

ハーバードメディカルスクール式 人生を変える集中力

**HARVARD**  
MEDICAL SCHOOL

ハーバード  
メディカルスクール式  
人生を変える  
集中力

ポール・ハマーネス  
マーガレット・ムーア  
ジョン・ハンク

Paul Hamner, MD,  
and Margaret Moore  
with John Hancock  
森田由美 訳

世界トップレベルの研究が行われている  
ハーバード医学大学で  
ついに解明!

脳のを100%引き出すきっかけは、  
実は「単純な行動」にあった!

「こんな  
注意散漫  
の病」に  
要注意!

- ☑ やるべきことが目の前にあるのにスマホばかり見してしまう
- ☑ 3つの仕事を同時に進めようとして、1つも終わらない
- ☑ そそっかしい単純ミスのおかげで実力を発揮できない

発売日: 2017年11月17日

出版: 文響社

著者: ポール・ハマーネス, マーガレット・ムーア, ジョン・ハンク

ページ: 267

PDF

世界トップレベルの研究が行われているハーバード大学医学大学で解明された脳をコント

ロールする法則！高度で複雑な脳のを100%引き出すきっかけは、実は「単純な行動」  
だった！  
すぐにスマホを見てしまい気が散る、大事な仕事に集中できない、そそっかしいミスをする  
など、「注意散漫の病」に侵されていませんか？  
どんな人でも脳を使いこなせば、本質に集中でき、仕事も私生活もうまくいく人になれます。

<https://k2s.cc/file/9814a6c73b045/AUejqx6Kq.pdf.rar>