

汉唐时期产前焦虑症的原因及调节方法

丁媛 张如青

【摘要】 汉唐文献中虽未提及“产前焦虑症”这一病症名,但人们已认识到焦虑对胎产的影响。焦虑的原因主要有妊娠所导致的身体不适,或对胎儿的性别、健康、外貌、命运等方面的担忧,抑或是对分娩的恐惧。汉唐时期对产前焦虑症的调节方法虽然常带有迷信色彩,但在一定程度上可以缓解孕产妇焦虑情绪。

【关键词】 产前焦虑症; 疾病史; 妇产科史

The causes and adjustment methods of prenatal anxiety disorder during the Han and Tang Dynasties

DING Yuan, ZHANG Ruqing (corresponding author). Institute for Literature of Traditional Chinese Medicine, Shanghai University of Traditional Chinese Medicine, Shanghai, 201203, China

【Abstract】 Though the title of prenatal anxiety disorder didn't mentioned in the literature of the Han and Tang Dynasties, the effect of anxiety on the fetus and its delivery were already recognized. The causes of anxiety were mainly the physical discomfort caused by pregnancy, or the worries about fetus sex, health, appearance, and its fate etc., or the fear of delivery. Although the adjustment methods were often tainted with superstition, yet it could ease the anxiety of pregnant women to some extent.

【Key words】 Prenatal anxiety disorder; History of disease; History of obstetrics and gynecology

从远古的生殖崇拜到现代的人工授精,都是出于人类繁衍后代的需要,胎产一事自古就备受重视。作为繁衍的主要承担者——孕妇,其身心健康与否也就颇受关注。孕妇的心理状态是相当复杂的,在因怀孕而喜悦的同时,常常伴有焦虑和恐惧,例如敦煌文献 P. 2418《父母恩重经讲经文》中就细致入微地刻画了孕妇的心情:“行叹恨,座(坐)悲愁,怀耽^①十月抵千秋。心中不醉长如醉,意内无忧恰似忧。闻语笑时无意听,见歌欢处不台(抬)头。专希母子身安乐,念佛焚香百种求。……怀耽十月事堪哀,苦恼千般不可裁。念佛求神希救护,焚香发愿乞无灾。专忧煞鬼相追捉,怕被无常一念催”^[1]。

汉唐文献中虽未提及“产前焦虑症”这一病症名,但人们已认识到焦虑对胎产的影响。笔者拟从 3 个方面,就当时引起产前焦虑症的原因和所采取的调节方法进行探讨。

其一是妊娠期间孕妇体型、容貌、生理的变化,

以及妊娠疾病的发生。妊娠期子宫的增大、血容量的增加、激素的改变等,导致体重增加,皮肤色素沉着等。这对于爱美的女性而言,是一种无形的压力。例如,敦煌文献 P. 2418《父母恩重经讲经文》写道:“起坐朝朝体似山,施为日日心如醉。凤钗鸾镜不曾检,玉貌花容转枯悴”^[1]。又如,敦煌文献 S. 289《报慈母十恩德》云:“说着气不甦(苏-舒),慈亲身重力全无,起坐待人扶,如佯(恙)病,喘息粗,红颜渐觉焦(焦)枯”^[2]。妊娠期间还会出现一些孕妇特有的疾病,如《诸病源候论》卷 41~42 就记载了“恶阻病”“妊娠腹痛”“妊娠腰痛”“子满体肿”“子淋”等。躯体疾患势必影响心理状态,若得不到及时的调整,易导致焦虑。当时已认识到孕妇会出现焦虑烦躁,《诸病源候论》卷 42《妊娠子烦候》载:“脏虚而热气乘于心,则令心烦;停痰积饮,在于心胸,其冲于心者,亦令烦也。……以其妊娠而烦,故谓之子烦也”^[3]。

针对这些妊娠疾病,汉唐方书中大都列有专门篇章,如《金匱要略方论·妇人妊娠病脉证并治第二十》《肘后方·治妇人妊身诸病方》《小品方·治

DOI:10.3760/cma.j.issn.0255-7053.2016.05.002

基金项目:国家社会科学基金青年项目“出土《日书》类文献中涉医资料研究”(14CTQ011)

