

热心老人三年送出2000根登山杖

如今全部被人丢弃或顺走

老人说还要做一批,但愿用上的驴友多珍惜

□记者 边城雨 通讯员 郑拓 文/摄

三年多来,家住鄞州横溪65岁的谢公浓老先生做了2000多根爱心登山杖,放在亭溪岭和松石岭古道下供驴友免费使用,驴友们用完之后,就要放在古道入口的框子里,循环使用。可时至今日,爱心登山杖越来越少,到昨天最后一根也不见了。“三年多来,我老爸一共做了许多登山杖,最后不是被人扔了,就是被人顺走了。看到这一切,真是令人伤感啊!”昨天下午,谢公浓儿子谢宁伟在接受记者采访时说。



摆放爱心登山杖的木框如今空空如也。

摆放爱心登山杖的木框变成了垃圾桶

昨天上午10时,记者在松石岭看到,虽然不是周末,但前来爬山的人还是不少。门口牌坊下用来放置爱心登山杖的框子还在,但是里面除了半框子的垃圾,什么也没有。

随后,记者又在亭溪岭古道入口处看到,放置爱心登山杖的框子也是空

空如也,以前设置的“请去拿回放”的提示牌子也没有了。

“刚开始游客还能遵守规矩,上山是拿上去,下山时再拿回来。但是渐渐地,好多人拿上山之后,下来就不见了。还有的人,直接放到汽车上带走了。这样,登山杖就越来越少,到现在就

没有了。”看到记者采访,松石岭门口一名在卖土特产的阿姨说。

另一名称年轻摊贩告诉记者,昨天谢老先生还来看过,说回去再做一批拿过来。“我们都劝他不要做了,做得再多也经不住这样浪费的,但老先生还是说要去去做一批来。”

三年来共做了2000多根爱心登山杖

谢公浓老先生今年已经65岁了,是横溪镇周夹村人,家就在亭溪岭古道脚下。老人身体很好,平时也闲不住,是个出了名的热心人。近些年来,他看到每天有不少登山客从他家门前走过,有时候一天有数千人。细心的老人发现,一些登山客,吃的喝的带了不少,可唯独没带登山杖。“过了亭溪岭第二个平台,后面一半路还是挺陡的,尤其下山更难走。”老人说,若是刚下过雨,鹅卵石路面就更滑了,跌倒的人不少。于是他萌发了做登山杖免费送游

客的念头。

从2013年初开始,谢公浓砍来一些小毛竹,做成一根根一米多长的登山杖,就放在家门口,供游客免费领取。他还让孙女写了“告示”:登山杖,发杖处。据不完全统计,近三年,爱心登山杖已经发出了2000多根,有些“驴友”原路返回时会将登山杖送回来。谢公浓就继续接着做。时间长了,谢公浓免费提供登山杖的事,在常来亭溪岭登山的“驴友”中传开了,有的人还会主动上门来讨。

2013年8月,谢老先生的

善举引起了横溪镇古道保护开发协会的注意,在亭溪岭和松石岭之间建起了爱心登山杖领取点,“爱心杖发放点”分别设在两个古道入口处,“驴友”可上山领杖,下山归还。

考虑到登山者身高不同,谢公浓还特地制作了两种规格的登山杖,长的供成人用,短的供小朋友用。“有时候,两个入口放近百根,但到了下午,放回来的只有十多根,甚至只有几根。我就加紧补齐,但是做的跟不上丢的多。”谢老先生说起此事,有点苦恼。

志愿者将劝说“驴友”归还

谢老先生的儿子告诉记者,从今年七八月份开始,因为父亲的身体不太好,所以就暂停了做爱心登山杖。爱心登山杖领取点一下子空了下来。没有事的时候,他总会去看看,说等身体好了,再做一批放上去。

谢老先生也说:“登山杖不值几个钱,但是要把毛竹扛过来,再加工还是要费一点气力和时间。希望再放进去之后,请大家多珍惜,不要造成浪费。”

昨天下午,横溪镇政府相关工作人员告诉记者,爱

心登山杖频频丢失的情况也引起了他们的注意,谢老先生补充完新的爱心登山杖之后,他们也会不定期的派出志愿者劝说使用者及时归还,尽量不要丢弃。如果拿了爱心登山杖请及时放回原处,以方便其他“驴友”使用。

230克铁皮枫斗浸膏卖6600元,回头客还很多

听知名中医汤金土说说经典膏方该怎么吃?

