



第一章

中医心理学概述

中医心理学具有悠久的历史，为中华民族繁衍昌盛做出了巨大的贡献。中医学中蕴含着极为丰富的心理学思想，是中医心理学产生的母体，因此，中医心理学是中医学的分支学科。其在继承我国古代心理学思想的基础上，结合现代心理学的研究，运用中医理论阐释人的心理现象，探索心理活动的本质规律，研究心理因素，对疾病的发生、发展、变化的影响，以指导养身保健、疾病预防和治疗。因此，中医心理学是心理学的交叉学科，是与现代医学心理学并列的学科。

中医心理学的研究非常广泛，涵盖了文献研究、基础理论、发展史、病因病机、心理诊断、心理治疗、心理护理、心理卫生、心理咨询等，概况分为理论和应用两大部分。中医心理学的基础理论是这一新学科体系的重要组成部分，其重要性体现在它是中医心理学这门新学科确立的理论支撑。

中医心理学源于中医学中的心理学，以《黄帝内经》《伤寒论》以及历代医家著述为理论前提，以“形神统一”论、“心主神明”论、“五脏情志”论、“阴阳睡梦”论、“七情五志”论等为理论基础。近年来，随着其学术体系不断发展和创新，中医心理学不仅被高等中医药院校教材《中医心理学》采用，而且被当代众多医学家所肯定，为中医学理论奠定了坚实的理论基础。同时，中医学的理论基础逐渐趋于系统和完整，也为中医心理学在临床应用中提供了有力的理论基础。

第一节 “形神统一”论

中医学中“形”与“神”，是对立统一的概念；“形”是指有形的物质，“神”是指自然界变化的规律。《内经》“阴阳不测谓之神”。在人体“神”用来说明复杂的生命活动及千变万化的生命现象，中医认为“神”不能脱离“形”而独立存在，神形俱备是人体生命的象征，形神对立（分离）就意味着衰或亡。

“形神统一”论是中医心理学的整体组成部分，“形”具体指筋骨肌肉、四肢百骸、“五官九窍”等组织器官。“神”包括自然界的神，“形”为“神”之宅，“神”为“形”之主，紧密结合，“形神统一，神主形从”的观点，通过中医五神理论阐释。形神统一则身体健康，对立则衰或亡。

“形神统一”是中医心理学中的生命整体体现，亦是中医心理学基础理论的指导思想，其构成中医心理学的理论基础。神的概念内涵即是“生命之主”，既包括心理方面，也包括生理方面。因此这一概念体现了中医心理学中的心理、生理统一观。“神”与“形”是生命不可或缺的两方面。“神”本于“形”而生，并依附于“形”而存在，“神”是“形”的主宰。“神”与“形”的对立，是生命运动的基本矛盾；“神”与“形”的统一，是生命存在的基本特征。“神”与“形”的对立，便构成了人体生命这一有机统一整体。

“神形统一”的生命观，是中医学“整体恒动观”的一个重要组成部分。具体内容为中医心理学中的身心统一，心理与生理统一的基本观点，并奠定了坚实的理论基础。其长期以来指导中医临床实践，并为现代科学技术的进步，理清生命的本质、探寻疾病发生规律等提供了重要线索。

“形与神俱，而尽享天年。”“形”与“神”是生命维系延续的关键因素，是中医心理学中重要的理论基础，人类应对“形、神”之间的关系进行全面深入的认知。“形”是指人体的五脏六腑、经络、骨骼、肌肉、皮肤、四肢等，是人体进行各项生理活动的物质基础。“神”是人的精神、意识、知觉等心理活动，以及生命活动的外在表现。“形、神”之间是辩证统一的关系，“形”是“神”存在的基础，而“神”则主宰着它们之间相互依存、相互影响，两者其一出现问题，均会使另一方出现异常，同时，人的健康

