

论情志因素对体质及发病的影响

钱会南

(北京中医药大学基础医学院中医体质与生殖医学研究中心 北京 100029)

关键词: 内经;情志因素;体质;发病

中图分类号: R 221.1

世界卫生组织对健康的定义是:“健康不仅仅是没有疾病,而且是身体上、心理上和社会上的完好状态。”提示人体健康包括身体健康、精神健康和社会适应能力完好。现在又在身心健康的标准中突出有良好的个性、良好的处世技巧、良好的人际关系,强调能很好地调适情绪和适应不同环境,保持身心健康是健康定义的重要内容。那么,精神情志因素的作用究竟如何,其对人体会产生哪些影响?本文根据《黄帝内经》(以下简称《内经》)提出的“恬淡虚无真气从之”,联系有关理论阐发,就情志因素对体质及发病的影响,情志作用机理的认识对临床诊治与摄生的指导意义探讨如下。

1 “恬淡虚无真气从之”基本内涵剖析

“恬淡虚无真气从之”的论述出自于《素问·上古天真论》,经文在阐述养生的基本理论和原则时,指出:“虚邪贼风避之有时,恬淡虚无真气从之,精神内守,病安从来。”认为在外注意避免四时邪气的侵扰,在内则重视精神调摄,保持精神的平静安宁,对防止疾病发生保持健康有重要作用,突出了精神调养在摄生中的独特作用和意义。如张介宾^[1]注:“恬,安静也。淡,朴素也。虚,湛然无物也。无,恬然莫测也。恬淡者,泊然不愿乎其外;虚无者,漠然无所动于中也。所以其气无从不,精神无不守,又何病之足虑哉?”明确提出保持精神的安闲清静,没有杂念为“恬淡虚无”的实质所在,如经文继而说:“志闲而少欲,心安而不惧。”张介宾释之:“志闲而无贪,何欲之有?心安而无虑,何惧之有?”精神的宁静淡泊,能使人体真气调畅,精神得以守持于内而不耗散,故而张介宾赞誉“恬淡虚无”为养生防病的“治内之道”。马蒔^[3]云:“恬淡而静,虚无而空,则真气顺,精神内守,病从何来?”认为《内经》强调宁静的精神

状态,有利于真气之顺达,精神守持于内是防病健身的前提条件。此外,滑寿^[3]注释道:“法道清静,精神内守,故虚邪不能为害。”王冰亦曰:“恬淡虚无,静也。法道清静,精气内持,故其气从,邪不能为害。”则阐述精神调畅精气内持,人体真气顺从,使致病邪气无从侵袭危害人体,进一步从精神调养得当而“邪不能为害”的角度,提示精神调养在维持气机调畅、抗御外邪保持机体健康中发挥重要作用。

2 情志因素对体质及发病的影响

人的精神活动主要包括意识思维、精神情感等。《内经》的描述可概括为两大方面:一是神志活动,如神、魂、魄、意、志、思、虑、智等;二是情志反应,如喜、怒、忧、悲、恐、惊等。而且从整体观念出发,认为精神活动与五脏功能正常与否密切相关,机体健全脏腑功能活动正常精气充盛,是保持精神情志活动正常进行的基本条件^[4]。如《灵枢·本藏》说:“五脏者,所以藏精神血气魂魄者也。”《素问·阴阳应象大论》曰:“人有五脏化五气,以生喜怒悲忧恐。”并提出肝在志为怒,心在志为喜,脾在志为思,肺在志为忧,肾在志为恐,把情志活动直接与五脏相联系,并归纳出诸如怒伤肝、喜伤心、思伤脾、忧伤肺、恐伤肾等情志太过易伤相应脏腑的规律。《灵枢·平人绝谷》云:“五脏安定,血脉和利,精神乃居。故神者,水谷之精气也。”认为五脏所藏之精气是精神情志活动的基础,故五脏和调,血脉通畅,精气充足旺盛,乃精神神志正常的保证。《灵枢·本藏》云:“志意者,所以御精神,收魂魄,适寒温,和喜怒者也。”提出志意具有统摄精神,控制魂魄,调理机体适应外界寒温变化,调畅情志的作用。因此“志意和则精神专直,魂魄不散,悔怒不起,五脏不受邪矣”。旨在强调志意调和可使精神集中,魂魄活动及七情调节正常,五脏才不

*钱会南,女,48岁,医学博士,教授,医学硕士生导师

**国家自然科学基金资助课题(No.30171188),国家中医药管理局资助课题(No.2000J-P-70),教育部博士点专项基金资助课题(No.20010026004),教育部科研重点项目(No.02025)

会受邪气的侵害。认为精神情志活动的正常维持,是人体不受外邪侵袭危害的重要条件,将人体防御外邪能力的强弱与精神情志状况直接联系。诚如《灵枢·小针解》所曰:“神者,正气也。”真可谓画龙点睛一语中的,现在读来仍不乏启迪之意。

