

非遗是这座运河之城灵动的水波

一河穿城而过，在扬州交汇出丰厚的历史文化

柳初芽，杏初花，三月的扬州，是故事里氤氲着水汽的江南。

作为中国古运河的原点城市，长江与大运河蜿蜒千里，在扬州交汇，哺育和繁荣了这座城市，更滋养了灿烂多元的运河文化。扬琴、美食、雕版印刷、戏曲……作为运河申遗牵头城市，生动的扬州非遗文化，就是流动的河水，灵动了这座城市的脉络。



扬州积淀了以扬剧、雕版印刷等为代表的非遗文化。



在陈美琦手下，刀尖在木版上镌刻出不一样的文化传承。

文/片 记者 郭春雨 李静 时培磊 荆新年 李岩松

雕版印刷里的文化记忆

运河孕育了灿烂多姿的非物质文化遗产，匠心传承，灵韵流淌，汇聚成运河两岸独特的风土人情。

距运河边不远，就是广陵古籍刻印社。灯光聚焦在眼前的版片上，扬州广陵古籍刻印社的非物质文化遗产传承人陈美琦的脸上一片宁静肃然。在陈美琦手下，刀尖和木版接触，挑刀、修边，木版上出现工整的字体，也镌刻上了时光。

刻完雕版后，陈美琦持棕帚沾墨均匀轻抹，覆上白纸，印刷一气呵成。顷刻间，一件作品跃然呈现。

“扬州是中国雕版印刷术的发源地之一，也是国内唯一保存全套古老雕版印刷工艺的城市。”陈美琦说，在隋炀帝开凿大运河后，扬州交通更加便利，成为当时全国的政治、经济、文化中心。因为文化的繁荣，单纯的手抄已经不能满足需要，雕版印刷应运而生，乘势迅猛发展。扬州雕版印刷史发展成为中国雕版印刷史的缩影。

因运河而盛的雕版印刷记忆，也随着运河的流通，将书籍销往全国各地，加速了中华文化的繁荣。然而，随着时代的发展，雕版印刷技术逐渐被更先进的机器所取代，雕版印刷技术面临着难以为继的困境。在时代的浪潮中，作为家族中的第四代雕版印刷传人，陈美琦选择了坚守。

“当时很多师兄都转行了，我一开始是从事玉器雕刻的，也是因为我父亲，才逐步走进雕版印刷这个行业。”陈美琦说，带着家族手工艺传承的重任，21岁的陈美琦从玉器行业转型成为一名雕刻“匠人”，她从父亲的手中接下了这把沉甸甸的刻刀。

所幸的是，随着国家对非遗的重视和保护，雕版印刷也迎来了春天。2006年，扬州“雕版印刷技艺”项目被列入首批国家级非物质文化遗产代表作名录；2009年，以扬州为代表的“中国雕版印刷技艺”被联合国教科文组织列入“人类非物质文化遗产代表作”名录。从国家级“非遗”到世界级“非遗”，作为雕版印刷的匠人，无论是社会地位还是经济收入，都有了明显的提升。

“我们现在也经常去雕刻一些与大运河相关的作品，因为运河是扬州的母亲河。”陈美琦说，扬州雕版印刷的兴盛，源于运河，运河的千年流淌，也给了匠人们无限的艺术灵感。

米，旧时扬州午饭如有剩饭，到做晚饭时，打一两个鸡蛋，加上葱花等调味品，和剩饭炒一炒，做成蛋炒饭。

“扬州炒饭看似简单，实际上想做好却很难。可以说是工艺复杂，程序繁多，易学难精。”吴松德说，自己从学艺开始，就研究扬州炒饭。

一份好的扬州炒饭，配料讲究“君臣佐使”；醒米讲究浸泡时间长，再沸水余米，旺火蒸煮；米饭本身要有“身骨”；以“寸劲”抖腕；三次入葱；米饭倒入蛋液需选在其将凝固而又未凝固时，“击其半波”等。只有这样做出来的扬州炒饭，才能饭粒颗颗分清，诸味融和，精炼光润，鲜香爽口。

对于扬州来说，这份炒饭不仅是美食，更是运河文化交融的代表和一张城市名片。2011年，扬州炒饭入选江苏省第二批非物质文化遗产名录。

听古琴、品扬剧，寻运河声音

汨汨流淌的运河水，一定和着扬剧声和古琴声。

扬州自古就是音乐之乡。扬剧，原名“维扬戏”，最早可以追溯到清代，它是以古老的“花鼓戏”和“香火戏”为基础，又吸收了扬州清曲、民歌小调发展起来的地方戏种。经过几代人的创新与发展，扬剧得以在中国戏曲声名远扬。2006年5月20日，扬剧被列入第一批国家级非物质文化遗产代表作名录。

