


HARRY LORAYNE

O Dono da Memória Mais Fenomenal de Todo o Mundo



COMO TER UMA MEMÓRIA SUPERPODEROSA

159.953

865e

Com este Sistema Prático, Você
Nunca Mais Esquecerá



DADOS DE COPYRIGHT

Sobre a obra:

A presente obra é disponibilizada pela equipe [Le Livros](#) e seus diversos parceiros, com o objetivo de oferecer conteúdo para uso parcial em pesquisas e estudos acadêmicos, bem como o simples teste da qualidade da obra, com o fim exclusivo de compra futura.

É expressamente proibida e totalmente repudiável a venda, aluguel, ou quaisquer uso comercial do presente conteúdo

Sobre nós:

O [Le Livros](#) e seus parceiros disponibilizam conteúdo de domínio público e propriedade intelectual de forma totalmente gratuita, por acreditar que o conhecimento e a educação devem ser acessíveis e livres a toda e qualquer pessoa. Você pode encontrar mais obras em nosso site: [LeLivros.org](#) ou em qualquer um dos sites parceiros apresentados [neste link](#).

"Quando o mundo estiver unido na busca do conhecimento, e não mais lutando por dinheiro e poder, então nossa sociedade poderá enfim evoluir a um novo nível."



COMO TER UMA
MEMÓRIA
SUPERPODEROSA

Índice

Prefácio

1. Até que ponto você é um observador atento?
2. Hábito é memória
3. Teste sua memória
4. Interesse na memória
5. Método mnemônico de ligação.
6. Sistema mnemônico de fixação
7. Aplicação dos sistemas de ligação fixação
8. Como treinar sua observação
9. Vale a pena lembrar-se de discursos, artigos, roteiros e anedotas
10. Vale a pena lembrar-se das cartas do baralho
11. Vale a pena lembrar-se de números com longos dígitos
12. Alguns elementos de fixação para emergências
13. Vale a pena lembrar-se de datas
14. Vale a pena lembrar-se de vocabulário de língua estrangeira e informações abstratas
15. Vale a pena lembrar-se de nomes e faces
16. O que há em um nome
17. Mais informações sobre nomes e rostos
18. Vale a pena lembrar-se de fatos e pessoas
19. Vale a pena lembrar-se de números de telefone
20. A importância da memória
21. Não seja distraído
22. Surpreenda seus amigos
23. Vale a pena lembrar-se de horários e compromissos
24. Vale a pena lembrar-se de aniversários de nascimento, casamento e de outras datas importantes
25. Demonstrações da memória
26. Use os sistemas

Prefácio

Comenta-se que Mark Twain observou o seguinte: Todos falam sobre o tempo mas ninguém faz nada a respeito." Da mesma forma todos falam ou gabam-se de ter memória fraca, porém poucas pessoas tentam resolver o problema. Vamos enfrentar o fato; não há muito que se possa fazer sobre o tempo mas há um bocado de coisas que podemos fazer por nossa memória deficiente.

Muita gente comenta comigo que daria um milhão de dólares" para ter uma memória como a minha. Bem, não me interprete mal, mas eu não rejeitaria a oferta de um milhão de dólares. Porém, na realidade, tudo que precisa gastar é o preço deste livro.

Isto não é verdade no sentido estrito. O leitor também terá de despende um pouquinho do seu tempo e fazer um pequeno esforço para pôr o cérebro em funcionamento. Assim que se iniciar em meu sistema, talvez fique surpreso ao ver o quanto é realmente simples e óbvio.

Se você comprou este livro esperando encontrar uma arenga teórica de termos técnicos, ficará fatalmente desapontado. Procurei escrever e explicar o sistema como se estivesse sentado na sua sala de visitas, descrevendo-lhe esta técnica.

Embora naturalmente fosse necessária muita pesquisa, descartei a maioria dos pensamentos e idéias técnicas por considerá-los difíceis de entender e aplicar em mim mesmo. Sou um artista que entretém o público, um especialista da memória, não um psiquiatra ou um médico, e julgo desnecessário dar explicações sobre o

funcionamento do cérebro humano e como a memória trabalha em termos de células, curvas e impressões etc.

Portanto, você descobrirá que todos os meios e métodos existentes no livro são os que eu mesmo utilizo e, conseqüentemente, sinto-me qualificado a ensinar.

