

人体使用手册（套装共2册）



[人体使用手册（套装共2册）](#) [下载链接1](#)

著者:吴清忠 著

[人体使用手册（套装共2册）](#) [下载链接1](#)

标签

评论

多年前中里巴人推荐吴清忠，读过一些电子版的内容。现在买两本纸质版的送给家人，愿家人身体健康！

养生慢慢看慢慢学

买来有时间看看的，不错的一套书

严重推荐喜欢养生，关注健康的人都要买一本，特别实用

今购的龙虾，不由得精神为之一振，自觉七经八脉为之
一畅，一直都在京东上购物，我只想说，产品实在是太好了，本人对此京东之仰慕如滔
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。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，啊，这
么好的平台，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这家的店
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
没看到，那么不是浪费心血吗？经过痛苦的思想斗争，终于下定决心，牺牲小我，奉献
大我。我要以此评价表献给世人赏阅，我要给好评评到所有人看到为止！！！

第二次买入，吴清忠先生将工程学和中医结合来讲通俗易懂！

了解自己的身体为健康加油。

买了好几次了，不错！

很好的书，中医入门读物，可以学习下了

送货快，价格优惠，不错。

因为平时网购太多，评价起来太麻烦，只能这样使用大招，当你看到这条评价，说明我买的这个东西，还行或者靠谱，如果是有问题的商品或者店家不靠谱等等会影响到后面购买的朋友，我一定会很认真的评价，说明问题点，质量差在哪里，给后面购买或者准备购买的朋友一个有价值的参考

非常好的书，受益无穷，推荐！

很实用的书，从初版到改版已购了三十几本送朋友。值得拥有。保一家平安。经过二年的实践，吃药与看医生都不能医好的病自己医好，一定要坚持与有耐心去做，慢慢的有很的较果。我初期也抱着试心态，三个月过来奇迹出现，坐骨神经病已好转至今已全愈。想当初行路都困难，看医生治不好。都是这本书教会自己医。

值得推荐，保健好书

是一本解释中医经络理论与人体健康的一本书，没有复杂的概念，通俗易懂。以前看到很多西医质疑中医的观点，这本书正相反，从原理上说明西医的制表不制里。看了之后感觉耳目一新，而且个中道理娓娓道来、值得参考。摘录一些作者的观点：多数慢性病是我们错用了身体的结果，我们需要的不是灵丹妙药而是一本正确的身体使用手册。

人体是一个充满智慧的机体，长期以来，我们低估了人体的智慧，高估了我们自己的知识。

不生病不代表身体健康，很有可能你的身体已经虚脱到了不能生病的程度，如果生病则必是大病。肥胖不是吃的太多，而是排的太少，增加身体能量是减肥的第一课。如果整本书的文字能够再推敲推敲，少些重复的说法，就是一本很好的经络理论养生手册。

