

Introduction to Five Elements Music

Xinjie Liu

Shenyang Qihuang Daoyuan Health Information Consulting Co., Ltd., Shenyang, Liaoning, 110000, China

Abstract

Sound is produced by a person's inner feelings and according to the changes. Different sounds are arranged in an orderly manner called sound, and the derivatives of sound are called music; musicians is medicine. The paper discusses the application of the five elements music in the treatment of emotional diseases.

Keywords

sound; music; Chinese medicine theory

五行音乐概论

刘新杰

沈阳岐黄道源健康信息咨询有限公司, 中国·辽宁 沈阳 110000

摘要

音,是由人内心感受发生变化,根据变化而产出声。不同的声在进行有序排列称之为音,音的衍生品称之为音乐;乐者,药也。论文针对五行音乐在情志疾病治疗上的方法应用进行探讨。

关键词

声音;音乐;中医理论

1 音乐本于声

据中国音乐典籍《乐记》乐本篇中记载^[1]:

凡音之起,由人心生也。人心之动,物使之然也,感于物而动,故形于声。

释文:凡是发出的声,是由人内心发出的,人内心发生变化,是受外界环境影响决定的。内心深处受不同程度影响,产生与之匹配的声。

声相应,故生变,变成方,谓之音。

释文:声与声相比较,就发生变化,把不同的声汇聚一起,就叫作音。

比音而乐之,及于戚羽旄。

释文:这里前句的乐与后句的乐应不同理解。将不同的音进行比较玩弄,和着音挥舞干(盾)戚(斧)羽(羽毛)旄(牛尾)就叫作乐。

乐者,音之所由生也,其本在人心之感于物也。是故其

哀心感者,其声噍以杀。

释文:乐者,是由音产生出来的,其原本是在人内心受外界影响有感而发。若是内心感到悲哀的时候,就会发出细碎而带有伤害的声。

其乐心感者,其声蝉以缓。

释文:人的内心感到高兴的时候,就会发出舒畅和缓声。蝉,昆虫的一种,其鸣宽舒悠长。

其喜心感者,其声发以散。

释文:人心感到喜悦的时候,就会出发散的声,如哈哈大笑,就是发散的声。

其怒感者,其声粗以厉。

释文:人心感到愤怒的时候,就会发出粗犷急促的声。

其敬心感者,其声直以兼。

释文:人内心感到敬仰的时候,就会发出诚实而清纯的声。

其爱心感者,其声和以柔。

释文:人内心感到慈爱的时候,就会发出平和温柔的声。

六者非性也,感于物而后动。

释文:这六种声不是固有的,是因为人内心感受而产生

【作者简介】刘新杰(1968-),男,中国山东潍坊人,从事中医养生音乐文化研究。

出来的。

2 中医理论五行与五音的论述

《黄帝内经》阴阳应象大论篇第五记载^[2]：东方生风，风生木，木生酸，酸生肝，肝生筋，筋生心，肝主目。其在天为玄，在人为道，在地为化。化生五味，道生智，玄生神，神在天为风，在地为木，在体为筋，在脏为肝，在色为苍，在音为角，在声为呼，在变动为握，在窍为目，在味为酸，在志为怒。南方生热，热生火，火生苦，苦生心，心生血，血生脾，心主舌。其在天为热，在地为火，在体为脉，在脏为心，在色为赤，在音为徵，在声为笑，在变动为忧，在窍为舌，在味为苦，在志为喜。中央生湿，湿生土，土生甘，甘生脾，脾生肉，肉生肺，脾主口。其在天为湿，在地为土，在体为肉，在脏为脾，在色为黄，在音为宫，在声为歌，在变动为啍，在窍为口，在味为甘，在志为思。西方生燥，燥生金，金生辛，辛生肺，肺生皮毛，皮毛生肾，肺主鼻。其在天为燥，在地为金，在体为皮毛，在脏为肺，在色为白，在音为商，在声为哭，在变动为咳，在窍为鼻，在味为辛，在志为悲。北方生寒，寒生水，水生咸生肾，肾生骨髓，髓生肝，肾主耳。其在天为寒，在地为水，在体为骨，在脏为肾，在色为黑，在音为羽，在声为呻，在变动为栗，在窍为耳，在味为咸，在志为恐。

