

SYSTÉM VYUŽITÍ MOZKU

Rádce, jak si krok za krokem
zlepšit svou paměť

Jonathan Hancock

Přeložili George a Jenny Dvorsky

ÚVOD

Zamíchejte pro mne balíček karet. Dáte-li mi minutu, abych si mohl všechny karty prohlédnout, řeknu vám zpaměti, jak jdou po sobě, zepředu nebo odzadu. Jmenujte kteroukoliv kartu a já vám řeknu, mezi kterými kartami je. Zamíchejte mi dvacet balíčků karet, chcele-li, navršte je do veliké hromady a dokáži totéž. Mohu si zapamatovat cokoliv. Dejte mi padesát telefonních čísel - řeknu vám je rychleji, než je naleznete v seznamu. Napište náhodnou sekvenci jedniček a nul - může jich být celkem tisíc, vlezou-li se vám na stránku - a já vám je přečtu zpaměti. Umím se naučit jména, slova, obrázky, básně - ale když se mě například zeptáte, mám-li fotografickou paměť, pak vám důrazně odpovím Ne. Ve skutečnosti, považujete-li za fotografickou paměť pamatování si něčeho, aniž byste o tom museli přemýšlet, já mám tu *nejméně* fotografickou paměť, jakou si jen dokážete představit.

Mám paměť, kterou jsem se prostě naučil používat. Pracuje, protože jsem ji naučil pracovat; nejde o trik, ani podvod, ale nejde také o žádný tajemný talent, se kterým jsem se narodil. Jednoduše jsem se rozhodl, že si začnu věci pamatovat, začnu používat svůj mozek, a využiji tak jeho plný potenciál a schopnosti.

Bylo to rozhodnutí motivované ambicí. Od dětství jsem byl fascinován *Guinessovou knihou rekordů* a myšlenkou ‚být nejlepším na světě‘. V naší rodině se vždy hrálo mnoho karetních her a mě bavilo učit se a předvádět karetní triky. Nejvíce mě zaujal rekord pamatování si karet v zamíchaném balíčku. Věděl jsem, že si nedokáži zapamatovat dlouhé sek-

věnce karet jen tak, ale napadlo m+, že existuje snadnější způsob - nčjaká metoda, která pomůže uložit souslednost stovek karet do paměti. Začal jsem experimentovat.

O šest měsíců později jsem se stal hrdým majitelem světového rekordu. Co bylo však ještě důležitější, učinil jsem závažný objev. Když jsem stál před informací, kterou jsem se měl naučit, paměť nepracovala, dokud jsem ji *nepřimel* pracovat. Ale když jsem přišel na to, jak paměť pracuje a učinil jsem rozhodnutí mozek použít, výsledky byly vynikající. Všichni máme po ruce živoucí počítač, který je silnější než kterýkoliv jiný vyrobený v továrně na elektroniku, máme zázračný stroj, který dokáže provést více spojení, než je atomů ve vesmíru.

Cílem *Systému využili mozkou* je ukázat vám, jak tento nástroj vytáhnout z krabice a začít používat.

JAK TUTO KNIHU POUŽÍVAT

Tato kniha je rozdělena do Čtyř částí. Vedle typů a rad pro určité oblasti paměti - telefonní čísla, obličej, cizí slova atd. - má každá část rovněž za úkol objasnit problém v širším rozsahu. Nejde o systém, který používá jen jednu metodu; jde o schopnost používat mnoho různých technik, jejich kombinace a zdokonalení tak, aby sloužily vašim potřebám.

Část první pojednává o čtveřech základních pravidlech, hlavních zákonech paměti.

Část druhá se zaměřuje na slova, vysvětluje techniky používané při pamatování cizích jazyků, těžkých anglických slov, eseji, citátů, básní a her.

Část třetí se zaměřuje na čísla; jak si pamatovat telefonní čísla a čísla kreditních karet, Čísla v datech a v časech, a jak využít Čísla k pamatování jiných informací.

Část čtvrtá předvádí, jak se dají techniky pamatování kombinovat a přizpůsobovat k použití pro jakékoliv situace. Se základními dovednostmi už nikdy nezapomenete jméno, obličej, recept, projev, schůzku, Úkol ...

Když budete pročítat jednotlivé části, soustřed'te se na klíčové oblasti, které jsou pro vás nejdůležitější. Pomůže vám to rychle tam, kde to nejvíce potřebujete, ale existují i obecnější techniky, které je dobré se naučit a praktikovat. Je možné, že nepotřebujete mnoho čísel, ale i jednoduchý číselný systém vám může pomoci při pamatování jmen, slov nebo eseji. Možná, že vás napadá, že dny, kdy jste se cht'li naučit cizí slovíčka, jsou už dávno za vámi, ale stejné techniky lze použít při pamatování citátů, projevů, textů nebo složitých slov.

Čím více technik se naučíte, tím více budete připraveni si něco pamatovat. Přečt'ete si příklady, zkuste si je zapamatovat a budete překvapeni schopnostmi vašeho vlastního mozku. Použijte co nejdříve vaše nově nabyté dovednosti; zatímco vaše obecné povědomí schopností mozku se bude stále ještě rozvíjet, jasně už zaznamenáte specifické výhody.

Samozřejmě, to vše může být zcela zbytečné. Tady je příklad: uvádím seznam čtyřiceti slov. Snažte se je naučit za dvě minuty tak, jak jdou po sobě.

SVÍČKA, SÝR, NŮŽKY, PAŘÍŽ, KOŠ, HORKO, KABÁT, KOLO, KŮŇ,
TABLETKA, TŘI, ŘEZNÍK, KLACEK, OSM, ČAJ, VÁPNO, BOHATÝ,
VANA, HOKEJKA, POCHOD, TRÁVA, NÁDRŽ, PACH, BISKUP,
POPEL, DONALD, ŠLEHAČKA, HRUŠKA,

NOSOROŽEC, VLAK, KRABICE, VÝTAH, PÁSKA, LES, MÍLE,
TELEFON, PEPŘ, AMSTERDAM, RUKAVICE, SILNICE

Po dvou minutách seznam zakryjte a čtete zpaměti. Každé slovo musí znít přesně tak, jak je napsáno výše, a slova musí být ve správném pořadí.

Existují dvě roviny úspěšnosti: buďto jste perfektně úkol zvládli nebo ne. Patříte-li do první kategorie, blahopřeji vám a nemusíte číst dál. Když jste však dopadli méně dokonale, pak vám *System využití mozku* může posloužit.

Dokonce ještě před koncem první části se vám mohu zaručit, že si budete schopni tento seznam, nebo kterýkoliv jiný, pamatovat od začátku do konce i pozpátku - a to je pouze začátek. Vše, co k tomu potřebujete, je touha začít používat svůj mozek.

ČÁST PRVNÍ

SÍLA MOZKU

I když se to zdá být zvláštní, naší přirozenou tendencí je zkoušet se věci naučit bezmyšlenkovitě. Jak často se dostáváte do situace, že si potřebujete zaznamenat telefonní číslo, adresu nebo orientační body, a přitom u sebe nemáte pero a tužku? Když se to stane, pravděpodobně se pokoušíte o žonglérovský kousek a zoufale si opakujete údaje znovu a znovu, až naleznete někde vespod v zásuvce pero a informaci si zapíšete. A kolikrát se stane, že mezitím, co se pokoušíte si všechno zapamatovat, na vás někdo promluví, a vy ve vteřině všechny podrobnosti zapomenete ...

Pro mnohé lidi pamatovat si *znamená* opakovat fakta jako papoušek, až si informace, které si tak připomínají znovu a znovu, uloží do paměti. Takové uložení je však velmi povrchní - jen málokdo ještě nezažil okamžik plný paniky, kdy máte náhle v hlavě 'prázdno', i ty nejdůležitější informace náhle zmizely. V takových chvílích se vám zdá ztráta paměti stejně nepochopitelná jako způsob, kterým jste si původně informaci osvojili!

Zkuste zodpovědět čtyři otázky, které jsou vytištěny níže. K odpovědi potřebujete znalosti, které většina z nás už viděla, slyšela, nebo je dokonce v určitém období života používala. Co s nimi chci ukázat, je tendence podržet si informace v paměti co možná nejkratší dobu - a způsob, kterým si často pamatujeme pouze ta fakta, která nás nezbytnost nutí se naučit.

Otázka první Když námořníci nebo piloti používají anglická slova ,port' a ,starboard', kterým z nich označují levou stranu, a kterým pravou?

Jestliže *jste* námořníkem nebo pilotem, pak znáte odpověď okamžitě, instinktivně stejně tak, jako si všichni pamatujeme svou pravou a levou stranu. V opačném případě, i když vám teď sdělím správnou odpověď, budete si ji pamatovat ještě za rok? A když na to dojde, budete si ji pamatovat ještě zítra? Pokud nejste nuceni stále používat paměť a váš život nebo koníček tuto informaci nevyžaduje jako zásadní znalost, pak budete v pokušení vyhnout se námaze spojené s osvojením si takových faktů a ty zmizí stejně rychle jako nezaznamenaný telefonní vzkaz.

Otázka druhá Na mapě pražského metra, jakou barvou jsou vyznačeny trasy mezi stanicemi: Dejvická - Skalka, Zličín - Českomoravská a Nádraží Holešovice - Háje?

Opět, máte-li vážný důvod, abyste si tyto podrobnosti zapamatovali, pak téměř jistě budou vaše odpovědi správné. Avšak většina lidí se takovou informací nenaučí, ale jen si ji v hlavě podrží, velmi nejistě a na velmi krátkou dobu.

Otázka třetí Které jsou planety našeho slunečního systému a jak jsou po sobě seřazeny podle vzdálenosti od Slunce?

Stejně jako mnohé jiné seznamy, jde o druh informace, který jste se pravděpodobně učili na nějakou zkoušku ve škole, ale už v následující hodině ho zapomněli. Právě zkušenosti ze zkoušek jsou příčinou, proč se mnozí lidé domnívají, že pamatování znamená opakování - spolu s vědomím, že si informaci *podrží* pouze krátkodobě.

Otázka čtvrtá Kdy je zapotřebí posunout hodiny každý rok dopředu - na podzim nebo na jaře?

Kolikrát zjistíme, že nám taková skutečnost musí být připomenuta znovu a znovu, že si ji podržíme jen krátce, a přitom se nikdy nepřimějeme k jednoduché, vědomé snaze si takovou informaci v paměti podržet? Kdybyste to pořádně udělali, stačilo by to jen jednou a bylo by to navždy.

Jen čtením této knihy jste učinili rozhodnutí, že svou paměť začnete používat, a proto mi teď dovoluňte využít tyto čtyři otázky, abych vám ukázal, jak jediný, vědomý čin zapamatování může stačit navěky.

Odpověď první ‚Port‘ znamená levou stranu lodi nebo letadla a ‚starboard‘ hovoří o pravé straně.

Nejjednodušším způsobem, jak si to zapamatovat, je pravděpodobně všimnout si, že slova ‚port‘ a ‚levá‘ mají obě čtyři písmena. Avšak uvědomění si takové skutečnosti příliš připomíná žonglování s informacemi, které jsem už dříve kritizoval. Uložení si informace takovým způsobem asi nevydrží příliš dlouho.

Kdybyste se však měli skutečně vydat na moře, taková jednoduchá technika by vám pomohla podržet si informaci v paměti nastálo. Představivost je klíčem k *Systému využití mozku* - a proto, proč se nyní v představách na moře nevydat?

Představte si, že stojíte u kormidelního kola krásné jachty. Na chvíli přivřete oči a zkuste si tu scénu co nejživěji představit. Tato jachta patří k velmi drahým součástem majetku vašeho přítele milionáře, a tak jste u kormidla trochu nervózní - zvláště když si všimnete jakýchsi ostrých skalisek, která vyčnívají z moře před vámi. Člen posádky na vás začne volat pokyny změny směru, aby vám tak pomohl vyhnout se kolizi: „port ... ještě více port... a teď zpátky starboard ...“ Zoufalí, abyste si vzpomněli, které slovo znamená vpravo, a které vlevo, si náhle všimnete, že jachta je vybavena tak, aby vám tyto významy sama připomněla.

Na levé straně paluby, velmi malými písmeny, je napsáno slovo LEVÝ a pod tím, stejným písmem, je slovo PORT. Písmo je narudlé barvy a třeba vás napadne, že písmomalíř popíjel při práci portské víno - dokonce si připomenete jeho vůni a poloprázdná láhev stojí opodál.

V kontrastu, na pravé straně paluby - musíte obrátit hlavu, abyste to viděli - je napsáno velikým písmem slovo PRAVÝ. Stejně jako u dopravních světel, opakem červené barvy je zelená - a stejná barva byla proto použita také tady pro slovo PRAVÝ a pro slovo STARBOARD, napsané dole a zasahující ještě dále. Kolem slova je namalovaná stovka jasně zelených hvězdiček. Představte si, jak se vaše nervozita a strach, když jste si nyní jisti, že vládnete důležitou informací, mění v sebedůvěru.

Ve skutečnosti teď také víte - a pořádně - že boční světla na lodích vlevo jsou Červená a vpravo zelená. Vaše představivost změnila lehce zapomenutelné informace v daleko skutečnější a zapamatovatelnější fakta a přidala zvláštní pomůcky zapamatování - dokonce vedoucí vás k procvičování vaší paměti.

Odpověď druhá V pražském metru je trasa mezi stanicemi Dejvická a Skalka označena *zelenou* barvou, mezi stanicemi Zličín a Českomoravská *žlutou* a mezi Nádražím Holešovice a stanicí Háje *červenou* barvou.

Opět, klíčem je představivost. Název Skalka nám připomene přírodu, louku a les, tedy zelenou barvu. U názvu druhé konečné stanice této trasy je to zdánlivě trochu horší, ale můžeme použít našich znalostí dopravních světel, kde zelená znamená volno a výzvu k jízdě. Dejvická, s trochou představivosti, znamená také výzvu - dej více, jen neváhej, nic ti v tom nebrání...

Dopravní světelné značení můžeme využít i ve druhém případě, tentokrát varování, které je spojeno se žlutou bar-

vou. Proč varování? Od názvu stanice Zličín není přece daleko k používanějšímu ‚zločin‘, a tady už je rozhodně na místě varování, dej pozor!

Metro je v Praze, tedy v Čechách, ale vy mále rodinu na Moravě, a právě včera se v televizních zprávách zmínili, že se na Moravě šíří epidemie žloutenky, jen aby ji nedostala malá neteř Zuzanka, nebo aby se epidemie nerozšířila do Čech! A rázem máme spojení stanice Českomoravské se žlutou barvou.

Zbývá Červená pro trasu vedoucí mezi nádražím Holešovice a stanicí Háje. Pamatujete si, když jste naposled spěchali právě na toto nádraží naproti své dívce a pokusili se přeběhnout přes přechod na červenou? Aula, která se právě rozjížděla, musela zastavovat, řidiči nadávali a chodci slojící na protější šířané vás všichni s pohoršením pozorovali? Nemohli jste se ubránit, a pořádně jste se červenali. Na tu situaci před nádražím Holešovice jen tak nezapomenete...

Když vás někdo rozzlobí, kam ho posíláte? Kolem jsou však děti, pozor (!), je lepší použít slušnějšího výrazu a poslal ho do ‚háje‘. A rázem máme irvalé spojení mezi stanicí Háje a varováním - Červenou barvou, která je použita i pro označení této trasy metra.

Jen si vzpomeňte na tu trochu představivosti, kterou jsme použili ve spojení s irasami pražského metra, a zcela jistě si příště vzpomenete nejen na barevné označení jednotlivých tras, ale připomenou se vám i názvy konečných stanic, mezi kterými tyto trasy vedou.

Odpověď třetí V naší sluneční soustavě jsou podle vzdálenosti od slunce planěty Merkur, Venuše, Země, Mars, Jupiter, Saturn, Uran, Neplun a Plulo.

Je načase další výlel do představivosti. Jako výchozí bod, který si lze zapamatovat, si představte, že sedíte na povrchu Slunce - a je vám přinejmenším Irochu horko! Abyste zjislili,

jak horko vám je, použijete rtuťový, tedy MERKUROVÝ teploměr (rtuť - mercury), který mále s sebou. A změříte si i vlastní teplotu ... ale když uvidíte údaj, který je už úplně mimo stupnici, zhroutíte se.

Ve chvíli, kdy to nejvíce potřebujete, vám přijde na pomoc postava ze všech nejlepší; VENUŠE, bohyně lásky, která sestoupí z nebes pokrytá jasně červenými srdíčky. Přivede vás zpátky k životu a zavede vás i zpět na ZEM, kde vás uloží do bláta vedle záhonu květin.

Brzy však zjistíte, že to, co jste považovali za bláto, je čokoláda; jste na povrchu veliké čokoládové tyčinky MARS! Chvíli zůstanete na místě, abyste si čokolády užili - čokoláda v představách přece nemá žádné kalorie...

Ležet v Čokoládě je tak pohodlné, že se rozhodnete tam zůstat přes noc. Když se ráno probudíte a uvědomíte si, kde jste, neodoláte a zavýsknete si „jupí“ (JUPITER)! Vše vám však pokazí příchod satana (SATURNA). Drží v ruce vidle, je celý Černý a tvrdí vám, že je vládcem veškeré vesmírné energie, včetně té z URANU, nevyházíte z úžasu...

Přece jen si však uvědomíte, že alespoň vodní energie patří jinému vládci, králi moří NEPTUNOVI. Ostatně, jeho socha zdobí kašnu na náměstí, kterou včera očůrával sousedův jezevčík PLUTO!

Odpověď čtvrtá Hodiny se posunují vpřed na jaře a na podzim se zase posouvají vzad.

Jak jsem ukázal výše, slovní hříčky jsou velmi často nedocenenými pomocníky paměti a mohou být prvním krokem v procesu efektivního učení. Nejlepším způsobem, jak si něco zapamatovat, bývá nalezení něčeho zajímavého přímo v samotné informaci.

Slovo podzim začíná předložkou ‚pod‘, která nám ihned připomene pohyb dolů. Klíčem k zapamatování je tedy

JARO VZHŮRU - VPŘED, PODZIM DOLŮ ~ ZPÁTKY!

Představte si, že sedíte nepohodlně stočením uvnitř hodin 'kukaček' - najednou se ozve zakukání a jste přem vystrčeni vpřed, nahoru, ven na vzduch. Chvíli zůstanete bez pohnutí, ale pak nastane chvíle vrátit se zpátky a padáte dolů, kde se zase pod číselníkem stočíte do své skrčené polohy.

Takže, co označuje levou stranu, port nebo starboard? Jakou barvu má trasa metra vedoucí na stanici Zličín? Která planeta je v pořadí dále od Slunce po Venuši? Kdy se hodiny posunují zpátky? *Tyto* ukázky dokazují, jak je důležité provést vědomé rozhodnutí používat mozek - naučit se informaci lakovým způsobem, že to stačí udělat jednou. Místo toho, aby paměť byla jakousi vágní silou, která někdy pracuje, ale ještě častěji selhává, pochybným nástrojem, se kterým se prostě musíte spokojit, začíná paměť pracovat s řadou technik, jichž je středem, a začíná ovládat vaše myšlení.

PROČ JE DOBRÁ PAMĚŤ DŮLEŽITÁ

Zdá se, že paměť hraje v našem životě zvláštní roli. Na jedné straně žijeme v době, která nás vyzývá k tomu, abychom své mozky nenamáhali: stále více práce na sebe berou počítače, máme k dispozici nejnovější informační technologii, počínaje kalkulačkami a konče programy slovníků editorů, hodinkami s pamětí nebo elektronickými organizátory. Existuje pokušení zapomenout na nejdokanalejší počítač ze všech, na vlastní mozek. A přitom, čím rychlejším a komplikovanějším se svět slává, tím více potřebujeme, abychom měli své vlastní životy pod svou kontrolou. Soupeřivost ještě nikdy nebyla tak důležitá jako dnes; náš čas a energie je stále častěji vyčerpávána až nadoraz. Jestliže dochází k zanedbávání mozku, pak zanedbáváme také možnosti, které nám

mozek dává, a které s sebou nesou velké výhody - doma, ve škole i v práci.

Každý den žádá zapamatovat si seznam věcí, které je třeba nakoupit, telefonní čísla, úkoly, data a výročí a nad vším si podržet organizační kontrolu. Ve vzdělávání se setkáváme s těžkými zkouškami už na prvním stupni a v boji o kvalifikaci se dostáváme pod stále větší stres způsobovaný zkoušením. Nikdy neexistovala větší potřeba uvědomit si potenciál vlastního mozku. Ve světě práce, a nezáleží, ve kterém oboru působíte, je sebedůvěra, která vychází z dobré paměti, neocenitelná. Jen si představte, kolik obchodních jednání mohlo být úspěšných, kdyby si na sebe pamatovali ti správní lidé ještě čtrnáct dnů po skončení konference. Jak by bylo senzační moci uspořádat přednášku nebo schůzku s klientem bez poznámek nebo bez nutnosti hledat v diáři. Dnes trávíme spoustu času snahou vytvořit o sobě určitou představu - image, vzbudit dojem, a přitom tak málo pozornosti věnujeme tomu, co je nejpozoruhodnější dovedností ze všech.

Jak bláznivé by se zdálo, kdyby si vlastník auta svůj vůz nechával v garáži až do chvíle, kdy mu tam auto zrezaví. Představte si majitele automobilu, který by se vozem zaobíral jen občas a zjišťoval, co na voze pracuje - například světlomety, nebo stěrače - ale nikam by nejezdil, protože by čekal, že ho auto svezí samo, bez jeho řidičského přičinění. „Bud' to bude nějak pracovat," uvažuje, „nebo nebude." Vypadá to bláznivě- ale je to přesný popis vztahu, který mnozí lidé mají ke svému mozku.

Stejně jako u auta i k rozvoji a využití potenciálu mozku, není nutné přesně chápat *jak a proč* vše pracuje. Ani na výši dnešního technologického věku nechápu nejlepší světoví vědci, jak mnohé funkce mozku pracují. Je však důležité vědět, jak mozek *používat*, která tlačítka stisknout, abychom

dosáhli potřebných výsledků. *Systém využití mozku* je praktickým průvodcem, jak se naučit mozek používat, ukáže vám, jak si osvojit klíčové techniky v různých specifických podmínkách a situacích a dokáže, že praxe skutečně vede k dokonalosti.

PRACE S VAŠÍ PAMĚTÍ

Čtyři pravidla mozku

Když jsem se rozhodl pracovat na své paměti, začal jsem experimentovat. Uvědomil jsem si, že je důležité zjistit, jaký druh informací je můj mozek *schopen* absorbovat, a pak tuto znalost použít na pomoc v případech, které považuji za obtížné. Nyní je celý *Systém využití mozku* založen na jednoduchém principu využití způsobu, jakým paměť pracuje, k našemu prospěchu.

Takže, co jsou přirozené techniky mozku, základní síly, které kontrolují paměť? Ze své zkušenosti vím, že mohou být rozděleny do čtyř klíčových pravidel.

•

PRVNÍ PRAVIDLO MOZKU

• *Lépe si pamatujete to, co se stalo vám.*

Představte si, že je vám dáno sedm náhodných čísel, na která se můžete několik vteřin dívat, a pak jsou zase zakryta, A teď, i po pouhých dvou minutách, na co je pro vás snadnější si vzpomenout: na čísla, nebo na to, co jste včera dělali?

Vraťte se v paměti o několik dnů zpět. Je pravděpodobné, že i ta nejnudnější součást života se vám bude zdát daleko

lehčeji zapamatovatelná.

která nemá s vámi, 17

nebo se skutečným životem, žádnou spojitost. Zcela jistě, čím více se vracíte do minulosti, tím více se dny začínají mísit a ztrácíte většinu podrobností. Avšak některé dny, některé chvíle, zůstávají v paměti ostré a živé, a téměř vždy jde o období, kdy středem činnosti, a často středem pozornosti, jste byli vy.

Pamatujeme si, co se stalo například o našich narozeninách, vzpomínáme si na prázdniny, přijetí do práce, vítězství v soutěžích, nehody. Čím je naše spojitost s událostí silnější, tím pravděpodobnější je, že si ji zapamatujeme. Taková spojitost je velmi často vytvořena silnou citovou odezvou. Ta může být velmi rozdílná a po chvílce uvažování o našich nejvíce pamatovaných zkušenostech zjistíme, že je v nich často obsažena alespoň jedna z následujících reakcí: pocit štěstí, strach, stud, nadšení, zklamání, bolest, zármutek nebo ulehčení. Chvíle, kdy jsme se jako malé děti nejvíce styděli, si například pamatujeme nyní daleko lépe než to, co jsme měli na snídani minulý čtvrtek!

V rádiu hrají písničku, která je už stará mnoho let. Náhle si vzpomenete kde jste bydleli a co jste dělali v době, kdy skladbu hráli v rádiu skoro pořád. Programoví pracovníci rozhlasu to vědí a vybírají hudbu, která byla nová v době, kdy jejich cíloví posluchači prožívali své 'klíčové momenty' -zamilování, koupi prvního auta, svatbu. Televizní programátoři zase často spojují staré televizní zprávy s dobovou hudbou. A když uvažujeme o některých světových historických událostech, často zjistíme, že jsou v naší paměti svázány s událostmi v našich vlastních životech té doby.

Zdá se, že paměť pracuje na základě osobní zkušenosti. Chceme-li proto přimět paměť fungovat k naší výhodě, musíme s touto zabudovanou technikou počítat. Abych se vrátil k analogii automobilu, je to jako když nováček metodou pokusu a omylu zjistí, že jeho vůz jede rychleji a je ho snadnější ovládat při jízdě vpřed než při zařazení zpá-

tečky, a pak se tuto zkušenost rozhodne využít v další výuce jízdy.

Ale jak nám to všechno, pomůže, když se máme naučit suché, neživé informace, jakými jsou čísla, data, cizí slovíčka a jiné podobné údaje? Odpovědí je, že s představitostí se i takové informace mohou *stát* součástí naší zkušenosti. Vysvětlím to podrobněji o něco později - ale pro tuto chvíli, jen abych to dokázal, vám předkládám experiment, který si můžete vyzkoušet.

Podívejte se na chvíli na následujících pět slov, a pak je zakryjte.

VRTÁK KRABICE DÝMKA OBRAZ SŮL

Zatímco jsou slova zakrytá, přeříkejte nahlas jména, měsíců v roce, dny v týdnu a dnešní datum. To vás pomylí podobným způsobem, jako když na vás někdo promluví ve chvíli, kdy se snažíte si zapamatovat telefonní vzkaz a nemůžete najít pero!

Takže, která to byla slova? Je možné, že si je všechny vybavíte - ale jak šly po sobě odzadu? A vzpomenete si na ně za hodinu? Zítří? Příští měsíc?

A teď se pokuste naučit se je trochu nezvyklým způsobem, takovým, na který asi hned tak nezapomenete.

Rozhlédněte se po místnosti kolem sebe. Je zapotřebí, abyste si v místnosti vybrali pět míst - často je nejlepší zvolit čtyři rohy a střed podlahy, ale je možné, že ve vašem pokoji je pět ještě významnějších míst. Zatímco stále sedíte, v hlavě si v logickém sledu očísľujte těchto pět míst. Používali-li rohy a střed, je možné, že nejlepší je nazvat roh nejbližší dveří .oblastí číslo jedna, a pak postupovat místností ve směru hodinových ručiček, přičemž skončíte se středem jako s .oblastí Číslo pět'.

A nyní, není-li vám to příliš proti mysli, vstaňte a postupně zajděte do každé z pěti oblastí. V první, když tam stojíte, si

představte, že vrtáte do zdi nebo do předmětu, kléry vidíte nablízku. Když jste skončili vrtání, představte si, že vrták necháváte v oblasti číslo jedna.

Následuje druhá oblast, ve které si představte, že stojíte uvnitř veliké krabice. Představte si, že z ní vylézáte ven, a pak ji plníte skutečnými předměty, které jsou okolo vás.

Když stojíte uprostřed třetí oblati, promítněte si scénku, jak vytahujete dýmku a začínáte kouřit. Mraky kouře dělají na strope nad vaší hlavou skvrny a šíří se po celém prostoru této části místnosti.

Ve čtvrté oblasti si v představách vezměte do ruky skicák a začněte kreslit obrázek pokoje, jak ho vidíte z místa, na kterém stojíte. Když oblast opouštíte, představte si, že dokončený obraz připevňujete na některý předmět poblíž.

Konečně, v oblasti pět si představte, že vidíte na podlaze malou misku soli. Zvednete ji a začnete její obsah po troškách rozsypávat kolem - ale z nějakého důvodu všude rozsypáváte obrovská množství soli, která se hromadí kolem vás. Musíte si prorazit cestu ven, abyste se dostali zpět do svého křesla...

Když už zase sedíte, rozhlédněte se po místnosti. Přecházejte očima pokojem z jedné oblasti do další a připomeňte si předměty, které jste tam zanechali. O kolik snadnější je zapamatovat si informace, které se staly součástí vlastní zkušenosti.

Teď byste si měli seznam snadno pamatovat od začátku i od konce. Víte, například, který předmět měl číslo dvě nebo čtyři - a nemusíte po sobě ani uklízet!

DRUHÉ PRAVIDLO MOZKU

*Pamatujete si to, **co vidíte**, zapomínáte to, co vidět nemůžete.*

Do určité míry to bylo předvedeno v předchozím experimentu. Slova na stránce jsou nezajímavá a suchá, změníte-li

je však v předměty a látky, které můžete vidět a dotknout se jich, nebo je dokonce slyšet, cítit nebo ochutnat, pak jsou pro zapamatování daleko snadnější. Opět, vracíme se k myšlence převzetí kontroly a zajištění vlastní role v procesu pamatování. Slova nebo čísla, jména, nebo dokonce obrázky na stránce zůstávají spjata se stránkou až do chvíle, kdy si je vezmete a začnete nad nimi přebírat vlastní kontrolu.

Dokonce i ve chvíli, kdy stále ještě existují jako pouhá slova, je jasné, že naprosto abstraktní částičky informací je daleko těžší si zapamatovat než to, co si dokážeme představit. Jako příklad si přečtete následující seznam sestavený z různých druhů informací.

LÁHEV, TŘI, ZÍTRA, GORILA, SNAD, KŘÍDA, VÝBOR, HRAD,
OSTRÝ, VLAK, KARBANÁTEK, PLNÝ

Nyní slova zakryjte, chvíli počkejte, a pak zjistěte, kolik z nich si pamatujete, na pořadí nezáleží.

Je pravděpodobné, že si pamatujete slova GORILA, KARBANÁTEK a HRAD, ale vzpomenout si na slova ZÍTRA, OSTRÝ nebo SNAD už je trochu těžší!

Paměť přebírá kontrolu, bere si informace - a jestliže si nejste schopni fakta podržet, pak to musíte změnit. Čeho se můžete držet ve slově OSTRÝ, kromě pěti písmen na stránce? V případě HRADU si můžete představit obrázek, a když čtete slovo KARBANÁTEK, mohou vám pomoci vytvořit spojení smysly jako je čich a chuť. Ale jak vypadá OSTRÝ? Abstraktní pojmy, jako je tento, musí dostat tvar.

Prvním krokem je často hraní si s písmeny. Představte si *stryce*, a pak si vytvořte v představě obrázek této osoby pokryté ostrými předměty. U jeho boků mu visí ostré nože,

v rukách má ostré nůžky a na ramenou má přilepené kousky ostrého skla. Dokonce i na hlavě má čepici s ostrou špičkou. Je to OSTRÝ strýc! - představa postavy, na kterou jen tak rychle nezapomenete!

Dalším slovem na stránce, které má velmi obecný význam, je VÝBOR - nenabízí nám žádnou přesnou představu, na rozdíl od slov KŘÍDA nebo LÁHEV. Ale proč nevyužít právě této neurčitosti?

Představte si zasedací místnost městského úřadu naplněnou až k prasknutí všemi možnými výbory a podvýbory. Uprostřed místnosti probíhá spor členů výboru a k hlučnosti přispívá volání předsedy výboru po klidu. Na stropě je velkými písmeny napsáno samotné slovo VÝBOR - ale hluk v místnosti způsobí, že písmena, jedno po druhém, padají dolů na podlahu.

Každý prvek tohoto obrazu zvyšuje ‚představu‘ VÝBORU a způsobuje zapamatování slova. Jakmile je informace pod kontrolou představivosti, je přichystaná k tomu, aby se *stala* co nejvíce pamatovatelnou.

TŘETÍ PRAVIDLO MOZKU

Pamatujete si neobvyklé.

Být neobvyklým, znamená stát mimo vzorek, mimo systém a odmítat se podobat se čemukoliv jinému. Když uvažujeme o našich osobních nej památnějších momentech, nejdříve si připomeneme naše nejneobvyklejší zážitky - to jsou události, které nám zůstávají nejvíce v paměti.

Je Čas k dalšímu experimentu a na další seznam. Přečtěte si rozumné rychle následující slova, pak si je překryjtg a zjistěte, kolik si jich dokážete zapamatovat.

BOTA, MÍČ, KRABICE, ZEĎ, KABÁT, RÝŽE, TAŠKA, DRAK,
NEHET, JABLKO, PERO, DŮM, SCHWARZENEGGER, KLÍČ,
STRUNA, TALÍŘ

I když jste si zapamatovali pouhá tři slova, vsadím se, že dvě z nich byla DRAK a SCHWARZENEGGER! Ostatní jsou běžná slova, nudná a každodenní, a i když jsou konkrétní a umožňují představu, není v nich nic, co by mohlo podnítit naši představivost.

Mozek je připraven a čeká, aby mohl pohltit informace, ale potřebuje něco, čeho by se mohl chytit. Je jako silný elek-tromagnet, který dokáže věci k sobě přitáhnout a podržet si je, pokud však obsahují dostatečné množství magnetického materiálu. Některé předměty drží bez jakéhokoliv problému, ale jiné k tomu musí být *upraveny*. Předměty ze dřeva nebo tkanin musí být připevněny k něčemu kovovému a čím lépe na tomto upevnění zapracujete, tím bude pravděpodobnější, že tyto předměty magnet přitáhne a nedovolí jim odpadnout. Dokonce i tak nemagnetická látka, jako je voda, může k magnetu přilnout - stačí ji jen nalít do kovové nádrže a řádné utěsnit.

V *Systému využití mozku* je tento proces zmagnetizování zastoupen představivostí. Představte si, že se vracíte k některým bodům na seznamu a máte je .zmagnetizovat'. Udělejte je neobvyklými; vezměte talií, pokryjte ho drahým zlacením, a pak ho zničte vyškrábáním vlastního monogramu do jeho středu. Podívejte se znovu na míč; tentokrát si všimněte, jak se zvětšuje a zvětšuje, až nakonec vybuchne a zasype vás kousky roztrhané gummy. Když jste se podívali na seznam poprvé, vsadím se, že jste nahoře na zdi neviděli sedět Mikuláše...

ČTVRTÉ PRAVIDLO MOZKU

Lépe si pamatujete to, co vytváří systém.

Níže jsou dva seznamy čísel. Není těžké se rozhodnout, který je snadnější si zapamatovat.

První 14, 8, 2, 16, 10, 4, 6, 12 Druhý 2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 16

Stejná informace tady byla předložena dvěma různými způsoby, ale ve druhém, snadněji zapamatovatelném případě, lze nalézt systém. Podobný efekt můžeme demonstrovat na slovech. Níže jsou dva další seznamy, mezi kterými můžete nalézt stejný rozdíl.

První V JAN PRÁCE JÁ HRÁL PO JSME TENIS ZÁPAS A

Druhý PO PRÁCE(i) JSME JÁ A JAN HRÁL(i) ZÁPAS V TENISu.

Když informace získá systém, stane se propojenou. V tomto případě jazykové propojení ve druhém řádku způsobilo, že deset slov už není deseti oddělenými částmi informace. Jejich poskládání do věty dává paměti jednotnou myšlenku, které se lze zachytit, a každé slovo tím, že bylo spojeno s okolními slovy, tak dostalo svůj magnetismus'.

Představte si, že jste si zašli do místního kina na film a promítací přístroje se zbláznily a začaly promítat různé cívky v naprosto nesprávném pořadí - nejdříve kousek z třetí cívky, honička aut, pak úplný konec, odhalení zločince, 'a zase kus Úvodu... Z kina bysle odcházeli s tím, že jste viděli, stejně jako v jiném kině, celý film, ale měli byste zřejmé potíže si zapamatovat, co se to v tom filmu vlastně dělo.

Řešením by bylo jít do kina na tentýž film znovu, až bude zařízení opraveno. Obdrželi byste ty samé kousky informace, ale tentokrát by tyto útržky měly systém, byly by spojeny do logické posloupnosti příběhu.

Když posloucháte oblíbenou kazetu nebo CD, je často snadné si vzpomenout, která skladba bude následovat -začneme si ji prozpěvovat ještě dříve, než začne. Dokázali byste však napsat, jak jdou skladby po sobě, kdybyste seděli zcela potichu a kazeta byla bezpečně uzavřena ve skříni? Pravděpodobná odpověď zní NE; paměť pracuje nejlépe, když může postupovat po spojích z jedné části informace na druhou v sekvenci.

Dokáží si pamatovat pořadí tisíců čísel, slov nebo karet, ale umím to jen proto, že jsem si je seřadil do systému. Tak, jak si vy pamatujete příběh nebo film, i já dávám své paměti začátek, a pak se pohybuji vpřed po propojeném řetězci, přičemž se u každého článku zastavím jen na tak dlouho, abych si vzpomněl na další.

Stejně jako u všech těchto pravidel, znalost přirozených technik paměti musí být využita ke změně informace - ve snaze udělat ji „magnetickou“¹, vhodnou pro váš mozek.

Shrnutí: informace se musí změnit do tvaru, ve kterém se může *prožít*. Musí se stát *skutečnou*, viditelnou a konkrétní. Každá část se musí stát natolik *neobvyklou*, aby se lišila od zbytku. Základem však musí být *systém*, série spojení, která paměti dovolí pokračovat po řetězci až do nekonečna.

Klíčovými prvky tedy jsou: prožitek (zkušenost), skutečnost, neobvyklost a systém.

Cílem *Systému využití mozku* je převzetí kontroly, a jak už jsem se zmínil dříve, klíčem k této kontrole je představivost.

SÍLA PŘEDSTAVIVOSTI

Představivost nemá žádná pravidla. Máte v ní k dispozici celý nový svět, místo, ve kterém nejsou žádné zákony přitažlivosti, žádní policisté - nic, co by vás omezovalo nebo vám v něčem bránilo. Je jako svět snů, vaše uvědomělé myšlení v něm však má nad vším plnou kontrolu. Ve skutečnosti nedokážeme běžet tak rychle jako vlak, nemůžeme se podívat dolů na svět při letu vlastními silami. Není nám dovoleno ani roz-třískat obchod s porcelánem nebo praštit starostu do nosu. Ve světě představivosti se však můžeme rozhodnout, čím chceme být nebo co chceme udělat.

Příliš Často, když před námi leží informace, kterou se máme naučit, lidé uvažují tak, jakoby byli vázáni pravidlem, které říká, že si musí určitý materiál zapamatoval přesně tak, jak jim byl předložen. Snaží se těžce naučit suché, nudné a nepropojené informace, a tím bojují proti síle vlastního mozku, namísto aby tuto sílu využili.

Představivost nám dovoluje zapnout elektromagnet v našem mozku a změnit informace tak, aby se *staly* magnetickými. Proces změny je snadný; máme-li představivost, vlastníme všechny nástroje a materiál, který k tomu potřebujeme.

Uvažujte o představivosti jako o studiu krátkých filmů. Vy jste režisérem s nevyčerpatelným rozpočtem, a protože se vše odehrává jen v představách, může se odehrát cokoli. Všechny přirozené techniky paměti můžete kombinovat, abyste zmčnili suchá, nepropojená, a dokonce nesmyslná fakta v ten nejzajímavější, nejvíce vzrušující a nejnezapomenutelnější film vůbec. Jako režisér jste ve středu dění, dodržíte tak první pravidlo mozku lim, že se aktivně zúčastňujete všeho, co se odehrává, a dokonce se sami obsadíte do hlavní role.

Když se díváme na film, nejpravděpodobněji si zapamatujeme příběh, který v nás probudí nějakou citovou odezvu.

A proto, když sami film *režirujeme*, je zde několik klíčových prvků, které musíme do procesu tvorby filmu vložit.

Vzrušení. Představivost vám dovoluje pracovat v obrovském měřítku, když je to nutné, dokážete to dělat také velmi rychle a můžete na sebe vzít ta největší rizika. Když zpracováváte váš materiál do pamatovatelné sekvence, můžete k tomu použít ty nejnebezpečnější prostředky - zeď ohně, tuny trhavin, jedovaté plyny - a můžete vytvořit ty nejúžasnější zvláštní efekty.

Předslavte si, že jste obchodním cestujícím a chcete si vypracovat způsob, jak si zapamatovat určité prodejny, které chcete ve městě navštívit. Jak by bylo senzační vyrazit za obchodem bez toho, že byste museli procházet dlouhé a nepřehledné seznamy. O kolik byste se cítili sebevědomějšími. Rozložení města znale z osobní zkušenosti docela dobře, proč tedy nevyužít svou představivost?

Zavřete oči a představte si, že procházíte městem. *System využití mozku* se celý týká organizace, a lálo cesta vám umožní si vypracovat dopředu nejefektivnější trasu a nejlepší využití vašeho času. V představách si postupně připomeňte každou jednotlivou prodejnu na vaší trase a využijte nově nalezenou tvůrčí svobodu k tomu, abyste za sebou nechali připomínky pro chvíli, kdy skutečně do města přijedete.

Soustředte svou představivost na něco, co skutečně v každém místě existuje. Je-li první prodejna řeznictví, vytvořte si před očima obraz výlohy s visícím masem. Další prodejna může mít venku poštovní schránku, reklamní ceduli nebo neobvyklou dekoraci.

Pak si všechno trochu přikořeňte. V představách postříkejte všechno to maso barvou a založte púožár. Strhněte poštovní schránku a umístěte lam svůj vlastní model, který všechny překvapí podivnými zvuky, které bude vydávat. Uspořádejte nádherný ohňoslroj a použijte tyč od výlohy prodejny jako držáku na ohňové kolo...

Když skončíte, projděte si v hlavě ještě jednou celou trasu a všimněte si jednotlivých připomínek. Pak, když budete procházet trasu ve skutečnosti, bude stačit si všimnout masa, abyste si vzpomněli, co jste s ním udělali; stačí projít kolem poštovní schránky a vzpomenete si na zvláštní zvukové efekty, které vám připomenou, že tohle musí být další prodejna, kterou chcete navštívit.

Úspěch takového příběhu obvykle vyžaduje několik dalších klíčových, tvořivých prvků. Čím více **humoru** použijete, tím lépe. To souvisí s myšlenkou učinit věci neobvyklými a krása představivosti spočívá v tom, že v ní může dojít k těm nejbizarnějším a nejsurrealističtějším událostem. Nemusíte si příliš pamatovat vaši cestu do práce před dvěma týdny, ale určitě si na ni vzpomenete, když vám k přístupu na parkoviště bránil zelený slon, nebo jste se nemohli vymotat z davu přestárých balet'áků, kteří tančili a skákali po ulici, a přitom sbírali z. dláždění své důchody!

Dalším doporučeným prvkem je **násilí**. Ve světě představivosti nejsou žádné zákony, a tak můžete dát průchod svým náladám a nespokojenosti. Následující experiment ukazuje násilí dobré paměti.

Níže uvádím seznam dvaceti předmětů z. domácnosti. Ještě se na něj nedívejte, ale na následující stránce je další seznam dvaceti předmětů, který obsahuje sedmnáct věcí z prvního seznamu plus tři nové předměty. Vaším úkolem je naučit se první seznam natolik dobře, abyste si, až posléze obrátíte stránku, všimli tří nových položek.

První seznam

VÁZA, HODINY, POPELNÍK, ŠÁLEK, HODINKY, TALÍŘ, LAMPA, STŮL, KONVICE, TELEVIZOR, KŘESLO, TÁC, BOTA, KOŠ, DEKA, VAŘIČ, RÁDIO, DVEŘE, SMETÁK, ŽEBŘÍK

A teď nechejte pracovat všechny své násilnické sklony! Berte jeden předmět po druhém a představte si, jak ho ničíte. Pokaždé udělejte něco, co odpovídá danému předmětu, nalezněte způsob, jak ho co nejlépe poškodíte. Shod'te například vázu se střechy domu. Představte si lidi dole na ulici, jak se snaží vázu chytit, ale pak slyšíte, jak se pádem na chodník tříští na stovky drobných kousků.

Důležitou součástí *Systému využití mozku* je schopnost zkombinovat několik různých způsobů, jak si informaci zapamatovat. Proto, když zničíte všechny předměty, představte si, co byste museli všechno udělat, kdybyste je chtěli opravit. Vázu by bylo zapotřebí slepil dohromady, a byla by to pořádná skládanka zjistit, který kousek kam patří...

Vytrhněte všechny pružiny z hodin, ohněte ručičky - a pak je opravte zhotovením nových pružin z drátu starého věšáku a zatelefonujte si, abyste mohli nastavit správný čas. Odřízněte všechny nohy křesla, pak ho opravte za pomoci čtyř kousků růžové žvýkací gumy. Zapracujte na žebříku motorovou pilou... ,

Až skončíte celou destrukci, a pak opravy, potvrdíte jednou provždy svou pozici svobody a kontroly. Teď si prostudujte následující seznam:

Druhý seznam

KONVICE, DEKA, VAŘIČ, POLICE, RÁDIO, KRABICE, DVEŘE, BOTA, ŽEBŘÍK, ZÁSUVKA, VÁZA, HODINKY, LAMPA, POPELNÍK, KOŠ, TALÍŘ, SMETÁK, HODINY, TELEVIZOR, STŮL.

Abyste zjistili, které tři předměty nebyly na původním seznamu, jednoduše se postupně podívejte na každý předmět a vzpomeňte si, zda jste si představovali jeho ničení. Myslíte-li si, že jste ho ničili, pak si to ověřte vzpomínkou na to, jak jste ho plánovali zase opravit, teprve pak přejděte

k dalšímu předmětu. Podtrhněte si tu položku, u které si nemůžete vzpomenout, že byste s ní něco už dříve dělali -když se dostanete na konec seznamu, měli byste mít označeny tři nové předměty. Na závěr se vraťte o stránku zpět a odpověď si překontrolujte a ujistěte se, že jste udělali další krok k *využití svého mozku*

Naučit se, jak podvádět

Abyste si vyvinuli dobrou paměť, musíte se mnohdy naučit, jak podvádět. Když si zapamatovávám tisíc náhodných jedniček a nul, nebo patnáct balíčků hracích karet, začínám s informací takovou, která je mi prezentována, a končím připomenutím si přesně stejné informace. Avšak mezi těmito dvěma body se vůbec nezabývám čísly nebo kartami; převzal jsem kontrolu a materiál jsem změnil, abych ho *udělal* zapamatovatelným a využil tak přirozených technik mozku.

Jak jsem řekl, prvním krokem procesu změny je přeměna abstraktní informace v něco, co mohu podržet a kontrolovat, Hodně materiálu, který se musíme učit, je nám dán v takové abstraktní podobě - Čísla, jména, směry, slova na stránce. O kolik by byl život snadnější, kdyby každý seznam, který dostáváme, byl v trojrozměrné podobě. Seznam nákupu by bylo například daleko jednodušší si zapamatovat, kdybychom měli před sebou repliky všech jednotlivých položek; naučil se podrobnosti pro zkoušku ze zeměpisu by bylo méně obtížné, kdybychom měli trojrozměrné modely zemí a měst. I když se slova na stránce odvolávají na skutečná místa a věci, bez představivosti není mezi nimi možné vytvořit spojitost a zůstane nám stará, vágní praxe opakování si materiálu znovu a znovu, žonglování s naší nejnovější pamětí.

Představte si, že si potřebujete zapamatovat následující tři informace. První je číslo: 3185; druhou je jméno: František Zedníček; a třetí je Část adresy: Stará ulice Č. 5, Tábor. V této podobě, v jaké je zde informace prezentována, je abstraktní;

když si ji dvakrát znovu přečtete, v nejlepším případě si ji budete schopni zapamatovat na dobu několika minut. Je jasné, že tyto podrobnosti je zapotřebí se naučit tak, abyste si na ně vzpomněli přesně v té podobě, jak jsou napsány. Ale které pravidlo říká, že musí být *zapamatovány* tak, jak jsou napsány? Mezi čtení a vzpomínání vstupuje podvádění.

Číslo **3185**, stejné jako všechny uvedené informace, je druhem údaje, který si musíme často zapamatovat, když nemůžeme použít pero a papír. Když číslo slyšíte, existuje vůbec v nejabstraktnější podobě - takže, prvním krokem by měla být představa, že si ho zapisujete.

K tomu slouží mnoho technik - zvláště, když si pomůcky psaní můžete v představě vybrat z nekonečného skladu vaší představivosti. Zapomeňte na psaní po papíře; vyberte si něco, co má vztah k vašemu *důvodu*, proč si máte číslo zapamatovat, něco, co umožní rozlet vašich tvořivých (a destruktivních!) instinktů.

Snad jde o číslo poštovní schránky, kam musíte napsat, abyste mohli zrušit objednávku knih. V takovém případě si představte samotnou poštovní schránku napěchovanou knihami a napište číslo na ni.

Můžete si sami sebe představit, jak berete do ruky hřebík, ryjete číslo do kovu a soustředíte se na tvar číslic a vymyslíte nejpamatovatelnější způsob, jak číslo napsat.

Číslici osm můžete doplnit očima a udělal z ní sněhuláka, jedničku můžete napsat jako římskou Číslici,

Dochází-li v okamžiku, kdy informaci dostáváte, k rozhovoru tváří v tvář, můžete si dokonce představit, že číslo píšete na tu druhou osobu! Vytáhněte si v představách plechovku zelené barvy a nastříkejte číslice na jeho bundu nebo použijte nesmývatelnou lůžku a napište mu číslo na obličej, opět si všimněte tvaru číslic, které mu malujete kolem očí, na nos a kolem úst. Představou procesu psaní Číslic děláte první krok

v procesu podvádění, dáváte čistě abstraktní informaci určitý hmotný základ.

Je to však jen první krok. Číslo je nyní pamatovatelné na dobu, než naleznete papír, sdělíte ho pravé osobě nebo vytočíte určité telefonní číslo. Potřebujete-li si však číslo zapamatovat déle, pak nad ním musíte získat ještě pevnější tvořivou kontrolu.

Výhodou tohoto prvního kroku je, že vám poskytne čas, který potřebujete. Buďte upřímní - kolikrát jste informaci slyšeli, a pak ji ve třech vteřinách zapomněli! Tak často se po nás žádá, abychom si údaje zapamatovali rychle, a přitom panika samotné situace přispívá, abychom vše rychle zapomněli. Tento první krok vám dává cenný čas zvážit nejlepší způsob, jak se něco naučit, umožňuje vám pamatování pohodlné - a *stálé*.

Když ten čas získáte, máte spoustu možností, co udělat. Proč číslo neproměnit v trojrozměrný model. Vaše vlastní kontrola je klíčem k *Systému využití mozku*, a tak si představte, že *vy sami* systém budujete a zvažte, který nejvhodnější materiál použijete.

Může jít o sériové číslo formuláře objednávky na šaty -použijte proto v představách nůžky, látku a šicí stroj, předměty, kterými vyrobíte krásné malé Číslo, které si můžete obléci!

Jde-li o množství buchet, které musí vaše pekařství upéci za rok, představte si je poskládané vedle sebe na podlaze obchodu ve tvaru čísla a představte si, jak by váš výtvar vypadal z různých Uhlů v místnosti.

Také jméno může být podrobena sfle představivosti. Prvním krokem je jeho rozdělení. V případě **Františka Zedníčka** jsou v něm tři zřejmé části: FRANTIŠEK, ZEĎ a NÍČEK. Je snadné vymyslet si způsoby, kterými je změníme v konkrétní předměty, kterých se můžeme dotknout.

FRANTIŠEK se stává vonnou tyčinkou z pryskyřice, kterou zapalujeme o vánocích; ZEĎ (ZEĎ) se stává zdí a přípona NÍČEK zeď dělá malou! Náhle bylo abstraktní jméno změněno ve dva velmi skutečné předměty, a ty mohou být nyní spojeny v představě jediného obrazu.

Představte si, že vidíte malou zídku, a když k ní přicházíte blíže, zjistíte, že v jejím závětrí hoří zapálený františek. Náhle si s překvapením uvědomujete, že už jsou tady zase vánoce! Pokud do představy můžete vložit humor, překvapení a pohyb, čím bizarnější je situace, tím bude vše pamatovatelnější.

Když jste si vytvořili takovou scénu, můžete ji spojit s důvodem, proč si jméno potřebujete zapamatovat. František Zedníček je například vedoucím úvěrového oddělení vaší banky.

Představte si, že čekáte ve frontě ve vaší pobočce banky a pozorujete zvláštní scénu, která se odehrává za přepážkou. Zpoza malé zídky v oblaku vůně ze zapáleného františka tam vykukuje vedoucí oddělení a kyne vám, abyste vešli do jeho kanceláře.

František Zedníček může být vaším zelinářem. V takovém případě si představte, že používá zapálený františek, skrytý za malou zídkou, k odstranění pachu shnilé zeleniny...!

V představách může být každá informace oživena. V případě adresy Stará **úl. č. 5, Tábor**, trik spočívá opět v jejím rozdělení do Částí. Pod názvem „stará“ si můžete představit babičku, knížku nebo starou botu, zkratka „ul.“ může klidně patřit uličníkovi celému od bláta s rozježenými vlasy. Pět můžeme považovat za tvar slova zpívat. V případě názvu města si stačí představit stanový tábor. Představivost změnila abstraktní materiál v konkrétní, a ten je vám teď k dispozici.

Máte před sebou babičku, uličníka, který si zpívá, a stanový tábor. Rychle si můžete před očima vytvořit obrázek Špina-

vého uličníka, jak si prozpěvuje v přítomnosti staré babičky uprostřed stanového tábora hanlivou písničku!

Máte-li více času, tuto zvláštní scénu si můžete spojit se skutečnou adresou. Jde-li například o bydliště přítele, můžete obsadit vašeho kamaráda do role babičky a představil si stanový tábor na skutečném místě. Důležitou částí *Systému vyutí mozku* je možnost posílit informaci, kterou jsme se už jednou naučili. Proto, když jste si už vytvořili svůj příběh, několikrát jím projděte a připomeňte si klíčové body a to, jaký mají vztah ke skutečné informaci. S trochou praxe nebudete mít potíže změnit vaše obrazy zpátky v původní materiál - nezáleží na tom, jaké pozoruhodné události se mezitím odehrály!

Zkuste to sami

Uvádím pět informací spolu s 'důvody', proč je znám. Postupně se nad každou částí zamyslete; zkuste změnit suché údaje v živoucí, pohybující se a barevné obrazy a vymyslete si pamatovatelné scény.

Když vaše představivost přivedla příklady k životu, věnujte několik minut opětnému prozkoumání obrazů a myšlenek. Potřebujete-li je, přidejte připomínky navíc a zkuste proměnu vašich představ zpátky v původní materiál.

Když jste hotovi, asi pět minut si odpočiňte, a pak se podle seznamu vyzkoušejte. Zakryjte levý sloupec a berle jeden 'důvod' po druhém, vzpomeňte si na spojení, znovu si vytvořte v představách scénu, a konečně si z ní vytáhněte potřebné informace. Postupně odkryjte levý sloupec a překontrolujte si svoji úspěšnost.

FAKTA

1. Kostelní ul. 3, Olomouc
2. 4008
3. Jaromír Koudela
4. Martina - číslo 9
5. Horní ul. 21

DŮVODY

- Adresa knižního klubu
- Číslo poštovní schránky
- Váš nový učitel Číslo domu kamarádky
- Adresa lékaře

Kombinací všech technik, které jsem popsal, a kterými získáte nad informacemi kontrolu, dodržíte první tři pravidla *Systému vyutížení mozku*. Vaše metody učení se podrobují přirozeným tendencím vašeho myšlení.

Dostáváte se do klíčové *kontrolní* polohy, vytváříte si *spojení* mezi sebou a materiálem a *představujete si* emocionální odezvy a interaktivní zkušenosti. Abstraktní materiál se stává živým a suchá, nudná fakta se slávají neobvyklými, bizarními a pamalovatelnými obrazy.

Vše je nyní připraveno k tomu, abyste mohli využít čivného pravidla a vytvořit si pro váš mozek systémy a spojení, která potřebuje.

VYPRÁVĚNÍ PŘÍBĚHŮ

Já si informace pamatuji jejich zařazením do příběhů. Dávám své paměti počáteční bod, a pak se vydávám vpřed pomocí spojení, která mi dovolují vzpomenout si na obrovská množství materiálu. Když se učím lišice slov, čísel nebo hracích karet, každý prvek v příběhu hraje svou vlastní roli a každá jednotlivá část příběhu mě přivádí k části další.

Tady je příklad síly vyprávění příběhu. Sedíte pohodlně...?

„Muž se probudil a vylezl z poslele. Strávil velmi neklidnou noc a je celý rozlámaný. Jak se zdá, zapříčinila lo poslel, a když se shýbá dolů, aby se podíval zblízka, zjišťuje, že prostěradlem byl ve skutečnosti kus *plechu* - není divu, že noc

byla tak nepohodlná! Aby se uklidnil, začne se sprchovat; ke svému zděšení však na něco vytéká místo vody hustý a mazlavý olej, který ho zcela pokrývá a začernuje od hlavy až k patě.

Byl to právě olej v jeho očích, který způsobil, že neviděl stovky kuličkových ložisek rozházených nahoře na schodech. Zřítíl se vpřed, dolů, jedno schodiště po druhém a kolem něho se všude kutálela kuličková ložiska. Celý v mrákotách věděl, že si způsobil ještě větší potíže, jestliže si neočistí olej z očí, a tak začal šátrat v zásuvce, až našel jakési hadry, které k tomu mohl použít. Hadry byly brzy černé a mokré, ale když se je snažil odhodit, zjistil, že nejde sundat poklop z odpadkového koše; koš už byl plný, a když nahlédl dovnitř, uviděl, že je naplněný stovkami starých plechovek od barvy.

Jedna z plechovek měla uvnitř stále ještě trochu barvy, a lak muž sebral štětec a zkusil, zda by svůj nález mohl nějak využít. Vylil trochu barvy na stěnu a zdálo se mu, že barva je dobrá, ale když se pokusil víčko plechovky vrátit na místo, plechovka mu upadla a barva se rozstříkla všude po stěnách kuchyně.

