

《超级魔术记忆法》

书籍信息

版次：2

页数：196

字数：200000

印刷时间：2010年07月01日

开本：16开

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787806883389

内容简介

在我们每个人的大脑里，有一种力量一直潜伏着，只不过被很多人废弃和遗忘，它就是——记忆力！现在，两位记忆方面的传奇大师将教你如何挖掘并驾驭这种天生优势，让你的一切发生奇迹般的改变！

作者之一哈利在大学期间便发明和应用这套记忆方法。这套方法使他的《美国历史》成绩高达99分，比第2名整整高出22分；他只用1/4的时间就学完了大学四年的课程！另一位作者卢卡斯除了以出众的篮球技艺入选“NBA名人堂”之外，更以将这套方法运用和推广到NBA各球队，帮助一些著名球星记住NBA复杂的战术体系而闻名。

这套简洁实用的记忆力训练体系，将让你变得更充满想象力，让你的学习变得更有效，让你在职场比他人胜出一筹，让你在各种游戏中更多获胜，总之，让你的一切变得更杰出精彩！

目录

序一

序二

1 记忆力训练自古是一门艺术

2 联想记忆法

3 链式记忆法

4 替换词助记法

5 长单词、约定事项、购物单

6 演讲中的记忆术

7 外语和英语词汇

8 名字和面孔

9 避免记忆中的心不在焉

10 如何记忆长串数字

11 字钩记忆法

12 型号、价格、电话号码

13 如何记住扑克牌

14 每周约会与星期

15 周年纪念日、星座、历史时期

16 字母表与描述性字母

17 让孩子从小开始训练记忆力

18 体育运动

19 股市

20 政治

21 艺术

22 供入门者学习的音乐

23 阅读

24 记忆图案

25 其他记忆力训练

26 瞧，你也像我一样是个天才

在线试读部分章节

记忆方法可以回溯到古代，在古代社会里，具备良好的记忆力非常重要。当时没有方便的记录工具，因而诗人和讲故事的人们之所以能够牢记他们的故事、诗句和歌曲，凭的全是记忆技巧和记忆方法。

早期的希腊与罗马演讲家能够发表长时间的演说。而且发言总是准确无误，这是因为他们在学习演讲的过程中应用了记忆法，为思想而思考。

他们的基本做法就是将演讲稿中的每一种思想都与他们自己家中的某个部分联系起来。这些地方就像记忆存储区一样。一篇演讲稿开场的思想，或许会与演讲者家中的前门联系在一起，第二种思想可能与门厅联系在一起，如此等等。当演讲者想要回忆起他的演讲内容时，他实际上只需回忆一下自己家中的情况就可以了。思考一下前门能够使他回忆起演讲的第一种思想。思考一下第二个“地方”，也就是门廊，能够使他想起下一种思想，以此类推，直至回忆至演讲的结尾。

虽然西摩尼德斯(约公元前500年)被称为“记忆艺术之父”，但是比西摩尼德斯在世早大约一千年的羊皮纸片却表明，记忆技巧是演讲者的装备的基本组成部分。

西塞罗写道，他那个时代的律师与演讲家的记忆，得到了记忆法与记忆训练的帮助。在《论演说家》中，他记述了他本人应用记忆法的情况。

我们一定要认识到，演讲术在那些较早时代里是一种非常重要的职业。哲学家昆提利安写道：“如果不是记忆法将演讲术推到了它目前的辉煌地位，恐怕我们永远也不会认识到良好记忆力的魅力是多么巨大，也永远不会认识到它是多么的神圣”。

古人们还知道，记忆力训练能够对思维过程提供帮助。根据公元前400年左右的一段史料我们知道，“人类有一项伟大而美好的发明就是记忆。它无论是对学习还是生活来说，一直都极为有用”。亚里士多德曾经赞美记忆法说：“这些习惯还能使人们更加善于推理。”

假如西摩尼德斯是记忆艺术的发明者，西塞罗是它最伟大的早期老师，那么圣托马斯·阿奎纳斯就是庇护它的圣人。他在使记忆艺术成为一种需要虔诚的和符合道德的艺术方面发挥了重要作用。

在中世纪，其实只有和尚们与哲学家们了解和应用了良好记忆的技巧。记忆法在当时大多仅限于在宗教界使用，对某些宗教来说非常重要。例如，记忆法曾被它们用于记忆恶行与善行，而且某些牧师和哲学家们还教导人们说，记忆法能够教会人们“如何前往天堂并躲避地狱。”

1491年，拉文纳的圣彼得大主教所写的The Phoenix成了早期所有与记忆力训练有关的书中最为著名的一本书，并将良好记忆的艺术引进了世俗社会。在15世纪和16世纪，又出现了许多其他关于这个主题的书。

