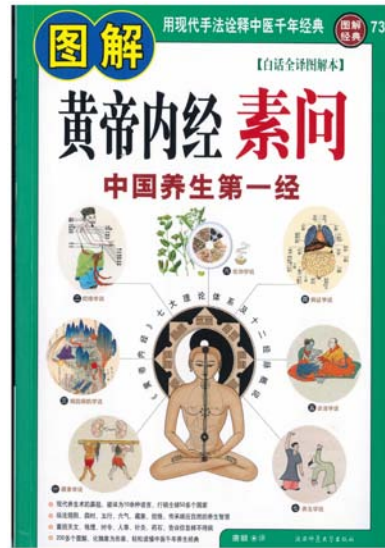


## 图解经典系列书籍推荐

《图解黄帝内经：素问 白话全译》唐颐译，  
陕西师范大学出版，2008.12  
书号：810.2/NJS

很多人都知道中医学又叫“岐黄之术”，不过可能却不知道岐黄二字的来历，其实岐黄就是《黄帝内经》中的岐伯和黄帝。《黄帝内经》成书于2000多年前的战国时期。这部托名中华民族先祖黄帝的医学著作，总结了古代中医全方面的医疗经验和学术理论，确立了中医学独特的理论体系，成为中医学发展的理论基础和源泉，被历代医家称为“医家之宗”。



《黄帝内经》分为《素问》和《灵枢》两部分，各有81篇。本书为《素问卷》，吸收《周易》的阴阳五行思想，在古代天文学、地理学、历算学、生物学、人类学、心理学等基础上，强调人生本身是一个整体，人与自然环境密切相关，并运用阴阳五行学说解释生理、病理现象，指导诊断与治疗；把阴阳的对立统一看成是宇宙间万事万物产生、发展、变化的普遍规律；强调精神与社会因素对人体及疾病的影响；提出了“治未病”的疾病预防理念等，全书详细阐述了人本藏象、经络、病因病机、病证、诊法、疗法，以及“天人相应”的养生之法，集中而系统地展现了我国古代医药学和养生学之大成。

《图解黄帝内经素问》200多幅手绘插画、插图、图表和直观图解，并以白话全译的方式，生动形象地向读者完整展示这部千年养生巨著。作为中国养生的根本源头，这本书教给我们的不仅是经络、穴位、食疗、保健操这样具体的方法，更是要教会我们如何去聆听自己身体发出的声音、如何去与自己的身体进行交流。当你翻开它时，就已经开始了一段对自我身体与心灵的全新认知和呵护之旅。

《图解中国道教生死书》宋道元著，  
北京紫禁城出版，2009.9  
书号：100.3/SDY



道教源于先秦的道家，道家的生死观是生道相合，养身全生，坦然生死。道教吸收道家生死观中与道相合，又融合神仙道的长生理论，衍生出追求长生久视、得道成仙的永生观。道教认为人是由阴阳二气和合而生，气聚则生，气散则亡。通过这种轮回往复的设想将“生”与“死”连接起来，生不唯一，死不为止，随顺生死才是最好地迎接生死的态度。

首先，道教的生死理论是建立在“顺生”的基础上的，即认为生命价值是最核心的问题。于是为了最大限度地实现生命的价值，道教创立了一套体系完备的修炼方法，包括养生、练气、内外丹等，以期通过修炼避免或延缓死亡，达到生命永恒的目标。虽然长生不死只是一种梦想，但却体现出道教对生命极度关心的热忱。对长生不死的一些实践，也形成中国独有的道家养生法。

其次，现实中普通人的死亡不可避免，于是道教构筑了一个虚幻的地下鬼国，来缓解人对死亡的恐惧。道教的地下世界融合了中国民间和外来佛教两种思想，设置了黑白无常、鬼门关、黄泉路、奈何桥、孟婆、十殿阎王、轮回投胎等过程，并将对死亡的疑惑引导到当下的生活中，使人们懂得在现实的生活中发现自我人生的意义。道教正是以此纾解了古人对生命的疑惑和对死亡的畏惧，是一种质朴的生命关怀。

