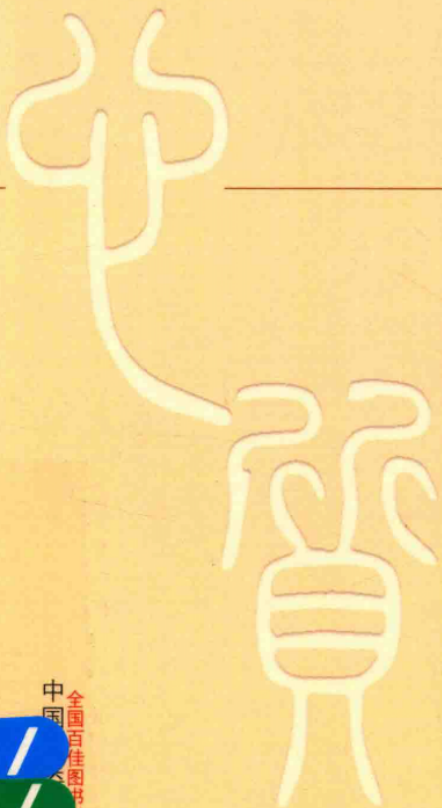


中医

心质学



主编 李良松 徐峰



中国
全国百佳图书出版单位
出版社

中医心质学

主编 李良松 徐峰

编委

何广益 刘聪敏 张诗晗
马友诚 梁 壮 陆续天
刘晓菲 王丽平 王 健
姜雪红

中国中医药出版社
· 北 京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

中医心质学 / 李良松, 徐峰主编. —北京: 中国中医药出版社,
2017.6

ISBN 978 - 7 - 5132 - 4192 - 2

I . ①中… II . ①李… ②徐… III . ①心病 (中医) IV . ① R256.2

中国中医药出版社出版

北京市朝阳区北三环东路 28 号易亨大厦 16 层

邮政编码 100013

传真 010 64405750

河北省武强县画业有限责任公司印刷

各地新华书店经销

开本 710 × 1000 1/16 印张 14 字数 187 千字

2017 年 6 月第 1 版 2017 年 6 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978 - 7 - 5132 - 4192 - 2

定价 62.00 元

网址 www.cptcm.com

社长热线 010-64405720

购书热线 010-89535836

侵权打假 010-64405753

微信服务号 zgzyycbs

微商城网址 <https://kdt.im/LIdUGr>

官方微博 <http://e.weibo.com/cptcm>

天猫旗舰店网址 <https://zgzyycbs.tmall.com>

如有印装质量问题请与本社出版部联系 (010 64405510)

版权专有 侵权必究

中医心质学

陈可冀题



序

中医心质学说是北京中医药大学李良松和徐峰两位教授提出的新学科，我非常支持这样基于中医学核心思想的学术创新。中医心质学说与中医体质学说一样，都是具有浓厚中医学特色的重要研究领域。心质有心灵气质、心态特质、心理质量等多种含义，这是中医学对待心病诊断的特色，也是中医学的优势，值得进一步深入研究、普及推广和发扬光大。

本书分别从心质与心质学概论、心质学的传统文化根源、中医心质学概述、中医心质学的心质分型、中医心质学的临床应用等方面来论述中医心质学的文化、理论与实践，对心质的渊源和概念、儒释道各家的心质思想与特征、中医心质理论的来源与发展、中医心质的类别与分型，以及心质疾病的诊疗原则等方面做了较为全面的论述，书后还附有中医心质学分型量表和中医心质学症状量表，为中医心质学的临床应用和普及推广提供了重要的参照标准和科学依据。本书的出版，为中国心理学和中医心理学跳出“舶来品”的框架限制，构建具有中国特色和中医特色的心质学奠定了坚实的基础。本书既是一部开拓性的学术著作，也是一部实用性的临床著作。

中医心质研究具有悠久的历史。早在三国时期，魏国的刘劭就用“心质”一词来形容人的精神面貌、心态品质等方面。从先秦至近现代，无论是儒家、道家还是佛家，都非常重视心质的研究，并将之作

为心理、心灵、心态等方面健康评价与疾病诊疗的参考。众所周知，“心”即心灵、心态、心理，“质”即气质、质量、特质、性质等，心质学的内涵是更能突出中华文化的特色、特征和特质。儒家的心质思想，可以从心灵质、心识质和心意质等三个方面来阐述。心灵质包括人性理论、智慧与天赋、形神关系。儒家思想对于心识质的认识尤为深刻，对于人的个性、道德品质、认知方法都有着精辟的论述。儒家思想的心意质包括了情志、欲望和志向等方面的内容。道家思想心质学的特点在于不执着于心质的具体分型和操作，而是以哲学论题的形式来阐释心质学的思想。道家的道论、性论、心论、情论、命论等，蕴含了鲜明的心质学特征。佛家思想的唯识、唯心、菩提、五阴、八识、慈悲、智慧等方面的论述，也为心质学增添了丰富的内涵。

