

深入浅出诠释绝世医学巨著  
千问千答通译奇奥内经精髓

# 黄帝内经 1000 问

叶学益◎编著

河北科学技术出版社

深入浅出诠释绝世医学巨著  
千问千答通译奇奥内经精髓

# 黄帝内经 1000问

叶学益◎编著

**图书在版编目(CIP)数据**

黄帝内经 1000 问/叶学益编著.

—石家庄:河北科学技术出版社,2006

ISBN 7-5375-3317-2

I.黄… II.叶… III.内经—问答 IV.R221-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 030626 号

出版发行/河北科学技术出版社

地 址/河北省石家庄市友谊北大街 330 号

邮 编/050061

责任编辑/白世维

封面设计/鲁 冰

美术编辑/慈向群

印 刷/北京佳顺印务有限公司

开 本/880×1275 1/32

印 张/15.5

字 数/330 千

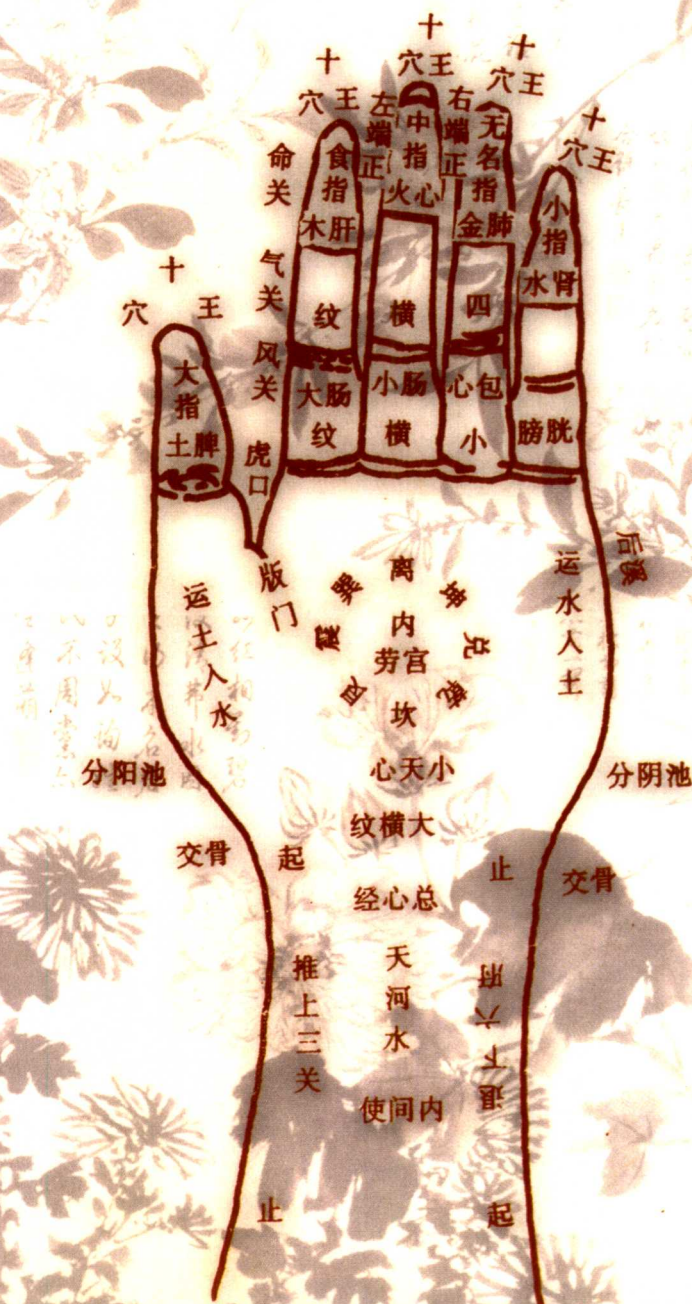
版 次/2006 年 5 月第 1 版

印 次/2006 年 5 月第 1 次印刷

定 价/24.80 元



# 阳掌图





## 前 言

生、长、壮、老、衰、死是人生的必经之途。自古至今，健康与长寿一直是人类的追求与向往。自神农遍尝百草到如今基因工程的突飞猛进，人类从未停止过与疾病作斗争的脚步。近年来，随着科学技术的不断发展，特别是医学科学的不断进步，人们更加意识到健康的重要性。同时，人们也逐渐注意到，中医学——中华民族的瑰宝具有其不可替代的优越性，全球范围内掀起的一股研究中医学的热潮就是最好的明证。作为炎黄子孙，岂能甘居人后，每个人都有责任、有义务去继承和弘扬中华民族的瑰宝。《黄帝内经》就是中华民族瑰宝中最古老、最璀璨的一颗明珠。

