

自在力



[自在力_下载链接1](#)

著者:[日] 山下英子 著，陈颖 译

[自在力_下载链接1](#)

标签

评论

嗯 清空杂念 人生从此提效30%

非常棒的图书。赶上京东的购书活动。优惠力度比较大，一口气买了七本，每本书的包装都非常的好。物流更是更快，信赖京东，相信京东，希望以后优惠多多！

不错啊啊啊，真心不错

很好的一本书，收藏了好久，这次活动赶紧买了下来。值得一看哦，书的质量很好，纸张也不错。这书是三本一套的这次补上剩下两本。

京东购书节，满400减300买的，特别实惠，京东快递还是一如既往的快，收到后没有损坏，希望京东越办越好。

京东的速效就是高，昨天订的，今天就到了。简单翻了几页书的质量不错，抽空等看了再来评。

之前看过电子版 很有感悟 买了实体书 觉得很值得 准备开始断舍离

很精致啊！小小的，很喜欢呀～看着觉得好棒，囤了好多书，够看一年啦啦啦啦啦啦啦啦啦啦啦啦，哈哈

纸张够厚，字迹清晰，价格便宜，快递又快！这本书对我帮助很大！做一个会读书的女人吧！

看过上一部，物品篇的，很有收益，这本心灵篇读着不轻松，很绕口，也不好理解，看着看着睡着了。

在京东购物就是爽，买了很多书，大促销哈哈，棒极啦！！！

京东上买了好些书，整个孕期准备就在书中世界度过了，还不错，好评

断舍离：断绝自己不需要的东西，舍弃多余的废物，脱离对物品的执念。通过这些清空杂念，净空身心！

作为plus用户，家里大小用品全部京东搞定。
非常感谢京东商城给予的优质的服务，从仓储管理、物流配送等各方面都是做的非常好的。送货及时，配送员也非常的热情，有时候不方便收件的时候，也安排时间另行配送。同时京东商城在售后管理上也非常好的，以解客户忧患，排除万难。给予我们非常好的购物体验。 Thank you very much for the excellent service provided by Jingdong mall, and it is very good to do in warehouse management, logistics, distribution and so on. Delivery in a timely manner, distribution staff is also very enthusiastic, and sometimes inconvenient to receive the time, but also arranged for time to be delivered. At the same time in the mall management Jingdong customer service is also very good, to solve customer suffering, overcome all difficulties. Give us a very good shopping experience. !

收拾，整理，舍弃不适合放下你的东西，轻装前行。

清空杂念，轻装上阵，，身心净化，提效增命

买给老婆的，希望能还我一个有修养的爱人。

书不错，还没看完，觉得真应该好好整理一下房间里乱七八糟的东西

简约大方，包装精美，物流超级快，一如既往地相信京东

不错，大爱，突然觉着都是好书，喜欢的很，还想买第二本

经常网购，总有大量的包裹收，感觉写评语花掉了我大量的时间和精力！
所以在一段时间里，我总是不去评价 或者随便写写！
但是，我又总是觉得好像有点对不住那些辛苦工作的卖家客服、仓管、老板。
于是我写下了一小段话，给我觉得能拿到我五星好评的卖家的宝贝评价里面以示感谢和尊敬！ 首先，宝贝是
性价比很高的，我每次都会先试用再评价的，虽然宝贝不一定是最好的，但在同等的价位里面绝对是表现最棒的。
京东的配送绝对是一流的，送货速度快，配送员服务态度好，每样东西都是送货上门。
希望京东能再接再厉，
做得更大更强，提供更多更好的东西给大家。为京东的商品和服务点赞。 Thank you very much for the excellent service provided by Jingdong mall, and it is very good to do in warehouse management, logistics, distribution and so on. Delivery in a timely manner, distribution staff is also very enthusiastic, and sometimes inconvenient to receive the time, but also arranged for time to be delivered. At the same time in the mall management Jingdong cust.

期待从中获取更多精彩内容

书很实用，是正版，有学习的作用，身心灵成长

书的纸质印刷都不错，喜欢纸质书翻看的感觉

书和还没看，不过质量很好，应该是正版，做活动买的，很划算，有需要会再来光顾

此用户未填写评价内容

最近有机缘开始关注此书，买了一套，迫不及待阅读。整理房间就是整理自己~推荐序和自序就引人入胜。迫不及待要读完，好好学习！

趁着活动入手了好多书，京东的书整体质量不错，在活动时入手价格相当实惠，自从在京东买书后，很少去其它渠道买了，值得信赖

我一直在京东上买书，不错挺好的，阅读不能让全世界看见你，但是你能看见全世界，读书是一辈子的事。

看买回来给自己洗洗脑，刷新一下观念也挺好，书的纸张很好

自觉七经八脉为之一畅，我在京东买了这么多年，所谓阅商无数，但与卖家您交流，我只想说，老板你实在是太好了，你的高尚情操太让人感动了，本人对此卖家之仰慕如滔滔江水连绵不绝，海枯石烂，天崩地裂，永不变心。交易成功后，我的心情是久久不能平静，自古英雄出少年，卖家年纪轻轻，就有经天纬地之才，定国安邦之智，而今，天佑我大中华，沧海桑田5000年，神州平地一声雷，飞沙走石，大雾迷天，朦胧中，只见顶天立地一金甲天神立于天地间，花见花开，人见人爱，这位英雄手持双斧，二目如电，一斧下去，混沌初开，二斧下去，女娲造人，三斧下去，小生倾倒。得此大英雄，实乃国之幸也，民之福，人之初也，怎不叫人喜极而泣……看着交易成功，我竟产生出一种无以名之的悲痛感——啊，这么好的卖家，如果将来我再也遇不到了，那我该怎么办？直到我毫不犹豫地把我卖家的店收藏了，我内心的那种激动才逐渐平静下来，可是我立刻想到，这么好的卖家，倘若别人看不到，那么不是浪费心血吗？经过痛苦的思想斗争，我终于下定决心，牺牲小我，奉献大我。我要以此评价奉献给世人赏阅，我要给好评……评到所有人都看到为止！