我看了觉得书中的不少观点是很有道理的，而且现在已经在按照书里的建议修正作息，LP也开始每天敲胆经。

听路老师的课提到这本书，于是买来拜读，对中医很感兴趣，多读些相关经典有助于对身体的了解，进一步让身体保持健康。

敲胆经，早睡觉，按心包经，减肥，有爱好有事做。

质量还行吧！！！！！！、、、、、、！！

人体的修复秘密，买来看看。呵呵。

多年前就刊发的健康书籍，在书城里已经没办法买到了，通过京东，买到了，强大的京东！！！值得信赖。

图书套装非常好！包装精美，送货速度。4本书里面有一本漫画，给小孩看也很有趣。还有一大张人体穴位图很给力，可以对照书里面自己找穴位！非常满意！

暂时还没有看，但是感觉很不错，他看了一下目录，编写这些挺好的，嗯非常推荐，修为非常好

京东商城不但宝贝好，物流也很好！这几天买很多东西都不给送货了，顺丰送还要加钱，京东不但价格合适物流也很快，不到三天就到我手里了！真棒！

有知识才有选择权。这本书一定会受益匪浅。

书的质量不错，看着涨知识，有益健康。

非常不错，内容不错，是我想要的。非常不错，内容不错，是我想要的。

通俗易懂，观点新颖，提供新的角度来理解中医和身体

物流很快，下雨也送到了。书还没看。听朋友介绍的，应该很有收获

健康在生活中，养成好的生活习惯，让每个家庭有个懂健康的人

货物已经收到了，。很多次在京东购买了！！！！！！！还是很不错的，书籍卖的比较便宜，自营店是真的很不错！！！！点赞！！！！！

此用户未填写评价内容

完全是信任中里巴人老师才买的，主要是理念，买正版来支持

三本书都买过，拜读了，非常受益，这次买了送朋友，好好好好好好好好好好好好好好

别人推荐的书，买了两本，其中一本是亲子共读的。学习养生少生病。希望能帮到。

很好 图书的质量不错 满减的活动也比较优惠 总体上就是比较划算 要好好看书才行

物流快，宝贝好！赞！

京东快递神速，产品包装完好，快递小哥超级敬业，给他点赞！刚到的书，看完再来评论。

不错的书，值得一看，建议购买~~~~~

东西不错，物流也快，感谢商家

t***1 (匿名)

原本有一册打印的，但是打印的翻看带宝宝不方便，换了书本的，挺好的三册书
原本有一册打印的，但是打印的翻看带宝宝不方便，换了书本的，挺好的三册书

6.1搞活动买了很多书，都很实用。价格实惠，要慢慢看。

物流非常快，一家人都可以看的书，赞

给老爸买的。。。自己也不知道

慢慢看，好书，值得收藏，京东买书便宜，快，没的说

搞活動買的，老人家一致好評。

第一本是最经典的，值得一读。

身体健康是最重要的，这本人体使用手册，相信会给我们正确认识身体，正确使用我们自己身体带来必要的帮助

人丑就要多读书。书是人类进步的阶梯呀。已经从京东买了一大竖排的书咯。一直信赖京东，很好，好评。

慢慢看活动实惠

正版，毋庸置疑！好评给出，挺愉快的网购经历，发货快捷，商品不错，做工精良，性价比高吖，向大家推荐呗！又似乎不推荐了！

很喜欢，还会再来！！给朋友家人人手一本~~

很不错的推荐家有老人。。。

一共两本，讲的基本是中医理论常识，两本中的内容有重复的地方，整体来说还不错看后有收获，纸质印刷都挺好，建议购买

非常畅销的书籍，感谢作者无私奉献。

很好的一套书，买的第2套，准备送人

说的很专业。好评。

我可以负责任地说这是一套好书

一口气买了二十多本书?慢慢看，增加知识素养！是不是正版不知道，不过字体还是很清晰

家人说还不错，继续学习中

在这个亚健康普遍存在的当下，多了解自己的身体，健康生活。

好好好好好好好好好好好好好好好好好好好好好好

京东到货快！在京东自营店买的东西太多了。我就不逐一评价了，不然会滞留很多订单没有评价的。京东自营店是我最信赖的，质量保证，物流快，送货师傅态度好，全程信息查询方便，早上下单下午就送到了，每次都是称心的购物！如果我用这段话统一评价，说明我这次购物没有任何问题，评价好最起码在98%以上；如果有不满意，我会诚恳地提出意见，反馈给京东反馈给商家，相信他们一定会吸纳改进，这样就会做到十分满意了。谢谢。！！！

