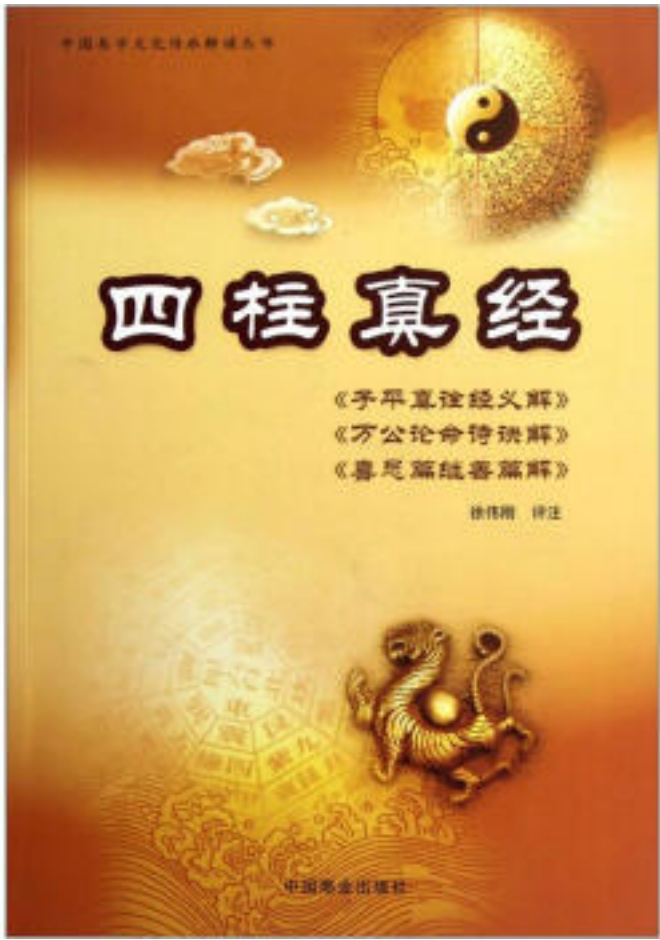


四柱真经



[四柱真经_下载链接1](#)

著者:徐伟刚 注

[四柱真经_下载链接1](#)

标签

评论

在学习中。

不是挺好么不是挺好么

找了好久这本书，很满意。

好奥好奥好奥好奥好奥好奥好奥好奥好奥

本书有一些错字、别字、漏字，给阅读带来一定困难，但瑕不掩玉，此书还是一本好书。值得一看，买后觉得不亏。

正版，内容挺丰富，又很基础。挺贵！

还行，挺实用的内容，值得购买

不知道这本书里徐伟刚吹牛吹的厉害吗？

写自我的感受挺多,与经有些偏离.

书皮有破损，很无奈。

本来是买给女儿看的自己先看了一遍经典就是经典语言朴实却那么有感染力励志四柱真经，书一到手上就迫不及待地读了书中的内容精彩绝伦文如其人一贯的个人风格凸显的作品喜好明晰，阅读了一下写得很好子平命学作为中国传统易学文化中的最重要学术流派，自五代徐子平发明以来，一直受到学者们的高度关注和潜心研究。惜乎明清以来，近五百年间，泥沙俱下，以讹传讹，传统子平学理论主体（格局论）日渐模糊不清，子平正脉几乎中断。四柱真经一书直承子平学历代经典正脉，重新全面系统阐释格局论，

