

五音经络疗法思想探析*

杨舒涵

(中国科学院大学人文学院 北京 100049)

摘要:《黄帝内经》首将“五音疗疾”引入中医学,五音经络疗法是以阴阳五行学说和中医经络腧穴理论为基础,把五音阶中宫、商、角、徵、羽以音作药,与中医闻诊、针灸等及其他方法相互协调补充,综合预防、诊断和治疗身心疾病的中国传统医疗方式。这种疗法,将五音与五脏经络连属起来,是对音乐与情感及脏腑脏气之间的声音频率和共鸣互动关系的深刻体验和总结。医者根据音变辨病变,取相对应的经络、腧穴来调节,从而达到治疗的目的。

关键词:五音 经络 五脏 五行 五音经络疗法

doi:10.11842/wst.2017.12.023

中图分类号:R226

文献标识码:A

中国音乐疗法源远流长,从伏羲的《立基》到女娲的《充乐》,早在上古时期已存在音乐治病的传说。《说苑》:“以管为席……诸扶而来者,與而来者,皆平复如故”5 000 多年前医者苗父用竹管乐器演奏为患者治病,这应该我国最早的音乐疗法文献记录。同时“原始先人吹埙、群民围构火而听”的传说已由考古学家科学证实,可推测伏羲氏之“造瑟埙调理百病”有一定的历史写照。自《说苑》至《黄帝内经》载的五音经络疗法,中国音乐疗法已有五千多年历史。五音经络疗法是医者建立在对于五音和经络充分认知,在经络通脏腑理论基础上,用音乐联系到经络来诊断预防或辅助治疗疾病的方法。

五音经络疗法,把宫商角徵羽与中医中经络是以十二经脉有机地联系在一起,声音入脑联至经络,作用于脑部相关经络,如手少阳三焦经、手太阳小肠经、足太阳膀胱经等。中医中经络是以十二经脉为主体,与人体的血管、神经、淋巴管、内分泌系统密切相关,但独立作用于身体各个器官。全身各经络互相交接联通,气血运行全身,濡养脏腑。若经脉因某些病邪,壅阻经络,致使气血失和或不足,遂该经络循行的脏腑将反映病变。医者通过五音,疏通郁结,使经络气血和畅,达

到预防、诊断和治疗的功效,所以音乐与经络联系到了一起。相应的心、肝、脾、肺、肾五脏和喜、怒、忧、思、恐五志等多方面内容同时作为五传统音经络疗法的理论指导^[1]。《黄帝内经》:“天有五音,人有五脏;天有六律,人有六腑。”阐明五音和五脏的相对应理论。经络是古代中医治疗的观察治疗的基础,而在2 000 多年前五音就与古代医学相结合,所以我们推测五音与经络有着密切的联系,并就此进行简单分析。

1 五音与经络的概念和影响

1.1 声音

声音,从字面分析“声”和“音”,查找文献发现:《说文音部》:“音,声出于心,有节于外,谓之音。”《礼记·乐记》:“乐者音之所由生也,其本在人心之感于物也。感于物而动,故形于声……声成文,谓之音。”可知声是人最简单的心感外物后的情感表达,音是人进行整合后有规律变化的声。《乐记·乐本》:“是故其哀心感者,其声噍以杀;其乐心感者,其声单以缓;其喜心感者,其声发以散;其怒心感者,其声粗以厉;其敬心感者,其声直以廉;其爱心感者,其声和以柔。”情不同则音异,不同的心情和差异的角度,声音也截然不同。

音乐可以为“药”治病养生,据《乐记》载:“乐至而无怨,乐行而伦清,耳目聪明,血气平和,天下皆宁。”

收稿日期:2017-10-19

修回日期:2017-11-20

* 中国中医科学院基本科研业务费自主选题项目:中药起源的多学科初步研究(ZZ080507),负责人:方晓阳

《史记·乐书》：“故音乐者，所以动荡，血脉流通，精神和正，心也。”三国嵇康《琴赞》：“祛病纳正，宣和养气”。唐白居易《好听琴》：“体性好丝桐，尘机闻即空。一声来耳里，万事离心中。清畅堪销疾，恬和好养蒙。尤宜听三乐，安慰白头翁。”清代医学家吴师机《理渝骈文·略言》：“七情之病也，看书解闷，听曲消愁，有胜于服药者也”。由此可见治疗疾病健康养生的音乐疗法由来已久，尤其在治愈内心情感引发的病症治愈效果更佳。

