

360亩芦花如雪绽放

2018西溪听芦节诗意开幕



图片由西溪湿地提供。



本报记者 黄莺 贝楚楚 通讯员 王益燕

“千里蒹葭十里洲，溪居宜月更宜秋。”霜降一过，西溪360亩芦花悄然泛白，在秋风的微拂下，宛如皑皑白雪随风飘起，故称“秋芦飞雪”。

听，芦花绽放的声音——2018西溪听芦节今天开幕，一直延续到2019年元旦。本次听芦节，西溪湿地还准备了多姿多彩的活动，动静结合，展示湿地秋韵。

仰望先贤，共话西溪雅趣

今天，来自浙江新时代诗社、新蕉园诗社等省、市100余位著名词人会聚秋雪庵，举行两浙词人祭祀仪式。东园巷小学小蕉园诗社的小诗人们朗诵《满江红》，词学氛

围浓郁；文人们临水作诗，各抒己怀；还能看到书画展示、越剧表演等，为本次雅集增添文化色彩。

西溪的芦花分为荻、芦竹、芦苇，大多集中在秋雪庵周边，故秋雪庵是赏芦的最佳地点。

庵内设有两浙词人祠堂，供奉历代词人先贤1044位，陆游、白居易、苏轼、李清照等都在供奉之列。每年霜降后第十天，文人们都会在此举行词人祭祀仪式。

曲调悠远，传递水乡风情

深秋来西溪，静静地随着摇橹船在蜿蜒的水道里穿行，听着风吹芦苇的声音，最能体会“一曲溪流一曲烟”的西溪特色。荡舟在秋雪庵周边，芦苇深处古典乐声袅袅传来；深潭口古戏台上，经典的越剧折子戏袅袅演绎。

另外，河渚街上还有气味互动体验馆、“云图镜像”艺术展，为游客带去新奇的体验。

返璞归真，畅享江南风味

西溪“摇摇摇”将火锅搬上摇橹船，选取最新鲜的食材，在飒爽的深秋，给你一个暖心又暖胃的选择；“渔舟向晚泊，隔岸荻花齐。”把生活过成诗，只需要选择西溪的“听芦套餐”；选择晴好的周末，到西溪一睹“干塘渔获季”的热闹场面吧。

诗画摄影展，尽现秋雪之韵

本次听芦节，西溪将举办朗诵比赛、绘画比赛、摄影比赛等活动，以不同的形式展示西溪秋季之美。

●亮点活动一“秋芦飞雪”朗诵比赛

西溪独特的自然风光和深厚的文化底蕴，自古吸引着文人墨客来此吟诵、栖居。陆游、苏轼、郁达夫、徐志摩等都曾在这里留有鸿迹。为传承和弘扬中华优秀传统文化、给中小学生的一个展现自我的舞台，听芦节期间将举办“秋芦飞雪”朗诵比赛，用最纯净的声音诠释秋季之唯美。

●亮点活动二“秋芦飞雪”绘画比赛

都说西溪风景美如画，当如画的风景呈现在画纸上时，会有多美妙？听芦节，西溪将举办“秋芦飞雪”绘画比赛，并组织小朋友现场写生、随性创作，鼓励小朋友们用童真的画笔记录西溪的秋季之美。

●亮点活动三“秋芦飞雪”摄影比赛

秋风微拂，满滩芦苇如漫天飞雪，成就西溪十景之一“秋芦飞雪”，此景让无数摄影爱好者为之痴狂。今年，西溪继续推出摄影大赛，奖品丰厚，摄友们可准备好来创作大片了。

以上三项活动具体参与方式，可关注钱江晚报旗下微信号“西湖晓蛮腰”11月2日推送，或者前往“西溪湿地”官方微信“听芦节”菜单栏查看。

老药工：肿瘤的调养要从安神入手

“正气存内，邪不可干”

“正气存内，邪不可干”，是中医经典理论。根据这一经典，我省已故中医大师何任教授，以一生的经验，留给后人十二字肿瘤治则：“不断扶正，适时攻邪，随证治之。”意在开方要不断地扶助病人的正气，适当的时候采用攻伐的手段，有什么症状用什么药。

全国那么多中医肿瘤专家，治疗方法千姿百态。但占主流的治则治法，与何老“十二字治则”差别不大。

早几年，有位西北的肿瘤专家到访杭州，有医生请教，他说：“我就是个办

法：让病人好好睡觉。”好好睡觉，就是扶正；华东地区有位肿瘤名医，大学教授，给病人开方，会轻描淡写地外加“蓝帽子”（保健食品）灵芝片——行内人一看他的“套路”就是用灵芝来安神，因为安神是特别好的扶正之道；2010年的时候，北京有名中医到杭州开会，向与会专家传授“秘诀”：我们那里，任何一个肿瘤病人，一进来就是野生灵芝30克、冬虫夏草3克、西洋参5克。杭州的医生听了吓了一跳，“这个方子太豪华了。”怎么办呢？改成野生灵芝30克，红枣若干。为啥放红枣？野生灵芝苦重。依然是扶正。

“久病必虚”

没有生过肿瘤，不知道生肿瘤的痛苦啊。

肿瘤疾病是轻证重病，外表看不出来，威胁却时刻存在。“邪之所奏，其气必虚”，有的肿瘤病人，生病前3到5年睡眠不好，放弃抵抗吃安眠药，导致“正气”虚损，连锁反应就是几年后肿瘤这样的“大老虎”进来了。这是生病前。生病后呢，病灶的损害，手术、药物的反应，巨大的心理压力，病人体质多是虚的。有肿瘤病人，亲人面前总是很平静，一个人的时候偷偷掉眼泪。

高明的医生，方子里就重用安神药，



病人睡着了，就不会胡思乱想，深睡眠时间越长，对康复越有利。因为免疫功能的恢复是在深睡眠的时候进行的。“人卧血归于肝”，肝是解毒器官，深睡眠让肝血充沛，利于解毒。

肿瘤病人服药时间比较长，是药三分毒，应该给肿瘤病人选副作用少、安神效果显著的药，这就选到了野生灵芝，野生灵芝按颜色分为五芝：赤芝入心，安神为主；黄芝（桑黄、华褐孔菌）健脾利湿；黑芝入肾利水；白芝入肺经，止咳平喘；青芝入肝经解毒。杭州胡庆余堂、方回春堂、种德堂这些老字号里的老药工说：肿瘤的调养，从安神入手比较合理。中药的安神，安的是心神。很多肿瘤病人

恶梦很多啊，恶梦多就是心神不宁，就是心气虚，正气虚，这个时候特别需要安神，病人没有梦了，一觉睡到天亮了，白天就会有力气，就吃得下饭，吃药也能吸收了。“所以，我们总是根据病人的具体情况，给他们配灵芝。”

问到目前肿瘤病人对中药的知晓度，老字号的老药工说，感谢多年来媒体对桑黄灵芝的报道，现在肿瘤病人选择桑黄灵芝的越来越多。只是有一点，患者不要自己找“路子”到外地买桑黄灵芝，被人2万元一公斤“杀猪”。杭州老字号里面的桑黄灵芝、其他野生灵芝，价格合理，老药工懂得配伍，品质安全可靠。 本报记者 寿亦萍

