

Jestem niemal pewien, że swoją pamięć uważasz za nie najlepszą. Według Amerykańskiego Instytutu Badań Pamięci, 70% ludzi uznaje swoje zdolności zapamiętywania za niedostateczne, 5% – za dobre, a zaledwie ułamek procenta badanych osób przyznaje się do bardzo dobrej pamięci. W naszym kraju sytuacja nie jest lepsza. Kiedy na kursach samokontroli umysłu Metodą Silvy, podczas których wprowadzane są m.in. techniki doskonalenia pamięci, pada pytanie: "Kto z państwa ma słabą pamięć?", w górę podnosi się las rąk. Pozostałe jednak pytania – "Czy ktoś wie, czym jest pamięć i jak z niej korzystać?" oraz "Czy w okresie kształcenia podstawowego, średniego lub wyższego uczono kogoś metod zapamiętywania?" – pozostają bez odpowiedzi, a co najwyżej kwitowane są zdziwieniem sali. Zdziwieniem, które wynika z nagłego uświadomienia sobie paradoksu i nonsensu sytuacji: najważniejszemu elementowi zdobywania, poznawania i odtwarzania wiedzy nie poświęca się w obowiązującym systemie edukacji najmniejszej uwagi.

Każdy z nas obdarzony jest pamięcią, czyli funkcją, a zarazem zdolnością umysłu do przechowywania i odtwarzania informacji. Dokładne zdefiniowanie jej jest jednak niezmiernie trudne; powinno się rozpocząć je od precyzyjnego określenia pojęcia mózgu i umysłu. Nie tylko przekracza to zakres tej pracy, ale także możliwości współczesnej nauki. Nie będzie to również konieczne do skorzystania z tej książki.

Jest to raczej przeraźliwie praktyczny poradnik używania superpamięci – nie: "doskonalenia", "kształcenia" czy "rozwijania", ale właśnie używania jej według proponowanych przez Harry Lorayne`a reguł i metod. Na samym wstępie autor zakłada, że każdy człowiek ma nie tylko dobrą pamięć, ale wręcz **superpamięć**. Nie każdy jednak posiada odpowiednie "programy użytkowe" pozwalające ją uruchomić. Te praktyczne programy – łącznie z opisami – znajdziesz w niniejszej książce.

Autor nie jest naukowcem ani teoretykiem. W jego tekście nie ma ani jednego słowa na temat budowy i funkcji mózgu; nie ma skomplikowanych klasyfikacji ani psychologicznej lub technicznej terminologii. Harry Lorayne jest praktykiem i udziela jedynie praktycznych wskazówek. Są one tak skuteczne i proste, że czytając i na bieżąco wykonując proponowane ćwiczenia, dojdiesz do wniosku, iż są to metody nieprawdopodobne, iście cyrkowe, a przy tym wręcz genialne. Jest tak na pewno, gdyż książka *Sekrety superpamięci* uznawana jest od blisko dwudziestu lat za klasyczny i podstawowy tekst w dziedzinie technik zapamiętywania. Metody, które podaje Harry Lorayne – np. Łańcuchowa Metoda Skojarzeń lub Zakładkowa Metoda Pamięci – weszły na trwałe do innych, poważniejszych opracowań psychologicznych jako przykłady umiejętnego wykorzystania nieprawdopodobnych możliwości wyobraźni człowieka.

Podstawy, na których autor buduje swoją koncepcję dostępu do superpamięci, to: wyobraźnia, wizualizacja i skojarzenia, a precyzyjniej – świadomie znajdowane skojarzenia. Można zaryzykować twierdzenie, że superpamięć to superwyobraźnia. Harry Lorayne – nie pisząc o tym – funkcje zapamiętywania przyporządkowuje prawej półkuli mózgu, odpowiedzialnej za wyobraźnię, intuicję, wizualizację, zdolności artystyczne, abstrakcje i skojarzenia. Opisywane reguły zapamiętywania układają się w praktyczne wskazówki szerszego wykorzystania niedocenianego przez zachodnie społeczeństwa fragmentu mózgu. Dotyczą one również trenowania uwagi i stanu przytomności.

Metody Harry Lorayne`a można zaliczyć do znanych powszechnie metod mnemotechnicznych. Nie ma w nich jednak typowych mechanicznych skojarzeń, układów wierszowych, skrótów werbalnych czy analogii zewnętrznych. Jest prostota i oczywistość, na które może pozwolić sobie tylko ktoś, kto sam dokonał odkrycia, a następnie sprawdził jego funkcjonowanie w praktyce.

To miejsce jest przeznaczone, jak sądzę, dla wszystkich, ponieważ chyba każdy z nas przyzna, jak denerwujące jest nagłe zagubienie w umysłowej "bazie danych" nazwiska, numeru telefonu, danych liczbowych, sytuacji, w której poznaliśmy właśnie spotkaną osobę. Dobra pamięć ma wymierną wartość w każdej sferze ludzkiego życia. To kluczowy element sukcesu w każdej dziedzinie: w biznesie, handlu, polityce, w szkole, na studiach, w życiu rodzinnym i towarzyskim. Poznane metody pozwolą osiągnąć ten sukces prędko i

efektownie.

Szybko przekonasz się, że stosując techniki Harry Lorayne'a zaczniesz wzbudzać większe zaufanie i zainteresowanie otoczenia. Twoje wypowiedzi staną się bardziej przekonujące, kiedy będziesz w stanie poprzeć je danymi liczbowymi oraz konkretnymi faktami. Twoje propozycje, koncepcje i pomysły znacznie zyskają, gdy będziesz przedstawiać je swobodnie "z pamięci". Szybko przekonasz się o wymiernej wartości błahej na pozór uwagi, rzuconej od niechcienia w rozmowie z ważnym kontrahentem, na temat faktów pamiętanych z jego życia, a poznanych przy waszym pierwszym spotkaniu kilka lat temu. Poznasz też "cenę" pamiętania imienia i nazwiska swojego rozmówcy. Zobaczysz również, jak zmieni się twoje życie towarzyskie, gdy zaczniesz wygrywać w brydża, pamiętać dobre dowcipy oraz dysponować dokładnymi i wiarygodnymi informacjami w rozmowach na różne tematy.

Pisząc tych kilka słów na temat tej fantastycznej książki, warto podkreślić ogromną rolę pana **Marka Siurawskiego**. Przełożenie tej pracy na język polski wymagało bowiem nie tylko dobrej znajomości zagadnienia, ale – tak naprawdę – stworzenia polskiej wersji metody Lorayne'a. Przełożenie alfabetu fonetycznego jest niemożliwe – trzeba opracować nowy. Podobnie, aby zachować sens tzw. "zakładek pamięci", trzeba je w praktyce utworzyć od nowa. Również liczne przykłady wymagały uaktualnienia i wkładu twórczej pracy, która – jak oceniam – zakończyła się pełnym sukcesem.

Na wstępie wspomniałem o niezwykle popularnych kursach samokontroli umysłu Metoda Silvy. Właśnie Metodzie Silvy zawdzięczasz pośrednio, Drogi Czytelniku, tę książkę. Podczas jednego z kursów, który prowadziłem w Lublinie, po omówieniu zagadnień związanych z zapamiętywaniem oraz z "zakładkami pamięci", uczestnicy przyparli mnie do muru szeregiem konkretnych, szczegółowych pytań dotyczących sposobów zapamiętywania. Nie dając sobie rady z udzieleniem odpowiedzi, odesłałem zainteresowanych do numeru *Gazety Wyborczej*, w którym parę lat temu bliżej nie znany mi autor – którego nazwiska "nie pamiętałem" – opublikował bardzo interesujący tekst na ten temat. Łatwo wyobrazić sobie moje zaskoczenie, gdy w czasie przerwy podszedł do mnie sympatyczny mężczyzna i przedstawił się mówiąc, że właśnie on jest tym tajemniczym autorem.

dr hab. inż. Zbigniew Królicki

1 JAK BYSTRYM JESTEŚ OBSERWATOREM?

W wyświetlanym kilkanaście lat temu filmie *Szampan dla Cezara* z Ronaldem Colmanem w roli głównej, bohater bierze udział w telewizyjnym quizie i odpowiada na każde pytanie. W scenie finałowej Colman może wygrać kilka milionów dolarów, pod warunkiem, że pokona ostatnią przeszkodę i wymieni numer własnej książeczki ubezpieczeniowej. Oczywiście tego nie wie.

Jakiego koloru lampa zapala się u góry sygnalizatora świetlnego? Czerwona czy zielona? W pierwszej chwili pomyślisz, że to bardzo proste. Ale wyobraź sobie, że bierzesz udział w Wielkiej Grze, wiesz, że za prawidłową odpowiedź otrzymasz dużo pieniędzy, najwyższą stawkę, ale musisz odpowiedzieć trafnie. A więc, jakie światło zapala się na górze? Czerwone czy zielone?

Jeśli dobrze wczułeś się w rolę uczestnika konkursu, chyba zawahasz się z odpowiedzią. Tak naprawdę nie jesteś do końca pewien, mam rację? Jeśli nie, należysz do tej mniejszości, która *widzi*, podczas gdy większość z nas tylko *patrzy*. Fakt, że większość ludzi, którym zadałem powyższe pytanie, albo odpowiada błędnie, albo nie jest pewna, świadczy o tym, że między widzeniem a patrzeniem jest ogromna różnica. A przecież światła na skrzyżowaniach oglądamy niezliczoną ilość razy i to codziennie!

Oczywiście czerwone światło zapala się zawsze na górze, zielone zawsze na dole. Jeśli jest jakiś trzeci kolor, to żółty, zawsze pośrodku. Zgoda, byłeś pewien swojej odpowiedzi, ale

może wiarę w bystrość Twojej obserwacji zachwieje inny test.

Jeśli masz zegarek tradycyjny, nie patrz na niego teraz i odpowiedz na pytanie: czy cyfra sześć na cyferblacie jest arabska, czy rzymska? 6 czy VI? Zastanów się przez chwilę, zanim spojrzysz na przegub ręki. Znowu wyobraź sobie uczestnictwo w grze o wielkie pieniądze. Więc?

Dobrze, zdecydowałeś się na odpowiedź. Sprawdź więc, czy miałeś rację. I jak? A może pomyliłeś się w obu przypadkach, bo na Twoim zegarku w ogóle nie ma szóstkę? Niektóre zegarki mają przecież w tym miejscu niewielką tarczę z sekundnikiem.

Nawet jeśli odpowiedziałeś poprawnie, potem musiałeś dla pewności sam siebie sprawdzić. Zerknąłeś na wskazówki. A czy możesz teraz powiedzieć, która *dokładnie* była wtedy godzina? Prawie pewne, że nie i oto spoglądasz na zegarek raz jeszcze! Znowu patrzyłeś, a nie widziałeś.

Spróbuj zadać to pytanie znajomym. Chociaż spoglądamy na zegarki dziesiątki razy dziennie, mało kto potrafi opisać szóstkę na swoim czasomierzu.

Jeszcze jedno pytanie do zabawy z przyjaciółmi, ale najpierw sprawdź, czy sam na nie odpowiesz. Na awersie banknotu jednodolarowego widnieje charakterystyczna postać, którą każdy z nas oglądał zapewne dziesiątki razy. Kto to jest? Tak, to George Washington. Powiedzmy, że zgadłeś. Ale na co patrzy prezydent Stanów Zjednoczonych i w którą stronę? Musisz spojrzeć i sprawdzić, prawda? Otóż prezydent patrzy w prawo, na okrągłą zieloną pieczęć Departamentu Stanu. W tym przypadku naprawdę warto być spostrzegawczym i patrzeć uważnie, gdyż jeśli ta pieczęć jest niebieska, banknot pochodzi sprzed 1923 roku i dealerzy płacą dziś za niego nawet trzysta dolarów.

Nie trać za szybko dobrego samopoczucia, nawet jeśli nie odpowiedziałeś na żadne z tych pytań; jak powiedziałem zdarza się to większości ludzi. Ludzie patrzą, ale nie widzą. A tak przy okazji, czy pamiętasz numer swojego ubezpieczenia? Albo dowodu, paszportu?

Chociaż moje metody sprawiają, że rozwiniesz wyobraźnię i automatycznie zaczniesz koncentrować uwagę na tym, co widzisz, w następnym rozdziale znajdziesz więcej ćwiczeń spraw dzających bystrość obserwacji.

Poświęcam tak wiele miejsca i uwagi tej sztuce, ponieważ obserwacja to jedna z najważniejszych rzeczy w ćwiczeniu pamięci, podobnie jak skojarzenia. Nasz mózg nie jest w stanie zapamiętać niczego, czego wcześniej nie zobaczył, na czym nie skupił uwagi. Sygnał świetlny lub dźwiękowy zapamiętujesz tylko wtedy, kiedy po świadomym zarejestrowaniu przez zmysły skojarzysz go z czymś, co już znasz, co pamiętasz.

Ponieważ – jak mówiłem – dzięki mojej metodzie zaczniesz patrzeć i obserwować, i to przyjdzie samo, naszą uwagę skupimy przede wszystkim na skojarzeniach.

Skojarzenia w aspekcie pamięci to nic innego, jak powiązanie, połączenie ze sobą dwóch lub więcej przedmiotów, pojęć, obrazów, sytuacji, itp. Powtarzam: jeśli coś zapamiętujesz lub zapamiętałeś, to tylko dlatego, że skojarzyłeś to z czymś innym.

Niczym innym przecież jak skojarzeniem jest powiązanie liczby dni poszczególnych miesięcy z układem knykci i dołków w zaciśniętych pięściach. Pamiętasz zapewne, że poczynając od małego palca knykciec to 31 dni, a dołek – 30.

Czy narysujesz z pamięci mapę Wielkiej Brytanii? Albo Chin, Japonii czy dawnej Czechosłowacji? Zapewne nie. Ale gdybym powiedział: Włochy, zdecydowana większość z Was zobaczyłaby w wyobraźni but, czyż nie? Narysuj but z wysoką cholewką, a w przybliżeniu zaznaczysz terytorium Włoch.

Jak to się stało, że wyobraźnia podsunęła Ci taki właśnie obraz? Ponieważ kiedyś, może wiele lat temu, ktoś powiedział Ci, albo sam do tego doszedłeś, że zarys Półwyspu Apenińskiego przypomina but. Mapa Włoch była tym, co chciałeś zapamiętać, a but tym, co już znałeś i mogłeś użyć do skojarzenia.

A te wszystkie mnemotechniki i "rymowanki" szkolne, które pamięta się przez całe życie? "W pierwszej wszystkie są dodatnie, w drugiej tylko sinus, w trzeciej tangens i cotangens, a w czwartej cosinus" (w ten sposób zapamiętywałeś znak funkcji trygonometrycznych zależnie od kąta) albo: "Klio Mel Ter Tal Er Eu Ur Pol Kal" (chodzi oczywiście o Klio, Melpomenę, Terpsychorę, Talię, Erato, Euterpe, Uranię, Polihymnię i Kaliope). To też skojarzenia, wykorzystujące rym i rytm dla odmiany.

W podobny sposób, chociaż nie poprzez wierszyk, możesz zapamiętać długi ciąg cyfr, tworząc ciąg słów, w których liczba liter będzie odpowiadała kolejnej cyfrze. Np.: dla liczby p (3,14159265594...) będzie to zdanie: "Daj, o Pani, o boska Mnemozyna, pi liczbę, zwaną także ludolfiną taką..."

Równie częstą metodą mnemotechniczną jest np. skojarzenie początkowych liter wyrazów z ich znaczeniem. Jeśli np. zapamiętasz bzdurne zdanie: "Ciupaż Zenobii F.", spółgłoski w nim zawarte podpowiedzą Ci kolejność barw w widmie światła białego. CiuPaŻ ZeNoBii F, czyli Czerwony, Pomarańczowy, Żółty, Zielony, Niebieski, Błękitny i Fiolet. (Co to jest "ciupaż"? – pytacie. Na pewno większy od ciupażki...)

Jest jednak jeden problem: nic nie pomaga Ci zapamiętać, że zdanie to odnosi się do barw tęczy i odwrotnie. Jeśli masz jakieś słowo-klucz, to świetnie. Wtedy dasz sobie radę, ale z kolei jak zapamiętać to słowo?

Nauczysz się tego w następnych rozdziałach. Pokażę Ci, jak dzięki zasadzie prostych, świadomych skojarzeń można zapamiętać praktycznie wszystko. Tak, nie przejęzyczyłem się – *wszystko*: nazwiska, twarze, nazwy, przedmioty, fakty, postaci, kształty, przemówienia, itd. Wszystko, z czym spotykasz się w codziennym życiu, i społecznym, i zawodowym.

2PRYZWYCZAJENIE TO PAMIĘĆ

Jestem przekonany, że nie da się niczego całkowicie zapomnieć; ślady pozostawione w pamięci są nie do zatarcia.

Thomas De Quincey

Sprawna, dobra pamięć jest podstawą sukcesu w każdej dziedzinie. Ostatnie badania potwierdzają, że cała nasza wiedza opiera się na pamiętaniu. Platon ujął to w ten sposób: "Wiedza to nic innego jak pamięć", a Cynceron przydał pamięci rolę skarbnika i strażnika wszechrzeczy.

Jeśli za mało dowodów, oto jeszcze jeden bardzo przekonujący: nie mógłbyś przecież czytać tej książki, gdybyś kiedyś nie zapamiętał 25 znaków polskiego alfabetu. Z pozoru brzmi to jak duże uproszczenie, ale jednak to prawda. Przecież gdybyś stracił pamięć całkowicie, musiałbyś uczyć się wszystkiego od początku jak nowo narodzone dziecko. Nie wiedziałbyś jak się ubrać, ogolić, zawiązać buty, jak prowadzić samochód, jak używać noża i widelca, itd.

Tak to jest. Wszystko, co uważamy za zwyczaj, w istocie rzeczą jest pamiętaniem. Zwyczaj, nawyk – to pamięć.

Metody mnemotechniczne, istotny atrybut sprawnej pamięci, nie są niczym nowym ani zadziwiającym. Samo słowo "mnemotechniczny" pochodzi od imienia greckiej bogini Mnemozyny, a metod tych Grecy używali już u zarania swojej cywilizacji. Dziwi raczej fakt, że tak mało ludzi je zna i z nich korzysta.

Tych, którzy poznali sekrety mnemotechniki zaskakuje nie tylko sprawność własnej pamięci, ale również uznanie i podziw rodziny i przyjaciół; niektórzy uznali więc, że lepiej nie dzielić się tą tajemnicą z innymi. Dlaczego nie być jedynym człowiekiem w biurze, który zna wszystkie numery akt albo ceny wyrobów? Albo jedynym na przyjęciu, który może zademonstrować coś nadzwyczajnego?

Ja jednak uważam, że sprawna pamięć powinna stać się udziałem wszystkich i taki jest cel tej książki. Chociaż dla niektórych jestem człowiekiem estrady, nie mam zamiaru uczyć Was pamięciowych sztuczek. Nie chcę z Was robić magików. Zależy mi jedynie na tym, byście poznali w praktyce niezwykle zalety sprawnej pamięci. Opisuję w książce sporo tricków i zabaw, którymi możecie olśnić przyjaciół, ale tak naprawdę będą to po prostu doskonałe ćwiczenia praktyczne.

Ludzie bardzo często zadają pytanie: czy nie pomiesza mi się w głowie, jeśli będę pamiętał za dużo? Otóż nie. Nie ma granic dla ludzkiej pamięci. Lucjusz Scypion pamiętał nazwiska wszystkich mieszkańców Rzymu, Cyrus potrafił wywołać każdego żołnierza swojej

armii po imieniu, a Seneca wystarczyło raz usłyszeć dwa tysiące słów, aby je zapamiętać i dokładnie powtórzyć.

Myślę, że im więcej pamiętasz, tym więcej możesz zapamiętać. Pamięć jest w tym względzie bardzo podobna do mięśni. Ćwiczysz je i wzmacniasz, jeśli mają Ci dobrze służyć; podobnie jest z pamięcią. Różnica polega tylko na tym, że mięśnie możesz przetrenować lub wyćwiczyć do pewnego maksimum, a pamięć takich ograniczeń nie ma.

To, jak osiągnąć sprawną pamięć, wytłumaczę Ci możliwie najprościej i będzie to łatwiejsze, niż gdybyś np. uczył się grać na jakimś instrumencie. Jeśli tylko czytasz i piszesz w swoim języku i masz trochę zdrowego rozsądku, i jeśli dokładnie przeczytasz moje wywody, będziesz mistrzem superpamięci. A równolegle z tym nabędziesz zapewne umiejętność lepszej koncentracji, baczniejszej obserwacji i, kto wie, bujniejszej wyobraźni.

Zapamiętaj, proszę, że nie ma czegoś takiego jak zła pamięć. Być może to szokująco brzmi dla tych, którzy w "złej" pamięci znajdowali usprawiedliwienie przez całe lata, ale powtarzam: zła pamięć nie istnieje, co najwyżej źle ją ćwiczymy. Warto również wiedzieć, że pamięć nie wyćwiczona jest często jednostronna, tzn. jeśli zapamiętujemy nazwiska i twarze, to "nie mamy pamięci" do numerów telefonów i adresów, i odwrotnie. Są również tacy, których pamięć jest całkiem pojemna, chociaż zapamiętują z ogromną trudnością, i tacy, którym wszystko wchodzi do głowy bardzo szybko, ale na krótko. Jeśli zaczniesz stosować metody, które opisuję w tej książce, zapewniam, że będziesz zapamiętywał szybko i na długo praktycznie wszystko, co zechcesz.

Jak już wspomniałem, zanim coś zapamiętasz, Twój umysł musi, w ten czy w inny sposób skojarzyć z tym, co już wie. Oczywiście większość z Was powie, że zapamiętywało wiele rzeczy bez żadnych skojarzeń. To prawda. Ale początek drogi ku sprawnej, wyćwiczonej pamięci to skojarzenia *świadome*.

Nie wiem jak pracuje Twoja podświadomość; byłbyś zapewne przerażony, wiedząc co w niej naprawdę się dzieje, ale to fakt: zapamiętujesz tylko wtedy, kiedy skojarzenia są silne. Jeśli są słabe, zapominasz. I nie masz na to wpływu, bo ten delikatny proces dzieje się poza Twoją świadomością.

Chodzi więc o to, aby dokonywać skojarzeń świadomie. To właśnie decyduje o sprawnej pamięci.

Zwróć uwagę, że w ten sposób będziesz tylko pomagał pamięci naturalnej, tej, z której korzystasz zawsze, czy o tym wiesz, czy nie; w miarę treningu granica między pamięcią naturalną a pamięcią wyćwiczoną stopniowo zniknie i to jest wspaniałe. Świadome korzystanie z mojej metody na początku, z biegiem czasu stanie się automatyczne i podświadome!

3SPRAWDŹ, JAKĄ MASZ PAMIĘĆ.

Kilku studentów zdawało egzamin tuż przed świętami Bożego Narodzenia. Nie spodzielali się po nim niczego przyjemnego, gdyż miał to być egzamin trudny. I taki był rzeczywiście.

Jeden ze zdających oddał swój arkusz egzaminacyjny z krótką notatką: "Tylko Pan Bóg zna odpowiedź na te pytania. Wesołych Świąt".

Profesor sprawdził prace, a studentowi odpisał: "Pan Bóg dostaje piątkę, Ty – pałę. Szczęśliwego Nowego Roku!".

Test 1	Test 2	Test 3	test 4	test 5	test 6
--------	--------	--------	--------	--------	--------

Nie sądzę, aby testy, które przedstawiam w tym rozdziale były aż tak trudne. A nawet gdyby, jest to bez znaczenia, ponieważ i tak nikt się nie dowie, jak Ci poszło. W poprzednich rozdziałach podałem kilka przykładów, pokazujących, jak ogromną pomocą w zapamiętywaniu czegokolwiek są świadome skojarzenia. Jest to proste i szalenie skuteczne, co więcej, takie skojarzenia mózg może przechowywać całe lata.

Twierdę, że jeśli zdołałeś zapamiętać cokolwiek, na krócej lub dłużej, dzięki metodzie świadomych skojarzeń, uda Ci się to również w każdym innym przypadku. Tak twierdę i zamierzam to udowodnić przy Twojej pomocy. Myślę, że później sam przyznasz, iż nie przypuszczałeś, że może to być tak użyteczne i wartościowe. Później, bo gdybym np. powiedział teraz, że dzięki mojej metodzie zapamiętasz nawet 50 cyfrowe liczby "na zawsze" i to po jednokrotnym ich ujrzeniu, uznałbyś chyba, że jestem szalony. Gdybym powiedział, że zapamiętasz kolejność kart w potasowanej talii, choć każdą z nich zobaczysz tylko raz (lub tylko usłyszysz, jak się ją wymienia), stwierdziłbyś, że wariuję coraz bardziej, a gdybym powiedział, że zawsze już będziesz pamiętał nazwiska i twarze, listę nawet 50 zakupów czy spraw do załatwienia, że zapamiętasz dokładnie treść całego miesięcznika, dowolne ceny i ważne numery telefonów, że w końcu z pamięci określisz dzień tygodnia dowolnego roku – to powiedziałbyś, że teraz dopiero "odbiło mi pod sufitem". Przeczytaj jednak dokładnie całą książkę, a sam się przekonasz.

Pomyślałem sobie, że najlepszy sposób, aby udowodnić, że mam rację, to pozwolić, abyś sam notował swoje postępy. W tym celu muszę Ci najpierw pokazać, jak słaba jest pamięć nie ćwiczona. Znajdź więc teraz trochę czasu i przerób testy, o których za chwilę. Po przeczytaniu stosownych rozdziałów wróć do nich raz jeszcze. Da Ci to możliwość porównania wyników.

To bardzo ważne! Ponieważ z każdym przeczytanym rozdziałem Twoja pamięć będzie coraz sprawniejsza, chcę, abyś sam się o tym przekonał. W ten sposób nabędziesz pewności siebie, tak istotnej w technice ćwiczenia pamięci. Pod każdym testem znajdziesz więc miejsce na wpisanie wyników obecnych i przyszłych.

I jeszcze jedno, zanim przystąpisz do ćwiczeń – nie czytaj z wyprzedzeniem rozdziałów, które – jak sądzisz – mogłyby Ci pomóc w tych sprawdzianach. Temu ma służyć cała książka i naprawdę lepiej czytać ją po kolei. Podążaj więc spokojnie za mną i nie przeskakuj sam siebie.

Nie zamartwiasz się, jeśli uznasz, że uzyskane wyniki nie są zadowalające. Te zadania – powtórzę – służą temu, abyś mógł stwierdzić własne postępy w miarę czytania tej książki, a po wtóre unaocznia Ci, jak mało wiarygodna jest pamięć źle ćwiczona.

Nie trzeba wiele pracy ani wysiłku, aby uzyskać stuprocentowo dobre wyniki w tych testach. Prywatnie to, o czym piszę, bardzo lubię nazywać metodami "superpamięci dla leniwych".

4ROLA UWAGI W DZIAŁANIU PAMIĘCI

Sztuka pamiętania to sztuka koncentracji.
Samuel Johnson

Przeczytaj bardzo uważnie poniższą historię.

Prowadzisz samochód, w którym jedzie 50 ludzi. Na pierwszym przystanku wysiada 10 osób i wchodzi 3; na następnym wysiada 7 i dochodzą 2. Na kolejnych 2 przystankach za każdym razem wysiada 4 pasażerów i wchodzi 1. W tym miejscu trasy autobus staje, gdyż są kłopoty z silnikiem. Część osób spieszy się i woli iść piechotą; wysiada więc 8 z nich. Autobus rusza dalej i dowozi do końcowego przystanku resztę pasażerów.

Teraz, bez ulegania pokusie powtórnego czytania, spróbuj odpowiedzieć na dwa pytania. Jestem niemal pewny, że gdybym zapytał, ile osób zostało w autobusie podałbyś od razu prawidłową odpowiedź, ale pytanie, które chcę zadać, brzmi: ile było przystanków?

Chyba niewielu z Was zwróciło na to uwagę. Większość uznała, że pytanie będzie dotyczyło liczby pasażerów, więc pracownice dodawała i odejmowała wszystkich wsiadających i wysiadających. Interesowała Was liczba pasażerów, inaczej mówiąc, chcieliście wiedzieć (a więc i zapamiętać), ile osób zostało w autobusie. Nikt nie zakładał, że ważna będzie ilość przystanków, nikt więc nie zwracał na przystanki uwagi, dlatego mózg nie znalazł odpowiedzi na podstawowe pytanie, nie zapamiętał jej.

Ale jeśli ktoś założył, że pytanie będzie dotyczyło ilości przystanków, z pewnością podał

prawidłową odpowiedź, na tym bowiem skupił swoją uwagę, tym był zainteresowany.

Jeśli rzeczywiście odpowiedziałeś na pierwsze pytanie, nie bądź za bardzo szczęśliwy. Wątpię, czy odpowiesz na drugie, które brzmi: jak nazywa się kierowca?

W istocie rzeczy cała zagadka jest bardziej sprawdzianem obserwacji, uwagi, niż testem pamięci, a zacytowałem ją tu głównie dlatego, aby podkreślić rolę koncentracji w funkcjonowaniu pamięci. Gdybym, zanim przeczytałeś historyjkę z autobusem, powiedział, że zapytam o nazwisko kierowcy, na tym skupiłbyś uwagę, to chciałbyś zauważyć i zapamiętać.

Ale nawet wtedy mógłbyś mieć pewne trudności. Zagadka skonstruowana jest według zasady odwracania uwagi, co bardzo dobrze znają wszyscy zawodowi prestidigitatorzy. Kluczowy ruch w sztuczce, właściwe "modus operandi", jest niedostrzegalny albo przykryty innym, wyraźniejszym, bardziej sugestywnym. Ten właśnie ruch zauważasz i zapamiętujesz, choć jest bez znaczenia, a ten najistotniejszy gubisz i dlatego dajesz się oszukać.

Większość ludzi opisuje w tak nieprawdopodobny sposób popisy magików, że sam artysta powinien uznać się za cudotwórcę, a wszystko dlatego, że widzi po prostu nie zauważa właściwych ruchów. Pomijając sztuczki z kapeluszem czy skrzynią i generalnie wszystkie tricki mechaniczne, gdyby nie to wspomniane "mylenie uwagi" każdy prestidigitator byłby w dużym kłopotcie.

Ja też wprowadziłem Cię w błąd sugerując nie to, co będzie ważne i na co w ogóle nie zwróciłeś uwagi. Chyba już wystarczająco długo nadużyłem Twojej cierpliwości. Odpowiedź na drugie pytanie przynosi pierwsze słowo zagadki – Ty prowadzisz autobus, a więc Ty sam jesteś kierowcą. Chodzi o Twoje własne nazwisko! Zaproponuj tę zabawę znajomym i przyjaciółom i przekonaj się, jak niewielu z nich nie da się oszukać.

Jak wspomniałem, historyjka z autobusem jest bardziej sprawdzianem obserwacji, niż testem pamięci. Ale obserwacja i dobra pamięć idą w parze. Wątpliwe, abys zapamiętał coś, czego nie spostrzegłeś; z kolei bardzo trudno jest zauważyć coś, czego nie chce się zapamiętać lub czego zapamiętanie nas nie ciekawi.

To oczywiście prowadzi do narzucającego się wniosku: jeśli chcesz szybko polepszyć swoją pamięć, *chciej* zapamiętywać. Zmusz się do postrzegania wszystkiego, co lub o czym chcesz pamiętać. Piszę: "zmusz się", ponieważ początkowo pewien wysiłek jest konieczny, ale po zadziwiająco krótkim czasie przekonasz się, że wola (chęć) zapamiętania nic nie kosztuje. Pierwszy krok na tej drodze już zrobiłeś. Czytasz tę książkę. Gdybyś nie chciał usprawnić swojej pamięci, nie czytałbyś jej. "Bez motywacji trudno mówić o dobrej pamięci" – to dobre motto.

Równie pomocna jest wiara, zaufanie do własnej pamięci. Jeśli jesteś pewien, że coś zapamiętasz – w większości przypadków odniesiesz sukces. Myśl o swojej pamięci jak o sobie. Za każdym razem, kiedy czujesz lub mówisz: "Mam okropną pamięć", albo: "Nigdy tego nie zapamiętam", robisz w tym sobie kolejną dziurę. I odwrotnie, jeśli mówisz "Mam wspaniałą pamięć, z łatwością to zapamiętam", itp. – zatykasz jedną z nich.

Wielu z moich znajomych wcześniej czy później pyta, dlaczego mają kłopoty z pamiętaniem, bo przecież zapisują dokładnie wszystko, co chcą zapamiętać. Odpowiadam, że to jest tak, jakbym zapytał, dlaczego źle pływają, skoro uwiązali sobie kamień do szyi. To, że zapominają a może raczej, że nie zapamiętują, spowodowane jest właśnie tym, że piszą. Moim zdaniem słowo "zapomniałem" należy wyrzucić ze słownika; z dwojga złego już lepiej powiedzieć: nie zdążyłem jeszcze zapamiętać.

Nigdy nie zapomnisz czegoś, co naprawdę zapamiętałeś. Jeśli piszesz, aby sobie pomóc w zapamiętaniu całości lub ważnych szczegółów – w porządku. Ale jeśli papier i ołówek mają być substytutem pamięci (a tak właśnie wiele osób uważa), pamięci nie polepszysz. Charakter pisma, szybkość pisania może tak, ale pamięci nie, bo ją lekceważysz i nie ćwiczysz. Zazwyczaj piszesz tylko dlatego, że jesteś za leniwy, że chronisz pamięć, aby jej broń Boże nie przemęczyć. Jak trafnie ujął Oliver Wendell Holmes: "Żeby zapomnieć, najpierw trzeba zapamiętać".

Miej na uwadze, że pamięć lubi, kiedy jej się ufa. Im bardziej jej ufasz, tym bardziej możesz na niej polegać. Notować bez próby zapamiętania, to łamać wszelkie reguły ćwiczenia pamięci. Nie ufasz swojej pamięci, nie chcesz na niej polegać, nie ćwiczysz jej, nie

skupiasz uwagi na tym, co chcesz zapamiętać – dlatego piszesz. A przecież zawsze możesz zgubić kalendarz czy notes, a głowy nigdy. Jeśli mogę pozwolić sobie na szczyptę humoru: dopiero kiedy naprawdę tracisz głowę, nie ma znaczenia, czy coś zapamiętałeś, czy nie...

Więc powtórzę: jeśli koncentrujesz się na zapamiętaniu, jeśli wierzysz, że zapamiętasz, naprawdę nie musisz niczego zapisywać. Ilu rodziców narzeka, że ich dzieci ciągle zapominają, co było zadane, jakie mają lekcje w czwartek, itd., a przecież te same dzieci potrafią powiedzieć, kto strzelił bramkę w kilku kolejnych meczach ekstraklasy albo opisać wszystkie reguły gry w koszykówkę i powiedzieć, kto z kim wygrał i kiedy w ubiegłorocznej rundzie jesiennej. Jeśli z łatwością pamiętają takie fakty i liczby, w takim razie dlaczego mają kłopoty w szkole? Otóż tylko dlatego, że bardziej ich ciekawi koszt czy piłka nożna niż algebra, historia czy geografia.

Problem nie tkwi w złej pamięci, a w braku zainteresowania. Potwierdza to również fakt, że większość uczniów jest dobra lub bardzo dobra w jednym szczególnym przedmiocie, choć w pozostałych zupełnie nie błyszczy. Jeśli uczeń pamięta lekcje z danego przedmiotu – jest z tego przedmiotu dobry, jeśli nie – nie daje sobie rady. Tak to po prostu jest. I jest to również dowód na to, że uczeń *ma* pamięć do rzeczy, które lubi lub którymi się interesuje.

Wielu z Was miało w szkole średniej język obcy, nawet dwa. I co? Ciągłe je pamiętasz? Wątpię. Podróżujesz teraz po świecie i odwiedzasz miejsca, gdzie mówi się tymi językami, i nieraz plujesz sobie w brodę, żeś nie uważał na lekcjach. Oczywiście, gdybyś wiedział, że będziesz podróżował, uczyłbyś się języka pilniej, po prostu chciałbyś się go uczyć i byłbyś zdziwiony swoimi stopniami. W moim przypadku tak niestety nie było. Nie wiedziałem, że przyda mi się znajomość języków obcych, no i nie miałem jeszcze wtedy wyćwiczonej pamięci.

Również wiele kobiet skarży się na okropną pamięć, ponoć niczego nie mogą zapamiętać. Ale te same panie potrafią opisać w szczegółach, co miała na sobie przyjaciółka, którą widziały kilka tygodni wcześniej, więcej – zauważą inną kobietę za kierownicą samochodu jadącego prawie 80 km/h i powiedzą, jak była ubrana, opiszą kolor żakietu, rodzaj uczesania, czy włosy były naturalne, czy tlenione i, oczywiście, ile lat miała ta baba! Być może określą nawet zawartość portfela kobiety-kierowcy, co oczywiście wykracza poza sferę pamięci, a dotyczy raczej obserwacji psychologicznych.

W każdym razie podkreślam raz jeszcze ogromną wagę zainteresowania w działaniu pamięci. Jeśli potrafisz zapamiętać rzeczy, które Cię pasjonują, to znaczy, że naprawdę masz świetną pamięć. To znaczy również, że gdybyś interesował się w podobny sposób czym innym, zapamiętałbyś to równie dobrze.

A więc podejmij decyzję, że od dziś chcesz zapamiętywać nazwiska, twarze, daty, cyfry, fakty – po prostu wszystko i że z wiarą i zaufaniem potraktujesz swoje możliwości w tym względzie. Już samo to, bez odwoływania się do systemów i metod skojarzeń, bardzo pomoże Twojej pamięci; natomiast systemy i metody, jako środki wspomagające, wprowadzą Cię na drogę ku pamięci niezwyklej. Co udowodnię już w następnym rozdziale.

5ŁAŃCUCHOWA METODA SKOJARZEŃ

Prawdziwym majątkiem człowieka jest jego pamięć. Nic innego nie decyduje o tym, czy jest bogaty, czy prawdziwie biedny.

