化橘红养生文化挖掘、传承的意义及策略探析

陈茂
（广东茂名健康职业学院，广东　茂名　525400）

【摘　要】化橘红作为我国珍稀地道药材，其化痰止咳功效得到广泛认可，但对其养生文化的挖掘、传承还存在不充分，民众认知度低等问题。本文通过深挖化橘红文史资料，凝练化橘红药食同源、历久弥香，救世济民、大爱仁心的养生文化意蕴，并以此来提升化橘红企业文化建设，助推化橘红养生产业蓬勃发展，助力乡村振兴和健康中国建设，创新宣传方式，实现化橘红养生文化的发扬和传承。

【关键词】化橘红；化橘红养生文化

一、化橘红养生文化挖掘、传承的意义

（一）化橘红药用价值源远流长，新时代作用进一步彰显

广东茂名化州特产化橘红，是芸香科植物化州柚 Citrus grandis‘Tomentosa’ 或柚 Citrusgrandis (L.)Osbeck 的未成熟或近成熟的干燥外层果皮，前有“毛橘红”之称，因地道性的原因，化橘红也称“毛橘红”。化橘红具有理气宽中、燥湿化痰的功效，用于治疗咳嗽痰多、食积伤酒、呕恶痞闷等症[1]，素有“南方人参”之称，是“四大南药”“十大广药”之一，是我国珍稀的道地中药材。有研究表明柚皮苷为化橘红止咳化痰的有效成分，而广东化州产地的毛橘红柚皮苷含量最高，鉴于化州柚产量的提升和在有效成分、药效方面的显著优势，已有部分学者建议将化州柚规定为化橘红药材的唯一来源[2]。

化橘红在国际上的地位不断提升，在治疗新型冠状病毒上作用突出。2006 年，化橘红被列入国家地理标志产品，2012 年，化橘红（中药文化）纳入广东省非物质文化遗产项目，同年化橘红入选《美国药典》。2016 年，化橘红进入《广东省首批立法保护的岭南中药材目录》，2020 年入选第二批中欧地理标志保护名单。从国家卫健委、国家中医药管理局发布的《新型冠状病毒诊疗方案（试行第六版）》开始，化橘红被纳入新冠疫情诊疗组方用药，在之后的第七、八、九版中也同样列入推荐组方用药。当前，我国疫情防控进入新阶段，保健康已成为疫情防控的重点任务之一，随着人们养生保健意识的不断提升，化橘红养生保健的作用和价值将进一步彰显，化橘红养生文化的挖掘、传承、发展、创新也将得到更好地推动。

（二）国家政策助推化橘红产业蓬勃发展

党的十八大以来，以习近平同志为核心的党中央高度重视中医药的传承与发展，先后制定出台了《“健康中国 2030”规划纲要》《中医药法》《中共中央国务院关于促进中医药传承创新发展的意见》《关于加快中医药特色发展的若干政策措施》《“十四五”中医药发展规划》等一系列振兴发展中医药的法律法规与政策规划，为推动中医药事业高质量发展提供了有力保障。受益于政策环境的持续优化，不断加大的扶持力度，中医药得到了更加广泛的了解和认可，中医药疗效被世界越来越多的国家接受和认同，中医药产业蓬勃发展壮大，中国健康产业大有可为。市场对于化橘红的需求不断增加，化橘红产业保持强劲的发展势头。

实现共同富裕，乡村振兴，产业是关键。近些年，化橘红产业规模不断扩大，已成为推动化州市经济社会发展的特色产业。截至 2022 年 10 月，化州市发展种植化橘红面积达 11 万亩，千亩以上的种植基地 10 个，其中按 GAP 标准建成化橘红种植基地 1 万多亩，带动从事化橘红产业人员 35 万人，人均可支配收入 2.54 万元。规模优势经营主体 60 多家，累计引资 50 多亿元，全产业链年产值 49 亿元。全市有化橘红加工企业 165 家，化橘红系列产品 60 多种，主要包括化橘红药品系列产品、化橘红食品系列产品、化橘红工艺品系列产品三大类。[3] 政府通过一系列举措激活了化橘红产业的高质量发展，实现了化州农民的增收致富，为乡村振兴、实现共同富裕注入强劲动力。当前茂名市正全产业链打造“五棵树一条鱼一桌菜”的乡村振兴战略，以此为

