

# 首先学会爱自己



[首先学会爱自己\\_下载链接1\\_](#)

著者:李·施内布利

出版者:中信出版社

出版时间:2002-12-1

装帧:平装(无盘)

isbn:9787800735530

作者介绍:

目录:

[首先学会爱自己 下载链接1](#)

## 标签

心灵成长

心灵书

心理学

心理健康

方式结果

成长书

首先学会爱自己

欲求秋千

## 评论

第一本欧美心灵成长书

-----  
比较浅的心理自助书籍，写得还是挺不错的。别人读书时候买的，我做主给卖了。

-----  
内容很新，生活中真实的事例也比较有说服力，我喜欢这样的真实却真正影响人们行为方式的著作，读完之后，会更加平和的面对人生，那叫一个坦然...

-----  
我想用我的一生去爱一个人，但首先，我要学会爱自己。。

-----  
[首先学会爱自己\\_下载链接1](#)

## 书评

对于我，这是本有用的书。事无必然，让自己快乐，让自己轻松上路，了解自己，不要为遗憾牵拌，在自己的篮子里装满情感苹果，这样就总是能快乐地给予。

-----  
很温暖的封面。。当有段时间状态不是很佳时，我就会把这本书拿出来读一读。似乎当时在国图借到这本书后想买来收藏，可惜没有找到。于是复印了一本。非常喜欢这本书，当你学会给自己更多的爱的时候，你就不会向外界索取，就不会陷入求而不得的痛苦中。。你会更积极的生活...

-----  
[首先学会爱自己\\_下载链接1](#)