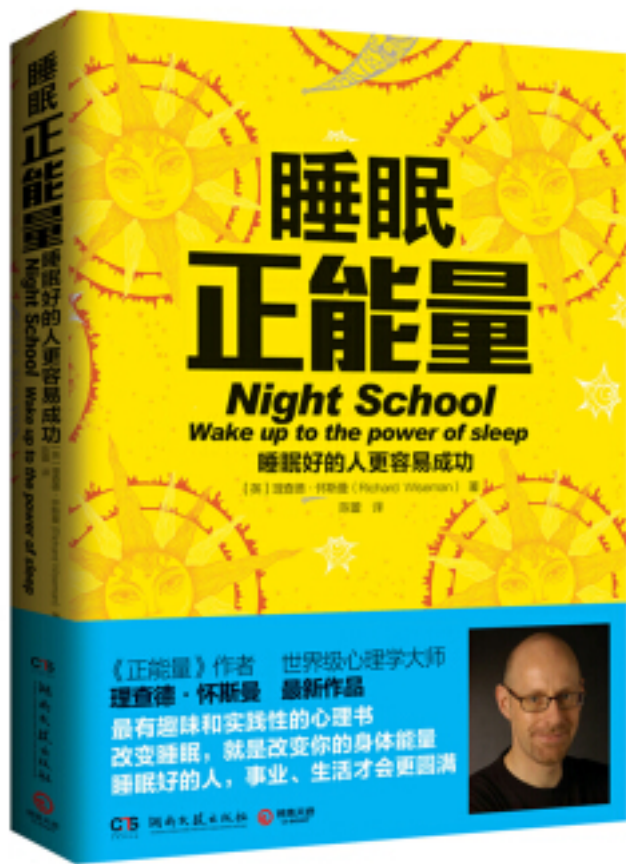


睡眠正能量：睡眠好的人更容易成功 [Night School: Wake up to the power of sleep]



[睡眠正能量：睡眠好的人更容易成功 \[Night School: Wake up to the power of sleep\]_下载链接1_](#)

著者:[英] 理查德·怀斯曼（Richard Wiseman） 著，陈蕾 译

[睡眠正能量：睡眠好的人更容易成功 \[Night School: Wake up to the power of sleep\]_下载链接1_](#)

标签

评论

这本书分析的既有趣又到位，因为鄙人平时有些睡眠不良，试着用了里面的小技巧，有些还是很有视角效果的~

我是标题党，这本书看标题就充满诱惑力。

看这本书收获颇多啊，有趣的一面是那些奇奇怪怪的试验，实用的一面是里面独特的睡眠小技巧，很值得看一看！

正能量作者的新作，怎么能不喜欢呢？！之前的正能量就把我看的很燃了，现在这本睡眠的更是对我胃口~~

值得一看的书！！！！！！！！！！

为什么每个商品的评价都一样，因为在京东买的东西太多了，积累了很多未评价订单，所以我统一评价。如果我用这段话来评价，说明这款产品没问题，至少85分以上，而比较差的产品，我绝对不会偷懒，用心评价！

单位采购了一批书，京东的书很全，价格合理，还有活动，很好

没事的时候多看看书，要去京东买哦

送货速度很快，一下就到了，商品质量很好，非常满意

看了正能量后，感觉很震撼，才买的这些书，不如正能量的内容让人震撼

正版，还是蛮不错.看了再读后感吧。

书很不错，使用的一个叫蜗牛睡眠的APP记录到梦话之后才对睡眠感兴趣的，所以买来看看！

还没看，希望给我帮助

很好，到货快，快递员服务好

书的质量很棒，希望内容有用

还不错，要好好看看

此用户未填写评价内容

包装完好，到货很快。表扬。

正能量追加，睡眠的力量

什么都可以触及正能量，而这个中真正带动得起的，良好的睡眠，美好的人生目标。1. “英国大众心理学传播第一教授”理查德·怀斯曼又一巨作！他曾出版过风靡全球的畅销书《正能量》、《怪诞心理学》，其心理学研究成果享誉国际，在英国超过150个电视节目上播出。2.改变全球数百万人睡眠和人生的睡眠圣经。3.最有趣味和实践性的心理书；改变睡眠，就是改变你的身体能量；睡眠好的人，事业、生活才会更圆满。