作者单位:201203 上海,上海中医药大学(中医文献研究所)

通信作者:张如青

① 怀耽:怀孕。

妊胎诸方》《备急千金要方·妇人方上·妊娠诸病第四》等。

其二是对胎儿的性别、健康、外貌、命运等方面的担忧。虽说中国自古认为多子多福,但“生子不举^①”也是民间较为常见的现象。除了贫困之外,“生子不举”还有婴儿出生的时间、性别、健康状况等多种原因。例如,《论衡·四讳》载:“四曰讳举正月、五月子。以为正月、五月子杀父与母,不得举也”^[4]。又如《风俗通义·正失》载:“今俗间多有禁忌生三子^②者,五月生者,以为妨害父母,服中子^③犯礼伤孝,莫肯收举”^[5]。又如《颜氏家训·治家第五》载:“若生女者,辄持将去;母随号泣,使人不忍闻也”^[6]。又如《后汉书》卷 53《周燮传》载:“燮生而钦颞折頰^④,丑状骇人。其母欲弃之,其父不听”^[7]。无论是经济原因,还是生育禁忌、性别歧视等原因,都给孕妇和家属带来一定的精神压力。

人们试图通过宗教祈祷、择吉避凶等各种方法获得理想胎儿。例如,敦煌第 420 窟窟顶东坡整壁绘《观世音菩萨普门品》中有满足“二求”(求男得男,求女得女)内容的描绘^[8]。与壁画内容对应的经文是鸠摩罗什译《妙法莲华经》卷 7《观世音菩萨普门品》:“若有女人,设欲求男,礼拜供养观世音菩萨,便生福德智慧之男。设欲求女,便生端正有相之女,宿殖德本,众人爱敬”^[9]。出土的简帛《日书》中认为生产时日和方位都可以影响子女日后的命运。孔家坡汉简《日书·生子》:“子生子^⑤,三日、二月五日不死,必为上君。……卯生子,三日、六月不死,贫,三妻”^[10]。疏勒河流域出土汉简 525 号:“生子东首者富,南首者贵,西首者贫,北首者不寿”^[11]。古人还认为胎儿的性别与夫妻交合的时间有密切联系,例如马王堆帛书《胎产书》:“月朔已去汁口,三日中从之,有子。其一日南(男),其一日女毆(也)”^[12]。类似记载在《外台秘要方》卷 33《男女受胎时日法》中也有。汉时还盛行埋胞术,马王堆帛书中就详细记载了埋胞术的图文。古人认为胞衣、牙齿、头发、眉毛、指甲等曾是人体的一部分,根据弗雷泽“交感巫术(接触律)”的理论,对胞衣、牙齿、头发等实施巫术,人体也会随之发生感应。马王堆帛书中的埋胞术是利用天(产月、太岁、北斗)、地(方位)、人(寿命)彼此感应的关系,通过“埋胞”这样的活动将胞衣与婴儿未来的寿命、命运联系起来。埋胞术在《医心方》卷 23《藏胞衣吉地法第十八》和《外台秘要方》卷 35《小儿藏衣法》中都有类似记

