

<<图解黄帝内经>>

图书基本信息

书名：<<图解黄帝内经>>

13位ISBN编号：9787807605423

10位ISBN编号：7807605421

出版时间：2009-11

出版时间：南方

作者：臧俊岐

页数：287

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：<http://www.tushu007.com>

<<图解黄帝内经>>

前言

读《黄帝内经》，汲取人类学中最高的学问——世界上最高的学问，都是研究人的学问。天地之间，万物翻备，莫贵于人。而人体之保全，又赖于天地滋养，违之则病。而人又能治病，医之则救。因此，从某种意义上说，医学又是人类学中最高的学问。

《黄帝内经》具有无与伦比的价值——《黄帝内经》在中国具有什么样的地位和价值？用著名学者曲黎敏饱含深情的语言概括——中国难生，惟有中国才有如此智慧而玄妙的养生经典。《黄帝内经》以生命（人）为中心，里面讲了医学、天文学、地理学、心理学、社会学，还有哲学、历史等，是一部围绕生命问题而展开的百科全书。它荟萃了先秦诸子百家养生之道、医疗之术、长寿之诀，运用阴阳、五行、天人合一的理论，对人体的解剖、生理、病理以及疾病的诊断、治疗与预防，做了比较全面的阐述，确立了中医学独特的理论体系，成为中国医药学发展的理论基础和源泉。更难能可贵的是，它不像西医书籍那样，总在解析生理、病理等专业词汇，它从我们日常的起居饮食出发，点点滴滴地向人们传授养生的奥妙、生命的智慧。可以说，研读它，就是开启一次养生与生命的钻石之旅。

《黄帝内经》是一本充分挖掘人身自我潜力的养生书——《黄帝内经》的“内”表示“内求”。它是一本教人充分挖掘人体自我潜力的养生书籍。纵观中国历史，很多人对人体自我的潜力视而不见，反倒花费大量的人力物力去寻求外在的支援。在历代皇帝当中，很多人都是去找灵丹仙药以求得长生。秦始皇派徐福去海外找仙药，结果仙药没有找到，连徐福也一去不复返了。后来，还有一些皇帝也去找灵丹妙药，炼外丹、吃外丹。结果呢？据统计中国历史上有20多位皇帝吃了外丹仙药而死。他们都忘了内求，忘了真正的上等药物正是体内的精气神——“上药三品，精与气神”。

<<图解黄帝内经>>

内容概要

《黄帝内经》是中国最著名、最古老的中医典籍之一，也是一本包罗万象的奇异之书，荟萃了先秦诸子百家养生之道、医疗之术、长寿之诀，运用阴阳、五行、天人合一的理论，对人体的解剖、生理、病理以及疾病的诊断、治疗与预防，做了比较全面的阐述，确立了中医学独特的理论体系，成为中国医药学发展的理论基础和源泉。

