

圓夢筆記術



[圓夢筆記術_下载链接1](#)

著者:卯野たまご

出版者:台灣國際角川書店股份有限公司

出版时间:2012-11-30

装帧:平装

isbn:9789863250159

1天只要15分鐘!

隨時吸引夢想。讓夢想更為落實!

畫手帳、玩彩繪，
將空白的零碎時間，轉化為描繪夢想的時間，
每天都會變得更加開心！
初級篇：雖然是小事，但只要實現，就很開心！

夢想之1

去一家大受歡迎的餐廳！

夢想之2

穿上漂亮衣服去參加同學會！

中級篇：只要稍微意識一下，就能有所改變！

夢想之3

享受小小奢華的國內旅行！

夢想之4

成為一個能夠早起的人！

高級篇：成為理想中的自己！

夢想之5

成為更加美好的自己！

夢想之6

找到理想中的完美情人！

比吸引力法則更簡單、更實用的「圓夢筆記術」！

只要拿起筆，描繪屬於自己的夢想，就能開心等待夢想成真的一天！

以可愛的插圖與簡單明瞭的教學親身示範，如何藉由寫筆記，一步步實現自己的願望。

從想去吃那家美味的餐廳、想穿這種美麗的衣服，諸如此類的日常生活小夢想，

一直到找到理想的結婚對象這樣遠大的夢想，都可以吸引過來！

「就像已經實現一樣，用完成式寫下來吧！」，

這麼一來，你的夢想也就踏出實現的第一步。

筆記很簡單，3步驟！

1寫下吸引力頁

2寫下行動頁

3夢想成真後，寫下實現頁

另外附有圓夢的實例漫畫，讓人看了馬上就想躍躍欲試！

作者介绍:

卯野たまご

卯野たまご Tamago Uno

土生土長的兵庫縣人。插畫家。每天忙於占卜師&雜貨銷售員的工作。對甜甜圈沒有抵抗力。獲得第18屆漫畫日記準優勝B賞。用圓夢筆記術實現了成為漫畫日記作家的夢想！

目录: 前言「圓夢筆記術」是什麼？

只要有筆和筆記本，馬上就可以開始！

總是和圓夢筆記在一起

圓夢比技術的流程

初級篇

先從馬上可以嘗試的事情開始

夢想之1：去一家大受歡迎的餐廳

夢想之2：穿著漂亮的衣服去參加同學會

★實例漫畫1：把喜歡的東西吸引過來了！

中級篇

只要稍~為注意一下就可以改變！

夢想之3：犒賞自己來一趟小小奢華的國內旅行！

夢想之4：成為一個能夠早起的人！

★專欄：用這種方法讓行動力UP！

高級篇

實現「理想的自己」！

夢想之5：成為理想中 更美好的自己！

夢想之6：找到理想情人！

★實例漫畫2：居然和後面的人結婚了！！

★實例漫畫3：我成了圖文書作家！！

附錄

COPY出來就可以用！

製作可愛頁面的點子集

把好吃的東西吸引過來！貪吃鬼PAGE

把甜甜的東西吸引過來♥甜點PAGE

把想看的書吸引過來！夢想書櫃PAGE

把美麗吸引過來！My診斷記錄

．．．．．(收起)

[圓夢筆記術_下载链接1](#)

标签

个人管理

笔记

日本

随笔

手帐

177.2

评论

为了封底的奈良游记买的，发现作者是兵库人（没人懂我）……不过里面是作者去熊本的记录。有些可以参考的地方，不过主要是当绘本看啦~作者和她朋友的事情好感人！
PS HK定价70HKD，北京路联合书店买的，直接RMB70

[圓夢筆記術 下载链接1](#)

书评

[圓夢筆記術 下载链接1](#)