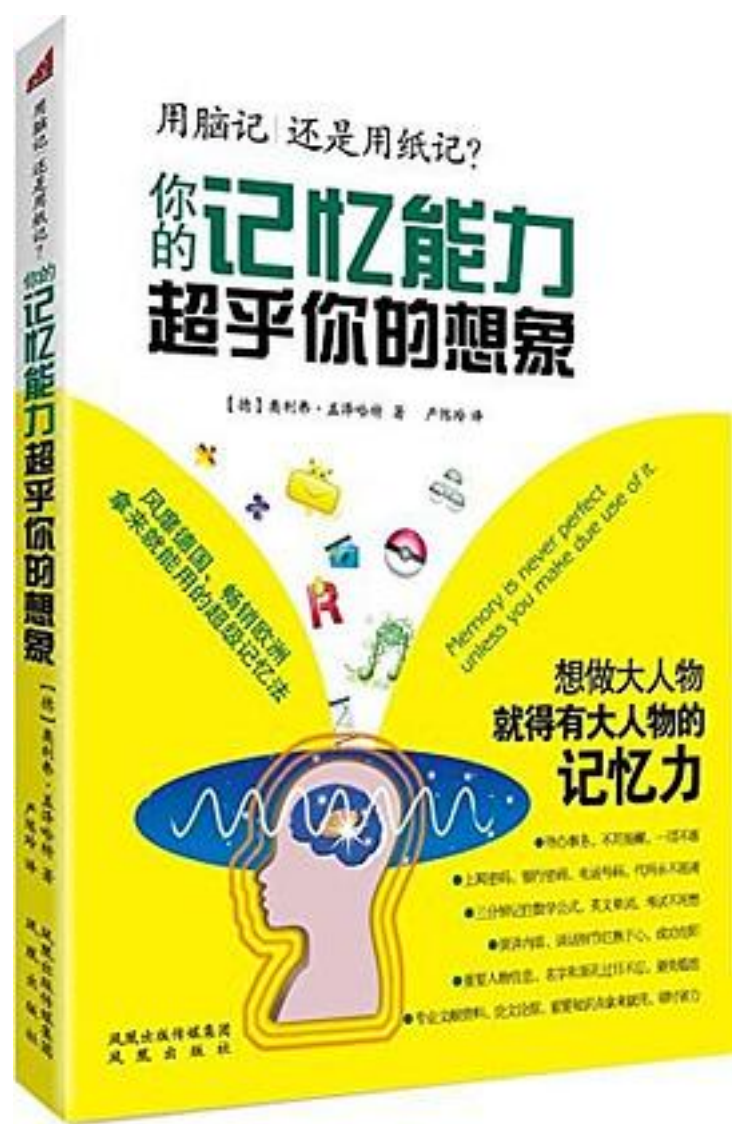


# 用脑记还是用纸记



[用脑记还是用纸记\\_下载链接1](#)

著者:奥利弗·盖泽哈特

出版者:凤凰出版传媒集团，凤凰出版社

出版时间:2011-6-1

装帧:平装

isbn:9787550604582

你的记忆能力超乎想象：畅销欧洲的超级记忆法登陆中国，现在就来重塑你的记忆力吧！，ISBN：9787550604582，作者：（德）奥利弗·盖泽哈特 著，严陈玲 译

作者介绍:

奥利弗·盖泽哈特，德国企业经济学专家，欧洲最成功、最年轻的记忆力训练师，曾指导欧洲经济项目“Who is Who”。他极具感染力和实践价值的讲演每年都在激励着超过一万五千名参与者，同时他是一位畅销书作家。他在HH1电视台有一档节目“记忆力教皇”，通过他的趣味讲演、人格魅力和机警表现在听众中树立了良好的口碑，跟着他，人们学会成为记忆主控者的技巧。

目录: 前言 / 1序言 /

1第一章从记忆力的拥有者变成使用者你该如何有效地使用记忆力呢？ /

2使用盖泽哈特方法给你带来好处 / 2现状分析 / 4开场测试 / 5它就是如此简单！ /

18链式记忆 / 19成功带来的乐趣 /

20第二章大脑的秩序系统：盖泽哈特记忆法中的数学符号在游戏中记住清单、事情发展过程、日程和论据 / 26没有界限的创造力 / 42把数字编成故事 /

55某些时候Outlook这款软件更好用 /

62第三章成功始于大脑你的指挥中心是怎么发挥作用的 / 70有关大脑的数字和信息 /

72大脑是这样工作的 / 75记忆力是这样工作的 / 79记忆力会超载吗？ /

83大脑、记忆力和年龄 / 85老年性痴呆和痴呆症 /

87第四章记忆力可以更好记住抽象的概念 / 90记住外来词和专业文章 /

108就像专业人士一样学习语言 / 125记住名字不再是难事 /

154第五章日常生活中的技巧大脑食物——供给大脑的营养 /

200大脑训练：这些练习让人变得更加聪明 / 209放松可以学得更轻松 /

214成功来自每天的运用 / 215终场测试 / 220

· · · · · · [\(收起\)](#)

[用脑记还是用纸记\\_下载链接1](#)

标签

记忆法

学习

记忆

思维

练习

方法

记忆力

怪诞

评论

翻译的什么东西！很多方法是德语的记忆法，中文完全不适用啊

封面很明亮，还不错。内容前几题做过，也是一本右脑训练书，不过内容少了点，要点就那么几个。不太物有所值。

一本介绍图片式联想记忆术的书籍，前三分之二很有用途。包括将一至九分别想象成不同的东西，如，蜡烛，鹅，三叉戟……再将这些与具体的要记忆的内容（如备忘，东西，单词等）联想成一个故事的方法，很好用。记忆的关键还是要多加练习。由于是翻译的书籍，书中一部分记单词学外语的部分对国人用处太小了

排版可改进

有一点启发，有提高积极性，但内容大多是老生常谈。背单词那块都是德语，基本无借鉴。背号码那里确定不是在开玩笑么，一个号码对应那么长个故事……

很有趣的方法解析

实用

-----  
[用脑记还是用纸记\\_下载链接1](#)

书评

-----  
[用脑记还是用纸记\\_下载链接1](#)