

Hwngfat Ndei Vwnzva Caemx Raemxyw Caeuq Swnghdai

Vwnzmingz Yauzczuz Hawj Dieg Yauzczuz Hwngfat Ndeindet

高质量发展视域下瑶医药浴文化与瑶族地区生态文明建设

□周 霞

(ciep geiz 3544/接 3544 期)

中国传统医学理论认为，水是生命的根本。《尚书大传·五行传》言“天一生水，地六成之”，天一为阳，地六为阴，水有阳水、阴水之分，与天干对应，为壬癸，壬水为阳，癸水为阴。江河流动之水为壬水，癸水是天之津液，独具滋润之功。水为坎，其体纯阴，其用纯阳，雨露霜雪，海河井泉，甘淡咸苦，不同状态的水入药效果也不一。李时珍把水分为天水与地水，雨水、露水、腊雪等 13 种为天水，流水、井泉水、节气水、温汤水、热汤、生熟汤等 30 种为地水。清人王逊在《药性纂要》一书分析顺流水为治下焦、腰膝、通利大小便药用，逆流水为发吐痰饮药用，认为取流水后以勺屡次高扬后之水即甘澜水，改变了流水咸而重的性质，从而甘温性柔，用于治寒冰阴症药用^[1]。简言之，用取类比象的思维，以水之动形喻消除疾病所需要的方式，需要向下消导除去疾病，用顺流水，需要上引吐散的药，用逆流水，寒病用性温的水，热病用性凉的水。水的温度也有讲究，热汤有百沸和半沸之分，百沸即为多次烧开的滚水，热汤能通经络。沸水与冷水相混合的水，即生熟汤，又名阴阳水，认为用之可使阴阳平。

对瑶族药浴的认识，往往注重瑶药本草的利用，而忽视了用水的讲究。如广西龙胜瑶族女性以一头乌黑长发而著名，她们以发酵的淘米水洗发，再到溪流过清水洗净，养护得一头秀发。外界效仿，未必就有良效，原因之一忽略了环境和水质的因素。瑶族的药浴，以竹槽引山上之流水，经水缸沉淀，煮沸后又以木瓢多次高扬至木盆中。而且药浴的过程中，是不掺入冷水的，即沸水。结合中医用水的理论分析，这对于驱除寒邪、除痹痛无疑起到作用。

3. 洗浴是瑶族的待客之礼

洗浴，不仅仅是瑶族人清洁的方式，还是待人接客的礼节文化。过去交通不便利，瑶族人分散居住，瑶山来了远方的客人留宿，招待客人，请客人洗浴是不怠慢、对客人表示尊敬的方式。早上主人用脸盆为客人打好热水，给客人洗脸刷牙。晚饭后，烧上热水，或浸入草药，把热汤舀到木桶或盆里，先请给客人洗浴。如果是冬天太冷，不洗澡也都要浴足洗脚。即便遇到拜年走亲戚，或参加婚礼留宿客人较多，主人对所有客人的早上洗脸和晚上洗浴也要一一过问，毫无疏漏。在空间上，洗浴房往往在厨房一隅，边上有灶台烧热水，如果洗浴水温度低，便加热水保持水温。

4. 瑶族药浴

瑶族顺应节气养生和防疫。瑶族生活在山区，山上及屋前屋后都是草药，认识草药成了地方性知识，凡遇到常见疾病，如头痛感冒、痛经等，瑶族人找草药治疗。瑶族人爱清洁，在长期生活实践中，养成用草药煮水洗浴的生活习俗及治疗方式。婴孩出生后，以柚子叶澡，而且未满月的孩子，基本每天早晚洗两次澡，以保持孩子干净。过去贺州瑶族（土瑶）经济条件不好，瑶族妇女分娩三天后就到地里干活，虽然十分辛劳，但身体也能扛得住，这与用鸡血藤、桂枝、五指毛桃等草药或加姜、酒煮成药水洗浴、护理是分不开的。瑶族信仰道教，度戒是男子的成人礼，任何年龄的瑶族男子可举行，一般在十二三岁时举行度戒仪式，亦可表明接受道教的戒律，净化人的心灵。度戒前及度戒中的师公及度戒对象均要沐

浴洁净。度戒前男孩还要蒙被人睡 5 天，这表明与世俗的隔离，也是一种洁净的表现。平时瑶族人上山劳作，身体疲劳，或皮肤瘙痒，除了喝谷雨茶制成的油茶提神，也常用水菖蒲、半边莲等煮药水沐浴。药浴时一是不加凉水，待药煮沸后将沸药水倒入木盆中，二是先熏后洗。沸药水自然无法洗浴，瑶族人用一张小板凳放入木盆或庞桶中，坐在凳上，以药水的热气蒸腾熏入身体，或用草药药渣搓脚心、身体，等药水冷却到合适温度，再泡浴，起到驱除邪气，活血化瘀、祛风散寒、排毒养神的作用。

