

药食同源的文化交融

岩温幸香

在追求可持续发展、生态保护与健康生活日益成为共识的今天,人类文明形态正经历深刻转型,人与自然的关系也在不断重构。在我国滇南雨林地区,多民族世代传承的“药食同源”理念,正是这一转型的生动体现。这一理念深深植根于雨林生态系统,融入傣族、基诺族、哈尼族、布朗族等民族的日常生活与文化理念中,凝结为独特的生态伦理与生命观念,为现代人突破工业文明困境、探索人与自然和谐共生之路,提供了宝贵的智慧。

“药食同源”不仅是一种饮食与医药传统,更是一种蕴含生态哲理的生存智慧。它强调人与自然的动态平衡,在生物多样性保护和资源可持续利用方面展现出前瞻性。这一理念既是中华生态文明思想的重要源头,也是“多元一体”民族格局在地方知识体系中的具体呈现。面对全球生物多样性下降与文化趋同的挑战,药食同源的古老智慧,为我们重建人与自然和谐共生的生命共同体,提供了深厚的文化资源。

一、药食同源:多民族共生的生态观与生命体系

滇南雨林民族的“药食同源”实践,不仅具有“食可充饥、材可入药”的实用功能,更构建了一套融合生态保护、健康管理与文化传承的复合知识体系。傣族的“竜林”、基诺族的“山”禁忌、哈尼族的“梯田生态”以及布朗族的自然理念,形式多样,却共同形成了“利用—保护—再生”的可持续生态机制。尤为重要的是,这一地区多个民族在药食植物的认知与应用上,深受傣医药“四塔五蕴”理论的影响,形成了跨民族的文化共享与实践融合。

“四塔”理论作为傣医药体系的核心,将土、水、火、风视为构成世界与人体的基本要素,强调人体健康依赖于四塔的平衡。“五蕴”则从身心整体出发,涵盖色、受、想、行、识五方面,体现了傣医学“身心合一”的整体观念。这一理论不仅在傣族内部传承,也深刻影响了布朗族、基诺族、哈尼族等民族。例如,布朗族在选用野生植物时,注重其“调风”“补水”“清火”“健脾土”的功能;基诺族在湿热季节食用香茅草、野姜以“祛风除湿”;哈尼族则常用苦凉菜、制五加“清火解毒”。这些实践既体现了对傣族药食理论的吸收,也展现出各民族基于相似生态与文化语境的创造性转化,在保持自身特色的同时,不断在文化意识等方面交融。

二、多元一体的文化实践:药食智慧中的民族交融与共享

滇南各民族虽文化各异,却在药食植物的利用上呈现出“和而不同”的交融景象。香茅草、酸角、柃依果等植物,在不同民族的餐桌与仪式中扮演多重角色,既传递着对自然的感恩,也承载着对生活的智慧。傣族的橄榄青“喃咪”、基诺族的柃依果酿酒、哈尼族的酸木瓜煮汤、布朗族的槟榔为礼,既是民族文化独特性的表达,也是共同理念在日常生活中的微观呈现。

以“喃咪”为例,这道常见的蘸料融合了风味与智慧,是傣族、哈尼族、布朗族等民族餐桌上的共同风味。“喃咪”种类丰富,如“喃咪麻克满”(番茄酱)、“喃咪阿”(芝麻酱)、“喃咪托领”(花生酱)等。其中,“喃咪麻个”(撒渣青果酱)以酸爽开胃见长,常搭配油炸食品或清爽野菜,既平衡膳食,又具祛风除湿、清火解毒的药用功效。傣医强调“因时施膳”,旱季配苦凉菜清解热毒,雨季添湿味助祛湿气。这一顺应自然的饮食理念,逐渐为周边民族所吸收。各民族民众在旱季共采野薄荷、苦凉叶、水芹菜,在雨季同寻木姜籽、香茅草、野花椒,不仅丰富了饮食文化,也通过共享与协作增进了情感交融,生动诠释了“多元一体”的民族文化图景。

