

聯絡會員感情
協謀同鄉福利
報導家鄉消息
發揚寧波文獻

寧波同鄉

行印會鄉同波寧市北台

版出日十月七年四〇一國民華中



協政省西陝會拜下領率長事理麟汝李在，員團的團問訪貿經安西加參會本
。(中圖下)東曉李席主副

556

會務活動

①②・2015.6.17理事會議



師老、(立前⑦圖)飛鵬干任主班，課上樓二會本在午下六週每，學教話波寧會本、⑧～⑦
。真認習學們學同，心盡課上等(立後⑦圖)芳蕙周柴

寧波同鄉第五五六期——目錄

圖片：李理事長率團參加西安經貿訪問團.....	封面
會務活動.....	封面裡
會務活動及兩岸交流.....	封底裡
兩岸交流.....	封底
會務集錦：李理事長率團參加世界華人西安經貿訪問團／歧軒.....	2
本會致感謝信／李汝麟・崔幼民.....	3
陝西省政協李曉東副主席回函／李曉東.....	3
寧波話母語課程有三位姐妹花／胡倩.....	4
本會第一二六次獎學金贈發典禮紀實／應平書.....	5
寧波市台辦江長榮副主任至會參訪／仁文.....	9
鄉賢紀事：寧波同鄉會毛葆慶再捐 50 人人工水晶體.....	10
家鄉新訊：中國港口博物館在北侖開館／竺濟法.....	11
鄉情采風：慧日恩緣澤桑梓／龔成.....	14
寧波幫根、本、源、泉之初探／萬新兒.....	16
101 歲的蔣思豫重返台兒莊了心願／毛信意 汪校芳.....	19
升陽泰南貨店／田園.....	22
粥文化與鹹泡粥／張敏載.....	25
寧波船員在臺灣：鐵橋輪糖進水事件與輪機長被免職始末／戴仁軒.....	26
生活隨筆：余秋雨的兩本小說／余仁杰.....	28
沈家門夜排檔／穆福梁.....	31
說說隔代親／王灼.....	32
保健常識：談打呃／俞金鳳.....	33
預防老年癡呆症的食療和藥膳／張謨瑞.....	34

食譜：李梅仙私房菜食譜／李梅仙.....
會訊：通告.....

本會一〇四年各項捐款收入徵信續錄..... 1
本會出版基金及本期結息數目明細..... 13
本會福利基金及本期結息數目明細..... 35
本會第十七屆第十五次理事會會議紀錄..... 36
本會第十七屆第十五次理事會會議紀錄..... 37

台北市寧波同鄉會通告

- 一、本會訂於一〇四年八月廿二日星期六（農曆七月初九日）上午九時起，在信義路五段寧波墓園四明堂舉行中元祭祖誦經法會，十時由理事長主持公祭後，舉行四明山祖靈拜山朝聖祭祖活動，歡迎各位鄉長踴躍參與。另於下午五時施放蘭盆燄口，超渡亡靈、普渡眾生，歡迎參加。
如蒙惠捐功德金，請利用本會郵政劃撥帳號第〇〇〇四七七七八號，戶名台北市寧波同鄉會，劃撥來會，或當日親臨墓園交付本會會務人員辦理。
- 二、寧波市大學生訪問團預訂本年八月三日起，至八月十二日止，來台參訪為期十天；歡迎本會會員目前就讀大專院校之同學，有意願參與全程陪同訪問聯誼活動者報名（具團康帶動專長者優先），員額六名；即日起請向本會莊萍小姐登記：電話（〇二）二三〇五二八八五，額滿截止。
- 三、本會徵求合作建商公告：
本會自有空地徵求合作建商，邀請專業鄉長。詳情請見寧波同鄉會刊 104 年 6 月 10 日出版第 555 期第 29 頁及 30 頁。

李理事長率團參加世界華人西安經貿訪問團

歧軒

5月20日，在李汝麟理事長的帶領下，本會組團參加了世界華人西安經貿訪問團，於25日回國。這次活動主要是出席第19屆中國東西部合作投資洽談會。本會參加者為常務理事崔幼民、莊明康；理事仇鼎財、王方岳；會員周曉蘭、陳秋英、周金珠、勵長發、陳台珠、沈佩君、范鴻濟、陳慧芬、許文麗、蔣夢龍、鄭美瓊。這次參訪主要是在西安，團員先後參觀了西岳華山、秦始皇兵馬俑博物館、華清池，並拜謁了黃帝陵。參訪團一行接受陝西省政協副主席、民革陝西省主委李曉東熱情的接待。

回到同鄉會之後，李理事長及崔幼民常務理事立即聯名致函感謝，李主席也立刻回函。附二信於後：



本會致感謝函

尊敬的李曉東主席鈞鑑：

本會於 2015 年 5 月 20 至 24 日，受邀赴陝西、西安參訪。

參訪期間，承蒙，閣下熱情隆重的接待，安排豐厚佳餚及參訪行程，令人印象深刻。在此，本人謹代表台北市寧波同鄉會全體參訪團成員表示衷心的感謝。

短短的三天時間，我會全體參訪團，深切了解到當地風土人情並飽覽名勝古蹟；同時加深我會與貴府的交流合作。整個參訪活動我會受益匪淺，在今後的工作中將學以致用。

未來，我會期盼與貴府保持長期友好往來，加強聯誼、交流信息，共同發展，達到雙方互惠的目標。

再次，對您的盛情款待，表示感謝。肅此奉謝，此頌

台祺

台北市寧波同鄉會

理事長李汝麟
常務理事崔幼民

謹啟

2015.5.26

陝西省政協李曉東 副主席回函

尊敬李汝麟理事長崔常務理事及臺北市寧波同鄉會的各位朋友：

非常高興在你們參訪西安時能有機會和你們一起交流，我覺得受益匪淺，只是時間很短意猶未盡。各位都是成功人士，有著豐厚的人脈和經濟資源。希望以後能有機會再來西安，觀光參訪投資置業。借國家一路一帶戰略互通有無，互惠互利，發展經濟，報效國家！如有需要我的事，請告訴我，我會盡力而為。

即頌

大安！

陝西省政協副主席，民革陝西省主委：李曉東

寧波話母語課程有三位姐妹花

胡倩

這個月，寧波母語課程增加了很多生力軍。先是林絢文老師把她的姐姐和妹妹綺文和素文都帶來上課了。原本，林老師算是最年長的學生，有了姐姐綺文之後，她也要退位了。她們姐妹除了大姐一向在家主持家務之外，絢文是建中及北一女老師、素文是大安國中老師。而現在都重新做回學生的身份，而且姐妹們在一個共同的理想下，找回童年時代的經驗，而且還能同班學習，這是多麼值得回憶的經驗。

寧波母語教學，讓更多的鄉親，不但學習母語，也多交一些鄉親朋友，像林老師這樣姐妹一起上課，使姐妹情誼更融洽。

自六月起，寧波母語課程的師生們還在line上設了一個群組，這下子，大家的感情更為融洽了。

附註：本會的寧波母語課程每週六下

午三時，在同鄉會持續上課中，本次課程採大班上課、個別輔導的方式，全部免費，歡迎鄉親加入學習行列。



◆三朵姐妹花



◆于鵬飛老師主教，柴周蕙芳老師認真輔導

本會第一二六次獎學金贈發典禮紀實

應平書

本會第一二六次獎學金贈發典禮於五月三十日上午十時，在本會二樓中正堂舉行，本次獲獎同學共有四十三人；當天到場的有立法委員林郁方、本會毛名譽理事長、理監事多人及學生家長等貴賓近百人，典禮由本會李汝麟理事長主持，立法委員林郁方發表專題講座，本會名譽理事長毛葆慶也與會致詞。典禮過程及重要講詞內容如下：

一、主席李理事長汝麟致詞

毛名譽理事長、各位貴賓、本會理監事、各位同學，大家早安、大家好！

今天是本會第一二六次，也是第 23 學年第 10 學期獎學金的頒贈典禮。首先，恭喜現在坐在台下的得獎同學，由於你們在課業上的傑出表現，獲得本會的肯定，現在頒贈獎學金給你們作為表揚，可喜可賀。

本會的獎學金已有六十四年的歷史，為了鼓勵鄉親的下一代努力向學。本次共有四十三名學生獲獎，其中大學生 29 人、專科生 5 人、高中生 9 人。同學得到這份獎學金，代表所有鄉長對同學努力向學的肯定。所以，獲獎之後，同學們要飲水思源，想到這是多少長輩對下一代的期許。在獲獎之後，更要繼續專心向學除了有好的成績，並培養良好的人際協調能力，成為社會上優秀的人才，來回報前輩們的期許。

本會獎學基金，目前累積的金額有四千二百多萬，而且持續有熱心鄉長捐贈，長期茁壯中。這是六十餘年來一代代接力的成果，是國內同性質同鄉會中最具規模、歷史最久、最具代表性的獎學基金。這是我們寧波鄉親的榮光，就是這樣優良的傳統，同學們在獲得這一獎勵之後，更要百尺竿頭更進一步，將來畢業之

後有了好的成就，同樣提攜後進，回報前輩的付出。

今天也謝謝各位貴賓、家長參與我們的頒贈典禮，我們也非常榮幸，邀請立法委員林郁方為同學專題演講。林郁方委員畢業於淡江大學美國研究所碩士、美國維吉尼亞大學國際政治學博士，長期關注國防與國際關係議題。在現在全球化的世代，我們年輕人也要重視國防，具有國際觀。林委員講座，對年輕人是很有啟發性的，一定受益良多。現在林委員因為另有要公，尚未到場，等他來時，再請他說話。最後祝各位家長及同學身體健康事事如意。

二、毛名譽理事長致詞

李理事長、干常務監事、屠副主任委員、各位理事長、家長、同學，大家早安，大家好！

剛才聽了李理事長的報告，心中十分感動。我在這裡也向同學們談談這個獎學金的來由。我們有一位鄉長叫何志浩，是一位老將軍（退休中將），對同鄉會來說，是受人敬重的鄉長。當時他的退休金每月六萬元，而他太太中風要長期僱用看護照顧，生活費用其實是很拮据。但在這樣困難之下，他沒有忘了同鄉會獎學金。

他想到要鼓勵學子向上，在拮据的生活費中，每年節省一些捐為獎學金，陸陸續續共捐了十五萬元，這十五萬元，比之有錢人的一百五十萬元、一千五百萬更有價值。他現在已往生了，而同鄉會的獎學金就是有許多這樣的鄉親捐獻而來。

同學們今天拿到這些獎勵，在未來的三十年、四十年之後，在社會卓有成就之後，希望一樣能回饋社會。這是可以預見的，今日在座的同學都是寧波優秀的後代，也是同鄉會未來接班人。以後同鄉會就是要靠你們永遠延續下去。

本屆李理事長有一項最為了不起的創舉，就是開辦了寧波話教學課程。的確，各個同鄉會的不同，就在於語言。我們寧波的母語也一定要傳承，也就是寧波的文化要傳承。現在在平常務監事積極地籌辦之下，由理事長擔任校長的學習班開辦了。也希望更多同學可以加入學習寧波母

語的課程。我們的學習班會持續開課的，也希望大家共同努力把寧波文化傳承下去。

最後祝各位同學學習進步，各位家長身體健康。

三、教育委員會工作報告

屠益輝副主任委員工作報告：

李理事長、毛名譽理事長、林郁方林委員、各位理監事、各位教育委員會委員，以及在座鄉長、受獎同學，大家早安、大家好！

謹代表教育委員會張祺民主任委員在這裡與大家見面，依照往例上台向大家做教育委員會工作報告。

同學們每年一次以優異的成績領取獎學金，但是我想請問各位同學，獎學金設置的歷史，同學們知不知道？因此，本人先概述一下獎學金的來由，再報告教育委員會主要任務，最後再向各位同學說明截至目前存於本會獎學金額。

本會一年兩期頒贈同鄉子弟獎學金原名為「教育獎助金」，民國二十二年八月第五次理監事聯席會議通過設立，因當時來台同鄉大半經濟拮据，因此設置教育獎助金以助子弟就學。後經多次修正，直至民國六九年一月第一學期，本會教育委員會

認為來台同鄉經二十餘年之奮鬥，已脫離經濟困境，乃建議廢止「教育獎助金發給辦法」，另訂「獎學金設置規則」及「獎學金發給辦法」，以「獎學金」取代「教育獎助金」，而民國七〇年十月又增設學業成績優異獎學金，以茲鼓勵學業優秀學生，也就是本次獎學金頒發另有績優高中職學生之名的原因。

而原「教育獎助金委員會」名稱則於民國八十二年第二屆理事會成立後改稱「教育委員會」，其任務為研擬獎學金發給辦法之修訂，並審查同鄉在學子弟申請獎學金之學業與操行成績，以提供理事會核議發給。今年也針對獎學金發給辦法做出修正，特別對大學、年級剛畢業同學，最後一學期學業成績優異的同學，也可以申請獎學金，所以如果有即將畢業的大四同學，不要忘記申請。另為使領取獎學金之同鄉子弟關心國事、啟發智慧、增進研究興趣起見，自八十五年學年度第一學期起，於每次贈發獎學金典禮中必邀請政論家或學者蒞會做專題演講，列為贈獎儀式之一，從未間斷。例如：於八十七年蔣緯國將軍；八十六年三毛女士；七十九年馬英九先生（時任行政院研考會主任委員）；八十五年毛治國先生（時任交通部次長）；九〇年洪秀柱立法委員；今年特別邀請林郁方立法委員

等來做專題演講。

也由於本會舉辦獎學金之成功，而獲得樂善好施的同鄉熱烈響應，紛紛捐贈教育基金，目前獎學基金金額如下：

截至 103 年 12 月底累計結餘：董純綱先生紀念基金 1,011,264 元及其孳息 6,800 元、教育（紀念）基金 42,355,895 元、教育獎學金 616,074 元、教育（紀念）基金與教育獎學金孳息 280,024 元。而至 104 年 4 月底又新增董純綱先生紀念獎學金捐款 93,200 元及其孳息 4,564 元、教育（紀念）基金捐款 25,000 元、教育獎學金捐款 8,000 元、教育（紀念）基金與教育獎學金孳息 186,496 元。

本期鄉親子弟申請獎學金，經審核符合本會獎學金發給辦法第二章之相關規定者共 43 名，分別有：

1、大學生嚴子欣、胡福瀚、范寧、邱奐及陳賦等前 5 名，依據「紀念董純綱先生、董張文元女士專案獎學金」發給辦法辦理，每名 20,000 元，共發獎學金新台幣 100,000 元。