V té chvíli uslyšel kroky. Přicházela jeho žena - ta se zblázní, uvidí-li ten nepořádek! Rychle proto běžel do garáže, sebral tam láhev ředidla na barvu, a právě když jeho manželka vcházela do místnosti, smýval poslední barevné stopy.

Okamžitě si všiml, že je na ní něco zvláštního. Na chvíli se zamyslel - a pak na to přišel: měla nasazené nové náušnice, které vypadaly, jakoby byly vyrobeny z kousků olověné trubky! Rozhodl se, že se podívá zblízka a natáhl ruku, aby se levé náušnice dotkl - ale když to udělal, náušnice s hlasitým zazvoněním spadla na podlahu.

Ještě štěstí, že měl po ruce pájku. Oprava mu netrvala dlouho, a dokonce projevil i určitou tvůrčí schopnost, když na konec každé trubičky připevnil úplně nový šroubovák..."

Pokud si vzpomenete, že vše začalo mužem, který vstával z postele po neklidné noci, neměli byste mít velké potíže zapamatovat si klíčové body příběhu. Byl vytvořen spojením série nehod, každá z nich se týkala určitého předmětu nebo látky, a každá nehoda vedla k další. Kdybyste zapo-mněli na jednu část, mohli jste se v příběhu vrátit až do chvíle, kterou si pamatujete, a pak doplnit chybějící článek. Bylo by velmi těžké vyjmenovat všechny hlavní události příběhu pozpátku?

Příběh skončil tím, že muž připevňoval nějaké šroubováky. Používal k tomu pájku, a spravoval přitom své manželce náušnice z olověné trubky. Když přišla jeho žena do místnosti, používal ředidlo na barvu a rychle odstraňoval všechny stopy svých experimentů se štětcem. Štětec začal používal poté, co našel plechovku barvy. To se stalo, když se zkoušel zbavit nějakých hadrů. Hady používal dole pod schody, kam spadl, když uklouzl na kuličkových ložiscích. Spadl, protože měl v očích olej - výsledek sprchy, kterou chtěl zahnat rozlámání po noci strávené na kusu plechu.

Jinými slovy, právě jste si zapamatovali soubor deseti nudných a neživých položek z nákupního seznamu:

PLECH, OLEJ, KULIČKOVÁ LOŽISKA, ČISTÍCÍ HADRY, BARVA, ŠTĚTCE, ŘEDIDLO, OLOVĚNÁ TRUBKA, PÁJKA, ŠROUBOVÁKY.

Seznam znáte od začátku i odzadu, dokážete si vxpome-noul, co je před i za každou jednotlivou položkou seznamu -a, samozřejmě, příběh nemusí končit šroubováky. Muž může jeden z nich použít (stále připevněný k náušnicím jeho manželky!) k opravě nějaké POLICE, která spadla, přičemž byl zasypán stovkami PNEUMATIK. Náhle je uvězněn ve válci gumy, ale se štěstím nachází ve své kapse PILU a může se osvobodit...

Příběhy k zapamatování

Vyprávění příběhů je klíčem k tomu, jak paměť pracuje, a je základem *Systému využití mozku*. Další otázkou proto musí být, co způsobuje, že některé příběhy si pamatujeme lépe než jiné?

Důležitost zvláštních efektlů, vzrušení, násilí a humoru jsme si už ukázali. Stejně důležitým prvkem, základem všeho dobrého vypravěčství, je zapojení smyslů.

Zapojení všech možných smyslů mění váš materiál do méně abstraktního stavu a zvyšuje spojení s *vámi*.

Představte si, že máte informaci lak suchou a mrtvou, jakou je slovo KRABICE, Můžete zde zapojit *zrak*, první ze smyslů, tím, že si v hlavě vytvoříte obrázek krabice, a učiníte tak první důležitý krok od abstraktního slova na stránce ke konkrétnímu předmětu.

Vaše představivost nemá žádné hranice a rozhodně se nemusíte držet rozpočtu, takže proč netransportovat vaši krabici na nějaké nezvyklé místo. Představte si, že stojí uprostřed pouště, plave na moři nebo leží uprostřed měsíčního kráteru. V představách krabici obejděte a podívejte se, jak vypadá z různých stran, V této chvíli je krabice nudná, má jednotnou hnědou barvu, proč ji tedy neudělat zajímavější. Těba by pomohla nějaká fluorescenční barva - a co na ni upevnit několik neonových zářivek!

V další fázi zapojíme *sluch*. Nejvhodnější je v tomto případě změnit váš předmět v hrací skříň; když do ní kopnete, vydává dutý zvuk, ale když zvednete víko, slyšíte tu nejkrásnější hudbu. Představte si vliv tohoto zvuku na vaše pocity. Třeba jde o tichou, přesnou melodii hracího mechanismu hodin. Na druhé straně, protože cílem je co nejlépe zapamatovatelná situace, slyšíte zvuk řítící se hromady železa!

Jaká je krabice na *dotek*? Jak je těžká? Možná ji lze lehce zvednout, ale hned ji položíte zpátky, protože má hrany ostré jako Žiletka.

Zapojte svůj *čich*. Krabice sama o sobě nemusí mít žádný pach, ale můžete jí nějaký dodat - budto příjemné aroma nebo odpuzivý pach. Čich nemusí být něčím, o čem jsme se domnívali, že je součástí procesu učení, ale kolikrát jste ucítili pach, který vám připomenul chvíli před deseti nebo snad dvaceti lety? Čich může připomenout vzpomínky na vaši první třídu, na kuchyni z doby vašeho dětství nebo na nějaké exotické místo vašich prázdnin. Ve skutečnosti, čich je popisován jako smysl, který je *nejúžeji* spojen se vzpomínkami - je tedy zcela logické využít jednu z nejsilnějších přirozených sil spojenou s pamětí.

Nakonec se pokuste krabici *ochutnat*. Použijte své zuby a odtrhněte jimi jeden roh; třeba budete příjemně překvapeni, když zjistíte, že chutná po vašem oblíbeném jídle. Na druhé straně...

Tento kontrast je velmi silný. Začínáte s KRABICÍ, se sedmi písmeny na stránce, ale končíte s živým předmětem poznaným všemi pěti smysly. Pokaždé, když zahrnete nový smysl, získáváte další spojení s materiálem, který se učíte - a není náhodou, že nejlepší příběhy vždy zasahovaly co nejvíce smyslů. Ve věku a v kulturách, kde byly příběhy předávány od úst k ústům, a kde musely být informace pa-malovány na první poslech, nebyl žádný popis kompletní, dokud nezasáhl všechny smysly svých posluchačů. Každý, kdo četl epická díla Homéra a Virgilia, si vzpomene na popisy bitev, cest a dobrodružství, protože tyto popisy byly *vytvořeny* tak, aby byly zapamatovatelné.

Metaforické vyprávění...

Dalším znakem příběhů je jejich tendence popisovat události více než jednou. Velcí básníci a spisovatelé si vždy uvědomovali sílu metafory - vytváření pamatovalelných obrazů, které podporovaly a posilovaly popis - a je zajímavé si všimnout způsobu, kterým to my sami děláme v každodenních rozhovorech.

„Vyběhl z pokoje jako namydlený blesk.“ „Jeho kniha je dnes bílá vrána.“
„Byla studená jako psí čumák,“

Dáváme tím našim slovům vizuální podobu, opakujeme původní popis, a tak způsobujeme, že jsou naše myšlenky daleko více zapamatovatelné.

Jde o techniku, kterou neustále používá odvětví reklamy. Tvrzení, klére se zdůrazňuje, se téměř vždy týká kvality nebo žádoucnosti určitého výrobku - ale než by nám reklamní agentury prezentovaly jen jméno nebo slogan, pokoušejí se komunikovat na řadě různých úrovní.

V televizní reklamě jsou tvrzení přenášena ve stylu hudby, tónem opakovaného hlasu - dokonce i tvarem písma na obrazovce. Určitý výrobek je obklopen řadou jiných předmětů a myšlenek a dané jméno výrobku se často objevuje až úplně na konci, poté, co byly vyvolány vhodné myšlenky a pocity. Podle hudby, scénérie a činnosti můžeme například obvykle říci, že jde o prodej dovolené, aula nebo džínsů -vynecháme-li však posledních několik vteřin reklamy, pravděpodobně nebudeme vědět, o kterou společnost nebo značku šlo.

Tato technika je mocným prvkem *Systému využití mozku*. Klíčové momenty příběhu jsou nejvýraznější, když jsou sděleny několika různými způsoby, a když jsou alespoň chvíli, v průběhu celkového vyprávění, zcela specifické. To je zvláště důležité jako způsob zajištění, že celý proces ‚podvádění‘ se nám nevymstí; je pěkné změnit vaše informace do bizarních obrazů a pozoruhodných příběhů, ale není to k ničemu, pokud to vše nedokážete vrátit zpět k původním slovům, číslům nebo jménům na stránce.

Jsou dva snadné způsoby, jak tomuto problému zabránit. Prvním je *zdůraznění*- nalezněte chvíli v průběhu tvorby každého obrazce nebo scény k soustředění na klíčový prvek, element, který je zapotřebí si zapamatovat ze všeho nejvíce.

Představte si, že se snažíte zapamatovat si slovo KOMÍN jako položku na seznamu nebo současí příběhu k zapamatování. Abyste se drželi systému, změníte slovo v trojrozměrný předmět a dáte vašemu obrazu neobvyklost a zvýraznění - komín na střeše Hradčan, který je ze zlatých cihel označených státním znakem. Zahrnete hodně smyslů, použijete představivost, abyste cítili hrubé cihly a pach kouře. Když však dojde na připomenutí obrazu, kterou skutečnou část jste si měli pamatovat? HRADČANY? KOUŘ?

CIHLY?

Abyste se vyhlí zmýlení, najdete si několik vteřin ke zdůraznění klíčového slova. Představte si, že zhasla všechna světla, kromě jednoho osvětlujícího komín. Chvíli nevidíte nic jiného, jen samotný komín - žádný hrad, ani kouř, dokonce ani hřeben střechy. Jako vždy máte nad vším plnou kontrolu, a tak si představte opakované vypnutí a zapnutí světel.

Při zapnutí je celá scéna viditelná, je zde mnoho různých připomínek směřujících ke středu scény, ale při vypnutí jediné světlo, které vidíte, osvětluje komín.

Abyste si byli dvakrát jisti, můžete tuto techniku spojit s jinou. Mnohé triky, které užíváte, aby vám pomohly pamatovat si Část informace, způsobují, že se informace stává stále obecnější, a tak je mezi nimi velmi důležité mít alespoň jednu připomínku, která zůstává jasnou a přesnou.

Představte si, že si potřebujete zapamatovat slovo PAŘÍŽ. Vaše představivost vám pravděpodobně předloží mnoho typicky francouzských předmětů; cítíte loupáčky, chuť česneku, slyšíte hudbu harmoniky a díváte se na Eiffelovu věž. Potřebujete však něco, co vám připomene, že si nezkoušíte vzpomenout na FRANCII nebo FRANCOUZSKÉ - dokonce ani na LOUPÁČEK či EIFFELOVU VĚŽ!

Klíč spočívá v návratu k původnímu slovu PAŘÍŽ. Proč si nepředstavit celou scénu pokrytou plakátem Paříže? Nebo vás například napadne podoba postavy Paříže z klasické my-

tologie. Takové dodatky ostře vystoupí z obecnějšího obrazu a hrají důležitou roli při vystříhání se omylu.

K vašemu KOMÍNU můžete přidat člena vlády, který sedí na střeše a kouří jednu cigaretu za druhou - jinými slovy, kouří *jako komín*. Jestliže každý takový obraz, který vytvoříte, obsahuje alespoň jednu specifickou připomínku, xvyknete si hledat ji pokaždé, a potvrzovat si tak sami pro sebe přesnou částku informace, kterou si máte zapamatovat.

Vyhýbání se problémům

Existuje-li problém s vypravením příběhů, pak se týká toho, že tato technika může být až příliš snadná! Je možné napsat příběh, který vám vůbec při pamatování materiálu nepomůže.

Příkladem toho je následující příběh, který je pokusem zapamatovat si následující řadu slov:

ZUBAŘ, GARÁŽ, MLÉKO, VAJÍČKA, NOVINY, ČOKOLÁDA,
KADEŘNÍK, KNIHY Z KNIHOVNY.

„Do zubařské ordinace vchází muž a usedá do křesla. Náhle, když se rozhlédne, zjišťuje, že je v garáži, a proto vyskočí, aby utekl - ale dveře jsou zablokovány velkou krabicí s mlékem a v okně je vtlačené obrovské vejce. Naštěstí má v kapse noviny, a tak je stočí a vejce rozbije, otevře okno a vylézá ven.

Zubařská ordinace je bohužel ve druhém patře a muž musí seskočit na zem. Dopadá na tabulku čokolády, která se mu lepí na boty, když pak odchází po chodníku pryč. Zamíří ke kadeřníkovi, kde si čte nějaké knihy z knihovny, zatímco Čeká, až přijde na řadu.”

Tento příběh dodržuje některé z požadavků *Systému využití mozku*. Události jsou rozhodně neobvyklé, vzbuzují různé

emocionální odezvy a všechna slova na stránce byla nějak oživena.

Představte si však využití tohoto příběhu k pamatování seznamu alespoň několik hodin poté, co jste se ho naučili. první otázkou je: kde příběh začíná?

Jaký má příběh ve vaší paměti význam, když si nemůžete vzpomenout, kde začíná? Když jste se učili pořadí planet od Slunce, Slunce bylo místem, na kterém jste začali. Jako začátek je jednoduše nejlepší si vybrat místo, které se samo nabízí.

Výše uvedený seznam vypadá jako připomínka činností, které máte vykonat při návštěvě města, proč tedy váš příběh nezačít tam, kde začne vaše samotná cesta - třeba na parkovišti nebo na místě, kde vystoupíte z autobusu. Když se učíte seznam, který nemá spojitost se skutečným místem, je dobré si vybrat váš vlastní předmět nebo místo, které budou ‚symbolem‘ počátečního místa příběhu.

Kdybyste se například učili seznam částí bible, mohli byste začít představou vašeho místního kostela nebo kříže. Kdybyste pracovali se zeměmi nebo světadíly, startovním bodem by mohl být staromódní glóbus, nebo dokonce samotný Atlas, který stojí se zeměkoulí na svých ramenou.

Hlavní problém tohoto příběhu je však v jeho spojení. Myšlenka, že se zubařská ordinace mění v garáž, může být dost neobvyklá, aby nám chvíli zůstala v paměti, ale mezi těmito dvěma místy není žádné *spojení*. Můžete pokračovat a pamatoval si, že dveře byly zablokovány - ale čím? Na co muž dopadne při seskoku do ulice? Co se stane u kadeřníka?

Když byl příběh tvořen, spojení se zdála dost zřejmá, ale pokud je nevytvoříte zvláště pečlivě, taková spojení rychle zmizí a naučený seznam se ztratí.

Ze zkušeností vím, že existují tři druhy spojení, která fungují - **přeměna, kombinace a interakce.**

Přeměna

Vzpomeňte si na některé známé horory. Pamatujete si na Neuvěřitelného Húlka? V tomto komiksovém televizním seriálu bylo klíčovým momentem každé epizody, když doktor David Banner roztrhal svou košili a přeměnil se ve svalnatého Húlka. Hlavní myšlenka programu zapůsobila jen proto, že jste *viděli*, jak proměna probíhá - tvoří se svaly a mění se oči a oblečení.

Pak je zde legenda o vlkodlakovi, která se objevuje v nekonečném množství knih a filmů. Zájem opět spočívá v samotné přeměně, v tom, jak narůstají chlupy, prodlužují se zuby a objevují se drápy.

Důležitou ideou všech takových příběhů je, že Banner a Hulk, obyčejný muž a vlkodlak - dokonce i služný Clark Keni a Superman! - jsou jedno a totéž. Dochází ke změně, veliké změně, ale je zde také pokračování a spojitost mezi tím ‚před‘ a ‚pak‘.

Ve vymyšlených příbězích musí být takové spojení podtrženo. Přeměna je velmi pamatovatelnou událostí - nakonec, podle přírodních zákonů, jde o něco, co je velmi nepravděpodobné, že by se mohlo stát, Z křesla se náhle nestává autobus, ani ze zubařské ordinace nevzniká garáž. Pro přeměnu musí také existovat nějaký důvod. David Banner se přeměňoval, když měl hlad a vlkodlak se objevoval za úplňku.

Přeměna má v příběhu velký potenciál - ale pouze tehdy, je-li správně použita. Vrátime-li se k předchozímu příběhu, o kolik pamatovatelnější by byl, kdyby se stalo následující:

Když seděl v zubařském křesle, muž se dozvěděl, že zvedací mechanismus řádně nepracuje. Bylo zapotřebí něčeho jiného, co by ho zvedlo - a tak zubař muže zavedl dolů, do podzemní garáže, a nařídil mu, aby ulehl na starý, rezavý zvedák...

I tady se z ordinace stala garáž, ale spojení je teď silnější a pamatovatelnější.

Tolik k místu, ale co když se přeměňují předměty nebo lidé? Klíčem je opět zařadit důvod, ale také učinit proces postupným, zajistil, že spojení mezi ‚před‘ a ‚pak‘ je vždy jasné.

Představte si, že by AUTO a SLON byly dvě představy, které jste si vytvořili ze seznamu abstraktních pojmů, a že je nyní potřebujete propojit. Jde o dokonalou situaci vhodnou pro přeměnu, protože mezi těmito dvěma přepravními prostředky jsou jak podobnosti, tak i rozdíly.

Představte si, že sedíte ve svém autě, když náhle slyšíte zvuk troubení. Podíváte se do zpětného zrcátka, ale za vámi nic není, a přesto troubení neustává. Znovu se podíváte do postranních zrcátek - a k vašemu překvapení se zrcátka před vašimi očima začínají měnit ... v wíí, jedno na každé straně. Se zatřesením střecha nad vámi odskočí dozadu a zjistíte, že sedíte vysoko v prostoru. Vaše aulo se kolem vás kousek po kousku rozpadá, až najednou sedíte na tom obrovském, troubícím slonovi a v ruce držíte křečovitě volant, který už není k ničemu připojen.

Ta poslední představa je důležitá, jde o stálou připomínku toho, že aulo nebylo jednoduše vyměněno za slona; slonem se *stalo*

Vyzkoušejte si svou přeměnu

Níže je vytištěno pět dvojic prvků. V několika minutách vypracujte nejlepší možnosti, jak jeden prvek přeměnit v druhý. V každém případě zvažte podobnosti, které můžete použít, a soustředte se na udržení spojení v průběhu celého procesu.

Pro vlastní kontrolu zakryjte pravý sloupec, a pak berte postupně slova vlevo a připomeňte si scénu, která vám připomene druhé slovo každé dvojice.

- | | |
|------------|-------------------|
| 1. KLOBOUK | POŠTOVNÍ SCHRÁNKA |
| 2. TYGR | STŮL |

- | | |
|----------------|---------|
| 3. JÍZDNÍ KOLO | PTÁK |
| 4. TELEFON | OBLIČEJ |
| 5. KABÁT | MEDVĚD |

Kombinace

Kombinace vzniká, když k jedné věci přidáte druhou. Opět k tomuto procesu musí existovat důvod, který musí být v procesu jasný. Kombinace je zvláště silnou technikou, protože nutí mozek všimnout si podrobností a soustředil se na nezbytné spojení mezi jednou a druhou částí informace.

Představte si, že se máte naučit následující seznam zemí v pořadí, jak se objevují tady:

ČÍNA, FRANCIE, HOLANDESKO, ANGLIE, WALES,
NĚMECKO, SKOTSKO, EGYPT

Při použití samotné kombinace je možné je všechny propojit tak, aby byly pamatovatelné - a tak jako vždy, prvním krokem je udělat každé slovo něčím, co lze přetvářet a kontrolovat. Jednoduchým nápadem je vybrat předmět, který bude symbolizovat každou jednotlivou zemi. Navrhuji následující:

ČÍNA: Velká zeď	FRANCIE: Eiffelova věž
HOLANDESKO: sýr Eidam	ANGLIE: buřinka
WALES: pórek	NĚMECKO: frankfurtský párek
SKOTSKO: sukňe	EGYPT: pyramida

Nyní může dojít k procesu kombinace. Začnete s **Velkou čínskou zdi** - představte si, že si ji prohlížíte a uvažujete o tom, že by měla být trochu vyšší. Po celé délce zdi jsou v pravidelných intervalech věže, proč tam tedy nepostavit na jejich místo věž vyšší - **Eiffelovu** věž? Představte si práci, která by musela být vykonána a strojový park, který byste potřebovali. Pro přídavný efekt natřete každou věž jinou barvou.

Když se podíváte podrobněji na jednu z věží, všimnete si, že je nahoře tak ostrá, že by způsobila pohromu, kdyby se k ní dostal příliš blízko horkovzdušný balón. Špice proto musíte něčím zakrýt a mělo by to být něco červeného, abyste zdůraznili nebezpečí. Odpověď: použijte náklad **sýru Eidam!** Představte si zvuk, když narážíte sýr na každou Špici věží! Problémem však je, že na slunci se sýr roztopí. Když však na každý opatrně položíte **buřinku**, můžete tomu zabránit.

Náhle však začíná pršet. Když se tak na stavbu díváte, na okrajích buřinek se začíná hromadit nebezpečné množství vody. Teď potřebujete něco dlouhého a kulatého, co vám nahradí odvodňovací systém - naříd'te svým dělníkům, aby použili stovky **pórků!** Dělníci rychle seženou zeleninu a slepí pórký dohromady, až vytvoří obrovský systém trubek, který se táhne od buřinky k buřince a odvádí vodu pryč. Věrný svému jménu má pórek stovky malých pórů, které umožňují vodě ze systému odtékat!

Ale co se stane, když začne být problémem voda na zemi? Stále více jí stéká po svahu a ohrožuje dělníky. Potřebujete nafukovací plošinu, která bude spojena se stavenišťem a zajistí, že všichni budou nad vodou - ideálním materiálem k tomu jsou **párky**. Vytlačíte ze střívek všechno maso, nafouknete je jako balónky, a pak je v řadách připevníte k sobě.

Všichni na plošinu vylezou, ale nafouknutá plošina se po chvíli začne nebezpečně kymácet ze strany na stranu. Ještě, že vás včas napadne, jak ji stabilizovat - nařídíte dělníkům, aby si sundali své **sukně**, pak je sešijete dohromady, a tak vytvoříte dlouhou podezdívku, která na všech stranách plošinu podepře. Zdá se, že to bude stačit - ale pak nastává katastrofa.

S hlasitou ránou plošina praská a začíná se potápět, musíte se zachytit nejbližší věže. Když tam visíte, uvědomujete si chybu, plošinu jste postavili příliš blízko hrotu částečně zatopené **pyramidy!**

Abyste si vybavili seznam po sobě jdoucích zemí, jednoduše si zapamatujte postup, kterým byla tato obrovská a neobvyklá stavba postavena, zdůrazněte klíčové objekty, a pak si připomeňte země, které reprezentují. V tomto příkladu je spojením příběh a postup si je možné zapamatovat od začátku i od konce.

U delších seznamů byste měli používat kombinaci pouze pro některá spojení a vždy se soustředit na důvod a metodu, ujistit se, že spojujete věci pevně a pamatovatelně. Přibitím, stlačením, přilepením a svařováním přinutíte věci, aby zůstaly spojené, a zůstaly tak pevně zakotveny ve vaší paměti.

Vyzkoumejte si své kombinace

Stejně jako u seznamu zemí, podívejte se na následující předměty, zkombinujte je a dodržte jejich pořadí tím, že předmět spojíte vždy s následujícím. Použijte co nejvíce spojujících technik - lepení, šití, přibití, nýtování - a zjistěte, co pro vás funguje nejlépe.

Když jste skončili, projděte svými představami a kombinacemi, a pak se sami vyzkoušejte a vraťte k původnímu seznamu.

DEŠTNÍK, KOPANÁ, TUŽKA, SÝR, ČAJ, UHLÍ, TELEVIZOR,
ŽELÉ, ČASOPIS, RYBA

Interakce

Protože vás představivost umísťuje do středu každého příběhu, kde můžete přetvářet a kontrolovat co se děje, není překvapivé, že třetí druh spojení se týká vašeho vztahu k událostem. Je to vynikající příležitost představit si silné emocionální odezvy k probíhajícím událostem a k zařazení *sebe sama* jako spojení mezi obrazy.

Čím více spojení můžete vytvořit mezi vlastními myšlenkami a reakcemi, tím lépe. V dřívějším příběhu 'nakupování' muž vytáhl z kapsy noviny a rozbil vejce - ale jaký měl

důvod, aby to udělal novinami a ne baterkou nebo holí? A proč byste si měli pamatovat, že šel ke kadeřníkovi a ne třeba k řezníkovi nebo do banky? Tento příběh obsahuje hodně citových vjemů, ale jen několik z nich zdůrazňuje řetězec spojení. V nejlepším příběhu *Systému využití mozku* se události odehrávají kolem vás a mají vždy spojitost *.I vámi*: to je smyslem interakce.

O kolik více byste si to pamatovali, kdyby se to stalo takto:

„Když si uvědomil, že nemůže z místnosti díky mléku ve dveřích uniknout, muž se rozhodl krabici otevřít a napít se.“ Představte si, jak vás tato myšlenka napadá *ve vašich* představách a vložte vaši vlastní reakci do spojení s tím, co pak následuje.

„Rozhodl se, že se nají; vytáhl židli a stůl a začal snídat“ -jde o jídlo, při kterém je pití mléka nejpravděpodobnější. Představte si, že máte za chvíli dostat i noviny, když mléko už dorazilo.

Vaše vlastní očekávání mohou být silnými součástmi příběhu, někdy naplněná, ale jindy působící zklamání nebo překvapení. V tomto případě noviny přišly, ale spadly se stropu a přistávají vám na hlavě...

Vaše vlastní reakce vám umožňují, abyste byli režiséry i hvězdami. Když příběh pokračuje, vidíte a reagujete na události zvenčí - ale zároveň jste *součástí* akce, chováte se jako hrdinové, kterým se všechny tyto zvláštní události přihodí,

Když čtete noviny, představte si, že očekáváte, že vám tiskařská barva zašpiní vaše ruce. Jen se podívejte, jak jsou špinavé ... a náhle si uvědomíte, že ruce nejsou od barvy, ale máte na nich lepkavou čokoládu! V této chvíli můžete do hry vtáhnout všechny své smysly - ale tak jako vždy, musíte zahrnout specifickou připomínku. „K vašemu překvapení vidíte na každé straně novin reklamu na známou značku čokolády. Když se jí dotknete, rozpouští se vám v ruce.“

Technika interakce je mocným způsobem, jak si zapamatovat předměty v přesném sledu. V každodenním životě naše mozky pracují se sériemi spojení a často uvažujeme o nějaké věci teprve poté, co nám ji připomnělo něco zcela jiného.

To si zvláště uvědomíme během rozhovorů, ve kterých oba účastníci náhle zapomenou, o čem původně mluvili. Tradiční je vrátit se v řetězci o několik kroků zpátky, a pak postupovat zase vpřed, až se vrátíte na zapomenuté místo. „Mluvili jsme o vašem večírku, a to nás přivedlo k Simonovu otci - pak jste řekl něco o jeho autě, a to mi připomnělo *moje* vlastní aulo a jízdu do garáže,..”

Tato přirozená lence mozku může být efektivní silou při pamatování si příběhu. Není-li sekvence důležitá, můžete si jednoduše předměty představit na kuchyňském stole, a pak je pomocí kombinace propojit. Ale sekvence může být také snadno potvrzena.

Mléko vám obvykle připomene snídani a ostatní věci, které jsou vám dodávány do domu. Noviny *byly* dodány trochu neobvyklým způsobem. Pak vás noviny přiměly uvažovat o tiskařské černi - a vaše očekávání skončila překvapením, když jste uviděli čokoládu...

Jako příklad důležitosti interakce si představte, že se potřebujete naučit následující seznam dáreků. Abyste ušetřili čas při vaší cestě do města, vypracovali jste si pořadí obchodů, které budete muset navštívit, takže sekvence předmětů musí být dodržena.

ŠÁTEK, ŠNORCHL, KONVICE, BRANDY, KABÁT,
HODINKY, GOLFOVÉ MÍČKY, OBRAZ

Protože se chystáte na nákup, proč nezačít představou toho, jak se připravujete k odchodu. V takový chladný den se bude hodit ŠÁTEK, který si uvážete kolem krku. Bohužel, zdá se, že jste ho uvázali *příliš* těsně - potřebujete něco, abyste se

neudusili! Naštěstí máte v kapse ŠNORCHL, který vám zachrání život, když si ho dáte do úst, abyste mohli dýchat, než šátek rozvázete.

Ted', když už šnorchl nepotřebujete, můžete využít jeho tvar a pověsit ho na hák - ale uvnitř je stále ještě trocha vody, a ta začíná vytékat na podlahu.

Řešením je položit pod něj KONVICI, do které bude voda kapal. Slyšíte zvuk, jak se nádoba plní a začínáte mít žízeň -pocit, který se stává horším a horším, až se vám zdá, že omdlíte.

Právě, když už se zdá, že je pozdě, do míslnosti skočí veliký bernardýn se soudkem BRANDY. Hltáte ji a cítíte, jak vás uvnitř hřeje. Když se podíváte směrem dolů, zjistíte, že horní polovina vašeho těla začíná Červené zářit!

Abysle to rychle skryli, oblečete si dlouhý KABÁT, ale ten je bohužel až příliš dlouhý a překáží vám v chůzi. Padáte, ale režisér tohoto filmu se v této chvíli stává až příliš velkým umělcem a váš pád se odehrává zpomaleně. To vám dá čas připravit se na dopadnutí na zem a vaše myšlenky se obrátí k jediné křehké věci, kterou u sebe máte - k vašim HODINKÁM. Strhnete si je dolů a odhodíte je do trávy, kde dopadnou do měkkého.

Znovu najít hodinky je těžší, než jste si mysleli. Hledáte je všude, a když už to vzdáváte, náhle vás napadne, že mohly spadnout do díry.

V tom momenlě, jakoby bylo vše podřízeno vašim myšlenkám, proměňuje se Iráva okolo v golfové hřišle a všude kolem vás se objevují jamky. V žádné však nejsou hodinky - ve skutečnosti je v každé GOLFOVÝ MÍČEK. Čím více míčeků nalézáte, tím jste rozzlobenější. Ve vzteku nakonec všechny míčky odhazujete stranou ... a slyšíte zvuk rozbíjeného skla. Běžíte se podívat, co se stalo a zjistíte, že míčky proletěly oknem domu a rozbily sklo na všech drahých OBRAZECH uvnitř.

Celý tento příběh je založen na interakci. Proměňujete věci kolem sebe, ale také vy se měníte a jste ovlivněni událostmi, což znamená, že je zajištěno pevné spojení. Také posloupnost představ je jasná, ale i když přesné poradí předmětů na seznamu není důležité, uvažováním v sekvenci zajišťujete, že na žádný prvek nezapomenete.

Vyzkoušejte si své interakce

Vyzkoušejte si techniku sami a naučte se seznam slov uvedených níže.

Uvědomte si ‚důvod‘, proč se slova učíte, rozhodněte se ohledně vhodného startovního bodu, a pak nechejte příběh rozvinout. V každé fázi doplňte své vlastní reakce; nechejte, aby vás události ovlivnily zároveň s tím, když ovlivňujete vy *je* a potěšte se svou rolí režiséra i hlavní postavy ve filmu vašich představ.

Předměty pro aukci v pořadí, jak budou předkládány: LAMPA,
HODINY, BIBLE, DOMEČEK PRO PANENKU, HRNEK,
STŮL, POKER, VÁZA, VLÁČEK, LUCERNA

Osobní kontrola, která je srdcem *Systému využití mozku*, znamená, že příběhy plně pomáhají pouze tehdy, když si je vymyslíte a představíte vy sami. Můžete do nich vložit osoby a místa, která dobře znáte, a můžete zahrnout i to, co máte rádi nebo co nenávidíte, čeho se bojíte, co milujete a co vás těší.

Abych však dokázal, že si lze zapamatovat jakýkoliv druh informace, uvádím níže dva příklady způsobů, jak byly skutečné seznamy změněny v efektivní příběhy. Abyste prošli zkouškami, vyhráli v soutěžích a udělali dojem na své přátele, můžete se naučit například seznam větších českých řek nebo sekvenci prezidentů. Vytvořené příběhy vám umožní se oba seznamy naučit od začátku i od konce a dokáží tak, že

dokonce i ty nejabstraktnější a nejnudnější informace mohou být kontrolovány a zapamatovány,

Dokážete-li se takový materiál naučit, neměli byste mít problémy vzpomenout si na seznamy, které si máte denně pamatovat.

U obou příkladů popisují celé vymyšlené příběhy. Uvědomte si, kolik klíčových elementů zaznamenáte, a všimněte si všech použitých technik ke zvýšení efektivity příběhů. Uvažujte zároveň o jiných technikách, které by bylo možné použít - způsobech, které by zahrnuly více smyslů, a příležitostech, které by posílily spojení s *vámi*,

Deset řek České republiky

1. Orlice
2. Morava
3. Vltava
4. Ostravice
5. Svratka
6. Labe
7. Ohře
8. Berounka
9. Dyje
10. Jizera

Prvním krokem je jako vždy změnit tyto abstraktní informace v materiál, který může být přetvářen a kontrolován a může se stát součástí příběhu. Nejlepší je naleznout možné obrazy v samotných slovech na stránce.

ORLICE	pták, který se v našich zemích Často objevuje v erbovních znacích.
MORAVA	oblast, která je u nás známá svým vínem.
VLTAVA	záměnou prvního písmene dostaneme ,hltava' a sloveso ,hltat', například víno nebo vodu.
OSTRAVICE	rozdělení slova nám dá ,ostra více* neboli ,více ostrázé', třeba střepy. SVRATKA záměnou ,s' na počátku za podobné ,z' získáme ,zvratky'.
LABE	zde lze přidat jedno písmeno a máme ,dlabe', a od toho pak například vydlabaný strom.

- OHŘE přidáním písmene ‚v‘ na konec slova
získáme ‚ohřev‘, obvykle plamenem ohně.
- BEROUNKA od slova ‚bráti‘, třeba peníze, a máme
‚berňák‘.
- DYJE záměnou znělého ‚d‘ za ‚ž‘ získáme
sloveso ‚žije‘, které nám dále připomene
například dobře si žijícího tlustého
- otlého muže.
- JIZERA v tomto případě se přímo nabízí záměna
s ‚mizerou‘.

Dalším krokem by mělo být nalezení vhodného počátečního bodu. Protože jde o seznam řek, vhodným prostředím, kde začneme, může být břeh řeky.

Představte si celou scénu: je krásný podzimní den a vy sedíte na břehu pomalu tekoucí řeky. Kolem vás je spousta krásně zbarveného listí, vy sedíte na pařezu, jste uvolnění a spokojení, a protože nemáte co dělat, rozhodnete se trochu procvičit svou paměť...

Náhle je ticho kolem vás narušeno nejprve tlumeným, pak stále silnějším zvukem dusotu koni a řinčení zbraní. Jste překvapeni a jdete se opatrně podívat skrz mlázi, co se to děje. Nejdříve vidíte jen skupinku jezdců na koních, ale jak se blíží, začnete rozeznávat podrobnosti.

K řece přijíždí malá skupina mužů ve středověké zbroji, s pestře pomalovanými štíty. Po chvíli rozeznáváte, že na většině štítů je vyobrazena ORLICE. Znak orlice je namalován bílou barvou, která jasně vystupuje na červeném pozadí.

Jezdci koně zastavují na břehu řeky a posléze seskakují na zem. Jeden z nich jde s hrníčkem k vodě a chce se napít. Voda je však kalná a muž se vrací k ostatním s prázdnou, všichni bezradně krčí rameny a vrtí hlavou. Je jasné, že mají žízeň.

Jste hrozně zvědaví, co jsou ti muži zač, a i přesto, že se trochu bojíte, popadnete svůj demižon plný vína z jižní MORAVY a klestíte si cestu ke skupince.

Jezdci, aniž by dali najevo překvapení z vaší přítomnosti, berou od vás víno a HLTAJÍ ho z demižonu takovým způsobem, až jim víno stéká po bradě. Demižon se rychle vyprazdňuje, a když už v něm nic není, jeden z mužů skleněnou nádobu k vašemu pohoršení odhazuje stranou.

Jste pobouřeni jejich chováním a střepy rozházenými kolem. Rozhodnete se střepy posbírat, ale ty jsou překvapivě ostré. Každý z nich se zdá být OSTRÝ VÍCE, než ten předchozí.

Pořežete si ruce a všude kolem je teď spousta vaší krve. Je jí tolik, že když ji vidíte, udělá se vám z toho špatně a zvracíte. Teď je na listí a kamenech nejen krev, ale i spousta vašich ZVRATKŮ, Vaše dřívější pohoda je pryč, stydíte se a raději byste na břehu řeky nebyli.

Rozhlédnete se kolem a náhle zjišťujete, že opodál stojí veliká lípa a v jejím obrovském kmeni je VYDLABANÁ dutina. Rychle se rozhodnete a vlezete si dovnitř. Překvapuje vás velikost vydlabaného prostoru a začnete ho prozkoumávat. Najednou si uvědomujete, že je vám chladno. Vydlabaným kmenem fouká vítr, a proto se rozhodujete rozdělat si uvnitř ohýnek. Jakmile však vyskočí první plamínek, dřevo kolem vás vzplane v mohutné plameny, OHŘEV jaký jste si nepředstavovali. Vyběhnete ven a s obavami, aby se oheň nerozšířil, běžíte pro pomoc.

První budova, ke které přiběhnete, je BERŇÁK. Napadne vás, že tam vám asi nepomohou, dříve vás oberou o poslední peníze. Rozhodujete se najít pomoc jinde.

Právě, když se vydáváte na další cestu, vrážíte do velmi tlustého muže, který vychází z této budovy. Napadá vás, že ŽIJE (nebo TYJE) z peněz ostatních daňových poplatníků. Rozhodnete se zkusit štěstí a žádáte ho o pomoc.

Muž vám však nevrle radí, že musíte do kanceláře vyplnit formulář a počkat, až na vás dojde řada. Je to pořádný MIZERA.

Naši prezidenti od vzniku Československé republiky Tomáš Garrigue MASARYK, Edward BENEŠ, Klement GOTTWALD, Antonín ZÁPOTOCKÝ, Antonín NOVOTNÝ, Ludvík SVOBODA, Gustav HUSÁK, Václav HAVEL

Opět, prvním krokem je změnit tato abstraktní slova v materiál příběhu. Na rozdíl od prvního seznamu je užitečné si zapamatovat pořadí položek druhého seznamu.

MASARYK	ten pravděpodobně připomíná svůj vlastní charakteristický obraz - starý Stihlý pán s čapkou se kšiltem, který sedí na koni.
BENEŠ	snad ,udělat si bene', udělat si dobře.
GOTTWALD	rozdělením slova dostaneme jméno našeho nejpopulárnějšího zpěváka Gotta a začátek jména dalšího známého zpěváka - Waldemara.
ZÁPOTOCKÝ	součástí tohoto slova je .potok ¹ .
NOVOTNÝ	příbuzným slovem je tady ,novota'.
SVOBODA	vhodným zastoupením tady může být například socha svobody v New Yorku.
HUSÁK	zde je zřejmá a známá asociace se samcem vodního ptáka, domácí husy - houserem.
HAVEL	možnou konkretizací je v tomto případě ,účes na havla'.

Pamatovatelným místem, ve kterém by příběh mohl začít, je velký sál pražského hradu.

Představte si tuto scénu: Kolem jednacího stolu tu sedí nejvýznačnější politici a známé osobnosti. Čekáte, co bude na

dnešním programu, když se najednou otevírají velké zdobené dveře, vřichni kolem vás povstávají a do místnosti vjíždí na koni štíhlý starý muž. Seskakuje s koně, odkládá charakteristickou Čepici s kšiltem a kyne všem okolo, aby se posadili. Nemůže to být nikdo jiný než prezident MASARYK.

Stoly v sále se prohýbají pod haldou dobrot, jsou tady mísy s ovocem, vázy s květinami, tácy se zákusky a mezi tím vším stojí spousta lahví dobrého vína. Konečně chápete, proč se tolik Udí všemožné snaží dostat se na hrad, chtějí si prostě udělat dobře, neboli, jak se říká v léto společnosti, udělat si BENE. Mimochodem vás napadá, že si tohle slovo musíte obzvláště zapamatovat a občas ho vhodně použít, abyste těm lidem ukázali, že mezi ně patříte.

Hostina a řeči v sále pokračují, všichni však netrpělivě čekají na zlatý hřeb večera, vystoupení populárních zpěváků Karla GOTTA a WALDEMARA Matušky.

Když však konečně zazní hudba a šum v sále ulichá, najednou zjistíte, že už nejste na hradě, ale sedíte v trávě někde na venkově. Tu změnu nechápete, jste překvapeni, ale než se nad ní stačíte zamyslet, upoutá vás nezvyklý rámus. Otáčíte hlavu a zjistíte, že hluk přichází od velikého stavení, které je směrem od vás hned ZA POTOKEM.

Rozhodujete se dostat se na druhou stranu a zjistit, co je příčinou a zdrojem hluku, ale potok je rozvodněný a příliš široký, než abyste ho mohli přeskočit, musíte tedy najít most. Postupujete po proudu, až narazíte na místo, kde je přes potok mezi dvěma stromy natažené lano a na něm je upevněná sedačka. Tohle jste ještě neviděli, tohle je nějaká

NOVOTA.

Máte strach, ale nakonec přece jen tuhle NOVOTU využíváte, sedáte si do sedačky a s námahou ručkujete na druhou stranu. Když jste na opačném břehu, hned spěcháte k velkému stavení a zdroji hluku. Když přicházíte blíže, jsou trochu překvapeni, že před domem stojí replika americké sochy

SVOBODY. Chcete pokračovat a vejít do dvora, odkud zní podivné syčení a zvuky hluku většího množství lidí. Cestu vám však zastoupí klučina a nutí vás koupit si vstupenku. Když si ji od něho berete, překvapí vás, že i na ní je obrázek sochy SVOBODY.

Sotva procházíte branou do dvora, naskýtá se vám neobvyklá scéna. Na velkém dvoře je skupina lidí a honí po dvoře obrovského HUSÁKA, který má kolem krku uvázanou červenou mašli. HUSÁK se ale nechce dát chytit, syčí, mává křídly a útočí proti těm, kteří se k němu dostávají příliš blízko.

Když vidíte zmatek a marné úsilí ostatních, rozhodnete se pomoci. Právě ve chvíli, kdy pták běží kolem vás, vyběhnete a vrhnete se mu kolem krku. Zoufalý houser se vám ještě 7, posledních sil snaží pomstít, otáčí hlavu na dlouhém krku a silným zobákem vám přímo u hlavy uštípne váš dlouhý pěstěný cop. Všichni kolem vás se smějí, že se teď můžete Česat akorát tak na HAVLA.

Jakmile jste si vizuálně oba příběhy představili, v představách si je několikrát projděte a zdůrazněte si klíčové body. Příběhy, jako jsou tyto, zaberou trochu více času, než jste zvyklí paměti věnovat, avšak je to Čas dobře strávený a brzy zjistíte, že až se vám tyto techniky stanou přirozenějšími, vaše rychlost vzroste.

Dokáží přeměnit padesát dva hracích karet do prvků příběhu a spojit je všechny dohromady za dobu kratší, než je čtyřicet pět vteřin. S trochou praxe zjistíte, že jste schopni si navždy v paměti udržet jakýkoliv druh informace.

CESTY PAMĚTI

Když si zapamatovávám velká množství informací, abych ušetřil čas, často používám sekvence, které jsem si vytvořil

UŽ předtím. To znamená, že nemusím znovu vytvářet spojení mezi částmi materiálu; spoje už mám a části informace musí být pouze změněny ve skutečné a kontrolovatelné, a pak ‚zapadnou do skládky‘.

Sekvence, které jsem vypracoval, jsou všechny založeny na cestách, které dobře znám ze zkušeností - cestách po místnostech, městech, a dokonce celých zemích - využívám lásky paměti k systémům a místům.

Představte si, že máte přenosnou mazací bílou tabuli a sadu per. Na tabuli máte shora dolů nesmazatelné namalováno deset linek, každé z nich náleží číslo po její levé straně. Pokaždé, když stojíte před nějakou informací, kterou si máte podržet, můžete ji zaznamenat na tabuli tak, že na každou linku vložíte jeden nebo více prvků. Tato informace tam může zůstat až do chvíle, kdy je smazána a na její místo

jsou napsány prvky nové.

To je něco, co mi umožňuje mé česly. Každá cesia je jednoduše seznamem deseti míst, deseti ‚prostoť, které mohou být naplněny informacemi, a které jsou vzájemně spojeny určitou sekvencí. Když je do prostor uložena informace, získá systém a řád. Na rozdíl od technik vyprávění příběhů, které jsem už popsal, tyto cesty jsou omezeny velikostí: když je všech deset prostor plných, potřebuji se, chci-li pokračovat v zapamalování, přesunout na jinou cesiu. Když chci cestu znovu použít, musím smazat to, co tam bylo doposud napsáno. Avšak pro omezená množství informací, pro snadnost a rychlost, je použití cest cennou částí *Systému využití mozku*. Prvním krokem je vytvoření cesty - chci-li, nakreslení čar na vaší tabuli. Vyberte si místo, kléře dobře znáte. Může to být dům, ve kterém bydlíte^ místo, kde pracujete, nebo třeba domov, ve klérem jste vyrůstali. Může to být celé město, trasa procházky, kterou dobře znáte, dokonce i jeden pokoj - jedinou podmínkou je, aby se místo dalo rozdělit na deset zřejmých částí.

Povaha těchto ‚částí*‘ záleží na druhu místa, které jste si vybrali. V nejobvyklejším případě mohou být částmi jednotlivé pokoje domu. Na trase procházky může jít o význačné body a ve městě o kombinaci obchodů, parků a ulic. Důležité je využít pokud možno co nejvíc prostoru.

Má-li váš dům více než deset místností, spojte některé z nich do jediné ‚oblasti‘. Raději než využít deset pokojů a nechat nevyužitý prostor, je lépe například spojil několik dětských pokojů v jedinou oblast nebo spojit garáž se sklepem. Využitelný prostor státní lze použít v podobě krajů, okresů nebo deseti oblastí. Čím více prostoru budete mít v jedné oblasti, tím více možností získáte při jejich naplňování jednotlivými prvky.

Velké oblasti však mívají tendenci být trochu neurčitými a zjistil jsem, že nejlépe je vybrat si nějakou budovu. Získáte tak dostatek prostoru k manévrování, a je zde také dostatek spojení mezi oblastmi.

Větší nebo menší místa však přesto mohou být také dobrá. Vybrali-li jste si celé město, vyznačte si oblasti co nejlogičtěji a ujistěte se, že si budete pamatovat, kde jedna oblast končí a druhá začíná. V opačném extrému jediné místnosti, vneste do ní co nejvíce variací. Zásuvka v jednom kusu nábytku může být jednou z ‚oblastí‘, ale použití více než jedné zásuvky by mohlo mýlit.

Zařídte, aby se oblasti lišily, byly odděleny polohou a druhem místa, kterým jsou, využijte svou představivost. I když do těchto míst budete muset umístit prvky, neexistují žádné zákony fyziky, které musíte dodržovat - ve skutečnosti případ vtlačení slona do zásuvky vašeho psacího stolu může být něčím velmi dobře zapamatovatelným!

Když jste si vybrali oblasti, dalším krokem je vypracování jejich pořadí. Jednou, jak si pořadí zvolíte, je nebezpečné provádět jakékoliv změny, a proto je důležité vše řádně zvážit.

Abyste využili lásky paměti k systémům a spojením, nej-

lépe je začít vyhledáním pořadí, která už existují. Jednou z výhod rozhodnutí vybrat si trasu procházky je, že pořadí jednotlivých oblastí je dané, avšak ve většině budov máme také alespoň obecnou představu okružní česly.

Představte si, že jste si vybrali dům. První oblastí může být chodník venku, druhou přední veranda. Z ní přecházíte do chodby a dále vcházíte do kuchyně, která vede přímo do jídelny. I když tam ve skutečnosti nejsou dveře, je to další oblast, protože je oddělena zdí. Z jídelny se dá jít do obývacího pokoje, ze kterého začnete stoupat po schodech do další části vaší cesty. Schody vás zavedou do koupelny a poslední oblastí mohou být ložnice nebo dokonce Šatna.

Vybrali-li jste si jediný pokoj, pak je dobré postupovat v něm ve směru chodu hodinových ručiček. První oblastí může být vchod, druhou stůl u dveří, třetí skříň atd. Používáte-li město, pak léměř jistě máte pravidelné trasy, kterými chodíte, a které se mohou stát základem pořadí vašich oblastí.

Označte si své teritorium s využitím představivosti. Přecházejte v představách z jedné oblasti do druhé, připomeňte si hranice a postupujte z oblasti jedna až do oblasti

deset.

Na cestě si všimněte toho, co dělá každou oblast unikátní: sporák v kuchyni, sprcha v koupelně, pračka v garáži. V první části trasy vaší procházky stojí například zvláště vysoký strom nebo procházíte kolem zahrady, kde štěká zvláště rozezlený pes. Tyto podrobnosti jsou důležité, protože dalším krokem je naplnění deseti oblastí informacemi, které si potřebujete zapamatovat, a tyto zafixované podrobnosti se stanou důležitými body.

Jako vždy, abstraktní materiál se musí stát skutečným a připraveným k tomu, abychom ho mohli zařadit do trasy.

Pak musíme rozdělit informaci tak, abychom efektivně využili daného prostoru. Bylo by ideální mít deset prvků,

jeden pro každou oblast, je však možné do každé umístit více než jeden údaj. Důležité je, že v každé oblasti budeme mít *stejné* množství prvků; jinak je celkem snadné některé z nich vynechat.

Doporučuji vám vypracovat si dvě trasy, kterým můžete naprosto věřit. Umístěním dvou prvků do každé oblasti se můžete naučit seznam čtyřiceti slov vytištěných na začátku knihy.

Abyste to dokázali, musí být prvky bezpečně umístěny. S velkým účinkem mohou být použity všechny techniky *Systému využití mozku* - využijte všech smyslů, pamatujte na zdůraznění a posílení středu každé scény.

Když zacházíte s materiálem, snažte se být neobvyklí, nemusíte být nikterak čistotní. Raději než uložit míč do vany, je lépe ho vtlačit mezi kohoutky, jen abyste ho viděli, jak se vymrští a klouže po mokrých stěnách a stříká vodu na koberec. Přitlučte hřebíkem krajíc chleba na stěnu vaší kanceláře; postříkejte noční stůl kečupem nebo nalijte hořčici před radnici. Nemusíte už uvažovat o spojeních, veškerou energii vaší představivosti věnujte umístění prvků do jednotlivých oblastí.

Čím budete zkušenější, tím více prvků budete moci umístit do jediné oblasti. Dva prvky v každé oblasti nejsou obtížné, pokud vždy dáte jeden vlevo a druhý vpravo. Je možné mezi oba prvky vložit nějaké spojení, takže ten vlevo bude nějak působit na pravý, a bude tak vždy na prvním místě.

Potřebujete-li se naučit velké množství informací, můžete váš systém cesty zkombinovat se všemi technikami vyprávění příběhů. Z každé oblasti udělejte počáteční bod příběhu a obyčejný domek v okrajové čtvrti se tak může slát domovem deseti dlouhých, fantastických příběhů, které budou, každý samostatně, obsahovat například až dvacet částí informací! Možnosti jsou nekonečné.

Když byla vaše cesta naplněna, znovu se rychle projděte každou oblastí a zkontrolujte, zda vidíte všechny prvky. Ujistěte se, že všechny jsou na správných místech.

Když se vám vaše česly slanou dobře známými, bude pro vás snadné jimi procházet dopředu i pozpátku - dokonce

naleznout očíslovaný prvek ze seznamu jen pouhým jdpočítáním příslušného místa. Pamatujte si, že ve vaší cestě může být umístěn *jakýkoliv* materiál - jména, slova, čísla - stačí jen, aby byl skutečný a kontrolovatelný. Nějakou dobu tam zůstane. Připomenutím si obsahu cesty můžete zajistit delší dobu pamatování jednotlivých prvků, 'omezená životnost' je však užitečná. Materiál zůstane v cestě dost dlouho, aby mohl být použit, ale tabule paměti může být smazána, když se k ní vrátíte a potřebujete ji k naučení dalších informací.

VYZKOUŠEJTE SI TO

Když už jste spokojeni se svými dvěma cestami a rozhodli jste se, která bude vždy první, proč se nevrátit zpátky na začátek knihy a nepokusit se naučit seznam čtyřiceti údajů. Je pravděpodobné, že se vám to hned napoprvé dokonale nepodaří, ale určité si zapamatujete daleko více údajů, než tomu bylo při prvním pokusu.

Jestliže uděláte několik chyb, zjistěte, které prvky chybí a zvažte nový způsob, jak je na vaší cestě umístit. Jakmile se vám podaří pamatovat si celý seznam ve správném pořadí, můžete být oprávněně hrdí - není to nic lehkého.

Museli jste změnit velmi abstraktní části informace -PACH, HORKÝ, OSM - ve skutečné předměty, které jsou pod vaší kontrolou. Museli jste dosáhnout vysokého stupně představivosti a přinutit tyto předměty umístit se na vaší cestě, vždy dva do jedné oblasti. Museli jste si sami sobě

zdůraznit střed každého obrazu, abyste mohli tyto obrazy přeměnit zpátky do slov ve chvíli, kdy to bylo zapotřebí.

Co je nejdůležitější, převzali jste kontrolu.

Prvním krokem je uvědomit si, že stejně jako automobil, který sám nepojede, váš mozek nikdy neudělá to, co chcete, pokud se ho nenaučíte používat. Dobré řízení je výsledkem praxe, protože základy techniky začnete používat ve stále více reálných situacích - totéž platí u paměti. Techniky se mohou zdát na začátku podivnými, ale netrvá dlouho a stanou se vaší druhou přirozeností.

Praxe vede k dokonalosti a následující části knihy ukazují, jak tyto techniky pamatování mohou být *vyulity* \ praxi v bezpočtu každodenních situací. Principy naučené v první části tvoří základy, na kterých mohou být vystavěny specifitější techniky.

Máte-li představivost, pak vlastníte vše, co budete potřebovat na další cestu *Systémem využití mozku*.

ČÁST DRUHÁ

SCHOPNOSTI MOZKU ZACHÁZET SE SLOVY

Pro paměť je nejdůležitější přeměnit suchá slova na stránce v živoucí, pohyblivé a barevné obrazy. Zároveň s tím nám mnohé příklady v první části ukázaly důležitost využití originality samotných slov - manipulování s jejich tvary a zvukem, které umožní zformování představ a vytvoření háčeků, kterými se tyto představy zachytí v paměti. *Systém využití mozku* se nesnaží jazyku vyhnout, ale zaměřuje se na samotnou základnu jazyka. Snaží se však nahradit závislost pouze na slovech samotných.

Dobrá paměť *využívá* slova tím, že nad nimi přebírá kontrolu, přetváří je v jednotlivé nástroje paměti a využívá jejich potenciál k podpoře představivosti.

Je ironií, že tolik lidí shledává slova těžkými k naučení, snaží si je zapamatovat na základě jejich neurčitěho významu, místo toho, aby je využila jako základu paměti. Velmi mnoho informací, které se my všichni musíme naučit, má slovní formu a jedním z klíčů *Systému využití mozku* je uvědomění si moci samotných slov.

Musíme se učit jména lidí, míst, společností, knih. Každý den trávíme čas procházením seznamů adres, slovníků a velmi často vyhledáváme informaci, kterou jsme už hledali mnohokrát předtím, a kterou budeme nejspíše hledat v budoucnu

zase.

Vedle slov, která potřebujeme znát, existují i slova, která by se nám hodila znát - cizí slova; užitečná nová slova v našem vlastním jazyce; slova, která tvoří rýmy, citáty, statě

a poznámky. Slova mohou být nevýrazná, komplikovaná, nelogická a matoucí - *Systém využití mozku* však umožňuje najít ve slovech samotných nejefektivnější způsoby jejich zapamatování.

Protože se jazyk často mění a není zásadový, proč toho nevyužít?

Reklama to dělá neustále, nachází věty, které mají více než jen jeden význam - a díky tomu si je lze zapamatovat více než, jen jedním způsobem: „Všechno, co děláme, záleží na vás“, „Vy jste klíčem k úspěchu“. Pracovníci reklamy dobře rozumí tomu, jak si hrát se slovy, anagramy a jak upoutat a soustředit naši pozornost na jména jednotlivých značek: „Guinness - naprostý génius“, „SEGA: trvá věky, stát se tak dobrým“, „Zajímavé Nápadité Nintendo“. Dokonce i vytvářejí nová slova, která je lehké si zapamatovat.

George Eastman, například, potřeboval vymyslet zapamatovatelné slovo k pojmenování a reklamě svého nového fotografického procesu. Použil neobvyklá písmena, jednoduchou, ale výraznou konstrukci - dokonce využil zvuk „kliknutí“ spouště fotoaparátu - a přišel s názvem: Kodak!

Pamatování slov se stává snadnějším, když si zvyknete se na ně soustředit, pozorné si prohlédnout jejich tvar a naslouchat jejich zvuku. Například, dnešní angličtina kombinuje prvky z velkého množství zdrojů, mezi které patří řečtina, latina, francouzština a němčina - a když si zvyknete tyto zdroje hledat, slova ožijí energií svého původu a svých částí. Stejně tak je tomu s dnešní češtinou, která přebírá v současné době hlavně anglické výrazy.

Máme slova ve slovech, slovní spojení, neobvyklé konstrukce a dobře pamatovatelný systém písmen. Jak už jsme viděli na příkladech v první části knihy, čím více představ slovo vytváří, tím lépe si ho můžeme zapamatovat jako součást seznamu nebo příběhu. Kombinováním představivosti a smyslu pro detail můžete převzít nad slovem kontrolu.

Dívejte se po možnostech

V některých případech spoléhá proces nejvíce na zrak. podívejte se například na tato tři slova: PAHORKATINA, INSTRUMENT a PUBLIKACE. Ke všem těmto slovům existují slova podobná, ať už skladbou, zvukem nebo významem, a tak, když se je snažíme zařadit do nějakého úkolu k zapamatování, hrozí nebezpečí omylu.

