

「学科融通」

# 药物与音乐

王一方<sup>1</sup>, 卓萍萍<sup>2</sup>1 北京大学医学人文学院  
北京 1001912 广东药科大学通识教育部  
广东 广州 510006

**摘要:** 药物与音乐的关系若即若离, 却鲜有人做深入的探讨。本文从仓颉造字的源头上揭示了药物与音乐的同源关系, 分析了药与物的二元关系, 即有物之药与无物之药, 各有所能, 各有玄机。音乐, 针灸均为无药之针, 在博物学传统的本草药系中别具一种优雅的审美仪轨与神秘主义的疗愈价值, 这种无形胜有形的药效观挑战着物质主义、功能主义的现代药学思维。正当科学主义者质疑这份玄虚的人文主义药理学之时, AI 的勃兴带来了数字药物的神奇替代效应, 不仅有力地支持了无物之药的药效观, 也从神经科学、脑科学的视角大大丰富了音乐与药物之间的隐秘勾连, 为音乐等艺术化治疗的探索开启了宏阔的想象空间。

**关键词:** 无药之药; 药乐一体; 针乐并用; 数字药物

**中图分类号:** G02

在中国, 药物与音乐的缘分大概可以追溯到仓颉造字的年代。“藥”的会意, 就是“草木”与“樂”的组合, 背后开启一个新的认识空间, 那就是“药”未必一定是“物”, 打破了“药”与“物”捆绑的功能格局, 区分了有物之药与无物之药的类型意义。很显然, 音乐就不是物化的实体, 但可以起到药的功能和疗效。“乐者, 亦为药也”的观点在历朝历代都非常普及, 当然, “樂”的内涵也不只限于音乐, 还有快乐心情与惬意交往, 所谓“仁者乐山, 智者乐水”。

在古代士大夫的生活里, 无论是治病, 还是养生, 都离不开药物, 只

是他们跟药的关系不是简单的处方、服药, 而是一种称之为“药道”的博物学沉浸, 讲究仪式感与内心的宁静皈依, 其内容包括上山采药, 园圃种药, 山中炼丹, 居家治药, 或切片, 或打沫, 或姜炙, 或蜜炙, 期间都离不开大自然的天籁之声的吸纳与音乐生活的相伴。相传北宋大文豪欧阳修患有严重的“幽忧之疾”(类似于现在的焦虑症), 长期服药效果不佳, 他的一位朋友孙道滋便上门教他学习弹古琴, 让他每天练习和聆听“宫声数引”(特定的宫调音乐)。欧阳修坚持练习数月后, 心情大为好转, 顽疾不久痊愈。他在《送杨置序》中写道:“用药

如用乐, 乐可以和其心, 药可以平其气。”音乐能“和其心之所不平”, 实际上就是通过音乐调节情志、辅助康复的过程。(图 1)

金元名医张子和曾指出:“好药者, 与之笙笛不辍”。让病人通过演奏或聆听音乐来调节身心, 与服药同等重要。试想, 病家或医家深通音律, 操一管尺八, 或一只颂钵, 一张古筝, 静静地演奏, 或全神贯注, 或聚精会神, 六神皆有主, 心有所归, 静待药食, 家人或佣人支起小红炉, 炭火煨煮药方, 满屋飘溢着药香, 还有医师、药师从旁叮咛, 什么药先下, 什么药后下, 文武火候的掌握, 沸腾后何时该去上沫, 何时该啜

**通讯作者:** 王一方 邮箱: 北京大学医学人文学院 北京

**收稿日期:** 2026-01-23 **录用日期:** 2026-01-31

**DOI:** <https://doi.org/10.58244/sha.263748>



图1. 欧阳修学琴疗愈幽忧之疾(借助AI创作)

