

《廣闊心空》

图书基本信息

书名：《廣闊心空》

13位ISBN编号：9789629732370

10位ISBN编号：9629732378

作者：葉恩明

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

《廣闊心空》

內容概要

假設人的心臟有各種功能，便有機會患上各種心臟病；假設人的精神有各種功能，便一樣有機會患上各種精神病。患上精神病與否，你我機會均等。請停止不必要的歧視、懷疑和卻步。

每人心靈上都有一塊透鏡。壓力大，全因換上放大鏡甚或顯微鏡，才把事情擴大到令你難以招架的地步。是時候調校鏡片了。

每人心靈上都有一盞探射燈。不快樂，因燈反覆聚焦在以往不快的回憶上。是時候關燈了。

每人心靈上都有一個指南針。忙得暈頭轉向，不知目標所在，失去方向。是時候停下來檢視指南針了。

但願我們能擁有一片廣闊的心空，讓真我任意馳騁於沒有邊界、框框的蒼穹下。這才對得起自己。

本書先由生活中啟示心理現象，從深理淺說引進精神科的心路，道出一些精神問題，再以鮮為人知的真實個案挑動看官的心窗。現代都市人的精神面貌，從中可瞥見一二。

精彩短评

1、好书，并唔系医学上硬邦邦的学说，以生活琐事，让大家了解这类疾病。

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