

中医心理学对“意志”的认识

张振华¹ 王克勤² 王 昊³ 杜 渐³ 杨秋莉^{3*}

(1. 山东中医药大学人文社科学院, 济南市长清大学科技园, 250355;

2. 黑龙江省中医研究院; 3. 中国中医科学院中医临床基础医学研究所)

基金项目: 科技部科技基础性工作专项项目(2008FY230300)

* 通讯作者: yql126@126.com, (010)64014411 转 3313

[摘要] 基于对中国古代文献的研究, 以及对意志含义的认识, 总结了意志在古代的称谓, 提出了意志的脏腑生理基础。中国古代文献多用“志”、“意”、“志意”来表达意志的含义, 意志的主要脏腑生理基础为心、脾、肾; 分析了意志与认知、意志与情感、意志与行为之关系, 指出了意志在疾病治疗中的作用即发挥主观能动性。

[关键词] 中医心理学; 意志; 认知; 情感

“意志”一词是现代心理学常用的词汇,《心理学词典》将其解释为:“自觉地确定目的,并根据目的支配、调节行动,从而实现预定目的的心理过程”。《心理学大辞典》的解释为:“个体自觉地确定目的,并据此支配和调节自己的行动、克服种种困难、实现预定目的的心理过程。”^[1]可见意志是一种较为高级的心理品质,具有指向性、目的性以及统率的作用。人的心理是在实践活动中,与客观现实相互作用中产生的,而意志使人有目的地认识与改造自己与世界,正所谓“有志者,事竟成”。因此,研究意志在当今社会仍然具有重大的现实意义。言今必先求古,中国近现代心理学的大部分内容都由西方引进,殊不知在我国古代文献中早有关于“意志”一词相关内涵的大量论述,只是用其他的词来表示而已。

1 “意志”的古代称谓

中国古代典籍已有“意志”一词,如《商君书·定分》云:“夫微妙意志之言,上知之所难也”;《抱朴子·自叙》云:“既性闇善忘,又少文,意志不专,所识者甚薄”;《辞源》^[2]对意志的解释:思想,志向;思想,即有深刻的意识和认识;志向,即目的。因此,古代的“意志”已具有现代心理学“意志”的内涵,但古代的“意志”与现代的“意志”含义不尽相同。在先秦诸子的著作及《黄帝内经》中,“意志”一词不多见,多以“志”或“志意”来表达现代心理学“意志”的含义。

《墨子·经说上》云:“志行,为也。”认为有“志”之“行”才可称为“为”,即有目的的行为才可称为“为”。孟子曰:“夫志,气之帅也。”可见“志”可以统帅“气”(《孟子·公孙丑上》)。宋代程颢、程颐曰:“志者,心之所之也”(《二程遗书·卷二》)。朱熹高足陈淳注

之:“之,犹向也。”并说:“一直去求讨要,要必得这个物事,便是志”(《四书性字义·卷上》)。这便是“志”具有指向性与目的性。王夫之曰:“心之所期为者,志也”(《诗广传·卷一》);“志者,事所自立而不可易者”(《张子正蒙注·中正篇》)。“不可易者”是指需要克服困难,才能达到目标。从上面的论述,可知“志”是有目的性、有坚持性的,由此可见,古代常用“志”表达现代词汇“意志”的意思。

但是个别也有用“意”称之者,如董仲舒:“心之所之谓意”(《春秋繁露·循天之道》),以及用“志意”称谓者,如荀子:《荀子·修身》云:“志意修则骄富贵,道义重则轻王公”。指人在面对自身生理需求及外界的诱惑时,意志可以起到重大作用,甚至是决定性作用,在理性认识的道德修养基础上产生的“志意”,“富贵不能淫,威武不能屈”,是坚定不移的。清代戴震说:“凡有所行,端皆起于志意”(《孟子字义疏证上·理》)。意思就是行为的源泉或动力都是有目标的,这里的“志意”有现代心理学意志的意思。

