

拼布创意My布玩（附原大纸型）



[拼布创意My布玩（附原大纸型）_下载链接1](#)

著者:张慧玲 著

[拼布创意My布玩（附原大纸型）_下载链接1](#)

标签

评论

书已经看了，很满意，印刷好，实用。希望能比着做出满意的作品。

京东自营图书质优价廉 优惠多多 活动多多 也给京东小哥赞一个

买了好多书，慢慢学习慢慢做。。。

能用一个评论代表所有的订购物品是最省事的，买了就知道？

满意。内容丰富，排版优美，包装很赞。京东给力，感谢京东。

活动时购买的正版书，价格合理，内容不错，很喜欢。

还可以吧80分。○○○○○○○○○○

感觉看起来容易，做起来难……

很好很满意啊啊啊啊啊啊啊啊啊啊啊啊啊啊啊啊。

书不错，纸质什么的都挺好的，最重要的是京东服务好！

书不错，纸质什么的都挺好的，最重要的是京东服务好

特价的时候买的，很便宜！

书的质量很好，很喜欢。物有所值，

拼布控，看到精美的书不下手不行

看似简单，试着自己做做

满减活动的时候买的，非常划算。有些内容暂时用不上，不过这么便宜，买回来囤着也可以

主要是为了封面那个口金包买的，里面还是有好几个比较喜欢的。

蛮好的书，教我好多东西，很喜欢。。。。

还行吧，凑单的，还是新书时尚些。

已用，不错！京东的是正品

搞活动买的，很实惠，还不错

非常好哦非常好哦非常好哦非常好哦

很好的书！非常喜欢啊！！！！

喜欢手作，喜欢静下来看书

还不错哦!!!!!!

还不错，比较特别～都是缝纫机系列

挺好的。印刷类容都非常好!

还没拆，趁着活动买了一大堆书，质量很好

很是喜欢很是喜欢很是喜欢

尝试做拼布包包了，图样简单易学，会继续关注手工书的

很不错的书 而且折扣很大喜欢不错

可以自己动手作手拿包等等小包

卡通动物的比较多~喜欢~

便宜，但是质量不保证

很好很喜欢

感觉还好，拼布类的书买多了

正版，质量不错！打折后挺实惠

东西很好~~内容很丰富，就是图纸不好拆开。

跟其他书一起买的，这本没有惊喜。。就个人看法，内容都一般般滴。。

还可以吧，买都买来了。

"很喜欢这本书

我是12月15日凌晨1点下的订单,当天下午5点就收到了,我可定了8本书呢!~~~哈哈~~第一次买书,很幸运.这本书的形式很常见，就是不同来源的小故事，不同的是，它真的会触动人们心底最软的角落。我随手翻着看了几个故事，眼角依然湿润了……在都市的高速生活中保持一颗呼吸流畅的心。这就是我想要的。

希望大家的生活都能越来越快乐、幸福。

《淡定的人生不寂寞》：人生在世，谁都难免被寂寞所困，不在寂寞中消亡，就在寂寞中爆发。若能够学会走出寂寞，把生活调节得有滋有味，那你一定会是个幸福的人。寂寞不能太久，否则就成了多愁善感。偶尔的寂寞会是一剂清醒剂，让你更好地面对喧嚣的尘世。

当一个人把寂寞当作人生预约的美丽，怀着淡定从容的心态去面对，也就没有了真正意义上的寂寞了。

淡定与从容是一种智慧。佛祖拈花的手指，打动了无数人的心，只有迦叶使者，绽开会心的一笑，笑得那么自然、那么恰到好处，让人领悟到什么是真正的大彻大悟、超凡脱俗。佛法所说的四大皆空，其实并不是真的不存在，它只是告诉人们一个道理，要学会放下、或在当下。

守住属于自己的一份平淡的生活，你就是一个幸福的人。“执子之手，与子偕老”并不是一件容易的事，跟相爱的人一同分享生活的幸福是一种恩赐，也是一件最快乐的事情

。一本讲述爱和智慧的床头小书

这是一本讲述收获的书。因为它成熟、睿智、沉稳、平和。

全书共有七辑。分别讲述了生死之爱、平淡流年、琐事中的爱、无望之爱、幸福的秘密小径、缘起缘灭和宁静的心灵。作者有一只流畅有优美的笔。全书从头至尾没有刻意煽情，只是淡淡讲述着，却使读者情不自禁被深深打动，进而掩卷思索人生。

我们究竟要什么？

我们在人生路上跌跌撞撞地走，找寻着生理需要、安全需要、社会需要、尊重需要和自我实现。马斯洛的这个需求层次理论，花了大篇幅来说明，生存需要虽然是基础，但是只是很小的一部分，当实现了这个，那么就会上升到更高的需求。所谓的“安全需要”、“社会需要”、“尊重需要”和“自我实现”，都是爱的变种。