Psicólogos e educadores têm afirmado que usamos apenas uma pequena percentagem do poder de nossa mente –acho que o sistema aqui presente lhe permitirá usar um pouco mais do que a média. Deste modo, se, tal como suas operações, você esteve gabando-se de ter memória fraca, creio que, após ler este livro, ainda irá gabar-se da memória, mas no sentido inverso. Agora será capaz de vangloriar-se de possuir uma memória maravilhosamente exata e retentiva.

Portanto, você descobrirá que todos os meios e métodos existentes no livro são os que eu mesmo utilizo e, conseqüentemente, sinto-me qualificado a ensinar.

Psicólogos e educadores têm afirmado que usamos apenas uma pequena percentagem do poder de nossa mente –acho que o sistema aqui presente lhe permitirá usar um pouco mais do que a média. Deste modo, se, tal como suas operações, você esteve gabando-se de ter memória fraca, creio que, após ler este livro, ainda irá gabar-se da memória, mas no sentido inverso. Agora será capaz de vangloriar-se de possuir uma memória maravilhosamente exata e retentiva.

1. Até que ponto você é um observador atento?

Que luz está acesa no topo do sinal de trânsito? E a vermelha ou a verde? Provavelmente, seu primeiro pensamento é que esta é uma pergunta fácil de responder. Entretanto, coloque-se nesta posição – você está em um show de perguntas que paga muito dinheiro pelas respostas corretas. E preciso responder esta aqui da maneira certa, para ganhar o prêmio principal. Agora diga, que luz está na parte de cima, a verde ou a vermelha?

Se conseguiu imaginar-se na situação acima, é provável que esteja hesitando agora, porque não tem muita certeza de qual luz está acesa, não é? Se tem, então faz parte de uma minoria que observou o que a maioria das pessoas apenas vê. Há um mundo de diferença entre ver e observar, algo comprovado, é lógico, pelo fato de que a maioria das pessoas a quem fiz esta pergunta ou dá a resposta errada ou não está muito certa... Isto acontece, apesar de todas verem as luzes de trânsito inúmeras vezes ao dia!

A propósito, a luz de cima do sinal de trânsito é a vermelha, a de baixo é sempre verde, há uma terceira cor, em geral a amarela, para atenção, que fica sempre no meio. Se você estava seguro de que a vermelha era a resposta, deixe-me ver se posso quebrar seu orgulho um pouco com outro teste de observação.

Não olhe para o relógio de pulso! Sem olhar para o relógio, responda esta pergunta: O número seis no mostrador é o 6 arábico ou é o VI romano? Pense por um momento, antes de examinar o relógio. Escolha a resposta como se fosse realmente importante respondê-la do modo correto. Você está de novo no programa de perguntas e há muito dinheiro em jogo.

Tudo bem, já decidiu qual é a resposta? Agora olhe para o relógio e verifique se estava certo. Acertou? Ou errou de qualquer modo, pois o relógio não tem nenhum seis!? O pequeno mostrador que marca os segundos costuma ocupar esse espaço na maioria dos relógios modernos.

Respondeu esta pergunta corretamente? Quer tenha acertado ou não, precisa olhar para o relógio, a fim de verificar. Pode dizer-me agora qual é a hora exata nele? Provavelmente não, e você acabou de olhar um segundo atrás! Também neste caso, viu mas não observou.

Tente isto com seus amigos. Embora as pessoas olhem seus relógios várias vezes ao dia, poucas podem responder-lhe sobre o número seis.

Eis aqui mais uma para experimentar com seus amigos, mas seria melhor se você mesmo a respondesse primeiro. Se fuma, já viu um selo azul na carteira de cigarros todas as vezes em que o arranca para tirar o cigarro. Neste selo, está a figura de um homem, com o nome impresso embaixo.

Para ganhar o prêmio máximo no nosso show de perguntas imaginário, diga o nome desse homem! Desconfio que sairá do programa só com o prêmio de consolação. Afirmo-o de forma tão categórica porque apenas umas duas ou três das muitas pessoas que testei deram a resposta certa. O homem no selo da taxa é De Witt Clinton! Verifique.

