

中医对心理过程的认识

李侠 朱晨军 许芳 曲森

(北京中医药大学第三附属医院,北京 100029)

摘要 现代心理学所研究的心理现象是指人的心理过程和人格。心理过程包括认知过程、情感过程、意志过程,认知过程主要包括感觉、知觉、记忆、思维、想象。根据对历代中医文献的研究分析:感知活动的中枢为心神,心是认知客观事物的处所;“心有所忆谓之意”,把心所接受的外界信息保留下来成为记忆,即脾意;“因志而存变谓之思,因思而远慕谓之虑”,其中的思、虑即与思维、想象相符合;中医的“七情学说”与情感过程相符合;“意之所存谓之志”,志与意志过程相符合。

关键词 中医学 心理学 认知 情感 意志

中图分类号 R229

文献标识码 A

文章编号 1672-397X(2015)02-0005-02

现代心理学是研究人的心理现象发生、发展及其规律的科学。心理现象指人的心理过程和人格。心理过程包括认知过程、情感过程、意志过程,简称知、情、意^[1-2]。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,与现代心理学相互渗透和交叉,研究心理现象发生、发展规律的一门独立学科。从远古至今,关于中医心理学理论及实践的记载散见于各大医家的著作与医案中。如中医七情学说属于知、情、意中的情,《内经》等著作中也有关于“知”和“意”的记载,试分别论述于下。

1 认知过程

现代心理学的认知框架主要包括感觉、知觉、记忆、思维、想象。感觉是人脑对直接作用于感觉器官的客观事物个别属性的反映;知觉紧跟感觉之后发生,是人脑对直接作用于感觉器官的事物的整体反映;记忆是人脑对经历过的事物的识记、保持、再认和再现(回忆)的心理过程;思维是人脑间接地、概括地对客观事物的反映,凭借人所特有的语言,通过分析、综合、比较、抽象、概括,认识事物的本质及事物之间的联系和规律;想象指不仅能记忆见过的东西,还能想出自己从未见过的事物,是在大脑中对已有的表象进行加工改造并形成新形象的过程。《灵枢·本神》载“两精相搏谓之神;随神往来者,谓之魂;并精而出者,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”,与现代心理学的认知过程相符合。其中对精、神、心、魂、魄、意、志、思、智、虑等几个概念进行了讨论,指出了精禀于先天,神为生命活动的总称,心是感觉、知觉的过程,魂是随神往来的活动,魄是依靠精气支配的器官本能活动的功能,意指记忆,思就是思维过程,虑也是思

维过程,但思维内容更深、更远,有想象的意味。

1.1 感知 “所以任物者谓之心”,“十二经三百六十五络,其血气上于面而走空窍,其精阳之气上于目而为睛,其别气走于耳而为听,其宗气上出于鼻而为臭,其浊气出于胃走唇舌而为味”。心的任物功能指心能反映客观事物,与外界事物相接触,通过感觉器官任物,并从外界获得信息。目、耳、鼻、舌、身是机体五种重要的感觉器官,分别司视、听、嗅、味和体表痛、温、触、压觉。各种感官感知功能的物质基础是气血,而“心主身之血脉”,也提示感知活动的中枢为心神,感知活动也是在心神主导下进行的,即“心主神明”。《素问·灵兰秘典论》曰:“心者,君主之官,神明出焉”,因为神舍于心,心神是感知活动的中枢,所以心必然成为感知客观事物之所。此外,《素问·八正神明论》指出,神的活动是经“五神”和“五志”来表现的。所谓五神即神、魂、魄、意、志,分属于五脏,《素问·宣明五气》载有“五脏所藏:心藏神,肺藏魄,肝藏魂,脾藏意,肾藏志”,五神虽分属于五脏,但总统于心,心藏神,为五脏精神活动的主宰。因此,心是认知客观事物的处所,认知过程是客观事物反映于心神的过程,只有通过心的“任物”之后,才能进行下一步记忆过程。

1.2 记忆 感知是记忆的前提,记忆是思维等高级认知活动的基础。“心有所忆谓之意”,意指思维初期,尚未明确确定,外界信息通过心神任物之后,把心所接受的外界信息保留下来成为记忆,即脾意。此外,《朱子语录》云:“魄能记忆在内。”指魄有帮助记忆的作用,能将心神接收的信息输至脾^[3]。脾藏意,意的物质基础是营血,陈无择《三因极一病证方论》说:“脾主意与思,意者记忆往事,思则兼心之所为也”;“今脾受病,则意舍不清,心神不宁,使人健忘”。说明思发于脾而成于心^[4],若脾藏意功能失调,易导致健忘。

1.3 思维、想象 “因志而存变谓之思”，是指心神对贮存的材料进行加工，抽象概括，形成“概念”，即由感性认识上升到理性认识，由量变到质变的阶段，即思维过程。“因思而远慕谓之虑”，是指心神利用已形成的“概念”，对眼前未及的客观事物进行判断、推理的创造性思维阶段。心神将多次接受的外界信息保留下来作为记忆材料贮存起来，即肾志。此外，《朱子语类》云：“魂能发用出来。”“发用”有发散、提取之意，也即肝魂能够从肾志中提取信息，经过脾意进行加工，再将脾做出决策的信息输送到心^[9]。魂可助神决断思维，解析推想，麾指意志，但魂为臣，神为君，以神御魂则喜怒有节，思维灵动，解析入微，决断敏捷，如若神魂颠倒则致喜怒无常，思维呆滞，精神恍惚，优柔寡断。

