確地說，他們被這塊墓碑上的碑文深深地震撼着。在這塊墓碑上，刻著這樣的一段話：

其實這只是一塊很普通的墓碑，粗糙的花崗石質地，造型也很一般，同周圍那些質地上乘、做工優良的亨利三世到喬治二世等二十多位英國前國王墓碑，以及牛頓、達爾文、狄克斯等名人的墓碑比較起來，它顯得微不足道，不值一提。並且它沒有姓名，沒有生卒年月，甚至上面連墓主的介紹文字也沒有。

但是我年輕、無拘無束、具有無限想像力時，我夢想改變世界。

在我成長得更聰明時，我發現世界不會改變，於是我將目光縮小一點，決定只改變我的國家。但它似乎同樣無法改變。

當我步入暮年，我作最後一搏，只想改變我的家庭，就是那些我最親近的人。唉！竟沒一點改變。

現在當我躺在床上等死時，突然發覺，若我最初只改變了我自己，則我做個榜樣或能改變我的家庭，在他們的靈感和鼓勵下，或能讓國家有些進步。誰知道呢！我甚或已改變了這世界。

據說，許多世界政要和名人看到這塊碑文時都感慨不已。有人說這是一篇人生的教義，有人說這是靈魂的一種自省。

當年輕的曼德拉看到這篇碑文時，頓然有醍醐灌頂之感，聲稱自己從中找到了改變南非甚至整個世界的金鑰匙。回到南非後，這個志向遠大、原本贊同以暴力暴填平種族歧視鴻溝的

黑人青年，一下子改變了自己的思

，卻成為名揚全球的著名墓碑。每一個到過威斯敏斯特大教堂的人，他們可以不去拜謁那些曾經顯赫一世的

，原來贊同以暴力暴填平種族歧視鴻溝

想和處世風格。他從改變自己、改變自己的家庭和親朋好友着手，經歷了幾十年，終於改變了他的國家。

人生命運難測，冥冥中自有因果在安排，懷着善良的心，持續做對的事。時刻提醒自己，改變自己，低調做人。

一、別低估任何人。收斂自己的脾氣，經常保持沉默，因為衝動會做下讓自己無法挽回的事情。

二、你沒那麼多觀眾，別那麼累。做一個簡單的人，踏實而務實。不

沉溺幻想，更不庸人自擾。

三、溫和對人對事。不隨意發脾氣，誰都不欠你，這世界沒有一應該一二字。保持頭腦清醒，明白自己渺小，切忌自我陶醉。炮打出頭鳥，凡事不要強出頭，因為你其實並沒有想像中的強！

四、痛苦只是一陣子，過後回頭看看，其實那都不算什麼。學會放下，拽的越緊，越是無法自拔。學會感恩、隨順的同時，自己也要堅持最基本的因果原則。

五、每個人都是獨立的個體，真的沒有誰離開誰就活不下去的情況。不要太高估自己在團體中的分量，因為當你選擇離開時，就會發現即使沒有你，太陽照常升起！

六、學會寬恕傷害自己的人，因為他們也很可憐，被壓力推動，不由自主。要知道別人光鮮的背後有着太多不為人知的痛苦，自己不喜歡的人，報之以微笑，默默為他祝福；對喜歡的人，真情流露、真誠相待就好。

（轉載自網路文章）

相較於生死其他只是雞毛蒜皮

轉載

拿破崙在一場戰鬥中與部下失散，生命遭遇危險之際，一位裁縫師將他藏起來並成功騙過追兵。事後，拿破崙為獎賞他，讓他自己提出要求時，不知基於什麼原因，這位裁縫師竟然只想知道「您面臨死亡時是什麼感覺」。

這問題讓拿破崙勃然大怒：「你

竟敢對皇帝提出如此愚蠢的問題！」闖下大禍的裁縫師嚇得魂飛魄散連連磕頭，但一切都沒用了，他被拿破崙下令槍決。士兵將他推到一堵牆下，矇住他的雙眼，拿破崙有智慧的親自下令：「預備……。」

他聽到士兵舉槍，此時，他的雙腿開始顫抖，眼淚流了下來，腦海裡

飛快浮現出很多往事，包括與父母子女間的不愉快、與鄰居間的爭執、與客戶間的討價還價、斤斤計較……等等，他感覺這些事都只是雞毛蒜皮，微不足道啊！但以前他可不這樣認為呀！

