

我的星期三是 蓝色的

一个孤独症天才的华丽蜕变

[英] 丹尼尔·塔米特 (Daniel Tammet) ◎著

马 斐 吴江彩 王 辉◎译

Born On A Blue Day

A Memoir of Aspergers and An Extraordinary Mind

最爱Top100图书

他行为怪异，曾是人们眼中的异类
他天赋异禀，在数字和语言方面出类拔萃

他在迷茫的泥淖中华丽转身
他带领我们了解孤独症人士的精彩世界

我的星期三是蓝色的

一个孤独症天才的华丽蜕变

[英] 丹尼尔·塔米特 (Daniel Tammet) ◎著

马 斐 吴江彩 王 辉◎译

Born On A Blue Day

A Memoir of Aspergers and An Extraordinary Mind



华夏出版社

HUAXIA PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

我的星期三是蓝色的：一个孤独症天才的华丽蜕变 / (英) 塔米特著；马斐，吴江彩，王辉译. --北京：华夏出版社，2016.6

书名原文:Born On A Blue Day: A Memoir of Aspergers and An Extraordinary Mind

ISBN 978-7-5080-8797-9

I. ①我… II. ①塔…②马…③吴…④王 III. ①塔米特, D. 自传 IV. ①K835.618.9

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第079380号

Born On A Blue Day: A Memoir of Aspergers and An Extraordinary Mind
by DANIEL TAMMET

Copyright:©2006 by DANIEL TAMMET

This edition arranged with ANDREW LOWNIE LITERARY AGENT Through
BIG APPLE AGENCY, INC., LABUAN, MALAYSIA.

Simplified Chinese edition copyright©2016 HUAXIA PUBLISHING HOUSE

All rights reserved.

版权所有，翻印必究

北京市版权局著作权登记号：图字01-2015-5542

我的星期三是蓝色的：一个孤独症天才的华丽蜕变

作 者 [英]丹尼尔·塔米特
译 者 马 斐 吴江彩 王 辉
责任编辑 王占刚

出版发行 华夏出版社
经 销 新华书店
印 刷 三河市少明印务有限公司
装 订 三河市少明印务有限公司
版 次 2016年6月北京第1版 2016年6月北京第1次印刷
开 本 670×970 1/16开
印 张 13
字 数 150千字
定 价 39.00元

华夏出版社 网址：www.hxph.com.cn 地址：北京市东直门外香河园北里4号 邮编：100028
若发现本版图书有印装质量问题，请与我社营销中心联系调换。电话：(010) 64663331 (转)

前 言

序一

这本书篇幅虽短，但却讲述了丹尼尔非凡的头脑。这本书不仅仅讲述了丹尼尔的“思想”，还讲述了他的“世界”。两者都值得我们研究。

丹尼尔在数字方面的非凡能力让人难以置信。如果让他计算37的四次方，他会不假思索地说出1 874 161。如果让他计算13除以97，他可以把答案精确到小数点以后100多位。我们平时使用的计算器远不是他的对手。你需要用电脑来检查他是否是正确的，当然毫无疑问他总是正确的。此外，丹尼尔还能在短短一周的时间内学会一门全新的语言，包括它的语法、词形变化和语义理解。2005年在英国首播的纪录片《脑人》记录了丹尼尔在短时间内掌握冰岛语的全过程，最后他还在直播电视采访中用刚刚学会的冰岛语跟当地电视台主持人侃侃而谈。

然而让我特别感兴趣的除了丹尼尔超乎寻常的成就，还有他的表达才能——描述自己是如何做到这些的。用第一人称的方式来描述自己非凡能力的情况非常罕见，甚至可以说几乎没有出现过。大部分有关特殊能力的书都是由他人写成，而并不是由拥有

这种能力的人自行完成。丹尼尔以一种前所未有的方式描述了他的内心世界。这些描述可以为影像学研究和神经心理学研究提供帮助，这其中有一些已经在实施当中。这样就为进一步研究“他们是怎样做到的”提供了难得的机会。

另外，让我感兴趣的是丹尼尔所详细描述的通感能力。通过这种特殊能力，他“看到”的从1到10 000这些数字不是单一的颜色，而是有着各种形状、色彩、质地和运动轨迹的，有时候甚至还有感情。在进行烦琐的运算的时候，他可以在脑海中直接“看到”答案，而不是像电话本那样用数字的形式写下来，更像是这些形状和颜色汇聚起来，合并成新的形状和颜色。

