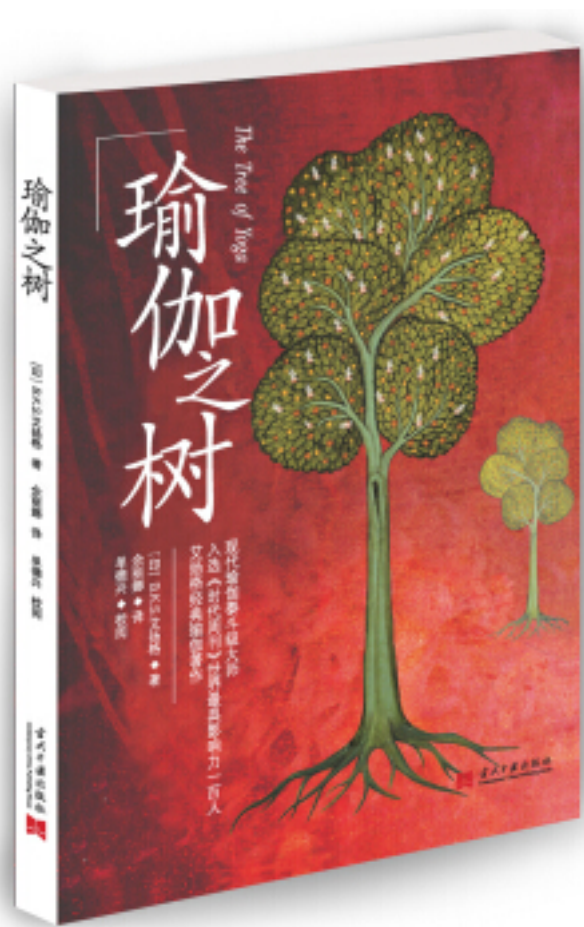


# 瑜伽之树（2版）



[瑜伽之树（2版）\\_下载链接1](#)

著者:[印度] B.K.S.艾扬格 著，余丽娜 译

[瑜伽之树（2版）\\_下载链接1](#)

标签

评论

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！

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，刚开始用有点涩。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，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

详细介绍了瑜伽?♂?炼功的各个阶段的实践经验和要点 值得阅读学习和借鉴？

艾扬格瑜伽圣经啊！原来有英文版，现在出中文版了，又收了一本。

看了几天了，总体来说跟体式没有什么关系，一些生活感悟

使用环保包装，很赞，书都用了塑封，活动价买的很优惠，在浮躁的现实中必须用书来保存真实的自我，快递小哥服务很好，送货时不在，专门打电话确认存放地方，谢谢！

我——璃莹殇·安洁莉娜·樱雪羽晗灵·血丽魑·魅·J·Q·安塔利亚·伤梦薰魅·海瑟薇·蔷薇玫瑰泪·羽灵·邪儿·凡多姆海威恩·夏影·琉璃舞·雅·蕾玥瑗雅·曦梦月·玥蓝·岚樱·紫蝶·丽馨·蕾琦洛·凤·颜鸢·希洛·玖兮·雨烟·叶洛莉兰·凝羽冰·泪伊如冰落·殇心樱语冰凌伊娜·剁手，觉得这个宝贝非常不错！

好久没买书了，毕业后除开给小孩买过，自己是头一次。里面的动作是真美，真难啊。收藏起来先，从初级练起，找个keep练着，希望一年后能用到本书。功力不够。

商品外包装很完整。书籍的印刷、装订、纸质、排版设计都很棒。快递员送货速度很快，服务态度满分，尤其特别可贵的是快递员为客户考虑的十分周到——会电话询问送到哪里更方便。

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！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。

用京东以来第一次遇到包装破损。这本书还没有看但是已经泄气了：图片里的动作似乎是做不出来。

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。

好，很好，我都还没有看，一次性买了很多书，一年的书都有了，，会慢慢看的，尤其是孩子的绘本，培养孩子看书的好习惯，营造一个好的读书环境。

-----  
包装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！漂亮，大气，档次高，质量好。  
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，速度飞快！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，刚开始用有点涩。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。  
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，作为一个京东粉丝，在京东买的东西实在太多太多了，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。

