



RESUMEN DE



MEMORIA ILIMITADA

POR:

KEVIN HORSLEY

Readtrepreneur Publishing

**Resumen De Memoria
Ilimitada, Por Kevin Horsley**

«Tektime S.r.l.s.»

Readtrepreneur Publishing

Resumen De Memoria Ilimitada, Por Kevin Horsley / Readtrepreneur Publishing — «Tektime S.r.l.s.»,

Memoria Ilimitada: Cómo usar las Estrategias de Aprendizaje Avanzado para Aprender Más Rápido, Recordar Más y Ser Más Productivo por Kevin Horsley - Resumen del Libro - Readtrepreneur (Descargo de responsabilidad: Este NO es el libro original, sino un resumen no oficial.) Su cerebro es su herramienta más poderosa, aprenda a hacerlo mucho más poderoso. Tu cerebro, como muchas otras partes del cuerpo humano, requieren de un entrenamiento. En Kevin Horsley's Memoria ilimitada aprenderás las mejores estrategias para sacar el máximo provecho de tu cerebro, optimizando tu velocidad de aprendizaje además de tu capacidad para recordar más. (Nota: Este resumen ha sido escrito y publicado en su totalidad por Readtrepreneur. No está afiliado con el autor original de ninguna manera) "Cada pensamiento que tenemos es creativo: tiene el poder de construir y el poder de destruir". —Kevin Horsley— Hay mucho potencial en tu cerebro que si no lo explotas, nunca podrás obtener. Desperdiciar una gran part Memoria Ilimitada: Cómo usar las Estrategias de Aprendizaje Avanzado para Aprender Más Rápido, Recordar Más y Ser Más Productivo por Kevin Horsley - Resumen del Libro - Readtrepreneur (Descargo de responsabilidad: Este NO es el libro original, sino un resumen no oficial.) Su cerebro es su herramienta más poderosa, aprenda a hacerlo mucho más poderoso. Tu cerebro, como muchas otras partes del cuerpo humano, requieren de un entrenamiento. En Kevin Horsley's Memoria ilimitada aprenderás las mejores estrategias para sacar el máximo provecho de tu cerebro, optimizando tu velocidad de aprendizaje además de tu capacidad para recordar más. (Nota: Este resumen ha sido escrito y publicado en su totalidad por Readtrepreneur. No está afiliado con el autor original de ninguna manera) "Cada pensamiento que tenemos es creativo: tiene el poder de construir y el poder de destruir". - Kevin Horsley Hay mucho potencial en tu cerebro que si no lo explotas, nunca podrás obtener. Desperdiciar una gran parte de la capacidad de tu herramienta más poderosa es el mayor error que podrías cometer. Con disciplina para poner en práctica estas técnicas de manera constante, te encontrarás más capaz de hacer casi cualquier cosa. Kevin Horsley subraya que todo lo que necesitas para

mejorar tu capacidad cerebral está en la Memoria Ilimitada. Todas las herramientas y técnicas están desglosadas en este título para que puedas aplicarlas cómodamente a tu propio ritmo para mejorar cada día. P.D. Memoria Ilimitada es un libro extremadamente útil que te ayudará a descubrir tu potencial como ser humano y cómo tienes la capacidad de ser mejor en todos los aspectos. ¡El tiempo de pensar se acabó! ¡Es hora de actuar! ¡Desplácese hacia arriba ahora y haga clic en el botón "Comprar ahora con 1-Click" para obtener su copia de inmediato! ¿Por qué elegirnos, Readtrepreneur? ● Resúmenes de la más alta calidad ● Entrega un conocimiento asombroso ● Actualización impresionante ● Descarga de responsabilidad claro y conciso una vez más: Este libro está destinado a ser una gran compañía del libro original o simplemente para obtener lo esencial del libro original.

© Readtrepreneur Publishing

© Tekttime S.r.l.s.

