

《10人法則》

图书基本信息

书名：《10人法則》

13位ISBN编号：9789571042985

10位ISBN编号：9571042986

出版时间：2010-5-27

出版社：尖端出版

作者：西田文郎

页数：144

译者：謝晴

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《10人法則》

內容概要

這世上，除了自己以外，你最珍惜的人有誰？

你所能想到的人數，可說是人生幸福度、成功度的指標。如果只能想到自己，人生未免太過孤寂。如果你想要有豐富幸福的人生，首先，想起心中最珍視的10個人；接著，思考如何向他們表達感謝的心情。你將發現，心中湧現源源不絕的勇氣與力量。

這就是讓人生更幸福的感謝魔法——10人法則。

日本亞馬遜書店暢銷書，四顆半星強力推薦

享譽日本「能力開發的魔術師」，60萬本暢銷書作者西田文郎最新力作，以微笑和感謝的心情，迎接更上一層的美好人生！

1+10=

人是社會型的動物，任何人在「只有孤身一人」的情況下，都會感到惶恐不安。然而在我們無意識的狀態下，這種惶恐不安常常會造成我們離幸福人生越來越遠，漸漸失去邁向成功與實現夢想的能量。

不妨在心中自問：對我而言，最重要的人是誰呢？

可以簡單就想出十個人嗎？還是在這個世界上，除了自己以外再也沒有更重要的人了？如果只能想到自己，那麼人生未免太過寂寞了。你必需仔細想想，對你而言最重要的人，從他們的角度來看，你必定也是他們心中最重要的人。

你所能想到的人數，可說是你人生的幸福度、成功度的指標。如果，我們在人生中無法與自己以外的人相遇，就無法提升自己，而在惶惶然中度過，心中無法感到幸福感。

這就是作者寫出這本書的理由——如何與自己以外的人真心相遇。當你心中重要的人、珍惜的人逐漸增加，你的人生就會越發豐富，確實提高變幸福與成功的能量。

讓自己變成更好的人！以感謝心改變自己！

本書介紹的不只是生活技巧，而是生存之道，讓你覺得自己擁有「好運」人生。

如果能實踐這10人法則，就能獲得變幸福的能力與提高成功的可能性。

作者簡介

西田文郎

- SANRI東海中心潛能開發研究所 代表取締役會長
- 西田塾 塾長
- 西田會 會長

一九四九年生。日本想像訓練研究、指導的先驅。

一九七〇年代起便開始進行心理訓練的研究，以大腦生理學和心理學建構了提升大腦機能的能力開發計劃「超級大腦訓練系統（S.B.T）」。在日本擔任許多經營者、商業人士的能力開發指導，培養出很多成功的商業人士。

這個「S.B.T」是讓任何人在嘗試過後，都能鼓起熱情，讓接受指導的大企業和個人產生重大變革，讓生產力飛躍提升，因此西田文郎被譽為「潛能開發的魔術師」。

以經營者讀書會為訴求的「西田塾」，全國各地很多經營者來參加，每回都會有很多人在門口等待是否有人取消而自己得以參加。

二〇〇八年春天，為了要更徹底的實行「大腦訓練」，希望讓更多人得到幸福的「西田會」開始運作。

另外，不只是商業界，他也擔任運動選手的心理諮詢顧問，讓很多運動員成功。近期，指導日本女子壘球隊在北京奧運拿到金牌。他果然是日本心理訓練指導的第一人。

著作

- 「NO.1理論」（現代書林）
- 「有趣的成功幸運大法則」（現代書林）
- 「找到人生目的的魔法手杖」（現代書林）
- 「超越好運的成功力」（現代書林）
- 「邂逅的成幸法則」有聲書（現代書林）
- 「強運的法則」（日本經營合理化協會出版局）
- 「好運的最強法則」（鑽石社）
- 「成功者的三秒法則」（Index Communications）
- 「呼喚幸運的最強思考」（Index Communications）
- 「瘦身NO.1理論」西田文郎 監修 / 西田一見 著（現代書林）

相關網站

- 西田文郎網站：www.nishida-fumio.com/
- 西田塾．日本傻瓜會網站：ahokai.com/
- 西田會網站：nishidakai.com/
- SANRI公司：www.sanri.co.jp/

書籍目錄

前言

第一章 成功者並不孤獨 「10人法則」入門篇

是順利，還是得意忘形？

一個人就會得意忘形

成功很簡單

真正困難的是維持成功

重要的事情，心知道

看輕世界的話，必有報應

尋找真正的自己是沒有效果的

你的本來面目決定你的朋友

好運或幸運只是錯覺而已

成功的人絕對相信運氣

得意忘形的話，好運會提早結束

聚在一起抱怨的是孤獨集團

負面情緒會讓我們將對方當作敵人

努力的喜悅超過達成的喜悅

滿足渺小的自己是危險的

幹勁隨著人一起消失

第二章 人在開心時，就會想要感謝 「10人法則」實踐篇

年輕時對「感謝」認識有限

喜悅超越自我，變成感謝

人在絕望中，也能感謝

謝謝也是道別的話

感謝是肯定一切

人類創造的最完美的謊言

接受現實，才能前進

感謝也能排除對死亡的恐懼

再怎樣的不幸，感謝的力量都能拯救

大腦知道有感謝的力量

很多感謝都只是理性的感謝

給恩人做大的報恩

報恩是最開心的義務

將感謝傳達給十位恩人

第三章 喜悅會拆除心的界限 「10人法則」活用篇

自己的運氣就是朋友的運氣

當你說想變成某人時，意識就會改變

當你說想變成某人時，界限就會毀壞

在同產業裡打不開活路

戀愛失敗是不存在的

只要有祖先，就有自己

心的界限會因人的幫助而改變

你讓別人開心？還是別人讓你開心？

後記

《10人法則》

精彩短评

1、"你或許覺得自己是一個人活著，不過你的生命並不是你一個人的，所以你要更珍惜自己，更認真得活著。"~P.124

章节试读

1、《10人法則》的笔记-第1页

1

《10人法則》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:www.tushu000.com