让格局论这一子平命学经典宏论再现当世，大放异彩。本书中的子平真詮经义解、万公论命诗诀解、喜忌篇继善篇解可视为子平命学经典渊海子平、三命通会的入门阶梯，研习者只要精研此书，自可登堂入室，掌握子平学命格局论之精蕴，为人鉴断，精准之处，令人叹服。格局论作为当代中国四柱学界最主流的易学理论，已在中国流行成风，徐伟刚评注的四柱真经作为近30多年来中国大陆第一本以经典格局论作为理论研究之专业著作，相信一定会推动子平学之大发展。这本书，可以让人冷静下来思考生活的一切。叙事流畅观点不流于世俗却又非常接地气时不时地让你莞尔一笑那是发自内心的认同。表达新观点书装裱也很好个人觉得真是太好看了资料很详细写法很幽默四柱真经，这个得慢慢品味才知道其中的情感有多细腻货到的很及时，世界这么大这么美如果在我最美的年华仅仅只能像井底之蛙一样自以为是的享受着安逸的市井平淡生活那等我老了照片中再也呈现不出青春的无忧笑容了再也没精力越走越远了没有孤独时还能想起来就笑出来的回忆时我会不会唏嘘一辈子的时光已过遗憾却再也无法修补好在每个细胞都顽强得可以悉数接受命运笑容里亦有暖意也许有日我依旧会拔脚而走就像龙卷风一般绝尘但那应该是多年后了吧很感动很多文章看得我心情激荡子平命学作为中国传统易学文化中的最重要学术流派，自五代徐子平发明以来，一直受到学者们的高度关注和潜心研究。惜乎明清以来，近五百年间，泥沙俱下，以讹传讹，传统子平学理论主体（格局论）日渐模糊不清，子平正脉几乎中断。四柱真经一书直承子平学历代经典正脉，重新全面系统阐释格局论，让格局论这一子平命学经典宏论再现当世，大放异彩。本书中的子平真詮经义解、万公论命诗诀解、喜忌篇继善篇解可视为子平命学经典渊海子平、三命通会的入门阶梯，研习者只要精研此书，自可登堂入室，掌握子平学命格局论之精蕴，为人鉴断，精准之处，令人叹服。格局论作为当代中国四柱学界最主流的易学理论，已在中国流行成风，徐伟刚评注的四柱真经作为近30多年来中国大陆第一本以经典格局论作为理论研究之专业著作，相信一定会推动子平学之大发展。

简介

子平命学作为中国传统易学文化中的最重要学术流派，自五代徐子平发明以来，一直受到学者们的高度关注和潜心研究。惜乎明清以来，近五百年间，泥沙俱下，以讹传讹，传统子平学理论主体（格局论）日渐模糊不清，子平正脉几乎中断。《四柱真经》一书直承子平学历代经典正脉，重新全面系统阐释格局论，让格局论这一子平命学经典宏论再现当世，大放异彩。本书中的《子平真詮经义解》、《万公论命诗诀解》、《喜忌篇继善篇解》可视为子平命学经典《渊海子平》、《三命通会》的入门阶梯，研习者只要精研此书，自可登堂入室，掌握子平学命格局论之精蕴，为人鉴断，精准之处，令人叹服。

格局论作为当代中国四柱学界最主流的易学理论，已在中国流行成风，徐伟刚评注的《四柱真经》作为近30多年来中国大陆第一本以经典格局论作为理论研究之专业著作，相信一定会推动子平学之大发展。

2001年应邀参加第十二届安阳周易与现代化国际讨论会，并作大六壬专题学术报告会，引起巨大反响。

2002～2003年，在国内易刊《易友园地》、《易海方舟》、《稚慧园》上发表多篇重要易学论文，引起易学界广泛关注。

2004年出版了现代易学实用专著《袖里乾坤——大六壬新探》、《子平术精析》，获得广泛好评。2005年在香港注册成立了（香港）国际易经社会科学研究院。

2007年出版《智者乐水——大六壬现代预测精典》、《六壬大全》（点校本）二本易学专著。同年，获得建设部中国建筑文化中心颁发的“中国易坛新秀”荣誉称号。

2008年成立北京催官周易文化公司。同年，在《数术》、《易海方舟》等易学刊物上发表多篇易学、术数论文。

2009年八月份应邀参加建设部中国建筑文化中心举办的“第六届（2009）易学与建筑文化高层论坛”会议，并作了中国传统催官风水学说专题讲座。

主要著作：《袖里乾坤——大六壬新探》、《智者乐水——大六壬现代预测精典》、《子平术精析》、《六壬大全》（点校本）、《六壬开悟录》、《子平实战指引》、《子平正解》等。