包装很精美的一本书，为了孩子能很好整理自己的房间1，给孩子充电的！物流快！京东图书，我的最爱！

买了好多书，总之就是很好，都是正版。照片就一起发了。啥书都有。

是时候静下心来看书了，愿你我能以自己喜欢的方式度过一生。

断绝不需要的东西，舍弃多余的废物，脱离对物品的执念

特别特别特别特别特别特别特别特别特别好

非常感谢京东商城给予的优质的服务，从仓储管理、物流配送等各方面都是做的非常好的。送货及时，配送员也非常的热情，有时候不方便收件的时候，也安排时间另行配送。同时京东商城在售后管理上也非常好的，以解客户忧患，排除万难。给予我们非常好的购物体验。顺商祺！ Thank you very much for the excellent service provided by Jingdong mall, and it is very good to do in warehouse management, logistics, distribution and so on. Delivery in a timely manner, distribution staff is also very enthusiastic, and sometimes inconvenient to receive the time, but also arranged for time to be delivered. At the same time in the mall management

和此卖家交流，不由得精神为之一振，自觉七经八脉为之一畅，我在网购买了这么多年，所谓阅商无数，但与卖家您交流，我只想说，老板你实在是太好了，你的高尚情操太让人感动了，本人对此卖家之仰慕如滔滔江水连绵不绝，海枯石烂，天崩地裂，永不变心。交易成功后，我的心情是久久不能平静，自古英雄出少年，卖家年纪轻轻，就有经天纬地之才，定国安邦之智，而今，天佑我大中华，沧海桑田5000年，神州平地一声雷，飞沙走石，大雾迷天，朦胧中，只见顶天立地一金甲天神立于天地间，花见花开，人见人爱，这位英雄手持双斧，二目如电，一斧下去，混沌初开，二斧下去，女娲造人，三斧下去，小生倾倒。得此大英雄，实乃国之幸也，民之福，人之初也，怎不叫人喜极而泣……看着交易成功，我竟产生出一种无以名之的悲痛感——啊，这么好的卖家，如果将来我再也遇不到了，那我该怎么办？直到我毫不犹豫地把卖家的店收藏了，我内心的那种激动才逐渐平静下来，可是我立刻想到，这么好的卖家，倘若别人看不到，那么不是浪费心血吗？经过痛苦的思想斗争，我终于下定决心，牺牲小我，奉献大我。我要以此评价奉献给世人赏阅，我要给好评……评到所有人都看到为止！

今购的东西，不由得精神为之一振，自觉七经八脉为之一畅，与卖家您交流，我只想说，产品实在是太好了，你的高尚情操太让人感动了，本人对此卖家之仰慕如滔滔江水连绵不绝，海枯石烂，天崩地裂，永不变心。交易成功后，我的心情是久久不能平静，自古英雄出少年，卖家年纪轻轻，就有经天纬地之才，定国安邦之智，而今，天佑我大中华，沧海桑田5000年，神州平地一声雷，飞沙走石，大雾迷天，朦胧中，只见顶天立地一金甲天神立于天地间，花见花开，人见人爱，这位英雄手持双斧，二目如电，一斧下去，混沌初开，二斧下去，女娲造人，三斧下去，小生倾倒。得此大英雄，实乃国之幸也，民之福，人之初也，怎不叫人喜极而泣……看着交易成功，我竟产生出一种无以名之的悲痛感——啊，这么好的卖家，如果将来我再也遇不到了，那我该怎么办？直到我毫不犹豫地把卖家的店收藏了，我内心的那种激动才逐渐平静下来，可是我立刻想到这么好的卖家，倘若别人看不到，那么不是浪费心血吗？经过痛苦的思想斗争，我终于下定决心，牺牲小我，奉献大我。我要以此评价奉献给世人赏阅，我要给好评……评到所有人都看到为止！

身边的杂物越堆越多，却怎么都丢不掉，因为“舍不得”、“好可惜”；不断地买新东西，怎么都停不了手，因为“万一没有……”、“总有一天会用到”；想把屋子收拾干净却迟迟不肯行动，因为收拾“很麻烦”、“费时间”；……人生的种种苦恼，总混杂在我们对物品的执着中，作者山下英通过参透瑜伽“断行、舍行、离行”的人生哲学，并由此获得灵感，创造出了一套通过日常的家居整理改善心灵环境的“断舍离”整理术。其中，断=断绝不需要的东西，舍=舍弃多余的废物，离=脱离对物品的执着。通过学习和实践断舍离，人们将重新审视自己与物品的关系，从关注物品转换为关注自我--我需不需要，一旦开始思考，并致力于将身边所有“不需要、不适合、不舒服”的东西替换为“需要、适合、舒服”的东西，就能让环境变得清爽，也会由此改善心灵环境，从外在到内在，彻底焕然一新。阳子是一个三十多岁的单身女孩，透过“断舍离”，她终于明白自己为什么一直谈着没有希望的恋爱而结不了婚。香织本来对生活感到茫然，连看电视也只是不断换台，后来毅然将40寸液晶电视“断舍离”，整个人从此豁然开朗。被丈夫背叛的美奈子一直坚持不肯离婚，对家

