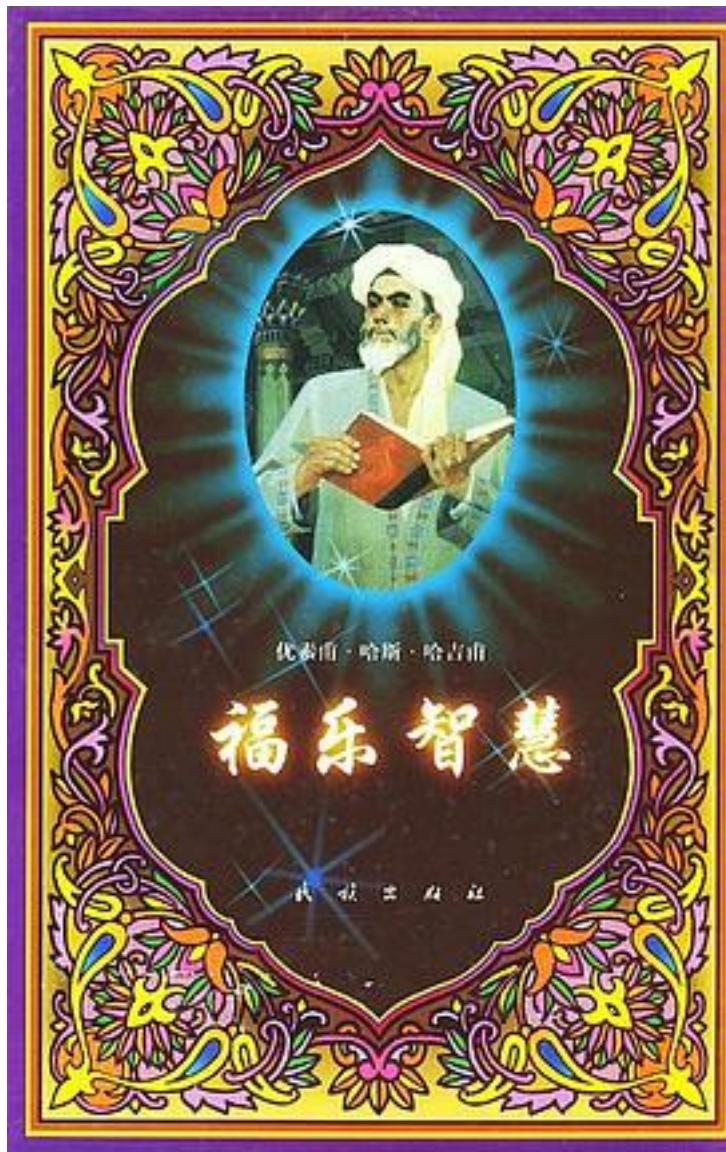


福乐智慧



[福乐智慧 下载链接1](#)

著者:陈青萍

出版者:

出版时间:2008-7

装帧:

isbn:9787500470977

《福乐智慧:古维吾尔人的健康智慧》是我国维吾尔族人民的珍贵历史文化遗产，也是中华民族的文化瑰宝。《福乐智慧:古维吾尔人的健康智慧》是一部具有开创性质的学术专著，具有重要的学术价值和填补国内外该领域研究空白的意义。

作者介绍:

