



中国古代心理治疗的故事

江苏科学技术出版社



中国古代 心理治疗的故事

江苏科学技术出版社



中国古代心理治疗的故事

周长发 汪佩琴 郭沈昌 编著

出版：江苏科学技术出版社

发行：江苏省新华书店

印刷：江苏宿迁印刷厂

开本787×1092毫米1/32 印张2.25 插页2 字数36,700

1987年3月第1版 1987年3月第1次印刷

印数1—3,410册

书号：14196·257 定价：0.48元

序 言

周长发、汪佩琴、郭沈昌三医师，在繁忙的诊务余暇，将我国古代医疗实践中的心理治疗实例汇集起来，加以分类、对比和阐述，选编了这本小册子。这是一件很有意义的工作。它在一方面反映了祖国医学在这一领域内的丰富临床经验，在另一方面也体现了我国古代医学的整体论思想。

这本小册子，不但可供广大群众阅读，也是医务工作者可参阅的读物。对于发掘祖国医学遗产，从更多类似的实践经验的凡例中去总结我国医学心理学思想的成就，这是一个开端。

洪士元

1985. 6. 4.

前 言

心理治疗,是一种应用心理学方法的治疗手段。它主要通过医护人员的言语和行动来改善病人的情绪,提高病人对疾病的认识,增强其战胜疾病的信心和能力,从而达到减轻疾病或加速治愈疾病的目的。祖国医学历来十分重视心理治疗。在两千多年前成书的医学巨著《黄帝内经》中,就有了类似情绪转移疗法等的一些心理治疗。后经历代医家的不断发扬光大,心理治疗在祖国医学中的作用更加重要,内容也不断丰富。

由于我国古代有关心理治疗的记载,往往散见于各类医书及一些笔记杂著中,迄今尚未得到系统的整理。作者在阅读大量医书及各类笔记、杂著时,将一些有关心理治疗的资料收集起来,改写成一则则通俗的故事,并结合每则故事,介绍了一些心理治疗的知识。作者希望凡具有初中文化水平的读者,都能读懂这本书。愿广大读者读了本书以后,不仅丰富了文化生活,得到了医学心理学(特别是

心理治疗)方面的知识,而且能激发我们的民族自豪感。

本书承江苏省心理学会副理事长、江苏省医学心理专业委员会主任委员洪士元审阅并作序,苏州医学院附属儿童医院李祯萍提供了宝贵意见,谨此致谢。

作 者

于 1985 年 夏

目 录

第一章 行为疗法

- 1、张子和击几医惊病 [2]
- 2、朱丹溪打骂治思病 [4]
- 3、道广用鸡屎医嗜米 [5]
- 4、郝因借威吓治强思 [7]
- 5、夏子益臭肉医说肉 [9]
- 6、华佗借泄怒治痼疾 [10]
- 7、许叔微念佛治脏躁 [12]

第二章 暗示疗法

- 1、吴球借红线医疑病 [15]
- 2、石藏用借雷治指病 [17]
- 3、王子亨大言医长舌 [18]
- 4、扁鹊借暗示治昏睡 [21]
- 5、黄师文泻利医虚劳 [23]
- 6、杨吉老醉酒治斜视 [25]

- 7、李子豫泻“鬼”医腹痛〔27〕
- 8、罗谦甫托名治胁痛〔29〕
- 9、葛可久夺香治瘫痪〔31〕

第三章 情绪转移疗法

- 1、王中阳说谎医郁病〔35〕
- 2、庄先生恐吓治喜病〔37〕
- 3、赵大夫死讯治笑病〔39〕

第四章 个别心理治疗

- 1、沈鲁珍说理医恶梦〔42〕
- 2、伊医生抓物治妄视〔44〕
- 3、潘温史托梦医不食〔45〕
- 4、喻嘉言劝慰治烦躁〔48〕
- 5、余听鸿约法医瘰癧〔50〕
- 6、吴客借漫谈治恐病〔53〕
- 7、马省三解释医不寐〔55〕
- 8、史载之吹牛治厌食〔57〕
- 9、赵医生米醋医眼病〔59〕
- 10、吕沧州探秘治假孕〔62〕

