

Moonwalking with Einstein

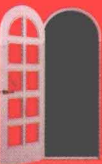
The Art and Science of
Remembering Everything

2011年亚马逊网络书店
年度最佳图书

与爱因斯坦月球漫步

美国记忆力冠军教你记忆一切

[美]乔舒亚·福尔 著 王旭 译



中信出版社·CHINA CITIC PRESS

MOONWALKING
WITH EINSTEIN

The Art and Science of Remembering Everything

与爱因斯坦月球漫步

美国记忆力冠军教你记忆一切

[美] 乔舒亚·福尔◎著 王旭◎译

中信出版社
北京

图书在版编目 (CIP) 数据

与爱因斯坦月球漫步：美国记忆力冠军教你记忆一切 / (美) 福尔著；王旭译.

—北京：中信出版社，2012.1

书名原文：Moonwalking with Einstein

ISBN 978-7-5086-3146-2

I. 与… II. ①福… ②王… III. 记忆术 IV. B842.3

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第 248162 号

Moonwalking with Einstein: The Art and Science of Remembering Everything by Joshua Foer

Copyright © Joshua Foer, 2011

Originally published by Penguin. Chinese simplified edition arranged through The Grayhawk Agency.

Simplified Chinese translation edition © 2012 by China CITIC Press.

All Rights Reserved.

本书仅限于中国大陆地区发行销售

与爱因斯坦月球漫步——美国记忆力冠军教你记忆一切

YU AIYINSITAN YUEQIU MANBU

著 者：[美] 乔舒亚·福尔

译 者：王 旭

策划推广：中信出版社 (China CITIC Press)

出版发行：中信出版集团股份有限公司 (北京市朝阳区惠新东街甲4号富盛大厦2座 邮编 100029)

(CITIC Publishing Group)

承 印 者：北京京师印务有限公司

开 本：787mm×1092mm 1/16 **印 张：**17.75 **字 数：**260千字

版 次：2012年1月第1版 **印 次：**2012年1月第1次印刷

京权图字：01-2011-4134

书 号：ISBN 978-7-5086-3146-2 / F · 2521

定 价：39.00 元

版权所有 · 侵权必究

凡购本社图书，如有缺页、倒页、脱页，由发行公司负责退换。

网 站：<http://www.publish.citic.com>。

服务热线：010-84849555

投稿邮箱：author@citicpub.com

服务传真：010-84849000

献给黛娜：一切的一切。

在人类所有认知过程中，记忆力的作用应该是最根本的，而且其影响力也是最大的。

——东尼·博赞

这本书对记忆力这种人类身体机能进行了精彩的论述，同时也记述了福尔这位拥有普通记忆力的记者夺得美国记忆力锦标赛冠军的过程。语言诙谐幽默，极富吸引力。

——丹·艾瑞里，杜克大学行为经济学教授，
《怪诞行为学》作者

这是一本非常精彩的书！乔舒亚·福尔创造了一种新的非小说文体。它不仅是一本科学新闻类图书，也是一个探险故事，同时还是一本混有生动人类记忆力研究的成长小说。如果你想知道我们是如何记忆、如何提高记忆力的，那就读这本书吧。

——乔纳·莱勒，《连线》杂志特约编辑，
《为什么大猩猩比专家高明》作者

乔舒亚·福尔向我们揭示了一个极少有人关注的事实：大脑可利用的空间完全超出了我们的想象。《与爱因斯坦月球漫步》并不是一本指导人们记忆人名或钥匙位置的手册，它探讨的是长期困扰人类的有关记忆力的问题，同时揭示出一个不太可能实现的设想：人类完全掌控自己的大脑。

——斯蒂芬·法提斯，
《几秒钟的恐慌》作者

他在写一本人类记忆力的书的时候，却研究了小鸡性别鉴定行业，这样的作者你能不喜欢吗？福尔是一位魔术师，他的大脑充满活力，他为我们带来了一丝清凉的微风。在阐释一个如此复杂的话题时，他驾驭了如此多的人文学科知识，而且内容既诙谐幽默又充满原创性。在读书的过程中，你甚至都意识不到自己到底吸收并理解了多少知识。这本书的确是一个奇迹。

