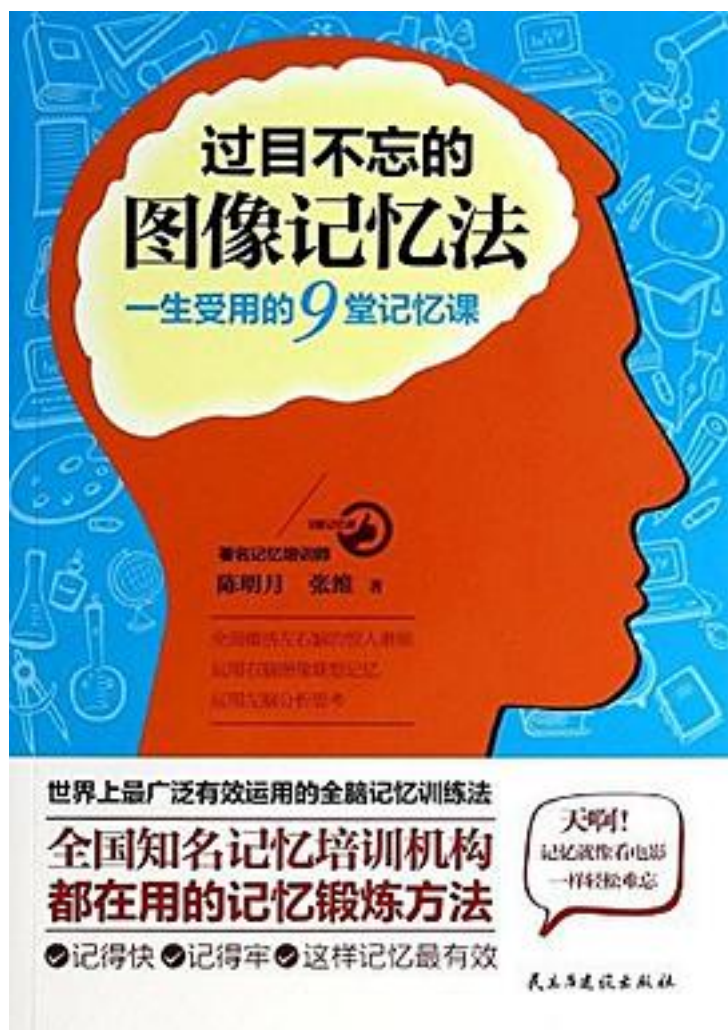


过目不忘的图像记忆法



[过目不忘的图像记忆法_下载链接1](#)

著者:陈明月

出版者:民主与建设出版社

出版时间:2014-6-1

装帧:平装

isbn:9787513903295

中央电视台CCTV“挑战群英会”挑战英雄、记忆力训练专家、首席记忆讲师独家奉献

记忆秘诀！
世界上最广泛有效运用的全脑记忆训练法！全国知名记忆培训机构都在用的记忆锻炼方法！

全面激活左右脑的惊人潜能，运用右脑图像联想记忆，运用左脑分析思考！

记得快，记得牢，这样记忆最有效！记忆不再是苦差事！

本书运用左右脑分工理论，给读者提供了一些神奇的记忆魔法和一些巩固记忆的基础，透过条列、渐进式的训练，由浅而深，步骤简单，充满趣味性，来充分增强、开发记忆潜能，并且快速、过目不忘的记住所有的信息，让你也可以拥有惊人的记忆力。

作者介绍:

