

聪明的女人 愚笨的选择

〔美〕高恩博士 著
肯德博士 译
吴伟国

感生丛



记忆惊人的途径

董志新著

学林出版社

责任编辑：陈 昕

封面设计：周剑峰

记忆惊人的途径

董志新著

学林出版社出版

上海市钦州南路 81 号

新华书店上海发行所发行

上海市印刷三厂印刷

开本 787×960 1.32 印张 6 插页 2 字数 107,000

1986 年 12 月第 1 版 1996 年 12 月第 3 次印刷 印数 76,801-82,800 册

ISBN 7-80616-281-X/G·54

定价 6.50 元

“夜读精选”出版前言

夜幕降临，当你结束了一天紧张的工作和学习之后，准备怎样打发这难得的闲暇呢？看看电视，听听音乐，自是一种消遣；而读一些有趣又有益的书籍，则更会感到其乐融融。

数年前，我社为了适应广大读者夜读的需要，根据不同读者的兴趣爱好、求知差异，出版了一套“夜读丛书”，其内容涉及古今中外、文史哲经、天文地理……丛书出版后，受到广大读者的欢迎，曾一版再版。

当前，我国的改革开放事业进入了新的阶段，新一轮的求知，读书热潮正在社会各阶层掀起。为了满足广大读者的求知热情，我们在已经脱销多年的“夜读丛书”中精选了十种当年最受读者欢迎、最畅销而现在仍有巨大魅力的图书予以重版，相信它会受到广大读者的由衷欢迎。

学林出版社

1996年12月

记忆的意义、品质

没有记忆力的脑袋，等于没有警卫的要塞。

——拿破仑一世

记忆是智慧的仓库，要把一切东西迅速地放到应放的地方去。

——苏沃诺夫

智 慧 的 仓 库

——记忆与学习

记忆的作用，令人每时每刻都感触到的，是它在学习、在知识积累中的作用。人们常常说记忆是“智慧的仓库”，就是从这个角度对记忆作用所做的比喻。

人们要自觉地、理智地参加改造社会、改造自然的实践，就要有丰富的经验和知识。“前车之辙，后车可鉴”、“前事不忘，后事之师”——这是对历史经验的借鉴；“经一事，长一智”、“吃一堑，长一智”——这是对现实正反两方面经验的借鉴。人们或说“历史的经验不可忘记”，或说“记住这沉痛的教训吧”，或说“我们的经验是宝贵的”，就因为这些经验能使

人聪明起来，引导人们在新的实践中取得胜利。而这些，只能在学习（向书本学习和向实际学习）、记忆的基础上才能办到。

在学习上，不知道记忆的人是得不到知识的。日本教育家福泽渝吉在《劝学篇》中讲过一个故事：有一书生，在江户求学，他把朱子学派的书漫不经心地抄了几百卷，回家时不慎掉在海里，因而他的学问也随之葬于鱼腹。书本上的知识，即使你阅读了，懂得了，但还不能说这已真正成为自己的知识了。有些时候会出现这样的情况：我们在学习新知识的过程中，遇到一些先前曾经接触过研究过的问题，在当时这已是懂得了、解决了的问题，但现在却卡了壳，往往好拍着自己的脑袋瓜说：“这个问题，我好象在哪本书上见过，可就是一时记不清楚了。”或者不无遗憾地说：“这个问题，我是学过，可早忘没影了。”这岂不是等于没有学习吗？

所以，在一般的教育学著作中，都很强调知识的巩固性原则，认为老师如果要求学生牢固地掌握有关学科的基础知识和基本技能，就一定要引导学生加强记忆。学生对知识理解了，还不等于已经掌握了知识。如果他们只是把所学的知识弄懂弄通，而不能在头脑里加以巩固和保持，这样的学习对他们是无意义的。因为这种知识既不能作为他们进一步掌握知识的起点和基础，又不能到实践中去运用。可以说，不记忆一定的基础知识，掌握一定的基本技能，要想深入地学习、攻关，是很困难的。

许多教育家在长期教学实践中，看到了记忆在学习中的重要性。中国古代的大教育家孔夫子，要求他的三千弟子对学过的知识要暗暗地记住（“默而识之”：《论语·述而》）。他还举例说，学习《诗经》要“多识于鸟兽草木之名”。捷克斯洛伐克著名教育家夸美纽斯指出：“假如我们能够记得所曾读到、听到和我们的心里所曾欣赏过的一切事物，随时可以应用，那时我们便会显得何等的有学问啊！”这两位教育家的意见无疑是正确的，是对学习实践经验的总结。记忆——巩固性原则反映了学习过程中的一条客观规律。

