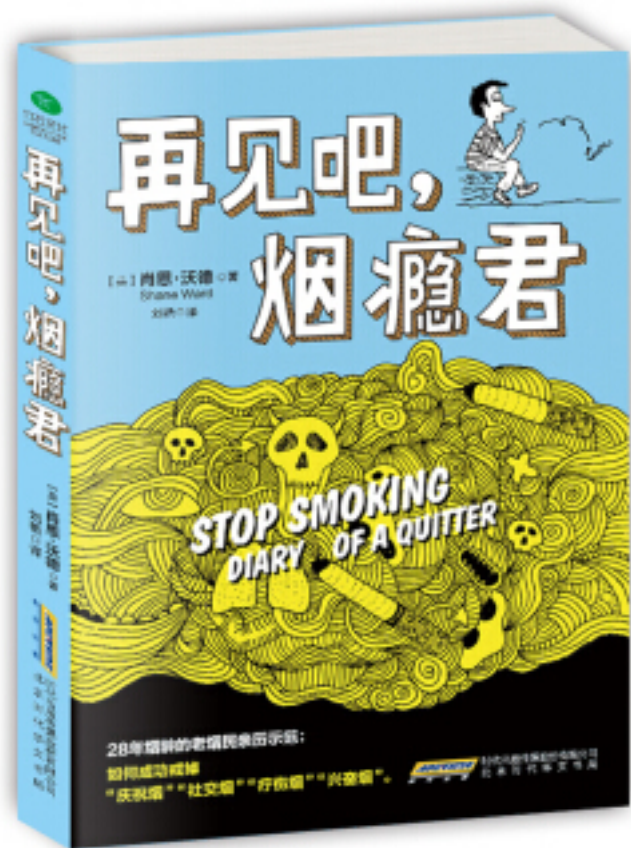


再见吧，烟瘾君



[再见吧，烟瘾君_下载链接1](#)

著者:[英] 肖恩·沃德 著，刘艳 译

[再见吧，烟瘾君_下载链接1](#)

标签

评论

很好很满意的东西 快递以及质量很好很满意

京东618活动时买的书，超划算，囤书慢慢看。

跟同一题材的书差不多，可以看看。

到货，还没打开看，想戒烟

书本印刷质量没问题，纸张看着很舒服，内容丰富实用性很强，真正的健康指导书！价格优惠物流迅速，很满意！很喜欢！

帮大嫂买的书籍，一直都在京东购买各类书籍，放心、配送快，优惠又实惠，下次有需要再来！

作者以自身经历叙述观点，还没开始看，不过从纸张及印刷上还说不错的，希望是一本值得阅读的书籍。

一次買了幾本書，大致翻一翻，覺得還不錯，要加油學習了

是正版，非常值得推荐的戒烟书，送给多次戒烟失败的人——对戒烟有着巨大的恐惧，觉得自己实在没有勇气再尝试一次。这边书可以让你重燃信心和勇气。

买给老公看的，希望他看了把烟戒掉

心悅這款書很久了，終於到手了，學點小知識，不錯的書本

一直都听老一辈说，今天什么节气了，该吃什么。看了这个书，原来养生是如此重要。

包装精美，快递神速，主要是赶上双11的活动十分给力！大赞啊~

这两本书其实真的算是讲了些东西。虽然大部分人都知道要注重饮食，可却没有勇气的毅力去坚持

正版书籍、发货迅速。

现在不养生，将来养医生， 从现在开始注意身体，注意养生，将来不给孩子添麻烦

这本书不赖，值得一看！

此用户未填写评价内容

书放在购物车很久了，终于狠下心买了，试试有没有效

是一本好书，只不过没有时间看书，嘻嘻

这是在买了瘦孕之后买的一本书。希望可以让自己走上一条健康的路。

送给多次戒烟失败的人——对戒烟有着巨大的恐惧，觉得自己实在没有勇气再尝试一次

。这边书可以让你重燃信心和勇气。

对广大上班一族来说，本书太实用了

有一种书，买得时候可能是头让门挤了，放在桌上一周了，我就是没兴趣翻开看。巨婴国看得我烧脑，本来应该来本轻松的换换脑子，可是这种书就是看看封面就没有打开的欲望啊，我不仅苦苦思索，我买这本书的原因到底是啥？有没有想看这本书的？举手，让我瞅瞅[捂脸][捂脸][捂脸]