《黄帝内经》大约成书于西汉中晚期，是我国第一部综合多学科的研究成果而应用于疾病的防治和养生的巨著。它确立了“天地人之才”的医学模式，奠定了中医学独特的理论体系，对以后中医学的发展具有重要的指导价值。

对于这样一部影响中华民族几千年的医学巨著，我们又有多少人了解呢？为了弘扬民族传统文化，帮助大家汲取古人的智慧，我们特编撰了《黄帝内经 1000 问》一书。旨在帮助大家走进传统文化的后花园，从中撷取古人智慧的闪光点。

本书包括典籍流传、书名由来、篇章构成、学术价值、阴阳五行论、藏象要旨、经络衍说、病因病机、病证通说、脉要精微、妙诊异法、论治宜方、宝命全形、阴阳应天、藏气法时共 15 个篇章，用通俗易懂的语言以问答的形式论述了《黄帝内经》的中医学要旨、辨证论治及养生保健等方面的知识。力求深入浅出，不偏执于一家之言，对中医学爱好者，特别是初学者具有较强的指导意义。同时，对有志于《黄帝内经》和中医学基础理论研究的朋友们，也起到了抛砖引玉的作用。

由于编者水平有限，在问题的阐述与解答上，可能存在某些缺陷和谬误，浅陋之处亦在所难免。望广大读者朋友们不吝赐教，多多予以批评指正。

编 者

2006 年 5 月

# 目 录

## 一、典籍流传

- 《黄帝内经》成书于什么年代? ..... ( 3 )
- 《黄帝内经》一书的作者是谁? ..... ( 3 )
- 《黄帝内经》是如何流传下来的? ..... ( 4 )
- 《黄帝内经》的主要注家与注本有哪些? ..... ( 5 )

## 二、书名由来

- 《黄帝内经》的书名从何而来? ..... ( 9 )
- 《素问》是什么含义? ..... ( 10 )
- 《灵枢》的含义是什么? ..... ( 10 )

## 三、篇章构成

- 《黄帝内经》的全书共有多少篇章? ..... ( 15 )
- 《黄帝内经》理论的建构方法有哪些? ..... ( 15 )
- 《黄帝内经》理论体系的主要内容有哪些? ..... ( 16 )
- 《黄帝内经》理论体系形成的缘由是什么? ..... ( 17 )
- 《黄帝内经》的理论体系有什么特点? ..... ( 17 )

## 四、学术价值

- 《黄帝内经》在中医史上有什么样的学术价值? ..... ( 21 )
- 为什么说《黄帝内经》是中国古代认识实践的一次  
科学总结? ..... ( 21 )





- 《黄帝内经》与古代哲学思想的渊源如何? ..... (23)
- 《黄帝内经》反映出中国古代中医医疗实践的成果  
有哪些? ..... (24)
- 《黄帝内经》提出了怎样独特的医学理论观? ..... (24)
- 《黄帝内经》具有怎样的方法论特点? ..... (25)
- 《黄帝内经》对世界医学的贡献如何? ..... (26)
- 《素问·热论》对张仲景的《伤寒论》有什么影响? ..... (27)
- 《黄帝内经》提出了怎样的独特诊治方法? ..... (28)

