

古医案心理疗法探析

周少林

(盐城市卫生职业技术学院, 江苏 盐城 224006)

摘要:心理疗法的案例是古人丰富治疗经验的结晶,是中医心理治疗的宝贵财富,本文主要归纳了顺情从欲法、疏导宣散法、移情易性法、暗示转移法、激发情绪法和情志相胜法等六种常用的心理治疗方法。期望传统的独具特色的中医心理疗法与现代心理学治疗融会贯通,更加广泛地应用于临床。

关键词:古医案;心理疗法;分析

中图分类号:R 249.1 **文献标识码:**B **文章编号:**1002-168X(2009)04-0013-03

心理疗法在我国源远流长,应用已久,《黄帝内经》中就有精辟的论述,历经数千年的临床实践和历代医家的不断补充、发展,已成为一种独特的治疗方法。中国传统文学作品以及古代医书中不乏心理治疗的经典案例,这些案例都是古人丰富治疗经验的结晶。纵观古代文学及医书的案例,常用的心理治疗方法可以归纳为以下几种:

1 顺情从欲法

顺情从欲是指针对精神忧郁或压抑等情志不遂的病人,顺从其意志和情绪,满足其身心需求,以消除患者不良心理因素的一种心理疗法。

案一:《古今图书集成》记载:有荷担贩盐者,家无斗粟,盐为捕所夺,呕血数升,匍匐求治。同文潜以白金半锭杂药中,其人启函得金,以为误也。同文曰:我安得有金?即遗汝,必明告汝矣。其人得金喜,饮药立愈^[1]。

分析:案例中患者乃赤贫之人,以荷担贩私盐为生,盐为捕所夺,恼怒上火,“怒则气上”而呕血。本案治疗以安抚心病为重,药治为辅。钱同文巧妙将半锭白银混入药中,使贫穷者解了燃眉之急,满足了养家糊口之需,因得到意外之财而异常惊喜,心感满足,故饮药立愈。医生根据患者的病情,给予顺情从欲的方法,极大满足了病人的需求,所以能够药到病除,立竿见影。

2 疏导宣散法

疏导宣散是通过语言说理开导或其他方法开导病人,使患者宣散解除压抑在内心的郁闷、忧愁、烦恼及恐惧等不良情绪的一种心理疗法。

案二:《晋书·乐广传》记载:“尝有亲客,久阔不复来,广问其故,答曰:‘前在坐,蒙赐酒,方欲饮,见杯中有蛇,意甚恶之,既饮而疾’。于是河南听事壁上有角(弓),添画作蛇,广意杯中蛇即角影也。复置酒于前处,谓客曰:‘酒中复有所见否?’答曰:‘所见如初’。广乃告知其所以,客豁然意解,沉疴顿愈”^[2]。

分析:本案例是大家熟悉的杯弓蛇影的故事,说的是晋代乐广的朋友做客家中,因饮酒时看到酒杯中有蛇而一病不起。乐广知道后请朋友再次做客,开导说一定能治愈疾病。朋友原位坐下,依然

共饮。朋友说杯中仍有蛇影,乐广则取下挂在墙壁上的弓,结果杯中什么也没有,朋友恍然大悟,疑虑和恐惧顿除。乐广巧妙地运用了疏导宣散的方法,一方面说理开导,一方面以行动恰到好处地排解了朋友的心中的疑虑,化解了心结,病霍然而愈。

3 移情易性法

移情易性也称为转移注意力法,是通过分散患者的注意力,或通过精神转移,改变人的情感和变异人的意志,以解脱不良情绪的一种心理疗法。

案三:《续名医类案·卷二十一》记载:卢不远治沈君鱼,终日畏死,龟卜筮数无不叩,名医之门无不造。一日就诊,卢为之立方用药,导谕千万言,略觉释然。次日侵晨又就诊,以下当十日死。卢留宿斋中,大壮其胆,指善出叩问谷禅师授参究法,参百日,念头始定而全安矣^[3]。