状况也会受到影响。因此人的生存应注意“形神共养”，最终才能达到“形与神俱”，而“尽享天年”。

一、“形”的基本概念

“形”是人体生命存在的物质基础，也是“神”存在的保证，《荀子·天论》中描述：“天职既立，天功既成，形具而神生”。“形”，《说文解字》释之为“象形也”，即指有象可查的物质。因此，“形”广义概括了自然界中一切物质实体，在人体则是指物质、形体、形态而言。

形质是构成形体的基本物质，也是形成维持生命的基本物质，具有精、血、津液等。除了上述有形的物质，还有更重要的无形物质——气。我国古代哲学“气·元论”，认为“气”是宇宙的基本物质，而被视为小宇宙的人，其生命的本原物质也是“气”，如《内经》的“人以天地之气生”《素问·宝命全形论》，“天之在我者德也，地之在我者气也，德流气薄而生者也”（《灵枢·本神论》）之论。“气”虽无形，但其却是形质生成的基础，《灵枢·决气》所载“精、气、津、液、血脉……为一气耳”。“气”虽无形可查，但却有象可征，因此，仍属“形”的范畴。

（一）“形”与脏腑的关系

形体是有形质组成的具有一定形态结构体，诸如脏腑身形、五官九窍、筋、肉、皮、骨、五体等。形态除了指形体结构的状态，还有物质运动状态的含义。如无形之气，无固定形态之血，虽无结构形态而言，但其有自己的运动状态。总之，人体之“形”，是对人身各种形式存在的所有物质的概况，是指血肉之躯的形体，也是指构成并营养形体精气、血、津液等形质。

（二）“形”为生命之基础

“神”以“形”为物质基础，“形具”才能“神生”。战国思想家荀况在《荀子·天论》描述：“天职既立，天功既成，形具而神生”。此处“天”指的是自然界，“形”指人之形体，“神”指之精神。其意是人之形体及精神活动均是自然界的规律在发生作用，是自然界的物质变化的结果，只有具备了人的形体结构，才能产生精神活动。如《灵枢·本神》中描述：“肝藏血、血舍魂”“脾藏营，营舍意”“心藏脉，脉守神”“肺藏气，气舍魄”“肾藏精，精舍志”。不仅阐明了精、气、营、血、脉是“五神”的物质基础，而且说明了五脏的生理功能与“五神”活动的关系。“五脏”藏“精”“化”“气”“身”“神”，“神”接受外界刺激生“情”，“神”活动于内情变现于外，这就是“五脏”与“神情”的密切关系。

（三）“形”与“气、血、津液”及“神”的关系

《脾胃论》描述：“气乃人之主，乃气之子。气者精神之蒂也，大矣哉！积气成精，积精以全神。”“精气”是“神”的物质基础，《灵枢·平人绝谷》描述：“血脉和利，精乃居。”只有血脉运行通畅，精神才能旺盛，精神活动才趋于稳定。由此可见，只

有拥有形体,才有生命存在,因此,人们应该注意保养形体,通过合理饮食、锻炼身体、抵御外邪、劳逸结合、作息规律等才能增强体质。以上论述,均是强调血气精微,促进人体的物质基础充盛及精神旺盛,故《素问·上古天真论》中“形不敝,精神不散”。因精神活动需要大量的气血精微来供应,所以认为,劳神过度则心血暗耗,心血亏虚则神志不宁。神志不宁则会表象诸多心理活动异常。

