

鄉訊

SAN DIEGO TAIWANESE CULTURAL ASSOCIATION



2017
August
八月份



2017-07-07 美西夏令會工作人員合影



2017-07-22 婦女會在麥當勞之家提供午餐

聖地牙哥台灣同鄉會

「新種公司 (Cenzone Tech Inc.) 獎學金」及

「陳榮昌教授紀念獎學金」申請辦法

聖地牙哥台灣同鄉會自 2012 年起設立吳榮富博士、張翹楚博士捐贈之「新種公司 (Cenzone Tech Inc.) 獎學金」，以表揚並獎勵聖地牙哥台灣同鄉會會員或其直系親屬。今年將甄選名額六名，每名獎學金為美金兩仟元。今年將增加一名「陳榮昌教授紀念獎學金」。兩者申請辦法及獎金數目相同。申請截止日期為八月三十一日。聖地牙哥台灣同鄉會將於慶祝中秋節晚會 (9/30/2017) 時頒發這七名獎學金。

申請資格：

1. 聖地牙哥台灣同鄉會 2016 和 2017 兩整年會員或其直系親屬，目前就讀於世界各地公立大學之大學部。
2. 品學兼優並對社團服務有貢獻的領導人才。
3. GPA 3.2 of 4.0 以上。
4. 每年每家限一人得獎，得獎者以一次得獎為限。

申請文件：

1. 申請信。
2. 影印學業成績單一份。
3. 推薦書二份，其中一份由就讀學校的教授提供，另一份由聖地牙哥台灣同鄉會會員提供。
4. 申請表一份(請向聖地牙哥同鄉會索取)。

請將上述資料郵寄：

聖地牙哥台灣同鄉會 獎學金審查委員會
SDTCA Scholarship Committee
c/o Michelle Lin
7838 Wilkerson Court
San Diego, CA 92111

SDTCA contact telephone number is (858) 560-8884.

San Diego Taiwanese Cultural Association

Cenzone Tech Inc. Scholarship/Professor Young Chen Memorial Scholarship Application Criteria

Since 2012, the SDTCA/Cenzone Tech Inc. Scholarship have awarded scholarships to outstanding college students who themselves, or whose parents or grandparents, are current members of SDTCA. This year, year 2017, the awards will be given to six students, \$2000 for each student. This year we have also established a \$2000 Professor Young Chen Memorial Scholarship with the same application criteria as the Cenzone Tech Inc. Scholarship. All seven scholarship winners will be formally awarded at our annual "SDTCA Mid-Autumn Festival Event" to be held on 9/30/2017.

Scholarship Criteria:

1. Applicants themselves, or their parents or grandparents, must be members of SDTCA in the current full year as well as the preceding full year.
2. Applicant must currently be attending a college or university as an undergraduate full time student.
3. Applicant must have a minimum cumulative GPA of 3.2 out of 4.0 on his or her most recent transcript.
4. Applicant must show scholastic achievement, maintain good conduct in the community, demonstrate community leadership, and show other achievements and interests.
5. Applicant can only be awarded this scholarship once. Only one applicant from the same SDTCA membership family will be awarded each year.

To be considered, the applicant must include the following materials in his or her application:

1. Cover letter
2. Applicant must include his or her most recent transcript.
3. Applicant must include two letters of recommendation as described below.
 - A. Applicant must obtain a written recommendation from a member of the SDTCA.
 - B. Applicant must obtain a written recommendation from a member of the faculty at the school in which he or she is enrolled.
4. Applicant must complete the Scholarship Application Form (available at SDTCA office).

Submission of Application:

All of the above materials must be RECEIVED no later than August 31, 2017.

Applications should be mailed to the following address.

SDTCA Scholarship Committee
c/o Michelle Lin
7838 Wilkerson Court
San Diego, CA 92111

SDTCA contact phone number is (858) 560-8884.



聖地牙哥台灣同鄉會

San Diego Taiwanese Cultural Association (SDTCA)

7838 Wilkerson Court, San Diego, CA 92111 Tel: 858-560-8884 Fax: 858-560-9276
Federal Non-profit Organization Tax Identification: 33-0151070

Cenzone Tech Inc. Scholarship/Professor Young Chen Memorial Scholarship Application Form (Scholarships Administered by San Diego Taiwanese Cultural Association)

1. Applicant Information

Last Name: _____ Middle Name: _____ First Name: _____

Date of Birth: _____

Mother's Name: _____ Father's Name: _____

Mailing Address: _____

Telephone Number: _____ e-mail Address: _____

SDTCA Member's Name: _____ 漢名 : _____ Relation to Applicant : _____

2. College/University Information

Name of School: _____

Address: _____

Telephone Number: _____

3. Supporting Documents Required:

- 1) Cover Letter
- 2) Academic Transcript
- 3) Two letters of recommendation, one from professor of your school and another one from member of SDTCA

4. Please mail the application form and supporting documents to :

SDTCA Scholarship Committee
c/o Michelle Lin
7838 Wilkerson Court,
San Diego, CA 92111

活動通知

- 08/05/2017 (六) 9:00AM 《健行俱樂部》地點：Moonlight Beach State Park, Encinitas，集合：Parking Lot by 3rd Street，聯絡人：李元溢 860-904-3844(Cell)。
- 08/05/2017 (六) 1:00PM 《車毯子送愛心》 為癌症病童縫製溫暖的毯子，歡迎各位鄉親多多參與。[*活動日期可能變動，請至 www.taiwancenter.com 查閱*]
- 08/06/2017 (日) 4:00PM 《投資座談會》講題：Paid Subscription Review II and Round Table Stock/ETF Discussions，講員：All members。負責人：安崧豪 (AnInvest7777@gmail.com)。
- 08/12/2017 (六) 12:30PM 《電腦俱樂部》主題：TBD，主講：石正平。
- 08/12/2017 (六) 2:00PM 《生活座談會》主題：台灣參訪，主持：Louis Lau，講員：Roger Ku、Eric Ching、Jeffrey Yuan、Louis Lau、Jessica Young、Wilson Lau，贊助：李元溢、陳淑卿夫婦，點心：游素蓮女士。
- 08/19/2017 (六) 9:00AM 《健行俱樂部》地點：Cancelled，集合：Cancelled，聯絡人：李元溢 860-904-3844(Cell)。
- 08/19/2017 (六) 2:00PM 《認識科學講座》主題：遺傳診斷與輔導，主持：陳正茂教授，講員：陳友珍 (Harold Chen) 教授，用基礎遺傳學，生物化學，細胞學和分子生物學的現代科技的研究方法來探討因遺傳基因失調所引起的畸形綜合症，也將討論對畸形遺傳病患的臨床和診斷經驗，輔導和處置。
- 09/02/2017 (六) 9:00AM 《健行俱樂部》地點：Cancelled，集合：Cancelled，聯絡人：李元溢 860-904-3844(Cell)。
- 09/02/2017 (六) 1:00PM 《車毯子送愛心》 為癌症病童縫製溫暖的毯子，歡迎各位鄉親多多參與。[*活動日期可能變動，請至 www.taiwancenter.com 查閱*]
- 09/03/2017 (日) 4:00PM 《投資座談會》講題：Introduction and Technical Analysis on Five Biotech Stocks Developing Drugs for Alzheimer Disease, Osteoporosis and Cancers，講員：Chun & Bill Deng (鄧東鎗，張琮蟬)。負責人：安崧豪 (AnInvest7777@gmail.com)。

