

УДК 159.9
Ф74

Серія «Саморозвиток»

Перекладено за виданням:

Foer, J. Moonwalking with Einstein : The Art and Science of Remembering Everything / Joshua Foer. — New York : The Penguin Press, 2011. — 320 p.

Переклад з англійської *Єви Ніколаєвої*

Дизайнер обкладинки *Рената Куртвелієва*

Фоер Дж.

Ф74 Прогулянка Місяцем з Ейнштейном. Мистецтво запам'ятовування / Джошуа Фоер ; пер. з англ. Є. Ніколаєвої. — Х. : Віват, 2020. — 304 с. — (Серія «Саморозвиток», ISBN 978-966-942-827-1).

ISBN 978-966-942-858-5 (укр.)

ISBN 978-1-59420-229-2 (англ.)

Майже сорок днів на рік більшість людей витрачають у спробах пригадати те, про що забули. Джошуа Фоер колись теж був таким. Проте лише за один рік тренувань він потрапив у фінал чемпіонату США із запам'ятовування і — на власний подив — здобув перемогу.

Ця книжка змінить ваші уявлення про те, як працює людська пам'ять. Автор поведе читачів у дивовижну мандрівку: ви дізнаєтеся безліч цікавого, від класичних методів, що їх застосовував Цицерон, до сучасних технік «інтелектуальних спортсменів». Книжка Фоера — це заклик відродити мистецтво запам'ятовування, яке навіть нині, у добу смартфонів, стає дедалі актуальнішим.

УДК 159.9

ISBN 978-966-942-827-1 (серія)

ISBN 978-966-942-858-5 (укр.)

ISBN 978-1-59420-229-2 (англ.)

© Joshua Foer, 2011

© ТОВ «Видавництво "Віват"», видання українською мовою, 2020

Більше ніхто не вижив.

За якусь мить бенкетна зала перетворилася на руїни. Члени родин загиблих прибули на місце катастрофи та порпалися серед уламків, намагаючись відшукати бодай щось — каблучки, сандалії, — що допомогло б поховати рідних належним чином. Це сталося в V ст. до н. е.

За кілька хвилин до події грецький поет Симонід Кеоський зачитав оду на честь Скопаса, фессалійця шляхетного походження. Щойно Симонід сів на своє місце, його плеча торкнувся служник, що приніс звістку: знадвору на поета нетерпляче чекають двоє вершників з якимось повідомленням. Симонід знову підвівся та вийшов. Щойно він переступив поріг, як стеля бенкетної зали обвалилася, вибухнувши шквалом мармурових уламків і дощем пилу.

Перед ним тепер було видовище руїн та мертвих тіл. Повітря, де ще за мить до катастрофи лунав дзвінкий сміх, важніло від куряви й тиші. Рятівники з шаленою швидкістю розгрібали уламки зруйнованої будівлі. Тіла, що їх діставали з-під завалів, були невпізнано понівечені. Неможливо було сказати, хто був усередині. Одна трагедія доповнювала іншу.

Аж раптом сталося те, що назавжди змінило ставлення людей до спогадів. Симонід пропустив крізь себе хаос, що володарював

навколо, та повернув час у зворотному напрямку. Купи мarmуру знову стали величними колонами, шматки фризів перетворилися на цілу скульптуру, якою були до цього. Кам'яні уламки чаш відродилися, ставши знову посудинами, а потрощені дерев'яні рештки перетворилися на бенкетні столи, якими були до катастрофи. Симонід поквaпом оглянув кожного з гостей вечора, які не мали жодної підозри щодо неминучої катастрофи. Він бачив Скопаса, який очоловав стіл — фессалієць сміявся; навхрест від нього сидів шляхетний поет, що, всміхаючись, підбирав залишки обіду з тарілки, вмочаючи туди шматочок хліба. Повернувшись до вікна, побачив Симонід вісників, які квапилися, ніби несли важливе повідомлення.

Симонід розплющив очі. Кожного з родичів, що не тямали себе від пережитого, він брав за руку, підводячи до того місця, де сиділи їхні близькі й де зараз були самі лише руїни.

За легендою, саме цієї миті зародилося мистецтво запам'ятовування.