Aleksander Smith

Otóż już teraz potrafisz zapamiętywać, jak nigdy przedtem. Wątpię, abys bez wcześniejszego treningu potrafił wymieniwać 20 nie powiązanych ze sobą przedmiotów, widząc je (lub słysząc, jak ktoś je wylicza) tylko raz. Chociaż w to nie wierzysz, po uważnym przeczytaniu tego rozdziału poradzisz sobie nawet z trudniejszym zadaniem.

Zanim przejdziemy do ćwiczeń, muszę wyjaśnić, że sprawność pamięci, którą osiągniesz, będzie opierać się prawie wyłącznie na obrazach myślowych, na pracy wyobraźni. Obrazy te powinny być możliwie najbardziej zabawne.

Oto 20 przedmiotów, które zapamiętasz w zadziwiająco krótkim czasie:

DYWAN, PAPIER, BUTELKA, ŁÓŻKO, RYBA, KRZESŁO, OKNO, TELEFON, PAPIEROS, GWÓZDŹ, MASZYNA DO PISANIA, BUT, MIKROFON, PIÓRO, TELEWIZOR, TALERZ, PĄCZEK, SAMO CHÓD, FILIŻANKA I CEGŁA.

Ktoś sławny powiedział kiedyś, że metoda jest matką pamięci. A więc nauczę Cię teraz Łańcuchowej Metody Skojarzeń, którą dalej będę nazywał w skrócie ŁMS. Jak wspomniałem, sprawna, wytrenowana pamięć pracuje przy pomocy zabawnych wyobrażeń; w takim razie stwórzmy śmieszne związki dla powyższych 20 przedmiotów. Nie wpadaj w panikę! To jak dziecięca zabawa, w istocie rzeczy bardzo podobna do gry.

Najpierw zakoduj w umyśle pierwszy przedmiot – **DYWAN**. Każdy wie jak wygląda dywan, więc zobacz ten dywan w wyobraźni. Nie słowo, ale obraz: albo dowolnego dywanu, albo dywanu z Twojego mieszkania, który przecież dobrze znasz. Mówiłem poprzednio, że aby coś zapamiętać, trzeba to skojarzyć w jakiś sposób z tym, co już znamy. Zrobisz teraz dokładnie to samo, przy czym przedmioty z naszej listy będą takimi właśnie punktami odniesienia. To, co już znasz, co pamiętasz, to "dywan", to, co chcesz zapamiętać, to "papier".

Oto Twój *pierwszy i najważniejszy krok* w treningu pamięci. Musisz teraz skojarzyć, powiązać dywan i **PAPIER**, ale *możliwie najśmieszniej*. Np. wyobraź sobie, że dywan w Twoim mieszkaniu jest utkany z papieru. Zobacz, jak po nim stąpasz, posłuchaj, jak szeleści pod Twoimi stopami. Albo wyobraź sobie, że piszesz coś na dywanie jak na kawałku papieru. Każde z tych wyobrażeń jest skojarzeniem zabawnym. Papier leżący po prostu na dywanie nie spełnia tego warunku, skojarzenie takie jest *za logiczne*. Obraz myślowy *musi* być śmieszny lub bezsensowny. Uwierz na słowo, że jeśli Twoje skojarzenie jest logiczne, nie zapamiętasz go.

A teraz coś, o czym będę Ci przypominał nieustannie. Musisz choćby przez ułamek sekundy zobaczyć w swoim umyśle ten śmieszny obraz. Nie próbuj oglądać słów, ale konkretny obraz, ten, który wybrałeś. Zamknij na sekundę oczy, to może pomóc.

Jak tylko zwizualizujesz skojarzenie, przestań o nim myśleć i idź dalej. Ponieważ to, co już znasz i zapamiętałeś, to papier, więc musisz teraz skojarzyć, powiązać go z kolejnym przedmiotem na liście, tzn. **BUTELKA**. W tym miejscu w ogóle nie zawracasz już sobie głowy "dywanem", tworzysz całkowicie nowy, śmieszny obraz myślowy łączący papier z butelką. Możesz np. czytać ogromną butelkę jak gazetę, albo pisać na wielkiej butelce jak na kawałku papieru. Albo wyobraź sobie, że z butelki wylewa się struga papieru jak wino, albo że w ogóle cała butelka jest zrobiona z papieru. Wybierz najbardziej zabawne skojarzenie i zobacz je choćby przez chwilę w swej wyobraźni.

Nie wiem, czy uda mi się wystarczająco mocno podkreślić wagę tego, by rzeczywiście "widzieć" skojarzenia i by one były możliwie najśmieszniejsze. Przy tym nie chodzi o to, aby przez 15 minut wymyślać najbardziej nonsensowne związki; pierwsze zabawne skojarzenie, jakie przychodzi do głowy jest zwykle najlepsze. W dalszym ciągu ćwiczenia zaproponuję Ci kilka sposobów, jakimi możesz powiązać ze sobą obrazowo każdą parę przedmiotów z naszej listy. Możesz wybrać ten, który uznasz za najśmieszniejszy, albo ten, który sam wymyśliłeś – i tego się trzymaj.

Połączyliśmy już dywan z papierem i papier z butelką. Przejdźmy do "**ŁÓŻKA**". Szukamy zabawnego związku między butelką a łóżkiem. Butelka leżąca w łóżku lub coś w tym guście jest *za logiczne*, a więc może śpisz w dużej butelce zamiast w łóżku, albo "odkorkowujesz" łóżko zamiast butelki? Zobacz któreś z tych skojarzeń choćby przez chwilę i więcej do nich nie wracaj.

Zorientowałeś się już, że w tej zabawie kojarzymy każdy poprzedni przedmiot z następnym. Poznałeś i zapamiętałeś już łóżko; kolejnym słowem, które chcesz zapamiętać jest "**RYBA**". A więc znajdź śmieszny związek między łóżkiem a rybą. Może ogromna ryba śpiąca w Twoim łóżku, albo łóżko w kształcie ogromnej ryby? Zobacz obraz, który wydaje Ci się najśmieszniejszy.

Teraz ryba i **KRZESŁO** – może gigantyczna ryba siedzi na krześle, albo ryba, która udaje krzesło? Albo wyciągasz wędka krzesło zamiast ryby...

Krzesło i **OKNO**. Siedzisz na szklanej tafli jak na krześle, albo rozwścieczony rzucasz

krzesłem w zamknięte okno. Znowu zobacz ten obraz nim przejdziesz do następnego skojarzenia.

Okno i **TELEFON** – zobacz siebie jak odbierasz telefon, ale kiedy przykładasz słuchawkę do ucha okazuje się, że jest to okno. Możesz również wyobrazić sobie okno w postaci wiekiej tarczy telefonu, którą musisz unieść, aby wyrzeć na ulicę. Albo że przenikasz ręką okienną szybę, aby odebrać telefon. I znowu zobacz w wyobraźni najśmieszniejsze skojarzenie.

Telefon i **PAPIEROS** – zapalasz słuchawkę telefonu zamiast papierosa, albo trzymasz przy uchu wielkiego papierosa w miejsce słuchawki. A może odbierasz telefon i ze słuchawki sypie Ci się na twarz milion papierosów?

Papieros i **GWÓDZ** – zapalasz gwoździa lub wbijasz młotkiem w ścianę papierosa jak gwóźdź.

Gwóźdź i **MASZYNA DO PISANIA** – wbijasz gigantyczny gwóźdź w maszynę, lub wszystkie jej klawisze są zakończone gwoździami, które kłują Cię w palce, kiedy piszesz.

Maszyna do pisania i **BUT** – zamiast buta nakładasz maszynę do pisania, albo przepisujesz coś na maszynie butami, albo widzisz duży but z klawiaturą i piszesz na nim jak na maszynie.

But i **MIKROFON** – na nodze masz mikrofon zamiast buta lub mówisz do buta jak do mikrofonu.

Mikrofon i **PIÓRO** – piszesz coś mikrofonem jak dużym ołówkiem lub mówisz do wielkiego pióra.

Pióro i **TELEWIZOR** – z ekranu TV wylatuje tysiące piór, albo oglądasz program TV, w którym występują same pióra, albo w ogromne pióro wmontowany jest odbiornik TV i Ty właśnie oglądasz jakiś program.

Telewizor i **TALERZ** – zamiast ekranu TV widzisz talerz albo zjadasz coś z telewizora jak z talerza, albo pałaszujesz coś z talerza, ale w miarę jak zjadasz odslania Ci się ekran TV z programem.

Talerz i **PĄCZEK** – gryziesz pączek, który pęka Ci w ustach jak talerz, albo podają Ci obiad na przeogromnym pączku jak na talerzu.

Pączek i **SAMOCHÓD** – za kierownicą widzisz pączek, albo sam prowadzisz wielki pączek, który udaje samochód.

Samochód i **FILIŻANKA** – wielka filiżanka prowadzi samochód, albo jedziesz wielką filiżanką jak samochodem. Albo zobacz swój samochód w roli filiżanki, pełen ciemnego płynu.

Filiżanka i **CEGLA** – nalewasz kawę do filiżanki nie z dzbanka, ale z cegły, albo z dzbanka lecą do filiżanki małe cegły zamiast kawy.

I to wszystko! Jeśli rzeczywiście zobaczyłeś te skojarzenia w wyobraźni, nie będziesz miał żadnych trudności z zapamiętaniem całego ciągu, od dywanu do cegły. Oczywiście znacznie dłużej się o tym mówi niż robi; każde skojarzenie, podkreślam raz jeszcze, musiałeś "zobaczyć", ale wystarczył na to ułamek sekundy.

Zobaczmy teraz, czy rzeczywiście wymienisz kolejno wszystkie zadane przedmioty. Zobaczyłeś dywan; jaki obraz podsuwa Ci to natychmiast? Oczywiście papier. Zobaczyłeś siebie piszącego po dywanie jak na kawałku papieru. Papier przywodzi na myśl butelkę, ponieważ widzisz butelkę zrobioną z papieru. Co dalej? Spisz w ogromnej butelce jak w łóżku, w łóżku śpi ogromna ryba, łowisz ryby i wyciągasz *krzesło*, którym ciskasz w zamknięte *okno*. Dalej radź sobie sam, ale przekonasz się, że wymienisz wszystkie 20 przedmiotów, nie zapomniawszy ani jednego.

Fantastyczne? Niezwykłe? Tak, ale – jak widzisz – całkiem możliwe, a nawet przyjemne. Skoro już to wiesz, wymyśl teraz własną listę przedmiotów i zapamiętaj ją w podobny sposób.

Zdaję sobie oczywiście sprawę z tego, że wszyscy zostaliśmy wychowani w kulcie logicznego myślenia. Ponieważ proponuję, abyś wymyślał coś nonsensownego i śmiesznego, możesz mieć z tym pewne trudności. Ale wystarczy niewielka praktyka, by pierwsze skojarzenie, jakie przyjdzie na myśl, było nielogiczne i zabawne zarazem. W każdym razie początkującym przydadzą się cztery poniższe zasady:

1. WYRAŹNIE PRZEJASKRAWIAJ SWOJE SKOJARZENIA, INNYMI SŁOWY, NIECH BĘDĄ ZA DUŻE. OPISUJĄC NIEKTÓRE Z NICH W TYM ROZ DZIALE UŻYWAŁEM CZĘSTO SŁOWA "GIGANTYCZNE". O TO CHODZI.

2. DYNAMIZUJ OBRAZY. ZWROĆ UWAGĘ: O WIELE LEPIEJ PAMIĘTASZ WYDARZENIA GWAŁTOWNE I PRZYKRE NIŻ PRZYJEMNE. NP. WYPADEK SAMOCHODOWY, NAWET JEŚLI ZDARZYŁ SIĘ WIELE LAT TEMU, OPI SZESZ BARDZO DOKŁADNIE Z PODANIEM WSZYSTKICH SZCZEGÓŁÓW. NIECH TWOJE SKOJARZENIA BĘDĄ TAKŻE PEŁNE RUCHU, AKCJI.

3. WYOLBRZYMIJ LICZBĘ PRZEDMIOTÓW. ZE SŁUCHAWKI TELEFO NICZNEJ WYLATUJE MILION PAPIEROSÓW, A NIE DWA. JEŚLI SĄ TO PAPIEROSY ZAPALONE I OSMALĄ CI TWARZ, ZA JEDNYM ZAMACHEM MASZ TU I RUCH I PRZESADĘ W ILOŚCI.

4. ZASTĘPUJ JEDNE PRZEDMIOTY DRUGIMI. TĘ METODĘ STOSUJĘ NAJCZĘŚCIEJ. ZAPALASZ GWÓZDZIA ZAMIAST PAPIEROSA., ITP.

A WIĘC:

1. ZA DUŻE. 2. DYNAMICZNE. 3. PRZESADNE CO DO ILOŚCI. 4. ZASTĘPUJĄCE SIEBIE NAWZAJEM.

Wykorzystaj przynajmniej jedną z tych zasad we własnych "obrazach mentalnych". Po krótkiej praktyce przekonasz się, że zabawne skojarzenia między dwoma dowolnymi przedmiotami znajdujesz niemal natychmiast.

Ponieważ związki między elementami, które chcesz zapamiętać, przypominają formę pewnego łańcucha, całą metodę nazwałem właśnie Łańcuchową Metodą Skojarzeń. Można ją sprowadzić do formuły: połącz pierwszy przedmiot z drugim, drugi z trzecim, trzeci z czwartym, itd. za pomocą możliwie najzabawniejszych i nonsensownych skojarzeń i – co najważniejsze – zobacz je choćby przez chwilę w swojej wyobraźni.

W następnych rozdziałach nauczę Cię, jak stosować w praktyce ten system – jak zapamiętać np. obszerny rozkład zajęć, albo treść długich wypowiedzi. ŁMS pozwoli Ci również zapamiętać wielocyfrowe liczby i wiele innych rzeczy, ale nie zwracaj sobie na razie tym głowy. Wrócimy do tego później.

Oczywiście ŁMS możesz wykorzystać już teraz, robiąc np. listę zakupów, albo bawiąc przyjaciół i znajomych bardzo prostymi sztuczkami. Jeśli chcesz zademonstrować niezwykle możliwości swojej pamięci, poproś, by wymienili dowolny ciąg przedmiotów i zapisali je gdzieś dla późniejszego sprawdzenia. Aby uniknąć niebezpieczeństwa, że zapomnisz co stoi na początku szeregu, na wszelki wypadek skojarz pierwszy przedmiot z osobą, która Cię testuje. Wyobraź sobie np., że jest owinięta w dywan z poprzedniego przykładu. Sztuczka polega oczywiście na tym, że wymienisz wszystkie przedmioty.

Może się zdarzyć, że w czasie pierwszego opisu zapomnisz "na amen" jakiegoś elementu ciągu. Zapytaj wtedy, co to jest i wzmocnij skojarzenie, ponieważ musiało być albo za mało śmieszne, albo nie zobaczyłeś go dostatecznie wyraźnie. A potem spróbuj raz jeszcze. Przekonasz się, że teraz wyrecytujesz całą listę bezbłędnie.

Ale największe wrażenie wywrzesz wtedy, gdy poproszą Cię abyś powtórzył tę sztukę dwie lub trzy godziny później. Zrobisz to z tą samą łatwością co poprzednio, gdyż wszystkie skojarzenia będą ciągle żywe. Co więcej, będziesz w stanie wymienić wszystkie przedmioty w kolejności odwrotnej, od ostatniej do pierwszej pozycji i zrobisz to jak automat. Po prostu przypomnisz sobie ostatni przedmiot, a potem przejedziesz myślą w dół całego łańcucha.

A teraz wróć do testu 1 z rozdziału 3. Zobacz, jak pójdzie Ci teraz i porównaj wynik z poprzednim, kiedy nie znałeś jeszcze ŁMS.

6ZAKŁADKOWA METODA PAMIĘCI

Członkowie pewnej organizacji zajmującej się wymyślaniem kawałów zjechali na doroczne spotkanie, zakończone obiadem. Nastrój przyjęcia był znakomity, tym bardziej, że goście zaczęli opowiadać sobie dowcipy, ale w sposób nietypowy, wymieniali bowiem tylko numery dykteryjek:

- 148! – Wszyscy rechoczą.
- 305! – Znowu ryk śmiechu.
- 408! – Wrywa się ktoś z nowo przyjętych członków i zapada cisza.

Po dłuższej chwili sąsiad pechowca odwraca się i mówi:

- Musisz zapamiętać, młody człowieku, że, akurat w tym dowcipie liczy się nie co, ale jak opowiadasz.

Chociaż powyższa, anegdota jest całkiem zmyślona i większość ludzi uważa, że zapamiętanie dowcipów według numerów to czysta, abstrakcja, pozwolę sobie mieć w tym względzie odmienne zdanie. Zapewniam, że jest to możliwe, co więcej, nauczę Cię tego w następnym rozdziale. Musisz jednak opanować najpierw sztukę zapamiętywania liczb. Liczby trudno jest zapamiętać, ponieważ są całkowicie, abstrakcyjne i nieuchwytny; nie da się ich np. namalować, ani oddać w jakimś obrazie. Liczba to po prostu znak, konstrukcja geometryczna, która nic nie mówi naszemu umysłowi, chyba że zostanie skojarzona z czymś, co znaleźliśmy wcześniej, jak własny, adres lub numer telefonu. Chodzi jednak o to abyś zapamiętywał drogą skojarzeń każdą liczbę, wtedy, kiedy zechcesz, i żeby to był proces łatwy i szybki.

Powiedzmy, że wracasz do dawno odłożonej książki w miejscu, w którym skończyłeś czytać. Właściwej strony nie znajdziesz od razu; a jeśli, to po dłuższym szukaniu. Co innego, gdybyś miał zakładkę. Po prostu otwierasz książkę na odpowiedniej stronie i już. Otóż dam Ci takie zakładki. Oczywiście nie do książki ale do głowy, abyś je sobie tam poukładał na zawsze. Od tej chwili, jeśli będziesz chciał zapamiętać cokolwiek w związku z liczbami, wystarczy, że otworzysz "książkę pamięci" na odpowiedniej zakładce. Dlatego cały ten system nazwałem Zakładkową Metodą Pamięci (w skrócie ZMP).

ZMP pomoże Ci liczyć za pomocą łatwych do wyobrażenia przedmiotów, a nie liczb. Nie jest to rzecz szczególnie nowa. Pierwszy wypowiadał się na ten temat Stanislaus Mink von Wennsshein w 1648 r. W 1730 r. jego metodę zmodyfikował dr Richard Grey, Anglik, i dał jej nową nazwę: "Literowe ekwiwalenty liczb". Idea była znakomita, sama metoda trochę mniej, gdyż autor używał w niej zarówno samogłosek, jak i spółgłosek, ale od tamtego czasu udało się ją znacznie udoskonalić, nie naruszając samej zasady.

Aby zrozumieć ZMP musisz najpierw nauczyć się prostego, alfabetu fonetycznego. Nie wpadaj w panikę – chodzi tylko o 10 dźwięków; z moją pomocą nie zajmie Ci to więcej niż 10 minut. A będą to najcenniejsze minuty jakie stracisz w życiu, gdyż alfabet fonetyczny pozwoli Ci zapamiętywać liczby lub związki liczbowe w sposób, który kiedyś uznałbyś za niemożliwy.

Oto 10 różnych spółgłosek, którym przyporządkowane są cyfry 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 0. Tych relacji musisz nauczyć się na pamięć, w czym pomoże Ci zawarta w nich pewna logika. Przeczytaj poniższy tekst powoli i możliwie uważnie:

Dźwiękowy odpowiednik cyfry 1 to dla Ciebie od dziś T lub D. Litera T ma *jedną* kreskę pionową.

Dźwiękowym odpowiednikiem cyfry 2 jest N. Litera N ma *dwie* pionowe kreski.

Dźwiękowym odpowiednikiem cyfry 3 jest M. Litera M ma *trzy* pionowe kreski.

Dźwiękowym odpowiednikiem cyfry 4 będzie R. Jest to dominująca głoska w słowie *czteRy*.

Dźwiękowym odpowiednikiem cyfry 5 będzie L. Rzymskie *L* – pięćdziesiąt – zawiera w sobie słowo "pięć".

Dźwiękowym odpowiednikiem cyfry 6 będzie J. "Pisane" małe *j*, ale odwrócone przypomina szóstkę (rysunek).

Dźwiękowym odpowiednikiem cyfry 7 będzie K lub G. Z dwóch siódemek można stworzyć literę *K*, jedna pisana normalnie, druga odwrócona, przylegająca "główką" do poprzedniej (rysunek).

Dźwiękowym odpowiednikiem cyfry 8 będzie F lub W. "Pisane" małe *f* przypomina ósemkę (rysunek, 8).

Dźwiękowym odpowiednikiem cyfry 9 będzie P lub B. Odwrócone 9 przypomina P.

Dźwiękowym odpowiednikiem cyfry 0 będzie S lub Z. Jest to pierwsza litera w słowie

"zero".

Nie powinieneś mieć kłopotów z zapamiętaniem tych związków, jeśli tylko zrozumiałeś zasady ich tworzenia (podobieństwo liter i cyfr). Ważne, byś pamiętał, że litery nie mają tu takiego znaczenia jak dźwięki. Dlatego mówiłem o alfabecie fonetycznym. Niektórym cyfrom przypisałem dwie litery, ale ich zapis fonetyczny jest niemal taki sam. Aparat mowy pracuje podobnie przy wymawianiu głoski P, jak i B, porównaj także: F i W, Z i S oraz K i G.

Nasz alfabet fonetyczny wygląda więc tak:

1. T, D
2. N
3. M
4. R
5. L
6. J
7. K, G
8. F, W
9. P, B
0. Z, S

Nie patrz teraz w książkę i sprawdź, czy potrafisz odtworzyć wszystkie litery (głoski) od 1 do 0, a potem na wrywki. Już powinieneś je znać; jeśli nie, oto jeszcze jeden sposób, aby szybko zapamiętać ich kolejność:

ToNa MoReLi i JuKa W BaZiach

Podkreślam jednak, że trzeba ten alfabet znać w obie strony, a więc niezbyt długo polegaj na tym nonsensownym zdaniu; początkowe wyjaśnienia powinny wystarczyć.

Alfabet fonetyczny jest rzeczywiście ogromnie ważny. Ćwicz go tak długo aż stanie się Twoją drugą naturą. Oto sposób, który może być w tym pomocny. Jeśli zobaczysz jakiś numer czy liczbę, rozbij je w pamięci na dźwięki. Np. 3746 na tablicy rejestracyjnej da się odczytać jako mkrj. Numer mieszkania 219 przy adresie czytasz jak ntp. W podobny sposób słowa możesz "przetłumaczyć" na cyfry. "Motor" to 314, "papier" – 994, a papieros – 9940. W alfabecie fonetycznym, jak widzisz, ani samogłoski, ani złożenia typu sz, cz, dż, rz, itp. nie mają znaczenia.

Zanim przejdziemy dalej, zrób poniższe ćwiczenie. Zamień słowa na liczby, a liczby na litery.

karp 6124
deska 8903
butla 1394
wrak 0567
Dorotka 1109
paranoja 8374.

Teraz możemy już zacząć naukę wspomnianych "zakładek" pamięci; teraz, tzn. kiedy znasz cały alfabet fonetyczny na wylot.

Ponieważ każdej cyfrze od 0 do 9 odpowiada określona głoska, w takim razie każdej liczbie, nawet dowolnie dużej, można przypisać jakieś słowo, np. dla liczby 21 będzie to NiT, NeT, albo szNyT, ponieważ zawierają w kolejności głoski N (2) i T (1), a pozostałe nie mają znaczenia. Dla 14 można dobrać np. TIR, TaRa, albo DuR (T lub D jako 1 i R jako 4), itd.

Chwyciłeś już zasadę? W takim razie przejdźmy do pierwszych zakładek. Ważne, że każda z nich będzie słowem dającym się dość łatwo wyobrazić.

Ponieważ liczba 1 zawiera tylko jedną cyfrę, a ta ma swój odpowiednik dźwiękowy w głosce T lub D, poszukujemy takiego słowa, w którym znajdzie się tylko ta jedna znacząca spółgłoska. Przyjmijmy, że będzie nim "dół". Od dzisiaj "dół" to dla Ciebie zawsze liczbą 1.

Słowo "Noe" odpowiada liczbie 2. Wyobraź sobie starego patriarchę, z długą białą brodą, siedzącego na arce.

Liczbę 3 przydamy słowo "mysz". Małe, szare, zwinne stworzenie z bystrymi oczkami.

"Ryż" to liczba 4. Wyobraź sobie albo ryż na błotnistych polach, albo białe ziarenka w

worku.

A więc zasadę tworzenia słów – odpowiedników liczb-jednostek już znasz. Wszystkie mogą zawierać tylko jedną znaczącą spółgłoskę, która reprezentuje konkretną cyfrę. Pamiętaj również, że jeśli zdecydujesz się na jakieś skojarzenie, nie zmieniaj go w przyszłości. Idźmy dalej.

"Liść" niech będzie liczbą 5. Liść spada łagodnie z drzewa. I dalej – 6 to "jeź", 7 – "kosz", 8 – mydełko Fa, 9 – "pszczoła" (dość skomplikowane, ale łatwe do wyobrażenia), natomiast 10 to już dwie cyfry. Znamy ich odpowiedniki dźwiękowe: T i Z (albo D i S). Odpowiednie słowo-zakładkę trzeba więc zbudować z tych 2 liter. Nieźle wygląda TeZeusz, bohater antyczny, np. w pełnej zbroi greckiego hoplity.

Zapamiętanie 10 nie związanych ze sobą słów może stanowić pewną trudność, ale ułatwieniem jest to, że każda z nich *musi* zawierać określone głoski. Tak naprawdę, jeśli przeczytałeś te 10 słów chociaż raz z odrobiną uwagi, zapewne już je pamiętasz. Spróbuj!

Pomyśl jakąś liczbę od 1 do 10, przypomnij sobie głoskę z alfabetu fonetycznego, a potem słowo-zakładkę. Zrób to samo w kolejności i na wrywki. Powinieneś wiedzieć, że 4 to ryż, bez powtarzania dół, Noe, mysz, ryż.

Ćwicz tak długo aż te dziesięć słów wbijesz sobie mocno do głowy. Jest to warunek powodzenia w przyszłości. Inaczej nie udowodnisz, jak fantastycznie sprawna może być Twoja pamięć. Jeśli nie możesz sobie przypomnieć zakładki dla jakiejś liczby, najpierw przypomnij sobie głoskę (literę), a później wszystkie słowa, które Ci przyjdą na myśl i które zaczynają się od tej głoski, i zawierają tylko ją jedną. Kiedy trafisz na właściwe słowo, po prostu "zadzwoń" Ci w głowie. Np. liczba 3; zapomniawszy zakładkę, więc sprawdzasz: miecz, mech, miech, mocz, moszcz, wreszcie mysz. Oczywiście to jest mysz!

Tak więc z każdym krokiem wiesz coraz więcej. Opanowałeś już alfabet fonetyczny, który pomógł Ci zapamiętać bardzo ważne słowa-zakładki; te z kolei umożliwią Ci zapamiętywanie wszystkiego, co wiąże się z liczbami.

Zakładki (w przyszłości będę również używał określenia "zakładki bazowe"). Naucz się ich "na blachę".

1. dół
2. Noe
3. mysz
4. ryż
5. liść
6. jeź
7. kosz
8. Fa
9. pszczoła
10. Tezeusz.

Pokażę Ci teraz, jak wykorzystać ZMP aby zapamiętać w kolejności i na wrywki ciąg różnych przedmiotów. Poniżej znajdziesz 10 różnych obiektów ponumerowanych przypadkowo. Udowodnię, że zapamiętasz je wszystkie bezbłędnie, choć przeczytasz je tylko raz.

9 – portmonetka, 6 – papieros, 4 – popielniczka, 7 – solniczka, 3 – lampa, 5 – maszyna do pisania, 2 – telewizor, 8 – zegarek, 1 – długopis, 10 – telefon.

Pierwszą pozycją w szeregu jest portmonetka. Wszystko, co musisz zrobić, to w znany już sposób, tzn. śmiesznie, nawet absurdalnie ale obrazowo powiązać ją z "zakładką" nr 9, a więc z pszczołą. Może więc portmonetka pełna brzęczących pszczół jak w ulu?

Dalej papieros i jeź (6). Jeź zaciąga się papierosem. Popielniczka i ryż (4)? W popielniczce garstka ryżu i sterczące pety. Solniczka i kosz (7)? Maleńki kosz na bieliznę, pełen soli, na stole. Lampa i mysz (3)? Może myszy z zadartymi ogonami łażą po abażurze lampy?

Liść (5) i maszyna do pisania? Liść siedzi pod drzewem i pisze na maszynie. I dalej w tym stylu: Noe ogląda telewizor albo płynie na telewizorze jak w arce, zegarek jest w mydle Fa zamiast na pasku, wielki długopis w dole wbity na sztorc szczyry zeby. Tezeusz w zbroi i z dzidą rozmawia przez telefon...

Zobaczyłeś to wszystko choćby przez ułamek sekundy? Uśmiechnąłeś się? W takim razie weź kartkę papieru, wypisz liczby od 1 do 10 i wpisz obok odpowiadające im słowa nie zaglądając do książki.

Zacznij od 1 a więc przypomnij sobie odpowiednią "zakładkę". Dół. I śmieszny obraz... Oczywiście. Długopis w dole. A wiec 1 to długopis. Stary Noe... Co robi? Ogląda telewizję, a więc 2 to telewizor, 3 – mysz, itd. W ten sposób łatwo przypomnisz sobie wszystkie pozostałe liczby i słowa. Mało tego, wymienisz je w dowolnej kolejności, ponieważ w praktyce nie robi to żadnej różnicy. Zakładkowa Metoda Pamięci jest niezawodna.

Pierwszy krok masz więc już za sobą.

Przy końcu tego rozdziału znajdziesz słowa-zakładki dla liczb od 11 do 25. Naucz się ich tak, jak to zrobiłeś dla pierwszej dziesiątki. Kiedy wryjesz je sobie mocno w pamięć, możesz zaskoczyć przyjaciół pierwszymi "sztuczkami".

Poproś, aby wypisali na kartce numery od 1 do 25, a potem niech wywołują te liczby (nie w kolejności), każdą z dowolnie wybranym przedmiotem, który powinni zapisać przy odpowiednim numerze, a kiedy nie będzie już wolnych numerów, zażądaj: "Orkiestra tusz!" i ... wymień całą listę w kolejności od 1 do 25, a potem mogą Cię pytać na wrywki: oni Ci słowo – Ty im numer i odwrotnie.

Nie zaczynaj lektury następnego rozdziału, zanim nie opanujesz też na wrywki "zakładek" od 1 do 25.

11 – TaTo, 12 – DoN (Kichot), 13 – DoM, 14 – TiR,
15 – TaLerz, 16 – TuJa, 17 – TKacz, 18 – ToFfi, 19 – DąB,
20 – NoS, 21 – NiT, 22 – NeoN, 23 – NeMo, 24 – NuR,
25 – NiL

Toffi – 18 – wymawia się jak "tofi", więc nie prowadzi to do pomyłek, a NuR – 24 to ptak morski.

Jeszcze raz przypomnę – mogą być inne rozwiązania: np. 15 – TaLia (kart), 18 – TuF, 22 – DziaNiNa (materiał), itp., ale jeśli zdecydowałeś się na jakieś konkretne skojarzenie, wtedy już go nie zmieniaj.

Możesz teraz wrócić do testu nr 2 w rozdziale 3. Przerób go raz jeszcze i porównaj wynik z poprzednim.

Rozdział 7

Zastosowanie ZMP i ŁMS

Pacjent do lekarza: Panie doktorze, błagam o pomoc. Niczego nie mogę zapamiętać. Wszystko wylatuje mi z głowy. Co usłyszę, zapominam od razu. Co robić?!

Lekarz: Zapłacić z góry!

Trudno mieć pretensje do lekarza w takiej sytuacji, ale myślę też, że większość z nas nie płaci rachunków, ponieważ nie chce o tym pamiętać. Jak mówił Austin O'Malley: "Zwyczaj wpadania w długi bardzo osłabia pamięć". Niestety, samo życie bardzo szybko o wierzycielach przypomina.

Jeśli chwyciłeś ideę ZMP i ŁMS, poznałeś już dwie z trzech rzeczy, które stanowią filary sprawnej pamięci. Trzeci to system słów lub pojęć zastępczych, ale do nich wrócimy później.

Natomiast już teraz możesz zastosować w praktyce to, co wiesz. Niekoniecznie, aby pamiętać o długach; o tym z pewnością wolałbyś zapomnieć, ale np. o tym, co masz do zrobienia dziś lub jutro. Jeśli do tej pory robiłeś listę zakupów, dlaczego nie miałbyś nauczyć się jej na pamięć przy użyciu ŁMS?

Połącz pierwszy zakup z drugim, drugi z trzecim i tak dalej, aż do końca. Jutro możesz zapamiętać zupełnie inne zakupy bez obawy, że wszystko Ci się poplącze. Piękne w ŁMS jest to, że każdą taką listę możesz zapomnieć "na żądanie"; wyleci Ci z pamięci i ustąpi miejsca drugiej, choć oczywiście możesz zatrzymać w głowie tyle list (i skojarzeń), ile tylko chcesz.

Umysł to niezwykła, fantastyczna maszyna; można go porównać do wielkiego archiwum.

Pozostając jeszcze przy liście zakupów – jeśli zapamiętałeś ją według ŁMS i chcesz ją zapamiętać na dłużej – możesz to zrobić. Po prostu chciej tego, daj sobie taką komendę. Tę listę zapewne chcesz jakoś wykorzystać, gdyż inaczej nie zależałoby Ci na wbijaniu jej sobie do głowy i już samo to uaktywni i zmobilizuje Twoją pamięć. Jeśli chcesz odtworzyć tę listę za miesiąc, za rok, możesz to zrobić również. Wystarczy, że przypomnisz ją sobie nazajutrz, a potem po paru dniach i jeszcze raz po paru. Po kilkakrotnym powtórzeniu odtworzysz ją potem na każde żądanie.

A już niedługo pokażę Ci jak ŁMS pomaga w zapamiętaniu treści przemówienia artykułu, dowcipu, itd.

Oczywiście, każdy z nas wie, że czasami trzeba umieć zapomnieć. Benjamin Disraeli, zapytany jak to robi, że cieszy się tak dobrą opinią dworu królewskiego, odpowiedział: "Nigdy nie zaprzeczam, nigdy się nie sprzeciwiam, czasami coś zapomnę". To oczywiście bardziej kwestia dyplomacji niż dobrej pamięci; Ciebie to nie dotyczy, w końcu nie czytasz tej książki po to, aby wiedzieć jak zapominać, lecz jak zapamiętywać.

Wracając do tematu, zasadnicza różnica między ŁMS i ZMP polega na tym, że tę pierwszą stosujesz do zapamiętania kolejności, a tę drugą – również kolejności wyrywkowej.

Być może pomyślisz, że pamiętanie czegoś na wyrywki jest niepotrzebne. Uwierz mi jednak, że może się to przydać. ZMP jest niezastąpiony w zapamiętywaniu numerów telefonów, numerów seryjnych, adresów, liczb wielocyfrowych – właściwie wszystkiego, co w jakikolwiek sposób wiąże się z liczbami, nie mówiąc już o fantastycznych sztuczkach, którymi zabawisz przyjaciół i znajomych.

W następnych rozdziałach zapoznam Cię z metodą zapamiętywania terminów, dat i rozkładu zajęć w ciągu dnia, tygodnia i miesiąca, ale już teraz możesz zrobić pierwszy krok w tym kierunku wiedząc to, czego nauczyłeś się do tej pory. Możesz wykorzystać, albo ŁMS, albo ZMP, albo jedno i drugie.

Powiedzmy, że masz dzisiaj następujący program: umyć samochód (pewnie jak na złość będzie padać), złożyć depozyt w banku, wysłać list, iść do dentysty, zabrać parasol zostawiony u kolegi (jeszcze nie przeczytałeś rozdziału *Jak przestać być roztargniony*), kupić perfumy dla żony, zadzwonić do punktu naprawy TV, kupić w supersamie żarówkę, młotek, ramki do obrazu, przedłużacz i deskę do prasowania, w księgarni nabyć egzemplarz tej książki dla roztargnionego przyjaciela, potem oddać zegarek do naprawy i wreszcie przynieść do domu tuzin jajek (do licha, ale dzień!).

Jak wspominałem, taki "rozkład jazdy" możesz zapamiętać wykorzystując ŁMS i/lub ZMP. Co jest na początku listy? Samochód i bank. Wymyśl więc zabawne skojarzenie, które je połączy – może wjeżdżasz do banku świeżo umyтым samochodem? Wpłacasz tam *listy*, w miejsce pieniędzy. Teraz wyobraź sobie *dentystę*, który wyrywa Ci listy zamiast zębów, albo wierci w nich dziurę listem, zamiast wiertłem i trzyma nad głową *parasol*. Parasol połącz zabawnie z *perfumami*, a perfumy z *telewizorem*, z kolei telewizor z *supersamem*, supersam z *książką*, książkę z *zegarkiem* i wreszcie zegarek z *jajkami*.

Podałem Ci przykłady skojarzeń tylko dla pierwszych pozycji, ponieważ chcę, abyś używał jak najczęściej własnej wyobraźni. W tym przypadku postępuj dokładnie tak, jak przy zapamiętywaniu ciągu przedmiotów – aby skojarzyć naprawę zegarka z zakupem jajek nie musisz wyobrazić sobie czynności, jako takiej, wyobraź sobie, że np. rozbijasz jajko i do talerza spada Ci z ręki zegarek albo, że masz na ręku jajko zamiast zegarka. Ten uproszczony obraz sam przywiedzie na myśl właściwe działanie. Takie "zakładki" zupełnie wystarczą.