Vše se však vyjasní, jakmile si všimnete ve slově PATfOtfKRTINA slova horká. Vaše představa teď může zahrnout plápolající oheň v horách nebo divadelní hru odehrávající se uprostřed pahorků Sahary, vaše paměť získala další ‚háček‘ - ale zároveň potvrzení přesného slova, které se máte naučit.

Ve vaší představě můžete vidět někoho pít rum, a hrát přitom na hudební INST#ř7AÍENT - a proč si nepředstavit kamaráda, jak čte nějakou *PUBIJKÁČf* pod blikající lampou? Slova náhle ožila a do hry vstoupily důležité smysly hmatu, chuti, čichu a zraku.

Poslouchejte zvuky

V jiných případech se dají pomůcky ve slovech *uslyšet*.

Někdy můžete v části nebo v celém slově objevit alternativní významy. Čtyři slabiky slova KONDOLENCE, například, zní stejně jako několik jiných slov, a můžete si tak vytvořit pamatovatelné obrazy kondolujících příbuzných, kteří právě vyfárali z dolu - nebo muže v černém, který prodává kondomy pro milence!

Učíte se například seznam amerických států a potřebujete si zapamatovat slovo ARIZONA. Můžete si představit koně nebo chrtu se jménem Harry (vypadá třeba jako Harry Belafonte), kterého jeho pán hladí v zóně pro chodce. Ve skutečnosti jde jen o malou změnu zvuku a z ARIZONY máte *Harryho v zóné!*

TENNESSEE nabízí toho, kdo něco nosí: *Jen nosť* MINNESOTA se může stát *,mini soda'*, ... a tak dál, až si celý seznam přetvoříte a získáte nad ním kontrolu. , . . .

Vyzkoušejte si to

Zkuste přetvořit následující seznam slov, hledejte očima -a sluchem - představy a pomůcky zapamatování. Použijte všechny techniky, které znáte, abyste změnili abstraktní slova v pamatovatelné obrazy.

ALJAŠKA, KNIHOVNA, KRABICE, GENESE,
INTERVENCE, DELAWARE, KOMORA,
PARABOLA

Porozumění slovům

Vedle možnosti naleznout nové významy slov může smysl pro detail vynést na světlo i významy *skutečné*. Vfte-li něco o původu slova a jeho konstrukci, může to vést k daleko lehčímu zapamatování - zvláště jeho správného pravopisu -takové objevy obvykle uděláte, když slovo rozdělíte.

Studenti, kteří se například učí anglicky, zjistí, že si lépe zapamatují slovo CUPBOARD (příborník) a budou ho správně psát, když si oddělí *,cup'* (Šálek) od *,board'* (police) a uvědomí si původ celého slova. Stejně tak si rozdělíme HANDKERCHIEF (kapesník) na *,hand'* (ruka) a *,kerchief* (šátek); takový jednoduchý zákrok může pomoci dokonce i rodilému Angličanovi zapamatovat si správné hláskování. Komplikovaná nová slova se tak stávají snazší pro zapamatování. .

UČENÍ CIZÍCH JAZYKŮ

S trochou představivosti se můžete naučit vidět propojení slov různých jazyků. To je někdy možné odhalit pohledem

na napsané slovo, jindy zase soustředěním se na 7-vuk. pohledem můžete *vidět* podobnost francouzského slova LETTRE (dopis) a anglického LETTER, ale musíte *slyšet* německé slovo BOOT (člun), aby vám připomnělo anglické

slovo BOAT.

Představivost je ještě důležitější tam, kde musíte udělat jeden ‚krok‘ navíc, abyste našli spojení mezi slovy různých jazyků. Informace si daleko lépe pamatujeme, když víme, že jim rozumíme, a tak chvilka uvažování nad slovem může být dobře stráveným časem. Nikdy například nezapomenu německé slovo pro přístav ‚Hafen‘ - jen proto, že můj učitel se kdysi zmínil o jeho spojení s anglickým slovem ‚haven‘

(nebesa).

Podobně francouzské ‚tapis‘ znamená ‚koberec‘ - což je jasné, když si uvědomíme, že první koberce bývaly pověšeny na stěnách jako tapiserie! Když existují taková spojení, jejich použití, dává smysl. Co dělat, když spojení nevidíte? Převzmete nad informací kontrolu a spojení si *vytvořte*. Můžete si vymyslet podobnost významu českého slova s cizím slovem, a můžete si také vymyslet logiku složitého hláskování tam, kde se zdá, že žádná neexistuje.

Techniky pamatování jsou zvláště důležité při učení nového jazyka, protože k vybavení si potřebné informace mohou stačit i ty nejjemnější pomůcky. Použitím technik *Systému využití mozku* se můžete slovo naučit, několikrát ho použít - z paměti raději než jeho vyhledáním - a zjistit, že si ho snadno pamatujete, i když si nejste vědomi *proč*.

Při učení cizího jazyka pomocí *Systému využití mozku* je zapotřebí udělat tři hlavní kroky.

První krok

Prvním krokem je nalezení zdůvodnění neznámého slova, které má v češtině určitý význam. Jak je vysvětleno výše, toho by mělo být dosaženo soustředěním se na slovo,

prozkoumáním všech možností vzhledu, zvuku a významu slova.

Někdy, zvláště u slov, která používáte pravidelně, stačí k vybavení z paměti jeden jediný spojovací obraz. Ten musí spojovat dva prvky: představu, kterou jste si vytvořili přelvořením cizího slova, a skutečný český překlad. Obraz se stává vaším zdůvodněním proč si pamatujete, že toto slovo znamená to druhé - logickou formou, která je základem paměti.

Níže jsou dvě sady příkladů - první z francouzštiny, druhá z němčiny. V obou případech začněte pozorováním pěti cizích slov, pak se snažte probírat jejich možnosti k zapamatování a vytvořte si v hlavě představy, V závěru se vraťte k původním pěti slovům a přezkoušejte se z jejich významů. Tento postup je zvláště vhodný, když se slova učíte poprvé - avšak i když je už znáte, je užitečné si zapamatovat dané obrazy a zkusit si sílu představivosti.

' Francouzština

PORTE, MAISON, SUD, MATIN, VENT

PORTE *znamená* DVEŘE

Podívejte se na dveře, které jsou vám při tomto členění nejbližší. Představte si, že je prudce otevíráte ... a jste překvapeni postavou muže, který za nimi stojí. Muž je oblečený do honosného obleku, na hlavě má čepici s kšiltem a uklání se vám. Jeho přítomností jste značně překvapeni a pláte se ho, co za vašimi dveřmi dělá. Muž se uctivě uklání a říká, že je ve vašem domě novým *portýrem* - dveřníkem. Na důkaz svého poslání za vámi ihned zavírá dveře a jiné otevírá.

Tento obraz působí jako silná připomínka pokaždé, když si potřebujete vzpomenout na francouzské slovo pro 'dveře'. Je vždy užitečné, když scéna zahrnuje nějaký objev nebo náhlou zkušenost, protože hlavním cílem je vytvoření rychlého

porozumění. V tomto případě otevíráte dveře, abyste zjistili, co je za nimi - stejně tak, jako používáte tyto techniky zapamatování k tomu, abyste zjistili, který překlad cizího slova je za určitým slovem. Ačkoliv většina lidí, kteří se francouzsky neučili, nezná slovo ‚porte‘, zná slovo ‚portýr‘. Ze zkušenosti vím, že připomínka bude pravděpodobně úspěšnější, když vytvořené představy budou samy spojeny s objevem.

Tyto ‚dveře‘ musí být otevíratelné z obou stran. Scéna popsaná výše vám připomene francouzské slovo, ale potřebujete chvilkové zamyšlení, abyste mohli přeložit francouzštinu do češtiny.

Po soustředění se na dveře, a na to, co je za nimi, se zaměřte na osobnost portýra. Tyto dveře jsou snad pouze jedněmi z mnoha v okolí. Když pozorně nasloucháte, slyšíte, jak portýr chodí po domě a otevírá a zavírá jednotlivé dveře.

Vytvořením silných, spojujících představ pro oba klíčové prvky - DVEŘE a PORTE - bude tato scéna pracovat jako mocná připomínka, ať už potřebujete přeložit kterékoliv z těchto slov. Když přemýšlíte nad dveřmi, vzpomenete si na objev *portýra* za nimi; a když stojíte před slovem ‚porte‘, napadne vás slovo, které je podobné, a které je se dveřmi přímo spojené: *portýr* a dveře.

MAISON znamená DŮM

Představte si, že se vracíte do svého domu nebo bytu a před vchodem na vás čekají dva policisté a oficiálně vyhlízející muž, který vám sdělí, že se ze svého bytu musíte vystěhovat. Usoudíte, že jediným prostorem, který vám zůstává, je *mezanin*, prostora mezi přízemím a prvním patrem. Nemáte kam jít, a tak se rozhodnete všechny své věci do tohoto mezaninu přenést, vaším domovem se stal mezanin, něco, co *zní* velmi podobně jako francouzské slovo pro dům. Že by všichni Francouzi bydleli jako vy, v mezaninu?

SUD *znamená* JIH Toto francouzské slovo existuje i v našem jazyce, má však zcela jiný význam. Je tedy zapotřebí naléznout spojení českého ‚sudu‘ s francouzským slovem označujícím jih.

Zamyslete se nad asociací, kterou vám slovo ‚sud‘ vyvolá, nejspíše si představíte chladné sklepy plné vyrovnaných řad sudů s vínem. Těžko byste však takový sklep hledali v Praze nebo na severní Moravě, za vínem se přece jezdí na *jih*, na jižní Moravu.

Příště, když se setkáte s francouzským ‚sud‘, nevzpomenete si pouze na význam totožného českého slova, ale také na jeho správný překlad ‚jih‘.

MATIN *znamená* RÁNO

Rána nemáte rádi, když vstáváte příliš brzy, jste nejméně ještě hodinu *zmatem*, zakopáváte o nábytek, motáte se v kuchyni a v koupelně, a to vy nejste po ránu nejhorší, vzpomenete si na svého kamaráda *Martina*, ten je příkladem ranního pomatení. Není divu, že si Francouzi ‚zmaten‘ v jen trochu upravené podobě zvolili jako název tohoto období dne!

VENT *znamená* VÍTR

Toto slovo je vám důvěrní známé. Nikdo přece nesedává rád v restauraci pod *ventilátorem*, kde bývá průvan - vítr! Jak vzniká vítr v přírodě? Nejspíše si ti nahoře, kteří řídí dění na zemi, odpouštějí nadbytečný vzduch ze svých duší jízdnicích kol pomocí venřilků!

Němčina

LOCH, VIERTEL, RICHTER, FEIERTAG, BECHER

LOCH *znamená* DÍRA

Představte si tu scénu: díra na silnici obestavěna pytlíky s pískem a kolem dělníci opření o své lopaty. Náhle vylézá

z hlubin díry LochAnesská obluda, vztyčí se nad dělníky, a ti v panice utíkají pryč. Když se vám podaří dostat blíže, zjistíte, že díra je plná vody: je to snad skutečné pověstné jezero

Loch Ness?

Příště, když se setkáte v němčině se slovem ‚loch‘, vzpomenete si na slavnou obludu a na *díru* ve vozovce- A naopak, když uvidíte díru, napadne vás, že by z ní mohla vylézt LochHnesská obluda.

VIERTEL *znamená* ČTVRTINA

Představte si, že sedíte doma v pohodlí, čtvrtíte nějaké ovoce a pojídáte vám přidělenou čtvrtinu sladkostí. Vše zapijíte Čtvrtlitrem mléka. Náhle vám hrníček vyklouzne z ruky, proletí vzduchem ... a mléko polřísní fotografii z prázdnin, kterou máte na stolku. Mléko zcela zničilo čtvrtinu snímku, právě v tom místě, kde se na vás usmívala vaše slovenská přítelkyně *Viera*, která pracuje v televizi!

RICHTER *znamená* SOUDCE

Sedíte u soudu a díváte se, jak slavný soudce odsuzuje dlouhou řadu vězňů. Jeho hlas je hlasitější a hlasitější, soudce ve vzteku vyskakuje a bouchá pěstí do stolku. Jeho zuřivost je jako zemětřesení, ve stěnách a v podlaze místnosti se objevují trhliny a vězni utíkají do bezpečí svých cel.

Někdo do soudní síně přinesl zařízení na měření síly zemětřesení a teď zjišťuje, jaké síly soudcův vztek dosáhl podle *Richterovy* Škály. Všichni se sbíhají, aby se mohli podívat, jakou hodnotu přístroj ukazuje. Jediný člověk, který s údajem nesouhlasí, je samotný soudce, který tvrdí, že jeho zemětřesení bylo daleko intenzivnější.

FEIERTAG *znamená* PRÁZDNINY

Představte si, že procházíte letišťem, táhnete za sebou kufr a chystáte se na zaslouženou dovolenou. Na celnici stojí hasič

v plné výzbroji, zabraňuje cestujícím vstoupit do bezcelního prostoru a své počínání všem opakovaně vysvětluje slovy, „Je *tam fajer, tak tak...*“

Jeho zvláštní slova slyšíte ještě další půlhodinu, a když konečně můžete projít, vidíte, že oheň - *fajer* - zničil na stěnách všechny ty pěkné plakáty lákající lidi na *dovolenou a prázdniny*. Jaké je vaše překvapení, když v letadle vedle vás sedí hasič, který *fajer* oznamoval cestujícím a letí také na svou dovolenou.

BECHER znamená ŠÁLEK

Sedíte v baru a přemýšlíte, co budete pít. Zaujme vás muž, který sedí oproti a upíjí z pěkného malovaného šálku. Jste zvědaví, co v něm má a žádáte barmana o „to, co pije ten muž naproti“.

Jaké je vaše překvapení, když upijete a podle hořkosladké chuti, ale i vůně, poznáváte, že v tomto baru nalévají do šálku becherovku! Barman vám potvrzuje, že v jeho nálevně se *becher* podává v šálku a mnozí hosté, když žádají jíálek', objednávají si tím automaticky becherovku...

PODOBNOSTI A OMYLY

Všechny tyto příklady užívají silné představy k vybavení si potřebného údaje a vytvoření nových spojení mezi slovy různých jazyků. Někdy je však ještě těžší pamatovat si na výrazy, mezi kterými už jsou spojení - například slova, která jsou v cizích jazycích pravopisem téměř stejná.

V takovém případě nespočívá obtížnost v pamatování si celého nového slova, ale ve vybavení si přesného rozdílu pravopisu. Paměťová technika se nemusí tolik soustředit na obecné připomínky, ale musí postihnout více detailů slova.

Nejlépe je si uvědomit, co přesně si potřebujete zapamatovat. Cizí slovo bude často rozdílné pouhými dvěma písmeny. Jestliže si vytvoříte připomínky právě tohoto rozdílu, zbytek slova si už snadno vzpomenete.

Například, anglickým slovem pro ‚pistoli‘ je PISTOL. Stačí si zapamatovat, že konečné ‚6‘ českého ‚pislole‘ chybí.

Představte si, že na vás někdo míří pistolí a nutí vás v textu nějakého vašeho dopisu vyškrtat všechna ‚e‘. Tento čin škrtání písmene je daleko pamatovatelnější než představa pouhého chybení; opět jde o převzetí kontroly nad slovem, které změní nejisté hláskování slova v jistotu.

Níže uvádím další seznam příkladů, ve kterém jsou slova s podobným pravopisem ve dvou různých jazycích. Přečtěte si paměťová doporučení, a pak se vraťte k původnímu seznamu, abyste si zkontrolovali svou úspěšnost.

Francouzština

PAPIER, LIMONÁDĚ, BANQUE, HISTOIRE,
MADAME

papierzpapír

KLÍČOVÝ BOD: Přítomnost písmene E Představte si, že otevřete balík bílého kancelářského papíru, který chcete použít ve vašem psacím stroji nebo ve vaší počítačové tiskárně, když k vašemu zděšení zjistíte, že papír už byl použit. Na každém listu je natištěno nějaké slovo začínající písmenem E!

Na jednom listu je vytištěno slovo erb, na jiném erár a na dalším eroze - slova, která vám dokonce připomínají umístění ‚e‘. Představte si, že některé listy si rozvěsíte po stěně pracovny - posílíte tak představu a utvrdíte správné hláskování ve vaší paměti.

Limonádě/limonáda

KLÍČOVÝ BOD: A se změnilo v E

Představte si batole v kočárku, které drží v ruce láhev s limonádou a neustále na svou matku volá „e-e, e-e“!

Pomyslíte si, že je zvláštní, že dítě nejdříve pije limonádu, a teprve pak volá e-e. Což vám připomene, že písmeno ‚e‘ se píše na konci slova.

Banque/banka

KLÍČOVÝ BOD: Slabika KA byla zaměněna za QUE Napadne nás povědomá představa místní pobočky banky. Když do ní ráno přijdete, jste překvapeni, spolu s ostatními vkladateli, že všechny směrníky v budově jsou přepsány, místo ‚k vedoucímu‘ je tam ‚qedoucímu‘!

Nejpřekvapivější je, že i název ‚banka‘ byl změněn na ‚banque‘.

Histoire/historie

KLÍČOVÝ BOD: Přehozené pořadí písmen I a R Přehození písmen dalo vznik novému slovu: IRE, neboli oslovení Ira!

Představte si hodinu dějepisu, ve které vám učitel vypráví, kolik různých dobyvatelů prošlo v historii naší země. Jedním 7. mála národů, se kterými jsme příliš nepřišli do kontaktu, byli Irové. Napadá vás proto, že by ti měla naše *historie* poděkovať, *he*

Madame/madam

KLÍČOVÝ BOD: E na konci slova

V představách se ocitáte v místním přepychovém baru, o kterém víte, že ho vede žena, prý původem Francouzka, které všichni říkají ‚madam EM‘

Uvažujete, proč tají zbytek svého jména, jmenuje se Eva, Ela nebo snad Ema?

Druhý krok

Jakmile jste si vytvořili základnu vaší představivosti, buďto jako připomínku cizího slova nebo jako pomůcku správného pravopisu, přistupte k potvrzení RODU a ŽIVOTNOSTI.

Ve většině jazyků mají slova svůj rod a životnost, neplatí to angličtině; ve francouzštině je to buďto mužský nebo ženský)d, v němčině mužský, ženský nebo střední. Rod a životnost sou důležité, protože kontrolují většinu gramatiky ve větě,

pro studenty jazyků je pamatování rodu jeden z nejtěžších íkolů.

Jste-li však zvyklí v procesu učení využívat paměť, pak ;xistuje snadný způsob, jak si rod a životnost kteréhokoliv slova zapamatovat.

V první části knihy bylo prvním pravidlem *Systému vyuití wzku*: Lépe si pamatujete to, co se udalo *vám*. Protože všichni jsme buďto mužského nebo ženského rodu, můžeme

mžít vaší vlastní role v souboru představ ke zdůraznění rodu určitého slova.

Jste-li muž, ujistěte se, že každá scéna, kterou si vytvoříte >ro slovo mužského rodu, zahrnuje i *vás* přímo ve středu dění, a že *vy* dění ovlivňujete a kontrolujete. Když stojíte před slovem ženského rodu, vybudujte scénu tak, aby v ní byl někdo jiný, zatímco *vy* jen stojíte stranou a vše pozorujete.

Jste-li žena, udělejte pravý opak: buďte sama ve středu scén týkajících se slov ženského rodu a zůstaňte pozorova-telkou, když se snažíte zapamatovat si slova mužského rodu. I když scénu pouze pozorujete, stále jí ještě můžete být účastni citově a svými reakcemi - vystříhejte se pouze fyzické přítomnosti ve scéně.

Jestliže jazyk, který se učíte, obsahuje k zapamatování slova středního rodu, jednoduše vytvořte scény tak, aby středem činností bylo zvíře nebo předmět.

Ke znázornění této techniky se podívejte na jedno slovo z výše uvedených seznamů:

L A PORTE

Francouzské slovo pro ‚dveře‘ je ženského rodu. Jste-li žena, pak uvedená doporučení pro představitost jsou platná. Vy otevřete dveře, vy jste překvapena přítomností portýra a vy se ho ptáte, co tam dělá... Celá scéna zdůrazňuje vaši roli ve středu událostí a potvrzuje, že rod slova je stejný jako ten váš: ŽENSKÝ.

Jste-li naopak *muž*, pak musíte provést několik změn. Vyberte si někoho jiného, komu se vše přihodí a vy jen vše pozorujte stranou.

Půjde například o slavné dveře - vstup do hradu nebo dveře do vládní budovy - to vám umožní, aby dveře otevřel prezident nebo předseda vlády. Když je překvapen cizím člověkem, představte si reakce dané osoby a zvažte, jaké pocity byste měli vy v roli pozorovatele. Soustředte se na vaše místo, kde stojíte a odkud vše pozorujete. Zdůrazněte, že odtamtud můžete všechno vidět, ale nevytvářejte si žádnou vlastní roli fyzické přítomnosti v tom, co se děje.

Třetí krok

Posledním krokem je podtržení toho, do kterého jazyka slovo patří.

Většina z nás se učí cizí jazyky ve škole a v kurzech a v nynější době se stále více lidí učí najednou více jazyků než jen jeden. Vaše představitost u jednotlivých slov může být velká, učíte-li se však najednou francouzsky i německy, jak oddělíte jednu představu domu, psa nebo auta od jiné?

Snad uvidíte slovo ‚dveře‘, a okamžitě vás napadne portýr - ale co když jde o připomínku slova v němčině...

Odpovědí je zahrnutí *místa* - které, jak jsme viděli v první části knihy, je tak efektivní při vytváření cest.

Pro každý jazyk, který se učíte, si vyberte jedno místo. Navšlívili-li jste zemi, ve které se jazykem hovoří, může být vaším místem město, které poměrně dobře znáte.

Navštěvujete-li ještě stále Školu, proč nepřeměnit třídu v místo pro jazyk, který se v ní učíte? Vyberte si místo, které si můžete snadno představit - protože v tomto posledním kroku je zapotřebí každé slovo na vybraném místě zakotvit. Pokaždé, když si vytvoříte představu, která vám má pomoci si slovo zapamatovat, věnujte chvíli jeho ukotvení ve vhodném prostoru. Učí-li se například francouzsky a německy, můžete se rozhodnout, že Paříž bude místem pro všechna francouzská slova a vaše třída, ve které se učíte německy, bude prostorem pro německá slova. Jakmile jste dokončili vytváření představ, které vám mají pomoci pamatovat si dané slovo, zasad'te scénu do Paříže. Dveře, které otevíráte, mohou být dveřmi do výtahu Eiffelovky a portýrem je známý francouzský herec s typickým francouzským šarmem! Když jste si zviditelnili scénu k pamatování německého slova „feiertag“, představte si požár na chodbě před vaší třídou a scénu, ve které vám hasič brání vyrazit na prázdniny po ukončení Školního roku! Použijte stejné techniky, které jste používali v cestách paměti a zakotvěte svou scénu na vhodném místě. Takovým způsobem si vytvoříte obrovský sklad jazykových informací. V každém prostoru můžete mít tisíce představ a scén, z nichž každá vám připomene význam, pravopis a rod jednoho cizího slova.

ch vše shrnul, pokaždé, když stojíte před cizím slovem, které se máte naučit, postupujte podle následujících tří cíčových pravidel.

Za první Nalezněte přesně to, co si musíte o slovu zapamatovat, jeho význam nebo pravopis, popřípadě obojí, a vytvořte si v představách scénu, která bude pro vás „připomínkou“¹. Použijte všechny techniky *Systému využití mozku*, aby byly obrazy výrazné a pamatovatelné.

Za druhé Zjistěte si rod slova a podle toho si vybudujte svou scénu - buďto s vámi ve středu dění, sdílíte-li se slovem

stejný rod, nebo zůstaňte v roli pozorovatele, jestliže tomu tak není. Ve středu scény využijte zvířata nebo předměty, zapamatovávejte-li si slovo středního rodu.

Za třetí Zakotvěte si celou scénu v jednom z vybraných míst, umístěte ji tam pevně, abyste si nikdy nespletli slova jednoho jazyka s jazykem jiným.

Jazykové seznamy:

Jakmile jsou cizí slova pod kontrolou *Systému vyulití mozku*, když získala život, tvar a jsou součástí pamatovatelných scén, je možné využít vyprávění příběhů a technik vytváření cest k zapamatování slov ze seznamu. Schopnost vzpomenout si na souslednosti, jakými jsou dny v týdnu nebo měsíce v roce, může být užitečnou dovedností - přesto však mnoho lidí ztrácí čas pokusy zapamatovat si je papouškovským způsobem zdlouhavým opakováním.

Daleko efektivnějším způsobem je změnit je v krátké příběhy, propojit jednotlivé představy řetězcem pamatovatelných událostí, a pak procvičit seznam několikrát v paměti, až dojde k jeho stálému zapamatování - jako tomu bylo u seznamu planet v první části této knihy.

Abychom zakončili tuto Část o cizích jazycích, uvádím seznamy dnů v týdnu ve francouzštině a němčině s doporučením příběhů, které vám umožní si je zapamatovat.

Francouzština

DIMANCHE, LUNDI, MARDI, MERCREDI, JEUDI, VENDREDI,
SAMEDI

Prvním krokem je vždy změnit slova na stránce v živé, trojrozměrné scény. Protože cílem je schopnost vyjmenovat sex-nam nahlas z paměti, soustřeďte se na představy, které vám připomenou zvuky těchto slov. Zapamatování si prvních dvou slabik velmi Často stačí k vybavení si celého slova.

- DIMANCHE První tři písmena nabízejí silnou představu
,dýmu'.
- LUNDI První slabika slova nám může připomenout
,lunu*.
- MARDI Zde je zřejmou představou festival ,mardi-gras'.
- MERCREDI Toto slovo vypadá tak trochu jako přesmyčka
slova ,Mercedes\
- JEUDI Toto slovo nám připomene název známého
sportu ,judo' - džudo.
- VENDREDI První slabika je sama o sobě slovem ,ven'. 5AMEDI Malá
změna výslovnosti nám vytvoří ,Sammy D'
- a vzpomeneme si na známého Sammy Davise
Juniora!

'amatovatelným počátečním bodem příběhu může být vývěska připevněná na Eiffelově věži, na které se snažíte zjistit, ve kterých dnech je vstup na věž povolen. Brzy zjistíte, že je otevřeno *každý* den a vyjedete výtahem do nejvyššího patra, abyste vychutnali výhled na Paříž.

Vaši pozornost upoutá obrovský mrak Černého DÝMU. Uprostřed města hoří,, a když se tak díváte k ohnisku požáru, vidíte jak náhle z mračna dýmu stoupá vzhůru LUNA!

Kolem ohně jsou davy lidí, ale najednou zjišťujete, že nesledují požár, ale všichni se dívají na karnevalový průvod MARDI-GRAS; jen si představte všechny ty barvy, zvuky a pachy. Když se díváte na jeden z alegorických vozů, všimnete si, že byl postaven na podvozku drahého MERCEDESU!

Na korbě alegorického vozu se odehrává předvádění cviků JUDA, Vůz je plný džudistů.

Náhle si všímáte jakéhosi rozruchu mezi sportovci. Jeden z nich se snaží seskočit z vozu a prodral se davem VEN.

Všichni mu ustupují, avšak náhle začínají všichni tleskat, zjistili totiž, že mužem je SAMMY DAVIS JUNIOR. Ten začíná tančit v uličce mezi lidmi. Všichni se sbíhají a i vy se

rozhodnete seběhnout po schodech dolů z veze, abyste se mohli zúčastnit této bláznivé veselice.

Jakmile jste si příběh představili, několikrát si dění znovu v hlavě představte a utvrďte si klíčové body. Když se dostanete k jeho hlavním představám, řekněte nahlas francouzské slovo, které vám to připomene.

Vidíte dým - DIMANCHE ze kterého vystupuje vzhůru luna - LUNDI - a kolem je dav sledující průvod Mardi-Gras - MARDI. Hlavní alegorický vůz je Mercedes - MERCREDI - a na něm se předvádí sport judo - JEUDI. Z vozu seskakuje dolů muž a snaží se dostat ven - VEN-DREDI - ale brzy je v něm rozpoznán Sammy Davis Junior - SAMEDI.

Když si vše sami pro sebe několikrát zopakujete, vaše rychlost se zvýší a za chvíli budete znát francouzské názvy dnů týdne stejně jistě jako jejich ekvivalenty v češtině!

Němčina

SONNTAG, MONTAG, DIENSTAG, MITTWOCH, DONNERSTAG,
FREITAG, SAMSTAG.

SONNTAG První klíčová slabika nám připomene slovo ,syn'.

Zde je první slabika součástí slova ,mono\ Jedním z mála slov MONTAG začínajících podobně je slovo ,dinosaurus*, které však je samo o DIENSTAG sobe velmi dobře pamatovatelné. Protože jde o jediné slovo na seznamu, které nemá koncovku ,tag', je důležité naučit se obě MITTWOCH poloviny tohoto slova. První slabika je sama o sobě vhodným slovesem ,mít', druhá část je daleko obtížnější a dává nám jedinou možnost slova ,vochlovat'!

DONNERSTAG První klíčová slabika je jménem Don a druhá začátkem slova ‚nervy‘.

FREITAG V tomto případě můžeme využít výslovnosti ‚frei\ která nám připomene slovo ‚frajer‘.

SAMSTAG SAM může být jménem například zpěváka Sama Cooka - nebo snad dokonce strýčka Sama!

Vhodným startovním bodem pro příběh je představa, že stojíte někde na místě známé Berlínské zdi a ptáte se kolemjdoucích, kolik *dni* trvalo zeď postavit, a který *den* v týdnu byla zeď zbourána. Žena, které se ptáte, to neví, ale otáčí se ke svému malému SYNOVI a ten vám sdělí všechny podrobnosti zazpíváním písničky o Berlínské zdi.

Zpěvem chlapce jste potěšeni a litujete, že v takovém podání je líbivá písnička jen MONO. Představíte si, jak by zněla zpívaná sborem a v doprovodu orchestru.

Náhle si uvědomujete, že silný hluk, který slyšíte není jen součástí vaší představy, ale že pochází od obrovského DINOSAURA, který opodál boří zbytky zdi.

Chvíli nestvůru pozorujete a představíte si, jaké by to bylo MÍT takovou sílu, kterou zeď pravěký tvor VOCHLUJE!

Obluda se najednou před vámi proměňuje ve vašeho souseda DONA, který se sebe strhává zbytky kůže pravěkého tvora, a napadá vás, že na něco takového nemalé NERVY. Přesto se vám přeměna tvora ve vašeho souseda líbí, a tak mu trochu závidíte jeho sílu a odvalu, je to prostě FRAJER!

Všimáte si, že zatímco jste sledovali celou scénu odehrávající se u zdi, kolem se nashromáždila spousta lidí, vaše SAMota je pryč, ale opodál poznáváte slavného zpěváka SAMa Cooka a kolem něho tančí a zpívá postava oblečená v kostýmu s hvězdami a pruhy, musí představovat strýčka

SAMa!

Zopakujte si hlavní prvky tohoto příběhu a začnete se tak rozpomínat na německá slova.

Stojíte u Berlínské zdi, kde syn kolemjdoucí ženy odpovídá na vaše dotazy - SONNTAG. Litujete, že vše slyšíte mono - MONTAG - když najednou vidíte obrovského dinosaura - DIENSTAG - a napadne vás, jaké by to bylo mít jeho sílu při vochlování zbytků zdi -MITTWOCH. Pravěké zvíře se náhle přeměňuje ve vašeho souseda Dona a říkáte si, že na tohó nemáte nervy -DONNERSTAG. Váš soused je opravdový frajer - FREITAG. Kolem je spousta lidí a rozeznáváte mezi nimi i Sama Cooka a strýčka Sama - SAMSTAG.

Výhodou těchto příběhů je, že jakmile jste si je vizuálně představili, nepotřebujete už slova na papíře a můžete si seznam procvičovat kdekoliv právě jste. Já sám jsem se naučil většinu cizích slov ráno cestou do školy!

PAMATOVÁNÍ ANGLICKÝCH SLOV

Vedle učení se cizích slovíček *Systém využití mozku* a jeho techniky pomáhají také pamatovat si obtížné hláskování v angličtině. Klíčem je opět všimnout si *podrobností*; uvědomit si přesně, které části slova si potřebujete nejvíce pamatovat, a pak využít představivost k vytvoření připomínek a pomůcek pamatování.

Pokaždé, když vyhledáte slovo ve slovníku, se slovo ihned naučte, abyste nemuseli ztrácet čas jeho novým vyhledáváním v budoucnosti. Slova, která jsou nejčastěji špatně hláskovaná, spadají do několika kategorií.

Překvapení

Tady patří slova, která většinu lidí překvapí. Angličtina je velmi často označována za jazyk, který je velmi nelogický -a následující příklady jsou toho důkazem.

Agoraphobia

Toto slovo znamenající ‚abnormální strach z přecházení otevřených prostor‘ je často špatně hláskováno a lidé vynechávají první ‚O‘ - zvláště proto, že toto písmeno je ve výslovnosti vynecháno. Zřejmá připomínka je obsažena v samotném slově, protože správné hláskování obsahuje slovo ‚GO‘ (jít). Představte si člověka trpícího agoraphobií, který má opustit dům. Venku se shromáždil dav a všichni lidé v něm drží v ruce zelený plakát s výrazně napsaným slovem GO! Lidé také začínají slovo vykřikovat a nakonec jsou úspěšní; majitel domu otevírá dveře a vybíhá do ulice, *jde (go)* do otevřeného prostoru...

Tento příklad ukazuje velmi efektivní přístup. Kde je to možné, soustřeďte se na prvek obsažený v daném slově -v tomto případě ‚GO‘ - který tam zůstane *pouze* při správném hláskování. Ať však použijete kteroukoliv techniku, vždy se ujistěte, že vaše představa je pevně svázaná s daným slovem, aby vám pouhý pohled na toto slovo v budoucnosti připomenul specifickou připomínku, kterou jste si vytvořili.

Aqueduct

V tomto případě spojení se slovem ‚aqua‘ (voda) vede mnoho lidí k záměně ‚E‘ za ‚A‘. I když správné hláskování obsahuje pouze polovinu slova ‚queue‘ (fronta), představa založená na Čekání v řadě může stačit k připomenutí ‚E‘ - zvláště proto, že umožňuje představu zvláště dobrého obrazu.

Představte si, že se díváte na ‚aqueduct‘ (akvadukt) a vidíte dlouhou *frontu* Udí, která čeká na načerpání vody. Někteří se

snaží předbíhat a tlačí se dopředu, což způsobuje, že některým se při strkání rozbije nádoba na vodu...

Boycoti

Je snadné ve slově vynechat druhé ‚T‘. Ve vašich představách je vždy dobré zahrnout do scén skutečné lidi, proč si tedy nepředstavit *Geoffa* Boycotla v koženém motocyklovém obleku a s přilbou, jak se zúčastňuje závodu TT! Oblečení se mu natolik líbí, že v něm hraje dokonce i kriket a mezi metami jezdí na motorce!

Refrigerator

I když ‚fridge‘ (lednička) obsahuje ‚D‘, ‚refrigerator‘ se bez něho obejde, což mnohé lidi překvapí. Je užitečné si představit scénu s *oběma* slovy a zdůraznit v ní jejich rozdíl.

Představte si, že vcházíte do kuchyně u vás doma nebo v práci a zjišťujete, že vám někdo dodal dvě nové ledničky (‚fridges^u‘): jednu malou do levého rohu místnosti se slovem FRIDGE napsaným na její stěně a druhou velkou, vpravo, na které je dostatek místa pro celé slovo: REFRIGERATOR!

‚Alternativy‘

V tomto případě jde o slova, která mají odlišný význam jsou-li jinak hláskována, a která jsou pravidelně a velmi často nesprávně chápána i psána. Stejně jako u předchozího příkladu je vhodnou technikou kombinace dvojice slov v jedné představované scéně - zvláště když ta zdůrazňuje jejich rozdíly a připomíná vám, že v tomto případě si musíte vybrat.

Effect/Affect

‚Effect* (vliv, efekt) je podstatným jménem a znamená něco, co se stane jako výsledek nějaké činnosti. ‚Affect‘ (způsobit) je na druhé straně slovesem, slovesem činnosti popisujícím to, co *způsobuje* effect.

Když jednou rozdíl mezi těmito dvěma slovy pochopíte, je snadné vytvořit si připomínku jejich pravopisu.

Představte si, že sedíte v kině a díváte se na film, ve kterém je spousta vzrušujících zvláštních efektů (effects). Vedle vás sedí muž, který při každém efektu vykřikuje Ejhle a podléhá svým Emocím.

Jeho chování je nesnesitelné, a tak to nakonec nevydržíte a rozhodujete se představení ukončit Aktivací Alarmu.

„E“ náleží výsledku, vlivu - emocím, ale „A“ způsobuje činnost - Aktivitu!

Dessert/Desert

„Dessert“ znamená sladkost a pravopis slova bývá často zaměňován za slovo „Desert“ označující poušť, písek a velbloudy. Tentokrát jediným rozdílem je jedno a dvě „S“.

Představte si, že pojedáte pudink uprostřed Sahary. Čas trávíte pozorováním rozdílu mezi dessert (zákuskem) a desert (pouští). Váš *dessert* je z mnoha součástí: cukru, mouky, vajec, kaka; tedy mnoha „S“. Ale *desert* je pouze z jedné součásti - písku; jedno „S“.

Calender/Calendar

Zde je rozdíl opět v použití „A“ a „E“. „Calendar“ (kalendář) označuje tabulku dnů a dat, zatímco „calender“ (kalendr) je stroj, který uhlazuje papír nebo látku.

Představte si scénu, ve které jsou obě slova. Sedíte ve vaší dílně a máte plno práce u *calender* (kalendru), ale vidíte také na *calendar* (kalendář) a těšíte se na dovolenou. Když o tom uvažujete, rozdíl mezi oběma slovy je jasný.

Písmeno „E“ v *calender* označuje Efektivnost, energii, Ekonomiku, Elektřinu, a tak štětcem namalujete na stroj výraznou barvou velké písmeno E. Písmeno „A“ v *calendar* pro vás představuje prázdninové Aktivity, cestu Aeroplánem, Autobusem nebo Autem a změnu Adresy.

Practice/practise

Stejně jako u slov ‚effect‘ a ‚affect‘⁴ první označuje ‚practice‘ (praxi), podstatné jméno a druhé ‚practise‘ (procvičovat), tedy sloveso.

Dobrou možností kombinace obou slov dává představa, jak tvrdě pracujete na pódiu cirkusu - zpíváte, tančíte a hrajete na hudební nástroj. Vše statické - jako podstatné jméno - začíná s ‚C‘: Cirkus, Cvičenci, váš" Cimbál... Ale všechen pohyb a činnost začíná s ‚S‘: váš Song, vaše Samba, vaše Sonáta Sóló...

Zdvojená písmena

Do této kategorie patří nejhorší hláskování vůbec - slova se směsíci jednotlivých a zdvojených písmen. Užitečnou technikou je vyhledat slavné iniciály ve všech dvojicích písmen.

Rmbarrass

Stejně jako u všech těchto příkladů je prvním krokem rozhodnutí o specifických prvcích slova, kléře je zapotřebí si zapamatovat. V tomto případě jde o poslední dvě slabiky, ve kterých je zdvojené ‚R‘ a ‚S‘.

Abyste mohli být embarrassed (zostuzeni) potřebujete k tomu přihlížející osoby - vyberte si tedy prostředí s velkým publikem. Jedním z nejsledovanějších programů na světě je předávání Oscarů, a tak si představte, že se nějaká ostuda stane jedné z filmových hvězd.

Robert Redford - R. R. - měl přijet ve veliké limuzíně, ale cestou došlo k nehodě. Nakonec, aby vůbec dorazil, se musel herec spokojit se Starým Sedanem! Představte si, jak se tento slavný muž červená, když ho v něm všichni vidí. Robert Redford se stydí ve Starém Sedanu: RR - SS!

Commitment

Scéna vám musí připomenout dva klíčové prvky tohoto slova: zdvojené ‚M‘¹ a jedno ‚T‘¹.

Každý divadelník potřebuje commitment (odhodlání) -a zvláště ten, který má pro představení pouze své vlastní tělo a nesmí říct ani slovo! Marcel Marceau, mim, je právě takovým umělcem; představte si, jak si své číslo nacvičuje, a projevuje přitom obrovské odhodlání (commitment), vrací se ke stejným momentům stále znovu a znovu.

Každý prvek jeho představení se stává natolik dokonalým, že na své představení dostává TradeMark! Písmena T.M, jsou namalována na jeho těle...

Accommodation

Tentokrát v tomto slově máme dva páry písmen, jeden tvořený ,C a druhý ,NT, takže vaše představa může zahrnovat dvě slavné postavy.

Představte si své vlastní accommodation (ubytování), místo, ve kterém žijete. Když přijedete domů, před vaším domem na vás čekají dva lidé a chtějí vědět, zda pro ně máte na noc accommodation. Okamžitě je poznáváte: Charlie Chaplin a Mickey Mouše! Jen si představte, jaké by to bylo s nimi mluvit a přemýšlejte, kam byste je uložili, *Address*

Poslední příklad této části má také dva páry písmen, Představte si, že píšete na obálku adresu. Abyste si byli jisti, Že dopis dojde, rozhodnete se napsat adresu na obě strany obálky: vše bude dvakrát.

Když jste skončili, obálka vypadá trochu prázdná, a lak se rozhodnete na jednu stranu přidat (,ADD¹) zpáteční adresu a na druhou namalujete krásné šaty (.DRESS¹), Obě slova se vám zjeví v anglickém slově ,address' pouze tehdy, když jste ho správně napsali.

Matoucí samohlásky

U některých slov, Čím více nad nimi uvažujete, tím jste si méně jisti, kam která samohláska patří...

Relevant

V tomto slově často dochází k záměně druhého ‚E* a ‚A‘. Abyste našli příslušnou (relevantní) informaci, Šli byste pravděpodobně do knihovny, a proto si představte tu vaši Představte si, že vcházíte do budovy a všimnete si, že celá vstupní hala byla přebudována a vypadá teď velmi Elegantně. Knihovnice se jmenuje EVA - jméno má napsáno na veliké jmenovce připnuté na halence...

Dependent

Tentokrát jsou problémy pouze s jednou samohláskou -posledním JE‘- Jestliže jedna věc závisí (je ‚dependent‘) na jiné, dá se říci, že na ni spoléhá - co se však stane, když na sebe spoléhají obě až příliš?

Představte si malý domeček opírající se o veliký mrakodrap, na kterém zcela závisí. Majitel domečku se obává, že spojení obou staveb je nedostatečné a snaží se vše posílit ještě velkou traverzou. Nemá však potřebné nářadí, a tak si zajde vypůjčit vrtačku od souseda DENTisty...

Apparent

Abyste si byli jisti, že nikdy nezaměníte ‚E‘ za ‚A\ všimněte si, že slovo obsahuje slovo jiné - ‚parent‘ - avšak pouze tehdy, je-li zcela správně napsáno. Abyste spojili paření (rodič) s původním slovem, uvědomte si, že úplně první zřejmé (apparent) informace o světě dostáváme obvykle od našich *rodičů* (*parents*). Představte si batole, kterému rodič vypráví o ptácích a stromech; informace jsou pro vás zřejmé (apparent), ale pro dítě je to vše nové a vzrušující.

Appearance

Tentokrát je opak pravdou: samohláskou, která způsobuje omyly, je druhé ‚A‘, které bývá zaměňováno za ‚E‘. Abyste si zapamatovali správný pravopis, představte si vaši oblíbenou filmovou hvězdu a její překvapivé *objevení se* (*appearance*) na vašem večírku.

K vaší hrůze si uvědomíte, že máte na sobě svůj nejstarší a nejšpinavější svetr. Později známým vyprávíte, jak jste běželi (RAN) nahoru po schodech, abyste se převlékli, a pak se objevili (appear) oblečení daleko vhodněji ve svetru své sestry ARANKy!

Zvláštní pravopis

Psaní některých slov je prostě těžké. Když je vidíte, hned vás napadne, že je v budoucnosti budete muset opět vyhledat ve slovníku. Máte s nimi problémy už od okamžiku, kdy jste se angličtinu začali učit - proč tedy nevěnovat chvíli tomu, abyste se naučili jejich správnému pravopisu jednou provždy. Nikdy nezapomenu pravopis slova ‚beautiful‘, protože mč kdysi učitel naučil následující anglickou větu: Big elephants are useful to Indians for unloading logs (Velcí sloni jsou Indům užiteční k vykládání kmenů). Vymýšlet fráze pro pamatování, jako je tato, bývá legrace a tyto fráze jsou zvláště účinné, když jste si je vymysleli sami. Sestavil dobrou větu může chvíli trvat - fráze by měla odpovídat danému slovu a měla by využívat neobvyklé výrazy, nemělo by jít o taková slova, jako jsou ‚the, it, a‘. Podaří-li se vám to však, už nikdy nebudete nad správným pravopisem přemýšlet.

Níže uvádím Čtyři neslavně známá obtížná slova a čtyři věty, které jsem si na ně vymyslel. Jsem však přesvědčen, že dokážete přijít ještě s lepšími možnostmi...

Rhythm

Začal jsem hledat písmeno, které by se dalo přeměnit ve slovo, které se váže k tématu rytmu. Vybral jsem si ‚M‘ pro ‚music‘ (hudbu). Pak jsem si všiml dvojice slavné iniciály -RH patřící Rolfu Harrisovi, který je sám hudebníkem - a na těchto klíčových prvcích jsem vybudoval svou větu.

ROLF HARRIS YEARNS *TO* HEAR MUSIC! (Rolf Harris touží slyšet hudbu!)

Jodhpurs

Tentokrát jsem si pro toto slovo označující jezdecké kalhoty vybral písmeno ‚H‘ od ‚horse‘ (kůň), ‚J‘ od ‚jockey‘ (žokej) a ‚R‘ od ‚riding‘ (jezdit). Výsledkem je varování, co si máte obléci pro vaši příští jízdu na koni.

JOCKEYS OVER-DRESS - HORSES PREFER UNDERSTATED
KIDING-SLACKS!

(Žokejové se příliš oblékají - koně dávají přednost neokázalým jezdeckým kalhotám!)

Yacht

Tady jsem se soustředil na písmeno ‚A‘ od ‚anchor‘ (kotva). Máte-li s řízením vaší jachty stejné problémy jako s pravopisem, pak

YOUR ANCHOR COULD *HÁVE* TANGLED!

(se vám mohla zachytit kotva!)

Syllable

Tentokrát mými klíčovými písmeny jsou ‚L‘ od ‚language‘ (jazyk) a ‚J‘ od ‚jines‘ (řádky) a ‚S‘ od ‚speak‘ (hovořit).

SPEAK YOUR LINES LOUDLY - .ALWAYS

BREAK LANGUAGE EVENLY!

(Říkejte své řádky nahlas - vždy svou řeč pravidelně oddělujte!)

Užitečné pamatování

Vedle učení se obtížného hláskování mohou techniky *Systému využití mozku* připomenout významy neobvyklých nebo málo používaných slov. Jde o slova, která jen málo připomínají obvyklou anglickou stavbu, na kterou si studenti angličtiny zvykli, a jsou proto obvykle pro učení těžší než jiná neznámá slova, u kterých není jejich původ a význam tak neurčitý a těžký k odhadnutí. Nejlepším přístupem je opět nalezení důvodů proč jedno slovo znamená totéž nebo něco podobného jako jiné. Snažte se přivést pravopis a zvuk k životu a procvičte si řádné svou

představivost.

Učení významů neobvyklých slov může být užitečné pro vyplňování křížovek a pro jiné jazykové hry, ale také ke zpestření vašeho písemného a mluveného projevu.

Uvádím hru, kterou můžete hned zkusit. Vyzkoušejte se pomocí deseti níže uvedených otázek, zkuste odhadnout, který možný význam - a, b nebo c - je ten správný. Když skončíte, zkontrolujte si odpovědi a spočítejte si, jaké je vaše skóre - pak se naučte významy tak, abyste si je už nikdy

příště nepletli.

Přečtěte si doporučení, vylepšete si je a vymyslete si některá vlastní, pak se znovu, podruhé, vraťte k deseti otázkám. Vaším cílem je stoprocentní úspěšnost.

Otázky

Co znamenají tato slova: 1) SAKER

a) vysoce alkoholický východní nápoj

- b) velký stěhovavý sokol
- c) formální ženský šat z období středověku

2)CLEAM

- a) sádra
- b) ovesné vločky
- c) prasečí hnůj

3)FESCUE

- a) být plesnivý nebo shnilý
- b) něco malého nebo nevýznamného
- c) spodní strana ptačího hnízda

INKLE

- a) malé viktoriánské pero
- b) typ iglú
- c) druh lněné pásky

RUNANGA

- a) africký tanec
- b) Maorský výbor
- c) oštěp domorodců

GLOUT

- a) mračit nebo škaredit se
- b) připevňoval kachle
- c) vykopávat plevel nebo nechtěné rostliny

MUGA

- a) forma nádob ze středního východu tvrzených v pecích
- b) potomek mouchy domácí
- c) přírodní hedvábí získané ze smotku můry

8) HAMBLE

- a) zmrzačil nebo zkomolil
- b) opatrně vařit na nízkém plameni
- c) rozdělit zvířata do oddělených ohrad

9) CHOWK

- a) válečná sekera původních Američanů
- b) tržiště nebo hlavní ulice v Indii
- c) malý mořský pták ze Skandinávie

10) DEASIL

- a) požadovaná šířka materiálu při výrobě záclon
- b) nejúrodnější vrstva půdy
- c) ve směru hodinových ručiček, ve směru pohybu slunce

Odpovědi: 1)b 2)a 3)b 4)c 5)b 6)a 7)c 9)b 10)c

Doporučení Systému využití mozku

1)SAKER: Velký stěhovavý sokol.

Změňte trochu slovo na „sacker“. Představte si, že toto slovo popisuje někoho, jehož prací je dávat věci do pytlů (sacks). Představte si, že pozorujete ženu „sacker“, jejíž šaty jsou také vyrobeny ze starých pytlů, která se snaží v jednom ze svých pytlů udržet něco živého. Náhle se jí to přestává dařit; pytel se otevírá a ven vylétává velký sokol a ihned mizí v dálce. „Sack her!“ (vyhodte ji!), křičí nespokojený dav...

2) CLEAM: Sádra,

Užitečnou technikou k pamatování takových neobvyklých slov je „stlačení“ dvou slov k sobě. Představte si dvojici slov, která by mohla být zkombinována, aby vytvořila toto zvláštní slovo.

„Clean“ připomíná směs „clean“ (čistý) a „gleam“ (zářivý), takže dalším krokem je představa obrazu, který spojuje obě tato slova - a původní dané slovo.

Představte si, že máte lakovanou sádrovou sošku. Čistíte ji a leštíte, až je tak *čistá*, že se *třpytí*, *jen září*- a musíte si díky silným odleskům nasadit sluneční brýle! Bohužel, zašli jste příliš daleko: veškerý lak se odřel a zůstala vám pouhá sádra.

3) *FESCUE: Něco malého nebo bezvýznamného.*

Opět naleznete dvě slova, která by mohla být spojena k sobě, aby vytvořila „fescue“. Jedno je zřejmé - „rescue“ (záchrana) -a druhým může být cokoliv vhodného, co začíná prvním písmenem „F“.

Vzpomeňte si na svůj oblíbený film o nějaké katastrofě nebo si vzpomeňte na poslední zachraňování, které jste viděli ve zprávách. Představte si všechny záchranné jednotky, které byly k nehodě přivolány - jen aby se zjistilo, že jejich úkolem je něco bezvýznamného: záchrana něčí květiny zapadnuté za ledničkou apod. Jde o *Falešnou záchranu (rescue)*, *Fanatickou záchranu* nebo o *Fiasko* - takže „fescue“ je něco bezvýznamného a malého.

4) *INKLE: Druh lněné pásy.*

Tentokrát dvěma slovy mohou být „ink“ (inkoust) a „wrinkle“ (záhyb, vráska). Představte si, že se snažíte vyčistit a vyžehlit Šaty. Jsou pokryty skvrnami od INKoustu a na mnoha místech jsou přeloženy a je na nich plno záhybů (WRINKLES). I když se velmi snažíte, šaty stále nejsou dokonalé. Abyste zakryli několik posledních závad, překryjete poškozené části šatů několika vrstvami zvláštní *lněné pásy*...

5) *RUNANGA: Maorský výbor.*

Malou úpravou pravopisu můžeme v tomto slově nalézt dvě jiná známá slova: „run“ (běžet) a „anger“ (zlost).

Představte si, že sedíte u ohně na Novém Zélandu a účastníte se schůze Maorského výboru. Náhle si někdo všimne, že vy jste jediný, kdo nemá pomalovaný obličej a všichni ostatní členové výboru se vám začnou smát. Cítíte, jak se ve vás vzmáhá *vztek (anger)*, až to nemůžete nakonec vydržet a běžíte (RUN) pryč od ohně do tmy...

6) *GLOUT: Mračit nebo škaredit se.*

Dvěma mocnými slovy jsou zde ‚glow‘ (zářit) a ‚gou‘ (dna)! Představte si, že pozorujete úžasnou proměnu slunce.

Jde o slunce z dětských knížek, které má usměvavou tvář a zářící paprsky světla okolo. Dnes ale není sluníčku dobře, trpí nepříjemným záchvatem *dny (gou)*. Zářící paprsky se ztrácejí pohlceny dnou a šťastný úsměv se rychle mění v zamračený výraz...

7) *MUGA: Přírodní hedvábí získané ze smotku můry.*

Tady se nabízí slovo ‚mugger‘ (násilník). Představte si, že jdete domů temnou ulicí a jste svědkem přepadení. Násilník své oběti sebere tašku a otevře ji - uvnitř však nalézá jen samé *hedvábí*...

8) *HAMBLE: Zmrzačit nebo zkomolit.*

‚Hamble¹ lze získat spojením ‚ham¹ (šunka) a ‚ramble‘ (výšlap). Představte si, že jste si vyšli krásného letního dne do kraje a v poledne jste se zastavili, abyste si snědli svou svačinu. Když usedáte, všimnete si jiného turisty, který jí na vrcholku kopce - když mu však upadne kus šunky, dopadne na ovci a škaredě ji zraní. Jiný kus zmrzačí kozu a třetí kus šunky dopadne na *vás*. Kombinace *turisty (rambler)* a *Šunky (ham)* je skutečně nebezpečná!

9) *CHOWK: Tržiště nebo hlavní ulice v Indii.*

Zřejmou technikou zde bude přeměna ‚chowk‘ v ‚choke‘ (ucpat, dusit se). Představte si, že procházíte přeplněným indickým městem, vychutnáváte pohledy a zvuky, ale nejste příliš nadšeni okolními pachy. Všude kolem je hustý provoz, auta, nákladáky a motorčky ucpávají ulice a vytvářejí mraky kouře. Cítíte, jak se vám stahuje hrdlo, a nakonec se musíte vrátit domů, abyste se *neudusili*...

10) *DKASIL: Ve směru hodinových ručiček, ve směru pohybu Slunce.*

Tento příklad nabízí slovo ‚diesel‘.

Představte si, že sedíte ve voze taženém diesellovou lokomotivou, vyhlížíte z okna, zatímco vám ubíhá čas. Stále se díváte na *hodiny* na stěně vozu a přejete si, aby už vaše cesta skončila. Co chvíli však zjistíte, že se díváte do mraků diesellového kouře, který stoupá k obloze. Vítr žene kouř v kruzích okolo Slunce...

PAMATOVÁNÍ TEXTŮ

Až doposud se druhá část průvodce soustředila na používání technik *Systému využití mozku* pro pamatování jednotlivých slov. Je při něm důležité věnovat pozornost detailům, být schopen rozdělit slova na části a v jednotlivých částech slov nalézt ‚háčky‘ k zapamatování. Nejdůležitější je však pracovat vždy *ve spolupráci s pamětí* - nalézt nejjednodušší a nejkratší způsob, jak se slova zmocnit - a stejné základní techniky lze aplikovat i při učení větších částí textu.

Přitom je opět klíčem zjednodušení. Dokonce i dlouhé pasáže lze rozdělit do několika podstatných částí, a pak je znovu seskládat do tvaru, ve kterém se budou daleko lépe a snadněji pamatovat. První fáze je vždy praktická. Rozhodněte se, co si

potřebujete z textu zapamatovat, abyste pak mohli použít nejefektivnější techniku zapamatování a naleznout tak nejsnadnější metody připomenutí.

Mnozí lidé používají pokaždé stejný přístup - nezáleží, co se snaží zapamatovat. Ve většině případů jde o nespolehlivou techniku nekonečného opakování, ztrácení času a energie, která přináší jen částečný úspěch. Čím více se máte naučit, tím více vám vše splývá dohromady. Přesvědčujete sami sebe, že jste se materiál naučili, až do okamžiku, kdy si máte na všechno vzpomenout. A i když si pak na informaci *vzpomenete*, nezůstane uložena v paměti dlouho.

Najdete-li si však chvíli k nalezení nejvhodnějšího přístupu, můžete si ušetřit mnoho času a energie a dosáhnout daleko vyššího stupně úspěšnosti. Vždy zauvažujte dopředu o dobč, kdy si budete muset informaci vybavit. Budete si muset vše pamatovat slovo od slova? Jde-li o pojednání, bude výhodné pamatovat si, jak jdou jednotlivé body po sobě? UČíte-li se roli, bude stačit naučit se jen váš text a klíčové momenty? Rozhodněte se *o formě*, v jaké si budete vše vybavovat, a pak tomu přizpůsobte vaše techniky.

Když jsem si opakoval ke svým závěrečným zkouškám na univerzitě, strávil jsem asi polovinu času přípravou k učení, a teprve pak jsem začal s pamatováním. Studoval jsem anglickou literaturu a potřeboval jsem znát asi padesát dlouhých pojednání, která jsem napsal v předchozích dvou letech. Některá z nich byla pečlivě sestavenými vývody a potřeboval jsem znát posloupnost všech hlavních bodů. Jiná pojednání byla obecnějšími sbírkami informací, včetně citátů a odvolá-vek. Bylo nutné znát jména románů a dramát,-spisovatelů a básníků. Na stole jsem měl samé hromádky papíru a musel jsem se naučit mnoho různých druhů informací.

Když jsem se konečně dostal do zkušební místnosti, cítil jsem velkou sebedůvěru. Převzal jsem kontrolu nad všemi informacemi a přetvořil je do formy, ve které mi byly

k dispozici. Asi po minutě vybavování jsem dokázal napsal všechny hlavní body každého svého pojednání a tam, kde to bylo nutné, dodržet dané pořadí. Dokázal jsem si vybavit všechny užitečné reference a citáty.