丹尼尔告诉我们他的通感能力是从儿时一系列的癫痫发作开始的。所以我把他归到“后天”学者综合征患者一类，也就是因为后天的中央神经系统损伤、疾病或者障碍才获得了超乎寻常的能力。这些“后天”学者综合征患者让我们想到了有关潜能的重要问题。在没有发生损伤的情况下，我们如何去激发这种可能存在于每个人身上的潜能。通过更多地研究丹尼尔，我们可能会有机会找出我们每个人身上可能存在的“小雨人”。丹尼尔本人也很乐意参与这种研究。

丹尼尔还给我们提供了他书中写到的高功能孤独症或者阿斯伯格综合征的治疗方法。跟他小时候表现出的显著行为症状相比，现在他的表现证明了他已经在一定程度上克服了孤独症的影响。其他很多孤独症人士随着年龄的增大，也幸运地取得了很多进步。丹尼尔取得的进步让他自己确立了崇高的人生使命，去激励癫痫病人和阿斯伯格综合征病人，用他自己的实例来证明这种情况不一定会影响人的

发展和潜能。他希望这个世界对残障人士来说可以变得更加包容。

我第一次见到丹尼尔是在密尔沃基艺术博物馆。那里有气势恢宏的建筑、绚丽丰富的色彩和引人注目的画像。那里是见丹尼尔绝好的地方：一座用各种形状、大小和颜色的玻璃片做成的高大雕像能够帮助我用一种直观的方式把丹尼尔向我描述的生动画面形象化。

丹尼尔是一个思路清晰、温文尔雅、礼貌谦虚的绅士，这些都体现在他的书中。他对未来的规划包括继续帮助像全英孤独症协会和全英癫痫病协会这样的慈善机构。他的名人身份有助于他完成这个崇高的使命。他还希望和科学家们继续合作，更详细地研究他的特殊能力。另外，他还打算推广不同的学习方法，尤其是视觉学习法，这种方法通常对于孤独症病人来说更容易理解和接受。

在个人生活方面，他的目标跟我们大多数人差不多。他也希望和伴侣、家人和朋友之间有更亲密的关系。就像他在书中最后一段描述的那样，他还希望寻找和品味那种极少拥有的宝贵的美好时光，那样的时光犹如天堂般美丽。

丹尼尔说数字是他的朋友。在他小时候，数字看起来确实是他唯一的朋友。现在，丹尼尔差不多是在全世界范围内寻找朋友并且结交了很多新朋友。但是，友谊是相互的。相信任何一个读过这本书的人，都会像我一样，被他的坦率真诚和富有责任感而打动，想和他交朋友。

达罗德·特雷费特 博士

电影《雨人》的科学顾问

序二

通感究竟有多罕见呢？只有不到1%的人会有这种能力。一个人患孤独症的概率有多大呢？也只有不到1%。一个人有通感能力又同时患孤独症的概率就更小了，大约是0.01%。这两种情况都发生在丹尼尔·塔米特身上。在丹尼尔的第一本书里，他向我们非常详细地讲述了他的故事。童年的时候他总觉得自己是个局外人，而成年之后他却完成了很多非凡的成就，这其中最了不起的就是他创造了英国和欧洲的圆周率背诵记录——小数点以后22 514位。他的其他天赋还包括可以轻松地学会外语，甚至还创造了自己的语言。他的天赋是两种罕见症状同时出现在一个人身上的结果吗？他的通感能力使他拥有一种富有质地的多重感官的记忆力，而孤独症又让他把注意力都集中在数字和句法形式上。因此，这本书所讲述的故事既引人入胜又激励人心。

西蒙·拜伦·科恩 教授

剑桥大学孤独症研究中心主任

目录

< < <

前 言	001
第一章 蓝色的9和红色的字	001
第二章 童年的我就是个大麻烦	013
第三章 与癫痫病抗争的日子	027
第四章 校园时光	042
第五章 格格不入的我	066
第六章 青春期	081
第七章 难忘的立陶宛时光	100
第八章 坠入爱河	122
第九章 我创造了自己的语言——曼提语	139
第十章 打破欧洲圆周率背诵纪录	151
第十一章 见到《雨人》的原型金·皮克	163
第十二章 我终于可以一个人去旅行了	178
致 谢	197
译后记	198