只要京东有活动，我必会买书，哈哈哈，屯着慢慢读。

据说看了都会扔扔扔，希望我也能有所启发，哈哈哈

在读《断舍离》的过程中，我们逐渐在理清与身边物品的关系，这本书还令我们不断自问：自己真正害怕的是什么？对物品断舍离了，那对自己的过去，是否也勇敢地断舍离了？那些令你心酸纠结不已的回忆，你认真思考过吗？若已从中得到教训，何必再耿耿于怀，不肯放手……

经常网购，总有大量的包裹收，感觉写评语花掉了我大量的时间和精力!所以在一段时间里，我总是不去评价或者随便写写!但是，我又总是觉得好像有点对不住那些辛苦工作的卖家客服、仓管、老板。于是我写下了一小段话，给我觉得能拿到我五星好评的卖家的宝贝评价里面以示感谢和尊敬!首先，宝贝是性价比很高的，我每次都会先试用再评价的，虽然宝贝不一定是最好的，但在同等的价位里面绝对是表现最棒的。京东的配送绝对是一流的，送货速度快，配送员服务态度好，每样东西都是送货上门。希望京东能再接再厉，做得更大更强，提供更多更好的东西给大家。为京东的商品和服务点赞。

外表看着美观大气上档次。一直信任京东。质量不错，送货很快，服务很好！太漂亮，大气，档次高，超喜欢。货比三家，选的也好是辛苦啊?现在除了一碗热气腾腾的拉面，在强哥这里买不到其他的，只有你想不到没有买不到?上午下单，下午到家速度啊！看着还行货品不错，装了实用。质量可以。是值得购买

不错不错不错!!!!!! 用了还可以，很干净，质感也不错，价位适中，性价比一般吧。 不错 物流一天就到了
整体感觉很不错，收到就用了，挺喜欢的，这个用的好，还要买多几个。
物美价廉，用着看看吧，免去市场购物之劳，推荐答案
我为什么喜欢在京东买东西，因为今天买明天就可以送到。我为什么每个商品的评价都一样，因为在京东买的东西太多太多了，导致积累了很多未评价的订单，所以我统一用一段话作为评价内容。京东购物这么久，有买到很好的产品，也有买到比较坑的产品，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，
宝贝收到了，非常喜欢，质量很好，卖家热情，物流给力，非常愉快的一次购物，好

和此卖家交流，买了这么多年，所谓阅商无数，但与卖家您交流，我只想说，老板你实在是太好了，你的高尚情操太让人感动了，本人对此卖家之仰慕如滔滔江水连绵不绝，海枯石烂，天崩地裂，永不变心。交易成功后，我的心情是久久不能平静，自古英雄出少年，卖家年纪轻轻，就有经天纬地之才，，而今，，沧海桑田5000年，神州平地一声雷，飞沙走石，大雾迷天，朦胧中，只见顶天立地一立于天地间，花见花开，人见人爱，这位英雄手持双斧，二目如电，一斧下去，混沌初开，二斧下去，女娲造人，三斧下去，小生倾倒。，实乃国之幸也，民之福，人之初也，怎不叫人喜极而泣……看着交易成功，我竟产生出一种——啊，这么好的卖家，如果将来我再也遇不到了，那我该怎么办？直到我毫不犹豫地把我卖家的店收藏了，我内心的那种激动才逐渐平静下来，可是我立刻想到，这么好的卖家，倘若别人看不到，那么不是浪费心血吗？经过痛苦的思想斗争，我终于下定决心，牺牲小我，奉献大我。我要以此评价奉献给世人赏阅，我要给好评……评到所有人都看到为止！

讲述的是方法论，却用充满温情，饱含情感的小故事，将获得幸福的方法娓娓道来！阐述了家对幸福的重要性，什么样的家可以获得更多的幸福感呢？幸福不是坐享其成，只有行动起来，参与到创造幸福的过程中，来体验幸福快乐！开卷有益！值得认真学习！

一直京东买东西，积累了太多商品没有评价，就不一一写评论了，总结一下近几年的购物体验，有不满意的时候，也有满意的时候，但总体来说，比较满意。
无论是快递服务和售后服务都挺不错的，重要的是商品价格和质量整体来说都还不错，促销活动时还是比较优惠的。只是，近两年的活动似乎没有前几年的活动优惠力度大了。免运费门槛年年提升。什么加重费等。还有，现在满减券也十分有限，不是那么好领取，经常看着整点也抢不到券，这一点比较郁闷。所以想买某样东西时，看着它在活动满减，但自己却老是抢不到券，只能被迫放弃了！
总之，希望京东能够一直保持进步和不断改善，在京东购买东西，无论是生活用品还是母婴用品以及图书音像等，主要是冲着它的品质价格以及服务，方便快捷，东西放心，才让人选择京东。所以，希望继续保持这些优势。现在市场上的商品琳琅满目，鱼龙混杂，大家也很头痛，才不想去看更多，因为选择，所以信赖，所以，请不要让顾客失望。
。

618买了20本书，都非常好!!! 有塑封!!! 看了一本，感觉纸质很好，质量。很好!!! 会坚持看的，感觉看电子书没有那种感觉，还是看纸质的舒服。

《心经》全文：

观自在菩萨，行深般若波罗蜜多时，照见五蕴皆空，度一切苦厄。舍利子，色不异空，空不异色，色即是空，空即是色，受想行识，亦复如是。舍利子，是诸法空相，不生不灭，不垢不净，不增不减。是故空中无色，无受想行识，无眼耳鼻舌身意，无色声香味触法，无眼界，乃至无意识界。无无明，亦无无明尽，乃至无老死，亦无老死尽。无苦集灭道，无智亦无得。以无所得故，菩提萨埵，依般若波罗蜜多故，心无罣碍，无罣碍故，无有恐怖，远离颠倒梦想，究竟涅槃。三世诸佛，依般若波罗蜜多故，得阿耨多罗三藐三菩提。故知般若波罗蜜多，是大神咒，是大明咒，是无上咒，是无等等咒，能除一切苦，真实不虚。故说般若波罗蜜多咒，即说咒曰：揭谛揭谛波罗揭谛波罗僧揭谛菩提萨婆诃。

