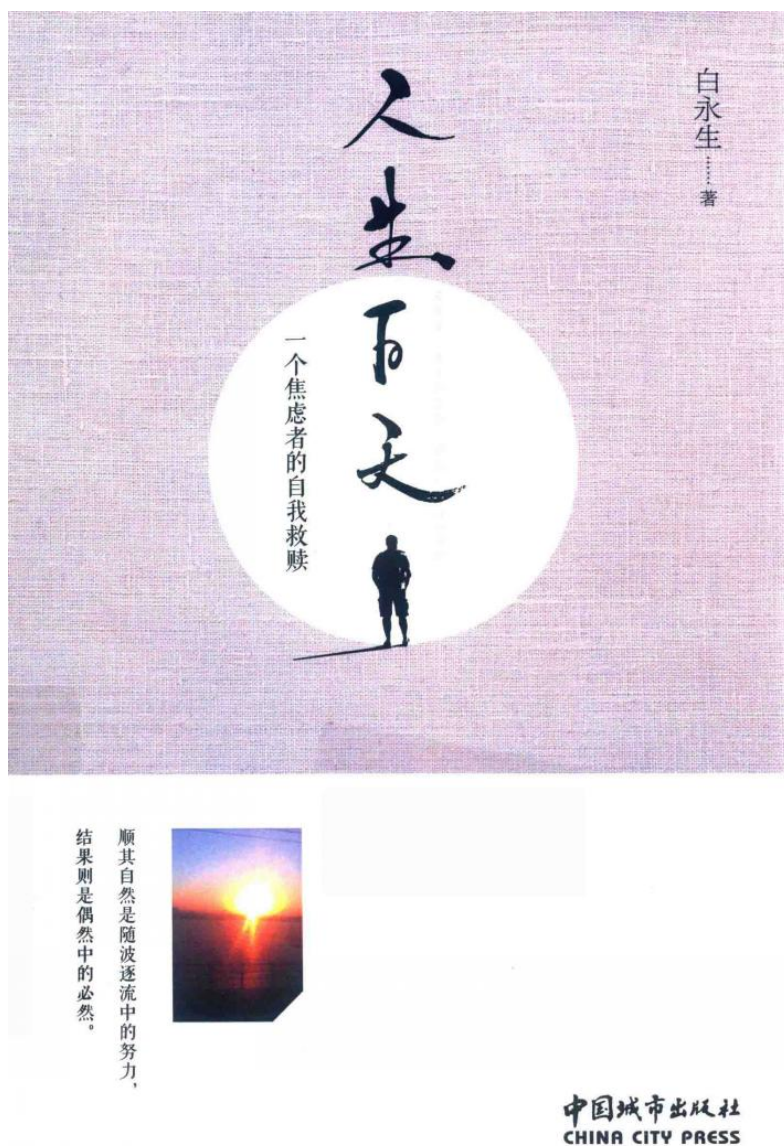


人生百天 一个焦虑者的自我救赎



作者：白永生著

出版社：北京：中国城市出版社

出版日期：2018.01

总页数：224

介绍：本书是作者在患焦虑症后对生活、对自我认识的思考与总结，章节上按病情深入进行了划分：初到北京直到生病—情绪控制的方法—深入生活，学会释然—总结，记述回忆。作者希望通过自己与病痛挣扎的感悟，对每一个漂泊在都市的人有所帮助。

说明：登录教客网 (<https://www.jiaokey.com/book/detail/14447071.html>) 查找全本阅读方式

人生百天 一个焦虑者的自我救赎 评论地址: <https://www.jiaokey.com/book/detail/14447071.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/14447071.html>

书名：人生百天 一个焦虑者的自我救赎