

聊城中医药文化中蕴含的心理健康教育价值

■ 何杰 郭立栋 侯龙飞

聊城,这片被黄河滋养的沃土,自古便是孕育中医药文化的摇篮。从商代贤相伊尹开创的“药食同源”理论,到金代成无己奠基的伤寒经方体系,跨越三千年的医学思想在此交融,形成了“药材济世、医理传薪、儒医共铸”的独特文化基因。聊城中医药文化既传承着中华医学的经典脉络,又深植于鲁西平原的地方实践,其“天人合一”的哲学观与“身心共治”的实践论,为当代心理健康教育提供了深厚的文化基础。

聊城中医药文化的首要特质,体现在“道地药材滋养经典医理,医家智慧反哺本土实践”的良性循环中。商代伊尹作为中药汤剂创始人,其“以鼎烹药”的创举开创了“药食同源”的先河。这位躬耕于莘县的贤相,将烹饪之道与医药之理相融合,在《汤液经法》中提出“五味调和以养五脏”的学说,使聊城至今保留着“阿胶固本粥”“百合安神羹”等药膳传统。金代成无己,则以“以经解经”之法系统注解《伤寒论》,其《注解伤寒论》不仅确立六经辨证体系,更结合鲁西地域气候特点,发展出“因时因地制宜辨湿热”的诊疗原则。两代宗师的薪火传承,使药材应用与理论创新形成“实践—理论—再实践”的螺旋上升,为心理健康教育提供了“从生活到理论”的认知框架。

地处孔孟之乡,聊城中医药文化天然浸润

着儒家伦理精神。伊尹将“调和鼎鼐”的烹饪术升华为“平衡阴阳”的医学观,其“以味调性,以性养德”的思想,将药性认知与道德修养结合。这种“医理即人理”的思维,在成无己的医学实践中得到进一步深化。他注解《伤寒论》时,以儒家“格物致知”之法阐释病理,将“阴阳自和”的生理机制与“致中和”的伦理追求相贯通,形成“医疾先医心”的诊疗理念。这种儒医交融的传统,在聊城化作“仁术济世”的实践:明代东阿阿胶作坊以“修合无人见,存心有天知”自律药德;清代临清药商创立“义诊药局”,将问诊与《弟子规》诵读结合。这种伦理与医学的双向建构,为心理健康教育提供了“价值引领—行为养成”的整合模式。

从伊尹“因地制宜”的食疗配伍,到成无己“因势利导”的经方化裁,聊城医家始终致力于经典理论在地化创新。伊尹根据黄河下游平原“土厚水深”的地理特征,首创“以胶入药”之法,其《汤液本草》记载:“阿胶者,济水所育,滋阴润燥,尤宜中州之体”,奠定聊城作为“阿胶之乡”的根基。成无己则在《伤寒明理论》中,结合鲁西气候提出“春防风邪挟湿,夏防暑热伤津”的时病防治观,并发展出“疏肝健脾以宁神”的情志调节法,强调身心平衡。这些经典理论催生出独具特色的心理调适方法:民间以玫瑰花、合欢花制成“解郁香囊”,借鉴伊尹“芳香醒脾”

理论疏解肝郁;遵循成无己“子午流注”学说,设计“晨练八段锦以升阳,暮习静坐功以敛神”的养生节律。

聊城中医药文化中对心理健康教育有以下启示:一是整体观照、身心互动的系统思维。伊尹“五味养脏”与成无己“六经传变”理论共同构建的身心关联模型,揭示情绪失调与脏腑功能的动态关系。二是预防为先,生活化的心理韧性培养。伊尹“治未乱”的治国理念与成无己“治未病”医学观一脉相承,衍生出“食养、药养、神养”三位一体的预防体系。三是文化疗愈、伦理共同体的重建。儒医传统中的“社群医疗”智慧,如成无己倡导的“家族共调阴阳”,伊尹强调的“邻里共膳五味”,为当代心理健康教育提供文化范式。

从伊尹鼎中的药膳氤氲,到成无己笔下的经方流转,聊城中医药文化以跨越时空的对话,诠释着“医道即人道”的真谛。这份绵延千年的文化遗产,不仅保存着中华文明的健康密码,更以其对身心关系的深邃洞察,为当代人构建“身心平衡”的教育图景提供了东方智慧。

(作者单位:何杰、郭立栋,聊城职业技术学院;侯龙飞,聊城市人民医院。本文系聊城市哲学社会科学规划专项课题“聊城中医药文化蕴含的心理健康教育价值研究”阶段性研究成果,课题编号:ZXKT2024346)

应用积极心理学,培养学生“生命素养”

