

黄帝外经

本书运用阴阳五行的哲理，畅论了顺逆、寿夭、脏腑、经络、三才、四时、五运等，所有可能发生的天、地、人之间的互动情况及其造成的影响。《黄帝外经》和《黄帝内经》互为表里，互相补充，共同形成了中医的理论体系。她的问世，使内、外二经珠联璧合，相得益彰。

一,《黄帝外经》首见于《汉书》卷三十，艺文志第五，方技类之医经中，惟不见录经文。相关之书目为：黄帝外经三十九卷或三十七卷。另有扁鹊外经十二卷。又有白氏外经三十六卷，旁篇二十五卷等。

二,据梅自强先生《颠倒之术》谓：“此书(黄帝外经)一直失传，至本世纪八十年初，始在天津发现明末或清初根据口耳相传整理而成的精抄本。” 传述者(陈士铎先生并)于每篇之末都加上了简短的评价，并冠以《外经微言》之名。尔后，天津古籍出版社曾把它列为”中医珍本丛书”影印 1500 本试销，不意以不是岐伯时成书为由而被某些人说成是”伪书”，以致未能再版。”

又谓：“《外经》是以黄帝及雷公、风伯等二十三位大臣探讨问难的方式写成的，共九章八十一篇。《外经》的内容，有不少是可补《内经》之不足。(按：即仙道内丹、养生延命范围)”

三,《黄帝外经》全篇，余固从未曾阅读。数年前虽遍访街坊各大书局而不获，并亦曾委托世侄黄建伟先生在大陆探寻，仍终不克结果。

四,自古学仙者不可不学医，学医者亦不可不学仙。盖仙医同源，取其医道相资，落实于身心性命之真确而已。故《黄帝外经》是否系伪经，已不是考据与争辨的问题，而是它的正面意义与内涵。

五,吾人亟盼有朝一日，得能遂我心愿，展读全文。恳望世之有珍藏《黄帝外经》者，何妨捐弃孤芳自赏之洁好，雅量将其公布于世，以慰引颈翘企之悬思耳！

绪论

第一卷

- 阴阳颠倒篇第一
- 顺逆探原篇第二
- 回天生育篇第三
- 天人寿夭篇第四
- 命根养生篇第五
- 救母篇第六
- 红铅损益篇第七
- 初生微论篇第八
- 骨阴篇第九

第二卷

- 媾精受妊篇第十
- 社生篇第十一

[养生壶](#)

[养生花茶](#)

[中医医疗保健](#)

[艾灸专用](#)

天厌火衰篇第十二  
经脉相行篇第十三  
经脉终始篇第十四  
经气本标篇第十五  
脏腑阐微篇第十六  
考订经脉篇第十七  
包络配腑篇第十八  
第三卷  
胆腑命名篇第十九  
任督死生篇第二十

[衣裤传说旗舰店](#) [点击查看](#)

阴阳二蹇篇第二十一  
奇恒篇第二十二  
小络篇第二十三  
肺金篇第二十四  
肝木篇第二十五  
肾水篇第二十六  
心火篇第二十七  
第四卷  
脾土篇第二十八  
胃土篇第二十九  
包络火篇第三十  
三焦火篇第三十一  
胆木篇第三十二  
膀胱水篇第三十三  
大肠金篇第三十四  
小肠火篇第三十五  
命门真火篇第三十六

第五卷  
命门经主篇第三十七  
五行生克篇第三十八  
小心真主篇第三十九  
水不克火篇第四十  
三关升降篇第四十一  
表微篇第四十二  
呼吸篇第四十三  
脉动篇第四十四

瞳子散大篇第四十五  
第六卷

诊原篇第四十六  
精气引血篇第四十七  
天人一气篇第四十八  
地气合人篇第四十九  
三才并论篇第五十  
五运六气离合篇第五十一  
六气分门篇第五十二  
六气独胜篇第五十三  
三合篇第五十四

