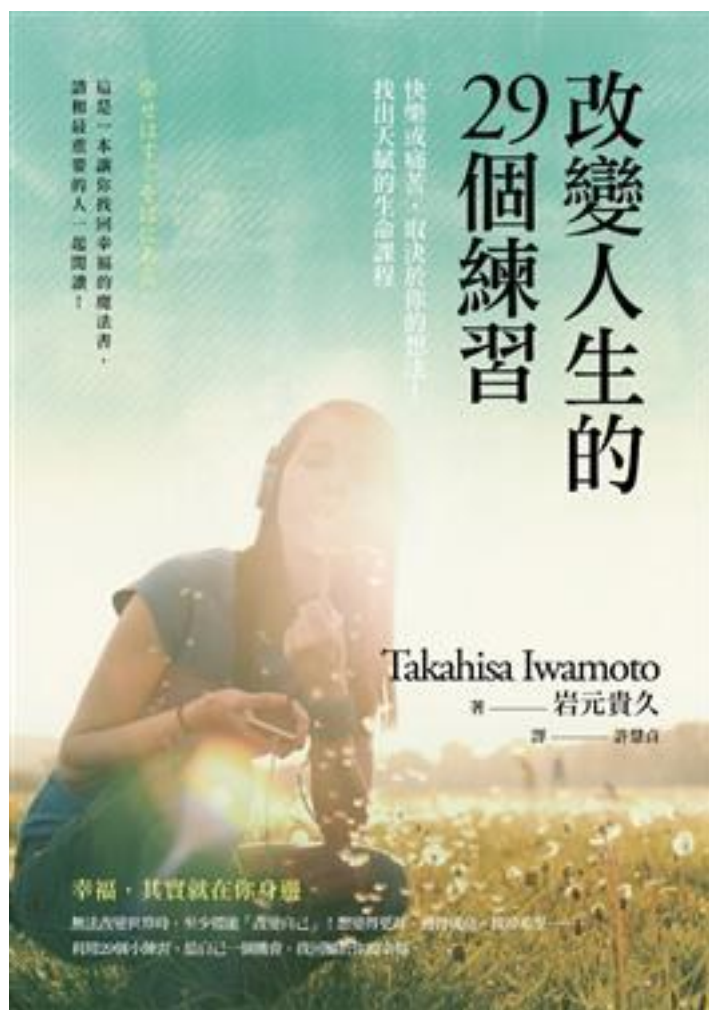


改變人生的29個練習



[改變人生的29個練習_下载链接1](#)

著者:岩元貴久

出版者:采實文化事業股份有限公司

出版时间:2013-9-27

装帧:平装

isbn:9789866228797

岩元貴久

1966年出生於鹿兒島市。1994年前往美國，1996年結婚，目前與妻子及兩個兒子住在加州橘郡。以「在喜歡的地方生活，在擅長的市場快樂工作」為座右銘，往來於加州、夏威夷、日本之間認真生活著。

在日本、美國經營多家公司之餘，更活用其獨特的人生觀、宇宙觀展開行銷及人生哲學的演講及寫作活動。曾任職於美國大型經營顧問公司的洛杉磯事務所，並於2000年在美國自行創業。之後，一共設立了9間公司。在那之前已為300家以上的公司提供諮詢服務，替超過100位專業人是提供個人訓練，並透過電子報及部落格傳送情報給12萬以上的人。

著作包括《資訊商人的建議》、《只有「賺錢的人」才知道的事！13個小發現》，譯作包括《奇蹟的經營》、《將宇宙當伙伴被金錢所愛的法則》等。

作者介绍:

岩元貴久

1966年出生於鹿兒島市。1994年前往美國，1996年結婚，目前與妻子及兩個兒子住在加州橘郡。以「在喜歡的地方生活，在擅長的市場快樂工作」為座右銘，往來於加州、夏威夷、日本之間認真生活著。

在日本、美國經營多家公司之餘，更活用其獨特的人生觀、宇宙觀展開行銷及人生哲學的演講及寫作活動。曾任職於美國大型經營顧問公司的洛杉磯事務所，並於2000年在美國自行創業。之後，一共設立了9間公司。在那之前已為300家以上的公司提供諮詢服務，替超過100位專業人是提供個人訓練，並透過電子報及部落格傳送情報給12萬以上的人。

著作包括《資訊商人的建議》、《只有「賺錢的人」才知道的事！13個小發現》，譯作包括《奇蹟的經營》、《將宇宙當伙伴被金錢所愛的法則》等。

目录:【前言】你想這樣過一輩子嗎？築夢，踏實！

《Part1》強求來的快樂就算到手，也不是幸福！——

做真心做喜歡的事，遇見你的小小幸福

- (1) 討厭的事就別再想，要一直想快樂的事！
- (2) 換一種解讀方式，痛苦的事立刻變快樂
- (3) 強求來的快樂，很短暫，也不會幸福
- (4) 專注於眼前的事物，好事自然會找上門
- (5) 有目標，才能找到自己的位置
- (6) 「是非題」中，也可能有第三種答案
- (7) 學習「思考」，比完成「標準答案」更重要
- (8) 享受「真心做喜歡的事」，就是一種天賦

【幸福專欄】讓願望實現的方法1 多看世界，增加與願望相遇的機會

《Part2》笑容，是世上最強大的力量，勝於憤怒——

「人際關係」要用心經營，「愛的行動」讓日子更幸福

- (1) 懂得愛自己的人，最有魅力
- (2) 破口大罵就是理虧，對也變成錯
- (3) 每天都要記得「笑」，把快樂帶給別人
- (4) 「嫉妒」並不是好東西，要時時刻刻提醒自己
- (5) 「人際關係」也和工作一樣，要用心經營
- (6) 常說5種愛的語言，讓感情更融洽
- (7) 發自內心的體諒，是最至高無上的愛
- (8) 強摘的瓜不會甜，順其自然才是幸福

【幸福專欄】讓願望實現的方法2 直接面對願望，化想法為行動

《Part3》幸福，從實現夢想開始！——

勇敢追夢，打開夢想的鑰掌握在自己手裡

- (1) 常常問自己：「做了嗎？」說少做多才會成功
- (2) 即使遇到艱難痛苦的事，也要心存感謝
- (3) 很多事無法用「電腦」來計算、衡量，「誠意」就是其一
- (4) 讓人感到體貼，才是最棒的招待
- (5) 人的「價值」，不能以金錢衡量
- (6) 想成為專業的人，做事絕不能半吊子
- (7) 從簡單的小事裡，累積巨大的自信心
- (8) 「總有一天，我要……」寫下自己的夢想，實現它
- (9) 分清楚「冒險」和「風險」，就能跨出第一步
- (10) 「什麼都想試試看」的人，根本不會行動
- (11) 分享，比一個人獨享更快樂
- (12) 早晨有一種不可思議的力量，充滿感恩
- (13) 一句簡單的「讚美」，影響一輩子

【幸福專欄】讓願望實現的方法3花時間做想做的事，是達成願望的前提

【後記】痛苦過後，就是幸福

．．．．．[\(收起\)](#)

[改變人生的29個練習_下载链接1_](#)

标签

177.2

评论

[改變人生的29個練習_下载链接1_](#)

书评

[改變人生的29個練習 下载链接1](#)