

中医学整体思维对人格系统发展理论的影响(连载二) ——人格系统自身是一个不可分割的整体

刘晓雯¹ 吕学玉² 汪卫东²

(1 北京宣武中医医院,北京,100050; 2 中国中医科学院广安门医院,北京,100053)

摘要 全文从空间思维和时间思维对“人格系统发展理论”中人格形成进行了阐述,“人格系统发展理论”认为人格是立体的,在时空思维上不断发展。在空间思维上,人格是以“胆气”与“自我”共同构成的“内核层”,并在此基础上发展出了中间层和外显层,最终形成人格的七大要素:胆气、自我、人际、意志力、思虑(思维模式)、三才观(世界观)、性情(性发展),并趋于稳定。在时间顺序上,人格的发展则呈现以七要素为核心的纺锤形结构,由始至盛,再由盛至终。

关键词 五神;形神合一;空间思维;胆气;自我;内核层;人格;系统发展理论

The Influence of Traditional Chinese Medicine Holistic Thinking on the Theory of Personality System Development ——Personality System Itself is An Inseparable Entirety

Liu Xiaowen¹, Lyu Xueyu², Wang Weidong²

(1 Beijing Xuanwu Traditional Chinese Medical Hospital, Beijing 100050, China; 2 Guang'anmen Hospital, Chinese Academy of Traditional Chinese Medicine, Beijing 100053, China)

Abstract This paper expounded the formation of personality in the theory of personality system development from the perspective of space thinking and time thinking. “Personality system development theory” believes that personality is three-dimensional and develops continuously in space-time thinking. In terms of spatial thinking, personality is a “core layer” composed of “courage” and “self”, on which the middle layer and the explicit layer are developed, and finally develop the seven elements of personality—courage, ego, interpersonal relationship, willpower, thinking (thinking mode), talent outlook (world outlook) and temperament (sexual development), tending to be stable. In terms of time sequence, the development of personality presents a spindle structure with seven elements as the core, from the beginning to the prosperous, and then to the end.

Key Words Five kinds of mind; Integration of spirit and body; Spatial thinking; Courage; Self; Core layer; Personality; Theory of system development

中图分类号:R277.7 文献标识码:A doi:10.3969/j.issn.1673-7202.2019.04.054

所谓“人格系统发展理论”,是汪卫东教授在中医学思维影响之下,结合几十年的中医心理临床实践与现代研究,发展起来的中国本土化人格理论。这个理论在发展过程中,经历一个过程,先后在另外的论文中都有过相关论述^[1-2]。我们可以从3个角度来论述该理论的相关内容:1)人格系统发展理论的空间思维。在空间思维中又可以分为外部空间思维与内部空间思维。人格系统发展与外部空间的关系,从遗传、环境这个大空间角度论述了中医学整体思维对人格系统发展理论产生的影响,已如前述。而本文主要讨论内部空间思维问题;2)人格系统发展理论的时间思维,即发展思维;3)人格系统发展理

论的时空整体思维,即把人格系统的发展过程从空间与时间结合的角度来进行人格系统发展理论的整体构架问题。这一理论构成无疑受到中医学整体思维的影响。整体理论指导下的中医心理学研究主要从2个维度出发,一个维度是用中医学的思维与方法研究人体生命中的心理现象;另一个维度是用心理学方法研究中医学理论与方法中对人生命中心理现象的研究。本文从整体理论开始,从时间、内部空间、时空角度对人格“系统发展”进行论述。

