



## 青海藏医药文化博物馆：

# 高原上的文化宝藏

本报记者 王梅

藏医药是中国传统医药宝库中一颗璀璨的明珠。2018年11月，联合国教科文组织将“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”列入人类非物质文化遗产代表作名录，藏医药文化获得世界关注。在青海西宁，有一座全世界独一无二的藏医药文化博物馆，是了解藏医药和藏文化的绝佳场所。

青海藏医药文化博物馆2006年9月开馆，由南、北两馆组成，北馆以藏医药为主题，南馆则展示丰富多彩的藏文化。博物馆建筑秉承传统藏族建筑特色，北馆采用坛城的建筑理念，南馆以转经筒和经书为造型。博物馆内设11个专题展厅和千尊药师佛殿、古籍藏书阁等，馆藏文物5万余件/套，其中国家一级文物158件。

### 珍贵的医典古籍

走进北馆，馆内陈列的6000多部藏医药古籍文献、80幅藏医唐卡、200多件古代藏医医疗器械、3000多种藏药药材标本，全面展现了藏医学的悠久历史和丰厚内涵。

藏医学藏语叫“索瓦巴”，是生活在青藏高原的先民在积累自身医疗经验的基础上，汲取欧亚传统医学精华而形成的一门独具特色的医学体系。公元前1930年左右，古象雄（今西藏阿里普兰县一带）苯教创始人辛饶之子杰普赤西广泛收集民间医疗经验，整理成《解毒雍仲旋》一书，为藏医学的发展奠定了基础。

吐蕃时期是藏医学史上最重要的阶段。数以百计的外族医生来藏地弘医，数以千卷计的医著被译成藏文，产生了《四部医典》《月王药诊》《甘露宝瓶》等一批迄今仍被藏蒙医生奉为圭臬的经典著作。

生于8世纪的宇妥宁玛·元丹贡布是藏医学史上最伟大的医学家。他创办藏医学院，著有30多部医学著作，其中《四部医典》历时20年编著而成，是藏医学的必修经典。它的问世，标志着藏医学形成体系，走向成熟。

古籍文献展厅陈列着与藏医学相关的大量古籍文献，其中《金光明经》《般若经》《药师图释·白银镜》《松赞干布遗训》入选国家珍贵古籍名录。展厅里体量最大、最引人注目的，是一部长2米、宽1.2米、重达1.5吨的《四部医典》手抄本，由西藏7位著名书法家和工艺美术大师历时4年创作而成。手抄本纸张采用传统藏纸制作工艺制成，原料来自狼毒花根茎，经特殊工艺处理，防腐防蛀，能长期保存。撰写文字的颜色用金、银、珍珠、玛瑙、绿松石等多种矿物质调制而成。纸面上看去晶莹剔透，华贵典雅。手抄本置于上好桦木制作的夹板中，夹板正面雕刻着上百尊形态各异的佛像，雕工精细，栩栩如生。



展厅里展示的《中国藏族文化艺术彩绘大观》

王梅摄

在藏语中，“曼巴”指医生，“曼唐”意为医药唐卡。曼唐器械展出的80幅唐卡，是根据西藏医学院收藏的17世纪曼唐原件临摹而成，共包含6480幅彩色图案，图文并茂地展现了藏医药学精华。展厅里还有各种古代藏医手术器械，多以合金为材质，做工精巧，部分器械头部及手柄采用镀金银、错金银工艺。

在藏药标本展厅，可以看到草果、藏红花、牛黄等青藏高原常见的植物、动物类药材，还有不少珍稀药材标本。天文历算展厅介绍了藏族历算与生活、医学的紧密联系。藏医学的诊断、治疗、药物采集和炮制等都要严格遵守天时、顺应自然规律，比如脉诊的最佳时间是朝阳初露时，不同季节应采集植物的不同部位入药。

### 世界上最长的唐卡

青海藏医药文化博物馆的“镇馆之宝”，是一幅世界上最长的唐卡。据说博物馆建馆的一个重要目的，就是为了收藏、展示这幅唐卡。

这幅唐卡名为《中国藏族文化艺术彩绘大观》（上篇），长618米、宽2.5米，从策划到完成历时27年，由青海、西藏、甘肃、四川、云南五省区的400多位专家学者和工艺美术大师创作而成，画面精细、色彩绚丽、气势恢宏，被誉为“当代国宝”。

《彩绘大观》的主创者宗者拉杰，是青海省循化县文都乡一位传统工艺美术大师。他自幼学习绘制唐卡，立志要将藏族的历史文化通过唐卡这一艺术形式表现出来。从1972年起，宗者拉杰广泛搜集资料，独自构思并绘出100多米草图。由于唐卡创作极为复杂，宗者拉杰于1996年成立创委会，聘请了几十位画家一起创作。在当地政府支持下，宗者拉杰又组建了专业工作小组，在整个藏区搜集资料，并与专家多次沟通研讨，对整体内容进行调整，将作品篇幅从300米扩展到618米。