Pokaždé, když jsem zauvažoval nad určitou částí informace, mě moje paměť přiměla přejít do dalších příslušných oblastí znalostí. Pokaždé, když jsem odpověděl na otázku, byl jsem si jistý, že zahrnuji vše, co je důležité a co jsem se naučil.

Používal jsem všechny techniky *Systemu využití mozku*. Každé mé pojednání bylo rozloženo do seznamů klíčových slov a slova byla přetvořena v pamatovatelné příběhy. Každý příběh měl své místo děje, ve kterém byla spousta užitečných obrazů připomínajících mi vhodné citáty a fakta, a každé místo bylo blízko jiného, které obsahovalo podobné informace. Vytvořil jsem si obrovskou propojenou .databázi' -a bavilo mě využívat ji při zkouškách!

Představte si například, že jsem měl odpovídat na otázku, jejímž tématem byl Shakespeare. Všechna má pojednání

o Shakespearovi byla změněna v příběhy, které byly umístěny ve stejné oblasti mého rodného města. Dokázal jsem přesně určit místo každého příběhu, protože každý z nich začínal v určitém obchodě, a mohl jsem ho lehce doplňovat informacemi z jiných příběhů, které byly umístěny poblíž.

Vedle bodů pojednání byly v každém obchodě i připomínky cílů a v představách jsem mohl procházet jednotlivými budovami, abych našel další vhodný materiál. Když jsem si potřeboval pojednání vybavit, jednoduše jsem si představil počáteční místo příběhu, vypsals seznam slov, na která jsem si vzpomenu při přecházení z jednoho obrazu do druhého, a pak jsem seznam použil jako .osnovu' své odpovědi - a při odpovídání přidával některé údaje navíc.

Podobnou techniku používám i když přednáším nebo podstupuji pohovory k přijetí do zaměstnání - nebo uvádím

rozhlasové programy. Všechny informace mohou být rozloženy, přetvořeny, a pak sestaveny do tvaru, který je ideální pro můj způsob pamatování. Můžete tak vést podnikatelské schůze bez toho, že byste hledali ve svých rozházených poznámkách a provádět prezentace, aniž byste ztratili přímý osobní kontakt se svými posluchači. Pokud je výsledkem předání nějakých potřebných informací, nikomu nezáleží na tom, zda jste si je pamatovali pomocí fantastických příběhů a v hlavě jste cestovali krajinami své představivosti.

UČENÍ STATÍ

Vystudoval jsem anglickou literaturu, ale krása *Systému využití mozku* spočívá v tom, že může být použitý pro kterékoliv pojednání o čemkoliv a na libovolné úrovni. Účinně jsem si mohl k univerzitním zkouškám opakovat jen proto, že jsem používal stejné techniky, které jsem si vyzkoušel už při studiu k maturitě.

System vyžaduje na počátku trochu práce, ale brzy si uvědomíte, kolik času vám může ušetřit. Jakmile se vám podaří převzít kontrolu nad pojednáním a přetvořit ho tak, aby zapadl do paměti, můžete ho spojit s oslatními, nebo přidat k němu kdykoliv nové poznatky. Seskupení sad informací vede k tomu, že si ve vaší práci začnete uvědomovat také více spojujících Článků, stanete se pozornější a více tvůrčí. Co je však nejdůležitější, svá opakování skončíte s pocilem sebedůvěry a s vědomím, Že veškerou látku ovládáte.

Když stojíte před pojednáním nebo částí textu, kterou se máte naučit, prvním krokem je uvědomit si, o jaký materiál jde. Existují tři hlavní kategorie, z nichž každá vyžaduje trochu jiný přístup.

První kategorie: Sběrka informací.

Jde o pojednání, které spojuje dohromady řadu informací, a ve kterém není ani tak důležitá *posloupnost*, jako samotné podrobnosti. Nejde tedy ani tak o logické vyvozování a vysvětlení, jedná se spíše o sbírku klíčových poznatků o daném předmětu. Zároveň, není důležité zapamatovat si všechny body, a můžete proto poznatky zkombinovat v materiál příběhu, ve kterém se nemusíte zabývat přesnými detaily posloupnosti.

Jako příklad uvádím níže část pojednání o jaderné fyzice. Předmět se může zdát složitý, ale techniky *Systému využití mozku* způsobí, že naučit se sbírku slov a myšlenek je snadné. I když v uvedeném pojednání existuje posloupnost, je pravděpodobné, že student si bude muset zapamatovat pouze klíčové faktické údaje o prvních jaderných experimentech. Sílou *Systému využití mozku* je, že lze nalézt dokonalý přístup, který tyto údaje zdůrazňuje, ale zároveň vám připomíná obecné pořadí, ve kterém se staly.

ERNEST RUTHERFORD A ATOM

(Odstavce byly očíslovány pro účely pozdějšího odvolávání se k nim).

1. I vědci, kteří se snaží překročit hranice, za které už lidské oko nedohlédne, se někdy musí spolehnout na využití své představivosti a instinktu. Bylo tak tomu rozhodně v počátečních letech dvacátého století, kdy Ernest Rutherford zkoumal strukturu atomu. V pouhých několika letech vytvořil představu jaderné fyziky, která se stala základem většiny dnešní moderní vědy. Práce, kterou se svými studenty vykonal, patří k nejdůležitějším činům období experimentů a objevů.
2. Rutherfordovy první experimenty se týkaly alfa částic -kladně nabitého záření radioaktivního materiálu, jakým je

například rádium. Všiml si, že toto záření dokáže proniknout tenkou vrstvou slídy, i když se to zdálo být nemožné; v materiálu nebyly žádné otvory a vypadal natolik pevný, že by měl průchodu podobných částic zabránit. Ale Částice přece jen materiálem procházely - některé putovaly po rovné dráze dál, některé však byly odkloněny a cestou zabloudily. A bylo to právě toto zabloudění, které vědce ze všeho nejvíce zajímalo. Proč se tyto částice od svého směru odklonily pouze *někdy*

3.1 když měl Rutherford na podporu svých domněnek pouze velmi málo důkazů, v jeho mozku začala klíčit nová myšlenka. Snad je možné, že atomy mají malý obal a jádro s dostatečně velkým elektrickým nábojem, aby mohl odklonit částice alfa - ale pouze tehdy, když kolem něho procházejí velmi blízko. Jinde má elektrina opačnou hodnotu, a proto tam mohou alfa částice procházet, jakoby šlo o prázdný prostor.

4. Aby mohl tento nápad rozvinout dále, zajistil si Rutherford pomoc svých dvou asistentů - H. Geigera a E. Marsdena. Jejich úkolem bylo dále zkoumat dráhu alfa částic při průchodu kovy a zaměřit se především na množství těch částic, které změnil směr, a na úhly tohoto odklonu. Zdrojem alfa částic bylo opět rádium; jeho radioaktivní produkty byly uloženy v malé skleněné trubici. Samotný experiment se odehrával ve vakuu kovové krabice a tenký paprsek částic byl směřován proti kovové stěně - někdy platinové, jindy stříbrné nebo zlaté. Mikroskop, opatřený destičkou se sirníkem zinku, zaznamenával částice, které vytvářely malé záblesky světla pokaždé, když se některá částice této destičky dotkla.

5. Jakmile pokus začal, vědci počítali počet záblesků a měřili úhel odklonu od původní dráhy.

Čtení takového textu vám umožní hrubé porozumění danému materiálu. Dalším krokem je jeho rozklad na klíčové body, vybrání důležitých informací a jejich shrnutí do dvou slov. Čas, který strávíte *úpravou* textu k jeho zapamatování, je skutečně velmi důležitý; rozhodnutím, jak nejlépe text zjednodušit, určujete nakolik rychlý a obtížný bude zbytek procesu zapamatování.

Nikdy nezapomeňte na to, že musíte mít nad vším sami kontrolu. Nenechejte se zmýlit rozdělením textu do odstavců. Někdy je celou otištěnou část možné shrnout jediným slovem, jindy je zapotřebí deseti klíčových bodů. Když se znovu textem probíráte, snažte se naleznout rovnováhu; nesmíte vynechat důležité údaje, ale na druhé straně nemá smysl něco opakovat nebo zahrnout údaje, které nebudete nikdy potřebovat. Rozhodněte se, co potřebujete, a pak *to* zjednodušte.

První odstavec. Jde poměrně o obecný začátek dané stati a informace lze shrnout velmi rychle. Jméno ERNESTA RUTHERFORDA bude připoutáno k příběhu, když spojíte titul textu s jeho představovaným umístěním, takže v této chvíli ho můžeme ponechat stranou. Jediný další důležitý bod tohoto prvního odstavce můžeme shrnout jediným slovem: PŘEDSTAVIVOST. Toto slovo spojuje všechny úvahy o 'instinktu' a jasnozřivosti významných vědců a připomene vám téma úvodu článku.

Pokaždé, když se rozhodnete o klíčovém slově, je vhodné si ho v lextu poznamenat. K tomu můžete použít tužku, budete-li muset poznámky později vymazat, ale samotný úkon napsání slova je důležitý, protože formuje první krok procesu pamatování.

Někdy, jako v 'představivosti', bude dané slovo existovat přímo v textu a vy ho můžete pouze podtrhnout nebo zakroužkovat. Jindy však může být nejlepším shrnujícím slovem takové slovo, které si naleznete sami, a to bude zapotřebí napsat na okraj stránky.

Třetí možností je, že klíčové slovo už bude součástí textu, ale zdá se být příliš vědecké nebo neobvyklé, aby se mohlo stát součástí vašeho příběhu v nezměněné podobě. V takovém případě použijte všechny jazykové dovednosti, kterým jste se naučili na předchozích stránkách druhé části této knihy, pohřejte si se slovem a přetvořte ho tak, abyste ho mohli použít. Několik podobných příkladů se objevuje ve druhém odstavci.

Druhý odstavec. Zde nacházím čtyři klíčové body. Prvním je snad nejdůležitější údaj celého pojednání, který se ve stati několikrát opakuje: ČÁSTICE ALFA. Jde o jeden z případů, kdy musíme použít trochu představivosti.

Vedle podtržení těchto slov v textu, bychom si měli vytvořit také ,vybavovací obraz - například televizní postavu mimozemšťana ALFA. Tato postava může třeba rozsypávat ČÁSTEČKY písku, nebo může ležet na zemi zasypaná moukou nebo solí, což vám dá spoustu možností k vytvoření vlastního příběhu. Pro tuto chvíli si napište vedle textu pouze slovo ,Alf.

RÁDIUM je druhé slovo, které bych podtrhl. Protože jde o další vědecký termín, snad vám připomene ,rádio' nebo ,radiátor, slova, která mohou vytvořit další obraz vašeho příběhu.

Další bod je trochu komplikovanější a jde o myšlenku průchodu částic vrstvou slídy, ale i to lze krásně shrnout podtržením pouhých dvou slov: PRONIKNOUT a SLÍDA. SLÍDU můžete například změnit v ,Lídu' - herečku Lidu Baarovou. Opět, vedle podtržení obou klíčových slov, si udělejte poznámku na okraji, která se bude hodit vaší představivosti.

Posledním bodem v tomto odstavci je zvláštní změna směru částic. Jednoduchým způsobem, jak to shrnout, je podtržení slov ZMĚNA SMĚRU, pak k lomu přidat veliký otazník. Součástí vašeho příběhu může být velké tajemství týkající se toho, co změnilo směr.

Třetí odstavec obsahuje další čtyři důležité údaje. Je zde popsáno JÁDRO, takže si můžete představit například jádro *ořechu* nebo *jablka*. Druhý bod, ELEKTRICKÝ NÁBOJ, vám může připomenout účet za elektřinu! Třetí klíčový bod se vztahuje k odklonu částic - například, jako když brankář odkloní vystřelený míč nebo puk - v okamžiku, kdy se dostanou poblíž jádra. Celá myšlenka se dá shrnout napsáním dvou slov POBLÍŽ a ODKLON,

Konečně slovo OPAČNÝ shrnuje zbytek odstavce: opačný elektrický náboj a opačný vliv na Částice.

Čtvrtý odstavec obsahuje řadu důležitých bodů, ale většina z nich jsou pouze položky pro váš narůstající seznam slov.

První dvě jsou jména: GEIGER a MARSDEN. GEIGER připomíná Geigerovo počítadlo, které se používá v tolika vědecko-fantastických filmech, a MARSDEN se může stát *dnem Marsal*. Ke každé možnosti si udělejte poznámku vedle textu a slova si podtrhněte.

Při experimentu se měřily dvě skutečnosti, MNOŽSTVÍ a ÚHLY - dvě jednoduchá slova, která můžete ve vašem příběhu snadno použít. Vybavení, které používali, nabízí šest dalších slov: TRUBICE, VAKUUM, PLATINA (připomínající například *platidlo*), STRÍBRO, ZLATO a MIKROSKOP.

Důležitou součástí vědeckého procesu v tomto odstavci je sirník zinku. Aby byla tato slova vhodná pro váš příběh, proč nezměnit zinek v *synek* a sirník například v *sirky*. J.

Pátý odstavec jednoduše opakuje podrobnosti experimentu. Protože používáte vhodné paměťové techniky, takový druh připomínání nepotřebujete.

Dvě minuty, které jste strávili zjednodušováním textu, se staly dobře využitým časem. Tento komplikovaný vědecký text byl zredukován na následující seznam slov a obrazových doporučení:

PŘEDSTAVIVOST, ČÁSTICE ALFA (Alf), RÁDIUM (rádio), PRONIKNOUT SLÍDU (Lída), ZMĚNA SMĚRU?, JÁDRO (jablka), ELEKTRICKÝ NÁBOJ (účet), POBLÍŽ a ODKLON, OPAČNÝ, GEIGER (-ovo počítadlo), MARSDEN (den Marsu), MNOŽSTVÍ, ÚHLY, TRUBICE, VAKUUM, PLATINA (platidlo), STRÍBRO, ZLATO, MIKROSKOP, SIRNÍK ZINKU (sirky, synek).

Seznam vypadá komplikovanější, než ve skutečnosti je. Nezapomeňte, že doporučení v závorkách se stala *náhračkami* za techničtější slova, která použijete ve vašem příběhu, takže jde o sbírku pouhých dvaceti dvou obrazů - což je asi polovina seznamu, který jste se naučili na konci první Části knihy.

Prvním krokem při vytváření příběhu je nalezení vhodného startovního bodu, který bude nějak spojený s názvem pojednání. ‚Atom‘ mě ihned přiměje myslet na atomovou bombu, proč tedy příběh nezačít na místě zkoušek atomových zbraní, na nějakém odlehlém ostrově? Představte si do podrobností takovou scénu se spoustou radarů a vozidel Ford

- fordů (,ruther* vyslovujeme v angličtině ,radť - tedy radar
- a značka vozů Ford nám připomenou uvedené jméno vědce Rutherforda).

Samotný vědec uvízl v jednom z Fordů a teď všemožně uvažuje, jak uniknout z otevřeného prostoru. Musí k tomu použít svou PŘEDSTAVIVOST. Každou chvíli má dojít k velkému výbuchu. Náhle vidí na pláži mimozemšťana ALFA pokrytého ČÁSTEČKAMI písku.

Vedle tohoto tvora vidí něco neobvyklého: zářící kus materiálu, na kterém je vyryto RÁDIUM. Jakoby si předmět chtěl potvrdit svou identitu, má tvar RÁDIA - a dokonce se zdá, že vyhrává nějakou hudbu...

-

Rozhodnete se vyzkoušet jeho možnosti. Po pláži k vám přichází oblíbená herečka LÍDA Baarová v krásných večerních šatech. Spolu s vámi se nahýbá k předmětu, ale náhle padá a materiál jí zcela PRONIKÁ. Způsobená díra, která jde skrz celé její tělo, zcela jistě ovlivní její hereckou kariéru. A skutečně, když se herečka zvedne a odchází, neustále se motá a MĚNÍ SMĚR.

Její bloudění vás zajímá, a když vidíte, že na jednom místě dokonce žena padá, jdete se podívat, co je toho příčinou. Tajemství je odhaleno, když přijdete blíž a vidíte, že zakopla o MALÉ JÁDRO ořechu. Jádru je zabaleno do ÚČTU ZA ELEKTŘINU. Rychle účet seberete a odhazujete ho dříve, než vás někdo požádá o jeho zaplacení. Kulička papíru letí vzduchem jako NÁBOJ, ale POBLÍŽ sloupů stojících kolem silnice se ODKLOŇUJE od svého směru a vrací se zpátky k vám.

Konečně problém vyřešíte a nacházíte volný prostor. Teď se děje pravý OPAK; když účet odhazujete, papír rychle mizí v dálce.

Napadne vás, že rozhazovat papíry na ostrove není dobré a chcete účet zase najít. Jediný nástroj, který máte, je však GEIGEROVO POČÍTADLO. Místo toho, aby vás vSak zavedlo k účtu, směřuje neustále k červeně zářícímu Marsu na obloze. Dnes je asi ,DEN MARSU'!

Myšlenka vás zaujme a rozhodnete se spočítat MNOŽSTVÍ hvězd a odhadnout ÚHLY mezi nimi.

VSechny hvězdy vypadají stejně, jen jedna je protáhlá jako TRUBICE. Mezi hvězdami je VAKUUM.

V té chvíli vás napadá, že se blíží moment výbuchu a schováte se do nejbližšího auta. Abyste byli dobře chráněni, pokrýváte auto drahými kovy: zevnitř ZLATEM, zvenčí STŘÍBREM a PLATINOU, dali jste za to všechna svá PLATIDLA.

Uvnitř auta nacházíte jedinou věc, která vám může zkrátit dlouhou chvíli. Je to malý MIKROSKOP, patří vašemu SYNKOVI, který si pod ním naposled prohlížel SIRKY.

Když jste si příběh představili a několikrát si ho zopakovali, vyzkoušejte se, zda si seznam dvaceti dvou položek pamatujete. To můžete udělat, ať už jste kdekoliv; můžete například využít volných chvil, kdy čekáte někde ve frontě nebo někde cestujete, nebude však trvat dlouho a seznam si spolehlivě vybavíte v několika vteřinách.

Důležité je alespoň jednou si celé pojednání rekonstruovat. Začněte psaním seznamu z paměti, a pak probírejte jeden bod po druhém a říkejte si, co znamená a jakou roli v pojednání hraje. Máte-li čas, můžete si to všechno napsat, ale stačí nad jednotlivými body jen přemýšlet a vracet se občas k původnímu pojednání, abyste si zkontrolovali svou úspěšnost.

.PŘEDSTAVIVOST: Rutherford při svých atomových experimentech potřeboval použít také svou představivost a instinkt ALFA-ALFA ČÁSTICE: Použil je při svých prvních zkouškách. **RÁDIUM:** Bylo zdrojem částic. **PRONIKNUTÍ SLÍDOU:** Zájem Rutherforda byl podnícen, když zjistil, že částice mohou proniknout slídou. **ZMĚNY SMĚRU?:** Zvláště ho zajímalo zjistit, proč některé částice mění směr...'

Zjistíte, že klíčové body vám pomohou vybavit si stále více podrobností pojednání, zdůrazní důležitá fakta a připomenou vám také obecnější oblasti. Na přípravě, tvorbě a představování příběhu jste mohli strávit nějakou dobu, ale nyní příběh znáte a pojednání máte jednou provždy pod kontrolou.

Před zkouškou se můžete v rychlosti vrátit k seznamu, abyste se jesse naposledy ulvrtili v jeho znalosti, je to však lepší než procházet množstvím stran nezjednodušeného textu. Můžete si věřit, že tuto i jiné části informací máte kdykoliv k dispozici.

Při samotném zkoušení můžete potřebovat kombinaci několika pojednání. Protože každé z nich dostalo svůj vlastní pamatovatelný příběh, můžete si rychle a snadno napsat příslušné seznamy bodů, a pak vyhledat a vybrat ty, které chcete zahrnout do své odpovědi. Náhle před vámi leží na-

prosto všechny informace a můžete projevit svou tvůrčí schopnost, naleznout spojení mezi texty, můžete porovnávat a odvolávat se.

Sepsání klíčových slov vytváří velký pocit jistoty a dává vám osnovu, se kterou můžete pracovat. Vždy zjišťuji, že je daleko lehčí kontrolovat čas v průběhu zkoušky, když mám stále na očích body, které ještě čekají na zpracování.

Druhá kategorie: Různé pohledy na jedno téma. Takový druh statě zahrnuje množství různých ‚mini-textů‘ o jednom daném předmětu. Jde o styl, který používá mnoho lidí, když si dělají poznámky nebo shrnují informace získané z knihy. Umět se takový druh textu naučit je proto zvláště užitečné. Pochopení konstrukce textu a použití vhodných paměťových technik vede ke snazší rekonstrukci materiálu podle seznamu klíčových bodů a k vybavení informací ve velmi vhodné formě.

V následujícím pojednání se každý odstavec týká jiného skladatele a popisuje jeho spojení s pianem.

‚SKLADATELÉ A PIANO‘

1. Johann Nepomuk Hummel ovlivnil celou generaci pianistů. Za své skladby získal mnohá ocenění a jeho vliv na vývoj techniky hry byl velmi významný. Jeho knihy studií byly velmi populární mezi studenty, a stejně tak tomu bylo s jeho systémem prstokladu a hry akordů. Publikoval také každodenní cvičení.
2. John Baplist Cramer vyrůstal v domě muzikantů. Jeho otec, uznávaný houslista, ovlivnil jeho hudební vývoj a Cramer dosáhl vysokého stupně dovedností ve své technice i v přednesu hry na piano. Nejznámějším se však stal jako vydavatel a skladatel. Vydal knihy studií pro studenty spolu s velkým množstvím ‚ukázek‘ které měly za úkol

zlepšit techniku hry na piano. Jeho současníci ho oceňovali také za přednes děl jiných známých skladatelů.

3. Adolf Henselt se naučil hrát na piano jako samouk, ale dosáhl pozoruhodného stupně muzikantství. Nerad však hrál na veřejnosti; zabýval se proto studiem prstokladu a vymyslel cvičení, která zvyšovala rozsah pohybů ruky a pružnosti prstů. Jeho cílem byla vždy lehkost hry.
4. Stephen Heller byl dalším plodným skladatelem pro piano. Tam, kde jeho práci chyběla kvalita, vše nahrazoval upřímností a stylem a jeho současníci zdůrazňovali jeho velmi charakteristický zvuk. Jeden z nich to popsal jako „hudba dobrého chovu ... plná představivosti a Šarmu“.

V takovém pojednání mají jednotlivé odstavce nebo části větší hodnotu. Každý odstavec se vztahuje k jednomu skladateli, a proto je důležité je považovat za individuální jednotky informací, i když jsou spojeny určitým společným tématem. Když se rozhodnete materiál rekonstruovat, najednou zjistíte, že mít jednotlivé části oddělené je velmi užitečné.

Jako předtím, i tady je prvním krokem zdůraznění klíčových bodů.

První odstavec. Prvním bodem je zcela jasně skladatelovo jméno: HUMMEL. Slovo VLIV shrnuje jeho důležitost a dalších pět slov popisuje hlavní klíčové části jeho díla: TECHNIKY (pomohl vytvářet techniky hry); STUDIE (publikoval knihy studií); PRSTOKLAD, AKORDY a CVIČENÍ (napsal pro ně systémy).

Druhý odstavec. Ten také začíná jménem, CRAMER, a informace o jeho původu mohou být shrnuty do dvou slov: OTEC HOUSLISTA, Jeho vlastní dovednosti spadají do tří hlavních oblastí - HRÁČ, VYDAVATEL, SKLADATEL - a další tři slova zjednodušují zbytek této části: STUDIE, TECHNIKA a INTERPRETACE.

Třetí odstavec. Představovaným skladatelem je HEN-SELT. Jeho vzdělání v oblasti hry na piano se dá vystihnout jediným slovem, SÁM. Další čtyři klíčová slova zdůrazňují jeho zájmy a hlavní cíle: STUDIE, ROZSAH, PRUŽNOST a LEHKOST.

Čtvrtý odstavec. Poslední odstavec hovoří o HELLEROVI. Působil v roli SKLADATELE a jeho kvality vystihují slova UPŘÍMNOST, STYL a INDIVIDUALITA. Závěrečný citál může být užitečný; jeho hlavními klíčovými body jsou CHOV, PŘEDSTAVIVOST a ŠARM.

Texty, jako je tento, napsané ve stylu poznámek, jsou naplněny důležitými údaji. Některé z nich se objevují znovu a mezi popisovanými skladateli jsou často jen malé rozdíly. Každá skupina údajů musí zůstat oddělena, ale všechny čtyři musí zároveň zůstat pohromadě, jsou spojeny společným tématem. Poskytují tak kontrasty a porovnání.

Účinnou technikou je hlavně použití existujících prvků. Vytvořením výrazného umístění si může každý skladatel podržet svou vlastní posloupnost událostí a vaše představivost může oživit všechny čtyři odlišné příběhy na stejném místě.

Umístění musí být spojeno s tématem. V tomto případě si představte místnost, o které víte, že je v ní piano. Může jít o pokoj, ve kterém cvičíte, může to být koncertní sál, kde jste byli na koncertě - ale může to být i místnost v místní hospodě! Piano musí být ústředním bodem; kolem něho se budou ‚točit‘ všechny ‚příběhy‘ skladatelů.

Když jste si představili místo, dalším krokem je soustředění se na postavy.

Začněte s jejich jmény. Jak jsem ukázal na předchozích stránkách druhé části knihy, Často stačí jediná slabika, abyste si vzpomněli na celé slovo - a platí to zvláště pro jména, jindy je zapotřebí jméno pro zapamatování trochu přetvořit. V tomto případě dvě jména nahradíme slovy podobnými,

u jednoho jména zdůrazníme první slabiku a čtvrté spojíme se slovem jiným, které je nám známé jako překlad /, němčiny. Všechna nová slova se slanou vhodným počátečním bodem příběhů: Hummel (ČUMĚL), Cramer (KRAMLE), Hensell (HENdikep), Heller (HALÉŘ).

Než se pustíte do vymýšlení příběhů, poznamenejte si tyto počáteční body a slova, která do nich pak potřebujete vložit.

HUMMEL:

ČUMĚL, VLIV, TECHNIKY, STUDIE, PRSTOKLAD, AKORDY,
CVIČENÍ

Představte si, že místem, které jste si vybrali, je velká koncertní síň naplněná do posledního místečka hudebními fanoušky. Jak jsou všichni pobouřeni, když míslo hry na piano se prostorem rozezná křik a pláč malého dítěte, které chce svůj ČUMĚL! Někdo sedící vedle vás tvrdí, že toto prostředí má na dítě špatný VLIV - a skutečně, dítě neustává a křičí stále více. To má na posluchače takový *vliv*, že většina vstává ze svých míst a odchází.

Dělají to různým způsobem. Někteří vyskakují a tlačí se ke dveřím; jiní jdou pomalu a postávají v hale. S úžasem pozorujete tyto různé TECHNIKY odchodu a rozhodnete se, že si vše poznamenate. Děláte si podrobně poznámky, hodláte svou STUDII co nejdříve publikovat.

Bohužel, najednou vám všechny vaše papíry vypadnou z ruky a rozlétnou se kolem. Nadáváte na to, jak jste nešikovně KLADLI své PRSTY - zvláště když zjistíte, že některé papíry vylétly z okna a přistávají na střešce dole zaparkovaného vozu Honda AKORD. Aby bylo všechno ještě horší, do místnosti vchází taneční skupina a začíná svá CVIČENÍ mezi vašimi papíry. Pocítíte zlost na to dítě, které křičelo po svém cumlu, a které vše zapříčinilo...

CRAMER:

KRAMLE, OTEC HOUSLISTA, HRÁČ, VYDAVATEL, SKLADATEL,
STUDIE, TECHNIKA, INTERPRETACE

Jiný den přicházíte do stejné místnosti a na pódium přichází k vašemu překvapení zedník s KRAMLÍ v ruce a oznamuje všem přítomným, že dnes večer bude hrát jeho OTEC HOUSLISTA. Všichni kolem vás jsou udiveni a trochu nespokojeni, konečně však do sálu přichází představený hudebník.

Koncert sestává ze tří částí; dvou půlek a přestávky mezi nimi. V první půli muž - neustále v doprovodu svého zednického syna - předvádí svůj talent jako HRÁČ.

V průběhu přestávky ho však vidíte sedět na chodbě u fotokopírky, kde narychlo vyrábí sešity k prodeji, a předvádí se tak jako velmi schopný VYDAVATEL.

Konečně, ve třetí části, předvádí své skladatelské schopnosti, takže posluchači mohou pozorovat SKLADATELE při práci.

Na závěr představení muž všem ukazuje obrázek svého domu. Mezi mnoha pokoji v něm má několik STUDIÍ, ve kterých může v klidu pracovat, vysvětluje, že používá různé TECHNIKY, záleží na tom, ve které místnosti je.

V jedné leží na zemi; v jiné dává přednost přecházení, někdy se opírá o stůl a jindy slojí na hlavě! Jediná věc, která je každé místnosti společná, je židle pro jeho syna zedníka, který neustále všechny jeho nápady zaznamenává, a pak mu své poznámky INTERPRETUJE...

HENSELT

HENDIKEP, SÁM, STUDIE, ROZSAH, PRUŽNOST a LEHKOST

Jednou se v koncertní místnosti pořádalo představení hudebníků, všichni měli nějaký HENDIKEP. Velice jste obdivovali

jejich umění, ale napadlo vás, že jste rádi, že vy SÁM žádný *hendikep* nemáte. STUDIA těchto lidí musela být velmi obtížná, vůbec si je nedovedete představit a znovu pocítujete k těmto lidem obdiv.

Jeden z pianistů bez nohou se před svou hrou potřeboval protáhnout a všechny udivil jeho ROZSAH, který předvedl. Všichni diváci žasli nad PRUŽNOSTÍ jeho paží; dokázal pohybovat jedním prstem pravé ruky bez toho, že by pohnuli prsty ostatním. Jeho levá ruka měla zase neobvyklou LEHKOST...!

HELLER:

HALÉŘ, SKLADATEL, UPŘÍMNOST, STYL, INDIVIDUALITA, CHOV, PŘEDSTAVIVOST, ŠARM

Jednou se v koncertním sále pořádal maškarní bál a u baru se platilo starými rakousko-uherskými mincemi, na kterých bylo místo dnešního HALÉŘ napsáno *HELLER*. Nápoje podával známý SKLADATEL, ten také rozesílal pozvánky, na kterých byla zdůrazněna UPŘÍMNOST pořadatelů.

Každý z pozvaných byl oblečen v jiném STYLU. Někdo mel na sobě moderní šaty; jiní byli v dobových kostýmech, v plavkách nebo montérkách. Mezi hosty procházel jeden z pořadatelů a vše si stále zaznamenával, protože na konci setkání měla být vyhlášena ze všech nejlepší INDIVIDUALITA večera.

V této soutěži bylo posuzováno CHOVání přítomných, jejich PŘEDSTAVIVOST, projevená výběrem kostýmů, a v závěru večera byly také uspořádány zábavné souboje v ŠERMU, které všechny značně překvapily a pobavily. Napadlo vás, že to byl opravdu dobrý nápad...

Jako vždy, čím zvláštnější a bizarnější jsou příběhy, tím lépe! Ujistěte se, že každý zdůrazňuje klíčové body ve vašich před-

stavách a vypracujte si svůj způsob, jak si každé slovo na seznamu potvrdíte.

Když se chcete upamalovat na toto pojednání, máte řadu možností. Můžete si vybrat jednoho skladatele, vybavit si slova z jeho příběhu, a pak sepsat svou odpověď na základě osnovy tvořené těmito slovy. Můžete také několik těchto seznamů zkombinovat, má-li pak být vaše odpověď kompletnější. Co je možná ze všeho nejdůležitější, můžete si také vybrat určité slovo a zjistit, v kolika příbězích je obsaženo.

Příkladem může být zkušební otázka, která vás žádá, abyste vyprávěli o skladatelích, kteří napsali studie hry na piano. V několika vteřinách budete schopni si připomenout jednotlivé příběhy a zjistit, že vaše odpověď by měla zahrnovat Hummela (pamatujete si na vaši *studii* lidí opouštějících sál?), Cramera (množství *studií* v muzikantově domě) a Hanselta (vzpomeňte si na obtížná *studia* hendikepova-ných hráčů!).

Otázka může být přesnější: „Který ze skladatelů, kterého jste studovali, byl známý svou upřímností a individuálním stylem?“ Když máte odpovědět na lakovou otázku, projděte si své příběhy, až narazíte na ‚cílovou‘ informaci. Vzpomenete si na to, jak byla na pozvánce na maškarní bál zdůrazněna *upřímnost* pořadatelů a na soutěž o nejlepší *individualitu* večera? - to vše se stalo na akci, při které se platilo v baru rakousko-uherskými haléři, Hellery!

Výhodou této skupiny textů-příběhů je, že do nich můžete kdykoliv přidat další části. Pokaždé, když budete číst o skladateli pro piano, jednoduše zasadíte do známého prostředí další příběh. Vytváříte si tak ‚složku označenou jako piano‘; snadno ji můžete otevřít a najít v ní kterékoliv požadované téma.

Můžete se učil také o hráčích na *varhany* a rozhodnout se umíslil jejich příběhy do místnosti o poschodí výš. Ulice před

koncertním sálem může být prostorem, ve kterém se soustřeďují známí výrobci pian, kteří tam nakládají svá piana na vozidla, a od toho se mohou odvíjet další posloupnosti klíčových bodů, Tak vaše mentální databáze postupně narůstá a zdroje, které jsou vám lak k dispozici, se slávají obsáhlejšími.

Třetí kategorie: Texly s posloupností bodů. Některé texty mají daný tvar, který musí být zachován. Může jít o pečlivé připravené pojednání s logickou stavbou nebo jde o historickou posloupnost událostí. Síla techniky vyprávění příběhů spočívá v tom, že jak jednou posloupnost odhalíte, můžete si ji podržet a zdůraznit postupnost jednotlivých klíčových bodů.

Román Grahama Greena *Moc a sláva* bývá čtena studenty na různých stupních škol a je zdrojem následujícího lexlu. Pojednání bylo pečlivé připraveno a znalost postupnosti bodů může ušetřit hodně času při zkouškách.

„JE GARHAM GREENE VE SVÉ CHARAKTERISTICE PORUČÍKA V ROMÁNU MOC A SLÁVA NESPRAVEDLIVÝ?“

1. Cíl poručíka je jasný: vymazal poslední zbytky katolické víry z Mexika. To znamená, že jeho činnost může být popsána různými způsoby. Na jedné straně by mohl autor psát z pohledu katolíka a zatratit poručíka a všechno, co představuje, popsat svou postavu jako zcela špatnou. Ale z jiného pohledu, při kterém nejsou Činy léto ppstavy nikterak posuzovány, je možné poručíka vidět jako silnou osobnost a vítěze v tom, co si předsevzal. To jsou jasné extrémy; Graham Greene si však nevybral žádný z nich.
2. Místo loho je postava tohoto poručíka popsána komplikovanějším způsobem, čtenář se dozví o jeho dobrých vlast-

nostech, ale i o jeho chybách. Co je však ze všeho nejdůležitější je otázka, i když román dává už dříve najevo, že činy tohoto muže jsou špatné, zda si to on sám uvědomí a pokusí-li se z toho vyvodit důsledky. Tato možnost je nejzajímavějším bodem příběhu.

3. Popis této postavy se pak sám mění. Někdy je poručík představen jako obdivuhodný muž. Čtenář je přinucen s ním sympatizovat díky jeho těžkému dětství a boji, který musel podstoupit s bídou a nuzotou. Je rozhodný a má silnou vůli, vyhýbá se přepychu a nikdy neuvažuje o vlastním zisku. Jeho dárnost je ukázána ve chvíli, kdy daruje peníze knězi. Dokonce poruší zákon, když muži v osaměle cele přináší jako dárek láhev pálenky.
4. Navíc, poručík sleduje vznešený cíl: vytvořil lepší život pro děli Mexika. Greene mu dává některé silné argumenty, které se týkají zmenšení utrpení, a poručík není nikdy zcela zatracován.
5. Zároveň s tím je však představován i jako velmi zahořklý muž. Jde za vznešeným cílem, ale zdá se, že je neschopný milovat skutečné lidi. Snad respektuje kněze, ale kvůli jeho víře je rozhodnut ho zabít. Pak ztrácí svou jistotu. Raději, než aby byl Greene ‚nefér‘ odmítá poručíkovi snadnou cestu ven z problémů a ukazuje, jak mu jeho vlastní potíže ničí charakter. Jeho ‚láska‘ je popsána jen jako síla, která hýbe s jeho prstem¹, kterým mačká spoušť; muž začne pochybovat o svých vlastních motivech a bojuje se složitostí života.
6. Než aby byl nefér a posuzoval ho příliš tvrdě nebo ho vykreslil pouze částečně, Greene předvádí poručíkův charakter v celé jeho složitosti. Jeho román velmi získává na zajímavosti, když se poručík začne *sám* posuzovat.

Jako ve všech těchto příkladech, text, jako je tento, je vždy daleko snazší se naučit, když jste ho sami napsali ní

předmět studujete. Techniky *Systému využití mozku* však dokáží udělat *cokoliv* lepším k zapamatování; jadernou fy-ziku, dějiny hudby, literaturu... Pro všechny případy platí stejná základní pravidla.

V případě pojednání, jako je loto, kde je důležitá časová posloupnost bodů, je prvním krokem přesné nalezení lélo

posloupnosti.

První odstavec může být shrnut ve třech pečlivě vybraných slovech: CÍL, MOŽNOSTI a ŽÁDNÝ. Všechna tři jsou velmi abstraktní, ale při rekonstrukci pojednání působí velmi silně. CÍL je z těchto tří slov nejjasnější a bude zvláště důležitý při vybavování, kde celá posloupnost začíná. Poručík má jasný cíl, což znamená, že je zde více MOŽNOSTÍ, když dojde k popisu jeho charakteru. Třetí slovo ŽÁDNÝ je zvláště mocné, protože zdůrazňuje, že nebyly využity dvě hlavní možnosti - záporný popis, ani kladná charakteristika. Tato tři vybraná slova vám připomenou všechno, co potřebujete z tohoto úvodního odstavce vědět, zároveň vám stanoví pořadí bodů v účinném pojednání. Protože byl poručíkův cíl tak jasný, romanopisec si *mohl* vybrat jeden z krajních pohledů - ale neudělal to.

To je zdůrazněno prvním ze dvou slov shrnujících **druhý odstavec**: SLOŽITOST. Celé pojednání se bude soustředit na složitosti lidské povahy a co je ze všeho nejdůležitější, na SEBEUVĚDOMOVÁNÍ.

Třetí odstavec se soustřeďuje na jeho KLADNÉ rysy. Jsou zde čtyři specifická klíčová slova: DÉTSTVÍ, ROZHODNOST, SKROMNOST a DÁRNOST. Všechna zjednodušují důležité body v pouhé jedno slovo.

Čtvrtý odstavec je velmi důležitý, i když obsahuje pouze jeden hlavní bod: poručíkovu starost o DĚTI Mexika.

V **pátém odstavci** dochází k přesunu k záporným rysům poručíkovy povahy. Dvě slova, ZAHOŘKLOST a NEMILUJÍCÍ, vám připomenou velmi důležitá lékala

a STAROSTI udělají vaše argumenty určitějšími. Zajímavým bodem je, že ztráta mužovy jistoty je ze všeho nejhorší a PRST NA SPOUŠTI vám připomene citát, který vystihuje celou myšlenku.

Slovem, které vystihuje šestý odstavec, je SEBEHODNOCENÍ. To shrnuje jak závěr pojednání, tak celý jeho význam. Máme zde jasnou posloupnost bodů, která přechází z jednoho odstavce do druhého, a příběh, který vytvoříte, ji musí potvrzovat. Tentokrát jsou odstavce textu důležité; váš příběh musí jasně ukázat, kde jedna část končí a druhá začíná.

Vedle poznámek, které si děláte o textu nebo v samotném článku, si vždy napište seznam klíčových slov na samostatný kus papíru. To vám umožní jasný přehled bodů, které musíte zahrnout - a znamená to také, že si tak můžete založit svůj vlastní ‚přehled k opakování‘, přehlednou sbírku zjednodušených verzí všech vašich pojednání. Na horním okraji každé strany si udělejte jasnou poznámku o hlavních prvcích titulu pojednání.

GRAHAM GREENE/MOC A SLÁVA/ NEFÉROVÝ POPIS PORUČÍKA?

(CÍL, MOŽNOSTI, ŽÁDNÝ), (SLOŽITOST, SEBEUVĚ-DOMOVÁNÍ),
(KLADNÉ, DĚTSTVÍ, ROZHODNOST, SKROMNOST, DÁRNOST),
(DĚTI), (ZAHOŘKLOST, NEMILUJÍCÍ, STAROSTI, PRST NA
SPOUŠTI), (SEBEHODNOCENÍ)

Slova tohoto seznamu, která jsou spolu v jedné závorce, představují klíčová slova určitého odstavce. Naučení se těmito šestnácti položkám v šesti výrazných částech vám umožní získat jistotu, že celé toto složité pojednání se zcela dostalo pod vaši kontrolu.

Protože se celý problém týká .férového' a .neférového' popisu, proč neumístit celý příběh k soudu? Bude to zvláště vhodné, protože celý závěr pojednání se týká posuzování. Abyste si vybavili autora, o kterého jde, může být všechno a všichni u soudu v zeleném (green označuje v angličtině zelenou barvu) - a na stěně tam může být obraz oslavování nějakého vojevůdce, aby vám to připomnělo název knihy.

Představte si scénu ve svých představách a zahrňte do ní všechny možné smysly a pocity. Zobrazte si poručíka, jak stojí s pouty na rukách u soudu. Toto pojednání se týká jeho posuzování, takže si představte, že máte velký zájem o jeho osud.

Soudce vstává ze svého křesla a uprostřed místnosti staví velkou fotbalovou branku - CÍL. Vysvětluje přihlížejícím, že jsou dvě MOŽNOSTI; budto poručík cíl zasáhne, nebo ne -výsledek bude zcela jasně kladný nebo záporný.

Bohužel, všechno nejde podle plánu. Poručík kope do míče, ale ten zázračně zůstává ležet na brankové čáře. ŽÁDNÁ možnost nenastala; nedal branku, ale ani se tak zcela nemínil,

Soudce se rozhoduje, že je nutná další zkouška. Zavede návštěvníky do SLOŽITÉ budovy, kde po průchodu řadou chodeb a dveří se všichni dostávají do tělocvičny. Tělocvična je však obsazena; probíhá tady nějaký kurs SEBEUVĚDO-MOVÁNÍ, což hlásá velký transparent natažený u stropu haly.

Je nutné naleznout jiné místo, ale kromě této tělocvičny je zde jen jediná další velká místnost, a tou je gymnastická hala. Když tam všichni dorazí, vidí dva muže, kteří staví uprostřed místnosti velikou KLADINU.

Je tam i cvičitel, který učí děti a vás napadá, že byste také chtěli strávit své DĚTSTVÍ takovým způsobem.

Cvičitel předvádí dětem všechny cviky, ale je v chování k nim velmi ROZHODNÝ. Jeden chlapec předvádí velmi složité cviky, a když mu všichni tleskají, chová se velmi

SKROMNĚ. Cvičitel ho však na konci tréninku odměňuje a je velmi DÁRNÝ.

Je načase gymnastickou halu opustil. Když vycházíte ven, míjíte velkou skupinu velmi hlučných DĚTÍ, které zaplňují chodbu...

Trvá vám celé hodiny, než se davem proderete zpátky na ulici. Soudce je rozzlobený; každému říká, jak je ze zdržení ZAHOŘKLÝ, a zlobu zapíjí *hořkým* bylinným likérem. Kritizuje, že vedení sportovního centra se vůbec nestará a NEMILUJE své zákazníky, a toto slovo namaluje červenou barvou na vstupní dveře!

Není překvapivé, že začínáte mít OBAVY z jeho chování. I mezi ostatními zaslechnete starostlivé poznámky. Náhle někdo vykřikne. Soudce vytáhl pistoli a míří vám na hlavu! Jeho PRST NA SPOUŠTI se chvěje...

V té chvíli už všichni dávno zapomněli na poručíka. Uprostřed veškerého dění a vzrušení byl ponechán v soudní místnosti a musel se OHODNOTIT SÁM.

Tento příběh je založen na určené posloupnosti, ve které každá událost navazuje na jinou. Jedním z nejdůležitějších prvků je, že každý ze šesti původních odstavců má své vlastní umístění: soud, tělocvičnu, gymnastickou halu, chodbu, ulici a v závěru opět soudní místnost. I když zapomenete některou z podrobností z jedné části, budete si stále pamatovat celkový postup událostí, které se přesunují do následných prostor.

Když dojde na rekonstrukci pojednání, jednoduše se vraťte příběhem ve vašich představách, vypište si klíčové body a dejte je do závorek podle prostor, ke kterým patří. Za pár vteřin budete mil před sebou hlavní části pojednání a posloupnost, ve které jdou argumenty po sobě - dokonce i připomínku původních odstavců!

I v tomto případě lze k tomuto pojednání připojit další texty. Naučíte-li se další informace o stejném románu, mo-

hou být vámi vymyšlené nové příběhy zasazeny do blízkosti dané oblasti. Poblíž může být i další materiál o Grahamu Greenovi a úvodní scény mohou mít jasně zelenou barvu. Chcete-li k pojednání přidat nové body, jednoduše naleznete příslušnou část příběhu, použijte svou předslavivost a vložte do ní další část.

PAMATOVÁNÍ CITÁTŮ

Do vašich pojednání a odpovědí při zkouškách může být užitečné - a působivé - vložit příslušné citáty. Dosáhnete toho opět tím, že lext oživíte a vyhledáte 'háčky' pro vaši paměť, které už existují v jednotlivých slovech a větách. Citáty nemusí být pamatovány přesně a několik chvil, které strávíte soustředěním se na podrobnosti, se může vyplatit.

Když se učíte citát, je přitom zapotřebí podniknout tři kroky. Prvním je vytvoření obecného obrazu pro větu nebo frázi. Nechle pracovat svou představivost, vytvářejte slovní hříčky a přetvářejte abstraktní text v obrazy.

Níže uvádím deset citátů, po kterých následují možnosti představ. Ve vaší představivosti si procvičujte jejich oživování a vymyslete si sami své vlastní variace.

1. „Kurát; byl tučnější než jeho kůra." (Tennyson, *Edwin Morris*)
2. „Kulatá čísla vždy lžou." (Johnson)
3. „Pravda nikdy neškodí tomu, kdo ji řekne." (Browning, *Fifine na trhu*)
4. „Zakryjte smutek příslovím." (Shakespeare, *Othello*)
5. „Nejste člověk, jse stroj." (Shaw)
6. „Mozek z peří a srdce z olova." (Pope, *Dunciad*)
1. „Kde je více míněno, než vyřčeno." (Milion, *L'Allegro*)
8. „Jsme jedné krve, ty i já." (Kipling)

9. „Vaše sestra patří vládě.“ (Dickens, *Velká očekávání*) 10. „Ach, Řím! země má! město mé duše!“ (Byron, *Pouť Childa Harolda*)

Doporučení

1. Nejprve všeobecný obraz *kuráta* s tvrdým límečkem, jak sedí vedle *kůry*, kterou vynalezl. Všimnete si rozdílu velikostí; maličká lahvička léku a vedle ní obrovitý kurát!

2. Představte si, že známkuje početní příklady v sešitě matematiky malého dítěte. Vedle většiny otázek děláte značku souhlasu - kromě těch, kde mají výsledky na konci *zaoblené* číslice. Ty dáváte do kroužku, jsou vždy špatné a vyjadřují zcela jasně *nesprávné* výsledky.

3. Představte si známou scénu nahého krále a dítěte, které oznamuje jeho nahotu okolí. Dítě je postaveno před soud, ale osvobozeno poté, co soudce zjistí, že král byl skutečně nahý.

4. ‚Smutek‘ zní tak trochu jako ‚smotek‘, a tak si představte obrázek smotané staré mapy světa plný děr. Roztrhejte starý sešit plný přísloví a papírem zalepte díry na mapě.

5. Když se *Člověk* před vámi oločí, 7. jeho zad trčí řada drátů, pák a přístrojů. Zeptejte se ho na jeho skutečnou identitu!

6. Tento citát je velice obrazný. Přidejte ke sloům zapojení co nejvíce smyslů. Jaký by to byl pocit, mít mozek z peří? Jak by se vám chodilo, kdybyste měli srdce z olova?

7. Představte si veliké ucho a před ním frontu lidí. Ještě více jich však stojí opodál a frontu pozoruje...

8. Představte si bzučícího komára napitého vaší krví. Někdo vás přesvědčuje, že ho máte nechat žít, že jste si podobni...

9. Představte si zdravotní sestru - nebo jeptišku - která je fyzicky předávána parlamentu.

10. Představte si Řím pod hromadou duší pro jízdní kola...!

Jakmile jste změnil citáty do pamatovatelných vizuálních obrazů, můžete tyto nové scény vložit do příběhů, které jste si pro kterýkoliv druh textu vytvořili.

Například, k zařazení citátu do dějin hudby na piano, jednoduše pověste váš obraz do koncertní haly. Představte si jeptišku, kterou si dav předává nad hlavou směrem ke kanceláři vládního výboru, ve které je veliké piano! Nad pódiem visí obrovská potrhaná mapa nebo ji samotný pianista trhá...

Jestliže potřebujete citát vložit do určitého místa pojednání, zakotvěte obraz u příslušné události nebo místa. V pojednání o Grahamu Greenovi, například, by mohl citát Číslo dvě být připojen k třetímu odstavci a sešil s příklady matematiky by mohl být předán jednomu z gymnastů. Kurát a jeho láhev s lékem by mohli být na jedné straně soudní síně a citát by tak byl zařazen k prvnímu odstavci. Soud s dítětem, které řeklo pravdu, by mohl probíhat na ulici s událostmi pátého odstavce.

Poslední krok by měl zdokonalit vaše slova. Obecný obraz vám má pomoci pamatovat si smysl citátu, ale trochu více času musíte věnovat potvrzení skutečných slov.

Zkuste odhadnout, která slova si vybavíte špatně; nezajímavá slova, neobvyklá slova, slova se zvláštním pravopisem. Zvýrazněte obtížné prvky, a pak přidejte k těm větším obrazům podrobné připomínky.

V prvním citátu můžete zaměnit .tučného' za ,velkého' nebo .mohutného¹. Aby se tak nestalo, představte si, jak kurátovi stéká na hlavu proud rozpuštěného sádla!

Citály se pro vás stanou snadnějšími procvičováním, a tyto techniky poskytnou vaší paměti solidní základy, které potřebuje.

Při zkouškách pracuje paměť nejlépe, když ji používáte jako odrazového můstku vašeho úspěchu. Musíte nejprve žádané informace naleznout, přečíst nebo si je zapsat, pochopit je a udělat si svůj vlastní názor. *System využití mozku* zajistí, že budete všechnu tu těžkou práci moci využít; že si při zkoušce vzpomenete na požadované údaje a budete mít k dispozici všechny zdroje, které potřebujete, abyste je mohli *tvůrčím* způsobem zpracovat a použít.

Mnoho lidí ztrácí čas velmi nejistým způsobem učení. Odchází pak od zkoušek a uvědomuje si, že zapomněli na důležité body a výsledkem je jejich nespokojenost. Až příliš často je paměť zanedbávána, je nástrojem ležícím ladem.

Rozhodnutím *poutit* svůj mozek, převzít úplnou kontrolu nad informacemi a jejich přetvořením k vlastní výhodě, můžete učinit důležitý krok ke svému úspěchu.

ČÁST TŘETÍ

SCHOPNOSTI MOZKU ZACHÁZET S ČÍSLY

Obávají-li se lidé slov, pak čísel se přímo *hrozí*- Jejich reakce se točí kolem tří hlavních bodů.

Za prvé trvají na lom, že naučit se čísla je téměř nemožné. Několik telefonních čísel je ještě celkem rozumným požadavkem, ale pak už nemá ani smysl se o více pokoušet. Čísla jsou suchá, bezbarvá, na papíře mají abstraktní tvary a lidská paměť na ně prostě nestačí.

Druhý bod se týká výmluvy, že pamatovat si čísla *není ani nutné*. Stačí jen najít kus papíru, otevřít telefonní seznam nebo zmáčknout několik knoflíků počítače.

Třetí názor tvrdí, že pokud nejste malemalik nebo jaderný fyzik, žádná důležitá čísla si pamatovat nepotřebujete. Kromě několika telefonních čísel, tajného čísla vaší kreditní karty, jednoho nebo dvou dat na zkoušku z dějepisu, hrají čísla ve vašem každodenním životě jen velmi malou roli.

Všechny tři body se mýlí.

Za prvé: čísla se mohou zdát obličná a matoucí, ale je možné nad nimi převzít kontrolu efektivněji a rychleji než nad kterýmkoliv jiným druhem informací.

Za druhé: můžete si myslet, že si dokážete napsat každé potřebné číslo a mít ho vždy po ruce - ale kolikrát jste zoufale hledali telefonní záznamník, kolikrát jste si nadávali, že jste zapomněli vzít si s sebou na dovolenou adresář a kolikrát jste ztráceli čas hledáním čísel vašich kreditních karet, pasu, letenek nebo řidičského průkazu, předmětů, které zůstaly na sedadle v autě...?

Za třetí: nemusíte si myslet, že čísla jsou pro náš život důležitá, ale co ta čísla, která tvoří data a časy, cenovky, čísla letů, telefonní převolby...? Nemusíte si pamatovat celé seznamy čísel, ale potřebujete znát data narození příbuzných - 12. 2. 72 - časy schůzek - 10.30, 25. 10. 95 - bezpečnostní kódy, odjezdy autobusů, čísla domů, poznávací značky aut, míry... Pravdou je, že Čísla jsou všude kolem nás. Schopnost naučit se je zcela jasně šetří čas, vytváří sebejistotu a pomáhá vám uniknout z jinak obtížných situací. Čísla není nemožné si zapamatovat, naopak, čísla jsou dokonalou formou informací, kterým můžete dát řád, přivést je k životu a zařadit je do systémů.

Máme miliony slov, ale pouhých deset číslic. Naučte se jednoduše deset nových 'identit' a máte háčky, na které si pověsíte kterékoliv číslo.

Nechejte pracovat *Systém využití mozku* s čísly a získáte neocenitelný zdroj. Vedle toho, že si budete pamatovat všechna potřebná čísla, tyto paměťové techniky vám umožní využít čísel i k pamatování si jiných věcí.

Můžete si očíslovat položky na seznamu a naučit se je použitím čísel jako připomínek pro váš mozek. Můžete rozdělit text do odlišně očíslovaných úseků, a pak se naučit *čísla* jako podrobný a tvárný rámeček. A co je nejdůležitější, můžete čísla kombinovat s kterýmkoliv jiným materiálem, který se učíte - užitečná data s referencemi pojednání, telefonní čísla spolu s adresami, množství v receptech, čísla zaměstnanců spolu s jejich jmény.

Kdykoliv se objeví čísla, budete si jisti, že si je zapamatujete. Když se neobjeví, budete mít schopnost uvést je do hry, využít jejich potenciálu a předvést svou kontrolu nad nimi.

Čísla jsou často spojena se špatnými vzpomínkami na školu: nepochopenými hodinami matematiky, zapomenutými fyzikálními vzorci, popletenými daty. Důležité je uvědomit si, že Čísla samotná si není těžké zapamatovat. Jde pouze

o deset různě vypadajících číslic a nemusíte být matematiky, abyste se naučili s nimi zacházet. Většina z nás už zná veškerou matematiku, kterou potřebuje - a zbytek vlastní počítačky! Čísla jsou pouze jinou formou informací, které musíme *udělat* pamatovatelnými.

Čísla jsou nezajímavá a mrtvá - ale to je důvodem, proč je můžeme tak lehce kontrolovat. Začnete s čistým Štítem, deseti tvary na stránce, kterým můžete dát nové identity, se kterými můžete manipulovat a v představách je přivést k Životu. K žádným překvapením dojít nemůže; jak se jednou seznámíte s deseti stavebními kameny, bude *jakékoliv* číslo jen variací na známé téma.

VYTVOŘTE SI SVŮJ VLASTNÍ ČÍSELNÝ SYSTÉM

Když pracujete se slovy, techniky *Systému využití mozku* vám umožňují pracovat s jednotlivými sadami písmen a vybírat si nejlepší paměťové metody pro situace, před kterými stojíte. Při práci s čísly je však systém méně pružný. Klíčovou silou je stále na každé úrovni představivost, ale nyní většinu práce stačí udělat jen jednou. Čas, který věnujete naučení se jednoduchému Číselnému systému, je nejlepší investicí, jakou můžete udělat.

Při tvorbě systému pro pamatování čísel je zapotřebí podniknout pět snadných kroků. Jako vždy, i v tomto případě, je nejlepším systémem něco, co si vytvoříte sami. Vezměte si papír a tužku a použitím kroků a doporučení, která následují, si vybudujte svou vlastní osobní pomůcku.

První krok

Za pomoci pravítka si rozdělte svůj papír shora dolů na tři sloupce, pak na něho vodorovně narýsujte linky, které tak

vytvoří třicet čtverců - deset skupin po třech. Vlevo prvního řádku nahoře napište číslici nula, a pak očísľujte další řádky směrem dolů tak, aby poslední dole byl označen číslicí devět.

Pojmenujte i každý ze tří sloupců: první PŘEDMĚTY, druhý ČINNOSTI a třetí POPISY.

Máte nyní tabulku k vytvoření číselného systému. Každá číslice nyní dostane své vlastní předměty, činnosti a popisy. Když skončíte, každá z číslic bude v několika vteřinách přeměněna v pamatovatelný příběh.

Druhý krok

Celý tento systém je založen na *předmětech*, které si zvolíte pro jednotlivé číslice. Druhým krokem jsou vaše rozhodnutí - přiřazení odlišného předmětu každé z deseti číslic.

Jednoduchým způsobem, jak to udělat, je použít vaši představivost tvarů. Podívejte se postupně na jednotlivé číslice a vymyslete si pro ne předměty podobné jejich tvarům -výrazným oblínám a křivkám. Nová osobnost číslice bude daleko snadnější k zapamatování, bude-li *vypadat* jako něco, co číslice reprezentuje.

Když se rozhodnete pro předmět, napište jeho jméno do příslušného čtverečku - velkými písmeny, ale ponechejte dostatek místa pro další slova, která tam přidáte později. Používejte tužku, protože je možné, že provedete změny a postupujte od číslice k číslici, až budete mít zaplněný celý první sloupec deseti vybranými předměty.