Содержание

COPYRIGHT © 2020 – READTREPRENEUR	7
AVISO LEGAL	8
EL LIBRO DE UN VISTAZO	9
BONOS GRATUITOS	10
CAPÍTULO 1. INTRODUCCIÓN	11
PARTE PRIMERA	12
Capítulo 2. Disculpe	13
CAPÍTULO 3. NUNCA CREAS UNA MENTIRA	14
Конец ознакомительного фрагмента.	16

Resumen De Memoria Ilimitada, Por Kevin Horsley

RESUMEN DE MEMORIA ILIMITADA, POR KEVIN HORSLEY

READTREPRENEUR PUBLISHING

Traducido por ARTURO JUAN RODRÍGUEZ SEVILLA

COPYRIGHT © 2020 – READTREPREENEUR

Todos los derechos reservados. Ninguna parte de esta guía puede ser reproducida de ninguna forma sin el permiso escrito del editor, excepto en el caso de breves citas incorporadas en artículos o reseñas críticas.

AVISO LEGAL

La información contenida en este libro no está diseñada para reemplazar o sustituir ninguna forma de medicina o consejo médico profesional. La información de este libro se ha proporcionado con fines educativos y de entretenimiento solamente.

La información contenida en este libro ha sido compilada de fuentes consideradas confiables, y es exacta según el mejor conocimiento del Autor; sin embargo, el Autor no puede garantizar su exactitud y validez y no puede ser considerado responsable de ningún error u omisión. Periódicamente se realizan cambios en este libro. Usted debe consultar a su médico u obtener consejo médico profesional antes de usar cualquiera de los remedios, técnicas o información sugeridos en este libro. Las imágenes utilizadas en este libro no son las mismas que las del libro real. Esta es una entidad totalmente separada y diferente de la del libro original titulado: "Memoria Ilimitada".

Al utilizar la información contenida en este libro, usted acepta eximir al Autor de toda responsabilidad por cualquier daño, costo y gasto, incluyendo cualquier honorario legal que pueda resultar de la aplicación de cualquier información proporcionada por esta guía. Esta exención de responsabilidad se aplica a cualquier daño o perjuicio causado por el uso y aplicación, ya sea directa o indirectamente, de cualquier consejo o información presentada, ya sea por incumplimiento de contrato, agravio, negligencia, daño personal, intención criminal o bajo cualquier otra causa de acción.

Usted se compromete a aceptar todos los riesgos del uso de la información presentada en este libro. Es necesario que consulte a un médico profesional para asegurarse de que es capaz y está lo suficientemente sano para participar en este programa.

EL LIBRO DE UN VISTAZO

Desde el momento en que entramos en la escuela, se nos hizo creer que la capacidad de nuestro cerebro es limitada. Esto se debe al hecho de que también se nos hizo creer que tenemos que pasar por el aprendizaje de memoria para memorizar una determinada lección. En efecto, solo acabamos metiendo información en nuestra cabeza, que olvidamos al día siguiente.

El autor desea refutar esa creencia. Sabe que todos nosotros tenemos una memoria ilimitada. Y para liberar esta habilidad oculta, debemos aprender primero los diversos métodos de memoria que todos los grandes maestros de la memoria utilizan.

Este libro establece los diversos métodos y sistemas que nos ayudarán a maximizar nuestra memoria. En el capítulo 1, el autor nos cuenta su historia: que sufrió de dislexia durante la mayor parte de su infancia. Sin embargo, fue capaz de superar estos retos —y con la ayuda de los métodos de memoria establecidos en este libro, incluso se convirtió en uno de los más célebres maestros de la memoria de su tiempo—.

En el capítulo 2, comparte que uno de los mayores obstáculos para tener una memoria ilimitada es dar excusas para no aprenderlas en primer lugar. Las excusas van de la mano de las falsas creencias sobre nuestra memoria, que el autor analiza en detalle en el capítulo 3. Y finalmente, el último obstáculo para tener una memoria ilimitada se discute en el capítulo 4, que es la incapacidad de vivir el momento y la incapacidad de estar atento por estar atrapado en varias tareas a la vez.

El capítulo 5 comienza con el autor discutiendo el principio del SEE, que nos ayudará a ser imaginativos y creativos mientras aprendemos. En el capítulo 6, el autor discute el Método del Coche, el cual nos ayuda a recordar información imaginando que está almacenada en nuestro coche. Trabajando de manera similar al Método del Coche —pero con un medio diferente de almacenamiento— es el Método del Cuerpo, el cual se discute en el capítulo 7. En el capítulo 8, el autor discute el Método de la Memoria, en el que imaginamos que la información y los conceptos están colgados en nuestra mente. Y en el capítulo 9, el autor discute el Método del Viaje, con el cual asociamos la nueva información con un lugar o paisaje con el que estamos familiarizados.

