

# 中医“治未病”思想对传统村落防灾韧性建设的启示

张笑笑<sup>1</sup>, 李文生<sup>2\*</sup>

(1. 安徽建筑大学 建筑与规划学院, 安徽 合肥 230041; 2. 北京建筑大学 建筑与城市规划学院, 北京 100044)

**摘要:** 灾害防治是传统村落安全生产、生活的基本保障。通过对中医“治未病”思想智慧的再认识, 梳理出未病先防、欲病救萌、既病防变、病后防复四个阶段的医治策略, 剖析了传统村落面临的主要灾害类型及特征, 认为传统村落灾害的发生过程与“治未病”的核心医治过程具有内涵上的一致性, 据此提出传统村落平灾结合、未灾防备, 防微杜渐、欲灾防治, 安全应对、既灾防控, 有序重建、灭灾防返的防灾治灾内容, 可为今后传统村落防灾韧性建设提供理论参考。

**关键词:** 治未病; 传统村落; 安全防灾; 防灾韧性建设

**中图分类号:** TU-87; K901.6 **文献标识码:** A **文章编号:** 1008-7192(2023)01-0038-08

我国幅员辽阔, 地貌多样, 是世界上自然灾害最为严重的国家之一, 常年经受旱涝、台风、地震等灾害侵袭, 加之近年来极端气候愈发盛行, 人为灾害屡见不鲜, 对本已脆弱的社会自然环境造成了巨大威胁, 种种现象促使我们不断思考城乡空间在应对灾害来临时应当具备何种防灾能力, 以及需要建立何种韧性机制。在新型城镇化背景下, 城市防灾领域涌现出了多种理论方法, 诸如安全城市<sup>[1-2]</sup>、韧性城市<sup>[3-5]</sup>等, 对城市空间安全格局建设和保障城市人民生产生活安全发挥了重要作用, 而对广大乡村地区的研究相对不足<sup>[6]</sup>。我国乡村地理环境复杂, 经济条件落后, 比城市更易遭受灾害侵袭, 损失程度也往往较大, 加之乡村人民的防灾意识较为淡薄, 使得乡村地区面临着更为严峻的灾情, 尤其是传统村落作为地域乡土文化的重要载体, 其所面临的灾害更应得到足够重视。

中医“治未病”作为传统中医学的重要理论内容, 经历代医家的不断阐释与扩充, 其病前预防、病后康养的疗效已受到社会青睐, 并广泛运用于实践, 对现代预防医学的发展起到了积极的推动作用

用<sup>[7]</sup>。“治未病”所蕴含的防患于未然、防微杜渐的预防思想影响到社会各个方面, 并与韧性城市理论相契合<sup>[8]</sup>, 对当下的传统村落防灾规划建设亦有启示意义。基于此, 本文通过对中医“治未病”理论的再认识, 提出基于其核心思想的传统村落安全防灾建设内容, 旨在为传统村落安全防灾规划建设提供理论参考, 助力城乡防灾共同体的建设。

## 一、“治未病”思想述要

### 1. “治未病”思想的渊源

“治未病”一词最早记载于《黄帝内经》, 意为尚未发生疾病时采取治疗手段, 是中医理论的核心内容之一。《素问·四气调神大论篇》有云: “是故圣人不治已病治未病, 不治已乱治未乱, 此之谓也。夫病已成而后药之, 乱已成而后治之, 譬如犹渴而穿井, 斗而铸锥, 不亦晚乎!”<sup>[9]</sup> 这是首次将“治未病”引入了疾病防治中。此处的“治”更倾向于“预防”, 体现了防患未然、未雨绸缪的前瞻理念。随着中医医术的不断发展, 后世历代医家对“治未病”理

收稿日期: 2021-12-20

基金项目: 高峰学科科研专项重点项目“徽州传统村落预防性保护方法研究”(2021-128); 2020 高校学科拔尖人才学术资助项目(自然科学类)(gxyq2020035)

作者简介: 张笑笑(1982-), 女, 安徽建筑大学建筑与规划学院副教授, 博士, 研究方向为传统村落保护与发展、近现代建筑遗产保护与利用; 李文生(1992-), 男, 北京建筑大学建筑与城市规划学院博士研究生, 研究方向为传统村落保护与发展、历史城市保护与更新。

E-mail: 020045@ahjzu.edu.cn

\*通讯作者: 李文生

论进行了扩充,并付诸实践。如东汉张仲景在《温热论》中提出“驱邪泻热,务尽务早,保津养阴,贵在未匮”<sup>[10]</sup>的疗法;唐代孙思邈在《备急千金要方》中提到的“未病、欲病、已病”<sup>[11]</sup>三个治疗阶段。