道教的生死关怀还表现在，独具特色的祭祀仪式“斋醮科仪”上。其丰富的祭祀经典、完备的科仪格式、深邃的文化意蕴，都是在世界其他宗教中绝无仅有的，为亲人提供了与死者沟通的期望和方法。道教又融入了民间文化传统，使为死者举行的各种仪式有序而隆重。

《图解中国道教生死书》以现代的人文视角重新审视古老的道教文明，提炼出其生死观中精髓的部分介绍给读者，使读者能重新认识这个已经影响了我们几千年的道教生死观。

《图解太清神鉴》（后周）王朴原著；  
许颐平主编，北京华龄出版，2009.9  
书号：820.3/TQW

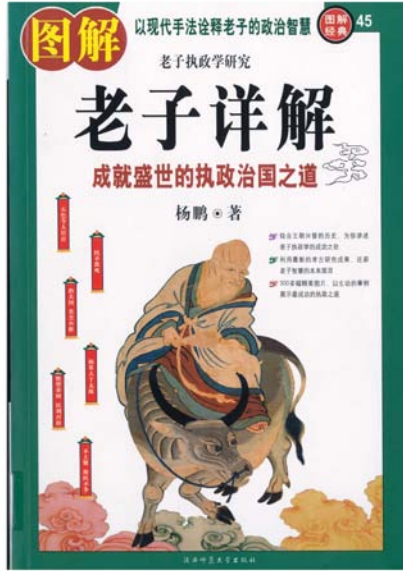
相术是中国古代社会中的一种极其重要的文化现象。它属于一种测命文化，又称为相命、命相学，包括星相术、手相术、面相术、骨相术、形体相术，以及算八字等等，是传统方术的一种。相术主要通过对人们的体貌特征和言行举止等外在的观察来预测人的吉凶祸福、贫贱富贵等未来的前途与命运。《太清神鉴》是《四库全书·子部》所收录的四部相术学著作中最重要的一部，被公认为中国古代相术学之集大成之作。《太清神鉴》全书共六卷，专论相法，纲目分明，结构清晰。先总论，后

分论，每篇又详分若干条目。作者重视阴阳赋形，天地造化，五行生克之理。相法则重骨法、气色、精神。书中有论有歌，便于理解掌握，在我国相术学发展史上有着重要影响，可为研究相术学思想提供参考。《太清神鉴》从手纹、面相、骨骼等方面加以详细分析，还有一些其他相书所没有涉及到内容，如卧姿、吃相、眼神、语气和脚步的急缓等。

为便于现代读者阅读，《图解太清神鉴》对原著进行了一定的加工处理，以供读者更好地批判研究：以《四库全书》文渊阁本《太清神鉴》为底本，对其进行了精心的点校，还对古籍原文进行了白话释意，加入了简练的小标题，使其结构更加合理有序。此外，对书中一些重要的理论方法和难以理解的文字，运用数百个插图和示意图表，进行了生动易懂的图解分析，使读者能够在畅快的阅读中了解相术学这一传统文化的重要组成部分，以去粗取精，去伪存真，从中汲取传统文化的智慧之泉。



《图解老子详解：成就盛世的执政治国之道》杨鹏著；  
陕西师范大学出版，2008.7  
书号：302.1/LZZZ



《图解老子详解》吸收了最新的考古研究成果，以更接近真实的老子的《道德经》文本为基础进行详解，力求将《道德经》的本来面目呈现在大家面前。作者视老子的《道德经》为一部探讨理想政治秩序的政治哲学著作。老子的《道德经》不是一般的哲学著作，而是一部探索基于经验价值的理想政治程序的著作；《道德经》所训诫的对象不是一般的民众，而是那些掌握权力的人。《道德经》可以说是写给执政者的一部著作，即使在政治文明空前发展的今天，老子的执政思想仍然是一个领导者很有必要了解的政治智慧很有必要了解的政治智慧。作者在书中深入挖掘了老子的执政治国思想，并指出了老子对执政者的要求，特别论证了老子自然秩序思想对现实政治的积极意义。