第一章 蓝色的9和红色的字

< < <

我出生于1979年1月31日，星期三。

我确定那天是个星期三，因为在我的脑海里那一天是蓝色的。对于我来说，所有的星期三都是蓝色的，就跟数字9或者大声争吵的颜色是一样的。我喜欢我的出生日期，因为我可以把其中的数字31、19、197、97、79和1979视觉化成光滑圆润的形状，就像沙滩上的鹅卵石一样。这些数字都是质数，它们只能被1或者它们本身整除。通过这种“鹅卵石般”的特性，我可以快速地识别出9973以内的所有质数。这就是我的大脑的运作方式。

我得了罕见的“学者综合征”。在1988年奥斯卡获奖影片《雨人》播出之前，人们对这种病的了解很少。就像达斯汀·霍夫曼在剧中扮演的角色雷蒙·巴比特一样，我非常在意日常生活

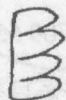
中的惯例和规则，这无形中影响了我生活的方方面面。比如，每天早晨我都用电子秤称重，确保刚好吃45克的燕麦粥。在离家之前，我会数一下穿了多少件衣服。如果不能每天在同一时间喝几杯茶的话，我就会变得焦虑。每当我感到压抑甚至不能正常呼吸时，我都会闭上眼睛数数，想着这些数字会让我重新冷静下来。

数字是我的朋友，它们总在我的周围。每个数字都是独一无二的，都有自己的特点。11是友好的，5是洪亮的，而4既羞涩又安静。4是我最喜欢的数字，可能是因为它会让我想到我自己。23、667、1、179是大的，而6、13、581是小的；有些数字是美丽的，比如333，有些数字是丑陋的，比如289。对于我来说，每一个数字都是特别的。

无论我到哪里或者在做什么，数字从来不会远离我的思想。在纽约参加戴维·莱特曼主持的脱口秀节目时，我告诉戴维他看起来像数字117——又高又瘦。后来我走到外面，站在时代广场上，注视着高耸入云的摩天大楼，感觉自己正在被很多数字9——这个数字总会让我有高大的感觉——包围着。

科学家们把我这种对数字形象化的、带有感情的认知称作“通感”。这是一种罕见的心理现象，即把不同的感官混合在一起，使人看到的字母或数字富有色彩。而我的情况更为罕见和复杂——我看到的数字是有形状、颜色、质地和运动轨迹的。比如，1是明亮的白色，就像手电筒的光射向我的眼睛；5就像轰隆的雷声或者海浪拍击岩石的声音；37就像结块的燕麦粥，而89总

会让我联想到飘落的雪花。



37



89

最出名的“通感”病例是一位叫作舍列舍夫斯基的记者，他有着惊人的记忆力。从20世纪20年代开始，俄罗斯心理学家卢里亚对他做了长达30年的研究。他就是卢里亚在《记忆大师的心灵》一书中提到的“S”。S有高度形象化的记忆力，这使他能够“看到”词语和数字的不同形状和颜色。他能用3分钟的时间记住50个数字的矩阵，并且经年不忘。卢里亚认为舍列舍夫斯基惊人的长短效记忆力来源于他的“通感”。

我从小就有这种通感的经历，它一直伴随着我长大。就像雷蒙·巴比特那样，我可以轻而易举地心算出复杂的数学公式。事实上，一些现实生活中的学者综合征患者也有这样的天赋（有人把他们称作“闪电计算器”）。来自威斯康星州的丹罗德·特雷费特博士是研究学者综合征的顶尖学者。在他的著作《超凡之人》中，他曾经提到一位盲人，也有着“惊人的计算能力”。

有人用64个盒子做了一个题目：如果第1个盒子里放1粒玉米，第2个盒子里放2粒，第3个盒子里放4粒，第4个盒子里放8粒，以此类推，每个盒子里分别有多少粒玉米。结果这位盲人马上给出了答案：第14个盒子（8 192），第18个盒子（131 072），

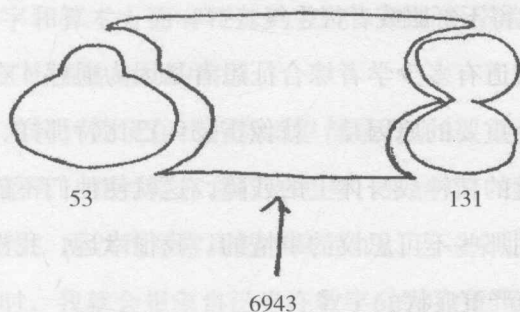
第24个盒子（8 388 608）；他6秒钟内给出了第48个盒子的答案（140 737 488 355 328）。然后他用了45秒钟的时间正确地算出了全部64个盒子里的玉米粒总数（18 446 744 073 709 551 616）。