载。

此外,古人认为怀胎 3 月以内,胎儿性别未分,可以通过“外象内感”改变胎儿性别。例如,马王堆帛书《胎产书》第 4~6 行记载:“三月始胎,果隋(蒴)宵(肖)效,当是之时,未有定义(仪),见物而化……若(?)欲产男,置弧矢,[射]雄雉,乘牡马,驢(观)牡虎;欲产女,佩蚕(簪)耳(珥),呻(绅)朱(珠)子,是谓内象成子”^[12]。同样是基于“外象内感”的思维方式,认为孕妇的所食、所闻、所见、所感都与胎儿健康、相貌,甚至品德息息相关。如《博物志·杂说下》:“妇人妊娠,不欲令见丑恶物、异类鸟兽。食当避其异常味,不欲令见熊羆虎豹。御及鸟射射雉^⑥,食牛心、白犬肉、鲤鱼头。席不正不坐,割不正不食,听诵诗书讽咏之音,不听淫声,不视邪色。以此产子,必贤明端正寿考。所谓父母胎教之法。故古者妇人妊娠,必慎所感,感于善则善,恶则恶矣。妊娠者不可啖兔肉。又不可见兔,令儿唇缺。又不可啖生姜,令儿多指”^[13]。胎养胎教自古就颇受重视,对于孕妇的饮食起居和情绪心态都有所规定。《胎产书》是现存较早的胎产著作,其中就强调孕妇要“毋食辛臊,居处必静”“朝吸天光”(清晨呼吸新鲜空气)“居燥处”“[歛食]辟(避)寒”“[和]心静志”^[12]等。说明古人意识到孕妇身心健康,才更有利于胎儿正常发育。《诸病源候论·妊娠候》《备急千金要方·徐之才逐月养胎方》等传世医籍中也有与《胎产书》逐月养胎相似的内容,可见这种胎养胎教的思想是代代相传的。

其三是对分娩的恐惧。由于古代缺乏无菌术和剖宫产技术,生产导致产妇和新生儿的死亡率很高。例如,《汉书》卷 97《外戚传》云:“妇人免乳大故,十死一生。”颜注:“免乳为产子也。大故,大事也”^[14]。又如《小品方·治产后诸方》载:“夫死生皆有三日也,古时妇人产,下地坐草,法如就死也。即得生产,谓之免难也。亲属将猪肝来庆之,以猪肝补养,五日内伤绝也,非庆其儿也”^[15]。又如《外台秘要方》卷 33《产乳序论三首》记载:“余因披阅罔

① 举:抚养。

② 三子:三胞胎。

③ 服中子:服丧期间所生的孩子。

④ 钦颞:亦作“颞颞”,指弯曲的下颌。折颞:弯曲的鼻梁。

⑤ 子生子:是指子日生子。下文“卯生子”是指卯日生子。

⑥ 御及鸟射射雉:范宁认为“御及鸟射射雉”不可解,当有误字,疑作“及狂鸟秩秩雉,不”。狂鸟、秩秩,均鸟名,见《尔雅》^[13]。

公调气方中,见峦公北平阳道庆者,其一妹二女并皆产死,有儿妇临月,情用忧虑,入山寻余,请觅滑胎方”^[16]。又如,敦煌文献 S. 289《报慈母十恩德》云:“母腹似刀分,禁(楚)痛不忍闻,如屠割,血成盆,性命只恐难存”^[2]。可见当时妇人生产犹同过鬼门关,产妇尤其是初产妇自然会有焦虑、恐惧。

