



昔日艰苦撩粗纸 今朝如蛟腾飞起



记者 黄晓慧 文/图

腾蛟居位于泽国集镇东南部，1998年3月由村改制而成。以其地腾蛟桥得名。清《嘉庆太平县志》载：腾家桥，一名腾蛟桥。东傍联树桥河，其支流横亘境域南部，上有单孔石砌平桥腾蛟桥。居委会驻院里园。辖区东邻下汇头居，南连万堂村，西接泥桥居，北邻楼下居。区域面积0.8平方千米。辖14个居民小组，485户，1560人。多林、顾姓。摘自《温岭市地名志》，万堂村现并入东环村。

在唐代王勃的脍炙人口的那篇《滕王阁序》中，有“腾蛟起凤，孟学士之词宗；紫电青霜，王将军之武库”的句子，在温岭泽国镇，就有一个以腾蛟为名的居（为方便叙述，下或称“腾蛟村”）。

原名曾是腾家桥

腾蛟 原名，曾是腾家桥，清《嘉庆太平县志》载：腾家桥，一名腾蛟。旧十都，凡四图，管村十一：南监、高桥、渡首、新秋、湖亭、夹屿、路边、上桥、下蒋、腾家桥、光明。今改定十庄：南监、下蒋、高桥、上桥、湖亭、路边、渡首、夹屿、腾蛟、新河。

这可以说明 腾蛟 是在原管村十一的旧十都，改定为十庄后出现的。志书中还有两条有关腾蛟庄的记载：

林维天妻周氏，腾蛟庄人。二十八岁夫故。氏赤贫自守，茕子靡依，粗粝虽甘，糠秕不饱，忍饥耐苦，吊影凄凉。

庠生陈献龙妻张氏，腾蛟庄人。二十八岁夫故。氏家贫如洗，子身无依，抚养承祧，侄又旋没，茕茕孤苦，秉志愈坚。

但是在《嘉庆太平县志》卷之中，提到贡生时，写的地名又是腾家桥：林麟 字又麟，腾家桥人。顺治甲午贡。

在林汝华（现已故）编写、2018年印行的《腾蛟村志》中，又提供了另外一种说法，林汝华说，村名的由来，是因为在现在法云堂前面有座小桥，桥上有几根藤，故称“藤架桥”，后来林氏能人将藤架两字改到现在蛟龙腾飞的“腾蛟”。

丹崖高，新渎低，腾蛟直落九围渚（渭渚），双鲤鱼把门，龟蛇抱印，金钩钓月，这是腾蛟当地的一句老话，道出了腾蛟村的地理特征。像珠山村建在8个渭渚上，号称“八宝珠”，腾蛟村则建在九个渭渚上，《腾蛟村志》记载了这九个渭渚，分别是洞文里三个（龟蛇抱印）、桥里两个、园里园一个（现文化中心）、灯笼一个（围渚里）、大围渚一个（中央屋、六份、东边、老屋基、顾家里、台门里）、马家泾一个（金钩钓月）。

3月20日，因百村行 专栏采访，记者专程来到了腾蛟居（《温岭市地名志》上记载为居，但村人还是习惯使用“村”）。

法云堂和腾蛟红庙

在腾蛟桥附近，有法云堂、腾蛟红庙和基督教教堂三个民间信仰、宗教活动场所。之前，记者即参观过法云堂和腾蛟红庙，知道一个概况，其中法云堂，台州市佛教协会编《台州市佛教寺院》一书记载：它原名法云寺，建于清嘉庆四年（1799）。

腾蛟红庙则与新渎宫一样，主祀敕赐孔侯王，是从新渎宫分灵而立的庙。

现在的新渎宫原名新渎庙，坐落于新渎头。前身为南山庙，初建于明嘉靖二十五年（1546），是为



标语与墙绘。

了纪念敕赐孔侯王而建在二龙山山岗上。由于山岗路险，信众进香多有不便，据老栎柄记载，于清嘉庆二十五年（1820），将庙迁建至背山面水交通便捷的新渎，改名为新渎庙。新渎宫系八个保的保界庙，这八个保分别是：山南、颜家、打角秧田林、章袁南洋王、山北、屯田、汇头郑、汇头林、泥桥等。每年（除疫情影响等特殊情况外）八保轮流值庆贺敕赐孔侯王寿诞，由值保的保负责演戏祝贺。