■ 李坦

大学生是家庭的希望,更关乎国家的未来与民族的复兴。高校应为学生成长护航,落实生命教育,助力大学生实现人生梦想,鼓励大学生积极奉献自我,为建设中国特色社会主义事业添砖加瓦。

在当前教育改革工作中,生命教育已经成为一个重要的“航标”。但是,当前大学生抑郁自杀、暴力事件频发,不仅给家庭、学校和社会带来极其恶劣的影响,更折射出社会深层次变革下生命教育的缺乏。因此,高校落实生命教育,培养学生的综合能力与“生命素养”已刻不容缓。

积极心理学是近几年来兴起的一个学科。该学科主要基于积极的角度探究传统心理学内容,研究人的积极心理品质、健康生活、和谐发展等方面,倡导积极的心理取向。这与大学生生命教育的目标相契合,因此可针对大学生生命教育的特点建立生命教育积极范式,帮助大学生在面对生命难题时仍能够保持积极的心态,走出人生低谷期,勇敢面对生命困境,挑战无限可能。

引入五大理论,完善高校生命教育课程内容。高校教育旨在全方位育人,应该重视生命教育,并参照心理学的积极理念,深入挖掘心理学的内容,以期进一步完善生命教育的课程内容,促进学生形成积极的心态,为学生实现全面发展奠定基础,整体上看,高校生命教育主要涉及五大理论,即生命价值教育、挫折教育、幸福教育以及生命超越教育、生命发展教育。通俗地讲高校生命教育,旨在让大学生成为优秀、健康,且幸福的人。

创新教学方法,丰富高校生命教育教学形式。传统的教学形式过于强调传授知识,培养技能,而不重视学生个性发展,甚至完全没有意识到学生心理健康的重要性。高校生命教育应该引入并运用积极心理学,比如积极心理学暗示、体验式教学方法以及情商教育方法等等。从教学方式上丰富高校生命教育,促进学生端正生命态度,增强生命意识,这对于其终生发展具有深远意义。

构建高校生命教育协作机制,优化教育环境。高校生命教育的发展需要高校、家庭、社会

通力合作共同推动。按照积极心理学的主要观点分析,组织系统是影响个体健康与幸福感的主要因素。课堂上通过有效的方法营造积极的组织环境,更有利于个体提升幸福感。实践表明,在高校生命教育中应用积极心理学营造积极、充满正能量的教育环境;充分发挥家庭、社会资源,构建多维支持系统,启动生命教育,实现全程、全员、全方位的育人。高校初期开展生命教育时,得到高校大学生家庭的支持至关重要。作为大学生生命教育的主要实施主体,高校的重要性不言而喻。社会是高校开展生命教育强有力的后盾。客观上说,培养人格健全的学生需要充分发挥家、校、社合力作用,各方共担责任,形成优势互补,这是开展生命教育的根基,有利于提升学生的幸福感。

(作者单位:聊城职业技术学院,本文系聊城市哲学社会科学规划课题“积极心理学视域下大学生的生命教育问题及研究对策”阶段性研究成果,项目编号:ZXKT2024046)

“两河文化”赋能聊城高质量发展的现实逻辑

■ 张哲 成庆娟

黄河与大运河相遇,不仅是自然地理奇观,更是中华文明绵延的生动写照。聊城,是大运河与黄河唯一实质交汇的城市,运河所代表的漕运商业文化与黄河所代表的农耕文明在这片沃土交相辉映,铸就了“天下不敢小聊城”的盛况。在新时代协同发展的背景下,如何以“两河文化”为支点撬动高质量发展,成为破解聊城转型命题的关键钥匙。

大运河的贯通,方便了封建王朝将南北物资运达政治中心,形成以“码头经济”为特征的开放性商业网络,催化了一批枢纽城市的兴起。聊城就是在元代会通河贯通后迅速崛起的商贸重镇,吸引了全国各地客商,成为南北商贸的集散地。如今矗立在聊城老城区的山陕会馆,坐落于临清的钞关等运河遗迹,诉说着漕运商业文化烙下的印记,也展现着开放型经济注入的基因。

2019年,国家颁布的《大运河文化保护传承利用规划纲要》,明确“以大运河文化保护传承利用为引领,统筹大运河沿线区域经济社会发展,探索高质量发展的新路径”,为因运河而兴的聊城催生了开放型经济高质量发展的新动能。一方面,推动文旅特色融合,将运河文化遗产转变为旅游资源,以运河特色文旅体验提升城市吸引力;另一方面,加强同运河沿线城市的交流合作,依托高速、高铁等现代运输方式,取长补短,激活了漕运推动的“交通—商业—制度—文化”协同演变,助推聊城开放型经济的发展。

