

<<黄帝内经健康心理学>>

图书基本信息

书名：<<黄帝内经健康心理学>>

13位ISBN编号：9787810939836

10位ISBN编号：7810939831

出版时间：2009-7

出版时间：合肥工业大学出版社

作者：杨利民

页数：241

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>

<<黄帝内经健康心理学>>

内容概要

《黄帝内经》中蕴含的心理学思想是相当丰富的，但分散在各篇医论之中，就如同金矿中的铂金需要提炼。

《黄帝内经》强调的“不治已病，治未病”和“防病于未然”等一系列主张与现代健康心理学思想有较大吻合，保持或促进人类健康，预防和治疗躯体疾病是健康心理学要探讨和解决的课题。本书正是从这个层面立意，将《黄帝内经》中的健康观及其保持或促进健康的心理方法整理、提炼出来，试图为处在现代激烈竞争中的人们提供心理保健理念或良方。

<<黄帝内经健康心理学>>

书籍目录

自序第一章 《黄帝内经》是一部奇书 一、《黄帝内经》的奇异之处 二、《黄帝内经》的哲学基础 三、《黄帝内经》的学术思想 四、《黄帝内经》的理论体系 五、《黄帝内经》的人本思想 六、《黄帝内经》的健康标准第二章 黄帝内经健康心理学架构 一、精气——生命的基质 二、神——生命的机能 三、情——生命的韵律 四、人格——生命的华彩 五、天人相应——健康的理念 六、形神合一——健康的前提 七、调神怡情——健康的保障 八、取法自然——健康的秘诀第三章 精气——生命的基质 一、精 二、气 三、精气一元论 四、大健康观的构建第四章 神——生命的机能 一、神 二、神的功能第五章 情——生命的韵律 一、情 二、情绪的效能 三、情志病的护理和预防 四、情志理论的价值第六章 人格——生命的华彩 一、人格 二、人格类型 三、理想人格的特征 四、人格的当世价值第七章 天人相应——健康的诉求 一、天人相应 二、天人相应的特点 三、天人相应的意义第八章 神形合一——健康的前提 一、神形合一 二、心身疾病 三、“神形合一”的医学价值第九章 调神怡情——健康的保障 一、调神怡情 二、调神大法 三、现实意义第十章 取法自然——保健的真谛 一、天人和谐的养生思想 二、顺应自然的养生原则 三、调摄情志的养生措施 四、保养正气的养生理念 五、健康长寿的养生秘诀 六、养生心理学及其价值参考文献

<<黄帝内经健康心理学>>

章节摘录

第一章 《黄帝内经》是一部奇书 一、《黄帝内经》的奇异之处 《黄帝内经》最早出现在西汉刘歆的《七略》中，但《七略》已失传。

现存文献中有关《黄帝内经》的最早记载是东汉班固的《汉书·艺文志》。

其中虽然记有《黄帝内经》十八卷，但并没有提到该书具体的成书年代及作者。

通过对《黄帝内经》的书名以及书中天文计时、名词术语的研究，现在多数学者认为，《黄帝内经》并非出自一时一人的手笔。

书中可能既有战国时期的篇章，也有秦汉时代的作品，甚至还有隋唐和宋代医家整理校注所补充的内容。

由此可以推断，《黄帝内经》大约产生于战国时期，后又经过秦汉医家的整理、补充、修改，逐步充实丰富而形成的。

现在流传的《黄帝内经》，包括《素问》和《灵枢》两部分。

《素问》之称，最早见于东汉末年张仲景的《伤寒杂病论》。

由于当时战乱频繁，《素问》流传到唐代就已残缺不全。

唐朝太仆王冰对其进行收集整理，增补了第七卷中的《天元纪大论》等七篇。

到了宋代，医官高保衡、林亿等人对王冰整理并补注的《素问》加以校正后刊行，定名为《重广补注黄帝内经素问》，此版本流传至今。

《灵枢》之名，最早见于王冰所作的《黄帝内经素问注》一书的序。

在此之前，《灵枢》曾被称为《九卷》、《针经》，隋唐时期还有《九灵》、《九墟》等名称。

《灵枢》在过去较长时期内曾失传，直到北宋元祐年间，从高丽传回一部《黄帝针经》之后，中国才重新有了一部内容较完整的《针经》。

<<黄帝内经健康心理学>>

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>