

Как и все книги Антона Могучего, эта книга — не просто сборник упражнений, но еще и кладь интересной и полезной информации.

*Руслан Д., программист,  
Москва*

Совершенно новая книга Могучего, с новыми упражнениями, но такая же интересная, как и все предыдущие!

*Николай И.,  
менеджер строительной компании,  
Нижний Новгород*

Книга «Тренажер ума и памяти. Суперметодики спецслужб» — отличное средство профилактики возрастных изменений памяти, проверено!

*Антонина и Сергей М-вы, пенсионеры,  
Саранск*

Эта книга не только учит тебя по-новому мыслить и смотреть на мир под другим углом, она меняет весь твой образ жизни. Естественно — в лучшую сторону!

*Алена Р., студентка,  
Санкт-Петербург*

Книги Могучего — просто палочка-выручалочка для педагогов. Внимание, наблюдательность, умение концентрироваться, мыслить логически — отнюдь не сильные стороны современных детей. Однако упражнения из книг-тренажеров для мозга помогают моим ученикам справляться с этими проблемами.

*Маргарита Л.,  
преподаватель информатики,  
Иркутск*

В наши дни хорошая память, цепкое внимание, умение подмечать и анализировать мелочи, прогнозировать события — это весомое конкурентное преимущество!

*Илья К., предприниматель,  
Новгород*

Книга-тренажер для вашего мозга

---

**Антон Могучий**

**Тренажер  
ума и памяти  
Суперметодики  
спецслужб**



Издательство  
АСТ  
Москва

УДК 159.95  
ББК 88.3  
М74

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

**Могучий, Антон.**


М74 Тренажер ума и памяти. Суперметодики спецслужб / Антон Могучий. — Москва : Издательство АСТ, 2017. — 220 с. — (Книга-тренажер для вашего мозга).

ISBN 978-5-17-100211-4

Тренинг для развития интеллекта и памяти по методикам, используемым для обучения агентов спецслужб, — новая книга известного автора книг-тренажеров для мозга Антона Могучего.

Новые комплексы упражнений позволяют каждому человеку развить свои мыслительные способности, внимание, память, скорость реакции, находчивость и интуицию до уровня мировой интеллектуальной элиты.

Приоткройте завесу секретности и получите возможность существенно изменить уровень своей жизни!

Макет подготовлен редакцией ПРАЙМ 

# Оглавление

|                                  |    |
|----------------------------------|----|
| Об этой книге. . . . .           | 7  |
| Для чего вам эта книга . . . . . | 10 |
| Как пользоваться книгой. . . . . | 14 |

## **ГЛАВА 1 ВНИМАТЕЛЬНОСТЬ И ЕЩЕ РАЗ ВНИМАТЕЛЬНОСТЬ!**

|   |    |
|---|----|
| О таланте знаменитого разведчика . . . . .                                  | 16 |
| Внимательность и наблюдательность нужны<br>не только разведчикам! . . . . . | 17 |
| Интеллектуальный тренажер на основе таблиц Шульге . . . . .                 | 20 |
| Комплекс упражнений для развития наблюдательности . . . . .                 | 29 |
| Комплекс упражнений для развития внимательности . . . . .                   | 39 |

## **ГЛАВА 2 СООБРАЗИТЕЛЬНОСТЬ И НАХОДЧИВОСТЬ – ВАШИ НЕСОМНЕННЫЕ КОЗЫРИ**

|  |    |
|--|----|
| Как важна смекалка для разведчика . . . . .        | 48 |
| Думать, принимать решение, действовать! . . . . .  | 49 |
| Упражнения для развития понятливости . . . . .     | 52 |
| Упражнения на развитие сообразительности . . . . . | 62 |
| Упражнения на скорость мышления . . . . .          | 75 |

## **ГЛАВА 3 ВСЕ ПРЕИМУЩЕСТВА ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ТРЕХ ГРАНЕЙ ИНТЕЛЛЕКТА**

|  |    |
|--|----|
| Научитесь извлекать максимум возможного из любой<br>информации! . . . . .                                  | 86 |
| Вербальный интеллект. Как по одной фразе можно<br>вычислить вражеских диверсантов . . . . .                | 87 |
| Математический интеллект. Как сухие цифры дали повод<br>к созданию атомной промышленности в СССР . . . . . | 89 |

|  |     |
|--|-----|
| Пространственный интеллект. Как уйти от слежки . . . . .       | 91  |
| Упражнения для развития вербального интеллекта . . . . .       | 94  |
| Упражнения для развития математического интеллекта . . . . .   | 102 |
| Упражнения для развития пространственного интеллекта . . . . . | 111 |

