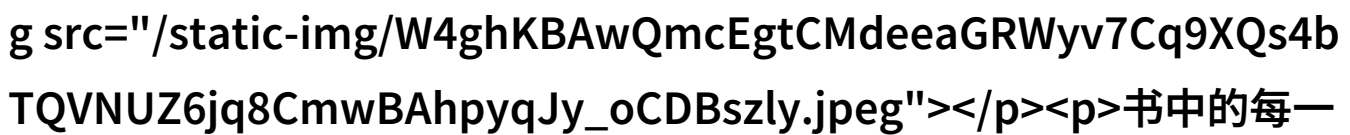


# 解瘾BY花卷书评我是如何用花卷帮别人开

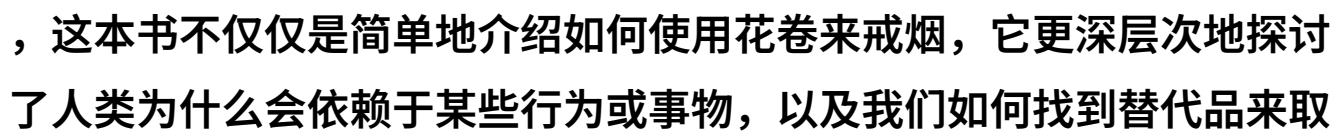
在我朋友的提醒下，我最近读了一本书，叫做《解瘾BY花卷》。这本书的作者是一位曾经是吸烟者，现在却通过一种独特的方法帮助他人戒烟的人。他利用了中国传统食品——花卷，来辅助人们克服烟瘾。这听起来可能有些荒谬，但实际上，这个方法真的很有趣。

书中的每一

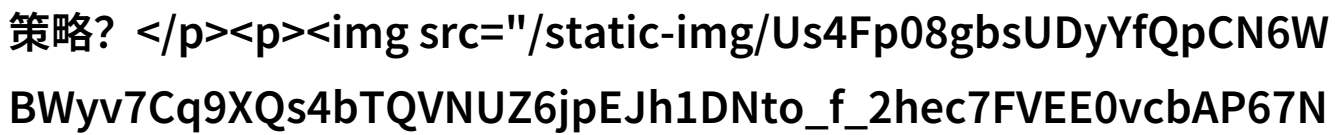
章节都讲述了一个故事，每个故事都是关于如何用花卷帮别人戒烟的。

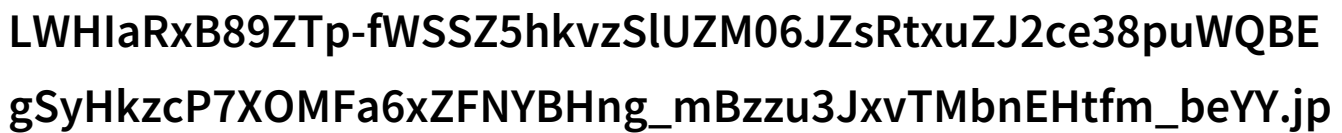
这些故事里的人物各异，有的是年轻有为的大学生，有的是中年的商务人士，还有的是退休老兵。但他们都有一共同点，那就是对花卷这种简单美味食物产生了依赖，从而逐渐减少并最终停止吸烟。

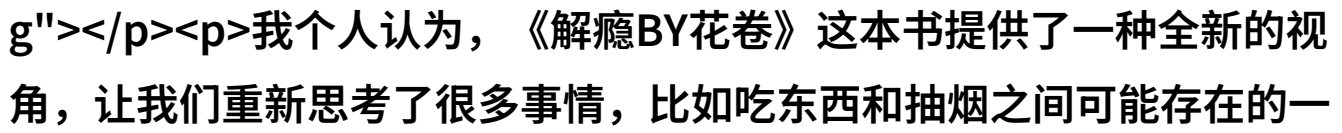
当然，这本书不仅仅是简单地介绍如何使用花卷来戒烟，它更深层次地探讨了人类为什么会依赖于某些行为或事物，以及我们如何找到替代品来取代那些不健康的习惯。它提出了一个非常重要的问题：我们是否能够通过改变我们的日常生活，比如改变饮食习惯，以此作为对抗恶习的一种策略？

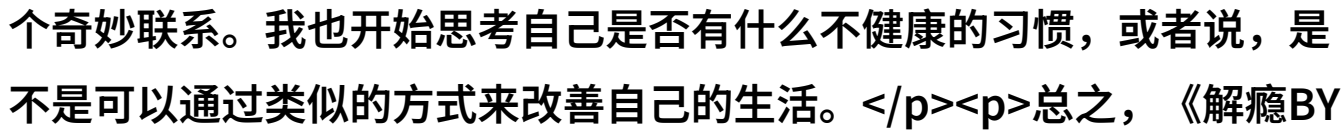
我个人认为，《解瘾BY花卷》这本书提供了一种全新的视角，让我们重新思考了很多事情，比如吃东西和抽烟之间可能存在的一个奇妙联系。我也开始思考自己是否有什么不健康的习惯，或者说，是不是可以通过类似的方式来改善自己的生活。

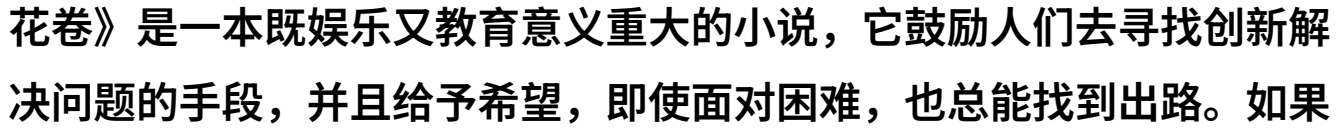
总之，《解瘾BY花卷》是一本既娱乐又教育意义重大的小说，它鼓励人们去寻找创新解决问题的手段，并且给予希望，即使面对困难，也总能找到出路。如果你是一个喜欢尝试新事物、愿意从不同的角度看待问题的人，那么这本书绝对值得一读。

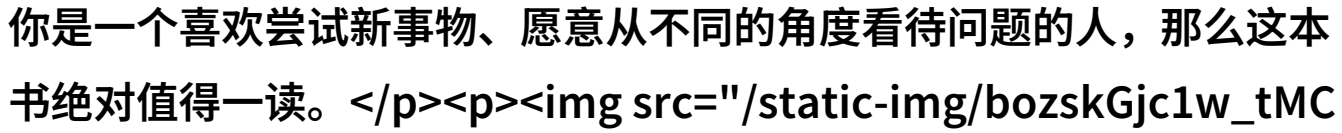














bAP67NLWHIaRxB89ZTp-fWSSZ5hkvzSlUZM06JZsRtxuZJ2ce38p  
uWQBEgSyHkzcP7XOMFa6xZFNyBHng\_mBzzu3JxvTMbnEHtfm\_  
beYY.jpg"></p><p><a href = "/pdf/673609-解瘾BY花卷书评我是如何  
如何用花卷帮别人戒烟的.pdf" rel="alternate" download="673609-  
解瘾BY花卷书评我是如何用花卷帮别人戒烟的.pdf" target="\_blank"  
>下载本文pdf文件</a></p>