

莊勇

從假牛肉說開去



閒話雜談

冷凍豬橫隔膜在日常烹飪和餐飲業中，更常被稱為護心肉、隔山肉、連肝肉或肝連肉。它是諸胸腔和腹腔之間的一層薄膜肌肉，因為緊貼著心臟和肝臟而得名。其肉質極為軟嫩且富有彈性，既有瘦肉的鮮美，又帶有筋膜的嚼勁。

若是把冷凍豬隔膜混入牛脂肪，這種混合肉雖然不是「毒藥」，但在實際生活中依然存在顯著的健康和安全隱患。為了讓豬肉擁有牛肉的顏色和風味，黑心作坊在混入牛脂肪的同時，往往會超量或違規添加牛肉香精、著色劑、防腐劑或保水劑；長期過量攝入這些違規化學添加劑，會加重肝臟和腎臟的代謝負擔，甚至有慢性中毒和致癌的風險。

豬橫隔膜本身屬於內臟附近的肌肉組織，嘌呤含量偏高。如果額外注入牛脂肪，對於患有高血壓、高血脂、冠心病、脂肪肝以及痛風的患者來說，食用後極易導致血脂飆升、尿酸增高，加重血管硬化和代謝負擔。對於因宗教信仰如伊斯蘭教信徒，或由於嚴重過敏而嚴格禁食豬肉的人群而言，這種「掛羊頭賣狗肉」的混雜肉類會引發嚴重的信仰衝突或嚴重的過敏反應。

由於通過在冷凍豬隔膜肉中混入牛脂肪或牛肉香精製成的「拼接牛肉」或「假牛肉」，在價格上比真正的純牛肉要便宜得多，因而部分不法商販通過販賣這種假牛肉，來謀取暴利。這類假牛肉通常以略低於市場真牛肉，但遠高於豬肉的價格銷售，利用消費者「佔便宜」的心理快速出貨。

國調局日前在分別位於大岷區Malabon

市及Navotas市的兩個貨倉，檢獲約24噸涉嫌以牛肉名義出售的「違規肉」豬肉。這批「違規肉」由外國進口，透過網上平台，以每公斤200披索至250披索出售。據國調局一名官員表示，這批肉類原本是供應整個大岷區市場。

經檢查後發現，這批所謂牛肉是冷凍豬橫隔膜混入牛脂肪，偽裝成牛肉。化驗結果證實，這批肉類屬於「違規肉」，也就是不適合人類食用，依法禁止食用。這批加工成牛肉外觀的假牛肉是以豬肉價格出售，所以才會這麼便宜。

據瞭解，這些假牛肉現已不會流入一般傳統市場，它們的主要買家為經營小食店及牛肉湯飯店的商戶。由於價格便宜，而且肉質柔軟，牛肉湯飯店經營者也會用來製作漢堡肉餅。

國調局官員這次行動一共逮捕了兩人，包括貨倉東主。他們亦仍在繼續調查此案。

包括追查其他涉案人士，以及調查是否還有其他貨倉藏有同類「違規肉」。其實國調局也該調查一下，那些經營小食店及牛肉湯飯店的商戶，是否在知情之下購入這批「違規肉」？倘若是的話，那他們則是因貪圖小便宜，而罔顧顧客的健康安危。這種唯利是圖的無良商人，應該予以嚴懲。

現世代世風日下，凡事真假難分，幾乎所有人事物都有真偽的區別。親人和好友之間存在真情和假意，市場上冒牌貨充斥，不但富人穿戴的首飾有真與假的區別，甚至連普通平民百姓平日三餐進食的肉類，也有真偽之分。我們所接觸的每一個人，以及所做的每一件事，都應特別謹慎，以防受騙上當。

7/28/26（二）

林輝煌

鮑威爾之流的謬言當休矣！

——駁對華菲文教交流的惡意抹黑



柳浪飛歌

暨南大學菲律賓研究中心舉辦的巴丹主權研討會為引子，肆意放大個別學術議題，將中菲之間常態化、制度化、公益性的校際合作、師資培訓、學術交流與僑教扶持工程，粗暴扣上「統戰滲透」「影響力運作」的帽子，系統性污名化菲律賓華文教育體系與菲華社會公益事業。此類脫離事實、悖離常識的荒謬言論，其本質是製造輿論對立、破壞民間互信往來，亟需正本清源、予以堅決駁斥。

