

一部医学名著奇书

【彩色图文版】

黄帝内经

谢华◎编著

中医古籍出版社

《黄帝内经》是中国文化史上第一部最伟大的奇书，也是中国古代医学的奠基之作，它完整地体现了中国古人对人体与四季时节气候关系的独特理解以及人体各部分互为应照的整体观念，是一部统领中国医学、古代养生学、气功学的绝世巨著。它也是中医理论体系的泉源，是用阴阳五行学说解释人体生理、病理、诊断、治疗，以及用“天人相应”整体观念说明人体内外环境统一性的典范，所以它已成为学习中医的必读之书。但由于这部书词义较深、初学者有一定困难，因而用现代语加以语译和解释，使学习者易读易懂，是具有重要作用的。



黄帝内经

白话
精译

一部医学名著奇书

【彩色图文版】

谢华◎编著

中医古籍出版社

《黄帝内经》是中国文化史上第一部最伟大的奇书，也是中国古代医学的奠基之作，它完整地体现了中国古人对人体与四季时节气候关系的独特理解以及人体各部分互为应照的整体观念，是一部统领中国医学、古代养生学、气功学的绝世巨著。它也是中医理论体系的泉源，是用阴阳五行学说解释人体生理、病理、诊断、治疗，以及用『天人相应』整体观念说明人体内外环境统一性的典范，所以它已成为学习中医的必读之书。但由于这部书词义较深、初学者有一定困难，因而用现代语加以语译和解释，使学习者易读易懂，是具有重要作用的。



责任编辑:孙志波
封面设计:东方正红

图书在版编目(CIP)数据

白话精译黄帝内经/谢华编著. -北京:中医古籍出版社,2005.1

ISBN 7-80174-282-6

I. 白… II. 谢… III. 内经-译文 IV. R221
中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 106904 号

白话精译黄帝内经

谢华 编著

中医古籍出版社

(北京东直门内北新仓 18 号 邮编:100700)