Não quero ser chato, mas se acabou de olhar para o selo e o retrato de De Witt Clinton, deve ter notado o que ele estava fazendo com a mão esquerda. Também viu, ou provavelmente viu, quatro letras em cima, duas à esquerda e duas à direita do selo. Afirmo que viu estas coisas, porém não creio que as tenha observado. Se o fez, deve ser capaz de dizer a si mesmo neste momento o que De Witt Clinton faz com a mão esquerda e quais são as quatro letras.

Precisa dar outra olhadela, não é? Agora observou que a mão esquerda está na tampa de Clinton, como se ele estivesse pensando, e as letras são U.S.I.R. (Imposto de Renda dos Estados Unidos).

Não se sinta muito mal se não conseguiu responder nenhuma destas perguntas. Como falei antes, a maioria das pessoas não é capaz. Você talvez recorde-se de um filme estrelado por Ronald Colman, Celeste Holm e Art Linkletter há alguns anos. O filme era Champagne for Caesar e girava em torno de um homem impossível de ser derrotado em um programa de televisão, qualquer que fosse a pergunta feita. O filme terminava com a última pergunta, que valia alguns milhões de dólares. Para ganhá-los, Ronald Colman teria de dizer o número de seu seguro social. É óbvio que não sabia! Isto foi divertido e interessante para mim de qualquer maneira, já que acertou bem no alvo. Prova que as pessoas vêem mas não observam, não acha? Por falar nisso, sabe qual é o número do seu seguro social?

Embora os métodos e sistemas contidos neste livro o levem a observar automaticamente, você encontrará alguns interessantes exercícios de observação em um capítulo posterior. O sistema também o fará usar a imaginação com mais facilidade do que antes.

Dediquei tempo e espaço a falar sobre a observação porque é uma das coisas importantes para treinar a memória. A outra, e a mais fundamental, é a associação. É impossível lembrarmos de algo que não observamos. Depois que observamos uma coisa, seja pela visão ou

pela audição, é necessário associá-la na mente a algo que já conhecemos ou do qual nos lembramos, para não nos esquecermos dela.

Já que você observará automaticamente quando aplicar meu sistema, é a associação o que mais nos interessa.

A associação, com referência à memória, significa simplesmente o processo de conectar ou ligar duas (ou mais coisas) entre si. Qualquer coisa que você consegue, ou conseguiu, lembrar deve-se apenas ao fato de tê-la inconscientemente associado a algo mais.

“Mirradas Solteironas Sisudas Respeitam a Família.1 Esta frase significa algo para você? Se a resposta for positiva, então deve ter estudado música na infância. Quase toda criança que estuda música aprende a lembrar-se das linhas da pauta ou clave de sol, decorando esta frase.

Já assinalei a importância da associação, e quero provar-lhe que já usou muitas vezes associações conscientes definidas, sem nunca perceber isso. As notas mi, sol, si, ré e fá não têm significado. São apenas notas, e difíceis de lembrar.

A frase “Mirradas Solteironas Sisudas Respeitam a Família” possui um sentido que conhecemos e entendemos. A informação nova, aquela que você precisava memorizar, estava associada a algo que já conhecia.

Os espaços da pauta musical foram decorados com o mesmo sistema: o sistema inicial. Se você se recordou da frase “Fazendeiro Ladino Revê a Donzela”,2 lembrou também que os espaços na pauta são fá, lá, ré e dó. Também aqui houve a associação de algo novo e sem sentido a outro que já conhecia e que tinha significado para você.

E provável que tenham transcorrido muitos anos desde que aprendeu os seguintes versinhos: 30 dias têm setembro, abril, junho e novembro... e os outros, sete que são, 31 todos terão.” Mas quantas vezes recorreu a isto quando foi necessário saber o número de dias de um determinado mês?

Se algum dia aprendeu a lembrar-se da estranha palavra sem sentido “valavír” ou o inusitado nome “Riva Alv”, então também recorda-se das cores do espectro solar: vermelho, laranja, amarelo, azul, verde, índigo e roxo. Mais uma vez aqui está a associação e o sistema inicial.