El capítulo 10 trata sobre la vinculación de nuestros pensamientos, lo que debería ayudarnos a mejorar la forma en que asociamos la información antigua con la nueva. En los capítulos 11 y 12, el autor nos proporciona ejemplos que podemos utilizar para que recordar nombres y números sea más fácil y entretenido. Y en el capítulo 13, se nos enseña el concepto de Mapeo Mental, que puede ayudarnos a organizar mejor nuestros pensamientos.

En el capítulo 14, el autor nos proporciona ejemplos prácticos de cómo podemos utilizar estos métodos en nuestra vida cotidiana. Por otro lado, el capítulo 15 trata sobre el cultivo de la disciplina para maximizar nuestra experiencia de aprendizaje. Y, por último, el capítulo 16 nos enseña la importancia de la revisión persistente y consistente para garantizar el éxito.

Este libro tiene como objetivo abrirnos los ojos al hecho de que todos poseemos una memoria ilimitada. El autor discutió cada capítulo de la manera más completa posible, con ejemplos para ayudar a los lectores a visualizar cómo funciona cada método.

BONOS GRATUITOS

P.D. ¿Está bien si nos excedemos en la entrega?

Aquí en Readtrepreneur Publishing, creemos en la entrega excesiva más allá de las expectativas de nuestros lectores. ¿Está bien si entregamos más de lo que se espera?

Este es el trato, le daremos un resumen en PDF extremadamente condensado del libro que acaba de leer y mucho más...

¿Cuál es la trampa? Tenemos que confiar en usted... Verá, queremos entregar más de lo necesario y para ello tenemos que confiar en que nuestro lector se guarde este bono en secreto... ¿Por qué? Porque no queremos que la gente reciba nuestros resúmenes exclusivos en PDF incluso sin comprar nuestros libros. No es ético, ¿verdad?

De acuerdo. ¿Están listos?

En primer lugar, recuerde que su libro es un código:

“READ130”.

A continuación visite este link: <http://bit.ly/exclusivepdfs>

Todo lo demás será auto-explicativo después de que visite:

<http://bit.ly/exclusivepdfs>.

¡Esperamos que disfrute de nuestros bonos gratuitos tanto como nosotros disfrutamos preparándolo para usted!

CAPÍTULO 1. INTRODUCCIÓN

La memoria de nuestro cerebro es responsable de todo lo que somos hoy en día. El autor comparte que somos seres que recolectan datos – y los datos recolectados dan forma a la forma en que aprendemos, pensamos, creamos y realizamos otras actividades cognitivas. Con esto, podemos ver cuán asombrosa puede ser nuestra memoria.

Sin embargo, a menudo se nos hace pensar que, como seres humanos, solo estamos bendecidos con una memoria limitada. Este libro busca refutar esa creencia.

Para entender lo que este libro intenta transmitir a un nivel más profundo, debemos tener en cuenta que la mente humana tiene dos propiedades importantes: el aprendizaje y la memoria. El aprendizaje es la habilidad del cerebro para adquirir nueva información. Por otro lado, la memoria es la responsable de mantener la información en su lugar. Por lo tanto, ahora podemos ver dónde está el problema: si la memoria de una persona no puede mantener la nueva información en su lugar, entonces está atascada en un bucle interminable de aprendizaje y olvido.

No obstante, el autor señala que tenemos dos opciones con respecto a nuestra memoria. La primera es no hacer nada al respecto y aceptar que nuestra memoria no puede ser mejorada. Por otro lado, la segunda opción es aceptar que nuestra memoria es sólo un hábito, y que puede ser mejorada a través de un entrenamiento adecuado. Desafortunadamente, la mayoría de las personas recurren a la primera opción porque la escuela tradicional no les da la oportunidad de ver lo asombroso que es su cerebro.

Este libro tiene como objetivo proporcionarnos las bases para entrenar y mejorar nuestra memoria. El autor garantiza que, con la práctica continua, podemos lograr los mismos resultados que los maestros de la memoria. El pensamiento de una memoria ilimitada parece imposible de lograr, pero el autor cree que cada uno de nosotros tiene el mismo potencial para dominar nuestra memoria – sin importar la edad o el estatus social.

