

记事本圆梦计划



[记事本圆梦计划_下载链接1](#)

著者:[日] 熊谷正寿

出版者:同心出版社

出版时间:2011-7-1

装帧:

isbn:9787547701607

小小的记事本其实是可以帮助你经营人生、实现梦想的强力工具。为日复一日的空转，感到不安？眼看人生悠悠而逝，感到焦虑？「熊谷式原创记事本」涵括梦想记事本、行动记事本、思考记事本三大部分，是帮助你经营人生、实现梦想的强力工具！一个高中辍学的穷小子，藉由记事本的力量，彻底扭转人生的困境！从二十一岁在记事本写下梦想和圆梦计画起，十五年后终于实现自创公司股票上市的第一个梦想，日本最具影响力的网路公司GMO集团创办人熊谷正寿，详细解析自身从零开始的筑梦经验。让梦想实现的熊谷式记事本哲学将梦想写在记事本里带著走亲手写下梦想，加强对人生的思索可随时翻阅的活页记事本胜过数位记事本将记事本当成扩充记忆体，加快头脑运转记事本的大小以圣经本为标准「一本记事本，足以改变你的人生」这绝不是夸大其词。迈向成功之途的首要步骤在於立定明确的目标，然后将你的梦想以及圆梦计画写进记事本里。为了不让梦想过了一段时间就被遗忘，一定要让它变成自己的一部分。不论走到哪都将记事本带在身边，让化成文字的梦想或目标，寸步不离地跟著自己，如同身体的一部分，将梦想变成可以渐次实行的步骤。「行程管理」虽是记事本的重要功能之一，但是希望大家也可以考虑用记事本来「管理自己的人生」、「管理自己的生存方法」。

这本书不是教你如何使用记事本，而是如何通过记事本来实现梦想，成为理想的自己。作者熊谷正寿通过本人经验来讲述如何通过记事本实现梦想中的目标。觉得这本书跟《晨间日记的奇迹》的风格相类似，通过一本书把一个简单的道理讲清楚。是一个以记事本为核心的系统，通过人生金字塔未来年表和三种记事本来实现你的梦想，书中除了时间管理，还包括一些其它的内容，比如读书建议和管理建议等。这本书的核心内容就是在记事本上写下你的梦想和计划。通过三种记事本来实现你的目标，梦想记事本、行动记事本、思考记事本。

作者介绍:

熊谷正寿，作品：《20岁的梦想设计图》《情报整理学》《实现梦想的记事本》等。

一个高中辍学的穷小子，通过记事本的力量，彻底扭转人生的困境！

从二十一岁在记事本写下梦想和圆梦计划起，15年后终于实现自创公司股票上市的第一个梦想，日本最具影响力的网络公司GMO集团创办人。

◆1963年生于日本长野县。一手创立在东证二部上市、以GMO．GLOBAL MEDIA ONLINE株式会社为主的GMO集团，旗下有15家公司、约800名员工的创业家。该集团以“让所有人都能使用网络”为企业精神，目标是成为日本政府底下的“网络部”，目前拥有40万户法人顾客及1156万户个人顾客。

◆1991年设立株式会社VOICE MEDIA（现为GLOBAL MEDIA ONLINE株式会社），并担任董事长。1991年以“独立的网络创投公司”成为日本国内首家成功上市的网络公司。同年设立连结子公司“株式会社MAGCLICK”，担任董事长一职。次年，该社即以仅创业364天的日本史上最短上市时间，成功地在日本那斯达克（NASDAQ JAPAN，即现在的HERCULES）上市。

◆2000年获得日经创投“99年VENTURE OF THE YEAR”，2003年在富比士杂志“美国境外，年营收在十亿美元以下或是上市成长企业的19000家候选企业”中获选为“200大最佳中小企业”（Best Under a Billion, Forbes Global's 200 Best Small Companies for 2003）。

◆日本总务省“次世代网络政策研究会”委员。财团法人日本因特网供货商协会（JAPAN INTERNET PROVIDERS ASSOCIATION）副会长。学校法人湘南工科大学兼任讲师。

目录: 前言

第一章 记事本的使用方法将决定你的人生

1. 带着梦想行走
2. 用文字触摸梦想
3. 活页记事本胜过电子记事本
4. 记事本加快头脑运转
5. 大小以《圣经》的尺寸为标准

第二章 没有梦想，就无法让美梦成真

1. 美梦成真的第一步
2. 假如明天就离开人世……
3. 人无法超越理想中的自己
4. “梦想?人生金字塔”
5. 写出你的人生旅途计划书
6. 不诚实面对现实，就无法看清未来
7. 即使中途有变，也要用一生去实现目标
8. 以年为单位的目标效果不彰

第三章 三种记事本，让梦想都实现！

1. “梦想记事本”是什么？
2. 看得见、摸得到的梦想才容易实现
3. 着手收集梦想，梦想将不断浮现
4. 列出实现梦想所必需的事情
5. 在行动记事本里将该做的事情排进行程表
6. 将自己觉得重要的句子收集起来
7. 执行清单中所有该做的事情都要先确认前后顺序
8. 快要放弃梦想的时候，让记事本来提醒你吧！
9. 用确认清单来辅助思考
10. 利用备忘录及确认单提升会议效率
11. 上市公司是从记事本中创造出来的

