



康养风雅地 水城泰和堂

坐动车来泰州,体验道地药材、稻河名医、保健养体之旅

青砖黛瓦五巷情,文昌水秀稻河美。在泰州历史文化街区——稻河古街区东南角,一座古民居周氏(吴氏)住宅历经了150多年风雨。

民居始建于清朝咸丰年间,占地3000平方米,建筑面积2000多平方米,为晚清时代苏中苏北地区第一豪宅,被老泰州人亲切地称为“九十九间半”。

2012年“九十九间半”被评为全国十大文物维修工程,2015年2月,经过泰州市中医院的精心设计及装饰,被改造成为泰和堂国医馆暨中医药文化宣传教育基地。“泰和堂不光是旅游景点。”泰州市中医院院长王华说,“在这里,游客不仅可以欣赏到泰式古民居美轮美奂的青砖黛瓦、雕梁画栋,还可以请知名中医望闻问切、保健养生。”

开业一年多来,泰和堂国医馆已吸引了全国各地近六万多的游客,目前,泰和堂已成为稻河古街区一颗璀璨的明珠和泰州市“医、药、养、游”模式的靓丽名片。

特约记者 孙晓军 沈桂琴
现代快报记者 吴文锋 尹有文



专家在泰和堂讲学

观景

不输个园的晚清苏中苏北第一豪宅

5月10日下午,泰州的陈阿姨来到泰和堂国医馆,找医生做针灸。与医院相比,国医馆的就诊环境让她心旷神怡,“这里就跟扬州个园一样,等于我是在风景区里治疗,是一种享受。”

与扬州个园相比,泰和堂国医馆的建筑规模和精致程度毫不逊色。经原主人多次修缮和扩建,周氏(吴氏)住宅形成了东西4条轴线、住宅园林齐全的格局。14个天井组成的十多个院落形成了整座建筑群,从空中望去,

规模宏大,气势恢宏。

砖雕、石雕和木雕是泰和堂国医馆的点睛之笔。特别是泰和堂北边仪门墙上的砖雕中,一只蝙蝠叼着一根如意,水波间藏着一只螃蟹,寓意福如东海。近观砖雕,精细雕刻,美轮美奂,堪称艺术珍品。

除了古建筑文化,传统中医文化是另一大看点。《明代万历铜人明堂之图》、仿清光绪大医院版针灸铜人模型,平常难得一见的与中医有关的字画、经典著作、泡药制药工具等能在泰和堂一睹为快,5000多年来灿烂的中医药文化尽在其中。

在泰和堂国医馆淡淡的艾炙香中走上一圈,可以感受到什

么叫做“养生则寿”。

养生

来泰和堂小住几天 调理身体

夏金,泰州市中医院针灸科医生,泰州市非物质文化遗产夏氏针灸疗法的传承人,长期在泰和堂国医馆坐诊。

“每天少的话30多人,多的话能有70多人。”疗效之好在患者之间形成了口碑,口口相传下,慕名前来者越来越多,夏金常常不能按时下班。

唐佩林、刘钦华、徐方镇、陈顺中、杨波、张华、杨洲、赵燕宁等中医赫赫有名,每逢坐诊,更是门

庭若市。小针刀治疗颈椎病、小儿按摩、针灸、灸疗、刮痧、气功、推拿、膏方、药浴、康复等特色中医疗法是他们“拿手好戏”。

除了本地专家,国医大师和省市名中医专家经常被泰和堂国医馆邀请来坐诊、讲学、传经授道,拓展中医养生康复治疗未病功能。泰和堂国医馆开张一年多来,声名远播。今年,“外交官看中国”、“康养泰州、品读风雅”东方快车豪华专列行、“中央数字电视书画频道进万家”等大型活动走进泰州,泰和堂是必到之地。无论是27国驻华大使及外交官、300多名豪华专列的游客,还是艺术气质不凡的全国书画大咖,他们都在泰和堂流连忘返,在欣赏美景的同时,还有名中医为他们健康把脉,辨识体质,量身定制调理方案,真是一件很惬意的事情。

资深主治中医师张华说,有游客和朋友一起组团从广东专门坐飞机过来,在国医馆里小住上几天,调理身体,身心大振。

善治不如善养,国医馆还常年开设太极拳、八段锦、五禽戏等对身体大有裨益的培训班。“泰州太美,顺风顺水!不来泰和堂国医馆,你或许不知道泰州美得多有底蕴,美得多让人舒心!”动车开通,泰州市中医院院长王华发出盛情邀请,“春色正灿烂,诗酒趁年华,挑个悠闲的时间,约上三五好友,来一次泰和堂康养之旅吧。”

周末两天,去姜堰游湿地、逛古镇

泰州姜堰,位于江苏中部、长江北岸,东邻南通、西接扬州。这是一座因水而生、因水得名的城市,“姜堰”,因北宋初年姜氏父子筑堰抗洪而来。历史上,姜堰曾是海水、江水、淮水交汇之处,故又称“三水”。

