

河北京津文獻第五十一期目錄

封面 承德普寧寺

封面裡 竹韻清音

封底 北京國子監

封底裡 童真

新春賀辭……………劉建軍

◆ 論著

具有藝術家身份的反藝術思想家——莊子……………王大智（一）
「利在當代，功在華夏文明」的雍正帝密摺制度……………袁公瑜（二二）

◆ 特載

數位學習與科技在員工訓練上的運用……………	趙伯良	(五九)
國父孫中山與基督教……………	劉德一	(六五)

◆ 人物專欄

高雄鳳中創校八十五周年，朱銘清將軍等優秀校友回娘家……………	資料室	(六七)
康瀚升將軍頒獎學金，鼓勵自立學子開創燦爛人生……………	資料室	(六九)
司徒家族與邯鄲古都的淵源……………	司徒英頤	(七一)
武建華理事發揮所學，為同鄉會注入新能量……………	武建華	(七六)
抱著歡喜心，蕭義齡教授高興有機會為同鄉會服務……………	蕭義齡	(八〇)
堅守華夏文化在台傳承使命，張國明延伸服務觸角與層面……………	張國明	(八二)
傅慧倫期許晴耕雨讀以靜心養智的歲月……………	傅慧倫	(八四)
投身公益送溫暖 張焜如溫暖鄉親的心……………	張焜如	(八八)

◆ 旅遊天地

- 大開眼界的溫哥華、邁阿密、墨西哥歡樂之旅……………羅康華（九一）
- 這麼美，那麼近，七月玩遍京津冀……………袁公瑜（九四）
- 天津北京八日遊……………張焱鵬（一六二）
- 諸暨西施故里……………資料室（一七九）

◆ 風土禮俗

- 蛇年談蛇……………王懷（一八二）
- 蛇的諺語及其他……………王輔羊（一八五）

◆ 文化藝術

- 唐詩傳誦千年（上）……………許文權（一九三）
- 扁鵲神妙醫術……………許文權（一九七）

豫王府與協和醫院……………資料室（一九九）

◆ 保健專欄

衰老先從胖開始……………王懷、李逸倫（二〇三）

健身養生飲食……………李逸倫（二〇五）

各種食品醫療補給……………李逸倫（二二四）

◆ 本會會訊

台北市河北京津同鄉會章程……………（二二七）

台北市河北京津同鄉會一一三年度大事紀……………（二三二）

台北市河北京津同鄉會一一四年度工作計劃……………（二三五）

台北市河北京津同鄉會理監事暨會務人員一覽表……………（二三七）

台北市河北京津同鄉會榮譽理事暨顧問名冊……………（二四〇）

台北市河北京津同鄉會兩基金會董事名冊……………（二四〇）

台北市河北京津同鄉會一一二學年度獎助學金得獎人員名冊	二四一
台北市河北京津同鄉會一一三年度新入會人員名單	二四三
會員捐款及繳交會費芳名錄	二四四

◆ 編後語	編輯委員會(二四七)
-------	------------

具有藝術家身分的 反藝術思想家——論莊子

◎ 王大智

莊子是一個複雜的人，他比其他的先秦諸子在人格、智慧與知識上，要更為深厚。他對於一個問題，常常有多角度或者多層次的解釋與看法。因此，在贊成藝術與反對藝術立場上，他沒有其他諸子那麼清楚：可以截然劃分地放在一邊。這是把莊子放在本書甲篇最後的原因 - 有把他置於甲編乙編之間，贊成者反對者之間的意思。

《莊子》，是先秦著作中的異數。從寫作角度而言，先秦諸子的著作都有文采，並且各有特殊風格。不過，無論採取格言體、語錄體、對話體還是論說體，先秦諸子多是講道理的學者

型人物。（雖然不一定其學者身份）然而，莊子卻不如此。莊子不講理而講故事，他不是一個學者型思想家，而是一個藝術家型思想家。甚至，他很難被準確歸類為思想家或者藝術家：他要以藝術來表達其思想？還是要以思想來充實其藝術？如果他是一個思想家，那麼他是一個離經叛道，不以傳統方式論述其思想的思想家，他的著作不僅是表現出文采，他的著作根本是文學作品。莊子這種以文學形式傳達思想的方式，使其著作極有感性趣味，但是難能予以理性分析。如果莊子是一個藝術家，那麼他表現出最為不易理解的藝術態度——莊子是一個反對藝術的藝術家。

莊子的這種寫作風格，很類似德國哲學家尼采（Friedrich Nietzsche）因為天才橫溢，而不耐學術寫作的框架與約束。西方思想界不喜歡尼采者，便常說尼采不是思想家，而是文學家。

第一節 《莊子》的篇章問題

莊子是先秦最有爭議性的思想人物。其爭議性，因為《莊子》一書的篇章結構與真偽問題，而顯得更為複雜。

《莊子》有內、外、雜三篇。（分為三篇已非原貌，是根據西晉郭象《莊子注》的編排而來）內篇有七章：〈逍遙遊〉〈齊物論〉〈養生主〉〈人間世〉〈德充符〉〈大宗師〉〈應帝王〉。自古以來，學者多以為內篇文意一氣呵成；自〈逍遙遊〉而〈應帝王〉，好像儒家修、齊、治、平般的體系嚴整；所以內篇七章

為莊子所作。外篇雜篇，多為荒誕不經之語，編排上沒有體例可言；所以外篇與雜篇為後人增益。

事實上，《莊子》一書的內容與真偽，很可能與上述的看法完全相反：內篇七章過於嚴謹有條理，所以不可能是莊子所作。外篇與雜篇因為充滿瑰麗想像，才是《莊子》原文。這種完全不同的論點，有相當道理。其道理，有兩項與司馬遷有關。

第一，在《史記》中，司馬遷以「滑稽亂俗」「王公大人不能器之」形容莊子。如果莊子是內篇作者，而司馬遷見過內篇那種有條理的論述，他應該不至於那樣輕視莊子。司馬遷所看到的《莊子》，很可能只有外篇和雜篇：外、雜篇的沒有系統與瑰麗想像，正合於司馬遷形容的莊子與《莊子》。第二，司馬遷在《史記》中提到莊子時，特別引用〈漁父〉、〈盜

拓」，〈胠篋〉等篇章，而這些篇章都屬於外、雜篇。這又是司馬遷根據外篇、雜篇來論斷莊子與《莊子》的一個證據。所以，內篇七章，應該是後人為了使《莊子》能夠受「王公大人器之」而增補的部份。它的有條理有系統，並且最後以〈應帝王〉一章，與帝王發生關連，很像是對在位者的進言態度。

到底《莊子》中的哪一部分，才是真正的莊子呢？這個問題，使得莊子思想研究，在資料取捨上就遇到困難。但是有趣的是，《莊子》一書中，涉及藝術的部份，竟然絕大部分在外篇和雜篇裡。如果真正的莊子，確乎有一種藝術（文學）家形象，那麼這種資料的集中，就不是偶然事情。它是關於《莊子》內、外、雜篇真偽的另外一個證據。

第二節 莊子的反藝術理論與其淵源

莊子與老子，習慣上並稱「老莊」。老莊有很接近的地方，也有很不接近，甚至完全不同的地方。不過在談及文化以及藝術時候，兩個人的立論可說完全一樣。他們對於藝術都持否定態度，因為他們對於文化本身都持否定的態度。

很多人認為中國藝術源於老莊，甚至受到老莊指導；是一個約定俗成、積非成是的觀念。老子與莊子、都是反對藝術的思想家。妄談「老莊思想」與中國藝術的關係，給人一種未曾深思，並且輕易以「老莊」作招牌的感覺。

莊子說：

夫至德之世，同與禽獸居，族與萬物並。：白玉不毀，孰為珪璋！道德不廢，安取仁義！性情不離，安用禮樂！五色不亂，孰為文采！

五聲不亂，孰應六律！夫殘樸以為器，工匠之罪也；毀道德以為仁義，聖人之過也。：及至聖人，屈折禮樂以匡天下之形，縣跂仁義以慰天下之心。：此亦聖人之過也。

莊子和老子一樣，嚮往人同獸居的遠古時代。他認為文化藝術，是違反自然的人為事物。這些人為事物（廣義之文——包括文化及藝術）的出現，（「珪璋」「仁義」「禮樂」「文采」「六律」，是工匠與聖人的錯談。莊子認為，這些文明文化（藝術）的創立者，破壞了自然，有重大過失。他對於文明文化的反對，非僅是藝術家的情緒與多感而已。莊子如同其他反藝術的諸子一樣，根據特定哲學基礎反對藝術。

莊子說：

古之人，在混茫之中，與一世而得澹漠焉。：（德又下衰）：然後去

性而從於心。心與心識知而不足以定天下，然後附之以文，益之以博。文滅質，博溺心，然後民始惑亂，無以反其性情而復其初。

他認為知識和文化的豐富，是社會與個人受到擾亂的主因。知識與文化的充塞，令人忙於應付甚至不能應付，離開了用以處理客觀世界的理智本能（「性」），而以隨意隨機的情緒，（「心」）面對多變世界。莊子說這叫做「去性而從於心」。但是，心流動不定，並沒有辦法解決世間事務（「不足以定天下」）；所以「文」與「博」就出現了。「文」的意義和虛偽接近，「博」的意義是廣大多樣。這個廣大多樣的虛偽外衣，把人之理智本性蒙蓋住了。故隨意隨機的情緒掙扎其中，不得安定。個人與社會迷惑混亂，不能恢復原始時代的理智與清醒。

原始人較文化人理智與否，是很吊詭的問題。原始人接近動物，他們的行為像是動物一樣，主要以「趨吉避凶」為最高指導原則；趨吉避凶是一種絕對的理智行為。文化人之種種痛苦煩惱，常是因為不能趨吉避凶——因為文化的豐富，而看不出吉凶所在：因為文化豐富，而不認為趨避是理智選擇。這種不知趨避，而以其他準則作為指導的態度，是人失去智慧的開始。此處所謂其他準則之大端，一是道德一是情緒。人類因為道德與情緒，失去趨避能力。

莊子與老子的反藝術、反文化，有很接近的理論基礎。甚至，《莊子》還引用《老子》的章節與術語，表達其反藝術思想。其中最典型部份，就是對於眼、耳、鼻、舌、心的描述。

莊子說：

且夫失性有五：一曰五色亂目，使目不明；二曰五聲亂耳，使耳不聰；三曰五臭熏鼻，困悞中顙；四曰五味濁口，使口厲爽；五曰趣舍滑心，使性飛揚。此五者，皆生之害也。

《莊子》的這段話，當然是從《老子》而來。所謂：

五色令人目盲，五音令人耳聾，五味令人口爽；馳騁畋獵令人心發狂；難得之貨令人行妨。是以聖人為腹不為目，故去彼取此。

莊子把老子原文豐富了一些，加上了「五臭」（鼻／嗅覺）。除此以外，對於藝術所造成的不良影響，《莊子》與《老子》的批評完全出

於一轍。這些不良的影響危害甚大，因此藝術不該存在。只是老子清楚的說「聖人為腹不為目，故去彼取此」，莊子講得稍微含蓄；他說「此五者，皆生之害也」。莊子最重視生命的活潑流暢，藝術既然有害於生，自然得要反對。

五官是對外在世界的感受器官，老子與莊子都認為，文化（藝術）把五官弄亂了，進而把心弄亂了。解決之道，不在五官而在混亂的人文世界。關於這種徹底的解決方法，老子說：

絕聖棄智，民利百倍；絕仁棄義，民復孝慈；絕巧棄利，盜賊無有。此三者以為文不足，故令有所屬，見素抱樸，少私寡欲。

他要完全顛覆人類的文明文化，實現其理想世界。若是靠人文設計來解決人文問題，只是自亂手腳罷了。因此老子說「文不足」。

莊子和老子完全相同，甚至也用了相同的一句話——「絕聖棄知」，作為反文化（反藝術）的手段。

他說：

故絕聖棄知，大盜乃止；擿玉毀珠，小盜不起；焚符破璽，而民朴鄙；摶斗折衡，而民不爭；殫殘天下之聖法，而民始可與論議。擢亂六律，鑠絕竽瑟，塞瞽曠之耳，而天下始人含其聰矣；滅文章，散五采，膠離朱之目，而天下始人含其明矣；毀絕鈎繩而棄規矩，攬工倕之指，而天下始人有其巧矣。故曰：大巧若拙。

並且，莊子還詳細列舉了他要廢除的藝術項目。第一，他要消除音樂，（「擢亂六律，鑠絕竽瑟」消除音樂家。（「塞瞽曠之耳」）第二，他要消除美術，（「滅文章，散五采」消除美術

家。（「膠離朱之目」）第三，他要消除工藝，（「毀絕鉤繩而棄規矩」）消除工匠。（「擯工倕之指」）莊子的反藝術精神，出於老子，而甚於老子矣。

第三節 自然與人工

反藝術思想的一個細緻層次

《莊子》一書的有趣，在於立論深刻，舉例龐雜，和文學上的奇幻瑰麗。莊子深刻，表現在他解釋問題的層次感上。一個思想家具有層次很困難，因為層次不容易統一。思想家常為了使思想有系統，而放棄思想層次。其原因就是怕層次之間的衝突，破壞了系統結構——破壞了哲學的架構美感。也因此，敢於讓思想本身主動地流動，帶領思想家進入廣大無垠的想像天地——與其說是一種才華，不如說是一種氣魄。畢竟學術思想與任何行業一樣，唯有勇者才能建立大功業。

哲學與思想有差別，差別在哲學有系統，而思想沒有系統。沒有系統的思想，固然難以掌握；但是為了遷就系統而勉強削足適履，卻是哲學通病。也因此，思想家的社會性強一些，其理論比較有實行之可能。哲學家則不食人間煙火，純然象牙塔中人物。

莊子對藝術的反對，與老子相當一致；他們都基於對文化本身的反抗而反對藝術。換句話講，反藝術是他們反文化的一個項目；他們藉著反藝術、反道德、反智識等等項目，以達到反文化的完整目的。但是，莊子雖然與老子一樣，在哲學理論上反藝術，他又對藝術中的一個重要議題，反覆提及。那就是莊子喜歡論「美」。

莊子是反藝術的，怎麼又大談美的道理呢？這個事情，讓莊子的藝術思想有些混亂。

這種混亂，與莊子有關，也與一般人對「美」與藝術的關係弄不清楚有關。美和藝術有關嗎？美和藝術有關，但是並不是一般人想像中的那種關係。美和藝術有兩種很基本的關係。一，美在藝術之下：美是藝術追求的一種目的和項目。二，美在藝術之上：美可以分為自然美與藝術美兩種。略述如下：

在第一種關係中，一般人認為美與藝術可以劃上等號。一件東西很美等於一件東西很「藝術」；因為藝術就是講究美，藝術的目的就是表現美。這個認知有很大的問題，因為美和藝術並不能劃等號。藝術當然可以表現美，但是藝術還能夠以很多事物為表現目的。例如藝術能夠以恐懼為目的；原始民族的宗教藝術中，神靈多半以恐怖的形象出現，即是為了喚起人民的恐懼情緒，以達臣服目的。又例如：藝術能夠以矛盾為目的；西方大部分的文學作

品，都以探討人性矛盾為訴求。矛盾本身，可以喚起讀者的想像與思索。這樣的例子不勝枚舉。藝術能夠以任何題材為表現目的，只要它能夠把那種題材表現得好，並且喚起感動，達到共鳴效果；便是好藝術。因此，美不等於藝術，美是藝術的一種表現與目的；也僅僅是一種表現與目的而已。美和藝術的第一種關係中，美的地位常被高估與誇大了。

在第二種關係中，美與藝術的表現和目的無關；而是自然美和人工美的總稱。自然美與人工美相對。自然美是非人工所形成的各種美；例如山川之美、四季之美、蟲魚花草以至人體之美等等。自然美的產生，與人為的加工沒有關係。換句話講，凡是不由人為創作出來的美，都屬於自然美。人工美則是與人力創作有關的美感：例如音樂、舞蹈、戲劇、美術、文學等等。因此，藝術美是人工美，而不是自

然美。因為，藝術是人的藝術；所有的藝術項目與藝術作品，都是人的思想產物。藝術絕對和自然是相對的兩回事，藝術美（人工美）和自然美不同，甚至在觀念上可以視為相反。

自然美的美感形成，當然還是與人有關。人是美感產生的共鳴器，沒有人的共鳴，則根本沒有美感；美感並不是一種客觀的事物，美醜並不是事物的客觀屬性。（attribute）不過說到自然美時候，是指美感的形式問題，而非美感產生的過程問題；所以說，自然美與人無關。

莊子喜歡談美；幸而，他所談的美幾乎無有例外的，都是自然美而不是人工（藝術）美。這個事情使得思想家莊子，能夠維持其理論完整；不至於因為太過隨性，而使其思想體系崩解。但是，莊子談美這件事情，確實讓莊子形象複雜起來。特別是對自然美、人工美沒有充

分了解的人，容易錯誤地認為莊子反反覆覆、既反對藝術，又談論藝術。並且，容易因為這種認知上的錯誤，聯想到《莊子》的篇章真偽問題——認為反對藝術與談論藝術的文字，不可能出自一人之手。

藝術家（文學家）在創作之時，難免顧及體系完整問題——或者稱為風格統一問題。風格是藝術家的面目，是他人得以認識該藝術家的原因。一個藝術家如果不能夠建立風格，則其作品無論如何精彩，仍舊顯得零散。思想家亦是如此，無論他的思想如何複雜多樣，他也不能夠隨意隨性的表現出來。否則，他人不會因其複雜而重視之，只會因其混亂而輕視之。這是思想家與藝術家的相同苦惱。

事實上，莊子對自然美的論述，可以當作其反藝術理論之延伸。因為藝術美和自然美是相對

的兩種美；莊子對於自然美的重視，可以當作他對於人工美的輕視。莊子是深刻的思想家，他對於美之自然與人工，也能詳細分別；雖然把問題弄複雜了，卻沒有架構上的不妥；這是莊子思想具層次感的一個重要表現。

莊子重自然美而輕人工美的最有名例子，是西施故事。

故西施病心而顰其里，其里之醜人見之而美之，歸亦捧心而顰其里。其里之富人見之，堅閉門而不出；貧人見之，挈妻子而去走。彼知顰美而不知顰之所以美。

戰國時候，西施應該已經成為美人典型了。莊子說西施有心痛毛病，常常捧心而顰著眉頭。捧心顰眉是不美的，但是並沒有減損西施的美，反而因為美與不美的烘托，顯得更美。西

施鄉里有一個醜人，因為西施捧心顰眉大家以為美，便也捧心顰眉；結果大家不堪其醜而走避紛紛。莊子這裡的意思非常明顯：西施的美是自然的，而「里之醜人」的姿態是人工的。

用藝術術語來講，「里之醜人」的姿態，是一種模仿，是一種戲劇行為。摹仿或者戲劇，是全然相對於自然的人工行為。

莊子以西施與「里之醜人」作對比；以有錢人看見「里之醜人」要「堅閉門而不出」，窮人看見「里之醜人」要「挈妻子而去走」；以這樣滑稽、刻薄言語來形容人工可厭：是莊子對藝術的譏笑諷刺。

描寫：莊子對於婦人的自然之美，還有這樣

陽子之宋，宿於逆旅。逆旅人有妾二人，其一人美，其一人惡。惡者貴而美

者賤。陽子問其故，逆旅小子對曰：其美者自美，吾不知其美也；其惡者自惡，吾不知其惡也。

莊子說逆旅人的兩個妾，一人「美」一人「惡」。「美」「惡」也都與藝術無關。「美」「惡」，是先天生成的美醜，而非後天裝飾的美醜。當然，這兩位妾因為自然美而自恃甚高，因為自然醜而自慚形穢，莊子給予了道德上的批評。這種同情弱者的道德，應該是莊子本性的自然流露罷。要是真正說到《莊子》的「散德」思想，這種同情與道德應該是不存在的。

思想家人生可以與其思想完全合轍，也可以與其思想完全不合轍。德國思想家尼采，是後者的典型例子，最後以發瘋結束人生。不過，思想家的人生與言論是否應該合轍？如果不合轍，是否就該予以道德譴責？倒是不應該強求的事。畢竟思想也

是人類一種創作行為，是文化的一部分。以中國文質理論視之，它是文的一種，同樣具有文的虛偽性格。

莊子對於美的看法，除了不講藝術美外，他認為即便是自然美，也有程度上的不同。當自然美達到了一個程度，莊子便不再稱它為美，而稱其為大。河伯與北海若故事，是一個典型。

秋水時至，百川灌河。涇流之大，兩涘渚崖之間，不辯牛馬。於是焉河伯欣然自喜，以天下之美為盡在己。：北海若曰：井蛙不可以語於海者，拘於虛也；夏蟲不可以語於冰者，篤於時也；曲士不可以語於道者，束於教也。今爾出於崖涘，觀於大海，乃知爾醜，爾將可與語大理矣。

莊子說河伯的見識淺小：河水漲起，兩岸都看不清楚，即認為「天下之美為盡在已」；及至看見「大海」，才知道自己是「井蛙」、「夏蟲」者流。這個大境界勝過美境界說法，並不是一個孤例。莊子講堯舜對話時候，也是如此將美與大做比對。

昔者舜問於堯曰：「天王之用心何如？」堯曰：「吾不教無告，不廢窮民，苦死者，嘉孺子而哀婦人，此吾所以用心已。」舜曰：「美則美矣，而未大也。」

這種將美視為境界之一種的觀點，不是莊子所獨有；儒家也常以美與善來形容境界的不同。

孔子就曾經說：

子謂《韶》：「盡美矣，又盡善也。」謂《武》：「盡美矣，未盡善也。」

孔子以為《韶》的境界高於《武》。《武》是

很美的，但是《韶》同時具有美和善。孔子的說法與莊子有不同地方；第一，他談的是藝術（音樂）美而非自然美。第二，他把美和善混為一談，把感官問題和道德問題混為一談。然而，孔子的話也側面反映著：無論講自然美或藝術美，美這個字，在先秦時代都不是一個很高境界的形容詞。美的上面，還有幾個境界；美的下面，也還有幾個境界。

事實上，先秦時代，美這個字的定義與今日相當不同。它並不是單指感官的審美活動，而只是諸多美好境界之一罷了。好例子之一，是《論語》中孔子對衛公子蒯的批評：「子謂衛公子蒯，善居室。始有，曰：苟合矣。少有，曰：苟完矣。富有，曰：苟美矣。」這裡合、完、美三個字，可以等量齊觀，美的前面還有合與完兩種境界。另外，《左傳》季札觀樂的記載中，

季札更是細緻的表示：在美與大之間還有廣，在廣與大的後面，還有至。（詳見本書乙編第八章第六節〈「禮樂」的基調與主軸精神〉）把這兩個例子加起來，可以得到一個「合、完、美、廣、大、至」的序列。其中美的地位與今日不同，可以清楚顯現。美不僅屬感官範疇，而是境界之一種；並且，層次並不是很高。

莊子在美的境界問題上，沒有儒家那麼複雜。他反對藝術美而只談自然美，並且簡單的表示，那個至高而不可形容的偉大境界，就叫做「大美」。他說：

天地有大美而不言，四時有明法而不議，萬物有成理而不說。聖人者，原天地之美而達萬物之理。是故至人無為，大聖不作，觀於天地之謂也。

「大美」是天地之美，當然是自然之美，而絕不是藝術之美。

此外，莊子對於自然美的產生原因，也有一些特別發揮。他說：

民食芻豢，麋鹿食薦，螂且甘帶，鴟鴞耆鼠，四者孰知正味？猿獼狙以為雌，麋與鹿交，鰕與魚游。毛嬙麗姬，人之所美也；魚見之深入，鳥見之高飛，麋鹿見之決驟，四者孰知天下之正色哉？

莊子的說法，科學而持平；他不堅持自然美有什麼固定標準，並且認為自然美之所以呈現，還是因為人為的感官問題。

所謂人為感官與自然美有關，是指人介入自然美的審美過程，而非指介入自然美的創作過程。自然美自然形成，與人無關，與創作也無關。

感官不同，則所感不同。所謂對的感官、優秀的感官——「正味」或者「正色」，其實並不存在。莊子在這裡，確是有著一種與物同化的逍遙風度。在美與感官的問題上，他與儒家不同，沒有絲毫的強迫與堅持。

儒家，特別是孟子、荀子，對於感官問題有強烈的偏執心態。其心態的產生，與利用感官以行禮樂教化有直接關係。可參看本書乙篇第七章第四節〈荀子對感官研究的立場與限制〉與〈孟子對感官研究的一些看法〉。

第四節 技術與藝術——藝術家莊子的出現

莊子談美，對於《莊子》一書的體系不構成影響。因為莊子談的是自然美，而不是人工美。（藝術美）也因此，若是認為莊子談美，便是莊子認同藝術；那不是莊子之錯，而是後

人之過——沒有把自然美與人工美（藝術美）分別清楚。但是，《莊子》在藝術的這個議題上，的確有系統不清楚的地方——《莊子》裡有些篇章，談論技術與藝術之間的關係。這個情況，讓思想家莊子過渡為藝術家莊子了。這個藝術家莊子，通過藝術（文學）形式來反對藝術，真是匪夷所思！不過，這就是《莊子》的寫作方式。

技術（技藝）是一切文明文化的基礎。反對文明文化，而不反對技術事物，是沒有道理的。因為，一旦技術受到肯定受到讚揚，由技術所造成的文明文化，（包括藝術）便不得被肯定與讚揚。只肯定文明文化的前半段，而否定其後半段，在邏輯上是說不通的事情。然而，莊子談論技術與藝術的段落不在少數。如果不是嫻熟於藝術創作的人，恐怕對於技術與藝術的關係，不能夠述說的這樣詳盡。到底

是藝術（文學）家莊子寫了一部思想的書，還是思想家莊子寫一部文學作品，真是說不清楚了。《莊子》長久來被視為思想作品，也被視為文學作品，就是由於這種模糊與弔詭所造成。

莊子對於技術的描寫，深刻而精關。並且，他對於如何磨練技術，如何得到技術、忘卻技術以進入藝術境界，反復的舉例說明。輪扁製輪，是一個好故事。

（桓公讀書於堂上，輪扁斲輪於堂下。）：輪扁曰：臣也以臣之事觀之。斲輪，徐則甘而不固，疾則苦而不入，不徐不疾，得之於手而應於心，口不能言，有數存焉於其間。

輪扁說，他製作輪子的技巧「得之於手而應於心」。心與手的相應，即是感覺與動作的相應。這種「應」是一種直覺，而不是技巧。技巧對

輪扁而言，已經因為熟練到極點而不見了；技巧已經變化為一種習慣動作，變化為一種本能反應。輪扁還說，這種境界的轉換是說不出來的：但是他感覺到技巧突破之後，那種心手相應之間「有數存焉於其間」——有「數目字」的存在。這種「數目字」的出現，是具體事物抽象化的結果，也是技巧簡練化的結果。莊子的「有數存焉於其間」講得精采極了！不是對技術鍛鍊深有心得的人，不是對跳脫技術而進入藝術之境有經驗的人，說不出這樣的話。

數目字，就是規律。任何規律，都可以數目字或力程式的方式表現。例如音階高低的數字化，顏料號數的數字化，形狀長短大小的數字化等等。任何技術性的事物，都可以歸納為簡單的數字。只是傳統上，具有技術者多不願意談論數目字；因為數目字之出現，降低了技術的神秘性與神聖

性，而成為一種易於了解與傳承的知識。易於了解與傳承，雖有益於被傳承者，卻減少了傳承者的利益與尊嚴。

莊子講解技術與藝術的關係，特別是由技術進展為藝術的過程，以庖丁解牛故事最為出名。

庖丁為文惠君解牛，手之所觸，肩之所倚，足之所履，膝之所踣，砉然響然，奏刀騞然，莫不中音，合於桑林之舞，乃中經首之會。文惠君曰：「諱，善哉！技蓋至此乎？」庖丁釋刀：對曰：「臣之所好者，道也，進乎技矣。：方今之時，臣以神遇，而不以目視，官知止而神欲行，依乎天理。：動刀甚微，謫然已解，如土委地。提刀而立，為之四顧，為之躊躇滿志，善刀而藏之。」

莊子對於庖丁的解牛神技，以「莫不中音，合於桑林之舞」形容之。表示庖丁的解牛技術，已經達到音樂一般的藝術境界。

音樂，因為其形式抽象，無形無相，而被視為層次最高的藝術。莊子把技術的極至，以音樂形容之，可見莊子對於藝術的涉獵與了解，並不只侷限於文學。莊子對於藝術的愛好是不能否認的；然而，他卻在思想的層面上反對藝術。這種在現實與理想層次上有不同見解，同時，又敢於表現不同見解，是《莊子》的弔詭之處，也是莊子的偉大之處。

文惠君很羨慕庖丁，請教技術如何能夠達到這樣境界。庖丁回答「以神遇，而不以目視，官知止而神欲行，依乎天理」。其中，「官知止而神欲行」是很生動的描寫：官能停止活動，而由本能（「神」）接管。這種過程，就是由技術而藝

術的過程：這種境界，就是藝術的境界。庖丁又說，他非但明白由技術而藝術的過程，他還知道通過這個過程，最後會進入「道的境界」。所謂「臣之所好者，道也，進乎技矣」。道，是庖丁的人生大目的；解牛的技術與藝術，僅只是他得道的方法。這種觀點，是莊子藝術觀的精華所在：藝術非旦由技術而來，到了一定層次，還能夠通過藝術而入道。

道是道家的追求目標，通過一種技術與藝術入道，是得道的路徑。中國素有「玩索有得」說法：任何看似好玩的事項，在精練過程中，可以因為思索，而得著更廣大的人生道理。通過庖丁解牛，莊子把這個道理說得很明白。那麼，古人對琴棋書畫的愛好與重視，是玩物乎？是修道乎？今天的所謂藝術家，已經多不肯如此深思了。

一個「進」字，把技術、藝術與道家之道，作了經典式的連結。當然，莊子在故事中，把庖丁的文化層次高大化了。以庖丁的社會地位與知識背景，怕是說不出這樣有深度的話來。

「道也，進乎技矣。」的一個「進」字，說明藝術由技術而來。這個道理看似簡單，事實上，古今多少有才氣的藝術家，因為看不起技術，而落入眼高手低之境。而又有多少努力不懈的藝術家，因為覷不破一個「進」字的奧妙，而落入工匠之列。莊子也說過「能有所藝者，技也。」清楚點明技術是藝術的基礎；技術向上發展，則可以成為藝術。

莊子在技術與藝術的轉化過程中，還提出一個名詞，這個名詞在中國藝術史與思想史中，都發生了巨大的影響；那就是「無心」。莊子說：

以道汎觀而萬物之應備。：能有所藝者，技也。：：《記》曰：通於一而萬事畢，無心得而鬼神服。

其中「無心得而鬼神服」句，說明技術轉化為藝術時候，一切動作都根據反應與本能而來；呈現出一種沒有想法、沒有機心的「無心」狀態。至於如何達到「無心」，莊子也有講法：

梓慶削木為鐻，鐻成，見者驚猶鬼神。

魯侯見而問焉，曰：子何術以為焉？對

曰：臣工人，何術之有！雖然，有一焉。

臣將為鐻，未嘗敢以耗氣也，必齊以靜心。：則以天合天，器之所以疑神者，

其是與！

莊子表示，「無心」的狀態可以訓練。這個訓練方法就是「未嘗敢以耗氣也，必齊以靜心」。不要耗氣（動氣）讓心安靜下來，就可以達到

「無心」。「無心」的狀態，也就是技術過渡到藝術後，把技術放棄了的狀態。莊子對這種放棄技術的「無心」狀態，以「忘」來表示：

工倕旋而蓋規矩，指與物化而不以心稽，故其靈臺一而不桎。忘足，履之適也；忘要，帶之適也；知忘是非，心之適也；不內變，不外從，事會之適也；始乎適而未嘗不適者，忘適之適也。

莊子用了四個忘字，「忘足」「忘要」「忘是非」與「忘適之適」來形容忘。他說，因為忘了腳，做成好鞋子；因為忘了腰，做成好帶子；因為忘了是非，得到好心情。甚至，「忘」的最後境界，竟然是連好心情也忘記了。

忘這個字，是一個會意字。它本來即是由亡和心兩個字拼成；本來就是無心的意思。看起來，忘字出現在先，無心出現在

後；無心只是莊子對忘字的解釋！而忘這個字的造字者，智慧不下於莊子啊。

關於「忘」的理論，得魚忘荃故事，最為人耳熟能詳。莊子說：

荃者所以在魚，得魚而忘荃；蹄者所以在兔，得兔而忘蹄；言者所以在意，得意而忘言。

「忘」字在這裡，除了忘記技術，進入無心的藝術領域外，還有形式與內容上的精緻解釋。莊子說「言者所以在意，得意而忘言」；言是外在的語言文字，意是內在的觀念思想。他認為內容超過形式，好觀念好思想，勝過好語言好文字。「忘言」有輕形式的味道：而這種輕形式觀念，對往後的中國藝術理論，有深遠影響。

意這個字，是一個會意字；它由心和音拼

成，也就是心的聲音。莊子對於意字的重視，還有這樣的記載「世之所貴道者，書也。書不過語，語有貴也。語之所貴者，意也」。形式與內容是藝術上最大的問題。先秦輕形式的理論家多，（例如老、墨、韓、莊）認為形式與內容並重的也多。（例如孔子的「質勝文則野，文勝質則史，文質彬彬然後君子。」單純重形式輕內容的理論，則是比較淺薄的理論。（例如六朝的駢麗文體）因為缺乏內容，形式便只是一個空殼而已。

莊子又說：

視而可見者，形與色也；聽而可聞者，名與聲也。悲夫！世人以形色名聲為足，以得彼之情。

莊子認為，「形與色」「名與聲」僅只是外在

可看見、可聽見的東西。一般人竟然以為可以從外在「形」「色」「名」「聲」上，了解其內在在世界，真是悲哀的事。莊子對於藝術形式的輕視，在宋元君畫師故事中，呈現得淋漓盡致。

宋元君將畫圖，眾史皆至，受揖而立，舐筆和墨，在外者半。有一史後至者，僮儻然不趨，受揖不立，因之舍。公使人視之，則解衣般礴贏。君曰：可矣，是真畫畫者也。

莊子說，宋元君有一個畫師，不拘理法。在眾人面前「解衣般礴贏」一脫了衣服，裸體蹲踞在地上畫畫；莊子藉著宋元君之口，說「這才是真藝術家啊」！（「是真畫者也」）事實上，該故事並未說明畫師的藝術成就如何，只是顯示出一個藝術家的任性形象。莊子從技術而藝術的問題上，終於說到了藝術家問題，特別是

藝術家的形象問題：既然藝術不須重形式，那麼，藝術家也同樣不須重形式。這種對於不拘形式藝術家的描寫，大概也是莊子自己形象的描寫。宋元君畫師「解衣般礴贏」，與莊子妻子死了，他「方箕踞鼓盆而歌」，又有多少的不同呢？由藝術上的不拘形式，到行事作風上的不拘形式，正是藝術家莊子的最好寫照。

《莊子》裡有一段文字，可以視為他人批評莊子，也可以視為莊子的自評；說明了《莊子》的寫作方法，與莊子的為文態度。

莊周聞其風而說之，以謬悠之說，荒唐之言，無端崖之辭，時恣縱而僮，不以觴見之也。以天下為沈濁，不可與莊語，以卮言為曼衍，以重言為真，以寓言為廣。：其書雖瑰瑋，而連犴無傷也。其辭雖參差，而諛詭可觀。

這段文字，把莊子與《莊子》都講得很清楚。其中，「謬悠之說，荒唐之言，無端崖之辭」與「卮言為曼衍，以重言為真，以寓言為廣」即是《莊子》的寫作方法，與莊子的為文態度。若是再細細分析，則「謬悠之說，荒唐之言，無端崖之辭」是誇張···(exaggeration)而「卮言為曼衍，以重言為真，以寓言為廣」是暗示。(implication)誇張與暗示，是藝術的基本表現手法。誇張使得藝術離開真實，進入奇幻世界；暗示使得藝術貼近真實，返回現世人生。這兩種手法的運用與否，便是作品具有文學性，與不具有文學性的差別。《莊子》當然是一部文學作品，莊子當然是一個文學（藝術家）家。

古人多以為該文言及莊子，必為他人所作。事實上，如果知道莊子是一個文學藝術家，則可理解《莊子》文中出現莊子二

字並無奇怪處。文學的寫作方式，比學術的寫作方式鬆動多了。這是許多考據家不明白的事情。

莊子是一個文學家，他的文采成為中國的一種寫作典型。莊子也是一個思想家，他的思想成為中國道家的一個重要流派。莊子藝術思想的複雜，正是因為他具有藝術家與思想家的雙重身份。

中國具有思想家與藝術家雙重身份者，莊子當推第一。西方或當推尼采第一。

莊子，是先秦諸子中的一個異數。

轉載自《聽聽諸子談藝術》

「利在當代，功在華夏文明」的

雍正帝密摺制度

◎ 袁公瑜

清順治十八年（一六六二）正月初七，順

治帝去世，八歲的三子玄燁繼位，年號「康熙」。康熙八年（一六六九）五月十六日，親政後的十六歲康熙帝，伺機除掉專橫亂政的權臣鰲拜，奪回失落的政、軍大權。康熙二十二年（一六八三）割據臺灣的鄭氏政權歸順後，康熙帝實現了國家的統一，確立了朝廷對各省地方的有效管理。

康熙六十一年（一七二二）十一月十三日，雄才大略的康熙帝駕崩於北京暢春園清溪書屋，享年六十九歲。四十五歲的第四子胤禛繼位，十一月二十日於太和殿舉行登基大典。

次年，改元「雍正」。

比起祖父順治帝、父親康熙帝的繼承皇位多少帶了些運氣，屆中年才登基的雍正帝，其繼位歲數之大於歷代帝王中甚為少見。由於是藩邸出身，他皇位接班路上走得艱辛，可說是憑著長期跟隨康熙身邊，參加過許多軍事、狩獵、祭祀等政治、文化活動實際經驗中，學習鍛鍊出的智慧取得大位。居藩邸四十餘年間，他不僅孝友有聞，亦懂得在重要場合，適時展現做為年長皇子應有的風範與氣度，凸顯其專注聖人之教的德行，以爭取康熙帝的歡心與群臣的支持。正式登基稱帝後，面對父皇晚年倦

勤，導致的官吏貪污，吏治敗壞的惡劣政治環境，他乾綱獨斷，樹立君權，事必躬親，有步驟地進行了多項以穩定政治經濟為目的的重大改革，匡正了朝臣們在康熙朝皇儲位紛爭中，各擁其主衍生出的政治動盪不安局勢。

面對朝廷權力結構的重新分配，雍正帝採取大破大立、務實除虛的求新求變之法，以擴大「密摺制度」，增強情資搜集，熟悉和掌握國家的各項政務，劍及履及展現皇帝應為之志的努力，深層次權力結構的變革，激發出朝廷活力，改善了朝廷中央與地方官箴日漸廢弛孳生的政治敗壞現象，也安定了朝廷內外政局。

為綜理天下洞悉萬方，雍正帝特許自翰林、科道以上等京官，知府、學政以上等外官，副將以上等武官，參領以上等旗員，可密封具奏的具摺者人數。為防朝廷行政弊端，他建立「密摺」運作的完整規則。一方面，明確規定

官員「密摺」的責任性、情資質量、數量的搜集等各個環節職責，落實「密摺」作為一種責任的有序性和安全性。另一方面，他也規範「密摺」涉及到情資濫用、情資洩露等一系列機密問題。

雍正帝擴大奏摺人員的範圍，使密摺達到了驚人的數量，僅《硃批諭旨》一書所收到的奏摺撰寫人，即達二百二十三人，實際奏摺人更多達一千人以上。

康熙六十一年十一月二十七日，康熙帝崩殂後的第十四天，為了維繫朝綱正常秩序，雍正帝頒布了一個令內外百官繳回康熙帝硃批的諭旨：

「諭總理事務大臣，軍前將軍，各省督撫、將軍、提鎮，所有皇考硃批旨意，俱著敬謹封固進呈，若抄寫、存留、隱

匿、焚棄，日後發覺，斷不寬宥，定行從重治罪；嗣後朕親批密旨，下次奏事亦著封進，務須進呈，不可抄寫存留。」²

雍正帝在文書往來、歸檔及保管方面，除嚴厲要求臣工們將康熙朝硃批諭旨繳還歸檔之外，還規定雍正帝本人硃批奏摺也須繳回，不得私自存留。同時設立奏事處，做為接受密摺繳呈、處理密摺直達皇帝面前的機構。

對違反繳回硃批奏摺規定有所疏失的臣子，雍正帝按律究辦，均作出適當之糾正、懲處決定，以儆效尤；雍正六年曾「署」直隸總督的蔡珪，被多鐸四世孫管理正白旗的信郡王德昭奏其家中，藏有硃批奏摺三件未繳進，犯大不敬之罪，雍正帝為導正國之綱紀，稽其所為，下詔逮蔡珪至京師。³

有的朝廷大員甚至因未執行查參隱匿硃批之人的規定，就被處以斬監候之重刑。雍正六年十二月，「原任鑲紅旗滿州都統伯四格，將蘇努隱匿聖祖硃批摺子不行查參，接任都統瑪律薩自「署」馬群總管時，亦並不查參，顯系庇黨徇私，均應擬斬監候，秋後處決一疏。奉諭旨：四格依擬應斬，著監候，秋後處決，以前查繳奏摺時，瑪律薩在口外署理馬群總管事務，與伊無幹，著免其治罪。」這一處理雖與當時統治集團內部的政治鬥爭有關，但懲處的藉口，畢竟是為了隱瞞不遵旨繳回硃批奏摺這件事，可見雍正帝推行繳回硃批奏摺之制的雷厲風行決心。⁴

雖然雍正帝再三訓諭，通令臣工嚴格執行硃批奏摺繳回之制，甚至還有大臣因私藏硃批奏摺而獲罪，但是硃批奏摺上繳的不良情況依舊持續。針對要求封疆大吏們的密摺及硃批諭

旨的情資保密工作落實，雍正帝除再三降諭，臣工們當自重品位，服膺國法，維護與重視密摺內容，讓官員們在思想上意識到密摺情資保密的重要性和必要性，避免讓非相關政務的官員或家屬獲得或知悉機密情資，影響朝政執行外。雍正帝同時規定了密摺的書寫格式與進呈、裝封及傳遞的方法，又命令選派內廷工匠特製木匣，配上獨特的西洋銅鎖加密裝備，發給外省密奏各官，使用時鎖口需加封條封著，確保運送過程安全無虞，不出任何差錯。

特製木匣的鑰匙，備有兩份，一份發給繕寫奏摺的臣子，一份收執在雍正帝手中，密摺一來一往，全程只有具摺人和雍正帝兩個人能夠開匣，別人不能也不准私自開啟。摺匣一般長二十七點五釐米，寬十三釐米，高四釐米。內用黃紙裱底，外用黃漆漆之，摺匣由內廷賜用，每人二至八個不等，摺匣的多寡，依照路

途遠近、奏摺的疏密而定。摺子用紙多為榜紙、本紙和毛邊紙，統稱素紙，均為竹紙。當時宣紙名貴，臣工平常繕寫用不起，也沒有那麼多宣紙可供。¹⁰

為求遞送過程縝密，京畿之外的督、撫等高階官員，可派遣親信家丁將摺匣專差遞送京城，將之直接呈遞予內廷乾清門奏事處值班官員收呈，直達御前。至於其他官員的奏摺一律由雍正帝指定王、大臣轉呈，兩司、道、府等微員無權逕奏，其奏摺第一次上交上司轉遞，以後則由御定轉摺大臣代轉。被指定轉摺奏摺的人，有怡親王允祥，尚書隆科多、大學士張廷玉、蔣廷錫及塞爾圖等人，如江蘇布政使趙向奎、鄂昌的奏摺送怡親王府，福建布政使潘體豐、浙江布政使參政王溯維的交張廷玉，¹¹四川按察使呂耀曾的交蔣廷錫，湖南布政使朱綱的交隆科多。這些人都是雍正帝的親信，他們只

有代轉權，無權拆看奏摺，具摺人也不得向代轉大臣洩漏奏摺內容。這種轉交的方式很嚴格，一但上奏者的奏摺被指定由某大巨代轉，則不論什麼情況都不准移換由其他大臣代轉。如雍正二年，雲南布政使李衛遣人遞送奏摺至京，本應由怡親王轉交，偏巧怡親王有事出京，被遣之人只得攜匣返滇。浙江布政使佟吉圖因未照規定把奏摺遞送至怡親王，而擅自直接交於內廷奏事處，而受詰責。¹²

密奏人收到硃批，看完後，將硃批隨同下封密摺再回繳，雍正朝為密摺，建置了標準歸檔回繳作業流程，每個程式都有一套完整的作業規定，臣工必須遵守，循序處理執行，不容錯亂。

清朝是一個以文人官僚作為統治階層的政府，許許多多懷著學而優則仕抱負的官員，在統治範圍內，各自有一套獨具的敏覺，察識應

變，以適應朝廷政治運作的生存模式。雍正五年七月，雍正帝寵臣楊文乾任廣東巡撫時，因曾出任廣東布政使，後轉任福建巡撫的「藩邸舊人」常賚，曾與總督阿克敦、將軍石禮哈等軍政要員多次向雍正帝密告楊文乾的種種不法行為，但雍正帝批評教育後並不深究，楊文乾知受恩深重，銘記在心。¹³為感恩報德，楊文乾秉公執法，整飭官員不正確的工作作風，密參常賚在署廣東巡撫任時的過錯，署撫衙門被盜竊，御賜奏摺匣鎖鑰丟失，借用將軍石禮哈鑰匙，彼此隱匿不報。¹⁴

