

浅议《黄帝内经》中“神”在针灸辨治抑郁症中的应用

季杰¹, 王艳威², 杜世豪⁶, 杨丽鹄³, 孙旖旎⁴, 刘丽琰⁵, 刘静⁶, 赵吉平⁶

1. 清华大学玉泉医院, 北京 100040; 2. 北京市隆福医院, 北京 100010; 3. 北京中医药大学东直门医院通州院区, 北京 100121; 4. 北京市通州区妇幼保健院, 北京 101100; 5. 北京市第一中西医结合医院, 北京 100029; 6. 北京中医药大学东直门医院, 北京 100700

摘要: 抑郁症是临床常见、多发的精神障碍性疾病, 为中医“形神共病”之疾。《黄帝内经》所述之“神”与抑郁症发生、发展密切相关, 并且, “神”在针灸临床辨治中发挥着重要的指导作用。针灸治病在于调气, 气是沟通和衔接“形”与“神”之间的重要物质; “神”是生命的本原, 是人体精神活动的外在表现; 针灸通过刺激腧穴以激发经气, 进而调节脏腑功能以调“神”, 使“神”得以内藏, 达到“形与神俱”“阴平阳秘”的健康状态。

关键词: 抑郁症; “神”; 针灸; 《黄帝内经》

DOI: 10.16368/j.issn.1674-8999.2023.09.298

中图分类号: R221.09 **文献标志码:** A **文章编号:** 1674-8999(2023)09-1840-05

Discussion on Application of "Shen" in *Huang Di Nei Jing* in Acupuncture Treatment of Depression

Ji Jie¹, WANG Yanwei², DU Shihao⁶, YANG Likun³, SUN Yini⁴, LIU Liyan⁵, LIU Jing⁶, ZHAO Jiping⁶

1. Yuquan Hospital Affiliated to Tsinghua University, Beijing China 100040; 2. Longfu Hospital of Beijing City, Beijing China 100010; 3. Tongzhou Branch, Dongzhimen Hospital, Beijing University of Chinese Medicine, Beijing China 100121; 4. Maternal and Child Health Care Hospital of Tongzhou District of Beijing City, Beijing China 101100; 5. The First Hospital of Integrative Medicine of Beijing City, Beijing China 100029; 6. Dongzhimen Hospital, Beijing University of Chinese Medicine, Beijing China 100700

Abstract: Depression is a common and frequently - occurring mental disorder, which is considered a manifestation of the disharmony between form and spirit in traditional Chinese medicine. "Shen", as described in *Huang Di Nei Jing*, is closely related to the occurrence and development of depression, and it plays an important guiding role in the clinical diagnosis and treatment of acupuncture. Acupuncture treatment focuses on regulating Qi, which is the vital substance that connects and bridges form and spirit. "Shen" is the essence of life and the external manifestation of mental activities in the human body. Acupuncture stimulates acupoints to stimulate meridian Qi, thereby regulating organ functions to adjust "Shen", allowing it to be internally stored, and achieving a healthy state of balance between form and spirit.

Key words: depression; "Shen"; acupuncture; *Huang Di Nei Jing*

抑郁症 (major depressive disorder, MDD) 是由各种原因引起的以心情低落为主要症状, 主要表现为兴趣丧失、注意困难、食欲下降、自罪感和自杀观念, 并与其他认知、行为和社会功能异常的一类疾病^[1]。其发病与遗传、神经生物学及社会文化心理

等因素密切相关, 其发病率、致残率及复发率均较高^[2-3], 本病依其主要临床表现应归属于中医学“郁证”范畴。针灸作为中医学极具特色的外治法, 针刺治疗抑郁症历史悠久, 疗效确切。《黄帝内经》所述之“神”与抑郁症的发生、发展密切相关, 在针刺

