

少林寺广施秘制腊八粥

热线一响 记者追访

67659999

昨日是农历腊月初八，一大早，少林寺10多位僧人就开始精心熬制腊八粥，并抬到少林药局门前，向公众施粥。

晚报记者 袁建龙/文 赵克/图



品品中国的美味



别着急，一个一个慢慢来

经血少、闭经 美女变成“黄脸婆”



从学生时代起刘伊就是大美女，走到哪里都能吸引成群的男人，让人羡慕不已。从来不相信会有什么事儿会让她烦心，直到最近她哽咽着告诉我：“已经好几个月没来例假了，每天吃不香睡不下，难看的脸色和色斑，只能用浓妆来遮掩。最糟糕的是，每次和老公亲热都草草收场，以为自己得了什么大病，谁知医生说我经血少、闭经提前进入更年期了！我才35岁，怎么一下就老了？身边的男人早就敬而远之了，你说我可怎么办啊？”

听到密友的哭诉，我突然想起著名的李中医，问明情况后，李中医却长叹道：“像你这样经血少、闭经的女人越来越多，咱们女人每月一次的月经就是正常的气血运行的表现，月经正常的女人，如流水不腐常换常新，永葆青春；一旦经血少，不按时来，血液循环就会受阻，像一潭死水，气色差，枯黄、长痘痘、皮肤粗糙、出现皱纹、后期则越来越重，甚至提前闭经。中医称之为：

血滞病。她现在就是气色差，还有色斑、失眠、烦躁、心慌、乏力得赶紧治，要不然则会出现手脚冰冷，阴道干涩、欲望减退甚至引发不孕不育、腹胀腹痛、乳房胀痛、乳腺、子宫、卵巢病变。”

专家开方 请照方抓药

李主任推荐一个方子：当归5克、木香20克、苍术（米泔水炒）10克、五灵脂（醋炒）10克、牵牛子（炒）10克、鳖甲（醋制）5克、反复熬制28小时成丸，每天一次，每次12g，晚上用红糖水送服即可。闭经、月经不调，调理至完全正常。还推迟绝经，延缓衰老，全面解除更年期综合症及欲望冷淡。

这个方子是临清老方，相传300年的老方子。专门治疗女性血滞病。目前，我市已经有很多女同志通过调理，短短几个疗程，月经全面恢复正常，便秘、失眠等症状大幅改善，皮肤细腻光滑，色斑皱纹减少。

据李主任介绍，在郑州紫荆山百货医药部、金博大负一楼药品区、建设路商业大厦医药部B区、东风路世纪联华1楼医药部、黄河路市五院对面同禧堂、经三路世纪联华1楼医药部、长江路世纪联华就能买到这个方子的成药，叫调经至宝丸，是东阿阿胶集团独家生产，你可以拨打0371-55511625进行咨询或订购。

熬粥用了4口锅，大锅直径1.1米

据少林寺药局的延学法师介绍，少林药局创建于元代，从创建开始，少林寺就有了腊八施粥的习俗。在少林药局保存的古医方上，记载了“少林五行腊八粥”的秘制法：用粳米、糯米、薏米、黑米、五行豆（红豆、黄豆、绿豆、黑豆、芸豆）、莲子、红枣、百合、桂圆、枸杞、山药、山楂等熬粥，有养身、治病、调节人体机能等功效。

少林寺的释延琳法师说，这次熬粥总共用了4口铁锅，直径均为1.1米，师父们从19日就在少林伙房煮粥，腊八节当天3时就开始熬粥了，“用了文武火，该大的时候不能小，该小的时候不能大，必须掌握火候”。

昨日，少林景区天气清冷，上午8时30分，僧人们在少林药局门前悬挂横幅，上写“佛祖成道日，少林腊八粥”。

12时30分，施粥法事完毕之后，施粥活动开始，大门两侧的桌子上，分别放着3桶粥，游人纷纷围拢在少林药局门前，其中不乏外国游客。初次来少林寺的游客看到少林药局前有

僧人施粥，很好奇，暂时中断或改变游览行程，也兴致勃勃地去领取一次性的碗，品尝加了少林秘制药汁的腊八粥后，无不赞叹。

不仅仅是喝粥，品的是文化

与往年相比，今年前来品尝少林寺腊八粥的游客相对较少。喝粥的人群中，有一部分是武校学生。“我们的师父特许我们今天上午不练功，专门到这里等着喝粥。”15岁的登封某武校学生小虎和众多师兄拥簇在少林药局门前，“师父交代，去喝粥不仅仅是喝粥，一定要用心体会少林文化中‘民间疾苦’的美德。”

