

به نام خدا

حافظه‌ی نامحدود

راهبردهای یادگیری پیشرفته

برای یادگیری سریع‌تر، بیشتر و موثرتر

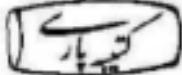
کوین هورسلی

استاد بزرگ بین‌المللی حافظه و برندهی چندین مدال

مسابقات حافظه

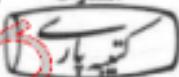
سیمین موحد

انتشارات



عنوان دیگر	عنوان و نام پیداوار	سرشناسه
: چنگنه تامحدود چگونه از راهبردهای یادگیری پیشرفت بهتر و باارزی پیشتر استفاده کنید / کوین هورسلی، سیمین موحد	: چنگنه تامحدود چگونه از راهبردهای یادگیری پیشرفت بهتر و باارزی پیشتر استفاده کنید / کوین هورسلی، سیمین موحد	عنوان و نام پیداوار
: تهران: کتبیه پارس، ۱۳۹۸.	: تهران: کتبیه پارس، ۱۳۹۸.	منتهیات نظر
: ۱۵۵ ص: مصور	: ۱۵۵ ص: مصور	مشخصات ظاهری
: ۰۶۲-۶۶۷۲-۱۴-۶	: ۰۶۲-۶۶۷۲-۱۴-۶	شابک
Unlimited memory : how to use advanced learning strategies to learn faster, remember more and be more productive, 2016	عنوان اصلی:	پادهات
: چنگنه از راهبردهای یادگیری پیشرفت برای یادگیری سریع تر یادآوری، بهتر و باارزی	عنوان دیگر	عنوان دیگر
پیشتر استفاده کنید	چنگنه از راهبردهای یادگیری پیشرفت برای یادگیری سریع تر یادآوری، بهتر و باارزی	عنوان دیگر
موضوع: Memory	موضوع: حافظه	موضوع
موضوع: Intellect	موضوع: هوش	موضوع
موضوع: Mnemonics	موضوع: حافظه - تقویت	موضوع
	: موحد، سیمین، ۱۳۹۷ - مترجم	شناسه افزوده
	BFry1	ردی پندی کنگره
	۱۷/۱۴۳	ردی پندی فوبی
	۵۷۲۱۲۹۹	شماره کتابشناسی ملی

انتشارات



تهران، خ انقلاب، خ فخر رازی، ک اسلامی، ک فراموشی، ک پارس، ۲، کد پستی: ۱۳۱۴۸۷۴۹۱۳

Katibe.pars1393@gmail.com

تلفن ناشر و مرکز پخش: ۰۲۱-۶۶۴-۹۴۲۰، ۰۹۱۳۸-۰۷۸۰، ۰۹۱۳۳-۰۰۰۵۳

مرکز پخش ۲: موسسه گسترش فرهنگ و مطالعات: ۰۲۱-۷۷۳۵۴۱۰۵

نام کتاب: حافظه‌ی تامحدود

نویسنده: کوین هورسلی مترجم: سیمین موحد

تهرهه و ترتیب: هلیا میرزاده، عباس امیدی

بازآفرینی طرح جلد: عباس امیدی ویراستار: آزاده فرزادفر

صفحه‌آرایی: حروفچینی راه شهاب

چاپ: مهرشاد لیتوگرافی: مینیاتور

تیراز: ۱۳۹۸ نوبت چاپ: اول، تیرماه ۱۴۰۰

هر گونه کپی برداری، تکثیر کلی یا جزئی از مطالب کتاب

بدون اجازه‌ی کتبی ناشر پیگرد قانونی به همراه دارد.

