

# 中国传统音乐治疗中的生态美学观念

邹 珊<sup>1</sup> 刘 敏<sup>1</sup>

**摘要:**从生态美学的视角,分析中国传统音乐治疗“人与天地相参”的原则、“形体不敝,精神不散”的目的和“以情胜情调七情”的核心思想,探讨此疗法中的“取象比类”的审美推论、“游心于物之初”的审美想象与以“和”为核心的审美理想,突出揭示了此疗法与生态美学中整体统一性、和谐共生性和动态发展性思想的关联。在呼唤对生态环境问题予以观照的当今时代,人们能从这种音乐治疗中,走向深层的审美静观,重新审视人与自然和谐共生的生态世界,与宇宙交相和谐、共同创造、臻于无穷。

**关键词:**音乐疗法,天人合一,生态美学

中图分类号: R-05 文献标识码: A 文章编号: 1002-0772(2025)12-0058-05

DOI: 10.12014/j.issn.1002-0772.2025.12.12

**Ecological Aesthetic Concepts in Traditional Chinese Music Therapy** ZOU Shan<sup>1</sup>, LIU Min<sup>1</sup>. 1. College of Liberal Arts, Sichuan Normal University, Chengdu 610068, China

**Abstract:** This research, from the perspective of ecological aesthetics, analyzes the principle of "harmony between human and nature", the therapeutic goal of "preserve physical vitality and mental coherence", and centers on "regulating the seven emotions through emotional counterbalancing" in traditional Chinese music therapy. It further examines the aesthetic reasoning of "analogical symbolism", the aesthetic imagination embodied in "roaming the mind at the origin of things", and the aesthetic ideal centered on "harmony" within this therapeutic approach. It highlights the connection between this therapy and the ideas of overall unity, harmonious coexistence, and dynamic development in ecological aesthetics. In an era increasingly attentive to ecological crises, this music therapy guides people to achieve a deep aesthetic contemplation, re-examine the ecological world where humans and nature coexist in harmony, and interact harmoniously with the universe, advancing together toward boundless flourishing.

**Key Words:** music therapy, harmony between man and nature, ecological aesthetics

人与自然是生命共同体,关注生态问题具有重要意义。如果无节制地向自然索取乃至破坏自然,必将遭到大自然的反噬。随着工业文明的加快发展,全球性生态危机不断加剧,人类精神世界也日趋荒漠化。在 20 世纪中期出现了反思现代审美的生态美学。它是一种研究主体内在与外在自然和谐关系的美学新形态。

中国古典音乐中蕴藏着丰富的生态音乐资源。《黄帝内经》中就记载了音乐疗疾的观点。它是以“天人合一”的整体观为指导,将传统五行与五音、五脏、五志相联系,追求阴阳和合、形神共养的医学养生疗法。在音乐疗法深广幽邃、生气氤氲的意境中,人们能将天地自然看作一大生命体,盎然与自然生机同流。其智慧超越了其本身所具有的医学意义,它同时对于我们思考人的存在价值和生命意义具有启发意义,是我们建构生态美学的重要资源。所以,有必要从音乐疗法中探析人与自然的本真性关系,让人们在焕若神明的音乐中获得生态关怀。

1. 四川师范大学文学院 四川成都 610068

作者简介:邹珊(2000—),女,硕士研究生,研究方向:中国美学。

通信作者:刘敏(1964—),女,博士,教授,研究方向:文艺美学。E-mail: 1139616154@qq.com

## 1 中国传统音乐治疗思想

在中国古代,人们认为自然是宇宙生机流荡的境域,其神韵纾徐蕴藉。古人认为五音与天地自然同质,能穿透视觉障碍,直达世界神性的纵深。如果音乐能契合自然规律,则天地欣然交合,阴阳互相感应,万物都能得到覆育。因此,人们将音乐作为人与自然沟通的重要媒介,用音乐疗法来养形调神,调畅气机,畅遂情志,以此实现人体阴阳相和的平衡状态。

