

《灵知通慧》

图书基本信息

书名：《灵知通慧》

13位ISBN编号：9787807556978

10位ISBN编号：7807556978

出版时间：2009-10-1

出版社：花山文艺出版社

作者：张文平

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《灵知通慧》

内容概要

灵知通慧：领悟人生智慧的新思维，ISBN：9787807556978，作者：张文平 著

《灵知通慧》

作者简介

张文平，1955年11月生于河北省阜城县崔庙镇金庄。1974年12月入伍，1984年毕业于解放军炮兵学院。在部队历任班长、营部书记、参谋、科长、参谋长等职。1997年8月转业到地方工作，现任唐山市人民检察院法警支队支队长。2007年被最高人民检察院表彰为“第二届全国检察机关优秀司法警察”。工作之余，著述颇丰，多次获奖；其军事专著《孙子兵法五字诀》在军内外有较大影响。

书籍目录

第一篇 用智慧经营生命

第一章 追问智慧的奥秘，启迪你的悟性

第二章 认识神奇的大脑，发掘你无限的潜能

一、大脑是什么样的

二、大脑的“两个部分”

三、大脑七个不同的“智力中心”

四、大脑是如何存储信息的

五、利用大脑不同的“波长”，学会使用潜意识

六、保护好大脑

第三章 成功的秘诀在于更智慧不是更辛苦

一、投入产出的“二八法则”

二、借力打力的“四两拨千斤”

三、天壤之别的“耕耘与收获”

四、人生智慧的含金量

第四章 学哲学爱智慧是睿智者现实的选择

一、学哲学使你终生受益

二、爱智慧使你升华人生

三、审时度势，做生活的智者

第五章 智慧不用如金埋于土

一、唤醒属于你的智慧

二、营造你发掘潜力的积极心态

三、让你的智慧有用武之地

第二篇 开启智慧之门

第一章 唤醒潜意识，激活你的大脑

一、努力形成潜意识

二、积极掌握潜意识

三、开发改造潜意识

第二章 厚积薄发，提升你的记忆能力

一、人类的三种记忆

二、记忆的三个阶段

三、对抗遗忘的三大记忆法则

四、记忆的三种类型和九个实用方法

第三章 新思维导航，引领你产生智慧的灵感

一、打碎陈旧的思维习惯，从思维定势中走出来

二、突破思维死角，拓宽解决问题的思路

三、发挥想象力，让思维生出形象的双翼

四、解脱自我设限，顿悟智慧的灵光

第四章 走向智慧的黄金途径

一、德识才学，以识为先

二、知识经验，重在归纳

三、坚定信念，设立目标，果敢行动

四、运筹帷幄，刻意捕捉灵感

.....

第三篇

用智慧升华人生

智慧箴言辑录

附录四季赋

章节摘录

当我们看电视或者是看电影的时候，画面上的场景和物体实际上都是静态的，即是由一幅幅的画面组成的。播放时，它以每秒十到二十几幅的速度在我们面前快速闪现，形成一个连贯的动态的场景。正是因为人类具有这种瞬时记忆的本能，才使我们能够把第二次看到的画面不断地与第一次看到的画面记忆联系在一起，保持了这种观赏的连续性。推而言之，也正是人类具有的这种瞬时记忆，才能使我们通过视觉、听觉、味觉等感官，保持了对外界认知的连贯。瞬时记忆有四个特点：

一是瞬时记忆的记忆广度随不同感觉通道而不同。所谓记忆广度是指记忆材料呈现一次所能记住的最大信息量。一般情况下，视觉瞬时记忆的广度比听觉瞬时记忆的广度要大；而味觉、触觉的广度则更小一些。

二是瞬时记忆不受关注的影响。只要信息材料在瞬时记忆的广度范围之内，即使你不注意它，也会产生瞬时记忆。

三是瞬时记忆具有鲜明的形象性。它在短短的一瞬间所感受到的是材料的全部形象，而不是形象的意义。由于不是关注材料所产生的，所以保持的感觉也无重点可言，并且这种记忆的材料也来不及与大脑中旧有的信息发生联系。如果我们人为地使之与大脑中的旧有信息发生某种关联，那么这部分材料等于已经被记忆编码，而进入短时或长时记忆的范畴了。所以真正意义上的瞬时记忆，被感觉的材料绝大部分还未达到脑部中枢就消失了。

四是瞬时记忆所保持的信息时间非常短，均在一秒之内，甚至几十分之一秒。

《灵知通慧》

编辑推荐

洞悉智慧的深邃内涵
辩证法则

开启智慧的神秘之门

通达智慧的十个黄金步骤

运用智慧的四大

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