二、“神”的基本概念

“神”是与“形”相对的概念,是无形的。既不同于物质范畴的无形之“气”,又与气密切联系着。“神藏气中……气载乎神”(《图书编·神气为脏腑之主》),“神”与“气”的关系恰是信息与载体的关系。《内经》不仅已将“神”阐释为天地自然变化现象,更重要的是说明人的复杂生命现象。因此,《内经》有关神的概念界定是宽泛的,其最高层次是天地自然宇宙万物之神。《内经》在先秦“气·元论”中的唯物主义哲学思想影响了宇宙间万物万事的复杂变化,并将这种运动变化的总规律归纳为阴阳变化。由于阴阳变化主导万物的生、长、壮、老、已,而这种变化又是“气”这一构成宇宙最基本的元素本身具有的运动属性,因此,否定了独立于物质之外的“神”的存在,认为主宰万物的“神”,即是自然界自身所固有的客观规律。如《素问·阴阳应象大论》所描述,“阴阳者,天地之道也,万物之纲纪,变化之父母,生杀之本始,神府之明也”。神即寓于阴于阴阳之中,而阴阳运动所产生的万事万物变幻莫测的各种现象,则是神的变现,《素问·天纪大论》指出:“阴阳不测谓之神。”所谓“不测”,是指阴阳变化无穷不可胜数之义。“神”虽变化不测,但却是一种正常的规律变化,人类只要掌握“阴阳”这一“天地之道”,便可以认知它。因此,《内经》里“神”的本义是指天地变化的规律,也泛指天地间(包括人体在内)一切正常变化现象的总称。

(一)调节精、气、津液的代谢

神既由精气、血、津液等作为物质基础而产生,又能作用于这些物质。神具有统领、调控这些物质在体内进行正常代谢的作用。《内经·摄生类》描述:“虽神出精气而生,然所以统驭精气而为运用之主者,则又在吾心之神”。

(二)调节脏腑的生理功能

中医学认为,脏腑之气产生神,神道通过对脏腑精气的主宰来调节其生理功能,以五脏精气为基础物质产生的精神情志活动。正常情况下,对脏腑之气的运行产生调控作用,使之升降出入运行协调有序。“五藏五神”及“五藏五志”,反映了生命存在形神统一观。神的存在是脏腑生理功能正常与否的反映,有针对性的精神活动还能调整脏腑生理功能紊乱,达到预防、治疗、康复的目的。

(三)主宰人体生命活动

《素问·移情变气论》描述:“得神者昌,失神者亡”。神的盛衰是生命盛衰的综合体现,因此,神是人体生理活动和心理活动的主宰。《素问·灵兰秘典论》描述“心

者，君主之官也，神明出焉”，《素问·宣明五气》描述：“心藏神”，这些都突出了生命活动的主宰地位。精、气、血、津液的充盈运行有序，物质转化的代谢平衡，脏腑功能的发挥及相互协调，情志活动的产生与调畅，心理状态的宁静与怡然，使人达到延年益寿，都离不开神这一统帅的调节作用。神是人机体生命存在的标志，形离开了神则形亡，形与神具，神为主宰。

第二节 三才（天、地、人）整体论及思维方式

人的生命系于三才“天、地、人”，三才亦为整体，天地之“道”、阴阳变化影响人的心理，而“人道”对人的心理影响更为明显。“人道”一词多义，在佛学中指六道轮回中的一道；在伦理学中指人之道或社会规范；在文学中指爱护生命，尊重人格和权利。

“三才整体”论是中医心理学中的宇宙整体观，是中医理论的基本观点。“形神统一论”即强调了中医心理学中的身心统一生命整体观，又指出人不能脱离生存环境（自然环境和社会环境）而单独存在。人的生存环境不仅直接影响人的生理活动，也影响人的心理活动，如四时更迭、昼夜晨昏、地域方位、音色气味、社会人事等都与心理活动密切相关。《内经》《素问·四气调神大论》等阐述了春、夏、秋、冬四时的规律变化和东、西、南、北、中五方对人类身心的影响；《灵枢》中有关睡眠的论述，以昼夜阴阳的卫气运行变化，来说明“日出而作，日入而息”的睡眠规律。至于生活事件、人际关系等社会人事诸多因素，就是心理应激的最重要因素，其可以是生物、心理、社会、文化等，将其个体和社会整合起来，开始重视环境因素对人体生理的影响，成为“社会-心理-生物”医学模式主要理论。《内经》的“天人合一”整体观，将人视为天、地、人之间，六合之内最宝贵的生灵，非常重视人与自然环境对人生命活动的影响。