### 1.1 人与天地相参:中国传统音乐治疗的原则

中国传统音乐治疗观的立足点是将人体与自然相联系。人是天地间阴阳交感变化而产生的,作为自然之一环,要将顺应自然秩序作为生存原则。在《黄帝内经》的《岁露论》中说:“人与天地相参也,与日月相应也。”<sup>[1]347</sup>人的发病时间与自然界密切相关。日月盈亏会对人肌肉的充实与消减、皮肤的致密与弛缓、腠理的开泄与闭合、毛发的坚韧与摧残等方面产生影响。不论是养生还是治病,人如果能适应四时的变迁,知晓万物生长收藏的道理,那么天必育之寿之。

音乐作为沟通天人的媒介,是人们实现与自然融融相交,向自然传达为生命祈福的讯息的重要媒介。面对四时更迭的宇宙现象,人们选用抽象无形的音乐作为连接人与

自然之间的媒介,赋予音乐神秘而崇高的价值,传达人类精神的祈盼。嵇康说:“天地合德,万物资生。寒暑代往,五行以成。章为五色,发为五音。”<sup>[2]116</sup>《左传》中说:“则天之明,因地之性,生其六气,用其五行。气为五味,发为五色,章为五声。”<sup>[3]</sup>可见,音乐是由天地之气融合,四时运行交替,阴阳五行运动中产生,即音乐是从自然中产生。

音乐也是一种治疗疾病的重要手段。《黄帝内经》提出的五音疗法,是一种在阴阳五行学说影响下,将音乐与医学相结合,用以调理气机、调和情志的治疗方法。它将音乐声波、山川草木、人体生命有机联系起来,见表1。我们能从发声的音阶上知晓五脏的健康状态,同时五音调式也会对相应的五脏产生影响。因此,我们可以用音乐来平衡阴阳,从而实现调养身心、防治疾病的目的。

表1 五音归类表

类别	角	徵	宫	商	羽
五色	青	赤	黄	白	黑
五味	酸	苦	甘	辛	咸
五位	东	南	中	西	北
五脏	肝	心	脾	肺	肾
五行	木	火	土	金	水
五畜	鸡	羊	牛	马	豕
五谷	麦	黍	稷	稻	豆
五臭	臊	焦	香	腥	腐
五声	呼	笑	歌	哭	呻
五志	怒	喜	思	忧	恐

注:本表依据《黄帝内经》中的《金匱真言论篇》和《阴阳应象大论篇》等篇选列。

## 1.2 形体不敝,精神不散:中国传统音乐治疗的目的

养生之道的核心要义是形神共养。人们想要延年益寿,就要效法阴阳。形体之成,源于地之阴气;精神之生,则源于天之阳气,二者和合化生为人。形与神是相辅相成的,形是神的住宅,神是形的主宰,共同构成人的生命活动。形健神旺意味着正气充沛,身体安康。

音乐活动能够疏通筋络,调畅气机,实现以乐养形。《吕氏春秋》中记载陶唐氏治理天下时,“阴多滞伏而湛积”,常发生洪灾导致百姓生气郁抑而不宣畅,筋骨收缩而不舒展,于是他用乐舞来平衡人体阴阳,抵御病邪,从而推进治水工程<sup>[4]119</sup>。这种疗法将音乐与身心调理相联系,从而达到疏解郁气、畅达筋脉的效果。欧阳修说:“昨因患两手中指拘挛,医者言唯数运动,以导其气之滞者,谓唯弹琴为可。”<sup>[5]1976</sup>中医认为指端是经络的井穴,也是心、肺、大肠、小肠、心包、三焦等经络的重点末梢。那么弹琴不仅能按摩手指肌肉,还能使脏器和经络受到濡养。

