

《科學驗證的改運法》

图书基本信息

书名：《科學驗證的改運法》

13位ISBN编号：9789861753494

出版时间：2014-4-24

作者：中野信子

页数：176

译者：卓文怡

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

《科學驗證的改運法》

內容概要

日本「第一金頭腦」的腦醫學博士告訴你：最科學的改運法！

36個簡單的行動及思考法則，讓你從此好運連連！

被譽為日本「第一金頭腦」的腦醫學博士中野信子說：

改運的祕密，就藏在你的大腦裡！

好運人的行為模式、價值觀及思考模式，

都可以用科學模式來驗證，也都是可以複製的！

你覺得自己老是衰雲罩頂嗎？你羨慕那些總是好運連連的人嗎？當我們看見有人完全不為錢苦惱時，很容易認為「有錢真幸福」，但其實他們是「因為幸福才有錢」。根據美國佛羅里達大學的研究顯示，「幸福的人比較有賺錢的機會」。在腦科學專家眼中，運氣好或不好的人，差別只在行為模式、思考方式和面對事情的態度不同，因而長年下來，造就了截然不同的人生。本書即介紹好運人的各種思考和行為模式，並輔以簡單易懂的知識、實驗或小故事佐證，例如：

活化腦部的回饋機制：選擇較困難、風險高的道路走，會產生快樂的感覺，提升好運的機率。

安慰劑效應：光靠祈禱和意志力，就可以引發許多不可思議的身體變化。

鏡像神經元原理：常常接近好運的人，自然而然就會覺得自己「鴻運當頭」。

促進分泌血清素（幸福荷爾蒙）：早睡早起、做適度的運動、慢慢地享受洗澡，可以增加安心感及穩定感。

腦部進化論：與其將別人踩在腳底下，不如設定一個與他人共同生存的目標，更能發揮潛能。

幹勁之源多巴胺：經常懷抱美麗的幻想，多給予新鮮刺激，就能不斷激發活力與幹勁。

本書教你如何輕鬆擁有好運腦，學習好運人的思考和行為模式，例如「把自己當成世界的中心」「相信自己運氣好」「與其他好運人互助互惠」等。當你一一實踐後，你必會更受到幸運之神的眷顧。

《科學驗證的改運法》

作者簡介

中野信子

腦科學專家、東京大學研究所醫學系研究科腦神經醫學博士，曾於法國原子能署的薩克雷研究所擔任研究員，目前以評論家的身分活躍於「資訊介紹獨家報導」等電視節目。曾在富士電視台「平成教育委員會2013!! 日本的頭腦決戰SP」節目中獲得優勝，贏得「日本最優秀頭腦」的封號。著有《腦內麻藥》《東大畢業的女性腦科學家教你如何換一副有錢人的腦袋》《活躍全球的人會做的事》《從腦科學的角度來看「祈禱」》（以上皆為暫譯）。

《科學驗證的改運法》

書籍目錄

《科學驗證的改運法》

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