

征稿:<海韻>文藝副刊歡迎惠稿,舉凡短篇小說,散文,現代詩歌,古典詩詞,曲藝雜談,文學及詩歌評論與鑒賞,均所歡迎。因篇幅關係,文長勿超過千五字,詩(每首)以五十行之內為宜。投稿郵箱:shangbaohaiyun@sina.com shangbaohaiyun@sina.cn fax:63-2-2411549敬請投稿者寫明真實姓名以及詳細地址,聯絡電話。

豆花裡的夏日時光

侯敬晨

七月，暑氣已如無形的濃湯，裹著人週身流淌。人只如被蒸騰著的餛飩，心思也慵懶起來。然而，那舌尖卻似乎不甘寂寞，悄悄泛出些清淡的渴求來。

這渴求，便非一碗豆花莫屬。做豆花，首在擇豆。新收的黃豆最佳，粒粒飽滿圓潤，黃得透亮，攤在掌中沉甸甸的，湊近一嗅，一股子太陽曬透了的、極樸實的干香。洗淨了，浸入清冽的水中。豆子們得了水，漸漸便顯出些活潑意思來，飽飲著，在清涼的盆中默默膨脹，待得個個脹成滾圓的模樣，水便成了淡黃色，溢著豆類特有的、帶著泥土氣的清芬。

磨豆，是樁力氣活。記憶中，老屋後簷下那盤敦實的石磨，是母親的寶貝。泡軟的豆子，一勺勺銀入磨眼，添些清水，磨盤便悠悠轉動起來。

白生生的豆汁，混著豆渣，自磨縫間緩緩沁出，沿著磨槽流進接在下面的木桶裡，濃稠如乳，那氣息是生鮮的，帶著一種植物胚芽般的青澀香氣。

磨好的生漿，須得濾過。細密的紗布蒙在木桶口，一瓢瓢漿水舀進去，豆渣便被細細的網眼攔下，留在布裡。用力絞緊布袋，那乳白的漿汁便汨汨滴下，愈發顯得純淨。

此時的漿液，還只能稱為「生漿」，帶著些許豆腥，尚不能入口。

接下來是煮漿，最要火候。大鐵鍋坐在灶上，生漿傾入，灶膛裡燃起溫和的柴火。火切不可太旺，須得耐著性子，用火慢慢

地煨。人守在鍋邊，手持長柄木勺，一下一下，極有耐心地攪動。鍋裡先是平靜，不久邊緣便泛起細小的泡沫，漸漸洶湧，一層層白沫翻騰上來，眼看著就要溢出鍋沿，這便是「豆漿開花」的緊要關頭了。此時眼疾手快，立即撤去些柴火，或者淋入一勺涼水，那洶湧的泡沫便如得了敕令般，條地平息下去。如此反覆兩三次，直到那豆漿的熟香再無一絲生澀，濃烈醇厚地瀰漫開來，氤氳了整個灶間，才算煮透。

點鹼，是豆花成形的關鍵，也是化平淡為神奇的剎那。點鹼之物，或是石膏水，或是鹽鹼汁。母親取一小塊雪白的生石膏，在碗底耐心磨成細粉，用清水細細調勻。煮熟的豆漿傾入闊口的瓦盆，熱氣裊裊。

母親手持盛著石膏水的碗，凝神屏息，將那澄清的水液極細、極勻地淋入滾燙的豆漿中，另一隻手執勺，順著一個方向，從容不迫地輕輕攪動。奇妙的是，眼看著雪白的豆漿，在石膏水與勻力攪拌的催發下，漸漸起了變化，先是凝成絮狀，繼而彷彿被一隻無形的手溫柔聚攏，終於穩穩地凝結成一大塊顛巍巍、白生生、水靈靈的豆花，浮在微黃的漿水之上。那瞬間，豆漿便脫胎換骨，成了豆花。

豆花初成，最是嬌嫩，需靜置片刻，待其「坐穩」。母親使用勺，輕輕極小心地，一層層將那凝脂般的豆花片入碗中。新點出的熱豆花，空口吃已是無上妙品。舀一小勺送入口中，它便溫順地滑下喉嚨，細膩柔嫩得近乎無形，只留下滿口清醇的豆香，和一種難以言喻的、溫柔的熨帖。若再講究些，澆上一勺紅糖薑汁，那甜意與微辛巧妙地烘托著豆香，甜而不膩，清而不薄，是暑天裡沁人心脾的清涼滋味。

風俗相傳食元旦。何事年來采更頻，終朝賴爾供餐飯。」而我們偉大的毛主席也格外喜歡這道菜，早在延安時期，生命力頑強的馬齒莧就成為主席在艱苦環境裡的主要菜餚。現在人們更加追求營養健康，馬齒莧作為「天然抗生素」美譽的野菜，成了家庭和飯店的一道上佳美食。

母親說它生命力頑強，把它拔下來,即使風吹日曬好幾天，只要遇到水就能活過來，所以又叫「心不甘」、「長壽草」。母親常以此教育我要感恩大地的饋贈，珍惜糧食；遇到困難不要放棄、要多加努力。

