

读报

2023年5月28日,《西藏日报》头版刊发消息《藏医药学巨著《四部医典》入选《世界记忆名录》》。消息指出,《四部医典》成书于8至12世纪,是藏医学奠基之作。文献全面反映了藏医学发展的历史轨迹,对藏医学传播发展起到了不可替代的作用。此次入选《世界记忆名录》的1546年木刻“扎塘版”、1640年木刻“达旦版”、1662年木刻“甘丹平措林版”、1892年木刻“药王山版”和1942年“金汁手抄本”五种版本的《四部医典》,为不同时期的校对和厘定版本。

《四部医典》的科学性和医疗价值被世界认可——

## 藏医药文化迈步走向国际视野

本报记者 晓勇 周辉 刘叔 达珍 张思雨

早在2014年,从自治区藏医院将珍藏的不同时期、五种版本《四部医典》申报第四批《中国档案文献遗产名录》起,这部藏医药学最经典、最具影响力的传统医学典籍,便开启了它从民族走向世界的新征程。2015年入选《中国档案文献遗产名录》;2018年入选《世界记忆亚太地区名录》;2023年5月24日,在法国巴黎,成功入选《世界记忆名录》。回首十年光阴,在国家和自治区的高度重视下,《四部医典》在聚光灯下每亮相一次,就为藏医药文化迎来一次高光时刻。

事实上,回到生活本身,这部被誉为“百科全书”的巨著,跨越千百年,始终显现于人们生活的各个角落。它成为藏医药从业者的案头书,更是师承制下的基层藏医或身处高等院校的藏医学子必读经典。

专家表示,《四部医典》入选《世界记忆名录》,标志着藏医药学及其所承载的藏文化正迈步走向更广阔的国际视野,对传播和践行藏医济世利众精神具有重大意义,标志着藏医药学得到世界认可,标志着藏医药学理论和诊疗价值的科学性和适用性得到广泛宣传。

“零质疑”通过评审：  
从民族经典到国际视野

世界医史认为,医学实践伴随着人类活动而产生。可以说,索瓦日巴(即藏医药学)是藏族历史的另一种留存方式。将时间拉回到古代,索瓦日巴最初理论形成于古象雄时期。而这部藏医药学奠基著作《四部医典》又从何而来?公元8世纪,藏族医学史上一位伟大的医学大家宇妥·宁玛云丹贡布出生在拉萨布龙的一个藏医世家,自幼随父习医。成长时期,他在不断学习本民族医学知识的基础上,以广闻的胸襟和视野,积极向外探索学习其他民族先进的医学理论。

后来,宇妥·宁玛云丹贡布用10年时间,以早期吐蕃医学为基础,吸收各方医学精华,研究及实践,著成名传千古的医学巨著《四部医典》的母本,标志着藏医药学体系初步形成。此后400余年间,经过后世诸多藏医药学家补充和完善,最终由宇妥·萨玛云丹贡布完善定稿。据传,宇妥·萨玛云丹贡布是藏医药鼻祖宇妥·宁玛云丹贡布的第十三孙。

历经4个世纪,以宇妥·宁玛云丹贡布为主,宇妥·萨玛云丹贡布等多位医学大家承前启后,一步步奠定了藏医药学的理论基础,为藏医药学成为今天祖国医学之瑰宝,作出了不可磨灭的贡献。

据介绍,《四部医典》以根本部、论说部、秘诀部、后续部四大篇章为骨架,涵盖了1616种病症的诊断与治疗,记载2258种方剂的配制与应用,堪称藏医药学的百科全书。

自治区藏医院文献研究所专家德吉措姆说:“这是一部集藏医药实践与理论精华于一体的集大成者。”

作为一名研究人员,德吉措姆自2014年起全程参与申报国家档案名录、亚太地区名录至世界记忆名录的全过程。作为申报项目专班组核心成员,她亲历了这部巨著是如何从“深闺高阁”走向世界,并渐渐走进国际视野的历程。