1.2 五音

中医理论中的五音最早起源于传统音律学的五声音阶，五音最初是仅属于音律学范畴，如文献载《左传襄公二十九年》：“五声和，八风平。”；《左传昭公元年》：“天有六气，降生五味，发为五色，征为五声。”；《昭公二十五年》：“气为五味，发为五色，章为五声。”《黄帝内经》将音乐疗法进一步发展，划分五音将音律学的五声音阶引入中医，同时配属五行，并据阴阳五行学说将五脏与五音一一对应。为了更深一步研究五音经络疗法就必须深入探究五音和经络之间的联系，同时了解五音的音律学相关的内容。

五音，有广义和狭义之分。广义之五音在为五声，一指音乐，《道德经》：“五色令人目盲，五音令人耳聋，五味令人口爽。”；二指响声，《灵枢·脉度》：“肾气通于耳，肾和则耳能闻五音矣。”狭义之五音，即宫、商、角、徵、羽，相当于现代音阶 1, 2, 3, 5, 6。(表 1)《周礼·春官》：“皆文之以五声，宫商角徵羽。”可见五声为五音之称。而《素问·阴阳应象大论》具体描述了五音经络疗法之五音特性：“角谓木音，调而直也；徵谓火音，和而美也；宫谓土音，大而和也；商谓金音，轻而劲也；羽谓水音，沉而深也。”《医宗金鉴·四诊心法要诀》则记载：“角音条畅正中，长短高下，清浊和平；徵音次短高清，抑扬咏越；宫音极长下浊，沉厚雄洪；商音次长下浊，铿锵肃清；羽音极短高清，柔细透彻。”笔者所探究的五音经络疗法思想之五音，正是上述所描绘的狭义五音即宫、商、角、徵、羽。

1.3 经络

《灵枢·脉度》：“经脉为里，支而横者为络，络之别者为孙”。人外在的躯体，内部的脏腑，都是须要经络沟通表里，经为主干，络是分支，构成系统，将五脏六腑与皮、肉、筋、骨、五官、九窍、四肢百骸等联络成一体。经络将气血、津液、各种营养输送到脏腑各部，维持身体正常生理功能^[2]。而病邪入体、外病内扰都是通过经络传递信息反应症候。《灵枢·经脉》：“经脉者，所以

表 1 音阶名表

性质	正声					变声			
音阶名	宫	商	角	徵	羽	变徵	和	变宫	闰
现代唱名	Do	Re	Mi	Sol	La	[#] Fa	Fa	Si	[#] Si
现代音阶	1	2	3	5	6	[#] 4	4	7	[#] 7

能决死生，处百病，调虚实，不可不通。”络脉从经脉别出后越分越细，密如蛛网贯穿内外各部，遍布上下各分，起有全身连络作用。对于疾病的预防、判断和诊治，要了解其入侵的线路以及经脉所分布管理的部位。

谈及经络就不得不提及五输穴，《难经》：“春刺井者，邪在肝；夏刺荥者，邪在心；季夏刺输者，邪在脾；秋刺经者，邪在肺；冬刺合者，邪在肾。”《素问·五藏生成篇》说：“头痛头疾，下虚上实，过在足少阴太阳甚则入肾。徇蒙招尤、目瞑耳聋，下实上虚，过在足少阳厥阴，甚则入肝。”晋代皇甫谧《甲乙经》：“音主长夏，长夏刺经”，“病变于音者，取之经”，上述文献指出古代五音经络疗法中五输穴之经穴是与五音、五输与五脏是相对应的。缘病则音之有变，遂取其五输穴之经，然而古代音阶“音”有五音，五音之内又分五音，中医经络有十二经脉，且分阴阳，并非固定取经与音。同时文献对于“音”与“经”如何对应没有明确详细的阐述，后世医家和医书文献每涉及五音经络的对应也都一笔带过。基于此，笔者就此尝试分析在古代音乐疗法中五音与经络之间微妙关系。

