TONY BUZAN

MEMÓRIA BRILHANTE

Técnicas fáceis e eficazes para desenvolver sua capacidade de memorização

SEXTANTE

Resumo de Memória Brilhante

A memória é como um arquivo gigante que contém pastas com informações sobre cada aspecto da sua vida. Só há um meio de você encontrar esses dados com rapidez e facilidade: mantendo o arquivo bem organizado.

Sabendo a que categoria as informações pertencem, é possível acessá-las sem dificuldade por mais obscuras que sejam." – Tony BuzanSua memória é boa ou ruim? Você tem dificuldade em se lembrar de fatos, fisionomias e datas?

Acha que seria útil aprender técnicas de memorização?Este livro mostra que a memória não tem necessariamente que falhar com o passar do tempo nem nos deixar na mão quando precisamos dela.

Há meios simples de evitar que isso aconteça. E mais: podemos melhorar de forma significativa a capacidade que temos de nos lembrar de qualquer coisa. Práticas, eficientes e divertidas, as técnicas apresentadas por Tony Buzan ajudam a superar problemas relacionados a esquecimentos e à dificuldade em reter informações.

Quando usadas regularmente, funcionam como um "exercício mental" capaz de manter a mente em forma por décadas.A base para os sistemas de memorização descritos aqui são a Imaginação e a Associação.

Você aprenderá a explorar essas habilidades de modo fácil e eficaz por meio de recursos dinâmicos, como palavras, números e imagens, que atuam como ativadores da memória.

Acesse aqui a versão completa deste livro