

<<你的右脑价值超百万>>

图书基本信息

书名：<<你的右脑价值超百万>>

13位ISBN编号：9787506468657

10位ISBN编号：7506468654

出版时间：2010-12

出版时间：中国纺织

作者：杳杳

页数：237

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>

<<你的右脑价值超百万>>

前言

如果有人告诉你：你本该和达·芬奇、爱因斯坦一样聪明。

你的第一反应是不是——别搞笑了，怎么可能呢？

在回答这个问题前，我们不妨先大致地了解一下人的大脑。

人的大脑分为左半球和右半球，简称左脑和右脑。

左脑具有语言、概念、数字运算、分析、逻辑推理等功能；右脑具有音乐、绘画、空间几何、想象、综合等功能。

左脑理性，右脑感性。

和左脑相比——右脑的照相记忆速度远远大于左脑；右脑具有直观性的整体把握能力、形象思维能力；右脑不拘泥于局部的分析，而是统观全局的综合分析，以大胆猜测跳跃式地前进，也是创造性思维的源泉；……伟大的天才科学家爱因斯坦，就是一个善于开发与运用右脑的人。

他这样说：“我思考问题时，不是用语言进行思考，而是用活动的跳跃的形象进行思考，这就使右脑的功能得到了发挥。

”遗憾的是，世界上95%的人仅善于使用自己的左脑。

终其一生，大多数的人只运用了大脑的3%~4%的功能，而将其余的能量都埋藏在右脑的潜意识中。

这也就是大多数人之所以平凡与平庸的一个重要原因。

那么，你的右脑是否也在沉睡中？

人的大脑拥有无穷无尽的潜力，但如果一直让它处于闲置与沉睡的状态，它的能力就会退化。

开发它吧！

“地球上未开发比例最高的地区，就是介于我们两只耳朵中间的方寸之地。

”美国科学家代尔·欧布莱恩如是说。

本书将和你一起探寻关于右脑的一些知识，引导你打开你的右脑宝库——你的右脑价值超百万！

<<你的右脑价值超百万>>

内容概要

你在生活中的交际能力、工作上的创造能力、艺术上的想象能力，都决定于你的右脑。

你的右脑是否也在沉睡中？

人的大脑拥有无穷无尽的潜力，但如果一直让它处于闲置与沉睡的状态，它的能力就会退化。开发它吧！

“地球上未开发比例最高的地区，就是介于我们两只耳朵中间的方寸之地。”美国科学家代尔·欧布莱恩如是说。

本书将和你一起探寻关于右脑的一些知识，引导你打开你的右脑宝库——你的右脑价值超百万！

<<你的右脑价值超百万>>

书籍目录

第一章 为什么要重视右脑开发

左右脑各有所长
右脑为王，左脑为相
右脑是创新之脑
左脑将被电脑取代
天才都擅长使用右脑
运用右脑的爱因斯坦
右脑开发与脑电波
开发右脑永远不晚
两则开发右脑的案例
你是左脑型的人还是右脑型的人

第二章 潜意识的力量

右脑也叫“祖先脑”
意识与潜意识
潜意识具有超能量
怎样开发你的潜意识
潜意识训练守则
不良潜意识具有破坏性
走近催眠术

第三章 开发右脑提升情商

情商与右脑
微软老总情商高
高情商的几个标准
国际标准情商测试
提升情商的七个方法
利导思维让你更乐观
培养右脑的利导思维
让运动提升你的情商
提高意志力12法

第四章 右脑与直觉

右脑与直觉
什么是直觉思维
人人都有一支“魔杖”
奇妙的“预感”
直觉思维的特征
直觉思维的作用
你的直觉思维强吗
怎样训练你的直觉思维

第五章 多运动左侧身体

“左撇子”为何盛产天才
左侧运动可预防疾病
运动左肢有方法
如何用左手写毛笔字
如何用左手写钢笔字
左手键盘，右手鼠标

<<你的右脑价值超百万>>

简单实用的左肢游戏
适合妇女儿童左手运动
简单实用的左侧体操
达·芬奇的又一个密码
第六章 通过速读开发右脑
一般人是这样阅读的
阅读中左右脑的分工
先进的右脑信息处理系统
速读训练助你一臂之力
初学速读者的注意事项
你也可以一目十行
扫视速度决定成败
循序渐进的速读技巧
第七章 无敌右脑记忆法
记忆力的好坏事天生的吗
兴趣是记忆的重要前提
左脑记忆与右脑记忆
百闻不如见
走进右脑的“照相式”记忆
三种方法激活右脑的记忆潜能
联想会带给你神奇的力量
几个常用的联想方法
利用图像来加强记忆
右脑记忆训练之一
右脑记忆训练之二
第八章 游戏娱乐也可开发右脑
哪些游戏能开发右脑
神奇的手指操
古老的中国益智游戏
围棋和珠算活化右脑
6个生活中的益智问题
经典的数学智力游戏
脑筋急转弯
趣味谜语故事
几则简单小谜语
千变万化玩魔方
乐此不疲话数独
爱因斯坦与音乐
第九章 在工作中多多运用右脑
将工作进程图表化
办公桌不要太整齐
在思考时善用记号
每天至少给自己半小时
成功的奥妙，求精不求多
要有强烈的问题意识
努力争取成为活动总务
偶尔改变上下班路线

