

中医心理

王升龙

福建中医学会

中医心理学

王升龙 著

福建中医学会

前 言

中医心理学，是祖国医学的重要组成部分，是在试图探索祖国医学与心理学相结合的构想过程，本着古为今用、洋为中用的方针而创立起来的，是应社会发展的需要而产生的。所以，它刚萌芽，就露出茁壮之势，显现了旺盛的生命力。当然，这门学科还在摇篮之中，需要精心培育，促其成长，将为继承和发扬祖国医学遗产，探索人体科学，做出应有的贡献。

编写本书，期能系统整理祖国医学有关心理思想和实践，并撷取现代科学成果充实其内容。唯是囿于作者识见浅陋，资料短绌，祇以不成熟的意见，作大胆的尝试，爰伸爰业之诚，聊充引玉之砖，寻求同道们的兴趣，引起广泛的共鸣，互相切磋，以臻完善，俾能进一步推动中医心理学科事业的发展。

本书在编写过程中，深承中华全国中医学会和福建省中医学会领导的深切关怀和热情支持，并蒙福建省中医学会付秘书长王宜万同志指教和封面题字，福建省医史学会付主任委员、福州市中医院主任中医师吴味雪老师审阅指教赠序，福建省心理学会秘书长、福建师范大学史健生老师，福建省教育厅陈让涵老师，福建中医药杂志社主任王履康老师审阅指教，复荷中华全国中医学会甘肃省分会顾问林志正老医师在北京召开的全国“2000年的中医”论证会的期间内审阅赐教赠序，谨特均此致以衷心的感谢！

王升龙

1984年12月16日

目 录

前 言	
第一章 绪论	(1)
第二章 中医心理学的基本理论	(3)
第三章 心理活动的本质	(6)
第四章 心理与生理的关系	(14)
第五章 情志活动及其生理基础	(17)
第六章 心理过程	(22)
第七章 个性特征	(29)
第八章 医患关系与医德	(34)
第九章 心理病因	(45)
第十章 心理辩证	(47)
第十一章 心理治疗	(51)
第十二章 心理卫生	(73)
第十三章 心理咨询	(92)
第十四章 心理测验	(95)

第一章 绪 论

中医心理学是研究祖国医学中有关心理因素在疾病的病因、辨证、治疗和预防中的作用的科学。它是研究祖国医学中有关心理因素对健康和疾病的作用机理的问题，也可以说是研究祖国医学中的心理学因素发生、发展和变化规律的科学。中医心理学是一门具有我国特色的既是古老而又新生的学科，是祖国医学的重要组成部分，也是应用心理学中的一个分支，属于医学心理学的特殊领域。它是祖国医学与心理学互相渗透紧密结合的产物，所以就具有这两门学科的共同属性。中医心理学是构成基础医学中的一项理论课程，同时又是临床实践的科目，它把现代心理学的理论、技术和方法等研究成果、应用于整理祖国医学有关心理学的内容、分析综合、存精去芜、促使其系统化和科学化，为发展祖国医学，作出应有的贡献。

中医心理学的任务是：继承和发扬祖国医学有关心理学的理论与实践的内容，应用“整体观”和“形神若一”的基本理论、探讨心理活动在临床中的运动规律，和心理、社会因素对健康与疾病的作用机理、进一步研究人类以机能性疾病为重点的各种病因，辩证、治疗和预防等一套更完整更有效的方法，借以提高医疗质量，战胜疾病，保障人民心身健康。

中医心理学由于所具有的这种性质、特点和任务，它所包含的内容和所涉及的范围就非常广泛。就基础理论而言，它与黄帝内经，中医基础理论、中医各家学说、生物学、人

类学、社会学、教育学、普通及实验心理学，社会心理学、医学心理学、神经生理学，神经心理学等学科紧密联系。在临床方面，它与任何专业如内、外、妇、儿、眼、耳、鼻、喉、皮肤、神经、精神等科密切结合。尤其在心身医学、心理治疗、心理咨询、心理卫生、行为指导等医疗与预防工作方面，更是息息相关，不可分割。为了维护人民心身健康，消除疾病痛苦，必须加强医务工作者对这门学科的研究与应用，俾使我国医疗保健事业能够获得更大的发展。