分析:沈君鱼患上了死亡恐惧症,终日沉浸于惊恐之中不能自拔。医生卢不远对患者千言万语地开导,疏泄其不良情绪,患者“略觉释然”。接着卢医生利用患者的信任,运用保证、劝其壮胆,调整环境、去除巫卜的刺激因素,并指导病人学习佛家禅宗修炼的参究法,内忘思虑,外息境缘,顺利分散了病人的注意力,改变了病人不良的精神情绪,使药物医治无效的疾患百日后得到痊愈。

4 暗示转移法

暗示转移即暗示疗法,指采用含蓄、间接的方式,对患者的心理状态产生影响,以诱导患者在不知不觉中接受医生的治疗性意见,或产生某种信念,或改变情绪和行为,达到治疗心理疾病的一种疗法。

案四:《名医类案》记载:一人在姻家过饮,醉甚,送宿花轩。夜半酒渴,欲水不得,遂口吸石槽中水碗许。天明视之,槽中俱是小红虫,心陡然而惊,抑郁不散,心中如有蛆物,胃脘便觉闭塞,日想月疑,渐成痿隔,遍医不愈。吴球往视之,知其病生于疑也。将红线剪断如蛆状,用巴豆二粒,同饭煮烂,入红线丸数十丸,令病人暗室服之,置宿盆内放水,须臾欲泻,令病人坐盆,泻出前物,荡漾如明,然后开窗,令亲视之。其病从此解,调理半月而愈^[4]。

分析:本案因醉甚口渴,而饮石槽中水,但天明

视之,槽中俱是小红虫,疑心顿起,郁郁不散,心中如有蛆物,“思则气结”,胃脘闭塞,脾不能运,渐成痿隔。吴球针对病人的心结,采用暗示转移的方法,将红线混入药丸中,使病人吃了泻药,认为小红虫皆排出体外,“其病从此解,调理半月而愈”。暗示转移疗法解决了患者内心长久解不开的结,病哪能不愈。

5 激发情绪法

针对患者的不同心理状态,采用有意识地诱发其某种情绪变化,如激怒或使其羞愧、惊恐等,利用随激情而出现的某些可以预期的强烈心理或行为反应,从而改善躯体功能状态,达到治疗目的的一种心理疗法。

案五:《吕氏春秋·至忠》记载:齐闵王疾,使人之宋迎文挚,文挚诊王脉,谓太子曰:非怒则王疾不可治,怒王则文挚死。太子曰:苟已王疾,臣与母以死争之,愿先生勿患也。文挚曰:诺。与太子期而往。不当者三,齐王固已怒矣。文挚至,不解履登床,履王衣问疾。王怒不与言,文挚因出陋辞以重怒王,王吐而起,遂乃疾已^[1]。

分析:战国时期齐王患了忧虑症,请来宋国的名医文挚细心诊断后对太子说:齐王的病必须用激怒的方法才能医治,如激怒了他,我的性命便不保。太子承诺只要治愈父王的病,定与母后力保文挚的性命。文挚前往见齐王,三次失约令王怒,今不脱鞋,直接上齐王的床,踩着齐王的衣服问疾看病,更用粗话激怒齐王。齐王怒不可遏,大骂文挚。怒骂之后,心中郁闷得到尽情倾泻,可谓一吐为快,忧虑症得愈。

6 情志相胜法

情志相胜是根据五行相克的理论,用一种情志去纠正相应所胜的另一种情志的心理治疗方法。如《素问·阴阳应象大论》云:“怒伤肝,悲胜怒。”“喜伤心,恐胜喜”。“思伤脾,怒胜思”。“忧伤肺,喜胜忧”。“恐伤肾,思胜恐”。

6.1 悲胜怒 是指医生人为地给大怒而肝气上逆的病人造成一种悲伤感,以悲化怒,达到治疗目的的一种治疗方法。

案六:《筠斋漫录》记载:“杨贲亨,明鄱阳人,善以意治病。一贵人患内障,性暴多怒,时时持镜自照,计日责效,屡医不愈,召杨诊之。杨曰:目疾可自愈,服药过多毒已下注左股,旦夕间当暴发,窃为公忧之,贵人因抚摩其股,日以毒发为悲,久之则目渐愈,而毒亦不发。以杨言不验,召诘之。杨曰:医者意也,公性暴善怒,心之所属,无时不在于目,则火上炎,目何由愈?我谎言令公凝神悲其足,则火自降,目自愈矣”^[5]。