以上是中医对人体五脏的基本概括，详细地介绍了五脏的产生与功能，运用阴阳五行学说阐述天人合一的哲学思想，而声音则是其中之一。

3 樂者，藥也

3.1 致乐以治心修性则寿

《乐记》乐化篇记载^[1]：

君子曰：“礼乐不可斯须去其身，致乐以治心则易、直、子、谅之心油然而生矣。易、直、子、谅之心则乐，乐则安，安则久，久则天，天则神。天则不言而信，神则不怒而威……。”

释文：“易者，会意也，直则无邪，子乃民众，谅为仁爱也。君子说，礼和乐片刻不能离开身心。音乐可以治心，让人产生正直仁爱之心，正直仁爱之心就会快乐，人快乐了就身心安宁，身心安宁就能长寿，长寿之人会达到广阔无边如天的境界，天不说话就能获得信任，神不用温怒就有威严。”

3.2 致乐以治心修身则正

《乐记》乐化篇^[1]记载：

致乐以治心者，致礼以治躬者也。治躬则庄敬，庄敬则威严。心中斯须不和不乐，而鄙诈之心入心矣，故乐也者，动于内者也，礼也者，动于外者也。

释文：“以乐治心，就会形成大家共同遵守的仪式，人们共同遵守的仪式就会庄敬，庄敬则威严。若人心片刻产生不平和不愉快的念头，则利欲之心滋生，鄙诈邪念也随之侵入，行为上不庄重不敬畏，轻薄傲慢之心就会滋生。故乐者治心动于内心，礼者修身动于身行。”

“乐极和，礼极顺，内合而外顺，则民众瞻其颜色而弗与其争也，望其容貌而民不生易慢焉。故德辉动于内，而民莫不承听，理发诸外，而民莫不承顺。故曰致乐之道，举而错之天下，无难矣。”

释文：乐的最高境界是和，理的最高境界是顺，民众即便看见它的严厉脸色也不去与它争辩，望见它的容貌民众不产生轻视怠慢的态度。道德像太阳一样暖心所以没有不听从的，理表现在各个方面上，所以民众没有不接受的。所以说，礼乐的运用，要以交错互融的方式，治天下就不困难了。乐者，药也，治心矣治世，殊途而同功。

4 部分中国古典乐曲的音在五行音乐中的属性

①宫音^[2]：“归脾经，在志为思，在声为歌。古人认为心脑互通为之思，认为脾有思考和处理信息的功能。”在乐曲之中，江苏民歌《茉莉花》，器乐曲《老六板》等属性宫音。《老六板》是古典名曲，始于年代已不可考究，该曲欢畅明亮，宛如人行于丛林之中，林阴弯路，花香鸟语，那半荫半遮的阳光透过清雾，如人在仙境漫步。《老六板》原始曲子很短，由于本曲深受人们喜爱，后来演变成《行六板》《花六板》《花花六板》。宫音的曲子以悠扬舒缓，轻盈明亮为主，如江苏民歌《茉莉花》，曲子不仅仅表现在音乐的美学方面，更深的是劳动人民对生活的热爱，芬芳美丽满枝桠，满园香草香不过它……这是人与自然、与花香融入和谐的画卷。

②商音^[2]：“五行属金，归肺经，在志为悲，在声为哭。中医认为肺主悲伤，在乐曲中如器乐曲《苏武牧羊》、河北民歌《小白菜》等属于商音。乐曲是有历史的，曲谱也是靠艺人们一代一代口授心传保留下来的，如《苏武牧羊》历史背景就比较清晰，至于本曲是不是确由苏武所创就不得而知了。据《汉书·苏武传》记载，天汉年间苏武奉命以中郎将持节出使匈奴，被匈奴扣留，匈奴单于想让他投降，苏武不屈，

匈奴就把苏武囚禁起来，不给他吃喝，天下大雪，苏武把雪同毡毛一同吞下充饥几日不死，匈奴就把苏武迁移到北海边没有人到的地方放羊，说等到公羊生下崽儿才能放他回汉朝，苏武毫不动摇。苏武被匈奴扣留十九年，受尽苦难而忠贞不屈，回到汉朝的时候须发皆白。这首曲子表达苏武牧羊时遥望远方的家乡，内心无比悲愤交加的场景，情志上主悲，发出的自然就是哭声。河北民歌《小白菜》表达了一个五，六岁就失去母亲的女孩子，在悲惨遭遇之下思念母亲的哭述，声泪俱下。所以五行音乐中对应的是商音。

