

约定俗成的文化行为,都构成该地的风俗,适应这个习俗,心情便会愉悦,亦即适者生存,反之,自身容易嗔怒,他人认为是痴愚表现,所以,习俗养生是一种社会适应的产物,也是藏医药养生文化的特点之一。

5. 影响

13 世纪之前,藏医药养生知识除和内地有所交流外,还和印度、阿拉伯等国家养生知识有所交流,即所谓三流汇聚之产物。自 13 世纪喇嘛教(红教)主八思巴被蒙古帝国聘为国师后,喇嘛教随着蒙古大军在欧亚草原的驰骋,和藏医药养生知识一道也得到广泛传播。14 世纪 50 年代,宗喀巴创立黄教,在养生知识的阐述方面也更加广博。16 世纪,蒙古俺答可汗恭迎达赖三世到青海讲学,开始接受黄教。17 世纪,蒙古和硕特部固始汗从天山北路入青海,受邀入藏杀灭后藏红教主藏巴汗,黄教班禅则迁入其地日喀则,从此黄教在青藏高原、蒙古高原一支独大,伴随黄教传播,藏医药养生知识也得到更广泛传播。初期游牧于漠北、西域的回鹘(回纥)人,其建立的回纥汗国在 9 世纪瓦解,此前他们信仰佛教,不知何时起渐渐信仰伊斯兰教,陆续有文献也别称其为回教,教徒称回纥、回回。13 世纪,不知何因,回纥改称维吾尔。尽管如此,藏医药养生知识在西域以及中亚、俄罗斯的传播是肯定的,影响也是巨大

的。因为藏医药养生知识本来就是三流汇聚的产物。在祖国各地和东南亚、东北亚各国以及港澳台地区,藏医药养生知识也有一定影响。

6. 结论

中华各民族在长期发展历程中都积累有丰富的养生保健知识。藏医药养生保健知识因其在特殊自然环境和社会环境下获得,所以更具有特点。其中高原养生、心态养生、风俗养生的特点更加显著。在世界各地也产生了广泛影响。深入发掘、弘扬青藏高原这块神奇之地产生的藏医药养生文化,对打开中华养生文化宝库,推动人类健康事业发展都具有重要意义。

参 考 文 献

- [1] 庄周. 庄子: 杂篇·庚桑楚第二十三//二十二子. 上海: 上海古籍出版社, 1986: 64.
- [2] 马克思. 摩尔根《古代社会》摘要//马克思恩格斯选集. 北京: 人民出版社, 1965: 55.
- [3] 朱熹. 论语精义: 卷 5//文渊阁四库全书. 香港: 迪志文化传播有限公司, 1999.

(收稿日期: 2012-01-14)
(本文责任编辑 张海鹏)

· 出版消息 ·

《繁露下的岐黄春秋: 宫廷医学与生生之政》出版

廖育群先生新著《繁露下的岐黄春秋: 宫廷医学与生生之政》一书于 2012 年 2 月由上海交通大学出版社出版。

廖育群先生认为, 自古相传的“中国传统医学”可以区分为“正统”与“边缘”。“正统”以官医系统为代表, 而草泽医人则属于“边缘”。

《繁露下的岐黄春秋: 宫廷医学与生生之政》一书, 从权力、太医、医学分科、医学教育、文献整理, 以及汉代王侯墓葬中的出土文物所反映的宫廷医学等几个方面, 就古代官医对“中国传统医学”的“正统体系”的构建进行了分析和讨论。至于属于草泽医人的“边缘”则是此书的姊妹篇, 也是作者下一步的工作计划——“学派与边缘地带”。

(兰台)

