



中医心理学在线

病安從來

精內守

真從之

恬虛無



首页 | 心闻导航 | 心理研究 | 教育培训 | 心理测量 | 心理治疗 | 心理咨询 | 养心保健 | 基础知识 | 心灵驿站 | 产品中心 | 学会介绍

您现在的位置: [首页](#)>>[心理研究](#)>> 精神分析与中医心理学

精神分析与中医心理学

王米渠

精神分析心理学是研究人的心理的一种理论和精神病治疗方法。它在世界上影响甚大，是争议最多的一种学说。精神分析由奥地利著名的心理学家、精神病学家弗洛伊德创立，亦称弗洛伊德主义。

弗洛伊德早年在医学院就读，最初醉心于达尔文学说，后来通过自己的医疗实践，对精神病患者的心理活动愈来愈感兴趣，终于成为一个世界知名的心理学家。他主要提出了“力比多”概念，力主泛性论，建立“三我”的人格模式，着重研究潜意识与意识，压抑与反抗，通过观察病人言行去发现潜意识；通过对梦的分析、自由联想法移情，进行心理分析而疗病。其内容广泛而复杂，其代表作为《梦的解释》、《性欲理论三讲》、《精神分析引论》等。它可同中医学、中医心理学作如下比较研究。

一、悖论：泛性论与禁欲论

精神分析派心理学理论的一个核心部分是“力比多”（libido），又称“依特”、下意识、潜意识。弗氏认为“力比多”是一种心能，尤其是性的本能的能，是一种特殊的精神领域，它潜藏于前意识的深层，被具有社会属性的超我压抑，它遵照“快乐原则”行事，是人的心理的基本动力，是一切行为活动的根源，就是说心理的根本问题是性的本能。弗洛伊德的“性”包括两重概念，狭义的男女性欲之“性”，接吻、触、摸等一切快感均与性有关，与生殖行为相关的均是性的基本表现；广义的性是一切保持的活动的广泛动力，一切个体生命繁衍的基本力量，如温暖、饥饿等需要。这样他就将性的概念无限延伸，延伸到各个领域。从个体发展而论，他追溯婴儿至老年，从出生到死亡。特别是2岁以前的儿童，弗氏将“力比多”的发展分为口腔期、肛门期、阴茎期三个时期，尤其引入伊谛普斯情结（杀父娶母）或恋母（父）情结（指向异性父母作为性爱的对象），引起人们争议。弗氏将性概念和领域无穷扩张到一切感觉、知觉、思维等心理活动以及社会化的文化、道德、宗教、哲学等等。这对于心理学来说，他扩大了心理学研究领域，加深了研究的深度，因此被人称为深层心理学。弗氏的“力比多”、泛性论在世界广为传播，重欲轻理是精神分析学派的基本倾向。

中医学则与弗氏泛性论恰好相反，向来讲究轻欲重理，东方文化前景要求“存天理，灭人欲”，在中医养生学中要求减少情欲、欲望、妄想、性欲，力求减少到最小程度，尤其是性欲方面的内容，或者说将行为缩小到尽可能小的程度。在中医心理卫生上，认为减少到越少越有利于保精全神而利于身体健康。其理想领域是“恬淡虚无”，（《素问上古天真论》），由安适清闲到恬静虚空，再由恬静虚空一直到达“无”的境界。这受老子哲学思想的影响很大，体现了东方的传统思想。《内经》树立的这种标准是真人、至人、圣人和贤人，能做到“嗜欲不能劳其目”，“淫邪不能惑其心”，而能享有“久视长生”。

《内经》的情欲观颇有禁欲主义倾向，其认为性欲、色情、欲望等一切关系到男女两性的即是肮脏、齷齪，见不得人的，甚至是罪恶的。这由于东方思想封闭、中国封建社会高度发展，从传统的道德传统文化概念看是应禁止的。“智者察同，愚者察异”（《素问阴阳应象大论》），要求聪明者是自己把欲望、情欲深深地潜藏、隐没以至消灭，以达到健身节欲以保精，以利健康、长寿。在个人修养方面，则如孟子所说“富贵不能淫”，传统文化总是克制，抵抗性的本能，而自觉地约束自己。

总之，中医这种“禁欲论”与弗洛伊德的泛性论截然相反。这里辨析有以下几个方面：①对性行为的封闭与开放；②对情欲的禁止与发掘；③性意识要自觉潜藏与潜意识要向着意识升华；④性知识的多与少。弗洛伊德是不断地挖掘潜意识，以痛快地泄出为目的，而中医则自觉得使性欲灭亡为上乘。所以两者完全是向相反方向发展的两种理论。

