



开发脑电波感应
速看速记 蒙眼读书

花椰菜
天赐的良药

KUMON
自主学习
激发内在潜能

小心火灾
与肠胃作战

总发行:星洲日报
策略伙伴:EQ教育培训中心有限公司

ISSN 1675-9753
9771675493000

Published by Hup Lick Publishing (M) Sdn Bhd RM6.00(W.M) RM7.00(E.M) S\$4.00(Singapore)

随书附送



保存得当
食物日日鲜

把压力击退!

有机饮食
健康新概念

Education 教育

开发脑电波感应
速看速记 蒙眼读书

主题焦点
Edu Focus



开发脑电波感应
速看速记 蒙眼读书



蒙眼读书，是天方夜谭？特异功能？

其实，蒙眼读书并非魔术或神功。只要全力开发全脑潜在能量，学生就可以速看速记，蒙眼读书。

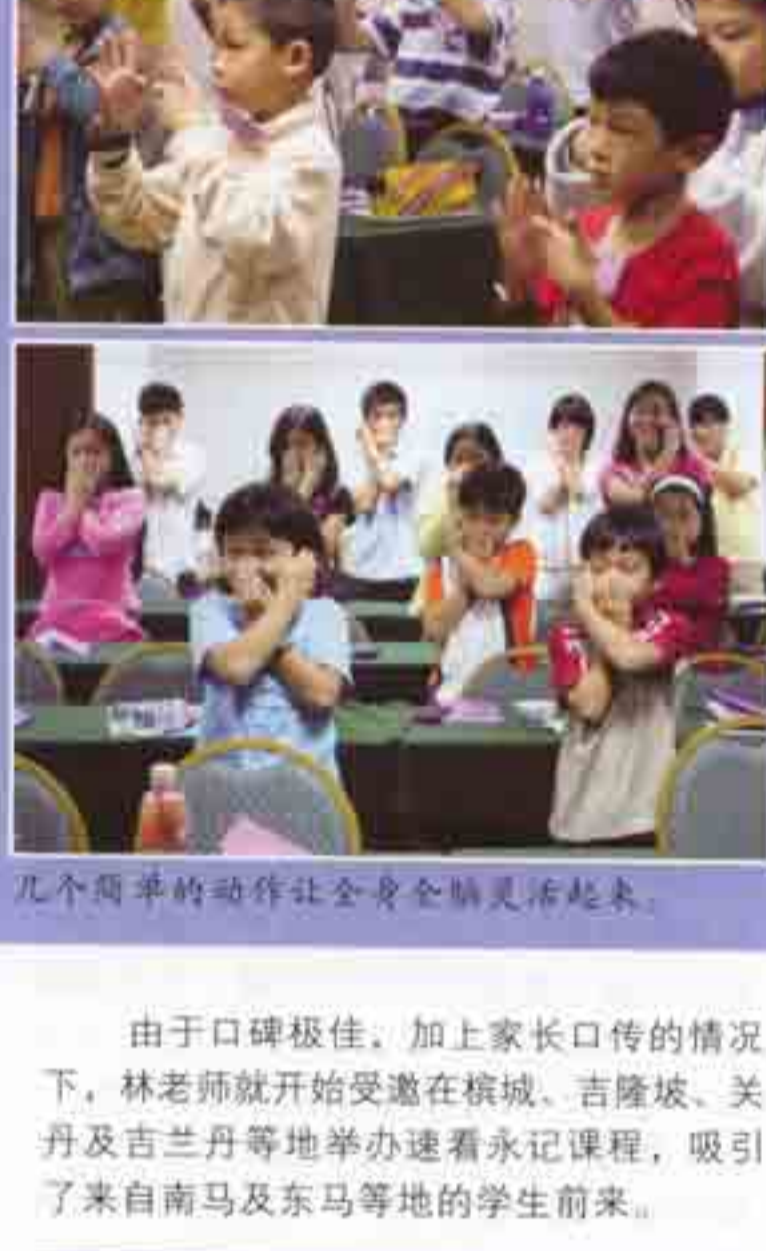
一切皆因脑电波感应!

