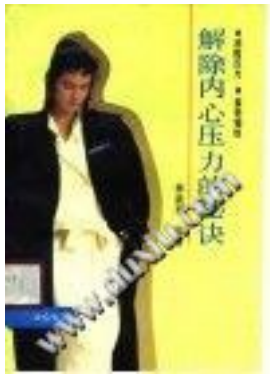


解除内心压力的秘诀



[解除内心压力的秘诀_下载链接1](#)

著者:林美羽

出版者:鹭江出版社

出版时间:1990-5

装帧:

isbn:9787805332079

本书针对日常生活中给人们造成的种种压力,分析其前因后果,介绍六种良好的“自律训练法”。

作者介绍:

目录:

[解除内心压力的秘诀_下载链接1](#)

标签

鹭江

评论

[解除内心压力的秘诀_下载链接1](#)

书评

[解除内心压力的秘诀_下载链接1](#)