-----  
《现代瑜伽圣经：瑜伽之光（完全修订版）》被誉为现代瑜伽圣经。作者艾扬格先生是目前在世的全世界伟大的瑜伽导师，享有国际盛誉，曾入选美国《时代周刊》全球有影响力的100人排行榜。他是首位从20世纪50年代就离开印度前往西方传授瑜伽的大师，正是由于他不遗余力地推广，才使瑜伽成为风靡全球的健身运动。这本《瑜伽之光》已被翻译成17种语言在全球出版，一直是较为畅销的瑜伽书籍。艾扬格大师在书中首次向全球全面介绍瑜伽的练习方法，细致讲解了瑜伽呼吸控制法和清洁法，特别讲述体式要点及益处，并亲身完美示范了200个瑜伽体式的完整技巧，配以592幅珍贵照片，书中还有艾扬格大师亲自设计的共300周的瑜伽周练习计划，使瑜伽初学者循序渐进达到高级阶段。  
《现代瑜伽圣经：瑜伽之光（完全修订版）》1966年首次出版便引起轰动，被评价为“西方人通往东方古老健康艺术的捷径”。通过《瑜伽之光》，上万人开始修习瑜伽，并把瑜伽作为日常生活的一部分。《瑜伽之光》是每个练习瑜伽者必备的指导。

-----  
字很清晰，性价比高，京东物流快，很满意的一次购物，全五星好评

-----  
书挺不错的，纸质好，印刷清晰，物流也很快，很满意

-----  
这本书是B.K.S.艾扬格在欧洲各国的演讲结集，书中介绍了瑜伽的基本知识，能让人较快地了解印度瑜伽修行的梗概，感受这位瑜伽大师的学思历程，体会作者一生练习与教学的心得。不论你是瑜伽的门外汉，还是已有瑜伽基础，想再深一层地探索这门整体学问，这本小书都能起到指导作用。

东西很不错，京东到家方便。就是里面的冰袋有破的，搞得袋子外面滑腻腻的！

$$\frac{\text{赞} \setminus (\geq \nabla \leq) \wedge (\geq \nabla \leq) \wedge (\geq \nabla \leq) \wedge (\geq \nabla \leq) \wedge (\geq \nabla \leq) \wedge (\geq \nabla \leq) \wedge (\geq \nabla \leq) \wedge (\geq \nabla \leq)}{\nabla \leq) \wedge (\geq \nabla \leq) \wedge (\geq \nabla \leq) \wedge (\geq \nabla \leq) \wedge (\geq \nabla \leq) / \text{赞赞赞}} \setminus (\geq \nabla \leq) \wedge (\geq \nabla \leq) \wedge (\geq \nabla \leq)$$

吾浸淫京东商城数年，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。

很值得一看！静心练习瑜伽的爱好者看后应该都会有所收获。内容是大师的心得，也是他在各地演讲的内容。纸张不错，印刷也好。而一同买的《瑜伽之光》令人大失所望，纸张印刷像是盗版质量，内容也不如有些评论的那么好，细致度、要点提示、配图详细度都不如18.60的《瑜伽大全》白金版。

拿到手的感觉就怎么这么薄呢。这不刚刚去Tiffany的映客上做了下对比感觉就是薄了一些。等下看看内容吧!

好书，趁双十一活动入货

很厚的一本书，有些比较难的动作，我们慢慢研究研究吧，难度很大的

很厚的一本书，质量与价钱相对应（一般好的都要一两百）！纸质粗糙，照片黑白，不影响阅读，如果想节约又想学习可考虑！内容等看完之后会追评！

-----  
现在好像已经挺难买到，但是喜欢，慢慢看。希望能有收获。

-----  
买来还没看，包装很好，书没磕碰。

-----  
翻看了一遍。膜拜艾扬格大师，但是不建议将这本书作为瑜伽入门书籍，还是比较适合跟专业老师学习了基本的瑜伽体式之后再学习会更好吧。今天收到了一半，过两天还有二十来本书，这两年都不需要买书了吧～哈哈～活动给力，以后有活动再卖，书不嫌多，还是喜欢纸质书。

-----  
这本书绝对值得推荐，无论是瑜伽老师还是瑜伽爱好者都值得收藏。这本书收到的时候是封着皮的，纸质好，现在是我的宝贝。京东快递很快，服务很好，品质高有保证。

