

如何学习



[如何学习_下载链接1](#)

著者:[美] 本尼迪克特·凯里 著

[如何学习_下载链接1](#)

标签

评论

我一直在京东上买书，挺好的，现在的人们太浮躁，还是静下心来看看吧！这次买了好多书够看一阵子的了。

吾消费京东商城数年，深知各产品琳琅满目。然，唯此宝物与众皆不同，为出淤泥之清莲。使吾为之动容，心驰神往，以至茶饭不思，寝食难安，辗转反侧无法忘怀。于是乎紧衣缩食，凑齐银两，倾吾之所有而能买。东哥之热心、快递员之殷切，无不让人感激涕零，可谓迅雷不及掩耳盗铃儿响叮当仁不让世界充满爱。待打开包裹之时，顿时金光四射，屋内升起七彩祥云，处处皆是祥和之气。吾惊讶之余甚是欣喜若狂，呜呼哀哉！此宝乃是天上物，人间又得几回求！遂沐浴更衣，焚香祷告后与人共赏此宝。人皆赞叹不已，故生此宝物款型及做工，超高性价比之慨，且赞吾独具慧眼与时尚品位。产品介绍果然句句实言，毫无夸大欺瞒之嫌。实乃大家之风范，忠义之商贾

物美价廉，经常在京东买书。

此用户未填写评价内容

本书作者本尼迪克特·凯里是享有殊荣的《纽约时报》科学专题记者，在《如何学习》一书中，他汇集了从神经科学和认知心理学数十年科研成果中筛选出的精品，让你看到大脑汲取知识的真正途径，让你了解这台奇妙学习机器的运作原理，以及学习科学领域前沿的科学学习方法，从大脑的学习机制讲起，一路探寻记忆的真相、环境的影响、灵感和顿悟的产生以及潜意识的奥秘，提炼出10种颠覆常识的学习方法，告诉你何时学、在哪学、怎么学，才能有效、轻松、不费力。

趁着618活动又屯了一波书，价格相当美妙～这是微博上一个博士后小姐姐推荐的小孩子学习的书，我先学习学习，嘿嘿

此用户未及时填写评价内容，系统默认好评！

物流很快，服务很好，书籍微瑕，好在内容真的不错，给个好评。

几年前逛京东还不是那么的信任京东，现在信赖首选京东，默默哒一直看着它一年一年发展的越来越好，心里也在为京东发展壮大而加油打气。为什么我喜欢京东购物，因为可以当天买自己喜欢的商品，明天就可以到几年前逛京东还不是那么的信任京东，现在

信赖首选京东，默默哒一直看着它一年一年发展的越来越好，心里也在为京东发展壮大而加油打气。为什么我喜欢京东购物，因为可以当天买自己喜欢的商品，明天就可以到达客户的家中，为什么我所有的评价都相同，因为在京东买的东西太多太多，商品积累的太多没有评价

【培育人才八大关键】 1、制造危机感； 2、寻找具有吸引力的训练资源； 3、制度化的成长计划； 4、助力跨越障碍； 5、将培育纳入目标的管理与考核； 6、动态性的促使进化； 7、建立传帮带的机制和策略； 8、让人才经历足够的磨难。
——苏引华《总裁商业思维》

讨论学习方法，很多观点别具一格。

买书必须上京东！
京东的书很全，我一般都会去图书馆图书大厦先看好，有喜欢的当场京东扫码，一般都有。 京东买到的书百分之八十都会有塑料封装，让我这个强迫症患者一百个舒服！而且从未有过盗版，纸质超级好，从来没有味道～
今天买，明天到，完全不耽误看书的热情！ 赞！

好评好评好评好评好评好评好评好评好评好评好评好评！

很好很厚，比较详细要消化下书的内容

自从入了京东，其他买书地方的都很少去了。京东实惠又便宜，服务好，速度快，快递小哥还送上楼。感谢京东

我是看了两章过来评价的，这本书真的是一本实用的帮助增强学习能力的书籍，其实学习能力无非是增强记忆和深化理解力，这本书的观点来自于实验研究，具有科学依据，我最近因为考试很多，确实赞同其中的一些已经用到的观点，还将拿自己继续实验下，因为月底有个大考