鮑威爾的文章自始至終以主觀預設替代客觀事實，以意識形態偏見替代理性觀察，論證牽強、邏輯空洞。其文章將暨南大學、華僑大學及福建多所高校與菲律賓華校長期開展的教師培養、課程共建、學生研修、職業教育對接、獎學金幫扶等常規教育交流，全部納入所謂「滲透體系」。同時刻意曲解菲律賓華教中心深耕僑教數十年的標誌性工程，把業界公認利教利民的「輸血計劃」「造血計劃」以及「菲律賓華文教育改革2.0」發展藍圖，歪曲為外部干預菲華教育的佈局工具，嚴重背離菲律賓華文教育本土化發展的真實歷程。

菲律賓華文教育歷經百餘年風雨洗禮，早已深深扎根菲律賓本土，是該國多元文化教育不可或缺的重要組成部分，服務於本地數十萬華裔子弟求學需求，長期助力菲律賓基礎教育與多元文化建設。中文教育納入菲律賓國民教育體系後，中文教機構攜手完善教學體系、補齊師資短板、規範課程標準，所有合作項目均遵循菲律賓法律法規與教育制度，公開透明、依規開展。

多年來，菲華教中心實施的人才培育計劃立足本土、公益辦學，聚焦解決菲華校師資匱乏、人才斷層的行業痛點。其中「造血計劃」已為全菲44所華校培育336名本土華文教師，源源不斷為菲律賓華文教育輸血蓄力、夯實根基，成果得到菲律賓教育界、校方、師生及社會各界廣泛肯定。

這一系列深耕教育、造福屬地的務實舉措，純屬興教助學、傳承文脈的公益之舉，與所謂「政治運作」毫無關聯。

更為失當的是，鮑威爾無端擴大指

責範圍，將菲華商聯總會、菲華宗親會、中資企業、華文媒體、孔子學院等正常的民間經貿往來、宗親聯誼、文化公益、社會服務活動，籠統包裝成所謂「影響力網絡」。甚至對菲華社會集資興建文化宮、僑界賢達樂捐助學的公益善舉妄加揣測，質疑菲華社群百年興教、回饋本土的赤誠初心。

百餘年來，一代代菲華僑胞扎根菲律賓、融入主流社會，守法經營、誠信立業、熱心公益，在經濟建設、慈善賑災、文教發展、社區服務等方面持續回饋屬地，也是菲律賓社會和諧發展的積極建設者，也是中菲世代友好的天然橋樑。菲華社團興學育才、敦親睦鄰、守望相助的優良傳統，是多元社會共生共榮的生動體現，不應被隨意標籤化、政治化、妖魔化。

2023年以來，鮑威爾依托所謂「海光計劃」，持續聚焦南海議題、華文教育、菲華社團、華文媒體等領域反覆發佈「反華」論調，一貫將正常學術研討、合法民間交往、常規文教合作刻意政治化、陰謀化、污名化。其頻繁炒作、接連抹黑的真實意圖，是借地緣輿論敘事製造認知割裂，干擾中菲人文交流、挑撥兩國民間情誼、破壞區域合作氛圍，服務於狹隘的地緣博弈目的。

文明因交流而多彩，民心因互通而相融。國與國之間正常的學術研討、教育合作、文化傳承、民間聯誼，是人類文明發展的常態，更是中菲兩國人文相親、利益相融的必然選擇。圍繞領土主權的學術研討，是學界釐清歷史、尊重法理、傳播真相的專業行為；跨國校際共育師資，是全球教育互通的通行模式；菲華社會堅守文脈、興學助教，是族群文化傳承、服務屬地民生的正當權利與責任擔當。

事實昭然，公道自在人心。中菲文教合作數十年沉澱的豐碩成果、菲華社群扎根本土的奉獻實績，有目共睹、有據可查，絕非一己之利雜音與刻意抹黑所能抹殺。任何脫離事實、製造對立、逆文明正鑒大勢而動的謬論，終究站不住腳、經不起推敲。

謠言止於真相，偏見不敵公論。奉勸鮑威爾之流與其費盡心思炮製虛假敘事、故意挑動對立，不如尊重菲律賓華文教育的本土化事實，尊重僑社服務屬地的真實貢獻，尊重中菲民間友好合作的時代潮流，停止破壞中菲友好的卑劣操弄，其惡意滿盈的荒唐言行，早該休矣！

