

<<心病玄机>>

图书基本信息

书名：<<心病玄机>>

13位ISBN编号：9787502369644

10位ISBN编号：7502369643

出版时间：2012-4

出版时间：科技文献出版社

作者：郝宏伟

页数：112

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>

<<心病玄机>>

内容概要

说起中医，人们并不陌生，它的不少术语早已深深烙入了我们的日常用语之中。像“上火”、“中风”、“湿热”，一说大家都知道；常用中药，像大枣、生姜，也是饮食中常用的佐料，药食两用。这都说明，中医中药来源于生活，是非常生活化的医学，“百姓日用而不知”。更重要的是，中医中药始终保持着良好的临床疗效，能解决问题，这是它立足的根本。人们记忆犹新的是，在2003年抗击“非典”中，中医药取得很好的疗效，得到世界卫生组织的肯定，也给老百姓温习了一次生动的中医实践课。

但是现在一般的老百姓，讲起中医理论会觉得非常深奥难懂。原因之一，恐怕与近代以来，我们对传统文化的传承不足有关。自从鸦片战争后，有些人对本民族文化失去了自信心，对传统文化的批判过了头。缺乏了传统文化的根基，对中医理论也就难以很好地理解。像“阴阳”、“气”、“风”等等生理病理概念离开其临床基础和文化背景，就不好体会了。

中医理论“难懂”的另一个原因，是人们习惯于用西医的观念来看问题。中小学的常识课、生理卫生课，教的都是西医的知识。这些知识当然很有用，但对中医的理论绝口不提，反映的仍然是民族自信心缺失的问题。中西医是不同理论体系的医学，用西医的思维来看中医，就不容易理解。要知道中医某些貌似“不科学”的说法背后，其实有着大科学的内涵，我们不能用西医的标准作为“科学”的标准。

<<心病玄机>>

书籍目录

引子：假如张国荣看中医

1 中医心理学的诞生

啊!我是谁?

鬼神附体：对心理疾病的最早解释

早熟的中医

2 揭开“心”的神秘面纱

五神：最基本的心理功能

五志：被脏腑主宰的情感世界

梦境的奥秘

3 “心病”发生的玄机

病由身生

病由心生

病由境生

阴阳五态人：性格不同，心病不同

4 调神疗心的神奇技艺

从身治心

祝由：古老的中医心理咨询

情志相胜法

五音入五脏：独特的中医音乐疗法

5 颐养心神的古老智慧

顺应自然：要养心，先养身

恬淡虚无：管理好你的欲望

执敬涵养：保持内心的宁静

恬愉自得：寻找真正的快乐

尾声

后记

<<心病玄机>>

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>