

УДК 159.95
ББК 88.251
Х39

*Издано с разрешения Dan Hurley c/o Morris Endeavor
Entertainment, LLC и литературного агентства Andrew Nurnberg*

На русском языке публикуется впервые

Хёрли, Дэн

Х39 Стань умнее. Развитие мозга на практике / Дэн Хёрли; пер. с англ.
О. Медведь. — М.: Манн, Иванов и Фербер, 2015. — 384 с.

ISBN 978-5-00057-280-1

В этой книге Дэн Хёрли собрал современные методики совершенствования интеллекта. Автор проинтервьюировал лучших исследователей и даже сам поучаствовал в качестве подопытного в экспериментах, чтобы узнать больше о методах, о которых он пишет. В книге раскрываются все аспекты, связанные с улучшением рабочей памяти и когнитивных способностей: тренировки, упражнения, лекарства, музыка, медитация, стимуляция мозга и многое другое. Всё это автор также опробовал на себе.

Книга будет интересна всем, кто хотел бы развить свой интеллект и способности к обучению.

УДК 159.95
ББК 88.251

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

Правовую поддержку издательства обеспечивает юридическая фирма «Вегас-Лекс»

VEGAS LEX

ISBN 978-5-00057-280-1 © Dan Hurley, 2013
© Перевод, издание на русском языке, оформление.
ООО «Манн, Иванов, Фербер», 2015

Оглавление

Вступление	11
Глава 1. Как расширить рабочее пространство разума	30
Глава 2. Мерило человека	58
Глава 3. Хороший тренажер для мозга найти нелегко	76
Глава 4. Тренажеры для мозга: старая школа	120
Глава 5. Таблетки для ума и думательные шапочки.....	155
Глава 6. «Учебный лагерь» для моего мозга.....	178
Глава 7. Кто умнее: мы или мышь?.....	201
Глава 8. Защитники веры	221
Глава 9. Цветы для Ts65Dn.....	253
Глава 10. Битва титанов	282
Глава 11. Итоговый экзамен	324
Примечания.....	333
Благодарности	363