Doporučení

O je dokonalým příkladem číslice výrazného tvaru. Mou první reakcí by bylo jako předmět zvolit MÍČ. Napište jednoduché slovo, jako je toto, do sloupce Předměty vedle O, a pak postupte směrem dolů, k dalšímu čtverci.

1 se podobá několika dalším Číslicím tím, že může být na psána několika způsoby. V každém případě zvolte nejjednodušší tvar. 1 je pouhou jedinou, rovnou a svislou čárkou-jako PERO.

2 mi vždy připomíná LABUŤ s dlouhým, prohnutým krkem nad velkým tělem.

3 je dobrým příkladem toho, jak lze s tvary manipulovat. Tato číslice postavena zpříma má neobvyklý tvar - proč ji ale nepoložit? Vleže má tvar m - 3 vypadá jako dva KOPCE.

4 může být také položena- x - a získáme tak STŮL.

5 má velmi výrazný tvar. Vidím v něm velký a ostrý HÁK.

6 NOTA v hudební osnově - .předmět v notovém záznamu, ale také *zvuk*, který nám později nabídne značné možnosti...

7 je číslicí, kterou tvoří dvě strany trojúhelníku. Může vám připomenout trojúhelníkovou plachtu JACHTY.

8 mi připomíná zastaralý druh CHLEBA, který se dělal ze dvou koulí těsta.

9 je vytvořena kroužkem na lince - třeba jde o hlavu a tělo OSOBY.

Je jasné, že označení ‚předměty‘ je pouze vodítkem. V tomto sloupci mohou být živé bytosti, stejně tak jako ‚předměty*‘. Důležité je vybrat slova, která jsou jednoduchá a výrazná, a která, stejně jako OSOBA, NOTA nebo PERO, nabízejí možnosti široké škály obrazů, zvuků a barev.

Když se podíváte zpátky na svůj seznam, překontrolujte, zda se každý ‚předmět‘ výrazně liší od všech ostatních. Má doporučení využívají rozdílností tvarů: kulatý MÍČ, neohebné PERO, ostrý HÁK. Jsou zde zastoupeny také různé materiály: guma, plastická hmota, peří, tráva, kůže. Slova, jakými jsou NOTA a CHLEBA, dávají příležitost uvést další smysly a OSOBA nám umožní vyjádřit různé citové odezvy.

Nebojte se udělat v seznamu změny. Těchto prvních deset slov je ze všeho nejdůležitější, a je proto zapotřebí si je dobře zvolit. Jak napovídají označení dalších sloupců, budou tato slova spojena s *činnostmi a popisy*, proto se ujistěte, že každé" •L nich vám dá řadu možností.

Třetí krok

Nyní začněte s rozšiřováním. Postupujte slovo od slova a naplňte zbytek čtverců dalšími asociacemi, které se budou všechny vázat k původnímu slovu, ale rozšíří téma i trochu jinými směry.

Předtím, než zařadíte nové slovo, prohlédněte si vždy seznam znovu, abyste se ujistili, že si nové slovo nemůžete zmýlit s žádným jiným. MÍČ vás může zavést v myšlenkách k oblé MÍSE, a tu můžete napsat do stejného čtverečku. Kdyby však šlo například o mísu pro zlatou rybičku, nemohli byste pak zařadit slovo RYBA do sbírky slov do čtverečku u číslice 7, protože by to mohlo vést k omylu. Kdyby váš pamatovatelný příběh připomenul rybu, které číslo byste si s tím pak spojili?

Dovolte, aby bylo původní slovo startovním bodem vaší představivosti, která se může vydat různými směry. Čím více možností bude každé číslo mít, tím různorodější a zajímavější budou vaše příběhy. Každá číslice by měla mít určité 'téma' dané klíčovým slovem, ale může se rozšiřovat tak, aby zahrnovala mnoho různých nápadů.

Doporučení

0: MÍČ: Hlavním tématem zde jsou 'kruhy' - takže dalšími předměty mohou být OBRUČ, PRSTEN, KOLO - dokonce i HODINY, protože nemohou být zaměněny s žádnou další číslicí.

1: PERO: Stejně jako ostatní pomůcky psaní a kreslení, jako TUŽKA, ŠTĚTEC a PRAVÍTKO, může být tento čtve-

rec rozšířen o taková slova jako jsou INKOUST, BARVA, íBRÁZEK a KNIHA. Opět mají všechny spojení s původním slovem PERO a žádné z nich nemůže vést k záměně s jinou částí systému. Přidání slova KNIHA demonstruje ložnost vybočení stranou, ke které může dojít; spojení je lodrženo, ale otevírá se zcela nová oblast představ.

2: LABUŤ: Tématem tohoto čtverce jsou ,křídla¹ a Jétánf, takže tady můžete zařadit *kteréhokoliv* ptáka - spolu

čímkoliv jiným, co létá: LETADLO, DRAK, BALON. Poslední slovo je vSak příkladem opatrnosti, kterou musíte mít; jestliže jste k O přiřadili slova jako ,BUBLINA' nebo samotný ,BALON', pak by mohlo dojít k omylu. Použijete--li však obrazu balonu jen jako *horkovzdušného* balonu

nikdy jako příkladu něčeho oblého a kruhovitého, pak si zajistíte, že vám toto slovo vždy připomene správnou číslici. *ozor však také na z.áměny slov MÍČ a BALON!

3: KOPCE: Toto slovo se může stát vaším spojením s rostlinami! Můžete tady zařadit kterékoliv slovo spojené s venkovem: POLE, KVĚTINY, STROMY... Je zde možné také přidat další směr představou *chůze* po venkově i jinde: BOTY, NOHY, CHODIDLA...

4: STŮL: Často je užitečné rozhodnout se o kategorii, která vám pomůže oddělit se od všeho ostatního. V tomto případě je lépe raději než *dřevěný* stůl, který by mohl při-pomenout stromy a ploty předcházejícího čtverce a způsobit tak omyl, představit si nějaký *kovový* stůl. Získáte tak celou novou oblast představ; vedle ŽIDLE a STOLIČKY

a ostatních názvů .nábytku' budete mít možnost zahrnout i představy samotného kovu: ŽELEZO, OCEL, NOSNÍK...

5: HÁK: Jde o dobrý příklad možnosti rozšířit tuto část o nová témata. Klíčové slovo tohoto čtverce nabízí několik nových představ, například DRÁP, PAZOUR - ale i PRST a NEHET

ale to vám stále může poskytovat pouze omezený počet obrazů a myšlenek v okamžiku, kdy budete příběh vytvářet.

Jako vždy, odpovědí je zde aktivace představivosti. Soustřed'te se zde na obecná témata ‚sbČru‘ a ‚zachycení‘ a napadnou vás vhodné myšlenky.

VYSAVAČ shromažďuje stejně jako KARTÁČ; k připevnění předmětu se používá také LEPIDLA a LEPÍCÍ PASKY, ŠPENDLÍKU a MAGNETU. Pokud tato slova nezasahují do představ jiných částí, bude dobře, když takové nápady použijete. Čím více představ, tím lépe.

6: NOTA: Tady máme nekonečný počet možností. Toto klíčové slovo poskytuje široký záběr, který zahrne slova jako KYTARA, TRUBKA, PIANO, DESKA {gramofonová}, PÁSEK, CD DTSK, SKUPINA, MUZIKANT - ale také ZPĚVÁK a TANEČNÍK. V této části můžete mil celý svět hudby.

7: JACHTA: Jde o další klíčové slovo, které dává mnohé možnosti. Můžete zde zahrnout všechny druhy ČLUNŮ nebo LODÍ, ale také představy spojené s VODOU, JEZEREM, ŘEKOU a MOŘEM. Do tohoto tématu patří i RYBA a RYBÁŘ. Taková škála slov slibuje, že příprava příběhu, jeho napsání, představa a pamatování bude daleko snazší.

8: CHLEBA: Protože jde o jedinou část, která se týká jídla, můžete zde zahrnout cokoli jedlého - SÝR, VEJCE, MASO - spolu se slovy, která jsou spojena s vařením a přípravou jídla; VAŘIČ, PÁNEV, NŮŽ, LŽÍCE, Jako příklad nutnosti dobrého vyladění vašeho systému při jeho výstavbě uvádím možnost zahrnutí slova VÝHEŇ jako součásti ‚kovových představ‘¹ u číslice 4, které byste se v této chvíli rozhodli vymazat, aby nedošlo k záměně s ohněm a teplem vytvářeným vaším VAŘIČEM.

Stejně jako ve všech rozšířených čtvercích, zkontrolujte i tady každé slovo, které přidáváte, abyste se ujistili, že nepřipadá v úvahu pro jiné čtverce. RYBA, například, je rozhodně jedlá, ale způsobila by možný omyl s představami reprezentujícími 7.

9: OSOBA: Raději než zahrnout části těla, které by mohly připomenout PRSTY čtverce 5 nebo CHODIDLA čtverce 3, je asi lépe téma rozšířit tak, aby zahrnovalo KOŠILI, KLOBOUK, KABÁT - části oblečení, *kromě* těch, které oblékáte na ruce, chodidla a nohy.

Další směr by mohl zahrnovat jména určitých lidí. Můžete použít kteroukoliv osobu - OTCE, SESTRU, POLICISTU, UČITELE - pokud se lépe nehodí do jiného čtverce. ZAHRADNÍK by například daleko lépe zapadl do čtverce 3 a NÁMOŘNÍK do Čtverce 7. I tak vám zůstane mnoho možných osob; mezi které můžete zařadit i SEBE...

Když jste ukončili vyplňování čtverců prvního sloupce novými nápady a tématy, věnujte chvíli prohlédnutí všech informací, které jste zatím použili. Všech deset číslic by mělo nyní mít svou vlastní ‚banku‘ představ a obrazů, které se budou všechny týkat ústředního tématu, ale budou ho rozšiřovat řadou užitečných nápadů. Když jste se ujistili, že obrazy pro jednotlivé číslice se nepřekrývají a nemohou způsobit omyly, nastal čas vyplnit zbývající dva sloupce.

Čtvrtý krok

Sloupec ČINNOSTÍ vychází ze sloupce PŘEDMĚTŮ. Příběhy, které vytvoříte, budou sestávat z pohybů, energie a pamatovatelných obrazů a tento sloupec kontroluje podrobnosti všech Činností, ke kterým dojde.

Postupujte od čtverce ke Čtverci, připomínejte si informace vlevo a příslušná slovesa zapisujte do prostředního sloupce. Opět je důležité vyhnout se překrývání a možným omylům. Využijte svou představivost k vytvoření silných a pamatova-
lelných činností a vždy se ujistěte, že mají pevná spojení s danými předměty,

Doporučení

O Zřejmým doporučením, které se bude hodit k MÍČI, budou slova jako KLIČKOVAT, KOPAT a KOULET. Ujistěte se, že všechny činnosti, které si vyberete, jsou spojeny s míči a obručemi; HODIT by bylo například nevhodné, protože lidé házejí mnohými věcmi, ale KOULET je dokonalé.

Protože jedním ze slov ve čtverci vlevo je KOLO, užitečnou činností může být PÍCHNUTÍ; PRSTEN může na druhé straně vést k použití slovesa KROUŽKOVAT - k něčemu, co dělají vědci, když upevňují prstence na nohy zvířat. Zůstává tady spojem s původními slovy, ale otevírají se nové možnosti.

1 PERO vede logicky ke slovesům jako PSÁT, KRESLIT a MALOVAT; KNIHA nabízí ČÍST a STUDOVAT. Oba čtverce spolu nyní zahrnují vše, co je nějak spojeno s psaným slovem.

2 Zřejmými činnostmi zde budou LETĚT a PLACHTIT, ale pro vytvoření příběhu budeme potřebovat větší škálu. HÁZET bylo pro Čtverec O příliš neurčitým, ale tady se bude hodit dokonale; představa *přinucení* něčeho ,letět'! Další vhodnou asociací je slovo PADAT - zvláště proto, "že umožní zahrnout do příběhu silnou citovou složku.

3 Jak jsem se zmínil výše, budou se tady hodit zahradnické činnosti: KOPAT, OKOPÁVAT, SADIT, TRHAT. Další hlavní témata sloupce PŘEDMĚTŮ mohou být reprezentována slovy PROCHÁZET a BĚŽET, dvěma jasnými a použitelnými slovesy.

4 V této části musíme zcela zřejmé činnosti rozšířit novými nápady. POSADIT SE a LEŽET jsou dobré činnosti - ale k rozšíření škály můžeme přidat SPÁT. Proč nevyužít činnosti jako KOVAT a TVAROVAT ve spojení s tématem ,kovů'?

5 Zde, když jsme naplňovali první sloupec, byla odvedena velmi nápaditá práce. Slovesa se mohou držet dvou hlavních

témat; na jedné straně ZDVIHNOUT, BODNOUT a SÁT, na druhé straně PŘIPEVNIT, PŘILEPIT a PŘIDĚLAT. 6 Vedle všech hudebních slov, jako HRÁT, FOUKAT, DRNKAT a TLOUCI, můžete zahrnout specializovanější činnosti: NAHRÁVAT, LADIT, DIRIGOVAT. Téma hudebních představení dále nabízí slova jako TANČIT

a ZPÍVAT.

7 Představivost vám v této části nabízí mnoho činností. Ke zřejmým patří PLACHTIT, VESLOVAT, POTOPIT SE a PLAVAT, ale témata můžete opět rozšířit o rybářská slova CHYTIT a ZASEKNOUT - a protože ústřední myšlenkou je zde VODA, pak také PÍT.

8 V kontrastu s předcházejícím čtvercem se tady budou slovesa týkat jídla; JÍST, ŽVÝKAT, POLYKAT, KOUSAT. Také ve spojení s přípravou pokrmů existuje mnoho vhodných slov - VAŘIT, PÉCI, SMAŽIT... - kombinace obecných představ a specifických termínů vám nabídne širokou škálu činností, ze kterých si můžete vybírat.

9 Specifická témata ve sloupci PŘEDMĚTŮ nabízejí některá užitečná slova: OBLÉKAT, ŠÍT, PLÉST. Zbytek této části je velmi obecný, proč toho tedy nevyužít a nezahrnout některé důležité činnosti, které nejsou použity jinde? Čtverec 2 se týká psaného slova a 6 obsahuje zvuky hudby a zpěvu, avšak nikde není téma *hovoru*. Je to dokonalá činnost, která se hodí do části dotýkající se lidí a umožní vám využít celé škály slov - MLUVIT, ŠEPTAT, ZESMĚŠŇOVAT - ale také rozšířit škálu o pocitová slova, jako jsou SMÁT SE, BREČET, KŘIČET.

Opět, když se dostanete na konec sloupce, zkontrolujte celý sloupec, zda nemůže dojít k omylům a potvrďte si podrobnosti každého čtverce. Soustředte se na každé slovo, ujistěte se, že slova jsou spojena s *původními* slovy - MÍČ, PERO, LABUŤ atd. - z.cela jasně.

Pátý krok

Nyní ukončete tvorbu vašeho číselného systému vyplněním posledního sloupce: POPISY. Při psaní svých příběhů zjistíte, že je občas užitečné použít popisná slova, obměňuje to obrazy a umožňuje to do nich vložit některé zvláštní podrobnosti.

K ‚popisu‘ každé číslice je nejlépe mít alespoň dvě přídavná jména - jedno vizuální a druhé vztahující se k jinému smyslu - i když někdy lze spojit *obojí* v jednom výrazném popisném slově.

Doporučení

0 Vizuální popis zde lze vybrat z několika možností, jako jsou KULATÝ, OBLÝ, DUTÝ. Proč v druhém případě nevyužít smyslu *hmatu* a nepředstavit si vjem míče: SKÁKAVÝ, MĚKKÝ - zvláště když jedním slovem činností je v tomto Čtverci PÍCHNOUT.

1 BAREVNÝ bude v tomto případě vhodným popisem spojeným s inkoustem a barvou, umožní vám vytvoření velmi pamatovatelných představ. Barva má také obvykle velmi silný, nepříjemný pach, můžete do tohoto čtverce tedy zahrnout přídavné jméno PÁCHNOUCÍ!

2 OKŘÍDLENÝ je zde asi nejzřejmějším přídavným jménem, které lze účinně v příběhu použít - zvláště, když se rozhodnete dát křídla jinak statickým předmětům, jako jsou piano nebo pero. Abyste využili také smyslu *hmatu*, můžete zde použít také slovo OPEŘENÝ.

3 Nejlepším přídavným jménem pro tento čtverec může být KVĚTINOVÝ, slovo, které vám umožní představit si barvy a vzory. Také DŘEVĚNÝ můžete použít jako silné popisné slovo. Obě tato slova zdůrazňují také čichový vjem - a na rozdíl od nepříjemného PÁCHNOUCÍ ve čtverci 1 je tento popis VONÍCÍ, PARFÉMOVANÝ.

4 V kontrastu k předcházejícímu čtverci je vhodným přídatným jménem u 4 KOVOVÝ, které připomíná jak vzhled předmětu, tak i pocit při dotyku. Jestliže byl míč ve čtverci 1 MĚKKÝ, pak kov je vždy TVRDÝ.

5 Hák *vypadá*, ale také je *cítit hmatem* jako OSTRÝ a lepidlo nebo lepící páska jsou na vašich prstech LEPIVÉ. Protože jedním ze slov činností je zde SÁT, proč do popisů nezařadit slovo ČISTÝ?

6 Tady je vytvoření vizuálního pocitu velmi těžké! Ostatní je snadné: HUDEBNÍ, HLASITÝ, MELODICKÝ, ale k vizuálnímu slovu potřebujete trochu více představivosti. Snad byste si mohli vybrat popis jako je RYTMICKÝ POHYB nebo OTÁČIVÝ jako baletka,

7 Slova jako PROMOČENÝ, MOKRÝ nebo VLHKÝ kombinují vizuální popis se smyslem hmatu.

8 Tady opět slova jako jsou CHUTNÝ a ŠŤAVNATÝ kombinují popisy založené na několika smyslech: vzhledu, čichu, chuti, hmatu. Do tohoto čtverce můžete vnést zuražením slova ŠKVAŘÍCÍ dokonce i sluch - a protože není použito jinde, můžete zde zařadit také vhodné a mocné slovo HORKÝ.

9 Ve čtverci 2 mohou být použita slova jako OBLEČENÝ nebo OKŘÍDLENÝ, zvláště ve spojení s některými předměty - krajíce chleba oblečené v bundách nebo stromy s klobouky! A konečně, protože čtverce činností zahrnují tolik 'pocitových' slov, proč je nezměnil v popisy? SMĚJÍCÍ, BREČÍCÍ a USTARANÝ vám umožní zahrnout do vašich příběhů celou řadu pocitů - a vytvořit zvláštní a pamatovatelné obrazy: smějící se labuť, brečící htábč, ustaraný pár bot...

Když dokončíte tento sloupec, je váš číselný systém připravený k použití. Arch papíru před vámi obsahuje vše, co si potřebujete zapamatovat pro *jakékoliv* číslo - ať už ho tvoří

jedna číslice nebo jich je v něm deset tisíc. Možná, že vyplnit všechny tři sloupce vám trvalo půl hodiny, ale čas, kléry tímto systémem *ušetříte*, vám to rychle vynahradí - nemluvě o efektivnosti a Úspěšnosti, které získáte.

Věnujte několik posledních chvil pročtení skupin slov ve vašem systému. Každá číslice dostala svůj vlastní rozsah identity, směsici předmětů, činností a popisů. Všechna možná slova pro jednu Číslici jsou spojena jedním ústředním tématem - slova u 2 jsou například založena na létání a slova u 8 na jídle - avšak škála myšlenek je natolik velká, že máte prostor k manévrování. Existuje pouhých deset číslic, ale tento systém vám umožní vytvářet velice odlišné paměťové příběhy pro každé číslo, které budete muset znát.

Tento arch papíru je důležité si uschovat - jako referenci, abyste vše mohli upravit a pozměnit, napadnou-li vás nové myšlenky nebo užitečná zlepšení. V několika prvních případech, abyste mohli systém použít, budete tabulku potřebovat mít před sebou, ale brzy si možnosti každé číslice rychle vybavíte z paměti.

Zapamatovat si tyto tři sloupce slov může vypadat obtížně, ale ve skutečnosti se učíte pouze deset základních témat; MÍČE, SLOV, LÉTÁNÍ, PŘÍRODY atd. A protože tato slova jsou založena na tvarech samotných číslic, celý systém je pamatovatelný a vybavitelný od okamžiku, kdy si ho vytvoříte.

Abych shrnul pět kroků, které je zapotřebí udělat k vytvoření číselného systému, následující strana ukazuje dokončenou verzi tabulky s některými doporučeními, která jsem uvedl výše.

Je důležité si pamatovat, že v této tabulce nejsou *všechny* možné obrazy a nápady. Čtverce obsahují pouze hlavní slova a témata a k tvorbě vašich příběhů můžete použít i zcela jiné obrazy - pokud však zapadnou do tématu daného čísla a nepřekrývají jiné obrazy použité jinde.

Při zkoušení systému zjistíte, že některé nápady jsou pamatovatelnější než jiné a určitá slova na seznamu ve čtvercích se stanou 'oblíbenějšími' než ostatní. Celý systém se přetvoří a bude pod vaší kontrolou vlastním používáním.

ČÍSELNÝ SYSTÉM V PĚTI KROCÍCH

	PŘEDMĚTY	ČINNOSTI	POPISY
0	MÍČ, OBRUČ, PRSTEN, KOLO, HODINY	KLIČKOVAT, KOPAT, KOLET, PÍCHNOUT, OKROUŽKOVAT	KULATÝ, DUTÝ, PLOCHÝ, MĚKKÝ
1	PERO, TUŽKA, BARVA, INKOUST, OBRÁZEK, KNIHA	NAPSAT, ČÍST, NAMALOVAT, NAKRESLIT, STUDOVAT	BAREVNÝ, PÁCHNOUCÍ
2	LABUŤ, PTÁK. LETADLO, DRAK, BALON	LÉTAT, PLACHTIT, HÁZET, PADAT	OKŘÍDLENÝ, PÉROVÝ
3	KOPCE, STROMY, POLE, KVĚTINY, BOTY, CHODIDLA, NOHY	KOPAT, RÝT, SADIT, TRHAT, CHODIT, BĚŽET	KVĚTINOVÝ, DŘEVĚNÝ, PARFÉMOVANÝ
<1	STŮL, ŽIDLE, STOLIČKA, ŽELEZO, OCEL, NOSNÍK	SEDĚT, LEŽET, SPÁT, KOVAT, TVAROVAT	KOVOVÝ, TVRDÝ
5	HÁK, DRÁP. PRST, VYSAVAČ, KARTÁČ, LEPIDLO, PÁSKA	ZVEDAT, BODAT, SÁT, LEPIT, PŘIPEVŇOVAT	OSTRÝ, ČISTÝ, LEPIVÝ
6	NOTA, KYTARA, TRUBKA, ZPĚVÁK, CD DISK, TANEČNÍK, SKUPINA,	HRÁT, FOUKAT, ZPÍVAT. NAHRÁVAT, TANČIT	HUDEBNÍ, HLASITÝ, OTÁČIVÝ
7	JACHTA, LOĎ, VODA. JEZERO, RYBA. RYBÁŘ	PLACHTIT, PLAVAT, POTOPIT SE, CHYTIT, PÍT	MOKRÝ, PROMOČENÝ. VLHKÝ
B	CHLEBA, SÝR, VEJCE, MASO, VAŘIČ, PÁNEV. VIDLIČKA, KUČAŘ	JÍST. POLYKAT. VAŘIT, PÉCI. SMAŽIT	CHUTNÝ, ŠŤAVNATÝ. ŠKVAŘÍCÍ, HORKÝ
9	OSOBA, KABÁT. KOŠILE, OTEC, SESTRA, UČITEL, VY	OBLÉKAT, SÍT, MLUVIT, ŠEPTAT, SMÁT SE, BREČET, KŘIČET ”	OBLEČENÝ. SMĚJÍCÍ SE, STAROSTLIVÝ

POUŽÍVÁNÍ ČÍSELNÉHO SYSTÉMU

Jste-li zvyklí používat techniky *Systému využití mozku* - seřazovat informace, dělat je pamatovatelnými, měnit je v obrazy, posloupnosti a příběhy - pak zjistíte, že používat váš číselný systém je snadné. Tři sloupce vám nabízejí všechny nápady a obrazy, které potřebujete, abyste mohli čísla změnit do zvláštních, legračních a pamatovatelných příběhů.

Způsob, jakým vše pracuje, je jednoduchý. Pokaždé, když stojíte před číslem, které se máte naučit, zpracujte si ho jednu číslici po druhé.

Pro každou jednotlivou číslici si vyberte kterékoliv slovo obsažené v daném čtverci vašeho číselného systému - buďto předmět, činnost nebo popis. Podstatou je použití slov, která si vyberete k vybudování příběhu, proto si vyberte slovo, které se vám v dané chvíli nejlépe hodí.

Představuje-li jedna číslice nějakou osobu, příběhu pomůžete, když další bude činností. Před osobu zařaďte popisné slovo, které dodá obrazu podrobnosti. V každém bodě si vyberte slovo, které vám *zjednoduší* napsání příběhu.

Vše to zní daleko složitěji, než to skutečně je. Nejlépe celý proces pochopíte, když ho uvidíte v činnosti. Níže uvádím několik příkladů - všechny jsou založeny na materiálu ze systému otištěného v tabulce.

Představte si, že se máte naučit Číslo 72506 - sériové výrobní číslo vašeho počítače nebo referenční číslo na formuláři. Každá číslice se stane jedním prvkem v krátkém příběhu.

U každé číslice máte na vybranou. Číslice 7 může být zastoupena kterýmkoliv slovem v řádku 7 vašeho systému. Protože jde o první prvek příběhu, bude užitečné, aby šlo o postavu - například NÁMOŘNÍKA nebo RYBÁŘE.

Můžete se však také rozhodnout použít na tomto místě popisné slovo, takže *druhá* číslice tohoto čísla bude ‚podmčtem‘ příběhu. V tomto případě může být 7 zastou-

pěna přídavným jménem MOKRÝ, což dodá příběhu hned na začátku podrobnost. To bude zvláště vhodné v případě pětičíselné sekvence, jako je tato; konstrukce POPIS, PŘEDMĚT, ČINNOST, POPIS, PŘEDMĚT vytvoří jasný a přehledný příklad.

Takže 7 bude MOKRÝ

Když budete váš číselný systém používat, zjistíte, že je užitečné si každé vybrané slovo napsat- Pomůže vám to vidět, jak příběh roste a tvaruje se.

Další číslicí v sekvenci je 2. Protože jste začali popisem, bude zapotřebí udělat z této číslice předmět nebo osobu -,něco', co kontroluje činnost příběhu. Silným obrazem PŘEDMĚTŮ ve čtverci 2 je LABUŤ, a ta se dobře hodí k přídavnému jménu MOKRÝ/Á.

Takže 7 a 2 se staly ,MOKROU LABUTÍM

Na dalším místě bude užitečné použít slovo činnosti. Další číslicí je 5 - proč tedy nepoužít slovo ZVEDÁ jako další prvek ve vašem příběhu?

7.2.5: ,MOKRÁ LABUŤ ZVEDÁ...'

Zbývají už jen dvě další číslice. Snadným způsobem, jak příběh ukončit, bude zvolit pro první číslici popis a pro druhou předmět. Pro O můžete vybrat KULATÝ, a když zaměníte 6 za ZPĚVÁKA, získáte skutečně pamatovatelnou scénu:

.MOKRÁ LABUŤ ZVEDÁ KULATÉHO ZPĚVÁKA!⁴

Můžete si představit obrovského ptáka, který ponořuje svůj zobák do vody a vytahuje z ní velmi tlustou operní-hvězdu... Jako vždy, spojte tuto scénu s vašim *důvodem* pro pamatování si daného čísla. Jde-li o číslo vaší bankovní karty, můžete celou scénu umístit uvnitř banky. Jde-li o bezpečnostní kód dveří vaší pracovny, můžete v představách přímo na tyto dveře připnout pěkný plakát s vaší scé-

nou. V několika momentech tak abstraktní číslo ožije a změní se v pamatovatelný příběh spojený zpětně se samotnými čísly a pevně se usadí ve vaší paměti.

K vybavení čísel jednoduše projděte celým procesem pozpátku. Představte si obraz, zdůrazněte klíčové prvky: MOKRÝ, LABUŤ, ZVEDÁ, KULATÝ, ZPĚVÁK. Každé z těchto slov zastupuje pouze jednu číslici: MOKRÝ 7, je číslicí s tématem „vody“; LABUŤ je klíčovým slovem čtverce 2; ZVEDÁ zastupuje hák, 5; KULATÝ připomíná míč a 0; ZPĚVÁK patří do čtverce obsahujícího hudbu: 6. Obraz obsahuje vše, co si musíte pamatovat o čísle: 72506.

Krása tohoto systému je v jeho možnostech a nekonečných variacích. Protože každá číslice může být změněna v jedno z celé rady slov, každá *skupina* číslic může být změněna ve velkou škálu příběhů. Při používání stejného systému může deseti lidí vytvořit pro pět stejných číslic deset velmi odlišných scén.

Číslice 7 může být NÁMOŘNÍKEM. Na dalším místě by se hodilo sloveso, takže si můžete vybrat ze čtverce 2 slovo HÁZET. 5 může být LEPIDLO ... a tvoří se nám nový příběh: „NÁMOŘNÍK HÁZÍ LEPIDLO...“¹

Kam hází lepidlo? Zbývající číslice jsou 0 a 6, takže to může být DUTÁ KYTARA, PÍCHNUTÝ CD DISK nebo KULATÝ TANEČNÍK. Možností je mnoho; použitím představivosti můžete zformovat ty nejpamatovatelnější scény.

Použitím systému se můžete naučit každou skupinu číslic. Někdy je zapotřebí si pamatovat pouze jedno nebo dvě čísla - například v adrese nebo číslo položky na aukci.

Představte si, že popisné číslo nového domu vašeho kamaráda je 98. Místo toho, abyste si ho napsali na ruku nebo si ho opakovali celou cestu domů, změňte jednoduše číslice v pamatovatelnou scénu.

9 může být vaším kamarádem, protože ho systém udělá .osobou¹ a 8 vám umožní představit si ho nebo ji, jak vám vaří něco k oslavě vašeho příjezdu!

Kdyby číslo bylo **41**, mohli byste si vybrat sloveso SEDĚT a předmět KNIHA. Obraz vás dvou sedících na velkých hromadách knih, zatímco čekáte až dorazí nábytek...

Kdyby šlo o 87, mohli byste si představit vašeho kamaráda otevírajícího dveře a podávajícího vám HORKÝ NÁPOJ. Systém vám umožní změnit i dvojici čísel v pamatovatelnou scénu - změni abstraktní čísla ve slova, a polom v obrazy.

Delší čísla jednoduše potřebují delší příběhy. Můžete využít všechny techniky vyprávění příběhů popsané v první části knihy, je jen důležité zvažovat spojení a postup zároveň s rozhodováním o tom, která slova a obrazy použijete. Spojení jsou důležitá, ale pokud každý prvek příběhů vede k dalšímu, můžete si lehce zapamatovat i ta nejdelší čísla.

Vždy si dávejte pozor na možnosti spojit příběh s *důvodem* toho, proč ho vytváříte. Týká-li se tento důvod osoby - jako například vašeho přítele v novém domě - změňte alespoň jednu z **devítek** v tuto osobu. Je-li dané Číslo telefonním číslem zlatnictví, pak má smysl změnit kteroukoliv přítomnou O v PRSTEN a nepoužít slov MÍČ nebo OBRUČ. Podstatou je vždy dělat vše co možná nejsnadnějším, využít možných připomínek a všimnout si pamatovatelných příležitostí, které jsou už přítomné.

Níže uvádím výňatky z imaginárního telefonního seznamu. Většina z nás bude mít prospěch z naučení se pouhých deseti nejpoužívanějších volaných Čísel a několik minut představivosti vám může ušetřit spoustu času hledání v diářích a seznamech. Nemá smysl učit se informace, které používáte jen vzácně, ale schopnost zapamatovat si několik důležitých Čísel vám může život skutečně usnadnit.

Uvádím nejdříve šest příkladů, a pak následují doporučení obrazů a příběhů. Až si je všechny přečtete, procvičte si jejich představování a zkuste si je sami vylepšit. Otočte stránku

a vyzkoušejte se. Zakryjte čísla ve sloupci vpravo a zjistěte, na kolik z nich si vzpomenete z paměti. Slova vlevo by měla být veškerými připomínkami, které potřebujete.

DIVADLO	463872
KNIHOVNA	221854
ŠKOLA	897545
LÉKAŘ	103479
KADEŘNÍK	680033
KINO	983681

Doporučení

Divadlo: 463872

Prvním krokem je všimnout si užitečných číslic. Druhá Číslice tady, 6, může být velmi účinnou cestou, jak celý příběh spojit s divadlem, založit vše na hudbě a představení. Kombinace s první číslicí 4 nám dává skutečně vhodný počáteční bod; ‚STOLIČKA K PIANU‘.

Představte si, že by se najednou na koncích noh stoličky k pianu objevila chodidla a stolička by začala běhat po pódiu! V tomto případě je možné vedle sebe postavit dvě slovesa: ‚BĚŽET u 3 může být následováno slovem JÍST pro 8. Máme tak zpracovány první čtyři Číslice: ‚STOLIČKA K PIANU BĚŽÍ JÍST...‘

Běží do divadelní restaurace ... ale co tam najde? Někdy je užitečné zeptat se na něco takového, abychom si připomněli sekvenci událostí. Poslední dvě číslice jsou 7 a 2, co tak tedy žvýkat MOKRÉHO HOLUBA, ze kterého všude po jídelně kape voda?

Číslo telefonu divadla se stalo bizarním kouskem: ‚STOLIČKA K PIANU BĚŽÍ JÍST MOKRÉHO HOLUBA!‘¹ představte si tu scénu a přidejte podrobnosti navíc jako připomínky, které vám vše v paměti potvrdí.

Stolička k pianu stojí na divadelním pódiu, vše je připraveno na koncert, když se náhle začnou dít divné věci. Vytočením tohoto čísla několikrát zpaměti, raději než podle telefonního seznamu, posílí spojení s divadlem a zakotví scénu ve vaší paměti, zjistíte, že už nikdy loto číslo nebudete muset znovu hledat v seznamu.

Jakmile si budete scénu pamatoval, dokážete ji rozložit zase zpátky na původních šest číslic.

STOLIČKA K PIANU je kombinací hudební 6 a nábytku ze čtverce 4; BĚŽET je jednou z hlavních činností ve čtverci 3; „JÍST musí zastupovat chutnou 8; MOKRÝ vám připomene vodnatou 7; a HOLUB žije se všemi oslalnými léalajícími předměty ve čtverci 2. Telefonní číslo divadla je 463872. !•

Knihovna: 221854

Nejlepší číslicí, na klerou se zde soustředit, je 1, protože ke knihovně se pojí téma čtení a psaní. První dvě 2 ukazují důležitost vybrat si pro každou jiný druh slova: proč tedy nezvolit pro první předmět - PTÁK - a pro druhou sloveso - PLACHTÍ? Středem pozornosti se pak mohou stát knihy: „PTÁK PLACHTÍ do hromady KNIH'.

Tentokrát se můžete rozhodnout změnit 8 v osobu -KUCHAŘE, který ptáka vidí a rozhodne se z něho udělat večeři! SEBERE ho - 5 - a protože je těžký, položí ho na STŮL - 4 - na pozdější dobu...

Připomeňte si, že příběh se odehrává v knihovně. Na zemi před knihovnou leží obrovská hromada nových knih a čeká, až bude přenesena dovnitř. Scéna je umístěna a příběh může začít.

Právě když se díváte, PTÁK PLACHTÍ dolů z mraků a naráží do KNIH. Jediným Člověkem na místě, kromě vás, je KUCHAŘ, kterého hned napadne vhodné využití situace! SEBERE ptáka a položí ho na STŮL...

Příště, když si budete potřeboval objednal nějakou knihu i knihovny nebo zjistil si, kdy je knihovna otevřena, jedno-

duše si připomenete tento příběh a převedete obrazy zpátky v číslice. ,PTÁK - 2 - PLACHTÍ - 2 - do nějakých KNIH -1. KUCHAR - 8 - ho SEBERE - 5 - a položí ho na STUL - 4. Číslo knihovny tedy musí být 221854.

Škola: 897545

Ve školní jídelně se dějí zvláštní věci. Školní kuchař, míslo aby připravoval obědy, se věnuje sešívání plachet pro jachtu! Když KUCHAR - 8 - dokončil ŠITÍ - 9 - PLACHET - 7 - začal uklízet. UKLÍZÍ - 5 - KOVOVÝM - 4 - KARTÁČEM - 5.

V tomto případě je opět důležité zdůraznit přesnou posloupnost událostí. Představte si kuchaře, který vidí nepořádek, který způsobil, a rozhodne se, že vše uklidí, přemýšlí však čím. Představte si zvuk kovového kartáče na podlaze a projděte si v hlavě celý příběh, upevněte podrobnosti.

Všude kolem jsou děti, takže musí jít o *školní* jídelnu. KUCHAR zcela jasně zastupuje čtverec naplněný jídlem 8; ŠITÍ pochází z tématu oblečení ve čtverci 9; PLACHTA náleží do čtverce 7 a jeho jachetního tématu; ÚKLID je na dalším místě, jde o jednu z klíčových Činností zastoupených ve čtverci 5; používá KOVOVÝ KARTÁČ - kov patří spolu s železnou židlí a ocelovým stolem do čtverce 4, samotný kartáč, jedno z 'čisticích' slov vám připomene další 5. Číslo do školy může být pouze 897545.

Lékař: 103479

Někdy se stane, že samotný ,tvař' čísla nabídne nejlepší způsob konstrukce příběhu. V tomto případě poslední číslice 9 může zastupovat samotného lékaře, což umožní, aby byl celý příběh založen na tom, jak jste se snažili k němu dostat.

Když přicházíte k ordinaci, všimnete si, že před domem byl zasazen buk s velkou dutinou v kmeni. V kůře stromu je nožem vyryta spousta slov a vy ČTETE DUTÝ STROM.

Většina slov nedává smysl, ale pak si všimnete instrukce: SEĎTE VE VODĚ.

Nedaleko stromu je velká kaluž a vy si se zaváháním do ní sednete. Zdá se, že to funguje, protože v té chvíli se otevírají dveře a ven vychází LÉKAŘ. Tento zvláštní rituál vám okamžitě umožnil získat pozornost doktora, aniž byste museli dlouho čekat!

Celý příběh se týká setkání s lékařem - užitečné spojení pro případ potřeby, že potřebujete jeho číslo. Příběh začíná nálezem rady; ČTETE -1 - DUTÝ - O - STROM - 3. Nápís vám radí POSAĎTE SE - 4 - do VODY - 7 - ale nepohodlí se vyplatí, protože se objevuje LÉKAŘ - 9. Příště, když budete potřebovat zatelefonovat lékaři, jeho číslo snadno vytočíte, je 103479.

Kadeřník: 680033

Mezi kadeřnickým salonem a číslicemi v čísle není žádné zřejmé spojení. Proč tedy nevyužít salon jako místo bizarních událostí.

Věnujte chvíli představě místa, kam si chodíte nechávat stříhat vlasy. Představte si, že si sedáte do jednoho z křesel a s úžasem sledujete, co se děje člověku vlevo od vás.

Sedíte vedle slavného fotbalisty. Zdá se, že má problém s chodidly; nejde ani tak o to, že by páchla, ve skutečnosti je má velmi příjemně parfémované, ale jde o jejich velikost. Jeho chodidla jsou *obrovská* - pro sportovce to musí být velká nevýhoda - ale naštěstí se zdá, že kadeřník mu může pomoci.

Kadeřník přináší nástroj, který jste ještě nikdy předtím neviděli - otáčivou lžici! - a přístroj spouští, nechává změkčovat zákazníkova chodidla, zatímco se vrací ke své obvyklé práci,..

Je to skutečně zvláštní a pamatovatelná scéna. OTÁČIVÁ LŽÍCE ZMĚKČUJE FOTBALISTOVA PARFÉMOVANÁ

CHODIDLA! Představte si, že si o tom děláte poznámku, abyste vše mohli vyprávět přátelům. Už nikdy nezapomenete telefonní číslo kadeřnictví.

OTÁČIVÁ - jako tanečník - pochází ze čtverce 6; LŽÍCE je součástí sbírky kuchyňských nástrojů ze čtverce 8; ZMĚKČUJE je jednou z činností čtverce 0; FOTBALISTA je zdatný ve hře O s míčem; PARFÉMOVANÉ je popisem z květinového čtverce 3; a CHODIDLA také jasně patří do čtverce 3. Číslo salonu je 680033.

Kino: 983681

Tentokrát Číslo začíná 9, takže si můžete zvolit osobu, která bude činnost kontrolovat. Protože daným místem je kino, proč by 9 nezastupovala vaši oblíbenou filmovou hvězdu?

Představte si, že sedíte v první řadě místního kina a díváte se na nejnovější veselohru. Váš oblíbený HEREC - 9 - je středem pozornosti - protože právě provádí něco zvláštního. POJÍDÁ - 8 - DŘEVĚNÝ - 3 - HUDEBNÍ STOJAN - 6! Z výrazu jeho tváře soudíte, že z toho není nadšený. Zdá se, že stojan nebyl řádně uvařen a herec se vrací do kuchyně, aby tam našel KUCHARSKOU KNIHU - 8 a 1...

Příště, až budete potřeboval zatelefonovat do kina objednal si vslupenky, vzpomeňte si na tento neobvyklý film. Když si vzpomenele na HERCE jak JEDL DŘEVĚNÝ HUDEBNÍ STOJAN a vracel se pro KUCHARSKOU KNIHU, budete hned vědět, že telefonní číslo do kina je 983681.

Máte-li potíže zapamatovat si kterékoliv ze šesti čísel, když se vrátíte k původnímu seznamu, připomeňte si daný příběh a přeměňte ho tak, aby byl ještě více pamalovatelnější. Zdůrazněte ty prvky, které jsou oblíbené, nalezněte nové pomůcky a připomínky, které vám ulvrdí posloupnost ve vaší paměti. Je to užitečné cvičení; jakmile si vybavíte všech Šest čísel, zapamatovali jste si 36 náhodných číslic - něco, co většina lidí považuje za nemožné!

Co je nejdůležitější, naučili jste se dovednosti, kterou můžete využít téměř každý den. Pokaždé, když budete stát před novým číslem, zkuste se ho naučit. Napište si ho, proč ne, ale také si ho zapamatujte - a příště, když ho budete potřebovat použít, zkuste odolat pokušení vyhledávat ho. Čím více používáte svou paměť, tím více zjistíte, že se na ni můžete spolehnout a získáte sebedůvěru, že dokážete takovou informaci kontrolovat.

Vyzkoušejte si to

Níže uvádím dalších Šest vymyšlených telefonních Čísel. Použijte je k nácvičku všech klíčových kroků systému, vyberte si vhodné představy, rozhodněte se o počátečním bodu a vyprávějte si pamatovatelný příběh.

1. ZUBAR	926342
2. LAHŮDKÁŘSTVÍ	765488
3. SPORTOVNÍ AREÁL	534710
4 KULTURNÍ STŘEDISKO	853826
5. NÁDRAŽÍ	212343
6. MĚSTSKÝ ÚŘAD	107539

ČÍSLA A JMÉNA

Všechna výše uvedená čísla mohou být spojena s určitými místy - stanicemi autobusů, kinem, obecním úřadem - a často také s přesně označenými osobami, jakými jsou například lékaři a kadeřníci. Je snadné s nimi spojit příběhy, které vytváříte, ale stejný princip můžete také použít, když jsou volaná čísla méně výrazně určena.

Někdy máte pouhé jméno - Zdenek Svozil - ale bude vám Irvat jen krátkou chvílí a vytvoříte si silné spojení.

Uved'te do hry techniky, které jste se naučili v druhé části knihy. Pohřejte si se jménem na papíře, hledejte způsob vytvoření obrazů, které potřebujete k vybudování pevných základů pro váš příběh.

V tomto případě .Zdenek' se dá rozložit na dvě slova ,ZDE' a ,NE' - tím můžete získat vhodné umístění příběhu. Můžete si celou scénu představit na místě, na kterém se právě nacházíte - zde! Celý příběh se může týkat toho, co si právě na tomto místě NEpřejete nebo toho, že na tomto místě NEchcete být.

Zdeňkovo telefonní číslo je 313922. Například, nepřejete si na tomto místě zůstat... a rozhodnete se BĚŽET - 3 - pryč, Bohužel, nedostanete se příliš daleko; když zahnete za roh, vrazíte do BAREVNÉHO - 1 - STROMU - 3. Zatočí se vám z toho hlava a HOVOŘÍTE - 9 - k PTÁKŮM - 2 -LETÍCÍM - 2 - vám nad hlavou!

Příště, když budete potřebovat zatelefonovat Zdeňkovi Svozilovi, vzpomenete si na dané místo a vaši snahu odtamtud utéci... a vybavíte si tento příběh!

TELEFONNÍ PŘEDVOLBY

I když většina čísel, která pravidelně voláte, budou místní a nebude zapotřebí žádná předvolba, je užitečné si pamatovat kódy pro případy, kdy je potřebujete. Tyto předvolby mají jen několik číslic - a když si vytvoříte výrazné obrazy, můžete dvojici číslic spojit s městem nebo okresem tak pevně, že už nikdy nebudete muset volat informační službu.

Většina předvoleb vám bude něco připomínat - město, které dobře znáte nebo domov vašeho příbuzného - což bude dostatek materiálu pro počáteční bod příběhu. Je však snadné se naučit i předvolbu místa, ve kterém jste nikdy nebyli - a snad o něm ještě ani neslyšeli.

Stejně jako u příkladu se jménem, hřejte si se slovy, až vytvoříte háček, na který svůj příběh pověsíte.

Níže uvádím čtyři číselné předvolby. Stejně jako u předchozího seznamu si pročtete doporučení, a pak si vyzkoušejte svou úspěšnost.

HAVLÍČKŮV BROD	0451
HRADEC KRÁLOVÉ	049
RÝMAŘOV ORLOVÁ	0647
	06995

Doporučení

Havlíčkův Brod: 0451

Systém využití mozku se snaží udělat vše zapamatovatelnější; a v tomto případě, protože všechna tato Čísla začínají číslicí 0, můžeme první číslici dát stranou a při učení ji nebrat v úvahu. Nemá smysl pamatovat si něco, co tam prostě

musí být!

Název města se skládá ze dvou slov, pro zapamatování místa si představte, jak se přes řeku BRODÍ HAVLÍČEK Borovský nebo snad *malý* budoucí prezident HAVEL!

Představte si brodicího se Havlíčka, jak OHÝBÁ - 4 -OSTROU - 5 - TUŽKU - 1.

Telefonní předvolba pro Havlíčkův Brod musí být (0) 451.

Hradec Králové: 049

Představte si, že král přijíždí na svůj hrad v ŽELEZNÉ KOŠILI,

Slova ‚král‘ a ‚hrad‘ vám kdykoliv připomenou název města, ale také při setkání se jménem Hradec Králové se vám vybaví tato zřejmá scéna. ŽELEZNÁ - 4 - KOŠILE - 9 je pak vhodným oblekem pro takovou postavu.

Předvolba Hradce Králové je (0) 49.

Rýmařov: 0647

Představte si, že sedíte na náměstí uprostřed RÝMAŘOVA a všichni lidé kolem vás trpí *rýmou*. Ani se tomu nedivíte, když opodál vidíte TANEČNÍKA - 6 - SEDĚT - 4 - v KALUŽI - 7.

Dělají to všichni lidé v tomto městě?

Telefonní předvolba Rýmařova je (0) 647,

Orlová: 06995

Představte si město, nad kterým se slétává hejno orlů, které náhle začne HLASITÉ - 6 - KŘIČET - 9 - na UČITELE - 9 - s VYSAVAČEM - 5.

Slyšíte ten hluk, když skupina velkých ptáků křičí a k hluku se přidává zvuk vysavače, chudák učitel!

Předvolba Orlové je (0) 6995.

Když stojíte před úkolem naučit se telefonní předvolby jiných zemí, jde o proces, při kterém si příběh umístíte na známé místo dané země. Níže uvádím deset kódů zemí a doporučení, jak si je zapamatovat.

AUSTRÁLIE	61	INDIE	91
USA	01	ŠVÝCARSKO	41
ČÍNA	86	JAPONSKO	81
FRANCIE	33	HOLANDSKO	31
NĚMECKO	49	DÁNSKO	45

Doporučení

Austrálie: 61

Vhodným místem zastupujícím Austrálii může být Ayersova skála. Představte si, že se díváte na tento nádherný monument a vidíte slavného Australana Rolfa Harrise, jak se předvádí před davem lidí! Dělá to, co umí nejlépe - hraje

na didžeridú a maluje. Vždy chvíli hraje, a pak vyskočí a přidá trochu barvy na své plátno. HUDEBNÍK - 6 - MALUJE -1; předvolba Austrálie je 61.

USA: 01

Tentokrát vhodným místem bude socha svobody. Dostali jste nelehký úkol tuto sochu natřít a barva právě dorazila -v obrovských plechovkách. Každá je tak vysoká jako vy a od auta je budete muset k soše kutálet, Přesvědčte místní, aby vám pomohli a dávejte jim příkazy: „KUTÁLEJTE - O - PLECHOVKY S BARVOU! - 1." Kód USA je 01.

Čína: 86

Nejslavnější stavbou Číny je bezpochyby Velká zeď. Představte si sami sebe na památném výletě. Přijedete k Velké čínské zdi a zjistíte, že na vás čeká nádherné přivítání. Váš příjezd vítá velký orchestr složený z nejlepších čínských hudebníků a vy je s potěšením pozorujete a posloucháte. Hrají dál a dál, až si uvědomíte, že hudebníkům hrozí na poledním slunci úpal. Jejich nástroje se začnou roztékat a stále více členů orchestru padá vyčerpáním. Tohle je skutečně HORKÝ - 8 - ORCHESTR - 6! Kód Číny je 86.

Francie: 33

Paříž bývá místem pořádání velkých uměleckých festivalů. Po celém městě je spousta neobvyklé a pestré výzdoby. Zdá se, že tématem je *velikost*; všechno je budto velmi malé nebo neuvěřitelně velké.

Ústředním bodem celé události je umělecké dílo postavené do kruhu kolem Eiffelovky. Velká skupina umělců pracovala celé týdny, aby vyrobila velké dřevěné růže a narcisy, které teď obklopují věž a sahají až úplně na její vršek. Vyjížděkou vytahem do nejvyššího patra je vám umožněn nádherný vý-

hled na DŘEVĚNÉ - 3 - KVĚTINY - 3. Předvolbou Francie je 33.

Německo: 49

Místem, které si vyberete pro reprezentaci Německa, může být rozbořená Berlínská zeď. Po celém světě byly prodávány jako suvenýry její zbytky, staly se symboly jednoty a míru a vy se rozhodnete, že tam naleznete také něco pro sebe.

Zjistíte, že nejste sami. Po vaší pravici sbírá do pytle oficiálně vyhlížející muž kousky kovu. Napadne vás, že může být vhodné požádat ho o svolení, než si něco seberete a jdete si s tímto „kovovým mužem“ pohovořit. Svůj titul má napsaný dokonce i na své čepici: KOVOVÝ - 4 - MUŽ - 9. Kód Německa je 49.

Indie: 91

Slavné místo v Indii a slavný indický vůdce: Máhatmá Gándhí leží na lavičce před Taj Mahalem.

Vypadá křehce a staře; když přicházíte blíže, vidíte, že diktuje dopis jednomu ze svých pomocníků. Pozorné posloucháte jeho moudrá slova a stojíte tam celý den, zatímco on DIKTUJE - 9 - DOPIS - /... Kód Indie je 91.

Švýcarsko: 41

V tomto případě je těžké uvažovat o jednom místě nebo jedné osobě, proč tedy nezaložit vaši scénu na proslaveném předmětu - nebo celé jejich skupině? Švýcarsko je známé přesnou řemeslnou prací - hodiny, hodinky, nože ... představte si tedy, že se procházíte kolem švýcarských obchodů se suvenýry a hledáte něco, co byste si odvezli domů.

Láká vás všechno, ale je to dost drahé a nakonec se rozhodnete koupit si nejmenší věc v nabídce; švýcarské zlaté pero. Píšete jim po kusu papíru a jezte před odchodem z obchodu kontrolujete, zda je v pořádku, pak si ho berete

domů - hrdý majitel a dokonalé ZLATÉ - 4 - PERO - 1. Předvolba Švýcarska je 41.

Japonsko: 81

Další možností pro scénu je vybrat si národní charakteristiku. Japonci, například, jsou známí svou efektivitou a pracovitostí.

Představte si, že jste na exkurzi v nejmodernější továrně, jakou jste kdy viděli. Všude pobíhají dělníci a dělají jednu práci za druhou. Jen jeden zaměstnanec zaostává; je to unaveně vyhlížející muž, který se schovává za psací stůl a čte si tam noviny. Ví, že ho nikdo nesmí najít a vy s pobavením pozorujete, jak jí své noviny, když se objeví jeho nadřízený! Je to dobrý způsob, jak zničit důkazy, ale představte si, jak musí chutnat JÍST - 8 - celé NOVINY - 1. Předvolba Japonska je **81**.

Holandsko; 31

Představte si sami sebe, jak natíráte velký větrný mlýn. Abyste vše sladili s tulipány v zahradě, rozhodnete se na plachty použít jasně červenou barvu a žlutý nátěr dáte na cihlovou věž. Práce trvá celé týdny a je těžká, ale už jste téměř u konce - představte si tu hrůzu, když k mlýnu někdo přichází a setře celou velkou hotovou část! Vandal dokonce strčí nohu do jednoho z kbelíků s barvou a zanechává červené a žluté stopy na chodníku před budovou. Nikdy vás nenapadlo, že by mohl být někdo tak hloupý a VKROČIT - 3 - do BARVY - 1! Kód Holandska je 31.

Dánsko: 45

Představte si, že jste se zajeli podívat na jeden den na slavnou dánskou sochu mořské panny. Mnoho lidí se bohužel rozhodlo udělat totéž a po hrázi přístavu se prochází davy lidí, Přes které nic nevidíte.

Dostanete nápad. Nedaleko stojí jeden z přístavních jeřábu a jeho hák se houpe jen asi metr nad zemí. Vylezete na hák a usadíte se v něm. Náhle začne hák stoupat nahoru a vám se naskytá nejlepší výhled, jaký si dovedete představit! Příště, když se někdo zmíní o Dánsku, si vzpomenete na svůj nápad a navrhnete mu, aby se POSADIL - 4 - na HÁK - 5.
Předvolba Dánska je **45**.

PAMÁTNÝ DEN

Jsou-li telefonní čísla a předvolby nejčastějšími případy, které je dobré si zapamatovat, na druhém místě budou určitě data. Ta se mohou týkat počínaje hodin dějepisu a konče zkouškami z politiky, prohlídkami muzeí a sbírkami mincí. V našem životě si musíme často data pamatovat - a přece je velmi pravděpodobné, že si je budeme dříve stokrát opakovat, než abychom našli jednoduchý způsob, jak se je naučil jen *jednou*.

Dokážete-li se naučit telefonní Číslo se Šesti číslicemi, o kolik snadnější musí být zapamatovat si čtyři číslice data. Ve skutečnosti můžeme data považovat za pouhé tři číslice; většina přesných dat roků začíná 1 a není pravděpodobné, že byste si spletli jedno datum s jiným o tisíc let později. Datum Velké výstavy, například, se můžete naučit v podobě 8, 5, 1. raději než jako 1851 a budete si určitě pamatovat, že k ní došlo v 19. a ne v 9. století!

Technika pamatování dat je téměř stejná jako u telefonních čísel. Každá číslice je nahrazena slovem z vašeho systému a obraz, který si vytvoříte, je pevně spojen s událostmi daného data. Použitím představivosti a pečlivým výběrem slov si můžete vytvořit vhodné scény; trvá to jen minuty, ale data si budete pamatovat léta.

Níže uvádím deset skutečných dat, kterými překvapíte každého učitele dějepisu! Přečtěte si paměťová doporučení, a pak zkontrolujte svoji úspěšnost podle původního seznamu.

SELSKÁ REVOLTA	1381
VELKÁ VÝSTAVA	1851
SMRT KRÁLOVNY VIKTORIE	1901
BITVA U HASTINGSU	1066
VELKÁ MOROVÁ RÁNA	1665
ZAČÁTEK 2. vSVĚT. VÁLKY	1939
KONEC 2. SVĚT. VÁLKY	1945
VELKÝ POŽÁR LONDÝNA	1666
BITVA U WATERLOO	1815
BITVA NA BÍLÉ HOŘE	1620

Doporučení

Selská revolta: 1381

Když vynecháme první 1, k naučení nám zůstanou tři číslice: 3, 8 a 1.

Jako vždy, vyberte si nejužitečnější slova. Číslo 3 se může stát samo nevolníkem - VENKOVANEM. Představte si stovky venkovanů, jak se shromažďují na velkém poli, aby se postavily proti svým vládcům. Nadávají na zákony, pravidla a učence, kteří je vymysleli. Vybudují velikou hranici, kterou zapálí a VENKOVANÉ - 3 - SPÁLÍ - 8 - všechny KNIHY - 1 - na které padnou.

Scéna je jednoduchá, ale velmi vhodná. Poskytuje vám tři číslice - 3, 8 a 1 - a když přidáte dopředu 1 - protože se to zcela jasně nestalo v roce 381! - získáte datum Selské revolty: **1381**.

Velká výstava: 1851

Opět vynechejte vpředu 1 a zůstane vám 8, 5 a 1.

Představte si návštěvu Velké výstavy. Je tam toho tolik co vidět; nejnovější vynálezy, nejlepší výtvořy. Všechno má vzbudit dojem - a tak si představte svůj úžas, když se posadíte v restauraci, abyste si oddechli, a zjistíte, že váš jídelní lístek je plný skvrn od polévky! Každé slovo je překryté hnědou skvrnou. Tento Špinavý jídelníček uprostřed té nádhery je skutečně pamatovatelnou výjimkou.

Zavoláte KUČAŘE ~ 8 - a ten se vám omlouvá, zatímco ČISTÍ - 5 - váš JÍDELNÍ LÍSTEK - 1. Trvá mu to hodiny a vy ho netrpělivě pozorujete - ale konečně můžete nápisy přečíst a objednáte si po tomto velkém zklamání pořádně velké jídlo... Velká výstava byla v roce **1851**.