中医心理学是一门新开创的学科，我们在临床实践中，都能深刻体会到许多心因性或有关心因性疾病，单单依靠药物治疗，很难收到显著效果，如能配合心理治疗，就会取得满意的疗效。因此希望把实践经经提高到理论水平，推广应用，为更多病人解除心身疾苦，保障心身健康。兹为探索和试创祖国医学与心理学相结合的构想，曾经作了大量而艰巨的研究工作，跋涉过艰难曲折的道路，现在中医心理学这门学科已经萌芽了，需要精心培养，使其茁壮成长，将为祖国医学吸取科学成果，充实理论内容，丰富治疗手段，提高临床疗效，为发展祖国医学事业做出应有的贡献。

第二章 中医心理学的基本理论

战国时期的医学经典著作《黄帝内经》阐述“天人相应”的整体观念和“形神若一”的基本论点，在《灵枢·邪客篇》说：“天有风雨，人有喜怒，……地有泉脉，人有卫气，……此人与天地相应也”。《素问·四气调神大论》又说：“贼风数至、暴雨数起，天地四时不相保，与道相失，则未央灭绝”。这是说明人是不能脱离大自然而独自生活，是受外在环境的影响，并适应周围不断变化着的环境。设若阴阳不和，贼风暴雨频加侵袭，四时气候不能保持正常，违反自然的规律，人如不能适应自然环境的变化，就容易受到损伤，很难获得长寿。《素问·上古天真论》指出：“提挈天地、把握阴阳、呼吸精气独立守神，肌肉若一、……外不劳形于事，内无思想之患，以恬愉为务，以自得为功，形体不敝，精神不散，……法于阴阳，和于术数，饮食有节，起居有常，不妄作劳，故能形与神俱。”这是要人了解自然的变化，把握阴阳的规律，吸取真气，静养精神，会使身体和精神一样旺盛。至于人在社会环境里，不宜过度劳累，避免忧愁思虑，注意精神恬静愉快，保持安详的心理状态，这样就不会使形体调敝，精神耗散。因以在遵循阴阳变化规律的同时，要重视调和心身的方法，饮食有节制，作息有常规，不无故消耗精力，所以能使形体和精神协调一致，就会健康长寿。

祖国医学认为人与外在环境息息相关，而人体脏腑之间，又是相互资生，相互制约，在对立统一的基础上，构成

一个完整的有机体。人的疾病是有机体与自然、社会等环境相互作用的一种表现，是不能适应生活情境的结果，它不只是身体器官的机能本身产生障阻，或因感受外邪及饮食失调等所引起，也涉及各种情志变动对躯体的影响，引起生理变化而致病。因此，“天人相应”的整体观念和“形神若一”的心身统一思想，就有必要互相印证、紧密结合，共同构成中医心理学的基本理论，为指导临床实践，起着非常重要的作用。

西方医学在古代希腊时期也有类似祖国医学的观点，认为恐惧、愤怒和喜悦以及未表达出来的悲伤或压制着的怒气对躯体有一定的影响。十九世纪末叶医学发展成为一门现代科学。当时魏尔啸的细胞论思想占医学界的主要地位，把人当作是细胞的联合王国，而疾病是局部细胞损伤的结果。在相当长的时期内，人被看为是一个生物的有机体，忽视了人的心理活动对疾病的影响。近二、三十年来医学家觉察到有越来越多的病例证明，生物医学模式已不足适应医疗的需求，经过探索研究，认为要把人作为整体的人来看待，既重视心理与生理的辩证关系，也重视人与其社会环境和自然环境之间的关系；既看到人体器官本身以及各器官系统之间的联系，也看到人体遗传素质和免疫能力的作用；特别是对人的各种心理活动过程，个性特征和情绪状态等心理因素在健康和疾病中的作用。总之，现代医学已把人作为一个整体来对待，开始朝向生物、心理、社会医学模式的概念前进，也可以说是沿着祖国医学整体观念理论的方向前进。

祖国医学所谓形质神用的问题，从辩证唯物论的观点看，即是心身问题，也是一个体用的问题，身体是心理的主

体，心理是身体的作用。我们明确了心身的问题，就能理解形神的关系，实质上也就是心理过程和生理过程之间的相互影响和相互作用。因此，也就不难理解心理因素和社会因素对机体健康的影响，反之机体健康状况也对心理状态有影响。这就说明“形神若一”的理论，是出自辩证统一的观点。