編輯室報告

August, 2017

- 請上網 www.taiwancenter.com 參看下列近期活動照片集錦，多謝曾俊隆、劉信達、羅敬民先生們提供照片。
 - 06/10/2017 (六) 2:00PM 《生活座談會》主題：難忘的經歷，主持：石正平，講員：陳惠華 『幾個奮鬥』、陳婉純 『初來美國的種種』、游素蓮 『異國婚姻』、石正平 「憂鬱症 - 你要想開一點？」，贊助：高井福、王宜賓夫婦，點心：陳真美女士。
 - 06/24/2017 (六) 2:00PM 《認識科學演講》講員：洪克璿 博士 (Dr. Alex Hung)，講題：非編碼 RNA - 生命體內的暗物質，主持人：陳正茂 教授。
 - 07/07/2017 (五) - 07/09/2017 (日) 《2017 美西台灣人夏令會》。
 - 07/15/2017 (六) 2:00PM 《生活座談會》主題：中心成立前後趣談，主持：劉武鴻，講員：陳秋山、黃正源、李隆吉、賴正秋、林幸隆，贊助：石秋洋、黃彩鳳夫婦，點心：李玲女士。
- 近來大家都在探討和比較台美各地的老人社區或安養中心 (Assisted Living or Continuing Care Facilities)，有興趣的同鄉請到下列網站參考一些選擇時應該注意的事項：
 - (1) <https://www.elderlawanswers.com/checklist-choosing-an-assisted-living-or-continuing-care-facility-12147> (American Bar Association)
 - (2) http://www.aarp.org/relationships/caregiving-resource-center/info-09-2010/ho_what_to_ask_retirement_communities.html (AARP) 【多謝吳美華 (Lily Hazelton) 女士提供資料】
- 下期 (九月份) 鄉訊將於 08/26/2017 (六) 編排，截稿日期是 08/22 (二)，敬請如期踴躍賜稿，來稿請用 Word 文檔。

六月份生活座談會：難忘的經歷

劉武鴻 報導

六月份的生活座談會，由石正平先生主持，他另外請了三位講員，一起來跟大家分享一些難忘的經歷。以下是他們的講題和大致的內容：

（一）陳惠華女士：幾個奮鬥

陳女士初來美時，由於沒獎學金得在宿舍餐廳打工。雖然在台灣念的是外文，來美後念的是比較文學，打工時竟然被同事一句簡單的“Is that it?”問倒！也由於打工思考到未來工作的問題，決定轉行，改念企業管理的MBA。畢業後在Ithaca, NY這小小的大學城找到的工作是寫電腦程式，非常輕鬆，與老板又不在同一棟建築，公然在辦公室看Cornell大學豐富的中文藏書，看到眼睛紅腫，這也算另類的奮鬥！第三個奮鬥陳女士提到的是今年三月底的白內障開刀與眼角膜移植。陳女士帶來一些圖片，簡單介紹眼睛的結構、她需要眼角膜移植的原因及手術的大略過程。

（二）陳婉純女士：初來美國的種種

比起大部份的留學生，陳老師的美國經驗可以說得之又早又廣泛，主要原因是一到美國就住進大學宿舍，馬上就有機會實地體驗。最先嚐到的是「食」的苦頭，那時三餐在餐廳吃，蔬菜不是煮成爛泥，就是生冷的沙拉，一堆沒見過的醬料和冷飲也無從選起，唯一知道的咖啡，比中藥還難喝，也不會用英文講自己最喜愛的荷包蛋，一個月後就瘦了十幾磅，後來只好與人合夥輪流在家做飯，因為只會煮hot-dog，最後淪落到只讓洗碗。「衣」在Minnesota不容隨便，夏天100度可以穿得清涼，冬天零下100度的寒風確是真的“刺骨”，怎麼保暖是一門學問。

「住」的方面，沒見過的花樣比較多，男女學生共用浴室，宿舍裡室友整天全裸，有時帶人來過夜，都不是短期內可以習慣的。

「行」在冰天雪地是一大問題，車子在路邊滑或打轉是常事，開到路邊水溝或田裡也經歷過好幾次。

一件怪事沒有人會相信，當年一位宿舍室友，開學不久失蹤了一個月，再次現身的時候，才知道原來是怕被這個長相跟她不同的東方女孩放蠱、施毒，或是吃掉！那是半世紀前Minnesota的鄉下，到底誰怕誰，有時很難說。

（三）游素蓮女士：異國婚姻

有人是由勤讀書而找到了顏如玉，游女士卻由集郵票找到了洋夫婿。當時她是台北市女中的小女生，他是來家裡作客的陌生人，他知道她嗜好集郵之後，每到世界上任何一個地方，就一定寄給她貼有漂亮郵票的明信片，寄了一年就得到了她的芳心。起初爸媽弄不清楚他的家世背景，反對女兒嫁去美國吃苦，後來知道她有私奔的念頭，才慷慨以聘金兩萬台幣放行，並給他們一個隆重的婚禮，但晚宴的龜、鱉、鰻魚、海參卻讓新郎從此不沾中餐。剛來美國時與嚴謹保守的公婆同住，屋裡井井有條，習慣

Everything has its place，與她小姐時 Everything in every place 格格不入。在家無聊，在外工作也不愉快，有一回不滿老闆壓榨勞工，告到勞工局，卻被反問「台灣小姐個個都像你嗎？」數說一大堆不如意的往事之後，游女士給大家看幾張全家福，當年是窈窕淑女，現在有兒女成器，人人羨慕，能不心滿意足？

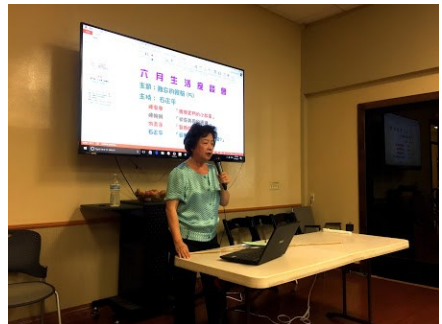
(四) 石正平先生：憂鬱症 - 你要想開一點？

二十幾年前，石先生在台灣的小妹突然輕生，從她的遺書才知道是為了婚姻問題而看不開。當時令人不解的是，之前只注意到她偶爾為那些問題悶悶不樂，怎麼一轉眼就有如此的作為？進一步的瞭解才知道，“憂鬱”雖然是一種常有的心神狀態，持久的憂鬱卻可能是

一種不容忽視的病症。十幾年後，父親過世，母親無法承受頓時失去依靠的打擊，無所適從，身體常有不適之外，精神也開始出現異常，逐漸有奇怪或矛盾的想法。這期間石先生在台灣美國兩地來回奔走，安排醫護，進出精神科和加護病房，不但沒有減緩她的病情，後來更演變出撞牆、喝農藥和上吊等舉動。無數的安慰和勸說，長時間的照顧和陪伴，還是無法阻止她自我了斷的決心。最後一次的嘗試使她變成植物人，在安養院受苦七年才結束。石先生希望自己可以從這些經歷得到一些可以跟大家分享的定論，可惜一切仍舊撲朔迷離，只知道大家都會說的「你要想開一點」，似乎不能打動憂鬱症患者的心。沒有明確的答案，卻值得大家的深思。

非常感謝講員們坦誠

無私的分享，讓大家知道如何面對不同的處境。這次座談會的贊助人是高井福、王宜賓夫婦，謝謝他們對生活座談會的支持。主理會後點心的是陳真美女士，謝謝她和幾位姐妹幫手的辛勞。



七月份生活座談會：台灣中心成立前後趣談

劉美娥 報導

7月15日之生活座談會，主持人劉武鴻，請來陳秋山、黃正源、李隆吉、賴正秋、林幸隆五位鄉親述說當年台灣中心成立之趣事。

陳秋山首先回溯時光長河，在早期一批批來美留學或創業的無數的鄉親，奉公守法，胼手砥足，韜光養晦，軟實力、巧實力，無私的奉獻，默默地工作，各地的台灣同鄉會如雨後春筍般成立，展現台灣人不屈不撓的精神與熱情。

四零、五零年代，戰後有台灣人來美，陳秋山說，六零年代很多留學生出國，來聖地牙哥的台灣人，像其他地區一樣，相聚時都會討論到成立台灣同鄉會，那時人不多。也沒什麼錢，但每次開會需要租場所，很麻煩。到了九零年代，開始想要有台灣會館，陳當籌備會總召集，兼買便當的工作。當時，常借用曹月汝、郭婉美等家族經營的旅館開會，廣泛參考其他會館的運作情形，如紐約台灣會館或猶太

