



# 金氏超記憶講義

**什麼是記憶？**記憶乃是『記住』、『回憶』二個動作的總合（記憶＝記住＋回憶），我們常常都會說：「啊！我忘記了。」但是諸多忘記的事情，後來都會想起來，比如說要出門的時候找不到鑰匙，上次買的東西找不到，但後來都找到了；考試的時候突然想不出來答案怎麼寫，考完下課突然想起來了，真是懊惱呀！我們來看看忘記這個『忘』字是怎麼寫的呢？是不是一個「亡」跟一個「心」加起來的呢？！心亡了才會忘記，換句話說，一個人除了「心死了」才會忘記，而心死了，人也死了呀！換言之，除非人死了，要不然我們這一輩子所看到的、聽到的、學到的是不會忘記的，只是一時「回憶」不起來而已。

**什麼事情最容易回憶起來？**既然是這樣，那我們讀過的知識，做過的事情，東西放在那裡，要如何才能很輕鬆的回憶起來呢？我們首先來看看您這一生當中，有什麼事情是一輩子都不會忘記的事，或印象非常深刻的事呢？很多年前讀小學的教室位置，小時候「高興」上台領獎狀的畫面、跟同學打架、被老師處罰、看過「恐怖」的車禍、看過「有趣」的卡通情節、第一次約會的「溫馨」畫面，回憶起來印象都非常深刻；但同一時期您讀的書，當天上課的內容還記得嗎？我想大部份的人都回憶不起來了。為何會有這樣的差別？首先我們就要了解我們大腦是如何記憶的。

**大腦說明書**我們買電器產品，電腦，遊戲機 PS 都會有說明書，那我們的父母生了這麼棒的「腦袋」給我們使用，有沒有給我們使用說明書呢？當然沒有，那這樣您會使用大腦嗎？我想大部份的人都會說「不會」，所以今天我們就要送您一份「大腦說明書」。

人有幾個腦呢？很多同學會說：大腦、小腦、後腦、前腦等等很多腦，但記憶的腦呢？掌管人類記憶的腦部主要分為左腦、右腦，尤其以右腦為主。右腦引起一般人注意，最早起源自西元一九八一年，當時加州理工學院羅傑·史貝利博士因發現右腦功能而獲得諾貝爾獎，此後右腦功能被教育、企業、醫療各界廣泛應用。不僅如此，更發現了人類在記憶事情時，左右兩個主要的腦皮質層分別掌管不同層面的記憶。左腦主要負責邏輯、分析、推理、語言、文字、數字、算數等，而右腦負責非邏輯、想像力、創造力、圖像、顏色、聲音、空間、感覺等等；簡而言之，左腦是「理性腦」，右腦是「感性腦」。就性別差異來說，通常男生較偏向左腦思考，而女性則較偏向右腦思考；所以，有人說男生是用左腦談戀愛，通常較理性，注重實際面，而女生則用右腦談戀愛，比較偏向感性，注重感覺。

當我們看到朋友買了一輛新車時，顏色我們是用右腦記下來，而車號是用左腦去記。那一個容易記呢？當然是車的顏色啦！

**如何學習記憶？**我們都知道記憶圖像、顏色、聲音比記憶文字、數字容易，也比較容易回憶起來，那我們何不研究如何把文字、數字想像成圖像來記呢？這樣不但可記得久，記得牢。很輕鬆就可回憶起來了。清朝時期名人「紀曉嵐」有「一目十行，過目不忘」的本事，當「乾隆」皇帝問他是如何過目不忘時，他回答說：臣閱讀時『只見其圖，不見其文』。您也可以哦！