据当地人历古相传，庙主敕赐孔侯王姓孔名斌，字文英，山东曲阜县孔杨村人氏。侯王自幼好学，尤喜习武，他拜师学艺，勤学苦练，后得中武进士。其时，正值海寇侵犯东南沿海，他们抢劫烧杀，无恶不作，致使民不聊生，百姓遭殃。26岁的孔将军奉命进驻泽国二龙山，浴血奋战，奋勇当先，平定寇蛮，乡民得安。但海寇败退后兽性不死，屡屡侵扰极为猖獗。

孔将军忠心耿耿，带领军士与倭寇血战十载有余，终于平定倭寇，从此百姓安居乐业。但孔将军在大明嘉靖二十五年亦即1546年以身殉职在二龙山上，年仅42岁。

据《腾蛟村志》记载，腾蛟红庙原来并非建在现在的位置，而是在万堂徐家里向西100米处。相传此庙始建于明朝后期，由腾蛟、徐家里、章家信众共同从新渎山分支建立。2016年，腾蛟红庙被列为省首批民间信仰活动场所。

腾蛟红庙和新渎宫一样，寿诞日是二月十六，但是红庙演寿戏却要选择其他时间做，这是因为八保每年要轮流演大戏，腾蛟如果同时做戏，也演大戏开支太多，演小戏观众必然少，所以要错开时间。今年，红庙请了杭州振华越剧团来村演出。

林顾陈王四大姓

腾蛟村有林顾陈王四大姓。其中第一大姓林姓，为泽国林氏。今年84岁的林梅芳（方）1999年退休任小学校长，他告诉记者，泽国林氏的始祖为林时可，泽国林氏分四房，其中桥下林是大房，九星桥（上汇头村）、下汇头等是二房，泽国下街、西湾等是三房，汇头林（前后岸）、腾蛟等是四房。

泽国林氏四个房头轮流负责圆谱活动，2010年重修过一次谱，当时，腾蛟村林氏修谱由林汝华、林维增、林梅芳（方）三人负责，2011年农历二月廿六，泽国林氏在九星桥（泽国上汇头村）举行第十六次圆谱祭祖仪式。

记者想法借阅拍摄了民国丁亥年版《泽国林氏

宗谱》，据谱上记载，泽国林氏祖上为福建莆田人，后周时林勋（建献公）为台州盐铁大使，始居黄岩县太平乡练溪里半岭（今石桥头），泽国林氏始迁祖林时可为林勋十二世孙，字中俊，号梅庄，由半岭入赘泽国郑氏，生四子：洙翁、静翁、快翁、郁翁，因分为四房，编为一谱。（十一修原序）（时公）宋末举贤良方正不就，初为泽国郑进士馆甥（女婿），寻自卜筑前炉，此泽国一族所由始也。（十修原序）

泽国林氏辈行字母，名行为：时翁邦若 元德佳荣 天良显朝 孝必福之 丕光大舜 敬应其兴 崇修纯裕 茂业允昌（新增）道宗祖训 美誉昭彰。

表行（字行）为：中卿则于 尚从世钦 尊我典章 孔经孟仲 叔以汝明 惟贤人作 建学有方 殿选永贵（新增）积善敦仁 生成刚毅。

腾蛟村的顾氏源于江苏无锡，北宋淳化年间（990-994），顾本立从无锡迁居浙江乐安（仙居）怀仁。明洪武年间，十五世顾景土迁居下珠山（今珠山村），明万历年间，廿三世顾明宠迁居腾蛟，为腾蛟顾氏始祖。

腾蛟村陈氏先世陈华岳，唐开元年间由河南光州固始县入闽，晚唐时闽乱，陈博一避隐莆田。陈亨浩与李氏（右丞相李纲女如珠）携三子逃隐丹崖岙北，后居泽国前陈，成为泽国陈姓始祖。后泽国陈氏分流四方，一支居打网桥，后由学汝、恩燮、恩泽、学平迁至腾蛟，为腾蛟陈姓始祖。

王氏先祖自河南南阳至凤翔，再从凤翔迁至黄岩。元末，一支自黄岩迁居夹屿。考《王氏宗谱》，其始祖有四子，次子仲华因方国珍战乱，从黄岩迁居横泾改姓叶，叶氏系王姓一脉。夹屿有一支迁至三王，再三王有分支到腾蛟。因为异姓同亲，叶、王两姓民国32年曾同修宗谱。