El autor entiende que este libro será recibido con muchas críticas y juicios negativos. Nos recuerda que juzgar la información es una forma de impedirnos aprender, bloqueando así nuestro camino hacia la memoria y el mejoramiento de la vida. Para comprender plenamente las lecciones y principios de este libro, es mejor leer con una mente abierta.

PARTE PRIMERA

Concéntrase

Capítulo 2. Disculpe

Para mejorar nuestra memoria, primero debemos reconocer las excusas comunes que ponemos, que solo nos impiden lograr muchas cosas, como leer este libro hasta el final. Reconocer estas excusas nos ayudará a concentrarnos en aprender lo que este libro tiene para ofrecer, y eventualmente mejorar nuestra concentración.

El autor ha clasificado las excusas comunes en las siguientes:

1. Sentirse impotente. Las excusas bajo esta categoría incluyen no ser lo suficientemente inteligentes, no tener suficiente tiempo, aceptar que nuestra constitución biológica nos impide tener buena memoria, y ser demasiado viejo para aprender cosas nuevas.

2. Culpar a otra persona. El segundo grupo de excusas incluye que nos digan que somos estúpidos, que necesitemos apoyo para el desarrollo de habilidades, y que culpemos al libro. El autor comparte que el culpar a otros solo dejará una nube negativa flotando sobre nosotros, causando que usted bloquee el aprendizaje. Por lo tanto, debemos elegir aprender en lugar de culpar.

3. La lectura de este libro será estresante. Y finalmente, la última serie de excusas incluye pensar que el libro ofrece demasiado para aprender, sentir la carga de que tenemos que cambiar la forma en que pensamos, que será difícil, y que el libro requerirá que hagamos mucho.

Evalúa todas estas excusas y pregúntate si son verdaderas. Puede que la gente no se dé cuenta todavía en este momento, pero las excusas sólo nos llevan a vivir vidas mediocres. Nos impide vivir una vida increíble porque ya se nos ocurrió una excusa para evitar el primer paso.

El autor también compara estas excusas con los virus del pensamiento, que solo impiden la capacidad de mejora de nuestra memoria. Hace que nuestro cerebro crea que tenemos límites, y cuando creemos en estos límites, también ponemos límites a la forma en que vivimos nuestras vidas.

Sin embargo, todo se reduce a nuestras elecciones. Ya desde ahora, debemos decidirnos a dejar de ceder a estas excusas. Debemos dejar de lado estas excusas de manera consistente y persistente, y enfocarnos en aumentar nuestro deseo de aprender y dominar los principios establecidos en este libro. Después de todo, somos los únicos responsables de nuestro propio aprendizaje.

Para finalizar este capítulo, el autor comparte los siguientes consejos para ayudarnos a tomar acción y superar estas excusas:

1. Intente imaginar cómo sería su vida dentro de cinco años si continúa aferrándose a sus excusas.

2. Trate de imaginar en quién se convertiría usted si ya no estuviera atado por estas excusas. Mantenga esta mentalidad siempre que esté tratando de aprender algo y vea cuánto mejorará.

3. Recuerde que todas estas son solo excusas y que no representan la verdad. Cambie la forma en que ve estas excusas, y hágalo ahora.

4. Sopesa sus prioridades preguntándose si quiere excusarse de desarrollar su verdadero potencial —o ser la mejor persona que pueda ser—.

5. Haga una lista de las razones por las que es importante que usted potencie su memoria. Esto le ayudará a crear el gran "por qué" que eventualmente lo impulsará a dar el primer paso.

CAPÍTULO 3. NUNCA CREAS UNA MENTIRA

Nuestras creencias también juegan un papel importante en la formación de nuestra memoria. Según el autor, lo que creemos es simplemente una versión limitada de la verdad, una versión que hemos creado por nuestra cuenta. Desafortunadamente, una vez que hemos dado forma a nuestras creencias, tendemos a defenderlas. Y es por eso que las personas que creen que simplemente tienen una concentración, una memoria y un potencial limitados acaban teniendo dificultades para aprender.

