

<<十四堂人生创意课全套装>>

图书基本信息

书名：<<十四堂人生创意课全套装>>

13位ISBN编号：9787807636137

10位ISBN编号：7807636130

出版时间：2011-5

出版时间：广西科技

作者：李欣频

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>

<<十四堂人生创意课全套装>>

前言

我是老师心中的宝藏 李欣频 我去教书是意外，这本书的诞生也是意外。因为我以前从没想过会去教书，那时的刻板印象是，教书只是重复自己已经知道的，一点建设性也没有。

人生果然充满机遇与巧合，当年因为不想成为老师，所以联考志愿卡上没填任何一所师范学校，但十年后居然回到学校教书，果然是命。在政大广告所赖建都老师的引荐下，我到台湾中原大学商业设计系兼一堂广告文案课，开启了教书的生活。

一开始，我把教书视为苦差事，觉得台北到中坜的漫漫路程真是疲惫极了，后来慢慢地发现其中的乐趣：我在讲课，其实是在同步建设自我——我在台上几乎变成了另一个人，另一个光明健康的我，变得特别多话，变得超乎寻常地耐心，变成一个很唠叨的人（我以前的文字一向精简，我也一向寡言）；我每次教完课都会很开心地离开教室，因为与学生互动不错时，自己的收获也很多。所以教课前几天我都会失眠，因为脑中排山倒海地跑出一堆这星期想跟学生说的话，我只好在床边留上纸笔，像在记录别人说话般地速记脑中想的事，然后站到台上时，还会即兴说出一些自己也没想过的想法；而且我说话的速度极快，因为要急急迫着自己飞驰的思绪，所以我对学生很抱歉，因为一开始他们实在跟不上我讲话的速度，但后来也就习惯了。

原本只是一学期的课，本来只是期末答应写给学生的一封信，后来变成了一篇文章，越写话越多，结果两天无法停笔，一口气写了两万字的初稿，最后就变成了五万多字的书，中断了我原本已排定的写作计划。

自从我出版《诚品副作用》《广告拜物教》等广告文案书之后，我常被问到如何培养创意。我个人觉得创意是可以后天培养的，但创意不是一种可被教授的技巧，而是一种无法言传的生活态度。所以我在教广告文案课时，没有制式的教科书，当周我的新发现与心灵感动，就是那一周的教材。

这本书除了整理自己上课前手写的讲说大纲、在其他学校演讲的讲稿外，还有一些是看学生们的上课笔记与课后心得勾起的记忆。

现在独自一人在书房，看着过去所说的话，宛如还身在教室，感觉当时像是有一股未知的力量，在借我的口说出这些特别激励向上的话，除了说给学生听之外，有时我也会听听自己在说什么，学生在问什么，即使在课程已结束很久的此时，说着和听着仍然在我脑中继续进行，思想的会面如此迷人。总之，是一种很特别的精神分裂状态。

到后来，我利用每周两到三小时的课堂，把一周从电影、书本、生活？

所累积的能量都给了学生，课后虽然疲惫虚脱，却仍然精神奕奕地在下课后继续回答学生的疑惑。这段时间，正是我在研究所念书压力最大的时刻，还好以这两三小时，我孤独思索的灵魂找到与他人交会的点，我开始享受与学生一起共修人生智慧的乐趣，给了我重建信心、自我教育，并与外界互动的机会，否则辛苦高压的学术研究生活，真的不是一般人可以承受的。

每次上完课，我都带着一个更坚毅的灵体离开教室，我希望我的学生也是。

教学用的三个抽屉，经过三年，也已经塞满了笔记与讲义。

加上很多其他老师的鼓励，决定把这些在课堂上零散的思绪做个系统性的整理。

在2003年过年期间，因为家人都出国，刚好朋友们都各自回家过年，所以可以一个人安安静静地，从小年夜整理到大年初十，希望赶在我中原与科大学生毕业时出版，以留一整本供给他们离开校园后可以回忆点滴的书稿。

