

从祝由谈中医与心理学的关系

马艳苗, 王永辉, 梁琦, 柴智, 周然*

(山西中医学院基础医学院, 山西省太原市高校园区大学街 121 号, 030619)

摘要 祝由作为一种人类社会早期的心理治疗手段, 其兴起于“毒药未兴, 针石未起”之时, 一度成为国家的基础医学教育科目, 但由于祝由长期处于主流医学的边缘, 渐渐湮没, 并与巫术、法术论为一。祝由植根于中国传统文化, 蕴含着朴素的心理暗示、归因替代、意识疗法等心理学思想, 在中医史上有丰富的治疗案例, 对发展具有中国特色的心理学治疗有着十分重要的意义。

关键词 祝由; 中医心理学; 社会心理疾病

祝由在我国出现很早, 上古时期就有苗黎巫医苗父用祝由的方法治病的记载, 曰“苗父之为医也, 以菅为席, 以刍为狗, 北面而祝, 发十言耳。诸扶而来者, 舆而来者, 皆平复如故”。祝由术可能来源于我国南方楚地, 并和火神关系密切^[1]。目前我国古代保留比较完整的早期祝由文献主要有马王堆出土的帛书竹简《五十二病方》《杂禁方》等, 《五十二病方》中有 32 条介绍祝由术的医方, 占该书存方量的 11.3%^[2], 反映了上古祝由术的面貌。夏商至汉代, 祝由术空前发展, 曾治愈汉武帝的急病而轰动全国。魏晋以后, 祝由术融入了道家方术和释家的咒禁法, 如葛洪在其道家经典《抱朴子内篇·登涉》中记载了禹步的具体步骤, 当时行世的还有佛家的《龙树咒法》等。而后隋唐时期流行于民间的祝由术逐渐得到官方承认, 成为历代医事制度规定的医学专科, 巢元方录入《诸病源候论》中的“养生方”“养生方导引法”和孙思邈《千金翼方》中的“禁经”等, 反映了经过发展、达到高峰时期的祝由术面貌^[3]。宋代设有金鼓兼咒禁科, 北宋徽宗政和年间, 官版医药巨著《圣济总录》中收录有“符禁门”, 不仅论述祝由术, 还载录了 300 多道符录, 足见当时祝由术的繁盛。金元时期出现了正式命名的祝由科, 在疮肿丹毒、金疮、乳痛、疟疾等病症的治疗中均有祝

由的应用。明代时祝由在官方医疗机构中有提及, 而在民间发展较为繁盛。至清代末期渐从医术演变为法术^[4-5], 《轩辕碑记医学祝由十三科》成为了修行学道者寻求的书籍, 能够“驱邪缚魅”, 而祝由也渐渐成为迷信巫术藏身障目之所倚了。祝由在我国医学史上曾经发挥着举足轻重的作用, 但如今已被斥之为迷信, 乏人问津。那么祝由真的能治病吗?

1 中医眼中的祝由

“祝”所包含的内容是广泛的, 上至军事、政事, 下至祭祀、疗疾都有所应用, 而历代医家对祝由的看法也褒贬不一。扁鹊曰“信巫不信医不治, 巫岂可列之医科中哉?”朱丹溪在《格致余论·虚病痰病有似邪祟论》中提到某些病症用祝由术有益, 某些反而有害。张介宾在《类经·祝由》中讲到“使祝由家能因岐伯之言而推广其妙, 则功无不奏, 术无不神, 无怪其列于十三科之一, 又岂近代惑世诬民者流, 所可同日语哉。”吴鞠通认为, “凡治内伤者, 必先祝由, 详告以病之所由来, 使病人知之, 而不敢再犯, ……而后可以奏效如神”^[6]。由此可知, 祝由是可以用来治疗疾病的, 甚至一些医家对祝由的治疗效果也给予了充分的肯定。