忽然，蒙在他雙眼的布被取下，拿破崙站在他面前微笑著問他：「現

在，你知道了嗎？」

其實與死亡這事相比，我們所經歷的一切痛苦、煩惱，諸如生活上的、工作上的、婚姻上的、同事間的、上下級間的，車被刮了、堵車了、錢包掉了、網購上當了、吃飯被宰了、被打了、被罵了……等，在面對死亡時，這些不如意的事都只是微不足道的「雞毛蒜皮」而已，雖然我們現在並不這樣認為。

人生智慧的精妙之處在於，對待

同樣一件事，如果懂得從另一個角度看，情形就會大不相同。

當某些人還在為那些事情耿耿於懷之際，另一些人卻早已悠然地置身事外了。

隨著時光推移，人們的痛苦感受將逐漸消散，當死亡到來之時，所有放不下的人與事都會自動放下。

假如我們提前知道這一點，人生

便會減少很多煩惱與罪業。

哦！差點忘了，我們所經歷的幸福、快樂和痛苦在死亡面前，也只是「雞毛蒜皮」。

所以，只有具足一雙能看透苦樂和世間無常之智慧眼，才能讓我們減少很多煩惱和痛苦，讓我們真正活在當下。

（轉載自網路文章）

瘟疫爆發不是偶然！

本刊
編輯室

淨空老法師揭開感染病毒的真相，台灣能否死裡逃生？化解方法只有一個！且看淨空法師對瘟疫的看法如下：

面對瘟疫不要怕，淨空法師找到了化解辦法，看到的人有福了。

現今打開手機一看，鋪天蓋地都是瘟疫的新聞，這些新聞加重了人們的恐慌，不知道瘟疫到底什麼時候結束。記得與一位朋友聊天時，發現他

沒有以前樂觀了。細問之下，才知道是因為他們的小區封鎖了，而且新增確診數量每天都在增加，於是他就一直被困在家裡，心情鬱鬱寡歡。可見瘟疫影響了太多人的生活，不僅在身體上，心理上也是一種折磨，不過淨空法師告訴大家，不要害怕，面對瘟疫可以這樣做。

一、當今瘟疫狀況：

據新聞報導，如今瘟疫局面不容樂觀，比如在五月九日美國華盛頓國家大教堂以一千次鳴鐘表達對該國登記在冊的一百萬名逝者的哀悼。其次韓國新聞報導，十八歲感染的人數佔比百分之二十一，四、整體呈現的是上升趨勢。據韓國防疫部門分析，上月十八日起，保持社交距離措施全面解除，本月二日戶外佩戴口罩義務也被解除。加上五日至八日兒童節搭橋小長假期間出行量增加，導致外出活動較多的年輕群體確診情況增加。

最後台灣的瘟疫狀況也是起伏較

大，引起深思。自數據上看，從四月二十七日到五月六日感染人數直線上升，到五月十日，感染人數已經有了五萬的確診病例。我們從這些數據上看，看到數字不斷地增加，死亡人數在上升，如果按照這樣的局勢發展下去，只會無法控制。

但讓人沒有想到的是，還有更嚴重的事情發生。有這樣的一則新聞，台灣新北市板橋區一名四十五歲的媳婦，因確診在九日晚上被公公和大伯要求自己到外面找房子住，以防傳染給一家人。媳婦不堪被趕出家門，躲回房間哭著打電話給里長求助。當地警方在十日獲報，板橋區介壽街一棟公寓疑有爭吵糾紛，里長報案時表示是確診者家庭糾紛。警員便穿著全套防護衣到場，警方查訪得知一名四十五歲確診媳婦跟老公、大伯、公公、婆婆和外籍看護，一家六口同住在雙拼公寓，因夫家擔心確診媳婦居家照護期間，會傳染給行動不便的公婆，甚至全家都會被感染，便要媳婦去外面找地方住，不要住在家裡。當地警方表示，經警員觀察住處環境與條件

，確認確診媳婦有單獨房間居住，符合島內相關居家照護條件，便曉之以理，希望一家人都能有包容心、同理心，共體時艱。夫家最後表示可以理解，可見瘟疫當下，人心難測呀！

二、淨空法師的開示

如今瘟疫流行已成事實，到底該怎麼辦呢？佛菩薩教給我們，首先把心定下來，不要恐懼不要害怕。如果瘟疫真的是傳遍這地區，沒有事最好不出門，在家裡修清淨心。這個很重要，因為清淨心能夠幫你緩解恐懼，聽經、讀經、念佛、斷惡、修善，這是治本。為什麼呢？大乘教裡面常常說：「一切法從心想生」，只要我們心裡是清淨善良，縱然染上這些病毒，也沒有關係。只要按時服藥，保持心情樂觀，很快就會康復。為什麼呢？因為如果真的不幸染上了，很多人便會緊張害怕，這樣只會讓病情越來越嚴重，所以你不能有恐懼，你若恐懼便會被病嚇壞的。平常就要養清淨心、慈悲心，用現在人們所說的話講，就是增強我們自己的免疫能力。我

