



超強記憶 超級思考力

普林斯頓
超強記憶系統

提昇個人價值 創造幸福企業



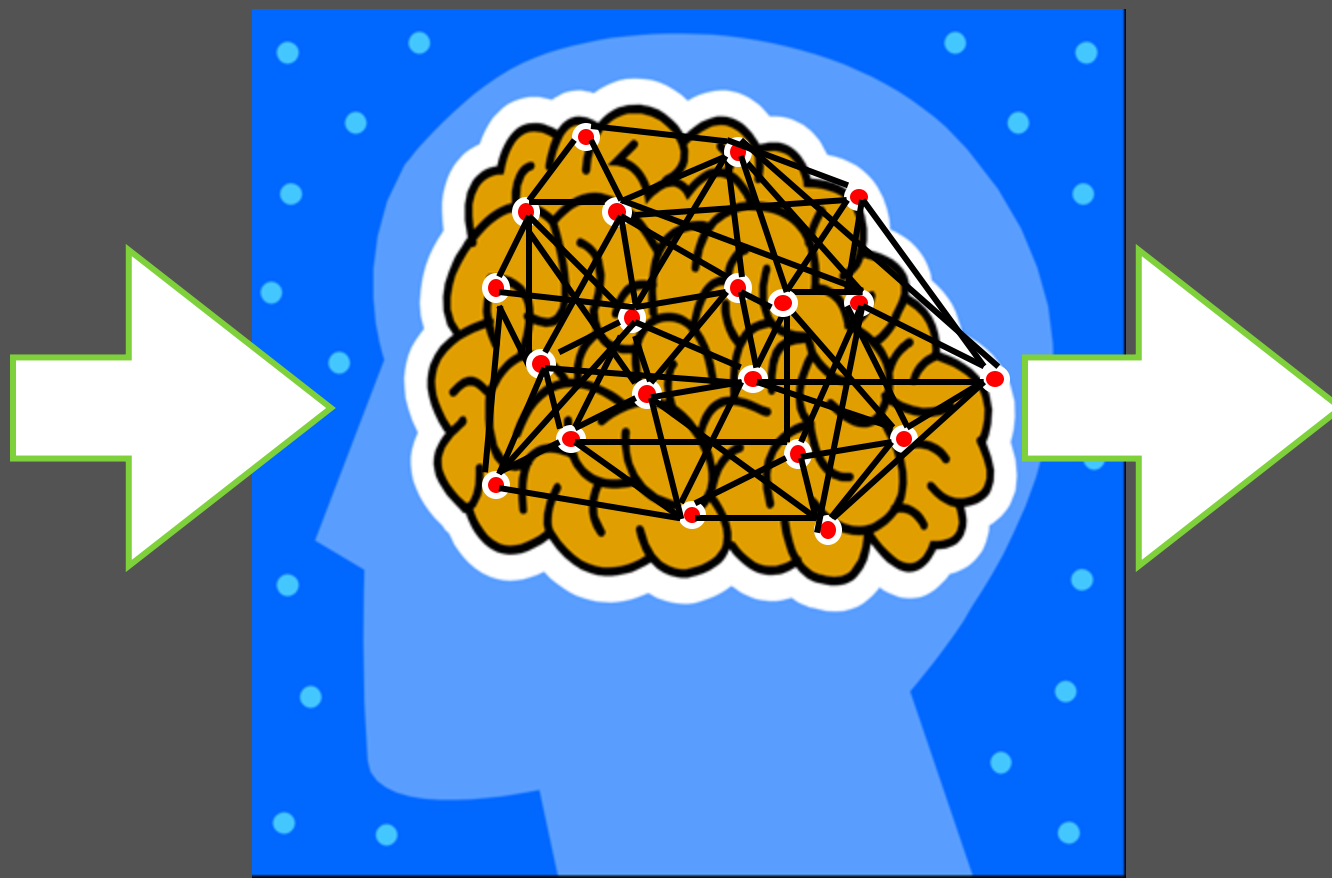
Iris 黃純美
普林斯頓超強記憶訓練





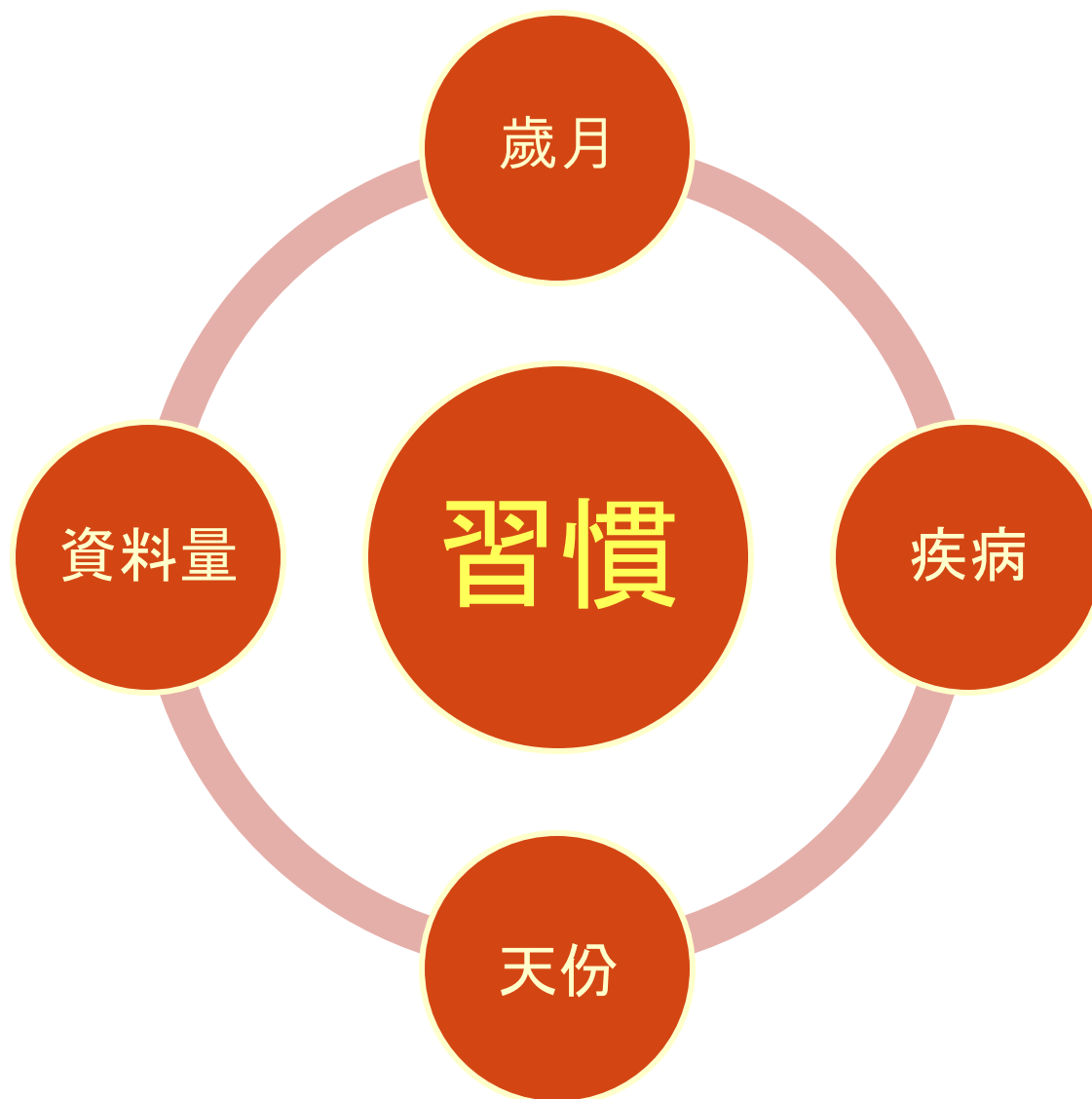
記憶輸送帶

知識
素養
輸入



創意
應用
輸出

記憶的殺手



知識的路徑

死背

理解

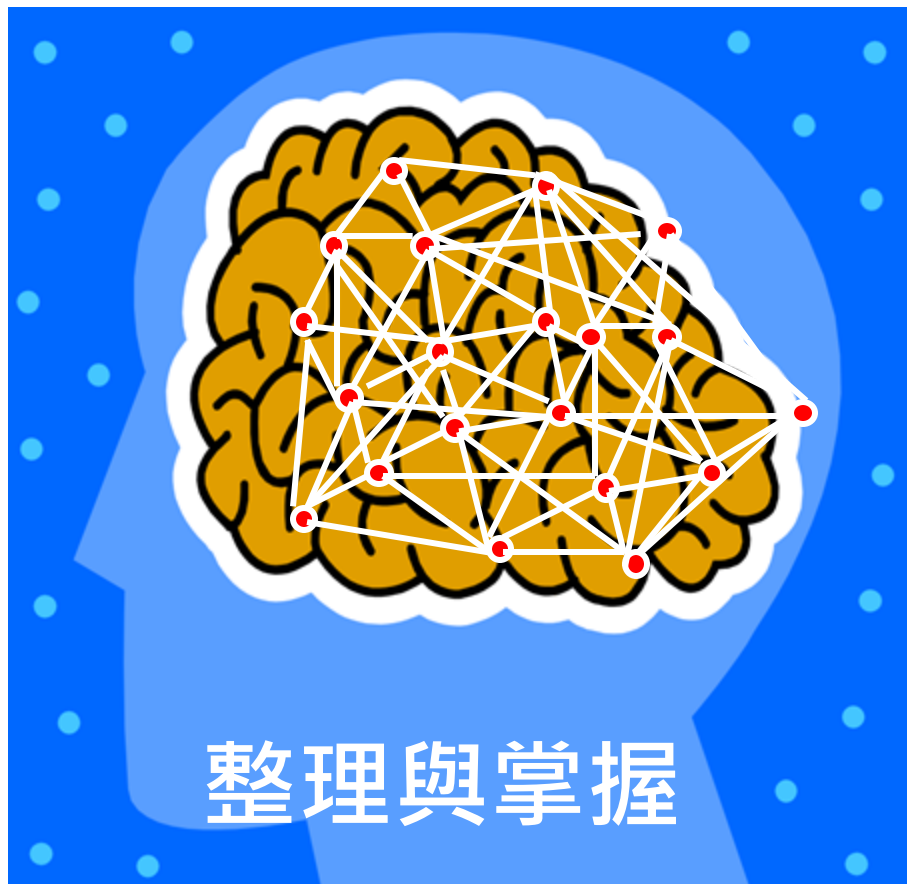
閱讀

判斷

舉例

