

一分钟 整理习惯



改变人生

たった一分で人生が変わる片づけの習慣

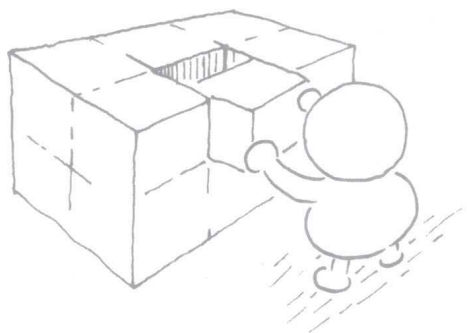
(日) 小松易 著 / 赵双钰 译

🕒 善于经营的企业家，身边的物品井井有条。

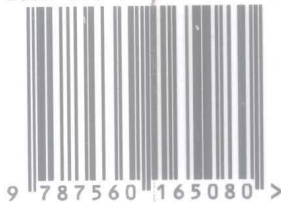
🕒 工作达人，身边的物品各有其为，所以才能得到大家的信赖。

🕒 整理是能够使你实现自己理想人生的简单易行、触手可及的捷径。

🕒 整理并非难事。一次实现彻底改造之后，每天只需一分钟坚持下来，持之以恒就足够了。



ISBN 978-7-5601-6508-0



定价：19.80元

一分钟 整理习惯 改变人生



たった一分で人生が変わる片づけの習慣

(日)小松易 著 / 赵双钰 译

KATAZUKE NO SYUKAN

by Yasushi Komatsu

Copyright © 2009 Yasushi Komatsu

All rights reserved.

Originally published in Japan by CHUKEI PUBLISHING CO., LTD.,
Tokyo.

Chinese translation rights arranged with
CHUKEI PUBLISHING CO., LTD., Japan
through ChinaNet Co., Ltd (mail: info@ch-net.jp)
著作权合同登记图字: 07-2010-2530号

图书在版编目(CIP)数据

整理习惯：一分钟改变人生 / (日) 小松易 著；赵双钰 译。—长春：吉
林大学出版社，2010.11
ISBN 978-7-5601-6508-0
I. ①整… II. ①小… ②赵… III. ①人生哲学—通俗读物
IV. ①B821-49
中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第194035号

