

卫生部“十二五”规划教材
全国高等医药教材建设研究会“十二五”规划教材



全国高等学校教材
供本科应用心理学及相关专业用

Psychology in
Chinese Medicine

第2版

中医心理学

主 审/董湘玉
主 编/庄田畋
副主编/王玉花 张丽萍



人民卫生出版社
PEOPLE'S MEDICAL PUBLISHING HOUSE

卫生部“十二五”规划教材
全国高等医药教材建设研究会“十二五”规划教材

全国高等学校教材

供本科应用心理学及相关专业用

Psychology in Chinese
Medicine

第 2 版

中医心理学

主 审 董湘玉 (贵阳中医学院)

主 编 庄田畋

副主编 王玉花 张丽萍

编 者 (以姓氏笔画为序)

万晓春 (贵州省人民医院)

王 莉 (江西中医学院)

王 蓓 (南京中医药大学)

王玉花 (齐齐哈尔医学院)

王玉锋 (新乡医学院)

王石成 (河北医科大学中医学院)

王新本 (黑龙江哈尔滨心身医学研究所)

庄田畋 (贵阳中医学院)

刘天均 (北京中医药大学)

安春平 (黑龙江中医药大学)

许建阳 (北京武警总医院)

李 珑 (安徽中医学院)

吴范武 (河北联合大学中医学院)

何清平 (广西中医药大学)

佟 欣 (黑龙江中医药大学)

余 瑾 (广州中医药大学)

张丽萍 (天津中医药大学)

张树峰 (华北煤炭医学院)

陈耀辉 (贵阳中医学院)

林榕发 (福建中医药大学)

周 萍 (湖南师范大学)

谭从娥 (陕西中医学院)

颜世富 (上海交通大学)

人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

中医心理学/庄田畋主编. —2 版. —北京: 人民卫生出版社, 2013. 3

ISBN 978-7-117-17612-5

I. ①中… II. ①庄… III. ①中国医药学—医学心理学—医学院校—教材 IV. ①R229

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 147215 号

人卫社官网	www.pmph.com	出版物查询, 在线购书
人卫医学网	www.ipmph.com	医学考试辅导, 医学数据库服务, 医学教育资源, 大众健康资讯

版权所有, 侵权必究!

中医心理学 第 2 版

主 编: 庄田畋

出版发行: 人民卫生出版社(中继线 010-59780011)

地 址: 北京市朝阳区潘家园南里 19 号

邮 编: 100021

E - mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-59787592 010-59787584 010-65264830

印 刷: 三河市富华印刷包装有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 787×1092 1/16 印张: 14

字 数: 349 千字

版 次: 2007 年 7 月第 1 版 2013 年 3 月第 2 版

2013 年 3 月第 2 版第 1 次印刷(总第 3 次印刷)

标准书号: ISBN 978-7-117-17612-5/R·17613

定 价: 28.00 元

打击盗版举报电话: 010-59787491 E-mail: WQ@pmph.com

(凡属印装质量问题请与本社市场营销中心联系退换)



全国高等学校本科应用心理学专业第二轮 卫生部规划教材出版说明

全国高等学校应用心理学专业第一轮教材自 2007 年出版以来，经过几年的教学实践，得到广大师生的普遍好评，填补了应用心理学专业教材出版的空白。这套教材的出版为规范本专业教学，培养社会急需的既懂心理学又懂医学的跨学科专业人才做出了巨大贡献。近年来随着心理学专业的迅猛发展，教材内容的更新迫在眉睫。根据本专业培养目标和教育部对本专业必修课的要求，本轮教材增加了六种：认知心理学、神经心理学、管理心理学、教育心理学、员工心理援助教程和性心理学；医学行为学变更为行为医学；心理学实验指导变更为心理学实验教程。

本轮教材编写仍然坚持“三基、五性、三特定”的基本要求，教材内容立足于医学院校应用心理学专业教学需要。注重教材的系统性、完整性，从不同角度、不同深度处理教材内容的交叉重合部分。全套教材提倡整体优化，并尽量编写配套教材和制作实用的配套光盘。