Ponieważ w Supersamie masz kupić 5 rzeczy – dobrze jest zbudować dla nich osobny ciąg skojarzeń. Zobacz żarówkę w roli np. dyrektora magazynu, żarówkę rozbijasz młotkiem, młotek oprawiasz w ramki i wieszasz na ścianie, itd., aż do deski do prasowania.

Tak więc każde ogniwo łańcucha przypomni Ci o następnym, ale nie musisz załatwiać wszystkich spraw w kolejności, tak jak narzuca to ŁMS. Nie, załatw jedną sprawę, po czym przebiegnij w myśli całą listę od początku i wybierz kolejną, którą możesz załatwić teraz, w danym miejscu i chwili. Jeśli wydaje Ci się, że załatwiłeś wszystko, znowu przypomnij sobie całą listę, i sprawdź, czy coś nie zostało.

W podobny sposób możesz wykorzystać ZMP. Po prostu połącz samochód z obrazem

cyfry 1, czyli dołem. Samochód, jak wilk, miota się w dole i szczyrzy zęby. Podobnie kojarzysz:

- bank z Noem (2)
- list z myszą (3)
- dentystę z ryżem (4)
- parasol z liściem (5)
- perfumy z jeżem (6)
- telewizor z koszem (7)
- supersam z Fa (8)
- księgarnię z pszczołą (9)
- zegarek z Tezeuszem (10)
- jajka z Twoim ojcem (11).

ŁMS wykorzystaj do zapamiętania zakupów w supersamie, chociaż ZMP też może być tutaj przydatna, jeśli żarówkę połączysz z dołem, Noego z młotkiem, itd. Nie ma obawy, że coś Ci się pomiesza, a łańcuch skojarzeń będzie krótszy.

A więc, kiedy zaczynasz program dnia, zobacz dół (1) a w nim samochód, który masz umyć. Potem zobacz Noego (2), który Ci przypomni, że masz iść do banku, itd. Nie musisz załatwiać wszystkiego w kolejności od 1 do 11, po prostu przypomnij sobie wszystkie zakładki, a nie załatwiona sprawa wyskoczy sama, jak diabeł z pudełka.

Już nigdy nie zawiedziesz. Koniec z wymówkami żony, że zapomniałeś umyć samochód, kupić jajka czy iść do spółdzielni; poza tym, jak obiecałem, w następnych rozdziałach nauczę Cię, jak zapamiętać terminy i listę spraw do załatwienia również na cały tydzień.

Póki co, z zapamiętaniem prostego planu dnia nie powinieneś mieć kłopotu. Zanim się położysz, napisz co masz jutro do zrobienia, naucz się tego na pamięć, jak w powyższym przykładzie, a rano przypomnij sobie wszystko raz jeszcze. To wszystko.

Zanim skończymy ten rozdział, naucz się kolejnych zakładek od 26 do 50, które oczywiście powstały ze znanego Ci już, alfabetu fonetycznego.

- 26 – NadzieJa
- 27 – dżoNka
- 28 – NaWa
- 29 – NieBo
- 30 – MuS
- 31 – MaTa
- 32 – MiNa
- 33 – MaMa
- 34 – MuR
- 35 – MoL
- 36 – żMiJa
- 37 – MaK
- 38 – MeWa
- 39 – MaPa
- 40 – RoSa
- 41 – RuDy
- 42 – RaNa
- 43 – RaMa
- 44 – RuRa
- 45 – RoLa
- 46 – RaJa
- 47 – RaK
- 48 – RaFa
- 49 – RyBa
- 50 – LaS

Nie czytaj dalej, zanim nie opanujesz dobrze tych pięćdziesięciu liczb-obrazów, w kolejności i na wyrywki. Dobrym ćwiczeniem jest próba zapamiętania 25 przedmiotów ponumerowanych od 26 do 50. Nazajutrz lub po dwóch dniach, jeśli jesteś ambitny, możesz

rozszerzyć tę listę do 50 pozycji. Jeśli użyjesz silnych, zabawnych skojarzeń, zapamiętasz ją bez żadnych kłopotów.

Rozdział 8
Jak ćwiczyć sztukę obserwacji

Pamięć jest jak skarbnik, któremu trzeba płacić, za korzystanie z jego usług.
Rowe

Wszystkie Leje jak

dziecie z z

są

cebra.
nasze.

x x

Leje jak Leje jak z

z z

z cebra. cebra.

x x

Czy spojrzaleś na napis umieszczony w powyższym prostokącie? Jeśli tak, przeczytaj napisane zdanie jeszcze raz, po czym odwróć głowę i powtórz je z pamięci. Sprawdź, czy powtórzyłeś dokładnie jego treść, nawet jeśli uważasz, że wymagam rzeczy dość głupiej. Wiem, że zdanie to jest bardzo proste.

A więc, jeśli przeczytałeś je co najmniej trzy razy, jak ono brzmi? Leje jak z cebra?

Przypuszczam, że większość z Was kiwnie twierdząco głową. W takim razie, narażając się na śmieszność, poproszę; sprawdź jeszcze raz, dobrze?

Spojrzaleś? Jeśli i teraz odczytasz: "Leje jak z cebra", Twoja sztuka obserwacji pozostawia wiele do życzenia. Przeczytaj raz jeszcze, akcentując słowo po słowie. No tak, jak mogłeś nie zauważyć: to zdanie brzmi: "Leje jak z z cebra". Jest w nim o jedno "z" za dużo!

Teraz już wiesz, dlaczego prosiłem, byś przyjrzał się temu napisowi kilkakrotnie. Chciałem udowodnić, że nawet wtedy ciągle opuszczasz to dodatkowe "z". Jeśli zauważyłeś je od razu, też nie masz powodu do nadmiernej dumy, gdyż tak naprawdę nie wiedziałem, jak uda się ta niepozorna sztuczka po wydrukowaniu w książce.

W każdym razie sprawdziłem ten trick już na kilkuset osobach i wiem, że tylko dwie lub trzy szybko zauważały różnicę.

Sam możesz się o tym przekonać, pisząc to zdanie na fiszce o wymiarach 3 x 5 cm. To, co odwraca uwagę czytającego, to małe "x" pod słowem "cebra", które zmusza oko do szybkiego ruchu w dół, przez co umysł rejestruje całe zdanie dość niedbale, jako zbyt dobrze znane. Wypróbuj tę zabawę na kimś z Twoich znajomych.

Pamiętam przypadki, że ludzie patrzyli na tę kartkę dziesięć i piętnaście razy i zakładali się o każde pieniądze, że dokładnie pamiętają, co tam jest napisane, a kiedy prosiłem: – "No, to powiedz", słyszałem: "Leje jak z cebra".

Piszę o tym wszystkim dlatego, że ostrość obserwacji u większości z nas jest po prostu lekko przytępiona. Zaznaczałem wcześniej, że moje metody właściwie stosowane same zmuszą Cię do koncentracji, ale możesz ją wcześniej poprawić w zupełnie inny, prosty sposób.

Nie lekceważ obserwacji, jeśli chcesz usprawnić swoją pamięć. Mówiąc krótko, niczego nie zapamiętasz, jeśli najpierw nie zauważysz. Znany wykładowca Eustace H. Miles ujął to w ten sposób: "Czego ktoś dobrze sobie nie uświadomił, nigdy dobrze nie zapamięta". Nie zauważyłeś czegoś, a więc nie zanotowałeś w świadomości, nie zapamiętałeś.

Jeśli Ci się nie spieszy, oto prosta metoda, jak ćwiczyć umiejętność uważnego patrzenia.

Być może czytasz tę książkę w domu, w pokoju, który dobrze znasz. Weź w takim razie kawałek papieru i bez oglądania się wokół zapisz wszystko co Cię otacza. Opisz pokój dokładnie: każdą popielniczkę, każdy mebel, obraz, serwetkę, itd. A teraz podnieś głowę i zaznacz, co opuściłeś, co umknęło Twojej uwadze, chociaż na pewno widziałeś to niezliczoną ilość razy. Przyjrzyj się tym nie zauważonym rzeczom. Wyjdź z pokoju i powtórz ćwiczenie raz jeszcze. Twoja lista powinna się już wydłużyć. Zrób to samo i w innych pokojach. Taki trening, jeśli będzie systematyczny, wyostrzy Twoją uwagę niezależnie od miejsca, w którym się znajdziesz.

Większość z Czytelników zapewne słyszała o eksperymencie, jaki pewien profesor przeprowadził ze swymi studentami. Na zajęciach zaaranżował niespodziewaną scenę zabójstwa, bardzo przekonującą. Oczywiście studenci nie wiedzieli, że było to zaplanowane. Kiedy wszystkich, jako świadków poproszono o szczegółowe opisanie tego zdarzenia, okazało się, że każde zeznanie różniło się od pozostałych, nawet w tak podstawowej kwestii jak wygląd mordercy. Wszyscy widzieli to samo, ale ich uwaga i pamięć skupiały się na różnych sprawach.

Potwierdzał to również ostatnio popularny komik Steve Allen w programie TV *Tonight*.

Występujący aktorzy odegrali nagle przed kamerami gwałtowną scenę. Ktoś strzelał kilkakrotnie z rewolweru (ślepyimi nabojami, oczywiście), komuś podarto ubranie, itp. Cała szamotanina nie trwała dłużej niż minutę, po czym S. Allen poprosił z widowni trzy osoby, aby odpowiedziały na kilka pytań dotyczących oglądanego zamieszania. Kto do kogo strzelał, ile razy, jaki był kolor ubrania, itp. Żadna relacja nie pokrywała się z inną i tak naprawdę nikt niczego nie był stuprocentowo pewny. Nawet aktor, który strzelał, nie był w stanie powiedzieć, ile razy nacisnął na spust.

Oczywiście nie chodzi o to, abyś wszędzie wypatrywał gwałtownych scen i tylko na nich ćwiczył swoją uwagę; nie – najlepiej rób tak: pomyśl o kimś, kogo dobrze znasz. Przypomnij sobie jego twarz i opisz ją możliwie najdokładniej. Wypisz wszystkie istotne cechy, jak kolor włosów i oczu, karnację, kształt nosa, uszu, czoła, wykrój ust, fryzurę, czy ma przedziałek i po której stronie, czy nosi okulary, a jeśli tak, to jakie, itd. Przy pierwszej okazji zanotuj to, co pominąłeś lub zapamiętałeś niewłaściwie; i spróbuj raz jeszcze. W ten sposób dokonasz znaczących postępów.

Świetnym miejscem do takich ćwiczeń jest autobus, tramwaj, metro i generalnie każde pomieszczenie, gdzie jest dużo ludzi. Przyjrzyj się dłuższą chwilę jakiejś twarzy, zamknij oczy i spróbuj w myślach opisać ją dokładnie. Wyobraź sobie, że jesteś świadkiem w sądzie i że Twoje zeznania mają najwyższą wagę. Spójrz na tę twarz raz jeszcze (ale nie gap się zbyt uporczywie, bo sam będziesz miał sprawę) i sprawdź, co pominąłeś. Zobaczysz, że z każdą taką próbą koncentrujesz się na obserwacji coraz lepiej.

I jeszcze jedna sugestia: wystawy sklepowe. Spróbuj zapamiętać wszystko, co na nich jest (bez korzystania z ŁMS i ZMP), a później, najlepiej w domu, zapisz to, co zaobserwowałeś i sprawdź wszystko przy najbliższej okazji. Zanotuj to, co pominąłeś i zapamiętaj wszystko raz jeszcze. Jeśli uznasz, że idzie Ci dobrze, zacznij zapamiętywać ceny.

Po każdym takim ćwiczeniu Twój zmysł obserwacji będzie coraz ostrzejszy, co więcej, po pewnym czasie zaczniesz obserwować nie tylko lepiej, ale i bezwiednie.

Zanim przejdziemy do następnego rozdziału proszę, abyś zapamiętał kolejne "zakładki" od 51 do 75, na razie tak jak je podałem. Oczywiście, znając już alfabet fonetyczny, możesz wymyślić je samodzielnie z równie dobrym skutkiem, nie chcę jednak, abyś wybrał słowa, których będziemy w przyszłości używać do innych celów. Lepiej więc poczekaj, aż przeczytasz książkę do końca, a potem zrób ze swoimi zakładkami co tylko chcesz.

- 51 – LoDy
- 52 – LiNa
- 53 – LaMa
- 54 – LiRa
- 55 – LaLa
- 56 – LeJ
- 57 – LeK
- 58 – LeW
- 59 – LeP
- 60 – JaZ
- 61 – JeTi
- 62 – JeżyNa
- 63 – JaMa
- 64 – JaR
- 65 – JeLeń
- 66 – JaJo
- 67 – JasieK
- 68 – JaWa
- 69 – JeeP
- 70 – KoS
- 71 – KoT
- 72 – KuNa
- 73 – KaMea

74 – KuR
75 – KoaLa

Rozdział 9

Jak zapamiętać przemówienia, treść artykułu, tekst roli, notatki i dowcipy.

Mówcę poproszono o zabranie głosu. Wyrażnie zdenerwowany podszedł do mikrofonu i wyjąkał:

– D-d-drodzy przyjaciele, k-k-kiedy przyjechałem dziś wieczorem, tylko Pan Bóg i ja wiedzieliśmy, co mam powiedzieć. W tej chwili wie o tym tylko Pan Bóg.

To chyba jedna z najbardziej przykrych scen: zapomnieć "języka w gębie" w obecności wielu ludzi. A zaraz po niej kłopotliwe lawirowanie, zdradzające niepewność, co się ma powiedzieć. Jest sprawą oczywistą, że każdy, kto wygłasza mowę na jakiś temat, powinien ten temat znać dobrze; w przeciwnym razie poproszono by przecież o to kogoś innego. Nie, kłopoty mówców w trakcie wystąpień biorą się stąd, że zapominają jakiegoś słowa, albo boją się, że im się to przytrafi.

Na tym, jak sądzę, polega problem. Jeśli przemówienie zapamiętuje się słowo w słowo i któreś z nich w pewnym momencie wylatuje z pamięci, przemówienie kuleje. Ale dlaczego masz sobie zawracać głowę określonymi słowami? Przecież możesz użyć innych, służących temu samemu celowi. To znacznie lepsze, niż jąkać się i dukać w nadziei, że pamięć podsunie właściwe zdanie, wykute uprzednio "na blachę".

Ludzie, którzy znają te trudności, uważają, że lepiej już czytać z kartki. Tak, to rozwiązuje problem, chyba że zapomnisz, w którym miejscu czytałeś albo w ogóle o czym. Wszyscy jednak wiemy, że czytanie z kartki wywołuje u słuchaczy pewne znudzenie; w końcu równie dobrze mogliby zabrać tekst przemówienia do domu i przeczytać je w wolnej chwili.

Więc co, nie przygotowywać się wcale? Niezupełnie. Nawet jeśli siedzisz w temacie, możesz o czymś zapomnieć, tak jak ten wędrowny kaznodzieja, który zawsze narzekał, że najlepsze kazanie wygłasza w drodze do domu, kiedy przypomina sobie to wszystko, czego nie powiedział swoim wiernym, ale wtedy jego jedynym słuchaczem jest koń.

Według mnie najlepszy sposób przygotowania przemówienia, to rozłożyć je na kolejne kwestie. Tak postępuje wielu wytrawnych mówców. Po prostu robią listę głównych tez i myśli i tę listę traktują jak notatki. Postępując podobnie, nigdy nie zapomnisz żadnego słowa, bo żadnego nie musisz pamiętać; wątpię również, abyś się zgubił, gdyż szybkie spojrzenie na kartkę wyjaśni, którą kolejną myśl zakończyłeś i którą powinieneś zacząć.

Ale dla tych, którzy nie chcą polegać na świstkach papieru, największą pomocą okaże się teraz ŁMS. Jeśli chcesz zapamiętać przemówienie myśl po myśli, od początku do końca, znaczy to, że chcesz zapamiętać pewną kolejność, a do tego, jak wiesz, najlepsza jest właśnie ta metoda.

Do tego zadania możesz podejść w następujący sposób: najpierw napisz albo przeczytaj całe przemówienie, nanieś poprawki i przeczytaj je raz jeszcze (nawet dwukrotnie), aby uchwycić wrażenie całości. Następnie weź kartkę papieru i wypisz słowa-klucze. To z kolei robisz tak:

Przeczytaj pierwszą tezę przemówienia. Będzie to jedno albo więcej zdań, co nie ma znaczenia, w każdym razie wybierz z nich takie słowo lub zdanie, które przypomni Ci całą myśl. To nie jest trudne. W każdym akapicie taki "klucz" znajdziesz zawsze.

Jeśli masz już pierwsze z nich, szukaj następnych dla kolejnych myśli, i tak aż do końca. W ten sposób powstanie lista słów, które przypomną Ci treść całego przemówienia. Możesz ją oczywiście położyć przed sobą jak notatki, skutek będzie ten sam, ale równie dobrze możesz ją zapamiętać dzięki ŁMS i wyrzucić wszystkie papiery.

Powiedzmy, że na zebraniu Komitetu Rodzicielskiego masz mówić o problemach szkoły, i że Twoja lista słów-kluczy wygląda tak: tłum, nauczyciele, pożar, meble, przedmioty, boisko. Wiesz wtedy, że powinieneś zacząć od przedstawienia ciasnoty w klasach, potem przechodzisz do metod nauczania i nauczycielskich pensji, dalej mówisz o przepisach i szkoleniu ppoż., co prowadzi Cię do omówienia wyposażenia szkoły w ławki, krzesła, tablice,

sprzęt laboratoryjny, itd. aż do Twoich propozycji w sprawie przedmiotów nauczania, rekreacji i lekcji wf.

W łańcuchu skojarzeń, w którym tłum łączy się z nauczycielem, nauczyciel z pożarem, pożar z meblami, itd., każda myśl prowadzi Cię do następnej, gładko i precyzyjnie, aż do końca wystąpienia.

Z początku będziesz znajdował zapewne dwa lub trzy słowa-klucze dla każdej tezy. Nie szkodzi. Zapisuj tyle, ile potrzebujesz, by zapamiętać całość. W miarę praktyki liczba tych słów będzie się zmniejszać, a co najważniejsze, będziesz mówił z coraz większą pewnością siebie, gdyż przestaniesz się bać, że o czymś zapomnisz. Będziesz mógł swobodnie koncentrować się tylko na tym, co masz do powiedzenia i jak, słowa przyjdą same.

Jeśli z jakichś powodów musisz zapamiętać coś słowo w słowo, użyj tej samej metody. Skojarzeń będzie tylko więcej. Pamiętaj, że metody, które tu opisuję, pomagają Twojej pamięci długotrwałej w tym sensie, że jeśli zapamiętasz myśl główną, szczegóły przyjdą same; szczegóły, czyli wszystkie "gdyby", "ale", "i", "poza tym", itd.

W podobny sposób możesz, jeśli chcesz, zapamiętać treść artykułu. Najpierw oczywiście go przeczytaj, żeby zorientować się jak wygląda całość, po czym wypisz słowa-klucze dla każdej zawartej w nim myśli i zapamiętaj je poprzez łańcuch skojarzeń. To wszystko. Po krótkiej praktyce będziesz mógł to robić w trakcie czytania.

Bardzo często, nawet kiedy czytam dla rozrywki, trafiam na informacje, które chcę zapamiętać. Więc czytam i dokonuję świadomych skojarzeń. To bardzo przyspiesza samo czytanie. Wielu ludzi dlatego tak wolno czyta, że zanim dotrą do trzeciego akapitu, zapominają co było w pierwszym i muszą wracać. Co do wspomnianych skojarzeń: nie musisz łączyć nimi wszystkiego co czytasz, a tylko to, co chcesz zapamiętać. Wtedy być może znajdziesz się w pierwszej, a nie drugiej kategorii czytelników, o których amerykański wychowawca William Lyon Phelps pisał, że "... dzielą się na tych, którzy czytają, aby zapamiętać i tych, którzy czytają, aby zapomnieć".

Metoda łączenia słów-kluczy przydaje się również w nauce ról teatralnych i piosenek. Ponieważ w tym przypadku musisz zapamiętać tekst słowo w słowo, tych "kluczy" będzie oczywiście więcej, ale sama praca jest łatwiejsza. Jeśli masz np. kłopoty z zapamiętaniem co i kiedy mówisz na scenie, skojarz ostatnie słowo kwestii partnera z pierwszym Twojej. Możesz to zrobić również wtedy, kiedy rola wymaga gestu, nie słów. Jeśli po ostatnim słowie partnera, np. "spacer", powinienes się schylić i podnieść niedopałek papierosa, zobacz siebie w czasie spaceru, jak co krok zbierasz pety (w ten sposób nigdy nie wejdiesz w nie swoje kwestie).

I jeszcze jedno zastosowanie skojarzeń i słów-kluczy. Jak często zdarzało Ci się, że słyszałeś parę niezłych dowcipów, a kiedy chciałeś je powtórzyć, nic z tego nie wyszło, bo wszystkie zapomniałeś?

Mówisz, że wszystkie ostatnio słyszane kawały wylatują Ci co do jednego z pamięci. Cóż, jak twierdzi Irwin S. Cobb: "Dobry opowiadacz dowcipów to facet, który ma dobrą pamięć i nadzieję, że pamięć jego słuchaczy jest o wiele gorsza"; ale wracając do rzeczy, system słów-kluczy również i tu przydaje się znakomicie.

Wystarczy wziąć tylko jedno słowo z dowcipu, najlepiej z pointy, które przypomni Ci całą jego treść, po czym wykorzystując skojarzenia słów-kluczy i ZMP zapamiętać wszystkie kawały albo w kolejności, albo według numerów.

Powiedzmy, że słyszałeś taki dowcip:

Dwóch facetów poszło do kina na film *O jeden most za daleko*. W połowie filmu zawiązuje się rozmowa:

- Wezmą ten most, czy nie wezmą?
- Nie wiem.
- Zakład, że nie wezmą? O pół miliona?
- Zakład.

Mostu, jak wiadomo, nie wzięto. Ten, który wygrał zakład mówi:

- Wiesz, stary, żartowałem z tym zakładem. Ja już widziałem ten film.
- Ja też, mówi ten drugi, i to dwa razy. Ale myślałem, że do

trzech razy sztuka.

Jeśli chcesz zapamiętać ten dowcip razem, powiedzmy, z dziesięcioma innymi, możesz jako słów-kluczy użyć: "most", lub: "dwóch ludzi w kinie". Każde z nich przypomni Ci treść anegdoty, jeśli oczywiście włączysz je do łańcucha skojarzeń.

Jedna z pamięciowych sztuczek z gazetą, którą często prezentuję w czasie swoich występów, także ma wiele zastosowań. Jest bardzo efektowna, choć w istocie bardzo prosta i łatwa. Wygląda tak: publiczności rozdaje najpierw kilka egzemplarzy jakiegoś magazynu ilustrowanego, po czym proszę o podanie numeru strony. Sztuczka polega na tym, że opisuję dokładnie wszystkie zdjęcia widoczne na tej stronie.

W istocie chodzi tylko o wykorzystanie ZMP i, okazjonalnie, ŁMS. Aby zapamiętać, co jest na poszczególnych stronach, wystarczy skojarzyć numer strony, czyli odpowiednią zakładkę, z tym, co na tej stronie widać.

Na przykład: Jeśli na stronie 1 umieszczono zdjęcie samolotu, znajduję śmieszne skojarzenie między "dołem" (1) a samolotem.

Strona 2 to reklama pasty do butów. Łączę "Noego" (2) z pastą.

Na stronie 3 widzę zdjęcie stadniny końskiej. Kojarzę "mysz" z koniem.

Strona 4 to scena cyrkowa. Wiążę "ryż" (4) z cyrkiem.

Na stronie 5 widnieje reklama telewizora. Kojarzę "liść" (5) z odbiornikiem TV.

Na stronie 6 – przegląd nowości wydawniczych. Łączę "jeża" (6) z książkami.

I to wszystko. Wystarczy powtórzyć te wszystkie skojarzenia 2-3 razy, aby zapamiętać dokładnie, co jest na każdej stronie. Jeśli na którejś z nich jest więcej fotografii, wykorzystaj ŁMS. Powiedzmy, że strona 14 poświęcona jest modzie i przedstawia kapelusz, rękawiczki, a na trzecim zdjęciu sukienkę.

Najpierw połącz TIR (14) z pierwszym zdjęciem, tj. kapeluszem a potem skojarz kapelusz z rękawiczkami, a te z sukienką. Kiedy usłyszysz nr strony, TIR przywiedzie Ci na myśl kapelusz, kapelusz przypomni o rękawiczkach, a rękawiczki wywołają obraz sukienki.

W czasie swoich występów określałem również, w którym miejscu strony znajduje się konkretne zdjęcie; czy na górze, czy w dolnym lewym rogu, na środku, itd. Oczywiście Ty też to potrafisz i to bez dodatkowego wysiłku.

Wiesz, bo powtarzam to do znudzenia, że większość roboty wykonuje za nas pamięć długotrwała; opisywane przeze mnie metody wzmacniają ją tylko i ułatwiają jej pracę. Najlepszym przykładem jest właśnie to ćwiczenie z gazetą. Aby dokonać jakichkolwiek skojarzeń, musisz przede wszystkim coś naprawdę zobaczyć. Więc po wywołaniu numeru strony, odpowiednia zakładka "zreprodukuje" w Twoim umyśle wszystko co na niej jest, niemal w każdym szczególe. Po prostu będziesz *wiedziać*, w jakim miejscu strony jest jakie zdjęcie. Możesz to jednak sprawdzić tylko próbując.

Czego na razie jeszcze nie potrafisz, to zapamiętać nazwiska wydrukowanego w gazecie. Stanie się to łatwe, kiedy przeczytasz rozdziały o zapamiętywaniu twarzy i nazwisk, i o tym, jak wykorzystać słowa lub zdania zastępcze.

A teraz opanuj ostatnie zakładki do pełnej liczby 100:

76 – KiJ

77 – KuK

78 – KaWa

79 – KaPeć

80 – WóZ

81 – WaTa

82 – WiNo

83 – WyMię

84 – WóR

85 – FaLa

86 – WiJ

87 – WeK

88 – WarzyWa

89 – WiePrz

90 – PieS

- 91 – BuT
- 92 – PioN
- 93 – IBM
- 94 – BaR
- 95 – BaL
- 96 – BoJa
- 97 – PąK
- 98 – PaW
- 99 – PaPa
- 100 – Dzeus

Potrafisz teraz liczyć od jednego do stu tylko przy pomocy obrazów. Wspaniale. Co więcej, wcale nie musisz tego specjalnie ćwiczyć. Jadąc do pracy lub robiąc coś, co nie wymaga specjalnego skupienia, przypominaj sobie po prostu wszystkie te obrazki. Taki sporadyczny nawet trening sprawi, że będziesz je znał tak dobrze, jak cyfry od 1 do 100.

Rozdział 10

Jak zapamiętać rozkład kart

- Tak, mój dziadek był hazardzistą i zmarł w bardzo młodym wieku.
- Och, to przykre. A na co zmarł?
- Na piątego asa!

Ponieważ chcę, abyś żył jak najdłużej, do ćwiczeń pamięci w tym rozdziale wystarczy "uczciwa" talia kart, z czterema asami. Ważna uwaga na początek: zapoznam Cię tu jedynie z demonstracją tego, co można robić z kartami, gdy się ma sprawną pamięć; nabytą umiejętność możesz oczywiście wykorzystać w każdej grze w karty, ale nie myśl, że wtedy zaczniesz wygrywać. Mistrzowie bywają nie do pokonania. W każdym razie, ja ograniczę się tylko do pokazu; co z tym zrobisz, pozostawiam Tobie.

Damon Runyon tak opowiadał w jednej ze swoich historii: "Synu, – mówi stary ojciec choćbyś podróżował nie wiem jak długo i był nie wiem jak mądry, zawsze pamiętaj: pewnego dnia może podejść do Ciebie facet, który pokaże Ci nowiuteńką, nie rozpakowaną talię kart i założy się z Tobą, że z tej talii wyskoczy walet treflowy i siknie Ci piwem w ucho. Ale synu, – mówił dalej stary ojciec nie przyjmuj tego zakładu, bo może się okazać, że będziesz miał uszy pełne piwa".

Sztuczki pamięciowe z kartami, których nauczysz się w tym rozdziale będą co najmniej tak efektowne, jak w opowiedzianej historii. Ponieważ przy okazji są to również doskonałe ćwiczenia pamięci, proponuję, byś je przerobił, nawet jeśli nie lubisz grać w karty.

Karty są trudne do zobrazowania, podobnie jak cyfry, o czym już pisałem. Aby móc je zapamiętać, pokażę Ci, co zrobić, aby zaczęły coś znaczyć, aby dały się skojarzyć z jakimś obrazem. Kilka lat temu w jednym z popularnych magazynów czytałem o pewnym profesorze, który próbował nauczyć ludzi, jak zapamiętać kolejność potasowanych kart talii. *Po 6 miesiącach* ćwiczeń osiągnął swój cel. Jego studenci byli w stanie po 20 minutach obserwacji dokonać tej sztuki, tzn. podać miejsce, gdzie która karta leży. Nie wiem z jakiej metody korzystał, ale jestem pewien, że w grę wchodziły obrazy rozłożonych kart, widziane w pamięci. Nic nie mam przeciwko takiemu systemowi, choć twierdzą, że jest zdecydowanie za długi. Moją metodę opanujesz najwyżej w dwa dni, a potem wystarczy Ci nie 20, a 10 minut na zapamiętanie całej talii; po dłuższej praktyce możesz skrócić ten czas nawet do 5 minut!

Aby zapamiętywać karty, musisz nauczyć się właściwie tylko dwóch rzeczy. Po pierwsze, zakładki pamięciowych dla 52 cyfr, co już znasz, i podobnych "zakładek" dla każdej karty z talii, o czym dalej.

Te ostatnie wybierzemy nieprzypadkowo. Podobnie jak dla cyfr, poszukamy takich

zakładek, które dadzą się łatwo zobrazować i jednocześnie ująć w pewien logiczny system.

W skrócie wygląda to tak:

Pomijając kilka wyjątków, o których później, zakładka dla każdej karty zaczyna się zawsze od początkowej litery koloru. W polskim systemie użyjemy starego nazewnictwa: żołądź, dzwonek, czerwień (serca) i wino; tak więc wszystkie zakładki dla wina zaczynają się na W, dla żołądź na Ż (lub Rz, zgodnie z alfabetem fonetycznym oczywiście), dla dzwonek na D i dla czerwieni na S (jak serca, gdyż głoska Cz w alfabecie fonetycznym nie istnieje). Oprócz tego każda zakładka zawiera jeszcze jedną (i tylko jedną) znaczącą spółgłoskę (znaczącą w alfabecie fonetycznym), odpowiadającą wartości karty, dzięki czemu każde utworzone słowo będzie oznaczać tylko jedną, konkretną kartę. Pierwsza litera to kolor, spółgłoska to wartość. Oto kilka przykładów: zakładka dla dwójki treflowej musi zaczynać się na Ż i zawierać N (2), więc np. ŻoNa. Żona od dziś to zawsze dwójka żołądźna. Jaką kartę reprezentuje słowo DuDy? Tylko jedną. Zaczyna się na D, a więc będzie to dzwonek, i ma jeszcze jedno "D" oznaczające "1" – chodzi więc o, asa karo. Co znajdziemy dla 9 kier? S musi być na początku (serce) i P gdzieś dalej (9); użyjemy więc słowa SęP.

Poniżej znajdziesz 52 zakładki dla całej talii. Przeczytaj je uważnie. Zapewniam, że wystarczy 20-30 minut, abyś je zapamiętał; póki co najpierw je przeczytaj, potem naucz się obrazować co trudniejsze, wreszcie poznaj wyjątki. Pod koniec rozdziału dowiesz się, w jaki sposób zapamiętać to wszystko dokładnie i bez kłopotu.

Trefle (Żołądź)

Ż A ŻyTo

Ż 2 ŻoNa

Ż 3 Rzym

Ż 4 ŻaR

Ż 5 ŻeL

Ż 6 ŻujeC

Ż 7 ŻuK

Ż 8 ŻółW

Ż 9 RzeP

Ż 10 RzęSa

Ż W Żołądź

Ż D ŻyłaSTa

Ż K ŻuL

Pik (Wino)

W A WaTa

W 2 WaNia

W 3 WyMię

W 4 WóR

W 5 WaL

W 6 WiJ

W 7 WeK

W 8 WarzyWa

W 9 Wieprz

W 10 WóZ

W W Wino

W D WąSata

W K WióR

Kier (Serce)

S A SaD

S 2 SaN

S 3 SaM

S 4 SeR

S 5 SóL

S 6 SieJa
S 7 SaK
S 8 SaWa
S 9 SęP
S 10 SoS
S W Serce
S D Królowa
S K Król

Karo (Dzwonek)

D A DuDy
D 2 DNA
D 3 DoM
D 4 DoRy
D 5 DyL
D 6 DuJ
D 7 DoK
D 8 DrzWi
D 9 DąB
D 10 DoS
D W Dzwonek
D D DZiobaTa
D K Dwór.

Cały ten system jest prosty i czytelny od asa (jedyńki) do dziesiątki, dla której jako cyfrę znaczącą przyjąłem zero. Wyżej jest trochę trudniej. Gdyby stosować tę samą zasadę do "obrazka", każda zakładka musiałaby zawierać jeszcze dwie spółgłoski, oprócz pierwszej litery koloru, gdyż walet to 11, dama – 12, a król – 13. Żeby się z tym uporać, dla waletów przyjąłem oznaczenie samego koloru (kolor w starym systemie łatwo zobrazować), Damę i Króla kier, najbardziej reprezentacyjną parę w całej talii nazywam po prostu Król i Królowa, a dla pozostałych "władców" wybrałem słowa, które mniej lub bardziej rymują się ze słowem król i zaczynają na odpowiednią do koloru literę. Najgorzej mają pozostałe królowe, gdyż przydałem im zaczynające się na literę ich koloru raczej odpychające cechy fizjologiczne.

Niech Cię te wyjątki nie odstraszą; zapamiętasz je przez to właśnie, że są wyjątkami.

Jeśli przeczytałeś całą listę karcianych zakładek, zauważyłeś zapewne, że niektóre z nich są identyczne jak zakładki liczbowe. Nie prowadzi to jednak do zamieszania, o ile będziesz pamiętał, że talia liczy tylko 52 karty.

Z zakładkami dla kart robisz to samo, co w przypadku słów-liczb. Żar to tłące się ognisko albo Żar-ptak z pięknym ogonem. Sam, to wnętrze sklepu samoobsługowego lub rakietka bojowa. W miejsce Sawy podstaw obraz pudełka margaryny; w przypadku DNA wyobraź sobie poskręcany łańcuch kuleczek jakiegoś genu, a Dory to otwarta łódź rybacka (powszechna na Nowej Funlandii). W obrazie Dyla zobacz beztroskiego młodego wędrowca z kijem na ramieniu (Dyl Sowizdrzał), Wania to rosyjski chłop w rubaszce, a Duj to tęgi wiatr, DOS natomiast to program komputerowy, który możesz sobie wyobrazić w postaci dyskietki. Z Żujcem był największy kłopot. Nie znalazłem stosownego, już istniejącego słowa, więc wymyśliłem nowe. Wyobraź sobie dziwne zwierzę, podobne do piżmotroka, który ma dwa takie same, chociaż do góry... Żujec.

Podkreślam raz jeszcze, że równie dobrze możesz wymyślić własne słowa dla całej talii, bylebyś tylko trzymał się podanej zasady.

Wiesz już teraz wszystko, aby nauczyć się zakładek kart na pamięć. Ponieważ każda karta to jedno konkretne skojarzenie, Twoje zadanie to po prostu zapamiętać, zgodnie z ZMP, 52 przedmioty. To wszystko. Jeśli pierwszą kartą jest np. 5 pik; zobacz wielki dół (1) z szamoczącym się w środku wielkim wielorybem (*wal*). Jeśli druga karta to 8 karo, wyobraź sobie, że Noe (2) próbuje wyważyć *drzwi* na arce, trzecia karta – 6 kier – zobacz mysz (3) płynącą na grzbiecie *ryby*. Czwarta karta – Dama karo. Może worek ryżu (4) i siedzącą na

nim dziobatą, ospowatą, paskudną babę w koronie? Karta piąta – 3 trefl. Moc liści (5) spada na starożytne miasto lub w ogóle na Forum Romanum, itd.

W czasie prezentacji rób tak: zanim zobaczysz pierwszą kartę, wywołaj w pamięci obraz jedyńki, tzn. zobacz dół i kiedy usłyszysz, albo ujrzysz np. 5 pik, skojarz dół z walem i natychmiast zobacz numer 2, tzn. Noego, itd. Kiedy zapamiętasz w ten sposób całą talię, będziesz mógł wymienić wszystkie karty po kolei (rozłożone na stole, koszulkami do góry oczywiście), albo wrywkowo każdą z nich, jeśli usłyszysz numer, czyli miejsce gdzie leży.

Rzecz jasna, nie musisz zapamiętywać wszystkich 52 kart, żeby wprawić w zdumienie przyjaciół. Ta sztuczka jest równie efektywna z połową talii. Dla kogoś o nie wytrenowanej pamięci zapamiętanie w kolejności i na wrywki 26 kart też będzie graniczyć z niemożliwością.

Skoro jesteśmy przy krótszych demonstracjach – oto jedna z najbardziej efektownych, a zarazem najłatwiejszych sztuczek. Nazywa się "brakująca karta". Prosisz, aby odłożono do pudełka 5, 6 kart z talii, po czym ktoś w umiarkowanym tempie wymienia wszystkie pozostałe. Kiedy skończy, Ty mówisz jakich kart brakuje.

