

योग और मानसिक स्वास्थ्य



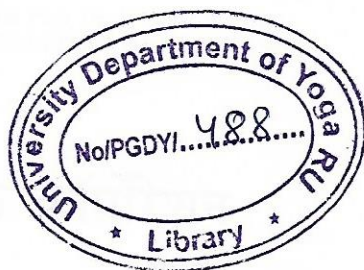
लेखक

सुरेश वर्णवाल

भूमिका

डॉ. प्रणव पण्डया

योग और मानसिक स्वास्थ्य



विषय सूची

विषय	पृष्ठ
स्वकथन - भूमिका	i- ii iii-vii
अध्याय - १. मन एवं मानसिक स्वास्थ्य मन की दार्शनिक अवधारणा, मन के सम्बन्ध में वैज्ञानिक विचार, मानसिक स्वास्थ्य की मनोवैज्ञानिक दृष्टि, यौगिक दृष्टि में मानसिक स्वास्थ्य,	१-४३
अध्याय - २. व्यक्तित्व : सिद्धान्त एवं समस्याएँ व्यक्तित्व के भारतीय सिद्धान्त, पश्चिमी मनोविज्ञान का विविध सम्प्रदायों में व्यक्तित्व, फ्रायड के सिद्धान्त का वैशिष्ट्य, व्यक्तित्व की विविध समस्याएँ: भारतीय एवं पश्चिमी दृष्टि,	४४-८६
अध्याय - ३. व्यक्तित्व का समग्र विकास एवं योग व्यक्तित्व की समग्रता की संकल्पना, पश्चिमी मनोवैज्ञानिकों - विशेष रूप से फ्रायड के मत की समीक्षा, व्यक्तित्व विकास के सम्बन्ध में यौगिक प्रक्रियाओं की वैज्ञानिकता, विकसित व्यक्तित्व के स्वरूप एवं उपलब्धियाँ,	८७-१३८
अध्याय - ४. कतिपय मनोरोग एवं उनके समाधान हेतु यौगिक प्रक्रियाएँ मनोरोगों के मूल कारण, विविध मनोरोगों के स्वरूप एवं लक्षण, नैदानिक विधियाँ, मनोविज्ञान एवं मनश्चिकित्सा की एकांगी दृष्टि, यौगिक प्रक्रियाओं के सार्थक समाधान,	१३९-१९९
अध्याय - ५. उपसंहार अध्ययन का निष्कर्ष, व्यक्तिक एवं सामाजिक समस्याओं के समाधान में योग की उपयोगिता,	२००-२१९
सहायक ग्रंथ सूची	२२०-२३१



New Bharatiya Book Corporation

5824/7, New Chandrawal, Near Shiv Mandir, Jawahar Nagar,
Delhi-110007. (INDIA)

Phone : 91-11-23851294, 65195809

E-mail : newbbc@indiatimes.com