特价入的，物流非常快，东西质量也很好，相信京东品质，希望一直保持

通用评价，都不错，有问题就退货了，配送员尤其不错

东西不错，对自己身体有好处。

是正品书，非常满意，快递也快

看到很多人推荐买来学习学习。就是整体看完，把食品分了很多种类，上火的，不上火的……等等，但没有明确说建议怎么吃，说了啥不能吃，没有说到底怎么吃，吃什么样的搭配。所有故事情节一个套路，看完还是不知道怎么吃比较好……

里面介绍的挺详细的 买来送人的

正版，实惠，物流快，服务好，包装完整

好书值得收藏，物流也非常快

很好的书，给父亲买的，老人烟龄很长了，希望他能早日戒烟，为自己身体考虑考虑，最近感觉抽烟没有以前那么多了

很好，看看吧，真希望能戒掉自己的烟瘾，对自己身体不好，对以后出生的宝宝也不好呀。书质量很好，还是双色印刷的，幽默诙谐

吸烟不好，大家都知道，就是戒掉烟瘾还是不容易的一件事，希望这本书对我能有有帮助，还送了个小本子，挺好

还没看完呢，书质量不错

不错的东西哦。家人很喜欢，希望京东可以越来越好，追求更高的品质。谢谢

适合所有希望更好掌控行为、习惯、提升生活品质 and 效率的人，里面小插图挺有意思的。

给爸爸买的，让他尽快戒烟吧，不想天天当二手烟民啦。翻看了下书籍很不错呀，正版，支持

很不错的书，精美还有小漫画，枯燥的书籍变的有趣了，努力戒烟中

收货很快，值得一看。

顺应二十四节气的气候变化，调理膳食，调整活动方式，一部实用的四季健康调理全书

在看了，不知道有没有用

总是在抱怨忙着上班忽略了身体健康，阅读这本书让你工作养生两不误。

一直都习惯在京东购物，东西很好，物流也很给力

没有亚伦卡尔写得好

京东商城，品质保证，物流高效，服务到家，十分给力，超赞一哈！

希望自己真的能吃到自然瘦，太想好好减肥下去了，不然都丑死了……

哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈

京东的东西值得信赖

还行，正在看，可能有用

买来送哥哥的，有塑封，还送了小册子，内容没看，感觉不错，质量很好。

这本书是买给爸妈的感觉不错吧，纸张质量也好呢！总体很满意！

书是好书，就是烟没戒掉

很好的书，可以丰富知识，闲暇时间来看很好，比较满意，效果如图。

在外人看来，每天坐在宽敞明亮的写字楼里拿着高工资是一件美事，然而，这一切都只是光鲜的外表。由于工作忙、时间紧、压力大等诸多因素，上班族的健康变得岌岌可危，健康养生势在必行！本书运用十二时辰养生法进行讲解，内容涉及上班族工作、生活的各个方面，详细地告诉你如何运用传统中医的养生知识以及现代的养生理念让自己重获健康。

不错哦 呵呵 很喜欢 下次再来 赞一个

以后就在京东买书了，货真价实还便宜

准备好洪荒之力，准备好坚强的意志力，戒烟戒烟

[illegible]

很好!值得一看!

京东搞活动买的，所有书的印刷质量都很好

东西很好我很喜欢，下次再来

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。

还是很不错的书，上班很枯燥无聊，空闲时间看下，学习下好的生活方法

还没看先好评吧支持了

给妈妈买的，有塑封，还没拆开看，应该还不错。

塑封包装好，觉得书不太厚

书是正版，京东快递给力。

书的内容很好，这次购物很满意，买过多次了。

正版书，老婆怀孕买的，我看了下，其实适合所有的人学习、实践。

以后买书就在京东了

还可以，没事看看学习一下

两本一起买的，速度很快，迫不及待的打开阅读

买了好多书 慢慢看，感觉有的还挺有用的

上班族的养生经，拯救上班族吧，纯文字好枯燥乏味！

养生的一本书 20个24个节气的养生经内容很丰富 身体比较好 东西很有用 物流很快 喜欢在上面买

一口气买了九本，养生经是买给母上大人的～？

新书来的，有胶衣包着，内容全面，强烈推荐

多多充电，相信京东，好好学习，天天向上

很好啊，字迹很清晰，很清楚，质量很好，感觉不错，京东快递很快，支持一下

嗯。内容不知道怎么样，还没有细看！哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈，京东做活动，我能怎么办，不买难受？

