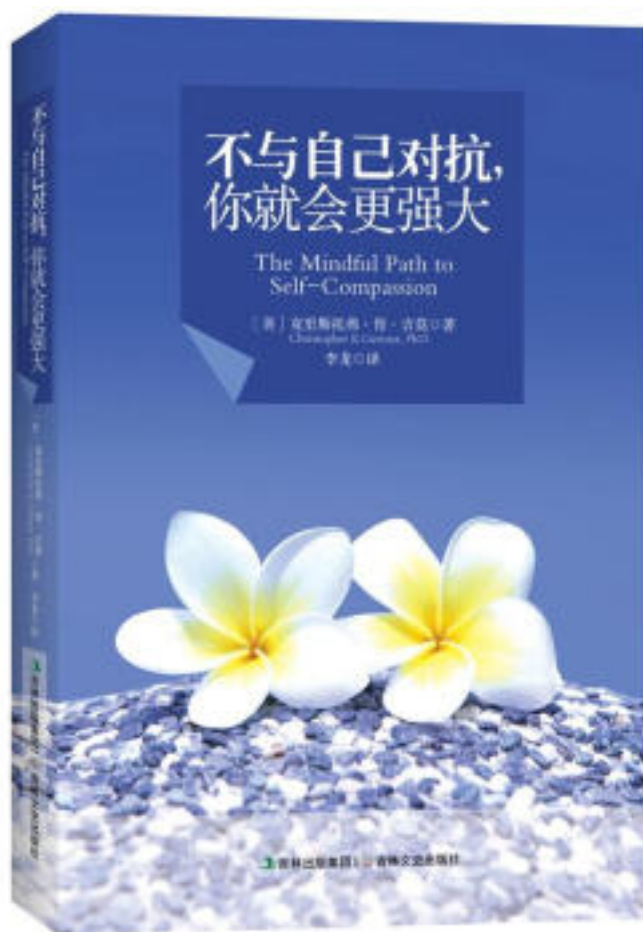


不与自己对抗：你就会更强大 [The Mindful Path to Self-Compassion]



[不与自己对抗：你就会更强大 \[The Mindful Path to Self-Compassion\]_下载链接1](#)

著者:[美] 克里斯托弗·肯·吉莫 著，李龙 译

[不与自己对抗：你就会更强大 \[The Mindful Path to Self-Compassion\]_下载链接1](#)