قیمت: ۱۷۵۰۰ تومان

فهرست

۱	پیش‌گفتار
۲	فصل ۱. مقدمه
۳	بخش ۱: تمرکز کنید
۱۹	فصل ۲. بهانه نیاورید
۲۰	فصل ۳. هرگز دروغ‌ها را باور نکنید
۲۴	فصل ۴. هم‌اکنون اینجا باشید
۲۲	بخش ۲: خلق کنید و ربط بدهدید
۴۵	فصل ۵. اطلاعات را زنده کنید
۴۶	فصل ۶. از ماشین‌تان برای یادآوری استفاده کنید
۵۵	فصل ۷. از بدن‌تان برای یادآوری استفاده کنید
۶۲	فصل ۸. گیره زدن به اطلاعات
۶۸	فصل ۹. در وهله‌ی اول
۷۶	فصل ۱۰. وصل کردن فکرها
۸۶	فصل ۱۱. به یاد آوردن نام
۹۱	فصل ۱۲. به یاد آوردن اعداد
۱۰۱	فصل ۱۳. هنر در حافظه
۱۱۶	فصل ۱۴. استفاده از شیوه‌ها
۱۲۹	بخش ۳: استفاده‌ی عدام
۱۴۱	فصل ۱۵. اضطراب شخصی
۱۴۲	فصل ۱۶. مطالب را مرور کنید تا جذب کنید
۱۴۸	پایان‌ها بذر آغازها هستند
۱۵۳	درباره‌ی تویستنده
۱۵۵	درباره‌ی تویستنده

پیش‌گفتار

کوین هورسلی با این کتاب اصولی را در برایر شما قرار داده
که می‌تواند زندگی تان را تا ابد تغییر دهد. این را با اطمینان
می‌گوییم زیرا این شیوه‌ها را در زندگی خودم بررسی و اجرا کرده‌ام.
حوزه‌های زیادی در زندگی می‌تواند با این اصول تحصیل شود، و
من مفتخرم که سهم کوچکی در خلق این اثر اعجاب‌آور داشته‌ام.

وقتی دانشجوی دانشکده‌ی پزشکی بودم، این شیوه‌ها را
نمی‌شناختم و به لحاظ درسی دانشجوی متوسطی بودم. من
ساعت‌ها با کتب درسی ام کنچار نیرفتم تا کمی از اطلاعات
مندرج در آنها را بفهمم. مثلاً من نیست که من بالآخره موفق
شدم یا نه، مثلاً این است که در آن سال‌ها می‌توانستم بسیار
کارآمدتر باشم. اولین بار که با شیوه‌های کوین آشنا شدم، در مقطع
تخصصی ام تحصیل می‌کردم. آشنایی با این شیوه‌ها کل نگرش من
را نسبت به مطالعه، درس خواندن و طرز استفاده از اطلاعات
دگرگون کرد و بعد هم نمره‌ی بیستی که گرفتم من را در استفاده
از این شیوه‌ها مصمم‌تر ساخت. من با این اطلاعاتی که به شما
می‌دهم در واقع صادقانه دارم از تویستنده‌ی این کتاب تعریف
می‌کنم.

من به طور ناگهانی تبدیل به یک «موجود هوشمند» نشدم، بلکه فقط تصمیم گرفتم در کم را از حافظه‌ام دگرگون کنم. من با این ساختار و هدف تازه توانستم قابلیتی را در خودم کشف کنم که هرگز فکرش را هم نمی‌کردم. پس از اینکه تائیر این اصول را دریافت، آن را در زندگی روزمره‌ام به کار گرفتم. عجب سفری بود این جریان!

~~تجربه‌ی این دوره از زندگی ام فقط مربوط به یادگیری طرز مدیریت اطلاعات نبود بلکه روی شخصیت هم اثر گذاشت و در نهایت اعتماد به نفس را بالا برد و کاری کرد که نتایج این یادگیری‌ها را فقط به یک حوزه‌ی خاص از زندگی ام محدود ندانم.~~

من افتخار دارم که کوین را شخصاً بشناسو و ببین که اطلاعات مندرج در صفحات این کتاب چطور در زندگی شخصی او آشکار و هویداست؛ همین هم مشوق و الهام‌بخش من بوده است!

کوین پس از سال‌ها پژوهش، تجربه و کسب موفقیت، اکنون شیوه‌های سرنوشت‌سازش را به زبان ساده و عملی با ما در میان می‌گذارد. مطمئن باشید به مخصوص اینکه تصمیم به استفاده از این شیوه‌ها در زندگی‌تان بگیرید، توان بالقوه‌ی نامحدودی را آزاد می‌کنید که نه تنها حافظه‌تان را بهبود می‌بخشد، بلکه زندگی‌تان را نیز تغییر می‌دهد.

دکتر ماریوس آ. ولگمود^۱