雍正帝治國重法度，嚴吏治，從常賚御賜的密摺奏匣被盜賊竊去，擔憂被雍正帝嚴厲懲罰，只好向廣東將軍石禮哈借用奏匣充數使用，不敢私自仿製；事件凸顯出雍正朝時，群臣對密摺制度相關作業規定的謹慎與畏懼，還有臣工們在官場上生存的戰戰兢兢，臨淵履薄

心態及朝廷規定的密摺保密措施的嚴格。¹⁵

國家大事龐雜繁多涉及了政治、經濟、軍事、文化和社會民情等層面，雖不需事事保密，但是許多關係朝政決策研究的事務是必須保密不能讓人知悉；雍正帝為了防止臣工們利用密摺擅權，貽害國政或是泄私憤駕禍他人，除了三令五申加強宣導維護密摺之重要性，以堵塞洩密漏洞外；對於周知政務，下情上達，以助決策能夠更全面。他採取在全國廣置密摺人員作為耳目，針對同一事務，雍正帝會「眾端參觀」，「命令相關職司官員，分頭打探事件發展具摺回報，官員們為了凸顯自己的行政長才及傳遞忠心，彼此各懷心思強化輿情回應機制，讓雍正帝可迅速藉由數摺，多線交叉，比對參驗，掌握訊息之真假虛實，理出一個欲瞭解之事的全盤真象及應對之策。

雍正帝建置完善密摺制度的用心與認真，

使臣工們在事涉「政績」和「仕途」的自身利益考量上，對皇帝想知道的官員操守能力、地方輿情等事物，不敢不說出個道理與真象。

「天下之事無大小，皆決於上」。雍正帝雖總攬朝廷包括行政、財經、司法、軍事等大權，但國家大事錯綜複雜，不能憑藉一己之力來統治國家。要維持朝廷綱紀，確保國家活動有序運轉，雍正帝就需靠朝中分工明確的大小臣工，同心推動裨益國計民生的政策。朝政成敗既繫於分工明確的「大小臣工」身上，雍正帝要「上下同欲」，事必需擇天下賢才，置之百官，使辦天下之事，他的識人用人術，重廉能與忠心，取才之道在於聽其言，觀其行，察其心。

康熙六十一年十一月二十九日，雍正帝諭大學士等密摺薦人奏事：

「敷政之道，用人為先，然知人則哲，自古為難。臨御之初，內而大臣，以及閑曹。外而督撫，以及州縣。或品行端方，或操守清廉，或才具敏練者，爾等各據真知灼見，從公具摺密奏，勿避嫌疑。勿徇私援黨，勿沽名市恩，勿輕聽風聞，勿言過其實，朕所需者人材，但當有舉無劾。」

爾等具摺，或滿字，或漢字，各須親寫，不可假手於子弟，詞但達意。其有不能書寫者，即行面奏。至於政事中有應行應革，能裨益國計民生者，果能深知利弊。亦著各行密奏。」¹⁷

用人要疑，敢用疑人，是雍正帝治人馭人不拘一格的大膽用人觀，他從實踐中掌握臣工們的勤勉任事的操守和確定他們具有足夠的能力實踐其官權力。為有效治理朝政，雍正帝

要大學士等密奏京內衙門和京外道府、參將以上之各級文武官員的優劣情況，並指示他們不能在一起商量，以便瞭解上述各級官員的人事資料。藉著大學士等人的密摺，雍正帝仔細地從細微之處看官員們的政治操守與政治忠誠，他罷黜了相互傾軋紊亂朝政的朋黨，穩健提拔了許多具有才幹和德行的臣子納入朝中，做了許多具有開創性思維的利國利民事務。他當國十三年，勵精圖治，惟日孜孜，朝廷一改康熙朝晚期政令廢弛，官員們敷衍塞責，只做表面工夫的粉飾太平作風。

由於密摺的機密性，因此雍正帝嚴厲要求密摺的具摺人，要毋欺毋隱親自繕寫，不可假手於人，亦不可示人或與人商榷寫法，一切各寫各的。¹⁸雍正四年二月十一日，曾受命與俄羅斯簽訂一系列邊界條約知名的大臣圖裡琛，在陝西布政使任上，以其年已六十歲，在自廣東

到陝西途中，因患眼疾導致視力模糊，拿取眼鏡觀看自己所寫之字，甚為粗糙潦草，從此未敢親書，都由筆帖式等繕寫具奏為由。因此上奏摺建請雍正帝准其日後的具奏密摺，能改由他年已二十一歲的侄子代筆繕寫。遭到雍正帝以「若是甚密之事，著仍親寫，字粗糙無妨。」為由拒絕。²²由此可見，雍正帝治國崇尚嚴猛，不講情面，考核落實政策持續推動的決心，始終如一。

在雍正朝，寫密摺的官員多達千人以上，具摺官員的範圍，京官自科道、郎中以上，地方官自知府、道員以上，武官自侍衛副將以上，旗員自參領以上。有權密摺奏事的官員遍佈全國，陣容比康熙朝擴大，奏事內容也比康熙朝廣泛。雍正帝擴大採行密摺制度，主要是把奏摺作為訓誨臣工的工具，他整飭吏治中的一個主導思想，是注重儒家政治理念中的人

治，即所謂有治人無治法。²³君臣籌商國家政事，變成密摺最重要的內涵，通過密摺制度，雍正帝掌握和控制了大批官僚，使他突破傳統思維，改變政策形成模式推動的多項如攤丁入畝、火耗歸公、西南歸土改流等新政改革，得以順利展開。

雍正元年二月十六日，雍正帝為了克己勵精，容納諫諍。督促科、道，發揮稽查京內外各衙門政事，糾核百官之專責，再下諭，命科、道等官密摺言事，發揮指陳朝政闕失，使下情上達：

「皇考臨御六十餘年，凡所以諮訪吏治，通達民情之意，至為殷切。當時內而滿漢大臣，外而督撫提鎮，皆許其密摺言事。蓋因各省地方事務，督撫身親閱歷，自能詳悉周知，較言臣風聞言事勝什倍矣。朕仰承大統，一切遵守成憲，尤以求言為急。在京滿

漢大臣、外省督撫提鎮，仍令摺奏外。爾等科道諸臣，原為朝廷耳目之官，凡有所見，自應竭誠入告。²¹

為益吏治民生，中國古代監察機關設有科道之官，²²充當朝廷耳目，專以諫言朝政，糾彈百官之責為職，為皇帝「補闕拾遺」，以合天下之公是公非。但現實官場體系層層堆疊如金字塔結構的封閉緊密官官相護依附關係，在自私其利的人情世故權宜下，攀親托請揣摩上意蔚然成風，言官懷著各式各樣動機，藉風聞言事，以迎合上意。科道言官瞻徇情面的嚴重失職，讓密摺失去針砭時政之耳目功能，反擾亂國政。也有言官為沽名釣譽，彼此互揭攻訐，很多密摺往往流於隱惡揚善或為誣陷他人之鬥爭工具。更有科道言官為自抬身價，喜賣弄或自誇擁有密摺權，暗喻其為雍正帝股肱耳目，驕視其同僚。還有言官未謹守分寸，逕將密奏

內容私洩於他人，以顯身份。

為正本清源，雍正帝多次針對官員朋比黨援、作威作福營私等缺失，提出強力的警告，但還是有部份官員違法濫權。雍正七年閏七月，發覺科臣邱尚志，密奏崇文門飯銀一事，公然露洩於外，辦事疏於保密。而御史李元直察訪他人密奏之事，自我膨脹，未行密奏之先。雍正帝原應嚴行究訊，重治其等罪，以儆澆風，惟念二人是初犯，就分別罰俸，以示薄懲。宣諭：

「嗣後儻有密奏之事，朕未將本人姓名發出而本人自行露洩，或私自存稿者，一經發覺，朕必嚴行究訊，重治其罪！」

23

有資格給皇帝上呈機密奏摺是榮耀的事，既顯示了臣子忠於皇帝的心被皇帝知悉，且

臣子又得到皇帝賞識信任，因此不論京官、地方官、武官或旗員，蒙恩准有上奏摺特權的官員，各個都盡心地給雍正帝進密摺。君臣上下同欲，眾官同心，使得密摺政治成為雍正朝君臣商議國事，議定大政方針，發布政令前國家機器運轉的最重要機制。

雍正帝治國勤勉，對照顧百姓福祉、關注政治民生制度弊端和調和社會不公等事情很執著，為了洞悉下情，整飭吏治，特別重視臣子們上自政治、軍事、經濟等軍國重務，下至文、民情與地方習俗等方面內容的密奏，他曾談論他批摺情形：

「晝則延接廷臣，引見官弁；傍晚觀覽本章，燈下批閱奏摺，每至二鼓三鼓，不覺稍倦。」²⁴

為政以德，確實雍正帝的硃批訓諭，率性

直書，不做作。每摺或手批數十言，或數百言，且有洋洋灑灑多至千言者，甚至有的比原奏摺的字數還多。其硃批，有「教人為善，戒人為非」，誘導教育臣下的作用。²⁵

伴君如伴虎，密摺的出現，對各省督、撫與司、道之間、中央部院與地方之間官員的權力行使，形成一種特定的限制與約束機制。官員們在公務和生活私下的作為情況，雍正帝都藉內容極密的奏摺知悉。密摺讓大小官員們言路大開，不怕得罪人，也不擔心說錯話，卻也人人自危，不敢胡作非為，擔憂平日稱兄道弟、把酒言歡的官場好友們，被雍正帝賦予何種探聽任務？為了避免自己的「異心惡事」被揭發，釜底抽薪之法，就是平日根本不做非份之事。此外，對官場好友們亦不敢過分信任，言語與交往間、互相戒備，處處互留一手，以免己之真意為人得知，遭到出賣，輕者囚衣加

身銀鐐入獄，重者丟官喪命身首異處。如此使百官間相互猜疑、相互隔閡。此種官場上，臣工間的猜疑、不信任，自然無法形成一股與皇權對抗的力量，每一臣工唯有俯首貼耳，高度順服於皇帝的統治，一心一意報效朝廷，福澤百姓。

雍正八年七月初八日，雍正帝進一步定下回繳期限，是日內閣奉上諭：

「各省文武諸臣奏摺，經朕硃筆批示者，俱令呈繳，以備稽查。若具奏此事，而仍留硃批原摺於外，則朕處無檔案可稽，且朕日理萬機，於各案之原委豈能一一詳記，不見原批之摺，未免難於辦理。曉諭凡接到硃批者，仍照舊乘便恭繳，若具奏此事，應將原批一併呈進，如所批查辦之事尚未就緒，准將硃批存留，俟辦理具奏之時，一同呈繳。」至此，硃批奏摺繳回宮中，成為定制，也拜此

制之賜，清朝為後代中國留下了豐碩的政治、經濟、文化等珍貴史料。²⁶為那個時代的發展，留下見證。

密摺的內容包含甚廣，依其內容可分類為一、陳明性密摺，陳明地方情形如收成、糧價、雨量、風俗與治安概況。二、回覆性密摺，回覆先曾奉令查訪某人的居官情形，或查訪某一特定事件而回覆的報告。三、檢舉性密摺，以揭發官員劣蹟，檢舉弊端為目地。四、建議性密摺，密奏人員對某一問題自動或遵旨發表自己意見的報告。五、請求性密摺，就是有所請求的一種密奏。六、謝恩性密摺，謝恩性的報告，本來該用公開奏章，但是密奏人員，往往藉密摺之便，就在密摺中表示謝恩之意。²⁸

密摺這套嚴密又特殊的文書政治制度，發揮的作用是巨大的，它開啟了中國封建皇朝閉塞的下情上達管道，激勵了雍正朝臣工們，

不論位階都願在密摺中暢所欲言，雍正帝的取才用人，重視臣工們提供的各式各樣訊息，也藉由它們瞭解他治理下中國廣袤大地發生的各種公私事務，使朝廷政治決策，能全面地從「人」、「事」、「時」、「地」、「物」關心民瘼視角切入，在公共政策、官箴吏治、民生經濟、民情風俗、政治教化上，做出符合當時各省的各種福國利民政策，讓人民生活樂利，社會秩序更加穩定，達到在朝廷事務相關的政治活動管理中，控制、引導和統治層面的意志貫徹。從君臣資訊傳遞變成治國工具的「密摺制度」，在雍正朝不斷被實踐證明其治國上的價值，雍正帝運用密摺治國理政的靈活有效，成就了他治國理想，也證明瞭他自詡「朕非庸懦無能主」的事實。另外在密奏兩端的情報網絡間，反映出的臣子們對皇帝近於諂媚或孺慕的語句，以顯示臣子們的謙恭與忠誠及無以為

報皇帝知遇之恩大德的話語，這些更是讓雍正帝樂於利用奏摺的批諭，以訓誨關懷臣工，勉勵叮囑文武官員實心辦事；臣子們受教之餘，顯示出的種種皇恩浩蕩心理，展現了雍正帝高明駕馭百官的手腕，這或許是雍正帝採行密摺、擴大密摺制度的另一個重要目的。

「密摺」在雍正朝，密摺完備的成為一種上行官文書，臣子們用它來指陳有關國計民生、推薦人才及興利除弊之策，皇帝的不成文規範，使它關鍵性地扮演了君臣間溝通仲介功能的角色。

「謀成於秘，敗於洩……一人之事，不泄於二人。明日所行，不泄於今日。細而推之，慎不間發。秘於事會，恐泄於語言。」²⁰由於密摺牽涉到許多事涉改變現狀的政策制定、執行上的相關問題，及會導致內閣大學士在討論朝廷與地方事務興革時，鑒於皇帝已有定見，

而不敢提出自己的主張。因此雍正帝為避免官員們瀆職，特別強調密摺的保密性以規範官員們的行為。這種事涉皇帝職能的權威性，在官員們的心理具有威攝作用。因此，為了宦途平順，官員們行事彼此互相監視，慎行謹言時刻心存戒備，不敢擅權妄為，生怕觸怒皇威，很大程度上有效控制了官員們違法亂紀行為的發生。

「亂之所生也，則言語以為階。君不密則失臣，臣不密則失身，機事不密則害成。」

³⁰ 嚴守密摺機密，是整體性、全面性的工作，不容稍有疏忽或鬆懈。為了杜絕密摺訊息外洩，雍正帝以嚴肅紀律與教育養成，做為訓練官員們嚴守保密的方法，他再三告誡內外臣工們，除密摺具奏人之外，即使具奏人左右之親信，也不能見片紙隻字。同時下令內外臣工們需深切體認為何嚴守密摺機密、如何嚴守密摺

機密，以培養時時嚴守密摺機密、處處嚴守密摺機密之良好習性，以做到所有密摺具摺人均應恪遵嚴守密摺機密要求，提高嚴守密摺機密警覺，貫徹維護密摺機密之安全。

雍正二年九至十月間，山西巡撫諾岷的兩個兒子諾木圖和諾木布，在京城偷拆看其父親的密摺，以便有時間能儘早一步，對皇上吩咐之事預作處理與交差，事情被雍正帝察覺，嚴重訓誡諾岷之餘，並隨即停止其具摺權，日後公事只照例具本不得密摺，以示懲處警惕。

此一處罰，對山西巡撫諾岷而言，無異是宣判皇帝與他劃清界線，代表了他的政治生涯可能就此結束。諾岷知悉事態緊急，惶悚萬分，立刻在雍正二年十一月初六日奏謝硃批教誨摺上，指出自己受感情驅使，鬆懈密摺內容之保密，犯了巨大錯誤，致未能落實密摺慎密的維護：

「再，至於臣之諸子拆看皇上批諭之處，以臣深思，臣將所奏之事，皆臣親封固，交付所差千總、把總等，並令家人跟隨馳送。返還之後，臣親詳驗封皮後開啟，所賞之鑰匙，臣親裝囊佩帶，不交與他人，因此，如何能拆看。伊等看後欲何為，臣真不知其故。帶來時嚴懲之。嗣後，慎尤慎之，經請旨後，於匣子貼封間隙處，臣親寫行書字謹封二字。其賚奏人等，不令於臣第住宿，而於店房住宿。」³¹

除諾岷有子偷拆看皇上批諭，被處罰外。同年，雍正帝另發現浙閩總督覺羅滿保、江蘇布政使鄂爾泰、雲南巡撫楊名時等人，先行派親屬或親信在京，拆看奏摺，以便早一步掌握狀況，取得更從容預作處理與應付的時間，事發後，雍正帝大為震怒，決定停止他們的具摺

權，以示懲處。曰：

「凡有摺奏，據理敷陳，俟朕裁奪，何必委託其子弟親戚，在京探聽消息，料理事件，以致洩露密摺，藉生種種弊端，負朕推誠待下之意。此皆由諸臣不能自信，又不能信朕，其存心如此，則密奏又何益乎！嗣後滿保、楊名時、鄂爾泰停其摺奏，有事只照例具本。其餘督撫大吏所奏摺子，若有子弟親朋在京私開者，一經察覺，朕必將私開之人正法，督撫等照溺職例革職。決不寬貸」。³²

「類君子之有道，入暗室而不欺」，雍正三年正月二十六日，雍正帝針對部份臣工，不能嚴格自律，遵從君臣密摺規定行事的缺失，下諭：

「凡大小臣工面承諭旨，皆國家政務，

理宜慎密不可漏洩於外，各省督、撫、提、鎮、將朕摺批密諭。有同在一省、而彼此互相傳看者。有隔越鄰省、而彼此互相通知者。亦有經過其地、而私相探問者。：凡文武大吏之密奏、及朕所降密旨，俱係國家緊要事件。嗣後若有此等，一經發覺，該部概照洩漏軍機律治罪。」³²的警語，命臣工保守機密，不得用言語或非語言的方式，向任何人吐露密摺文本，洩漏機密。

雍正二年（一七二四）十月時，雲南巡撫楊名時因在奏章中洩露雍正帝密批的事情，被雍正帝責備楊犯錯的根本原因，是「其心中以為不當有密奏密批之事耳」，下令停止楊名時密摺奏事權。楊名時驚懼萬分，在雲貴總督高其倬的點撥下，楊名時於雍正三年十二月初一上奏章認錯悔過，稱洩露密摺並非故意，籲懇

聖慈鑒前愆宥，請求恢復密摺奏事權。雍正四年三月二十九日，楊名時接到聖旨：「楊名時既知過失，懇切奏請，仍准摺奏。」³³雍正四年十一月，雍正帝以雲南巡撫楊名時一再將密摺、密批載入題本，特宣諭曰：

「楊名時從前將密摺、密批洩露，朕嚴加切責，不許再用摺奏，後因伊懇求朕始俞允。……夫國家庶務殷繁，亦有不便宣露於眾者，亦有本章諭旨所不能盡者，亦有一時不能即定者，故於密摺內往來斟酌，期於周詳妥協。」³⁵

雍正三年十月七日，雍正帝在曾任巡視臺灣監察御史禪濟布的奏摺中，曰：「至於密摺奏聞之事，在朕斟酌，偶一宣露則可，在爾既非露章，惟以慎密不洩為要，否則大不利於爾，而亦無益於國事也。其凜遵毋忽。」³⁶

雍正七年（一七二九）六月十八日，雍正帝給大學士鄂爾泰的侄子、陝西寧夏道員鄂昌的硃批：

「汝等微員亦令摺奏之意，不過廣朕耳目。所奏縱有謬誤失實，斷不加責。但密之一字最為緊要，不可令一人知之，使汝叔（鄂爾泰）亦不必令知也」³¹。

雍正帝勤於政事，每天工作時間很長，常在拂曉之前御座於乾清門聽政，和內閣、六部官員談國事，晚上在燈下，批閱他每天收到的各省大小文武官員的密奏，密摺紛至邐來，每日收件多少不等，有時一日二、三十件，有時會多達五、六十件，所有密摺都親自閱覽，逐字逐句圈點，並詳加硃批；硃批的內容視密摺的報告事情而定，有時只批知道了三個字，遇事有感而發之時，洋洋灑灑批上百字表達自己的意見，甚至下筆多達千字，不需擬稿的提

出具體改善方針硃批也所在多有，有時他的御筆硃批反覆訓諭，內容比大臣們寫的密奏報告字數還多，這些林林總總全來自於他對朝政的「用心」。

從雍正帝當年所批的硃諭中，我們不難看出他確是有一套處事治人的方法，而他的硃批諭旨可以說就是實行這套方法的一種有效工具。所有地方上施政的良窳，官員之才可否堪用的體察，他無所不知。雍正帝不時的用硃批來調查官員們的官箴，搜集他們的情報。……因此他雖深居宮中，卻不自我封閉，對各地的人事情況瞭解甚多。³²

硃批諭旨的一字一句，皆出於雍正帝親裁，非如外廷宣佈之諭旨，尚有閣臣之撰擬。然而，雍正帝並不為其所累，每日燈下殫竭苦心之時，依然以求言為急。如果僅就《硃批諭旨》所選雍正元年奏摺予以統計，共有

三百六十四件，尚不算為巨。

若按檢出付之劄劄實不過十分之二、三估算，雍正元年全部漢文奏摺應為一千二百至一千八百餘件。倘若加上清宮所藏雍正元年滿文硃批奏摺四百九十五件，雍正帝在雍正元年共批閱滿漢奏摺，至少在兩千餘件以上。與此同時，雍正帝並未因重視奏摺的批閱而忽略或減少對題本的處理，相反，卻諭令「大學士馬齊，每日所奏本章毋令堆積，著將本多送」。據內閣《批本處檔》的「本數總冊」記載，雍正元年處置各類題本總數為一萬零四百九十八件，雍正二年高達一萬三千三百二十七件。³⁰

藉由密摺的雙向溝通，雍正帝獲得了很多來自全國各地關於稅賦、食糧收成、教育、軍事、邊防及政敵們的動向等的情報訊息動態，也瞭解了許多政務推動中實際碰觸的一些問題，雍正帝都曾以密諭的形式，向主管相關事

務的臣工們，做政策執行失靈後，針對環節與癥結修正的看法，而臣工們也都竭盡所能，妥善的表達自己的意見或秉旨承辦。

良好的溝通機制，有助問題的解決。密摺的推行符合了雍正帝要求的「下情上報」與「上情下達」的兩大功能，但相對的日夜不分的燈下逐條省覽看密摺，也讓他的身體健康付出極大的代價。

雍正七年冬至八年秋間，雍正帝得了一場大病，從此元氣大傷，像初政那樣，「晝則延接廷臣，引見官弁，傍晚觀覽本章，燈下批閱奏摺，每至二鼓三鼓」，不以為苦反以為樂，六七載如一日地勤政，已一去而不可復返了。³¹

為了掌控政局，雍正帝通過用多種管道，洞察社會輿情民意官箴；對臣下，他實施的是

賞罰併進恩威並用兩手策略，利用臣僚因各司其職之故而暗中互相刺探監督，將軍和布政使可以私下訪察密報總督、巡撫的工作情況；總督、巡撫也要按照皇帝的批示，提供其所知悉的情報，大臣之間彼此爾虞我詐，人人都自以為是事君以忠，一心為公的皇帝親信奴才。

雍正八年（一七三〇）七月初七日諭：

「虞書曰明四目達四聰，先儒註曰，廣四方之視聽，以決天下之壅蔽也。蓋天下之患，莫大於耳目錮蔽，民情物理不能上聞。則雖有勵精圖治之心，而措置未必合宜，究難成一道同風之盛。朕又以督撫一人之耳目有限，各省之事，豈無督撫所不及知，或督撫所不肯言？於是又有准提鎮、藩臬具折奏事之旨，即道員、弁等亦間有之。此無非公聽並觀之意。欲周知外間之情形而已。」⁴¹

兼聽則明，廣博、繁密的密摺內容，給雍正帝的勤政，開闢了廣泛的情報來源，使其身居九重內，仍能及時且較真實地洞悉全國的政治、經濟、社會形勢，以及各地風土人情和各級官員的所作所為，通過這種不同層次官員收集的資訊，雍正帝能以證據為基礎，從大局考慮各層面的做出革除積弊推行政治經濟改革的決策，完成了他以勤政治天下的政治抱負。此外，密摺整合了官僚結構各部門的運轉機制，其秘密支配政治權力形成、秩序規則、政治責任和行使的過程，規範了國家社會各個領域發展，成為官員們共同遵循的廉能政治標準與治國價值基礎。流風所及，更意外的使得雍正帝之後的每個清朝皇帝，雖然秉賦各異，卻各個都勤奮治國不敢懈怠，只要想到朝政的振興，就會追憶雍正帝「察察為明」的精神，希望有所借鑒，將雍正朝運用密摺掃除積弊推行

新政的革新精神，作為政治更新的一種動力。

42

在康熙朝錯綜複雜的皇位繼承問題上，雍正帝做為一個行事風格內斂、律己甚嚴的介入旁觀者。他不僅比別的皇子們多了一份心計和政治手腕，還多了一份更細緻的區分知覺。繼承康熙帝大業「君臨天下」後，雍正帝的政治思想有兩項顯著特點，第一個特點是重實際而不尚理論，政治上關注的焦點是要採用怎樣的統治手段，才能保住自己的皇位，所以他的核心政治思想是站在「帝」的立場角度「看」及施政的實際領域「做」。

為了周知中外情況，徹底粉碎皇族官僚等的朋黨。他勵精圖治大展宏圖，在監察弊政上，他不僅依靠文官政制中的都察院六科給事中和各道監察御史共同負責對京內外官吏的監察，以確保他的皇位安全和政治清明；同時他

運用密摺和自己的皇宮侍衛，讓他們忠實地執行交給他們的各種不同的特殊監視任務，刺探包括官員、宗室成員的言行，這些秘密收集調查對象資訊的偵查方法，遍及閭閻。⁴³

作為北方遊牧民族創建的王朝，清王朝帶有貴族制特徵，由皇室及近支貴族拱衛著最高君王。表現在禁衛制度方面，就是優先選取貴族子弟充任皇宮侍衛，不少滿族朝臣最初入仕都是從侍衛做起，因而皇宮侍衛機構事實上成為培養滿族官員的基地。清朝紫禁城內，執行宿衛任務的禁衛人員，分為掌守門戶和侍從兼宿衛兩種，第一種是禁衛軍護軍營和前鋒營將士，第二種便是侍衛。⁴⁴

侍衛制乃清代一項獨特制度，內廷侍衛系統是清代侍衛制之核心，由御前大臣、御前侍衛和乾清門侍衛共同組成，三者俱無定員。御前侍衛與乾清門侍衛統稱內廷侍衛，⁴⁵是貼近

皇帝身邊護衛的近臣，^ㄟ職階上分為一等、二等、三等、四等與藍翎侍衛。^ㄚ

向來滿洲世僕等，以侍衛、拜唐阿為近御差使，視為最榮。侍衛在八旗體制下具有十分特殊的地位，侍衛是官而非兵，為清帝提供衛戍、隨扈、隨圍以及服侍工作，具有明顯的「近御」特征。他們與清帝結成這種直接、密切的關係。^ㄞ侍衛的甄選相當嚴格，多為勳戚大臣後裔世襲，宗室秀彥、外藩之侍子亦得以選，一般都是皇帝親信和武勇之人；一等侍衛官銜是正三品，在武職京官中，可當到前鋒參領、護軍參領、驍騎參領、王府長史等職；在武職外官中，可當到城守尉、參將、指揮使之職。一個城守尉一般可領兵數百名，在部份具有特殊戰略地位的邊城重鎮，甚有領兵超過千人之多。二等侍衛是正四品，三等侍衛是正五品，藍翎侍衛是正六品。

侍衛擔任皇帝「侍」與「衛」的工作，除了品德誠樸，體格健壯的要求，還需謹言慎行，任勞任怨。在皇城內任職，侍衛因經常隨侍皇帝出巡，有機會藉地利及職務功能性的有利條件，突出個人形象的建立而受到皇帝賞識提拔，派赴地方上擔負重任。侍衛們在工作上的表現，被視為是檢視是否足以讓皇帝覺得「你辦事、我放心」的能力檢驗測試，並作為未來能否在政治場域更上層樓的發展潛力指標。

清代疆域遼闊，為了讓地方行政運作順暢，清初沿襲明舊制，全國設立直隸、兩江等八個總督轄門和十八個巡撫衙門；這些封疆大吏責任繁重，分別掌管一省至數省的軍政、民政事務不等，他們接受皇帝調度兵馬、舉核掌管託付、保境安民之責，對地方上的民生經濟及政治活動都要掌握瞭解，隨時通過密摺，將各種情資提供予皇帝知悉；權大位高的職階，

突出了督、撫的顯貴，卻也因他們手握專權，自身也成了皇帝擔憂猜忌的重點監視對象。

雍正帝把人看做是行政的第一大事，他在選人、用人方面有其極具政治智慧的手腕和獨特的方法。他在給大臣鄂爾泰的批示中說：「治天下惟以用人為本，其餘皆枝葉事耳」。

這是他瞭解要治理好一個地方，必先得到優秀幹練的臣工不可。將政事委諸臣工，又怕彼等爭功諉過粉飾太平，危及朝廷；憂慮政權落入他人手中的惶恐，使雍正帝在潛意識中有種擔憂臣工們不忠的危機感，因而惕勵自己必須居安思危，隨時保持「危機意識」；那些被外派在地方封疆大吏身邊充當耳目，承擔刺探大小機密重責大任的內廷侍衛，功能類似中國古代軍隊征戰時的監軍，差異之處為監軍職責在明，侍衛任務在暗。他們每日隨侍封疆大吏左右，表面上職司工作崗位上的人身保護之責，

暗中他們另有一個非常重要的隱匿職能，就是訪查偵伺封疆大吏們的政治忠誠度與工作上有無利用職權營私舞弊，有辱官箴等情事及軍隊調動記錄的重責大任，隨時隨地密摺給皇帝知悉。讓皇帝有時間及早剪除對皇權的潛在威脅，弭患於無形。

人的思想瞬息萬變，有些形之於外，有些則深藏內心。從政治權力結構角度看，在天子腳下的京畿地區，雍正帝自然有能力完全掌控全域；但在地方上，天高皇帝遠，為了放心，他自然會另闢蹊徑，委侍衛以密摺之任，到地方上各省私下偵察，養成暗中從事伺訪總督或巡撫有無不法情事的權力；各省封疆大吏的權威來自皇帝，君臣位勢懸殊，受限皇權，他們對皇帝安插指派的侍衛，下鄉協助治理的強勢作法，即使不以為然，往往也無力抗衡，不得不就範。

身為一個侍衛，「食君俸祿擔君之憂」儒家思想下，認知的能步入仕途、加官晉爵的仕宦發展，雖是出於朝廷「首崇滿洲」政策上的考量，但換個角度想，這也意味著是朝廷對其家族及個人能力上的一種信任與倚重的體現。因此基於朝廷體制，忠誠效力皇帝，是享受這種權利理應付出的責任與榮耀。侍衛們平日工作上的教化訓練，潛移默化的引導他們，養成了隨時為保護皇帝人身安全犧牲性命的勇氣，而在一些為支持朝廷決策的政治任務中，皇帝的信任與託付，需要他們扮演什麼角色，或採取任何行動時，他們都要把個人的生命、榮辱得失，完全置之度外，毫不遲疑地遵照皇帝的指示，擔負起捍衛皇帝的重任，矢志不渝達成任務。

侍衛們許多屬於職掌以外的如「監視刑賞，奏察違謬」等工作，大部份是因應國內外

政治環境變化之需要，由皇帝所決定，而非出於他們攬權干政。因此，被差遣執行「不見光的秘密耳目」，當然對任務有些受寵若驚，但他們既處處仰荷天恩，聖諭重於法律，自然對奉命刺探他人隱密也視為職司所在，再者君主專制時代，一榮俱榮，一損俱損，拒絕探聽任務，要付出的代價恐怕不僅是革職治罪，失去性命，甚至先人浴血奮戰奠定的顯赫殊榮、世襲軍功的封爵俸祿，整個家族榮耀都可能賠上。

耳目是使用於政治鬥爭和統治中的一種不可或缺的秘密偵察力量，更是防範和打擊政敵活動行為的重要工具。耳目們行藏進退，只帶眼耳不帶嘴，面對封疆大吏在朝政時局與社會變動的議論，不吭聲，只悄悄將「話語中有價值的部份記錄下來」，隨時透過密摺匯報上去。

為求萬全，雍正帝以侍衛做為監控封疆大員的重要耳目，名義是給督撫使用，其實是監督督撫的行動。透過這些耳目們的秉公據實秘密奏聞，雍正帝能清楚大員們的能力和操守、政敵的行動、皇權的安危、熟悉和瞭解朝政得失，達到臣不能欺君，亦不敢欺君的功效。

雍正元年（一七二三）九月七日，湖廣巡撫納齊哈奏請侍衛趙宏基，俟開缺擬補摺中指

「欽差侍衛兼阿達哈哈番趙宏基於八月十八日抵達湖廣，目下湖北地方尚無相當品級知府道員之缺，嗣後視湖南湖北相當員缺可用者，俟開缺後，奴才再與總督楊宗仁商擬其缺，奏請皇上補任。」

50

當過直隸總督的李紱，在其所著《穆堂別

稿》〈議復武職陞選之法疏〉一文中，^[2]指出兵部條陳第十款之藍翎侍衛與世職人等一體補用守備，停其補用都司一職之不當，似宜循舊例。其文中明白寫出藍翎侍衛是皇上「揀選內廷學習之人」，與廕自父祖功名之世職人不同。

另在〈請分發候補侍衛疏〉中更指明三等侍衛王守國，藍翎黃正、張大烈、李大隆、郭琳、段興震等六名將分發至其所屬直隸府任職的侍衛中，有五人係「奉旨甚好之員」。^[3]從李紱奏章中，可明確看出派在地方封疆大員身邊的侍衛，其出身與任官和雍正帝之甄拔關係密切。

「書中自有黃金屋，書中自有顏如玉」，幾千年來中國的官場文化，核心價值就是金榜題名升官發財。為了有效遏止官場上的貪污分贓腐敗惡習，雍正帝會機動差遣侍衛們，伺察

一些不為人知的秘密查貪任務，並設定階段性目標，確保使命達成。

雍正二年二月十三日，雍正帝為打破官場官官相護陋習，特派當時擔任護軍統領的納親，去四川訪查巡撫蔡挺及四川省的鉛礦事宜，在密摺中，納親提到：

「奴才欽奉聖主訓諭來至四川，以訓練滿洲兵。此外，又暗中詳細訪查巡撫、布政使之居官及地方上應奏之事。：現將奴才所聞所知之處，謹密奏聞於皇上。硃批：此事所行可嘉。：蔡挺所得米稅等項數目，要妥為留心查訪記住，你若洩露於人知曉，則可想朕之耳目，其患不輕，謹密之。」⁵³

凡事利弊均半，由於耳目工作紛繁複雜，具有其特殊性和高度的敏感性。因此雍正帝用

侍衛為耳目，雖用人不疑給予其充分的信任，但在工作實際運作時，偶也會出現耳目為自己謀私利、被收買，致出現情報失靈問題。對辜負聖恩，工作不力，貽誤公務，滋生腐敗之事的侍衛，雍正帝處置果斷嚴懲不貸。

古代中國，凡是得以步入官場，介入君主政治系統者，只有遵守官僚體制內的法律和規章制度，馴服於權威認同和權威崇拜規範，才可能在權力分享和利益分佔方面，得到最大限度的滿足，並且在仕途的攀遷通達順暢，如果介入之後卻不遵循官場文化與規則，處處與體制作對，則非但升遷不易，而且多半不會有好下場。⁵⁴

權力使人腐化。雍正年間，風雲際會名噪一時的西征大將軍年羹堯，⁵⁵能文能武有才幹，身為藩邸舊人，榮膺封疆大任，督兵剿撫平定青海羅布藏丹津叛亂得勢後，驕縱跋扈不可一

世。其帳下扈從的侍衛，就有部份是由雍正帝派遣的親信侍衛在效力，那些侍衛身負皇帝指派監視年羹堯行止的秘密任務，應該隨時隨地向皇帝密報年羹堯在工作及生活起居上的作為。不過那些侍衛眼見年羹堯稱雄西陲，聖眷正隆，一手可遮天地位與大權在握，獲年羹堯以軍功舉薦的官員，吏部格外重視，稱為「年選」。加上年羹堯又知曉他們底細及使命，對他們恩威並舉，使他們畏服，懼怕在宦途上錯失終南捷徑，因此在年羹堯軍前不實心任事，反極力鑽營夤緣阿附，秘奏給雍正帝的密摺中，對年羹堯的表現充滿了吹捧誇讚。

年羹堯擁兵自重，目無法紀。雍正三年（一七二五）三月，上奏摺誤將「朝乾夕惕」寫作「夕惕朝乾」獲罪，四月被解川陝總督職，調任杭州將軍。

時空的交錯，導致那些被派在年羹堯帳下

效力的侍衛們，因生存的投機而走上政治錯誤的道路，他們將自己透過各種渠道搜集來的情報，擅自做出過濾性選擇、修改或移除，使得雍正帝苦心佈建的監控機制完全失靈，得不到任何想瞭解的真正訊息，讓雍正帝無法正確地獲取所需的情報。朝廷體制，侍衛們仰賴皇帝的恩澤而得到富與貴，沒想到他們在政治場域中，卻做出算計力與細節執行力都不足的選擇，欺瞞皇帝是不忠君的大逆不道行為，雍正帝對侍衛們在工作上所犯的政治失誤，大為憤怒，為重振朝綱，命令部份利慾薰心，不懂知所取捨，聽憑年羹堯使喚，給其「前後導引，執鞭墜鐙」的不成器侍衛，不必回京，跟隨年羹堯前往杭州學習，再聽處置，這些侍衛們受年羹堯的牽連，出路受限。

年羹堯赴杭州途中，雍正帝不放心，為了掌握他赴浙江沿途，是否有驕橫霸道，對官員

顯指氣使之不法情事，特指示河南巡撫田文鏡調查搜集年羹堯的罪證，田文鏡即密差時在河南省試用的侍衛白琦，跟蹤混入年羹堯車隊，伺機蒐集情報。⁵⁷用皇帝的親信耳目去察看，雍正帝自然相信，然亦表明赴各省的侍衛的特務性質。⁵⁷雍正三年五月十九日，雍正帝著令時在年羹堯帳下效力的高其倬回京，而據《永憲錄》載，一同返京的還有侍衛查爾扈。⁵⁸由雲貴總督高其倬十一月十二日（此時距年羹堯問斬只差半月）的奏摺可知，其弟高其倬原先一直在年羹堯帳下。年羹堯倒臺後，高其倬蒙恩升授三等侍衛。以此觀之，高其倬或也是在年氏帳下衛雍正帝蒐集情報的耳目。⁵⁹

雍正九年（一七三二）十一月二十一日，副都統銜一等侍衛阿成阿在奏謝賞兵丁名份摺上，雍正帝批寫「爾每次另繕密摺具奏。保密。諸事據實奏聞，毫無保留，勿加隱飾：

盡力效勞，務符朕期盼爾之意。」⁶⁰正因為有這些派赴各督撫署衙效力的侍衛和密摺制度，讓雍正帝對各地官員的官聲和作為瞭若指掌。

61

據《雍正朝進摺人員考》統計，繳回硃批奏摺制度保存下來的滿漢文奏摺統計，中央京城、宮殿保衛機構官員包括領侍衛內大臣、步軍統領、宮殿守護侍衛等官員。其中單獨進摺或領銜進摺者有二十六人，今存件一百五十二份。名單是：署步軍統領鄂善四摺、步兵翼長顏達禮一摺、領侍衛內大臣額滕尼一摺、哈達三十摺、哈達哈四摺、科西圖六摺、馬五一摺、薩睦哈六摺、誇岱六摺，欽差內大臣海望一摺、散秩大臣阿爾蓀一摺、策凌七十四摺、色楞四摺，正白旗三等侍衛袁士弼一摺、楊垣一摺，正黃旗三等侍衛周儀一摺、寧弘道一摺，正黃旗二等侍衛畢英一摺、二等侍衛納蘭一

摺、正白旗二等侍衛施景範一摺、正黃旗藍翎侍衛陳光祖一摺、鑲黃旗藍翎侍衛六十五一摺、黃天寅一摺，侍衛安楚庫一摺、侍衛達錫一摺、正白旗侍衛納齊布一摺。另外，隨摺列名京城、宮殿保衛機構人員有二十一人。他們是：委領侍衛內大臣世子廣善、領侍衛內大臣覺羅蘇路舒魯，三等侍衛杜蘭滿，一等侍衛哈達訥、南岱、博勒多、博勒奔察、玉珠、二等侍衛富諾、愛珠哈、吳都立、特庫、三等侍衛莽噶那、渥赫、庫楚、吳立珠，頭等侍衛蔡勇漢等。⁶²

雍正朝這麼多侍衛，被派往全國各地大小官員們身旁執行跑腿幫轎、承旨辦差任務，說明雍正朝具有秘密查訪官員政績和為人任務的內廷侍衛，人數不少，他們兼籌並顧，發揮所長為雍正帝在全國範圍內布下一個情報網，多元的內容如謝恩、請安、官員操行、軍事動向

等，具有相應的監察、情報、聯絡感情、交換意見、施政行令等職能作用，其所形成一個屬於雍正帝獨有的完善資訊偵測系統，在雍正朝政治運作中扮演了「無聲要角」的重要角色。

「明主治吏不治民」，雍正帝通過侍衛們秘密考核官吏的監督機制，規範了官員的言行，加強了對官員的控制與管理，開創出封建時代朝廷對官員考核監督的另類行政革新，將中國古代政治架構中考核官員的制度，推向一個新階段，讓整個官吏的監督考核機制更完備，既利於雍正帝洞察下情，也利於雍正朝倡廉懲貪的官箴整飭，更對維護雍正朝的長治久安發揮了積極的作用。

結論

雍正帝使用的「密摺」制度，初為特定人士直接上呈皇帝的機密報告，不經一般公文程

式，不經內閣公開處理，為君臣私下秘密通訊的函件，非政府的正式公文，無法理上的地位。⁶³目的是在於強化皇帝情資的搜集，以化解蒙蔽之弊，此種企圖，在天高皇帝遠、地廣人多的中國，確實扮演了政治體系中一個非常重要的角色；康熙父子藉由自創的改革式情報系統「密摺」制度，消除了君與臣時空上的障礙，這種通過文字傳遞訊息的君臣互動，的確發揮了設計它與使用它時所期盼的初衷，讓「下情上報」與「上情下達」兩大功能互相交織，形成一個縝密的情報網，不但搜集許多來自社會各階層的情報資訊，讓皇帝瞭解民意，更有助於推動康熙朝與雍正朝的政治發展，對封疆大吏來說，密摺也成為他們政治治理上的「錦囊」，藉由密摺這樣的指導功能，適時補充了封疆大吏在執行皇帝命令時，力有不逮之處。

「密摺」制度由於其秘密和非正式性，其

初始如果不是因為雍正帝期盼得到一項資訊「輸入」的功能而擴大使用它，或許會一直不為人所知；雍正帝在即位初年，就詔令持有康熙帝硃批奏摺的人必須將它們立即上繳，對那些隱匿或焚毀奏摺的人將給予嚴厲懲罰，以後每一個收到「親筆密旨」的官員，必須在下次上奏摺時將其交還。遵照這一指令，這使得康熙帝私人化的體制，不再是那麼的個人化了，一七二三年開始，一切都會記錄下來。⁶⁴

「密摺」的廣泛使用，使清代中央決策資訊的「輸入」系統，更加準確、可靠。另外，清政府還規定了各類事情上報期限及違限懲處方法，並對加工過程也採取了嚴格的時間限制，提高了資訊輸入、加工過程的有效性。⁶⁵

雍正帝接手康熙帝採行地密奏制度，將其發揚光大，他重視證據調查、歸納，從中開闢了廣泛的情報來源，各種不同階級的臣工，基

於神聖使命，反映的各種多層次的情資密摺，使雍正帝即使身居深宮，也擁有旁人無法能及的優勢。臣工親寫奏摺，報告客觀的事象搜集。皇帝親批硃諭，進行主觀的分析，雙方一切訊息往來，都在隱密中進行各種研究的結論。

「密摺」制度可說是中國傳統人君統治術的再度體現。康熙、雍正兩位皇帝所建立之清代密摺制度，其最重要與最原始功能，即在於強化皇帝資訊之收集，以化解閉塞之弊，此種企圖，早於春秋戰國時期法家的理論中，就已有深刻的闡發。《韓非子》〈內儲說上〉中，有關「御臣七術」之一為「眾端參觀」，其為「觀聽不參則誠不聞，聽有門戶則臣壅塞」，其意為國君要有多方的消息來源，不能只有單一消息管道，否則若似不聞，一定會遭蒙蔽。《八經》中亦有「參伍之道」，即詳細多方察

考，以知臣下實情，防止奸邪；其原則為「行參以謀多，揆伍以責失」；反之，「不以眾言參驗，用一人為門戶者，可亡也。」《韓非子》〈亡徵〉。因之，清代「密摺制度」可說是法家「眾端參觀」與「參伍之道」的實踐。由「密摺制度」的實施與擴大，再次證明中國傳統的政治文化是儒法互補，或者是外儒內法。

「其臣有姦者必知，知者必誅。是以有道之主，不求清潔之吏，而務必知之術也。」「密摺制度」建構起來的是一個專屬於皇帝的情報網，監督的主要對象是臣子。皇帝為這個情報網的收網者，皇帝從「密摺」中研判過慮紛然雜陳的情報之價值，即可窺知臣工們之居心及瞭解全國各地的政治、經濟與社會形勢發展，以及各地風土人情和各級官員的所作所為。「密摺制度」雖然只是一種無形的文書制度，但它所產生的影響卻遠遠超出一般衙門的

