

崇尚中式养生 更想标本兼治 老外爱上中医游

赵珊 孙璟璐

中医药健康游作为一种新兴的旅游业态,正受到越来越多游客的青睐。在绿色、自然、简约的生活方式已然成为流行趋势的当下,不仅国人喜欢,外国友人对于神秘而迷人的中医药文化也越来越关注,对中华传统养生观念也越来越推崇。

日前,10名来自美国、加拿大、英国、丹麦和澳大利亚等国家的游客在北京体验了一次舒服惬意的中医药健康之旅。北京正在着力打造“旅游+中医”,使之成为一张旅游新名片,增强北京旅游在世界的吸引力,提振入境游。



外国游客在新疆中医医院参观。来自百度



外国游客参加北京中医药健康游。孙璟璐摄

神奇舒服的中医体验

冬日京城,寒气袭人,但10名外国游客的中医药健康之旅却在昌平天养健康谷火热开启。

大多数的外国游客对太极拳都有所耳闻,但不少人还是头一回见识八段锦。八段锦是一套独立而完整的健身功法,起源于北宋,至今已有800多年的历史,其动作舒展优美,简单易学,祛病健身,作用显著,适合于男女老少。在舒缓的音乐中,指导老师放慢动作进行八段锦的演示。对于这些外国游客来说,很多肢体的伸展方式都是他们以前未曾见到、想到的,特别

是移动重心这一点,是比较难以描述和理解的。跟着老师的示范,外国游客一招一式学得认真。

推拿按摩也是外国游客喜爱的体验项目。长期伏案工作的美国游客美代子说,她第一次做颈椎按摩时颇有些担心,觉得左右前后地掰动脖子有些危险。不过当她体验过之后,感觉颈部得到了充分的放松,对缓解颈部疲劳很有帮助。她还体验了振腹疗法按摩。振腹疗法是用手掌对腹部做每分钟数百次的振动,激活肠胃、肾经、神经与经络。“好像我进行了很长时间的推拿按摩,又好像在健身训练”。但其实她只是躺在床上接受了5分钟的腹部按摩。

来自澳大利亚的詹姆斯的左侧肩膀曾经有过脱臼的病史,按摩师推荐他体验一

下专门针对左肩的按摩。美国游客艾琳体验了背部按摩,在被问及按摩师的力度的时候,她表示非常合适、很舒服。这些外国游客在体验之余互相交流按摩的感受和效果,连呼过瘾,并且相互拍照、录像,记录下“中医”这个全新的体验。

由北京市旅游委举办的此次外国游客中医药健康之旅,邀请了知名国学大师进行中医文化及理念的讲解,分享中医药发展史及有趣的历史人物故事。活动内容还包括体验中医温泉药浴、针灸,参观中草药种植园和中药博物馆,品尝传统中医养生膳食等丰富的体验活动。

中医养生文化吸引老外

参与本次中医药健康游的10名海外游客,是借助海外社交媒体以及携程网招募而来的,都对中医养生文化深感兴趣。他们中有两名是年轻的母亲,她们在尝试中医的治疗后,认为中医对母婴健康有很大帮助;有的是进行了10年中医按摩治疗;有的认为中医“病根”“病灶”的理念比西医更合理。他们来参加这次体验活动,就是想体验不同的中医调养方案对于身体的不同助益。

体验针灸、推拿,学习八段锦、太极拳,品尝中药药膳……这些充满中国传统养生文化元素的中医药活动,已逐渐成为外国游客来华旅游的新体验。他们在观赏山水风光和中华文化的同时,又可以学习到这些充满健康理念的养生方式,实现防

治疾患、强身健体的功效。

北京市旅游委做过一次外国游客对北京中医药健康旅游需求度的调查。相关负责人表示,在调查中发现,大多数受访者表示会参加北京的中医特色养生旅游,也愿意推荐身边的朋友也来参加,愿意分享北京的中医特色养生游。

世界医疗旅游协会首席执行官官纳森·爱德尔海特曾表示,“中国正在探索的中医健康养生旅游,非常有本国的文化特色,很容易被人们所接受。”德国魁茨汀中医医院道丁格认为:“中国最大的自主品牌是中医药。”