《图解老子详解》还有如下鲜明特点：一，本书坚持用老子注解老子、以中国历史注解老子、以贯穿全书的与儒家思想的对比来注解老子；二，本书解说的正文，极少堆砌专业性的论证资料，文笔流畅，具有极佳可读性；三，本书的注解，是从道家黄老学的角度展开的，注重的是道家关于执政治国方面的思想；四，创新的编辑手法和大量珍贵的图片，是本书的一大亮点，以图释意，从而更有利于读者理解和把握老子思想的精髓。

《图解玉照定真经》（晋）郭璞原著；张颢原注；杨景磐译注，  
北京华龄出版，2009.4  
书号：820./YZD



《玉照定真经》所记的就是最早的最朴素的四柱八字算命法，是现存的古代最早的四柱命理著作，在命理学中有极高的学术价值和历史地位。与后世学多关于四柱八字的命理学典籍相比，《玉照定真经》的一个突出特点是它不讲神煞之说，认为“神煞劫亡非本理”，只取五行生克制化讲命理命法，如运用了阴阳五行、纳音取象、易经八卦、六壬神将等对四柱八字进行论断。这使得书中所讲内容理论朴实，方法简洁，很容易领会，也很容易掌握和运用。

为适合现代读者阅读，《图解玉照定真经》对原著进行了一定的现代加工处理，供读者更好地评判研究：以《四库全书》版本为底本，结合其他不同版本，对全书进行了精心点校和白话评注，将正文按原文、白话提要的体例有序展开，同时概括了简练的白话标题；并通过 300 多幅现代手绘插图和示意图表，以及 300 多则例子分析，对书中内容作了较生动的解读。

《图解周易参同契》（东汉）魏伯阳著；朱炯编著，  
陕西师范大学出版，2008.11  
书号：302.2/ZYW

《周易参同契》又名《参同契》，是结合了周易、炼丹术和道教气功三者的一本著作，强调内外丹兼修，对道教修炼术产生了重大影响，对后世内外丹的理论发展起了积极的作用，被称为“万古丹经王”。

《周易参同契》为东汉魏伯阳著，“参”就是参合，“同”就是相同。怎么样叫做“参同”？简单地说，就是参合三种原则相同的学问，融于一

炉，即老庄的思想观念、《易经》的变易法则和丹道的修炼方法。用《易经》的阴阳变化之理，阐述炼丹、内养之道，证明人与天地、宇宙有同体、同功而异用的法则；以五行学说解释金丹，并以五行相生解释五脏之间的关系，提出“三五归一”的学说。它不仅是道家养生学的理论源头，亦是中国古代化学、药物学、天文历算等学科的发轫之作。在中国道教史与古代科技史上都有非常重要的地位。如国人引以为骄傲的四大发明之一“火药”，其原理即从此书而来。因其涉及诸多学科知识，艰深晦涩，素以“天书”著称。

《图解周易参同契》在吸取各家注本的基础上，将此书分为五章，第一章主要介绍书的作者、内容、结构、地位和影响；第二章是读懂此书必备的易学知识；第三章是丹道的基本理论；第四章总括书中的养生精华；第五章是对全书章节字句的详细解读。本书最大的特点是采用了一种全新的“图解”编辑手法，将《周易参同契》中的易学理论用图表形式表达出来；将养生理论用形象化图示加以标识；将天人合一思想用图表表现出来，使读者不但对《周易参同契》中的养生理论、易学知识等有所了解，更能对自身的健康有所启示，能从中悟到养生的真谛。

