

序號	題名	著者敘述	出版年
	序號 1-100 書展用書		
1	人生只有一次,去做自己喜歡的事	摩西奶奶著；姜雪晴譯	2017
2	人生好貴,請別浪費	特立獨行的貓著	2019
3	人生是美好的 = Life is beautiful	魏寶婷(Bubble Inc.)著	2020
4	人生需要多撐5分鐘的勇氣：笑看名人語錄x好帥的圖 人生會改觀	水野敬也, 田邊誠一著；郭欣惠譯	2017
5	人間小滿	姑蘇阿焦著	2022
6	小小巴黎書店	妮娜.喬治(Nina George)著；浚微譯	2017
7	小王子.廣東話版 = The little prince in cantonese	安東尼.廸.聖艾舒比尼原著；蔡偉泉譯	2017
8	不再裝沒事,我允許自己不開心：正視負面情緒,還原內在秩序的36	高莉娟著	2022
9	不便利的便利店	金浩然著；陳品芳譯	2022
10	不要小看我：33本給大人的療癒暖心英文繪本 = Never underestimate an idiot	李貞慧	2017
11	什麼是真正的堅強？	齋藤孝著；賴惠鈴譯	2024
12	今天不會都是壞事：已發生的讓你牽掛,未發生的讓你擔憂? SNOO	查爾斯.舒茲(Charles Monroe Schulz)著；枡野俊明	2023
13	心安即是歸處	季羨林著	2022
14	心流：高手都在研究的最優體驗心理學	米哈里.契克森米哈伊(Mihaly Csikszentmihalyi)著	2019
15	心圖：探索熟悉又全新的世界	Louise van Swaaij,Jean Klare原著；王碧珠翻譯	2000
16	未來力：打造不被AI取代的19種關鍵技能	友村晋著；陳心慧譯	2024
17	在黑暗的日子裡,陪伴是最溫暖的曙光	詹姆斯.諾柏瑞(James Norbury)著；鄭煥昇譯	2022
18	好心情,創出好事情	關志康作；Chocolate Rain插畫	2016
19	好好說話的情緒教養：傾聽恐懼&撫平創傷,陪孩子面對課業.人際.外	金善浩著；李煥然譯	2022
20	成功不是贏在起跑點,而是贏在找對方向!	井口晃著；鍾嘉惠譯	2016
21	成為自己的心理師：心累的你,還在假裝自己很好嗎?10分鐘療心時	歐文.奧侃(Owen O'kane)著；李祐寧譯	2024
22	有你的世界還不錯	海可.法樂(Heike Faller)著；瓦勒里奧.維達利(Vale	2021

序號	題名	著者敘述	出版年
23	<a href="#">此時此刻,就是最好的時刻</a>	何權峰著	2023
24	<a href="#">自卑與超越：生命對你意味著什麼</a>	阿爾弗雷德.阿德勒(Alfred Adler)著；曹晚紅譯	2020
25	<a href="#">你可以生氣,但不要越想越氣：停止情緒化思考、不再與對錯拔河</a>	水島廣子著；楊詠婷譯	2020
26	<a href="#">你所煩惱的事,有九成都不會發生：不自尋不必要的煩惱,學會減縮</a>	枡野俊明著；王蘊潔譯	2016
27	<a href="#">你的不快樂,是花了太多時間在乎,不在乎你的人和事 = Me, myself</a>	蘇世豪(Peter Su)著	2022
28	<a href="#">你的存在本身就是美好：每天回到你心裡,感受自己的內在力量</a>	洪仲清著	2017
29	<a href="#">別對每件事都有反應</a>	枡野俊明作；黃薇嬪譯	2023
30	<a href="#">我們都有小憂鬱：運用療鬱象限圖的33種情緒解方,化解莫名的疲憊</a>	Hossy著；郭菀琪譯	2019
31	<a href="#">我們都沒病：但都夠鐘食藥喇</a>	路小得文字；文子漫畫	2015
32	<a href="#">我離開之後：一個母親給女兒的人生指南,以及那些想說但還來不及</a>	蘇西.霍普金斯(Suzy Hopkins)著；哈莉.貝特曼(Ha	2019
33	<a href="#">改變世界的100本書</a>	史考特.克里斯汀生(Scott Christianson), 科林.薩爾	2020