2 情感过程

在认知客观事物时，常会产生满意或不满意，愉快或不愉快等情绪，即情感过程。七情学说包括的内容与情绪、情感等理论基本一致。七情学说是中医心理学的理论基础，其雏形始见于《内经》。《素问·阴阳应象大论》说：“人有五脏化五气，以生喜怒悲忧恐。”提示情志活动与脏腑关系密切，并通过心神的调节来实现。中医学把喜、怒、忧、思、悲、恐、惊等情志变化都看作是心神对体内外环境刺激的不同反应。宋代陈无择提出“三因论”，将喜、怒、忧、思、悲、恐、惊七种心理活动明确为“七情”，是七情学说定型和成熟的标志。七情是人体对客观事物和现象的七种不同的情志反映，属于正常的精神活动范围。《素问·气交变大论》载有“有喜有怒，有忧有丧，有泽有燥，此象之常也”，在人能正常调节的情况下，七情一般不会使人发病，只有突然、强烈或长期持久的情志刺激，超过了个体调节范围，使气机逆乱，脏腑阴阳气血失调，正不胜邪，导致心理疾病发生。《灵枢·忧恚无言》阐明了过度、过激的情绪变化会使人发不出声音来。《灵枢·淫邪发梦》指出不良的情绪太过会令人产生幻觉^[6]。《素问·阴阳应象大论》载：“暴怒伤阴，暴喜伤阳。厥气上行，满脉去形。喜怒不节，寒暑过度，生乃不固。”因此，情绪、情感是人正常存在的心理现象，但过度则会导致情志疾病。

3 意志过程

人们不仅能认识客观事物，还能根据对客观事物及其规律的认识确定行动目的，拟定计划、步骤，克服各种困难，最后把计划付诸行动，这是自觉地确定目标并力求加以实现的心理过程，即意志过程，强调克服困难、达到目的。意志在我国古代多用“志”来表示，亦有用“意”、“志意”、“意志”者。“意之所存谓之志”，志，即意志过程，张介宾对此注释：“意之所存，谓意已决而卓有所立者，曰志。”《素问·上古天真论》提出“恬憺虚无”，以达“精神内守”，即通过意志调节生活而达到养生调神的目的，“病无由生”，这也

就是意志过程。王夫之认为“志者，人心之主”，“心之所期，志也”。可见志是主宰心理活动有主向的“心”之归宿，即要达到的目的。《灵枢·本脏》载有“志意者，所以御精神，收魂魄，适寒温，和喜怒者也”，“志意和则精神专直，魂魄不散，悔怒不起，五脏不受邪”。这是从对其他心理过程和对外界适应性的调控作用方面论“志意”，强调“志意”能收摄“魂魄”，说明志意是比魂魄更高层次的精神活动。《素问·汤液醪醴论》：“何谓神不使……精神不进，志意不治，故病不可愈。”这是从在疾病治疗中的作用方面论“志意”，这些都相当于现代之“意志”^[7]。此外，《本草通玄》载有“盖精与志皆肾所藏者，精不足则志衰”。故脾所化生营血及肾中所藏精气充盈与否，影响着人的意志过程，与意志强弱密切相关，临床上常见肾虚、脾气虚者，注意力不能持久，不能坚持工作等^[8]，说明意志的产生需要一定的脏腑生理基础。

4 结语

综上，关于现代心理学的心理过程表现，在历代中医文献有诸多的记载，认知过程，即心的任物、意、思、虑、志和情绪、情感等，各个认知过程均有各自的特点，并互相联系和影响，与现代心理学的认知过程（感知、记忆、思维、想象）、情感过程、意志过程等有很多的吻合，却又蕴含着更丰富的中医特色和中医哲学理论。目前中医心理学已经作为一个独立的学科存在，我们应该把历代中医文献记载的理论知识逐渐应用于实践，经过实践的反复验证，提炼、升华出系统知识，再反过来指导实践，促进中医心理学进一步发展。

参考文献

- [1] 杨雪梅.普通心理学.北京:国际专业人才出版社,2005:3
- [2] 王米渠,王克勤,朱文峰,等.中医心理学.武汉:湖北科学技术出版社,1986:13
- [3] 李京民,滕晶.浅谈“五神藏”的中医心理学意义.河南中医,2012,32(4):407
- [4] 刘国凤,于桂菊.试论五神脏与身心疾病.中华实用中西医结合杂志,2003,16(3):358
- [5] 贾宏晓,唐永怡,张继志.中医“五神藏”理论的认知心理学内涵及其精神科临床应用.北京中医药大学学报,2000,23(增刊):1
- [6] 王米渠,谢静涛.图解中医心理学.广州:暨南大学出版社,2007:60
- [7] 吕波,赵铭宇,王克勤.中医心理学对“意志”概念的剖析.中国中医基础医学杂志,2013,19(8):856
- [8] 张振华,王克勤,王昊,等.中医心理学对“意志”的认识.中医杂志,2013,54(4):295

第一作者:李侠(1977-),女,医学博士,副主任医师,从事中西医结合诊治脑病的临床研究。

通讯作者:朱晨军,主治医师。zhuchenjun007b@126.com

收稿日期:2014-10-16

编辑:韦杭吴宁