2、大學生王美然等 24 名，每名 6,000 元，共發獎學金 144,000 元。

3、專科生鮑韻如等 5 名，每名 5,000 元，共發獎學金 25,000 元。

4、高中高職生鄔佩潔等 9 名，每名

4,000 元，共發獎學金 36,000 元。

5、績優獎金：

a. 大學生 90 分以上共 3 名，因屬前 5 名已列入董氏專案獎學金項下發給。

b. 高中職生 80 分以上鄔佩潔等 2 名，各加發績優獎金 4,000 元，共加發 8,000 元。

本期總計發放獎學金 313,000 元，活動雜支 4,732 元，合計經費支出 317,732 元。

而依據獎學金設置規則第五條規定，每年獎學金發給總額，以基金孳息暨同鄉樂捐經常經費總額為限，因此希望在座各位同鄉踴躍捐助，以造福優異學子。

依據本次典禮流程，最後會請領獎學生代表致答詞，建議學生上台時能以寧波話來問候及自我介紹，如果不行，本會干常務監事在此，我藉機打個小廣告，寧波話教學已開課，每週六下午 3 點就在這裡開辦教學，各位可以來此學習說寧波話，不收取任何費用，還提供講義研讀，歡迎大家前來報名，另外也請各位同學踴躍加入本會青年工作委員會，除了同學可以相互之間增加認識，也能配合本會各項服務工作。

四、專題演講

這時，立法委員林郁方也已到了現場，

我們請林委員為同學專題演講。

林委在致詞時說，各位貴賓大家好，我就不一一點名了。（這時林委員走到一旁繼續說話。）

我先說個笑話。經國先生以前在蘇聯的時候參加過騎兵隊就是騎馬的，有一次連長騎馬校閱全連，到了最後一匹馬，他發現只有馬在沒有人頭，走近一看原來是經國先生個兒不高，頭被馬頭遮住了。所以我現在連忙走到旁邊來以免頭被遮住了。（這時全場哄然大笑）（按，當天講台上放了一盆花，林委員說話間，工作人員立即移開，林委員這才站上講台。）

很高興參加本次獎學金贈發典禮。寧波是臥虎藏龍的地區，我雖然不是寧波人，但對寧波充滿了尊敬，寧波人做生意頭角崢嶸，從中國的發展歷史看，寧波商人都 是商場的佼佼者，另外也有很多是優秀的外交官，不知是否因為是寧波話是比較難學的話，學會了說寧波話，再學習其他語言相對容易。

各位同學如果說不好寧波話，不要覺得不好意思。我太太是福州人，她說現在福州下一代孩子，十個有九個，不會說福州話，因為福州話太難了。但如果會說福州話就十分了不起。像福州人也是有各方面的長才：會做生意，能文能武……等等，

和寧波人一樣。我們海軍很多福州人，且出了許多傑出的將領。

剛剛聽幾位前輩鼓勵同學學習寧波話，我覺得是很正確的。目前各級學校開辦母語課程，不應該只是閩南語或客家話，該還要擴大到其他省份才行。我個人覺得每一種語言都有她成長的歷史及淵源，都是寶貴的文化資產。

就我聽到的寧波話來說，我就覺得十分好聽。我在大學時代有好多寧波籍的老師，他們鄉音很重，但聽久了，一方面可以稍稍聽懂，一方面也覺得這個語言優美。我是客家人，我們客家話有一句俗語「寧賣祖宗田，不賣祖宗源」，一個人一定要重視本源。我就用這句話來和同學共同勉勵。

恭喜本次得獎的同學！你們都是同儕中的佼佼者，否則也不會坐在這裡。相信未來你們也會為寧波人發光發熱，有一天寧波人也會以你們為榮。謝謝大家！

接著由在座的理監事及教育委員們代表本會致贈獎學金給各位受獎同學。全部致贈完畢，由清華大學人文社會學院范寧同學代致詞。

五、受獎學生代表致詞

理事長、毛名譽理事長、各位理事、各

位長輩、各位同學大家好：

我是清華大學人文社會學院學士班的范寧，很榮幸這次能代表受獎同學致詞。剛才臨危受命，聽說需要來一段寧波話的自我介紹，不過我承認我還沒有這麼大的能力，爸爸剛才在台下還幫我惡補了一句，所以我來講講看，「阿拉寧波人」，我其實不知道發音標不標準，要不是剛才林委員提早離開，我應該要跟他相約一起去學寧波話的。

每個學期寧波同鄉會所頒發的獎學金，促使我在學業上更求精進，尤其是剛才聽到毛名譽理事長講述寧波獎學金的歷史淵源，才知道原來我們的獎學金是如此的得來不易，如果我們未來能有一番成就，一定要報答各位長輩對我們的栽培與厚愛。

我們家跟寧波同鄉淵源深厚。我爸爸念的是中文系，他曾經跟我說他大學時也領過同鄉會的獎學金，他用第一筆獎學金買了一套中文大辭典，那是國內內容最豐富的辭典，共有十冊；而他現在是中學國文老師。

我姑姑也領過同鄉會獎學金，他更是充分發揮了寧波人冒險犯難的精神，一個人到紐約奮鬥闖天下，現在在紐約當節目製作人。他們都受到寧波同鄉會的鼓勵而有了現在的成就。所以我覺得這獎學金有一

份重大的鼓勵意義，它督促我們要飲水思源，知所回報。

小時候我常常到媽媽任教的學校——華興中學玩。有時候在散步時，爸爸會跟我說：爺爺奶奶都是大陳義胞。那時候我還小，根本聽不懂什麼「大陳小陳」、「一包兩包」。

後來才知道，原來爺爺奶奶都是民國四十四年，從大陳島隨政府撤退來台的最後一批移民。他們來到台灣時都只有十來歲，蔣夫人為了安頓這些離鄉背井的孤兒們，特別創辦了華興育幼院，於是爺爺奶奶才有了安身的地方。後來他們白手起家，靠著堅強的意志，成家立業，有了爸爸、姑姑、伯伯、叔叔；有了我和弟弟。因緣巧合的是媽媽後來考上了華興中學的英文老師，於是我們一家人都跟寧波有了聯結。

最近幾年，看了一些關於外省人撤退來台的紀錄片，我才逐漸知道運送黃金、運送故宮寶物、民國三十八年太平洋輪事件以及民國四十四年大陳島撤退的真實經歷，原來他們就真實地在我身邊。

在我就讀的科系裡面，有些老師要我們實地去體會社會運動的場面。剛開始我很排斥，後來想想覺得有些訴求很有正當性，像是：勞工超時工作、血汗醫護、教

育政策等社會弱勢團體的訴求，因此我便也參與了幾場遊行。大二那年，我也參加過洪仲丘事件的遊行。不過去年包圍立法院的事件我並沒有參加，我和幾位同學待在教室努力讀書，所以那學期我拿到了書卷獎。

隨著生命的成長，我逐漸懂得獨立思考與判斷。於是我決定努力研究學業，充實自己，因為唯有如此才能有深厚的學問，為社會盡一己的能力。

每次收到寧波同鄉會刊，爸爸總是仔細翻閱，我覺得他對寧波有一份認同感。

或許是耳濡目染吧！每次來到這裡領取獎學金，我也特別有一份親切感。看到白髮蒼蒼的長輩、看到和爸爸同年的叔叔，又想到我們這些與寧波有著血脈關聯的年輕人，我不禁也興起一股使命感：我也要努力充實自我，發揚寧波精神。

我的弟弟——范昕，他就坐在台下，跟我一樣連續三年來這裡領獎學金。今年暑假，他就要帶著寧波人冒險進取的精神，到美國紐澤西州羅格斯大學就讀物理系。其實我們家並不富裕，但爸媽的理念是：再窮也要栽培孩子。我們很幸運的得到

貴人相助，媽媽的老師贊助了弟弟第一年的學費，而這彷彿就像當年寧波同鄉會的獎學金，幫助許多優秀子弟解決了經濟困境。在最新一期的寧波同鄉，也就是大家手上這本第二頁的文章，提到同鄉會的獎學金確實培育了許多出類拔萃的人才；如果在此我能夠表達自己的一個小小心願：我希望同鄉會可以把獎學金的發放擴展到出國求學，以培育更多具有國際觀的年輕人，同時也把寧波精神發揚海外。

謝謝大家！我的致詞到此結束。

（卻酬）

寧波市台辦江長榮副主任至會參訪

仁文

由寧波市台辦副主任江長榮率領的參訪團，於六月十一日上午至本會拜會，並與本會理監事代表座談。當天的座談會並有台北市政府顧問詹國元列席指導。

李理事長在座會中簡單的介紹了本會的現況，並特別介紹今年開辦的寧波話母語教學的現況。這個教學班自三月

十四日開課以來，受到會員熱烈的支持，上課踴躍。同時，我們這次的課程得到寧波台辦施金國主任的大力支持，所有教材都是他提供的，上次來台時，還宣佈要招待學習優秀的鄉親回鄉參訪。

江副主任說，多年來同鄉會與寧波家鄉有密切的交往，兩岸大學生更是相互

參訪。很多台灣同胞到寧波投資、設廠，均經由同鄉會協助。近年來，寧波大學生來台就學也受到同鄉會照顧。未來，要更加強彼此之間加速的交流合作，特別在寧波來台第二、三代及第四代的青年返鄉，是我們未來要努力的目標。

台北市政府顧問詹國元則表示，在

十二年的市政府顧問任內，接觸到許多浙江及寧波的鄉親，深刻感受到寧波人的熱情和真誠，和我們台灣人的本質很接近。未來，台北和寧波之間可以更緊密的合作。

接著，江副主任介紹了這次來訪的團員有寧波市台辦交流處主任科員張賽霞、江北區台辦副主任姚杰、象山台辦副主任史靜波、鎮海區台辦主任科員呂廣聖、奉化市台辦副科長呂益敏，他們也分別代表寧

波各地區表達了對二地交流的遠景。當天，本會出席者尚有常務理事崔幼民、印萬春、莊明康；理事鄭龍華、戴雅林、張禔民、沈曼霖、候和平。

鄉賢記事

寧波同鄉會毛葆慶再捐50人工水晶體

台北市視障音樂基金會董事長兼台北市寧波同鄉會理事長毛葆慶，日前第六度前往寧波捐贈五十個人工水晶體給寧波市眼科醫院，院方並舉辦「二〇一五年甬台白內障復明行動毛葆慶先生捐贈儀式」，為兩岸視障者搭起重建光明的愛心橋梁，至今已有超過三百名眼疾患者受惠。

高齡八十九歲的毛葆慶致詞時表示，由於母親後來視力受損，使他深感盲人生活不便，二〇〇五年起陸續捐贈眼角膜及人工水晶體，嘉惠寧波故鄉同胞。今年再度到寧波捐贈五十個人工水晶體給寧波市眼科醫院，由院長王松鶴受領。

王松鶴說，毛葆慶二〇〇五年起向寧

波市捐贈眼角膜及人工水晶體，這十年的堅持，協助超過三百名貧困家庭的眼疾患者重建光明，他代表寧波市眼科醫院全體員工表示感謝，並做好甬台白內障復明行動的相關工作，為市民提供更好的眼科服務。醫院並安排歷年來飽受眼疾所困的患者，分享從看不清處到重拾光明的心路歷程。

其中一名七十九歲患有白內障多年的張銘佑，也是一名肢障者，二〇一四年經由手術治療並裝設人工水晶體，恢復以往視力。他說，「手術成功至今，生活改善許多，台灣同胞對寧波人的無私關懷將銘記在心。」

毛葆慶表示，白內障是老年人眼部老化的常見眼疾，手術後重建光明的機率高，為了使飽受眼疾困擾的故鄉同胞，不再因付不起人工水晶體及治療費用所苦，延誤重拾光明的大好機會，二〇〇五年起開始捐贈眼角膜及人工水晶體，如今屆滿十年，協助貧困家庭重建光明不遺餘力。

寧波市台辦主任施金國指出，能見證毛葆慶再度捐贈人工水晶體，十分感動，台灣血液基金會董事長葉金川在百忙中到寧波，指導當地捐血事業發展，也代表寧波市台辦表達敬意。

（轉載自 104.06.04 聯合報）

中國港口博物館在北侖開館

竺濟法

去年 10 月 16 日，一座以港口文化為主題的國家級博物館——中國港口博物館，在寧波市北侖區春曉鎮濱海新城洋沙山風景區開館。博物館外形形似兩個巨型海螺，佔地面積 51966 平方米，建築面積 40987 平方米，總投資 6.8 億元，由港口博物館、國家水下文化遺產保護寧波基地兩部分組成。

該館承載交通運輸行業文化的核心價值理念，以港口文化為主題，集展示、教育、收藏、科研、旅遊、國際交流等功能於一體，體現國際性、專業性、互動性、娛樂性，是目前國內規模最大、等級最高的綜合性大型港口專題博物館，成為傳承港口歷史、港口文化的文化基地，成為傳播海洋文明、現代科技、承襲交通運輸行業文化淵源的重要平臺，成為夯實和發展現代交通運輸業文明基礎的文化標誌。

作為中國港口界的標誌性文化設施，

將承載「港通天下」的文化內涵，為國內外研究中國港口歷史、探求港口未來的學者提供學術交流平臺；為參觀者瞭解中國港口發展過程、掌握港口知識提供深入學習環境；為廣大青少年科學感知港口的發展、培育對港口的興趣提供直觀形象和互動氛圍；為交通運輸文化的傳播和提供供全面展示和深度研究空間。

該館主要陳列由六個模組組成：中國港口歷史館、現代港口知識館、港口科學探索館、數位海洋體驗館、北侖史跡陳列、水下考古在中國。

其中 1 號展廳「港通天下」中國港口歷史館，以歷史時間順序為主線，按照遠古、古代（夏商周至 1840 年前）、近代（1840 年至 1949 年前）、現代（1949 年至 2010 年）四個歷史階段，展示我國港口的發展變化，展區總面積 2950 平方米，主要展現各歷史階段中國港口發生的具有



◆中國港口博物館主樓

◆中國港口博物館鳥瞰圖



斷代性、標誌性、里程碑意義的重要史實、典型事件、重大成就，既反映各個歷史時期全國港口的發展全貌，也反映特定歷史時期重要港口的獨特作用。

2號展廳為「創新之路」現代港口知識陳列。以當代港口技術為背景，按照港口基本構成、主要功能、基礎設施、重要設備、關鍵技術、支援系統等主要內容，

◆中國港口歷史館內的上海港老街景



展示現代港口的技術特徵和地位作用；以專業功能為主線分為港口建設、港口作業、港口支援系統三個展區，展區總面積2000平方米左右。主要展現具有代表性、典型性、專業性的港區佈局、系統工藝、碼頭結構、裝卸機械、輔助設施、重大技術等內容，既普及現代港口知識，也反映特色專業技術。

◆2008年，寧波水下考古隊在象山縣石浦鎮漁山列島海域，發現一艘滿載陶、瓷、銅、錫、木以及寧波特產梅園石的木質遠洋商貿運輸船，大約在清代道光年間沉沒，定名為「象山小白礁一號沉船」，圖為打撈出水的精美青花瓷碗。



3 號展廳暫時空缺。

4 號展廳為「海濡之地」北侖史跡陳列。展示各個歷史階段北侖發生的重要史實、典型事件和重要人物。

5 號展廳為「水下考古在中國」專題陳列。包括展廳和現場沉船修復。展示了中國水下考古發展狀況、水下考古技術方法、中國水下文物調查與水下考古發掘成果、水下考古成果的保護與交流、水下考古前景展望等內容。除了陳列展覽，還在展廳內以玻璃房的形式設置了近 800 平方米的出水古船修復中心，參觀者可近距離體驗科研人員進行古船修復過程。