标签

评论

东西收到了，物有所值，为京东的物流速度及物流人员点赞！

满减买了很多本，回去慢慢看。

开始看啦，感觉很好

封面就让我很喜欢，内容也好！

偶然看到，买回来看看，应给不错

这本书看起来有点儿假，书皮也稍有瑕疵，书类商品还是包装应该讲究一点。

京东这快递速度真的没的说，昨晚上拍的，今天11点就到了。书也很好，就是书角有点被碰坏了，有瑕疵

书名和里边的大标题都不错，里边也有很多的可操作性很强的冥想方法，就是用于解释观点的话有点空洞，还是有很多可取之处的。

好书，值得拥有！

认识真实的自己并与这个人和解是每个人一生的功课

还没读完，希望有所收获，正品保障，点赞京东

好书，推荐给你！清醒时做事，糊涂时读书，大怒时睡觉，独处时思考愿你手不释卷，
做更好的你

这个商品，真的非常不错，家里人都非常喜欢，推荐大家也去购买，下次还会继续购买
，好好

老婆指定买的，为什么一定要求20个字呢？好，就是字数要求多。

非常好的一本书 很好很喜欢 另外我们这京东的快递小哥真的好

好东西，物有所值，质量不错，推荐

把对别人的同情心用在自己身上是一个对我很重要的启示

挺好的，是正版的，京东商城快递小哥速度就是快

纸质很不错，是正版。很放心购买京东正品。物流超快，当天下单，次日达。服务很好。
。满意！

效果还是不错的，看起来有模有样，希望越来越好吧。加油？

朋友推荐的书，刚开始看，不错的！

书很不错，包装也很好，挺满意的

京东在在书上还是良心的，提昌全民阅读，培养正确价值观念！

质量还可以，最主要是发货快

好书会推荐给朋友

很不错的一本书！给个好评

纸质不错，配图丰富生动，物美价廉，值得购买？

此用户未填写评价内容

内容尚可，印刷一般

因特网节司机的惊悚喷射肯定会很喜欢和我

嗯啊哦~~~~~
~~~~~

感觉就是一个教人冥想的书，有点晦涩难懂

看完了以后性情真的不在那么暴躁了

好的书就应该经常读

多给商家好评，能有豆豆吗？

朋友推荐的，送货及时，总体比较满意

书这种东西，合适你的几天。正版不用愁。毕竟是自营

不催。抽空读一读。书名符合心境。

好书，不错不错不错不错

买了好多书，一本一本再看，喜欢这种类型的书

书的质量不太好。

包装好，速度快，半天已到了

非常棒的书，非常棒的物流，我给满分。

-----  
书的质量一般吧，切割的不太整齐。内容很好，不错。

-----  
学会心理学，对自己有好处，推荐购买。

-----  
书的内容讲得太好了，很值得一看。

-----  
自己心理建设的一本好书，值得看

-----  
书收到了，迫不及待地看看，不错？

-----  
精神食粮 常读常新 物流很快

-----  
京东的书其实也不便宜

-----  
不错的哦 送货很快 在京东买最好了

-----  
书不错，以后常来光顾，希望优惠多多！！！！

-----  
好书值得拥有 价格不高

-----  
专业书籍还未开始看

-----  
初看几页，外国人的思想很露骨。

-----  
好好好好好好好好好好好好

-----  
还没看呢，谢谢！

-----  
好i好好好好好好

-----  
东东不错赞赞赞！

-----  
看着不错，还没读

-----  
这套书不错，孩子喜欢，适合三四年级孩子看，值得推荐

-----  
挺好的一本书。

-----  
还没来得及看

-----  
看介绍不错，希望对对方有用

-----

看了半个小时就没有看觉得有点啰嗦

-----  
一般般吧。。。。。。。

-----  
书还不错

-----  
书不是正版的

-----  
内容一般吧，从心理学上说，每个人心中都有一个理想状态的自我形象，无论你察觉与否，当你的现实状态与理想形象相驳，就会产生认知失调，带来痛苦，所以，逃避痛苦的方法，说来很简单，降低期许或将自己的现实状态打造的更接近理想。作者反对战胜自我就是这个意思了

-----  
不错哦

-----  
满一百减5买的，还没看，目前来看书皮破损，没有塑封，不确定是否新的，书纸张质量一般，希望内容可以值得一看，以弥补我弱小的心灵

-----  
还没看。。。。。。。

-----  
活动买的书，七本只有一两本有包装，其他都是无包装的。快递小哥和物流给力。书名标题党

-----  
质量一般，感觉翻版书

-----  
纸质很粗糙，不知道是不是正版

-----  
没什么意思 很难理解 教的方法和见解也不是很容易接受

-----  
经常批判自己的人建议看看

-----  
新颖的理论，但是没能吸引我读下去

-----  
书是好书 但不是正版

-----  
不错

-----  
买错了。。是一本落魄的时候的心理教育书。。。

-----  
喜欢

-----  
很好

-----  
做工不咋滴，里面还有折痕，严重影响阅读质量

-----  
印刷太差，纸质太差，像是盗版书

-----  
书是锯齿状的，像盗版，太差

-----  
印刷不敢恭维，纸质太差，盗版的吧。

-----  
几本没塑料皮几本没塑料皮几本没塑料皮几本没塑料皮几本没塑料皮几本没塑料皮几本  
没塑料皮几本没塑料皮几本没塑料皮几本没塑料皮

-----  
书很好，但调货也太久了i3号买11号到，还有一单现在都没到货!20天了!!做不起活动就别做呗!

-----  
超出指定收货时间，还不给取消订单

-----  
好

-----  
嗯哼~蛮好的，朋友推荐的，蛮喜欢

-----  