**ГЛАВА 4**  
**АНАЛИТИЧЕСКОЕ МЫШЛЕНИЕ.**  
**НАУЧИТЕСЬ ИЗВЛЕКАТЬ МАКСИМУМ ИНФОРМАЦИИ**  
**ИЗ ЛЮБОГО ФАКТА**

|  |     |
|--|-----|
| Как найти иголку в стоге сена . . . . .                    | 118 |
| Мыслить аналитически — значит мыслить эффективно . . . . . | 120 |
| Упражнения для развития аналитического мышления . . . . .  | 122 |

**ГЛАВА 5**  
**СТАНЬТЕ МАСТЕРОМ**  
**НЕСТАНДАРТНЫХ РЕШЕНИЙ**

|   |     |
|---|-----|
| История одной гениальной операции . . . . .               | 138 |
| Нестандартное мышление — путь к победе . . . . .          | 140 |
| Упражнения для развития нестандартного мышления . . . . . | 142 |

**ГЛАВА 6**  
**ВИДЕТЬ, СЛЫШАТЬ, ЧУВСТВОВАТЬ!**  
**И ДЕЛАТЬ ВЫВОДЫ**

|   |     |
|---|-----|
| О чем может предупреждать вкус еды . . . . .                  | 160 |
| От ярких чувств — к яркому мышлению . . . . .                 | 162 |
| Упражнения для развития зрительного восприятия . . . . .      | 164 |
| Упражнения для развития слухового восприятия . . . . .        | 170 |
| Упражнения для развития кинестетического восприятия . . . . . | 176 |

**ГЛАВА 7**  
**КАК НАУЧИТЬСЯ ВСЕ ЗАПОМИНАТЬ**  
**И НИЧЕГО НЕ ЗАБЫВАТЬ**

|   |     |
|---|-----|
| «Майор Вихрь» и его тренированная память . . . . .            | 186 |
| Вы тоже можете сохранить надолго память и интеллект . . . . . | 187 |
| Упражнения для развития памяти . . . . .                      | 189 |

## ОБ ЭТОЙ КНИГЕ

Вы держите в своих руках пособие по развитию интеллекта. Но это необычное пособие. Судя по заголовку, вы уже могли догадаться, что здесь будут раскрываться некоторые тайны. Работа спецслужб во всех странах мира окружена завесой секретности. И это естественно. Когда речь идет о государственной тайне и государственной безопасности, полной открытости информации просто не может быть.

Мы не претендуем на раскрытие гостайн. Мы хотим хотя бы немного приоткрыть завесу лишь над одной из сторон деятельности спецслужб — методами подготовки сотрудников. Не всеми, а лишь теми, которые касаются развития интеллекта.

Что такое спецслужбы? Строго говоря, это термин неофициальный. В современном российском законодательстве он просто отсутствует. Но именно так с недавних пор в разговорной речи называют государственные структуры, занимающиеся разведкой и контрразведкой, призванные предотвращать разного рода противозаконную деятельность, угрожающую безопасности государства.

Первые спецслужбы (естественно, под другими названиями) появились еще в древнем мире. Родиной разведки считается Древний Египет. И на протяжении всей истории человечества при возникновении любого государства сразу

же появлялась необходимость в создании спецслужб.

В современной России к спецслужбам в первую очередь можно отнести Федеральную службу безопасности Российской Федерации (ФСБ), Службу внешней разведки (СВР), Главное разведывательное управление Минобороны Российской Федерации (ГРУ), Федеральную службу охраны Российской Федерации (ФСО).