今天，我又採摘了許多馬齒莧，一袋帶給母親，吃上我心心唸唸的馬齒莧小饅饊，蘸上靈魂蒜汁，吃起來濃郁可口，還是小時候的味道。一袋拿給妻子，她經過學習改良和創新，用西紅柿鹹湯打底，馬齒莧和面，一點點下鍋，做了一鍋馬齒莧疙瘩湯，真是色香味俱全，又享口福了！

妻子笑問：「好吃嗎？」我毫不猶豫地回答：「好吃，好吃！」人間至美，不過三餐四季，有人牽掛，有人疼愛。馬齒莧，不僅是一道美味，更是一份情感的寄托，連接著過去與現在，溫暖著每一個平凡的煙火日子。

馬齒莧作為一種野菜，在中國食用歷史悠久。唐朝杜甫《園官送菜》中就提到了馬齒莧，詩云：「苦苣刺如針,馬齒莧亦繁。青青嘉蔬色,埋沒在中國。」明代王鴻漸的《野菜譜》，搜集六十種野草以備荒年救災之食，其中就有馬齒莧。馬齒莧「入夏采，沸湯淪過，曝干，冬用。旋食亦可，楚俗元旦食之」。並引民謠：「馬齒莧，馬齒莧，喜。

小時候生活在農村，每到夏天，總能在田間地頭、房前屋後看到馬齒莧，那可是全家人的美味佳餚。它生長期長，從五月到九月生生不息，掐了又長，能吃一茬又一茬。馬齒莧可以涼拌、熱炒、蒸煮，還可以包包子、蒸菜饅頭、曬乾過冬，吃法多樣，但我最愛吃母親烙的馬齒莧小饅饊。

母親精選鮮綠的馬齒莧，洗淨、控水、切碎，拌入自家小麥面與土雞蛋，再撒入鹽和蔥花，順時針攪拌成糊狀。煤火爐上鑿子燒熱，先在鑿底抹上一層油，然後舀入兩勺，均勻攤開，待兩面泛黃時就可以出鍋盛盤。蘸上香油調的蒜泥醋汁，更是美味難擋，一吃就是好幾個，一吃就是整個夏天。那外焦裡嫩、香爽軟糯的滋味，烙在了我永遠的記憶裡。

馬齒莧作為一種野菜，在中國食用歷史悠久。唐朝杜甫《園官送菜》中就提到了馬齒莧，詩云：「苦苣刺如針,馬齒莧亦繁。青青嘉蔬色,埋沒在中國。」明代王鴻漸的《野菜譜》，搜集六十種野草以備荒年救災之食，其中就有馬齒莧。馬齒莧「入夏采，沸湯淪過，曝干，冬用。旋食亦可，楚俗元旦食之」。並引民謠：「馬齒莧，馬齒莧，喜。

這裡曾經是一片雜草地，看著野草肆意，大夥兒便齊心協力，拔草開荒，按四季時令種起了蔬菜。去年，菜園裡意外冒出了幾株馬齒莧，令人憐愛。我們呵護它開花結籽，今年則遍地皆是，給了我們巨大的驚



菲律濱董楊宗親總會訂八月十七日假會所舉行大專生英漢文中小學幼稚園優秀族生頒獎典禮

菲律濱董楊宗親總會訊：本會訂於二零二五年八月十七日（星期日）上午十時，在本會四樓大禮堂舉行2024-2025年度大、中、小學優秀生頒獎典禮，屆時請已來本會辦理登記之英漢文中、小學、幼稚園成績列第一、二、三名族生及家長們於是日準時出席領獎，以示表揚，並予鼓勵。

茲將本年度優秀生芳名公佈如下：

大學SUMMA CUM LAUDE 楊雅珠；CUM LAUDE 楊彩伶；大學三年級第一名：楊菁華。大學三年級第二名：楊琬順，楊麗安，楊心怡，楊銘志，楊曼妮，楊蘭。

大學二年級第二名：楊志賢。大學二年級第三名：楊舒涵，楊珍珍。

大學一年級第二名：楊美麗。大學一年級第三名：楊琬蜜，楊善逸，楊俊杰。

英文中學第一名：崇德學校：楊錦利。靈惠學院：楊秀金。DE LA SALLE UNIVERSITY 高中：董映言。

英文中學第二名：天主教培德中學：楊金旺。天主教培德中學：楊美煌。

中正學院：楊以安。新生佳音學院：楊美惠。天主教培德中學：楊杰固。靈惠學院：楊景吉。英文中學第三名：

中西學院：楊金龍。能仁中學：楊振捷。中正學院：楊廷恩。愛國中學：楊美珍。崇德學校：楊恩達。中正學院：楊江麒。中正學院：楊思盼。靈惠學院：楊文程。義德中學：楊智媛。嘉南中學：楊麗馨。聖公會：楊顯恆。英文小學第一名：僑中分校：楊子輝。計順菲華：楊至成。崇德學校：楊萬國，楊慧芳，楊鈴俐。基立學院：楊宏凱，楊宏明。中正學院：董載雄，董愛嘉。靈惠學院：楊怡君。基立學院：楊文友。義德中學：楊玉玲。英文小學第二名：中正學院：董欣成，董佳緣，楊坤鴻，楊詩畫。