走进扬州市扬剧研究所，国家一级演员、江苏省级非遗(扬剧)代表性传承人葛瑞莲，正指导青年扬剧演员们进行排练。

“扬剧从诞生到辉煌，都离不开大运河。”葛瑞莲说，全国各地的艺术团体沿着运河来到扬州，扬州的剧团也会坐船到全国各地，这样就促进了文化交流、借鉴和融合。另外，运河滋养着扬剧的创作，比如以运河为主题的剧目。

葛瑞莲觉得自己与运河有着很深的缘分。她是土生土长的扬州人，从小生长在运河边。1981年，在母亲的熏陶下，11岁的葛瑞莲走进了扬州市文艺训练班，进行戏曲“唱做念打”的训练。

葛瑞莲形成了清新脱俗的唱腔，她表演的形象千人千面，收获了不少戏迷，成为运河边一个别样的声音。

“扬州是个好地方，依水而建、缘水而兴、因水而美，是国家重要历史文化名城。”扬州市文化馆馆长、扬州市非遗保护中心主任蔡茉莉介绍，在2500多年建城史中，扬州积淀了以非遗为代表的深厚文化底蕴，目前拥有世界级非遗项目3个，国家级非遗项目20个，省级非遗项目61个，市级非遗项目231个，这些非遗文化基本都跟运河息息相关。

运河声音的魅力，还藏在扬州古琴里。其中，广陵琴派起源于扬州，是中国古琴艺术的重要流派。

落座，调琴，手指在琴弦上跳跃，马维衡沉浸其中，曲中如有高山流水。作为非物质文化遗产古琴艺术(广陵琴派)国家级代表性传承人，他介绍道，“我们广陵琴派的形成和发展跟运河是分不开的。很多琴家都是通过运河汇集到了扬州，所以广陵琴派本身就象运河一样，成为一个集大成者。”广陵琴派既吸取了虞山派恬淡清雅的情味，又开蹊径，尽情地抒写乐曲的意趣，在活泼潇洒中寓有恬静幽逸的神韵，从而形成了恬逸洒脱的独特风格。

“创作艺术是需要去领略自然的。”马维衡常常到运河边走走，寻找灵感。他说：“我们扬州人的性格，扬州的艺术，都受到运河影响，而这种影响是潜移默化的。”

令马维衡感到骄傲的是，2003年11月7日，联合国教科文组织世界遗产委员会宣布，中国古琴被选为世界非物质文化遗产。这些年来，越来越多的年轻人开始喜欢古琴，学习古琴。

口臭口苦咽干对症治疗要重视

口臭口疮便秘胃难受，怎么办？有了口臭便秘，如何缓解尴尬？治口臭口疮请用养阴口香合剂

出现：口臭、咽干口苦、胃灼热痛、口腔溃疡、肠热便秘等症的人群。如果胃热津亏、阴虚郁热，可选用养阴口香合剂。

贵州万顺堂药业有限公司的高原苗药养阴口香合剂，国药准字Z20025095，选用贵州名贵金钗石斛鲜品入药，从药材源头把关，精选十余味地道药材而成。具有三大功能：滋阴生津、清胃泻火、行气消积。用于口臭、口舌生疮、牙龈肿痛、咽干口苦、胃灼热痛、肠燥便秘。一次30毫升，一日两次。疗程服用方法详见说明书。

用约同时还应避免：熬夜、烟酒过量、过食辛辣油腻等不良生活习惯，注意休息，缓解工作压力，有益于康复。养阴口香合剂。

请按药品说明书或在药师指导下购买和使用。【适应症】用于口臭、口舌生疮、牙龈肿痛、咽干口苦、胃灼热痛、肠燥便秘。【禁忌】尚不明确。【不良反应】偶见皮肤刺激如灼烧感，或过敏反应如皮疹、痒痒等。批准文号：国药准字Z20025095 生产厂家：贵州万顺堂药业有限公司 黔药广审(文)第241222-00770号 网址：http://www.gzwt.com

联系电话：4000809577 18661627835



灰甲不灰心，治疗有方法

患了灰指甲，怎么办？治疗灰指甲可用伊甲牌复方聚维酮碘搽剂

灰指(趾)甲是“甲癣”的俗称，是病原真菌引起的甲感染。灰指甲变形、发黑(黄)需及时治疗，避免传染健康指甲。灰指甲患者选药，请认准伊甲牌复方聚维酮碘搽剂，国药准字H52020539，专药专治。

