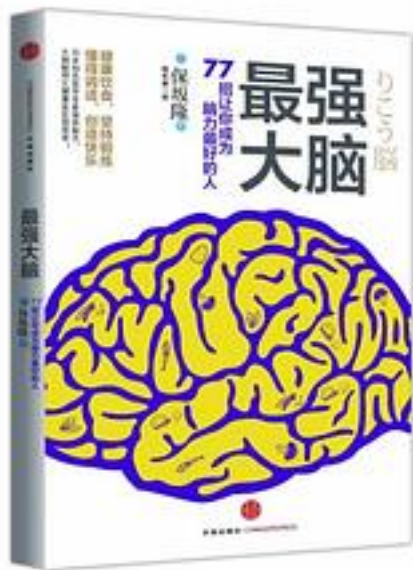


最强大脑



[最强大脑_下载链接1](#)

著者:郑才千

出版者:北京大学出版社

出版时间:2015-12-30

装帧:平装

isbn:9787301265109

编辑推荐

《最强大脑：“魔方墙找茬王”郑才千的学神秘笈》是一本写给全中国人的书，“最强大脑”们强是强在他们的思维方式，而不是大部分认为的天赋。这本书中郑才千解码了他的思维方式，很容易学会。对于学生党来说，在平时的学习中非常有帮助，尤其是现在新高考方案下，科目多，学业压力大，更要有科学、人性的方法。对于普通人来说，思维方式的转变意味着应对事务的方式的转变，比方白领一族，你可能需要思维导图提高工作效率，需要记忆法来帮助日常记忆，打开想象空间，总之，会让你豁然开朗。

名人推荐

在《最强大脑》的舞台上，许多观众见证过才千创造的魔方墙挑战的奇迹。在学习方法上，我相信才千已积累了不少好的经验。希望这一有关学习方法的分享，能够激发更多朋友的脑力潜能，进而对自己的工作、学习和生活有所助益。

——《最强大脑》主持人蒋昌建

千千是我们圈内公认的天赋极高并且均衡全面的脑力达人，按照他书里的分析，那就是他的“流体智力”十分强大，做所有事情都可以胜任，很讲究方法。而我的迷宫项目或者围棋盲棋有一多半还是依靠后天积累的“晶体智力”。恭喜他的《最强大脑》一书出版面世，也送给广大读者一句话：开卷有益，本书内容丰富，可读性强，您一定会从方方面面读到自身最想学习的内容。

——《最强大脑》“蜂巢迷宫”选手鲍樵

读了这本书，除了能掌握一些记忆方法并实际运用之外，还可以对千哥本人的经历有一定的了解。相信了解了男神真实的经历，学起记忆来会变得非常容易！同时，想要有一个优秀的大脑还需要注意很多，这些都可以在书中找到。或许称这本书为“大脑宝典”都不为过。

——《最强大脑》“盲填数独”选手孙彻然

神奇方法，成就天才之能

一双慧眼，看破万千迷雾

本书将带你走进郑才千的神奇世界，也许成就的下一个天才就是你。

——《最强大脑》“空间游侠”选手刘健

才千是世界上首位在20岁前获得“世界记忆大师”称号的脑力精英，他的方法不仅让他自己成为超级学霸和大脑明星，也让越来越多的人获得轻松学习之道，他的秘密尽在此书。

——《最强大脑》“辨变脸”选手李威

庆幸没有早看到才千的这本书，否则，我现在可能不会玩魔方，而是追随他的脚步，成为一名记忆大师。

——《最强大脑》“魔方工厂”选手孙虹烨

看完才千这本书稿，非常感慨，要是早几年能看到这样的书就好了。中学的英语、语文、政治、历史那么多需要背的东西，我们都花了太多时间却没有效果，原来是方法问题。这本书适合所有希望提高自己记忆效率的朋友，相信你们能从这里找到正确的记忆方法。

——《最强大脑》“水下盲拧魔方”选手 贾立平

我把记忆能力分为三个等级：一级是对于大多数人来说，想记记不住；二级是普通人中记忆力好的，什么都能记住，但没有选择性；三级是记忆大师，想记的很容易记住，不想记不该记的不记，能够灵活控制自己的记忆，不让无效信息占据有效记忆资源。郑才千一定是这种大师级的天才，他能在纷繁复杂的素材中迅速找到有效的记忆要点，在最短的时间内把它们建立联系，找到规律，然后记住该记住的，舍掉无用的。无论需要记