們念經超度消災，做這些法會，這是治標不是治本。有沒有效呢？有效，可以把這個災難減輕一點，可以把這個災難推後一點，但不能消滅。

怎麼標本兼治呢？治本是要真正修行，要真精進，這是治本。常保我們的清淨心、慈悲心永恆不失。要讓它天天增長年年增長，自己發的願，清淨的本願，為一切眾生服務。念念為別人不為自己，要永恆堅持下去。這都是治本。這個世界災難再多，你不會染上。為什麼呢？你沒有造這個業，瘟疫也是怨業，你跟它不結這個怨，它不會找你。你跟這些眾生結怨，它就會找到你。這是感應道交，絲毫不爽。

三、感染病毒的原因及化解方法

我們聽了科學的報告，記得上一堂課，黃念老居士舉科學家的報告，他講從一九八〇年後，科學家發現的微中子，這個物質小到什麼程度呢？它的質量小於一個電子的一百萬分之一，它有能力穿過十億公里金屬，它能自由往來。這個信息讓我們聯想到

今天空氣裡帶有病毒的這種微生物很多，它在空氣裡面流轉，能透過人體。這就是說我們一般人講免疫的能力，透過你身體沒有沾染，如果透過你的身體它停留在裡面，你就感染病毒了。我們穿衣服不行，它能穿透，它到你身體裡面，穿再厚的衣服消毒的衣服都不行，它連鋼板都能透過，我們這個水泥牆壁擋不住。你就愈想愈可怕，可是佛告訴我們清淨平等覺能保護你，你心地善良清淨慈悲，它通過你的時候，一點障礙都沒有。如果心地不善，心裡面有毒，有貪瞋痴慢疑五毒，心裡面有毒，它遇到之後，它就會停留在你身體裡，你身體就帶病毒了。

為什麼傳染病會造成嚴重的死亡？我們最近也聽過報導，好像有些地方的鳥類大批大批從空中掉下來，報導裡說牠們離開得很淒慘，死亡之前，叫的聲音很淒慘。所以一般科學家檢驗，牠們可能是吃了含有毒害物質的東西。當然有可能，這樣的病毒在空中飄浮，我相信這些東西會給地球上的生物帶來嚴重的災難。

佛法教導我們修清淨心，修慈悲心，清淨心不會染污，同時它也能讓我們冷靜思考，避免更嚴重的危機出現。

四、病毒從那裡來？

就好像我們每一個人的身體有許多細胞，這些細胞很不幸現在都帶有病毒。我們要不要幫助它恢復健康、恢復正常呢？這是肯定的，你要知道整個宇宙是一體的，所以六道裡頭輪迴的眾生是我們身體裡的一部分。這一部分是帶著病毒的細胞。病毒從那裡來的？病毒是自性裡變現出來的，性德，性德迷了就變成病毒，覺了就恢復正常。病毒本來沒有，怎麼來的？自己來的，自己迷了，迷而不覺，我們的心帶著病毒，我們的身體也帶著病毒，自性裡頭原本有見聞覺知，無量智慧，無量德能，無量相好，都是此地講的無有窮盡。智慧無有窮盡，德能無有窮盡，相好無有窮盡，樣樣都是無有窮盡。這是自性本來具足的，不是從外頭學來的，諸佛如來有，一切眾生個個都有，只是諸佛如來

覺而不迷，身心健康，六道裡面眾生迷而不覺。所以那個病毒有深淺不相同，天人這個病毒淺一點，所以他樂多苦少。人道裡面差不多是一半。現在我看人道裡頭一半沒達到，我們現在迷得很深。地獄界裡頭是全迷，百分之百的迷，餓鬼道裡面差不多是百分之八九十，我看現在人間差不多也有百分之八九十，人跟鬼已經差不多很接近了。這原因我們全搞清楚了，今天這個世界這個地球社會動亂災難較多，是因為人類的不善、過多的貪欲所造成的。

諸位要記住，佛在經上告訴我們，人有貪、瞋、癡，三毒煩惱，這是最嚴重的病毒，那個人沒有呢？都有貪瞋癡，所以你的身心都不健康。貪瞋癡從那裡來的？自性裡面的性德有戒定慧是性德，迷了之後會變質，戒定慧就變成貪瞋癡了。所以佛教我們「勤修戒定慧，息滅貪瞋癡」，這是佛經說的。實際上給你講真話，勤修戒定慧，轉變貪瞋癡，貪瞋癡就轉變成戒定慧。問題就解決了。心裡面沒有煩惱，身體沒有疾病，什麼都正常