热粥, 服药后, 药力率先作用于哪根经络, 需要加上怎样的引经药, 方能提升药效。这一切, 都映衬出中医诗意的人文药理学, 其特征有四。其一, 一人一个制药厂(千变万化的方剂学, 因人制方, 强调个性, 反对普遍主义); 其二, 自然主义的药物体验: 从栽药、采药、咏药到服药(浸淫其中, 对抗功能主义)。红炉煮药, 满屋药香, 这份体验的药学入心沁脾(对抗效能主义); 其三, 追求药道(如茶道、花道料理): 去上沫, 啜热粥, 绞汁, 先后后兑: 过程美学(反效率主义); 其四, 药-食同源, 疗-养一体, 将息之趣(反目标主义)。相形之下, 当下奉行的“大人吃大片, 小孩吃小片, 白天吃白片, 晚上吃黑片”, 药片进嘴, 清水一口, 咕咚一声, 药片入胃的现代简约服药流程, 着实相当方便, 适应现代生活的快节奏, 但却少了许多音乐感与韵律感。

音乐如何加入体内的药物代谢, 如何发挥增强或减缓药物疗效的功能, 还需要做进一步的实证研究, 不好就贸然下结论, 毕竟它是无物之药, 是疗愈环境的渲染, 是患者情绪价值的增益, 是患者心理平衡、社会关系修复, 乃至灵性开阖的催化剂, 这份复合效应的揭示远比单个靶点的疗效解释更加云闪叠罩。与之类似的还有中医针灸技法, 针刺穴位的过程不同于药物注射, 并非送药, 而是得气, 属于无药之针, 而得气的过程有心理、情感的带入效应, 此时, 医者根据患者心境选择特定的音乐旋律与境遇, 与针刺并行加持, 有利于患者宁神定志, 强化得气的深浅与针刺效用的释放。构成一道独特的针-乐并用的疗愈风景。相传金元四大家之一的张子和在《儒门事亲》一书中记载了他尝试针乐并用的真实案例, 病人因为过度悲伤而导致心痛, 张子和在给病人进行针刺时, 安排了乐手在一旁吹笛、击鼓, 并配合歌声(“杂舞”、“笙芋”), 利用欢快的音乐和节奏来转移病人的注意力, 化解其内心的忧郁情绪, 从而辅助针灸疏通经络、镇痛的效果。(图2)

这种针乐并用的实践基于中医“形神共养”的理念, 《黄帝内经》确立了“五音(宫、商、角、徵、羽)”对应“五脏(脾、肺、肝、心、肾)”的理论, 音乐被视为一种能量(声波), 可以直接影响脏腑功能。临床上, 针灸主要作用于身体的经络气血, 而音乐擅长调节精神情志, 所谓“动

荡血脉, 流通精神而和正心”; 尤其是那些因情志导致的疾病, 先用音乐稳定情绪, 再施以针灸, 常常能起到“1+1>2”的效果, 这种“针乐并用”的思想在后世得到了延续和升华, 如今已发展出物理上的结合的音乐电针仪, 这种设备将音乐的声波信号转化为电脉冲, 通过针灸针传导到人体穴位, 是古代“针乐并用”思想精妙的现代呈现。

时过境迁, 药理学跨越数千年, 经历了传统本草/植物药(2000余年), 化学药物(200余年), 生物药(50余年), 数字药物(10余年)四个阶段。人类越进入现代社会, 愈发复归“药-乐同行”的疗愈理念, 尤其是在数字(电子)药物时代, 更加强了“无物之药”的虚拟疗愈之功, 目前, “数字药物”(或称数字疗法, Digital Therapeutics, DTx)作为一种“无药之药”,

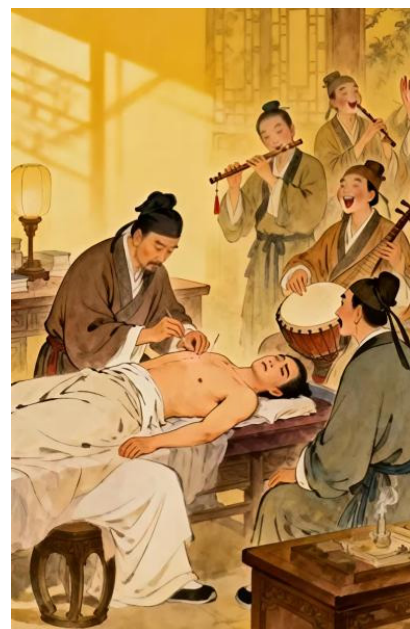


图2. 金元名医张子和针乐并用疗心疾(借助AI创作)



