

中医五音疗法综析

吴志芬¹, 丘述兴², 谢万著²

(1 广西中医药大学第一附属医院, 广西 南宁; 2 广西中医药大学, 广西 南宁)

摘要: 中医五音疗法属于音乐疗法的一种, 本文对其五音疗法的由来、中医理论基础进行了综述, 并叙述了理论结合临床的应用原则与途径, 以求更好地达到治疗目的。且对近年来临床应用情况进行概述, 总结了近年来五音疗法在临床中的应用情况。结果表明中医五音疗法作用重大, 应该更好发掘运用。

关键词: 五音疗法; 临床应用; 理论来源; 中医

中图分类号: R247

文献标识码: A

DOI: 10.19613/j.cnki.1671-3141.2018.71.011

本文引用格式: 吴志芬, 丘述兴, 谢万著. 中医五音疗法综析 [J]. 世界最新医学信息文摘, 2018, 18(71): 25-26.

0 引言

中医通过五音调治身心自古以来就是养生治病的辅助之法。近些年来, 音乐治疗更是风靡于欧美, 广泛应用于精神病医院、老年疗养院、儿童特殊教育部门等, 疗效也得到肯定。音乐疗法是一种由医学、心理学、音乐美学、物理学等多种学科相互融合的综合学科。应用特定音乐使人的行为、感情及生理功能产生一定变化的医疗技术。五音疗法历史悠久, 源远流长, 有着丰富有力的理论依据, 五音与中医理论正确巧妙的结合, 又能够有效指导于临床。

1 五音由来

中国音乐理论中的五声音阶, 其分别名为宫、商、角、徵、羽, 简谱记作 1、2、3、5、6。其实, “五声”一词最早出现于《周礼·春官》: “皆文之以五声, 宫商角徵羽。”而“五音”最早见于《孟子·离娄上》: “不以六律, 不能正五音。”冯文慈^[1]认为, 宫商角徵羽阶名五个字其实来自于我国古代天文学中星座之名。周武彦认为“宫”来源自炎帝氏族的牛图腾; “商”源自氏羌氏族的羊图腾; “角”源自以鸟类为图腾的氏族; “徵”源自以猪为图腾的集团; “羽”来自以马为图腾的匈奴人和蒙古人。认为五正声之名正是从古代五个氏族集团信奉的五种动物图腾“牛、羊、雉、猪、马”自认而来的。

2 中医五音疗法理论

藥, 樂二字音义同源。我国人民很早就认识到药物、音乐及其与治疗三者之间的密切联系。中医五音疗法的理论依据可简述为以下三个方面。

2.1 天人合一

《乐记》说音乐属于神的范畴而顺从天的意志, 《乐礼篇》: “乐者……率神而从天”。音乐是天的想法, 故而很明显体现出了天的意志。《乐论篇》: “乐由天作”。《乐化篇》“乐者, 天地之命”。很明显音乐是天的一种体现。《黄帝内经》很系统地阐述了五音与生理密切的联系^[2]。《灵枢·经别》: “内有五脏, 以应五音……外有六腑, 以应六律, 六律建阴阳诸经……此五脏六腑之所以应天道者也。”又言“人以天地之气生, 四时之法成”, “天地合气, 六节分而万物化生矣”等。可以说人类乃至万物都是由天地之气生化而成。人类即是大自然的产物, 那么生命气机的运转与天地之气的运动规律就必然有着和谐微妙的内部联系。《灵枢·邪客》: “天有五音, 人有五脏; 天有六律, 人有六腑。此人之与天地相应也。”一语道破五音与身体的天人合一关系。

2.2 阴阳五行

中医有阴阳五行理论, 古代的五声音阶与五行相应, 所以音乐治病的研究与我国传统文化中的阴阳五行理论是不可分割的。五行五音之间, 以及它们与季节、情志、自然界的生命活动之间都有着内在的客观联系^[3]。阴阳学说与音乐的产生又有着渊源关系。《吕氏春秋·仲夏纪》云: “音乐之所由

来者远矣, 生于度量, 本于太一。太一出两仪, 两仪出阴阳。阴阳变化……万物所出, 造于太一, 化于阴阳”。音乐源于“太一”, 由“阴阳”变化而来。阴阳变化的规律蕴含在音乐的音调、音色、音量、节奏等方面。根据五音(宫、商、角、徵、羽)调式, 从奇、偶数看阴阳关系, 凡以宫、角、徵(奇数)为主音的调式, 阴阳比例皆为四阳二阴; 凡以商、羽(偶数)为主音的调式, 阴阳比例皆为三阳三阴。音乐治疗正是利用不同的音乐类型平衡机体阴阳。