Community Center 等都是當時常提到的。1997年初，在 Convoy Court 的東端，成立了台灣中心，幾乎每個晚上都有人去走走看看，中心雖不

大，但大家一起聚聚聊天，非常溫暖。同鄉們勤奮辛勞，靜靜地默默地服務，要使中心發揮最大的功能，必定需要更多的人參與。

籌備期間和成立後的幾年，文書的工作主要由黃正源承擔。他說，開會和募款等活動的紀錄，是立案登記為 nonprofit 組織不可或缺的。台灣中心的 nonprofit 制度建立得非常完整，會議記錄，募款紀錄也保持完好，業務需要的發展，在那時已有雛型的規模。運作的方式也已成定型。

李隆吉那時當會務管理，人人出力，向同一目標前進。

黃獻麟也補充說，當時同鄉會的鄉訊出刊不久，剛開始是每兩個月出版一次，漸漸地每個月出版，讓多數同鄉瞭解籌備的情形，使人人都能參與，對中心的順利成立幫助不小。

林幸隆用電視讓大看看，好幾十年過去，當年的

帥哥美女至今仍熱心顧好台灣中心。

印象最深的是要感謝陳秋山的魄力，賴正秋說，經過一年多的籌備，眼看進展有限，由於他的最終一句“Let's just do it”，讓大家有志一同，人人參與，捐款從五十元到一萬、十萬。每個人出錢出力，提供服務項目之外，也設有獎學金，鼓勵後代傳承。熱心人士如陳秋山、吳銘賢、謝節惠、范清亮等都巨額捐款。非常感謝！

台灣中心這個硬體建設提高了聖地牙哥台灣人的生活品質。編輯如期出版鄉訊，長年累月的那份毅力與恆心，著實令人佩服。惟有群策群力，共同攜手，才能長長久久。

感謝石秋洋、黃彩鳳夫婦贊助這次生活座談會。感謝李玲、陳真美、莊恭榮、林玉枝、李瑞華、黃彩鳳、黃美榮準備美味點心，以及會後的場地清理。



2017年美西台灣人夏令會公開聲明

美西台灣人夏令會於七月七日至九日在加州聖地牙哥完美舉行，由與會者的共識，在此公開聲明表達我們對台灣願景的關懷與對台美人的激勵。

去年台灣選出第一位女總統，泛綠聯盟也贏得了立法院過半席次。黨產條例在立法院通過之後，轉型正義與司法改革正穩當進展。但是危機並不單行。外交方面美國選出了一個非常規的領導人，只會給台灣的外交政策帶來更多的不可預測。內政方面，台灣經濟振興和許多內外矛盾總是給予新政府更多的挑戰。此外，司法機關不同於行政與立法部門，不能在投票所經由人民意願的表達，在一天內可以轉變。司法改革可以說是台灣民主化過程中最後的一場戰爭。它需要文化力量和道德勇氣的堅持，才能去蕪存菁，建立完善的制度。文化與制度是社會進步的左右腳。制度改善了，文化才會進步，而文化進步了，制度才會愈趨完美。

我們支持蔡英文總統實施司法改革與轉型正義的決心，也贊同立法院落實司法官與檢察官的退場機制與審核監督。我們更建議指標案件應交由陪審團來建立典範的判例。如此可以深耕台灣的民主文化，建立一個完美的國格。

今年美西夏令會以「世代結合。活力智慧」為主題，老少合作的好處在於結合實力與智慧以達成更多成就。這可以是台灣經濟發展與台美人產業創新的模式，確保社會的繁榮與人民的幸福。而創造經濟繁榮，不該一昧仰賴富豪財閥，要靠各個角落的百姓的創新、勤奮、和才智，以創造均富的社會，這原是二十世紀台灣經濟奇蹟的關鍵。貧富差距是台灣的當急之務。其實讓人民致富及均富是可以齊頭並進。我們必須發展台灣的經濟實力，讓全民分享社會大眾奮鬥的成果，以建立人民對自我與對台灣的信心。

人的良知的最終考驗端視他是否願意為大我與後代子孫犧牲奮鬥。我們深信蔡總統是如是承擔的領導者。而確保台灣光明的未來，一直是台美人篤信的使命感。呵護、支援、提攜台美人在美洲的繼續旅程也是我們的時代任務。這次美西夏令會，來自台、美、英、加各地的台灣人共襄盛舉，我們要每年繼續舉辦台灣人夏令會，使這代和後代在一起，以行動成就更大的目的，並堅定地作台灣的後盾。

2017 美西夏令會

會長

莊明哲

總召集人

許正餘

美西夏令會理事會會長 王克雄

NATWA-GSD 麥當勞之家午餐服務活動報導

張玉珍 Jessie Chang

北美洲台灣婦女會聖地牙哥分會(NATWA-GSD)於7月22日早上9點30分於台灣中心集合，到倉庫取20件愛心毯子，所有人員共乘出發到麥當勞之家提供午餐服務。首先簽到，出席會員有會長張玉珍，黃彩鳳，吳黃玉貞，賴淑卿，歐春美，陳淑卿，林玉枝，洪雪娥，劉奇妙，劉美娥，余洵洵和廖翠玉等十二人，另有會員朋友陳真美和黃靜枝兩人參加，接著台灣中心執行長歐春美代表聖地牙哥台灣中心捐贈二十件由中心婦女慈善組製做的愛心毯子給麥當勞之家。

在麥當勞之家入口處有公告午餐由NATWA-GSD捐贈和服務，在主廚艾利克開出本日午餐菜單有主菜

BBQ豬排三明治，馬鈴薯沙拉，另外有多樣生菜水果沙拉，和飲料等。大家開始分工合作有人擦桌子，掃地，清洗碗盤，洗菜，切菜，煎豬排和加上BBQ醬料後放入烤箱，加熱三明治麵包，排餐具，準備飲料有水和檸檬汁。

正當大家忙碌時，離午餐12時的前30分鐘時，突然洗碗機大量漏水，通知主廚和工作人員切斷部份水源，還是有大量的水湧出，大家只好暫停工作，等工作人員控制漏水區後，恢復供水才恢復手頭上的工作。到了午餐時間，洗碗機尚未修好，部份餐具改用免洗餐盤代替，我們有些人開始分菜，有人輪流用餐，同時有其他熱心的美國人家庭提供

冰淇淋當飯後點心，和表演大提琴獨奏，在美妙樂章下享受一個溫馨的午餐。

當日約有一百三十多人享用午餐，餐後大家捲起袖子開始著手清潔用餐區，廚房用具和廚房，用餐區設有三十幾張桌子，大部份在室內，幾張桌子設戶外，提供一個家庭或朋友一起共餐。麥當勞之家提供了一個舒適的用餐和住宿環境，讓住在偏遠小鎮家有重症兒童和家庭，能做安心長期的治療，我們台美人以參與社區服務，回饋社會為榮。感謝NATWA-GSD姐妹攜手合作完成愛心服務，另特別感謝聖地牙哥台灣中心捐贈愛心毯子給麥當勞之家。





空椅的迷思

唐望

中國諾貝爾和平獎得主劉曉波，因罹患肝癌，又未能得到適當的治療，在2017年7月13日病逝獄中，享年61歲。他的一生以增進中國的自由、民主和人權為職志，為了達到這個目標，即使犧牲生命亦在所不惜。他多次進出監獄，最近的一次是在2010年，因「煽動顛覆國家政權罪」被判刑11年，剝奪政治權利2年，這個所謂的「有期徒刑」，等同「死緩」。

台灣總統蔡英文在得知這個惡耗之後，立刻發文表示：「今晚全世界關心中國人權的人都和我們一樣，為劉曉波先生的病逝感到無比哀慟。我要向這位人權鬥士致上最高敬意。我也要向劉曉波先生的家屬，特別是仍然遭到軟禁的劉霞女士，致上我最誠摯的慰問。」她說：「2010年，劉曉波先生獲得諾貝爾和平獎。頒獎典禮上，全世界的目光都聚焦在那張空椅，現在那張椅子確定永遠等不到劉曉波本人。」



