

和內在的自己玩遊戲



[和內在的自己玩遊戲 下载链接1](#)

著者:潔娜．黛安/ 黃春華譯

出版者:光點

出版时间:20040401

装帧:

isbn:9789572920237

你經常神色匆忙地過生活，而忽略了認識自己的重要的線索嗎？你可知道，無論是你的肢體、語言、聲調、衣著顏色，甚至你所選擇的朋友等，都是你內在自我的反應。漠視它，你就喪失了探索深層內心的機會。

生活經驗中，處處有解開生命迷團的線索，讓你得以尋求生命的實相，在作者有趣的引導下，會讓你放慢步調，真正活在生活中的每一刻，時時刻刻保持心靈的清醒與遊戲的心情，如此一來，你不僅能覺察生活中有許多的抉擇，還可以打破舊有的慣性反應，做個勇於改變、真正樂在生活的人。

作者介绍:

目录:

[和內在的自己玩遊戲 下载链接1](#)

标签

评论

[和內在的自己玩遊戲 下载链接1](#)

书评

[和內在的自己玩遊戲 下载链接1](#)