由于记忆具有“再生”的特性，所以记忆这个“智慧仓库”中的“物资”越多，对于更多地聚集“物资”越有利，这和生活中实际的物资仓库的情形是不一样的。学习是连续的过程，前面积累的知识，对于后面学习新知识非常有用。记忆对学习的这种作用，在特殊的情况下就更加充分地显示出来了。山东大学哲学系教师刘大钧，曾经有过这样一段经历：一九六一年他高中毕业没考上大学，就在业余时间跟对《周易》有研究的外祖父学习《周易》。他聪明好学，记忆力又好，到一九六四年即把周易六十四卦和周易大传（十翼）全部背熟。“文化大革命”中，他因学《周易》被打成“封资修的残渣余孽”而关进牛棚，千辛万苦搜集来的书籍、资料被一火焚烧。刘大钧在极端困难的境遇下依然学而不辍。没有书，他就靠记忆把卦辞、爻辞、系辞抄在小本本上，装在贴身的口袋

里，一有机会就拿出来读。一九七八年，他相继写出了《读易管见》、《读史释易——读师卦》、《读豫卦》等哲学论文。一九八〇年底，山东大学哲学系几位教师对刘大钧进行了答辩考核。考核结果，刘大钧被正式调进哲学系任教。刘大钧身陷“牛棚”，书籍、资料被焚毁，丧失了一些学习的起码条件，倘若他没有把《周易》“全部背熟”的基础，就无法继续进行学习和研究了。精确记忆已学过的知识，是他“学而不辍”的重要条件之一。刘大钧这种情况并非绝无仅有。我国著名的史学家陈寅恪先生也曾凭记忆做过研究工作。社会学家费孝通介绍他的情况时说：“我一直佩服陈寅恪老先生，听说他两眼失明后还能继续做研究工作，因为他不但早就熟悉前人的有关文献，而且研究时所需要的历史资料早就储存在他的大脑里，什么时候要用，什么时候就能记起来。他能随口说出哪一段记载见于哪本书，哪一卷，哪一节，准没有错。”（见《访美掠影》）象刘大钧、陈寅恪这样失掉人身自由、失掉学习材料或双目失明的情况，对于广大求知者来说实属特殊，但它更鲜明地体现了头脑已记忆的知识对获得新知识的重要。古人说：“温故而知新”，里面就包括这层道理吧？

那么，记忆在学习中的作用是怎样发挥出来的呢？学习心理学告诉我们，在学习活动中，人的全部认识活动（如感觉、知觉、记忆、思维）和意向活动（如注意、兴趣、动机、情感和意志），都必须积极参加，才能使学习收到理想的效果。在这些心理活动中，记

忆是一切活动的基础。记忆是人的重要心理品质之一，它参加到心理活动中来，使全部心理过程成为完整的过程、统一的过程和发展的过程，它使人的一切心理活动都调动起来，以积极的状态来参加学习，记忆也就通过其他心理活动的媒介而对学习发生间接的作用。记忆不只是担任这种“组织者”的角色，而主要是亲自冲锋陷阵的“战斗员”，对学习直接发挥作用。无论是旧知识的巩固，还是新知识的获得，都是记忆在起作用。这从生理上看，就是建立神经联系和在已有神经联系的基础上建立新的神经联系，并把它们组织在自己的神经联系系统之中。大量的知识，就是这样被储存在“智慧仓库”里面。有了记忆，人才能不断地把感知客观事物的印象和思考问题的成果保留下来，不断地获得知识经验；有了记忆，人才能扩大经验，使先后的经验联系起来，对事物的认识逐步深入，并使其变成认识客观（自然界和人类社会）、改造客观的力量；有了记忆，人不但能识记直观的事物，获得直接经验，而且可以识记词、言语，获得间接经验，这就使人类的知识文化的积累成为可能。

记忆不仅在文化知识的积累、传播方面起作用，在文化典籍的留传方面，它也立过功劳。古代传说的“记忆之神”，曾被作为“科学与文化的保护者”而受到敬奉。战国后期，秦统一六国后，为加强统治实行文化专制政策，“燔书禁学”，许多典籍，毁于一炬。《诗经》一书能够保存下来，全赖当时学者的记忆。