1.1 中医著作中祝由对病因的解析

《灵枢·贼风》提到了祝由治疗的病因, 曰“黄帝曰: 今夫子之所言者, 皆病人之所自知也, 其母所遇邪气, 又母怵惕之所志, 卒然而病者, 其何故也? 唯有因鬼神之事乎? 岐伯曰: 此亦有故, 邪留而未发, 因而志有所恶, 及有所慕, 血气内

基金项目: 国家自然科学基金(81473589); 教育部人文社会科学研究基金(09YJC770048); 山西省基础研究计划(2015021188); 山西中医学院重点科技创新团队(20150401); 山西中医学院博士科研基金

* 通讯作者: liyy1002@163.com

乱，两气相搏，其所从来者微，视之不见，听而不闻，故似鬼神。黄帝曰：其祝而已者，其故何也？岐伯曰：先巫者，因知百病之胜，先知其病之所从生者，可祝而已也”。从这一段的描述中可以看出，在远古时代先哲们就已经认识到某些疾病的成因与精神情志刺激导致的气血运行逆乱有关，久而久之，可能这些无意识的心理波动会引起躯体症状，状如鬼神所做。“心病还需心药医”，且当时处于“毒药未兴，针石未起”之时，通过“知百病之胜”及“病所从生”的祝由可以转移患者精神，调整患者的气机，使精神内守，达到却病愈疾的治疗目的^[6-7]。《黄帝内经》中的“祝由”疗法体现出了医学心理学上的暗示治疗手段，完全可以与巫术迷信相区别，应提炼出传统祝由中的精华部分加以发扬，而抛弃传统祝由中巫所具有的沟通鬼神、通天达地的迷信成分。

1.2 中医著作中祝由对病机的解说

《素问·移精变气论》可谓是目前世界上较早记载精神疗法理论的文献，曰“黄帝问曰：余闻古之治病，唯其移精变气，可祝由而已。今世治病，毒药治其内，针石治其外，或愈或不愈，何也？”王冰注释曰“移谓移易，变谓变改，皆使邪不伤正，精神复通强而内守也。”吴崑注解为：“移易精神，变化脏气，导引营卫，归之平调而已。”“移精变气”的内涵就是指转移患者的注意力，调理病者紊乱的脏腑气机，最后使人体之阴阳恢复平衡。张介宾解释为“必先知其病所从生之由，而后以胜法胜之，则可移精变气，祛其邪矣。病有药石不及，非此不可者”。

可以看出，古代医家对使用祝由治疗“未病”和“已病”是持肯定态度的。认为疾病在初期，可以通过祝由调畅气机，使疾病消弭于无形；若不然，任其发展，纵使加之于毒药和针石，其预后也将是“愈或不愈”。对于现代内科杂病而言，很多在疾病初起深受心理因素的影响，而患病日久也极易造成心理上的负担，两者相互交杂，形成恶性循环。如精神分裂症患者中糖尿病的发病率为 15% ~ 18%，其中 2 型糖尿病的发生率为普通人群的 2 ~ 4 倍^[8]，而糖尿病患者也较易引发程度不同的心理障碍，例如焦虑、抑郁等^[9]。

1.3 祝由在中医治疗中的体现^[10]

巢元方《诸病源候论》中即有应用祝由以养生的记载；孙思邈在《千金翼方》中有“禁经”，包括“禁疟病”“禁疮肿”等内容；张子和《儒门事亲》中记载了祝由治疗疮肿丹毒、金疮等病证

的方法；朱丹溪在《格致余论》中阐述了祝由法的具体应用情况，并分析了何时有助于治疗、何时无益疗效；张景岳在《类经》中认为，祝由包括“情志相胜”疗法，“不可包治万病，必有轻浅小疾，乃可用之”，并有生动详细的案例记载；吴鞠通在《医医病书》中探讨了祝由起效的原因，并提出了“凡治内伤者，必先祝由”的观点；赵学敏在《本草纲目拾遗》中作“祝由验录”，以备“不能备药石”时使用。

