

帶來好運的
100帖小秘方

日本超人氣偶像作家中谷彰宏

百萬暢銷大作

百則智慧箴言，

為你改頭換面、

招來好運道！

蕭志強◇譯



Best

優品 07

帶來好運的
100 帖小秘方

中谷彰宏 轟動力作

蕭志強 譯



優品 07

帶來好運的100帖小秘方

著者：中谷彰宏

譯者：蕭志强

主編：羅煥耿

責任編輯：翟瑾荃

編輯：黃敏華、羅煥耿

美術編輯：林逸敏、鍾愛蕾

發行人：簡玉芬 負責人：簡泰雄

出版者：世茂出版社

登記證：新聞局登記局版臺省業字第 564 號

地址：台北縣新店市民生路 19 號 5 樓

TEL：(02)22183277 FAX：(02)22183239

劃撥：07503007・世茂出版社帳戶

電腦排版：辰皓電腦排版公司

印刷：長紅印製企業有限公司

初版一刷：2000 年（民 89）1 月

二刷：2000 年（民 89）8 月

版權所有・翻印必究

IKINAOSU TAME NO 50 NO CHIISANA SHUKAN by Akihiro Nakatani

Copyright © 1998 by Akihiro Nakatani

KYOUN NI NARERU 50 NO CHIISANA SHUKAN by Akihiro Nakatani

Copyright © 1997, 1998 by Akihiro Nakatani All rights reserved

Original Japanese edition published by PHP Institute, Inc.

Chinese translation rights arranged with Akihiro Nakatani
through Japan Foreign-Rights Centre/Hongzu Enterprise Co., Ltd.

定價 200 元

・本書若有缺頁、破損請寄回更換・

Printed in Taiwan

國家圖書館出版品預行編目資料

帶來好運的 100 帖小秘方 / 中谷彰宏著；蕭志強譯。
--初版。--臺北縣新店市：世茂，2000〔民89〕
面；公分。--（優品系列；7）

ISBN 957-529-876-4(精裝)

1. 生活指導

177.2

88017417

心靈遊戲

祖魯·雷德◎著

褚耐安◎譯

264頁·軟精裝

定價N.T.200元



作者從宗教聖典、名師教誨中篩選出40種方法，
幫助讀者培養愛和智慧，
也就是運用愉悅的遊戲方式提昇心靈內涵，
就如同參加一場盛大的自助餐晚宴，
可以嚐盡四十道菜，
也可以只揀選自己最愛的菜式，
讓你的心靈之旅充滿愉悅，
並且散發出愛與溫暖給他人。



我是溝通高手

古翠瑾・郭育志◎著

264頁・軟精裝

定價N.T.200元



人是羣居的動物，任何人均無法離羣而寡居，
既然我們一定得和各式各樣的人相處、接觸，
那麼，要如何才能和睦地與他人交往，
則有賴良好的溝通。因此，在本書之中，
讓讀者從心理學的角度，對「人」做新的認識，
希望能幫助大家破除溝通的障礙，生活更加圓融。

我要我就能

班·史威勒◎著

王蘊潔◎譯

328頁·軟精裝

定價N.T.220元



作者主張，「我做得得到」

這短短四個字就可以完全改變你的人生；

掃除長年積鬱在心頭的疑惑和煩悶，

為你帶來成功，並為你開拓全新的人生。

書中以實例證實，喚醒你的積極性思想和行動，

開拓成功、健康、幸福的人生，

只要相信「我做得得到」，你就真的能做到。



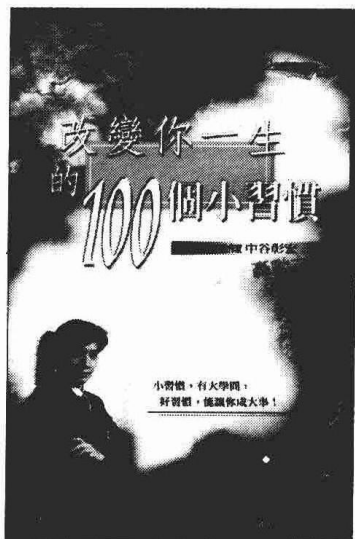
改變你一生的 100個小習慣

中谷彰宏◎著

蕭志強◎譯

232頁・軟精裝

定價N.T.200元



早三秒向人打招呼，
每天為朋友祝福、祈禱，約會提早到……，
這些看似微不足道的小習慣，
其實蘊含了大大的人生哲理，
日本超人氣作家中谷彰宏的生活體驗，
告訴我們，實現夢想並不一定要有過人的才能，
若能從小習慣做起，
一樣能擁有成功、精彩的人生。