“我们团队经历了一段艰难时光,历时9年。”德吉措姆介绍说,自治区藏医院专门组建一支专业研究团队,深入寺庙、档

案馆、博物馆及医学世家,通过实地勘查、文献考据、学术访谈等多种方式,系统性地开展《四部医典》专项调研,足迹遍布国内外。研究人员以藏医历史溯源为切入点,通过查阅海量文献、拜访藏医泰斗、召开学术研讨会等方式,系统追溯《四部医典》及藏医学的发展脉络。

从收集国内外资料,到撰写文本、拍摄图片及申报视频等全方位准备,再到2018年5月入选《世界记忆亚太地区名录》,德吉措姆认为,此时《四部医典》才算拿到《世界记忆名录》入场券。

2021年7月起,为冲刺《世界记忆名录》,团队成员历经10个多月,反复修改打磨文本20余次后,最终投联合国教科文组织相关部门的审核和反馈意见,成功申报。

《四部医典》入选《世界记忆名录》至今,虽已过去两年,但德吉措姆仍清晰记得在现场的团队成员用手机发来入选时的情景:来自20余国的代表在评审会上竖起大拇指表示祝贺,《四部医典》以“零质疑”通过评审。她激动地说:“那一刻对藏医药文化极具里程碑意义,即使隔着屏幕,我也深受鼓舞,一种强烈的自豪感 and 使命感油然而生。”

从民族经典到国际视野,这部从生活中来又回馈生活本身的藏医药学巨著,至今活跃在藏民族的人文生活中。

融入日常生活:

藏医药学的传承与实践

作为一部千百年典籍,《四部医典》不仅在学术领域备受推崇,更深深融入藏族人民的

生活。据《四部医典》记载,早在公元8世纪,藏医就可以进行复杂的外科手术,包括脑部开颅,比西医要早很多年。

它极力推崇养生保健和滋补抗衰的方法,记载了200多种食材,是传统医学典籍中一部较完整的营养学及食疗著作。

它还记载着金属冶炼、药物炮制、陶瓷容器和手术器械等制作工艺,揭示了藏医药学在8世纪之前就已掌握较先进的自然科学技术工艺。

“《四部医典》在藏医药学领域的学术价值堪比《黄帝内经》,地位崇高。”自治区藏医院院长次仁说。

在西藏,每到春秋两季,是人们到户外寻求自然温泉疗疾的最佳时节,西藏各地藏医院的藏医药浴中心,总是人满为患。“早在上千年前,《四部医典》就记载多种外治方法,其中包括温泉和药浴对身体有益的相关知识。”在西藏藏医药大学从事藏医药学教学、研究和临床实践工作20余年的明吉措姆说,古时藏医就认为天然温泉和药浴的疗效极好,主张使用这一疗法来预防或疗愈疾病。

作为自治区级藏医药非遗传承人,明吉措姆认为,《四部医典》自公元8世纪出现,象征着藏医药学理论的系统化,令整个藏医药学事业实现了质的飞跃。上世纪80年代,13岁的明吉措姆成为西藏藏医学校的一名学生,这所学校正是西藏藏医药大学的前身。在这里,她接受了成为一名合格藏医的系统训练,首要条件就是严格背诵《四部医典》前3部。而学校开设的《四部医典》之藏医人体学和藏医伦理学课程,由老师深入浅出地讲解晦涩难懂的医理,使她

## 千年瑰宝焕发新彩

周辉 晓勇

自治区藏医院推出的涵盖丰富生活常识的精美日历,受到消费者的普遍青睐;各类以藏医药浴法为指导的康养馆,吸引众多白领前去体验;香气馥郁、具有安神醒脑功效的藏香,更成为广大游客争相购买的“西藏好礼”……采访中,记者发现越来越多的藏医药产品和服务受到青睐与支持。

藏医药学伴随着藏民族的生产活动而产生,包含着上千年的医疗养生理念和博大精深的认知体系,是勤劳智慧的藏族人民俾众之长创造的灿烂文化,是中华文明

对藏医药学有了初步的认识。

毕业后,明吉措姆成为在基层一线临床工作多年的藏医。之后,她通过留学多国,接受大量的现代研究方法和教育,积累近40年藏医药学习实践经验。她认为:“藏医药学不仅为了了解生命、健康与疾病,更是对生命本质与世界本质的一种积极探索。”

