

我的
手记书

我是小资系列

可以坚持
也可以
不坚持的

50个 好决定

针对明年的，
或者是未来10年的。

作者 / 科琳·德乐弗斯
绘者 / 艾乐诺尔·族拜
译者 / 张晔

長 春 出 版 社
E 全国百佳图书出版单位

图书在版编目(CIP)数据

可以坚持也可以不坚持的 50 个好决定 / (法) 科琳·德乐弗斯; (法) 艾乐诺尔·族拜绘; 张晔译. —长春: 长春出版社, 2013.1

(我是小资)

ISBN 978 — 7 — 5445 — 1239 — 8

I. 可… II. ①科… ②艾… ③张… III. 随笔—作品集—法国—现代 IV. ① I565.65

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 269539 号

Copyright © 2007 Editions Frimousse (for 50 Bonne résolutions)

可以坚持也可以不坚持的 50 个好决定

著 者: 科琳·德乐弗斯

绘 者: 艾乐诺尔·族拜

译 者: 张 晔

责任编辑: 张 岚 朱 红

封面设计: 王久柱

出版发行: 长春出版社

总编室电话: 0431-88563443

发行部电话: 0431-88561180

读者服务部电话: 0431-88561177

地 址: 吉林省长春市建设街 1377 号

邮 编: 130061

网 址: www.cccbs.net

制 版: 长春大图视听文化藝術传播有限公司

印 刷: 吉林省百纳印刷有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 787 毫米×1092 毫米 1/16

印 张: 7.25

版 次: 2013 年 1 月第 1 版

印 次: 2013 年 1 月第 1 次印刷

定 价: 23.00 元

版权所有 盗版必究

如有印装质量问题, 请与印厂联系调换

我的
手记

我是小资系列

可以坚持
也可以
不坚持的

50个 好决定

针对明年的，
或者是未来10年的。

作者 / 科琳·德乐弗斯
绘者 / 艾乐诺尔·族拜
译者 / 张晔

長 春 出 版 社

全国百佳图书出版单位

可以坚持
也可以
不坚持的

50个 好决定

你快多大岁数了：20,30,40,50 甚至是____岁。

新年又到，或是开学在即，

新婚燕尔，

或是刚刚劳燕分飞，

总之，

你的新生活就要开始了……

请赶快行动起来，做出好决定的时刻到来啦！

对于那些好的决定，你可以顺着写，也可以倒着写，可以用密码写，也可以用图画写，当然还可以什么都不写……看你的啦！



ISBN 978-7-5445-1239-8



9 787544 512398 >

定价：23.00元

(好的)决定

定义:



决定

思考后的产物。通常会不了了之。

通常地说：做出好的决定能让我们得到提高和改善。

通俗地说：就是下定决心，脚踏实地，努力地迫使自己去做一件事。

通常，决定与坚定和勇气有关联

决定可以是：好的，坚定的，绝望的，美妙的，悲壮的，疯狂的，致命的，命中注定的……

按理说，

一个好的决定应该是经得起时间考验的。但可惜，很多好的决定都是见光死。

传统上说：

好的决定总是在一些非同凡响的时刻做出，比如新年，生日，婚礼，离异……



时期：

做出好决定的关键时期是年初和开学时，但这不是说其他时候就不能做出好决定哦，因为好的决定有时可以一年中出现几次哦！

使用手册:



