

从“形神合一”谈构建中医心身医学的意义

李 琰 杜 娟

(安徽中医学院医学心理学教研室,安徽合肥 230038)

摘要:“形神合一论”是中医心身统一思想的核心内容。构建中医心身医学有着坚实的理论基础和长期的临床实践。在心身医学迅速发展的今天,构建中医心身医学是十分必要的。

关键词:中医学;心身医学;中医心理学;学科建设

中图分类号:R229 **文献标识码:**A **文章编号:**1000-221X(2001)06-0008-03

德国精神科医师 Heinroth 于 1818 年首先提出“心身的”(psychosomatik)一词。1922 年,Deutsch 首次使用“心身医学”(psychosomatic medicine)概念。在 20 世纪初 Freud 创立的精神分析学说,使心身医学的建立有了强大的理论支柱。1935 年,美国精神病学家 Dunbar 出版的《情绪与躯体变化》一书将某些疾病的发生归因于特异性的人格因素;1939 年 Dunbar 领导创办了《心身医学杂志》,1944 年美国成立心身医学会,从而推广了心身医学的概念。此后,象 Pavlov、Canonon 等众多的生理学家、精神病学家、临床医学家、心理学家等,分别在生理、心理、社会文化,以及神经心理等方面作出了重大的贡献,为心身医学的确立进一步提供了科学依据^[1]。

心与身的关系,历来就是哲学与医学共同关注的课题。随着现代生物-心理-社会医学模式的出现,心身医学已经成为当代医学的一个主要分支,正在迅速地发展着。而传统的中国医学中早已形成的“形神合一论”,正是中医心身思想的集中体现,在此

基础上构建中医心身医学,应成为中医顺应新的医学模式、寻求新的发展途径之一。本文试就此作一粗浅探讨。

1 “形神合一论”的文献回顾

“形神合一论”是在我国古代朴素的唯物主义心身观的直接影响下形成和发展起来的,是对精神与躯体、心理与生理关系的准确而精辟的概括。早在春秋时期的《左传》中就有大量心身相关的思想,如“味以行气,气以实志。”于是乎节宣其气,勿使有所壅闭湫底以露其体,兹心不爽而昏乱百度。”这些关于形神密切关系的论述,是中医心身思想的最早记载。战国时期的第一部医学巨著《黄帝内经》中关于形与神及其相互关系的论述更加丰富。《灵枢·天年》记有“血气已和,荣卫已通,五藏已成,神气舍心,魂魄毕具,乃成为人。”这就十分形象地描述了人的生成,不仅需要来自于父母精卵细胞结合而成的形体,同时还需要有“神”的出现才能成为人的生命。而神的产生又是与形的诞生密不可分的,是在先天之精的结合与后天之精的濡养下形成和发展的。《灵枢·本神》:“生之来谓之精,两精相搏谓之神。”

作者简介:李琰(1954-),男,副教授。

[1] 张启明,田欣.五脏生克框架的合理内涵及其验证方法[J].中国中医基础医学杂志,1998,9:3~4.

(收稿日期:2001-07-15)

ELEMENTARY DISCUSS ON THE EQUILIBRIUM MODEL OF THE YIN-YANG

FANG Xiao-yang, MEI Jun, MA Shu-tian

(Dept. of Scientific History and Archaeometry, University of Science & Technology of China, Anhui Hefei 230036, China)

Abstract: Discussion on the equilibrium of Yin-yang by the methods of the system science and the tools of the mathematics. Taking “Zang-xiang” system as objective, the author establish the balance equations and explain some pathology on the basis of the equations.

Key words: Yin-yang; Zang-xiang; System science; The equilibrium model

《素问·六节脏象论》曰：“五味入口，藏于肠胃，味有所藏，以养五气，气和而生，津液相成，神乃自生。”这就说明了人的五脏六腑、四肢百骸等形的发生发展，只是生命的外在现象与物质基础，而情感意志、思维活动等神的发生与发展，才是生命的内在功能和精神特质。形是神的载体，神为形的主宰，二者相互依存，不可分割。如《素问·调经论》说：“心藏神，肺藏气，肝藏血，脾藏肉，肾藏志，而成此形。志意通达，内连骨髓，而成身形五脏。”张介宾在《类经·针刺类》中明确地指出：“形者神之体，神者形之用，无神则形不可活，无形则神无以生。”哲学家范缜也在《神灭论》中说：“形存则神存，形谢则神灭。”深刻阐明了形神互相依存的辩证关系，集中体现了形神统一的中医形神观。