1 由众多要素构成的人格系统是一个不可分割的整体

1.1 个体的心身是一个不可分割的整体 中医理

基金项目:国家科技支撑计划项目(2014BAH0B00)——提高中医药疗效的“病证结合”研究

作者简介:刘晓雯(1973.11—)女,硕士,主治医师,研究方向:中医情志病与睡眠,E-mail:geren1125@163.com

通信作者:汪卫东(1956.05—)男,博士,主任医师,博士研究生导师,研究方向:中医心理与睡眠,E-mail:tcmtip@126.com

论认为,人体是一个有机统一的整体,气血津液灌输于全身,外养四肢肌肤、内濡五脏六腑,使各系统动静有度,运化有常,彼此之间既相互促进,又相互制约,构成一个不可分割的整体。人的心身是一个不可分割的整体,这就是所谓“形神一体”或者“形神合一”思想。《黄帝内经》在论述了各脏腑功能之后指出,“凡此十二官者,不得相失也”^[3]。中医认为由多个组织和器官组成的人体,包括内脏、经脉、孔窍、四肢骨骼,这些不同的组织和器官彼此在,生理、病理和结构上都相互关联,紧密联系。从生理结构上看,身体是以五脏为中心,通过经脉和六腑系统的功能运动,五官九窍连通整个身体,上下内外,形成了一个功能整体。从生理学上看,各脏器功能虽然各不相同,但彼此相互依存,协调制约。古中医研究,不仅考虑到了五脏的形态结构与生理功能的统一,还对精神与形体的统一进行了相关论述。

《灵枢·本神》篇这样记载:问于岐伯曰:凡刺之法,先必本于神。血、脉、营、气、精神,此五脏之所藏也。至其淫佚离脏则精失、魂魄飞扬、志意恍乱、智虑去身者,何因而然乎?天之罪与?人之过乎?何谓德、气、生、精、神、魂、魄、心、意、志、思、智、虑?请问其故^[4]。

岐伯答曰:天之在我者德也,地之在我者气也。德流气薄而生者也。故生之来谓之精;两精相搏谓之神;随神往来者谓之魂;并精而出入者谓之魄;所以任物者谓之心;心有所忆谓之意;意之所存谓之志;因志而存变谓之思;因思而远慕谓之虑;因虑而处物谓之智^[4]。这段论述把精神活动置于形体当中进行讨论,既反映了古代中医的形神一体的医学特征,也反映了古医学的整体医学方法论特征。

在中医学脏象理论中,五脏藏五神也是“形神合一”的重要体现。五脏藏五神,即心藏神、肺藏魄、肝藏魂、脾藏意、肾藏志。五脏的“神、魄、魂、意、志”,在内表现为心理思虑,在外表现为精神情绪,必然包含着人格理论部分,只是古人未对此作进一步深入研究。加之对脑结构的不甚明了,只能在象思维的理论指引下,以“黑箱理论”结合五行分类的方法,对整个人的身体与精神进行分类性的意象描述。这形成了朴素的“形神一体化”思维。并在此基础上形成“五行形神一体化模型”,下面这张图更能形象而具体展现传统中医学理论中的五行整体理论。五脏藏五神关系见图1,中医五行形神一体化模型见图2。

1.2 东西方心理学人格思想中的辨证与统一 西方心理学中,由于心理学逐步从哲学和医学中分离

的原因,心理与生理是分开研究的,西方心理学对于人格的描述,多数偏重于对人的心理特征的描述,对于人格中个体生理特征的描述几乎没有^[5],中医心理学植根于中医学,受《黄帝内经》等医学典籍中朴素人格思想的影响,虽未在中医学中明确有人格的提出,但我们仍然可以从最为代表性的《灵枢·通天》篇及《灵枢·阴阳二十五人》的描述^[4]中发现,两篇文章在描述内容上虽有所差异,但都体现出“形神合一”的基本观点,在依据阴阳含量划分不同类型人时,实质上体现的是人格类型的雏形。将每一类型人的特征进行归纳,可以发现每一类型都包含生理、心理、行为特征以及病理等各个要素层面。比如,“火形之人,比于上徵,似于赤帝,其为人赤色广左月右引,…质微之人,比于左手太阳,太阳之上,肌肌然,少微之人比于右手太阳,太阳之下惛惛然,右微之人比于右手太阳,太阳之上皎皎然。质判之人,比于左手太阳,太阳之下支支颐颐然”^[4]。基于这一理论的五态人格也被后世诸多医家所阐发^[6-8]。现代中医心理学大家薛崇成教授曾就中医五态人格理论进行了几十年卓越研究,并以此制成“五态人格量表”^[9]。

