

《魔术记忆力训练》

图书基本信息

《魔术记忆力训练》

前言

（作者序）人们过去总认为记忆是从心脏那里产生的。后来，人们注意到了神奇的大脑，并且在过去的几个世纪里一直在努力探究我们的两耳之间到底进行着什么活动。可是脑力一直都在进步。每当我们越发努力想要控制它时，大脑却变得越发让人难以捉摸。虽然我不知道你们的情况如何，但是我记下的很多东西已经确实实地被我装入了记忆口袋喽！我的手机里储存着日常生活中要用到的所有常用号码，如果需要联系谁，我只需要进入通讯录就可以查到了。无论我在世界上的哪个角落，互联网提供给我的信息都远远超出我腾出时间所能看完的。在我的手机里有工作清单、记录重大生日的日历、日常安排、邮件地址列表、地图等等。每天早上，闹钟会提醒我按时起床；录音机帮助我实时收集信息，待我闲暇之时随时检索；照相机则会帮助我记录和重温我挑选的精彩片段。我依然很开心当初学会了如何开发自己的记忆潜能。正是这种方法改变了我的生活，而现在我期待这本书也能改变你们的生活。没有哪个时代比现在更能体现记忆力的重要性了。正因为世界的运转速度大幅加快，大量的信息全方位地刺激着我们的神经，我们对时间和能源的需求正与日俱增，同时，我们设定的生活目标的标准也日益提高，记忆力正史无前例地发挥其应有的作用。尽管有很多手段可以用来帮助提高记忆力，但是记忆力仍然面临很多挑战，同时，记忆力对人们的人生成败仍然起着至关重要的作用，这是无法回避的事实。可这并不意味着只要尽力对付、避免遗忘和制止恶化就万事大吉了，我们得有意识地寻找使我们记忆力更加出色的方法。充满自信的记忆能让你触碰到最真实的自己，达到你所追求的目标。在记忆方面我有许多奇妙的经历。我曾自学如何记忆扑克牌并且打破了世界纪录，后来我又尝试去记住其他信息并且因此获得了很多记忆奖项。我还偶然结识了一帮被人脑的无限潜能深深吸引的朋友，如今我的朋友圈子越来越大。我找到了很多训练记忆力的方法，它们自从古代起就被广泛运用并且流传至今。而事实上，这些方法更适合运用到现代社会，比起单纯机械地多记一些，当今社会更需要顶住压力快速地、创造性地、有效地、快乐地去记忆，这些都越发凸显了拥有好的记忆方法是多么重要。因为现如今真正重要的不是你能记住多少东西，而是你如何选择一种有效的方式去记忆。每个人都可以拥有更好的记忆力，我们可以通过学习和训练来获得这项受益终生的技能。古代文明确实更注重采用最好的记忆系统和策略，但是时至今日，无论你年纪多大，无论你的学习经历怎样，你都没有任何理由轻易断定：自己不可能接受并开始使用一些高效的方法以获得超乎想象的记忆力。你将会记得更多，记得更快，并发现记忆变得更简单，也更精准。你使用的学习材料还会让你受益更多，同时你的记忆力将会上升到一个全新的水平。你会亲眼目睹将你的学习技巧运用到你从没想到过的领域之后所产生的神奇效果，你还会获得许多自己从来不曾觉得会跟记忆搭上边的好处：沟通更加有效了，人际关系提升了，想象力更加丰富了，决策力更加敏锐了，无论走到哪儿都更加自信了。你也将更加憧憬未来；你会清楚地知道如何让别人记住你；如果你够专心努力的话，你还会重新审视自己追求的目标，并为之去奋斗。我的口袋记忆方法效果非常好，每天我都会使用它。但真正造就我的非凡成就与感受的是一直以来我为自己打造的超常记忆力。至于我写这本书的目的，是希望能帮助你开启自己的记忆之旅。我也期待当你了解什么是真正的记忆以及如何使你的记忆力更加出色之后，你能切身感受到它非同一般的魅力。

