

# 《等待奇蹟 A DAY CALLED H》

## 图书基本信息

书名：《等待奇蹟 A DAY CALLED HOPE》

13位ISBN编号：9789868074026

10位ISBN编号：9868074029

出版时间：2005年01月05日

出版社：代表作國際文化

作者：加雷斯．奧卡拉罕/著,GARETH O'CALLAGHAN

页数：237頁

译者：袁開春

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《等待奇蹟 A DAY CALLED H》

## 內容概要

醫生可以透過藥劑來改變一個人的外在感受，但他們永遠不可能改變一個人。

透過藥劑可以為你帶來安慰，但他並不會為你帶來由衷的快樂。

加雷斯·奧卡拉罕，這位愛爾蘭最受歡迎的台節目主持人，坦率而勇敢的自我表白，貼切生動的敘述自身的經歷，在本書中他深入探討了「憂鬱症」產生的根源及如何打開意欲的枷鎖。

「憂鬱症」已是現代不容忽視的病症，如何走出黑暗進而擁抱陽光除了是需要藥物的控制外，如何對自己做最有效的心理治療也是很重要的，希望藉由閱讀這一本書讓您盡快擺脫陰鬱，讓您更能透徹的面對自己。

# 《等待奇蹟 A DAY CALLED H》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)