了。就這麼個道理。其實你念頭一轉，你身上帶著病毒的細胞統統轉過來了。經上講三毒，我常常加兩個字，成了五毒，貪、瞋、癡、慢、疑。慢是傲慢，疑是對佛菩薩，對聖賢教誨懷疑，對於自己自性懷疑，不知道自己本來是佛。這也是病毒，是嚴重的

病毒。而我們要把這個心態真正改過來，那叫真學佛。形式上改不是很重要，心態上改變比什麼都重要。這是從前章嘉大師教給我的。佛法重實質，不重形式。實質就是你從心態上改，心態上一改，一切都具足了。因此如果真的想要度過此次的災難，我們

就要做好防疫措施，認真修行佛法，保持心情愉悅，堅持下去。

感謝你的閱讀，願你福生無量。別忘了把曉書分享給你的朋友。讓我們一起成為更好的自己。

（轉載網路資訊）

腦霧忘很大

轉載

腦霧 (Brain fog) 並不是一種疾病，而是認知功能偶發的一種障礙，其成因是壓力、睡眠和飲食不規律、缺乏運動和荷爾蒙改變。

失神又健忘，你腦霧了嗎？

「我有關火嗎？我有鎖門嗎？」、「我要買哪些菜？」，你是不是會突然想不起剛剛說的話？記不起剛才做的事？上一秒還在想上網查資料，下一秒就忘了要查什麼？頭腦處在隨時當機狀態，變成「金魚腦」（英文會用金魚腦一詞，形容和金魚一樣，

只有短暫記憶，轉頭就忘了）。

現代人生活型態改變，資訊量大且經常一心多用等原因，容易造成注意力不集中、腦筋突然一片空白的情況，嚴重一點時，說話不但沒有條理，也缺乏邏輯思考能力，這些都是觸發腦霧的因素。

腦霧也是大腦所釋出的警訊，表示該休息或修補過勞的狀態，如果不想辦法改善，腦霧時間久了，極有可能造成大腦損傷，甚至漸漸影響到身心健康。放任腦霧發展，還可能會造成焦慮、憂鬱、失智症、甚至阿茲海