由此可见,古代多用“志”、“意”、“志意”表达现代心理学“意志”的含义。

2 《黄帝内经》对“意志”的论述

《黄帝内经》中表达现代心理学“意志”含义者为“志意”。其中明确提到“志意”者有:“苍天之气,清静则志意治”^[3];“志意通,内连骨髓,而成身形五脏”(《素问·调经论》)。这里的志意是指精神。“圣人之术,为万民式,论裁志意,必有法则”(《素问·疏五过论》);“所以十不全者,精神不专,志意不理,外内相失”(《素问·微四失论》)。这里的“志意”有医生分析思考病情的意思。“至其淫佚离藏则精失,魂魄

飞扬,志意恍乱,智虑去身”^[4];“何谓神不使?针石,道也。精神不进,志意不治,故病不可愈”(《素问·汤液醪醴论》);“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”(《灵枢·本脏》);“目者,五脏六腑之精也,营卫魂魄之所常营也,神气之所生也。故神劳则魂魄散,志意乱”(《灵枢·大惑论》)。这里的“志意”能调节精神、情绪、行为,统率各种心理活动,因此,具有现代心理学意志的意思。另外,“志意”与健康的关系十分密切,这也是我国古代医学提出的心理因素影响人健康的又一证据。

3 我国古代“志”、“意”的区别及意志过程学说

现代心理学中的“意志”,是作为一个概念来应用的。但中国古代的“志”、“意”,除了在广义上表达“意志”外,在狭义上二者的含义既有相同之处,也有明显的区别。

程灏、程颐认为,“志者,心之所之也”(《二程遗书·卷二》)。“志”即指目的、方向而言。《粹言》又说:“志自所存主言之,发则意也。”指出“志”与“意”的区别在于“存”与“发”,“志”是存而未发,“意”则是人们已表达出来的意见或主张。朱熹进一步明确指出:“志者,心之所之”;“意者,心之所发”(《朱子语类·卷五》)。认为二者虽然都是从“心”而发出的心理活动,但“志”是内心对事物的指向,是“心”寂然不动的状态,而“意”则是去实现“志”,如此便构成一个“志—意—行”的过程,这就是宋代理学家的志行说。

王夫之对“志”、“意”的异同又有新的看法。“心之所期者,志也”(《诗广传·卷一》);“欲有所为者,亦可云意”(《读四书大全说·论语·子罕》)。他认为,“志”、“意”二者虽然都是心有主向的表现,但“意者,心所偶发”而“志者……一定而不可易者”(《张子正蒙注·大心篇》)。“意者,乍随物感而起也;志者,事所自立而不可易者也”(《张子正蒙注·有德篇》)。指出“意”是随感而发,时起时变,带有任意的非自觉性质,具有短期性和偶然性的特点,是一种“私地潜行”的动机。而“志”则是事先预定的带有明确目标的自觉的心理活动,具有持久性、稳定性的特点,二者在目标确立的明确、计划程度及持久性上有其区别。

《黄帝内经》中“志”与“意”的异同在《灵枢·本神》中有所记载:“心有所忆谓之意”,这里的“意”是记忆的意思;“意之所存谓之志”,这里的“志”指的是对事物的认识或长时记忆。对于意志过程的“志”与

“意”的认识,后世医家则有所阐发,如张介宾曰:“一念之主,心有所向而未定者曰意”;“志,为意已决而卓有所立者”(《类经·藏象类》)。《医宗金鉴》也说:“意是心机动未形”,“意之所专谓之志。”指出“意”是尚未决定的意向,是行为或目的不坚定,没有很明确的指向性,层次是比较浅的,而“志”则是在“意”的基础上确定的具有明确目的性的动机或行为,是层次比较深的。王肯堂《证治准绳》更明确指出:“志是静而不移,意是动而不定。”这是从静止与运动的角度来区分意与志。医家的这些论述,是将“意”置于“志”之前,与朱熹的“志—意—行”不同,构成的是“意—志—行”的过程。这一点在中医心理学界,还未形成定论,有待进一步研究,但目前界内多倾向于“意—志—行”这一意志过程。

