

# 《白話《黃帝內經》上》

## 图书基本信息

书名：《白話《黃帝內經》上》

13位ISBN编号：9789866792632

10位ISBN编号：9866792633

出版社：大堯

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《白話《黃帝內經》上》

## 前言

序 《黃帝內經》是中醫學的奠基之作、至道之宗，主要內容來自春秋戰國，歷經秦及漢初，約成書於西元前一世紀，即西漢中後期。由於該書年代久遠、文詞古奧、義理精深，用現代語言和理解方式很難直接讀通、讀懂。為了讓更多的人能讀懂此書，理解其意，以較好地為現代所用，服務於廣大患者，我們歷經數載，稿凡屢易，完成此書。在譯釋過程中，按《黃帝內經》原文順序，分篇章譯釋；譯文儘量做到忠實原著，措詞準確，雅俗兼顧，直譯與意譯並用，如直譯較意譯為好則直譯，如意譯為佳則採用意譯，視具體語境而定，以期收到更好的表達效果。

# 《白話《黃帝內經》上》

## 內容概要

《白話上：素問篇》由中醫藥大學長期從事內經教學和古籍研究的專家編寫，共收載中醫學經典名著《黃帝內經》的《素問》原文81篇。對每篇原文均有通俗譯文，雅俗兼顧，直譯與意譯並用。作者還就《黃帝內經》的成書時代、作者、書名由來等作了簡要說明。本書原文經典，語意準確，便於讀者對古典名著的學習、理解和臨床應用，適合臨床醫師、中醫院校師生、內經研究工作者和新有中醫藥求學者閱讀參考。

《黃帝內經》是我國現存最早的一部醫學典籍，也是世界醫學史上最早、最完整的醫學巨著。它全面闡述了中醫學的學術思想和理論原則，是中醫理論的奠基石，也就是說，只有《黃帝內經》問世以來，中醫理論才算形成一套完整的理論體系。這些理論，不僅反映了我國古代醫學的偉大成就，為保證人民健康，繁衍中華民族，做出了巨大的貢獻，而且奠定了中醫學的發展基礎。中醫學發展史上許多著名醫學家和醫學流派，可以說都是在《內經》的理論基礎上發展起來的。

例如，被尊為臨床醫學始祖的張仲景所著《傷寒雜病論》一書，除緊密聯繫實踐，博采眾方之外，在理論上則是「勤求古訓」，「撰用素問、九卷」所取得的成就。又如明代王仲光問醫道于戴元禮，戴囑其「熟讀素問耳」。3年後復與戴論道，戴大驚，認為「已勝於己」。這兩個例子，足以說明歷代學有成就的醫家，都是以《內經》的理論為基礎的。

當代有名望的已故老中醫任應秋認為，中醫學現存的古典文獻中可以稱經的，僅有《黃帝內經》、《黃帝八十一難經》、《神農本草經》、《傷寒論》、《金匱要略方論》、《中藏經》、《脈經》、《黃帝針灸甲乙經》和《黃帝內經太素》9種，其中，除《神農本草經》之外，其餘幾種都是研究和發揮《黃帝內經》的結晶，由此便可以看出《黃帝內經》的重要性了。

歷代不少史學家和醫學家們對《內經》編纂成書的時代進行了考證，一般認為當在先秦戰國，但也有認為是西漢時代的作品。

本書的作者，書名冠以「黃帝」。關於黃帝，許多舊史學家，都把他說成是古代的一個帝王，例如《辭海》說：「中原各族的共同祖先。姬姓，號軒轅氏，有熊氏。少典之子。」實際上，黃帝並非一個人名，而是我國原始社會末期的一個氏族。

因為黃帝氏族的文化對漢族的發展有著重要的影響，所以歷代人們都以自己是黃帝子孫為榮，而且為了追本溯源，也常把一切文物制度，都溯源到黃帝，託名為黃帝的創造，敬奉黃帝為自己的始祖。因此，當時的學者將「內經」冠以「黃帝」，即成一名為《黃帝內經》，當時書名黃帝，僅是託名而已。