感觉自己断舍离做的很不好，买来看看，希望改善自己。书的质量不错，没什么味道。这种大小的书出门携带很方便，不像宝宝的绘本太大。

这本书很想看，但是收到之后呢，这个壳的包装太差了然后把上面都有折痕了，也不知道卖家能不能给我换一本书，但这本书应该是不错的，因为杨子是一个30多岁的单身女人，通过段守义，终于明白自己为什么一直谈着没有希望的恋爱，而结不了婚，然后呢？这本书已经出版，在日本社会引起的轰动，各大媒体争相报道，全民参与，断舍离断，舍离一词，迅速成为日本当年年度的词汇，台湾偶像剧林依晨引仙说是她对他影响至深的一本书，香港金牌音乐，田泽明熙已断，舍离韦明会比做慈善，心灵作家张德芬也倾情推荐。

看了一个主播的推荐知道的这本书，只买了一本，之后还回去去买那个三部曲，断舍离其实在现在这个社会很难做到，尤其是我这样优柔寡断的性格，一样这本书能给我带来一些帮助，书很小的一本，每一页字不多，这样可以加深一下看书的欲望，看了一部分感觉我的家真应该好好清理一下了，好久用不上的东西都应该丢掉，房间整洁了，是不是心情也会变好了，

时下，吾已浪迹京东数年，但觉世风日下，深知各店之猫腻甚多，不乏其闻。然，唯此宝物与众皆不同，为出淤泥之清莲。使吾为之动容，心驰神往。乃至饭不能食，寝则不安，辗转反侧无法忘怀。于是乎紧衣缩食，凑齐银两，倾吾所能而买。客服之热心与小二之殷切让人感染，感激涕涕。打开包裹之时，顿时金光四射，屋内升起七彩祥云，处处都是祥和之气。吾惊讶之余便是欣喜若狂，呜呼哀哉！此宝乃是天上物的，人间又得几回求！遂沐浴更衣，焚香告后与家人共赏此宝。夫则赞叹不已，不仅赞叹此宝物款型及做工，超高性价比！且赞吾独具慧眼与时尚品位，更予唇相赠。京东果然句句实言，毫无夸大欺瞒之嫌。此属大家风范，忠义之商贾，更无愧于皇冠之衔。吾不敢独享此宝，唯恐天谴。便有感而出此文，句句真言，字字肺腑。嗟！望京东江湖所需此宝之英雄志士无需货比三家，谨记唯此宝为首选也！

吾消费京东商城数年，深知各产品琳琅满目。然，唯此宝物与众皆不同，为出淤泥之清莲。使吾为之动容，心驰神往，以至茶饭不思，寝食难安，辗转反侧无法忘怀。于是乎紧衣缩食，凑齐银两，倾吾之所有而能买。东哥之热心、快递员之殷切，无不让人感激涕零，可谓迅雷不及掩耳盗铃儿响叮当仁不让世界充满爱。待打开包裹之时，顿时金光四射，屋内升起七彩祥云，处处皆是祥和之气。吾惊讶之余甚是欣喜若狂，呜呼哀哉！此宝乃是天上物，人间又得几回求！遂沐浴更衣，焚香祷告后与人共赏此宝。人皆赞叹不已，故生此宝物款型及做工，超高性价比之慨，且赞吾独具慧眼与时尚品位。产品介绍果然句句实言，毫无夸大欺瞒之嫌。实乃大家之风范，忠义之商贾。

很满意的一次购物，包装很好，比较细心，书的质量也比较满意

断舍离不仅仅是收拾整理物品，更是清理自己与物品的关系，只有当下对自己合适且必须的东西，才留在自己的空间里～看完这本书，开始清理衣柜书柜鞋柜橱柜各种柜，情绪也清理了一下，挺好～

书还可以，没有细看，买的太多了。希望看后有所收获！

印刷质量很不错，翻译到位。

只看第一本书就可以了，断舍离的概念还是挺好的，给每个人都会有不同的启发，可实践，可思考。后几本明显是为了出书而出书，内容重复，没有什么营养，而且啰嗦。

买了太多，还有三箱没拆，多看书少看手机，接触到一些同事朋友，夫妻俩工作都很出色也特别忙，似乎没有太多精力管孩子，但孩子却特别优秀，所以言传身教才是最有力量的。

我对这本书很肯定，适合买来常读常践行。在这里就不说读后感了，买来一读便知此书的魅力，对生活做人有很大帮助！京东的快递次日达，书的品质是不会怀疑的！

不知不觉又在京东买了一大堆的东西，今天打开一看，又有一堆没有评论的，赶紧过来评论一下，618之前刚好图书有活动，就了大概二三十本吧，自己和小朋友的书都在京东买，每次做活动都会买，比其他网站价格便宜多了，现在只认定京东。书基本全有塑封，纸的质量不错，上传了几页供大家参考吧。在京东买的书从来没有怀疑过盗版问题，买书还是上京东。购物车里还有书等着呢，下次活动就要入手了。

京东plus会员良心好评，自从用了京东，再也不去超市了，也再也不用别的电商了，因为京东秒杀一切电商平台！产品满分，服务满分，售后满分，物流满分特别说一下物流速度真的很快，问我为什么喜欢在京东买东西，因为今天买明天就可以送到。然后是包装令人满意，京东自己logo的包装袋和纸盒，还可以再利用重点是产品真的非常好，打开包装惊艳到了，各种高大上，比实体店便宜多了好吧！京东购物这么久，没有一次失望过，产品全五分，整个购物过程非常满意，无论是服务还是产品本身都五分，会推荐朋友们来的，希望能推出更多优惠。即使是第三方商家的东西我都很信任因为京东的平台非常可靠总之很满意的一次购物，会继续买买买！期待更多折扣，期待双11,双12,京东618