Napisałem, że to bardzo łatwe i tak jest w rzeczywistości. Oto, co trzeba zrobić: gdy tylko usłyszysz pierwszą kartę, wywołaj obraz jej zakładki i jakoś ją "okalecz", zepsuj! Np. 4 kier, ser – zobacz, że jest zgniły, nadpsuty i jedzą go robaki. Jeśli to 5 karo, zobacz kulejącego Dyla. Król karo? Dwór się pali, albo przewraca, jak domek z kart. To wszystko. Nie zastanawiaj się nad skojarzeniami, zobacz przez ułamek sekundy pierwsze, jakie Ci przyjdzie do głowy i czekaj na następną kartę. Idzie to szybko dlatego, że nie zawracasz sobie głowy numerami. Zakładki liczb nie są Ci tu w ogóle potrzebne. To jak szybko ktoś ma Ci wymieniać i pokazywać karty, zależy oczywiście od wprawy. Zapewniam, że po kilkunastu ćwiczeniach będziesz miał "obraz" karty w głowie, na samo hasło, zanim ją jeszcze zobaczysz.

Teraz – kiedy pokazano Ci już całą talię – przebiegnij w myślach zakładki dla wszystkich 52 kart, najlepiej od asa do króla dla każdego koloru. Kiedy napotkasz obraz nie zniekształcony, nie uszkodzony, wiesz, że takiej karty w talii *nie było*. Np. zaczynasz od kierów. Sad – połamany, San – brudny, zanieczyszczony, Sam – wybuchająca w powietrzu rakietą, Ser – nadgniły, Sól – nie widzisz nic złego w solniczce pełnej soli. Aha – odłożyli 5 kier! Nie zniekształcone obrazy zobaczysz bardzo wyraźnie, nie do pomylenia. Wystarczy jedna próba, aby się o tym przekonać.

Radzę sprawdzać karty kolorami według stałego porządku, np.: Żołędź, Wino, Serca (Czerwień) i Dzwonek; może być inny, ważne, aby go nie zmieniać. Ja stosuję ten właśnie porządek, gdyż łatwo zapamiętałem go dzięki skojarzeniu: Żaby W SąDzie.

Chcę jeszcze zaznaczyć, że ilość odkładanych kart nie ma w tej sztuczce żadnego znaczenia, może być to nawet połowa talii (brydżystów zaciekawi pewnie 13 kart).

Z doświadczeń po moich występach wiem, że to, o czym ludzie mówią najczęściej, może z wyjątkiem zapamiętywania twarzy i nazwisk, to właśnie sztuczki z kartami, które bardzo działają na wyobraźnię, niezależnie, czy ktoś gra w karty, czy nie.

Jestem pewny, że doczytałeś do tego miejsca nie ucząc się jeszcze żadnej "karcianej" zakładki na pamięć. Teraz, skoro już wiesz do czego służą, możesz się wziąć do roboty. A przy okazji, czy przyszło Ci do głowy, jak "brakującą kartę" można wykorzystać w takich grach jak brydż, Pinochle, Cosins i inne, w których warto wiedzieć, jaka karta zeszła, a jaka nie? W razie czego jednak mnie do tego nie mieszaj...

W kolejnych rozdziałach opiszę kolejne zabawy i ćwiczenia z kartami; teraz tylko jedna uwaga. Gdybyś chciał zapamiętać jedynie samą kolejność kart w talii, możesz to zrobić bardzo szybko przy użyciu ŁMS. Po prostu, widząc karty łączysz ich kolejne zakładki jedną po drugiej. Oczywiście, przy tej metodzie nie wymienisz ich na wrywki.

I jeszcze jedna uwaga: dla efektu końcowego nie ma znaczenia, czy ktoś mówi jaką kartę widzi, czy Ci ją pokazuje. Zapamiętasz ją w obu przypadkach, chociaż wywrzesz większe wrażenie, jeśli na karty nie patrzysz.

Kiedy nauczysz się wszystkich zakładek, możesz ćwiczyć sam, z własną talią. Potasuj karty i wykładaj je koszulkami do dołu, wymieniając kolejne zakładki na głos lub w myśli. Jeśli uda Ci się zrobić to w miarę szybko, możesz uznać, że znasz je w wystarczającym stopniu.

Możesz teraz sprawdzić nowo nabyte umiejętności i wrócić do testu nr 4 w rozdziale 3. Myślę, że uzyskany wynik sprawi Ci naprawdę dużą przyjemność.

Rozdział 11

Jak zapamiętać liczby wielocyfrowe

... Więc inspektor szlaku wezwał maszynistę do kancelarii i mówi: "Na szesnastym torze jest lokomotywa numer 4268. Ja wiem, że pan nie ma dobrej pamięci do liczb, a gdy się panu jaką liczbę wypisze na kartce, to pan kartkę gubi. Skoro więc ma pan taką słabą pamięć do liczb, to proszę uważać, a ja panu dowiodę, że to bardzo łatwo zapamiętać sobie jakąkolwiek liczbę. Patrz pan: lokomotywa, którą ma pan odstawić do Łysej nad Łabą, ma numer 4268. Więc baczność: pierwsza liczba – czwórka, druga – dwójka. Możesz pan już zapamiętać 42, to jest dwa razy dwa, o ile bierze się rzecz od dwójki, albo też mamy 4 podzielone przez 2, równa się dwóm i znowuż masz pan 4 i 2 obok siebie. A teraz, tylko nic się pan nie bój, ile to będzie dwa razy cztery? Osiem, nieprawdaż? Więc wbij pan sobie w pamięć, że ósemka z tej liczby jest ostatnią w szeregu. Gdy więc pan już wie, że pierwsza liczba jest 4, potem idzie 2, a czwarta jest 8, to i trzecią zapamiętać nietrudno, jeśli się sprytnie zabrac do rzeczy. Strasznie to proste, bo chodzi o 6. Pierwsza 4, druga 2, czyli że razem 6. Murowane i pewne, że tej szóstki z trzeciego miejsca zapomnieć nie można. I oto masz pan liczbę 4268 utkwioną w głowie na zawsze. Albo też może pan dojść do tych samych wyników w sposób jeszcze prostszy..."

Feldfelbel przestał palić i wytrzeszczył oczy na Szwejka.

– Kappe ab! – zamruczał pod nosem a Szwejk z wielką powagą mówił dalej:

– Więc zaczął mu objaśniać ten łatwiejszy sposób, żeby numer lokomotywy 4268 nie wyleciał z pamięci. Gdy się od 8 odejmuje 2, zostaje 6. A więc już masz 68. Sześć mniej dwa równa się cztery, jest więc i czwórka, czyli 4 – 68, a gdy się wstawi na drugie miejsce dwójkę, to się ma całą liczbę: 4268. Można tę rzecz zrobić jeszcze łatwiej, przy pomocy mnożenia i dzielenia a rezultat jest taki sam. Pamiętaj pan tylko tyle, że dwa razy 42 równa się 84. Rok ma dwanaście miesięcy. Odliczamy więc dwanaście od 84 i pozostaje 72, od tego odliczamy jeszcze 12 miesięcy, mamy 60. Szóstka jest już murowana a zero odrzucamy. Wiemy już 42, 68, 4. Kiedyśmy już skreślili zero, to skreślmy i tę czwórkę na końcu i znowuż ogromnie jasno i wyraźnie otrzymujemy 4268, czyli numer lokomotywy, którą trzeba odstawić do Łysej nad Łabą. A z dzieleniem sprawa też jest nietrudna. Wyliczam sobie koeficjent według taryfy celnej. Czy panu słabo, panie feldfelbel? Jeśli pan chce, to mogę zacząć od *general de charge*. Fertig! Hoch an! Feuer! E, do pioruna! Pan kapitan nie powinien był wysyłać nas na takie ostre słońce. Trzeba lecieć po nosze.

Przywołany lekarz stwierdził porażenie słoneczne albo też ostre zapalenie opon mózgowych.

Kiedy feldfelbel odzyskał przytomność, Szwejk, stojąc nad nim, rzekł:

– Muszę to panu dokończyć. Czy pan myśli, panie feldfelbel, że ten maszynista sobie to zapamiętał? Wszystko pomieszał i poplątał, i pomnożył przez trzy, ponieważ przypomniał sobie o Trójcy Bożej. /.../

J. Haek. *Przygody dobrego wojaka Szwejka* (tłum. Paweł Hulka-Laskowski).

Nie ma obawy, po lekturze tego rozdziału nie zemdlejesz na pewno. Feldfelbla dobiła nie sama metoda, a raczej sposób jej prezentacji. My to zrobimy inaczej. Na początku jednak kilka wyjaśnień.

Pamiętam, jak kiedyś w czasie występu w hotelu Concord w Nowym Jorku, "przyjacieli" spośród publiczności zażądał, abym zapamiętał numer 414 233 442 475 059 125. Zrobiłem to oczywiście, bo była w tym pewna metoda. Wspominam o tym teraz, gdyż tą właśnie sztuczką popisywałem się w dzieciństwie. Zadziwiałem wtedy całe podwórko niezwykłą pamięcią, prosząc jednego z kolegów (podstawionego oczywiście), aby wymienił jakąś długą, wielocyfrową liczbę, a on zaczynał wylizywać kolejne przystanki nowojorskiego metra kursującego wzdłuż 6 Alei. Wszyscyśmy znali te przystanki i każdy wiedział, co znaczy 4, 14 potem 23 itd, ale połączenie tych liczb w trójki myliło niewtajemniczonych.

W tamtych latach metro stawało przy 4 Zachodniej, 14 Zachodniej, 23, 34, 42, 47 i 50, potem 59, 125, itd., więc po prostu wymieniałem te przystanki jeden po drugim (ale w trójkach), a koleś okrzykami zdumienia kwitowali moją fantastyczną pamięć.

Co udowadnia ta historia? Że liczby *dadzą* się zapamiętać, jeśli tylko coś dla nas znaczą. Nie muszę Ci o tym mówić, bo przecież znasz już ZMP.

Każda liczba, czy będą to przystanki metra, czy numery serii, może coś wyobrażać i według mnie jest to *jedyny* sposób, aby ją zapamiętać, a potem odtworzyć. Tak, słyszałem o kilku rzadkich przypadkach, że ludzie zapamiętywali duże liczby w ułamku sekundy. Słyszałem nawet o facecie, który zapamiętywał duże liczby, wyświetlane tylko przez chwilę na ekranie (chciałbym to umieć!). Ale ci ludzie *nie wiedzą* jak zapamiętywać, oni po prostu to robią. Niestety są to wyjątki, które utwierdzają mnie tylko w moim przeświadczeniu.

Jak poradzisz sobie z zapamiętaniem liczby 522641637527? Oto, co doradzał swoim uczniom ekspert od spraw pamięci z ubiegłego stulecia: najpierw rozbij tę liczbę na "trójki", a więc 522 641 637 527, po czym, cytuję: "porównując pierwszą i czwartą grupę widzisz od razu, że czwarta jest większa od pierwszej o pięć, podobnie druga od trzeciej o cztery. Z kolei trzecia jest większa od czwartej o 110, ale obie mają na końcu siódemkę. Czyli jeśli do grupy czwartej dodasz 110 otrzymasz grupę trzecią, dodajesz do tej 4, masz grupę drugą; a pierwsza, to grupa czwarta pomniejszona o 5". (Trochę to przypomina Szwejkę, nieprawdaż?).

Tę metodę, bez żadnych zmian, stosuje również wielu dzisiejszych nauczycieli. Kiedy zetknąłem się z tym po raz pierwszy, pomyślałem, że trzeba mieć niezłą pamięć, aby zapamiętać najpierw same zasady tego systemu! Poza tym, nawet jeśli zapamiętałeś w ten sposób jakąś liczbę, czy zatrzymasz ją w pamięci na dłużej? Nie związałeś jej przecież z żadnym śmiesznym obrazem ani skojarzeniem. Natomiast wiem chyba, dlaczego nauczyciele mimo wszystko trzymają się tej metody. Otóż zmusza ona do skupienia uwagi na tym co chcesz zapamiętać, a to już połowa sukcesu. Zależy Ci na zapamiętaniu, uważniej patrzysz, a więc musi to przynieść jakiś skutek. Jest to jednak strzelanie z armaty do wróbla. Wysięk jest niewspółmiernie duży do rezultatu.

ZMP w przypadku zapamiętywania dużych liczb (a właśnie tę metodę zastosujemy), to właściwie znane Ci już połączenie zakładek z ŁMS. To także zmusza do koncentracji, ale jest znacznie prostsze, a poza tym zadziwiająco skuteczne i śmiesznie łatwe, jeśli zna się zakładki dla liczb od 1 do 100. Najwyższa pora, aby się ich nauczyć, gdyż teraz dopiero okaże się, jak są przydatne.

Wróćmy więc do ostatniej liczby.

Najpierw rozbijmy ją na grupy dwucyfrowe: 52 26 41 63 75 27. Każda z nich ma oczywiście swoją zakładkę:

52 26 41 63 75 27

lina nadzieja rosa jama koala dżonka

I teraz wystarczy jedynie połączyć skojarzeniami te sześć słów! Lub inne, jeśli je sam wymyśliłeś. Wyobraź sobie np. ciąg wydarzeń: lina z wydętym brzuszkiem (jest przy nadziei!) biegnie po rosie i wpada nagle do jamy, gdzie wita ją miś koala, po czym razem wsiadają na chińską dżonkę. Powinieneś wymyślić i zobaczyć te skojarzenia w ciągu 30 sekund. Przebiegnij je w myśli dwu- trzykrotnie, aby je dobrze zapamiętać, a następnie powtórz całą tę liczbę transponując teraz zakładki na poszczególne cyfry. Czy zauważyłeś, że w tym systemie wymienisz również wszystkie cyfry od tyłu?! Niewielka wprawa wystarczy, aby słowne zakładki kojarzyć ze sobą już w trakcie czytania.

A więc sam widzisz. Wystarczyło skojarzyć ze sobą 6 słów, aby zapamiętać 12-cyfrową liczbę, w dodatku na tak długo, jak tylko zechcesz. Możesz być z siebie dumny. Mówię tak dlatego, że zgodnie z niektórymi testami inteligencji, średnio uzdolniony człowiek zapamiętuje 6-cio cyfrową liczbę ponoć od razu, a wyraźnie utalentowany liczbę 8 cyfrową. A Ty pamiętasz liczbę 12-cyfrową, przy czym masz ją w głowie praktycznie na zawsze.

Nie pozwalaj, aby inni pomniejszali Twój sukces, że to niby nie fair, bo stosujesz jakiś system, itp. Mówią tak z zazdrości, bo sami tego nie potrafią, czy z systemem, czy bez. Zawsze znajdują się tacy, co krzykną: "To nienaturalne, taka metoda, zrób to przy pomocy własnej pamięci, z głowy!" A dlaczego taka metoda ma być nienaturalna? Na pewno czymś

bardziej naturalnym jest pamiętać niż zapominać, a przecież każda z moich metod to tylko *pomoc dla tej właśnie pamięci naturalnej*¹. Wiesz już, że cokolwiek zapamiętujesz, kojarzysz najpierw z czymś, co już znasz, co zapamiętałeś wcześniej. Ludzie robią to zawsze, choć na ogół nie zdają sobie z tego sprawy; my tylko to porządkujemy. "W tym szleństwie jest metoda" – jak mówił Szekspir. Jeśli ktoś utrzymuje, że metody usprawniania pamięci są nienaturalne, znaczy to, że nic o nich nie wie albo nie wie jak je stosować.

Teraz więc, skoro wybroniłem Twoje nowo nabyte umiejętności, pójdźmy krok dalej. Jeśli zrozumiałeś, na czym polega idea, dlaczego nie wykorzystasz wyobraźni i nie ułatwić sobie tej zabawy jeszcze bardziej? 12 cyfrową liczbę zapamiętasz również łącząc skojarzeniami tylko cztery wyrazy, a nie sześć. Wymyśl po prostu odpowiednie słowa dla czterech grup 3-cyfrowych. Np. Lennon (522) (czytaj Lenon, w alfabecie fonetycznym będą tu tylko trzy znaczące spółgłoski) – nieżyjący już Beatles wchodzi do kopulastego namiotu – jurty (641) a tam z sufitu wyrastają tysiącami maleńkie jemiółki (631), pomiędzy którymi wija się jak robaczki cieniutkie plecione linki (527). Mogą na Lennona spadać, będzie więc dynamika.

A to drugi przykład (skojarz te 4 słowa sam):

941 742 800 195

beret kran wisus debil

Jeśli liczbę wielocyfrową podzielisz na grupy czterocyfrowe, którym da się przyporządkować konkretne słowa, tym lepiej. Wykorzystaj to! W ten sposób uda Ci się zapamiętać "na zawsze" liczbę 20 cyfrową przez skojarzenie tylko pięciu słów, np.: 14170947971415825217.

Czy ta liczba nie wygląda wspaniale? Tak, ale spójrz teraz:

1417 0947 9714 1582 5217

trutka spyrka bakteria telefon lunatyk

Połącz trutkę ze spyrką, spyrkę z bakterią, bakterię z telefonem i telefon z lunatykiem – i zapamiętaj tego tasiemca!

Jeśli w pracy stykasz się z długimi numerami, które warto, abyś znał na pamięć, szybko nauczysz się wynajdywać słowa pasujące do pewnych 2, 3 lub 4 cyfr. Nie ma reguły, że za każdym razem muszą to być tylko słowa "dwucyfrowe". Aby szybko zapamiętać dużą liczbę, można wymyślać słowa dowolnej długości, to sprawa tylko Twojej wyobraźni. Zanim jednak dojdiesz do wprawy, na razie używaj zakładek krótszych.

Teraz już rozumiesz, jak ważna jest dobra znajomość dziesięciu głosek alfabetu fonetycznego. Jeśli masz z tym jeszcze kłopoty, wróć do rozdziału 6. Jeśli nie dajesz sobie rady ze śmiesznymi, bzdurnymi skojarzeniami, cofnij się do rozdziału 5, ale jeśli znasz ten alfabet i wszystkie zakładki, a skojarzenie przychodzi Ci łatwo do głowy, sprawdź swoje umiejętności i przerób jeszcze raz test 3 w rozdziale 3.

I porównaj wyniki.

Rozdział 12

Inny rodzaj zakładek – zakładki "doraźne"

Pamięć mamy zawsze obecną, gotową i chętną do pomocy – gdy byśmy ją tylko częściej o to prosili.

Roger Broille

Bardzo często, kiedy musiałem udowodnić, że da się usprawnić pamięć przy użyciu czegoś podobnego do zakładek, stosowałem metodę, dzięki której niedowiarek w ciągu 5 minut zapamiętywał w kolejności i na wrywki 10 różnych przedmiotów.

Wyglądało to tak: na stole układałem w rzędzie dziesięć małych przedmiotów: pierścionek, popielniczkę, papieros, grzebień, zegarek, itp., po czym mówiłem, że przedmioty te reprezentują cyfry od 1 do 10. Następnie wymieniałem hasło i numer i polecałem skojarzyć je z przedmiotem odpowiadającym numerowi. Np. numer 7 odpowiadał hasłu

¹ lub d³ugotrwa³ej – przyp. t³um

"maszyna do pisania"; ponieważ siódmym przedmiotem na stole był pierścionek, należało skojarzyć maszynę do pisania z pierścionkiem. Później, kiedy pytałem, co było siódmką, mój sceptyk liczył na stole do siedmiu, trafiał na pierścionek, a to przypominało mu maszynę do pisania.

Na ogół było to wystarczającym dowodem, że potrafimy zapamiętywać lepiej niż nam się wydaje. Oczywiście nie trzeba zabierać ze sobą od razu całego stołu, wystarczy zapamiętać te 10 przedmiotów i wykorzystywać je jako zakładki pamięci do późniejszych skojarzeń. Ale zapamiętanie 10 przypadkowych, nie powiązanych ze sobą przedmiotów może nastęrczać pewne trudności; trzeba więc to sobie jakoś ułatwić.

Wspominam chyba gdzieś o tym, że Simonides pierwszy wykorzystał meble i pokoje swego domu w roli swoistych zakładek pamięci. Ten system jest dobry i dzisiaj, choć z pewnymi ograniczeniami. Mylące może być np. podobieństwo między niektórymi sprzętami, poza tym zapamiętanie wszystkich takich zakładek wymaga czasu.

Podobnych rozwiązań jest więcej. Słyszałem o człowieku, który na liście swoich zakładek miał 26 znajomych kobiet; ponieważ ich imiona zaczynały się na różne litery, system działał. Jeśli chciał zapamiętać np., że maszyna do pisania to numer 16, wiązał maszynę do pisania z Pauliną, jednak i w tym systemie pewnych trudności przysparzało nadmierne podobieństwo między paniami. Każda zakładka, jeśli ma spełniać swoją rolę, musi tworzyć wyraźny, charakterystyczny i jedyny dla siebie obraz.

Przedstawię więc dwa inne pomysły na takie zakładki "doraźne", oba skuteczne, choć mające tę wadę, że lista zakładek nie jest dość długa.

Pierwsza metoda, którą często stosuję, to 25 liter alfabetu. Należy dobrać do każdej litery słowo, o możliwie podobnym brzmieniu:

A – as I – If P – pet
B – bez J – jod R – erka
C – cep K – kał S – eska
D – des L – elka T – tuf
E – echo Ł – Elk U – ucho
F – Ewka M – emu W – wuj
G – giez N – Ent Y – Yma, Ygrek
H – hak O – oko Z – Zetor
Ż – Żeton

Kilka wyjaśnień. Des – to czarny klawisz na klawiaturze fortepianu, Ent jest dobrze znany czytelnikom trylogii Tolkiena (rasa stworów), If to wyspa hrabiego Monte Christo, elka – zwolnienie lekarskie albo futro z tchórzy, eska – rozgłośnia radiowa, Zetor – marka czeskiego traktora, Yma – imię słynnej śpiewaczki o niezwykle szerokiej skali głosu.

Wystarczy, przejrzeć tę listę 2-3 razy, a zapamiętasz ją bez trudu. Zobacz wyraźnie wszystkie "obrazki" liter. Masz teraz zakładki (w przyszłości będę je nazywał zakładkami "alfabetycznymi"), które pozwolą Ci zapamiętać np. 25 różnych przedmiotów.

Przy okazji, jeśli stworzysz łańcuch skojarzeń od żetonu do asa, będziesz mógł wyrecytować cały alfabet od tyłu, co już jest osiągnięciem samym w sobie. Jeśli chcesz, możesz skojarzyć również każdą literę z jej miejscem w alfabecie (ściślej – zakładką numeru miejsca), tzn. asa łączysz z dołem, bez – z Noem, cep z myszą, des z ryżem, itd. W ten sposób na pytanie: którą literą alfabetu jest M, odpowiesz od razu, że czternastą.

Drugi pomysł to lista rzeczowników, z których każdy w swoim obrazie przypomina jakąś liczbę. Da się to zrobić właściwie w każdym przypadku; dla wyjątków wystarczy stworzyć obraz lub sytuację, która daną liczbę przypomni. Tak więc 1 to stojący pionowo ołówek, 2 to łabędź z charakterystycznie wygiętą szyją, z cyfrą 3 kojarzy się trójlistna koniczyna. Stół, krzesło albo cokolwiek z czterema nogami przypomni 4. 5-tce przypiszmy pięcioramienną gwiazdę, 6-tka to słoń z wygiętą odpowiednio trąbą, kij golfowy trzymany do góry nogami ma kształt 7-mki, cyfra 8 to klepsydra, a 9 to fajka postawiona pionowo, z odwróconą w lewo główką. Komplet do baseballa to 10, dwa makaroniki spaghetti układają się w kształt 11, 12 niech będzie zegarem pokazującym tę właśnie godzinę. Przynoszący pecha czarny kot to oczywiście 13, pod 14 wyobraźmy sobie dwie błyskawice na czarnym niebie, przy 15 wchodzisz do windy i mówisz portierowi: Na 15 proszę, a 16 to droga i znak z tym numerem

na poboczu.

Dzięki tej liście przez całe lata zapamiętywałem 16 różnych przedmiotów. Nie ma jednak powodu, aby ograniczać się do szesnastu. Według tej samej zasady możesz wypisać podobną listę dla 20 numerów i więcej. Każda myśl lub wyobrażenie, jeśli tylko przypomni Ci jakąś liczbę, jest dobra. Po prostu zmusz wyobraźnię do pracy.

A więc moje zakładki "obrazkowe" wyglądają tak:

- 1 – ołówek 9 – fajka
- 2 – łabędź 10 – kij i piłka do baseballa
- 3 – trójlistna koniczyna 11 – makaron spaghetti
- 4 – krzesło 12 – zegar
- 5 – gwiazda pięcioramienna 13 – czarny kot
- 6 – słoń 14 – błyskawice
- 7 – chorągiewka na wietrze 15 – winda
- 8 – klepsydra 16 – znak drogowy

Mógłbym takie listy mnożyć, ale nie zrobię tego. Twoja wyobraźnia sama się z tym upora, tylko chciej. Muszę jednak zaznaczyć, że alfabet fonetyczny i zakładki liczbowe są zdecydowanie najlepsze. Zakładki możesz rozszerzyć nawet do 1000 i więcej, poza tym użyte w nich spółgłoski mówią natychmiast, o jakie liczby chodzi. Co więcej, dzięki znajomości alfabetu fonetycznego zakładek tych nie musisz uczyć się na pamięć, po prostu wymyślasz je na poczekaniu.

Natomiast te dwa opisane wyżej pomysły są bardzo przydatne w sytuacjach "doraźnych", kiedy potrzebujesz zakładek pamięci natychmiast, lub kiedy chcesz zademonstrować zadziwiające sztuczki pamięciowe (co wymaga jednak połączenia z zakładkami liczbowymi), o czym w następnych rozdziałach.

Zanim zamknę ten temat, jeszcze raz przypomnę: każda lista słów, które potrafisz wymienić w kolejności, doskonale spełnia rolę zakładek. Co zastosujesz zależy tylko od Ciebie i Twojej wyobraźni. Jeśli o mnie chodzi, systemy "alfabetyczny" i "obrazkowy" uważam za doskonałe, ale znałem człowieka, który w roli zakładek używał własnego ciała, po prostu wymieniał począwszy od głowy: włosy, czoło, oczy, nos, usta, podbródek, szyja, piersi i tak aż do palców u nóg. Jeśli chciał coś zapamiętać pod numerem 3, kojarzył to z "oczami", numer 7 łączył z "szyją", itd.

Artyści starej daty w sztuczkach pamięciowych wykorzystywali w tym samym celu nawet wystrój teatru. Scena była dla nich numerem 1, światła rampy numerem 2, orkiestra – 3, dywany – 4, balkon – 5, itd. Zakładkami mogła być kurtyna, żyrandole, wejścia i wyjścia, nawet toalety.

Oczywiście jest jeszcze najprostszy, choć najbardziej ograniczony system – ciąg słów, brzmiących podobnie jak same liczby. Jeden – Eden, dwa – Wda, trzy – wszy, cztery – szkiry, pięć – pięść, sześć – cześć, siedem – Sedan, osiem – Zosie, dziewięć – dziegieć, dziesięć – dziecieć. (Sedan to historyczne miasto we Francji).

Piszę tyle o różnych listach-zakładkach chyba również dlatego, aby podkreślić użyteczność alfabetu fonetycznego. Pod tym względem jest to system naprawdę wszechstronny, o prawie nieograniczonych możliwościach. W następnym rozdziale pokażę, jak można w rozmaity sposób wykorzystać "doraźne" listy zakładek właśnie w powiązaniu z alfabetem fonetycznym.

Rozdział 13

Jak zapamiętać daty?

- Jaki dzień dzisiaj?
- Aaa, toś mnie zażył! Nie wiem.
- Masz gazetę w kieszeni. Zobacz datę.
- Nic z tego. To wczorajsza...

Chociaż każdy w takiej sytuacji poradzi sobie z określeniem dzisiejszej daty, wątpię, by

znalazło się wielu, którzy bez wahania, a nawet po głębszym namyśle, określą dzień tygodnia przypadający na dowolną datę 1995 r. Jeśli uważasz, że warto posiadać taką umiejętność i to praktycznie bez wysiłku – czytaj dalej.

Oczywiście, metod służących temu celowi jest bardzo wiele, włączając w to zwykłe liczenie na palcach. Niektóre są tak rozbudowane i czasochłonne, że szybciej jest znaleźć po prostu kalendarz.

Ale istnieją np. sposoby, aby znaleźć dzień tygodnia dla dowolnej daty naszego wieku! Nie wydaje mi się, aby miało to jakieś praktyczne znaczenie, może dla niektórych (miło jest wiedzieć np. jakiego dnia ktoś się urodził), ale jako sztuczka pamięciowa jest czymś niezwykłym.

Nauczę Cię tego również, ale najpierw z powodów czysto praktycznych opiszę metodę, która pozwoli Ci określić datę dowolnego dnia w tym roku i odwrotnie. Jest to tak proste, że być może zastanowisz się, dlaczego sam nie wpadłeś na to wcześniej.

Musisz przede wszystkim zapamiętać poniższą 12 cyfrową liczbę:

155274263153

w dobrze już znany sposób, tzn. najpierw rozbij ją na 2-cyfrowe zakładki, albo wymyśl słowa z większą ilością znaczących spółgłosek. W tym ostatnim przypadku otrzymasz np. taki szereg:

talerz, Lineker, najem, Telemach (Lineker to znany piłkarz).

Oczywiście, równie dobrze, choć jest dłuższy, wygląda ciąg zakładek: talerz, lina, kur, nadzieja, mata, lama.

Co to daje? Otóż teraz właśnie możesz określić dzień tygodnia dla dowolnej daty 1995 roku! Każda cyfra zapamiętanej liczby to pierwsza niedziela każdego miesiąca: w styczniu pierwsza niedziela przypada 1, w lutym 5, a następne 5 marca, 2 kwietnia, 7 maja, 4 czerwca, itd. Gdy to wiesz, reszta jest już banalnie prosta. Powiedzmy, że chodzi o 22 sierpnia. Pierwsza niedziela sierpnia to 6 dzień tego miesiąca. W takim razie niedzielą będzie również 13 i 20 sierpnia, a więc 22 przypadnie we wtorek!

A Wigilia w tym roku? Pierwsza niedziela grudnia to 3, a więc niedziele wypadną 10, 17 i 24. Niestety.

Kiedy chcę określić dowolną datę w tym roku, rozumiem tak: przy pomocy zakładek i ciągu wyrazów talerz, Lineaker, najem, Telemach, zapamiętuję 12 cyfr. Wiem, że talerz, to pierwsza niedziela stycznia i lutego, Lineker – pierwsza niedziela marca, kwietnia, maja i czerwca, najem to niedziele w lipcu, sierpniu i wrześniu, a Telemach w październiku, listopadzie i grudniu.

Jeśli teraz chcę znać dzień tygodnia przypadający np. 9 listopada 1995 r., listopada szukam w Telemachu. Zawarte w tym słowie "L" podpowiada, że 1-sza niedziela tego miesiąca wypada 5-tego, w takim razie szukanym dniem będzie czwartek.

Jeśli w pracy przyda Ci się znajomość kalendarza na ten i przyszły rok, weź kalendarz i zapamiętaj przy pomocy łańcucha 4-5 słów jeszcze jedną 12-cyfrową liczbę. Możesz to zrobić oczywiście dla tylu lat, ilu zechcesz, ale dla więcej niż dwóch lat nie będzie to zbyt praktyczne.

Natomiast metodą, którą opiszę za chwilę będziesz mógł określić dzień tygodnia dla dowolnej daty całego stulecia.

Jest to przy okazji znakomita sztuczka pamięciowa, we wstępie do której mówisz przyjaciółom i znajomym, że zapamiętałeś cały kalendarz XX wieku i prosisz, aby podali Ci jakąś datę, która przypada na znany im dzień tygodnia. To oczywiście bardzo ważne, bo inaczej nie da się sprawdzić, czy odpowiesz dobrze, czy źle. Większość ludzi pamięta dzień swego ślubu, obrony dyplomu, urodzin dziecka i innych podobnych wydarzeń, więc mówią Ci jakąś datę, a Ty niemal natychmiast podajesz, jaki był to dzień.

Aby opanować tę sztuczkę musisz znać jeszcze dwie rzeczy oprócz miesiąca, dnia i roku: charakterystyczną dla danego roku liczbę, którą nazwę "liczbą roku" i podobną liczbę dla danego miesiąca, a więc "liczbę miesiąca".

Myślę, że najszybciej zrozumiesz istotę tej zabawy na przykładzie. Powiedzmy, że chcesz wiedzieć, jakim dniem tygodnia był 3 czerwca 1948 r. Załóżmy również, że znasz "liczbę roku" 1948 i "liczbę miesiąca", i że są to odpowiednio liczby 4 i 5. A więc dodajesz te liczby

do siebie, otrzymujesz 9, a ponieważ zawsze odrzucasz pełne siódemki (taka jest zasada), zostaje Ci 2. Tę dwójkę dodajesz do dnia szukanej daty, więc 2+3, daje 5, siódemek nie odrzucasz, bo żadna sie tu nie mieści, a więc 5 pozostaje bez zmiany. I oto masz piąty dzień tygodnia, czyli czwartek! W tym systemie pierwszym dniem tygodnia jest niedziela, drugim – poniedziałek, trzecim – wtorek, itd. Sobota to dzień siódmy lub zerowy. 3 czerwca 1948 roku wypadł więc w czwartek. Nie sądz, że jest to skomplikowane. W praktyce nie dodajesz nigdy liczb większych niż 7. "Liczbę roku" lub miesiąca, to 0, 1, 2, 3, 4, 5, 6, a siódemki wyrzucasz wszędzie, gdzie to tylko możliwe. Jeżeli "liczbą roku" jest 5, a "liczbą miesiąca" 6, po dodaniu otrzymasz 11, ale po odjęciu 7 zostanie 4. Tylko tę czwórkę dodajesz do wyjściowej daty i jeśli suma przekroczy 7, to znowu odrzucasz jej wielokrotność, np. przy 16 odejmiesz 2x7 czyli 14, i zostaje 2. Ostatecznie więc dodajesz 2 i 4, a więc szukanym dniem tygodnia będzie dzień szósty, czyli piątek (trochę to dziwnie brzmi, ale można się przyzwyczaić).

Kilka kolejnych przykładów opiszę po tym, jak zapoznasz się z "liczbami" miesiący i roku oraz metodą jak je zapamiętać.

Oto liczby miesiąca, zawsze niezmiennie:

Styczeń – 1 Lipiec – 0

Luty – 4 Sierpień – 3

Marzec – 4 Wrzesień – 6

Kwiecień – 0 Październik – 1

Maj – 2 Listopad – 4

Czerwiec – 5 Grudzień – 6

W przyporządkowaniu tych słów i liczb kryje się pewna logika, co ułatwia ich zapamiętanie. Są to właściwie dwa systemy. Opiszę oba, a Ty wybierz ten, który uznasz za najlepszy, albo wymyśl własny.

Styczeń to *pierwszy* miesiąc roku, a więc narzuca się sama cyfra 1.

Z lutym wiąże się porzekadło: idzie luty, obuj buty. I luty, i buty to słowa czteroliterowe – a więc 4.

Marzec. Koty w marcu bardzo hałasują. Koty – 4.

Kwiecień-plecień, co przeplata, trochę zimy, trochę lata. Plecień 7 liter, ale odrzucamy zawsze wielokrotność siedmiu, a więc $7 - 7 = 0$.

Maj – miesiąc Stanisława. Stanisław – 9 liter. $9 - 7 = 2$.

Czerwiec, bo na drzewach i łąkach pojawia się czerw (takie robaczki). Pięć liter. Czerwiec – 5.

Lipiec. Lipy, pszczoły, miód, pasieka. Pasieka – 7 liter. $7-7=0$.

Sierpień. Upały. Żar leci z nieba. Żar – 3.

Wrzesień to *wrzosy*. Sześć liter. 6.

Październik. Lecą październik. Młocka na klepisku. Klepisko. 8 liter. $8 - 7 = 1$.

Listopad. Późnojesienne mgły. Mgły. Cztery litery. 4.

Grudzień to święta. Sześć liter. 6.

Chociaż niektóre z tych skojarzeń mogą wydać się trochę na wyrost, są jednak skuteczne.

Drugi logiczny sposób przyporządkowania to słowa zastępcze dla każdego miesiąca (słowa te omówię dokładnie w następnym rozdziale), które łączysz skojarzeniami z zakładką "liczby miesiąca". Dla zera wybierz słowo, w którym słyszy się tylko z lub s. "ZOO" jest bardzo dobre, bo łatwe do zobrazowania.

Oto kilka propozycji:

Styczeń. Styk. Metalowy styk w *dole* (1).

Luty. Srogi, zawzięty po staropolsku. Sroga, zawzięta zima – sypie śniegiem jak *ryżem* (4).

Marzec. W marcu jak w garncu. Marzec – garniec. W wielkim garncu gotują się tony *ryżu* (4).

Kwiecień. Mnóstwo kwiatów. Pełno kwiatów w ZOO (0).

Maj. Umajony kwieciami Noe (2) stoi uśmiechnięty na arce.

Czerwiec. Wspomniany już czerw, małe robaczki spadają na *liściach* (5) na ziemię.

Lipiec. Lipy. W ZOO (0) między zwierzętami rosną wielkie lipy.

Sierpień. Sierpy dzwonią na polach. Tysiące *myszy* (3) stają do żniw z sierpami w łapkach (kiepskie dożynki w tym roku...).

Wrzesień. Wrzosa porastają chodzące w kółko setki *jeży* (6).

Październik. Młocka, aż lecą październice w wielkim *dole* (1).

Listopad. Z drzew zamiast liści spadają worki *ryżu* (4).

Grudzień. Zmarznięte *jeże* (6) ledwo łążą i przewracają się na twardych grudach ziemi.

Jedna i druga metoda jest dobra, ale powtarzam, możesz wymyślić własną.

Teraz "liczby" roku. Podam Ci wszystkie, od 1900 do 1999². Wszystkie lata przyporządkowane liczbie 1 zgrupowane są w jednej kolumnie, liczbie 2 w drugiej, itd.

Aby je zapamiętać, proponuję osobną listę zakładek. Potrzeba do niej sześciu słów przydanych liczbom od 1 do 6, ale innych niż w znanej nam już bazowej liście zakładek, żeby się nie poplątało. Teraz właśnie mogą przydać się pomysły z poprzedniego rozdziału. Na przykład słowne odpowiedniki liter alfabetu: as, bez, cep, des, echo, Ewka lub "cyfry obrazkowe": ołówek, łabędź, koniczyna, krzesło, gwiazda i słoń. Dla zera mamy już znane "ZOO".