“治未病”思想也广泛存在于传统社会的各个领域。如社会治理方面,《尚书·说命》云:“惟事事,乃其有备,有备无患”<sup>[12]419</sup>;日常生活方面,《诗经·豳风·鸛鸣》云:“迨天之未阴雨,彻彼桑土,绸缪牖户”<sup>[13]225</sup>,演变为后世的“未雨绸缪”;水利工程方面,秦汉王朝对都江堰工程采取的“岁

修制度”<sup>[14]</sup>;建筑修缮方面,宋代针对城墙损坏采取的“牢城”技术<sup>[15]</sup>。这些思想智慧与“治未病”如出一辙,集中体现了古人在灾疾发生之前的处世之道,深刻烙印在民族文化血液中,并影响至今。

2. “治未病”思想的内涵

中医“治未病”在长期的实践中形成了系统的防治理念,贯穿于健康无病、将病、已病、病愈几个阶段,相应形成了“未病先防、欲病救萌、既病防变、病后防复”的医治方法<sup>[16-18]</sup>(表 1)。

表 1 “治未病”内涵

疾病阶段	无病	将病	已病	病愈
医治理念	未病先防	欲病救萌	既病防变	病后防复
医治内容	采取各种措施提高身体的抵抗能力,防患未然	将疾病扼杀在苗头之中,防微杜渐	防止疾病扩散和加重,缩短疗程,防治扩大	身体初愈后需加强调理,巩固身体机能,防止复发

(1)未病先防,平素养生。未病先防是指人们要采取各种措施预防疾病发生,要顺应四时之变化,遵循阴阳之规律。诸如日出而作、日落而息,平时加强体育锻炼,饮食有度、心态平和等方法,以此提高对疾病的抵抗能力。在疾病发生之前,通过多种措施将不利因素灭失,阻断疾病侵袭的路径,其防治效果远胜于疾病发生后的医治,如清代名医陈根儒所云:“防其已然,防之未必能止;不如防其未然,使不能传之。”<sup>[16]</sup>此种防患于未然的思想对于某些不可逆的疾病损伤具有重要意义,可有效保障人们苛疾不起,颐养天年。

(2)欲病救萌,治其未成。欲病救萌意指当身体出现疾病征兆时,需采取有效措施控制疾病生成。此时症状较轻、病位较浅,是治疗的最佳时期。《素问·八正神明论》曾曰:“上工救其萌芽。”<sup>[16]</sup>人体在发生某些疾病之前,往往会出现先兆,如身体乏力、肌肉微掣、手足麻木等。这些信息是身体应对灾病做出的应急反应,警示人们身体已亮起健康红灯,如若针对这些症状及时采取医治手段,疾病往往能够得到有效控制。

(3)既病防变,防其扩大。既病防变是指生病之后,采取各种措施防止病情传变与加重,缩短治疗疗程,减少病人的病疾之苦。当疾病发展时,仅对已发生病变的组织进行医治是不足的,还需要切

断其传变路径,准确预判传变趋势,对可能被传变的部位进行预防保护,遏制病情蔓延。作为一个复杂的组织系统,人体各器官相互关联,彼此配合,共同组成层级嵌套的免疫网络,疾病治疗中的既病防变也成为保障人体各项机能有效运作的重要手段。

(4)病后防复,调适巩固。病后防复是指疾病初愈或康复阶段,应加强调理,防止疾病复发或产生后遗症。人体初愈后,虽然症状已经消失,但此时身体还相对虚弱,气血衰少,正气未定,人体的各项机能尚未恢复至病前的健康状态,极易发生复发或产生其他病邪。如《伤寒论》所云:“病人脉已解,而日暮微烦,以病新差。”<sup>[19]107</sup>因此,疾病初愈后需做好日常调养,巩固疗效,防止疾病复发。

二、传统村落面临的灾害类型及特征

我国传统村落多分布在山区、丘陵地带,地理环境复杂,极易发生自然灾害,同时受旅游开发建设、保护管理不善等因素影响,受人工灾害的可能性较大。此外,传统村落面临的灾害也有类似于疾病的症状,如灾害的复杂性、灾害的不确定性、灾害过程的阶段性等。