第一作者 陈明月：

记忆力训练专家；

中央电视台CCTV“挑战群英会”挑战英雄；

尚忆教育（记忆力训练网）首席记忆讲师；

在尚忆教育网络课程中主讲“图像记忆”课程；

国家二级心理咨询师，开设青少年情绪管理工作坊；

曾多次为中国移动、中国电信等大型企业开设员工记忆力培训课程，受到学员广泛好评。

第二作者 张维：

尚忆教育高级讲师，全脑教育专家，在图像记忆、单词记忆、快速阅读、思维导图等领域都有深入的研究，曾出版专著《英语单词就该这样记》。

目录: 前言

第一课 图像记忆原理

学习前的记忆测试

传统记忆的两大困境

大脑的记忆方式

图像记忆带来的记忆效果

图像记忆原理和方法体验

图像记忆技法三大体系

图像展现与图像联想初体验——名词

图像记忆第一课作业

第二课 图像转化与联想——抽象词

图像转化方法

抽象词记忆练习

谐音法与代替法的运用

图像记忆第二课作业

第三课 图像展现与联想——句子练习

图像展现与联想的尝试

对应联想与串联联想的运用
图像记忆第三课作业
第四课 串联联想记忆文章
串联联想练习
记忆文章段落——关键词联想
提取与记忆关键词
图像联想的注意要点
图像记忆第四课作业
第五课 图像简化、图像定桩
图像简化——把复杂的图像进行简化
简化法的一般应用
利用图像简化法记诗词
图像记忆第五课作业
第六课 图像定桩（一）：身体桩、人物桩、语句桩
图像定桩
身体桩和人物桩及其运用
利用身体桩记忆诗词文章
词句桩及运用
图像记忆第六课作业
第七课 图像定桩(二)：数字桩、地点桩
数字桩及运用
地点桩及运用
图像记忆第七课作业
第八课 综合训练（一）
图像记忆在生活中的运用
姓名、电话号码记忆
记忆购物清单
记忆银行咨询电话
各航空公司代码记忆
日常重要事情的记忆
图像记忆第八课作业
第九课 综合训练（二）
填空题型
单选题
多选题
简答题
最后的话
图像记忆第九课作业
附录
• • • • • (收起)

[过目不忘的图像记忆法_下载链接1](#)

标签

记忆

学习方法

记忆力

学习

方法

思维方式

记忆法

工具书

评论

方法有一定用处，但不可完全采用，必有弊端。

很详细

比起其他的记忆书籍差太远，例子感觉也是随便在举，基本都是在杀鸡用牛刀，重要的路径法也没有用多少篇幅去讲，不建议大家浪费时间读这本，去看其他的7.5分以上的记忆书去吧。

图书馆几分钟翻完，内容无聊

和市面上的书都是一样的模子，而内容鸡肋，案例随便（将亲人联想成日本鬼子？？）

元素周期表前20我背不出来了，金属活动性顺序我背不出来了，银镜反应似曾相识，这下子这些不记得的事我都记得了。

看前两章足够了。重要的是想象力，然后政治生每句话都要记的这么麻烦真的好累啊。脑补图像很好用

二十五分钟盲扫。看得我都想困了，想睡觉。总结一下就是：提炼关键词然后就是想象。谐音、人名、物品等等。我觉得有些方法还不如直接寄了，所以这个只是参考。

175k。比较实用的记忆训练教材，如能按方法坚持训练，相信能大幅提高记忆水平。

#D021# 没有想象力根本用不起来

反感作者自己也认同的其节操很低的联想，身体桩和人物桩还能不能再恶心点了，往自己家人身上按这种联想内心得多强大？数字桩还有一定可取之处，但也太特殊个人话，倒不如自己做个字母桩好了。好在本书旨在讲述方法，作者的方法只是个人偏好，但不得不说的是，比起强大的记忆力来，丰富而美好的想象力更加重要，切不可舍本逐末。其实，图像记忆我们时常都在不自觉的使用，而且图像记忆也可以用在作者不屑的声音记忆上，现在还能背出某篇课文就是那时被点名同学在站着朗读时，我望着窗外，不是在联想而是在看高年级同学踢球的假动作，这样点我的时候背起来就像重复假动作。除了这图像记忆，还有情绪记忆我想也是很管用的，会想起某句话只因那时那人的表情，会记得面容是因为那时自己的心情，然而世故了，心就不会再波澜了，于是不论是现在还是过去都忘怀了

最近记忆力太差，学习学习，没准以后用得着呢,可以和魔法记忆一起看，除了看完，主要的更多的是练习。先从1-100开始做起吧

很详细但是有的联想对没什么文学阅历电视剧阅历的人来说好难。。“和坤是谁”什么的。。虽然用自己方法就行。。前面的图像联想法还不错…

大致思想了解了

改变了以往记忆的固有模式，对我而言有比较不错的作用

反感作者自己也认同的其节操很低的联想，身体桩和人物桩还能不能再恶心点了，往自己家人身上按这种联想内心得多强大？数字桩还有一定可取之处，但也太特殊个人话，倒不如自己做个字母桩好了。好在本书旨在讲述方法，作者的方法只是个人偏好，但不得不说的是，比起强大的记忆力来，丰富而美好的想象力更加重要，切不可舍本逐末。其实，图像记忆我们时常都在不自觉的使用，而且图像记忆也可以用在作者不屑的声音记忆上，现在还能背出某篇课文就是那时被点名同学在站着朗读时，我望着窗外，不是在联想而是在看高年级同学踢球的假动作，这样点我的时候背起来就像重复假动作。除了这图像记忆，还有情绪记忆我想也是很管用的，会想起某句话只因那时那人的表情，会记得面容是因为那时自己的心情，然而世故了，心就不会再波澜了，于是不论是现在还是过去都忘怀了

想象力是这个方法的首要条件，不过有了想象力，这样死板的用到记忆上，感觉有点大材小用了。如果没有想象力，这种方法只会消耗更多的精力去背诵。作者说我们上学时候靠声音的背诵方法有死记硬背的特点，赞同一部分，但是她的方法我觉得可取的地方有，但是似乎有更好的方式，而不是她说的那种

呕。因为我的无知，我只认为第十页的左右脑记忆划分可以给人思考与帮助。

[过目不忘的图像记忆法_下载链接1](#)

书评