二、相似：实用性与难实证性

弗洛伊德是医生，而非心理学家。他提出精神分析派心理不是发端于精神病学，是在对精神病预防和诊疗实践基础上形成的，故有较大的实用性，尽管他的理论难以实证，但至今仍为治疗精神病的有效的的方法之一，故有强大的生命力。他的著作曾被希特勒政府宣布为禁书，苏联和我国也曾一度“左”批判过，但仍由于它适应于治病等原因而不时复兴。多年来，很多人所以不欢迎弗洛伊德的学说，主要不是出之于理智，而是出之于情感。因为弗洛伊德太强调性欲本能，认为他卑鄙下流，大逆不道，所以就很不喜欢他及他所提出的学说。弗洛伊德生前曾屡遭人们的这种讥辱。他的泛性论或唯性论的问题，虽然不能实证，但他在实际中提出问题、解决问题是应该重视的。

弗洛伊德幼时从奥国的夫莱堡迁家到莱比锡的路上，他因瓦斯灯光联想到人的灵魂，致罹心病，其患神经衰弱，直到成年均用自我分析治疗。弗氏对自己的学说确实身体力行的暗示催眠到独树一帜的自由联想，四十岁时从实践中开始，正式使用“精神分析”这一术语，理论和实践上进一步成熟起来。其运用是很广泛的，除了医学外，对文学、艺术、美学、伦理学、社会学、法学、哲学等方面有广泛的影响。

弗洛伊德的精神分析理论是怪僻的领域，是广泛的，论证是玄妙的，而常以神话传说来论证，完全是思辩性质，它作为一种个案经验典型论述方式是难以建立实验方法重复证实的。弗氏的奇特见解及精神分析学派繁杂的分支，不仅别人反对甚至自己的得意学生荣格也与其分手。女儿安娜持某些异议，象这样一个复杂庞大、而且悖论丛生的体系，确实难于证实，如果以目前实验科学来衡量，简直一塌糊涂，自无严格的科学性而言。但它确实来源于精神病的治疗实践，有一定的实用价值。实践是检验真理的一标准，这样看为也不可否定，而当进一步研究。

中医学在复杂性、难以实证性，而又有相当实用性，这与弗洛伊德的精神分析派心理学颇为相似。如经络确有应验，但目前又拿不出公认实验论证来；气功收效极好，有广泛的防治疾病的社会效应，但又难透彻证实，这些实用价值也为世界所承认。用当今实验科学证明也要有一个过程，中医学从整体观到辩证论治，个案疗效，多数难以实证，所以引起了一些非议和看法。我们决不能因噎废食，不能以目前的水平冷淡地看待这门学科。

中医心理学自然有从母体带来的上述“遗传”特征，目前它的研究水平从整体上而言仍是建立在东方思辩性上。虽然目前有中医心理学，开始了一些调查研究，但主要是对传统资料理论的升华。基本上属于思辩性质的学科，要立住脚，首先要求我们认识这门学科的适用性，在养生防病，治病疾上确实有实际效用。中医心理学内容广泛，不仅涉及到中医的各个方面，也涉及到一些其他领域，它建立自己的体系，可以成为一门学科，但目前也应看到中医心理学本身发展水平和现代科学论证能力的局限，要以实验科学来发展其学科虽很重要，但完全仅以今天的实验科学来衡量科学性与否，则有极大的偏颇。如在中医诊治过程中，有大量的形象思维，难以捉摸的直觉思维和灵感思维。所以这个诊治过程也被人指责不是现代严格“科学”上的“学科”，因而怀疑它的科学性。然其实用性却是有目共睹的，它是十分重要的。中医学在近代史上，尽管北洋军阀取缔，有国民党政府的“废止”提案，有50年代王斌错误路线，有文革中的简单取代，但中医仍然保持自我主体在发展着。同样中医心理学常被“正统学术界”不承认，传统学术斥之“旁门左道”，但它只要有实践意义，就一定会发展起来的。正如弗洛伊德以医学家出发研究心理，被学院心理学界蔑视，但当它以实用性在世界发展起来的时候，“正统”的构造心理学家铁钦纳等人不得不邀请他讲学，精神分析学派进而在世界上影响取代构造心理学的主流地位，成为一度世界上平分心理学世界之一的学派（另一派是行为主义）。

三、解梦：挖掘潜意识与阴阳五行

弗洛伊德1900年出版了《梦的解析》，标志着精神分析的诞生，然而却被大多数人理解，为学术界所抹煞，当他在大学以“关于梦”为题作讲演时，出席者仅三人。然而以后人们理解，并在精神病学和文学中风行一时，弗氏是当今集梦之大成者。有梦的专著，就是在《精神分析引论》中亦有十五讲论梦。

