

意象对话与中医相结合的思考及治疗情绪类疾病初探

范宇鹏 曾亮 李艳 欧碧阳 指导:杨志敏

(广东省中医院心理睡眠专科,广东省广州市越秀区大德路111号,510120)

关键词 意象对话;中医;情绪类疾病

意象对话技术是朱建军教授首创的心理咨询治疗方法,它融合了精神分析治疗中的释梦技术、分析心理学的主动想象技术、存在主义心理治疗家 J. E. Shorr 1 对象和方法的意象治疗技术并加以改进而产生的^[1],可直接通过潜意识中意象的调节,对来访者的潜意识进行资源整合,以新意象的形式体现出潜意识的积极作用来解决来访者的心理问题^[2]。从朱教授首次公开这种技术到现在,短短十几年时间,意象对话已经被广泛的应用于治疗抑郁症、恐怖症、强迫症、焦虑症,甚至于企业培训、减肥塑身等多个领域,得了良好的效果^[2-4]。

1 意象对话技术的基础和特性

1.1 意象对话技术的基础 意象对话是建立在集体潜意识基础上的。即人类在进化过程中反复出现的形象在潜意识中固化下来,并将这种形象连同其代表的意义遗传给子孙。例如,没有见过蛇的孩子遇到蛇时会感到恐惧(情绪)、心跳加速(生理)、躲避(行为),是因为他已经具有了集体潜意识中“蛇是危险的,有伤害性的”这一观念,所以即使他从未见过蛇,也会感觉恐惧。因此,很多意象有其相对固定的含义。如果某个意象出现,就可以代表潜意识中存在着某一类的心理情结和心理能量。所以,意象对话技术是以“象”

为基础的,甚至可以说意象对话技术就是“象”的技术。

1.2 意象对话技术的准确性 意象对话技术在了解患者状态时比描述性表达更准确。比如说患者叙述他非常的“愤怒”,“愤怒”即为患者当前的情绪状态。但在意象对话中,可以让患者将愤怒的情绪想象为一个物体,有的人想象中愤怒是一只燃烧的火狮子,有的人想象中愤怒是一团被压住的灰色烟雾。我们可以更加准确的感知到前者的愤怒有爆发、急躁、不管不顾的感觉,后者的愤怒则会让人体会到一种压抑的、烦闷的、无法释放的感觉。

2 中医是“象”的医学

中医历来讲究取类比“象”,如“藏象”、天人相应,其实都是在讲“象”。一是中医的基础理论,阴阳、五行、脏腑,都是运用“象”来阐释的。例如《素问·灵兰秘典论》中所说的“心者,君主之官……肺者,相傅之官……肝者,将军之官……”等,均是以社会人的形象来说明脏腑功能的。值得一提的是,朱教授所做的一项调查研究中指出,让被调查者想象肝脏的样子,大多数人都会想象成“警察”或是“军人”,跟我国古代说的“将军之官”,也就是武将,不谋而合。更为有趣的是,这些想象中的“警察”和“军人”大多是佩枪的。“枪”在意象对话中固定的一种含义为男性生殖器,而肝经的循行部位恰恰是“络阴器”的,这种联系非常值得我

taques du Froid”。

2.2 准确理解近义词内涵 古代中文讲求文字描述的丰富和绚丽,近义词现象十分普遍,对中医翻译造成一定难度。如:近义词“不足”“弱”“亏”“竭”根据其细微差别,法语对应词分别为“Insuffisance”“Faiblesse”“Déficiency”“Epuisement”。准确翻译中医学语近义词,对译者的双语能力及医学知识要求都相当高,不仅需要同时掌握这些词语的汉语及法语内涵细微差别,并能恰当地对号入座。

2.3 准确理解同义词内涵 中医名词术语的另一个特点是“用词多样性”,很多内涵相同的中文术语,字面表述不同,即“同义词”。一方面,反映了中医语言的丰富,另一方面也暴露了中医术语使用不规范,这对

翻译造成了一定困难。若对中文或中医知识理解不深刻,仅仅按照字面意思翻译,无法对应词统一、规范,同时也会影响中医内涵的理解。如“月经”“月信”“月事”“月水”,据《中医药常用名词术语辞典》^[2]所述,中医内涵均为月经,因此其法语对应词统一译为“les règles”。

综上所述,中医名词术语法语翻译时,不应拘泥于字面本身,而是需要分析中西医差别,多义词、近义词、同义词等语言现象的影响,恪守内涵“对应性”的翻译原则,是中医名词术语翻译过程中最重要的基本原则。

参考文献

[1] 黄新成,胡宗荣,等.法汉大词典.上海译文出版社,上海:上海世纪出版集团、译文出版社,2002:1442.

[2] 李振吉.中医药常用名词术语辞典.军事医学科学出版社,2001:71-72.