2 五音与经络之间的联系

人体内部脏腑存在多种经络，树状、网状，纵横交错，分布于脏腑组织之间，而五音与五脏的对应关系古代文献多有阐述，《素问·金匱真言论》：“东方青色，入通于肝，开窍于目…其音角…南方赤色，入通于心…其音征…北方黑色，入通于肾…其音羽。”《灵枢·邪客篇》讲：“天有五音，人有五脏。天有六律，人有六腑”。《史记·乐书》载：“故音乐者，所以动荡血脉…故宫动脾…商动肺…角动肝…征动心…羽动肾”。不同脏腑经络有着明显差异的共振频率，因贯穿脏腑的经络产生类似于五音的音频震动频率或声响方式，故五音与五脏的相互对应。五脏的音频震动表示着脏腑间的工作状态，同时也时刻影响着人体，遂出现经络规律的子午流注顺序(见图 1)^[3]。

《黄帝内经》：“五脏之象，可以类推，五脏相音，可以意识。”阐明五音和五脏有特定的联系，各脏如有病

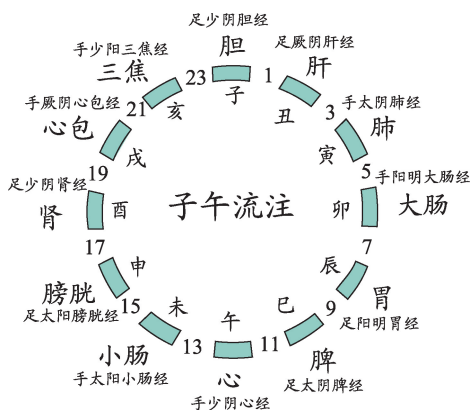


图1 子午流注顺序图

表2 五脏五音五志对应表

五脏	肝	心	脾	肺	肾
五音	角	徵	宫	商	羽
五志	怒	喜	思	忧	恐

变,脏腑经络会阐述明显异于常时的共振频率,其共振频率不同发声差异,相应的音阶也随之变化;反之共振频率不同造成音阶差异又会影响与之相关联的脏腑,即宫音通脾、商音通肺、角音通肝、徵音通心、羽音通肾。运用中医基础理论中,根据五音对五脏的影响,采用五音对肝、心、脾、肺、肾等各部位进行诊断调节,同时五脏与人的情志即怒、喜、思、忧、恐相对应(表2)。不同的乐器、差异的情景造就迥异的乐音,而音调不同调性各异,人听到的感受到的遂之产生不同情感,而情志又联系到脏腑器官之脏气,就此循环从而五音对人体的精神心理、五脏生理、病理合愈也有着相应的不同影响,如《史记·乐书》:“音乐者,所以动荡血脉,通流精神而和正心也。故宫动脾而和正圣,商动肺而和正义,角动肝而和正仁,征动心而和正体,羽动肾而和正智。”人心情感与五音变化及五脏频率之间的共鸣,遂古人将五音与五行、五脏与经络联系起来,产生五音经络疗法,有“顺其脏腑施乐法”的观点。例如情感之怒多伤肝,可选用曲调爽朗旋律盎然的《蓝色多瑙河》、《胡茄十八拍》和《一粒土万担收》等角调式名曲,音调多属金商音,以调节肝胆疏泄功能,使滞郁的肝气柔软排出,从而达到解郁养肝、人体升发、气机条畅的功效,无毒无痛地舒缓情绪,调理身心。

3 从五音中看经络到治疗

中医之传统“望闻问切”四诊中闻诊,闻味、闻音,其中就包括五音诊断。身体抱恙则“有诸内者,必形诸

外”,故闻诊判之“闻其声,而知其形”。古代文献多有提及听声诊病、五音闻诊,《难经本义》:“闻五脏无声,以应五音之清浊,或互相胜负,或起音嘶哑之类,别其病也。”《素问·五脏生成》:“五脏之象,可以类推;五脏相音,可以意识;。”《难经·六十一难》:“闻而知之者,闻其五音,以知其病。”现代文献《中医诊断学·听声音》明确指出五音分别对应于五脏,宫、商、角、徵、羽作用于相应的脏腑。不同脏腑经络有着明显差异的共振频率,其音频震动表示着脏腑间的工作状态,声以别其病邪在何脏,辨其失和于何络等,这些都有利于医者辨别疾病的病位。

五音经络疗法在五音诊断之后通过经脉用药或针灸来治疗,《素问遗篇·刺法论》:“失守上正,天地不合,即律吕音异…当先补心俞,次五日,可刺肾之所入…”,“上下相错…姑洗林钟,商音不应也,当先补肝俞,次三日,可刺肺之所行…”《灵枢·五音五味》:“右征与少征,调右手太阳上…判角与少角,调右足少阳下”根据五音与不同脏腑经络间的联系,听音辨病,医者选取相应的经络、腧穴用药或针灸,从而达到治疗的目的^[4]。但笔者查找大量古代以及现代文献,关于五音与经络腧穴间的具体应对和操作手法鲜有记录,语句简短、描绘模糊其辞,缺乏真实详细阐述,故先探讨五音与经络相关性。