本套教材均为卫生部“十二五”规划教材，全套教材于 2013 年秋季前全部出版。



第二轮教材目录

1. 心理学基础/第2版
主编:杜文东 副主编:吕航 杨世昌
2. 生理心理学/第2版
主编:杨艳杰 副主编:朱熊兆 汪萌芽
3. 西方心理学史/第2版
主编:郭本禹 副主编:方双虎 严由伟
4. 实验心理学/第2版
主编:郭秀艳 副主编:周楚 李宏英
5. 心理统计学/第2版
主编:姚应水 副主编:隋虹 林爱华
6. 心理科学研究方法/第2版
主编:李功迎 副主编:关晓光 赵静波
7. 人格心理学/第2版
主编:王伟 副主编:方建群 方方
8. 心理评估/第2版
主编:姚树桥 副主编:刘畅 许明智 王晓英
9. 心理学实验教程
主编:罗正里 副主编:唐宏 霍莉钦 赵行宇
10. 认知心理学
主编:周爱保 副主编:钟毅平 陈炜
11. 神经心理学
主编:何金彩 副主编:汪凯 朱雨岚 许毅
12. 发展心理学/第2版
主编:马莹 副主编:刘爱书 王群
13. 社会心理学/第2版
主审:李建明 主编:苑杰 副主编:杨小丽 梁立夫

14. 变态心理学/第2版
主编:刘新民 副主编:杨甫德 程灶火 朱金富
15. 健康心理学/第2版
主编:钱明 副主编:张颖 沈晓红
16. 心身医学/第2版
主审:姜乾金 主编:潘芳 吉峰 副主编:余琳 方力群
17. 心理治疗/第2版
主编:胡佩诚 副主编:郭丽 李英 赵旭东
18. 咨询心理学/第2版
主编:杨凤池 副主编:张曼华 刘传新
19. 心理健康教育/第2版
主编:孙宏伟 副主编:唐峥华 冯正直 郑爱明
20. 行为医学/第2版
主审:陈力 主编:韦波 副主编:张作记
21. 中医心理学/第2版
主审:董湘玉 主编:庄田畋 副主编:王玉花 张丽萍
22. 管理心理学
主编:崔光成 副主编:吴均林 梁瑞琼
23. 教育心理学
主编:乔建中 副主编:林榕发 林大熙 张艳萍
24. 员工心理援助教程
主编:洪炜 副主编:解亚宁 刘伟 傅文清
25. 性心理学
主审:邓明显 主编:李荐中 邱鸿钟 副主编:王翔南 许华山

全国高等学校本科应用心理学专业教材 第二届评审委员会

主任委员 杜文东

副主任委员 姚树桥 洪 炜 崔光成

委 员 (按姓氏笔画排序)

马 莹 方 方 王 伟 王效道 邓明显
韦 波 乔建中 刘新民 吉 峰 孙宏伟
朱金富 何金彩 吴均林 李功迎 李建明
杨小丽 杨凤池 杨艳杰 邱鸿钟 陈 力
陈福国 周爱保 林大熙 罗正理 苗丹民
姚应水 姜乾金 胡佩诚 徐 斌 郭本禹
郭秀艳 钱 明 傅文清 董湘玉 解亚宁
潘 芳 戴秀英



前 言

在几千年华夏文化和中医文化的积淀中，蕴含着丰富的心理学思想。早在先秦时期，中国古代哲学中的心理学思想就渗透到中医学理论体系中，成为中医基础理论的组成部分，两千多年来一直有效地指导着中医临床实践。中医学中虽然没有“心理学”一词，但却有着极为丰富的中医心理学思想和实践经验，为中华民族的繁衍昌盛和防病治病作出了巨大贡献。

中医心理学运用中医理论和实践研究人的心理活动，探究心理因素在防病、治病过程中的作用及其规律。它继承了中国古代哲学对心理现象的认识并与现代心理学理论相互渗透、交叉，在当今多学科研究中医学的过程中逐渐形成与不断完善，最终形成了一门独立的学科。

