



论著 | 老中医经验 | 学术探讨 | 临床报道 | 中药与方剂 | 学院专栏 | 综述 | 短篇报道 | 成药研究  
消息 | 首医大中医药学院专栏 | 针灸经络 | 实验研究 | 燕京医史 | 中药房管理 | 临床中医学 | 中药制备 | 临床用药  
中成药与单味中药研究 | 中药炮制与鉴别 | 临床中药学

# 北京中医

http://bjtcm.itcmedu.com



标准刊号：ISSN1000-4599 CN11-2558/R

• 本刊介绍 • 在线投稿 • 在线征订 >> 进入 北京中医药教育在线

会员登陆区

2003年第6期 — 学术探讨

用户名:

密码:

忘记密码

免费注册

内容检索

请输入标题

请输入作者名

以往期刊查询

选择查询年份

选择查询期刊

精品推荐

◆ 中医药治疗溃疡性结肠炎的思路

◆ 从络病理论探讨慢性肝炎的病机

## 《内经》心身医学思想考释

作者：周永红<sup>1</sup> 王新陆<sup>2</sup> 点击次数：492次

**【摘要】**《内经》已经具备了较为完整的心身医学思想。从生理重视形神相关、病理重视形神相失、养生重视形神兼备、诊断重视形神俱问、治疗重视形神兼顾等方面，阐述了《内经》把人的心理活动与生理、病理、预防、诊断、治疗等看作密不可分的整体，认为《内经》的有关思想涵盖了现代心身医学的主要理论，研究和发扬其心身医学理论，能拓宽思路，为临床更好地治疗心身疾病奠定基础。

**【关键词】**内经； 心身医学； 理论探讨

**【作者简介】**作者单位：1. 250014, 山东中医药大学2002级博士研究生 2. 山东中医药大学

随着医学模式的转变，心身医学越来越引起广大医学工作者的重视，心身医学是一门主要从精神和躯体的相互关系来研究人体健康和疾病的基本规律和防治方法的新兴学科。心身医学体系的建立距今虽然只有60年左右，但追溯《内经》，可以发现其中已经具备了较为完整的心身医学思想。

### 1 生理一重视形神相关

《素问·八正神明论篇》[1]论曰：“形乎形，目冥冥，问其所病，索之于经，慧然在前，按之不得，不知其情，故曰形。……神乎神，耳不闻，目明心开而志先，慧然独语，口弗能言，俱视独见，适若昏，昭然独明，若风吹云，故曰神。”《内经》精辟地论述了“形”（生理）与“神”（心理）功能的协调、统一是人体健康的基本条件。《素问·调经论》，云：“心藏神，肺藏气，肝藏血，脾藏肉，肾藏志，而此成形，志意通，内联骨髓，而成身形五脏。”张介宾释曰：“形者神之体，神者形之用。无神则形不可活，无形则神无以生。”说明有生命的人是具有“形”和“神”两种属性的统一体，形神相互依存，相互为用，紧密联系，不可分割。神是在形的基础上产生的，《素问·阴阳应象大论》[1]指出：“人有五脏化五气，以生喜怒悲忧恐。”神有赖于形的充盛与调畅，《灵枢·平人绝谷篇》[2]云：“血脉和利，精神乃居。”“形与神俱”，才能“尽终其天年，度百岁乃去”（《素问·上古天真论》[1]）。形神相离，就会出现“百岁，五脏皆虚，神气皆去，形骸独居而终矣”（《灵枢·天年》）[3]。“悲哀愁忧则心动，心动则五脏六腑皆摇”，《内经》精辟论述了心理对生理的影响。这种重视心理、生理相互关系的观点，是心身医学思想的具体体现。

### 2 病理一重视形神相失

《内经》认为，健康的精神活动在防御疾病方面起着重要作用。《灵枢·本藏》[3]云：“志意者，所以御精神、收魂魄、适寒温、和喜怒者也。……志意和则精神专直，魂魄不散，悔怒不起，五脏不受邪矣。”若精神活动失调，即形神相失，就会导致疾病的发生。

情志内伤是导致形神相失的主要原因。情志变化最先伤及气机，损及阴阳。《素问·举痛论》[1]云：“怒则气上，喜则气缓，悲则气消，恐则气下，……惊则气乱，……思则气结。”就阐明了情志变化可以导致气机逆乱。《素问·阴阳应象大论》[1]又说：“喜怒伤气，寒暑伤形。暴怒伤阴，暴喜伤阳。厥气上行，满脉去形。喜怒不节，寒暑过度，生乃不固。”《素问·痿论篇》[1]也说：“悲哀太甚，则胞络绝，胞络绝则阳气内动，发则心下崩、数溲血也。”不仅说明五志可以伤及气机，而且进一步阐明情志变化可以损及阴阳，衍生出种种病理变化，最终伤及脏腑而导致“生乃不固”的后果。情志因素还可以直接损伤五脏的功能，《素问·五运行大论篇》[1]云：“神……在藏为肝……其味为酸，其志为怒，怒伤肝；……在藏为心……其味为苦，其志为喜，喜伤心……在藏为脾……其