第一章 行为疗法

行为疗法是心理治疗中发展较快的一种，现代正式临床应用始于1958年。近几年来，行为疗法突飞猛进，以至有人把它称为精神病治疗学历史上的第四个划时代的里程碑，并把它与本世纪的精神药物治疗相提并论。

目前，该疗法的种类越来越多。除系统脱敏疗法、暴露或冲击疗法和发泄疗法、厌恶疗法、自我控制法（放松训练）、阳性强化法、示范性方法外，还有思维中断法、信念训练法、婚姻协约法等等。本节中“张子和击几医惊病”就类似脱敏疗法，“朱丹溪打骂治思病”即为发泄疗法，“道广用鸡屎医嗜米”乃是典型的厌恶疗法，而“郝因借威吓治强思”当属思维中断法，“许叔微念佛治脏躁”则相当于自我控制法。我国古代虽无行为疗法的名称，但象金、元两代的张子和、朱丹溪，明代的张景岳等许多杰出的中医学家里，已能娴熟地运用类似方法治疗一些心理因素引起的疾病。这里虽只收集了几则故事，却已能从中看出我国古代重视行为疗法的事实。这种疗法为许多古代医家所掌握，而且应用自如，实在令人赞叹。

1、张子和击几医惊病

宋朝年间，有一平民王德新，与妻子去县城投亲，旅途寄宿在客店之中。深夜，一群强盗去此店抢劫，并放火烧店。王德新之妻闻强盗抢劫之声，吓得面无人色，跌在床边昏迷不醒，经救治后才苏醒。她从此得了“惊吓症”，一听声响即昏倒在地，失去知觉。举家不敢大步走路，唯恐惊动妇人犯病。转请医者无数，都只投以人参珍珠之类安神定志的药物。服用一年有余，未见获效。

后来，名医张子和前往诊治，果然与众不同。他叫病者坐在靠背椅内，两旁有人把妇人之手按在左右靠手上，并在椅前放一小茶几。张子和对着病人说：“娘子，你看看这个。”他一边说一边突然用木条敲了一下茶几，妇人受惊便想起身，但双手被人按着，难以动弹，只得坐着。张子和就说：

“我用木条敲击茶几，你何必惊恐！”等了一会，张子和又用木条敲了一下茶几。这时，妇人虽然受惊，已比前稍轻。过了一会，张子和再用木条击敲茶几数次，然后用拐杖打大门，击木窗，反复不停，妇人已不害怕。妇人反问张子和道：“先生用何法治病？”张子和笑着说：“我正用此法，与娘子治病。”当夜，张子和又令人再用木棍敲击病室

门窗，通宵达旦不停，此妇人并不害怕，且一夜熟睡到天明，惊病竟然得愈。

我国古代伟大的医学巨著《内经》说：“惊者平之。”所谓“平”，即平常的意思。“惊”是因为自己不知道，是从外而入的，属于阳。“恐”是自己知道的，从内而出，属于阴。人在受到惊吓以后，足少阳胆经就受了伤害。但如果经常听到声响，看到这类事情，就会逐渐适应，视为平常，不再害怕。

“惊者平之”是我国古代的心理疗法中的一种，与现代心理疗法里的脱敏疗法相似。这位妇女因受到突然的强烈刺激，所以情绪十分紧张，得了恐怖症，俗称“惊吓病”。如果用一般心理治疗，即说理解释等方法，效果并不明显。而张子和这种疗法却使她情绪逐渐放松，恐惧逐渐消除，获得了显著治疗效果。

现代的脱敏疗法中，也有与张子和相类似的方法。如有位病人害怕蛇，产生“恐怖症”，就用蛇的幻灯片、模型、动物园里的活蛇给她看。这样，时间久了，病人就再也不会怕蛇。《内经》是两千年前的典籍，其中已有“惊者平之”的治疗理论，可见我国应用脱敏一类的疗法，有着悠久的历史。