在中医治疗观中,更重视对神的养护。养神需要把握自然规律,做到“无患嗔之心”“以恬愉为务”,即减少贪欲妄想,不患得患失,保持精神安定,情绪调畅,从而实现“形体不敝,精神不散”<sup>[1]8</sup>的目的。人们要谨于修养,调和各种养生方法,并保持正常的生活规律,才能养精保

神以全真。

心对人的神志起到主宰作用,同时古人也发现可借用音乐来修性怡神。心是五脏六腑的主宰,是贮藏精气的中樞。若有邪气侵犯,就会损伤心脏,神气耗散,人即死亡。“悲哀愁忧则心动,心动则五脏六腑皆摇。”<sup>[1]264</sup>音乐首先感受于心,《礼记》中指出:“凡音之起,由人心生也。人心之动,物使之然也。”<sup>[6]1074</sup>因此,可借用音乐疗法来修性安心,调摄精神,使得五脏安宁,从而避免生理出现病变。

## 1.3 以情胜情调七情:中国传统音乐治疗的核心

当人们在经历持续而强烈的情绪活动后,会影响身体功能的平衡状态。在《黄帝内经》中提及情志过激会伤及气机、寒热偏盛会伤及肌表等九气致病的症状。怵惕思虑、恐惧悲忧、喜乐不节等异常的情志波动,超越人体生理机能调节的常规界限,会导致脏腑气机紊乱,阴阳气血失调。

当病因七情而起,宜以情胜情调之。《黄帝内经》认为强烈情绪会损害身心健康,但同时也认为另一种情绪可以平复此情绪,从而使身体维持阴阳和谐的平衡状态。这体现在音乐疗法中,即以情胜情法。在书中提出“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”<sup>[1]15</sup>的观点。因此,以情胜情法是把握心病需以心病医的法则,通过音乐的意识情感作用,使患者畅遂情志,达到不药而愈的效果。

这种音乐疗法在后世产生深远影响。北宋时期,欧阳修通过自述琴声可以乐而忘疾的经历,建议自幼多病、仕途不顺的友人通过弹琴自娱来排遣忧郁,散发忧思,从而能“平其心以养其疾”<sup>[5]629</sup>。金元时期张从正在针药治疗患者时,以杂舞、笛鼓相伴,即将针法与情志疗法并用,这种综合施治取得了良好的治疗效果<sup>[7]</sup>。清代吴师机说:“七情之病也,看花解闷,听曲消愁,有胜于服药者矣。”<sup>[8]</sup>在治疗情志病时,不应只重视药物治疗,还应采用外治调养。用音乐疗法来陶冶性情,消解忧愁,能达到五脏安和,其效果可能比服药更胜一筹。

## 2 中国传统音乐治疗的审美思维

我国传统音乐疗法中包含了取象比类的艺术特质,依据同性、同构的特点,将音乐与人体内脏功能、人格修养等相联系。同时,这种疗法创造出静思的音乐世界,有助于审美主体发挥“游心于物之初”的想象,摒弃理性的束缚,获得审美的超越,感受宇宙无穷的冲淡美,将宇宙生命融入自我生命,平复过激情志,最终实现以“和”为核心的审美理想。

### 2.1 取象比类的审美推论

取象比类是我国古人独特的思维方式。《周易》中说:“古者包牺氏之王天下也,仰则观象于天,俯则观法于地,观鸟兽之文,与地之宜,近取诸身,远取诸物,于是始作八卦,以通神明之德,以类万物之情。”<sup>[9]735</sup>它是古人通过长

期对天地万物及人自身的形象的观察实践,获得感知印象的基础上,遵循比附推类的逻辑方法,从而搭建整观宇宙模式的一种思维方式。它包含一个由具体事物提炼抽象事理,再由抽象事理反推具体事物的思维过程。这种方式离不开先民的敏锐直觉能力,并依靠其情感逻辑排列出事物的秩序。这种思维方式蕴含着天然的审美特性,因为“象”中渗透了主体对事物的直觉领悟和移情式想象。这种思维成为后来中国人认知世界的一个重要特性。