味为甘，其志为思，思伤脾……在藏为肺……其味为辛，其志为忧，忧伤肺……在藏为肾……其味为咸，其志为恐，恐伤肾。”《灵枢·百病始生》[3]亦云：“喜怒不节则伤藏，藏伤则病起于阴也。”这些论述充分说明五志可分别伤及五脏，引起脏腑功能紊乱，从而导致多种心身疾病的发生。

《内经》详细论述了情志因素致病的发病机理。《素问·举痛论》[1]云：“怒则气逆，甚则呕血及衄泄，故气上矣。喜则气和志达，荣卫通利，故气缓矣。悲则心系急，肺布叶举，而上焦不通，荣卫不散，热气在中，故气消矣。恐则精却，却则上焦闭，闭则气还，还则下焦胀，故气下行矣。……惊则心无所倚，神无所归，虑无所定。故气乱矣。……思则心有所存，神有所归，正气留而不行，故气结矣。”《内经》还充分认识到社会因素、心理偏颇也是导致形神失衡的重要因素。《素问·疏五过论》指出：“故贵脱势，虽不中邪，精神内伤，身必败亡。始富后贫，虽不伤邪，皮焦筋屈，痿为挛。”《素问·痿论篇》[1]也说：“思想无穷，所愿不得，意淫于外，人房太甚，宗筋弛纵，发为筋痿，及为白淫。”

《内经》不仅认识到“神”影响“形”，还认识到“形”也可以影响“神”，即躯体疾病可以导致情志异常，如《素问·藏气法时论》[1]指出：“肝病者，两胁下痛引少腹，令人善怒，虚则目眩吭无所见，耳无所闻，善恐如人将捕之。”再如《灵枢·本神》[2]，也说：“肝气虚则恐，实则怒……心气虚则悲，实则笑不休。”

从以上论述可以看出，《内经》在认识疾病时，强调社会因素及心理因素对疾病的影响，也重视疾病的心身反应，充分体现了心身医学的思想；

### 3 养生一重视形神兼备

《内经》积极提倡养生，以预防疾病的发生。其养生思想主张形神兼备，调神为上，十分重视心理活动与摄生防病的关系。《素问·上古天真论》[1]要求人们“心安而不惧，形劳而不倦，气从以顺，各从其欲，皆得所愿”，强调“……美其食，伍其服，高下不相慕，……嗜欲不能劳其目，淫欲不能惑其心”，“适嗜欲于世俗之间，无恚嗔之心”，“无思想之患，以恬愉为务，以自得为功，形体不敝，精神不散”，才能“度百岁而动作不衰”，指出“恬淡虚无，真气从之，精神内守，病安从来”。侧重于自身人格修养，以提高适应社会环境和自然环境的能力。《素问·四气调神大论》[1]更是强调四气皆须调神，“以使志生”，“使志无怒”，“使志安宁”，“使志若浮若匿”，以适应四季环境变化的需要。《素问·移精变气论》[1]还指出：“内无眷慕之累，外无伸宦之形，此恬淡之世，邪不能深入也。”这些养生和预防医学思想与现代心身医学的观点不谋而合。

### 4 诊断一重视形神俱问

《内经》中虽然没有明确提出“心身医学”或者“心身疾病”的名词，却描述了许多心身疾病。如《素问·生气通天论》[1]云：“阳气者，烦劳则张，精绝，辟积于夏，使人煎厥。……阳气者，大怒则形气绝，而血菀于上，使人薄厥。”《素问·疏五过论扩》云：“尝贵后贱，虽不中邪，病从内生，名曰脱营。尝富后贫，名曰失精，五气留连，病有所并。医工诊之，不在脏腑，不变躯形，诊之而疑，不知病名。身体日减，气虚无精，病深无气，洒洒然时惊，病深者，以其外耗于卫，内夺于荣。”详细记载了煎厥、薄厥、脱营、失精等心身疾病及其临床表现。