瑶医药浴是瑶族医学里的特色疗法，在乡村振兴与健康中国建设中，发展瑶医药浴大健康产业，既发扬了瑶族传统文化，让瑶族与自然和谐相处之道的传统文化在现代化中的延续，有利于瑶族生态保护和生态文明建设，又实现绿色生态发展，是实现瑶族地区乡村振兴和经济高质量发展的可行之路。

三、传承瑶医药浴文化、建设生态文明，带动瑶族地区高质量发展

1. 发展瑶医药浴产业有利于瑶族地区生态文明建设

瑶医药浴文化体现的生态观是瑶族生态观的一个组成部分。瑶族医药文化是生物多样性与文化多样性的产物，丰富的生态提供了生物多样性的生存条件。瑶族的生态观还体现在对水源、长山等保护中，并通过石碑制度等习惯法、村规民约维护传承。现代化发展道路走的是绿色发展道路，生态环境是瑶族美好家园建设和和延续的基础。2017 年 10 月 18 日，习近平总书记在中国共产党第十九次全国代表大会上的报告指出：人与自然是生命共同体，人类必须尊重自然、顺应自然、保护自然。保护生态就是保护我们赖以存在的家园。过去瑶族人在迁徙困苦中“求生存”，现在安居乐业后“求生态”。习近平总书记在《推动我国生态文明建设迈上新台阶》中提出加快构建生态文明体系，这个体系有（1）加快建立以生态价值观念为准则的生态文化体系（2）以产业生态化和生态产业化为主体的生态经济体系（3）以改善生态环境质量为核心的目标责任体系（4）以治理体系和治理能力现代化为保障的生态文明制度体系（5）以生态系统良性循环和环境风险有效防控为重点的生态安全体系^[8]。可见，构建瑶族社会生态文化体系，在乡村振兴中瑶族地区产业化走绿色生态之路，顺应历史潮流。

社会主义现代化是人与自然和谐共生的现代化，现代化、乡村振兴离不开生态文明建设。改善瑶族乡村生活方式，传承和加强瑶族乡村生态价值意识教育，提高生态文明意识，动员瑶族群众参与环境保护，通过创建文明生态村，发展农业、精准扶贫，提高生活品质，从而引领乡村全面振兴。提高生态环境质量，推进瑶族乡村绿色生态和谐有序发展。以瑶族生态文化模式为生态文明制度构建提供保障。

习近平总书记指出，全面建设社会主义现代化国家，一个民族也不能少。瑶族在中华民族大家庭中也应与时俱进。中国特色社会主义新时代全面建设社会主义现代化国家，经济发展进入高质量发展阶段，以新发展格局理论指

导下统筹中华民族伟大复兴战略。2017 年党的十九大报告指出，农业农村农民问题是关系国计民生的根本性问题，必须始终把解决好“三农”问题作为全党工作的重中之重，实施乡村振兴战略。实现乡村振兴是一项长期系统的工程，体现五位一体总布局，要求经济、政治、社会、文化、生态的全方位、多角度、深层次的发展，生态文明建设体现绿色新发展理念，是新时代中国特色社会主义的重要内容和重要特征，是中华民族永续发展的千年大计，也是实施乡村振兴战略的重要内容。2021 年中央下发的一号文件《中共中央 国务院关于全面推进乡村振兴加快农业农村现代化的意见》，明确提出，把乡村建设摆在社会主义现代化建设的重要位置，全面推进乡村产业、人才、文化、生态、组织振兴^[9]。坚持人与自然和谐共生是新时代坚持和发展中国特色社会主义基本方略之一。生态文化与生态文明是辩证统一的关系，相互促进，相互制约，积极的生态文化推进生态文明建设，不良的生态文化阻碍生态文明建设。习近平总书记提出“人与自然和谐共生”“人与自然是生命共同体”的生态理念，为我们构建生态文明营造良好的文化氛围和政治保障。十九届六中全会公报指出：“在生态文明建设上，党中央以前所未有的力度抓生态文明建设，美丽中国建设迈出重大步伐，我国生态环境保护发生历史性、转折性、全局性变化。”^[10] 传承瑶族医药、生态文化，建设瑶族生态文明，生态优先，绿色发展瑶族经济，保障我国生态文明总体目标的实现。

