

# 《心灵体操》

## 图书基本信息

书名：《心灵体操》

13位ISBN编号：9787538719550

10位ISBN编号：7538719555

出版时间：2005-01-01

出版社：时代文艺出版社

作者：刘心武

页数：352

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)

# 《心灵体操》

## 内容概要

人的身体需要经常做体操，才能保持生理健康；人的心灵也需要经常做体操，才能首先保持心理健康，并在健康心理的基础上获得健康的情感与理智。身体的操练多需要表现为运动状态；而心灵的操练往往会表现为一个人静默地独处。

# 《心灵体操》

## 书籍目录

一起来做心灵体操[自序]

第一辑 实用心灵体操

第二辑 青春心灵体操

第三辑 人际心灵体操

第四辑 社会心灵体操

第五辑 高段位心灵体操

附录1 刘心武创作简历

附录2 刘心武：文坛老字号 快乐边缘人

# 《心灵体操》

## 精彩短评

- 1、难道我已经过了看这种给个故事之后再讲一堆道理的年龄了吗？心灵鸡汤类的文字有点不适合了，但是还是可以看看
- 2、不喜欢

# 《心灵体操》

## 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)