



景福宮的正門是依最初模樣重建。  
初建於 1395 年，之後經過數次破壞  
和重建

你想要看看開疆闢土的創新和豐富的文化傳統嗎？  
到韓國出席 2016 年扶輪年會讓你一舉兩得。

# 首爾心靈探索

在世界沿著現在化的道路向前衝刺時，許多文化抗拒快速的改變。韓國卻欣然接受，然而卻保持一種我們許多人唯恐會失去的平衡。在首爾，穿著上班西裝的父親耐心護送子女到學校。多世代的家庭在水池邊停下腳步，欣賞恣意綻放的野生杜鵑。每天在破曉前，全國各地的佛教僧侶敲響木魚及雲鼓，喚醒飛禽走獸。這是一個有數千年歷史的儀式，而在韓國，這種傳統的節奏融入每一件事物。

撰文：John Rezek





曾經一度被公路掩蓋的清溪川的重整工作，乃是扶輪社員，韓國前總統李明博的指標成就之一。2003年時任首爾市長的他發起這項計畫。

大韓民國大約有5千萬人，其中一半住在首爾及附近區域，使首爾成為全世界人口第二多的大都會。山脈覆蓋70%的國土，使空間彌足珍貴，大多數的新建築都是高樓。這種地理環境影響全國人民：做事力求精確，一心一意充分利用資源、全心投入回收及有效的環保措施。這可能也可以說明韓國人為何為對健行瘋狂入迷。

在首爾市中心散步，你可以看到上班途中辛勤認真的男女。你可以看到身材健美、

時尚前衛的年輕人拿著最聰明的智慧型手機。你可以看到一個世界級的城市建立了經濟動力源泉、科技創新中心、及亞洲文化軸心的地位。在2016年5月28日到6月1日，在首爾主辦國際扶輪年會時，你可以親眼看看它的一切。

這座城市被漢江分隔為兩塊。政府、金融、及投資公司分布在一個名為韓國曼哈頓的區域。在漢江北方的的是舊首爾，南側的江南區(Gangnam)是新興的文化中心，房租很高，小孩很帥氣活潑，隨時都

有新鮮事。江南有自己的風格；或許你都聽說過了。

你可以自己遊覽首爾，光是景福宮(Gyeongbokgung Palace)就值得花好幾小時。它是朝鮮王國(1392-1910)第一位國王太祖的王宮。在穿著正式禮服的朝儀當中，眾朝臣在標示官階的品階石旁分級列隊。國王可以依序位了解誰屬何種官階，擔任何種職務。覬見國王的走道上石頭故意鋪設得些許不平，迫使所有接近國王的人都必須注意腳步，也因此都維持低頭鞠躬的姿勢。



上：韓國的圖騰柱傳統上守護村莊的土地，趕走邪靈。

左：仁寺洞一間美術用品店窗戶懸掛的毛筆。這一區以古董、茶館、和藝廊著稱。

在王宮內，美麗又富知識性的韓國民俗博物館 (Korean Folk Museum) 展示日常生活的用品和習俗。其中一項聰明的發明是夏季寢具「竹夫人」(jukbuin)，這是一種編織竹籠，讓人可以靠著睡，達到最透氣的效果。

清溪川 (Cheonggyecheon) 是於 2005 年竣工的都市更新計畫，改變交通動線，讓一條穿過首爾中心的溪流重獲新生。現在它是一條清新宜人的河濱道路，白天是上班族的綠洲，夜晚則籠罩在浪漫氛圍之中。沿著兩邊寬敞的步道散步；每隔一段路還可以看到踏



COURTESY OF SUNG KOO YOON

最常見的泡菜是用大白菜做的，可是種類超過一百種，照片顯示其中九種。

腳石讓你跨越河面。

仁寺洞 (Insa-dong) 一帶都是古董店、藝廊、和餐廳，活像挺過首爾轉型為後現代都市過程的一個村莊。蜿蜒的街道沿途有特產店，可以買到高麗青瓷等瓷器以及韓國古董櫃等傳統家具。你也可以看到傳統茶館供應歷久猶新的茶種，裡頭通常有人蔘和薑。小巷往



