

让心灵自由呼吸



作者：崔玉梅编著

出版社：北京：北京工业大学出版社

出版日期：2013.07

总页数：265

介绍：本书共分五章，从认识生活、简约、健康之忧、养生、环保五个方面讲述了先托爱人如何从往常繁忙而复杂的日常生活中超越出来，调整自己，调整自己的生活态度，调整自己的生活状态，调整生活的节奏还有方向，这一切努力的目标，就是让自己再次或者重新成为自己的人生的主人。内容包括认识生活——人与物的对话；简约——让心灵自由呼吸等。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/13530639.html>）查找全本阅读方式

让心灵自由呼吸 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/13530639.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/13530639.html>

书名：让心灵自由呼吸