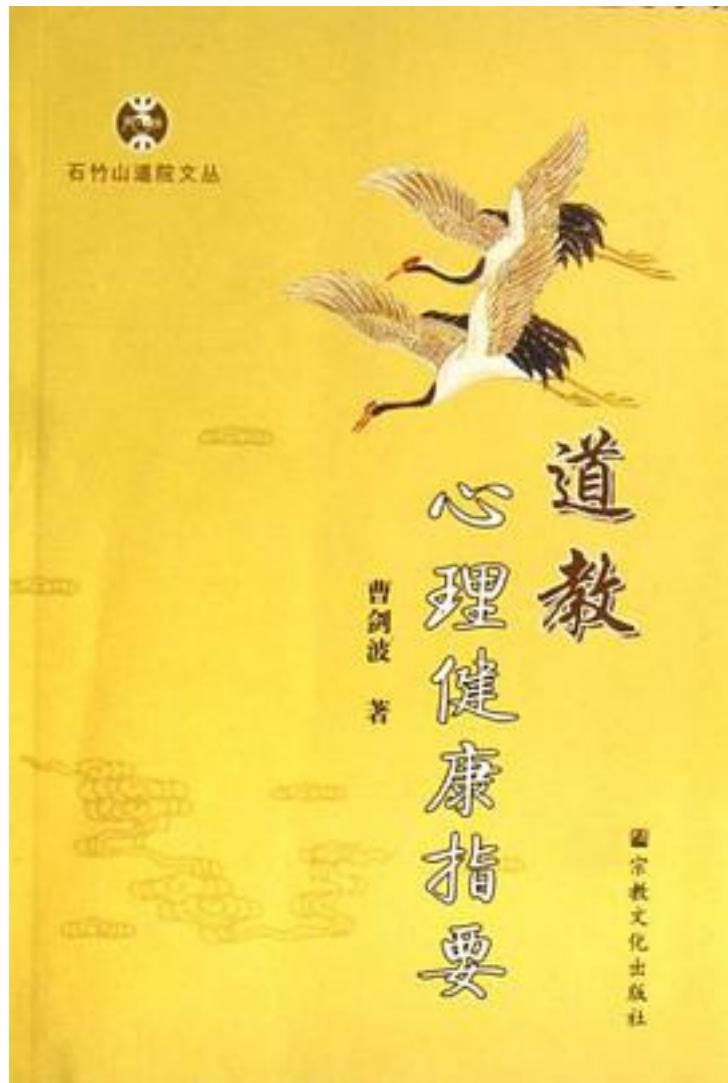


道教心理健康指要



[道教心理健康指要_下载链接1](#)

著者:曹剑波

出版者:宗教文化

出版时间:2007-1

装帧:

isbn:9787801235985

《道教心理健康指要》结构严谨，内容丰富，在“前言”中探讨了心理健康的概念、标准、重要性以及道教心理健康理论的历史地位。第一章考察了道教心理养生的理论前提，如天人相应、形神相保、七情致病、情绪适宜等。第二章分析了道教心理保健的基本原则，如利而不害，为而不争；少私寡欲，知足知止；知雄守雌，以柔胜刚；清静无为，顺其自然。第三章梳理了道教纾忧解愁的具体方法，如情志相胜、开导暗示、松弛疗法、精神分析等。第四章探索了道教参透生死的豁达态度，如气聚气，生死一体；安时处顺，哀乐不入；无需悦生，不必恶死；保身全生，享尽天年等。此外，该书还晓畅有趣，书中各章节穿插了不少名人趣事、成语寓言、小说传说、歌词诗赋、笑话幽默、医案典故、心理测试、统计数据等。作者潜心研究，博览群书，对道教心理健康问题作了较系统的论述，值得人们阅读和借鉴。

作者介绍:

目录:

[道教心理健康指要 下载链接1](#)

标签

心理学,心理

心理学

评论

[道教心理健康指要 下载链接1](#)

书评

[道教心理健康指要 下载链接1](#)