《汉书·艺文志》载,《诗经》“遭秦(火)而全者,以其讽诵,不独在竹帛故也。”“讽诵”即背诵之意。《尚书》的流传,有着与《诗经》差不多的经历。据载,秦始皇焚书坑儒,烧掉了不计其数的书。到汉代,许多书籍已无法找到。汉文帝要访求一部《尚书》,感到十分困难。后来,打听到山东济南有个伏生,曾经担任过秦朝博士,不过他已九十高龄了。汉文帝便派人去找伏生口授,这样记录整理了《尚书》二十八篇。若非伏生有此记忆力,恐怕后人再也看不到《尚书》了。

东汉末年,在政治思想和文化学术方面占有泰斗地位的儒学大师蔡邕,其著作被时人称为“国典”。可惜,由于战乱,他的著作全部散失了。曹操把蔡邕的女儿蔡文姬从匈奴赎回后,有一次问蔡文姬:“听说夫人家里藏有很多古书,你还能记诵吗?”文姬说:“父亲生前曾给我四千多卷书,战乱流离,都不存了。现在我能记得的只有四百多篇。”曹操说:“我将派史人跟你,都写下来。”文姬说:“男女有别,不好意思。求您赐我纸笔,您要真书也行,草书也行,我自己写出来吧。”以后她果然写出来了,一点也没有错误。((《后汉书·董祀妻传》))蔡文姬凭记忆为文章典籍的留存作出了贡献。后人能够读到蔡邕的文章,真要感谢文姬夫人的博学强记哩!

到了近代,也还有这样的情况。清代学者毛奇龄,当初著《毛诗续传》一书,计三十八卷。后来逃避仇敌怨家的陷害,流落寄寓在长江淮河一带,不慎把《毛诗续传》遗失在芦苇杂草之中。他毫不气馁,在

手头没有书籍、资料的情况下，“乃就所记忆著《国风省篇》、《诗札》、《毛诗写官记》”等书（《清史稿》本传）。当然，文化典籍失而复得，不能仅仅依赖记忆，这里想说的，只是“智慧仓库”曾经起过这么个作用罢了。

英国哲学家弗兰西斯·培根说过：“一切知识，不过是记忆。”心理学家也认为，记忆是知识的化身，是效率的别名。如果你要有知识，那么，就要使“记忆之神”伴随着自己。

很少离得开它

——记忆与生活

可以说，人们参加的各项实践活动，从简单的到复杂的，从低级的到高级的，从这个领域到那个领域，从这件事情到那件事情，都要在记忆基础上进行，一时一刻也离不开它。不管你意识到还是没意识到，记忆总是在伴随着你，帮助你。正如十七世纪著名的英国资产阶级教育思想家约翰·洛克所说的那样：“记忆在人生的各个部分与各种情况中都是必需的，很少离得开它……”（《教育漫话》）

请看记忆对社会舞台上各类人物的帮助：

政治家们日理万机，要随时向“智慧仓库”提取库存。战国时代，楚国的左徒屈原，“博闻强志，明于治乱，娴于辞令”（《史记》本传），对内兴利除弊，革新政治；对外毁纵连横，抗拒强秦，不失为一时人杰。周

恩来总理记忆惊人，博通古今，思想深邃，郭沫若说他“思虑事物的周密有如水银泻地，处理问题的敏捷有如电火行空”。国际友人称他是“中华民族几千年悠久文化熏陶出来的当代英豪”。第二次世界大战期间的英国首相丘吉尔，熟记六万多个英语单词，是大战期间屈指可数的风流人物。据说，他写的那部达数百万字的大战回忆录，全是他自己口述，秘书笔录的，足见他记忆的出众之处。美国现任总统里根，可以“轻易记住复杂公文”。据《里根小传》说：“里根四周的人，都夸他记忆力好。做演员时，很轻易地记住台词，做州长后，他又能很快地看懂复杂的政府公文，吸收后在公共场合与人谈论。”