学习养生，从掌握二十四节气入手！

印制很精美，非常喜欢看，里面还有菜谱 哈哈，有空做来吃

一直在京东上买书，又快又好又便宜。继续关注！一直在京东上买书，又快又好又便宜。继续关注！一直在京东上买书，又快又好又便宜。继续关注！

一直在京东上买书，这次还开通了plus会员，再使用优惠券非常划算。书也都是有塑料外包装，质量不错。

买来还没看，希望内容有所帮助

包装不错，质量可以。

书已收到了，刚拆开，还没看，应该还不错吧，看了再说吧！

活动价格实惠，送货服务好

不错，一如既往支持京东

讲解非常细致，有图示，好学易懂，易于操作练习，携带方便，随时随地均可学习，有效果。

在外人看来，每天坐在宽敞明亮的写字楼里拿着高工资是一件美事，然而，这一切都只是光鲜的外表。由于工作忙、时间紧、压力大等诸多因素，上班族的健康变得岌岌可危，健康养生势在必行！
本书运用十二时辰养生法进行讲解，内容涉及上班族工作、生活的各个方面，详细地告诉你如何运用传统中医的养生知识以及现代的养生理念让自己重获健康。
如果你每天都感觉身体乏累，如果你感觉自己的精神状态不佳，不妨按照书里的方法调整一下，相信很快就能重新激活生命的活力！

买来给老妈看的，养生养老的知识多知道一些总是没错的！！！！

不错，我很喜欢，没事看看书，也挺好的，孩子也会学着我的

在京东上买了好些书，发货快，活动也多。质量有保证！

质量很好，内容丰富，一次愉快的购物

二十四节气养生书内容充实，通俗易懂，附上插图，百读不厌。

还没打开看，给老人买的。

这本书对上班族来说非常实用。工作之余看一看，然后照着书上的说法来做一做，对身体健康很有好处，是上班一族的养生宝典。

上班族是比较被坑的一族每天压力都很大。挣得还不多。不注意保养自己，就是真的玩命了。买来保养自己一下。希望能有所收获。

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，运送速度很快，很满意的一次购物

今天刚拿到，朋友推荐的，身体是本钱。

奔三的年纪，最近看到董卿的拜访，里边有一句话特别好，大概意思是不要抱有什么目的去看书阅读

根据节气养生很好，能知道什么时候吃什么东西

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！！！！！！

一次买了好多书，满减活动非常实惠，出货的速度也很快，每本书都有独立包装，喜欢

很好，讲的东西很有用，物超所值，多看看，多学习

学习一下如何养

顺应天时，调整身心，打造百毒不侵的体质。这是一部藏在节气里的养生智慧书。重磅推荐。

上次买四百的书一百购入，这次又大优惠，六百的书，花两百购入，太实惠。

包装的挺细，还算按时送达，书有优惠，买的挺合算！

很优惠，每次有活动就会买。买了一大堆！还会接着买买买！

给公司填充书柜，买的书，很超值，一直信赖京东，从服务到物流，没有不满意的。因为购买的太多了，就统一回复吧。

好好好好啊好

以前的人喜欢怀孕像包子，皮厚肉少，现在的人应该像小笼包，皮薄肉多[坏笑]

