

『ザ・ヒューマンユーザーマニュアル』

(英語版ハードカバー)

書籍紹介

『ザ・ヒューマンユーザーマニュアル』は、思考、感情、意図を上手に扱えるようになるための画期的なガイドです。
自分をコントロールする力、感情に振り回されない力、そして人生すべての分野での成功を実現するための実践的なロードマップを提供します。
古代の知恵と現代の洞察を融合させた本書は、困難を乗り越え、明確な目的を持って生きるためのツールを読者に授けてくれます。

主な特徴

- ・ 心を整える習慣のコツと実践的なエクササイズ
- ・ 感情の気づきと自己調整に関する洞察
- ・ 個人の体験と精神的な知恵に基づく内容
- ・ 日常生活、キャリア、人間関係、自己成長に応用可能

版情報

ISBN : 979-8-9991599-1-5

フォーマット : ハードカバー

言語 : 英語

ページ数 : 340 ページ

判型 : 6.000 インチ × 9.000 インチ (229mm × 152mm)

定価 : 53.99 米ドル (卸売業者・図書館向けに 55%割引)

流通 : IngramSpark

著者について

ロバート・エリスは、著者、ソフトウェアエンジニア、起業家であり生涯にわたり「真理の探究者」です。
彼の教えは、個人的な体験、現代心理学、精神的な洞察を組み合わせ人々が自らの可能性を最大限に引き出すための手助けをします。
現在は日本に在住し、多文化的な視点とユニークな声で、自己啓発の世界に貢献しています。

ご注文について

IngramSpark を通じて、標準的な業界割引価格で卸売注文が可能です。

ご質問・ご相談は、以下メールアドレスまでご連絡ください。

robert@yourhumanmanual.com