1999年9月，《中国藏族文化艺术彩绘大观》上篇绘制完成，被载入吉尼斯世界纪录，并作为新中国成立50周年的贺礼在青海热贡同仁展出。这幅巨作将藏族的历史、宗教、文化、艺术、医药、天文、地理、习俗及各族团结共荣等内容系统、生动地展现出来，堪称藏族文化艺术“百科全书”。时任全国政协副主席阿沛·阿旺晋美题词说：“《彩绘大观》继承和弘扬了藏族特有的绘画艺术，是中华民族文化宝库中的一个瑰宝。”

此后，《彩绘大观》多次在国内外展览。青海藏医药文化博物馆建设完成后，将它陈列在北馆中。蜿蜒曲折的展线增添了观展的趣味性，让人感觉仿佛畅游于历史长河。

2005年起，宗者拉杰开始策划《彩绘大观》下篇，对上篇内容进行补充和完善。2019年，长达410米的《彩绘大观》下篇完成，上下两篇连成壮丽的千米长卷。目前，下篇的装裱已经结束，未来将向公众展示。

### 多彩的高原文化

青藏高原被称为“世界屋脊”，是中国最大、世界海拔最高的高原，包括今青海、西藏、甘肃西南部、四川西部、云南西北部等地区。这里聚居着藏、汉、蒙古、土、回、撒拉等民族，形成了以藏族文化为主的高原文化体系。

博物馆南馆的丝绸之路与青藏高原文明展厅，以丰富的文物展示了青藏高原的文明发展历程和丝绸之路的灿烂图景。展厅里有一件东汉末年的佉卢文尺牍，是国家一级文物。尺牍由胡杨木制成，分为两个部分，上页为盖，下页为函，函盖回槽内写有佉卢文，内容涉及汉地刑罚和西域都善国耶婆婆落佛国军家的一份契约。佉卢文是古印度的一种文字，曾在丝绸之路上传播和使用，后来失传。这件尺牍对于研究都善国的历史和丝绸之路上的文化交流具有重要价值。

南馆还有藏族服饰、卡垫、书法、建筑4个展厅，展现了独具魅力的藏族民俗文化。在藏族服饰展厅，一件唐吐蕃时期的红地团窠对鸟纹锦袍吸引了记者的目光。锦袍为V领，套头筒状，七分袖，两侧开衩。主体颜色为绛红色，上有黄色联珠对鸟纹图案，袖口、衣边并接蓝底黄色连珠翼马纹锦。这件锦袍形制独特，保存完整，是一件不可多得的珍贵文物。

生活在雪域高原上的藏族人民，为了防湿御寒，很早就开始制作地毯。在藏语中，“卡垫”意为“覆在上面的垫子”，其织作工艺和装饰图案具有鲜明的民族特色。卡垫展厅展出了不同规格的藏族织毯、织垫，图案丰富，色彩瑰丽，体现了藏族手艺人高超技艺和审美趣味。

除了为观众提供精彩的展览，青海藏医药文化博物馆还强化社会教育功能，依据馆藏资源开设了一系列互动性、趣味性的社教课程，承办馆校共建活动及各类研学游项目。

“博物馆是面向全人类的文化殿堂，青海藏医药文化博物馆不仅要讲好青海的故事、青藏高原的故事，还要讲述泛喜马拉雅地区的文明故事。”青海藏医药文化博物馆馆长艾措干说，“未来，我们的目标是建成青藏高原博物馆联盟，在联盟里做到紧密合作、资源共享和国际化交流。我们还将大力建设数字博物馆，运用先进技术，让文化传播得更广。”



上图：唐吐蕃时期镀金银质人物像饰件 下图：藏医手术器械  
青海藏医药文化博物馆供图

## 25家博物馆珍品齐聚一堂

# 带你领略星辰大海

本报记者 邹雅婷

汉代的进口珠宝，宋代商船上的金链子，元代航海用的水罗盘……在中国航海博物馆举办的“大海就在你脚下：中国古代航海文物大展”上，来自天津、辽宁、上海、江苏、海南等10省（市）25家博物馆的160余件文物珍品齐聚一堂，多元、立体地展现了中华航海文明。

“为什么要航海？因为大海就在那里！”中国航海博物馆陈列展示部主任、策展人毛敏说，此次展览尽力反映中国古代航海的全貌，策展团队前往全国沿海城市广泛调研，精心挑选各地最具特色的航海文物。展品不尚多、唯求精，反映了中国航海史上的重要事件，涵盖7座名窑生产的瓷器和9艘古代沉船出水文物。参展单位之多、覆盖面之广，在国内航海主题展览中首屈一指。