茶叶在傣族、布朗族、拉祜族等民族中,既是日常饮品,也是连接精神世界与世俗生活的文化媒介。日常生活中,凉拌茶是各族喜爱的美食。旱季解燥热,雨季可祛湿,其配料随季节变化,植物性与动物性食材多样,风味独特,成为他们最爱的菜肴之一和舌尖上的良药。在仪式活动中,茶被视为洁净之物,祛秽消灾,不可或缺。例如,傣族和布朗族在“洗寨子”仪式中,以茶叶为礼,寓意祛除污秽、带来洁净;在婚礼、上新房等重要场合,茶叶也是祈福消灾、增添喜庆的象征。茶文化不仅体现了各民族对自然的热爱与敬畏,也成为连接各民族的精神纽带。药食同源的共享与实践,正是这种“多元一体”格局的文化基石。它是民族交往交流交融的历史见证,也提供了鲜活的地方知识与情感纽带。

三、从传统到现代:药食智慧的当代转化与创新

面对现代化进程中的生态退化、知识断层与文化失真等挑战,滇南各民族以“守正创新”的姿态,推动药食智慧的当代转化。傣族竜林生态旅游、基诺族草药文创产品、哈尼族梯田生态农业等实践,既保留了传统文化内核,又注入了市场经济与科技创新的活力。然而,这一转化过程也面临挑战。在一些旅游热点,民族传统饮食习俗被简化为迎合游客口味的商业展演;年轻一代的味觉记忆正被工业化食品重塑;与自然紧密相连的食物制作技艺逐渐淡出日常生活;与植物相关的传说与仪式在新一代记忆中变得模糊。为应对这些挑战,地方政府和社会组织积极推动传统知识的现代转型。以西双版纳傣族自治州为例,通过建立傣医药传承基地、开展药食植物数字化建档、推动“雨林餐厅”体验项目等方式,实现传统知识的创新性发展。这些实践不仅激活了乡村经济,保护了生物多样性,也为民族地区可持续发展提供了可复制的范例。

更重要的是,这些实践为应对生态与健康挑战提供了方案:社区主导的保护模式、基于自然的解决方案、传统知识数字化传承等,均可从中汲取灵感。“求治、求善、求真”的统一,在此体现为生态、健康、文化、经济四维价值的协同发展。正如一位傣族老味涛所言:“如果有一

天,当后辈的娃娃们不再上山寻找野菜,疾病就会在大棚蔬菜园中生长。”这种朴素的生命哲学,正是对现代性困境的文化应答。

四、文明互鉴中的中国智慧:药食同源与人类命运共同体

中国式现代化强调人与自然和谐共生,滇南民族的药食智慧正是这一理念的微观实践。它不仅属于中国,也属于世界,这一理念提供了本土化实现路径。当现代性话语将“进步”简化为对传统的剥离时,滇南雨林民族仍通过“过水祛毒”“苦热相克”等烹饪技术与味觉辩证法,维系着身体与植物间的关联,守护着植物与人体间的能量通道。这些实践,构成了对现代营养学“碎片化”认知的有力补充。

在滇南雨林民族眼中,植物不仅是营养素的载体,更是生态平衡维系者。任何饮食体系都是维系生态平衡的精密机制。当单一作物取代多元雨林,消失的不仅是植物多样性,更是以味觉为纽带的文化认知体系。因此,对滇南药食植物的研究,实则是寻找文明多样性中被遗忘的智慧注脚。

中国与东南亚、南亚国家在植物资源保护、传统医药合作、生态旅游开发等领域的交流日益频繁。滇南雨林的药食智慧,以其开放包容、互利共享的特质,成为构建区域命运共同体的文化桥梁。例如,傣族与泰国的泰族、老挝的老族共享的“毫雅”(药食同源)理念,为跨境健康合作与生态治理提供了文化基础。

