

一个不足百万人口的永嘉县
竟有百岁以上老人143位

神山奇水好空气 益寿延年养生地

本报记者 龚立堂

近日在温州举办的第二届中国报业新闻社会活动融合发展论坛暨全国媒体看温州大型采访活动开幕式上,永嘉县委书记娄绍光一口气向与会的全国媒体大咖们分享了四个永嘉走“绿水青山就是金山银山”的“两山理论”发展之路的故事,其中故事之一就是养生养老文化的产业化之路。

于是,记者开始探寻永嘉县这个浙江省第一个“中国长寿之乡”的长寿“秘诀”。

今年104岁的陈菊叶老人,住在大若岩镇大元下村。从永嘉县城前往大若岩镇,沿着41省道南复线一直往西北方向走便到大元下村。这是一个被葱翠青山包围了的幽静小山村,面积不大,约3平方公里,山林面积约有8000亩,村口有一条溪流潺潺流动,缓缓流向楠溪江支流。

朴实、淡泊、平和,不张扬,这正是大元下村给人的印象。在山上,村民不仅自己种水稻,还种植了番薯、玉米等各种农作物。“呼吸着最清新的空气,喝的是最纯净的水,吃的是没有污染的菜,老人个个身强体健。”大元下村干部话里透着自豪。

当地人都说,正是这好山好水好环境,修养出了一批又一批老寿星。在永嘉县的906个村中,有百岁以上老人143人,大约7个村才出一个,而大元下村就出了3个,是目前县里有百岁老人最多的一个村。

民政部网站近日发布信息,全国已有26个省(区、市)出台高龄津贴补贴政策,其中包括浙江。温州2012年已陆续出台高龄津贴补贴政策,截至目前已实现政策全覆盖。其中,永嘉百岁老人每人每月补贴800元,全省最高。

永嘉县素以长寿闻名,不仅获评浙江省第一个“中国长寿之乡”,而且一直保持对长寿老人的关注与爱护。据最新统计数据显示,一个仅有96万人口的永嘉县,百岁以上老人总数今年已经达到143人,较上年增长率达9.16%。

大元下村现有村民1400多人,陈菊叶阿婆是最长寿的老人,她育有四女二子。我们到达村里已近中午,陈阿婆

刚刚从居家养老服务中心的食堂吃完午饭出来,拄着木拐杖,自己撑一把伞遮阳,从另两位互相搀扶的老人后面独自走来,步履稳健。

陈菊叶虽然个头不高,身材瘦弱,但说话时底气却很足。她说,现在每天过得简单,早睡早起,散散步,牙口好,吃得也不错,生活十分满足。

按照村里人的说法,这里的老人之所以长寿,离不开三样:第一个就是勤劳,的确,永嘉的长寿老人,绝大多数都很勤快,只要手能提肩能扛,他们一定不闲着;第二是心态平和,知足常乐;第三,则是虽然普通,但营养均衡的饮食。

陈菊叶阿婆是怎么吃的?其实,与常人无异。早饭,每天早上泡一杯牛奶,或是来一点面条;午饭和晚饭,都是在村里的养老食堂吃,三菜一汤,每天都有肉、鸡蛋,搭配时蔬及豆类;从不挑食,也不爱吃补品;偶尔还抿点儿小酒。

在大若岩镇,现有133位年逾九旬的老人,除了有规律的作息、健康简单的生活方式,当地一些老人的日常保健手段还包括注重调息养生。这些都是长寿的重要因素。

原来,“嘘、呵、呼、■、吹、嘻”六字诀养生法,就诞生在这里。南朝道教学家陶弘景当时在大若岩镇隐居,首创此诀。现在,陶公洞也成了楠溪江风景区的一处著名景点。

在永嘉的寿星中,2011年离世、享年116岁的陈爱香老人生前居浙江省长寿老人榜首7年之久。去世前,六代同堂,膝下儿孙260多人。目前,永嘉县最长寿的老人是今年108岁的老人汪阿叶,她已连续三年上榜“温州十大寿星”。