军事指挥人员克敌制胜，记忆是最好的“参谋”。从孙武始，人们就知道“知己知彼，百战不殆。”从前，杰出的统帅亚历山大和凯撒都能叫得出他们部下许多士兵的名字。英国将军薛西斯能把他的军队里面的十来万兵士一个个唤出姓名，这可谓“知己”的一个方面吧；报载，解放军某部炮兵参谋宋泽民“熟记外军团以下武器装备、编制等各种数据一千七百组”（见一九八〇年七月七日《解放军报》），这可谓“知彼”的一个方面吧。韩信的锦囊妙计，诸葛亮的神机妙算，也全在于“运用之妙，存乎一心”。“知己知彼”也罢，“存乎一心”也罢，倘若脑子里空空如也，恐怕是办不到的。在不但是斗力斗勇，而且是斗智斗谋的战场上，记忆之神始终在帮助你。

作家、艺术家要创造文学艺术形象，必须调动丰

富的生活积累和艺术修养。三国时代极富诗才的曹植，行七步而能吟成诗。据有关史料记载，他十岁左右便“诵读诗论及辞赋十万言”，能“诵俳优小说数千言”。当代文学巨匠郭沫若，早在二十岁前，就可以把《千家诗》、《唐诗三百首》、《诗经》全部背出来。当代另一文学巨匠茅盾，文学造诣极深。据装帧艺术家钱君匋在一篇悼念茅公的文章中说：“记得开明书店的主人章锡琛曾对郑振铎说：茅公能背出一百二十回《红楼梦》来，郑振铎不信。有一次大家聚在一起，章锡琛请茅公背《红楼梦》，并指定章回。茅公果然应命滔滔不绝地背了出来，大家都十分惊讶。”俄国作家契诃夫也具有非凡的观察力和记忆力。他只要见过一个人一次，这个人的特征他就永远不会忘记，善于用寥寥数笔把这个人勾画出来。

记忆对各种专门人才的帮助是很大的；对于那些从事平凡工作的人来说，记忆的贡献也毫不逊色。大庆仓库保管员齐莉莉，管理着一千零八十二项、十二万件器材。她对收得多、发得多的五百二十多项、七万多件器材，不仅能够背出它们的名称、型号、规格、单价、数量和货位，而且能够闭上眼睛，分毫不差地到货架上取下需要的器材。特别令人钦佩的是，她把五百二十多项器材的二千四百多个数字，全记在脑子里，某种器材进货多少，发出多少，库存还有多少，不看帐本，都一清二楚，能对答如流。大家都称赞她是“活帐本”。吉林铁路局通化列车段行李员张瑞，把共二万一千多字的《铁路旅客运输规程》“全部背

诵下来”。他担任行李员已十五年了，多次实现千批万件无差错。在路局技术表演赛中，夺得本项目的第一名，成为全局的技术能手，被誉为“活电脑”。

记忆和人们的日常生活也是息息相关的。孩子刚刚懂事，妈妈每告诉一点道理，都要叮咛：“记住，记住啊。”朋友托我们办一件事情，心里总是警惕自己：“可别忘了。”偶尔看到一句有哲理性的名言，往往是铭记在心，永志不忘，作为自己行为的准则。记忆，是生活中帮助我们最多的“朋友”。

记忆是万能的触觉，渗透到生活的各个方面。把眼光放开去，我们看到：政治家的治国安邦，军事家的运筹帷幄，外交家的周旋排解，文学家的著书立说，科学家的探难解疑，艺术家的出奇献巧，教育家的传道授业，实业家的苦钻勤做……总之，三教九流，各行各业，方方面面，在人们智力大厦里，记忆能力是力抵万钧的支柱。当然，也不能把记忆在智力中的地位说过分了。它是人的智力的一个组成部分，而不是智力的全部。记忆能力和观察能力、思维能力、想象能力、实践活动能力是相互作用、彼此联系的，是一个有机的整体。但这不妨碍对记忆重要性的解释。

记忆能力和人才成长有密切关系，人类早就把提高记忆力作为培养人才的内容，把记忆力强弱作为衡量人才智力的一条标准。历史上不少有建树的科学家、艺术家、政治家都有出类拔萃的记忆力。在我国的史籍中，关于“善记”者的记载，俯拾皆是，又

