

## <<人脑的开发>>

### 图书基本信息

书名：<<人脑的开发>>

13位ISBN编号：9787563933396

10位ISBN编号：7563933395

出版时间：2013-1

出版时间：周文敏 北京工业大学出版社 (2013-01出版)

作者：周文敏

页数：282

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>

## &lt;&lt;人脑的开发&gt;&gt;

## 前言

青少年正处在人生观、世界观、价值观逐渐形成的最具可塑性的关键时期。他们虽然在校园里完成了一定程度的文化教育，但他们掌握的主要还是书本知识。而缺乏人生智慧方面的教育，对人生、对社会缺乏清醒的认识，就像第一次上船的水手，需要有经验者的教导和指引，才能更好地驾驭人生之舟，去面对变幻莫测的命运海洋。

青少年具有极强的可塑性，青少年的技艺、心灵、头脑，若不善加以利用，都将随着时间的流逝而变得迟钝、腐朽。

每个人的潜能都是无穷无尽的，特别是青少年，正是接受新知识，锤炼新能力的黄金时期，只要善于开发，就能取得难以想象的成就。

本书要告诉广大青少年，不要因昨日的成绩而沾沾自喜，更不要为微不足道的成绩而自吹自擂，你将做的会比已经完成的更好，你有双眼，可以观察；你有头脑，可以思考。

你发现，一切问题、沮丧和悲伤，都是乔装打扮的机遇之神。

你不再被它们的外表所蒙骗，你已睁开双眼，看破了它们的伪装。

为了弥补青少年在人生智慧教育方面的不足，为他们健康顺利地成长提供一份全方位的指南，帮助他们及早培养能力、提高素质、挖掘内在的潜能。

我们编写了这本《人脑的开发——青少年智慧百科全书》。

本书涵盖了人生的智慧，凝结着生活的哲理，满载着成功的方法，囊括了青少年学习、生活所需要的方方面面的指导，让青少年朋友在轻松的阅读中得到心灵的鼓舞，从而更有信心和勇气去追求梦想；在面临挑战、遭遇挫折和感到无望时，能从中汲取前进的力量，找到成功的方法；在惶惑、烦恼、痛苦和失落时，能从中获得指引。

背囊中的哲理如一丝丝火苗，点亮心灵的智慧之灯；背囊中的方法如一把把“金钥匙”，开启成功人生的大门。

背囊中的智慧早一天领悟，早一天走向成功；早一天掌握，早一天走向幸福。

## <<人脑的开发>>

### 内容概要

《科普珍藏馆·人脑的开发：青少年智慧百科全书》涵盖人生的智慧，凝结生活的哲理，满载成功的方法，让青少年朋友在轻松的阅读中得到心灵的鼓舞，从而更有信心和勇气去追求梦想；在面临挑战、遭遇挫折和感到无望时，能从中汲取前进的力量，找到成功的方法；在惶惑、烦恼、痛苦和失落时，能从中获得指引。

## &lt;&lt;人脑的开发&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章神奇的大脑 大脑的基础 认识人的大脑 四种不同的脑波 高科技与大脑的分工 人脑七种不同的智力 开发右脑的益处 刷新自己的大脑 张开想象的翅膀 严格训练用脑意识 思维的高效聚能器 第二章 智能训练 你是右脑型还是左脑型 难题训练 自我催眠训练 自律训练 做梦训练法 左侧体操训练右脑 呼吸法训练 左右手同时写字、画画训练 体动法训练 默写法训练 与自然脉搏互动的训练 第三章 语言智慧的开发技巧 不仅要会干，还要会说 高超的语言技巧 一言知贤愚 认清语言表达能力的重要性 测试自己的语商 迅速提高语商 提高语商应具备六大能力 浓缩的才是更好的 能言善辩的黄金法则 掌握谈判的本领 掌握谈判的技巧与策略 拓展语商的四个策略 第四章 视觉能力的开发技巧 重视观察能力的培养 你的视商处于什么阶段 增强视商的技巧 拓展视商的策略 怎样提高观察能力 用心观察，创意就在你身边 用智慧的眼光仔细观察 独特的眼光比知识更重要 第五章 逻辑思维能力的开发技巧 测出自己的逻辑智商 思考的重要性 日日小思胜过一曝十寒 八大逻辑思维技巧 提高逻辑智商的三个策略 强化思维能力的训练 冲出思维定势，方有别样风景 反面着手，海阔天空 认真思考别人提出的问题 能解决问题的方法就是好方法 蜜蜂和苍蝇的不同命运 凡事必三思而行 突破自己的思维定势 绝处求生的智慧和勇气 思路一变天地宽 只要想办法就会有办法 思考致富 第六章 创新能力的开发技巧 创新能力是法宝 测试自己的创新智商 创新的七个基本特点 创新的四大核心要件 强化创新能力的方法 激发创新热情 拓展创新能力的基本步骤 创造性地去开拓 不顺的时候也不要轻易说“不” 爱迪生和他的发明 成功源自独辟蹊径的创造价值 能否从反面挖掘 第七章 记忆潜能的开发技巧 认识沉睡中的记忆功能 增强记忆的七个小诀窍 拓展记忆力的策略 记忆游戏训练 五种特殊记忆法 激发记忆力相关脑细胞的训练 第八章 想象力的开发技巧 神奇的想象力 你的想象力丰富吗 ..... 第九章 学习能力的激活技巧 第十章 审视情商，少走弯路 第十一章 认识自己最重要 第十二章 努力做情绪的主人 第十三章 谦逊平和才是真正的聪明 第十四章 宽容豁达行天下 第十五章 激励自我的能力 第十六章 换位思考理解他人 第十七章 学会选择，懂得放弃 第十八章 成为未来的交际高手