1. 主要灾害类型

自然灾害与人工灾害种类繁多,其中对传统村

落影响最大的类型有火灾、洪灾与地震。在火灾方面,我国传统村落中的古建筑多以砖木材料为主,防火性能较差,加之建造年代久远,建筑结构及设施设备老化严重,火灾隐患较大。在空间布局方面,古建筑多集中连片建造,建筑密度较大,缺少必要的防火分隔及消防通道,发生火灾时易产生“火烧连营”的人间惨剧,消防车也因街巷的狭窄难以到达失火地点。另外还存在人工使用明火不当导致火灾发生的现象,如2021年2月被誉为中国“最后一个原始部落”的云南佤族自治县翁丁村,因人为用火不当致使村落毁于一旦(图1)。在洪灾方面,受我国地形气候的影响,洪涝灾害多发生在东南、华南地区,如浙江传统村落东垞村的国家级文物保护单位文重桥于2016年被洪水冲垮(图2)。近年受极端气候影响,我国北方地区的洪涝灾害频发,如2021年7月河南暴雨灾害,对传统村落的保护产生不利影响。在地震方面,古建筑的构造特点虽然在一定程度上能够减缓地震的作用力,但相较于砖混、混凝土等结构,其抗震性能较差,易发生倒塌、毁坏,由地震产生的次生灾害,如泥石流、山体滑坡、堰塞湖等也易对传统村落带来严重损害。



图1 发生火灾的翁丁村<sup>[20]</sup>



图2 被洪水冲垮的文重桥

此外,传统村落还面临着诸如风化、虫蚁、雷电等灾害的侵袭,以及由于建设性破坏、保护不当造成的损失,如村落开发建设导致的地面沉降、植被破坏、水土流失、风貌失调等损害。

## 2. 特征属性

(1)灾害的复杂性。首先,传统村落面临的灾害种类繁多,是由自然灾害、人工灾害与复合灾害相互作用而成的复杂系统,不仅涉及原生灾害,还涉及由原生灾害引发的次生灾害、二次次生灾害等,由此引发的连锁反应对传统村落的破坏往往超过原生灾害。其次,在传统村落社会-生态系统越来越复杂的今日,不同地形地貌、气候条件、地质特征等环境下的传统村落面临的灾害有所不同,且受到的灾害冲击程度相异,如山地、丘陵、平原中的传统村落面对的主要灾害类型就全然不同。相较于此,经济发展程度、村民人口素质、组织管理水平等社会环境的巨大差异,使得各地传统村落面临着更为不确定性的人工灾害。此外,传统村落也常面临着自然、人工与复合灾害同时发生的现象,使得灾情更为严峻(表2)。

表2 灾害的复杂性

致灾环境要素	影响因子	作用对象
自然环境	气候、地形、地质、水文等	环境本体
经济环境	村民收入、旅游开发程度、基础设施质量等	村民、村落
社会环境	防灾意识、防灾技术、保护观念等	村民、游客、旅游公司、管理部门

(2)灾害的不确定性。随着城乡一体化的发展,传统村落面临的灾害变得愈发不确定,主要体现在:一是灾害发生的时间不确定,包括初发时间以及持续时间,灾害精准预测作为当今世界面临的重要课题之一,对防灾工作谋划、预警系统响应、落实防灾措施等具有至关重要的作用,但其内在的发生机制还需要进一步明晰,如地震灾害的精准预测;二是灾害类型的不确定,随着科技的不断进步,

人们对传统灾害类型的特征、形成与影响形成了系统的认知和应对策略,但同时也出现了新型灾害类型,不可预知的灾情悄然到来,如新冠肺炎疫情;三是致灾人员的不确定,传统村落受新型城镇化及旅游开发影响,人员流动性越来越大,不同身份人员对传统村落的防灾意识不同,往往会对传统村落造成不同程度的破坏。三种不确定性因素的叠加增加了灾害预防工作的难度(图3)。

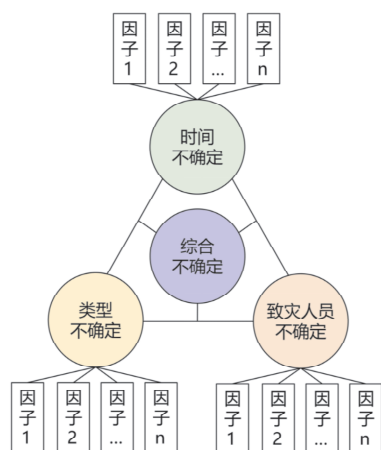


图3 灾害的不确定性

(3)灾害过程的阶段性。灾害的发生是一个能量不断变化、转换和作用的过程,主要分为灾前、灾时和灾后三个阶段。从灾害能量转换及对空间的作用来看,灾害可细分为灾害能量蓄积阶段、灾害能量释放阶段、灾害破坏阶段和人员伤亡阶段<sup>[21]</sup>(图4)。在灾害发生的不同阶段,引发灾害的致灾因子以及灾害的作用对象都有所不同,各个阶段面临的抗灾任务及抗灾方式也有所不同。灾前主要是提高环境韧性,防止灾害形成;灾时主要是控制灾情,防止灾害蔓延;灾后主要是提升空间适灾能力,防止灾害反复。