Para ilustrar, el autor nos hace imaginar dos personas viviendo en dos tierras separadas pero idénticas. El Sr. A vive en la Tierra 1, mientras que el Sr. B vive en la Tierra B. Ambos hombres comparten características idénticas, alcanzaron el mismo nivel educativo e incluso tienen idéntica composición biológica.

La diferencia, sin embargo, radica en el hecho de que el Sr. A creía que tenía una memoria limitada. A menudo ponía excusas a la gente, como tener un período de atención corto, ser terrible con los nombres, una memoria envejecida, y quejarse de recibir demasiada información que su cerebro no podía manejar. En efecto, desarrolló una aversión hacia el aprendizaje.

Por otro lado, el Sr. B creía que tenía una memoria asombrosa. A menudo se le oía compartir historias sobre lo grande que es su memoria. Él sigue enfatizando la importancia de mejorar la memoria de uno, y a menudo exclamaba que su memoria mejora cada día. En efecto, al Sr. B le encantaba aprender porque creía que era una gran manera de entrenar su mente.

Por lo tanto, el Sr. B tenía mejor memoria. El autor señala que aunque la única diferencia es su creencia en la memoria, sin duda ha creado una gran brecha entre ellos en términos de aprendizaje.

A partir de esta ilustración, podemos ver ahora que tener creencias que dan poder puede causar un impacto dramático en nuestras vidas. La creencia, después de todo, es un sentido de certeza — y este sentimiento de certeza hace que sea definitivo de en quiénes nos convertiremos—. Esto nos proporciona una razón más para cambiar nuestras creencias.

Afortunadamente, cambiar nuestras creencias no es una hazaña imposible. El autor comparte los siguientes pasos:

1. Tener una razón para el cambio y atenerse a ella. Recuerde que el 80% del proceso radica en por qué quiere cambiarlo, mientras que sólo el 20% se refiere a cómo lo hace.

2. El segundo paso es cuestionar activamente sus creencias. El autor comparte preguntas guía como: ¿cuánto le costaría si se aferrara a su creencia? ¿Hay una buena razón para aferrarse a ella? ¿Es su creencia la verdad? ¿Está 100% seguro de que es la verdad?

3. El tercer paso es crear una nueva creencia y confirmarla. Al confirmar su nueva creencia, piensen en las experiencias y lleven a cabo una investigación. Esto no solamente les ayuda a crear creencias más significativas, sino que también les ayudará a experimentar nuevas cosas y a abrirse a las posibilidades.

4. Y finalmente, use continuamente su nueva creencia y hágala parte de tu identidad.

Para facilitar el proceso, es mejor tener en cuenta que sus antiguas creencias provienen de las historias que ha llegado a aceptar como verdaderas. Esto le ayudará a darse cuenta de que cambiar sus creencias puede ser tan simple como cambiar las historias en su cabeza.

Además, el autor también comparte las siguientes creencias fundamentales que debemos incorporar a nuestras vidas en este momento:

1. Creer que has nacido con una concentración y una memoria excepcionales. Los seres humanos nacen naturalmente con una gran memoria, y no depende de un talento único o de píldoras. Para poder experimentar todo el potencial de nuestra memoria, debemos desarrollar la voluntad de aprender, la confianza en uno mismo y un método a prueba de tontos.

2. Debemos estar abiertos al hecho de que la mejora de la memoria es importante. Tenga en cuenta que la memoria es la función mental más importante de nuestro cerebro, por lo que mejorarla también significa mejorar su vida.

3. Crea que usted tiene habilidades increíbles, y que su memoria es ilimitada. El autor comparte que simplemente mantener una conversación requeriría que escucháramos, que creáramos un significado a partir de lo que escuchamos, y que buscáramos una respuesta en nuestra memoria — procesos que solo los seres humanos pueden realizar—. Con esto en mente, puedes ver que el cerebro tiene habilidades increíbles.

4. Creer que no hay fracaso, solo retroalimentación. Las personas tienden a concentrarse en lo que salió mal, aunque hubo varias cosas grandiosas que la memoria ha realizado ese día. Así que, en la medida de lo posible, concéntrese en sus fortalezas y piense en la retroalimentación negativa como un medio para mejorar.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.