默症。

新冠後遺症二十五%出現腦霧

腦霧一直被列為新冠肺炎的長期症狀，主要是在感染後，出現注意力不集中、記憶力衰退、認知能力下滑，以及其他神經性疾病，症狀包括：

失神 平時熟練的事需花更多時間去完成，並常常忽略事情的細節。

健忘 記憶力下降，短期記憶喪失，常詞不達意，或忘記要跟對方說什麼。

遲鈍 無法精準表達想法，思緒緩慢，本來可以釐清的想法，腦袋卻一片混沌。

倦怠

身心昏沉疲勞，對日常生

活總是興致缺缺，易怒、情緒化。

如何改善腦霧？

改變飲食：盡量以食物的原形取

代加工製品，多吃優質蛋白質，避免紅肉，油脂以堅果、橄欖油或其他健康油為主。

減輕壓力：建議每個工作時段不要超過九十分鐘，適時釋放壓力，以避免腦力超過負荷。另外，每天至少遠離手機幾個小時，避免資訊超載。

改善睡眠：充足的深層睡眠能夠協助大腦自我修復，鞏固記憶。

腦霧自我快篩量表

如果你不確定自己到底有沒有腦霧現象，這裡有一個「腦霧自我快篩量表」，只要花五分鐘，可以初步幫你了解自己的大腦迷霧指數，確認大腦的健康狀態。

每題答案都有四個等級

，0 表示幾乎沒有（每月不到一天）；1 表示有時候（每月有幾天）；2 表示經常如此（有一半以上的時間）；3 表示持續如此（幾乎天天）。

總分自 0 到 30，分數越高腦霧越嚴重。
腦霧現象可以分成四個階段

健康腦：腦霧指數在五分以上，表示你目前擁有一顆穩固的大腦。

微腦霧：如果你得到大於六分的腦霧指數，表示你已經開始出現輕微的腦霧現象了。

明顯腦霧：指數已經高於十五分，代表你被腦霧現象十分明顯了。

重度腦霧：指數超越二十三分，代表你被腦霧現象困擾許久，請尋求專業醫

過去一個月，有出現以下任何一個現象嗎？	幾乎沒有	有時候	經常如此	持續如此
1. 平時拿手熟練的事，需要花更多時間去完成，還不見得做得好。	0	1	2	3
2. 覺得靜不下心來或煩躁不安，無法集中精神做該做的事。	0	1	2	3
3. 別人交待的事，轉頭就忘，或是有件事要告訴某人，可是一看見他，卻全忘了。	0	1	2	3
4. 常常找不到經常使用的東西（如手機、錢包、鑰匙…）	0	1	2	3
5. 和別人溝通時，無法精準表達意思，搞不清楚自己想說些什麼，也無法順利理解他人的意思。	0	1	2	3
6. 生活或工作上，需要動腦思考時，想不出好點子，思緒緩慢、混沌，要做決定時，覺得困難。	0	1	2	3
7. 覺得身體疲勞，怎麼睡都睡不飽，頭腦昏昏沉沉，很不清爽。	0	1	2	3
8. 日常生活變得提不起勁，興致缺缺，要打起雙倍精神做該做的事，感覺很辛苦。	0	1	2	3
9. 覺得身體不舒服，包含以下任何一項：頭痛、頭暈、視力模糊、耳鳴、腦鳴、頭脹、或頭重腳輕。	0	1	2	3
10. 因為上述所提到的問題，已經造成您工作上，或日常生活中，或和他人相處時的困擾。	0	1	2	3

師的診斷和治療。

按壓三穴道幫助記憶

按壓時感到輕微痠、軟、脹程度就好。穴道位置參見照片所示。

百會穴：位

在頭頂處，用手指按壓七秒再鬆手，連續七次。

風池穴：在

頸部後方耳朵下緣往內三指寬的凹陷處，用手掌在風池穴的區域來回按摩。

神聰穴：位

在百會穴的上下左右各約二·五公分處，同樣用手指按壓七秒後鬆手，連續七次。



(轉載自健康福報)

人所不知道的身體

轉載

《黃帝內經》記載：「正氣存內

，邪不可干；邪之所湊，其氣必虛。」簡言之，只要身體免疫力運作正常，自癒力就會強，外邪自然不易入侵。要如何才能強化自己的免疫力及自癒力呢？中醫師蔡佩玲表示，「心」很重要。

愛與快樂產生自癒力

面對忙碌多變化的現代生活，民眾該如何好好照顧自己呢？她表示，「心」的功夫是人體啟動自癒力的關鍵。她引用《黃帝內經》提到：「心者，君主之官，神明出焉。主不明則十二官危。」心像君主一樣主宰所有的臟腑，若沒有把最重要的「心」顧好，五臟六腑漸漸會出問題，產生各種病狀。西方科學也以實驗證明，人的各種情緒有能量高低之別，當心中充滿愛，人體就會產生自癒力。

在太極門練氣功，除了鍛鍊健康

身體，還要學習隨時保持一顆平靜的心。蔡佩玲以自己的經驗為例，在把脈問診、針灸治療的過程，都需要高度的專注力，體力、精神都是耗損。透過勤練太極門氣功，讓她她快速補充體力，當體力充沛、能量滿滿時，心情自然是愉快的。醫生有這樣的好氣場，無形中患者也會比較容易放鬆與開心。

曾經有位病懨懨的老太太來到她的診間，只會講日語跟台語的阿嬤，連那裡不舒服都講不清楚，她很有耐心地慢慢詢問與互動，幾天以後回診，阿嬤興沖沖的第一個來報到，因為「我要來教先生日語」，讓她深切感受到，心靈的正能量對身體的影響和幫助；心情保持愉快的患者，病況通常都能有更明顯的改善和進步。

防疫「心」根本

「心」是一切的根本，如何培養「正心正念」的功夫？蔡佩玲分享太極門師父所教，平時察覺自己情緒起伏，用智慧化解心裡的不愉快，慢慢養成不容易生氣的習慣。

中醫師蔡

佩玲說：「心」是一切的根本。



提起自己想要練「心」的功夫，緣起於學針灸。下針要有效，施針者一定要有氣功底子，因此讓她想要學氣功。因緣際會下接觸到太極門，原本只想深切的瞭解氣功，後來被師兄姊心中的歡喜所吸引，「一位師兄順口說的話打動了我的心，在太極門學的，就是這樣歡喜。連人生最後一刻也是歡喜。」這番話讓蔡佩玲非常震撼，「我十八歲時，父母在同一個月因病過世，讓我傷心至極，人生怎麼可能是『歡喜』呢？如果一個人連最後一刻都可以歡喜的話，那是多麼令人羨慕的一件事啊！」