曾经95%的农户撩粗纸

1988年版《温岭县地名志》上记载了腾蛟村有撩粗纸、烧蛎灰副业。

在写到泽国镇茶屿村时，记者曾引用了温岭县委书记张剑飞回忆录《无愧的一生》张剑飞回忆录》中的1962年5月8日完成的《茶屿、腾蛟、泥桥、下庄等生产大队调查情况汇报记录》调查报告。

在这份报告中提到了当时的腾蛟村（时称大队）从1958年公社化以后的有关情况：

腾蛟大队209户，男正劳力156人，半劳力52个，有劳动能力妇女269人，全大队除15户尼姑、

五保户外，其余194户，家家户户都兼搞草纸副业，从事造草纸的社员占总户数的95%。腾蛟大队的造粗纸，一九五八年公社化后，组成造纸厂，抽了六十个男女正劳力，三十个纸槽造纸，其他户内活动一概当作“资本主义尾巴”，发现谁家造纸，干部就一（脚）踢入河中。针对当时的困境，张剑飞建议应恢复副业生产，据腾蛟大队典型调查，一个半劳力，一天可造一捆草纸（一捆20刀，一刀24贴，一贴4张，一捆共有1930张），每捆纸需35斤稻草，加上少量石灰和工具折旧，每捆成本三元，供销部收购价格每捆5元左右，另奖售香烟10支，这样一捆可净赚2元，每人每年可生产八个月，一月从事20天，计全年可造160捆，净赚320元，全大队全年可造纸2920捆，净收入59840元，每户平均299元，其净收入超过农业总产值37000元的61.7%。

从中可知，当时95%的腾蛟村人撩粗纸，是个名副其实的粗纸生产专业村。

《腾蛟村志》中有较多篇幅谈到了做粗纸这一传统副业，称：据考证早在明末清初时期，我地林氏就利用早稻草为原料进行做粗纸。做粗纸在我地传承几百年直到二十世纪七、八十年代，我地在地区土产公司帮助下派人去富阳学习机械化生产粗纸，回来后办起了粗纸厂。因机械化生产粗纸原料广，除稻草外，废纸等都可用，生产出来的粗纸质量好，速度快，成本低。从此我地的手工生产粗纸逐渐被淘汰。

编写者林汝华肯定撩过粗纸，熟悉生活，因此，他才能生动地写出手工撩粗纸的种种艰苦：

做粗纸这个行业既辛苦又有很多技术参数，整天与水打交道，冬天经常敲了冰下到水里洗料，两脚双手冻得猪肝黑，在冰水里撩粗纸也是实在难受，有时虽用了风炉烧了一点汤，冷了暂时浸一下也解决不了问题。夏天在有碱性的纸槽里撩粗纸双手烂了像沙蜂窝，夜里用明矾水洗，痛得钻心，捣料、洗料、盐料等少一斤力气都不行。有时为了抢捣白、堵头、晒场，半夜五更就起床，下雨天别别的群众都是往屋里逃，我地的群众都往外跑，为了抢收粗纸等淋湿衣服是经常的事，碰到台风特别是旋风粗纸损失严重，有一次我地的粗纸被旋风刮到了方山顶头。

腾蛟村机械化生产粗纸后，因原料广、速度快、纸质好，受到用户欢迎，户里手工撩粗纸没有前途而逐渐式微，但后来粗纸厂也因时势变化而倒闭了。

现在村文化礼堂内，还有石头打制的纸槽、捣臼等生产工具。

昙花一现车木和卖布头专业村

上世纪七十年代末、八十年代初，因各地掀起拆老屋建大寨屋热潮，腾蛟村村民抓住窗栅多使用木栅的商机，纷纷购置车木机械和工具，车木产业在腾蛟村兴起。后来，村民们根据市场需求，又从车木棚到车楼梯扶手、楼梯踏板及其他车木产品，腾蛟村又成为车木专业村，现在也因形势变化，只有少数人还在车木。上世纪九十年代初，有村民得知在珠海从韩国进口的零头布很好，价格不贵，几人试着贩运了一车回本地销售，没想到成了抢手货，带动了更多村民参与贩运，腾蛟村又成为卖布头专业村，贩卖的地方除台州外，甚至还到宁波、舟山等地。不过，后来因成品服装便宜了，卖布头这一行只持续了几年工夫就几乎销声匿迹。



