

Хэнкок Д.

Самоучитель по развитию памяти. — М.: Изд-во Эксмо, 2007. — 320 с.

Есть ли у вас сложности с запоминанием имен, дат и лиц? Если так, то вам трудно будет поверить, что автор книги, чемпион мира по запоминанию — Джонатан Хэнкок, — смог выучить наизусть целый телефонный справочник! И как утверждает он сам, память у него самая обыкновенная, просто он научился ею эффективно пользоваться и теперь предлагает свой метод развития памяти читателям. Если вы сумеете понять механизм работы вашего мозга и решите этим воспользоваться, результаты будут феноменальны.

Система, которую автор назвал «Сила мысли», состоит из четырех частей, каждая из которых посвящена определенному виду объекта запоминания (номера телефонов, лица, иностранные слова и т. д.). Используя техники запоминания с помощью визуальных и «словесных» картинок, вы освоите шаг за шагом эту уникальную методику и будете поражены безграничными возможностями своей памяти!

Содержание

Введение.....	6
Как пользоваться этой книгой	8
Часть первая	
СИЛА МЫСЛИ	11
Часть вторая	
ПАМЯТЬ НА СЛОВА.....	84
Часть третья	
ПАМЯТЬ НА ЧИСЛА.....	164
Часть четвертая	
«СИЛА МЫСЛИ» НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ.....	250