综观全书，我们可以全面认识到，心质的概念是指人的完整生命过程中，人于生命产生时便拥有的禀赋悟性、后天通过教化而获得的品德修养，以及受环境所影响产生的情感情绪等多方面综合影响造成的固有特质，是人处世行事的个性倾向与行为特征。心质在个人会表现出品性、习惯、思维方式、情感倾向、行为特征等方面的个体差异性，对某些情志类疾病的易感性，以及在情感变化中会使得精神类疾病转归有倾向性等，这些心质的特点体现在人的健康、亚健康与疾病的过程中。心质概念这一表述方式，是两位作者基于中国传统文化、中医基础理论，以及对人类心质的观察、总结、研究，并在吸取相关学科中对心质的认识后，郑重地提出来的。

中医心质学说的创立并逐步走向成熟，必将为中医心质健康的调理、维护与治疗，为中医增加全新的健康体检项目提供科学的依据。我坚信，中医心质学说必将与中医体质学说一样，成为我校中医理论创新的又一个重要典范。

我认为，大学不仅要有大楼和大师，而且还要有大的胸怀与格局，有大舞台，让各种智慧的火花、科学的思想 and 学术的见解得到充分展现

和发展。北京中医药大学正是基于这种大格局办大学的谋略和“海不辞流”的胸怀，来为天下中医英才搭一个大舞台，让各路英才在这里展示学术观点，让有益于中医药事业发展的各种学术思想在这个园地里精彩绽放。故略陈数语而为之序。

北京中医药大学校长、教授、博士生导师 徐安龙

2017年3月11日于北京

编写说明

早在20多年前，我们就开始关注心质理论与文献的源流和发展，并开展了相关的研究工作。众所周知，“心理学”为西方学科的概念，是以研究人和动物心理现象的发生、发展和活动规律的一门科学，这与中国古代的“心质学”有着本质的区别。因为真正意义上的中国“心理学”——即“心质学”，除了具有西方心理学的所有内涵之外，还包括了人的道德层面、气质层面、品格层面和灵性层面。因此，中国传统的心质概念可归纳为以下公式：心质=心理+道德+气质+品格+灵性。

在对儒家经典的诠释文献中，关于心质之理，大多分而释之。《四书因问》解释为：“以心质之，乃以明格幽。”《论语学案》诠释为：“诚心质行，可质神明。”“达者之心，质有其直。”《图书编》写道：“有志孔子之学者，以吾人之本心，质之经典。其中正之轨度，为可循也。”

真正将“心质”作为一个名词与一门学问，始于汉代，并随着时代的推移而日趋完善。《人物志》写道：“心质亮直，其仪劲固；心质休决，其仪进猛；心质平理，其仪安闲。”《新唐书》亦谓：“唯中原人心质良。”《人物志》为三国时魏国刘劭所撰，是书将心质分为亮直、休决和平理三类，并对每种心质的心态品质做了规范。《新唐书》为北宋欧阳修等人合撰，书中赞美了中原人群的心质纯正善良。同时，佛家、道家对心质的内涵也有精辟的论述。佛医学认为“万病由心而

起”；道医学认为“心道即医道”。

心质学说有三大特色。第一，具有更加广阔的外延。心质学与心理学有着本质的区别，心理学研究的是人类的心理现象，而心质学研究的内容还包括了道德、气质和品格等多重文化的元素。第二，具有更加精深的内涵。因为心质学将人放在灵魂的层面进行剖析，跨越了生理、心理和灵性的藩篱和壁垒。第三，具有更接地气的文化底蕴。众所周知，20世纪初期以来，我国在自然科学和社会科学领域，不区别地引入了大量的西方学科概念和思想体系，将本民族、本国家的优秀科学文化传统淹没在西学东渐的潮流之中，心理学即是非常典型的例子。我们的心理健康体系、情志医学体系、身心医学体系等无不打上了西方心理学的烙印。因此，只有发扬光大中医的心质学说，才能与我们优秀的传统文化相适应。

我们之所以将本书定名为《中医心质学》，主要基于以下5个方面的缘由：一是心质学是一门学问，是中国古代圣贤研究心理、心识、心态和心灵的重要思想体系；二是心质学是一种学说，具有鲜明的民族特征和科学属性；三是心质学是一项学术体系，是建立在古代心理之学与心灵之学之上的学术渊薮；四是心质学是一门学科，是值得进一步延伸和拓展的学科门类；五是心质学是一门学派，是从心识的本质来研究和探索心灵气质的科学流派。同理，中医心质学也同样具有上述“五学”特征。