寫於2026年7月29日

犁航

當非虛構遭遇AI夢囈



特稿

一幫老同事週末聚餐，席間各種快樂開扯。讓我驚訝的是一位退休同事大談AI，對其性能瞭若指掌，對各自的優長說得頭頭是道：「deepSeek處理專業領域的複雜語句，豆包像善解人意的朋友根據需求生成文本，kimi更適合多語言內容的長文本輸出……」我如聽天書，深受震撼。自AI時代來臨，沒有人能拒絕它的介入，我知道接觸不可避免，但我還是抱著隔河觀望的審慎態度。至少，當下我寫文章，編文學稿件，還用不到它。

世事難料，第二天剛進辦公室，就接到領導安排的緊急任務：撰寫一位遠近聞名的陝南民歌手、老藝術家德福先生的風采展示，大概口述史或者個人小傳之類，時間緊，任務重，連採訪帶寫稿，一週一篇。要命的是我這個搞純文學的並不怎麼懂陝南民歌，說好聽點是一知半解，實事求是地可以說是一無所知。怎麼操作？純屬老虎吃天，無從下爪。這是典型的紀實稿件，非虛構，來不得半點虛假，必須把文學的想像力收斂起來，不敢恣肆發揮。

一籌莫展之際，突然想到了AI。盛名之下，那就先讓它擬個關於民歌手的採訪提綱吧。輸入指令：寫一篇關於陝南民歌手德福先生的採訪提綱！不用不知道，一用嚇一跳，太好用了，不到十秒鐘，一份邏輯嚴謹的採訪提綱就到手了。這份提綱把我能想到的要採訪問題，它都想到了，我沒有想到的問題，它也想到了。根據我在縣委宣傳部多年的採訪經驗判斷，幾乎不用做什麼大的調整。AI幾秒鐘幫我節省了半天時間了。我又輸入指令：整合德福先生的網絡資料生成一篇3000字的個人小傳。指令發出，十幾秒鐘，一篇洋洋灑灑的德福先生的藝術風采展示稿就誕生了。德福先生的從藝生涯我是熟悉的，十年前曾採訪過他。令人信服的是，稿件除了三處細節我不知情，其他三分之二的資料我似乎都有所耳聞，創作時完全可以採用。AI還在每一段事例後邊附上了引用資料來源。整篇小傳邏輯嚴謹、條分縷析、語言專業老道……如論文般嚴謹，我連聲慨歎。三鞭速成，真是省心又省力，還沒出門，三分之一二的文稿內容已經有譜了，難怪那位同事愛得欲罷不能。於是我生發感慨：既然AI速度快、脾氣好、能力強，能吃苦耐勞，又牛逼得一塌糊塗，一身酸腐的筆桿子們的職業生涯大概都岌岌可危了。

根據提綱，採訪工作非常順利，我只補充採訪了一個問題：德福先生將農家樂與陝南民歌結合成民歌大院，其營運對民歌普及及周邊居民就業產生了哪些影響？

採訪行將結束，我將我不知道的三個細節拋出一個，我帶著好奇問：德福先生，網上說您自小家貧，小小年紀便以掛柴為生，一次從懸崖跌落，被樹枝攔腰掛在半山，幸好被路過的村民救下，於是您用所長——陝南民歌演唱，回饋鄉民……德福先生一怔，說，這種說法完全是空穴來風，我家住城關鎮，是居民，沒有柴

山，我從來沒有打過柴，再說周圍的山都不大，哪裡來的懸崖？

哦？AI言之鑿鑿的這個細節是怎麼得來的？回去得好好查查它的引文來源……不死心，難道AI瞎編亂造騙人？我問第二個細節：聽說您和您上大學的孫子一起將架子鼓等打擊樂器引入民歌表演，這一演奏形式的變革在網上掀起一股討論熱潮，網絡點擊達到300多萬次……德福先生面色嚴肅，一字一頓地說：我這輩子主要做傳承工作，事實上我是堅決反對把民歌唱得烏煙瘴氣喧囂至極的，就像用火鍋底料熬稀飯，至少我覺得完全不對味，風馬牛不相及，那完全是糟蹋民歌。我不反對創新表演形式，但我個人覺得打擊樂似乎並不適合……失了本味，民歌會傳承不下去的……出師不利，第三個細節我没好意思當面再問德福先生，而是選擇了第二天致電陪同我採訪的縣文化館長：有消息聲稱德福先生的民歌演唱作品被文化和旅遊部表彰為長江流域的「活態保護與傳唱範本」？文化館長莫名驚詫：文化和旅遊部表彰？活態保護與傳唱範本？這麼大的事我怎麼一點都不知道？顯然，AI又在瞎說。