2018年,“藏医药浴法——中国藏族有关生命健康和疾病防治的知识与实践”被列入联合国教科文组织人类非物质文化遗产代表作名录。

藏医药浴法在藏语中称“泆沐”,千百年来广布于西藏、青海、四川、甘肃、云南等藏族聚居区。通过沐浴天然温泉或药物煮熬的水汁或蒸汽,调节身心平衡,实现生命健康、疾病防治在传统知识、实践及发展上的统一。

作为藏医药浴法申报世界非物质文化遗产名录的核心成员,明吉措姆参与全过程。几年过去了,她仍感慨申报期间所经历的种种挑战与困难,她说:“最终得以成功,完全得益于党和国家的高度重视和关爱,才有今日藏医药事业的蒸蒸日上。同时,也代表着藏医药学的科学性和医疗价值被世界认可,进一步提升了藏医药学的知名度和国际地位。”

《四部医典》记载:“不知历算者不可为医。”这句话解释了为什么至今人们依然称自治区藏医院为“门孜康”。

在藏语中,“门”指医药,“孜”指历算,“门孜康”意译为“医学历算院”。上百年来,“门孜康”不仅是西藏百姓心中的健康守护者,更以天文历算这一独具特色的文化,深刻影响着人们的日常生活。

自治区藏医院天文历算研究所副研究员加永泽仁表示,《四部医典》中有相当篇幅涉及藏医天文历算原理,其内容创造性地研究人与自然的关系,从不同角度了解、认识和研究人体的生理、病理,探索防病治病理论与

与实践,寻找着对人体有效的药物疗法和非药物疗法,“因此,藏医药学和天文历算学从来都是一体的,是从事这两项事业者的必修课程。”

2008年,藏医天文历算被列入国家级非物质文化遗产代表性项目名录。他说:“由自治区藏医院天文历算科出版的4种不同的藏历书,每年出版约30万本,在西藏几户人家必备。”

从传统到现代:

藏医药学的蜕变与创新

自2024年10月起,自治区藏医院举办的《四部医典》专题展览持续至今。虽然过去9个多月,但作为承办展览的部门,自治区藏医院科教处主任医师次多,每过几天就得接待一批参观者。

进入馆内第一眼,只见1546年木刻“扎塘版”和首部于1942年推出的金汁手抄本,在木制玻璃橱窗展柜内熠熠生辉。

据介绍,自治区藏医院珍藏的申报《世界记忆名录》的五个版本,包括“扎塘版”“达旦版”“甘丹平措林版”“药王山版”,不仅内容完整,而且保存状态极佳,堪称传世珍品。而1942年的首部金汁手抄版本,由于印版的损毁流失,已成为罕见的存世孤本。



高原甲子·时代刻度  
庆祝西藏自治区成立60周年

▼自治区藏医院天文历算研究所研究员尼玛次仁进行沙盘推演。  
本报记者 周辉 摄

▲西藏藏医药大学学生在上现代解剖学课程。  
西藏藏医药大学提供



四个不同版本的木刻板《四部医典》

四个不同版本的木刻板《四部医典》。 自治区藏医院文献研究所提供



自治区藏医院文献研究所专家德吉措姆(中)和贡保东珠(右)向记者介绍入选《世界记忆名录》的《四部医典》相关情况。  
本报记者 晓勇 摄



西藏藏医药大学学生参加藏医药草本植物认药知识竞赛。  
西藏藏医药大学提供



西藏藏医药大学开展藏药金属炮制和锻灸工艺现场教学。  
西藏藏医药大学提供

讲述

德吉措姆:

### 推动藏医药文化走进千家万户

本报记者 晓勇 本报见习记者冯琳琳 平措诺吉

德吉措姆是自治区藏医院文献研究所的一名

研究人员,参与了《四部医典》申报《世界记忆名录》的全过程。

她说:“当初申报是希望通过国际平台的认可,提升《四部医典》的知名度与保护力度,确保这项宝贵的文化遗产得以传承。”