汇集了从神经科学和认知心理学数十年科研成果中筛选出的精品，让你看到大脑汲取知识的真正途径，让你了解这台奇妙学习机器的运作原理，以及学习科学领域前沿的科学学习方法，从大脑的学习机制讲起，一路探寻记忆的真相、环境的影响、灵感和顿悟的产生以及潜意识的奥秘，提炼出10种颠覆常识的学习方法，告诉你何时学、在哪学、怎么学，才能有效、轻松、不费力。

好多书好多书好多书，书的质量都还不错，挺好的，接下来的任务就是读读读！

给儿子买的，京东活动每满100减50太实惠了，一下子买了好几本，非常满意。

又买了很多书，不断学习，不断更新自己的认知和能力，创新思维模式，创新技术能力，创新管理办法，创新团队协作。

一次买了好多本书，好书值得推荐，值得阅读。京东服务很赞。

这次的包装太不负责了，破损真的不是一点点，这是在京东第一次遇到的，希望也是最后一次。

还没看，但感觉对自己还是很有帮助的，所以一起购买了

书内容新颖，值得细看。收到新书有点小问题，申请换货京东自营效率很高服务很好？！

质量非常好，与卖家描述的完全一致，非常满意，真的很喜欢，完全超出期望值，发货速度非常快，包装非常仔细、严实，物流公司服务态度很好，运送速度很快，很满意的一次购物，质量很好，我们很满意，发货速度很快。果然是精品，物超所值，我们都是喜欢，卖家很厚道，宝贝好，大家都特别喜欢啊，好评和满分送给可爱的卖家。

神仙推荐。走运，一个不小心获得200-80优惠券，立马从豆瓣书单中选了好几本来买。感谢京东优质的物流服务，送货神速，快递员这么多大盒小盒的包裹帮搬上来，你们辛苦了。

一直京东买书看，已养成习惯了。

一直想买，终于等到降价了。非常喜欢。

订购了许多书准备好好在家里阅读应该不错

学会科学的学习方法，磨刀不误砍柴工

刚刚开始看，第一章还没看完，毫无疑问，是好书

书不错，平时会把需要买的书加在购物车里，等到京东的活动时，就凑到下单，这次买的书有点多，还有一些没送到呢，继续疯狂读书模式……

发货速度很快，刚收到内容还没有看。

湛卢文化出品的书，都还不错

有人问读书和看电影有什么用。我觉得看书、看电影是一个沉淀的过程，能让你更平和地面对一些事情。也许你刚读完后觉得并没有什么用，但是坚持下去你就会发现大有不同，那些读过的书、感悟的心情会变成你的一部分，在你不知情的情况下变成你的信念，让你能以你自己特有的节奏生活下去。

质量特别好送货特别快的

很好，会有收获。

我为什么喜欢在网上买东西，因为今天买明天就可以送到。我为什么每个商品的评价都一样，因为买的东西太多太多了，导致积累了很多未评价的订单，所以我统一用段话作为评价内容。购物这么久，有买到很好的产品，也有买到比较坑的产品，如果我用这段话来评价，说明这款产品没问题，至少85分以上

给你一套很爽的高效学习法，不论你是需要记住化学公式、决心学一门外语，还是要为下一场考试备战，亦或是掌握一门乐器甚至练好投篮技术，也不论你是十几岁的学生还是早已身陷职场，这本书都能让你如获至宝，成就你的终身学习力。

看了大半了，感觉可实践性还是比较强的。里面讲了原理和结论，还引用了一些学习科学的实验来讲明问题，有助于更好的理解结论。值得一看，刷新了我以往对学习认知。

小明呢，就明天要考试窝，但晚上却在看电视
小明妈妈就担心地问：书都看完了吗？明天要考试啊
小明就爽快地回答：妈，我看完了。
小明妈妈就很开心的赞扬小明：乖，那明天你一定考得很好呢
小明哭着说：妈，我是说，‘妈，我看，完了’。

本书是正确学习方法的参考标准之一，即什么才是正确的学习方法，但不能代替学习，学习终究是需要自己去实践的

如何学习，每天学习一点点比一次性长时间学习效果更好。在间隔快复习学习的效果更好。

老板买的，然后价格还挺合适的，现在买还挺方便的，我觉得买了挺多，书的感觉可以看看。

阅读是一种主动的过程，是由阅读者根据不同的目的加以调节控制的,陶冶人们的情操，提升自我修养。阅读是一种理解，领悟，吸收，鉴赏，评价和探究文章的思维过程。阅读可以改变命运，但并不是一定改变命运。