记忆方法可以回溯到古代，在古代社会里，具备良好的记忆力非常重要。当时没有方便的记录工具，因而诗人和讲故事的人们之所以能够牢记他们的故事、诗句和歌曲，凭的全是记忆技巧和记忆方法。早期的希腊与罗马演讲家能够发表长时间的演说。而且发言总是准确无误，这是因为他们在学习演讲的过程中应用了记忆法，为思想而思考。他们的基本做法就是将演讲稿中的每一种思想都与他们自己家中的某个部分联系起来。这些地方就像记忆存储区一样。一篇演讲稿开场的思想，或许会与演讲者家中的前门联系在一起，第二种思想可能与门厅联系在一起，如此等等。当演讲者想要回忆起他的演讲内容时，他实际上只需回忆一下自己家中的情况就可以了。思考一下前门能够使他回忆起演讲的第一种思想。思考一下第二个“地方”，也就是门廊，能够使他想起下一种思想，以此类推，直至回忆至演讲的结尾。虽然西摩尼德斯(约公元前500年)被称为“记忆艺术之父”，但是比西摩尼德斯在世早大约一千年的羊皮纸片却表明，记忆技巧是演讲者的装备的基本组成部分。西塞罗写道，他那个时代的律师与演讲家的记忆，得到了记忆法与记忆训练的帮助。在《论演说家》中，他记述了他本人应用记忆法的情况。我们一定要认识到，演讲术在那些较早时代里是一种非常重要的职业。哲学家昆提利安写道：“如果不是记忆法将演讲术推到了它目前的辉煌地位，恐怕我们永远也不会认识到良好记忆力的魅力是多么巨大，也永远不会认识到它是多么的神圣”。古人们还知道，记忆力训练能够对思维过程提供帮助。根据公元前400年左右的一段史料我们知道，“人类有一项伟大而美好的发明就是记忆。它无论是对学习还是生活来说，一直都极为有用”。亚里士多德曾经赞美记忆法说：“这些习惯还能使人们更加善于推理。”

假如西摩尼德斯是记忆艺术的发明者，西塞罗是它最伟大的早期老师，那么圣托马斯·阿奎纳斯就是庇护它的圣人。他在使记忆艺术成为一种需要虔诚的和符合道德的艺术方面发挥了重要作用。在中世纪，其实只有和尚们与哲学家们了解和应用了良好记忆的技巧。记忆法在当时大多仅限于在宗教界使用，对某些宗教来说非常重要。例如，记忆法曾被它们用于记忆恶行与善行，而且某些牧师和哲学家们还教导人们说，记忆法能够教会人们“如何前往天堂并躲避地狱。”

1491年，拉文纳的圣彼得大主教所写的The Phoenix成了早期所有与记忆力训练有关的书中最为著名的一本书，并将良好记忆的艺术引进了世俗社会。在15世纪和16世纪，又出现了许多其他关于这个主题的书。法国国王弗朗西斯一世就曾利用过记忆法，英国国王亨利三世也是如此。莎士比亚一定使用过记忆法，他的全球剧院被称为“记忆剧院”。17世纪的哲学家们经常为人们讲授记忆法，弗朗西斯·培根在他的《学习的进步》一书中就记述了一种记忆法。有的学者们还坚持认为，莱布尼兹在寻找一种有助于记忆数字的记忆法的过程中发明了微积分学。所以，你看。记忆技巧实际上并不是什么新鲜事物。令人遗憾的是，许多世纪以来，这些技巧却被很多人弃置一旁。有些确实加以练习的人被认为是像巫师一样。的确，记忆技巧一直被用作一种供他人娱乐的手段——在我们自己的这个世纪里。歌舞杂耍演员曾经在舞台上用记忆法来表演“智力魔术”。到处都有人试图使记忆法再次发挥积极作用，但没有人获得成功。在一本名为《记忆力》的书中，18世纪哲学家和教师威廉·斯多克概括性地描述了公众对记忆艺术感兴趣的程度：的确，尽管我们过去的记录，还有当今的成就、胜利和奖品。“受过教育的人”、有才智的群众——全世界的人——并不知道而且似乎也不想知道其重要价值。当我们考虑到居住在地球上的人已经多得数不清时，少得微不足道的一些人对科学的接受便没有了多大的意义——假如我们能够认识到，它对于适当练习和充分开发我们的智力就像是适当呼吸对于我们的生理健康那样重要，那么我们或许在某种程度上——几乎绝对

地——可以说这还是一门无人知道的艺术! 我可以肯定地说, 用不了多久, 它将被大多数人公认为一门确定的科学。我们的子孙后代将会回顾过去, 这种为记忆艺术进行的请求.....表明这个号称启蒙的时代实际上正处在智力黑暗之中..... 终有一天, 不运用记忆法会被认为是一件非常不明智的事情。就像如今不读书不光彩一样。让我们希望这一天早日到来吧! 斯多克的这本书出版于1888年。将近一个世纪之后, 我们有幸能够使记忆力处在引人注目的位置——我们的方法, 不仅包括传授记忆方法, 而且还包括将它们提升到一个在古代的以及并非如此久远的思想家们看来永远也不可能实现的高度。

..... P1-3

[显示全部信息](#)

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www.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)