音乐疗法中包含取象比类的思维。古人在掌握金、木、水、火、土这五种实物的属性基础上,依据同性、同构的特点,揭示每一事物的内在规律。《黄帝内经》在五行结构的基础上,建立了以五脏为中心、以五行为基准的脏象体系。在《黄帝内经》的《五脏生成》中就有将五音与五脏相对应,五脏虽然隐而不见,但是其状态可以借用取象比类的方式进行推导。察听五脏发出的音声,判断其清浊、长短、急徐,就能凭意会而识别身体情况。《黄帝内经》的《外揣》中也提及类似观点:人的声音色泽,是内脏功能的反应,如果声音沉滞而不响亮,色泽晦暗,说明内脏的功能出现了病变。人体的生理和病理会显现在外部,是由于人体阴阳内外密切联系,如同鼓与槌相和,响与声相应,影与形相随一样,不可分离。

通过取象比类的方式,音乐疗法还与人格修养相关。音乐是一种表达和承载情感的媒介,能让人获得感官享受和精神愉悦。在这一审美体验中,审美主体不仅能感受到音乐音响本身的内容,还能借助联想与想象,将音乐的高低变化与视觉的明暗、触觉的软硬等通联感觉,从而获得非音乐性内容。其中,就有将道德与音乐相联系。“宫为君,商为臣,角为民,徵为事,羽为物。五者不乱,则无怙愆之音矣。”<sup>[6][1078]</sup>这是将道德和谐融入宇宙的必然节奏中。“故宫动脾而和正圣,商动肺而和正义,角动肝而和正仁,徵动心而和正礼,羽动肾而和正智。”<sup>[10]</sup>同时,古人还将养生与养德相联系。《遵生八笺》中说:“君子心悟躬行,则养德养生,兼得之矣。”<sup>[11]</sup>孙思邈<sup>[12]</sup>言:“百行周备,虽绝药饵,足以遐年。德行不克,纵服玉液金丹,未能延寿。”因此,人们常借用音乐来感化审美个体心理,调摄精神,滋养其平和中正的德行,使其耳聪目明,气血畅达。

## 2.2 “游心于物之初”的审美想象

“游心”是由庄子提出的审美心理概念。它是指在审美欣赏与创造过程中,审美主体发挥自由想象,进行超越感官与形体的飘逸遨游,以获得心灵的慰藉。《庄子》中说:“乘云气,御飞龙,而游乎四海之外。”<sup>[13][25]</sup>“且夫乘物以游心,托不得已以养中,至矣。”<sup>[13][36]</sup>“不知耳目之所宜而游心乎德之和。”<sup>[13][60]</sup>在这种审美体验中,主体进入超脱于世俗、突破时空界限的虚灵境界,与玄远旷渺的宇宙大化同气相息,即心理学家马斯洛所说的“高峰体验”。在这种状态中,主体自我超越与自我确证,能感受到比其他任何时候都要统一、完整,达到浑然与万物一体

的审美境界。“道”作为美的总根源,能通过“艺”显现其形象与生命。音乐疗法营造出与宇宙万物同震共荡的音乐世界,让主体游心于无穷,感受“道”的深度与灵魂。

音乐疗法中的“游心”,处于生生不息的运动之中,洋溢着自由精神。黑格尔<sup>[14][337]</sup>说:“如果我们一般可以把美的领域中的活动看作一种灵魂的解放,而摆脱一切压抑和限制的过程……那么,把这种自由推向最高峰的就是音乐了。”老庄所追求的是无古无今的冥合之境,而古琴作为修心养德的道器,能让审美主体以虚静之心领悟宇宙的脉动,随着缥缈远逝的琴声与天地合德,显现出一种自由情志。

