

# Иркутский профессор мгновенно запоминает 5500 слов

А 15 различных курсов лекций объемом в 1000 часов доктор наук Олег Подлиняев читает без единой бумажки.

Один иркутский слесарь-автомеханик кидает своих новых знакомых на ящик пива, заключая пари в том, что он за ограниченное время заучивает 500 любых слов и повторяет их как в прямом, так и в обратном порядке. Для колеблющихся он сам себе усложняет задание: говорит, что по желанию спорящего будет называть их выборочно в зависимости от порядкового номера. И поверьте, редко кто устоит от искуса заполучить на халяву ящик пива, но все проигрывают. На вопрос, откуда такие способности, он не без гордости отвечает: "Знакомый профессор научил!"

Профессор кафедры педагогики Иркутского госпедуниверситета Олег Подлиняев без лишних проволочек пригласил меня на лекцию, которую он читал для школьных психологов в институте повышения квалификации работников образования. Там же в подтверждение своих слов Олег Леонидович провел эксперимент-фокус. На доске записываются 40 любых слов, называемых обучаемыми. Затем профессор отворачивается от доски и просит зачитать их с интервалом полторы-две секунды и минут через пять называет слова по памяти не только в прямом и обратном порядке, но и выборочно, по нумерации.

После этого наступает наша очередь запомнить двадцать пар слов. Результат удручающий: группой в 25 человек мы смогли вспомнить только 5 пар. Опыт повторяется с другими словами после изучения простенькой методики запоминания: результат потрясающий – названы все двадцать пар. После того как Олег Леонидович закончил ставить автографы на своей книге, он ответил на наши вопросы.

## 19 вагонов порожняка

– Олег Леонидович, почему вы, доктор педагогических наук, заинтересовались психологией?

– Человек очень нерационально использует интеллектуальные возможности своего мозга. По подсчетам нейрокибернетиков, КПД мозга – 7–10 процентов, а ресурс памяти используется и того меньше. Поэтому мы и занялись разработкой технологий более рационального использования мозга и, в частности, памяти. Наши разработки позволяют за однократный акт восприятия без зазубривания, на всю жизнь запоминать необходимую информацию. Ее можно записывать в мозг со скоростью чтения книги, запоминать иностранные слова со скоростью 100 слов за 30 минут работы.

– Сколько информации вообще может запомнить человек?

– Ресурсы памяти практически безграничны. Еще в 70-е годы прошлого века было подсчитано, что потенциальная память любого человека составляет 125 миллионов мегабайт. Чтобы было нагляднее, давайте этот объем представим в виде компьютерных дискет. Чтобы их перевезти потребуется 20 товарных вагонов. За жизнь человек заполнит информацией только "один вагон дискет", а 19 так и остаются пустыми.

## Чего не любит природа?

– Выходит, что память нужно развивать?

– Есть много книг, которые называются, к примеру, "Развитие памяти" или "Методы развития памяти". Такая постановка вопроса в корне не верна. Речь должна идти не о развитии памяти, а о том, как ею рационально пользоваться. Представьте себе два новейших компьютера с новейшим программным обеспечением. За одним сидит начинающий пользователь, а за другим – опытный программист. Потенциал, с которым они имеют дело, у них одинаковый, но только один умеет этот потенциал использовать, а другой только и умеет, что включить-выключить, да еще игрушку какую-нибудь запустить. И если при этом пользователь еще будет и жаловаться на компьютер, что у него ничего не получается, то это по меньшей мере покажется смешным. То же самое происходит и с памятью. Дело не в том, что у кого-то хорошая память, а у кого-то плохая: природа не

любит лишней работы — этому дам, этому не дам — она всем людям выделила одинаковое количество нейронов. Физиологи не нашли бы разницы между мозгом Эйнштейна, Наполеона и, скажем, дяди Ваня-столяра или учащегося коррекционной школы. Разница здесь лишь в том, как мы этот потенциал реализуем.

### **1000 часов лекций без единого конспекта**

— Почему же тогда мы в большинстве своем имеем плохую память?

— Парадокс в том, что, покупая простенькие приборы типа пылесоса или утюга, мы, прежде чем ими пользоваться, изучаем инструкцию по пользованию. Для эксплуатации же такого сложнейшего устройства, как мозг, инструкции нам никто не предлагает. Каждый пользуется как может, и довольно unsuccessfully. В школе этому тоже не учат, и поэтому большинство людей просто неправильно пользуется своим мозгом. Мы, если хотите, разрабатываем такие инструкции.

— А какие успехи в запоминании лично у вас?

— Я, в принципе, могу запоминать книгу, которую читаю, но при условии, что понимаю, что там написано, со скоростью чуть медленнее, чем скорость обычного чтения. Если говорить о профессиональной сфере, то я читаю в иркутских университетах 15 различных курсов по педагогике, психологии и философии образования примерно на 1000 часов. И читаю их без единой бумажечки. Бывало, что в чтении некоторых курсов были перерывы лет по пять, и я, совершенно не готовясь, приходил и начинал читать, как будто бы перерыв перед этим был всего минут пять.