-----  
早就留意这本书了，因为生宝宝有了腰疼和肩周炎的毛病，身上经常疼，听说练瑜伽对改善身体机制有帮助，练习瑜伽是个长期的过程，像我这种治疗疾病的瑜伽练习在瑜伽馆十节课就快四千了，算了下来一年下来也是一笔不小的费用，平时上班，下班看孩子做家务，时间上也不允许，下定决心买来这本书抽空自己练习，不得部承认瑜伽得魅力所在，已经学会了几个动作，每个动作只要根据书上的要求用心练习，都会收到很好的效果，身体会留汗，筋骨会得到拉伸，做完动作后虽然会累，但浑身会有种轻松感，很好，还会继续练习

-----  
物流慢OK不追究，但是你这个包装也太简陋了吧，外包装就是一个口袋，收到的实物书连保护膜都是坏的，无语了

-----  
瑜伽既有体式也有哲学和思想的铺垫

-----  
还没有看，包装特别新，瑜伽的必备之良书，感谢京东特别好

-----  
此用户未及时填写评价内容，系统默认好评！

-----  
京东自营，值得信赖，正版无疑。

-----  
买书就是乐趣，豆再多点就好了

-----  
包装精美，对瑜伽进一步了解吧。

-----  
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，物流公司服务态度很好，运送速度很快，很满意的一次购物

-----  
学习瑜伽的书，慢慢学习慢慢练习，受到启迪

-----  
一次性买了好几本。开始喜欢上瑜伽课。老师推荐的这本书，看看应该有用。

-----  
《现代瑜伽圣经：瑜伽之光（完全修订版）》——来自B.K.S.艾扬格本人的瑜伽指导简洁清晰地阐述瑜伽哲学，以及达到瑜伽的正确途径。亲身完美示范200个瑜伽体式的完整技巧，大师本人详尽讲解每一个体式的要点及益处。对瑜伽呼吸控制法和清洁法独特而富有启发性的指导。大使亲自设计的共300周的瑜伽周练习计划，使初学者循序渐进达到高级阶段。瑜伽治疗，有助于各种疾患治疗的瑜伽体式练习。600多幅艾扬格亲自示范的老照片，拍摄于20世纪60年代，是弥足珍贵的历史资料

-----  
大师很厉害，那些瑜伽体位我学不来，级别高暂时只能看看而已啦。

-----  
好看，厚厚一本，不是精装，希望出精装，可收藏，哈哈

-----  
作为一个男生，不知道什么时候能下定决心去练习瑜伽并坚持下去。但不过如何先买一本艾扬格大师的《瑜伽之光》，学习一下理论知识？

-----  
东西不错，下次再来

-----  
还没来得及看，不过挺期待的，真想给自己放个假慢慢看，外包装完整是正版，快递的速度很快，态度很好！

-----  
字体很清晰，好大一本，物超所值，很满意的一次购物，好评好评！

-----  
给朋友送的礼物！

-----  
书本的质量真的没得说，价格还比在书店买便宜的多，自从朋友推荐来网上买书之后，每次想买点什么书都会先到京东来搜索看看。

-----  
书应该是正版看起来纸质还行，内容很丰富，店家发货挺快，总体非常满意，希望能对练习瑜伽有所帮助

-----  
书不错。看了内容。对于我初学者入门还是有点迷茫。因为我笨，有基础的建议买。0基础的在浪费

-----  
非常好的一本瑜伽书籍，很详细，对于初学者的我看了之后很大的收获

-----  
艾扬格大师的书籍。家庭必备品，京东方便快捷，送货快，凑单囤点备用。

-----  
简洁易懂，学习瑜伽，需要多了解一些瑜伽知识。这本就比较容易上手

-----  
因为想了解，一口气购了艾扬格自传和光与树三本，得慢慢读。

-----  
很不错的书，讲解很到位

-----  
学习瑜伽，购买的新书，艾扬格瑜伽的补充版本，还不错！

-----  
很不错的一本书，值得阅读！现在时间精力有限，阅读要阅读经典书籍！

-----  
一直相信京东，东东质量有保障，送货快，服务好？

-----  
集中购买，优惠多多，很喜欢的一套书。瑜伽之旅，值得推荐

-----  
瑜伽爱好者必看 不错不错

-----  
艾扬格大师的书，每一次阅读都有不一样的收获，赞赞赞

-----  
瑜伽的理论书，要认真练瑜伽还是值得看看的。

-----  
终于收到我需要的宝贝了，东西很好，价美物廉，谢谢掌柜的！说实在，这是我~购物来让我最满意的一次购物。无论是掌柜的态度还是对物品，我都非常满意的。掌柜态度

