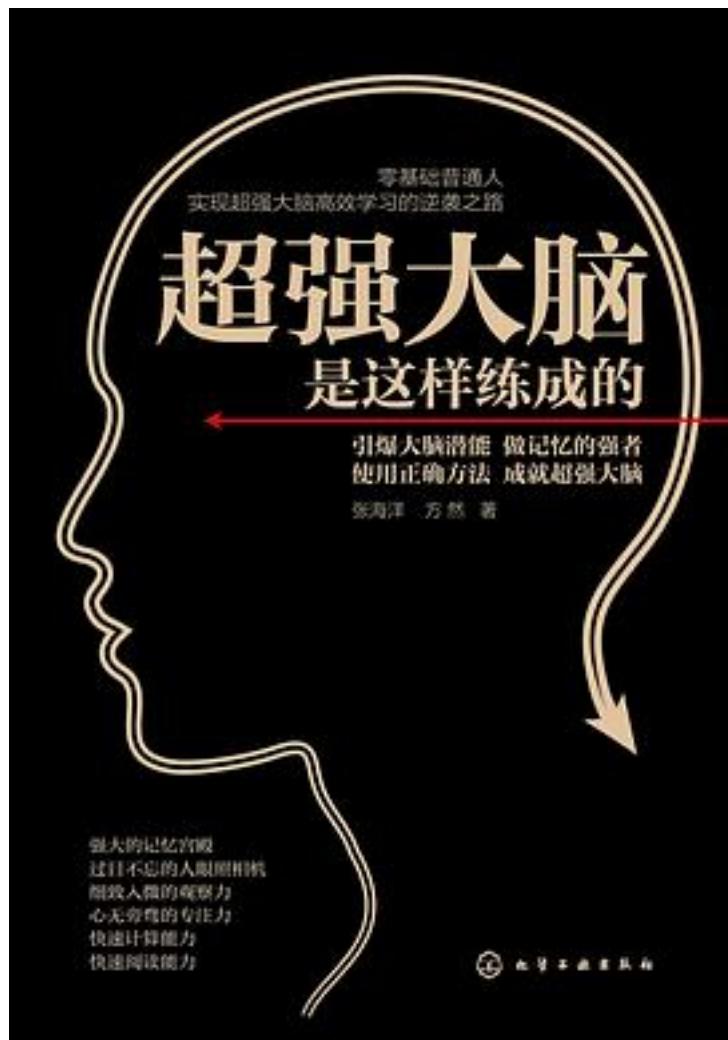


超强大脑是这样练成的



[超强大脑是这样练成的 下载链接1](#)

著者:张海洋

出版者:化学工业出版社

出版时间:2016-6-1

装帧:精装

isbn:9787122265159

★零基础普通人，实现超强大脑高效学习的逆袭之路

★引爆大脑潜能 做记忆的强者

★使用正确方法 成就超强大脑

在本书中，我们将会告诉大家，《最强大脑》里那些看起来不可思议的挑战是怎样做到的，其背后的原理和方法是什么，怎样全方位地训练自己的大脑能力。

看完本书，你就会确信：我也能练成超强大脑！

作者介绍：

张海洋

记忆培训与全脑教育专家；

广州尚忆教育首席专家；

记忆力训练网（www.jiyili.net）创办人；

中央电视台记忆节目专业顾问；

中央电视台“走进科学”栏目专访人物；

中央电视台“想挑战吗”栏目记忆挑战英雄；

曾训练多名学生参加中央电视台记忆节目获得冠军及优胜奖；

曾训练广东移动公司学员获得业务知识竞赛团体第一和个人第一；

研发：五爪金龙单词记忆法、尚忆音标记忆表、图像记忆四大步骤、关键词学习法、背课文万能公式、大脑屏幕学习法等。

方然

中国脑力运动的积极推广者，脑力思维训练专家，脑趣脑识教育科技创始人，尚忆教育脑力特训营课程教练。致力于脑力方法与学科的同步教学，注重学习与实践的融合应用。出版书籍：《最强大脑解密》。主讲课程：记忆高手、最强大脑精益教学、记忆讲师高效成交班等课程。