他认为梦是有意义的，重要在通过梦透视分析，进而挖掘潜意识上升为意识而起到重要的作用。弗氏指出：“梦”是一种具有充分价值的精神现象，确实是一种愿望的满足；它在清醒时我们可以理解的精神动作长链中占有它的位置，它是通过一种高度错综复杂的理智活动而被建造起来的。弗洛伊德为了深入研究梦，“将要把梦所叙述的东西称之为梦的外显内容；那种隐匿的，只有通过观念分析才能达到的东西，我们称之为内隐的梦的思想。而梦两种势力或能量，在每个人个体内都有两种作为梦形成的首要原因的精神势力，其中一种势力构成梦所表示的愿望，而另一种势力则作为检查官对这个梦的愿望发生作用，而且凭借这种检查作用迫使它的表现发生歪曲。”第一种实际上也就是“力必多”的各种本能冲动，第二种实际上就是早期的“看守人”或“检查官”，后期的“自我”和“超自我”。弗氏认为梦的工作有四种基本过程：第一种过程是压缩作用，也主是外显的梦比之于内隐的梦具有较小的内容，它是后者一简略的译本。第二种过程是移置作用，要越过梦的检查官，只有当它使得从引喻返回原本的小道才不可能被发现。第三种过程是要把思想翻译为视觉意象的作用，是“梦的描述手段”。第四种过程是“二级加工”，

它的功用就在于“把梦的工作的最后产物发展为某种统一的东西，某种近于连贯的东西。

中医解梦，没有抬到弗氏这样高的位置，也没有这样玄妙复杂之感。虽然也有梦的象征、启示、模拟、预见等作用，但中医与弗氏解梦理论完全不同，理论上用阴阳学说，进而补充用五行学说去解梦。《内经》、《景岳全书》和《渊鉴类函》等著作都用朴实的阴阳五行学说进行解梦。梦中的火属热属实，而梦中的水属阴属寒属虚。《灵枢淫邪发梦篇》中“阴气盛则梦涉大水而恐惧，阳气盛则梦大火而燔热”是典型之论，还可根据梦的归类木、火、土、金、水而归属肝、心、脾、肺、肾。这样，中医解梦，就以它的中医辨证实用性著称。在这方面，《灵枢淫邪发梦篇》、《素问脉要精微论》、《素问方盛衰论》都有论述。基本上《内经》的解梦是从病理上的偏盛来解释，认为圣人无梦。这种解释体现了东方文化背景。

弗洛伊德的释梦主要挖掘潜意识，尤其是挖掘受压抑的底层。当夜晚时，责任“法官”作用的超我，放松了“看管”，这时潜意识趁“守门人”未注意而蹑跖出来，而且通过扭曲变幻、斩头去尾重新拼接，位移重编，润色化妆以至戏剧化地表现出来，这就是梦。他的立论完全是从下意识的，从深度的心理本能立的论，与《内经》对梦的阴阳五行理论立论迥然不同。从形式上说，尽管它们都有象征意义，但象征的实质不同，这体现了东西方背景和时代的差异性。

四、疾病：三我失调与阴阳平衡

弗洛伊德对疾病尤其对精神疾病的认识，可概括为“三我”失调。所谓“三我”是本我、自我和超我。“本我”就是下意识的性的本能，它遵循着“快乐原则”，属于弗氏人格构造的底层，可泛称“生理”，若将之喻之为浮冰，这是水底的部分。水上部分为意识或通常说的心理部分，指觉醒状态的感知觉、记忆、思维、想象等内容，它遵循“现实原则”。另外调节本我和自我的是“超我”，是理想、良心之类，它具有社会属性，心理行为活动遵循“至善原则”，如果这种调节失常，“三我”关系失调就可能产生疾病，当然主要指精神疾病。

如果“三我”要与中医的有关概念作类比，可以勉强认为“本我”这一术语与中医“情欲”有些相似；而“自我”为觉醒的意识，与中医的“情志”概念相似。情指情感，志相当于认知过程的一些心理活动，以思维为中心的心理活动，也包括意识、能力等内容。弗氏的“自我”遵循着现实的原则。“超我”可勉强与中医“志意”的部分意义类比，与通常说的“情理”相似。“超我”就是调节本我和自我的一个杠杆，而当杠杆调节两者失调，若过度开放或可乱伦，造成不稳定，然而压抑过度进则会产生精神失常。

“阴平阳秘，精神乃治；阴阳离决，精气乃绝”（《素问生气通天论》）。中医学认为阴阳平和就是健康，阴偏阳偏谓之疾病，疾病不论是外感六淫和七情内伤或饮食、劳逸等不内外因，它造成的升降失司、气机不调、血凝气滞等方面都破坏了阴阳平衡，这就是疾病的本质。治疗疾病也就全在于调节器理阴阳，预防疾病也在于保证阴阳的协调。这不仅仅是躯体方面的疾病，对于精神方面的疾病也同样适用，弗洛伊德的疾病观与阴阳观迥然有别。

