

· 学术论坛 ·

先秦到汉代的阅读疗法思想和医案 (续)

王 波

(北京大学图书馆 北京 100871)

〔摘要〕 本文梳理了先秦到两汉的阅读疗法思想和医案,勾勒出阅读疗法在这个时期的发展概况。

〔关键词〕 阅读疗法 读书疗法 图书疗法 先秦 秦朝 汉朝

3 先秦到汉代的阅读疗法医案

先秦到汉代的阅读疗法医案主要体现在孔子对弟子成功的心理指导和汉代大赋神奇的审美效果两个方面。

孔子善于运用包括阅读疗法在内的各种心理疗法对弟子们进行心理指导,收到了很好的效果。孔门弟子的精神境界普遍较高,颜回甚至修炼到了“一簞食,一瓢饮,在陋巷,人不堪其忧”,而自己仍“不改其乐”的程度^{〔28〕},如此乐观的生活态度对身心健康无疑是很有好处的。

另据《韩诗外传》记载:“闵子骞始见于孔子,有菜色,后有刍豢之色。子贡问之曰:‘子始有菜色,今有刍豢之色,何也?’闵子曰:‘吾出蒹葭之中,入夫子之门,夫子内切磋以孝,外为之陈王法,心窃乐之。出见羽盖龙旗,旃裘相随,心又乐之。二者相攻胸中而不能任,是以有菜色也。今被夫子之教寝深,又赖二三人切磋而进之,内明于去就之义,出见羽盖龙旗,旃裘相随,视之如坭土矣。是以有刍豢之色。《诗》曰:‘如切如磋,如错如磨。’”^{〔29〕}这段话讲的是,闵子骞刚去拜见孔子时,名利心理,一方面渴望提高自身修养,对孔子讲的教道和王法暗自喜欢,另一方面又抵挡不住外界的诱惑,对王公贵族豪华的车队、华丽的服装十分向往。胸中的两种欲望互相斗争,心态失衡,以致面黄肌瘦,脸呈菜色。后来,跟随孔子久了,接受孔子的教诲越来越多,读的书越来越多,跟贤良的同学们切磋得也越来越多,认识不断提高,终于明白了该追求什么,该放弃什么,再见到豪华服便觉得庸俗不堪,视为尘土,内心的充实流露到脸上,脸色便变得像经常吃肉一般容光焕发。闵子骞的脸色由病恹恹的“菜色”向健康红润的“刍豢之色”的变化,生动地反映了孔子出色的教学效果和心理治疗效果,也说明“腹有诗书气自华”,读书向学有保健和美化人的气质的功能。

像颜回、闵子骞、子夏等一样,孔门弟子虽然在现实生活中是颠沛流离、奔波无成的一群书生,他们在面对世俗诱惑时难免有短暂的不平衡,但在孔子的精心教导下,他们都逐渐成长为好学上进、乐观善良、身心健康的贤者,并没有被逆境所击垮、被欲望所左右、被庸俗所俘获,给后人留下了良好的印象,这表明孔子所施行的包括阅读疗法在内的艺术疗法是非常成功的,他在这方面的思想和经验都值得后人借鉴。

大赋盛行的汉代产生了一虚一实两桩阅读疗法医案,在中国历史上相当有名。

第一桩是《七发》治疗楚太子。汉代枚乘创作的《七发》不仅是一篇辞采飞扬的赋中精品,名垂中国文学史,在中国心理治疗史上也是一篇重要文献。明清之际的李渔曾说:“陈琳之檄,枚乘之文,皆前人已试之药也。”^{〔30〕}这里的“枚乘之文”指的就是《七发》。《七发》记录了一场虚拟的心理治疗的全过程。全文的大意是:楚太子有病,吴客前往探视,认为太子犯的是王公贵族常见的富贵病,病征是见识短浅,喜怒无常;好色喜淫,耗精伤神;嗜食肥甘,内壅湿热;深居广厦,风寒易侵;裘衣细软,如暑蒸熏。此病非针药可治,只有听“要言妙道”方能去。于是吴客鼓动如簧之舌,展开了奇幻瑰丽的七层想象。第一层极言音乐的动听,第二层幻想最可口的饮食,第三层渲染车马的名贵,第四层描绘奢侈的游览,第五层盛赞打猎的壮观。此时已激起太子的兴奋,“阳气见于眉宇之间”,病稍有起色。第六层又回到本地风光——长江观涛的情趣,最后第七层从无穷的想象归结到人生应有高雅的情趣,要多听“圣人辩士”之言。畅想至此,太子“泠然汗出”,“霍然病已”。从内容看,题名《七发》兼具“以七事相启发”、“七次抒发”和“七次发汗”的多层意思。吴客抓住楚太子追求奢靡的特点,极力引导他畅想豪华、