音乐疗法中的“游心”,是贵悟不贵解的。道是中国美学思想中最基本的原动力,审美主体不能采用细致分析的态度,而是需要用生命本身来体悟道的节奏和脉动,触摸宇宙万象的生命意蕴。贵悟不贵解的审美思维方式注重整体把握,摒绝理性的束缚。黑格尔<sup>[14][349]</sup>指出,“音乐凭声音的运动直接渗透到一切心灵运动的内在的发源地。”音乐直接向深远的心灵拓展,激发主体的想象力,进而笼而统之地体悟“象外之象”,感受无穷的冲淡美。正如徐上瀛<sup>[15]</sup>在《溪山琴况》中所说:“其无尽藏,不可思议。则音与意合,莫知其然而然矣。”

音乐疗法中的“游心”,需要营造静思的审美空间。要进入审美活动,审美主体需要排除外界干扰,保持凝神静气的审美心境,这样才能“游心于物之初”<sup>[13][576]</sup>。明代著名琴家杨表正说:“凡鼓琴,必择净室高堂,或升层楼之上,或于林石之间,或登山巅,或游水湄,或观宇中;值二气高明之时,清风明月之夜,焚香静室,坐定,心不外驰,气血和平,方与神合,灵与道合。”<sup>[2][288]</sup>在清幽雅洁的环境中,审美主体才能志静气正,雪其躁气,释其竞心,独与天地精神往来。

## 2.3 以“和”为核心的审美理想

阴阳是贯穿天道、地道、人道的根本法则。“道”包蕴着形成万物的可能性,是宇宙大化中最精深的生命隐微。道孕育出混沌之气,随后混沌之气分化为阴阳二气。阴阳二气自相交感,形成一种和合的状态,万物得以孕育而生。阴阳的对立统一是自然界的根本规律,是宇宙万物生长、发展、毁灭所依据的缘由和纲领,是能使万物显露形象和发生变化的动力源泉。中国传统音乐治疗将阴阳视为寿命的根本,也是养生的根本。“夫自古通天者,生之本,本于阴阳。”<sup>[11][10]</sup>因此,在治疗疾病时,我们要从本质上着眼,必须推求人体的阴阳变化,这样才能抓住病机。

“太和”是阴阳二气高度和谐的理想状态。《周易》中说:“保合太和,乃利贞。”<sup>[9][74]</sup>“太和”是生命发展合规律性的显现,那么以“太和”为美就是要表现出生命兴旺发达的美。《淮南子》中说:“天地之气,莫大于和。和者,阴阳调,日夜分,而生物。”<sup>[16]</sup>自然万物的氤氲化育都与“和”有关。在《黄帝内经》中就认为人体处于阴平



阳秘、气血皆从、内外调和的状态,精神就会旺盛。这阐明了平调阴阳是保障正常生理机能的最高标准,是中医学养生治疗的最终目标。

音乐是从阴阳二气中产生的,“和”是其审美理想。根据《吕氏春秋》记载,音乐的本源是自然之道,“生于度量,本于太一”,同时要依据阴阳和合的原则才能制定出音乐<sup>[4]108-109</sup>。因此,音乐也同阴阳二气一样,将“和”作为其审美追求核心理念。“和”最早作为审美范畴出现,就与音乐有关。在《尚书》中记载:“诗言志,歌永言,声依永,律和声。八音克谐,无相夺伦,神人以和。”<sup>[17]</sup>八种乐器演奏的声音不失其序,体现充溢时空与万物的和谐关系,就会达到人与自然和谐统一的极高审美境界。

因此,人们可以用音乐疗法来宣和情志,达到与道冥一的状态。阮籍说:“乐者,使人精神平和,衰气不入。”<sup>[2]111</sup>好的音乐能够养心怡情,使人感到气和神宁。周敦颐的音乐观为“淡和”<sup>[2]187</sup>。“淡”能平复贪鄙之心,“和”能平复好斗之心。可见,音乐疗法能让审美主体从自我情欲中解脱出来,平复过激情志。而且,审美主体在这种虚澈灵通的审美境界中随大化氤氲飘逸,与自然交感互动,将宇宙生命融入自我生命,实现人与自然的相亲相合、人与自身的和谐统一。