治疗抑郁症过程中发挥着重要的作用,现对其进行梳理和分析,以期为提高针灸临床治疗该病的疗效提供借鉴。

1 “神”与抑郁症

“神”在《黄帝内经》中被多次提及,其概念宽泛,应用极为灵活,但用来阐释人体复杂生命现象的则是人身之神^[4],可分为后天之脏神及先天之脑神,即元神^[5]。明代李时珍在《本草纲目》中指出:“脑为元神之府”,元神即为脑藏之神,其与生俱来,为诸神之源;为诸神之中最大、最尊贵者,主宰着生命^[6]。神、魂、意、魄、志五种情志活动归属于五脏,称“五志”,由五脏神所主,为脑神所统领。《颅凶经》载:“元神在头曰泥丸,总众神也。”故脑为元首,统五脏之神而主五志。五志中任何一种出现异常,都会导致所属之脏功能失调,其脏神损伤后出现心情郁闷、兴趣降低、失眠、精神活动迟缓等抑郁症的症状。石学敏院士曾强调:“百病之始,皆本于神”^[7]。抑郁症患者出现情绪低落、善疑多虑、记忆力减退等心理症状,是“神”的功能下降;出现失眠、乏力、自杀倾向等躯体症状,则是神对形的统摄功能失常所致。抑郁症属于心身疾病,主要症状涉及精神心理与躯体两个方面,即中医学中“神”与“形”的损害。

“形神合一”与“形与神俱”是中医学整体观的主要体现,是人体健康的标志^[8]。明代张介宾在《类经》中指出:“形者神之体,神者形之用,无神则形不可以活,无形则神无以生。”当脏腑功能正常,气血调和,则心理与躯体功能均正常,故能“形与神俱”。

因此,神与形在生理上“形神互根,神本于形”,二者相互为用,相互依赖;病理上“形病伤神,神病伤形”,二者互为因果^[9]。

2 “神”在针灸辨治抑郁症中的应用

2.1 审神之变 明辨证型 审神是要求医者要聚精会神、全神贯注地审观患者之神,以指导辨病辨证及针刺治疗,在针灸临床中尤为重要。对抑郁症患者要通过望、闻、问、切等了解其血气之盛衰、邪正之虚实,通过审神以明确能否采用针刺治疗以取得较好的疗效。《灵枢·本神》载:“是故用针者,察观病人

之态,以知精神魂魄之存亡得失之意,五者已伤,针不可治也”。

在针刺之前,可通过审观患者的面色、双目等以了解疾病状况。《灵枢·小针解》载:“睹其色,察其目,知其散复”。审观患者语声是洪亮还是低微,审观患者是倦怠乏力还是轻劲多力,审观其脉象是柔和有力还是沉迟无力等,以辨别患者正气之盛衰、病性之虚实寒热、病位之浅深。《灵枢·九针十二原》载:“凡将用针,必先诊脉,乃可以治也。”四诊合参、明辨疾病与证型,掌握患者形气所在,以确定针灸治疗原则及针灸选穴,这是针刺治疗的第一步。如《灵枢·官能》载:“用针之理,必知形气之所在。”对抑郁症患者通过审观患者的主要临床表现,便可辨神之变,以助医者辨其证型。清代刘默在《证治百问》中指出:“心虚胆怯而多疑,肾虚失志而自愧,脾虚失意而不乐,肺虚多忧而善悲,若肝虚抑郁而善怒。”另有《灵枢·本神》载:“心怵惕思虑则伤神,神伤则恐惧自失。”抑郁症患者若有胆怯多疑者,便知其心神损伤所致;若有情绪低落,郁闷寡欢者,知其脾气失养所致;若有抑郁善怒者,知其肝虚魂伤所致;若有悲伤欲哭,忧郁哀愁者,知其肺气亏虚,伤其肺魄所致;若有神疲气怯,情绪低落,意志消沉,迷惑善忘者,知其肾虚而失于滋养温煦,志气衰弱所致^[10]。抑郁症患者大都胆怯多疑,因心主神明,为五脏六腑之大主,在生理上各种情志首先激发心神,通过心神的调摄使五脏产生相应的精神活动;反之,各种情志活动异常也会导致心神受损而出现胆怯多疑等症状。正如《景岳全书·郁证》所述:“至若情志之郁,则总由乎心。”