近五百年间，泥沙俱下，以讹传讹，传统子平学理论主体（格局论）日渐模糊不清，子平正脉几乎中断。《四柱真经》一书直承子平学历代经典正脉，重新全面系统阐释格局论，让格局论这一子平命学经典宏论再现当世，大放异彩。本书中的《子平真詮经义解》、《万公论命诗诀解》、《喜忌篇继善篇解》可视为子平命学经典《渊海子平》、《三命通会》的入门阶梯，研习者只要精研此书，自可登堂入室，掌握子平学命格局论之精蕴，为人鉴断，精准之处，令人叹服。

格局论作为当代中国四柱学界最主流的易学理论，已在中国流行成风，徐伟刚评注的《四柱真经》作为近30多年来中国大陆第一本以经典格局论作为理论研究之专业著作，相信一定会推动子平学之大发展。听家父讲，先师还做过一件有趣的事：

一次，他对家父说：“我们这里有一个老是在干一些调戏妇女的歹事，现在他不再干了，你知道是怎么回事吗？”家父说：“大概他改正了吧。”

先师说：“才不是呢，他现在都‘没用’了，还能再干坏事吗？”

家父奇怪地问：“那是为什么？”

先师笑着说：“我帮他家迁过坟！而且这家人以后也不会再干坏事了。”

家父又好奇得问：“那又是为什么？”

先师说：“他家都没后人了的，还怎么干坏事呢！”

看来先师不仅会帮人、也会“整”人的呢。先师在当地人心目中最有

%D%A

哲学中最好的思考方式莫过于提出问题并用理性去寻求解答。人类是理性的动物（毕达哥拉斯），你很难想象，同样的一些分子构成的碳水化合物组成的大脑为什么偏偏让人类拥有了理性，猪就不知道最近正在流行一种以它的名字命名的瘟疫。如果没有理性，我们的地球仍然是宇宙的中心，世界可能还在九头大象的背上。回到最初的那个问题，如果我问人从哪里来，估计有一群人会翻开圣经的创世纪念出他们喜欢的句子，而另外一部分人的思维就会跳到十九世纪三十年代从英格兰出发的小猎犬号上了。西方的哲学，以研究人的理性存在的价值为终极目标。如果真有一个超越一切并代表所有终极价值的“神”存在，那么哲学便是用来和这位神沟通的巴比塔，而理性便是用来建这座塔的石料。这实际是一个在有限的未来里人类无法完成的浩大工程。更何况，我们并不知道，这位“神”会不会在我们建成之前摧毁它。如果你能抛开一切现世烦恼，你会发现，原来哲学的终极命题，虽然没有像精灵公主与独眼巨人带着纯粹的美好或者丑陋，也确实实实在如同这座巴比塔一样透露着让人不可探知的魔幻意境。 %D%A %D%A

两年多关于哲学书籍的阅读，常常让我觉得哲学，仿佛是一架人性的风车，在人性的作用下转动，并引发思考。我不知道是否因为古希腊神话中的智慧之神雅典娜是个女人，所以在哲学史里，男人们更“爱智”。哲学的世界是男人的世界，鲜有著名女性哲学家的存在。我想，之所以说以女性为观察视角的《苏菲的世界》是一本优秀哲学启蒙书籍的原因，除开作者乔斯坦对西方哲学的通俗故事化，恐怕也是因为行文中浓郁的人文及女权主义气息吧。 %D%A %D%A

《苏菲的世界》里的故事主体，不同于柏拉图理想国中那些望着岩壁上投影的洞穴人，而是一个三层嵌套世界里的苏菲与“上帝”的互动关系。作为“创作者”的上校创造了主人公苏菲的世界，而这本书的作者乔斯坦又创造了上校和他的女儿席德的世界。当苏菲得到真相的时候，她没有感觉一切变得虚无和意义丧失，而是希望摆脱这位造物主的干预——小说的最后触及了存在主义的精神核心。从上校的书中逃离，这是主人公苏菲最后的选择。对于这个结局，通常有两种理解，有人说这是在隐喻二十世纪人们对于现实生活的逃避，也有人说这是苏菲要努力逃脱束缚，并勇敢的完全“自我”。对于作者的立意，我倾向于后一种理解。