劉曉波無法出席諾貝爾頒獎典禮，主辦單位仍將座椅搬上台，作為劉曉波的代表。（路透）

她接著說：「這是劉曉波的中國夢。我們期待中國大陸當局展現自信，推行政治改革，讓中國大陸人民享有民主自由的天賦權利，並為兩岸關係打開新的契機。中國夢不應是耀武揚威，中國夢應該把劉曉波先生的夢想也一起思考進去。落實民主，讓每個中國人都有自由與尊嚴，才是值得驕傲的真正大國。」蔡英文說，「如果中國夢是民主，台灣會在中國大陸實現中國夢的過程中，提供必要的協助。我相信這是劉曉波先生在天之靈所樂見。劉曉波先生沒有敵人，因為民主沒有敵人。再一次向劉曉波先生一生的理想與堅持致敬。」

和劉曉波一樣，在1989年曾得到諾貝爾和平獎的西藏流亡領袖第十四世達賴喇嘛，在劉曉波去逝的第二天就在臉書表示：「獲悉歷經長時間監禁的諾貝爾和平獎得主劉曉波離世，我深感悲痛。在此，向他的妻子劉霞和其家屬表達我深切的慰問及真誠的祈禱。雖然劉曉波已經離開人世，但我們尚存的人，可以藉由發揚劉曉波長期以來所堅定的原則，引領中國走向更和諧、穩定與繁榮。我深信，諾貝爾獎得主劉曉波為自由事業的努力不懈，將在不久後開花結果。」

在劉曉波去逝的第三天，紐約各界就在當地的台灣會館，舉辦一場劉曉波先生的追悼會（註：會館當天本已預定有其它安排，為了追悼會，商請原租用單位改期），約有四百多人參加，藏族和漢族都有。藏族同胞都穿著他們的傳統正式服飾，而喇嘛們則穿紅色袈裟，用非常低沉的聲音，反覆唸頌經文，祈求上天保佑劉曉波一路平安的返回西天。藏族同胞數千年來與世無爭，生活在他們自己的香格里拉，為何對劉曉波的去逝，有那麼多的不捨？我想是因為他們在失去自由、民主和人權之後，才會知道它的可貴。

劉曉波1955年12月28日生於中國吉林省長春市。1977年文化大革命後考入吉林大學中文系，1982年獲得學士學位，隨後進入北京師範大學中文系攻讀博士，1988年取得文藝學博士學位，同時多次到北歐和美國講學。1989年3月到5月他在美國哥倫比亞大學擔任訪問學者時，北京發生驚動中外的「天安門事件」，他義無反顧、立刻回國，加入六四學生運動，是當時抗議學生中的核心人物，被尊稱為「天安門四君子」之一。因曾帶頭絕食靜坐，當年6月6日被以「反革命宣傳煽動罪」收押，之後判刑20個月。1991年1月獲釋後，仍繼續從事民運工作，是中國共產黨黨中央的頭痛人物。1995年5月到1996年1月被監禁在北京郊區。之後他仍「不知悔改」，再被以「擾亂社會秩序罪」判處勞動教養三年，被關押到大連。同年與劉霞女士結婚。1999年獲釋後，才得稍稍喘口氣，回到北京專心從事寫作工作，以期喚醒中國人對自由、民主和人權的追求。

劉曉波對共產主義的批判是不遺餘力的。他曾說：「以馬克思主義為標誌的共產主義實驗的整體失敗，使人類企圖一勞永逸地建立人間天堂的預言和烏托邦徹底破產。」他又說：「到目前為止，與人類所創建的其它社會制度相比，自由民主制度的確是最人性的。」

對於「人權」和「主權」之間的差異，劉曉波這樣認為：「人權的合法性是第一層次的，而主權的合法性則是次級的。因為國家的主權來自每一個國民的天賦人權，人民的權利由個體的權利集合而成。任何國家都不能以“主權”“內政”的藉口破壞國際性的人權規則。」他曾向全人類發出這樣的呼籲：「人，生而為人，具有天賦的自由和平等的權利，這種權利相對於國家、民族的優先性和正義性如同上帝的聖經一樣，是自明的和無需論證的。」他的結論是：人權遠高於主權。因此對新加坡總理李光耀的“亞洲價值”說，他覺得不具有優先的合法性和合理性。劉曉波對這件事的看法和李登輝前總統的看法一致，因

為李登輝曾說：「李光耀和我思想不一樣，我是主張民主社會，李光耀則是主張亞洲價值，就是中國社會五千年歷史，皇帝制度要管到底，一家族全家人都要管政治。」李登輝「民主先生」之名，真是其來有自。

劉曉波對台灣問題的看法是：「中國之所以不敢對台灣動武，還不是害怕陷入與全世界為敵的孤家寡人的境地。只要專制的中共敢於逆世界潮流而動，打響對民主台灣的第一槍，它就會發現自己的周圍全是敵人，不僅在西方、就是在東方也沒有一個朋友。」

人類歷史上有一位和劉曉波境遇非常相似的，就是1935年諾貝爾和平獎得主卡爾·馮·奧西茨基，他是德國人。因為他在1931年發表反對德國建軍的言論，被判高度判國罪，於1932年5月10日開始服刑，10月22日被提前釋放。1933年初，希特勒上台後，立刻將他關入集中營，並遭到酷刑。他在1935年獲獎時，是第一位在服刑中獲得諾貝爾獎的人。但是納粹政府禁止奧西茨基去挪威奧斯陸領獎，同時也禁止日後德國人領取諾貝爾獎。1936年因患肺結核，被官方釋放。兩週後，諾貝爾委員會立刻派人到奧西茨基的住處頒獎。1938年他去世於柏林一家醫院。比起來，德國納粹可說是禽獸，但是中國共產黨可說是禽獸不如啊！

2008年是劉曉波生命中最重要的一年，因為那年他與其它多位異議人士共同起草《零八憲章》，是主要撰寫人之一。之所以用「零八」為名，該文件在開頭就清楚地表達立場：

今年是中國立憲百年(註：指1908年8月底，晚清政府仿效西方行立憲政體，頒佈了中國歷史上的第一部憲法)，《世界人權宣言》公佈60週年，“民主牆”誕生30週年，中國政府簽署《公民權利和政治權利國際公約》10週年。在經歷了長期的人權災難和艱難曲折的抗爭歷程之後，覺醒的中國公民日漸清楚地認識到，自由、平等、人權是人類共同的普世價值；民主、共和、憲政是現代政治的基本制度架構。抽離了這些普世價值和基本政制架構的“現代化”，是剝奪人的權利、腐蝕人性、摧毀人的尊嚴的災難過程。21世紀的中國將走向何方，是繼續這種威權統治下的“現代化”，還是認同普世價值、融入主流文明、建立民主政體？這是一個不容迴避的抉擇。

《零八憲章》對民主的定義非常明確：

民主：最基本的涵義是主權在民和民選政府。民主具有如下基本特點：（1）政權的合法性來自人民，政治權力來源於人民；（2）政治統治經過人民選擇；（3）公民享有真正的選舉權，各級政府的主要政務官員必須通過定期的競選產生；（4）尊重多數人的決定，同時保護少數人的基本人權。一句話，民主使政府成為“民有，民治，民享”的現代公器。

《零八憲章》對聯邦共和國的體制，看起來很近似美國的聯邦制：

聯邦共和：以平等、公正的態度參與維持地區和平與發展，塑造一個負責任的大國形象。維護香港、澳門的自由制度。在自由民主的前提下，通過平等談判與合作互動的方式尋求海峽兩岸和解方案。以大智慧探索各民族共同繁榮的可能途徑和制度設計，在民主憲政的架構下建立中華聯邦共和國。

這裡所說我加上底線的「中華聯邦共和國」、「各民族」和「各級政府」，我個人的解釋是滿族可以成立「滿邦」，藏族可以成立「藏邦」--- 等等。各邦在自由民主的前提下，再成立「中華聯邦共和國」。這種作法很像美國三權分立的聯邦制度：有「聯邦」、有「州」、有「郡」、有「市」--- 等等。而各級政府行使行政、立法及司法的負責人，則均經過直接或間接的民選，聯邦有總統和參眾議員，而州有州長和州議員。《零八憲章》說：「中華聯邦共和國是”民有，民治，民享”的現代公器」，連雙引號中的這六個字都源自美國林肯總統的蓋茲堡演說。無怪乎萬惡的中國共產黨一定要把《零八憲章》打到18層地獄。然而，在此介紹劉曉波「中華聯邦共和國」的概念，並不表示我對它的贊同。相反地，我是徹底反對台灣加入所謂的「中華聯邦共和國」，因為台灣已經是主權獨立的國家，它未來的名字叫「台灣國」。

