

# 《黄帝内经》是一本怎样的书——谈谈人性

## 【课程大纲】

- 一、 为什么学习《黄帝内经》？
  1. 学习《黄帝内经》的原因
  2. 《黄帝内经》的两部分——《素问》与《灵枢》
- 二、《黄帝内经》告诉你人类身体的构成
  1. 物质性：五脏六腑、四肢、五官、九窍
  2. 你的寿命取决于什么？
- 三、《黄帝内经》告诉你内心的人性
  1. 自私性和竞争性
  2. 为什么要养生？
  3. 养生的最高境界
- 四、《黄帝内经》告诉你身体的斗争与和谐
  1. 合作性
  2. 人的寿命取决于什么？
  3. 长寿的秘诀是什么？
  4. 人生的不同态度：  
工作的时候用儒家，修养的时候用道家，逃避的时候用佛家
- 五、人类的语言与意识
  1. 人类的语言功能
  2. 人类的本源：  
人之所以成为人要因为有意识。