图3. 富有音乐韵律的数字药物(借助AI创作)

在慢性疼痛治疗领域已经取得了实质性的突破。它不依赖化学分子，而是通过软件程序（如 APP、VR 等）提供基于循证医学的干预措施，直接作用于患者的认知、神经和行为，从而缓解疼痛，最新的研究，如针对颞下颌关节紊乱，就采用了“同源音频对照”技术。这意味着 VR 不仅仅是播放视频，而是通过视觉与触觉的同步技术，

让大脑“重新映射”疼痛感知，在针对慢性腿痛的研究中，当 VR 视觉与脊髓刺激（SCS）同步时，患者的疼痛评分减少了 44%，且停用后镇痛效果仍能持续，针对颞下颌关节紊乱患者，VR 组的疼痛强度降幅显著优于单纯听音频的对照组，传统的阿片类药物主要作用是阻断疼痛信号，而数字疗法则是通过“神经可塑性”来改变大脑处理疼痛的方式。其最大的优势在于没有成瘾、恶心、头晕等副作用，而且可以实现多维度调节，它不仅能缓解疼痛强度，还能同步改善伴随的症状。例如，数字干预能显著改善患者的睡眠质量、焦虑情绪以及疼痛行为。此外，高阶的脑机接口技术疗愈阿尔茨海默症、瘫痪方面也处在突破的前夜，期待人类能尽早征服这两个人类衰老的顽疾。（图 3）

总之，数字药物干预的主要方法将是电脉冲的介入，不再是以物化特质的“药物”去剿灭、对冲、修复、再生，而是运用数字信号，在 AI 的运筹下的“无药之药”与“无药之针”，而数字信号完全可能按照音乐的旋律与韵律导入躯体病所，心理枢纽，灵性机关，构成一曲“无形胜有形”的疗愈交响乐或小夜曲，实现大医“无痕的境界”，不仅丰富了音乐与药物之间的隐秘勾连，也为音乐等艺术化治疗的探索开启了宏阔的想象空间。可以预言，在未来的医院里，医生开具的“数-乐处方”将成为一种治疗手段，到那时，就真正实践 200 年前哈佛大学教授霍姆斯的戏言，“把当今世界上所有的药物都沉入海底，对人类将是一件大大的好事，只是祸害了鱼类”。

#### 作者简介：

王一方 北京大学医学人文学院教授，北京大学医学部叙事医学研究中心研究员、学术委员会主任，在医学与绘画，音乐与治疗方面颇有研究与心得。

卓萍萍 广东药科大学通识教育部 助理研究员，女高音歌唱家，获评“广东省优秀音乐家”称号。

### Medicine and Music

Wang Yifang<sup>1</sup>, Zhuo Pingping<sup>2</sup>

(1. Peking University School of Health Humanities, Beijing 100191; 2. Department of General Education, Guangdong Pharmaceutical University, Guangzhou 510006, China.)

**Abstract:** The relationship between medicine and music is indistinct, but few people have made in-depth discussions. This paper reveals the homologous relationship between medicine and music from the source of Cangjie's character creation, and analyzes the binary relationship between medicine and matter, that is, the medicine with things and the medicine without things, each has its own ability, each has its own mystery, music, and acupuncture and moxibustion are needles without medicine, which have an elegant aesthetic ritual and mystical healing value in the traditional herbal medicine of natural history. This invisible concept of efficacy challenges the modern pharmaceutical thinking of materialism and functionalism. Just when scientists doubt this mysterious humanistic

pharmacology, The rise of AI has brought about the miraculous substitution effect of digital drugs, which not only strongly supports the pharmacological view of drugs without substance, but also greatly enriches the hidden connection between music and drugs from the perspectives of neuroscience and neuroscience, opening up vast imaginative space for the exploration of artistic treatments such as music.

**Keywords:** Medicine without medicine; Integration of medicine and music; Combination of acupuncture and music; Digital medicine

---