## 五、阴阳五行论

- 什么是阴阳五行学说? ..... (31)
- 阴阳的基本含义是什么? ..... (31)
- 阴阳的基本内容有哪些? ..... (33)
- 阴阳基本概念有什么重要意义? ..... (36)
- 阴阳学说是怎样运用在中医理论体系中的? ..... (36)
- 中药气味的阴阳属性及作用是什么? ..... (39)
- 如何理解“阴在内，阳之守也；阳在外，阴之使也”  
这句话的涵义? ..... (39)
- 如何理解“治病必求基本”? ..... (40)
- 如何理解“从阴引阳，从阳引阴”及“以右治左，  
以左治右”这两句经文的意思? ..... (40)
- “壮火之气衰，少火之气壮”这句经文是什么意思? ..... (41)
- 清阳、浊阴在人体的分布与运动形式是什么? ..... (41)
- 为什么阳胜病则“能冬不能夏”，而阴胜病则  
“能夏不能冬”? ..... (42)
- 为什么说“清气在下则生飧泄，浊气在上则生膜胀”? ..... (42)
- 为什么治病要依据四时和五行进行治疗? ..... (43)
- 五脏病药物五味补泻治疗的基本理论是什么? ..... (43)
- 四时中五脏病病情变化的基本理论是什么? ..... (44)
- 六气的承制关系及意义是什么? ..... (44)





|                                                          |        |
|----------------------------------------------------------|--------|
| 怎样理解“壮水之主，以制阳光；益火之源，以消阴翳”？ .....                         | ( 45 ) |
| 《素问·阴阳应象大论》认为人体阴阳清浊、升降出入的生理表现是什么？ .....                  | ( 45 ) |
| 天地之气的虚实与人耳目四肢视听动作的关联性是怎样的？ .....                         | ( 46 ) |
| 《素问·阴阳应象大论》指出气味中，辛甘为阳，酸苦为阴。这种阴阳分类的根据是什么？ .....           | ( 47 ) |
| 如何理解“寒极生热，热极生寒”？ .....                                   | ( 47 ) |
| 《素问·阴阳应象大论》中说：“地气上为云，天气下为雨；雨出地气，云出天气。”这段经文的意义是什么？ .....  | ( 48 ) |
| 阳病与阴病指的是什么？ .....                                        | ( 48 ) |
| 天地、阴阳的作用有哪些？ .....                                       | ( 49 ) |
| 五行是什么？ .....                                             | ( 50 ) |
| 五行的基本内容是什么？ .....                                        | ( 51 ) |
| 五志致病与情志疗法有哪些主要内容？ .....                                  | ( 53 ) |
| 如何理解“气有余，则制己所胜而侮所不胜。其不足，则己所不胜侮而乘之，己所胜轻而侮之”这段经文的含义？ ..... | ( 54 ) |
| 《内经》中说“阳化气，阴成形”，这句话说明了什么样的<br>人体生理病理现象？ .....            | ( 55 ) |
| 《内经》中阐述气、味、形、精的关系是怎样的？ .....                             | ( 55 ) |
| 阴阳偏胜的临床表现和预后如何？ .....                                    | ( 56 ) |
| 五气致病的特点对临床有什么指导意义？ .....                                 | ( 57 ) |
| 《素问·阴阳应象大论》中阐述的精气阴阳之间的转化对<br>临床有何指导意义？ .....             | ( 58 ) |
| 怎样用五行学说说明和概括脏腑的生理功能和相互关系？ ...                            | ( 58 ) |
| 怎样用五行学说解释五脏在病理上的相互影响？ .....                              | ( 61 ) |
| 什么叫“水火既济”？水火失济临床常见哪些病证？ .....                            | ( 62 ) |