Tenho certeza de que muitas vezes já viu ou ouviu algo que o fez estalar os dedos e exclamar: “Oh, isto lembra-me...” Algo visto ou

ouvido o fez recordar-se de uma palavra em inglês "Face" (Face) por uma frase diferente devido ao mesmo motivo citado na observação anterior. tN. da. T.1

coisa que em geral não traz nenhuma conexão óbvia com o que provocou a lembrança. Entretanto, em sua mente, ambas as coisas estavam associadas de algum modo. Esta era uma associação subconsciente. Aponto agora alguns exemplos de associações conscientes em funcionamento. E elas funcionam mesmo. Pessoas que se esqueceram de muitas informações aprendidas nas primeiras séries escolares ainda se lembram dos espaços e das linhas da clave de sol. Se leu este capítulo até aqui, concentrando-se na leitura, deve conhecê-los agora, mesmo sem nunca ter estudado música.

Um dos melhores exemplos que conheço é o que se aplicava nas aulas de ortografia das primeiras séries. Aprendemos que a palavra em inglês "believe" (acreditar) é escrita com o "e" depois do "i". A fim de ajudar-nos a decorar isto, diziam-nos para lembrar de uma frase curta, "Never believe a lie" (nunca acredite em uma mentira).

Este é um exemplo perfeito de associação consciente. Tenho certeza de que muitos adultos ainda sentem dificuldade em soletrar a palavra "believe". Eles nunca estão muito certos se o "i" vem primeiro ou vice-versa. A grafia da palavra "believe" foi o fato novo a lembrar. A palavra "lie" é a que sabíamos escrever. Nenhum dos estudantes que ouviram esta pequena frase voltou a errar na ortografia da palavra "believe". Acha difícil soletrar o termo "xa"? Neste caso, simplesmente recorde-se da expressão "o chá do xá". Isto sempre irá indicar-lhe como soletrar xá".

Pode desenhar de memória algo que se assemelha ao mapa da Europa? E quanto ao Japão, China ou Tcheco-eslováquia? Provavelmente não consegue desenhar nenhum deles. Se eu tivesse mencionado a Itália, 90 por cento dos leitores imediatamente mentalizariam uma bota. Não é isso mesmo? Se o fez, se desenhou uma bota, terá o contorno aproximado do mapa da Itália.

Por que esta imagem aparece em sua mente? É só porque, em alguma ocasião, talvez há muitos anos, você ouviu ou notou que o mapa desse país assemelha-se a uma bota. E lógico que o formato da Itália era o fato novo para recordar. A bota era o elemento já conhecido e lembrado.

Pode perceber agora que associações conscientes simples o ajudaram a memorizar com muita facilidade informações abstratas como as dos exemplos acima. É possível utilizar o sistema inicial que mencionei

antes para ajudá-lo a memorizar muitas coisas. Por exemplo, se queria lembrar-se do nome das quintuplas Dionne, podia tentar recordar-se da palavra "macey". Isto o auxiliaria a lembrar que os nomes eram Marie, Annette, Cecile, Emilie e Yvonne.

Há apenas uma coisa errada com esta idéia no estágio atual. Não existe nada para fazê-lo recordar-se de que a palavra "macey" está ligada às quintuplas ou vice-versa.

Se conseguiu lembrar-se da palavra, ótimo. Então provavelmente saberia o nome das crianças. Mas como recordar-se da palavra? Irei mostrar-lhe como fazer isto nos próximos capítulos.

Os sistemas e métodos deste livro mostram como aplicar os princípios e as idéias de simples associações conscientes para lembrar-se de qualquer coisa. Sim, é isso mesmo –qualquer coisa, inclusive nomes e rostos, artigos, objetos, fatos, números, discursos etc. Em outras palavras, os sistemas e métodos que você aprenderá neste livro podem ser aplicados a tudo em qualquer atividade social ou profissional da vida.

2. Hábito é memória

Tenho certeza de que não existe esquecimento definitivo. Uma vez impressos na mente, os traços são definitivos.

—Thomas De Quincey

Uma memória exata e retentiva é a base de todo sucesso comercial. Em última análise, todo o nosso conhecimento baseia-se na memória. Platão disse isto desta maneira. “Todo conhecimento não passa de lembrança”. Cícero também afirmou que a memória é o tesouro e a guardiã de todas as coisas”. Um bom exemplo deve bastar por enquanto você não conseguiria ler este livro neste momento, se não se lembrasse dos sons das 23 letras do alfabeto.

