

西吉：文化润心田 红色育安详 乡村康养促发展

在西吉县这片古老又充满生机的土地上，安详并非遥不可及的梦想，而是深植于文化、历史与自然之中的温暖力量。从文学的润泽到红色文化的滋养，从诗意的栖居到中医康养的呵护，西吉正以一种独特的方式，为人们的心灵和身体提供慰藉与滋养。

在文学的浩瀚星空中，西吉宛如一颗璀璨的明珠，散发着独特的光芒。它是文字编织的梦境，是诗意栖居的家园，是灵魂深处的宁静港湾；红色文化，是西吉的根与魂，它在历史的浸润中滋养心灵，升华灵魂；龙王坝的乡村旅游与中医康养，让人们在自然的宁静中感受健康与安详。这些元素交织在一起，共同绘就了西吉的安详画卷。

西吉的安详，是文化的力量，是历史的传承，是自然的馈赠，更是人民的追求。

多元文化碰撞传承 这是一片文学滋养的圣地

西吉文学，是一场永不落幕的精神盛宴。它跨越时空，连接着过去与未来，传承着民族的记忆与文化血脉。

在这里，每一个文字都是一个跳动的音符，每一行诗句都是一幅精美的画卷，描绘着生活的色彩。在这片充满诗意的土地上，人们尽情地吮吸着文学的甘露，让心灵在文化的浸润中，变得更加丰盈而宁静。

4月5日，西吉县木兰书院举办“寻找安详 文学先行”主题周末公益读书分享会，30余名文学爱好者齐聚一堂，围绕鲁迅文学奖得主郭文斌的代表作品展开深入交流，共同探讨文学对心灵的滋养作用。

“郭文斌作品中的文字是那么质朴而真实。他的文字如同一缕温暖的阳光，穿透生活的喧嚣与纷扰，直抵心灵深处。在那些细腻的描写中，我看到了西吉人民对生活的热爱，对自然的敬畏，以及对美好未来的执着追求。”在分享会现场，文学爱好者王佳乐说。

“在西吉这片充满文化底蕴的土地上，文化的力量如同涓涓细流，滋养着人们的心灵，成为寻找安详的坚实基石。通过文化润心，西吉不仅在物质上实现了脱贫，更在精神上找到了归宿，成为人们心中向往的安详之地。”木兰书院创办人史静波表示，西吉县文化根基深厚，多元文化在此传承、碰撞

与交流，形成了独特的文化生态。而且红色文化作为西吉文化的重要组成部分，其本质是利他精神，这种精神奠定了奋斗精神的基础，激励着西吉人民在艰苦的环境中不断奋斗。

“寻找安详 文学先行”主题周末公益读书分享会每周在西吉县木兰书院举办一次。史静波说，今年计划举办至少30场读书分享会，走进3000个家庭，将文学的种子播撒到每一个角落，并在5月举办“寻找安详”小课堂，直接面向养老、夫妻关系、亲子教育以及移风易俗等领域，提供针对性的指导与服务，“我相信，通过文学的滋养，每一个家庭都能在忙碌的生活里找到属于自己的安详。”

寻找安详小课堂 带你寻找内心的宁静与力量

4月8日，在西吉县将台堡镇毛家沟村红军寨秉慧书院传统国学文化学习区，人们沉浸于经典之中，聆听古圣先贤的智慧，感受传统文化的博大精深。

“这些传统经典著作，静静诉说着千年的哲理与温情。”西吉县将台中学教师张彦慧带着学生冯颖研来到红军寨参观“寻找安详小课堂”，并不时地为冯颖研讲解经典著作中的故事与道理，从《论语》的仁爱到《孟子》的浩然正气，从《诗经》的浪漫到《史记》的磅礴，冯颖研听得入神。这都是张彦慧多年来在“寻找安详小课堂”中不断研习的精神瑰宝。

2021年以来，张彦慧一直担任“寻找安详小课堂”主持人，他将主要精力投入到传统文化的学习与传播中。他说，通过学习经典，既能启迪自己，

也能为他人带来心灵的慰藉，传统文化的力量能够帮助人们在纷繁复杂的世界中找到内心的平静与安详。

在红军寨秉慧书院传统国学文化学习区门口两侧，摆放着一幅幅精美的书法作品，这些作品不仅展现了书法艺术的魅力，更传递着传统文化的深厚底蕴。“在‘寻找安详小课堂’里，我们通过这些书法作品，展现传统文化的独特魅力，让更多人感受到书法艺术与传统文化的融合之美。”红军寨负责人谢宏义说。

在正厅左侧的一间约100平方米的屋子里，一面墙上醒目地悬挂着“寻找安详小课堂”的牌匾。据谢宏义介绍，这个小课堂不仅吸引了周边的学生和群众，还面向全国开放。课堂以倡导安详生活理念为核心，授课内容主要围绕传统文化展开。课程

结束后，现场听众通过分享自己的感悟来表达对安详的理解。此外，在提问环节，听众可以就生活中遇到的各种问题进行提问，如叛逆少年的教育、婚姻危机、亲子关系等，课堂上均会给予答疑解惑。

“寻找安详小课堂”如同一盏明灯，照亮了人们的心灵之路。它以传统文化为根基，以红色文化为灵魂，通过经典著作的研习、书法艺术的展示以及生活智慧的分享，为人们提供了一个净化心灵、升华灵魂的平台。在这里，每一位参与者都能找到内心的宁静与力量，感受到传统文化与红色文化交融的魅力。

