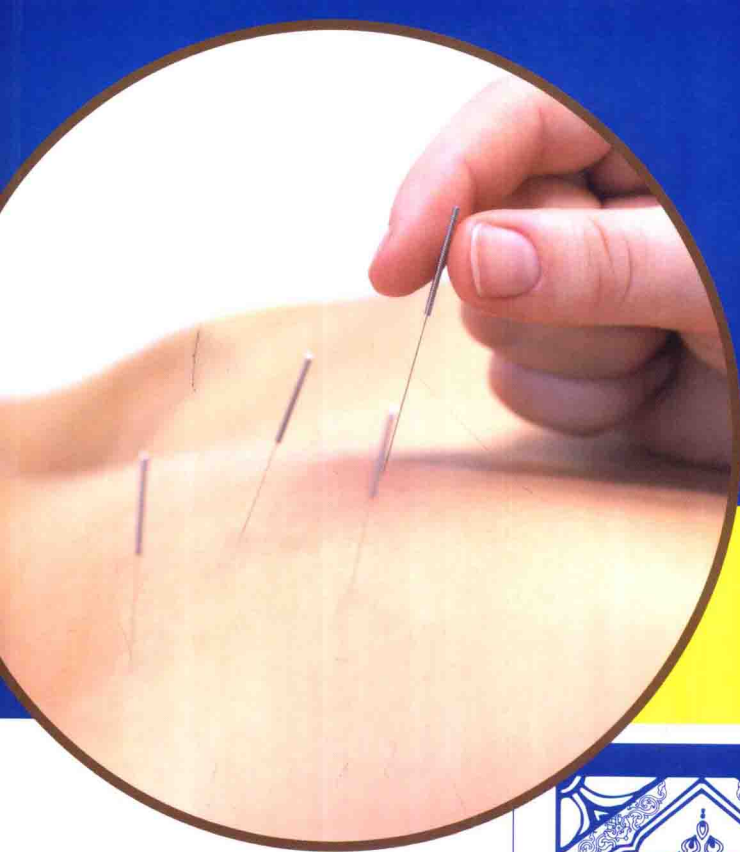




《黄帝内经》以黄帝、岐伯与、雷公对话、问答的形式阐述病机病理，主张不治已病，而治未病，同时主张养生、摄生、益寿、延年。

HUANGDI NEIJING
YISHI



译

释



黄帝内经

国医编委会 主编

中华传统保健文化

《黄帝内经》简称《内经》，是我国现存医书中最早的典籍之一。成书于战国至秦汉时期，是我国劳动人民长期与疾病做斗争的经验总结。它的问世，开创了中医学独特的理论体系，标志着祖国医学由单纯积累经验的阶段发展到了系统的理论总结阶段。



黑龙江科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

黄帝内经译释 / 国医编委会主编. — 哈尔滨: 黑龙江科学技术出版社, 2014.9

ISBN 978-7-5388-8031-1

I. ①黄… II. ①国… III. ①《内经》—译文②《内经》—注释 IV. ①R221

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第212320号

黄帝内经译释

HUANGDI NEIJING YISHI

主 编 国医编委会

责任编辑 侯文妍

封面设计 红十月工作室

出 版 黑龙江科学技术出版社

地址: 哈尔滨市南岗区建设街41号 邮编: 15001

电话: (0451) 53642106 传真: (0451) 53642143

网址: www.lkcbs.cn www.lkpub.cn

发 行 全国新华书店

印 刷 北京时捷印刷有限公司

开 本 787mm×1092mm 1/16

印 张 24

字 数 360千字

版 次 2014年11月第1版 第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5388-8031-1/R·2392