6 號展廳為港口科學探索館。從港口時空變化與人物角色變化的角度入手，形成穿越時空、穿越自我、穿越快樂的三大主題脈絡，圍繞港口科技、航海航運、海洋地理、海上安全等主題，以高科技多媒體數位和機電一體化為核心技術，設計包括港口裝卸、貨物檢測、浪湧體驗、海水淡化、水下打撈等相關展項展品，使參觀者充分體驗到「港口迷你科技迪士尼」的無窮魅力，最終形成對港口及海洋知識的全面體驗。

7 號展廳為「數位海洋」體驗館。以隨機設定事件引發的場景、角色的即時表現與表演系統為核心，以全沉浸的視覺與

聽覺感受為主要形式，運用虛擬、特種影像（球幕、環幕）等高新技術，展現航海類比、數位海洋、海洋科幻、港口歷史、海洋奇遇、魔幻表演、海底探秘等主題內容。

北侖區投入巨資建設中國港口博物館非常難得。筆者去博物館走馬觀花之後，

感覺寧波港作為古今重要港口，展覽尚不夠分量，建議加強。此外，當下「一帶一路」（絲綢之路經濟帶和 21 世紀海上絲綢之路）已列為國家重點戰略，寧波又是海上絲綢之路的重要節點，是海上茶路的啟航地，建議開闢海上絲綢之路專館。

李梅仙私房菜食譜

李梅仙

香酥鮭魚

一、材料：

鮭魚一塊

番茄（去皮、切末）2 粒

洋蔥（切末）1/2 個

二、調味料：

（1）鹽 1/2 小匙

酒 1 小匙

胡椒粉少許

太白粉 2 大匙

（2）鹽 1/2 小匙

糖 1 小匙

黑醋 1/2 小匙

三、做法：

1. 鮭魚切片，放入一個碗中，加入調味料（1）醃 10 分鐘。

2. 鮭魚沾上太白粉後，放入油鍋中煎熟，起鍋盛盤。

3. 鍋中熱油 2 大匙，放入番茄末和洋蔥末，並且加入調味料（2）炒香後，起鍋淋在煎好的鮭魚片上即可。

老師的小叮嚀：

※鮭魚入鍋煎前要先沾滿乾的太白粉和地瓜粉，煎完後才會香酥。

慧日恩緣澤桑梓

龔成

雨季奉獻給大地，星火奉獻給長夜，
我的爹娘，你們把生命奉獻我成長，
六十年日夜思親、尋根我的親娘，
我將一顆感恩的心奉獻我的故鄉。

——題記

撰詩的老人是來自台灣慧濟寺方丈、
愛國愛鄉的性海法師。

性海法師，俗名楊旦華，祖籍鄞州，
1927年2月出生於高橋鎮蘆蓬頭村。（今
為蘆江村半路庵）其母是虔誠的佛教徒，
楊旦華在母腹中，便接受念佛誦經之聲
的胎教，自幼結下了佛教慧根之緣。

民國廿五年，旦華母子去天童寺進
香，天童寺首座僧松山大和尚，見小旦
華滿臉善相，且整天笑呵呵不知憂愁，
稱讚張氏養育兒有方：「這孩子頗有佛
緣呵」，張氏說自己十月懷胎時有念佛
之緣吧？松山這才恍然大悟：「汝等虔
誠向佛，促成這孩子佛性慧根俱足矣」。

張氏聽後，激動不已，撲通一聲，跪拜
大和尚，要求收留孩子出家禮佛。

然而，松山見狀十分為難：「這孩
子乃楊家單傳獨子，怎捨得出家自斷香
火？」張氏滿臉淚水泣訴，「貧婦前世
未修，而今家破人亡，家徒四壁，我已
無力扶養兒子成材，自己不再二嫁，母
子一心歸佛，誠望師傅收留，賜他一條
生路。」

小旦華也跪在其母身旁再三叩頭拜
求。母子真誠向佛的決心與精神令松山
和尚十分感動，於事答應收下小旦華為
第一個徒弟，母子破涕為笑。

此時，天童寺大雄寶殿上空，出現了
一道彩虹似的五色祥光，照在小旦華臉
上金光閃爍。剎時間整個寺院檀香飄繞，
鐘聲此起彼伏，一片祥和。

投門天童，拜松山為師，這是楊旦華
皈依佛門的第一步。但考慮到孩子尚未

成年，松山師決定帶小旦華介紹到其師
弟，就是在慧日庵當家的松乘處去修學。

第二天一早，師徒倆就翻山越嶺徒步
二十華里去瞻岐鎮東一村慧日庵。小旦
華依依不捨地含淚辭別其母親。可憐九
歲的小旦華不知這一去是個不歸之路。
母子在天童寺分手，從此就成了他們生
離死別的悲傷地。天真無邪的小旦華，
還以為母親還在天童寺，記著母親答應
會去慧日庵看他的話，可這是個美麗得
讓人撕心裂肺的大慌話，母親這句善良
的安慰話，也就成了楊旦華至今八十年
人生，夢牽魂繞思親尋根的「鄉思病」。

慧日庵屬天童寺管轄，本佔地五畝，
依山而築，地理獨特、環境幽雅。此庵
始建於明朝萬曆年間，距今約有600餘
年，由東一村民謝氏祖公捐資所建，為
古明州五山十剎之一。

小旦華在師叔松乘和尚精心培育下，



一心念佛、誦經學律、聰慧勤快，甚得其師器重。

松乘，原籍山東，身懷武功，時逢抗戰，日軍燒殺掠搶無惡不作。松乘不僅用武力趕跑過盜賊，師徒倆還冒著生命與日軍轉旋，為抗日遊擊隊護藏過武器。小旦華深明大義的愛國之心令人敬慕。

1939 年，旦華含淚辭別松乘師叔，最後看一眼邁入寺門第一步的慧日庵，跟著松山飄洋過海到定海縣白泉鄉柯梅村的複喜庵深造，師從善良法師，並賜法名「性海」。

1949 年，性海又回到普陀山，在佛頂山慧濟寺修法。1950 舟山撤退之時，年輕的性海及慧濟寺主持慶規法師均一起隨軍去了台灣。

後來，輾轉至台北創建「南海普陀山慧濟寺分院」在此期間，性海師侍台灣佛學泰斗印順大師，使他對佛學造詣益深。

1963 年，其師慶規方丈圓寂。性海接任衣鉢，主持台灣地區唯一的觀世音清修道場——台北慧濟寺。並立下弘志繼承大師遺願，發揚光大。歷經十餘年慧濟寺規模空前，香火日盛，成為寶島名剎。

慧濟寺在台北士林區陽明山下的天母

山坡，因為寺院曾從西藏恭迎進一粒彩色佛身舍利子而名揚全台。

其次，信徒為浙江人居多，被譽為「浙江廟」，而且，蔣家四代都與慧濟寺有緣，現在該寺還有蔣介石父子神位，並定期做法會，著名的《金陵春夢》一書裡記載這段親密關係。

性海法師 9 歲出家，17 歲受具出戒，20 歲遍訪名山寶剎，26 歲上講壇，開始講授律疏，他天資聰慧，又苦學不怠。之後其律學與臨濟宗法造詣和宗教活動愈發引人注目。30 歲時已在台確立了其佛學的地位。所以，受當年蔣家父子的敬重和關注。

性海法師離別故土 60 年，才於 1980 年，第一次踏上了故鄉土地。1997 年，他獲知第二故鄉、童年出家的慧日庵舊址尚存的資訊，已屆古稀之年的他，再次飛渡海峽，到瞻岐實地考察。

故地重遊不勝感慨，從九歲童年到白髮老人，離別此庵六十年。是這座小庵拯救了他苦難的小生命，度過了他童年難忘的艱苦歲月。面對著破舊不堪的舊庵，他發願為了六十年來思親報恩，決定捐鉅資千萬元重建慧日寺。於是，在 1999 年 2 月破土動工，經過四年整修而建成。

從昔日幾間破草庵到現在集養心修身遊樂於一體的東方園林式寺院，是性海法師六十年思親報恩的佛緣結果。性海法師雖身入佛門淨地，心卻繫世間善事，近十年來，他不辭辛勞二十餘次漂洋過海，為第二故鄉的瞻岐傾注了大量心血，為報答瞻岐對他童年的養育之恩，他慷慨解囊，資助社會、普濟世人，關愛童稚。他幾乎把一生心血所積的資財大量捐贈於家鄉，已累計達到一千多萬元人民幣。

先後為瞻岐鎮興建幼稚園、中學教學樓、上寶廟老年活動室、老人修養院；為衛生院配備進口 B 超、心電圖監護儀等醫療設備。為東一村澆注水泥路，興建慧日公園、慧日橋。還建立「性海助學基金」，資助貧困學生繼續讀書等等公益善事，枚不勝數。

除此之外，他還在舟山白泉鎮撥下鉅資三百七十萬元進行報恩。先後為白泉鎮興建玉苑幼稚園、白泉鎮文化樓、圖書館。設立白泉中學獎教金，鼓勵優秀教師培養更多人才。

性海法師的一言一行都是愛國愛教的慈心善事。正像他在一首自作的《思故鄉》一詩中所述：「空手來時空手去，看得浮生總是空。孤僧浪跡無歸處，落

葉歸根是故鄉」。

鑒於他對故鄉公益事業建設捐資的突出貢獻，家鄉人民也給予他很高榮譽，舟山和鄞州分別授於他「榮譽市民」的光榮稱號。

蒼鷹山下的慧日寺與台灣天母山下的慧濟寺，同是東南佛國臨濟宗的著名禪宗寶剎，海峽兩大名山叢林，雙慧同輝。

是慧日寺的恩緣才使法師鄉思孤島

六十年，思親尋根報答瞻岐、白泉人民的養育之情。

真可謂：慧日慧濟一脈緣，法師尋根澤桑梓。

寧波幫根、本、源、泉之初探

萬新兒

3年前到寧波定居，並進入專門研究

精玉之解。

一、家國情懷是寧波幫之根。

整理出版寧波幫史料的部門工作，讓我大開眼界，感覺到寧波幫群體的宏大，她涵蓋了從政治到經濟再到文體科技的幾乎所有領域；感受到寧波幫歷史的深遠豐富，她至少可以追溯到明朝之前；感慨著寧波幫人士的艱辛不易；感佩著寧波幫思想的睿智前瞻；感悟到寧波幫精神的深邃精深。

在工作中的感歎之餘，不由地產生了探究一下寧波幫這一特殊群體千百年來得以生生不息、薪火相傳成因的根、本、源、泉之所在的想法。今天將自己的一個淺顯理解作一個班門弄斧，以求

古人云「君子雖遠在他鄉，不忘父母之國」。自古以來，寧波是一個重教育講禮儀之地，孩子們從小就在父母的嚴格教育下，學習了許多的「規矩」（外省籍人士多有「寧波人規矩重」的說法），血液中也就注入了忠義、慈孝、感恩的基因，形成了歷代寧波幫人士「樹高不忘根」的根深蒂固的思想基礎，所以一旦事業小有成就，就要感恩桑梓回饋國家，並且這些行動還做得自然而然，感覺這樣自己更心滿意足，做

事業更加有意義和動力。用時下的話說，這也可以理解成是讓家鄉人民或祖國人民分享一下自己事業得到發展的「紅利」吧。董建華先生曾說過，父親董浩雲給他最大的影響一是教做人的道理；二是愛國愛民族的情懷。我們歷數近代以來知名寧波幫人士的壯舉，莫不如此，如吳錦堂創建錦堂師範，被譽為「華僑辦學三賢」之一；葉澄衷發達後在上海捐建「澄衷學堂」，並在家鄉莊市創建中興學堂，成為寧波幫人才「搖籃」之一；秦潤卿在家鄉創辦「普迪學校」；嚴信厚等人創辦「儲才學堂」；王寬誠創辦的寧波「東恩中學」；邵逸

夫捐幾十億鉅資在中國和故鄉助學，包玉剛創辦寧波大學。類似這樣興學助教的善舉不勝枚舉，而 2013 年 10 月 25 日在寧波大學落成的（元甫先生助建的）「忻元甫樓」和已連續頒發了四屆的「江興浩學生創新基金」等一系列捐贈，更充分昭示了寧波幫濃濃家國情懷得以薪火相傳、發揚光大的資訊，也是寧波幫立幫之根。

二、民族大義是寧波幫之本。

寧波幫主張「以德立業」，往往見利思義，不取非義之財，不失承諾之信，奉行「寧可做缺，不可做絕」的古訓，主張「真君子義內求財」。千百年來，寧波幫切身體驗了外國資本對中國經濟的侵略，並且不斷地與其抗爭，所以寧波幫所持有的財富觀與其它商幫不同，「取之於社會、用之於社會」為寧波幫獨有，因而在義與利尖銳對立而不可兼顧時，他們要麼捨利取義，要麼深明大義，為此他們敢於毅然決然地不惜傾家蕩產甚至犧牲性命。上海四明公所高舉反帝鬥爭大旗，敢於與殖民主義者作鬥爭的義舉，至今還為國人所稱道。王正廷拒絕在「巴黎和會」上簽字以抗議

對中國的不公正，顯示出了中國人的骨氣。陳順通的「太平」輪自沉於鎮海招寶山下，以防止日軍進攻、保衛寧波港的壯舉鼓舞了多少中國人奮起抗日。三友實業社組織 200 人的抗日義勇軍以及愛國實業家項松茂為抗議日軍暴行捨身取義，為國捐軀，成為名垂青史的民族英烈，更是最有說服力的佐證。寧波幫人士捐款捐物捐飛機支援志願軍抗美援朝的一幕幕還猶如發生在昨天一樣，令人起敬。更為值得一提的是，抗戰爆發後，有一批寧波幫人士歷盡艱險，將企業內遷至以重慶為中心的大後方，並克服重重困難儘快恢復生產，為抗戰大後方的經濟發展和支援抗戰作出了重要貢獻，展示出抗戰時期的寧波幫實業家精神風貌。所以說，民族大義是寧波幫的優良傳統，是固幫之本，是寧波幫精神體系中最核心的內容之一。

三、誠實守信是寧波幫之源。

孔子曰：「民無信不立」，寧波人民幾千年來和各國、各地人民的交往中互古不變堅持的信念和行為準則就是誠實守信，對人以誠相待，貿易以信相守，從而讓誠信成為了寧波人民的一種

精神，也造就了寧波幫把誠信作為了立幫興幫之源，也使得寧波成為了陸上絲綢之路和海上絲綢之路的交匯點與啟航地，成為了陸地經濟和海洋經濟相互轉換的紐帶。王寬誠自幼受良好家風的薰陶，成人以後本著「立身處世必須寬厚待人，誠實取信」的信念，取名為「寬誠」。晚清時期名揚京城的錢業之首「四大恒」的諸多誠信舉動到現在還會被「老北京」們津津樂道，稱讚有加。曾幾何時，寧波江廈街上的錢行街以信譽卓著聞名，多憑信譽放賬，做活生意，使歷史上寧波獲有「信用碼頭」之美譽。俗話講的「走遍天下，不及寧波江廈」，在很大程度上是與寧波錢莊的金融實力尤其是誠實守信所分不開的。筆者在 2013 年 6 月 8 日親身感受到的一件事——香港滬港聯誼會會長、香港永正實業有限公司董事長忻元甫先生，專程從香港來寧波赴約接受《寧波幫》雜誌總編輯戴光中教授採訪的行為，為筆者解釋寧波幫人士的誠信作了最好的注解，忻會長說：「我這個人就是答應了的事情一定會做，因為我是一個從不食言的人。」這讓我想到墨子的名言「誠信者，天下之結也」，似乎就是特意為了

