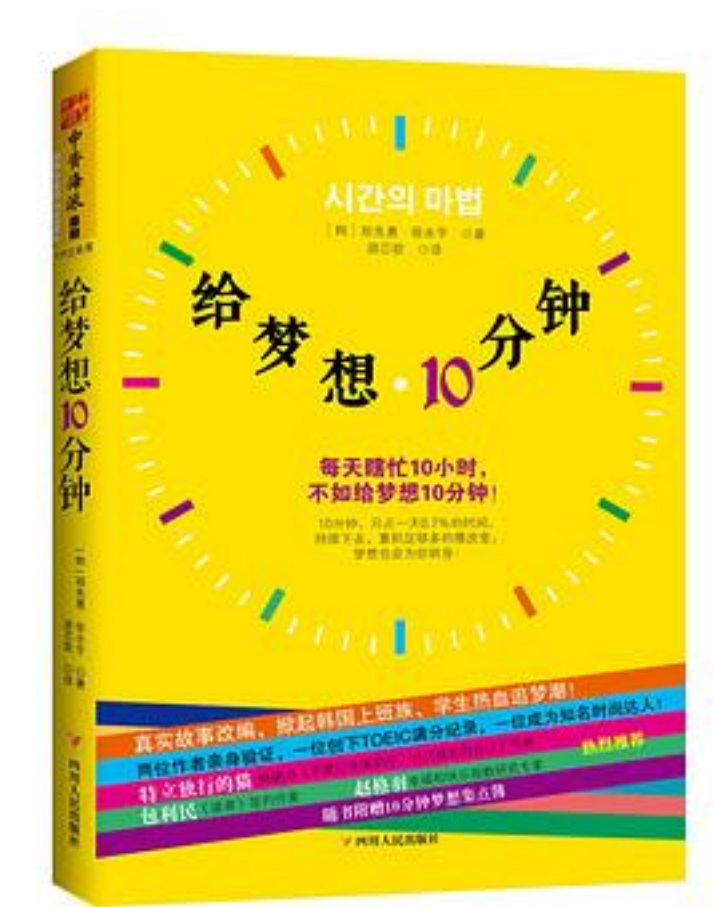


给梦想10分钟



[给梦想10分钟_下载链接1](#)

著者: [韩] 郑先惠

出版者:四川人民出版社

出版时间:

装帧:平装

isbn:9787220092596

一个小资女跳脱瞎忙人生勇敢追梦的故事

你是不是常常一边加班，一边问自己：为什么我每天总有做不完的事，回到家总是疲惫

不堪，假日都拿来补眠，待办清单一长串……事实上，你也有许多梦想：很想出去旅行、开一家咖啡馆、写一本书……如果是的话，那这本书就是为你而写的。

本书作者之一郑先惠运用了从学长徐永宇那儿学来的“10分钟的魔法”，从一位电视节目外景主持人，在立志攻读博士学位后，摇身一变成为了知名的时尚专家、营销学讲师、时间管理专家，成为了许多人学习的榜样。这是一本教人善用时间、勇敢追梦的书，能让你重拾为梦想奋斗的力量，能让你摆脱没完没了的待办清单，从时间压力中彻底解放出来，赢回你的“减担”人生！

书中学长分享的圆梦魔法

时间的魔法 过去的魔法

10分钟的魔法 10年的魔法

记忆的魔法 时间共享的魔法

作者介绍:

郑先惠

她是韩国中央大学服装学系时装市场学博士。曾任著名高等学府成均馆大学CEO课程讲师，现常应各大学和企业之邀，讲授市场营销和时间管理相关课程。

徐永宇

他以记忆学习法和时间管理理论为基础，创立“时间的魔法”人生整理术，并在亲身实践“10分钟的魔法”后，创下了TOEIC满分纪录。现为韩国广播技术研究所首席研究员、国家资格考试出题委员。

目录: 自序 10 分钟的魔法改变了我的人生 1	
Beginning 故事从一篇成功人士的采访说起…… 1	
人每天忙碌到底为了什么? 7	
疲累而穷忙的日子 8	
意外通过知名企业的面试去培训 10	
偶遇学长 12	
从学长口中第一次听说“时间的魔法” 18	
当生活陷入时间的魔法跳不出来 21	
如果每天都是周而复始 23	
受困在时间的魔法里 29	
别再留恋融化掉的冰激凌 35	
培训合格率只有50% 36	
被点名发言却无话可说 39	
过去的魔法与记忆 43	
圆梦急不得! 每天给梦想10 分钟 61	
职业性格测试结果出乎意料 63	
每天和自己约定10 分钟 67	
勇敢说出, 10 年后你想成为怎样的人 77	
痛苦的商业英语培训 79	
10 年的梦想, 10 年的目标 82	
永久保存记忆的三大魔法 99	
公布通关考试的范围 101	

记忆的原理 104
加强记忆方法之一——兴趣烙印法 114
加强记忆方法之二——讲故事烙印法 117
加强记忆方法之三——压力烙印法 120
别忘了挪出时间关心你珍爱的人 139
小组讨论得到讲师的最高评价 140
与他人之间的时间共享 147
与家人之间的时间共享 151
与学长的最后一次约会 160
挫折是为你量身定做的礼物 165
攀登高峰，就是超越人生 166
没有被录取 169
与学长最后道别 175
你不需要做个100分的人 179
被破格录取了 181
勇于挑战新的梦想 184
10分钟的魔法所带来的成功 188
Ending 采访结束后，新的人生才正要开始…… 193
· · · · · (收起)

[给梦想10分钟 下载链接1](#)

标签

时间管理

励志

自我成长

个人管理

方法

心灵

韩国

思维

评论

故事型叙述OK，干货少，主要表达积跬步至千里的观点，还夹杂其他叙述。可以不看。

2015~2016.

本书跟大多数方法论的书籍不同，通过讲故事的方法，很容易让读者带入其中，通过描述女主一步步成长的过程，更有说服力。

[给梦想10分钟_下载链接1](#)

书评

随着历史的积累以及信息的大爆炸，哲理与成功学之道也千奇百怪、层出不穷，反正扯淡也不用交税。不过静心思考下原因，大概在于经济学的基本矛盾在作怪：资源的稀缺与欲望的无尽。这个矛盾不解决，人心就会有不平，就会有煎熬，就需要抚慰，这样强大的市场需求，就会催着人熬鸡...

这本书的名字叫做“给梦想10分钟”，听上去颇有点煽情，10分钟就够了吗？的确，10分钟太短了，但是，如果每天都这么做呢？书中一个让人惊讶的例子是，假设只要2小时左右的时间，就能把一本书里的重要内容读完的话，一年下来，就能看完超过30本书了。想想看吧，只要10分钟，居...

给梦想一个实现的方式——品读《给梦想10分钟》文/齐祺
梦想还是有的，万一实现了呢？这句话随着马云的公司上市而广泛地传开。我们也被马云的神话激励着。当我们在受激励的同时，然后又怎么做了？我想大部分人是不是原地转圈，日子依旧在循环往复着？还...

每天给梦想十分钟，会有不一样的惊喜，这应该是“水滴石穿”、“锲而不舍”的真实写照了。简单的说就是坚持才会胜利。认真的人不在少数，可不是所有认真、坚持的人都会成功，这让我想起了一句话：只为成功找方法，不为失败找理由。那么当有梦想的时候，想想怎样的努力...

[给梦想10分钟_下载链接1](#)