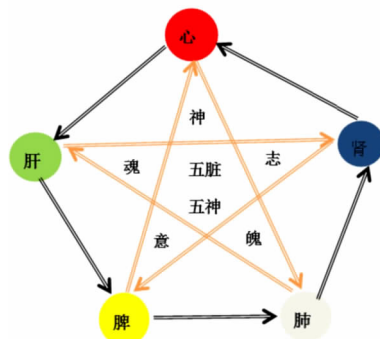


图1 五脏藏五神关系图

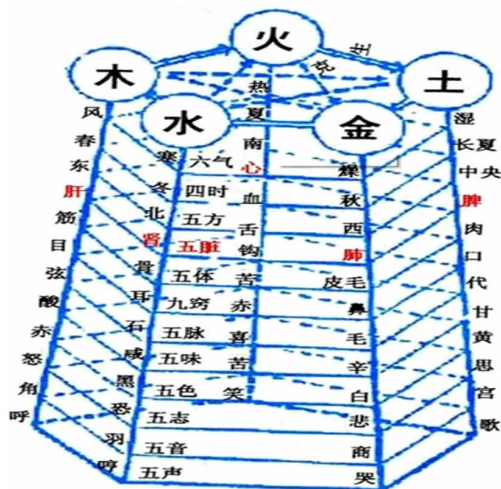


图2 中医五行形神一体化模型

西方心理学对人格的定义一直存在多种范式,有以人格特质来定义的,也有以人格内外向来定义的,目前广泛认可的对人格的定义是由 Funder^[10] 提出的:人格是“个体思维、情感和行为的特异性模式,以及在这些模式之下、能够或不能够被观察到的心理机制”。这里指出,人格的内涵非常丰富,包含认知(思维)、情感、行为以及心理机制。同样,中医心理学认为人格是一个包含认知、情感、行为、思维、世界观等多个要素的整体概念,这些要素彼此之间关系复杂有序,通过各要素小系统本身的稳定来促进人格系统的稳定和平衡^[11]。这一特征体现了中医学整体观。

2 人格系统的内部空间结构是一个不可分割的整体

人格系统本身又是由各个子系统组成的,也是一个不可分割的整体。各个子系统构建顺序如何,之间如何相互作用,为此,我们结合临床实践与现代临床心理学研究方法,对人格理论进行了现代构建的思考。受中医学整体思维的影响,我们根据国内外相关理论,包括汪卫东教授的《发展治疗学》思想^[11]同时对几千份精神与心理患者的提纲式作业(反映了患者人格异常发展的整体过程),按照现代质性研究方法,进行了临床人格发展要素的再提取和再研究,从而形成了图3所示的基于系统发展人格理论的平面要素结构图。该图展现出系统的人格结构与相关维度,图中所展现出的系统发展人格的相关维度与各要素,并非生命出现的同时全部产生,而是沿着时间纵轴,随着个体生理的不断发展,逐渐趋于完善。

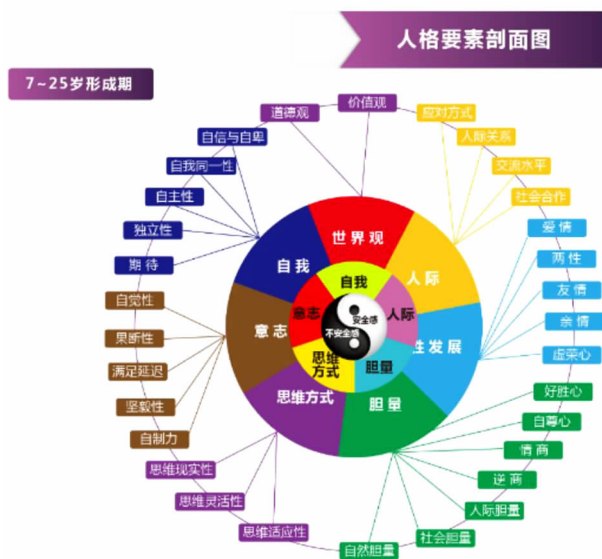


图3 基于系统发展人格理论的平面要素构成或者临床状态人格

《黄帝内经》有对人的成长过程的如下描述:“女子七岁,肾气盛,齿更发长,二七,而天癸至,任脉通,太冲脉盛,月事以时下,故有子…丈夫八岁,肾气实,发长齿更。二八,肾气盛,天癸至,精气溢泻,阴阳和,故能有子。…七八,肝气衰,筋不能动。八八,天癸竭,精少,肾脏衰,形体皆极则齿发去”^[3]。对这段经文的解释,过去主要从生理变化角度来说明人一生中的成长规律。但随着对中医学理论的不断深入研究,中医整体思维在《黄帝内经》中贯穿的体现,中医学理论始终体现“形神一体化”的思想,我们有理由相信应该从生理和心理2个方面来理解,而不应该仅从生理角度理解,这些描述一定包含着“形神”同步发展即生理和心理同步发展的意思。在中国传统文化中,古语“三岁看大,七岁看老”,从人格发展的角度看,应当体现了个体早年时期的发展对人格形成有着重要的作用。