Smrt královny Viktorie: 1901

Pokaždé, když se v datu objeví číslice 9, změňte ji ve vhodnou osobu. V tomto případě je zřejmým kandidátem samotná královna Viktorie.

Představte si, že jste objevili překvapující informaci. Při prohlížení nějakých starých papírů jste zjistili Šokující pravdu o tom, jak královna *skutečně* zemřela.

Ukáže se, že jednoho dne uvízla ve své knihovně mezí zaprášenými starými knihami a zoufale chtěla nějak zahnat nudu. Vzala si tři velké knihy z polic a začala si s nimi pohazovat - nejprve pomalu, pak stále rychleji a rychleji.

Bohužel, jednu knihu vyhodila tak vysoko, že ta zasáhla uvolněnou polici a na její hlavu začala padat hromada knih...

Dokonce jste ke svému příběhu našli i obrázek. Ukazuje VIKTORII - 9 - POHAZUJÍCÍ SI - O - KNIHAMÍ - 1. Datem její smrti je rok **1901**.

Bitva u Hastingsu: 1066

Protože je historie plná bitev a válek, je důležité odlišit jeden konflikt od druhého. Bitva u Haslingsu je slavná šípem, který zabil krále, takže váš příběh se může soustředit na lučištníky a lukostřelbu.

Představte si scénu u Haslingsu, kde si před bitvou lučištníci procvičovali střelbu. Zdá se, že vědí, že nadcházející bitva bude důležitá a jsou rozhodnuti být na ni, až nepřítel dorazí, co nejlépe připraveni. Vedle lukostřelby se věnují také mnoha jiným sportům, nejvíce času tráví kopanou a tenisem.

Náhle slyší zvuk trubek. Blíží se druhá armáda. Vy se rozhodnete odejít stranou, co možná nejdále, a poslední věc, kterou vidíte, je jak **SPORTOVCI** (hrají **MÍČOVÉ hry**) - O - a **SLYŠÍ** - 6 - **TRUBKY** - 6. Bitva u Hastingsu se odehrála v roce **1066**.

Velká Morová rána: 1665

Vaše představivost vám opět dovolí cestovat v Čase, Představte si, že se procházíte opuštěnými ulicemi Londýna a uvědomujete si pohromu, kterou mor přinesl. Kolem nikdo není, jen z jednoho domu slyšíte zpěv.

Zastavíte se a pozorně nasloucháte, jste rozhodnuti zjistit, o čem ta píseň je. Není možná překvapením, že tématem -je uzdravení a čištění, ke kterému bude muset v Londýně dojít, než se vše vrátí zase k normálu. Do svého diáře si poznamenate: **.SLYŠEL** - 6 - **PÍSEŇ** - 6 - o **ČIŠTĚNÍ** - 5'. Velká Morová rána byla v roce **1665**.

Začátek 2. světové války: 1939

Konec 2. světové války: 1945

Když máte dvojici dat, jako je tato, která je pevně spojena stejnou historickou událostí, je užitečné spojit také jejich

příběhy. Hledejte v obou datech číslice, které mohou spojení vytvořit.

Jednoduchý obraz zahájení války může obsahovat ARMÁDU, linie a řady mužů - 9 - POCHODUJÍCÍ - 3 - aby se setkala s druhou masou JEDNOTEK - 9. Přetvořte svůj obraz, aby odpovídal vyváženému tvaru čísel: jedna armáda pochoduje zleva, pod vedením Churchilla, a druhá zprava, včele s Hitlerem, Druhá světová válka začíná, když se sejdou uprostřed; datum je **1939**.

Válka *končí* velmi zvláštním způsobem. Německé jednotky se posadí k odpočinku - a příliš pozdě si uvědomí, že spojenci jim natřeli židle lepidlem. Němci jsou polapeni; představte si výraz tváře jejich vůdce! Boje skončily, když si jedna ARMÁDA - 9 - SEDLA - 4 - na LEP - S. Šlo o rok **1945**.

Velký požár Londýna: 1666

O Britech se říká, že se nejlépe chovají v těžkých podmínkách. Představte si, že jste přítomni Velkému požáru a vidíte obrovské plameny. Všude kolem vás vybíhají do ulic lidé, shánějí vodu a snaží se zachránit své rodiny a přátele. Hluk je ohlušující, ale přesto vás jeden zvuk upoutá. Odněkud slyšíte orchestr, který ladí! Jdete za zvukem azsku-tečné, chystá se velký koncert. Plameny olizují nástroje a posluchače polévají vodou, ale představení pokračuje, ať se děje, co se děje. POSLOUCHÁTE - 6 - ORCHESTR -6 - jak LADÍ - 6. Velký požár Londýna začal v roce **1666**.

Bitva u Waterloo: 1815

Abyste odlišili tuto bitvu od jiných, proč ji neumístit na na stupiště *nádraží* Waterloo?

Všude kolem jsou vojáci, bojují na kolejích, u pokladen -dokonce i na střeše vlaku! 7. vašeho místa v kavárně na nástupišti máte na všechno dobrý výhled. I tady je plno lidí a vy zaslechnete, jak kuchaři nadávají, kolik budou mít uklízení.

Jeden z nich si všimne vysavače náležejícího Britským železnicím a pozorně si ho prohlíží, zda by se nedal použít...

Rychle si tu zvláštní scénu načrtnete na zadní stranu své jízdenky.

KUCHAŘI - 8 - STUDUJÍ - 1 - VYSAVAČ - 5; bitva u Waterloo se odehrála v roce **1815**. •

Bitva na Bílé hoře: 1620

Opět je zapotřebí odlišit tuto bitvu od mnohých jiných. V tomto případě nám pomůže samotný název místa, Bílá hora. Představte si bojovou scénu uprostřed zasněžených hor.

Vojáci běhají po sněhu a házejí po sobě sněhové koule. Náhle však dojde k prudkému oteplení a bojujícím dochází munice, všechn sních taje. Jeden z vojáků přemýšlí, Čím by mohl po nepříteli házet a napadne ho jeho snubní prsten. Představte si scénu všude kolem tančících vojáků, jak po sobě hází prsteny na pozadí stále ještě zasněžených vysokých hor.

TANEČNÍCI - 6 - HÁZÍ - 2 - PRSTENY - 0. Bitva na Bílé hoře byla v roce **1620**.

SKRYTÁ ČÍSLA

Třetí část této knihy se doposud soustředila na nejobvyklejší příklady čísel, které se učíme: telefonní čísla, předvolby a historická data. Někdy však nalezneme Čísla pod povrchem informací. Když jste si vypracovali svůj vlastní číselný systém, je rozumné ho využít pokaždé, když je to možné, a to často znamená změnit informaci *do* číselného tvaru.

Nejčastějším příkladem něčeho takového je, když si potřebujete zapamatovat den, měsíc, ale také rok. Důležitá konference může být organizována 18. listopadu 1995, ale vy si datum zapamatujete daleko lépe, když vše změníte v čísla: 18. 11. 95. To vám umožní převzít nad informací kontrolu

pomocí vašeho číselného systému - přeměnit ji ve slova a obrazy, které pak spojíte s představou samotné konference.

Důležité je udělat totéž s každým datem, které se potřebujete naučit. Číslicím vždy dávejte stejné pořadí: většina lidí dává přednost tvaru DEN, MĚSÍC, ROK. Má-li každé datum, které se učíte, stejný tvar a stejné množství číslic, je daleko snazší zajistit, abyste nikdy neudělali chybu.

Potřebujete-li si zapamatovat velké množství dat, je užitečné něco málo k vašemu číselnému systému přidat. Přiřazením předmětů, činností a popisů číslům 10, 11 a 12 si můžete vymyšlení příběhů usnadnit.

Máte-li místo na původním archu papíru, přidejte pod řádek s číslicí 9 tři další řádky; v opačném případě pokračujte na jiném archu papíru. Metoda vyplnění nových čtverců je v podstatě stejná jako předtím a začnete zkoumáním čísel samotných.

V případě dvou číslic je někdy nezbytné využít *zvuků* čísel stejně tak, jako jejich tvarů. Zkoušejte své asociace, až přijdete na vhodné klíčové obrazy pro každé toto číslo a nezapomeňte kontrolovat původní tabulku, aby nedošlo k překrytí a k podobnostem.

Tak jako předtím, dodejte každému číslu výraznou charakteristiku, která bude dostatečně jasná a pamatovatelná, ale která bude mít dostatečný rozsah a pružnost umožňující vám vytvoření pamatovatelných příběhů.

Doporučení

•

Předměty:

10 Nejslavnější desítkou na světě je pravděpodobně číslo na dveřích britského ministerského předsedy. Proč tedy neudělat předmětem DVEŘE? Spolu s nimi můžete zapsat do čtverce i DŮM, STAN, HRAD, a snad také ZÁMEK a KLÍČ.

11 Obě Číslice vedle sebe vypadají tak trochu jako ŽEBŘÍK. Téma může zahrnovat SCHODY a SCHODIŠTĚ a rozšíříme-li ho o prostředky výstupu a sestupu, pak také LANO, TYČ, VÝTAH...

12 Pro toto číslo, nemáme-li jinou asociaci, si můžeme zvolit cestovní prostředky a za klíčové slovo zvolit AUTO. Čtverec pak doplníme slovy; DODÁVKA, AUTOBUS, MOPED... Můžete zapsat i SILNICI a DÁLNICI!

Činnosti:

10 Čtverec PŘEDMĚTŮ vám nabízí mnohé možnosti. Silnými a pamatovatelnými činnostmi jsou OTEVŘÍT a ZAVŘÍT, ale také ZAMKNOUT a PUSTIT, slova, která vám umožní zařadit do vašich příběhů nové užitečné prvky.

11 Zřejmými slovy v tomto čtverci budou LÉZT a SESTUPOVAT a méně obvyklé předměty - tyč a lano - nabídnou zařazení KLOUZAT a HOUPAT!

12 Vhodným slovesem tady bude CESTOVAT a k němu můžete přidat ŘÍDIT, BRZDIT, ale také ŘÍTIT SE, NARAZIT a BOURAT!

Popisy:

10 Užitečná slova jsou OTEVŘENÝ a ZAVŘENÝ - ale proč nezahrnout VRZAJÍCÍ jako staré dveře zámecké komnaty...?

11 Žebřík může být NESTABILNÍ a VRATKÝ - a tyč KLUZKÁ!

12 Protože podobné slovo není nikde jinde na seznamu, hlavním popisem může být RYCHLÝ - jako sportovní auto nebo silná motorka. Další možnosti jsou PROMĚNLIVÝ a buďto ČTYŘ nebo DVOUKOLOVÝ.

Stejně jako předtím, pro rychlou referenci uvádím tyto tři řádky ve formě tabulky.

	PŘEDMĚTY	ČINNOSTI	POPISY
10	DVEŇE, DŮM. STAN, HRAD, ZAMEK, KLÍČ	OTEVŘÍT, ZAVŘÍT, ZAMKNOUT, ODEMKNOUT	OTEVŘENÝ, ZAVŘENÝ, UZAMČENÝ, VRZAJÍCÍ
11	ŽEBRIK, SCHODY, LANO, TYČ	LÉZT, SESTUPOVAT, HOUPAT, KLOUZAT	NESTABILNÍ, VRATKÝ
12	AUTO, AUTOBUS, MOPEL, SILNICE, CESTA	ŘÍDIT, JET, SRAZIT SE, BOURAT	RYCHLÝ, DVOU-/ ČTYRKOLOVÝ

Ted', když váš číselný systém zahrnuje i čísla 10 a/ 12, může každý měsíc v roce zastupovat jediné slovo vašeho příběhu. Ze šesti nápadů se stalo pět a jak jsem ukázal už dříve, příběh s pěti 'částmi' se dá efektivně seskládat do tvaru POPIS, PŘEDMĚT, ČINNOST, POPIS, PŘEDMĚT: rychlý kuchař kličkuje mezi mokrymi rybami nebo hlučné vrány sedí na vratkém autobusu.

Níže je pět dat s vymyšlenými důvody.,- pro jejich pamatování. Pročtěte si doporučené příběhy a procvičte si techniky zapamatování dat jejich používáním.

7. leden 1996 . PRODEJNÍ KONFERENCE
12. duben 1995 CESTA DO FRANCIE
24. říjen 1987 DEN, KDY ZAČÍNÁTE V NOVÉM
ZAMĚSTNÁNÍ
17. listopad 1995 ZKOUŠKA VE ŠKOLE
6. červenec 1996 KAMARÁDOVA SVATBA

Doporučení

7. leden 1996: Prodejní konference

Prvním krokem je změnit datum v seznam pěti čísel. Nezáleží na lom, jak bylo datum napsáno, vždy seřadte čísla stejným způsobem.

Pořadí ,den, měsíc, rok' změní toto datum v 07. 1. 96. Pět prvků příběhu je O, 7, 1, 9 a 6.

Den je tady 07, aby se zajistilo, že vždy budeme mít pět číslic; v části ,měsíc', na druhé straně, O vynecháme, protože všech dvanáct možných čísel zde má svůj vlastní obraz.

Jakmile jste těchto pět číslic zdůraznili, je snadné je oživit a změnit v příběh.

Představte si, že přijíždíte na prodejní konferenci a jste itáni pořadatelem. Nabízí vám uspořádání prezentace a k tomu si napsal řeč s doprovodem diapozitivů a hudby. Jeho CD disky jsou pečlivě seřazeny na stole - ale všechny jeho plány jsou zmařeny příjezdem neočekávaného návštěvníka.

KULATÝ - O - NÁMOŘNÍK - 7 - POMALUJE - 1 - ORGANIZÁTOROVY - 9 - CD DISKY - 6! Představte si tuto scénu a zdůrazněte její důležité části. Tento tlustý námořník rozstříkuje kolem sebe barvu a zničí lak disky, organizátorův obličej je bílý vztekem...

Pamatováním si scény si pamatujete celé datum. Když je pro vás tato lechnika stále ještě nová, pomůže vám napsat si číslice ještě předtím, než je zase přetvoříte v datum.

V tomto případě získáte číslice O ... 7 ... 1 ... 9 ... 6. *První* dvě číslice vždy označují den: 7. *Poslední* dvě číslice vždy zastupují rok: 1996. Zbylá číslice, jedna nebo dvě, vám připomínají měsíce: 1 - leden. Vaše prodejní konference je 07. 1.96.: 7. ledna 1996,

n. duben 1995: Cesta do Francie

Opět začněle přeměnou data v čísla a v pět jednotlivých 'prvků': 12. 4. 95. V tomto případě se číslo re prezentující den skládá ze dvou číslic, 1 a 2, takže není zapotřebí přidávat nulu. Pět prvků je: 1, 2, 4, 9 a 5.

Když přejíždíte hranice, vidíte francouzského prodavače cibule, který nosí stranou své bedýnky a rychle Čistí silnici

před vámi! Když ho pozorujete, na jeho smeták se usadí barevný pták. Podrobnosti scény popíšete na pohlednici: BAREVNÝ - 1 - PTÁK - 2 - USEDL - 4 - na FRANCOUZŮV - 9 - SMETÁK - 5.

Když nastane čas, abyste změnili příběh zpátky na klíčové číslice, napíšete si: 1... 2 ... 4 ... 9 ... 5.

První dvě číslice znamenají den - 12 - poslední dvě rok -1995 - a zbylé číslice, pouze jedna v tomto případě, jsou měsíc: 4 - duben. Váš výlet do Francie se určitě uskuteční 12. 4. 95:12. dubna 1995.

24. říjen 1987; Den, kdy začínáte v novém zaměstnání

Toto datum dokazuje užitečnost přítomnosti čísel 10, 11 a 12 ve vašem číselném systému. V číselné podobě je datum 24. 10. 87 tvořeno pěti prvky 2, 4, 10, 8 a 7. Říjen -10 - můžete považovat za jediné číslo a nikoliv za dvě zvláštní číslice, protože má ve vašem systému své vlastní zastoupení.

Je právě noc předtím, než začnete v novém zaměstnání a zdá se vám sen plný obav. Nevíte, jak to všechno bude vypadat a představujete si všechny možné špatné varianty.

Zdá se vám, že jedním z podivných pravidel je. Že musíte každý den do práce *létat*. Místem vašeho nového zaměstnání je obrovská kovová pevnost a poprvé, když tam přijedete, prolétnete dveřmi a přistanete rovnou v kantýně"! Jediné, co je tam k snědku, jsou syrové ryby...

Projděte si znovu ,sen' a soustřed'te se na pět bodů.

LETĚLI JSTE - 2 - do KOVOVÉ - 4 - PEVNOSTI -10 -a JEDLI - 8 - RYBY - 7. Tento příběh vám umožní zapamatovat si pět Čísel - 2, 4, 10, 8 a 7 - a když si je napíšete, je snadné je změnit zpět v datum. První dvě číslice vám dají den - 24 - poslední dvě rok - 1987 -a zbývající číslice jsou měsíc - 10 - říjen. Nové zaměstnání začínáte 24. 10. 87: 24. října 1987.

17. listopad 1995: Zkouška ve škole

Měsíc - 11 - můžete opět považovat za jediný prvek. Celé datum může být zjednodušeno na 17. 11. 95 a pět klíčových prvků bude 1, 7, 11, 9 a 5.

Jste uprostřed důležité zkoušky, když dojde k pohromě. Zbývá vám pouze pět minut a máte stále ještě odpovědět na dvě otázky - když se vám váš inkoust náhle změní ve vodu! Zpočátku dojde jen k malé změně; barva inkoustu je jen o trochu bledší a musíte více přitlačit, aby vaše písmo bylo čitelné. Po chvíli však barva vymizí úplně a na papíře jsou jen kapičky vody.

Školní zásoby inkoustu jsou na polici nedaleko místa, kde sedíte, proto si vytáhnete žebřík, abyste tam dosáhli. Vidí vás však učitel, ukáže na vás svým dlouhým prstem a přikáže vám zase usednout...

Váš pamatovatelný příběh má pět hlavních částí. Váš" INKOUST - 1 - se změnil ve VODU - 7 - takže jste se pokusili použít ŽEBŘÍK - 11. Ale UČITEL - 9 - na vás ukázal PRSTEM - 5. Čísla jsou 1, 7, 11, 9 a 5. Datum vaší zkoušky je 17. 11. 95: 17. listopadu 1995.

6. červenec 1996: Kamarádova svatba

Jako vždy, zjednodušené datum - 06. 7. 96 - vytváří pět jednotlivých prvků: 0, 6, 7, 9 a 6.

Na kamarádově svatbě jste svědkem. Je to velká sláva, v jedné části místnosti vyhrává velká skupina muzikantů. Bohužel, jste velmi nervózní a prsten ženicha vám upadne do nápoje bubeníka! Všichni to považují za signál, na který celá sešlost začne zpívat...

Ještě týdnů poté vzpomínáte na ten chaos. PRSTEN - 0 - spadl do MUZIKANTOVA - 6 - NÁPOJE - 7 - a LIDÉ - 9 * začali ZPÍVAT - 6. Pět čísel je nezapomenutelných - 0, 6, 7, M. Datum svatby vašeho kamaráda je 06.7.96:6. července 1996.

PAMATOVÁNÍ MĚSÍCŮ

Než počítat všechny měsíce pokaždé, když si máte vzpomenout na datum, je lepší a užitečnější okamžitě znát, který měsíc je pátý, devátý nebo šestý.

Nejsnadnější cestou, jak se to naučit, je vytvořit si spojení mezi slovy a čísly. Jedno pevné spojení pro každý měsíc způsobí, že už nikdy nebudete ztrácet čas počítáním od začátku roku a nikdy už neuděláte chybu. Níže uvádím doporučení pro deset z dvanácti spojení, (Předpokládám, že si pamatujete, že prvním měsícem je leden a dvanáctým prosinec!)

2. měsíc; únor

Únor může být zaměněn za ‚úmor‘. Představte si, že úmorem PADÁTE - 2 - na každém kroku!

3. měsíc; březen

VRACÍTE SE - 3 - domů, ale mezi STROMY - na ‚březf krávu‘.

4. měsíc: duben

SEDÍTE na TVRDÉ STOLIČCE - 4 - a žasnete, v kapse vzal ŽELEZNÝ - 4 - ‚pupen‘.

5. měsíc: květen

V květnu se objevují ČISTÉ - 5 - nové květy, které VYSÁVÁ - 5 - hmyz jako VYSAVAČEM - 5 - někdy se k nim i PŘILEPÍ - 5. Číslem pořadí je zde rozhodně - 5.

6. měsíc: červen

HRAJETE a ZPÍVÁTE - 6, ale při PŘEDSTAVENÍ - 6 - se ‚červenáte‘.

7. *měsíc*: červenec

Vydáte se k VODÉ - 7 - na RYBY - 7 - ale vše, co za celý den chytíte, je jakýsi ,červený věnec'.

8. *měsíc*; srpen

Představte si, že po příchodu domů dostanete CHUTNÉ JÍDLO - 8 - jedinou podmínkou je, že ho budete jíst místo příborem ,srpem'!

9. *měsíc*: září

Vycházíte ven a všechny OSOBY - 9 - kolem VÁS - 9 - se SMĚJÍ a celé ,ZÁŘÍ' -- 9.

10. *měsíc*: říjen

V přírodě probíhá jelení ,fíje', na kterou byste se rádi vypravili podívat, ale jste v DOME UZAMČENI - 10 - a nemůžete ven!

11. *měsíc*: listopad

LEZETE po ŽEBŘÍKU - 11 - abyste získali lepší výhled mezi .opadanými' stromy.

Když si všech těchto deset scén představíte, můžete si ve vteřině vzpomenout na pořadí daného měsíce. Říjen vám připomene říji, ale vzpomenete si, že nemůžete ven, jste zamčeni v domě, což jasně ukazuje na Číslo 10; duben vám připomene kovový pupen a ostatní slova zastupující číslici 4; vaše schopnost vybavit si data se značně zlepšila.

ZVEROKRUH

Když získáte sebedůvěru ve své schopnosti zapamatovat si kterékoliv datum, můžete se naučit celé seznamy dat. Jako

příklad velkých možností *Systému využití mozku* uvádím níže symboly zvěrokruhu, spolu s jejich oficiálními daty začátků a konců. Jde o druh informace, který by vyžadoval hodiny učení v případě, kdy byste se nemohli spolehnout na účinnou techniku. Se *Systémem využití mozku* vám však k tomu bude stačit pouhých několik minut.

VODNÁŘ	20. leden - 18. únor
RYBY	19. únor-20. březen
BERAN	21. březen -20. duben
BÝK	21. duben -20. kveten
BLÍŽENCI	21. květen - 20. červen
RAK	21. červen - 21. Červenec
LEV	22. červenec - 21. srpen
PANNA	22. srpen - 21. září
VÁHY	22. září - 22. říjen
ŠTÍR	23. říjen - 21. listopad
STŘELEC	22. listopad - 20. prosinec
KOZOROH	21. prosinec - 19. leden

Nejsnazší cestou, jak zpracovat tento materiál, je postupovat od jednoho znamení ke druhému. V každém případě změňte slovo v obraz a obě data přeměňte ve dvě části příběhu, ve scénu připomínající dané téma.

Vodnář: 20. leden až 18. únor

Použitím stejného systému jako předtím, můžete obě tato data změnit ve tři oddělené prvky: 2, 0, 1 pro první a 1, 8, 2 pro druhé. První dvě číslice vždy připomínají den a zbývající číslice měsíc.

Vhodným obrazem ve spojení s tímto symbolem zvěrokruhu bude AKVÁRIUM.

Když jste zjednodušili data a rozhodli se tak o ústředním obrazu, zbývá vytvořit pamatovatelný příběh. První tři čísla

poskytují materiál pro první půlku příběhu a druhá tři čísla popisují pointu.

Sedíte v drahé restauraci u stolu vedle AKVÁRIA. Za sklem jsou humři, krabi a ryby, ze kterých si můžete vybrat, co vám kuchař uvaří. Právě se chystáte učinit rozhodnutí, když se stane něco, co vás přesvědčí na celý nápad raději zapomenout.

Někdo hodí do vody plechovku od barvy! Barva vody se mění ve špinavě hnědou. Vezmete si ubrousek a poznamenáte si, že si raději dáte kuře...

Tento příběh se dá snadno rozdělit na dvě poloviny, dvě Činnosti: jedna něco způsobí a druhá je reakcí. Někdo HODIL - 2 - PRÁZDNOU - O - PLECHOVKU OD BARVY - 1 - a reakcí je, že si NAPÍŠETE - 1 - JÍST - 8 - KUŘE - 2.

Jako u všech těchto příběhů jsou vším, co vás zajímá, tři ústřední prvky každé činnosti. Všechno ostatní - restaurace, ryby, ubrousek - je tam pouze pro přidání podrobností a zajímavosti.

Když budete přemýšlet o vodnáři, vzpomenete si na akvárium a příběh s ním spojený vám poskytne dvě sady čísel: 2,0, 1 a 1, 8,2. V každé sadě dvě první číslice zastupují den a zbylé označují měsíc.

Počátečním dalem VODNÁŘE je 20. 1. - 20. leden - a konečným datem je 18. 2. - 18. únor.

Ryby; 19. únor až 20. březen

Data mohou být opět zjednodušena do dvou skupin čísel: 1, 9, 2 pro první a 2, 0,3 pro druhé. Zřejmým obrazem nebude tentokrát nádrž, ale samotné RYBY.

Novinové zprávy hovoří o tom, že v moři nedaleko vašeho domu byl spatřen obrovský žralok. Rádi byste ho viděli a vyfotografovali si ho, ale žádný člun není dost rychlý, aby ho dohonil.

Dostanete nápad. Běžíte do dílny a vymyslíte si dokonalý dopravní prostředek - letadlo, které může letět tak nízko nad vodou, že budete moci žraloka fotografovat.

Bohužel, váš první let hned končí katastrofou. Ještě než doletíte k pobřeží, vrazíte do dutého stromu...

Jako předtím tady máme dvě činnosti, druhá je výsledkem první. NAKRESLILI jste si -1 - VY SAMI - 9 - LETADLO - 2, ale výsledkem je, že jste VLETĚLI - 2 - do DUTÉHO -O - STROMU - 3.

Když budete uvažovat o RYBÁCH, vzpomenete si, co jste všechno udělali, abyste je viděli! Jednoduchý příběh vám dává dvě sady číslic: 1, 9, 2 a 2, O, 3. Jako vždy vám první dvě číslice v každé skupině označují den a zbývající čísla potvrzují měsíc.

Prvním dnem ve znamení RYB je 19. 2. - 19. únor a posledním dnem 20. 3. - 20. březen.

Beran: 21. březen až 20. duben

Data jsou zjednodušena na 2, 1, 3 a 2, O, 4.

Nacházíte se uprostřed pohádky. Obrovský BERAN převzal vládu nad vesnicí, terorizuje lidi a vyhání je z domovů. Všichni se ho snaží zastavit obětmi barevných květů - ale beran to považuje za počátek boje a převrhne kulečnick!

V takovém příběhu jsou obě činnosti obzvláště jasné. Stane se jedna věc, a tu následuje vyvážená reakce. Jedna strana HÁŽE - 2 - BAREVNÉ -1 - KVĚTINY - 3, druhá PŘEVRHNE - 2 - KULEČNÍKOVÝ - O - STŮL - 4.

BERAN stále zůstává středem pozornosti a obě sady Číslic jsou jasné: 2, 1, 3 a 2, O, 4.

Prvním dnem BERANA je 21. 3. - 21. březen a posledním 20. 4. - 20. duben.

Býk: 21. duben až 20. květen

Tato data se stávají 2, 1, 4 a 2, 0, 5.

Tradičním domovem býků je Španělsko, a tak si představte, že sedíte v letadle a čekáte na cestu tam. Brzy si přejete, abyste zaplatili za letenku raději trochu více a vybrali si lepší společnost; vidíte totiž pilota procházet uličkou a natírat sedadla!

Náhle vypukne hádka. Uklízečka letadla tvrdí, že by to měla být ona, kdo bude natírat sedadla, a křičí na pilota, aby ji nechal dělat její práci. Nakonec, aby padlo rozhodnutí, kdo to udělá, se oba dohodnou, že budou v uličce hrát tenis. Pilot bude stát vlevo a uklízečka vpravo. Vítěz dostane barvu...

Příběh začíná, když PILOT - 2 - NATÍRAL - 1 - SEDADLA - 4. Vše skončilo, když PILOT ~ 2 - hrál TENIS - O - s UKLÍZEČKOU - 5; muž stál vlevo, žena vpravo. Když si vzpomenete na BÝKA, vybaví se vám ta zvláštní cesta do Španělska a nebude vám činit potíže napsat si obě sady čísel: 2, 1, 4 a 2, 0, 5.

Prvním dnem BÝKA je 21. 4. - 21. duben - a posledním dnem 20. 5. - 20. květen.

Blíženci: 21. květen až 20. červen

Dvěma sadami čísel jsou 2, 1, 5 a 2, 0, 6. Blíženci jsou DVOJČATA.

Proč jednou, když je to vhodné, neponechat obé 2 ve tvaru číslic? To vám umožní vytvořit nadvakrát vyvážený příběh...

Představte si, že sledujete televizní program o dvojčatech. Předvedou tam dvě sestry dvojčata - které se navzájem neviděly deset let, obě mají naprosto stejná zaměstnání a mají naprosto stejné zvláštní koníčky. Obé dvojčata kreslí pro svou obživu jeřáby; příklady jejich prací jsou předvedeny ve studiu. A obě rády kopou do bubnu; pořad končí dvojí ukázkou této zvláštní zábavy!

Obě DVOJČATA - 2 - KRESLÍ -1 - JEŘÁBY - 5 a obě DVOJČATA - 2 - KOPOU - O - do BUBNŮ - 6! Obě sady čísel jsou jasné: 2, 1, 5 a 2, 0, 6.

Prvním dnem ve znamení BLÍŽENCŮ je 21. 5. - 21. květen - a posledním dnem je 20. 6. - 20. červen.

Rak: 21. červen až 21. červenec

Tato data jsou zjednodušena na 2, 1, 6 a 2, 1, 7 a podobnost prvních dvojic nám značně pomůže při tvorbě příběhu.

Představte si, že se díváte na dokumentární film o racích. Stríhání jejich klepety připomíná zvuk kastanět, ale tento hudební talent přece jen stojí ve stínu jejich schopnosti rychle se pohybovat ve vodě. Snad mají raci nějakou školu, kde se těmto dovednostem učí!

Film právě takovou Školu ukazuje. Je v cizině a jediným způsobem, jak se tam mohou raci dostat, je cesta vzduchem. Se zájmem se díváte, jak LÉTAJÍ - 2 - STUOVAT - 1 -HUDBU - 6 - a LÉTAJÍ - 2 - se UČIT -1 - PLAVÁNÍ - 7...

Film vám předvedl část života raků, o které jste nic nevěděli. Dal vám také dvě skupiny čísel: 2, 1, 6 a 2, 1, 7.

Počátečním datem RAKA je 21. 6. - 21. Červen - a konečným datem je 21. 7. - 21. červenec.

Lev: 22. červenec až 21. srpen

Tato data jsou převedena v čísla 2, 2, 7 a 2, 1, 8.

Lvi jsou krásná zvířata na pohled, zvláště ve svém přírodním prostředí - není však dobré dostat se k nim příliš blízko...

Představte si pilota, který ve svém malém letadle letí nad džunglí porostlým ostrovem a dívá se na velkou smečku lvů -když motor náhle umlkne a letadlo letí přímo do moře.

Letadlo naštěstí plave, ale na palubě není mnoho jídla. Nemá vůbec smysl uvažovat o plavání na břeh: ostrovu vládnu lvi, a ti si chrání všechnu potravu pro sebe. Pilot se musí spokojit *pročítáním* kuchařské knihy...

Lvi jsou ústředním motivem celého příběhu. PILOT - 2 - VLETĚL - 2 - do MOŘE - 7, a kvůli lvům PILOT - 2 - byl přinucen ČÍST - 1 - o JÍDLE - 8 - místo aby se najedl! Dvěma skupinami čísel jsou 2, 2, 7 a 2, 1, 8.

Počátečním datem LVA je 22. 7. - 22. červenec - a konečným datem je 21. 8. - 21. srpen.

•

Panna: 22. srpen až 21. září

Jako vždy začnete změnou dat ve dvě skupiny Čísel: 2,2,8 a 2, 1,9.

Krásná mladá dívka je v tomto příběhu pomocnicí cirkusové hvězdy. Stojí před velkou tabulí a její partner háže nože, pokaždé ji mine jen o centimetry. Zdá se, že si není sám sebou dostatečně jistý a po každém hodu přichází ke své pomocnici, pozorně si ji prohlíží a odchází, teprve když se ujistí, že není zraněna.

K této činnosti dochází stále znovu a znovu. V příběhu je snadné vidět obě jeho části. VRHAČ - 2 - VRHÁ - 2 - NŮŽ - 8; a pak VRHAČ - 2 - STUDUJE - 1 - DÍVKU - 9. Dvě skupiny Čísel jsou 2, 2, 8 a 2, 1, 9.

Prvním dnem znamená PANNY je 22. 8. - 22. srpen - a posledním dnem je 21. 9. - 21. září.

Váhy: 22. září až 22. říjen

Tato data jsou zjednodušena v další dvě sady číslic: 2,2,9 a 2, 2,10.

Lidé mají z vah obavy - nebo lépe řečeno, obávají se toho, co jim váhy řeknou o jejich váze! Někteří lidé dokáží neuvěřitelné věci, aby byli lehčí...

Představte si, že dva takové lidi vidíte. Muž a žena vystupují na váhy před místním obchodem. Oba se pokryli *peřím* - i když je tato zvláštní technika odlehčila, zdá se, že také ovlivnila jejich osobnosti.

Zjistíte to, když je sledujete cestou domů a přijdete na lo, že oba žijí v ptačích klecích, jeden vedle druhého...

Má to všechno zvláštní logiku. DVA - 2 - OPERĚNÍ - 2 - LIDÉ - 9 - obývají DVĚ - 2 - PTAČÍ - 2 - KLECE - 10! Dvě skupiny čísel jsou 2, 2, 9 a 2, 2, 10.

Data VAH jsou 22. 9. - 22. září - a 22. 10. - 22.

Štír: 23. říjen až 21. listopad

Čísla pro toto znamení jsou 2, 3, 10 a 2, 1, 11.

Máte sen o tom, že vás napadl obrovský, nebezpečný štír. Jedinou vaší obranou je, že na něho házíte různé věci - při ruce však máte pouze dva předměty. Nejprve HÁZÍTE - 2 - DŘEVĚNÝMI - 3 - DVEŘMI - 10, ale štír je jenom svým obrovským ocasem odstrčí. Vaší poslední šancí je HODIT - 2 - MALÍŘSKÝM - 1 - ŽEBŘÍKEM - 11, budete doufat, že se jeho tělo zaplete mezi příčky...

Představte si velkou námahu, kterou musíte vynaložit k házení těmito předměty, a představte si Štíra zapleteného v žebříku. Obě skupiny čísel jsou jasné: 2, 3, 10 a 2, 1, 11.

Prvním dnem ve znamení ŠTÍRA je 23. 10. - 23. říjen - a posledním dnem v tomto znamení je 21. 11. - 21. listopad.

Střelec; 22. listopad až 20. prosinec

Dvě další skupiny čísel - 2, 2, 11 a 2, 0, 12.

Jako vždy, je důležité naleznout nejvhodnější obrazy - a v tomto případě může být první číslice 2 v obou skupinách samotným střelcem, protože ve čtverci 2 číselného systému je vše založeno na létání a házení,..

Stojíte na vašem místním hřišti a pozorujete při tréninku mladého lučištníka. Cvičí už celé hodiny a dochází mu zásoba Šípů - proto rozseká starý žebřík a příčky použije místo šípů.

Avšak i ty docházejí - on je však rozhodnut prokázat všechny své schopnosti a začíná poskakovat kolem pro-

jíždějících aut! Používá různých kruhovitých předmětů -obručí, pneumatik - a snaží se je hodit na projíždějící vozidla.

Projděte si události ve vašich představách. Jsou zde dvě hlavní části činností. První, STŘELEC - 2 - VYSTŘELUJE - 2 - PŘÍČKY ŽEBŘÍKU - 11 a později STŘELEC - 2 -KROUŽÍ - O - kolem AUT - 12. Dvěma sadami čísel jsou 2,

2, U a 2, 0,12.

Počátečním datem STŘELCE je 22. 1L - 22. listopad -a konečným datem je 20. 12. - 20. prosinec.

Kozoroh: 21. prosinec až 19. leden

Poslední dvojice dat je zjednodušena na 2, 1, 12 a 1, 9, 1.

Kozoroh je druhem kozy.

Farmář se rozhodne, že přemění jedno ze svých polí v závodiště. Dostane výborný nápad, že použije stádo KOZ, které sežere trávu i nepěkný plevel. Za odměnu kozám dovolí, aby zůstaly na místě a mohly pozorovat, co se tam bude dít.

K závodu se řadí dvě jasně červená sportovní aula. Všude je spousta novinářů, kteří se spolu baví, a mezi jiným komentují užitečnost přítomných koz...

Samotná scéna je jednoduchá. DVĚ - 2 - ČERVENÁ -1 -AUTA -12 stojí připravena, zatímco jeden NOVINÁŘ -1 -MLUVÍ - 9 - k jinému NOVINÁŘI - 1. Dvěma skupinami číslic jsou 2, 1, 12 a 1, 9,1.

Prvním dnem znamená KOZOROHA je 21. 12. - 21. prosinec - a posledním 19. 1. - 19. leden.

Naučením se podrobnostem symbolů zvěrokruhu jste procvičili mnoho klíčových technik *Systému vyutí mozku*.

Provedli jste rozhodnuli používal svou paměť - vhodným způsobem přistupovat k materiálu lak, abyste se ho učili pouze jednou. Změnili jste podrobnosti do nejjednoduššího

tvaru a přetvořili je tak, že jste pracovali s pamětí a ne proti ní. Měnili jste abstraktní čísla v obrazy, a pak je spojovali s představami do nových představ a scén.

Dokázali jste tak *udělat* pamalovalelnými dvanáct slov a sedmdesát osm jednotlivých číslic. Pokaždé, když si vzpomenete na symbol zvěrokruhu, vybaví se vám jednoduchá dvojice činností nebo událostí.

VODNÁŘ: Akvárium

Někdo HODIL PRÁZDNOU PLECHOVKU OD
BARVY...

... POZNAMENALI jste si JÍST KUŘE. *RYBY: Žralok*
NAKRESLILI jste SAMI LETADLO, ale...

... VLETĚLI jste do DUTÉHO STROMU. *BERAN: Beran*
Lidé HÁZELI BAREVNÉ KVĚTINY...

beran PŘEVYRHL KULEČNÍKOVÝ STŮL. *BÝK: Býk/Španělsko*
PILOT NATÍRAL SEDADLA...

PILOT HRÁL TENIS s UKLÍZEČKOU. *BLÍŽENCI: Dvojčata*
DVOJČATA KRESLILA JEŘÁBY...

DVOJČATA KOPALA do BUBNŮ. *RAK: Rak*
Krabi LETĚLI UČIT SE HUDBĚ...

krabi LETĚLI UČIT SE PLAVAT.

LEV: Lev

PILOT VLETĚL do MOŘE...

PILOT ČETL o JÍDLE. *PANNA: Dívka*

VRHAČ VRHAL NOŽE,

VRHAČ STUDOVAL DÍVKU.

VÁHY: Váhy

DVA OPEŘENÍ LIDÉ vyžadovali...

... DVĚ PTAČÍ KLECE. *STfR: Štír*

Vy jste HÁZELI DŘEVĚNÉ DVEŘE...

vy jste HÁZELI MALÍŘSKÝM ŽEBŘÍKEM. *STŘELEC: Lučištník*

LUČIŠTNÍK STRÍLEL PŘÍČKY ŽEBŘÍKU...

LUČIŠTNÍK KROUŽIL kolem AUT. *KOZOROH: Koza*

DVĚ ČERVENÁ AUTA...

NOVINÁŘ MLUVÍ k NOVINÁŘI.

W Abyste proces dokončili, věnujte pár minut tvorbě příběhu, který by vám připomněl samotná znamení.

Protože první znamení, vodnář, začíná v lednu, druhé v únoru a tak dále, schopnost vybavit si jejich seznam vám dá dostatek informací, abyste mohli začít definovat jednotlivá znamení. Když vám někdo sdělí své narozeniny, rychle se přesunete do obecné oblasti zvěrokruhu, a pak využijete specializovanějších znalostí k potvrzení příslušného znamení.

Jako pamatovatelné počáteční místo si představte, že sedíte v cikánském stanu a čekáte, až vám vyplní vaši tabulku zvěrokruhu. Vaše oči přitom zabloudí na velké AKVÁRIUM v rohu stanu a při bližším pohledu zjistíte, že je plné drahých RYB. V té chvíli však do stanu vběhne BERAN a vrazí do skleněné nádrže, až všude kolem stříká

voda.

Cikánku však příliš události nezajímají. Jak voda stoupá, sežene své stádo výstavních BÝKŮ a uniká i se všemi svými suvenýry ze Španělska, Opouští stan dveřmi vlevo - ale k vašemu úžasu se znovu objevuje o vteřinu později vpravo! Pochopíte, že musí jít o jinou ženu, sestru ze dvojice BLÍŽENCŮ...

Žena se omlouvá za všechnu tu vodu a ptá se vás, zda cncle odejít. Právě chcete říci Ne, když vám náhle vystřelí v chodidle prudká bolest. Byli jste Štípnuti obrovským RAKEM - okamžitě jste změnili názor a brodíte se ven ze stanu.

Dveře jsou však blokovány rozduřeným LVEM. Jeho řev vás přinutí couvnout zpátky do vody. Vidí vás mladá PANNA a vytáhne vás ven, a aby zjistila, kolik vody jste spolykali, položí vás na VÁHU.

Domluvíte se spolu na plánu útěku. Předá vám svého miláčka ŠTÍRA a vy ho ihned hodíte proti lvu, který se lekne a uteče. Lev na svobodě je však veřejnosti nebezpečný, a tak se ho vydá hledat družstvo STŘELCŮ.

Bohužel, všichni jsou krátkozrací, a tak zasáhnou pouze neškodného KOZOROHA. Koze však šípy jakoby nevadily; většinou si je jen vytáhne a sežere...!

Když si budete pamatovat klíčové prvky tohoto příběhu, budete také znal posloupnost znamení zvěrokruhu: akvárium (VODNÁŘ), ryby (RYBY), beran (BERAN), býk/suvenýry ze Španělska (BÝK), dvě cikánky (BLÍŽENCI), bolestivé štípnutí (RAK), zuřivý lev (LEV), dívka zachránce (PANNA), její váhy (VÁHY), její štír (ŠTÍR), lučišníci (STŘELEC) a konečně koza (KOZOROH).

Abyste využili svých znalostí, jednoduše zkombinujte všechny příslušné techniky.

Abyste našli například znamení pro někoho, kdo se narodil 25. června, provedete ve svých představách následující kroky.

Červen je šestý měsíc - pamatujete si na své stydlivé červenání při hudební produkci? (,hudba¹ = 6). Počítáním ve výše uvedeném příběhu naleznete hlavní znamení Šestého měsíce - RAKA (šestým prvkem v příběhu je rak).

Váš pamatovaný příběh o raku vám sdělí klíčová data tohoto znamení. Raci LETÍ - 2 - STUDOVAT - 1 -HUDBU - 6 a LETÍ - 2 - UČIT SE - 1 - PLAVAT - 7. Prvním dnem znamení je 21.6. - 21. červen - a posledním

dnem je 21, 7. - 21. červenec. Protože 25. června spadá mezi tato data, znamením v tomto případě je skutečné RAK.

Jindy můžete z.jistit, že znamení je mimo ,hlavní' měsíc. Naleznete správnou oblast zvěrokruhu, ale zjistíte, že dané datum spadá do doby před nebo po datech znamení.

Takový případ nastane, když se snažíte z.jistit znamení někoho, kdo se narodil 15. srpna.

Hned si vzpomenete, že srpen je osmý měsíc (máte JÍST - 8 - .srpem').

Probráním seznamu znamení zvěrokruhu hned zjistíte, že hlavním znamením osmého měsíce je PANNA (dívka, která vám zachrání život, je osmým prvkem příběhu).

Po vybavení si příběhu PANNY si můžete napsat data, kdy znamení začíná, a kdy končí.

Na dívku se hází nože ... VRHAČ - 2 - VRHÁ - 2 -NOŽE - 8, pak VRHAČ - 2 - STUDUJE - 1 - DÍVKU -9. Prvním dnem je 22. 8. - 22. srpen - a posledním dnem je 21. 9. - 21. září - takže znamení pro 15. srpen musí být před PANNOU, *sedmým* na seznamu je: LEV.

Po určité praxi budete schopni tyto kroky provádět velmi rychle. Pod kontrolu jste dostali obrovské množství informací - a k dispozici vám vše zůstane tak dlouho, jak budete potřeboval. Dokazuje to, že si lze zapamatoval jakýkoliv druh materiálu, a že jednoduché paměťové techniky se dají použít v každé fázi procesu učení.

PAMATOVÁNÍ ČASU

Váš číselný systém je vedle poskytování možnosti zapamatoval si data také dokonalým pomocníkem při pamatování si časů. Prvním krokem je opět přetvoření informace do nejefektivnějšího tvaru. Časy se dají napsat mnoha různými způsoby: dvě hodiny... dvě hodiny odpoledne ... čtrnáct ho-

din ... 14.00. Nejjednodušší formou je ta poslední - 14.00 - a budete-i-i považoval *každý* Časový údaj za součást dvaceti čtyř hodin, pak vás čeká naučit se pouze čtyřem číslům. Nepoužívejte žádné dodatky, jako například odpoledne -stačí pouze čtyři číslice, které budou přeměněny v nápady a obrazy, a které vytvoří příběh.

Při používání čtyřadvacetihodinového dne je nutné si zapamatovat, že půlnoc je 00.00. Čas v minutách se obvykle uvádí po tečce a například 5.30 budeme psát jako 05.30; 7.46 jako 07.46.

Výhodou tohoto systému je, že se nemusíte starat o to, zda udávaný čas je ráno nebo odpoledne, dopoledne nebo večer. 3 hodiny ráno jsou 03.00 a 3 hodiny odpoledne 15.00. Všechny Časy budou teď mít čtyři číslice, dvě před tečkou a dvě za ní, všechny časy se tedy dají pamatovat naprosto stejným způsobem. Nezapomeňte, že po 23.59 se dostáváme zase zpátky k 00.00.

„Šest hodin čtyřicet pět ráno“ se tak stane 06.45. Je to například čas, ve kterém máte chytit letadlo. Představte si, že sedíte v letadle a díváte se ven z okna, když zpozorujete, že letištní služba se právě snaží naložit nákladovými dveřmi velmi tlustého zpěváka. Ten sedí na háku a čeká, až ho vytáhnou vzhůru...

KULATÝ - O - ZPĚVÁK - 6 - SEDÍ - 4 - na HÁKU - 5. Čas vašeho odletu je 06.45; šest hodin čtyřicet pět minut ráno.

„Osm minut po páté večer“ se stává 17.08. Je to doba, na kterou jste objednáni k lékaři, a proto si můžete představit, jak vy sami čekáte v čekárně ordinace. Lékař má zpoždění a musíte čekat velmi dlouho. Už jste přečetli všechny časopisy v místnosti - dokonce i starý jachtařský časopis, který byl tak nudný, že jste ho zmuchlali do kuličky a snědli...

ČETLI jste -1 - JACHETNÍ časopis - 7 - a pak jste z něho udělali KULIČKU - O - a SNĚDLI ho - 8. Doba vašeho objednání byla 17.08; pět hodin a osm minut odpoledne.

Cestujete-li pravidelně do zahraničí, telefonujete příbuzným v cizině nebo obchodujete po celém světě, je užitečné si pamatovat ‚světové časy‘. Ty jsou dokonalým příkladem *Systému vyulití mozku*; informace je vždy přeměněna do nejjednoduššího tvaru, a pak oživena obrazy a příběhy. Důležitým faktem, který stojí za povšimnutí, je, že časové zóny většiny zemí a měst mohou být zapamatovány jako pouhé dvě číslice!

Časy po celém světě jsou měřeny v porovnání s časem , Londýně; v Greenwichi, neboli G.M.T. Časová zóna nám sděluje, kolik hodin je *na daném místě*, když v Londýně je dvanáct hodin - poledne.

Šanghaj, například, je o osm hodin vepředu. Ve 12.00 GMT je v Šanghaji 20.00. New York je na druhé straně o pět hodin *Zpět*. Ve 12.00 GMT je u sochy svobody 07.00.

Lepší, než se učit ‚pět hodin vepředu‘ nebo ‚pěl hodin pozadu‘, je soustředit se na první dvě číslice v časové ‚zóně‘. Skoro všechny zóny GMT předbíhají nebo jsou pozadu o celé hodiny, takže na druhou dvojici číslic můžete zapomenout. Dvojici ‚00‘¹ si můžete domyslet; další dvě číslice vám poskytují veškeré informace, které potřebujete, a ty vám váš číselný systém umožní ve vteřině si zapamatovat. Dvě přítomné číslice mají tolik proměnlivosti, že vám ve skutečnosti umožní zapamatovat si tolik ‚světových časů‘, kolik jich potřebujete.

Izolujte dvě číslice, změňte je ve scénu, a pak je spojte s obrazem samotné časové zóny.

Níže uvádím příklady deseti ‚světových časů‘; časů v deseti městech ve 12.00 GMT. Když si pročtete seznam, doporučení a scény, vyzkoušejte se z těchto údajů.

ATÉNY	14.00
BRUSEL	13.00
KAPSKÉ MĚSTO	14.00

CHICAGO	06.00
HELSINKI	19.00
JERUZALÉM	14.00
MOSKVA	15.00
NEW YORK	07.00
SYDNEY	22.00
TOKIO	21.00

Doporučení

Atény: 14.00

Veškeré informace jsou obsaženy v číslicích 1 a 4. Představte si všechny starobylé památky a trosky Atén. Vaším úkolem je je restaurovat. Kde začnete? Co třeba začít natíráním sedadel jedné z arén?

NATÍRÁNÍM - 1 - SEDADEL - 4. To stačí k tomu, abyste si zapamatovali 1 a 4 a budete vědci, že ve 12.00 GMT je v Aténách 14.00.

Brusel: 13.00

Zde jsou číslicemi 1 a 3. Někdy je snazší příběh spojit s předmětem než s určitým místem. V případě Bruselu můžeme jako ústředního bodu použít *brusle*.

Jaké barvy bývají krasobruslařské boty? Bílé! BÍLÉ zasloupf 1 a bruslařské BOTY zastoupí 3. Ve 12.00 GMT musí být v Bruselu 13.00 hod.

Kapské město: 14.00

Mniši nosí *kápě*, a ‚Kapské město‘ je možná místem, kde je nejvíce mnichů!

Představte si mnicha sedícího na železné posteli, jak STUDUJE - 1 - ŽELEZO - 4; jak ho udělat pohodlnějším... Tato představa vám poskytne dvě klíčové číslice; v Kapském městě je ve 12.00 GMT 14.00 hod.

Chicago: 06.00

Je-li to možné, vytvořte více než jen jedno spojení mezi vaší pa-matovatelnou scénou a městem nebo danou zemí. Chicago je známé jako 'větrné město', ale také jako jméno rockové skupiny. Představte si, že jdete po ulici Chicaga a kolem nohou vám vítr žene CD disky. Abyste se zahřáli, na chvíli zastavíte a kopete do disků na chodníku. Když KOPETE - O - do CD DISKŮ - 6, vzpomenete si na dvě důležité číslice. Když je v Londýně poledne, v Chicagu je 06.00.

Helsinky: 19.00

Když vám místo nepřipomene žádný obraz, je často možné naleznout 'háček'¹ v samotném slově. V tomto případě první slabiku změňte v 'hele' a druhou část slova v 'synku'!

Svou scénu soustřed'te na synka. Rada 'Hele UČ se - 1 -SYNKU -- 9' vám připomene, že ve 12.00 GMT je v Helsinkách 19.00.

Jeruzalém: 14.00

Další dvojice číslic: 1 a 4. Představte si, že klečíte před kostelem v Jeruzalémě ponořeni v modlitbu. Klečíte před STUDIJNÍM - 1 - STOLEM - 4. Ve 12.00 GMT je v Jeruzalémě 14.00.

Moskva: 15.00

Rusko je známé svými filozofy, ale také svými intelektuály bez práce. Představte si, že procházíte hlavním městem a nasloucháte, jak uklízeči silnic diskutují o filozofii, Všude, kam jdete, jsou INTELEKTUÁLOVÉ -1 - UKLÍZEČI - 5! V Moskvě je 15.00, když je v Londýně poledne.

New York: 07.00

Z vyhlídky na vrcholu sochy svobody vidíte, že okraj pochodně je dokonalým kruhem z kamenů. Ve chvíli, kdy se

díváte, kruh začne sjíždět, odpoutá se od zbytku sochy a zřítí se do moře. Jeho váha způsobí vystříknutí kruhu vody vysoko do vzduchu.

KRUH kamenů ve VODĚ ... KRUH VODY - obojí vám připomíná důležité číslice 0 a 7. Ve 12.00 GMT je v New Yorku 07.00.

Sydney: 22.00

Sydneyská budova opery a přístavní most patří mezi nejkrásnější a nejslavnější stavby na světě. Představte si, že žádáte pilota vašeho letadla, aby letěl co nejnižší, abyste si mohli udělat co nejlepší snímky. Vyhoví vám: PILOT - 2 - LETÍ - 2 - nízko nad přístavem, v Sydney je ve 12.00 GMT 22.00.

Tokio: 21.00

Vedle soustředění vašich příběhů na slavné budovy můžete udělat ústředním bodem také *lidi*.

O Japoncích je známo, že kladou velký důraz na to, aby jejich studenti uspěli u zkoušek. Představte si typickou tokijskou studentku. Jiný student snad otevře jednu učebnici, ale japonská dívka toho má tolik k učení, že drží v každé ruce *dvě* knihy. DVĚ - 2 - KNIHY -1 a dvě číslice: když Big Ben odbíjí poledne, v Tokiu je 21.00.

Pamatování si ‚světových časů‘ vám pomůže při obchodování po celém světě, při plánování telefonních hovorů do zámoří -a dokonce při zkouškách ze zeměpisu.

Jakmile si vybudujete velkou banku pamatovatelných scén, na vyvolání jedné z nich stačí vyhledat dva ústřední prvky - KRUH a VODY, například, nebo BÍLÉ BOTY -a máte informaci, kterou potřebujete. Představy se stanou číslicemi a přidáním ‚.00‘ vrátíte materiálu jeho původní tvar. Budete-li to potřeboval, můžete převzít pod svou kontrolu všechny časové zóny světa.

PAMĚŤ, NA KTEROU SE MŮŽETE SPOLEHNOUT

zedle pomoci s učením určitých čísel dokáže *System využití iozku* změnit Čísle v připomínky vybavení si i jiných níormací. Stejně tak, jak mohou jednotlivá slova zjednodu-it dlouhý text, posloupnost a vzorec poskytnutím série láčků', mohou Čísle také vybudovat základy paměti. Představte si, že se máte naučit následující seznam nákupu.

JABLKA, CHLÉB, MOUKA, SÝR, MLÉKO, PRACÍ ROZTOK,
VLOČKY, VÍNO, OKUREK, BRAMBORY

Alternativou propojení slov příběhem, nebo jejich umístění do místností ve vámi vymyšlené trase, je „přišpendleni“ každého slova k číslici. To je obzvláště užitečně, když potřebujete znát číslo každé položky - což vám umožní označit ji jako „pátou“ nebo „sedmou“, a dokázat tak naprostou kontrolu nad původním seznamem.

V této chvíli už máte zásobu obrazů a představ pro každé Číslo od 1 do 12, takže se můžete v několika vteřinách naučit jakýkoliv seznam až dvanácti položek jednoduše spojením každé položky s vhodnou představou.

Níže jsou doporučení pro zapamatování seznamu nákupu. Když si je pročtete, procvičujte vyhledávání jednotlivých položek, pamatujte si seznam odzadu a vyberte všechna lichými čísly očíslovaná slova...

Doporučení

Nejlépe je ve všech seznamech zacházet s jednotlivými položkami stejným způsobem. Můžete je všechny někam *umístít*; můžete s nimi se všemi *udělat* něco zvláštního nebo je například *dát* všechny pamatovatelným lidem. To zabrání

omylům a pokaždé vám to předloží vhodný počáteční bod. Raději než pro Číslo zvažovat všechny možnosti, můžete jít rovnou do sloupce PŘEDMĚTŮ, ČINNOSTÍ nebo POPISŮ. Proč se u tohoto seznamu nákupu nesoustředil na Činnosti! S každou položkou zacházejte pamatovatelným způsobem -vhodným jak pro daný předmět, ale co je ještě důležitější, pro dané číslo vašeho systému.

1: *Jablka*

Vyberte si dokonalé lesklé, červené JABLKO a vyškrábejte do jeho slupky hrotem pera vaše iniciály. Představte si, "jak by to vypadalo, zkuste to cítit - a dokonce jak by to znělo. Berete si například celý pytlík jablek a napíšete si na ně celé své jméno vyrytím jednoho písmene do každého z nich. Klíčovou činností je PSANÍ, které Jablka' spojí s číslicí 1.

Jako vždy, přidejte dostatek vymyšlených podrobností, abyste učinili obraz, specifickým. Musíte zdůraznit, že ovocem nejsou hrušky nebo broskve. Proč vaše pero nepoužít k vyrytí kříže na každé jablko, a pak ho nevyužil jako terče, do kterého se trefujete Šípem, podobně jako Vilém Telí!

2: *Chléb*

Třeba HÁZÍTE kousky CHLEBA (PTÁKŮM!). Je větrný den a musíte vynaložit všechnu svou sílu, abyste zbytky hodili metr daleko. Na poslední chvíli si všimnete, že ,chléb' se proměňuje v *peníze*, v jiný druh .chleba'...

3: *Mouka*

Ve čtverci 3 číselného systému je jednou z hlavních činností *chůze*. Představte si, že procházíte přes velkou plochu MOUKY, a zanecháváte pak za sebou *moučné stopy*...

4: *Sýr*

Představte si, že vaší prací je dělat plátky SÝRA ... tím, že na sýru *sedíte* a tlakem ho tvarujete! Na konci směny máte zad-

ici vašich kalhot pokrytou sýrem, a tak se rychle převlékáte, abyste vypadali lépe, až vás fotograf požádá o vyslovení slova sýr!