功能。⁸⁸

天下之大，並非皇帝一人所能獨自管理。

雍正帝對於密奏制度有過如下的說明：「臨御寰區，惟日孜孜，勤求治理，以為敷政寧人之本；然耳目不廣，見聞未周，何以宣達下情，洞悉庶務。…」由此可見雍正帝是想溝通上下之情，以便集思廣益，以利政務推行，才加強密摺制度的。其次，雍正帝也把密摺作為訓誨臣工的工具，他整飭吏治中的一個主導思想，也是注重儒家政治理念中的人治，即所謂有治人無治法，因此培養政治人才，進行政治教育，也多藉密摺來發揮功能，他在密摺的批諭，也是教誨之旨居多。⁸⁹最後，則是藉「密摺」制度，對其臣工治事之是否果真公、實，是否無欺隱，能否執其宜，能否廉能等等，做嚴密訪查，以確保其馭下方策之運用成功。⁹⁰至於雍正帝擴大密摺奏報的層級，以及建立按期

繳回密摺的制度，則是制度上為順應時代潮流，必須不斷調整與創新的與時俱進改變，不是文書上的改變。⁹¹

在雍正帝的統治歲月中，君臣間使用「密摺」言事的權力互聯運作，形成了一套完整的制度。「密摺」政治的機密性及功能性，不但對雍正朝的政局穩定和強化統治起了積極作用，其在中國政治制度史上也有著非常獨特的地位。康熙、雍正兩帝利用「密摺」批諭，做為提出意見，問候官員或給予勉勵的統馭與溝通的柔性管道，對清初出現長達百多年盛世的局面，更是有著承上啟下的直接而深遠影響。「密摺」政治的靈活運用，可說是雍正帝將君主集權專制政體發展到極致的統治術中一項最不可缺的軸心工具。

作為封建時代最後的一個王朝，清代在整個中國歷史上有它特殊的意義與定位。從不同

的視角出發，檢視「密摺」在政治上呈現出的不一樣功能面貌，對理解雍正朝的政治發展，意義重大。在以前沒有錄音機、錄影機、電視、電腦的時代，要瞭解當代的歷史，就只能靠著這些文書上面的文字，才能知道當時在何時、何地發生何事？當事人如何面對？做了何種決定或處理？以及事情的結果與對後來的影響。¹²

利在當代，功在華夏文明。雍正朝及其後的各個清朝歷代皇帝治國理政，所留下來的這些豐碩的政治、經濟、文化等珍貴史料「密摺」檔案價值，隨著年代的久遠，將會越陳越香、歷久彌新。

註解：

1. 馮爾康，1985，《雍正傳》，北京：人民出版社，1985年，頁252。
2. 戴逸與李文海主編，〈聖祖康熙四十六年起世宗雍正元年止〉，《清通鑑》（六），太原：山西人民出版社，2000年，頁2633。
3. 故宮博物院院藏兩件最早回繳「硃批諭旨」記錄，其一是康熙六十一年十二月十七日，山東巡撫黃炳謝恩摺內，明載將十二月十五日所奉硃批繳回，其二是康熙六十一年十二月十八日，江寧巡撫吳存禮奏繳硃批一匣四十三封。馮明珠，〈硃批奏摺展〉，《故宮文物月刊》，頁70。
4. 奏事處分內奏事處與外奏事處，為清代皇宮中內廷機構之一。朝廷大小臣工凡屬奏報個人或有關他人事件，或機密事件，均用奏摺。這種上報文書，不像上報例行公事的題本那樣是由通政司衙門代轉，奏摺則是通過奏事處直達皇帝面前。單士元，〈清宮奏事處職掌及其檔案內容〉，北京：故宮博物院，1986年，期1，頁7。
5. 清代官員任職，分為實授、署理、護理等。「實授」

是正式任命，「署理」是暫代和試用，「護理」是低階官員兼任高級官員職務，名分上的等級差別，在俸祿上也不同。

6. 〈蔡琰〉，《清史稿》，卷293，列傳80。

7. 朱金甫，〈清代奏摺制度考源及其他〉，《故宮博物院院刊》，期2，1986年，頁10-19。

8. 屈春海，〈清代奏摺〉，《清宮檔案解讀》，北京：華文出版社，2007年，頁18。

9. 姜舜源，〈揭開清代奏摺的真相〉，2016年12月7日，大公網，上網檢視日期：2020年10月10日。

10. 〈奏摺〉，中國第一歷史檔案館，上網檢視日期：2020年9月10日。

11. 浙江布政使參政王溯維在康熙三十九年（1700）與張廷玉、年羹堯等人一起考中進士。因從不媚上，仕途歷經二十多年仍然是縣令。他無論在哪裡，舉凡刑名訴訟、辦學興教、農桑棉麻水利海防等政務，他都公事公辦，辦事果斷，王溯維的清廉與慎勤，贏得了百姓與朝廷的稱讚，在康熙朝與雍正朝時期，王溯維先後向朝廷上奏章九摺，多次被皇帝

召見，足見其任事之能。

12. 唐玉萍，〈雍正朝密摺制度管窺〉，《赤峰學院學報：漢文哲學社會科學版》，頁52。

13. 王志明，〈雍正帝整飭福建糧倉與吏治〉，《人文及社會科學集刊》，頁508。

14. 王鍾翰（校），《清史列傳》，北京：中華書局，1987年，頁977-979。

15. 常賚，納喇氏，滿洲鑲白旗人，鎮安將軍瑪奇子。事世宗雍邸。雍正四年，擢福建巡撫。廣東巡撫楊文乾言福建倉庫虧空，上命文乾清理，即移常賚署廣東巡撫。六年，調雲南。常賚在廣東，盜竊奏摺匣鎖鑰，隱不奏；又與將軍石禮哈等訐文乾。上諭曰：「常賚朕藩邸微員，以其謹慎，擢至巡撫。乃盜失摺匣鑰匿不奏，尚得謂無欺乎？且與石禮哈等黨同伐異，其罪不可貸！」奪官，赴廣東待鞠。論斬，上推瑪奇，下雲南舊功，特赦之。〈常賚傳〉，《清史稿》，<http://guoxue.baidu.com/page/c7e5cab7b8e5297.html>，上網檢視日期：2024年10月8日。

16. 「眾端參觀」，「端」是頭緒、觀點的意思。「參

- 觀」是參驗、觀察的意思。合起來就是廣聽取眾人的意見、觀點，然後進行參驗比較。目的在於瞭解事情真相，以便於決策而不被人所蒙蔽。
17. 戴逸與李文海主編，〈聖祖康熙四十六年起世宗雍正元年止〉，《清通鑑》，卷79，太原：山西人民出版社，2000年，頁2634。
18. 顧慕晴，〈資訊不對稱與奏摺制度之研究——清世宗朝的分析〉，頁15。
19. 《雍正朝滿文硃批奏摺全譯》，中國第一歷史檔案館譯編，合肥：黃山書社，1998年，頁1273。
20. 莊吉發，〈德治、法治、文治——從奏摺制度的沿革論盛清諸帝的治術〉，頁10。
21. 戴逸與李文海主編，〈聖祖康熙四十六年起世宗雍正元年止〉，《清通鑑》，卷80，太原：山西人民出版社，2000年，頁2657。
22. 清朝的監察機關在雍正元年（1723），將六科給事中併入都察院後，同樣也負責監察中央地方百官的任務，形成所謂「科道合一」的情形。葉信亨，〈清朝初期監察制度的運作與奏摺的形成〉頁117。都察院下轄六科十五道。六科是指吏、戶、禮、兵、刑、工，各有掌印給事中滿、漢各一人，給事中滿、漢各一人，六科給事中的職權主要是「掌言職，傳達綸音，勘鞫官府公事，以註銷文卷，有封駁即聞。」十五道監察御史，職權為「彈舉官邪，敷陳治道，各覈本省刑名。」趙爾巽等，1981，《清史稿》，臺北：洪氏出版社，卷115，頁3302-3307。
23. 郭成康，〈十八世紀的中國政治〉，臺北：昭明出版社，2001年，頁114。
24. 馮明珠，〈知道了——硃批奏摺展〉，臺北：國立故宮博物院，1994年，頁51。
25. 陳捷先，〈雍正寫真〉，頁139。
26. 顧慕晴，〈資訊不對稱與奏摺制度之研究——清世宗朝的分析〉，頁19。
27. 馮明珠，〈君臣對話：硃批奏摺展介述〉，《故宮文物月刊》，2004年，頁87。
28. 黃培，〈雍正時代的密奏制度——清世宗治術的「端」〉，《清華學報》，卷1，1962年，頁27-28。
29. （清）揭暉子，〈上卷智部一秘〉，《兵經百言》，清乾隆三十年會友堂刻本。《兵經》共有百篇，上卷智部，言計謀之事，中卷法部，言法紀之文。下

卷衍部，言推極之文。

30. 《易經·系辭上傳》，章8。

31. 中國第一歷史檔案館譯編，《雍正朝滿文硃批奏摺全譯》，合肥，黃山書社，1998年，頁965。

32. 顧慕晴，〈資訊不對稱與奏摺制度之研究——清世宗朝的分析〉，頁17。

33. 戴逸與李文海主編，〈世宗雍正元年起世宗雍正十三年止〉，《清通鑑》，卷80，太原：山西人民出版社，2000年，頁2763。

34. 〈雲貴總督楊名時奏謝寬宥前愆復准摺奏摺〉，中國第一歷史檔案館編，《雍正朝漢文硃批奏摺彙編》，南京：江蘇古籍出版社，冊7，1991年，頁156。

35. 〈雲南巡撫楊名時奏陳誤將硃批寫入緣由摺〉，中國第一歷史檔案館編，《雍正朝漢文硃批奏摺彙編》，冊8，頁944。

36. 顧慕晴，〈資訊不對稱與奏摺制度之研究——清世宗朝的分析〉，頁16。巡視臺灣御史為從五品。

37. 中國第一歷史檔案館編，《雍正朝漢文硃批奏摺彙

編》，南京：江蘇古籍出版社，冊15，1991年，頁584。

38. 陳捷先，《雍正寫真》，臺北：遠流，2001年，頁132。

39. 劉桂林，〈清世宗初政述略〉，《明清檔案與歷史研究》（下），北京：中華書局，1988年，頁632。

40. 郭成康，《十八世紀的中國政治》，臺北：昭明出版，2011年，頁189。

41. 戴逸與李文海主編，〈世宗雍正元年起世宗雍正十三年止〉，《清通鑑》，卷85，太原：山西人民出版社，2000年，頁3024。

42. 朱誠如主編《清朝通史》，馮爾康主編《雍正朝》分卷，北京：紫禁城出版社，2003年，頁336。

43. 楊啟樵，《雍正帝及其密摺研究》，新店：源流文化，1983年，頁89。

44. 王鏡輪，《中國皇家衛隊》，臺北：和平圖書，2003年，頁293。

45. 陳章，〈滿漢殊途，近御治國——侍衛系統與清代中樞政治關係初探〉，頁44。

46. 在清朝，經過層層選拔，在殿試封錄取考生為三等稱三甲。一甲僅錄取三人，依次為狀元、榜眼、探花，稱「進士及第」。「二甲若干，稱「進士出身」。三甲稱「同進士出身」。雍正五年定制武進士一甲第一名授一等侍衛，第二、三名分授二等侍衛；在二甲者得選三等侍衛，三甲者選藍翎侍衛。漢侍衛，無定員，由武進士選充，不論其籍貫滿漢，凡武甲出身者，概曰漢侍衛。（清）福格，《聽雨叢談》，北京，中華書局，1984年，頁25。《皇朝通典》，記載：從國初八旗將士平定海內以來，侍衛親軍由鑲黃、正黃、正白三旗領侍衛內大臣各二人統領，職司輪值殿、廷，朝會燕饗時巡，大閱則率其屬以執事之責；轄無定額之散秩大臣，一等侍衛三旗六十人，宗室九人；二等侍衛三旗一百五十人，宗室十八人。三等侍衛三旗二百七十人，宗室六十三人；藍翎侍衛三旗九十人，漢人侍衛無定員（分一、二、三等及藍翎侍衛）掌宿衛扈從更番輪直，凡六班，班分兩翼，宿衛乾清門、內右門、神武門、寧壽門為內班，宿衛太和門為外班，行幸駐蹕宿衛如宮禁之制。扈從隨行大閱，則按隊環衛各共其事其分，司職守者有粘竿處侍衛三十四人，上駟院侍衛二十四人，養鷹狗處侍衛九人，善撲處武

備院及諸達侍衛無定員，皆統於三旗員額。《皇朝通典》，收入《景印文淵閣四庫全書》臺北：商務印書館，1983年。

47. 陳章，〈清代侍衛等級新探〉，《中國文化研究所學報》，頁146。

48. 馬金柱，〈清代黑龍江索倫、達斡爾人留京問題鄒論〉，《北京社會科學》，2020，期2，頁63-74。

49. 陳捷先，《雍正寫真》，臺北：遠流，2001年，頁206。

50. 中國第一歷史檔案館譯編，《雍正朝滿文硃批奏摺全譯》，合肥，黃山書社，1998年，頁324。

51. 李紱，《穆堂別稿》，〈議復武職陞選之法疏〉，卷31，《續修四庫全書》第1422冊，上海：上海古籍出版社，2002年。

52. 「該臣看得三等侍衛王守國，藍翎黃正、張大烈、李大隆、郭琳、段興震等六員，准部分發直隸試驗補用一案：今正、順、廣、大四府又經另設鎮，臣所轄武職守備尚有數缺，若遊擊都司止各一缺，侍衛六人之中有五人係奉旨甚好之員，若聽其候補無期，非所以仰體皇上愛惜人材之至意也合：於臣標

- 酌留藍翎一二人，其餘分發直隸提鎮各補一人」。〈請分發候補侍衛疏〉，《穆堂別稿》，卷30。雍正四年四月丙午。
53. 中國第一歷史檔案館譯編，《雍正朝滿文硃批奏摺全譯》，中國第一歷史檔案館譯編，合肥，黃山書社，1998年，頁663。
54. 葛荃，2000，《立命與忠誠——士人政治精神的典型分析》，杭州：浙江人民出版社。頁111、112、152、208。
55. 年羹堯（1679—1726），康熙三十八年（1699）己卯科順天鄉試舉人，康熙三十九年聯捷三甲進士。士人參加科考，須先考試進學（指成為府、州、縣學及國子監的生員），並通過科考，考試合格才能參加鄉試。
56. 《宮中檔硃批奏摺》（北京：中國第一歷史檔案館藏），田文鏡〈奏報年羹堯過省車輛數目等清單〉，雍正三年七月初六日，檔案號：0401300513002。轉引自陳章，〈清代侍衛等級新探〉，《中國文化研究所學報》，頁138。
57. 馮爾康，《雍正傳》，臺北：臺灣商務，1995年，頁270。
58. 陝西巡撫圖理琛奏。保送遊擊守備。赴部引見。：前朕令陝西督撫提臣、各保遊擊一員。守備一員。送京引見。乃圖理琛於遊擊內、將查爾扈保送前來。查爾扈、曾在乾清門侍衛行走。係朕深知熟識之人。又何必進京引見。著即令回任。上諭內閣（四庫全書本）卷之四十四。
59. 《世宗憲皇帝實錄》，卷三二，頁490。138 蕭爽（著）、朱南鈺（校點）：《永憲錄》（北京：中華書局，1959年），卷三，頁187。139 《宮中檔及軍機處檔》，文獻編號：402012566；國立故宮博物院（編）：《宮中檔雍正朝奏摺》，（臺北：國立故宮博物院，1977-1980年），第5輯，頁350。轉引自陳章，〈清代侍衛等級新探〉，《中國文化研究所學報》，頁138。
60. 中國第一歷史檔案館譯編，《雍正朝滿文硃批奏摺全譯》，合肥，黃山書社，1998年，頁2080。
61. 馮爾康，《雍正帝》，臺北：聯經，2009年，頁191。
62. 臧廷秋，《雍正朝進摺人員考》（《中華文史網》，

清史研究》專題研究》。上網檢視日期：2024年1月4日。

63. 宮崎市定(1957)，〈雍正硃批諭旨題解——其史料價值〉，《東洋史研究》，第15卷第4期。轉引自顧慕晴，〈資訊不對稱與奏摺制度之研究——清世宗朝的分析〉，《政治大學公共行政學報》，期24，2007年，頁7。

64. 史景遷，《曹寅與康熙——一個皇室寵臣的生涯揭秘》，上海：上海遠東出版社，2005年，頁248。

65. 江橋，《從清代題本、奏摺的統計與分析看清代的中央決策》，收入中國第一歷史檔案館編，《明清檔案曆史研究》，北京：中華出版，1988年，頁549。

66. 顧慕晴，〈資訊不對稱與奏摺制度之研究——清世宗朝的分析〉，《政治大學公共行政學報》，期24，2007年，頁22。

67. 〈八說〉，《韓非子》，卷2，頁139。

68. 梅朝榮，《大改革家雍正反對利益集團實錄》，武漢：武漢大學出版社，2006年，頁301。

69. 莊吉發，〈德治、法治、文治——從奏摺制度的沿革

論盛清諸帝的治術〉，《清史論集》(十)，臺北：文史哲，2002年，頁10。

70. 傅宗懋，〈清世宗馭下方策〉(上)，《清制論文集·岫廬文庫》，臺北：臺灣商務，1977年，頁221。

71. 彭偉皓，《清朝驛遞文書的創新與運作》，頁65。

72. 劉宏傑，2005，〈雍正對清代檔案制度的建樹〉，摘錄自《檔案的故事第三集》，頁67-70。

數位學習與科技在 員工訓練上的運用

◎趙伯良

一、前言：

在進入網際網路的21世紀同時，學習也因為資訊與網路時代的種種科技衝擊，而有不同的面貌；而這樣新的面貌對於教與學雙方的經驗與學習都有很大的挑戰，畢竟資訊網路世代之節奏是快速；競爭是激烈的。傳統的企業所關注的教育與訓練種類不外乎以下幾種：

- (一) 內部訓練：是由雇主所給予的訓練，無論是否在本企業中舉行，只要該訓練是為企業中某一專門工作而開辦的。
- (二) 職業訓練：由私人或職業學校所進行

的訓練。其目的在於發展普通或特種技能，並非為任何企業現有某一特種工作而訓練。

- (三) 技術訓練：指在中學以上含有技術性的訓練。

- (四) 一般教育：指所接受的大、中、小學教育。

企業的進步已帶動科技模式進入企業，傳統的學習方法已不能全面滿足企業走向快速便捷的需求，因此將科技與網路應用在員工教育訓練中，提供給學習者更完善的服務，促進

學習者想學習的動機；提升整體的學習績效並提供學習者更多元優質的學習環境。

二、整合企業學習藍圖

企業為培育員工工作技能專業化、潛能知識多元化、觀念態度社會化之優質人才，訓練單位的年度教育訓練課程應搭配企業願景來規劃完整配套的教育訓練課程，為使企業的訓練品質更加完善，在建立教育訓練體系時，因同步導入TTQS系統，以確保教育訓練資源能有效運用，而訓練後的品質也較能有績效產出。

一般企業在做教育訓練規劃時為有效運用資源，會先將企業內訓練需求作一整理，再分別將訓練課程分類，製作出不同級別的學習藍圖，在執行訓練時更能清楚的進行相關訓練課程（如圖一企業規劃年度教育訓練之學習藍圖）；而為能有效執行教育訓練，兼顧企業

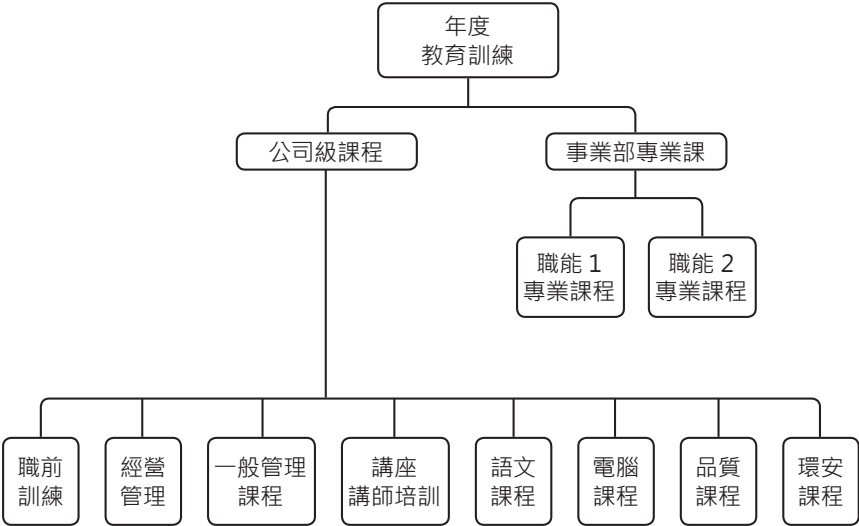
之訓練品質，如能結合TTQS體系進行需求相關之規劃，則更能使教育訓練有事半功倍之功效。

三、企業導入數位學習與科技之動機

企業的快速進步產業升級，使得科技網路成為企業內必須具備的系統，在人員能力不斷精進的狀況下，員工的工作項目越來越複雜，能夠將員工集中參予訓練的時間就越來越少，因此，導入數位學習勢在必行，而需求也不外是以下幾種

（一）學員人數分散，導致課程開班不易：每月新進員工報到時間點不一，以致於實體課程開班時常因人數不足而流班。在這樣的狀態下導致於許多需要上課的員工無法上課。

（二）專業課程需求不一：每個員工的能力



圖一 企業規劃年度教育訓練之學習藍圖

不同，有的已上完專業課程，符合專業課程需求的人員也會因為部門別的不同，造成專業課程人數不足。

(三) 法定共通課程需巡迴課設：勞安法令修訂規範，使得每年受訓時數大幅增加，考量到須大規模的開辦教室課程，可能產生的時間成本（員工須由現場出來上課）、人力成本（承辦人員作業時間及講師授課時間）。

(四) 搭配學習藍圖推展，品質及製程課程需求提升：為加速人才的培育，企業針對製程、品質推廣學習藍圖，因此開課的需求大量的增加。

四、針對數位學習與科技之評估

在導入數位課程可以下述之方向進行評估：

(一) 以必修且需求量大之課程為重點發展課程。(以成人學習來說，必須讓員工感覺到需要的，對工作上有助迫的需求)。

(二) 課程的呈現：考量到課程的屬性均為專業性課程，因此課程以自製方式進行錄製，由講師以錄音室模式進行錄製。如為管理類的軟性課程則不適宜以目前的方式進行課程錄製呈現。

五、數位學習與科技在員工的訓練上之優缺點

(一) 優點：

1. 創造即時且彈性平台、快速培育專業人才：可提供輪班員工學習機會，且員工可以針對不清楚的部份重覆進行學習。

2. 減少員工上課所需之時間：實體課程錄製為數位課程的時間比例約 1:2，也就是 1 堂 3 小時實體課程錄製成數位課程時間為 1.5 小時，同樣的課程內容但員工上課的時間減少了一半。

3. 降低管理者課程開辦所需的無形成本：管理者只要於平台上完成一堂課程，即可提供所有員工進行線上閱讀、測驗及問卷填答。

4. 提升員工學習機會、增加內部學習效率：原本資源有限的狀態下只能提供部份員工學習，但線上學習可提供所有須受訓、或有興趣學習的員工進行學習。

5. 自訂進度：教育訓練的時數也列入晉升考核；主要刺激學員自動學習，在學習上員工可利用個人較為充裕的時間完成訓練，藉由數位學習之便隨時上線；不用等企業開班

授課。

6. 內容具一致性：各廠區員工上線學習，其學習的內容一致，不會因為講師的經驗不同而導致學習上的差異。

7. 傳遞具一致性：可藉由課程傳遞來達到作業流程的一致性，例如前製程作業流程或機台操作流程的一致性。

8. 無區域限制：無論何時何地都可進入學習。

9. 內建導引系統：可讓學習者可在無專業的協助情況下，利用導引系統進行教育訓練。

(二) 缺點

1. 講師無法即時的回饋員工的問題：針對這個部份企業採行的方式是於課程最後的部份會將講師的連繫方式告訴員工，員工可以電話或 e-mail 的方式與講師連繫。

2. 課程缺乏互動：目前上線推廣的課程皆採自製的方式，以投影片搭配聲音檔、FLASH 方式來製作，因此相較於外製的課程較缺乏活潑及趣味性。

3. 發展成本高：須建置線上教育訓練系統及錄製課程，軟硬體設施的經費投入成本高。

4. 對某些訓練內容無效：如，急救訓練課程、消防演練課程、講師訓練課程……等；所需要實際操演之課程或是激勵課程。

5. 難對新的訓練內容做即時更新：若課程內容需作更新時無法立即作業；因為訓練課程採錄影方式製程，所以更新作業至少 3 週。

6. 測試的成績無法證明員工對訓練的效益：因線上課程的學習和測驗；有機會讓員工利用幫助其他人上課或測驗；所以無法利用測驗成績來評估該學員之上課效益。

六、結論

傳統的教室課程一班約40人，在資源有限的狀態下，無法讓需要受訓的員工即時的受到培訓，但透過數位學習即可達成。另外，員工可跨領域的學習，如A廠的員工可參與B廠的課程，可更充份的了解企業整體完整製程。

線上執行教育訓練固然有它的優點亦有它的缺點；而企業雖導入數位教學系統，但仍應保留一些傳統訓練法，有些課程還是需要由傳統訓練法來完成，例如：

工程師研習營、主管訓練課程、內部講師訓練課程、緊急應變課程……等。這些需要模擬及互動之課程是不能被數位學習取代的，而員工也較喜歡這些互動之課程，它可以讓每個人的知識作最即時的交流也讓教育訓練發揮效益，總而言之，數位化學習與傳統學習在企業對員工的訓練上是有極大的幫助。



國父孫中山與基督教

◎ 劉德一

國父孫中山，領導革命同志同心合意推翻專制建立民主。皆仰賴他有虔誠的心，信仰基督，終能完成大業，現就其畢生經歷擇重點略述如下：

一、孫中山先生的家庭背景：

孫中山先生（一八六八—一九二五）自幼生長在一個貧苦的農家中，他的父親名叫達成，堪稱典型的「無產階級」。中山先生既非在書香門第，更非生長在富豪世家。正因如此他沒有傳統沉重的歷史負擔，也沒有豪門深似海那種驕奢的惡習。

他從小接觸的皆是農村大自然的純樸環境；因此養成一種敬天重地，崇尚自然的超脫

胸懷。而他的革命思想起源，也受宗教信仰的影響極大。

二、接受基督之後大改變：

一八七九年（清光緒五年）他到檀香山意奧蘭尼學校就讀。校方聘請一位華裔教師，專為大家講授中國史地課程，讓他們對祖國學科感到興趣，增強學習意願。當時師生相處融洽，打成一片後，這位教師便將基督教的教義介紹給大家，學生們自然接受許多基督教的觀念。

他才十六歲時，居然為了破除迷信，曾經毀壞廟內的神像。顯然和他少年時在檀香山接受近代西式教育——信仰基督教，有密切關係。

宗教的目的在於勸人為善，心存光明坦承，中外皆然。只是中國鄉村常見膜拜泥塑木雕的偶像等迷信之事，在中山先生看來真是愚昧可笑之極。

三、在艱困中得到主的愛

中山先生在他的恩師區鳳墀的引導下終於接受了「洗禮」成為正式的基督徒，並改名為「逸仙」而寓意頗深。「逸仙」是不循流俗；「仙」乃為庸俗的對稱。他信基督之後，即倡行博愛。

一八九六年（光緒廿二年）十月，中山先生在英國倫敦蒙難。他不斷的謙誠禱告「基督」拯救他脫離苦難。在一週之後於次日清晨，英籍僕人柯爾抱著喜悅的心走到他面前，自願為他送信給康德黎博士。當康德黎得到中山先生被清政府是者軟禁的消息，即刻聯絡各大報社，擴大宣導，使英國社會人士大為憤

怒不止；在此種攻擊之下，滿清政府官吏頗為難，在此情形之下不得不釋放中山先生。

當他經過倫敦蒙難之後，深深感到基督的愛是無限的，是永遠長存，能夠在艱難困苦中得到莫大的幫助。

四、結語

中山先生在倫敦被釋放後，因禍得福，聲名遠播，頓使他成為一位世界上出名的人物，各國公認他是一位愛民主，愛自由的好領袖。

中山先生雖未能一一實現教義，但他對基督教的含義，深刻體認到對人類有貢獻的，他把基督教神聖的理想，以及我國傳統的倫理文化，相互融合起來，做為他建國的政治理想，讓倫理、民主、科學在我們三民主義中發揚光大。

高雄鳳中創校八十五周年， 朱銘清將軍等優秀校友回娘家

國立鳳山高級中學八十五週年校慶，為了擴大慶祝這個特別值得紀念的日子，鳳中從一月起即已陸續舉辦系列慶祝活動，包括八十五週年校慶 LOGO 的徵選、師生社區路跑、校慶排字 FSH 85 空拍、新設校園公共藝術裝置等，皆獲得全校師生及校友、家長們的熱烈迴響。

三十日校慶上午首先登場的是揭幕典禮，由鳳中校友會理事長張文舉暨全體理監事捐贈設置的 FSH 85 校園公共藝術裝置，在校長吳曉暢及校友會理事長張文舉、家長會會長郭秀鈴、文教基金會董事長吳任偉共同主持下

正式亮相，為鳳中新增一處極具辨識度、可以拍照打卡的美麗景觀。

緊接著在中山堂盛大舉行校慶慶祝大會，首先頒發教育部銀質獎牌給劉保佑、吳任偉學長，接著表揚績優教職員工及頒發第二十三屆傑出校友獎，本屆獲得傑出校友獎的共計有十四位，分別為：社會服務類：朱銘清（六五級，中科院主任／少將）等，獲獎校友皆由各界推薦，經本校傑出校友遴選委員會會議遴選產生，在其各自工作領域的表現皆有傑出不凡的表現，非常值得做為學弟妹學習的楷模。校慶慶祝大會在全體來賓高唱校歌聲中結束。



鳳中創校 85 周年朱銘清將軍等校友回娘家



（轉載自二〇二四年三月三十日三立新聞網）

康瀚升將軍頒獎學金， 鼓勵學子開創光輝燦爛人生

十月十日是我中華民國二一三年國慶日，在這國恩家慶的日子裡，對中壢區自立里獲獎的孩子們更舉意義重大，當天上午十點三十分在自立里辦公室廣場，頒發一二學年康瀚升教育獎助金，溫馨感人的頒發典禮，期許自立莘莘學子，用知識改變命運創造未來，努力向上的頒獎典禮。

康瀚升將軍親自頒發予每一位受獎者，獲獎者：國中十五位每位二千元，國小三十位每位一千元，康瀚升將軍向在座的自立受獎人，分享人生哲理，鼓勵在座每一位自立孩子：不要期待明天向我們走來，讓我們主動走向

明天，只有我們主動努力爭取，一個美好的明天，才會在我們眼前呈現，你們現在已經踏在成功的道路上，繼續努力一定能開創，擁有一個真正屬於自己的、美好的明天！

康瀚升將軍鼓勵自立孩子們，現在做好學生本分，繼續在學業上，努力不懈，爭取更好的成績，為開創自己光輝燦爛的人生，厚植實力奮勇向前！期勉學生將來有能力也要記得回饋社會，學習助人為樂精神，讓愛與善持續飛揚。

（轉載自中壢區自立里臉書）



康瀚升將軍頒發獎學金鼓勵學子

司徒家族和邯鄲古都的淵源

◎ 司徒英頤

邯鄲古都的歷史簡介：邯鄲古都位於河北省的最南端，是壹座歷史相當悠久的古都。民國七十九年，河北省文物部門在武安縣磁山，涉縣新橋等地發現舊石器地點。民國八十三年，河北省文物部門和邯鄲市文物部門又在涉縣的中原、河南店和西戌等地發現舊石器地點。

到了信史時代，邯鄲是戰國七雄之一趙國的京城（公元前四零三年至公元前二二二年），三國時代的曹魏（西元二二零年至西元二六六年）十六國時期的後趙（西元三一九年至西元三五一年），冉魏（西元三五零年至西元三五二年），前燕（西元三三七年至西元

三七零年），南北朝時期的東魏（西元五三四年至西元五五零年），北齊（西元五五零年至西元五七七零年），隋末唐初竇建德建立的夏國（西元六一八年至西元六二一年），五代十國時期的後唐（西元九二三年至西元九三六年）曾經短暫在邯鄲建都，金朝扶持的大齊國（西元一一三零年至西元一一三七年）也曾在邯鄲建都。邯鄲有三千一百多年的建城歷史，作為地方政權的都城史共有四百五十年。總括來說，邯鄲的黃金時代是戰國時期至兩漢時期。

姓氏的郡望：郡是行政區域，望是當時的名門望族。壹個姓氏的郡望是這個姓氏的世居地，郡望是姓氏文化中的重要內容，也是司徒家族

和邯鄲的淵源：根據《司徒氏宗族研究》，舜帝是司徒姓的始祖。西漢開始，邯鄲成為司徒氏的郡望，直至五代時期，邯鄲附近和山西省南部仍然是司徒氏的主要聚居地，譬如唐朝書法名家司徒映是澤州府（今山西省晉城市澤州縣）人氏，五代時期的禮部侍郎，音樂家司徒詡是清河郡（今河北省邢臺市清河縣）人氏。不過，北宋末年的靖康之變，不少中原士族包括司徒氏家族在內，都大舉南遷，經過千年滄桑，今天河北省邯鄲市的司徒氏族人已經為數甚少。（注貳）根據民國一百一十年中國大陸公安部戶政資料的報告，中國大陸有司徒姓人口四萬五千多人，當中百分之八十八的分佈在廣東省。餘下的主要分佈在浙江省、上海市。

此外，也有一些司徒族人分佈在英國、美國、加拿大、澳洲、紐西蘭、一些東南亞國家

例如泰國、馬來西亞、新加坡、菲律賓等等。

司徒氏傑出人物：

國人普遍重視文教，也非常重視對兒女的栽培，司徒家族也秉持這些美德，也是一個個人材輩出，由於篇幅原因，祇列舉部分較為著名的人物

古代部分：

舜帝——根據《帝王世紀》的記載，堯帝時代，舜擔任過司徒一職，司徒最先寫作司土，是管理民眾，土地及教育的高階官員，地位相當於宰相；後來，一些舜帝的子孫以司徒為姓。（注叁）

司徒卯（生卒年待考）：春秋時期陳國大夫

司徒肅（生卒年待考）：漢朝安平侯相

司徒映：唐文宗時期的賢相，唐代太和元年（西元八二七年）唐文宗任命司徒映為太常卿，出宮女三千餘人，放五坊鷹犬，省冗食一千二百餘人，政號清明。可惜數年後，宦官弄權，朝政日壞，司徒映眼見國事積重難返，決定辭官。

司徒羽：五代十國時期後漢禮部侍郎，清河（今天河北省邢臺市清河縣）人氏，為官清廉，施政惠及百姓。

司徒公綽（生卒年待考），北宋元祐年間（西元一零八六年至西元一零九四年）進士，其他事蹟不詳。

近現代人物：

司徒福：民國五年四月十七日出生，抗戰時期戰蹟彪炳，被美國國空戰協會選為傑出空軍

英雄，軍階是空軍總司令，民國八十一年二月五日辭世。

司徒華：原名司徒衛華，民國二十年二月二十八日出生，社運人士，著作有〈大江東去：司徒華回憶錄〉，〈妹妹〉，〈父親的秘密〉，〈煙雨平生〉，〈又綠江南〉等等。

司徒志勳：文史工作者，著作有〈十萬九千里：旅人漫記〉，〈碎石留痕〉等等。

司徒靜儀：洋名 Karen Szeto，美國耶魯大學弗雷德里克C希克森地理與城市化學教授，著作有 Urbanization, biodiversity and ecosystem services: challenges and opportunities a global assessment（〈城市化，生物多樣性和生態系統服務：挑戰與機會的全球評估〉）city unseen: new visions of an urban planet（〈看不見的

城市：城市地球的新視野》等等

司徒尚紀：廣州市中山大學地理科學與規劃學院教授，博士生導師，著作有《廣東文化地理》，《吳尚時》等等

司徒蘭芳：在河北省唐山市出生，中國大陸知名歌星，代表作品有《幸福感》，《盼情緣》等等。

參考資料：

壹：（網絡文章）《邯鄲舊石器時代考古成果》（2018年8月14日 方志邯鄲邯鄲市地方志編纂委員會辦公室）

貳：《司徒氏宗族研究》（廣東人民出版社出版，廣東省廣州市二零零一年初版）第六十一頁

叁：百度百科司徒姓

肆：百度百科司徒福

伍：百度百科司徒華

陸：百度百科司徒靜儀

柒：百度百科司徒尚紀

捌：百度百科司徒蘭芳



上圖：河北邯鄲古城古叢台公園
左圖：河北邯鄲呂仙祠

武建華理事發揮所學， 為同鄉會注入新能量

出生於一九六四年九月一日，原籍河北省石家莊市的獲鹿縣，地處太行山麓，石家莊市西鄰；戰國時為趙國石邑，在今北故邑村南，漢置石邑縣，屬常山郡；魏晉因之；北齊與

井陘合併，名井陘，治原石邑城；隋縣城遷至今石家莊市振頭村附近，開皇六年與井陘分設，仍稱石邑，開皇十六年以石邑西境析置鹿泉縣，大業二年省，義寧初復置；唐初石邑為恆州州治，後州治遷至真定，因平定安史之亂，鹿泉改名為獲鹿縣（當地讀音 Huàilù），

取「獲擒祿山」之意；宋並石邑入獲鹿，仍屬真定府；金初因之，金末為世侯武仙駐地，升

為鎮寧州。元初為西寧州，後仍降為縣，屬真定路，明屬真定府，清屬正定府。一九九四年，撤縣設縣級鹿泉市。二〇一四年九月，撤市設石家莊市鹿泉區。

來自一個小康之家，父母雖已辭世多年，然教導為人基本核心價值觀是「腳踏實地」，這樣的教誨深刻地影響我的人生態度。在雙親的言傳身教中，我深信只有努力奮鬥，才是通往成功的不二法門。

一家四口和諧相處，家庭氣氛融洽愉悅。目前，內人在凱基銀行工作，女兒畢業於美國福坦莫大學(Fordham University)碩士，

而兒子則在國立台北科技大學攻讀學業。

小學時期，一直懵懵懂懂，直到國小三年級升四年級的暑假，開始接觸繪畫，這對我來說是一個相當新鮮有趣的體驗。回想起來，那個時候我對色彩和構圖的敏感度就是在那段時間培養起來的。

進入國中後開始對國文、地理、自然，產生興趣。雖然理化科的成績相對較弱，但我決定進入高中後選擇「社會組」，這個決定要特別感謝國中老師的詳細、耐心指導。他們讓我能深入瞭解這些科目的內容，進而激發我對社會學科的興趣。

在高中時，學到了很多待人處事的規矩，對人格發展產生了正面的影響。這段時期也讓我體驗到了團體精神生活，深刻理解了讀書和團隊合作的重要性。

大學在學期間努力於課業及職場事務，專心於各方面的學習。由於兼職，學得了獨立處理事務的能力，增添了許多學校所學不到的知識及見聞，從中獲得工作的成就感及樂趣，同時也更加深未來繼續進修的動機。

碩士研究所時期，由於在多位恩師教導下，對政治理論等專業課程有所啟發。同學們均為在職進修，每位同學對新知之渴望，也鞭策著學生往前進，順利完成論文及畢業。最值得提起是，同學們在論文撰寫時互相加油打氣之過程，這段時期往往使人回味無窮。

對各種休閒活動抱有廣泛的興趣，尤其偏好戶外活動。這些活動不僅能讓我全神貫注其中，遠離煩憂，還能讓身心的壓力得以完美釋放。大自然的恩賜讓我感受到寧靜與舒適，進而開啟了內心更為開朗廣闊的情感。運動更成為我活動筋骨、舒解身心疲勞的絕佳方式。

對於學習，我一向持有積極而踏實的態度。每一項經過精心評估後的決策，都是我堅定持續的承諾，絕不輕言放棄。當面臨困難時，我會謹慎請教專家，深入查閱書籍及網路資源，以期找到更多解決之道。我勇於嘗試各式新奇有趣的事物，有時這些嘗試甚至帶來了出乎意料的豐富收穫。

在人生和一般事物的面對中，秉持樂觀的心態，深信憂慮與悲觀很難推動人向前邁進，因此，我始終抱著積極樂觀的態度面對這複雜多變的旅程，並樂於與他人建立深厚的情誼。

在社團中學習到許多課本中學不到的知識，透過民間的交流和切磋，可接觸到大量的新資訊，補充許多知識上的不足，並提供自我學習的參考，藉此磨練充實自己，培養更廣泛的能力，亦藉由這些社會活動的歷練，使我學習到在團體中如何適當表達自己、如何與他人

互動，扮演好團體中的角色，雖然這些課外經驗和本科的專業能力並無直接關係，但相信廣泛的接觸與學習，除了可培養良好的興趣外，更能活化思考的靈活度及培養廣闊的眼光，這些經驗對進入多元化的社會有一定的幫助，將來在面對新的挑戰時會更有信心。

現任職中國國民黨中央委員會革命實踐研究院，多次參與中央及地方選舉工作，年資近三十年。從區、市級至中央的服務歷練，見證了本黨在政權、組織、制度等方面的種種變遷。這段豐富的人生歷練，難以敘述，只能以「不勝唏噓」四字表達其中的感慨與雜陳。身處於超越百年之政黨中，宛如身歷其境一部中國近代史。雖然參與其中，卻總覺自己力有未逮，未能深入了解本黨的全貌，僅能停留在一段的歷史觀察。而現面臨政黨競爭的時期，期望能夠將所學理論與實務相結合，真正理解

政治參與的深意，並將知識學以致用，為所屬政黨在黨政關係、組織發展、人才培養、提名制度等方面做出更多實質的貢獻，使其更趨完備，適應未來的時代需求。

無論身在何處，學末將秉承同鄉會宗旨，互相扶持關照彼此使鄉親在外能有可供協助及聯絡情誼的媒介和聯繫的平台，讓成員感到彼此之間的關心和協助。最後，我要感謝所有的同鄉會成員，感謝你們的付出和支持。是我們讓我們的同鄉會變得更加豐富多彩。希望我們可以攜手同行，共創美好的未來。



抱著歡喜心，蕭義齡教授 高興有機會為同鄉會服務

我是蕭義齡，女性，祖籍天津市，是在台灣出生的外省第二代；先父蕭正興河北塘沽人，民國三十八年隨國軍部隊撤退來台，起初在嘉義空軍基地服役，後來調到屏東空軍聯隊服役，民國六十二年限齡除役，民國七十七年在台北辭世。先母莫秀英雲南宜良人，民國七十年在新北辭世。

我師大數學系畢業後，先到台大商學研究所統計組（商專專業科目教師在職進修班）進修取得結業證書，再赴美國加州 Northrop 大學進修獲頒理學碩士。民國七十一年領到教

育部講師證書，七十六年領到教育部副教授證書，前後任教於中國工商專校建築科資管科、南榮技術學院企管系、康寧醫護管理專校企管科、耕莘健康管理專校全人教育中心，九十六年在耕莘健康管理專校退休。

我有兩女兩子，次女未婚與我同住，長女及兩個兒子都已婚，各自獨立門戶。長子是市場研究分析經理、長媳是產業分析研究總監，長女女婿同在日商製藥廠營業部任職，次子在電子支付機構開發部任職、次媳在成衣公司採購部任職，次女自己經營室內設計

工作室。

我是在民國九十五年加入台北市河北同鄉會，一百零四年接受先前柴總幹事引薦擔任河北京津文獻編輯委員，一百一十一年底因視覺出現不適症狀才請辭，一百一十二年五月初，台大醫師診斷我右眼視網膜有增生膜需移除，決定五月中手術住院四天，天主保佑手術順利成功、平安出院，返家沒幾天，立即收到劉理事長委託李副總幹事送來的關懷與慰問金，此舉令我感動不已，難以言謝。

一百零四年年間，承蒙劉理事長及鄉長們的抬愛，我初次被提名參選同鄉會理事，僥倖當選候補理事；一百零七年及一百一十年二度被提名參選理事，很榮幸都成功當選，目前我是第十八屆理事，在此由衷感謝鄉親們的支援賜票，我一定盡職盡責為大家服務、為同鄉會效力，不負眾望、不辱使命。



堅守華夏文化在台傳承使命 張國明延伸服務觸角與層面

各位我敬愛的河北鄉親大家好，我的名字叫張國明，出生於一九六三年十月一日，祖籍河北省樂城縣，即是於二〇一四年九月撤縣所設之石家莊市樂城區。我與中國國民黨這個政黨自懂事以來，似乎就有著深厚的緣分。其中影響我最深遠的，則是擔任資深民代的父親張光濤。我父親不僅對於黨賦予的政治責任鞠躬盡瘁，在家庭的照料上亦拿捏得當，除了將其政治的理念用於執行國家教育文化政策外，對工作的熱忱亦影響著我，忠黨愛國成為我對父親的印象，更造就了我教育下一代的基準、責任感。

我們一家四口相處和諧、家庭氣氛融洽，內人時刻照料好家庭、成為我堅強的後盾。受父母親的言傳身教影響，我在教育子女上竭盡心力，期許孩子能夠成為富有責任感、對社會有幫助的一份子，大女兒大學就讀彰化師範大學，畢業後接續取得國立台北科技大學技職教育碩士班，目前任教於士林高商、擔任特教老師一職，透過教育的力量協助弱勢學生及其家庭；而小女兒則是畢業於國立台北健康護理大學，成功取得助產士證照，目前在台北醫學大學附設醫院婦產部擔任助產士護理師，提供人們專業的醫療照護。



本人受多位貴人提拔而累積了許多為鄉親服務的經驗，除了在因緣際會下受邀擔任中華民國國軍官兵權益聯合促進會總幹事一職，亦受國原住民台籍老兵協會陳春雨理事長、中華台籍官兵權益互助會張吳騰旭會長聘請擔任顧問一職，為其數千名年長會員爭取合理補償權益。另外，在民國九二年韓國華僑協會成立時，其會長陳廣增先生亦聘任我為該協會之諮詢委員，並經由我透過中國國民黨組發會海外部何思因主任，使得韓國華僑協會能加入六大歸僑聯誼會成為協會的新力軍，我也有榮幸受聘為中國國民黨組發會海外部顧問，並成立歸僑通訊擔任總經理一職。