《素问·阴阳应象大论》: “肝主目, ……在音为角; 心主舌, ……在音为徵; 脾主口, ……在音为宫; 肺主鼻, ……在音为商; 肾主耳, ……在音为羽”。意思就是角音入肝、徵音入心、宫音入脾、商音入肺、羽音入肾。这便将宫、徵、角、商、羽五音与喜、忧、怒、悲、恐五种人类情感通过五行基础属性联接在一起。《素问·气交变论》: “东方生风……在音为角; 南方生热……在音为徵; 中央生湿, ……在音为宫, 西方生燥, ……在音为商; 北方生寒, ……在音为羽。”通过五行与五方、五色、五味及相应的自然变化一一相应形成了音乐与自然界的统一。曹蓓认为《黄帝内经》将五音和脏腑的配属关系用于临床, 五音归属于五行, 内应于五志, 五脏能够影响五音, 反之亦可通过五音调节五脏功能, 即通过与五脏同样情调的音乐达到情感的宣泄和平衡。

2.3 司外揣内

《难经·六十一难》: “闻而知之谓之圣”。《说文·耳部》: “闻, 知闻也。从耳, 门声”。这说明“闻”在最初只有听觉的概念。“闻其五音以别其病”。《灵枢·外揣》谈到“五音不彰, 五色不明, 五藏波荡, 若是则外内相袭。”《素问·五脏生成篇》: “五脏之象, 可以类推; 五脏相音, 可以意识。”五脏相音则表明一脏一音相呼应, 人之五音有变, 五脏即有病。五脏有病, 声音的高低、长短、徐促不同, 体现了“有诸内, 必形诸外”的观点。五脏可以影响五音, 五音也可以调和五脏。音声反映情志, 中医喜、怒、悲、忧、恐五种情绪与音乐及五脏有着严密的对应关系。其中愤怒的音声与肝相对应; 带有快乐的音声与心相对应; 带有忧思的音声与脾相对应; 带有悲伤色彩的音声与肺相对应; 使人感到紧张的音声与肾相对应。从外部声音的变化就可以揣测内部脏腑的疾病。但干祖望等认为一脏有疾病, 五音皆变, 并不能细分哪个音阶异常, 其取证于内经, 且说明后世医家极少提及五音五脏一一对应关系, 宋以后更是如此。也有人同意这种看法, 认为断定五音与五脏的相应关系这是极为牵强的, 单个音尚不能影响到不同的脏腑, 人体是一个有机的紧密联系的有机体就更不必说了。但都同意五音与五脏的联系, 通过“闻”即司外揣内即能诊病。

3 五音疗法运用原则

五音疗法不可单纯用特定的音乐达到治疗疾病的目的。临床证明听某种或某类音乐确有一定疗效, 但其使用原则也并非一一对应那么简单。现代音乐治疗学认为运用音乐干

预疾病的方式多种多样,简单将音乐视为“处方”是不全面的,应该将音乐进行五行分类。《中国天韵五行音乐》每行音乐又分阴阳,结合不同病人体质辨证施治。五音配五脏的思想,中医有“顺其脏腑施乐法”。怒伤肝,则用角音补之;喜伤心则用徵音补之;思伤脾,用宫音补之;忧伤肺,用商音补之;恐伤肾,可用羽音补之。另外《素问·阴阳应象大论》提出:“怒伤肝,悲胜怒;喜伤心,恐胜喜;思伤脾,怒胜思;忧伤肺,喜胜忧;恐伤肾,思胜恐”。例如肝属木,怒为肝之志,过怒会伤肝,所以选用悲切之商调式音乐来治疗。心属火,喜为心之志,暴喜就会伤心,所以选用恐惧之羽调式音乐,来治疗因过喜而致心气涣散,神不守舍之病症等。亦应该针对机体的阴阳偏盛偏衰属性,用音乐的阴阳属性补偏救弊,平衡阴阳。五行有太过不及的变化,五种调式的音乐也各有太类、少类和正类的区分。太类有泻的作用,少类有补的效果,正类则平调阴阳、平补平泻。用药如用兵,也有归经、炮制、升降浮沉、四气五味、配伍等,也应根据不同的人格类型匹配音乐,也就是说要辨证施乐,对病选曲。

4 临床应用情况

近年来中医五音疗法临床应用不断扩大,治疗主要集中在以下几个方面。

4.1 神经系统疾病

乐丽珍等^[4]将150例中风后遗症患者随机分为五音治疗和对照组各75例,治疗组采用传统医学治疗结合五音治疗,对照组采用传统治疗,分别治疗4周。结果为五音疗法组汉密尔顿抑郁量表及Barthel指数评定表结果优于对照组。吴玉娟等^[5]将CFS患者分为治疗组30例和对照组29例。治疗组治疗采用中医五音疗法,对照组采用普通音乐疗法,连续治疗3个月。采用疲劳量表、抑郁状态问卷及疼痛视觉模拟量表对患者进行测评,得出结论为中医五音疗法可降低CFS患者疲劳程度和抑郁情绪及缓解患者疼痛的程度。岳阳医院耳鸣专科梁辉等^[6]通过文献研究,发现五音乐曲疗法治疗神经性耳鸣在理论上是可行的,并经过病例搜集和疗效观察,进一步从临床研究角度验证了五音疗法治疗耳鸣有效,且疗效确切。

