

<<礼品装家庭必读书（套装共6册）>>

图书基本信息

书名：<<礼品装家庭必读书（套装共6册）>>

13位ISBN编号：9787545115918

10位ISBN编号：7545115910

出版时间：2012-1

出版时间：《礼品书家庭必读书》编委会 辽海出版社 (2012-01出版)

作者：《礼品书家庭必读书》编委会,《礼品书家庭必读书》编委会 编

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>

内容概要

这是我国现存最早的中医理论专著，也是集我国传统医学大成之作，被奉为中医理论的奠基鼻祖。它总结了战国以前的医疗经验和学术理论，做出了比较全面的阐述和系统的理论概括，对后世医学影响深远。

这是中华民族的智慧结晶，是祖先留给我们的宝贵财富。了解《黄帝内经》，不仅有助于我们回溯中华民族文化之根，更有助于我们对话远古贤哲，为自己找到一条强健体魄、修身养性的通途。

<<礼品装家庭必读书（套装共6册）>>

作者简介

《礼品书家庭必读书》编委会，是由几十位出版社资深编辑及策划人组成，是一支庞大而经验丰富的团队。

他们在出版行业都有成功的策划经验和扎实的编辑功底，对市场中的图书有很强的把控能力，曾多次成功推出了多套市场销售极佳的丛书，在业界赢得了很好的口碑。

<<礼品装家庭必读书（套装共6册）>>

书籍目录

《礼品装家庭必读书：文白全解黄帝内经1》目录：《黄帝内经》简介 重广补注黄帝内经素问序 素问上古天真论篇第一/16 四气调神大论篇第二 生气通天论篇第三 金匱真言论篇第四/26 阴阳应象大论篇第五 阴阳离合论篇第六/36 阴阳别论篇第七/38 灵兰秘典论篇第八/41 六节脏象论篇第九/43 五脏生成篇第十/47 五脏别论篇第十一/50 异法方宜论篇第十二/52 移精变气论篇第十三/53 汤液醪醴论篇第十四/56 玉版论要篇第十五/58 诊要经终论篇第十六/59 脉要精微论篇第十七 平人气象论篇第十八 玉机真脏论篇第十九/74 三部九候论篇第二十/82 经脉别论篇第二十一 脏气法时论篇第二十二 宣明五气篇第二十三/94 血气形志篇第二十四 宝命全形论篇第二十五/98 八正神明论篇第二十六 离合真邪论篇第二十七 通评虚实论篇第二十八 太阴阳明论篇第二十九 阳明脉解篇第三十 热论篇第三十一 刺热篇第三十二 评热病论篇第三十三 逆调论篇第三十四 疟论篇第三十五 刺疟篇第三十六 气厥论篇第三十七 咳论篇第三十八 举痛论篇第三十九 腹中论篇第四十 刺腰痛篇第四十一 风论篇第四十二 痹论篇第四十三 痿论篇第四十四 厥论篇第四十五 病能论篇第四十六/160 奇病论篇第四十七/163 大奇论篇第四十八 脉解篇第四十九/169 刺要论篇第五十/172 刺齐论篇第五十一/173 刺禁论篇第五十二/174 刺志论篇第五十三/176 针解篇第五十四/177 长刺节论篇第五十五/180 皮部论篇第五十六/182 经络论篇第五十七/184 气穴论篇第五十八/185 气府论篇第五十九/188 骨空论篇第六十 水热穴论篇第六十一 调经论篇第六十二/197 缪刺论篇第六十三/204 四时刺逆从论篇第六十四 标本病传论篇第六十五/212 天元纪大论篇第六十六/215 五运行大论篇第六十七/222 六微旨大论篇第六十八/228 气交变大论篇第六十九/236 五常政大论篇第七十/247 杰元正纪大论篇第七十一/265 刺法论篇第七十二/305 本病论篇第七十三/317 至真要大论篇第七十四/334 著至教论篇第七十五 示从容论篇第七十六/362 疏五过论篇第七十七 徵四失论篇第七十八/368 阴阳类论篇第七十九/370 方盛衰论排篇第八十/372 解精微论篇第八十一/375 灵枢 九针十二原第一/380 本输第二/387 小针解第三/394 邪气脏腑病形第四/398 根结第五/408 寿夭刚柔第六/413 官针第七/418 本神第八/423 终始第九 《礼品装家庭必读书：文白全解黄帝内经2》 《礼品装家庭必读书：文白全解黄帝内经3》 《礼品装家庭必读书：文白全解黄帝内经4》 《礼品装家庭必读书：文白全解黄帝内经5》 《礼品装家庭必读书：文白全解黄帝内经6》

章节摘录

版权页：上古天真论篇第一 本篇主要论述上古之人重视保精养神从而获得长寿的道理，并揭示了人类生长衰老的客观规律及养生防病与健康长寿法则。

文中具体提出养生需内重精神调摄，外避反常气候，饮食有节、起居有常、劳作适度，如此即可防止早衰；同时还突出强调了肾气在人的整个生命活动中的重要作用，指出人类生、长、衰、老、寿、夭及生育功能均取决于肾气的盛衰，此乃养生之根本。

原文 昔在黄帝，生而神灵，弱而能言，幼而徇齐，长而敦敏，成而登天。

乃问于天师曰：余闻上古之人，春秋皆度百岁，而动作不衰；今时之人，年半百而动作皆衰者，时世异耶？

人将失之耶？

译文 上古时代的黄帝，一生下来就聪慧无比，年龄很小时就擅长言辞，幼年时就具备很强的领悟能力，长大后，笃实敏捷，成年时，登上了天子的宝座。

黄帝问：我听说上古时代的人们，都能年过百岁而动作却毫不衰弱；现在的人，年龄刚达到或超过五十岁，动作就显得衰老而没有力气了，这是时代不同所致，还是现在的人们不懂养生所致呢？

原文 岐伯对曰：上古之人，其知道者，法于阴阳，和于术数，食饮有节，起居有常，不妄作劳，故能形与神俱，而尽终其天年，度百岁乃去。

今时之人不然也，以酒为浆，以妄为常，醉以入房，以欲竭其精，以耗散其真，不知持满，不时御神，务快其心，逆于生乐，起居无节，故半百而衰也。

夫上古圣人之教下也，皆谓之虚邪贼风，避之有时，恬恢虚无，真气从之，精神内守，病安从来。

译文 岐伯答：上古时候的人，会养生的能够按照自然界的规律而起居生活，并加以适应、调和。

以使之趋于正确。

饮食有节制，作息有规律，不过度操劳，也不过度行房事，所以他们的形体和神气都很旺盛，相互协调统一，便能够活到人类自然寿命的期限，超过一百岁才辞世。

现在的人就不同了，他们把酒当成水般豪饮而没有节制，把不正常的生活习惯当成正常的，醉酒后行房事，过分放纵情欲，使阴精衰绝，真气耗损，不懂得保持精气强盛，不善于调养精神，为图内心快活，而违背生活规律来取乐，因此到五十岁就开始衰老了。

古时候真正通晓养生之道的人在教诲普通人时，一定会说到要及时躲避虚邪贼风等致病因素，保持内心的平静，排除一切杂念，使真气通畅，精神不外泻，如此病患就不会发生。

<<礼品装家庭必读书（套装共6册）>>

编辑推荐

《礼品装家庭必读书:文白全解黄帝内经(套装共6册)》是中华民族的智慧结晶，是祖先留给我们的宝贵财富。

了解《黄帝内经》，不仅有助于我们回溯中华文化之根，更有助于我们对话远古贤哲，为自己找到一条强健体魄、修身养性的通途。

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>