1

Найрозумніша людина — рігкісна перлина

К омік Дом Делуїз, світський товстун (жирова п'ятірка), у мойй уяві робив просто-таки непристойні речі: набравши до рота якомога більше слини (жирова дев'ятка), він плюнув у густу сиву шевелюру Ейнштейна (дзвінкова трійка) та завдав нищівного каратистського удару (винова п'ятірка) в пах Пані Бенедиктові XVI (дзвінкова шістка). Майкл Джексон (чирвовий король) робив дещо дивне навіть для нього. Він спорожнив свій кишківник (жирова двійка) на сендвіч із лососем (жировий король) та надув повітряну кульку (жирова краля) власними газами (винова шістка). Пі Перлман, мініатюрна бариста (і винова королева) із серіалу «Весела компанія»¹ розважалася з двометровим суданським баскетболістом Мануте Болом (жирова сімка), виробляючи такі подвійні кульбіти, що анатомічно ледь були можливі (жирова трійка).

¹ «Cheers» (англ.). (Тут і далі прим. пер., якщо не зазначено інше.)

Я не дуже пишаюся тим, що передаю побачене, скоріше ніяковію, але такі довгі пояснення необхідні, щоб зрозуміти, як я посеред цього опинився. Ліворуч від мене сидів Рем Коллі, 25-річний неголений бізнес-консультант із Річмонда, штат Вірджинія, який саме захищав свій титул чемпіона Сполучених Штатів із запам'ятовування. Праворуч від мене стирчала телевізійна камера національного кабельного телебачення. Позаду — я не бачив їх, а вони не турбували мене — сиділи близько сотні глядачів та двоє коментаторів, які вели прямий репортаж із місця подій. Один з них — ветеран-коментатор боксерських двобоїв на ім'я Кенні Райс, із ретельно укладеною феном зачіскою. Його скрипучий, заколисливий голос ледь приховував, як він нудьгує посеред цієї вечірки розумників. Інший — Пеле з-поміж американських чемпіонів зі спортивно-го запам'ятовування, бородатий 43-річний інженер-хімік і чотириразовий чемпіон країни, Скотт Гегвуд. Він прибув з Фаствілля, штат Північна Кароліна. У кутку кімнати розташовано об'єкт мого бажання — дещо кітчевий трофей, «двоюрусна» статуетка. Це була срібляста рука із золотистими нігтями, яка тримала комбінацію карт флеш-рояль, а трохи нижче — три білоголові орлани¹ як символ патріотизму. Заввишки статуетка була як моя дворічна небога (а важила менше, ніж будь-яка її м'яка іграшка).

Публіку попросили не робити жодних фотознімків та зберігати суцільну тишу. Не те що я чи Рем могли їх почути — ми ж обоє були в навушниках. Ще в мене була пара звуконепроникних навушників, що їх застосовують на виробництві, і я мав такий вигляд, ніби був членом екіпажу космічного корабля (на чемпіонаті із запам'ятовування неможливо бути «занадто глухим»). Я заплющив очі. На столі переді мною лежали дві перетасовані колоди гральних карт сорочками догори. За мить

арбітр спинить секундомір та я матиму лише п'ять хвилин, щоб запам'ятати порядок карт в обох колодах.

Неймовірна історія про те, як я опинився на чемпіонаті Сполучених Штатів із запам'ятовування, закликаючи та впріваючи від напруження, почалася рік тому на засніженому шосе в центральній Пенсільванії. Я їхав з дому у Вашингтоні в долину Ліхай, щоб узяти інтерв'ю у фізика-теоретика з університету Куцтаун для журналу «Discover». Науковець винайшов вакуумну камеру, за допомогою якої мали б виробляти найбільші у світі пластівці попкорну. Я прямував за маршрутом, який проходив через місто Йорк, штат Пенсільванія, де були Зала слави та Музей важкої атлетики. Я вирішив, що таке варто побачити на власні очі, до того ж треба було якось згаяти цілу годину.

Як виявилось, Залою слави була чистісінька кімнатка, де зберігалася колекція старих знімків та реліквій, виставлених на нижньому поверсі офісної будівлі найбільшого в країні виробника гантелей. З музеєзнавчого погляду — мізерія. Проте саме в цьому місці я вперше побачив світліну Джо Грінштейна на прізвисько Могутній Атом. Це був силач зростом 163 см, американець єврейського походження, який здобув своє прізвисько завдяки вмінню перекушувати 25-центові монети та здатності лежачи на ліжку із цвяхами утримувати на своїх грудях оркестр диксиленд, що складався із 14 музикантів. Свій статус Джо здобув ще у 1920-х рр. А одного разу він замінив усі чотири покришки на авто, не використавши при цьому жодного інструмента. Як проголошував підпис поряд з фото Грінштейна, то була «найсильніша людина у світі».