2. 发展瑶医药浴产业是实现瑶族地区高质量发展的有效途径

“健康中国”战略的提出使得以长寿、健康、生态、绿色等元素为基础的康养文化资源正在成为许多地方社会发展的新名片、新资源。瑶族作为长寿民族，生性乐观、遵循自然，积淀丰富的地方性医药知识，千百年来形成丰富的养生文化，高质量发展与乡村振兴中，发展生态经济、大健康产业是瑶族乡村文化振兴及可持续发展的重要路径，生态旅游扶贫是自然资源禀赋但经济社会发展落后地区，特别是西部民族贫困地区精准扶贫的重要举措，而农民收入持续增加是精准脱贫的硬性考核指标。例如巴马瑶族自治县以“世界长寿之乡”的资源优势，发展康养生态旅游，以瑶浴等瑶医药大健康产业，带动瑶族地区经济发展。

3. 传承瑶医药浴文化的方式

国家重视少数民族文化的保护和传承，“瑶族药浴疗法”等瑶族传统非遗项目被列入国家级非物质文化遗产名录，为文化的传承提供了制度和政策上的保障。除此，需要重视传统瑶医传承人的培养和普及瑶医药文化和相关知识。传统的家族传承和师承方式，由于各种原因，导致传统瑶医式微，这需要增强民族文化自信，增强本民族文化自觉意识，认识到本民族文化的传承使命，加大瑶医药学的保护和传承。另外，需要中医技术下乡，对瑶医学进行理论化的整理。另外，不可忽视语言在文化保护中的作用，市场化和外来文化的冲击下导致瑶语使用大大减少，传承模式和语言文字限

制瑶医药的保护和发展，由此需要加大瑶语的保护与教育，提高文化认同。

注：

[1] 陈炎.文明与文化[M].济南：山东大学出版社，2006：1.

[2] （日）浅野裕一.古代中国的文明观[M].北京：新星出版社，2019：141.

[3] 郝时远，王建娥.世界民族（第四卷）：文明与文化[M].北京：中国社会科学出版社，2013：1-3.

[4] 朱鸿召.解放日报[N].2019-12-03M, (09 版，思想周刊/观点).

[5] 周启杰，冯佳茵.关于生态文明的理论分析[J]. 党史博采（理论版），2021，（7）：38-39，42.

[6] 何小刚.生态文明新论[M].上海：上海社会科学院出版社，2016：10-11.

[7] 中共中央关于党的百年奋斗重大成就和历史经验的决议，新华社，2021-11-16，学习强国.

[8] 张乾元,杨超赫.“生态人”理念及其培育路径[J]. 湖北行政学院学报, 2020, (3):17-22.

[9] 吴永章：清代广西瑶族分布述略[J],广西民族研究,1993,（2）：48-51.

[10] 广西壮族自治区编辑组:广西瑶族社会历史调查(八)，北京：民族出版社发行，2009 年 6 月第 1 版.

[11] 恩格斯：自然辩证法[M].北京：人民出版社，2015：313.

[12] 恭城县志编纂委员会.恭城县志[M].南宁：广西人民出版社，1992：440.

[13] 广西壮族自治区编辑组.广西瑶族社会历史调查(八)[M]. 北京:民族出版社,2009:16.

[14] 戴启惠.广西竹种及其栽培[M]. 南宁:广西人民出版社，1987：1-9.

[15] （晋）戴凯之.竹譜[M]，北京：中华书局，1985:1.

[16] （明）张志聪.本草草原，北京：中国中医药出版社出版，2008：111-112.

[17] （清）王逊撰，王鹏，周扬校注：药性纂要，北京：中国中医药出版社，第 1-12 页

[18] 习近平.推动我国生态文明建设迈上新台阶[J](原习近平总书记 2018 年 5 月 18 日在全国生态环境保护大会上的讲话,原载于 2 月 1 日出版的第 3 期《求是》杂志).奋斗, 2019, (3):1-16.

[19] 中共中央 国务院关于全面推进乡村振兴加快农业农村现代化的意见 [EB/OL] . http://www.gov.cn/zhengce/2021-02/21/content_5588098.htm

[20] 中国共产党第十九届中央委员会第六次全体会议公报 [EB/OL] http://politics.people.com.cn/n1/2021/1112/c1001-32280137.html

【基金项目】2021 广西哲学社会科学规划研究课题一般项目“总体国家安全观视域下边疆民族地区文化安全问题研究”（21BKS017）；2021 年广西中医药大学校级科研项目，面上项目“蚩尤与瑶族医药文化研究”（2021MS053）。

（作者单位系广西中医药大学马克思主义学院）