4.2 消化系统疾病

卜秀梅等^[7]选取100例肠易激综合征病人并随机分为干预组和对照组各50例,两组均给予常规药物治疗。干预组在此基础上给予12周的中医五音疗法,比较干预前后两组汉密尔顿焦虑、抑郁量表评分情况。结果干预后干预组汉密尔顿焦虑、抑郁量表评分较对照组低,差异有统计学意义。许继宗等^[8]将60例功能性腹泻患者随机分为两组,观察组予聆听体感五行音乐序列,配合口服参苓白术散;对照组单纯口服参苓白术散,两组均治疗1个月,发现观察组总有效率97%,对照组总有效率87%,2组比较有显著性差异($P<0.05$)。

4.3 妇科疾病

李芳等^[9]选取经前期综合征患者120名,随机分为治疗组和对照组各60例,治疗组采用中医五音配合有氧运动疗法,对照组口服维生素B₆+氟西汀片,3个月后得出结论为中医五音配合有氧运动治疗经前期综合征疗效确切。李林等^[10]治疗90例围绝经期抑郁症肾虚肝郁脾虚型患者,通过研究围绝经期抑郁症患者抑郁症状评分及性激素水平的变化,探讨五行音乐和中药自拟补肾安神开郁汤的疗效,结果表明在服用中药的基础上加用五行音乐疗法,能调节围绝经期抑郁

症患者的性激素水平,同时可以更好地改善抑郁症状。李学君在临床中发现民族音乐能明显改善更年期综合征。

4.4 恶性肿瘤

蔡光蓉等^[11]采用“辨证施乐”配合抗肿瘤治疗,观察了162例肿瘤患者,发现中医五行音乐疗法能够有效调节肿瘤患者情绪,提高机体的自我调节力。廖娟等^[12]研究对比中医五行音乐疗法、西方音乐疗法和常规疗法对晚期癌症患者生活质量的改善程度,发现中医五行音乐疗法较其余二者更能明显改善晚期癌症患者的生活质量。项春雁等^[13]使用音乐电针和音乐电针结合中医五行音乐疗法治疗恶性肿瘤,结果表明电针不是改善患者抑郁状态的绝对手段,而中医五行音乐对于改善恶性肿瘤患者的抑郁状态有较好疗效。

5 小结

中医五音疗法有丰富的理论做支撑,掌握好与临床结合的具体方法,正确运用于临床,能够有效解决身体甚至是心理疾病,身心同治,作为临床主要或者辅助治疗手段发展前景巨大^[14]。但也存在不少问题,我们应该看到五音疗法辨证还不是那么细致,也没有系统化,更没有和古代复杂的律吕系统相结合,应继续加以研究。

参考文献

- [1] 冯文慈. 释“宫商角徵羽”阶名由来[J]. 中国音乐, 1984, (3): 11-12.
- [2] 马越, 刘明明, 高思华, 等. 基于《黄帝内经》五音理论的中医音乐疗法探讨[J]. 中华中医药杂志, 2014, 29 (5): 1294-1297.
- [3] 赵红君. 中医五音疗法探幽索微[J]. 中医函授通讯, 2000, 19 (12): 46-47.
- [4] 乐丽珍, 江南燕, 张燕, 等. 五音疗法在中风后抑郁症中的应用[J]. 云南中医中药杂志, 2013, 34 (9): 81-83.
- [5] 吴玉娟, 郑盛惠, 姜健, 等. 中医五音疗法在慢性疲劳综合征患者中的应用[J]. 现代临床护理, 2013, 12 (12): 40-42.
- [6] 梁辉, 李艳青, 李明. 五音乐曲疗法治疗耳鸣的临床研究[J]. 辽宁中医杂志, 2010, 37 (6): 1038-1040.
- [7] 卜秀梅, 白雪, 孙晓婷, 等. 中医五音疗法对肠易激综合征病人负性情绪的影响[J]. 护理研究, 2015, 29 (8): 3029-3031.
- [8] 许继宗, 李玉华, 张喆, 等. 体感五行音乐疗法联合参苓白术散治疗功能性腹泻疗效观察[J]. 现代中西医结合杂志, 2012, 21 (35): 3905-3907.
- [9] 李芳, 谢新风, 李小平, 等. 中医五音配合有氧运动治疗经前期综合征的疗效研究[J]. 临床医学工程, 2014, 21 (6): 713-714.
- [10] 李林, 姜云, 徐金贵, 等. 五行音乐合中药治疗围绝经期抑郁症的临床观察[J]. 中华中医药杂志, 2011 (11): 2758.
- [11] 蔡光蓉, 李佩文, 焦丽平, 等. 音乐疗法配合抗肿瘤治疗116例肿瘤患者的临床观察[J]. 中国中西医结合杂志, 2001, 21 (12): 891-894.
- [12] 廖娟, 杨宇飞, 赵元辰, 等. Effects of Chinese medicine five element music on the quality of life for cancer patients[J]. A randomized controlled trial. Chinese of integrative medicine, 2013, 19 (10): 736.
- [13] 项春雁, 郭全, 廖娟, 等. 中医五行音乐结合音乐电针疗法对恶性肿瘤患者抑郁态的影响[J]. 中华护理杂志, 2006, 41 (11): 969-972.
- [14] 张利利. 论五音疗法在脑卒中后抑郁中的护理应用价值[J]. 世界最新医学信息文摘, 2016, 16(76): 319.