SEREN SHIESIEN

你在你當地的星巴克絕對看不到首爾的這種奶泡。



KOREANET / JEON HAN

KOREA.net  
Gateway to Korea

上坡走可以看到有數百年歷史的民宅。氣氛肅穆安靜；告示牌（用英文寫）請遊客降低音量。

在韓國，吃飯是團隊活動。大大小小的盤子佔據整個餐桌表面；用不鏽鋼筷挑選你愛吃的，夾起來放到你面前的盤子。餐桌上會有泡菜——無所不在的泡菜。這道國民

美食每餐都吃。每個東西都要嚐嚐。會有人好心告訴你哪些東西對西方人的味蕾來說可能太辣。

餐巾很小，大概就像小手帕一樣。考慮到有這麼多食物都要用手拿，這樣的餐巾根本不夠用；別害羞可以多要一些。許多餐廳餐桌上都有一個按鈴，可以召喚服務生。有東

西要切時——例如韓國烤肉 (gogigui) ——服務生會用大型剪刀而非刀叉。韓國烤肉有好幾種方式，可是最知名的是醃牛肉。

韓國餐點包括小菜，叫做飯饌 (banchan)，多數都是蔬菜，就像首爾廣藏市場 (Gwangjang Market) 所販售的這些一樣。

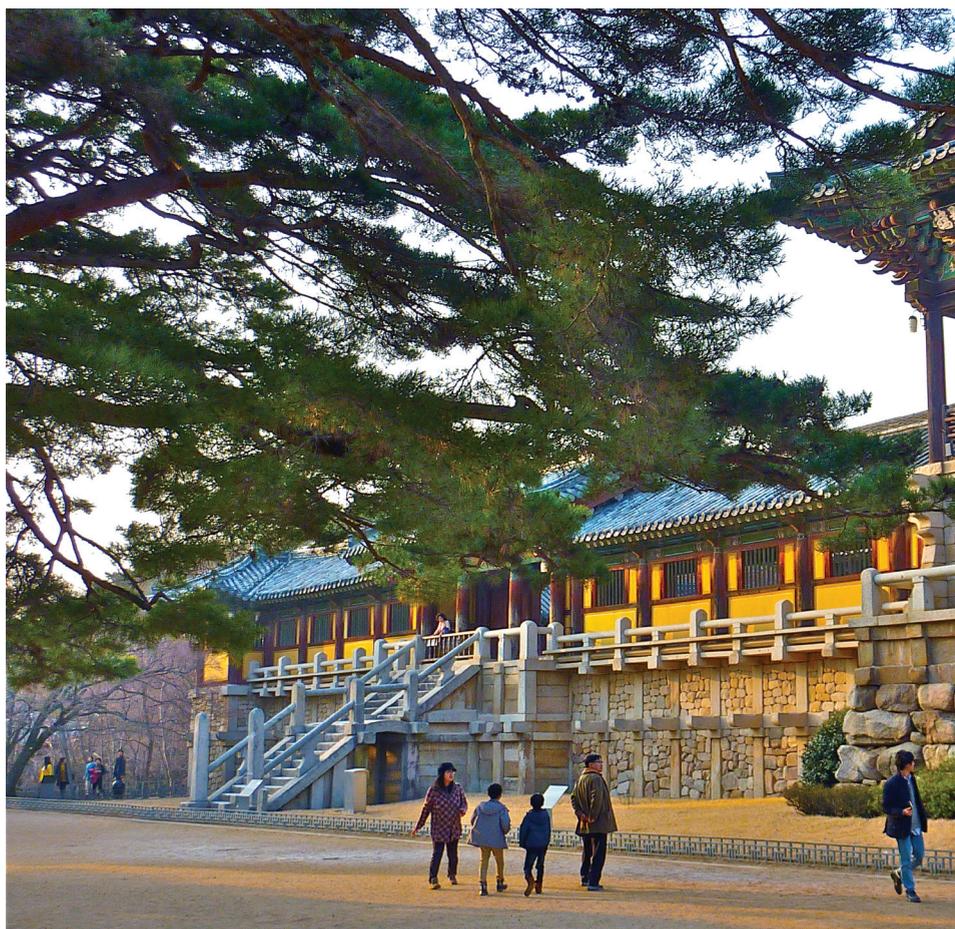


我在韓國期間，再三聽到的一句話是：「試試看，有益健康。」天氣炎熱時，可能會有人鼓勵你吃蔘雞湯 (samgyetang)，裡頭有一整隻雞，是公認的營養補品。用炒焦的米、肉桂、松芽、玉米做的各種茶品都有助於養生。問問韓國女性為何她皮膚淨白無瑕時，她可能會說：「我吃很多菇類。」街頭小吃很美味，更有冒險精神的人可以試試一碗熱騰騰的蠶蛹 (beondegi) (可自行選擇是否添加醬料。)

韓國有濃濃的飲茶文化，可是卻還是比不上咖啡。首爾的星巴克店數比全世界其他城市都還多。2014年，韓國農業食品暨鄉村事務部公佈咖啡在韓國比泡菜還受歡迎——這點在一個每年秋天每戶人家都要聚集在一起製作大量泡菜的國家來說實屬不易。泡菜放在瓦罐裡發酵，並埋在土裡保持必要的溫度。有些現代公寓的住戶會使用特製的冰箱來存放。