Дивлячись на це фото, я ніяк не міг позбутися думки про те, якою цікавою могла б стати зустріч найсильнішої людини світу з найрозумнішою. Могутній Атом та Ейнштейн стискають одне одного в обіймах: величний момент стикання сили й розуму. Принаймні таке фото стало б гідною прикрасою для мого

¹ Орлан — національний символ Сполучених Штатів.

робочого столу. Цікаво, чи взагалі існує така світлина? Повернувшись додому, я пошукав відповідь у Google. Знайти найсильнішу людину виявилось нескладно. Це був Маріуш Пудзіновський, який мешкав у місті Бяла-Равска, що в Польщі, та міг піднімати вагу у 420 кг (це вага 30 моїх небожів).

На відміну від найсильнішої, найрозумнішу людину знайти виявилось, навпаки, складно. Я набрав у пошуковик «найвищий IQ», «чемпіон з інтелектуальних змагань», «найрозумніша людина у світі». У Нью-Йорку, як я дізнався, жив чоловік, чий показник IQ дорівнював 228, а в Угорщині мешкав шахіст, що зіграв 52 гри поспіль із зав'язаними очима. Одна жінка з Індії вміла обчислювати квадратний корінь 23-го ступеня з двохсотзначного числа в думці за 50 секунд, а інший чоловік міг зібрати чотирирівимірний кубик Рубика. А про кандидатів на кшталт Стівена Гокінга й говорити нема чого. Силу інтелекту, на відміну від м'язової сили, вирахувати не так уже й просто.

Однак в Google я відшукав одного загадкового кандидата, який, можливо, не був найрозумнішим з-поміж усіх людей, але таким собі дивакуватим генієм — точно. Цей чоловік на ім'я Бен Прідмор міг запам'ятати точний порядок 1528 випадкових чисел усього-на-всього за годину, а людей з нахилами до гуманітарних наук вражав здатністю відтворити будь-який вірш, котрий йому пропонували. Він був чинним чемпіоном із запам'ятовування у світі.

Наступні кілька днів я постійно думав про Бена Прідмора. Моя пам'ять була пересічна. Я регулярно забував, куди поклав ключі від машини (та й де припаркував саме авто), забував, що поставив обід на плиту, забував правопис прийменників, забував про день народження моєї дівчини, про нашу річницю і про День закоханих, забував, що треба нахилитися, спускаючись у батьківський підвал (ай!), не пам'ятав телефонних номерів друзів і навіть я щойно відчинив дверцята холодильника, забував зарядити мобільний, ім'я голови адміністрації прези-

дента Буша й черговість технічних зупинок на магістралі Тернпайк у Нью-Джерсі, забував, якого року «Redskins»¹ востаннє виграли суперкубок, а ще — опустити сидіння унітаза.

На відміну від мене, Бен Прідмор міг запам'ятати порядок перетасованої колоди гральних карт за 32 секунди. За п'ять хвилин він міг назавжди запам'ятати 96 різних історичних дат і подій. Чоловік пам'ятав 50 000 знаків числа π . Чому б не позаздрити йому? Якимось я прочитав, що в середньому людина витрачає 40 днів на рік, компенсуючи шкоду від забутого. Хай Бен Прідмор і був тимчасово безробітним, але уявіть, наскільки продуктивнішим він міг бути.

Здається, щодня ми маємо запам'ятовувати щораз більше інформації: імена, дати, паролі, зустрічі. Утім, якби мати властивості пам'яті, як у Бена Прідмора, життя змінилося б, ставши значно кращим, — ось так я це собі уявляв. Сучасна культура перенасичує нас інформацією, а мозок може опрацювати лише малу її частину. Більшість цих даних влітає в одне вухо і вилітає в друге. Якби сенсом читання було просто утримання інформації, то це, напевне, стало б найменш корисною для мене справою. Я міг приблизно шість годин витратити на читання книжки, а враження, яке лишалось в мене потому, таки було доволі невиразним. Усі факти й анекдоти, навіть дійсно цікава і нетипова інформація, яку справді варто було запам'ятати, зазвичай мимоволі вивітрювалися з пам'яті, не лишаючи жодних тривких та чітко окреслених спогадів. Я навіть не можу пригадати, чи всі книжки, що стоять на моїй полиці, я читав.

