

<<疼惜自己，赢得好心情>>

图书基本信息

书名：<<疼惜自己，赢得好心情>>

13位ISBN编号：9789867753595

10位ISBN编号：9867753593

出版时间：20050401

出版时间：健行

作者：楊小雲

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>

## <<疼惜自己，赢得好心情>>

### 内容概要

楊小雲提供獨家「心靈偏方」，用說故事筆調談自我心理調適，是解開現代人憂鬱症死結的好良方。現代人生活緊繃，社會瀰漫在一片政爭喧囂、災難頻傳中，整個大環境像生病一樣，「心靈養護」成了應急良方。

將自己的心澄靜下來，遠離是非功利，堅守自己崗位，會發現隨處都有默默奉獻的好人好事；拾回傳統美德，能體味簡單過生活也是一種享受。

回歸最單純的想法與生活，心情就不再掉入悲傷的泥淖，只要不放棄，即使在最壞的境遇中，總能找出一線生機，得到圓滿的結果！

<<疼惜自己，赢得好心情>>

作者简介

楊小雲

筆耕不輟，時時要求自己進步，是一位多元化的創作高手，專精小說、散文及兒童文學，曾先後在中華日報、聯合報、青年日報、國語日報、人間福報等撰寫專欄，為國內少數具有多種筆力且表現傑出的女作家之一，並屢次榮登金石堂十大暢銷女作家之列，作品本本叫好又叫座。

<<疼惜自己，赢得好心情>>

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>