我們寧波、寧波幫而表述的。也正因為寧波幫人士的默默努力和堅守，才造就了寧波幫特有的誠信。所以說，誠實守信是寧波幫經久不衰的重要原因之一，是興幫之源，也是其不可或缺的精神支柱。

四、進取創新是寧波幫之泉。

寧波有著7000年深厚文化底蘊的積澱，孕育了豐富多彩的浙東文化，使得寧波在文明架構中的農耕文化與海洋文化的結合點上熠熠閃光，正是由於這種獨特的地理區位優勢與深厚的歷史文化底蘊，才孕育和培植並不斷錘煉著寧波人民勇於進取、敢作敢為的創新精神。縱觀千百年來，寧波幫人所創造的中國歷史上的七個第一：第一家火柴廠、第一家燈泡廠、第一家銀行、第一個商船隊等等，再看看今天在香港的寧波幫人不斷創新經營模式、引領潮流的壯舉，完全可以感受到寧波人的創新意識，不僅在歷史文化的時空上有過耀眼的閃光，而且在近、現代，尤其於當代改革開放的偉大實踐中有著豐碩的成果。寧波的創新精神還不止見於一般意義上的創造活動，而是凸顯著原創性、開拓性

與個性化的時代特色。

這種原創的創新精神早在浙東文化的學術思辨中就能找到強烈的印證。明代的王陽明敢於在禁錮人們精神的「理學」一統天下的思想格局內，公然宣導「致良知」學說，鼓動人們衝破既定的思想牢籠，去爭取自我心靈的解放，在中國思想文化的發展史上掀開了光輝的篇章，自然也默化了無數的進取創新因數遺傳。深藏在寧波人骨子裡的「敢為天下先」的文化心態，在近、現代的寧波商幫發展歷史進程中，也就成為了寧波人勇往直前的內在驅動力。寧波人朱葆三、虞洽卿等破天荒地籌建起新型航運公司，並於20世紀30年代率先成為國內最大的民營航運企業。其他如寧波商人葉澄衷，人稱「五金大王」。還有「火柴大王」、「肥皂大王」等，紛紛成為各自行業的「鉅子」與「領頭羊」。而自改革開放以來，寧波幫人在社會發展與經濟建設中不斷進取，勇當引領潮流的「弄潮兒」，使今天的寧波成為中國改革開放的視窗，成為中國經濟發展的新引擎，這不能不讓人深感「敢為天下先」的創新精神在其中所起的巨大「湧泉」作用。可以說，進取創

新是寧波幫旺幫之泉一點也不誇張，因為這是寧波幫人獨有的內在動力。

在與寧波幫人士的接觸中，筆者聽到的最多的就是「我們有緊迫感，我們必須與時並（俱）進，不斷創新，只有這樣我們才能前進，才能發展」。讓人們感到從他們身上傳遞給你的就是一種「生命不息奮鬥不止」的正能量。難怪孫中山先生會高度評價寧波幫：「凡吾國各埠，莫不有甬人事業，即歐洲各國，亦多甬人足跡，其能力與影響之大，固可首屈一指也」，相比之下，德國地質學家利希霍芬認為寧波商人完全可以與具有開拓精神的猶太人相媲美的觀點，那就一點也不過分了。

今天，筆者從根、本、源、泉的角度來探解寧波幫，其目的就是欲從多角度加深對寧波幫精神的探討，讓更多的寧波幫人士和幫寧波人士瞭解、理解和宣傳「寧波幫」，大力宣傳這座7000年古城的歷史文化，宣傳今天寧波經濟社會飛速發展的偉大現實，從而弘揚以「寧波幫」精神為代表的「誠信、務實、開拓、創新」的寧波城市精神，實現中華民族偉大復興的中國夢。

101 歲的蔣思豫重返台兒莊了心願

毛信意
汪校芳

1938 年 4 月 7 日，台兒莊戰役取得了最後的勝利。時任戰地記者的熱血青年蔣思豫，在台兒莊戰役中採訪新聞，向外界介紹戰況，鼓舞全民抗戰。21 年後的天，101 歲的蔣思豫應山東台兒莊大戰紀念館之邀，在家人和志工的陪同下，參加台兒莊戰役勝利 77 周年和抗戰勝利 70 周年的紀念活動。

10 萬國軍將士在台兒莊與日本侵略者浴血奮戰半個月，擊潰侵華日軍第 5、第 10 兩個精銳師團的主力，殲滅日軍一萬餘人，取得了抗日戰爭全面爆發以來正面戰場上的首次重大勝利。3 萬將士為國捐軀，有名可查的烈士只有 4000 人。如今在世的僅存蔣思豫等 3 人。

舟車勞頓對 101 歲的老人來說是個不小的考驗。「我接到邀請後，是去，還是不去？一度很糾結。但最後，還是下定了決心。想起當年犧牲在戰場上的英勇將士，

我的勇氣就來了！」蔣思豫說。陪同前往台兒莊的有 80 歲的夫人徐敏蕾、兒子蔣可煌、孫子蔣亦偉等家人和沙力、胡茂偉等志工。

當年和范長江、陸怡同行抵達台兒莊戰場

1933 年，蔣思豫從持志大學轉入復旦大學，就讀中文系。1937 年抗日戰爭爆發，他在武漢第三戰區駐京辦事處等工作。1938 年日寇攻陷太原，蔣思豫進入國民政府軍事委員會政治部三廳任宣傳幹事。當時，上呈的行文都是由蔣思豫謄寫，這對他的書法練習有很大的幫助。蔣思豫還兼任《中國青年》編輯和《中央日報》《掃蕩報》記者、特約撰稿人等職，並以記者身份親歷了台兒莊戰役和武漢保衛戰。



◆ 蔣思豫

1938年3月，台兒莊戰役打響後，蔣思豫陪同《大公報》記者范長江、《新華日報》記者陸怡，前往台兒莊前線採訪。在徐州，見到了第五戰區司令長官李宗仁，和協助李宗仁指揮的副總參謀長白崇禧。李宗仁告訴他們：「台兒莊前線之戰異常激烈，孫連仲第二集團軍堅守台兒莊，傷亡慘重，我已電令湯恩伯20軍團南下，夾擊日軍。建議你們到第一線採訪。」

他們第二天上午就拿著軍委會頒發的戰地記者證，搭車到達20軍團司令湯恩伯的指揮部。湯恩伯所部位於台兒莊東北部的山區，主要任務是拊敵之背，側擊日軍。湯恩伯第20軍團，轄關麟征第52軍和王仲廉第81軍兩個軍，共計5個師。該軍團裝備齊全，並配屬德制重炮一營，是精銳之師。

湯恩伯奉命率20軍團支援守衛滕縣的川軍第22集團軍。但是，湯的主力到達滕縣時，滕縣城池已陷落。隨後，面對氣勢洶洶南下的日軍磯谷廉介師團，湯恩伯奉命只是稍作抵抗，便讓開正面大路，退入山區，展開運動戰，攻敵側翼，減輕台兒莊正面戰場的壓力。

當時，蔣思豫一行到達湯恩伯的指揮部時，只見湯的指揮部設在一個山村裡，屋內桌子上擺滿了十幾部電話。正是春寒

料峭的季節，可是湯恩伯卻穿著單衣，一會兒一個電話，忙得不可開交。湯恩伯抽了一點時間和他們會面，介紹戰況：「20軍團主要是運動戰，天天行軍打仗，專找鬼子的薄弱點打，全力攻擊敵人的側翼，支援堅守台兒莊正面的友軍。」

當時，前去採訪的記者很多，還有外國記者和攝影師。後來，范長江、陸怡要到台兒莊前線採訪第二集團軍總司令孫連仲，湯恩伯送給他們兩匹馬前往台兒莊，把蔣思豫留在了自己的指揮部。因此，蔣思豫寫報導的很多第一手材料，就來自湯的指揮部。

後來蔣思豫聽說台兒莊戰場上槍林彈雨、硝煙瀰漫，記者們跟著部隊衝鋒陷陣、武裝轉移、撤退、堅守陣地戰等等。好幾個記者都在戰場上傷亡了。一位元記者希望拍攝國軍將士衝鋒陷陣的照片，在掩體後面剛剛抬起頭觀察，一發炮彈在掩體邊爆炸，炮彈皮削去他半個腦袋。

這次重返台兒莊，蔣思豫又見到了分別70多年的陸怡的兒子，這位當年的小孩子如今也成為老爺子了。

參加王銘章將軍公祭大會

台兒莊大捷的前奏是滕縣浴血保衛戰。

1938年3月中旬，日軍磯谷廉介師團包圍

滕縣城，川軍第22集團軍122師在師長王銘章的率領下，堅守滕縣城。血戰三晝夜，滕縣陷落，王銘章壯烈殉國。守城官兵除少數突圍外，其餘皆灑盡了最後一滴血。

滕縣之戰，王銘章指揮部隊，挫敵凶鋒、阻敵銳進，為台兒莊一帶中國軍隊的集結贏得了時間，也使日軍第十師團受到較大損失，為日後的台兒莊大捷創造了有利條件。李宗仁將軍高度評價說：「若無滕縣之苦守，焉有台兒莊大捷？台兒莊之戰果，實滕縣先烈所造成也！」

1938年3月30日，蔣介石為王銘章殉國致電李宗仁，全文如下：「李司令長官勳鑒：王故師長銘章，力戰殉國，達成任務。緬懷壯烈，悼惜殊深。准給特恤一萬二千元，轉請國府特予褒揚，追贈陸軍上將，由軍委會依上將例給恤，並將生平事績宣付史館，以獎矜惜，而慰忠勇。」

蔣思豫參加了王銘章的公祭大會。他說：「王將軍靈樞經武漢、重慶、成都，運回其家鄉新都，沿途各地紛紛隆重舉行悼念、祭奠儀式。1938年5月9日，王銘章的靈柩運抵武漢大智門火車站，武漢各界萬人迎靈，並舉行公祭大會。當時，每個軍在武漢都設有辦事處，都派人參加了，我也參加了公祭，非常莊嚴、隆重。」在公祭儀式上，掛滿了敬挽王銘章師長

的題詞、挽聯、祭文，以寄託哀思，鼓舞鬥志。中共中央領導人毛澤東、吳玉章、董必武等人也聯名撰贈挽聯：「奮戰守孤城，視死如歸，是革命軍人本色；決心殲強敵，以身殉國，為中華民族爭光。」中共中央代表吳玉章、董必武，八路軍代表羅炳輝、齊光，《新華日報》代表吳克堅等前往參加。《新華日報》代表吳克堅致悼詞。當晚，國民政府軍事委員會政治部第三廳廳長郭沫若也發表了廣播講話，悼念王銘章師長。

後來，武漢戰事吃緊，蔣思豫親歷了武漢保衛戰。他多次鑽進戰場的散兵坑裡採寫新聞，把沾著戰場泥土和血跡的報導發出去，向外界介紹戰況，鼓舞全民抗戰。蔣思豫在採訪中曾多次遇險，他回憶，老百姓不顧生死，都跑出來看國軍飛機和日本飛機空戰。記者們也置身其中都把生死置之度外。一看到日本飛機被擊落，老百姓就歡呼雀躍。還有一次在重慶採訪，恰遇日寇飛機來狂轟濫炸，他的兩個同事因為躲閃不及，相繼被炸死。在附近的蔣思豫則幸運躲過一劫。

宋美齡牽線做媒娶寧波女徐敏蕾為妻

蔣思豫與愛妻徐敏蕾風雨相伴 70 多年，他們的媒人是蔣介石的夫人宋美齡。

徐敏蕾是寧波鎮海一個大戶人家的女兒。1941 年時，她正在重慶的一所學校裡上學。有一次，蔣介石和夫人宋美齡到學校視察，宋美齡見到了這個年輕美麗的小姑娘，覺得她很可愛，就與她聊了起來。當瞭解到徐敏蕾與蔣介石是同鄉後，宋美齡就認她做了乾女兒。

1945 年，蔣思豫有機會重新進入重慶北碚的國立復旦大學學習，後又考入當時的國民政府財政部的財政研究學會，再轉入國民政府糧食督導司等機構任職。當年 4 月 8 日，宋美齡做婚姻介紹人與證婚人，蔣思豫與徐敏蕾在衡陽樂園大酒店結為伉儷。

1945 年起，蔣思豫任國民黨貴州省黨部秘書室主任、候補執行委員兼貴州省政府顧問。1948 年秋，江蘇第一綏靖區司令部調他為高參（少將軍銜），並兼任高郵縣長。

1951 年起，蔣思豫在安徽勞改農場接受勞動改造，直到 1976 年，回到了夫人的祖籍寧波鎮海。蔣思豫在安徽的 20 多年中，徐敏蕾靠做教師及變賣家產，把幾個兒女拉扯成人。

成為民革組織的一員

回到寧波的蔣思豫足不出戶知足常樂，做詩寫字自得其樂，甘做一名鄉村野老，還給自己定下「一不參加任何組織，二不舉辦個人書畫展覽，三不收學生，四不出書畫冊集」四不要求。後民革中央常委、邵力子先生的夫人傅學文，和民革中央委員、國務院參事張豐曹一起專程來寧波，動員蔣思豫加入了民革組織，並被選為民革寧波市委會顧問。雖然他的「四不求」一條都沒能堅持到最後，也許正因有了這樣的「四不」心態，才使他排除了方方面面的干擾，才能夠生命之樹常青，藝術之花長盛。

1991 年，寧波與臺北舉行海峽兩岸寧波鄉情書畫展，蔣先生參展的于體《望大陸》被權威人士認為這是難得一見的正宗于體，置於展廳門外的最顯眼處，引起轟動，開幕式更是嘉賓雲集。

蔣思豫，字斯園，號上漁，1914 年 4 月出生於江蘇宜興一個名門世家。外祖父徐致靖，是光緒皇帝的翰林伴讀，維新運動宣導者，著名的「二王」書法家。其父是清末秀才，擅長書法。其幼受庭訓，翰墨丹青、金石篆刻、詩詞楹聯，皆有涉獵，是著名書法家于右任的入室弟子。