经过近三十余年的发展，中医心理学工作者系统整理发掘了中医疗代有关心理学的理论并结合现代心理学知识，形成了具有自身特色的独特理论体系及诊疗保健体系，发展成为当今医疗健康领域不可缺少的一门学科。目前，中医心理学这门新兴学科越来越受到国内外医学工作者的重视，许多中医药院校相继开设了中医心理学这门课程，力求培养和提高中医临床工作者运用中医心理学理论知识指导临床治疗和开展科学研究的能力。

为加强中医心理学教材建设，满足高等医药院校心理学教学对中医心理学教材的需求，全国高等医药教材建设研究会于2006年春季制订应用心理学专业系列规划教材出版方案中，列入了《中医心理学》教材的编写计划。2007年7月，原卫生部“十一五”规划教材《中医心理学》正式出版，标志中医心理学这门新兴独立学科正式成为心理学专业教学的一部分，从而使中医心理学教学研究进入了一个新的发展阶段。

在《中医心理学》规划教材第一版的编写过程中，除严格按照应用心理学专业培养目标和课程计划所规定的要求组织教学内容外，特别注意避免与中医基础理论课程教学的重复，避免单纯基础理论的空泛讨论。各位编者充分注意到古代中医心理学思想和现代中医心理学理论在中医各科临床实践中的广泛应用和对提高临床疗效的现实意义，在写作思路中始终贯彻理论阐述与实际操作并重的原则，着重在提高教材的临床指导价值上下功夫。在具体组织各章节的教学内容时，合理掌握理论阐述的深度和层次，尽量使基础理论贴近临床实际，提高教材的可读性和实用价值。在教学框架设计方面，强调教师易教和学生易学，突出学生实践能力和专业技能的培养锻炼，在要求对中医心理学基本知识、关键技术等有效掌握和了解的基础上，注重学生中医心理治疗综合实践能力的培养。

通过全国各高等医学院校五年多来的普遍使用，我们收集到不少教师在实际教学过程中对《中医心理学》教材提出的宝贵意见。根据这些建议，我们在本次修订过程中力求充分体现近几年来中医心理学课程和教材建设的研究成果，更加注重教材与教程编排的结

合，更加注重理论教学与实践教学的衔接，更加注重理论阐述的循序渐进，更加注重临床内容教学的可操作性，使本教材经过修订更加臻于完善。

一年多来，来自全国近二十所高校和医学研究单位的专家教授通力合作，及时沟通。担任本教材主审的贵阳中医学院董湘玉教授在修订过程的每一个重要节点都及时给予审阅指导。全体编委成员克服困难，认真负责，辛勤工作，倾注了大量心血，在较短的时间内完成了修订编写任务，保证了《中医心理学》规划教材第二版如期面世。在此，谨向中医心理学教材建设的倡导推进者——成都中医药大学玉米渠教授和贵阳中医学院董湘玉教授表示衷心感谢，向参与本教材编写的各位编者的辛勤付出表示由衷的谢意。同时，对为本教材编写工作提供支持的南京中医药大学杜文东教授、福建中医药大学林榕发教授和湖南中医药大学姚树桥教授以及人民卫生出版社的编辑致以谢意。

二十多年来，我国中医心理学界的同仁们在中医心理学理论研究和实践工作中积累了大量经验。本教材在编写过程中得到了众多中医心理学同仁的帮助，同时也吸收了他们的有关理论和临床研究成果。在此，我谨代表各位编者对各位同仁给予本教材的关注和所提供的无私支持表示衷心的感谢。

中医心理学作为新兴学科，系统、全面、深入地总结前人的丰富经验并发扬光大并非易事。鉴于编者学术水平和经验有限，疏漏之处在所难免，我们衷心希望各位读者，尤其是讲授本教材的教师能给我们提出宝贵的意见。

庄田畋

2013年5月



目 录

第一章 中医心理学概论	1
第一节 中医心理学的概念	1
第二节 中医心理学简史	4
第三节 学习和研究中医心理学的意义和方法	13
第二章 中医心理学理论基础	16
第一节 形神合一论	16
第二节 心主神明论	20
第三节 心神感知论	24
第四节 五脏神志论	28
第五节 人格体质论	32
第六节 阴阳睡梦论	39
第三章 中医心理学临床基础	45
第一节 中医心理疾病概述	45
第二节 中医心理疾病的病因病机	49
第三节 中医心理疾病诊法与辨证	55
第四节 中医心理疾病治疗原则	70
第四章 心理疾病中医常用治疗方法	78
第一节 意疗	78
第二节 气功疗法	98
第三节 中医音乐疗法	103
第四节 针灸疗法	116
第五节 药物疗法	125
第五章 常见中医心理疾病	133
第一节 郁证	133
第二节 卑慄	140