第四章 我的工作术与读书术

1. 没有期限的工作是无法期待成果的！
2. 将所有的目标数据化
3. 把“重点是什么”当做口头禅
4. 无法解决的问题，是不会发生在你身上的
5. 终生学习
6. 读书的题材比比皆是
7. 先沉住气，找到最短距离后再一口气向前冲
8. 积极找机会与大人物接触
9. 人们对言行得体的人没有攻击力
10. 无法心怀感激的人是只会斤斤计较

第五章 我的信息收集与信息整理术

1. 笔记达人的推荐
2. 一件事情整理在一张活页纸上
3. 收集信息的三种利器：“梦想”、“红笔”、“比较”
4. 报纸要先“看”再“读”
5. 利用杂志、书籍的空白处
6. 网络是最有效的信息收集工具
7. 整理信息的三种利器：“记事本”、“电脑”、“A4档案夹”

第六章 我的时间创造术

1. 大幅提升时间效率的秘诀
2. 多用“同时进行”的行动
3. 投资时间
4. 善用手机，增加时间
5. 排除会打断集中思考的要素
6. 有条不紊，不再东翻西找
7. 说话要开门见山

8. 有效地处理电子邮件
9. 休息时要拼命地休息、玩乐
10. “灵感”多在休息时间迸发

第七章 我的经营&管理核心

1. 比获利更重要的东西
2. 创造员工可以自动自发的环境
3. 年轻人也可以是成功的经营管理者
4. 采用“预测管理”提早掌握数字
5. 政策决定的基准为“笑容”与“感动”
6. 做生意是不会厌烦的
7. 不能成为第一，从一开始就不碰
8. 养成求胜的习惯
9. 力量存在于细节当中
10. 让优秀人才成为明星
11. 顺应自然法则而导出的“五十五年计划”
12. 信息共享助员工一臂之力
13. 将员工的方向导向一致
14. 何谓创投企业？
15. 人人都用记事本
16. 挑战年营收十兆日元的企业

后记

附：圆梦记事本范例
· · · · · (收起)

[记事本圆梦计划_下载链接1](#)

标签

时间管理

个人管理

笔记本

计划

圆梦

日本

GTD

评论

重读了一遍.当时写的附注里,我竟然说了钱还不太重要,经过一年的打拼,我知道钱实在是太重要了

我对富二代创业之类的真心没偏见，可是既然家里开有餐厅，电影院、房屋仲介、舞厅，自己18岁就当家族大型柏青哥店店长，就不要强调“没钱，没时间，没学历”好么！另外作者和母亲（是否亲生不详）关系不错的样子，但是家族企业继承人是异母弟弟，总觉得背后有很大的八卦可以挖掘呀

他就这么一写，你就这么一看，然后就没然后了。

这本书有两个收获。1、写5年或10年的计划，不要限于现在，否则会迷失现在努力的方向。2、必要的时间投资。

一手抓笔一手抓书变做笔记边看完了，最大的感触是别被形式局限了解决问题的方法。

J的方法吧。好想知道P型如何圆梦，抓住机会？

意义阐释得很多，但是应用技巧才是比较少。其实最希望看到笔记本实物和内页的样子～

需要执行力

简直是filofax的软广嘛，想转投活页了。

有些地方还是很有借鉴性的，如果能把作者的方法用于自己的实践，肯定多少都能收到一些成效的。

前半部分很不错，后半部分看过一遍之后就会发现，只有小标题是有用的。另外在这儿发点和书无关的想法：就时间管理类书籍来讲，如果看过就放下，那么等于没看与时间的浪费。不管生活因为这本书发生了多么细微的变化，那么也是值得的。就这本书而言，总体来说，还是推荐。

都是作者的亲身实践吧，书也比较有体系，感觉还是用了心的，虽然给了很多操作层面的小贴士，但是感觉操作起来还不是很顺畅，也许要自己亲自试过才知道吧。

熊谷绝对是个有着疯狂整理癖的处女座

将梦想写在记事本里带着走；亲手写下梦想，加强对人生的思索；记事本=梦想记事本+行动记事本+思考记事本

很实用，激起了我的生活欲。

2012/12/9-12/10阅读。很好的实用技巧，马上实践。人生由梦想驱动，梦想用记事本掌控!推荐之

看完了，像佐藤可士和的整理术一样，熊谷也用表格把整本书的核心内容提炼了出来，这种作者真是贴心。

看了水湄姐的推荐看的，其实大部分内容已经知道了。作为GTD的入门书不错。方法需要再根据个人情况修改，总之用好还是不容易。

实践性很高的书....

这两天GTD，断舍离的也是醉了，工作条例明显改善，进取中

[记事本圆梦计划 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） 训谏、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……这种设立许许多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，父亲更是从来不住书桌前坐，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，能够健康地做目前正在做的事
- 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。-----...

[记事本圆梦计划 下载链接1](#)