Ponieważ każdy rok zaczyna się od 19 można ją sobie darować i brać pod uwagę tylko dwie ostatnie cyfry. Na przykład "liczbą" roku 1948 jest 4. Zależnie od metody kojarzysz "rafę" z "krzesłem" lub czarnym klawiszem (des). W podobny sposób wymyślasz związki między wszystkimi latami w każdej kolumnie i odpowiadającym jej numerem. Przeczytaj całość kilka razy i, zanim się zorientujesz, zapamiętasz wszystko.

1900 1901 1902 1903

1906 1907 1913 1908

1917 1912 1919 1914

1923 1918 1924 1925

1928 1929 1930 1931

1934 1935 1941 1936

1945 1940 1947 1942

0 1 2 3

1951 1946 1952 1953

1956 1957 1958 1959

1962 1963 1969 1964

1973 1968 1975 1970

1979 1974 1980 1976

1984 1985 1986 1981

1990 1991 1997 1987

1996 1992

² W oryginale autor podał te liczby do 1987 roku. Pozostałe uaktualniłem sam. Przyp. t³um.

1998

1909 1904 1905

1915 1910 1911

1920 1921 1916

1926 1927 1922

1937 1932 1933

1943 1938 1939

4 5 6

1948 1949 1944

1954 1955 1950

1965 1960 1961

1971 1966 1967

1982 1977 1972

1993 1983 1978

1999 1988 1989

1994 1995

By móc popisywać się tą "kalendarzową" sztuczką musisz pamiętać jeszcze jedno. Jeśli trafisz na rok przestępny i datę ze stycznia lub lutego, szukany dzień tygodnia wypadnie wcześniej o jedną dobę niż to wyniknie z obliczeń. Na przykład szukasz dnia 15 lutego 1944 r. Liczbą roku jest 6. Dodajesz ją do liczby miesiąca 4, otrzymujesz 10. Po odjęciu 7 zostaje 3. Dodajesz 3 do 15 i odejmujesz wielokrotność 7, a więc $3+15-(2 \times 7) = 4$. Wypada środa, ale ponieważ 1944 był rokiem przestępnym, szukany dzień jest wtorek.

Ale powtarzam, robisz to tylko dla stycznia i lutego w roku przestępnym, który poznasz po tym, że jego dwucyfrowa końcówka dzieli się bez reszty przez 4 (wyjątkiem był rok 1900).

Oto kolejne dwa przykłady:

2.06.1923

$$0 + 5 = 5$$

$$5 + 2 = 7$$

$$7 - 7 = 0$$

sobota

3.05.1996

$$2 + 1 = 3$$

$$3 + 3 = 6$$

piątek

Sprawdź teraz, czy sam potrafisz określić poniższe dni tygodnia dla następujących dat:

9 września 1906 r.

17 stycznia 1945 r.

20 stycznia 1996 r. (rok przestępny)

25 grudnia 1921 r.

Nie twierdzą, że metody tej nauczysz się w jednej chwili. Na pewno musisz poświęcić na to trochę czasu i wysiłku, no, ale w końcu znasz to powiedzenie: pieczone gołąbki..., itd.

I na zakończenie. Jeśli system "wieloletni" odpowiada Ci bardziej niż ten opisany na początku rozdziału, a chodzi Ci również o stronę praktyczną – możesz zapamiętać "liczbę roku" tylko dla tych lat, które Cię interesują. Może to być np. rok poprzedni, obecny i przyszły. Znając "liczby miesiąca" określisz każdy dzień tygodnia dla całej triady.

Rozdział 14

Jak zapamiętywać słowa w języku obcym i pojęcia abstrakcyjne

Im bardziej rzecz zrozumiała, tym łatwiej zatrzymać ją w pamięci; im bardziej niezrozumiała, tym szybciej ulega zapomnieniu.

Baruch Spinoza

Możesz pomyśleć, że powyższy cytat nie świadczy o wyjątkowej błyskotliwości pana Spinozy. Każdy wie, że jeśli coś jest zrozumiałe i logiczne, to łatwiej to zapamiętać. Prawda, ale oczywistą dziś myśl Baruch Spinoza ubrał w słowa już w XVII wieku.

Jeśli trochę marudzę nad tą wypowiedzią, to tylko dlatego, że w tym jednym zdaniu holenderski filozof ujął trafnie treść całej tej książki. Niemal wszystkie metody, którymi się tu zajmuję, mają na celu właśnie to jedno: jak niezrozumiałe uczynić zrozumiałym. Pierwszy przykład, który przychodzi na myśl, to przedstawiony już system zakładek. Liczby jako zwykłe znaki, same w sobie nie są zrozumiałe; dzięki zakładkom zaczynają coś znaczyć.

Ale chyba najlepszym dowodem racji Spinozy jest nauka języka obcego, ściślej obcych słówek. Słowo w obcym języku dla kogoś, kto tego języka nie zna, nic nie mówi, jest tylko zbitką dźwięków bez znaczenia. Dlatego tak trudno je zapamiętać.

Aby to ułatwić, nauczę Cię, jak w podobnej sytuacji, a więc kiedy musisz zapamiętać coś, co jest abstrakcyjne, nieuchwytnie, niezrozumiałe, co wydaje się pozbawione sensu lub trudne do zobrazowania, używać słów zastępczych. Czytaj ten rozdział uważnie, gdyż słowa zastępcze pomogą Ci również zapamiętać nazwiska.

Jak tworzysz takie "zastępniki"? Natrafiając na słowo, które jest niezrozumiałe, niejasne, albo nic nie znaczące, znajdź po prostu słowo, zdanie, nawet definicję możliwie bliską brzmieniowo, ale konkretną, zrozumiałą i dającą się zobrazować.

Każde nic nie znaczące słowo, czy w obcym, czy własnym języku, można uczynić zrozumiałym dzięki takiemu właśnie zabiegowi.

Swego czasu, kiedy zajmowałam mnie astronomia, próbowałam nauczyć się na pamięć nazw co ciekawszych gwiazd. Bardzo lubiłam np. pas Oriona. Nazwy tworzących go gwiazd nic mi jednak nie mówiły, nie mogłam stworzyć żadnego obrazu, który by mi się z nimi kojarzył i ułatwił zapamiętanie, użyłam więc słów zastępczych.

Pierwszą gwiazdą w pasie Oriona jest Alnitax. Wyobraziłam więc sobie swojego kolegę o przydomku Arni, siedzącego w taksówce. Kiedy patrzę na pas Oriona, przypominam sobie Arniego, jak wsiada do taksówki (to akcja przy okazji). Arni – taxi. Alnitax.

Środkowa gwiazda to Anilam. Skojarzyłam ją więc z fabryką anilany w Toruniu, z której wywozi się wielkie bele materiału. Anilana – Anilam.

Z trzecią gwiazdą było najprościej, ponieważ nazywa się Mintak. Mintak jak mintaj. W tym miejscu na niebie widzę do dzisiaj smaczną rybę. I to wszystko.

Cała ta procedura wygląda na czasochłonną, ale tak nie jest. Pierwsze skojarzenie gwiazdy i Arniego w taksówce zajęło mi ułamek sekundy. Musisz zapamiętać, że właśnie ta pierwsza myśl, pierwszy obraz, który przychodzi Ci do głowy na dźwięk niezrozumiałego słowa, są najlepsze. I ich się trzymaj. Ja wyobraziłam sobie kolegę w taksówce, Tobie może przyjść na myśl np. Eleni wysyłająca fax. Alnitax – Eleni – fax. Pewne podobieństwo jest. A jeszcze lepiej brzmi Halifax.

Hiszpańskie słowo "arrabal" (czyta się tak, jak się pisze) znaczy przedmieście. Czy można znaleźć dla niego jakieś słowo lub słowa zastępcze? Oczywiście i to bardzo prosto. Ara – bal. Zarówno ara – pstrokata papuga, jak i bal – wielki zwalony pień drzewa łatwo sobie wyobrazić. A więc można teraz w znany już sposób wymyślić zabawne, nonsensowne skojarzenia i połączyć przedmieście z papugą i balem. Na przykład w dzielnicy podmiejskiej leży na dachach wielki bal drzewa, a po nim dumnie chodzą tam i z powrotem kolorowe papugi. Albo na wielkiej mapie miasta, w rejonie przedmieścia, tańczą papugi-ary jak na balu.

Kiedy będziesz chciał sobie przypomnieć jak jest "przedmieście" po hiszpańsku, to idiotyczne w sumie skojarzenie przypomni Ci słowo "arrabal".

Słowo, lub słowa zastępcze nie muszą brzmieć dokładnie tak samo, jak słowo oryginalne. Na przykład angielskie "petulance" (wym. petjulans· – rozdrażniony, zagniewany)³ brzmi dla mnie jak Petula i ambulans; widzę więc, jak Petula Clark (znana kiedyś śpiewaczka muzyki pop), bardzo poirytowana jedzie ambulansem, karetką pogotowia na sygnale. Może to być również pet, który czuje do Uli anse, itd. Jeśli tylko *podstawowe* brzmienie obcego wyrazu jest zachowane, pamięć przywiedzie na myśl brakujące szczegóły.

W każdym razie to bardzo indywidualna sprawa. Niektórych sytuacji czy wyobrażeń, które pomagają mi zapamiętać obce słowa, nie byłbym w stanie opisać. Co jest dobre dla mnie, nie musi być dobre dla Ciebie, sam więc powinieneś tworzyć i własne skojarzenia, i słowa zastępcze.

To, o czym teraz piszę, może okazać się największą korzyścią, jaką wyniesiesz z lektury tej książki, chcę więc, abys zrozumiał wszystko bardzo dokładnie. Powtarzam: obce słowo i jego znaczenie zapamiętasz wtedy, kiedy skojarzysz je z odpowiednio dobranym słowem zastępczym.

Oto parę przykładów ze słowami w obcych językach:

Wendundgen, po niemiecku, to zwrot (językowy). Wyobrażam sobie Wendę (T. Wenda – budowniczy Gdyni) albo Wenedę (tę od Słowackiego) na dziobie jachtu, za sterem którego stoi skręcony, pozwijany spiralnie gen. Wenda i (und) gen. Wenda ciągnie za linę i krzyczy w stronę steru: "zwrot!" Wendundgen.

Hiszpańskie colgar auricular (czyt. kolgar aurikular) znaczy "odwiesić słuchawkę". Widzę kanclerza Kohla w wielkim garze (col – gar), jak odwiesza słuchawkę po skończonej rozmowie. Natomiast żeby zapamiętać samą słuchawkę, widzę jak chodzi po niej dumnie papuga ara w jednym okularze. Kohl – gar – ara – okular. Colgar aurikular.

Francuskie bardzo ładne coquelicot (czyt. kokliko) to mak. Ten mak tkwi w koku chińczyka Li (typowe dla nas chińskie imię), który próbuje wsiąść na kota. Kok – Li – kot.

Włoskie cinquecento, to dla nas "cienko cięty", a węgierskie megreggelizni (zjeść śniadanie) da się rozbić na: mój Grek w goliźnie (je to śniadanie. Uwaga: w wymowie zabrzmie to inaczej).

I jeszcze trzy przykłady angielskie:

Stubby (czyt. stabi) to gruby, serdelkowaty. Widzę więc pękatego gościa z serdelkami na szyi, zakładającego sztaby na jakieś okna.

Temples (czyt. templs) to skronie. Tam – puls. Widzę dużo nabrzmiałych, pulsujących żył na skroniach.

Stiffle a yawn (czyt. stifl e jołn) znaczy stłumić ziewanie. Z tafli je Jan. Każdy ma zwykle jakiegoś wujka Jana w rodzinie lub kogoś znajomego o tym imieniu. Więc widzę tego Jana, jak tłumiąc potężne ziewanie siedzi na wielkiej tafli szkła albo lodu i coś zajada. Mogę wzmocnić to skojarzenie, jeśli tafle szkła położę wśród zadymionych fabryk na "Ślunsku". Wtedy to będzie wujek Jon. Z tafli je Jon... i ziewa.

Wszystkie te obrazowe skojarzenia są moje i podaję je tylko jako przykład; najlepsze, powtarzam, będą Twoje własne.

Na koniec przekład "z polskiego na obcy". Anglicy, żeby zapamiętać bardzo trudny do wymówienia "Dar Młodzieży" rozbili go na:

³ Dla uproszczenia wymowê s³ów angielskich przedstawiam w polskiej fonetyce – przyp. t³um.

Darn my jersey (czyt. darn maj džersi), co znaczy "zaceruj mi sweter"..., a nasze "na zdrowie" to dla nich "nice drive, oh!" (czyt. najs drajw, oł), czyli "szerokiej drogi, o!"

Wypróbuj tę metodę z dowolnym słownikiem języka obcego w rękę. Przekonasz się, że zapamiętujesz obce słowa szybciej i na dłużej niż mógłbyś to sobie przedtem wyobrazić. Zwróć uwagę, że w ten sposób zapamiętasz każde obce słowo, nie mające początkowo żadnego znaczenia. Student medycyny np., który musi nauczyć się budowy ludzkiego szkieletu będzie miał pewne trudności z zapamiętaniem łacińskich nazw kości: femur, coccyx, patella, fibula, sacrum, itd. Ale przyjdzie mu to z łatwością, jeśli znajdzie odpowiednie słowa lub kombinacje zastępcze w rodzaju: Fa (mydełko) – mur, kok – Styks, patelnia, Fibak – Ula, sak – rum, itd. i połączy je skojarzeniami bądź ze sobą, bądź z czymkolwiek innym.

Z kolei student farmacji, wyobrażając sobie wielką *belę* (belkę), spod której hiszpańska *donna* (piękna i w koronkach) wyciąga komputer *Atari* i zakutanego w futra *Fina*, łatwiej zapamięta, że specyfik o nazwie atrofina robi się z wyciągu z liści lub korzeni rośliny o nazwie belladonna. Bela – donna – (wyciąga) – Atari i Fina.

I znowu powtórzę: wymyślam te słowa na poczekaniu, Ty mógłbyś znaleźć własne, równie dobre, jeśli nie lepsze.

Jak widzisz, sekret polega na tym, że dobierane słowo lub określenie zastępcze ma jakieś znaczenie, a oryginalne słowo nie, dlatego wykorzystanie tych pierwszych ułatwia zapamiętanie drugich. Zdobędziesz większą wprawę w stosowaniu tego systemu, kiedy przejdziemy do zapamiętywania imion i nazwisk.

Rozdział ten zacząłem od cytatu ze Spinozy; wybac mi odrobinę zarozumiałości i pozwól, że na zakończenie zacytuję sam siebie:

Wszystko, co jest abstrakcyjne lub trudno uchwytnie, łatwo zapamiętać pod warunkiem, że wykorzysta się system, w którym rzecz nic nie znacząca stanie się jasna, konkretna i zrozumiała.

Rozdział 15

Warto pamiętać nazwiska i twarze

Dwóch mężczyzn wpada na siebie na ulicy. Wydają się sobie znajomi. Ten pierwszy wykrzykuje:

– Chwileczkę, proszę nic nie mówić. Na pewno pana znam, ale gdzieśmy się spotkali..? Zaraz, zaraz, już wiem. Miami Beach, dwa lata temu.

– Nie, nie, nigdy tam nie byłem – mówi ten drugi.

– Moment, niech pan mi nie przypomina... Aaa, oczywiście, promenada w Atlantic City.

– Przykro mi, nigdy nie byłem w Atlantic City.

– Mam! Chicago, 1993.

– Nie, w 93 nie byłem w Chicago.

– Do licha, przecież wiem, żeśmy się kiedyś spotkali. Skąd ja pana znam?

– Rozmawiasz z własnym bratem, ty idioto!

Oczywiście nie sądzę, aby ktoś z Was miał tak złą pamięć, ale ileż razy wpadamy w zakłopotanie, zmuszeni wypowiadać zdanie: "Twarz jest mi znajoma, ale nie mogę sobie przypomnieć pańskiego nazwiska!"

Gdybym przeprowadził ankietę, z jakiego głównie powodu ludzie przychodzą na moje kursy pamięci, myślę, że co najmniej 80% odpowiedziałoby, że nie potrafi zapamiętać nazwisk i twarzy.

Na ogół nie pamiętamy nazwisk. Powód jest dość prosty. Większość z nas to "wzrokowcy", to co widzimy, dociera do nas lepiej i szybciej niż to, co słyszymy. Twarz widzisz, nazwisko tylko słyszysz, dlatego właśnie tak często słyszy się: twarz jest mi znajoma, ale nazwiska nie pamiętam.

To bywa nie tylko kłopotliwe, ale przeszkadza w pracy, a nawet kosztuje pieniądze. Niekiedy można ominąć problem i skłonić rozmówcę, aby wymienił swoje nazwisko, zanim zorientuje się, że go nie pamiętamy. Czasami to się udaje, ale tylko czasami.

Sposobów na to jest wiele. Na przykład pytasz po prostu rozmówcę jak się nazywa, a

kiedy usłyszysz nazwisko, udajesz zaskoczenie i wyjaśniasz: "Ach nie, nie, przejęczyłem się, nazwisko oczywiście pamiętam, chodziło mi o imię." Oczywiście możesz najpierw zapytać o imię, a potem udać, że chodziło Ci o nazwisko, bo przecież imienia nigdy byś nie zapomniał, itd. W ten sposób dowiesz się jednego i drugiego, stwarzając wrażenie, że jednak coś pamiętałeś, ale z tą niewinną sztuczką jest jednak pewien kłopot: jeśli od razu usłyszysz imię i nazwisko – leżysz.

Do klasycznych przypadków należy również historia faceta, który, jeśli zapomniał z kim rozmawia, zawsze pytał: "Przepraszam, czy pana nazwisko wymawia się przez "e" czy przez "i"?" Wszystko było w porządku, dopóki nie natrafił na człowieka nazwiskiem Hill (po angielsku hill to wzgórze, a hell – piekło).

Nie, nie, naprawdę lepiej już pamiętać nazwiska niż stosować te wszystkie wybiegi. Nie tylko, że to się bardziej opłaca, ale jest po prostu łatwiejsze!

Metod i sposobów zapamiętywania nazwiska było wiele. Na przykład inicjały. Ludzie próbowali z ogromnym wysiłkiem wbić sobie w głowę przynajmniej pierwszą literę nazwiska. Wysiłek na ogół szedł na marne, gdyż, po pierwsze, i tak zapominali tę literę, a po wtóre, jak mogło to pomóc w zapamiętaniu całości? Jeśli do pana Grzębalskiego zwrócisz się przez "panie Grzęski", nie będzie zachwycony, mimo że oba nazwiska zaczynają się tak samo.

Chociaż notowanie na ogół pomaga pamięci, na notatkach nie można polegać, gdy chodzi o zapamiętywanie nazwisk. W połączeniu z dobrym systemem skojarzeń, może tak, co wyjaśnię później, ale na samych notatkach nie. Gdybyś potrafił jeszcze dokładnie rysować twarze, notatki byłyby skuteczniejsze, bo przynajmniej wiedziałbyś, która "twarz" jak się nazywa; mógłbyś wtedy skojarzyć ze sobą dwie konkretne, łatwe do zobrazowania rzeczy. Ale, niestety, mało kto z nas tak dobrze rysuje, a nawet gdyby, to i tak zajęłoby to zbyt dużo czasu.

Niektórzy nauczyciele polecają prowadzenie własnego "skorowidza nazwisk", notatnika, w którym uczniowie zapisują każde – ich zdaniem – warte zapamiętania nazwisko. Ale, jak mówiłem, może to pomóc o tyle tylko, o ile używa się przy tym dobrego systemu skojarzeń. Możesz oczywiście przeglądać całą taką listę od góry do dołu w nadziei, że pamięć zaskoczy i znajdziesz nazwisko człowieka, który wydaje Ci się znajomy. Każdy jest jednak trochę próżny. Ja wolałbym np., abyś "wyłowił" moje nazwisko z pamięci, nie z notatnika.

Z pewnością nie muszę udowadniać, jak bardzo przydaje się w życiu umiejętność zapamiętywania twarzy i nazwisk. A przecież dzisiaj narzekanie na brak tej umiejętności jest niemal powszechne. W dzisiejszym świecie każdego dnia spotykamy ludzi, których nazwiska warto zapamiętać, i ludzi, o których sądzimy, że nie jest to potrzebne, dopóki nie spotkamy ich znowu. A wtedy na ogół jest już za późno i bardzo tego żałujemy.

Czy właścicielowi sklepu opłaca się pamiętać swoich klientów? Albo lekarzowi swoich pacjentów, czy prawnikowi swoich podopiecznych? Jasne, że tak. Każdy z nas wolałby pamiętać nazwiska i twarze. Ileż to razy dobry interes nie wychodzi, pieniądze przechodzą bokiem, albo szwankuje reputacja tylko dlatego, że zapomniało się ważnego nazwiska. A przecież u zarania naszej cywilizacji Cyceron, dzięki metodzie pamięciowej, potrafił wymienić po nazwisku tysiące swoich poddanych i żołnierzy. Przykłady ze współczesności też można mnożyć.

Parę lat temu prasa nowojorska wiele pisała o młodej szatniarce zatrudnionej w jednym z nocnych klubów przy 5 Avenue. Nie chodziło bynajmniej o kobiece wdzięki, choć przypuszczać należy, że do nocnego lokalu brzydkiej by nie przyjęli. Nie. Otóż dziewczyna słynęła z tego, że nigdy nie wydawała numerków za pozostawioną w szatni garderobę. Mimo to każdy kapelusz czy płaszcz trafiał do swego właściciela i ponoć nie zdarzyło się, aby szatniarkę kiedykolwiek zawiodła pamięć. Utalentowane dziewczę było więc prawdziwą atrakcją klubu, co znajdowało odzwierciedlenie w wysokości napiwków. Ludzie przychodzili tam tłumami. Nie jest to, co prawda, przykład na dokładne kojarzenie nazwisk i twarzy, ale bardzo podobne, jeśli w miejsce nazwiska podstawimy kapelusz i/lub płaszcz.

Podobną sławę zdobył pewien boy hotelowy, też w Stanach, ale na Południu, który z kolei zadziwiał gości tym, że witał ich zawsze po nazwisku, nawet jeśli ktoś tylko raz zjawił się w jego hotelu. Dzisiaj jest podobno na najlepszej drodze, aby za napiwki kupić sobie własny hotel.

Niektórzy z moich studentów i ja sam zapamiętywaliśmy nawet 300 nazwisk i twarzy w czasie jednej tylko sesji. Twierdzisz, że to niemożliwe? Mam dobrą wiadomość. Ty też to potrafisz!

Zanim przejdę do szczegółów, pokażę jak można w znaczący sposób poprawić swoją pamięć i posiąść tę sztukę bez stosowania żadnej metody. Następne akapity przeczytaj bardzo uważnie.

Dlaczego większość z nas zapomina nazwisk? Ponieważ nie próbujemy ich zapamiętać *od razu*. Powiem więcej, nawet nie staramy się ich dobrze usłyszeć. Jak często ma miejsce sytuacja, że przedstawia się nam kogoś w sposób: pan Chrzbzm...czykiewicz? Słyszysz tylko bełkotliwe dźwięki. Być może dokonujący prezentacji bełkocze dlatego, że sam nie pamięta tego nazwiska; Ty z kolei zakładasz, że nigdy więcej nie spotkasz Chrzbzm-czykiewicza, więc mówisz tylko: "Bardzo mi przyjemnie." Nie zainteresowałeś się nowym nazwiskiem.

Nawet jeśli obaj spędzicie jakiś czas na pogawędce, w końcu mówisz "do widzenia" i wychodzisz nie wiedząc tak naprawdę, z kim rozmawiałeś. A na drugi dzień pytasz sam siebie: "Do licha, kim był ten miły facet na wczorajszym przyjęciu?" Oczywiście nie pamiętasz, bo jak; więc wzruszasz ramionami i mówisz: "Taak, szkoda."

Oto między innymi powód, dla którego nie tylko w naszym języku tyle jest słów: stary, skarbie, mileńki, kochanie, itp. Słowa te są niezastąpione w kłopotliwej sytuacji, kiedy nie pamiętamy imienia rozmówcy. Amerykański publicysta Oliver Herford wymyślił taką definicję: "kochanie, to najczęściej używane słowo w rozmowie z osobą płci przeciwnej, kiedy za nic nie możemy przypomnieć sobie jej imienia".

Oto masz więc pierwszą regułę, jak zapamiętać nazwisko: przede wszystkim upewnij się, że dobrze je słyszysz. Jak wspomniałem, twarz widzisz, więc są duże szanse, że rozpoznasz ją w przyszłości; nazwisko tylko słyszysz, więc staraj się usłyszeć je dokładnie. Tylko nazwisko trudno zapamiętać, nie twarz, a więc powtarzam: miej pewność, że je dobrze słyszysz.

Nie pozwól, aby dokonujący prezentacji coś tam wymamrotał. Jeśli nie usłyszałeś nazwiska, nie jesteś pewien jak się je wymawia, poproś o powtórzenie lub przeliterowanie, albo sam je przeliteruj i czekaj na poprawki. Rozmówca będzie oczarowany, że tak interesujesz się jego osobą.

Poza tym, jeśli wyrobisz w sobie nawyk literowania, zauważysz wkrótce, że literujesz prawidłowo nawet nazwiska obce. Niektóre głoski, zależnie od narodowości, wymawia się w sposób szczególny. Nauczysz się np., że we włoskim nie ma głoski "g", gdyż wymawia się ją jak "dź"⁴ a złożenia "ch" lub "zz" brzmią odpowiednio jak "k" i "c". Z kolei w nazwiskach niemieckich początkowe "sch" wymawia się jak "sz", itd. Oczywiście są czasem wyjątki, ale wielu ludzi, którzy widzieli moje występy, może zaręczyć, że 85% ich nazwisk wymawiałem prawidłowo lub niemal prawidłowo, co wystarczyło, aby ich zaskoczył. A więc jest to możliwe. Piszę o tym dlatego, że jeśli wymawiasz prawidłowo nazwisko człowieka, jest to dla niego równie przyjemne jak to, że je zapamiętałeś.

Jeśli już wiesz, że nazwisko wymawiasz prawidłowo i okaże się, że brzmi ono podobnie lub tak samo jak kogoś z Twojej rodziny lub kręgu przyjaciół, powiedz to. Dzięki temu mocniej wbijesz je sobie do głowy. Jeśli jest to nazwisko rzadko spotykane, albo takie, którego jeszcze nie słyszałeś, powiedz to również. Nie wstydź się ani nie obawiaj, że zostaniesz posądzony o żarty, gdyż każdy lubi, kiedy się o nim mówi, a nazwisko dla każdego z nas jest zawsze czymś bardzo cennym i szczególnym. Taka jest nasza natura.

Dalej, w czasie konwersacji staraj się możliwie często powtarzać nazwisko rozmówcy. Nie zachowuj się przy tym oczywiście jak idiota; powtarzaj je tylko w stosownych momentach. Unikaj metod zalecanych przez niektórych "mistrzów treningu pamięci", w rodzaju: – "Ależ oczywiście panie Bręczyszczykiewicz, co roku jeżdżę do Stanów, panie Bręczyszczykiewicz. Ach, panie Bręczyszczykiewicz, czyż Rzym nie jest cudowny? Panie Bręczyszczykiewicz, czy pan wie..." i tak przez cały wieczór. Jest duża szansa, że pod koniec przyjęcia pan Bręczyszczykiewicz dostanie apopleksji lub da Ci w mordę.

⁴ Z wyjątkiem "g" przed a, o, u oraz spółgłoskami - przyp. t³um.

Nie. Nie tak. Tylko tam, gdzie to pasuje, powtarzam. Na pewno przy pożegnaniu. Nie samo: "Do widzenia panu, ale: Do widzenia, panie Brzęczyszczkiewicz, mam nadzieję, że się jeszcze zobaczymy." Dzięki takim zabiegom nowe nazwisko mocniej wryje Ci się w pamięć.

Jak zawsze w takich przypadkach, najtrudniej jest zacząć. Zaczynaj, a zanim się zorientujesz, wejdzie Ci to w nawyk. Zdobądź się na wysiłek, przeczytaj raz jeszcze ostatnie akapity i wykorzystaj rady w nich zawarte.

Dla niektórych już samo to będzie pewną metodą zapamiętania nazwisk, a to dlatego, że zmusza do koncentracji na tym, co chce się zapamiętać. Zainteresowanie, skupienie uwagi – jak już pisałem – to sprawa w kształceniu pamięci niezwykle ważna.

Jeśli zastosujesz w praktyce to, co do tej pory napisałem, zwiększysz swoją zdolność zapamiętywania nazwisk i twarzy co najmniej o 25-50%. Czytaj dalej, gdyż pokażę Ci, co zrobić, aby osiągnąć pełne sto!

Rozdział 16

Co kryje się w nazwisku?

Pewien młody człowiek, bardzo dumny, że potrafi zapamiętywać nazwiska drogą skojarzeń, spotkał kiedyś panią Grzuch. Pani Grzuch była dość obfitych kształtów, zwłaszcza w okolicy talii, więc młody człowiek postanowił skojarzyć jej nazwisko z kształtem sylwetki, a więc słowem "brzuch".

Trzy tygodnie później spotyka tę samą panią, spogląda na nią uważnie i wykrzykuje bardzo zadowolony z siebie:

– Dzień dobry, pani Goładek!

Kilkanaście lat temu miałem przyjemność występować w klubie jednego ze znanych magazynów w Nowym Jorku. Był to doroczne spotkanie zarządu połączone z uroczystą kolacją i każdy z gości miał swoje miejsce przy stole. Najbardziej spektakularnym punktem mojego występu, o czym najczęściej wspominali potem widzowie, było to, że zapamiętałem nazwiska wszystkich gości na sali.

Ten stały numer zaczynałem zwykle od poznania wszystkich ludzi, kiedy wchodzili na salę, bądź kiedy siedzieli już przy stołach. Chodziłem po prostu od stołu do stołu i (głodniejąc) zapamiętywałem nazwiska biesiadników. Robiłem to wolniej lub szybciej, zależnie od tego, ile miałem czasu. Bywały przypadki, że musiałem zapamiętać 100-200 ludzi w ciągu 15 minut lub nawet krócej, co oczywiście utrudniało sprawę; chodziło przecie o to, aby nie przegapić nikogo. Nie chwaleb tu jednak siebie, ale swoją metodę.

Po tej ogólnej prezentacji była dłuższa przerwa; popis zaczynałem po kawie i deserze. Na początku prosiłem, aby wszyscy, którzy wymienili tego wieczoru swoje nazwisko, wstali z miejsc. Praktycznie była to cała sala. Wtedy wskazywałem kolejno palcem na każdego i mówiłem jak się nazywa. Prosiłem również, aby przeszkadzano mi w trakcie tego występu. Każdy ze stojących mógł więc mi przerwać i krzyknąć: "Jak się nazywam?", a ja wymieniałem stosowne nazwisko.

Piszę o tym tak dokładnie, ponieważ jeden z gości w zadziwiający sposób wyjaśniał potem, jak mogłem dokonać tej sztuki. Człowiek ten (skądinąd członek zarządu) opowiadał o tym bardzo serio, święcie przekonany, że tak było naprawdę.

Przyjęcie miało miejsce w hotelu Capitol w Nowym Jorku i wokół sali bankietowej biegł balkon.

– Pan Lorayne – brzmiała wspomniana wypowiedź – miał ze sobą fotografa, wiecie, takiego, co robi zdjęcia na przyjęciach, wywołuje je potem w kilka minut i sprzedaje gościom. Ten fotograf i pan Lorayne mieli gdzieś ukryte mikrofony. Fotograf siedział na balkonie, niewidoczny oczywiście, choć musiał mieć jakąś szparę, żeby przez nią wysuwać aparat. Kiedy wszyscy siedzieli przy kolacji, fotograf zrobił najpierw zdjęcia całej sali, wywołał je, a potem naniósł na nie w odpowiednich miejscach wszystkie nazwiska, które słyszał przez swój mikrofon, kiedy pan Lorayne chodził od stołu do stołu (z góry widział oczywiście

wszystko). Widzicie sami, jakie to proste (proste!? – uwaga moja). W trakcie występu pan Lorayne wskazywał najpierw palcem na konkretną osobę, fotograf szybko znajdował ją na zdjęciu i szeptem odczytywał jej nazwisko przez mikrofon. Pan Lorayne powtarzał nazwiska i to cała sztuka.

Tak opowiadał ten gentleman (teraz widzę, że mógłby to być niezły pomysł!). Oczywiście, zapomniał w swych wyjaśnieniach o dalszym ciągu mojej prezentacji, o tym, że wielu ludzi zmieniało miejsca w trakcie wieczoru (niekiedy był to w ogóle inny pokój), że po występie rozmawiałem z nimi nie przy stolikach a na schodach, nawet na ulicy, gdzie też zwracałem się do nich po nazwisku; być może po prostu o tym zapomniał, albo myślał, że fotograf bez przerwy szepce mi te nazwiska do mikrofonu. No tak, tyle że wtedy mój współnik sam musiałby mieć niezwykłą pamięć.

Opisałem tę historię tak dokładnie, aby pokazać, jak trudno niektórym ludziom uwierzyć, że rzeczywiście można zapamiętać nazwiska i twarze kilkusetosobowej widowni. Ci sceptycy idą drogą najmniejszego oporu i negacji: uważają, że skoro *oni* tego nie potrafią, to jest to po prostu niemożliwe.

Jestem pewien, że kiedy poznasz metodę, którą się posługiwałem, zrozumiesz, że jest to nie tylko możliwe, ale i o wiele łatwiejsze niż to, w co z takim przekonaniem wierzył wspomniany wyżej osobnik. (Któremu zresztą bardzo chciałbym wysłać egzemplarz tej książki, ale nie znam jego nazwiska. Gdzieś, psia krew, wsadziłem to zdjęcie...).

W poprzednich rozdziałach pisałem o tym, jak bardzo w zapamiętaniu nazwisk pomaga zainteresowanie, ciekawość. Jeśli przedstawiono by Ci czterystu ludzi pewnego wieczoru i później spotkałbyś ich nawet parokrotnie, wątpię, abyś zapamiętał choćby połowę z nich. Ale gdybyś na sali zobaczył 400 wybitnych osobistości, np. gwiazdy filmowe? Wymieniłbyś bezbłędnie nie tylko wszystkie imiona i nazwiska, ale co najmniej jeden film, w którym każdy z aktorów brał udział! Stałoby się tak dlatego, że wszyscy *interesujemy się* sławnymi osobami, wszyscy *chcemy* je pamiętać.

Tak więc koncentracja uwagi i chęć zapamiętania to połowa sukcesu. Twoja, rzekomo słaba, pamięć zareaguje od razu. Przypomnę raz jeszcze rady, które podałem w ostatnim rozdziale, a więc:

Przed wszystkim upewnij się, że dobrze usłyszałeś nowe nazwisko.

Przeliteruj je lub poproś o przeliterowanie, jeśli nie jesteś pewny wymowy.

Jeśli jest to nazwisko rzadkie lub podobne do nazwiska kogoś, kogo znasz, powiedz to.

W trakcie rozmowy powtarzaj nazwisko możliwie często.

Wymieniaj je zawsze przy pożegnaniu.

Teraz, stosując powyższe reguły w powiązaniu z tym, czego Cię za chwilę nauczę, twarz i nazwisko zapamiętasz "na zawsze". Dla uproszczenia opiszę najpierw, co trzeba zrobić z nazwiskiem, a potem, jak je skojarzyć z twarzą. Tak naprawdę będzie to sprzężenie zwrotne: nazwisko wywoła obraz twarzy, twarz przypomni nazwisko.

Najpierw trochę systematyki. Wszystkie nazwiska można podzielić na trzy kategorie: te, które same coś mówią (np. Król, Węglarz, Oracz, Kurczak), te, które choć nie kryją w sobie żadnych treści, budzą jednak pewne skojarzenia (np. Kuśnierska, Chełmek, Wesółowski, Chudzik) oraz te, które nie kojarzą się, absolutnie z niczym (np. Naglik, Pyrda, Stragoń, Kniffel)⁵.

Oczywiście najtrudniej zapamiętać te ostatnie. Aby się z tym uporać, trzeba zatrudnić wyobraźnię i sprawić, by takie nazwiska zaczęły coś znaczyć, czyli, aby zabrzmiały tak, jak nazwiska z dwóch pierwszych kategorii, gdyż te dadzą się zapamiętać bez większych kłopotów.

Nie będzie to trudne, jeśli przeczytałeś uważnie rozdział o zapamiętywaniu słów w obcym języku. Pisałem tam o słowach lub zdaniach zastępczych, dzięki którym obce słowo nabiera znaczenia. Każde, nawet najdziwniejsze nazwisko da się rozbić na takie właśnie słowaczki, brzmiące bardzo podobnie do oryginału.

Powiedzmy, że spotykasz pana Naglika. Poszukaj słowa lub słów, które zabrzmiałyby podobnie, ale ułożą się w jakiś śmieszny, niecodzienny obraz, łatwy do zobaczenia w

⁵ Przepraszam za przypadkow¹ zbiegnoœæ tych nazwisk z rzeczywistymi – przyp. t³um.

wyobraźni. Może "maglik"? Mały magiel? Maglik – Naglik. Albo zobacz faceta, który *nagle* robi *unik*. Myk w bok. Nagły unik – Naglik. Albo faceta, który *przynagla* tłum na dworcu, na ulicy... Podobnych skojarzeń może być mnóstwo, tyle ilu ludzi, którzy je sobie wymyślą. I wszystkie będą dobre.

Spróbujmy dalej. Pyrda. Widzę faceta, który *pyry daje*. Stragoń? Kojarzę go ze strachem albo z estragonem, a bardziej jeszcze ze słoikiem z tą przyprawą. Kniffel jest trochę trudniejszy. Wybieram angielski nóż (knife) wbity w ogromną literę L. Knive w L. Śmieszny obraz.