截至今年9月,永嘉有百岁以上老人143人,90岁至99岁的老人有3372人。

“送你一袋空气吧!”永嘉书院总经理李作勤热情地说。

李作勤递过一个充气袋子,上面标着“森氧袋”三个绿色文字,每个袋子里装着1500毫升的空气,取自永嘉书院景区。李作勤接待城市来客时,常常掏出这个“土特产”。

这里的空气真好!徒步在永嘉书院,深呼吸,鼻腔吸入一股新鲜空气,感觉在身体里流动。

一些游客闻名来到永嘉书院也喜

欢要个“森氧袋”。“永嘉的空气非常棒,尤其是永嘉书院瀑布旁,负氧离子高达20000个/立方厘米,在浙江是空气质量较高的地方。我们想通过这种创意方式,向外界推荐永嘉的空气。”永嘉书院总经理李作勤的言语中充满了自豪。

在永嘉,人人看好“绿水青山和好空气”,更是人人守护“绿水青山和好空气”,仅永嘉县绿色环保志愿者协会志愿者就有1500多人,他们守护着永嘉的绿水青山。

“在永嘉,‘绿水青山就是金山银山’能如此深入人心,关键是永嘉县委、县政府有坚守绿水青山的战略定力,并且在坚守中让我们群众广泛参与。”永嘉一家环保团体的人士表达了他们的观点。

早在上世纪80年代,永嘉制订了楠溪江流域环境保护规划,在中上游不准发展工业,严格控制养殖业规模,致力打造一条真正无污染的河流。

但时至新世纪,全国工业化浪潮汹涌,而永嘉与温州市区仅一江之隔,是城市夕阳产业梯度转移的首选之地,每年总有各种工厂纷至沓来落户,一些群众也想快点发家致富,各种诱惑太多了,永嘉县委、县政府面临着各种压力。

永嘉的绿水青山要不要继续守护?永嘉的发展要不要先以牺牲环境为代价?就在这个历史性的关键时刻,2005年5月,时任浙江省委书记习近平同志到永嘉楠溪江等地考察时明确要求,发展生态经济,加强生态建设,追求人与自然的和谐相处。

两个多月后,习近平同志来到安吉。当安吉余村村支书汇报到关停矿山时,还显得有些不舍。习近平斩钉截铁地回应:“绿水青山就是金山银山!”

习近平在接下来的讲话中,又用主要篇幅比较完整系统阐释了“绿水青山就是金山银山”。

从此,永嘉县委、县政府进一步坚定了“绿水青山就是金山银山”的战略定力,一届连着一届抓,一任接着一任干,坚守生态“红线”,坚定地走“两山理论”之

路,仅“十二五”以来,永嘉就否决了20多个亿元以上的投资项目,并不惜牺牲每年25亿元的工业产值,坚决“关停并转”了100多家电镀、造纸、合成革等重污高耗企业。同时,力抓“五水共治”,实施“水乡建设百亿工程”,计划到2020年投入160亿元,建设近800个治水项目。

永嘉县“养生文化的产业化之路”故事中的主要人物是123位百岁以上老人,他们的长寿“秘诀”就是永嘉得天独厚的养生资源和养生文化。“天下第一水”楠溪江,全县73.8%的森林覆盖率,空气质量全年保持在国家二级标准以上。

完全可以说,生态环境是永嘉的最大优势。永嘉大半个县是国家的4A级景区楠溪江景区,该景区为我国唯一以田园山水风光见长的景区。

时下,养生又成为一种时尚潮流,如何把永嘉的养生产业做大做强?永嘉县委书记娄绍光告诉记者,县委、县政府不断进行顶层设计,想办法引进养生项目和民营资本。现在,龙湾潭国家级森林公园尝试PPP模式改革,将民间资本引入森林养生产业,走出一条从砍树到看树、从观光到休闲、从赏景到养生的森林产业转型之路。