我教书经验非常短，而且并非完全做到我所说的，自我的完成度还不到及格的程度，我只是提出一个蓝图，目前自己仍在实践中，边做边修正。

我知道出这本《十四堂人生创意课》本身是危险的，出书是单向发声，毕竟不像上课，有疑问可以当场讨论、修正，况且白纸黑字更难有改正的空间。

但我发现很多学生从高中毕业进了大学，四年期间还不清楚自己能做什么，沉沉浮浮，孤独摸索，而

<<十四堂人生创意课全套装>>

我自己当年亦是彷徨无助，所以我把“找自己”的十年成败经验，很诚恳地、毫无隐瞒地告诉我的学生，希望他们从现在开始思考自己、正视自己、发现自己、开挖自己，希望他们因平凡的我，而联想到自己更多、更精彩的可能未来。

其实有资格写书出书的老师比比皆是，写这本书时我异常惶恐，因为自己人生阅历还不足，看得也不够深厚，之所以斗胆写下自己教书的经验，只是希望将来能看到越来越多的老师，把他们一个个精彩的人生体悟与心得分享出来，因为生命教学，每一个老师都是一个开挖不尽的宝藏，而我们很少有机会与管道，与其他老师交流，出书只是想抛砖引玉——我相信教育可贵之处在于经验的传承，像点灯但不是路径指引，不是技术的交棒，而是学生自我与未来潜力的激养，老师只能陪伴一时。

关于教育，我自己在联考与学校不当体制下深受其害，也正因为有好老师，以爱心与耐心帮我在人生的歧途中急转弯，到了安全的彼岸，救了当时快因抑郁跳楼的一条年轻生命。

现在看到报上层出不穷的青少年自杀事件，心里也很焦急，不知道自己帮点什么忙，所以自己透过课堂亲身实验生命教学的理念，我想，米奇？

阿尔博姆写的《相约星期二》，是这本书很重要的楔子。

很遗憾没听到过去教过我的老师们的生命教诲，他们身上一个个精彩的生命灵魂令人尊敬，我会在有生之年尽可能地去找他们挖宝续课，我也不吝把自己的所见所闻都教给我的学生，哪怕是我跌倒的痛或挫败的伤，都是很好的经验教材。

当每个老师都这样自我整理时，也可以从各式各样学生的反映与回馈中，看到很可贵的教学相长的奇迹。

我期许自己是一个不轻易对学生做好坏评断的老师，打分数是我非常不愿意做的，因为好坏标准都在他们自己身上，没有人有资格去告诉他什么是对，什么是错，什么是好，什么是坏，所有的价值都随着时空而变、因人而异。

我常常提醒自己，不要用自己的价值观去影响他们，虽然讲课本来就很难避免主观，但我希望有一天，如果我还会再教书，我会让学生自己设计这一学期的课程，自己设定教学目标与评核标准，自己在环境中找学习教材，自己打分数，做老师的只是咨询者，没有权力，没有权威，只能给建议而已。

第二个期许是，即使我被丢到一个完全没有书本的荒岛，我希望自己的应变力与联想力，可以立即在陌生的环境中，适应良好，而且可以马上找到环境的脉络与资源，与学生一起探索，并合力建构一套新的生活知识体系，就像电影《荒岛？