《周易》指出，人生活在天地之间，除天地之道影响外，还受“人道”的影响，将人的生存环境概括为天、地、人“三才”。《易传·辞下》中有“天有道焉，人有道焉，地有道焉，兼三才而两之”。天道、地道、人道皆有阴阳两仪之变化，因此，对人的生命活动（生理活动和心理活动）产生影响。天道、地道指人类生存的自然环境，而人道是指社会环境。天、地、人三道整合，即是中医学“医道”之所在，根植于中医学的中医心理学，将这一模式充分地体现出来，所以将“三才整合论”纳入基础理论框架中，与“形神统一论”共同构成中医心理学的整体观，成为中医心理学的指导思想。

世界观即思维方式形成基础。世界观为人们认识和把握外部世界提供了思维背景和认识框架，从而决定了人们的思维内容。我国古人用精气学说的观点去观察认识世界，认为宇宙中的一切事物均是由精气构成的，精气是构成天地万物包括人类的共同原始

物质,形成了中华民族传统的天、地、人一体的思维方式,是思维活动相对称、稳定的模式、程序和习惯。古代精气、阴阳、五行等哲学思想,作为中医学中的共同体的世界观,是以思维背景和认识框架,蕴含并培育了中医学中的天、地、人一体思维方式、形象思维方式和类推思维方式。

一、天、地、人一体思维方式

天、地、人一体思维方式,指无论看待何种事物都由天、地、人三大要素构成宇宙框架去分析、衡量,以寻找其本质规律,预测未来,产生对人体内脏的认识,而区分藏(阴)与象(阳),藏中有脏(阴)有腑(阳),而脏又有脏阴与脏阳,构建了中医学中“生命就是对立运动”的辩证思维命题。阴阳对立、互相把握不同思维在一定条件下相互转化,以此认识、把握人体生理过程中的物质精神,兴奋与抑制性转换,病理过程中的表里、寒热、虚实的转化。阴阳的动态平衡,使对立思想在一定条件下相互结合为整体。正常的生命活动是机体阴与阳两方既对立制约,又相互作用,相互转化而形成的“阴平阳秘”状态,即阴与阳在对立中达成统一平衡。

中医五行学说,为中医理论带来了整体性、联系性的辩证思维方式,建立起一个以“五行”为思维起点,以自然界的方位、季节和人体的五脏为基本结构的天、地、人一体理论框架。自始至终贯穿着以五脏为中心,多因素、多层次联系和运动变化,考虑人的生理、病理的辩证思维概念。

二、类推思维方式

类推思维方式,是以“类”为基础的已知推出未知的思维活动。类推,也称为推类,是古代逻辑推理的基本形式,与现代逻辑推理有所不同。类推,是根据类的已知情况,推测同类同理事物的未知,达到对未知事物的认识把握。

《黄帝内经》引入先秦哲学的精气、阴阳、五行等理论,作为类推模型,奠定了中医学的认知思维方式和类推类型。《素问·五藏生成篇》描述:“五藏之象,可以类推”,是指借助五行的类推模式,推理认识五藏之间的生理、病理联系。《素问·标本病传论》阴阳等类推理论类型,形成简单,但认识事物作用大,具有以浅知深,察近知远的功效。后代医学家在此基础上,根据对人体生命运动、疾病规律深入观察和临床实践的反复验证,创建了许多把握生命运动及疾病变化规律的类推模式,如《伤寒杂病论》的六经辨证模式、温病派的卫气营血辨证模式和三焦辨证模式等,丰富完善了中医学的类推系统,成为中医学中由已知认识未知,以中医理论发展创新的重要思维方式。

类推思维方式,是根据“类同理同”的原则进行推理。“理”是指客观事物的性质、本质及其事物间的内在联系规律。类推思维认为,同一类事物具有相同的性质、本质特征或共同联系规律。如“五行”,以金、木、水、火、土五者之间的内在联系模式,五行之间存在生、克、制化、相乘、相侮、母子及内在联系规律。由于五脏之间存在密切的或资助或制约的内在联系,与“五行”同构且同理,中医学在分析五脏之间的