通过对人格内部结构的阐述,我们不难看出,人格形成与发展其实是一个毕生过程;这个过程,随着年龄的变化使其要素不断变化,从而表现为一个完整的从形成到完善再到结束的全过程。因此,对人格的系统发展还不能仅仅放在单一的时间结构或空间结构思考,而应该放到时空思维进行研究。

3 系统发展人格理论的时空发展结构

根据我们的研究,相对稳定的人格发展结构应该分为核心层、中间层和外显层3个部分。

3.1 人格发展构成的“核心层” 1)在婴儿还没有形成人类所能够理解的“人格”之前,亦即0~1.5岁左右,是人格形成的初期,出生的瞬间,脱离母体这个温暖熟悉的环境时,在婴儿的心理上实际上已经产生了人格的萌芽,产生了对外界刺激的安全感和不安全感,而这种安全感和不安全感受先天“胆气”的影响,在个体出生后的心理上以一种协调对立的关系进行发展^[13]。2)1.5岁以后,胆气逐渐表现为对外界环境和外界刺激的“勇怯意识”。《黄帝内经·经脉别论篇》说:“当是之时,勇者气行则已;怯者则着而为病也。故曰:诊病之道,观人勇怯、骨肉、皮肤,能知其情,以为诊法也”^[4]。这正是后来能够被人们所感知的“胆量”,或曰“胆气”,是婴儿先天人格基础与后天人格倾向连接的基础要素,也可能是人格“核心层”^[12]继续丰富和完善的基础。胆气,也即胆量,指个体应对自然、社会和自我的能力,是一种适应力,随着年龄增长而有所不同。

勇怯意识的发展开始于人成长过程中对自然环境和人际环境的适应,比如对自然的适应声音、光

线、温度、湿度、压力等等;其次是人际适应,主要是父母以及其他主要养护人的教养方式,是过度保护的,忽略保护的还是严厉的等等,这个适应过程形成了基本的婴幼儿的“勇怯意识”,也即“胆气”^[14];随着勇怯意识获得发展,到3岁的时候,“自我意识”也由于胆气的大小,逐渐影响到“自我意识”的强弱。“胆气”与“自我”共同构成了人格形成的“内核层”也即原始的“人格细胞”。此后,二者相互依存,促进人格系统的继续过程。

3.2 人格构成的“中间层” “三岁看大,七岁看老”,一般认为,3岁以后,“自我意识”进一步强化,“胆气”也因此强大,从而出现儿童成长的“第一反抗期”。3~7岁在经历第一反抗期过程中,随着人际交往进一步扩大,在各种生活经历和教养方式共同作用下,在争取“自我”“自主”“自由”的成长过程中,相对稳定的“胆气”和“自我”在矛盾中又进行了发展,并且有了基本的人际交往模式和意志水平,并在人伦和意志发展过程中形成比较稳定的思维模式。因此,可以说,人格发展到3岁以后,“人格细胞”进一步丰富与壮大,围绕着“胆气”和“自我”这个“核心层”,逐步构成了人格的基本组织,亦即人格构成的“中间层”^[13]。

3.3 人格构成的“外显层” 1) 人格成熟期:生长到7~18岁或者7~25岁,个体大多经历了恋爱、婚姻、工作过程,人格得到进一步发展,人格的胆气、自我、人际、意志力、思维模式这5个基本要素已经基本稳定形成,^[13]在此基础上,一定的生活经历和教养方式,使人格进一步发展和完善,在前述五大基本人格要素的基础上,又发展出世界观和性发展,这样就形成人格的七大要素。人格发展基本稳定,个体在心理上逐步趋于成熟。美 2) 人格稳定期:指的是25~60岁,这个时期人格基本稳定,在此期间如果经历各种因素和刺激的影响,可能对人格倾向上会有一些影响,但一般情况下不会发生很大的变化^[12]即使有变化,也非常缓慢。当然在某些特殊情况下,比如重大创伤或人生经历重大改变,人格也会产生突变。因为这个时期人格的相对稳定,不易受外界影响发生改变,易于观察,便于研究,所以多数心理学理论的研究,比如西方卡特尔人格特质理论(16种PF)、艾森克的人格结构层说和维度类型理论、塔佩斯的人格大五理论、中医的五态人格等等大多是围绕这个阶段来进行的^[16]。