——玛丽·罗奇，
《打点行装去火星》作者

公元前 5 世纪的一天，人们在一座坍塌的宴客厅废墟上费力地搜寻着亲人们的遗物——一枚戒指或者一双拖鞋，好辨认出亲人们的遗体，然后妥善地安葬。

几分钟前，希腊诗人西蒙尼戴斯（**Simonides of Ceos**）站在这座宴客厅里，朗诵一首诗歌赞美塞萨里亚的贵族斯科帕斯（**Scopas**）。朗诵过后，他刚坐到自己的座位上，就有人拍了拍他的肩膀，说有两个人正在外面焦急地等他，要告诉他一些事情。于是，他站起来向外面走去。就在他的脚刚刚踏出门外的那一刹那，宴会厅的屋顶就轰的一声塌了下来。一时间，大理石碎片四处乱飞，灰尘弥漫。在这场灾难中，西蒙尼戴斯是唯一的幸存者。

西蒙尼戴斯看着眼前的一片瓦砾，几分钟之前大家的笑闹声仿佛还回荡在耳边，转瞬之间却是一片死寂，烟尘滚滚。赶来救援的人们在废墟中疯狂地挖掘着，挖出的尸体大多血肉模糊，难以辨认。大家都不确定被压在下面的人是谁。这样的不幸一个接一个。

就在这时，一件极不寻常的事情发生了，它足以永久性地改变人们的记忆方式。西蒙尼戴斯站在废墟前，闭上眼睛，对身边的混乱充耳不闻，在脑海中开始让时间倒流。他的眼前出现了这样的画面——成堆的大理石碎块慢慢升起，还原成一根根柱子；散乱的碎片在空中重新组合起来；碎瓷片又还原成一只只盘碗；七零八散的木头碎片也重新变回了桌子；宴客厅里的宾客们对即将到来的灾难毫不知情；斯科帕斯在桌前大笑，坐在他对面的诗人把盘中剩下的菜肴裹在一片面包里，一位贵族在傻乐。西蒙尼戴斯扭头看向窗外外面，两名信使正骑着马赶过来，好像要告诉他什么重要的事情。

然后，他睁开眼睛，拉起一个个已近疯狂的搜寻者，小心地踩着瓦砾，把他们带到亲人们生前所在的位置。

据传说，就在那一刻，记忆术诞生了。

010010

THE ART AND SCIENCE OF REMEMBERING EVERYTHING

The Art and Science of Remembering Everything

目录



第1章
天才难觅 // 001



第2章
记得太多东西的人 // 019



第3章
高手中的高手 // 045



第4章
世界上最健忘的人 // 065



第 5 章
记忆宫殿 // 085



第 6 章
怎样记住一首诗 // 103



第 7 章
记忆的终结 // 131



第 8 章
瓶颈期 // 155



第 9 章
有才能的十分之一 // 179



第 10 章
我们中间的小雨人 // 203



第 11 章
美国记忆力锦标赛 // 229

后 记 // 251

致 谢 // 263

参考书目 // 265

第 1 章

天才难觅

当时，我的脑海里持续浮现着这样一幅画面：享誉全球的胖子明星多姆·德卢西（Dom DeLuise，梅花5）很粗俗地往阿尔伯特·爱因斯坦（Albert Einstein）的浓密白胡须（方块3）上吐了一口浓痰（梅花9），然后又用标准的空手道功夫朝教皇本笃十六世（Pope Benedict XVI，方块6）的大腿根狠狠地踢了一脚（黑桃5）。而天王迈克尔·杰克逊（Michael Jackson，红桃K）的行为则比这位胖子更古怪，他在一块黄黄的鲑鱼汉堡（梅花K）上拉了一泡屎（梅花2），然后又朝着一只气球噗的一声放了个屁（梅花Q），气球（黑桃6）就鼓起来了。矮小的雷亚·珀尔曼（Rhea Perlman）正在和身高足有两米三的苏丹篮球明星马努特·波尔（Manute Bol，梅花7）在一项国会法案里（梅花3）寻欢作乐（从空间结构上看，这样的事情是不可能发生的）。雷亚·珀尔曼曾在著名的美国连续剧《干杯》（Cheers）中饰演酒吧女招待（黑桃Q），获得过4次艾美奖最佳女演员奖。