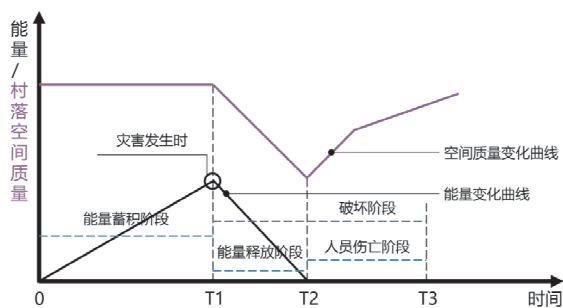


图4 灾害的阶段性特征

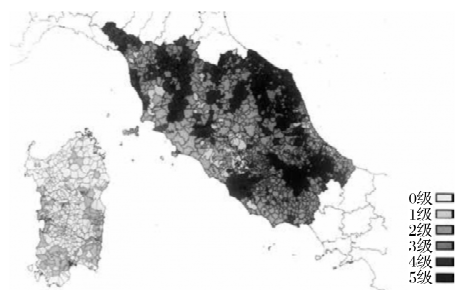
### 三、“治未病”思想下传统村落防灾韧性建设路径

#### 1. 无灾——平灾结合,未灾防备,巩固韧性基础

传统村落面临的灾害复杂多变,不能完全杜绝,许多未知的灾害悄然形成,只有通过提升传统村落空间本体的防灾能力才能有效降低灾害带来的破坏,将灾情降至最低。

(1)加强基础数据采集与风险评估。基础数据采集旨在全面了解传统村落空间本体与周边环境

的健康状况,是传统村落体检的重要内容,主要包括重要信息调查、勘察测绘和价值认知。在信息调查方面,通过文献研读、口述访谈、实物考证等方式全面搜集传统村落各构成要素的档案信息,并予以真实、完整地记录。在勘察测绘方面,运用三维数字技术检测建筑的形貌特征、损伤现状、材料材型等内容,使用倾斜摄影、三维点云等技术采集周边环境数据。在价值认知方面,传统村落空间要素众多,存在不同类型的建筑物,需要理清各类建筑的价值构成,合理认定建筑的价值等级,形成多层次、多尺度、多类型的价值认知内容,为灾害预防体系的构建明确主次关系。在此基础上,构建传统村落遗产信息数据库,涵盖遗产本体、环境、病害、修缮等数据,为风险评估提供数据支撑。此外,为进一步确定灾害防范措施的类型、方案,还需要对不同灾害类型进行评估,涵盖风险可能性、频率、影响程度和修缮成本等内容,并通过可视化方式予以呈现,如意大利遗产风险地图(图5)。

图5 意大利中部文化遗产环境风险致因专题图<sup>[22]</sup>

(2)整备防灾空间与基础设施。防灾空间在传统村落发生灾害时作用较大,主要以点、线、面的空间形式存在。对于点状空间,可利用村委会、乡村诊所、乡村小学等公共建筑,通过结构加固、更新建筑材料、增加防灾设备等方式,提升此类建筑的防灾性能,遴选部分闲置房屋进行适宜性改造,满足抗震、防火等要求,在提高空间利用率的同时充当避难场所。对于线状空间,需提高生命线系统的防灾能力,结合道路、绿带水系等空间布置防灾设备,构建主辅系统,保障最低供给需求。对于面状空间,合理划分防灾分区,加强防灾分区之间的互助效应,定期清理水塘、湿地、水田等场所,充分发挥生态空间的防洪与水源涵养功能(表3),最后基于点、线、面状空间绘制防灾空间分布图,制作防灾空

间手册,以通俗易懂的方式表达并传播于众。此外还需要合理布局防灾设施,如利用地理空间分析技

术科学规划消防设施、布局两条及两条以上避难通道、建设应急物资储备中心等。

表3 不同形式防灾空间的平灾结合

空间形式	点状空间			线状空间		面状空间	
空间类型	小学	村委会	卫生室	排洪沟	绿带	水田	湿地
日常功能	教育	办公	医疗	排水	观赏	种植	水土涵养
灾时功能	人员安置点	救灾指挥中心	紧急救护与医治	泄洪防涝	火灾阻隔	防洪、火灾阻隔	蓄水排涝

