

自己抚慰自己



[自己抚慰自己_下载链接1](#)

著者:张铁成

出版者:新世界出版社

出版时间:2010-3

装帧:青华视觉

isbn:9787510408052

《自己抚慰自己》是一本让你淡定从容的励志书，一本让你解读自己心灵的心理书，阅读《自己抚慰自己》，将教会你如何对自己的心灵进行自我抚慰，对你困惑的心理进行调试并找到解决之道。有人在墙上贴满励志标语，每天在固定的时间默念；有人找个僻静的地方，痛快地流泪；有人拼命看成功人物的传记，有人借运动来强化意志，忘却沮丧……能自己抚慰自己的人就算不是一个成功的人，但绝对不会是一个失败者！让我们开始自我的修炼，开始自己为自己煲上美味的心灵鸡汤吧。

作者介绍:

王跃文，湖南省溆浦县人，小说家，中国作家协会会员。现服务于湖南省作家协会。出版有长篇小说《国画》、《梅次故事》、《亡魂鸟》、《西州月》、《大清相国》、《苍黄》等，以及小说集、散文杂文集多种。他的文字始终渗透着深沉的忧患意识和凌厉的批判锋芒，颇受读者喜爱。

目录:

[自己抚慰自己_下载链接1](#)

标签

评论

[自己抚慰自己_下载链接1](#)

书评

[自己抚慰自己_下载链接1](#)