

DANAOZHENG NENGLIANG 刘玉寒 编著

大脑正能量

可以感知温度的科学 / 可以带来触动的科学 / 可以丰富色彩的科学 / 可以生发探索的科学



中国出版集团



现代出版社

DANAOZHENGNEGLIANG

刘玉寒 编著

大脑正能量



中国出版集团



现代出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

大脑正能量 / 刘玉寒编著. — 北京 : 现代出版社,
2014.1

ISBN 978-7-5143-2100-5

I. ①大… II. ①刘… III. ①大脑 - 普及读物 IV.
①R338.2-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第008556号

作 者	刘玉寒
责任编辑	王敬一
出版发行	现代出版社
地 址	北京市安定门外安华里504号
邮政编码	100011
电 话	(010) 64267325
传 真	(010) 64245264
电子邮箱	xiandai@cnpitc.com.cn
网 址	www.modernpress.com.cn
印 刷	三河市燕春印务有限公司
开 本	710 × 1000 1/16
印 张	9
版 次	2014年1月第1版 2014年1月第1次印刷
书 号	ISBN 978-7-5143-2100-5
定 价	27.00元

BRAIN

da nao gong neng liang da

da

探秘大脑的结构 / 01

大脑的构造 / 01

颞叶 / 04

额叶 / 04

枕叶 / 04

灰质 / 05

白质 / 06

大脑皮质 / 06

脑容量 / 07

脑神经 / 08

脑细胞 / 09

左脑和右脑 / 09

左撇子与右脑 / 09

左撇子与大脑结构 / 09

左撇子的特质 / 09

左撇子更富于形象思维 / 25

左撇子更敏捷 / 26

左撇子的优势 / 27

左撇子遗传吗 / 27

脑电波 / 28

脑与认知科学国家重点实验室 / 30



liang da nao zheng neng liang da nao zheng neng liang

liang da nao zheng neng liang da nao zheng neng liang

大脑的成长 / 31

脑细胞的发育 / 31

第一阶段 / 31

第二阶段 / 31

第三阶段 / 32

大脑的起源——胎儿的成长 / 32

出生后大脑的成长 / 33

婴儿期的大脑最聪明 / 34

男孩与女孩的大脑发育有区别吗 / 36

男孩和女孩的大脑真的有差别吗 / 36

男孩的大脑在子宫里的发育情况 / 37

女孩的大脑在子宫里的发育情况 / 38

男孩和女孩大脑发育的差异 / 38

男孩和女孩的思维方式有不同吗 / 38

挖掘大脑的潜能 / 40

语言中枢 / 41

运动控制 / 41

情绪产生 / 43

双手与大脑 / 44

目 录



DA NAO ZHENG NENG LIANG

da nao zheng neng liang da nao zheng neng liang da nao

- 大脑的生理开发 / 45
- 大脑的心理开发 / 46
- 爱因斯坦大脑的秘密 / 46

记忆去哪儿了 / 47

什么是人的记忆 / 47

大脑记忆 / 48

记忆的作用 / 49

记忆的分类 / 50

记忆系统 / 51

瞬时记忆 / 51

短时记忆 / 52

长时记忆 / 53

记忆的潜力 / 53

记忆大师 / 55

记忆品质 / 56

敏捷性 / 56

持久性 / 57

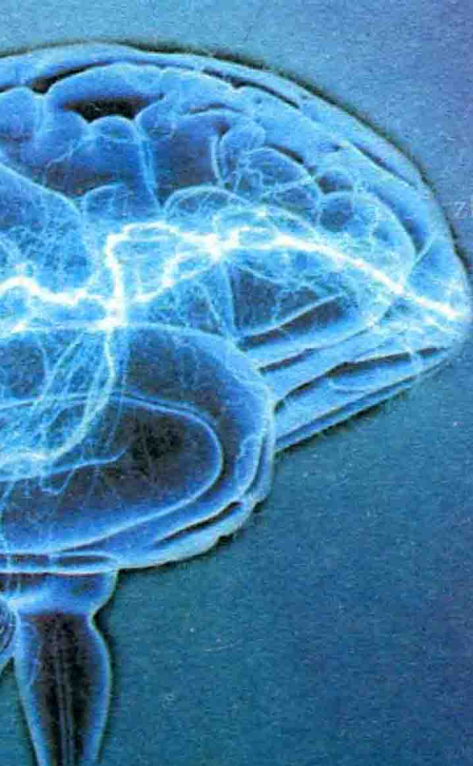
正确性 / 58

备用性 / 59

记忆的法则 / 59