综上所述,审神在针灸辨治抑郁症过程中,对探究病因、阐释病机、协助辨证、确定治则治法以及判断疾病预后等均有重要的指导意义。

2.2 针刺之要 贵在治神 治神首见于《黄帝内经》,其所述内容均与针刺相关。治神贯穿于针刺治病的全过程。如《素问·宝命全形论》载:“凡刺之真,必先治神。”张介宾注解道:“医必以神,乃见无形,病必以神,血气乃行,故针以治神为首务”。均明确指出了针刺之前,必须先治神。“故针有悬布天下者五……一曰治神,二曰知养身。”将治神放在首位,更是强调了治神在针刺治病中的重要性。治神是针刺治疗疾病过程中的重要环节,是针刺得

气和手法操作的前提和基础,是针刺治病取效的关键所在。自《黄帝内经》提出“治神”思想后,后世针灸医家莫有不遵从者^[11],并在此基础上不断发挥、完善针刺治神的内涵。

2.2.1 治医者之神 医者在针刺之前须专心致志、调摄精神以正己之神,明代马蒔云:“凡刺家真要之法,必先正己之神气。盖惟神气既肃,而后可专心用针也。”强调医生只有精神专一,才能专心进行腧穴经络诊察、实施针刺以及手法操作等。在针刺过程中要集中精神、心无杂念,做到《标幽赋》所述之:“目无外视,手如握虎;心无内慕,如待贵人”。仔细体会针下感觉,促使得气,密切关注患者气血虚实之状态,谨守针下气至时机,调己之神,以调动患者之神。依据辨证施以相应的针刺手法以激发经气,使“气至病所”,达到《灵枢·九针十二原》所述之:“迎之随之,以意和之”的最佳效果。同时,在针刺过程中,医者要密切审观患者的神情变化,如《素问·针解》载:“必正其神,欲瞻病人目制其神,令气易行也”。强调医者要密切关注患者双眼,以控制其精神活动,促使经气运行以提高临床疗效。另外,在关注患者反应的过程中,如发现有紧张、痛苦等表情时,应及时调整针刺方法等,如《灵枢·终始》载:“浅而留之,微而浮之,以移其神”,以防止晕针等意外情况的发生。

抑郁症的发生、发展与元神和五脏神密切相关,五脏藏五神、主五志,与“脑为元神之府”是指导针灸辨治抑郁症的主要理论基础^[12-13]。针刺治疗抑郁症之所能取得较好的疗效,是因为在针刺治神过程中,医者通过引导患者,使其表现出积极的精神状态;再通过针刺得气后操作补泻手法以调整阴阳,进而调整元神与五脏神而发挥治疗作用。如《灵枢·根结》载:“用针之要,在于知调阴与阳,调阴与阳,精气乃光,合气与形,使神内藏”。

2.2.2 治患者之神 患者在针刺过程中须精神内守、静心养神,悉心体会针刺得气的感觉及气至病所的细微变化。对于抑郁症患者,更要了解其精神和心理状况,使其能积极配合针刺治疗;如元代窦汉卿《标幽赋》载:“凡刺者,使本神朝而后入,既刺也,使本神定而气随;神不朝而勿刺,神已定而可施。”是指对于精神散漫、不遵从医嘱的患者要进行劝慰和开导,使其树立战胜疾病的信心,变得意志坚定,思

想集中,能接受和配合时再进行针刺治疗和手法操作,良好的精神情绪可提高针刺疗效^[14]。当抑郁症患者情绪正激动时,要待其情绪平复,精神集中,身体放松,此时患者气血平和,再进行针刺治疗便能取得更好的疗效。抑郁症患者善疑多虑,应耐心进行解释,取得患者的信任后再进行针刺,以便医生操作手法激发经气,进而调整脏腑经络、气血津液,以平为期,使神有所养,形与神俱,则疾病向愈。