對於為鄉親爭取福祉和公共利益我當仁不讓，能為民服務也總能樂在其中，更承蒙劉建軍理事長賞識及鄉長們的抬愛，讓國明擔任台北市河北京津同鄉會的理事、為各位鄉親盡一份心力，國明將秉持本同鄉會宗旨、竭盡所能為鄉親服務，相信在理事長的領導下，兩岸河北京津鄉親們必能共創未來、開闢一條和平的康莊大道！

理事 監事 執事 事事操辦 家事 國事 天下事 事事關心

傅彗倫 期許晴耕雨讀

以靜心養智的歲月

在下傅彗倫承蒙同鄉父執長輩賜機會，榮任本同鄉會監事之一。要感謝多前擔任過總幹事的李玉銘、前總幹事柴宜生及現任劉理事長建軍諸位前輩、鄉長的支持。

初次「參選」理監事活動是在民國一〇六年春節團拜，蒙柴前總幹事的教導與要求，而得能獲多位鄉長投票肯定並當選，對我是一大激勵與學習，這個寶貴經驗是我終身的寶藏！

出席理監事會議更增長我見識！

眼見耳聞理事長及法公（張法鶴）等前輩戮力解決同鄉會的各項龐雜難事，更是佩服不已！

二個顯例是同鄉會的公墓問題及本會樓辦老舊加上出租和逢新冠疫情等等困難；都是資深理監事及稍青壯的鄉長親力親為耐心面對處理始有成果。這是本會及鄉親們的福氣，誠願咱們京津冀同鄉會繼續在全臺及離島發揮影響力、領導力，讓兩岸交流更見善循環發展，則和平、繁榮的華人世界必能久遠昌盛；

如此，相信前輩「鄉長」羅蘭阿姨若健在，一定也是在她的廣播及著作裡推行、響應的。

彗倫勉強屬理監事成員中之「青壯」輩，其實也年逾耳順了。回顧當年在下加入本同鄉會時還是個中年重回母校進修的「在職學生」。歷經臺藝大及臺師大進修學程之後，卻遇家父罹病蒙主寵召！當時哀慟不已；幸蒙柴前總幹事宜生兄愛護鼓勵，讓我化懷思為力量角逐監事成功。

民國一一年尾，家母身故也蒙劉理事長建軍關懷及現任羅總幹事康華兄出席安息禮拜，彗倫也在此重申謝忱。

而今又面臨敬愛的榮譽理事時鄉長作新身故安息，更教人感喟不捨！

在下才收到其公子的公司寄來的展覽票券！如今「睹票思情」，倍增感激與敬佩：

想想，人上了年紀，總有跟上帝喝咖啡的那一天！！

在下於去（一一二）年四月至今年四月計手術三次；幸有健保才能度過經濟壓力！

當然，劉理事長總是第一位關心問候在下，教彗倫僅能以「感謝至深是無言」的溫水般含蓄回報！！

病榻上最感中華民國的全民健保值得讚美維護！

感激醫護界的奉獻！

如果本會會員中有醫護相關人員，若樂意「義診」或「免費提供」健康資訊，而「不為促銷」的話，或許是美事一樁。

以上拙文，彗倫敬祝本會每一位成員都蒙神恩眷：平安、健康、慈悲，幸福美滿，更

有智慧、勇氣，不忘本會創始初衷。感謝神，感恩大家互相關懷，支持我們京、津、冀這個全中華民國領頭羊級的同鄉會。

本文作者介紹自己，

本同鄉會監事傅慧倫：

生肖：虎

學歷：國立臺灣藝術大學、國立臺灣師範大學在職碩士班畢業。

經歷：美華報導、力與美雜誌記者、編輯、臺北新報董事長室特助。復興廣播電臺記者、節目主持人、警察廣播電臺編輯、新聞主播、節目主持人（藝名傅雁）。現任職公營機關秘書室，長期經營傅雁臉書及 udn 傅雁部落格。

信念：愛是責任、公義使邦國高舉。

願望：中華文化的美好在世界發揚光大。



想做的開心事：見到「小美女」全紅嬋、「大帥哥」習近平、「最佳拍檔」王齊麟、李洋、「大力女」郭靜純、林郁婷、「鞍馬王子」李智凱，並且一起唱歌開直播，享受高光時刻。

人生最在乎的是：姊姊和自己的身體健康。



投身公益送溫暖

張焜如 溫暖鄉親的心

我的祖籍是河北省文安縣，父母親在民國三十九年結褵為夫妻，我有兩位姐姐一個弟弟，都是出生在台灣省基隆市，從小都住在基隆建實新村的小眷村，是扎扎實實的外省第二代。

先父張拱辰於民國二十六年日本侵華行動時，就跟隨著國民政府軍展開抗日戰爭，抗戰勝利後跟隨國家軍隊來到了台灣省基隆，民國五十五年軍中退伍，轉任基隆港務局工作，民國九十四年底辭世於台北；母親賀淑蓮係山東省日照人氏，家族經營長記輪船行，在對日抗戰期間，鑿沉自家七艘輪船於膠州灣

口，目的在阻隔日軍運補和掠奪我國文物的船艦進出青島膠州灣海港，滯延日本侵華行為。

民國三十八年隨自家船隻輾轉來到台灣，結婚後在家相夫教子，於民國一百零六年底去世，當時承蒙劉理事長和柴總幹事等前往參加母親告別式，真是難以言謝！

我是在基隆市完成了高中以前的學業，順利考進逢甲大學航空工程系，當時為了就業的方便問題，而轉入紡織工程系，並順利畢業；民國七十一年服完兵役後，聽從父親指示，投考法務部調查局擔任公職，經過十個月的歷練，於七十二年五月底受訓結業，並派任

於台北市調查處擔任內外勤工作，外勤主要還是以緝毒工作為主，內勤則以偵防保防為主要業務；在這段公職生涯過程中，有許多刺激性的工作：

其間七十六年偵辦共青團張××在台發展組織案；八十年花了半年多的時間，偵辦當時我國史上最大的七十八公斤海洛因蜂蜜桶貨櫃走私案，搜獲二百八十七塊雙獅地球牌海洛因磚，純度九九九九，這是職業生涯裡搜查毒品最為精彩的一個案子，期間化妝、跟尖、守候、布陣、車輛調度、貨櫃倉庫的查訪，歷程非常艱辛，過癮到值得一再回味；當時還造成海洛因在全國大缺貨，毒品額度不夠用，毒販們只得向小醫院診所，購買鹽酸配西汀做為替代品，由於此案牽扯人員和內容太過敏感，在此也就不便贅述太深；民國八十八年的王××通匪案是我覺得國安案件最精彩絕倫的，由於

有高官民代涉入，也就打住不探！

父親民國九十四年底辭世後，我等到九十六年中可以領到終身俸而辦理退休！

我的家庭非常單純，有一對兒女，由於身為長子一直都和父母親居住，算是三代同堂；民國八十五年，太太因為工作關係，必須派往加拿大溫哥華，我母親和一對兒女就跟隨前往，我則留在台灣照顧已經八十三歲的年邁父親，兒女在加拿大課業順利，且均已成長就業，女兒在溫哥華總醫院擔任護理師，兒子在溫哥華港務系統擔任工程師都算是工作順利！

我退休後前往溫哥華與妻子兒女團聚，然民國九十七年總統大選，舉家返台投票，母親過於激動，突然心肌梗塞，兄弟姐妹開會決定由我留在台北照顧她老人家，照料九年餘去世！

我是民國一〇一年初經前柴總幹事引薦進入台北市河北京津同鄉會，由於柴先生是我過去的長官，所以指示我每年都擔任團拜時的服務人員，看到大夥樂陶陶的進入會場，感到非常溫馨和高興！

民國一百一十一年承蒙劉理事長的抬愛，被提名參選同鄉聯誼會的理事，當選為候補理事之一！

由於在基隆長大，對台灣北部的東北角海岸地區人文風景名勝非常熟悉，也經常為小團體做公益義工免費的導讀，有興趣的鄉長有需要的話，我們可以互相學習精進！

結語

我人生最大的願望有兩個，與各位分享：

- 一、平平安安的送父母親返回老家！
- 二、健健康康的看兒女們幸福快樂！



大開眼界的溫哥華、 邁阿密、墨西哥歡樂之旅

◎ 羅康華



溫哥華市區蒸氣鐘

今年三月六日晚上，搭機到加拿大溫哥華，女兒女婿外孫外孫女來機場接機。到達溫哥華，由孫女導覽介紹她們溫馨的家，共有五房四衛，還有一系列的運動健身器材一部大鋼琴，牆上貼滿孫女的畫作及鋼琴比賽的獎盃獎狀。

第三天，來到邁阿密逛街之後，看了一場籃球賽，全場大爆滿安檢高規格兩隻狼犬來回巡查，就連空水壺都不能帶進場，包包都有尺寸限制。

觀賞美國NBA金塊隊與當地邁阿密熱火隊，籃球比賽之前先唱國歌，全體起立。還有啦啦隊的熱舞音樂，現場的感染力非常震撼熱鬧人山人海，座無虛席隔天又去了邁阿密沙灘，一眼望去藍天白雲漂亮的沙灘，欣賞穿著比基尼躺著曬太陽的俊男美女，景色怡人好不愜意。

繼續逛街，到了一家古巴風味的餐廳，唱著古巴的歌，打著古巴的鼓，餐廳人聲沸騰非常熱鬧，令人印象深刻。隔天又去了邁阿密碼頭，全長約一百多公尺長，九十%都是吃飯喝酒的地方，景色太美了，酒不醉人人自醉令人流連忘返。

三月十七日我們搭全球最大的皇家加勒比遊輪「海洋標誌號」，是目前號稱全球最大，造價最高的郵輪。總噸位二十五萬噸，全長一一九八英呎，可容納客八千餘人，有二十層樓甲板，加上工作人員一萬餘人。這座水上渡假城堡，耗資二十億美元建造，二〇二三年在芬蘭建造下水。從邁阿密首航，經加勒比海到墨西哥宏都拉斯，再返回邁阿密，共八天行程。上了遊輪吃喝玩樂處處驚豔，戶外游泳池、小孩遊樂園、電影院、舞台劇、秀場表演、運動健身房，高爾夫練習場，攀岩場、撞球、籃球、排球、乒乓球

等，應有盡有令人讚嘆。

遊輪上搭電梯，在每一層樓有幾個區域，每個區域設有十二部電梯，預搭哪一個樓層，按了以後會亮燈顯示你要去的樓層在哪个電梯才可搭乘，客人分流疏運井然有序是蠻特別的。

到達墨西哥，參觀世界七大奇景之一「馬雅金字塔」，是為羽蛇神而建的神廟，經宏都拉斯羅阿坦島。回程下郵輪，又在邁阿密住了三天。去了西礁島，是美國佛羅里達群島最南端的一個島嶼和城市，看看夕陽，逛逛街吃海鮮品嘗異國美食，這真是一趟畢生難忘的（世紀之旅）沾女婿的光和女兒外孫女享受遊輪的愜意共享含貽弄孫之樂，棒極了，願與大家分享！



墨西哥馬雅金字塔神廟



美國西雅圖 亞馬遜總部



全球最大遊輪：太平洋標誌號

這麼美，那麼近，

七月玩遍京津冀

◎ 袁公瑜

近年來，隨著「這麼近，那麼美，週末到河北」的旅遊 Slogan，被許多人朗朗上口成為一個人人都耳熟能詳的流行風潮語彙，也成功地把京津冀地區的北京市歷史文化資源，天津市的洋樓文化民間藝術和河北省的山嶽草原自然景觀，打造成為世人一生必訪的世界最美風景地。

而隨著肆虐全球三年多、奪去六百萬人民的新冠疫情逐漸結束，世間萬物又開始生機勃勃呈現出一片新的氣象，許許多多長期被居家辦公、遠端上課、在家防疫政策悶壞的人，開始覺得該對自己好一點，來場愜意放鬆的旅

遊，轉換心情消除煩惱，讓自己活的快樂些。

長期旅居在臺北市及新北市的河北京津同鄉會鄉親們，在台灣解除國境封鎖措施後，懷著對家鄉京津冀深層的思念，也自行多管道展開去京津冀，找尋家鄉記憶的努力。皇天不負有心人，今年五月底六月初機會終於來了，同鄉會裡一群走得比較近的鄉親，經過一個多月的聯繫、溝通，幾經延期，終於排除萬難，最後共有十餘位鄉親，決定了在七月三日到十日赴京津冀地區展開觀光旅遊。

故園此去千餘里，只能夢中夜夜歸。旅遊於七月三日啟程，當日一早，鄉親們分從台

北市及新北市各居家處所，前往桃園第二航站的長榮櫃檯前集合，十二時三十分全員到齊，依序通關，準時搭乘長榮航空飛機直飛北京市。當天陽光燦爛日麗風和，經過三個半小時的平穩飛行，於晚間七時許安抵北京首都國際機場，鄉親們搭乘六分鐘的機場輕軌，抵達入境大廳，準備入境與提領行李。當晚下榻位於朝陽區首都機場南平東里乙1號的北京京林大廈，酒店地點交通便利，但離市區有段距離。隔天將展開一系列緊湊而充實的快樂行程，享受京津冀地區大草原、清朝皇帝夏季行宮、古文化街、皇家園林及老北京胡同的美景，以及當地的美食。

七月四日是返鄉之旅第一天，大夥早早起床，吃罷早餐補充身體所需營養後。帶著好心情，從北京市出發，搭大巴前往北京人夏季最愛去的知名避暑旅遊地豐寧滿族自治縣參觀。

沿途道路寬敞平坦，兩側種了多樣的林木，鬱鬱蔥蔥呈現出一片生機勃勃的景象。經過秀麗的雁棲湖旅遊景區後，大巴駛進隨山勢修建的公路上，山勢起伏不大，但不斷向上攀升的公路轉彎處卻很多，幸好，開車師傅經驗豐富技術水準高，會根據複雜的山區崎嶇道路不同路況，注意車距，穩穩地彎來繞去逐漸爬升，駛過多個頗長的隧道後，師傅突然在一間集餐飲、住宿、休閒、娛樂於一體的馬家大院農家樂附近，讓我們下車活動身體，放鬆筋骨，上個廁所。

遊客出外觀光，最愁就是在旅途中上廁所。現在在這住戶不多的郊外，竟建設有如此方便水沖式抽水馬桶的公共廁所，實際解決了有需要的旅客們出遊時的燃眉之急，真是文明一小步，人民生活衛生一大步。

休息時候，雖是艷陽高照的天氣，卻偶有

微風徐徐吹來，挺舒服，可能我們是在山上，夏日的山上就是有這個好處！鄉親們悠閒地站立休息場所四週，有的聊天，有的在農民利用空地擺起的攤位上，買當地農民自產自售的山黃杏。據販售的農民說，它肉厚味酸甜，很好吃。鄉親馮光化博士為促進當地小農經濟與觀光的发展，買了些，熱情請大夥吃，我也嚐了一個，實在話，果肉橘黃色的山黃杏口感普通，但價格不貴。休息完畢，鄉親上車坐穩，巴士續行，經過懷柔區下轄北京市僅有的兩個滿族鄉喇叭溝門滿族鄉與長哨營滿族鄉，滿山遍野的白樺樹林吸引了鄉親們的注意，紛紛從車窗拍下沿途美景，白樺樹棵棵挺拔聳直，枝葉疏散，微風吹過時，細枝擺動忽高忽低，忽左忽右，好看極了。大自然神工鬼斧賦予大地旺盛的生命力，令鄉親們感到讚嘆，精神也為之一振，心情瞬間放鬆，變得開朗起來。

就這樣大巴沿著山路繼續盤旋前進，車窗外的美麗景色讓人忘卻塵囂。不知不覺在下午一點多到了豐寧滿族自治縣，隨即入住位於潮河畔的豐寧賓館；取好行李，大夥辦妥入住手續，吃罷賓館準備的當地特色風味菜肴，滿族八大碗之一的扣肉、羊肉湯、榛面窩子和餡餡麵後。考量要去的景點與賓館之間有段距離，為了趕時間，一行人來不及休息，立刻搭車前往豐寧大灘鎮的四A級景區中國馬鎮遊玩，沿路塞外草原一望無際的遼闊壯麗，景色美得讓人心曠神怡；低緩的草坡上，偶見三三兩兩的馬與羊，閒適自在的低頭啃嚼青草。天蒼蒼，野茫茫，這片無邊無際，天野相接的景象，完全展現了塞外北方廣袤遼闊的富饒與壯美。在畫面雄奇瑰麗讓人無比震撼的奇景前，鄉親們舒服地吹著冷氣，盡情享受遊車河的樂趣，忘了車外灼熱似火的驕陽。

豐寧——中國馬鎮

承德市管轄的豐寧滿族自治縣，地處燕山北麓和內蒙古高原南緣，縣名來自於乾隆皇帝御賜，取「豐阜康寧」之義，是京津冀地區體驗滿族風情和草原文化的最佳場所，縣城距馬鎮八十六公里。中國馬鎮（*China Horse Town*）（*Dulimbai gurun morin jen*）位於夏季涼爽的壩上草原，那裡空氣清新草色翠綠，花草豐盛，日夜溫差十幾度之多。每年進入七月，馬鎮涼爽的氣候成為北京市遊客的避暑騎馬旅遊首選。

歡樂的時光過得總是特別快，就在鄉親們還在享受愜意開心遊車河的行程時，中國馬鎮到了。大夥下車，極目四望，天高地闊，看不到邊際的草原上，吹來的全是沁涼的風，讓人渾身涼爽舒適。中國馬鎮是以馬文化為主題的旅遊樂園，進入馬鎮氣勢磅礴四柱三門結構的牌

樓後，首先映入眼簾的是馬路兩旁，豎立著許多長寬至少各約有一公尺半大小的「馬」字，從篆文至隸書、楷書、行書、草書等都有，每一個「馬」字遠看，都像是一匹匹仰天長嘯要往前奔馳的馬，字形抽象生動，剛勁雄渾，美的給人一種強烈的心靈上優雅曠達感覺。這些已使用數千年，至今還在華夏大地傳承著書法藝術之美的方塊漢字體。沒想到近年來能在燕趙大地融合創新，成為貼近人民生活中的旅遊文創，將漢字獨樹一幟流動的線條之美，轉化為書法跨越時光成長的新動力，讓遊客一趟單純的中國馬鎮快樂旅程，恍如穿越了時光隧道，瞭解了漢字悠長豐沛的活力，也提升了遊客精神與心靈上的幸福。中國馬鎮的「馬」字書法文創，可謂方塊漢字體藝術化領頭羊，不但為其旅遊宣傳增加了曝光度和知名度，也吸引了更多潛在的觀光客，日後前來遊玩。

中國馬鎮主要景點除了馬街，還有天馬行空遊樂區、矮種馬騎場、美食街、酒吧街、滑草場及前清時期的衙門、風月樓青樓選秀、戲臺，滿文化街區、豐寧布糊畫、鐵藝燈籠非遺

工坊等知性遊樂設施。其中最值得一提的是馬鎮的馬廄中，有十幾種軀幹壯實體態矯健的世界各國駿馬良駒，如汗血寶馬、波蘭系阿拉伯馬、埃及系阿拉伯馬、純種西班牙安達盧西亞馬、不列顛群島吉普賽馬、荷蘭溫血馬、英國純血馬、波蘭純血馬、半血溫血馬、半血純血馬、俄羅斯半血馬、俄羅斯頓河馬、蒙古馬、新疆伊犁馬、甘肅山丹馬、內蒙古三河馬、東北挽馬等名貴馬種，都價格不菲。另外，被稱為是世界上最珍稀的矮馬品種，有「馬中熊貓」美譽的中國廣西德保矮馬與蘇格蘭設特蘭矮馬，身高都不足八十公分，一匹比一匹可愛的珍貴小型馬種，吸引了眾多鄉親的目光，

看著牠們溫馴可愛的外貌與動作，都忍不住上前摸摸牠們，與牠們合影留念。

晴空萬里、艷陽高照下的中國馬鎮，行走其中絲毫沒有任何悶熱感。倒是有種微風輕拂的閒適。馬鎮成人門票二三八元，兒童票一六八元，可觀賞《草原絲路》、《戰神趙子龍》等四大演出，同鄉會一行在園區觀賞完包含馬術、雜技、舞蹈等的《草原絲路》一個小時的馬術和空中飛人的驚心動魄演出後，對馬術演員們在馬背上跳繩、倒掛金鉤、馬背上倒立等人馬合一的精湛技藝，和一個比一個有難度的空中雜技演員，展現力與美的連續空翻，擺盪、跳躍，不顧性命的完美演出，都讚不絕口，現場爆發出的掌聲和歡呼聲久久不停；表演中有位歲數不大的少年男演員，在超刺激的高空鞦韆團體演出高空中旋轉拋接動作時，突然從空中墜落至舞台上方的防護網上，觀眾當

場嚇得驚聲尖叫，直到那少年男演員隨後迅速從防護網上站起，向觀眾做出一個彎腰的鞠躬致歉動作，全場觀眾緊張到懸在嘴上的心才落下。少年男演員那個從高處意外墜落的驚險動作，其中是否有戲劇元素，觀眾不得而知，不過那個震撼且驚心動魄的墜落，一直到鄉親們出了園區，上了巴士，還有人在議論紛紛，可見其刺激性有多震撼。這趟中國馬鎮前所未見的娛樂體驗之旅，實在令鄉親們印象深刻，覺得不虛此行。

有些人去外地玩的時候，喜歡在旅遊的城市買些具在地元素的伴手禮，因為花錢購物帶來的愉悅感和獲得感，會讓人們的旅遊更快樂。很巧的是，今年七月結伴來京津冀旅遊的鄉親們，很多人就正好是屬於這一類對購買當地特色伴手禮情有獨鍾的遊客群。鄉親們離開中國馬鎮到達大灘鎮街上時，已近晚上八點，

夜裡的大灘鎮燈火通明，宛如大草原裡的一顆明珠，閃閃發光。大巴在一家人潮熙來攘往的大灘鎮土特產商店前暫停，鄉親們下車進入店裡，映入眼簾的是各種奶製品、口味多樣的牛肉乾、當地及內蒙的白酒、馬奶酒，還有一些小工藝品等商品。入寶山焉能空手而回，鄉親們在店裡興致勃勃的左挑又選，按個人的喜好，買了不少地方代表性的伴手禮，有肉質鮮美耐咀嚼的真空小包裝內蒙古手撕風乾牛肉及各式各樣味美好吃的天然健康草原奶製品如乳酪塊、優酪乳疙瘩、乳酪棒等，這些奶製品乳香濃郁層次豐富，真好吃，不過價格也不便宜，究竟一分錢一分貨嗎！

回程抵達豐寧賓館時，已經晚上九點。一天的四處奔波，鄉親們早已飢腸轆轆疲憊不堪。晚餐在入住的賓館包廂享用香氣四溢，具有當地特色的烤全羊和餡餅宴、榛面窩子、壩

上蕨菜等美味佳餚，部分鄉親第一次開「羊」葷，品嘗慢火烘烤，香噴噴油亮亮的烤全羊大餐，由於沒經驗，特別聽從服務員的講解，遵照當地吃法，依習慣選擇用左手或右手，將手套在塑膠手套裡，然後用力撕扯著揪下烤熟的羊肉，往嘴裡送；哇，外層深褐色，外焦裡嫩羊肉的嚼勁，真是沒齒難忘，果然，由味覺啟動吃美食的滿足感，是我們這次赴京津冀旅行中的一大樂趣。

賓館服務人員親切的告訴我們，豐寧的烤全羊是承德市非物質文化遺產項目之一，在選材、醬料配置、烤具製作方法、食用方式等各方面都獨具特色，最大賣點是一羊五吃，一吃焦香脆表皮，二吃軟嫩羊肉，三吃羊排及貼骨肉，四吃羊腿肉，五吃燉過的羊骨頭，每一層的口味都不一樣，但都好吃的讓人滿嘴留香。

豐寧烤全羊是一道功夫菜，用的羊不能太

大也不能太小，烤時用小火翻轉烘烤，約四五小時後，才可以上桌。這樣烤出的羊肉，只有羊肉酥脆嫩的鮮美口感，不聞羊膻。美食當前，鄉親們聆聽著服務人員細心說明，依序用手揪下肉吃完一輪，隨即廚師將羊身體取走，再烤一次重新上桌，續供鄉親們食用。吃完第二輪，廚師又再取走羊身體，然後再烤一次，第三次再上桌供鄉親們享用，如此一而再、再而三，鄉親們吃的過癮，吃到齒頰留香終身難忘。

這種代代相傳的烤全羊技術，好吃關鍵全在於火候的掌握，所有的部位都要烤得恰到好处，做到入口酥而不焦，肥而不膩。如今，隨著旅遊業的發展，烤全羊已成為豐寧滿族自治縣飲食文化中最知名最高檔的頂級美食代表菜品。由於耗時費工，價格也不便宜，因此除了招待貴賓或逢重大節日，平常百姓的餐桌上，

很少出現。

吃罷令人回味無窮的烤羊肉。鄉親們搭電梯上樓回房休息，當晚，大夥在冷氣的吹拂下，舒服地進入夢鄉。第二天清晨起床，細看賓館房間，感覺乾淨舒適安靜，採光不錯，寢具沒怪味，豐寧賓館可算是一間用心為旅客服務的賓館。

早餐是補充一天活力的來源。吃得好感覺一早上都有勁。豐寧賓館的 buffet 早餐除了如生菜沙拉、水果、白煮蛋煎蛋、青菜、小米粥、麵包牛奶咖啡外等傳統的早餐選項，另還備有優酪乳及廚師現場製作彈牙筋道，麻辣兼具的重慶小麵、醬料豐富的餛飩等，品項十分豐富，此外，該賓館服務人員收拾桌上餐盤，親切有禮手腳勤快，展現出的專業能力讓人印象深刻，對該賓館的好感也提高很多。吃完早餐，鄉親們整裝完畢，上車直接往豐寧縣大閣

鎮寧豐路的三A級景區九龍醉酒文化產業園區參觀，該園區以滿族文化和酒文化產業為特色，集商業、特色旅遊為一體，內有九龍醉特色的文化街、九龍醉博物館、釀酒工作間、康熙朝三百年歷史的古窖池、體驗館、賣場等，讓參觀者有機會從多個角度感受九龍醉酒獨特的釀酒文化、源遠流長歷史與承古匠心全力推動釀酒技藝創新的責任與使命感。

進入面積頗廣的園區，鄉親們跟著解說人員腳步，經過九龍橋、九龍松、九龍泉，又走了一段路，轉進酒廠，濃厚的酒糟氣味撲鼻而來，剛開始聞或許會不習慣這種氣味，但那股味道經過短時間的適應，再聞，反倒有種豐富層次感的舒服感受。看到屋內一排排整齊排列很有年代感的酒甕，顯示了九龍醉酒的釀酒歷史應可追溯至很久很久以前，走進展示間，參觀了漢唐以來的酒器釀造工藝，知道九龍醉酒

的發展歷程、文化傳承，清楚了整個九龍醉酒的「製麴」、「釀酒」、「包裝」、「窖藏」四個階段的釀酒流程和品牌背後的故事。隨後在散發著白酒獨有酒香氣味的品鑒區。九龍醉酒的解說人員請鄉親們品嚐以老五甑釀酒法，混蒸混煮釀造出具醇香口感的高端古窖酒；機會難得，大夥紛紛拿起已斟上半杯酒的小酒杯，淺抿一口含在嘴中，瞬間，濃濃酒香在口中呈現萬馬奔騰的豐富變化，隨著酒液在舌尖流動，慢慢流淌到咽喉，感受著酒香的擴散，最後緩緩嚥下。高端古窖酒厚而爽冽入口平順的口感，猶如暖流讓人通體舒泰，悠長餘韻令人回味無窮，真是一級棒好酒。品味完它們請的高端陳年窖藏酒及冰棒後，鄉親們個個微醺愉悅，話不知不覺多了起來。

酒的釀造是一門獨特的技術，看完九龍醉酒精湛嚴格的傳統釀酒工藝，鄉親們知道了九

龍醉酒文化的典故和淵源，了解滿族先民們在製酒工藝上，從原料浸泡、蒸煮到蒸餾釀酒的全部過程。對現今住在豐寧縣的滿族同胞在傳承古法的釀酒工藝基礎上，努力提升現代發酵的新工藝，讓九龍醉酒的品質更醇厚甘香更好喝的辛苦用心，個個是讚賞不已，都說這是九龍醉酒活文物的價值所在，也是九龍醉酒最珍貴的歷史文化傳承。

一方水土出一方美酒，有些鄉親抱持禮尚往來之心，想買些九龍醉酒當伴手禮帶回台灣，不過該園區賣場擺放在顯眼位置展示販售的酒款，都是包裝華麗的瓷瓶、高年份，供應量少，具珍藏價值的高檔酒，價格不便宜，一時之間，不知該如何選擇！雖然也知道「固態發酵」方式釀造的九龍醉酒越陳越香，且隨著時間說不定會增值。不過回歸到買酒本質，買了還是要拿來享用或做公關送禮，這些價格不

菲的頂級酒款，或許其價值已成為資產與身份地位的象徵，但其銷售成績似乎並沒有走出河北省承德市，在機遇和挑戰共存的白酒市場經濟裡，想將品牌接軌北京市白酒市場，恐言之過早，經過一番討論後，多位鄉親們量力而行，放棄了買酒的想法。

參觀九龍醉酒文化產業園區後，時間已接近十一點，鄉親們隨即乘車前往下一站承德市。豐寧縣城到承德市之間的距離一百七十里，開車約二個多小時可到。一路陽光普照，大巴在蜿蜒的群山道路間穿梭，偶爾望向窗外，可瞧見架設在草原之間像風車一樣超大的三葉造型風力發電機，大葉片在藍天白雲下隨風轉動，畫面非常漂亮。隨後大巴開上高速公路疾馳，沿途陸續出現被大自然神奇力量切割出的兩個山咀間呈一個小型△字形，全是綠色如茵綠毯的凹陷山窩地貌，凸起的山咀地上

則多是種植著護土坡的強壯耐旱不知名綠色植物，這樣奇異地貌勾勒出的獨特地理奇觀，讓身臨其境見到的鄉親們嘖嘖稱奇，讚歎不已。

承德—小布達拉宮、避暑山莊

下午一時多，大巴到了承德市。承德市不愧是前熱河省省會，現在的河北省地級市，鄉親們在大巴上看承德市街景，只見高樓大廈到處林立，街上人來人往，比豐寧縣城熱鬧多了。還有承德市的街道上，乾乾淨淨的完全沒有任何垃圾，路旁花草如茵，綠樹成行，相信不論遊客或市民們，慢慢踱步行走在承德市街頭，一定會覺得，走路真是一件賞心悅目又舒服透頂的享受。

由於中餐時間已過，飢腸轆轆的鄉親們，下車取了行李，辦好入住的嘉和國際飯店手續後，在該飯店飽餐了一頓有杏仁茶、承德涼

粉、蕎面河漏、碗坨、油酥饅頭、驢打滾、撥御面等獨具一格的當地美食，鄉親們吃得盡興，也吃出幸福與滿意。嘉和國際飯店位於武烈河畔，河岸景色宜人，綠化景觀做得不錯，河邊景點設置了許多帶有扶手的長椅、石凳、步道及運動設施，供附近居民休憩攀談聊天話家常及過往行人使用，實用又美觀的休閒設施，為河畔增添了許多的歡聲笑語和活力，也營造出視覺上的美感。

下午在高新區濱河社區參觀，傍晚時分回到飯店享用晚餐，時間才晚上八點多，算算還不太晚。看見許多鄉親去住宿飯店旁的寬廣超市，掃貨大陸各式各樣的涮嘴人氣零食，如黃飛紅麻辣花生、花椒鍋巴、內蒙古牛奶條乳酪塊、衛龍魔芋爽、衛龍風吃海帶、阿膠棗、紅棗夾核桃、秋木耳、山西老陳醋等經典食品，預備帶回家享用。內人和我在好奇心的驅

使下，決定也去寬廣超市晃晃，超市面積很大，有三層樓，生活必需品五金雜貨一應俱全。進了超市，瞧見琳瑯滿目的在地平價食品陳列在眼前，我們夫妻倆興奮地像年輕人一樣，慢慢穿梭在擺放著廚房常見調味品的貨架上，內人買了口味清爽鮮脆的涪陵烏江牌榨菜六十包，還順手帶了二十包好吃下飯的酸辣豇豆，我倆在收銀台結完帳走出超市，內人和我望著滿滿一大袋能將平凡食材瞬間變成庶民美食的祕密調味聖品，相視一笑。彼此有默契的哼著一閃一閃亮晶晶，興高采烈地往飯店走去。

吹著徐徐的涼風，我們夫妻倆悠閒著漫步在夜晚的河畔景觀步道上，看著燈光倒影下波光粼粼的武烈河，目之所及好多人在這裡納涼休憩，歡聲笑語不斷。沿著河邊散步，享受夏日難得的清涼。看著河畔萬家燈火璀璨綻放的夜色美景，心情感到舒適愜意，難怪承德人會

說，貫穿市區滋養著歷代承德一方百姓的武烈河是承德人的母親河，是承德百姓永保繁榮昌盛富足和諧的幸福密碼。果然啊，知足，就是幸福。

七月五日早上五時多，太陽冉冉升起，晨光映照下的飯店院落中，出現絲絲柔和的金色光彩，拉開窗簾，我一邊伸懶腰，一邊眺望遠處靜靜流淌的武烈河，心情舒暢享受著晨曦的洗禮。鄉親們在嘉和飯店享用完提供給住宿客人的道地承德味自助式早餐後，一行人洋溢著快樂的笑容，迎著朝陽，開開心心向外八廟之一的普寧寺前進，去感受不一樣的融合漢、蒙、藏建築特色的「外八廟」深度旅遊體驗。

「外八廟」是指清朝在承德避暑山莊周圍依照西藏、蒙古喇嘛教寺廟的形式修建的十二座喇嘛教寺廟，其中的八座由政府直接管理，它們像眾星拱月一般，圍繞著避暑山莊而

建，因都位在北京市密雲區古北口城牆外，故統稱「外八廟」（即口外八廟之意），其中的普陀宗乘之廟、須彌福壽之廟、普寧寺、普樂寺於一九六一年三月四日被列為首批全國重點文物保護單位。顯示了這些寺廟建築在文化傳承與經濟價值中，展現出的歷史魅力、時代意義與美學價值的軟實力。

「普寧寺」意取邊疆民族「安其居，樂其業，永永普寧」之意，是大陸北方最大的藏傳佛教寺廟，當地人稱大佛寺。寺廟建築佈局嚴謹，院正中座落碑亭，內置三塊巨大的石碑，碑是用漢、滿、蒙、藏四種文字書寫，碑文《普寧寺碑》、《平定準噶爾勒銘伊犁之碑》、《平定準噶爾後勒銘伊犁之碑》分別記載了興建普寧寺原因及記述清政府平定準噶爾部阿睦爾撒納叛亂，鞏固西北邊防的歷史。

全寺以大雄寶殿為界，分為前、後兩部

分。前半部為漢傳佛教伽藍七堂式佈局（伽藍，即寺廟），七堂一般是以山門殿，天王殿，大雄寶殿為中軸線，左右對稱建有鐘樓，鼓樓，東西配殿，主體建築為大乘之閣，閣內供奉金漆木雕千手千眼觀世音菩薩，雕像莊嚴祥和，是世界最高金漆木雕佛像，讓人一見就印象深刻。後半部為藏傳佛教風格的寺廟建築。

普寧寺殿堂樓閣氣勢宏偉，是外八廟最重要的寺廟之一，除了西藏六世班禪曾到普寧寺禮佛外，內蒙古佛教領袖章嘉活佛、哲布尊丹巴，也都曾到普寧寺為喇嘛講經。光陰荏苒，經過二百多年歲月洗禮，包括牆體、窗櫺、柱子、殿頂、簷脊依舊氣派典雅的普寧寺，至今仍保持著過往的雄偉恢弘氣勢，因此近年來名氣越來越響亮，成為許多尋求心靈慰藉，讓內心深處得到安祥的中外遊客到承德市旅遊的必遊景點之一。很多遊客在寺內接觸到燦爛獨特

具濃厚民族特色的藏傳佛教文化後，明心見性而生喜悅，多會在各個美觀壯麗的重簷飛脊殿堂前，拍照珍藏留存。

我們到訪當日，可能適逢大陸各級學校開始放暑假，因此參觀的遊客好多，寺院內，大殿前，都見到許多遊客懷著虔敬的心，向佛鞠躬燒香許願祈福感恩，夏季七月高溫炎熱的天氣，普寧寺瀾漫著散飄四溢的檀香味，一念轉，自業轉。就這樣，在香煙繚繞中，遊客們參透了天界與人間形上意境的徹知空性，悟出世事如白雲，浮遊於天空，一切都不再是掛礙，達到了紅塵俗事中隨緣自在的生命之啟。

入境隨俗，懷著虔敬的心，鄉親們和我一起隨著眾多遊客們前進，觀賞這裡別具匠心的漢、藏傳佛教建築工藝，感受漢、藏傳宗教莊嚴的智慧，尋到了內心的寧靜。突然瞟見寺內多處立著刻有經文的銅鑄藏式轉經筒，心存

敬意，我停下腳步俯瞰周遭的角落後，學著其他遊客，伸出右手往順時針方向，輕輕摸筒轉動一個又一個的經筒，轉著轉著，我心情沉澱了，忘卻一切的外境外緣隨意自在，心靈澄澈明淨體會了慈悲和智慧，法喜充滿。

感受著佛教充滿智慧的弘法利生精神，我們離開普寧寺，搭車續往前行，或許這外八廟座座都相鄰不遠吧！鄉親們在豔陽烈日下，參觀普寧寺曬了有一段時間的皮膚，還未被車上冷氣吹舒服降溫時，大巴已停在俗稱小布達拉宮的「普陀宗承之廟」的前面。看到巍巍然屹立於山坡上的小布達拉宮，鄉親們抖擻精神，揹著背包，拿著手機，帶著礦泉水陸續下車，走過五孔石橋，全力往一座結合清式與藏式建築的山門步行前進。

紅白相間，氣勢磅礴的小布達拉宮，是乾隆帝為了慶祝自己六十歲壽辰和母親崇慶皇太

后八十歲壽誕而建，全廟佈局依山勢修築，依序為山門、碑亭、五塔門、琉璃牌坊、白台，最後是主體建築大紅台。進入山門，首先映入眼簾的是碑亭。亭內豎著三座高大石碑，分別以漢、滿、蒙、藏四種文字記載了《普陀宗乘之廟碑記》、《土爾扈特全部歸順記》、《優恤土爾扈特部眾記》事蹟。過了碑亭後的朝聖禮佛修行路，坡度平緩好走，偶有曲折；沿途樹蔭茂密，穿梭其間，輕鬆自在不會悶熱，沿路徑多處石片上，鄉親們發現旁有白色字帶圖說明的恐龍足跡化石，十分清晰，保存狀態良好，為寺廟增添了新看點。續行，經過一個很高，房頂上有五座喇嘛塔的藏式白台之後，一座高大有三個拱門的琉璃牌樓昂然矗立眼前，據說這三個拱門代表著不同的願望，祈求事業有成的人走左邊門，祈求長壽平安的人走中間門，祈求官運亨通賺錢順利的人走右邊門。鄉

親們一行走到此，各人分別依心中所盼，自行通過走左、右、中各門，內人和我選擇走中間門。

續行彎曲山路，幾分鐘後，到了中罡殿、東罡殿、西罡殿，視野豁然開朗，此處廣場上有數間小店，賣一些大陸傳統的頗有觀賞價值的手作工藝，並擺放許多椅子，讓走累了不想上山的遊客休息補給。廣場上已有些先到的旅客，在鐵椅上聚集聊天。空地上有數棵蒼松翠柏散植其間，另有一株台灣未見過的稀有松樹品種，樹形甚美，有很強的觀賞性，但樹不太高無法遮陰。上山參觀禮佛的路，由此起開始一分為二，往左是連續的陡升爬坡且崎嶇不平的路，要走很多台階，有幾處路徑且易打滑，導遊說體力行的就往上走，不想再走的就在這附近休息。見到這些難行的上行陡路，部份鄉親決定在此休息，等待其他鄉親們恭敬禮佛

完，回程路過此處時，再會合一起下山。這方法不錯，正合我意，正在考慮是否該跟進時，內人看出了我的猶豫，對我說：「難得來這裡玩，打起精神，別漏氣，往上走罷！」我還未作聲，她又在我耳旁，低聲補了句：「你不是常說，老閤老，擱會嘔土豆，怎麼今天言行不一啦」！

男子漢大丈夫，就算老了，還是愛面子。為了維護自己的健康形象與自尊心，今年七十四歲的我，鴿子生鵝蛋，決定拚了。往上續行，開始攀登約三百級石階的考驗。寶劍鋒從磨礪出，順著石階，經過一步一腳印，一步一臺階的層層攀爬，我克服了路上多處經過百年來因參拜者眾多，踏到石階面被踩得凹凸不平磨損的挑戰，千里之行始於足下，我為自己的體能感到高興。

走過千佛閣，穿廊過殿到了大紅台的中

心，就是普陀宗承之廟的主殿萬法歸一殿，這裡的屋頂全部被金黃色鑲金銅瓦覆蓋，天氣晴朗時，豔陽照射下的金頂，在藍天白雲群山的映襯下，金碧輝煌雄偉壯觀，讓人覺得非常神聖。金頂有上下二層，上層金光萬丈光澤耀眼，引人注目。下層則是在日軍侵華佔我關外東四省時，經歷兇殘的日本軍人強行爬上，用刺刀刮走金粉，失去了閃亮光澤，只剩下時至今日猶清晰可見的道道刮痕，日軍禍害華夏大地的滔天罪行，可見一斑。

幸好天佑中華，萬法歸一殿攢尖頂式的上層金頂，垂脊和斜面建築太陡，日本兵很難爬上去，僥倖爬上卻站不穩，上一個摔一個，連續摔死好幾人，日軍雖然囂張，但天不從人願，無奈之下只好罷手。也因這緣故，我輩炎黃子孫，才有機會見此無價的華夏瑰寶。

在大紅台羣樓頂部平臺西北角，有座慈航

普渡亭，內有觀世音菩薩像。在那，我虔誠地在蒲墊上跪下，恭恭敬敬地磕了三個頭，祈願大慈大悲救苦救難的觀音菩薩，保佑「家人平安、小民身體健康、海峽兩岸和平」。在慈航普渡亭旁，有露臺，視野極佳，站在上面可以俯瞰避暑山莊美景，往遠眺望更可見承德市著名的十大景之一「磬鍾峰」，其直指蒼穹的一柱擎天造型，也被遊客稱為「上帝的拇指」。在此，不少遊客細細地觀賞這天然形成的奇景，開心地拍照留念，留下美麗的永恆。

江山留勝跡，我輩復登臨。鄉親們徒步探索普陀宗承之廟，用心欣賞了沿途的山林景色，看見了清初諸帝出於宣揚君權神授和君佛同體的大局觀，團結蒙古、西藏等地區少數民族修建皇家寺廟的政治目的與細膩用心。知識引發感情，在這些承載了二百多年歲月，歷盡滄桑，見證了大清王朝興衰過往，融合漢、蒙、

藏建築特色的喇嘛教形式的廟宇，鄉親們身體力行，用雙腳在承德市這片熟悉又陌生的土地上旅行，就像走入了一本對清朝進行別具一格梳理與剖析的史書，既走出了一身汗，也走出健康，更走出了心靈知識層面的提升，相信以後不論走到哪裡，都不會忘了走過的這座與清皇朝有著息息相關歷史的城市——承德市。

旅遊是耗費體力的活動，像今天早上鄉親們的外八廟之旅，連續在強烈陽光下走了約兩個小時，幾乎已全是銀髮族的鄉親們，雖學到與漢家廟宇文化截然不同具濃厚藏族特色的藏傳佛教文化知識，但路走多了，肚子也開始餓的咕嚕咕嚕叫。台諺「吃飯皇帝大」，飢腸轆轆的鄉親們，於承德市區找了家深具當地飲食文化特色的餐廳，坐下來用餐，品嚐承德市具鄉土氣息的美食如小雞燉蘑菇、烙糕、撥御面及風味特殊滑潤耐嚼的蕎面河漏，這些美味料

理，鮮嫩爽口有嚼勁，食之餘味不盡，讓人吃得盡興；特別是席間一道由餐廳老闆好友自行培育配種，放養於野外綠色山林間，自己找青草、紅薯等五穀雜糧為食，生長期長達一年半以上的原生態黑豬做出的扣肉，其肥而不膩的口感真是不一般，相信與西班牙國寶級食材的伊比利豬相比，也是各擅勝場。吃完中飯攢足力氣後，鄉親們打起精神不休息，一行驅車往大陸最大的皇家園林避暑山莊參觀。

避暑山莊是清朝皇帝為了安撫、團結蒙、藏、維吾爾等邊疆少數民族，鞏固國家統一而修建的一座夏宮，是清王朝除了北京以外的第二個政治中心。山莊面積很大，主要分宮殿區、湖泊區、平原區、山巒區四大部分。其中宮殿區和湖泊區是避暑山莊的精華所在，走馬觀花似的逛完一圈大約要二個小時。大陸政府尊老敬老愛老，優惠七十歲以上老人免費參觀