目录: 序言

绪论

第一节 《福乐智慧》基本情况

一 《福乐智慧》的结构

二 《福乐智慧》的内容

三 《福乐智慧》的作者

第二节 《福乐智慧》研究概况

一 《福乐智慧》国外研究概况

二 《福乐智慧》国内研究概况

第三节 本书研究内容、意义与方法

一 研究设想

二 研究意义

三 研究方法

四 研究难度与创新之处

第一章 《福乐智慧》社会和谐的健康思想与实践方法

第一节 11世纪喀喇汗王朝的概况

一 喀喇汗王朝的概述

二 喀喇汗王朝的疆域

三 喀喇汗王朝的民族

四 喀喇汗王朝的体制

第二节 《福乐智慧》的主题思想

一 《福乐智慧》产生的社会背景

二 《福乐智慧》阐述的主题思想

三 《福乐智慧》四位人物的社会意义

第三节 《福乐智慧》社会和谐的思想与方法

一 爱众亲仁的人本思想与方法

二 公正守序的法制思想与方法

三 礼仪社会的发展思想与方法

第二章 《福乐智慧》自然和谐的健康思想与实践方法

第一节 《福乐智慧》崇拜自然的健康思想

一 葱岭地区自然特征与健康的关系

二 《福乐智慧》崇拜自然物象的健康观

三 《福乐智慧》利用自然环境的健康观

第二节 古维吾尔人独特的自然疗疾方法

一 人与环境和谐的疗疾方法

二 用土疗疾的方法

三 用树疗疾的方法

第三节 《福乐智慧》顺应天时的健康观

一 春季健康观

二 夏季健康观

三 秋季健康观

四 冬季健康观

第四节 《福乐智慧》生态环境保健意识

- 一 居住的生理保健意识
 - 二 寺院的精神保健意识
 - 三 关于《福乐智慧》生态意识的分析
- 第三章 《福乐智慧》身体健康思想与实践方法
- 第一节 《福乐智慧》对健康的基本认识
 - 一 “四大物质”的基本认识
 - 二 “体素”的基本认识
 - 三 治疗的基本法则
- 第二节 《福乐智慧》的健康思想基础与实践方法
- 一 《福乐智慧》的健康思想基础
 - 二 《福乐智慧》的健康实践方法
 - 三 《福乐智慧》对于巫术的认识
- 第三节 《福乐智慧》膳食养生思想与实践方法
- 一 当时的物产与饮食状况
 - 二 《福乐智慧》一般膳食养生方法
 - 三 《福乐智慧》特色膳食养生方法
 - 四 《福乐智慧》俭食养生原则
 - 五 《福乐智慧》建立膳食健康管理制度
 - 六 《福乐智慧》膳食养生之意义
- 第四节 《福乐智慧》性健康思想与实践方法
- 一 性健康的基本思想与方法
 - 二 以性繁衍的发展思想与方法
 - 三 去情欲的养生思想与方法
 - 四 以理控欲的调节思想与方法
- 五 关于《福乐智慧》性健康问题的一点儿思考
- 第五节 《福乐智慧》健康防御思想与实践方法
- 一 净身健康思想与实践方法
 - 二 口齿健康思想与实践方法
 - 三 起居健康思想与实践方法
- 第四章 《福乐智慧》心理健康思想与实践方法
- 第一节 《福乐智慧》人格健康思想
- 一 《福乐智慧》的人格概念
 - 二 《福乐智慧》人格类型划分
 - 三 《福乐智慧》人格成因的观点
 - 四 《福乐智慧》人格健康的社会意义
- 第二节 《福乐智慧》心身关系的认识
- 一 关于情志成分的基本认识
 - 二 关于心理器官的基本认识
 - 三 关于心身关系的基本认识
- 第三节 《福乐智慧》心身相胜的健康养心法
- 一 以智养心
 - 二 以情养心
 - 三 以静养心
 - 四 以香养心
 - 五 以祝由养心
 - 六 以梦养心
- 第五章 《福乐智慧》健康思想的渊源
- 第一节 喀喇汗王朝的地理特征
- 第二节 《福乐智慧》与中原健康思想的渊源
- 一 《福乐智慧》的中原文化倾向
 - 二 《福乐智慧》与中原健康理论的相通
 - 三 《福乐智慧》受纳中原健康技术的影响
 - 四 喀喇汗王朝与中原地区健康物质的交流
- 第三节 《福乐智慧》与印度健康思想的渊源

- 一 印度佛教对《福乐智慧》生命观的影响
- 二 印度健康理论对《福乐智慧》的影响
- 三 印度健康方法对《福乐智慧》的影响
- 第四节 《福乐智慧》与阿拉伯健康思想的渊源
 - 一 阿拉伯健康思想的传入
 - 二 《福乐智慧》伊斯兰式的健康意识
 - 三 喀喇汗王朝与阿拉伯的健康物质交流
- 第五节 《福乐智慧》与本民族健康思想的渊源
 - 一 《福乐智慧》本民族文化观的体现
 - 二 《福乐智慧》本民族健康观的体现
 - 三 《福乐智慧》是多元文化融合之成果
- 第六章 《福乐智慧》健康思想的影响与局限性
 - 第一节 《福乐智慧》对维吾尔族发展的影响作用
 - 一 健康思想引导民族的价值取向
 - 二 健康思想纯化民族的至善心灵
 - 三 健康思想塑造民族的勇敢性格
 - 第二节 《福乐智慧》健康思想的局限性
 - 一 人贵论的血统思想
 - 二 轻现世重来世的虚幻思想
 - 三 轻视女性的不平等思想
- 感言
- 主要参考文献
- 附 《福乐智慧》全书目录
- · · · · (收起)

[福乐智慧 下载链接1](#)

标签

福乐智慧

文学研究

文化

历史

中国文学

.....

t.

评论

一般般

[福乐智慧 下载链接1](#)

书评

[福乐智慧 下载链接1](#)