聖公會：楊杰格，楊雪雯，楊怡怡。崇德學校：楊沛玲。慧光基督學院：楊晨宇。培基中學：楊惠雅。River of Life Christian School：楊皇帝。

英文小學第三名：聖軍中學：楊恩祥，楊恩助。中正學院：楊詩恩，楊忠勇，楊嘉楷，楊嘉旋，楊以如，楊之睿，楊以竹，楊絲晝。

聖公會：楊婧妍，楊雪玲，楊銘瑾。慧光基督學院：楊柏林。崇德學校：楊佳燃，楊銘雄。靈惠學院：楊文憲。義德中學：楊秀美。漢文中學第一名：天主教培德中學：楊金旺。天主教培德中學：楊美煌。僑中學院：楊悅樺。愛國中學：楊美珍。崇德學校：楊錦利。靈惠學院：楊秀金。漢文中學第二名：新生佳音學院：楊美惠。天主教培德中學：楊杰固。義德中學：楊智媛。中正學院：楊詩涵。漢文中學第三名：能仁中學：楊振捷。崇德學校：楊恩達。中正學院：楊江麒，楊思盼。靈惠學院：楊景吉，楊文程，楊文忠。漢文小學第一名：

計順菲華：楊至成。中正學院：董佳緣，董載雄，董愛嘉。崇德學校：楊萬國，楊慧芳，楊鈴俐。基立學院：楊文友。漢文小學第二名：僑中分校：楊子輝。中正學院：董欣成，楊詩畫。慧光基督學院：楊晨宇。崇德學校：楊沛玲。聖公會：楊雪雯，楊銘瑾。靈惠學院：楊怡君。義德中學：楊玉玲。漢文小學第三名：中正學院：楊詩恩，楊忠勇，楊燕燕，楊江麟，楊嘉旋，楊以如，楊之睿，楊以竹，楊坤鴻。

聖公會：楊杰格，楊雪玲，楊怡怡。崇德學校：楊佳燃，楊銘雄。靈惠學院：楊文憲。義德中學：楊秀美。幼稚園英文第一名：基立學院：楊秋梅。幼稚園英文第二名：崇德學校：楊發宏。幼稚園漢文第二名：崇德學校：楊發宏。幼稚園漢文第三名：基立學院：楊秋梅。

讓德吳氏總會組隊參加宗聯第廿六屆乒乓球賽

菲律濱讓德吳氏宗親總會訊：本總會響應宗聯主辦第廿六屆乒乓公開賽，鼓勵族中青少年踴躍參加這個有益身心的體育活動，同時藉交流的機會來增進乒乓球愛好者的友誼，並互相切磋球技，提高華菲乒乓球之水平。

茲附讓德堂男女乒乓隊隊員名單：

總領隊：吳身謀。副總領隊：吳啟迪、吳輝漢。顧問：吳國森、吳民聲、吳良元、吳俊民、吳啟發、吳永周、吳仲振、吳仁杰、吳長耀。領隊：吳橫楠。副領隊：吳其穎、吳輝煌、吳宇坦、吳遠程。財政：吳華利、吳得時。督導：吳彼得(古湖)、吳綿沐、吳培基、吳身萬。

負責人：吳彼得(古湖)。教練：吳文彬。隊長：吳志鵬。隊員：吳文彬、吳光耀、吳道順、吳友寶、吳長榮、吳珣昆、吳珣鏗、吳昊軒、吳美麗、吳錦樺、吳錦欣、吳霖霖、吳婉惠、吳湛喧。

南安同鄉總會慶中秋聯歡會泊頒發優秀生獎學金

菲律濱南安同鄉總會訊：本會為慶祝一年一度的傳統中秋佳節，加強會員聯絡，增進鄉情鄉誼，爰訂於二〇二五年十月五日(星期日)中午十一時半在本會綜合館舉行中秋聯歡大會，屆時由本會熱心理事捐獻彩金，供鄉親們抽彩助興。同時為本會力求上進，勤勉向學的會員子女頒發優秀生獎勵金及獎狀，敬請優秀生家長偕同優秀生親臨領獎。請與本秘書處洽購餐票(每票六佰元)，為了便利統

計參加人數與安排座位，希各理事及會員儘早訂購(得獎優秀生本人及本會理事本人免票)，優秀生申請9月19日截止，購票截止至9月30日。敬請全體理事與會員屆時攜眷踴躍參加，同慶中秋佳節。

本會地址:2725 Jose Abad Santos Ave. Tondo, Manila. 電話：87080288/87080289 手機：0917-5185500（周一至周六，下午1:00-下午5:00）

旅菲臨漢總堂召開會議復選新屆職員

旅菲臨漢總堂訊：本總堂第一佰一十三屆理事會第十次常月聯席會議謹訂於西曆2025年8月13日（星期三）下午七時整，假本總堂會所大廈九樓會議廳召開。特此通知本總堂全體理事、職員同仁，屆時敬請準時撥冗出席，共襄會務。