### 3 中国传统音乐治疗中的生态美学思想

生态美学是一种研究主体内在与外在自然和谐关系的美学新形态,是对现代机械世界观的反思和超越。中国传统音乐治疗运用取象比类的审美推论,注重全息化的整体体验,使审美主体嵌入具有宇宙感的音乐世界,感受人与自身心灵之间、人与人之间以及人与自然之间的和谐共存。同时,这种疗法不是孤立静观,而是根据事物动态发展的原则来寻找病因和选择治疗方法。这反映出生态美学整体统一、和谐共生和动态发展的特点,是我们建构生态美学的重要资源。

#### 3.1 整体统一性

生态美学的基本观点是整体统一性。不同于以笛卡尔为基础的机械世界观,生态美学将世界本原视作“‘人-社会-自然’的有机整体,它是一个活的系统”<sup>[18]</sup>。也就是将世界看作一个有机的生命之网。组成世界的各个部分,存在着错综复杂的生命关联,是不可孤立的。生态美学家约瑟夫·米克受道家哲学思想的影响,反对主客二分的生态思维,主张:“在美学领域,要形成生态的审美理论,当务之急就是要摒弃精确的、闭合的传统思维方式,展开一种交融性、渗透性的诗性思维,也就是混沌思维。”<sup>[19]</sup>中国人将“道”看作天与人的共同本原。天与人的同质性决定了天地万物可以与人的生命直接相通,也就是在物我合一中泯灭了主客体对峙,所以人们习惯从“天人合一”“一气贯通”的整体模式出发来把握世界规律。中国古代哲学以此为归宿,力求人在参赞天地之化育的过程中能够达到完美自由的审美境界。

中国传统音乐治疗体现出生态观的整体统一性。就

音乐本身而言,音乐是一种具有有机统一性的生命体。在生命有机体中,节奏、旋律等基本因素都要依赖音乐作品整体而存在,正是后者的整体性才规定了前者的相互关系。我国古人将音乐视为沟通天人的媒介,是人们与自然融融相交,获得对“道”的审美感悟的重要手段。在中国传统音乐疗法中,运用了取象比类的审美推论,将听觉、视觉、触觉等多觉联通,注重全息化的整体体验,感受“天地与我并生,而万物与我为一”的审美境界<sup>[13]80</sup>。这与环境学家阿诺德·柏林特的观点相合:“当自己的身体与环境深深地融为一体时,那种虽然短暂却活生生的感觉。这正是审美的参与,而环境体验恰好能鲜明、突出地证明它。”<sup>[20]</sup>由此可见,中国传统音乐疗法呼唤人与自然生命之间的共鸣,寻求内在生命与自然的流衍互润,融谿浹化。这种回归的审美体验,让人们重新进入纵贯天地、大化流行的宇宙生命节奏中,其与现代生态美学所主张的事物存在的整体统一性观点相契合。合理运用中国传统音乐疗法将促进人与自然环境的协调发展,医治反自然的生活方式,让生态实践落到实处。

#### 3.2 和谐共生性

生态美学具有和谐共生性。生命活动具有整体统一的关系,所以人应该存在于多重的有机和谐关系之中。人的一切活动要符合生态发展节律,否则会导致人所处的生态有机结构失衡。但是现今人们饱受世俗欲念的干扰,迷失了与天地同流的本心。格里芬<sup>[21]</sup>认为在现代性的第一阶段中,人们将目光放在了物质财富和技术力量的占有与提升,对“世界的祛魅”造成人与自然之间的和谐律动被打破,那种亲切感也随之丧失,所以我们需要新的世界观来引导“世界的反魅”(the reenchantment of the world),恢复与自然和谐相处的模式。生态美学是一种助推个体感受与生态通体之和諧的审美理念。生态美学的出现,反映出人们对和谐生态世界的审美渴望与诉求。人作为生命存在于多样化的网络结构中,生态审美就可以凭借审美活动所涉及的人类复杂存在关系,置入自由的交流与互动,激活人们对生命和谐性的体悟。