定 价 39.80元

【版权所有, 请勿翻印、转载】



录

Contents



素问篇 11

素问译注卷一 11

上古天真论篇第一 11

四气调神大论篇第二 15

生气通天论篇第三 18

金匱真言论篇第四 22

素问译注卷二 26

阴阳应象大论篇第五 26

阴阳离合论篇第六 35

阴阳别论篇第七 37

素问译注卷三 40

灵兰秘典论篇第八 40

六节脏象论篇第九 42

五脏生成篇第十 48

五脏别论篇第十一 51

素问译注卷四 53

异法方宜论篇第十二 53

移精变气论篇第十三	55
汤液醪醴论篇第十四	58
玉版论要篇第十五	60
诊要经终论篇第十六	62
素问译注卷五	66
脉要精微论篇第十七	66
平人氣象论篇第十八	74
素问译注卷六	79
玉机真脏论篇第十九	79
三部九候论篇第二十	89
素问译注卷七	94
经脉别论篇第二十一	94
脏气法时论篇第二十二	97
宣明五气篇第二十三	102
血气形志篇第二十四	104
素问译注卷八	106
宝命全形论篇第二十五	106
八正神明论篇第二十六	109
离合真邪论篇第二十七	113
通评虚实论篇第二十八	117
太阴阳明论篇第二十九	123
阳明脉解篇第三十	125
素问译注卷九	126
热论篇第三十一	126
刺热篇第三十二	130

评热病论篇第三十三	133
逆调论篇第三十四	137
素问译注卷十	140
疟论篇第三十五	140
刺疟篇第三十六	147
气厥论篇第三十七	150
咳论篇第三十八	151
素问译注卷十一	153
举痛论篇第三十九	153
腹中论篇第四十	157
刺腰痛篇第四十一	161
素问译注卷十二	165
风论篇第四十二	165
痹论篇第四十三	168
痿论篇第四十四	172

灵枢篇 **175**

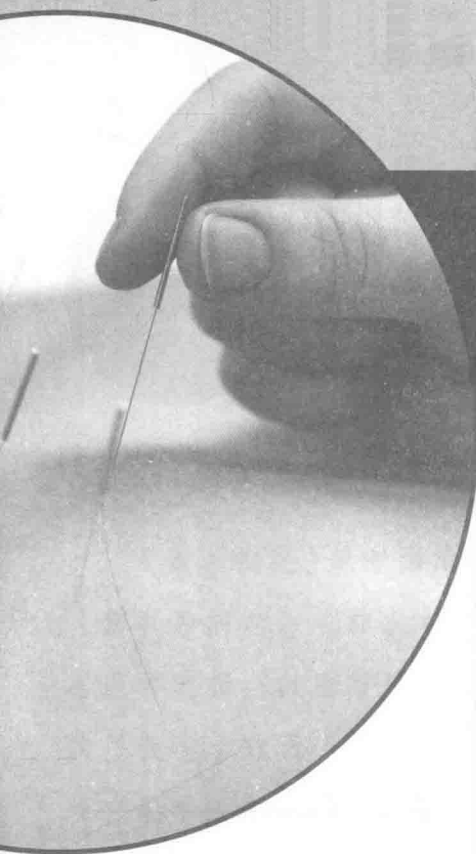
灵枢译注卷一	175
九针十二原篇第一	175
本输篇第二	182
小针解篇第三	189
邪气脏腑病形篇第四	193
灵枢译注卷二	203

根结篇第五	203
寿夭刚柔篇第六	208
官针篇第七	213
本神篇第八	217
终始篇第九	220
灵枢译注卷三	229
经脉篇第十	229
经别篇第十一	247
经水篇第十二	250
灵枢译注卷四	253
经筋篇第十三	253
骨度篇第十四	260
五十营篇第十五	262
营气篇第十六	264
脉度篇第十七	265
营卫生会篇第十八	267
四时气篇第十九	271
灵枢译注卷五	274
五邪篇第二十	274
寒热病篇第二十一	275
癫狂篇第二十二	279
热病篇第二十三	282
厥病篇第二十四	287
病本篇第二十五	290
杂病篇第二十六	291