避暑山莊，台胞憑臺胞證，比照大陸居民待遇免費參觀。

風和日麗的豔陽天，鄉親們戴著帽子拿著陽傘，挺直胸膛，依序跟著理事長腳步貫而入。避暑山莊正門碩大正方的匾額「麗正門」氣勢雄偉，城門上鐫刻有蒙、回、漢、藏、滿五體文字（從左到右）的「麗正門」匾額，其中最右的滿文（*ᠯᠢᠯᠢᠵᠢᠨᠠᠨᠠᠨᠠᠨ*）(genggiyen tob duka)，意為「明亮的城門」。山莊內承載著豐富歷史文化的宮殿、樓閣、亭台、廊榭，錯落有致的呈現在酷熱的豔陽照射下，沉穩大器透出莊嚴肅穆，下午近三點的陽光依然炙熱無比，鄉親多人被曬得昏沉，只能躲在枝幹挺拔的百年松樹蔭下避暑乘涼。幸好，承德市地理位置在長城以北的區域，夏日氣溫雖高但它有個好處，就是皮膚流汗但不會像台灣一樣，一流汗就濕濕黏黏的，

這時只要補充水分吹吹自然風，就舒適多了。

避暑山莊的斑駁石板路上，處處可見歲月的刻痕，午門上有康熙帝御筆的「避暑山莊」匾額，字體剛勁有力，其中「避」字與現代人使用書寫的「避」字不一樣，在最右邊的辛字下面多了一橫，什麼原因，眾說紛紜難有定論。宮殿區內殿宇建築淡雅古樸，看上去老舊窗櫺上雕花的格子，為建築添美感，巧思設計也蘊含著守護清皇室千秋萬載永享太平的吉祥寓意。山莊庭院的設計曲徑通幽，前院串連後院，彼此相互依託又成一個整體，也就是通過前院從旁就可到達後院，移步異景別有洞天之佈局各有妙趣，婉約風格吸取了江南園林建築精華。堪稱我國園林建築之瑰寶。接著我們去正殿澹泊敬誠殿參觀，澹泊敬誠殿採用金絲楠木建造，珍貴豪華，金絲楠木表面光澤耀眼，千年不腐，其自帶香氣無風自涼特質，珍貴無

比。從康熙帝起，澹泊敬誠殿就是皇帝每年一次「木蘭秋獮」時，處理政事、舉行慶典的重要場所。參觀完，我們往皇帝寢宮之一的煙波致爽殿前行，書載嘉慶帝和咸豐帝都駕崩於此。在西暖閣兩側，有二間靜謐小院。咸豐帝時，皇后慈安居東院，還是貴妃的慈禧住西院。西院室內桌椅擺設，簡單清雅。小院蒼松綴景，清冷安靜，隱蔽位置自成一體，據說是慈禧太后和恭親王奕訢策劃「辛酉政變」，扳倒咸豐帝「遺詔」任命的鄭親王端華、怡親王載垣等輔政八大臣，成功奪權的所在地，此處見證了慈禧太后政治生命中，邁向獨尊之路的重要轉折，具劃時代意義與歷史價值。

夏季是避暑山莊的旅遊旺季，因此週末假日的避暑山莊，遊人摩肩接踵，各景點洋溢著歡樂的和諧氣氛，熱鬧極了。雖然避暑山莊有山有水有湖，面積極大。但過多的遊客攜家

帶著呼朋引伴前來，熙熙攘攘人來人往的喧鬧紛雜，讓逛得又熱又累的鄉親們頭昏目眩，好想坐下休息。一行人逛到巍巍參天大樹的苑景區，突見湖面吹起陣陣微風，一湖碧水，微波蕩漾，頓時讓鄉親們心神舒暢，也為山莊風景增色不少。逛久了，有鄉親想上廁所小解，卻見景區的男女廁所前，歪歪斜斜早已排滿了站著等待的人，還見有的遊客可能等久不耐煩了，只能急得搖頭叉腰跺腳，著急萬分，熱鬧景區遊客想方便，卻方便不了的亂象，靜觀樂趣頗多。

走著逛著，我們來到一處曲徑回廊，有如江南水鄉景色的亭臺樓閣，原來是瓊瑤電視劇《還珠格格》的取景地煙雨樓到了。這裡園林山水典雅寧靜，獨特一步一景韻味佈局，盡顯江南園林之美，徜徉其間，亭閣花木倒影於水，宛若天成，別有韻味的清靜高雅意趣，遊

客可遠觀也可近賞。

跟著眾多遊客們腳步，我們繼續沿著綿長湖畔步道前行，到達位於山莊內享有盛名的中國最短河流——熱河，熱河雖長僅九十公尺，卻冬天不結冰，河上有座供遊人行走的拱形木橋，據說民國時期關外東北四省之一的「熱河省」，就是因熱河而命名。熱河有句老話「熱河泉水洗洗手，功名利祿全都有」。因此，難得到此遊玩的鄉親們，也不能免俗地用雙手掬些河水洗洗手，為自己的快樂幸福生活沾沾帶有特別吉祥寓意的在地話語，接地氣加持一下。物以稀為貴，這條如此短的熱河，能在天寒地凍的冬季不結冰，的確是大自然奇景，內人和我也倚靠著河畔據傳為康熙帝御筆的「熱河」兩紅字的一塊大石兩側，拍下這人間奇景，記錄這在地人說自己城市的人、事與物的傳奇故事。

四季皆有景，四時不同調。避暑山莊面積實在太大了，已是銀髮族歲數的鄉親們，今天在艷陽下早上參觀普寧寺、普陀宗承之廟，中午吃過飯，隨即穿梭在避暑山莊裡逛，一步步順著山莊參觀路線，仔細欣賞皇家宮殿園林、樓臺亭閣、水榭走廊，古色古香的建築之美，學到了許多歷史課本上未教的知識，真是非常的開心，不過長時間的步行，消耗了大量體力，雙腿也走得好痠。夏日高溫下，鄉親們走完宮殿區，許多人是筋疲力盡，無心遊覽只想休息。經過大家反覆的討論和商量，鄉親們決定改搭環湖路上最搶眼的黃色電瓶車，欣賞湖光美景。果然搭電瓶車一路風馳電掣，舒暢悠閒涼快，又省時省體力，讓遊避暑山莊的心情快樂加分不少。約莫十來分鐘左右，我們就舒服服抵達集合地點準備出山莊。不同的遊玩方式，既看到避暑山莊美景，也讓遊玩的心情

樂到高點，心情真是大好。當然，有得有失，比起全程步行欣賞風景，我們也錯失了山莊內一些漂亮的湖光水色景點。

晚餐回嘉和飯店享用，大夥吃飽喝足後，開心地搭電梯上樓各自回房，準備好好泡個舒服的澡，然後躺在床上，欣賞窗外武烈河畔用燈光營造出的璀璨夜景，讓心情放鬆，緩解一日的疲勞。夜闌人靜，臨睡前，我瞄了手腕上戴的小米多功能運動手環計步器，唉，不得了，今天走了一萬八千六百多步，難怪疲累不堪，更慘的是，左右腳趾不耐走遠路，竟各起了水泡，真是玩過頭了。

國有國運，同理，一座城市也有一座城市的運。承德市說起來是幸運的。三百多年前清室為處理重要的政治、軍事、民族和外交等國家大事而修建的「承德避暑山莊和周圍寺廟」，雖是集清朝造園藝術和建築藝術之大成

的傑作，但對擁有世界最多的自然與文化雙遺產數量的中國而言，也許不算是頂尖的世界文化遺產。但對承德市來講，卻不啻是迎來了建城史上的一次具有里程碑意義的重要大事。行萬里路勝讀萬卷書，有了避暑山莊和周圍寺廟，承德市從此就有了最具識別度的世界文化遺產標誌行銷名片，這些對全世界人類具有「突出的普世價值」特殊意義的特色，是觀光客來京津冀旅遊時，參訪承德市可以看到的集「歷史、美學、建築藝術、宗教、考古學於一體的珍貴人文精神價值」。

天津—古文化街、天后宮

一夜好眠，隔天起床我身體再次充滿活力。下樓吃完早餐，九點整，大夥踏著輕鬆的腳步上車，迎著朝陽向三百公里外的天津市出發。一路玩過來，鄉親們經過多日相處，熟稔了話題也多了，在車上大夥說說笑笑，聊的話

題除了一路所見所聞，不外乎也就是談昔日職場生涯、談養生之道、談生活中最開心的和孫子孫女互動相處啦、每日走萬步運動什麼的，總之，輩素不忌地瞎扯閒聊，一車人歡樂地享受旅遊帶給生命美好的樂趣。

跳脫日常生活框架，出國看異域風情的自然美景，體驗各地不同的人文歷史特色美食，這些旅行的樂趣，除了能開拓我們的眼界，也能讓我們有所成長，找回生活的意義。但一趟成功的旅遊，最重要的因素除了安全外，就是陪同一起去玩的人，去玩的人選對了，去哪都好玩。就像這次同鄉會旅遊就超棒超成功的，不但全程大巴代步，安排的飯店和景點也非常不錯，更特別的是此次隨會參訪京津冀的團員中，有幾位鄉親性格是樂於助人的「熱心好鄰居」型。如性格開朗，處事方圓兼備的臺北市前議員王正德，他不但擅於替鄉親們解決困

難，協助同鄉會與大陸鄉親溝通，還口才辯給妙語如珠，很多場合只要他一開口，瞬間就炒熱現場氣氛，讓兩岸鄉親相處氣氛融洽，這種待人真誠有禮的人，就是一個值得交往的人，根他交朋友，未來會走出一番新的天地。還有性格沉穩，默默替鄉親們跑上跑下處理入園購票、保管臺胞證等事務，低調不居功的國民黨黨代表馮光化博士，馮博士陸官畢業，榮退後，投身商場，後取得廣州暨南大學博士學位，常熱心組團赴大陸推動兩岸交流，樂在其中，這種個性善良忠厚，不與人計較的人，也是值得交往的人。他們兩位都是鄉親大夥公認的，有著多知多懂與眾不同的才能，鄉親們喜歡他倆樂觀開朗，把歡樂帶給其他人的行事風格，他們設身處地，為別人著想的人格特質，也讓鄉親們明白，擁有這些人格特質的人。就是出國旅遊能互相相應的旅伴、良伴、好伴。

同鄉會有這樣樂於奉獻的「熱心好鄰居」，真是鄉親們的福氣。

長途旅程總是讓駕駛者與遊客們感到疲累不堪，因此大陸為了推動「防禦駕駛」觀念，保障行車安全，規定駕駛人連續開車超過四小時，需要停車休息二十分鐘，這是一個保護全民出行安全的政策，值得贊許。而高速公路上的休息站，正好可以讓鄉親們下車休息上廁所，伸伸懶腰，看看四周景色，順便買點當地土特產，輕鬆度過一小段愜意時光，恢復有品質的精神與體力的再出發體力充電站。

京津冀地區面積實在太大，像鄉親們這次先去旅遊的承德市，雖然只是河北省治理下的一個地級市，但它面積就廣達三萬九千五百多平方公里，比台灣還大，因此儘管京津冀地區以高速公路為主骨架的交通圈已四通八達，交通一體化目標也達成，但從承德市直接開車到天

津市，一口氣跑下來，儘管避開了交通高峰，也沒遇到堵車，但四個小時的路途，還是讓鄉親們略顯疲憊。

下午一時許，鄉親們到達交織著現代化前衛建築與保留西式古典建築群風貌的歷史文化名城天津市，看著面前筆直寬闊的大馬路，鱗次櫛比的高樓大廈，熙攘喧鬧的擁擠街道，穿著入時的紅男綠女，人群中忙碌穿梭的人潮，讓人立刻感受到這座城市的活力與豐富多彩，愛上了這座熱鬧繁華充滿生命力的大城市。

一方水土養一方人，不同的自然生活環境，會孕育出不同的飲食文化與風土民情。因漕運而興，通達八方的天津市是個人口千萬的港口城市，獨特的地理位置導致了天津人愛吃海鮮，特別是對新鮮肥美的皮皮蝦、本地的梭子蟹、料理方便的蛤蜊、扇貝、鰲子，更是情有獨鍾，無論是清蒸、辣炒、油燜、椒鹽還是

煮湯，天津人都愛。天津市有句老話「當當吃海貨，不算不會過」，意思是鮮活的海鮮貴，死了的海鮮便宜！對天津人來說，就算把家裡值錢的衣物用品，典當抵押壓在當舖，也要搶食新鮮的海鮮。由這句話可知天津人對海鮮多麼懂吃，知味。

入境隨俗，陽光暖暖的下午一時多，鄉親們一行走進天津市一家水準跟服務都很棒的餐廳吃海鮮，開啟了在天津市的旅程。那家知名的老字號餐廳，從餐食、擺盤、料理到用餐氛圍皆傳遞出津菜講究時令的精緻飲食文化，一道道、一盤盤食材新鮮美味的如清蒸鱸魚、罾蹦鯉魚、蛤蜊扇貝、海螺、大蝦、鮮魚水餃、耳朵眼炸糕，都迅速地被端上桌，鄉親們大快朵頤，吃的飽飽的，每一口都是味覺和心靈的雙重享受，很滿意。特別是耳朵眼炸糕，色澤金黃，外皮酥脆，內裹紅豆餡，咬在嘴裡酥脆

香甜，鬆軟不黏牙，口感十分獨特，讓人回味無窮，難怪與狗不理包子、桂發祥十八街麻花並稱享譽全國的天津三絕食品。

接著我們搭車到天津市最著名的觀光景點古文化街參觀，古文化街是一條仿清代老字號店鋪組成的商業步行街，範圍蠻大，南北街口各有一座「津門故里」和「沽上藝苑」的牌坊，車輛無法進入，街上巷弄深深交錯彎繞，走起來卻四通八達。導遊帶著我們，從古文化街邊的一條蜿蜒巷弄進入，那條沒有多少遊客知道或感興趣的巷弄，遠離了鼎沸的人聲和喧鬧，一間間灰牆灰瓦老房子櫛比而建，不起眼的外觀，給人鬧中取靜的感覺，大夥邊走邊望，三拐兩轉經過幾幢清代或民初時期的靜悠悠宅子，我們停在一間歷盡滄桑，房壁已呈灰青暗色的獨棟民房前，門口擺放著一對憨態可掬的護院石獅子，門前掛著泥人張美術館的牌子，

抬腳跨過低矮門檻，院子不大，種了一棵不知名的樹，恬靜祥和如一般民宅一樣的自然。進入館內，環顧四周，具體而微陳列著張氏家族歷代名家作品以及歷史文獻和史料照片。館內安靜地僅有導覽小姐和專注聽她解說的同鄉會一行人。泥人張創始於清代道光年間，現已有第六代的子孫們在北京市和天津市承襲他的衣鉢，讓其神形兼具惟妙惟肖的老手藝綻放新光彩，煥發新生機。

搏泥塑人間，捏市井百態。鄉親們有機會參觀天津市國家級非物質文化遺產，個個聚精會神聽著館裡導覽小姐介紹，有的拿著摺扇歪著腦袋邊扇邊看，有的筆直挺立站著雙眼緊盯，緬懷著泥人張現今風光背後，過往前人筆路藍縷從無到有的創業艱辛，鄉親們有抒不盡的感慨，帶著不捨踏出泥人張美術館。隨即轉去相距不遠的聯升齋刺繡藝術博物館，觀賞光

彩奪目已有百年歷史的針尖上的藝術，聯升齋刺繡。

手捻繡花針，一縷絲線繡出女人的天地。聯升齋刺繡創立於一八九三年，是一家以精湛刺繡技藝聞名於世的津門老字號，脫胎於蘇繡。據傳，一百多年前，蘇繡皇后沈壽到天津開設傳習所，在她的培養下，天津出現了一大批蘇繡能手。幾經歲月變遷，後來聯升齋與時俱進，刺繡博採衆長，充分吸收蘇繡技法，不斷推陳出新，有了更強的生命力，遂以其獨特技藝，繼往開來，開創新局，漸漸地聯升齋字號成為北方精緻刺繡的代表，二〇一七年被納入天津市級非物質文化遺產代表。走入聯升齋，大夥拾級而上，舒服地吹著冷氣，聽著聯升齋刺繡專家說明津門與蘇繡的淵源，輾轉知道了原名沈雲芝的蘇繡皇后沈壽風華絕代的傳奇一生。

沈雲芝出生書香門第，自幼隨父識字讀書，七歲學刺繡，十二歲便以刺繡聞名鄉里。十九歲出嫁，三十歲時獻刺繡作品給慈禧太后祝壽，獲慈禧讚賞，賜「壽」字，就改名沈壽。隨後她出任工商部女子繡工科總教習，成為清史上第一個朝廷繡品女官。三十七歲時，沈壽以英女王維多利亞像參展世界萬國博覽會，獲得優等獎，揚名中外。沈壽四十一歲時，清宣統帝退位，民國成立，工商部繡工科停辦。沈壽遷居天津，創辦自立繡工傳習所，教課授徒，在她悉心教導下，開枝散葉為天津培養出不少刺繡人才，沈壽獨創的仿真繡，又稱沈繡。沈壽四十七歲時，因積勞成疾病逝，著有《雪宦繡譜》，為中國刺繡史上最早的一部系統性介紹刺繡針法的書籍。

聯升齋刺繡館內展覽了幾十幅專家們精湛的藝術作品，那些含有平安如意，象徵富貴吉

祥的牡丹花開、老虎、貓、龍、神佛作品和生動傳神的紅龍魚等，都是人們寓意迎祥納福、事業成功等方面的一種象徵，擺放懸掛家中，不僅是精美的裝飾，更是表達對未來幸福美好生活的嚮往和祈盼。這些針法靈活盡顯刺繡工藝美學的精巧繡作，花紋鮮麗，光彩奪目令人驚豔讚嘆，鄉親們邊走邊看，為這趟聯升齋刺繡藝術博物館的參訪，能有幸打開自己的內在美感和提升生活的品味開心。不過，已是非遺項目的刺繡，並非是一門簡單的技藝，聯升齋刺繡專家介紹完繡作後，特別針對部分鄉親提出的問題回答，指出刺繡除了考驗創作著的針繡絕活技藝外，還需要專注力、巧手、耐力及眼力，加上刺繡製品太耗時費工，常常一幅作品，繡上一年半載是常見的事。技術難學，出路狹窄，加上市場需求不大，因此現今願意學這門技藝的人越來越少，如今，津門蘇繡這份

文化遺產，也面臨著傳承的危機，需要國家相關部門重視和全民保護了。

生活因藝術而豐富。現今世界各地，很多傳統工藝隨著社會脈動帶出的時代環境變遷與挑戰，使得那些優雅又具悠久歷史的傳統工藝，在技術的傳承與經營上，都面臨調整與調適的考驗，隨著傳統工藝衍生的文化藝術日漸式微，這種物競天擇下的嚴峻挑戰，讓人不捨。鄉親們祝福聯升齋刺繡藝術博物館能展新局，跳脫傳統框架，一針一線為天津市細緻優雅的刺繡工藝，注入創新活力，開啟指尖上文化傳承的新篇章。

古文化街整條街，不算寬，街兩邊店面紅燈高掛，全是仿清代建築風格的街鋪，倘佯其間，熱鬧的市集上，映入眼簾的是「桂發祥十八街麻花」、「耳朵眼炸糕」、「煎餅果子」、「崩豆張」、「楊柳青畫店」、「泥人張」、

「溫氏面塑」、「益德成鼻煙壺文化館」「文房四寶堂」、「狗不理」、「風箏魏」、「相聲表演」等近百家堅持天津味特色的店堂，它們都是天津老字號美食、民俗技藝、民族樂器、古玩藝品和過往天津歷史文化美學的歲月記憶。鄉親們走在具有極高歷史文化價值的玉皇閣、通慶里歷史風貌建築、戲樓等景點前，觀看來自各地遊客的湧動人潮，聽著一口一口都是地道天津味的小買賣吆喝聲、感受到了專屬於天津人精氣神的人間煙火氣，這種人氣爆棚的一樣生活體驗，讓鄉親們目不暇接，陶醉於津味的市井歡樂中。

看完由嚴復故居原址建設的天演廣場上設立的嚴復銅像和天演論石刻，鄉親們最後走到有七百年歷史的天津天后宮參觀，此宮又稱「娘娘宮」，是大陸北方地區媽祖信仰的中心，與湄洲媽祖廟和北港朝天宮並稱為世界三

大媽祖廟。天后宮兩側廂房設有「天津民俗博物館」，展示了漕運及天津民俗民風等內容。走進天后宮主殿，神像最前面供奉其他各地的媽祖金身，其中包括了大甲鎮瀾宮、新港奉天宮、南方澳南天宮等臺灣各地知名媽祖廟分靈而來的媽祖金身。兩岸媽祖信徒們往來密切，據說很多台灣各地媽祖的信徒們，也都會到天津天后宮進香膜拜祈求平安。

媽祖是海峽兩岸人民重要的心靈依靠，她中年慈愛母親的形象已成為兩岸男女老幼信徒們心中的「天上聖母」，永遠為兩岸人民撥開人生迷霧，指引方向，找回順遂與自信的身心平靜。天后宮內也供奉與文聖孔子齊名的武聖關聖帝君、掌管金錢與財富的財神及掌管人間生兒育女之神的註生娘娘等神，這些神明，香火鼎盛，前往朝拜、進香的人極多。兩岸人民血緣相連，這裡臺胞憑臺胞證免票參觀。

走出天后宮，在園區內一隅，見廣場中央矗立一座朝著媽祖故鄉方向瞭望的十幾公尺高的白玉天后神像，法相莊嚴慈悲，面露關愛眾生的笑顏，看起來和善安詳。帶著恭敬誠意，我行至神像前，虔誠雙手合十，向她恭敬鞠了三個躬，一願家人平安，二願同鄉們旅遊順心，三願兩岸無戰火。天下媽祖本一家，兩岸不因台海分隔而遙遠，反因宗教信仰、同文同種與繼承華夏文明而契合，願天后慈悲，憐憫小民心。

天津市這個洋氣又接地氣的城市，真是個旅遊的好地方，到處都是引人入勝的歷史街區，鄉親們在古文化街悠閒逛了一下午，隨意用相機記錄下許多讓人食指大動的特色甜品美食及具濃郁地方特色的工藝品剪紙、年畫、刺繡、漆器、花燈、泥塑、木雕、風箏、皮影、微雕、磚雕、核雕等，更直觀的瞭解了天津市、進

而喜愛天津市。近下午六點，大夥登上巴士，前往天津市河北區海河沿岸的義大利風情區，享受天津市『天津三絕』之首，老字號狗不理包子店的特色美食，。

義大利風情區是一條集商貿、旅遊、娛樂於一體的休閒景區，這裡的建築多為義大利式，有著濃烈拉丁風情的餐飲娛樂街區。全國知名的中華老字號之一的狗不理包子店，也進駐了義大利風情區，狗不理包子店義大利風情街分店位於一棟古典雅緻，有百年以上歷史的象牙白色三層獨幢洋樓，店門口保留了原有的建築特色，別出心裁的數階意國風情弧形線條石階梯，從地面相連至一樓入口處，設計優雅極簡。三樓外牆掛著狗不理英文「Go Believe」的招牌。臨街面店門口處有一根圓柱鐵桿，懸掛藍底白字挺有創意的橫式招牌「我在天津，狗不理等你」，其深植人心且識別度

高的品牌知名氣，成了過往遊客逗留參觀景點之一的美拍聖地。

奔著美食，鄉親們拾級而上，步入店內，整間店保留了洋樓原有的建築特色及裝潢，但稍改了些空間規劃，輕踏著略見修繕痕跡的木質樓板登上二樓，樓梯間別具巧思的裝潢設計，有回家用餐的幸福想像。走到三樓，盡顯復古韻味的燈飾，發散出古樸質韻的柔和氛圍，店內所見歐式風格充滿著溫馨舒適感。狗不理不只賣包子，還有其他的熱炒菜餚，如味香撲鼻的鍋巴菜、酸香開胃的溜魚片，道道菜都味美可口，甜鹹合適，讓人一口接一口欲罷不能，招牌的包子褶花勻稱，每個包子都是十八個褶，皮薄餡多，咬在嘴裡，香而不膩，越嚼越有味，果然名不虛傳，的確好吃。總之，今晚鄉親們在這裡用餐，吃進去的除了津門最具代表性的美食，更有不可言傳的視覺、味覺、

嗅覺交融的津門異國歷史文化全方位體驗，讓鄉親們味蕾驚豔回味無窮。

吃飽飯下樓，踏出狗不理包子店，華燈初上，街上車水馬龍十分熱鬧，絢麗的霓虹燈光閃爍，一片繁華熱鬧，天津市的夜景，真是越夜越美麗。吹著徐徐涼風，鄉親們三三兩兩，安步當車悠閒地往「意式風情區碼頭」走去，準備搭船夜遊海河。沿路見好多手牽手甜蜜漫步街頭的情侶們，悄悄地分享著屬於他（她）們的親密時刻。愛神邱比特眷顧下，感受著義大利式浪漫，沐浴愛河情侶們的奔放青春，吸引了我們艷羨的目光，從她（她）們煥發花樣年華的笑臉上，鄉親們也見到自己年輕時歡樂的影子，啊！青春真好。

天津市海河遊船，深受遊客喜愛。晚上七點半左右，義式風情區碼頭已出現排隊長龍。我們大約排了十多分鐘才登船遊覽，五十分鐘

的航程，河面上同時來往著各式各樣遊船遊艇。坐在艙中聽導覽解說海河的過往今昔，看著璀璨夜色裡的天津之眼、解放路金融街、義式風情街小洋樓、古文化街碼頭、永樂橋、解放橋，獅子林橋和河邊櫛次鱗比一棟棟高貴漂亮似城堡的高樓大廈，整座城市在霓虹燈的映照下，晶瑩剔透，讓人感受天津市璀璨絢麗的繁華都市風情。遊船行駛時，遊客可待在船艙裡，吹著冷氣，透過玻璃窗欣賞沿岸建築燈光景緻，也可以起身走至甲板，享受海河風柔柔吹拂著臉頰的溫柔。同樣的街景，不一樣的視野！夜幕降臨的天津市，絢麗燦爛的成了另一個世界，逢此舒適歡樂的夜，鄉親們開心地在船艙裡說說笑笑聊著天，感受世間歲月安穩的美好。待人誠懇，處事通達的同鄉會劉理事長，看著俯拾皆是光彩流動璀璨奪目的燈光秀，心情也變得開朗起來，和鄉親們講著這幾

天他自己一路上的所見所聞趣事，很多鄉親則用微笑，偶爾也插個嘴參與這段談話。說著說著，劉理事長說到高興處，看著艙裡正在取景拍照的鄉親們，心情大好的向鄉親們比了個在台灣人人愛，人人喜歡比的「YA」手勢拍照留念，為自己的夜遊海河留下一分美好回憶。真沒想到德高望重還同時擔任中華民國各省市同鄉會總會總會長的劉理事長，依舊能保有像孩童開心直爽的赤子之心，難怪會贏得鄉親們的大力支持。今晚從水面上看天津市海河兩岸的燈火輝煌，聽海河水聲音的愜意悠閒，這一切或許會成為日後鄉親們再來天津市遊玩的動力。

意猶未盡的結束海河夜遊，我們在義式風情區碼頭下船後，搭車去距五大道風景區步行約兩分鐘的天津友誼賓館，賓館位於市區核心區域，視野廣闊，前景客房可俯瞰五大道景

區全貌，後景客房可看到津門十景之一，高達四百一十五公尺高的天塔。由於一早從承德市坐車四個小時到天津市，抵達後吃完午餐，隨即馬不停蹄到天津最濃人間煙火味的古文化街參觀，隨後吃完晚飯，又步行去搭船遊河，一天的體力消耗過度非常疲勞，回賓館已近晚上十點，拿到個人的隨身行李與門房卡進房後，大夥洗完澡，躺在床上就倒頭大睡，一覺到天亮。

隔日早上，天氣晴朗，大夥在賓館用完早餐後，整裝收拾行李出發，去五大道天津市歷史風貌建築中最具獨特風格的慶王府參觀，體會感受遜清遺老故居生活的諸般舊聞軼事。天津市的馬路，南北方向叫「路」，東西方向叫「道」。五大道文化旅游區是一塊長方形的區域，以區域內主要的五條道路馬場道、睦南道、大理道、重慶道、成都道來命名。這一片

民國年間形成的高級住宅區是迄今天津市乃至

全中國，保留最為完整的洋樓建築羣，這一棟棟風格迥異，頗具年代感的英、法、德、西、義大利式歐陸風情小洋樓，歷經歲月滄桑，見證了清室、北洋政府、國民政府至新中國政權更迭的戰爭硝煙，然而它們滿滿異國感的浪漫歐式風情，愈發顯示出優雅華麗的獨特氣質，這些看盡天津市風華，到處散發著古樸氣息的上世紀歐式建築群，每一座建築背後蘊含的人類智慧、創造力、前衛設計與在那生活過的包括曹錕、徐世昌兩任總統、朱啟鈐、龔心湛、顏惠慶、章紹曾、靳雲鵬、顧維鈞、潘復等七任國務總理或代理國務總理、晚清重臣載振及北洋政府百餘位總長、督軍等歷史人物跌宕起伏的一生，使五大道成為天津市一筆重要的、不可複製的寶貴文化旅游資源，於二〇〇三年被評為津門新十景之一，二〇一五年入選第一

批中國歷史文化街區。

九點多，到了位於和平區重慶道五十五號的慶王府。慶王府原是清宮最後一任太監大總管小德張所有，於民國十四年售與載振。載振是清朝首任內閣總理大臣慶親王奕劻長子，從小錦衣玉食，三十歲時仰仗父蔭，出任商部尚書，隨後轉為農工商部尚書，總管農業、工業、商業事務。宣統三年十二月二十五日（一九一二、二、十二）溥儀退位後，政場失意的載振，帶著大量資財和家人奴僕遷居天津市，開始過著賞玩花鳥寄情自然、酬酢往來宴請賓客、演出京戲堂會歡樂助興的寓公生活，安心悠哉的度日。從民國十五年到民國三十六年，他在重慶道五十五號寓所居住了二十一年，看盡了各階層人民在北伐、中原大戰、抗戰等國家巨變下出現的家園被毀四處流浪的人生百態。

慶王府灰色高牆，黑色歐式鐵門，建築裝潢極盡奢華，展現生活品味。府內的掐絲玻璃、琉璃柱、楠木透雕裝飾罩、牆面彩繪、葡萄吊燈等融合古今、中西合璧構成的時尚華麗質感，有其獨特的時代歷史意義存在，值得一看。加上慶王府因載振的政治生涯起落與奢侈浮華的享樂生活，使這幢百年滄桑老屋更添話題，成了中外遊客赴天津市旅遊的熱門造訪景點。近年來，慶王府以史為題，陸續開發了西餐、精細潮粵菜等風味套餐，其饒有興味的王府老照片、孤品老物件等實物加上百年歷史典故、珍聞軼事為餐點佐味，使得慶王府特色美食，遠近馳名讓更多人認識，也引領出天津市旅遊消費新熱潮。

悠閒地逛完慶王府，大夥在天津市吃完中餐，隨即登上大巴直奔北京市。北京市距離天津市一百三十公里，大巴師傅敬業樂群，等鄉

親們全部坐穩後開車，一路安穩行駛於京津高速公路。沿途，大多數的鄉親是頭頸靠著車背，安靜地閉目養神，享受這夏日午後安靜的愜意時光。也有少部分鄉親們是拉開車窗簾，欣賞隨風挺立於高速公路兩側，枝幹筆直的一棵又一棵綠葉被風吹搖晃不停的白楊樹，那些茂盛蒼翠的人工綠化造林，有的樹幹纖細苗條，婷婷玉立；有的一幹兩枝，相依相偎恩愛似夫妻，偶也有其它不知名的樹間雜其間，與白楊樹競相向上生長，共享普照萬物的和煦陽光，呈現出一片勃勃生機。

在鄉親們享受心靈愜意的幸福時光時，歷經元、明、清三朝定都六百多年的北京市到了，不過大巴不是開到了市中心，是開到了環繞北京市區的一條環形快速路五環路。五環路以內的地區被多數人認為是市區，五環路以外的地區則是郊區。因為北京市是大陸的首都，

全市常住人口二千二百萬人。為解決市區交通壅擠，北京市政府規定普通外埠號牌車輛，禁止駛入二環路（含）以內區域道路。因此，搭載鄉親們在天津市及承德市遊玩已五天的大巴，進入北京市只能開到五環路，在此，鄉親們要拿著行李換車，才能進京參觀。

這也意味著從七月三日一路來，陪著鄉親們東奔西跑於豐寧縣、承德市到天津市，這一大片面積比台灣還大地區的大巴楊師傅要和咱們分別了。這位楊師傅四十開外，身材中等，光頭圓臉，面色黝黑，濃眉下有雙炯炯有神眼睛，喜穿一件白色的工作服；常常在旅遊區休息時，我愛跟他閑聊，談些河北省當地的鄉土民情小吃，風景名勝等，拓展自己的視野。楊師傅脾氣好駕駛嫺熟，六天來的行駛過程中，只見他嚴格遵守交通規則，注重行車安全，車速和車距始終保持穩定，不疾不徐，讓人放

心，這些行車細節雖然看起來簡單，但是卻能夠體現出一個人的駕駛水準，進而影響到行車的安全。

楊師傅住在石家莊市農村，家裡除妻子外，還有一位七十四歲的老爹和兩個兒子。大兒子剛滿二十歲，高考沒考好，現在深圳市打工，體驗人生；小兒子讀初一，當他出外開車掙錢，妻子上班工作時，小兒子的中餐就由他老爹負責照顧。平日沒工作時，他會在家陪老爹在自家菜園鋤地、種菜、澆水施肥、摘菜等做做農活，偶有節假日，他和妻子會跟老爹吃頓好吃的，好好的享受家的幸福滋味；有時會陪他老爹小酌兩、三杯，在觥籌交錯中，聽他興之所至，講到哪聊到哪說到哪的陳年往事，享受陪在老爹身邊就是最開心最快樂的幸福。楊師傅的樂天知命，對工作的敬業，讓我瞭解任何職業，只要發揮了專注沉穩幹練的工匠精

神，縱使在最平凡的崗位上，也能創造出它不平凡閃亮的一面。

下午四點，在五環路與約好可在北京行駛的巴士碰了面，楊師傅小心翼翼幫鄉親們從他巴士車體下方設置的行李廂，拿出鄉親們攜帶的大型行李，經過一番折騰，順利轉放進馬上要搭的巴士下方的行李空間。理事長及鄉親們感謝楊師傅一路來的辛苦，送他紅包一個，金額或許不高，但意義深重，因為那是一種無上的鼓勵，是鄉親們對他六天來任勞任怨付出的肯定。

紅包，代表著祝福和好運，是華夏以禮為中心的儒家文化傳統禮俗，承載著許許多多無所不能的期望，這種源自中華民族五千年歷史文化中的核心價值，也只有雖分隔千里，但在歷史、文化、血緣和語言上，都同根同源的兩岸京津冀鄉親，才能體會出那種發自內心的最

誠心祝福。

北京——鳥巢、頤和園

由於天色尚早，鄉親們決定抓緊時間，前往位於北京市朝陽區奧林匹克公園內的鳥巢參觀，奧林匹克公園位置優越，交通便捷，公園裡面有很多高達三、四層樓高樹形優美的白楊樹、槐樹、欒樹及銀杏樹等，是散步休閒的好地方，假以時日，說不定會成為北京市富有特色的體育、演藝、休閒與旅遊的新地標。鳥巢建築設計新穎獨特，規模宏偉，是二〇〇八年北京奧運會的主場館，其不規則鋼鐵編織而成如鳥巢的外觀是它最大特色，混凝土結構主體分地下一層，地上七層，地上高度近七十公尺高，內設座席九萬一千個，鳥巢用途廣泛，除體育賽事外，還能開演唱會，據說台灣知名的五月天樂團在這邊開過多次演唱會，每次都一票難求。這座北京市著名的亮點建築，設計真

的是新潮前衛，但必須承認它是中國現代建築學上一項令人驚嘆的壯舉，一個了不起的新成就。當鄉親們搭的巴士緩緩駛入鳥巢內部停妥，大夥下車後都被場館的高大宏偉震撼，驚覺自己的渺小。仔細聽完場館多元化規畫介紹，鄉親們隨著解說人員，搭電梯到體育館的第五層參觀，看奧林匹克公園的不同景緻，還往南遠望，瞧壯觀的北京中軸線景觀，所見一覽無餘的城市美景令人驚歎震撼；另外在第五層的走道，大夥還看到以熊貓與鳳凰為原型，設計結合鳥巢建築結構特點，展現奧運精神的雙奧鳥巢吉祥物——熊貓「巢團團」和鳳凰「巢圓圓」，它們造型圓潤像娃娃般的可愛呆萌模樣，讓鄉親們忍不住想將牠們抱在懷裡。機會難得不容錯過，在這北京市新的網紅打卡地，許多鄉親「喀擦」、「喀擦」，留下到鳥巢與巢團團和巢圓圓同框合影的美好回憶。

興趣盎然結束與奧運精神零距離接觸的奇妙之旅後，鄉親們在附近的餐廳，享用完色香味俱佳的晚餐，隨即師傅開車帶我們去位於北京市西邊的石景山區石景山路六十八號的北京首鋼工舍智選假日酒店入住。該酒店是一家走簡約工業風的酒店，前身是以生產鋼鐵業為主，兼營採礦、建築、房地產等多種行業的知名特大型企業，曾是北京市的工業支柱，也是北京市工業發展史上的一面旗幟，後來隨著時代演進，榮景不再。二〇一〇年年底，首鋼北京石景山廠區抓住奧運契機，推動企業轉型，在保留原有的舊建築風格上，融入新的現代工法等元素，將工業遺存的空間涵構與文化記憶，注入新生命，成功將石景山廠區營造成一間充滿時代故事的酒店。

北京市區內高樓大廈林立，一片繁榮景象中也保存了許多承載著歷史記憶的老胡同與四

合院建築，新舊融合交錯同框的北京市街景市容，營造出豐富多彩的中國風味與文化魅力，令人著迷。寬敞馬路上，師傅開車帶著鄉親們從朝陽區開向石景山區我們要下榻的酒店，一路風馳電掣，雖然適逢下班尖峰時段，但我們的巴士還是能快速馳騁在馬路上，車輛途經的西單北大街、復興門外大街，馬路更是寬闊平坦，來往車輛川流不息，多的令人眼花繚亂。續行駛一段距離後，差不多前後十幾分鐘吧，夕陽的餘暉慢慢退去，天色漸漸暗下來。

晚間八點多巴士終於到了目的地，不知道是天黑路況看不清楚？還是師傅不熟悉石景山路六十八號的首鋼假日酒店大門的位置方向，分辨不出酒店前後門。巴士在周圍一片漆黑，沒路燈，只有淡淡月光映照的酒店旁暫停，經過幾次前進後退操作的折騰，巴士終於停妥，準備讓鄉親們下車拿行李了，可看著車窗外

的漆黑一片，大夥幾乎都驚呆了，訝異在首都北京市，怎麼會有一間飯店大門前的馬路只有窄窄的六米寬，一輛大巴士開到門口就堵住路了，而且不但大門口黑烏烏地不亮燈，酒店四周也黑漆漆地完全沒有霓虹燈閃爍，真是奇怪，黑成一片的地方，這怎麼做生意啊！幸好咱們一行二十多人，恃著人多勢眾氣勢，還扛得住心中一連串的疑問？否則就要向北京市消費者協會投訴，報警了！

黑夜中，鄉親們摸黑下車，提著大箱子小箱子的行李，拖著疲憊的腳步，推開酒店門，依序走進昏暗的大廳，快速辦理入住，取好門卡，上樓進房，洗完澡帶著疑惑入夢。隔日清晨，下樓用早餐，發現大廳裝潢很有設計感，接待員親切有禮服務態度很好。吃完去酒店大門口乘車時，大夥更發現與昨晚黑燈瞎火入住的最明顯差異，就是怎麼酒店大門口位置與我

們昨夜進入的方向不同，而酒店的外觀設計高大上，門前馬路為雙向車道，很寬暢，道路兩旁的樹木枝葉茂盛、排列整齊，給酒店增添了一份綠意景緻。好奇尋問門口服務人員得知，真相是原來昨晚師傅不認識路，摸黑把巴士開進僅供該酒店工作人員出入的後門，造成大夥的擔心。鄉親們聽後，你看我，我看你，瞬間大家相視無言的接受了這次旅程中發生的意外小插曲，就當是為生活中增添莞爾一笑的旅遊新體驗回憶！

昨晚天黑人累，沒注意到在北京市換搭的這輛大巴，車體比前車較高，加上車門階梯出入口狹窄，不利於年長者及年幼者上下車。因此在此便利乘客上下車的原廠標配三階梯板設計外，師傅另外在將接觸地面的梯板下，又加裝了一個較小的不銹鋼腳踏板，以利乘客下車。這麼一個貼心幫助乘客上下車，功能極大的不

銹鋼腳踏板，可不知何因，腳踏板部分卻是歪而傾斜的。當然平常時候，手腳便利的年輕人下車，根本用不到它，就能輕易從巴士原廠標配的踏板一躍而下，所以加裝的不銹鋼腳踏板歪而傾斜的問題，沒人會在意。可這回咱們來京津冀旅遊的鄉親們，除了少數幾位如曾昭玲鄉長、楊桂芳鄉長、武建華理事夫婦及張芮橋鄉長歲數不到六十五歲外，大多數年紀都是七老八十的長者，儘管身體看起來不錯，在戶外能走也不怕太陽曬，但不管怎麼說，他（她）們上下車時就是不如年輕人那般俐落敏捷，因此很多鄉親在下車時，除了雙眼盯著腳踏板，還需雙手並用抓穩扶手欄杆，然後左右腳依序踏下，最後在落地前，借助那個較小的不銹鋼踏板，小心踏穩踩到地上，才不會在下車時，出現險象環生的狀況。可誰會注意到，這個為便利年長者及年幼者上下車加裝的較小不銹鋼

腳踏板，卻因使用日久被採嚴重歪斜了，如此反會讓年長乘客，置身於要命的疏忽險境中。由小見大，可見這位大巴司機太不專業也不敬業了。

幸好，吉人自有天相。就在鄉親們到北京市五環，換車參觀鳥巢，隨後上車摸黑去下榻酒店後。從隔天早上去頤和園、劉老根大舞台參觀，再隔一天去北京機場準備搭飛機回台灣止。每一次在鄉親下車時刻，總會瞧見，坐在巴士前面座位，長得慈眉善目、雙眼特別有神，的德申常務理事，總是早先下車，然後站在車門口，一雙眼睛盯著鄉親移動的腳步，口頭不斷地提醒「注意腳下，腳踏板是歪斜的」的警示，避免危機發生。

性情忠厚樂意幫助別人的德申常務理事，能有這種先見之明，及早看出身旁潛藏的危險，這是一種本事。除了跟他早年在青年日

報、台灣日報及中華電視公司服務的四十多年記者主管職業生涯中經歷的採訪經驗，養成對周遭環境事務一切可見或隱含的潛在變化有敏銳的觀察力、判斷力外，或許還跟他喜愛爬山有關。因為每一位登山客，總是把安全性擺在最重要的位置，踏步行進前的每一步，都會在小翼翼觀察周圍的環境後，才會踏出穩健的下一步。

由於停留在北京的這兩天晚上，都是住在首鋼假日酒店，所以今早要逛位於海淀區的昔日清朝皇家行宮和大型皇家園林頤和園，大夥不需要打包行李物品。鄉親們只隨意地帶了些簡單的行裝，便上車直奔目的地。頤和園前身叫清漪園，占地近三百公頃。修建於清乾隆時期，園中建築分前山前湖、後山後湖、沿湖及堤島分佈，知名的景點極多，園裡的每一棟樓，每一個軒，每一座殿，都有它自己的故事

和歷史，彌足珍貴的建築特色與人文藝術價

值，見證了清朝由盛轉衰的百年滄桑。尤其是位於萬壽山前的標誌性建築佛香閣，氣勢磅礴，更是一座藝術價值相當高的頤和園主體建築；還有修建在萬壽山南麓和昆明湖北岸之間的頤和園長廊，兩側畫有大量的壁畫，建築精美豐富多彩，全長七百二十八公尺，是大陸古建築和園林中最長的廊；另有建在長廊西邊的湖邊，取名清晏舫的大石舫，別緻的造型，是昔日北京最有代表性的石舫；另外連接昆明湖東岸與南湖島的十七孔橋，長虹臥波與湖光水色交相輝映，建築藝術融合自然的獨特視覺效果，讓人感受到愜意與寧靜；最後是設計精巧的德和園大戲樓，高達二十一公尺的戲台，共有三層台面，是專供慈禧太后看戲的地方。當然頤和園除了上述知名的觀光景點外，還有許多絕美的自然風光和獨特的建築風格，都是不

容錯過的深度旅遊景點。

鄉親們一大早興沖沖地搭車趕到頤和園，剛從前門的東宮門踏入園內，就見園內處處都擠滿了遊人，真是莫道君行早，更有早行人。只見好多遊客或漫步在園裡對著觸目所見的景物發懷古幽情，或席地而坐四季常青的百年蒼松樹下休憩聊天乘涼，更有些民眾已乘上各式各樣的仿古電瓶船、腳踏船和手划船，從昆明湖上悠閒地觀看頤和園裡絡繹不絕的人潮湧動熱鬧景象，人群喧囂充滿活力感洋溢出的歡樂氣息也感染了鄉親們，心情跟著輕快起來。不過觀光景點太多人聚在一起，喧嘩人聲，卻也讓鄉親們很難悠閒自在欣賞眼前如詩如畫的湖光山色。

走了一段熙熙攘攘到處擠滿了遊客的步道，大夥經過庭院內陳列著銅鹿、銅鶴、銅瓶的慈禧太后寢殿樂壽堂，看見了上面印著光緒

年製的消防用精美大銅缸；接著進入中國現存最大的古戲樓，有上中下三層舞台的德和園大戲樓，零距離感受慈禧太后當年領著王公大臣、公主、被賜予封號的命婦及文武百官，靜靜地坐在戲台上，聚精會神地看戲風采。鈸聲鏗鏘，鼓聲輕快。廣納各地方戲曲特長的京劇，融合了音樂、演唱與身段，形神兼具的戲劇張力，虛擬寫意的藝術表演意境，難怪能得到清皇室及王公貴族的愛好而得以興盛。據說當年梨園有句話：紅不紅，上沒上過德和樓。這句話說明了帝王公侯們為京劇發展所提供優越物質條件的重要性，也顯示了德和樓在京劇藝術中不可或缺的重要地位及在梨園子弟心目中的神聖光環與獨特性。