在这个过程中,中国始终秉持“各美其美,美人之美,美美与共”的交流理念,尊重每个民族的文化传统与生态智慧。这种开放包容的态度,使中国的药食同源智慧能够为世界所共享。滇南雨林民族的药食同源智慧,不仅是当代中国生态文明建设与乡村振兴的重要资源,也是中华优秀传统文化的重要组成部分。它告诉我们,真正的智慧不是征服自然,而是与之共生;真正的现代化不是抛弃传统,而是让其焕发新生。在人类文明转型的关键时期,这场发轫于雨林深处的“绿色革命”,正以其古老而崭新的生命力,为世界提供一种东方范式。

从雨林到餐桌,不仅是一条食物的旅程,更是一场文明的对话。在这场对话中,我们看到的不仅是一种饮食方式,更是一种生活哲学,一种与自然和谐共处的智慧。这种智慧源于中国古老的生态理念,经过千百年实践检验,在今天依然具有强大生命力。它既是中国的,也是世界的;既是传统的,也是现代的;既是民族的,也是人类的。在今天,这一理念值得我们珍视、传承与创新。

(本文系2025年云南省哲学社会科学规划科普项目《雨林风物志:民族智慧里的药食同源》的阶段性成果)

云南省文艺评论家协会
云南日报文艺教科中心
文艺新观 合办
邮 箱 : ynwyp1@126.com

◆ 娜嬛撷珍

紫陶岁月稠

董石磊

87年前,当西南联大的校歌在滇池和南湖的碧波旁久久回荡,滇南的红土地上,千年不熄的建水紫陶窑火熊熊燃烧;当细腻的陶土在匠人手中化作世间温润的器物,“国立西南联大”承载着厚重的思想,在抗战的滚滚烟里升华成历史永不磨灭的印章。

不得不承认,这个世界上总有一些人生而不凡,他们来到世间总是会给这个五彩斑斓的世界再添上浓墨重彩的一笔。1895年,向逢春生于红河哈尼族彝族自治州建水县碗窑村,这位出身武举世家的制陶大师,用毕生的岁月推动着紫陶从实用器皿向艺术品的蜕变。他改良的汽锅,把实用主义与文人雅趣熔铸一炉,其作品以古拙的造型、精湛的书画、细腻的色彩被誉为“向氏三绝”。1933年芝加哥世博会上,建水紫陶以“体如铁、明如水、亮如镜、声如磬”的独特气质,在万国博览会上捧回美术大奖。五年后,时传“价同黄金”的建水紫陶将与另一群来自千里之外的人发生了命运的交集。

1938年,距离建水百公里外的昆明和蒙自,西南联大的师生正经历着艰难的文明“重塑”,“西山沦沧,滇水茫茫,这已不是渤海太行,这已不是衡岳潇湘。这是一次用文化血脉与侵略者的铁蹄赛跑,在西南边陲的荒烟蔓草间,用黑板和粉笔构筑起抵抗的长城。特别是在西南联大文法学院沿着滇越铁路迁至蒙自后,教室在海关旧址大楼的红瓦黄墙间,宿舍是蒙自开埠时最豪华的西式建筑——哥胥士洋行。闻一多、陈岱孙等10余位教授在此居住,楼上的百叶窗后,闻一多足不出户专注学术,留下“何妨一下楼主人”的佳话。国难当头,却挡不住陈寅恪在此讲授《魏晋南北朝史》,钱穆完成《国史大纲》初稿,冯友兰则在庭院的桉树下构思《贞元六书》。联大师生在战火中守护着文化的火种,他们用知识的刻刀,在破碎的山