4 五音经络疗法在现代医学中的延伸

元代朱震亨言:“乐者,亦为药也。”五音经络疗法是中国古代中医独特的诊疗手段,历史悠久、简单易行、无痛五,唐代王冰《五音注解》明代高武的《律吕辨》清代徐大椿《乐府传声》等对此多有论述。随着中医现代化研究的进一步深入,五音经络疗法在平衡阴阳、调理气血、维护脏腑等都可发挥重大作用,同时此疗法的作用空间将会越来越大。

五音经络疗法在现代医学中的延伸多种多样:如根据发声源于震动产生,振幅、频率不同造就音调的差异,同时也可以反映体内状况和内心精神,造就二十五音分析仪的发明和应用;郝万山教授提出五行辨证施乐,并发行音乐治疗磁带^[5];王长城教授根据宫、商、角、徵、羽作用于相应的脏腑,将民族音乐与五音治疗结合起来,组成82曲《五行音乐曲目精选》应用于医治,对此开展五音对五脏影响的研究^[6];许继宗教授将五音经络疗法进一步完善,发展为理、法、方、药”的音乐疗法,成为一门成熟的治疗学分支学科^[7]。

临床应用上,项春雁等运用五音编曲对多名恶性肿瘤患者进行每天30分钟、4周共20次的治疗,结果显示不使用电针仅仅单纯聆听五音乐曲的患者,也能改善其抑郁病情^[8];耿迪就选取120例失眠患者,分3组,A组单纯中药治疗,B组采用中药配合体感音乐随机辨证治疗,C组采用中药配合体感音乐分类辨证治疗,结果显示C组优于A、B两组^[9];李璞琨等以“嘘、呵、呼、嗟、吹、嘻”中医六字诀,经过“电脑经络探测系统仪”测试,发现发音时,经穴电流值有显著差异,揭示了五脏对五音有激活反应^[10]。

现代音乐疗法在现代医学中为一种常见医疗手段,并设音乐疗法专科和音乐治疗学会,是源于物理学、心理学、生物学和社会学的进一步发展为此提供了科学化和普及化的基础和方向。传统的五音经络疗法与现代音乐疗法是有区别的。前者是以阴阳五行学说和中医经络腧穴理论为基础,以音作药,诊断治疗。而现代音乐疗法是以音乐—心理—生理—社会为一体的动态模式,把音乐作为媒介,来舒缓心理使患者自我调控减轻病痛。两种音乐疗法对“音”的差别对待决定了二者操作效果上的迥异。传统五音经络疗法将乐曲按五音的理论,分宫调式乐曲、商调式乐曲、角调式乐曲、徵调式乐曲、羽调式乐曲。如名曲《紫竹调》含五行之火的徵音和五行之水的羽音,患者配合乐曲进行治疗既可以应对与心火过旺的症状,又可补火暖心使心脏不会过凉,类似《紫竹调》的五音乐曲都可对维护心脏功能运转产生效果。而现代音乐疗法是将音乐作为调节心理,心理作用于生理的一种手段,对音乐没有详细的划分,仅强调节奏旋律,内容单一。音乐入耳,物理上鼓膜的共鸣,心理变化进而刺激大脑皮质,分泌各种激素运行体内以此来促进人体自愈,达到治疗目的。

在近几年的研究文献中也发现了“传统五音经络疗法”与“现代音乐疗法”有交叉共流趋势。有学者在研究五音经络疗法的过程中,引进现代先进的仪器和研究方法,或研究现代音乐疗法时,也在借鉴学习传统的五音经络理论。美国詹姆斯·丹吉洛《用声音打通经络》文中谈道:声音和人体经络有密切的关系。人发出

“嘶”声音时,有助于打通肺经;人发出“嚅”声音时,有助于打通心经;人发出“呼”声音时,有助于打通脾经;人发出“嘻”声音时,有助于打通肝经;人发出“噢”声音时,有助于打通肾经^[11]。这与《灵枢·五音五味》中记载“右征与少征,调右手太阳上。左商与左征,调左手阳明上。少征与大宫,调左手阳明上…鈇商与上角,调左足太阳下”等五音调节经脉的内容类似,这说明在研究“传统五音经络疗法”与“现代音乐疗法”过程中两者是可以有机的结合的。