住的东西是数字、文字，还是二维码，甚至是魔方墙上的色块。对此，我除了佩服真的望尘莫及。天才区别于常人的一个突出点就是：他们思考问题可以从起点a直接到终点z，而凡人必须经过bcdefg……xyz。

这本书，就是郑才千在通关到z后，再倒推出yxwvu...dcb，然后再把记忆力训练从a到z的全过程展现给大家。所以我迫不及待地读起来了，因为它既能帮我们探索提升记忆力的奥秘，又能让我们找到凡人与天才的差距。

——《一站到底》站神周唯达

现今人类知识最大的两个未知领域就是我们头顶上的星空，和我们项上的人头。这本书会让你对你项上的人头有更多的了解，帮助你认识何为最强大脑。

——《芝麻开门》门神，康奈尔大学物理化学博士包坤

很多世界记忆大师往往注重数字、扑克记忆，才千更强调有内涵、有知识的记忆，即中文世界的记忆，它强调了想象力的重要性，这恰恰是中国的学生所需要的。未来世界，与知识一样重要甚至更加重要的是想象力与创造力，我郑重地向学生、家长、老师推荐这本书，希望它为中国人带来新的学习方式的启示。

——上海交通大学超级大脑研究中心主任李卫东

才千的方法非常好，可以终结几代人机械式学习的枯燥而艰苦的状态。原来学习也很有趣，同时还可以很高效。我希望，受《最强大脑》节目以及才千所写的这类书的影响，新一代人的学习方式将会有根本转变。

——2007年江苏省文科状元赵佳音

才千是一个有理想、充满活力、悟性极高的“最强大脑”选手和脑力开发教练，更让我欣赏的是，他性格中的“傲”。一个人如果不够傲，是没有办法疯狂到改变世界的。所以我认为，才千将来会取得的成就，要远比今天人们能看到的大得多。

人类的前两次工业革命，蒸汽机革命和电力革命，都是对体能的解放，只有第三次革命，计算机革命，才是对脑能的解放。我们碰上了一个好时代，一个伟大的时代，在这个时代，人才会真正关注大脑。江苏卫视的《最强大脑》是我所见过的最出色的关于大脑的节目，仿佛过去所有的大脑类节目都只是平面，到这时才成为立体，才鲜活起来。才千作为《最强大脑》第一个出场的选手，是让大众印象最深刻的一个。他的魔方墙挑战，震撼了观众，还有现场的李彦宏、周杰伦等重量级嘉宾，Dr.魏也给予了很高的评价。

看节目只是看“表象”，成为内行才能真正看到大脑的“波澜壮阔”。人类的大脑是一个永恒的迷。从我开始接受教育的时候起，我就很想知道学习的规律，想知道大脑是怎么运作的。所以我一直孜孜不倦地思考这些问题，寻求答案，遗憾的是，这方面的优质内容非常稀缺。所以我对才千的新书有一些期待：不可能是想出来的，可能是做出来的。如果你过去没有了解过记忆术，或者你对你的大脑能创造什么奇迹信心不足，就读这本书吧。不要只是翻阅，开始一页一页地阅读，同时做好笔记，将这里面的绝招融汇贯通起来吧。

当你翻阅这本书的时候，不要忘记已经有越来越多的人，正在使用这本书里介绍的方法开始改变了。改变命运，从改变大脑开始！

——《最强大脑》“肉眼识别二维码”选手黄金东

聪明人看聪明人写的书。

——《最强大脑》“微观辨水”选手王昱珩

作者介绍:

郑才千

经历传奇的全才学神

他自幼成绩优异，却曾在初三考试挂科。高中入学不过班级中等，却在一个多月内跃升至全校前5%，并最终考入中国人民大学。在大学期间连续四年学分绩排名第一，获得一等奖学金、国家奖学金。他是全球首位在20岁之前就获得世界脑力锦标赛最高荣誉“世界记忆大师”的选手，还是亚洲唯一一位同时擅长数字项目与非数字类项目的选手，甚至还是传说中赌场黑名单上的高智商怪才。他同时还是一名运动健将，曾获得高校福乐球联赛总季军。

家喻户晓的智力明星

他受邀录制央视和各大卫视多档高收视率节目，收看人数逾亿。他是《一站到底》站神、《芝麻开门》门神、《最强大脑》第一季全场最难项目——“魔方墙找茬”挑战者、也是第三季的王牌选手，他在《最强大脑》第一场国际挑战赛中带领中国队取得了关键性的胜利。