34	<a href="#">每天來點負能量：失落的壞話經典,負負得正的人生奧義 = Neenerg</a>	鍵人(林育聖)著；Eripo插畫	2016
35	<a href="#">走過道謝.道歉,可以無憾道愛.道別：我在電影中看見的老年照顧與</a>	朱為民著	2021
36	<a href="#">事情沒有那麼糟：給不小心就想太多的你的情緒療癒指南</a>	凱瑟琳.史密斯(Kathleen Smith)著；林靜華譯	2020
37	<a href="#">其實你很好：停止自我苛責,擁抱內在小孩,和死纏爛打的焦慮Say go</a>	考拉小巫著	2021
38	<a href="#">放鬆之書：找出源頭、調適情緒、釋放壓力的全方位療癒減壓手冊</a>	瑪莎.戴維斯(Martha Davis), 伊莉莎白.艾許曼(Eliz	2018
39	<a href="#">爸爸寫給女兒的一封信</a>	菲力浦.柴斯菲德(Philip Chesterfield)原著；張敬柏	2004
40	<a href="#">爸爸寫給兒子的一封信</a>	菲力浦.柴斯菲德[Philip Chesterfield]原著；孫永	2004
41	<a href="#">牧羊少年奇幻之旅.繪圖本</a>	保羅.科爾賀(Paulo Coelho)著；恩佐繪；周惠玲譯	2004
42	<a href="#">恰到好處的安慰：這樣說,幫助親友面對挫折,傷痛與低潮</a>	凱西.克洛(Kelsey Crowe)著；艾蜜莉.麥朵威爾(Er	2017
43	<a href="#">拯救快要撐不下去的自己：不想上學,提不起勁,不想與人互動,總覺得自己沒用</a>	井上祐紀著；林佑純譯	2023
44	<a href="#">活著的理由</a>	麥特.海格(Matt Haig)著；洪瓊芬譯	2016
45	<a href="#">為什麼他老是聽不懂？為什麼她總是在生氣？：能聊也能撩,讓你主導談話</a>	內藤誼人著；姜柏如譯	2021

序號	題名	著者敘述	出版年
46	原子習慣：細微改變帶來巨大成就的實證法則	詹姆斯.克利爾(James Clear)著；蔡世偉譯	2019
47	哲學百科	韋爾.白金漢(Will Buckingham)等著；康婧譯	2016
48	脆弱的力量	布芮尼.布朗(Brene Brown)著；洪慧芳譯	2013
49	做自己的情緒管理師：20個負面情緒管理法	香港心理學會輔導心理學部著	2020
50	唯有入地獄,才能救自己：40位哲人,40段省思,重啟人生的轉念新起點	法筆斯.彌達(Fabrice Midal)著；陳衍秀譯	2024
51	寄小讀者	冰心著	2000
52	情緒：人類跨越文化差異的共通語言	迪倫.埃文斯(Dylan Evans)著；彭臨桂譯	2023
53	情緒自癒：七種常遇心理傷害與急救對策	蓋.溫奇(Guy Winch)著；祁怡瑋譯	2021
54	情緒按鈕：告別一觸即發的情緒地雷,脫離悲傷.憤怒.恐懼的掌控	大衛.瑞丘(David Richo)著；蔣慶慧譯	2021
55	接受不完美的勇氣. 2. 認識自己與改變自己的100句自我革命 = Alfr	小倉廣著；楊明綺譯	2019
56	理想生活的關鍵字	Kasin著	2023
57	軟能力：那些學校裡學不到,卻讓你終身受益的底層能力 = Soft skill	吳軍著	2023
58	陪伴心理學	黃土鈞(哈克)著	2022
59	陪你一起風和日麗	泰先生(崔聖哲)著	2022
60	陪傷心的人聊聊：重要時刻這樣傾聽,那樣對話	凱蒂.可倫波斯(Katie Colombus)著；祁怡瑋譯	2022
61	尋找全球幸福關鍵字：學會世界30國的快樂祕方	海倫.羅素(Helen Russell)作；高霈芬譯	2019
62	最好與最壞的時候，你最想遇上誰？	施永青,林以諾,倪匡口述;方芷晴撰文	2009
63	最高快樂人生：通往真正快樂的十大步驟	詹姆斯.巴拉茲(James Baraz), 索夏娜.亞歷山大(Shanell Alexander)著	2022
64	給40歲的嶄新開始	松浦彌太郎著；阿夜譯	2013
