

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