全国各地新华书店经销

北京金马印刷厂印刷

开本:787×1092 毫米 1/16

印张:33 字数:640 千字

2006 年 5 月第 2 版 2006 年 5 月第 1 次印刷

ISBN 7-80174-282-6/R·281

定价:48.00 元

養生調理之法

順四時而宜寒暑

和喜怒而安居處

韓志鵬



丙戌四月



针灸名医皇甫谧及经典

白话精译黄帝内经



气炼外丹图



覺痛時切不可妄想則心便虛明

掃石焚香坐覺睡醒時有聲談玄
松風不用蒲團扇坐對蒲團百多
日長三覺夢草睡又見家項上月

古洞清溪絕世人石床風細不生塵
月長三覺夢草睡又見家項上月

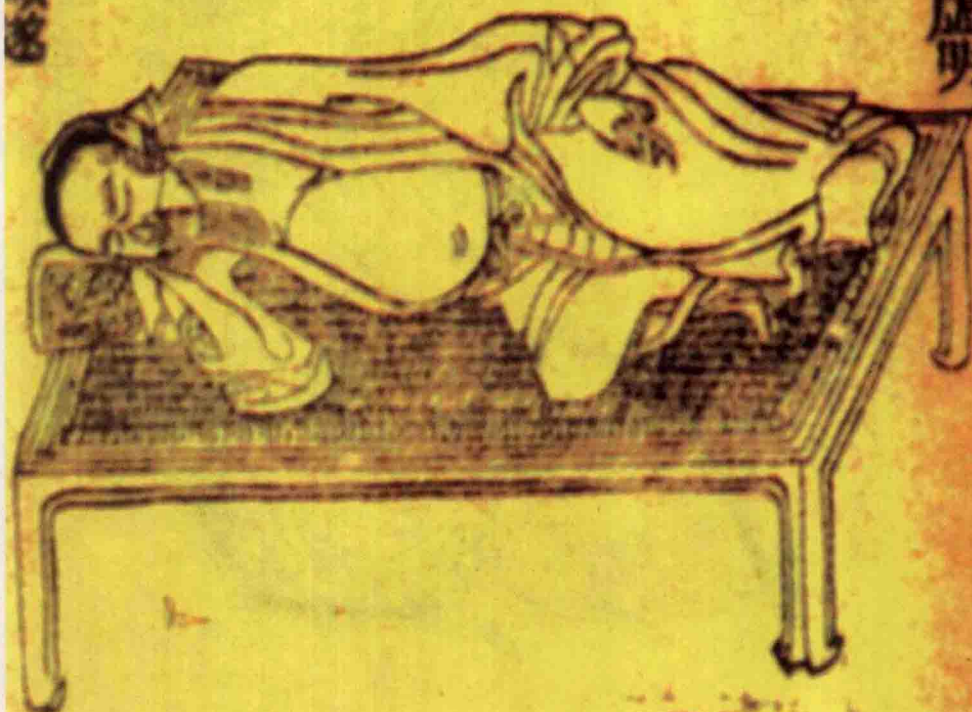
卧 禪 圖

開心宗之性
示不動之體
悟身骨之真
入閑里之寂

人開目覺動睡老子山中睡起醒
醒睡即非醒睡是夢夢亦非夢亦

元神夜夜宿丹田萬萬萬月滿天
用箇雲雲無水水心一動結金蓮

覺家時亦只用此意帶則事自順遂



四气调神·卧禅

悠悠覺萬有之室似天雲變滅

攢發乾坤造化來手搏日月煉成灰
金公無言姪女死黃婆家老猶懷胎

靈

丹

人

圖

圖

一顆金丹何赫赤
大似彈丸黃似橘
人人分上本圓明
夜夜靈光照神室

流珠燦燦照昆巔九轉丹成只自然
一粒自從吞入口始知世有活神仙

了見一真之體如掌珠圓明



灵丹入鼎图



足十二经以应十二月图



手十指以应十日图

前言

《黄帝内经》是我国现存最早的一部医书。据多数专家考证,它约成书于春秋战国时期。《黄帝内经》是上古乃至太古时代民族智慧在医学和养生学方面的总结和体现。它不但清晰地描述了人体的解剖结构及全身经络的运行情况,而且对人体生理学、医学病理学、医学地理学、医学物候学等的论述比西方近现代才兴起的学科对人的发现论述还为精深、全面。

《黄帝内经》还是一部极其罕见的养生学巨著,与《伏羲八卦》、《神农本草经》并列为“上古三坟”。中国医学史上的重大学术成就的取得以及众多杰出医学专家的出现,与《黄帝内经》无不有着紧密的联系,因它,它被历代医学家称为“医家之宗”。

纵观全书,它涉及地理、养生学、哲学、天文学、心理学、季候、风水、历法、阴阳五行等各个门类,是中国古代文化宝库中的一部奇书。

中医的经典著作——《黄帝内经》是中医理论体系的源泉,是用阴阳五行学说解释人体内环境统一性的典范,所以它已成为学习中医的必读之书。但由于这部书词义较深,初学者有一定的困难,因而用现代语加以语译和解释,使学习者易读易懂,促进经典医籍的普及。

本书在白话释译的过程中,参阅了大量可能查找到的各种古代注疏本和今人的释译本及其它译本,吸取了诸多同行专家的意见。特别是北京中医药大学的几位专家、教授给予了多方的支持和帮助,对书稿进行了多次审读和修改。希望众多编委们的心血和汗水所铸就的“成果”可以使想学习和了解《黄帝内经》的读者朋友在阅读中有所裨益。书中疏漏之处,实所难免,望广大读者多以赐教。

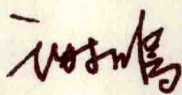
编者

2006年4月

《黄帝内经》(白话释译)

审评意见

《黄帝内经》(白话释译)一书(样稿)由编辑策划的同志邀请给予审定。该书作者以中医三大经典著作之一的《黄帝内经》为据,参考现有的有关同类著述内容,对其原文以及现代译文进行了较为全面的编整。该书是一本有关《黄帝内经》的现代语释方面的读本,内容较为系统,包括了《素问》、《灵枢》的两部分内容,每篇之前设有内容提要。语释基本准确,语句也尚流畅,作为中医以及中医古籍爱好者研习《内经》的入门书具有一定意义。

审评人:  (教授)

北京中医药大学
基础医学院方剂教研室

2006.4



目 录

上卷·素问篇

第一卷

- 第一篇 上古天真论 3
- 第二篇 四气调神大论 7
- 第三篇 生气通天论 11
- 第四篇 金匱真言论 15

第二卷

- 第五篇 阴阳应象大论 19
- 第六篇 阴阳离合论 23
- 第七篇 阴阳别论 26

第三卷

- 第八篇 灵兰秘典论 29
- 第九篇 六节脏象论 32
- 第十篇 五脏生成 36
- 第十一篇 五脏别论 39

第四卷

- 第十二篇 异法方宜论 42
- 第十三篇 移精变气论 45
- 第十四篇 汤液醪醴论 48
- 第十五篇 玉版论要 51
- 第十六篇 诊要经终论 54

第五卷

- 第十七篇 脉要精微论 57
- 第十八篇 平人氣象论 62

第六卷

- 第十九篇 玉机真脏论 66
- 第二十篇 三部九候论 70

第七卷

- 第二十一篇 经脉别论 74
- 第二十二篇 脏气法时论 77
- 第二十三篇 宣明五气 81
- 第二十四篇 血气形志 84

第八卷

- 第二十五篇 宝命全形论 86
- 第二十六篇 八正神明论 89
- 第二十七篇 离合真邪论 93
- 第二十八篇 通评虚实论 97
- 第二十九篇 太阴阳明论 101
- 第三十篇 阳明脉解 104