东西非常好，比其他电商渠道还要便宜不少，关键是京东商城的发货速度和售后服务真是太棒了，我是Plue会员，我会一直支持京东商城的，谢谢。东西非常好，比其他电商渠道还要便宜不少，关键是京东商城的发货速度和售后服务真是太棒了，我是Plue会员，我会一直支持京东商城的，谢谢。东西非常好，比其他电商渠道还要便宜不少，关键是京东商城的发货速度和售后服务真是太棒了，我是Plue会员，我会一直支持京东商城的，谢谢。东西非常好，比其他电商渠道还要便宜不少，关键是京东商城的发货速度和售后服务真是太棒了，我是Plue会员，我会一直支持京东商城的，谢谢。东西非常好，比其他电商渠道还要便宜不少，关键是京东商城的发货速度和售后服务真是太棒了，我是Plue会员，我会一直支持京东商城的，谢谢。东西非常好，比其他电商渠道还要便宜不少，关键是京东商城的发货速度和售后服务真是太棒了，我是Plue会员，我会一直支持京东商城的，谢谢。东西非常好，比其他电商渠道还要便宜不少，关键是京东商城的发货速度和售后服务真是太棒了，我是Plue会员，我会一直支持京东商城的，谢谢。

经常网购，总有大量的包裹收，有很多的评语要写！
但是，总是写评语花掉了我大量的时间和精力！
回头想想，我花了钱了，还要我花这么多的时间和精力来写评语是不是很不划算？
所以在一段时间里，我总是不去评价或者随便写写！
但是，我又总是觉得好像有点对不住那些辛苦工作的卖家客服、仓管、老板。
于是我写下了一小段话，给我觉得能拿到我五星好评的卖家的宝贝评价里面以示感谢和尊敬！
首先，宝贝是性价比很高的，我每次都会先试用再评价的，虽然宝贝不一定是最好的，但在同等的价位里面绝对是表现最棒的。
其次，在与卖家的沟通中，无论是前期咨询还是后期询问；卖家都能好好解答。
另外，物流的速度也是可以接受的，偶尔有比较慢的物流，也希望大家可以耐心等待，毕竟卖家也不能控制物流的速度啊。
相反，卖家比我们更希望能早日到货，我们能早点付款啊！
希望卖家能再接再厉。把店铺做得更大更强，提供更多更好的东西给大家

很棒的书，买了一套的断舍离，值得看，启发很大，京东快递好

毛@说好好学习天天向上，买书读书人生发展之路，毛爷爷指明的方向。京东活动不错，很便宜，快递很快，

书不大，里面写的很好，实用。我要做到像书上说的那样，断绝不需要的东西，舍弃多余的废物，脱离对物品的执念。

什么时候学会放弃，什么时候便学会了成熟。
要想采一束清新的山花，就得放弃城市的舒适；你不可能什么都得到，所以你应该学会放弃。

自己买书，帮单位买书，买了好多，京东做活动好好挑，价格比当当还实惠，就是对我这种选择综合症，凑单好艰难。暂时都还没看，但是印刷什么都OK，除了有本书里面破了一页，但是不影响使用，自己粘了一下。

经常网购，总有大量的包裹收，感觉写评语花掉了我大量的时间和精力!所以在一段时间里，我总是我又总是觉得好像不去评价或者随便写写!但是，有点对不住那些辛苦工作的卖家客服、仓管、老板。于是我写下了一小段话，给我觉得能拿到我五星好评的卖家的宝贝评价里面以示感谢和尊敬!首先，宝贝是性价比很高的，我每次都会先试用再评价的，虽然宝贝不一定是最好的，但在同等的价位里面绝对是表现最棒的。京东的配送绝对是一流的，送货速度快，配送员服务态度好，每样东西都是送货上门。希望京东能再接再厉，做得更大更强，提供更多更好的东西给大家。为京东的商品和服务点赞。

没找到这么小本书 一分价钱一分货吧

断舍离理念很不错啊，读完后果断扔了一堆东西，呵呵，扔后心情很不错哦！很败家吧！读书容易，不过真正做到断舍离需要不断的实践和总结哦！

名气很大的一本书。不愿扔杂物，爱囤货都是反映出一个人的心理状态。教人们从身心两方面扔杂物，整理房间。

这本书非常值得一看而且通俗易懂，入手三天就把它看完了，而且写了读书笔记。

每个人都该拥有一套专属于当下的自我的断舍离！
通过断舍离，你将重新认识身边的物品，理清物品与自己的关系；
通过断舍离，你将重新认识你自己，找回对自己的了解和信任；
通过断舍离，你将重新认识这世界，获得整个宇宙的支援和能量。

我为什么喜欢在京东买东西，因为今天买明天就可以送到。我为什么每个商品的评价都一样，因为在京东买的东西太多太多了，导致积累了很多未评价的订单，所以我统一用段话作为评价内容。京东购物这么久，有买到很好的产品

小开本，内容很有启发性，正在学习。书的排版印刷制作都很好，很喜欢的一本小书。

前天早评《短期调整或是为了更好的上攻》 昨天早评《本周大盘有望开始反弹模式》
昨天收评《科技股或将砸出黄金坑》
最终今天大盘开始大涨，就目前看，只要本周能收在3150点以上，大盘周线就是阳包阴，后期大盘将正式开始反弹，所以，整体还是建议大家精选个股，看多做多，详细分析请关注我们明天的群中资讯，今天因为加入比较多，收评就免了！
但我们看好5月份的行情，有机会，我们周末在群中详细分析，因为盘中有些话展不开！我们不会像有的人，狗屁不通，天天瞎忽悠，我们要拿出中金白银，用事实，用图形说话！今天到此。不论是否合作，关注群消息的举手示意下...