人，作为一种拥有开放意识的独立主体，我们应该对所有未知的世界充满无畏和反抗，不管我们从哪里来，不管我们本身多么弱小。 %D%A %D%A

“上帝”嗒嗒的敲击着键盘：“人，作为一种拥有开放意识的独立主体，我们应该对所有未知的世界充满无畏和反抗，不管我们从哪里来，不管我们本身多么弱小。”夜里，男孩从笔记本电脑里抬起头。 %D%A “上帝”这么写道，TA微微的笑了笑。 %D%A 海滨城市无边际的黑夜里，海鸟银色的羽翼划破天空，窗外微风习习，月朗星稀。

%D%A 男孩在想，在这个浩大的世界，他将与谁同行。 %D%A

喜欢~给朋友买的书的质量很好

过程很舒服~对文学，对作家情有独钟，范文之心得体会:个人读书心得体会。现与大家分享、交流一下我个人的读书经历。

在提倡素质教育的今天，学校、家长对教师要求高，对学生的期望高，而学生又自己却无所谓，在这样的情况下，我们应该怎么做教师？这是我们经常谈论的话题。所以，我来到了京东商城买书，学习。解惑。做一个好老师。感谢京东商城。书很好。

有时我们自己都觉得茫然，束手无策，不知道如何去教学生。在暑期潜心阅读《给教师的一百条新建议》使我受益非浅。总观全书，我将一些读书体会归纳为以下几点：一、做一个真实的人，敢于露拙也敢于表现自己。无论我们多么优秀，和几十个学生比起来，我们不如学生的地方实在太多了，学生在某个方面的知识可能远比我们丰富的多，这是个事实。由于传统的师道尊严，我们有时候不好意思在学生面前露拙。殊不知，这是一个误区。其实，学生也很清楚，老师不会的东西多了，对高中生而言，他们已经不再象小学生那样认为老师无所不知。所以老师如果在学生面前假装什么都懂，反而给学生以假的印象。反之，如果老师在适当的时候哼上一曲，可以调走得找不着了，在适当的时候露上一小手，哪怕有着明显的破绽，在孩子们哈哈一笑中，让孩子们看到了一个真实的你，一个有血有肉的你，一个和他们一样在许多方面有着这样那样不足的你，孩子们和你的心理距离一下子拉近了许多。另一方面，如果你在适当的时候慷慨激昂的来几句演讲，声情并茂地来一段朗诵，不经意间很专业地评一下当天的球赛，让学生眼前一亮：原来我们的老师还有这么一手！学生对你的好感马上激增。总之，让学生了解一个真实的你！

二、做一个有情趣的人不少人说自己不会玩了，如果放两天假，一般也就是睡个大觉。有些退了休的老同志，一天天地老的特别快，大多因为他们没有什么业余爱好。一旦不上班了，整天没事可干，反倒闷出病来了。因此，一个人在工作之余要有一两种业余爱好，这是积极休息，也是提高自己生活情趣的必要的手段，如果整天只知道工作，那他的人生将是多么单调和乏味啊。“用艺术来‘宣泄’其实是最佳的方法。比如看悲剧。悲剧就是把美好的东西撕毁给人看，看到剧中人物遇到巨大不幸，观众的感情得到了宣泄。”“其实更幸福的是创作艺术。在艺术创作过程中，自己的主观世界完全投入了进去，废寝忘食乐此不疲，会使人十分满足。他创作时简直就是神，他无比自由，他感觉到世俗世界对他的限制而使他不自由，他理想中的天国就在他的创作中。”“只有关心老师的心灵世界，才是真正地关心老师和生命质量。”

一个有情趣的老师，他的生命质量才是高的，也才可能得到学生的亲近。谁也不愿意与一个索然寡味的人去和谐地沟通。谁也不愿意与一个远离自己生活的人去沟通。三、做一个善于反省的人。文中有这样一段话，“中国文化中有一个词是‘反省’，荀子曰：君子日三省乎己。长期以来，我们的教学，包括我们的学生，包括我们教师自己，对自己的长处和短处其实自身都有较全面的认识，但是真正会去反思还比较少。我们作为一名教师需要不断地终身地学习，心得体会《读书心得体会文梁刺股地读死书和死读书。真正的学习借助于有效的表达和倾听，。他经常会自问和反思“为什么”，理性地分析并得出结论，然后他会和别人充分交流，并对不同于自己的观点抱宽容和尊重的态度。