Tal afirmação talvez lhe pareça um pouco exagerada, mas ainda assim é verdade. De fato, se perdêssemos a memória por completo, precisaríamos começar a aprender tudo de novo, como se fôssemos recém-nascidos. Não saberíamos como nos vestir, barbear ou maquilar, como dirigir carro ou quando usar a faca ou o garfo, etc. Veja só, todas as coisas que atribuímos ao hábito devem ser creditadas à memória. Hábito é memória.

A mnemônica, que em sua maior parte compõe-se de uma memória treinada, não é algo novo ou estranho. Na verdade, a palavra “mnemônica” origina-se do nome da deusa grega Mnemósina. Já na antiga civilização grega utilizavam-se sistemas de memória. O fato estranho é que os sistemas de memória treinada

não são conhecidos e aplicados pela maioria das pessoas. Os que descobriram o segredo da mnemônica na memória tem-se surpreendido não só com sua tremenda capacidade de lembrar, mas também com os louvores que receberam de parentes e amigos.

Alguns decidiram que seria uma boa coisa ensinar a outros. Por que não ser o único homem no escritório capaz de lembrar-se do número e do preço de cada modelo; por que não ser o único a poder levantar-se em uma festa e demonstrar algo que deixa todos maravilhados?

Por outro lado, acho que devemos colocar em primeiro plano a memória treinada, e a esta finalidade este livro está dedicado. Embora alguns leitores talvez conheçam-me como artista de variedades, naturalmente não é meu propósito ensinar-lhes um feito de memória. Não tenho nenhuma intenção de colocá-los no palco. Pretendo realmente

ensinar as maravilhosas aplicações práticas de uma memória treinada. Este livro ensina muitos malabarismos de memória que são ótimos como um recurso para mostrar aos amigos o quanto são brilhantes. O mais importante é que são excelentes exercícios de memória e que as idéias usadas em todos os malabarismos podem ter utilidade prática. .

A pergunta que as pessoas me fazem com mais frequência é a seguinte: "Não confunde lembrar muito? Minha resposta é "Não!"(Não existe limite para a capacidade da memória Lúcio Cipião era capaz de recordar-se do nome de cada habitante de Roma; Círo podia chamar cada soldado do seu exército pelo nome; enquanto Sêneca tinha capacidade de memorizar e repetir duas mil palavras após ouvi-las uma única vez.

Creio que quanto mais lembramos, mais podemos lembrar. Sob muitos aspectos, a memória é como um músculo. É preciso exercitá-lo e desenvolvê-lo, a fim de dar-lhe uso e trabalho adequados. O mesmo ocorre com a memória. A diferença é que podemos exercitá-lo ao máximo ou até atrofiá-lo mas não fazemos o mesmo com a memória. É possível aprender a ter uma memória treinada, assim como aprendemos qualquer outra coisa. De fato, é muito mais fácil obter uma memória treinada do que, digamos, aprender a tocar um instrumento musical. Se você consegue ler e escrever em sua língua e possui um grau normal de bom senso e se lê e estuda este livro, terá adquirido uma memória treinada! Além disto, provavelmente obterá também um maior poder de concentração, um senso de observação mais apurado e uma imaginação mais vivaz.

Por favor, lembre-se de que não existe memória fraca! Isto talvez seja um choque para quem durante anos usou a memória supostamente "fraca" como desculpa. Mas, repito, não existe má memória. Há apenas aquela treinada ou não. Quase toda memória destreinada é unilateral. Ou seja, as pessoas que se lembram de nomes e rostos esquecem-se de números de telefone e as que gravam números de telefone não conseguem, de jeito nenhum, recordar os nomes das pessoas com quem desejam falar.

Há indivíduos com uma memória retentiva boa, mas lenta, bem como os que se lembram das coisas com rapidez, porém são incapazes de retê-las por qualquer período de tempo. Se você aplicar os sistemas e métodos presentes neste livro, asseguro-lhe que obterá uma memória rápida e retentiva para quase todas as coisas.

Conforme mencionei no capítulo anterior, tudo o que quiser lembrar deve estar associado de uma forma ou de outra a algo que já conhece ou do qual se recorda. Verdade ,mesmo! Se você estivesse associando

de forma consciente, então já teria o início de uma memória treinada.