很专业热情，有问必答，回复也很快，我问了不少问题，他都不觉得烦，都会认真回答我，这点我向掌柜表示由衷的敬意，这样的好掌柜可不多。再说宝贝，正是我需要的，收到的时候包装完整，打开后让我惊喜的是，宝贝比我想象中的还要好！

非常好的一本书，瑜伽老师推荐的，必读书。里面的内容也特棒，建议读读哦！

一下子买了十几本瑜伽书籍，都不错，想全面了解一下瑜伽！

在京东购物，商品、包装、物流都无可挑剔，满意。

刚刚开始学习瑜伽，了解一下。书的质量不错，送货也很快。

了解更多的知识，可以让心灵得到升华的文化和运动，爱好瑜伽的人必备读物！

很厚实 艾扬格大神真的好厉害 膜拜～

艾扬格大师的书瑜伽习练者必读之经典。

好，非常好，特别好，哈哈哈哈哈(?ω?)hiahiahia

书特别好，特别的喜欢，推荐购买

很清晰，每个动作介绍的很详细，图文并茂。

-----  
有活动就买呀，有活动就买呀，有活动就买呀！

-----  
百年经典，值得珍藏~~~价格便宜，活动给了~~

-----  
帮同事买的，听说这本书不错。

-----  
喜欢，很好的瑜伽书，正版装订

-----  
之前都是买童书，这次买了自己看的书，很好，充实自己

-----  
生活养生健康瑜伽生活养生健康瑜伽产后恢复

-----  
很实惠，快递也很快，买来看看

-----  
老满意老满意老满意的

-----  
此用户未填写评价内容

-----  
做活动买的，保持苗条身材的捷径，天天练练

-----  
非常好，推荐给好朋友们

慢慢看 看完了 又买了瑜伽之光 盼望着

一直在京东购物， 12 点下的单，晚上五点送到，明天安装

实用好书、党员学习必备。

排版清晰简洁，体式深入的照片更多维化，每一个体式还搭配相应的脉轮，非常专业～

优惠购买，很实惠。棒棒的

艾扬格的每本书都是经典，值得反复琢磨

京东活动还是很不错，不过618更好

东西不错，物流速度很快。。

送给同学的！很喜欢

非常好的书，很喜欢

书中有错页。 厚厚一叠。 不知道能不能退。

很好！ 内容很详细。。。。。

书本质量还可以，希望内容也不错。

价格优惠 活动给力哦

印刷黑白图片较多稍微有点异味，放一下应该能好一点，抱着了解艺术的心态看这本书，果然被瑜伽的艺术折服了，很好看

有深度……形式化的瑜伽和身心灵瑜伽的区别……好书！

做活动买的，很好的书

质量很好！ 赞，物流速度超快！ 赞

很喜欢这本书，买书就是乐趣。。。

纸张很好！ 值得一看的好书？

不错，买回来慢慢看。

-----  
是正版的书，物流快好评

-----  
不错的书，非常值得一读

-----  
通俗易懂，是本好书，强烈推荐

-----  
书收到了。好快。是正版的书

-----  
是正版的书物流超快好评

-----  
刚开始练瑜伽，买来看看

-----  
书收到了非常好，非常满意，物流一如既往信赖京东，还会回头回购

-----  
很好很好很好给你啊我

-----  
了解一下艾扬格大师的思想

-----  
京东好，上午下单，下午就收到

-----  
帮朋友买的，看封面还是不错的，内容未看

-----  
挺好的，物流也很快，给赞？

-----  
不错 有塑封 质量也很好！ 大雪天 一点儿都不耽误 给京东点个赞！

-----  
经典值得重温经典～～～

-----  
好书！瑜伽经典书

-----  
是正版的书籍.物流超快点赞

-----  
新书到手，好而不贵。超喜欢。

-----  
很厚一本书，讲的很好，哪个体式治哪个病，最后总结的也好，纸张不错，给京东自营点赞

-----  
书不错，但一切都贵在坚持

-----  
刚到还没看，应该不错吧

-----  
粗略看一下，看到图片，那些动作学会有难度，想了解瑜伽，书还可以，但是字体是不是有点小，个人意见。

-----  
艾扬格对瑜伽的体悟，没有讲技巧，只讲感悟

-----  
好书，朋友推荐的

-----  
瑜伽老师推荐的 初级者很多动作都难做到 加油ㄟ(ˊωˋ)ㄨ吧

-----  
书是正版 物流也很快 折扣时买的划算

-----  
图书与图片一致，内容也不错！

-----  
...