有时阅世越久，却越丧失爱的能力，这便是可怕的看破红尘。

好在，佛经言，戒生定，定生慧。我们需要，先放下心灵的重担，看淡一切。

淡定，让我们的心灵静下来，像那个思考者，什么也不做，只是思索人生。《淡定的人生不寂寞》，就是这样一本恰到好处的读物，很平易，很浅显，然而很真实。静静读下去，说不好在什么时候，当你注目哪个故事时，你心底那根生锈的弦，就被悄悄拨动了。

。

“[BJTJ]，买回来觉得还是非常值的。我喜欢看书，喜欢看各种各样的书，看的很杂，文学名著，流行小说都看，只要作者的文笔不是太差，总能让我从头到脚看完整本书。只不过很多时候是当成故事来看，看完了感叹一番也就丢下了。所在来这里买书是非常明智的。然而，目前社会上还有许多人被一些价值不大的东西所束缚，却自得其乐，还觉得很满足。经过几百年的探索和发展，人们对物质需求已不再迫切，但对于精神自由的需求却无端被抹杀了。总之，我认为现代人最缺乏的就是一种开阔进取，寻找最大自由的精神。

[NRJJ]读书，撇开喧嚣，拨开冗务，于小楼一角仔细的品味，咀嚼书中的宁静和快感，在寂静中体会人生的滋味，在书海中滤除浮躁的心态，淡泊名利，淡然处世，无疑是愉悦沧桑人生的美好享受。

“贪婪、自私、急功近利”是造成浮躁的主要原因。读书最难做的“涵养之如不识字人”。读书不能“取二三诗文务求滚瓜，铭三五散句惟求烂熟，生吞活剥，断章取义，开口必曰之乎，凡言必谓者也，皮囊外曰文化人，内实盗娼之属，无非丑婆娘施了亮艳脂粉，益丑而又可怖也！”伪饰自己，急功近利，装门面，当做官场职位晋升和商场招揽生意的“敲门砖”。读书，让人任你红尘滚滚，我自清风朗月。面对芜杂世俗之事，一笑了之。读书，让人视野开阔，头脑冷静，正像深水表面，总是波澜不惊，做到每临大事有静气，处理问题从容不迫，举重若轻。正气在身，淡泊名利，无欲则刚，无欲则静，心态平静，心有定力，不为进退滋扰，宠辱泰然不惊，浮躁会远你而去。

读书，使人归于宁静和淡泊，使生命超然物外。读书，是一种精神的跋涉。一个人的心灵若能得到知识的浸润，就会生出许多灵气和色彩。读书若水，川流不息，潜移默化，润物无声。[NRJJ][BJTJ]，阅读了一下，写得很好，[NRJJ]，内容也很丰富。[QY]，一本书多读几次，[SZ]。快递送货也很快。还送货上楼。非常好。

[SM]，超值。买书就来京东商城。价格还比别家便宜，还免邮费不错，速度还真是快而且都是正版书。读书很有意义，

之所以谈读书的意义，是因为自己也曾遗忘过他的重要。前不久自己在网上无意间搜索到关于自己的一条信息，那是文理学院电台的一次采访记录，本人作为毕业生学长对学弟学妹们的寄语：一本正经强调希望他们一定要多读书，记得当时看到那条信息的时候我感觉很惭愧，因为我似乎很久没有静下心来看书了，毕业到现在不知不觉也快一年了，回首一看，确实成长了不少，与工作不相符的学生气少了许多，但遗憾的是，学生那种好学、爱读书的习惯也渐渐地在消失。“工作了，社交应酬是难免的，要多交朋友！工作很累，娱乐放松也是应该的，要融入社会就应该这个样子，不要搞得跟个学生一样”，这时常是自己给自己找的借口，其实是一种狡辩和不成熟的表现。记得有个周末晚上跟朋友们喝酒、打麻将。凌晨一两点才回去，一个人躺在床上盯着天花板，感受到的是阵阵空虚，我问自己这样的生活有意义吗？回头看看书架上的那几十本书，沾满了灰

尘，恰似自己读书的激情被一种消极的生活态度所掩盖，一种悲凉的情绪笼罩在心头，不知道是为书还是为自己！喧闹繁华的生活时常让我感到浮躁，无法沉下来学习，反过来又让自己更加的觉得生活乏味。每当我远离书本，而把时间浪费在无谓的消遣上时，脑海里面时不时会出现一个声音：“你在挥霍青春！”。[NRJJ]"