世界衛生組織對健康的定義：「真正的健康是身體的健康、心理的健

康，還有社會的健康。」蔡佩玲說：「太極門給了我健康的整體觀。中醫也談陰陽平衡，養身也要養心。」多年來，在師父洪道子博士的教導下，她學會了「轉念」、「放下」等許多人生智慧與陰陽哲理。她說：「師父曾說：『Be happy and make people happy.』（自己要快樂，也令別人快樂。）讓我思索了很久，原來這就是我心裡一直想做的事，也是我的人生價值。」能以自己的力量幫助別人快樂，心快樂了，免疫力及自癒力自然提升了。

（轉載自網路文章）

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

會務訊息

一、今年度中元普渡法會謹訂於八月十三日（星期六）於「台北花園公墓」『永安堂』舉辦，法會分為上午、下午各一場，鄉親可透過電話、傳真、EMAIL等方式報名，法會報名表請利用「浙江月刊」刊登表格，或上「台北市浙江同鄉會」網站下載。直接劃撥繳納法會功德金鄉長，請於繳款後務必來電通知，避免因郵局作業時間關係錯過法會日期，欲報名鄉長請於八月五日（星期五）前完成報名，以便法會前置作業進行。

二、原定於上（六）月二十七日
上午於「台北花園公墓」進行之新北
市一一年度「私立殯葬設施經營業
評鑑」，目前因疫情關係延後辦理。

三、「台北花園公墓」『永安堂
』屋頂防水層因日久造成斑駁脫落，
『春暉堂』禮堂入口玄關鐵皮屋頂因
年久及雨淋鏽蝕，目前同鄉會已訪商
報價，工程將接續安排施作。

四、「台北花園公墓」中元節前例行墓道除草工程，將自七月起分區施作，預計於中元節前完成。並自七月一日起，基於疫情稍有緩和，恢復正常上班。

五、為配合內政部宗教場所防疫規範，欲至「台北花園公墓」掃墓或祭祖的鄉親，建議下載台灣社交距離APP，除飲食期間外需全程配戴口罩，配合現場管理人員確實測量體溫及消毒手部；另外，為避免群聚，建議鄉親可利用人潮較少的平日或午後前往，有發燒或相關症狀者請勿前往。

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

七、「台北花園公墓」凡塔位／蓮位捐贈、遷入、遷出、修墓、起掘均應先至同鄉會會所辦理相關申請手續，辦理塔位／蓮位遷入、遷出者，於完成申請手續後，鄉親得依需求提出預約時段，唯需至少提前一週時間預約，以便現場管理人員配合調整值

勤時間。針對墓園相關申請手續若有疑問，歡迎電話聯絡同鄉會會務人員洽詢。

編者的話

今年爆發俄烏戰爭，除烏克蘭直接受害外，全世界各國無不深受能源、糧食短缺及通膨之苦，其影響幾等同世界大戰。本刊據文茜世界週報節目，將美國處理烏克蘭問題前後四任

總統所抱持戰略的分析內容加以整理成文。讓讀者深入了解，誠如華盛頓郵報所作結論：「從華府的視盼高度而言，烏克蘭問題從來都只是美國對俄羅斯戰略考量的一環。」

〈默念三句話就能逆天改命〉提到《心經》，因有費解佛法術語，特利用三個空白處將經名裡三個詞彙加以淺釋，幫助大家讀懂這篇文章。

滕麗芳理事大作〈力倡人生佛教·推動佛教世界化的太虛大師〉，敘太虛大師生平，因篇幅甚長分上下兩

集刊出。太虛自幼隨外婆長大，十六歲出家，受完整叢林教育，寄禪法師推崇他是玄奘再來。二十歲讀到新學書籍，引發其以佛法救世救人救國救民的悲願。孫中山總統接見後，成立中國佛教協進會，畢生推動佛教世界化。抗戰時組團訪問東南亞及印度各國佛教界，促使救援中國抗日。提出建設人間淨土論，認為佛教徒應參與中國和世界新文化建設，日本投降後呼籲發揚自由平等博愛精神的大乘佛教文化，努力推進真正的和平。

太虛建設人間佛教理念對台灣佛教發展影響深遠。星雲大師致力將佛教國際化，在全球各地創建道場，辦電視台，出版刊物，興辦學校等，努力人間佛教不遺餘力。慈航、淨空、聖嚴諸法師及李炳南居士等，皆遵循太虛志願從事弘法利生事業。弟子法尊將藏文《菩提道次第廣論》譯為中文，成為福智僧團佈教依據。孫張清揚居士全力護持佛教，購善導寺作佛教會會址，引進日本《大正新修大藏經》成為台灣流通的大藏經，資助證嚴法師創建花蓮慈濟醫院等。