我最喜欢的运算是乘方，也就是把一个数字自乘若干次。把一个数字自乘叫作平方，比如72的平方是 $72 \times 72 = 5184$ 。在我的意识里平方总是对称的形状，我觉得它们特别漂亮。把一个数字自乘三次叫作立方或者三次方。51的立方是 $51 \times 51 \times 51 = 132\,651$ 。每个乘方的结果在我脑海里都呈现出独特的视觉图案。随着结果变大，我脑海中的形状和颜色就会变得更加纷繁复杂。37的五次方是 $37 \times 37 \times 37 \times 37 \times 37 = 69\,343\,957$ 。它在我的脑海里是一个由很多小圆圈组成的大圆圈，并且这些小圆圈正在从顶端顺时针转动着。

在算除法的时候，我的脑海里就会呈现出一个向下旋转的螺旋，并且螺旋会越来越大，越来越扭曲。不同的除法会产生不同大小、不同扭曲的螺旋。通过脑海中的这些图像，我可以计算出 $13 \div 97$ （0.1340206）这样的除法，甚至可以精确到小数点以后100位。

我计算的时候从来不在纸上写东西，因为我可以通过我的大脑来运算。对于我来说，用通感的形状把答案视觉化远比我在学校课本上学的算法要简单。在做乘法的时候，我会看到两个数字的不同图形，然后图形会发生变化，继而形成一个新的图形——它就是正确答案。这个连续的过程会在几秒钟内完成，我甚至不用刻意去想就能得到答案。

上面的图形是我计算53乘以131的过程。我看到的这两个数字



都是独特的图形，它们相对而立，而它们之间的空间出现了另外一个图形。我把这个图形理解为另外一个数字6943，也就是运算的结果。

不同的运算涉及不同的图形，而我也对一些特定的数字有着特定的感情。每当用11做乘法时，我总是感觉到数字在我脑海里向下翻滚。我发现在所有的数字当中有6的数字是最难记的，因为我觉得它们是很小的黑点，没有明显的形状和质地。我会把它们描述成缝隙或者小洞。我对10 000以下的数字都有可视化的认知，有些还有感情，就好像我有自己的可视化数字词汇表。就像诗人会有自己的选词偏好一样，我认为一些数字组合比其他的更好看。1跟暗色的8和9搭配起来很不错，跟6搭配就不怎么好。含有189组合的电话号码就比含有116的要好看得多。

我从通感的角度来看，数字的美感程度是有起伏的。如果我在商店的招牌或者车牌号上看到了我认为好看的数字，我就会感到非常激动和快乐。但是如果这些数字跟我理解的不一样，比如店铺招牌上的“99p”是用红色或绿色写的，而不是我认为的蓝

色，我就会觉得不舒服或者很生气。

没有人知道有多少学者综合征患者是因为通感才在某一方面很杰出。一个重要的原因是，就像雷蒙·巴比特那样，他们中很多人都有严重的精神或身体上的残障，这就使他们不能向世人说明是如何做到那些不可思议的事情的。我很幸运，我没有这些通感病人常有的严重症状。

跟大多数学者综合征病人一样，我也是孤独症人士。我患有阿斯伯格综合征，一种相对轻微和高功能的孤独症。在英国，这种病的患病率大约是三百分之一。英国孤独症协会2001年公布的一项研究表明，有近半数的阿斯伯格综合征成年患者是在16岁以后才得到确诊的。我是在位于剑桥的孤独症研究中心做了一系列的测试和面诊以后才最终确诊的，当时我已经25岁了。

包括阿斯伯格综合征患者在内的孤独症人士往往在社交能力，交流能力和想象能力上存在障碍（例如，在抽象思维、变通思维、理解他人感受等方面）。这种病不易诊断，不能靠简单的验血或者脑部扫描来诊断。医生需要观察他们的行为，研究他们自幼的成长经历来加以诊断。

阿斯伯格综合征患者往往有着很好的语言能力，因此他们大多过着正常的生活。他们中的很多人智商高于常人，并且在逻辑和形象思维方面能力非常突出。跟其他种类的孤独症一样，阿斯伯格综合征的男患者远远多于女患者。大约80%的孤独症人士和90%的阿斯伯格综合征患者是男性。专注是孤独症病人突出的特质，这就使他们喜欢研究细节，从系统中找出规律。他们通常在

