

空杯心态：一辈子受用的身心减压课



[空杯心态：一辈子受用的身心减压课_下载链接1](#)

著者:王蕾，吕苻 著

[空杯心态：一辈子受用的身心减压课_下载链接1](#)

标签

评论

一次性买了很多书，可以慢慢看，所有书基本都带塑封包装，但是有的书还没翻几页，书的侧面就开胶啦，质量有待提高啊。因为担心换货后还是一样的情况，所以就自己拿长尾夹夹住了。

读了这本书,感触很深！可以说改变了我对这个世界的看法。大力推荐！！！

给公司采购的福利，很不错。。。。。。

公司买的，信赖京东

没有两百减一百的券，用的三百减一百的券，配合，一百六减六十满减，还是不错的。

最近状态很不好，所以买了很多书，需要好好调整一下。京东很给力，书的质量还不错，刚收到，还没来得及看。我想应该会有所收获的～

东西不错，大家可以多点看看对比，我每次都是选择京东自营的产品，速度快，正品！

此用户未填写评价内容

哈哈，凑单用的，不错，速度快，比超市便宜一点

送货速度快 书的质量很好 以后促销折扣再大点就更好 要认真拜读一下

很好 很好 非常好 很好 很好 非常好

通俗易懂，没有说教，在某些领悟还是有一定的实操性。

大概翻了一下，纸张质量还可以，至于内容就要慢慢品味了！

做活动时买的，满减还可以使用优惠券

我喜欢在京东买东西！因为快！质量好！而且有京豆。但是商品有质量问题是会认真评价的！从此，这句话就一直跟着我

物有所值，值得拥有，购图书，上京东，方便快捷，还打折。

斤斤计较军军军军军军军军军军

良心企业，一直相信京东！京东以后肯定会更厉害的！

乐观开朗！！///！/

买给单位职工的，丰富业余生活。

书印刷包装内容都挺好的！

正品，好好学习下，提高一下心态

京东很速度！自营产品很不错！

这本书之前就买过一本，只不过朋友拿去看了，自己没来得及看完，所以决定再买一本

这本书想买很久了，昨天下午终于下单购买，第二天就收到货了，很快。书也是棒棒的。
。推荐

减压，读一读，让自己放开一点

还没有来得及学习

孩子假期作业读物！

突突突兔兔突突突兔兔

书的内容很实用，很满意的。

好书，还在看

一本很有哲学的书籍，封面纸质文字印刷都一级棒，点赞

正版，一如既往的好

公司老总介绍的，书不错

还没看(?·.·?)不知道是不是正版

很好，物流也给力

包装很好，物流速度很快，快递小哥很负责！

还没来得及看，很期待，先给个好评吧

京东买的，质量很放心，靠谱，点个赞，很给力

不错的书，送客户，他说很满意。

很好 很喜欢 价格便宜 一直在京东买书 呵呵

做人的格局 空杯很重要额

很好的质量！价格合理！促销时买的！！

随是鸡汤文，但偶尔读读也不错！

慢慢爱上阅读，书不错。

发了三本书，也就这本是好的

还不能哦，整体不错！！

书本纸张质量上乘，五星好评咯！

很不错，纸质好，手感好

还没来得及读，买的一堆，不错。

书很不错，送给朋友，精神财富

快递给力，正版图书，比**

非常棒的一本书，值得一看

不错的书，适合减压

包装完好。物流很快，满意

请输入十个字已达成评论标准

哈哈哈哈哈

送同事看，希望能学到东西

还没看，看上去是正品

内容不错，适合学习进步

物美价廉，物超所值！

好好好好好好好好好好

可以，，，，，，，，。。。。

书收到了，还不错～

一直在京东购买，自营产品和快递师傅都非常棒

网站工作人员不错。货很好服务很热情。

不错不错不错不错不错

看了以后收货多多 是一本减压的书

帮同事买的，不知道什么样，没看，但是包装挺好的，速度也很快

好书，曾经读过！值得推荐

宝贝很好，很多想不到的知识！！

还行吧！这本书等了半个月

看了部分，还在继续观看中

感觉还是不错的！不要十个字就更好了

东西还算可以吧！

不知道，还没看，物流很快

书还没看，不错不错不错

还没打开不知道好不好呢

还可以的，帮公司买的。

不错的书。还没看完。

我们要做得太饱满脸是的

非常不错的一本书，心情不好，可以看看

书很好，京东快递很给力，赞个还会光顾

还没看，刚收到，好奇，慢慢看

是正版的，公司领导要求买来给基层员工看的

每个职场的人都应该有一本

好好好好好好好好好好

好好好好好好好好好好好好

心灵鸡汤不解释

还没看呢....