本會續收會費及各項捐款徵信錄

111年5月01日至110年6月30日

收費日期	姓名	會員會費	永久會員	會務贊助	月刊贊助	法會功德金	合計
111.05.06	吳周秀蓮(扶桿)			5,000			5,000
111.06.02	龔濟潤	500			1,000		1,500
111.06.08	陳每玉				500		500
111.06.29	王偉強					2,000	2,000
	合計	500	0	5,000	1,500	2,000	9,000

※吳周秀蓮為台北花園公墓扶桿贊助。

藝文訊息

《浙江月刊》作者廬上雁先生用心傾力之著作《錢塘人家》，已於元月問世。本書是一部記述作者自己的人生故事，屬傳記文學。一九四九年出生於杭州西湖的廬上雁，歷經了三年自然災害、文革、上山下鄉、撥亂反正、改制下崗與持續改革開放等歷程，全書區分五卷，包括：第一卷兒時眼中的西湖、第二卷在金門的日子、第三卷單證歲月、第四卷浪跡天涯與第五卷史海餘波。其中，第四卷浪跡天涯是作者著墨最多之部分，主要是敘述到各地進行旅遊規劃的過程與心得，遍及浙江多數風景名區，並外擴至其他各省，先透過人文地理與地方誌的瞭解，再結合地方文化特色予以旅建規劃，讓在浙江人更能了解浙江，讓台灣人更了解大陸，實有助兩岸交流與良性互動，歡迎您翻閱與收藏。

《錢塘人家》，歡迎訂購！

訂購請洽會務人員（02-23635607）
或致電 0933064743 胡先生

為了讓下一代更了解浙江，
在江浙人應予典藏；
為了讓台灣人更了解大陸，
台灣人尤應買來翻看。

優惠價每本三百，扣除成本，
一半捐給《浙江月刊》，其餘給作者買杯咖啡聞香。



中元普渡法會

何謂法會？

法會乃是指以法相會，又稱「法事」、「佛事」，乃佛教之共修活動。法會中除可祭拜祖先，以表慎終追遠、啟動孝思外，亦可透過法會超薦累世的冤親債主，以消災解厄保平安。**法會之進行**，主要是仰仗佛法力以及主法法師的開示、誦經，加上與會者至誠懇切的功德力，藉以超薦親人及法界眾生，轉生善道脫離無邊苦海。**法會之超薦**，旨在超渡亡靈、冥陽兩利，並藉由共沐法海，將佛法的善種深植人心，經佛菩薩的慈悲願力，以成就無上功德。

中元節的源起？

中元節本是農業社會於初秋，為慶賀豐收，而酬謝祖先，感恩大地的節日。後來佛、道與民間信仰的匯入，形成更豐富多樣的文化內涵。

根據《禮記》「月令」篇：「是女也（七月），農乃登穀，天子嘗新，先薦寢廟。」可知，祭拜祖先起源極早，是儒家文化中的大事，而有七月祭祖的習俗，用當季收成的新穀，向祖先報告收成，並感謝祖先的庇佑。先秦亦有「祭厲」的禮制，對亡國滅族的無後者，由帝王親率百官祭祀，使有所依，避免無後亡靈為禍人間，後來演變成民間的「萬善祠」、「有應公廟」。這種崇敬祖先、告慰無後亡靈的風俗，幾經傳承，再與道教民間信仰結合而有中元節。

佛教寺廟在七月半也會舉行「盂蘭盆會」，擺上鮮花素果祭祀供佛，誦念經文以超渡餓鬼。作法雖與道教稍有不同，但精神是一樣的。據《佛說盂蘭盆經》的記載，「盂蘭盆」是指用來拯救倒懸苦難的器物，引喻拯救被打入地獄的苦難眾生，願現在父母壽命綿長無苦惱之患，七世父母離餓鬼苦，得生天人中，福樂無極，而這也正是中元普渡法會的正面意義。

中元普渡的功能與形式？

在工商社會，中元普渡的重要性自不如往昔。不過，中元普渡是祭拜祖先、超渡亡靈、累積功德、化解冤親債主的好時機，假如想去厄、消災、轉好運、保平安，或是單純的祭祖謝天，那麼還是該舉辦或參與中元普渡。