徐伟刚的有关四柱命理方面的书，在中国浮夸鼓吹的易学界还是很具有一些可读性的。相比于盲派、新派、传统解说派来说，徐书的价值还是比较高的。包括他曾经出版过的《子平正解》、《子平实战指引》等也都是些可读之书。

在这里我并没有否定新派李涵辰的一些理论可供借鉴，也没有否定盲派段建业的一些创新对命理的启发，但这些显然不是全部。而在纵向比较中，徐的“格局论”所包含的命理学理论相对于其它三派（传统解说派、新派、盲派）来说，还是显得多一些。当然这些都不是关键，因为徐的格局理论也存在一些不可避免的缺陷，而最为重要的是，徐的钻

研精神及善于、敢于纠正一些偏差，并能公之于众的研易路子，值得太多的易学研究与实践者学习。相对于一些所谓的“大师”鼓吹自己的理论完美无缺，是世上唯一的前无古人后无来者的“易学圣人”，徐的伟大的之处也就不言自明了。

在《四柱真经》的第17页至18页，徐伟刚说了这样一些话……

他说：“格局论的研究者们可能会有偏执式的思想，格局论的论命组织核心确是在月令上。但是，我在先天雷法论坛中早就声明，格局论的根本最终核心还是要回归到日主中心论上来的。……所以讲，我在2003年讲，格局论中日主与月令是两个中心论，此种说法只是权宜法，而不是根本法，无论是格局论还是流行的旺衰论，所有论命的中心还是要回到日主身上的。……严格的讲，八字命理研究不存在月令中心论为主的格局论与日主中心论为主的旺衰论，如果这样理解之，则是大错特错……”

又说：“我在2003年就感觉到，这个格局论固然很是严密，但也不说明其是100%完美无比，格局论这个论命理论体系也是有漏洞的，有不足的，这些不足与漏洞就会限制格局论的正确程度与准验程度……”

还说：“在2002、2003年全面重新发现格局论之时，也早就研究格局论之不足与漏洞，这些反省与研究，就让我走向了格物论……”

第一方面，他说只有一个中心论，这是对的，相对于以前的两个中心论，这是一个巨大的认知进步。这与现今还在网络上，及其它书籍所说的两个中心论是有质的区别的。推命本就是为日主，也就是命主本人所推，总不能是推命连命主本人的事一点儿都不知道，而在准确性的应验上全都指向命主之外的人吧！？俗话说，杀猪各有杀法，有人从脖子入手，有人开屁股，但目的只有一个，那就是把猪杀死。推命本就是为日主命主所推，所以中心只有一个，那就是把某人的命算准，无论其切入点从哪儿开始，但所达之目的只有一个，所以这世上并不存在论命的两个中心论。每个人的命局都是一个相对完整的体系，而这个完整的体系本就是属于他（她）个人的，这个属于他（她）个人的体系只有“一个心”，而非两颗心……

第二方面，他说“格局论”并非完美无比，它是存在着漏洞与不足的，这种认知不仅体现了他客观认真的研易精神，更重要的体现了“学无止境，知无止境”的客观实际。格局论有自身的其它派别无法比拟的长处，但相对于人生的整体解释，它还是具有一定的不足，这是每个研究格局派的人无法回避的事实。而在中国研究格局的人并非其一人，在徐伟刚坦然承认“格局派”存在着不可回避的缺陷时，还有相当一部分人正在起劲地鼓吹“格局派”的完美无缺……

第三方面，徐说他在反省与研究中走向了“格物论”。这显然是一个新的开端，是为自己四柱理论注入新的血液，为“准确度”的提高也提供了更高的保障……

喜欢~给朋友买的书的质量很好

过程很舒服~对文学，对作家情有独钟，范文之心得体会:个人读书心得体会。现与大家分享、交流一下我个人的读书经历。

在提倡素质教育的今天，学校、家长对教师要求高，对学生的期望高，而学生又自己却无所谓，在这样的情况下，我们应该怎么做教师？这是我们经常谈论的话题。所以，我来到了京东商城买书，学习。解惑。做一个好老师。感谢京东商城。书很好。