第九卷

- 第三十一篇 热论 106
- 第三十二篇 刺热 109
- 第三十三篇 评热病论 112
- 第三十四篇 逆调论 115

第十卷

- 第三十五篇 疟论 118
- 第三十六篇 刺疟 122
- 第三十七篇 气厥论 125
- 第三十八篇 咳论 127

第十一卷

- 第三十九篇 举痛论 130
- 第四十篇 腹中论 134
- 第四十一篇 刺腰痛 137



第十二卷

- 第四十二篇 风论 139
- 第四十三篇 痹论 142
- 第四十四篇 痿论 146
- 第四十五篇 厥论 149

第十三卷

- 第四十六篇 病能论 152
- 第四十七篇 奇病论 155
- 第四十八篇 大奇论 158
- 第四十九篇 脉解 161

第十四卷

- 第五十篇 刺要论 165
- 第五十一篇 刺齐论 168
- 第五十二篇 刺禁论 170
- 第五十三篇 刺志论 172
- 第五十四篇 针解 174
- 第五十五篇 长刺节论 177

第十五卷

- 第五十六篇 皮部论 179
- 第五十七篇 经络论 181
- 第五十八篇 气穴论 183
- 第五十九篇 气府论 186

第十六卷

- 第六十篇 骨空论 189
- 第六十一篇 水热穴论 193

第十七卷

- 第六十二篇 调经论 196

第十八卷

- 第六十三篇 缪刺论 201
- 第六十四篇 四时刺逆从论 205
- 第六十五篇 标本病传论 208

第十九卷

- 第六十六篇 天元纪大论 211
- 第六十七篇 五运行大论 214
- 第六十八篇 六微旨大论 218

第二十卷

- 第六十九篇 气交变大论 222
- 第七十篇 五常政大论 226

第二十一卷

- 第七十一篇 六元正纪大论 232
- 第七十二篇 刺法论 238
- 第七十三篇 本病论 241

第二十二卷

- 第七十四篇 至真要大论 246

第二十三卷

- 第七十五篇 著至教论 253
- 第七十六篇 示从容论 255
- 第七十七篇 疏五过论 258
- 第七十八篇 征四失论 261

第二十四卷

- 第七十九篇 阴阳类论 263
- 第八十篇 方盛衰论 266
- 第八十一篇 解精微论 269

下卷·灵枢篇

- 第一篇 九针十二原 273
- 第二篇 本输 278
- 第三篇 小针解 281
- 第四篇 邪气脏腑病形 284
- 第五篇 根结 289
- 第六篇 寿夭刚柔 293
- 第七篇 官针 297
- 第八篇 本神 300
- 第九篇 终始 303
- 第十篇 经脉 306
- 第十一篇 经别 313
- 第十二篇 经水 316



第十三篇 经筋	319	第四十八篇 禁服	409
第十四篇 骨度	324	第四十九篇 五色	412
第十五篇 五十营	326	第五十篇 论勇	415
第十六篇 营气	328	第五十一篇 背腧	418
第十七篇 脉度	330	第五十二篇 卫气	420
第十八篇 营卫生会	333	第五十三篇 论痛	423
第十九篇 四时气	335	第五十四篇 天年	425
第二十篇 五邪	338	第五十五篇 逆顺	428
第二十一篇 寒热病	340	第五十六篇 五味	430
第二十二篇 癫狂	343	第五十七篇 水胀	432
第二十三篇 热病	346	第五十八篇 贼风	435
第二十四篇 厥病	349	第五十九篇 卫气失常	437
第二十五篇 病本	352	第六十篇 玉版	440
第二十六篇 杂病	354	第六十一篇 五禁	443
第二十七篇 周痹	357	第六十二篇 动输	445
第二十八篇 口问	360	第六十三篇 五味论	448
第二十九篇 师传	363	第六十四篇 阴阳二十五人	450
第三十篇 决气	365	第六十五篇 五音五味	454
第三十一篇 肠胃	368	第六十六篇 百病始生	457
第三十二篇 平人绝谷	370	第六十七篇 行针	459
第三十三篇 海论	372	第六十八篇 上膈	461
第三十四篇 五乱	374	第六十九篇 忧患无言	463
第三十五篇 胀论	376	第七十篇 寒热	465
第三十六篇 五癃津液别	379	第七十一篇 邪客	467
第三十七篇 五阅五使	381	第七十二篇 通天	471
第三十八篇 逆顺肥瘦	383	第七十三篇 官能	474
第三十九篇 血络论	386	第七十四篇 论疾诊尺	478
第四十篇 阴阳清浊	388	第七十五篇 刺节真邪	480
第四十一篇 阴阳系日月	390	第七十六篇 卫气行	484
第四十二篇 病传	392	第七十七篇 九宫八风	488
第四十三篇 淫邪发梦	395	第七十八篇 九针论	491
第四十四篇 顺气一日分为四时	397	第七十九篇 岁露论	494
第四十五篇 外揣	400	第八十篇 大惑论	498
第四十六篇 五变	402	第八十一篇 痈疽	501
第四十七篇 本脏	405		



上卷

素问篇