第三节	不寐	148
第四节	脏躁	156
第五节	百合病	163
第六节	心悸	170
第七节	梅核气	177
第八节	癫狂	181
第六章	中医心理养生	188
第一节	中医心理养生原则	189
第二节	中医心理养生常用方法	194
第三节	中医个体心理保健	203
主要参考书目		213

第一章

中医心理学概论

【目的要求】

1. 掌握中医心理学的概念、特点、学科属性和基本内容
2. 熟悉学习和研究中医心理学的意义和方法
3. 了解中医心理学思想的源流、形成及发展前景

第一节 中医心理学的概念

一、中医心理学的定义

中医心理学是继承中国古代哲学对心理现象的认识,运用中医基础理论和实践,并与现代心理学相互交叉和渗透,研究心理现象发生、发展规律及心理因素在人体疾病过程中的作用及其规律的一门学科。

中医理论体系中蕴涵着丰富的心理学思想,这些心理学思想突出体现了人的精神、意识、思维活动是建立在脏腑功能基础之上的,而且人的心理活动又有个体差异性,必然受到自然环境和社会环境的影响。所以说中医心理学是从中医学这个母体中分化出来的学科,是中医理论体系的重要组成部分,必然脱离不开中医的理论思维和实践模式,其理论体系伴随着中医理论和临床实践也不断完善和发展而逐步走向成熟。因此,中医心理学是在中医理论的指导下,以中医临床实践为基础,理论与实践相结合,研究人的心理活动的形成机制,影响心理活动的因素,以及心身疾病的发生、发展及防治规律的一门学科。它对于完善和发展中医基本理论,保证人类的身心健康,具有非常重要的意义。

中医心理学是一门实践性很强的应用学科,以解决临床中的实际问题(心理疾患),提高防病治病的效果,保障人类身心健康为目的。它的产生和发展是以临床实践为基础,从来就不是一门纯理论的基础学科,而是一门源于实践、验证于实践、指导着实践、并在实践中不断发展的学科。

二、中医心理学的特点

(一) 整体性

整体性是中医心理学最明显的特点,是在中医整体观念指导下的一种最基本的认识心理活动规律的方法。它将人的心理活动看作是一个由心、身紧密联系,又隶属于自然、社

会的更高层次的整体的一部分，从而把人的心理理解为“形神合一”的人的分化产物，理解为与自然、社会相联系的整体的一部分，即人的心理与生理、心理与社会、心理与自然环境，以及心理活动本身都处于整体联系之中。“形神合一”是中医心理学整体恒动观的一个重要组成部分，强调形与神的统一性，为中医心理学的心理生理统一观奠定了坚实的理论基础。心理活动与自然环境也处于整体的联系之中。春夏秋冬四季更迭，五运相袭影响天地万物的生长化收藏，与此相应的五脏也会产生不同的生理变化，表现出相应的情感变化特点。如有人总结出，春季使人感觉愉快、兴奋，夏季使人精神疲惫，秋季使人抑郁，冬季使人精神萎靡等，说明自然气候变化可以影响人的心理活动而产生不同的情志变化。另外社会环境变化也会影响人的心理特性的变化，如阴阳二十五人对五个不同地区人种的体态、体质及个性特征的描述。不同的社会地理环境导致不同的群居特点、生活习性及风俗习惯等，从而形成不同的个体心理特征。

把握中医心理学“整体性”特点，就要求在治疗过程中既要充分考虑心理因素以“治神”，又要顾及生理因素以“治身”，并结合自然环境的阴阳变化不断调整个体心理状态，使之与社会及自然环境保持和谐，以达到心身俱谐的整体和谐状态。