## &lt;&lt;人脑的开发&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页： 我的意思，忏悔、省察自己的思想行为，目的是使自己生起忏悔心，不再去犯同样的“错误”。

修学佛法者，应在起心动念之时就开始省察自己，使自己起心动念就符合佛法要求。

通常意义的忏悔是指事后的审查，而佛法中的“观照”应是如影随行的，时刻伴随自己言谈举止，这才是忏悔的深远意义。

人都有过失，但人所最不容易看见的就是自己的过失。

有过失自己却看不见，当然我们就更不可能将自己的过失及时地改正了。

那么我们应该怎么做才能够发现自身的过失呢？

我们可以从别人身上照出自己。

唐太宗说：“以铜为镜，可以正衣冠；以史为镜，可以知兴衰；以人为镜，可以明得失。

”你每天若看见众生的过失和是非，你就要赶快去忏悔，这就是修行。

每逢看见别人的过失便立时反省自己有没有这个过失，这样每逢看见别人的过失，便是自己一个长进的机会，同时我们自然也就不会过严地去责备别人了。

从别人身上看自己，比从自身看自己看得还要清楚。

人要正确认识自己，就需要不断重新审视自己，对自己不断进行净化和清洁，这样才能保持生命的新鲜。

子曰：“见贤思齐焉，见不贤而内自省也。

”而孔子的弟子更是将自省做到极致，他说：“吾日三省吾身。

”一日之内，反省三次，这也是一种极高的境界，也是佛的境界。

忏悔并不仅仅只是针对自己曾经犯下的过错，它针对的是我们所做过的所有的行为。

当我们懂得用忏悔之心来对待我们的每一天，我们对我们的生命必将多一分满意、少一分后悔。

将姿态放低，得他人敬重 在美国第16任总统林肯的故居里，挂着他的两张画像，一张有胡子，一张没有胡子。

在画像旁边贴着一张纸，上面歪歪扭扭地写着：亲爱的先生：我是一个11岁的小女孩，非常希望您能当选美国总统，因此请您不要见怪我给您这样一位伟人写这封信。

如果您有一个和我一样的女儿，就请您代我向她问好。

要是您不能给我写回信，就请她给我写吧。

我有4个哥哥，他们中有两人已决定投您的票。

如果您能把胡子留起来，我就让另外两个哥哥也选您。

您的脸太瘦了，如果留起胡子来更好看。

所有女人都喜欢胡子，那时她们也会让她们的丈夫投您的票。

这样，您一定会当选总统。

格雷西 1860年10月15日 收到格雷西的信后，林肯立即回了一封信。

## <<人脑的开发>>

### 编辑推荐

《人脑的开发:青少年智慧百科全书》内容丰富，语言通俗易懂，让读者在轻松中学习，在快乐中洞悉人生的奥秘。

不经意间你会发现，原来一切的问题、沮丧和悲伤都是乔装打扮的机遇之神。

你不会再被它们的外表所蒙骗，因为你已睁开双眼，看破了它们的伪装。

## <<人脑的开发>>

### 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>