

# <<世界上最伟大的记忆书>>

## 图书基本信息

## <<世界上最伟大的记忆书>>

### 内容概要

《世界上最伟大的记忆书》是在法国著名的记忆力提升专家贝纳德·科瓦依勒博士的带领下，由20多位专家通力合作完成，综合了记忆领域最新的研究成果，以浅显易懂的文字解释了记忆的复杂机制，并且对影响记忆力的因素、提高记忆力的方法等诸多问题进行了深入探讨。同时，书中还附带了100余个提升记忆力的思维游戏，以帮助读者找到适合自己的记忆方法。人脑潜在的记忆能力是惊人的和超乎想象的，只要掌握了科学的记忆规律和方法，每个人的记忆力都可以得到提高。记忆力得到提高，我们的学习能力、工作能力、生活能力也将随之提高，甚至可以改变我们的个人命运。

<<世界上最伟大的记忆书>>

作者简介

## <<世界上最伟大的记忆书>>

### 书籍目录

伴随一生的记忆 关于记忆的问题 最初几年的记忆 在学校的记忆 记忆：创作灵感的来源 专业领域的记忆 男性与女性的记忆 广告，记忆的实验室 退休后的记忆 集体记忆 在神经元深处遨游 剖析记忆 记忆的细胞机理 从巴甫洛夫的狗到大象的记忆 医学影像技术 记忆与生活保健 寻找记忆和健康间的平衡 睡眠之谜 大脑所需的食物 记忆的敌人 记忆的不同类型 记忆的3个关键阶段 临时记忆 为了记忆而记忆 长期记忆 专业象棋师和运动员的记忆 感官和记忆 莫扎特的传奇记忆力 自传性记忆 前瞻性记忆和元记忆 记忆的程序 在所有状态下的注意力 感情扮演的角色 被抑制的记忆 必要的重复 对信息进行选择和分析 从编码到背景 双重编码 当记忆背叛我们 无遗忘的记忆点 发展记忆策略 记忆术简史 从简单的窍门到记忆策略 记忆策略的主要原则 懂得摆放 目标和时间管理 记忆面孔与名字 记忆日期和数字 从阅读中受益 从书写到学习外语 对地点的记忆 追溯个人经历 记忆的疾病和障碍 器质遗忘症 突发性遗忘症 阿尔茨海默氏病 焦虑与抑郁 心病源的遗忘症 药物 再教育 提高记忆力的思维游戏与练习 记忆力与思维游戏 初级思维游戏与练习 中级思维游戏与练习 高级思维游戏与练习 思维游戏与练习答案 词汇表

<<世界上最伟大的记忆书>>

章节摘录

## <<世界上最伟大的记忆书>>

### 编辑推荐

《世界上最伟大的记忆书》一经出版即获得各界一致好评，已被翻译成20多种文字，全球销量超过3000万册，影响了无数人的生活和命运。

只有更好地认识你的记忆，才能更好地利用它。

通过阅读《世界上最伟大的记忆书》，你可以快速掌握提高记忆力的方法，充分开发自己的记忆潜能

。

<<世界上最伟大的记忆书>>

名人推荐

<<世界上最伟大的记忆书>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>