京东就是快，服务好，包装好，效果后期反馈。

-----  
可以 质量不错的选择

-----  
在海蓝老师《不完美，完美》--情绪决定命运中有提到这本书，买来看了一部分，确实挺好的

-----  
应该好好读一读，但是另外一本还没看完，先攒着，质量不错“万千心理”系列确实有心了

-----  
海蓝博士不完美才美，书里提过，所以买来看，学习学习，为让自己更好。

-----  
关注此书有一些时间了。希望能对我有所帮助，期待。

-----  
不错哦，正版，很喜欢，内容也很好。

-----  
很好，又快，每次都选择京东快递，速度杠杠的

-----  
搞活动时买的，很便宜，一百多点买了这么多书，能看好久了

-----  
很不错的呀

-----  
心理自我修复类的书，我感觉看书还是有用的，是一个不断认识自我的过程。

-----  
还没看，感觉还不错。

-----  
买了好多书啊

-----  
内容很不错，值得购买

-----  
非常满意，包装和翻译我都很喜欢的。

-----  
知识就是力量，慢慢看，好

-----  
很喜欢东野圭吾的书！活动价买的，朋友都说很便宜！看完手里又继续购买，不知道是书里本来没有书签，还是因为是活动价所以没有书签

-----  
简装的，看着换成。送货快。

-----  
物美价廉，非常满意， 购物愉快。

-----  
京东的品质没的说，买了好几次了，给力

-----  
好评，物流很快

-----  
好书！好书！好书！好书！

-----  
非常好的一本书

-----  
收到！质量非常好，向大家推荐！

-----

质量很好的一本书

非常值得信赖的品牌价值排行榜

送货快，这个是最重要的

还没看，单位图书室拍的，同事借去看了。

还没有开封，应该还可以吧

纸张和字比较没有质感

很好的一本书，看别的书推荐的

这本书的纸质有点失望，像是劣质书摊的书籍，不过内容应该还不错。

心灵鸡汤面。

挺不错的一本书，包装很好，书的质量也挺好的，内容还没看，应该会是我喜欢的类型。

给小伙伴的奖品，很给力

-----  
不与自己对抗，你就会更强大这本书真不错，孩子看了连连点赞

-----  
京东服务不错

-----  
赠予一位住院的朋友，希望这位同学早日康复，在单位里的丰巢柜取件真是够方便的，书塑封完整，虽说不贵，但不失面子，送人佳品。

-----  
哈哈，可以的，不知道几天会看完。。。哈哈。但是尽全力去看呗，哈哈。

-----  
买了好多，一点一点的读，相信自己选的书籍，一直在京东买.xiangxinJd

-----  
一如既往的速度 受益匪浅 感谢配送员

-----  
内容中等,没有什么惊喜,但看看会有一些帮助

-----  
正在看，很受用

-----  
包装很好，希望能对自己有好处

-----  
好好

-----  
最近爱上看书，正好搞活动，就一起买了好多书，慢慢看，给自己充电！

-----  
非常好的书，送货速度也非常快，正版好看

-----  
书本知识挺好的，可以的

-----  
很好的书，有心人读一读吧~~~~

-----  
这本书，内容很丰富，我看了对我帮助很大，希望有缘人能够，买来再看看，很不错哦，值得推荐。

-----  
很好，很好，很好，很好，很好，很好，

-----  
京东很快，服务很好，以后买东西就在京东上买！

-----  
好好好好好好好好好好

-----  
书内容不错，就是纸张质量差些，印刷质量也有点差，昨天下单，今天就收到了

-----  
好评

-----  
京东这速度，无敌了，在京东买东西，大爱！

-----  
非常好

-----  
特别好

-----  
速度快，快递员服务也好

-----  
挺好的字迹清楚。

-----  
还没读多少，纸张有点粗，裁切有点毛，不影响读就好，毕竟看的是内容，？

-----  
好好好好好好好好好好好好好好好好好好好好

-----  
好书

-----  
内容很好，很实用的书籍，非常值得一读。物流很好，服务到位。

-----  
好好好好好好好好好好好好

-----  
有益身心健康，很大收获！

-----  
太漂亮了干净

-----  
不错的一本书，很不错。

-----  
收到了，挺不错的

-----  
不知道怎样，不过看标题还是很不错的

-----  
搞活动买的，价格相当优惠，很不错

-----  
书本字迹较清晰，物流很快

-----  
这个东西特别牛逼的让我学到了好多，好多好多好多，好多好多好多好多好多好多好多好多好多好多好多好多好多，好多好多好，好多，好多好多好多好多，好多好多

-----  
值得购买

-----  
也许不与自己对抗真的会变得越来越来强大的，为自己认认真真活一回！

-----  
在读，好书，读完了，在分享感悟！！！！！！

-----  
包装精美，送货速度快，服务好，很厚的一本书，很喜欢，

-----  
内容还没看，纸业及印刷质量一般。

-----  
我对京东的速度感到惊讶。好！

-----  
书籍不错，是正版的。

-----  
[不与自己对抗：你就会更强大 \[The Mindful Path to Self-Compassion\]\\_下载链接1](#)

书评

[不与自己对抗：你就会更强大 \[The Mindful Path to Self-Compassion\]\\_下载链接1](#)