优惠很大，物流送货也快，要买东西京东首选，旺活动力度更大，促销多，优惠多多

满怀期待，用好的知识去填补我们无知的大脑！希望可以有所改变。

如何学习才好，不只是静下心来，看字读音，而是要掌握技巧呢

读了一小段就感触很深，发现自己学习方式的确有待提高，我推荐这本书，读完你会觉得学习将会变得不一样！

买好书，多读书。此书是不错的选择。大家一起买来学习吧！好好学习，天天向上！

得到每天听本书用户，听了不少湛庐文化的书，觉得不错，买了些来看

收藏了很久的书，湛庐文化的学习系列好书，京东买书很优惠，希望以后有更大力度的活动。

书已经收到，京东快递就是给力这本书，我之前看过电子版的，总会买本实体版的存下来。

特地来发表下评论：10分推荐此书给家长或教师认真研读。原因是，学习与施教是一件非常需要了学科方法的事情，并不是楼下大妈大声恐吓加衣架能完成的事。做个合格的家长，你需要这本书。

作者的科学采访经历是这本书的基础，内容丰富，可读性强，好评！

很具有科学性的书，与那些枯燥发表个人看法的片面书籍不是一个档次。推荐推荐。

趁着活动囤点书，非常划算。京东自营正版有保证～

老公指明要买的，不知道在哪里，看到推荐，应该值得一看

最近书买的太多了，不能一一评价，京东买书是真实惠

要么是盗版的，要么装订质量不高。

印刷清晰，价格便宜，喜欢的入手，京东书籍真心好，遇到活动收不住手

感觉书有点儿小贵，买来看看希望有所提升！

送货速度快，价格实惠，下次再买了。。。。

包装挺好的，还没开始看，这么多牛人推荐，期待一下！！

刷新了我对学习的认知，值得喜欢学习的每个人一度！

构筑系统学习找来的书，看起来不错；二师兄邀请京东书友来每年读50-100本、另有个性化书单、线上读书、小咖分享，加V：venus123456789

非常好非常好?非常好?非常好?

好书，赞一个，值得拥有！ 非常精彩！

包装很好，印刷棒，关键是送货速度快。厉害?。

夏天真的很好用，很喜欢，嗯

想学习了 不知道该怎么学买了看看

不错，很值得够买，真心不错，宝贝真的跟不错，太喜欢啦，

囤着慢慢看 搞活动 多买点

京东买东西方便又实惠，会一直回购

湛庐文化的书，我要全部买完。哈哈哈

很好?，充电自己。。。

买给学生看的希望他们能从中得益，其实现在的书很便宜啦，*块钱一本，只要能从中
学到一个好的方法，那就很值得了，动辄上千上万的培训班，本质也就是一个知识点，
一个知识点的价值。

趁活动，批量购买一批书籍。

还未拆封，看着还不错。精心挑选的几本书。

这么厚一本书，看来这个大夏天有事做了。

一下子买这么多书，价格优惠，期待双11

书内容新颖，值得细看，学习

总体感觉不错。。。。。

看了，但感觉应该不错，现在读研究生了才开始喜欢读各种课外书，虽然有点晚，但是
不是有一种说法叫做，种一棵树最好的时间是十年前，其次是现在，我会努力补回来的

人这辈子最可怕的一种能力就是——蠢蠢欲动，打死不动。想要的必须去努力，否则你永远都只会是观众的角色！[愉快][愉快]