被AI耍了，我趕緊仔細研讀AI提供的引文，讀完嚇出一頭冷汗，引文不過是煞有其事或故作姿態，它把似是而非的文字資料，粗枝大葉地聚合在一起，將天南地北的信息胡亂搭配，拼湊嫁接，用它較強的語言編寫能力，生成一篇誇大其詞的文章，罔顧事實地牽強附會，百分之六七十都是夢囈……最初我認為為那能用的三分之一，其實也經不起推敲，猛一看，句句在寫德福先生，仔細深究，句句沒寫德福先生，完全違背了紀實稿件的非虛構原則！唉，指望AI生成文稿是不現實的，還是根據採訪記錄腳踏實地地另起爐灶吧。

夢囈——一睡眠中無意識地發出說話、唱歌、哭笑、嘟囔聲等語音，醒後通常不能回憶，實質上是一種睡眠障礙！夢囈，是AI生成的一種障礙，如何對其很好地規範約束，任務艱巨，道阻且長……

謝如意

教學的藝術無止境而尚簡單



身在教育線，更在生活中。生活的萬花筒般的精彩，都在以簡馭繁的簡單裡。

我們都懂得說，要把知識點掰開揉碎精講，可是怎樣才能真正做到這樣，把一些重要概念和原理，掰開了揉碎在日常生活的熟悉的細節中講清楚，就是精講，也是深入淺出的科學演繹，會讓人聽了如同醍醐灌頂恍然大悟。

我尊敬而不說出精彩講解人的名字，她就在我心中揮之不去，食之有味，耐人尋

味！

我把她珍藏在心中，就像珍藏金不換的人生法寶。每當我實戰操作某種技能時，自然心領神會與處在那個過程中，過後再在對比回味中感悟更深，更能富於傳承以及創造性的加以自然發揮，那才是我們作為一個孜孜不倦的學習者夢寐以求的學習境界，因而能夠取得得其意記其形活學活用突飛猛進的良好。

我們是在生活的大海裡揚帆，最要緊的是要順風以便一帆風順。我們要一帆風順，靠的是自己向善學習的虔誠和鍥而不捨，更要靠良師引導有方以簡馭繁。生活現象的一

院三樓沿著一層層台階而下，又行走在街道上，一直背到馬路邊。等他弟弟攔出租車回家。見到此狀，路上的行人都投來讚許的目光。這張照片不是擺拍，是被尤先生孝感動的醫生一路隨拍的。看到這張照片，連中央電視台《曲苑雜壇》編導、著名的主持人汪文華老師也禁不住加以點贊。

尤先生不僅孝敬自己的父母，也孝敬岳父母。他和妻子的緣分，也和孝順有關。妻子是個養女，哥哥在外地工作，養母又體弱多病，她擔當起照顧雙親的責任。相親時，她向尤先生提出，如果你願意和我一起承擔起照顧老人，我們就試著交往，如不行就別談了。尤先生認為能孝順父母的女孩子品行一定不錯，就爽快地答應了。一句孝順老人的承諾，讓他們走在了一起。婚後，尤先生履行自己的諾言，悉心幫助妻子照顧岳父母，盡孝心。

在演藝圈，學藝要先學會做人。尤先生用幾十年的實際行動詮釋了「百善孝為先」的為人師表，他的孝順家風影響了整個家庭，為後代樹立了榜樣，在泉州也被視為孝順的典範。

地雞毛和生活境界的一帆風順，恰恰是靠通天道地守道自然的運作。

在我們向生活自強不息止於至善的努力中，一切操守有常，引導有方的能量就自然而然結成不斷創造生活輝煌的統一戰線，在自然的因緣聚會中百花齊放萬象更新，使我們的人生總處在生活的百花齊放姹紫嫣紅的精彩裡。

也在大道無私的嚴絲合縫如如不動的重心穩定中，旋轉出瞬息萬變令人目不暇給的浪漫傳奇裡！

教學的藝術無止境而尚簡單。感恩在生活中給我們的一切合道自然恩師們！感恩自己自強不息止於至善的努力！恩師們對我們的千錘百煉施教化，會在我們春華秋實的碩果中，詮釋什麼叫做教與學共成長、什麼叫做天人合一！

寫於福建南安金淘鎮農業銀行