65	給自己一個Like	蔣慧瑜著；芝麻羔繪	2014
66	給孩子的悅讀提案：老師給0-12歲孩子的快樂書單400+	倫雅文, 李小玲, 林慧恩著	2020
67	給總是因為那句話而受傷的你：不再因為相處而痛苦難過,經營讓彼此更美好的關係	朴相美著；崔珍英插畫；陳品芳譯	2021
68	蛤蟆先生去看心理醫生	羅伯特.戴博德(Robert de Board)著；陳贏譯	2020

序號	題名	著者敘述	出版年
69	愛,要及時:父母在世時你可以做的45件事	高道原著;金仙姬畫;余妍,周義和譯	2012
70	感謝自己的不完美:升級版	武志紅著	2017
71	會好起來的,就算不是現在	亞歷珊卓拉.歐拉諾(Alessandra Olanow)著;林師	2024
72	歲月忽已晚,燈火要人歸	豐子愷著	2022
73	當時不生氣就好了:揮別心煩氣躁的冷靜思考術	安藤俊介著;丘正怡譯	2016
74	解憂雜貨店	東野圭吾著;王蘊潔譯	2013
75	道歉的力量:維護尊嚴與正義,進行對話與和解	亞倫.拉扎爾(Aaron Lazare)著;林凱雄,葉織茵譯	2016
76	圖解伴侶的衝突小劇場:自我診斷婚姻關係與家庭相處的難題,用正向思考改善關係	安-克萊兒.克蘭迪恩>Anne-Claire Kleindienst)著;	2021
77	圖解壓力紓解大全:消除焦慮與煩躁的100個科學方法 = An encyclopedia of stress relief	堀田秀吾作;賴郁婷譯	2023
78	認知覺醒:開啟自我改變的原動力	周嶺著	2020
79	輕安自在	李焯芬著	2017
80	遙遠的向日葵地	李娟著	2017
81	寬恕始能忘記:治癒內心那不必要的傷害	史密德(Lewis B. Smedes)作;黃欣蓉,蘇凱恩,亮	2016
82	憂鬱症自救手冊:如何治療?怎樣照顧?你和家人的自助指引	李.科爾曼(Lee H. Coleman)著;董小冬譯	2023
83	誰搬走了我的乳酪?	史賓賽.強森(Spencer Johnson)著;謝佳真譯	2012
84	談美	朱光潛著	2001
85	駕馭焦慮:「認知治療」自學/輔助手冊	黃富強,孫玉傑著	2017
86	儘管掉下來吧 我會接住你	郭源元圖.文	2024
87	機智夫妻生活:腦科學專家的配偶使用說明書	黑川伊保子著;劉格安譯	2020
88	幫助每一個孩子成功:發展正向性格,培養面對未來挑戰所需的恆力	保羅.塔夫(Paul Tough)著;張怡沁譯	2017
89	療癒,從感受情緒開始:傷痛沒有特效藥,勇於面對情緒浪潮,就是最好的治療	留佩萱著	2019
90	邂逅改變人生的一本書:每一本書都是通往不同世界的門口,讓無趣的生活煥發色彩	三砂慶明著;林冠汾譯	2023
91	轉念	林慶昭作	2010

序號	題名	著者敘述	出版年
92	蘇東坡傳	林語堂著	2019
93	蘇菲的世界	喬斯坦.賈德(Jostein Gaarder)著；蕭寶森譯	2006
94	觸覺不思議：從觸感遊戲、感官實驗及最新研究，探索你從不知道的	仲谷正史, 篠康明, 三原聰一郎, 南澤孝太著; 是澤	2017
95	變老的勇氣	岸見一郎作; 王蘊潔譯	2018
96	觀察的藝術：在日常生活中開發想像力的131個練習	羅伯.沃克(Rob Walker)著；許恬寧譯	2020
97	<a href="#">Daring greatly : how the courage to be vulnerable transforms the way we</a>	Brene Brown	c2012
98	<a href="#">I may be wrong : and other wisdoms from life as a forest monk</a>	Björn Natthiko Lindeblad, Caroline Bankler & Navi	2023.
99	<a href="#">The alchemist : a fable about following your dream</a>	Paulo Coelho.	2013.