Nie jest istotne, jak widać, czy słowo lub zdanie zastępcze brzmi dokładnie tak samo jak zapamiętywane nazwisko. Skojarzenie ogólne "ustawi" szczegóły na właściwym miejscu. To cecha naszej pamięci.

Poza tym, sam fakt, że myślisz o tym nazwisku, szukasz słów zastępczych, bardzo mechanizm pamięci uaktywnia; sprawia, że trudne słowo łatwiej wchodzi do głowy. Oto dlaczego historyjka na początku tego rozdziału, chociaż jest śmieszna, nie zdarza się w życiu codziennym.

Czy można tę zabawę w zapamiętywanie nazwisk uprościć? Tak. Na przykład w nazwiskach polskich powtarzają się charakterystyczne końcówki, których dźwiękopodobne "zastępstwa" można zapamiętać "na stałe". Oto mój prywatny zestaw: -ska – deska, -ski – pieski, -cka – macka (ośmiornicy z przyssawkami, brrr!), -cki – klocki, -icz – bicz, -czyk – storczyk.

Pardowska – pardwa skacze po desce; Gremski – grom walnął w pieski (duże stado – zapamiętujemy akcję i przesadny obraz); Krzycka – macka krzyczy, drze się na całe gardło; Brocki – facet brodzi po kolana w rzece pełnej klocków; Krwawicz – widzę długi bicz ze śladami krwi; Worczyk – jakiś wór, a na nim pełno storczyków.

Taki system bardzo ułatwi zapamiętywanie polskich nazwisk.

Nie ma znaczenia, jak nonsensowne i śmieszne będą te skojarzenia. Często powtarzam, że gdybym wyjaśniał na scenie, jak głupie obrazy rodzą mi się w głowie, miałbym za kulisami spore kłopoty.

Dokładnie tak samo można ułatwić sobie skojarzenia w przypadku nazwisk obcojęzycznych. Tu niewątpliwie przydaje się znajomość języków w ogóle. Na przykład Baum po niemiecku to drzewo, Berg – góra, angielskie Smith to kowal, a w większości języków zachodnich końcówka –lund to kraj, itd.

A więc dla przypomnienia: istota mojej metody polega na tym, że każde nazwisko, nieważne długie czy krótkie, polskie czy obce, proste czy trudne do wymówienia da się wyrazić w formie bliskobrzmiącej, kryjącej w sobie jednak jakieś znaczenie, a więc łatwej do wyobrażenia.

Oto lista kilkunastu nazwisk polskich i obcych, niemal całkowicie abstrakcyjnych. Spróbuj znaleźć dla nich słowa, zdania lub obrazy zastępcze:

Malik D'Amico (czyt. Damiko)

Ręciński Kluszevska

Zwardoń Murczyk

Moreida Kiriczok

Paltinger Ryst

McCarthy (czyt. Makarty) Sullivan

Pukczywa Westerlund.

Gdybyś miał trudności, oto jak sobie z tym radzę:

Malik. Ma (w ręku) literki "l" i "k". Ma – l – i – k.

Ręciński: ręce, dużo rąk; podrzucają literkę "n" a wokół ujadają pieski. Ręce – n – ski.

Zwardoń – zwarta toń. Toń (jeziora np.) zwiera się nad czymś, co się właśnie utopiło.

Moreida – zamurowywana żywcem piękna Aida (proszę przypomnieć sobie libretto) merda ogonem (nie wiadomo dlaczego, ale jest akcja...). Merda – Aida.

Platinger – platyna – gar. Platynowy gar.

McCarthy – ma – karty w ręku.

Pukczywa – Pokrzywa, albo Puk – czuwa (Elf, ten z Pukowej Górki). Przy okazji: wymyśl skojarzenie, które pozwoli Ci zapamiętać, że Puk po angielsku czyta się jak Pak.

D'Amico. Dymi – kot. Widzę wałący dym z ogromnego kota.

Kluszevska: Klucz – szewc – deska. Klucz rozmawia z szewcem, na desce.

Murczyk. Mur porośnięty ogromną ilością stoczków.

Kiriczok. Kir – i – czek. Czarny materiał opadający żałobnie na ogromną stertę czeków (ale inflacja!).

Ryst. Rysy – z – "t"; najwyższa w naszych Tatrach góra, z krzyżem w kształcie "t" na wierzchołku. Albo robię rysę na czymś przy pomocy litery "t".

Sullivan. Sól – i – Liban. Sól leci z nieba na mapę Libanu.

Westerlund. W – Elsterze – lód. Elstera – rzeka, w której zginął książę Poniatowski.

Tak to wygląda. Być może wymyśliłeś inne obrazy. Świetnie. Każde skojarzenie jest dobre, jeśli przypomni Ci tylko konkretne nazwisko. Ciąg dalszy w następnym rozdziale.

Rozdział 17

Więcej o nazwiskach i twarzach

Koło Ruth, uroczej, ślicznej dziewczyny kręciło się od dawna moc narzeczonych, więc matka uznała, że czas na zamążpójście. Ruth też, i czytając książkę o znaczeniu imion mówi:

– Mamo, tu jest napisane, że Filip to "miłośnik koni", a James to "kochany". Ciekawe, co znaczy George?

– Mam nadzieję, że dobry interes, kochanie!

Teraz, kiedy już wiesz, że dzięki słowom zastępczym każde nazwisko może coś znaczyć, pora nauczyć się, jak skojarzyć nazwisko z twarzą i zapamiętać jedno i drugie. Niektóre metody zalecają stosowanie rymowanek w rodzaju: "Pan Sobieski miał trzy pieski" albo: "Mazaj Eryk to straszny choleryk" czy też: "U pani Gieni jest wąż w kieszeni", ale nie z każdym nazwiskiem da się to zrobić, a po wtóre, skojarzenie w ten sposób *nazwiska z twarzą* jest raczej trudne. Ten system nie jest więc dobry. W moim przekonaniu jedyna droga, aby zapamiętać nazwisko konkretnej osoby, to związać je w możliwie zabawny sposób z twarzą.

Kiedy spotykasz kogoś pierwszy raz, spróbuj znaleźć w jego fizjonomii jakiś szczególny, wyróżniający się rys. Możliwości jest wiele. Wszyscy mamy dwoje oczu, ale u jednych oczy są duże, u innych małe, są oczy blisko lub szeroko rozstawione, migdałowe albo szeroko otwarte i jakby ciągle zdumione. Jeszcze inne tkwią głęboko w oczodołach, a u kolegi wychodzą na wierzch; są jeszcze różnice w ich kolorze, sposobie patrzenia, itp. To tyle o oczach, ale charakterystycznych cech na naszych twarzach jest znacznie więcej: wargi mamy grube lub wąskie, czoło wysokie lub niskie, nos szeroki, uszy małe lub duże i odstające, mamy dołek w brodzie, cofniętą szczękę, kręcone włosy, wąsy, bokobrody, itd., itp.

Wybierz rys, który wydaje Ci się najbardziej charakterystyczny, choć niekoniecznie najbardziej charakterystyczny w ogóle. Ktoś inny zapewne zwróciłby uwagę na coś innego. Chodzi o to, abyś Ty sam znalazł coś, co zapamiętasz przy następnym spotkaniu.

W ten sposób zmuszasz się do *skupienia uwagi, patrzysz i interesujesz się nową twarzą* jako całością, a to znaczy, że ją zapamiętujesz.

Kiedy wiesz już, co jest charakterystyczne w twarzy człowieka, możesz teraz skojarzyć jego nazwisko z tym właśnie szczegółem. Np. pan Worek ma bardzo wysokie czoło, a więc "zobacz" tysiące worków spadających mu z czoła lub sam worek powyżej oczu pana Worka. Worek na czole. Stosujesz te same zasady obrazowych, śmiesznych skojarzeń co poprzednio. Zobacz je choć przez chwilę w wyobraźni i to wszystko.

Pan Dąbrowski ma gęste krzaczaste brwi. "Zobacz" tam dęby i szczekające w koronach stada piesków. (Nazwisko Dąbrowski rozbiłem na "dąbrowa" i "pieski" według zasad omówionych w poprzednim rozdziale, które już znasz).

Pan Koziółek ma na brodzie charakterystyczny dołek. Mikroskopijny Koziółek-Matołek wystawia zeń rogatą głowę i beczy.

Panna Kowalska, młoda osoba, ma bardzo pełne wargi, które wyglądają jak spuchnięte.

Dlaczego? Wiem, że to dość sadystyczne skojarzenie, ale widzę jak biedulka leży na desce (końcówka -ska), a stojący obok kowal "wykuwa" ciężkim młotem jej wargi, które puchną przy każdym uderzeniu.

A pan Warmata ma odstające uszy. W każdym z nich strzela armata w kłębach dymu i błysku ognia.

Początkowo może Ci się wydawać, że znalezienie charakterystycznego rysu fizjonomii, słów zastępczych dla nazwiska i skojarzenie jednego z drugim to bardzo skomplikowana, a nawet dość kłopotliwa sprawa, bo trzeba wpatrywać się bacznie w twarz drugiego człowieka. Tak jednak nie jest. Przy niewielkiej praktyce zajmie Ci to nie więcej czasu niż powiedzenie "dzień dobry". Jak ze wszystkim, najtrudniejszy jest początek. Kiedy wypróbujesz mój system, przekonasz się, że jest naprawdę bardzo łatwy, więc nie bądź leniwy.

Najlepszy sposób, aby zapamiętać nazwiska i twarze, to zacząć to robić. Proponuję ćwiczenie, które zwiększy Twoją wiarę we własne siły.

Zanim zacząłeś czytać tę książkę, zapamiętanie od razu 15 nazwisk i twarzy uznałbyś prawdopodobnie za rzecz graniczącą z cudem, co, być może, potwierdził test w rozdziale 3, jeśli w ogóle odważyłeś się go przerobić.

Dobrze. W takim razie przypatrz się teraz 15 -tu różnym twarzom, które za chwilę zapamiętasz, stosując moją metodę. Oczywiście, będzie to nieco trudniejsze niż w przypadku żywych ludzi; rysunek jest dwu a nie trójwymiarowy, a więc charakterystyczny rys fizjonomii może nie być aż tak widoczny. Krótki komentarz do każdego rysunku powinien jednak to zadanie ułatwić.

Nr 1 to pan Stolarz. Nazwisko łatwe do zapamiętania, gdyż samo w sobie już coś znaczy. Czy jest jakaś charakterystyczna cecha w twarzy pana Stolarza? Tak. Mogą to być małe usta, lub jeśli przyjrzyś się dokładniej, blizna na prawym policzku. Wybierz jedno albo drugie (co Ci się bardziej rzuca w oczy) i skojarz ze stolarzem. Np. mały stolarz przy użyciu różnych narzędzi próbuje zrobić te usta większe albo ten sam stolarz zabija deskami bliznę na policzku, aby ją zasłonić. I teraz najważniejsze. Spójrz na twarz pana Stolarza raz jeszcze i zobacz jedno z powyższych skojarzeń choćby przez ułamek sekundy. Musisz "zobaczyć" je w wyobraźni, gdyż inaczej nazwisko bardzo szybko wyleci Ci z głowy. Gotowe? W takim razie twarz nr 2.

Pan Bimbler. Co widzisz na jego fizjonomii? Dwie głębokie bruzdy na policzkach, od nosa do kąców warg. Zobacz w tych bruzdach aparaturę do pędzenia bimbru. Bimbler – bimber.

Obrazek nr 3 przedstawia pannę Wiórczyk z charakterystyczną grzywką. Zobacz wióry i storczyki spadające z grzywki panny Wiórczyk.

Pan Ulanowski na rys. 4 ma bardzo szeroki nos. Uła – nów – ski, czyli pieski. Uła (każdy zna jakąś Ulę) siedzi mu na nosie i wyje do księżycy w nowiu, otoczona innymi pieskami.

Rys. 5 przedstawia pana Toporowicza z bujnym wąsem. Stoisz na tych wąsach i strzelasz biczem w powietrze (bicz przypomni Ci końcówkę nazwiska), a drugą ręką ciosasz i modelujesz toporem te wąsy, aby jakoś wyglądały.

Pani Bergson na rys. 6 ma bardzo szeroki przedziałek na głowie. Zobacz w tym miejscu dużo telewizorów Sony bawiących się w berka. Berek – Sony. Żeby nie pomylić z Sonbergiem, zobacz najpierw górę (Berg, to góra w większości języków zachodnich), a później zabawę telewizorów.

Rys. 7 to panna Tyrlakson. Młoda dama ma dość wyłupiaste oczy. A gdyby tak z tych oczu wyjeżdżały TIR-y z wyciem klaksonów? TIR – klakson. Zobacz to.

Rys. 8 to pani Gryzik z charakterystycznym znamieniem na policzku. Wyobraź sobie, że pani Gryzik, pomniejszona bardzo, siedzi na tym znamieniu i wgryza się smakowicie w literę "k". Gryzie – "k".

Pani Betka na rys. 9 ma bardzo wydatny podbródek. Zobacz, jak porastają go małe grzybki. Betki rosną na brodzie.

Charakterystycznym rysem na twarzy pana Domarskiego (rys. 10) są wystające kości policzkowe. Na jednej z nich stoi dom, z okna wychyla się ara (papuga) i drze się na ujadające wokół pieski. Dom – ar – ski. To skojarzenie dla młodszego pokolenia, bo starsze zapewne pamięta piłkarza Stali Mielec, Domarskiego, który strzelił bramkę Anglikom w pamiętnym meczu na Wembley w 1972 r. Skojarzenie pana Domarskiego z piłkarzem

dryblującym na kościach policzkowych będzie wtedy prostsze.

Pan Paluszkiewicz z rys. 11 ma bujną fryzurę. W jego falujących włosach zobacz mały paluszek owinięty biczem albo Tomcia Palucha strzelającego z bicza.

Pani Zalewska na rys. 12 ma wyraźne bruzdy w dole policzków. W każdej z nich zobacz zalew (malownicze jezioro z jakimś charakterystycznym szczegółem przypominającym, że to sztuczny zalew), po którym pływa deska.

Na rys. 13 przedstawiam pana Chruścika. Pan Chruścik ma bardzo długie, wąskie usta. Wyobraź sobie, że połyka przez te usta ogromne ilości faworków. Zobacz to.

Rys. 14 to pan Ludgórski. Zobacz w miejsce jego wystającej szczęki wielką górę lodową, po której hasają pieski albo tłum ludzi z pieskami na jakiejś górze.

Rys. 15. Panna Chucherko ma bardzo szerokie usta. Zobacz pannę Chucherko, która chucha (np. w zgrabiąle ręce), a wraz z tym chuchem wylatują z jej szerokich ust R-ki na sygnale.

Użyłem celowo tak wielu różnych nazwisk, aby pokazać, że sposób i efekt skojarzeń jest zawsze ten sam. Przyjrzyj się teraz jeszcze raz całemu towarzystwu, wzmocnij właściwe skojarzenia i zobacz, czy rozpoznasz wszystkie twarze, kiedy będą pomieszane i bez podpisów.

Idę o zakład, że tak. Przypuszczam również, że sam siebie wprawisz w niemałe zdumienie.

Jeśli nie będziesz mógł przypomnieć sobie jakiegoś nazwiska, powód może być tylko jeden: obraz skojarzenia nie był wystarczająco wyraźny i przekonujący. Przyjrzyj się wtedy twarzy zapomnianej osoby raz jeszcze, wzmocnij skojarzenie i powtórnice wywołaj nazwisko. Nie może się nie udać. Jeśli nabrałeś już do siebie zaufania, wróć teraz do ćwiczenia w rozdziale 3, przerób go i porównaj wynik z uzyskanym poprzednio. Jutro lub pojutrze przyjrzyj się obu zestawom twarzy i daję głowę, że ciągle będziesz je pamiętał.

Zwróć uwagę, że jeśli potrafiłeś zapamiętać twarze na rysunkach, o wiele łatwiej przyjdzie Ci to z rzeczywistymi ludźmi. Nie tylko łatwiej znajdziesz wyróżniającą się cechę ich fizjonomii, ale coś charakterystycznego w ogóle, np. sposób mówienia, wady wymowy, sposób bycia, chód, gestykulację, ubiór, itp.

A więc skoro już znasz metodę, zacznij zapamiętywać twarze i nazwiska od zaraz. Rób sobie testy co jakiś czas. Widzisz znajomą twarz przypomnij sobie nazwisko, nie możesz, zapytaj i wzmocnij pierwsze skojarzenie. Traktuj to jak zabawę, a przy okazji zadziwiasz siebie i przyjaciół coraz lepszą pamięcią.

Uwaga dla tych, którzy często spotykają ludzi i powinni pamiętać ich nazwiska: możesz zapisywać, jak się nazywają, ale pomaga to tylko sprawdzić, czy dobrze je zapamiętałeś. Notatki – jak już pisałem – przydają się tylko w powiązaniu z konkretną metodą skojarzeń. Oto jeszcze jeden przykład. Spotkałeś nowych ludzi i zapamiętałeś ich nazwiska w sposób już opisany. Pod koniec dnia pomyśl o każdym z nich, a gdy pamięć podsunie Ci właściwe nazwisko, zanotuj je. Następnego dnia przejrzyj całą listę i przy każdym nazwisku wywołaj obraz jego właściciela. Zobacz twarz człowieka i zobacz oryginalne skojarzenie nazwiska i twarzy. To wszystko. Zrób to samo kilka dni później, dwa tygodnie później, itd. aż twarze i nazwiska wryją Ci się w pamięć na zawsze.

Oczywiście ćwiczenie to jest raczej teoretyczne, ponieważ jeśli chcesz zapamiętać jakichś ludzi, to najpewniej dlatego, że będziesz ich spotykać częściej, a jeśli widzisz się z nimi często, to przypominasz sobie ich nazwiska, a więc sam siebie sprawdzasz, czyli zapisywanie kto jak się nazywa w tym przypadku nie jest w ogóle potrzebne.

Wybierz ćwiczenie, które w Twoich warunkach będzie najskuteczniejsze, a przede wszystkim zdecyduj się pokonać pierwsze trudności i zastosuj moją metodę. Przekonasz się, jak szybko zacznie Ci służyć.

Rozdział 18

Jak zapamiętać fakty z życia innych ludzi

Jest jednym z cudów rodziny człowieczej, że pośród milionów ludzi nie ma dwóch takich

samych twarzy.

Sir Thomas Browne

Tak, na szczęście nie ma dwóch takich samych twarzy. Gdyby wszystkie były do siebie podobne, nie dałoby się zapamiętać ani ludzi, ani ich nazwisk, bez względu na metodę. Był czas, kiedy dziesiątki razy musiałem zapamiętywać imiona wielu bliźniaków, ale zawsze mogłem w ich twarzach zauważyć jakiś różniący ich szczegół, nawet bardzo mały, i z tym łączyłem ich imię. A więc, jak mówią Francuzi: "Vive la difference!"

Jeśli czytałeś uważnie jak zapamiętywać nazwiska i twarze, i jeśli próbowałeś wykorzystać stosowne metody, które opisywałem w poprzednich rozdziałach, Twoje umiejętności w tym względzie powinny być już niezwykle. Mimo że w większości wypadków chcemy zapamiętać nazwisko, często chodzi nam również o imię. Z tym też można sobie poradzić dzięki świadomym skojarzeniom. Wystarczy znaleźć słowo zastępcze dla imienia i związać je z głównym skojarzeniem.

Słowa zastępcze dla imion nietrudno znaleźć. Marek – marka (niemiecka), Kostek – mostek, Zofia – Sofia (wino bułg.), Iza – bliza (dawna latarnia morska), Henryk to hen – ryk (ryk słyhać daleko), itd.

Po pewnej praktyce odpowiednie słowa nasuną się same.

Równie dobrą metodą jest przywołanie w wyobraźni kogoś znajomego o tym samym imieniu, co osoba, którą chcesz zapamiętać.

Jeśli spotykasz pana Jana Wądołka, możesz skojarzyć "podołek" z charakterystycznym rysem jego twarzy i w zabawny sposób umieścić w obrazie tego skojarzenia np. wujka Janka. Zapamiętasz wtedy, że p. Wądołek ma na imię Jan.

Nie doradzę Ci, którą z powyższych metod wybrać. Możesz stosować obie albo którąś z nich, zależnie od sytuacji. Po prostu wybierz tę, która według Ciebie okaże się najskuteczniejsza.

Jeśli początkowo nie będziesz zapamiętywał imion, nie przejmuj się, to tylko kwestia czasu. Skup uwagę głównie na nazwiskach, a po pewnym czasie będziesz pamiętał z równą łatwością jedno i drugie. Nikogo w końcu nie obrazisz, jeśli zwrócisz się do niego tylko po nazwisku. Wspomniany Beniamin Disraeli wiedział nawet, jak wybrnąć z sytuacji, kiedy nie pamiętał ani imienia, ani nazwiska rozmówcy. Po prostu w pewnej chwili pytał z przejęciem: "A jak tam stara przypadłość?" Ponieważ każdemu z nas zawsze coś dolega, rozmówca był oczarowany, że ktoś tak dobrze go zapamiętał. Na szczęście dzięki mojej metodzie nie będziesz musiał uciekać się do takich wybiegów.

Znacznie ważniejsza od pamiętania imion jest, jak sądzę, znajomość faktów z życiorysu ludzi. Przydaje się to i w życiu zawodowym, i towarzyskim. Dobrze, jeśli sklepikarz pamięta, co i ile komu sprzedał, lekarz też powinien pamiętać przypadki i objawy swoich pacjentów, itd. Poza tym bardzo schlebia dawno nie widzianemu rozmówcy, kiedy pytasz go o sprawy dla niego ważne (zwłaszcza, kiedy wie, że dla Ciebie są one mało istotne). Dzięki temu ludzie bardzo Cię polubią (zawsze lubimy tych, którzy się nami interesują). Jak może to np. wzmocnić Twoją pozycję w interesach, nie trzeba wyjaśniać.

Metoda jest tu taka sama, jak przy zapamiętywaniu nazwisk. Wystarczy wprowadzić jakąś sytuację czy fakt do początkowego skojarzenia nazwiska i twarzy. Jeśli spotykasz pana Kuzę, na którym chcesz wywrzeć wrażenie a wiesz, że pan Kuza jest znakomitym filatelistą, skojarz "kozę" z wyróżniającym się rysem jego twarzy, a potem dołącz do tego znaczek.

Pomyślisz może, że wszystko Ci się pokreśli i w efekcie nazwiesz faceta Koznaczek. Nie, pamięć długotrwała podpowie Ci szczegóły. Będziesz po prostu wiedział, że człowiek nazywa się Kuza i już, i że możesz mu sprawić przyjemność, pytając czy kupił już sobie tego Mauritiusa.

Podczas swoich występów często spotykam doktorów, sędziów, radców, burmistrzów i w ogóle ludzi z tytułami, do których powinienem zwracać się prawidłowo, aby ich nie urazić. I znowu skuteczna okazuje się ta sama metoda. Po prostu, do pierwszego skojarzenia wprowadzam coś, co przypomni mi o tytule, cokolwiek, zwłaszcza to, co pierwsze przyjdzie mi do głowy, np. stetoskop w przypadku "doktora", choć równie dobry byłby skalpel, stół operacyjny, strzykawka, itp.

Kiedy spotykam sędziego, kojarzę go w wyobraźni z młotkiem sędziowskim. To mi wystarcza, żeby zwracać się doń "panie sędzio". Równie dobra jest toga. Kilka lat temu widziałem fotografię burmistrza Nowego Jorku, Jimmy Walkera, w cylindrze. Nie wiem z jakiego powodu, ale to zdjęcie bardzo mi utkwiło w pamięci i do dziś, kiedy widzę jakiegoś burmistrza, jego funkcję kojarzę zawsze z cylindrem.

Wiele razy występowałem wśród żołnierzy i musiałem znajdować słowa zastępcze dla szarż, aby zwracać się właściwie do sierżanta, kaprała, porucznika czy majora. I znowu pomagało mi w tym wprowadzenie stosownych słów do skojarzenia imienia, nazwiska i twarzy.

Jak więc widzisz, da się to zrobić zawsze. Trzeba tylko ćwiczyć i jeszcze raz ćwiczyć. Jeśli przyjmujesz postawę, że nic nie jest w stanie pomóc Twojej okropnej pamięci, to rzeczywiście będziesz miał okropną pamięć i już. Myśl pozytywnie i wypróbuj to, co proponuję, a na pewno sam siebie przyjemnie zaskoczysz. Może zresztą już jesteś zdziwiony, jeśli doczytałeś książkę do tego miejsca i odważyłeś się zrobić parę ćwiczeń.

Jak często wspominam, wszystkie systemy i metody, które tu opisuję, to jedynie pomoc dla Twojej pamięci. Jeśli nie chcesz jej usprawnić, żadne metody nie będą skuteczne. Nawet ich samych nie zapamiętasz. A więc jeśli bardzo chcesz, zapamiętasz wszystko, metody to tylko narzędzie. Problem oczywiście w tym, że jesteśmy za leniwi, aby skupić uwagę na tym, co chcemy zapamiętać i zdobyć się na wysiłek pierwszych skojarzeń. Tylko pierwszych, gdyż reszta jest już łatwa.

Zbyt wiele miejsca i czasu zajęłaby opowieść, jak bardzo przydaje mi się sprawna pamięć w życiu, pomijając już pracę estradową. Oczywiście ludzie czasem przesadzają w swoich oczekiwaniach. Na występach spotykam od 100 do 300 osób co tydzień, czasem więcej, i byłoby głupotą, gdybym zapamiętywał na dłużej każdą twarz i nazwisko. A mimo to, bardzo często gdzieś na ulicy, w kinie czy na parkingu wpada na mnie człowiek, który oglądał mnie 2-3 lata temu i pyta: "A jak ja się nazywam?"

I tacy ludzie oczekują odpowiedzi, chociaż spotkałem ich tylko raz i to w tłumie innych osób. Co jednak zadziwiające, w 20-30 przypadkach na 100 moje oryginalne skojarzenia sprzed lat wracają i po krótkim namyśle wymieniam właściwe nazwisko. Oczywiście Ty takimi sytuacjami nie musisz się martwić. Wątpię, abyś spotykał 3-4 tysiące ludzi rocznie i musiał pamiętać, jak się nazywają.

Wracając do korzyści z pamięci; tej książki nie miałbyś w ręku, gdybym nie zapamiętał dawno temu jednego nazwiska, nazwiska wydawcy. Był nim pan Fell. Po naszej pierwszej rozmowie pan Fell obiecał pomyśleć o wydaniu. Pół roku później, po spotkaniu chyba tysiąca ludzi, na jakimś bankiecie podszedł do mnie pewien dżentelmen i spytał: "Czy pan wie, kim jestem?" Po chwili zastanowienia przypomniałem sobie, że to pan Fell. Facet dowiedział się, że tu występuję i przyszedł mnie sprawdzić. Później wyznał, że gdybym zapomniał jak się nazywa, nie byłby nawet w połowie tak zainteresowany przyszłą książką jak jest teraz. Chciał po prostu, co jest zupełnie naturalne, upewnić się, jak w praktyce działa moja metoda.

To tylko jeden z przykładów, kiedy warto pamiętać i przypomnieć sobie czyjeś nazwisko. Zwłaszcza właściwe nazwisko we właściwej chwili. To może decydować o rychłym sukcesie, może pomóc w uzyskaniu lepszej pracy, stworzyć niezwykłą okazję, zapewnić lepszy kontrakt, itd. A więc stosuj zaproponowaną metodę i wierz mi – wysiłek włożony w jej opanowanie opłaci się stokrotnie.

Rozdział 19

Jak zapamiętać numery telefonów

Mała dziewczynka prosi telefonistkę z centrali o podanie numeru telefonu.

Telefonistka: Znajdź ten numer w książce telefonicznej, moje dziecko.

Dziewczynka: Nie mogę, właśnie na niej stoję!

Chociaż nikt z Was nie staje na książce, żeby sięgnąć do telefonu, wszyscy zaglądamy

do niej bardzo często. Z pewnością wielu ludzi uważa, że nie ma potrzeby zapamiętywać numeru telefonu, skoro są książki telefoniczne, ale fakt pozostaje faktem, że numer informacji telefonicznej jest wszędzie jednym z najbardziej obciążonych. Po "nie pamiętam nazwisk", "nie pamiętam numerów telefonów" to druga pretensja do własnej pamięci. Pisałem już, że w większości wypadków pamięć nie wyćwiczona jest jednostronna, tzn. ci, którzy nie pamiętają nazwisk, pamiętają numery i liczby, i odwrotnie. Rzecz jasna, Ty będziesz umiał jedno i drugie, a nawet więcej i to z wyjątkową skutecznością.

Mój dobry przyjaciel, Richard Himber, słynny muzyk-prestidigitator, kiedy stwierdził, że większość ludzi nie pamięta numerów telefonów, postanowił coś z tym zrobić i udowodnił, jak łatwy do zapamiętania jest jego własny numer. "Wystarczy, że wykręcisz moje nazwisko i imię" – mówił. Przypominam, że nazywał się R. Himber. Nie wiem, w jaki sposób, ale udało mu się załatwić numer centrali zaczynający się na RH⁶, a pozostałe numery – 46237 – związał z literami i – m – b – e – r. Nie dzwońcie aby to sprawdzić. Uwierzcie na słowo – to działa.

To oczywiście rozwiązuje problem, jak zapamiętać numer pana Himbera (jeśli pamięta się jego nazwisko, oczywiście), ale niestety, rzadko trafiamy na taką kombinację. Nie, po prostu trzeba nauczyć się zapamiętywać numery telefonów bez względu na ich długość i nazwisko abonenta. Ucieszysz siebie i wszystkie telefonistki na świecie.

Dzisiaj numery telefonów składają się zwykle z numeru kierunkowego kraju, potem miasta i numeru właściwego. Zapamiętuje się je tak, jak liczbę wielocyfrową (to już znasz), a potem kojarzy (w zabawny sposób) z konkretną osobą.

Narażając się jeszcze raz na zarzut, że staję się nudny, powtórzę: na obrazy, które powstają w Twoim umyśle, nie mam żadnego wpływu. To znaczy mogę mieć, ale nie chcę. Moje i Twoje wyobrażenia powinny być całkiem różne, gdyż powstają z różnych doświadczeń, przeżyć, emocji, itd. Poza tym, co innego będzie skojarzeniem śmiesznym i nonsensownym dla mnie, a co innego dla Ciebie. A więc podążaj za własną wyobraźnią – moje komentarze i wyjaśnienia traktuj tylko jako przykłady.

Jak więc zapamiętać numer do Stanów, np. 001 908 758 0917? Pierwszy sposób, to potraktuj ten numer jako liczbę wielocyfrową i rozbij ją na 2-cyfrowe zakładki. Kierunek na Stany 001 możesz przedstawić jako ZOO (0) i sad (01). Będziesz miał więc do skojarzenia łańcuch ZOO – sad – pas – foka – lew – zupa – tkacz. Pomóc? A więc np. mnóstwo zwierząt (ZOO) chodzi po sadzie otoczonym wielkim, szerokim pasem ze sprzączką w kształcie foki i lwa, jedzących zupę, obok pracującego na krosnach tkacza. Jest to wystarczająco głupie, aby zapadło w pamięć.

Druga metoda jest w zasadzie ta sama, ma jednak tę przewagę, że jest krótsza, bo wykorzystuje zakładki 3- lub 4-cyfrowe. Trzeba je wymyślić, a więc wrócić do alfabetu fonetycznego. Wypiszmy wszystkie literowe odpowiedniki cyfr:

z – z – t – p – z – f – k – l – f – z – p – t – k.

Pamiętając, że z = s, p = b, a f = w, można z tych liter zbudować pięć słów, zamiast poprzednich siedmiu, np. sos – topaz – foka – lufa – zapadka. Czyli łańcuch skojarzeń też będzie krótszy.

Mogę więc założyć, że umiesz już zapamiętać numer telefonu. Teraz trzeba go powiązać z osobą, do której dzwonisz, a do tego wystarczy jedno słowo więcej w łańcuchu skojarzeń. Jeśli tą osobą jest ktoś, kogo pamiętasz z racji jego zawodu, np. doktor, właściciel sklepu spożywczego agent ubezpieczeniowy, mechanik samochodowy czy hydraulik, wstaw tę osobę w ciąg wyobrażanych relacji. Np. do hydraulika dzwonisz 552814. W takim razie najpierw wyobraź go sobie np. przy pracy (leży pod wanną i klnie), a potem skojarz z lalą, nawą i TIR-em.

W ten sposób zapamiętasz numer każdego fachowca, gdyż zawody łatwo sobie wyobrazić.

Jeśli natomiast, wraz z numerem telefonu, chcesz zapamiętać konkretne nazwisko, wtedy musisz już użyć słów zastępczych w sposób opisany w rozdziale 16. Np. telefon do pana Snopka to 851 33407, a więc wyobraź sobie snop siana, który gra na flecie (851) siedząc w

⁶ Dawne centrale w USA miały symbole 2-literowe. Przyp. t³um.

mamrze (mamer – 334) i iska się (07) przy tej czynności, zadowolony bardzo. Pani Kika Ciziorz ma telefon 298213. Skacząca cizia rozpina wielki nap (29) a z napa wyfruwa butla wina (82) i skrzydlaty dom (13).

I znowu przypominam, wybierz taką metodę, która wyda Ci się najłatwiejsza. Nie sugeruj się moimi przykładami, polegaj przede wszystkim na własnej wyobraźni.

Wątpię, abyś chciał zapamiętać jakiś numer telefonu, który nie będzie Ci potrzebny w przyszłości. Fakt, że chcesz go zapamiętać oznacza, że jest to numer ważny. Pomagasz więc sobie obrazowymi skojarzeniami, które przypomną Ci kolejne cyfry tego numeru. W efekcie cały numer wryje Ci się po jakimś czasie mocno w pamięć i skojarzenia staną się niepotrzebne.

Jak zwykle wyjaśnienia zajmują znacznie więcej czasu niż to, co wyjaśniam. W praktyce zapamiętasz numer telefonu w kilka sekund, a ponieważ nie występujesz na estradzie ani nie popisujesz się sztuczkami pamięci, masz czas na znalezienie właściwych słów i skojarzeń. W trakcie tego procesu *myślisz* o numerze telefonu, więc pamięć traktuje to zadanie jak sprawę priorytetową. Tak właśnie jest. Jeśli dzięki tej książce zaczniesz myśleć, koncentrować się na tym, co chcesz zapamiętać, osiągnę bardzo wiele, gdyż już samo to usprawni Twoją pamięć.

Możesz teraz wrócić do ćwiczenia nr 6 w rozdziale 3. Jak zawsze, porównaj wynik z poprzednim.

Rozdział 20

Warto mieć dobrą pamięć

Pewien biznesmen podróżujący po Środkowym Zachodzie dowiedział się, że w pobliżu żyje Indianin, cieszący się sławą człowieka o fenomenalnej pamięci. Biznesmen sam uważał się za eksperta w tej dziedzinie, więc postanowił odwiedzić Indianina i sprawdzić, czyja pamięć jest lepsza.

Kiedy dojechał na miejsce, przedstawił się czerwonoskóremu i zaczął zadawać pytania. Indianin rzeczywiście okazał się kopalnią wiedzy, a przy tym udzielał odpowiedzi szybko i wyczerpująco. Podawał nie tylko ważne daty, liczbę mieszkańców miast w Ameryce, wysokość wieżowców, długość rzek, ale opisywał też teorie naukowe, wymieniał słynne nazwiska, instytuty, itd., itp. Biznesmen nie mógł znaleźć żadnej luki w jego pamięci. W końcu zadał ostatnie pytanie: – "A co jadłeś na śniadanie rankiem 5 kwietnia 1931 roku?"

Indianin bez wahania odpowiedział: – Jajka!

Zdruzgotany i oszołomiony tak niezwykłą pamięcią biznesmen wrócił do domu i opowiedział o wszystkim przyjaciółom i znajomym, którzy jednak wyśmiali tę historię, no bo przecież jajka zawsze się je na śniadanie, więc każdy mógłby tak odpowiedzieć.

Minęły lata, nasz biznesmen zaczynał już wierzyć, że przecenił zdolności niezwykłego Indianina, kiedy trafił gdzieś na ulicy. Chcąc pokazać, jak doskonale go pamięta, podniósł rękę w tradycyjnym geście indiańskiego powitania i spytał: – Jakie?

Indianin pomyślał chwilę i odpowiedział: – NA MIĘKKO!

Chociaż powyższa anegdota jest dość głupawa, bo w końcu rzadko pytamy, kto co jadł na śniadanie kilka lat temu – byłbyś zdumiony wiedząc, czego oczekują ode mnie niektórzy ludzie. O powtarzaniu nazwisk już pisałem, ale bywa, że ktoś, z kim parę lat wcześniej rozmawiałem tylko przez chwilę, żąda, abym powtórzył dokładnie, o czym była rozmowa. Albo czytam gazetę, a tu nagle ktoś wrywa mi ją z ręki i chce, bym ją powtórzył słowo w słowo. Ludzie nie rozumieją, że zabawa i przyjemność posiadania sprawnej, wyćwiczonej pamięci polega na tym, że można zapamiętać wszystko, ale wtedy, kiedy się chce.

Pamiętać gazetę słowo w słowo, to czysty idiotyzm. Nikomu to przecież niepotrzebne. Ale mogę z niej zapamiętać fragmenty, które są dla mnie ważne. Wtedy w trakcie czytania dokonuję po prostu odpowiednich skojarzeń. Natomiast kiedy czytam jakąś powieść, robię to zwykle dla przyjemności i o zapamiętywaniu czegokolwiek nawet nie myślę. Poza tym są rzeczy, o których lepiej raczej nie wiedzieć. Np. taktownie jest pamiętać o urodzinach kobiety,

ale nie pamiętać o jej wieku, itd.