中国传统音乐疗法中体现出生态观的和谐共生性。在中国古代哲人的文化意识中,把“和”视为自然万物生化运动的先决条件,也视为一种圆融和熙、遍布时空的审美理想。自然万物的消息盈虚、氤氲化育、繁衍生长、运化万变都要顺应“致中和”的客观规律,才能构建天地、人和谐相适的宇宙秩序。音乐疗法体现出人与自身心灵之间、人与人之间以及人与自然之间的和谐共存的生态审美观。首先,中医认为人体的内外表里只有处于五行有常、生克有道的平衡状态,各项功能才能正常运转。音乐疗法就有利于开拓人们自由的精神空间,达到生态审美境界,体验流行于万物所共禀性分中的道,让身体趋于阴平阳秘的理想状态,这有助于治疗人们在生活环境和工作中产生的身体疾病。其次,在音乐疗法中将养生与养德相联系,展现出音乐与德行、伦理等方向的动态平衡的生态关系,这将重新唤醒人们对美和善的追求,减少冲

突性行为,共同营造和谐社会。最后,它还关注人与自然的同情交感的关系,寻求人与自然的和谐共振。这种疗法为人们创构出体悟宇宙生命韵律的境域,营造天人一体的永恒之境,把自然万物的生命韵律渗入人自身的精深脉搏。在这种独特审美体验中,人以合一姿态来体悟万物,与自然生态内外相孚,流衍互润,共同造就了和谐统一的交互主体。

### 3.3 动态发展性

生态观认为世界万物是一个具有动态发展性的整体。在生态审美过程中,不同于机械世界观中的静态构成论,不是将整体孤立静观,而是在动态变化中加以审视。从整体宏观上而言,其结构与功能所具有的平衡感不是呆板固定的,而是始终处于发展演进中,呈现出动态生成的平衡。正如歌德<sup>[22]</sup>在《自然赞歌》中所说:“去者不复返,来者永远新,一切都是新创,但一切也仍旧是老的。他的中间是永恒的生命,演进,活动。”中国古代美学注重万物生生不息的变化。美国学者卡普拉<sup>[23]</sup>认为,中国“把事物看作是永远流动的‘道’中短暂的阶段,对于它们的相互关系比对于把它们归结为基本的物质看得更重”。《周易》中提出的“生生之谓易”的观点<sup>[19]700</sup>。生命永远处于不断变化更新的运动中,伸向不可预测的远方。这一思想与后来的柏格森<sup>[24]</sup>的“绵延”观念相合:“万物的新生,都是内部生生不已的冲动力带来的,并随着向前奔涌的绵延之流进化发展。”两者都认为生命富有盎然生意,其运动变化生生不息、永无止境。

中国传统音乐疗法体现出生态观的动态发展性。卡西尔认为,艺术是生命进程的动态形式<sup>[25]</sup>。音乐是将声音作为载体,在时间的流动中传达生命的信息。根据格式塔原理,如果音乐所具有的力的式样与人的特定情感的力的式样相契合,审美主体就会感知到音乐所蕴含的情感特质。中国传统音乐疗法借用音乐与人类情感的内在关联,在保健养生中能够起到调和气血,辅助治疗生理疾病的功效。但在实施过程中还应根据事物动态发展的原则,治疗中遵循五行生克制化的法则,做到因地、因时、因症制宜,分清标本缓急,才能达到最佳治疗效果。同时,还需营造出与良好的治疗环境,医师可依照患者的性格、爱好等选择和介绍乐曲内容,引导患者随大化氤氲飘逸,让患者将大自然的万千景象盎然心中。最后,应做到辨证施乐的综合性,根据病情还可灵活选用针刺、药物等方法来配合调节生理功能,从而实现扶正祛邪的目的。