Как-то мы были в Тулуне в командировке, и нам показали новый учебный план, только что пришедший из министерства. Вечером мы посидели и посчитали, сколько бы потребовалось ученику, использующему наши технологии, чтобы все выучить и запомнить. Получилось, что для этого необходимо всего порядка 4–5 лет, то есть в 2–3 раза меньше, чем на самом деле. Как видим, это очень удобно и в познавательной, и профессиональной сфере, и в обыденной жизни. Эти технологии очень простые, и их может освоить любой человек, в том числе и дети.

### **Все новое — хорошо забытое старое**

— Вы первооткрыватель?

— Ну что вы! Конечно же, нет. У нас есть свои разработки — ноу-хау, но по большому счету все это известно с VII–VI века до нашей эры. Первым известным разработчиком этих технологий был Пифагор. Этими разработками очень активно пользовались Цицерон, Фома Аквинский, Томмазо Кампанелла... Последний, находясь в тюрьме, написал не только "Город Солнца", но и учебник по тренировке памяти. Тогда не было бегущих строк перед камерами или наушников, куда подается текст, и тем не менее древние ораторы могли часами выступать, и сбить их с толку было невозможно.

Это действительно парадоксально: несмотря на то что этим техникам уже тысячелетия, о них мало знают даже психологи. Один мой знакомый обучил этим техникам своего ребенка, и когда пришло время тестирования перед поступлением в школу, то он вместо 5–8 слов из десяти за короткое время запомнил 100. Это уже повергло психологов в шок. Но когда он еще и в обратном порядке назвал их все, у психолога случился глубокий транс, и она посоветовала отцу срочно показать ребенка психиатру.

### **Нужна ли мозгам фантазия**

— Что мешает или мешало двигать эти технологии в жизнь?

— У нас такое забвение стало возможным потому, что они были запрещены вплоть до 1991 года. В энциклопедическом словаре сороковых годов сказано, что "мнемоника — крайне реакционная, буржуазная псевдонаука, интеллектуальная эквилибристика, которая подменяет логическое мышление". Короче, все так, как было с кибернетикой и генетикой.

Другая причина — это традиционное образование, со своей упертостью, жесткостью и неспособностью перейти к новым технологиям. Ведь существующая модель образования была создана еще в VII веке. Сегодня же, по сути, все поменялось, а образование остается средневековым, и когда дети приходят в школу, то им развивают левое полушарие: учат читать, писать, считать, думать, рассуждать, анализировать и синтезировать. Если же ребенок начинает фантазировать, то ему говорят, чтобы это он оставил для папы и мамы. И так продолжается все 10–11 лет. В результате левое полушарие гипертрофируется, а правое

атрофируется. Давайте рассмотрим пример с культуристом. Пришел он в зал и стал накачивать левую сторону тела, а правая остается такой же. Что в результате? Получился уродец. Вот так примерно выглядит и наш мозг после традиционного обучения.

— Как я понял, ваши технологии направлены на то, чтобы включить в работу правое полушарие?

Немного не так: цель наших технологий — включить в работу весь мозг, его левое и правое полушария. В этом случае возможности нашего мозга резко возрастают. Чтобы запомнить какую-либо мысль, ее необходимо заучивать, зазубривать, а образ запечатлевается мгновенно. Самый простой пример: вы обратили один раз внимание на человека — и все... Встретив его даже через пять лет, вы будете думать о том, что где-то его видели.

Или возьмем, к примеру, собак. Они могут распознавать сотни запахов и помнят их практически неограниченное время. При этом никто не видел, чтобы собака сидела у платка и "зазубривала" его запах. Запах — это ее образ, который запоминается раз и навсегда. Именно поэтому у маленьких детей феноменальная память — они работают обоими полушариями. Затем они приходят в школу, и правое полушарие начинает угнетаться.

### **Наш мозг — продукт деградации**

— А вообще, вы задумывались о том, откуда у человека такой мозг? От обезьяны, что ли?

— Когда я стал изучать кибернетические основы мозга, то совершенно разочаровался в теории эволюции Дарвина. По сэру Чарльзу как получается? Идет по эволюции какой-то вид и сталкивается с проблемой, которая угрожает его существованию как виду. И здесь у вида два пути: не справился с задачей — погибает или что-то в себе развивает и справляется с задачей. У кого-то отрастают ноги, у кого-то уши или шея, клюв или крылья, а человек, получается, развивал мозг. Тогда возникает вопрос: когда и, главное, какая задача встала перед человечеством, что человек развил мозг такого уровня, что даже сегодня использует его процентов на десять.

И здесь, при всей мистичности и эпатажности, я склоняюсь к теории Эрнста Мулдашева, которая говорит о том, что человек не продукт эволюции обезьяны, а наоборот — инволюции или, по-другому, деградации более высокоразвитого существа, которое, в свою очередь, получило мозг как реликтовое наследие от более развитых цивилизаций. Более того, иногда кажется, что на наш мозг искусственно поставлен ограничитель, чтобы мы его не использовали на всю мощь, чтобы себе же не навредить. Эта теория мне представляется более корректной по отношению к человеку.