右腦圖像超記憶，左腦分析推理強。  
學習學習的方法，快樂閱讀是享受。





# 金氏超記憶 心智繪圖練習

## 台灣氣候（一）

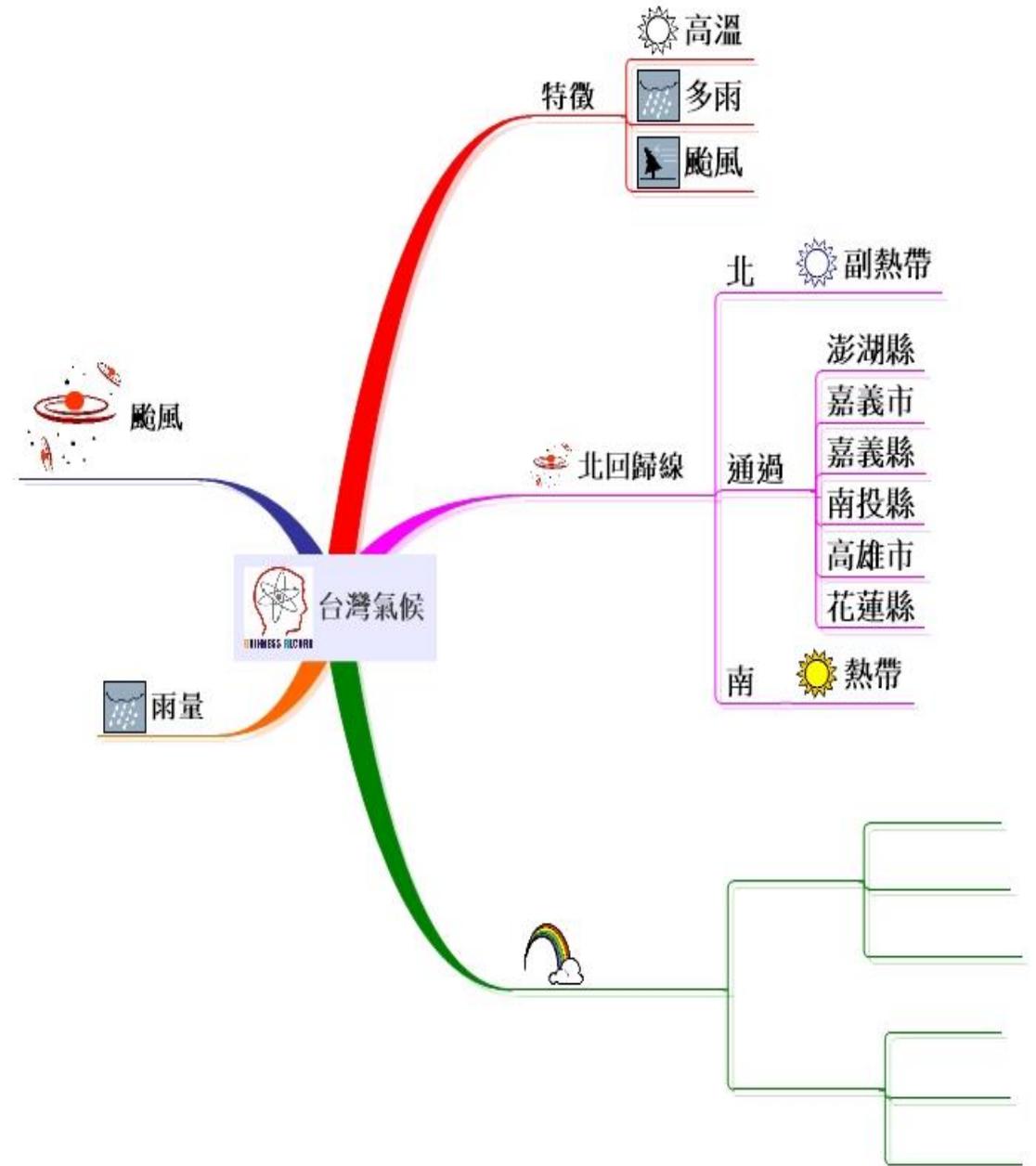
台灣氣候的特徵是高溫、多雨、有颱風。

北回歸線通過澎湖縣、嘉義縣、嘉義市、南投縣、高雄縣和花蓮縣，以北為副熱帶氣候，以南為熱帶氣候。全年的氣候溫暖，都是農作物的生長季，也無明顯的季節變化，只有遇到大陸強大的冷氣團ㄟ寒流ㄚ來襲時，氣溫才會突然降低，對農漁業的損害很大高山地區還會下雪。