2 祝由的心理学内涵

祝由产生于生产力极为落后的历史条件下，在那个时代人们对很多疾病的病因不了解，而对药物的认识还处于原始的萌芽状态，所以才有“神农尝百草，一日而遇七十毒”的记载，但是可以看到，在药物治疗极不发达的时代，却出现了心理治疗的萌芽，这种心理治疗是原始的、朴素的、蒙昧的，但却是心理暗示、催眠术、暗示疗法的萌芽，在沟通意识与无意识、象征与感应、归因替代方面做出了初步尝试^[11]。

当然不是什么人都可以使用祝由疗法的，孔子讲到，“南人有言曰‘人而无恒，不可以作巫医’”（《论语·子路》），说明当时南方的巫医是由“有恒”的长者所充任，这样的人一般是部族中拥有较高声望的长者^[12]，对于病者来说，比较容易建立起相互之间的信任，能够充分调动患者的主观能动性，病者在陈述病情的时候不会有太多的顾忌，会将潜意识中的心事说给施治者听，再由施治者根据自己丰富的人生经验给予患者心理开导，通过祈祷祭祀，祈求鬼神精怪脱离身体，或是采用积极的手段打鬼驱鬼，解决了潜在的心理冲突，树立驱崇抗病的意志与信心，使病者精神内守，气血调畅，达到心平气和的状态。对于精神疾病而言，消除病因对疾病的治疗大有裨益。借助仪式化的程序，祝由利用神灵在人们心目中的影响地位，通过治疗者的语言、动作、表情等各种行为暗示，对患者的情绪、态度和行为都有重大影响，缓解其在生活中面临的与心理社会相关的压力，给予病者社会支持，甚至有一定的催眠效应，改变患者对病痛的感受，增强耐受力。由于心理活动对生理活动的影响，祝由也可使躯体及组织器官的症状和体征发生变化。祝由疗法包含了心理治疗学的因素，能够产生心理抚慰作用，类似于“安慰剂效应”。现代研究表明，35% 的患者能从安慰剂治疗中获益，特别对患有精神抑郁症的患者来说，安慰剂的有效率高

达 80%。安慰剂通过有意识的认知加工过程——条件反射和无意识的认知加工过程——预期作用于人体,达到对疾病治疗和某些生理调节作用,而暗示被认为是影响预期的重要因素之一。暗示可以分为语言暗示和非语言暗示。首先,通过积极或消极的指导语或神态、形体表达,可以产生相应的预期,从而使症状减轻或加重。其次,良好的医患关系也有助于患者对治疗效果形成积极正面的预期,在医患关系积极融洽的情况下,能够取得更好的治疗效果^[1]。

精神分析学派创始人弗洛伊德认为,潜意识冲突可造成焦虑状态,个体则采取一系列自我防御机制克服这种焦虑并保持心理的平衡。新精神分析学者亚历山大则进一步提出,潜抑的心理冲突可以转换成躯体症状,压抑着的愤怒、忧郁等可以引起心血管、呼吸、消化等内脏功能的紊乱和障碍。因此,通过语言分析疏导,给予潜意识里的心理冲突和痛苦体验释放的途径可以起到治疗疾病的效果,在这种治疗过程中,医生的语言代替了内、外现实刺激物的作用^[2]。

现代社会科技与经济发展日新月异,快速的工作与生活节奏使人们精神压力加大,对社会压力的不适随之增多,社会心理疾病发病率和患病率逐年上升,直接威胁人类健康。社会文化、性格、情绪、心理应激,以及不良生活方式和行为等各种社会心理因素往往会诱发情志病,而情志病并非一个独立的疾病,通常会触发一系列躯体器质和功能性疾病,如心脑血管疾病、高血压病、糖尿病、消化系统疾病、月经病、癌症、梅尼埃病、瘰疬等,但其发生机制尚未明晰^[3]。西医抗精神病药物有较多副作用,例如口干、肌肉僵硬、抽筋、体重增加及类似帕金森病症状。作为中国本土的心理治疗方法,祝由是人类生命探索下最早期的文化智慧形态,在祝由这一人类最早形成的系统的医疗与精神活动中,包含着丰富的心理学意义或心理治疗意义上的操作^[4]。现代心理治疗强调治疗者与被治疗者文化背景的一致性,认为这样会提高疗效,这与祝由的操作依赖深厚的文化背景非常类似^[5]。中国文化是充满心理学意义的文化形态,其中也必然包含着启迪当代心理治疗和重要文化元素。

