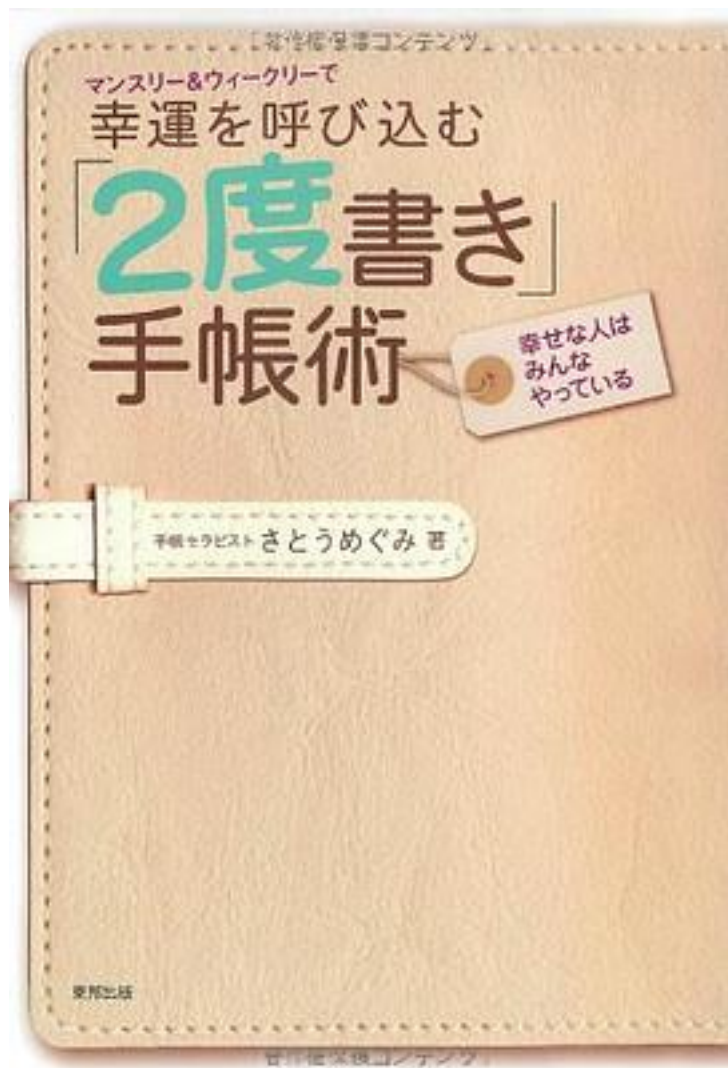


マンスリー&ウィークリーで幸運を呼び込む「2度書き」手帳術



[マンスリー&ウィークリーで幸運を呼び込む「2度書き」手帳術_ダウンロード1](#)

著者:さとう めぐみ

出版者:東邦出版

出版时间:2010-10-1

装帧:単行本（ソフトカバー）

isbn:9784809408960

内容紹介

おもしろいように幸運を呼び込む秘密の法則「手帳セラピー」。

その根幹にある「予定の2度書き」方法を前2作好評の著者が明かす！

幸せな人はみんなやっている！

この書き方で願いや夢がどんどん叶う。

1カ月で人生が変わる！ 未来が変わる！

あなたの手帳に魔法がかかる！

▼ひとつでも当てはまったら「2度書き」の必要アリ!?

★手帳は真っ白なのに毎日が慌ただしい

★休日は定期的にあるのに、疲れがとれない

★時間に追われて生活している気がする

★単調な毎日の繰り返しで、憂鬱な気分になりがち

★手帳を書き忘れたり、見るのを忘れたりしてしまう

上記の解決方法はすべてこの本に詰まっています。

本書では書き方をちょっと工夫するだけで、おもしろいように幸運を呼び込んで、思い通りの幸せな毎日を過ごすことができる秘密の法則を紹介しています。

「手帳セラピー」。これがその法則の呼び名です。その根幹は予定を「2度書き」すること。

面倒と思われるかもしれませんが、日々の予定をマンスリーからウィークリーにたった一度書き写せばよいのです。

一日5分手帳を開くだけで、確実に幸運はあなたの手に入ります。

作者紹介:

著者について

1973年山形県生まれ。昭和女子大大学院博士後期課程(日本文学) 修了。

上武大学講師。キモノコンシェルジュとしても活動中。

手帳という身近なツールを使って、暦に親しみ、

自然と時間に調和していくことで「シンクロニシティ(意味ある偶然)」を呼び寄せ、

自分との幸せな調和をはかる新しい手帳術「手帳セラピー」を広める活動を行っている。

著書に『手帳は“完了形”で書く』、『宇宙とつながる手帳の書き方』（ともに東邦出版）がある。

著者略歴（「BOOK著者紹介情報」より）

さとう/めぐみ

手帳セラピスト。1973年山形県生まれ。昭和女子大大学院博士後期課程(日本文学)修了。上武大学講師。キモノコンシェルジュとしても活動中。手帳という身近なツールを使って、暦に親しみ、自然と時間に調和していくことで「シンクロニシティ(意味ある偶然)」を呼び寄せ、自分との幸せな調和をはかる新しい手帳術「手帳セラピー」を広める活動を行っている(本データはこの書籍が刊行された当時に掲載されていたものです)

目録:【目次】

- 1週目 書き方の基本をおさえよう
- 2週目 手帳でライフスタイルを「整理整頓」してみよう
- 3週目 「2度書き」手帳で、もっと毎日を充実させよう
- 4週目 思い通りの未来をつくる手帳セラピーメソッド

内容（「BOOK」データベースより）

この書き方で願いや夢がどんどん叶う。1カ月で人生が変わる!未来が変わる!あなたの手帳に魔法がかかる。

・ ・ ・ ・ ・ ([收起](#))

[マンスリー&ウィークリーで幸運を呼び込む「2度書き」手帳術 下载链接1](#)

标签

手帳

日本

手帳術

个人管理

管理

笔记术

生活

时间管理

评论

特别适合所有手帐新手入门的一本书，简单实用易上门，书不好买，可以下载下来看。
要PDF格式的豆油我。

非常实用的手帐治愈术

跟我的书写习惯非常类似太感动，也get了新技能。

电子版阅读

明天再读一遍

书中的很多部分都和《神奇手帐》中的内容相似，不过这本书更加直接简单易懂，没有多余的废话，适合新手入门。

[マンスリー&ウィークリーで幸運を呼び込む「2度書き」手帳術_下载链接1](#)

[マンスリー&ウィークリーで幸運を呼び込む「2度書き」手帳術_ダウンロード1](#)