

港城荷韵正浓，带来“诗意之约”



扫码观看视频



扫码加入
本次活动微信群

YMG全媒体记者 杨春娜

七月盛夏，荷风送爽。烟台的夏天，因这一池池荷花而变得温柔而浪漫。连日来，鱼鸟河、烟台植物园、逛荡河、烟台大学等地的荷塘，荷花次第盛开，吸引着众多市民和游客慕名前往，用镜头定格夏日限定的浪漫。

“接天莲叶无穷碧，映日荷花别样红。”南宋诗人杨万里笔下这千古名句，写尽了荷花铺天盖地的壮美与明艳。七月盛夏，当港城的气温节节攀升时，正是荷花的最佳观赏时节。“接天莲叶无穷碧”的美景正在港城各处上演，赏荷，已成为烟台市民夏日的“标配”。

荷花：花中君子，千年风雅

荷花“出淤泥而不染，濯清涟而不妖”的品性，自古以来便被文人墨客赋予“花中君子”的美誉。市园林建设养护中心花圃高级工程师闫永明介绍，荷花，又名莲花、水芙蓉等，属睡莲科多年生水生草本花卉，花期6至9月。

荷花全身是宝，根茎莲藕、果实莲子皆可食用，荷叶可泡茶入药，莲心可清心去火。荷花结的莲蓬子多，象征着“多子多福”；荷花开得茂盛，寓意家族根基牢固、兴旺发达，即“本固枝荣”。

荷花品种繁多，花形花色各异。烟台各赏荷地汇集了白荷、粉荷、睡莲、“微山红”等多个品种。从单瓣到重瓣，从纯白到深红，每一朵荷花都以自己的方式诠释着夏日的美丽。

荷花是中国古典诗词中最重要的意象之一。杨万里以“接天莲叶无穷碧，映日荷花别样红”写尽荷花的壮美；又以“小荷才

露尖尖角，早有蜻蜓立上头”捕捉初荷的灵动。周敦颐在《爱莲说》中赞其“出淤泥而不染，濯清涟而不妖”，确立了荷花“花中君子”的文化地位。王昌龄以“荷叶罗裙一色裁，芙蓉向脸两边开”将采莲少女与荷花融为一体。李白“清水出芙蓉，天然去雕饰”，则以荷花喻诗文之自然天成。

杜衍在《咏莲》中写道：“凿破苍苔涨作池，芰荷分得绿参差。晓开一朵烟波上，似画真妃出浴时。”以杨贵妃出浴喻荷花初绽，尽显其娇媚。石涛的《荷花》中亦有“荷叶五寸荷花娇，贴波不碍画船摇”之句，将荷塘的静谧与灵动描摹得恰到好处。

荷花之所以动人，不仅因其花形优美、香气清雅，更因其承载着中国人对高洁品格的全部向往，“出淤泥而不染”是君子的操守，“濯清涟而不妖”是文人的风骨。来烟台赏荷吧，我们读过的所有关于荷花的诗句，都会在眼前活了过来。

鱼鸟河公园： 千亩荷塘， 港城赏荷的“C位担当”

在牟平区，鱼鸟河大桥南约1.2公里处，有一处令无数人心驰神往的赏荷胜地——鱼鸟河湿地公园。这里是烟台夏日最具标志性的打卡地之一，荷塘碧波荡漾、荷香四溢。

盛夏时节，层层叠叠的荷叶铺满水面，如无限绿毯，挨挨挤挤连成一片。粉嫩、洁白的荷花点缀其间，亭亭玉立、随风摇曳。园区共栽种白荷、粉荷、睡莲等多个品种。景区内小桥流水、亭台楼阁相映成趣，处处展现着古典园林的韵味。每年7月进入盛花期，吸引大批游客前来赏荷观光。公园内设有木桥和曲径，适合拍照打卡，还可搭帐篷，附近有停车场，赏花很方便。

烟台植物园： 乌篷摇梦， 邂逅江南同款荷塘

在莱山区的烟台植物园，藏着一场盛大的夏日荷事。走进植物园西区的滨水景观带，满目青翠扑面而来。荷塘内，荷叶铺展如无限绿毯，粉嫩的荷花在层层叠叠的碧绿叶间亭亭玉立——有的含苞待放，温婉羞涩；有的恣意盛开，露出嫩黄的花蕊。微风拂过，阵阵沁人心脾的荷香飘然而至。烟台植物园的荷花塘内荷叶茂盛，可划小船，适合沉浸式赏荷。登上乌篷小船，船桨轻拨，两岸莲叶田田，荷香扑面。