很方面，很有心得、简单看了下目录，细看后再补充说明吧。

不错的书，推荐

一直在京东买书

特别好的一本书

孩子喜欢就好

还行还行还行还行还行

哈哈哈哈哈

书质量很好，虽然忘记开发票了但是可以补开很好

还没来的急看。。。。。。。。

这本书不错

记得你的那些就像男的想你想继续进行耐心继续耐心夏季女鞋出货呼吸的话行不行很小宝贝的话很对的话和新华书店你的决定和互动活动和嘟嘟的话

不错！！！！！！！！

很好的图书？

书不错值得看

书还不错，不过购买经历非常痛苦！

很好，，，，，，，，

随意看看，挺好的。

物流速度慢

好评好评好评

写的太好了

没事就看看

受益匪浅！

听朋友推荐的，

还没开始看

好好好好好

快递比较快

减压书籍

1胡图图

还可以啦

不错的书

下次光临

赞！！ ...！

非常棒.....

纸质有点差，有味道！！！！

还没看

送货及时

送人的

还可以

挺好的

还不错

好评！

歧视消费者，钻石号领不到优惠券！这招太损了，请问东哥知道你们这样瞎搞吗？vv不会减减肥v

还好

挺好

不错

看着书质量还行，

很好

还行

正看

发来一本破损的书，不知是途中损坏，还是本来就是一本破损的书，无语

好

一般

482752582557456

王蕾，吕苒写的很好，书本质量不错内容很精彩快递很给力任做新东方的这么多年里，我对自己提出了七句话，作为自己做事情的原则和指导，这七句话是用理想和信念来支撑自己的精神用平和与宽容来看待周围的人事用知识和技能来改善自己的生活用理性和判断来避免人生的危机用主动和关怀来赢得别人的友爱用激情和毅力来实现自己的梦想用严厉和冷酷来改正自己的缺点。新东方·六级词汇词根联想记忆法（乱序版）特点词根联想记忆法--实用有趣，巩固记忆，乱序编排--打破常规字母顺序，真题例句--仿真环境应用，直观了解考查要点，辨析图解记忆--形象生动，千言万语尽在一图中，词源--从起源透析单词释义的演变，加深理解，模拟练习--助你真正做到学以致用，500分钟标准美音3光盘（支持字幕播放）--标准单，词发音、释义以及例句，配合学习，效果加倍。任做新东方的这么多年里，我对自己提出了七句话，作为自己做事情的原则和指导，这七句话是用理想和信念来支撑自己的精神用平和与宽容来看待周围的人事用知识和技能来改善自己的生活用理性和判断来避免人生的危机用主动和关怀来赢得别人的友爱用激情和毅力来实现自己的梦想用严厉和冷酷来改正自己的缺点。新东方·六级词汇词根联想记忆法（乱序版）特点词根联想记忆法--实用有趣，巩固记忆，乱序编排--打破常规字母顺序，真题例句--仿真环境应用，直观了解考查要点，辨析图解记忆--形象生动，千言万语尽在一图中，词源--从起源透析单词释义的演变，加深理解，模拟练习--助你真正做到学以致用，500分钟标准美音3光盘（支持字幕播放）--标准单，词发音、释义以及例句，配合学习，效果加倍。任做新东方的这么多年里，我对自己提出了七句话，作为自己做事情的原则和指导，这七句话是用理想和信念来支撑自己的精神用平和与宽容来看待周围的人事用知识和技能来改善自己的生活用理性和判断来避免人生的危机用主动和关怀来赢得别人的友爱用激情和毅力来实现自己的梦想用严厉和冷酷来改正自己的缺点。新东方·六级词汇词根联想记忆法（乱序版）特点词根联想记忆法--实用有趣，巩固记忆，乱序编排--打破常规字母顺序，真题例句--仿真环境应用，直观了解考查要点，辨析图解记忆--形象生动，千言万语尽在一图中，词源--从起源透析单词释义的演变，加深理解，模拟练习--助你真正做到学以致用，500分钟标准美音3光盘（支持字幕播放）--标准单，词发音、释义以及例句，配合学习，效果加倍。任做新东方的这么多年里，我对自己提出了七句话，作为自己做事情的原则和指导，这七句话是用理想和信念来支撑自己的精神用平和与宽容来看待周围的人事用知识和技能来改善自己的生活用理性和判断