排场、壮观的事物和场景,使之兴奋发汗,从而解除由精神空虚引发的身体不适。

《七发》对阅读疗法的贡献体现在两个方面,一是它在结尾处提出楚太子若要保持良好的精神状态,必须多听“圣人辩士”的“精言妙道”,这意在建议王公贵族应该多读好书,是对阅读疗法的倡导。第二,它是对一次“话疗”的书面再现,像处方一样具有可重复性,与楚太子同病者,读之很可能会收到同样的疗效。一般读者读了,也会被其优美的辞采和奇瑰的场景所陶醉,起到想象畅怀、焕发精神的作用^[31]。《七发》在后世成了有治疗功效的诗文的代称,如李渔认为在病人生病期间,谎称帮助其去除了生平痛恨之物,可以当药,他的表述是:“岂偏恶者辟之使去,逐之使远,独不可当沉痾之《七发》乎?”^[32]明代的袁宏道认为《金瓶梅》有解忧去病之效,他在给画家董其昌的信中说:“《金瓶梅》从何得来?伏枕略观,云霞满纸,胜于枚生《七发》多矣。”^[33]

《七发》只是描述了一场虚拟的心理治疗过程,现实的心理治疗医案而且是阅读疗法医案在汉代也发生过,施治者是赋作家王褒等,患者是汉太子。事情的经过是,汉宣帝特别喜爱王褒的作品,让王褒和刘向、张子侨、华龙、柳褒等并为侍诏,无论放猎、游幸,经常带着这些文化随从作赋,欣赏娱乐。有一次,“太子体不安,若忽忽善忘,不乐。诏使褒等皆之太子宫虞侍太子,朝夕诵读奇文及所自造作。疾平复,乃归。太子喜褒所为《甘泉》及《洞箫颂》,令后宫贵人左右皆诵读之。”^[34]这是笔者所见中国正史文献上记载的第一例典型的阅读疗法医案。汉宣帝把治疗太子的任务指派给赋作家,表明他对阅读的治疗作用有很明确的认识,他对赋的喜爱的出发点不仅仅是审美,而且有养生保健的实用目的。在执行这次阅读治疗任务中,王褒创作的《甘泉》、《洞箫》等赋,对太子的康复发挥了积极作用。

在中国文学史上,汉代帝王操纵散体大赋这一段经常受到批评。文学史家认为,皇帝把文学当作享乐的工具,不仅为作家指定创作题材和内容,而且为作品规定思想倾向,表现出对文学的不尊重,丧失了尊严的文学的地位无异于“倡优博弈”。皇帝作为读者,具有绝对的支配地位,由此而导致作家沦为皇帝的“帮闲”,其读者意识高度膨胀,主体意识受到极大的压抑乃至扭曲,他们在写作时必须考虑到接受者的特殊需求,甚至完全为迎合、取悦接受者而创作,一味追求作品的感官娱乐效果,导致作品的内容缺乏思想性,作品的风格集中于“辩丽可喜”失

去了丰富多样性。

文学史家的观点是出于审美的角度,把是否有助于文学的自由发展作为评判的标准,但是从心理治疗的角度来看,汉武帝和汉宣帝时期却是中国历史上阅读疗法在宫廷应用最主动、最活跃的时期,皇帝周围聚集的文士,既可以说是才华横溢的文学侍从,也可以说是善解上意的心理太医,他们以高超的文学手法,及时而灵活地为帝王提供“喻讽于劝”等有益于调节心理的读物。他们的作品从一个角度看是文学,从另一个角度看则是心药。文学史上所诟病的地方恰恰在阅读疗法史上是值得肯定的,要针对读者的特殊需要准确地向其提供能给你带来良性反应的读物,读物同唱戏博弈一样是娱乐身心的手段。可以说,汉代帝王召集文士作赋悦心,表现出了统治者的精神追求和审美情趣,不但在文学史上占有一席之地,从养生保健的角度来看也是很高明的,在中国阅读疗法史上也留下了耐人寻味的一页,其中汉宣帝派王褒作赋以助太子治病则是其中最有意思的一幕。

另外,正如刘向所说:“书犹药也,善读者可以医愚。”汉代还留下了读书增智的事例,事主是最高统治者汉文帝。传说,汉文帝少时脑笨,通过读诵奇文,弱智症不治而愈,后来当上了皇帝,能日理万机,而且提倡节俭,多施仁政,开创了“文景之治”的盛世局面^[35]。

4 结语

综上所述,可见先秦到汉代留下的与阅读疗法有关的遗产相当丰厚,既有理论方面的,也有实践方面的。这些遗产至今仍有现实意义、实用价值。比如汉代流行宫廷文学,皇帝王公纷纷豢养文学名家创作辞赋以悦养身心,那些曾经改善帝王神智的赋作在当前的阅读疗法实践中依旧可以应用。特别是以东方朔为代表的赋家,语言诙谐,曾是宫廷的笑声制造者,后人便把东方朔推崇为娱乐之神、滑稽大师,或假托东方朔,或以东方朔为原型,创作了大量雅俗共赏的笑话等滑稽作品,皆是公认的治疗良药,这些滑稽作品为读者谋笑声,便成为阅读疗法中经常用到的特效读物。