爱》，在意外被漂到荒岛无人救援的绝境中，学会自己用创意求生存。

最后，将这本书献给精神上永远给我勇气、视我为她心中宝藏的甘训宾老师。

献给在我漫漫人生中包容我的叛逆、耐心，并教导过我的老师们。

献给与我一起参与现在与未来的学生们。

献给催生这本《十四堂人生创意课》的所有工作人员。

献给每个正在看我实验生命过程中的你。

<<十四堂人生创意课全套装>>

内容概要

创作之于李欣频，就好像犯了一种无可救药的瘾，如果忘了带笔，她就会用口红、眉笔或是用指甲在纸上刮字，以记下思绪的源源不绝。

知识可以复制，但智慧却只能感染。

想知道李欣频是如何能同时写七本书、每年旅行三个月、撰写知名企业广告案、单月只工作两天却能赚60万，还能读博士班、在北大教书的吗？

想知道她的灵感、创意、写作又是如何发生的吗？

这是一套写给渴望打造独特人生风格的你，最鲜活的生命教学笔记。

在这套书中，作者李欣频以电影、旅行、观察、阅读、情报、演练、想像、梦、自信、生命与危机意识，架构出一部：横跨书写、影像、广告、设计，丰盛且庞大的个人创意系统。

让每位读者从书影看到新的人生哲学，从创意生活中获得新能量；吸纳经典与新知，用阅读、旅行、观影，伸出触角与世界相连；把知识内化为生命的智能，从而打造自己独特的生命风格！

此次推出的《十四堂人生创意课》全套装，全面收录了她创作巅峰时期的创意文字集。

包括四本创意励志书，讲述生命教学的《十四堂人生创意课》，讲述心灵提升的《十四堂人生创意课》，讲述创意实践的《十四堂人生创意课》，讲述变局突破的《谁说这辈子只能这样》。

在这套书中，读书人可以从看到智慧；电影人可以从看到想象；写作者可以从看到灵感；广告人可以从看到创意；旅行者可以从看到风景。

全套装还超值赠中国传媒大学演讲完整版DVD。

其中收录了长达100分钟的“电影之下的人生创意”演讲全过程。

<<十四堂人生创意课全套装>>

作者简介

李欣频

台湾女作家，台湾政治大学广告研究所硕士，北京大学新闻与传播学院客座讲师，除了身为多本畅销书的作者，她还担任旅游卫视“创意生活”节目特约外景主持人。

这是一个不可思议女子，19岁就让世人为其才华惊为天人，成为台湾的文化地标——诚品书店的御用文案。

她被誉为华语世界“文案天后”，连续五届担任“广告流行语金句奖”评审。

她是情感世界的文字精灵。

她平均一天阅读一本书，看一部电影，最多时一年举办100多场讲座。

此外，她30多岁游历过近40个国家，担任多家知名媒体的专栏作家，将其经历挥洒自如地转化为无限的文字。

至今出版了27本畅销书，其中多本名列畅销书排行榜前列。

创意励志书《十四堂人生创意课》两岸疯狂热印40多次；《希腊：一个把全世界蓝色都用光的地方》一经出版，就掀起了台湾人希腊旅游的热潮；心灵智慧书《2012重生预言》（内地版《2012心灵重生》已经出版）一经推出就登上台湾三大网络书店榜首，一个多月重印13次之多。