## 六、脏象要旨

|                                            |        |
|--------------------------------------------|--------|
| 什么是脏象？                                     | ( 65 ) |
| 脏象所显示的内容及部位是什么？                            | ( 65 ) |
| 脏象学说有什么特点？                                 | ( 65 ) |
| 脏象学说是怎样形成的？                                | ( 66 ) |
| 十二脏相使说主要内容是什么？                             | ( 67 ) |
| 中医脏象学说与现代医学对比具有什么特点？                       | ( 68 ) |
| 如何理解“心为君主之官”？                              | ( 69 ) |
| 为什么说肾为“封藏之本”？                              | ( 70 ) |
| 为什么说“脏腑不仅是一个解剖学的概念，而更重要的是<br>一个生理学和病理学概念”？ | ( 71 ) |
| 神的生成与神的含义是什么？                              | ( 72 ) |
| 五脏的功能及外部现象有哪些？                             | ( 72 ) |
| 《素问·六节脏象论》所述脏象理论有什么临床意义？                   | ( 73 ) |
| 什么是奇恒之腑？                                   | ( 74 ) |
| 《素问·经脉别论》中阐述的谷食精气输布过程如何？                   | ( 74 ) |
| 为什么说肺在谷食精气输布过程中具有重要的作用？                    | ( 74 ) |
| 为什么说“肝者，罢极之本”？                             | ( 75 ) |
| 为什么肾主“作强”和“伎巧”？                            | ( 75 ) |
| 五脏的阴阳太少命名的依据是什么？                           | ( 75 ) |
| 《素问·经脉别论》认为水液代谢的过程如何？                      | ( 76 ) |
| 如何理解“十一脏取决于胆”？                             | ( 76 ) |
| “阳道实，阴道虚”的含义是什么？                           | ( 77 ) |
| 阴经五脏和阳经六腑的发病规律有什么不同？                       | ( 77 ) |
| 五脏、六腑、奇恒之腑是怎样划分的？                          | ( 78 ) |
| 为什么说脾不主时？                                  | ( 79 ) |
| 为什么说心为五脏六腑之大主，邪不能容？                        | ( 79 ) |
| 如何理解心主血脉和主神志？                              | ( 80 ) |
| 脾与胃的生理关系如何？                                | ( 82 ) |





|                               |         |
|-------------------------------|---------|
| 为什么说肺主一身之气？ .....             | ( 83 )  |
| 宣发与肃降是什么意思？ .....             | ( 84 )  |
| 《素问·五脏别论》中所述的五脏的生理功能特点        |         |
| 各是什么？ .....                   | ( 86 )  |
| 奇恒之腑与传化之腑的区别是什么？ .....        | ( 86 )  |
| 如何理解脾主运化和脾气主升？ .....          | ( 87 )  |
| 奇恒之腑、传化之腑的营养及营养来源是什么？ .....   | ( 88 )  |
| 脉、髓、筋、血、气的生理功用是什么？ .....      | ( 88 )  |
| “魄门亦为五脏使”是什么意思？ .....         | ( 89 )  |
| 脾统血在临床上有什么意义？ .....           | ( 89 )  |
| “气口独为五脏主”是指什么？ .....          | ( 91 )  |
| 什么叫“气机”？ .....                | ( 92 )  |
| 为什么说脏腑的藏泻既不是绝对的又不是对立的？ .....  | ( 93 )  |
| “勇者气行则已，怯者则著而为病也”是什么意思？ ..... | ( 93 )  |
| 五脏与七窍的密切相关性理论有什么临床指导意义？ ..... | ( 94 )  |
| 如何理解“生病起于过用”？ .....           | ( 94 )  |
| 肝藏血与心主血、脾统血有何内在联系？ .....      | ( 95 )  |
| “经气归于肺，肺朝百脉”是什么意思？ .....      | ( 96 )  |
| 为什么说“肾为先天之本”、“脾为后天之本”？ .....  | ( 96 )  |
| 肾阴、肾阳、肾精、肾气分别指什么？它们之间的        |         |
| 内在联系是什么？ .....                | ( 98 )  |
| 谷食精气输布理论有什么重要意义？ .....        | ( 100 ) |
| 水饮、食物在人体的生化与输布是怎样进行的？ .....   | ( 100 ) |
| 水液代谢与哪些脏腑关系密切？这些脏腑起何作用？ ..... | ( 101 ) |
| 为什么说肺在水液代谢中有着重要的作用？ .....     | ( 103 ) |
| 为什么脾病而四肢不用？ .....             | ( 104 ) |
| 饮食代谢的过程是怎样的？ .....            | ( 104 ) |
| 肝主疏泄表现在哪些方面？ .....            | ( 105 ) |
| 怎么理解宣发、敷布、输布与疏泄的含义？ .....     | ( 107 ) |
| 阴经、阳经生病而异的原因是什么？ .....        | ( 108 ) |