很好物流真的超级快，服务态度好，继续加油

包装精美，内容也很精彩，角度很独特

非常好的书，学习效率高

很好，还会继续购买的。

看历史，知真假，明理析节。

还没看，希望能从中学点东西。

学习一下怎么才是真的学习

勤修戒定慧，克服贪嗔痴。

好好学习天天向上 磨刀不误砍柴工

我喜欢，这么好看的书第一次见

非常好非常划算很值得的

盒子包装，塑封完好，基本完美

书很不错，非常喜欢.希望能有所帮助

买了很多书慢慢看，书的质量没有问题

不错很好的书，正版，物流迅速

帮公司买的，物流依旧非常快，很好

看的书单推荐，想试试有没有效果。

超值，很好，物美价廉，还会再来！

你的，你的特特，open，最热销，二，你以前了，我咯哦，默认，哦牛米哦，也颇哦，Mr呢，巴西耶稣，咋OK没吧，第哦say，多大，揭底默认，mrmrminfuni

内容不错，分析到位。

还不错可以好的还不错可以好的还不错可以好的还不错可以好的

做活动买了很多书，希望很快看完

京东618年中大促，囤书的时节到了，书籍正版，物流急速，送货到家，一直是plus会员，99%的网购都在京东，好评好评。

太便宜了300?200，我买了500块钱书，好好好，自由活动就来

学习还是要讲方法的，希望有所帮助。

涨知识了，很多观点颠覆认知。

给单位领导买的书，领导很喜欢，推荐给了许多同事，还会再次购买的，京东可以刷公务卡到付，这点优于很多网店，适合我们这样需要报销的客户。

变成我的收藏里的重要之一

批量购书，一如既往的又快又好

成为一个会学习并终身学习的人

京东买东西一直很满意，物流快，打折还算可以，虽然各种坑不小心就被坑了，要火眼

金睛的看出那个真优惠，哪个假优惠。

618活动真给力，满200减100，领券后300再减100，600块钱的书，到手只需要200块钱，东哥就是给力

书特别好！赶上618买书真的太划算的。虽然没有抢到400-300,-280也很便宜了。这些书够看好一阵子了。很棒！继续支持京东。

值得一看，主要是讲如何提高记忆能力的

很好，有助于孩子学习。

真的，我就喜欢在老东家买书！满减+叠券，优惠满满。不过今年优惠力度确实少了，图书勋章只减60。若有一天没了东哥，买书咋办

内容不错！！！！！！

好，极好，特别好，超棒，啦啦啦，啊啊啊！
好，极好，特别好，超棒，啦啦啦，啊啊啊！
好，极好，特别好，超棒，啦啦啦，啊啊啊！

刻苦已经过时了，今后是科学学习方法的天下。刻苦努力的学生很多，依靠记忆力来获取分数，这种方法耗时很长、成效缓慢，因为他们所依靠的记忆力是一种僵硬的、孤立的信息点。要摆脱就找本书吧！

朋友推荐的，书挺好的，掌握学习方法很重要，大人看了还能把原理提取后告诉孩子，一举两得，共同学习。京东送货永远都是那么的迅速，这也是一直选择京东的原因之

好高好高好好好。。。。。。。。。。。。。???

以前不知道这还有京豆，不知道浪费了多少。京东的东西还是不错的，就是客服有点不太舒服，比着宝宝的体验差。

很赞的商品！价格合适！喜欢在京东买买买！点赞~~~~~这次
活动又买了很多东东和书！

不错不错，很好的书，质量好

好吧好吧好(●°u°●)?」好好好好好好好好好好吧好吧好(●°u°●)?」好好好好好好好
好好好

这本从心理学的角度来解释我们是怎么学习的，
好好学习这本是具体的操作方法，两本结合看，很有效果！

不错不错，给好评

人丑就要多读书，京东的书又快满足我们焦虑爱学习，三分钟热度的心，今天买明天到，东哥太棒了？

不错不错，是我想要的，纸张排版都挺好的

不错不错不错不错不错不错，技巧很好用

一本超级好的书，讲脑科学的科普读物，作者是一位记者，三十年的资料不是盖的，提高学习能力很靠谱。

好书！其中有推翻一些平时的看法，如：遗忘不利于学习等，很有趣。书中的一些实验，也可以加入，会有奇妙的感觉。

京东自营品质不错，物流速度很快，快递小哥态度也很好。继续支持京东。优惠的时候买的，划算！

京东买东西，已经成为了习惯，基本没有不好的地方，不好的也都能退，就很好，总之不错啦

从很小的时候开始，就有人灌输给了我们这样的观念：学习靠的是自律。我们必须把自己关在一个安静的地方学习，关掉音乐，严守一个规律的学习习惯，唯有这样我们才能考出好成绩、记住发言稿、在钢琴演奏会上不出纰漏。可是，最新的科学研究成果告诉你，这些老一套的学习方法都不是好方法，那怎样才能让我们花更少的时间获得更好的学习效果呢？

清华大学副校长诚意推荐阅读，众多专家学者、知识管理达人、学习社群联袂推荐！

秒变迷弟拖住刘烨就想拥抱，但社长貌似被吓到，甩开俞灏明扭头就跑，回家后wuli社长打开手机才发现“诶？是灏明哦”。俞灏明更是表示“敲委屈”！这是不是祖传式惊恐，发现诺一在《爸爸去哪儿》里也是这样。

现在社会变化快，不补充自己的知识能量，也会向收费站大妈一样被社会淘汰。

学习原理的书有好多，内容也有不少相似之处，算是相互验证了，书中的方法可以采用，潜移默化中会有帮助

这本书孩子非常喜欢，内容丰富，字体清晰，京东速度特别快，快递小哥态度也很好，很高兴的一次购物

好，很好，非常好….