離開德和園大戲樓，走到自有一番皇家氣派的頤和園長廊，長廊有主廊和側廊，每根枋梁上都有色彩鮮明而內容不同的彩繪，有各種

民間故事、還有二十四孝，西遊記、紅樓夢、三國演義等名著中的故事情節，彩畫精美讓人目不暇給。不過稍微有點殺風景的是當天長廊裡，充斥著太多逛累了走不動的遊客，他（她）們人挨著人，屁股像長了根似，幾乎一動不動。坐在長廊欄杆上或斜靠著枋樑柱，旁若無人的享受昆明湖上吹拂過來的涼風，遊客們舉止率性隨便的生活習慣，讓人感到不可思議，也使得鄉親們在心無旁騖，抬頭觀看彩繪的行進走動間，變得小心謹慎，怕稍不留神會踩到、踢到或打擾到那些已坐定入神的遊客，因此無法細心觀看，長廊引人入勝的數千年中華歷史文化縮影的藝術之美，彷彿如入寶山，卻是一無所獲一樣，感覺很失望很遺憾。

鄉親們的這次頤和園之旅，時間上恰巧正逢大陸小學、初高中和各大學，放暑假所帶出的一波學生暑假旅遊熱潮，因此玩得盡興。

不過，世間事就是如此，難以十全十美，但是遺憾中也有所得。相信鄉親們以後只要挑對時間，在遊客較少時來頤和園玩，觀賞那種造景藝術與中國文學、山水繪畫交織出層疊悠遠意境的山水風貌，應該會稱心滿意的。畢竟依山傍水四季皆美的頤和園是世界級的文化瑰寶，世界級的旅遊勝地，如此以借景摹擬手法與自然山水融合，修建出如同山水畫般獨到景色的皇家園林，沒有理由不成為喜愛休閒的人，嚮往之地。

十一時半左右，匆忙在頤和園走馬看花繞一繞的鄉親們，前往餐廳吃午飯。今午滿桌子點的都是地道且精緻的北京家鄉菜，大夥吃得津津有味。邊吃邊聊無拘束的說說笑笑，快速的加溫了鄉親們的感情，也驅走了早上遊頤和園的所有疲憊。接著我們搭車去位於東城區前門東路小江胡同的劉老根大舞台參觀。

離開餐廳，開車沒多久，鄉親們抵達了前門東路的劉老根大舞台。劉老根大舞台位於二環內，地段好，往北走離天安門僅約八、九百公尺，不過市區不好停車，大夥只好改在小江胡同附近的大江胡同下車，然後再往南側的小江胡同走去。火傘高張的七月天，人行道上分外安靜，沒見到一個行人，也沒見到豎立在人行道上的一些非必要的桿子、垃圾桶、電箱等，減少了對行人安全通行的障礙，這種人性化的設計，對行走速度較慢的高齡鄉親們，真是友善。走著走著，大夥突然發現前方人行道上，十分醒目的出現了一組五個人的銅像，走近看說明，原來是清政府甲午戰敗後，李鴻章與日本簽署馬關條約，將台灣澎湖割讓給日本議和，遭到臺灣住民強烈反對，在京的台籍舉人汪春源、羅秀惠、黃宗鼎與台籍戶部主事葉題雁、翰林李清琦等五人，聯名上書表達臺灣

同胞強烈反對割臺的決心和民意，稱為「臺灣五舉子公車上書」。而這一組五人銅像就是為紀念上述五名舉子的勇敢所建置。

熱氣逼人汗直直流的下午一時多，鄉親們佩服五位舉人的愛國愛鄉精神與勇氣，默默佇立街頭，近距離看著汪舉人昂然挺立，高舉右手持著筆，雙目圓睜，凝視書軸展現出堅毅不屈精神的銅像，個個深受感動，觀看再三，久久不忍離去。

隨後鄉親們走到了小江胡同三十四號和三十六號『東北二人轉』表演基地劉老根大舞台前，該舞臺別具一格的東北紅紅火火庶民美學設計，在一片青磚灰瓦老北京四合院建築裡，顯得特別突出，舞臺高大牌樓建築的左右兩側，立有歡樂喜慶，祈求豐年味的「過大年」「趕大集」字樣，牌樓裝飾門廊下懸掛著象徵事業紅紅火火的四個大紅燈籠，洋溢著濃濃東

北味的節日喜慶氣氛，讓鄉親們看了立刻沉浸在歡樂的氛圍裡。門口前左右兩側，有二個擠眉弄眼嘴角上揚的民俗風扭秧歌人像造型，右邊的是一位右手持扇外型長得看起來有點面熟的大叔，左邊是一位右手拿煙斗的大嬸，他（她）倆滑稽逗趣喜感十足的造型，引人發笑，很是有趣。

東北二人轉是大陸東北地區流行的一種有著三百多年歷史的走唱藝術，上世紀末，二人轉知名演員趙本山率其徒弟小瀋陽等一大群弟子們，多次在大陸春晚表演，他們充滿鄉土氣與觀眾零距離的詼諧搞笑功力，迅速走紅全中國，二人轉幾乎成了東北的象徵，趙本山為東北二人轉帶來了前所未有的發展機遇，自己也成為為大陸炙手可熱的大腕明星。東北二人轉主打的是接地氣，帶給人們歡樂紓壓的演出，因此，扛著趙本山高知名度喜劇品牌的劉老根

大舞臺表演，應該是很多人會去看的。劉老根大舞台每天晚上只演出一場，而鄉親們到訪時是下午，所以沒看見排隊買票的人潮。只是看它票價，可嚇了我們一跳啊，票價按位置好壞，分成了很多檔次，限量版七人包房票五八六〇元。一樓散座一至十四排中間，一張票人民幣六八〇至九八〇元，換算成新台幣，不便宜哦！當然票價貴不貴，人們不能以國民平均所得去評論。不過門票價格上的數字會說話，看來大陸人「寧捨一頓飯，不捨二人轉」的消費實力，還是很強。

鄉親們欣賞完劉老根大舞台後，隨即搭車去吃晚餐，由於正逢下班尖峰時段，大巴車塞在車陣中一路開開停停，耗費了我們很多時間在等待紅綠燈，也讓我們親眼目睹北京市大器雍容的馬路規劃和街道繁華，市區內不論是南北走向或東西走向的街道上，都種植了一排排

枝葉繁密的高大行道樹，時值七月夏季，這些行道樹開滿了一串串亮眼白綠淺黃、蝶形懸垂如紫藤的花，它們隨風輕盈起舞落下的滿地花瓣，浪漫的為匆匆過往行人，增添了一分滿滿幸福感的夏日浪漫。晚上九點多，鄉親們回到北京首鋼工舍智選假日酒店，這回師傅有經驗了，大巴穩穩停在酒店正門口，讓鄉親們安心的回房，好好休息。

清晨從美夢中醒來，還沒下床，起床已多時的內人，面帶微笑跟我說早安，瞬間我心中充滿了幸福知足的歡愉，這種老夫老妻間的自然融洽和諧，讓我感到平凡的日常，就是幸福。今天是鄉親們在大陸八天七夜返鄉之旅的最後一天，旅程的安排是早上參觀七七事變的發生地宛平城和盧溝橋。

北京市的夏天，真是滿滿的炙熱氣息。鄉親們到了宛平城外，下了車，一股襲面而來

的酷熱，讓人感覺幾乎跟亞熱帶的台北市一樣熱。宛平城門口立有標示牌，說明宛平城是大陸華北地區唯一保存完整的兩開門衛城，站立城門口抬頭四望，厚實堅固的城牆上，依然能看到七七事變時，日軍炮擊宛平城留下的砲彈痕跡及機槍射擊留下的彈孔，顯見當年日軍的殘暴及我國軍守土有責的英勇。

大夥走過甕城，緩步走進城內街寬敞的石板路上，城內街不長但挺寬，兩旁大樹成蔭，一眼望去，街上建築依舊留存著斑駁的清末民初歲月痕跡，商舖不少，有平價超市、賣舊書的舖子、宛丘老陳醋、銷售各式紀念品的小商舖和一些深幽老舊沒有現代氣息的巷弄院落。繼續往城內走，城內街一三七號是維護道路交通秩序安全的公安局盧溝橋大隊辦公室，一五五號是創校已有百年歷史的盧溝橋第一小學，儘管歷經歲月洗禮卻依然生機盎然，學校

門楣上還懸掛著興隆寺古樸典雅的廟匾，或許在今日已具有極高歷史價值，所以還存在於人們的視野當中，也給城內街留下一段見證過往歷史的印記。再過來的宛平縣衙大門沒開，不知是否還保有一般縣衙應有的大堂、二堂及其附屬建物，但朱漆的大門及門柱，看起來頗有幾分威儀。街對面紅柱貼著金色對聯的衙門是盧溝驛，是古代傳遞訊息的使者中途給養的所在，大門也沒開無法參觀。緊鄰宛平縣衙的是城內有名的養生私房菜餐廳宛平九號，接著是有著醒目紅色立柱招牌的人民咖啡館，招牌橫式，字體獨特自成一家，吸晴度極高，這些商肆衙門民居展現出了當年城裡街道生活的豐富樣貌。比起一般常見的老街，城內街的商舖民居建築精緻極具美感，也不像其它知名景點的人潮擁擠，少了車的喧鬧多了份歲月的靜謐氛圍，在這裡放慢腳步，感受居民緩慢的生活樣

貌與淳樸民風，會發現幸福可能就在我們日常生活當中，不必強求、不必嚮往。宛平城不大，逛完城內街之後，已近十一點，受限時間，大夥決定，要去盧溝橋參觀的鄉親，就自行順著原路折返前往盧溝溝，不去的人留在人民咖啡館喝咖啡，等待集合。

提起盧溝橋，小時候父母及讀初、高中時老師都常提到，當然他（她）也會說到抗日時期的艱難歲月，因此我對它印象深刻。難得機會到此一遊，我和內人商量後，決定前往，於是加快腳步，我倆往宛平城西門對面的盧溝橋文化旅遊景區走去。

盧溝橋歷史悠久，與河北趙州橋及泉州洛陽橋並列為中國三大古代名橋。走進景區，踏上盧溝橋，見橋的東碑亭內豎立著乾隆帝御筆的「盧溝曉月」碑，石碑背面刻有乾隆帝《盧溝曉月》詩：「茅店寒雞咿喔鳴，曙光斜漢欲參

橫。半鉤留照三秋淡，一竦分波夾鏡明。入定衲憎心共印，懷程客子影猶驚。邇來每踏溝西道，觸景那忘黯爾情。」盧溝橋護欄柱上有很多饒富藝術氣息的石獅子，有的圓眼寬鼻雄猛威嚴，有的環抱小獅笑容慈祥，有的高大雄偉氣勢非凡，有的前肢單舉舞弄繡球，這些來自不同年代，顏色深淺不一的石獅子，隻隻生動活潑栩栩如生，它們各不相同的姿態，各異其趣的神情，百態千姿數之不盡，難怪中外遊客都贊不絕口。我站在高溫曝曬歷經風吹雨打的橋上，看著橋面老舊且呈現凹凸不平的石板塊上，摸著石獅子身體，聽著橋下潺潺流水聲，仿佛也感受到了盧溝橋在大時代變遷下見證的那段抗擊日寇的英勇史。盧溝橋文化旅遊景區對台灣人民很友善，六十歲以上老年人，憑臺胞證可免費進入參觀。不過當天太熱了，在沒有大樹遮蔭涼的盧溝橋文化旅遊景區，我們夫

婦倆和住在內壢的鄉親康瀚升和他妹妹康秀娟鄉長情緒高昂地逛了二十多分鐘，最後我們四人依依不捨離開盧溝橋，返回宛平城內與待在人民咖啡館喝咖啡的其他鄉親們會合。準備一起在古樸典雅的宛平九號餐廳享用午餐。隨著大夥京津冀旅遊下午就要畫下完美的句點，大夥心裡感到非常的不捨，個個拿起小酒杯熱絡互動，觥籌交錯歡聲笑語間，一杯接一杯，停都停不了。吃飽後，大夥紛紛拿出手機，請服務人員幫忙拍照留念，為餐宴留下許多歡樂照片。宛平城這家宛平九號餐廳京味菜做的不錯，鄉親們在此嘗到了家鄉美食，也吃出家的感覺。

大夥酒足飯飽，離開餐廳登車，隨即搭巴士直駛首都機場。在機場大廳，大夥拉著行李，排隊等待辦理託運行李及出關手續時，我忽然發現半個鐘頭前，去機場商店買北京特產

伴手禮京八件禮盒的內人，一手吃力地提著好幾個看起來頗有份量的禮盒，一手拿著兩個個頭大大皮鮮豔的蟠桃，笑咪咪朝我小快步跑跑走來，笑著告訴我這三盒京八件保證好吃，不過價格不便宜；同時說這兩個大蟠桃，是董少林理事和任立潔理事從深圳市老家帶來的，都洗好了，你拿一個馬上品嘗，這個是新鮮水果不能帶出關。

我接過京八件放入行李推車，看著皮薄肉細的蟠桃，用衛生紙擦乾桃上的水滴，輕輕咬上一口，哇，這個果皮黃色，外型扁圓，底部帶點紅暈，像是被馬掌踩過的蟠桃，真是脆甜汁多，細嚼時唇齒間還瀰漫著淡淡香氣，這種汁甜賽過蜜的餘味，令人回味無窮，真好吃。內人同時告訴我，鄉親們去頤和園參觀的那天大清早，董少林和任立潔這一對同鄉會中人人稱羨的甜蜜模範夫妻，就被董少林深圳市老家

來的親人，開了好幾輛車接回老家去探望久未見的親人。

董少林理事性格開朗好相處，夫婦住在中華路二段南機場，離我詔安街家很近，我倆常在萬華雙和街雙和市場附近偶遇，每次見面除了彼此熱絡握手寒暄問安外，還會聊些養生保健、旅游、健康飲食及孫女們的話題。他跟任立潔理事很般配，兩人個子都高，每回在路上看到他倆牢牢牽著彼此的手，快樂知足走在中正萬華區的大街小巷裡，夫唱婦隨感情深厚宛如初戀情人，真是演繹了愛情最好的模樣。

通過安檢進入候機室準備登機時，在候機室碰到少林理事，除了謝他請我吃蟠桃外，順便問他探親之事。他說董家在深州市人丁興旺，他們夫婦這回去深州市老家走親戚，很多住在附近聞聲而來的深州市董姓家族親人，人人爭著請他們吃飯，讓他們夫婦好感動。這次

有機會踏上這片讓父親魂牽夢縈一輩子的家鄉，見到了父親牽腸掛肚的大陸親人，他好幸福，還說這趟返鄉之旅，夫妻倆和深州市董家親人們約定，以後要常來常住。

鄉親們剛剛吃的那些蟠桃，就是早上董姓親人在自己的蟠桃園摘下的，他（她）種植蟠桃，施有機肥，不打農藥，不打除草劑，全部是人工除草，每一個環節都是科學管理，可以說是真正的純天然綠色食品。聽著他娓娓道來的家常情境話語，董姓家族親人間的溫馨互動，我也感受到了他（她）們董家人相處時洋溢的溫暖和幸福。

歸心似箭，下午五點，北京市首都機場長榮班機準時起飛。近晚上十一點，飛機平安降落桃園國際機場。排隊入關後，鄉親們搭手扶梯，前往擠滿了旅客的行李轉盤前，伸頭張望，有些幸運先提領到行李的鄉親。將行李放

上推車，仍不忘熱情地和其他等候的鄉親道別後才離去。內人與我等了沒多久，也拿到我們的行李。隨後我們向劉理事長、德申常務理事、董少林任立潔理事夫婦、武建華理事夫婦、張蘭生理事、張焜如理事、朱銘清鄉長、陳漢民鄉長、趙士中楊桂芳夫婦及羅總幹事夫婦和其他同遊的鄉親王正德前議員，馮士彭博士夫婦、馮光化博士、康瀚升鄉長及康秀娟鄉長等，揮手道別後，搭車返回中正區住家。

從旅遊中探索快樂，增廣見聞，學習新知，是人生中一件快樂的事。鄉親們這次近距離體察京津冀之美，感受在地的生活、文化及那一大片山河風景自然萬物的溫暖，對在地鄉親們的友好、純樸、樂於助人，留下美好親切的深刻印象，這經驗只有歷身其中，親身感受酸甜苦辣的人，才知它的精彩與滿滿收穫。

（作者祖籍北京，中國文化大學政治學博士）





上右：王前議員為民服務一馬當先，服務品質有口皆碑。

上左：正直忠厚的馮光化博士與常跑內湖圖書館，喜把心事埋進書堆找慰藉的張蘭生理事，合影於中國馬鎮。

左圖：馮門雙傑，馮士彭博士與馮光化博士，兩位都是具有「專業、熱忱、奉獻」特質的好老師。



左起張芮橋鄉長、康秀娟鄉長、康瀚升鄉長、林順芳鄉長、羅總幹事、許秀連鄉長、馮光化博士。



武建華理事與夫人相依相伴於九龍園區，享受香醇白酒的微醺浪漫。



九龍醉酒園區撲鼻的古窖酒香，為理事長劉建軍的拍照帶來好心情。



袁公瑜鄉長與曾昭玲鄉長，夫妻感情深厚，像蜜一樣甜濃。



張焜如理事樂呵呵充滿生命力的笑容



在九龍園區古窖池旁，對白酒頗有研究的李德申常務理事與羅總幹事兩人，微醺的眼裡閃爍著開心的幸福。

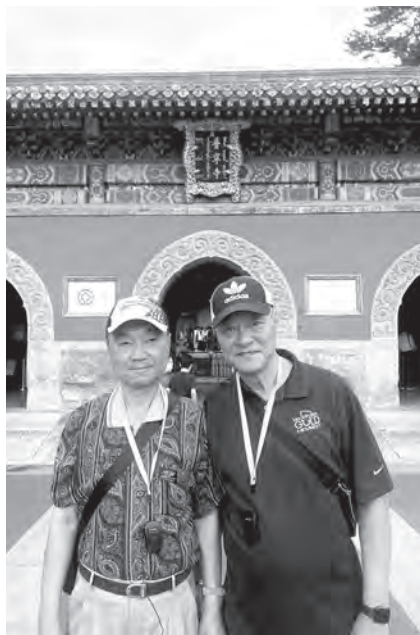


左起龍家齊鄉長、馮士彭博士、王正德前議員、袁公瑜博士、理事長劉建軍。



下圖：左起張焜如理事、董少林理事、理事長劉建軍、羅康華總幹事。
左圖：左起楊桂芳鄉長、理事長劉建軍、趙士中鄉長。





左起理事長劉建軍與董少林理事，畫面
感覺出兩人的好交情。



在普寧寺,笑逐顏開的李德申常務理事，
開心地感受到旅遊的快樂。



牽手一輩子的真愛，羅總幹事伉儷的
幸福合照。



張焜如理事於普寧寺。



滿腹經綸的朱銘清博士，永遠用寬容樂觀的心，擁抱世界的美好。



重視休閒的曾昭玲鄉長，展現率性自我的優雅。



董少林理事與任立潔理事個性相投，是天造地設的一對佳偶。



放下俗世紛擾，王前議員覓得這處清涼幽靜所在，體會幸福人生。

互敬互愛，感情堅如磐石的武建華理事伉儷。



「泉水洗洗手，富貴功名有」知足感恩的曾昭玲鄉長，心中充滿了幸福的滋味。



一葉扁舟前，陳漢民鄉長好心情靜坐，欣賞蒼翠欲滴荷葉間的那朵含苞荷花。



狗不理，我來啦，曾昭玲鄉長用心
看美麗的天津。



講究美食的張蘭生理事，狗不理包子
是他的私藏美食口袋名單。



左起張蘭生理事、李德申常務理事、康秀娟鄉長、武建華理事、理事長劉
建軍悠閒地合影於重慶道五十五號慶王府。



下圖：左起康瀚升鄉長、康秀娟鄉長、理事長劉建軍、朱銘清博士、羅總幹事合影於重慶道五十五號慶王府。
左圖：左起理事長劉建軍、朱銘清博士、王正德前議員三人，在慶王府走累了，坐會，享受旅途中歇會的幸福。



下圖：左起陳漢民鄉長、理事長劉建軍、朱銘清博士、羅康華總幹事

左圖：袁公瑜鄉長與曾昭玲鄉長合影於義式風情景區標誌性的建築教堂前。





帶人誠懇處事通達的理事長劉建軍，乘觀光船夜遊海河時，心情開朗的比了個在台灣人人愛的拍照手勢「YA」。（左）



左起康瀚升鄉長、康秀娟鄉長、馮士彭博士合影於天津之眼前。



捧她在手心，把他當成寶。董少林理事與任立潔理事，兩人走到哪都彼此眼神相隨相伴，這種平淡雋永的幸福，是人生最珍貴的幸福。



理事長劉建軍與鄉親們感謝楊師傅一路來的辛苦，送他紅包一個，禮輕情意重。



書法大師馮士彭博士與夫人夫唱婦隨，琴瑟和鳴，同鄉會人人稱羨。



牽手一輩子的真愛，羅總幹事伉儷的幸福照。



臉上帶着幸福的表情，林順芳鄉長以淡然的姿勢展現她的快樂心境。



熱愛大自然的登山家李德申常務理事。



楊桂芳鄉長與趙士中鄉長，夫妻鶼鶼情深，為鄉親們羨慕。



左起張芮橋鄉長、林順芳鄉長、許秀連鄉長、楊桂芳鄉長合影於宛平城城內街的人民咖啡館。



左起劉縵英鄉長、張蘭生理事、張芮橋鄉長、羅總幹事。



有機會在盧溝橋上拍照，袁公瑜博士高興地忘了頭頂上的烈日驕陽。



下圖：左起許秀連鄉長、李德申常務理事、理事長劉建軍、馮士彭博士、武建華理事、龍家霽鄉長。
左圖：前排左起劉縵英鄉長、理事長劉建軍。後排左起任立潔理事、董少林理事。





左起許秀連鄉長、董少林理事、任立潔理事、馮士彭博士。



左起張焜如理事、張蘭生理事、趙士中鄉長、楊桂芳鄉長、許秀連鄉長、張芮橋鄉長。

北京天津八日遊

天津薊州獨樂寺記

重建於遼代（九八四年）的獨樂寺給人感覺是古雅而寧靜，時光易逝，古剎歷經千年也斑駁陳舊，難得的是最大的觀音泥塑像依然屹立於此，雖然歷經多次修繕，但是也可以感受到這些木結構建築造型，兼有大唐雄渾氣魄與宋朝輕柔多變的特色。

而獨樂寺山門是現存最早的廡殿頂山門，同時始建於唐代的獨樂寺觀音閣是現存最早の木結構歇山頂樓閣式建築。其中觀音閣藏匿於屋檐之下多達二十四種不同型式的斗拱，繁簡各異，拱托著斗，斗托著拱，層層疊加繁復又

華麗，給人強烈的視覺震撼與衝擊。

即獨樂寺的大門，其面闊三間，進深二間，共有柱十二根，單檐「廡殿」頂。當心間面闊六·一公尺，中柱間安裝大門，為出入獨



獨樂寺山門

◎ 張焱鵬

樂寺的孔道。梢間面闊五·二三公尺，南面二間立哼哈二將兩天王像，北面二間原來是否有像尚待考證。中柱與前後檐柱間之進深為四·三八公尺，因進深較少於梢間面闊，故垂脊與正脊相交乃在梢間之內而不正在中柱之上。

山門的臺基為石質，頗低高約〇·五公尺，前後臺出約二·二公尺，而兩山臺出則為一·三公尺，顯然不備行人繞門或在兩山檐下通行者。南面石階三級，頗短小，寬不及一間，殆非原狀。蓋階之「長隨間廣」，自李明仲（李明仲營造法式，北宋李誠著）至於今日，尚為定例，明仲前百年，不宜有此例外也。

北面石階已毀，當與南面同，由於臺基低矮，斗拱雄大，出檐深遠，而脊端鴟尾形製成遒勁，給人莊嚴穩固的感覺。內部不用天花，斗拱、梁、檁等構件全部顯露可見，充分發揮裝飾效果。

通過山門後部的明間，正好將觀音閣收入視線範圍，既無遮擋，也無多大空隙，這種空間關係處理，顯然是建造者有意設計。屋頂各面斜坡相交成脊，屋頂正脊兩端的鴟尾及其背後的獸頭是現存於中國境內建築原位上的最早實例。

建築整體青瓦紅牆，南面額曰「獨樂寺」，相傳出自嚴嵩（一四八〇～一五六七年，明世宗朱厚熜嘉靖年間權臣）手筆。但也有可能是流經薊縣的獨樂河，此河早已被記載於北魏酈道元所著之「水經注」，獨樂寺因河得名。

獨樂寺山門之全部權衡（稱量東西輕重的工具），與明清建築物大異，呈現出至為莊嚴穩固，而在小建築物上，施以四阿（指屋宇或棺槨四邊的簷溜，可使水從四面流下），尤為後世所罕見。



觀音閣

觀音閣高二十三公尺，是中國現存最早的木結構樓閣，被認為是保護閣內的巨型觀音像而修建。

獨樂寺內觀音閣的形式，與寺內石碑中的記載相符，「上下兩級、東西五間，南北八架」。觀音閣是一座三層の木構樓閣，其中第二層是暗層，外觀是兩層，面闊五間，進深四間，使用二十四種不同的斗拱樁接，沒有使用任何釘子，在歷史上經歷多次地震，但仍然屹立不倒，是建築史上的奇蹟。

觀音閣的二十八根立柱，做裡外兩圈升起，用梁桁斗拱聯結成一個整體，賦予建築巨大的抗震能力。斗拱繁簡各異，共計二十四種、一五二朵，使建築既莊嚴凝重，又挺拔軒昂。三層樓閣，中間做成暗層，省去一層瓦檐，避免擁簇感，暗層處裡外修回轉平臺，供認禮佛和憑欄遠眺。

整個樓閣梁、柱、門枋數以千計，但佈置和使用很有規律。其大小形狀，無論是襯托塑像，還是裝修建築，處理協調，顯示出遼代木結構建築技術的卓越成就，此閣雖歷經多次大地震，至今仍巍然屹立。

觀音閣中央置有一座造型精美的十一面觀音像，高十六公尺，穿過中間三層空井，直達屋頂，頭頂有十尊小佛像，是中國現存最大的泥塑像。第三層明間在主像上覆以藻井，左右次間則用平綦。閣的外形，因臺基較低矮，各層柱子略向內傾斜，下檐上面四周建平坐，上層覆以坡度和緩的歇山式屋頂，從而在造型上兼有唐朝雄健和宋朝柔和的特色，是遼朝建築的一個重要實例。

主殿內的十一面觀音像，是遼代泥塑藝術的珍品和中國現存最大的古代觀音塑像，塑像皆承襲唐代風格，又具遼代特徵，藝術水平

高超，堪稱遼代泥塑巔峰之作。殿內的遼代彩塑珍品及壁畫，和唐代仕女畫一脈相承，這是古代雕塑家以當時生活的人物形象施於佛圖的典型實例。

北戴河秦行宮遺址——鴿子窩公園行

老龍頭長城——山海關景區記

老龍頭長城景區內的寧海城與其說是一座城，倒不如說是一座規模龐大的兵營。走在這座古代要塞龍虎營中，想想近四百年前這裡生活的眾多離鄉背井的兵丁，在加上周圍一成不變灰色的城牆和軍營，使得觀看的興致大打折扣。

要塞中地勢最高的澄海樓，名字取自大海澄清，海不揚波之意，但是今天海風非常強勁，且氣溫不高（十一度C），由老龍頭長城城牆或垛口向外望去，看不清碧波蕩漾或無垠的

大海，因為迎風面冷冽的陣風讓人無法久站。

今天行程都在河北省秦皇島市「山海關景區」，由「老龍頭景區」到「山海關景區」，下午再到「孟姜女廟景區」。整天雖說太陽高掛，但是氣溫不高只有十一、十二度C之間，尤其在靠近渤海灣的「老龍頭景區」時，瞬間陣風超過八級，跟輕度颱風相若，此番特殊

的光景在旅途中留下難忘的回憶。

北戴河秦行宮遺址，又稱「金山嘴古城遺址」，位於河北秦皇島市北戴河區海濱金山嘴，距西南方的秦帝國都城咸陽約一千二百公里（合秦時約二千八百里）。遺址保護展示區，佔地面積一五六〇〇平方公尺，通過遺址復原、模擬展示，再現秦行宮的規模與建制。



秦行宮遺址



北戴河

此地曾於一九八七、一九九一年進行挖掘，遺跡有建築基址、窖穴、井、水管道、灶等。出土的遺物有瓦當、水管、井圈、盆、鑒、甗、甕、豆、罐、釜等。遺跡與遺物都表明當年此曾有大型建築群，據推測這裡是公元前二一五年秦始皇東臨「碣石」所在地，與綏中墻子里（即石碑地）同類遺存一樣，為秦始皇東巡的行宮遺址。

是河北省秦皇島市的一個市轄區，瀕臨渤海灣，海岸線二二·五公里，下轄兩個街道、三個鎮，常住人口十三萬人。北戴河古稱渝水，清光緒年間，因沙河流經戴家山頭，故改為戴家河，簡稱戴河。清光緒十九年（一八九三年），修建津榆鐵路時，命名北戴河火車站，因此得名。

北戴河屬暖溫帶、半濕潤、季風型大陸性氣候，受海洋的調節，又具有的海洋性氣候特點。森林覆蓋率七時%以上，暑期平均氣溫只有二十四·五度C，是中國北方著名的旅遊避暑勝地。

天津大沽口炮臺——瓷房子記

位於天津市東南六十公里濱海新區大沽口海河南岸與渤海的交匯處，是入京咽喉，津門之屏障。現存炮臺三座，以威、鎮、海三字



大沽口砲台

命名。大沽海口是「津門之屏」，明代開始設防，清代修炮臺逐漸形成較為完整的防禦體系，大沽口炮臺是中華民族抗擊侵略、不畏強權的歷史見證。

南有廣東虎門，北有天津大沽，炮臺遺址作為中國近代史上兩處重要的海防軍事防禦設施遺跡。

位於天津市和平區，瓷房子是二十世紀二十年代後期所建，這座建築曾是一棟百年法式老別墅，但如今卻以貼滿瓷器碎片的獨特主題而聞名於世。

瓷房子建在天津和平區赤峰道上，因為曾住過直、奉、皖系等各系軍閥的十五位督軍，過去也叫督軍街。瓷房子主樓為分上下五層磚木結構，其後有一棟四層的條形樓房，兩邊還各有一座二百多平方公尺的耳房，總建築

註：

大沽口炮臺始建於明嘉靖年間，最初是為抵抗倭寇，清朝多次進行修築。中國軍民曾在這裡多次浴血抗擊外國侵略者，從一八四〇年至一九〇〇年六十年間，大沽口炮臺曾四次被列強入侵。

一八五八年（咸豐八年）五月，英法聯軍進攻大沽，大沽口炮臺失陷，一八六〇年第二次鴉片戰爭簽訂的不平等條約，使天津被迫開闢為通商口岸。



天津瓷房子

面積三千多平方公尺。整棟房子從里到外，除地面是大理石鋪設之外，能看到的方都嵌上瓷片，就連牆上也是用瓷片拼貼而成的畫作。

從二〇〇二年起，富商張連志歷經五年改造，整個樓房修建一共使用七億多片古瓷片，一三〇〇〇多件古瓷瓶、瓷盤、瓷碗，三百多尊歷代的石雕造像，三百多件漢白玉石獅子，三百多個明清時期的瓷貓枕，二十多噸的水晶、瑪瑙等，被稱為一座價值連城的「中國古瓷博物館」。

註：屋主經商欠債，二〇一七年瓷房子被法拍，因為已經成為天津名勝，所以現在就耗著。

南開大學——北京后海遊

有名的煙袋斜街，街口有幅銅雕的地圖，有個老酒博物館，有座叫廣福觀的道觀，還有前些年新設的大清郵政信櫃。抵達煙袋斜街的

時候，是週五下午四點過後，此時遊人如織，已經到摩肩接踵的地步。

如今，煙袋斜街已成為北京著名的旅遊文化街，斜街兩側仍保留著近百年歷史的老字號煙袋店，傳統的製煙袋技藝也得以傳承下來。除了煙袋，街道兩邊有一間接著一間時尚又傳統元素的小店鋪，有風格各異的藝品店、服裝服飾店、特色小吃店以及安靜的民宿，這裡已經是只有老北京建築味道的商業街區。

來到后海邊上銀錠橋附近的湖邊，這前海北沿是什剎海風景區旅遊重點區域，也是茶藝、酒吧集中匯聚之地。少了往日的寧靜與閒適，尤其是在晚間與節假日，更是人頭攢動、擁擠不堪。在喧鬧的流行音樂中，年輕一族享受著時尚與激情。

而后海湖面上有不少各種遊船，經過狹窄

的銀錠橋下時，搖櫓船、電瓶船和腳踏船塞在一堆。離開喧鬧的湖畔，走進以青石板、灰牆黑瓦及老槐樹隔開外面的世界的狹窄胡同，兩側都是四合院，現在裡面一樣有住人，所以大多數四合院門都是關著的。

歲月流逝、世事滄桑，這些年來，煙袋斜街與后海已成為來北京旅行必打卡地之一，似乎不來這裡轉一轉，京城之行就會有遺憾，儘管這裡已被戲稱為「商業一條街」、「小吃一條街」，但是什剎海區域的建築和胡同文化，依舊是最能代表北京韻味的地區之一。

簡稱 南開、南大、NKU (Nankai University)，原稱私立南開大學，由近代著名中國教育家嚴修、張伯苓創辦，肇始於一九〇四年，成立於一九一九年，成立時設文、理、商三科，後發展為綜合性大學。日本侵華戰爭期間，南開大學大部分校舍毀於戰火，曾與清

華大學、北京大學共同南遷昆明，組成國立西南聯合大學，直至戰後回到天津八里臺原址復校，並改為國立大學。

一九五二年，高校院系調整，南開大學由全門類的綜合性大學改為文理並重的全國重點大學，一九七八年後，逐步恢復工科、商科等科系。一九九〇年代後，天津對外貿易學院和



南開大學主樓

中國旅遊管理幹部學院先後併入南開大學。迄二〇一六年，南開大學有二十四個專業學院，學科覆蓋文、史、哲、經、管、法、理、工、農、醫、教、藝，是一所學科門類齊全的綜合性、研究型大學。

南開大學佔地二一〇・二萬平方公尺（合三一五四畝），建築面積一二四・二萬平方公尺，校園網路設施先進，圖書館藏書三四七萬冊。南開大學共有三個校區，除主校區「八里臺校區」外，還有「津南校區」和「泰達校區」，形成一校三區、合理配置及全面發展的格局。

南開大學的校訓為「允公允能、日新月異」，辦學理念為「文以治國、理以強國、商以富國」，南開大學的校風是「愛國、敬業、創新、樂群」。

南開大學主校區北與天津大學相鄰，東、

南有衛津河、津河環繞，校內有馬蹄湖、新開湖和「小引河」，合稱兩湖一河。

小石碑胡同位於北京什剎海地區，為南北斜形走向，全長八十公尺，均寬二・五公尺。南端為銀錠橋北，北端為大石碑胡同，中部與煙袋斜街和鴉兒胡同相互銜接。

民間的說法，大、小石碑胡同之名，



小石碑胡同



銀淀橋



金淀橋

可能來源於鼓樓西大街瑞應寺裡康熙五十二年（一七一三年）立的「康熙皇帝御製詩碑」。

銀淀橋位於北京市西城區什剎前海和後海的交界處，始建於明正統（明英宗朱祁鎮，一四三六～一四四九年）年間，現存為二〇一一年重建。

銀錠橋為南北向單孔石拱橋，長十二公尺、寬七公尺、高八公尺、跨徑五公尺，有鏤空雲花欄板五塊、翠瓶卷花望柱六根，兩端有八字欄桿和抱鼓石，橋身兩側帶燕翅牆，因形似銀錠故稱銀錠橋。銀錠橋是北京城內歷史較為悠久的橋梁之一，具有重要的歷史價值。

提起什剎海的銀錠橋，應該是名揚天下，

而對「金錠橋」對一些人們來說，很可能是為人鮮知。金錠橋是二十一世紀初新修築的漢白玉三孔石橋，金錠橋的修築完全是為了往來行人的方便。

金錠橋北側的「火德真君廟」，始建於唐代，為道教正一派著名道觀，元、明、清歷朝均有修繕。

北京白雲觀——國子監及孔廟記

始建於一二八三年前唐朝開元二十九年（七四一年）的北京白雲觀，現存建築大部分為清代重建，坐北朝南，分中、東、西三路及後院，整個道觀縱深有三百多公尺，寬也有兩百多公尺，布局緊湊，規模宏大。一棟棟建築，雖然歷經歲月滄桑，但依舊可以能感受到白雲觀昔日的輝煌。

白雲觀是因為道教全真龍門派始祖長春真人邱處機而聞名，而這個道觀平日有不少的年輕人來敬香參拜，除了摸到石猴、神特就能祛病消災、祈福安康外，觀內神仙特別多，有求必應，相當靈驗，而且門票只要人民幣十元不貴。

層層遞進的四合院，構成一座座規模宏大氣勢特殊的宮觀，莊嚴古樸的建築、巍峨壯

觀的牌樓，飛檐翹角、古木參天，中路各大殿依次排開，富麗古樸、莊嚴肅穆，展現出古代建築的魅力。其間見到不少年輕著道士服的男子，從眾多遊客間穿行而過。根據報導，觀里最北側的「白雲觀道醫館」也是收費的，有執業資格的道士會給病人把脈問診，然後開藥方抓藥，有些藥方仍是唐代道教名醫孫思邈（五八一、六八二年）留下來的。

今天是星期六，也是這次天津北京八日遊的最後一天。早上在北京白雲觀的旅程中，隨處可見燒香禮拜的人絡繹不絕，無論在室內拜墊上頂禮跪拜，或是在室外躬身雙手過頂膜拜，都非常的虔誠，而且無一例外，全都是三十歲上下的年輕人。而白雲觀供奉的各路神仙從掌管升遷到掌管姻緣、福禍相當的齊全，這會不會是白雲觀能夠吸引這麼多年輕人的原因呢？



北京白雲觀

白雲觀（《×マノ》）位於北京西城區西便門外，是道教全真道（註）三大祖庭之一，享有「全真第一叢林」之譽。古老的白雲觀，如今已成為北京的一大名勝，以其獨特的魅力吸引海內外眾多香客遊人，每年春節舉辦的廟會，人潮湧動，熱鬧非凡。

白雲觀前身是唐代的天長觀，據載唐玄宗為「齋心敬道，奉祀老子而建道觀」，始建於唐朝開元二十九年（七四一年）。

註：全真道又稱全真派，與正一道並為道教兩大派別。全真道由王重陽等人創於金熙宗正隆四年（一一五九年）陝西京兆區終南山劉蔣村。

主張儒、佛、道三教合一，即以「三教圓融、識心見性、獨全其真」為宗旨，其宗教實踐的原則是「苦己利人」、「利人利己」，而且實行出家制度，男女道士均不可婚娶

白雲觀平面格局和佛寺沒有大的差別，除老律堂用歇山屋頂之外，其餘均為硬山屋頂，其裝飾和彩繪使用一些道教題材，如靈芝、仙鶴、八卦、八仙等。

現存白雲觀殿堂為明清時重修，進入山門，分中東西三路及後院，規模宏大，中路依次有靈官殿、玉皇殿、老律堂、邱祖殿和三清閣、四御殿及鐘鼓樓。三清閣東側為藏經樓，東路有南極殿、斗姥閣和羅公塔；西路有呂祖殿、八仙殿、元君殿、文昌殿、元辰殿、祠堂院等。

祠堂院左右室壁上嵌有元代書法家趙孟頫書「道德」、「陰符」兩經石刻。後院名雲集園，又名小蓬萊，院內以戒臺和雲集山房為中心，假山錯落，四周有迴廊、雲華仙館、友鶴亭、妙香亭、退居樓等分佈其間，綠樹成蔭、清幽雅致，別有天地使人流連忘返。

白雲觀是中國現存規模最大的道教建築之一，也是北京現存歷史最悠久、保存最好的道觀。

白雲觀窩風橋位於白雲觀山門內，橫跨在無水的方池中間，始建於明代，清聖祖康熙四十五年（一七〇六年）重修，後毀壞。一九八八年再次重修，並立重修石橋碑。



窩風橋

這座南北向的單孔石拱橋，橋身、橋面為葉青石所砌。橋欄採用精美的漢白玉雕刻而成。橋長九·五公尺、寬三·二公尺，有四對望柱和三對鏤空寶瓶護欄，方池周圍有十六根望柱及護欄，望柱刻浮雲龍騰鳳舞紋。這是一座特殊的橋，因為橋不是架在河上或者水池之上，橋的下面是一個開挖出來的無水池，完全是一座旱橋。

橋下兩側各懸掛一枚古代銅錢模型，上有「銅響福兆」四字，錢眼內繫一小銅鐘。人們向錢眼投擲銅錢（現今用鐵片代替，每十元人民幣可換五十枚鐵片），若是擊響銅鐘，則為大吉大利之兆。這一活動稱為「打金錢眼」，已經成為北京春節民俗活動之一。

坐落於北京市安定門內國子監街上，是元、明及清三代國家設立的最高學府和教育行政管理機構，又稱「太學」、「國學」。始建於



國子監

元代至元二十四年（一二八七年），明代永樂、正統年間曾大規模修繕和擴建，清乾隆四十八年（一七八三年）又增建「辟雍」一組皇家建築，形成現在的規制。

國子監東與孔廟相連，符合「左廟右學」之制，整體建築座北朝南，為三進院落，佔地面積二·七萬平方公尺，中軸線上依次排列著

集賢門（大門）、太學門（二門）、琉璃牌坊、辟雍殿、彝倫堂、敬一亭。西有「射圃」（今箭廠胡同一帶），南面為「南學」，是清代雍正皇帝欽賜學舍，總稱國子監。

國子監自創建以來明顯的三個功能，一是協助國家舉行科舉考核；二負責對國家最優秀學子的教育工作；三是規管士子的德行與操守。北京國子監主體建築歷經七百多年依然保存完好，是中國唯一保存完整的古代最高學府校址

漢代以後，直至清朝，辟雍（註）是太學、國子監的構成部分，是皇帝講學的場所。

今北京國子監內辟雍，乾隆時造，為皇帝講學之所。辟雍位於國子監中心，面積約三三〇平方公尺，是國子監的主體建築，也是清代帝王的講學之處。



國子監辟雍大殿

於清乾隆四十九年（一七八四年）興建，是座方型重檐攢尖鎏金寶頂式的宏麗建築，其每面廣深各五．二丈，四面開門，臺階六級，周廊環繞，廊外環以水池，池岸四面又設四個噴水龍頭，池周再繞以漢白玉石雕護欄，四面架橋相通，這種奇特造型與彩繪輝煌的建築，稱之為「辟雍泮水」，辟雍皇帝來此講學稱為「臨雍」。

辟雍殿內的復原陳列是根據乾隆皇帝修建辟雍後，於乾隆五十年（一七八五年）第一次「臨雍講學」時的陳設和場景復原，殿內設施均使用實木老料，精工細琢，呈現出華貴又莊嚴肅穆的古代皇家文化氛圍。

註：辟雍（ㄅㄧˊ ㄨㄥˊ）

辟通「璧」，本為西周天子所設大學，校址圓形，圍以水池，前門外有便橋。東漢以後，

歷代皆有辟雍，除北宋末年為太學之預備學校（亦稱「外學」）外，均為行鄉飲、大射或祭祀之禮的地方。



Designed by Freepik

諸暨西施故里

◎ 資料室

諸暨市是一座有著二千多年歷史的悠久古城，七山一水兩分田的依山傍水地形，讓它在春秋戰國時，避開了來自中原大國的侵襲。特殊的戰略地位使其成為立國於今紹興、諸暨、寧波一帶的越國首都。左傳中記載，西元前四九六年時，越國採聯楚制吳戰略，常隨楚軍攻吳國，吳、越兩國因而成世仇。

西元前四九四年，吳王夫差擊敗越軍，越王勾踐向吳王屈膝求和，此後，勾踐臥薪嚐膽發奮圖強。西元前四八二年，勾踐趁夫差北上中原爭霸，趁機攻入吳國都城（今江蘇蘇州），擄其太子，迫夫差回師求和。西元前四七三年，越軍再次攻破吳國都城，夫差自殺

吳國滅亡。越國隨後北上爭霸，與齊國、晉國等諸侯會於徐州，周元王任命越國為伯，承認了越國的霸主地位。

這一段勾踐先向吳王屈膝至後來勢壓齊、晉、楚等強國，被周元王承認為霸主地位這二十年間，越國出現了一位忍辱負重，以身許國的絕代美女西施，她的努力改寫了吳越兩國的歷史，也留下了許多至今猶膾炙人口的可歌可泣傳說，可謂「功在當時」。

「豔色天下重，西施寧久微。朝為越溪女，暮作吳宮妃」，西施是中國古代四大美女之首，原名夷光，出生於苧蘿山下的西村。

因為村中百姓多姓「施」，所以人稱「西施」，她由貧而貴的命運轉折，對諸暨人而言，看到的卻是一個弱女子內心深處掙扎於與夫差在無數拼湊的生命片段中，兩人逐漸培養出的情感 and 對越國復國之忠間的愁苦糾葛，她的脫塵之美和濃濃的愛國情懷，所勾畫書寫出的巾幗英雄悲歡離散人生史，讓諸暨鄉親看了心痛又佩服，這種為復興越國，犧牲個人幸福所作出的奉獻，是她留給諸暨市的最寶貴文化遺產，也是她世世代代被諸暨後人千秋萬載景仰傳頌的主因。