(2010-01-26 收稿)□

们思考。二是中医的遣方用药,更与“象”有着不解的联系。刘力红在《思考中医》中写到,开中药(方剂)其实就是开时空。比如患者得了阳明经证,“大热、大汗、大渴、脉洪大”的四大症状宛如处于酷暑之中,我们开方就模拟一个冬天,也就是应用白虎汤去治疗。这种把病情看做夏天,把方剂看做冬天的思考方式就是一种“意象”思维。三是中药,其中的取象比类就更多了。如明代缪希雍在《神农本草经疏》中是这样描述附子的生长环境的:“附子全禀地中火土燥烈之气,而兼得乎天之热气”。张锡纯则谓“附子本是辛温大热,其性善走,故为通行十二经纯阳之要药。”“其力能升能降,能内达能外散,凡凝寒锢冷之结於脏腑、着於筋骨、痹於经络血脉者,皆能开之,通之。”由此可见,中医用药,并不是着眼于中药中的有效成分,而是通过“象”去理解药性和指导临床应用的。综上,中医是“象”的医学,以“象”为基础。

3 中医与意象对话的结合

3.1 中医与意象对话的最佳结合点:情绪类疾病 鉴于中医与意象对话技术都有共同的基础——“象”,所以两者如能结合运用可相得益彰。认为,中医与意象对话技术的最佳结合点是情绪类疾病,因为此类疾病中医独具治疗特色,同时也是意象对话技术的最佳适应症之一,意象对话可更准确的获知患者当前的状态,从而拓展了中医诊断方法,使中医药治疗更具有针对性。仍举上文提到的“愤怒”为例。中医说怒伤肝,所以治疗上多从肝论治。但如果能与意象对话相结合,对于意象中愤怒是火狮子的患者,如果体质不弱,用清肝泻火的方法较为恰当,而对于愤怒是被压住的烟雾的患者,则用疏肝达郁法疗效较好,这样可使治疗方向更为精确。

3.2 中医与意象对话在治疗上的结合:用“水”与“火”

3.2.1 中医中的“水”与“火” 中医历代医家都很重视“水”与“火”,张景岳在《类经·五行统论》以水火论中医基础理论:“变虽无穷,总不离阴阳;阴阳之用,总不离水火。所以天地之间,无往而非水火之用。欲一言以蔽五行之理者,曰乾坤付正性于坎离,坎离为乾坤之用耳。”去繁执简,将阴阳之用、五行之理概括为“水”“火”两端。清《冯氏锦囊》以水火论病机:“要知平人而至于病,必由于水火二家先病也;病至于大,必由于水火二道病极也;大至于危,必由于水火二气将脱也。”金元四大家之一张子和以“水”“火”论治疗,并专门撰写了《儒门事亲·辨十二经水火分治法》章节加以阐释。

3.2.2 意象对话中的“水”与“火” 在意象对话的治疗技术中,最常用的两个意象就是“火”与“水”。这两

个意象都可以反映生命力主要特点。火象征着“温暖”“力量”“爱”和“活力”。朱建军教授认为“火”归根结底是宇宙中生生不息的一种能量,也就是赫拉克里特所说的“宇宙是永恒的活火”。^[5]同时,“火”也是消除阴翳,涤荡阴寒之邪的主要力量。水象征着“滋养”“智慧”“清洁”,是生命力的源泉,意象对话技术可应用“水”和“火”来治疗多种心理疾病。

3.2.3 水抑郁和干抑郁——意象对话技术中抑郁症中的分类 意象对话中将抑郁分为水抑郁和干抑郁两种。如果引导患者看一棵树,意象中的树木的状态是:湿、暗、滑、冷。或树木所在的环境在沼泽、湖边、湿地等;天气为雨天、阴天、雾天或天气很冷;时间为晚上或夜间,总之以不见阳光、湿冷为主,此为水抑郁。如果树木本身的状态是枯树,或枝干干脆易断。树的环境在沙漠、戈壁、皴裂或干旱的土地等,天气是晴天,或十分干燥,时间是白天或风沙天气,总以干、渴、枯(生命活力丧失)等为主要表现,此为干抑郁。

3.2.4 四逆汤散加乌梅、山茱萸药量变化形成“火方”与“水方”治疗抑郁症初探 我们以药性方解为基础,运用意象来理解四逆汤散+乌梅、山茱萸一方,可以认为四逆汤代表火,乌梅、山茱萸代表水,四逆散为条畅疏达,沟通阴阳水火的疏导者。根据用量不同可分别构成“火方”和“水方”。“火方”中四逆汤中用较大剂量,“附子干姜,纯是一团烈火,火旺则阴自消,如日烈片云无。”^[6]而乌梅、山茱萸用小剂量,象征烈火中的一丸真水,形成二阳抱一阴之势,应离卦,运用于水抑郁的治疗中。“水方”中四逆汤用小剂量,象征水中的一息真阳,鼓动温升真水,即将静态的水变为活力四射的汨汨源泉,温润滋养周身。乌梅、山茱萸用较大剂量,象征滋养之水,形成二阴抱一阳之势,应坎卦,运用在干抑郁的治疗中。临床应用中将此思路应用于抑郁症、亚健康抑郁状态的诊疗中,初步临床观察1周内可起效(重症抑郁除外),在缓解失眠等躯体症状和稳定情绪方面有较好的作用,值得进一步研究。

参考文献

- [1] 朱建军,孙新兰. 意象对话技术. 中国心理卫生杂志,1998,12(5): 316-317.
- [2] 卫亚莉. 意象对话技术在心理治疗中的运用. 中国临床康复,2003,7(3):491.
- [3] 李俊茹,刘惠军. 意象对话技术及其在抑郁症心理咨询中的应用. 中国临床康复,2005,9(16):154-155.
- [4] 张宇迪,何开源,李洁,等. 意象对话技术对服刑人员进行短程干预的个案报告. 国际中华应用心理学杂志,2006,2(3):166-168.
- [5] 朱建军. 我是谁——心理咨询与意象对话技术. 中国城市出版社,2007年第2版第12次印刷:151-152.
- [6] 郑钦安. 郑钦安医书阐释. 四川出版集团,2006年第3版第4次印刷:83.

(2010-02-26 收稿) □