

# 经典经方与情志病的防治

苏晶

**【摘要】**“形神一体观”是中医学重要的学术思想之一,中医认为情志对人体生理、病理具有较大影响。本文从情志的出处、情志活动及情志病的产生、情志病因、情志病病机及情志病的预防五方面探讨情志病的发生、发展及预后情况,并结合中医经典著作《伤寒杂病论》探讨情志病的治疗,以期为现世医家临床防治情志病提供参考。

**【关键词】** 情志疾病; 伤寒杂病论; 防治

**【中图分类号】** R222.2 **【文献标识码】** A doi:10.3969/j.issn.1674-1749.2017.05.014

中医是关于人的学问,人非草木,孰能无情。每个人都有血肉之躯、情义之心、智意之神,中医认为身、心、神是一体的。中医是探讨生命的智慧,必然要探讨与生命有关的环境、社会环境,中医倡导天、地、人合一的整体观念。

## 1 情志的出处

“情”最早见于东汉末年的文学作品,昭明文选第十二首“荡涤放情怀,何为自结束”,情泛指人的心情和情绪。医学著作中,明·张景岳《类经》疾病类首创情志九气,列情志病名,在《景岳全书》中郁证列有情志之郁证治。“世有所谓七情者,即本经五志也”。本经即指《黄帝内经》,它虽无情志一词,但有很多关于情志活动的记载:七情、喜、怒、忧、思、悲、恐、惊;五志、魂、魄、意、志、神。《阴阳应象大论》云“人有五脏化五气,以生喜怒悲忧恐”,可见五脏精气是情志活

动的物质基础,也是血肉之躯、情义之心、智意之神的物质基础,更是生命对自然环境、社会环境做出应答反应的物质基础。

## 2 情志活动及情志病的产生

中医认为五脏是人体生命活动的中心,著名《内经》研究专家程士德教授称为“四时五脏阴阳系统”。五脏的内涵概括了生命活动的五大系统,即系统之五脏,四时—五脏—六腑—五体—五华—五官—五音,通过十二经脉的络属,将人体网络为一个有机联系的整体。藏精之五脏:肝藏血,心主血脉,脾藏水谷之精,肺主气,肾藏先天之精。四时之五脏(天人通应):肝应春主生,心应夏主长,脾应长夏主化,肺应秋主收,肾应冬主藏。气化之五脏(五脏功能活动的特点):肝主疏泄,心主温养,脾主运化,肺主宣降,肾主闭藏。五神之五脏(形心神一体):肝藏魂,心藏神,脾藏意,肺藏魄,肾藏志。

《黄帝内经》云“所以任物者谓之心”,“任物”即接受和应答外界事物,并作出评价。外界事件(物)通过人之五官,

作者单位:999077 香港大学中医药学院

作者简介:苏晶(1959-),女,博士,教授,主任医师,博士生导师。研究方向:经方与精神神志病的防治。E-mail:sujing59@HKU.HK

目、耳、口、鼻、舌去感应外界自然和社会的各类事件,通过经络内传于五脏,再由五脏进行功能调节和应答。情志是根据外界事件与人体自身需要符合的程度而产生的一种内心体验。这种体验再通过五脏功能活动和情志的变化反应出来。一般在五脏功能活动的调节和应答之下,不会产生疾病,只出现情志表现,所以情志属五脏生理功能之一。但当内心体验超出五脏的调节功能范围,五脏功能发生变化,气机紊乱,产生某种倾向性的情志表现,即发生情志病。因此五脏功能活动正常与否,是情志活动及情志病产生的根本所在。