泛娱乐商业模式正逐渐成为新风口，各路商界豪强均纷纷聚焦于此，希望从这个数万亿级的市场上中分一杯羹。IP构成了该模式的基石，它如富矿一样，为泛娱乐模式的持续运转提供着强大能量和原料。谁的IP丰富，谁无疑将会在未来的商业版图中占据优势地位。漫威通过漫画打造出一个规模宏大的超级宇宙。数千位万众瞩目的超级英雄IP构成了一个取之不尽、用之不竭的能量之源。探究这家IP帝国的经验和教训，无疑能给众多期望涉足泛娱乐模式的企业提供重要的指导意义。
聚焦泛娱乐帝国的崛起史，揭秘蜘蛛侠、钢铁侠、美国队长、绿巨人、奇异博士等数超级IP的诞生过程

秦朔朋友圈发起人秦朔、场景实验室创始人吴声、资深媒体人李翔、皮皮鲁总动员CEO郑亚旗、易宝支付联合创始人余晨等强烈推荐。

这本书也是在收藏夹里待了好长时间了，今天下决心买了，好好学。

开卷有益！非常好！支持京东商城

体会不一样的生活，整理，清理自己的生活！

好！（此评论虽然才1个字，但语法严谨，用词工整，结构巧妙，琅琅上口，可谓言简意赅，足见评论人扎实的文字功底，以及信手拈来的写作技巧和巧夺天工的创造能力，令人佩服佩服，再加上以感叹号收尾，实在是点睛之笔）

618太给力了 赞赞赞 买了很多很多 够这一年的量了 每年几百块钱买回来 然后一点点读完 真的是省钱有不浪费生命的一件事 我就是爱读书 哈哈

还没看 先放着 空闲在看 看完后推荐给大家

便宜，方便，快捷，读书就是触手可及的事。

日本作家的作品，包装一般，而且是很从名字就可以看出很功利的书，看内容以后再追评吧，包装不咋滴，排版不咋滴，但愿内容给力

不错的一本小书，很久没看32开的书了

在十点读书，图书馆里听过这本面的10个经典章节，已经受益了，相信读完后，会给我更多受益

京东书籍一直很信赖，包装好，送货快，虽然有时候会出现没有货的情况，需要等待采购，但是影响并不大，每回搞活动的时候会买很多，其实细细对比过，搞活动的时候，书籍会不同程度的提价，但那又怎样，就是喜欢199减100的感觉，毕竟总体还是便宜一些的。

书的质量不错，书不大不厚，读起来很舒服，内容简介明了，读书有益

常常不知不觉囤了好多不用的东西，常常不知道怎么收拾自己生活的空间和情绪，断舍离教你，舍弃该舍弃的，该开始的才会开始。

买书只来京东，这次的活动十分给力，书的纸质也很不错，价格可以说是冰点，买了二十多本，今年不会再买书了???, 看完如果有什么感想会追评

' 断=不买、不收取不需要的东西。 舍=处理掉堆放在家里没用的东西。
离=舍弃对物质的迷恋，让自己处于宽敞舒适，自由自在的空间。
"断舍离"成为我们生活中常见的词汇，意思是"断绝不需要的东西，舍弃多余的废物，脱离对物品的迷恋"。不仅对于收拾杂物，"断舍离"渐渐成为了一种现代生活的理念

继断舍离后又一部 希望能帮助我厘清更多 简单生活

经常网购，总有大量的包裹收，感觉写评语花掉了我大量的时间和精力！所以在一段时间里，我总是觉得好像不去评价或者随便写写！但是，有点对不住那些辛苦工作的卖家客服、仓管、老板.于是我写下了一小段话，给我觉得能拿到我五星好评的卖家宝贝评价里面以示感谢和尊敬！首先，宝贝是性价比很高的，我每次都会先试用再评价的。虽然宝贝不一定是最好的，但在同等的价位里面绝对是表现最棒的.京东的配送绝对是一流的，送货速度快，配送员服务态度好，每样东西都是送货上门。希望京东能再接再厉，做得更大更强，提供更多更好的东西给大家.为京东的商品和服务点赞.

我在《家庭醫生》看到的介紹，光書名就够吸引人了，加上「雜物管理諮詢師」的既新穎又古怪的職業名頭讓我馬上在京東下單了。《斷舍離》不單單是教你扔扔扔，更是教你生活的哲理，扔掉舊物就是跟過去的自已說拜拜！簡直匪夷所思！想想自己家還堆滿雜物垃圾而捨不得扔，真是罪過吧！歌德說人生最大的罪就是不快樂，真的，對著亂七八糟的家很難說快樂。自從有了網購平台，購物方便了，買買買之前也無需經過大腦思考了，家裏又堆起一堆堆??於是，我把放在京東購物車的商品全刪掉了，買東西前要三思，真正用得著才買，減少浪費和堆積雜物的可能。少刷手機多看看書，自我增值。

讲收纳有《断舍离》和《小家越住越大》就够了，别的都不用看了！相见恨晚哪！

我为什么喜欢在京东买东西，因为今天买明天就可以送到。我为什么每个商品的评价都一样，因为在京东买的东西太多太多了，导致积累了很多未评价的订单，所以我统一用段话作为评价内容，省时省力，还能得京东豆。总而言之、言而总之，在京东买东西又好又快！我为什么喜欢在京东买东西，因为今天买明天就可以送到。我为什么每个商品的评价都一样，因为在京东买的东西太多太多了，导致积累了很多未评价的订单，所以我统一用段话作为评价内容，省时省力，还能得京东豆。总而言之、言而总之，在京东买东西又好又快！

