

如何戒掉坏习惯
新しい自分に生まれ変わる「やめる」習慣
[新しい自分に生まれ変わる「やめる」習慣]



[如何戒掉坏习惯 新しい自分に生まれ変わる「やめる」習慣](#)
[\[新しい自分に生まれ変わる「やめる」習慣\] 下载链接1](#)

著者:[日] 古川武士 著，施敏霞 译

[如何戒掉坏习惯 新しい自分に生まれ変わる「やめる」習慣](#)
[\[新しい自分に生まれ変わる「やめる」習慣\] 下载链接1](#)

标签

评论

那么问题来了，这本书如何让一个从来不读书的愚人戒掉这个坏习惯呢？

开卷有益，慢慢喜欢囤书了，京东的优惠力度很满意！

活动确实给力，先买了这些，京东速度确实给力

趁着618活动买的，无语的，手都没了。

京东快递依然很快，活动也很划算，买了就好好读书

图书不错，618活动购买，价格更实惠。

挺薄的一本小书，不过内容还算有质量

这本书详细的介绍了坏习惯的分类，以及针对各种坏习惯的解决办法。掌握了理论知识，再加以实际行动一定可以帮你养成良好的生活习惯，@提高办事的效率。

趁活动买的，便宜实惠，好几本心仪的书到手了

还没看，只要有一点点启发就有价值了。

品相好，有塑封，内容没得说，总体很赞

早上订晚上到，读书月买的，有优惠，开心。

还可以，刚刚翻了一下书的纸质很不错～

真的很赞?! 要好好研习??!

无折角，无破损，快递很快，正版。

做活动买了很多书，希望很快看完

此用户未填写评价内容

相比之下京东价格略贵，有小部分商品发货时就有问题。但平时配送确实不错（虽然大促时还不如普通民快）。总体还行吧。

如何戒掉坏习惯 新しい自分に生まれ変わる「やめる」習慣如何戒掉坏习惯
新しい自分に生まれ変わる「やめる」習慣

世界上有一种没有脚的鸟，它的一生只能够一直飞翔，飞累了就睡在风中。这种鸟一辈子才会落地一次，那就是死亡来临的时刻。

以前不知道评价还能拿豆豆，现在知道也不迟，以后每次购物都要评价，谢谢京东。

书质量不错，包装完整，京东物流，618买书很合适！

好书！性价比高，非常好看，包装给力，推荐购买！

评价是个好习惯，多多评价拿京豆，拿完京豆再来买。

很好的一本书相当满意很喜欢，推荐大家购买，谢谢

京东次日达，买书很方便，周年活动力度还可以~~~

这本书简直是太棒了，戒掉坏习惯，加油

书到货速度很快，给京东快递点赞。

特价买的，性价比很高！！！！！！

非常好，感谢京东，京东真给力。

一直很信任京东，京东品质，值得信赖！

很棒的一本书 希望能对我有所帮助 戒掉我的坏习惯

发货快，半价买的，性价比高

经典作品，值得收藏，值得细读~

好评不断，京豆不停，拿拿拿

非常好非常好非常满意

半天看完，书上的理论还是很有用的，努力改掉坏习惯

活动时买还是很划算的。

很好不错，收获满满正能量，很好不错，收获满满正能量

今天收到很多书，如何戒掉坏习惯都不错的。

相当好的书 建议大家看看，正版印刷精美。

内容很好，有一定作用的

很好不错，下次再来买，哈哈哈哈哈

快递很快，满意。。

正版，物流超级快，包装很严实。

很好的一本书，是一直想要的类型

非常不错，非常物美价廉

看了一点 还可以 以后再看

还是非常不错的，精致

好书！打折入手！

还没看，希望有用.....

不错可以一读！！

和孩子一起学习

