

《养怡之福—道教与老龄社会》

书籍信息

版次：1

页数：210

字数：169000

印刷时间：2008年07月01日

开本：大32开

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787532624713

丛书名：上海城隍庙现代视野中的道教丛书

编辑推荐

中国本土宗教文化——道教，经过东汉以后历代高道的阐发、整理，乃至积淀，形成了专门而有特色的系统理论，给后人留下了宝贵的精神财富。本书就是祈望从该视角切入，来尽量挖掘道教文化中有益于老年生活的精华思想或生动事例，以期对当今的老龄社会提供可以直接或间接汲取的传统文化养料，让读者能从中获得一些补益或启发。

内容简介

目前，中国社会已经进入老龄社会，老龄人口日趋增加，因此，不仅是老年人，包括我们每一个人，都日益重视人类生命的意义和提高人生的质量，希望通过持之以恒地锻炼及养成良好的生活作息、饮食习惯，延长寿限，获得丰富而高质量的生活。而中国本土宗教文化——道教，经过东汉以后历代高道的阐发、整理，乃至积淀，形成了专门而有特色的系统理论，给后人留下了宝贵的精神财富。本书就是祈望从该视角切入，来尽量挖掘道教文化中有益于老年生活的精华思想或生动事例，以期对当今的老龄社会提供可以直接或间接汲取的传统文化养料，让读者能从中获得一些补益或启发。

全书语言通俗，行文流畅，引经据典，事例生动，深入浅出，夹叙夹议。既有对古老道教文化有关养生理论的阐发，又有当今现实社会事件的介绍。阅读本书不仅可以获取知识，更可以从中得到乐趣，从而丰富老年生活，提高生活质量。

老年时段宛若黄昏前的夕阳，映红西边天空的云彩。愿老年朋友阅读本书后，真正体会、亲历、享受老年人生的快乐，从内心感受“最美不过夕阳红”的意境，让昔日曹操“养怡之福，可得永年”的愿景，成为每个老人生活里真实境况。

作者简介

葛壮，1955年10月生，广东潮安人。上海社会科学院宗教研究所研究员。中国宗教学会理事，上海市宗教学会理事兼秘书长。从事伊斯兰教、当代宗教和中国古代宗教史的研究。著有《东南沿海地区回族和伊斯兰教发展的历史特点》、《改革开放形势下的西北伊斯兰教》、《伊斯兰教

目录

绪论 重视人类生命意义和质量的道教文化意识

第一篇 尊崇敬重老人的传统渊源

第一章 信仰文化显底蕴

- 一、神仙系统亦尊老
- 二、传承道学敬老者
- 三、修道避俗话沧桑
- 第二章 老道仙真留英名
- 一、高道妙手定乾坤
- 二、悬壶济世展奇功
- 三、仙道贵生传方术
- 第二篇 道教贵生意识和增寿实践
- 第三章 魅力无穷善养生
- 一、颐养天年不是梦
- 二、增强观念利长生
- 三、饮食有度保健康
- 第四章 起居动静求适宜
- 一、养老添寿讲方法
- 二、房中之术有名堂
- 三、坚持锻炼看毅力
- 第三篇 调节人们心理的特殊方法
- 第五章 笑口常开心愉悦
- 一、抛弃烦恼去三恶
- 二、淡泊名利是逍遥
- 三、多行善事安心境
- 第六章 天道无为最聪明
- 一、道教典籍益身心
- 二、上善若水境界高
- 三、返朴归真大智慧
- 第四篇 营造一个和谐安康的社会
- 第七章 宁静致远共和谐
- 一、护持三宝善处世
- 二、老少和睦成风气
- 三、事亲重孝倡关爱
- 第八章 老龄社会不足惧
- 一、清静无为法自然
- 二、老当益壮发余热
- 三、老有所终皆欢欣
- 结语 最美当属夕阳红

前言

绪论 道教研究在20世纪的80年代之后，渐渐地升温，到了世纪之末，在某种程度上竟成

显学，进入21世纪，则无论是研究的人才、研究的论题、研究的规模，都出现了前所未有的丰茂。这套《现代视野中的道教》丛书，正是在这样一种氛围中问世的。

丛书的特点是“丛”，一

在线试读部分章节

第一篇 尊崇敬重老人的传统渊源

第一章 信仰文化显底蕴

一、神仙系统亦尊老

中华文化的传统渊源中包含着很突出的尊崇老年人的内容，宗法性的传承特点和推崇孝道的伦理始终是千百年来整个社会的文化核心意识。作为中华汉地文化的主干之一，道教算得上是正宗的以“道”为最高信仰的中国传统的本土宗教，所谓“道可道，非常道”，其文化传统源远流长，它既沿袭了中国古代楚地信仰的基础，又汲取了北方海滨地区齐鲁文化的诸多营养元素，历史上中国南北文化发展的主要脉络都可从道教的形成和衍变上看出端倪，而诸如方仙道、黄老道等一些古老的修持方法与宗教观念也为道教所吸纳。及至东汉中叶后，逐渐成型的原初道教，借助当时方兴未艾的农民大起义，在社会剧烈变动的重要关节点上，得到了流布广传的历史机遇，转而成为中国社会生活中影响深远的信仰文化，在魏晋以后更因其发展步入上层化、贵族化的路径而扶摇直上，受到统治阶层青睐的结果，令道教得以与儒、佛二教分庭抗礼，从而与儒教、佛教一起构成维系中国传统社会的思想主流文化。

相对其他出世性较强的信仰文化而言，尊崇老年、重视老年和养生防老成为道教一个非常明显的文化特征，这主要反映在以下三个方面：

……

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www.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)