本书分别从心质与心质学概论、定义、历史、文化等视角展开论述，并就中医的心质学说、临床实践和治疗法则等方面进行全面的研究和探讨。书后还附有“中医心质学分型量表”和“中医心质学症状量表”，为中医心质学的定量与定性研究奠定了坚实的基础，同时也为全面推广应用提供了重要的科学依据。我们从浩瀚的古代文献入手，抽丝剥茧，将心质学进行了规范和系统的整理研究，使之逐渐成为中医身-心-灵健康评价与诊疗体系中不可或缺的重要内容。本书在编写出版的过

程中，得到了北京中医药大学校长徐安龙教授和中国科学院院士、国医大师陈可冀教授的大力支持。徐安龙校长在百忙之中欣然作序，并给予高度评价；恩师陈可冀教授亲笔为本书题写书名；中国中医药出版社的领导和编辑为本书的出版付出了艰辛的努力。在此，对他们的大力支持表示衷心的感谢！

由于本书属于首创之作，在理论体系、思想体系和学术框架等方面尚有许多不足之处，欢迎广大读者提出宝贵的意见和建议，以便今后进一步发掘、整理和提高。

李良松 徐峰

2017年2月9日于北京

目 录

第一章 心质与心质学概论

第一节 导言	1
一、对西方心理学的思考	1
二、对中医心理学的思考	3
三、对整体心理学的思考	5
四、对灵性心理学的思考	6
五、对提出中医心质学的思考	8
第二节 心质探论	9
一、“心质”探源	9
二、心质的概念	10
三、心质相关概念的辨析	13
第三节 心质学概论	18
一、心质学概念	18
二、心质学与现代心理学的区别	19
三、心质学分支	20
四、中医心质学的具体含义	21

第四节 中医心质学发展简史·····	22
一、心质学的萌芽——《易》与《书》·····	23
二、心质学的发展·····	25
三、心质学的繁荣·····	30

第二章 心质学的传统文化根源

第一节 儒家心质学·····	35
一、先秦时期的儒家心质学·····	36
二、后世儒家学者对心质学的发挥·····	47
第二节 道家心质学·····	51
一、性论·····	52
二、心论·····	54
三、情论·····	57
四、命论·····	60
五、梦论·····	61
六、修养论·····	63
第三节 佛教心质学·····	66
一、佛教的心性·····	68
二、佛教的智慧·····	75
三、佛教的五阴、八识·····	79
四、佛教的烦恼与中医学的七情·····	82
五、佛教的睡眠与梦·····	85
六、修行即治疗·····	90

第三章 中医心质学概述

第一节 中医心质学述要·····	95
------------------	----

一、中医心质学的概念	95
二、与中医心质学相关的学说	97
三、中医心质学相关概念	101
第二节 中医心质学理论来源与发展	102
一、心灵质	102
二、心识质	108
三、心意质	114
第四章 中医心质学的心质分型	
第一节 中医心质学心质的分型原则	123
一、对已有分型的思考	123
二、确定心质分型的原则	131
第二节 各类型心质的基本特点	133
一、I型	134
二、II型	135
三、III型	136
四、IV型	137
第三节 心质的影响因素	138
一、情志因素	139
二、环境因素	139
三、不良生活方式	142
第四节 阴阳学说对中医心质学的影响	143
一、阴阳与心质的关系	144
二、阴阳失调与各心质易感疾病的关系	146
三、脏腑病机多为阴阳失调	148

四、阴阳平衡与气机的关系	149
--------------------	-----

第五章 中医心质学的临床应用

第一节 各型心质受损状态及中医特色疗法	152
一、各型心质受损状态	152
二、中医特色疗法	155
第二节 心质疾病辨证论治	183
一、乾型（重阳型）人	183
二、兑型（太阳型）人	185
三、坤型（重阴型）人	186
四、艮型（厥阴型）人	189
五、震型（阳明型）人	190
六、离型（少阳型）人	192
七、巽型（太阴型）人	193
八、坎型（少阴型）人	196

附录 / 199

第一章 心质与心质学概论

第一节 导言

科学日新月异的现代社会，人们所承受的压力逐渐增大，人类对健康问题的认知水平也日渐提升。与此同时，人们已不满足于现有的中西医治疗手段，对心理给予了越来越多的关注，也逐步认识到了现代心理学的局限性。

1998年，世界卫生组织（WHO）将灵性健康列为健康的组成部分之一，强调要重视对患者身体、心理、灵性与社会文化层面的照顾。此后，对灵性的研究逐渐增多。近年来，在美国，“将灵性融入心理治疗”（Integrating the Spirituality into Psychotherapy）已经成为心理治疗行业发展的热门趋势之一。