3 结语

可以看出,祝由其实是中国传统医学中情志病与心身医学的发端,而由心理因素导致的身体疾病正是造成现代人死亡率升高的重要原因,这就要求

医学研究必须系统化,即从生物、心理、社会角度全面系统地诊断个体。那么相对应地,治疗手段也必须多样化,如中医学就有方药、针灸和中医心理学等多种治疗方法,在几千年的历史进程中,方药和针灸无论从理论还是实践上都得到了充分的发展,并积极借助现代科学技术不断完善,而中医学中的心理学成分却未受到足够的重视,理论发展缓滞,临床医案零落,甚至在人们心中与封建迷信并无二异,处境着实堪忧。人类心理学萌芽已经有几千年的历史,但是真正作为一门学科进行研究不过短短两百年的时间,正如著名的实验心理学家 Hermann Ebbinghaus 所言“心理学有一个漫长的过去,却只有一个短暂的历史”。无论是中医还是西医,在精神疾患的治疗中应当取长补短,互相汲取养分,共同携手面对精神疾患日益严峻的现实。

参考文献

- [1] 李倩,颜红. 古术“祝由”的起源及心理学意义 [J]. 黑龙江中医药, 2011(3): 14-15.
- [2] 袁玮. 《五十二病方》祝由疗法浅析 [J]. 湖南中医学院学报, 1988, 8(1): 38-40.
- [3] 张素玲,王中茂. 从祝由看古代巫术的医疗作用 [J]. 洛阳师专学报, 1997, 16(6): 84-87.
- [4] 赵金龙,康铁君. 中医祝由的发展与现实意义 [J]. 天津中医药大学学报, 2009, 28(1): 6-8.
- [5] 佟欣,赵法政,左军,等. 中医心理暗示疗法的来源及医疗应用 [J]. 中国医药导报, 2015, 12(16): 149-152.
- [6] 张新义,傅文录. 《内经》中的暗示疗法浅探 [J]. 上海中医药杂志, 2004, 38(8): 49-50.
- [7] 王洪图. 内经 [M]. 北京: 人民卫生出版社, 2005: 786-787.
- [8] 朱晓丹,匡洪宇. 精神分裂症与糖尿病关系的研究进展 [J]. 医学综述, 2015, 21(13): 2414-2416.
- [9] 薛朝霞,卢莉,段丽娥. 心理社会因素在糖尿病发病及其干预中的作用 [J]. 医学与哲学, 2010, 21(4): 59-61.
- [10] 王建琴,霍有萍,杜渐. “祝由”内涵及在现代中医心理治疗中的意义 [J]. 中国中医基础医学杂志, 2014, 20(8): 1047-1048.
- [11] 邓潇斐,罗非,郭建友. 对立的双生子: 基于疼痛的安慰剂效应和反安慰剂效应机制 [J]. 心理科学进展, 2015, 23(5): 822-835.
- [12] 苏姗,李兆健. 祝由术的心理学角度剖析 [J]. 中华中医药学刊, 2011, 29(8): 1817-1819.
- [13] 汪凯,张骏. 社会心理因素在脑血管病一级预防中的作用 [J]. 中国现代神经疾病杂志, 2015, 15(1): 27-32.
- [14] 江雪华,申荷永. “祝由”的文化与心理分析内涵 [J]. 社会心理科学, 2006, 21(2): 237-240.

(收稿日期: 2016-09-19; 修回日期: 2016-09-29)

编辑: 黄 健