<<十四堂人生创意课全套装>>

书籍目录

十四堂人生创意课【生命教学】

第一堂课 如何在意外频仍的时代活下来——从9·11到SARS，谈如何存活 / 26

第二堂课 如何开挖自己的生命穴脉

第三堂课 如何画一张自己的生命蓝图

第四堂课 如何栽培自己——从五项养成教育开始

第五堂课 如何建立独特的自我风格

第六堂课 专心就是最大的力量

第七堂课 拉大自我格局，漂亮的场面调度

第八堂课 不中止的自我要求与评量

第九堂课 精通多项技能，与各精英Hyperlink的多孔变频插座

第十堂课 如何在25岁前顺利接班

第十一堂课 智慧与知识的均衡比例

第十二堂课 低谷反弹，高处思危，如何愉悦自处人生高低曲线

第十三堂课 想象力让你看到不一样的世界

第十四堂课 相信自己能为这个世界带来独特的生命惊喜

十四堂人生创意课【心灵提升】

人生，要站在原点看新的可能

删光所有人，只留下自己

抽丝剥茧找出自己的模式，彻底更换惯性思维

拥有每日新生的感官，欢迎各种灵魂附身

开启自体运转世界的动能，进入心想事成的圆满新纪元

站在新的点上时，要看到人生的无限可能

全面培养自己的超能力，进阶到新版的感官系统

不再是直线式的逐步前进，而是放射性爆开的光速扩张

高峰生命的激荡串连，强者越强的星际之旅

开启多元的生命窗口，自体星系无限扩充

在无限可能的点上，看最好的可能

以全新视野，创造集体合演新局面的剧本

拉高视点，绘制巨幅生命蓝图

全观视野，跳换剧本

事成比心想还快，不必计划未来，在当下这一秒完成一切

十四堂人生创意课【创意实践】

关于文案与创意的23个问题

创意·灵感

广告·文案

学校·教育

关于写作与出版的14个问题

作家身分·写作计划

创作流体·图文形式

执行出版·自他影响

关于旅行与人生的13个问题

旅行 VS. 创意

人生规画·时间管理

心灵修行 VS. 创意

心想事成·人生终极

<<十四堂人生创意课全套装>>

谁说这辈子只能这样子【变局突破】

第一个关键词：全球视野 宇宙视野（从《2012》到《阿凡达》的瞬间提升）

第二个关键词：重估风险 风险共存（从求生存的平民到野战部队的身心锻炼）

第三个关键词：适应极端 乐在极端（考场、剧场、游乐场VS. 赢家、演员、玩家）

第四个关键词：接受变动 享受变动（苏菲旋转舞者?轻装攻顶者?乐在目不暇接的马戏团员）

第五个关键词：随时放下 归零重来（向贫民学最低生存?在量子物理场中归零?在《金刚经》中涅槃）

第六个关键词：练习无常 穿越生死（从增加心灵弹性，到自由游走生死之界）

第七个关键词：高速起灭 静观一元（死前快转带?业力清单?老子《道德经》）

第八个关键词：环球之旅 师古文明（从心愿旅行者到古文明接班人）

第九个关键词：多元技能 练超异能（多技能布局?灵性天线?超异能部队）

第十个关键词：把握当下 自定未来（量子跳跃点，美的能量通道，直接跳进你要的版本）

<<十四堂人生创意课全套装>>

章节摘录

十四堂人生创意课 生命教学 每天看一本书，一年别人与你就有365本书的差距 知识会让你对外在环境有很不一样的眼光，就像是发现世界的线索与指南：如果不懂天文学，你如何对满天星辰背后庞大的运行奥秘臣服？

如果不懂得法文，你如何被巴黎墙角下一行情诗感动？

如果不懂得心理学，你如何知道昨晚的梦境反映了你的什么心理状况？

知识是鹰架，透过阅读让你爬上去，从高处看更广的视野与风景——每天醒来，觉得能活着打开一本有趣的书，是一件很幸福的事。

我希望你们在人生心智发育最精华时刻——18至28岁期间，养成每天看一本书的习惯。刚开始看书速度比较慢，没关系，先从两三天看一本开始，以后阅读速度快了，就可以让自己一天看一本。

因为一天有很多剩余或零碎的时间，比方等人、等车、等餐、等挂号、等银行号码牌……就已经可以让你看好几页的书了，所以我包里一定会有一本我正在读的书，我家里也到处都是书：我在探索频道的广告时间，与我在客厅的书片刻相处；浴缸边的书，是在泡澡时陪我说话的情人；在床边的书，是哄我入睡的心灵伴侣；在电话边的书，是让我接到话既多、无趣又无法打断的电话时，可以暂时把我的耳朵脑袋假释出来的保释官。

至于选书，你们可以先从自己有兴趣的开始读起，然后延伸阅读，读出一个自己能乐在其中的阅读脉络，并随手绘制一棵今年的阅读树：比方读了黛安·艾克曼的《感官之旅》，就想延伸阅读里面提到的蜜雪儿·柯蒂斯的《第六感官》……然后就一路延伸阅读下去，自己的阅读地图就越来越广，慢慢地累积出一张属于自己的阅读地图；最好再搭配你规划好的人生蓝图，来设计自己的书单，让自己在专业领域里的知识尽可能地丰足，一进社会就有条件做老板、同事们的包打听顾问，而不是什么都一问三不知的新手。

