

УДК 37.025.6  
ББК 74.026  
Б18

Переводчик Наталья Лисова  
Редактор Роза Пискотина

### **Байстер М.**

Б18 Быстрый ум: Как забывать лишнее и помнить нужное / Майк Байстер и Кристин Лоберг ; Пер. с англ. — М.: Альпина нон-фикшн, 2016. — 326 с.

ISBN 978-5-91671-337-4

Обладатель одного из самых быстрых математических умов в мире и создатель популярной системы работы с памятью убежден: именно талант запоминать и обрабатывать информацию быстрее других открывает пути большого успеха. И этот талант можно развивать. Майк Байстер призывает не бояться чисел и тренировать мозг интересными и необычными способами не ради развития математических способностей как таковых. Овладев материалом этой книги, вы сможете освоить в жизни все что угодно, от иностранных языков до музыки, от кулинарии до умения вести переговоры, общаться и даже налаживать отношения с окружающими. И главное, станете намного увереннее в себе.

УДК 37.025.6  
ББК 74.026

*Все права защищены. Никакая часть этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в сети Интернет и в корпоративных сетях, а также запись в память ЭВМ для частного или публичного использования, без письменного разрешения владельца авторских прав. По вопросу организации доступа к электронной библиотеке издательства обращайтесь по адресу [lib@alpina.ru](mailto:lib@alpina.ru).*

© Brainetics, LLC, 2012

This translation published by arrangement with Harmony Books, an imprint of the Crown Publishing Group, a division of Random House LLC and with Synopsis Literary Agency. A version of this book will be published in English by Harmony Books in 2014. Brainetics is a trademark of Brainetics, LLC.

© Издание на русском языке, перевод, оформление. ООО «Альпина нон-фикшн», 2014

ISBN 978-5-91671-337-4 (рус.)  
ISBN 978-0-307-98587-3 (англ.)

# СОДЕРЖАНИЕ



Введение. Памятная история	9
----------------------------	---

## ЧАСТЬ I. ВОЛШЕБСТВО ПАМЯТИ

Глава 1	Вы можете думать как гений <i>Как развить в себе ум гения независимо от уровня интеллекта</i>	29
Глава 2	Сила паттернов <i>Все дело во взаимосвязи!</i>	57

## ЧАСТЬ II. ОВЛАДЕНИЕ ШЕСТЬЮ НАВЫКАМИ ГЕНИЯ

Глава 3	Навыки 1 и 2: сосредоточенность и концентрация <i>Умеете ли вы следовать указаниям?</i>	93
Глава 4	Навык 3: запоминание большого количества информации без зубрежки <i>Развитие умственных способностей при помощи искусства ассоциаций</i>	123
Глава 5	Навык 4: думать нестандартно <i>Как верность связана с ревностью</i>	170

Глава 6	Навык 5: Организация <i>Гарри держал маленького бэби Бобби, отчего Нэнси пребывала в сплошном фантастическом кошмаре</i>	201
Глава 7	Навык 6: Забывание <i>Как забывание помогает помнить</i>	247

### ЧАСТЬ III. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ИНСТРУМЕНТЫ И РЕСУРСЫ

Глава 8	Игра «Посмотрите, я гений!» <i>Еще несколько занимательных игр для всех от 9 до 99 (плюс фокусы для развлечения родных и друзей)</i>	273
Глава 9	Вопросы и ответы <i>Всякая всячина и еще несколько напоминаний в классическом стиле часто задаваемых вопросов</i>	299
Эпилог. Задатки гениальности		316
Благодарности		322