内在联系时，将五脏代入五行进行推理，五脏间的生理情况下就具有生、克、制化的内在联系，借此以认识五脏间的生理联系。又如：肺气宣发与肃降，肝的藏血与疏泄，脾气升与胃气降，心火下降与肾水升腾，肝气升与胃气降，肾气的封藏与肝气的疏泄、精与气、气与血、气与津液、营气与卫气等既性质对立又密切相关的生命规律，以及疾病过程中的表与里，寒与热，虚与实等病理变化规律，代入“阴阳”模式，推理认识它们的对立制约、互相作用、消长转化和动态平衡关系。

第三节 “心主神明”论

中医心理学中的“心主神明”是指精神、意识、思维等高级中枢神经活动由心所主持。“心主神明”的功能正常，则精神健旺、神志清楚；反之则致精神、神志异常，出现惊悸、健忘、失眠、癫狂等症候，甚至可引起脏腑功能紊乱。

“心主神明”源于我国古代哲学，即心主神志，或“心藏神”，《本草纲目》认为，脑为六神之腑，是在中医理论指导下，用藏象学说一元化阐述人体复杂生命活动规律的学说，是中医心理学理论的核心论述，“心主神明”是人的生命活动最高主宰，是“心神”，而心理活动也不例外。人体的心理活动和生理活动就是统一在“心神”之中，“心神”主导脏腑功能活动的协调，人对客观世界的认识过程、情感过程，以及产生的意志过程，均是在“心神”主导下，五脏六腑的生理基础上产生的，也是“五脏六腑之大主，而统魂魄，兼赅意志。”“心主神明”论是在“形神合一”的基础上，将“人之神”依附于“藏象之心”，故心则“君立之官”而“立神明”。其与“脑髓说”区别在于“神”是否依附于“形”，而作为“神为生命之主”这一基本观点是一致的。由于“心主神明”论不仅全面地阐述了人体复杂生理活动的整合控制，使心理活动有序地进行，更重要的是突出了心理和生理的统一，在整体观思想的指导下，以藏象理论为基础所形成的假说，在中医长期临床实践中，很好地发挥了预防和治疗疾病的作用。“心主神明”论不仅是中医藏象理论的重要学说，而且从古至今深深渗透于中华民族传统思想文化中，并成为中医心理学中身心统一，生理、心理统一的理论基础。

一、“心主神明”观

《灵枢·天年》描述“黄帝曰：何者神？岐伯曰：血气已和，荣卫已通，五脏已成，神气舍心，魂魄毕具，乃成为人”。岐伯告诉黄帝，当生命形成，生命的活动因心与血脉表现出来，就是神。因此，广义的神是指人体生命活动的现象。《素问·六节藏象论》描述：“心者，生之本，神之变也”，强调了心的功能活动是生命活动的根本，也是生命活动的变化因素。何谓“神明”，《素问·八正神明论》指出“神明”乃目明心开而志先慧然独语，强调了神明是人的各种精神活动的概括。正如《内经·脏

象类》中描述“意志思虑之类皆神也”，认为广义的神指人的生命活动现象的总称，而狭义的神指各种活动的概括。《素问·灵兰秘典论》中“心者，君主之官，神明出焉”。心是君主之器官，是五脏六腑之“大主”。说明与心主血脉的功能是分不开的，心主血脉的功能为五脏六腑及四肢百骸输布精微。同时，心还具有“总统魂魄，兼赅意志的功能”，《素问·宣明五气论》称“心藏神，肺藏魄，肝藏魂，脾藏意，肾藏志”，而这五种神志活动合称五神，是中医心理学的核心内容，心作为五神之主起统率作用。