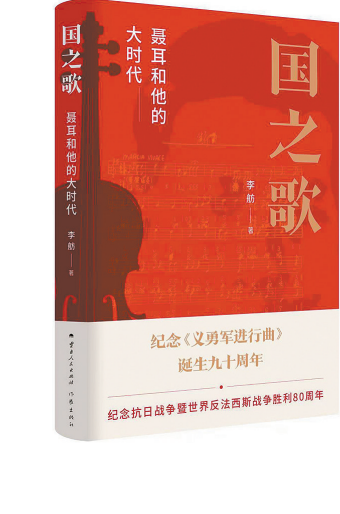
◆ 新书架

《国之歌》出版发行

《国之歌》近期由云南人民出版社、作家出版社联合出版发行。

今年是中国人民抗日战争暨世界反法西斯战争胜利80周年,也是《义勇军进行曲》诞生90周年。作家李舫创作的《国之歌》,以细腻笔触讲述了聂耳从一个热爱音乐的青年成长为革命音乐家的历程,同时展现了《义勇军进行曲》诞生的过程,讲述聂耳和歌词作者田汉等文艺精英在国家民族最危难之际共同完成《义勇军进行曲》创作的惊险历程,体现爱国者在民族危亡时刻以文艺为武器、以生命为代价的胆识和担当精神。这不仅是一部关于音乐与历史的作品,更是一曲对民族精神的深情赞歌。

李舫,学者、作家、评论家。出版有《大春秋》《回家——在韩中国人民志愿军烈士遗骸回国纪实》《不安的缪斯》《在响雷中炸响》《纸上乾坤》等。 黄立康



《百川汇流:各民族是如何走到一起的》出版发行

由中国国家博物馆编著,李游、赵坤、冯正国等撰写的《百川汇流:各民族是如何走到一起的》,近期由广西人民出版社出版发行。

该书从中国国家博物馆浩如烟海的馆藏珍品中精选出近百件承载着中华民族共同体历史记忆的文物,让文物“开口”讲述古老的中华民族形成、发展、融合、共生的内在逻辑以及各民族共同缔造统一的多民族国家的历史进程,展现古往今来的民族交往交流交融史。该书入选《中华读书报》2025年10月推荐好书榜单、2025年10月“党建好书”书单等重要榜单。

张雪飞



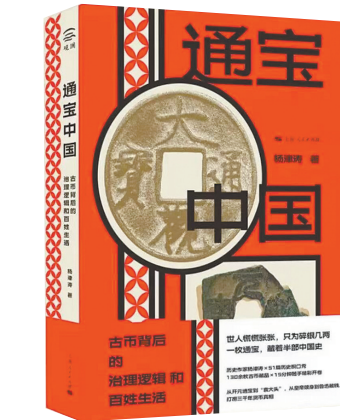
《通宝中国:古币背后的治理逻辑和百姓生活》出版发行

历史作家杨津涛所著的《通宝中国:古币背后的治理逻辑和百姓生活》,近期由上海人民出版社出版发行。

“通宝”(铜币)在我国历史上流传了一千多年,既是百姓生活中的微小金融单位,也是治理秩序得以稳固的基石。

该书包含52篇短文,近150枚作者所藏古币实拍图,通过“经济走向”“政治思量”“历史风云”三大板块,悉心探寻古币背后隐藏的历史叙事,让读者在鲜活的历史场景中领悟到王朝治理的智慧与百姓生活的烟火气。

张雪飞



◆ 读书人语

文章有心印——读散文集《永远的雪》

何顺学

作为一位普米族诗人,鲁若迪基的诗歌以质朴的诗风和浓厚的人文关怀打动着无数读者。但很多读者不知道的是,鲁若迪基的散文也如泸沽湖般宁静透亮,温润如玉。知人论世,作为鲁若迪基的同事、朋友,也作为一个普通读者,我时常阅读鲁若迪基的散文集《永远的雪》,回溯那些文字里的生活片段。每读完一篇散文,都会勾起我的一段回忆。这些回忆有的甜蜜,有的酸涩,有些是美好的,有些则带着艰辛。