5: *Mléko*

Všude jste rozlili MLÉKO a musí to být ihned *očistěno*. Co „, tomu použijete? Zkoušíte vysavač, ale mléko vytéká z otvoru sáčku. Zkoušíte mléko zamést, ale to prosakuje mezi štětinami. Nakonec použijete hadr a kbelík - ale právě když

dokončíte umytí celé podlahy, přejde vám přes ni stádo krav...

6: *Prací roztok*

Foukáním do trisky láhve s PRACÍM ROZTOKEM si vyrábíte svůj vlastní hudební nástroj! Představte si tu chuť v ústech, když náhodně nasajete trochu mýdlového roztoku. Vylijte zbytek roztoku do dřezu, ve kterém myjete nádobí -a změňte pánve a poklice v bubny a cimbál a bouchejte do nich lžícemi...

7: *Vločky*

Představte si, jaký by to byl pocit *plavat* v obrovské míse s VLOČKAMI k snídani - bez mléka, pouze s vločkami, které hrozí, že vás zadusí. Značné si oddechnete, když se dostanete k plastikovému člunu - dárku z nebes, se kterým se rychle naučíte plachtit po vločkovém moři...

8: *Víno*

Používejte při *vaření* jednu láhev VÍNA za druhou. Vlijte červené víno do bramborové kaše, bílé víno do polévky a růžové do dušené mrkve. Jídlo bude hotové, když se nad velkou pánví začne vznášet *vinný* oblak...

9: *Okurek*

Zkuste odstranit váčky pod vašima očima přiložením plátků OKURKY. Když na to přijde, proč se *neobléknout* celí do slupek? Vykrojte slupky do tvarů moderních šatů a prohlédněte se v zrcadle, zda nevypadáte jako ‚zvadlý okurek‘!

10: *Brambory*

Proveďte britskému ministerskému předsedovi kanadský žert: zablokujte mu dveře hromadou BRAMBOR! Vezměte shnilý brambor a vtlačte ho do klíčové dírky. *Uvěznili* jste ho uvnitř - hlídající policista se však projeví jako nadšený ‚šrabač brambor‘ a všechny brambory oškrábe, hromadu tak zmenší. Ministerský předseda přikáže, aby všechny brambory byly spáleny - jde o ‚horký politický brambor..!‘

Užitečným posledním krokem je spojit všech deset příběhů s určitým místem. U výše uvedeného seznamu jim může být samoobsluha, kterou plánujete navštívit; hážete chléb ptákům sedícím na pokladnách, předvádíte hudební číslo s láhvemi od pracího roztoku v uličce mezi pulty a pomocí brambor uvězníte známého politika ve skladu.

Tento krok vám umožní vytvoření mnoha různých seznamů při použití stejných deseti nebo dvanácti čísel. Můžete mít jeden pro každý obchod, který potřebujete navštívit; každý seznam může být spojen s příslušným obchodem a každá Činnost může být propojena s nějakými specifickými prvky daného místa.

Můžete házet roličky PAPIROVÝCH TAPET na pokladny v papírnictví, mrštit DORTEM do pece v PEKAŘSTVÍ. Oba prvky jsou ‚číslíci 2‘ na svých seznamech, ale specifická spojení způsobí, že si oba zapamatujete.

„Co jsem házel na pokladny v papírnictví?“ *Papírové tapety*. „Co jsem házel do pece v pekárně?“ *Dort...*

Potřebujete-li si zapamatoval více než dvanáct položek jediného seznamu, nejnásadnější je, naučit se je jako *skupiny*. Udělejte z každé číslice ‚háček‘, počáteční bod série spojení a v každé takové ‚skupině‘ můžete mít u jednoho čísla řadu položek.

Níže uvádím další nákupní seznam - tentokrát obsahující patnáct položek, v němž demonstřuji techniky pro vytvoření očíslovaného seznamu, který bude tak dlouhý, jak to potřebujete, V tomto případě mohou být ke každé Číslici od jedné do pěti snadno připojeny tři položky.

Přečtěte si doporučení, a pak následujte instrukce k tomu, jak si vybavit jednotlivé položky na seznamu.

- | | | |
|------------|---------------|-------------|
| 1. KŘUPKY, | 2. POMERANČE, | 3. BANÁNY, |
| 4. MÁSLA, | 5. ALOBAL, | 6. RAJČATA. |
| 7. CUKR. | 8. ČESNEK, | 9. DŽEM, |
| 10. SALÁT, | 11. MÝDLO, | 12. ŠUNKA, |
| 13. SŮL, | 14. ČOKOLÁDA, | 15. ČAJ |

Doporučení

Skupina 1: Křupky, pomeranče, banány:

Lépe, než se soustředit na Činnosti tak, jak jsem to udělal výše, je vzít nejprve sloupec PŘEDMĚTY. Začněte každý příběh o třech částech s vhodnou *věcí*.

Čtete KNIHU - 1 - s titulem ‚Historie KŘUPEK‘! Na každou stranu byly připevněny křupky s jinou příchutí. Představte si ten křupavý zvuk, když knihu zavřete. Kousky křupek vypadávají na jasně POMERANČOVÝ koberec a mění jeho barvu na žlutohnědou.

Abyste tomu zabránili, pokapete ho celý *pomerančovou* šťávou - a dokonce na něj položíte oloupanou kůru. Pravá zkouška nastane, když se pokusíte po něm projít. Jdete opatrně, nechcete porušit položenou kůru - ale právě

když už jste téměř na druhé straně, uklouznete a spadnete na záda. Jste celí pokrytí kousky křupek a pomerančové kůry.

Musí zde být důvod vašeho pádu - opravdu, když koberec nadzvednete, zjistíte, že jeho spodní strana je z BANÁNOVÝCH slupek! Můžete toho využít, a tak si dáváte jednu slupku na každé chodidlo ~ máte z nich výborné ‚papuče‘...

Rozhodnete se o svém vynálezu napsat knihu.

Na začátku, a pak zase na konci, je Ústředním bodem KNIHA - 1. Kniha byla plná KŘUPEK, koberec pokrývaly POMERANČE a spodní strana byla vyrobena z BANÁNŮ. Vaše ‚papuče‘ jsou předmětem vaší KNIHY. Tři položky jsou po řadě spojeny s číslicí 1.

Skupina 2: Máslo, alobal, rajčata:

Příběh může začít LETADLEM - velkým jumbem, které se připravuje ke vzletu. Pozorné sledujete, co je k tomu zapotřebí udělat.

Nejdříve se musí promazat kola a rozjezdová dráha. Skupina techniků všude roztírá MÁSLA.

Máslo však na slunci rychle vysychá - je zapotřebí ho něčím překrýt - a tak vytahují dlouhé pruhy ALOBALU a kladou je na dráhu a kolem kol. Jeden marnivý technik si kontroluje svůj účes prohlížením povrchu fólie.

Ke své hrůze zjišťuje, že má vlasy pokryty RAJČATY! Podívá se nahoru a zjistí, že rajčata vypadávají z otevřeného poklopu nákladového prostoru letadla. Zakrývá si hlavu rukama, aby se ochránil a křičí na svého nadřízeného: „Torné, ...!“

V tomto příkladu zůstává LETADLO - 2 - středem celé scény. Bylo pokryto MÁSLEM, zabaleno do ALOBALU. a pak z něho padala RAJČATA. V paměti se uložila druhá skupina tří položek.

Skupina 3: Cukr, česnek, džem:

Podívejte se dolů na svou BOTU, která může být předmětem skupiny 3. Z otvorů pro tkaničky a z praskliny v podrážce se sype ven bílý prášek. Zkuste trochu nabrat prstem; je to CUKR. Z boty se řine stále více cukru a za chvíli máte problém pokračovat v chůzi. Musíte si pomáhat holí z, „cukrové třtiny“!

Cukr láká ptáky a zvířata - nejvíce se obávají množství netopýrů. Jde o upíry a raději si dávají kolem krku náhrdelník ze stroužků ČESNEKU.

Když jdete dál, česnek má dvojí vliv. Upíři se drží stranou, ale stejně tak všichni ostatní lidé! Všichni se snaží uniknout pachu, cpou se do dveří a ven na úzkou silnici, a přitom vám udělají z uloženého ovoce DŽEM. To vás přivede k nápadu. Posbíváte rozšlapané ovoce a cukr z vaší boty a uděláte si na zimu velkou zásobu džemu.

1 Skupina 4: Salát, mýdlo, šunka:

STŮL - 4 - ve vaší hale je obvykle plný dopisů, ale dnes je pokrytý listy *salátu*. Začínají plesnivět a je cítit nepříjemný zápach.

Rozhodnete se všechny listy umýt pomocí velké kostky MÝDLA. Trvá vám to celé hodiny; při práci značně vyhládnete a co chvíli chodíte do ledničky na kousky ŠUNKY. Na cestě tam a zpět si uděláte modřinu o roh dřevěného stolu, který vám stojí v cestě...

Skupina 5: Sůl, čokoláda, čaj:

U této poslední skupiny začněte s představou HÁKU - 5. Jako trest za hrozný zločin jste dostali za úkol přesypat obrovskou hromadu SOLI - za pomoci pouze malého háku! Na jeho hraně dokážete přenést pouze dvě nebo tři zrnka soli najednou a celý úkol vám bude trvat roky.

Jen kdyby byl hák větší, práce by byla o tolik snazší. V kapse máte tabulku ČOKOLÁDY, a tak ji rozpustíte na

slunci a zpracujete do tvaru lopatky. Když čokoláda ztuhne, začnete ji používat. Místo pouhých dvou zrněk teď dokážete nabrat plnou *čokoládu soli*!

Práce je brzy skončena a za odměnu dostanete tradiční šálek ČAJE. Vás' trest je u konce a můžete se vrátit k normálnímu životu. Seberete si pár sáčků čaje do kapsy a jdete hrát golf,

Když odpálíte míček, vzpomenete si na všechno špatné; písek byl nahrazen jemnou *soli*, do které míček zapadne -díky vašemu špatnému *hákovitému* odpálení!

Vedle vybavení si každé skupiny třech položek - čtvrté skupiny, druhé skupiny a tak dále - je možné vyhledat každou jednotlivou položku na seznamu. Ať už chcete najít kterékoliv číslo položky, jednoduše ho vydělte 3. Jestliže dělíte správně, pak si připomenete skupinu se stejným původním číslem, jako má vaše odpověď; položka, kterou hledáte, je *poslední* ze tří.

Pro nalezení položky devět, například, dělte 9 číslicí 3, výsledkem je přesně 3. Devátou položkou musí být poslední ve (skupině' tři - DŽEM.

Nelze-li číslo dělit beze zbytku, získáte dvě čísla - celé číslo a ‚zbytek‘. Například, Číslo 13 se dá dělit 3 *čtyřikrát* a zbytek je 1; 8 může být dělena 3 dvakrát se zbytkem 2.

Abyste našli položku, vybavte si *další* skupinu tří. Je-li zbytkem 1, položka, kterou hledáte, je první ze tří a zbytek 2 ukazuje na druhou položku. Třináctá položka, například, je v páté skupině, a protože zbytek je 1, musí být *první* ze tří položek - SŮL. Osmá položka je ve třetí skupině; zbytek je 2, takže vaším cílem je *druhá* položka ze tří: ČESNEK.

Jak se Často stává, zní to daleko složitěji, než to ve skutečnosti je. Několikaminutová praxe vám pomůže najít položku na seznamu v několika vteřinách. Používáte-li skupiny čtyř položek, musíte *dělit* čtyřmi, nikoliv třemi; skupiny s deseti položkami se *dělí* deseti. Čím delší je seznam, tím

užitečnější je tato .vyhledávací' technika, a pokud jsou spojení silná a dodržujete všechna pravidla *Systému využití mozku*, můžete si takovým způsobem zapamatovat tolik položek, kolik potřebujete.

Vyzkoušejte se

Nejlepší způsob, jak se techniku naučit, je ji používat.

Níže uvádím dalších patnáct položek, tentokrát vypsanych 7. inventáře pronajatého domu. Vytvořte obrazy a připomínky, spojte je s číslicemi - tak jako předtím, tři pro každé číslo od jedné do pěti - a pak své znalosti porovnejte s původním seznamem.

Když jste se je všechny naučili, jsou vám položky k dispozici. Můžete si je pročítat v pořadí nebo můžete provést rychlý výpočet pro nalezení kterékoliv očíslované položky. Dokonale jste se naučili informací a *Čísla* vám pomohla získat nad vším kontrolu.

- | | | |
|-----------------|---------------|--------------|
| 1. LEDNIČKA, | 2. TELEVIZOR, | 3. TOPIDLO, |
| 4. KNIHOVNIČKA, | 5. KOBEREC, | 6. OPÉKAČ, |
| 7. POSTEL, | 8. SKŘÍŇ, | 9. KONVICE, |
| 10. TELEFON, | 11. DEKA, | 12. ROZHLAS, |
| 13. KOŠ, | 14. ROZEN, | 15. VYSAVAČ |

Místo toho, aby byla *Čísla* těžká a matoucí, jsou *užitečná*. Mohou vám pomoci zapamatovat si jiné informace, zvláště tehdy, když je potřebujete znát položku po položce a můžete si je přetvořit v ,háčky' pro paměť.

Místo toho, aby byla oddělena od každodenního života, jsou čísla všude: v telefonních předvolbách, v datech, v časech... *Čísla* jsou neocenitelnou součástí organizovaného životního stylu a schopnost se je naučit je velmi užitečná.

Místo toho, aby bylo nemožné si je zapamatovat, jsou *Čísla* ve skutečnosti pro *Systém využití mozku* dokonale vhodná.

Naučením se, jak je oživit, přetvořit a propojit, změnit je ve scény a příběhy, si můžete zapamatovat kterékoliv číslo, které je pro vás užitečné.

Věnujte trochu času přípravě základního číselného systému, procvičte si techniky a aplikace a už nikdy nebudete mít z čísel obavy.

ČÁST ČTVRTÁ

**SCHOPNOSTI MOZKU
PRO ŽIVOT**

Vlastnictví dobré paměti znamená mít schopnost pamatovat si vše, co můžete potřebovat.

Nejdůležitější je správný přístup; *Systém využití mozku* vám nabízí řadu technik a záleží jen na vás, abyste si vybrali tu nejlepší pro určitý druh informace.

První část tohoto průvodce vysvětluje základní zákonitosti paměti, ukazuje nutnost práce s vaším myšlením a potřebu převzetí kontroly nad materiálem, který se máte naučit. Tato část také popisuje způsoby jak změnil abstraktní myšlenky v pamatovalelné obrazy, jak je spojit k sobě v příběhy a jak si vytvořit své vlastní stále znovu použitelné ‚cesly‘ paměti.

Druhá část knihy se soustřeďuje na slova. Předvádí způsoby, jak zacházet s písmeny a zvuky, jak je oživit a spojit ve dvojice, do skupin a seznamů. Je ukázáno, že slova sama jsou užitečnými nástroji, které umožňují zjednodušení delších textů a použití klíčových slov jako ‚háčeků‘ paměti.

Totéž platí o číslech. Třetí Část ukazuje způsoby, jak si je zapamatovat jednotlivě i v seznamech, ale předvádí také jak můžete využít jejich potenciál a udělat si z nich *základy* paměti. Stejně tak, jak vám klíčová slova mohou pomoci při zapamatování si pojednání, můžete klíčová slova použít pro pamatování si dlouhých seznamů položek - předmětů, faktů a nápadů.

Cílem Čtvrté části je zdůraznit důležitost kombinace všech nástrojů, které máte ke své dispozici. Naučením se, jak k informacím přistupovat, rozhodnutím, jak si je vybavíte, a nalezením nejefektivnějších způsobů, jak se jim naučil,

získáte sebedůvěru ve své schopnosti zapamatovat si *cokoliv*. Můžete se naučit pojednání, která obsahují čísla a jména; projevy s Číselnými údaji o prodeji a se zařazenými vtipy; role, kódy, básně, recepty. Můžete kombinovat systémy určené pro čísla se systémy pro slova, smísit věty se seznamy, příběhy s cestami, slova s obrazy.

Čtvrtá část vysvětluje nová praktická použití *Systému využití mozku*, ukazuje specifické techniky a poskytuje doporučení, ale zároveň zdůrazňuje nejdůležitější schopnost ze všeho: schopnost používat vaši paměť k uspokojení vašich vlastních osobních potřeb. Průvodce vám pomáhá uvědomit si každou příležitost ve vašem životě jak paměť využít a jak vytvořit, kombinovat a *použít* nejúspěšnější techniky.

Tyto techniky jsou velmi často nejužitečnější tehdy, když se stanou stupínkem ke znalostem. V každodenním životě jsou vám informace velmi často podávány náhodně - nikoliv v přesném, seřazeném seznamu nebo tabulce, jde spíše o směs prvků: obrazů, slov, čísel. V obrovském množství materiálu jsou klíčové části, které potřebujete znát a *Systém využití mozku* vám může poskytnout důležité háčky, kterých se můžete zachytit - a také *Čas*, který potřebujete k trvalému osvojení materiálu.

Když jsou informace náhodné - tady jméno a tam zase telefonní číslo, dohodnutý čas nebo žert - je důležité být na to připraven. Vyzkoušená sada technik vám umožní využít celého potenciálu paměti a maximálně vám pomůže s daným materiálem.

CO JE VE JMÉNU ?

Pravděpodobně nejlepším příkladem takového druhu informací - a použití *Systému využití mozku* - je celá oblast jmen.

Představte si situaci; jste na večírku nebo na schůzi s mnoha jinými a hostitel vás představuje skupině lidí. „Toto je Ondra ... tady je pan Chalupa, je vedoucím katedry fyziky... tamhle stojí Marek, kytarista ... toto je Konrád, pracuje v televizi ...

a znáte Barboru Novákovou ...?"

V několika vteřinách jste dostali řadu různorodých informací: jména, zaměstnání, obličej. Potřásáte si rukama, představujete se a máte chuť hodit všechny ty informace za hlavu.

Jen buďte upřímní: kolikrát je vám sděleno něčí jméno a vy ho v pěti vteřinách zapomenete?

Je pravda, že se od vás *neočekává*, že si vše zapamatujete. Hostitel představování uspěchal, zkrátil informace a myšlenky - a sami představovaní usoudí, že jste jejich jména určitě zapomněli.

Na druhé straně, jak by bylo užitečné si všechny klíčové body zapamatovat. Mohli byste k lidem přijít bez obav z toho, že si nemůžete vybavit kdo vlastně jsou a bylo by snadné kontaktovat je znovu, když byste to potřebovali.

Co by bylo snad ze všeho nejlepší, vystříhali byste se těch nepříjemných chvil, kdy s někým mluvíte a náhle se dostanete do situace, že je máte představit někomu dalšímu - právě ve chvíli, kdy si uvědomíte, že si nemůžete vybavit jejich jméno...

Lidé snad neočekávají, že si je zapamatujete, ale jsou rádi, když se tak stane. Dobrá paměť na jména a obličej je užitečná společenská dovednost, ale také důležitá podnikatelská schopnost.

Tak jako u mnohých jiných paměťových technik je třeba naučit se začít tím, že se snažíte si vše udělat snazším. Než uvedu do hry některé specifické kroky, zmíním se o některých praktických tipech, které paměti pomohou.

1: *Poslouchejte jméno*

Když něčí jméno zapomenete v pěti vteřinách, je tomu tak většinou proto, že jste ho ani neslyšeli. Slyšet je dovednost,

kteřá se dostavuje s praxí. Když jméno slyšíte, tiše si ho pro sebe opakujte a *zaposlouchejte* se do toho, co si budete muset později zapamatovat.

2: Zpomalte představování

Tak, jak je ukázáno na výše uvedeném příkladu z večírku, představování bývá neuspořádané a rychlé. Doba, kdy byla jména oznamována, když hosté vcházeli do místnosti nebo sluha přinesl každému jmenovku, je dávno pryč. Dnes jsou na vás jména chrlena rychlostí střelby z kulometu: „Jane, to je Klára, Dušan, Jana, Roman, Petr...”

Důležité je vše zpomalit. Jsou-li jména vyslovována příliš rychle, jednoduše požádejte hostitele, aby chvíličku posečkal. Nebojte se, že se to někoho dotkne, naopak, dokazuje to váš zájem a ukazuje to, že skutečně chcete vědět, kdo tito lidé jsou.

3: Zajímejte se o jména

Slyšíte-li neobvyklé jméno, zeptejte se na něho - odkud pochází, jak se píše. Dá vám to jednak dostatek času, abyste se na jméno mohli soustředit, jednak tak získáte materiál navíc pro pozdější fázi paměťového procesu.

Když vám například dívka jménem Leticie sdělí, že její jméno znamená „šlěstí“ nebo příjmení Sczcepanek původně pochází z Polska, ihned získáte zásobu obrazů, na kterých můžete později stavět. Tak jako u všech forem informací, paměť začne pracovat ve chvíli, kdy dochází k oživení prázdných, abstraktních slov.

4: Opakujte jméno

Daleko pravděpodobněji si jméno zapamatujete, když jste ho použili. Při každém „prvním“ rozhovoru se snažte použít jméno osoby, se kterou hovoříte - zvláště při loučení. Vedle toho, že na *daného Člověka* uděláte dojem, protože ukážete,

že vás natolik zaujal, že jste si zapamatovali jak se jmenuje, zdůrazní to jméno také pro vás a pozdější vybavení bude daleko snazší.

Většinu nových jmen uslyšíte v situacích, kdy na dlouhé uvažování není čas. Jste někomu představeni, hned si potřesete rukou a začnete rozmlouvat. Důležité je využít alespoň dvou vteřin, ve kterých si potřásáte rukama, a vytvořit si ‚háček‘ který zůstane ve vaší paměti až do chvíle, kdy *budete mít* dostatek Času k pamatování.

Později můžete využít krátkodobé háčky k zapamatování si nových jmen a rozhodnout se, která jména si chcete do paměti uložit. V některých případech budou původní ‚háčky‘ všim, co potřebujete, umožní vám zapamatovat si krátkodobě jména, která vědomě zapomenete, jakmile večírek nebo schůze skončí. V jiných případech si však budete přát, abyste si jména zapamatovali déle. Použitím háčků, na kterých můžete stavět, si vytvoříte dlouhodobé obrazy a spojení a zabudujete si jména a obličeje do svého vlastního paměťového souboru.

K vytvoření ‚háčků‘ použijte vše, co se dá - asociace, které vás napadnou, nahodilé obrazy. Jako vždy, klíčem jsou obrazy. Cílem je vytvoření spojení mezi osobou a jejím jménem a čím vizuálnější je toto spojení, tím lépe.

Nejefektivnější metodou je vybudovat si spojení postupné. Poprvé, když jméno slyšíte, jediným, na čem můžete stavět, je dvojice slov a majitelův vzhled. Nejsnadnějším způsobem pro začátek je si představit, že o ně vůbec nejde!

Když slyšíte křestní jméno, ihned si představte někoho jiného, kdo se *tak* jmenuje. Totéž se dá někdy udělat s příjmením, pokud jste ho už někdy slyšeli; ale pro křestní jména byste měli mít vždy ‚zastupující‘ osobu. Může to být váš kamarád, někdo všeobecně dobře známý, vymyšlená postava - dokonce i člen vaší vlastní rodiny.

Na vteřinu nebo dvě si představte, že hovoříte s touto ‚zastupující‘ osobou a představte si, proč by v daném místě

mohla právě být, proč je v tomto rohu místnosti, proč má na sobě právě tylo Šaty...

Když se díváte na skutečnou osobu před vámi, všimněte si podobností a rozdílů mezi ní a jejím jmenovcemzjmenovkyní. Setkáváte-li se s Nikolou, vzpomeňte si na Nikolu Šuhaje Loupežníka - a proto na něm hledejte, v čem by mu mohl být podobný. Zeptejte se sami sebe, zda by lato košile byla vhodná do lesa. Vydržely by tyto boty dost dlouho v obtížném lerénu?

Někdy může naleznout výraznou podobu; pro nového známého se jménem David můžete mít zastupující postavu *biblického* Davida s jeho prakem a kameny. Vypadá něco na tomlo novém Davidovi jako nějaká zbraň? Snad by se jeho řetízek, kléry má na krku, dal použil třeba k vymrštění oblázků a z drátu jeho brýlí by se dal zhotovit prak!

Selkali jsle se s paní, které všichni říkají Mařenka *Kovářová*, ihned si vzpomenete na Honzíka s Mařenkou a perníkovou chaloupku. A skutečně, její halenka má barvu perníku a sukně je slejně hnědá jako rozpuštěná čokoláda. Paní je také baculatější, to asi jak byla ve svém perníkovém vězení dobře krmena!

Jak se dozvídáte více o skulečné osobě, můžete ke své představě přidávat podrobnosti, David, jak se ukáže, je lékař - hodí se to, když srazí lidí k zemi svými oblázky! Mařenka je vedoucí v obchodě s potravinami. Představle si všečen len nakradený perník na pullu obchodu, ve klérem ho nabízí...

Čím více informací získáale, lim podrobnější a přesnější se sláva váš obraz. Základem je vždy jméno; podrobnosti navíc obraz jen zdůrazňují, ale použijíc je laké jako háček, na kléry obraz pověsíte.

Výborné na této technice je, že když vám to čas dovolí, můžete představu posilovat. Při rozhovoru si vytvoříte první spojení; později, jde-li o jméno, které si chcete zapamatoval, můžele dodal podrobnosli a nová spojení, která vám umožní si jméno zapamatovat navždy.

Stejné techniky můžete použít i u příjmení, pokud to jde. Mále-li šlěslí, samolné příjmení vám nabídne výrazné obrazy a představy.

Pokud se paměti týče, existuje Šest hlavních ‚lypů‘ příjmení.

1. Slavná příjmení

Selkále-li se s Janem Gotlwaldem nebo Marií Růžičkovou, Lumírem Matuškou nebo Zuzanou Bohdalovou, určitě se vám vybaví jasný ‚zastupující‘ obraz. Mále-li pouze příjmení

- pan Ruml, paní Navrátilová - pak je technika stejná jako u křestních jmen. Vstupte do svého skladiště nápadů, které je obsaženo ve jméně a vybudujte si spojení mezi skutečnou osobou a jejím zastoupením.

Představte si pana Rumla jak tasí svou služební pistoli. Kde ji má? V tom kufříku? Hodí se tyto boty na schůzi vlády...

Ta brož, klerou má na sobě paní Navrátilová, vypadá tak trochu jako tenisová rakela, Iřeba začne každou chvíli oslatní zvat ke hře...

Jestliže se však stane, že máte obě jména, pak je zapotřebí zkombinovat dvě sady představ. Snadnou metodou je nalez-noul ‚zastupující‘ osobu pro křestní jméno, která pak vykonává Činnost nabízenou příjmením shodným se slavným člověkem. Čím bizarnější je tato kombinace, tím lépe!

Dole uvádím pěl příkladů ‚hostů večírku‘ s doporučením možných zástupců a kombinací.

EMIL SVĚRÁK ELIŠKA DONALDOVA

JAN HAVEL

DANA BÍLÁ VILÉM HOLÍK

Emil Svěrák

Křestní jméno vám může připomenout afrického cestovatele

Emila *Holuba*. Jako vždy, všimnete si spojení v podobě těchto osob nebo s představou, kterou o této postavě máte. Skutečná osoba má knír, tmavší jakoby opálenou pleť nebo má oblečené sportovní sako stylu safari. Nejlepší spojení zahrnují prvky obličejových znaků a oblečení; to, jak tento člověk vypadá dnes, vám pomůže vytvořit prvotní háčky, které budete moci později posílit dalšími spojeními s jeho trvalejším vzhledem.

Známé příjmení Svěrák nabízí zřejmé činnosti: psaní a herectví. Zatímco pokračujete v hovoru, představte si, že by tento člověk začal náhle hovořit o výzkumech spojených s Járrou dá Cimrmanem! Mohl by třeba začít předvádět scény z africké vesnice, svléknout se do trenýrek a začít poskakovat kolem ohně...

Spojený obraz, jako je tento, vám připomene obě Části jména. Chcete-li si zapamatovat Emila Svěráka na dlouhou dobu, bude stát za to přidat další podrobnosti vycházející z dalších skutečných informací o tomto člověku: jeho práci, jeho zájmech... Důležitost prvotních 'háčků' je v tom, že vám dovolí použít jméno z paměti, a přitom získáte čas, který potřebujete k jeho trvalejšímu zapamatování.

Eliška Donaldova

Vhodným zastoupením pro Elišku může být anglická *královna Elizabeth*. Opět použijte co možná nejvíce emocionálních reakcí. Určitě si vzpomenete, když jste se kvůli něčemu na večírcích zastydělí nebo naopak byli na něco pyšní při setkání větší společnosti. Je proto užitečné *využít* emocionálních reakcí, když si chcete zapamatovat jména.

Jak byste se cítili, kdybyste byli představeni královně? Podle čeho byste poznali, že tato osoba je skutečně královna? Tyto zlaté náušnice jsou možná ze staré koruny. Tato paní je ve skutečnosti zubařkou, představte si tedy jak její pacienti sedí na sklopném *trůnu* a odmítají cokoli jiného než *zlaté* plomby!

Dané příjmení, Donaldova, je slavné díky známým restauracím s hamburgery. Abyste ho spojili s křestním jménem a jeho obrazem, proč si nepředstavit reakci královny, když jí nabízejí na oficiální hostině hamburgery. Ve své zlaté ordinaci může kritizovat pacienty za to, že jedí příliš bramborových hranolků a pijí příliš mnoho Coca Coly. Co nejdříve techniku použijte. Křestní jméno užívejte v rozhovoru, pokud možno několikrát, a pak, když paní odejde, opakujte si celé jméno tiše několikrát pro sebe. Představivost a vizuální připomínky jsou důležitým krůčkem k instinktivní znalosti jména, ale jsou také vhodným prostředkem připomenutí si jména ve chvíli, kdy si náhle nemůžete vzpomenout.

Jan Havel

Jana může zastupovat Jan Žižka. Porovnejte jeho slavný zjev se vzhledem *tohoto* Jana, opět hledejte podobnosti a rozdíly. Třeba slouží v armádě - bezpochyby je velitelem! Ve svém volnu snad rád jezdí na koni. Černou pásku přes oko zaměnil pro tuto příležitost za tmavé brýle...

Příjmení Havel nabízí také knír a vítězné gesto V prsty ruky. Představte si Jana Žižku, jak vede své vojsko směrem ke hradu, otírá si knír a Čekajícím fotografům ukazuje vítězné gesto. Spojte co možná nejvíce prvků ze tří zdrojů: ze .zastupující' představy křestního jména, nabízejících se Činností příjmení a z podrobností rysů *skutečného* Jana Havla -jeho vzhledu, ale také jeho zaměstnání a vlastností. Procvičte si několikrát vybavování jeho jména z představ, které jste si vytvořili a je možné, že ho už nikdy nezapomenete^

Dana Bílá

-Zástupcem' Dany může být vaše dobrá kamarádka nebo příbuzná, která má stejné jméno. Potěšilo by vás vidět ji na tomto večírku? Jaké jsou podobnosti a rozdíly mezi *touto* Danou a tamtou Danou? Dana, kterou jste už znali, může

být malířkou. Podívejte se na šaty *této* Dany a představte si, že na nich všude vidíte skvrny mokré barvy. Třeba to mateřské znaménko je ve skutečnosti také jen tečka černé barvy...

Lucie Bílá se stala známou českou zpěvačkou. Jakou píseň by mohla zazpívat *tato* paní Bílá? Snad by to byla směs skladeb Lucie Bílé a ke každé části by předvedla jeden ze svých obrazů.

Když přidáváte více a více prvků a spojení, může dojít k tomu, že se představy stále více zaplňují a proplétají. Každá taková část však hraje svou vlastní roli; používáním připomínek, využitím technik a vyslovením jména si utvrdíte pro sebe klíčové prvky obrazu a změníte je v mocný nástroj.

Vilém Holík

Toto jméno nabízí dvě sportovní spojení, 'Vilém' se může stát slavným lučištníkem Vilémem *Tellem*; a 'Holík' se změní ve známého hokejistu *Jaroslava* Holíka. Když zjistíte, že Vilém Holík má keramickou dílnu, máte všechny prvky, které potřebujete, abyste si mohli vytvořit pamatovatelný obraz.

Spojte si ho s Vilémem *Tellem* představou, jak na večírku stále s sebou nosí luk a hledá jablko, do kterého by se mohl trefit. Jak by se na to tvářili ostatní hosté? Je na něm něco, co by vám připomínalo, že může jít o slavného lučištníka? Snad jeho boty by byly dobré do lesa, ve kterém se Vilém *Telí* skrýval, ale ten klobouk vypadá zcela jinak!

Při procházení se mezi hosty začne náhle Vilém *Telí* do všeho bouchat obrácenou holí jako hokejkou. Zvláště ho baví prohánět holí po koberci drobné předměty.

Jeho činnost zanechává všude kolem spousty úlomků porcelánu a skla, ale nic se neděje, vše po večírku rychle opraví ve své keramické dílně. Z hlíny také vyrobí modely obou postav...

Na večírku si můžete vytvořit jen ty nejzákladnější spojení - představit si tuto osobu s lukem - ale i to může stačit.

abyste si tak vytvořili potřebný paměťový háček, který potřebujete. Více podrobností můžete doplnit později, ale půjde to pouze tehdy, když jste podnikli ten důležitý první krok a změnili abstraktní jméno v pamatovatelný, pohyblivý obraz.

Představte si sami sebe na stejném večírku nebo schůzi o rok později, kde se setkáte se třemi stejnými lidmi.

První z nich má knír a je opět jakoby opálený. Vzpomenete si na Afriku a vybavíte si, že se jmenuje Emil, zaznamenáte, že se vám vrací širší představa.

Tancuje polonahý kolem ohně a přednáší pojednání o Járovi dá Cimrmanovi! Jmenuje se *Emil Svěrák*. Několik vteřin, které jste využili loni na večírku vytvářením spojení - a několik minut, které jste investovali do procvičování této techniky později téhož večera - se vyplatilo.

Vedle něho stojí paní, kterou poznáváte. Vzpomínáte si, jak jste porovnávali její obličej s... obrázkem na anglické známce. Tato paní se jmenuje Eliška, stejně jako britská královna.

Opět se vám v hlavě vybavuje obsáhlejší obraz. Zlaté plomby ... trůn jako zubařské křeslo. Jejím zaměstnání musí být zubařka - ale proč na vašem obraze drží v ruce hamburger? Samozřejmě - je to *Eliška Donaldova*.

Třetí povědomá osoba, se kterou se potkáváte, vám tak trochu připomíná seslřenici Danu. Vzpomínáte si, že tato Dana ve vašich představách zpívala směsici moderní hudby, musí to být *Dana Bílá*.

2. Povědomá jména

Mnohá příjmení, která slyšíte, jsou podobná nebo stejná jako ta od vašich přátel, kolegů a příbuzných. Ta mohou být použita stejným způsobem jako slavná jména, pokud takto vytvořené obrazy jsou dostatečně výrazné a jasné.

Když stojíte před podvědomým jménem, zvolte si téma, které bude představovat, může být založeno na zaměstnání nebo zájmové činnosti osoby, kterou už znáte. Když jste

představení například paní Boháčové, okamžitě vás může napadnout známá se stejným příjmením a rozhodnete se soustředit na její koníček. Je talentovaná kytaristka, takže hra na kytaru se stane tím ‚tématem‘, které zabudujete do obrazu ve vašich představách o nové známé.

U povědomých jmen je trikem využít už existujících asociací. Když znáte někoho jiného se stejným jménem, zdůrazněte nejneobvyklejší a nejpamátovatelnější aspekt jeho nebo její osoby.

Jste představení paní Válkové a hned vás napadne kole-gyně stejného příjmení. Vaše kolegyně pracuje v kanceláři a zajímá se o sport, avšak ani jedno z toho nestačí na vytvoření památovatelného obrazu.

Ale paní Válková, kterou jste už znali, má chatu z upraveného větrného mlýna a jezdí autem třídy veterán, nebo se směje způsobem jako nikdo jiný! *Toto* jsou typy představ, které vám umožní vytvoření výrazných a památovatelných scén.

3. Zaměstnání a tituly

Zapamatoval si jména muselo být v určité době historie velmi jednoduché. Muž, který ve vaší vesnici pekl chléb a jehož rodina to dělala už po několik generací, se jmenoval Pekař. Jiný muž, který mu dodával hlavní surovinu, se jmenoval Mlynář a rodina pracující se dřevem nesla příjmení Tesař. Mezi zaměstnáním a jménem bylo zcela zřejmé spojení a vzhled osoby, nástroje a pracoviště vám poskytovaly všechny náležitosti, které jste k určení jména potřebovali.

Doba se změnila a kolem nás je stále spousta lidí, kteří mají ve jméně zaměstnání - Řezníček, Kuchař, Zvonař -nebo titul: ‚Dvorský‘, ‚Biskup‘¹, ‚Král‘. Pravděpodobně už nenosí příslušné oblečení, ani očekávané symboly svého postavení - dokud jim to neumožníte ve své představivosti.

Níže uvádím příklady, jak spojit tři lidi s významem jejich jmen.

Pekař

V několika prvních vteřinách poté, co jste uslyšeli toto jméno, si představte, jaké byste měli pocity, kdyby vám váš nový známý podal čerstvě upečený pecen chleba! Takový chvilkový nápad může stačit k tomu, abyste si jméno vybavili později, až se ho rozhodnete řádně naučit.

Když máte více času, hledejte důkazy pečení chleba ve vzhledu daného člověka - moučně bílé vlasy ... jeho drátěné obroučky brýlí, které by se daly použít ke krájení těsta...

Vybudujte spojení s křestním jménem osoby. Jmenuje-li se Miloš, můžete si zvolit za jeho zástupce Miloše Zemana a vytvořit si obraz politika a parlamentu. Vlasy Miloše Pekaře jsou vhodné prošedivělé ... má tmavé, hnědé oči ... a je rozložitější postavy.

A teď můžete zkombinovat tento obraz s uvedeným pekařským námětem.

Rozložitá postava může být výsledkem pojídání množství pečiva a kvasnic! Představte si, že Miloš Zeman se snaží získat podporu v parlamentu tím, že poslancům rozdává čerstvě napečené housky...

Všechny představy spojte dohromady; čím více 'háčeků' si vytvoříte, tím lépe, a jestliže se budou všechny proplétat, budou velmi silné. Později, když budete jméno potřebovat pro budoucnost, můžete být přesnější, můžete představy procvičovat a posilňovat. Pro tuto chvíli, dobu trvání schůze, budou však tyto představy dostačující.

Biskup

Jakmile je vám představena paní Biskupova, představte si biskupskou čepici padající se stropu a přistávající na její hlavě. Podívejte se na její účes: seděla by jí mitra nebo by spadla na zem? Prohlédněte si její obličej a naslouchejte jejímu hlasu, zeptejte se sami sebe, zda odpovídá svému jménu? Možná, že má křivé zuby, které vám připomenou

biskupskou *hůl*. Je-li malá, je to možná prolo, že klečí... Začnete jednoduchým spojením, a pak, až to čas dovolí, přidávejte více a více podrobností.

Bednář

Stojí za to připomenout si některá obvyklá ‚profesní‘ jména. Například, *voskovce* vyrábí svíčky, *kovář* kove podkovy a *bednář* vyrábí sudy.

Představte si pana Bednáře, jak k vám mluví zevnitř svého sudu, nebo jak mu z jeho brýlí visí kousky zakřiveného dřeva, třeba má dlouhý zakřivený nos a zlomený zub... Možná, že sám má soudkovitou postavu nebo nosí náramek, který vám připomene kovové obruče sudu. Zkombinujte některé prvky jeho vzhledu s představami spojenými s výrobou sudů, a pak smíchejte obrazy, aby vám to pomohlo zapamatovat si tohoto člověka pro dobu, kdy ho zase potkáte.

4. Místní jména

Tento druh zahrnuje další velké procento jmen - spojených s vesnicemi, městy a zeměmi. Stejně jako u profesních jmen nás dnes dříve matou, než aby nám připomínaly své nositele -pokud opět nevyužijeme svou představivost a nevytvoříme nová spojení.

Jako vždy, klíčový krok znamená nalezení obrazu, který nahradí abstraktní myšlenku. Mnohá místní jména vám nabízejí silné asociace a napadnou vás určité oblasti, budovy, nebo dokonce vlastnosti.

Jiná místní jména je zapotřebí učinit určitějšími. Pokud jste v místě nežili nebo ho často nenavštěvovali, město Tábor vám může připomenout husitské války, pevnosti nebo letní dovolenou se stany, rybníkem a lenošením na slunci. To se může stát podstatou vašich představ - paní Táborskou si můžete představit po krk ve vodě rybníka nebo její náušnice vám mohou připomínat husitské zbraně - ale může se stát, že

budete potřebovat ještě *určitější* připomínku tohoto města.

Zaměřte se na nějaký znak, jizvu ve tvaru stanu nebo něco, co vám Tábor připomene přímo. Může to být něco z oblečení, má na sobě třeba šátek připomínající vám pionýrské Šátky minulosti, představte si ji, jak stojí v pozoru před vlajkovým stožárem a salutuje na letním táboře! Taková specifická připomínka kombinovaná s některými obecnějšími představami potvrdí přesný název místa, které si potřebujete vybavit

a zamezí mýlce.

Místní jméno může být pro paměť dobrým nástrojem -dokud nad ním převezmete plnou kontrolu.

5, Předměty a zvířata

Jména, která jsou také *předměty*, patří mezi ty, které si lze velmi snadno zapamatovat. Představa v lakovém případě už existuje. Potřebujete už jen doplnit definici, ujasnit iwar jména a spojit ho se zbylkem informace; křestním jménem, obličejem a prostředím. Stejně jako u místních jmen je zapotřebí specifikovat předměty lak. abyste nikdy neoslovili pana Knotka jako „pana *Svíčku*“ nebo paní Liškovou jako

„paní *Vlkovoiť*“

Představte si, že jste na velmi rušné recepci, kde potkáte paní Margaretu Bejčkovou. Její křestní jméno můžete za-sloupit Margaretou *Thatcherovou*, a tak si předslavle, co by se slalo, kdyby se tady náhle objevila a co byste jí vy sami chtěli říci. Její hlas je možná velmi odlišný od paní před vámi; na druhé straně však Margareta Bejčková může mít brýle s *modrými* obroučkami a ostřeji řezané rysy obličeje připomínající luto známou osobnost světové politiky.

Podívejte se jí na nos: představte si, že v něm má kroužek. Co by se stalo, kdyby tato žena začala náhle odfrkovat, hrabat nohou po podlaze a se skloněnou hlavou napadat a prohánět ostatní hosty po místnosti? Podívejte se sami na sebe, zda na sobě nemalé něco červeného...

Frkání a divoké pohyby jsou však poměrně obecnou představou, zmíněné zvíře je pověstné nervózní v přítomnosti červené barvy.

Obrazy jsou opět propletené. V jediné scéně kombinujete její křestní jméno, prvky jejího vzhledu, úvahy o jejím hlase a charakteru s představami vyplývajícími z jejího příjmení.

Obraz může být vytvořen, zatímco s danou paní hovoříte a zbytek dotvoříte později. Dokonce i ty nejzákladnější techniky *Systému využití mozku* jsou důležitými pomocníky k získání času, který potřebujete.

6. Všechna ostatní jména!

Neobsahuje-li jméno žádnou zřejmou asociaci nebo význam, jeho vzhled a zvuk musí být zpracován tak, aby potřebné poskytoval.

Uved'te do hry techniky popsané ve druhé Části knihy - vše, co může slova oživit a nabídnout .háčky', které už jsou přítomné. Všimněte si jednotlivých slabik k vytvoření nových slov; představte si, co by dané jméno *mohlo* znamenat, a pak vytvořte obrazy založené na vašich nápaditým představách. Jakmile se objeví tylo představy, můžete je spojit s osobou přeci vámi - jejich křestním jménem, jejich vzhledem a vlastnostmi.

Níže uvádím sedm příjmení spolu s doporučeními, jak jim dodat tvar a barvu, jak je oživit.

KRATOCHVÍL, PAZDERA, CZERWINKA, STŘÍBRNÝ,
AMBROŽ, STLAČIL, STROHÝ

Jména, která si máte zapamatovat, většinou spíše uslyšíte než si je přečtete, a proto se soustřed'te na jejich *zvuk*, platí to hlavně pro cizí, složitě a nezvykle psaná jména. Někdy je zapotřebí jména trochu přetvořit, zmanipulovat jejich hláskování a konstrukci, ale jejich výslovnost vám vždy poskytne více prostoru k manévrování.

Zdůrazněte hlavní prvky jména, pak je použijte k vytvoření představ a témat. Výhodou jmen je, že pamatování si pouze jedné slabiky někdy pomůže k vybavení si celého jména.

Doporučení

Kratochvíl

Někdy, když si slovo sami řeknete, nabídnou se vám možnosti samy. KRATOCHVÍL může být rozdělen do dvou slov: .KRÁTKÁ CHVÍLE'.

Představte si, že s panem Kratochvílem sedíte v nějaké čekárně a on si s pomocí nějaké hračky ,krátř dlouhou .chvíli'. Závidíte mu a čekáte dál, až na vás přijde řada.

Tuto předslavu můžete spojit se skutečným panem Kratochvílem tak, že si představíte, jak by si *tento* muž mohl chvíli krátit, v čem je asi dobrý nebo co by se k němu naopak nehodilo. Skutečný pan Kratochvíl má například u sebe něco, s čím by se dala dlouhá chvíle krátit, něco, co *vidíte*. Mohou to být trocibu pokřivené obroučky brýlí, které by se daly narovnávat, nebo má utržený knoflík, který by se dal v čekárně přišít.

Teď, když jste vytvořili obrazy a našli spojení, můžete je spojit s dalšími užitečnými informacemi a vybudovat pama-tovatelnou scénu jejich propojením s novými podrobnostmi a připomínkami.

Příště, když tohoto člověka potkáte, vzpomenete si na Čekárnu, vybaví se vám scéna krácení dlouhé chvíle a budete vedet, že tento muž se jmenuje: KRATOCHVÍL.

Pazdera

Když přejímáte kontrolu nad jmény a jazykem, můžete si vytvořit nová slova. Když váš nápad má nějakou logiku, znovu si na ně lehce vzpomenete.

PAZDERA je například někdo, kdo *sdirá paznechty*. Když potřásáte paní Pazderové rukou, představte si své pocity,

kdyby vám přitom strhla vaše nechty! Představte si, jak lidem okolo předvádí svou dovednost, když do místnosti přivede dobytče a oškrabuje - sdírá - mu paznechty a pach chléva naplňuje celou místnost! Při pohledu na skutečnou paní Pazderovou si všimnete, že má neobvykle dlouhé namalované nechty a páchne jí trochu z úst...

Czerwinka

Takové jméno zdůrazňuje důležitost soustředění se na *zvuk* jména, nikoliv na jeho *cm* pravopis. Když budete pravopis ignorovat, z paní Czerwinkové se stane paní Červinková -s Červy vylézajícími jí ze všech kapes, a dokonce jedním visícím jí z nosu!

Jakmile vytvoříte pamatovatelné téma, je snadné vytvořit spojení se všemi ostatními informacemi. Čím překvapivější je scéna, tím pevněji vám utkví v paměti a budete s ní mít méně práce pro trvalé zapamatování.

Stříbrný

Zde máme dvě dobré možnosti. Jednou by bylo vytvoření nového slova - slovesa, v tomto případě: *.stříbřit*". Můžete si představit pana Stříbrného jak přeruší konverzaci s vámi a začne se shánět po stříbře, aby mohl postříbřit nějaký váš předmět.

Druhá možnost, stále se týkající tématu stříbra, je využití *Stříbrných ingotů¹*. Představte si, že s ním hovoříte a on přitom vylézá zpod hromady stříbrných cihel nebo žádá ostatní hosty o *jejich* střílíme předměty, a pak je taví do úhledných krychliček. Určitě si tohoto pána nezaměníte za pana ‚Ingota‘, trocha pohrávání s představou a rychle přijdete na jeho skutečnou identitu!

Jakmile se stala nová činnost *.stříbření** tématem, můžete vytvořit všechna ostatní spojení. Určitě začnete hledáním *skutečného* stříbra - na jeho brýlích, na jeho oblečení, zubech, hodinkách a špercích - a pak uvedete do hry před-

slavivost. Jeho vlasy mohou mít nádech stříbra; může mít zakřivený nos jako orlice na stříbrné minci.

Využijte každé spojení a vytvořte si obraz, zatímco hovoříte, pak později věnujte čas posílení představy.

Ambrož

Pokaždé, když slyšíte slovo, zkuste si představit, jak vypadá. Viděním slova v představách před vámi vyvstanou nové možnosti. Jestliže vám zvuk slova nic nepřipomene ani nepovzbudí vaši představivost, zamyslete se nad pravopisem slova a jeho konstrukcí.

V tomlo případě vám poslední, druhá slabika dává skutečné slovo: BROŽ. Těba jde o AMerickou BROŽ! Představte si pana Ambrože, jak vám ukazuje šperk přivezený z Ameriky, z Hollywoodu. Koupil ji v obchodě, kam chodí filmové hvězdy. Možná, že on sám *je* filmová hvězda? Koho vám připomíná? Co představuje tato americká brož? Vybavení si tohoto jména a jeho několikeré vyslovení z paměti, spolu s procvičením těchto představ, způsobí, že získáte velkou šanci zapamatoval si jméno pana Ambrože pro příště, až ho potkáte.

Stačil

Když se setkáte s někým novým, dvě věci, které strávíte úvahou o nejsnadnějším způsobu, jak si jméno zapamatoval, jsou vynikající investicí.

Jednoduchým způsobem, jak si zapamatoval paní Stlačilovou, bude změnit její jméno na .PŘITLAČENÁ! Představte si, že vám třese rukou a pořádně ji ve své stlačuje. Může vás překvapit i tím, že vás přitlačí k podlaze! Když si prohlížíte její oděv, co z toho mohlo být před tímto večerem stlačeno někde ve skříni? Nemá falešné řasy? A co její účes? Představte si, že natáhnete ruku a stlačíte ho...

Strohý

Jméno musí být zváženo na základě svého zvuku i pravopisu.

Představte si slečnu Strohou, která je nepříjemná a úsečná - je definicí toho, co označujeme slovem *^trohý'* Toto slovo nabízí také představu 'krátkosti', a proto si všimněte všeho, co je v jejím vzhladu 'krátké¹'; jejich vlasů, nosu, jejich náušnic, sukně...

Nemá například pokožku jako struhadlo? Podložení obecnějšího tématu určitou připomínkou zajistí, že v budoucnosti nedojde k omylu. Pak můžete vytvořit širší obraz, uvést její křestní jméno, zaměstnání, zájmy - ale klíčové slovo, nebo slabika, musí vždy zůstat v centru dění. Až ji zase potkáte, vzpomenete si na její nepříjemnost, všimnete si znovu jejich krátkých vlasů, a dokonce ještě kratšího nosu, vzpomenete si na pleť jako struhadlo a s jistotou ji budete moci přivítat, „Dobrý den slečno Strohá, jak se vám daří!“

Může se vám *zdát*, že zapamatovat si jméno patří k nejobtížnějším úkolům, ale s pomocí *Systemu využití mozku* se to může stát věcí nejsnadnější. Jména jsou plná významů, asociací, míst, předmětů - a i když se někdy zdají být obtížná, mohou se rychle stát dobře zapamatovatelná.

Jako souhrn uvádím níže všechny klíčové kroky, které musíte provést, abyste se jméno naučili.

1. *Poslechněte* si jméno. VÁCLAV ŠVEC

2. V několika následujících vteřinách se soustředte na první asociace, které vás napadnou. U křestního jména si vzpomeňte na někoho jiného se stejným jménem; u příjmení využijte všech háčeků, které jsou přítomny - míst, lidí, předmětů, zaměstnání - nebo se jménem manipulujte, až se vám vybaví nějaký obraz.

i

VÁCLAV: Snad *kníže* Václav, oděný v brnění a sedící na svém koni se zástavou na žerdi v ruce.

ŠVEC: zaměstnání.

3. V hovoru nalezněte všechna možná spojení mezi obrazem, který jste si vytvořili a skutečnou osobou. Dívejte se zvláště na obličej, k nalezení spojení použijte představivost. Co je ve vzhledu tohoto člověka, co by připomínalo, že je Pekařem, Sovákem, Kostelníkem či obyvatelem Hradce - Hradeckým...?

VÁCLAV; Představte si ho, jak vylézá na svého koně. Je poměrně malý a musel by mu asi někdo pomoci nebo by musel použít stoličku. Jeho kovové obroučky brýlí hýly snad vyrobeny ze starého brnění, má krátké ruce a jeho brnění by tedy muselo být vyrobeno na míru. Kdyby měl na hlavě korunu, jeho rozčezené vlasy by mu zpod ní trčely na všech-
vy strany.

ŠVEC: Kdyby byl knížetem a ševcem zároveň, mohl by si sám šít své honosné šaty. Co by si asi navlékl pod své brnění? Ten ulomený zub může být výsledkem toho, že držel v ústech příliš mnoho špendlíků. Představte si ho, jak přerušuje konverzaci, aby si rychle ušil vhodný oděv pod své brnění a jak v nčrn potom vylézá na svého koně...

4. Když jste spojili jméno člověka s jeho obličejem, šaly nebo osobností - dokonce snad s jeho polohou v míslnosti - soustřed'te se na přidání dalších podrobností. Všechny nové informace, jako například jeho zájmy, skutečné zaměstnání nebo sportovní vyžití, mohou být do obrazu doplněny a spojeny s ostatním. Propojení všech prvků obrazu bude znamenat, že jediná scéna vám řekne vše, co potřebujete vědět.

Václav Švec je bankovní úředník. Svůj oděv si musí ušil lak, aby byl velmi těsný a pevný, aby nedošlo k vypadnutí všech jeho mincí a bankovek. Představte si ho, jak stahuje

dolů štítek své přilby a vepředu se odhaluje nápis: ,V této poloze zavřeno¹!

Jeho oblíbeným koníčkem je rybaření. Kdyby měl na sobě své brnění, když leze do řeky, zřejmě by se utopil. Představte si ten hluk, kdyby přišel k řece v brnění, vyplašil by všechny ryby. Jak tak stojí před vámi a hovoří, všimnete si, že se mu vlní vlasy jako voda v řece...

5. Později, třeba cestou domů ze schůze nebo příští den po večírku, si procvičte používání všech představ, které jste si vytvořili k vybavení si nových jmen. Rozhodněte se, která jména budete v budoucnosti potřebovat, a pak věnujte několik minut utvrzení obrazů ve své paměti. Techniky *Systému vyžití mozku* vám poskytly dostatek času, který potřebujete pro řádné zapamatování.

Jednou, jak jméno znáte a existuje pro vás v podobě pama-tovatelných scén a obrazů, může se stát součástí většího paměťového systému. Stejně jako u prezidentů v první části průvodce, dlouhý seznam jmen - členů společnosti nebo například reprezentantů výboru - může být v příběhu spojen dohromady,

Má-li mít každé jméno Číslo, můžete spojit představy s klíčovými *číselnými* představami ze třetí části knihy. Ve velké společnosti, škole či klubu mohou být členové určitých oddělení shromážděni v různých místnostech paměťové ,cesty' tak, jak je popsáno v první části.

Jednou, jak jméno znáte, jsou možnosti nekonečné. Většina lidí, když se dozví jediné jméno, ho okamžitě v několika vteřinách zapomene. Ale s trochou praxe můžete využít *Systém využití mozku* a podržet si jednotlivá jména tak dlouho, jak to považujete za nezbytné. Můžete jména zkombinovat s novými informacemi a spojit je s ostatními jmény v seřazených souborech. Místo toho, aby paměť byla nespolehlivá a matoucí, může se stát nejefektivnější kartotékou jmen, jakou si dovedete představit.

ČÍSLA A SLOVA

Kombinování technik a systémů umožňuje si zapamatovat téměř cokoliv. Jako příklad vezměte následující informaci.

Níže uvádím sérii výňatků z pomyslného seznamu pravidel. Dokument, ze kterého jsou vyjmuty, se týká nových pravidel a ustanovení pro učitele. Seznam, jak se často stává, je rozdělen do odstavců a částí a každý jednotlivý prvek je 'kódován' - číslem a písmenem. Deset níže uvedených prvků se týká pravidel aplikovaných ve vašem zaměstnání.

Pročetli jste celý dokument, vybrali jste si deset nejdůležitějších bodů a každý shrnuli do jednoho slova. Budete-li zkoušeni z těchto pravidel nebo o nich budete hovořit s rodiči, tato slova by vám měla připomenout klíčové body. Pro odvolání byste si měli pamatovat také 'kódy': „...viz odstavec 3c ... když se podíváte na pravidlo 5d..."

ŠKOLNÍ PRAVIDLA

HLAVNÍ BODY:

Část **Ib**: SPORTY

Část **4a**: STRAVOVÁNÍ

Část **Ic**: VÝTVARNÁ VÝCHOVA

Část **4b**: POČÍTAČE

Část 3c: FINANCE

Část **Sd**: HODNOCENÍ

Část **3d**: NÁBOŽENSTVÍ

Část 6g: JAZYKY

Část 3e: ZÁJEZDY

Část **61**: ŠKOLNÍ BUDOVY

Také studenti se musí často učit informace tímto způsobem; fakta a jejich zdroje v rámci rozsáhlejšího textu. Policejní kadeti se musí učit klíčové části trestního práva a právníci

Často potřebují specifické prameny, na které se mohou odvolat. Místo toho, aby vše bylo pro vás těžší, vám tato směsice čísel a písmen poskytuje určité a jasné možnosti pama-tovalných představ.

Vytvořili-li jste si svůj vlastní číselný systém tak, jak bylo vysvětleno ve třetí části knihy, uváděná čísla nepředstavují žádný problém. Každé může být přeměněno v jeden z řady obrazů a získat tak podstatu, barvu a život.

Místo toho, abyste si vybrali jakoukoliv představu, která by zastupovala písmena - ‚anděl‘ pro ‚a‘, ‚boxer‘ pro ‚b‘ - je důležité vyhnout se omylu vycházejícímu z vašich *číselných* obrazů. V případě tohoto seznamu to nemusí být tak důležité, protože každý kód je tvořen jen jedinou Číslicí a písmenem - ale jiné seznamy mohou obsahovat kódy, jako jsou například ‚23f‘ nebo ‚214b*‘ a představu anděla zastupujícího písmeno ‚a‘ by bylo snadné zaměnit třeba za číslici 2. Kdyby váš obraz obsahoval boxera, zastupoval by ‚b‘ nebo 9?