喜欢,会一直在京东购书发货真是出乎意料的快，昨天下午订的货，第二天一早就收到了，赞一个，书质量很好，正版。独立包装，每一本有购物清单，让人放心。帮人家买的书，周五买的书，周天就收到了，快递很好也很快，包装很完整，跟同学一起买的两本，我们都很喜欢，谢谢！今天家里没有牛奶了，我和妈妈晚上便去门口的苏果便利买

了一箱牛奶和一点饮料。刚好，苏果便利有一台电脑坏了，于是便开启了另外一台电脑。因为开电脑和调试的时间，队伍越排越长。过12分钟，有一个阿姨突然提出把键盘换了，这样就能刷卡了。我妈妈就在旁边讲了一句键盘

空杯心态一辈子受用的身心减压课 王蕾，吕苒

每个人都会有感觉不堪忍受，压力山大的时候，当你因那些无法掌控的事情感到愤怒、不堪忍受的时候，你能做些什么空杯心态一辈子受用的身心减压课教你如何预防性的压力管理加入日常生活中，从而能更从容地控制好各种压力与坏情绪。按照书中教你的步骤做，你就能重新回到平静和谐中来。

空杯心态一辈子受用的身心减压课是百万职场人减压第一书，曾经的一切不能决定你的现在，更不能决定你的未来。将自己放小，那么世界就会变大。张开虚心的耳朵去聆听，敞开包容的心灵去接纳，随时倒空心灵茶杯中的茶水，用空杯去迎接人生新的可能，并不断装下新的欢喜与感动。给人生做一次精简，在纷扰世界中保持平和的心境。

从心理学的观点来看，白日梦是一种幻想的心理活动，发生在人们清醒的状态之下，是一种有效的放松方法。心理学家弗洛伊德说过，大部分的白日梦都是在实现未满足的欲望，及其与现实相反的不安状态。因为大多数人都会多多少少不满足于现状，所以借由白日梦的幻想，他们想要暂时逃脱现实世界，让思绪呈现一种分离状态，以舒缓压力或自我满足。普通人可以幻想自己遭遇奇遇飞上枝头变凤凰。上了年纪的人可以幻想自己回到无忧无虑的童年生活，每天都为所欲为，从而把现实生活的苦闷抛在脑后。再如，职员快要受不了老板的做法，却又不能反抗，这时他可以在心里想象着老板出糗，或者是被怎样怎样，虽然他并没有实际行动，可是通过这种想象，会暂时发泄掉一些心中的不满，让他心平气和地回去面对老板和工作。这些都是通过做白日梦这种自我催眠法，以使自己的梦想暂时得到实现，心理上暂时获得平衡与满足。做白日梦一方面有利于放松身心，有益于平衡左右脑的使用，使人的机体健康得以充电，这种行为会促进免疫系统的生化物质发生变化另一方面，沉思冥想会使负责语言活动的左脑暂时解脱并处于休息状态，让负责直观的形象思维能力的右脑充分发挥其作用，从而帮助那些善于语言思维和用右手劳作的人们消除左脑疲劳。白日梦不仅有益于身心健康，更会在舒缓压力的同时

内容不错回头查了一下，我是从2010年3月开始网络购书的，算起来快5年了。师傅是我的女友“好梦”，她是个样样时尚都能搞懂的70后女子，若干年前我看她拿了一摞书在付款，才知道还有这等方便之事：网上选书，书到付款。于是赶紧回家登录京东商城，挑选，下单。果然，很快书就送到了。从那时起到现在，我不知在京东下了多少订单，四五十次应该有了吧，因为我早已是VIP钻石用户啦。好了，废话不多说。本来我这个地区就没货所以发货就晚了。但是书真的不错 只要发货就很快就到，应该是正品