（二）边缘性

中医心理学是运用现代心理学的概念和框架，将中医理论中的心理学思想发掘出来形成的一门独立学科，是中医学与现代心理学相互交叉所形成的一门新兴的边缘学科，它是在当今多学科研究中医学的过程中所形成的。现代心理学发源于西方，而中医心理学源于中国古代，是用我国传统的思维方式对心理现象进行观察的理论和方法的集中体现。因此，这种交叉并不是中医学与心理学之间的简单的合并与组合，而是在体现中医学的基本特点的基础上，运用现代心理学的概念和框架，形成一门具有自己的学科特点和理论体系的独立的学科。中医心理学在许多方面与现代心理学的认识相吻合，如《灵枢·本神》中有近似认知过程的感觉、知觉、记忆、思维和想象等的命题和朴素的认识；七情学说包括的基本内容与情绪、情感等理论基本一致；《素问·汤液醪醴论》等篇的“志意”说涉及意志过程的有关内容，《灵枢·通天》、《灵枢·阴阳二十五人》等篇几乎是讨论人格类型的专论等。这些论述与现代心理学在认识内容上虽然基本相同，但却体现了中医理论思维的基本特色，集中体现了中医认识心理活动的认识论、方法论。中医心理学在长期的实践过程中形成了自己独具特色的实践模式和理论体系，它既不同于传统的中医学，也不同于现代的医学心理学，具有交叉学科的边缘性质。

（三）实践性

中医心理学是受中国古代哲学思想的影响，在中医基础理论的指导下，在中医临床实践的基础上产生和发展起来的。它对于心理活动规律的认识，情志致病的机制，心理治疗的方法，调神养心的措施等，都是历代医家在长期的临床实践中创造、积累起来的，并反复经过临床实践的验证，提炼、升华为系统的知识体系，并反过来指导实践。据研究，现存的历代医籍中，心理治疗医案有400~600例，针药治疗心病的医案有6000~10000例，这些都是来自中医心理临床实践的日积月累，已成为指导中医心理临床实践的巨大财富。此外，近年来还吸收了现代心理学的一些先进的研究和实践方式，并与中医心理学的内容结合后发展起来，并取得了很大的进展。所以，对于中医心理学的学习和研究，必须以临床实践为出发点和落脚点，以防病、治病为根本目的，否则，就不能发挥其应有的作用，也就丧失了生命力。

三、中医心理学的学科属性

中医心理学具有自然科学和社会科学的双重属性。自然科学是研究自然界各种物质运动、变化和发展规律的学科。中医心理学研究的对象是人，是对人体本身的认识，对疾病的认识以及对心身疾病的治疗等。如以提高疗效、养心长寿为目的，研究七情病因、心病病机、四诊辨证、因人制宜、“意疗”、各科心理、“四气调神”等方面，属于自然科学的范畴。社会科学是研究人类社会运动变化和发展规律的学科。人生活在社会中，必然受到社会环境的影响，中医心理学探讨人的心理现象与社会环境的关系，如研究东方背景、中医人事、阴阳思维、辨证领悟、“八正神明”等，属于社会科学的范畴。

四、《中医心理学》的基本内容

《中医心理学》的内容可以概括为理论和实践两大部分。全书总共分为以下六个部分。

（一）学科概论

即本书第一章内容。包括中医心理学的基本概念，中医心理学思想的源流，中医心理学的形成和发展，学习和研究中医心理学的意义和方法。力图让读者对中医心理学有个初步的了解，并掌握学习和研究中医心理学的思路、途径和方法等。

（二）理论基础

即本书第二章内容。论述中医心理学对心理现象形成的认识及构建其整个理论体系的基本理论基础。主要有以下六论。

1. 阐明人生理与心理关系的“形神合一”论。
2. 强调人体生命活动最高主宰的“心主神明”论。
3. 研究内外信息交流机制的“心神感知”论。
4. 阐明神志活动的内容及其与脏腑关系的“五脏神志”论。
5. 探讨人格分型及其与体质关系的“人格体质”论。
6. 运用阴阳理论解释睡眠及梦境的“阴阳睡梦”论。