记忆与录音 / 59

记忆与备忘录 / 60



zheng neng liang

记忆与环境 / 60

记忆与字典 / 61

记忆与儿童读物 / 61

记忆与讨论 / 61

记忆与添注 / 61

记忆的原理 / 63

编码 / 63

存储 / 63

检索 / 64

四个记忆高潮 / 64

增强记忆的方法 / 64

世界记忆锦标赛 / 67

大脑与智力 / 68

构成智力的因素 / 69

观察力 / 69

注意力 / 69

记忆力 / 69

思维力 / 69

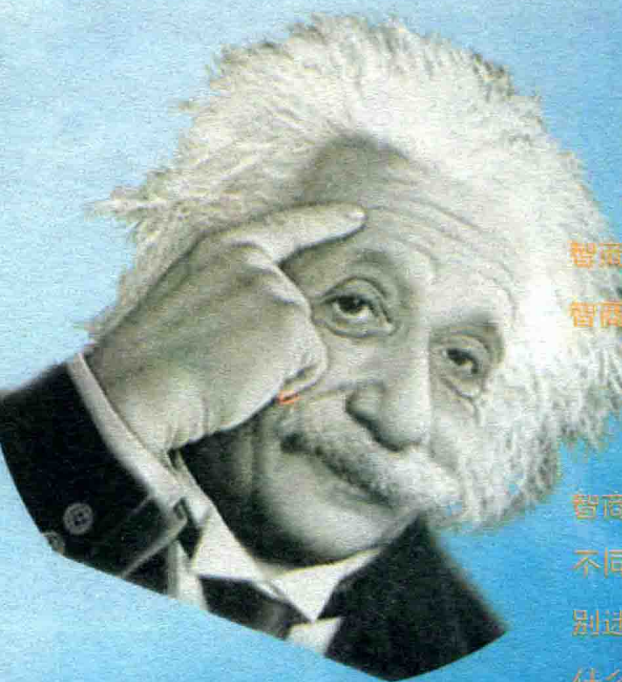
智力的影响因素 / 70

遗传与营养 / 70

早期经验 / 70

教育与教学 / 70

目 录



社会实践 /71

主观努力 /71

智商的概念 /71

智商的分类 /72

比率智商 /72

离差智商 /72

智商的测定 /73

不同智商人群的比例情况 /73

别迷信国家智商排行榜 /74

什么样的孩子应测智商 /74

智商的用途 /75

考试 /75

棋艺 /76

科研 /76

政治 /77

经济 /78

高智商名人 /79

William James Sidis IQ=265+ /79

维特根斯坦 IQ=230 /79

列奥纳多·达·芬奇 IQ=220 /80

歌德 IQ=210 /81

Nathan Leopold IQ=210 /81

Emanuel Swedenburg IQ=205 /82

莱布尼茨 IQ=205 /82

格劳秀斯 IQ=200 /83

亚里士多德 IQ=200+ /83

精密的大脑 /83

梦的解析 /56

梦因解析 /88

物理因素 /88

生理因素 /88

心理因素 /88

思虑致梦 /88

情感致梦 /89

性格致梦 /89

梦的原理 /90

信息运动原理 /90

触发端原理 /90

有意识原理 /91

梦的类型 /92

梦的新义 /94

梦与健康 /95

科学史上著名的梦 /97

苯 /97

生物学家洛伊 /98

元素周期律 /99

曲针的发明 /99

目录



梦的名言 / 101

大脑的奇妙事 / 102

大脑喜欢色彩 / 103

大脑集中精力最多只有25分钟 / 103

大脑需要燃料 / 104

大脑是电气化学活动的海洋 / 104

大脑喜欢问题 / 105

大脑和身体有它们各自的节奏周期 / 106

大脑和身体经常交流 / 106

大脑要氧气 / 107

大脑需要宽敞的环境 / 107

大脑喜欢整洁的空间 / 107

压力影响记忆 / 110

大脑如同肌肉 / 110

大脑爱吃菠菜 / 110

大脑喜欢运动 / 111

大脑爱听自言自语 / 111

大脑比眼睛快 / 111

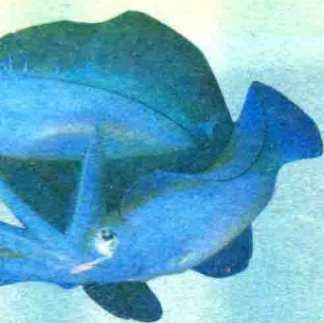
两根香蕉可支撑大脑一天 / 112

频繁倒时差会损坏记忆 / 112

大脑难辨噪声中的来电 / 113

声乐和电子枪战游戏有益大脑 / 114

大脑有个“笑话中心” / 114



- 大脑对序列情有独钟 / 114
- 大脑误会让人见打光喷嚏 / 115
- 打哈欠让大脑变得清醒 / 116
- 高度能让大脑产生幻觉 / 116

令人惊异的动物大脑 / 117

- 蚂蚁的大脑被寄生真菌操控 / 117
- 海鞘吃自己的大脑 / 117
- 巨型乌贼通过大脑进食 / 118
- 海豚的大脑比人类的大 / 118
- 三刺鱼的大脑男女不平等 / 119
- 水蛭有三个大脑 / 120
- 线虫的大脑虽小但很强大 / 120
- 小蜜蜂拥有昆虫界最小的神经系统 / 120
- 鸦科动物的智慧令人惊异 / 121
- 蜘蛛的大脑占身体的大部分 / 122
- 啄木鸟的头骨中有气囊 / 122