周痹篇第二十七	295
口问篇第二十八	297
灵枢译注卷六	302
师传篇第二十九	302
决气篇第三十	306
肠胃篇第三十一	308
平人绝谷篇第三十二	309
海论篇第三十三	310
五乱篇第三十四	313
胀论篇第三十五	315
五癰津液别篇第三十六	318
五阅五使篇第三十七	320
逆顺肥瘦篇第三十八	322
血络论篇第三十九	326
阴阳清浊篇第四十	328
灵枢译注卷七	330
阴阳系日月篇第四十一	330
病传篇第四十二	332
淫邪发梦篇第四十三	335
顺气一日分为四时篇第四十四	337
外揣篇第四十五	340
五变篇第四十六	342
本脏篇第四十七	346
灵枢译注卷八	353
禁服篇第四十八	353

五色篇第四十九	357
论勇篇第五十	363
背俞篇第五十一	366
卫气篇第五十二	366
论痛篇第五十三	369
天年篇第五十四	370
逆顺篇第五十五	372
五味篇第五十六	374
灵枢译注卷九	376
水胀篇第五十七	376
贼风篇第五十八	378
卫气失常篇第五十九	379

HUANGDI NEIJING
YISHI



黄帝内经

国医编委会 主编



黑龙江科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

黄帝内经译释 / 国医编委会主编. — 哈尔滨 : 黑龙江科学技术出版社, 2014.9

ISBN 978-7-5388-8031-1

I. ①黄… II. ①国… III. ①《内经》—译文②《内经》—注释 IV. ①R221

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第212320号

黄帝内经译释

HUANGDI NEIJING YISHI

主 编 国医编委会

责任编辑 侯文妍

封面设计 红十月工作室

出 版 黑龙江科学技术出版社

地址: 哈尔滨市南岗区建设街41号 邮编: 15001

电话: (0451) 53642106 传真: (0451) 53642143

网址: www.lkcbs.cn www.lkpub.cn

发 行 全国新华书店

印 刷 北京时捷印刷有限公司

开 本 787mm×1092mm 1/16

印 张 24

字 数 360千字

版 次 2014年11月第1版 第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5388-8031-1/R·2392

定 价 39.80元

【版权所有, 请勿翻印、转载】

前言

《黄帝内经》是中国传统医学四大经典著作之一(《黄帝内经》《难经》《伤寒杂病论》《神农本草经》),是我国医学宝库中现存成书最早的一部医学典籍。其医学理论是建立在我国古代道家理论的基础之上的,反映了我国古代天人合一的思想。《黄帝内经》成编于战国时期,是中国现存最早的中医理论专著。在国学经典中地位独特,是唯一一本以圣王之名命名的书。总结了春秋至战国时期的医疗经验和学术理论,并吸收了秦汉以前有关天文学、历算学、生物学、地理学、人类学、心理学的知识,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。

《黄帝内经》最早著录于刘歆《七略》及班固《汉书·艺文志》,原为18卷。医圣张仲景“撰用素问、九卷、八十一难……为伤寒杂病论”,晋皇甫谧撰《针灸甲乙经》时,称“今有针经九卷、素问九卷,二九十八卷,即内经也”,《九卷》在唐代王冰称之为《灵枢》。至宋,史崧献家藏《灵枢经》并予刊行。由此可知,《九卷》《针经》《灵枢》实则一书而多名。宋之后,《素问》《灵枢》始成为《黄帝内经》组成的两大部分。

《黄帝内经》是什么意思呢?内经,不少人认为是讲内在人体规律的,有的人认为是讲内科的,但相关专家认为《黄帝内经》是一部讲“内求”的书,要使生命健康长寿,不要外求,要往里求、往内求,所以叫“内经”。

也就是说要使生命健康，比如有了病怎么治病，不一定非要去吃什么药。

实际上，《黄帝内经》整本书里面只有13个药方，药方很少。它关键是要往里求、往内求，首先是内观、内视，就是往内观看我们的五脏六腑，观看我们的气血怎么流动，然后内炼，通过调整气血、调整经络、调整脏腑来达到健康长寿的目的。所以内求实际上是我们指出了正确认识生命的一种方法、一条道路。

