

一冊の手帳で夢は必ずかなう

# 一冊の手帳で 夢は必ずかなう

なりたい自分になるシンプルな方法

熊谷正寿

COOL POWER ブレイブオントン株式会社  
代表取締役社長 熊谷正寿



[一冊の手帳で夢は必ずかなう 下载链接1](#)

著者:[日] 熊谷正寿

出版者:かんき出版

出版时间:2004-3-24

装帧:平装

isbn:9784761261436

だれでも夢を持っています。そして、いつかはかなえたいと思っています。ところで

、あなたの夢はなんですか?なんだっけ、と思い出そうとしていませんか?たくさんあるから、忘れてしましましたか?忘れてしまった夢を、かなえることはできません。夢をかなえたいのなら、夢をカタチにしましょう。そしてその夢を、肌身離さず持ち歩きましょう。いつも夢と一緒にいれば、その夢は実現します。そのために必要なものは、たった一冊の手帳です。これさえあれば、もう夢を見失うことはありません。毎日、毎時間、夢に近づくことができます。本書では、その具体的な方法を紹介します。

## 作者紹介:

手帳は、仕事や時間を管理するためだけのものではない。

夢や、人生をマネジメントするものだ。そう信じて実践してきた著者は、手帳に書いた目標通りに会社を設立し、年商161億円の企業に成長させた。

本書では、手帳を使った夢の実現方法を中心に、著者の仕事術や、時間管理術、マネジメントの極意を紹介する。

## 目录:

[一冊の手帳で夢は必ずかなう 下载链接1](#)

## 标签

手帳

个人管理

时间管理

日本

实用

自己啓発

绘本

鸡血

## 评论

准备着手某件事情之前势必记得控制住自己，先收集必要的情报(/信息)。而不是无脑地凭借一股热情全部投入，结果往往是收获一次失败的教训，如果忍不住放弃则增加一次失败的经历。不过当你认为做好准备之后便可以开始了，在完成一个里程碑之前尽量不要停下。矛盾的是，你可能正在做着跟别人一样的事，那就没有了价值，甚至没有去做价值。在平时的生活中多观察，体悟，思考人们真正的需求是什么，多去做一些有价值和影响力的事。要么就不做

[一冊の手帳で夢は必ずかなう 下载链接1](#)

## 书评

全书共七章。

一至三章，令我更加笃定面对自己想法及现状，这也是全书我最喜欢的部分，肯定自己与得到共鸣是两件欢愉事。摘抄笔记如下：

- 把梦想写在记事本里，把它带着走。光是如此，就足以让梦想不再消失。
- 亲手写下的文字，才能感受到其意义及重要性。比如当你写梦...

本书作者熊谷正寿高中学历，18岁时去父亲手底下一家经营不善的商店做经理，很快扭亏为盈，之后又创建了自己的互联网公司，成功在东京证券交易所上市。作者亲身实践数十年，在用笔记本经营了人生第一个十五年计划后，开始了新的五十五年计划。本书是他对自己的时间管理方法的总...

1. 记事本中的内容 1.1 梦想记事本：想做的事清单（1.1.3）梦想人生金字塔（1.1.1）未来年表（1.1.2）日周月年表、执行清单 今年的重点目标 进度确认表

1.2 行动记事本：执行清单（1.2.2）训诫、名言、行动单（1.2.1）中长期计划行程表 短期计划行程表 周日月年确认...

如果你的生命是可贵的，那你生命的每一天都是值得你去记录的。读书摘抄：设立一个一辈子最大的目标旗帜，在到达这个终点的过程中设立几个重要的中程目标旗帜，每个旗帜之间再插上小的目标旗帜，小旗子中间有更细小的目标旗子……这种设立许多目标旗帜的作法就是我熊谷的...

接触GTD和着手改善拖延已经两年了，在这两年中，我尝试了很多时间管理软件。remember the milk, google calendar, doit.im, wiz自带的任务便签，从GTD交流圈中所了解到的所有的软件我都下载试用过。但基本上每一个新的管理软件都成了我拖延的借口，花在寻求有效的时间管理软件上...

对于时间管理、自我管理，之前有些抵触，因为觉得人生无常，计划赶不上变化，人不能变成机器而被计划绑死，要活的自由一点。  
不过，最近对于时间管理的态度有所转变。一来时间真的不够用，二来没有计划的人生就像大海上没有航线的行船，左飘右荡，永远也靠不了岸。虽然成功学...

今年中旬的时候，开始关注豆瓣上各种学习型达人，了解了很多学习方法很是受用。也想慢慢的改变自己的状态。比如，也读过很多书，确说不出个所以然，因为书并没有内化掉成为自己的东西。想纠正此点于是开始决定写书评。再比如，时间的拖延症有些严重，上网总是能浪...

“完全按照”的意思就是：  
不走样，从内容到形式都完全照搬，不做任何变通，不按照个人情况进行修改；一句话，就是要削足适履！例如，他说要圣经纸张大小(171mm\*95mm)，我就不用A5的；  
他说按照六个方面设定梦想，我就不按照中国国情做增删改；  
他说要分三个笔记本，我就不把GT...

这本书目前只看了前面三种记事本的使用方法，后面作者管理企业和看书的心得还没有看，因为觉得太罗嗦了。  
大学四年基本没有做过什么有条理的规划，只会偶尔写下今天需要做的事情或者老师布置的任务。考研的时候每天时间安排很紧，却也仅限于考试那几项科目，并没有太多...

作者应该属于日本的富二代，但凭借自己的努力还是创出了辉煌业绩，当然他工作狂的生活方式，是否就适合你我呢？

最近连续看了好几本日本人的关于职业或时间管理方面的书，比起西方人写的书，还是有很多亲切的地方。应该承认在个人的职业素养方面，日本人还是走在我们的前面，...

我常常不得不气场微弱的向自己承认，我是个看着《读者》长大的苦逼孩子，当年的文青母亲早已远离书房为生计努力奔波，父亲更是从来不往书桌前坐，家里的不多的大部头小时候提不起兴趣，倒是《读者》从书房到床头，从床头到厕所，伴随了我甚是长的成长期，所以，我想我比很多人...

记录你生活的六大方面：

- 1) 健康：一直到离开人世之前都能不看医生，能够健康地做目前在做的事
- 2) 修养·知识：无论是外国人或名人，希望可以拥有跟这些距离自己的世界很遥远的人交往的修养
- 3) 心灵·精神：希望可以变成让所有人都喜欢的人
- 4) 社会·工作...

2014/11/5

2014年10月16日，我重新从移动硬盘里找到这本《圆梦计划本》pdf，将它放在电脑桌面上，并在新买的计划本里写下“《圆梦》再看一遍。”

最早看这本书是在2012年的年底，那个时候的自己在关注长投学堂，通过水湄的豆瓣看到这本书的介绍，就下载了下来。当时看书的唯...

题目是借用的，觉得特别应景。因为这是一条踏实的追梦路。

这是“7健”学习小组的第一篇成果。有这样的开始，真好。就连休假窝在被窝里，也不会死死地睡过去，挣扎着想，要起来看书，不然这礼拜任务不能完成了。

读书万岁。-----...

[一冊の手帳で夢は必ずかなう 下载链接1](#)