这本是凑单的，不过自己也想看看，媒体老是提到，希望看后能让我做正确的选择-断舍离。

看了书单推荐来购买的，遇上活动，买了8本书，金额不到100，很划算，京东可以说是很棒了，配送员也很贴心

拿到手，就马上开始学习！非常好的书，节源开流的思路，让自己的房间开始变化，生活开始变化，命运开始变化！变化从行动开始！加油！！！京东物流一如既往的快，点赞！！

早就关注这本书，在网上看过，觉得断舍离的理念很好，我的生活也有了积极的小改变，买本纸质书回来分享给朋友。

618 大促 囤书的大喜日子 囤起来

挺小巧的一本书，内容比较少，不过分成了三本书，也差不多了。看过电子书，在看纸质版的，感觉不一样。

——希望读过此本书后！不要在认知度上与之前有所差异！未来到了的生活才是你的生活。

我擦，这是正版???? 纸张糙的比盗版还盗版，又小又硬，翻起来特别不舒服！内容还没看，希望内容不要失望

正版书籍放心购买，内容值得一读

书不错，趁着搞活动多买几本，可以看一段时间了

书不错，就是看惯了平开本，现在这种书，翻起来有点累。需要两只手按住，不然就合上了。

一起买了十本，最想先读读这本，希望抛却一切繁杂，大道至简。出乎意料的是好小一本，只有普通书一半大

早上下单，下午就送到了，速度?。这书想买好久了，现在终于出手，认真阅读后再上来平价。

不错不错，非常好，大赞京东物流

手机上的购物APP就是京东和通用的那个，很多东西都是选择在京东采购，买的东西太多，所以我琢磨写一条通用评价，没有单独写评语的，都应该是没有问题的，质量我是认可的，服务我是满意的，发货速度和快递都没什么意见的！

京东六一图书活动很优惠啊 一口气买了购物车里书 折上五折

宝贝收到了 看起来不错 希望看了有收获 文章都是一小篇一小篇的 看起来不会枯燥

是一本受好评的书，很畅销！京东买东西放心！家里一切都是在京东选择！！！！

书比较小，但是包装很精美。拿在手上，比较适中大小。封面设计很有，特色。

这本书很不错，还在看，在生活中的方方面面改变自己。加油凡人

书还不错，包装的挺好的，还没读呢，一般只是收藏

质量不错，值得信赖，阿拉密斯热水器是啊！。，我也不会说你不理我我就不会让你知道知道知道知道知道你现在干嘛呢你好

书本不大，但内容不错，每天看一点每天看一点，很快就会看完啦，啦啦啦～～～

非常喜欢，慢慢看

包装不错，纸箱内有独立包装。完好无损，送货快，正品图书。内容看后评价。

很早就听过这本书的大名，而且越来越多的推送文章里也出现通过“断舍离”来提升自己的生活质量。这次趁京东618图书节活动，下单买了一本来拜读，希望能有帮助。

每年518和双11都是买书的时候，很好不错。

很不错，每个月都会给儿子和自己买些书，儿子13个月已经养成看书的习惯

非常满意京东的速度，下午三点多下的单第二天上午十点就到了！618的活动太给力了，原价将近600的书领券以后300多一点。书刚打开看了，字体清晰，排版整洁，正版的。以后买书的第一选择：京东！

喜欢山下英子的作品，看了她的断舍离后决定再支持她！

每个人都该拥有一套专属于当下的自我的断舍离！
通过断舍离，你将重新认识身边的物品，理清物品与自己的关系；
通过断舍离，你将重新认识你自己，找回对自己的了解和信任；
通过断舍离，你将重新认识这世界，获得整个宇宙的支援和能量。
在读《断舍离》的过程中，我们逐渐在理清与身边物品的关系，这本书还令我们不断自问：自己真正害怕的是什么？对物品断舍离了，那对自己的过去，是否也勇敢地断舍离了？那些令你心酸纠结不已的回忆，你认真思考过吗？若已从中得到教训，何必再耿耿于怀，不肯放手……

心灵鸡汤的一篇好文章，人生就该如此。断舍离值得一看。。。

好书！值得实践，扔扔扔哈哈

很好，很喜欢，要好好读书，学习伟人，提升自己的格局，加油吧少年！好好学习，天天向上！每个人都有梦想

物流很快，速度给力。物流很快，速度给力。物流很快，速度给力。物流很快，速度给力。物流很快，速度给力。物流很快，速度给力。物流很快，速度给力。物流很快，速度给力。

搞活动买的，价格美丽，非常棒的书，装帧也很精美，太喜欢了！

京东送货就是快，送货的很负责，给一个大大的赞。

内容不错通俗易懂值得一看收获多快递给力

送两次都是坏的书，书角都断了，很是无语。第一次的包装就是在蛇皮袋剪一块包在几本书上就完了，七本书坏了五本。这本书内容还是不错的，建议买这本书的朋友换一家买。

东西收到了，包装完整，就是纸有点薄，物流很快。支持京东，好评。

书很好 京东买书像不要钱一样 好赞的哈哈哈哈哈！

断舍离不只是扔扔扔，说到底，我还是没有理解断舍离的真谛，我只关注了“断”和“舍”，而疏忽了“离”，即——脱离对物品的迷恋。断舍离的更高境界其实是选择的智慧，人生最大的选择其实是不做什么，而不是做什么。能有选择不做什么的权利，其实是很奢侈的。有句话说“人生的上半场是关于加载，下半场则是关于卸载。”当我们到了一定年龄，要学习的是选择不做什么，也就是要学会舍弃，不会舍弃的人没有办法聚焦，也没有办法获得。