常把“博闻强记”一词作为对智慧杰出者的赞词。有识之士常为记忆出众、才能超群者不见用而惋惜。宋代陆游就曾有过这样的感慨。《老学庵笔记》卷六载：“王伯照长于礼乐，历代及国朝仪礼之书悉能成诵，亦可谓一时之杰。绍兴末，为太常少卿，迁礼部侍郎，犹兼少卿事，可谓得人。俄坐臺评去。近时不惜人才至此。”这段记载表明了陆游对当朝者“不惜人才”的抨击。而在大力培养人才、发现人才、任用人才的今天，情况却不同了。如据报道：解放军炮兵某部侦察参谋徐小丹，熟记敌军资料近一万个数据，可以准确流利地说出敌军师以下各种情报的数据。他不但被树为“参谋标兵”，而且还被送进院校深造（见一九八〇年三月二十五日《解放军报》）。这两个事例说明：一、人们以记忆绝佳为人才的一个标志（当然不是全部）；二、新旧时代，这样人才有两种命运。

糟糕，我忘记啦！

——忘记的悲剧

人如果丧失了记忆，将会是什么状况呢？明代陆灼在《艾子后语》一书中讲了这样一个故事：

齐国有一个人，得了好忘的病，行动就忘了停止，躺下就忘了起来，他老婆很担忧，对他说：“听说艾子很滑稽，知识丰富，能治好心里面的病，何不拜他做老师。”这个人说：“好。”于是骑上马挟着弓箭去

了。没有走一座房子远，尿逼得慌，就下马大便，把箭插在地上，马拴在树上。大便完了以后，往左边看，见到自己的箭，惊呼：“多危险啊，乱箭为啥射到这里来了，差一点没射着我！”往右边看，见到自己的马，高兴地说：“虽然受一场虚惊，却因此得到一匹马。”他拉着缰绳准备转弯，忽然踩着自己拉的屎，跺脚说：“踩到狗屎，脏了我的鞋子，真可惜啊！”赶着马，反而向回家的路走去。不一会儿到了家，在门外寻思说：“这是谁住的房子？难道是艾先生住的吗？”他老婆恰好看见他，知道他又忘了，就骂他。这个人失望地说：“这个女人素不相识，为啥出口伤人？”

健忘以至如斯，大概是陆灼夸张过甚，但这里确实描绘出健忘者的一般情况。那个齐国人，只有瞬间记忆，长久记忆已丧失了：他看见箭与马，想起了“箭”与“马”的概念，并为乱箭射来而畏之，为得到马匹而喜之，但他终于忘记了这是自己的东西。

这个齐国人由于丧失了记忆能力，不用说工作能力，连最起码的生活能力也没有了。足见人如果没有记忆力将是十分可悲的。

试想，尽管事情经过了千万次，但在头脑中毫无印象，人们不得不每次重新去认识那些已经反复碰见过的事物，不可能积累任何知识经验。这将是一种什么情景！有一句歇后语：“瞎瞎子掰苞米——到头一穗。”人们没有记忆能力，对知识经验的储存保留，大概就是这种情形吧。苏联生理学家谢切诺夫说过，一个人丧失了记忆，边学边忘，那将永远处于

他初生时的状态。

不用说记忆能力完全丧失了，就是记忆力差，也会给人们造成许多不便。教师记不住讲课内容，演员记不住动作台词，售货员记不住商品价格，护士记不住医生嘱咐，医生记不住处方内容，话务员记不住电话号码，考生记不住考题答案……如此这般，怎么会有高效率、好成绩呢？

“糟糕，我忘记啦！”“唉啊，我记错啦！”——在这歉意、负疚、懊悔以至惊恐的声音后面，是什么样的结局呢？也许是一点小小的失误，但也可能是无法弥补的重大损失。某医院一个医生用煤气烧开水，她忘记了此事而去干别的事情，结果烧裂了水壶，烤着了桌子，引起了火灾，损失了十几万元。第二次世界大战时，某步兵分队和空军分队联合作战，向一山地进攻。地面部队发展迅速，先占领了预定目标。指挥员命令一个参谋向空军分队发出电报命令：不再轰炸那一山地。遗憾的是这位参谋在自己没有把电报发出的情况下，就误认为此事已办过了。空军分队按计划轰炸了那一山地。胜利了的步兵被自己的空军“吃掉”了，那位参谋也拿自己的脑袋抵偿了自己的“没记住”。

记忆不佳在某些特定的情况下，还要影响到一个集团的行动，影响到政治生活。北宋末年，金兵南犯，京都沦陷，两帝被掠。宋高宗赵构渡过长江建立南宋，“方大驾南渡，典章一切扫荡无遗，甚至祖宗谥号亦皆忘失，祠祭但称庙号而已。又因讨论御名，礼