Veja só, a maioria das coisas que lembrou até hoje estava associada subconscientemente a algo que já conhecia ou do qual se recordava. A palavra importante aqui é “subconscientemente” Nós mesmos não compreendemos o que se passa em nosso subconsciente. Quase todos nós ficaríamos assustados, se entendêssemos. Iremos lembrar do que tiver fortes associações inconscientes e esquecer do que não tiver. Já que esta pequena “calistenia” mental ocorre sem nosso conhecimento, não podemos evitá-la.

Portanto, aqui está o xis do problema – vou ensiná-lo a associar tudo o que desejar, conscientemente! Quando aprender a fazê-lo, terá adquirido uma memória treinada!

Tenha em mente que o sistema por mim ensinado neste livro serve de auxílio à memória normal ou real. É a sua memória que faz o trabalho por você, quer perceba isto ou não. Há uma leve distinção entre uma memória treinada e uma memória real, e à medida que utilizar o sistema aqui apresentado, esta distinção começará a desaparecer.

Este é o aspecto maravilhoso do nosso sistema. Após usar o método de modo consciente por um tempo, ele se tornará automático e você quase começará a pô-lo em prática subconscientemente!

1

Esta frase substitui outra de sentido diverso em inglês, ou seja. “Every Good Boy Does Fim” (Todo Bom Garoto Aprende Bem), cujas iniciais correspondem às letras que representam as notas mi, sol, si, ré, fá, sistema este existente nos Estados Unidos, mas não no Brasil. (N. da. T.)

2

Também aqui houve a substituição da

3. Teste sua memória

Alguns universitários estavam fazendo um teste nas vésperas das férias de Natal. Este era um exame pelo qual não ansiavam, pois sabiam que seria difícil. E foi!

Um estudante entregou a prova com a seguinte observação: "Só Deus sabe as respostas destas perguntas. Feliz Natal!"

O professor corrigiu as provas e devolveu-as aos alunos. Uma delas trazia uma mensagem: "Deus fica com A e você, com F. Feliz Ano Novo!"

Não creio que vá considerar muito difíceis os testes deste capítulo. Mesmo que ache, isto não importa, já que ninguém saberá até que ponto saiu-se mal neles. Em um capítulo anterior, dei alguns exemplos, mostrando como associações são de grande ajuda para nos lembrarmos de qualquer coisa. Um auxílio tão simples dado à memória e, ainda assim, tão eficaz. O fato de os leitores que aprenderam a frase "Never believe a lie" nunca mais escreverem errado a palavra "believe" prova sua eficácia. O fato mais importante de que podem guardar na mente estas associações simples durante anos comprova isto ainda mais.

Estou convicto de que, se podemos lembrar ou reter algo com o auxílio de uma associação consciente, podemos lembrar ou reter algo com o auxílio de uma associação consciente, podemos fazê-lo com qualquer coisa. Esta é minha opinião e pretendo prová-la com você. Também tenciono prová-la a você. Após aprender os métodos, certamente concordará que as associações conscientes lhe serão mais úteis e valiosas do que jamais imaginou que pudessem ser. Se eu lhe dissesse agora que, depois de ler e estudar o sistema presente neste livro, você seria capaz de memorizar um número com 50 dígitos e reter tal informação pelo tempo que quiser, após olhá-lo apenas uma vez, iria tomar-me por louco.

Se afirmasse que você podia decorar a ordem de um baralho com 52 cartas misturadas, depois de ouvir alguém dizê-las em voz alta apenas uma vez, acharia que sou maluco! Se lhe garantisse que nunca mais teria dificuldade em guardar nomes ou rostos, que seria capaz de memorizar uma lista de compras com 50 itens ou o conteúdo de uma revista inteira, recordar-se de preços e números de telefone importantes ou saber o dia da semana de qualquer data, na certa julgaria que perdi a cabeça. Leia e estude este livro e comprove por si mesmo!

– Creio que a melhor maneira de provar isso seria deixá-lo acompanhar seu próprio progresso. Para tal finalidade, devo mostrar-lhe primeiro quão fraca é sua memória destreinada. Portanto, separe alguns minutos de seu tempo neste momento e analise a si próprio nos testes seguintes. Desta maneira, conseguirá fazer os mesmos testes, depois de ler certos capítulos, e comparar os pontos.