100	<a href="#">The power of now : a guide to spiritual enlightenment</a>	Eckhart Tolle	c2004
101	<a href="#">一年好景君須記：古典詩詞中的季節之美</a>	楊金志著	2017
102	<a href="#">了不起的我：0到99歲適用，自我發展的心理學</a>	陳海賢著	2020
103	<a href="#">人生，沒有什麼是你應該得到的：讓你當下轉念，得失成敗都豁達</a>	郭仲怡等著	[2011?]
104	<a href="#">人生有Take2</a>	蔣慧瑜著	2015
105	<a href="#">人生忽如寄</a>	汪曾祺著	2023
106	<a href="#">人生的84000種可能</a>	艾力著	2017
107	<a href="#">人生的真義：日本經營之聖 稻盛和夫魂動108</a>	稻盛和夫口述；稻盛資料館構成；蔡昭儀譯	2019
108	<a href="#">人生絕對有辦法！：為明天招來幸福的68個方法 = Once again, life wo</a>	水野敬也, 長沼直樹作；張瑋譯	2016
109	<a href="#">人性的弱點</a>	戴爾.卡內基著；盛世教育翻譯	2010
110	<a href="#">人間草木</a>	汪曾祺著	2023
111	<a href="#">人類群星閃耀時：14個容易被人忽略卻又意義深遠的「星光時刻」</a>	史蒂芬.褚威格(Stefan Zweig)著；姜乙譯	2021
112	<a href="#">人類簡史：從動物到上帝</a>	尤瓦爾.赫拉利(Yuval Noah Harari)著；林俊宏譯	2017
113	<a href="#">也許你該找個人聊聊</a>	洛莉.戈特利布(Lori Gottlieb)著；張含笑譯	2021
114	<a href="#">小王子：最值得珍藏的名家譯本</a>	翁端.聖-戴克思修伯里(Antoine de Saint-Exupéry)	2017

序號	題名	著者敘述	出版年
115	<a href="#">小王子說禪</a>	重松宗育作；葉韋利譯	2022
116	<a href="#">不合理的快樂：存在的喜悅 = Unreasonably happy : the joy of being</a>	楊定一著；陳夢怡編	2017
117	<a href="#">不向困境低頭：向動物學習的70個理由</a>	燕尾蕨[著]	2009
118	<a href="#">不完美的禮物：放下「應該」的你，擁抱真實的自己</a>	布芮尼.布朗(Brene Brown)著；田育慈譯	2013
119	<a href="#">不認輸的骨氣：從偏鄉到紐約，一個屏東女孩勇闖世界的逆境哲學</a>	江孟芝著	2018
120	<a href="#">六頂思考帽：改變思考成效的6種魔法</a>	愛德華.狄波諾(Edward de Bono)著；劉慧玉譯	2010
121	<a href="#">化解孩子的「對立反抗」</a>	王意中著	2020
122	<a href="#">少有人走的路</a>	M.斯科特.派克著(M. Scott Peck)著；于海生譯	2007
123	<a href="#">月亮和六便士</a>	威廉.薩默塞特.毛姆 ( William Somerset Maugham	2018
124	<a href="#">比爾.蓋茨給青年的9個忠告</a>	高紅敏作	2011
125	<a href="#">父母會傷人</a>	蘇珊.佛渥德(Susan Forward), 克雷格.巴克(Craig E	2003
126	<a href="#">他的青春不是你的人生：當叛逆期遇到更年期：叛逆期與更年期的6個對話</a>	謝蘭舟, 劉燁作	2020
127	<a href="#">只工作,不上班的自主人生：人氣podcast製作人瓦基打造夢幻工作術</a>	瓦基(莊勝翔)著	2023
128	<a href="#">只要改變5%,生活就有全新的可能：用極其微小的行動,打破慣性和習慣</a>	李松蔚著	2023
129	<a href="#">召喚勇氣：覺察情緒衝擊,不逃避尖銳對話,從心同理創造真實的主導權</a>	布芮尼.布朗(Brené Brown)著；廖建容譯	2020
