

<<喚醒大腦本能的思考法>>

图书基本信息

书名：<<喚醒大腦本能的思考法>>

13位ISBN编号：9789862721926

10位ISBN编号：9862721928

出版时间：2012-7-1

出版时间：商周出版

作者：米山公啟

译者：慕樂

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>

<<喚醒大腦本能的思考法>>

內容概要

優秀專業人才的成功祕訣就在本書中！

為什麼有才華的人能在某個專業領域上創新或領先眾人？

大腦權威米山公啟基於好奇而研究這些優秀專業人士，以大腦科學最新研究佐證，發現：他們的思考精髓在於能喚醒大腦本能，常保大腦活化不退化。

有才華者的大腦還有什麼秘密呢？

請來一窺究竟。

先檢測一下，你的大腦生鏽了嗎？

不吃早餐 簡單的字想不出來 手上隨時握著電視遙控器 經常一天走不到30分鐘
1年以上沒改過房間陳設 每天睡眠在6小時以下 結帳大多請人找零 有時候一整天沒寫過一個字
外食永遠叫同一道菜 只要有其中一項，就代表你的大腦已經開始退化。

不過，只要認真實踐腦科專家米山公啟整理出來的優秀專業人才思考法，靈活你的大腦，創新你的思考，即使不能變天才，也能常保大腦不生鏽！

日新月異的大腦科學研究最近發現，大腦能夠不受年齡老化影響而持續活化，但重點是，這種變化需要適當的「刺激」，也因為這些「刺激」，歷史上廣義的天才，如愛因斯坦、愛迪生、孫正義...等人，他們的大腦老化現象遠低於常人。

日本腦科專家米山公啟博士，因為對這些天才們能一直保持大腦年輕，不斷推陳創新的方式感到好奇，於是研究了許多領域上有才華的人，定義他們為天才，研究他們能在各領域上創新和領先眾人的原因，並以大腦科學來佐證，說明學習這些天才的思考方法，成為天才也是指日可待！

本書特色 米山公啟博士是日本知名腦科專家，也是多產的作家，他所出版的書籍已超過180本。他在書中以自身專長和經驗強調，做筆記不僅是個好習慣，而且能提升創意與效率！

<<喚醒大腦本能的思考法>>

作者簡介

米山公啟 1952年出生於日本山梨縣，醫學博士，專修神經內科，主攻腦部疾病。擔任臨床醫師為許多病患進行治療之餘，也從事醫學散文、醫學推理小說、醫學實用書等文字創作，除此之外，還進行演講，參與電視台、廣播節目的演出等。到目前為止已經著書超過230冊。

主要的著作有：《筆記成功術》、《時間管理成功術 腦科專家教你善用時間62招》、《讓大腦變年輕的53種妙招》、《男腦、女腦大不同！》、《成功的人腦裡裝了什麼？》、《醫學不是科學》等。

個人網頁的日記天天更新，並發行電子報。

網址：www21.ocn.ne.jp/~yoneyone/譯者簡介慕樂 東吳日文系畢業。目前為專職日文譯者。

<<喚醒大腦本能的思考法>>

書籍目錄

- 自序 善用大腦，快樂過一生第一章 如何打造「一直成長的腦」？
 腦力無極限。
 「挑戰」建立新的網絡腦力無極限。
 「挑戰」建立新的網絡 腦的處理速度比電腦還快！
 「與人交流」是最高明的訓練 喜好齊頭平均的日本教育；發展拿手領域的美國教育 腦的
 臨界期在六歲的說法確實嗎？
 「運動」與「樂器」是塑造專業腦的竅門 讓「腦力」一輩子不停竭的三個方法 「賭博腦
 」在工作上活起來！
 生財腦、散財腦第二章 「讓腦進化」思考法 凡人樂「安定」，天才喜「冒險」 能力強
 的人，大腦不害怕「失敗」 右腦怠惰容易痴呆？
 簡單訓練記憶初識者的「臉」和「名字」 「重複」是讓記憶留在腦海最好的方法 「右腦
 捕捉左腦分析」的「預判力」 親近「讚美自己的人」！
 「船到橋頭自然直！
 」的想法減輕腦的壓力 「靈感」來自日常的筆記習慣第三章 天才們的大腦秘密 「腦皺褶」
 最多的動物不是人類？
 愛因斯坦的腦其實很輕 無法揭開「腦內真相」的真正原因 「厚臉皮」是天才的條件？
 腦的神經細胞會再生 天才真的比較多「左撇子」？
 「現代天才」的5要件 從今開始瞄準的兩種天才領域 天才是「遺傳」使然？
 還是「環境」造成？
 第四章 永遠年輕的人，他的腦是什麼樣？
 藝人的腦「不知平淡」 目標是「水車村的老人」 映象化提升記憶力 「學歷高」不容
 易痴呆？
 兩種腦內物質創造「人氣腦」！
 新創意視記憶的庫存而定 向史蒂芬·賈伯斯學習 「不服輸的腦」程式第五章 提升幸福
 度的腦 中了三億圓頭彩的人真的幸福嗎？
 看到領袖照片就開心的猴子心理 感受幸福腦的關鍵詞是「喜歡」 腦「只對一件事」傾注
 全力 「買高價品」對腦有益？
 要小心「麥可·傑克森症候群」！
 自我滿足就足夠的人，在社會上成功的人結語

<<唤醒大脑本能的思考法>>

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>