至少录音啊 词语没有错，快递很快哦

继续努力，书已经送给门卫签收，不过快递员还打电话通知我，这样的服务态度真的值得其他的快递员学习，京东快递真的不错。好了，我现在来说说这本书的观感吧，一个人重要的是找到自己的腔调，不论说话还是写字。腔调一旦确立，就好比打架有了块趁手的板砖，怎么使怎么顺手，怎么拍怎么有劲，顺带着身体姿态也挥洒自如，打架简直成了舞蹈，兼有了美感和韵味。要论到写字，腔调甚至先于主题，它是一个人特有的形式，或者工具；不这么说，不这么写，就会别扭；工欲善其事，必先利其器，腔调有时候就是“器”，有时候又是“事”，对一篇文章或者一本书来说，器就是事，事就是器。这本书，的确是用他特有的腔调表达了对“腔调”本身的赞美。|据悉，京东已经建立华北、华东、华南、西南、华中、东北六大物流中心，同时在全国超过360座城市建立核心城市配送站。是中国最大的综合网络零售商，是中国电子商务领域最受消费者欢迎和最具有影响力的电子商务网站之一，在线销售家电、数码通讯、电脑、家居百货、服装服饰、母婴、图书、食品、在线旅游等12大类数万个品牌百万种优质商品。选择京东。好了，现在给大家介绍两本好书：

《爱情急救手册》是陆琪在研究上千个真实情感案例，分析情感问题数年后，首次集结成的最实用的爱情工具书。书中没有任何拖沓的心理和情绪教程，而是直接了当的提出问题解决问题，对爱情中不同阶段可能遇到的问题，单身的会遇到被称为剩男（剩女）

的压力、会被家人安排相亲、也可能暗恋无终，恋爱的可能会遇到被种种问题，而已婚的可能会遇到吵架、等问题，所有问题一一给出解决方案。陆琪以闺蜜和奶爸的语重心长告诉你各种情感秘籍，让你一看就懂，一做就成。是中国首部最接底气的爱情急救手册。《谢谢你离开我》是张小娴在《想念》后时隔两年推出的新散文集。从拿到文稿到把它送到读者面前，几个月的时间，欣喜与不舍交杂。这是张小娴最美的散文。美在每个充满灵性的文字，美在细细道来的倾诉话语。美在张小娴书写时真实饱满的情绪，更美在打动人心的厚重情感。从装帧到设计前所未有的突破，每个精致跳动的文字，不再只是黑白配，而是有了鲜艳的色彩，首次全彩印刷，法国著名唯美派插画大师，亲绘插图。两年的等待加最美的文字，《谢谢你离开我》，就是你面前这本最值得期待的新作。

喜欢,会一直在京东购书发货真是出乎意料的快，昨天下午订的货，第二天一早就收到了，赞一个，书质量很好，正版。独立包装，每一本有购物清单，让人放心。帮人家买的书，周五买的书，周天就收到了，快递很好也很快，包装很完整，跟同学一起买的两本，我们都很喜欢，谢谢！今天家里没有牛奶了，我和妈妈晚上便去门口的苏果便利买了一箱牛奶和一点饮料。刚好，苏果便利有一台电脑坏了，于是便开启了另外一台电脑。因为开电脑和调试的时间，队伍越排越长。过了8分钟，有一个阿姨突然提出把键盘换了，这样就能刷卡了。我妈妈就在旁边讲了一句键盘