2.2.3 辨经选穴 以神治神 抑郁症为元神与五脏神受损所致,是“神”之病也,《医学衷中参西录》载:“神明之体藏于脑,神明之用发于心也……脑为元神,心为识神,脑中之神,体也;心中识神,用也。”可见脑、心与神的关系尤为密切。因此,采用针刺治疗抑郁症应选取与脑和心相关的经络、腧穴进行治疗。

2.2.3.1 辨经以治神 督脉循行入属于脑,针刺督脉之腧穴可醒脑开窍、以安脑神;又因督脉为阳经之海,刺之可调整和鼓动人体阳气,以调整脏腑阴阳,使神有所归。任脉为阴经之海,涵养精、气血津液以滋养元神与五脏神;脾胃为后天之本,气血生化之源,选取足太阴脾经与足阳明胃经可化生气血,使神有所养。足厥阴肝经循行过巅顶,又因肝肾同源,刺之既可疏肝解郁,又可助肾化生精液,使神有所藏。《素问·灵兰秘典论》载:“心者,君主之官,神明出焉。”心包代心受邪,选取手厥阴心包经和手少阴心经刺之,可宁心而安五脏神与脑神。

2.2.3.2 选穴以治神 腧穴为神气游行出入之所,每一腧穴依据其所在位置及主治作用等不同,赋予其具有特定含义的名称;正如唐代孙思邈在《千金翼方》中指出:“凡诸孔穴,名不徒设,皆有深意”。便览腧穴,其名称中有“神”字者共计9个,其中涉及6条经脉的8个腧穴和1个经外奇穴,即足太阳膀胱经之神堂,足少阴肾经之神封、神藏,手少阴心经之神门,督脉之神道穴,以上腧穴中“神”均指心神,皆有调心神之功;督脉之神庭、足少阳胆经之本神以及经外奇穴之四神聪均位居脑部,其穴名称中之“神”均指元神,皆有调元神之功^[15];任脉之神阙穴居脐部正中,此处为先天之结蒂,后天之气舍,元神之阙庭,功善培育阳气以养神^[16]。

此外,部分腧穴其名称中虽未冠以“神”字,但其治神之功却力专而效宏,如手厥阴心包经之“内

关”穴具有宁心安神之功;善治抑郁症患者之心情郁闷、多疑善惊等症状,如《针灸甲乙经》所载:“心澹澹而善惊恐,心悲,内关主之”。百会穴归属于督脉,又称三阳五会,功善调补诸经之气、健脑宁神;印堂穴虽归为经外奇穴,但位居督脉之上,向上与脑联络,其支脉络肾贯心,具有调节肾气肾精以及督脉经气之功效,善镇静安神^[17];百会与印堂合用善调脑神,笔者在临床常用此二穴治疗抑郁症患者之头痛、失眠、记忆力下降等症状,疗效显著。《灵枢·卫气》载:“神生于五脏,舍于五脏。”抑郁症患者情志过极则伤脏,五脏不和则伤神;针刺位于背腰部之五脏背俞穴可调节五脏气机,进而调节五脏神,使阴阳平衡,气血调和,神有所安。

2.3 针后养神 提高疗效

2.3.1 患者养神 巩固疗效 针刺治疗完毕后,患者应调摄精神,调养神气,调畅气机,顾护正气,以巩固和提高针刺治疗效果。《素问·刺法论》强调:“刺毕,静神七日,勿大醉歌乐……勿大悲伤也”。对抑郁症患者,其亲朋好友要格外关注,给予心理等各方面关怀,尤其要避免各种不良情绪的刺激,以免影响疗效或使病情加重,或使已愈疾病复发等。刘畅等^[18]研究认为:人不动则阳气不生,阳气不足则难生豁达畅快之情志,是为抑郁。因此,抑郁症患者在静养其神的同时,也要适当运动以舒畅全身气机,使“动以养形”,通过养形以养神”,使“形神一体”^[19];则疾病自愈。