一、对西方心理学的思考

希波克拉底曾说过：“知道谁生了病，比知道他生了什么病更重要。”长久以来，西方的学者都专注对“心”的本质的讨论，并提出了各种假说。然而时至今日，西方学者对心身关系仍然没有统一而有说服力的认识，无法达成一致的见解，更无法对此下定论。古希腊著名哲学家柏拉图提出了“肉体灵魂二元论”，认为肉体降生后，灵魂依附于脑

和脊髓，两者之间几无瓜葛。柏拉图这一哲学思想，极大程度上影响了基督教心神分离的宗教理念。基于持该思想的基督教在西方中世纪的统治地位，心身二元思想占据了此后很长的历史时期，使得医师学者长期以来割裂心、身，在生命与健康问题的理解上存在根源性的偏差。近代心身二元思想始于17世纪法国著名哲学家笛卡尔，他反对宗教，并基于机械唯物主义提出了全新的心身独立的概念，影响至今。现代的相当一部分临床医师忽略心理、精神类疾病，多是受笛卡尔思想观念的影响。笛卡尔之后，心身二元论中有五种学说影响较大，即心脑独立说、心脑平行说、心理是副现象说、灵魂控制说、心脑相互作用说。另外，也有很多人持有绝对一元论的观念，如很多唯心主义哲学家所信奉的“理念论”，认为一切都是“心”的作用；还有一部分唯物主义学者走向另一个极端，持有“否心理论”；荷兰的斯宾诺莎、美国的詹姆士和卡尔纳普、英国的罗素等近现代著名学者认为，心脑皆受控于一种尚未被人类探知的中性实体。除了二元论与一元论，西方也出现过许多辩证思维的一元论，如“功能系统论”“突现论”“一元交互作用论”等，但无论是哪个方向的思想，都表现出局限性以及与临床应用相脱节的弊端。

西方心理学是一门由哲学心理学发展而来的学科。古希腊哲学家亚里士多德的《论灵魂》被认为是最古老的心理学方面的著作。中世纪宗教神学的兴盛，使得心理学宗教色彩极其浓重。文艺复兴后，人类思想得到解放。随着自然科学的发展、唯物主义的兴起，17世纪的英国哲学家开始将人的感觉、意识、本能加入心理学讨论的范畴。1879年，实验心理学之父冯特在德国莱比锡大学创建了世界上第一个心理学实验室，此后，人们开始通过实验方法来研究心理学而使其取得快速发展。心理学以心理现象作为研究对象，心理现象即心理活动或精神活动在发生、发展及变化过程中所表现出来的形态、特征与联系。人的心理现象通常分为心理过程和个性两个方面，心理过程包括认识（包括感觉、知觉、记忆、思维和想象）、情绪情感和意志三方面，个性又分为个性倾向性

和个性心理特征（包括能力、气质和性格）。西方心理学认为人的心理是一个动态发展的过程，处于不同人生阶段的人，都会有着不一样的心理特征。而对于心理健康的定义及标准，学术界目前仍然众说纷纭，存在着各种各样的观点。西方心理学的缺陷体现在三个方面：①对于心理健康的认识与标准，至今没有统一的说法，学术界仍然争论不休；②西方心理学专注于讲述心理发生模式之后的发展和结果，是一种功能的运用，但忽略了人的功能和本质；③西方心理学对心身关系的认识并不深刻，许多说法无论是一元论还是二元论都显露出心身本质上割裂的性质，并且因为宗教的影响，容易走极端，非宗教崇拜即完全批判否认。

学科的发展是个漫长的过程，世界上的学者正逐渐将目光转向对灵性的探讨、对中医学思想的重新重视，以及对整体医学发展的必要性探讨上来。

二、对中医心理学的思考

美国著名心理学家墨菲说过：“世界心理学的第一个故乡是中国。”中国毫无疑问是世界心理学思想的发源地之一，古往今来的中医学专家早就将这方面的理论应用于临床实践。中医学对于人心、神、形的认识远比现代心理学所涵盖的内容更加丰富。《黄帝内经》中已经有完整系统的关于心身医学思想的阐述。古人对于生理方面的认知常用“体质”来表述，《黄帝内经》中将体质分为正常和病态两种，病态体质有形壮亢奋质、形寒迟呆质、身热虚亢质等。当代国医大师王琦教授所提出的中医体质学已被广泛接受，他将人的体质分为九型：平和质、气虚质、阳虚质、阴虚质、痰湿质、湿热质、血瘀质、气郁质，以及特禀质。古人对于精神心理方面的认识深度毫不逊于生理方面。自先秦始，古圣先贤们就已经开始关注个性心理问题，孔子曾多方面分析弟子们的个性特点，从《黄帝内经》开始，医学方面对此有极大的发挥。皇甫谧《针灸甲乙经》开卷便讨论了“形性血气”，其中“性”即