此外，还要顾及你的延伸兴趣与次专长，有很多非你专业领域的书，比方艺术、美学、文学都是最好的创意来源，因为它们很滋补，像是灵魂的胎盘素。

如果可能，最好每星期都去书店浏览有哪些刚出版的书，在脑中建成目录文件，每周去更新一到两次，把自己当成FBI情报员，建立专属于你自己的知识情报网，即使没把书买回去，但以后如果需要相关的信息，你马上知道有哪些书可以买来救急。

此外，要去书店亲手翻书，毕竟真实的书与在网络上查书的信息有差异，至少你还可以翻一下里面的内容，感觉文字流洒在指间的丰沛，体触纸香在手中余味缭绕的满足，但也别买了书就回家束之高阁，以为自己已经有了这本书的知识——如果你的书还是干净无瑕地躺在漂亮的书架上，里面没有画出你很喜欢、对你受用的句子，没有留下你的眉批心得，书角没有任何折角的痕迹，那很难想象你已经真正读了这本书。

你们不要小看一天一本书的影响力，一年之后，你比不读书的人就多了365本书的知识与智能（闰年还可以多读一本），10年后就多更多了。

除了书本之外，杂志、网络等信息都是随手可得的资源，帮自己建立左右逢源的情绪及情报支持网，长出触角与世界连接，建立“养分运转无虞的自体情报系统”，是你们在进社会之前就得先准备好的功课，虽然没有学分，但绝对受用一辈子，这也将是你们未来的“维生系统”，在一进社会就被大量挤兑能力、体力之前，你得让自己储粮丰沛、供应无虞，并有办法一消耗就随时补给、能量不灭。

关于“阅读”的书，比方《读书的艺术——如何阅读和阅读什么》《我生命中的书》《阅读地图》《文字生涯》《一生的学习》《学习与知识》……都是我们在开始进行阅读蓝图前，几本很好的参考书籍。

建立这样的阅读路径，除了能让你扩充思考视野、解决日常生活中的疑惑之外，也有助于将来应付大小考试，或是理出客户、老板所给数据的头绪，是很实用的技能。

十四堂人生创意课 心灵提升 删光所有人，只留下自己 不要再拿昨天的剧本继续过活——换掉担心别人会怎么看自己的眼睛，换掉永远是“我的老师说……我妈说……我的好友说……我老板说……”的话语系统。

<<十四堂人生创意课全套装>>

无论我们活到多少岁，是住在大家庭还是独居，是还在学校念书、企业里工作、合伙创业还是独自创业，我们都很难脱离人际关系。

而这些越来越嘈杂、挥之不去的人际声音，正是展开个人创意能量版图的最大障碍。

活得越久，这些声音就把我们绑得越喘不过气，不仅施展不开，最恐怖的是已经成了万年制约，即便是身在可以自由挥洒的空间，却仍是噤若寒蝉、畏首畏尾、小心翼翼，最终还是选择了与大家一致的安全做法。

于是，这个环境就被“人言可畏的氛围定型下来，想突变的人，必须有非常大的勇气才行。

想在这样的环境下做小规模创意改变，基本上是无济于事的，因为这些轻量级的转变，根本不足以应付一日数变、游戏规则瞬间巨变的大环境，想要活下来，必须彻底换掉已被教条与惯性捆绑到脑死的思维，换掉担心别人会怎么看自己的眼睛，换掉永远是“我的老师说……我妈说……我的好友说……我老板说……”的话语系统。

如果要用一个比较极端的方法，就是先把目前这个已经重度失能的自己完全delete掉，以出远门旅行的方式，或是到一个与世隔绝的地方，让原来深受高压束缚的自己，丢在原来的旧时空不带走，连原来的名字、资产、期望，抑或是一些负债、人际关系、问题、烦恼……都先留在原地不去管它，就当是自己已经彻底死了，不要再拿昨天的剧本继续过活，到全新的地方让自己重新投胎，重新开始人生。

