

<<加速实现目标的5×5法则>>

图书基本信息

书名：<<加速实现目标的5×5法则>>

13位ISBN编号：9787300121833

10位ISBN编号：7300121837

出版时间：2010.7

出版时间：中国人民大学出版社

作者：【日】内方惠一朗

页数：176

译者：宫娟

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：<http://www.tushu007.com>

## <<加速实现目标的5×5法则>>

### 前言

首先感谢您阅读本书。

下面我想谈一下关于我个人的事情，书中“快速实现图”的产生与我父亲有着密不可分的联系。家父当时是美容界的顾问，他不仅能编辑美容方面的杂志，还会制作广告单和小册子，既能写文章又会画插图，同时还去各地进行演讲。

一页白纸到了父亲手中，经过剪切和粘贴就会变成鲜艳的广告单。

在那个没有电脑的时代，说编辑也只是经过剪贴等手段制作成的罢了。

但是看到那些插图、文字等经过排版变得像模像样时，对我来说如魔法般神奇。

随后父亲的客户就会边说着感谢的话边欣喜地接过来。

看到这些，我禁不住感叹“父亲真帅”。

我是看着父亲工作的背影长大的，因此在是父亲的儿子之前我首先是他的徒弟，现在想想觉得非常幸福。

但是人们都难以注意到自己最初所拥有的东西的价值，因此许多人都会去探寻自己不足的部分。

事实上在我二十多岁的时候也曾深深地烦恼过，觉得自己或许还有其他的可能性。

我觉得自己或许不应该继承家业，而应在更广阔的世界取得更大的成就。

最终我找到了“真正的自己”，并发现我所缺少的只是“自己真实的想法”，快速实现图也是同理。

## <<加速实现目标的5×5法则>>

### 内容概要

本书向大家介绍的是一张图，名为“快速实现图”，它通过填写5×5=25个空来实现梦想。实际上有的人通过填写这张图，以令人惊讶的速度达到了目标，并使他们的人生发生了巨大的变化。现年三十多岁的c先生的愿望是希望使自己的年收入增加1.5倍，只用一年便实现了目标，现在年收入已经超过1000万日元。

还有一位D先生，他本是一名普通的公司职员，希望自己的副业收入能在半年之内增长到3倍，但他只用了两个月的时间便实现了目标。

经营美容院的A先生，希望能在4年之内还清2000万日元的债务，但却只用了3年就还清了借款。

家庭主妇B小姐对自己的未来思索了许久，最后她宣称自己要实现孩提时代的梦想，那就是成为一名歌剧演员。

虽然周围的人都非常吃惊，但是最终她实现了自己的梦想，并正式出道。

诸如上述大多数人，实际上都比自己写下的达到期限更早地实现了自己的愿望。

周围的人甚至自己都难以置信，竟然可以如此之快地实现目标。

原本希望3年内实现的愿望只用1年便得以实现；希望半年后实现的目标只用3个月便可达到……听了这些你难道不想亲自试一下吗？这些变化令人震惊，因此在本书中将“cosmomap”称为“快速实现图”

## <<加速实现目标的5×5法则>>

### 作者简介

内方惠一郎

开发经营企划能力的工具(快速实现图)的创始人。

经营化妆品邮寄销售公司及adpentel自然派俱乐部有限公司。

学习策略(leaning stratege)公司公认速读班讲师, 公认精神分析图讲师、国际专业潜水教练协会, 公认水肺潜水教练员、精神疗法专家。

## <<加速实现目标的5×5法则>>

### 书籍目录

前言 填图就会成功第1章 让梦想和目标动起来第2章 25个空格法则第3章 5×5的填空将带来成功  
第4章 “收获”和“人脉”的关键第5章 平衡要素就能实现目标 第6章 实现更高的梦想

## <<加速实现目标的5×5法则>>

### 章节摘录

第1章 让梦想和目标动起来 所思所想会成为现实 在具体介绍实现梦想、达到目标的方法前，我首先来向大家介绍“想法现实化”这一法则。想必大家对“仅仅把梦想写在纸上或笔记本上便可实现”、“只要每天浏览一下写下的内容目标就可达到”等说法有所耳闻，或许也有人读过此类的书并实际去做了。其实并不是只有写下来的东西才能成为现实，我们平日所思所想所说的都会成为现实。原因是什么呢？这是由大脑的构造决定的。

人的大脑非常主观，看事物总是根据自己的意志，也就是说，我们的大脑只会看我们自己想看的東西。

而且我们平日里所讲的话、一些口头禅、突然闪现的想法等都会使自己的价值观、世界观更加坚定，这样我们就会按照自己的意志去看世界，过自己所希望的生活。

如此这般，不管是有意识的还是无意识的，我们自己的所思所想都无疑会成为现实。

这样的话，只要为自己树立一个良好的信念就可以了，这就是把梦想写下来的意义。

把自己的梦想、目标写下来，并每天强烈地意识到它们的存在，这样自己的所思所想就会离目标越来越近。

所谓“积极思考”就是如此，可以说它很好地利用了大脑的这一原理。

在这一点上，本书中介绍的“快速实现图”也是同理。

## <<加速实现目标的5×5法则>>

### 编辑推荐

5个要素 5个条目 25个空格 只要会填空，目标就能实现！

改变知易行难的困境！

改变思维方式！

改变你的人生！

两周内完成棘手的工作报表； 三个月达到恼人的减肥目标； 半年内获老板赏识，从容晋  
升； 一年后买辆代步车，走向中产； .....目标实现不了？  
只要会填空，目标就能逐个实现！

<<加速实现目标的5×5法则>>

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:<http://www.tushu007.com>