在这55篇散文中,鲁若迪基所写的一些事,我也是参与者或见证者。在《悼沙鑫先生》中,鲁若迪基回顾了他与丽江已故纳西族作家沙鑫先生的往事,记述了沙鑫的为文和为人。在这篇散文的结尾,他写道:“……虽然他死了,但他以前的作品证明着他的‘活着’。这种‘证明’,比生命存在本身,更能穿越时空,更能久远。”我与沙鑫先生共事过一年半,算起来,沙鑫先生去世已经17年了。回忆和沙鑫先生共事的日子,如今再读这篇文章,17年前的往事又浮现在我脑中。再忆我曾曾经参与编辑《沙鑫文集》,沙鑫先生的文章也曾给我留下过深刻印象。高山流水,以文相结,虽是阴阳两隔,但也读得出文人间的相惜之情。

在文联工作,我曾多次与鲁若迪基在春节期间探望丽江的老作家和老艺术家。时间如流水静静流淌过去,了无痕迹,鲁若迪基的文字却将我们与老作家老艺术家们相聚的情景记录下来。虽然还有很多温馨时刻没有被提及,可当我读到这些怀念文章时,就会想到文艺道路上的前辈们:宣科,木丽春,马骥驹,马继典,杨正文,木梓……唯有梅花似故人,一行行文字如同踏雪寻梅,引出悠远清凉的岁月记忆。山河故人,文章千古,追忆有千万种方式,老照片、老物件、老歌,甚至一阵突然传来的气味,都能勾起我们深藏于心的记忆。而文章,或许是一种轻盈而又沉重的记录方式。

文章有心印,在读《一个人的文联》和《遥远的东波甸》这两篇文章时,我想起和鲁若迪基一起前往永胜、宁蒗、华坪三县文联调研的往事。作为基层文联,永胜县文联因为编制关系,只有胡廷平老师一个人。鲁若迪基详细询问了胡廷平老师任永胜县文联主席的工作情况,一边问还一边用笔记本认真作了记录。调研主要围绕工作开展,但我想,一定有一些看不见的“心流”在当时的时空里流淌。文人间的相惜,朋友间的相顾,各自工作生活的相望,正是这些模糊的、看不见的存在,在我们内心留下深深浅浅的印记。

回到丽江后,鲁若迪基写下了散文《一个人的文联》。

那次调研到华坪县后,我们顺路去了我华坪的农村老家。我们走进老宅时,我母亲正在厨房做饭。当鲁若迪基知道我母亲已经88岁高龄,还身体健康活动自如时,夸我母亲有福气……今年我母亲已经93岁了,岁月沧桑让她忘记了很多事很多人,可我每次回家,她却总能想起当年看望她的“鲁若书记”,问我他现在一切可还好。

脱贫攻坚那些年,时常到挂联的宁蒗彝族自治县春东村下乡。我们挂联的是春东村的牯牛厂和胜利村两个村民小组,当地人把那里称为“东波甸”。第一次去东波甸,商务车载着我们从红十字会争取到的物资,从翠玉乡政府出发,还没到目的地,天就完全黑了。在坎坷的林间土路上,汽车时不时会被路中间凸起的土堆或石头托住底盘,车轮一悬空就只能空转,无法前进。我们只好下车推车,或压住汽车一角让车轮着地,或抱来石头土块填补路面。晚上到达胜利村时,天已完全黑透。吃过晚饭,疲惫不堪的我们倒头就睡了过去。第二天经过昨晚进村的土路,雇来开车的藏族小伙子看到被当地村民称为“飞机道”的路时,沉默半晌。他说幸好是晚上看不见周围环境,要是白天叫他开这么陡的路,可是万万不敢开的。