Естественно, для работы в спецслужбах нужно долго и много учиться. Но сначала нужно еще попасть в соответствующие учебные заведения. А попасть туда не так просто! Нужна очень хорошая подготовка по всем предметам школьной программы. Нужен высокий уровень коэффициента интеллекта — IQ, обязательно — высокая обучаемость и способность к саморазвитию. Нужны особые качества характера — умение владеть собой, выдержка, стрессоустойчивость, коммуникабельность, решительность, смелость, находчивость, уверенность в себе, а также высокие морально-нравственные и патриотические устои.

Таких людей отбирают очень тщательно! И даже они, специально отобранные люди, прошедшие многократные проверки, экзамены, тестирования, допущенные в итоге к учебе и получившие высшее образование, на этом не заканчивают свое обучение. Они вынуждены учиться практически всю жизнь, чтобы соответствовать высоким требованиям, предъявляемым к сотрудникам спец-

служб. Помимо системы высшего образования в структурах госбезопасности существует огромное количество всевозможных курсов повышения квалификации и переподготовки. Так, чтобы дослужиться до генерала, нужно как минимум пять раз заново проходить систему обучения и переобучения.

Чему же учат в школах спецслужб? Конечно, там существует широчайшая общеобразовательная программа. Будущий сотрудник соответствующих ведомств должен приобрести не только знания и навыки по своей специализации, но еще иметь основательную подготовку в области права и психологии, а также разбираться в литературе, искусстве, владеть иностранными языками. И, конечно, интеллектуальная подготовка стоит едва ли не на первом месте. Без тренированной памяти, внимания, наблюдательности, интеллекта на этой работе делать нечего!

Вот лишь некоторые навыки, необходимые сотруднику спецслужб:

- он должен в любой ситуации замечать и запоминать малейшие подробности и детали происходящего;
- он должен уметь прогнозировать развитие любой ситуации;
- он должен уметь находить закономерности в массе разрозненной информации;
- он должен уметь сравнивать разные события, явления, ситуации, и находить сходство, различие, выявлять аналогии;

- он должен уметь решать сложные профессиональные задачи, требующие нестандартного мышления и многоходового мыслительного процесса;
- он должен быстро ориентироваться в любой ситуации и применять на практике полученные теоретические знания.

Как мы уже говорили, система подготовки сотрудников спецслужб не может быть раскрыта в полной мере, по понятным причинам она засекречена — и в России, и в других странах. Но отдельные методы, техники, приемы, используемые в этой подготовке, перестали быть тайной. Каждый человек теперь может воспользоваться ими для быстрого и очень заметного развития своих интеллектуальных способностей.

## ДЛЯ ЧЕГО ВАМ ЭТА КНИГА

Может быть, вы сомневаетесь, зачем это нужно вам — обычному человеку, не разведчику, не тайному агенту, не тому, от кого зависит безопасность государства?

Для того, чтобы **преуспевать** — это само собой. Но не только. Тренировать интеллект нужно для того, чтобы просто не отстать от стремительно меняющегося времени, не оказаться на обочине жизни, не выпасть из обоймы твердо стоящих на ногах людей. Вы наверняка замечаете, как быстро меняется наш мир. Потоки информации ста-

новятся все интенсивнее! Еще вчера вы могли чего-то не знать и не понимать, и ничего страшного в этом не было. Сегодня, не зная и не понимая изменившихся реалий, вы рискуете не только выглядеть глупо, но и окончательно отстать от жизни, не вписаться в очередной поворот истории, быть отодвинутым в сторону более активными и сообразительными.

И что дальше? Преждевременная старость? Медленное угасание? Ранний уход? Ну уж нет! В наше время надо жить не просто долго, но активно, потому что каждый новый день дает нам все больше и больше возможностей, потому что мы живем в эпоху великих перспектив, и просто обидно сойти с круга именно сейчас!

Но, даже если вы не стремитесь ни к каким особым достижениям, если вас не интересует ни успех, ни перспективы, — тренировать интеллект необходимо хотя бы для того, чтобы его не утратить. Ведь, согласно законам нашего организма, мы теряем то, чем не пользуемся. Если не давать нагрузки мышцам, они атрофируются. Если не тренировать интеллект, он слабеет. Тогда как развитый интеллект — это, помимо всего, еще и достойное качество жизни в любом возрасте и в любой жизненной ситуации.