大脑健康百科 / 123

- 影响大脑的五种因素 / 123
- 用脑过度的信号 / 124
- 损害大脑的十个不良习惯 / 124
- 快走+打球，大脑会更聪明 / 125
- 大脑保健食品 / 126

目 录



DANAOZHENG NENGLIANG

刘玉寒 编著

大脑正能量



中国出版集团



现代出版社

liang da nao zheng neng liang da nao zheng neng liang

liang da nao zheng neng liang da nao zheng neng liang

大脑的成长 / 31

脑细胞的发育 / 31

第一阶段 / 31

第二阶段 / 31

第三阶段 / 32

大脑的起源——胎儿的成长 / 32

出生后大脑的成长 / 33

婴儿期的大脑最聪明 / 34

男孩与女孩的大脑发育有区别吗 / 34

男孩和女孩的大脑真的有差别吗 / 36

男孩的大脑在子宫里的发育情况 / 37

女孩的大脑在子宫里的发育情况 / 38

男孩和女孩大脑发育的差异 / 38

男孩和女孩的思维方式有不同吗 / 38

挖掘大脑的潜能 / 40

语言中枢 / 41

运动控制 / 41

情绪产生 / 43

双手与大脑 / 44

目 录



da hao zhong neng liang da hao zhong neng liang

DA NAO ZHENG NENG LIANG

da nao zheng neng liang da nao zheng neng liang da nao

- 大脑的生理开发 / 45
- 大脑的心理开发 / 46
- 爱因斯坦大脑的秘密 / 46

记忆去哪儿了 / 47

什么是人的记忆 / 47

大脑记忆 / 48

记忆的作用 / 49

记忆的分类 / 50

记忆系统 / 51

瞬时记忆 / 51

短时记忆 / 52

长时记忆 / 53

记忆的潜力 / 53

记忆大师 / 55

记忆品质 / 56

敏捷性 / 56

持久性 / 57

正确性 / 58

备用性 / 59

记忆的法则 / 59

记忆与录音 / 59

记忆与备忘录 / 60



zheng neng liang

记忆与环境 / 60

记忆与字典 / 61

记忆与儿童读物 / 61

记忆与讨论 / 61

记忆与添注 / 61

记忆的原理 / 63

编码 / 63

存储 / 63

检索 / 64

四个记忆高潮 / 64

增强记忆的方法 / 64

世界记忆锦标赛 / 67

大脑与智力 / 68

构成智力的因素 / 69

观察力 / 69

注意力 / 69

记忆力 / 69

思维力 / 69

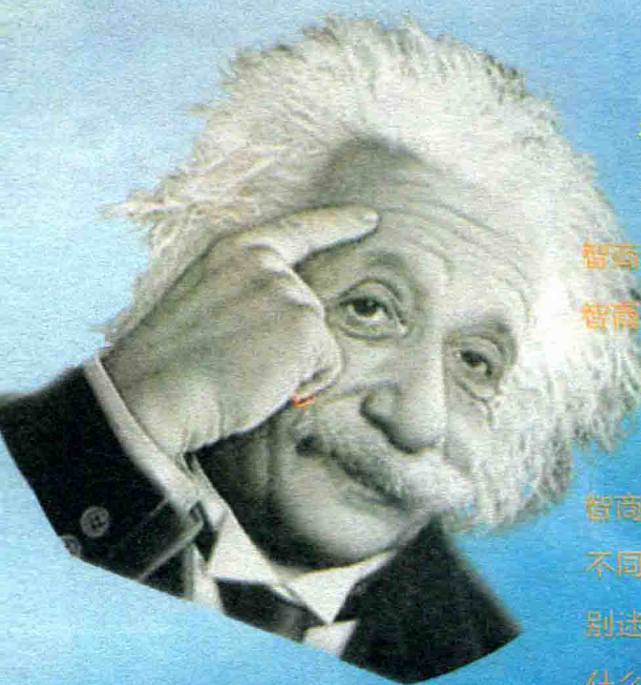
智力的影响因素 / 70

遗传与营养 / 70

早期经验 / 70

教育与教学 / 70

目 录



社会实践 /71

主观努力 /71

智商的概念 /71

智商的分类 /72

比率智商 /72

离差智商 /72

智商的测定 /73

不同智商人群的比例情况 /73

别迷信国家智商排行榜 /74

什么样的孩子应测智商 /74

智商的用途 /75

考试 /75

棋艺 /76

科研 /76

政治 /77

经济 /78

高智商名人 /79

William James Sidis IQ=265+ /79

维特根斯坦 IQ=250 /79

列奥纳多·达·芬奇 IQ=220 /80

歌德 IQ=210 /81

Nathan Leopold IQ=210 /81

Emanuel Swedenburg IQ=205 /82

莱布尼茨 IQ=205 /82