这个愿望不仅实现了,还大大超出了德吉措姆的预期。《四部医典》成功入选两年来,有效促进了藏医药学古籍文献的保护与传播,围绕其开展的国内外学术交流持续升温。2023年举办了藏医药起源及《四部医典》形成史研究论坛;2024年首届《四部医典》国际学术交流会召开,来自全球20余个国家和地区的200多位专家学者齐聚一堂、交流探讨,开创了跨文化医学对话的新局面;研究它的论文更是层出不穷,西藏藏医药大学还牵头建立了《四部医典》研究院……

德吉措姆表示,这些成果不仅推动了藏医药学理论与临床应用深度融合,深化了国内外学术交流合作,而且通过国内和国际舞台的展示与交流,吸收借鉴其他医学体系的优点,构建起了更加开放、包容、创新的藏医药学体系,将为人类的健康事业

贡献智慧与力量。

“推动藏医药文化走进千家万户,让更多了解藏医药文化的深厚底蕴和独特魅力,是我们的时代使命。”德吉措姆告诉记者,要让大众更好更广泛地接受藏医药,守正永远是其立身之本,在传播藏医药文化时要把健康理念放在第一位。

为了传播藏医药文化,自治区藏医院不定期开展形式多样的宣传与推广活动,如展览、讲座、研讨会等,以直观生动、深入浅出方式,向大众普及藏医药知识,展示藏医药文化的独特魅力。

藏医药始终守护着群众健康。在临床实践方面,藏医药具有丰富多样的治疗手段,许多诊疗方法经过长期实践验证,具有显著疗效,能够为现代医学临床治疗提供极具价值的补充和借鉴。

德吉措姆表示,藏医药学提倡天人合一的宇宙观,践行和谐统一的整体医学观,提倡慈悲、利众、平等、向善、正行的人生观,与现代医学重视的“生物-心理-社会”医学模式有着异曲同工之妙。现代医学与藏医药学的交流互鉴,将有助于藏医药学走向更加宽广的未来。

明吉措姆:

### 尽最大努力传承和发展藏医药文化

本报记者 晓勇 明吉 欧珠次仁

“我认为《四部医典》是藏民族文化和文明的全而体现,更是带给人类的健康福音。它所传达的不仅是医学知识,还有对人与宇宙、人与自身身心关系的深刻理解。”明吉措姆说。

明吉措姆是西藏藏医药大学的教授,作为一名藏医药学的教育和研究人员,她身上散发着一股强烈的探索精神和使命担当。在她看来,藏医药学的发祥地是西藏,所以西藏应该在藏医药学的教育、研究、诊治和传播方面保持领先。

《四部医典》是传承千年的藏医药学巨著,有许多理论和知识点具有高度的概括性,需要学习和研究者通过长时间的理论结合实践,将理论转化为临床实践,再从临床实践重新分析研究理论,这是一个不断将理论和实践结合转换并更新的过程。

“我们要耐得住寂寞,坐得住冷板凳。”明吉措姆表示,上千年来,一代代藏医人结合自身实践,才慢慢理解和领悟了《四部医典》的深层含义。所以,除了书本上的知识,藏医药学更需要个人在实践的基础上去提高思考和领悟力,长时间沉浸其中,提升知识涵养、心灵境界,才能掌握其蕴含的深层智慧。

学术水平。其次,需要建立更高水平的研究中心和智库平台,米提高藏医药学的研究、传承和创新水平,全面推动藏医药学高质量发展。”明吉措姆表示,做好传承和发展工作需要久久为功,教育和研究是基础工作,必须夯实加固。“近年来,国家从政策、资金、项目、人才等方面加大支持力度,藏医药迎来大好时机,开启了创新发展的新征程。”

作为全国唯一一所单独设置的藏医药高等学府,世界上唯一一所体系完备的藏医药学高等学府,西藏藏医药大学在传承、发展和推广藏医药文化上任务艰巨。

“当前学校在教材编写和创新、学术刊物出版等方面仍需加强,迫切需要汉文刊物来提高教育和

本版编辑:侯朋飞 唐大山 侯广臣  
美编:周科 孙庆庆



(扫读二维码,了解更多内容)