Acho que tais testes são muito importantes. Como sua memória vai melhorar praticamente a cada capítulo que ler, quero que veja este progresso. Isto lhe dará confiança, o que por si só é fundamental para uma memória treinada. Após cada teste, encontrará um espaço para seu score atual e outro a ser usado para os pontos que obterão depois de ler aqueles determinados capítulos.

Um aspecto importante, antes de fazer os testes, é não folhear o livro e ler apenas os capítulos que julga lhe serem úteis. Todos os capítulos o ajudarão, e será muito melhor se lê-los em seqüência. Não se adiane, nem a mim, nem a si mesmo!

Teste

Leia apenas uma vez esta lista de 15 objetos. Deve levar uns dois minutos. Em seguida, tente escrevê-la, sem olhar no livro. E lógico que deve fazê-lo exatamente na mesma ordem em que aparece aqui. Quando avaliar a si próprio, lembre-se de que, se esquecer uma palavra, errará nas palavras seguintes, pois não estarão na seqüência certa. Faça este teste de novo, após ler o Capítulo 5. Marque 5 pontos para cada resposta correta.

livro, cinzeiro, vaca, casaco, fósforo, gilete, maçã, bolsa, persiana, frigideira, relógio, óculos, maçaneta, garrafa, minhoca.

Anote os pontos aqui_Marque os pontos

depois de ler o capítulo 5.

Teste 2

Em cerca de três minutos, tente memorizar os 20 objetos alistados aqui por número. Depois procure alistá-los você mesmo sem olhar para o livro. Deve lembrar-se não só do objeto, mas

11. Vestido

12. Flor

13. Janela

14. Perfume
16. Pão
17. Lápis
18. Cortina
19. Vaso
20. Chapéu

Capítulo

o

Marque

11

também do número ao qual pertence. Repita o teste, após ler o Capítulo 6. Marque 5 pontos para cada objeto que arrolar com o número certo.

1. Rádio
2. Aeroporto
3. Lâmpada
4. Cigarro
5. Pintura
6. Telefone
7. Cadeira
8. Cavalo
9. Ovo

Anote aqui os pontos _Marque

os pontos após ler o Capítulo 6.

Teste 3

Olhe para este número de 20 dígitos por uns dois minutos e meio;

depois pegue um pedaço de papel e tente escrevê-lo de memória. Marque 5 pontos para cada número que colocar na seqüência e no lugar certos. Por favor, compreenda que o importante aqui é a retenção, que não poderá testar até ler o Capítulo 11.

72443278622173987651

Anote aqui os pontos ___ os pontos após ler

Teste 4

Imagine que alguém tirou cinco cartas de um baralho misturado. Agora esta pessoa lhe dá em voz alta a lista das cartas restantes (47) apenas uma vez. Poderia dizer de memória quais as cinco cartas que não foram enumeradas ou que estavam faltando? Vamos experimentar. Examine esta lista de 47 cartas só uma vez. Em seguida, pegue um lápis e anote o nome das cinco cartas que julga estarem faltando. Não demore mais de quatro minutos e meio para olhar a lista das cartas. Vou pedir-lhe que repita o teste após ler e estudar o Capítulo 10. Some 20 pontos para cada carta ausente que alistar corretamente.

Valete de Copas Paus	Oito de	
Ás de Ouros Paus	Dama de	
Rei de Copas Espadas	Sete de	
Sete de Ouros Paus	Sete de	
Dez de Paus Ouros	Dois de	

Valete de Espadas	Reis de	
Paus		
Três de Espadas	Oito de	
Copas		
Nove de Copas	Seis de	
Espadas		

Sete de Copas Dama de Copas Três de Ouros Dois de Espadas Ás de Paus Nove de Espadas Quatro de Paus Cinco de Copas Três de Copas Nove de Paus Dez de Ouros Oito de Espadas Cinco de Espadas Ás de Espadas Seis de Ouros Valete de Ouros

Quatro de Espadas Dama de Espadas Três de Paus Valete de Paus Seis de Copas Quatro de Copas Dez de Espadas Reis de Ouros Dez de Copas Dama de Ouros Oito de Ouros Cinco de Paus Dois de Paus Cinco de Ouros Dois de Copas

Escreva os pontos aqui , marque o escore após ler o Capítulo 10.