「浣紗春水急，似有不平聲」，國家興亡雖說匹夫有責，但要一個芳齡十六、七歲的村姑，以天下為己任，用「奉獻精神」一肩扛起國家興亡重責大任，以換取家、國美好的明天，卻顯殘忍。西施這種堅持復國的理念中所蘊含的愁苦一生，讓民間對她的種種傳說，都

轉變成美好和神奇，她長留諸暨後人心目中顯示出的美麗、膽略與深明大義智慧，更讓諸暨市出現了以荷花結合西施文化為主軸，穿越千年的多形式旅遊特色重點。因此，就在苧蘿山下，諸暨人依山傍勢為她建了座精巧典雅的西施殿，樓臺亭閣水榭園林薈萃一體，猶如鑲嵌在諸暨城中的一顆璀璨明珠。西施則被塑



得栩栩如生如有生命的女神，沉魚落雁聖潔端莊，美人、美景相融串聯，展示了古越歷史文化和一個質樸純潔，實實在在的西施及其可歌可泣的生平。

千百年來，苧蘿山下如花女早已隨塵而去，但是從她身影所呈現出古越地區女性在大時代扮演的畫面，卻在歷史的脈絡裡留名，觸動諸暨後人心弦，打動許許多多諸暨後人的心，成了所有諸暨人的記憶與驕傲。她出生的地方、生活過的古村落、江邊濯洗衣裳的一幕、東施效顰的典故、臥薪嘗膽的生聚教訓、與范蠡的才子佳人悲歡。每一處故里風情的人文景觀，都構成一段令人神往的歷史，讓人看了好像進入時光隧道，走過那段春秋戰國，思緒與心情不禁隨之起伏，久久無法挪步。

歷經歲月，諸暨的流水淙淙，依舊如詩如

畫。諸暨的山巒層疊，依舊滿目青翠。山水風光，歷史人文記憶交集的諸暨，就彷彿是一座活生生的博物館，值得走入品味。

（轉載自拉斯維加斯新聞報）



蛇年談蛇

◎ 王懷

今年是蛇年，先轉述幾則與蛇有關的故事：

一、聖經創世紀：

神創造人類始祖——亞當與夏娃，安置在伊甸園裡，並叮囑亞當，園中各樣樹上的果子，你都可以隨意吃，只是分別善惡樹上的果子你不可以吃。

耶和華神所造的，惟有蛇比田野一切的生物更狡猾，蛇引誘夏娃偷吃了善惡樹上的果子，也拿給丈夫亞當吃了。耶和華發現後非常震怒，於是罰蛇用肚子行走，終身吃土，亞當與夏娃也被趕出了伊甸園。

蛇，失去上帝的寵愛，人類對其有好感的

二、史記·高祖本記：

也不多，見到蛇不是避之遠走，便是想把牠打死或趕走。

劉邦原是一亭長，於奉命解送刑徒途中，刑徒很多逃跑，自知無法交差，恐將受罰，索性解放刑徒，開始流亡，部分刑徒也自願跟隨他一起流亡。某日，有人告訴他：前面有大蛇擋路，我們繞開牠吧。當時劉邦適在酒醉大聲喝斥說：壯士怎能怕蛇？並自己前往拔劍斬殺大蛇。後有人到劉邦斬蛇處，見一老婦人哭泣，問其原因，老婦人說：有人把我兒子殺了，再問：你兒子因何被殺？老婦人說：我兒

子是白帝子，因化為蛇擋路，被赤帝子所殺。問者認為老婦人騙人，準備要打她，老婦人卻忽然不見了。後來有人將經過告知劉邦，劉邦聽後暗喜，因而有了奪取帝王的夢想，跟從他的人，也對他產生敬畏之心。

古代野心家都喜歡製造一些類似的傳說，以蠱惑人心，達成其政治目的，因當時民智未開，確實有效果。

三、春秋時楚國人孫叔敖：

孫叔敖，曾任楚相，頗有政績。幼時曾見兩頭蛇（有種蛇尾部呈圓形，人們誤以為是兩頭）他聽人說：見此蛇必死。孫叔敖自以為將死，恐後人再見此蛇，乃殺而埋之，結果並沒有死，後來還做了高官。

孫叔敖宅心仁厚，自己已經受害而不願別

人受害，與有事故意拖人下水者，其人品自然高出很多。

四、白蛇傳：

是敘述一個人蛇相戀的故事，它與孟姜女、牛郎織女、梁山伯與祝英台，並稱為四大民間傳說，屬於民間集體創作。故事主角白蛇修煉成人形，與許仙結為夫妻，但為法海和尚識破，於是兩者展開鬥法，最後白蛇被壓在雷峰塔下，造成愛情的悲劇。劇情被拍成電影、電視劇、戲劇，無數次的演出，都吸引了不少觀眾。

五、蛇吞象：

山海經，海內南經「巴蛇食象，三歲而出其骨。」後來被隱喻為貪得無厭，也就是人們所常說的：人心不足蛇吞象。

現在詐騙集團橫行，很多人被騙，都是受害於一個「貪」字。天下沒有白吃的午餐，一分耕耘一分收穫，不要妄想不勞而獲，知足才能長樂。

蛇，我的家鄉（薊縣）叫牠「長蟲」，有人稱其為「小龍」，以其形體相似。牠屬於爬蟲類動物，體成圓筒狀，尾長，沒有腳。以伸縮肋骨而行動，我們說的「匍匐前進」就是指的蛇行。蛇的種類很多，但我們通常只區分為有毒與無毒兩種。蛇雖不討人喜歡，卻也不會主動攻擊人類，除非你有意或無意之間撩撥牠。

台灣原住民有些部落，以蛇為祖靈的象徵。許多宗教、神話和文學中，以蛇在成長過程中的蛻皮，視為生命的再生或轉化力量的展現。

今年是乙巳年，巳就是蛇的象形，在此敬祝各位鄉親

蛇（時）來運轉！
蛇年行大運！



蛇的諺語及其他

◎ 王輔羊

甲、蛇的諺語

蛇入竹筒，曲性猶在。

蛇入竹筒曲性在。

蛇口最毒，賊手最酷。

蛇落石筒節節難。

蛇爬哩，兔跳哩，各有各的打算哩。

蛇跑兔竄，各有各的打算。

蛇走咧，蟒竄咧，各有各的打算咧。

蛇爬無聲，奸計無影。

蛇行無聲，奸計無影。

蛇怕扁，人怕短。

蛇怕打七寸，鼠怕捏耳門。

打蛇不打死，後患終無窮。

打蛇不打頭，三年來報仇。

打蛇不死，反被蛇咬。

打蛇不死，後患難盡。

打蛇不死，後患無窮。

打蛇不死變蛇精。

打蛇不死反驚草。

打蛇不死反為仇。

打蛇不死惹蛇毒。

打蛇不死終為害。

打蛇不力尚有罪，窩蛇放蛇罪更深。

打蛇不了罪一分，見蛇不打罪三分。

打蛇不死棍不丟，劈材不斷刀不扔。

蛇過道，山戴帽，不過三天雨來到。

蛇過道，水甕津，如若不信挽艾根。

艾，一名冰台，又名艾蒿，菊科，多年草本生，莖、葉皆可以做中藥，性溫味苦，有去寒除溼、止血、活血及養血的功效。葉片曬乾製成艾絨，可用於灸療。《詩經·王風·采葛》：「彼采艾兮，一日不見，如三歲兮。」《孟子·離婁上》：「今之欲王者，猶七年之病求三年之艾也，苟為不畜，終身不得。」

蛇過河，大雨滂沱。

蛇過路有雨，癩蛤蟆晝鳴。

蛇攔路，天頂漏。

蛇溜道，甕浸油，黃牛大叫暴雨到。

蛇剝成三截，還有蚯蚓的力氣。

蛇兒冬眠早出洞，老鼠搬家往外逃。

（指地震預兆）

蛇伏花子管，馬伏將軍騎。

蛇要花子弄，馬要相公騎。

蛇過了有條路，做了的事瞞不住。

蛇會蛻殼，不改本性。

蛇會蛻皮，本性不移。

蛇會蛻皮，狼會變色。

蛇頭鼠眼，定是壞人。

獐（或做「麋」）頭鼠目則是（一）形

容相貌不揚，流於庸俗的人。相術家以

頭削骨露曰獐頭，眼睛圓而小曰鼠目。

（二）形容如獐似鼠鬼鬼祟祟的小人。

蛇見雄黃骨頭酥。

蛇健在，蛙遭殃。

打蛇不死害青蛙，仇人不死害兒娃。

打蛇打七寸，講話有分寸。

打蛇打七寸，買馬買四蹄。

打蛇打七寸，刨樹要刨根。

打蛇打七寸，治災要除根。

打蛇打七寸，擒賊先擒王。

打蛇先打頭，擒賊先擒王。

打蛇要打頭，斬草要除根。

打蛇打七寸，殺免敲耳根。

打蛇打頭，釣魚釣口，殺雞割喉。

打蛇打頭，牽牛牽鼻。

打蛇隨棍上。

打蛇打在七寸上，用錢用在刀刃上。

打蛇打在七寸上，種地種在節令上。

打蛇打在七寸上，莊稼種在節氣上。

蛇盤兔，必定富。（指窗花圖案）

蛇盤兔，家家富。

蛇皮貨麗，牙齒有毒。

蛇絲子過膝，不咬就踢。

（蛇絲子：指馬腿上的花紋。）

蛇死三天尾還動，虎死一七不減威。

蛇死要擺尾，虎死跳三跳。

蛇吞黃鱔活進煞。

乙、排灣族

台灣的原住民分為九族，再細分為十四族，其中之一為排灣族（PAIWAN）意即祖先開闢之地，史稱卑南番，分布於北起大武山，南達恆春，西起隘寮至枋寮線上，東至太麻里以南的海岸三角地，人口約五五二八人（占全部原住民的一九·七%）分為排灣亞族

（分布在以中央山脈分界的西排灣群、東排灣群）及塔羅塔羅亞群（從東岸太麻里起至恆春地方）。其居地在屏東三地門、泰武、瑪家、來義、春日、獅子、牡丹、滿州與台東的金峰、達仁、大武、太麻里等地。以百步蛇為圖騰，建築物或器皿上均有蛇紋。行長子繼承制，男子入贅女家。有漆齒和在胸、肩有刺青習俗，嚴格區分貴族與平民階級，不分男、女繼承，每五年在大武山行祖先祭。

丙、圖騰

圖騰在英文TOTEM的音譯。源出印地安語，意為「他的親族」。原始社會中，人們以某種自然物的圖形作為本氏族的保護神和標識，稱為圖騰。郭沫若《關於晚周帛畫的考察》：「鳳是玄鳥，是殷民族的圖騰。夔（音癸），我也把它誤認為龍，龍是夏民族的圖騰。」

丁、百步蛇

百步蛇 (AGKISTRODON ACUTUS)，亦稱「齧（音祈）蛇」、「尖吻蝮」、「五步蛇」、「白花蛇」。爬行綱，蝮蛇科。一種毒蛇。可長達一·八尺。頭大，呈三角形，吻端延長，向上前方突出。頭頂有對稱的大鱗；頭部暗褐色；體背灰褐色，兩側有一系列暗褐色△形斑紋；尾端暗灰色；鱗上有稜。生活於山林中；以小型獸類與鳥類為食。以產於湖北蘄春（舊蘄州）而得名。明李時珍《本草綱目·鱗二·白花蛇》：「今蘄蛇亦不甚毒，則黔蜀之蛇，雖同有白花，而類型不同，故入藥獨取蘄產者也。」分布於中國貴州、廣東、廣西、湖南、湖北、江西、安徽、浙江、福建與台灣；也產於越南。去內臟的乾燥體（務「大白花蛇」）入藥，性溫、味甘鹹，功能祛風、通絡、止癢，主治風濕頑痹、筋脈拘急、中風

口眼喎（音義同歪）斜、半身不遂、破傷風、麻瘋、疥癬等症。

戊、蛇的英文

蛇/snake, 大蛇/Serpent, 菱膜/brill, 犁鼻器/Jacobson's organ, 夜行性/nocturnal, 頰窩/pit organ, 蛻皮/sloughing, 毒液/venom, 蛇牙/Snake's fangs, 毒蛇/a venomous snake, 蛇夫座/Ophiuchus, 蛇咬傷/snake bite, 海蛇/sea snake, 蛇麻草（忽布）/hop, 蛇行/to move like a snake, 蛇崇拜/ophiolatry, 蛇蛻皮/snake molt, 蛇蛻/The skin of a snake, 蛇類學/ophiology, 蛇學者/ophiologist, 大頭蛇/Blunthead, 穴蛇/gopher snake, 松蛇/pine snake, 杵蛇/Naja naja, 乳蛇/milk snake, 蚰蛇/black-tailed python, 烏條蛇/natrix pryeri, 梢蛇/pilot snake, 錦蛇（蟒

蛇，熱帶產的一種無毒巨蛇）/python, 圈蛇/hoop snake, 掀背蛇/puff-adder, 斑蛇/garter snake, 蝮蛇/viper, 鋸蛇/saw viper, 蟒蛇/boa constrictor（無毒的巨蛇，能捲殺所捕的動物以食之），鞭蛇/whip snake, 响蛇/Crotalus, 蛇⁵/a kind of a Bow, 蛇口蜂針/a snake's bite and a bee sting, 魔王（撒旦）/the(old) Serpent,the Davil, 弄蛇者/Serpent charmer, 蛇狀運動/Serpentine movement, 虛偽的朋友/snake in the grass, 蜿蜒而行/snake one's way, 蛇鳥/snakebird, 蛇舞（北美印地安人的宗教儀式之一部分）/snake dance, 蛇蛉的幼蟲（可做魚餌）/snake doctor,（養蛇的）蛇穴/snakepit, 蛇梯盤棋（玩者可將棋子沿梯形圖上移及前移，遇蛇形圖則下移或後退）/snakes and ladders, 蛇皮/snake skin, 青環海蛇/

Hydrophis cyanocinctus, 森蚺/anaconda, 水蛇/Enhydria chinensis, 蛇目/Serpentes, 爬蟲綱/Ophida, 蛇類的/Ophidian, 龜殼花/Trimeresurus mucrosquamatus, 眼鏡蛇/cobra, 蝮/Trigonocephalus blomhofii, 黃領蛇/Elaphe climacophora, 黑眉錦蛇/E.taeniurus, 赤練蛇/Tropidonotus tigrinus, 响尾蛇/Crotalus adamanteus, rattlesnake, 眼鏡蛇(膨頸蛇, 飯匙倩)學名/Naja tripudians, Naja naja, 錦蛇屬/E. carinata, 游蛇/Natrix natrix, 赤鏈蛇/Dinodon rufozonatum, 兩頭蛇/Calamaria septentrionalis

己、蛇咬傷急救步驟

當有人被蛇類咬傷時，應先判斷是否為毒蛇所咬。通常可根據傷患傷口是否有毒牙咬

痕來判斷。如果不易判斷，則應視為毒蛇咬傷進行急救。其急救步驟如下：

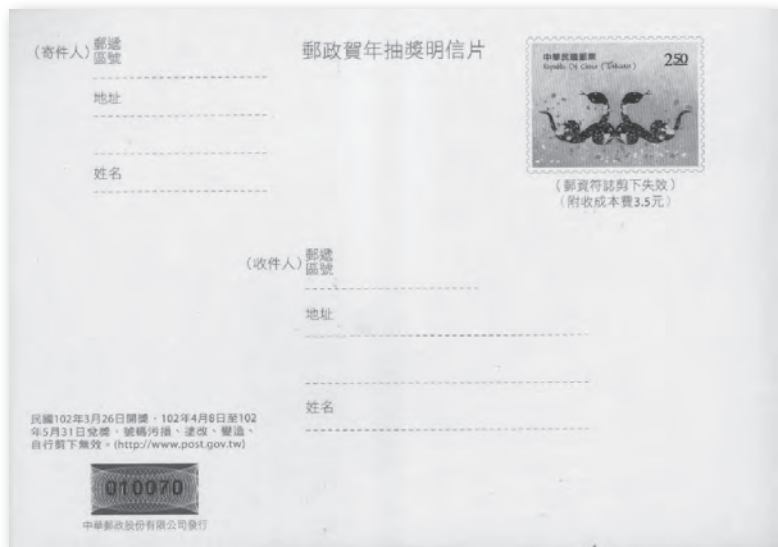
- 一、安慰傷患，並保持鎮靜。
- 二、儘速去除傷肢上的束縛物，如戒指、手鐲等。
- 三、以彈性繃帶緊緊包紮傷肢，但勿使傷肢發紫；且包紮範圍越大越好，絕不可切開或吸吮傷口，也不可使用不乾淨的水清洗傷口。
- 四、固定傷肢，使傷口低於傷患心臟部位。
- 五、儘速就醫，並告知醫護人員傷患受傷時間、症狀和毒蛇種類。如果不知道毒蛇種類，可以發生地點來判斷，以便急救。
- 六、治療：用清水、塩水、肥皂水沖洗傷口，



大陸發行的蛇年紀念郵票

七、預防：利用棍棒「打草驚蛇」、戴草帽、穿高統鞋；運送毒蛇時要包裝妥當。

用拔火罐或用口吸吮法（注意口腔須無破口），吸出毒液，上止血帶，送醫。洗胃、催吐、對症治療。



中華郵政發行的蛇年明信片

庚、詠蛇寶塔詩

蛇
怕 鵠
弓 影 射
喬 象 心 奢
強 龍 如 之 何
添 足 在 戰 國 策
許 仙 曾 與 有 瓜 葛
伊 甸 園 中 居 心 險 惡
一 朝 被 噬 見 繩 也 變 色
攔 劉 將 命 捨 逢 孫 遭 不 測
大 刀 矛 赴 干 戈 追 隨 張 翼 德
貌 冷 血 不 熱 聞 笛 而 樂 逢 冬 蟄

唐詩傳誦千年〈上〉

◎ 許文權

唐詩的美麗

唐詩是中國文學的奇芭，怒放的花朵鮮艷無比，千年來播放芬芳香氣，滋潤國人，唐代成為中國最燦爛的文藝時代。

古詩到了唐代集大成，發展到顛峰。體裁定型，絕口律詩成為後世的典範，唐代詩人輩出，傑出詩篇，為千古絕唱，至今猶為世人所喜愛，今人喜愛唐詩甚於其他的詩，為什麼會這樣呢？因為唐詩優美絕倫，為其他朝代的詩望塵莫及。唐詩的美麗很難用語言說出來，應由讀者用心體驗領會。如果一定要說出來，可以約略寫出幾點：

格律固定：不是雜亂無章，隨心所欲。寫詩必定遵循格式，五言絕句、七言絕句、五言律詩、七言律詩，有一定的形式，一定的字數。講究格律，亦就是講平仄，有節奏美，追求形式美，但「格律」可以變化。

文句洗鍊：詩人遣字用句，不輕易落筆，追求字句的美，一再推敲，經過千錘百鍊，字字珠璣，美麗無比。所謂一句千錘始成詩，因此詩句優美，吟誦悅耳。

意境遼闊：包羅萬象，人生的悲歡離合苦樂，壯麗的山川，秀美的風光景色，遼闊的天地，富麗堂皇的宮殿，奢華的貴胄生活，無邊的村野，辛苦的農夫，繁華京城的麗人行，

荒涼塞外的征夫淚。讀其詩如身歷其境，歡樂悲苦盡在心頭，感人肺腑。

健康浪漫：唐朝自太宗經高宗到玄宗天寶十四年，昇平盛世，天下富足，人民安居樂業，健康浪漫的生活，詩人反映現實，詩篇充滿寫實色彩，讀唐詩令人心曠神怡。

天才豪放：唐詩人不乏天才橫溢，寫出豪放的詩篇，李白、王維就是天才的詩人，李白的詩句：「黃河之水天上來，奔流到海不復回。」如長風巨浪驚醒世人的耳目。王維，他在弱冠前所寫的「九月九日憶山東兄弟」、「洛陽女兒行」、「桃源行」，膾炙人口，都成為一世傑作，我們欣賞他的天才，正可以說明為什麼世人特別喜愛唐詩呢？

容易看懂：一件藝術品，喜愛觀賞的人，容易看懂，必更喜愛更讚美，文藝詩篇也是這

樣。唐詩用當代的語言寫成，有的接近口語化，如白居易的詩，婦孺皆曉，流行更廣泛。唐詩至今千多年了，為人們喜讀愛吟，為什麼呢？因為唐詩的語言平易近人，廣大的讀者容易懂。

反映現實：唐詩除了反映昇平時代，國強民富，繁榮景象。也反映現實黑暗，人民疾苦，尤其安史亂後，大唐的衰敗現象。杜甫的詩篇，如「兵車行、逃難、春望聞官軍收河南河北」，最能反映現實的社會。

唐詩的魅力

千年來世人喜歡誦讀唐詩，為什麼呢？因為她有足夠的魅力，使人著迷。

歷代政府及民間都盡力維護唐詩，唯恐唐詩隨歲月消逝，因此編輯專集，詮釋、賞析，推荐給百姓，鼓勵學習，延續唐詩的生命，

並盼望同心協力發揚光大。

歷代編印的唐詩集頗多，不勝枚舉，其中犖犖大者略述於后。

唐詩品彙：凡九十卷，明代高秉撰，所錄共六百二十家，收詩五千七百六十九首。唐詩所以不絕於後世，實在依賴這本書流傳下來的。

唐詩記事：凡八十一卷，宋代計有功撰，錄取唐詩一千一百五十家。唐人詩集不傳於世者，多靠這本書保存。

唐詩鼓吹：凡十卷，金元朝好問編選，元代郝天挺注，選詩近六百首，注釋非常詳細。

唐百家詩選：凡二十卷，宋代王安石編選，選錄唐代一百零四人的詩作，共計一千二百多首。

全唐詩：凡九百卷，清康熙朝編印，採集二千二百多家，選詩四萬八千多首，蒐羅豐富。

唐詩三百首：凡六卷，清乾隆時蘅塘退士編，計三百一十三首，分體編排，便於吟誦，流行很廣，至今普及士林。

唐詩鑒賞辭典：一巨冊一千五百多頁，上海辭書出版社發行，共收唐代一九六位詩人的詩作，凡一千一百零五篇，採用一首詩一篇賞析文章，為現代唐詩鑒賞權威著作，廣為流傳。

民國以來，教育部重視唐詩教學，在中小學國文教科書，都有唐詩選，讓教師講授，學生研讀，校內常舉辦唐詩背誦競賽，加強學生學習。教育行政機構，也定期舉行區域性唐詩吟誦比賽，喚起民眾重視唐詩。

一個國民如果受完高中學程，必定讀過唐詩三十多首，都能朗朗背誦，都已經是「唐詩三百首」選集的十分之一強了，再加上自己學習一些，那就更多了。

除了學校推行唐詩教學，媒體也有唐詩教學報導，書刊雜誌也協助推廣，如台灣「國語日報社」發行的「古今文選集」，每集都有唐詩選多篇，注音詮釋，發給讀者，幫助學習，幾十年如一日，對唐詩的發揚光大，功不可沒。

書法，練習寫字，都以唐詩為範字，這就是學習唐詩，書法展覽，立軸或條幅也都以唐詩為題材。

公家機構或民間家庭的字軸，常常以唐詩為題材，所以不管台灣或大陸都同樣重視唐詩，小孩大人都能吟誦若干首，可以說唐詩

已經進入尋常百姓家，受到寵愛。

近年我在中央電視台節目中，看見北京舉行全國盛大中小學唐詩朗誦競賽，各省學生代表齊集一堂，偌大會場，人山人海，熱情奔放，國家領導親臨致詞勉勵，當場朗誦唐詩，抑揚頓挫，聲音清晰，贏得如雷掌聲，大人小孩都愛唐詩，大家共襄盛舉，推廣唐詩，發揚光大，足見中華大地的兒女，都被唐詩迷住了。

唐詩的魅力，隨歲月而增長，人們愛唐詩歷久彌堅。

後面選錄多首名詩，讓我們開懷暢吟，體驗人生滋味。

（待續）

本文摘錄自《中華亮麗的故事》

扁鵲神妙醫術

◎ 許文權

歷史上名醫很多，能夠名留青史，為後人所敬佩者，首推扁鵲，他一生懸壺濟世，救活人無數，茲依據史記，略述他救人的事蹟。

扁鵲受奇人長桑君傳授秘方，遵他的提示取上池水和藥，飲藥三十天，當能看見鬼物，以此看病，就能看見五臟中堅結積塊，特別以診脈為名，在齊趙各地行醫，在趙名叫扁鵲。

當晉昭公時，趙簡子為大夫，專國事。有一日，簡子生病，五天不認識人。諸大夫都害怕不敢親近，請扁鵲進屋看病。看完病出來，扁鵲說：「這是血脈運行發生阻滯，你們為什麼奇怪。從前秦穆公亦曾患這種病，七日醒來，他臥病期間，曾有怪夢，預測晉國將有大亂。」

過了兩天半簡子醒過來，對諸大夫說：

「我在臥病期間，做了怪夢，晉國將要一世不如一世的衰敗下去，到了第七世的時候就要亡國了。」黃安于聽了這段話，記下去保存。並且把扁鵲講過的話告訴簡子，簡子因為扁鵲能斷病情，因而賜他良田萬畝，表示敬佩。

後來扁鵲經過虢國（今河南陝縣東南），聽說太子死了，扁鵲到王宮門下，問中庶子喜方說：「太子是患什麼病，國人都禳祈福。」中庶子回答說：「太子病血氣不時交錯而不得泄，暴發於外，則為中塞。精神不能止邪氣，邪氣畜積而不得泄，是以陽緩而陰急，突然之間，氣逆上而昏仆。」扁鵲問說：「他死了多久了？」回答：「雞鳴到現在。」又問：「納入棺中嗎？」答：「還未，他死還不到半天。」

扁鵲對中庶子說：「我能救活太子，我們現在可以進去診視太子的病，就可以知道他的耳朵正在嘈鳴，而他的鼻子正在張著，他的兩腿往陰部去摸，他的溫度還是保存著的。」

中庶子聽到扁鵲這段話，眼花自轉動，舌頭舉起而不能下，於是扁鵲的話入報虢國君主，君主聽了大驚，走到門觀中見扁鵲，說久聞高義，今天很幸運先生蒞臨，能救活太子，無限感激。

扁鵲於是叫弟子子陽把針石磨得鋒利，以針刺三陽五會的穴位。稍微過了一會兒，太子活過來。又使子豹用熱藥貼在患處，其藥貼大小之面積，約為五分，隨後將藥物減少為八成，混和在一起而煎煮，就用這種藥貼在兩脇之下，或用這種煎藥之氣在兩脇之下替薰炙。施行這種藥物之後，太子就能起身而坐，然後又設法為他調整其陰陽乘錯之氣，結果，只吃了兩旬的湯藥，而太子恢復健康如往日，所以天下的人都認為扁鵲能救活死人。扁鵲

告訴人們說：「我並不是能把死去的救活，我不過是能把那些有病而至於死的人救活而已！」

扁鵲的名氣，傳聞於天下，他到邯鄲的地方，知道當地人們很貴重婦女，所以他就掛起婦科的招牌，專門醫治多數的婦女最常發生的白帶疾。他到洛陽，聽說周地的人們都很尊敬老人，所以他就掛起醫治耳眼的招牌，來醫治所經常發生的耳眼病及風濕病。他到咸陽，聽說秦地的人們都很疼愛小孩，所以他就掛起小兒科的招牌，專一為小兒所治病。他的招牌隨地隨俗而變更。

後世大夫多不敢以扁鵲再世自居，但天下人患病求診，久病治好，感恩感德，每以「扁鵲再世」匾致贈感激，醫師受贈，高懸診所，得到佳譽，沾沾自喜。

本文摘錄自《中華亮麗的故事》

豫王府與協和醫院

◎ 資料室



老北京人都知道，協和醫院那地方過去是豫王府，後來被美國人買過去開了這麼家醫院，當初那地方可比現在大多了，因為老豫王立有戰功，御賞極豐，金銀無數，府第所以特別豪華。

俗話說得好：富不過三代。「豫王」這個封號可以世襲，兒輩孫輩世代相傳。到了辛亥革命時期，清朝的遺老遺少們就遭殃了，王爺封號不太管用了，而且，經過那麼多代人，兒孫輩不爭氣，游手好閒，整日架鷹戲狗，坐吃山空，也就敗落了。一大家子也沒有個進項，就守著這麼多產業，所以各自打起了小算盤，一輩子養尊處優的，老了也無法將就，怎麼辦

呢？賣祖產分家唄，但這麼大的宅子，中國人買不起，買了也沒有用，最後找來找去，終於美國人說了：我買，買完我建醫院。

於是，豫王府賣給了美國人。立了字據，過了款，府裡頭住的人就往外邊搬，給人家騰地方，眼看就快搬完了，這府裡有個八十多歲的老管家，伺候過兩代老王爺，雖然現在眼花耳聾的，但全府上下也拿他當半個主子來伺候，他沒事天天就是養養花，也不出去走動，別的人沒事也不來打擾他的清靜。

這天，伺候老管家的那個小僕人來找，因為他耳朵聾了，小僕人就大聲地說：

「老管家，咱們得搬家啦，咱這府賣啦！」並連說帶比劃，「您也得挪挪窩兒啦。」老人家一聽，臉色就變了，「你說什麼？」「搬家！」這回老管家聽清了，忙說：「趕緊攙著

我，找少福晉去！」

少福晉是少王爺的媳婦，是府裡掌權的人。見了少福晉，老管家急得滿頭大汗，說話也磕磕巴巴的，好半天才說清楚。

「哎呀，福晉，咱這府賣啦？」

「賣啦，正在搬家呢。」

「哎呀，咱府裡那銀窖埋的寶貝挖出來沒有？」

「啊！我怎麼沒聽說過，您別急，慢慢兒說：」少福晉先讓老人家落了落汗，喘了口氣。

「我小時候剛進府當奴才的時候，就聽說過咱府裡埋了大窖的銀子。」

少福晉趕緊找少王爺，當時雖然改成民國

了，可這稱呼不能改、不多會兒，少王爺來了，趕緊問老管家：

「您知道咱家的銀子埋在哪兒了？」

「知道個大概，我小時候跟著祖上前輩的王爺念書，收拾書房時見過銀窖圖：因為咱家的銀子多得沒地方攤了，怎麼辦？只好往地下埋。」

可是，現在這房子已經賣給美國人啦，怎麼辦啊？少正爺一想，趕緊找幾個人挖，連夜地幹，誰知道，訊息讓美國人知道了，帶著當時官府人找上門來了，攔著不讓挖。人家憑著字據，錢也給了，賣主現在唯一的權利是「搬家」。所有的地上建築一概不許動，地下一塊土也不許挖。那時候做官為宦的最怕的是外國人。

再說，人家外國人有字據，白紙黑字的，你們錢也收了，產業當然是人家的了。少王爺口瞪口呆，連稱：「是，是。」老管家一瞧這少王爺的慫樣，也替那些死去的老王爺嘆息，可惜把這滿窖白花花銀子白白地送給了高鼻梁、藍眼睛的外國人，於是一口氣背過去了，怎麼著也沒救過來。老王爺跟皇上打天下，出生入死掙下的俸祿就這麼著瞎了。

東單附近的老住戶差不多都聽說過，修協和醫院蓋這麼大的樓，買那麼好的洋設備，可不是美國人帶來的錢，那都是用中國人自己的錢買的。

摘自《老北京傳說大全集》

註：

豫王府位於北京市東城區帥府園東口。該府建於順治朝：豫親王始王多鐸去世，其第二子多尼襲王後改府為信親王府。因受多爾袞牽連，多鐸於順治九年（一六五二）被迫降為郡王，同時，已繼襲親王爵位的多尼也因父罪降為信郡王，因此，在《乾隆京城全圖》上只繪有信郡王府。至乾隆四十三年（一七七八）時，乾隆追多鐸的開國之功後，命復豫親王府，才由「信郡王」改號為「豫親王」，信郡王府亦改稱「豫親王府」。

今日的豫王府已經成為全國知名的協和醫院所在地。

北京協和醫院隸屬於中國協和醫科大學（二〇〇六年改為北京協和醫學院／清華大學醫學部）。醫院成立於一九二一年。二〇〇六年七月二十八日被中國奧委會定為：「國家隊運動員醫療服務指定醫院」。



1921年9月北京協和醫院開幕典禮大合影（圖源：北京協和醫院官網）

衰老先從胖開始

◎ 李逸倫
王懷合編

說起衰老，人們先想起的肯定是皺紋和白髮，而這些往往出現在四十歲之後。實際上，在對衰老的研究中發現，三十歲的人之中，衰老者已經佔了一定比例，四十歲後就達七十%了，所以，防老要從三十歲開始，抗老則始於四十歲，最真實的衰老標誌應該是體內脂肪的堆積。

有一個非常明顯的事實，甲狀腺機能亢進的病人都消瘦，甲狀腺功能低下的人都十分臃腫。在生理學上，甲狀腺的機能好比一個脂肪燃燒場，控制新陳代謝，甲狀腺素分泌多的時候代謝就快，脂肪燃燒完全，這樣的人就不能發胖。這相當於一個正在生長發育中的人，

發胖的可能很小，一旦代謝的能力下降，脂肪便堆積起來；甲狀腺機能減退的時候，脂肪的燃燒低，一方面脂肪堆積，一方面火力不足，所以人老時比年輕怕冷。事實上，這個時候，衰老已經悄悄地襲來了。

之所以人們沒有意識到這一點，往往是一般以體重為標準來衡量肥胖與否，對於健康危害最大的也就是體重變化不明顯的隱形肥胖，俗話說偷著胖。這種胖一般在腰腹部，發生在風姿綽約的三十幾歲，這個時候，身體的肌肉組織開始萎縮，而偷偷長起來的脂肪正好填充了它的重量，這時體重看起來變化不大。

值得一提的是，通過降低食欲，增加排泄

而實現的減肥對於營養過剩的滋養性肥胖有一定療效，但對於已經是衰老標誌的肥胖應該通過擴大燃燒場來完成，以增加代謝的方式減肥。而在眾多保健品中，最能兼顧減肥抗衰老功效的首推蜂花粉。它是由蜜蜂採集的有花植物的精細胞，在中藥中屬於溫性的補藥，自古就有常服輕身駐顏的作用。它的作用機理就是刺激人體的代謝率，從而消耗脂肪延緩衰老。

國際公定保健品

- 一、綠茶
- 二、紅葡萄酒
- 三、豆漿
- 四、酸奶
- 五、骨頭湯
- 六、蘑菇湯

養生三字經

多走路，常吃素，
少發怒，行仁恕，
不計較，愛吃醋，
接近樹，休厭惡，
睡充足，開窗戶，
找事做，別頑固。

健身養生飲食

◎ 李逸倫

一、健身飲食二十條

- 1、不可食用過多調味品：胡椒、桂皮、丁香、小茴香等天然調味品有一定的誘變性和毒性。
- 2、按自己的速度進餐：吃飯不要隨著人家速度的快慢，這樣消化功能才能充分發揮作用。
- 3、不要站立進食：站立進食，可抑制腸胃正常功能發揮。
- 4、不可吃燙食：常吃燙食，食道和胃易受損傷。
- 5、儘量避開噪音：強烈的噪音會使人神經興奮、腸胃功能衰減。
- 6、盡可能吃較硬的食物：能有效地鍛鍊牙齦及鰐肌肉。
- 7、體虛者可多吃肉：肉類蛋白質多，可增強體質。
- 8、喝酒前吃點東西：喝酒前吃點東西或喝些水，可以防止醉酒。
- 9、每天一定要吃一次纖維食品：纖維質可把有害的腐敗物包圍並排泄掉。
- 10、鈣質最好和醋一起攝入：醋能把鈣質離子化，易於為人體所吸收。

11、共食比獨食好：多人共食品種多，每種吃一點易達到營養均衡。

12、進餐時忌發怒、緊張、哀傷、憂慮：這樣會減弱消化吸收功能，也影響味覺。

13、不宜邊看報或電視邊吃。

14、經常改變飲食方式：按同樣方式飲食，久而久之營養就會失衡。

15、就餐時可聽聽優雅的音樂：優雅的音樂能提高副交感神經作用，促進消化和吸收。

16、不要怕吃菜渣：纖維素能促進大腸蠕動，排除有害物質，預防腸癌。

17、不可長期進食植物油：正確的用油應是一份植物油配○·七份動物油。

18、小孩食譜不應與大人一樣：孩子食譜應營

養全面，特別要注意補充有利於長身體的營養素。

19、多吃些顏色深的蔬菜：顏色深的蔬菜含胡蘿蔔素、維生素B2、鎂、鐵等營養素更豐富。

20、多些創新口味：這樣能增進食慾。

二、大棗治病功效多

大棗味甘、性溫、入脾、胃經。具有補脾和胃、益氣生津、降血脂、抗癌的功效。臨床常應用於治療以下疾病：

1、治脾胃虛弱。倦怠乏力，血濕萎黃，神志不安，紅棗十～二十枚。煎湯常服。

2、治虛勞煩悶不得眠：大棗二十枚，蔥白若干，水煎法渣頓服。

3、治過敏性紫癰，紅棗十枚，水煎服，每日三次。

4、治急性和慢性肝炎、肝硬化且血清轉氨活力較高者，紅棗、花生、冰糖各三十克，先煎花生，再加紅棗，冰糖同煎，睡前飲服。每日一劑，卅天為一個療程。

5、治高膽固醇血症：大棗、芹菜根各適量，煎湯常服。

6、治脫肛日久不癒，大棗一百二十克，陳醋廿五十克，同煮至醋乾，取棗食。

凡有痰濕、積滯、齒病，蟲病者，均不相宜。

三、馬鈴薯的多種效用

馬鈴薯生汁所含成分為鉀、鎂和維生素B1、B2、B6、C、葉酸等。對下列各病症有一定效用：胃癌、胃炎、胃潰瘍、腸胃病、十二指

腸潰瘍、肺癌、喉癌、氣喘、貧血、高血壓、腦中風、痛風、防止老化、肝硬化、肩膀僵硬、心臟病、肝臟病、腎臟病、狹心病、心悸、糖尿病、腰痛、便秘、疲勞、動脈硬化、精神壓力、膽囊炎、慢性C型肝炎、皮膚過敏。

馬鈴薯除對上列各症均有奇效外，如果經常食用，冬季耐寒，精神充沛。食用馬鈴薯時須將表皮洗淨，並將表皮青色及有毒芽眼挖掉。

服法：馬鈴薯一人份量（約二兩）加冷開水二千CC打成果汁，飯前一小時三十分前喝下（須趁新鮮，不可久放），重症者每日二次（早晚各一次，可加入蘋果、紅蘿蔔、檸檬、蜂蜜等）若患部會疼痛者在飲用一、二週後，疼痛會減輕。可長服用，無副作用，但過量會使喉嚨乾燥。

四、全球健康食品紅薯、木瓜、鵝肉之首

世界衛生組織(WHO)日前公布「二〇〇七年全球健康食品排行榜」，首次為健康食品做了分類，紅薯、木瓜和鵝肉分別獲得蔬菜、水果和肉類的榜首。

最新研究顯示，紅薯富含纖維、鉀、鐵和維生素B6。每一百克紅薯產生的熱量比米飯低三分之一，含有的維生素B1、B2的含量分別比大米高六倍和三倍。由於紅薯中所含的鈣質需要四至五小時才能被人體有效吸收，所以最好是在午餐或早餐時吃，下午充足的日照正好可以促進鈣的吸收。

其他上榜的蔬菜類還有，胡蘿蔔、芹菜、茄子、白菜、甜菜、捲心菜、蘆筍、花椰菜。

在水果類獲得榜首的是木瓜。科學家最新發現，存在於木瓜乳汁液中的木瓜酵素可幫助

人體分解肉類蛋白質。消化科專家認為，飯後吃少量木瓜，對預防胃潰瘍、腸胃炎、消化不良等均有顯著功效。

此外，由於木瓜酵素能幫助分解並去除肌膚表面角質層的細胞，因此也被越來越多的應用在護膚品中。

其他有益健康的水果還有橘子、柳橙、草莓、桃子、芒果、蘋果、柿子。在肉類方面，WHO建議依序是鵝肉、鴨肉、雞肉。

科學家認為，鵝、鴨肉的化學結構與橄欖油相似，有益於心臟健康。雞肉則被認為是蛋白質的最佳來源。

這三種肉類都具有低脂低熱量的特點，吃了不容易發胖。老年人尤其應多吃，並以蒸、煮等烹飪方法為好。

專家建議，有了健康的食材，還必須均衡的攝取，並配合正確的生活作息和運動，才是最理想的健康人生。

五、另類進補，延年益壽多吃也不怕

進補一點也不麻煩，從三餐開始調養，日常食材隨手可得，功效大且健康美味又便宜。

沙鍋、中藥材、慢火燉煮食補一定要那麼麻煩嗎？除了傳統的食補配方外，在此要教您日常就可以利用簡單的食物進補。

返老還童吃魚好處多

德國的鐵血宰相俾斯麥活到八十三歲。但是他六十三歲的時候，曾經是一個在攝影機頭前都待不上片刻，苟延殘喘的老人，看上去不久將要離開人世。當時有一位醫生建議他多吃魚，他接受了這位醫生的建議，餐餐吃魚。

不久，他神奇般地恢復了健康，體重下降、面色紅潤、精力日益充沛。據科學家後來研究認為，俾斯麥返老還童的主要原因是由於他長期食用青魚，魚類中優良的蛋白質占了十五—二十%，其組織結構特別柔軟，容易咀嚼和消化，吸收率高達九十六%是老年人、病人和嬰兒作為補身食材的最佳選擇，魚肉中的氨基乙磺酸，更可增強人體免疫力，促進嬰兒的視力和大腦發育。

魚有多樣食療和食補效用，下次吃魚時，可以依您的自身情況作選擇；鯉魚：利尿消腫、下氣通乳。草魚：暖胃中和、祛風。黃花魚：補虛益精、調中止痢。帶魚：補益五臟。黑鱧魚：補腎。鯽魚：健脾利濕、治療浮腫、小便不力。

而同為水產品，還有其他食材，可以作為您進補的參考，海蜇可以降血壓、烏賊可以

止血溫經，還有海參、海藻、螃蟹，這些都是在市場上可以輕易購得，不貴卻功效奇佳另類進補選擇呢！

小小花費健康加倍

中國人對「吃」一向講究，吃膩了大魚大肉，在此建議您食用以下食物，不僅便宜，有益健康，並具有延年益壽的功效呢！

一、海藻類食物：

有豐富的礦物質，尤其是碘、鈣和鉀，可以調節甲狀腺功能，防止心臟病及其他因肥胖引起的病症。

二、豆類食物：

具有人體所需的大量元素，能利尿、分解膽固醇，有助於防止動脈硬化。

三、含維生素B5的食物：

主要指糙米、麥皮和麥芽，可促進新陳代謝，使體內的鉀與鈉保持平衡，協助排尿，消除水腫和減肥。

另外，含蘋果酸的食物，可補充鉀的來源，刺激胃液分泌，幫助食物消化。常常食用，還能防止脂肪積聚。

現代人生活緊湊忙碌，平常的您也許沒有時間好好料理三餐，但只要了解食物的三餐，就是進補的另一種方式。

六、紅薯最好經常吃

紅薯富含蛋白質、澱粉、果膠、氨基酸、膳食纖維、胡蘿蔔素、維生素A、B、C、E以及鈣、鉀、鐵等十種微量元素，是世界衛生組（WHO）評選出來的「十大最佳蔬菜」的

冠軍，紅薯除了具有減肥、抗癌等功效外，還可以有效地防止骨鈣流失。

除了含有一定的鈣質外，紅薯還含有大量的鉀和鎂，這兩種物質可以維持體內的離子平衡，減緩因年齡增長而造成的鈣質流失。

除此之外，紅薯的熱量只有同等重量大米的三分之一，而且幾乎不含脂肪和膽固醇，是很好的低脂肪、低熱能食品；同時又能有效地阻止糖類變為脂肪，有利於老年人的體重控制。此外，紅薯中含有大量的膳食纖維，能夠有效刺激腸道蠕動和消化液的分泌，降低腸道疾病的發生率。

紅薯缺少蛋白質和脂肪質，因此要搭配蔬菜水果一起吃，這樣才不會營養失衡。最重要的是，紅薯最好在午餐這個黃金時段吃。

這是因為我們吃完紅薯後，其中所含的鈣

質需要在人體內經過四、五小時進行吸收，而下午的日光照射正好可以促進鈣的吸收。這種情況下，在午餐時吃紅薯，鈣質可以在晚餐前全部被吸收，不會影響晚餐時其他食物中鈣的吸收。

七、飲食決定健康

專家一致認為

預防疾病，最重要的是多吃水果、蔬菜、豆類、堅果和全穀類食物。這些食物中的化合物不僅影響細胞構造和促進細胞之間的溝通，而且大部分富含抗氧化劑，可以中和有害分子自由基，有益健康。

最新理論指出，癌症、心臟病、中風和其他老化造成的疾病，均是細胞受到自由基破壞而引起的。電子通常成對出現，自由基則

帶有一個多餘的電子，因此是一種不穩定的養分子。

少量自由基有助抵抗感染

但是大量自由基傷害人體組織和基因，這一過程稱為氧化壓力。為了「偷竊」電子與多出來的電子配對，自由基在細胞膜上鑽一個小孔，細菌或病毒便可乘虛而入。一旦進入細胞內，自由基就開始攻擊染色體，改寫或者破壞基因密碼。任由這種破壞繼續下去，健康細胞可能變成癌細胞，而已有的癌細胞則會繁殖得更快。然而，大多數自由基是身體正常新陳代謝過程中的副產品。空氣污染，輻射、殺蟲劑的殘留物和其他公害也會使身體產生更多自由基。

