

《發呆也能讓你美夢成真》

图书基本信息

书名：《發呆也能讓你美夢成真》

13位ISBN编号：9789867024763

10位ISBN编号：9867024761

出版时间：2008年03月25日

出版社：八方

作者：矢野惣一,繪者：翼

译者：郭玉梅

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

《發呆也能讓你美夢成真》

內容概要

本書是由心理治療專家向讀者公開說明各種「自我療癒」與「自我實現」的具體方法。

本書絕不說「相信你自己！愛你自己！」因為這是精神理論的陳腔濫調。

本書絕不說「凡事必與別人分享！」因為這很難做到。

本書絕不說「脫鞋後把鞋子擺放整齊，就可帶來好運！」因為這絲毫沒有科學根據。

本書絕不說「不要輕言放棄！一定要堅持！堅持！再堅持！」因為如果你凡事都堅忍不拔的話，不用這本書也會成功。但是，光靠堅持是無法獲得幸福的。

本書絕不說「只要每天告訴自己『我一定能順利結婚』，就一定能達成願望。」這種做法好像在欺騙自己。

看完本書之後，將會感覺到自己好像變幸福了，但是過了一段時日之後，你可能還是原來的你。

這不是一本強調精神理論的書籍。

也不是一本用來自我安慰的書籍。

我自己和我的客戶都確實驗證了其中的效果。

而且這也確實擁有科學根據。所以，願不願意嘗試本書所介紹的方法，完全是你的自由。如果你不想嘗試，你就只能在原地踏步！如果你願意嘗試，你將會更幸福！

《發呆也能讓你美夢成真》

作者簡介

矢野惣一

解決問題心理治療師

他將「心理療法」和「成功定律」加以整合，利用潛在意識活性化法（SAM）來達成自我實現。

平常寫寫文章，和妻子過著悠閒的鄉下生活。

週末假期在東京等地開設關於「自我療癒」與「自我實現」的諮商課程。

《發呆也能讓你美夢成真》

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