本手记可以顺序填写,也可以随便填写。

你可以用数字把你的所有决定,按重要程度,或时间顺序进行排序,

并坚持下去
(或者放弃),

或者推迟到10年以后执行。

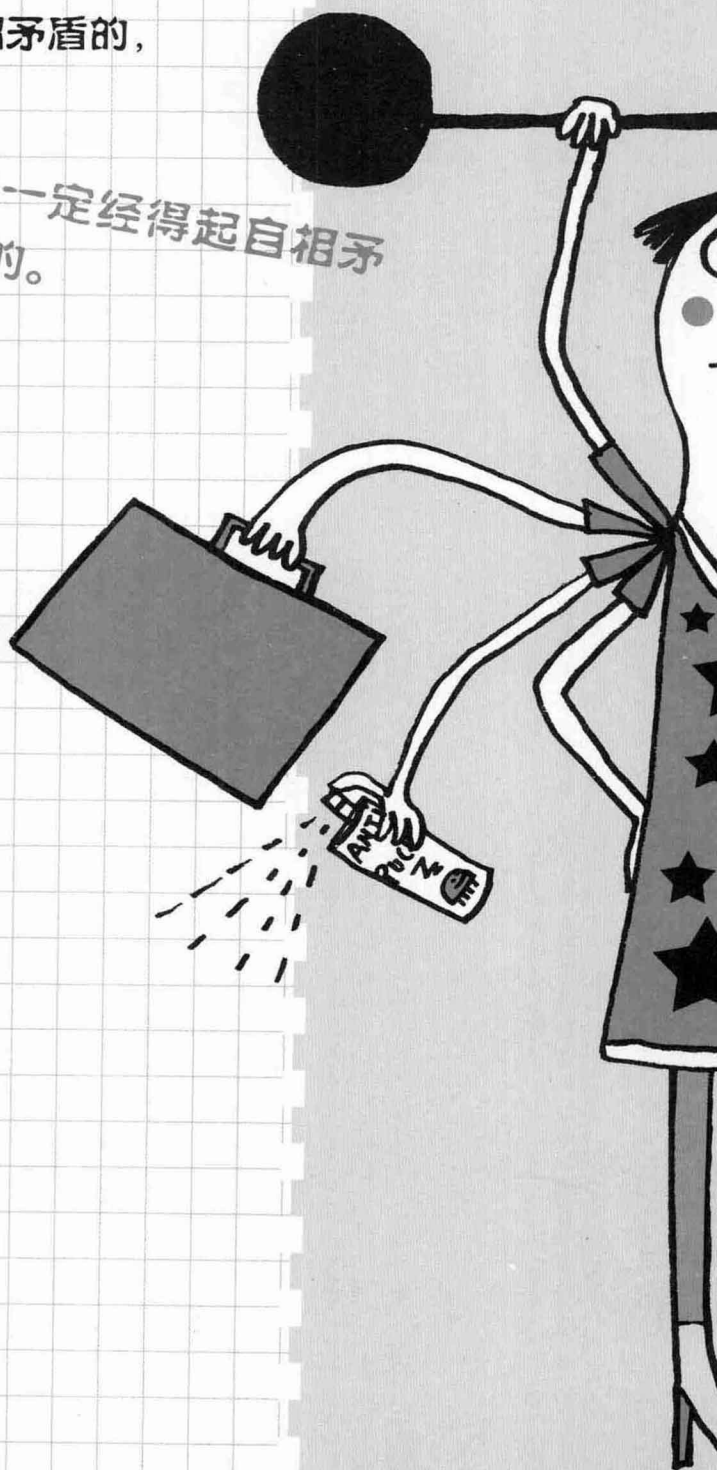
有些好决定是会自相矛盾的，
不要担心。

好决定是一定经得起自相矛盾的考验的。

在本手记中，你还可以
记下自己的小体会，
和那些属于你的好决定
(见个人标注)

当然，我们没有忘了附上
未来10年的日历，以
便你要推迟执行时间哦

.....



我的所有好决定。

方法：

请使用圆珠笔，因为用铅笔的话，两天后可能就会被你擦掉。

其他（请详细写出）：

好决定得出日期：

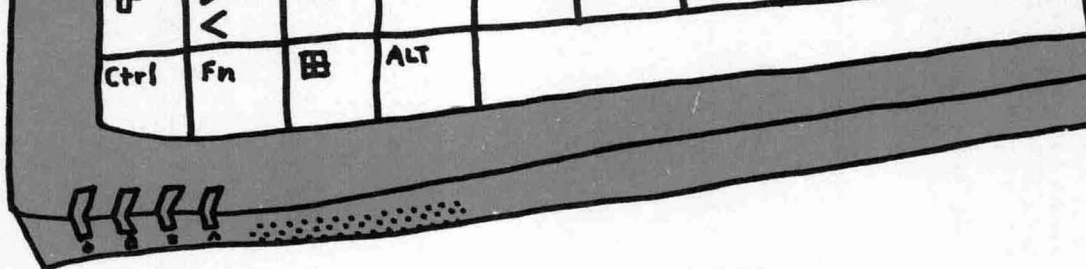
执行日期：

或者推迟到：

____年

好决定 No. ____





我要专心工作。

方法：

我不再每5分钟就给他打电话。我不再用上班时间下载音乐。我也不再偷偷地在办公桌下涂脚趾甲油。

其他 (请详细写出):

