

# 十四堂人生创意课



[十四堂人生创意课\\_下载链接1](#)

著者:李欣频

出版者:東觀

出版时间:20050201

装帧:

isbn:9789867636508

本书是李欣频教授她的学生如何培养自己成为创意源头的生命经验分享。

作者把自己一路走来的种种生活经验，方法，以教导学生的口吻与读者分享(与作者本身的背景有很大关系)。

作者将人生可能遭遇的问题浓缩到十四贴心灵药方中，并以其跨越不同领域的知识、阅历，和她广泛的人生兴趣、视野，丰富的想象，娓娓叙述于每一帖“药方”，既是她在大学教广告课程的教学笔记，同时还是她在广告专业上的全力演出。这当中还有更多的是如何重新看待世界、自然和自我的种种人生课题。作者能用一长串的排比、譬喻句型，展现魔幻瑰丽、古典前卫、浪漫写实、辛辣奇巧又明快的文字交融风貌。

作者还在书中提供了许多书单、电影(其中绝大多数偏向哲学类)，值得读者去精挑细选、延伸阅读，增加自己知识的广度与深度。虽然书本名称名为“创意课”，但读后感觉上书本内容谈到创意部分并没有想象中那么多，反而主要是“生活态度”，像是大量阅读，仔细体验生活....值得现代青年学子咀嚼一番。

作者介绍:

李欣频

1970年8月生。猫科狮子座A型。月亮在射手。上升在水瓶。政大广告系毕业。政大广告研究所硕士。现就读博士班。

曾任广告公司文案、诚品特约文案、宏碁数字元元元元艺术中心特约文案创意。

广告作品包括：中兴百货、远东百货、诚品书店、诚品商场、宏碁数字元元元元艺术中心、台新银行玫瑰卡、台北艺术节、莺歌陶瓷博物馆等。

曾为联合报、自由时报、明日报、广告杂志、香港ZIP杂志、皇冠杂志、TVBS周刊、ELLE杂志、MEN'S UNO杂志、北京费加洛杂志等专栏作家。

台湾科技大学、中原大学兼任讲师、连续三届广告流行语金句奖评审、2004年数字时代杂志选为台湾百大创意人之一。

现为自由文案与创意工作者。已经旅行35国。

目录:

[十四堂人生创意课\\_下载链接1](#)

## 标签

李欣频

创意

十四堂人生创意课

广告

文案

生活

台湾

創意

## 评论

一直觉得此女运气很好。当然人家也是有才气的。

-----  
不局限广告创意 更关乎自身教育和体验生活

-----  
其实有点老生常谈

-----  
需要的是一颗心

-----  
做不到至少可以向往

-----  
开敞命运之门，我生命的书。

-----  
不错，有机会可以看看，但，这女人除了卖弄小情操，就不会干别的了！

-----  
还不错啦

-----  
尽信书不如无书~

-----  
一切从自己开始 扩大自己的知觉 纪录自己的感知

-----  
OMG! ! ! ! ! ! ! !

-----  
传道者

-----  
广告业最吸引人的莫过于创意.  
你们因为没有绝佳的警觉性,应变力,求生力而等不到求援,那以下我教你再多的创意于文案技巧都没有用,因为你没有命可以用得着.  
保护并不是最好的教育方法,现实有时候比电影更残酷,  
自我防卫力很重要,我建议你们尽可能学习防身术.  
如果某人天生有强烈的好奇心,这就是一种天赋.迷人,是一种天赋.....当你发现自己对某件事情有特别的渴望,能快速学习,完成后自我满意度很高时候,那就是你天赋之所在.  
人生蓝图:你希望你30岁会变得什么样子?你想成为什么样子的人?如果你要完成你心目中30岁的样子,你现在还有哪些不足的地方? 你的职业?经济状况? 生活状况? 兴趣?休闲活动? 一天以及一周的生活是什么样子的?.  
老师永远都只能教过期的知识,因为时代分秒在变.等你们离开学校后,接下来只剩下自我教育. 一天看一本书,一年你

-----  
适合现阶段

-----  
把大道理说的好听多了。很受鼓舞。

-----  
我的枕边书

-----  
从另一个层面谈创意，创意不是凭空的，而是对于生活的整理和留心。

-----  
好书，好书

-----  
深受启发，从她这本书开始，决定开始看好多书、看好多电影、并开始制定旅行计划。

-----  
最爱

-----  
[十四堂人生创意课\\_下载链接1](#)

## 书评

最早是在99读书人的宣传册上看到了这本书，因为作者号称是“台湾的文案天后”，便向图书馆荐购了。

其实周四就看完了这本书，只是因为一直在整理她推荐的电影跟图书，所以拖到今天才写书评。

书很棒，不光光讲到创意，还更多地谈了自己对人生的看法。很有见地，也极具可行性。  
。 ...

-----  
我完全有理由相信《人生创意十四堂课》是可以作为豆瓣的宣传文案，或是两者可以捆绑销售，以期达到共赢的效果。

其实李欣频在以她切身经历告诉我们，读更多有质量的书，去到世界的另一端感受别样的生活，看更多能改变你视野的电影。当然，看完后你就可以在豆瓣上添加“读...

-----  
详评请前往 <http://bearbig.cn> 我的主阵地 -----

她推荐的书目： · 《你是做梦大师》 · 《史蒂芬·金谈写作》

- 《隐藏的和諧》—奥修 · 《旅行，重新打造自己》 · 《解读天才》 · 《长短经》
- 《孙子兵法》 · 《...

