

# CONTENIDO

<i>Prefacio, por Jeffrey D. Karpicke</i>	13
<i>Prólogo, por Terrence J. Sejnowski</i>	15
<i>Nota al lector</i>	17

## ABRE TU MENTE A LOS NÚMEROS

1. ABRE LA PUERTA	21
2. ESCOGE EL CAMINO FÁCIL. POR QUÉ ESFORZARSE DEMASIADO PUEDE PASAR A SER PARTE DEL PROBLEMA	30
3. APRENDER ES CREAR. LECCIONES DESDE LA COCINA DE THOMAS EDISON	52
4. CREA BLOQUES Y EVITA LA COMPETENCIA ILUSORIA. CLAVES PARA CONVERTIRTE EN UN «SUSURRADOR DE ECUACIONES»	78
5. EVITA EL APLAZAMIENTO. APROVECHA TUS HÁBITOS (ZOMBIS) COMO COLABORADORES	115
6. ZOMBIS POR TODAS PARTES. PROFUNDIZA EN LA COMPRENSIÓN DEL HÁBITO DE APLAZAMIENTO	127

7. BLOQUES CONTRA EL BLOQUEO. CÓMO AUMENTAR TUS CONOCIMIENTOS Y REDUCIR LA ANSIEDAD	149
8. HERRAMIENTAS, CONSEJOS Y TRUCOS	165
9. APLAZAMIENTO ZOMBI: RECAPITULACIÓN	187
10. POTENCIA TU MEMORIA	200
11. MÁS CONSEJOS PARA LA MEMORIA	215
12. APRENDE A VALORAR TU TALENTO	234
13. ESCULPE TU CEREBRO	247
14. DESARROLLA TU VISIÓN INTERIOR A TRAVÉS DE POEMAS DE ECUACIONES	256
15. APRENDIZAJE RENACENTISTA	270
16. EVITA EL EXCESO DE CONFIANZA. EL PODER DEL TRABAJO EN EQUIPO	284
17. EXAMINARSE	298
18. LIBERA TU POTENCIAL	315
<i>Epílogo, por David B. Daniel</i>	327
<i>Agradecimientos</i>	331
<i>Notas</i>	337
<i>Créditos de las imágenes</i>	363
<i>Bibliografía</i>	367
<i>Índice analítico y de nombres</i>	383



**UNIVERSIDAD CES**  
*Un Compromiso con la Excelencia*

BIBLIOTECA FUNDADORES