有时我们自己都觉得茫然，束手无策，不知道如何去教学生。在暑期潜心阅读《给教师的一百条新建议》使我受益非浅。总观全书，我将一些读书体会归纳为以下几点：一、做一个真实的人，敢于露拙也敢于表现自己。无论我们多么优秀，和几十个学生比起来，我们不如学生的地方实在太多了，学生在某个方面的知识可能远比我们丰富的多，这是个事实。由于传统的师道尊严，我们有时候不好意思在学生面前露拙。殊不知，这是一个误区。其实，学生也很清楚，老师不会的东西多了，对高中生而言，他们已经不再象小学生那样认为老师无所不知。所以老师如果在学生面前假装什么都懂，反而给学生以假的印象。反之，如果老师在适当的时候哼上一曲，可以调走得找不着了，在适当的时候露上一小手，哪怕有着明显的破绽，在孩子们哈哈一笑中，让孩子们看到了一个真实的你，一个有血有肉的你，一个和他们一样在许多方面有着这样那样不足的你，孩子们和你的心理距离一下子拉近了许多。另一方面，如果你在适当的时候慷慨激昂的来几句演讲，声情并茂地来一段朗诵，不经意间很专业地评一下当天的球赛，让学生眼前一

亮：原来我们的老师还有这么一手！学生对你的好感马上激增。总之，让学生了解一个真实的你！

二、做一个有情趣的人不少人说自己不会玩了，如果放两天假，一般也就是睡个大觉。有些退了休的老同志，一天天地老的特别快，大多因为他们没有什么业余爱好。一旦不上班了，整天没事可干，反倒闷出病来了。因此，一个人在工作之余要有一两种业余爱好，这是积极休息，也是提高自己生活情趣的必要的手段，如果整天只知道工作，那他的人生将是多么单调和乏味啊。“用艺术来‘宣泄’其实是最佳的方法。比如看悲剧。悲剧就是把美好的东西撕毁给人看，看到剧中人物遇到巨大不幸，观众的感情得到了宣泄。”“其实更幸福的是创作艺术。在艺术创作过程中，自己的主观世界完全投入了进去，废寝忘食乐此不疲，会使人十分满足。他创作时简直就是神，他无比自由，他感觉到世俗世界对他的限制而使他不自由，他理想中的天国就在他的创作中。”“只有关心老师的心灵世界，才是真正地关心老师和生命质量。”

一个有情趣的老师，他的生命质量才是高的，也才可能得到学生的亲近。谁也不愿意与一个索然寡味的人去和谐地沟通。谁也不愿意与一个远离自己生活的人去沟通。三、做一个善于反省的人。文中有这样一段话，“中国文化中有一个词是‘反省’，荀子曰：君子日三省乎己。长期以来，我们的教学，包括我们的学生，包括我们教师自己，对自己的长处和短处其实自身都有较全面的认识，但是真正会去反思还比较少。我们作为一名教师需要不断地终身地学习，心得体会《读书心得体会文章》。我们在日常教育教学中，总是说自己加强要自己业务与政治的学习。而实际上往往成为一种泛泛而谈的“学习”。我们教师离不开终身的学习，一旦自己停止了学习，那么工作如同机械的运作，便毫无意义，没有活力。郑杰校长在书上论述：真正的学习并不是一个人关起来苦读，或如古人那样需要悬梁刺股地读死书和死读书。真正的学习借助于有效的表达“为什么”，理性地分析并得出结论，然后他会和别人充分交流，并对不同于自己的观点抱宽容和尊重的态度。

一如既往的好！

对于有钱人来说，他们不在乎东西值多少钱，和女朋友在一起他们注重的是心上人的开心，和领在一起，他们在乎的是给领买些高贵的东西，指望着自己有机会高升，和小三在一起，我就不多说了，对于我们农村的孩子来说，我们希望物美价廉，不是我们想买盗版货，不是我们爱到批发部去买，也不是我们爱和小贩斤斤计较，是我们微薄的收入难以支付。总的来说购物本身是一个开心的过程，从中我们利用自己的劳动购买自己需要的东西。京东商城的东西太便宜了，所以我来买了。宝贝非常不错，和图片上描述的完全吻合，丝毫不差，无论色泽还是哪些方面，都十分让我觉得应该称赞较好，完美！