### 4 结语

中国传统音乐疗法蕴含着中华民族特有的生态智慧。其智慧不仅在于医学治疗,也在于其人与天地相参的哲学

观。它是将世界看作是一个以气为内在本质,以阴阳五行为认知框架的动态平衡体系,建立了把传统五行与五音、五脏、五志相联系的养生医学模型。通过音乐疗法,我们可以将自然万物的生命韵律渗入人自身的精深脉搏。在呼唤对生态环境问题予以观照的当今时代,我们如果能从这种音乐治疗观中将自己寄托于宇宙大化,展开广袤深远的心灵遨游,沉潜到生命底蕴中,那么就能培养气脉幽深的心性,从而超越物欲计较,平复过激情志,走向深层的审美静观,重新审视人与自然和谐共生的生态世界,与宇宙交相和谐、共同创进、臻于无穷。

### 参考文献

- [1] 佚名.黄帝内经[M].郝易,整理.北京:中华书局,2011.
- [2] 文化部文学艺术研究院音乐研究所.中国古代乐论选辑[M].北京:人民音乐出版社,1981.
- [3] 杨伯峻.春秋左传注[M].4版.北京:中华书局,2016:1620.
- [4] 许维通.吕氏春秋集释[M].梁运华,整理.北京:中华书局,2009.
- [5] 欧阳修.欧阳修全集[M].李逸安,点校.北京:中华书局,2001.
- [6] 《十三经注疏》整理委员会.十三经注疏·礼记正义[M].北京:北京大学出版社,1999.
- [7] 张从正.儒门事亲[M].王雅丽,校注.北京:中国医药科技出版社,2011:76.
- [8] 吴师机.理渝骈文[M].赵辉贤,注释.北京:人民卫生出版社,1984:103.
- [9] 黄寿祺,张善文.周易译注[M].修订本.上海:上海古籍出版社,2018.
- [10] 司马迁.史记[M].裴骃,集解.司马贞,索隐.张守节,正义.北京:中华书局,2014:1467.
- [11] 高濂.遵生八笺[M].王大淳,整理.北京:人民卫生出版社,2007:1.
- [12] 孙思邈.备急千金要方[M].林燕,陈子杰,主编.北京:中国医药科技出版社,2017:93.
- [13] 陈鼓应.庄子今注今译[M].北京:中华书局,1983.
- [14] 黑格尔.美学[M].朱光潜,译.北京:商务印书馆,1979.
- [15] 徐上瀛.溪山琴况[M].徐樾,编著.北京:中华书局,2013:22.
- [16] 张双棣.淮南子校释[M].2版.北京:北京大学出版社,2013:1396.
- [17] 佚名.尚书[M].王世舜,王翠叶,译注.北京:中华书局,2012:28.
- [18] 杨通进,高予远.现代文明的生态转向[M].重庆:重庆出版社,2007:98.
- [19] 程相占.西方生态美学史[M].济南:山东文艺出版社,2021:35.
- [20] 柏林特.环境美学[M].张敏,周雨,译.长沙:湖南科学技术出版社,2006:28.
- [21] 格里芬.后现代精神[M].王成兵,译.北京:中央编译出版社,2011:209-212.
- [22] 歌德.自然赞歌[M]//宗白华.美从何处寻.南京:江苏教育出版社,2005:312.
- [23] 卡普拉.物理学之“道”:近代物理学与东方神秘主义[M].朱润生,译.北京:中央编译出版社,2012:161.
- [24] 柏格森.创造进化论[M].王珍丽,余习广,译.长沙:湖南人民出版社,1989:265-266.
- [25] 刘纲纪.现代西方美学[M].武汉:湖北人民出版社,1993:292.

收稿日期:2025-04-07

修回日期:2025-06-05

(本文编辑:刘利丹)