升陽泰南貨店

田園

到寧波旅遊，鼓樓是必經之地，這裡既有寧波僅存的古城樓遺址，還有數不盡的地方特色小吃。

沿著靜謐的鎮明路往北走到頭，街口有一棟六層高的小樓，樓身掛滿了各式各樣的招牌，這棟小樓真正的主人，低調地深藏其中——創建於1851年的中華老字號升陽泰。

鴉片戰爭以後，寧波被列為五口通商口岸之一，洋貨紛紛湧進寧波市場。為了抵制洋貨，一些富有民族精神的寧波商人和官員開辦了一批以經營民族地方商品為主的店鋪和加工作坊。

清朝咸豐年間（1851年），時任寧波知府的華少湖創建了以經營南北果品的「升陽泰」，取義「日升三陽而開泰」，寓意興旺平安。同治皇帝所處的年代，歷史上稱為「同治中興」，是促進中國近代歷史進步的一個階段，只要體現在通常

所說的洋務運動上。當時的曾國藩、左宗棠和胡林翼等肱股大臣先提出「自強」後謀「求富」。在這種形勢下，東南沿海一帶貿易相對繁華。南方的廣東、福建，北方的山東、河北一帶大量的果品乾貨如荔枝、龍眼等通過船隻運到杭州、寧波，給飽受「海禁」之苦的沿海居民帶來了一線生機。正是由於這種機遇，寧波相繼出現了靈橋門大同、大有南貨店、東門口董生陽、鼓樓升陽泰等以南北果品、四時糕點為經營特色的店鋪。因為貨真價實，老闆真誠可信，升陽泰的產品在市場上頗具口碑，與「大同」、「大有」、「董生陽」並稱為寧波南貨經營的四大家族。

初期的升陽泰南貨店之所以能在甬城名列南貨四大家之一，除了得益於知府華少湖這一政治背景外，最重要的是：所有產品按質論價、貨真價實、稱準量足，是他的經營理念。升陽泰和甬城其他店鋪一

樣，前店後鋪，現做現賣的銷售方式，保證了產品新鮮；童叟無欺這一做生意的基本信念，在顧客中贏得了良好的口碑。當時的寧波市民有一句口頭禪——「升陽泰黃沙也能賣三年」，意思是升陽泰這個金字招牌，信譽好，即使把黃沙當作黃糖賣，也能賣三年。雖然是誇張的說法，但可見大家對升陽泰的信任。

其次，升陽泰的經營產品，特別是「寧式糕點」是寧波人最喜歡的，而且寧波有許多在海外的商人，故鄉的食品是他們最津津樂道的，苔生片、萬年青、豆酥糖、香糕、胡桃茯苓糕、金錢餅——寧波著名女作家蘇青在文章裡寫小時候在外婆家的被窩裡偷吃三北豆酥糖情景，無不透著一種溫情。「升陽泰從開辦以來，就是以經營寧式糕點和南北果品為主的，香糕、水綠豆糕、洋錢餅、寧式月餅等地方特色的食品，符合很多老寧波人的口味。」老

寧波們就是這樣多年來陪著這個老字型大小品牌經歷一次次的巨變。

升陽泰的豆酥糖為啥好吃，主要是料好。豆酥糖的主料是黃豆，而升陽泰選購黃豆簡直到了挑剔的地步。首先必須是當年八九月的新豆，必須顆粒飽滿，無爛無蛀，大小均勻，色澤黃熟純粹。當然芝麻和麥芽糖也是精選的，芝麻必選取本省嚴州（現杭州屬地）產的，殼薄肉厚，油分充足，香味濃烈，飴糖必須用潔白晶瑩的隔年陳糯米加工熬制。還有就是升陽泰的月餅，特別以苔菜月餅為代表。苔菜月餅選用優質的東海冬苔條作為內餡主料，配以本地小磨芝麻油，外加芝麻、瓜子仁、胡桃仁等輔料，調製出別具一格的椒鹽餡料，麵粉餅皮也經過反復加工擀揉，再裹上餡，捏成餅團，上模壓擠後入烤爐烘焙。還沒出爐，那月餅鮮潤的香味就佈滿整個空間。這苔菜月餅，餅皮松酥，餡飽油軟生香，甜中帶鹹，鹹中帶鮮，有苔菜的特殊風味。多層餅皮，每層薄如蟬翼，鬆脆透明，油潤鮮美，令寧波人愛不釋手。

民國三十一年初，一個叫葛來潮的寧波人將升陽泰買下，成為最後一任私營業主。葛來潮原先是靈橋旁邊「兆豐南貨鋪」的掌櫃，經過苦心經營，生意紅紅火

火。當時聽說寧波城中南貨行業名氣響亮的「升陽泰」因為幾個股東移居海外而有意轉讓，葛來潮便把「兆豐」賣掉，湊上家裡的積蓄，用200銀元的代價盤下了「升陽泰」，經過夫妻倆的打理，繼續前店後場的經營模式，店堂銷售寧式糕點、調味醬品及南北果品，後場根據祖傳的配方生產各式糕點，生意興隆，一直持續到1956年公私合營。

在寧波所有的老字號大小品牌中，升陽泰是為數不多依然堅守原址的。老寧波人一定還記得，舊時店面是以石庫門、大木門為主，鼓樓對面的升陽泰一直被寧波人視為地標性的地方。

1985年，中山路拓寬工程，升陽泰原建築被拆，但升陽泰自籌資金，在原址恢復重建，變成了六層高的大廈，升陽泰得以在原址繼續生存。1987年初升陽泰重新開業，營業面積達到1200平方米，除了保持原有的南北果品、傳統糕點的經營特色外，還增加了百貨、日用品等、咖啡廳等經營項目，一躍成為當時寧波市區最具影響力的有地方傳統特色的老字號大小綜合商場之一。

這是升陽泰生產的「晨雞牌」食品，包括了雞蛋糕、白果糕、水晶月餅、苔菜月餅等眾多寧式茶食。從包裝上看，當

時寧波的電話號碼為三位數，並使用繁體字，以此推算，使用該包裝的時間大概在1946年至1949年之間，說明「升陽泰」這個品牌，在解放前就已經使用了。

2001年9月，為了在選擇眾多的百貨業突圍，升陽泰再次進行了內部轉型：從一家綜合型商場變為特產商場。正式更名為「升陽泰寧波特產商場」，專營寧波特產食品和旅遊紀念品。同年，被命名為「寧波市旅遊定點接待單位」，定位為寧波土特產的專營店，重點面向前來寧波旅遊的外地遊客。

對傳統文化的挖掘整理也讓這個百年老字型大小重新煥發生機，「狀元糕」「平安糕」「財神糕」「吉祥糕」等帶有好彩頭的糕點推出，吸引了許多老寧波人前來購買。在一些寧波人的印象裡，2005年，因為跨海大橋的開通，升陽泰也沾了喜氣，「很多外地人不知道去哪裡買特產，我們就把特產都集中到升陽泰來。很長一段時間，站在店門口會看到很多導遊舉著小旗子進進出出。」

2002年至2004年，升陽泰的銷售額和利潤實現逐年增長，2004年銷售額為806萬元。升陽泰生產的寧波傳統糕點和農家系列產品還進入到長髮商

廈、新華聯商廈等商店進行專櫃銷售。

2006年，寧波市有8家企業參評商務部的首批中華老字號大小，僅有升陽泰和樓茂記入圍，主要問題就是老字號大小對商標註冊不重視，被刷下來的6家老字號大小有一半沒有自己的商標。說起來，升陽泰還經歷過一次「商標保衛戰」，「過去大家對商標並不重視，1995年的時候升陽泰被寧波另外一家公司搶注了，後來幾經波折才又買回來。」

「寧波南貨六大家，大同大有董生陽，方怡和加升陽泰，還有江東怡泰祥。」這幾句在坊間廣為傳唱的民謠，見證了寧波南貨業的輝煌時期。大同、大有的雙喜吉餅、苔菜月餅、醬油瓜子、水晶油包，董生陽的橘餅，方怡和的香乾，升陽泰的苔生片、椒鹽香糕，怡泰祥的蛋糕等都聞名遐邇。

遐邇。

每年中秋，升陽泰都會推出特色的「寧式月餅」和「蘇式月餅」，今年也不例外。在一樓賣場的入口處早早地擺放出梅乾菜、苔菜、鮮肉、椒鹽等口味。

寧式糕點選料考究，加工精細，其中以苔菜為輔料的糕點，色香味更是獨特。升陽泰的苔生片、苔菜千層酥、苔菜月餅、苔菜油贊子等都頗具特色。以苔菜月餅為例，選用優質的東海苔條作為主料，配以本地的小磨芝麻油，外加芝麻、瓜子仁、胡桃仁等輔料。除此之外，還有區別於傳統的木糖醇無糖月餅，專供糖尿病人食用。

雖然升陽泰的傳統糕點在寧波民間有口皆碑，但在2002年之前，其實在口味上一直留有差異。為此商場領導們走訪了不少老員工，卻遲遲找不到突破口。

2002年，葛來潮的遺孀、99歲高齡的夏和鳳老人，在臨終之際把祖傳的糕點製作配方和其他資料，全部無償捐獻給了升陽泰商場。升陽泰根據老人提供的配方和資料，生產出的系列特色糕點終於在半個世紀之後回歸「原味」。

略有遺憾的是，現在去升陽泰，要從如家快捷酒店的大門進去，才能看見歷經百年的金字招牌蝸居其中。升陽泰旗下近8000平方米的物業，近年來營業面積一再縮小，如今只占了100平方米左右。從實際出發，這個面積夠用了。雖然經營範圍在縮小，但升陽泰的傳統產品都還在，企業的核心價值也在。比起諸多老字號生存窘迫的現狀，升陽泰將外租場地變成了另一種生存之道。

粥文化與鹹泡粥

張敏 載

國內外的主食譜系花樣百出，難以勝數。而粥作為國人的主食之一，在普通百姓的餐桌上至少擺放了四千餘年。《周

書》稱「皇帝使烹谷為粥」。這大致是關於粥食的最早文獻記載。

粥文化是陽春白雪「上只角」，鹹泡粥

是下里巴人「下只角」。南其轅而北其轍。看似風馬牛不相及，實則兩者隱含異曲同工之妙。

粥文化

自古以來，粥就受到養生學家的重視，是人們日常生活中再熟悉不過的飲食之一。「藥食同源」，「藥補不如食補」。

尤其是以藥粥預防疾病，民間早有實踐。比如胡蘿蔔粥可以預防高血壓；薏米粥可以預防癌症、泄瀉；羊肉粥、生薑粥可以預防慢性氣管炎；荷葉粥、綠豆粥可以預防中暑，不一而足。對於吃慣大魚大肉的人，適當喝一些野菜粥，可以增加維生素，滋陰補腎，調節生理機能；燕麥粥、燕麥片，它能夠降血脂、血壓、能降甘油三脂。試驗證實，每天吃一碗燕麥粥和兩片燕麥麵包的人患 型糖尿病的比例比普通人群要低 30%。療效顯而易見。

吃膩了山珍海味，人們念念不忘的還是這樸實的薄粥，它適合各種年齡、體質的人群。一碗熱粥，兩碟小菜，平常到了極點，對許家庭卻有著永遠解不開的情結，更是健康長壽的選擇。

食粥本是廣東人的嗜好，如今在上海、北京等一些大都市亦流行開來。走在街頭，大小餐館前的粥廣告隨處可見：什麼果汁粥、雞汁粥、什錦粥、大眾粥……目不暇接，且生意紅火。廣而言之，盛夏酷暑，一般人胃口不佳，屆時吃些瓜

粥（諸如黃瓜粥、西瓜粥、絲瓜粥、苦瓜粥、冬瓜粥……），更有開胃、助消化、清熱解毒、祛暑熱之功效。由此可見，泱泱中華的粥食文化源遠流長，博大精深。

眾所周知，江蘇如皋、廣西巴馬、湖北鐘祥、四川樂山、新疆克依、遼寧興隆同列為全國六大長壽之鄉。令人費解的是，經濟水準接近、水土相似、氣候相同，那麼為什麼不是毗鄰的泰興、海安或如東，而偏偏是如皋成為全球罕見的沿海平原長壽地區呢？一些專家認為，如皋本地「二

粥一飯」的獨特飲食習慣，那裡盛產蘿蔔、黃酒、豆腐乾等食材，以及作為「花木盆景之都」優美的生態人文環境，都是促進如皋老人長壽的重要因素。

如皋百歲老人中有 70% 每天都是早晚吃粥，中午吃乾飯。吃粥減少了熱量的攝入，可防止肥胖的發生，亦減少了高血壓、心臟病、糖尿病等「時髦病」發病的幾率。另外，如皋百歲老人吃粥的主要用料是粳米、玉米麵、大麥糝等，按中醫的觀點，它們具有健脾養胃的特殊功效，在



維護健康方面起著重要的作用。

農曆十二月（臘月）初八日，民眾用米、豆等穀物和棗、栗、蓮蕊等乾果煮成的粥食稱「臘八粥」，歡慶一年的好豐收。它起源於佛教。傳說釋迦牟尼在這一天成道，寺院在這天煮粥供佛，亦呈現出派送施捨大眾喝臘八粥的盛況，以後民間相沿成俗。賦予這一特定粥品更深層次的含義。

鹹泡粥

由粥文化聯想到《海上寧波人》雜誌前編輯董鳴亭的所著的《上海十八樣》一書，有一章標題為「篤篤篤，賣糖粥」。讀來興味盎然：「隨著季節的變化，長長的弄堂裡就會響起此起彼伏的吆喝聲，有弄堂外的人挑著竹扁擔，扁擔前頭放著一盞小手電筒，一路走一路吆喝：「糖粥吃伐？糖粥吃伐？」這陣吆喝一般是在深秋的夜晚，風吹過，家家戶戶的窗簾都垂了下來，絲絲涼意鑽進人的皮膚。就在這

時，一陣陣竹板篤篤敲打著，一個蒼老的男中音就會隨著那清脆的竹板聲吆喝道：「糖粥吃伐？」

美文中還穿插引入一段流傳的民謠：「篤篤篤，賣糖粥，三斤胡桃四斤殼，吃儂肉，回儂殼，張家老伯伯，問儂討只小花狗……」《上海十八樣》文筆斐然，呼之欲出。

不論是甜味的糖粥，還是鹹味的鹹泡粥，都是寧波人的最愛。他們一視同仁，等量齊觀。鹹泡粥難登大雅之堂，但很接地氣，一家人圍坐一起喝碗鹹泡粥，其樂融融。空氣中彌漫著普通寧波家庭飲食的獨特風味，亦體現出舊時一家之主勤儉持家的優良傳統。

鹹泡粥，顧名思義當有鹽的成分，一鍋「大雜燴」，經濟實惠，其風味卻是另有一工。不輸於廣州、香港餐館的粥品。筆者一年要吃上好幾回才解饞呢。

鹹泡粥的製作容易，它是用隔宿吃剩的

剩菜或火鍋、暖鍋中剩餘的湯菜或白飯，加適量的水及味精，上爐用大火燒煮而成。食時以揚州醬菜、玫瑰乳腐、甜醬瓜搭配輔佐，吃起來爽鮮可口。尤其是在隆冬臘月，一大碗熱氣騰騰的鹹泡粥下肚，不但果腹，而且周身暖乎乎地倍覺舒坦。