2、朱丹溪打骂治思病

元代，某地有一女子，婚后不久，丈夫即外出经商，两年未归。女子日夜思念，逐不思饮食，整日嗜睡，时常呆坐床边。其父请求名医朱丹溪诊治。丹溪诊得该女脉弦，结合病证，说道：“此乃过于思念丈夫而致气结于脾，单用药物治疗很难见效。或可使其发怒而治之。医云：思则伤脾，相思太过则脾气郁结，故而不思饮食。而怒者五行归属肝木，木能克脾土；怒气上冲，亦可开脾气。”父亲当即狠狠地打了自己女儿几下耳光，并大声斥骂之。女儿平白无故受到打骂，于是又哭又号，大为忿怒。几个时辰之后，心情方才平静，其父于是向她进行解释，并加以好言劝慰。女儿立即感到大为轻松，并且开始吃粥。后来再略事调理，其病竟得痊愈。

朱丹溪是元代著名医学家，擅长将中医经典著作《内经》中的理论应用于心理治疗的实践，故治疗效果常常较好。本例就是他应用《内经》中五行学说于心理治疗而奏效的。祖国医学认为思伤脾，思虑过度则脾气郁结，“相思病”也就形成。病人脉弦，弦为气郁，脉与证符。病人无故受到打骂，

必然情绪激动，大发其怒。五行学说认为怒属木，思则属土，木能克土，故“相思病”能通过激怒病人而得治愈。这种治疗方法是我国古代心理疗法中的一种，与现代心理疗法中的发泄疗法颇相类似。

发泄疗法通过不同方式去激惹病人，使其大哭大闹，甚至在地上打滚，拔发撕衣，这样通过发泄苦痛，而治疗该病。这种治疗方法较简单，应用于一些心因性疾病，有一定效果。心因性疾病是由急剧或持久的精神因素引起的一组疾病。其治疗、预后都与精神因素的解除有关，所以常常要应用心理治疗。我国古代中医名家朱丹溪，在临床实践中熟练地应用了这种方法，治好了象“相思病”等一类心因性疾病，给中国古代心理疗法的历史增添了精采的一笔。

3、道广用鸡屎医嗜米

古时有个叫慎恭道的，生了一种怪病。他嗜食生米，如果不吃，即口流清水；一食生米，就恢复正常。渐渐地，他骨瘦如柴。人们都说他得的是癆病。虽请了不少医生，都因摸不着头脑而敬谢不敏。有一个和尚名叫道广，医术颇精。一看慎恭道之病，他也感到十分棘手，百思不得其法。道广边想边走，到了田间小道，忽然闻到一股臭味，令人

恶心。仔细一看，原来是堆鸡屎，旁边散着几粒生米。他触景生情，不由得计上心来，自思古典医籍有“以毒攻毒”之说，何不以鸡屎臭气之“毒”，攻嗜食生米之“毒”？于是道广连奔带跑，返回慎家，当即以鸡屎与生米混合，嘱慎恭道食下。慎恭道一见生米，不禁喜上眉头，马上狼吞虎咽地大吃起来。然而过了一会，即觉恶心难过，将所食生米全数呕出。这种方法试行一段时间之后，慎恭道再也不食生米了。

污泥、沙土、石灰、野草等东西，是正常人不会去吃的。但有一种人却偏偏爱好吃这类东西。他们所得的病，医学上称为异食症。象钩虫病人在较严重的时候就爱食炉灰、破布、烟丝等肮脏不洁之物，这也是一种异食症。有异食症状的疾病很多，治疗方法也各不相同。有些异食症，是可以用心理方法治疗的。

道广所用的心理治疗现在称为厌恶疗法。厌恶疗法是现代心理疗法中的一种，实际上与中医“以毒攻毒”的治疗方法有些类似。1937年，美国芝加哥有人用狗进行实验，以后就根据这个实验设计了厌恶疗法。厌恶疗法就是把一种恶性刺激与不良嗜好结合在一起，从而消除病人的不良嗜好，目前主要用来戒烟、戒酒、革除同性恋等恶习和治疗某些强迫症。如以戒酒为例，在酒中放些恶心药，嗜酒者一饮酒即引起恶心呕吐，多次以后，嗜酒者因受到