您有灰指甲，请别灰心！贵州万顺堂药业生产的药品——伊甲牌复方聚维酮碘搽剂，用于甲癣、手癣、足癣、头癣、花斑癣等。对真菌、细菌等均有效，还能软化指甲角质层，增强药物皮肤渗透。涂搽本品于患甲，坚持使用至新甲长出。每天1-2次。简单又方便，坚持治疗有信心。灰指甲患者在潮湿的环境和季节，应注意

个人卫生或避免人为地使指甲表面组织不断受异物侵蚀破坏，使指甲愈加脆弱，引起感染或复发。

请按药品说明书或在药师指导下购买和使用。【适应症】1.用于甲癣、手癣、足癣、体癣、头癣、花斑癣，并发性细菌感染也可使用。2.用于疖、蚊虫叮咬、手足多汗症。【禁忌】尚不明确。【不良反应】偶见皮肤刺激如灼烧感，或过敏反应如皮疹、痒痒等。批准文号：国药准字 H52020539 生产厂家：贵州万顺堂药业有限公司 黔药广审(文)第241222-00773号 网址：http://www.gzwt.com.cn

联系电话：4000809577 18661627835



长期腹泻(慢性肠炎、功能性腹泻)要重视

治肠炎止腹泻——安场牌鞣酸苦参碱胶囊 腹泻、急慢性肠炎可用安场牌鞣酸苦参碱胶囊

生活中可能会出现腹泻，有时反反复复，有时饮食刺激，或是精神紧张就腹泻难耐，可能是患上了急慢性肠炎、功能性腹泻、肠易激惹综合征引起的腹泻，要及时治疗。

贵州万顺堂药业生产的安场牌鞣酸苦参碱胶囊，用于功能性腹泻、急慢性肠炎、肠易激惹综合征引起的腹泻。苦参碱总碱具有升高白细胞数，加强机体免疫力而起抗菌作用。鞣酸可使肠黏膜表层的蛋白质形成一层保护膜而减轻刺激，降低炎症渗透物和减少肠蠕动，起收敛止泻作用。拉肚子、有肠炎，请选用安场牌鞣酸苦参碱胶囊，治肠炎止腹泻。长期腹泻患者应按疗程服用，巩固疗效，儿童、成人用法用量请阅读说明书。

请按药品说明书或在药师指导下购买和使用。【适应症】用于功能性腹泻和慢性肠炎、肠易激惹综合征引起的腹泻。【禁忌】尚不明确。【不良反应】少数人有头痛、嗜睡、恶心等症。批准文号：国药准字H52020688 黔药广审(文)第250622-00772号 网址：http://www.gzwt.org

联系电话：4000809577 18661627835



经销药店：济南：漱玉平民大药房各店、平嘉大药房、聚成阁连锁各药店、老百姓大药房、海洲大药房、惠好大药房、好药师大药房、济南三九各药店、方成连锁药店 济宁：济宁广联连锁各药店

淮扬菜里的运河滋味

运河穿城而过，南北风味在扬州交织，滋养出包容南北风味的淮扬菜。淮扬菜始于春秋，兴于隋唐，盛于明清，素有“东南第一佳味，天下之至美”之美誉。

徐谦芳《扬州风土记略》中记载：“扬州土著，多以盐务为生，习于浮华，精于肴饌，故扬州筵席各地驰名，而点心制法极精，汤包油糕尤擅名一时。”淮扬菜的发扬，与两淮盐商与河务官员豪甲天下的饮食消费有关，也正因为如此，后人评价淮扬菜，常用“贵”字。环境典雅、菜肴奇特、选料精严、食器精美，打造了淮扬菜的风格。

在讲究“食不厌精，脍不厌细”的淮扬菜中，“蛋炒饭”成为淮扬菜中的饮食代表之一。

“蛋炒饭又名扬州炒饭，因为金黄的色泽，也叫碎金饭。起源的说法有两个，一个是隋炀帝巡游扬州时传入扬州；也有说法认为，扬州炒饭原本出自民间老百姓之手。”淮扬菜、狮子头非物质文化遗产传承人，淮食淮味餐饮创始人吴松德告诉记者，早在春秋时期，航行在扬州古运河邗沟上的河工，就开始食用鸡蛋炒饭。江南盛产大