

# 《用12個習慣祝福自己》

## 图书基本信息

书名：《用12個習慣祝福自己》

13位ISBN编号：9789861794638

出版时间：2016-10-1

作者：褚士瑩

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](http://www.tushu000.com)

# 《用12個習慣祝福自己》

## 內容概要

一年到頭都在擬計畫，結果執行力等於零！

興趣一大籬筐，偏偏都只有三分鐘熱度！

想要改變自己，可是找不到方法！

看別人養成好習慣超羨慕，到底怎麼辦到的？

褚士瑩在世界各地飛來飛去，遇到各式各樣的人，

有人對他每天做的事，像NGO工作、寫作、旅行、航海非常好奇；

有人對他異於常人的觀點跟想法，很想打破砂鍋問到底

為什麼褚士瑩繞地球，不用調時差也不會疲倦，他真的是人類嗎？

為什麼每次聽他說有什麼新計畫，下次見面就已經完成了新計畫？

為什麼他的學習特別強，難道有什麼特異功能嗎？

褚士瑩說，你想要什麼能力？就要不斷反覆練習，直到變成「習慣」！

好好睡覺，像個英國少年那樣貪睡；好好吃飯，像泰國人那樣好吃；好好運動，像巴西人那樣愛玩。

以上這些變成「習慣」，你就會得到身體的「免疫力」！

世界是沒有永遠的陌生人；一天安排自己只做兩件重要的事；

不要一直說：我不會！以上這些變成「習慣」你會擁有「學習力」！

像法國高中生那樣愛哲學，像德國人一樣紀律，像推理小說來發展自己的視野；

要按「想」的方式活，不是要按「活」的方式想！

以上這些變成「習慣」，你就會得到思考的「判斷力」！

如何成為更喜歡自己的人？用12個習慣祝福自己吧！

# 《用12個習慣祝福自己》

## 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](http://www.tushu000.com)