|                                |       |
|--------------------------------|-------|
| 五脏与五体、九窍、五华的关系是怎样的？ .....      | (109) |
| 情志过激导致的病理变化主要有哪几个方面？ .....     | (111) |
| 《灵枢·本神》是如何认识思维的？ .....         | (112) |
| 为何说“肺为气之主，肾为气之根”？ .....        | (112) |
| 什么是魂、魄的发生之物质基础及其所藏之所？ .....    | (113) |
| 什么叫“肝肾同源”？ .....               | (113) |
| “心主身之血脉”与“肺朝百脉”的中西医理解如何？ ..... | (115) |
| 脾与胃在生理上如何相互配合？ .....           | (116) |
| 脾与胃在病理上如何相互影响？ .....           | (117) |
| 五脏所藏及其脏气虚实的病证表现是什么？ .....      | (117) |
| 什么是“三焦”？ .....                 | (118) |
| 什么是营气与卫气？ .....                | (120) |
| 营卫之气的运行与睡眠有什么关系？ .....         | (121) |
| 上焦之气的发出部位及功能特点是什么？ .....       | (121) |
| 中焦之气的发出部位及功能是什么？ .....         | (122) |
| 下焦之气的发出部位及功能是什么？ .....         | (122) |
| 为什么说三焦总司人体气化功能？ .....          | (122) |
| 三焦气化与肾阳之气化、膀胱之气化功能有什么关系？ ..... | (123) |
| 三焦之气的质态是怎样的？ .....             | (124) |
| 为什么说“夺血者无汗，夺汗者无血”？ .....       | (124) |
| 三焦主持诸气与肺主一身之气有什么不同？ .....      | (124) |
| 为什么说“营出于中焦，卫出于下焦”？ .....       | (125) |
| 卫气究竟出于什么地方？ .....              | (126) |
| 什么叫“四海”？ .....                 | (127) |
| 什么叫“三余”？ .....                 | (127) |
| 女子胞的主要生理功能是什么？ .....           | (128) |
| 六气严重不足有什么表现？ .....             | (129) |
| 精的含义及生理功能是什么？ .....            | (129) |
| 气在生命活动中有什么重要作用？ .....          | (131) |
| 脾与精、气、血、津液生理上的联系有哪些？ .....     | (133) |





|                                     |       |
|-------------------------------------|-------|
| 什么是精、气、津、液、血、脉？ .....               | (135) |
| 为什么说“营在脉中，卫在脉外”？ .....              | (136) |
| 元气、宗气、营气、卫气的生成及生理功能怎样？ .....        | (136) |
| 气的升降出入是如何通过脏腑的生理功能体现出来的？ .....      | (138) |
| 什么是“五液”，其临床病理表现如何？ .....            | (138) |
| 血液的生成与运行与哪些脏器关系密切？ .....            | (140) |
| 肾的“升清降浊”与脾胃“升清降浊”之间有什么<br>不同？ ..... | (142) |
| 气血有哪些相互关系？ .....                    | (143) |

## 七、经络学说

|                                 |       |
|---------------------------------|-------|
| 为什么说风者百病之始也？ .....              | (149) |
| 《内经》中冲、任、督脉的起始与主要循行路线是什么？ ..... | (149) |
| 什么叫经络？ .....                    | (150) |
| 经络系统是由哪些部分组成？ .....             | (150) |
| 经络学说在中医学理论体系中有何重要意义？ .....      | (151) |
| 骨空的概念与作用是什么？ .....              | (153) |
| 十二正经的走向交接规律和阴经阳经的表里关系如何？ .....  | (153) |
| 十二经脉盛虚的治则治法有哪些？ .....           | (156) |
| 十二经脉气血虚实的治则治法是怎样的？ .....        | (157) |
| 十二经脉气血流注次序如何？ .....             | (158) |
| 经脉、络脉浅深分布的区别及诊查方法是什么？ .....     | (158) |
| 络脉诊的诊病意义是什么？ .....              | (159) |
| 十二别络的名称与走向特点是什么？ .....          | (159) |
| 任、督、冲、带各脉有什么功能？ .....           | (160) |
| 狂与哪些经脉病变相关？ .....               | (161) |
| 《灵枢·经脉》篇提示了怎样的治疗原则？ .....       | (161) |
| 如何理解“是动则病”与“是主所生病”的意义？ .....    | (162) |
| 衄可见于哪些经脉病变？ .....               | (162) |
| 九针的针形特点及治疗作用是什么？ .....          | (163) |





