

# 《心情疗愈书》

## 图书基本信息

书名：《心情疗愈书》

13位ISBN编号：978754741057X

出版时间：2014-4

作者：游乾桂

页数：300

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《心情疗愈书》

## 内容概要

整个世界就如同一件大商店，我们全是购物者，在诱惑与愉悦下，时常贪婪地寻求尽可能多的消费品和体验。

我们以为先进的技术可以买来更多的时间，将有更多的机会，不再感到如此匆忙。但是有了计算机之后，我们却得花更多的时间阅读无用的垃圾信息。我们每天都将面对众多奇形怪状的压力，即便是有解压能力、懂得生活的人，也都被惹得毛燥起来。

快速变化的年代，得了一种叫做时间的病，我们早已习惯速度带来的乐趣，也习惯了速度的枷锁，却不知道速度带来的真实情形叫做——永不快乐。我知道缓慢才是救赎的药.....

# 《心情疗愈书》

## 作者简介

中国台湾第一心灵导师。主修临床心理的他，曾任818医院、妇幼卫生中心、建国联合诊所心理师，《父母亲月刊》总编辑、宜兰生命线主任等职，临床的经验让他的观点独树一帜，很有个人风格。

# 《心情疗愈书》

## 精彩短评

- 1、最近反复读这类书，真的是有点淡泊名利了。不过心态变得好好，与世无争
- 2、心情不好看看还是挺好的
- 3、别人眼中的生活节奏

# 《心情疗愈书》

## 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:[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)