出了首爾，搭高鐵大約兩小時可以來到慶州 (Gyeongju)，這裡是新羅王國 (668-935) 的古都，也是絲路的一部份。舒適的子彈列車以寧靜的高效率和無懈可擊的服務，呼嘯穿過山區景致。

佔地廣大的佛國寺 (Bulguksa Temple) 是韓國最知名的寺廟。這裡是現存最古老的佛寺之一——在法興王 (668-935) 統治期間興建，景



在慶州的佛國寺，建築上都有丹青 (dancheong)，這是韓國傳統建築的一種塗料，以鮮明的圖案和色彩為特色。

德王 (742-765) 在位及退位後重建——乃是新羅時期建築的代表傑作。位於山腰，四周有修剪整齊的松樹和果樹環抱，精心鋪排嵌合、完全不用灰泥的石階和拱門通往寬廣的平台。宏偉的石階引領遊客來到望之儼然的廳堂與寶塔。最好能有經驗豐富的導覽員。

興建佛國寺的建築師金大城也參與興建韓國公認最精緻的佛教神殿——石窟庵 (Seokguram Grotto)。和緩的斜坡引領你來到一個寬廣的平台，上頭主要是一棟被雕刻石

洞框住的巨大建築。在眾菩薩及守護神的環繞之中，一座莊嚴的佛陀雕像凝視著外面樹木林立的山巒及遙遠地平線的東海。

附近大陵苑古墳群 (Daereungwon Tomb Complex) 廣大起伏的山坡乍看之下像是一座高難度的高爾夫球場。墳墓群於 1973 年出土，來這裡參觀可以深入了解第五、六世紀人的感覺。也不妨前往亞洲最古老的天文台瞻星台 (Cheomseongdae Observatory) 以及收藏重要文物和器物的



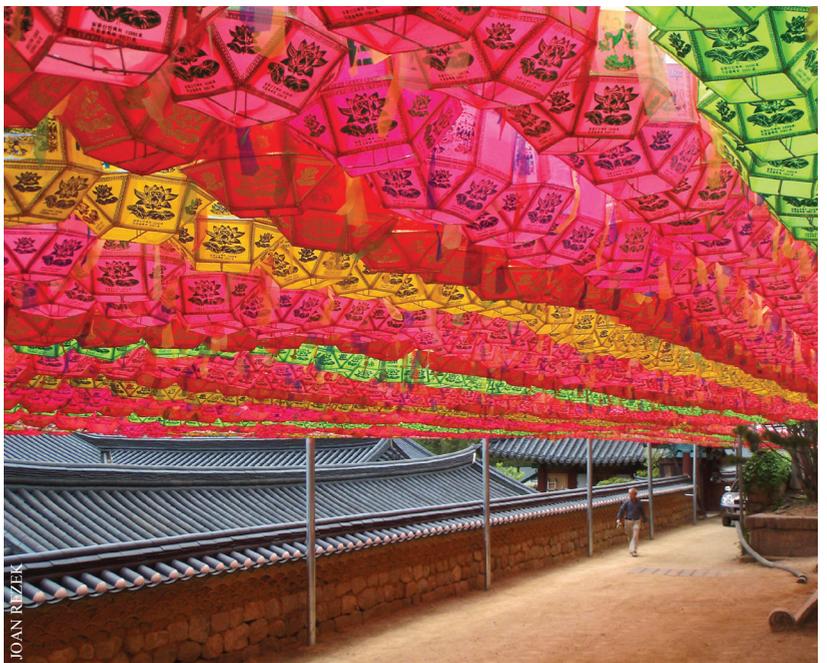
慶州國立博物館 (Gyeongju National Museum) 看看。

韓國有史以來和鄰國的關係一向有點緊張。它曾被入侵、戰禍、佔領，人民被奴役，文化珍寶被迫運往他國當裝飾品。它曾經有承平繁榮的時期，可是連睡覺都是睜著一隻眼睛。現在它的北方鄰居是全世界數一數二令人費解、好戰的獨裁者。這個鄰國擁有陣容浩大的常備軍、不算先進但令人擔憂的核武能力、以及飽受壓迫的人民。

其中一個令人印象鮮明的景點依舊是 DMZ，分隔南北韓的非軍事區。這裡離首爾



離佛國寺幾英里就是石窟庵，有寧靜莊嚴的坐佛像。這間寺廟和石窟在 1995 年列入聯合國教科文組織的世界遺產名單



在韓國，佛教慶典必有燈籠。這裡是梵魚寺特別密集燦爛的燈籠，數百名僧侶集聚在此紀念對抗日本人的精神領袖洞山。

一小時，曾經是激烈戰事的戰場，目前是重裝防守的邊境。在某些區域，它也是自然保護區；在其它區域，它肥沃的土壤生產擁有特別標章、備受讚

揚的稻米、人蔘、和酒。各種動植物在此繁衍茂盛，完全無視於政治的喧譁和侷限。這裡是南韓人樂觀精神的象徵。和解及希冀和平在南韓各處都看

得到，即使和北韓邊界的有刺鐵絲網上都看得到緞帶在風中翻飛。

板門店 (Panmunjom) 有共同警備區，裡頭有一些建築位於停戰線兩側。這條停戰線就穿過談判會議室的中央，甚至將會議桌一分為二。檢查哨瀰漫著壓抑的緊張氣氛，雙方的警備軍都提高警覺。