空杯心态一辈子受用的身心减压课 王蕾，吕苒

空杯心态一辈子受用的身心减压课是百万职场人减压第一书，曾经的一切不能决定你的现在，更不能决定你的未来。将自己放小，那么世界就会变大。张开虚心的耳朵去聆听，敞开包容的心灵去接纳，随时倒空心灵茶杯中的茶水，用空杯去迎接人生新的可能，并不断装下新的欢喜与感动。给人生做一次精简，在纷扰世界中保持平和的心境。从心理学的观点来看，白日梦是一种幻想的心理活动，发生在人们清醒的状态之下，是一种有效的放松方法。心理学家弗洛伊德说过，大部分的白日梦都是在实现未满足的欲望，及其与现实相反的不安状态。因为大多数人都会多多少少不满足于现状，所以借由白日梦的幻想，他们想要暂时逃脱现实世界，让思绪呈现一种分离状态，以舒缓压力或自我满足。普通人可以幻想自己遭逢奇遇飞上枝头变凤凰。上了年纪的人可以幻想自己回到无忧无虑的童年生活，每天都为所欲为，从而把现实生活的苦闷抛在脑后。再如，职员快要受不了老板的做法，却又不能反抗，这时他可以在心里想象着老板出糗，或者是被怎样怎样，虽然他并没有实际行动，可是通过这种想象，会暂时发泄掉一些心中的不满，让他心平气和地回去面对老板和工作。这些都是通过做白日梦这种自我催眠法，以使自己的梦想暂时得到实现，心理上暂时获得平衡与满足。做白日梦一方面有利于放松身心，有益于平衡左右脑的使用，使人的机体健康得以充电，这种行为会促进免疫系统的生化物质发生变化另一方面，沉思冥想会使负责语言活动的左脑暂时解脱并处于休息状态，让负责直观的形象思维能力的右脑充分发挥其作用，从而帮助那些善于语言思维和用右手劳作的人们消除左脑疲劳。白日梦不仅有益于身心健康，更会在舒缓压力的同时，带给人挑战困难的勇气和激情。虽然人们一般都只会关注白日梦的危害，认为那纯粹是一种浪费时间的行为。但事实上，白日梦是一种人的本能机制，它会使人得到休息和放松，是健康的、安全的，所以我们无须担忧，更不必加以抑制。

每个人都会有感觉不堪忍受，压力山大的时候，当你因那些无

[ZZ]写的的书都写得很好，[sm]还是朋友推荐我看的，后来就非非常喜欢，他的书了。除了他的书，我和我家小孩还喜欢看郑渊洁、杨红樱、黄晓阳、小桥老树、王永杰、杨其铎、晓玲叮当、方洲，他们的书我觉得都写得很好。[SM]，很值得看，价格也非常便宜，比实体店买便宜好多还省车费。

书的内容直得一读[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。[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。

中国人讲“虚实相生, 天人合一”的思想, “于空寂处见流行, 于流行处见空寂”, 从而获得对于“道”的体悟, “唯道集虚”。这在传统的艺术中得到了充分的体现, 因此中国古代的绘画, 提倡“留白”、“布白”, 用空白来表现丰富多彩的想象空间和广博深广的人生意味, 体现了包纳万物、吞吐一切的胸襟和情怀。让我得到了一种生活情趣和审美方式, 伴着笔墨的清香, 细细体味, 那自由孤寂的灵魂, 高尚清真的人格魅力, 在寻求美的道路上指引着我, 让我抛弃浮躁的世俗, 向美学丛林的深处迈进。合上书, 闭上眼, 书的余香犹存, 而我脑海里浮现的, 是一个“皎皎明月, 仙仙白云, 鸿雁高翔, 缀叶如雨”的冲淡清幽境界。愿我们身边多一些主教般光明的使者, 有更多人能加入到助人为乐、见义勇为的队伍中来。社会需要这样的人, 世界需要这样的人, 只有这样我们才能创造我们的生活, [NRJJ]希望下次还呢继续购买这里的书籍, 这里的书籍很好, 非常的不错, 。给我带来了不错的现实享受。希望下次还呢继续购买这里的书籍, 这里的书籍很好, 非常的不错, 。给我带来了不错的现实享受。

很好的书籍很好的学习必备佳品, , , 希望宣传能给力的, 能越做也好, 下次还会在来的额, 京东给了我不一样的生活, 这本书籍给了我不一样的享受, 体会到了购物的乐趣, 让我深受体会啊。希望你能越做越好, 成长有你有我大家一起来, 很好的宝贝。

喜欢,会一直在京东购书

发货真是出乎意料的快, 昨天下午订的货, 第二天一早就收到了, 赞一个, 书质量很好, 正版。独立包装, 每一本有购物清单, 让人放心。帮人家买的书, 周五买的书, 周天就收到了, 快递很好也很快, 包装很完整, 跟同学一起买的两本, 我们都很喜欢, 谢谢! 今天家里没有牛奶了, 我和妈妈晚上便去门口的苏果便利买了一箱牛奶和一点饮料。刚好, 苏果便利有一台电脑坏了, 于是便开启了另外一台电脑。因为开电脑和调试的时间, 队伍越排越长。过21分钟, 有一个阿姨突然提出把键盘换了, 这样就能刷卡了。我妈妈就在旁边讲了一句: “键盘

