

生命的功课



作者：余高大著

出版社：北京：华夏出版社

出版日期：2011.01

总页数：230

介绍：这是一本情绪疗愈手册，作者结合了实用心理学、灵性心理学、禅修等知识作为理论基础，结合作者自身多年的心理工作相关经验，发展出一套探索、释放、转化与整合情绪能量的办法，使情绪成为人们转化和提升生命能量的关键通道，从痛苦和迷茫中获得解脱。阅读此书的过程也是一个自我心理的疗愈过程。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/12763473.html>）查找全本阅读方式

生命的功课 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/12763473.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/12763473.html>

书名：生命的功课