恶心呕吐这种惩罚性刺激，从而对酒厌恶，而自动停止饮酒。同样道理，慎恭道食生米的不良行为，因每次食生米时都受到令人恶心的鸡屎的“惩罚性刺激”，从而对生米产生了厌恶，也就革除了嗜食生米的不良习惯。可见我国应用厌恶疗法要比国外早得多，这是值得我们自豪的。

4、郝因借威吓治强思

古时某州监军生了一种怪病。他一直想着一个问题，虽自知不必多想，却苦于无法摆脱。他也曾找过不少医生，服了不少安神药，均未奏效。当时有一名医叫郝因，见监军病状十分痛苦，就决定为之治病。他苦思许久，方得一法。郝因对监军之子说：“你父亲的病，只有使他心惊肉跳，才能治愈。”该州太守名叫李宋卿，为人十分严厉，监军平时见他就怕。郝因就与监军之子一同拜求李太守，请他帮忙，李太守一口允诺。不几天，李太守突然叫来监军，借口一个小小过失，狠狠地把他责骂了一顿，并扬言要加以严办。监军听得满头大汗，浑身颤抖不已。李太守骂了半日，将监军赶了出来。一出门，监军就觉得“强思”之病顿然而失了。

监军所患的“强思”之病，用现代医学术语来说，就是一种强迫性思维，此病是指某一观念多次重复地出现于病人的思维，并伴有主观的被迫感和痛苦感。强迫性思维可以表现在某一种想法，某几句话，某些诗歌，或某些乐曲。监军自己也知道反复出现某一种想法是不必要，但苦于无法摆脱。对于强迫性思维，目前仍没有较好的治疗办法，一般采用心理治疗与药物治疗相结合的方法。药物方面，近年来应用抗焦虑抑郁药或小剂量抗精神病药，据说对减轻病人的精神紧张，控制强迫症状有一定意义。但更重要的是心理治疗，即向病人说明疾病的性质，解释症状产生的根源，消除病人对疾病及症状的种种顾虑，树立起治病的信心。近二十年来，行为疗法的飞速发展，给强迫性思维的治疗带来了新的希望。

郝因用的就是单纯的行为疗法中的一种——思维中断法。也就是通过让监军所害怕的李太守对他进行严厉责问与威吓的强烈刺激，使监军原有行为——强迫性思维——忽然中断而消除之。郝因在治疗监军的强迫性思维时没有用药，而能取得如此好的效果，实在是难能可贵的。

5、夏子益臭肉医说肉

舌时有一个人，整天卧在床上，也不动弹，只是想着“猪肉”，口中也总是“猪肉、猪肉、猪肉……”地说个不停。他自己也知道不该说，但总控制不住。这样成年累月地说着“猪肉”，颇为痛苦。他曾请过几位医生，有的用养心安神法，有的用涤痰开窍法，但都未见明显效果。后请夏子益医生诊治。夏子益经过望、问、闻、切，又分析诸医用养心安神法和涤痰开窍法均未获效的原因，决定要经过再三思索，然后才作出详细诊断。夏子益在与病人交谈的过程中发现，如果医生生活中有什么刺激因素，病人就可以稍停想“肉”说“肉”。他从中受到启发，决定用心法治之。于是，夏子益取来一块爬满蛆虫的臭猪肉，放在病人面前，病人顿时皱眉恶心，并吐了不少痰沫，而且“猪肉、猪肉”之声顿时稍停，然后夏子益将臭猪肉扔掉。以后凡逢病人说叨“猪肉”，夏子益就取一块臭肉放在其面前。反复几次以后，病人再也不重复说“猪肉”两字了。

夏子益所用的心理治疗也是一种行为疗法。行为治疗，又称为条件反射治疗，是一种将心理学中