分析:医生根据患者的病情,目疾久治不愈,乃肝气上冲,肝火上炎,故性暴多怒,目病难愈。采取令患者悲伤而忘怒的方法,诱使病人产生悲伤的情绪,以悲抑制过怒的病态心理,从而治愈了目疾。

6.2 怒胜思 是指医生对因久思积虑不能自拔的

病人,有意识地使其发怒,达到治疗目的的一种治疗方法。

案七:《医方考·情志门》记载:一思念许婚丈夫的女子,困卧如痴,不思饮食。其父求治于丹溪翁。朱氏谓其父曰,此思则气结,药难独治,得喜则解。不然,令其怒。其父“掌其面,污以外情”。女子大怒而号泣后,即求食矣。丹溪云,悲则气消,怒能胜思。病虽瘥,得喜方已。乃谕以夫回,疾遂不举^[6]。

分析:患者因思念丈夫而病,思则气结,不思饮食。朱丹溪告知其父以怒治思。其父不但动手打,而且还恶语侮辱,令其大怒。怒能胜思,病虽瘥,得喜方已。最终其夫返家,合家团圆,疾遂不举。

6.3 思胜恐 是指医生对因恐惧不安而致病的病人,对他们提出需要思考方可领悟的问题,使之有兴趣思考,从而消除恐惧,达到治疗目的的一种治疗方法。

案八:《愚庐随笔》记载:“孙姓童,一日游寺观,见神像有须,试拔之,得一茎,归告其母。母信佛,吓之:‘今夜神必来捕汝,其慎之。’童信其言,恐惧万状。入夜果寒热剧作,延某名医往诊,医询得真情,因谓之曰:‘我往拔示汝’,旋返,出须示之,童遂悦服。翌日热降病愈,其实蓬乱示看,乃猪鬃也”^[7]。

分析:本案孩子拔神像一根胡须,当不会有病,但被信神的母亲吓唬,甚为恐惧,由恐惧而生寒热。此病不在治寒热,而在治恐惧,解除恐惧心理,使之明白事理,忘却恐惧之事乃当务之急。医生的表演令孩子心悦诚服,通过思考明白了事情的来龙去脉,恐惧原因即刻消失,故病自愈。其实这是一种认知疗法,通过树立正确的认知和思维而治愈心理疾患。

6.4 恐胜喜 是指医生为因大喜伤心,狂笑不止,神志失常的病人造成一种恐惧的氛围,达到治疗目的的一种治疗方法。

案九:《儒林外史》有一则耳熟能详的范进中举的故事。清代范进连年不中,至年近时中了举人,范欣喜失态,连声道:“好了!我中了!”说着往后一跤跌倒,牙关紧闭,不省人事。范母慌了,灌了几口开水,范进爬将起来,又拍手大笑,冲出门外,狂跑不止。众人一齐道:“原来新贵人欢喜疯了。”后来人们找来了范进平时最惧怕的凶神恶煞般的老岳父胡屠夫,“狠狠打了他一巴掌,范进昏倒于地……抹胸口,捶背心,舞了半日,渐渐喘息过来,眼睛明亮,不疯了”^[8]。

分析:范进因为大喜伤心,导致心神不宁,神明逆乱而发癫狂。在岳父胡屠夫连打带吓之后,患者产生恐怖畏惧的心理,过度狂喜的病态情绪得到抑制和消除,“喜伤心,恐胜喜”故神志恢复正常。

6.5 喜胜忧 是指医生对因悲忧过度而致病的病人,用假设喜悦之事使其由悲转喜,心境豁达,达到治疗目的的一种治疗方法。

(下转第25页)