对体质差异的认识,尤其是体质分类的描述最早见于《内经》,可以说《内经》开创了中医体质分类之先河^[3]。其中值得一提的是,在对不同体质的分析阐述中,将性格、情志、心理特点等差异作为重要内容。如《灵枢·通天》将体质分为太阴、少阴、太阳、少阳、阴阳平和五种类型,其中太阴之人,贪而不仁,表面谦虚,内存阴险,好得恶失,喜怒不形于色;少阴之人,喜贪小利而藏贼心,见人有失则幸灾乐祸,好伤害别人,见人有荣誉,乃反愠怒,心怀妒忌,毫无恩情;少阳之人,做事精细,很有自尊心,稍有地位,则高傲自得,善于外交而不内附;太阳之人,得意自足,好言大事,好说大话,好高骛远,举措不顾是非,常意气用事,虽事败而常无悔;阴阳平和之人,居处安静,不介意个人名利,心安而不惧,无过分之喜,和顺而不与人相争,适应局势变化,地位虽高则谦虚,以理服人。再如《灵枢·阴阳二十五人》提出,木形之人,有才智,好用心计,多忧劳于事;火形之人,为人有气魄,轻财,缺少信心,多忧虑,善于观察分析,喜爱漂亮,性情急躁;土形之人,性格安静,好助人,不争逐权势,善于团结;金形之人,禀性廉洁,性急,静则安然,动则强悍异常,有决断之才;水形之人,对人既不恭敬又不畏惧,为人善于欺诈。此外《素问·血气形志》则提出体质的“五形志”分类方法,如形体并无劳顿而忧思结虑的“形乐志苦”之人;形体劳顿而心志逸乐的“形苦志乐”之人;形体与心志都安逸的“形乐志乐”之人;形体和心志均劳顿不堪的“形苦志苦”之人;形志数受惊恐的“形数惊恐”之人。将人的形体同心志并列观察描述,强调形体与情志状况的内在联系,且突出了情志因素对体质的影响作用。

《素问·奇病论》指出,孕妇情志异常刺激与胎儿癫疾发生有密切关系,认为人生而有病癫疾者“此得之在母腹中时,其母有所大惊”,导致气上不下,精气并居,故令子发为癫疾。有关分析记载,也为认识某些先天性疾病及遗传病的产生机理及预防提供了可贵资料。该论点亦为优生优育保健措施的采取留下了值得借鉴的范例。《素问·阴阳应象大论》云:“喜怒不节,寒暑过度,生乃不固。”以喜怒情绪为例,说明七情失调、情志过度是危害人体健康引起疾病的重要原因^[4]。《灵枢·寿夭刚柔》云:“忧恐忿怒伤气,

气伤脏,乃病脏。”具体阐释了七情不节可影响人体气机、损伤脏腑的作用机理。《素问·经脉别论》记载,处于夜行惊恐坠堕、渡水跌仆等特殊状态下,其喘等疾患的发病与否及易感性,取决于个体体质的强弱及性情状况,诚如文中所言“当是之时,勇者气行则已,怯者则著而为病”。《灵枢·贼风》云:“故邪留而未发,因而志有所恶,及有所慕,血气内乱,两气相搏。”提示有宿邪潜伏体内而发作,因情感之变化,如有厌恶,或有怀慕而不能遂心愿,造成人体气血逆乱,与潜藏体内的病邪相合,而导致发病。此对于情志因素与疾病形成及诱发的密切关系之阐述,可谓相得益彰,与临床实际甚为相合。

3 情志作用的认识对诊疗及摄生的指导意义

《素问·疏五过论》云:“诊有三常,必问贵贱,封君败伤,及欲侯王。”并将不善于通过问诊收集病史,未能了解病人的社会生活经历,忽视官位失落、生活变迁给患者带来的精神创伤,“不知病情”列为诊治之一过。因而《灵枢·师传》倡导,入国问俗,入家问讳,上堂问所便,为诊病之道。《素问·经脉别论》提出:“观人勇怯、骨肉皮肤,能知其情,以为诊法也。”认为分析患者的性格特征、体质强弱状况,有助于判断其病情,应作为疾病观察诊断的内容。

对精神疾患的治疗,除了采用药物、针灸等常规方法外《内经》更注重有关情志诱因的疏导调节,辅以精神疗法。如《灵枢·师传》谆谆教导,人之情,莫不恶死而乐生,医者告之以其败,语之以其善,导之以其便,开之以其所苦,虽有无道之人,恶有不听者乎。《灵枢·贼风》指出,祝由的治疗原理在于“因知百病之胜,先知其病之所从生者”,故其病可祝由而已。此外《素问·阴阳应象大论》首创的悲胜怒、怒胜思、思胜恐、恐胜喜、喜胜忧等,根据五行生克规律演变出来的“以情胜情法”,亦在中医精神疾患治疗理论中留下了独具特色的一笔,对后世产生了深远影响^[5]。