帶來好運的
100 帖小秘方

中谷彰宏 轟動力作

蕭志強 譯

〈目錄〉

第一部 創造好運的50帖小秘方……………13

- 1 有好機會時，就立刻行動吧！ 17
- 2 每件事都確實做好，你就會成功 19
- 3 平順的路面，反而要注意避免跌跤 21
- 4 別人的話要耐心聽完 23
- 5 把夢想寫下來 25
- 6 不要一個人攬下所有責任，要懂得分工合作 27
- 7 選擇密集安打戰術，而不要依賴陽春全壘打 29

- 8 面對危機，先穩定心情再說 31
- 9 難關當前，還是微笑面對吧！ 33
- 10 人生因逆境而成長 35
- 11 提出有夢、有理想的主張 37
- 12 找不到想要的東西，不妨在「垃圾桶」中找一找 39
- 13 將被罵的事忘掉，只記住被稱讚的事 41
- 14 主動向不認識的人打招呼 43
- 15 住進旅館前，先換上正式服裝 45
- 16 仔細把傘收整齊 47
- 17 試鏡即使落選，仍應抬頭挺胸 49
- 18 歡喜接受意外的驚喜 51
- 19 買盆花回家種吧！ 53
- 20 不要再把脫下來的衣服亂丟 55

- [21] 只有自己不會的事情，才求諸於人 57
- [22] 放棄責難、批評，改以鼓勵、期許別人的方法 59
- [23] 常看錄影帶會失去看電視的樂趣 61
- [24] 請教服務體貼的店員尊姓大名 63
- [25] 心情浮躁時，不妨用熱毛巾敷臉 65
- [26] 習慣有時改變一下，也沒關係 67
- [27] 東西遺失不必自責，有時反而會因此帶來好運 69
- [28] 拜訪別人，不要擔誤太多時間 71
- [29] 每天在日記上寫下一個夢想 73
- [30] 只留下能「穿得出去」的衣服 75
- [31] 填問卷時，應該認真、詳細 77
- [32] 收到禮物，當場拆封 79
- [33] 睡前盡量想一些快樂的事情 81

- [34] 累得不得了的工作，就辭了吧！ 83
- [35] 打蛋重技巧 85
- [36] 失敗時，勇敢地告訴親朋好友 87
- [37] 刷牙時記得看看自己的牙齒 89
- [38] 最好的衣服就穿去上班吧！ 91
- [39] 談正事之前，記得先問候對方 93
- [40] 感謝卡一次至少寫兩封 95
- [41] 讓你的朋友彼此認識，可擴展人際關係 97
- [42] 用行動表達你的感謝 99
- [43] 做選擇時要果斷 101
- [44] 有營養價值的食品，不妨嘗試一下 103
- [45] 許久不見的朋友，帶著小禮物去探訪他吧！ 105
- [46] 害怕的時候，不妨大聲唱歌 107

47 大方稱讚不在現場的人 109

48 心情不好時，更應該化粧 111

49 偶爾也多花點錢，將享受升級 113

50 東西還能用，就再使用幾次吧！ 115

後記

117

第二部 讓人生改頭換面的50帖小秘方…………… 119

1 與其在乎別人的成績，不如挑戰自己的記錄 123

2 被拒絕，反而再接再勵 125

3 休息一下，調整好步伐再出發 127

4 無精打采的時候，就好好休息吧！ 129

5 向麻煩事挑戰吧！ 131

- 6 被三振和揮出全壘打一樣，都從容面對 133
- 7 案子被否絕時，鼓起勇氣請上司「珍惜機會」！ 135
- 8 好意見就立刻記下來 137
- 9 得到好情報，可立刻與人分享 139
- 10 遇到困難不要立刻投降，動動腦筋，一定有辦法 141
- 11 檢查看看，自己是否忘了什麼事情？ 143
- 12 沈著冷靜，一鼓作氣的把事情做好 145
- 13 記得隨手關門 147
- 14 為自己訂定工作目標與規範 149
- 15 不要事情都還沒做就覺得無聊 151
- 16 想辦法讓自己喜歡週一 153
- 17 人要向前看 155
- 18 將留言放在適當的位置 157

- [19] 付錢消費時，你可以更客氣 159
 [20] 有人邀約，不妨當場答應 161
 [21] 與人會面之前，先查看上次會面的記錄 163
 [22] 立刻記住剛認識朋友的名字 165
 [23] 人與人之間要保持溝通 167
 [24] 沒事做時，正好可以找朋友聯絡感情 169
 [25] 重視人的內在比外表更為重要 171
 [26] 享受意外的驚喜 173
 [27] 與其只送電話，不如常常與對方聯絡 175
 [28] 同樣的書如果買兩本，其中一本就拿來送人 177
 [29] 即使將告辭時主人才奉茶，仍然喝完再走 179
 [30] 下次有客人來訪，不妨送客送到一樓大門口 181
 [31] 記得打開車窗向送行的人說再見 183