

<<千金方 千金翼方>>

图书基本信息

书名：<<千金方 千金翼方>>

13位ISBN编号：9787101090383

10位ISBN编号：7101090389

出版时间：2013-1

出版时间：孙思邈、钱超尘 中华书局 (2013-01出版)

作者：钱超尘 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>

## <<千金方 千金翼方>>

### 内容概要

《中华养生经典：千金方、千金翼方》的内容结构，核心思想，历史价值及其版本情况，正文按段落注释疑难字词、典故名物，专业术语和各种文化常识；翻译采取直译与意译相结合的原则，以准确传达原文内容并便于读者理解为准的；点评侧重在概括原文核心，突出精髓、强调重点的基础上进行适当的阐述或点拨，以使读者知其然亦知其所以然。

为便于现代读者阅读理解，《中华养生经典：千金方、千金翼方》都配有图片，以更直观的形式让读者了解古代中医养生文化。

<<千金方 千金翼方>>

作者简介

作者：（唐代）孙思邈

<<千金方 千金翼方>>

书籍目录

出版说明 总序 前言 千金方 卷第二十六 食治 序论第一 果实第二 菜蔬第三 谷米第四 鸟兽第五 卷第二十七 养性 养性序第一 道林养性第二 居处法第三 按摩法第四 调气法第五 服食法第六 千金翼方 卷十二 养性 养性禁忌第一 养性服饵第二 养老大例第三 养老食疗第四 卷十三 辟谷 服茯苓第一 服松柏脂第二 服松柏实第三 酒膏散第四 服云母第五 卷十四 退居 服药第三 饮食第四 养性第五

## &lt;&lt;千金方 千金翼方&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：插图：菱实：味甘、辛，平，无毒。

安中，补五脏，不饥，轻身。

一名菱。

黄帝云：七月勿食生菱菱，作蛲虫。

栗子：味咸，温，无毒。

益气，厚肠胃，补肾气，令人耐饥。

生食之，甚治腰脚不遂。

樱桃：味甘，平，涩。

调中益气，可多食，令人好颜色，美志性。

橘柚：味辛，温，无毒。

主胸中瘕满逆气，利水谷，下气，止呕咳，除膀胱留热停水，破五淋，利小便，治脾不能消谷，却胸中吐逆霍乱，止泻利，去寸白，久服去口臭，下气通神，轻身长年。

一名橘皮，陈久者良。

津符子：味苦，平，滑。

多食令人口爽，不知五味。

梅实：味酸，平，涩，无毒。

下气除热烦满，安心；止肢体痛、偏枯不仁、死肌；去青黑痣、恶疾；止下利、好唾口干；利筋脉。

多食坏人齿。

柿：味甘，寒，涩，无毒。

通鼻耳气，主肠澼不足及火疮、金疮；止痛。

木瓜实：味酸、咸，温，涩，无毒。

主湿痹气，霍乱大吐下后脚转筋不止。

其生树皮无毒，亦可煮用。

榧实：味甘，平，涩，无毒。

主五痔，去三虫，杀蛊毒、鬼疟、恶毒。

甘蔗：味甘，平，涩，无毒。

下气和中，补脾气，利大肠，止渴去烦，解酒毒。

软枣：味苦，冷，涩，无毒。

多食动宿病，益冷气，发咳嗽。

芋：味辛，平，滑，有毒。

宽肠胃，充肌肤，滑中。

一名土芝，不可多食，动宿冷。

乌芋：味苦、甘，微寒，滑，无毒。

主消渴瘴热；益气。

一名藉姑，一名水萍。

三月采。

杏核仁：味甘、苦，温，冷而利，有毒。

主咳逆上气，肠中雷鸣，喉痹；下气；产乳金疮，寒心奔豚，惊痫，心下烦热；风气去来。

时行头痛，解肌，消心下急；杀狗毒。

五月采之。

其一核两仁者害人，宜去之。

杏实尚生，味极酸，其中核犹未硬者，采之曝干食之，甚止渴，去冷热毒。

扁鹊云：杏仁不可久服，令人目盲，眉发落，动一切宿病。

桃核仁：味苦、甘、辛，平，无毒。

破瘀血，血闭瘕，邪气，杀小虫，治咳逆上气，消心下硬，除卒暴声血，破瘕瘕，通月水，止心痛。

<<千金方 千金翼方>>

七月采。

凡一切果核中有两仁者并害人，不在用。

其实味酸，无毒，多食令人有热。

黄帝云：饱食桃入水浴，成淋病。

李核仁：味苦，平，无毒。

主僵仆躄，瘀血骨痛。

实：味苦、酸，微温，涩，无毒。

除固热，调中，宜心，不可多食，令人虚。

黄帝云：李子不可和白蜜食，蚀人五内。

<<千金方 千金翼方>>

编辑推荐

<<千金方 千金翼方>>

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>