4 意志过程的脏腑生理基础

我国古代哲学及医学都有过许多关于形神关系的论述,早在《黄帝内经》时期就已经有了健康的人要“形与神俱”的观点,以后范缜在《神灭论》中明确提出了形神关系为形质神用,因为这才是一个完整的人。意志过程作为人的重要心理活动,属于中医学“神”的范畴,意志过程必然有其生理基础,“气”作为意志的生理基础自不必明言,由此可见,意志过程是有其脏腑生理基础的。

4.1 心神主导意志过程

早在战国时期,荀子就曾说过:“心者,形之君也而神明之主也,……心不可劫而使易意,是之则受,非之则辞”(《荀子·解蔽》)。强调了意志所以具有坚定性的品质,就是由于“心不可劫”的缘故。追溯其理论根源为心者“君主之官,神明出焉”(《素问·灵兰秘典论》);“精神之所舍也”(《灵枢·邪客》)。人身之神由心所主,神志由心所主,心主导着全部的精神心理活动,意志过程是在心神统领之下所实施的一部分“神”的功能,比如“称心如意”、“计上心来”等,以及在意志过程中遇到挫折时所说的“心灰意冷”。正如朱熹所言:“志者心之所之”;“意者心之所发”(《朱子语类·卷五》)。心神对意志过程具有主导作用,“心”是意志重要的物质基础之一。

4.2 “脾藏营”、“肾藏精”为意志过程的物质基础

中医心理学的“形神合一”、“形与神俱”强调,神的活动是以精气营血为物质基础,意志过程也不例外,正如《灵枢·本神》所言:“脾藏营,营舍意”;“肾藏精,精舍志”。“肾者主蛰,封藏之本,精之处也”(《素问·六节藏象论》);“受五脏六腑之精而藏之”

《素问·上古天真论》。精受于先天而藏之于肾,故称肾为先天之本,肾精又赖后天五脏六腑之精以充养,所以“肾藏精,精舍志”;“脾藏营,营舍意”。实际上就是从先天和后天两方面阐述意志过程的物质基础。《本草通玄》所说:“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,临床上常见肾气虚、脾气虚者,注意力不能持久,不能坚持工作等。

此外,意志过程的脏腑生理基础除心、脾、肾外,也与其他脏腑有关。如“肝者,将军之官,谋虑出焉”;“胆者,中正之官,决断出焉”(《素问·灵兰秘典论》)。它们在意志过程中都发挥着重要作用,前者影响着目标的正确选择,后者影响着最后实施的决定。

5 意志对机体的调控作用

意志是在心神统领下的最高层次的“五脏神”,因此,可一定程度地代“心君”行使对机体的调控作用。《灵枢·本脏》曰:“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,五脏不受邪矣”。意志可控制或影响其他心理活动,并能调节机体适应外环境的变化,具有保护身心健康的重要意义。

5.1 意志与认知

《墨子·修身》曰:“志不强者智不达。”《荀子·正论》曰:“志意修,德行厚,知虑明。”意志坚强者,在修为中能刻苦努力,发奋图强,在自省中也能持久,这是获得成果和智慧的必要条件。每日三省吾身,若不是具有强大的意志力,谁能做到?朱熹云:“知则主于识别,意则主于营为”(《朱子语类·卷十五》)。行动的目的是确定的,但在执行中有时还要根据实际情况考虑修改方案,修正方法,以适应新形势,这需要再认知。总之,意志影响着人对知识和技能与能力的学习,对自身的思辨,以及解决问题时运用的思维和策略,这些都是成功的必备因素,意志活动无时无刻都影响着人的认知活动。

5.2 意志与情感

关于意志与情感的关系,孟子在《孟子·公孙丑上》最早提出了“志气说”。志,指心志,即今之意志;气,指意气,即今之情感。曰:“夫志,气之帅也”;“持其志,无暴其气。”明确指出意志可以统帅情感,人们应该坚守其志,不滥用自己的情感,这样就可做到“不动其心”。孟子又曰:“志一则动气,气一则动志

