

喜樂是一帖良藥

作者：施以諾著

分享：何泳嫻姊妹

平時很少看書，因為這個計劃，再加上教會愛書人小組的每位成員都有參加，好得鼓勵最後我也參加了。

今次我選的書名是「喜樂是一帖良藥」。

作者是台灣人施以諾，他是暢銷書排行榜作家。本書提及 55 個翻轉人生的清新

新思維。此書幾段思維之後有一頁檢視自己心靈。每個主題之後有名人的喜樂秘訣，包括所羅門王。

這本書使我明白喜樂就像維他命，幫助我面對人生，也像補藥，使人的心靈更壯。