（三）临床基础

即本书第三章内容。主要论述中医心理疾病的临床理论基础，包括中医心理疾病的概述、病因病机、诊法、治疗原则及常用的治疗方法。

1. 中医心理疾病概述 涵盖历代医家对中医心理疾病的认识；中医心理疾病的定义；中医心理疾病的临床要点。
2. 中医心理疾病病因病机 探讨导致心理疾病产生的因素；情志致病的条件、特点、机制；情志对脏腑气机的影响及情志活动异常所导致的常见病，如郁证、癫狂、不寐等病的病因病机。
3. 中医心理疾病诊法 论述在中医望、闻、问、切四诊中如何对神进行观察和诊断，并注意医患心理活动对疾病诊断的影响。
4. 中医心理疾病辨证 对中医心理疾病进行证候分析。在辨证中，重点分析鉴别神志病变、情志病变和睡眠失常等心理病证。
5. 中医心理疾病治疗原则 论述了调谐阴阳、调节气血、心身同治、疏导情志、三因治宜、标本相得等心理疾病治疗原则的含义及应用等。

（四）中医心理疾病常用的治疗方法

即本书第四章内容。详细论述中医心理治疗方法如顺情从欲、情志相胜、移精变气、暗示诱导、习以平惊、厌恶矫正等意疗方法及气功疗法、中医音乐疗法、针灸疗法、药物疗法等的涵义、机制、范围、应用方法及临床意义等。

（五）常见中医心理疾病

即本书第五章内容。介绍常见中医心理疾病包括郁证、卑慄、不寐、脏躁、百合病、心悸、梅核气、癫狂等的病因病机、辨证论治、心理治疗、气功治疗、针灸治疗、病案举例及古代文献参考等。

（六）中医心理养生

即本书第六章内容。中医心理养生基本原则强调：顺应自然、适应社会、形与神俱、动静合一、神情相应、审因制宜。中医心理养生常用方法应遵循“卫身先卫心”、“护形先护神”的原则。其基本内容包括清静养神法、养性调神法、节欲守神法、怡情畅神法、顺时调神法、动形怡神法。中医个体心理保健根据不同个体的特点对不同年龄、性别的心理调摄提出了不同的具体要求。

第二节 中医心理学简史

中国是世界文明发达最早的国家之一，中华民族有着悠久的历史文化，中医学源远流长，其中有关中医心理学的内容极其丰富，并有相当的系统性。中医心理学的形成和发展，经历了数千年的孕育过程。在这漫长的孕育过程中，它以中医理论为基础，汲取了中国历代文化的养分，受到中国古代哲学思想的巨大影响，在不断地总结疾病治疗方法、治疗效果和探讨发病机制的长期实践过程中，积累了丰富的临床经验，形成了自己独具特色的理论体系及实践模式。

一、中医心理学思想的源流

中医心理学作为一门独立的学科，出现于20世纪80年代，但在这之前却有着长达数千年的孕育过程。中国是世界心理学思想的最早策源地之一，各个时期历史文化皆蕴含着丰富的、不断发展的中医心理学思想。在中医学发展的各个历史时期，中医心理学思想往往是围绕着一一定的主体内容而展开的，与当时政治经济、科学文化的发展水平密切相关。

（一）远古至春秋时期的中医心理学思想

远古时代，社会生产力十分落后，人类生活非常艰苦，对于疾病产生的原因，常常看作是神灵惩罚或恶魔作祟。因而治病手段即是祈祷神灵的保佑和宽恕，或驱鬼，或避邪，或二者兼施。为人治病基本上由巫祝所为，古籍中所记载的许多传说中的名医，大都以巫祝疗病，上至王侯贵族，下至黎民百姓，无不以巫祝治病。西汉刘向在《说苑》中谓：“吾闻上古之为医者曰苗父。苗父之为医也，以菅为席，以刍为狗，北面而祝，发十言耳，诸扶而来者，举而来者，皆平复如故”。上古祝由是指在一定的形式下，通过语言、行为、舞蹈等方式为人治病，开始由亲近的人随意而作，慢慢地从家族、部落、地区中涌现出威望较高的长者，或者由知识较多、能说会道、经验丰富的人担任，这就是巫医的萌芽。以后随着原始社会的解体，夏商奴隶制度的建立，巫医历经了形成、鼎盛和分化的过程。由于巫卜的心理治疗并非都灵，随着生产活动的深入和医疗实践的积累，针药治疗开始出现

