

## <<你的记忆能力超乎想象>>

### 图书基本信息

书名：<<你的记忆能力超乎想象>>

13位ISBN编号：9787550604582

10位ISBN编号：7550604584

出版时间：2011-6

出版时间：凤凰

作者：奥利弗·盖泽哈特

页数：248

译者：严陈玲

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>

<<你的记忆能力超乎想象>>

前言

## <<你的记忆能力超乎想象>>

### 内容概要

好玩不费力——本书受到欧洲多家媒体和企业的追捧！

以浅显易懂的语言探讨了影响记忆力的因素，介绍了多种实用的记忆方法，并从日常生活中极易应用的方式着手，为读者量身打造了一套全面的大脑保健方案，从根本上提升记忆力。

同时，作者还精心设计了提升记忆力的思维游戏，帮助读者快速掌握适合自己的记忆方法。

按照本书的方法，您可以最有效率地开发自己的记忆力、创造力和想象力！

以下的事情对你来说将不费吹灰之力：

待办事务，一项不落 永不混淆各类密码、电话号码、代码 三分钟记住数学公式、英文单词

演讲内容、谈话细节烂熟于心 重要人物信息、名字和面孔过目不忘 专业文献资料、论文论据再不用反复记录

## <<你的记忆能力超乎想象>>

### 作者简介

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。

## <<你的记忆能力超乎想象>>

### 书籍目录

#### 前言

序言

#### 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？

使用盖泽哈特方法给你带来的好处

现状分析

开场测试

它就是如此简单！

链式记忆

成功带来的乐趣

#### 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

没有界限的创造力

把数字编成故事

某些时候Outlook这款软件更好用

#### 第三章

成功始于大脑

你的指挥中心是怎么发挥作用的

有关大脑的数字和信息

大脑是这样工作的

记忆力是这样工作的

记忆力会超载吗？

大脑、记忆力和年龄

老年性痴呆和痴呆症

#### 第四章

记忆力可以更好

记住抽象的概念

记住外来词和专业文章

就像专业人士一样学习语言

记住名字不再是难事

#### 第五章

日常生活中的技巧

大脑食物——供给大脑的营养

大脑训练：这些练习让人变得更加聪明

放松可以学得更轻松

成功来自每天的运用

终场测试

## <<你的记忆能力超乎想象>>

### 章节摘录

版权页：插图：你在下意识中越频繁地意识到，你是在以这种积极的方式为你的身体和思维提供均衡能量，那么它也就更能为你作出更好的反应！

在所有这些，无论是有关呼吸方式、摄取营养或者放松方式的建议中，最重要的还是你要找到适合自己的方法。

不要受外部的强迫，不要因为这样或者那样的技巧是现在流行的，或者因为大家都这么做，你才去这么做。

你必须从你自己的生活实践里找到适合自己和自己生活的方法，否则肯定达不到理想的效果。

从今天开始，你就研究从本章节里学到的策略的话，如果你还能挑选出最适合你的方法，并且为自己加以修订的话，那么你的大脑就可以获得无限的成功！

成功来自每天的运用你也知道，并不是光把这本书看一遍就够了，虽然这也是非常大的工作量，因为其中也有一些练习，你在它们上花费的时间是不能被忽略的。

毕竟没有任何其他第二种投资比这种投资更有价值的。

但是，我一定要在这里强调这个伟大的“但是”：更重要的是你在日常生活中要将这些新学到的技巧加以运用。

只有你能加以运用，才算是真正学到盖泽哈特式的记忆方法。

毕竟这里最终涉及到的还是一种具体的技巧。

这个技巧只有当你加以运用后，才能真正帮得上你的忙。

比如说你买了一台非常好的笔记本，这还不够啊，你要将它运用到你的工作中才算是真正发挥了它的作用。

## <<你的记忆能力超乎想象>>

### 媒体关注与评论

告诉大家一个最好的消息：只要你好好利用你的记忆力的话，那么你的记忆力就永远是最完美的记忆力！

运用盖泽哈特式的记忆方法，你可以轻而易举将你的记忆力效率翻倍！

你可以完全不费力气就能激发身体里的创造力、想象力和智慧的潜能！

——奥利弗·盖泽哈特这本书坚守了它向大家许下的诺言：运用一流的练习实现一流的成功。书中众多切合实际的运用实例练习，以及众多有趣且有创意的方式都能给读者带来很多乐趣。

——美诺公司市场营销部门英格·马赫

## <<你的记忆能力超乎想象>>

### 编辑推荐

《用脑记还是用纸记:你的记忆能力超乎你的想象》编辑推荐：一部真正改变你记忆力的实战记忆宝典，从《用脑记还是用纸记:你的记忆能力超乎你的想象》开始，全面与遗忘做斗争！

！

激发您创造力、想象力和智慧的潜能轻松学习，将有趣进行到底！

一本适用于企业高管、政府公务员、市场营销人士、学生必备书。

老、中、青、少皆宜的记忆力训练手册！

风靡德国、畅销欧洲拿来就能用的超级记忆法。



<<你的记忆能力超乎想象>>

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>