桃李满城的学习导师

他受邀在人大、北外、上海交通大学等名校和通威集团、中建三局等大型企业讲学，他执教被称为中国最牛中学的人大附中早培班（俗称“天才班”），教授记忆法、思维导图、快速阅读课程。他辅导大批学生参加小升初、中高考，甚至司法考试、公务员考试取得优异成绩。从教9年，听课人数逾10万！

目录: 目录

一、我是《最强大脑》的“头响炮” / 2

1. No zuo no die: 我爱挑战 / 3

2. 色块从1800个到45000个：魔方墙我来了 / 5

3. 智力可以后天改变吗：流体智力和晶体智力 / 8

4. 坚持魔方墙项目：有勇气才有资格成功 / 10

5. 追星也可以是你成功的动力 / 11

6. 迎战终极BOSS：消除未知，消灭恐惧 / 14

7. 相信自己，一切“反动派”都是纸老虎 / 16

8. 凡事都有定数，成功常常出现在你快要绝望时 / 18

二、我的小学：天赋异禀真的只是“天”做的事情吗？ / 22

1. 背诵能力需从小抓起 / 22

2. 我怎么看待“读经热” / 23

3. 思维提速：你的能量超乎你想象 / 24

三、我的初中：找到自己的路 / 26

1. 从第一名到排名倒数：省重点给我当头一棒 / 26

2. 上重点中学一定好吗 / 28

3. 学习的style: 自己的节奏是最呀最摇摆 / 29

4. “题海战术”是否有效 / 31

5. 数学从倒数到拔尖：如何建立信心 / 33

四、我的高中（上）：敢想敢做才容易成功 / 36

1. 不要轻视副科：高一开门红 / 36

2. 自学学出年级第三，老师们惊呆了 / 38

3. 选文科还是理科：听从你的内心 / 39
4. 玩得快乐才能学得轻松 / 40
- 五、我的高中（下）：从千年老二到超越第二名60分 / 42
 1. 数学危机：高三开局不利 / 42
 2. 高考状元上不了北大？考试规律由不得任性 / 43
 3. 从掌握公式开始：我这样拿下数学 / 46
 4. 为什么用了错题集，还是一错再错 / 48
 5. 偏科是个什么玩意儿 / 49
 6. 数据说话：优等生与后进生究竟差别在哪 / 50
- 六、成为最年轻的“世界记忆大师”（上）：初涉记忆江湖 / 53
 1. 梦想还是要有的，万一实现了呢 / 53
 2. 记忆法是不是骗人的 / 55
 3. 记忆法练习的三境界 / 56
 4. 和成功的人在一起，你会更成功 / 57
- 七、成为最年轻的“世界记忆大师”（下）：成功后的反思 / 59
 1. 掀翻三座大山 / 59
 2. 只有苦练才能够出成绩吗 / 60
 3. 机会垂青有准备的人 / 62
 4. 会记数字就算大师吗 / 65
 5. 如何看待记忆法？为何有人半途而废 / 67
- 一、你的记忆力怎么样 / 72
 1. 测测你的记忆力 / 72
 2. 你的记忆力能得几分 / 73
- 二、记忆的秘密 / 74
 1. 什么是记忆 / 74
 2. 记忆的三种类型 / 75
 3. 为什么会遗忘 / 77
 4. 我们需要什么样的记忆 / 78
 5. 记性和实际记忆力 / 79
- 三、记忆法三部曲之一——想象 / 80
想象的秘诀 / 81
- 四、记忆法三部曲之二——编码 / 83
 1. 走近神秘的编码 / 83
 2. 编码的秘诀 / 87
 3. 编码碰到问题怎么办 / 88
- 五、记忆法三部曲之三——联系 / 89
 1. 联系三方法 / 89
 2. 联系的秘诀 / 90
- 六、联系三方法之锁链法 / 92
 1. 热身练习 / 93
 2. 锁链法怎么用 / 94
 3. 碰到问题怎么办 / 95
- 七、联系三方法之导演法 / 97
 1. 热身练习 / 98
 2. 怎样做个好导演 / 100
- 八、联系三方法之路线法 / 102
 1. 热身练习 / 102
 2. 怎么找路线 / 104
- 九、行走江湖 / 107
 1. 单挑北大女博士 / 107
 2. “郑公式” / 108
 3. 三人天团各自的担当 / 109
 4. 怎样进行复习 / 110
- 十、5分钟搞定一本书的神技——思维导图 / 111