了。这时，其中一些明白事理的巫医也开始留心针药知识，他们有更多的治疗和采药的机会，逐渐积累了一些医药知识，成为以针药为主、以心理治疗为辅助手段的医生，一些保守的成为愚顽守旧的巫医，形成了医和巫的分家。而早期的医学心理学思想也在此分化过程中产生并逐渐发展起来。

“祝由”作为远古时期的一种医疗活动形式，实际上包含了许多心理知识。《灵枢·贼风》曰：“其祝而已者，其何故也？岐伯曰：先巫者，因知百病之胜，先知其病之所从生者，可祝而已也。”可见“祝由”的本意是祝说病之缘由，即分析病因，究其实质，不过在当时不能正确究其原因，而是归结于神灵之类而已。清代吴鞠通对此作了阐释：“祝，告也，由，病之所以出也……吾谓凡治内伤者，必先祝由，盖详告以病所由来，使病人知之而勿敢犯，又必细体变风、变雅，曲察劳人思妇之隐情，婉言以开导之，庄言以振惊之，危言以悚惧之，必使之心悦诚服，而后可以奏效如神。”即通过解说分析疾病的起因，然后加以明言开导和行为诱导，来解除或减轻患者的心理压力、调整情绪和精神活动，以达到治疗疾患的目的。这一时期为中医心理学思想的萌芽期。

“祝由”虽然带有一定的迷信色彩，但我们绝不能简单地将“祝由”和迷信划等号，如《素问·移精变气论》说：“余闻古之治病，惟其移精变气，可祝由而已。”说明祝由与迷信是有较大区别的。另外，我们还应将后世声名狼藉之巫与医学心理学思想萌芽时期之巫区别开来。当然巫祝鬼神是医学发展的桎梏，排斥鬼神是医学发展的必然，但不能因此就把医学心理学思想萌芽时期之巫祝中的合理成分全部摒弃，对于《内经》所载的祝由疗法应当合理地扬弃，取其精华，去其糟粕。

（二）战国至西汉时期的中医心理学思想

春秋战国时期，是奴隶制度向封建制度过渡的时代，生产力有了很大的发展。当时诸侯割据，七国争雄，游士兴盛，诸子蜂起，学派林立，学术气氛十分活跃，医学心理学思想也因此得到极大的丰富。不仅医学，而且在医学之外的其他学科都出现了有关医学心理学思想的论述，最为突出的当属《内经》及先秦诸子学术思想中所包含的有关内容。

这一时期的《易经》、《尚书》、《山海经》、《周礼》、《左传》、《吕氏春秋》等书，孔子、孟子、老子、庄子、荀子、孙子、韩非子等人，都不同程度地论及心理学方面的问题，如儒家孟子提出的“性善论”与法家荀子提出的“性恶论”都是试图建立一套自己的人格模式假说。另外，在一些文学作品中也涉及心理学方面的知识，如《九章·抽思》说：“心郁郁之忧思兮，独永叹乎增伤”，洪兴祖注：“哀悲太息，损肺肝也”，提到了心理与疾病的关系。

在先秦的著作中，医学心理学思想较为丰富，具有代表性的是《左传》。《左传》在“六情”病因、心理病机、心理卫生等方面都涉及医学心理学的许多问题。《左传·昭公二十五年》提出了好恶喜怒哀乐为“六气”或“六情”。可以看出，《左传》重视情志致病，但不是简单机械地看待这一问题，是与“出入饮食哀乐”（《左传·昭公元年》）结合起来，注意到了心理状态与生理状态的密切关系。《左传·昭公二十一年》等篇还根据心理与行为上的异常情况，来判断躯体的病变，这些都说明古人已经开始重视心理因素在发病中的作用。另外，《左传》中讲到的延年却病之道，也包括心理卫生的内容。书中指出：起居、饮食、哀乐、思虑等不时不节都会影响到身心健康，须“改前心”以防病却病。这些论述可以认为是中医心理学理论的先声。