即使只能新生几天，也能让你的灵魂脱胎换骨，有了新的眼光与态度，就能瞬间转变你的旧身份、旧生活。

十四堂人生创意课 创意实践 如何踏上“创意”这条路？

误打误撞，闯进“创意”界 如果你对“创意”的定义是一份工作、例如是广告文案的话，我会回答：不是的，我不是一开始就决定要当广告文案，我最早是希望当作家，而且是诗人或是旅游作家。

我大学念广告系纯属是意外，本来打算念外文系或哲学系。

大三到台湾意识形态广告公司实习，第一天临时被交待要写一篇中兴百货的文案，当时从未写过文案的我，利用很短的时间，迅速看完历年中兴百货的广告作品集、翻阅地图查看中兴百货的位置，就这样，在实习当天傍晚下班前，交出了生平第一篇文案，第二天就因为这一篇文案（见课堂延伸1），留下来担任正式的文案工作。

大学毕业后，见报应征诚品书店文案，试写了一篇《诚品阅读》杂志的形象文案（见课堂延伸2），后来通知被录取，但因为我不喜欢朝九晚五的工作，所以便担任诚品书店与商场特约文案，至今长达15年之久，全部的作品都已集结在已经出版的《诚品副作用》与《广告拜物教》两本书之中。

我进入“创意”这领域，可以说是很意外，也很有“创意”。

现在回想起来，觉得自己是非常幸运的，初写第一篇文案就被接受，顺利进入当时最心仪、创意奖常胜军的意识形态广告公司；在大四边工作边念书的那一年，就接触了中兴百货、裕隆汽车、黑松饮料等当时台湾非常知名的大客户，近身见习一群当年非常优秀的广告人，让我在很短的时间之内，从生手到熟练，也让喜欢写诗的我，有了成功转换成为广告文案的宝贵机会。

后来为诚品书店写文案，与一群非常有理想的企划人一起动脑工作，每天必须大量阅读与吸收信息，21至28岁成了我高速成长的黄金时期。

商业与艺术可以相辅互养 有趣的是，高中时喜欢写诗的我，后来在28岁出版的人生第一本书，居然是广告文案作品集《诚品副作用》，因为这本书的意外畅销，顺利开启了之后的作家之路。

很多人会在“工作”与“兴趣”之间摆荡不定，但对我而言，写文案与写作都是我喜欢的——我用创作的心情来写文案，用写文案的精练笔法来写书（例如：《希腊：一个把全世界蓝色都用光的地方》（见课堂延伸3）、尚在内地出版的小说《爱欲修道院》等），成了非常自然的循环互养系统。

对我而言，不需要考虑写文案与写书之间的“平衡”问题，因为我已经把这两部分融合得很好了。

之前我曾向一个来采访的媒体记者表示：“我没办法成为一个很出世的诗人，也没办法成为一个很入世的广告人，但我在这之间找到了一条活路，在文案与文学之间，生出了自己擅长的风格。

” 写文案就是我的一条生存脐带，让我安心躲在创作的子宫里，透过这条商业的脐带与外界接触

<<十四堂人生创意课全套装>>

、对话、谋生存。

自从出版了《诚品副作用》、《广告拜物教》之后，客户若想要我这样的广告文案风格，会主动来找我，我完全不需要去找案源，我也可以挑我喜欢的客户，做我喜欢的案子，而且可以完全自由挥洒。这也是我常对学生们说的，全心全意地做好你喜欢做的事，做到极致，做到顶峰，做到能见度最高，资源自然流向你，不需要先担忧经济的问题。