4.从学生到白领，从青年人到老年人，只要有睡眠困扰，都应该看的一本书。

应该可以，批量购买的，包装好

618活动真的是超合适超合适 想买的书都买到了 慢慢看

好看 特别特别好

京东送货速度快，态度好，很满意

好书，真的是经典，每人都需要正能量

非常好的书，很有收获，谢谢啦～

很不错的一本向社会传递正能量的书

京东送货快态度好，很满意

这本还没有时间来看！

书很好的。京东送货一如既往地快！给赞！

书不错，好评，速度就是快。

给老公看的，希望他有个好的睡眠

好书下次继续支持 物流快服务好

先给好评吧以后再追加评

物流配送服务不错，书的内容也是非常有意义的，纸质也是不错的，非常好评。

不错，值得好好阅读!

很不错，跟描述的一模一样！！！！

不错? ?(?^-???-???)?”

正能量系列书我都有看，这本是最新的，讲睡眠，主题很有意思。虽然我没有失眠，但是里面提到了许多平时注意不到的问题，也算是敲了个警钟吧，挺受用的。

看过电子书，买来收藏～～

首先要夸奖一下快递，很给力啊，能让我这么快看上书。然后就是书的内容，最主要的就是趣味性十足，有很炫酷的科学实验测试，但这可不是一本浮夸的书，很多小技巧都

很实用，亲身测试的哟~

不错的书，值得推荐，经常来京东买书。

物流很快，包装不错

六月囤书~书很好，物流快！可以宅着看书了~喜欢作者的一系列书

最喜欢里面的“如何变得快乐、健康、富有和聪慧”这一章，尤其是快乐这个主题，能睡个好觉，的确可以让自己变得更快乐开心。

非常不错的书籍装帧哦！推荐大家购买啦！睡眠质量好啊

科学实例，分析，有针对性，没实用性

看不懂，这书太深奥了，像佛经一样，看得头疼。

还没读，之前翻了下不错的→_→→_→

还好吧！我觉得就是科普书籍，不是帮助自己如何睡得好，买书别看标题，都是噱头，骗人！

理查德怀斯曼的书都值得买

读过之后，深感同意。书中之法，皆有意义。愿自己有朝一日，可成书中所说之超级睡眠者。

如果想了解睡眠的机制是很好的 如果是寻找心理上的安慰就算了

非常喜欢这个作者的书，包含趣味的同时又不失严谨的科学态度，很轻松，不会费神费力。

在书店看过，感觉还行，就买了。

很好，满意，谢谢！

不错，里面有些科学实验挺有意思

活动的时候买的,性价比好~~

书的质量很好，内容还没看，等着看完再来评论吧。

这个看了一部分，觉得挺好用

点了吗你好像是啊我们的时候

这是一本比想象中有趣的书，对睡眠不好的我来说有帮助，推荐！

书很不错，大师之作

书的总体质量不错

不是我想象的那种，有点专业，不过质量还是很好滴

图图快乐健健康康快快乐乐了快快乐乐健健康康快快乐乐

冲着名字买的 质量不错 干净 内容待追平

还是不错的，读书总比干其他的要好！多读书有益处！

还没有仔细看，，感觉很牛逼的样子

学习，知识的价格远远高于书本的价格

没怎么看，内容有点虚……闲暇时再说吧

送给别人的，书的质量好，快递很及时。

很喜欢，内容有趣，是国内的睡眠书所没有的形式，很受用。

内容不错，提高下睡眠，老是感觉睡的不好

书很好，很满意

京东图书真心便宜~~京东图书真心便宜~~京东图书真心便宜~~

orz书这种刚买怎么会看得完，包装挺好的

送给我女朋友的。。。具体等追加

看了一部分 书写的不错 质量也很好

还没有看，在书店看见的，结果在京东找到的

在生病的时候才真正意识到养成良好健康生活习惯的重要性，早睡早起，健康饮食，适当运动，学着放下很多欲望压力，让整个人都轻松了很多。这本书挺有意思的，用浅显的语言生动的事例向读者揭开了梦的神秘面纱。其中也提供了许多建议帮助大家获得更好的睡眠，包括如何面对失眠，照料儿童的睡眠还蛮实用的。蛮有趣的科普文，长了不少知识，更加了解自己~推荐！