二、“心主神明”的“五神五志”心理学意义

现代基础心理学将人的心理过程分为三个部分，即“知、情、意”。“知”即为认知，人认识外界的过程。包括感觉、知觉、记忆、思维等心理活动现象。人们通过各种感觉器官认识了作用于它的事物的每种属性，产生感觉，又能把感觉结合起来，产生对事物的整体认识，这就是知觉。感觉和知觉均是对外部现象的认识，属于感性认识阶段。人们思维才能产生对事物本质的认识，是由表及里、去粗取精的过程。而思维过程依赖记忆，记忆提供了过去获得的经验，使人能把过去的经历和现在的经历联系起来，加以对照认识事物本质及事物之间的联系。“情”即情绪和情感。其伴随认识和意识的过程中产生对于外界事物的态度体验，人的喜、怒、哀、乐，就是人的情绪和情感。“意”，即人的思维决策见之于行动的心理过程，其表现了心理对于行为的支配。

中医学建立在以“心主神明”为中心的藏象学说基础上，将人的心理活动统一于“五神”与“五志”之中。《灵枢·本神》中“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。”“任物”作为心的作用，可以理解为担当，担负事物，即感知事物，心作为神之主，负责感觉和知觉事物。“心有所忆谓之意”，心感觉和知觉了事物的本来面貌，依赖记忆，即“意”。因记忆对事物的前后对照认识，是人们能够更加理性地认知事物与事物之间的联系。表现出心理对于行动的支配而产生“志”。因人们要去支配行动，不断地思考、想象，以后可能会产生的不同结果，进而产生“虑”。因多虑而能够更加理智地处理问题，称之“智”。《素问·天元纪大论》中“人有五脏化五气，以生喜、怒、思、忧、恐”，五种情感反应称为“五志”。在此基础上再加上“悲、惊”，即为中医学中的“七情”。

三、心神认知与心神感知

(一) 心神认知

这是中医心理学“心主神明”在阐释心理过程方面的延伸，认知过程是心理过程的核心，只有正确认知，才能产生正常情感过程的意志过程。人类对客观世界认识和察觉，是一个复杂、多层次的过程，包括感觉、知觉、记忆、思维、注意等心理活动。此过程被视为客观事物在人脑中的反映，而现代信息论视其为人脑对客观世界变化的信息加工过程。认知过程从对客观事物的感知开始，直到概念形成并指导实践（行为），各层次之间的紧密联系，环环相扣。《灵枢·本神》将这一过程概括为“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。”强调了人类认知过程是从对“物”的感知开始，最后又落实到“处物”的唯物主义观点，并按层次依次分为感知阶段、印象阶段、经验积累阶段、概念形成阶段、创造性思维阶段、理论指导实践阶段。“所以任物者谓之心”强调了“心”为任物之所，认知过程自始至终都在“心神”主导下进行。中医心理学将认知过程中的中枢界定为“心”，认知过程是“心神”为主导的心理过程，是“心主神明”的重要内涵之一。

（二）心神感知

这是对客观事物的感知，是在心神主导下认知过程的开始，“心神感知”属于“心神认知”的内容之一。“心神感知论”认为心的“任物”功能，即接收外部信息、反应客观事物的功能。“神舍于心”，心神是人类感知活动的中枢，所以“藏象之心”才能成为反映所感知客观事物之处所。五官是心神感知外部信息的“接收器”，五官所获取的信息必须传导于心，由心神感知才会产生相应的感、知觉。目、耳、鼻、舌、身五种感官所感知的视、听、嗅、味、痛、触、温等，均不是相对应的感官及脏腑的孤立活动，而是其所接收的客观世界的相关刺激反应至心，由心神做出判断。“心神感知论”强调了“目窍于肝而用于心”（《证治准绳》）、“肾气通耳”（《济生方》）、“（鼻）盖以窍言之肺也，以用于言之心也”（《东垣十书》）、“心气通于舌，心和则舌能知五味矣”（《灵枢·脉度》）、“心寂则痛微，心躁则痛甚”等观点。患者对针灸“得气”的感知，也与心神有着密切的关系，即“其神易动，其气易往也”（《灵枢·行针》）。这些理论在临床上对五官感知失常病症的辨证、论治，以及针刺镇神、针灸疗效的提高，都有着重要意义。