中医的“形神合一论”不仅其形成源远流长，而且一直有效地指导着历代医家的临床实践，并在实践中得到不断的丰富与发展。在对疾病的认识方面，“形神合一论”清楚地认识到形与神在疾病的发生过程中互为因果的关系，一方面，躯体生理活动的异常（形的异常）可以导致精神心理的疾病（神的疾病）；另一方面，精神心理的异常（神的异常）可能造成躯体生理病变（形的病变）。《素问·调经论》曰：“血并于阴，气并于阳，故为惊狂。血并于阳，气并于阴，乃为灵中。血并于上，气并于下，心烦惋善怒。血并于下，气并于上，乱而喜忘。”《灵枢·百病始生》曰：“喜怒不节，则伤脏，脏伤则病起于阴也。”《素问·汤液醪醴论》也指出：“嗜欲无穷，而忧患不止，精气弛坏，荣泣卫除，故神去之而病不愈也。”东汉末年医家张仲景将“形神合一论”用以指导辨证施治，进一步完善了中医心身思想。如在《金匮要略》中注重对精神因素的认识：“奔豚病从少腹起，上冲咽喉，发作欲死，复还止，皆从惊恐得之。”邪哭使魂不安者，血气少也，血气少者属于心，心气虚者，其人则畏，合目欲眠，梦远行而精神离散，魂魄妄行，阴气衰者为癫，阳气衰者为狂。”“形神合一论”在中医的治疗方面也得到了很好的体现和发挥。《素问·汤液醪醴论》指出：“精神不进，志意不治，故病不可愈。”强调了形神并治，方可祛病的重要思想，使中医的治疗手段不仅仅局限于针药等躯体疗法，同时也包涵了心理治疗，即通过调节生理机制而达到调节心理，或通过调节心理而收到治身之目的。《素问·宝命全形论》就曾指出：“一曰治神，二曰知养身，三曰知毒药为真，四曰制砭石大小，五曰知脏腑血气之诊。五法俱立，各有所先。”此后的历代医著无不在“形神合一论”的指导下，注重在临床上的心身并治。如《金匮

要略》、《备急千金要方》、《诸病源候论》、《外台秘要》、《针灸甲乙经》、《儒门事亲》等。

“形神合一论”作为中医心身统一思想的核心内容，认为人的生理现象与心理现象是不可分割的统一体，实际上就是心身医学最早的理论雏形之一，为中医心身医学的建立留下了丰实的原始积累。

2 构建中医心身医学的基础

一般认为，心身疾病是由心理社会因素引起的躯体疾病，心身医学是研究心理与躯体两者之关系及其相关疾病的科学。传统的“形神合一论”正是为中医心身医学的构建奠定了坚实的理论基础。“形神合一论”将形神关系（生理与心理关系）科学地概括为体用关系，不仅“神本于形”，而且“神为形之主”。既强调了神对形体的依附性，指出心理活动是建立在脏腑器官生理功能正常的前提之下，又注重了神对形体的反作用，阐明心理活动的状态会直接影响机体生理功能的盛衰。这种对形与神对立统一的整体恒动性认识，恰是对心与身关系的深刻揭示，有利于将心身作为有机联系的、密不可分的整体来研究。进而对于正确认识人类的生命现象，把握生理与心理关系的实质发挥着重要的指导作用。

在中医学的发展过程中，“形神合一”的心身观始终贯穿在中医的生理、病理、诊断、治疗、预防的各个方面。为中医心身医学的构建打下了一定的临床基础。在对心身疾病的认识方面，中医理论早就有了对心理社会因素在疾病发生发展中所起作用的认识。如七情学说的建立以及对情志疾病的认识。《素问·阴阳应象大论》指出：“人有五脏，化五气，以生喜怒悲忧恐。”《灵枢·口问》说：“悲哀恐忧则心动，心动则五脏六腑皆摇。”阐明了情绪体验与脏腑功能之关系。七情学说正是将喜、怒、忧、思、悲、恐、惊七种情志变化与人的脏腑生理之关系揭示了出来，并在“形神合一”的中医心身观指导下，解释和调整人的生理与心理关系的。例如：头痛、眩晕、心悸、怔忡、不寐、呃逆、梅核气、奔豚气、便秘、痛经、遗精、阳痿、郁证、中风、哮喘、消渴、腹胀、症瘕、积聚、噎膈、癫证、狂证等，都是长期以来中医研究与认识的心身疾病。在对疾病的治疗和预防方面，中医心身观一直认为“得神者昌，失神者亡”，只要“精神内守，病安从来”？特别注重“以情胜情”的情志疗法。在“形神相即”的理论基础上，主张“治神”与“治形”并用的“心身并治”。特别是对心身疾病主张应用心理疏导等“意疗”的方法来解决。如《灵枢·师传》提出：“人之情，莫不恶死而乐生，告之以其败，语之以其善，导之以其所便，开之以其所苦，虽有天道之人，恶有不