“西吉县将围绕创建红色文化旅游示范点，打造呼吸新鲜空气洗肺、感受山乡巨变洗心、接受长征精神洗礼的文旅康养胜地，全年旅游综合收入达到20亿元以上。”西吉县政府相关负责人说。

康养文旅深度融合 最美乡村成诗意栖居地

4月的西吉县龙王坝，沿途桃花盛开，如粉色云霞铺满山野，春风拂过，花瓣轻舞，带来无尽诗意与浪漫，让人心生向往。

走进龙王坝中医养生馆，仿佛踏入一方静谧的养生天地。馆内弥漫着淡淡的中草药香，古色古香的装饰风格让人瞬间沉浸其中。龙王坝村党支部书记焦建鹏介绍：“经常有人来这里体验中医诊疗，包括本地居民和外地游客。”

4月8日，西吉县吉强镇居民连学燕在龙王坝村供销社挑选商品，她是龙王坝村的常客。“每年寒暑假，我都会带家人到龙王坝度假，这个地方很安静，环境又好，能远离城市的喧嚣。”连学燕说，“在这里，不仅能享受自然的宁静，还能体验

中医养生的独特魅力，每次来都感觉身心得到了极大的放松。”

近年来，龙王坝村依托休闲观光旅游资源优势，推进“乡村休闲观光旅游+餐饮+住宿”一条龙经营模式，采取“政府危房改造补贴+农户筹资”的方式改造客房，大力发展乡村旅游民宿，提升了接待能力和水平。截至目前，共发展民宿30户。

2021年，福建省福州市的林旭东第一次来到龙王坝村，刚踏入这片土地，就被龙王坝村的住宿环境和景色深深吸引。村里的窑洞宾馆和特色民宿错落有致，掩映在青山绿水之间，深入其中仿佛置身于美丽的田园画卷。他先后5次来到龙王坝村，对这里的自然风光赞不绝口：“七八月份，

雨后云雾缭绕，宛如仙境，远离了尘世的喧嚣。这里不仅风景美，还有丰富的乡村旅游项目，让人流连忘返。”

去年，龙王坝村共接待游客24万人次，收入达2178万元，为208户脱贫户解决了就业，全村人均纯收入达17500元，带动村民走出一条“宁夏南部山区落后村庄”变“宜居宜游宜商美丽乡村”的新农村发展模式。

西吉县为推动康养、文旅深度融合发展，打造了“最美乡村”龙王坝中医药健康文化体验宣传屋，建设中医养生馆、中医健康大讲堂及中药材展示基地，成功举办“康养在固原 良医在固原”巡回义诊暨皇甫谧适宜技术推广活动。

中医康养触手可及 这是滋养身心的好地方

中医康养是中国传统文化的重要组成部分，体现了中华优秀传统文化的精髓。

49岁的西吉县偏城乡涵江村黑泉口组村民马合存腰疼了7年。4月8日，马合存一大早就来到村卫生室中医阁进行诊疗，“在家门口就能针灸拔罐，既方便还省钱。”

村医李军是马合存的主治大夫，村卫生室中医阁建成以前，他便怀揣着对中医的热忱，常常前往西吉县中医医院中医阁学习中医理论知识，从经典古籍中汲取智慧，钻研经络穴位的奥秘，探索中药方剂的配伍规律。后来，他又在乡卫生院中医馆花了一年时间学习基本的诊疗、推拿等。“去年10月，村卫生室中医阁建成，我便来到这里为村民提供中医诊疗服务。”李军说。

“中医阁能够让群众在家门口享受到更加优质、高效的医疗服务，增强中医药服务的供给能力，方便群众就近就医，满足广大群众多元化的就医需求。”西吉县卫健局相关负责人表示。

“10分钟左右就能从家里赶到医院，真的很方便。”81岁的兴隆镇姚杜村村民马德富因腿疼，来到兴隆镇中心卫生院接受针灸理疗。

去年，兴隆镇中心卫生院从中医诊疗区建设、中医人才培养、中医药文化宣传、开展中医药诊疗服务、推广适宜技术应用和集中供氧系统建设等方面，全面加强中医内涵建设。“去年年底，卫生院玉桥分院建成中医馆，设立中医门诊，配备必要的中医诊疗设备和完成集中供氧改造。”兴隆镇中心卫生院院长马文林说。

“有没有不舒服的地方？”在兴隆镇中心卫生院玉桥分院中医治疗室，中医李雪亮为患者进行拔罐治疗。2023年9月，李雪亮来到玉桥分院，开启了她的中医诊疗工作。“能够为患者提供便捷、有效的中医诊疗服务，是我作为一名基层中医医生的初心和使命。看着患者在接受治疗后疼痛减轻、身体逐渐好转，我觉得自己的付出都值得。”李雪亮说。

2024年，西吉县共组织38名县、乡医疗机构中医骨干参加区、市中医康复类培训，其中3批共30人参加全市中医（康复）骨干人员培训，8人参加全区康复医疗服务能力提升培训。举办全县中医适宜技术培训班1期，培训乡村医务人员340人次，中医人才队伍不断壮大。



阅读使人沉醉于知识的海洋，收获智慧与成长。



4月5日，西吉县木兰书院举办“寻找安详 文学先行”主题周末公益读书分享会。



偏城乡涵江村村医给患者取中药。



文化润心田。



畅游西吉，感受宁静与安详。



3月24日，西吉县举办2025年基层中医药适宜技术能力提升培训班。