在《零八憲章》中最後一項主張叫「轉型正義」，它是這樣說：

轉型正義：為歷次政治運動中遭受政治迫害的人士及其家屬，恢復名譽，給予國家賠償；釋放所有政治犯和良心犯，釋放所有因信仰而獲罪的人員；成立真相調查委員會，查清歷史事件的真相，釐清責任，伸張正義；在此基礎上尋求社會和解。」

這一項主張讓我的心，跳起不名自主的悸動。台灣戰後在國民黨威權統治下，發生了兩大國家暴力事件：「二二八大屠殺」是軍事鎮壓及大規模殺戮，而「白色恐怖」則是非法逮捕、拘禁及處決的暴行。劉曉波《零八憲章》中的「轉型正義」這項主張，不就是我們解決這些不公不義的方法嗎？相信台灣鄉親讀到此項主張，也很可能深有同感，心有戚戚焉。

（註：本文完稿前，曾經過黃炳華和楊宗翰潤飾，謹此致謝。）

父親的死亡證書與母親的三國誌

郭勝華

從我懷孕到把母親接來美國，整整折騰了幾近兩年，為的就是拿不出父親的死亡證書。

1970年代早期，美國還沒有承認 PRC。美國在台灣設有大使館，芝加哥則設有中華民國領事館。

我因先生已是美國公民，所以我是拿 PR 來到美國的。我要申請母親來美，首先必須到中華民國駐芝加哥領事館取得“探親證明”，給母親去美國在台大使館辦理來美簽證。這一切都沒問題。

只是，母親到美國大使館去簽證時，被問起到美國探親的目的時，母親直言不諱的說是因為唯一的女兒已有身孕，須要母親前往幫忙照顧小孩，好讓女兒產後可以繼續醫院實習。

這麼一來，美國大使館拒絕了她的探親簽證請求。他們表示，據母親所言，她到美國之後，是要工作，非要探親，他們要求母親辦理 PR。美國大使館的人員要求她拿出與我父親的結婚證書或照片（證明合法婚

姻），另要母親提交父親的死亡證書，證明她必須依親於我（唯一子女）。

母親來信表示，希望我到中華民國駐芝加哥領事館取得“依親證明”，才能辦理來美依親。照當年中華民國政府的規定，我必須在美國住滿兩年，方可提出家眷的依親申請。當時，我到美國未滿一年。經我挺著五、六個月的身孕與他們解說後，辦事人員為難的進去裏邊，與長官請教了二十分鐘左右，出來時，給了我一張依親證明。

好面子的祖父，當年為了迎娶嘉南平原大地主的公女兒，聽說借錢來辦喜事。用十二輛小轎車到土庫迎親，所以，母親不難拿出與父親的結婚照片。

父親在宜蘭大病院任院長職上，被無審、無判、綁架、謀殺，屍體首先被埋（滅屍）於頭城媽祖廟廟埕上，母親趁夜收屍埋葬在宜蘭公墓。於我小學時，六叔與李瑞珍醫師（父親同班同學，父親死後，代理院長）陪同母親與我，把父親屍骨

葬回故鄉嘉義縣溪口鄉家族墓園內。父親的死，沒有死亡證書。

美國不接受嘉義地方法院“失蹤十年視同死亡公告”為死亡證書（證明）。

美國大使館（1970年代中期）拒絕母親來美探親申請，認為她一到美國，勢必久居，一來依親於唯一子女的我，二來就近照料我初生的女兒，俾我繼續醫學生涯。

美國要求她提出她與郭章垣院長的結婚證明，並要求郭章垣院長的死亡證書，要她逕行辦理永久居留申請。結婚證明不是問題，但是父親的死亡證書，母親提不出來。

二叔（代書）於父親被謀殺大約四年後，因盲腸炎併發腹膜炎也走了。母親轉向執醫的三叔求助，被告以應向嘉義地方法院申報郭章垣院長已失蹤十年以上，請法院公告無人異議之下，由法院發給“失蹤十年視同死亡公告”證明。母親將公告請人翻譯成英文，前往美國大使館申請 PR，又被美國

大使館給刷了下來。理由？前後說詞不附和，先是說夫君已亡，怎拿失蹤證明？

母親急了，回憶起出事被綁架時，見證者有在宜蘭大病院跟郭章垣院長學外科的蔡陽昆醫師，收屍時，有王金茂醫師（後曾任衛生署署長）的弟弟范姓牙科醫師陪同處理後事。母親幾經打聽，找到范醫師家中，沒見著人。於是，改往時任彰化基督教醫院外科主任的蔡陽昆醫師。蔡醫師曾留學英國，英文流利，聽到來意，急忙提筆疾書，並即刻送人以英文打字，交給母親。我這方面，也直接寫信給美國大使館細說情由，並由外子出俱生活保證書。於是，母親順利的來到美國。

在拿不出父親的死亡證書之下，母親得以拿 PR 來美，我私下認為那是政治庇護。

自那時起，我每年在二二八前後，由各種中文報紙以至兩三版面豐富對二二八的報導，學知二二八的真相。我由自己是醫師，先父是醫師，開始有了疑問：為什麼身為“省立”宜蘭大病院院長的父親的死亡，母親提不出死亡證明書？我對自己發誓：總有一天，我會寫信向蔣家要！等了十年，老蔣在時，我不敢動，我終於在 1986 年，寫信向蔣經國要我父親的死亡證書，他有回應，只是我也沒拿到父親的死亡證書，蔣經國就翹辮子了。

母親終於來到美國時，女兒已會走路了。五年後，我們要幫母親成為美國公民時，老問題又來了，移民署要她提出先父的死亡證書前去應試。這一次，我以電話說明沒有父親的死亡證書的原委（當然是因為二二八）。對方表示他們由卷宗早已有所瞭解，只管前去應試。

簡單的口試，筆試，母親以一向的開朗與基本英語應對，沒有難倒她。移民署倒是給了母親一個驚喜。頭髮灰白，十分可親的黑人女法官親自走下 BENCH，前來牽扶母親上前宣誓入籍，十分令我感動！

看到優點和缺點

吳昭芳

人的原始本能就是只會看到「別人的缺點」和「自己的優點」。所以一般人不是在批評別人就是在自我標榜。招惹敵人多，而自我成長少，成就自然有限。

然而，能看到別人的優點，才有機會讓別人幫自己。能看到自己的缺點，才有機會讓自己幫自己。助力隨著增多，成就自然增大。

能看到別人的優點，才有機會鼓勵他，讓他成長和發揮。能看到自己的缺點，才有機會改正自己，讓自己成長和開闢新人生。成就了別人，也成就了自己。

關鍵就是在怎麼看，和看到了甚麼。

談「意念」(三)

翰聲

「意念」對腦的影響

「凡走過必留下痕跡」，科技的發達更可證明這句話的真實性。人在腦中的思維或意念也是如此。一般的認識以為意念或思維只是精神性的，沒有實質的東西。事實上，現代神經科學已經證明意念或思維會影響腦部的化學物質的變化，甚至於影響腦部的結構。

(一)

我們人類成人的大腦是由約有八十六億個神經元(neuron)或稱為神經細胞組成。神經元又由細胞本體(cell body)、軸突(axon)、以及樹突(dendrites)三者組成。樹突是一群由細胞本體發出的樹狀突起，功能是擔任人體神經訊息的傳導。每一個神經元可以有上百的樹突。樹突可與其他神經元的軸突連接，以化學物質或電流傳遞訊息，是神經元的訊息接收站，能將接收到的訊息送至神經元的本體。樹突受到生物性的刺激而成長，但是有學者相信物理性及心智性的刺激可以幫助樹突的生長。

過度飲用酒精飲料會使樹突回縮(retract)，而要促動樹突生長可以參予有競技性的活動如比賽、下棋、學習新的技能、作謎題、玩樂器、畫畫等。事實上，有研究也顯示人類成長進入老年，樹突也還可以生長。