今天刚刚拿到书，这本...于康1.于康写的高血压营养康复食谱很不错，高血压营养康复食谱可作为院外高血压患者、易患者及其家属的营养康复及预防指导手册，也可供其他医院的相关医务人员参考。高血压营养康复食谱由北京协和医院营养学专家，根据多年的研究成果和临床经验，结合协和住院高血压患者的实际营养配餐情况组织编写而成。高血压营养康复食谱首先总体介绍国人的饮食营养知识，然后介绍本疾病基础和营养康复知识，尤以数十道配餐，为读者提供科学实用的营养康复指导。其中关键配餐均列出原材料、制作方法及食用方式，并精选出12道配餐附有实物彩色照片。血压——血液的压力在详细介绍高血压之前，让我们先了解一下什么是血压。如同水管里流动的水可对水管壁产生压力一样，人们常常提及的血压，指的是血液在血管内流动时，对血管壁产生的侧压。我们知道，在医学上将血管分为动脉、静脉和毛细血管3大类，因此也就产生了3部分的压力，即动脉血压、静脉压和毛细血管压。而我们通常说的血压是指动脉血压。让我们还是以水管和水压为例来说明血压与血管之间的关系吧！水管中水的压力取决于水塔里储存的水容量和水管面积大小。水塔里的水越多，水对水管的压力就越大，反之，当水塔里的水减少时，水对水管的压力也就相应减小。血压也是如此。我们人体主要通过改变血容量以及调整血管的舒张与收缩来达到调节血压的目的。当血管扩张时，血压下降当血管收缩时，血压升高。当血容量增加时，血压增高当血容量减少时，血压下降。当我们的心脏收缩时，动脉内的压力最高，此时压力称为收缩压，也就是我们平时所称的高压心脏舒张时，动脉弹性回缩产生的压力称为舒张压，也就是我们平时所说的低压。小贴士现在我们常常遇到两个截然不同的血压单位（毫米汞柱）和（千帕）。不少人对这两个单位的换算可以说是一头雾水。这是因为以前，我们一直以（毫米汞柱）来表示血压。但是，近年来，部分医院采用了国际法定单位，按照规定血压的计量单位改为（千帕）。因此，我们有必要掌握这两者之间的换算关系。两者的换算关系为，10.133，也就是7.51。换算口诀换算成，原数乘以30除以4换算成，原数乘以4除以30。是什么在管理我们的血压那么，到底是什么在管理我们的血压呢具体说来，主要有3大调节机制在维持着我们血压的稳定，下面我们就一起来看一看这3个机制。（1）通过压力感受器调节血压。在我们的心脏、肺、主动脉弓、颈动脉窦、右锁骨下动脉起始部均存在有压力受体（感受器），位于延髓的血管运动中枢可以接受来自感受器的冲动，同时也可以接受来自视丘下部和大脑皮层高级神经中枢的冲动。汇集到血管运动中枢的冲动，经过调整处理，通过传出神经达到效应器，

性价比高，质量挺好的，送货快

一口气买了好几本这类型的书，等着出成果啦！

还不错，小牛很可爱。

挺有创意的书，学习着做做

里面个别还行，总之没什么太出彩

很创意的产品，照着做出来好漂亮的

感觉大同小异了，有几款还蛮喜欢的，，，

拼布创意My布玩（附原大纸型）

有几个作品很喜欢，书质量不错

这本书内容丰富，而且里面的小物件都很可爱，制作方法也很详细，但是需要一点点基础，没有基础就要有足够的耐心了

质量真的很不错价钱给力

里面以咖色系列为主的拼布包什么的，款式简洁大方。

有不少可借鉴的东西，还不错的书

温馨，有创意，送小朋友不错

很多设计很有心意，灰常稀饭~~~

不错的书，很有新意。

非常有创意，简单易学。

看到大家对这本新书的评价不错，就先买进了，感觉还是不错的，闲来无事赏心悦目用。

趁着半价抢的，很合算

挺不错的一本书，学了不少东西

很喜欢的一本书。觉得热爱手工的人都因该拥有一本。很可爱。

对于有很多本手工书的人来说，这本书就略显多余了。
没有太多的新意，只是看看配色就好了。适合初学手工的人。

里面的玩偶超级可爱啊，介绍几款高雅的漂亮包包制作。还有纸样。

没有什么印象深刻的亮点，但是随手翻翻看看也不错了，都是一些常见的款型。如果身边有朋友开始玩拼布，我会把这本书送她，会有用的，另外我自己也不会心疼，哈哈

里面有几款喜欢的，整体来说还可以，但是和另外的几本书比起来就稍差了

不错.挺好的一本书

就是买了看看 有空了可以做做 东西还可以吧 反正有图 有纸形

不错啊。。。200以上5折。。。爽啊，。。。。

当做休闲的读物还是不错的，新手学习有点难度

这本还行，内容不多但相对喜欢，里面有几个作品可做

正好遇上京东搞活动，买得真划算~ 书也挺不错，很喜欢~~

明天上真相 里面的娃娃很可爱~

可以参考，很超值的书

这本比《手作兔乐园》稍微逊色一些，适合水平浅一些的，但是这样的价格买了也不后悔。

内容比较简单，还可以吧~

这本书本来是来凑数的，结果却是几本书里最让人惊艳的一本。里面的包我很喜欢，不过不适合新手，过程比较简单。

包型上有些还是不错的！！！！！！

里面的小物件很可爱，做法也比较详细

满意的书，相比较同时期引进的其他书，这本要弱点点。

非常有用的一本书。。

[拼布创意My布玩（附原大纸型）_下载链接1_](#)

书评

[拼布创意My布玩（附原大纸型）_下载链接1_](#)