Якби всі зниклі знання можна було повернути, що це змінило б? Не міг не думати, що завдяки їм я став би переконливішим, упевненішим, якоюсь мірою навіть розумнішим. Звичайно, я став би кращим журналістом, приятелем, хлопцем. Але понад усе пам'ять, як у Бена Прідмора, зробила б мене загалом

¹ «Redskins» — професійна команда з американського футболу.

уважнішим, можливо, навіть мудрішим. Якщо досвід — це сума спогадів і мудрості, то вміти запам'ятовувати більше означало б знати більше не лише про світ, а й про самого себе. Звичайно, забування може давати й очевидну користь. Якби я пам'ятав про всі свої безглузді вчинки, то, найпевніше, перетворився б на нестерпного невротика. Та при цьому скільки цінних ідей і зв'язків просто зникли б з моєї пам'яті через її недосконалість?

Я увесь час думками повертався до сказаного Беном в інтерв'ю, і це змушувало мене замислюватися над тим, як його пам'ять відрізнялася від моєї.

«Уся річ у тому, щоб розуміти механізм і принцип дії пам'яті, — сказав Бен журналістові. — Це насправді до снаги будь-кому».

Через кілька тижнів після мого візиту до Зали слави важкої атлетики я стояв у дальньому кутку офісу «Con Edison»¹, розтапованому на дев'ятнадцятому поверсі будівлі близько Юніон-сквер на Мангеттені. Тут 2005 р. відбувалися змагання Сполучених Штатів із запам'ятовування, де я був спостерігачем. Під впливом захоплення здібностями Бена Прідмора я вирішив написати невелику статтю для журналу «Slate» про те, як я уявляв собі Суперкубок змагань геніїв із запам'ятовування. Це і привело мене сюди.

Однак видовище, яке насправді постало перед моїми очима, зовсім не скидалося на битву титанів. Тут були різних віку та зовнішності чоловіки (і навіть кілька жінок), які марудилися над списками випадкових номерів та слів. Вони називали себе «інтелектуальними спортсменами» або ІС — для зручності.

Усього було п'ять раундів. У першому гравці мали запам'ятати неопубліковану поему «Мій гобелен», яка складалася з 50 рядків. Потім їм запропонували 99 фотографій облич із

підписами імен та прізвищ і 15 хвилин на запам'ятовування такої кількості з них, яку вони здатні запам'ятати. Ще 15 хвилин — на запам'ятовування 300 випадкових слів, п'ять хвилин — щоб утримати в пам'яті 1000 випадкових цифр, записаних на сторінці (25 рядків цифр, 40 цифр в одному рядку), та ще п'ять хвилин — на запам'ятовування порядку карт у перемішаній колоді. Серед змагальників було двоє чемпіонів із запам'ятовування (яких у світі налічується лише 36). Вони здобули свої титули завдяки тому, що менше ніж за годину їм вдалося запам'ятати тисячу випадкових цифр, точний порядок карт у десяти перемішаних гральних колодах — за той самий проміжок часу, а менше ніж за дві хвилини — порядок усіх карт в одній перемішаній колоді.

Хоча на позір усі ці фокуси можуть здатися лише витівками для вечірки розумників — по суті безглузді та дещо навіть жалюгідні, — але під час розмов з учасниками я дізнався, що для них усе значно серйозніше. Це змусило мене замислитися над межами власної пам'яті та змінити погляд на свою освіту.

Я запитав Еда Кука, молодого магістра із запам'ятовування з Англії, який приїхав на американські змагання, щоб ще навесні підготуватися до літнього чемпіонату світу (оскільки він не був громадянином Америки, його очки не могли бути зарховані на американських змаганнях), коли він уперше усвідомив свою геніальність.

— О, та я ж зовсім не геній, — сказав він, ледь помітно всміхаючись.

— Фотографічна пам'ять, — здогадався я.

Він знову всміхнувся й сказав:

— Фотографічна пам'ять — огидний міф. Ну не існує її. Насправді в мене посередня пам'ять. У всіх тут пам'ять пересічна.