第七卷

四时六气异同篇第五十五  
司天在泉分合篇第五十六  
从化篇第五十七  
冬夏火热篇第五十八  
暑火二气篇第五十九  
阴阳上下篇第六十  
营卫交重篇第六十一  
五脏互根篇第六十二  
八风固本篇第六十三

第八卷

八风命名篇第六十四  
太乙篇第六十五  
亲阳亲阴篇第六十六  
异传篇第六十七  
伤寒知变篇第六十八  
伤寒异同篇第六十九  
风寒殊异篇第七十  
黄帝外经浅释  
阴寒格阳篇第七十一  
春温似疫篇七十二

第九卷

补泻阴阳篇第七十三  
善养篇第七十四  
亡阳亡阴篇第七十五  
昼夜轻重篇第七十六  
解阳解阴篇第七十七  
真假疑似篇第七十八  
从逆窥源篇第七十九  
移寒篇第八十  
寒热舒肝篇第八十一

阴阳颠倒篇 1

黄帝闻广成子窈窈冥冥之旨，叹广成子之谓天矣。退而夜思，尚有未获。遣鬼臾区间于岐伯

天师曰：帝问至道于广成子，广成子曰：至道之精，窈窈冥冥；至道之极，昏昏默默。无视无听，抱神以静，形将自正。必静必清，无劳汝形，无摇汝精，无思虑营营，乃可以长生。目无所见，耳无所闻，心无所知，汝神将守汝形，形乃长生。慎汝内，闭汝外，多知为败。我为汝遂于大明之上矣，至彼至阳之原也。为汝入于窈冥之门矣，至彼至阴之原也。天地有官，阴阳有藏，慎守汝身，物将自壮。我守其一，以处其和，故身可以不老也。天师必知厥义，幸明晰之。岐伯稽首奏曰：大哉言乎，非吾圣帝安克闻至道哉。帝明知故问，岂欲传旨于万祀乎，何心之仁也！臣愚，何足知之。然仁圣明问，敢备述以闻。窈冥者，阴阳之谓也。昏昏者，内外之词也。视听者，耳目之语也。至道无形而有形，有形而实无形。无形藏于有形之中，有形化于无形之内，始能形与神全，精与神合乎。鬼臾区曰：诺，虽然，师言微矣，未及其妙也。岐伯曰：乾坤之道，不外男女。男女之道，不外阴阳。阴阳之道，不外顺逆。顺则生，逆则死也。阴阳之原，即颠倒之术也。世人皆顺生，不知顺之有死；皆逆死，不知逆之有生，故未老先衰矣。广成子之教示帝行颠倒之术也。鬼臾区赞曰：何言之神乎。虽然，请示其原。岐伯曰：颠倒之术，即探阴阳之原乎。窈冥之中有神也，昏昏之中有神也，视听之中有神也。探其原而守神，精不摇矣。探其原而保精，神不驰矣。精固神全，形安能敝乎。鬼臾区覆奏帝前。帝曰：俞哉，载之《外经》，传示臣工，使共闻至道，同游于无极之野也。陈士铎曰：此篇帝问而天师答之，乃首篇之论也。问不止黄帝，而答止天师者，帝引天师之论也。帝非不知阴阳颠倒之术，明知故问，亦欲尽人皆知广成子之教也。

（凌波按：陈士铎受金丹诀，故能发扬此种至道，若在他人看来当然等于空谈。惟受道者且能切实行于己身者，能语斯言。诸位学医的同志，如果没有学过仙，不管你医经背得如何流利，总于此等道理不可能弄懂。于是知世上之事，有可书传，有可口传，有只可心传，于是不再拘于书本，进入无我境界，方可谓善读书者。）