(3)建立灾害监测预警系统。监测预警系统的建立为灾害来临时能够及时采取防控措施至关重要。在上述传统村落遗产信息数据库的基础上,定期对建筑本体及其周边环境进行检测,记录真实有效的检测数据,制定多层次、多类型的监测指标体系,使用合适的监测技术对村落及灾害类型进行监测,避免过度监测造成的资源浪费<sup>[23]</sup>。同时构建灾害预警系统,结合日常动态监测数据,科学划分预警等级,然后针对不同等级的预警响应,制定相应的应急方案,及时有效地开展救援行动。此外,应注重加强民众的防灾意识,适时开展灾害预警演练,明确紧急行动中的工作内容,发扬传统村落民间对灾害发生预判的传统智慧,建立以当地民众为主要力量的灾害监测预警机构。

## 2. 灾前——防微杜渐,欲灾防治,提升韧性消解

灾害的发生常通过一些征兆显露出来,如地面位移是地质灾害、地震灾害发生的前兆,天气多变是气候灾害的前兆。因此,掌握灾害发生规律,精准预报灾害发生,及时排查安全隐患并适度巩固建筑物具有重要作用。

(1)强化灾害预警响应。在建立灾害监测预警系统的基础上,需进一步加强灾害来临时预警响应的精准度和时效性。首先,采用实时动态监测仪器和计算机相结合的方式,对区域范围内的灾害进行整体研判,组建包含文物、气象、地质、交通、消防等领域的应急保障专家组,及时对灾害防控作出决策并部署方案。其次,通过多源渠道将有效的灾害防控讯息传达给村民,因传统村落的人口构成以老年人居多,加之通信设备相对城市较为薄弱,为实现防灾信息的全员覆盖,在使用网络通信技术的同时,充分发挥传统村落乡土社会的纽带关系,提升邻里之间的灾前信息互助。最后,针对不同类型的灾害和预警等级,组建以村干部、乡贤为主要力量的应急救援队伍,配备功能齐全、系统多样的专业

化装备体系,充分发挥传统防灾智慧,并结合现代防灾理念与技术,提升救援队伍的防灾救灾能力。

(2)提升建筑物适灾能力。传统村落灾前应急预案的部署离不开建筑物本身适灾能力的提升。对于建筑物,及时排查安全隐患,根据实际情况灵活采用传统或现代的方式提升建筑物的安全性能,如针对木结构建筑,需对柱、梁、枋、椽、檩等结构构件中易发生伸缩变形的部位进行结构加固,坚持最小干预与可识别性的原则,使用传统的“剔补法”“嵌补法”“拉杆加固法”等方法提升建筑的结构承载力,做到历史信息的原真继承,同时可适当使用现代技术与材料,提高防灾工作效率;此外对屋面、门窗等外围护结构,及时清除堆砌的杂物,对破损、缺失的构件及时修补替换。针对砖石结构建筑,通过在内部增设高强度、小截面的圈梁和构造柱,形成受力环箍效应,提升构件的整体抗震性能,并对局部出现的裂缝、沉降等部位注入化学浆液,修补微观尺度下的建筑空间。对于诸如古桥、古亭、堤坝等构筑物,需做到因势利导,适当使用支挡结构、增设壁柱等方式巩固防灾性能。




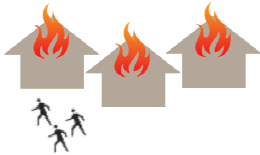
## 3. 灾时——安全应对,既灾防控,强化韧性措施

灾害常在短时间内释放巨大能量,产生严重破坏,需做好应急救援工作,阻止次生灾害的发生,通过本地村民的互帮互助降低灾害损失的程度。

(1)争取应急救援时间。灾害发生时的应急救援可以有效减少村民伤亡、文物损坏。如在木质建筑密集的传统村落,火灾的蔓延速度更快,根据相关研究成果,木质建筑起火5分钟后,火灾会蔓延至天花板,灭火相对困难,10分钟后建筑会被大火包围,15分钟后会蔓延至相邻建筑,因此起火后的5分钟内是火灾救援的黄金时间<sup>[24]</sup>(表4)。针对地质灾害的发生,则有“黄金72小时”的救灾共识,需在此时间内充分利用仿生技术、机器人等多种方式加强救援工作。



表 4 木质建筑火灾不同发展阶段的灭火措施

火灾发生时间	0 ~ 5 分钟	5 ~ 10 分钟	10 ~ 30 分钟	30 分钟以上
火灾图示				
灭火措施	初期灭火(最佳时间)	自卫消防	阻止蔓延	避难
消防设施	家用水缸、可移动灭火器	可移动灭火器、消防水泵	消防水泵、水箱	消防车