抓手构建现代农业产业体系，推动茂名农业优质高效发展、持续做大做强。作为“五棵树”之一的化橘红又迎来了发展的契机。

（三）化橘红养生文化铸魂化橘红产业高质量发展

中华民族对养生非常重视，用各种方式来保养生命、养护生命，以达到延年益寿目的，有着悠久的养生文化和丰富多样的养生资源。随着国家社会的发展，“健康中国”战略的实施，人口老龄化和亚健康人群的大量增加及新冠疫情的影响，人们的健康意识、预防意识、养生意识极大提高，而中医药在“治未病”防病养生上有着独特的优势。化橘红作为我国珍稀的道地中药材，具有抗氧化、抗炎、降血脂、抗抑郁和止咳化痰等多种生物活性[4]，不仅可以作为功能性原料添加到食品中，也可以作为药材添加到中药。日常生活中将其泡水饮用，可用于缓解治疗咳嗽、化痰、消化不良和炎症等健康问题，是药食两用植物，在悠久的历史传承中形成了特有的化橘红养生文化。

在国家政策和社会需求两大层面的机遇下，中医药养生服务产业迎来了发展的契机。在化橘红产业蓬勃发展的同时也存在着对化橘红养生文化挖掘不足的问题，这就导致化橘红产业发展缺乏文化支撑，企业文化、品牌文化建设不充分，产业发展内在灵魂的缺失，降低了社会对其认知度和认同感。因此，应加大对当地居民养生民俗、养生饮食、生活习惯、养生名人等化橘红养生文化资源的调研，挖掘化橘红养生文化意蕴，实现化橘红养生文化创造性转化、创新性发展铸魂化橘红产业高质量发展。

（四）化橘红养生文化推动教育创新发展

党的十八大以来，党中央高度重视中医药文化的传承发展，明确提出实现中医药健康养生文化的创造性转化和创新性发展。2020 年《国务院办公厅关于加快医学教育创新发展的指导意见》强调，以新理念谋划医学发展，医学要服务生命全周期，贯穿预防、治疗、康养全过程，加强对中医药传统文化功底深厚、热爱中医的优秀学生的选拔培养。随着城市化、信息化、全球化的不断发展，许多传统的地方文化习俗正在逐渐消退，甚至消失殆尽，青少年是祖国未来的接班人，是民族文化的传承者，在传统文化的复兴、发展、传承中发挥着重要作用，将化橘红养生文化纳入各级各类教育是大势所趋。

在各级各类学校开设具有针对性的化橘红养生文化课程及化橘红传统工艺课程，在育人过程中贯穿化橘红养生文化建设及传统工艺传承，一方面可丰富学校的办学内涵，形成特色办学风格，另一方面也有助于激发每一位本地青少年学生积极参与到化橘红养生文化创新、传承的探讨，扩大化橘红养生文化的传播、传承力度，输出具有乡土文化情结的学生。

二、化橘红养生文化挖掘、传承策略

（一）化橘红养生文化挖掘、传承现状

化州人民把化橘红作为预防、治疗、养生的药食同源药材的历史悠久，化橘红养生文化属于化州地方特色文化，蕴含了化州人民长久以来的养生哲理和生活智慧，寄托了化州人民浓浓的美丽乡愁。为了解化橘红养生文化在化州当地的认知情况，笔者选取本校大一大二 369 名化州籍学生为调研对象进行问卷调查，其中包含化橘红生产专业镇学生 240 名，化州其他地区 129 名。

通过调查问卷和谈话交流发现，约 90.2%的学生知道化橘红为化州市特产，约 87.8%的学生知道化州为“中国化橘红之乡”，约 92.7%的学生知道化橘红的主要功效为化痰止咳。购买的化橘红产品类型主要为食品、药品、饮品三类，主要使用方式为泡茶、口服和煲汤。约 41.5%的学生对化橘红传统采收、加工方法完全不了解，约 37.4%的学生有关化橘红的众多传说典故完全没有听说过，所知道的化橘红相关文化习俗主要集中在化橘红文化节和赏花节两项。从以上数据可以看出，民众对化橘红的地位、功效有基本的认识与了解，化橘红贯穿于民众的日常生活当中，但是在化橘红养生文化习俗的普及、推广、传承上力度还较为欠缺，民众对化橘红养生文化的认知度还不高。

（二）化橘红养生文化挖掘、传承策略

1. 深挖化橘红文史资料，凝练化橘红养生文化意蕴

药食同源，历久弥香是化橘红养生文化的生命积淀。化橘红作为化州地道中药材，其种植和药用治疗咳嗽的历史已有上千年，同时化橘红作为养生食材来食用亦贯穿于化州人民的日常生活。

通过问卷调查显示，民众将化橘红用于泡茶、煲粥汤方面较为普遍，且 74.8%的被调查者都有存储化橘红的习惯。在饮茶方面，化橘红可与甘草、菊花、金银花、枸杞、罗汉果等搭配泡饮，市场上也有很多茶包类产品如全松华橘红茶、正毛橘红玫瑰茶、橘红乌梅饮、冬花菊红饮等。在煲粥汤方面，