把这类不太雅观的戏剧性场面写下来，我可不感到骄傲。这样的画面在我的脑海中持续上演着，直到我开始打量当时所处的环境。那样的场面，我

似乎是不可能经历到的。在我的左边，坐着一位叫莱姆·科利（Ram Kolli）的商业顾问，他留着胡子，来自弗吉尼亚州里士满，今年25岁，是美国记忆力锦标赛（也称脑力锦标赛、记忆力大赛）的卫冕冠军。在我的右边，是一台全国性有线电视网的摄像机，摄像机的镜头正对着我。而我的身后则是上百位观众，台上还有两位电视评论员在为比赛作点评。我看不到他们，他们也打扰不到我。其中一位评论员肯尼·莱斯（Kenny Rice）是拳击节目的资深讲解员，他穿着光鲜，但声音粗哑，听起来让人昏昏欲睡。面对台上我们这群呆子，他有点儿语无伦次。另外一位是斯科特·海格伍德（Scott Hagwood），是美国四届记忆力锦标赛的冠军，被誉为美国记忆界的“球王贝利”。这位化学工程师今年43岁，来自北卡罗来纳州费耶特维尔市。大厅角落落里放着一座外观极其华丽的奖杯，差不多和我那两岁的侄女一样高，不过看起来却比她的毛绒玩具还轻。奖杯分为双层，造型是一只银色的手，手指甲是金色的。这只手挥舞着五张同花色的10、J、Q、K、A牌，这一副同花顺下面是三只白头鹰，看起来很有爱国的味道。它虽然有点儿俗气，可我还是很喜欢。

场上要保持绝对安静，现场的观众不能拍照。我和莱姆都戴着耳塞，听不到观众的动静。我还戴着一副专业级的耳套，就像航空母舰上的船员戴的那种高度抗干扰耳罩（在记忆力比赛中，为保持绝对安静再怎么样也不为过，哪怕耳朵暂时失聪）。我紧闭双眼，两只手放着面前的桌子上，两副洗过的扑克牌牌面朝下放在我的双手之间。再过一会儿，比赛的主裁判就要按下秒表，而我只有5分钟的时间去记这两副扑克牌的次序。

记忆力锦标赛结束后，我依然坐在那儿，一动不动，浑身大汗淋漓。能够参加这样的比赛而且还坚持到最后，对于我来说好像是不太可能的事。这件事还要从一年前说起。当时我从位于华盛顿的家里出发，驱车前往利哈伊谷（Lehigh Valley），为《探索》杂志采访一位库茨城大学的理论物理学家。

他发明了一种真空箱，据说能做出世界上最大的爆米花。汽车沿着高速公路行驶，周围白雪皑皑。中途经过宾夕法尼亚州的约克市时，我停了下来，因为这里坐落着美国国家举重运动名人堂。当时我感觉，如果不停下来进去看看或许会抱憾终生。更何况，当时我还有一个小时的空闲时间。

这座名人堂位于全美最大的杠铃厂商的办公楼的一层，里面陈列着一些看起来略显乏味的黑白照片和纪念品。从博物馆学的角度看，这些都是没有什么价值的东西。但是，在那里，我第一次见到了乔·格林斯坦 (Joe Greenstein) 的一张黑白照片。乔·格林斯坦是一名美国犹太人，身体笨重但很强壮，身高 5 英尺 4 英寸。20 世纪 20 年代，他表演过一项很有趣的魔术——把一枚硬币咬成两半，然后从嘴里吐出来，再合成一枚完整的硬币。他还表演过另外一项不可思议的杂技——躺在布满钢钉的木板上，让迪克西兰爵士乐队 (Dixieland band, 14 名成员) 的所有成员坐在他的身上演奏。还有一次，他不用任何工具就把一辆汽车的四个轮胎给换掉了。因此，大家都叫他“铁臂人”。他的照片旁边写着：世界上最强壮的人。