130	<a href="#">四個春天 = Four spring</a>	陸慶屹著	2019
131	<a href="#">外婆的道歉信</a>	弗雷德里克.巴克曼(Fredrik Backman)著；孟暉一譯	2017
132	<a href="#">平如美棠：我倆的故事</a>	饒平如作	2018
133	<a href="#">未來,我是什麼種子?：發現邁向世界的第一步</a>	Park Hyo-nam等著；Yoo Jun-jae畫；吳忠信譯	2008
134	<a href="#">正念情緒療法：放下你的情緒執念,重新啟動你的人生,實現你的內在力量</a>	唐納德.艾特曼(Donald Altman)著；陳正芬譯	2017
135	<a href="#">正是橙黃橘綠時</a>	肖復興著	2022
136	<a href="#">生活的藝術：52個打造美好人生的思考工具</a>	魯爾夫.杜伯里(Rolf Dobelli)作；艾爾.波丘(El Boch)	2018
137	<a href="#">用創意扭轉世界：史帝夫.喬布斯給孩子的11堂想像課</a>	申賢慎作；安勝熙繪；戚先治翻譯	2012

序號	題名	著者敘述	出版年
138	共讀繪本,教出全人格的孩子	山本直美著；王華懋譯	2012
139	自控力：斯坦福大學最歡迎心理學課程	(美)Kelly,McGonigal著；王岑卉譯	2017
140	何必管別人怎麼看 反正也沒人看：精神生存的28個心理原則	林仁廷著	2020
141	你到底是誰？：解開不可思議的人格謎團	布萊恩.李托(BrianR. Little)著；王素蓮譯	2018
142	你的感覺，我懂！：同理心的力量，創造自我了解與親密關係	亞瑟·喬拉米卡利(Arthur P. Ciaramicoli), 凱薩琳	2009
143	你真的有被討厭的勇氣嗎？：9大自我評量表與實踐故事	岩井俊憲著；葉小燕譯	2016
144	克服倦怠和低潮的86個心靈紓壓祕方	西多昌規監修；洪薇譯	2021
145	別人怎麼對你,都因為你說的話	黃啟團著	2022
146	別把所有事往心裡塞：舛野俊明教你消除人生麻煩事的42個解方	舛野俊明著；楊明綺譯	2023
147	吸引力法則：心想事成的黃金三步驟	麥可 J. 羅西爾(Michael J. Losier)作；林說俐譯	2007
148	告別焦慮：都市人的心靈處方	王淑英著	2010
149	快樂，從不抱怨開始	博冰著	2011
150	我已經夠好了：克服自卑！從「擔心別人怎麼想」，到「勇敢做自己」	布芮尼.布朗(Brené Brown)著；洪慧芳譯	2014
151	我永不放棄：林書豪教給年輕人的17堂成功課	王志鈞作	2012
152	我的阿勒泰	李娟著	2010
153	我們八月見	加西亞.馬爾克斯(Gabriel García Márquez)著；侯傑	2024
154	我想為你推薦一本書：沒錯，這就是我最喜歡做的事	花田菜菜子著；陳怡君譯	2019
155	找到人生方向的一頁夢想地圖	柳時泉著；黃莞婷譯	2022
156	把壞日子過好：MIT教授的七堂哲學課，擺脫無能為力，找到前進的	基倫.賽提亞(Kieran Setiya)著；謝明珊, 羅亞琪譯	2022
157	每天練習，成為更好的自己	游祥禾著	2018
158	身心科醫生教你 排解壓力, 不安, 沮喪, 憂鬱情緒的最佳知識與訣竅	渡部芳德監修；高宜汝翻譯	2023
159	身體美學：讓你的身心永遠從容自得	蔣勳著	2008
160	那時候，我只剩下勇敢：一千一百哩太平洋屋脊步道尋回的人生	雪兒.史翠德(Cheryl Strayed)著；賈可笛譯	2012

序號	題名	著者敘述	出版年
161	和創傷說再見：好好哀悼,好好悲傷：佛洛伊德精神分析式的故事療	姜恩鎬著；陳品芳譯	2022
162	幸福的征途：人為什麼不快樂，又如何能快樂？羅素的思索與解答	羅素 (Bertrand Russell)著；易思婷譯	2013
163	放下包袱的輕生活練習	松浦彌太郎著；王蘊潔譯	2012
164	明日也是小春日和：津端修一與津端英子, 86歲和83歲的菜園生活.	津端修一(Hideko Tsubata), 津端英子(Shuichi Tsubata)著	2017