如杏仁化橘红猪肺粥、太子参橘红炖老母鸡、化州橘红煲猪肚鸡汤、虫草花橘红花炖鸭等种类繁多。同时，大部分被调研的民众在日常生活中喜食化橘红制成的零食，如化橘红干、化橘红润喉糖等，以此来达到提神醒脑、化痰止咳的效果。化州人民在粥汤里面加入化橘红，品化橘红茶、食化橘红零食，以此来防病治病，助益养生，药食同源在茶、粥汤里得到了很好的诠释。

救世济民，大爱仁心是化橘红养生文化的生命高度。与化橘红相关的传说典故、医书典籍、诗文、题咏、楹联等资源亦相当丰富。在传说典故方面，如龙化橘树、鸟送橘种、罗仙翁植橘、何仙姑引橘、范公识橘、州官治咳、婢女复生、李宗仁与化橘红等，大都体现出化橘红救民于疾病困苦，祛邪扶正，为民解困、造福天下苍生的文化意蕴。

2. 提升企业文化建设，助力化橘红养生产业蓬勃发展

企业文化是一个经济实体的软实力，也是企业价值取向的体现，更是企业经营理念的体现。打造与企业发展相契合的企业文化，成为每一位企业管理者都必须要做的功课。化橘红本身有着丰富的养生文化内涵，具有药食同源、历久弥香，救世济民、大爱仁心等文化意蕴。化橘红企业在发展中应将化橘红养生文化意蕴进行挖掘融入宣传，以提升社会知晓度和认同感，形成有特色的企业文化，提升企业知名度和竞争力，进而推动化橘红产业的高质量发展。

21 世纪以来，亚健康问题、各种慢性病、高血压、糖尿病等威胁着人类健康，加之疫情的影响，人民的健康意识提高，对疾病的预防和养生越来越重视，这与我国传统医学“治未病”的理念不谋而合。目前国家正大力支持中医药事业和产业的发展，化橘红作为药食同源养生中药材的发展前景广阔。通过茶、粥、酒、药膳、浴、香、衣、装等多种形式，加强与日常生活用品的融合，推动化橘红养生产品开发创新，将其渗透到百姓生活中已成为化橘红产业高质量发展的关键。近年来，中医养生旅游亦成为一种趋势，大力发展化橘红养生产业，打造化橘红养生小镇，用化橘红产业链保障与推动民生健康亦势在必行。

3. 创新宣传方式，拓展宣传渠道

笔者通过问卷调查了解到，民众对化橘红的了解主要是通过亲戚朋友的介绍，其次是微信等网络聊天、短视频平台，利用电视、广播、书籍、报刊等传统媒介宣传较少，也没有专门的化橘红官网对化橘红文化进行宣传，宣传渠道较为单一，对化橘红的文化习俗也主要集中在化橘红文化节、赏花节上，虽热闹有余，但文化宣传不足。

打造化橘红养生文化体验馆，加强对化橘红民间传统技艺、习俗文化的传播与传承。通过打造化橘红文化体验馆的叙事空间，再现化橘红养生文化的叙事情境，呈现人文、温情、怀旧的叙事主题，注重与参观者双向互动，增加体验式设计和交互式设计，让参观者能感同身受地领略历史悠久的、富有地方特色的化橘红养生文化。

以化橘红养生文化为背景主题进行康养景观设计，营造良好的养生环境。通过化橘红植物景观的营造、搭配与化橘红养生文化接轨，在良好的自然生态环境及人文环境的基础上，以化橘红养生为主线，通过打造养生会馆、茶道、养生膳食的学习和制作等方式，多角度普及化橘红养生知识。

将化橘红养生文化纳入各级各类学校学习的范畴，推动化橘红养生文化的传承与发展。各级各类学校要开发适合自己的校本教材，探索出符合学生认知规律、学生喜闻乐见的方式方法，推动化橘红养生文化进校园、进课堂、进学生心灵，助力全民健康幸福生活。

参考文献：

[1] 国家药典委员会 . 中华人民共和国药典 [S]. 一部 . 北京：中国医药科技出版社，2020:76-77.

[2] 廖奕秋，李泮霖，廖文波，等 . 南药化橘红基原考证 [J]. 中药材，2015，38(02)：401-404.

[3] 茂名市人民政府 . 化州市发展化橘红种植面积 11 万亩，带动相关产业人员 35 万 .[EB/OL]. (2022-10-11)http://www.maoming.gov.cn/ywdt/xqdt/content/post_1084642.html.

[4] 曹小敏，潘思轶 . 柑橘属药食同源植物次生代谢物及生物活性研究进展 [J/OL]. 食品科学，2022，(08).

基金项目： 广东省茂名市 2022 年科技局项目 - 茂名市科技计划项目：基于乡村振兴背景下化橘红养生文化赋能产业高质量发展策略研究 批准文号：茂科字 [2022]24 号，项目编号 :2022110 。

作者简介： 陈茂（1987-），女，汉族，四川内江人，未定级，硕士学位。主要研究方向：思想政治教育。