

OBSAH

Předmluva	7
Lekce 1 – Jak je to s pamatováním?	9
Lekce 2 – Využívejte pro pamatování celý mozek	16
Lekce 3 – Rozhodněte se sami, co si chcete opravdu pamatovat. .	24
Lekce 4 – Mnemotechnika do kapsy	31
Lekce 5 – Jak na zapamatování velkých souborů informací? Kategorizací!	37
Lekce 6 – Tajemství staré antiky – Metoda Loci	49
Lekce 7 – Technika symbolů.	57
Lekce 8 – Pamatování čísel krátkých i dlouhých? To je hračka!	65
Lekce 9 – Myšlenky zakreslené do mapy.	75
Lekce 10 – Opakování, matka moudrosti	83