-----  
晚上在重翻李欣频的《十四堂人生创意课》。冬天到，万物枯竭，就更要拨动心灵的冻土，做一个温习，给自己编了14句李欣频精彩人生言谈。写几句读后感。

1、如果对周围的环境没有特殊的感悟力，没有想象力，没有自己消化，然后产出独到风格的能力，那么，学再多的技能都是没...

-----  
今天是12月31天，是这2009年的最后一天。昨天还和老婆说，小时候总说21世纪怎么着、怎么着，仿佛21世纪就代表高科技和未来似的，没想到马上就要过完21世纪的十分之一了。现在看到1998、2003之类的年份似乎感觉没有多久，实际上已经过了10年、5年了，太可怕了。其实...

-----  
阅读李欣频的最高效方式 <http://book.douban.com/review/2980907/>  
李欣频一十四堂人生创意课—电影 <http://movie.douban.com/doulist/159869/>  
《10堂量子创意课》课后推荐参考书单、电影  
<http://book.douban.com/review/5237116/> 李欣频《10堂量子创意课》书籍整理  
<http://...>

-----  
30岁过后看这本书，似乎总有一种如坐针毡的不合适宜，21岁进入广告圈，28岁拥有了自己的第一本文案书，35岁则游历了35个国家，李欣频这才觉得自己顺应了每7年重生一次的改变，好歹是没荒废时光、没浑噩了日子。  
广告圈，30岁以下的，会被老虾们亲昵地称为小朋友，这里面既有一...

-----  
高学历，高创意，高执行力，高效率，高表达力，高洞察力。  
5项自我养成：书本，电影，旅行，人际，环境 记录梦境，培养创意  
学会将商业和艺术漂亮的结合起来  
好的书写能力，要靠平时大量的阅读，以及不中止的书写习惯  
20岁至30岁的这10年，是人生黄金般的10年 定期收看有益的电...

-----  
看书名，会以为这又是欣频一本有关“创意”的分享，待看过后才发现，其实，是一本和“创意”本身没太多联系，但与如果去过“创意的人生”有关的书。从这个角度看，这本书，是一本每个人都可以拿来一读的。  
欣频是一个懂得感恩的女孩，因为她从心底里希望把那些对她有过影响的...

-----  
P26 《新天堂乐园》 P35 《生存游戏》 (Battle Royale)  
P43 《神鬼战士》、《黑色追辑令》、《抢救雷恩大兵》、《赤色追辑令》  
P51 《变脑》 (Being John Malkovich) 、《卡拉斯幻想记》 《偶然与巧合》 (Chance or Coincidence) P54 《机遇之歌》、《萝拉快跑》、《男人...

-----  
这是认识李欣频的第一本书。第一次读是在大三，因为读了自己不喜欢的专业，而对未来、工作感到迷茫的一段时期。我不记得这是不是我的第一本励志书。反正，在看完以后，我立刻在笔记本上开始写出当我三十岁的时候我希望自己是怎么样的。写出来的内容，与当时的生活是风马牛...

-----  
从昨天开始重读@李欣频

《十四堂人生创意课》，深觉与其花费很多时间去参加无谓的活动、做无谓的会面，都不如安静读书、看电影、学习或深化各种技能。我在初读此书时，就相信一天一本书是有可能，当时关注的是如何做到，等我自己做到了，我关注的是如何消化和沉淀。学无止境，...

-----  
看完《十四堂人生创意课》后写给自己的囧文..

如果我能穿梭时光，回到未来，那时候，我三十而立，发梢却白。那时候，我还一事无成，默默蛋疼。那时候，我还是个处男，独守空房。然后，然后三十岁的我内牛满面地对现在的我说，你还年轻，千万不要像我年轻的时候默默...

-----  
真的后悔买这本书了，这本书充其量就借来看看就好，实在是不值得收藏。

跟赖声川的《赖声川的创意学》一样，作者其实是在教你如何生活，如何拓展生命的深度和广度。可能她完全是以写给现代速食文化的读者的方式来写此书的，语言简单、肤浅，直接指出你应该做什么而缺少背后...

-----  
来自叫板2008年2月阅读推荐 叫板|[www.jiaoban.org](http://www.jiaoban.org)

第一次读完《十四堂人生创意课》之后，我竟有了一丝庆幸。感谢上帝让我在纸质媒介接触李欣频的第一次选择了《十四堂人生创意课》，而不是知名度远大于她的《诚品副作用》或是《广告拜物教》，虽然最初只是出于前者价格较低的...

-----  
这个人写在书里的经验，是她到全国各地复述了无数次的经验。据她本人说，这本励志书她七天便完成了，悟性不高的读者我，觉得它确实实是七天赶制的水平。  
我在读时安慰自己说：励志不一定要读出她这个创造者会鼓舞得怎样新颖，其实只要稍微感受一下她勇往直前的气氛，就足以促...

-----  
1练习求生技能的影片： discovery 毁灭瞬间 系列节目 童年无悔 //导演 彼得 布鲁克  
大逃杀 //导演 深作欣二 暗流 //导演马修 卡索维茨 迷失 //导演 JJ 艾布拉姆斯 艾利之书  
//导演 艾尔伯特 休斯 末日危途 //导演 约翰 希尔寇特 致命传染病： 致...

-----  
[十四堂人生创意课\\_下载链接1](#)