普渡可分：廟普、街普與拜門口。拜門口是最簡便的形式，在中元節當天於自家門口擺上一桌供品慰勞好兄弟。街普又稱為私普，街坊鄰居一起進行中元普渡，除了供奉祭品、統一拜拜，也可請來僧、道唸經，以超渡亡靈。廟普又稱為公普，以寺廟為主體舉辦的大型法會，最為隆重和正式，人人都可前往參加。

普渡時間從農曆七月初一到八月初一（子時關鬼門），以為期一個月的祭祀活動，讓陰間的好兄弟到陽間來享受人們的祭祀，隱含著慈悲為懷，普濟蒼生的善意。

如何報名中元普渡法會？

台北花園公墓為服務眾多佛教徒鄉親所需，依習俗採春、秋兩祭，包括：清明法會與中元普渡法會，均連續二或三個月於浙江月刊中公告，歡迎親族報名參加。

今年度中元普渡法會謹訂於八月十三日（星期六）於「台北花園公墓」『永安堂』舉辦，法會分為上、下午各一場，鄉親可透過電話、傳真、EMAIL等方式報名，法會報名表請利用「浙江月刊」刊登表格，或上「台北市浙江同鄉會」網站下載。直接劃撥繳納法會功德金鄉長，請於繳款後務必來電通知，避免因郵局作業時間關係錯過法會日期，欲報名鄉長請於八月五日（星期五）前完成報名，以便法會前置作業進行。

法會活動剪影



台北市浙江同鄉會

台北花園公墓年度中元普渡法會

每年的農曆七月是佛教的教孝月，因適逢佛教的（盂蘭盆節），佛於《盂蘭盆經》中曾經開示及教導佛弟子，要如何以大供養，大功德力來超拔親友先靈或自己已故之父母。佛教的（盂蘭盆節）傳入中國後，在民間演變成如今中元節，而佛弟子們則是廣修供養、施食、拜懺、消業、迴向、超渡眾生，歷代祖先、過世親友等。

台北花園公墓每年農曆七月都會舉辦共修法會，以超拔累世之祖先、父母。今年七月法會，師父將會慈悲領眾修法，借助大家共修之資糧，功德力及虔誠祈禱之孝心，來迴向所有參加者的現世父母、師長，福慧綿延，歷代先亡往生善眾，離苦得樂。

見本通告後，請以「台北花園公墓中元普渡法會報名表」，請以正楷填寫清楚，於國曆八月五日以前，向台北市浙江同鄉會報名。

報名地址：台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

時間：中華民國一一一年八月十三日（農曆七月十六日）星期六。

法會地點：新北市石碇區台北花園公墓春暉堂禮堂。

※另為避免增加染疫風險，法會當日可在台北市浙江同鄉會網站上同步觀看。

網址：<http://taiwanzhejiang.weebly.com/>

台北市浙江同鄉會
台北花園公墓管理委員會 敬啟

台北市浙江同鄉會一一一年中元普渡法會報名表

一、超薦個人者請填寫：			
往 生 者 資 料			
姓 名	性 別 (請勾選)	是否 有孫輩 (請勾選)	
	() 男 () 女	() 有 () 無	
	() 男 () 女	() 有 () 無	
	() 男 () 女	() 有 () 無	
	() 男 () 女	() 有 () 無	
祭 祀 人 資 料			
姓 名	與往生者的關係 (請勾選)	姓 名	與往生者的關係 (請勾選)
	() 子女 () 孫子女 , 其他_____		() 子女 () 孫子女 , 其他_____
	() 子女 () 孫子女 , 其他_____		() 子女 () 孫子女 , 其他_____
	() 子女 () 孫子女 , 其他_____		() 子女 () 孫子女 , 其他_____
	() 子女 () 孫子女 , 其他_____		() 子女 () 孫子女 , 其他_____
二、超薦歷代祖先者請填寫： _____ 氏 歷 代 祖 先			
三、功德迴向 (請填寫姓名)：			
四、申請人資料：			
姓 名：	聯絡電話：()	手 機：	
地 址：			
法會贊助功德金：新台幣		元整	

1. 法會贊助功德金參考：**2000** 元以上。
2. 報名方式：請至台北市浙江同鄉會會所、電話、傳真、電子郵件。
3. 贊助金方式：郵局劃撥、親至會所繳交、法會現場繳交，**請務必索取收據**。
4. 郵政劃撥帳號：00022721，戶名：台北市浙江同鄉會，敬請註明「**法會功德金**」。
5. 報名表不敷使用時，請自行影印即可。
6. 台北市浙江同鄉會 地址：台北市羅斯福路3段277號2樓
電話：(02)2363-5607 傳真：(02)2362-8440
Email: tpzhejiang@gmail.com