165	阿德勒的父母成長課：全心接納，肯定孩子做自己	Don Dinkmeyer, Gary D. McKay著；紀李美瑛, 紀文娟譯	2016
166	阿德勒的幼兒教養課：培養孩子面對挑戰的勇氣	Don Dinkmeyer, Gary D. McKay, James S. Dinkmeyer著	2016
167	阿德勒的青少年教養課：引導孩子創造自信負責的未來	Don Dinkmeyer, Gary D. McKay著；林瑩珠譯	2016
168	阿德勒教你面對人生困境：如何面對無法躲避的人生課題, 減少多餘的煩惱	岸見一郎著；鄭舜璣譯	2017
169	青春的歷練：20 個青少年成長的心理挑戰	香港心理學會輔導心理學部著	2022
170	非典型力量：瘋癲的智慧、偏執的專注、冷酷的堅毅, 暗黑人格的正義感	凱文.達頓(Kevin Dutton)著；陳琇玲譯	2015
171	恆毅力：人生成功的究極能力	安琪拉.達克沃斯(Angela Duckworth)著；洪慧芳譯	2016
172	活出生命的所有可能	路易斯.海(Louise L.Hay), 羅伯特.霍爾登(Robert Holden)著	2017
173	背影	朱自清著；克拉迪奧圖	2013
174	要你改變一生的小故事	史源著	2004
175	重新詮釋人生風景：用敘事治療改寫命運, 為生活找到解方	秦安琪等作	2021
176	倒數60天職場生存日記：四十五歲的我在工作低谷, 尋找人生選擇權	Vito(蔣宗信)著	2021
177	拿掉工作後, 你的人生還剩下什麼？：關於人生、工作與生命的36種可能	泉谷閑示著；吳怡文譯	2018
178	真正的快樂處方：瑞典國民書！腦科學實證的健康生活提案	安德斯.韓森(Anders Hansen)著；張雪瑩譯	2020
179	秘密	朗達.拜恩(Rhonda Byrne)著；謝明憲譯	2007
180	高敏感天賦的鈍感練習：停止心很累的腦內小劇場, 放脫操控牢籠	齋藤孝著；李彥樺譯	2024
181	停止內耗：為什麼光是待著就很累？停止讓情緒內耗偷走你的人生	若杉著	2022
182	停止你的內在戰爭：聆聽心中真正的渴望, 走向不再糾結的人生	黃仕明著	2022
183	偷書賊	馬克斯.蘇薩克(Markus Zusak)著；孫張靜譯	2007

序號	題名	著者敘述	出版年
184	動機背後的隱藏邏輯	丹.艾瑞利(Dan Ariely)著；劉復苓譯	2017
185	強大內心的自我對話習慣：緊張下維持專注，混亂中清楚思考，身陷	伊森.克洛斯(Ethan Kross)著；胡宗香譯	2021
186	從今以後，不再讓人隨意對待	金在植著；陳彥樺譯	2022
187	悉達多	郝爾曼.黑塞著；楊玉功譯	2009
188	情緒急救：應對各種日常心理傷害的策略與方法	蓋伊.溫奇博士(Guy Winch)著；孫璐譯	2015
189	終於願意善待自己的人：45則卡關的人生故事和治癒回應，讓每一	城旭遠著	2024
190	被討厭的勇氣：自我啟發之父「阿德勒」的教導	岸見一郎, 古賀史健著；葉小燕譯	2014
191	這世界很煩，但你要很可愛. 2	萬特特等著	2023
192	陪你讀的書：從經典到生活的42則私房書單	凌性傑作	2015
193	鳥.藝術.人生：觀察自然與反思人生的一年	京.麥克利爾(Kyo Maclear)著；張家綺譯	2017
194	尋找你的北極星	(美)瑪莎.貝克(Martha Beck)著；陳德民等譯	2002
195	廁所裡的哲學課：每天14分鐘,跟著蘇格拉底、笛卡兒、尼采等13位	亞當.弗萊徹(Adam Fletcher), 盧卡斯.NP.艾格(Luk	2017
196	換個角度，逆境變出路	蔣慧瑜著	2014
197	曾國藩成大事的八字箴言	王峰編著	2004
198	無，生命的最佳狀態：用科學方法消除痛苦與不安	鈴木祐著；吳怡文譯	2022
199	超凡的覺醒：洞察人性正向昇華的蛻變潛能-心理學研究靈性經驗，	史蒂夫.泰勒(Steve Taylor)著；李恣譯	2023
200	鈍感力	渡邊淳一著；李迎躍譯	2007
201	閒散的藝術與科學：從腦神經科學的角度看放空為什麼會讓我們更	安德魯.斯馬特(Andrew Smart)著；陳筱宛譯	2016
202	塗鴉思考革命：解放創意隨手畫！愛因斯坦到愛迪生都愛用的DIY禡	桑妮.布朗(Sunni Brown)著；劉怡女譯	2015