阴阳学说中，阴与阳两种力量是相辅相成的，形成合力，协调健康。当它们关系受到破坏则可生病，如“大怒则破阴，暴喜则伤阳”。而弗氏所谓“本我”与“自我”是一负一正；一隐一显；一被动一主动；诸种不同，两者遵照不同的原则。由于理论上不同，对疾病实质认识也有差异，治疗方法也有别。

五、心疗：自由联想与情志相胜

弗洛伊德在心理治疗上具有创造性，建立精神分析治疗，其基本原则是“自由联想”，即是在觉醒状态，身心放松地自然坐卧安乐椅上，精神分析者尽量鼓励精神病患者把陆续涌上心头的任何东西，不管它如何微不足道、不合逻辑、荒唐可笑，或者有伤大雅，都如实地报告出来。在这一过程进行的同时，精神分析者把患者所报告的材料加以分析和解释，直到分析者和患者都认为已找到病根时为止。精神分析派的治疗要诀“就在于有意识代替无意识，就在于把无意识翻译为有意识。”这种转化的先决条件就在于自由联想，进而进行精神分析。

弗氏在与布劳尔在共著《歇斯得里的研究》中写到，他们曾用催眠法治疗一个癔病的女病人安娜，她有一个特殊症候，就是有长达六星期的时间地干渴的无法忍受时，也不能喝水。在催眠状态中，她叙述童年时走进她不喜欢的女家庭教师的房间，见她的狗在玻璃杯里喝水，引起了她的厌恶，但由于尊敬师长的传统观念压抑，只好压在“本我”中，不敢作声。在催眠中，恢复了她对这个往事的回忆，向医生和盘托出，尽量发泄了愤怒情绪，心里感到舒畅，以后她不喝水的怪病消除了。这个心理治疗个案非常重要，启示了以后自由联想的系统想法，是弗氏后来发展的精神分析法的基础。

以后他的学生荣格等人沿习其学，并发展为四种方法，即联想法（词的联想测验法），从反应的有无、反应时间的长短以及所反应的词语就可以分析出压制、情结和其他各种人格隐情的实

况；症状分析法，即通过患者的联想和分析者的观察与解释来理解症状的意义；病历的分析法，即广泛搜集与患者的病情有关的各种资料，加以分析研究，深入理解病情；无意识的分析法，即对梦、幻想等进行分析。

中医心理治疗有丰富的内容，其中比较集中的是情志相胜心理治疗。它建立的理论基础是阴阳五行。五行中有相克相制的关系制约，具体内容是：“喜伤心者，以恐胜之；思伤脾者以怒胜之；悲伤心者，以喜胜之；恐伤肾者，以思解之；惊伤胆者，以思解之”。另一种是相反情绪治疗，如《素问调经论》所说的“阴阳喜怒”，它是七情学说一纲，其实质是心理学所谓的情绪两极性，据此理论为相反情绪治疗，它有两种：一是肯定的情绪治疗，即以快乐为手段去缓解悲忧等负性心境；二是否定的情绪治疗，即以不快为手段，用悲伤等去纠正过度兴奋。如《续名医类案》李某一例，便可集中体现此法。以前中医心理治疗内容丰富，但未条理化形成大法，目前正在研究，除了各种方法外，对治疗步骤将逐渐规范化。

精神分析派心理学内容庞大，分支很多，影响极大，虽然有以上五个方面比较，实际不止，还可以有人格发展与阴阳心身发展、弗氏人格说与阴阳人格体质学说、目的主义心理与非目的理论、恋爱心理与阴阳离合，心理动力说与整体恒动，死的本能与天年，创造潜意识与意识创造，求异性与求同性等很多方面，总的可以看出弗洛伊德的精神分析观点和中医心理学有若干形式上的相似，实体上的差异；有对象上的相同，方法上的差别。这是由于产生的社会背景不同。我们应在这两种学术横向比较中找出其特点，为今天中医心理学的发展借鉴思路，形成世界性的语言以通行其观点，为中国和世界人民的心身健康作出新的贡献。

主办单位： 中华中医药学会中医心理学专业委员会（筹）

承办单位： 中国中医研究院中医心理学研究室
中国医疗保健国际交流促进会科技发展部心理健康教研处

e-mail： tcmpsy@yahoo.com.cn

地址： 卫生部机关服务局东楼421

版权所有： 中医心理学在线www.tcmpsy.com