1. 传说中的思维导图 / 111	
2. 思维导图怎么画 / 113	
3. 两种典型的思维导图 / 115	
4. 如何用思维导图学习 / 117	
十一、快速阅读记忆法 / 128	
1. 什么是快速阅读 / 128	
2. 快速阅读常规训练 / 130	
3. 我该怎么练快速阅读 / 140	
一、秒杀单词：记单词是怎么回事儿 / 144	
1. 单词为什么难记 / 144	
2. 什么样的单词好记 / 145	
3. 郑才千单词记忆法 / 146	
二、玩转数理化与数字 / 156	
1. 不背公式的公式学习法 / 156	
2. 突击公式的方法 / 157	
3. 记忆重要数据 / 159	
4. 记忆历史年代 / 160	
三、语文轻松记 / 163	
1. 搞定基础知识 / 163	
2. 搞定古诗词 / 165	
3. 搞定现代文 / 167	
四、世上只有两种题目（上）：搞定一对一题型 / 168	
1. 配对法与一对一题型 / 168	
2. 搞定一对一题型的通用步骤 / 169	
3. 中文记忆的核心——抽象词转化为形象词 / 169	
五、世上只有两种题目（下）：搞定一对多题型 / 176	
1. 搞定一对多题型的通用步骤 / 176	
2. 路线法升级 / 178	
3. 司法考试和注会考试全搞定 / 191	
一、大脑保健：吃什么？怎么运动大脑 / 198	
1. 健脑食品 / 198	
2. 健脑运动 / 199	
二、备考宝典 / 202	
1. 时间如何分配 / 202	
2. 大脑的保养 / 203	
3. 人体生物节律 / 206	
三、钥匙又不见了——日常记忆 / 207	
1. 记忆钥匙的自我修养 / 207	
2. 妈妈再也不用担心我丢三落四了 / 208	
3. 你叫什么来着 / 208	
4. 怎么记忆电话号码、身份证号、银行账号…… / 216	
附录1：记忆大师简版训练指南 / 219	
附录2：数字表 / 221	
附录3：复合字母编码表（部分） / 222	
附录4：大数相乘的心算诀窍 / 225	
附录5：未来的最强大脑们——学员学习体会 / 227	
后记 / 233	
· · · · · · (收起)	

[最强大脑_下载链接1](#)

标签

记忆

思维

教育

励志

北京大学出版社

学习

传记

心智

评论

当做自传来看的。

看来记忆方法需要自己研究出适合自己的，并持之以恒的练习。

好吧...给前面的故事打三分...==

前面用自己的示例剖析学习的方法和心理调适，解决怎么学、如何学、学的心理建设的问题，后面讲记忆法、快速阅读和思维导图，教你怎么记忆怎么应试。其实是很有用的工具书，虽然看过以后并不能记得住。重要的问题是，我的插画TM是彩色的！彩色的那么萌你为啥要整成黑白的！

还是有所收获的啊

前半本书写我很牛掰而且一直就很牛掰，而且我为什么这么牛掰，自夸的同时还是提供了一些方法，总结:适合自己的就是最好的。后半本书简单介绍了速读 思维导图 数字记忆 单词记忆 联想记忆等种种鲜货，个人还是比较满意的。

想象力创造世界

还是有点内容可以看的

挺用心的一本书了。拥有强大记忆力无非三个方法：想象，编码，联系。说得容易，做到难。

关于记忆、快速阅读

很有意思，纠正了很多过去的错误用法：1用带动感的内容；2编故事时看思维能否负担

都一样

老妈给我买的，感觉还是有点干货的。

总体诚恳轻快幽默

学霸写书从来不用考虑文学性。因为学霸不用像文青那样，用注水扯淡来赚稿费。

能对记忆术有一些基本的了解，关键看自己如何运用好自己的记忆方法～

用了2个晚上就翻完了的书。1..联想+编码；锁链+导演；记忆导图；速度练习（一目十行）。2.选择适合自己的记忆方式；3.持之以恒的练习，熟能生巧。推荐。

只能说是他的个人经历写的比较有意思。关于记忆方面的知识，和别的书没什么两样

有些不错，有些就随便看看过吧
里面觉得有一点很涨知识：美国心理学家雷蒙德·卡特尔提出来的流体智力与晶体智力。

先掌握方法，再尝试实践，毕竟不是人人能做最强大脑，本就没想过看完就会如何

[最强大脑_下载链接1_](#)

书评

今年最强大脑第三季又强势来到，也带动了相关书籍的火爆，显然是非常给力的，我也继续以往购置了很多书籍，拿过来认真读了一下，对记忆方面有了进一步了解。在这里提出的“三术一图”是指记忆术、速读术、时间管理术以及思维导图，其中记忆术、速读术和思维导图也就是...

[最强大脑_下载链接1_](#)