

<<大脑开窍手册>>

图书基本信息

书名：<<大脑开窍手册>>

13位ISBN编号：9787802553118

10位ISBN编号：7802553113

出版时间：2010-1

出版时间：企业管理出版社

作者：忆月

页数：240

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;大脑开窍手册&gt;&gt;

## 前言

广义而言，“大脑”就是指小脑幕以上，由左右两半球组成的脑结构，又称作端脑，是“脊椎动物脑”高级神经系统的主要部分(对于人类，它是脑的最大部分)。

作为高级神经中枢，大脑控制着运动、产生感觉及实现高级脑功能。

主要由神经元的胞体构成的大脑皮层是被覆在端脑表面的灰质，其深部则是由神经纤维形成的髓质或白质构成。

据《国家地理》(National Geographic Magazine，全称为“国家地理杂志”，是美国国家地理学会的官方杂志，在国家地理学会1888年成立后的9个月开始发行第一期)杂志报道，人脑可能是宇宙中最为复杂的结构，虽然它的外表看上去并不像人们认为的那样。

几个世纪以来，科学家一直在研究它，虽然已经解开了许多秘密，但是大脑的工作原理依旧不能全部明了。

不过，随着电脑技术的日益发达，科学家们的研究也变得越发的深入。

目前，“蓝脑计划”——瑞士科学家设想的一个复制人类大脑的计划，其目的是寻找一种新的方法来治疗“阿尔茨海默症”和“帕金森症”——的进展良好，负责这项计划的科学家宣称，“当2020年来到时，科学史上第一台会‘思考’的机器将被制造出来，它将可能拥有感觉、痛苦、愿望甚至恐惧感。

”真是一个了不起的计划，试想如果真的有一天“人造大脑”出现了，那么人类的命运是否会发生一些预想外的转变呢?“原配的大脑”是否会被取代?“优等人类计划”这种科幻题材的桥段是否会在现实生活中上演……还是先不要考虑那些了，科学家们预计最短也还需要20年的时间来制造这颗“蓝脑”。

爱因斯坦老人家说过：“人类最伟大的发现之一，就是对大脑无限潜能认识。

人类在未来面临的最重要的问题，就是对大脑潜能的充分开发。

”我们还有足够的时间去让自己的大脑去“开窍”!相信“蓝脑”的诞生遇到的艰难险阻是不可估量的，因为仅仅是大脑中“蕴藏”的数字就已经够神奇了——约140亿个神经细胞，而且它们都在运转，并没有谁闲着，所以人类对大脑的使用率是100%；重量大概为1200-1500克。

## <<大脑开窍手册>>

### 内容概要

了解大脑的使用过程，提炼出智力！  
的本质，认识到大脑思维的无限性，从而最大限度地利用它获得思考和学习的技巧，增强你创造性的思维和解决问题的能力，找寻到开发大脑潜能的信心和技巧，最终超越自我。

## &lt;&lt;大脑开窍手册&gt;&gt;

## 书籍目录

基础篇 第一章 认识大脑，从简单说起 “脑”其实不等于“大脑” 大脑的容量有多大 人类的脑容量一直在变大 越来越硬的头盖骨 一半的头盖骨被去除了 第二章 大脑里的一些差异 左脑讲求逻辑，右脑常常不羁 为什么会有左撇子 男人，女人找不同 我们都有一颗独一无二的大脑智能篇 第三章 别拿智商当心病 智商是怎么来的 “白痴学者”，他们是低智商的“聪明人” 智商与情商动作篇 第四章 高速运转 神经元是怎样工作的 世界知名的大脑被分成了240块 数学和外语 一心是不能多用的 第五章 上班一族 什么是上班族 对电脑辐射大声说“NO” 别让座椅害了你 办公室饥饿症 咖啡因 茶、咖啡以及可乐 烟草记忆篇 第七章 大脑记录 有关记忆 忘不了和总也想不起来的 我们是否“似曾相识” 保健篇 第八章 百灵鸟还是猫头鹰 大脑里的布谷鸟 头顶的第三只眼 基因：母钟、子钟、孙钟 基因：生物钟周期与生活 第九章 肥胖的大脑 肥胖的激素 都是基因惹的祸 吃掉肥胖 把肥胖挡在健身房外 第十章 跳起动脑舞 大脑锻炼 练脑13法 数独 让大脑活跃起来 纵横日记 魔术方块 第十一章 优雅的呵护 大脑优化法 用食物强健我们的大脑187 抬头挺胸脑轻松191 五种提升大脑能力的习惯195 第十二章 一颗脑的逝去 脑卒中 阿尔茨海默 濒死的梦境 一颗脑的死亡附一：大脑测试附二：数独附三：答案

## 章节摘录

插图：睿智机敏的大侦探福尔摩斯说过：“我认为人的脑子本来像一间空空的小阁楼，应该有选择地把一些家具装进去。

只有傻瓜才会把他碰到的各种各样的破烂杂碎一古脑儿装进去。

这样一来，那些对他有用的知识反而被挤了出来；或者，最多不过是和许多其他的东西掺杂在一起。

因此，在取用的时候也就感到困难了。

所以一个会工作的人，在他选择要把一些东西装进他的那间小阁楼似的头脑中去的时候，他确实是非常仔细小心的。

除了工作中有用的工具以外，他什么也不带进去，而这些工具又样样具备，有条不紊。

如果认为这间小阁楼的墙壁富有弹性，可以任意伸缩，那就错了。

请相信我的话，总有一天，当你增加新知识的时候，你就会把以前所熟习的东西忘了。

所以最要紧的是，不要让一些无用的知识把有用的挤出去。

”这个小阁楼的理论就是，人的脑容量是有限的，所以不要什么有用的没用的东西都往里面装，对自己的事情完全没有帮助的东西，即便是知道，也要把它忘掉。

姑且不论福尔摩斯的“小阁楼”究竟如何，让我们来看看究竟“脑容量”是怎么回事吧。

脑容量也称“颅容量”，指的是脊椎动物的颅骨内腔容量大小，即颅腔的容量，单位是毫升。

测定脑容量的方法并不难，就是用细小的颗粒如细沙或芥菜子等作填充物，装满整个颅腔；然后把填充物取出，用量杯测得其数值(测定时所用的填充物颗粒愈小，则测得的数值愈为准确)。

虽然方法简单，但遗憾的是不能活体实验。

后来很多人都想了不少办法对脑容量进行测量。

<<大脑开窍手册>>

编辑推荐

《大脑开窍手册》编辑推荐：激活你的大脑。  
激发你的潜能。  
给你的大脑“开窍”。  
告诉你如何驾驭它。  
让你更有智慧。  
让你接近幸福。

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>