前述這些活動都是有關正向的心智的活動，也是一連串重複的肢體配合心智的活動(意念)。以此類推，負向的心智活動，每天無止境心懷仇恨、罵人、忌妒也會有相同的效果，除了負向的心智活動使得長期大量腎上腺素的分泌，造成血壓上升、心跳加速等，連結負向樹突生長，變成習慣性。譬如有人出口必是三字經，這就是腦內已經有了訓練有素的神經樹突連結，變成了一種反射的習慣。

(二)

另外現代神經醫學也證明靜坐時控制意念，確實對腦有生理性的變化，而且越長期的靜坐，腦的變化越明顯。每天15至30分鐘的靜坐可以幫助人面對生命，個人對事的態度以及與如何與

人溝通交往。靜坐強化了人的慈悲感、可以更清楚觀看事物和自己，而且產生難以用文字表達的沉靜及專心感。一般沒有靜坐的人會以自我為中心，萬事都是我！我！我！簡單說這是因為腦內神經連接著自我中心和身體感覺／恐懼中心，所以當有感覺不適(癢，痛等)，自我中心就會處理大量的訊息，覺得自己有問題，主要是因為腦內的評估中心與自我中心的聯繫是非常的弱。而評估中心的主要功能就是在幫助自我中心排除無關或錯誤的訊息。評估中心可以看成是自我中心內無用訊息的剎車，或過濾器。

而常常靜坐的人，卻能很清楚的看到事情的真相。這是因為腦內的自我中心與感覺／恐懼中心的連結減弱了，也就是說人比較能夠釋懷讓自己焦慮的事。還有評估中心和自我中心會有比較強力或健康的連結產生，也就是說當有令人感到不安、危險、疼痛的事發生的時候，比較能夠用理性的觀點來處理，而非反射性的直覺與自己有關。換句話

說，也就是能夠以第三者的立場來看自己所遭遇的一切和外在那物的真相。例如當經歷痛苦，能夠看著自己的痛苦地來去，而不會一味焦慮或陷入自責。更能夠有同理心看待周遭的人與事。因為這涉及很多神經學性的專有名詞，有興趣的人，請上網作更深入的理解：

<https://www.psychologytoday.com/blog/use-your-mind-change-your-brain/201305/is-your-brain-meditation>

前面兩個例子主要在說明人腦的意念對腦確實有生理性的影響，甚至對腦的結構產生變化。所以不要小看一個意念，牛頓一個意念好奇蘋果為何落地，發現了萬有引力。愛因斯坦對光線的好奇，解釋了宇宙時空的狀況。意念能對腦產生實質性的變化，當然也消耗著我們的資源，所以沒事也不要胡思亂想強化腦的自我中心，徒然增加焦慮和不安感。

若可能找時間自己靜下來，好好強化腦內自我中心和評估中心的連結！過個寧靜無憂的日子。

來去騎自轉車

楊宗翰

2016年六月正式退休，我從台灣帶回了兩部摺疊式的自轉車。這種摺疊式的自轉車輕巧方便，容易攜帶外出騎車。除了冬天因怕風大很少外出，幾乎天天在海邊、河邊騎車。外出時把自轉車往車內一放，想好目的地就出發了。近一年來，大都在 Oceanside, San Diego county 的 San Dieguito River Trail, Miramar Lake, E. Mission Bay Beach, W. Mission Bay Beach, SR56 Bike Path, 以及在 Coronado Silver Strand 的 Bayshore Bikepath 騎車。

沒有騎自轉車以前，主要的健身運動就是健行，自從騎了自轉車，騎自轉車變成我最愛的運動。現在騎車代替吃藥，為了不吃高血壓藥，就得運動騎車。騎車和健行最大的差別在於騎車馬上有獎賞 reward，清涼的海風拂面，讓我覺得天堂也不過如此。上坡時努力為心肌賣力，下坡時迎風而下，比坐 roller coaster 還要舒服。目前的希望是鍛鍊腳力，立志有一天要回台灣，騎車環島。

這一年來，個人覺得所騎之處越來越多資深公民騎車，看到很多八十歲以上的人騎車。這總讓我覺得是受我們的影響，因為常常有人好奇問我們的自轉車。現在「吃好逗相報」，所以邀請鄉親一起來騎車。每周六 8:30AM 在 Miramar Lake 停車場出發，繞湖。一圈約五哩，我們大多騎兩圈，偶而騎三圈。騎車時不要忘了個人的安全設備：安全帽、手套、車燈等等。

等你喔！

《心經》與《金剛經》的智慧

無言

拜讀六月份鄉訊翰聲的大作『 $E=MC^2$ 的啟示』，作者引用《心經》與《金剛經》睿語印証愛因斯坦的時空相對論，吾人深感佛學經典對闡述宇宙人生真相的博大精深奧妙。

《心經》全經只有二百六十字，但共有三十字“不”與“無”（九字“不”及二十一字“無”），列舉如下：色“不”異空；空“不”異色；“不”生“不”滅；“不”垢“不”淨；“不”增“不”減；是故空中“無”色；“無”受想行識；“無”眼耳鼻舌身意；“無”色聲香味觸法；“無”眼界；乃至“無”意識界；“無”“無”明；亦“無”“無”明盡；乃至“無”老死；亦“無”老死盡；“無”苦集滅道；“無”智亦“無”得；以“無”所得故；心“無”罣礙；“無”罣礙故；“無”有恐怖；是“無”上咒；是“無”等等咒；真實“不”虛。“不”與“無”同義，《心經》可以說是所有宗教經典中最獨一無二的『無字天書』！

而《心經》作為六百卷《大般若經》的精髓，全經最重要的一句在於「無智亦無得」。把「無智亦無得」再濃縮為一個字，就是「無」，《六祖壇經》名言「菩提本無樹，明鏡亦非臺，本來無一物，何處惹塵埃。」，是在教導我們對任何事物不要有得失心，要「放下」，不要「執著」。

對宇宙人生萬物的真相，《金剛經》作為《大般若經》的一章又展示另一種極富哲理又有趣的闡述，《金剛經》云

「說法者，無法可說，是名說法。」，又云

「所言一切法，即非一切法，是故名一切法。」，

「衆生，衆生者，如來說非衆生，是名衆生。」，

「如來所說三千大千世界，則非世界，是名世界。」。

所以依此觀念可以推論：宇宙的空間，則非空間，是名空間。時間，則非時間，是名時間。人世間 winner（勝者為王），則非 winner，是名 winner。Loser（時不我予），亦非 loser，是名 loser。對宇宙人生萬事萬物的幻相，《金剛經》提示「凡所有相，皆是虛妄。若見諸相非相，則見如來。」。

《金剛經》總結「一切有為法，如夢幻泡影，如露亦如電，應作如是觀。」，人和浩瀚無際的宇宙比較何其渺小。所以人生在世，只要能敬天知命，盡力而為，應該就可了無遺憾！

憶往隨筆 (46)

平仔

(46) 山產行

台東博愛路我的家隔壁，不久又搬進了一家新鄰居，是賣蛇的山產行。搬家那天，一籠又一籠的蛇及穿山甲，與幾隻野雞和小鹿一起搬進。蛇最可怕，有百步蛇、眼鏡蛇、青竹絲等等。那天晚上，我們感覺不安，也不太舒服，非常害怕，全家不能好好睡覺。

幾天後漸漸的勉強習慣，生活在城市裡與野生動物為鄰，是另一種刺激冒險的生活和體驗，看到許多不同的野生動物，讓我學習到很多野外的自然常識。山產行經常會有人來買蛇，買後當場殺死，並取了膽，拿一杯酒一起喝下。他們認為這樣會改善視力，也相信毒蛇越毒越好。還有人來買鹿茸泡酒當補藥，台灣人相信傳統和古傳秘方，不明白有沒有效果，只相信古人說的沒錯，不必科學的試驗和證明。一天又一天，一年又一年，山產行的生意越來越好，非常興旺。