这书看了好久，难得有活动。

已经是我买的本系列不下10套了，自己看和送人。经典，一本书了解东方养生智慧。

一直喜欢在京东购物 不错 方便快捷 支持京东

书早已收到，一直未评价。是正版的，书写的很好，很实用。我在用书上的方法调节有半个月，感觉还可以。

京东图书正版 发货快 服务好

方便，便宜，还不用从书店扛回家，省事

把中医养生的道理深入浅出的讲解，例子加深理解，开始做一个月看看能不能受哈哈

看《求医不如求己》的时候书里推荐的，正在看，感觉观点不错，书里的方法关键是要坚持，也期待效果，有个健康的身体！

买给小孩学习的，希望能够取得好成绩

收到，学习中，书是简体中文的，太好了

字迹清晰，纸质厚实，到货神速，喜欢在京东购物，现在都会拉朋友亲戚，在京东上面买书，很不错的选择，看起来是正品很不错，送货态度也非常的好。。。

昨天下单，今天就收到了，还差两本，书很好，而且参加活动买的，很便宜，性价比太高了，很好的体验

应该是正品,没看内容,不知好不好

正品，物流很快，产品与介绍一致

最近刚好想要了解一下这些方面的知识，就买本书看看

很好的一本养生书籍，会按照里面的内容帮助自己和家人拥有一个健康的身体

东西不错我很满意以后继续购买

书是分开发货的，质量挺好的

很好看，是正品，质量很好，内容丰富，能涨知识，陶冶情操，太棒了，好评

好书，如饥似渴，一周就读完了

正品无疑，活动的时候买了一大堆书，非常实惠

很好，一直在京东买书。

还没有仔细拜读，应该是非常好的书籍，网上的评价很好，囤货中，就是买的太突然，价格可能是买高了。

朋友推荐的，某种意义上来说颠覆传统认识。又购买了多套送好友

很好，真不错，物美价廉……希望多做活动，多优惠！快递也好快，晚上下单，第二天一早就到了！在京东购物太省心了！

非常好，值得一看，快递大哥辛苦，谢谢。

非常好的身体保养指南，印刷质量好，服务配送快，京东一直这么好！

京东购物不错 方便快捷 发货很快

好，正版，书的内容很有意义

是一本增加医学常识的书籍，用做家庭藏书比较不错！

最爱京东配送，最爱京东好货！

老妈特别喜欢这两本书，感觉很值得

东西拿到了，第二次买，送货快，书也很好！？

书本身挺好，但书盒破损，见晒单图片，是给别人买的，还好是熟人，就不换了。

支持京东自营，东西很好。

在京东购物很方便~~~~

爱护自己的身体状况良好效果不错?就是你我

应该不错吧，已经买过，送人的

书本印刷清楚，有塑料封。

内容丰富，很具有实用性，有参考价值。

不错的思维 值得一学 希望对自己有帮助

很实用，已经学起来了。

好好书一起读一读 加油 读书使人进步

当初偶尔看到1的时候，非常喜欢，照做了一段时间，身体状况确有改善，可惜后来没有坚持下去，最近大妞咳嗽老是反复，买来试一下。

健康无价，好好学习

看了人体使用手册，对保健有益

价格超级优惠，服务优质，比店铺便宜

身体素质差，有必要研究一下人体使用手册

京东不错发货快服务好支持京东还是喜欢在京东购物

多读书，多学习，常进步，了解一下人体

质量好，包装好，物流快，服务态度好。

还可以。 。 。 。 。 。 。 。 。 纸质一般般。 。 。 。

很好很实用的保健书籍，很遗憾这么晚才遇到它。不过，只要遇见也都不晚。

怎样使用人体 呵呵 呵呵 呵呵呵

是正品，价格适中，使用没什么问题。

买来自己看，据说写的很好。

有意思的书，系统科学解读中医思想

很满意，物有所值，值得购买!!!