逛荡河公园： 五孔桥上，荷风送爽

位于莱山区的逛荡河绿地公园，是另一处赏荷的好去处。五孔桥附近为最佳观赏点，站在桥上放眼望去，大片荷花绽放，宛如连绵花海。河水静静流淌，两岸绿树成荫，夏日时节荷花竞相绽放，为这条城市河流平添了几分诗意与灵动。

烟台大学三元湖： 书香荷韵，青春记忆

在烟台大学校园内，三元湖是夏日里最动人的风景。盛夏时节，满湖荷花怒放，妖娆斗艳。这片荷塘种植的是“微山红”荷花，白里透红，娇艳美丽。湖畔杨柳依依，清风带来淡淡的荷香，令人格外惬意。夏日，三元湖畔荷风送香，绿树成荫。蓝的天，绿的叶，粉的花，满湖争艳的荷花婀娜多姿，为校园增添了一道亮丽的风景。

珠岩河荷花塘： 荷叶连成绿毯， 环境清幽

芝罘区夹河湿地公园东北角的珠岩河荷花塘，5.2公顷荷塘荷叶连成绿毯，荷花粉白相间，环境清幽；南山公园、福莱山公园等也是市区赏荷的好去处。

荷花是名副其实的 “全科药箱”

- 1. 荷花（花瓣）**
清热解暑与解毒：荷花性凉味甘，含有生物碱和黄酮类物质，能有效缓解暑热引起的心烦口渴、头晕目眩，以及口舌生疮、咽喉肿痛等症状。
活血与凉血止血：荷花具有散瘀止血的作用。对于吐血、鼻出血等血热出血症状有辅助治疗效果；同时也能活血化瘀，缓解因血瘀引起的痛经等问题。
美容养颜与安神：荷花富含抗氧化物质，能促进皮肤新陈代谢，改善皮肤粗糙；其挥发油成分还能舒缓神经，有助于缓解焦虑和改善睡眠。
- 2. 莲子与莲子心**
莲子：被称为“安神冠军”，性平味甘，能补脾止泻、益肾涩精、养心安神。常用于改善脾虚泄泻、心悸失眠等症状。
莲子心：即莲子中心的绿芽，味苦性寒，是清心火的利器。泡水喝能有效缓解心烦易怒、口舌生疮，起到交通心肾、涩精止血的作用。
- 3. 莲藕与藕节**
莲藕：鲜藕生吃可清热生津、凉血散瘀，适合缓解口干舌燥；煮熟后则能健脾开胃、养血止泻，有“夏吃藕，赛人参”的说法。
藕节：即两节藕之间的部分，是收敛止血、化瘀的良药，煅炭后止血作用更强。

描写荷花诗词名句赏析

接天莲叶无穷碧，映日荷花别样红。
——宋·杨万里《晓出净慈寺送林子方》
有三秋桂子，十里荷花。
——宋·柳永《望海潮·东南形胜》
荷花开后西湖好，载酒来时。不用旌旗，前后红幢绿盖随。
——宋·欧阳修《采桑子·荷花开后西湖好》
小荷才露尖尖角，早有蜻蜓立上头。
——宋·杨万里《小池》
微雨过，小荷翻。榴花开欲燃。
——宋·苏轼《阮郎归·初夏》
江南可采莲，莲叶何田田。鱼戏莲叶间。
——汉·佚名《乐府诗·江南》
出淤泥而不染，濯清涟而不妖。
——宋·周敦颐《爱莲说》
惟有绿荷红菡萏，卷舒开合任天真。
——唐·李商隐《赠荷花》
荷叶罗裙一色裁，芙蓉向脸两边开。
——唐·王昌龄《采莲曲》
荷风送香气，竹露滴清响。
——唐·孟浩然《夏日南亭怀辛大》
风蒲猎猎小池塘，过雨荷花满院香。
——宋·李重元《忆王孙·夏词》
兴尽晚回舟，误入藕花深处。
——宋·李清照《如梦令·常记溪亭日暮》

本版供图：金海善 徐爱国 王书成
曲积英 陈培荣 张盈科