想當時，天天看著籠

子裡的動物，知道有一天會被賣掉，然後可能被屠宰，或被製成寶藥，的確感到不可思議。隨著社會逐漸轉型，高山珍奇的動物，慢慢的有人收集和買賣，山產行貿易成為一種新型的行業。用這些稀有獨特美麗的高山動物當藥材，實在可惜。看看另一邊的鄰居孟先生，經常帶著他的獵狗一起出外打獵。狗非常聰明可愛和順從，富有感情，似乎能理解人類的語言。我在想，其他的動物是否也有智慧和思想，隔壁山產行的人們，對待籠子裡面的動物，應該慢慢去體會牠們的本能和特性，天天和動物生活在一起，一定會有感情產生。

說起動物的靈性，某些鳥在繁殖期間，面對有捕食動物威脅時，會假裝受傷，摔倒地上翅膀顫抖，成為容易攻擊的目標，以便引誘捕食動物離開鳥巢。為了保護巢裡的雛鳥，佯裝受傷，轉移敵人的注意，表現出動物“調虎離山”的智能。隔壁山產行的老闆也許要小心，有一天籠子裡面的動物，會想盡辦法逃出。今

天，人知道要愛護野生動物，制定法律來防止買賣，我們要保護環境，為這個世界負擔一點責任。

短詩五首

恬恬

(1) 同學會

吳府宴請 La Valencia.
 銘諸肺腑，同窗慶；
 賢良有德，眾人敬。
 謝恩相聚，值夏令；
 節用愛群，鄉親幸。
 惠風和暢，天地應。
 造物大能，屬上主；
 福壽雙全，生自定。
 人義水甜，相和睦；
 群體高歌，來助興。
 後會有期，是福命。

(2) 情侶

弘朝弘思，兩鴛鴦；
 你儂我儂，飛過江。
 相依相偎，別家鄉；
 恩恩愛愛，到他邦。
 將心比心，不持僵；
 白頭偕老，髮蒼蒼。
 飽得馨欣，萬里香；
 足享長壽，賀無疆。

(3) 勝利品

古屋吉，青苔定情。
 活命真，綠枝萌芽。
 子孫善，開花結果；
 後輩美，落葉歸根。
 拍賣展，歡聲雷動；
 獵物獲，欣喜若狂。
 當局者，滿面春風；
 傳承續，花好月圓。

(4) 賜福

主的話語，光灼灼；
 吾家兒女，甜心果。
 孝子賢孫，旺如火；
 精神飽滿，天下走。
 典雅清新，如水波；
 文質彬彬，仙彷彿。
 睿智通達，勝萬有；
 良善謙卑，主護佑。

(5) 借貸

聖靈啓示，真是玉；
 嫩葉欣欣，無上綠。
 主愛湧現，賜金句；
 稱頌我神，耀朝旭。

遊日本去賞櫻 (3) : 松本城 富士五湖 秀峰閣

黃正源

我們在長野的旅遊只有一天的行程，所以我們在網路上找了一個一日遊的導遊，他來自美國的中年男士，從事房地產仲介後隻身在日本或泰國兩地做專業的導遊服務，接受網路預約，我們新幹線的班次準時抵達，九點半左右，這個導遊已經在長野 JR 站等候。

我們四個大人、兩個小孩在他的休旅車內很輕鬆、很舒暢地遊覽長野縣、信州日本壽麵製作及地獄谷野猿，遊程緊湊、非常充實而圓滿，返回長野站正好趕上五點半的火車，我們的晚餐在火車上吃日本便當，JR 特急號大約七十分鐘抵達松本。

我們在松本城停留一個晚上，我們住宿的地方是一間青年旅館、離松本站約一公里，我們拖著大小行李沿著人行道前往，不知不覺地就到了旅館，我們辦好入住後，房間很小，雙人房上下鋪，卻也十分堅固，因為小孩遊玩一天，累了一天，到了旅館已經面露睡態，他們即早盥洗休息入睡，我們兩人利用晚上的時間去松本

城市區及城堡參觀。

松本城離我們的旅館只有十個街口，我們慢慢步行前去，由於市街店面營業時間已過，很多店家商店多已關閉，街道上卻可以看到三三兩兩的人潮，似乎多朝往松本城的方向前去。

過了幾個街口後，可以看到松本城前面街道盛開的櫻花，松本當地居民一波一波的湧進松本城參觀，在街口的看板不時可以看到松本城櫻花祭的昭示，我們很興奮、很意外地又恭逢這個城市櫻花祭的盛況，松本城夜間免費開放，松本城在夜間燈光照映下更顯得碧綠金黃，我們猶如當地居民一樣，享受著夜櫻的優美，松本城的月見櫓現場演奏著日本笙簫，低沉雄厚，夜色低垂下更覺得清靜又莊重，許多遊客在松本城內一面欣賞櫻花、一方面聆聽美妙的旋律，很明顯地我們似乎也融入了日本的文化生活內了。

這個月見櫓是用來賞月宴飲的地方，朱漆欄杆走廊，防禦性弱，原來設計本來是為了迎接即將到訪的三

代將軍德川家光而設置，後來德川家光取消到訪。在日本古城中，松本城仍舊是唯一一月見櫓建在天守建築群中的城堡。

我們跟當地居民一樣，一株一株地細細欣賞松本城內綻放的櫻花，夜間的燈光把櫻花顯得更是嬌艷美麗，從城堡走出來後四週的護城河，也是遍植一排排的櫻花，櫻花燈火倒影在寧靜的河水中，讓我們很慶幸自己難得把握住欣賞夜櫻的機會，而且是著名的松本城夜櫻，靜靜地接受了笙歌的心靈洗滌，我們一直到演奏完後，才慢慢走向旅館休息，文德他們早已熟睡多時。

松本城又名「烏城」，在日本長野縣松本市，城內的天守為日本的十二座現存天守之一，與姬路城、犬山城、彥根城、松江城同為受日本政府指定為國寶的古城。

第二天，我們在旅館吃完早餐後，再陪同他們前往松本城堡參觀，我們大約九點半抵達，因為櫻花祭的第一個週末，城門口已經擠

滿了長長排隊的購票人潮，參觀日本國寶古城是不可缺少的行程的。

城堡大紅檜木，堅實光亮，明窗淨椅，入內參觀必須脫鞋，我們進入松本城內一進一進地參觀。

松本城成立於 1504 年，有五百多年的歷史，經過兩次大修理，1903 年起至 1913 年進行的「明治大修理」及 1950 年至 1955 年的「昭和大修理」。解體修理時，可以發現多次改建的痕跡，並推斷松本城天守最初為望樓型，設有許多破風，1624-43 年間增建了附櫓和月見櫓，並將大天守改為現在的層塔型。

松本城是一個典型的平城，城櫓內有本丸、二之丸、三之丸，城堡大致上呈正方形，天守設置在本丸西南部，由北向缺口的凹型二之丸加以包圍，外部再以四方形的三之丸把整個松本城圍住，每一重城櫓外設有水堀（護城河），以梯郭式搭配輪郭式的設計環繞。

松本城獨特的複合連結式天守群，大天守外觀五層，內部六階。以大天守為中心，北面由渡櫓連通到小天守，東面與辰巳附櫓和月

見櫓兩棟建物（天守右方的兩棟小建物）連結在一起。

松本城天守由於地基軟弱與結構老化而造成傾斜，城址所在處原來是「深瀨」或「深志」的沼澤地，深志城興建在沼澤旁，松本城的地基十分軟弱。最初興建天守時，採用基礎工法，在天守台中埋入十六根支持柱。經過不到一百年後，支柱逐漸朽壞，無法負荷天守的重量，於是開始傾斜，此後數百年多次整修。

松本城在日本戰國時代的 1504 年，由信濃國（小笠原）旗下的島立貞永在松本城現址上構築深志城成立。後來甲斐的武田氏攻入，深志城納入武田氏的領地。1582 年武田氏滅亡，小笠原貞慶投入（德川家康）麾下，重新領有此城、並進行大整修，興建了本丸、二之丸和三之丸等城郭，並改名為松本城。

在松本城內及城堡的步道可以看到穿著日本戰國時代古裝的民服及武士道戰士，我們小孩對他們的穿著十分好奇、又有興趣。

1590 年，豐臣秀吉為了削減德川家康的勢力，將德川家移封到關東，小笠原移封到下總古河。松本一地改封給由豐臣家的石川數

正。石川數正以松本城為松本藩的居城，興建乾小天守、城郭和城下町，確立了松本城的規模。松本藩自石川家後，數百年間歷經六度改易，皆以松本城為居城。1727 年本丸御殿失火燒毀，並未重建，此後以二之丸作為藩政中心。