《魔术记忆力训练》

内容概要

《世界记忆冠军系列:魔术记忆力训练》内容简介：每个人都可以拥有更好的记忆力，我们可以通过学习和训练来获得这项受益终生的技能。古代文明确实更注重采用最好的记忆系统和策略。你将会记得更多，记得更快，并发现记忆变得更简单，也更精准。你使用的学习材料还会让你受益更多，同时你的记忆力将会上升到一个全新的水平。你会亲眼目睹到将你的学习技巧运用到你从没想到过的领域之后所产生的神奇效果，你还会获得许多自己从来不曾觉得会跟记忆搭上边的好处：沟通更加有效了，人际关系提升了，想象力更加丰富了，决策力更加敏锐了，无论走到哪儿也更加自信了。你也将更加憧憬未来；你会清楚地知道如何让别人记住你；如果你够专心努力的话，你也会重新审视自己追求的目标，从而为之去奋斗。

《魔术记忆力训练》

作者简介

《魔术记忆力训练》

书籍目录

如何开发自己的记忆潜能（作者序）1

第一部分

基础篇

第一章启动记忆3

第二章记忆的基本技术23

第三章记忆的提高技术43

第四章记忆的控制67

第五章全脑学习83

第二部分

应用篇

第六章如何记忆系列信息103

第七章如何记忆单词和篇章123

第八章如何记忆姓名和数字149

第九章在压力下如何记忆175

第十章在生活中提高记忆力 197

延伸阅读221

总结223

《魔术记忆力训练》

章节摘录

版权页：是时候开始更好地运用你的大脑，创造能够记住一切的“记忆术”了。就像你在上一章中发现的一样，你目前的一些记忆技巧是卓有成效的，所以应保持那些有用的技巧。此外，你也需要去尝试一些新方法——准备好采用一种与众不同的方法去完成一系列的学习挑战吧，看看自己的大脑处于最佳运作状态时你正在做些什么，然后尝试改变自己的方法去适应它。开始行动吧，探求适合你自己的大脑和生活的方法和系统，感知当你做新鲜刺激的事情时记忆的感觉。改变你的思想有一句名言是这样说的：如果你所做的事情不变，你的收获也不变。阿尔伯特·爱因斯坦曾经说过，对精神错乱最好的定义是“一遍又一遍地做同样的事情，但是期望会有不同的结果……”本书的第二章给出了帮助你拥有杰出记忆力的思考方式的六个关键思维要素。你可能要改变你一直以来的学习方法，与此同时，你即将开始使用这六种关键技巧。为了给你提供通向成功的最佳机会，这里安排了一系列的小训练。

《魔术记忆力训练》

编辑推荐

《世界记忆冠军系列:魔术记忆力训练》编辑推荐：记忆力的重要性在现代社会中逐渐体现出来，世界的运转速度大幅加快，大量的信息全方位的刺激着我们的神经，我们对时间和能源的需求与日俱增，记忆力正史无前例地发挥着其应有的作用，尽管有很多手段来帮助提高记忆力，但是记忆力仍然面临很多挑战，同时，记忆力对人们的人生成败仍然起着至关重要的作用，这是无法回避的事实，可是不意味着只要尽力对付、避免遗忘和制止恶化就万事大吉了，我们有意识地寻找使我们的记忆力更加出色的方法，充满自信的记忆能让你触碰到最真实的自己，达到你所追求的目标。《世界记忆冠军系列:魔术记忆力训练》的目的就是为了帮助你记住学习中所有知识点，记住日常工作中重要事件、数字，记住见过的人的脸庞、名字等，让你在学习、工作、生活中都能如鱼得水，游刃有余。赶快来开启你的记忆之旅吧！

《魔术记忆力训练》

精彩短评

- 1、这本书主要是西方人的思维模式，不建议购买
- 2、学到了以前没有意识到的记忆方法和态度。主要说的是联想记忆，强调运用想象力。但因为原著是老外写的，有一些记忆例子是以英文为媒介的，当然只要举一反三，换个思路用母语就行了
- 3、这本书的内容不仅可以让我学会了记忆的方法还让我学会各种注意力的练习
- 4、建议大家不要买啊，没有用的
- 5、内容丰富，字太小，大点就更好
- 6、记忆的关键在于把记忆的东西变成有意义，通过想象和联接创造图像意象。
- 7、里面介绍的方法可以，但是有些例子不太适应，主要是语言和文化差别。
- 8、这本难读。行文啰嗦，表述不够直截清晰，其中一些方法也不适用于中国人。
- 9、有一定的效果，个体差异很大

《魔术记忆力训练》

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：www.tushu000.com