如何学习，如何阅读一本书，如何有效阅读一本书都是很好的能提高学习效率的好书。

领了300-100的券加上100-50，一共200元买了14本书，下次买书还来京东。

京东太棒，物流快，宝贝质量好，无论是自己买书还是给孩子买书都在京东！

最近老是总是被游戏操纵自己的时间，想找到适合自己的方法摆脱困扰。

内容很好，服务也好，就是现在不是直接出发票了，再去打印很麻烦，工作反复，应该依申请提供纸质发票。

谢谢京东！谢谢店家！???谢谢物流小哥！???

不错 不错 下次还会购买 京东的东西就是好 没话说

京东自营的书，质量很好，配送速度非常快，办公室采购都在自购买，很方便。

这次大促，又是大丰收。买了好几千的书。京东实在是太优惠了。

京东商城买书今年已多次购买！用过之后觉得很好！产品质量好！介绍亲戚朋友都来买！

有的地方太学术了，有点看不太懂→_→

一直在京东自营买东西，图的就是一个放心，支持京东，还会继续买的

书不错，很喜欢。一直想要乘着优惠入手了。快递速度也很快。

看推荐购买的，618囤了好多书，希望有帮助，期待双十一。

非常不错的产品，特别是京东做活动时价格很给力，非常满意的一次购物体验！

一直在京东买书，遇到活动会买很多本，经济实惠还是正品

书还没看，但趁做活动买了挺多，目测还不错的，应该都是正版

外文翻译的书 直译 读起来有点费劲儿 有点儿云里雾里

从买回来 都还没有开始看呢 纸张看起来很不错的 等有时间静心坐下来 好好品读一下

很好的一本书，终于看完了一遍，还需要多读几遍领会其中的要领

纸张不错，印刷可以，物流很快。看看这本书能带来多少不一样的东西吧。

非常好，非常棒，思想深刻，内涵丰富，值得推荐，非常值得一阅！

买来给自己充电的，希望对以后的学习和工作有帮助。

信赖京东，已经成为plus会员了的哈。希望京东做的越来越好，加油。

物流超快，书也好，快递小哥下着大雨还给送到家里，给快递小哥来个？

比想象中的小，而且薄，但是很多人推荐就必须看看啦！

好书一本，今年618收下来了！今年计划读完！

七十二堂写作课（汉语大师夏丏尊、叶圣陶给中国人的写作圣经！）

给女儿的生日礼物。她很喜欢看。。。一本值得购买的书

速度很快，晚上十一点多买的，第二天上午就到了。送货小哥态度很好。

书可以 没啥挑剔 就是买书基本上不看 这是真理

收货速度非常快，包装很好，书是正品，给好评！

书本不错，纸质好，文字清楚。买书一直在京东，下次还来。

很好的东西，趁着活动买的，价格实惠，品质出众

字迹很清晰，很清楚，质量很好，感觉不错，快递很快，支持一下

这个价格老爸很满意，送货快又好，非常满意的一次购物

天气好，心情好，主要是物流很快的哦，包装也蛮好的。心情瞬间更好？

东西不错，服务到位，下次还来。物流很快。。。

书刚回来就被同桌借走了，看起来内容应该不错

一如既往地支持，物流速度快，东西品质有保障。

挺好的，印刷没问题，正版书，买给公司的。

看大牛推荐的，还没看。后面用来啊哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈凑数的

非常棒的一次购物宝贝儿很不错，非常棒的一次购物，宝贝很不错

很不错的书，活动阅览室使用，好书，多读书，多看书

非常好用的东东，很喜欢，下次还来！信任京东！

帮同事买的，物流很快，师傅很负责，书的包装完好，

[如何学习_下载链接1](#)

书评

[如何学习_下载链接1](#)