研究逾 10 年 传授独特技巧

目前于檳城某中学执教的林子益老师受访时指出，在教学生涯里接触了不少成绩不理想的学生，发现了他们所面对的学习障碍。因此自创和研发了一套理论和技巧，希望可以改善状况，帮助他们达成成功。“我发现学生面对的是精神不集中，上课时思绪就云游四海，不专心听课，自信心

不足，觉得读书根本就不轻松。我开始阅读大量有关脑能量的书籍，研究后就自创出这套运用脑电波感应来速看速记、速听速记及蒙眼读书的技巧。”

“课程只有三天，所以还是得靠学生回家勤加练习，以激发更强的脑能量，发挥得更好。比如有些学生甚至可以在蒙眼下看电视节目，读出荧幕上的文字。”林老师表示。



几个简单的动作让全班脑筋灵活起来。

由于口碑极佳，加上家长口传的情况下，林老师就开始受邀在檳城、吉隆坡、关丹及吉兰丹等地举办速看永记课程，吸引了来自南马及东马等地的学生前来。

开发全脑潜在能量 终身受用

林老师表示，在三天的课程里，第一天首先开发学生的全脑潜在能量，因为当头脑充满能量时，细胞也随之能量十足，继而带动全身能量，那么学生就会感觉精神十足，记忆力及集中力也进步多了。“我会教他们几个简单的动作，让四肢灵活，左右脑及全身都在运动，在那刻，他们的头

脑能量已经开始在运行。”

“科学家研究发现，0-5岁是全脑开发的年龄，从0岁开始，孩子是全脑开发时期，直到5岁偏向右脑，再来偏向左脑。而现在一般人常用的都是左脑功能，所以我在课程的第一天激发他们的脑能量，当我们可以运用全脑功能，那么记忆力会增强，学习也变得轻松有趣。”

“另外，我也教他们坐姿及站姿。那是因为当学生的坐姿及站姿做得正确，那么精神就能集中，所看过的东西也能很快地记下来，而且越读越有精神。这都是脑能量发挥的动力。试想，若一个人无精打采，事情也就不能办好，而且善忘。”

“我所授的课程是需要高强脑能量才能训练，一般人比较难自行训练，因为这必须应用脑能量，加上全脑及全身的专注，才能达到过目不忘、记忆深刻，并蒙眼读书。”林老师透露，三天的课程里主要教导速看速记、速听速记、脑图及蒙眼读书。只要学生的头脑充满能量，就可以做到上述的四个技巧。好比学驾车，初学者会被要求控制车内的各种设备而手足无措，可是只要他熟悉了驾车技术，驾驶任何一辆车都不是什么大问题了。开发脑能量也是一样的道理，只要脑能量被开发，速看速记等对他来说根本是易如反掌。

速看速记 蒙眼读书

谈及蒙眼读书，林老师表示最常听到的问题是：“蒙眼读书？这是不可能的，一定是事先已把文章或字卡背好的。”“其实，蒙眼读书不是魔术，也不是特异功能，也没开第三眼！本课程主要教的就是训练学生利用超强永久记忆脑波，以达速听速记、速看速记及快速回忆的功能。另外，课程注重的是，希望他们的脑能量被开发后，可把所学的技巧运用在读书方面。当他们觉得读书是一件轻松又有趣的事情时，成绩自然会进步。”林老师强调。

当学生把脑功能发挥至顶点时，他们

8-18 岁 学习关键年龄

林老师表示只接受 8 至 18 岁的学生，那是因为他们小过 8 岁的学生不能很清楚地明白所授的技巧，对于激发脑能量的练习也不能很好地遵照；超过 18 岁的学生已是全脑开发（左右脑）的时期，已习惯性地运用左脑功能，比如背书。若这时训练他们运用右脑能量是需要一段时间，速度会慢些。相反地，由于小学生之前没接触过他的学习方法，所以他们可以很快地吸收所学的技巧，融会贯通，即学即用，效果显著。

“参加课程的学生即使无法作到蒙眼读书，但在训练期间却要达到 100% 的精神集中及自信，所以他们的集中力、记忆力、速读肯定比之前进步。上课时，他们可以随时随地做到 100% 的精神集中。对老师所教的内容感到兴趣，有信心可以学会。”

现场示范 效果显著

速看永记课程共计 12 小时，真正训练的时间只有 11 小时，最后一个小时是说明会及学员们现场示范，让家长亲自验证孩子的成果。

当天，三个学员轮流上阵示范。第一位表演的袁俊杰信心十足，蒙着眼睛后，即马上进入状况，只见他把扑克牌放在桌面，然后用手来回触摸或手指头按着文字，几秒钟即可说出牌上的数字和颜色，紧接着继续读出家长随意抽取的扑克牌，台下的观众无不惊叹连连！接着，他与准确率无误的念出万众瞩目的钞票面额与国家名称。