-----  
物流很快，包装不错。很好。

-----  
挺好的，理论知识部分我觉得很好！

-----  
一次买了不少的书，都挺好的，书目比较齐全，有问题时客服态度也好

-----  
终于知道爱杨泽为什么这么厉害了？瑜伽之光果然是，最好，最好的书了

-----  
大师作品，其中有很多大师亲自示范的照片，非常珍贵。这本书适合中高级瑜伽练习，对于体式练习来说是一本教学经典。

-----  
书真的很不错，要勤练习才行。

-----  
包装不错，送货速度快，好好

-----  
开始自学祖国医学。活动给力，又囤了好多书。希望京东越办越好，货品保真，打折多多！

-----  
双11活动买给父母的，性价比很高，物流很快。

-----  
书运输过程中保持完好，速度快！

-----  
好评好评好评好评

-----  
书本真的不错！有图还有详细的体式解说，能很容易理解

-----  
书不错，喜欢！

-----  
杂志的纸质，很好，不错

-----  
书真的是超厚超大一本的？

-----

一直想买的书。图片为主.

讲解很详细，配有图示，如果 能配有光盘就更好了。

锻炼身体拉进来了可口可乐了看看默默摸摸

讲解详实，有图有真相，印刷精美。是比较有名的一本瑜伽书，作者很有名，具体内容介绍简明易懂，但是大师示范的动作都是高难度，入门者学不来。就是凑单不容易。基本没有优惠，考虑到在京东享受过不少优惠，也就不计较了。

文字图片印刷干净清晰，唯一的缺点是包装，两本直接装京东的塑料袋里，有点儿损坏，还有点毛刺。只能把完好的送客户，这本自留了。总体不错，速度快快递很好。多谢。

好好锻炼 学习英语 你懂的

书非常好，喜欢瑜伽的联系入手

暂时没有细看，不过书内的纸质并不太好，书的内容肯定不会错，是一本经典书籍

书质量不错，就是有股油墨的味道

书很好，送货也快，慢慢看。

图片精美，讲解通俗易懂，是正品。

瑜伽本来不是艺术，是强身健体的工具。但透过艾扬格大师，我们发现，瑜伽真的是一门艺术。感恩艾扬格大师。

不知道是不是正品，书本身挺好的，对练瑜伽的很有用，每个体式讲解很详细还要图解可以在家里自己对照书练习

老师推荐的。

书的内容是非常好的，但为什么一定要把图片中的书做得这么厚，太骗人了吧！

非常好。很喜欢。

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

书籍很好初学者必备  
艾扬格瑜伽会发扬光大的。我是初学者，还没怎么看，暂时还没发现问题。书籍质量是不错的。

瑜伽之光被称为瑜伽的圣经，看完这本书对瑜伽有更深入的认识了。

很好??棒棒哒购物体验，很喜欢，非常不错，快递小哥棒极了???

一直想入的一本书 瑜伽的练习这本书很实用 希望花一辈子时间去坚持练习去感知身体的觉知力

-----  
学习学习中。

-----  
京东真的是非常好，无论货物还是服务！！！我要向亲朋好友大力推荐！！！  
刚收到书就迫不及待的翻看起来，大概看了几十页就开始迫不及待的开始整理家里的柜子。清理出了很多空间。断离舍不只是一本清理整顿的书，还告诉我一种生活态度，从购买开始，甚至从要开始，就开始提醒自己。现在突然觉得要得太多，其实对自己是麻烦和负担，现在空出来了，清爽了，觉得很舒服自在。感谢这本书给我带来的快乐的感受！

-----  
这本书挺好的

-----  
收到，物流过程非常满意。正值出差，内容还没看。

-----  
讲解的非常细，很容易上手，让我觉得大肚子也能练好瑜伽？

-----  
纸质一般，书内图片均为黑白，内容还未读，京东快递给力。

-----  
正版的《瑜伽之光》书，值得拥有，加上用券，优惠很大！

-----  
配送挺好，书的包装还不错，趁着这次活动买了很多书，特别优惠，希望我可以好好读完

-----  
打算练瑜伽，正式开始之前先看看瑜伽到底是怎么回事，质量可以

-----  
送货快递是超快的。但包装就一个袋子，书都坏了一点，见下图。

-----  
[瑜伽之树（2版）\\_下载链接1](#)

书评

[瑜伽之树（2版）\\_下载链接1](#)