

# 《内经》论恐

吴德, 孙桐 (南京中医药大学基础医学院, 江苏 南京 210029)

**摘要**《内经》认为, 恐在正常情况下为五志之一, 是机体情志变化的正常反应; 但在病理情况下, 恐既可以作为病因导致疾病, 又可作为一种由多种原因所引起的独立的疾病, 同时也是某些疾病的一个重要症状。在治疗上, 针对恐病的病机特点提出了基本的治疗法则。

**关键词**《内经》; 恐; 情志; 恐证

**中图分类号**: R221      **文献标识码**: A      **文章编号**: 1000-5005(2000)03-0140-02

恐, 即恐惧、害怕。正常情况下, 为人体喜、怒、忧、思、悲、恐、惊 7 种情志变化之一, 如《素问·阴阳应象大论》云: “人有五脏化五气, 以生喜、怒、悲、忧、恐”(本文所引《重广补注黄帝内经素问》原文均出自人民卫生出版社, 1958 年版)。异常情况下, 则可作为致病因素或表现为临床病证。《内经》从病因学、症状学等角度, 对之进行了较为深入的论述, 虽散见于各篇, 但直至今日, 对临床仍有较大的指导价值, 兹对其作一粗浅论述。

## 1 恐为病因, 伤人精、气、神与心、肾

《内经》认为, 恐惧如同自然界的风雨寒热和生活中的饮食劳倦一样, 都可成为人体常见的基本致病因素。如《灵枢·口问》云: “夫百病之始生也, 皆生于风雨寒暑, 阴阳喜怒, 饮食居处, 大惊卒恐”(《黄帝内经灵枢》原文均引自人民卫生出版社, 1956 年版), 就是明确地把恐惧作为一种基本病因来看待的。

在恐惧伤人、恐惧可以导致疾病的认识方面, 《内经》认为恐惧伤人, 主要是伤及人体的精、气、神, 扰乱了人体的正常生理活动和心理活动, 从而导致疾病的发生。①伤精: 如《灵枢·本神》云: “恐惧不解则伤精, 精伤则骨酸痿厥, 精时自下”。说明过度的恐惧可使精气衰退, 从而导致筋骨酸软、肢痿厥逆、遗精等病症。《素问·举痛论》云: “恐则精却, 却则上焦闭, 闭则气还, 还则下焦胀, 故气不行矣”。说明恐惧不独伤精, 由伤精而且可以导致气机逆乱, 变生诸病; ②伤气: 如《灵枢·寿夭刚柔》云: “风寒伤形, 忧恐

忿怒伤气。”指出忧愁、恐惧、憎忿、恼怒, 这些不良的精神刺激, 都可伤人正气, 使病生于内。《素问·举痛论》云: “恐则气下”。肾中阳气, 本上交于心, 温煦心阳, 恐伤肾, 可引起正气陷下, 肾气虚衰或逆乱, 则成心肾不交之证; ③伤神: 如《灵枢·本神》云: “恐惧者, 神荡惮而不收”。说明过度恐惧, 可使精神荡散, 精气难以收敛, 进而出现神志恍惚、心悸冷汗, 甚则二便遗失、虚脱晕厥等症; ④伤心: 如《灵枢·邪气藏府病形》云: “愁忧恐惧则伤心”。虽五脏分主五志, 而心神神明, 五志俱统于心, 愁忧恐惧过极, 必然心神扰乱而心阴衰耗; ⑤伤肾: 如《素问·五运行大论》云: “北方生寒, ……其志为恐, 恐伤肾”。恐为肾之志, 恐惧过极伤人, 必肾先起而当之, 当之则不免被耗, 且肾藏五脏之精, 精伤亦必及肾, 所以说恐多伤肾。

## 2 恐为病证, 所致之途不一

恐惧在《内经》中, 又是常见病证之一, 其所描述的临床主要表现就是对种种事物的过分害怕, 如“心下澹澹, 恐人将捕之”(《灵枢·邪气脏腑病形》)就是对其临床表现的形像描述。《内经》认为, 引起恐证的原因是多方面的, 涉及多个藏府, 且有气血、虚实的不同。①心: 如《灵枢·本神》云: “心怵惕思虑则伤神, 神伤则恐惧自失”。心神耗伤, 神气不固, 可以发为恐惧; ②肾: 如《素问·宣明五气论》云: “精气并于肾则恐”。《灵枢·经脉》云: “肾足少阴之脉, ……, 气不足则善恐, 心惕惕如人将捕之”。肾气亏虚, 精气耗损, 则肾志不强, 且不能上煦心神, 故发为恐惧; ③肝: 如《灵枢·本神》云: “肝藏血, 血舍魂, 肝气虚则