想像

比喻



整理與掌握

對語言與文字的3D處理

小腦 主要負責程序性記憶，這種記憶要靠後天的重複

紋狀體：是前腦的一個複雜結構，是習慣的形成或刺激

大腦皮層：負責感覺記憶以及感覺間的關聯記憶

杏仁核：負責事件、日期、名字等的表象記憶，也負責情緒記憶

海馬體：負責不同事物之間的關係

曼陀羅思考法



大腦
健身房

思維的破壞與重建

請想出5種把卡在樹上
的風箏拿下來的方法



當知識遇見「福爾摩斯」

□ 汽車

□ 拖鞋

□ 貓咪

□ 手套

□ 章魚

□ 小矮人

□ 三腳架

□ 骰子

□ 樹

□ 十字架



損害大腦的十大不良習慣

- ❑ 長期飽食
- ❑ 輕視早餐
- ❑ 甜食過量
- ❑ 長期吸菸
- ❑ 睡眠不足
- ❑ 少言寡語
- ❑ 空氣污染
- ❑ 蒙頭睡覺
- ❑ 不願動腦
- ❑ 帶病用腦

大學之道在明明德在親民
在止於至善

知止而后有定定而后能靜靜而
后能安安而后能慮慮而后能
得

物有本末事有終始知所先後
則近道矣

物格而后知至知至而后意誠意
誠而后心正心正而后身脩身脩
而家齊家齊而后國治國而后天
下平

自天子以至於庶人壹是皆以脩身
為本教學為先