反正对我来说没啥用，只能说功力不够做不到

书很好 真的好 非常好的书 非常满意！！！！

没想到作者就是写怪诞心理学的

晚自习睡觉的接口。。。恩

东西不错是正品，是正经，非鸡汤

速度快，包装好，京东的物流强大。

怀斯曼的心理学书籍，值得一看

内容挺专业的 感觉像科普读物

是正品，值得购买，说很不错

好好爱护哦啊高高爱好啊

很好的书，正品，物流快，不错

在书店看到得 比书店便宜很多

好的绘本，除了要注重形式上要生动灵活、内容有趣、语言活泼等技巧性的东西之外，更重要的是弄清楚两个问题：一是出版方是以何种目的和心态来进行绘本创作的，是趋利跟风还是为儿童谋福利，这关乎绘本的质量如何；二是父母是出于何种考虑购进绘本的，是为发展儿童的能力还是为约束儿童的行为，这关乎绘本的命运如何。当我拿到《小小艺术家》的时候，脑海中就出现了这两个需要解答的问题。

刚到，还没看！希望还不错吧

挺不错的，好书。。。。

不错，买给长辈看的，说不错

好书好书 评价OK

很有趣的书，值得一看

看过正能量1的就知道了，好书

发货快，书也很好，很满意

还没有看，不太清楚，希望不错

是本不错的书，有空多看看。

看名字就是高大上的书，学习一下

希望能破解我晚上睡觉难的问题

废话太多，10%的内容是很好的，

最近失眠，看看，希望有用吧

京东直营质量不用说啦！

书的质量好评。。。。

送货及时，正品书籍，质量没问题

最近一直失眠，不知有用没用。

快递哥nice！

阿斯顿发送到发送到发斯蒂芬

挺不错的书，值得看看的！质量好

很好，很快，很强大！！！！

一如既往的好，一如既往的快

京东书城，好好评，常来

买了很多书，这本整在看，很喜欢~~~

真的好，速度快，质量好。

书很好 京东送货也快

书本很不错哦，值得购买。

买了一大堆书，慢慢学习！

好好好好哦啊啊哦哦好好好好

好书，通俗易懂！ 值得收藏

狗狗剃毛器剪毛推子 充电式剃毛

也许能帮助了解更多的睡眠知识

本次活动价格给力，很合算

趁着年轻，多读读书总是好的。

一本好书在于多看，看的多懂得多

内容不错，强化训练用的。

还可以，就是纸张不是太好

纸张不错，送货也快。。。。

绝对正品书，以后买东西

还好看，学到了很多知识

还没看，应该还不错的。。

认真学习，天天向上。

希望有帮助，老妈长期失眠

不错的一本书'希望有收获

看看书挺不错，而且有活动

还没看完、内容还不错

很喜欢，不错。

需要的书。

好好好好好好

科普书籍。。。。。。。。。。

很不错，正版

很好的一本书

用处感觉不是太大，看了没大有效果！

没有什么特别大的作用，只是说了睡眠的重要性

内容有点贴近成功学，内容励志方面有帮助，对睡眠也有很不错的了解

还没看，希望对我这个长期失眠且需要正能量的人有帮助。

内容不错！

挺有意思的一本书，可以随便看看

包装精美，买给同事，还没有读，希望不错！

书很不错，就是快递包装不太好

挺有意思的

睡眠很重要

没看的下去

好书，很好

?????

同意结论。

还不错的书

不错～

封面不错

还没空看

包装还行

慢慢的看

随便买的

值得一看

很合适啊很好啊很合适啊很好啊很合适啊很好啊很合适啊很好啊很合适啊很好啊很合适啊很好啊
啊很好啊

我需要的治疗失眠的方法，大概的翻了一下，这本书很少提及。而侧重写失眠的原因，
还有关于梦的一些东西。并不是很满意。

[睡眠正能量：睡眠好的人更容易成功 \[Night School: Wake up to the power of sleep\]_下载链接1_](#)

书评

[睡眠正能量：睡眠好的人更容易成功 \[Night School: Wake up to the power of sleep\]_下载链接1_](#)