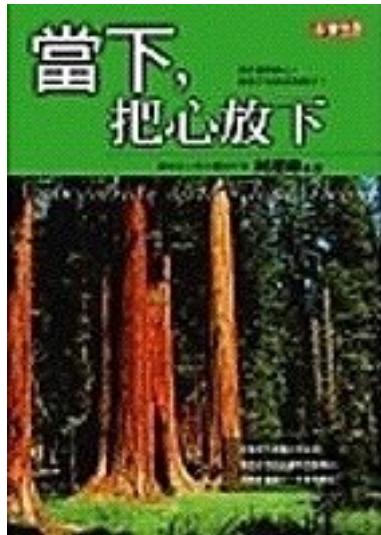


《当下，把心放下》



[《当下，把心放下》_下载链接1](#)

著者:何權峰

出版者:

出版时间:

装帧:

isbn:9789867799753

作者介绍:

何權峰

醫師兼作家，同時也在大學授課，專長是腦神經科學。二〇〇二年，曾以「末梢神經阻斷與肌電生理」獲選(AANS) 優等論文獎，並獲邀哈佛大學專案研究計畫。發表的學術論文計六十餘篇。

「寫作」是何醫師人生的另一大事。執筆已有十餘年，早期為《聯合報》《常春月刊》《拾穗雜誌》等撰寫醫學專欄，之後作品則陸續發表於《中國時報》《自由時報》，集成冊的醫學著作有十六本。

隨後，因接觸「心理神經免疫學」(Psychoneuroimmunology)，觸發了對「心靈層

面」的探究，並發現心理對身體和生命的影響，於是改變寫作方向，開始寫一些心靈成長和勵志類的作品。他認為：「用書本助人快樂而不生病，要比用開刀吃藥讓人遠離病痛的幫助更大。」所以，儘管時間被分割得四分五裂，仍筆耕不遂。

目前他所出版的心靈勵志書，已累積近三十本。讀者眾多，遍及台港澳、新加坡、馬來西亞、中國大陸等地區。筆觸細膩，平易中顯哲理，妙趣中見智慧。對問題有很深的洞悉，不單只是「診斷問題」，同時還提供視野將心靈提升更高的層次，「如此，讀者所獲得的，就不單只是書本上的知識，而是全新的人生。」何醫師如是說。

歷年作品

《展現最好的你》

《回歸自然心靈》

《心念的種籽》

《生活就像馬拉松》

《哈哈笑過苦日子》

《就靠這一次，人生急轉彎》

《每十秒鐘一個幸福—從談笑中領悟大師的智慧》

《有這麼嚴重嗎？》

《人生幸福，每一項都在拼圖》

《別扣錯第一顆扣子》

《為什麼事情總是一團糟》

《忘了總比記得好》

《幸與不幸都是福》

《別讓每陣風吹著走》

《愛，錯在哪裡？》

《所以，你也要發正念》

《當下，把心放下》

《心田甘露》

《都是你的錯》

《大而化之》

《幸福早知道就好》

《貼心》

《微笑，生命的活泉》

《心寬，寬心》

《豁然開朗》

《四捨五入》

《懶，不費力的智慧》

《命運發牌，機會出牌》

《一笑天下無難事》

《開心，放開心》

《愛，不是你以為的那樣》

《你的幸福，我的祝福》

《微笑，當生命陷落時》

目录:

[《当下，把心放下》 下载链接1](#)

标签

台湾，何权峰，心灵鸡汤

4

评论

[《当下，把心放下》 下载链接1](#)

书评

[《当下，把心放下》 下载链接1](#)