2.3.2 医者养神 以育其神 《黄帝内经太素》载:“欲为针者,必先自理五神。”指出针灸医生要善于养神,强调其在为患者治神、养神的同时,也要注重养己之神。因此,针灸医生可以通过日常起居有常、顺应四时、饮食有节、恬淡虚无、精神内守以养其神,也可通过练习气功、打太极拳、八段锦等调养内在神气的运动,使正气存内,精气充沛,才能更好地通过针刺调动患者腧穴经络之神气,提高对患者针刺治神的效果以养患者之神,达到《黄帝内经太素》所述:“用针之道,上以养神”的要求和境界。

3 结语

抑郁症是临床常见、多发的精神障碍性疾病,为中医“形神共病”之疾。《黄帝内经》所述之“神”与其发生、发展密切相关,并在针灸临床辨治中发挥着

重要的指导作用。针灸治病在于调气,气是沟通和衔接“形”与“神”之间的重要物质;“神”是生命的本原,是人体精神活动的外在表现^[20];针灸通过刺激腧穴以激发经气,进而调节脏腑功能以调“神”,使“神”以內藏,达到“形与神俱”“阴平阳秘”的健康状态。进一步探究和领悟审神,以明辨证型和判断预后,对提高针灸临床辨治抑郁症的疗效具有重要的指导意义。

参考文献:

[1] 姚树桥,杨彦春. 医学心理学[M]. 北京:人民卫生出版社,2013:141.
YAO S Q, YANG Y C. Medical Psychology [M]. Beijing: People's Medical Publishing House, 2013: 141.

[2] 张明园. 抑郁症是常见病[J]. 中华精神科杂志, 2011, 44(1): 46.
ZHANG M Y. Depression is a common disease [J]. Chin J Psychiatry, 2011, 44(1): 46.

[3] ASKELUND A D, SCHWEIZER S, GOODYER I M, et al. Positive memory specificity is associated with reduced vulnerability to depression [J]. Nat Hum Behav, 2019, 3(3): 265 - 273.

[4] 王巍. 脑神与心神、五脏神关系及整合机能探析[J]. 中国中医基础医学杂志, 2008, 14(7): 481 - 482.
WANG W. Relationships among brain - Shen, heart - Shen and five - organ - Shen, and their integrated functions [J]. Chin J Basic Med Tradit Chin Med, 2008, 14(7): 481 - 482.

[5] 田青,包祖晓,唐启盛. 解读中医学人身之“神”[J]. 吉林中医药, 2008, 28(9): 690 - 691.
TIAN Q, BAO Z X, TANG Q S. Interpretation of "Shen" of human body in Chinese medicine [J]. Jilin Journal of Traditional Chinese Medicine, 2008, 28(9): 690 - 691

[6] 刘兰英,王玲玲. “脑为元神之府”理论在针灸治疗抑郁症中的指导意义[J]. 针灸临床杂志, 2003, 19(8): 6 - 8.
LIU L Y, WANG L L. The guiding significance of the theory that "the brain is the house of Yuan God" in acupuncture treatment of depression [J]. J Clin Acupunct Moxibustion, 2003, 19(8): 6 - 8.

[7] 马岩璠. 石学敏院士学术思想探寻[J]. 中国针灸, 2001, 21(7): 421 - 424.
MA Y F. Academician Shi Xuemin's Academic Thought [J]. Chinese Journal of Acupuncture and Moxibustion, 2001, 21(7): 421 - 424.

[8]王璋.《黄帝内经》中神形统一观[J]. 中医学报,2020,35(1):1-4.
WANG Z. On the unity of God and physique in huangdi nei-jing[J]. Acta Chin Med,2020,35(1):1-4.

[9]曹凤娇,袁尚华,吴梦玮.以形调神理论在阈下抑郁治疗中的运用[J]. 中华中医药杂志,2022,37(1):281-284.
CAO F J,YUAN S H,WU M W. The application of the theory of regulating mind with shape in the treatment of subliminal depression[J]. China J Tradit Chin Med Pharm,2022,37(1):281-284.