盯着这张照片，我在想，如果这位世界上最强壮的人和世界上最聪明的人会面，那该是一件多么有趣的事情。想想看，铁臂人和爱因斯坦拥抱在一起，这样力量与智力超强结合的场面可是具有历史性的。至少我会把记录这一伟大场面的照片挂在床头，不过，我怀疑，这样的照片谁能拍得到。到家之后，我在谷歌搜索页面输入“世界上最强壮的人”，结果很快就出来了，就是来自波兰比亚瓦拉夫斯卡 (Biała Rawska) 的马瑞斯·普贾诺夫斯基 (Mariusz Pudzianowski)，他能举起大约 419 公斤重的物体，相当于我 30 个侄女那么重。

但是在查找世界上最聪明的人的时候，结果就没有那么明确了。我输入“IQ (智商) 最高的人”、“智力冠军”、“世界上最聪明的人”，搜索结果显示：有位纽约人的 IQ 是 228，有位匈牙利的天才棋手居然可以同时下 52 盘盲棋，有位印度妇女可以在 55 秒内心算出一个长达 200 位的数字的 23 次方根，还

有人居然能够复原一个四维魔方，当然也有大批像史蒂芬·霍金（Stephen Hawking）这样的天才人物。力量可以量化，但是大脑的量化可不是那么容易的。

在搜索过程中，我发现了一个比较有意思的人，他可能算不上是世界上最聪明的人，但至少也是一位异于常人的怪才。他就是世界记忆力锦标赛的冠军，名叫本·普里德莫尔（Ben Pridmore）。他能在一个小时之内准确按照顺序记住 1528 个随机数字，或是记住并一字不落地背诵出任意一首诗歌（这项才能足以让爱好人文科学的人印象深刻）。

接下来的几天，我时不时地想起本·普里德莫尔。我的记忆力水平只能说是一般，常常会忘记很多事情，例如我女朋友的生日或我们的纪念日、情人节、朋友的电话号码、布什总统的白宫办公厅主任的名字、新泽西州收费公路上的停车点顺序、我父母家的地下室门口处有一道裂缝（不小心踩进去，就只能喊疼了），等等；也常常会忘记自己把车钥匙放在哪儿了（甚至是车停在哪儿了）、打开冰箱是为了做什么、烤箱里还烤着东西、红人队是哪一年获得美国橄榄球超级杯大赛冠军的、给手机插上电源或是把马桶盖放下来，还有混淆“its”（它的）和“it's”（它是）等很多事情。

但是，本·普里德莫尔却能够在 32 秒内按照顺序记住一副洗过的扑克牌，在 5 分钟内牢记在 96 个不同的历史日期发生的事情，他还能记住小数点后 50000 位的圆周率数字。这样的记忆力怎么能不让人嫉妒？书上说，对于普通人来说，要回想起那些已经忘却的事情，每年要花费的时间加起来足有 40 天。那么可以想象，本·普里德莫尔的工作效率该有多高（且不提他暂时不工作的日子）。

我们每天都要记忆很多新的名字或密码，还要记住当天还有哪些约会。如果大家都能够拥有像本·普里德莫尔的记忆能力，那么有理由相信，生活跟现在相比会有很大的不同，会变得更好。现代社会不断产生大量新的信息，但是我们的大脑真正能够捕获的却微乎其微，大量信息都似从左耳进

右耳出般消失殆尽。读完一本书花费了6个小时，但是读完之后，对书的内容却仅仅有一个模糊的印象。所以说，如果阅读本身仅仅是一项获得知识的活动，那它应该是迄今为止我参与的收效最小的活动。所有的事情，包括一些奇闻轶事，甚至是一些非常有趣味的事情，我听过或看过之后，基本上都没留下什么印象，然后这些事情在我的脑海里消失得无影无踪。书架上有些书，我都不记得到底读过没有。