好决定做出的时间：

开始执行时间：
或者推迟到：

____ 年

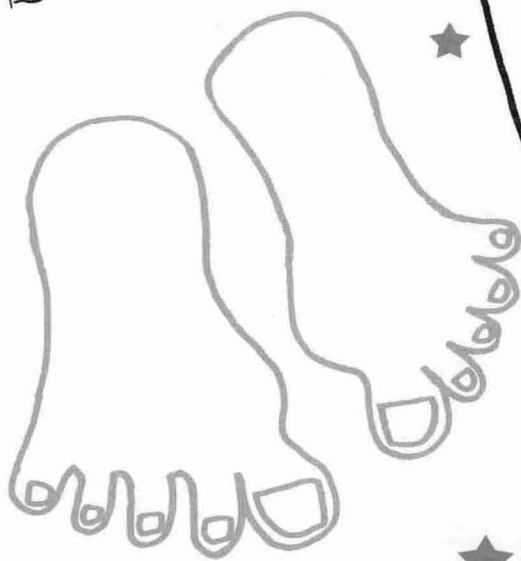
小游戏

在开始工作前，可以试试这个可笑的游戏哦，图个开心哦。开始吧！……

① 删除 MP3 上的曲目：



② 随心所欲地涂指甲：



③ 拿出化妆镜，每5分钟就破译一下这个神秘的句子：

! 2 9 0 4 2 1 0 0 非 0 5 1 非

学会分工



好决定 No. _____

我让他做家务

我让他做饭

我让他熨衣服

我让他换尿布

我睡午觉

其他 (请详细描述):

好决定做出时间:

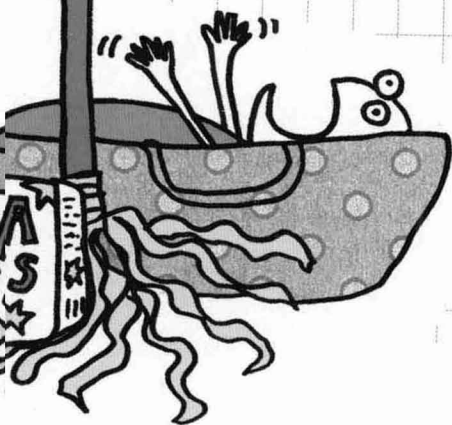
____ 年 ____ 月 ____ 日

从何时开始执行:

年:

月:

日:



或者推迟到:

____ 年

我对自己有信心。

方式：尚不清楚，但我毫无疑问一定会找到！

其他（请详细描述）：

个人笔记

你★对自己★ ★有信心吗?★

你最喜欢的句子是
什么?

- ★ 红十字万岁
- † 我相信自己
- 啥

你相信有粉红色的
大象吗?

- 不知道
- ★ 有时候相信
- † 不相信

你梦想中的旅行是:

- ★ 去里斯本度周末
- † 去地中海坐豪华游轮
- 野外露营一星期

你最喜欢的服饰是

- ★ 一条带圆点的裙子
- 豹纹套装
- † 方格衬衣

你的神是:

- 神
- † 我自己
- ★ 强尼·戴普

计算:

- ★ =
- † =
- =

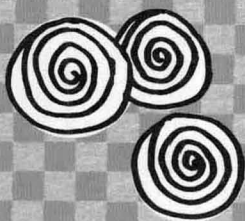
结论.....*

如果你有最多的: ---

★ = 祝贺你! 你是个正常人! 你自己有信心, 但又不过头, 总很适度!

† = 你非常(过度)相信自己! 太阳镜高跟鞋收起来吧, 自得了。

○ = 你美丽而智慧! 富有且善良! 但如果你有信心, 谁能对你有信心!



好决定做出时间:

____年 ____月 ____日

从何时开始执行:

年:

月:

日:

或者推迟到:

____年

好决定 No. _____

我有条不紊

同时也会占有一点别人的时间, 俗话不是说, 要学会分享吗……

其他 (请详细描述):

个人笔记

好决定做出时间:

从何时开始执行:

或者推迟到:

年