也。”指出情感和意志可互相影响,意志专注于某一方面,情感便会随之而转移;情感专注于某一方面,意志也会随之而转移,也就是说情感可动摇意志。

宋代理学家程颢、程颐发展了孟子的“志气说”,在意志与情感二者关系中,强调“志为之主,乃能生浩然之气。志至焉,气次焉,自有先后”(《二程遗书·卷十五》)。因此,认为“志动气者多,气动志者少”;“志已坚定,则气不能动志”;“志御气则治,气御志则乱”。以理智和意志为主兼顾情感,对人解决问题,客观面对现实有巨大的积极作用。而如果以情感为主处理问题,则容易主观化,对人的健康以及社会适应也有百害而无一利。如果能用“志”来御“气”,就不会任由情绪支配行动,情商就会提高,这对建立和谐的人际关系并使自己身心愉悦大有裨益。总之,意志可以统帅情感,情感对意志具有动力作用,意志与情感互相影响。

5.3 意志与行为

对意志过程与行为的密切关系,我国古代思想家早就有所认识。《墨子·经说上》曰:“志行,为也。”将“志”和“行”联系在一起,认为有“志”之“行”才可称谓“为”,强调了意志和行为是紧密联系的。意志是人的心理能动作用的突出表现,可以能动地调控人的行为。荀子在《解蔽》篇中,对这种调控作用进行了很好的阐述,曰“心者,形之君也,而神明之主也,出令而无所受令。自禁也,自使也;自夺也,自取也;自行也,自止也”。心虽为君主之官而主神明,人的行为也应由心神主导。但荀子认为,心君虽出此令,而执行调控作用者则是意志,意志可以发动、维持和制止行为。

意志是行为的动力源泉,在行为遇到困难时,往往靠意志坚持。“志不笃者不能力行”(《河南程氏粹言·卷一》)。明代王守仁认为,行为始之于意志,故曰:“欲行之心即是意,即是行之始也”(《传习录中·答顾东桥书》)。清代戴震更明确指出:“凡有所行,端皆起于志意,如见之端起于隐,显之端起于微,其意志既动,人不见也”(《孟子字义疏证上·理》)。认为意志是行为的开端,行为是意志的外在表现。总而言之,意志与行为具有密切关系。

6 意志在疾病治疗中的作用

《黄帝内经》重视意志在医生临床诊断中的重要作用,强调“凡治病必察其下,适其脉,观其志意,与其病也”(《素问·五脏别论》)。将“观其志意”的重要性与望诊、脉诊等置于同等地位;并将忽略意志的

诊察作为医者的过失之一,“所以不十全者,精神不专,志意不理,外内相失,故时疑殆”(《素问·微四失论》)。意志是内部意识事实向外部动作的转化,因此,可通过外在表现的精神状态、行为动作等观察之。这些都为中医临床辨证提供了重要素材,可很好地指导精神行为疾病的辨证论治。

在疾病的治疗和康复中,意志的作用就是发挥人的主观能动性,中医心理学认为,意志是人身之神的最高层次活动,可驾驭气行使对机体的调控作用,有利于机体自稳态的维护,在阴阳失调的病理状态下,则有助于恢复阴阳协调的健康状态。对于疾病治疗来说,一切治疗手段都是外因,而人的心理活动及主观能动性则是内因,外因必须通过内因才起作用。《黄帝内经》认为,影响临床疗效的重要原因是“神不使也”,“何谓神不使?……精神不进,志意不治,故病不可愈”(《素问·汤液醪醴论》)。明确地将志意之神视为愈病之关键。《类经·论治类》进一步释之曰:“凡治病之道,攻邪在乎针药,行药在乎神气。故治施于外,则神应于中,使之升则升,使之降则降,是其神之可使也。若以药剂治其内而脏气不应,针艾治其外而经气不应,此其神气已去,而无可使矣。虽竭力治之,终成虚废已尔,是即所谓不使也。”《黄帝内经》与《类经》所强调的“神”在治疗中的重要作用,实际就是意志对机体的调控作用,也就是机体的主观能动作用。因此,一个意志坚强的人,能很好地调控自己的精神情绪,对战胜疾病充满信心,持有恒心,主动

