第一图书网, tushu007.com

<<引爆记忆潜能-世界上最有效的记忆方法>>

图书基本信息

书名：<<引爆记忆潜能-世界上最有效的记忆方法>>

13位ISBN编号：9787807283997

10位ISBN编号：7807283998

出版时间：2006-10

出版时间：广东经济

作者：张海洋,卢敬民

页数：211

字数：120000

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

内容概要

你在为自己的记忆力不够好而苦恼吗？
你曾经学习过许多记忆方法而收效甚微吗？
本书将帮你扫除关于记忆的一切烦恼。
本书是全球最顶尖的记忆方法和记忆力训练工具！
世界级记忆大师的智慧结晶！
在记忆力飞速进步的同时，观察力、创造力、想象力也将发生质的改变！
为什么你学了很多记忆方法，还是没有提高记忆力？
原因只有一个：你没有掌握世界记忆大师的记忆系统！
本书将告诉你关于记忆的惊人秘密：记忆力提高的唯一方法在于运用记忆系统！
本书将向你彻底披露世界上最激动人心的记忆方法，以及最震撼人心的记忆里训练方法！

书籍目录

第一章 彻底挑战人类的想像力　一、世界最高水平的记忆力较量——世界记忆锦标赛　二、世界记忆之父——托尼·博赞　三、世界上最令人赞叹的记忆天才——多米尼克　四、亚洲记忆先驱——叶瑞财博士　五、启示之一：重塑我们的记忆观念——世界记忆大师的记忆原理　1、记忆新观念之一：记忆等于想像　2、记忆新观念之二：记忆等于联结　3、记忆新观念之三：记忆等于编码　4、记忆新观念之四：记忆力的差别只是记忆方式的差别第二章 站在世界记忆之巅的中国人　一、中国首两位世界记忆大师——张杰、王茂华　二、张杰：从两次高考落榜到世界记忆大师　三、王茂华：曾经因为记忆力差而考不上大学　四、启示之二：彻底改变我们的记忆习惯——世界记忆大师的记忆系统　1、记忆力的惊人秘密：记忆力的有效提高在于运用记忆系统　2、世界记忆大师的记忆力训练方法　3、记忆新观念之四：提高记忆力的唯一方法是进行记忆力训练　4、记忆力训练：从记忆体操开始　5、记忆力训练：引爆大脑潜能的钥匙第三章 不可思议的青出于蓝　一、展现中国人的记忆实力——首届中国记忆锦标赛　二、首届中国记忆锦标赛亚军：郭玉峰　三、一个月达到世界级——不可思议的青出于蓝　四、启示之三：编故事的乐趣——世界记忆大师教你记英语单词　1、记忆新观念之六：最好的记忆方法就是用最丰富的想像来作出最有效的联结　2、记忆新观念之七：记忆的过程就是编故事的过程　3、给英语单词编故事的三个方法第四章 世界上最有效的记忆方法　一、最基本的快速记忆方法：联想法　二、让记忆信息从抽象变具体：编码法　三、创建记忆文件夹：定桩法　四、如何用定桩法记忆长篇文章　五、记忆新观念之八：记忆力＝联想能力＋编码能力　六、启示之四：你也可以成为记忆大师！

章节摘录

第一章　彻底挑战人类的想像力　　一把彩色的钥匙在鹦鹉身上一拧，鹦鹉条件反射般地把脚下的球儿(皮球)用力踢了出去。
球儿像箭一般地飞了出去，击中了一个巨大的锣鼓，锣鼓倒了下来，掉在白色的珊瑚堆里，把珊瑚压成了绿色的芭蕉。
芭蕉叶一扇，把一个气球扇到天上去了，气球被正在天上飞的一只白色仙鹤的尖嘴巴一啄，爆炸之后就消失得无影无踪了。
仙鹤飞到一个黑色的沙发上，跷起二郎腿，悠闲地坐下来休息，然后掏出一个又大又红的石榴美滋滋地吃了起来。
看完上面这段充满想像力的文字，相信读者朋友们都可以很轻松地按顺序记住那几个带下划线的词语：　　钥匙、鹦鹉、球儿、锣鼓、珊瑚、芭蕉、气球、仙鹤、沙发、石榴。
任何自认为记忆力差的人，只要稍微发挥一下你的想像力，相信都可以只看一遍、顶多两遍就很轻松地记住这十个词语，不但能够倒背如流，而且过很久都不容易忘记。
如果你记下了这十个词语，那么恭喜你，事实上你已经记住了圆周率小数点后的前二十位数字(3.14159265358979323846)!　　聪明的你一定会发现，只要按照谐音规律，就能立即把每个词语转化为相应的数字：　　钥匙——14；鹦鹉——15；球儿——92；锣鼓——65：珊瑚——35；芭蕉——89；气球——79；仙鹤——32；沙发——38；石榴——46。
现在你应该会感觉到，用这种方法来记数字，不但记得快、记得牢，而且还充满了想像的乐趣。你不是在完成一件枯燥乏味、令人头痛的记忆任务，而是在做一个充满趣味的想像力游戏!　　通过这个简单的记数字游戏，事实上大家已经掌握了世界上最有效记忆方法的两个基本原理：联想和编码。
联想就是指把这十个毫无关联的词语通过想像力的加工，把它们联结在一起，从而轻松地记住它们。
编码则是把20个非常枯燥的数字，转化为具体鲜明的词语，通过联想法来记住词语，就相当于记住了这些数字。
在这两个基本原理的基础上，再加上我们称之为“ 定桩法 ”的记忆技巧来灵活地运用这两个记忆原理，就可以更加快速记住更大量的记忆资料，帮助我们迅速提高记忆效率。
我们在本书中想要向大家介绍的这套可以称为世界上最有效的记忆方法，事实上也是最简单、最容易掌握的快速记忆方法!它仅仅包含三种非常简单的方法：联想法、编码法、定桩法。
掌握了这套方法，我们就能够快速地记住任何需要记忆的资料。
这套记忆方法的记忆速度至少是我们常用的“ 死记硬背 ”法的十倍以上，而且记得牢，不容易忘记，甚至可以轻易地做到倒背如流!　　关于这套世界上最有效的记忆方法，我们安排在本书的最后一章中再作系统完整的介绍。
在前面几章中，我们将向大家介绍这套记忆法的来龙去脉，还有与之相关的一些记忆新观念，以及一些具体的应用方法。
为什么说这套如此简单、一眼就能看明白的方法是世界上最有效、最具威力的记忆方法呢?　　这是因为，拥有世界上最顶尖记忆力的世界记忆大师都普遍采用这套记忆方法，或者采用基于相同原理的记忆方法。
他们运用这套方法，在许多记忆项目上都获得了惊人的效果。
下面就让我们来了解世界上最高水平的记忆力赛事：世界记忆力锦标赛，看看记忆大师们的记忆力究竟到了怎样惊人的程度!

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