还记得我第一次找出版社谈出书计划时，我拿的是在报上发表过的旅游文章，以及一叠我为诚品写的文案，作为我的个人简介，没想到出版社主编希望出版我的诚品文案作品集，这就是《诚品副作用》意外诞生为我第一本书的初因.....整个过程有点误打误撞，但事后回想整个历程，如果当时因为想当作家而去念了文学院，可能就失去了到广告公司学习图文视觉与广告营销的经验；如果我的第一本书是旅游书，可能就不像现在写的领域这么广：广告、文学、美食、爱情、心灵.....《诚品副作用》成了我首次在出版界，定位自己文字风格的书，这部分在此书中的第二篇“关于写作与出版的14个问题”中会详细提到。

创意是一种生活态度 再回头来看这个问题：“你最早进入职场时，是否已经决定走‘创意’这条路？”

”以上的回答，是我在尚未写《14堂人生创意课》前对这个问题的答复，但现在我不认为“创意”是一种技巧，或是工作，而是一种生活态度：他可以在与自己独处时，享受完全地自得其乐；与别人相处时，也能创造出很有趣的氛围，他能与每个不同的人，创造出各异其趣的相处版本，只要和他在一起，就感觉很好玩，很丰盛，会一直想约他，与他见面——创意若有目的，就是把每一天活得独特且精彩，如此而已。

也就是说，我一直想要突破现实框限，过一个“自主、自由、自在”的人生态度，才是我选择过一个“创意”生活的关键，这样的生活，让阅读、写作、写文案、出国旅行、看电影与表演、演讲开课.....等各个面向都mix得完美，所以对我而言，没有“工作”的概念，只有“生活”的概念，我只想创造每天非凡的生命经验，只想把每一天活得无懈可击，这就是我对于“创意”比较广的定义。

所以创意没有科班不科班的问题，也不是进广告圈才是有创意的人，怎么进广告圈、什么人适合广告圈，都是因人而异的。

.....

<<十四堂人生创意课全套装>>

媒体关注与评论

欣频既不以为单纯的文艺就能把人养活，也不以为商业味就是万恶可耻的，她寻求的，不过是一种平衡——一种巧妙地结合文艺和时尚的平衡。

所以她传给学生的养分，也不是偏食的东西，既有如何修炼内功的秘籍，也有如何将内功外化为招式的诀窍。

书中提供了一些线索，助你扫除种种路障，进而回归人生的创意本体。

——著名传媒人 梁冬 在没有准备好足够的创见空间之前，请先将你的常识内存清空，再把麻木旧我删除，推翻李欣频就是学会更新自我的刺激旅程。

——《城市画报》副主编iMart创意市集发起人之一 黎文 创意传教更是一种结缘。

帮助有资质的人发现和提升创意的缘分，让更多的人感受到创意之缘。

让创意更多地渗透进人们的生活。

这肯定是一件特别美好又特别有价值的事。

相信大家一定会从这本书中感会到动人的美好，体会到创意改变生活的价值。

——北京大学新闻与传播学院副院长 博士生导师 陈刚 这本书的内容丰富、好看又实用，而且它不仅仅是一本在变局来临、世代交替的重要时刻的灵性救命书，更是一本立足今日、展望明日，让我们有一个巨大的思维变更、视角转换和意识提升的好书。