目录: 第一章 过目不忘的图像记忆是这样练成的 / 001

002 不一样的记忆力

005 图像转化

012 图像联想

017 历史年代记忆

022 图像简化

024 画图记忆法

029 单词记忆

036 记忆方式的转换

第二章 强大的记忆宫殿是这样练成的 / 041

042 广场迷踪

048 窃听风云	
050 选取记忆宫殿的四大原则	
053 搭建记忆宫殿的三大步骤	
055 运用记忆宫殿来记一副扑克牌	
第三章 神奇的照相记忆是这样练成的 / 063	
064 “人眼照相机” 辛哲的照相记忆	
066 照相记忆的原理	
070 照相记忆的训练方法	
第四章 细致入微的观察力是这样练成的 / 075	
077 “辨骨识人” 是怎样做到的?	
080 “辨变脸”的挑战步骤	
083 怎样观察神兽的脚印	
087 如何观察记忆1900头奶牛	
090 “世界大辞典”的观察与记忆	
095 怎样记忆蜂巢迷宫路径图	
第五章 心无旁骛的专注力是这样练成的 / 099	
100 超强大脑的专注力	
101 专注力下降的原因	
103 找到学习的兴趣	
106 找到感兴趣的学习	
110 养成学习习惯	
112 提升精气神	
第六章 清晰生动的想象力是这样练成的 / 117	
118 想象力是超强大脑的核心能力	
120 让想象变得更快	
122 让想象更生动	
125 模糊想象与清晰想象	
129 让想象更有创意	
133 提升空间想象力	
140 运用大脑屏幕	
第七章 超强大脑的其他能力是这样练成的 / 145	
146 魔方速拧能力	
151 快速计算能力	
155 快速阅读能力	
165 理解思维能力	
后记 超强大脑训练方法论 / 175	
· · · · · (收起)	

[超强大脑是这样练成的_下载链接1](#)

标签

最强大脑

记忆

我想读这本书

训练

大脑

好书，值得一读

想读，一定很精彩！

学习

评论

还是学到了一些知识，比如大脑屏幕、图像记忆法等

难得有介绍最强大脑节目的解题方式。

好书，就是介绍记忆宫殿那里比较难用，没看懂那章

有很多方法我竟然无师自通，哈哈哈哈加油

很有借鉴意义。

20170227

可以给三星半，书本不厚，花一个下午可以看完，里面干货还是有一些的，比如揭秘最强大脑选手做题的秘诀，记忆宫殿简单的提及，心算与数字编码的一些小技巧谈及的方面挺多，可惜不够深入

写的很泛，直接了当的解释和介绍一些方法，而没有讲为什么，以及如何做，不是我现在喜欢的类型。相比之下，更喜欢《聪明人都在用的超强记忆法》这本书，是一位世界记忆大师写的，这本是训练记忆大师的教练写的。看来，还是多选择把自己训练的很牛逼的人写得比较靠谱。自己实践，才能有机会写得明白。

教会我在极短的时间内通过编成有逻辑顺序的故事来记忆杂乱的词汇，有助于提高记忆力。

想象力是超强大脑的核心能力

说白就是找到正确的方法，还是蛮有用的

记忆

工作时间久了，一味的机械工作，感觉记忆力没有读书的时候那么好，有时候也是因为工作太累，不想再动用脑子去学习什么记忆，一边又非常羡慕哪些记忆力好的同事，这本书其实就是讲这些技巧集合起来，罗列出来，供大家使用，非常有意思，就像回到学校里，将一本书的提纲拎出来，一目了然，我想这个能力是终身受用，而且可以说是到处可以用到，无论生活中还是学习，或者是工作中，我会挑几个适合自己用的记忆方法，去学习新的东西，让自己一成不变的生活注入新的活力！

入门级，写得比较系统，日常练着玩玩挺有意思。

[超强大脑是这样练成的](#) [下载链接1](#)

书评

据说，生活中健忘的人，往往会有三个特征：

1.很多事情明明前一秒还在嘴边，下一秒就忘记了 3.诶我要说什么来着？

为了不那么健忘，也为了增强脑力开发，不光我们自己，科学家也一直在努力。为此，他们追根溯源，给到过我们很多有启发性的解释来说明我们为何健忘，比如：瑞...

[超强大脑是这样练成的](#) [_下载链接1](#)