[10]孙继飞,余学,肖雪,等.基于《内经》“五神脏”理论论治抑郁症[J]. 吉林中医药,2022,42(8):869-872.
SUN J F,YU X,XIAO X,et al. Differentiation and treatment of depression based on the theory of the "five emotions and viscera" in Huangdi Neijing[J]. Jilin J Tradit Chin Med,2022,42(8):869-872.

[11]张耀,刘旭光.浅谈《内经》针刺治神理论在针灸临床中的应用[J]. 湖北中医药大学学报,2012,14(5):46-47.
ZHANG Y,LIU X G. Application of the acupuncture theory in Nei Jing in clinical application[J]. Journal of Hubei University of Chinese Medicine,2012,14(5):46-47.

[12]苏萍,杨洪广.醒脑开窍针刺法配合心理疗法治疗抑郁症[J]. 针灸临床杂志,2011,27(1):18-20.
SU P,YANG H G. Brain-opening acupuncture combined with psychotherapy for treatment of depression[J]. Clinical Journal of Acupuncture,2011,27(1):18-20.

[13]韩晶杰,烟建华.肺与抑郁症的关系探讨[J]. 中医药学刊,2005,23(6):1054.
HAN J J,YAN J H. Discussion on the relationship between lung and depression[J]. Chin Arch Tradit Chin Med,2005,23(6):1054.

[14]赵吉平.论《素问·宝命全形论》“凡刺之真,必先治神”[J]. 北京中医药大学学报,2009,32(2):77-79.
ZHAO J P. On "Acupuncture regulating Shen first" in Su Wen · Bao Ming Quan Xing Lun[J]. J Beijing Univ Tradit Chin Med,2009,32(2):77-79.

[15]侯春光,杨涛.浅议“神”穴[J]. 内蒙古中医药,2018,37(2):67.
HOU C G,YANG T. Discussion on "Shen" acupoint[J]. Nei Mongol J Tradit Chin Med,2018,37(2):67.

[16]沈召春.神阙穴探析[J]. 针灸临床杂志,1995,11(8):43-44.
SHEN Z C. Analysis of Shengueacupoint[J]. J Clin Acupunct Moxibustion,1995,11(8):43-44.

[17]陈丽仪,郭元琦,凌楠.高频电针神庭印堂穴治疗不寐临床观察[J]. 新中医,2001,33(10):46-47.
CHEN L Y,GUO Y Q,LING N. Clinical observation of high-frequency electro-acupuncture Shenting and Yintang acupoint in treatment of sleeplessness[J]. New Chinese Medicine,2001,33(10):46-47.

[18]刘畅,徐向青.从形神一体观论治抑郁障碍[J]. 中医药导报,2022,28(2):207-213.
LIU C,XU X Q. Treatment of depressive disorder from the perspective of the concept of holism[J]. Guid J Tradit Chin Med Pharm,2022,28(2):207-213.

[19]周苗苗,刘冉冉,刘鑫,等.《内经》形神一体观辨抑郁症[J]. 辽宁中医杂志,2019,46(2):286-288.
ZHOU M M,LIU R R,LIU X,et al. Discrimination depression with holism of body and spirit in neijing[J]. Liaoning J Tradit Chin Med,2019,46(2):286-288.

[20]常宇,马铁明.探析“凡刺之法,必先本于神”在针灸临床中的指导意义[J]. 北京中医药大学学报,2020,43(10):876-880.
CHANG Y,MA T M. Exploring of "Acupuncture used must be based on Shen first" in clinic[J]. Journal of Beijing University of Chinese Medicine,2020,43(10):876-880.

收稿日期:2023-03-21

作者简介:季杰(1978-),男,甘肃镇原人,副主任医师,研究方向:针灸传统针法的基础与临床研究。

通信作者:赵吉平,女,教授,主任医师,博士研究生导师,研究方向:针灸优势病种的临床研究。E-mail:zjp7838@sina.com

编辑:孙铮