——身心灵畅销作家 张德芬

<<十四堂人生创意课全套装>>

编辑推荐

人生，要站在原点看新的可能 删光所有人，只留下自己 抽丝剥茧找出自己的模式，彻底更换惯性思维 拥有每日新生的感官，欢迎各种灵魂附身 开启自体运转世界的动能，进入心想事成的圆满新纪元 站在新的点上时，要看到人生的无限可能 全面培养自己的超能力，进阶到新版的感官系统 不再是直线式的逐步前进，而是放射性爆开的光速扩张 高峰生命的激荡串连，强者越强的星际之旅 开启多元的生命窗口，自体星系无限扩充 在无限可能的点上，看最好的可能 以全新视野，创造集体合演新局面的剧本 拉高视点，绘制巨幅生命蓝图 全观视野，跳换剧本 事成比心想还快，不必计划未来，在当下这一秒完成一切 关于文案与创意的23个问题 创意·灵感 广告·文案 学校·教育 关于写作与出版的14个问题 作家身分·写作计划 创作流体·图文形式 执行出版·自他影响 关于旅行与人生的13个问题 旅行 VS. 创意 人生规画·时间管理 心灵修行 VS. 创意 心想事成·人生终极 这是一本最鲜活的生命书 从书影看到新的人生哲学 从创意生活中获得新能量 热印47次，职业生涯类畅销书榜经1名，方文山、叶锦添、梁冬等12位文化巨擘倾情推荐 写给渴望打造独特人生风格的你 读书人，从中看到了智慧； 电影人，从中看到了想象； 广告人，从中看到了创意； 写作者，从中看到了灵感，旅行者，从中看到了风景 文案天后抄给文字&创意小（老）青年的秘密笔记 告诉你创意之不可说的奥秘 谁能用文字虏获人心，就能成就新世界）——方文山 BLOG青年必读·创意达人必修·广告方案必备 红遍两岸的顶级文案才女李欣频，首次公开“梦想开屏表”“笔记本效率圆梦学”“一口七身阅读法”“创作的流体力学” “创意变生意方法学”的创意实战手册 创意对于人生的影响力在于能把每一天过得独特且精彩 方文山、张德芬、南方朔等9位创意巨擘倾情推荐你不一样乏味的人才走乏味的路，真正的创意不是得广告金奖。

而是把你的人生过得非常精彩。

精彩到任何人想要和你换，你都不干！

迷什么以3年为改变的期限？

1989年，有个内向的19岁女孩偶然看了一部电影——布鲁斯·威利主演的《世界末日》，她相信了1999年世界末日的存在，并决心把接下来的10年，当成人生最后的10年来过。

“我想在29岁之前去29个国家。

”接下来，她按自己的梦想去生活，用最大的热诚做自己想做的事，背上背包去全世界旅行，义无反顾。

10年过去了。

她真的游历了29个国家，并成为两岸知名人的广告人、创意家，28岁那年出版了第一次书，第二年出了四本……当昔日同窗依然在职场浮浮沉沉的时候，当比她文笔更好的朋友依然苦于无法出版自己的作品的时候，她的人生已经悄然不同了。

1999年，世界末日没有到来，她却用10年改变了自己，而这个不再平凡的自己，在接下来的10年又开始改变世界，她一度改变了广告文案的写法，影响了华文广告圈，她把旅行过的地方推荐给大众，引发了前往某些国家例如希腊的旅行热潮；她把自己的人生心得写给大学生和社会新鲜人，听过她演讲的听众百分之九十表示完全改变了对人生的看法。

如今，她即将满40岁了，有40岁的智慧，但依然有一颗19岁的心脏，她说很高兴2012就要来了，这3年是特殊的日子，是可以改变自己生命的契机。

这个世界已经在加速。

3年的变化超过过去10年，所有的规则都已不再具有参考性。

如果你能聪明地审视这个特殊的时期，充满勇气地抓住当下，你就会有不一样的精彩人生。

这就是她想要告诉我们的。

极端气候全球发威，金融地雷一一引爆，低碳经济在改变我们经济世界的面貌……世界正疯变戏法，以往的游戏规则都乱了套。

你相信吗？

<<十四堂人生创意课全套装>>

10年内可能会有1 / 3的职业消亡，1 / 3的新鲜职业诞生，你能跟上这个时代吗？

面对变局，除了提升心灵，还要有非凡的创意！

不管2012年12月21日地于的命运究竟如何，我们每天的命运仍掌握在自己的手上，

每个人都

有权利，至少为自己好好活。

以此生最好的版本，活出这黄金三年。

如果你把你的人生比喻成一部电影，今后的三年，就是你人生最精华的三分钟短片，

现在你就

是自己这部短片的编剧、制片、导演、演员、观众。

<<十四堂人生创意课全套装>>

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>