因為鹹泡粥是用隔夜的剩菜和湯水煮成的，其「內容」特別豐富。一般的喝粥，呼嚕呼嚕地把粥喝下去完事。而當你品味鹹泡粥時，它會帶給你許多意想不到的驚喜。你一回兒在粥食裡發現幾片魚片、幾根黃豆芽、二個小肉圓、幾塊嫩筍乾，碰巧還可能吃到幾顆蝦仁……那滋味甬提有多美了。

鹹泡粥的燒法還可翻花樣。用剩下的青菜麵和白飯燒成的粥稱之為鹹麵泡粥。此粥麵粥合一味道甚佳。有的還在鹹麵泡粥裡放上一些切成段或片的年糕糝合，則更加耐饑。前些時上海一家頗有名氣的茶樓將鹹泡粥列為該茶樓當家夜宵，大受食客們的青睞哩！

寧波船員在臺灣

鐵橋輪糖進水事件與輪機長被免職始末

《鷓首遠揚離家萬里》系列之五

戴仁軒

1953 年 9 月，因應航運業不景氣，招商局開始精簡人事，當時留岸等派船的家父與潘伯伯等，均列在裁減員工的名單之中。他們名為儲備人員（指政府儲備一時，待用將來之意），不予資遣，實為編除人員。

1954（民國 43）年，總經理李頌陶到職，又立即簡化公司機構，並實施裁員，那次「岸上員工裁減近 15%」。實際資遣「管理人員九十六人，船員及船工八百一十九人。」有好幾位與父親熟識的同事名列其中：王愛生（47 歲，助理理貨員，有眷）、繆阿欽（35 歲，下手，有眷）、唐品章（58 歲，生火，有眷）、錢德貴（52 歲，服務生領班，有眷）、潘文德（39 歲，生火二目，無家眷在台）等。

檔案也記載著：一些在 1954 年被遣散的招商局船員與眷屬曾到台北總公司請願。在戒嚴的政治氛圍中，他們的請願行為曾被以「滋擾事件」處理。

有家眷在臺灣的父親，在留岸近一年四個月後，派調到海宿輪工作，這是他到臺灣後首次調到遠洋航線服務，有此轉折，先是 1954 年 2 月第一次人事委員會議通過：「鐵橋進水一案被本案牽連調岸無過失之船員准遇機派船工作」；而因糖進水

被公司開除的陳輪機長也適時運用他在公司的人脈幫父親爭取到這個工作，父親也因為人在船上工作而躲過了被資遣的命運。

附記：

因二次糖進水而被招商局免職的鐵橋輪輪機長陳正祥，後來進入民營的益利公司服務，公司老的老板娘很器重他。工作不是問題，但被免職的打擊太大，導致心情鬱悶，影響健康，過不了幾年，他就罹患大腸癌，病逝基隆市立醫院。

陳老軌住院時，每天留在醫院照顧他的是原鐵橋輪的一位陳姓銅匠；而我母親感念他對父親的關照，又念在他隻身在台住院需人手，每天會去探視二、三趟，尤其在末期，陳老軌因腹瀉頻繁，內衣褲須不斷更換，母親義務負起將他換下來的髒衣物帶回家洗淨晾乾，再送回醫院的繁重工作。

陳正祥去世前苦撐著，以見他媳婦的弟弟最後一面，那是他在臺灣唯一最親的人。深具慧眼又有靈異體質的拐腳阿娥說：「時辰將至，來接老軌伯伯的信差白將軍等已到。」就只差那麼幾天，船就要到岸了，大家商量著，請阿娥想想辦法向信差求個情。阿娥去溝通的結果說，信差會暫宿在「東×宮」。將信將疑的唐利

水叔叔，那幾日每天騎著腳踏車到處找「東×宮」，終於被他在獅球嶺山上找到了，母親如是說。

小時候，經常到家裡來的唐利水叔叔，祖籍定海，他是父親在鐵橋輪的老同事，隻身在臺灣時，寄放在朋友家的積蓄曾被吞沒，後來改將錢交給我的母親保管。他是個為人誠懇又熱心的長輩，陳老軌、馬英娣病重時，都有他鼎力相助的身影。多年後，唐叔叔腎臟不好，擔心將不久於人世，曾請託我母親：萬一他有個三長兩短，家裡孩子幫忙領養一個；所幸他的病治癒了。後來唐叔叔遷居高雄，大約 30 年前，我父母還曾去拜訪他，那時他的太太已去世，白天一個人待在自家，晚上則睡兒子家。父親去世後，我試圖與他聯絡，日夜電話卻都無人接聽；叔叔若仍在世，應已年過 90，這段與陳老軌有關的陳年舊事，看來已難向唐叔叔求證了。

陳老軌生前往來最密切的朋友是在海員公會上班的童坤元（音同）。童家租屋在劉銘傳路末端左手邊有一口水井的地方，陳老軌留岸時，會在那裡分租一個小房間，丈夫是船員的阿娥家也在這裡。

阿娥有一雙眼角往上的鳳眼，相貌威嚴，平日講寧波話；一旦被附身，聲腔手勢就會完全改變；平日滴酒不沾，然而附

生活隨筆

余秋雨的兩本小說

余仁杰

身後，裝在碗裡的高梁酒就直往嘴裡灌。雖然每次緊要關頭時，大人會將小孩趕出客廳，不許我們在場。但我仍曾從門縫裡偷窺過部分場景。那真是令人不安的年代，在民營船公司服務的鄰居海娥爸爸因在船上與上司意見不合想請調上岸，被上司寫報告向船公司告了一狀，受了委屈的海娥爸爸竟不顧一家五口生計，投身大海失了蹤。昏暗的燈光，香爐裡的清香不時散發著嗆人的煙塵，門縫裡，我看到海娥媽媽站在點了五對大臘燭的桌前，她期待著從被附身的阿娥口中確認失蹤丈夫的生死。

一大早，同住一屋簷下的玲姐媽媽說：「陳老軌死了。」母親問她是怎麼知道的？她說：「我夢到有一陣風從學校旁邊經過。」唐叔叔不久之後就趕來報喪。大家認為基隆殯儀館太簡陋，於是後事選在台北辦，母親與童媽媽結伴為陳老軌守靈一夜，最後安葬在基隆南榮公墓。作七的夜裡，阿娥到陳老軌生前的臥室等他回來，兩人相談甚久，事前準備好的一盆洗臉水，真像有出遠門的人使用過。不相信的人問阿娥老軌身上穿什麼衣服？沒去殯儀館送行的阿娥回答得一清二楚，絲毫不錯；她還說陳伯伯說鞋子太大，走

路會掉。阿娥此語一出，又嚇壞在場的所
有人，因為換穿壽衣時，鞋太大掉了下來，臨時拿去換。或許換新鞋時，陳老軌的三魂六魄已走遠矣，所以不知入殮時已換穿了合腳的新鞋？

母親是相信這些靈異的，外婆在大陸去世，母親也說作七時感應到外婆來過。但是她並不迷信，每次搬家從無看風水選日子之舉，母親以「信守諾言」來面對鬼神。（下）

（訂正554期31頁第4小段最後一句，正確為：崔家幫忙照應）

余秋雨寫過兩本小說？是的。不過這裡的兩本是以2005年4月為界；如果以後還有他新創作的小說問世，那當然不再稱兩本了。

在當今中文讀者中，人們對余秋雨是最熟悉不過了，他的《文化苦旅》飲譽整個華文世界。只是此前讀者所熟悉的

是他的文化散文以及戲劇著作，如今讀者還可欣賞他創作的小說。這兩本小說是：《冰河》、《空島》。《秋雨合集》因此已從20卷增至22卷。

（一）

《冰河》的封面上有個副題：「一個

愛情故事」。全書分《冰河·故事》與《冰河·劇本》兩大部分，劇本後面還有「附一：前期劇照」、「附二：劇本手稿選頁」——曾有媒體披露過。余秋雨至今仍不用電腦寫作、不上網，這手稿便是明證。早在2008年，余秋雨就策劃了音樂劇《冰河》，接著就編寫了音樂劇本

《冰河》，爾後又寫出《冰河·故事》。所謂「故事」，其實也就是小說。

「故事」發生在中國古代的南方。貌美動人的女子孟河在一次「淑女鄉試」中拔得頭魁，引來大批追求者，然而她暗中女扮男裝，踏上了去京城尋找生父的旅途。那裡有一條潔淨的大河，途中船隻突遇寒潮，不僅被冰封在前後無援的河中，眾人（考生及孟河等）也遭遇生死攸關的求生考驗。在絕境中，船上的考生金河深夜鑿冰救人，卻因凍傷無法趕考。孟河為報恩情冒名代考，不料中了狀元，引出一連串意外和磨難，也讓她找到了情之所屬……

作品名為《冰河》，其男女主角分別名為金河、孟河，都突出一個「河」字。它意味理想之河、希望之河、愛情之河。這既是中國千年傳統的符號，把中國文學中的生命悲情表現出來，也投射了作者在現實中的遭遇和內心情感，注重人性的思考。如小說中寫到金河提出救人的辦法，可同船的考生不是拖後腿、就是誹謗。余秋雨表示：「這部作品，可以看成我們夫妻在絕境中的悲劇性堅持。但故事還是美好的，甚至沒有一個壞人。真正的藝術，永遠不是自衛的劍戟。」

《冰河》把小說與劇本合在一本書中，

並把小說放在前面，作者是想顯現一個完整的故事和劇本之間的關係。這不僅可提高一般讀者的欣賞文學作品的水準，更讓那些劇本寫作者得到啟示與借鑒。余秋雨一向重視故事的「單獨講述」和「事先講述」，認為這對於克服目前我國在戲劇、電影、電視創作領域的共同弊端具有重要意義。

（二）

《空島》收錄余秋雨的另兩部小說：《空島》、《信客》。就篇幅來說，後者似屬於中篇小說。

《空島》故事發生在 16 世紀初清代嘉慶年間。許多人都知道當年有「和珅跌倒，嘉慶吃飽」之說。故事就起源於和珅對財富的追逐，他想把中國最大的海盜王直的寶藏收入囊中。多番尋訪之後，黑衣人何求朝著目標之一揚州趙府的藏書樓——海葉閣出發了。自此，秀才岑乙、黑衣人何求、趙府主人之女趙南、趙南的侍女小絲、藏書樓的諸位長老和揚州城裡的老老少少，毫不相干的人們命運彼此牽連，連同海葉閣、梓園、輔仁書院這些傳統文化的象徵之地一起，捲入小石激起的千層巨浪之中，經受著種種考驗。

作者在《空島》「題記」中稱，他用歷史紀實的筆調，寫了一部懸疑推理小說。筆調是歷史紀實，給人感覺是非常靠近歷史，但卻擺脫了歷史的泥潭。懸疑推理小說特別能吸引讀者，它情節緊張、生動，使人一讀上前面就想知道後面將發生或推測可能發生什麼，並對結果加以思考，形成與讀者互動。小說中，黑衣人究竟在尋找什麼？岑乙如何被捲入其中？小絲與趙南有著怎樣的聯繫？趙南的身上蘊藏了怎樣的神秘？而空島究竟在何處？最終，岑乙和小絲在陸地的盡頭相遇，他們找到了王直題詩的「武運島」。武運亦即五蘊，「五蘊皆空」，即為「空島」。在海陸之界，他們終於決定置身於「世」外……

與上述兩部寫古代題材的小說不同，《信客》寫的是近現代故事。時代背景為民國至 1950 年代初，地點為上海至作者家鄉（慈溪橋頭）及沿途一帶，其中提到「上壘」還是真實的小地名；人物都是作者的同鄉或其熟悉的鄉親；而信客行業本身又與其家庭的上輩人關係密切。所謂「信客」其實就是民間郵遞。中國早期郵政限於交通條件，長期未能直通廣大農村；而且初期業務僅限於信件，後才有匯款，包裹郵寄更遲。上海

開放後，工廠商店湧集，四周大批青壯年農民都湧到上海謀生，其父母妻兒仍留在家鄉。如何兩地通信、寄錢物到家？於是有身強力壯者當起了信客，從事當地與上海親人間的郵遞。

《信客》故事說的是老信客與服務物件及旅途中結識熟人間的至善情誼，轉化為人與人之間最根本的信任。然而這本無可置疑的信任，卻被一條暗畫一個小圓圈的紅綢帶沖掉了，老信客一生從此改變。接班的新信客是個有文化的年輕人，隨著郵政深入農村，他改行從教，不久還當上中心小學校長。在一次校長會上，剛調來的省教育廳女副廳長在報告中以自己的經歷說明文化傳遞的力量：一位信客戲稱她為乾女兒，在她早婚時用一根紅綢帶捆了一疊優秀讀物作為禮物，這些書改變了她，讓她去考了大學；她把這紅綢帶至今還留著，還用來紮頭髮，她把頭一扭，展示了這紮在頭髮上的已失去鮮亮的紅綢帶，那上面還確有畫的小圓圈。原來當年老信客為送婚禮捆書取用了顧客托帶紅綢緞上的這條帶子，而它卻改變了兩人一生。

(三)

先後讀完了余秋雨的《冰河》《空島》

兩本小說，不禁感慨：他的小說與文化散文一樣寫得很好，讓讀者與故事中人物一起進行「文化苦旅」。筆者這樣說，是因為讀了之後加深對文化思考。

《冰河》裡寫到「學而優不仕」，反思的是科舉制度。中國科舉制度不問家庭出身、年齡，嚴懲舞弊體現公平，只要通過文化考試就能成為文官，它對穩定國家治理起很大作用：問題除了女子不能考，主要是讓所有文化和學問都為做官而存在，使文化和學術都不能獨立。小說中女主角孟河鄉試拔頭魁，後又京試中狀元，為女知識份子爭了氣。許多同船考生遇冰河不但不出力破冰，還懷疑和誹謗用力破冰者，事後又不對金河感恩：而有的已考上當官者，居然忘家丟妻，讀書人怎會如此？聯繫當今現實，許多高學歷者都急於走考公務員的獨木橋，也有即使不去報考公務員，卻也要在別的領域（包括高校、科研機構和其他企事業單位）上力爭官位，為的是「權」。他們之中不少人，一旦有權就貪腐，這在如今的媒體上已披露得太多。讀書人怎麼忘了「修身、齊家、治國、平天下」？這就告訴我們：樹立正確的「價值觀」何等重要！

《空島》與《信客》向人們講述著從

古至今的文化定律：大善大美，小絲小縷，相互維繫，彼此相依。我們讀過的許多小說往往反映中國人國民性醜陋的一面，儘管這是真實的；但余秋雨卻從邊緣的視角，寫出我們人性中也有外人所不知道的非常美好的天性。他的小說中沒有「階級鬥爭」，沒有真正的壞人，只有人性上的差異。

三部小說寫的都是歷史題材（《信客》是城鄉郵遞史），而這些故事又多散落在歷史記載之外。如今余秋雨把它們找回，方法不是歷史學家考證一類，而是藝術，象徵的藝術。

巴金曾說過：真正的小說其故事情節必須「意料之外，情理之中」。余秋雨無論在他編的劇本還是寫的小說中，都把這一藝術運用得不但得心應手地嫺熟，而且巧妙得「意料之外」。三部小說的故事都跌宕起伏，情節緊張，懸疑叢生，環環相扣，讓人一讀上它就愛不釋手，欲罷不能，最後在驚異之余令人陷入深思。