书是正品，很不错！速度也快，绝对的好评，下次还来京东，因为看到一句话

女人可以不买漂亮衣服不买奢侈的化妆品但不能不看书，买了几本书都很好

值得看。好了，我现在来说说这本书的观感吧，坐得冷板凳，耐得清寂夜，是为学之根本；独处不寂寞，游走自在乐，是为人之良质。潜心学问，风姿初显。喜爱独处，以窥视内心，反观自我；砥砺思想，磨砺意志。学与诗，文与思；青春之神思飞扬与学问之静寂孤独本是一种应该的、美好的平衡。在中国传统文人那里，诗人性情，学者本分，一脉相承久矣。现在讲究“术业有专攻”，分界逐渐明确，诗与学渐离渐远。此脉悬若一线，惜乎。我青年游历治学，晚年回首成书，记忆清新如初，景物历历如昨。挥发诗人情怀，摹写学者本分，意足矣，足已矣。京东商城图书频道提供丰富的图书产品，种类包括小说、文学、传记、艺术、少儿、经济、管理、生活等图书的网上销售，为您提供最佳的购书体验。网购上京东，省钱又放心！在网上购物，动辄就要十多元的运费，往往是令许多网购消费者和商家踌躇于网购及销售的成本。就在买方卖方都在考虑成本的同时，京东做了一个表率性的举动。只要达到某个会员级别，不分品类实行全场免运费。这是一个太棒的举动了，支持京东。好了，现在给大家介绍两本好书：《婚姻是女人一辈子的事》简介：最实用剩女出嫁实战手册、婚女幸福宝典；婚姻不是最终归宿，幸福的婚姻才是真正的目的；内地首席励志作家陆琪

首部情感励志力作；研究男女情感问题数年，陆琪首本情感婚姻励志作品。作者作为怀揣女权主义的男人，毫无保留地剖析男人的弱点，告诉女人应该如何分辨男人的爱情，

如何掌控男人，如何获得婚姻的幸福。事实上，男人和女人是两种完全不同的动物，用女人的思考方式，永远也了解不透男人。所以陆琪以男性背叛者的角度，深刻地挖掘男人最深层的情感态度和婚姻方式，让女人能够有的放矢、知己知彼，不再成为情感掌控的弱者。二、《正能量（实践版）》——将“正能量”真正实践应用的第一本书！心理自助全球第一品牌书！销量突破600万册！“世界级的演讲家和激励大师”韦恩·戴尔，为我们带来了这本世界级的心理学巨作！他在韦恩州立大学获得过教育咨询博士学位，曾任纽约圣约翰大学教授，是自我实现领域的国际知名作家和演讲家。他出版过28本畅销书，制作了许多广播节目和电视录像，而且在数千个电视和广播节目中做过嘉宾访谈。本书跻身《纽约时报》畅销书榜数十周之久，在全球取得了极高的赞誉，曾激励数百万人走上追逐幸福之路。《正能量（实践版）》——内容最实用、案例最详实，10周改善你的人生！这本书是作者联合数十位科学家、心理学家，耗费十余年心力的研究结晶。通过一系列行之有效的方法，以帮助所有身处人生低谷、长期焦虑、沮丧、消沉、自我怀疑的人，过上幸福喜乐的生活。每一章都像一次心理咨询，详细论述了各种自我挫败行为，分析我们之所以不愉快、消极应对生活的原因，把人们日常生活中所暴露的性格缺陷（如自暴自弃、崇拜、依赖）和不良情绪（如悔恨、忧虑、抱怨、愤怒）逐条分析，揭开你最想知道的心理学真相，每章结尾都提供了简易的方法，使得你即刻改变恶行，拥抱新生。

这本书听说很不错，帮别人买的

自己买的可以自己买的可以

内容还凑合，书本质量不怎么样

[四柱真经_下载链接1](#)

书评

[四柱真经_下载链接1](#)