## 顺逆探原篇 2

伯高太师问于岐伯曰：天师言颠倒之术，即探阴阳之原也，其旨奈何？岐伯不答，再问曰，唯唯三问。岐伯叹曰：吾不敢隐矣。夫阴阳之原者，即生克之道也。颠倒之术者，即顺逆之理也。知颠倒之术，即可知阴阳之原矣。伯高曰：阴阳不同也。天之阴阳，地之阴阳，人身之阴阳，男女之阴阳，何以探之哉？岐伯曰：知其原亦何异哉！伯高曰：请显言其原。岐伯曰：五行顺生不生，逆死不死。生而不生者，金生水而克水，水生木而克木，木生火而克火，火生土而克土，土生金而克金，此害生于恩也。死而不死者，金克木而生木，木克土而生土，土克水而生水，水克火而生火，火克金而生金，此仁生于义也。夫五行之顺相生而相克，五行之逆不克而不生。逆之至者，顺之至也。伯高曰：美哉言乎。然何以逆而顺之也？岐伯曰：五行之顺，得土而化。五行之逆，得土而神。土以合之，土以成之也。伯高曰：余知之矣。阴中有阳，杀之内以求生乎。阳中有阴，生之内以出死乎。余与帝同游于无极之野也。岐伯曰：逆而顺之，必先顺而逆之。绝欲而毋为邪所侵也，守神而毋为境所移也，练气而毋为物所诱也，保精而毋为妖所耗也。服药饵以生其津，慎吐纳以添其液，慎劳逸以安其髓，节饮食以益其气，其庶几乎。伯高曰：天师教我以原者全矣。岐伯曰：未也，心死则身生，死心之道，即逆之之功也。心过死则身亦不生，生心之道又顺之之功也。顺而不顺，始成逆而不逆乎。伯高曰：志之矣，敢志秘海哉。

陈士铎曰：伯高之问，亦有为之问也。顺中求逆，逆处求顺，亦死克之门也。今奈何求生于顺乎。于顺处求生，不若于逆处求生之为得也。（此一逆字，知者自知，迷者自迷，诸君自扣其心。知否？）

## 回天生育篇 3

雷公问曰：人生子嗣，天命也。岂尽非人事乎？岐伯曰：天命居半，人事居半也。雷公曰：天可回乎？岐伯曰：天不可回，人事则可尽也。雷公曰：请言人事。岐伯曰：男子不能生子

查看完整版

付费下载



---

## 【百万古籍库】

<https://www.fozhu920.com/list/>

【易】【医】【道】【武】【文】【奇】【画】【书】

1000000+ 高清古书籍

打包下载





## 【风水】风水命理资料合集\_9500 本

阴宅阳宅、风水堪舆、八字命理、手相面相、符咒卦象、奇门遁甲、紫微斗数.....



## 【中医】中华传统医学资料大全\_15000 本

针灸、推拿、正骨术、汉医、苗医、民间秘方偏方、药洒药方、祖传医术、珍本...



## 【道术】道家法术\茅山术\符咒术\气术\_3000 套

修真秘籍、丹道、道家秘术、胎息功、内丹术、茅山法术、道家符咒、巫术、...



## 【武术】传统武术与现代搏击术\_6200 册

少林、武当、太极拳、形意拳、八极拳、咏春拳、气功、散打、格斗、拳击、...



## **【集藏】经史子集库\_13300 卷**

【经史子集】楚辞、汉赋、诗集、词集、宝卷、正史、编年、别史、纪事本末、地理志...



## **【国画】传世名画 \_ 6100 卷**

唐、金、辽、宋、元、明、清 800 多位画家近 6000 多幅传世...



## **【县志】方志\地方县志\乡志\地理志\_8100 册**

府志、区志、乡志、地理志..... 此合集为全国范围地方县志\府志古籍影印电子版， ...



## **【国学】中华古籍库—32 万册古籍书**

32 万册《中华古籍库》 【32 万册影印古籍 + 20 多亿字，带检索器和阅读工具】 包括各地方志、日本内...

**【更多】** >> <https://www.fozhu920.com/list/>