

名师指导：记忆力不是与生俱来的记忆的秘诀CET4考试 PDF  
转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/566/2021\\_2022\\_\\_E5\\_90\\_8D\\_E5\\_B8\\_88\\_E6\\_8C\\_87\\_E5\\_c83\\_566361.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/566/2021_2022__E5_90_8D_E5_B8_88_E6_8C_87_E5_c83_566361.htm) 培根说：“一切知识不过是记忆。”处于信息爆炸时代的人们往往会因为记忆力不好而感到苦恼。为什么读了那么多书却总是记不住？为什么做事总是丢三落四的？良好的记忆是解决这些问题的关键所在。有了好记忆，才能牢记所学知识；有了好记忆，才能提高做事效率。增强记忆力是许多人的梦想。自古以来，人们就非常关注如何提高记忆力。“右脑潜能开发”、“记忆管理系统”等有关记忆的基本原理、技巧和训练方法被人们不断地补充、完善，给人们带来有效解决记忆问题的福音。我要收藏 在获得记忆技巧和训练的同时，还要重视以下几个方面：1、反复多次的学习和复习尽管是必要的，但机械记忆、只知其一不知其二的死记硬背往往会事与愿违，所谓记得快、忘得快。2、不要一味地盲目追求契而不舍的顽强精神，而应尊重作为一个人的客观事实，当人疲劳到极点的时候，继续坚持学习是没有效益的。3、积极主动地去学习，这样才能倾注全部的情感。否则，强迫被动地学习，也仅仅是走形式，自欺欺人。4、不要埋怨自己的脑子不够用、不能升级。提高记忆能力，不是为了记住某一项具体的知识，而是要塑造最基本的能力。把自己从容易遗忘的痛苦中解救出来，通往良好记忆的道路，为之开道的是积极主动的意识，为之铺路的是记忆技巧。100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 [www.100test.com](http://www.100test.com)