第三章 心理活动的本质

祖国医学所谓“心存神”，“心主神志”、意即脑是心理的器官，心理活动也就是脑的机能的表现。古代医学家在“心存神”等的朴素认识过程，逐渐发展为“灵机、记性……在脑”的论点，为探讨心理活动的本质的问题，提供依据。

一、心理是脑的机能

“脑为元神之府”，这是明代医学家李时珍在继承《内经》“头为精明之府”的论点而发展起来的。说明脑是高级神经中枢之府，是脑神经所在之处，也是人的精神聚集之舍。他还说：“耳目口鼻动于内，声色嗅味引于外，”指出了大脑的精神活动与耳目口鼻等感官的活动，是由客观事物所引起的。清代医学家王清任明确提出：“灵机、记性不在心、在脑”。清末医学家唐容川根据《内经》“人始生，先成精，精成而脑髓生”的论述，进一步说明：“肾精生髓、由脊上行，以入于脑，是为髓海，在头者名脑，脏腑经脉皆交于脑，凡知觉运动，皆脑司之也”。这就阐明人脑是由先天之精生成的，是心理的器官，是产生心理活动的物质基础，而心理活动、也就是大脑的机能。

《素问·阴阳应象大论》说：“阴阳者万物之能始也。……阴阳者天地之道也，万物之纲纪，变化之父母，生杀之本始。”这里所谓“阴阳”，是起源于《周易》：“太极动而生阳、静而生阴”，“一阴一阳之谓道”。这是说在充满氤氲之气的宇宙、运动时则生阳气、静止时则成阴质，由于阴阳二气有规则地互相转变，“阳生阴长”，“阳杀阴存”

所以阴阳也就成为宇宙间的一种自然规律，构成了一切事物分类的纲领，它是万物变化的根本，也是生长，消亡的根源。《灵枢·本神篇》指出：“天之在我者德也，地之在我者气也，德流气薄而生者也，故生之来谓之精，两精相搏谓之神。”说明在霖泽下流，湿气上薄的过程，逐渐繁衍万物，蕃育人类。至于人体胚生之始，系由阴阳（这里是指男女）精气结合而成的，同时由于阴阳精气的相互结合，也就产生了生命之神。这与现代心理学所阐述的，有了人类，才有人的心理，是相吻合的。兹据华东师大编写的《心理学》有关心理发展的论证，摘录如下三点：

（一）从物种发生史来看：心理是物质发展到高级阶段的属性，心理不存在于物质之外，心理只是物质的一种反映形式。所谓反映是指物质相互作用时所留下的痕迹的过程。反映是物质普通属性。由于物质是低级向高级不断发展的，因此，物质的反映形式也是由低级向高级不断发展的。无生命物质的反映形式是物理的、化学的反映形式。例如，盐在水中会溶化、铁在蒸气中会生锈。有生命物质的反映形式是生物的反映形式。例如，植物有感应性，向日葵向太阳，柳树叶向水。具有网状神经系统的腔肠动物有了心理的萌芽——未分化的感觉。这种感应性是有机体对直接的、有生物学意义的刺激的回答。具有链状神经系统的环节动物和节肢动物、由于有了神经节和神经索，每一段神经节有相对独立的作用，并由神经索联系起来，构成中枢神经系统，头部的神经节更为宽大。因此，开始有了特定的、专门化的感觉——最简单的心理现象。例如，蚯蚓和昆虫有灵敏的触觉和视、嗅、味觉，能对物体的光滑或粗糙的程度和对花的气味、颜

色，形状作出反映，并调整自己的行为，这种能揭露刺激物的信号意义的反映形式是心理的反映形式。自脊椎动物起，出现了真正的脑、并分化为延脑、小脑、中脑、间脑和前脑，于是就产生了更为复杂、高级的反映形式——知觉。鱼类的大脑两半球只处于萌芽状态、两栖类开始出现了大脑两半球，然而很小，构造简单，爬虫类的大脑两半球进一步发展，并出现了大脑皮层（三层），鸟类的大脑皮层仍然很薄，平滑而无沟曲，哺乳动物的大脑两半球和大脑皮层得到急剧发展，已有具体思维的萌芽。例如，狗的脑重已是脊髓的五倍，在地震前拖主人出屋。灵长类的脑是动物脑发展的顶峰，大脑皮层有六层，面积扩大，细胞增多，有了具体思维的能力。猿的脑重是脊髓的15倍，破坏猿的大脑皮层会使猿立即陷入长期昏睡状态。类人猿能接捧取食、能认识事物之间的具体关系，还能笑和哭的面部表情，经过训练可学会“手势语言”。可见动物越发展，获得性的行为越起作用。