随后，本刊编辑倪佩仪随意抽取了经济版新闻，俊杰竟然可以一一地感应并念出内容，凡是不认识的字符就跳过去，所以这一示范是真实材实的！这的确让现场的观众见证了林老师所教授的技巧，确实惊人！

问及为何学生表演时需要用手触摸文字，林老师表示这是在他们告诉自己的头脑，要把精神集中在手所按捺着文字，然后运用脑电波来感应。有些则会用心手按着字卡或放在鼻前等，这都是能使他们精神集中的方法之一。

可以用脑直接吸取能量，即使把眼睛蒙上，也发挥自如。这主要是脑电波感应文字的原因。所谓蒙眼读书法，是利用脑电波来“看”东西，就像人用眼睛来看。若学会蒙眼读书，即使处在不理想的读书环境，也可以好好地输入资料到脑子里。”

为什么要学蒙眼读书？

在 11 小时的密集训练中，学生先训练他们的集中力，把全部精神集中在扑克牌、字卡，甚至钞票及报纸，那么当眼睛被蒙着，他们也可以利用脑电波来感应文字、颜色及图像。

林老师表示，蒙眼读书的成功关键在于学生要做到以下几点：100%的自信、放松、专注、静心、信心是成功的要点之一。若孩子拥有正面思想及信心，就可以朝目标前进，达成成功。

- 1 100%的自信：不做白日梦，不胡思乱想。
- 2 100%的身体放松：当全身放松无压力，读书或做事自然会处理好。
- 3 100%的自信心：信心是成功的要点之一。若孩子拥有正面思想及信心，就可以朝目标前进，达成成功。
- 4 100%的专注力：当全部精神集中于某一件事情，就可以迅速记忆并过目不忘，达到长久记忆。

“学生要拥有充足且高强的脑能量，并把四者皆做到 100% 才能成功。只要缺少其中一点，便不能达到蒙眼读书的技巧。”林老师如是说道。

学员示范 2 陈玮萍 10 岁

“我的表姐参加这个课程后，让我觉得蒙眼读书是件很神奇的事，便要求妈妈给我参加。在 2004 年，我和姐姐就到檳城参加课程。我学习蒙眼读书时，常常告诉自己，我要做得最好！就像林老师所说的，对自己要有信心哪！”

问及右脑潜在能量被开发后的第一感觉？玮萍说：“我在三天的课程里依照老师所教的技巧去学，第一天会觉得脑海里似乎有很多只蚂蚁在四处跑动，过后几天就没有这种情形了。起初学习时妈妈也会在一旁督促我。”

“学习速看速记技巧及蒙眼读书后，记忆力增强了，比如以前要用很长的时间来看完一本书及说出故事，现在只需半天便能快速地完成并把故事说出来。这对我的功课有很大的帮助。另外，我也能做到速听速记及脑图，即是很快地记下所听的内容，然后把它的要点写出来或画出来。”

“蒙眼读书时，我会整个人放松，闭上眼睛，然后把注意力放在眼前的文字，而出现在脑海中的文字比原本的更大、更清楚。记得有一次考试时，我忘了其中一个字该怎么写，我便快速回忆起来，那时我的脑海中就出现那段课文，所以也看到了那个字。这真我答对了呢！”玮萍笑笑。

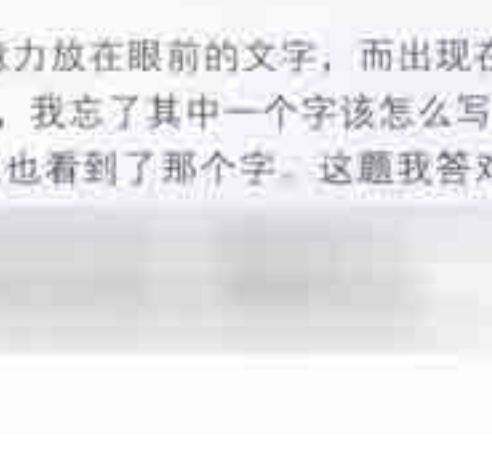
文 / 笔理、陈则、陈影、魏欣 设计 / JESSICA



100% 安静！放松！自信！集中力！



袁俊杰准确无误地读出当天报章的经济版新闻，让人惊叹不已！



陈玮萍将所学到的蒙眼读书技巧有效应用在学业上。