“痰”立论,提出吐法为主的治疗方法。李东垣在《兰室秘藏头痛》提出脾胃气虚,浊痰上逆之眩晕,治以半夏白术天麻汤。朱丹溪更是力倡“无痰不作眩”之说。明、清时期对眩晕的论述日臻完善。张景岳特别强调因虚致眩,认为“无虚不能致眩”;“眩运行一证,虚者居其八九,而兼火兼痰者,不过十中之一二耳”,将眩晕的病因病机概括为风、痰、虚等。张景岳的这些观点与我们的临床统计数据十分相符合,本病当属于祖国医学“痰饮”范畴,在治疗方面则强调健脾利水。如《金匱要略·痰饮咳嗽病脉证并治篇》中说“心下有痰饮,胸胁支满,目眩,苓桂术甘汤主之”。“心下有支饮,其人苦冒眩,泽泻汤主之”。《丹溪心法·头眩》中指出:“无痰不作眩”,并提出“治痰为先”的治疗方法。祖国医学认为,痰系病理产物,无论有形无形均源于脾。“脾为生痰之源”,脾失健运,水湿停留,聚湿生痰,痰浊蒙蔽清阳,风痰上扰清空,故发眩晕。且湿为阴邪,着而难却,多易反复发作,难以根治^[5]。

半夏白术天麻汤出自《医学心悟》,半夏白术天麻汤所治之风痰眩晕,其病缘于脾湿生痰,并肝风内动所致。痰浊蒙蔽清阳,风痰上扰清空,故眩晕而头重痛;痰气交阻,浊阴不降,故胸闷呕恶。治宜化痰熄风,兼以健脾祛湿^[6]。方中以半夏燥湿化痰,降逆止呕,以天麻化痰熄风,而止头痛,两者合用,为治风痰眩晕头痛之要药。李杲云:“足太阳痰厥头痛,非半夏不能疗。眼黑头旋,风虚内作,非天麻不能除”。故本方以此二味为君药。以白术为

臣,健脾燥湿,与半夏、天麻配伍,祛湿化痰、止眩之功益佳。佐以茯苓健脾渗湿,与白术相合,尤能治痰之本;橘皮理气化痰;姜以调和脾胃。

同时,眩晕在治疗过程中,适当采取正确的康复保健措施,也会收到良好的治疗效果,要注意进行饮食调养,应以富有营养和新鲜清淡食物为原则,忌食肥辣辛甘等食物。要进行精神调养,眩晕病人应该心胸宽广,精神乐观,注意休息起居,过度疲劳也是引起眩晕的主要诱发因素之一,眩晕急性发作期间应卧床休息,室内光线不要太强,这样既可以缓解眩晕症状,也能防止由于晕倒而造成的身体损害。

参考文献

- [1] 李宝莉,吴东兵,陈雅慧,等.眩晕中医分型的血液流变性和血脂血糖变化[J].第四军医大学学报,2008,28(7):660-662.
- [2] 王建文.辨证治疗眩晕证[J].湖北中医杂志,2008,30(9):42-43.
- [3] 戴慎,薛建国,岳沛平,等.中医病证诊疗标准与方剂选用[M].北京:人民卫生出版社,2001:184-188.
- [4] 中华人民共和国卫生部.中药新药临床研究指导原则[S].1993.
- [5] 李宝莉,王廷慧,赵菊梅.206例痰浊中阻型眩晕的血液流变性和血脂血糖变化的观察[J].陕西中医,2003,23(8):692-693.
- [6] 张秀梅,杨金山.半夏白术天麻汤加味治疗眩晕120例[J].河南中医,2005,25(2):62.

