

<<曼陀羅九宮格．幸福行動手帳套組>>

图书基本信息

书名：<<曼陀羅九宮格．幸福行動手帳套組>>

13位ISBN编号：9789866151309

10位ISBN编号：9866151301

出版时间：2012-6-30

出版时间：智富出版有限公司

作者：曼陀羅筆記術研究會

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>

## <<曼陀羅九宮格．幸福行動手帳套組>>

### 內容概要

不花時間寫筆記，零雜念筆記術，用這本就做得到！  
！

《曼陀羅九宮格．幸福行動手帳》套組特色

1. 幸福行動手帳書（尺寸:13\*21公分）
2. 幸福行動手帳+透明書套（尺寸:13\*19公分，PVC）
3. 六頂思考帽貼紙（10\*15公分）
4. 心智圖便利貼（10\*9公分）
5. 曼陀羅九宮格手帳專用尺（22\*4.5公分）
6. 專用透明收納拉鍊袋（17\*26公分，不含拉鍊部分）

本手帳特色：

以目標為導向的九宮格筆記法，行動自然而然朝中心目標匯集，擺脫直線式筆記缺失，形成屬於你的「成功漩渦」！

《曼陀羅九宮格思考術》作者松村寧雄數十年來持續研究發展曼陀羅九宮格的思想，得到企業界豐富的心得回饋，認為以這種方式進行自我管理的人，可以得到以下的改變：

- ．你每天都會過得積極進取。
- ．你可以平衡自己的思考和行動。
  
- ．因為你可以平心靜氣完成自己的規劃，不會被進度追著跑，所以不會再像以前一樣感到挫折。
  
- ．你會吸引好運，產生很棒的靈感。
  
- ．因為你可以養成自我檢驗以及改善工作方法的習慣，能幫助你自我成長。
  
- ．你的人生和工作將會產生正面循環，變得更充實豐富。

「曼陀羅九宮格」具有下列八種功能：

- 1能將混亂的思緒作整理。
- 2能將注意力集中在特定目標上。
- 3能運用大腦作整體思考。
- 4可分析問題結構。
- 5可將分散的資訊作整合。
- 6能掌握細節，同時也能掌握整體架構。
- 7能理解主題，並擷取重點。
- 8可將收集來的資訊，從短期記憶轉變成長期記憶。

## <<曼陀羅九宮格．幸福行動手帳套組>>

邁查克（Michael Michalko），《創意的技術 - 100位天才的9種思考習慣》

關於曼陀羅：

曼陀羅起源於印度密教，事物會聚集成一個中心，再由中心向外衍生出不同的變化。這種由內而外，由中心到圓周，就是曼陀羅圖形的基本發展。

曼陀羅九宮格的筆記法，最早由今泉浩晃博士在1970年代提出。

由於它的特性是由中心向四周無限成長，因此可以跳脫一般筆記本．手帳直線式的思考法。

## <<曼陀羅九宮格．幸福行動手帳套組>>

### 作者簡介

曼陀羅筆記研究會 著

由一群愛好曼陀羅九宮格筆記術的同好所組成。

最早的啟發來自於二十多年前的《MEMO學入門》、《改變一生的曼陀羅MEMO技法》（世茂出版，已絕版），發現與一般直線思考的記事方式完全不同，雖然曼陀羅以九個方格為主，一個格子卻可以再畫成九格，如此不斷綿延下去，可以趨近於無限大，激發出人類潛能，進行立體的思考。

曼陀羅九宮格筆記術研究會多年來陸續研究各種筆記術相關書籍，廣泛蒐集日本曼陀羅筆技術資料，歸納整理出曼陀羅術的大集合，完成《曼陀羅手帳．超活用術【實例篇】》這本充滿實例的活用書，現在更萃取精華，將手帳技法簡要匯集成《曼陀羅九宮格．幸福行動手帳》，幫助您圓夢！

## <<曼陀羅九宮格．幸福行動手帳套組>>

### 書籍目錄

#### 第一部分 曼陀羅九宮格技法

##### 一，依照圖形的走向來區分

###### 1.四面八方擴展型

###### 2.圍繞型

##### 二，加入其他創意思考的筆記法

###### 1.戴帽子思考法

###### 2.心智圖法

#### 第二部份 曼陀羅九宮格實際行動範例

##### 一，高階管理者的曼陀羅九宮格手帳範例

###### 1.網頁設計業．社長的「人生計畫」

###### 2.管理顧問業．社長的「工作計畫」

###### 3.食品批發業．董事顧問的「我的工作計畫」

###### 4.建築設計業．董事長的曼陀羅工作手帳

##### 二，職場的曼陀羅九宮格運用

###### 1.公司內部的記錄與規劃

###### 2.個人職業生涯的規劃

###### 3.學生學業與生活規劃

##### 三，成功者的曼陀羅九宮格

###### 1.晨間日記

###### 2.完成夢想的筆記法 圓夢計畫

###### 3.人生就是一本筆記本：人生80年曼陀羅表

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>