

<<魔术记忆>>

图书基本信息

<<魔术记忆>>

内容概要

想不想增加智慧、让碰到你的每个人都对你印象深刻？

想像你是学生，考试时你能马上回想起学习内容以获得高分；想像你在演讲时不用讲稿，并能随时记起有关的诗篇、台词、事件、数据；想像你在宴会上见到50位不认识的人，宴会结束时你却能一一叫出每个人的姓名，与他们一一道别.....那该有多棒！

<<魔术记忆>>

作者简介

凯文·都迪，美国最著名的记忆力提升训练权威，系全球最大的记忆力训练学校——美国记忆力机构创办人。

年轻时，他也曾有过学习障碍的问题，因而读遍了各种记忆力提升方面的书籍。

最后，他结合自身的体会发展出自己的记忆力提升训练模式，并创办了美国记忆力机构。

他的超

<<魔术记忆>>

书籍目录

如何使用本书 阅读本书的基本规则 可塑性指数 动机与技能 获得超级记忆力 四进程复习 第一部分 超级记忆力 第一章 学习基本联想 第二章 串连——让鲜明生动的影像发挥作用 第三章 创造桩子表——心理档案夹 第四章 利用柱子表 第五章 专心游戏 第六章 定桩树表 第七章 身体如何影响记忆 第八章 定桩房屋表 第九章 记人名（一） 第十章 记人名（二） 第十一章 记人名（三） 第十二章 基本的日常应用 第十三章 阅读 第十四章 词汇与拼写 第十五章 数字 第二部分 进阶超级记忆力 结尾

<<魔术记忆>>

章节摘录

记住词汇 你是如何记住一个词和它的定义的？
你可以用反复背诵的方法记住它，但我们都知道，这个方法枯燥又耗时。
其实，你不妨用想像，把它变成生动影像。

我们以“大为惊骇”（consternation）一词为例。

它表示极惊讶、惊慌或使人诧异的恐慌。

我们如何将它变成图像？

它有哪些音节？

大声重复。

“con-ster-na-tion或者con-stern-nation”。

第一音节“con”，可能会使你想像一个罪犯（convict）；对第二音节，你可以有个汤匙在碗中搅拌（stir）的图像，或船尾（stern）的图像。

“nation”就比较伤脑筋，我喜欢结合这两个音节的图像，它可以代表一个国家，比如说联合国、一本地图集或一个地球仪。

因此，你或许可以想像，有个罪犯正坐在船尾，要去某个国家。

假使你用音节造出图像，就要掌握词的意义，让它成为图像的一部分。

“consternation”是表示极度诧异或惊慌，那么就在你的脑海中想像该罪犯迷惑、目瞪口呆又绝望的样子，那是什么样子？

当然是“大为惊骇”。

你所做的就是把它变成图像，强化此词的意义。

这样你若再看见“consternation”一词，就必定会更了解它的意思。

要是你只靠复诵，你势必得重复很多次，它的意思才会被锁定成为你的记忆。

你更可以用这一技巧来学习外来词汇。

学外来词汇和学我们本国词汇一样，把词拆成音节，把这些音节变成谐音图像，把意义本身变成图像，再像我们刚刚处理上述例子那样，结合所有图像。

我们不妨就用“Pelo”一词作例子，它在西班牙语中代表“头发”。

Pelo要转变成图像，这意味着得先把它分成音节。

大声重复“Pe-lo”、“Pelo”。

“Pe-lo”听来像什么？

来个光环的图像如何？

你的谐音图像是“光环”，在脑海中造个光环的生动图像。

接下来，是什么布满这个光环？

你猜对了——头发，要确定你的图像清晰生动。

现在用词的音节造出图像，创造此词意义的图像，并把它们放在一块，你就做完记忆词汇的练习了。

测验不外下列两个问题。

第一个必定是：“‘头发’的西班牙文怎么说？

” 当你在问自己问题时，什么会立刻进入你的心中？

头发的图像；猜猜它覆盖着什么，一个光环；“光环”让你记起“Pelo”。

第二个问题刚好相反：“什么是Pelo的定义？

”立刻进入你的脑海中的是什么？

光环的图像。

是什么裹着它？

头发。

这两种问题你都可以轻松处理。

我们再找个比较难的外文字。

这是个葡萄牙字，“Amesuis”。

<<魔术记忆>>

Amesuis在葡文中代表“蛤”，念成“an-mess-yu-is”、“an-mess-yu-is”。

大声重念这几个音节。

“A-mess”、“ju”、“is”，就代表着蛤。

若想在记忆中强化此词的印象，则可想像下面的情形：你站在海滩上，潮水来来往往，你向大海望去，看见一只巨蛤走出水中。

它有两条腿、两只手臂及双眼。

这只蛤身上满是污物：垃圾、黏性物、藤蔓及海草。

我要你在脑海中指着它，大声重复：“你好脏！”