**Не ждите, что кто-то обеспечит вам достойную жизнь, — вы сами можете сделать это для себя при помощи своего высокоразвитого интеллекта.**

Вы хотите сохранить до преклонных лет отличную память и завидную сообразительность,

ориентироваться в любых потоках информации, уметь нестандартно мыслить, все схватывать на лету, отделять главное от второстепенного, анализировать получаемые данные и делать верные выводы? Начать тренироваться никогда не поздно! А кто лучше всех справляется с названными задачами? Конечно, те, кто обучен этому по долгу службы. Вот и учиться лучше всего у них! Тем более что теперь и всех нас жизнь призывает к такому обучению.

И не важно, сколько вам лет и кем вы работаете. Важно, что вы можете мыслить, а значит, и жить гораздо эффективнее, чем сейчас!

Головной мозг человека — гениальное творение природы. Он обладает практически неограниченными возможностями, о чем большинство людей и не подозревает. Путем тренинга мозга можно развивать свой интеллект чуть ли не бесконечно. Мозг способен обучаться. Мозг пластичен — а это значит, что мы можем по своей воле усиливать нужные нам функции. Можем развить память до феноменальных величин. Можем дисциплинировать свою мысль так, чтобы легко решать самые трудные задачи. Можем стать такими внимательными, чтобы ни одна мелочь и деталь (от которых порой зависит очень много) не ускользнула от нас. Можем освоить искусство генерировать гениальные идеи. Можем научиться мыслить творчески, неординарно, и при этом логически четко и выверенно. Можем стать совер-

шенно другими людьми, приблизить себя к идеалу! И всего этого можно достичь тренингом мозга.

**Выполняя задания из этой книги, вы сможете выйти на уровень мировой интеллектуальной элиты — и это не преувеличение. Практическая польза, которую вы извлечете в итоге, неоценима.**

Вы легко будете находить решения проблем, которые раньше никак не решались.

Вы будете все схватывать на лету, без затруднений усваивать новые знания.

Окружающая действительность станет гораздо понятнее — вы сможете насквозь видеть людей и ситуации, понимать, что из чего произошло, в чем причины и следствия и где наилучший выход.

У вас постоянно будут возникать новые, творческие, оригинальные идеи по усовершенствованию своей жизни и решению рабочих задач.

Вы сможете открыть в себе новые таланты и способности.

Возрастет ваша уверенность в себе, вы перестанете теряться перед сложными задачами и обстоятельствами.

Вы даже станете лучше себя чувствовать физически — ведь тренированный мозг способен гораздо лучше руководить всеми органами и системами организма. Не случайно интеллектуально развитые люди и живут дольше, и сохраняют здравый ум и светлую память до последних дней.

## КАК ПОЛЬЗОВАТЬСЯ КНИГОЙ

Выполнять все задания желательно в той последовательности, в какой они даны в книге. Идите от главы к главе и от упражнения к упражнению в порядке очередности.

**Важное условие: заниматься нужно ежедневно, не пропуская ни дня.** Продолжим аналогию с мышцами: пропустил тренировку — и уже откатился назад, надо начинать все сначала. Мозг, как и тело, нуждается в постоянном поддержании формы. Не обязательно заниматься подолгу. Интеллекту тоже нужен отдых, поэтому не доводите дело до переутомления. Одного-двух упражнений в день достаточно, если вы хотите двигаться вперед постепенно, но неуклонно.

Если же хотите более быстрых результатов, то выполняйте по пять-шесть упражнений в день, пока не пройдете все практические задания книги.

Имейте в виду: в книге есть упражнения легкие, и есть сложные. Некоторые упражнения требуют значительных усилий, а некоторые вам поначалу могут даже показаться невыполнимыми. Но не сдавайтесь. Помните, что тренировка сотрудников спецслужб подразумевает выполнение заданий, находящихся на грани человеческих возможностей. И именно такие задания являются самой эффективной тренировкой, позволяют совершать гигантские и практически мгновенные прорывы в своих возможностях.

**И помните: даже пяти минут занятий в день достаточно, чтобы мозг активно развивался, а ваши интеллектуальные способности возрастали!**

ГЛАВА 1

**ВНИМАТЕЛЬНОСТЬ  
И ЕЩЕ РАЗ  
ВНИМАТЕЛЬНОСТЬ!**