### **Кому и зачем это нужно?**

— А зачем человеку вообще учиться запоминанию?

— Если человек овладевает технологиями запоминания, то он выходит на качественно новый уровень познавательной деятельности. Он начинает качественно, по-другому работать с информацией: по-другому мыслит, по-другому запоминает. Кроме прикладного результата, к примеру, с первого раза запоминать то, что вам нужно, есть еще и побочные эффекты. Ваш мозг будет постоянно в рабочем режиме, что является хорошей профилактикой для различных дисфункций мозга. У человека до конца жизни будут отличная память и мышление. Есть еще один побочный эффект у тех, кто освоит наши технологии, — это новое реноме. К человеку начинают относиться по-другому, когда он ненавязчиво демонстрирует свои способности.

Пример — пожалуйста. Если на первой бизнес-встрече вы запомните всех 10–15 человек по именам-отчества или, скажем, список тем, то к такому человеку начинают относиться с большим уважением и доверием (его не обманешь и голыми руками не возьмешь). Это очень полезный эффект в плане коммуникативных отношений.

— А долго ли надо тренироваться?

Всю оставшуюся жизнь. Как-то я проводил тренинг в группе, состоящей из предпринимателей, и их пафос был там такой: мы вам деньги заплатили, а память — ваше дело, чтобы к вечеру была "вмонтирована" в мозг! В результате из этой группы технологию запоминания освоил только один человек. Здесь, на мой взгляд, самое тяжелое — организовать себя, любимого, на тренировки хотя бы по 20 минут в сутки. Через две-три недели наступает качественный скачок. Как-то случайно встретился с этим человеком, и он сказал, что самое главное, что случилось после этого, — его перестали кидать (обманывать) партнеры и даже относиться стали как к какому-то экстрасенсу, способному читать мысли.

– Есть ли у ваших подопечных какие-либо более существенные результаты?

– Все техники запоминания можно освоить за три-четыре недели. В 1997 году мы работали в одном образовательном учреждении и за две недели поставили у детей разговорный французский язык на первичном уровне. В тот же год Иркутск посетила посол Франции, и она общалась с этими детишками на родном языке без посредников.

Еще мы сотрудничаем со школой английского языка "ABC", директором которой является Сергей Распутин. Наша задача активизировать у слушателей разговорный американский язык за 10 дней. Слушатели выезжают на берег Байкала вместе с преподавателями-американцами, которые ни слова не знают по-русски, и к десятому дню пребывания ученики и учителя начинают вразумительно общаться.

– Себя не пытались тестировать, скажем, на запоминание слов?

– Пытался. Мой личный рекорд – пять с половиной тысяч слов туда и обратно. Хотел продолжить, но запротестовал ассистент, составлявший списки слов.

Борис Высоцкий

Автор: Артур Скальский    © Номер один    IT'S MY LIFE..., ИРКУТСК    5058    23.03.2003, 07:59    210

URL: <https://babr24.com/?ADE=6575>    Bytes: 12954 / 12882    Версия для печати    Скачать PDF

 [Порекомендовать текст](#)

Поделиться в соцсетях:

*Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:*

- [Телеграм](#)
- [Джем](#)
- [ВКонтакте](#)
- [Одноклассники](#)

*Связаться с редакцией Бабра в Иркутской области:*

[irkbabr24@gmail.com](mailto:irkbabr24@gmail.com)

#### НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: [@babr24\\_link\\_bot](#)

Эл.почта: [newsbabr@gmail.com](mailto:newsbabr@gmail.com)

#### ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: [bratska.net.net@gmail.com](mailto:bratska.net.net@gmail.com)

#### КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь

Телеграм: [@bur24\\_link\\_bot](#)

эл.почта: [bur.babr@gmail.com](mailto:bur.babr@gmail.com)

Иркутск: Анастасия Суворова

Телеграм: [@irk24\\_link\\_bot](#)

эл.почта: [irkbabr24@gmail.com](mailto:irkbabr24@gmail.com)

Красноярск: Ирина Манская

Телеграм: [@kras24\\_link\\_bot](#)

эл.почта: [krasyar.babr@gmail.com](mailto:krasyar.babr@gmail.com)

Новосибирск: Алина Обская

Телеграм: [@nsk24\\_link\\_bot](#)

эл.почта: [nsk.babr@gmail.com](mailto:nsk.babr@gmail.com)

Томск: Николай Ушайкин  
Телеграм: @tomsk24\_link\_bot  
эл.почта: tomsk.babr@gmail.com

[Прислать свою новость](#)

#### **ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:**

---

Рекламная группа "Экватор"  
Телеграм: @babrobot\_bot  
эл.почта: equatoria@gmail.com

#### **СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:**

---

эл.почта: babrmarket@gmail.com

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)