第四节 “七情五志”论

这种由于情绪变化引起脏腑精气功能紊乱而致疾病的发生，或诱发一类的病因（中医内因致病），因其直接损伤内脏精气，导致或诱发的情志疾病，谓之身心疾病。

“七情”，即喜、怒、忧、思、悲、恐、惊等七种情志变化，属于精神活动范畴。“七情”与脏腑的功能有着密切的关系，“七情”分属五脏，即喜、怒、思、悲、恐为代表，称为“五志”。“七情”是对外界客观事物的不同反应，是生命活动的正常现象，不会致病。但是，在突然、强烈或长期的情志刺激下，超越了正常生理活动范围，人又不能适应时，会使脏腑气血功能失调，继而导致疾病的发生，即为“七情”的致病因素，也是导致内伤疾病的主要因素，称为“内伤七情”。“七情”的致病因素有别于中医“六淫”致病，“六淫之邪”从口鼻皮毛而入人体，称外因致病，直接影响有关脏腑而致病，

情志因素不仅直接导致多种疾病的发生，还对所有疾病的转归起着重要作用。

中医心理学认为，“七情”与人的五脏有着密切的关系，与五脏的生理、病理变化相关联，即喜伤心、怒伤肝、思伤脾、忧伤肺、恐伤肾，故“七情”波动影响人的阴阳气血失调和运行。

正常情况下，人体阴阳处于平衡状态，保持机体各项生理活动功能正常。剧烈的心情变化可以使阴阳平衡失调，导致气血功能紊乱。《素问·举痛论》指出“百病生于气也。怒则气上，喜则气缓，悲则气消，恐则气下，惊则气乱……思则气结”。中医认为“七情”分属五脏，为五脏所主。故喜为心志，怒为肝志，思为脾志，悲为肺志，恐为肾志。

中医心理学将“七情”和“五志”简称为“情志”。“五脏情志”论源于《素问·天元纪大论》：“人有五脏化五气，以喜、怒、忧、思、恐。”在“形神合一论”及“心主神明论”的基础上，“五脏情志论”强调了情志与内脏的关系，阐明了情志活动具有脏腑气血生理基础，情志的变化是脏腑功能的活动，可影响情志产生和变动，尤其强调情志变化对脏腑气血的反作用。

不同的情志变化，虽与五脏有着某些特殊的联系，但这种联系并非不同性质的精神刺激直接作用于脏腑的结果，而是通过心理的调节使五脏分别产生的不同变动。情志活动的本质是以心神为主导的相互协调的脏腑功能活动。因此，情志变化对脏腑的影响，除取决于精神刺激因子的质和量以外，更在于心神状态。因心神状态及不同的病理变化而异，不同的个体，不同的疾病，都表现出不同的情志变化特点，这都为“七情”学说的临床运用提供了理论依据。中医心理学的情志理论特色是强调了心神的主导作用，更重要的是提出了情志与五脏相关的观点，有效地指导了临床实践。中医心理学的情志理论在基础理论框架中，概括为“七情五志”论，彰显了其中医特色。

一、“七情五志”内容

情志是复杂的心理活动，与人类健康有着密切的关系。中医对情志的论述始于《黄帝内经》《素问·阴阳应象大论》描述：“天有四时五行，以生长收藏，以生寒暑燥湿风。人有五脏化五气，以生喜怒悲忧恐。”又如《灵枢·口问》描述：“悲哀忧怒则心动，心动则五脏六腑皆摇。”“七情”即喜、怒、忧、思、悲、恐、惊。七情与脏腑的功能活动有着密切的关系。七情分属五脏，即五志（喜、怒、思、悲、恐）。“七情”“五志”中医统称“情志”，相应的疾病称“情志病”。“七情”“五志”是中医心理学中人体对外界客观事物不同的反应，是生命活动的正常现象。

在古代，“情志”一词是情绪、情感，大多数是以“情”字来表示，亦用“志”来表示。中医心理学的“七情五志”，概括了人类情绪活动的基本状态，包括现代心理学所说的喜、怒、哀、惧等人类情绪活动的四大基本形式，它们之间的复合，则囊括了人类全部复杂的情感变化。