(2)阻止灾害蔓延及其连锁反应。传统村落中有限的防灾资源容易疲于应对突发灾害的蔓延,为使其发挥最大功效,首先,可使用空间模拟的方式预测灾害蔓延。如针对火灾蔓延,可借助火灾性状预测模型,通过获取传统村落的各项指标数据,结合当地气候、风向等自然条件,实现火灾蔓延的模拟,判断传统村落中各处受火灾波及的概率、程度和速率,然后结合模拟结果,有针对性地布置防灾力量,阻止火灾蔓延。其次,使用虚、实结合的空间分隔方法划分各防灾分区。实分隔是指利用建筑物或构造物实体进行分隔,如使用耐火性能较强的仓储设施作为蔓延阻隔带,阻隔火灾蔓延;虚分隔是指利用开敞空地或其他流动设施进行分隔,如使用水幕系统,根据火灾预测模型计算的热辐射量分布及发展规律,科学设定启动条件、喷水量、喷水速度与储水量<sup>[25]</sup>。此外,为减小原生灾害引发的次生灾害造成的损失,及时识别灾情趋势,科学合理消除灾害链。如针对地震灾害,需考虑其所引发的堰塞湖、瘟疫、土壤污染等,通过划分防灾生活圈的方式控制灾害影响范围,防止因灾导致的疫情等灾害的传播。

(3)构建本土抗灾互助机制。传统村落的防灾不能单方面依靠外部救援力量。因传统村落多位于山区、丘陵地带,交通较为不便,一旦发生地震、洪灾和雪灾,外部救援力量难以及时到达灾区,此时就需要自卫抗灾队伍的积极自救。在个体方面,村民基于求生本能第一时间开展自救行动,在确保自身安全的情况下,充分发挥本土优秀的邻里文化,协助老年居民及弱势群体应对灾害威胁,推动邻里互助共同抗灾,如玉树地震中 33% 的村民会优先帮助救助邻居和临近的人<sup>[26]</sup>。在组织群体方面,村委会需及时组织当地村民实施救灾,包括灾民的临时安置、物资的合理分配及使用、向外界求援等

行动,依托亲缘纽带提振共同抗灾的精神意志。

4. 灾后——有序重建,灭灾防返,突出韧性响应

灾后重建是应对灾害的重要组成部分,需在综合评估已发灾害损失的基础上,吸取灾害教训,依据传统村落空间环境特征,充分尊重村民诉求,因地制宜规划村落布局,并注重日常生活实践中的防灾教育。

(1)灵活规划空间布局。我国传统村落量大而面广,特色不同,过于规整固化的蓝图式规划常被视为灵活性不足,难免会造成规划的精英主义和土绅化,在实际建设中也会遭到多方力量抵触。因此,传统村落灾后重建工作首先需要根据地质条件综合论证是否原址重建,以及异地重建的地质环境、水源条件、气候气象、交通区位等内容;其次,充分尊重当地传统文化及村民诉求,明确重建的目标及内容,诸如是村落原貌的复现抑或融入当代风貌的适宜性重建,是基于村民日常生活的家园重建抑或经济利益导向的旅游产品重塑等事项;然后,将传统防灾智慧与现代防灾理念相结合,融入村落规划布局中,并体现在“区域环境—空间形态—空间要素”不同尺度的空间内容中,提升村落空间本体的防灾能力;最后,在延续传统村落文脉特征,维护原有人地关系的基础上,提取优质文化内容并进行适宜性转化,建设与当代生产、生活、生态实践内容相符的聚落组织,并加强防灾基础设施(如避灾空间、生命线工程、备用物资等)的整备,提升村落整体环境的防灾能力。

(2)注重多方力量参与。传统村落社群组织多以一或两三个大姓为主,宗族血缘关系密切,加之空间上的聚居生活使得各村民对灾后重建具有相同的利益诉求。因此,灾后重建首先需成立以村民为主要建设力量、规划师为技术咨询服务、政府为政策支持、企业为资金投入的议事共商平台,循

序渐进开展重建项目评估、项目方案研讨、方案投票甄选、方案公示等事件,保障决策的公平性与透明性,提升全体村民的参与度和获得感。其次合理发挥乡贤的话语权,发动其了解并参与规划、建设与监督工作,宣传相关政策,协调各方事务,推动重建工作的有序进行,以此提升村民的遗产保护意识和防灾知识。再次借助规划设计师的专业技能和媒介作用,使用通俗易懂的方式为村民讲解规划知识,架设起连接政府、企业、村民之间沟通的桥梁,贯彻重建意图并落地实施<sup>[27]</sup>。最后积极拓展村落重建资金的来源渠道,发挥财政资金的权威和引导作用,吸引更多的市场和社会资金注入重建工作(图6)。