203	微復原力：結合科學與正向心理的幸福生活習慣	邦妮.聖約翰(Bonnie St. John), 亞倫.P.海恩斯(Alle	2019
204	意義：邁向美好而深刻的人生	艾蜜莉.艾斯法哈尼.史密斯(Emily Esfahani Smith)	2018
205	溫柔的夜	三毛著	2017
206	當下的力量：找回每時每刻的自己	艾克哈特.托勒(Eckhart Tolle)作；梁永安譯	2008

序號	題名	著者敘述	出版年
207	解憂咖啡館：不冷不熱，溫的，剛剛好	溫秉錚著	2016
208	過去留下的憂鬱，未來帶來的焦慮	金雅拉著；張召儀譯	2023
209	圖解抗壓力：上班族減壓行動法	一墨編著	2017
210	境界	吳軍著	2024
211	漣漪詞：11個改變人我關係的正向思考	陳郁敏著	2007
212	與自己的生命對話	帕克.巴默爾(Parker J. Palmer著；吳佳綺譯	2010
213	與神對話. 第一卷	尼爾.唐納德.沃爾什(Neale Donald Walsch)著；李	2009
214	與負面情緒愉快相處的轉變練習：清理心靈垃圾，快速轉念，成為自	胡明瑜著	2022
215	窮忙族教戰手冊：事半功倍的100種思維	藤野淳悟著；趙鴻龍譯	2023
216	蔡康永的情商課. 2. 因為這是你的人生	蔡康永著	2019
217	閱讀閱幸福：心靈與書籍碰撞的幸福旅程	劉向仁著	2004
218	操控潛意識訓練更強大的自己：助你心想事成的8堂潛能課	哈利.卡本特(Harry W. Carpenter)著；申文怡譯	2023
219	橫尾忠則 X 九位經典創作者的生命對話：不是因為長壽而創造,而是	橫尾忠則著；李瓊祺譯	2019
220	積極思考的力量	諾曼·文生·皮爾(Norman Vincent Peale)著；張	2003
221	療傷的對話：怎麼說才能安慰他	南絲.格爾馬丁(Nance Guilmartin)著；林雨晴譯	2011
222	鬆綁你的焦慮習慣：善用好奇心打破擔憂與恐懼的迴圈,有效戒除壞	賈德森.布魯爾(Judson Brewer)著；蕭美惠譯	2022
223	覺醒中年	詹姆斯.霍利斯(James Hollis)著；謝明憲譯	2024
224	觸動人心—李燦榮溝通方程式	李燦榮編著	2006
225	讓心自由：最平靜喜悅的靈性生活實用指南	梅桂爾.魯伊茲(Don Miguel Ruiz)著；汪芸譯	2009
226	40歲起的人生課：解鎖真正人生,化解焦慮的力量之書	金美敬著；Louie譯	2023
227	<u>Educated : a memoir</u>	Tara Westover.	c2018.
228	<u>Sapiens : a brief history of humankind</u>	Yuval Noah Harari.	c2015.
229	<u>The art of resilience : strategies for an unbreakable mind and body</u>	Ross Edgley.	2021

序號	題名	著者敘述	出版年
230	<a href="#">The four agreements : a practical guide to personal freedom</a>	Don Miguel Ruiz	1997
231	<a href="#">The war of art : break through the blocks and win your inner creative ba</a>	Steven Pressfield.	2012.
232	<a href="#">Untamed</a>	Glennon Doyle.	c2020.
233	<a href="#">Wild : from lost to found on the Pacific Crest Trail</a>	Cheryl Strayed.	2013.
234	<a href="#">You are a badass : how to stop doubting your greatness and start living a</a>	Jen Sincero.	2013.

資料更新 2025.12.30