(收稿日期:2009-04-27;修回日期:2009-05-20)

(上接第14页)

案十:《医苑典故趣谈》记载:清朝一位巡捕,年老失宠,心情抑郁,整日闷闷不乐,不思饮食,失眠多梦,身体消瘦。众医家诊治效殆。请来名医叶氏为其诊治,叶氏按脉良久,察言观色,详问病史,最终诊断为月经不调。巡捕见名医诊断如此荒唐,当众则大笑不止,之后想起叶氏的诊断就忍俊不禁,久而久之心情逐渐变得开朗,荒唐糊涂的诊断竟治好了巡捕的忧郁症^[9]。

分析:此例乃据“悲则气消,忧则气结,喜则百脉舒和”之病机,名医叶氏巧妙运用“喜胜悲”的治疗方法,设法使病人开怀大笑,内心欢快喜悦,从而有效地消除了悲伤与忧郁的情绪。

古医案中的心理疗法丰富多彩,其方法也是灵活多变诸如谩骂疗法、痛苦疗法、羞耻疗法、欣喜疗法、音乐疗法、愤恨疗法、厌恶疗法等,不胜枚举。情志相胜法除了按照五行的相克规律之外,如喜胜怒、恐胜忧、悲胜喜、怒胜喜等,均未遵循情志相胜的原则,因篇幅均未涉猎。本文只是从古医案的一个侧面举例而已,不足以概括全部,此乃浩瀚医学典籍中的沧海一粟。实际上中医心理治疗异彩纷呈,颇具匠心和特色,包含许多合理适用的内容,其治疗方法朴素、简单、幽默、诙谐、生动、趣味,贴近

生活,贴近临床,更贴近人类,经历了几千年的积累和沉淀,在21世纪的今天仍然显示出其经久不衰的非凡魅力,值得现代心理治疗借鉴和吸纳,以丰富现代心理学和服务于新时代。

参考文献

- [1] 陈梦雷.古今图书集成·医部全录·第十二册·医术名流列传[M].北京:人民卫生出版社,1983:291,80.
- [2] 何文彬.《内经》情志致病理论及对后世的影响[J].浙江中医学院学报,2000,24(5):19.
- [3] 李兆健.古代情志相胜医案中的心理治疗方法初探[J].上海中医药大学学报,2004,18(2):13.
- [4] 江瑾,魏之琇.名医类案正续编·续名医类案·卷十·内伤[M].北京:中国中医药出版社,1996:133.
- [5] 张宇鹏,杨威,于峰.情志相胜学说与中医医案中的心理疗法[J].中国中医基础医学杂志,2005,11(10):728.
- [6] 史艳玲,原所贤,暴连英.中医情志相胜疗法的心身思考[J].医学与哲学,2001,22(6):51-52.
- [7] 张纯.中医心理治疗法探析[J].陕西中医,2004,25(8):729.
- [8] 吴敬梓.儒林外史[M].北京:人民文学出版社,1981:33-34.
- [9] 颜世富,王米渠.中医心理学论丛[M].新加坡:新加坡医药卫生出版社,2004:34-35.

(收稿日期:2009-02-13)

作者: [周少林](#)
作者单位: [盐城市卫生职业技术学院, 江苏, 盐城, 224006](#)
刊名: [陕西中医学院学报](#)
英文刊名: [JOURNAL OF SHAANXI COLLEGE OF TRADITIONAL CHINESE MEDICINE](#)
年, 卷(期): 2009, 32(4)

参考文献(9条)

1. 陈梦雷. [古今图书集成·医部全录·第十二册·医术名流列传](#) 1983
2. 何文彬. [〈内经〉情志致病理论及对后世的影响](#) 2000(05)
3. 李兆健. [古代情志相胜医案中的心理治疗方法初探](#)[期刊论文]-[上海中医药大学学报](#) 2004(02)
4. 江瓘. [魏之琇 名医类案正续编·续名医类案·卷十·内伤](#) 1996
5. 张宇鹏, 杨威, 于峥. [情志相胜学说与中医医案中的心理疗法](#)[期刊论文]-[中国中医基础医学杂志](#) 2005(10)
6. 史艳玲, 原所贤, 暴连英. [中医情志相用疗法的心身思考](#) 2001(06)
7. 张纯. [中医心理治疗理法探析](#)[期刊论文]-[陕西中医](#) 2004(08)
8. 吴敬梓. [儒林外史](#) 1981
9. 颜世富, 王米渠. [中医心理学论丛](#) 2004

本文链接: http://d.g.wanfangdata.com.cn/Periodical_sxzyxyxb200904007.aspx