在《遥远的东波甸》中,还有很多事情鲁若迪基并没有提及。当我读到这篇文章时,想起了当时的情景:我们走进挂联户熊学文家,见到他87岁双目失明的老母亲茫然地坐在木楞房前的坎沿上。我们一走进院子,熊学便向我们伸出探索的左手。鲁若迪基一见,赶紧伸出手去,与老妈妈的左手紧紧相握。老母亲的右手在他的脸上、头上、一边摸索着,一边和他说着我们听不懂的普米话,泪光在两人眼眶闪动……

在《遥远的东波甸》的结尾部分,记录的是一件真实的事情。甲初尔千的儿子患脑膜炎陷入昏迷,孩子可能随时会失去生命,一家人一筹莫展。鲁若迪基得知此事后,尽自己最大的努力,帮助甲初尔千家联系救护车,联系昆明的医院,及时将孩子送入手术室。单位的同事都是整个事件的亲历者,孩子能够转危为安,依靠的是许多人的爱心接力,可鲁若迪基只用一句话“转院去省城治疗”,一笔带过,其中的艰辛困难,并不提及。

◆ 云岭阅读

边疆民族文学创作者的立场与路径

余秋尚

在当代中国多民族文学的图景中,边疆民族文学以其独特的地理风貌与文化基因,构成了不可或缺的美学维度。怒江傈僳族自治州《边疆、民族、山区》特征于一体,是边疆文学的沃土。周才金作为怒江大峡谷孕育的白族作家、评论家,其近三十年文学生涯所践行的,正是一条深植于这片沃土,同时面向时代与未来的创作道路。

多年的创作积累,周才金的《怒江日报》《壹读》《春城晚报》《民族时报》《云南日报》《边疆文学》《散文诗》等报刊发表作品百余万字,更在文字中构建了一个意蕴丰厚的“文学空间”。他的创作,超越了简单的风情展示,成为民族文化主体性表达的自觉实践,为观察边疆民族文学的发展提供了一个鲜活而深刻的样本。

周才金的作品最鲜明的特质在于将怒江的自然表象与边疆人民的生命内在进行诗性融合,形成了地域特色、民族风情与现代美学三者交织的审美格局。

在诗歌创作上,周才金显露出对短章的精湛驾驭能力。这种偏好并非技巧上的局限,而是对边疆“简洁而坚韧”特质的美学呼应。发表于《云南日报》的组诗《等春来》,其中《月落大河》《寒梅》等篇目均未超过12行;发表于《民族时报》的《秋雨》与《故乡》两首诗,合计仅93字,却凝练地捕捉了深沉的哲思与乡愁:“一场雨/跑进另一场

雨//一条河/涌入另一条河……游子走远/他的影子/落在故乡”。这种极简主义表达,恰如中国画论中的“计白当黑”,在语言的留白处,为读者开辟了广阔的思想空间。短促的诗行仿佛怒江峡谷的地貌,在有限的物理空间中,蕴含着强大的精神势能,实现了“以小见大”的艺术效果。

在散文创作方面,周才金的作品浸透着深沉的历史意识与文化期待。《茶马古道铃声远》一文,通过对清末爱国官员夏瑚平息“白汉洛教案”这一历史事件的深度还原,展现了边疆作者可贵的历史自觉。文章起笔于一场诗意的大雪:“像棉絮一样的雪,像芦花一样的雪,像蒲公英一样的雪,漫无边际地飞舞……”旋即由景入史,将个人思绪放飞至“丙申洛怒族的千年风雨际会里”。这种将个人情思与地方宏大历史融为一体的笔法,使其散文既是对过往的深情回望,也是对民族文化未来走向的殷切渴望。读者在其文字中,能感受到一种或扼腕叹息、或忍俊不禁、或会心一笑的复杂审美体验,这正是历史叙事成功引发共情的标志。

在文学评论方面,周才金的作品具有批判锋芒与清醒的问题意识。他精准地剖析了怒江文艺评论界存在的“六多六少”现象,如“颂扬点赞多,批判研究少”“相互评论多,名家介入少”等。这体现了他作为评论家的职业操