- 六经气血的多少对临床治疗有什么意义? ..... (163)
- 关于六经气血的多少说的是什么问题? ..... (164)
- 针刺血络而出现仆倒的原因是什么? ..... (165)
- 针刺血络出针而发生血肿的原因是什么? ..... (165)
- 针刺血络而出现面色苍白的原因是什么? ..... (166)
- 针刺血络出针而色不变并出现烦闷的原因是什么? ..... (166)
- 病理血脉及其治则、治法、治疗要求是什么? ..... (167)
- 为什么说“凡刺之法，先必本于神”? ..... (168)

## 八、病因病机

- 为什么说“得其机要，则动小而功大，用浅而功深”? ..... (171)
- 阳胜、阴胜的证候及病机是什么? ..... (171)
- 《内经》的病机学说可概括为哪几个基本病理过程? ..... (172)
- 病因的发生与致病有什么不同? ..... (173)
- 为什么说“天之邪气，感则害人五脏；水谷之寒热，感则害  
于六腑；地之湿气，感则害皮肉筋脉”? ..... (174)
- 邪伤五脏而有病愈、病甚、病持、病起的变化有哪些? ..... (175)
- 伤神的病因及伤神的预后情况怎样? ..... (175)
- 中医病因学说是怎样形成的? ..... (176)
- 中医病因学说有什么特点? ..... (177)
- 什么叫正气和邪气? ..... (179)
- 导致阳气失调的因素及阳气失调引起的病变有哪些? ..... (180)
- 偏枯的病因、病位、病证与病机是什么? ..... (181)
- 煎厥的病因、病机及病证怎样? ..... (181)
- 阳气的作用是什么? ..... (183)
- 从生理与病理角度看阴精与阳气有什么关系? ..... (183)
- 如何理解“阴之所生，本在五味，阴之五官，伤在  
五味”? ..... (184)
- 《灵枢·百病始生》篇对积证病因病机的认识如何? ..... (184)
- 外感病传变规律及所出现的症状有哪些? ..... (185)





|                                      |       |
|--------------------------------------|-------|
| 为什么说“正气存内，邪不可干”，“邪之所凑，其气必虚”？ .....   | (185) |
| 如何理解“两虚相得，乃客其形”？ .....               | (186) |
| 煎厥和薄厥有什么异同点？ .....                   | (186) |
| 决定正气强弱的条件有哪几方面？ .....                | (187) |
| 五脏病的病传与病传方式是什么？ .....                | (188) |
| “一日一夜五分之”法是指什么？ .....                | (189) |
| 汗的生理、病理机制如何？ .....                   | (190) |
| 阳气的生理和病理有哪些？ .....                   | (191) |
| 为什么说“百病生于气”？ .....                   | (191) |
| 五虚证、五实证指的是什么？ .....                  | (192) |
| 五虚证、五实证复生的转机和理由是什么？ .....            | (192) |
| 外感寒热所伤之病机是什么？ .....                  | (193) |
| 什么是六气、六淫？ .....                      | (194) |
| 七情所伤之病机是什么？ .....                    | (194) |
| 何谓“内生五邪”？与外感六淫有什么异同点？ .....          | (196) |
| 外感六淫和内生五邪各有哪些常见病证？ .....             | (197) |
| 过劳所伤之病机是什么？ .....                    | (198) |
| “喜则气缓”是指什么？ .....                    | (199) |
| 什么是“五志”和“七情”？ .....                  | (199) |
| “七情”与内脏和气机有什么关系？ .....               | (200) |
| 如何理解“阳虚则外寒，阴虚则内热，阳盛则外热，阴盛则内寒”？ ..... | (201) |
| 水肿病的病机是什么？ .....                     | (203) |
| 失眠、嗜睡的病理机制及病因是什么？ .....              | (203) |
| 心气虚与心阳虚两证在病理上有什么联系？ .....            | (204) |
| 心气虚和心阳虚证如何鉴别？ .....                  | (205) |
| 什么是肝气郁结？其临床表现如何？ .....               | (206) |
| 肝气郁结与痰火扰心、痰迷心窍有何联系？ .....            | (207) |
| 风邪的性质和致病特点有哪些？ .....                 | (208) |