對我來說特別有意思的是第三滲透隧道 (Third Infiltration Tunnel)，是自 1953 年停戰協議以來所發現的四條隧道之一。這一條是 1978 年根據一位自北韓逃亡者提供的情報而發現，設計的目的是要每小時運送 3 萬名全副武裝的士兵到南韓。在隧道裡和四、五十名遊客一起就讓人幽閉恐懼症快要發作，要 3 萬名士兵同時穿越得需要非常驚人的紀律。我最後只走到離北韓邊界 170 公尺遠一條被封住的死路。

在往返非軍事區的路途上，有刺鐵絲網和監視哨沿著臨津江 (Imjin River) 分布。在南韓這一側，山坡上的樹木蒼綠茂盛，在北韓那一端，山坡光禿禿，樹木都被砍來當柴火。

更往外走，港都釜山是船運及美容手術中心。這裡也有一個海濱渡假村和一個很棒的札嘎其海鮮市場 (Jagalchi)，沿著兩側排滿充氣水槽的走道走，你可以看到一大堆活力十足的海鮮。章魚水槽波浪不斷，似乎打定主意要

逃走。以穿著粉紅服飾為榮的女性在市場裡奔走；過去男性出征時，她們逼不得已代打上場，現在這些札嘎其大媽依然是市場活動的寫照。

在金井山 (Mount Geumjeongsan) 山麓的梵魚寺 (Beomeosa Temple) 興建於新羅王朝。1713 年改建，特色是色彩鮮明，稱的上是朝鮮王國時期數一數二精緻、奢華的建築。這裡有一座興建於第九世紀的三層石塔、七座殿閣、十一間庵堂。身為韓國佛教曹溪宗的主寺，今天仍有僧侶在

此修行。在我到訪那天，那裡舉行一個紀念洞山和尚的盛大儀式，韓國各地有數百位僧侶前來參加。他在第二次世界大戰之前拒絕臣服於日本侵略者而備受景仰。日本人允許韓國僧侶像日本僧侶一樣可以結婚，試圖動搖誠律嚴格的韓國佛教。這裡是遊客可以住下來和僧侶一起修行操課的幾個寺廟之一。

靠近東海，蜿蜒穿過冬柏公園 (Dongbaek Park) 的小路是欣賞蒼綠山坡以及主辦 2005 年亞太經合會高峰會的



在釜山的札嘎其海鮮市場，大媽賣的海鮮很新鮮，在你抵達前一刻都還活跳跳。

會場「APEC 世界頂峰之家」(Nurimaru APEC House) 的好地方。拾階而上，呈現在眼前的是壯麗的海雲台海灘 (Haeundae Beach) 以及周圍的豪華飯店大樓。

如果你無法參加地主籌備委員會安排的旅遊，在離開韓國前也務必到韓國民俗村 (Korean Folk Village) 一遊。這裡離首爾不遠，展現典型韓國村莊看的到的風俗和工藝。你可以看到傳統婚禮，驚嘆簡單但疼痛的監獄刑罰方式，逛逛商店看看陶器等手工藝品的製

作過程。

韓國不是一個懶散的國家。這裡的人都以健康、成功、快樂為目標，想要和遊客分享這一切。他們以自己的國家為榮，也以克服重重挑戰後的成果為傲。他們喜歡就事論事——而且不管是什麼事，都做得有聲有色。他們的孩童充滿好奇心，樂觀開朗。身為一個美國遊客，我是好奇心的焦點，就像每個金髮的人一樣。他們會練習用英文問好，想要和遊客合照，證明彼此的世界有交集，證明發生一件有意思

的事，證明我們都是其中的一部份。

2016 年國際扶輪年會將於 5 月 28 日 - 6 月 1 日在離首爾一小時的 KINTEX 中心舉行。扶輪將使用的兩棟龐大建築都配備有最新的科技。這是個美麗、寬敞的地方。主辦單位正在籌劃年會前、中、後一系列的活動和旅遊。上述許多地點都涵蓋其中。詳情或註冊請上網參見 [www.riconvention.org](http://www.riconvention.org)。



釜山是全世界最繁忙的海港之一，也是韓國第二大城，可是在美麗的海雲台海灘步調就緩慢許多。