情志表现与情志病:喜是因外界事件能满足自己的愿望而产生的一种内心愉悦体验;表现为满意、愉快、欢乐,而喜形于色、手舞足蹈、狂喜则为病态。怒是因外界事件违背了自己的愿望而产生的一种内心不悦体验;表现为不满、生气、恼怒、愤怒、面红目赤、两手握拳,而大怒、暴怒、薄厥为病态。悲是发生了不利于自己的事件,而又自感无力控制其发展时产生的一种内心悲伤体验;表现为失望、遗憾、痛苦、悲痛、哀痛、默默、胸闷,如哭泣不止、痛不欲生,甚至轻生则为病态。恐是自感面临某种危险情境,而缺乏应对的能力,企图逃避时产生的一种内心恐惧体验;表现为不安、担心、害怕、恐惧,若坐卧不宁、心慌手颤、寝食不安为病态。思是对外界事件进行思考思维,思虑或忧思时产生的一种内心忧虑体验;表现为凝思、苦想、思虑,若双眉紧皱、叹息、胸闷、纳呆、便溏为病态。

### 3 情志病病因

一般的情志病是指突然、强烈或持久的情志刺激,超出了人体正常生理活动范围,使人体气机紊乱、脏腑阴阳气血失调,导致疾病的发生,称为七情内伤。中医将导致人体产生疾病的原因归纳为三点,即外因(外感六淫)、内因(七情内伤)、不内外因(饮食劳倦)。陈言《三因极一病证方论·三因篇》云:“七情,人之常情,动之则先自脏腑郁发,外形于肢体,为内所因。”引动人之常情的原始动因不是突然、强烈或持久的情志刺激,而是突然、强烈或持久的外界事件(物),如:失业、失恋、失学、离婚、丧偶、天灾、人祸、疾病等,因此,情志不是病因,原始事件才是引致情志病的真正病因。关注这些原始事件及社会家庭关系才是防治情志病的根本。《素问解精微论》“是以人有德也,则气和于目,有亡,忧知于色”。德,得也,亡,失也。原始动因离不开利益的得失。

### 4 情志病病机——五脏气机逆乱

《素问·举痛论》“百病生于气”,张介宾注“气之在人,和则为正气,不和则为邪气”。人体气机的核心是五脏气机的升降出入的和合,外界事件通过五官的感应,通过心神的评价及内心的体验,对五脏功能及气机产生影响,若脏腑气机调畅和合,则只表现出情志反应;若气机逆乱,五脏失和,就表现为情志病症。

#### 4.1 肝在志为怒

人因某事而大怒或暴怒时,肝气上逆,常常表现为面红

目赤,甚至怒发冲冠;血随气逆,则呕吐、呕血、泄泻。《素问·生气通天论》“大怒则形气厥,而血菀于上,使人薄厥”。《素问·举痛论》“怒则气上,甚则呕血及衄泄”。

#### 4.2 心在志为喜

人因某事而大喜或狂喜时,心气涣散,常常表现为心神不定,不能集中精神,甚至如“范进中举”般发狂;《灵枢·本神篇》“喜乐者,神惮散而不藏”;《素问·举痛论》“喜则气缓”。

#### 4.3 脾在志为思

人长期、过度集中精神,思考某事物而心无旁骛“心有所存”时,特别是百思不得其解,愿望不能得到满足时,气机凝滞不畅,《素问·举痛论》“思则气结”“思则心有所存,神有所归,正气留而不行,故气结矣”。

#### 4.4 肺在志为悲

人因某事过度悲伤时,常常表现为哽咽,抽泣,哭泣不止,精神不振,周身软弱无力,语声低微等气虚气消的症状。《素问·举痛论》“悲则气消”。“悲则心系急,肺布叶举,而上焦不通,营卫不散,热气在中,故气消矣”。

#### 4.5 肾在志为恐

人因某事大恐惧时,常表现为心慌、面色苍白,手脚冰冷,两腿发软,甚至二便失禁。《素问·举痛论》“恐则气下”。肾气虚,闭藏固摄纳气功能失常。

### 5 情志病的预防

#### 5.1 四气调神

顺四时之气,调五脏气机:“春三月,此谓发陈。天地俱生,万物以荣。夜卧早起,广步于庭,被发缓形,以使志生。生而勿杀,予而勿夺,赏而勿罚。此春气之应,养生之道……夏三月,此谓蕃秀。天地气交,万物华实。夜卧早起,无厌于日。使志无怒,使华英成秀。使气得泄,若所爱在外。此夏气之应,养长之道也……秋三月,此谓容平。天气以急,地气以明。早卧早起,与鸡俱兴。使志安宁,以缓秋刑。收敛神气,使秋气平。无外其志,使肺气清。此秋气之应,养收之道也……冬三月,此谓闭藏。水冰地坼,无扰乎阳。早卧晚起,必待日光。去寒就温。无泄皮肤,使气亟夺。使志若伏若匿,若有私意。若已有得。此冬气之应,养藏之道也。”