从以上关于物质发展过程中的事实，可以说明心理只不过是反映的一种形式，它是物质发展到一定的高级阶段所发生的属性，是神经系统，脑的机能。

大约距今一千五百多万年前从类人猿分化出人类之后，劳动和语言的发展，促使了脑的发展，使猿脑逐渐地变成了更大更为完善的人的脑髓。

人脑是一种在结构上极为复杂，机能上极为灵敏的物质，现代科学家认为在整个宇宙中没有什么已知的东西可与之比拟。人脑的重量平均为1400克（猿脑重400克），人的大脑两半球表面的神经细胞层，即大脑皮层的平均厚度为2.5

毫米，共分六层。皮层的表面有许多深线不同的沟或裂，若把皮层的沟回给折展开，全部皮层面积约达2200平方厘米（猿为400平方厘米）。

高度发展的人的心理正是以这块高度发展的人脑为物质基础的。人具有抽象思维的能力，人的心理即人所特有的意识，它是人脑的机能，是物质的最高产物、人脑的产物。

（二）从个体发生史来看：心理的发生、发展与脑的发育完善是紧密相联的。根据大脑研究的资料，儿童出生的大脑在结构上已接近成人。大脑皮层分为六层，大脑皮层上的神经细胞数与成人相近，但他们的皮层比成人薄，皮层上的沟回比成人浅，脑重也较轻；出生时390克，只有成人脑重的 $1/3$ ；随着大脑的迅速的发展，儿童的脑重量在九个月时达660克，相当于成人脑的 $1/2$ ；二岁半至三岁的儿童脑重达900—1000克，达成人脑重的 $2/3$ ；十二岁时已接近成人。与此相应的，儿童的心理水平也随之而提高。

（三）近代生理解剖学的实验证明，切除和破坏动物脑的一定部位，会引起动物某些正常行为的丧失。临床上也发现，当人脑由于外伤或疾病而遭受破坏时，他的心理活动就会全部或部份地失调。如果枕叶受到破坏，人就变盲，顶叶下部跟颞叶、枕叶邻近的部位受损伤，阅读活动就发生困难。额叶某些部位受损伤，人就不能很好地根据言语信号来调节运动，不能发生运动计划和把握动作程序，严重的则会出现惰性运动定型。如果损伤的是左半球上中央后面三分之一的区域、辨别语言就发生困难，因而不能理解别人所说的话，在左半球的下额回有一个布罗卡区，这个区域受损坏，人就不能说出复杂的语言，不能想出他所想说的事情，接近

运动分析器肩臂，手指部位受损，则书写活动就发生了困难。此外，人的头脑受到剧烈的震荡，人的心理活动也会受到阻碍和发生失调（产生幻觉、错觉或遗忘症）。大脑两半球的肿瘤会使人迅速进入痴呆状态。无脑畸形儿生来不具有正常的脑髓，因此不能思维，最多只有饥、渴的内脏感觉等。这些事实确凿地证明心理活动和脑的活动是不可分割的。心理是脑的机能，脑是心理的器官。

《灵枢·邪客篇》说：“心者五脏六腑之大主者，精神之所舍也”。祖国医学所谓的“心”，是概括脑的机能而言，与脏腑有密切的关系，所以大脑的活动，不能脱离整体而孤立地进行。因此，心理活动不只是脑的产物，而且是与整个躯体相关连的，更确切地说，人的心理活动是整个人体的一种机能。

二、心理是客观现实的反映

大脑虽然是产生心理活动的物质基础，但仅靠它本身是不能出现心理活动的，必须有客观事物作用于人之后才能产生。《素问·气交变化论》说：“岁木太过，风气流行，民病飧泄，甚则忽忽善怒……，岁火太过，炎暑流行，身热骨痛，病反谵妄狂越……，岁土不及、风乃大行，胸胁暴痛，善太息”。这是阐述自然界运气流行太过或不及，都会损伤人体的生理机能和心理机能。《灵枢·经脉篇》说：“若闻木音亦惕然心欲动也。……嗜欲无穷，而忧患不止，精神弛坏，荣泣卫除，故神去之。……惊则心无所依，神无所归，虑无所定，故气乱矣，恐则精却，却则上焦闭，闭则气还，还则下焦胀，故气不行矣”。这就指出、设若耳闻巨响，目击异物，遇险临危，触事丧志，心为之忤，使人有惕惕之状，就会导致心理异常而产生惊恐。如由感触外在事物