聊城地处黄河冲积平原。黄河滋养了聊城,也考验了聊城。引黄灌溉,孕育了聊城肥沃的耕地,滋养了聊城人敦厚实在的品格。聊城依托莘县国家级小麦制种大县,推进“吨半粮”产区建设,在2025年产能区将达到100万亩。与此同时,聊城坚持工农业融合发展,将工厂产生的二氧化碳“变废为宝”输送到温室,推进现代农业的高质量发展。

以黄河农耕文化为内核,打造农耕文化特色产业,如:高唐县的麦秸画、面塑,东阿艾山“艾草种植—加工—康养旅游”全产业链。通过农耕文化产业化,激活了农耕文明的差异化竞争力,在增强文化认同的同时,也开辟出全面乡村振兴的新路径。

聊城历史上因黄河泛滥导致多次变更城址,也面临“大风一刮不见家”的生态窘境。1949年以来,聊城人民通过治沙代际接力完成生态修复。如:冠县毛白杨林场构建起优质树种资源库,并发展林下中草药种植,使沙化土地从生态包袱跃升为发展禀赋,实现生态资源向经济效益转变。

在黄河流域生态保护和高质量发展战略框架下,聊城依托“黄河文化”,坚持“传统农业智慧与现代创新共生”,探索出一条以生态保护为基础、以文化传承为纽带、以高质量发展为目标的内生动力培育路径。

(作者单位:张哲,聊城职业技术学院;成庆娟,聊城市茌平区第二中学,本文系2024年度聊城市哲学社会科学规划“两河文化”研究专项课题阶段性研究成果,课题编号:ZXKT2024295)

聊城市畜牧品牌建设路径探索

■ 孟晓彤

在“大食物观”背景下,肉蛋奶逐渐成为老百姓餐桌上的主角,其品牌化建设能够保证从农场到餐桌的全产业链食品安全。聊城地处黄河和京杭大运河交汇的鲁西平原,已经形成了具有一定“两河”区域特色的畜牧品牌:禽蛋品牌“凤鸾鲜达”面向济南、青岛等地中高端蛋品市场销售;凤祥食品已经成为“中国名牌”产品;“东阿黑毛驴中国特色农产品优势区”是全省畜产品中唯一获此殊荣的区域;临清“运河黑牛”品牌享誉国内市场,“黑牛先生”品牌成为山东省行业地标品牌。

虽然近年来聊城市畜牧业形成了一定区域品牌特色,但与省内外先进地区畜牧产业相比,品牌化建设还存在着明显的差距。针对肉蛋奶生鲜食品的特殊性,在品牌建设中,必须坚持以品质为导向,牢牢守住畜产品质量安全的底线,使安全、优质、健康成为畜产品品牌最基本、最核心的要素。

实施畜产品品牌化战略,从源头上严格把控畜禽产品品质,确保安全生产和质量可靠,离不开牧场的标准化养殖。在畜牧业高度集约化的今天,产业的变化要求我们尝试用工业

发展的理念来发展畜牧业,用标准化来控制生产质量。企业和社会合作社坚持巩固和壮大以规模化养殖小区为核心的生产模式,采用“公司+基地+农户”的联动模式,从种苗选择—饲料配制—环境控制—免疫预防,严格把控各个生产环节质量,规范饲料兽药生产、养殖、加工等各环节相配套的生产技术标准,加快企业畜禽产品各生产环节标准化技术应用,提高农场源头畜禽产品品质。

政府需加强品牌建设的政策引导与扶持,通过制定无公害、推进无抗畜产品行动计划,完善绿色食品品牌产品的战略发展计划及相关政策指导,推动优势畜牧产业发展,鼓励中小型企业提升产品品质。由政府牵头,组织中小型畜牧生产企业通过考察、学习、培训等多种方式,加深对畜产品品牌建设重要性认识,依托龙头企业在品牌建设中的带动效应,促进具有聊城本地特色畜禽产品完成商标注册与品牌认证,协助企业打造知名品牌。支持企业创建具有地方特色的畜禽品牌,全力提高全市畜产品品牌的拥有量。

多部门联动强化畜产品品牌监管,构建畜

牧业发展主管部门与市场监督管理等部门的协同工作机制,强化对品牌畜禽产品的质量监控,加大抽检力度,坚决打击制售假冒伪劣、以次充好和侵犯商标权等不法行为,通过严格的监督抽检,促进培育出质量卓越、信誉卓越的畜牧业品牌。为提升我市畜产品整体品牌形象,建议我市建立品牌畜产品电商平台,扩大我市畜产品品牌的影响力和知名度;通过举办“品味两河——优质畜产品品牌水城行”“畜产品质量安全知识宣传”等一系列线上或线下文旅活动,陆续将聊城优质特色畜产品引入大众视野,成为消费者餐桌上的美味。