<<你的右脑价值超百万>>

小心电脑失写症

第十章 在生活中开发右脑

冥想激发右脑产生 波

情绪低落时“自恋”一把

闲暇时去书店走走

看悬疑剧时猜猜谁是凶手

四肢发达，头脑不简单

用呼吸训练右脑

用左手吃饭减肥

食物可以改善你的大脑

酒是右脑的天敌

第十一章 如何开发儿童右脑

孩子的大脑最奇妙

抓住黄金时期

“手巧”的孩子“心灵”

从六个方面开发孩子的右脑

讲孩子的英语变成“婴语”

绘画培养孩子的创造力

用心算盘活右脑

8个游戏，越玩越聪明

平衡左右脑的使用

有针对性地给孩子选择食物

<<你的右脑价值超百万>>

章节摘录

插图：左右脑各有所长大脑作为整个人体中最为活跃的器官，其重量却只占人体总重的2%多一点，但它不仅是肢体运动和身体各系统生理活动的控制中枢，更是思维和语言的控制中心，在人的整个成长和行为发展过程中占有主导地位。

解剖生理学和神经生理学研究的最早成果表明，人的大脑纵裂分成左、右两个半球，这两个半球呈镜面对称，由3亿个活性神经细胞组成的胼胝体联结成一个整体，不断平稳地接受着外界传递的信息，并将抽象的、整体的图像与具体的逻辑信息连接起来。

左右脑两部分的神经呈交叉状，大脑左右两半各将人体相反一侧的半身置于自己的管辖之下，躯体和四肢运动是由相对一侧大脑半球的运动区指挥的，即左脑控制右半身，而右脑控制左半身，如图1-1所示。

20世纪50年代，美国加利福尼亚技术研究院的斯佩里教授和他的学生迈尔斯进行了割裂脑实验。

通过实验，斯佩里教授发现，大脑的左右两个半球都有自己独立意识思想链和自己的记忆，即它们有自己相对独立的意识活动区，并以不同的方式进行思维。

左脑倾向于用词语进行思维，而右脑倾向于以感觉形象直接思维。

由此，斯佩里教授证实了大脑不对称性的“左右脑分工理论”，并因此荣获1981年度的诺贝尔医学生理学奖。

按照这一理论，人的左脑支配右半身的神经和器官，是理解语言的中枢，主要司掌言语、文字、符号、分析、计算、推理、判断、推论等的思考，是我们读书、计算、作文时的动作重心，也就是说，左脑遵从自己一贯的行事原则，通过语言进行有条理的条理化思维，即逻辑思维。

与此不同，右脑是感性脑，又称为图像脑，它支配着左半身的神经和器官，是一个没有语言中枢的哑脑。

右脑司掌音乐、绘画、图形、色彩、图像、感情、非语言的观念、空间认识、立体认识、想象、创造、非理论的感性等，负责可视的、综合的、几何的、绘画的思考行为，我们观赏绘画、欣赏音乐、凭直觉观察事物等行为使用的都是右脑的功能。

左右脑的分工不同，使得左脑抽象思维的功能较发达，而右脑形象思维的功能较发达。

如果一个人长期过分使用左脑，其宝贵的右脑资源就可能被“闲置”浪费，并慢慢地“折旧”为零，从而失去右脑功能中创造、创新、创意等一系列强大的智能能量，最终导致他在人生竞技场中失掉出奇制胜的利器。

<<你的右脑价值超百万>>

媒体关注与评论

头脑不是一个要被填满的容器，而是一个需被点燃的火把。

——普罗塔戈人脑是一种比原子弹更具威力的心莲炸弹，能在每个人封闭的力量内部引起分裂，相应地释放出巨大的心理能量。

——汉新·塞耶尔如果把左脑比作一个人，右脑会交给我们10万人的智慧。

——春山茂雄

<<你的右脑价值超百万>>

编辑推荐

《你的右脑价值超百万》：将和你一起探寻关于右脑的一些知识，引导你打开你的右脑宝库——你的右脑价值超百万！

如果有人告诉你：你本该和达芬奇、爱因斯坦一样聪明。

你第一反应是不是——别搞笑了，怎么可能呢？

其实，世界上95%的人仅仅使用了自己的左脑，而且大多数人只运用了大脑能力的3%~4%，其余的97%都蕴藏在右脑的潜意识中。

这也就是大多数人之所以平凡与平庸的一个重要原因。

人的大脑拥有无穷无尽的潜力，如果一直让它处于闲置与沉睡状态，一段时间后就会退化。

<<你的右脑价值超百万>>

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>