

# あなたの人生を変える「脳の使い方」

「自分はこうなりたい、こうありたい」という願いに対し、人はどんな努力をすればいいのか——

こんな悩みを解決する、  
「ハイパフォーマンスを  
生み出す脳の使い方」

ANALYSIS & *Creativity*

脳を自在に操る習慣 茂木健一郎 著