作为,在疾病的治疗过程中充分地发挥主观能动性,对提高疗效,缩短病程具有重要的作用。

7 小结

意志在我国古代多用“志”来表示,亦有见“意”、“志意”、“意志”者,同时“意”和“志”在我国古代分别有其他不同的意思,因此,在阅读古代文献时需要用心辨别。意志有其脏腑基础,心神主导意志过程,脾和肾也是意志过程的重要脏腑基础。意志对人的认知、情感和行为都有强大和深刻的影响,这一心理品质可以使人发挥强大的主观能动性,进而认识、改造自己与世界;薛崇成、杨秋莉^[5]曾提出了中医的医学模式:时—空—社会—心理—生物医学模式,在心理因素致病凸显的当今社会,意志作为心理品质的重要组成部分,对于促进人的健康,预防疾病发生及促进疾病恢复,均具有重大的现实意义。

参考文献

- [1]林崇德,杨治良,黄希庭.心理学大辞典[M].上海:上海教育出版社,2003:1555.
- [2]商务印书馆.辞源(修订本)[M].北京:商务印书馆,1980:1142.
- [3]王洪图.黄帝内经素问[M].北京:人民卫生出版社,2004:15.
- [4]王洪图.黄帝内经灵枢[M].北京:人民卫生出版社,2004:88.
- [5]薛崇成,杨秋莉.中医的医学模式与中医学心理学[J].亚太传统医药,2006,(1):31-33.

(收稿日期:2012-07-05;修回日期:2012-08-13)

[编辑:黄健]

(上接第289页)

按:《医门法律》云:“燥盛则干。夫干之为害,非遽赤地千里也,有干于外而皮肤皴揭者,有干于内而精血枯涸者,有干于津液而荣卫气衰、肉烁而皮著于骨者,随其大经小络,所属上下中外前后,各为病所。”该例患者典型临床表现为干燥综合征引起血液系统损害,而以白细胞下降为突出特点,并表现面色^㿠白、腰膝酸软、倦怠乏力等脾肾亏虚、精血乏源之象。津血同源,今外感燥邪,或阴精暗耗;内灼阴津,使阴津亏虚,津亏而血之化源不足。另一方面,人体之气,由精化生,阴精内耗,而致气虚,气不足则使血之化源更乏,终至精血枯涸。另外,阴精暗耗致气虚,气虚更使燥痹之象加重,如李东垣曰:“气少作燥,甚则口中无涎。泪也津液,赖气之升提敷布,使能达其所,溢其窍。今气虚津不供奉,则泪液少也,口眼干燥之症作矣”。因此,治疗当以补益气血、健脾益肾

以益气血生化之源。方中黄芪携四君子汤以直入中土而行三焦,健脾益气;黄精,“宽中益气,使五脏调”(*《本经逢源》*);熟地黄、山药、山茱萸补肾精、益阴血;枸杞、菟丝子和女贞子、墨旱莲为冯老师喜用的两对对药,其中枸杞子、菟丝子补肾益精,亦能明目;女贞子、墨旱莲,“女贞实,固入血海益血,而和气以上荣”(*《本草述》*),墨旱莲则补肾益阴;菊花益肝补阴、清肝明目;天花粉、石斛养阴生津;甘草调和诸药。诸药合用,共奏健脾益肾、补气养血填精之功。

参考文献

- [1]蒋明,David Yu,林孝义,等.中华风湿病学[M].北京:华夏出版社,2004:840.
- [2]王承德,沈丕安,胡荫奇.实用中医风湿病学[M].北京:人民卫生出版社,2009:827.

(收稿日期:2012-05-21;修回日期:2012-08-05)

[编辑:洪涛]