而引起惊悸，会使心神不能宁静，恍惚无寄，思虑恒欠安定，因而神气也随之紊乱。若系惑于事物假象而发生恐怖，就会损伤肾气，有碍精气上行，上焦络脉得不到濡养，反而闭止不通，精气退还下焦，则更难于运行。诚如《证治准绳》所说：“惊因触于外事，内动其心，心动则神摇，恐因惑于外事，内歉其志，志歉则精却”。上述简引经文，寓以举木火风暑而统五运六气，列惊恐而赅七情，外感内伤，均能找损形神。说明人受外在环境包括自然和社会环境的刺激，都会产生心理变化。列宁精辟地指出：人的心理是“头脑的机能，是外部世界的反映”。所以，辩证唯物主义者对人的心理所下的定义是：人脑对客观现实的反映。

所谓客观现实，是包括自然环境和社会环境，应当强调人主要接受社会环境的刺激。《素问·疏五过论》说“故贵脱势，虽不中邪，精神内伤，身必败亡。……尝富后贫，五气留连……，病深无气，洒洒然时惊”。这是由于社会地位和生活条件的变异，引起心理持续或激烈的波动，导致心理机能产生异常。可见人的心理的基础是人的社会实践，没有人的社会实践，就没有人的心理。

例一：1920年印度发现的狼孩，取名为卡玛拉，她也有人脑这块精致复杂的物质，但由于她从小脱离了人的社会生活，没有言语交际，处在狼的生活条件下过活，到了八岁被发现回到人们中间来时，只有相当于六个月的婴儿的心理发展水平。她用四肢行走，用双手和膝盖着地歇息，她舔食流质的东西，只吃扔在地板上的肉，从不吃人手里的。她害怕强光，夜间视觉敏锐，每天深夜嚎叫，她怕火，也怕水，从不上洗澡，即使天气寒冷，她也撕掉衣服，摆脱毯子。经过

辛格的悉心照料和教育，四年才学会六个单词，七年学会四十五个词，到十七岁临死时只有相当于四岁儿童的心理发展水平。这是说明如果没有人的社会生活，就没有人的心理活动。

例二：十八世纪中叶以来，在罗马、瑞典、比利时、立陶宛、德国、荷兰、法国、肯尼亚等地都有发现，被野兽哺育大的以及离开人类社会的野生儿，单是有案可考的就有30多例。所有这些孩子都只能发出不清楚、不连贯的声音，不能直立行走，具有很好的体力，活动敏捷，跑得很快，跳跃板凳自如，他们也有发展的很好的听觉、视觉和嗅觉，然而即使经过很长的时间，他们也都没能学会说话。最近意大利传教士加布里艾利，在非洲的塞拉利昂地区的森林中发现一个年约七岁的“女猿孩”，她由猿猴哺育长大，体健力大，行走进食和两手动作，与猴子一模一样，当她被放进笼子时，举动也与一般野兽被困在铁笼时的情况一样。她不会站起身来，吃东西时四肢伏地用嘴吞食，也不懂得语言。可见，从小脱离人的社会生活条件，便不能形成人的心理。

例三：即使人在社会长大成年后，长期脱离人的社会生活，也将使其原已形成的人的正常的心理失常，如在抗战期间，日本帝国主义曾经掠去我国许多同胞，其中之一刘连仁不堪日本矿山奴役劳动，逃往北海道深山，经过十三年茹毛饮血的穴居野人生活。1958年回国时语言十分困难，听不懂也不会说，没有正常人的心理状态。

人的心理是来源于客观现实，人的心理活动是通过具体的人来反映的，同时与个体遗传素质、生理特点、知识水平，生活经验等影响有关。所以，不同的人对同样客观现实的

反映是不同的，同一个人在不同时期对同样的客观现实的反映也会有差异，这是由于外界影响要通过反映者内部特点的折射。因此心理活动是人脑对客观现实的主观的能动的反映。