這和營養有什麼關係呢？

關係可大著呢。科學家做過大量研究後得知，平時多吃蔬菜水果的人較少氧化壓力，因為蔬果中含有幾百種植物化學物質。大部分人不知道什麼是植物化學物質。二十多年前，許多植物化學物質尚未被發現，即使是營養界的權威人士也從不提及這個名稱。大家以為食物提供給身體的只是脂肪，蛋白質、碳水化合物、維生素、礦物質、微量元素和水。

從那時起，一連串研究結果顯示，這些化合物在維護健康方面扮演著重要的角色。有些植物化學物質可降低氧化壓力，有些抑制感染，中和污染物的毒素，激活能阻止失控細胞繁殖以及使營養物質進出各種細胞更容易。

每天吃蘋果真的可以使醫生遠離我們嗎？

幫助肯定是有。有關研究表明，吸收的植物化學物質越多，生病機率也相對越低，

每天至少吃五份蔬果，患癌風險便可降低低二十%多吃多得益。美國科羅拉多州湖林市AMC癌症研究中心在研究了八十名容易患乳癌的婦女後發現，每天吃十份蔬果的婦女，兩週後與癌變有關的細胞損壞明顯減少。這項研究仍在進行中。美國亞利桑那大學對一組患過乳癌的婦女所做的研究也得出相似的結果。

從食物中獲益

從另外一個角度看，少吃蔬果便無法得益於植物化學物質的抗病能力。典型的西方飲食方式缺少含有這類營養成分的食物。美國最近做了一個關於飲食習慣的大型調查，發現高達二十五%受訪的美國人，每天所吃的「蔬果」竟然包括炸馬鈴薯，儘管吃一份薯條不會危及性命，但炸薯條並非專家心目中的蔬果。不少專家指出，中國人飲食習慣日漸西化，是近年

罹患心臟病，肥胖症等疾病人數持續上升的原因之一。是否覺得要多吃蔬菜水果和穀類食物實行上有困難，而且勾不起食慾，那就請繼續閱讀下文。其實，健康食物也可以很美味而且不難烹調。想像一下藍莓薄餅吧？腦海裡會浮現什麼樣的圖畫？蕃茄披薩呢？這兩種食物均含有可增強免疫力的營養成份。

八、人體的健康取決腸道

人體的腸道是生命之根源腸道如果能增加有益菌，就能抑制腐敗菌，使腸內菌叢保持平衡，腸內乾淨了，細胞就會活化。而人體的老化是因為腸內發生腐敗現象，產生有害物質，使身體免疫力衰弱，因此維持腸道的乾淨是人體健康的關鍵。

現代人常因精緻加工飲食的關係，環境的污染，藥物經常使用、情緒壓力等因素，而造

成便秘，正常的排泄食物進入胃腸十六小時內排出為最佳狀況，所以至少每天要排泄一次，否則毒素就會留在體內血液中，而演變成各種慢性疾病。腸胃感染有可能演化成各式各樣的疾病，如牙周病、過敏性鼻炎、鼻咽癌、哮喘、粉刺等；所以腸胃道的保健跟每個人身體的健康都息息相關。

《腸胃保健二部曲》

首部曲 膳食保健

- 1、補充友善細菌：如：乳酸菌、比菲菌和保加利亞菌等，可以讓體內的友善細菌增加，抑制壞菌。
- 2、多吃鹼性食物，可使體液呈弱鹼性，腸道內的病毒細菌不容易存活。
- 3、補充酵素：酵素中的脂肪分解酵素和澱粉

酵素，能夠幫助分解胃中滯留物，減輕胃的負擔。

- 4、多食用原味的優酪乳可以幫助消化，也是蛋白質、鈣質的良好來源。（如果對牛奶過敏的人可以以優酪乳來替代牛奶。）

二部曲 身體保健

- 1、保持腸胃的清潔，養成每天排便的健康的生活習慣。

- 2、可以在春、夏季節天作體內環保，以蔬果汁、酵素來作流質的斷食一至三天，讓身體的消化系統可以休息。

- 3、用天然植物性纖維刷子或絲瓜絡來乾刷全身，可以在沐浴前，由肢體末端朝大腸的方向來乾刷，協助皮膚上的老舊細胞清除，並刺激各部位的血液循環。

4、整腹按摩：用食指、中指、無名指三隻手指的指腹，以順時針方向按壓升結腸、橫結腸、降結腸、小腸、乙狀結腸，有助於將宿便排出。

九、冠心病的飲食療法

為防止腦血管意外應多攝取動物蛋白。

牛奶與奶製品是動物蛋白良好的來源，每日飲用二百五十毫升可攝入動物蛋白七至八克，中老年人控制血膽固醇升高，主要應控制動物內臟與肥肉的攝入。

玉米粉粥

將粳米一百克洗淨，放入鍋中，加清水五百至八百毫升，武火煮至米開花後，調入一百克玉米粉，煮沸後再用文火煮片刻即成，能降低血膽固醇。

山楂荷葉茶

將山楂十五克和荷葉十二克切細，加水煎湯，取濃汁即可。不拘時服。降脂、減肥。適合高血脂症患者和心血管病患者食用。

決明茶

將菊花三克，山楂十五克，草決明十五克放入保溫杯中，以沸水沖泡，加鹽泡三十分鐘，每日分數次飲服。清肝明目和胃消食。

洋葱炒肉片

將植物油少許倒入鍋內燒至七八成熱，放入一百克瘦豬肉煸炒，再下一百五十克洋葱同炒，最後放入調料，少時即成。可佐餐。降脂、溶栓，改善動脈粥樣硬化，並能提高免疫力。

大蒜紅葡萄酒

將二至三片大蒜搗碎，倒入五百毫升的紅葡萄酒密封。過二至三天後就可服用。每次二十毫升，一日二次。調節腸胃功能，降低血壓，防止動脈粥樣硬化，促進血液循環。

十、五大降血脂明星食物

想甩掉膽固醇，市場前先把菜單擬好。

過去已有許多研究證實低膽固醇飲食有助降血脂。最近一項登在《美國臨床營養學期刊》研究更發現，採低膽固醇飲食一年，最多可降低二十九%。

加拿大多倫多大學找了五十五名膽固醇過高的中年人做實驗，這些人在醫師建議下採用低膽固醇飲食三個月，主要內容為富含植物固醇（比如大豆、黃豆、種子等）與黏稠纖維（如

燕麥、大麥、茄子等）以及堅果類食物。

一年後追蹤發現，恪遵低膽固醇飲食的人膽固醇降了廿九%，效用和降血脂藥物史塔汀差不多，即使沒有完全照著做的人，膽固醇也降了十~二十%，而飲食習性未改的人，膽固醇還是沒有起色。美國梅約醫學中心推薦五大降膽固醇明星食物：燕麥、堅果、綠葉菜、魚類、大蒜。

十一、天天益智食

燕麥

建議每天最好吃一杯半的燕麥。美國食品藥物管理局（FDA）核准燕麥片包裝上可標示「食用燕麥片是改善血脂肪的一種飲食方式，可減少冠狀動脈及心臟病的危險。」因為燕麥的水溶性纖維減少腸道吸收膽固醇，改變

血中脂肪酸濃度，降低壞的膽固醇和三酸甘油酯。平均來說，一天攝取可溶性纖維質五（十克，約可降低五%低密度脂蛋白膽固醇）。

其他富含水溶性纖維食物還有：大麥、四季豆、蘋果、桃子、瓜類、菇類、洋菜（就是現在流行的「寒天」）、海帶、黑白木耳、紫菜等。

堅果

杏仁、花生、胡桃、腰果、栗子等堅果類含有多元不飽和脂肪酸，可以降低膽固醇，還能維持動脈血管的健康和彈性。發表在今年世界心臟醫學年會的一份研究，有十個歐洲國家、蒐集近四十萬人的資料分析後發現，堅果吃得愈多的人，罹患冠狀動脈心臟病的風險愈小。每天吃十三克堅果的人得冠心病的風險，比吃不到一克的人少四成。

但堅果唯一的缺點就是熱量太高。專家建議不妨每週吃兩次、每次吃八克，大約握在手心鬆鬆一把的量，即可獲得豐富不飽和脂肪酸和抗氧化劑。

深色綠葉菜

蛋白質食物的新陳代謝會產生一種名為類半胱氨酸的物質，其含量過高會引起認知障礙和心臟病，維生素B6和B12可以防止類半胱氨酸氧化而深色綠葉菜中維生素含量最高。

魚類

魚肉脂肪中含有對神經系統具備保護作用的歐米伽—3脂肪酸有助於健腦，研究表明，每週至少吃一頓魚特別是三文魚、沙丁魚和青魚的人，與很少吃魚的人相比較，老年癡呆症的發病率要低很多。

魚還有助於加強神經細胞的活動，從而提高學習和記憶能力。

全麥製品和糙米

增強肌體營養吸收能力的最佳途徑是食用糙米。

糙米中含有各種維生素，對於保持認知能力至關重要。其中維生素B6對於降低類半胱氨酸水平最有作用。

大蒜

大腦活動的能量來源主要依靠葡萄糖，要想使葡萄糖發揮應有的作用，就需要有足夠量的維生素B1的存在。

大蒜本身並不含大量的維生素B1，但它有增強維生素B1的作用，因為大蒜可以和B1產生

一種叫「蒜胺」的物質，而蒜胺的作用要遠比維生素B1強得多。因此，適當吃些大蒜，可促進葡萄糖轉變為大腦能量。

十二、要想老變少紅色蔬菜少不了

德國柏林夏裏特醫院研究人員發現，多吃胡蘿蔔、蕃茄和紅柿子椒等蔬菜的人顯得年輕，皺紋也少。

據德國《世界報》近日報導，陽光照射、空氣中的有害物質等環境影響或精神壓力和疾病都會使人體內形成更多的自由基，這些自由基可加速皮膚老化。而人體內所含的抗氧化劑則可以防禦自由基的危害，這些抗氧化劑包含維生素A、C、D、E以及類胡蘿蔔素。

由於人體本身不能形成足夠的抗氧化劑，因此人體需要從食物中吸取。注：胡蘿蔔富含

β -胡蘿蔔素，蕃茄富含蕃茄紅素，這些物質對皮膚具有很好的抗氧化作用。

研究人員發現，皮膚中抗氧化劑含量高的人看上去年輕。在四十歲至五十歲的接受檢測的人員中，皮膚中抗氧化劑濃度高的人皺紋明顯比皮膚中抗氧化劑濃度低人皺紋少。

十三、口腔疾病食療方

豬肉牡蠣湯：

取乾牡蠣肉五十克、瘦豬肉一百克，加清水適量煮湯，用食鹽調味。有滋陰、養血、潤燥之功效，民間用以治療虛火牙痛、黏膜糜爛等症。

膨大海冰糖茶：

膨大海四、六枚，洗淨放入杯內，加冰糖適

量，沖入沸水，每日二次。有清熱、解毒、潤肺的作用。可治療咽喉乾燥疼痛；急性扁桃體炎、牙周腫痛等。

山梔根煮瘦肉：

取山梔根十五、二十克，瘦豬肉六十克，加清水適量煮湯，調味後喝湯吃肉。有清熱瀉火、活血止痛作用，民間用其治牙痛。

花生煮大蒜：

花生米一百、五百克，大蒜頭五十、一百克，放入瓦罐內，加水煮熟食用。連服二、四次，治療脾虛寒濕牙齦出血。

柳根煮瘦肉：

柳根三十克，瘦豬肉一百、一百五十克，加清水適量煮湯，用食鹽調味，喝湯吃肉，有

祛風清熱、滋陰潤燥、消腫止痛的作用。民間用以治療胃熱風火牙痛，牙齦炎等症。

綠豆雞蛋飲：

取綠豆五十克，雞蛋一個，把雞蛋攪成糊狀，將綠豆加水，放在火上煮沸至半熟，用綠豆湯水沖雞蛋花飲用，每日早晚各一次，是治療口腔扁平苔蘚的驗方。

十四、怎樣吃茄子更營養

怎樣吃茄子更健康營養呢？中國農業大學食品學院副教授范志紅提醒讀者，在做茄子時只要不用大火油炸，降低烹調溫度，減少吸油量，就可以有效地保持茄子的營養保健價值。另外，加入醋和番茄有利於保持其中的維生素C和多酚類。推薦以下兩種烹調方法：

1、涼拌茄條 長茄子切成條，盛放碗中，

置蒸鍋裏蒸十分鐘。取出控去水分，加鹽、醋、蒜泥、芝麻醬、香菜等涼拌。注意，不要把茄子的汁都擠去，以免損失養分。芝麻醬稠一點就可以彌補多餘的水分。

2、蕃茄炒茄丁 大圓茄子半個切丁，蒜切成米。鍋中放二湯匙油，放蒜米，加茄子煸炒，放一勺醋。改小火加蓋燜兩分鐘，茄子變軟時加鹽，加少許番茄丁，翻幾下，放少許味精或雞精，裝盤。注意盛菜的時候控去餘油。

十五、硫化氫讓大蒜有益健康

《編譯組／法新社芝加哥十五日電》大蒜因為抗細菌、殺真菌和對心血管系統的功效，幾世紀以來一直被當成是一種替代性藥物。美國的研究學者經過長期的實驗終於找出它的真

正秘密：它能促使人體自己產生化合物硫化氫來放鬆血管，同時能促進血流、防止血塊凝結和氧化損害。

美國阿拉巴馬大學環境健康科學生理學家克勞斯表示，這項發現可以幫助科學家設定大蒜補充物的標準，以確保它們具有製造這種重要化合物的主要成分。

研究人員在實驗室中發現，它所產生的硫化氫——是一種化學傳訊物質——才是放鬆血管，促進血液循環的重要因素。

過去對大蒜藥理學上的研究都放在它富含的硫化物的蒜素上。但新的研究卻發現這種蒜素和類似的有機生物活素只是它神奇成份的一部分，最重要是透過新陳代謝所產生的化學變化。

研究人員進行一連串的實驗，首先將超市

買來的大蒜取汁液，加入少許在紅血球細胞中，結果發現這些細胞立即釋放出硫化氫。實驗中同証實這種重要的化學反應主要發生在紅血球的細胞膜中，少數在細胞內也有產生。

當研究小組把大蒜汁液加到老鼠的主動脈心臟血管中時，會產生一種有機的多硫化化合物，血管會隨著這種多硫化物產生硫化氫而逐漸放鬆。

這項發現可以解釋為什麼有些實驗中大蒜添加物對心血管疾病無效，有些却可以。

十六、助眠食物讓你呼呼大睡

富含色胺酸、維生素B群的食物，都有幫助睡眠的功效。睡不著嗎？專家教你怎麼吃！

■色胺酸食物能使人早點入睡

台北醫學大學醫學系教授林松洲指出，醫學上研究發現，有些食物會干擾睡眠，某些營養素則是助眠的好幫手。

例如含有色胺酸的食物能使人早點入睡，不過，人體無法自行合成色胺酸，必須從食物中獲得，富含色胺酸的食物包括牛奶、優酪乳、乳酪、五穀雜糧（小米、大豆、堅果類）、蛋、肉類、海藻、香蕉等食物，含量都很豐富。

如果是躺很久都不易入睡，可以服用色胺酸一～一．五公克，即可有效縮短入眠時間，對於嚴重失眠者，可能須持續一段時日，效果才會緩慢顯現。

■維生素B群消除煩躁不安

另外，富含維生素B群食物，如維生素B1、B2及菸鹼酸（即維生素B3）、B6、B12，都

有幫助睡眠的功效。

林松洲說，維生素B群食物有維持神經系統健康、消除煩躁不安的功能。能幫助難以入睡及常在半夜醒來的人，改善睡眠情況。富含維生素B12的食物包括動物肝臟、牛奶、蛋類、肉類、魚、螺旋藻等。

維生素B6可維持神經纖維的穩定，有助於消除焦慮及安眠。維生素B6能在腦中幫助血清素的合成，轉變成褪黑激素，有助於安眠。富含維生素B6的食物包括酵母、小麥、玉米、肝臟、牛奶、蛋類、肉類、魚、白菜、綠葉蔬菜等。

■菸鹼酸改善憂鬱引起的失眠

人類如缺乏菸鹼酸，會出現焦慮、易怒，讓人睡不好。林松洲表示菸鹼酸常被用來改善

因憂鬱症所引起的失眠，並能減少失眠患者夜間醒來的次數。於鹼酸含量最多的食物有啤酒、酵母、花生及肝臟類。

另外鈣質攝取不足的人，容易出現肌肉痠痛及失眠的問題。鈣和鎂併用，是不錯的天然放鬆劑和鎮靜劑。只要每天固定喝二杯牛奶，鈣的攝取量就不會缺乏，不喝牛奶的人，可以多吃帶骨小魚、綠葉蔬菜及豆類來補充。

香蕉及堅果類中可以攝取到鎂，另外，偶爾吃點巧克力也不錯，因巧克力的鎂和鉀含量相當高，只要不過量，也是不錯的助眠食物。



各種食品醫療補給

◎ 李逸倫

一、重要食品

在糧食中有高粱、玉米、小麥、蕎麥、薯類：在豆類中有大豆、紅豆、綠豆、豌豆、扁豆、菜豆、青豆、土豆、毛豆；在根莖類洋蔥、豆薯、紅蘿蔔；在蔬菜中有韭菜、雪裡紅、空心菜、油菜、莧菜、豆芽菜、大小白菜、萵苣、蘿蔔；在瓜類中有茄子、青椒、絲瓜等。

二、粗糧勝於加工食品

總之，吃粗糧、新鮮蔬菜和增加生食，實在是抗癌和防禦的重要措施，而且南瓜子、葵花子、芝麻、葡萄乾、花生等均具有特別高的營養價值，例如，芝麻中不僅含有豐富的B群

和E維生素健腦成分，而且鈷、硒、鈣、鎂含量在同類食品中也是最高的。

有人統計，幾種常用蔬菜（胡蘿蔔、馬鈴薯、菠菜、豌豆等）經烹調後平均損失百分之八十六的鈷、百分之七十錳、百分之六十六的銅、百分之四十的鉻。三點五盎司新鮮生豌豆可提供三百一十六毫克鉀、二毫克鈉，製成罐頭食品後僅能提供九十六毫克鉀，鈉卻增加到二百三十六毫克，一磅全麥粉能提供一千七百毫克鉀和九毫克鈉，但小麥製品中損失了所有的鉀，而鈉卻增加了五百倍。

三、降低血清膽固醇的膳食纖維

膳食纖維何以能降低血清膽固醇的含量？其機轉可能是是膳食纖維在腸道中吸附膽酸，使之由糞便排出。所損失的膽酸，則由血中膽固醇經肝臟轉化來補償，從而使血清膽固醇的含量下降。

粗纖維的含量較多者，在每一百克食物中，穀類中小米有一·六克，玉米一·五克；豆類中黃豆有四·八克，紅豆有四·六克，豌豆有四·五克，綠豆有四·一克，毛豆有二克，扁豆有一·四克；根莖類中洋蔥有一·一克，豆薯有〇·九克，紅蘿蔔有〇·九克；蔬菜中韭菜有一·一克，雪裡紅有一·〇克，甘藍有〇·九克，菜花有〇·八克；瓜類中茄子有〇·八克，青椒〇·八克，絲瓜有〇·五克；水果中葵花籽四·九克，紅棗有三·一克，柿子三·一克，葡萄二·六克，而海帶有九·七克，香菇七·八克。

四、美國防癌學會列舉的三十種防癌蔬果

防癌蔬果為：蘋果、杏、朝鮮薊、酪梨、南瓜、香蕉、綠花椰菜、芽甘藍、青椒、哈密瓜、胡蘿蔔、白花椰菜、芹菜、葡萄柚、萵苣、無頭甘藍、結球甘藍、奇異果、洋蔥、瑞士甜菜、柳橙、木瓜、馬鈴薯、乾梅、菠菜、草莓、番茄、番薯、色佛伊甘藍和 Collard Green 等。

五、多攝取維他命C、E和B1胡蘿蔔素

飲食中最好的抗氧化劑，以β胡蘿蔔素、維生素C和維生素E最為簡易攝取。

富含胡蘿蔔素的食物有紅蘿蔔、南瓜、木瓜、芒果、菠菜、紫菜、藻類、甘藷。高維他命C的是以新鮮綠色蔬果為主，枸櫞類的橘子、柳橙、香吉士、葡萄柚，或草莓、西瓜、青椒、

花椰菜。維他命E則以小麥胚芽、紅花油、向日葵油、花生、糙米、菠菜、蛋及動物的肝腎含量較多。

六、刺五加是延年益壽良品

從歷史的經驗來看，刺五加有延緩衰老的作用；從現代醫學方面，臨床和實驗研究的大量報導，證明它有增加機體適應能力，抗疲勞、調節中樞神經系統，增加和調節免疫功能，調整心血管系統和內分泌系統，促進骨髓造血功能、抗幅射、防腫瘤、抑制血小板聚集等增進老年人健康的多方面功能，臨床上對老年性慢性支管炎、高血壓、低血壓、冠心病、糖尿病、性機能減退等均有良好療效。

刺五加的用量和用法是每次十克，用水煎服。但刺五加性偏燥，陰虛火旺者慎服。

吃的營養健康
行的快樂長壽

台北市河北京津同鄉會章程

(修訂草案)

第一章 總 則

第一條：本章程依人民團體法之規定訂定之。

第二條：本會定名為「台北市河北京津同鄉會」，以下簡稱本會。

民國七十一年一月二十五日
本會第六屆第二次會員大會
民國八十七年十一月十五日
本會第十一屆第一次會員大會
民國八十九年十二月一日
本會第十一屆第三次會員大會
民國九十四年二月十三日
本會第十三屆第一次會員大會
民國九十七年二月十一日
本會第十四屆第一次會員大會
民國一百零二年二月七日
本會第十五屆第一次會員大會
民國一百零四年一月十五日
本會第十六屆第二次會員大會
民國一百零四年十月七日
本會第十六屆第三次會員大會
民國一百零六年一月十二日
本會第十七屆第三次會員大會
民國一百零八年十月七日
本會第十七屆第四次會員大會
民國一百一十一年二月五日
本會第十八屆第二次會員大會

訂立
通過
修訂
通過
修訂
通過
修訂
通過
修訂
通過
修訂
通過
修訂
通過
修訂
通過
修訂
通過
修訂
通過

第三條：本會以聯絡在台河北、北京、天津同鄉

情感，促進兩岸同鄉交流，發揮互助精神，協助政府舉辦公益事業，增進同鄉福利為宗旨。

第四條：本會以台北市行政區域為區域，會址設於台北市金華街五十九號二樓。

第五條：本會之任務如下：

一、關於各地河北同鄉會聯絡聯誼事項。

二、關於鄉賢勳業之發揚事項。

三、關於增進同鄉福利及同鄉子女教育事項。

四、關於鄉情文獻會訊等出版事項。

五、關於社會公益及文化等之舉辦事項。

六、關於促進兩岸同鄉交流事項。

七、關於政府委辦事項。

第二章 會員

第六條：凡祖籍河北、北京、天津年滿十八歲，

認同本會宗旨，經本會理事會審查合格，並繳納會費後，為本會會員。會員若夫妻一方其祖籍如上者，得申請為本會準會員，惟準會員無被選舉權，其他應享之權利與會員同。

第七條：會員有發言、表決、選舉、被選舉諸權，及其他一切應享之權利。

第八條：會員遵守本會章程，服從本會決議按時繳納會費，及其他一切依法應盡之義務。

第九條：會員有違法令、章程或不遵守會員大會決議時，得經理事會決議，予以警告或停權處分。其危害本會名譽情節重大者，得經會員大會決議予以除名，並註銷其會籍。

第十條：會員申請退會，應以書面為之，凡已退會或經除名註銷會籍之會員，其所繳納之各項費用，不予退還。

第三章 組織

第十一條：本會設理事二十一人、候補理事七人、監事七人、候補監事二人，均由會員大會就會員中選舉之。

第十二條：本會理事會互選常務理事七人處理日常會務，並就常務理事中選一人為理事長。

第十三條：監事會設常務監事一人，由監事互選之，監察日常會務，並擔任監事會主席。

第十四條：本會設總幹事一人，副總幹事一至三人，由理事長提名，經理事會審核通過聘任之。

第十五條：總幹事承理事長之命，暨理、監事聯

席會議決議事項，處理會務。

第十六條：本會為集中力量，擴大工作效能，並視業務上之需要由理事長聘請名譽理事長、名譽理事、顧問各若干人，均為義務職。

第十七條：理、監事任期均為四年，連選得連任，如理事或監事因故出缺，由各該候補理、監事依序遞補，以補足原任期為限。

第四章 職權（增訂的）

第十八條：理事會職掌如下：

- 一、議決會員大會召開日期。
- 二、審定會員資格。
- 三、選舉或罷免常務理事、理事長。
- 四、議決理事、常務理事或理事長之辭職。
- 五、聘免工作及榮譽人員。

六、擬定年度工作計劃、報告預算及決算。

七、提出理、監事候選人參考名單。

八、其他應執行事項。

第十九條：監事會之職權如下：

一、監察理事會工作之執行。

二、審核年度預算。

三、選舉或罷免常務監事。

四、議決監事或常務監事之辭職。

五、其他應監察事項。

第五章 會議

第二十條：本會會員大會每年開會一次，如有會員四分之一以上連署、請求、或理事會認為必要時，得召開臨時會議。

第二十一條：理事會、監事會每四個月至少開會一次，如有理監事三分之一以

上之請求或理事長、常務監事認為必要時，均得分別召開臨時會。

第二十二條：理、監會開會時，得通知候補理事分別列席。

第二十三條：會員大會，理事會、監事會，各開會時，除法令另有規定外，均以過半數之出席，方得開會，過半數之同意方得決議。

第六章 經費及會計

第二十四條：本會經費之來源如下：

- 一、入會費
- 二、常年會費
- 三、房租收入
- 四、委託收益
- 五、會員樂捐
- 六、銀行孳息
- 七、其他收入

第二十五條：入會費每人新台幣壹佰元，入會時一次繳納。

第二十六條：常年會費每人每年新台幣柒佰元，由會員按年繳納，會員如遇災難或無力繳納時，得提請理事會酌減或免除之。

第二十七條：本會會計年度以每年一月一日始至同年十二月三十一日止。

第二十八條：本會如有專案計劃，需經理監事聯席會決議，必要時再報請會員大會追認之。

第二十九條：本會每年於會計年度前二個月，由理事會編造年度工作計劃、收支預算表，提會員大會通過，（會員大會因故未能如期召開時，先提理、監事聯席會議通過），於會計年度開始前報主管機關核備，並於會計年度終了後二個月

內由理事會編造收支決算表、現金出納表、資產負債表、財產目錄、基金收支表，送監事會審核後，造具審核意見書送還理事會，提會員大會通過，於三月底前報主管機關核備，（會員大會未能如期召開者，先報主管機關）。

第三十條：本會於解散後，其賸餘財產，應歸屬本會所在地地方自治團體，或政府主管機關指定之機關團體。

第七章 附 則

第三十一條：本章程經會員大會通過，報請主管機關核備，修訂時亦同。

第三十二條：本章程如有未規定事項，依有關法令辦理。

台北市河北京津同鄉會一一三年度大事紀

1. 本會顧問趙淑德於一一三年一月五日在台南舉辦書畫藝術特展，理事長代表同鄉會贈蘭花乙盆表達祝賀之意。

2. 張希文教育基金會設立財產三千萬應以法人名義登記金融機構專戶儲存，一一三年一月十七日董事長劉建軍親赴郵局辦理開戶及存簿金額轉移已辦妥，現金定存單影本兩份並同法人登記證書影本兩份，加蓋與正本相符及董事長章函報教育部備查。

3. 一一三年元月出版第五十期文獻。

4. 本會一一三年二月十四日在忠孝東路彭園舉行新春團拜暨第十八屆第四次會員大會，出席鄉親十分踴躍，嘉賓雲集非常熱鬧。

5. 副總幹事李慧婷尊翁於一一三年二月過世，理事長予以慰問表達關切之意。

6. 監事王書鳳昏倒摔傷住院予以慰問，理事長得知特派副總幹事李慧婷前往王監事住處代表同鄉會予以慰問。

7. 一一三年四月二十四日由元大陳經理在本會開會告知董事長劉建軍，元大定存利率優惠方案。

8. 一一三年五月三日召開台北市張希文教育基金會第一屆第三次董事會議，同意將郵局定存為元大。

9. 本會監事張德良過世於一一三年五月十五

日，理事長、理事張蘭生、李慧婷、羅康華前往第二殯儀館悼唁並致贈高假花籃乙對。

10. 一一三年五月十七日常務理事袁公瑜主持京津冀參訪事宜討論。

11. 本會顧問白滄沂於五月二十九日拜會理事長。

12. 一一三年五月二十日發行第六十六期會訊。

13. 理事長二月份捐款一萬元。

14. 會員萬億先趙老夫人捐款兩萬元。

15. 一一三年一至六月份生日賀卡共寄發會員四百三十人。

16. 本會在兆豐金控定期存款到一一二年十一月計1,153,370元。

17. 一一三年六月十一日在本會由理事長劉建

軍主持赴大陸京津冀參訪召開說明會，參加人員理監事會議圓滿結束。

18. 一一三年七月三日至七月十日由理事長率團到北京、天津、河北參訪交流、回鄉之旅，參加人員本會理監事及會員優先報名，不足人員再由各省市同鄉總會人員遞補。

19. 本會公墓專案處理小組召開第二次協調會議重點；本會公墓遷移至新北石門區台灣新北玉佛寺（尚未定案）。

20. 一一三年時月十一日為九九重陽節中午在忠孝東五段二九七號五樓彭園餐廳慶祝重陽節，參加重陽節壽星人員：八十歲八人、九十歲二人、一百歲二人劉慎文、張世宏、一百歲以上二人萬億先、李仲甫，九十歲以上三十五人，理事長劉建軍親自主持，會場溫馨、熱鬧。

21. 本會監事尹冀因病住院，理事長得知，派總幹事羅康華前往慰問。

22. 本會辦公室立式冷氣空調因使用多年，冷氣管破損，日立冷氣公司維修新台幣壹萬貳仟叁百元。

23. 本會榮譽常務理事時作新先生對本會貢獻良多，一一三年九月五日本會致贈高架花籃乙對，理事長及各位理監事前往第二殯儀館公祭。

24. 一一三年十月十一日本會在忠孝東路五段二九七號彭園舉辦重陽節敬老祝壽活動，由理事長劉建軍親自主持，會場溫馨歡樂。

25. 萬億先趙老夫人於重陽節捐款新台幣叁萬柒仟元整。



台北市河北京津同鄉會民國一一四年度工作計畫

(自一一四年元月一日至十二月三十一日)

項次	一	二	三	四
工作(活動)項目	新春團拜暨第十九屆第一次會員大會	清明節 公墓除草作業	出版及寄發會訊、 文獻與網站管理	理監事聯席會議
主 要 內 容	一、會員報到、繳年費、捐款 二、理監事改選 三、新春賀喜聚餐 四、摸彩、餘興節目表演 五、發放文獻、獎助學金 六、會員大會提案討論	每年清明前夕進行公墓除草作業，以利鄉親掃墓方便。	會內重要訊息即時公告會員	一、每四個月定期召開，會務決策 二、審核經費預算及重大工作 三、重大活動籌辦
預定實施日程	二月二日	清明前	不定期	一、五、十月
地 點	台北市 彭園餐廳	河北公墓		本會會議室
備考				

十一	十	九	八	七	六	五
喜慶弔唁及 其他突發事件處理	出版河北京津文獻	審查頒發獎助學金	重陽敬老活動	會籍資料校正 整理及建檔	鄉親懷鄉參訪	兩岸文化交流
二、非屬第一——二〇項之其他 重大突發事件及一般鄉親喜慶 弔唁	一、接受鄉親投稿 二、召開編輯會議審查編輯文獻 三、付梓刊印出版	一、修訂獎助學金申請辦法 二、審核申請學生資格 三、通過審查學生每位頒發獎助學金 暫定為壹萬元整	一、辦理敬老餐會 二、其他敬老旅遊活動	一、清查整理、校正勘誤會員資料 二、會員名冊電腦建檔	一、組團返鄉參訪交流 二、鼓勵鄉親第二、三代懷鄉尋根 以組團方式辦理	一、接待大陸來訪團 二、協尋兩岸鄉親 三、其他文化交流
不定期	一至十二月	下半年	十月二十九日	全年	不定期	不定期
			台北市 彭園餐廳			

台北市河北京津同鄉會理監事會務人員一覽表

台北市河北京津同鄉會第十八屆
理監事暨會務人員一覽表

職別	姓名	性別	原籍	理事長	常務理事	常務理事	常務理事
	劉建軍	男	隆堯	張法鶴	南皮	大興	北京
	袁公瑜	男	北京	李德申	男	男	男
	王懷	男	薊縣				

職別	姓名	性別	原籍	常務理事	常務理事	理事	理事
	趙惠民	男	易縣	崔廣成	焦仁和	董少林	武建華
	時醒華	男	新城				
	張國明	男	樂城				

理 事	理 事	理 事	理 事	理 事	理 事	理 事	職 別
梁朝選	吳普炎	張蘭生	趙伯良	張大榮	趙恩博	任立潔	姓 名
男	男	男	男	男	男	女	性 別
東 明	北 京	景 縣	承 德	棗 強	霸 縣	正 定	原 籍

候 補 理 事	候 補 理 事	候 補 理 事	候 補 理 事	候 補 理 事	理 事	理 事	職 別
唐汝祥	王儀生	金夢石	石隲	李玉銘	馮安當	蕭義齡	姓 名
男	男	男	男	男	男	女	性 別
獻 縣	高 陽	天 津	文 安	正 定	何 間	天 津	原 籍

台北市河北京津同鄉會理監事會務人員一覽表

監 事	監 事	監 事	監 事	常 務 監 事	候 補 理 事	候 補 理 事	職 別
李逸倫	傅彗倫	尹冀	王書鳳	趙麗蓉	包乃強	張焜如	姓 名
男	女	男	女	女	男	男	性 別
河 間	天 津	北 京	交 河	趙 縣	獻 縣	文 安	原 籍

			副 總 幹 事	總 幹 事	監 事	監 事	職 別
			李慧婷	羅康華	鄭筑庭	王峻峰	姓 名
			女	男	女	男	性 別
			臨 榆	長 汀	石家莊	陽 原	原 籍

本會榮譽理事長暨顧問名冊

台北市河北京津同鄉會榮譽理事長暨顧問名冊

職 別	姓 名	性別	原籍
榮 譽 理 事 長	關 永 實	男	南宮
榮譽常務理事	劉 伯 強	男	天津
顧 問	趙 淑 德	女	北京
顧 問	王 大 智	男	易縣
顧 問	李 晟	男	北京
顧 問	李 文 成	男	台南
顧 問	黃 建 朝	男	嘉義
顧 問	白 滄 沂	男	南投

財團法人張溥泉崔震華伉儷 教育基金會董事名冊

職 稱	姓 名
董 事 長	劉 建 軍
董 事	焦 仁 和
董 事	趙 淑 德
董 事	馮 安 當
董 事	李 德 申
董 事	袁 公 瑜
董 事	張 蘭 生
監 察 人	董 少 林
執 行 長	羅 康 華

財團法人張希文教育 基金會董事名冊

職 稱	姓 名
董 事 長	劉 建 軍
董 事	張 法 鶴
董 事	張 焜 如
董 事	趙 惠 民
董 事	張 大 榮
董 事	時 醒 華
董 事	趙 伯 良
監 察 人	董 少 林
秘 書	羅 康 華
助理秘書	李 慧 婷

張清源張希文基金會一一二學年度獎助學金名單							
7	6	5	4	3	2	1	編號
			許秉鈞	許睿洋	鄭皇升	李良容	姓名
			東光	東光	大名	大興	籍貫
			慈濟大學中醫一年級	高雄醫學大學牙醫系六年級	台灣科技大學資訊工程系碩一	輔仁大學織品服裝系三年級	就讀學校
			86.70	95.50	88.30	90.23	學年度成績 上下總操
			91.06	93.40	82.75	96.00	
			88.92	94.69	85.52	93.12	
			83.00	90.50	85.00	88.50	
			張清源 張希文 獎學金	張清源 張希文 獎學金	張清源 張希文 獎學金	張清源 張希文 獎學金	備註

張溥泉崔震華伉儷基金會一二學年度獎助學金得獎名單

7	6	5	4	3	2	1	編號	
			盧銘儒	盧詠淇	孔祥安	簡廷仔	姓名	
			承德	承德	邢台	東光	籍貫	
			台灣科技大學設計系碩一	文化大學化學與材料工程碩一	台北科技大學電機工程系碩二	輔仁大學法律系三年級	就讀學校	
			95.00	84.87	88.40	84.78	上	學年度成績
			92.00	87.15	87.30	87.67	下	
			93.50	84.87	87.85	86.00	總	
			A	83.00	85.00	86.00	操	
			張溥泉 崔震華 獎學金	張溥泉 崔震華 獎學金	張溥泉 崔震華 獎學金	張溥泉 崔震華 獎學金	備註	

臺北市河北京津同鄉會一一三年度新入會人員名單

※
【依據會員填寫申請書】
※

白玉文	劉庭姘	楊宏欣	張雅麗	李九強	周志澄	康秀娟	于文如	常鐙云
男	女	女	女	男	男	女	女	女
武邑	武清	天津	北京	大名	三河	寶坻	保定	棗強

會員捐款及繳交會費芳名錄

(如有芳名漏列或誤植)

請通知會務人員更正)

一一三一年一月至三月會務捐款明細

貳萬元 萬億先、時作新

壹萬元 劉建軍

肆仟參佰元 趙淑德

參仟柒佰元 張法鶴

參仟元 李德申、王愛華、張國明

貳仟元 梁樹楠、劉中燦

壹仟陸佰元 劉縵英

壹仟參佰元 惠憲禮、崔廣成、王懷

壹仟壹佰元 孫于婷

壹仟元 張大榮、李為祥、孫鴻緒、李九傑

捌佰元 李正俊、孫和吟、陸景和、李厚生

陸佰元 董少林

參佰元

杜謹玲、杜毅洲、秦夢棋、周家祥、

周一帆、劉慶雲、王儀生、王峻峰、

王郁馨、王奕鈞、趙麗蓉、郭玉植、

蕭義齡、張凱瑀、尹冀、穆果英、

張蘭生、郭潤天

貳佰元

李九強、柴玉龍

壹佰元

徐義

一二年一月至三月繳交年費會員名錄

李志堯、李為祥、李正俊、李天怙、李天佐、李天泰、李永瀚、李永淳、李九強、李九傑、李厚生、李廣鈺、李德申、李良容、李逸倫、李仲甫、李慧婷、李樹瑜、王小藩、王儀生、王峻峰、王郁馨、王奕鈞、王福生、王聰、王書鳳、王書真、王璟、王化倫、王書芬、王建琬、王樹勳、王愛蘭、王愛華、王懷、王冀順、張大榮、張雅麗、張蘭生、張凱瑀、張法鶴、張濟華、張君蓓、張國明、張家瑄、張玉德、張焜如、劉慶雲、劉縵英、劉慎文、劉榮之、劉伶均、劉庭姪、孫鴻緒、孫于婷、孫和吟、孫長祿、杜謹玲、杜毅洲、杜同江、杜同海、楊潤津、楊桂芳、楊宏欣、孔繁文、孔祥郁、孔祥安、趙淑德、趙宏憲、趙麗蓉、趙伯良、鄧皓勻、鄧皓元、鄧為丞、鄧為光、鄧雪瑞、鄧仲崴、鄧仲好、林以捷、林素梅、

高振榮、高峰、高立仁、高光楣、鄭淳玲、鄭皇升、鄭克光、鄭筑庭、郭潤天、郭玉植、董大華、董少林、董紹祥、時醒華、時瑤華、時作新、鹿幼峰、鹿淳宗、柴玉龍、柴又瑄、柴佳好、柴麗芝、白大明、白玉文、袁公瑜、袁道寬、袁珮珊、蔣孝棉、廖素真、蕭義齡、吳普炎、吳冠輝、吳鴻康、齊世奎、齊念榆、康瀚升、唐汝祥、唐秀華、史冀雲、傅秋美、傅國榮、傅允亨、許睿洋、馮健行、馮韻如、馮真如、馮光化、盧銘儒、盧詠淇、崔廣成、任治慶、任立潔、梁朝選、梁樹楠、韓崑虎、韓毓澎、周家祥、周一帆、周志澄、金夢石、連雙喜、秦夢棋、陸景和、惠憲禮、朱學態、郝慶增、謝汝威、狄詩倫、石隼、徐之浩、尹冀、穆果英、譚妒非、曾昭玲、胡建梅、陳漢民

一一三三四月至七月會務捐款明細

參 仟 元 焦威聯
貳 仟 元 司徒英頤
壹 仟 元 于淑敏、李德申、高敏武
參 佰 元 白昶高、郭玉植、張瑄筠
壹 佰 元 韓崑虎

一一三三四月至七月繳交年費會員名錄

臧焜璋、王台雲、白昶高、劉永茂、康秀娟、
張瑄筠

一一三三八月至十二月會務捐款明細

參 萬 元 萬億先
柒 仟 元 趙惠民
伍 仟 元 鄧雪瑞
壹仟參佰元 陳繼德
壹 仟 元 劉德一
捌 佰 元 陸景和
參 佰 元 邢郁、韓崑虎

一一三三八月至十二月繳交會員名錄

陳繼德、劉人杰、于文如、常鐙云、邢郁、
陸景和、韓崑虎、連雙喜

預繳一一四年度年費之鄉長

陸景和、韓崑虎

編後語

◎ 編輯委員會

帶著新春的喜氣，河北京津文獻第五十一期與鄉親們見面了。這本有關大陸京、津、冀鄉親在臺灣生活的鄉土文獻《河北京津文獻》，不光只是想將鄉長們有生命的、有趣味的的生活呈現出來，同時也希望它能成為各位不同世代鄉親們共同耕耘記憶的園地，使文獻朝向更多樣的面貌和豐富內容邁進。盼望在全體鄉親支持下，文獻能期期精彩，篇篇可讀。

大智顧問為國內史學權威，本期他以獨特觀點與角度、旁徵博引寫出不同於其他人視角的大作「具有藝術家身份的反藝術思想家——莊子」，全文彌足珍貴，為文獻生色不少，值得向讀者推荐。公瑜鄉長「利在當代，功在華夏文明的雍正帝密摺制度」一文，為讀者提供

一窺清代密摺政治研究脈絡的線索，其文呈現出的豐富歷史視野，可謂是具有歷史價值功能之作。伯良博士首次交予文獻發表的大作，「數位學習與科技在員工訓練上的運用」為其從事公務與課堂教學上的工作經驗，內容有其獨到專精處，深具參考借鏡價值。另外公瑜鄉長惠賜的「這麼美，那麼近，七月玩遍京津冀」的旅遊文章為情文並茂之作，其熟知京津冀地區的歷史文化，深入走訪區域內重要景點、品嚐塞外美食的感受和探究，值得鄉親們細細品味，可添生活樂趣。還有王懷鄉長的「蛇年話蛇」，寓意乙巳蛇年諸事順遂，為文獻內容擴充了廣度。另外其他鄉親們的精心之作，請鄉親們自行翻閱。

惠賜來稿很多，受限篇幅，我們只能精挑細選做精彩的呈現，難處尚祈見諒。此外感謝編輯委員會各位鄉長的用心校稿及慧婷副總幹事在文獻編輯上，如工作分配、文稿彙整，乃至於聯繫、催稿、校正、完稿的厥偉辛勞，他〈她〉們的群策群力，豐富了文獻可看性，在此謹申謝忱。

小龍納百福，新歲展鴻圖。每期讀文獻，鄉長們的神采，總會湧上心頭。開卷，真是有益。

新年快樂

河北京津文獻徵稿簡則：

- 一、歷代之鄉賢事蹟表彰。
 - 二、故鄉之風土民情介紹。
 - 三、故鄉之名勝古蹟述往。
 - 四、鄉友返鄉探親之見聞。
 - 五、鄉友在學術上或事業上有卓越之貢獻者。
 - 六、「青年園地」限於青少年投稿。
 - 七、大陸最新鄉情，與返鄉探親之報導。
 - 八、小品、詩詞及紀念性、回憶性等抒情作品。
 - 九、如以詩詞發表，請依照詩詞格律而寫。
 - 十、文體不拘，每篇不超過五千字。以直行稿紙書寫工整，影印舊作不予受理。
 - 十一、請保留底稿，不予退稿。
 - 十二、大作刊出後，致贈本刊以為紀念。
 - 十三、投稿不限本會會員，如稿件過多則以本會會員作品優先刊登錄用。
 - 十四、編輯委員會可視來稿內容增刪、修改或保留。
 - 十五、來稿內容請勿抄襲或侵害第三者著作權或圖像，如經採用而致糾紛應由作者自負相關法律責任。
 - 十六、本刊每年元月份出版一期，投稿不限時段均於年前十月三十一日截稿，郵戳為憑。
- 地址：(100)台北市中正區金華街59號二樓
名稱：河北京津同鄉會文獻編輯委員會
電話：(02)2395-2270
傳真：(02)2395-9976
E-mail：hebei23952270@gmail.com

河北京津文獻出版社

中華民國一十四年元月一日出版

社址：台北市中正區金華街59號二樓

電話：(02)二三九五二二七〇

傳真：(02)二三九五九七七六

E-mail: hebei23952270@gmail.com

發行人

：劉建軍

兼社長

發行者：台北市河北京津同鄉會

編輯者：河北京津文獻編輯委員會

主編：袁公瑜

委員：李德申、謝汝威、張國明

羅康華、李慧婷

印刷：天勵實業有限公司

電話：(02)二三六七八七一九

【非賣品】