#### 5.2 少壮不同,情志病防治有异

孔子云:“君子有三戒,少之时,血气未足,戒之在色;及其壮也,血气方刚,戒之在斗;及其衰也,血气既衰,戒之在得。”少年多火,阳证多见,防治以养阴清热,疏肝宁心为主;中年多郁,好胜好斗,所愿不遂,虚实夹杂,肝脾肾同治为宜;老年多虚,阴证多见,恐惧、多疑,补益肾精为本。

#### 5.3 内养外调

外界事件对人是否起作用或起什么作用?取决于五脏功能活动的状态,内养即调整五脏的功能,对外界事件做出正确的评价及应答,或调节欲望(得失)其高低适宜。除外避风、寒、暑、湿、燥、火、六淫之邪外,还要主动寻求良性的环境刺激,色养眼、乐悦耳、闻花香,赏美味,云疗、水疗、花疗、

阳光疗、海滩疗等。五行音乐,以角、徵、宫、商、羽作为调式的主音,通过对音势、节奏、音色、和声、配乐等多种元素的不同处理,形成的一种既具统一音乐风格,又各有调式情趣,对人体脏腑气血产生不同的作用,达到养生、怡情、疗疾的目的。宋代文坛大师欧阳修,“尝有幽忧之疾,而闲居不能治也”,继而学琴于孙友道滋,受宫音数引,久则乐乐愉然,不知疾之在体也。欧阳修所患之“幽忧之疾”,就是现代的忧郁症,宫音属土,为脾土之平气,所表达的意境是:夏末秋初,气机和平,走兽孕子,草木结实,万物化育,繁衍新生的景象。久闻宫乐,脾胃后天之本健壮,水谷精微化生有源,灌四旁而养四脏,心、肝、肺、肾气机调畅,故不知疾在体亦然。

## 6 经方治疗情志病

调畅气机是情志病治疗的关键,仲景首创和法,并创四逆散、小柴胡汤、泻心汤、百合地黄汤、半夏厚朴汤、甘麦大枣汤、黄连阿胶汤、柴胡桂枝龙骨牡蛎汤、桃核承气汤等,后世的柴胡疏肝散、逍遥散、归脾丸、血府逐瘀汤、越鞠丸、温胆汤、蒿芩清胆汤、滋水清肝饮、交泰丸、知柏地黄丸等多遵仲景心法而立。临床以肝郁脾虚和肝郁化火两型多见。肝郁脾虚典型病症:脏躁、梅核气、百合病、郁症、失眠、经断前后诸症。气郁化火典型病症:狂证、厥、失眠、焦虑、惊恐、喜忘。

### 6.1 梅核气——半夏厚朴汤

原始动因导致肝气郁结,循经上逆,结于咽喉;肝郁脾滞,津液不得输布成痰,痰气结于咽喉,咽喉部自觉有物梗阻,吐之不出,咽之不下,兼精神抑郁,胸闷、胸胁胀痛、善太息、或烦躁;或纳呆,胃脘胀满痞塞不通,食后及下午加重;或晨起恶心,或情绪好转后咽部梗阻感减轻或消失,继之又起。半夏辛温入脾胃,理气化痰散结、降逆和胃,为君药。厚朴苦辛性温,下气除满,助半夏散结降逆,为臣药。茯苓甘淡渗湿健脾,助半夏化痰;生姜辛温散结、和胃止呕,且制半夏之毒;紫苏叶芳香行气、理肺舒肝,助厚朴行气宽胸、宣通郁结之气,共为佐药。辛苦合用,辛以行气散结,苦以燥湿降逆,郁气得疏,痰涎得化,梅核气自除。