听者乎?”在中医的形神交互、整体合一观念的影响下,应用针、药等多种方法调节情绪、安神定志,治疗心身疾病的方法也常见于历代文献之中。如《素问·血气形志》有:“形乐志苦,病生于脉,治之以灸刺。形乐志乐,病生于肉,治之以针石。”《针灸甲乙经》中记载了大量关于悲、恐、狂、痫、惊、怒、耳鸣、善忘、失眠的针灸疗法。方药方面诸如天王补心丹、补心汤、温胆汤、导痰汤、酸枣仁汤、定志丸、逍遥散、肾气丸、归脾汤、养心汤、甘麦大枣汤、柴胡疏肝散、金铃子散、朱砂安神丸、生铁落饮、枕中丹、癫狂梦醒汤等,无不构建中医心身医学留下了深厚的积淀。

3 构建中医心身医学的意义

现代医学研究表明,影响健康的因素中生活方式、行为与环境因素已占 66.5%,心身疾病不论在门诊或在住院病例中都占相当高的比例。据粗略统计,在综合性医院初诊病人分类中,略高于 1/3 的病人是躯体疾病,不足 1/3 的病人是心理疾病,其余 1/3 是心身疾病^[2]。心身疾病可发生在各个年龄段,表现为各种系统的病变。目前比较公认的心身疾病主要有原发性高血压、消化性溃疡、支气管哮喘、类风湿性关节炎、冠心病、糖尿病、紧张性头痛、肥胖病、荨麻疹、性功能障碍、癌症等。

随着人们对心身疾病认识的不断深化,心身疾病的研究近年来也愈发活跃,已经成为医学的一个重要分支。我国是心身医学思想的主要发源地之一,中医研究心身医学不仅有着悠久的历史,而且具有得天独厚的优势。“形神合一论”不仅认识到形与神的对立,而且还主张形与神的统一,两者相依相存,互为影响。作为第一性的形决定着神的产生与存在,而神又对形具有巨大的反作用。这种对心身关系的独特认识方法,与以往的心理、西医学相比,的确具有中医特色。它并不把心与身分割开来看,而是始终将二者作为有机联系、密不可分的整体

来看,是将心理现象置于心身整体联系的背景上来研究的,这就冲破了西方善于将心理现象作为孤立现象研究的习惯,显现出中医心身思想的科学内涵^[3]。

早在 1992 年召开的国际心身医学大会上,权威人士就已宣告:“世界心身医学应向中国的中医学寻找智慧^[4]”。这充分证明了中医心身思想的学术价值,也进一步明确地体现了构建中医心身医学不仅是必要的,而且是有着十分积极的现实意义。

一方面,心身疾病已成为人类健康的主要威胁因素,西方心身医学虽已取得较大进展,但对于心身疾病的解决尚需一个较为漫长的过程。中医作为世界医学的一个重要的组成部分,理应将心身疾病列为主攻方向之一。应该在“形神合一”的中医心身思想指导下,积极扬其所长,发挥中医对心身疾病诊疗的特色与优势,尽快构建中医心身医学体系,为人类健康事业作出贡献;另一方面,在现今的临床中,由于人类疾病谱的变化,以及中医诊疗技术的独特性,中医工作者所面临的对象主要是心身疾病,这为构建中医心身医学提供了很好的实践背景,使其建立有了可能。充分利用这一条件,积极探索构建中医心身医学的途径与方法(限于篇幅,将另文专述),还将有利于促使中医摆脱目前发展滞后的困境,有利于促进中医的整体发展,有利于中医走向世界、走向现代化。

参考文献:

- [1] 徐斌,王孝道,刘士林.心身医学——心理生理医学基础与临床[M].北京:中国科学技术出版社,2000.3.5.
- [2] 徐俊冕.医学心理学[M].上海:上海医科大学出版社,1999.83.
- [3] 张伯华.中医心理学[M].北京:科学出版社,1996.55.

(收稿日期 2001-10-11)

SIGNIFICANCE OF CONSTRUCTING PSYCHOSOMATIC MEDICINE OF TCM FROM SPIRIT-BODY COMBINATION

LI Long, DU Juan

(Physic Psychology Staff Room of Anhui College of TCM, Anhui Hefei 230038, China)

Abstract: The idea of spirit-body combination is the core of TCM theory of combining body with spirit. There are firm theoretic basis and long term clinic practice for the construction of psychosomatic medicine of TCM. Today, psychosomatic medicine is developing rapidly, therefore it is of vital importance to construct psychosomatic medicine of TCM and it has positive and real significance.

Key words: Traditional Chinese medical sciences; Psychosomatic medicine; TCM psychology; Subject construction