通过以上一系列措施,进一步扩大我市畜牧业优势产业与特色产业规模,促进畜牧业层次的提升和畜产品品质的优化,借助“两河文化”的独特魅力,提升我市畜产品市场上的竞争力。

(作者单位:聊城职业技术学院,本文系2024年度聊城市哲学社会科学规划“两河文化”研究专项课题阶段性研究成果,课题编号:ZXKT2024305)

聊城境内出土磁州窑瓷器研究

■ 于中胜

磁州窑,因在古代属磁州而得名,古磁州在今河北省邯郸市磁县。磁州窑创烧于北朝,历经隋唐,于宋、金、元时期达到鼎盛,经明清至今绵延不绝。作为我国古代北方最大的民窑体系,其影响范围广阔,形成了庞大的、辐射黄河南北广大地区的磁州窑系。

聊城境内发现的磁州窑瓷器集中出土于高新区徐田村、聊城市古城区、冠县老城、阳谷、临清、茌平等地,包含白釉、黑釉、白地黑花、珍珠地刻花、划花、剔花、诗文装饰、红绿彩等多种装饰技法。

白釉瓷器是聊城出土磁州窑瓷器中的重要一类。造型丰富多样,有碗、盘、瓶、罐等。其制作工艺精湛,胎体坚实,釉色洁白无瑕。有些白釉瓷器还在表面施以简单的装饰,如刻划的弦纹或花卉图案,增添了几分精致与灵动。黑釉瓷器的特点是釉色深沉浓郁,展现出独特的玄色美学;有的则在黑色釉面之上施以其他颜色的釉斑或划花装饰,形成独特的视觉效果。这些黑釉瓷器不仅具有实用价值,更展现了古代陶瓷艺术家对色彩运用的巧妙构思。

白地黑花瓷器是磁州窑瓷器的一大特色。它以白色瓷胎为底色,再用黑色的颜料在上面绘制各种精美的图案。常见的图案有花卉、人物、动物等,生动形象,富有生活气息。这种装饰手法使瓷器既具有白瓷的温润质感,又增添了黑花图案的活泼灵动。代表器物如白地黑花牡丹纹瓷瓶,白色的瓷瓶上装饰大朵的黑色牡丹花和缠枝叶,形成了强烈的视觉对比,让人眼前一亮。

珍珠地刻花的特点是在白色或浅黄色瓷胎上,用圆型篆刻工具施以刻花工艺,刻出的花纹呈现出深浅不一的层次感,犹如珍珠粒粒饱满。这种技法不仅需要工匠具备高超的技艺,还需要对原材料和烧制过程有精准的掌控。聊城出土的珍珠地刻花瓷器,有珍珠地刻花磁枕、珍珠地刻花瓷瓶和行炉等,图案精美,线条流畅,展现了古代陶瓷工艺的高超水平。

划花瓷器则以简洁流畅的线条来装饰瓷器表面。工匠们运用刀具在瓷胎上轻划刻出各种图案,如花卉、枝叶等,线条流畅、纤细而优美,给人一种清新脱俗的感觉。这种装饰手法注重线条的韵律和美感,体现了古代陶瓷艺术家对艺术的独特追求。剔花瓷器是一种通过对瓷胎进行减地雕刻,使图案凸显出来的装饰工艺,有白剔花、绿剔花和黑剔花等。代表性器物如剔白花花鸟纹皮囊壶。

诗文装饰瓷器则是将文学元素融入到了瓷器装饰中。如宋元时期的诗文枕、诗文酒瓶等,东昌府区博物馆馆藏的“春夏秋冬”四字款梅瓶和“大吉”瓶是磁州窑诗文瓷器的典型器。而馆藏的红绿彩花豹纹瓷碗则生动展现了当时崇尚真实、清新质朴的草原游牧文化与崇尚平淡高雅、温柔内敛的中原农耕文化碰撞交融的艺术成果。这些瓷器不仅增添了瓷器的文化内涵,更反映了当时的社会风貌和人们的精神追求。

聊城境内出土的磁州窑瓷器,技法多样,内容丰富,涉及民俗、宗教、文学、书法、美术等多方面的题材,为研究古代社会的经济、文化和艺术提供了珍贵的实物资料。

(作者单位:东昌府区博物馆,本文系2024年度聊城市社科联“文化传承发展研究”专项课题阶段性研究成果,课题编号:ZXKT2024135)