### 6.2 脏躁——甘麦大枣汤

因不顺心之事致肝郁气滞,肝失调达,气机不畅,气滞痰凝;久郁不解,气滞血瘀;郁而不伸,脾失健运,气血生化乏源,肾精无以资助;气郁化火,伤及阴血,累及于肾,阴虚火旺,脏腑失濡,心神失养,发为脏躁病。“妇人脏躁,喜悲伤欲哭,象如神灵所作,数欠伸,甘麦大枣汤主之”。脏躁的“脏”,注家说法各异,《医宗金鉴》:“脏,心脏也。心静则神藏,若为七情所伤,(因不顺心之事)则心不得静,而神躁扰

不宁也。”病位在心,与肝、脾、肾关系尤为密切。病发初期或轻浅阶段并无躯体症状,属典型的功能性精神疾患。若误治或失治,可发展出躯体病变成为器质性病变。治以疏肝健脾养心安神为主,妇女则兼调和冲任。以甘麦大枣汤,益气、养心、宁神、缓急、调和气机之效。

### 6.3 百合病——百合地黄汤

百合病的病因有二:一为热病之后,余热未尽,阴液未复百脉失养;一为情志不遂,气郁化火伤阴,心肺郁热。心主血脉,肺朝百脉,故心肺正常,则气血调达,百脉皆得其养。反之,则百脉俱受其累,证候百出:“意欲食复不能食,常默默,欲卧不能卧,欲行不能行,饮食或有美时,或有不闻食臭时,如寒无寒,如热无热,诸药不能治,如有神灵者,身形如和……”百合地黄汤以百合润肺清心,重调上焦心肺之气,肺主宣发肃降,心火以降为顺,温养肾水,使下焦肝血肾精得以温化,上济于心,水火交泰,生地黄汁滋肾水、益心阴兼清血热;泉水下热气、利小便,百脉气血调和,则诸症自愈。

## 7 验案举隅

患者,女,46岁。10年前因丧子精神受刺激,经常反复头晕心悸,倦怠乏力,睡眠较差。去年又因工作紧张,心悸加重,食欲不振,多疑善虑,时悲伤哭泣,心神不安,眠差多梦。舌质淡红,苔薄,脉细弱。辨证分析:丧子刺激,近日被工作压力所引动,导致五脏功能失调。病位在心、脾、肝,病性以虚为主,肝郁脾虚。诊断:郁证。治法:疏肝健脾,理气宁心。方药:小柴胡汤合归脾汤加减。处方:柴胡6g、人参15g、白术10g、茯苓20g、当归10g、黄芪15g、酸枣仁12g、远志10g、龙眼肉10g、木香6g、合欢花10g、丹参15g、焦三仙<sub>各</sub>10g,5剂,水煎服。5剂后病情好转,配合心理辅导,晨起服开心茶,20剂痊愈。

患者,女,52岁,因下岗,近半年失眠,入睡难,易醒,胃胀,尤以晚间胃胀为甚,晨起疲倦,纳差,潮热汗出,头晕且重,暖气,情绪低落,善哭泣,大便2日一行,舌淡,白苔,脉沉细。辨证:肝脾不和,痰湿阻滞之不寐。治法:疏肝健脾,和胃安神。方药:半夏泻心汤合半夏秫米汤加减。处方:法半夏6g、干姜3g、茯神20g、黄芩15g、党参15g、木香6g、砂仁6g、煅瓦楞子20g、连翘10g、薄荷<sub>后下</sub>10g、刺五加20g、姜竹茹15g、石菖蒲15g、小黄米10g、首乌藤30g、酸枣仁20g,10剂,水煎服。服10剂后,情绪稳定,失眠好转,以五子衍宗丸和逍遥散善后而愈。

(收稿日期:2016-08-22)

(本文编辑:王馨瑶)