在古典醫學著作中，以「經」為書名的除《內經》外，尚有《難經》、《本草經》、《中藏經》等。古人往往把一些具有一定法則，必須遵從、學習和掌握的重要典籍稱為經。

# 《白話《黃帝內經》上》

## 作者簡介

馬烈光，男，1952年生。現任成都中醫藥大學教授、研究中心主任、博士研究生導師、四川省中醫藥學術與技術帶頭人。兼任國際藥膳食療學會和中華中醫藥中醫養生康復學分會等多個學術團體負責人。應邀擔任國際國內公開發行的《養生雜誌》（月刊）主編、日本自然療法協會及東洋學術出版社學術顧問、《美國中華醫學雜誌》（中文版）第一副總編。從事《黃帝內經》和中醫養生學醫、教、研工作30餘年，造詣頗深。長期筆耕不輟，公開發表學術論文60餘篇：主編出版高等中醫院校國家規劃教材《養生康復學》、《中醫養生學》、《中醫養生保健學》及《黃帝內經讀本》、中醫經典導讀《黃帝內經·素問》、中醫經典導讀《黃帝內經·靈樞》等學術專著10餘部。主研國家級和省級重點科研專案6項。多次公派出國進行《黃帝內經》和中醫養生學的講學，均載譽而歸。張湖德，山東壽張縣人，北京中醫藥大學畢業。現任北京中醫藥大學教授，中央人民廣播電臺醫學顧問，國際整膚醫學會教授，是當代著名的醫學科普作家；兼任敦煌美術館名譽館長，北京永南醫院副院長，香港仲景醫藥出版社副社長、總編，北京宏福集團高級顧問等職。曾在30多家出版社出版過170餘部著作，其代表著作有《中華養生寶典》、《中國科學美容大典》、《實用美容大全》、《懷孕百科》、《女性生殖健康叢書》、《婦女保健要訣》、《婦女藥膳》、《懷孕前後宜與忌》、《婦女產後康復秘訣》、《養生博覽》、《現代家庭醫生手冊》等。此外，還在國內100多家報紙和期刊上發表過6000多篇文章，曾有不少報紙和雜誌為其開過專欄，如《人民日報·海外版》的「中年養生」，《中國食品報》的「保健食品開發」等。

# 《白話《黃帝內經》上》

## 書籍目錄

素問上古天真論篇第一 四氣調神大論篇第二 生氣通天論篇第三 金匱真言論篇第四 陰陽應象大論篇第五 陰陽離合論篇第六 陰陽別論篇第七 靈蘭秘典論篇第八 六節藏象論篇第九 五臟生成篇第十 五臟別論篇第十一 異法方宜論篇第十二 移精變氣論篇第十三 湯液醪醴論篇第十四 玉版論要篇第十五 診要經終論篇第十六 脈要精微論篇第十七 平人氣象論篇第十八 玉機真臟論篇第十九 三部九候論篇第二十 經脈別論篇第二十一 氣法時論篇第二十二 宣明五氣篇第二十三 血氣形志篇第二十四 寶命全形論篇第二十五 八正神明論篇第二十六 離合真邪論篇第二十七 通評虛實論篇第二十八 太陰陽明論篇第二十九 陽明脈解篇第三十 熱論篇第三十一 刺熱篇第三十二 評熱病論篇第三十三 逆調論篇第三十四 瘧論篇第三十五 刺瘧篇第三十六 氣厥論篇第三十七 咳論篇第三十八 舉痛論篇第三十九 腹中論篇第四十 刺腰痛篇第四十一 風論篇第四十二 痺論篇第四十三 痿論篇第四十四 厥論篇第四十五 病能論篇第四十六 奇病論篇第四十七 大奇論篇第四十八 脈解篇第四十九 刺要論篇第五十 刺齊論篇第五十一 刺禁論篇第五十二 刺志論篇第五十三 針解篇第五十四 長刺節論篇第五十五 皮部論篇第五十六 經絡論篇第五十七 氣穴論篇第五十八 氣府論篇第五十九 骨空論篇第六十 水熱穴論篇第六十一 調經論篇第六十二 繆刺論篇第六十三 四時刺逆從論篇第六十四 標本病傳論篇第六十五 著至教論篇第七十五 示從容論篇第七十六 疏五過論篇第七十七 微四失論篇第七十八 陰陽類論篇第七十九 方盛衰論篇第八十 解精微論篇第八十一……

## 《白話《黃帝內經》上》

### 编辑推荐

一本欲修身養性、養生保健或學醫診病者不得不讀的著作。 乾隆皇帝長壽的秘訣之一：一日以早午餐兩餐為正餐，午餐後不吃肉、飯、菜，僅吃少量茶點。與《黃帝內經-素問篇》提到：『日中而陽氣隆，日西而陽氣已虛。』不謀而合。符合古人所說的：『過午不食，以避死氣』，乃因中午過後，陽氣虛弱而不易消化。 家庭常備的中醫養生保健經典，全書以白話分段註解，使讀者能輕鬆的閱讀前人累積下來的醫學智慧！ 黃帝內經包括素問81篇和靈樞81篇，各9卷。分別從陰陽五行、天人相應、五運六氣、臟腑經絡、病機辨別、診治法則、針灸等

# 《白話《黃帝內經》上》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)