Це важко було поєднати з фактом, який я щойно спостерігав: чоловік запам'ятав 252 випадкові цифри так легко, ніби то був його власний мобільний номер.

¹ «Consolidated Edison Inc.» — одна з найбільших американських енергетичних компаній.

— Треба зрозуміти лиш одне, — сказав він, — посередня пам'ять має величезну силу, яку просто треба вміти розвинути.

Ед мав грубуваті риси обличчя та кучму темно-русявого кучерявого волосся, що сягало плечей. Він мав такий вигляд, ніби догляд за собою ніколи не був для нього найважливішою справою. На ньому були сорочка та краватка з недбало зав'язаним вузлом, а доповнювала це все пара пантофель, оздоблених зображенням британського прапора, які сюди зовсім не пасували. Ед мав лише 24 роки, але поведився так, ніби був утричі старший. Він шкутильгав, спираючись на ціпок. «Жезл переможця» — так Ед його називав — потрібен був йому для пересування з причини загострення ювенільного артриту, його хронічної хвороби.

Ед, як і решта інтелектуальних спортсменів, яких я тут зустрів, як і Бен Прідмор у своєму інтерв'ю, наполягав на тому, що будь-хто може робити те саме, що роблять вони. Річ була в тому, щоб навчитись «ефективніше використовувати ресурси власної пам'яті» за допомогою дуже простої техніки запам'ятовування, яка має понад двохтисячолітню історію та називається «палац пам'яті». Її, ймовірно, винайшов Симонід Кеоський на руїнах бенкетної зали 2500 років тому.

Техніку палацу пам'яті — також відому як метод подорожування, або метод *локі*, ширше — як *ars memorativa*, або наука запам'ятовування, — винайшли та впорядкували римські майстри-ритори, Цицерон і Квінтіліан, зробивши її розлогою системою правил та інструкцій. Розквіту техніка набула в Середньовіччі, коли побожним християнам треба було запам'ятовувати служби, молитви, а також перелік кар, що чекали на грішників у пеклі. Ті самі прийоми використовували римські сенатори, щоб запам'ятати свої промови на виступах, афінський державний діяч Фемістокл, який запам'ятав імена 20 000 своїх співвітчизників, а також середньовічні вчені, що могли зберігати в пам'яті цілі книжки.

Ед пояснив, що учасники вважали себе за «гранців у любительському науковому проєкті», а за свою мету — відновити давно забуті традиції тренування пам'яті. Як наполягав Ед, колись пам'ять вирішувала все. Натренована пам'ять була не лише зручним інструментом, а й невід'ємною властивістю будь-якої практичної людини. Більше того, вважали, що, тренуючи пам'ять, можна сформувати характер, розвинути ключову, надважливу рису — розсудливість, ба навіть — етичні властивості. Саме й лише завдяки запам'ятовуванню можна вкарбувати ідеї в розум і психіку та засвоїти їх цінність. Техніки існували не лише задля того, щоб запам'ятати непотрібну інформацію, як, наприклад, порядок карт у колоді, а й для того, щоб у підсвідомості осіли важливі тексти та ідеї.

Проте тоді, у XV ст., Гутенберг зробив із книжок продукт масового споживання, і запам'ятовування перестало бути таким важливим — за вас усе могла запам'ятати друкована сторінка. Техніки запам'ятовування, що колись були сутністю античної та середньовічної культури, згодом поглинула окультна й езотерична герметична традиція Ренесансу, а в XIX ст. вони вже перетворилися на фокуси для вистав та мотиваційні книжки з порадами щодо самовдосконалення — і все тільки для того, щоб в останні десятиріччя XX ст. відродитися на цьому дивному й унікальному змаганні.

Лідер відродження тренувань із запам'ятовування — хитрий 67-річний британець, викладач та самопроголошений гуру, Тоні Б'юзен. Чоловік стверджує, що має найвищий «коефіцієнт креативності» у світі. Коли ми з ним зустрілись у кафетерії «Con Edison», на ньому був костюм темно-синього кольору з п'ятьма величезними гудзиками в золотому обідку та сорочка без комірця, що застібалася на ще один великий гудзик біля шиї, надаючи чоловікові вигляд православного священника. На лацкані виблискувала булавка у формі нейрона. На годинниковому циферблаті Тоні було зображено репродукцію Далі