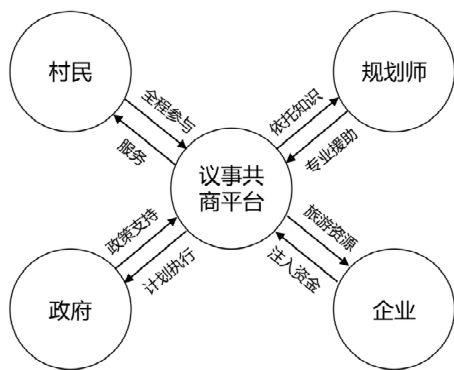


图6 多方参与灾后重建

(3)增强防灾减灾教育。防灾减灾教育是灾后韧性重建的重要内容,需加大教育宣传力度,出台相应政策文件,组织村委会、小学、卫生室等单位定期学习防灾知识,不断提升防灾能力,具体包括:一是学校教授防灾知识。以文化遗产防灾为中心,将防灾、减灾、救灾作为独立课程,开展各种文化遗产防灾活动,如“防灾讲堂”“暑期亲子文化遗产防灾知识讲座”“少儿防火教室”等活动,培养儿童的防灾技能和文化遗产保护意识,定期开展灾害发生时的演练活动,形成灾害防范的常态化,为传统村落保护与传承储备人员队伍<sup>[25]</sup>。二是将防灾纳入到村委会的日常工作中。及时了解并学习防灾减灾政策和知识,将文化遗产防灾内容纳入到工作考核中,邀请相关专家学者开展各类灾害知识讲座,制作防灾、救灾手册并发放于村民,详细解读手册内容,并加强日常使用防灾救灾设备的技能。三是成立志愿者组织。志愿者组织在专业人员的指导下,定期开展应急救援训练、火灾消防演练、应急后勤

保障等活动,不断提升传统村落应对灾害发生的应急反应能力。

## 四、结 语

作为活态遗产的传统村落,因其风貌的完整性、建筑的地域性和景观的独特性,使得其防灾规划建设具有特殊性和复杂性,如何科学合理地防灾成为保障传统村落生产生活安全的第一要义。本文以中医“治未病”理论为启发,在阐述其核心思想的基础上,剖析灾害的主要类型和特征,从灾害发生的各个阶段入手,分别提出应对“无灾、灾前、灾时和灾后”的防灾韧性规划建设策略,有助于加强传统村落领域的安全防灾研究与实践,助力城乡防灾共同体的建设。

## 参 考 文 献

- [1] 张翰卿.安全城市规划的理论框架探讨[J].规划师,2011,27(8):5-9.
- [2] 肖伟,汤小亮,邱雅凡,等.安全城市疫情防控体系构建初探——以武汉市新冠肺炎疫情防控为例[J].新建筑,2021(1):27-30.
- [3] 韩雪原,赵庆楠,路林,等.多维融合导向的韧性提升策略——以北京城市副中心综合防灾规划为例[J].城市发展研究,2019,26(8):78-83.
- [4] 陈奇放,翟国方,施益军.韧性城市视角下海平面上升对沿海城市的影响及对策研究——以厦门市为例[J].现代城市研究,2020(2):106-116.
- [5] 李翊,马鑫雨,夏晴.国内外韧性城市的研究对黄河滩区空间规划的启示[J].城市发展研究,2020,27(2):54-61.
- [6] 余妙,尹海鑫,李凌月.演化韧性理念下乡村社区灾后重建规划策略研究——再探芦山县龙门乡震后复建[J].城市发展研究,2021,28(2):9-15.
- [7] 宋敏,李泽佳,刘彦宏,等.论中医“治未病”思想对现代医学的贡献[J].时珍国医国药,2013,24(12):2970-2972.
- [8] 李云燕,李壮,彭燕.“治未病”思想内涵及其对韧性城市建设的启示思考[J].城市发展研究,2021,28(1):32-38.
- [9] 辛宝,张登本.从字说义——治未病学本义及其现代解读[J].现代中医药,2020,40(1):18-20.
- [10] 张婧懿,丁雪梅,卞策,等.中医“治未病”源流探析与发展探讨[J].中医药信息,2017,34(2):44-45.
- [11] 齐佳龙,齐昌菊,杨睿,等.中医治未病理论的古代文