Zakładam więc, że po lekturze tej książki z zapamiętaniem tego co czytasz nie będziesz mieć kłopotu. Moje metody i systemy pamięciowe bardzo Ci to ułatwią; ułatwią Ci zresztą wiele innych rzeczy. Być może ciągle jeszcze nie jesteś co do tego przekonany, być może ciągle uważasz, że o wiele łatwiej i szybciej jest np. zapisać numer telefonu niż przypominać sobie skojarzenia i obrazy. Cóż, może i tak, ale na pewno w ten sposób nie wyćwiczysz swojej pamięci.

A może myślisz, że skoro tyle jest informatorów, skorowidzów, książek telefonicznych i adresowych, itd. , to po co zapamiętywać informacje w nich zawarte? A od czego są sekretarki?!

Tak, to prawda, szefowie mają sekretarki, ale zanim je zatrudnili, najpierw musieli prowadzić biznes, a do tego potrzebna jest dobra pamięć. Poza tym, czy sądzisz, że sekretarka utrzyma się długo w pracy, jeśli ma słabą pamięć?

Chociaż na świecie jest tysiące, a może i miliony wspomnianych informatorów, podręczników, instrukcji, itp. , i są one na pewno przydatne, lepiej jednak, aby prawnik prowadzący sprawy w sądzie znał szczegóły precedensu na pamięć, a nie tracił czas na dłuższe czytanie. Jeśli zacytuje numer strony i paragraf stosownego sprawozdania, na pewno przyjemnie zaskoczy sąd i ławę przysięgłych. Lepiej, żeby stolarz nie musiał w czasie pracy żmudnie wczytywać się w instrukcję obsługi piły tarczowej, lecz zapamiętał wcześniej, jak jej używać. Jeśli przy stole operacyjnym chirurg ma kłopoty, powinien reagować automatycznie. Wszystkie książki medyczne świata nie zdadzą się na nic, jeśli w tej właśnie chwili nie wie, nie pamięta co ma robić. Kiedy mówisz w przychodni o objawach swojej choroby, lekarz nie musi przeglądać notatek ze studiów, aby stwierdzić co Ci dolega, gdyż pamięta związek między chorobą i jej symptomami.

Także ci, którzy tworzą nowe idee lub wzbogacają stare pomysły, muszą najpierw pamiętać, o co w tych starych chodziło. Czy Einstein sformułowałby swoją teorię nie znając praw Newtona? Oczywiście nie. Telefon nigdy nie wszedłby do użycia, gdyby Aleksander Graham Bell nie znał i nie zapamiętał wszystkich zasad przekazywania dźwięku, znanych wcześniej. Gdyby nie pamięć, nie dałoby się dokonać żadnego wynalazku.

Mógłbym w nieskończoność dowodzić, dlaczego pamięć jest tak ważna i dlaczego nie zawsze wygodnie jest szukać notatek, list czy podręczników. Praktycznie wszystko co robimy wiąże się z pamięcią, nawet jeśli działamy "instynktownie". Instynkt to też pamięć.

Wracając na chwilę do notatek; zapisywanie samo w sobie nie pomaga pamięci. Dlaczego niektóre dzieci tak źle radzą sobie w szkole, mimo że pilnie notują na lekcjach? Nie dlatego, że są mało zdolne! Dlatego właśnie, że nie zapamiętują tego co zapisały. Szkoła wymaga, żeby pamiętać mnóstwo rzeczy, ale nie uczy *jak* to robić.

A więc sprawna, pojemna pamięć to skarb.

Trzeba wziąć tylko pierwszą przeszkodę, tę najtrudniejszą, kiedy stoi się w obliczu czegoś nowego. Zacząć. Zaczynaj stosować moje metody. Tylko w ten sposób dojdiesz do wyćwiczonej pamięci. Znać je, a mimo to zapisywać numery telefonów, nazwiska, daty, itp. , to tak, jakby nie znać ich wcale.

Ci, którzy potrafią szybko pisać na maszynie, pamiętają zapewne, co czuli przystępując po raz pierwszy do nauki. Że to niemożliwe, że nie potrafią, że inni, którzy opanowali tę sztukę są lepsi, bardziej zdolni, itd. Dzisiaj zapewne nie rozumieją, dlaczego myśleli w ten sposób. Cóż bardziej naturalnego, niż usiąść przy maszynie i przepisać coś jak burza! Dokładnie tak samo jest ze sprawną pamięcią. Wiem, że potrafię zapamiętać numer telefonu szybciej niżbym go zapisał, i że za każdym razem, kiedy to robię, moja pamięć staje się coraz lepsza. Na początku myślałem tak jak Wy, że łatwiej i szybciej jest coś zapisać (po czym zaraz zapomnieć), niż próbować kojarzyć i zapamiętać na dłużej. Popracuj jednak trochę, a zobaczysz, że będzie tak właśnie jak z pisaniem na maszynie. Nie wiadomo kiedy sam zadasz sobie pytanie, dlaczego wydawało Ci się to tak trudne.

Przed wszystkim musisz pamiętać, aby wszystkie Twoje skojarzenia były zabawne i/lub nonsensowne. W przeszłości, a nawet i teraz, za mało się o tym mówi, niektóre metody zalecają nawet szukanie logicznych związków, co ma tylko tę wadę, jeśli o mnie chodzi, że

są po prostu nieskuteczne. Nikt mnie nie przekona, że logiczne skojarzenia wejdą Ci w głowę równie łatwo i szybko, co zabawne i pozbawione sensu.

Niektóre dawne metody warto jednak przypomnieć. Jeśli chcesz np. zapamiętać jakieś dwa przedmioty, pojęcia, itp. , poszukaj korelacji między nimi w postaci łańcucha wyrazów brzmiących podobnie, znaczących to samo lub dokładnie coś przeciwnego, albo w inny sposób budzących oczywiście skojarzenia. Ponieważ jest to również doskonałe ćwiczenie wyobraźni, zatrzymam się przy tym na chwilę.

Jeśli z tylko Tobie wiadomych powodów chcesz zapamiętać, że ziemia ma jakiś związek z panem Kowalskim, który jest gospodarzem w Twoim bloku, łańcuch korelacji może wyglądać tak:

Ziemia to matka, matka to anioł anioł to stróż, stróż to dozorca, dozorca – to pan Kowalski.

Albo ołówek i piórko:

Ołówek – ołów – ciężki – lekki – piórko.

Albo jeszcze raz ziemia lecz z kamieniarzem tym razem:

Ziemia – grunt – prund – elekstryka – lastryko – kamieniarz.

W ten sposób da się połączyć ze sobą każdą, nawet najbardziej nieprawdopodobną parę wyrazów. Oczywiście teraz już wiesz, że znacznie prościej jest skojarzyć bezpośrednio jedno z drugim, np. po małej, kulistej Ziemi albo globusie chodzi pan Kowalski, albo ołówek unosi się w powietrzu na piórku, albo w ziemi, rozoranej, pobrużdżonej i gliniastej kamieniarz ciosa kamienie. Jednak o korelacjach wspominam dlatego, że po pierwsze, bardzo pobudzają i rozwijają wyobraźnię, a poza tym są świetnym tematem do zabawy w gronie znajomych i przyjaciół. Chodzi oczywiście o to, aby ciąg skojarzeń między jakimiś dwoma wyrazami był najkrótszy.

Korelacje to stosunkowo niedawny sposób ćwiczenia pamięci i wyobraźni, ale metody pamięciowe są znacznie starsze, bo sięgające czasów cywilizacji greckiej (o czym już wspomniałem). Chyba Simonides, grecki poeta, stosował coś w rodzaju systemu zakładek już 500 lat przed Chrystusem. Wykorzystywał w tym celu umeblowanie pokoi swego domu. System miał swoje wady, ale był skuteczny. Możesz zrobić to samo. Napisz sobie, jakie meble i w jakiej kolejności mijasz przechodząc np. z sypialni do stołowego lub kuchni. Otrzymasz listę zakładek, które możesz kojarzyć z tym co chcesz zapamiętać.

Że Simonides znał tę metodę bardzo dobrze, potwierdza taka historia z jego życia. Pewnego razu na jakimś uroczystym przyjęciu, kiedy recytował swoje utwory, zawalił się dach. Niezwykłym zbiegiem okoliczności zginęli wszyscy, oprócz poety. Pomiażdżonych ludzkich zwłok nie można było rozpoznać i byłby niemały kłopot z pogrzebem, gdyby nie Simonides, który zapamiętał wszystkich biesiadników według tego, gdzie kto siedział.

A nie tak dawno generał George Marshall zyskał bardzo przychylną opinię mass-mediów po tym, co zrobił na jednej ze swoich konferencji prasowych. Otóż powiedział dziennikarzom, że mogą mu przerywać w każdej chwili i zadawać pytania bez względu na to, jak bardzo zajęty jest mówieniem, z czego oczywiście skwapliwie skorzystali. Marshall nie odpowiadał jednak od razu, słuchał jedynie tych pytań i wracał do przerwanej wypowiedzi. Dopiero kiedy skończył, odpowiedział wszystkim, zwracając się kolejno do właściwych osób. To zawsze wywiera na dziennikarzach duże wrażenie, a jest zupełnie łatwe, jeśli posługiwać się metodą pamięciową.

Emerytowany naczelnik poczty, James Farley, znał z imienia około 20 tys. ludzi. W swoim artykule w "New York Times" pisał, że zapamiętywanie imion i nazwisk, to "najlepsza forma pochlebstwa" na świecie. Jego niezwykła pamięć bardzo mu się w życiu przydała; mówi się nawet, iż to, że zwracał się do wyborców Franklina Roosevelta po imieniu w czasie jego kampanii przedwyborczej, pomogło ponoć przyszłemu prezydentowi w objęciu tego stanowiska.

Nie oczekuję, że będziesz miał jakikolwiek wpływ na wybór prezydenta w swoim kraju, ale jestem pewien, że stosując w praktyce to, o czym piszę, usprawnisz swoją pamięć ponad wszelkie oczekiwania.

Jak przestać być roztargnionym

Młody aktor otrzymał pierwszą w życiu rolę teatralną. Miał jako dworzanin wpaść do sali tronowej, wyrwać nóż zza pasa, krzyknąć: "Zginiesz!" i zadać cios królowi, który ze słowami: "Umieram, ten nóż był zatruty!" konał na posadzce.

Aktor po kilku tygodniach opanował tekst bezbłędnie, na próbach równie bezbłędnie zabijał monarchę, a na uwagi kolegów: "Żebyś tylko nie zapomniał noża!" – reagował spokojnym: "Stary, mnie będziesz uczył?"

Trema przed premierą zrobiła jednak swoje, i stało się.

Kurtyna w górze, dworzanin wpada na scenę, podbiega do króla, wrywa nóż zza pasa, i ze strasznym okrzykiem: "Zginiesz!" unosi rękę do góry, ale pustą, gdyż noża zapomniał.

Król zmartwił. Po chwili zduszonym szeptem pyta:

- A nie mówiłem? I co teraz zrobisz, idioto?
- Zginiesz! – ryczy konsekwentnie młody aktor, ale robi się coraz bledszy.
- No to zabij mnie jakoś – syczy król przez zaciśnięte zęby.
- Ale jak? – szepce dworzanin i ryczy znowu: Zginiesz!

Na widowni słychać już szepty i tłumione śmiechy, więc król mamrocze:

- Nie wiem, kopnij mnie, czy jak?
- Zginiesz! – wrzeszczy raz jeszcze dworzanin i uszczęśliwiony możliwym wyjściem z sytuacji wymierza królowi potężnego kopniaka, odwróciwszy go przedtem plecami do siebie.

A stary wyga teatralny, leżąc na posadzce, wydusza z siebie:

- Umieram, ten but był zatruty...

Czy ciągle czegoś szukasz? Bez przerwy gubisz jakieś rzeczy? Tracisz cenny czas, bo nie wiesz, gdzie odłożyłeś okulary albo ołówek, który na ogół znajdujesz za uchem? A przecież miałeś go przed chwilą w ręku. . . Albo chowasz cenne przedmioty tak dokładnie, że nie możesz ich potem znaleźć? A panie, czyż nie spóźniają się na randki, bo za nic nie mogły znaleźć ulubionej szminki? A mężowie, ile to się nasłuchują od żon, że znowu gdzieś wsadzili te spinki, a taksówka czeka...

Jeśli któraś z tych sytuacji dotyczy Ciebie, dobrze, że nie poszedłeś, a pobiegłeś do najbliższej księgarni.

Wygląda to na niezły tekst reklamowy, nieprawda? A jednak te pytania trafiają w sedno, gdyż prawie każdy z nas bywa roztargniony.

Roztargniony, to nie znaczy ze złą pamięcią. Myślę, że to zupełnie dwie różne sprawy. Ludzie obdarzeni świetną pamięcią też bywają roztargnieni. Znamy przecież anegdoty o roztargnionych profesorach, historie o uczonych, którzy nakręcają żony, całują kota na dobranoc i wyrzucają budzik za drzwi. To jednak wcale nie świadczy o ich złej pamięci.

Jeśli narzekasz na roztargnienie, możesz wyleczyć się z niego bez większego wysiłku; wystarczy, że wykorzystasz kilka uwag zawartych w tym rozdziale. Wykorzystasz w praktyce, gdyż samo czytanie nie wystarczy. Inaczej nie będę mógł Ci pomóc. Ci, którzy tego typu książki tylko czytają, mówią potem, że lektura okazała się dla nich bezużyteczna. I słusznie. Zabrakło praktyki. Wielu dorosłych mówi też często: "Och, jestem już za stary, aby się uczyć." Chcą chyba powiedziedzieć: *za leniwi*. "Na naukę nigdy nie jest za późno!" – tego porzekadła nie wymyślono przez przypadek. E. L. Thorndike autorytet w dziedzinie kształcenia dorosłych, mawiał: "Wiek nigdy nie jest przeszkodą w nauce języka, zawodu, nowej umiejętności czy w ogóle czegokolwiek, o ile naprawdę *chcesz się nauczyć* (podkreślenie moje). Jeśli *chcesz*, to się nauczysz, wiek nie jest usprawiedliwieniem".

Tak naprawdę roztargnienie to nic innego jak brak uwagi. Jeśli wiesz, zauważyłeś, gdzie kładziesz okulary, znajdziesz je w każdej chwili. Słownik American College Dictionary za jedną z definicji słowa "roztargniony" podaje "preoccupied" – zaabsorbowany. Absolutna prawda. Wykonujemy codziennie mnóstwo drobnych czynności, między innymi kładziemy gdzieś różne przedmioty, ale są to czynności tak mało ważne, że umysł nie chce się nimi zajmować – i stajemy się roztargnieni.

Odkładasz coś mechanicznie, więc nie wiesz potem, gdzie to jest, bo nie próbowałeś

zapamiętać, gdzie to kładziesz. Nie wiesz, czy zamknąłeś drzwi wychodząc z domu, bo przekręciłeś zamek bezwiednie, nie związałeś z tym żadnej myśli.

Tak to jest. A więc rozwiązałem Twój problem! Żeby nie być roztargnionym *myśl* o tym co robisz. Wiem, że powiesz teraz: przecież to oczywiste. Ale co mam myśleć, kiedy zamykam drzwi, lub odkładam coś na półkę? Kojarz. Nawet w drobnych, trywialnych czynnościach pomagaj sobie skojarzeniami. Wiesz już, jak to robić.

Np. ciągle zapominasz wrzucić list do skrzynki i albo list ciągle jest w domu, albo całymi dniami tkwi w Twojej kieszeni. Żeby na pewno zabrać go z sobą, zrób tak: Najpierw pomyśl, co jest ostatnią czynnością, jaką wykonujesz przed wyjściem z domu. Ja np. widzę klamkę, którą zawsze naciskam, by sprawdzić, czy dobrze zamknąłem drzwi. To moja ostatnia czynność. W takim razie, jeśli powiążę klamkę i list jakimś zabawnym skojarzeniem, to kiedy następnego ranka znowu nacisnę klamkę, najpierw ją zobaczę, a wtedy klamka przypomni mi o liście.

Ty możesz mieć zupełnie inny program przed wyjściem z domu, np. zamykasz okno albo całujesz męża lub żonę na "do widzenia". W porządku. W takim razie skojarz pocałunek z listem, ale zawsze w zabawny i/lub mało logiczny sposób.

Dobrze, ale co zrobić, aby ten list jeszcze wrzucić do skrzynki? Pierwszy sposób, to trzymaj go w ręku tak długo, aż trafisz na pocztę. Jeśli jednak wolisz go mieć w kieszeni, skojarz ze skrzynką jego adresata. Np. adresat siedzi okrakiem na skrzynce, macha nogami albo przemawia do ludzi lub coś w tym rodzaju. Jeśli nie znasz tej osoby albo adresat jest bezosobowy, wykorzystaj słowa zastępcze. Wysyłasz np. list do Urzędu Telekomunikacyjnego, w takim razie skojarz ze skrzynką telefon; zobaczysz skrzynkę – widzisz telefon, a więc przypominasz sobie, że masz list do wrzucenia (wcześniej, mam nadzieję, pamiętałeś o znaczkach...).

W ten sposób zapamiętasz każdą drobną czynność, pozwalającą uniknąć jakichś kłopotów. Np. jeśli ciągle zostawiasz parasol w biurze, zrób tak, jak z listem; skojarz go z ostatnią rzeczą, którą robisz przed wyjściem z biura. Jeśli do pracy dzwoni żona i zaklina, abyś w drodze do domu nie zapomniał kupić jajek – powiąż te jajka np. z drzwiami swojego mieszkania. To pewny, ale ostatni "dzwonek alarmowy", więc lepiej skojarz jajka ze sklepem spożywczym. Zobaczysz sklep – wchodzisz po jajka i uszczęśliwiasz żonę.

Oczywiście są to przykłady teoretyczne. Sam będziesz wiedział, co z czym kojarzyć w konkretnej sytuacji.

Weźmy się teraz za najbardziej dokuczliwy przypadek roztargnienia, tzn. kiedy odkładasz coś i zapominasz, gdzie położyłeś. Metoda właściwie jest dokładnie ta sama. Musisz skojarzyć to "coś" z miejscem, gdzie je kładziesz. Np. dzwoni telefon, więc zanim wsuniesz sobie ołówek za ucho i sięgniesz po słuchawkę, skojarz ołówek z uchem. Kiedy skończysz rozmowę i zaczniesz szukać ołówka, przypomnisz sobie, że masz go za uchem. Ołówek to tylko przykład. To samo możesz zrobić z każdym innym przedmiotem.

Jeśli masz nawyk porzucania różnych rzeczy w różnych miejscach, wyrób w sobie jeszcze nawyk odpowiednich skojarzeń, a zawsze będziesz wiedział, gdzie co położyłeś.

W tym miejscu pada zwykle pytanie: No, dobrze, ale jak zapamiętać, żeby pamiętać o skojarzeniach?

Pomaga tylko jeden sposób: na początku potrzebna jest pewna siła woli i to, aby rzeczywiście dokonywać skojarzeń. Potem, po pierwszych rezultatach, zwyczaj sam się wytworzy.

Zauważ, że w ten sposób zawsze wyleczysz się z roztargnienia. Przyczyna jest oczywista. Oczy nie widzą, kiedy umysł śpi, a umysł śpi, kiedy coś robisz mechanicznie. W czasie skojarzeń zmuszasz głowę, aby pomyślała choćby przez ułamek sekundy o tym co robisz. I to już wystarcza.

Kiedy zamykasz drzwi na klucz i kojarzysz jedno z drugim, to już nie jest działanie automatyczne. Myślisz o tym, więc kiedy później zastanawiasz się, czy zamknąłeś mieszkanie, czy nie, wiesz, że tak. Nastawiając budzik spróbuj skojarzyć go z czymś, co pomoże Twojej pamięci; z własną ręką lub z czymś innym, to nie ma znaczenia; ważne, abyś pomyślał o tym choćby przez chwilę. To wystarczy, żeby nie zrywać się w środku nocy i nakręcać to draństwo raz jeszcze.

Napisałem, że rodzaj skojarzeń nie ma znaczenia i tak jest. Jeśli wyłączyłeś żelazko, zamknij oczy i zobacz siebie wyciągającego wtyczkę z gniazdka. Nie będziesz musiał wtedy, siedząc w kinie, zamartwiać się, że właśnie puścisz chatę z dymem. Zamknąć oczy i zwizualizować jakąś akcję, to równie dobry sposób, jak skojarzenia. Skutek jest ten sam, ponieważ myślisz o tym co robisz lub co zrobiłeś.

I to wszystko. Pamiętaj jednak raz jeszcze – praktyka czyni mistrza. Nie ograniczaj się tylko do czytania. Nie chcę, abyś po lekturze tej książki pokiwał głową, powiedział: "no, no, to całkiem mądre", i odłożył ją na półkę. Zmusz się do niewielkiego wysiłku, a nie będziesz żałował.

Poniższa anegdota opisuje jeszcze jeden przypadek z naszej codzienności.

Kapitan do marynarza: Ile razy mam Ci powtarzać, że to nie jest tył statku, tylko rufa! A to prawa burta, to lewa, to bocianie gniazdo, to dirka, to kubryk – kapitan wymienia jeszcze kilka innych fachowych terminów. – Jak mi jeszcze raz powiesz "tył statku", to Cię wyrzucę przez ten – ech, hmm... no, jak to się nazywa... Przez tę okrągłą dziurę tam dalej!

Roztargnienie myli się nie tylko z brakiem pamięci, ale i z czymś, co nazwę chwilową blokadą pamięci, choć również i ta blokada z roztargnieniem nie ma niczego wspólnego.

Masz coś na końcu języka, a nie możesz sobie przypomnieć – to się zdarza, mnie również, ale chociaż nie wiem jak to nazwać i dlaczego tak się dzieje, nie jest to roztargnienie.

Niestety, nie znam absolutnie skutecznej metody, jak się z takim problemem uporać. Można np. zacząć myśleć o zdarzeniach lub faktach związanych z tym, co chcesz sobie przypomnieć. Jeśli jest to nazwisko kogoś znajomego, przypomnij sobie, kiedy ostatnio go widziałeś, gdzie, coście robili, kto był przy tym obecny, itd.

Umysł pracuje we właściwy dla siebie sposób. Jeśli myśli zaczną krążyć wokół jakiegoś tematu, to, czego szukasz, samo powinno się przypomnieć.

A drugi sposób to przestać o tym myśleć, zapomnieć. Jest szansa, że po pewnym czasie przypomnisz sobie to co chcesz, w najmniej spodziewanym momencie.

Nic więcej nie mogę doradzić w tej kwestii. Natomiast w walce z roztargnieniem przy pierwszej okazji wypróbuj moje sugestie; nie zdziwię się, jeśli i na tym polu osiągniesz zdumiewające sukcesy.

Rozdział 22

Zaskocz znajomych i przyjaciół

Farmer do przyjaciela, pokazując mu swoje gospodarstwo: Jak myślisz, ile owiec jest w tym stadzie? No, tak na oko?

Przyjaciel (po chwili namysłu): Chyba 497.

Farmer: Rany boskie, człowieku, zgadza się co do jednej! Jakżeś to zrobił?

Przyjaciel: To proste. Policzyłem wszystkie nogi i podzieliłem przez cztery!

Sztuczki pamięciowe, jakie opiszę w tym rozdziale, może nie będą, aż tak spektakularne, ale na pewno łatwiejsze. I chyba ucieszy Cię wiadomość, że obejdzie się bez matematyki. Wystarczy sprawna pamięć.

Mój przyjaciel, który prowadzi firmę tekstylną w Nowym Jorku, cieszy się ostatnio dużą popularnością wśród ludzi z branży dzięki temu, że potrafi zapamiętywać liczby. Codziennie je obiad z paroma klientami, zwykle jest ich trzech, czasem sześciu, i każdego prosi o podanie jakiegoś numeru, po czym wszystkie numery zapamiętuje i powtarza na życzenie.

Niby nic nadzwyczajnego, ale dzięki takiej sztuczce łatwiej np. nawiązać rozmowę, zabawić gości albo właśnie zbudować etos człowieka o niezwykłej pamięci. Ludziom bardzo to imponuje, głównie dlatego, iż uważają, że ich własna pamięć jest do niczego.

Skoro zapamiętanie tylko kilku liczb budzi taką sensację, to jakie wrażenie musi wywrzeć sztuka, którą opisuję na następnych stronach. Przypatrz się poniższej tabeli. Czy to możliwe, abyś nauczył się jej na pamięć?

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

A 4920 0351 8148 7215 0947 3322 2917 9432 7114 4840
B 7492 9422 9084 1427 9520 1444 9274 7417 2649 9429
C 0747 8597 1454 1748 9484 0384 7582 9327 6127 4512
D 9053 8549 9940 8591 9441 1421 7547 0941 9950 9443
E 0717 9412 3233 4827 9394 9517 1406 9184 6701 8117
F 4317 9912 4323 1871 9415 0341 7037 4382 3107 0377
G 7912 1722 9184 0117 9437 0627 9152 0814 9747 1010
H 9027 0724 0946 2176 9178 1417 7481 3157 0317 4158
I 9512 0601 1571 9948 0139 0913 8017 8097 2142 7497
J 0143 0907 0002 1482 9968 0132 9087 9418 3143 9327

Mam rację, to razem 400 cyfr! To nieważne, wszystkie zapamiętasz z łatwością, nie tylko w kolejności, ale i na wrywki. Któregoś dnia wypiszesz tę tabelkę w kilku egzemplarzach, rozdasz je znajomym i poczekasz na pytania. Ktoś np. będzie chciał znać wszystkie liczby w rządzie G. Proszę bardzo. Ktoś inny każe Ci wymienić całą kolumnę 4. Nie ma problemu. Jeszcze ktoś zapyta, co jest pod E7? Odpowiesz na wszystko bez kłopotu; po prostu udowodnisz, że zapamiętałeś całą tabelę.

Mój dobry przyjaciel i ekspert od spraw pamięci Bernard Zufall, pierwszy popisywał się tą sztuczką już wiele lat temu, chociaż jego tabela zawierała tylko liczby 3-cyfrowe. Stosował przy tym oczywiście własną metodę, ja nauczę Cię swojej.

Będzie to jednak możliwe tylko dzięki znajomości alfabetu fonetycznego. Inaczej w żaden sposób nie uda Ci się zapamiętać całej tabeli na dłużej. A sztuczka jest rzeczywiście tak niezwykła i efektowna, że niewtajemniczeni próbują wręcz znaleźć w tabeli jakieś zależności matematyczne. Niech szukają. Nic takiego nie znajdują, a Ty możesz liczyć na jeszcze większy aplauz.

Wszystkie 4-cyfrowe liczby umieszczone w tabeli są różne i dobrane według pewnego systemu. Wytłumaczę to np. zie. Jeśli np. pada hasło E7, rozumiem tak. Słowo-klucz dla E7 musi zaczynać się na "e" i kończyć spółgłoską odpowiadającą cyfrze 7 czyli "k". W tym przypadku będzie to w słowo "emetyk".

Emetyk powoduje torsje, a torsje, to głoski t, r, s, j, co w alfabecie fonetycznym odpowiada cyfrom 1, 4, 0, 6. Możesz sprawdzić. Pod E7 w tabeli jest właśnie 1406.

Co znajdziesz na polu B5? Słowo-klucz musi zaczynać się na "b", kończyć na "l" (5). Bal. Bal zaczyna się polonezem. *Polonez* – 9520! Wiesz już o co chodzi? Zasada jest prosta, ale nie zrozum mnie źle. Nauczenie się w ten sposób całej tabeli wymaga czasu. Warto jednak, gdyż to nie tylko kapitalna sztuczka, ale świetne ćwiczenie wyobraźni i sztuki skojarzeń. Tak jest zresztą z każdym przykładem, którym posługuję się w tej książce. Czy go zaprezentujesz przed szerszym gremium, czy nie, zawsze w ten sposób ćwiczysz i pamięć, i szybkość orientacji.

Wracając do tabeli, wiesz już że po usłyszeniu litery i cyfry, lub cyfry i litery, to nie ma znaczenia, zamieniasz je na słowo-klucz według zasady: na początku litera rzędu, na końcu spółgłoska-zakładka numeru kolumny. To słowo nasuwa Ci skojarzenie z innym, w którym znajdujesz cztery znaczące głoski, czyli cztery szukane cyfry.

Jeśli więc usłyszysz 7C, wiesz, że chodzi o C7 czyli C-K, w tym przypadku będzie to cyrk. Cyrk związałeś z kłownem, a kłown to 7582.

Podam Ci teraz całą listę dla stu liczb 4-cyfrowych. Do niektórych skojarzeń dołączam dalej komentarz.

- A1 – akt – Rubens
- A2 – aeroplan – samolot
- A3 – album – fotografia
- A4 – Azor – kundel
- A5 – apel – zbiórka
- A6 – Achaj – Agamemnon
- A7 – ajerkoniak – napitek
- A8 – aperitif – barman
- A9 – arcybiskup – katedra

A10 – awers – rewers

B1 – bagnet – karabin
B2 – baran – baranina
B3 – Bizancjum – Bosfor
B4 – bar – trunek
B5 – bal – polonez
B6 – buhaj – torrero
B7 – bank – bankier
B8 – brew – kredka
B9 – baobab – najgrubszy
B10 – boss – pryncypał

C1 – cyt! – iskierka
C2 – Ciceron – filipika
C3 – ckm – tyraliera
C4 – Cartier – odkrywca
C5 – chmiel – browar
C6 – czaj – samowar
C7 – cyrk – kłown
C8 – cenotaf – pomnik
C9 – cyklop – jednooki
C10 – Caliostro – szarlatan

D1 – Dawid – psalm
D2 – delfin – wieloryb
D3 – dym – papieros
D4 – dromader – wielbłąd
D5 – Daniel – prorok
D6 – duj – tornado
D7 – diak – kleryk
D8 – drajw – sport
D9 – Dąb – Baublis
D10 – DOS– program

E1 – efekt – skutek
E2 – elektron – bursztyn
E3 – ekstremum – minimum
E4 – ekwator – równik
E5 – etanol – bimber
E6 – esej – Polityka
E7 – emetyk – torsje
E8 – elew – podoficer
E9 – Edyp – Jokasta
E10 – ekspens – wydatek

F1 – falkonet – armatka
F2 – faun – popołudnie
F3 – Forum – Romanum
F4 – feler – defekt
F5 – faul – brutal
F6 – fuj – smród
F7 – fiok – kosmyk
F8 – fonograf – gramofon
F9 – Filip – Macedoński

F10 – frykas – smakołyk

G1 – Grant – kapitan
G2 – gobelin – tkanina
G3 – gnom – potwór
G4 – galar – statek
G5 – gol – bramka
G6 – gaj – zagajnik
G7 – garnek – patelnia
G8 – golf – sweter
G9 – garb – pokraka
G10 – giez – tse–tse

H1 – hit – piosenka
H2 – harpagon – sknera
H3 – hełm – zbroja
H4 – Henr – indukcja
H5 – hufnal – podkowa
H6 – hokej – Tretiak
H7 – halsztuk – krawat
H8 – Hoff – modelka
H9 – Hiob – smutek
H10 – Hess – Rudolf

I1 – iryd – platyna
I2 – Inn – zajazd
I3 – idiom – dialekt
I4 – imbir – przyprawa
I5 – Istambuł – Stambuł
I6 – I OK – spadamy
I7 – imbryk – gwizdek
I8 – If – wysepka
I9 – izotop – neutron
I10 – impas – kropka

J1 – jet – stream
J2 – Jan – Sobieski
J3 – jam – session
J4 – joker – trefniś
J5 – jubel – popijawa
J6 – jej – zdumienie
J7 – jak – przysłówek
J8 – jątrew – bratowa
J9 – jamb – metrum
J10 – juhas – pomocnik

Zauważyłeś zapewne, że w tabeli jest jeden wyjątek od podanej zasady. Chodzi o I6. Nie ma (przynajmniej ja nie znalazłem) sensownego wyrazu, który zaczynałby się na "i", a kończył na "j". Użyłem więc wybiegu, wymyślając zdanie "i OK" (czyt. i okej), co równie dobrze spełnia swoje zadanie. Z tym kluczem powiązałem słowo "spadamy", które podobno jest najczęściej używanym zwrotem w filmach amerykańskich.

Wszystkie skojarzenia okażą się proste, jeśli wyjaśnię znaczenie niektórych słów i związków.

Agamemnon (A6) – najmożniejszy wódz Achajów oblegających Troję ; baobab (B9) – największe drzewo świata; Cartier (C4) – francuski żeglarz, odkrywca rzeki Św. Wawrzyńca i

Wielkich Jezior Kanady, cenotaf (C8) – rodzaj nagrobka; duj (D6) można uznać za silny wiatr; diak (D7) – odpowiednik kleryka w kościele prawosławnym; drajw (D8) – rodzaj smeczka w tenisie, a Baublis (D9) – słynny dąb z *Pana Tadeusza*. Inn (I2) to po ang. gospoda, na wspomnianej już wysepce If (I8) przebywał hrabia Monte Christo, jamb (99) to stopa wiersza, a jeśli ktoś znalazł się w impasie (I10), to jest w kropce. (Zapewne domyśliłeś się już, że dla uproszczenia zamiast 10 użyłem w słowach-kluczach tylko 0, to wystarcza).

I dalej: jątrew (J8) po staropolsku to dokładnie bratowa, Edyp (E9) ożenił się z własną matką Jokastą, harpagon (H2) to prawdziwy skapiec, halsztuk (H7) zawiązuje się pod brodą jak krawat, a Tretiak to chyba najsłynniejszy bramkarz w historii hokeja. Wreszcie *Popołudnie Fauna* (F2), to chyba najpiękniejsze dzieło Claude'a Debussy'ego, a eseje (E6) często ukazują się w "Polityce".

Oczywiście, zanim wystąpisz z pierwszą próbą, wszystkich tych zależności musisz nauczyć się dobrze na pamięć, bardzo sprawnie musisz również zamieniać słowa na liczby. Całą tabelkę możesz powielić i rozdać znajomym, a kiedy udowodnisz, że jesteś człowiekiem o fenomenalnej pamięci, każdy może sobie wziąć jedną na pamiątkę. I niech sami popiszą się tą sztuką!

Na razie wiesz co powiedzieć, kiedy usłyszysz literę i cyfrę, ale możesz dokonać znacznie większych czynów. Możesz wymienić wszystkie liczby po przekątnej, powiedzmy od A1 do J10. Posuwasz się wtedy wzdłuż szeregu A1, B2, C3, D4... , itd. Możesz również podać cały rząd F od tyłu, a więc albo wymienić liczby na polach F10, F9, F8, itd. , albo wręcz wszystkie cyfry w tym rzędzie od końca. Np. dla F2 (popołudnie) przepowiadasz sobie najpierw 9912, a odczytujesz 2199.

W przypadku kolumn jest pewien kłopot, jak szybko odliczyć np. J6, I6, H6, G6 itd, a więc wymienić litery alfabetu wstecz. Dla niektórych jest to naprawdę trudne, ale od czego są metody pamięci. Numery kolejnych liter w alfabecie zapamiętasz łącząc pierwsze 25 zakładek bazowej listy ze stosownymi przymiotnikami. Może to wyglądać tak:

archeologiczny – dół
brodaty – Noe
cichutka – mysz
drobnołuskany – ryż
eliptyczny – liść
fukający – jeź
górnicy – kosz
holenderskie – Fa
impulsywna – pszczoła
jak żywy – Tezeusz
kochany – tato
legendarny – don
ładny – dom
mknący – TIR
nowy – talerz
ozdobna – tuja
pilny – tkacz
rumowe – toffi
stary – dąb
torbiasty – nos
urwany – nit
wystawowy – neon
ynteligentny – Nemo
zalatany – nur
życiodajny – Nil.

Przymiotnik obok zakładki nr 3 zaczyna się na trzecią literę alfabetu, czyli "c", przymiotnik dziesiąty zaczyna się na "j", czyli dziesiątą literę alfabetu, itd. Skojarz obrazowo wszystkie przymiotniki z ich zakładkami, a będziesz znał miejsce każdej litery w alfabecie. Wystarczy przypomnieć sobie stosowny przymiotnik.

W tym samym celu możesz użyć również zakładki "alfabetycznych", o których pisałem w rozdziale 12, i skojarzyć je z zakładkami z listy bazowej, jak wyżej.

Samo wyliczenie liter alfabetu od końca też jest niezłą sztuczką, ale ważne jest to, że dzięki zakładkom "przymiotnikowym" wymienisz wszystkie liczby po przekątnej, w dół i w górę w naszej tabeli np. od J10 do A1⁷.

Co ciekawe, po jakimś czasie okaże się, że nie będziesz musiał szukać ani słów-kluczy, ani skojarzeń, gdyż właściwą liczbę po prostu pamiętasz!

Na tym właśnie polega piękno metod mnemotechnicznych. Są one tylko pomocą dla Twojej pamięci, środkiem do celu.

I jak to w życiu, kiedy cel osiągniesz, o środkach nie musisz już pamiętać.

Rozdział 23

Jak zapamiętać terminy spotkań i tygodniowy rozkład zajęć

Człowiek, który przychodzi punktualnie na spotkania, nigdy na tym nie traci.
Oczywiście z wyjątkiem tej pół godziny, kiedy czeka na umówioną osobę.

Są ludzie – którzy mimo że wiedzą o godzinie spotkania i tak się spóźniają. Tacy już są i trudno coś dla nich zrobić. Sądzę natomiast, że można pomóc tym, którzy o spotkaniach zapominają zupełnie.

W jednym z poprzednich rozdziałów pisałem, jak zapamiętać listę spraw do załatwienia danego dnia. To bardzo przydatna metoda, ale jeśli chcesz zapamiętać harmonogram zajęć np. na cały wypełniony spotkaniami tydzień, musisz przeczytać ten rozdział. Twoje życie zawodowe, a nawet towarzyskie, bardzo na tym skorzysta. W systemie, który tu opiszę, będziesz świadomie kojarzyć termin ze spotkaniem już w chwili, kiedy je ustalasz. Po czym przypomnisz je sobie na żądanie, bez zaglądania do notesu czy kalendarza.

Tym, którzy nie dbają o terminy czy rozkład dnia, radzę, aby mimo wszystko poznali tę metodę. Nie wiadomo, kiedy się przyda. I niech Cię nie przeraża pozornie długi tok wywodu. Kiedy zrozumiesz o co chodzi, metoda okaże się bardzo prosta.