除了以方药、针灸催产之外,产妇的心理疏导也至关重要,因为产妇的过度紧张焦虑也是导致难产的原因之一。这一点古人已有所认识,《备急千金要方·妇人方上·产难第五》指出:“凡产妇第一不得匆匆忙忙怕,旁人极须稳审,皆不得预缓预急及忧悒,忧悒则难产”^{[17]45}。因此,难产除了用药物、针灸来预防和治疗之外,还常以祝由术来助产。从现存文献来看,祝由术治疗疾病在殷商时期已普遍应用,到了秦汉时期更是针对不同的疾病,有了不同的祝由方,但助产祝由术在秦汉文献中记载寥寥。魏晋以后,释道兴起,印度的咒禁法与中国的祝由术相似,道教中许多法术都是源于中国原始巫术,因此魏晋之后的祝由术大多带有宗教色彩。例如,《陀罗尼集经》卷2《净王佛顶印咒第十八》:“若妇人产难产不出者,以此印印麻油器上,咒三七遍,将油摩脐,诵咒,即出。白月^①十三日香汤洒浴,烧香供养。诵咒减罪,即能缚鬼、恶人及贼”^[18]。方中印印、诵咒等暗示和心理疏导的方法,既能缓解产妇紧张焦虑的情绪,也有助于其集中精神。再加上麻油摩脐辅助下胎,确有助产效果。又如,《千金翼方·禁经上·禁产运第十一》:“取蒜七瓣,正月一日正面向东,令妇人念之一遍,夫亦诵一遍,次第丈夫吞蒜一瓣,吞麻子七枚便止。丈夫正面向东行,诵满七遍,不得见秽恶。受持之法,不用见尸丧,见即无验。吾蹶天刚游九州岛,闻汝产难故来求,斩杀不祥众喜投,母子长生相见面,不得久停留。急急如律令”^{[17]884}。“急急如律令”虽源自汉代官府公文用语,意谓照法令迅速执行,但后多为道教念咒驱使鬼神时所用,是标志性的道教咒语的结束语。难产的妇人过度紧张焦虑,只会加重病情,通过祝由术心理疏导,可以缓解产妇焦虑症,有助于生产。另外,敦煌文献中有许多“难月文”,是临产之前的祈愿之文,祈求顺产和母子平安。例如,敦煌文献 S. 5957:“今者旬将已满,朔似环周,虑恐有伤毁之峻(酸),实懼值妖灾之苦。故即虔心恳切,望三尊护持;割舍珍财,仰慈门而启颡。伏闻三宝是济危拔苦之能人,大士弘悲,无愿不从而惠化。以兹舍施功德念诵焚

香,总用庄严患者即体:惟愿日临月满,愿生奇异之神童;母子平安,定无忧嗟之苦厄。观音灌顶,受(授)不死之神方;药上扞摩,垂惠长生之味。母无痛恼,得昼夜之恒安;产子仙童,似披莲而化现”^[20]。从中可见,产妇及其家属对于分娩之事的恐惧,在当时医疗条件落后的情况下,无助的人们,只好向佛门祈祷。而宗教的信仰在某种程度上也可减轻人们的恐惧心理和焦虑情绪。

古人认为妇人经血和恶露等是不洁的,所以妇女生产被视为至为污秽之事,甚至将其污秽程度等同于办丧事。例如,《四民月令》云:“八月,筮择月节后良日,祠岁时常所奉尊神。前期七日,举家毋到丧家及产乳家”^[21]。这也是导致人们对分娩恐惧的原因之一。因此,《医心方》卷23记载了“产妇向坐地法”“产妇反支忌法”“产妇用意法”“产妇借地法”“产妇安产庐法”“产妇禁坐草法”“产妇禁水法”^[21]等生产禁忌,希望以此化解不祥。例如,当时对生产贮水十分讲究,为了防止用水被恶鬼邪祟污染,贮水时需要念咒语,且咒语带有宗教色彩。《医心方》卷23《产妇禁水法第七》引《子母秘录》:“产时贮水咒曰:南无三宝水,水在井中为井水,水在河中为河水,水在盎中为盎水,水在腹中为佛水。自知非真水,莫当真水。以净持浊,以正持邪。日游月煞,五十一将军,青龙白虎,朱雀玄武,招摇天狗^②,轩辕女妖^③,天吞地吞,悬尸闭肚,六甲六甲,禁讳十二神王,土府伏龙,各安所在,不得动静,不得妄干。若有动静,若有妄干,头破作七分,身完^④不具。阿法尼,阿法尼,阿毗罗,莫多梨婆,地利沙呵!”^[22]

简而言之,无论是因妊娠所致的身体不适,或对胎儿的性别、健康、外貌、命运等方面的担忧,抑或是对分娩的恐惧,都能导致产前焦虑症。虽然有些调节方法在今人看来属迷信、荒诞之举,但在当时的社会背景及人们对事物的认知水平之下,这些对孕妇产妇焦虑心理的干预,至少在一定程度上具有缓解孕产妇焦虑情绪的功效。

参 考 文 献

[1] 上海古籍出版社,法国国家图书馆.法藏敦煌西域文献:第13

① 古印度将1个月分成前后2个半月,从新月到满月称“白月”,从满月到晦称“黑月”^[19]。

② 招摇:星名,即北斗第七星摇光,亦借指北斗。天狗:星名。

③ 妖:疑为“媧”,亦作“魅”。女魅:神话中的早神。

④ 完:疑是“肉”字,“肉”之俗字“宀”,易误作“完”字。

册[M]. 上海:上海古籍出版社,2000;304.