冬季进补,经常熬夜加班的人群多半宜清补

入冬以来,宁波各式各样的膏方,又热热闹闹地熬起来了。刘总做酒店生意,临近年末,生意红火,经常熬夜加班。本想着也去买点膏方补补,但听朋友说,有些膏方未必合适,吃了还可能上火。

膏方选择,还真的有点门道。知名中医汤金土建议,有条件,还是去看看专家,体质各异,进补方法也不尽相同。进补的具体方法主要有温补、清补之分。温补用于阳虚之人,清补适用于体虚而有内热者。清补遵循中医养生“清毒”“调和”“养正”的理念,通过清除体内毒素,调节身体免疫力,最终全面均衡补充营养。像吃膏方上火的情况,很有可能是该不该温补,却选了温补的膏方。像刘总这种工作压力大,经常

熬夜加班的人群,阴津损耗大,容易导致阴虚,这类人其实更适合清补。

针对这种体质,汤金土推荐以下两款经典的清补膏方,也就是坊间常说的“素膏”。

一款是以铁皮石斛为“君药”,再配伍灵芝孢子粉的铁皮枫斗浸膏。冬季干燥,容易上火,《内经》就有“秋冬养阴”之说。滋阴优选,还是江浙一带百姓非常熟悉的铁皮石斛。

铁皮石斛可滋阴补虚但性味偏凉,单独服用容易导致人体湿气加重。如果配方中添加灵芝孢子粉产品,扶正固本、祛湿安神,平和铁皮石斛的寒凉,既可滋阴又可以祛湿,先清后补,全面调理,尤其适合压力大、应酬多、熬夜加班多的人群选用。

还有一款是以“中药公主”西红花为“君药”,铁皮石斛为“臣药”的西红花铁皮枫斗膏,可调经养血、美容养颜、

膏方品质,一看药材,二看工艺

在宁波各大寿仙谷专柜,就有这两款经典膏方。其中卖得较好,回头客非常多的,是寿仙谷药业生产的产品。其中,寿仙谷铁皮枫斗浸膏有130克、230克、300克三种规格,零售价分别为3760元、6600元、8500元。寿仙谷西红花铁皮枫斗膏,每瓶100克,售价1980元,价格看起来不低,不过,回头客为何还那么多呢?

对于这种疑问,方回春堂杨其康说,价格高低,主要还是要看成本。

杭州方回春堂杨其康算了一笔账:生产230克铁皮枫斗浸膏,需要大的鲜铁皮石斛3680克,原木有机灵芝破壁孢子原

调节内分泌。对气血不调、免疫力低下、病后体虚、年老体衰的各年龄段女性,有改善体质作用。

粉300克左右,鲜铁皮石斛目前市场价大概在2元/克左右,原木有机灵芝破壁孢子原粉大的是6元/克。这样算下来,一瓶230克的铁皮枫斗浸膏要卖到9160元左右。寿仙谷药业因为采用的是自家基地产的原料,成本大大降低。所以230克的铁皮枫斗浸膏卖到6600元绝对称得上物超所值。

这款铁皮枫斗浸膏贵不贵,知名中医汤金土这么认为,膏方最主要的,是对自己有没有实实在在的效果,寿仙谷这款铁皮枫斗浸膏,每天一勺就够了,一瓶大概能吃半个月。据目前服用过一段时间的消费者反馈,效果还是比较明显。



▲寿仙谷铁皮枫斗灵芝浸膏

■活动内容

买一赠一:买一瓶原价8500元(300克每瓶)的寿仙谷铁皮枫斗浸膏,送原价1980元(100克每瓶)的寿仙谷西红花铁皮枫斗膏

满就送:购买寿仙谷产品满3000元,赠送有机铁皮石斛花礼盒一份

详情咨询:0574-87051255