Pierwsza rzecz, którą musisz zrobić, to ponumerować dni tygodnia.

W niektórych kalendarzach tydzień liczy się od niedzieli, ale w większości wypadków niedziela ustępuje miejsca poniedziałkowi, chyba dlatego, że od poniedziałku zaczyna się tydzień roboczy. W takim razie umówmy się, że pierwszym dniem tygodnia jest poniedziałek i że tak już będzie zawsze. Jeśli upierasz się przy niedzieli, proszę bardzo, tylko musisz pamiętać, aby zmienić tekst w odpowiednich miejscach.

A więc nasz ponumerowany tydzień wygląda tak:

Pon. – 1 Czw. – 4

Wt. – 2 Pt. – 5

Śr. – 3 Sob. – 6

Niedz. – 7

Przy pomocy tych numerów możesz każdą godzinę i dzień tygodnia "przełożyć" na stosowną zakładkę. Tak jest, zgadłeś, ZMP pomoże Ci również zapamiętać co i kiedy masz do zrobienia w tym tygodniu; a ponieważ znasz już tę metodę, całą zabawę opanujesz niemal natychmiast.

Ustalmy, że w 2-cyfrowej zakładce, odpowiadającej godzinie i dniu tygodnia, pierwsza cyfra oznacza dzień, a druga godzinę w tym dniu. Np. masz spotkanie w środę o 4 po południu. Środa to trzeci dzień tygodnia, więc zapamiętujesz 34, czyli "mur". Mur to środa o 16.

Poniedziałek o 14 to "dom" (1 dzień tygodnia i 2 po południu, czyli 12) i podobnie:

Czwartek o 13 – rosa (41)

Piątek o 8 – lew (58)

⁷ Po dalszej praktyce będziesz również w stanie na hasło "liczba" podać jej miejsce w tabeli, choć jest to znacznie trudniejsze – przyp. tłum.

Niedziela o 18 – kij (76)

Wtorek o 9 – nap (29)

W sumie bardzo proste. Zauważyłeś zapewne, że w tej metodzie przeliczam system 24-godzinny na sytem przed i po południu. Nie prowadzi to do pomyłek, co wyjaśnię dalej.

Oczywiście metoda ta działa w obie strony, tzn. również każdej zakładce (poniżej 80 oczywiście) odpowiada jakiś dzień i godzina. Np. "lala", to 55, a więc piątek o piątej po południu (5 rano odrzucamy, gdyż spotykać się o tej porze to zbrodnia).

Są tylko dwie godziny, które wyłamują się z tego systemu; godziny dwucyfrowe, mianowicie 11 i 12 (godzina 10 nie sprawia kłopotu, gdyż wystarczy przyjąć, że jest to 0, a więc sobota o 10, to po prostu 60, czyli "jaz", "nos" to wtorek o tej samej godzinie, itd.).

Podam Ci dwa sposoby, jak się z tym uporać, oba sprawdzone i bardzo skuteczne. Pierwszy jest bardzo prosty (choć wcale nie lepszy), gdyż mieści się całkowicie w systemie zakładek. Trzeba tylko każdy dzień tygodnia o 11-tej i 12-tej przełożyć na liczbę 3-cyfrową, tzn. do numeru dnia dopisać po prostu 11 lub 12; np. wtorek o 11 to 211, czwartek o 12 to 412, sobota o 11 to 611, itd. Dalej trzeba już tylko znaleźć stosowne zakładki, zgodnie z alfabetem fonetycznym i zapamiętać, że zakładek tych należy używać tylko do tych godzin.

Oto słowa, jakie możesz wybrać, ale nie ucz się ich na pamięć, dopóki nie poznasz drugiego sposobu.

11. 00 DDT

Poniedziałek

12. 00 Dydona

11. 00 nadęty

Wtorek

12. 00 na dyni

11. 00 mój tato

Środa

12. 00 metan

11. 00 erudyta

Czwartek

12. 00 Rodan

11. 00 lotto

Piątek

12. 00 lutnia

11. 00 Judyta

Sobota

12. 00 jodyna

11. 00 KTT

Niedziela

12. 00 Kętrzyn

Drugi sposób jest według mnie znacznie lepszy. Przede wszystkim zamieniam te kłopotliwe godziny w poszczególnych dniach na liczby dwu- a nie 3-cyfrowe. W tym celu traktuję 11 jako 1, a 12 jako 2. A więc np. piątek o 11, to 51, a o 12, to 52, niedziela o 12 to 72, itd. , ale nie mogę teraz używać bazowej listy zakładek, bo się pokręci. Muszę znaleźć

inne słowa, choć też zgodne z alfabetem fonetycznym. Najlepiej jeśli opiszę to na przykładach. Dla wtorku o 11 możesz np. wykorzystać zakładkę "anoda". Kiedy dojdiesz do skojarzeń (wyjaśnię je za chwilę), będziesz wiedział, że "anoda" nie może być wtorkiem o 1, gdyż wtedy użyłbyś zakładki "nit". Podobnie dla czwartku o 12 możesz wybrać "arenę", bez obawy, że pomyli Ci się z "raną", bo to przecież czwartek o 2. Chwyciłeś ideę? Więc jeszcze raz: dla każdego dnia o 11 lub 12 używasz tych samych dźwięków alfabetu fonetycznego, co dla godziny 1 lub 2, ale przy użyciu innych zakładek.

Wiesz już teraz wszystko, aby zapamiętać datę i godzinę każdego spotkania. Powiedzmy, że masz wizytę u dentysty w poniedziałek o 9. A więc zamieniasz dzień i godzinę na stosowną zakładkę i kojarzysz ją z dentystą. 19 to dąb. Dąb siedzi na fotelu dentystycznym, albo dentysta w białym kitlu wyrывa dąb w lesie (Wyrwidąb, nomen omen), albo boruje ci ząb dębem, itp.

Musisz włożyć pieniądze do banku we wtorek o 14. Wiążesz "nura" z bankiem. Twój samolot odlatuje w piątek o 11. Połącz "golasa" albo "lisa" (zgodnie z metodą opisaną wyżej) z samolotem. W środę o 10 powinienes odwiedzić przyjaciela – skojarz go z "musem" (jabłkowym), itd.

Jeśli umawiasz się na spotkanie z kimś, kogo dobrze nie znasz albo nie pamiętasz, w skojarzeniach użyj obrazów słów zastępczych jego nazwiska.

Nic więcej nie trzeba robić. Jeśli połączyłeś w ten sposób wszystkie terminy i spotkania na cały tydzień i chcesz sobie przypomnieć, co masz np. we wtorek, przebiegnij w myślach wszystkie zakładki tego dnia. Wtorek – a więc nos, anoda (11), niania (12), nit, neon, Nemo, nur, Nil, nadzieja, dżonka, nawa i nap. Przyjmujemy, że po 9 wieczorem masz prawo być już w domu. Jeśli teraz obraz zakładki wywoła jakieś skojarzenie, będziesz wiedział z kim masz się spotkać i o której. Widzisz np. dżonkę wpływającą przez główne wejście do szpitala. Aha, o 7 powinienes iść do chorej ciotki, itd.

To wszystko. Spróbuj tylko raz, a przekonasz się, jakie to łatwe.

Jak o mnie chodzi, tylko w ten sposób zapamiętuję program na cały tydzień. Jeśli jakieś spotkanie mam nie o pełnej godzinie a np. o 3. 15, 3. 30 czy 3. 45, sprawdziłem, że nie ma to znaczenia. Dzień kojarzę zawsze z pełną godziną, a pamięć długotrwała sama podsuwa szczegóły. Oczywiście czasem trzeba pamiętać godzinę co do minuty, np. odjazd pociągu, początek seansu, itd. Wtedy wystarczy do obrazu skojarzeń dołączyć jeszcze jedno słowo, czyli zapamiętać liczbę cztero- a nie dwucyfrową. Pierwsza para cyfr to jak poprzednio dzień i pełna godzina, a druga to minuty.

Wracając do przykładu z dentystą, jeśli umówiłeś się na wizytę w poniedziałek o 9. 42, zamieniasz dzień i pełną godzinę na zakładkę "dąb" i do pierwotnego skojarzenia wprowadzasz jeszcze "ranę" (42). I teraz jest tak, jakbyś zapamiętywał 4 cyfrowy numer telefonu. Oczywiście z racji tej nieszczęsnej rany spróbuj znaleźć jakieś pozytywne i łagodne skojarzenie, żeby nie odstraszyć się całkowicie od pójścia do dentysty. Więc może przystojna dentystka sadza Cię na fotelu pod dorodnym dębem, na świeżym powietrzu, i krwawiącą ranę w zębie obkłada żółędziami? I ból przechodzi, jak ręką odjął. W ten sposób można nawet polubić żółędzie, nie mówiąc o dentystce...

Jak będziesz jednak pewny, że do dentysty idziesz w poniedziałek o 9. 42, a nie w czwartek o 2. 19? Innymi słowy, jak zapamiętać, która zakładka jest pierwsza, a która ostatnia?

Problem rozwiązuje się dokładnie tak samo jak wtedy, kiedy zapamiętywałeś numery telefonów. Pomaga "logiczna kolejność nonsensu".

Jeśli dentystka sadza Cię pod dębem, a potem obkłada żółędziami ranę, to wiesz, że kolejność jest właśnie taka: dąb – rana. Możesz w takiej sytuacji posłużyć się również ŁMS, budując ciąg: dentysta – dąb – rana, możesz też dla ostatnich dwóch cyfr (czyli dla minut) wymyślić jakąś inną zakładkę, spoza bazowej listy, tylko pamiętaj, nie dla godzin 11. 00 i 12. 00, bo te już połączyłeś z dniami tygodnia.

Wybierz to, co Ci najbardziej pasuje, ale wypróbuj najpierw każdą metodę.

I jeszcze dwa przykłady, jak zapamiętywać dokładną godzinę spotkania: w poniedziałek o 3. 25 muszę odebrać telewizor z naprawy. Widzę więc ekran telewizora, a w nim dramatyczną scenę, jak jakiś dom wpada z ogromnym pluskiem do Nilu (telewizor, 13 i 25).

Stosując wspomnianą metodę "logiki nonsensu", kolejność powyższego skojarzenia nieomylnie podpowie, że dom (poniedziałek o 3) stoi na pierwszym miejscu, a Nil (25 minut) na drugim.

W środę o 12. 10 idę na basen. Pływam, a obok widzę "szamana", który ciągnie za sobą lekko przytopionego Tezeusza (nic dziwnego, to jak pamiętasz grecki hoplita w pełnej zbroi). Kiedy przebiegnę myślą wszystkie zakładki dla środy, tzn. : mus, szmata, szaman (szmata i szaman to dla mnie zawsze środa o 11 i 12), mata, mina, mama, mur, mól, żmija, mak, mewa; odpowiednie skojarzenie przyjdzie samo. Szaman to nietypowa zakładka dla 32, więc będę wiedział, że chodzi o 12 w południe, a ponieważ to szaman ciągnie Tezeusza, a nie odwrotnie, więc na pływalnię pójde o 12.10.

Tak to wygląda, ale powtarzam, co dobre dla mnie, nie musi być dobre dla Ciebie. Jak tylko zrozumiesz zasady, polegaj przede wszystkim na własnych pomysłach.

Wyjaśnienia wymaga jeszcze jedna drobna sprawa: jak poznać, że chodzi o spotkanie o 8j wieczorem, a nie o 8 rano? Podpowie Ci to samo życie. Np. do dentysty zawsze chodzisz rano albo po pracy, bo tak sobie kiedyś ustaliłeś; na kolację pójdziesz o 7 wieczorem, a nie skoro świt, a jeśli umówisz się z kimś na lunch o 1 i poszedłbyś w nocy, to współczuję, zgłodniejesz jak diabli.

To jest więc proste. Oczywiście, jeśli bardzo chcesz, w łańcuch skojarzeń możesz zawsze wstawić jeszcze jedno słowo – takie, które przypomni Ci, że robisz coś rano albo wieczorem. Wymyślasz po prostu dwie nowe zakładki, np. rano to 42 – Ryn (miasto z zamkiem nad jeziorem), a wieczór to 84 – fura (drabiniasty wóz np. z sianem).

Uwierz mi jednak, że to strata czasu. Wspomniałem o tym tylko dlatego, aby udowodnić, że poprzez świadome skojarzenia zapamiętasz *wszystko*.

Po lekturze tego rozdziału możesz więc zapomnieć o kalendarzu i notesie, jeśli oczywiście zastosujesz w praktyce opisaną metodę. Jej kluczowe punkty dla przypomnienia wyglądają tak:

1. kiedy umawiasz się na spotkanie, zamień dzień i godzinę (pełną lub z minutami) na odpowiednie zakładki,
2. skojarz z nimi to spotkanie,
3. każdego dnia rano (albo poprzedniego dnia wieczorem) przy pomnij sobie w myśli wszystkie zakładki na nowy dzień,
4. odpowiednia zakładka sama podrzuci Ci obraz skojarzenia, a to podpowie Ci, z kim się spotykasz i o której.

Wkrótce wejdzie Ci w nawyk, że będziesz to robił również w ciągu dnia. Nie zapomnisz wtedy o czymś, co pamiętałeś rano.

W następnym rozdziale dowiesz się, jak zapamiętać ważne rocznice, daty urodzin, imienin, itp. Póki co, to zapamiętywanie tygodniowego rozkładu zajęć możesz traktować również jako efektowną sztuczkę pamięciową. Np. każ przyjacielowi zapisać, powiedzmy, 20 spraw do załatwienia w różnych dniach tygodnia i o różnej porze, nie po kolei, tak jak się to na ogół robi. W miarę jak wymienia kolejne sprawy, zapamiętujesz je, a kiedy skończy, mówisz, co i o której załatwiasz, począwszy od poniedziałku albo na wrywki i w drugą stronę (pamiętając stosowne zakładki: Tezeusz, tato, don, dom, itd.).

A później daj mu pół godziny, niech zrobi to samo. Duża szansa, że skompromituje się całkowicie.

Rozdział 24

Jak zapamiętać rocznice, dzień urodzin i inne ważne wydarzenia

- Czy Twój mąż zapomina o waszej rocznicy ślubu?
- Nigdy. Przypominam mu o tym w czerwcu, a potem w styczniu, i zawsze mam dwa prezenty.

Cóż, jeśli mężczyzna ma tak słabą pamięć, że daje sobie wmówić rocznicę ślubu dwa razy w roku, to w pełni zasługuje na to, aby za to płacić. Jego strata.

Co innego, gdyby znał system zakładek, czyli ZMP, który pomaga nie tylko zapamiętać

ważne rocznice, ale i wszelkie istotne daty w historii, nie mówiąc już o adresach, cenach, numerach seryjnych, itp.

Jeśli chcesz zapamiętać np. czyjąś rocznicę lub urodziny, skojarz osobę lub słowa zastępcze jej nazwiska z konkretną datą. Np. urodziny pani Ogradek przypadają 3 kwietnia. Jeśli skojarzysz panią Ogródek lub słowo "ogródek" ze słowem "rama", datę jej urodzin zapamiętasz na zawsze. "Rama" bowiem podpowie, że z kwiatami powinieneś pójść do pani Ogradek 3 dnia 4 miesiąca roku (a więc 3 kwietnia).

Oczywiście w ten sposób możesz kojarzyć tylko te daty, które przypadają w pierwszych 9 dniach pierwszych 9 miesięcy. Dla pozostałych musisz dobrać zakładki 3-cyfrowe. Dla większości z nich podam przykłady, ale nie dla wszystkich, bo w praktyce może Ci to tylko przeszkodzić.

Pytanie jest takie: jeśli słowem, którego używasz w skojarzeniu jest "totem" (113), jak poznasz, że chodzi o 13 stycznia, a nie 3 listopada, lub odwrotnie? To dość istotne, bo wysłana na urodziny kartka dojdzie albo za późno, albo 2 miesiące za wcześnie. Trzeba to umieć rozpoznać, więc spróbuj tak: dla pierwszych 9 miesięcy znajdź jednowyrazowe zakładki 3-cyfrowe, a dla października, listopada i grudnia użyj dwóch słów, zakładki z bazowej listy dla miesiąca i jakiejś innej spoza tej listy dla dnia. W ten sposób zapamiętasz, że miesiąc określa zawsze zakładka bazowa.

Jeśli oba wyrazy dla dat z ostatniego kwartału są zbudowane na 2 cyfrach każdy, to oczywiście ten powyżej 12 musi dotyczyć dnia. Tylko w kilku przypadkach, tj. dla dni 10, 11 i 12 w październiku, listopadzie i grudniu kolejność wyrazów, a więc i datę, rozpoznasz dzięki znanej już metodzie "logika nonsensu"; chyba, że użyłeś zakładek bazowych dla miesiąca, a innych dla dnia, jak wyżej.

W szkole trzeba pamiętać różne daty, z rokiem włącznie. Żeby zapamiętać całość, do obrazu skojarzenia wprowadź "zakładkę" roku. Np. Konstytucję 3 Maja Sejm Polski podpisał 3 maja 1794 r. Konstytucję lub odpowiednie słowo zastępcze (koń w instytucie) skojarz teraz ze słowami mama – bar.

Dwie pierwsze cyfry roku pomijasz, gdyż na ogół wiemy, w którym wieku wydarzenie miało miejsce; lecz jeśli nie, po prostu dodaj do skojarzenia jeszcze jedno słowo.

Najprościej daje się zapamiętać rok (na tym ciągle, niestety, polega nauka historii). Wtedy z danym faktem kojarzysz tylko jedno słowo odpowiadające końcówce roku. Napoleon koronował się na cesarza w 1804 r. Napoleon nakłada sobie na głowę gomółkę sera zamiast korony. Stwórz taki obraz. Napoleon – korona – ser. Ser – 04. To bardzo proste.

Bitwę pod Grunwaldem Jagiełło wygrał w 1410 r. Zobacz Tezeusza, który z uznaniem przygląda się obrazowi Matejki.

Jeśli wyobrazisz sobie wielki transatlantyk, na którym "don" (Kichot) na koniu próbuje powstrzymać lejącą się przez dziurawą burtę wodę, zapamiętasz, że Titanic zatonął w 1912 r.

Czasami trzeba zapamiętać datę urodzin i śmierci kogoś ważnego. Np. Sienkiewicz 1846-1916. Sianko w biczu – raja – tuja. (Drobne) sianko tworzy kopczyk otoczony biczem i opada na grzbiet rai, która zamiast ogona wlecze za sobą wielką tuję.

A więc nie musisz już zachowywać się jak ten uczeń, który na pytanie, jak mu idzie w szkole, wybuchnął: "Oni są głupi! Ciągłe chcą, abym pamiętał coś, co zdarzyło się na długo przed moim urodzeniem!"

Skoro jesteśmy przy szkole: na lekcjach geografii mówi się często o produktach eksportowych jakiegoś kraju. Żeby je zapamiętać zastosuj po prostu ŁMS. Albo ogólny zarys kraju lub regionu. Też proste. Przypomnij sobie włoski "but". Jeśli spojrzysz uważniej na mapę, kształt, obrys danego kraju na pewno coś Ci przypomni, coś, co później da się skojarzyć z nazwą państwa.

Przy pomocy tych samych metod zapamiętasz również numery ewidencyjne, ceny towarów, a tak naprawdę właściwie wszystko, co jest ci potrzebne w życiu, musisz tylko zdecydować, którą metodę i do czego wykorzystasz.

Wspomniałem ceny. Zapamiętujesz je jak każdą liczbę, tylko kojarzysz jeszcze z towarem. Żeby się nie pogubić, przyjmij, że zakładkami z listy bazowej określisz złote, a innymi grosze. Możesz również wymyślać słowa od razu dla 3 czy 4 cyfr, ponieważ na ogół

będziesz wiedział, czy coś kosztuje dziesiątki czy setki złotych. Jeśli łączysz "pianino" z książką, logika podpowie, że jej cena wynosi 9.22 zł, a nie 92.2 zł czy 922 zł, jeśli zaś to samo pianino skojarzysz z telewizorem, to cena 922 zł narzuci się sama.

Tak więc od dziś nie zapomnisz już ani dat, ani cen, ani numerów. Powtórzę raz jeszcze, na początku może Ci się wydawać, że łatwiej jest zapisywać tego rodzaju informacje, ale po pewnym czasie okaże się, że kojarzysz szybciej niż piszesz.

I najważniejsze, nie martw się, że w głowie będziesz miał setki rozmaitych obrazów. Znowu przypomnę, że jeśli coś zapamiętałeś metodą skojarzeń i z zapamiętanej informacji często korzystasz, wbijesz ją sobie w końcu w głowę, i o skojarzeniach i obrazach, które spełniły swoją rolę, po prostu zapomnisz.

Rozdział 25

Prezentacje sztuczek i zabawy pamięciowe

Wśród publiczności cyrku usiadło kilku dyrektorów z branży, aby obejrzeć niezwykle numer. W napiętej ciszy Wielki Bosco wspiał się po linie, stanął na niewielkiej platformie 40 m nad areną, nabrał powietrza w płuca i zaczął machać rękami przy narastającym crescendo werbli. W pewnej chwili oderwał nogi od platformy i *pofrunął*. Wykonywał w powietrzu różne ewolucje, latał w górę, w dół, w poprzek, do tyłu. Po kilku minutach jeden z dyrektorów odzywa się do pozostałych:

– Dobrze, fruwa. I to wszystko?

Niektórzy z was mogą zastanawiać się, po co opisuję tyle pamięciowych sztuczek w tej książce. Jestem człowiekiem estrady, więc czy dobrze robię, że sam sobie tworzę konkurencję? Otóż wcale mnie to nie martwi. Nawet jeśli ktoś z Was stanie kiedyś oko w oko z publicznością, wiem, że będzie na tyle pomysłowy, że ułoży i przedstawi swój własny program.

Jest takie prawo w show-biznesie, że o tym, czy ktoś jest dobry w zawodzie decyduje nie to, co prezentuje, ale jak; sam program jest tylko środkiem do tego celu. Możesz opowiadać dowcipy, tańczyć, śpiewać, popisywać się niezwykłą pamięcią, fikać kozły czy fruwać, ale sprawdzasz się tylko wtedy, kiedy *bawisz* publiczność.

Sztuczki pamięciowe opisuję głównie z dwóch powodów. Po pierwsze, chcę pokazać, że metody, którymi się posługuję, mają wiele praktycznych zastosowań, nie tylko na estradzie, a po wtóre, uważam, że najlepszym sposobem, aby się tych metod nauczyć, jest przy okazji zabawić lub zadziwić przyjaciół. A możesz to robić wszędzie; w domu, klubie osiedlowym, u znajomych czy na wycieczce. Jest tylko jeden warunek: rób to dobrze, na tyle dobrze, aby przyniosło to chlubę i Tobie, i moim metodom.

Wszędzie, również w życiu estradowym, trafiają się wyzbyci skrupułów ludzie, którzy robią wszystko, aby tylko pomóc sobie w karierze. Przynajmniej raz w roku ktoś kradnie mi jakiś numer; ostatnie był to nawet cały program (bez najtrudniejszych punktów), co nie zdarza się często, mimo nagminnych kradzieży w ogóle. Zezłościło mnie jednak nie to, że facet zaprezentował mój program, ale to, że przedstawił go źle. Czego zresztą można się było spodziewać; dobry estradowiec nigdy nie kradnie cudzych pomysłów.

Nie, zdradzając tajemnice zawodowe nie obawiam się konkurencji, gdyż wierzę, że będzie to konkurencja zdrowa. W tym rozdziale opiszę więc wiele sztuczek z moich dawnych programów (niektóre z nich pokazuję zresztą do dzisiaj).

Pierwsza z nich to zapamiętywanie przedmiotów i inicjałów. Poproś, aby każdy z obecnych (najlepiej jeśli jest kilkanaście osób) wymienił jakiś przedmiot i dwie litery (mogą to być własne inicjały). Sztuczka polega na tym, że słysząc nazwę przedmiotu zgadujesz, jakie były inicjały i odwrotnie. Jest to bardzo łatwe i bardzo widowiskowe. Wystarczy znaleźć słowo, które na początku i końcu będzie miało dwie zadane litery, a potem skojarzyć je z odpowiednim przedmiotem. Np. R. T. i żyrandol. Połącz raut z żyrandolem. B. D. i butelka. Butelkę skojarz z bardem. P.S. i wentylator – pies siusia w wentylator, itd.

Cechą metod pamięciowych jest ich elastyczność. Można je wykorzystać do wielu zadań. Np. sztuczkę, którą już znasz, a którą nazwałem "brakująca karta", da się wykonać również z

liczbami. Niech ktoś wypisze na kartce numery od 1 do 52 lub więcej i potem wymienia je i "ptaszkuje" w dowolnej kolejności, ale nie do końca; Ty zgadujesz liczby, których nie wymienił.

Postępujesz tak samo, jak w sztuczce z kartami, tzn. najpierw "okaleczasz" zakładki wymienianych liczb, a potem przebiegasz w myśli wszystkie zakładki raz jeszcze, od pierwszego do ostatniego numeru na liście. Jeśli natrafisz na zakładkę "zdrową" – będziesz wiedział, że takiej liczby nie usłyszałeś.

Jedną z najlepszych sztuczek karcianych to "schowana karta". Wychodzi najlepiej w obecności co najmniej 52 osób. Jeśli jest mniej, weź mniej kart. Najpierw rozdajesz całą talię, aby każdy miał po jednej karcie, a potem prosisz o podanie nazwy każdej z nich i miejsca, gdzie kto ją chowa.

Teraz musisz skojarzyć zakładkę danej karty z miejscem jej ukrycia. Np. waleta pikowego ktoś chowa do portfela. Do portfela w kieszeni lejeś wino z butelki (wino, jak pamiętasz, to walet pikowy), itd. Kiedy już wszystkie karty zostaną "pochowane", podajesz dokładnie, gdzie która jest.

Możesz również zaimponować niezwykłą pamięcią do liczb. To też łatwe.

Jeśli nauczyłeś się innych niż bazowa lista zakładek do 16 lub 20 (o czym pisałem w rozdziale 12), zrób tak:

Ktoś pisze na kawałku papieru cyfry od 1 do 20, a później głośno przyporządkowuje im jakąś dwucyfrową liczbę. Ty na hasło numeru podajesz liczbę albo odwrotnie: w tej sztuczce zakładek "doraźnych" używasz do zapamiętania kolejności, a innych (tych z listy bazowej) – do liczb właściwych. Np. nr 3 i 34. W "obrazkowym" systemie zakładek 3 to koniczyna, więc kojarzysz koniczynę z murem (34). Gęsty dywan koniczyny pokrywa mur albo fragmenty muru tkwią porozrzucane na ogromnej łące koniczyny. Jeśli użyjesz zakładek "alfabetycznych", wtedy "wszy" będą łączyć po tym murze (tfu!), itd.

Pełen zaufania do własnych sił, powyższą listę liczb i numerów możesz uzupełnić o jakieś przedmioty i też je zapamiętać. Szukasz wtedy zabawnych skojarzeń między trzema elementami. Np. niech pod nr 9 znajdzie się toster i 24. Trzymajmy się na razie "obrazkowego" systemu zakładek. A więc fajka stoi na sztorc w tosterze i dymi, a nad nią lata w tę i z powrotem bardzo zdenerwowany nur (24).

Jak już wiesz, każdą opisaną w tej książce metodę, można wykorzystać w jakiejś sztuczce, a z kolei każda sztuczka dostarcza pomysłu na inne zastosowanie metody w praktyce. Słów zastępczych możesz użyć np. do zapamiętania nazwisk i kart, albo nazwisk i przedmiotów, metoda pomocna w zapamiętywaniu dużych liczb przydaje się do zapamiętania nazwisk i numerów dowodu, albo serii banknotów, itd. Powiedzmy, że na hasło nazwiska podajesz numer dowodu lub odwrotnie. Jak to robisz? Kojarzysz słowo (słowa) zastępcze nazwiska ze słowem zaczynającym się i kończącym na pierwsze dwie litery serii, dodajesz do tego zakładki kolejnych cyfr numeru i już.

Zdaję sobie sprawę, że raczej niewielu z Was uzna pamięciowe opanowanie alfabetu Morse'a za wartę zachodu, ale chcę pokazać raz jeszcze, że przy pomocy świadomych skojarzeń można zapamiętać absolutnie wszystko, pamiętając tylko o metodzie, aby "niezrozumiałe uczynić zrozumiałym". Jedynym ograniczeniem jest wtedy tylko własna wyobraźnia.

Nie jest to właściwie sztuczka jako taka, chociaż pomysł zrodził się z metody, jak zapamiętać inicjały i przedmioty. Alfabet Morse'a dlatego tak trudno zapamiętać, że jest całkowicie abstrakcyjny. Układ kropek i kresek sam w sobie nic nie znaczy, nie można podłożyć pod niego żadnych obrazów, trzeba więc sprawić, aby zaczął coś mówić. Jeśli kropce przyporządkujemy np. głoskę "r" a kresce głoskę "t", wtedy dla każdej litery, tj. każdego układu kropek i kresek da się znaleźć jakieś wyobraźalne słowo, lub słowa, które zarazem przypomną o jakie kropki i kreski chodzi.

Przyjrzyj się poniższej liście:

- A .– robot
- B –... terror
- C –.–. tortury
- D –.. trubadur

E . Ra (tratwa)
F ..-. rower na torach
G ---. tatar
H rura robura
I .. rowerek
J .- - - rastaman na totemie
K -. -tort
L .-. kretyn w rurach
M - - tato
N -. tryk
O - - -Tadek na taczkach się toczy lub TTT
P .-. raut u Turka
Q ---. tato z kretem
R .-. ruptura
S ... rabarbar
T - tea
U ..-roraty
V ...- raki na roratach
W .- -parytet
X ..- stary kret
Y -. - - tramwaj z totkiem
Z - -.. tomaty z kurarą

Spróbuj powiązać teraz każde powyższe słowo lub zdanie z konkretną literą alfabetu, tak aby jedno przypominało o drugim. Możesz w tym celu użyć zakładki "alfabetycznych" albo "przymiotnikowych" (rozdział 12 lub 22). W pierwszym przypadku kojarzysz asa z robotem, bez z terrorem, cep z torturami, itd. (listę zakładek musisz uzupełnić tylko o Q – np. kuk i x – np. ixi). W drugim wyobraź sobie jak wygląda archeologiczny robot, brodaty terroryzm, ciche tortury, drobnołuskany trubadur, aż do zalatanych tomatów z kurarą. Możesz również wykorzystać bazową listę zakładek, jeśli znasz numeryczną kolejność alfabetu. Wtedy robot wpadnie do dołu, Noe zajmie się terrorem, mysz wrzaśnie na torturach, trubadur sypnie ryżem, itd.

Rodzaj skojarzeń zależy oczywiście od Ciebie.

W ten sposób nauczysz się alfabetu Morse'a w pół godziny. Oczywiście nie znaczy to, że od razu staniesz się biegłym telegrafistą. Do tego trzeba dużej praktyki i doświadczenia, ale powyższa metoda, aby na początku nauki po prostu zapamiętać znaczenie sygnałów, jest znakomita.

Jak więc widzisz, systemy pamięciowe można wykorzystać wszędzie. Sztuczki i zabawy, które opisałem w tej książce, nie zamykają oczywiście całej listy. Jej uzupełnienie czeka na Ciebie.

Ale pamiętaj, zawsze może Ci się przytrafić to, co pewnemu artyście w kolejnej historii z cyrku:

Popisowy numer. Wysoko, 40 metrów nad areną, bez żadnego zabezpieczenia, cyrkowiec kładzie na linie piłkę tenisową, na niej odwrócone do góry nogami krzesło, sam staje na tym krześle na głowie, po czym zaczyna grać nogami na skrzypcach. Przygląda się temu przedstawiciel agencji cyrkowej. Po paru minutach odwraca się do kolegi i mówi:

– No, Jehudi Menuhin to on nie jest!

Rozdział 26

Przed wszystkim praktyka

Pewien skrzypek żyjący w Stanach był przekonany, iż potrafi grać tak pięknie, że oczaruje nawet dzikie zwierzęta. Mimo błagań i ostrzeżeń przyjaciół postanowił ruszyć w

najdalsze zakątki Afryki, tylko ze skrzypcami.

Co zaplanował, zrobił. Stał w środku dżungli i zaczął grać. Zobaczył go słoń, ale kiedy podszedł bliżej i usłyszał muzykę, siadł oczarowany pięknem dźwięków. Gepard zeskoczył z drzewa szczerząc kły, ale też poddał się urokowi muzyki. Do geparda i słonia dołączył lew, potem kolejni mieszkańcy dżungli, a wirtuoz grał i grał, i żadne zwierzę nie robiło mu krzywdy.

I wtedy nagle pojawił się lampart. Skoczył na skrzypka i w kilka chwil zjadł go co do kosteczki. Inne zwierzęta podniosły krzyk:

– Coś ty narobił? Przecież facet tak pięknie grał!

A lampart przystawiając łapę do ucha:

– Hę? Nic nie słyszę! Coście mówili?!

Tak to jest. Muzyka może być najpiękniejsza, ale jeśli nikt jej nie słyszy, jakie to ma znaczenie? Podobnie z metodami pamięciowymi. Mogą być najlepsze, a przecież nic niewarte, jeśli ich nie zastosujesz, nie pokażesz w praktyce.

Mam nadzieję, że poświęciłeś im jednak trochę czasu i masz już satysfakcję z poczynionych postępów. Ich największy, według mnie atut, to elastyczność. Nie znalazłem się jeszcze w sytuacji, w której by mnie zawiodły.

Nauka świadomych skojarzeń tylko na początku może być trudna, później wytrenowany umysł sam podsunie Ci stosowne obrazy.

Wulkan Fudżijama ma 12365 stóp wysokości. Żeby to zapamiętać, możesz oczywiście użyć listy zakładek, ale prościej jest wykorzystać skojarzenie z "kalendarzem". Dlaczego? Przyjrzyj się tej liczbie raz jeszcze. Zobaczysz 12 miesięcy i 365 dni w roku. Zobacz kalendarz na wulkanie lub skojarz go ze słowami zastępczymi dla Fudżijamy.

Inny przykład. Angielscy uczniowie zapamiętują nazwy Wielkich Jezior Kanady dzięki słowu Homes. Też proste, choć trzeba było na to wpaść: Huron, Ontario, Michigan, Erie, Superior.

Ogromny jakościowy skok w treningu pamięci to umiejętność szybkiego znajdowania słów zastępczych, chociaż bardziej chodzi o obrazy i pojęcia zastępcze, niż słowa. Jak już wiesz, dla pamięci ważniejszy jest obraz niż dźwięk.

Jeśli skojarzysz mały kamyk, na który zarzucasz arkan z przelatującego nisko samolotu linii SAS, zapamiętasz, że stolicą stanu Arkansas jest Little Rock (po ang. mały kamyk).

Amerykański Święty Mikołaj to Santa Klaus albo po prostu Santa. Jeśli wyobrazisz sobie Świętego Mikołaja (czyli Santę) w wielkim amerykańskim sombrero na głowie, który wpada do szamba, będziesz wiedział, że stolica Nowego Meksyku to Santa Fe.

Albo Zatoka Anadyrska (Morze Beringa). A-na-dyr-ska. Zobacz znajomego dyrektora z wielką literą A na głowie, jak pływa na desce po morzu, itd.

Rozumiesz zapewne, że nie jestem w stanie opisać wszystkich zastosowań metod pamięciowych, ale uwierz mi: *naprawdę* można je wykorzystać w każdej dziedzinie i na każdym polu. Jak je zaadaptujesz, zależy od konkretnego przypadku.

Wielu ludzi jada ostatnio z tabelą kalorii w rękę. Oczywiście można i tak, ale przecież bardzo łatwo nauczyć się takiej tabeli na pamięć. Wystarczy połączyć potrawę z odpowiednią zakładką. Wyobraź sobie np., że smażone jajo wcina Dzeus. I już wiesz: zjada 100 kalorii! Wiedziałeś, że łyżeczka majonezu to 92 kalorie? Teraz tak, bo co widzisz? Elegancko ubrany pan (92) ochlapuje się łyżeczką majonezu (brudas jeden!). Jeśli masz tendencje do tycia, a lubisz piwo, zapamiętaj, że ćwierć litra "browaru" to około 175 kalorii. Skojarz tylko piwo ze słowem "dekiel" albo "Tekla" (ta z Pszczołki Mai).

Jeśli ciągle uważasz, że zbyt wiele z tym pamiętaniem zachodu, powtórzę – tak mówią ludzie leniwi. To właśnie tzw. "naturalny" sposób zapamiętywania, ten niby "prosto z głowy" jest najtrudniejszy. Nie tylko, że nie jest tak skuteczny, ale ani tak szybki, ani z pewnością tak zabawny. A co więcej, zastosowanie metod pamięciowych jest praktycznie nieograniczone – jedyna granica to Twoja wyobraźnia.

W nauce angielskiego studenci często mają kłopot z pisownią, zwłaszcza tych wyrazów, w których nie wiadomo, czy pisać "e", czy "i". Np. repetitions (powtarzalny). Napisz to słowo na kartce papieru, ale "e" zaznacz jakoś szczególnie, np. "repEtitions". Przypatrz się temu

przez chwilę i tak właśnie ten wyraz zapamiętasz. Albo "liquefy" (skraplać się). Zrób to samo. Napisz liquEfy, uważnie popatrz i zapamiętaj.

Jeśli zrozumiesz na czym polega zabawa, zrozumiesz istotę metody. A wtedy tylko od Twojej wyobraźni zależy, gdzie ją jeszcze zastosujesz.

Chciałem, pisząc tę książkę, abyś poznał sekrety sprawnej pamięci i zasady, jak ją osiągnąć. Z braku miejsca nie mogłem o moich metodach napisać więcej. Mam jednak nadzieję, że napisałem wystarczająco dużo, abyś wiedział, co z nimi zrobić w przyszłości.

Niech Ci służą.