

OBSAH

Úvod

1. část

Základní paměťové techniky

- 1. kapitola** Tajemství druhého mozku
- 2. kapitola** Pět minut pro mega paměť
- 3. kapitola** Člověk, který nikdy nic nezapomene
- 4. kapitola** Zlepšený přenosný zásobník paměti
- 5. kapitola** Individuální duševní tréninkový program
- 6. kapitola** Tajemství druhé paměti
- 7. kapitola** Řetězce informací
- 8. kapitola** Proč se zapomíná

2. část

Paměťové techniky pro pokročilé

- 9. kapitola** Jak si zapamatovat dlouhatánská čísla
- 10. kapitola** Jak nezapomínat jména
- 11. kapitola** Jak odpálit paměťovou bombu
- 12. kapitola** Cesta k mega paměti otevřená
- 13. kapitola** Hledání ztracených věcí
- 14. kapitola** Čtrnáct tajemství učení
- 15. kapitola** Pět návodů jak nezapomínat
- 16. kapitola** Pomoc klíčových slov
- 17. kapitola** Kouzlo hudby
- 18. kapitola** Mistrovský kurz mega paměti
- 19. kapitola** Rychlý test paměti