两种古代和现代的音乐治疗手段都是立足于音乐是一种频率震动的能量,通过这种不断变换的频率能量对人体内器官产生共鸣互振,进而使人体内的心理系统和生理系统产生良性的导向调节作用而产生疗效。当人耳听到的音乐节奏及频律与人体内部脏腑器官经络间的振动节奏相协调时,就会产生对人体有益的共鸣,人的心理也会阴阳协调,五志怒喜思忧恐平衡,心理和生理维持在一个正常范围。当病邪入体,经络堵塞,气血失和时,体内脏腑器官经络间的振动节奏处于异常状态,遂五音经络疗法借助相应的五音乐曲,声起音出,调节体内各种振频活动,从而调节情绪,气血通畅,促进经络贯通运输功能恢复,达到音乐疗法的目的。

5 总结

五音经络疗法以阴阳五行学说和中医经络腧穴理论为基础,以音作药,与中医闻诊、针灸等及其他方法相互协调补充,综合预防、诊断和治疗身心疾病的中国传统医疗方式。中医五音经络疗法有着千年底蕴和独特无毒无痛的优势,我们要充分利用古代医书文献和现代科技手段探索五音经络疗法的更深层次的内在依据,正确看待和理解五音与经络之间的关系。只有明确把握“五音”本质和“经络”内涵,深入分析进一步扩大治疗范围和深入针对性治疗。综上所述,有关五音与经脉的研究,不仅仅要深化其理论基础,还要结合现代化的研究手段,将五音更完善的应用到中医临床甚至西医中去。

参考文献

- 1 张杰,徐芳,等. 中医五音疗法探析. 长春中医药大学学报, 2011, 47 (5): 702-704.
- 2 乔成栋,张彩云. 经络生理功能的探讨. 兰州医学院学报, 2002, 26 (4): 57-59.
- 3 许继宗,乔宪春,李月明. 由音律学角度看针灸针刺顺序的重要性. 吉林中医药, 2011, 22(3): 231-232.

- 4 李仕学,袁代富,蒋华松.西医院校全科专业学生《经络腧穴学》教学探讨.亚太传统医药,2015,11(12):138-139.
- 5 郝万山.妙音通经焕新生——五音治疗原理.中国气功科学,2000,34(12):42-43.
- 6 王长城.五行音乐盒带的编制研究.贵州民族学院学报:哲学社会科学版,2003 81(5):108-110.
- 7 许继宗,乔宪春,石玉君,等.复原《黄帝内经》五音疗病体系的必要性与可行性.世界中西医结合杂志,2011,6(5):375-376
- 8 项春雁,郭全,廖娟,等.中医五行音乐结合音乐电针疗法对恶性肿瘤患者抑郁状态的影响.中华护理杂志,2006,41(11):969-972.
- 9 耿迪.中医五行音乐疗法分类辨证治疗失眠的临床研究.长春:长春中医药大学硕士学位论文,2014:17-18.
- 10 李璞珉,饶尧宗,石立军.“五音对五脏”的心理生理研究.首都师范大学学报(自然科学版),1996,17(4):110-113.
- 11 [美]詹姆斯·丹吉洛.用声音打通经络.长春:吉林文史出版社,2007:3-4.

Analysis on Five Kinds of Tone and Meridian Therapy Thoughts

Yang Shuhan

(College of Humanities & Social Sciences, University of Chinese Academy of Sciences, Beijing 100049, China)

Abstract: The *Yellow Emperor's Canon of Internal Medicine* first introduced the Five-tone Therapeutic System into traditional Chinese medicine (TCM). The five-tone meridian therapy is based on the theory of *yin-yang*, five elements, meridians, acupoint theory, and other methods to complement each other. It is a comprehensive prevention, diagnosis and treatment of physical and mental diseases of TCM. This therapy combines the pentameter and its internal organs with meridians. It is a profound experience and summary of the resonant interaction between music and emotional and visceral organs of the sound frequency. Doctor differentiates the disease based on sound variant lesions, and then treats by corresponding meridians, acupoints, so as to achieve the treatment purpose.

Keywords: five Five kinds of tone, meridian, five *zangfu* organs, five elements, pentameter

(责任编辑:张 静,责任译审:王 晶)