《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，里面讲了医学、天文学、地理学、心理学、社会学，还有哲学、历史学等，是一部围绕生命问题而展开的百科全书。



录

Contents



素问篇 11

素问译注卷一 11

上古天真论篇第一 11

四气调神大论篇第二 15

生气通天论篇第三 18

金匱真言论篇第四 22

素问译注卷二 26

阴阳应象大论篇第五 26

阴阳离合论篇第六 35

阴阳别论篇第七 37

素问译注卷三 40

灵兰秘典论篇第八 40

六节脏象论篇第九 42

五脏生成篇第十 48

五脏别论篇第十一 51

素问译注卷四 53

异法方宜论篇第十二 53

移精变气论篇第十三	55
汤液醪醴论篇第十四	58
玉版论要篇第十五	60
诊要经终论篇第十六	62
素问译注卷五	66
脉要精微论篇第十七	66
平人氣象论篇第十八	74
素问译注卷六	79
玉机真脏论篇第十九	79
三部九候论篇第二十	89
素问译注卷七	94
经脉别论篇第二十一	94
脏气法时论篇第二十二	97
宣明五气篇第二十三	102
血气形志篇第二十四	104
素问译注卷八	106
宝命全形论篇第二十五	106
八正神明论篇第二十六	109
离合真邪论篇第二十七	113
通评虚实论篇第二十八	117
太阴阳明论篇第二十九	123
阳明脉解篇第三十	125
素问译注卷九	126
热论篇第三十一	126
刺热篇第三十二	130

评热病论篇第三十三	133
逆调论篇第三十四	137
素问译注卷十	140
疟论篇第三十五	140
刺疟篇第三十六	147
气厥论篇第三十七	150
咳论篇第三十八	151
素问译注卷十一	153
举痛论篇第三十九	153
腹中论篇第四十	157
刺腰痛篇第四十一	161
素问译注卷十二	165
风论篇第四十二	165
痹论篇第四十三	168
痿论篇第四十四	172

灵枢篇

175

灵枢译注卷一	175
九针十二原篇第一	175
本输篇第二	182
小针解篇第三	189
邪气脏腑病形篇第四	193
灵枢译注卷二	203

根结篇第五	203
寿夭刚柔篇第六	208
官针篇第七	213
本神篇第八	217
终始篇第九	220
灵枢译注卷三	229
经脉篇第十	229
经别篇第十一	247
经水篇第十二	250
灵枢译注卷四	253
经筋篇第十三	253
骨度篇第十四	260
五十营篇第十五	262
营气篇第十六	264
脉度篇第十七	265
营卫生会篇第十八	267
四时气篇第十九	271
灵枢译注卷五	274
五邪篇第二十	274
寒热病篇第二十一	275
癫狂篇第二十二	279
热病篇第二十三	282
厥病篇第二十四	287
病本篇第二十五	290
杂病篇第二十六	291

周痹篇第二十七	295
口问篇第二十八	297
灵枢译注卷六	302
师传篇第二十九	302
决气篇第三十	306
肠胃篇第三十一	308
平人绝谷篇第三十二	309
海论篇第三十三	310
五乱篇第三十四	313
胀论篇第三十五	315
五癃津液别篇第三十六	318
五阅五使篇第三十七	320
逆顺肥瘦篇第三十八	322
血络论篇第三十九	326
阴阳清浊篇第四十	328
灵枢译注卷七	330
阴阳系日月篇第四十一	330
病传篇第四十二	332
淫邪发梦篇第四十三	335
顺气一日分为四时篇第四十四	337
外揣篇第四十五	340
五变篇第四十六	342
本脏篇第四十七	346
灵枢译注卷八	353
禁服篇第四十八	353