

最后一招-静思



作者：陈庐一，余坚编著

出版社：上海：上海文化出版社

出版日期：2006.10

总页数：87

介绍：现代人不只在身体方面遭遇到许多问题，在心理方面也有许多毛病，包括脑力疲劳、神经衰弱、失眠和精神郁闷等等。现代人可能专注于以营养与生理方面的改善来解决，却不知道更根本的心灵强健之道——静思，正可以补充这方面的不足。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/11700646.html>）查找全本阅读方式

最后一招-静思 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/11700646.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/11700646.html>

书名：最后一招-静思