至於小說語言，詼諧幽默，通俗易懂，文化意蘊深厚，融合余秋雨寫作的一貫風格。不過在表達用語上，他也採用了當今常見的那種穿越時代的方法，即用當代詞語演繹古代或近現代，包括古人說當代話，給人以幽默感。

沈家門夜排檔

穆福梁

熱情好客的主人，說我們這裡沈家門夜排檔相當有名，晚上請大家去體驗一下，

他想對夜排檔作一番精彩介紹，可一時又不知怎麼說好，最後說，罷了，我嘴拙，難以形容，大家去了就知道了。我心想，有夜大排檔的地方多了，我怕不衛生，一般不大去。記得有一次在一個海邊的小鎮，主人也把夜排檔說得讓人心動，走到一看，夜排檔而在室內，眾食客擠在一堆，單是環境就令人不敢恭維。

我們一行到得稍早一點，下車往前望去，哇！海岸邊這一長溜淡綠色的餐桌，幾乎望不到頭。

大家入座，我揀了個面海的好座頭，海浪拍岸，晚風輕拂，帶來些許鹹腥味，天尚未向暗，當空一彎淡淡的上弦月，這就讓人有了好心情。

片刻工夫菜就上來了，舟山的海鮮，都是當日貨，就是不一樣，極為普通的蛤、

螺之類，其新鮮度，即使離舟山不遠的寧波，也難望其項背。

幾杯酒下肚，重又舉目四望，已是換了景象。此時的夜排檔幾乎座無虛席，眾食客正觥籌交錯，氣氛熱烈。邊上的廚師忙得不亦樂乎，時不時轟地升起一蓬明火。已是薄暮時分，馬路對面閃爍的霓虹燈，和霓虹燈下的車流，使得這座濱海城市洋溢著濃濃的現代化氣息。

忽然響起吉他聲，原來已有一個四人小樂隊在桌邊。四個中年漢子，一位著紅衣，披肩長髮八字須，另一位把長髮往後一束，成了馬尾巴。四個人唱得很賣力，晃頭搖肩，歌聲嘹亮。

遠處人聲嘈雜，望去，見幾個食客在逼仄的桌椅間跳起了新疆舞，激起陣陣掌聲和尖利的口哨聲。

剛剛靜下來，又響起了幽幽的二胡，尋聲看去，靠堤一桌的邊上，側身面海站著

一老一少，老者戴頂舊帽，手把二胡，面孔清瘦，神色凝重；少女大約十五六歲，月光下她的臉色蒼白。二胡拉出的曲調，為許多人所熟知，上點年紀的更是耳熟能詳。拉完過門，少女開口唱道：「月兒彎彎照九州，幾家歡樂幾家愁。幾家高樓飲美酒，幾家流落在街頭。……」歌聲展示的是另一種景象，而眼前的一老一少，看著就是流落街頭的落魄者，過去與眼下在此交迭，令人難辨真幻。少女歌喉清亮如水，跟她所唱內容很不相稱，這越發讓人同情她的命運。：「幾家歡樂幾家愁……幾家……」，回環往復，幽怨淒楚，雖歌猶哭，月光下，孩子的兩眼閃動著淚花，真是月兒不解人間苦。人們不由得放下手中的酒杯，或望月歎息，或低頭沉思。大家表情凝重，想想也是，我們還有千萬同胞生活在溫飽線之下，女孩無意間提醒了我們，中國要人人過上小康日子，還任重道遠。

座中有人唏噓。好心人紛紛解囊。老者摘下帽子，躬身收受，不斷道謝，說「實在對不起，掃了大家的興，下面唱一支《花好月圓》，不知諸位可愛聽？」

《花好月圓》也是上個世紀30年代名曲，「雙雙對對，恩恩愛愛。……柔情蜜意，滿人間……充」盈著世人對美好生活的嚮往。《月兒彎彎照九州》，看似傾訴

對世間的不平，其實又何嘗不是懷著深深的渴望，期盼有一個平等和諧的好社會。兩曲實有異曲同工之妙。

說說隔代親

王灼

現代社會出現一種奇怪的形象，那就是許多家庭盛行「隔代親」。什麼叫「隔代親」？就是指祖上一輩，和兒女、媳婦、女婿下輩們不那麼「親」，有些「合不來」，卻對孫子、孫女、外孫、外孫女們特別「親」，把他（她）們看成心肝寶貝和精神上主要慰藉，對他們照顧得無微不至。

對孫輩肯花大工夫，從不嫌煩厭。到了上幼稚園、上小學以至中學，不論冬夏春秋，都去學校接送，生怕他們路上出事。可謂操盡了一切心思，不但毫無怨言，而且感到心安理得，十分快慰。若不在一起，也日思夜想，盼望能見上一面，說幾句話，或逗著尋點開心。若有幾天未見面，覺得做人沒有滋味、沒有安慰似的，

惴惴不安。

而對兒女的感覺則不一樣了。在一起沒有什麼共同語言，一天沒有幾句話可說，彼此關係比較冷。不在一起時，相互走動也較少，電話聯繫也較少，好像不是最親的上下輩的關係。

為什麼會造成這種狀況的呢？主要是「時代變了」，上下輩政治思想觀念和為人處世理念越來越有距離，不無關係。絕大多數老年人受中華民族傳統教育和影響較大、較深，一般都奉行和講究孝道、節儉，勤儉持家。而當下不少年輕人追求時尚，講求消費，賺取的工資大多用於個人消費，對節儉，對勤儉持家看作是不會做人，小氣吝嗇。

有許多年輕人工資不菲，卻都成了「月

光族」，而且錢不夠用還向父母要錢花。

父母要說幾句，就嫌父母嘮叨，惹他（她）心煩。有些還是「啃老族」，自己不去奔波勞作拼搏，掙錢，自己養活自己，而是賴在家裡，要父母養他一輩子。有不少年輕人工資不算小，卻也眼鏡盯著父母身上的錢，認為父母一貫節儉，開銷不大，他們的工資或退休工資用不完，不給兒女給誰？

有些年輕人結婚要父母買房買車備辦婚禮，所花的錢統統要父母包辦。而且還要跟其他家庭攀比，說某某家庭兒女結婚，豪華氣派，都是父母包辦的。而嫌自己父母對兒女婚姻不重視，捨不得花大錢。而自己幾十年在家不懂得如何孝順父母、長輩，不但想不到自己作為兒女應盡

保健常識

談打呃

俞金鳳

一些孝道，在日常生活上如何照顧一下父母，相反自己常年來在家過著飯來張口的日子，連掃地、洗碗、倒垃圾等一些小事都不肯幹，全要父母包辦。平常生活上常常跟父母鬥嘴甚至吵架，感情上始終合不攏。

到年老父母和自己分居時，孝順一點的過年過節會去看望一下父母，送點錢和

其它吃用的東西。不孝順的甚至常年都難得去看望一下父母，尤其是喪偶的父母，長年孤單一人生活，有兒女卻無家裡人照顧，精神上受折磨，可兒女們卻不理解。認為喪偶的父母有退休工資可領，吃用不用愁，已經活得很不錯了，何用兒女生活上再去照顧？你想有不少下輩如此對待父母，上下輩深厚的感情怎麼建立得起來？

誰都知道，人是需要親情的，沒有親情的生活，可以說，如同「行屍走肉」，活著沒有多大的意義和趣味。

所以在兒女身上找不到感情，不少老人就「移情別戀」，把自己全部「愛」和感情移到孫輩身上去了。造成「隔代親」的原因就在於此。

打呃是很平常的事，大多數的人，打呃時間都極短，並且會自動停止，若是打呃打得離譜，打個不停，那就要注意了，有可能是頑固性打呃，應該找醫師作檢查，以免延誤治療的時間。

為甚麼會打呃呢？原來它是一種不隨意的動作，和我們的橫隔膜有密切關係。我們的身體，藉著橫隔膜將胸腔和腹腔分開。

由於橫隔膜的收縮，將腹腔內的器官向下壓，使胸腔擴大，因此產生吸氣作用。當我們橫隔膜放鬆時，由於腹壓的推擠，使胸腔變小，就產生呼氣，所以橫隔膜在

呼吸運動上是佔著非常重要的角色。

橫隔膜若是受到外來的刺激，就會發生不自主的痙攣和收縮。如此一來，聲門突然關閉，發出「呃」的聲音，這就是打呃了。打呃只不過是一種症狀，一般的打呃，大約每分鐘六到十二次，差不多持續一分鐘左右，打呃便會自動停止。最常見的打呃原因，就是胃脹氣了。橫隔膜因為胃脹氣受到影響，刺激了膈神經的緣故。如果打呃時間過長，超過兩天以上，就是頑固性打呃了。頑固性打呃也是一種警訊，這時候就要特別留意了，它告訴我們

身體內可能有了某種潛在性疾病的存在，必須做進一步的觀察。

影響橫隔膜而造成打呃的潛在因素還很多，有腹膜炎、心肌梗塞、胃出血、腹腔出血、尿毒症、酒精中毒、腦脊髓感染、腦出血、腦脊髓腫瘤、橫膈下膿瘍等等。

一般來說，打呃是一件有點討厭的事，尤其是長時間的打呃，簡直是一種折磨，有時會造成失眠、厭食、焦慮，甚至於脫水、體重減輕等現象。手術後的病人，若是不停的打呃，還會影響傷口的癒合，所以頑固性的打呃就要留意了。

發生打呃時，可用用塑膠袋罩在鼻子與口上，重複呼吸，藉著塑膠袋內二氧化碳的升高，以刺激大腦中樞，抑制打呃。

另外利用刺激鼻子的方式，使其打噴嚏，或用手輕壓眼球抑制打呃。

如果以上方法都不能遏止打呃的話，就

要考慮是不是患了頑固性的打呃呢？還是趕緊請教醫師檢查才是。（却酬）

（本文作者與薛如璋醫師談打呃）

預防老年癡呆症的食療和藥膳

張謨瑞

老年性癡呆正在成為世界性的社會難題。一方面它的發病率越來越高，已上升為常見死亡原因的第三位，僅次於心臟血管病和癌症。另一方面，這種病的演變過程緩慢，不容易發現。

人老了，大腦機能也會跟著下降，老人很容易得老年癡呆，但是可以通過飲食來預防。

平時多吃健腦食品，多運動，多交流，心態平和，性格樂觀，就可能遠離老年癡呆症。在我們身邊就有很多食物，對腦部器官有很好的保護作用。

老年癡呆重在預防，及時合理補充腦細胞生理所需要的營養物質，能增強大腦的生理功能，從而預防老年癡呆的發生。

預防老年癡呆的食療和藥膳：

多吃蘋果香蕉和柳丁、每天兩杯蘋果汁

蘋果汁可促進大腦中乙醯膽鹼的產生。該物質與治療老年癡呆症的首選藥物安理申（Aricept 多奈呷齊）成分相同。蘋果汁具有提高記憶與學習的速度和準確度的功效。每天吃兩隻蘋果也有相同作用。

美國科研人員的一項最新研究顯示，多吃蘋果、香蕉和柳丁有助於降低罹患老年癡呆症的風險。美國康奈爾大學科研人員發表在最新一期《食品科學》雜誌上的報告說，蘋果、香蕉和柳丁是人們生活中常見的水果，不僅富含人體所需的多種維生素、礦物質和纖維，而且還含有一種抗氧化物質——酚，對人的腦神經細胞具有保護作用。

科研人員在研究這三種水果的果汁對神

經細胞的作用時發現，果汁中的酚具有抗氧化作用，能夠阻止有傷害性的物質和毒素進入神經細胞，從而保護神經細胞免遭破壞。在這三種水果中，含酚最多的是蘋果，其次是香蕉和柳丁。人們在日常飲食中經常進食這三種水果對預防老年癡呆症的發生很有益處。

多吃石榴

石榴能改善腦細胞的功能。

吃肉桂

吃肉桂有助於改善較弱和低效胰島素（胰島素不耐受），幫助其正常處理糖份。肉桂有助於防止老年癡呆症的發生。肉桂粉可加入食物和飲料中，每天半茶匙至一茶匙（250毫克至500毫克）肉桂粉就足夠多了。（三之一）

本會一〇四年各項捐款收入徵信續錄

一〇四年六月一日至一〇四年六月三十日止

一、福利金捐款

李總隊長汝麟募入

李汝麟先生捐一〇、〇〇〇元

福利金捐款合計新台幣壹萬元整

二、海外事務捐款

崔隊長幼民募入

崔幼民先生捐五、〇〇〇元

毛隊長家瑜募入

毛家瑜先生捐五、〇〇〇元

莊隊長明康募入

莊明康先生捐五、〇〇〇元

侯隊長和平募入

侯和平先生捐五、〇〇〇元

干隊長鵬飛募入

干鵬飛先生捐三、〇〇〇元

沈隊長曼霖募入

沈曼霖女士捐三、〇〇〇元

陳隊長拯華募入

陳拯華先生捐三、〇〇〇元

鄭隊長龍華募入

鄭龍華先生捐二、〇〇〇元

張隊長禔民募入

張禔民先生捐二、〇〇〇元

蔣隊長維功募入

蔣維功先生捐二、〇〇〇元

屠隊長益輝募入

屠益輝先生捐二、〇〇〇元

海外事務捐款合計新台幣叁萬柒仟元整

三、出版捐款

本會募入

周永嘉先生捐二、〇〇〇元

出版捐款合計新台幣貳仟元整

四、端節慰問金捐款

本會募入

馮都梁女士捐六、〇〇〇元

戴雅林女士、陳麗莉女士各捐五、〇〇〇元

李人奮女士、林婉珍女士各捐二、〇〇〇元

沈曼霖女士、顏麗連女士、沈曼霓女

士、蕭蕙雯女士、顧希君女士、張近永女士、應陳秀鸞女士、周金珠女士、王令弟女士、陳秋英女士、盧清秋女士、應平書女士、宋秋英女士、毛小琴女士、柴周蕙芳女士、周寶珠女士各捐一、〇〇〇元

周金芳女士捐六〇〇元

端節慰問金捐款合計新台幣叁萬陸仟陸佰元整

五、本刊贊助廣告

大業禮品有限公司捐六、〇〇〇元 (554.555 期)

本刊贊助廣告捐款合計新台幣陸仟元整

六、會員會費收入

李總隊長汝麟募入

李潔敏、(繳來一〇四年會員會費伍佰元整)

莊隊長明康募入

俞志夏、(繳來一〇四年會員會費伍佰元整)

本會徵入(含郵政劃撥)

汪鎮東、(繳來永久會員會費各伍仟元整)

