

# 心灵的复苏



[心灵的复苏 下载链接1](#)

著者:木碗

出版者:

出版时间:2010-3

装帧:

isbn:9787802454088

《心灵的复苏:一个女心理师心灵自我重建的历程》以流畅的语言和生动的文笔再现了

一个普通女孩与她生存环境中的“恶劣因素”搏斗与周旋的惊人故事。误解与冷嘲对于她来讲似乎是形影不离的“另一半”。难道60分会比100分还好，难道白玉微瑕还胜过完美无缺？出色的工作、最终的辞职，家庭纠纷、父母矛盾，答应求婚、答应戒酒，订婚、离婚，这些看似平常却又是烦扰每一个普通人的一点点、一滴滴，无不在这个历经了抑郁、强迫、恐惧、饮食障碍、睡眠障碍的普通女性的人生中留下“特殊刻画”的笔迹。而这笔迹的“特殊”正是《心灵的复苏：一个女心理师心灵自我重建的历程》的要旨和意义所在。

作者介绍：

目录：

[心灵的复苏](#) [下载链接1](#)

## 标签

抑郁症

心理

励志

心理学

## 评论

这姑娘挺不容易的。前几页很逗，蛮搞笑~~~

---

木碗姐姐的传记~~~支持~~~

---

怎么说呢。这是一本别人描述别人经历的书。还是那句话，谁都帮不了你，只有自己才能救自己。

木碗的语言很平实，心理活动和生活事件都被细腻地记了下来。但却没能切实感觉到抑郁的痛苦，好像着墨也不是很多。另外，木碗对爸爸的仇恨描写的特别突兀，读完整本书我也不明白她对爸爸的恨来自哪里，也不明白她对妈妈的态度去何从敌对变为“近乎讨好”，可怜的爸爸是牺牲品吧。还有，不明白她对最后结婚对象的爱是怎么发生的，突然就有了。对不起，我没有资格评论她的故事。敢写下来并展现在大家面前确实够勇敢的。

高中时读的第一本关于抑郁症的书，当时只是好奇。内容已经不记得了，但印象很好。

[心灵的复苏](#) [下载链接1](#)

## 书评

[心灵的复苏](#) [下载链接1](#)