人格发展是一个从生到死的全过程,或者称之为“人格的毕生发展过程”,人格发展的平面要素与

时间要素构成了人格发展的立体空间系统。从人格毕生发展模式结构图可以看出,25岁左右个体心理趋于成熟,相关人格要素产生演衍,随着年龄的发展,相关人格要素在不同人格时期也发生着动态的变化,因此,我们还要对人格发展的过程进行动态的描述。见图4。

人格毕生发展模式图

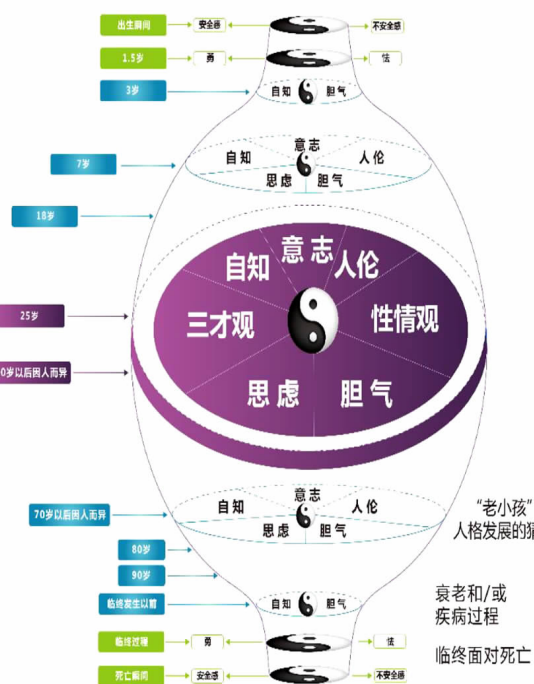


图4 人格毕生发展模式结构图

4 系统发展人格理论中人格发展的动态过程

从人格发展纵向来看,为了研究的需要和清楚地说明,我们结合上面的讨论,完全从人格发展的过程角度也即时间角度进行划分:1) 人格萌芽期:0~1.5岁左右:人格开始期,从仅有的安全感和不安全感这一对辩证关系发展到“勇怯”意识,即由“胆气”形成核心层一个方面;2) 人格成长期:1.5~3岁,人格的“核心层”进一步丰富,从原始的“胆气”积累逐步形成“自我”,人格核心层从“胆气”的一个维度过渡到有“胆气”和“自我”的2个维度;3) 人格丰富期:3岁至小学之前(6岁或7岁,因上学年龄而有所差异):“第一反抗期”出现,在“胆气”和“自我”人格核心力量双重作用下,影响到“人际关系”和“思维模式”的发展,同时“意志”也在这个时期得到发展;4) 人格完成期:小学至上大学(一般是18岁)之前:这个过程中人格系统,经历了人格要素的进一步演衍,从不完善逐步达到人格要素的基本完善,从小学之前的缺少“性情(性发展)”和“三才观(世界观)”

或者这二者的相对不足发展到比较完备,人格的内在要素发展基本完成;5)人格成熟期:18~25岁,人格七要素形成,进入基本稳定期;6)人格稳定期:25~60岁(根据身体状况而有所不同,随着社会现代化的进程,人类的平均寿命不断延长,70岁、80岁的人也和过去60岁的人差不多);7)人格萎缩期:由于社会年龄的增长,结束工作、事业的发展期,60岁(有些人或者在70岁甚至更晚)以后因人而异;60岁以上(有的人会出现推迟)到年老卧床前:这段时期是人格萎缩期,由于性功能减退,人际减少,意志减退等等,人格发展呈现萎缩阶段(老小孩逐步形成);8)人格衰退期:从卧床后到病重前,因人不同,而长短不同;临终前,世界观和意志、自我等要素也迅速衰退,面临疾病和死亡,各种人格要素进一步退化,恢复到了3岁甚至3岁以前那种只有胆气和自我要素参与的人格衰退期;9)人格结束期:这个过程是指从临终过程到死亡。这个时期最核心的人格要素是胆气,也就是勇怯,如同图示,出生时的表现为人格要素系统起源的一极,临终时则表现为人格萎缩衰退至另一极,表现出对生命的理解,对疾病和死亡的勇怯。死亡瞬间就如出生时一样,只有对生命结束的安全感和不安全感。^[13]