[2] 中国社会科学院历史研究所,中国敦煌吐鲁番学会敦煌古文献编辑委员会,英国国家图书馆,等. 英藏敦煌文献(汉文佛经以外部分):第1册[M]. 成都:四川人民出版社,1990;112.

[3] 丁光迪. 诸病源候论校注[M]. 北京:人民卫生出版社,2013;803.

[4] 黄晖. 论衡校释[M]. 北京:中华书局,1990;977.

[5] 王利器. 风俗通义校注[M]. 北京:中华书局,1981;128.

[6] 颜之推. 颜氏家训[M]. 檀作文,译注. 北京:中华书局,2007;40.

[7] 范晔. 后汉书[M]. 北京:中华书局,1965;1741-1742.

[8] 贺世哲. 敦煌壁画中的法华经变[M]//敦煌研究院. 敦煌研究文集:敦煌石窟经变篇. 兰州:甘肃民族出版社,2000;137.

[9] 高楠顺次郎. 大正新修大藏经:第9册[M]. 石家庄:河北佛教协会,2005;57.

[10] 湖北省文物考古研究所,随州市考古队. 随州孔家坡汉墓简牍[M]. 北京:文物出版社,2006;177.

[11] 林梅村,李钧明. 疏勒河流域出土汉简[M]. 北京:文物出版社,1984;65.

[12] 裘锡圭. 长沙马王堆汉墓简帛集成(六)[M]. 北京:中华书局,2014;93.

[13] 范宁. 博物志校证[M]. 北京:中华书局,1980;109.

[14] 班固. 汉书[M]. 北京:中华书局,1962;3966-3967.

[15] 陈延之. 小品方[M]. 高文铸,辑注. 北京:中国中医药出版社,1995;143.

[16] 王焘. 外台秘要方[M]. 北京:人民卫生出版社,1982;923-924.

[17] 高文柱. 药王千金方[M]. 北京:华夏出版社,2004;45,884.

[18] 高楠顺次郎. 大正新修大藏经:第18册[M]. 石家庄:河北佛教协会,2005;798.

[19] 孔庆典,马丁玲. 隋唐时期佛道文献中的星宿纪日[J]. 世界宗教研究,2012(4):42-54.

[20] 中国社会科学院历史研究所,中国敦煌吐鲁番学会敦煌古文献编辑委员会,英国国家图书馆,等. 英藏敦煌文献(汉文佛经以外部分):第9册[M]. 成都:四川人民出版社,1990;245-246.

[21] 石声汉. 四民月令[M]. 北京:中华书局,1965;60.

[22] 丹波康赖. 医心方[M]. 高文柱,校注. 北京:华夏出版社,2011;460-463.

(收稿日期:2016-07-05)

(本文编辑:王振瑞)

· 简讯 ·

中华医学会医史学分会第十五届委员会名单

(按姓氏汉语拼音排序)

主任委员:王振国

前任主任委员:梁永宣

候任主任委员:张瑞贤

副主任委员:董尚朴 王明旭 王振瑞 甄 橙

常务委员:本 考 布仁达来 陈丽云 李 剑 陆 翔 任玉兰 王宏利 徐江雁 于大猛

张艳荣 张净秋 甄雪燕

委 员:包哈申 鲍 臻 蔡永敏 陈仁寿 端 智 董旭南 杜方冬 付德明 冯丽梅

郭双燕 胡素敏 罗 俊 刘 鹏 李成年 李 刚 李德杏 马长春 马 利

马林昆 孟小捷 农汉才 宛小燕 王雁菊 苏永华 申红玲 徐迪雄 徐建云

徐武清 夏媛媛 云 露 张效霞 竹剑平 甄 艳 张 卫 张 岚 张 炜

朱晓光 赵怀舟 郑贤月