吳林杰、（繳來永久會員會費人民幣壹仟壹佰元元整）

戴仁軒、（繳來一〇五、一〇六會員會費壹仟元整）

總計會員五人、會費新台幣柒仟元整、人民幣壹仟壹佰元整

台北市寧波同鄉會出版委員會出版捐款、出版基金捐款及其結息：

一、至103年12月31日止期末決算結

轉明細如下：

1、出版基金結餘五、八二三、五四八元；另孳息結餘〇元（因孳息不敷支付每月出版費用，故結餘為〇元）。

2、出版捐款結餘〇元（因捐款不敷支

付每月出版費用，故結餘為〇元）。

二、自104年一月一日至104年4月

30日止，出版委員會共計歲入四六、二二〇元明細如下：

1、出版基金捐款三、〇〇〇元，結餘五、八二六、五四八元。

2、出版捐款一六、八〇〇元，結

餘〇元（因不敷支付每月出版費用，故結餘為〇元）。

3、出版基金孳息收入共二六、四二〇元，結餘〇元（因支付每月出版費用，故結餘為〇元）。

（附表）歷年捐款鄉長及金額明細：

名 稱	基金金額	息金金額	備 考
截至八十五年底結存基金	四、七七〇、五四八	104.1.1-104.4.30	二一、六三四
毛葆慶先生出版基金	四一〇、〇〇〇	一、八五九	
馬履平先生出版基金	一一〇、〇〇〇	五四四	
龔作漢先生出版基金	一一〇、〇〇〇	四九九	
李宏譽先生捐給李宏岳先生出版基金	一〇〇、〇〇〇	四五四	
周亨儲先生出版基金	七〇、〇〇〇	三二七	
葛惟鏗先生出版基金	五〇、〇〇〇	二二七	
張行周先生出版基金	五〇、〇〇〇	二二七	
沈志強先生出版基金	四〇、〇〇〇	一八一	

鄔守中先生出版基金	二〇、〇〇〇	九〇
林青峰女士出版基金	二〇、〇〇〇	九〇
沈任欽華女士出版基金	二〇、〇〇〇	九〇
賈定元先生出版基金	一一、〇〇〇	五〇
徐志鈞先生出版基金	一〇、〇〇〇	四五
應寶友先生出版基金	一〇、〇〇〇	四五
李彥鈞先生出版基金	六、〇〇〇	二七
徐兆乾先生出版基金	五、〇〇〇	二三
賀林麗娜女士出版基金	四、〇〇〇	一八
合 計	五、八二六、五四八	二六、四二〇

台北市寧波同鄉會福利委員會福利金、福利基金捐款及其結息：

37

(四)

本會第126次(103學年第2學期)獎學金已於104年5月30日星期六上午10時頒發。計有大學生29人(前5名頒發「紀念董純綱先生、董張文元女士專案獎學金」每人各20,000元,第6名至第29名每人各6,000元);專科生5人(各5,000元);高中生9人(各4,000元,前2名學業成績90分以上,另加發每人各4,000元)。合計43人,發放總金額31萬3,000元。除名譽理事長毛葆慶蒞臨致詞,介紹頒發獎學金緣由並鼓勵領獎人學習寧波話,另有立法委員林郁方專程趕來本會,致詞期勉莘莘學子並協助頒發獎學金。上午二時30分圓滿結束。

(五)

本會已於104年6月15日(星期一)上午8時45分起,由婦女工作委員會主任委員戴雅林理事分組,前往衛生福利部北區老人之家、臺北市政府社會局老人自費安養中心、財團法人臺北市私立愛愛院、臺北市立浩然敬老院、新北市立仁愛之家等院所,進行端午節慰問,並致贈公費住院鄉長每位慰問金1,000元及粽子,自費住院鄉長每位禮品及粽子乙份,下午5時圓滿完成。婦女工作委員會增加了三位委員,有幹練的袁毓淇委員、親和的沈佩君委員以及年輕聰慧的黎艾霖委員,她們將發揮專長,為本會鄉親們服務;另陳慶佩委員已於四月間辭世,特此致哀,並感謝陳委員長

(六)

久以來,對同鄉會的貢獻。餘姚市長6月初來台訪問,並於6月5日上午9時30分假台北香格里拉飯店召開座談會,特地邀請本會理事長及多名譽理事長前往參加,以進一步推動台姚兩地經貿合作。

(七)

寧波市台辦副主任江長榮已於6月二日上午10時,領隊前來本會訪問,隊員有張賽霞主任科員、姚傑副主任、史靜波副主任、呂廣聖主任科員及呂益敏副科長等人,與理事長及多位理監事共敘鄉情。寧波市台胞台屬聯誼會一行9人,已於104年5月26日下午11時由吳其通副主任率團來本會參訪,12時在銀翼餐廳餐敘進行交流,理事長及多位理監事參加。

(八)

本會應邀由理事長率領多位理、監事及鄉長參加西安經貿訪問團,於104年5月20日出發,為期5天,24日晚間返回。

(九)

本會受邀104年5月25日,參加成都訪問活動,由毛家瑜常務理事及應君國常務理事代表參加,為期一週,6月1日返回。

(十)

本次會議後,理事長於12時在同鄉會二樓設宴,敬邀各位理監事參加端節聚餐(歡迎眷屬參加,每人自費200元)。

(十一)

本月份壽星屠益輝理事,本會敬備壽糕祝賀。

(十二)

參、討論事項

(一)

案由:本(104)年第17屆第2次會

(二)

決議:

- 員大會舒豐年顧問曾於臨時動議,所提議案「依本會會刊第255期登載內容(第17屆第4次理事第3次監事會議紀錄)」蔣維功理事提案:墓園以外之財產,應歸屬為財產委員會職責;經決議:先進一步了解後,待下次理事會議再提出如何劃分工作範圍」。今再度提請討論。
- 說明:
- 1.舒豐年顧問:土城土地已於民國85年被撤銷「墓園用地」,故為一般用地,似乎應移交予財產管理委員會。
 - 2.張祺民理事:議案討論需針對提案內容,以免過度延伸議題內容,導致無法議決。
 - 3.季阮玉梅理事:此為本會內部處理之事務,似與臺北市政府社會局或外界觀感無關。
 - 4.侯和平理事:財產管理委員會與墓園管理委員會二者均是同鄉會所屬委員會,並無衝突。
 - 5.干鵬飛常務監事:如同理事會決議將信義區土地案由「住宅區合建專案小組」處理,屬於授權;故理事會亦可決議授權墓園管理委員會處理。
 - 6.主席:綜合以上許多理事及常務監事意見,提議土地產權交由財委會保管,土地工作則由墓管會負責,請表決。
- 通過:「土地權狀交由財產管理委員會保管,相關工作交由墓園管理委員會負責」(10票贊成、一票反對)。
- 案由:提報台北市寧波同鄉會會務人員出勤請假管理辦法、台北

說明：
市寧波同鄉會員工守則、台北市寧波同鄉會年度考核（評估）項目、台北市寧波同鄉會加班申請作業流程（如附件三），請核備。

1. 總務組長鄭龍華理事：訂定出勤請假管理辦法以期使辦公室運作正常化；訂定員工守則以提昇同鄉會及全體會務人員行為素養、從業道德及專業能力；訂定會務人員考核制度及獎金發放標準，以符合公平、公正為原則；訂定加班申請流程及加班費核算，以使會務人員獲得合理報酬。

2. 張撰民理事：由於內容頗多，建議攜回閱讀，下次會議再行討論。

決議：全體理事無異議通過，相關資料於下次會議完整呈現。

(三)
案由：墓園管理委員會提報：有關本會坐落土城土地遭佔用處理情形（附件四），請討論。

說明：
1. 墓管會鄭志寧副主委：目前佔用土地者數人，其中劉菊英尚未付給本會費用，立惟實業及惟皇實業所付費用尚屬合理，而林明忠與葉永福佔用土地價格較高，經過計算後，其費用尚有討論空間，可以提高，詳情請看投影片（略），請理事會授權，以利前往與佔用者洽談，取得合理之費用。

2. 墓管會主委陳拯華常務理事：目前葉、林二人每年付費合計 15 萬元，但拆開來則是葉員 5 萬、林員 5 萬，大約只佔「公告地價」

6%，此為上屆所議定價格，稍微偏低，應可提高至 20%。
3. 仇鼎財理事：當時為避免「追溯期已過」而難以追回土地，因而採取較低價格，使其「承認」佔用本會土地，此為策略應用，實屬不得已。其中又涉及稅捐問題，需加以了解。
4. 主席：現有二個提議，一是底限為公告地價的 15%，二是公告地價的 20%、25%，是否可行？
5. 侯和平理事：應當不需設定底限，只要比現行價格為高，都是可以。

決議：全體無異議通過「授權墓管會鄭志寧副主委處理，不設底限，但是必須高於現行價格」。

(四)
案由：墓園管理委員會提報：有關本會坐落土城 312 地號部分土地補徵 99~103 年地價稅案（附件五），請討論。

說明：新北市政府稅捐稽徵處 104 年 4 月 2 日新北稅土字第 1043087824 函，略以：「本會坐落土城區延吉段 312 地號部分土地面積 233 平方公尺，（因搭建鐵皮屋）需課地價稅，並補徵 99~103 年，每年 18081 元地價稅。」本案已向板橋地政事務所申請鑑界，由墓管會陳拯華主委率鄭志寧副主委、李惠明副主委及戴雅林委員前往處理，先後已於 6 月 1 日及 5 日前往複丈鑑界完成，並於 6 月 1 日取得複丈成果表（附件六）。

決議：全體表決通過「授權墓管會陳拯華主委辦理 312 地號土地補徵

(五)
案由：提報余正祥鄉長 104 年 4 月 28 日第 17 屆第 2 次會員大會臨時動議所提，「有關大會手冊會務人員與實際現況不符」一事，復於 5 月 20 日再就該節及會議記錄不全，傳真提報臺北市政府社會局，詳北

市社團字第 1043205700 號函」，……移交本會卓處查照」（附件七），請討論追認。

說明：

1. 林芳如於十多年前因夫之故，致欠卡債多年。103 年 9 月 2 日至 9 月 3 日債權銀行多次致電本會，前總幹事李齊益則回應「林芳如已離職」，幹事仇蔚宜並於 9 月 4 日向勞保局申辦林員離職退保事宜。

2. 事經財務組長於 9 月 6 日至 17 日間獲悉後，詢問林芳如確認屬實，而向理事長陳報，因事出突然，尋找適當人選不易，且基於同鄉情誼、在情理法考量下，決改聘其母盧清秋鄉長任職為本會員工，盧鄉長請假時則由其女代班，並力勸林芳如盡早清償債務。

3. 請追認改聘盧清秋鄉長為本會員工。

決議：

全體表決以 15 票贊成，通過「追認改聘盧清秋為會務人員，身體不適則由其女林芳如代班」；私人問題再行研議處理（屆時請樂理事協助），有關細節張貼於本會辦公室公布欄。

(六)
案由：就「確認通行權存在」之訴，經法院電告本會訴訟代理人李永裕

律師已向法院提送陳報解除委任狀。請就說明事項討論表決。

說明：法益委員會戴雅林副主任：於6月15日由幹事莊萍協助赴板橋土城法院調卷，影印資料336張，卷宗顯示：~

1. 本會第十六屆理事長張冬梅女士，未予提報理事會通過，則委任受任人李永裕律師為訴訟代理人（附件八），嗣於103年12月5日經本屆理事長李汝麟先生承受訴訟（附件九）。

2. 104年5月26日本會接獲李律師其片面終止委任信函（附件九），經於104年6月5日向新北地方法院電洽閱卷，經書記官告知，李律師已向法院提出陳報解除委任書狀（附件十）。

3. 後續進行方案，請討論決議：

- (1) 按民訴律第103條仍應代本會為防禦其權利所必要之訴訟行為，以防止訴訟延滯，並保護本會之利益。所謂防禦權利所必要之行為，例如對於不當之判決，聲明不服，使不能確定。
- (2) 另委任適當之律師，進行後續訴訟。
- (3) 撤銷本告訴，經通盤慎重研討後，於時效期間內，另起爐灶委任熟稔律法之律師進行訴訟。

主席：自承受訴訟後，訴訟代理人李律師未善盡義務，將本案開庭筆錄答辯書狀等相關資料提供於本會，已失去互信。

決議：全體表決以13票過半數通過，另委任律師，採用對本會最有利之訴訟方式確定爾後之對策。

肆、臨時動議：無
伍、散會

更正

本刊第334期第5頁所載104年第十七屆第二次會員大會紀錄，因疏漏下列內容，特此補正，並向余正祥鄉長及讀者致歉。

余正祥鄉長發言：

大會手冊所列會務人員與實際現況不符，按本會會務人員之任用，依會章第25條辦理（大會手冊第40頁）。本會103421第16屆理事會臨時會通過試用服務員林芳如，這次大會林員也在現場服務，可是大會手冊所列本會服務員為盧清秋，請問理事會是何時通過聘任，請說明。

理事長答覆：

這部份，請您至同鄉會，我會當面私下說明。

行政院新聞局登記證局版台誌第〇四四〇號
中華民國雜誌事業協會會員

寧波同鄉

第五五六期

出版日期：中華民國一〇四年七月十日

創刊日期：中華民國五十二年八月一日

出版者：台北市寧波同鄉會

理事長：李汝麟

發行人：李汝麟

主編：應平書

地址：台北市寧波西街一二六號

電話：二三〇五二八八五、二三〇五二八八六

傳真：二三〇三七三六三

郵儲劃撥帳號：〇〇〇四七七七八

戶名：台北市寧波同鄉會

排版者：巨龍國際有限公司

地址：新北市新店區中正路五〇一之一七號一樓

電話：二二一八〇〇一〇

傳真：二二一八〇二八六

本刊稿約

一、來稿內容以故鄉之人、事、物為主，其他為輔。並有「同鄉動態」專欄，歡迎踴躍投稿。

二、來稿請用電腦打字，並加標點，以電郵方式寄來本刊。

三、歡迎附寄與作品有關之照片。

四、來稿文責自負，文末請具筆者之真實姓名及地址。

五、來稿一經刊登，除宣傳性及轉載者外，均按本會規定致送薄酬。

六、本刊對來稿有刪改權，刊登與否，概不退稿，請自留影本。

來稿請寄：「台北市寧波西街一二六號寧波同鄉編輯部收」。

七、本會部落格網址：<http://tw.myblog.yahoo.com/ningpo47478/>

八、本會e-mail: ningpo@ms71.hinet.net

九、本刊e-mail: ying1952@yahoo.com

會務活動及兩岸交流



。談座會本至日11月6，團訪參的領率(左②圖)榮長江任主副辦台市波寧、④～①



⑤、本會婦工
鄉親，於6月5日
分組前往衛生福
利部北區老人之
財團法人臺北市
私立愛敬院、臺
市立浩然敬老院、
臺北市政府社會
局老人自費安養
中心、新北市立
愛之家等單位致
贈慰問金及禮品。
最後所有參與者
與婦工會主委戴雅
林(圖⑨中)合影。

兩岸交流

①



①④、參加西安經貿訪問團的團員先後參觀了西岳華山、秦始皇兵馬俑博物館、華清池，並拜謁了黃帝陵。參訪團一行與陝西省政協副主席李曉東(圖①中)及主要邀請人香港孫立明會長(圖③中)合影。

③



②



⑤



④



⑦



⑥



國君應及事理務常瑜家毛由，動活問訪都成加參邀受日1月6至日25月5於會本、⑦～⑤
。加參表代事理務常