③角音^[2]：“五行属木，归肝经，在志为怒，在声为呼。”中医认为肝主风，为将军之官。古琴曲《风摆翠竹》，经典名曲《鹧鸪飞》等属于角音。《风摆翠竹》这首曲子始于年代也无从考究，但得以流传至今已是很幸，本曲节奏有快有慢，慢时犹如独爱风亭晚，快是如万马奔腾，风驰电掣般，快慢相间，美妙之音绝无仅有。因节奏的特殊性，演奏技巧要求相对要高一些，否则难有出意境。（鹧鸪飞）是中国古典名曲，起于年代亦不得知，曾有著名音乐家猜测始于唐代，但并没有确切证明。鹧鸪在民间被誉为吉祥鸟，是人们对美好生活的寄托，除了乐曲，古人在诗词之中借此抒发情怀的也不在少数，如唐代诗人张籍作《湘江曲》：“湘江无潮秋水阔，湘中月落行人发。送人发，送人发、送人归，白蘋茫茫鹧鸪飞。”

④徵音：“五行属火，归心经，在志为喜，在声为笑。”中医认为心主神明，为五脏之主。”徵音的曲子甜美圆润，如福建民歌《采茶扑蝶》，以轻快流畅的节奏表达人们在茶园采茶的劳动场景，尤其后段扑蝶部分，孩子们追逐蝴蝶的场景采用了变调技术，增添了无限活力。《采红菱》是一首江苏民歌，乐曲表达江南水乡女子在湖中采菱的幸福时光，曲调柔和甜美。

⑤羽音：“五行属水，归肾经，在志为恐，在声为呻。”中医认为肾主智慧，技巧出焉。”古典名曲《梅花三弄》《阳关三叠》属于羽音。梅花迎风绽放，凌寒芬芳，历来被文人墨客赞为铮铮傲骨，坚强不屈精神的形象，此曲据传是东晋时期大将桓伊所作。相传当时有一位大书法家王徽之，久闻桓伊善于吹笛，一次旅途偶遇，王徽之请其演奏，于是桓伊为其演奏《梅花三弄》一曲，之后此曲便广为流传于世^[4]。《阳关三叠》据传依唐朝诗人所作《渭城曲》成曲，渭城朝雨湿轻尘，客舍青青柳色新。劝君更尽一杯酒，西出阳关无故人。就当时那种离别伤情，以低沉的羽音演奏最为合适（见表1）。

表 1 五行音乐

五行	土	金	木	火	水
五经	脾	肺	肝	心	肾
五志	思	悲	怒	喜	恐
五声	歌	哭	呼	笑	呻
五音	宫	商	角	徵	羽
乐曲	茉莉花 老六板	苏武牧牛 小白菜	风摆翠竹 鹧鸪飞	采红菱 采茶扑蝶	梅花三弄 阳关三叠

5 五行音乐在疾病治疗方面的应用

《黄帝内经》^[1] 阴阳应象大论篇记载：“……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，以生喜怒悲思恐……怒伤肝，悲胜怒。喜伤心，恐胜喜。思伤脾，恐胜思。悲伤肺，喜胜悲。恐伤肾，思胜恐。”按照五行相生相克的原理则水生木，木生火，火生土，土生金，金生水。按相克的原理则木克土，土克水，水克火，火克金，金克木。按五音相克推理，则商胜角，羽胜徵，角胜宫，徵胜商，宫胜羽。商胜角：“人在愤怒的时候适合听悲哀凄凉的乐曲。”羽胜徵：“人在躁动不安，情绪波动很大，或许不得入眠的时候，适合听低沉缓慢的曲子。”角胜宫：“人在抑郁寡欢，思绪飘乎的时候适合听亢进，热烈，节奏快的乐曲。”徵胜商：“人在悲伤的时候，适合听欢快明亮，节奏轻盈的乐曲”。宫胜羽：“人在思绪混乱，提心吊胆不得心安的时候，适合听旋律优美，甜润舒畅的乐曲宫。”

五音与人的情志密不可分，人在不同环境听与之相应的音乐，在治疗情志类疾病有一定的治疗。中医理论博大精深，情志与声音只是其中一部分，因篇幅所限，论文仅对人在不同环境，不同情志当中，结合中国古典音乐理论，做一中医与音乐结合的论述，不详之处望同仁予以正之。

参考文献

- [1] 张凤娇.《黄帝内经》阴阳应象大论篇第五[M].北京:北京联合出版公司,2015.
- [2] 孙星群.言志·咏声·冶情:《乐记》研究与解读[M].北京:人民出版社,2012.
- [3] 郑方,肖端.乐记导读[M].北京:世界知识出版社,2020.
- [4] 黄荣华.成于乐——《乐记》选读[M].上海:上海教育出版社,2017.