”（Whata mess you is！

）大声念：“你好脏呀！”

Amesuis。

”假如在你的脑海中能够清晰看见那景象，你一定会记得，Amesuis在葡文中代表蛤的意思。

这样，不到30秒我们就记住了这个词的意义。

而你只不过是使用我们的基本方程式：生动的图像加行动等于记忆（VD+A=M）。

运用你的想像力可以获得更多词汇。

外来文字、医学名词及任何其他资讯，远比你复诵轻松！

要记住，你不是在联想，而是在运用记忆法。

联想是挑出你知道和不知道的事各一件：用逻辑方式结合它们；而记忆运作则是以不合常理的方式来联结这些事物；先选某一样及其他东西的生动清晰图像，再尽可能用很多行动以可笑、荒谬的方式结合它们。

我喜欢传授这个技巧，因为我还记得我以前是怎样坐在字卡前，一次地又一次复诵生词。

如今记每个生词不必花半小时，也不用背诵法学习；你只要去想像每个词一两分钟就可以了。

把该词及其定义变成图像，再结合这两者。

你不只发挥想像力，还会感觉到有趣，从而减少压力；它也不再花时间，那是多棒的事情！

这就是事半功倍和事半功倍的不同。

拼写 有太多的小孩和夫人都曾对我表示：“我讨厌拼写。”

”我告诉他们，若用超级记忆力技巧去记词的拼法，就会一辈子记住不忘——这一点也不夸张。

通常在你所面对的生词中，只有一两个字母你弄不清楚。

因此，要想记住正确的拼法，就得抽离让你嫌烦的字母组合，专门创造它的生动图像。

我们用“weight”一词作例子。

其中的“e”和“i”常常叫人心烦。

我们怎样才能记住在“weigh”一词中，“e”是在“i”之前呢？

在你心中，想像一头大象（elephant）。

这头象走向一杆秤，站上去称自己的体重。

它低头一看，吓得大哭起来：“糟糕！

我太胖了！”

”它太胖了，所以很沮丧，开始哭出冰块（ice）。

它一直哭，冰块打在秤上——叮（口当）、叮（口当）、叮（口当）。

这样你的图像就诞生了。

来温习这一事件的顺序。

大象走上秤，知道自己多重后，它哭出冰块。

在这个顺序中，大象代表“e”先出现，冰块代表“i”后出现。

于是，大象哭出冰块的图像，永远会告诉你，在“weight”一词中，“e”在“i”之前。

我们再来看另一个词。

“necessary”常让人们伤脑筋，它究竟是有一个“c”两个“s”还是有两个“c”一个“s”？

想像有只猫（cat）在你的起居室漫步；突然间，它看见有两只臭鼬（Skunk）从你的躺椅后面跑出来，跳上你的咖啡桌。

<<魔术记忆>>

它们开始在咖啡桌上跳舞。

于是这只猫就跑向咖啡桌，设法攻击这两只臭鼬。

猫用爪子抓它们，但后者却毫不在意，猫奈何不了它们；它们还在跳舞，甚至在你的咖啡桌上大跳华尔兹！

只要你记住了这个故事，我保证从今以后，你的猫面对两只跳舞的臭鼬的影像就会提醒你——“necessary”有一个“c”两个“s”。

复习 记住词的意思 1.查出词的意思。

2.把此词分成音节。

3.创造谐音或具体图像来配每个音节。

4.串连这些图像。

5.利用词的意思，使它成为你的图像的一部分。

记住词的拼法 1.查出词的正确拼法。

2.挑出此词中你觉得难的字母组合。

3.选择可以代表该字母组合的图像。

4.串连这些图像，使之成为可笑的故事。

必做的心理练习 练习1 利用我们本章提过的步骤，记住以下各词的意思 中文英文音标
 1. 簿记bookkeeping 2. 先行提出precede 3. 暧昧关系liaison 4. 可接收的receivable
 5. 人口普查census 6. 问卷questionnaire 7. 肺炎pneumonia 8. 微妙的subtle 9. 骇人的macabre
 10. 残骸wreckage 练习2 就用上面10个词汇，练习记住它们的拼法。

<<魔术记忆>>

编辑推荐

全球最大的记忆力培训学校专用教材，美国最权威的记忆力提升训练专家，西方最流行的记忆力训练教程。

只要你每天用30分钟完成指定课程，30天后，你就会惊奇地发现自己拥有了过目不忘的超级记忆力！

<<魔术记忆>>

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>