

最强大脑



[最强大脑_下载链接1_](#)

著者:

出版者:机械工业出版社

出版时间:2015-8

装帧:平装

isbn:9787111499497

“一种屡试不爽的记忆力训练术”——《时代》周刊

“哈里·洛拉尼就是记忆力训练领域的拳王默罕默德·阿里。”

——《洛杉矶时报》

“哈里·洛拉尼能够让你像记住初吻一样清晰地记住写满电话号码的一本通讯录。当我走上舞台的时候，我的大脑能够记住一百页台词。这多亏了记忆力训练术，哈里·洛拉尼的记忆力训练术。”

——艾伦·艾尔达（Alan Alda） 美国著名导演、演员

阅读此书，你将学会各种记忆的诀窍，很容易地回忆起朋友的姓名和面孔、脱稿讲演、在纸牌和其他游戏中无人能敌，还可牢记约会、钥匙、眼镜及其他贵重物品，使自己思维敏捷、头脑聪慧、信心百倍。

《最强大脑》是国际顶级记忆训练专家哈里·洛拉尼集大成巅峰之作。一书在手，你将轻松拥有各种诀窍。学会这些易学有趣的诀窍后，再去记忆需要记忆的内容时，你会节省起码一半的时间。最重要的是，你不仅不用担心记忆力会随着年纪增长而衰老，而且还能与日俱进，想要记住多久就能记多久。这就意味着你能拥有时刻保持记忆力清晰的最强大脑。

作者介绍:

哈里·洛拉尼（Harry Lorayne）

美国心理学家、国际顶级记忆训练专家、畅销书作家，由他所主持的记忆力训练节目风靡全美，其设计的脑力训练课程也深受欢迎，并被翻译成几十种文字在全球推广。《时代》周刊对其赞誉有加，称他为“世界上独一无二的哈里·洛拉尼——记忆力训练中的大师。”

其作品《超级记忆力训练》曾连续占据纽约时报畅销书榜达46周之久。除此之外，还出版了《超级记忆力》《超级学生》《记住别人》《制造记忆》和《哈里·洛拉尼一分钟记忆术》等畅销书。哈里·洛拉尼曾多次做客美国国家电视台，包括40期《今夜秀》（The Tonight Show）等。

目录: 前言 话说“老年人”记忆力

第一章 巴甫洛夫的狗——记忆力训练术是如何生效的？

最强大脑练习一

第二章 记忆力史话——仍然奏效的历史性记忆力训练术

最强大脑练习二

第三章 从健忘到善记——不知道怎么能记得

最强大脑练习三

第四章 配对记忆——简单联想见奇效

最强大脑练习四

第五章 关联系统——控制心思所往

最强大脑练习五

第六章 兴趣占百分之二十——兴趣与好奇心至关重要

最强大脑练习六

第七章 更好而不是更老——白发威力

最强大脑练习七

第八章 银盘子——单词及其含义傻瓜记忆法

最强大脑练习八

第九章 简单之极的词汇能力——记忆更多语种的单词

最强大脑练习九

第十章 记忆姓名——记住姓和名真“赚”，接招！

最强大脑练习十

第十一章 记忆面孔——永远也不会忘记一张张面庞

最强大脑练习十一

第十二章 眼见数字——全新数字记忆法

最强大脑练习十二

第十三章 大脑挂钩——记忆具有前所未有挑战性的数字

最强大脑练习十三
第十四章 用进废退——记忆购物清单、差使、约会及其他
最强大脑练习十四
第十五章 真正“才”产——轻松记忆诸州首府
最强大脑练习十五
第十六章 重要数字——培育“巧象力”
最强大脑练习十六
第十七章 请发电报——趣味记忆莫尔斯码
最强大脑练习十七
第十八章 股票代码——比股票价格收报机速度还快的大脑
最强大脑练习十八
第十九章 胜人一筹——通过记忆事实炫耀你的文化智商
最强大脑练习十九
第二十章 电脑家教——无论多老，你都能掌握电脑
最强大脑练习二十
第二十一章 时间——别忘约会和吃药
最强大脑练习二十一
第二十二章 你说，我听！——无需笔记也能滔滔不绝
最强大脑练习二十二
第二十三章 阅读与学习乃重中之重——记忆杂志绝技
最强大脑练习二十三
第二十四章 我也要玩——除了猜牌魔术之外，记住纸牌真的也很“赚”
最强大脑练习二十四
第二十五章 拼写比赛——永别了，错误！
最强大脑练习二十五
第二十六章 记忆圣经——耳熟能详
最强大脑练习二十六
第二十七章 记忆四百位数字绝技——你惊呆了自己
最强大脑练习二十七
第二十八章 可瞬间替换的挂钩词列单——记忆各类列单新策略
最强大脑练习二十八
第二十九章 记忆力万花筒——卡路里、停车位置、方向、琐事、日期以及其他
最强大脑练习二十九
后记
最强大脑练习答案
• • • • • ([收起](#))

[最强大脑_下载链接1](#)

标签

记忆力

记忆

学习

记忆术

心理

实用

1美国

5自我成长

评论

国际顶级记忆力大师超级大脑训练独家秘笈。美国亚马逊网站5星级推荐！国际顶级记忆力大师助您拥有最强大脑！

看看

1小时半浏览完毕，有实操案例分析，还是挺实用的。不过课后练习有点幼稚，且有点小bug。

后半段开始重复前面用法，秀技。综合以上，对我来说，看完前半本的方法论已经涵盖了对我有价值的点。还是感谢。1一对对记忆，例如：浴缸与鞋子

（方法：记忆成逻辑顺序）2人名记忆：

看名字听对方念，自己读，评论，叫他时用名字，告别时念对方名字

（方法：多次重复记忆）3数字和单词用挂钩的方式记忆，

有数字，用单词。有单词，用数字。4演讲时用逻辑串联，例如：desk、salary-

解读为桌子等着你发薪水（把关键词变成画面）

结论：痛苦的时候是寻找解决方案最好的时间，因为演讲的痛苦，让我对提升记忆力的方法感兴趣。

前面几章方法不错，但觉得这本书是写给以英语为母语的人看的！觉得后面的不够实用。还有，想象力还是要靠记忆来记忆的……根本问题还是没有改变。

一本好书，告诉我们如何提高记忆水平，因为作者是外国人使用的例子以英文为主，操作性不强，不过可以学习到很棒的思路。一是老年人记忆力并不会差，二是提高记忆力的关键是夸张的想象关键原有知识，且具有兴趣和好奇心。后面讲了不少记忆术的使用方面，但是对于汉语母语的我们，只有英语学习总得上了。最佳记忆来自夸张趣味的想象和联系，最后还在于记忆的提取。建议新手阅读了解。256

书店随便买的，感觉实用性不大，不能迁移，不过可以对记忆术有个总体了解。

实用性还可以。话说，还是第一次做读书笔记。

非常系统实用的记忆系统。特别是其创造的“数字语音字母表”挂钩词系统，具有极好的迁移和可扩展性，对记忆编码有很好的可操作性及启发意义。
对中国人来说，其基于美国式的英语思维方式可能理解和接受起来有隔阂。还有，就是需要一定的英语词汇量，但对于一个记忆学习和训练者，这是可以克服的。

很棒的一本书，虽然废话有点多，但是的确提供了很多不错的方法，也学到很多东西，想完全运用的话对英语要求较高，也是学习英语的一个动力吧，不过最重要的是思想，方法完全可以转换成自己的

很好

巧想力(・ω・)

[最强大脑_下载链接1](#)

书评

[最强大脑 下载链接1](#)