收稿日期: 2000-03-28; 修稿日期: 2000-04-17

作者简介: 吴德(1973-), 男, 安徽巢湖人, 南京中医药大学 1998 级硕士研究生, 住院医师。

恐’。《素问·藏气法时论》云:“肝病者,……,虚则目无所见,耳无所闻,善恐,如人将捕之”。《素问·调经论》“肝藏血,血有余则怒,不足则恐”;④胆:如《灵枢·邪气藏府病形》“胆病者,善太息,口苦,呕宿汁,心下澹澹,恐人将捕之,……”。《灵枢·四时气》“善呕,呕有苦,长太息,心中澹澹,恐人将捕之。邪在胆,逆在胃”。肝主谋虑,胆主决断。《素问·六节藏象论》云“凡十一脏取决于胆”,人之能却恐者,胆气也,如胆气不足或胆受邪气所扰,则胆气不清,胆主勇敢之功能减弱,必然出现恐惧害怕的种种表现;⑤胃:如《素问·宣明五气篇》云:“胃为气逆,为嘔,为恐”。其中“为恐”二字有认为是衍文<sup>[1]</sup>。实际上胃属土,肾属水,恐为肾志,土邪伤肾则亦可发为恐惧。结合《灵枢·四时气》“心中澹澹,恐人将捕之,邪在胆,逆在胃。……取三里,以下胃气逆”的论述,可知胃腑与恐惧间确实存在着密切的关系。

### 3 恐为症状,见于多种证候或疾病

在《内经》中,恐惧又作为一个症状,见于多种证候或疾病,如各种脏腑功能失调所致的阴盛证、心气盛证以及癫狂等病证之中。如《素问·脉要精微论》云:“是知阴盛则梦涉大水恐惧”;《灵枢·淫邪发梦》云:“心气盛则梦善喜恐畏”。此二者主要表现为梦中恐惧,实际上是恐惧的一个特殊类型。其病机前者多见于阴盛证,多为阴盛伤所致;后者多见于阳盛证,多为邪火旺盛,挟痰热之气扰及心神所致。恐见于狂症者,如《灵枢·癫狂》云:“狂始生,先自悲也,喜忘苦怒,善恐者,得之忧饥”。狂症多由阴阳失衡,兼挟痰热为患,一般易蒙蔽心神,致使精神错乱,故多有善恐善畏之症。由于在这些疾病中,有一些特征性的症状,恐惧只是作为一个次要症状出现,所以一般不独立称为恐惧症。但对于这些证候或疾病的治疗,则应在针对主病治疗的同时,也要重视对恐惧进行对症治疗,这样才可以使病情得到较好的缓解。

### 4 恐证的治疗

对于恐证的治疗,《内经》直接提出的有情志疗法和针灸疗法,后世则在《内经》所论述的病机基础上,丰富和发展了相应的脏腑病机治法。

#### 4.1 情志治疗

《素问·五运行大论》云:“思胜恐”。认为思想集中于考虑某些事情时,能减轻或消除恐惧病症,这与现代心理学的行为疗法原理基本一致,而尤有特色,一般对起因于外受惊恐或恐惧病的轻症,未见明显

脏腑功能失调征象者,可以配合运用。

#### 4.2 针灸治疗

《内经》直接提出的有:①取肾经。如《灵枢·经脉》云:“肾足少阴之脉,……气不足则善恐,心惕惕如人将捕之。……虚则补之,热则疾之,寒则留之”。对于肾气不足,肾精虚衰所引起的恐证,可取足少阴肾经穴位,用补法或留针法针之,使肾气充实,肾精不衰,作强之官得复其常,则恐惧自然消失;②取肝经。如《素问·藏气法时论》云:“肝病者,……虚则目无所见,耳无所闻,善恐,如人将捕之,取其经,厥阴与少阳是也。”指出针对肝气不足,肝血亏虚或肝经虚寒所致恐证,治疗应取肝经,或益其气,或补其血,或散其寒,使脏腑复常,则疾病可愈;③取胆经和胃经。如《灵枢·邪气藏府病形》云:“胆病者,……心下澹澹,恐人将捕之,……其寒热者取阳陵泉”。或在此基础上配合胃经,如《灵枢·四时气》“心中澹澹,恐人将捕之,邪在胆,逆在胃。……取三里,以下胃气逆,则刺少阳血络,以闭胆逆,却调其虚实,以去其邪是也”。胆经之邪,有虚有实,虚则胆气怯弱,实则胆胃痰热,治疗应辨证而治,或温胆壮气,或清泻痰热,“调其虚实,以去其邪”。使胆胃调和,则恐惧自失。

后世根据《内经》对病因病机的认识,结合脏腑辨证,逐渐发展形成了一系列治则治法,如补肾益精、养心安神、滋养肝血、疏达肝气、清泄胆胃痰热等等,从而使临床对恐惧病证的治疗渐趋完备。

### 5 结语

恐惧、害怕,现代精神医学称之为恐怖症,是一个较为常见的症状,可见于恐怖性神经症、焦虑性神经症、精神分裂症、反应性精神病等多种疾病,往往给病人精神上造成很大的痛苦,有时治疗十分困难。中医早在《内经》时代就对此有较为深刻的认识,通过对正常情况下恐惧心理活动和异常情况下的恐惧带来的身心伤害的细心观察,以及对机体在脏腑功能失调情况下所出现的各种恐惧表现的观察、分析,认为恐惧一方面作为病因,对机体造成种种伤害,另一方面又可成为一种独立的疾病或成为疾病的一个重要症状。在治疗上采取相应的情志疗法和针灸治疗,并对脏腑病机方面的辨证治疗提出了指导原则,其着重点在于通过治疗使机体脏腑功能恢复平衡,五志安和,七情调适,则恐惧病证自可得以痊愈。

#### 参考文献:

[1] 丹波元简.素问识[M].北京:人民卫生出版社,1955.118