吸引众多外国游客来中国旅游的,不仅仅是壮美秀丽的自然风光,还有独具魅力的中国文化。中医恰是中国文化中不可或缺的重要部分。国务院新闻办公室日前发表的《中国的中医药》白皮书中提到,中医药作为中华文明的杰出代表,其独特的生命观、健康观、疾病观、防治观,实现了自然科学与人文科学的融合和统一,蕴含了中华民族深邃的哲学思想。随着人们健康观念变化和医学模式转变,中医药越来越显示出独特价值。

中医药游将成北京新名片

《中国的中医药》白皮书中提到,要推进中医药与旅游的融合发展,开展中医药健康旅游,医养结合。

旅游作为重要的载体,有利于广泛推广和展示中国中医药传统文化资源。中医

药健康游作为一种新兴的旅游业态,正逐渐受到越来越多外国游客的青睐。中国多地正在积极发展中医药健康游。北京作为首都,中医药养生文化资源非常丰富。中医药健康游正在成为北京旅游新的增长点之一。

北京发展中医药游具体有哪些优势呢?北京市旅游委员会副主任曹鹏程介绍说,“旅游+中医”正是北京着力打造的一张旅游新名片。北京中医药健康旅游资源丰富、产品多样,汇集了诸多名院、名科、名医,具有发展中医药健康旅游得天独厚的条件,能够满足国内外旅游者和患者的不同层面的需求。目前北京中医药健康旅游主要是从中医药文化体验旅游和中医国际医疗旅游两个方面展开,中医药文化体验游已经有13条线路可供选择,中医国际医疗游也已经推出了31个具备中医药特色及治疗优势的国际医疗旅游项目,吸引海外患者来京就医和旅游。

现在北京的中医药健康旅游项目,有体验式的,如中医针灸、中药药膳;有普及观赏类的,如中医知识讲堂、中药种植园;还有诊疗式的,如京城名医馆、同仁堂中医院、广安门医院等推出的31个中医国际医疗服务包等,内容丰富多元。截至目前,北京有中医药文化旅游示范基地35家。

据悉,未来几年,北京将在房山周口店镇、顺义木林镇等地区打造中医特色小镇,申报并建设东城、昌平、丰台等国家中医药健康旅游示范区,建设为数众多的中医药健康旅游示范基地和示范项目。

景区提质,『摘牌』只是第一步

张琪

近日,全国31个省市区均已对本地4A级及以下景区进行检查,共有367家4A级及以下景区受到不同程度处理,其中包括55家4A级景区在内的107家A级景区被摘牌。

A级景区取消了“终身制”,中国景区已进入动态管理状态。去年,5A级景区山海关已被摘牌。今年4月,南锣鼓巷也主动取消了国家3A级景区资质,暂停接待旅游团队。8月,国家旅游局撤销了湖南省长沙市橘子洲旅游区、重庆市南川区神龙峡景区5A级旅游景区质量等级。

景区这种“有进有出”的管理方法,更有利于保障其服务质量与游客利益。因为“有进有出”,景区负责人就不得不绷紧管理这根弦,就不得不绷紧对游客负责这根弦。而“进出”标准不全,是景区负责人这根弦绷得紧不紧的决定因素。

被摘牌景区存在的问题有:管理不到位,其中包括厕所革命滞后、安全隐患严重、景区周边环境脏乱差等;设施不到位,主要是停车场建设滞后、标识导览系统短缺、游客服务中心功能不全等;服务不到位,包括导游讲解服务不到位、残疾人厕所服务欠缺等;保护不到位,主要是旅游资源粗放式开发、景区生态建设滞后等。可以看出,大到安全防护,小到服务质量,都成为了考察景区的标准。

检查整治先行,制度也需要紧跟其后。如果只是几次行动,几次检查,虽然摘牌景区范围广、数量大,但不能从根本上解决景区服务质量的问题。全国景区监管需要走向常规化和制度化,旅游景区质量等级管理办法也需要尽快出台。

对A级景区实行“有进有出”的动态管理,从根本上是为了保护游客利益。因此,开拓游客反馈渠道是应有之义。各景区网站开辟游客建议板块,景区负责人定期查看游客意见并作出相应整改,各省市区旅游部门定期检查景区是否跟进游客建议,这些措施也应提上日程。