有些中医道理是自成体系的，不必要全信，但是也不能不信，预防为主

送朋友的礼物 适合放在办公桌没事拿起来看几页 要认真看 受用！

物美价廉，这些书很有用，不错

就不多说了，给力啊，发的顺丰嗷嗷的

很实用，正品，没事就会常看看

内容很实用，读起来感觉也不会觉得太过厚重，很实用的一本养生书，看完给妈妈也买了一本哦～上班族也有必要学习哦～

包装精美，质量很棒，一如既往的使用自营

还是要多研究才好，简单看看没多大作用，仅供参考

朋友帮忙签收的，还没看，相信京东

京东 不错 发货快 服务好

第二次买了，很好。。。。。。。

这是一本正经的确不错的选择哦！

太太看过简易版，觉得不错，又要买两册。

多快好省，物美价廉，好评吧

内容不错值得购买，我推荐。

很不错的养生图书，物美价廉

朋友推荐的书，一定认真看

很实用的一本书，内容很好了

很实在的一本图书，每天在看了

正版书籍，京东购物比较愉快

宝贝很实惠，下次再来买。

看起来很不错有时间好好啃啃

不知道什么东西，老婆买的，快递小哥态度比较好

以工程师的语言讲解中医，通俗易懂，实在是一本好书。正在按书中方法实践，效果以
后再评价。

内容祥实，印刷和包装精美

别人介绍的 很好的书 买来看看

看别人推荐的。应该不错吧。回来继续追评

东西挺不错的，很喜欢，值得购买，推荐推荐

实在太好了，身边的朋友看见了都让我帮她们买！

质量非常好，与卖家描述的完全一致，非常满意，真的很喜欢，完全超出期望值，发货速度非常快，包装非常仔细、严实，物流服务态度很好，运送速度很快，很满意的一次购物

书的内容对于日常生活很有帮助，继续阅读中。

这书强烈推荐，我也是被亲戚安利的。中医是老祖宗的精髓，但是为什么现在西医盛行，因为赚钱。几百上千的医药费，也许中医只要几块钱的几副药调养。现在的人满脑子就只有钱，利欲熏心。有能力的建议再看下黄帝内经。

不错，哦慕名而来。好好学习

到货快，物美价廉，东西不错！

原理讲得通俗易懂，一口气又买了6套送人

核武器的一样没怎么我看

还在阅读，有借鉴之处。书的封面有破损，不影响阅读，不想换了

这本质量非常不错哦！内容也很丰富值得一看

不错。 。 。 。 。 。 。

哈哈哈哈哈哈隐隐约约隐隐约约哈哈哈哈哈哈

智利奇异果猕猴桃 12个 单果约80-100g 新鲜水果

文字通俗易懂， 大家都能看懂， 有机会多看看

好好看看， 应该不错

不错， 价格实惠， 活动力度大， 值得推荐！

挺好。 zzzzzzzzzzz

值得购买很好的一套书籍， 看了以后豁然贯通的感觉

一本好书， 值得一读， 是一个较为简易认识自己身体的科普知识书

包装完好， 支持正版， 价格优惠， 第四次买这套书了， 送人。

非常好的一套书，个人非常喜欢的阅读。

买了2本养生之道的图书，每天在看了

观点独特 系统讲述 纠正了长久以来的误区，买了15套推荐给家人及朋友了看了
他们也说值得读

非常完美，正品，送货快，好评！

很不错的书，看了很受启发，建议大家都来学学。

同事说，书不错，纸质好，是正品，真的很好！

很好的书，多学习照顾好自己的身体.

给老爹买的，应该还不错吧！

第二次购买这本书了，不错不错

一直信赖京东，愉快的购物。负责的物流师傅。

单位图书室自用的，送货很快

送礼当然要送健康。“人体使用手册”送自己送家人送朋友的健康书。

活动购买实惠，东西好，送货快

家里老人在看，是别人推荐的，还行吧

好~~~~~

吴清忠先生的书很正宗

家人非要买，也不知道内容靠不靠谱，哎...

这本书前面是漫画，后面是一些文字说明，还可以嗯讲出了一些内容

凑单时偶然发现的，当年1和2都买了，现在都出3了，买来看看有什么新的增强体质的观点方法。

这书很好，对于保养身体是一部很好的教材！

物流速度快，东西好！

挺实用的一本书，认真学习

非常有用，买来送朋友了！

内容不错，有一定的实用价值，值得一看。

[人体使用手册（套装共2册）](#) [下载链接1](#)

书评

[人体使用手册（套装共2册）](#) [下载链接1](#)