在进行这些疾病的诊断时，《内经》要求医生充分认识心理、社会因素在疾病发生中的作用。

《素问·经脉别论》[1]说：“人之居处动静勇怯，脉亦为之变乎？歧伯对曰：凡人之惊恐恚劳动静，皆为变也。……故曰：诊病之道，观人勇怯骨肉皮肤，能知其情，以为诊法也。”《素问·疏五过论扩》指出：“凡未诊病者，必问尝贵后贱，……名曰脱营。尝贵后贫，名曰失精。……医工诊之，不知病名。……良工所失，不知病情，此亦治之一过也；凡欲诊病者，必问饮食居处，暴乐暴苦，始乐后苦，皆伤精气，精气竭绝，形体毁沮，暴怒伤阴，暴喜伤阳，厥气上行，满脉去形。愚者治之，不知补泻，不知病情，精华日脱，邪气乃并，此治之二过也。……”明确指出医生必须掌握心身医学知识，诊病时要注意患者社会地位、经济状况的变化，才能诊之无过。《素问·微四失论篇》[1]也指出：“不适贫富贵贱之居，坐之薄厚，形之寒温，不适饮食之宜，不别人之勇怯，不知此类，足以自乱，不足以白明……诊病不问其始，忧患饮食之失节……不先言此，卒持寸口，何病能中”，进一步要求医生在诊治过程中一定要从社会、心理、生理等方面作全面分析。可见《内经》在探讨疾病的诊断时，不仅重视生物学的自然因素，更强调入的社会因素，这些论述都和现代心身疾病的要求极为相似。

### 4 治疗一重视形神兼顾

《内经》提倡治疗疾病时综合考虑生理、心理、社会、环境诸因素，采取形神兼顾的治疗方法。

《素问·疏五过论》[1]云：“圣人之治病也，必知天地阴阳，四时经纪，五脏六腑，雌雄表里，刺灸砭石，毒药所主，从容人事，以明经道，贵贱贫富，各异品理，问年少长，勇怯之理，审于分部，知病本始，八正九候，诊必副矣。”形神兼顾就是注意治神与治形相结合。治形是指调整脏腑气血功能的中药、针灸、推拿等方法，治神是指调节精神活动，以心身和谐为目的的心理疗法。形神兼治分为调神以治形和治形以疗神两个方面。“调神以治形”，即通过心理疏导，唤起患者的积极情绪，增强其战胜疾病的信心，以达到调畅气机，燮理脏腑，促进疾病痊愈的目的。《灵枢·师传论》指出：

“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，虽有无道之

人，恶有不听者乎？”明确阐述了心理疏导的治疗原则。“治形以疗神”，即根据形体病变可以产生情绪障碍的原理，应用辨证施治的方法，通过治疗躯体疾病来改善心理活动，调节情绪，安神定志。这些思想在《内经》中有鲜明的论述。《内经》强调在形神兼顾的基础上，重视对心身疾病进行个体化治疗。《素问·血气形志篇》<sup>1</sup>载：“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。形苦志乐，病生于筋，治之以熨引。形苦志苦，病生咽嗑，治之以百药。形数惊恐，经络不通，病生于不仁，治之以‘按摩醪药。’”

《内经》把调神、治神放在非常重要的位置。《素问·宝命全开论》<sup>1</sup> / 说：“一日治神，二日知养身，三日知毒药为真，四日制砭石小大，五日知脏腑血气之诊。”《素问·五脏别论篇》<sup>2</sup>也说：“凡治病必察其上下，适其脉候，观其志意，与其病能。”情志疗法是《内经》提出的治疗疾病的重要方法：《素问·五运行大论篇》<sup>3</sup>云：“怒伤肝，悲胜怒，……喜伤心，恐胜喜，……思伤脾，怒胜思……忧伤肺，喜胜忧，……恐伤肾，思胜恐。”详细论述了以情制情来治疗情志疾病的方法。

《内经》还认识到某些疾病疗效欠佳与精神活动之间的关系。如《素问·汤液醪醴论》<sup>4</sup>曰：“帝曰：形弊血尽而功不立者何？岐伯曰：神不使也。帝曰：何谓神不使？……精神不进，志意不治，故病不可愈。今精坏神去，荣卫不可复收。何者？嗜欲无穷，而忧患不止，精神弛坏，荣卫卫除，故神去之而病不愈也。”

综上所述，我们清楚地看到《内经》把人的心理活动与心理、病理、预防、诊断、治疗等方面，看作密不可分整体，强调“病为本，工为标”，要求医生“上知天文，下知地理，中知人事”，其有关思想涵盖了现代心身医学的主要理论。1992年的国际心身医学大会指出：“世界心身医学应向中国的中医学寻找智慧。”在医学模式转变的新世纪，研究和发扬《内经》的心身医学理论，能拓宽思路，为临床更好地治疗心身疾病奠定基础。(收稿日期：2003-03-05)

#### 【参考文献】

- 1 山东中医学院、河北医学院校释. 黄帝内经素问校释. 北京：人民卫生出版社，1982. 1-1261.
- 2 河北医学院校释. 灵枢经校释(上). 北京：人民卫生出版社，1982. 173-506.
- 3 河北医学院校释. 灵枢经校释(下). 北京：人民卫生出版社，1982. 122-136.

[>>进入讨论](#)