

<<魔术记忆>>

图书基本信息

书名：<<魔术记忆>>

13位ISBN编号：9787544245258

10位ISBN编号：754424525X

出版时间：2009-9

出版公司：南海出版公司

作者：凯文·都迪

页数：252

译者：王明波

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<魔术记忆>>

内容概要

全球最权威的记忆力提升专家凯文·都迪认为，每个人的大脑都是一部高性能电脑，都具有照相般的记忆潜能，活化这种能力，就可以记住你想记住的一切。

人脑的运用就像建“档案馆”，把英语单词、数字、人名、备忘录、日常信息……有条理地放在适合的档案内，就能在任何想回忆的时候轻松把他们取出来。

《魔术记忆》在让你掌握如何“归档”资讯的同时，还会教你有效提升记忆力的方法——就像学习骑自行车和游泳一样——你得实际参与这项运动，才能得到最佳效果。

只要确实按照《魔术记忆》的指导进行练习，你一定会获得预期的效果。

<<魔术记忆>>

作者简介

凯文·都迪，美国最著名的记忆力提升训练权威，全球最大的记忆力培训学校——美国记忆力机构创办人。

年轻时，他也曾有过学习障碍的问题，因而读遍了通过训练提升记忆力的所有书籍。

最后，他结合自身的体会发展出自己的记忆力提升训练模式，并创办了美国记忆力机构。

他的超级记忆力自我训练法风靡欧美，是西方最流行的记忆力训练教程。

<<魔术记忆>>

书籍目录

创造你的奇迹如何使用本书第一部分 超级记忆力第一章 学习基本联想第二章 串连第三章 创造
桩子表第四章 利用桩子表第五章 专心游戏第六章 定桩树表第七章 身体如何影响记忆第八章
定桩房屋表第九章 记人名(一)第十章 记人名(二)第十一章 记人名(三)第十二章 基本的
日常应用第十三章 阅读第十四章 单词与拼写第十五章 数字第二部分 进阶超级记忆力第十六章
复习与介绍第十七章 身体表语音第十八章 图像词1-25第十九章 图像词26-50第二十章 图像
词51-75第二十一章 图像词76-100第二十二章 记忆姓名加油站第二十三章 记住数字有绝招第二十
四章 教你玩牌有一套第二十五章 革除坏习惯, 寻回失去的记忆结尾

<<魔术记忆>>

章节摘录

第一部分 超级记忆力 第三章 创造桩子表 ——心理文件夹 在本章中，我们将通过练习来培养以特殊方法储存信息的能力，以便可以在以后轻松地回忆起来。这些信息就储存在“桩子”上面。

首先，我会用文件柜的图像来说明你的大脑是如何储存信息的。你不妨把桩子当成文件夹开关，用标签注明每份文件，如此一来，你只要瞄一眼就可以知道里面的内容是什么。

有的人也将其视为壁橱或墙上的钩子，你可以把夹克或外套挂在上面；此处指的则是心理上的钩子，人们挂在上面的是信息。

如果了解利用桩子记忆的方法，就要先解释一下短期记忆与长期记忆。我们把信息储存在大脑中以备日后回想，例如：我们听到人名或电话号码，也许会记30秒或1分钟，然后就忘了，这样的信息只存在于短期记忆中。

而当我们对一件事或一则新闻留有深刻印象时，那种信息就会进入我们的长期记忆，并永远停留在那里，经过一天、一个月或一年后都可以回忆起来。

许多人在谈提升记忆力时，其实都是在谈提升短期记忆，或更具体点，是在确定信息由短期记忆进入长期记忆。

也就是说，你在宴会或业务会议上听见一个名字或电话号码，你想要记住它，而且不想在5分钟后说：

<<魔术记忆>>

编辑推荐

美国最权威的记忆力提升训练专家 全球最大的记忆力培训学校 美国记忆力机构专用教材
短短30分钟就能释放你的记忆力潜能！

在记忆力方面，我的提升是惊人的，这得益于我的启蒙老师《魔术记忆》。

——13届世界记忆锦标赛获奖者、中国首位“世界记忆大师”张杰 《魔术记忆》在中国出版后，
不仅在国内掀起了大脑开发训练的浪潮，而且为中国第一位“世界记忆大师”张杰等数以万计的读者
打开了记忆之门！

每天用30分钟完成指定课程，30天后，你就会惊奇地发现自己拥有了过目不忘的超级记忆力！

<<魔术记忆>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介, 请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>