新疆伊吾:胡杨林银装素裹似仙境



位于新疆哈密市伊吾县的淖毛湖胡杨旅游风景区内,冬日的白雪将胡杨林变成了银装素裹的世界,满是雾凇的胡杨树仿佛一幅写意水墨画,置身其间,犹如仙境,非常迷人,引不少游客前来拍照。吴红军摄(人民图片)

赵州古桥寻三宝

赵志勇 文/图

建于隋代的河北赵州桥是世界上现存年代最久、单孔跨度最大、保存最完整的敞肩式拱桥,一直被尊为“国宝”。其实,赵州桥还有宝中之宝,这便是从河床里发掘的“隋栏”,从关帝庙废墟里发现的“唐铭”和古桥上存留的“仙迹”,这些宝贝并称“古桥三宝”。

赵州桥已有1400多年了,其间,寒来暑往、风剥雨蚀、沧海桑田,古桥屡遭自然和人为毁坏,有文献记载的修缮就达7次。如今,游客眼前的赵州桥早已不是隋代的原貌。从遥远的历史画卷中走来的珍贵石板,让赵州桥多了几分沧桑厚重和历史的真实感。走近新中国成立后才出土的精美隋栏,让人目不暇接。你瞧,“双龙戏珠”、“双龙交颈”、“双龙戏子”、“龙托花珠”、“奔龙栏板”、“饕餮栏板”、“斗子卷叶栏板”等雕塑都栩栩如生,活灵活现。这些高浮雕的艺术石刻,选用的石料均为带褐色云纹的石灰石,凸凹不低于15毫米,大部分高浮在20至30毫米之间,立体感极

强。栏板均为双面雕刻,匀称的比例、流畅的线条、精细的刻工,彰显出隋代工匠高超娴熟的雕刻技巧。它们出土后被专家鉴定为国家级文物。那块“双龙戏子”栏板,刚出土不久即被当时的中国历史博物馆珍藏。

1933年11月,著名的建筑学家梁思成等人专程考察赵州桥,并写下了《赵州大石桥即安济桥》的调查报告。梁先生在文中写到:“关于安济桥的诗铭记赞,志载甚多,其中最重要的为唐中书令张嘉贞的《安济桥铭》。”当年梁思成在赵州桥调查时曾多方搜寻《安济桥铭》石,但苦觅无果。于是,他在文中推断:“可惜这铭的原石,今已不存。”他哪里知道,这铭石就在他白天居住的桥南端关帝庙内,只是做了柱基石无人得知而已。1946年,关帝庙毁于战火。新中国成立后,县文保所工作人员根据群众提供的线索,在关帝庙的废墟内发现两个大型柱基石,经鉴定确由桥铭石雕凿而成。1963年3月,梁思成和桥梁专家茅以升来视察和验收赵州桥的保护



赵州桥一瞥

维修工程,终于见到了当年未寻到的桥铭石。如今,这块《安济桥铭》残石就珍藏于赵州桥陈列室里,默默地向造访者讲述着梁思成与它那段有趣的故事。

史册上关于赵州桥的文艺作品不计其数,民间也流传诸多美丽的传说。清代饶梦铭有诗赞曰:“谁到桥头问李春,仙驴仙迹幻成真。长虹应卷涛声急,似向残碑说故人。”诗中仙驴仙迹指的是一个神话传说。相传,鲁班一夜成桥,惊动了张果老,他不相信鲁班有如此本领,便约上柴王爷一探究竟。张果老施用法术聚来了太阳和月亮,放在驴背上的褡裢里。柴王爷也施用法术,聚来五岳名山,装在车上。两人一

前一后推车赶驴上桥。行至桥顶,桥身开始剧烈晃动,鲁班大吃一惊,翻身桥上,举手托稳桥身。桥拱腹留下了鲁班深深的手掌印,而桥面上也清晰地留下了驴蹄印、车轮印和柴王爷的膝盖印。这就是留在赵州桥上的“仙迹”。

那么,仙迹为何留在这儿而不是别处?修缮赵州桥时,工程技术人员解开了千古之谜。原来,神话中的驴蹄印、车轮印和柴王爷的膝盖印布置在桥面东侧1/3处,恰成车道的外控线。它的真正用意是标志车辆上桥后应在内通行,而鲁班手印则告诉人们,万一大桥发生垮塌,手印之处正是木撑的最佳位置。



旅游漫笔