更难能可贵的是，它不像西医书籍那样，总在解析生理、病理等专业词汇，它从我们日常的起居饮食出发，点点滴滴地向人们传授养生的奥妙、生命的智慧。

可以说，研读它，就是开启一次养生与生命的钻石之旅。

本书在忠实于原文的基础上，将《黄帝内经》的养生精髓，用一张张生动而形象的图片加以解析，图文并茂，浅显易懂，让你终于可以拥有一本能轻松读懂的国学宝典！

<<图解黄帝内经>>

作者简介

臧俊岐，1942年生，河南开封人。

主任医师、著名针灸学家，历任开封市针灸学会会长、开封市中医药科技委员会委员、开封市高级卫生专业技术职称中医评审委员会委员。

自幼体弱多病，稍长立志攻医。

业医近50年，针技娴熟、医术精湛，勤求博采，师古创新。

施针用药简而有效，针刺

<<图解黄帝内经>>

书籍目录

- 上篇 概论篇 第一章 叩问千年养生经典 1.我们为什么要读《黄帝内经》？
 2.黄帝和岐伯是什么样的人？
 3.《黄帝内经》是黄帝所作吗？
 4.是否有《黄帝外经》？
 5.成书年代之争 第二章 《黄帝内经》三大基本学说之一：阴阳学说 1.阴阳共生体 2.阴阳和合 3.当阴阳失去平衡 第三章 《黄帝内经》三大基本思想之二：五行学说 1.五行的基本内容 2.《黄帝内经》五行配脏及其依据 3.用五行来说明五脏功能 4.用五行说明五脏的相生相克关系 5.用五行说明五藏的传变 6.用五行解释疾病 7.用五行指导治疗 8.用五行指导治疗情志病 第四章 《黄帝内经》三大学说之三：藏象学说 1.藏象统论 2.解读“藏象”
 3.“五藏”不等同于解剖生理系统五脏中篇 养生篇 第一章 天年论 1.女性的生长周期 2.男性的生长周期 3.生命的动力 4.老化的过程 5.四种长寿之人：真人、至人、圣人、贤人
 6.长寿、短寿之相 7.如何长命百岁？
 第二章 生命的能量 1.气，生命的动力 2.血，生命的红色营养液 3.津液，生命的甘泉
 4.精，生命之本 5.血与气的关系 6.津液与气血的关系 第三章 藏象与人体 1.人的五脏六腑 2.心为君主之官 3.肺为相傅之官 4.肝为将军之官 5.脾为谏议之官 6.肾为作强之官 7.胆为中正之官 8.胃为仓廩之官 9.小肠为受盛之官 10.大肠为传导之官 11.膀胱为州都之官 12.三焦为决渎之官 13.五脏、六腑之间的关系 第四章 经络学说 1.经络是确实存在的 2.经络的作用 3.利用经络调养身体 4.经络总览图 5.十二大经脉之手太阳肺经 6.十二大经脉之手阳明大肠经 7.十二大经脉之足阳明胃经 8.十二大经脉之足太阴脾经 9.十二大经脉之手少阴心经 10.十二大经脉之手太阳小肠经 11.十二大经脉之足太阳膀胱经 12.十二大经脉之足少阴肾经 13.十二大经脉之手厥阴心包经 14.十二大经脉之手少阳三焦经 15.十二大经脉之足少阳胆经 16.十二大经脉之足厥阴肝经 17.奇经八脉 第五章 饮食有节 1.饮食养生的作用 2.谷气为后天之本 3.五味四气归经 4.五味与五脏 5.五味失和，疾病降至 第六章 四季顺养 1.春季养生：夜卧早起，心情舒畅 2.夏季养长：夜卧早起，最忌发怒 3.秋天养收：早睡早起，心境平和 4.冬天养藏：早睡晚起，神藏于内 5.春夏养阳，秋冬养阴 第七章 五行体质 因人施养 1.金型人 2.木型人 3.水型人 4.火型人 5.土型人下篇 病邪篇 第一章 六七口语病邪 第二章 七清与病邪 第三章 起居习惯与病邪 第四章 治则学说 第五章 针灸疗疾病附录：《黄帝内经》名词解释一览表

<<图解黄帝内经>>

章节摘录

上篇 概论篇 第一章 叩问千年养生经典 1.我们为什么要读《黄帝内经》？

《黄帝内经》是一本值得每个中国人细细研读的书籍。

为什么呢？

第一，《黄帝内经》是第一部中医理论经典。

人类出现以后，就有疾病，有了疾病必然就要寻求各种医治的方法，所以医疗技术的形成的确远远早于《黄帝内经》。

但是，中医学作为一个学术体系的形成，却是从《黄帝内经》开始的，所以《黄帝内经》被公认为中医学的奠基之作。

这部著作第一次系统讲述了人的生理、病理、疾病、治疗的原则和方法，为人类健康作出了巨大的贡献。

第二，《黄帝内经》是第一部养生宝典。

《黄帝内经》中讲到了怎样治病，但更重要的是讲怎样不得病，怎样使我们在不吃药的情况下就能够健康，能够长寿，能够活到一百岁。

《黄帝内经》的重要思想是“治未病”。

《黄帝内经》中说：“不治已病治未病，不治已乱治未乱。”

第三，《黄帝内经》是第一部关于生命的百科全书。

《黄帝内经》以生命为中心，讲了医学、天文学、地理学、心理学、社会学，还有哲学、历史等内容，是一部围绕生命问题而展开的百科全书。

我们国学的核心实际上就是生命哲学，《黄帝内经》就是以黄帝的名字命名的、影响最大的国学经典。

2.黄帝和岐伯是什么样的人？

黄帝时期有发明，且在中国古代帝王中，发明最多的就是黄帝。

黄帝发明了宫室，也就是盖房子，还发明了车船、衣服。

他的大臣仓颉创造了文字，大臣风后发明了指南车，还有他的夫人嫫祖养蚕造丝，于是有了丝织品，等等。

.....

<<图解黄帝内经>>

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:<http://www.tushu007.com>