

## <<认识未知的自己>>

### 图书基本信息

书名：<<认识未知的自己>>

13位ISBN编号：9787544249652

10位ISBN编号：7544249654

出版时间：2012-4

出版时间：南海出版社

作者：长尾刚

页数：187

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>

## <<认识未知的自己>>

### 前言

可能每个人都会有这样的感慨：人心真是难懂啊！

那么“心灵”这种复杂而深奥的存在究竟是什么呢？

现代心理学巨匠卡尔·古斯塔夫·荣格（1875～1961）从正面挑战了这一终极难题，并给出了极具说服力的答案。

他所开创的“荣格心理学”是一门极富创见的学问。

换言之，是“针对心灵的问题做出的独到回答”，因此也就遭到了一些人的批判与反对。

但是，在世界上，支持荣格学说的人远远多于反对的人。

作为解开所有“关于心灵问题”的钥匙，荣格的学说一直以来广受推崇。

并且，更重要的是，他的学说为拯救那些正在经受心理疾病折磨的人找到了出路，给这些人带来了希望。

荣格的目的是通过探究所有关于心灵的问题，确认人本身的能动性，并在此基础上回答“对于人来说，什么才是真正的幸福”。

他的这一目标已经切实达成了。

对于我们这些现代人来说，荣格心理学是一门可以帮助我们找到生存快乐的学问。

本书是一本关于荣格心理学的入门读物，为了让不具备专业知识的普通读者也能读懂荣格心理学的精华部分，在撰写本书时笔者尽量使用了常用的表达方式。

我相信，读者不用太过费力地阅读，就能够轻松地明白“原来荣格心理学是这么回事啊……”。

荣格心理学首次被正式介绍到日本是在20世纪60年代。

已故的河合隼先生自苏黎世的荣格研究所回国之后，在日本国内发表了自己的研究成果。

之后，日本涌现出了众多优秀的荣格研究者，日本荣格研究会等团体的研究活动也相当活跃。

因此，笔者决心站在“和广大读者一样作为心理学初学者的立场上”，创作本书。

那些对于初学者来说难以理解的内容在本书中均未涉及。

这是因为如果初学者一下子接触太多难以理解的内容，会觉得荣格心理学很难懂，产生抗拒感，不愿意再继续接触。

这样就未免太可惜了。

笔者认为，了解一些荣格心理学对于任何人来说都是一种不错的体验。

本书由4个部分构成。

按顺序阅读第一部分到第三部分，可以对荣格心理学有一个大致的了解。

第四部分针对荣格心理学中最容易被误解的精华部分，即关于神秘问题的研究进行了总结说明。

那些对荣格心理学有疑惑的读者，在看了第四部分之后，想必能够解除这种疑惑吧。

在本书执笔之时，笔者深受前人许多研究成果的启发，在此深表感谢。

另外，本书是2003年在日本出版的同名图书的修订版，在原文和图表的基础上又进行了多处修订。

在修订之时，获得了本书的责任编辑星野友绘的大力支持，在此也一并致以衷心的感谢。

长尾刚 2007年12月

## <<认识未知的自己>>

### 内容概要

人的心灵是世界上最复杂、最难以理解的。  
可能你会问：既然如此，为何还要思考这些问题？  
因为这一切都与我们的幸福密切相关，人生的意义就在于不断地认识未知的自己。

荣格是20世纪心理学领域最受关注的心理学家，他的学说在科学的基础上融合了神秘主义，从研究人类的潜意识入手，解读了梦境、人格类型、潜意识、情结、原型.....探索人类的心灵和个人成长之路，从而帮助我们认识心灵的真实面目、了解心灵与环境之间的丰富联系，追求真正的幸福。每个人都可以在荣格心理学中找到心中困惑已久问题的答案。

## <<认识未知的自己>>

### 作者简介

长尾刚

1962年生于东京，东洋大学研究所修业，非小说类散文文学作家、历史作家，善于以生动的手法将历史和文学内容呈现给读者。

主要著作有《浅显易懂的“奥之细道”》《简明日本文学》《有智慧的武士们》《强化心灵的武士道入门》等，一直独立研究荣格心理学，本书是其第一部研究成果。

## <<认识未知的自己>>

### 书籍目录

#### 前言

#### Part 1 荣格心理学的基础知识

心灵中的“另一个自己”

心理疾病的产生

荣格心理学是治疗心理疾病的医学

治疗心理疾病的方法

探寻潜意识世界

词语联想法的运用

如何发现潜意识世界

第一人格与第二人格

潜意识世界的意象与象征

荣格的心理学理论临床验证

#### Part 2 心理类型与性质

荣格心理学中的心理要素

潜意识有助于人格的形成

集体潜意识

潜意识有预知能力

关于梦的认识

荣格的释梦理论

外倾型和内倾型

外倾型与内倾型的结合

思维、情感、感觉、直觉

理性机能和非理性机能

8种人格类型的特点（一）

8种人格类型的特点（二）

情结

亲子间的情结

#### Part 3 原型与阴影

原型

原型的表现形式

阿尼玛和阿尼姆斯

阿尼玛、阿尼姆斯的失控

阿尼玛的4个发展阶段

阿尼姆斯的4个发展阶段

人格面具

人格面具的危险性

阴影

投影

自性是完整心灵的核心

了解自己的情结

个体化是自我与自性的统一

#### Part 4 荣格与神秘世界

荣格与神秘现象

荣格无法完全相信基督教

开始接受神秘现象

<<认识未知的自己>>

神秘现象

幽灵

荣格与《易经》

共时性——有意义的偶然

炼金术——古代的心理學

UFO源自于现代人的不安

## <<认识未知的自己>>

### 编辑推荐

关注自我的成长，认识未知的自己      探索人类心灵的秘密，解读你的心灵成长密码      解读20世纪最伟大的心理学家之一——荣格的学说

<<认识未知的自己>>

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>