综上所述,人格结构本身是立体的,人格的发展遵循一定的空间发展规律与时间发展规律。从人格要素上看,人格结构由“核心层”“中间层”“外显层”构成,任一个层次都非单一要素构成,而是包含多种要素,各要素之间也非孤立,而是相互关联,形成有机整体。从人格发展过程来看,各个时期都有一定差异,表现出人格发展的阶段性和连续性,展现出人格发展的动态特征。人格要素与人格发展密切联系,辩证统一。在中医学整体思维指导下,通过临床实践不断完善的“发展治疗学”理论将人格系统的发展过程从时空结合的角度来进行研究,所形成的整体理论构架,是建立在本土文化背景下对中医心理学的继承与创新。人格的发展过程以时间推进为纵轴,以发展要素为演衍横轴,二者协同推进,呈现为立体式螺旋上升过程,同时该过程还受到机体状况、家庭环境等内外因的共同影响^[17]。汪卫东教授团队在发展治疗学的基础上研制出针对人格发展动

态的汪氏忆溯性人格发展量表(WMI)^[18]对个体人格发展进行评估,以“人格再成长”对“成长要素缺失”与“偏移发展”^[19]进行治疗与调整,为本土心理学的发展提供了新的思路,为本土心理治疗方法提供了新的选择。

参考文献

- [1]吕学玉.基于中医学思维的忆溯性心理发展水平结构及测评研究[D].北京:中国中医科学院,2013.
- [2]张海生,汪卫东.中医心理的人格形成发展和完善研究[J].中医药导报,2015,21(24):6-9,19.
- [3]任廷格,张帆.任应秋讲黄帝内经(素问)[M].北京:全国中医药出版社,2014:89-94,10,234.
- [4]傅景华.中医四部经典[M].北京:中医古籍出版社,1996.
- [5]Dennis Coon, John O. Mitterer. 心理学导论 M. 13 版北京:中国轻工业出版社,2016:471.
- [6]吕学玉.抑郁症患者五态人格与多导睡眠图特征及其相关性研究[D].北京:中国中医科学院,2010.
- [7]魏薇.中医人格分型历史文化及现代意义研究[D].哈尔滨:黑龙江中医药大学,2007.
- [8]王玉花.中国传统人格思想研究[D].哈尔滨:黑龙江中医药大学,2009.
- [9]王丹芬.中医气质学说及中医气质量表(TCM-QZS)的初步研究[D].长沙:湖南中医药大学,2004.
- [10]Wagerman SA, Wright LD, Funder DC. Personality reconsidered: a considered response[J]. J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci, 2003, 58(6):309-310.
- [11]汪卫东.发展治疗学[M].北京:人民卫生出版社,2012:53-55.
- [12]刘晓雯.中医心理 TIP 技术对 2 例偏执型精神分裂症康复作用质性研究[D].北京:中国中医科学院,2017.
- [13]刘学.中医心理再成长治疗技术研究及规范化流程初探[D].北京:中国中医科学院,2016.
- [14]李桂侠.“胆主决断”的中医心理理论与临床[D].北京:中国中医科学院,2012.
- [15]汪卫东,吕学玉,杜辉.中医理论在中医心理学人格理论形成过程中的影响[J].北京中医药,2013,32(10):764-766.
- [16]Alan Carr. 丁丹译.积极心理学[M].北京:中国轻工业出版社,2017:54-58.
- [17]唐长荣,冯帆,王处渊.人格形成与发展的中医心理学认识[J].中医杂志,2017,58(6):460-463.
- [18]汪卫东,吕学玉,单志艳,等.汪卫东忆溯性人格发展量表(WMPI)编制[J].中国健康心理学杂志,2016,24(6):888-893.
- [19]汪卫东.发展治疗学——基于异常发展的心理治疗理论体系[M].北京:人民卫生出版社,2011:125.

(2019-03-09 收稿 责任编辑:王明)