《素问·上古天真论》写到:“形与神俱,而尽终天年。”强调形神共俱即形神协调统一是人体保持健康长寿的基本前提条件,而调摄情志乃养生的重要内容。如《素问·阴阳应象大论》提出“为无为之事,乐恬淡之能,从欲快志于虚无之守,故寿命无穷,与天地终。”《素问·四气调神大论》倡导顺应四时春生、夏长、秋收、冬藏的生化作用与规律调摄精神情志,阐述春季发陈宜养生、夏季蕃秀宜养长、秋季容平宜养收、冬季闭藏宜养藏的具体养生方法,并指出逆之则伤脏,在下一个季节会引起诸如寒变、疟疾、飧泄、

越鞠丸方名渊源与临床加减运用

赵宇昊¹ 王秀娟¹ 指导:谢 鸣²

(1 首都医科大学中医药学院 北京 100013)

(2 北京中医药大学 北京 100029)

关键词:越鞠丸;渊源;特点;运用

中图分类号:R 222.16

越鞠丸是治疗郁证的代表方剂,最早出现于《丹溪心法·卷三·六郁五十二》中:“越鞠丸,解诸郁。”方由苍术、香附、抚芎、神曲、栀子五药组成,主治气、血、痰、火、湿、食六郁。越鞠丸影响深远,后世医家或取其组方之意而创建新方,或通过加减变化而扩展其应用范围,笔者拟对越鞠丸方名和该方的临床加减运用作一探讨。

1 越鞠丸名称的来源

越鞠丸出自元代朱丹溪《丹溪心法》一书中,原治气血痰火湿食郁结所致诸病,在该书中,并没有谈及方名命名的缘由。根据方名最常见的两种命名方式,即其治疗作用和方中治疗药物,后世形成了两种不同的说法。

(1) 与治疗作用有关。“越鞠”的字面理解,“越”

即发越,“鞠”则隐含“弯曲”、“抑郁”之义。越鞠丸主治气血痰火湿食引起的诸郁,而气机郁滞为其特征,方名“越鞠”即发越鞠郁之气,涵义正好与其主要功效相吻合,持这种观点的医家以明代吴昆和清代张璐为代表,吴昆《医方考》云:“越鞠者,发越鞠郁之谓也。”《张氏医通·卷十三·专方·郁门》亦云:“越鞠者,若人鞠躬郁伏,忽尔其气发越也。”越鞠丸也有称作越曲丸的,可能是“鞠”与“曲”发音相近、含义相通的缘故。如《祖剂·卷之四·越鞠丸·食郁越曲丸》云:“食郁越曲丸,即越鞠丸加山楂砂仁治食噎膈。”然而明代医家李梴认为仅仅是用字之误:“越鞠丸,鞠,郁也。此药能发越其郁结之气,方多误为越曲”(《医学入门·卷首·集例·释方》)。

(2) 与方中药物有关。越鞠丸一方,药共五味,

赵宇昊,女,40岁,讲师

痿厥等病变。四气调神的养生之道,蕴涵适应自然界阴阳消长的变化预防疾病发生,即通过积极养生而治未病的指导思想。故倡导云:“不治已病治未病,不治已乱治未乱,此之谓也。”并批评待疾病已成而后药之,乱已成而后治之,犹如渴了才去掘井,打仗了才去铸造兵器,不亦晚乎。正如吴崑《内经素问吴注》^[3]注释所说:“言顺于四时之气,调摄精神,亦上医治未病也。”将顺应四时养生与治未病直接联系。由此可见《素问·上古天真论》“恬淡虚无真气从之”从精神情志的调摄有利于保持真气的调畅之生理角度,论述其对养生的意义《素问·四气调神大论》则立足于顺应四时调摄精神情志防范于未然,“不治已病治未病”的阐发,将调摄精神情志作为治未病的重要内容。两者比照交相辉映,此乃调养精神而却病延年益寿认识的升华,真可谓真知灼见,对当今疾病预防与养生及体质研究仍有参考价值。

参 考 文 献

- 1 张介宾·类经·北京:人民卫生出版社,1965.3
- 2 马 蒔·黄帝内经素问注证发微·北京:科学技术出版社,1999.5
- 3 滑 寿·读素问钞·北京:人民卫生出版社,1998.20
- 4 钱会南《内经》精神病理理论特色浅析·中国中医药学刊,2001,19(6):546~547
- 5 钱会南《内经》体质理论特色探析·中华中医药杂志,2002,(10):5~7
- 6 钱会南·两虚相得乃客其形——兼论体质与发病的关系·北京中医药大学学报(中医临床版),2003,19(4):34~36
- 7 钱会南·张从正对《内经》情志病理理论的发挥·中国中医药学刊,2002,20(2):14~15
- 8 吴 崑·内经素问吴注·济南:山东科学技术出版社,1984.7

(收稿日期:2004-04-25)