Teste 5

Olhe para os 15 rostos e nomes na gravura abaixo durante uns seis ou oito minutos. Ao final do capítulo, encontrará novamente estes mesmos rostos em ordem diferente, sem os nomes. Verifique se pode dar o nome

certo ao rosto certo. Lembre-lhe de que deve repetir este teste, após ler o Capítulo 17. Marque 5 pontos para cada nome e rosto que conseguir combinar corretamente.



ue o escore após

Teste 6

Leve sete a nove minutos examinando esta lista de 10 pessoas com os respectivos números de telefone. Depois copie todos os nomes em um pedaço de papel e veja se pode escrever de memória o número de telefone ao lado de cada uma das pessoas. Lembre-se de que se discasse um dígito errado, também erraria todo o grupo -portanto se apenas um dígito no número estiver incorreto, não somará pontos neste determinado número. Não se esqueça de fazer este teste de novo, após ler todo o Capítulo 19. some 10 pontos a cada número de telefone que acertar.

Não desanime, se obteve poucos pontos nos testes precedentes. Dei-os a você com um objetivo definido. Em primeiro lugar, naturalmente, conforme afirmei antes, foi para que os leitores pudessem checar o próprio progresso, à medida que liam o livro. Em segundo, para lhes mostrar o quanto não é confiável uma memória destreinada.

Não serão necessários muito trabalho e estudo para atingir 100% em todos estes testes. Gostaria de referir-me ao sistema existente neste livro como uma forma de memorização típica dos 'preguiçosos'!

Padeiro

Alfaiate

Sapateiro

Dentista

Sr. Bookman

Banqueiro

Sr. Karpel

Doutor

Sr. Goldberg

Sr. Corrigan

TA 5-3174 RH 3-8295 JU 6-0746 WA 4-6904 CO 5-1127 SU 9-4281 RE 8-9714
TA 7-1015 WA 6-8222 CA 9-4132

Anote o escore aqui, marque os pontos após ler o Capítulo 19.

4. Interesse na memória



A verdadeira arte da memória é a arte da atenção.

Samuel Johnson

Por favor, leia atentamente o seguinte parágrafo:

Você está dirigindo um ônibus com 15 passageiros. O ônibus faz uma parada e 10 pessoas saem, enquanto três entram. Na próxima parada, sete passageiros descem do ônibus e dois sobem. Há mais duas paradas nas quais quatro pessoas desembarcam a cada vez, três entram em uma parada e nenhuma na outra. Neste momento, o ônibus pára devido a problemas mecânicos. Alguns passageiros estão com pressa e decidem ir a pé. Portanto, oito pessoas descem do veículo. Quando o problema mecânico é resolvido, o ônibus vai para a última parada, e o restante dos passageiros desembarca.

Agora, sem reler o parágrafo, verifique se pode responder duas perguntas a respeito dele. Tenho certeza de que se lhe pedisse para contar-me agora quantas pessoas saíram do ônibus ou quantas entraram

PRÉVIA GRATUITA · OFERTA POR TEMPO LIMITADO

Você chegou ao fim desta prévia.

Continue lendo "Como ter uma memória superpoderosa" e mais de 1 milhão de livros — de graça por 30 dias.

★★★★★ Mais de 1 milhão de leitores já aproveitam

Com o Kindle Unlimited, sua leitura não tem fim:

- ✓ Leia à vontade — explore mais de 1 milhão de títulos sem pagar por livro.
- ✓ Leve para qualquer lugar — baixe o app gratuito e leia onde e quando quiser.
- ✓ Em qualquer tela — celular, tablet, computador ou Kindle — você escolhe.
- ✓ Grandes autores — best-sellers e novos talentos, inclusive títulos em inglês.

COMEÇAR MEUS 30 DIAS GRÁTIS

Cobrança só após o período grátis.

- ✓ Pagamento seguro
- ✓ Acesso imediato
- ✓ Cancele quando quiser

Não precisa ter um Kindle: baixe o app gratuito e comece a ler agora.

Se não quiser ler no aplicativo Kindle, compre o livro [clikando aqui](#).