由于先秦到汉代距今久远,语言古奥,这个时期的文献不是所有的现代人都能阅读理解的,所以辅助治疗的功效对部分人未免要打折扣,但是对传统文化素养高的人来说,越是古典的东西越是醇厚,浓缩的药性也越多,就像千年灵芝,得之在手,未及服用,心情便觉得好了许多,辅助治疗的作用当然不可小觑。因此,对先秦到汉代的代表性文献、阅读疗法

思想和医案, 我们应该给予更多的重视。要根据它们自身的特殊性努力开发它们在养生保健和辅助治疗方面的特殊价值, 为现实的阅读疗法实践注入新的内容和活力。

参考文献:

- 1 (美) M. H. 哈里斯著, 吴晞, 靳平译. 西方图书馆史. 北京: 书目文献出版社, 1989 28
- 2 (美) 杰西·H 谢拉著, 张莎丽译. 图书馆学引论. 兰州: 兰州大学出版社, 1996 2
- 3 王波, 傅新. 阅读疗法原理. 图书馆, 2003(3): 2
- 4 祖保泉, 文心雕龙解说. 合肥: 安徽教育出版社, 1993: 2004
- 5 陈高华. 中华古文明大图集·颐寿. 北京: 人民日报出版社, 1992: 474
- 6 尚学锋等. 中国古典文学接受史. 济南: 山东教育出版社, 2000: 9
- 7 高濂. 遵生八笺. 清修妙论笺上. 见: 洞天清录 (外五种). 上海: 上海古籍出版社, 1993 330
- 8 陆游. 剑南诗稿. 见: 周少川. 中国古代私家藏书文化研究论纲. 中国图书馆学报, 2002(6): 33
- 9 赵丰. 阅读疗法——图书馆服务的新领域. 图书馆研究与工作, 1999(3): 53
- 10 张文修编著. 礼记·经解. 北京: 北京燕山出版社, 1995: 343
- 11 孔子. 论语·阳货. 沈阳: 辽宁教育出版社, 1997: 73
- 12 孔子. 论语·述而. 沈阳: 辽宁教育出版社, 1997: 28
- 13 司马迁. 史记·礼节. 上海: 商务印书馆, 1936 1159
- 14 孔子. 论语·泰伯. 沈阳: 辽宁教育出版社, 1997: 33
- 15 孔子. 论语·述而. 沈阳: 辽宁教育出版社, 1997: 26
- 16 孔子. 论语·先进. 沈阳: 辽宁教育出版社, 1997: 46
- 17 孔子. 论语·学而. 沈阳: 辽宁教育出版社, 1997 1
- 18 孔子. 论语·雍也. 沈阳: 辽宁教育出版社, 1997 23
- 19 孔子. 论语·雍也. 沈阳: 辽宁教育出版社, 1997 24
- 20 孔子. 论语·述而. 沈阳: 辽宁教育出版社, 1997 28
- 21 姚汉荣等. 庄子直解·大宗师. 复旦大学出版社, 2000 171
- 22 姚汉荣等. 庄子直解·外物. 复旦大学出版社, 2000 732
- 23 班固. 汉书·艺文志. 上海: 商务印书馆, 1936 1708
- 24 胡大浚等. 王符《潜夫论》译注. 兰州: 甘肃人民出版社, 1991 14
- 25 司马迁. 史记·太史公自序. 上海: 商务印书馆, 1936 3300
- 26 扬雄撰, 韩敬注. 法言注. 北京: 中华书局, 1992 110
- 27 祖保泉, 文心雕龙解说. 合肥: 安徽教育出版社, 1993 495
- 28 孔子. 论语·雍也. 沈阳: 辽宁教育出版社, 1997 22
- 29 魏达纯. 韩诗外传译注. 长春: 东北师范大学出版社, 1993 38
- 30 李渔. 闲情偶寄. 天津: 天津古籍出版社, 1996 602
- 31 章培恒, 骆玉明. 中国文学史. 上海: 复旦大学出版社, 1996 187-189
- 32 李渔. 闲情偶寄. 天津: 天津古籍出版社, 1996 606
- 33 钱伯城. 袁宏道集笺校. 卷六: 锦帆集之四. 见: 尚学峰等. 中国古典文学接受史. 济南: 山东教育出版社, 2000 353
- 34 班固. 汉书·王褒传. 上海: 商务印书馆, 1936 2829
- 35 王波. 图书疗法在中国. 中国图书馆学报, 1998 (2): 81

The Thoughts and Cases of Reading Therapy from Pre-Qin Dynasty to Han Dynasty of China

Wang Bo (Peking University Library)

[Abstract] In this paper, the thoughts and cases of reading therapy from Pre-Qin Dynasty to Han Dynasty of China are dug over, and the general development situation of reading therapy in this period is revealed.

[作者简介] 王波, 北京大学图书馆工作。