《五十二病方》一般被认为是秦汉之间的抄本，记载秦汉以前的一些医药学成果，较

《内经》为早。全书共 283 方，祝由仅占 15 条，可见在当时药物治疗已经取代祝由而居于主导地位。《五十二病方》为《内经》理论体系的建立奠定了基础。

《内经》是我国科学史上的一部重要著作，它的产生在中国医学史上具有划时代的意义。它将古代哲学思想系统地运用于医学，确定了中医的整体观念，提出了藏象学说、经络学说，阐述了病因病机，制定了诊治大法，标志着中医理论体系的确立。在这一理论体系中，中医心理学内容是其中一个重要的组成部分。《内经》所论及的医学心理学内容极为丰富，从基本理论到临床实践涵盖内容极广。对于现代心理学所涉及的心理过程及某些心理现象，《内经》几乎均有所论及，如“两精相搏谓之神，随神往来者谓之魂，并精而出入者谓之魄，所以任物者谓之心，心有所忆谓之意，意之所存谓之志，因志而存变谓之思，因思而远慕谓之虑，因虑而处物谓之智”（《灵枢·本神》）。这里所讲的神、魂、魄、意、志、思、虑、智等就是指人的各种不同的意识和精神状态，包括知觉、记忆、思维、想象、意志和智慧等复杂的心理活动及认知过程。

《内经》在提出“心主神明”的同时，还认为人的心理活动与五脏都有关系，即“形神合一”，如“心藏神，肺藏魄，肝藏魂，脾藏意，肾藏志，是谓五脏所藏”（《素问·宣明五气》），把人的生理功能和心理现象联系起来。对于个体心理，《内经》也有专门的论述，《灵枢·通天》中将人根据其气质的不同，分为太阴之人、少阴之人、太阳之人、少阳之人、阴阳平和之人五种类型，并对不同类型的人的个体心理特征及治疗原则做了详尽的描述，如“太阳之人，多阳而少阴，必谨调之，无脱其阴，而泻其阳，阳重脱者易狂，阴阳皆脱者，暴死不知人也。”

总之，《内经》的产生标志着中医心理学雏形的形成，概括起来，主要体现在以下四个方面：第一，奠定了中医心理学的基础理论，如形神合一论、心主神明论、五脏情志论、人格体质论、阴阳睡梦论等；第二，《内经》中的“九气”、“五志”理论为七情学说的发展奠定了基础，成为以后南宋陈无择定型七情学说的基本理论依据；第三，对心理过程、睡梦等心理现象、个体心身发展的特点、阴阳人格体质的形成等基本心理现象和心理规律都有了初步的认识；第四，丰富并发展了中医心理学临床实践方面的内容，如对四诊心法、心理病机、心理治疗、心理养生等都做了较系统的阐述。

当然，《内经》只是形成了中医心理学的雏形，它提出的众多理论还需在临床实践中验证、丰富和提高。此后历代的医学家，无论从基本理论还是医疗实践方面，都在《内经》的基础上极大地丰富和发展了中医心理学思想。

（三）东汉三国时期的中医心理学思想

东汉末年，战争疫乱屡起，人民饱受饥苦，死亡率也大为增高，客观上为医家提供了更多的实践机会。杰出的医家华佗、张仲景就出现在此期。医学家华佗，在心理治疗方面，有着许多精辟的论述及治疗验案。据《后汉书》记载，他治一太守久病，使之“盛怒”，“吐黑血数升而愈”。《华佗神医秘传》中说：“忧则宽之，怒则悦之，悲则和之，能通斯方，谓之良医”，意即一个高明的医生，必须能针对患者不正常的情志，进行心理治疗，并明确地提出医“心”的重要，书中指出：“夫形者神之舍也，而精者气之宅也，舍坏则神荡，宅动则气散。神荡则昏，气散则疲，昏疲之身心，即疾病之媒介，是以善医者先医其心，而后医其身。”说明华佗十分重视心理因素在致病中的作用，其所提出的“先医其心”的主张对后世中医心理临床实践有重要的指导意义。

张仲景所著《伤寒杂病论》蕴含着丰富的中医心理学思想，至今仍有效地指导着临