## 每天, 你都可以刷新自己



作者:寒声著

出版社:北京:北京邮电大学出版社

出版日期: 2006.09

总页数: 161

介绍:本书主要阐述"放下心理包袱,每天给自己一个新的开始"的观点。作者对舍与得的辩证关系进入了深入浅出的说明,开导人们舍弃过去,追求美好的未来。其内容涵盖生活和工作的方方面面,力图为读者提供心理减压的良方和追求积极向上的动力。

说明: 登录教客网(https://www.jiaokey.com/book/detail/11672765.html) 查找全本阅读方式

每天, 你都可以刷新自己 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detail/11672765.html

教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/11672765.html

书名:每天,你都可以刷新自己