主办：温岭市侨联 温岭市社科联

科普之窗

主办单位：市科协

前沿科技 / 科学常识 / 科技人物 / 科学大事件

买不到维生素C？不要慌，还有这些食物！

DPPH自由基清除率是单独使用维生素C的两倍以上；维生素E也能与维生素C协同作用，提高抗氧化能力。

所以，与合成维生素C相比，靠食物补充天然维生素C的同时，还能抗氧化和清除自由基，可降低慢性疾病的发生风险，还具有抗炎作用，提升维生素C的吸收率和生物利用度，更好地提高免疫力。

这些食物补维生素C很强

甜椒、彩椒：它们都含有丰富的维生素C，其中甜椒和彩椒的维生素C含量分别高达130毫克/100克、104毫克/100克，也就是说，只要吃100克甜椒或彩椒就能满足一个普通成年人全天维生素C需求的130%和104%了。并且这两种都可以生吃，口感甘甜，营养保留得更好，避免了烹调过程中维生素C的损失。购买时要尽量选择表皮饱满有光泽的，皱巴巴的大多是因为储存时间过久不新鲜了，营养成分会流失。

小白菜：小白菜的维生素C含量在绿叶菜中还算是不错的，为64毫克/100克，尽量选择低温烹调，比如急火快炒、小白菜汤，或者沸水焯一下直接凉拌，这样能保留多点的维生素C。

羽衣甘蓝：这种蔬菜看起来很好看，大多出现在花坛里，维生素C含量为63毫克/100克，这个量比同为十字花科蔬菜的西兰花还高，更是大

白菜的1.7倍。而且它还富含β胡萝卜素，可以在体内转化为维生素A，对眼睛的健康有益。不过，羽衣甘蓝膳食纤维含量高，还含有硫代葡萄糖苷，口感既粗糙又发苦，很多人都不喜欢吃，但其实用沸水焯一下口感就会好很多，秆子咬不动就不吃。

樱桃番茄：也就是圣女果，它的维生素C含量为33毫克/100克，是大番茄的2.4倍，吃15个左右的圣女果，几乎就能满足普通成年人一天维生素C需求的66%了。而且吃起来超级方便，洗干净后一口一个！

冬枣：维生素C含量相当可观，为243毫克/100克，这个量，即便只吃两三颗冬枣，都能满足每天的维生素C需求了。不过冬枣热量高，要减肥的人，就别吃太多。

猕猴桃：口感酸甜的猕猴桃维生素C含量很优秀，为62mg/100g。虽然不如冬枣，但每天吃1~2个，几乎就能满足一天的维生素C需求了，价格也不贵。

草莓：草莓的维生素C含量高达47毫克/100克，这个VC含量可是接近葡萄的2倍呢，而且草莓是低热量、低GI的水果，很适合需要减肥和控糖的小伙伴。

橙子：维生素C含量为53.2毫克/100克，吃1~2个新鲜的橙子就能满足一般人群每天的维生素C需求，但橙子也富含β-胡萝卜素，吃太多会变小

黄人，不过，这对健康倒是没危害，只要停止摄入几天就能恢复。

维生素C补充越多越好吗？

虽然补充维生素C对提高免疫力有帮助，但也不是补充越多越好。根据《中国居民膳食营养素参考摄入量 2013版》中的数据，我国居民一般成年人维生素C的每日推荐摄入量为100毫克。也有研究表明，每天摄入200毫克维生素C是很安全的，并可以预防非传染性慢性病。

虽然长期摄入1000毫克/天的维生素C目前还没有发现不良反应，却有研究发现，当维生素C每天摄入量超过2000毫克，可引起渗透性腹泻，超过3000毫克会出现腹泻和胃肠紊乱，还会增加生出肾结石的风险。

所以，服用过多的维生素C会对身体造成伤害，最高可耐受摄入量为每天2000毫克。对于我们一般人来说，没必要过多地补充维生素C，够吃推荐量100毫克/天即可。

想要增强对疾病的抵抗能力，自然少不了维生素C。需要提醒大家的是，不要盲目补充，很多天然食物就含有丰富的维生素C，经济实惠，效果也不错，方便可以多囤一些。如果服用维生素C补充剂，一定要控制好量，可别补太多哦！

来源：科学辟谣