65岁的李文妮老人家住登封市区，端着一碗粥坐在药局前的一棵皂荚树下，老人看着碗里的粥，高兴地告诉记者，她在很小的时候曾经喝过少林寺的腊八粥，那个缺吃少喝的年代，能喝上一碗腊八粥，简直就品尝到了世界最美的美味，腊八粥的香味至今还留在她的梦中。

12时30分，僧人们又把滚烫的腊八粥抬上车，送往登封的孤儿院和敬老院。

追根溯源

关于腊八粥的传说很多。据《佛本行集经》介绍，释迦牟尼出家前，曾尝试过6年的苦行，身心疲惫，极度虚弱，他接受了牧羊女献来的乳糜，身体逐渐康复，农历十二月初八，在菩提树下终于悟道修成正果。在这6年苦行中，释迦牟尼每日仅食一麻一米。后人不忘他所受的苦难，于每年腊月初八吃粥以做纪念。

美食招商 美丽消费 票务 《郑州晚报》、通通有网站 www.totoyou.net.cn 互动传播，全面提升广告投放价值；24小时广告刊登热线：63399000 67655128 本栏目诚聘广告业务精英、客户经理，待遇从优联系电话：63330282 63335000

秋之宝 赚钱不会少

秋之宝栗子，中国工商行政管理总局商标局认证商标，来自长城脚下的燕山金栗，仅售**8.8元**每斤，部分干果买**10元**送**5元**。

活动时间2010年1月31日终止。凭此彩页免费品尝长白山玉米一个

加盟电话：15037126233 地址：郑州市大石桥铭功路北口130号（郑州市杂技馆门口）

广盛大酒店开业大酬宾

私房粤菜燕鲍翅，婚宴688元/桌起

大型洗浴广场浴资、房费全面五折

浴资36元，酬宾五折优惠。自助餐即将启动

办卡2000元送卡1000元

年夜饭火热预订中

地址：中国·郑州市连云路15号（航海路冯庄华中水果市场南300米）电话：0371-68697777（餐饮）68827777（浴场）

双鼎、胶股蓝酒隆重招商

诚招全国各省市县代理商

至尊精品 商务补酒 汉方精髓 珍稀佳酿 均衡养生 肝肾同补

绿色食品 降三高 改善亚健康 提高免疫力

区域业务 诚聘精英

全国免费热线：400-779-1179 招商热线：0371-60170306-8000

传真号码：0371-60170309-8016 公司网址：www.791179.com

地址：河南省郑州市CBD商务内环路金成阳光世纪19号东单元1103室

瑶芬清颜 粉刺·青春痘

瑶族秘方 专业祛除：粉刺、青春痘、暗疮、脓疱、毛孔粗大、重度痤疮

免费试做 祛痘 见效快、无激素、绝不复发

郑重承诺：签定包治协议 治不好双倍退款 网址：www.pinxin518.com

花园路店：郑州市花园路与丰产路交叉口郑州国贸中心国贸新领地4号楼3单元1505室 电话：0371-87093013 13939077457

南阳路店：郑州市南阳路与东风路交叉口富田丽景花园40号楼402室 电话：0371-69133202 15036181391

中原店：郑州市友爱路2号长城辉煌苑C座1号楼14楼1405室 电话：0371-55516268 13598010171

二七店：郑州市西大街与南顺城街交叉口现代星苑601室 电话：0371-60131270 15515551633

河南美亚特价飞机票 市内免费送票，市外机场取票

0371-66662255 88887755

地址：金水路南阳路交叉口西北角 www.66662255.com

豫燕时尚家居生活馆（内衣、保暖衣、家居服设计制作中心）

迎新年感恩回馈客户行 买一送一

另诚招各地市经销商，诚聘业务员

地址：南阳路东风路交叉口向南500米路东 团购订做电话：63751063