展览分为“联通大洋”“异域奇珍”“海史掠影”“海贸物语”“信仰之舟”“东西互鉴”6个部分，从历史、科技、贸易、宗教、文化等角度，全面展示了中国古代航海进程。

中国人很早就开始探索大海。山东蓬莱海域出土的陶甗，器身有大面积海洋微生物附着体，是新石器时代蓬莱先民进行航海活动的遗物。据《汉书·地理志》记载，汉武帝时曾多次派人乘船赴南海贸易，海外的玻璃制品和水晶、玛瑙、琥珀等各类宝石纷纷传入中国。这条航路最远到达印度南部的黄支国和已程不国（今斯里兰卡），标志着海上丝绸之路的形成。展览里展示的西汉弦纹玻璃杯、琥珀小狮、东汉水晶玛瑙珊瑚珠串等文物，印证了史书中的记载，反映了两汉时期广东、广西地区与海外的经贸交流。

宋代是中国海洋贸易十分繁荣的时代。2007年，一艘宋代商船在广东海域打捞上岸，这就是大名鼎鼎的“南海1号”。“南海1号”是迄今发现的船体最大、保存最完整、出水文物数量最多的远洋贸易商船。船上第一件被打捞出来的金器就是金项饰。在此次展览中吸引了许多观众的目光。它由4股8条金线绞织而成，一端有钩，一端有环，接口处印有精细花纹。这类物品在国内未曾出土过，可能是船上外国商人之物。专家推测它应该是一条金项链，也有人认为它是腰带。

明代郑和奉命七下西洋，足迹遍布亚洲、非洲30多个国家和地区。郑和每次下西洋，都会携带大量瓷器作为礼物与贸易商品，其中精美实用的青花瓷在海外尤其是伊斯兰地区大受欢迎。展厅里陈列了一组明宣德时期的青花瓷，是用郑和从阿拉伯国家带回的“苏麻离青”钴铁矿烧制而成，呈现出蓝宝石般的鲜艳色泽。这些瓷器的器型也受到海外影响，如折沿、平底青花缠枝花卉纹洗和青花缠枝莲纹瓷碗，就是源自西亚的金属器和玻璃器。

明清时期，随着大航海时代的开启，中西方交流的广度和深度大大增加。展览中呈现的广彩潘趣大碗、景泰蓝皮筒钟、满大人折扇等，都是清代中西方文化交流互鉴的产物。

展览开幕当天，上海博物馆馆长杨志刚带来“在博物馆展现航海文化：建设海洋强国的文化担当”主题讲座，拉开了展览配套系列活动的序幕。据悉，此次展览将持续至4月28日，期间还将举办多场专家讲座和形式多样的社会教育活动。



明青花缠枝莲纹折沿盘

中国航海博物馆供图

## 故宫奉上 新春佳宴

本报记者 邹雅婷



「故宫红」文化专题 故宫博物院供图

今年春节期间，故宫博物院为观众准备了丰盛的“云上”文化大餐。

从农历腊月初八（1月20日）起，这场文化大餐隆重开幕。今年腊月初八也是传统节气大寒，《故宫的时节·大寒》视频课于当日在“故宫宣教”微信公众号上线。课程围绕清代宫廷立天灯这一冬季习俗，介绍天灯相关知识，并拓展介绍正月十五的元宵花灯，分享不同造型花灯背后的美好寓意。

从农历腊月十五（1月27日）至腊月二十四（2月5日），故宫宣教部“我要去故宫”快手账号将推出“故宫知识课堂”直播课，围绕“文物与自然”和“建筑与历史”两大主题，开展20场精彩课程。

从农历腊月二十三（2月4日）到大年三十（2月11日），故宫博物院官方微博将推出“宫猫记·过大年”系列活动，结合馆藏文物和活泼

可爱的故宫猫形象，向观众介绍从小年到除夕的宫廷过年习俗。

故宫“数字文物库”栏目将全新发布1.5万件文物影像，并推出“牛主题文物专题”，从已公布的6万余件馆藏文物中甄选出与牛相关的高清影像，便于观众欣赏、查阅。“故宫名画记”栏目也将针对《五牛图》和新春主题画作进行解读与推荐。

正月初一（2月12日）至初二（2月13日），故宫博物院官方网站、官方微博和“数字故宫”小程序将同步推出“故宫红”系列文化专题。以故宫建筑、藏品中的红色为切入点，用图文、视频、互动、游戏、线上展览等形式，将建筑历史、非遗传承、文创产品等文化资源进行串联。

这场文化佳宴将持续至元宵节（2月26日），故宫微信公众号“微故宫”将于当日奉上元宵节主题推送，为观众带来有趣的猜灯谜体验。