我禁不住想，如果书里这些原本极易被遗忘的内容能够被我牢牢记住，那将意味着什么？我应该会变得更让人信服，同时也会更加自信、更加聪明。当然，我将会成为一名优秀的记者、一个优秀的朋友、一个让女友觉得贴心的男人。但是，如果能够拥有像本·普里德莫尔那样强大的记忆力，我会成为一个更有魅力的人，或许还能拥有更多的智慧。如果说经验源于记忆，而智慧则源于经验的话，拥有好的记忆力不仅能够帮助我们更加了解这个世界，还能够帮助我们更加了解自己。当然，忘却一些折磨自己的事情是有益于健康的，而且也是必要的。对于做过的那些愚蠢透顶的事情，如果现在还记忆犹新，那么我可能就要疯掉了。但是，仅仅因为会遗忘而不去记忆，我们会错过多少有价值的想法，会忽略多少事物之间的关联啊。

我总在回想报纸上刊登的本·普里德莫尔的访谈录，他告诉记者：“其实记忆力就是一些技巧，你要明白怎么记住东西。每个人其实都能做到，真的，不骗你……”每次想到他的话，我就在想我的记忆力和他的到底有哪些不同。

参观完国家举重运动名人堂之后，我前往曼哈顿观看2005年美国记忆力锦标赛。比赛在联合爱迪生公司（Con Edison，位于联合广场附近）总部大楼19层的一个大礼堂里举行。我坐在礼堂的最后面。受到本·普里德莫尔的启发，我要为《石板》（Slate）杂志撰写一篇文章，所以来到这里观看比赛。当时，在我的想象中，这种比赛无疑是学者或专家们的橄榄球超级碗

大赛 (Super Bowl) ①。

但是到了现场我才发现，这场比赛可不是什么巨人之间的比赛。我看到的是：一群年龄相差极大且不修边幅的男人们（偶尔能看到几位女士）全神贯注地盯着多幅页面上呈现的随意数字和一长串一长串的单词。他们自称是“脑力运动员”（mental athlete），简称MA。

比赛包括5个项目。第一项是新诗记忆。参赛选手需牢记一首50行的诗歌，诗歌的名字叫“我的挂毯”，这首诗歌还未公开发表。第二项是面孔与人名记忆。大赛举办方为每位选手提供99幅人类面孔图像，每幅图都配有包含两个词的名字。选手需在15分钟内记忆这些面孔和对应的名字，记得越多越好。第三项是随机单词记忆。选手需在15分钟内记忆随机给出的单词，记得越多越好。第四项是数字记忆。选手需在5分钟内尽可能地记忆1000个随机数字（一共25行数字，每行40个）。第五项是扑克牌记忆。时间为5分钟，选手们需按照次序记忆一副洗过的扑克牌。在所有的参赛选手中，有两位选手是第36届世界记忆力锦标赛的记忆大师。在一个小时内，他们能够按照顺序准确地记住1000个随机数字、10副洗过的扑克牌；在不到两分钟的时间内，按照次序记住一副洗过的扑克牌。

表面上看，选手们的这些特长似乎有点儿像聚会上大家玩的小把戏，没什么实际用处，甚至有些枯燥。但是在采访了一些选手之后，我发现情况并非想象的那样。我开始重新思考自己智力的局限性以及我所接受过的教育的本质。

埃德·库克 (Ed Cooke) 是英国人，这次来美国参加记忆力锦标赛，算是一次春季训练，以备战夏季举行的世界记忆力锦标赛（由于不是美国人，所以他在这次美国记忆力锦标赛中的分数不算数）。我问他：“你什么时候意识到自己是记忆天才的？”

① 超级碗大赛，即美式橄榄球总决赛，一般在每年1月的最后一个星期天或2月的第一个星期天举行，是全美最受关注的体育赛事，已经成为一个非官方的全民节日。——译者注