Jednoduchá cesta, jak se tomuto problému vyhnout, je použít obrazy, které nejsou vůbec obsaženy v číselném systému: obrazy *zvířat*. Ptáci se objevují ve čtverci 2 a ryby v 7, ale *pozemní* zvířata můžete klidně použít.

V každé dvojici Číslice-písmeno přeměňte první ‚čá~st‘ v buďto předmět, činnost nebo popis z Číselného systému a druhou ve zvíře s příslušným počátečním písmenem. 8d by se rozdělilo na 8 - JÍDLO, JIST nebo HORKÝ - a ‚d‘ -by mohlo být DINOSAUREM, DIKOBRAZEM nebo třeba DIVOČÁKEM. Váš obraz by mohl obsahovat *omáčkou* pokrytého divočáka, něco, co *pojídá dikobraza*, nebo dokonce *upoceného dinosaur*

Jakmile jednou vytvoříte výrazný obraz, můžete ho spojit s informací určité části dokumentu. Umístěním všech scén na vhodném místě - v tomto případě ve Škole - můžete je *všechny* spojit s původním textem.

Doporučení

Vždy používejte nejznámější zvířata a nejvhodnější spojení. To umožní vaši paměti pracovat v obou směrech. Když přemýšlíte o předmětu, jakým je sport nebo stravování, vybavíte si obraz, který ho doprovází. A když uvidíte ‚kód‘ - Ib, 4a - připomene se vám příslušný obraz a jeho *kód*.

Ib: -*Sporty*

Snazší je nejdříve vybrat zvíře. U b se můžete rozhodnout pro BÝKA - což je zvláště užitečné, protože nám to otevírá celou škálu možností. Silný obraz získáte, zastoupíte-li 1 ČERVENOU barvou.

Co by se stalo, kdybyste natřeli býka jasně červenou barvou? Zbláznil by se - ale honil by se za *sebou samými*. Představte si ho běhat dokolečka - a uvažujte, jak by se to dalo spojit se .sportem¹,

Býk honí sám sebe, takže už nepotřebujete zápasníka. Nedojde ani k žádnému zabíjení, takže je to daleko blíže sportu. Davy lidí stále přicházejí za podívanou a bez krve je vše daleko sportovnější. Matador změní zaměstnání a stane se z něho fotbalista.

Posledním krokem je umístit celou scénu ve škole. Představte si shromažďování davů ve Školní tělocvičně a červeného býka, který je vyváděn ze skříně.

Hlavní obraz obsahuje ČERVENÉHO - 1 - BÝKA - 2. Výsledkem toho všeho je SPORT! Ib = SPORT.

Ic: *Výtvarná výchova*

Zřejmým zvířetem tady může být CVRČEK. Představte si, že dáváte svým žákům za úkol nakreslit cvrčka. Oni se místo toho vydávají na školní hřiště cvrčka chytit a způsobí v okolí školy chaos...

Děti KRESLÍ - 1 - CVRČKA - c - ve školní kreslárně, 1c -
VÝTVARNÁ VÝCHOVA.

3c: *Finance*

Protože měníte písmena ve známá zvířata, je možné použít stejné tvory vícekrát. Číslice bude vždy jiná, takže také vámi vytvořená scéna bude unikátní.

V této části se stane 3 .vonící". Představte si, že sedíte ve Školní kanceláři a zkoumáte účty. Skoro žádné peníze nezbyvají. Zjistíte, že většina financí byla vydána za chov cvrčků, a že se dokonce nakupovaly nejdražší parfémy, aby se cvrčkům v jejich novém prostředí líbilo. Jste bez peněz, ale máte NAVONĚNÉ - 3 - CVRČKY - c! Celá scéna je umístěna mezi penězi, takže 3c = FINANCE.

3d: *Náboženství*

Scénu umístěte do nejbližší kaple od školy a využijte školní DOGU. Bohoslužba v kapli se změní v chaos, když se jeden x učitelů rozhodne vzít dogu vyvenčit! Protože venku prší, prochází se s ní v uličce kaple.

Scéna je pamatovatelná a jasná. PROCHÁZÍ SE - 3 -s DOGOU - d - v KAPU. 3d = NÁBOŽENSTVÍ.

3e: *Zájezdy*

Celá škola čeká seřazena před budovou, aby se žáci mohli zajet podívat na EMU. Všichni se těší, až tohoto velkého nelétavého pták uvidí... Čeká se jen na ředitele, který nemůže najít své boty.

Až nalezne BOTY - 3 - uvidí EMU - c - na ZÁJEZDU. 3e = ZÁJEZDY.

4a: *Stravování*

Sedíte ve školní jídelně a čekáte na oběd, když se pod vámi začne třást Židle! Podíváte se za sebe a zjistíte, Že nohu židle

drží v tlamě obrovský ALIGÁTOR. Představte si své zděšení - a ty zvuky - když všechny děti s řevem utíkají ven z jídelny. SEDĚLI jste - 4 - u ALIGÁTORA - a - když jste čekali na OBĚD. 4a = STRAVOVÁNÍ.

4b; Počítače

Pro b znovu použijte představu BÝKA, ale tentokrát si ho představte *kovového*.

V učebně s počítači je postaven robot - ocelový býk, který dokáže různé triky. Do počítače napíšete instrukce a kovový býk předvede nějaký cvik, postaví se na hlavu nebo si lehne. Představte si ten skřípot, když se ohýbají kovové klouby.

Projděte si scénu, abyste si ji zakotvili v paměti. V místnosti s POČÍTAČI se předvádí OCELOVÝ - 4 - BÝK - b. 4b = POČÍTAČE.

Sd: Hodnocení

V jedné z učeben se provádí velké hodnocení. Je kontrolována práce dětí a učitel zaznamenává výsledky. Předmět, který se dnes zkouší, je *čištění dogy*; každé dítě má u sebe jednu dogu a musí ji v deseti minutách vykoupat a dokonale vykartáčovat!

Pro HODNOCENÍ děti ČISTÍ - 5 - DOGY - d! 5d - HODNOCENÍ.

6g: Jazyky

Ke zdůraznění důležitosti *všech* jazyků přivede do třídy učitel francouzštiny GORILU. Zdůrazňuje porovnávání: lidé umí mluvit, avšak i lak blízký příbuzný člověka, jakým je gorila, se dokáže vyjadřovat jen hudbou. Dává zvířeti bubínek a gorila do něho s nadšením tluče, a pak pokračuje foukáním do trubky. Dokáže tvořit hudbu, ale neumí mluvit. V hodině JAZYKŮ byla středem pozornosti HUDEBNÍ -6 - GORILA - g. 6g = JAZYKY.

61: Budovy

Proč pro 1 nepoužít krále zvířat: LVA. Představte si, že zkoušíte bytelnost všech školních budov tím, že zjišťujete, zda vydrží řev deseti lvů.

Převádíte lvy od budovy k budově, seženete je do skupinky, a pak na váš signál začnou zvířata řvát. Řvou najednou a vy jste v roli dirigenta, dohlížíte na to, aby řvali současně a kontrolujete hlasitost. Zdi se začínají s narůstající silou zvuku hroutit.

Ve všech školních BUDOVÁCH DIRIGUJETE - 6 -LVY - 1. 61 = BUDOVY.

Stačí, abyste si představili tyto jednoduché scény a celý seznam je pod vaší kontrolou. Snadno odpovíte na všechny dotazy.

„Týkají se pravidla počítačů?“

Představíte si učebnu s počítači ... a vidíte KOVOVÉHO BÝKA kontrolovaného počítačem. KOVOVÝ je 4... BÝK je b; můžete s jistotou odpovědět.

„Ano, týkají. Příslušné pravidlo naleznete pod označením 4b...“

System pracuje také z opačného konce. V případě rozhovoru pro přijetí do zaměstnání může být od vás očekáváno, že budete příslušné pravidlo podrobně znát.

Představte si, že vás Člen přijímací komise žádá: „Řekněte nám svůj názor na část 3d“.

V tomto případě je d zcela jasně DOGA - ale co 3? Jednou z hlavních činností Čtverce 3 číselného systému je CHŮZE, takže si vybavíte scénu, ve které se procházíte s dogou. Kaple! Učitel přerušil bohoslužbu, když se v uličce začal procházet s dogou.

Předmětem pravidla 3d je NÁBOŽENSTVÍ a vy můžete tázajícímu říci svůj názor na výuku náboženství ve školách.

Stejně jako u technik při učení se jménům, tyto paměťové metody jsou zvláště užitečné jako postupné kroky, které

urychlují celý učební proces tím, že vám dávají háčky a připomínky. Když pro účely pohovoru nebo zkoušky seznam procházíte, můžete vše procvičovat čtením údajů *z paměti* raději, než se stále vracet k tištěné stránce. Jakmile začnete pamatované informace *užívat*, můžete si je pro sebe tiše ve volných chvílích opakovat - při procházkách, ve frontách na autobus - a rychle tak dosáhnete fáze „instinktivního“ vedení.

PROJEV ZPAMĚTI

Takový seznam pravidel, jako je tento, se může stát základem projevu nebo prezentace. Místo toho, abyste se probírali kousky papíru s poznámkami, můžete s klidnou jistotou vystoupit na pódium, vždyť mále přece dobrou paměť. Vaše sdělení mohou obsahovat přesná odvolání a jste si jisti, že nezapomenete na žádný z klíčových bodů.

Použitím *Systému využití mozku* můžete vylepšit jakýkoliv veřejný projev. Výhody mluvení spatra jsou rozsáhlé.

1. *Přímý kontakt*

Místo abyste se dívali do poznámek, můžete udržovat přímý kontakt očí s očima posluchačů, kterým to pomáhá při soustředění a udržení pozornosti na stále úrovni.

2. *Chápání*

Když text čtete, je až příliš snadné vyslovovat slova bez toho, že byste uvažovali o tom, co znamenají. Mluvíte-li však *spal-ra*, *z paměti*, vaše obrazové pomůcky vám neustále připomínají všechny klíčové body a přimějí vás neustále uvažovat o významu a závažnosti jednotlivých částí projevu.

3. *Přirozenost*

Je daleko snazší poslouchat projev, který zní přirozeně a živě. Při hovoru z paměti si pamatujete části a klíčové body vašeho projevu a hovoříte o nich, namísto abyste jen četli slova napsaná na stránce papíru.

4. *Dodatky*

Protože váš projev není tak strnulý, některé myšlenky je možné na poslední chvíli změnit nebo řeč v jejím průběhu doplnit. Můžete tak zahrnout připomínky od posluchačů a projev upravit v jeho průběhu, což je velkou výhodou v porovnání s tištěným textem, který se už v dané chvíli může jevit jako zastaralý!

5. *Časový odhad*

Systém učení se projevům zahrnuje ‚cesty‘ popsané v první části tohoto průvodce.

Když se vydáte po známé cestě, nemáte nejmenší problém určit, jak daleko je k jejímu konci. Víte, kdy jste v polovině, a můžete si rychle představit dráhu, kterou ještě musíte projít.

Je-li váš projev založen na cestě, pak je snadné posoudit, jak jste daleko a jak daleko musíte ještě jít. Okamžitě víte, o kolika hlavních bodech se ještě máte zmínit, a podle potřeby pak můžete svou rychlost zvýšit nebo zpomalit.

6. *Sebedůvěra*

Pro většinu lidí je projev na veřejnosti nervy drásajícím okamžikem. Řečníci z místa na místo překládají své poznámky, hrají si se stránkami a nervózně si každou chvíli prohlížejí své posluchače.

Při projevu z paměti, naopak, si jste jisti, že máte v hlavě všechny informace. Tyto poznámky nemůžete ztratit, ani vám nemohou spadnout s řečnického stolku.

Své posluchače si můžete po celou dobu řeči prohlížet s jistotou, že na ně nezapůsobíte pouze tím, *co* říkáte, ale také vaší dovedností a efektivností, se kterou to říkáte.

Prvním krokem je tvorba vašeho projevu. Místo toho, abyste si každé slovo napsali, napište si jen seznam všech klíčových bodů, které si co nejlépe seřadíte. Do takového seznamu můžete přidávat slova, která budou reakcí na nové myšlenky. Protože si takto děláte pouze poznámky, je snadné při přetváření myšlenek v souvislý projev změnit pořadí bodů nebo odstranit celé části.

Tyto klíčové body užívejte jako rámce. Když jste si vytvořili kostru projevu, přidejte odvolávky, čísla, citáty a žerty. Do prezentace můžete zařadit jakýkoliv druh informace a lze to udělat kdykoliv.

Dalším krokem je rozdělení řeči do částí. Ideální je mít deset částí, může jich však být více nebo méně. Každá část by měla mít ‚bod‘ nebo ‚téma‘; zaznačte si linkami ve svém plánu projevu, kde jedna část končí a druhá začíná.

Označte si každou část názvem. Pro tento účel si vyberte slova, která vám připomenou vše, co chcete na dané téma říci. Máte-li nějaké podtituly, napište si je pod hlavní názvy.

Pak dokončete napsaný plán doplněním ‚faktů‘ - čísla, daty, odvolávkami atd. - do příslušných částí, označte také celý projev názvem.

Když dokončíte všechny zmíněné kroky, váš plán by měl vypadat podobně jako následující osnova:

EFEKTIVITA PRACOVISTĚ

VLASTNÍ PŘEDSTAVENÍ

FINANČNÍ ÚDAJE

fr- 50.000 Kč náklady na PAPÍR

- 90.000 Kč náklady na TELEFONNÍ HOVORY

- 170.000 Kč ztráty díky NEMOCI

CÍLE

- SNÍŽIT NÁKLADY o 200.000 Kč
- CÍLOVÉ DATUM: 2. listopad 1996

TRÉNINK

NABÍDKA

- MOŽNÉ ZVÝŠENÍ PLATŮ o 30.000 Kč

PRAKTICKÁ OPATŘENÍ

- NOVÝ TELEFONNÍ SYSTÉM
- CENTRÁLNÍ SKLAD PAPÍRU
- RECYKLACE

ZBYTEK SPOLEČNOSTI

DALŠÍ PLÁNY

DOTAZY?

Toto je plán vymyšleného projevu o efektivnosti oddělení, který má přednést poradce. Je v něm devět hlavních částí, 7, nichž některé obsahují podtituly a specifické Údaje, jakými jsou čísla a data. Kdyby měl poradce hovořit na stejné téma v jiných společnostech nebo odděleních, mohl by se držet stejné hlavní osnovy a změnil by pouze čísla.

Abyste si uložili plán do paměti, použijte jednu z vašich paměťových ‚cest‘. Devět částí tohoto projevu se pohodlně vejde do deseti úseků vaší cesty, a jeden úsek vám dokonce zustane pro název řeči. Kdyby byl projev delší, mohli byste ho jednoduše rozdělit do dvou nebo více cest.

Každá část má svůj vlastní prostor nebo oblast. Jako příklad si představte, že používáte cestu ‚domem‘ popsanou v první části knihy.

‚Efektivita pracoviště‘: Chodník

První ‚prvek‘ plánu, název, je umístěn do prvního úseku cesty: na chodník před domem. Vytvořte si obraz, abyste slova oživil.

Doprostřed chodníku postavte psací stůl a položte koberec. Vytvořili jste tak pracoviště, ale jak by se mohlo stát efektiv-

nějším? Už teď šetříte za elektřinu, protože sedíte venku, ale vítr vám bere vaše papíry a ztrácíte čas i energii jejich sbíráním. Můžete na ně však položit kameny, aby zůstaly na místě.

Upravujte dál scénu, až se vaše pracoviště stane modelem efektivnosti, otevřeným každému k nahlédnutí.

Vlastní představení: Přední veranda Protože v tomto případě jste ústřední postavou vy, udělejte z přední verandy *svůj* pokoj. Na dveře připněte svůj veliký portrét a stěny kolem popište údaji o sobě.

Na tomto místě ve zdi je zabudovaný sejf, ve kterém máte všechny své důležité doklady a podrobnosti.

Finanční údaje: Hala

V hale je položen nejdelší koberec z celého domu. Představte si, že byl vyroben tak, aby připomínal dlouhou pásku z pokladny, včetně dlouhého seznamu cenových položek.

Tento koberec je rozdělen do tří výrazných částí. První je pokryta kousky papíru, které poletují vzduchem v průvanu od dveří. Zdá se, že vypadly z vysavače, který stojí opodál.

Soustřed'te se na VYSAVAČ - 5. Představy této první části vám připomenou, že PAPÍR stál ,5*. Všechna čísla v projevu jsou desetitisíce, takže tato cena představuje 50.000 Kč.

Na druhé části leží staromódní telefon. Když zvednete sluchátko, ihned se vám ozve SPOJOVATELKA - 9. Tato jednoduchá kombinace představ vám připomene, že tak TELEFONNÍ HOVORY stály společnost 90.000 Kč.

Poslední, třetí část koberce je plná kaluží a na vodě tam plave jasně červený parníček pro děti. Když se podíváte zblízka, všimnete si, že lidské figurky na palubě vypadají, jako by měly mořskou nemoc. Nakonec jakoby pohyb člunu začal ovlivňovat i vás\

Tématem je zde NEMOC a ČERVENÝ - 1 - ČLUN - 7 - což vám sdělí, že nemoc stála společnost 170.000 Kč.

Než pokračujete dál, věnujte léto scéně několik vteřin. Hlavní představa je jasná - dlouhá pokladní páska plná cen, která leží na podlaze jako koberec. Tato část se týká FINANČNÍCH ÚDAJŮ a zbytek informace, podrobnosti o nákladech, jsou obsaženy ve třech částech koberce.

Cíle: Kuchyň

Kuchyň je plná *terčů*. Leží na sporáku, visí na ledničce i na stěnách. Rozhodnete se procvičovat hod na cíl a vyberete si dva terče - jeden v levé části místnosti a druhý vpravo.

HÁŽETE - 2 - MÍČ - O - na ten levý a trefíte střed. Celý terč exploduje a kuchyní se snáší od stropu samé bankovky -představa říká 200.000!

Když si prohlédnete pravý terč, zjistíte, že jeho slřed tvoří malá dvířka. Uhodíte do nich pánví a dvířka se otevřou...

Zvláštní je, že nezazněl ani nejmenší zvuk. Zdá se, že dvířka jsou dobře promazána. Ale možná, že je něco v nepořádku s *vámi!* Začnete si dělat starosti o svůj sluch...

Klíčové body této scény vám poskytnou číslice požadovaného data. HÁŽETE - 2 - PÁNEV - 8 - na DVEŘE - 11, pak se OBÁVÁTE - 9 - o svůj SLUCH - 6. CÍLOVÝM DATEM je 28. 11. 96 - 28. listopad 1996. Toto datum si napište na cíl ještě předtím, než budete pokračovat.

•

Trénink: Prádelna

Jak se dá očekávat, tato část cesty je plná praček a sušiček. Tyto přístroje jsou však trochu zvláštní, protože zastupují *cvičební* nářadí. Na straně jedné z praček je připevněno cvičící jízdní kolo. Sušičky slouží jako lavice pro zvedání činek. Velký transparent u stropu hlásá: TRÉNINK.

Nabídka: Jídelna

Sedí v ní několik lidí a jí svůj oběd. Ten se skládá 7. jedině mrkve, která před nimi visí na holi. Sahají po ní více a více,

zatímco je povzbuzuje silný hlas, který jim nabízí všechno možné - hlavním slibem je darování nových *bot*. Obědvající zálibně hledí na BOTY - 3 - které jsou před nimi vystaveny. Skutečná NABÍDKA, kterou si máte pamatoval je 30.000 Kč.

Praktické kroky: Obývací pokoj

Jde o další místnost, kterou je nutné rozdělit do několika částí. Nejprve uveďte celkové téma rozmístěním pravítek, pásem a ostatních měřících pomůcek na stěny a strop. Pak procvičujte proměrování plochy pokoje. Na závěr se soustředte na nábytek.

Zdejší sedací souprava sestává z křesla a pohovky se dvěma polštáři. Když se do křesla posadíte, ucítíte pod sebou hrbol - a zjistíte, že pod polštářem je malý, nejmodernější typ telefonního přístroje.

Na pohovce, uprostřed jednoho polštáře, leží hromada papíru, na každém listu je napsáno .Centrální sklad’.

Druhý polštář pohovky je prázdný, ale velmi špinavý - jsou na něm stopy pneumatik, jakoby přes něj někdo přejel mnohokrát tam a zpět na motocyklu.

Tři kusy nábytku vám připomenou všechny podrobnosti .praktických kroků':
NOVÉ TELEFONY ... CENTRÁLNÍ SKLAD PAPIRU ... RECYKLACE!

Zbytek společnosti: Schodiště

Výstupem po schodech získáte nejlepší přehled nad prostorem pod sebou. Můžete přehlédnout všechny činnosti ve zbylých prostorách domu. Na jedné straně se předvádí *společnost* tanečníků a na druhé je zase *společnost* herců. Z místa, kde stojíte, máte nad vším dokonalý přehled.

Další plány: Koupelna

Koupelna je staromódní a zanedbaná, ale na stěnách visí *nové plány*. Bude-li se podle nich postupoval, vznikne zcela

nová koupelna. Dále si plány prohlížíte a návrhy se vám líbí. Tato místnost má před sebou velmi pěknou budoucnost...

Dotazy?: Podkroví

Tato část je nejtemnějším místem celého domu. Jak kolem sebe hmatáte, abyste našli cestu vpřed, máte hlavu plnou *otázek*: kde je vypínač? Podkroví je jako temná cela; dovedete si zde představit výslech vězně...

Jako u všech paměťových příběhů, i v tomto případě si v představách proberte hlavní body a zdůrazněte klíčové myšlenky. Jděte z místnosti do místnosti; každá nová prostora vám připomene další bod vašeho projevu a uvnitř naleznete doplňující informace. Procvičte si několikrát z paměti svou prezentaci a získáte sebedůvěru pro chvíli, kdy se budete muset postavit a začít mluvit.

První prostora, chodník před vaším domem, vám připomene název projevu. Postavíte na místo psací stůl ... snaha zlepšit efektivitu ... tématem vašeho projevu je 'Efektivita pracoviště'.

Když uvedete svůj projev, na okamžik se odmlčte a přejděte do druhého prostoru. Všude, kde se tady podíváte, jsou obrazy *vás* a v sejfě ve zdi jsou všechny vaše doklady. To je klíčem, který vás vybědne, abyste se posluchačům představili.

Vaše další pomyslná cesta vás zavede do haly. Bez toho, že byste přerušili zrakový kontakt s posluchači, přejdete k dalšímu tématu. Koberce je jako pokladní páska; tématem zde jsou *finance*. Zatímco hovoříte o současné finanční situaci společnosti, dokládáte svá slova čísly.

První Část koberce je pokryta papírem, který vypadl z vysavače: 5. PAPÍR je klíčovým bodem; v letošním roce se na papír vynaložilo 50.000 Kč.

V další části vidíte TELEFON, a když slyšíte hlas *spojovatelky* - 9 - vzpomenete si, že celkové účty za hovorné dosáhly 90.000 Kč.

Když pohlédnete na poslední část koberce, uvidíte *červený člun*: 1, 7. Lidé na palubě vypadají velmi NEMOCNÍ a vy sdělíte svým posluchačům, že díky nemocnosti letos společnost přišla o 170.000 Kč.

Většina posluchačů většinou využije pomlku v projevech k Šepotu a ztrácí soustředěnost, ale tentokrát k tomu nedostane šanci. Klidně přejdete do kuchyně a k vašemu dalšímu tématu: cílům.

Zatímco cíle popisujete a zdůrazňujete, jak je důležité je dosáhnout, pocítíte potřebu argumentovat čísly. Tak jako někdo stiskne knoflík počítače, vy .aktivujete' terč vlevo. Začnou se sypat peníze - 200.000 Kč, protože jste HODILI - 2 - MÍČEM - O - a můžete tedy sdělit poslouchajícím, že to je hodnota, o kterou společnost musí snížit své náklady.

Když aktivujete druhý terč, vidíte, jak házete pánví, jak se otevírají dvířka, což vede k obavám o váš sluch. Získáte tak pět číslic - 2, 8, 11, 9 a 6 - a prohlásíte, že vaším cílovým datem je 28. listopad 1996.

Prádelna je plná tréninkového vybavení, takže *trénink* je vaším dalším tématem.

Zatímco vysvětlujete jeho důležitost a zmiňujete se o možných nápadech, pohlédnete na hodiny. Jste už téměř v polovině své cesty, takže se chcete přesvědčit, zda není zapotřebí upravit tempo vaší řeči. Jestliže mluvíte už příliš dlouho, můžete se rozhodnout, že o zbývajících bodech se zmíníte jen v krátkosti, nebo některé dokonce vynecháte -pevná struktura vaší cesty však znamená, že nikdy nezabloudíte.

Lidé v jídelně jsou *pobízeni*. Když na toto téma hovoříte, vzpomenete si na boty - 3 - a navrhnete posluchačům platovou nabídku 30.000 Kč.

Obývací pokoj je plný *praktických měřidel*'. Předměty na nábytku vám připomenou tři hlavní klíčové body: nový telefonní systém, centrální sklad papíru a recyklaci.

Ze schodů máte dokonalý výhled na *zbytek společnosti* a začnete mluvit o tom, jak je možné srovnat *toto* oddělení s ostatními.

Nákresy připevněné na stěnách koupelny vám připomenou *budoucí plány*, a sdělíte tedy svým posluchačům všechny své návrhy a nápady.

Závěrem, když tápete v temnotě podkroví a vzpomenete si na téma výslechu, ukončíte svůj projev dotazem na otázky ze sírany posluchačů. Jejich *skutečnou* otázkou však samozřejmě je ~ „Jak jste to takto dokázal?“

Celou svou řeč jste pronesli bez jediné poznámky a bez přerušování zrakového kontaktu s posluchači, a přitom jste hovořili s jistotou a stylově, přednesli jste uspořádaný a logický projev, nezapomněli na fakta a čísla - a dokonce jste skončili včas! *Systém využití mozku* dokáže z nás všech udělat nebojácné řečníky.

NAUČTE SE SVOU ROLI

Když se musíte naučit roli divadelní hry, paměťové techniky vám pomohou celý proces zrychlit a usnadnit.

Je to dobrým příkladem důležitosti *přístupu*. Věnování času prohlédnutí si materiálu, který se máte zpaměti naučit, a uvážením způsobu, kterým si ho budete potřebovat vybavit, můžete nalézt nejlepší metody pro paměť.

U rolí se musíte naučit dvě hlavní věci: *své* věty a vety před nimi. Naleznete-li představy, které se k nim budou pojit, a pak je zkombinujete do dvojic, můžete každou scénu spojit v příběh a převzít kontrolu nad celou divadelní hrou.

Někdy říkáte jen několik slov; jindy si musíte vybavit dlouhé pasáže. Ale ať už je řeč jakkoliv dlouhá, zvolte si několik klíčových představ, a pak je shrňte - buďto samotnými řádky role nebo obrazy, které jste si sami vytvořili.

U každé řeči si vytvořte představy, a pak vedle nich zařaďte jiné, které shrnují, určující řádky jim předcházející.

Říká-li vaše role, „Přijď večer domů; udělám ti večeři a můžeme si promluvit“, klíčovou představou může být VEČER - snad s měsícem a hvězdami - a VEČEŘE - včetně pachů a vůní. Klíčem je vybrat slova a nápady, které vám připomenou zbytek věty a nasměrují vás správným směrem.

Tyto techniky jsou určeny ke zrychlení procesu učení, k tomu, aby vám umožnily začít *říkat* věty z paměti, procvičovat je bez pohledů do skript a k rychlému dosažení fáze, ve které znáte text instinktivně. Zapomenete dokonce i na to, jak jste se text naučili, a představy pak můžete nechat stranou. Jejich důležitostí je v tom, že se slanou slupínky ke znalosti.

Když jste si vytvořili představy pro své vlastní věty, soustředěte se vždy na jednu větu, která jim předchází. Prohlédněte si posledních několik slov - těch, které vám sdělí, že nadešel váš čas hovořit. Postava například říká, „Už jsou čtyři hodiny; musím jít“. Klíčovými slovy budou HODINY a JÍT. Představte si kukačku, jak vyskakuje ze dvířek hodin a v zobáku drží ceduličku s nápisem „JÍT!“

Důležitým krokem je nyní spojení těchto dvou obrazů. Udělejte to dobře, a když uslyšíte pobídku, vždy vám to připomene říci vaše správné věty.

Představte si ceduli s nápisem JÍT, jak vyskakuje z kukaček, a pak mizí v temnotě pozdního večera. Odrazí se od *měsíce* a kus ho srazí na zem, což vám ušetří námahu s přípravou *večeře*. Věta pobídky je nyní okamžitě rozeznatelná a směřuje vás na slova, která následují.

Vyhledejte *další* pobídkovou větu a udělejte si ji. Zdůrazněte další představy, a pak je spojte s posledním bodem vašeho vymyšleného příběhu.

Další větou, kterou potřebujete slyšet, může být například, „Podaří se li doslat se k telefonu a zavolat mi?“ Když se vrátíte k příběhu, můžete si představit, jak jíte večeři a na-

leznete v kaši kuchařův přenosný telefon! S tím bude spojena představa vaší příští věty ... a tak to půjde dál, dvojice vět budou změněny v představy a pospojovány v příběh.

Zatímco čekáte na svou další větu, připomeňte si tento příběh a potvrďte klíčová slova, na která musíte čekat. Svě vybídnutí rozeznáte, jakmile ho uslyšíte, a spojení zapracuje jako vaše osobní 'připomínka'. Existující v textu věty, se kterými máte stále problémy, podrobně si je prohlédněte a naučte se je tak jako citáty ve druhé části knihy, manipulujte se slovy, až se vám zachytí v paměti.

Příběh ve vašich představách, když budete svou roli procvičovat z paměti, se stane postupně méně důležitým. Věty se stanou přirozenými a úkol *Systému využití mozku* tak bude splněn.

NAUČTE SE MORSEOVKU

Podobný proces lze použít při učení systému, jakým je Morseova abeceda. Jde o kompletní abecedu vytvořenou tečkami a vodorovnými čárkami. Na první pohled se zdá být typem informace, který je naprosto nemožné se naučit.

MORSEOVA ABECEDA

A:-	B:-...	C: -.-.
D:-..	E:..	F: .-. .
G:--.	H:....	CH:-----
I:..	J:.-..	K: -.-
L:.-..	M:--	N: -.
O:---	P:.-..	Q: --.-
R:.-.	S:---	T: -
U:..-	V:....-	W: .--
X:.-.-	Y:.-..	Z: ---.

Tento systém může *vypadat* nemožné, ale ve skutečnosti se Morseovu abecedu dokážete naučit v několika minutách. Trvá déle znát kódy instinktivně a být schopen znaky převádět oběma směry; ale uložení kódů do paměti vám umožní abecedu ihned používat.

Zpočátku bude proces pomalý, musíte si dobře promyslet paměťová spojení, vytvoření obrazů a ukotvení všech **teček a čárek**. Brzy však budete rychlejší, jistější a získáte instinktivní znalost kódu.

Způsob učení se Morseově abecedě je snadný a dá se rozdělit do dvou částí. První znamená naučení se ‚pomocných‘, víceméně ustálených slov.

Dobrym způsobem, jak si je zapamatovat, je spojit si tato ‚pomocná‘ slova do příběhu. Všechna dvacet sedm slov je zvoleno tak, aby délka v nich obsažených samohlásek odpovídala ve správném pořadí **tečkám** (krátké samohlásky) a **čárkám** (dlouhé samohlásky).

Níže uvádím pomocná slova a doporučení pro jejich spojení v pamatovatelném příběhu.

A: . - AKÁT. Váš příběh může začít večerem na venkově, kde se na pozadí tmavnoucí oblohy rýsuje koruna velkého AKÁTU.

B: - . . . BLÝSKAVICE. Objevují se první hvězdy a nejvýraznější je ta, kterou místní lidé nazývají BLÝSKAVICE.

C: - . - . CÍLOVNÍCI. Náhle po polní cestě přicválá na koních skupina mužů a začne střílet luky a šípy na kmen stromu, jsou to CÍLOVNÍCI, kteří trénují při každé příležitosti střelbu na cíl. Toto neobvyklé slovo mají velkými bílými písmeny napsáno na zádech.

D: - . . DÁLAVA. Trénink mužů netrvá dlouho a všichni zakrátko mizí v DÁLAVĚ.

E: . ERB. Všimnete si, že vše, co po mužích na místě zůstalo, je na zemi zapomenutý dřevěný ERB.

F': . . -. FILIÁLKA. Rozhodnete se erb sebrat a zanést ho zítra do místní FILIÁLKY Sokola.

G: - - . GNÓMÓNY. Když druhého dne přijdete do kanceláře, naleznete lam na stole astronomické přístroje, kterým se, jak zjistíte, říká GNÓMÓNY.

H: HRACHOVINA. V sokolovně se chystá velká hostina, hlavním chodem je podle všeho HRACHOVINA. CH: - - - - CHVÁTÁ K NÁM SÁM. Oslava se chystá na přivítanou muži, který K NÁM do vesnice CHVÁTÁ SÁM.

I: . . IRSKO. Ptáte se odkud a jste poučeni, že až z IRSKA.

J: . — JASMÍN BÍLÝ. Místní lidé mu na uvítanou připravili také květiny a všemu nejvíce vévodí váza, ve které je JASMÍN BÍLÝ.

K: • - KRÁLOVSTVÍ. Host přichází z velmi vzdáleného KRÁLOVSTVÍ.

L: . - . . LEDNÍ HOKEJ. A jeho cílem je naučil se od členů místního Sokola hrát LEDNÍ HOKEJ. M: - - MÁVÁ. A už přichází a na všechny čekající MÁVÁ jakýmsi zvláštním mávátkem.

N: - . NÁROD. Všichni kolem jsou přesvědčeni, že o léto události se musí dozvědět celý NÁROD. O: — Ó, Ó, Ó. Skupinka nejbližší stojících žen jen vzdychá Ó, Ó, Ó.

P: . - - . PAPÍRNÍCI. O zvláštní mávátko cizince se zajímají zvláště PAPÍRNÍCI, jde o z papíru vyrobenou růžici, která by se měla otáčet kolem své osy.

Q: - - . - KVÍLÍ ORKÁN. Celý vynález však nepracuje, růžice se pro velké tření neotáčí. Cizinec vysvětluje, že situace se zcela změní, když kolem KVÍLÍ ORKÁN.

R: . - . RARÁŠEK. Lidé kolem si začnou po tomto vysvětlení o cizinci šeptat, že to je pěkný RARÁŠEK.

S: SOBOTA. Na pódium vystupuje náčelník Sokola a všem sděluje, že dnes je SOBOTA.

T: - - TÓN. Celý TÓN jeho hlasu je slavnostní a velmi vážný.

U: . . - UČENÝ. Není divu, je to velmi UČENÝ muž.

V: . . . - VYVOLENÝ. Pro svou učenost se stal nakonec VYVOLENÝM pro funkci náčelníka.

W: . - - VAGÓNŮ. Na oslavu přijeli i lidé z okolních vesnic, bylo jich několik železničních VAGÓNŮ.

X: - . . - XÉNOKRATÉZ. Po náčelníkovi k řečnickému stolku přistupuje host a představuje se jako XÉNOKRATÉZ.

Y: • . - - Ý SE ZTRÁCÍ. Jeho češlina je na cizince velmi dobrá, jen dlouhé Ý SE ZTRÁCÍ v poněkud překotné řeči.

Z: - - . . ZPÍVÁME JEN. Oslava pokračuje hostinou, všeobecným veselím a nakonec už ZPÍVÁME JEN u ohně před budovou.

Když jste si pročetli ,pomocná¹ slova, představili si je a utvrdili si jejich spojení, můžete začít Morseovu abecedu používat.

Změna písmene v kód začíná vybavením si pomocného slova. U ,R' je to například slovo RARÁŠEK.

Na toto klíčové slovo se soustředíte a každou krátkou samohlásku zaměňte za **tečku** a dlouhou samohlásku za **čárku**, přitom je důležité dodržet pořadí krátkých a dlouhých samohlásek tak, jak jdou ve slově po sobě. V případě RARÁŠEK představuje tedy první ,a¹ tečku, druhé ,á' čárku a ,e' opět tečku, slovo RARÁŠEK zastupuje kód písmene ,R', který je: . - ,

Když začnete kód používat z paměti, vaše rychlost a plynulost se rychle zlepší. Brzy si tak rychle zvyknete na zaměňování písmen za kódy, že zvládnete i opačný postup a při pohledu na tečky a čárky si vybavíte pomocná slova a určité zastoupené písmeno. Nakonec zcela na klíčová slova zapomenete - kód se stane jakoby vrozenou znalostí, takovou, jakou je pro vás běžná abeceda.

Bez *Systému využití mozku* se Morseovu abecedu také naučíte, ale zabere vám to hodiny nudného opakování, než budete moci kód použít. Vytváření živých obrazů a scén pomáhá udržet vaši pozornost a pracuje jako stupínek k získání plynulosti a rychlosti. V celém procesu se můžete i pobavit!

Vedle vlastního kódu Morseovy abecedy může být pro vás užitečné naučit se i oficiální volací znaky, které pocházejí z angličtiny a používají se běžně v celosvětovém měřítku při rádiovém spojení. Jde o velmi dobře pamatovatelná slova.

Opět je uvádím s doporučením příběhu, který je spojuje.

A: ALFA. Váš příběh může začít u ‚ALFA‘ Garnetta, známé televizní postavičky!

R: BRAVO. Diváci volají ‚Bravo!‘, jsou z představení nadšeni.

C: CHARLIE [čárli]. Zaujme vás i další program; je to dokument o princovi Charlesovi.

D: DELTA. Vidíte Charlese při hře pokru v letadle letecké společnosti ‚Delta‘.

E: ECHO. Princ nařiká nad prohrou a jeho hlas v kabině vytváří ozvěnu - echo.

F: FOXTROT. Když letadlo přistane, na prince čekají na letišti davu na přivítanou a jedna dáma s ním tančí na letištní ploše foxtrot.

G: GOLF. Dalším bodem princova programu je golf.

H: HOTEL. Když hra golfu skončí, je už pozdě a princ se rozhodne zůstat přes noc v hotelu golfového klubu.

I: INDIA. Tématem hotelu je ‚Indie‘. Na stěnách visí obrazy Indie ... v restauraci se podává pouze kari ... a celá budova vypadá jako Taj Mahal.

J: JULIET [džuliet]. Pro prince je připraveno k pobavení divadelní představení a na balkoně už čeká nedočkavá Julie.

K: KILO. Bohužel, herečka hrající Julii má několik kilo nadváhu a celý balkon se zřítí na zem.

L: LIMA. Princ Charles se dozví, že nejbližší Shakespearovo představení je až v Limě, v Peru, ale přesto se rozhodne tam odcestovat.

M: MIKE [májk]. Princ sebere se stolu vysílačku a do *mikrofonu* sdělí své rozhodnutí pilotovi.

N: NOVEMBER [novemb]. Pilot mu odpoví, že než se dostanou do Peru, bude listopad - November. Snaží se prince od cesty odradit.

O: OSCAR [oskar]. Jeho přesvědčování je tak dobré, že za svůj výkon dostane pilot Oskara!

P PAPÁ. Při udělování ceny muž děkuje svému otci: ‚Papa!‘

Q: QUEBEC [kebek]. Povolá na jeviště celou svou rodinu, mnozí přiletěli až z Kanady, z Quebecu.

R: ROMEO [roumiou]. Davem se prodere vpřed Romeo! Zdá se, že si konečně princ přijde na své...

SIERRA. Romeo však místo přednesu své role skočí do svého vozu Ford Sierra a chce odjet do dálav. Náhle však uslyší jakousi hudbu a se zaskřípěním brzd zastavuje.

T: TANGO [tengou]. Pouliční kapela hraje živou skladbu a okolo postávající davy lidí začnou tančit tango.

U: UNIFORM [junifórm]. K tanci se však můžete přidat pouze máte-li na sobě uniformu. Někteří muži jsou oblečeni jako policisté -jiní jako námořníci nebo vojáci.

V: VICTOR [vikt]. Konečně je vybrán vítěz taneční soutěže, je jím váš soused Viktor!

W: WHISKY. Jako cenu dostává obrovskou láhev whisky. Vypije ji naráz a okamžitě se hroutí k zemi.

X. X-RAY [eks rej] (rentgen). Muže rychle odvezou do nemocnice, kde ho rychle rentgenují.

Y YANKEE [jenkí]. Když se mu vrátí vědomí, zdá se být celý popletený. Zpívá písničku ‚Yankee Doodle Dandy¹ s velkým vypětím svého hlasu a domnívá se, že je Američan.

Z: ŽULU. Lékaři se vzdávají a tvrdí, že už více pro něho udělat nemohou. Primář říká, že jeho poslední nadějí je Šaman afrického kmene Žulu...

Protože seznam je řazen podle abecedy, máte pro každé slovo klíč. Když letoun prince Charlese přistává, další slovo začíná na F - foxtrot. Co dělá potom? Další slovo musí začínat na G - hraje golf.

Procvičte si procházení seznamem z paměti a za několik minut budete znát všechny dvacet šest volacích slovních znaků.

Tyto volací znaky slojí za to se naučit, můžete si je však i spojit s 'pomocnými' slovy Morseovy abecedy.

SEZNAM ÚKOLU

Techniky učení Morseovy abecedy dokazují důležitost organizace. Díky organizovanému přístupu je materiál přetvořen do logického, pamatovatelného tvaru a stejně jako u číselného systému je skutečnou námahu zapotřebí vynaložit pouze jednou. Investováním času do zapamatování si pomocných slov nebo volacích znaků si vytváříte zdroj, který můžete snadno znovu použít kdykoliv, kdy k tomu dostanete příležitost.

Čím více *Systém využití mozku* používáte, tím uspořádanější bude celý váš nový přístup. Na začátku týdne si například můžete udělat pomyslný seznam důležitých schůzek a úkolů, a pak tento seznam v průběhu týdne *použít*.

Začněte zaznamenáváním schůzek a úkolů příštího týdne na papír. Nejdříve se zabývejte schůzkami a každou přeměňte v sadu číselic.

Každá schůzka se stane pěticí číselic: čtyřech zastupujících Čas - 16.30, nebo dejme tomu 09.15 - a pak jedné označující

den týdne: 1 pro neděli, 2 pro pondělí atd. Tentokrát si nemusíte pamatovat datum - den, měsíc a rok - protože týden před vámi má pouze sedm dnů.

Přeměňte každou sadu číslic v živou scénu. Číselný systém vysvětlený ve třetí části průvodce, vám poskytuje vše, co k lomu potřebujete. Vyberte si představy, které vám pomohou vytvořit spojení s *důvodem* schůzky.

Věnujte několik minut propojení obrazů se samotnými schůzkami. Ve 14.50 v úterý, třetí den týdne, můžete mít například naplánováno setkání s daňovým poradcem. Číslice - 1, 4, 5, 0 a 3 - se stanou ‚NAPIS NA STŮL, AŽ VYČISTÍ MÍSU S KVĚTINAMI‘.

Představte si, že sedíte v kanceláři poradce a provádíte tyto činnosti. Snad omylem popíšete stůl a nabídnete se, že něco vyčistíte...

Každá plánovaná schůzka se stane kombinovanou a propojenou představou. Když ukončíte oživení všech scén, posledním krokem bude jejich spojení.

Nejsnadněji to uděláte pomocí paměťové cesty. Obsahuj e-li váš seznam více než deset položek, jednoduše přejděte na další cestu. Můžete si dvě cesty vytvořit jen pro lento účel a na konci každého týdne je vyčistit pro použití v týdnu nadcházejícím.

Soustředte se postupně na každou schůzku a příslušnou představu ukotvěte do prostoru na vaší cestě. Když skončíte, budete mít celý týden přehledně naplánovaný a uložený v paměti. Abyste si vybavili příští schůzku, jednoduše přejděte v paměti z jednoho prostoru do druhého a připomeňte si všechny podrobnosti.

Níže uvádím seznam sedmi schůzek nadcházejícího týdne. Použitá cesta v doporučení je opět cestou vaším domem, kterou jsem podrobně popsal v první části průvodce.

SCHŮZKY

10.45, pondělí: SCHŮZKA V BANCE

12.30, pondělí: SETKÁNÍ S TOMÁŠEM U OBĚDA

17.30, úterý: TENISOVÝ ZÁPAS

14.15, středa: ČEKAT NA LETIŠTI NA JARDU

21.30, středa: SCHŮZE VÝBORU

09.15, čtvrtek: PŘEDNÁŠKA NA ODDĚLENÍ

11.20, pátek: PLÁNOVACÍ SCHŮZE

Doporučení

10,45, pondělí: Schůzka v bance.

Pětici číslic tohoto případu jsou: 1, O, 4, 5 a 2 - první Čtyři označují čas a pátá den, pondělí.

Vstupte do prvního úseku vaší cesty - na chodník před vaším domem. Byl tam postaven fialový kulečnickový stůl -ale ještě předtím, než vy a zástupce banky si můžete zahrát, musíte vyčistit několik ptačinců na plátně stolu...

Zástupce banky vyhraje a vy mu dlužíte ještě *více* peněz. Vyhraje také další hru a brzy jsle tak chudí, že mu raději kulečnick dáte, abyste své dluhy splatili...

ZÁSTUPCE BANKY je přítomen, aby vám připomněl důvod této schůzky, a scéna obsahuje všechny podrobnosti, které potřebujete. Znovu si představte FIALOVÝ - 1 -KULEČNÍKOVÝ O STŮL - 4, vzpomeňte na ČIŠTĚNÍ - 5 - PTAČINCŮ - 2.

Se zástupcem banky se máte setkat v 10.45 v pondělí, druhý den týdne.

12.30, pondělí: Setkání s Tomášem u oběda. Zde jsou číslice 1, 2, 3, O a 2.

Umístění je na přední verandě. Tato prostora byla přeměněna na úkryt k pozorování ptáků. Představte si, že tam sedíte s Tomášem, jíte oběd a pozorujete činnosti odehrávající se v ptačí kleci připev-

něné vně okna. Jste uprostřed jídla, když se náhle něco stane. BAREVNÝ - 1 - PTÁK - 2 - VSTOUPÍ - 3 - do PRÁZDNÉ - O - PTAČÍ KLECE - 2.

Zatímco s Torném dojídáte oběd, hovoříte o tomto krásném stvoření.

Jestliže jste se zatím s Tomášem ještě nesetkali nebo máte problém si ho vybavit, můžete do scény uvést nějakou připomínku jeho jména, třeba mmahawk. Vždy dávejte pozor na možnost omylu a raději přidejte další podrobnosti obrazu, abyste vaše nápady udělali určitějšími.

Když se do tohoto úseku vaší cesty vrátíte, budete si pamatovat, že s Tomášem máte obědovat v pondělí ve 12.30.

17.05, úterý: Tenisový zápas.

Na tuto scénu se přesuňte do haly, do třetího úseku vaší cesty. Nebude překvapením, že hala se změnila v dlouhý a úzký tenisový kurt. Musíte však dávat pozor, abyste míčkem nezasáhli některou ozdobu na jedné z poliček - nebo nezranili někoho z procházejících lidí!

Zápas se stále přerušuje, protože lidé potřebují projít. V jedné, zvláště dlouhé přestávce se rozhodnete vytáhnout si knížku a něco si přečíst. Kniha je románem o moři - třeba *Bílá velryba* nebo *Člísti*. Při čtení si bez uvažování mimoděk pohazujete právě vyčištěnýma botama, klére byly položeny vedle vás.

ČTETE - 1 - o MOŘI - 7 a POHAZUJETE SI - O -VYČIŠTĚNÝMA - 5 - BOTAMA - 3.

To vše se odehrálo na kurlu v hale, což znamená, že váš tenisový zápas je plánován na 17.05 v úterý.

14.15, středa: Setkání s Jardou na letišti. Dalším úsekem na vaší cestě je kuchyň. Někdo demontoval tryskové dopravní letadlo; slovky součástek leží rozloženy na novinách a části motoru jsou čištěny ve dřezu!

Ať už byl tím mechanikem kdokoliv, popsal poznámkami celý kuchyňský stůl a několik vět je i na židli, kterou jste ráno umyli. Nejvýraznějším a největším písmem je na ní napsáno 'Jarda'!

Součástky letadla vám připomenou letiště a nápis na židli jméno osoby, na kterou tam máte počkat. Zbytek informace je jasný: někdo POPSAL -1 - STŮL - 4 - a dokonce i právě UMYTOU - 5 - ŽIDLI - 4! Máte být na letišti ve 14.15 čtvrtý den týdne, ve středu.

21.30, středa: Schůze výboru.

Váš další myšlenkový přesun vede do prádelny. Tady byl postaven velký kulatý stůl a u něho byla právě zahájena schůze výboru. Předseda musí křičet, aby ho ostatní v hluku pračky slyšeli...

Když přijde řada na vás, abyste promluvili, rozhodnete se udělat pro upoutání pozornosti něco zvláštního. HODÍTE -2 - BAREVNÉ - 1 - KVĚTINY - 3 - na KULATÝ - O -STŮL - 4.

Když se vrátíte do tohoto prostoru cesty, čeká na vás jasná informace. Další schůze výboru začíná v 21.30 ve středu.

09.15, čtvrtek: Přednáška na oddělení.

Přejděte do jídelny. Kolem stolu tam sedí všichni vaši kolegové a čekají na vaši přednášku. Na jedné straně je postavena bílá tabule, vy si v rychlosti, než začnete, opakujete hlavní body.

Náhle si všimnete, že jeden z vašich podřízených má na sobě fotbalový dres! Rozhodně to není vhodné oblečení do práce. Vysvětluje vám, že prádelna společnosti mu zničila oblečení a podává vám psanou poznámku prádelny. Nezdá se vám to jako vhodná omluva a zavoláte si samotnou vedoucí prádelny, abyste zjistili, co se to vlastně děje...

Příběh začal, když jste si všimli FOTBALQVÉHO - O -DRESU - 9, a pokračoval, když vám byl předáři DOPIS -1 -

z PRÁDELNY - 5. Pěti číslicemi zde jsou 0,9, 1, 5 a 5, takže vaše další přednáška pro oddělení je v 09.15 pátého dne, to je ve čtvrtek.

U.20, pátek: Plánovací schůze.

Posledním prostorem, který na své cestě potřebujete použít, je sedmý úsek, obývací pokoj. Tam právě probíhá další schůze, a proto, abyste ji odlišili od jiných, si představte, že stěny jsou pokryty složitými plány a projekty. Všichni v místnosti mluvíte tiše a naléhavě, abyste své plány na budoucnost utajili.

Než sami začnete na schůzi hovořit, pročtete si své vlastní plány. Když zjistíte, že je dobře znale, vhodíte je do dutého bubnu, který stojí vedle pohovky. Zdá se, že plány se týkají hlasité hudby...

Když se do pokoje vrátíte, rychle si vybavíte, co jste tam dělali při své poslední návštěvě. ČETLI jste -1 - své PLÁNY -1, pak jste je HODILI - 2 - do DUTÉHO - O - BUBNU -6. Plánovací schůze je v 11.20 v pátek.

Několik posledních chvil věnujte prohlédnutí cesty. Všechny plány pro příští týden jsou vám nyní kdykoliv k dispozici. Každá místnost vám připomene nějakou schůzku - o co jde, v kolik hodin a kterého dne.

Když to potřebujete, můžete si rychle představit celý seznam nebo vybrat jen jedinou položku. Můžete zjistit, co děláte těsně před nebo po dané schůzce a je-li to zapotřebí, můžete do scén zařadit více podrobností.

Tak například na plánovací schůzi v pátek přijde zvláštní host. Jednoduše změňte jeho nebo její jméno v obraz a vložte ho mezi plány a nástroje v místnosti.

Uvažujete-li o důležité záležitosti, kterou byste chtěli přednést na schůzi výboru ve středu večer, stačí ji změnit v obraz a zkombinovat ho se scénou v prádelně.

Zvažte, jak by bylo výhodné mít všechny úkoly týdne takto pohromadě. Můžete si tak sjednat nové schůzky bez toho, že byste listovali diářem, a budete tak využívat svůj čas efektivněji. Co je však nejdůležitější ze všeho, nikdy nezapomenete být na správném místě v pravý čas!

PAMATOVANÍ ČEHOKOLIV

Vedle důležitých schůzek můžete techniky *Systému využití mozku* dobře použít i k zapamatování těch nejobyčejnějších záležitostí každodenního života.

Abyste si pamatovali úkoly a různé myšlenky a nápady -vše to, co hrozí, že zapomenete stejně rychle jako vás to napadlo - vyberte si vhodné místo, ke kterému vše *ukotvíte*.

Vzpomeňte si na místo, kolem kterého procházíte několikrát za den. Může to být rám hlavních dveří vašeho domu, židle stojící před vaší kanceláří nebo nějaké police ve vašem obchodě. Udělejte si z toho pomyslné .skladiště - místo, kam .uložíte' nápady, úkoly a různé části informací. Můžete tom zanechat cokoli, co si potřebujete zapamatovat, abyste si lo zase vyzvedli někdy v budoucnosti.

Pokaždé, když získáte informaci, kterou můžete potřebovat - ,vezmi tu knihu do knihovny', ,zalej ty květiny', ^Zatelefonuj paní Novákové" - vytvořte si představu, která to bude zastupovat. Udělejte ji co nejjednodušší: knihu z knihovny ... vaši květinu smáčenou vodou ... dokonce i samotnou paní Novákovou.

Dalším krokem je její umístění. Věnujte pár chvil zvážení nejpamatovalelnějšího způsobu ukotvení představy na vámi vybraném místě.

Vybraným .místem' je například vchod do vašeho domu. K dřevěnému rámu může být přibita kniha z knihovny - ve

výši očí, abyste si mohli název přečíst pokaždé, kdy dveřmi procházíte.

Vaší rostlině se bude dobře dařit *nahore* na rámu. Představte si, že z kořenů odkapává na někoho dole trocha vody...

Je-li vaším .místem¹ police, můžete strčit paní Novákovou dovnitř ... a tam ji uzamknout! Představte si ji tam vsedě, potmě mezi všemi ostatními pamatovatelnými scénami: velkou plechovkou se žrádlem pro kočku, která je lam přilepena tak, aby se nepřekolila - ,*nakrm kočku**; novým kopacím míčem, který tam visí na niti zavěšené shora - ,*vezmi Martina na jeho fotbalový zápas'*; trochu páchnoucím pytlek se smetím - .*zajdi vysypat smetí...'*

Pokaždé, když budete procházet kolem tohoto skutečného místa - dveřmi, policí, palem - zkuste si vzpomenout na všechny představy, které jste tam uložili. To vám pomůže vyřešit častý problém: „Ani si nepamatuji, že jsem si *měl* něco pamatovat...!“ Překontrolujete-li si připomínky pokaždé, když jedete kolem, nikdy nezapomenete to, co jste si rozhodli pamatovat. Jednoduše se jen soustředíte na představu a myšlenka skrytá za ní se sama objeví.

Vedle pravidelné kontroly ^skladiště' pokaždé, když míváte skutečné místo, se pokuste získat návyk vracet se k němu několikrát denně ve svých představách. Čím častěji se budete vracet, tím přirozenější bude celý proces.

Když s předslavou jednou provždy skončíte, jednoduše ji odstraňte - smetěte ji se stolu ... odřízněte ji od jejich spojení ... odstraňte všechny hřebíky. Většina připomínek bude nutná jen na několik dní a vaše paměť si brzy uvykne uložit si představy jen na tak dlouho, jak bude potřeba.

Místo abyste namáhali svou paměť a snažili se přijít na to, co jste to *měli* udělat, budete vždy schopni vrátit se do známé .myšlenkové oblasti' a tam se rozhlédnout po zbývajících připomínkách.

Pomozte své paměti tak, jak jen to jde a ona vás nikdy nezklame.

PRAXE ZDOKONALUJE

Mozek je jako kterýkoliv jiný sval: čím více ho používáte, tím pohodlněji se cítí. Zapomeňte na všechny ty pověsti, že paměť se zhoršuje s věkem. Používejte svůj mozek, procvičujte ho a nechejte ho pracovat, vaše paměťové schopnosti tak zůstanou trvalými.

Pokaždé, když máte nějaké jméno nebo informaci ‚na špičce jazyka‘, uvažujte o tom tak dlouho, až si vzpomenete. Buďte pozitivní; předpokládejte, že vaše paměť *bude* fungovat a buďte právem hrdí tehdy, když pracuje.

Zkoušejte si zapamatovat své sny. Jestliže se vám během dne vrátí některé představy snu, snažte se je doplnit pomocí vhodných asociací, které vás napadnou.

Vědci tvrdí, že sníme vždy, když upadneme do hlubokého spánku, ale jak často si pamatujete svá snová dobrodružství? Já si pamatuji své sny do podrobností ještě dlouho za bílého dne, a to jen proto, že jsem přesvědčen, že to *jde*...

Čím více si zvyknete na pamatování snů, tím zručnější budete při vytváření silných příběhů plných představ. Sny dokazují, že naše mozky jsou schopny podržet si představy, které se zdají být skutečnými a dovolují nám zahlédnout náš potenciál pro vytváření fascinujících postav, nádherných scén a pamatovatelných příběhů.

Systém využití mozku se týká používání tohoto potenciálu v době, kdy jsme naprosto při vědomí a dává nové rozměry i tomu nejnudnějšímu materiálu. Pojednává o uvědomění si toho, že naše paměť je naším nejhodnotnějším zdrojem schopným vytrénovat se pro cokoliv, co si přejeme, aby udělala nebo absorbovala.

Používejte svou paměť pokaždé, když to jde. Vždy uvažujte o příležitostech, které vám dává její využití. Čím častěji určitou techniku používáte, tím přirozeněji vám bude připadat a vaše sebedůvěra tím vzroste.

Systém využití mozku může být aplikován na cokoliv. Jeho zákonitosti vám umožní převzít kontrolu nad jakoukoliv informací a dají vám jistotu, že si vše budete pamatovat tak dlouho, jak to bude zapotřebí. Místo toho, abyste všem říkali, jak máte špatnou paměť, začněte si cenit jejích schopností.

Dobrá paměť vám pomůže uspět při zkouškách, vybuduje vám pevné základy, na kterých budete moci stavět, a dá vám Čas a svobodu pro tvůrčí Činnost.

Dobrá paměť napomáhá také společenským dovednostem - pamatováním jmen, zacházením se seznamy hostů, nebo při projevech.

Dobrá paměť pomáhá při podnikání, vede vás k lepší organizaci vašeho času, usnadňuje efektivní přednášení projevů a prezentací v dobrém stylu.

Dobrá paměť vám pomůže každý den - při nákupech, s adresami, narozeninami, úkoly.

Se Systémem využití mozku je dobrá paměť každému na dosah.