## 台灣氣候（二）

台灣的雨量豐富，全島受地形和季風的影響，山地雨量多於平地，東部雨量多於西部。冬季強勁的東北季風盛行時，北部雨水充足，南部乾季。夏季西南季風盛行時，容易產生大雷雨，全島普遍多雨。

夏、秋兩季有颱風侵襲，不但風力強大。而且挾帶豪雨，造成嚴重災害，農漁業遭受損失。





# 金氏超記憶

# 有效學習三大步驟

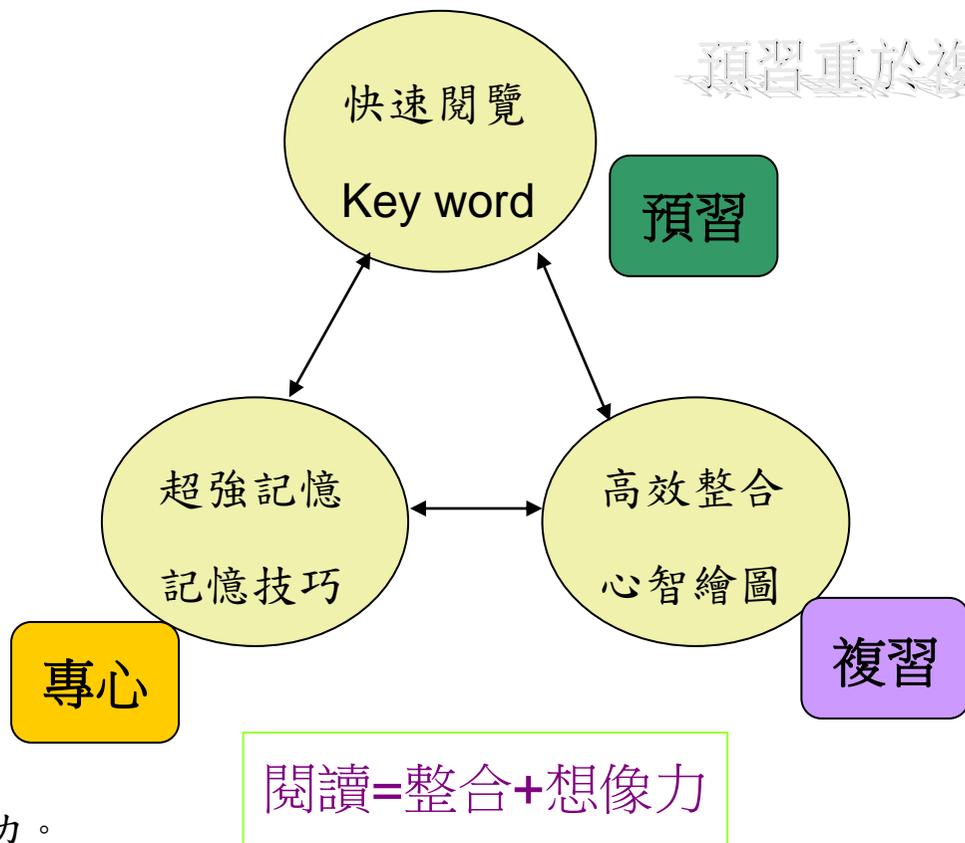
金氏超記憶有效學習系統共有三大單元，缺一不可：

《快速閱覽》運用快速閱覽關鍵字的技巧，  
改變一般人閱讀的六大障礙，  
提升閱讀速度至每分鐘  
1000-3000 個字，理解力 70%以上，  
節省閱讀時間，達到上課前 5 分  
鐘預習即可的效果。並且學會自  
己讀書會抓重點，作知識分類的  
預備動作。

《心智繪圖》運用左腦的分析力，將知識有系  
統的分類、歸類、整合，達到真  
正的理解力，讓自己輕鬆有效率的  
複習，並且透過思考的整合工具[心智圖]  
達到系統思考、組織、表達、溝通、協調能力。

《超強記憶》運用左腦的文字、數字閱讀，右腦的想像力+情境聯想，左右腦同時學習，均衡使用左右腦，達到長期記憶的目的，並且專心讀書、聽講。『讀書不會分類，就只有掉眼淚』

左腦+右腦=全腦學習



知識分類+整合=系統思考