非常丰富的一套书，很多都是著名的故事情节，我都很喜欢看，小先囤着，值得收藏。京东买书太合适了，买书来京东，只认这一家。

一次买了九本！特别划算哦！！！慢慢看

京东图书真是物美价廉。便宜的你想一直买买买。快递员也很负责，送到门口。

每一个订单我都会认真并且真实评价，因为这是对卖家的尊重和对其他买家的负责任的做法。首先声明，卖家没有好评返现，不是由于返现才评价这么多。

老公说，这都是我送他的生活专业书，不知道好毕业不？嘿嘿，一起学习。

别人推荐的，还行吧～反正价格不贵！

预防自己老年痴呆，从现在开始。

很好的一本书，让人舍不得放下。向往健康养生的人应该好好看看。

这段时间买了好多的书，有的书翻开看了一下，都很好，相信每一本书都能让人学到很多知识。

挺不错的，每个节气都有不同的作用。还挺喜欢的。

一个多月送货

京东越来越漂亮 京东棒棒的 书已经超过某当了

挺好的书，买书有瘾，家里已经一万两千多册书了，但京东一有活动还是会忍不住地买买.....俩娃的家庭图书馆，继续充实！

快递很快，早下单晚收货，?! 书也很好，包装及纸张都不错！

书不错，质量也非常好，质得购买。

送货快，还没拆开看，阅后再评

速度很快 包装挺也不错！一直信赖京东自营的东西。赞一个！

此用户未及时填写评价内容，系统默认好评！

挺好的 希望有帮助

群里妈妈推荐的书，还没有看，不过相信过来人的经验

第二次买了 领导评价不错

很实用～说的很清楚很好～让阅读成为一种习惯～物美价廉～促销价

东西很快就到了在春节期间，真的很佩服京东，质感也很好！！！！

还没来及仔细看，大体翻了一下，感觉很不错，很适合上班族

不错。纸质可以，印刷质量也不错。

我很惊讶台湾人费这么大劲些本书居然就是给自己的生意做个广告。全书没有一个章节是有用的，全部都是她给顾客做养生顾问的案例，以及对方的效果。只有结局，不讲过程。一个多小时看完全书，结论就是“她似乎很厉害，我依然不知道我是什么体质，我该怎么瘦？”

内容通俗易懂，简单实用

非常好的书 对于上班族来说应该看看

速度快，包装好，非常满意！好评！！

看明星推荐的，买来看一下

刚看到一点，收获颇多，里边的观点很是赞同

非常全面的一本养生参考书，从专业的角度对各个节气进行解释说明，挺好的。

还未拆，应该不错！

隔天送到，还可以接受，质量还可以。

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,每样东西送货上门。希望京东能再接再厉,做更大更强,提供更多更好的东西给大家。为京东的商品和服务点赞。

昨天订单，今天就到了，正品，很好很好！希望来年好孕！

和瘦孕一起买的，还没来得及看呢！

易懂，包装好，物流飞速，满意！

内容不错，包装完好，真心不错！

发货速度非常理想，书很好，看了几页，真的很自帮助，赞

书收到了，确实挺好，价格比市场价便宜多了

妈妈要减肥，自己看中的，健康减肥。哈哈哈哈

收到货了，感觉还不错哦，挺喜欢的，用起来也不错，哈哈，值得推荐！！

还不错每本书都有塑封。

内容很简单，与科学有点游离。

还可以的，按照时刻安排养生

天气转暖，开始学习科学瘦身

质量不错，价格挺优惠的，物流挺快的

书收到了,没有看,物流快,服务态度好。

还没看，希望内容合适，包装好，不错

书的质量不错，送货快，值得购买

图书正版，价格优惠，值得购买。

挺好，孩子也爱看！！！！

很好啊，京东快递就是快呀

别人推荐买的，刚收到还没看

收益匪浅 也跟身边人分享了不少小知识

京东自营的，购物之前没有理由怀疑，购物后，更没有理由不给好评。

非常好，长见识了，活动给力，好评

好书推荐一下，让我们这些80后明白了老祖宗对于时节的科学理解

5咕咕咕6哥6过些天发5发5发6发6发6哥6哥6

很详细，每个节气不同的注意事项，和饮食方面，希望家人都健健康康的

替同事买的应该还不错吧

买了好多书，包装结实，书本不错，京东快递超级快，很满意。

味道好，鸡肉味，嘎嘣脆！

[再见吧，烟瘾君_下载链接1_](#)

书评

[再见吧，烟瘾君_下载链接1_](#)