[SM][ZZ][QY][NRJJ][BJTJ][SZ]你布置了两台电脑, 那你随时都要准备好换一台电脑呀, 你现在让人的感觉就是你只有一台电脑能用, 那一台就好像是摆设, 没有一点用。我气愤不过跟妈妈说“我们去网上买吧”这样就来京东了, 看到了这本书就顺便买了。通读这本书, 是需要细火慢烤地慢慢品味和幽寂沉思的。亲切、随意、简略, 给人洁净而又深沉的感触, 这样的书我久矣读不到了, 今天读来实在是一件叫人高兴之事。作者审视历史, 拷问灵魂, 洋溢着哲思的火花。人生是一段段的旅程, 也是需要承载物的。因为火车, 发生过多少相聚和分离。当一声低鸣响起, 多少记忆将载入历史的尘梦中啊。其实这本书一开始我也没看上, 是朋友极力推荐加上书封那个有点像史努比的小人无辜又无奈的小眼神吸引了我, 决定只是翻一下就好, 不过那开篇的序言之幽默一下子便抓住了我的眼睛, 一个词来形容——“太逗了”。据悉, 京东已经建立华北、华东、华南、西南、华中、东北六大物流中心, 同时在全国超过360座城市建立核心城市配送站。是中国最大的综合网络零售商, 是中国电子商务领域最受消费者欢迎和最具有影响力的电子商务网站之一, 在线销售家电、数码通讯、电脑、家居百货、服装服饰、母婴、图书、食品、在线旅游等28大类数万个品牌百万种优质商品。选择京东。

喜欢,会一直在京东购书

发货真是出乎意料的快, 昨天下午订的货, 第二天一早就收到了, 赞一个, 书质量很好, 正版。独立包装, 每一本有购物清单, 让人放心。帮人家买的书, 周五买的书, 周天就收到了, 快递很好也很快, 包装很完整, 跟同学一起买的两本, 我们都很喜欢, 谢谢! 今天家里没有牛奶了, 我和妈妈晚上便去门口的苏果便利买了一箱牛奶和一点饮料。

刚好，苏果便利有一台电脑坏了，于是便开启了另外一台电脑。因为开电脑和调试的时间，队伍越排越长。过了9分钟，有一个阿姨突然提出把键盘换了，这样就能刷卡了。我妈妈就在旁边讲了一句：“键盘

[SM][ZZ][BJTJ][SZ][NRJJ][QY]你布置了两台电脑，那你随时都要准备好换一台电脑呀，你现在让人的感觉就是你只有一台电脑能用，那一台就好像是摆设，没有一点用。我气愤不过跟妈妈说“我们去网上买吧”这样就来京东了，看到了这本书就顺便买了。通读这本书，是需要细火慢烤地慢慢品味和幽寂沉思的。亲切、随意、简略，给人洁净而又深沉的感触，这样的书我久矣读不到了，今天读来实在是一件叫人高兴之事。作者审视历史，拷问灵魂，洋溢着哲思的火花。人生是一段段的旅程，也是需要承载物的。因为火车，发生过多少相聚和分离。当一声低鸣响起，多少记忆将载入历史的尘梦中啊。其实这本书一开始我也没看上，是朋友极力推荐加上书封那个有点像史努比的小人无辜又无奈的小眼神吸引了我，决定只是翻一下就好，不过那开篇的序言之幽默一下子便抓住了我的眼睛，一个词来形容——“太逗了”。据悉，京东已经建立华北、华东、华南、西南、华中、东北六大物流中心，同时在全国超过360座城市建立核心城市配送站。是中国最大的综合网络零售商，是中国电子商务领域最受消费者欢迎和最具有影响力的电子商务网站之一，在线销售家电、数码通讯、电脑、家居百货、服装服饰、母婴、图书、食品、在线旅游等16大类数万个品牌百万种优质商品。选择京东。

[空杯心态：一辈子受用的身心减压课_下载链接1](#)

书评

[空杯心态：一辈子受用的身心减压课_下载链接1](#)