终极目的是让你找到心中所爱

还没开始看，先买来囤着。老师推荐的，主要想学学怎么做减法

断舍离朋友推荐的 书也听过觉得还不错。直接买来看

支持正版，内容丰富，值得一看

是正版，物流很快，没事多读点书比玩手机好！

听说过这本书，买来看看，听介绍不错，还没读

买了不少书，质量不错，很满意！

京东物流，值得期待，京东自营，值得信赖，自从买上了京东，某宝已删。。。希望京东越来越好

速度挺快的，上午下单下午到，喜欢，希望提高人生效率

在一个安静的公园里看完的，很喜欢的一本书，但是感觉需要多次阅读才能真正的做到断舍离，因为我的骨子里不是那种轻易可以做出断舍离的人，加油吧女孩。

京东比自己去买还快，优惠也大！！好评！！

从去年就断断续续有在朋友那边看过这本书，因为觉得整理是我们一生的事情，所以每次看，都能整理出不同的垃圾出来，心情也是很顺畅了。很好的一套书。

618 活动合适 超级多的书 屯起来再说

看了一本了，人应该先从思想上去断舍离，才好体现在生活上，不需要的，多余的，旧的，不舍得扔的，统统断舍离

京东的东西就是好啊，没问题，货送的快次日就能到，质量也没有问题，快递送货上门，非常好，对于消费者的体验非常好，有种顾客是上帝的感觉，支持京东

这本书感觉值得一读，物流速度也可以！

希望看完可以清洁家 和心灵

是正版的，很喜欢。

618买了很多书，历史地理，诗词歌赋，儿童教育等等，提倡孩子多阅读的同时，作为家长也要多读书，自我提升。京东自营的书籍质量好，价格优惠，是我购书的不二选择！

断舍离和断舍离心灵篇以及这本自在力我都买了，其实看完才晓得，一本就够了，三本书的内容差不太多

现在社会变化快，不补充自己的知识能量，也会向收费站大妈一样被社会淘汰。

正版图书，京东价格促销优惠力度大。

每个人都该拥有一套专属于当下的自我的断舍离！
通过断舍离，你将重新认识身边的物品，理清物品与自己的关系；
通过断舍离，你将重新认识你自己，找回对自己的了解和信任；
通过断舍离，你将重新认识这世界，获得整个宇宙的支援和能量。
在读《断舍离》的过程中，我们逐渐在理清与身边物品的关系，这本书还令我们不断自问：自己真正害怕的是什么？对物品断舍离了，那对自己的过去，是否也勇敢地断舍离了？那些令你心酸纠结不已的回忆，你认真思考过吗？若已从中得到教训，何必再耿耿于怀，不肯放手……

每个人都该拥有一套专属于当下的自我的断舍离！
通过断舍离，你将重新认识身边的物品，理清物品与自己的关系；
通过断舍离，你将重新认识你自己，找回对自己的了解和信任；
通过断舍离，你将重新认识这世界，获得整个宇宙的支援和能量。
在读《断舍离》的过程中，我们逐渐在理清与身边物品的关系，这本书还令我们不断自问：自己真正害怕的是什么？对物品断舍离了，那对自己的过去，是否也勇敢地断舍离了？那些令你心酸纠结不已的回忆，你认真思考过吗？若已从中得到教训，何必再耿耿于怀，不肯放手……

妹妹推荐的一本书，本人懒癌症患者一枚，加纠结体质，而且很念旧情、旧物。妹妹说这本书适合我～具体内容还不知，不过感觉这本书价格小贵。

。。。非常的不错，质量也很好。。。谢谢

断舍离
，希望可以给我杂乱无章的生活找到一点点不那么乱，不那么杂的方法。想从书里找寻生活的答案大概是一件挺傻的事，哈哈，就祝我自己傻人有傻福。

发货速度真的是惊呆了！早上下的单，下午就收到了呢！京东真的是值得信赖！速度就不用提啦 就是快 好 赞！推荐推荐～～书还在看 希望能有点人生启发！

每个人都该拥有一套专属于当下的自我的断舍离！
通过断舍离，你将重新认识身边的物品，理清物品与自己的关系；
通过断舍离，你将重新认识你自己，找回对自己的了解和信任；
通过断舍离，你将重新认识这世界，获得整个宇宙的支援和能量。
在读《断舍离》的过程中，我们逐渐在理清与身边物品的关系，这本书还令我们不断自问：自己真正害怕的是什么？对物品断舍离了，那对自己的过去，是否也勇敢地断舍离了？那些令你心酸纠结不已的回忆，你认真思考过吗？若已从中得到教训，何必再耿耿于怀，不肯放手……

断舍离——断绝想要进入自己家得不需要的东西；舍弃家里到处泛滥的破烂儿；脱离对物品的执念，处于游刃有余的自在的空间。

京东上买书还是挺实惠，不错

这下可以看很久了

作为京东的铁杆粉丝，每天买买买，还要写评语，捞金豆，乐在其中……希望京东越办越好，加强对非京东自营商户的管理，为老百姓提供一个更好的购物平台！

书很好看，写的不错，是本好书，慢慢的看，一杯咖啡一个午后！买了一个系列！

经常网购，总有大量的包裹收，有很多的评语要写！
但是，总是写评语花掉了我大量的时间和精力！
回头想想，我花了钱了，还要我花这么多的时间和精力来写评语是不是很不划算？
所以在一段时间里，我总是不去评价或者随便写写！
但是，我又总是觉得好像有点对不住那些辛苦工作的卖家客服、仓管、老板。
于是我写下了一小段话，给我觉得能拿到我五星好评的卖家的宝贝评价里面以示感谢和尊敬

[自在力_下载链接1](#)

书评

[自在力_下载链接1](#)