- 献梳理及内涵浅析[J]. 中医文献杂志, 2021, 39(1): 34-36.
- [12] 尚书[M]. 王世舜, 王翠叶, 译. 北京: 中华书局, 2012.
- [13] 诗经[M]. 王秀梅, 译. 北京: 中华书局, 2015.
- [14] 彭邦本. 古代都江堰岁修制度——从《秦蜀守李冰湔堋堰官碑》说起[J]. 西华大学学报(哲学社会科学版), 2018, 37(4): 13-23.
- [15] 李爱群, 周坤朋, 解琳琳, 等. 中国建筑遗产预防性保护再思考[J]. 中国文化遗产, 2021(1): 13-22.
- [16] 朱向东, 李广远, 刘稼, 等. 中医“治未病”思想的内涵探讨[J]. 中华中医药学刊, 2008, 26(12): 2725-2727.
- [17] 申俊龙, 马洪瑶, 徐浩, 等. 中医“治未病”研究述略与展望[J]. 时珍国医国药, 2014, 25(6): 1468-1470.
- [18] 金光亮. 《内经》未病概念与“治未病”理论探讨[J]. 北京中医药大学学报, 2006(12): 804-806.
- [19] 张仲景, 钱超尘, 郝万山. 中医临床丛书·伤寒论[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2005.
- [20] 腾讯网. 翁丁村火灾启示: “人村分离”之后, 传统村落将成无源之水[EB/OL]. [2021-02-24]. <https://xw.qq.com/partner/vivoscreen/20210224A0AVTA00>.
- [21] 李云燕, 赵万民. 山地城市空间适灾研究: 问题、思路与理论框架[J]. 城市发展研究, 2017, 24(2): 54-62.
- [22] 戎卿文, 张剑葳, 吴美萍, 等. 论意大利建筑预防性保护思想与实践中的整体观[J]. 建筑学报, 2020(1): 86-93.
- [23] 李沅芳. 建筑遗产视角下湘西传统村镇预防性保护研究——以洪江古商城为例[J]. 建筑经济, 2020, 41(S2): 235-238.
- [24] 高新华, 严文芳. 民用建筑火灾发生初期扑救与疏散“5min 黄金时间”理论探讨[J]. 消防界, 2019, 5(10): 29-30.
- [25] 李云燕, 王子轶, 石灵, 等. 韧性视角下日本历史街区防灾实践及其对我国的启示[J]. 国际城市规划, 2021(8): 1-22.
- [26] 王东明, 李永佳, 陈洪富, 等. 汶川地震与玉树地震自救互救调查情况比较研究[J]. 国际地震动态, 2012(5): 19-25.
- [27] 余妙, 尹海鑫, 李凌月. 演化韧性理念下乡村社区灾后重建规划策略研究——再探芦山县龙门乡震后复建[J]. 城市发展研究, 2021, 28(2): 9-15.

## Enlightenment of TCM Thought of “Preventive Treatment for Disease” to the Construction of Disaster Resilience in Traditional Villages

ZHANG Xiao-xiao<sup>1</sup>, LI Wen-sheng<sup>2</sup>

(1. School of Architecture and Urban Planning, Anhui Jianzhu University, Hefei 230041, China;

2. School of Architecture and Urban Planning, Beijing University of Civil Engineering and Architecture, Beijing 100044, China)

**Abstract:** Disaster prevention is an essential guarantee for safe production and life in traditional villages. By rethinking the idea of “preventive treatment for disease” in Traditional Chinese Medicine, this paper sorts out four stages of treatment strategies: “preventing the disease before onset, preventing the disease when it is budding, preventing the disease from exacerbating, and preventing the disease from recurrence”. The main types and characteristics of disasters that traditional villages are faced with are analyzed and the disaster occurrence process in traditional villages is consistent with the core healing process of TCM thought of “preventive treatment for disease” essentially. Accordingly, the paper puts forward disaster prevention measures for traditional villages, including comprehensive functions in peace time and disaster, disaster prevention preparation, precautions in advance, prevention and treatment when disaster is occurring, safety response, prevention and control of pre-existing disasters, orderly reconstruction, prevention of recurrence after disaster in order to provide theoretical reference for the construction of disaster resilience in traditional villages in the future.

**Key words:** preventive treatment for disease; traditional villages; safety and prevention; the construction of disaster resilience

【编辑 王思齐】

资料来源:图2:[https://www.sohu.com/a/114442707\\_355996](https://www.sohu.com/a/114442707_355996),其余图表均为作者自绘。