这是名副其实的水乡,已经足够优美和迷人,但上天对她格外恩宠,又赐予了一片湖——溱湖。

如今,溱湖旅游景区已成为国家5A级风景名胜,被誉为“水乡明珠”。景区内的湖水、湿地、古镇、华侨城、河横生态园,每年吸引着来自世界各地的近600万游客。

5月15日,宁启动车开通运行,姜堰是其中一个站点,现代快报记者特意为你梳理姜堰的特色景点。周末两天,或带上家人,或邀上几个朋友,一起乘动车去姜堰赏湿地风光,品古镇风情。

特约记者 黄立群 黄苏 刘永彬
现代快报记者 吴文锋 尹有文



从空中鸟瞰,景区如同画卷

第一天 游湿地 泡温泉

上午 溱湖国家湿地公园(约3小时)

乘坐D5502次动车,早上7点04分从南京出发,8点40分就可抵达姜堰站,前往溱湖国家湿地公园。

湿地公园是典型的以半自然农耕湿地为特色的郊野型湿地公园。湿地湖幽水静、林奇兽异,现有各类植物150余种,野生动物近100种,其中麋鹿、丹顶鹤、扬子鳄为国家一级保护动物。

来到湿地,要坐一坐摇橹船,听一听水乡船娘吟唱的小调,别有韵味;顺道玩一玩湿地体验园,享受一番湿地深处的互动快乐;踩一踩农家水车,体验一下水乡农耕生活的乐趣;进一逛陶吧,感受下独特的紫砂艺术魅力;喂一喂动物,与麋鹿、扬子鳄、黑天鹅等珍稀动物来个亲密

接触;逛一逛中草药植物园,一边放松一边科普,好不惬意。

特别提示:每年清明节前后是一年一度的溱潼会船节,目前已被列入国家级非物质文化遗产和全国十大民俗节庆活动。在这期间到溱湖游玩,可以看到千舟齐放、百舸争流的壮观场面。会船节被誉为“世界上最大的水上庙会”,有着“天下会船数溱潼、溱潼会船甲天下”的美名。

午餐推介:溱湖美食园、溱湖会议中心、溱湖大道附近农家乐

下午 古寿圣寺(1小时)

出了湿地,坐上班船到达对岸的古寿圣寺。站在寺中凭栏极目,拜一拜世界最高的三面药师佛塔。药师佛塔塔高81米,耗铜500多吨,象征着尊重生命、崇尚健康、追求幸福,被上海大世界基尼斯官方认证为“中国最高的水上三面药师佛塔”。

华侨城云海温泉(2到3小时)

沿着古寿圣寺就可以到达华侨城云海温泉。这里的温泉分室内池和室外池,室内区有360°巨型玻璃穹顶,四季如春;室外区有50多个露天温泉池,错落有致地散布在溱湖畔的花草丛中。

特色菜肴:以溱湖特有水产为原料烹饪的“溱湖八鲜”(八大系列,200多道菜,主打菜肴:溱湖鳊鱼、溱湖虾球、溱湖鱼饼、溱湖甲鱼、溱湖老鹅、溱湖螺贝、溱湖杂鱼、溱湖银鱼)

晚餐、住宿推介:温泉自助餐、溱湖人家、梅府家宴、奥思廷酒店

第二天 逛古镇 观古宅

上午 溱潼古镇(1到2小时)。找一家早茶店,来一份烫干丝,要一只蟹黄包,加一份鱼汤面,尝一尝水乡特色的早茶。

古镇四面环水,拥有2万多平

方米保存完好的明清古建筑群,是苏中地区古民居保留最多最完整的古镇,随处可见小桥流水、深巷幽居、麻石铺街、老井当院。

古树名木遍布镇区,其中,栽植于宋代的山茶,迄今已有800多年历史。清明前后,花开万朵,争奇斗艳,香飘十里,被誉为“全球茶花王”“神州第一茶”。

购物推介:溱潼鱼饼、虾球、蟹蟹、烧饼等。

午餐推介:溱湖娱乐城、溱潼宾馆、万家福大酒店、溱湖大杂院等。

溱湖农业生态园(1小时)

在这里不光可以品尝地道的农家菜,还有更多的冷门养生果蔬。大快朵颐之后,可以顺道看看水乡人民的高效农业养殖技术。不要惊讶,这里有各式各样的水果拼连花卉,有玉米果粒镶嵌而成的金龙,还有花生、小西红柿等植物果实镶嵌的京剧脸谱。

下午 古罗塘文化景区(1至2小时)

景区坐落于姜堰城区,早在北宋年间,这里就是苏中、苏北的粮油、茶叶集散地。

景区内建筑群古色古香,街巷纵横,天井、游廊、水景工程等中国古典建筑元素与现代商业元素交相辉映。王氏宗祠、黄龙士纪念馆、徽商旧居、乾隆昌棧等历史文化景点享誉苏中。

来到这里,一定要穿行于麻石铺街的悠长古巷,徜徉于老井当院的古民居群,品味历史,让你流连忘返,如痴如醉。