记忆力、数字和算术方面有特殊的技能。阿斯伯格综合征是先天性的，目前还不清楚确切的病因。

从我记事起，数字在我的意识里都是有形的、通感的。数字是我的第一语言，我经常靠它们来思考、来感知。我很难理解和应对人的情感，所以我经常用数字来帮忙。当一个朋友说他感到悲伤和沮丧时，我就会想象自己坐在数字6的阴暗凹陷里，这会帮助我理解和感受到这种感情；当我在文章中看到有人被威胁时，我就会想象自己站在数字9的旁边；当有人描述参观漂亮的地方时，我就会想到漂亮的数字勾勒出的美景以及我内心感受到的快乐。通过这种方法，数字确实可以帮助我更好地理解他人。

有时候初次见到一个人，我就会想到一个特定的数字，这样我在他身边就会觉得舒服。高个子的人会让我想到数字9，而丰满的人会让我想到数字3。每当我不开心、内心焦虑，或者处在陌生的环境中（这种情况下我经常会压抑不安），我就会默默地数数，这样数字就会形成连续的图案，让我感到安心。于是，我就会放松下来适应各种环境。

日历里的数字排列很有规律，这让我感觉很好。星期一到星期日，我都能感觉到不同的颜色和感情。星期二是暖色的，而星期四是模糊的。很多学者综合征患者都可以算出某一天是星期几。我想这大概是因为日历中的数字是可以预见的，而且有固定的规律。比如，每月13日总比1日在星期上早两天。有几组月份在星期上是相同的，比如1月和10月、9月和11月、2月和3月。如果1月1日是星期几，那10月1日同样也是星期几。如果某一年的1月1

日在我的脑海是模糊的（星期四），那这一年的10月13日将会是暖色的（星期二）。

神经学家奥利弗·萨克斯曾在他的著作《错把妻子当帽子的人》中提到过一对患有严重孤独症的双胞胎兄弟约翰和迈克尔。虽然他们生活不能自理，从7岁起就被慈善机构收养，但是他们可以计算出40 000年内的任意一天是星期几。可见学者综合征患者是多么擅长计算日期。

萨克斯还提到，约翰和迈克尔经常会玩交换质数的游戏，并且一次可以玩上几个小时。跟这对双胞胎一样，我也对质数着迷。在我看来，质数是质地光滑的形状，这与合数（非质数）不同，合数是粗糙而不显眼的。当我看到一个质数时，我就会有一种难以言表的感觉。这是一种很特别的感觉，就像突然被针扎到了似的。

有时候我闭上眼睛，想象着前30个、50个、100个数字对应的形状在我眼前飘过，我就会感觉到质数的形状非常显眼，美丽而特别。正是出于这个原因，我一遍一遍地注视着它们。每一个质数都是如此与众不同，它们鹤立鸡群，显得孤寂，这也使得它们非常显眼，而且吸引我的注意。

有时候夜里正要入睡的时候，亮光会突然充满我的脑海。我可以看到成百上千的数字快速飘进我的眼帘，这种美妙的感觉会让我放松下来。在难以入眠的夜晚，想象着自己徜徉于数字的美景中，我会感到安全又快乐。但我从不会迷失于此，因为质数就像路牌一样指引着我。

数学家们也花了很多时间去研究质数，部分原因是因为目前还没有一个快捷或者简便的方法去分辨一个数字是否是质数。这当中最出名的当属古希腊学者埃拉托斯特尼提出的“埃氏筛选法”，方法是这样：写出你需要的数字范围，比如1~100。从2开始（数字1既不是质数也不是合数）划掉所有2的倍数（4、6、8……100），再划掉所有3的倍数（6、9、12……），然后划掉所有5的倍数（10、15、20……）。一直按照这个方法，直到剩下几个没有划掉的数字：2、3、5、7、11、13、17、19、23、29、31……这些数字就是质数，也是我数字世界的基石。



我的通感症也影响到我对单词和语言的理解。比如，单词“梯子（ladder）”是闪耀的蓝色，而“铁环（hoop）”是柔软的白色。当我读其他语言的单词的时候，也有类似的情况发生。比如，法语中表示“花园”的单词jardin是模糊的黄色，而冰岛语中表示“悲伤的”单词hnugginn是带有蓝色斑点的白色。通感症研究学者指出单词呈现出的颜色很可能是来源于这个单词的首