1871 年（明治四年）日本政府宣布「廢藩置縣」，城郭收歸國有，多數的天守加以拍賣以充實國庫，而購得天守者多把拆除後回收建材轉售出去。1872 年松本城拍賣，市川量造以二百三十五元四十錢購得，市川以「失去天守的松本，也就失去了骨氣」的理由保留了天守，並未加以解體分售。

1900 年，松本城天守因為年久失修，開始嚴重傾斜，隨時有崩塌之虞。1903-1913 年進行「明治的大修理」，1930 年指定為日本國家史蹟。1936 年，松本城天守、乾小天守、渡櫓、辰巳附櫓和月見櫓等五棟建築（連立天守建築群），依照當時的國寶保存法指定為國寶，1952 年這五棟建築物依照新頒布的文化財保護法再指定為國寶。

我們看完松本城後，匆匆忙忙趕回旅館辦理退房

手續，再前往松本站轉乘 JR 線前往大月站，然後在大月站租休旅車做為我們在富士五湖的交通工具。

富士五湖有本栖湖 (Motosuko)、精進湖 (Lake Shoji)、西湖 (Saikoyachonomori)、河口湖 (kawaguchiko) 及山中湖 (Yamanakako)，這些湖泊在東京北部，緯度稍高，櫻花祭比東京一帶晚近一個月，從四月中旬至五月中旬賞櫻，秋天賞楓季從十月中旬至十一月中旬。

我們利用下午時間前往本栖湖 (Motosuko) 參觀富士芝櫻祭，這個芝櫻祭的觀賞期間從 4 月 15 日至 5 月 28 日，我們抵達時間是 4 月 16 日，在停車場門口看板寫著「感謝顧客光臨，由於櫻花尚未盛開，免費入園，並歡迎擇日再來訪」

本栖湖 (Motosuko) 花海標高 905 公尺、水深 139 公尺，日本著名的淡水湖，水質清新透明度高，日本千圓大鈔取景所在地。

這個本栖湖富士芝櫻祭的會場是一座廣大的花園苗圃，園區內種植各式各樣的花卉，園區內有展望廣場，高 3.8 公尺的展望台可以

飽覽一片廣大的芝櫻，也是絕佳的取景場所，我們置身上藍色天空富士山及芝櫻美景之間，盡情欣賞美麗的對比，大概是遙望富士美景的貴賓席。

我們在園區內慢慢走、慢慢看，遊客不多，我們停留在一處觀看兩人組的小丑表演，只有我們和小孫子在觀眾席上坐著觀看，淑玲不時給他們鼓掌，使他們更加賣力演出，並邀請我們的小孫子加入表演、做他們的小助理，我們的小孫子不怕生，很大方地配合她們的嘻笑逗趣，小孫子不懂日語，她們不懂英文，小丑本來就有娛樂逗興的本領，居然把小孫子逗得高興又活潑，後來有些日本居民陸續加入觀眾席，我們停留近三十分鐘才離開，前往展望咖啡區。

這個咖啡區以櫻花咖啡 (Fujiyama Treats) 最著名，我們品嚐了以芝櫻為創意靈感而製作的正統芝櫻甜點，一面吃芝櫻冰淇淋，一面欣賞雄偉的富士山和芝櫻共譜出來的絕佳美景，這裡的甜點有櫻花閃電泡芙、櫻花露莓慕斯、芝櫻起司蛋糕、芝櫻栗子糕、芝櫻薄皮豆沙饅頭、櫻葉餅或櫻花馬卡龍，我們雖然沒有看到盛

況的人潮，這是我們第一次如此貼近富士山，我們卻有獨享富士美景的驚奇與感受。

我們在這裡停留了近兩個多小時，才繼續開車前往河口湖

(Fujikawaguchiko)，我們居住的旅館在河口湖的秀峰閣湖月。

我們進入秀峰閣後，在放鬆的氛圍下，自動演奏的鋼琴讓人心情豁然開朗，我們的小孩對這個演奏型的鋼琴尤其感興趣。

我們的房間在二樓，日式榻榻米 12.5 疊，房間內有泡澡足浴池、室內溫泉以及露台小工作間。房間內有冷暖氣設備、電視、冰箱以及毛巾、香皂、吹風機、溫水沖洗馬桶、牙刷、牙膏、羽絨被、浴巾、浴衣、剃須刀、洗髮水、浴帽、梳子、刷子、護髮素、棉棒等，我們進入房間後，穿著和服的服務生很親切地教導示範如何穿著房間內的和服或便裝。

我們在房間可以一面泡腳聊天、一面欣賞河口湖及富士山，幾乎無時無刻都被富士山雪景及雲采的變化

所吸引住。

自助餐早餐在公共餐廳 (terumu)，一樣可以一面用餐、一面眺望河口湖和富士山。餐廳旁邊即為酒吧廳在河口湖的夜景下，配著雞尾酒調合美好的夜晚。

秀峰閣的宴會廳有大型團體的富嶽廳、中小型團體瑞雲廳以及一般家庭式的聚會餐廳有場花閣、鳥閣、風閣和月閣，我們在這裡住三天，我們的晚餐安排在花閣室用餐，十分典雅隱密。

我們這幾晚在花閣間用餐，同一個服務生很親切地每天按照菜單、一道道的服務，開胃酒櫻桃酒、先附開胃菜蓮藕腌熏鮭魚、利久餡餅、碗陶製茶壺裝鱸茶蝦、西葫蘆葉子梅、造裡金槍魚直覺 8 鯊魚、一套大石魔芋妻子、中盤玉米和日本方頭魚的博多、冬瓜秋葵油炸蔥、低酯肉湯、主盤甲州葡萄酒豬火鍋鍋、野菜、作料芝麻橙醋、溫物有鰻魚煮蔬菜的嫩草、醋物有稚鮎酢浸時歲的吸酢、餐飯、味噌湯咸菜、水果有無花果果凍、紅茶雪芳蛋糕及藍莓果醬等。

小孩子的薯條或漢堡秀峰閣特別製做，感覺上總是少了日本料理的風味。

秀峰閣在河口湖的北岸，所有的房間建造在河口湖畔上，露天浴池面向富士山和河口湖，一年四季可以看到春綠、夏山、紅葉、積雪的富士山，也是拍攝取景瞬息萬變的富士山照片的絕好的場所。

露天大浴場男女不同分男湯、女湯，面向河口湖，可以看到富士山非常漂亮的景色。可以一邊泡在溫泉裡緩解疲勞，又可以一邊望著富士山恢復自己的精氣，浴場裡七點前還有提供生啤酒及富士山的純淨水等服務。大浴場還有赤富士及黑富士，在雪地上映出富士的朝陽，可以看到山被染成紅色的「赤富士」，而在明月中浮現的「黑富士」，要靠機緣運氣、不是經常都能觀賞到的。

我們當然沒有錯過富士山河口湖步道賞櫻，我們一面悠閒地在湖邊散步、一面觀賞河口湖與富士山交相輝映的美景富士山倒影 (Sakasa Fuji)，我利用清晨的時光在步道慢跑，這是一處完美淨化心靈的渡假地方。

我們自由行開車前往富士山吉田市 (Fujiyoshida) 新倉山淺間公園，觀賞種植在山野坡地的山櫻花，攀爬

上九百多個石階，兩側櫻花盛開，登上頂峰，從山上紅色廟宇的屋角，穿越稀疏的櫻花，遠看富士山，更是一幅風景絕佳的畫像，我們下山的時候，改走一坡一坡的迂迴山徑，佩服他們對花園精心的栽植與維護。

我們也開車前往富士山西湖野島 (Saikoyachonomori) 的花海及里根場合掌屋，並參觀野忍觀光農園，我終於體驗到富士山的美麗及櫻花的魅力，我們有一次豐富而不一樣的日本旅遊，歸還租車後，從車站搭乘長途巴士直接前往東京成田機場，三個小時的乘車時間，結束了我們九天八夜的日本行。