书名/整理习惯——一分钟改变人生

作者/(日) 小松易著

译/赵双钰

责任编辑/刘冠宏 卢婵 责任校对/刘冠宏 卢婵

装帧设计/李岩冰 董晓丽 插画设计/陈小龙

出版发行/吉林大学出版社出版

地址/长春市明德路421号 邮编/130021

发行部电话/0431-88499826 传真/0431-86037589

网址/http://www.jlup.com.cn E-mail/jlup@mail.jlu.edu.cn

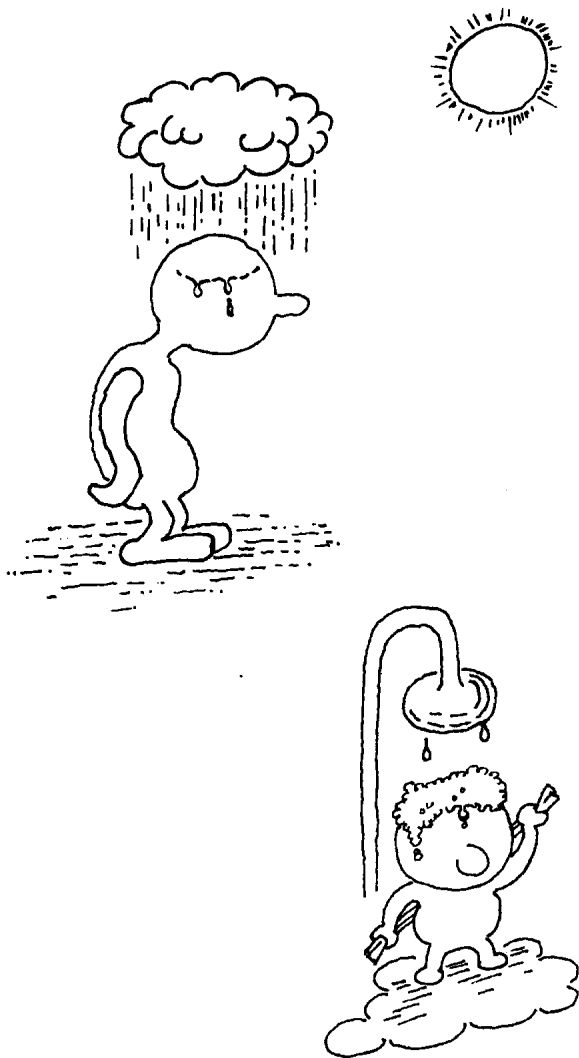
印刷/长春市利源彩印有限公司

版次/2011年1月 第1版 2011年1月 第1次印刷

开本/787×1092毫米 1/32 印张/7 字数/150千字

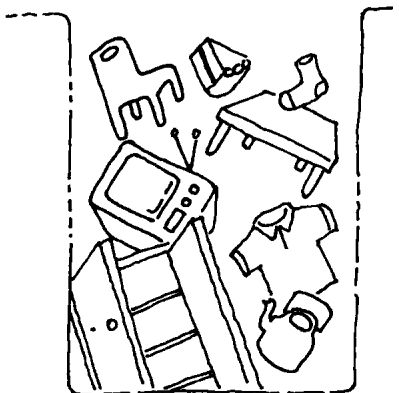
书号/ISBN 978-7-5601-6508-0

定价/19.80元

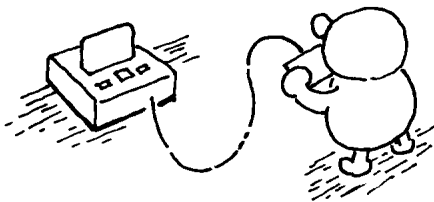




你的身边是不是这样？

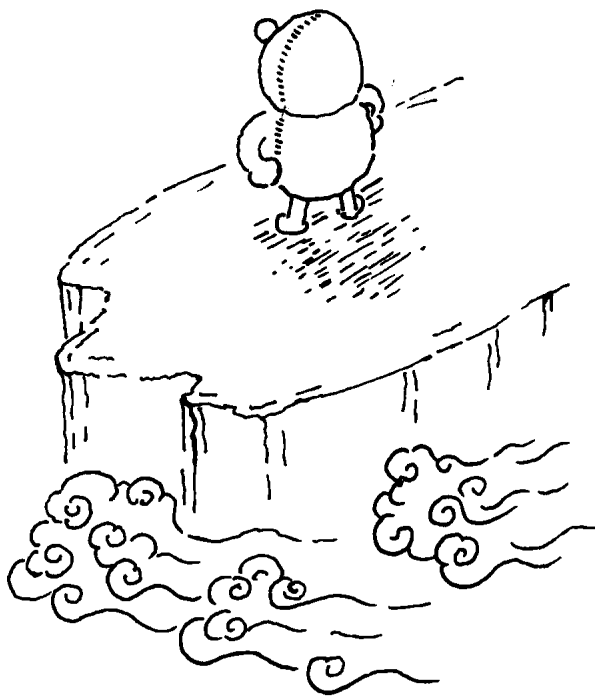


GAME OVER



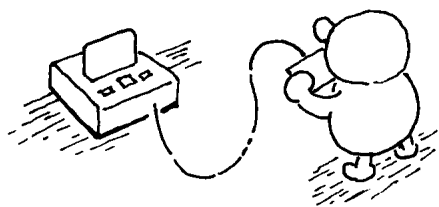
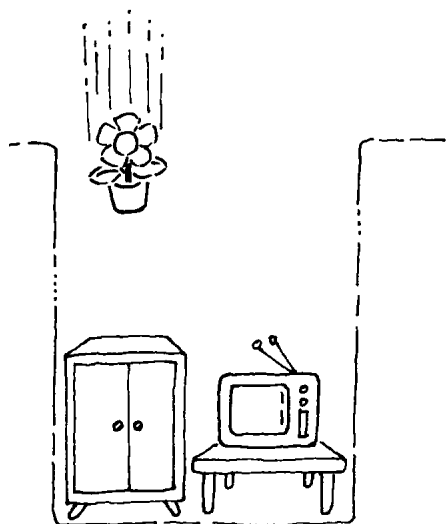


觉得最近境况不错的时候





你的身边是不是这样?





是的!

你的人生与你身边的状态是紧密相连的



整理好你的空间, 人生就开始好转

说起来,似乎是神话
但是合乎常理
不管你擅长不擅长整理
请你听我说
于是,你对整理的观念
就一定会改变

写在前面的话

大家好！我是日本的第一位整理士，热爱整洁的小松易。

我的工作就是指导您如何整理。

为什么我要做这一行？

这是因为，许多人不知道如何去整理。怎样扫除是知道的，因为上学的时候就要做。但是，在学校，是学不到怎样去整理的。所以，许多人，许多人不知道怎么样去整理。

我问过许多人，他们关于整理的印象。他们告诉我：

“麻烦！”

“弄不好。”

“讨厌。”

“太费时间。”

“不知道怎么整理。”

正在读着本书的你，是不是也有其中的某种感觉呢？这些想法，在读过本书后，都将烟消云散。

接受过我的整理指导的人们，有一个共同之处，那就是——通过整理，改变了人生。也许有人会发出疑问，收拾收拾东西，就能改变人生吗？是的，整理你身边的事务，真的可以改变你的人生。这是千真万确的事实。

迄今为止，我已经指导过一千多位个人客户和几十家公司做好整理工作。林林总总，千人千面。其中，有的人是不会收拾东西，为整理而苦恼不堪；也有人事到如今才下定决心，要好好整理。但是，他们开始认真整理之后，他本人就开始变化，精神面貌、心理状态也发生了变化。

所谓整理，就是对自己过去的经验、经历“理而整之”。理好了过去，就能够改变眼下的自我，就能够着手去开拓自己在头脑里描绘出来的未来。

整理是能够使你实现自己理想人生的简单易行、触手可及的捷径。会整理的人与不会整理的人的差异正在逐步扩大。

在工作中，会整理的人能够安排好自己身边的事