

1980 Books

LUYỆN TRÍ NHỚ bằng KỸ NĂNG GHI NHỚ



NHÀ XUẤT BẢN
ĐH KINH TẾ QUỐC DÂN

1980
BOOKS®
Nhà xuất bản Đại học Kinh tế Quốc dân

Mục lục

CHƯƠNG 1: LỊCH SỬ CÁC
PHƯƠNG PHÁP GHI NHỚ

CHƯƠNG 2: NÃO BỘ GHI
NHỚ THÔNG TIN NHƯ
THẾ NÀO?

1. Bí mật mang tên “Liên
kết”

2. Phương pháp liên kết

CHƯƠNG 3: GHI NHỚ VÀ
HỌC THÔNG MINH

1. Từ vựng và từ nước
ngoài

2. Những con số

3. Tên, con số và ngày
tháng

4. Bảng chữ cái

5. Các lĩnh vực khác

Lời kết

Chương 1

LỊCH SỬ CÁC PHƯƠNG PHÁP GHI NHỚ

Thời xa xưa, khi công nghệ còn chưa xuất hiện, xã hội lúc ấy không có bất kỳ một thiết bị nào giúp ghi chép các dữ kiện thông tin một cách kịp thời và nhanh chóng. Ở thời ấy, một trí nhớ tuyệt vời có tầm quan

trọng sống còn. Một trí nhớ tốt kết hợp cùng phương pháp ghi nhớ thông minh có thể giúp cho những nhà thơ và những người kể chuyện tốt nhớ được những câu chuyện, bài thơ, bài hát của họ vào thời điểm mà người ta không biết máy ghi âm hay thiết bị thu hình là gì.

Những nhà hùng biện tài ba đầu tiên ở Hy Lạp và La Mã cũng đã có những bài diễn thuyết rất dài với độ chính xác cao bởi họ đã ứng dụng phương pháp ghi nhớ để học những bài diễn thuyết đó, sau đó nghiền ngẫm chúng.

Về cơ bản, những gì mà họ đã làm là kết hợp những ý chính của bài diễn thuyết với những phần, bộ phận trong ngôi nhà

của họ. Phương pháp này được gọi là “đặt địa điểm cho sự việc”. Điều này có nghĩa là ý tưởng đầu tiên của một bài diễn thuyết sẽ kết hợp hai kết hợp với phòng khách, ý tưởng thứ ba kết hợp với một đồ nội thất nào đó bên trong phòng khách, và cứ tiếp tục làm tương tự như vậy. Khi một nhà hùng biện muốn nhớ được bài diễn thuyết của mình, theo từng bước tư duy, ông ta thực sự như đang dùng tâm trí đi dạo một vòng trong ngôi nhà của mình. Khi nghĩ về cánh cửa chính, sẽ gợi nhớ cho ông ta đến ý tưởng đầu tiên trong bài diễn thuyết của mình. Đến “địa điểm” thứ hai, căn phòng khách, giúp ông ta nhớ đến ý tưởng tiếp theo của bài nói. Và cứ như vậy cho đến hết bài

diễn thuyết. Đó chính là cách thức ghi nhớ “đặt địa điểm”, cách chúng ta ghi nhớ ý tưởng bằng cách “đi từ địa điểm đầu tiên”.

Mặc dù Simonides (vào khoảng năm 500 trước công nguyên) được biết đến như cha đẻ của nghệ thuật ghi nhớ bài bản, nhưng thật sự những mảnh tài liệu bằng da thuộc về phương pháp ghi nhớ đã có trước đó hàng ngàn năm, trước cả khi Simonides cho rằng phương pháp ghi nhớ là một kỹ năng cần thiết trong vốn liếng của những nhà hùng biện.

Cicero đã viết rằng trí nhớ của những luật sư và những nhà hùng biện được rèn giũa bằng

những phương pháp ghi nhớ và học hỏi không ngừng. Trong tác phẩm “De Oratore” (Quan điểm từ các nhà hùng biện) của mình, Cicero đã mô tả quá trình bản thân mình ứng dụng phương pháp ghi nhớ như thế nào.

Có thể dễ dàng nhận thấy tầm quan trọng của nghệ thuật diễn thuyết trong suốt những ngày tháng đầu tiên này. Nhà triết học Quintilian đã viết rằng: “Chúng ta không bao giờ nhận định được sức mạnh của một trí nhớ tuyệt vời lớn đến thế nào, hay nó thực sự siêu phàm đến thế nào. Nhưng trong thực tế, trí nhớ tuyệt vời đã mang đến cho nghệ thuật diễn thuyết vị trí hiện tại cũng như thời đại hưng thịnh của

nó.”

Người xưa cũng hiểu rõ rằng việc rèn luyện trí nhớ có thể giúp cho quy trình suy nghĩ trở nên tốt hơn. Từ một mảnh tài liệu nhỏ có niên chú khoảng năm 400 trước công nguyên, chúng ta nhận thấy rằng “Trí nhớ là phát minh tuyệt vời và vĩ đại nhất, luôn hữu ích đối với việc học tập và cả cuộc sống.” Và Aristotle, sau khi ca ngợi các phương pháp ghi nhớ, đã nói rằng: “Trí nhớ cũng sẽ giúp con người tranh luận dễ dàng hơn.”

Nếu Simoniades là người đầu tiên phát minh ra lý thuyết về sự kỳ diệu của một trí nhớ tốt, Cicero là người thầy tuyệt vời đầu tiên của bộ môn rèn luyện

trí nhớ, thì vị thánh Thomas Aquinas đã trở thành vị thánh đỡ đầu cho lý thuyết này, khiến lý thuyết này trở thành một nghệ thuật phù hợp với lẽ thường và có tính đạo lý.

Trong suốt thời Trung cổ, thực tế những nhà sư và nhà triết học chỉ là những người biết và ứng dụng những phương pháp rèn luyện trí nhớ. Cách sử dụng những phương pháp này của họ hầu hết đều bị giới hạn bởi các tôn giáo, mà về cơ bản thì chỉ có vài tôn giáo nhất định. Ví dụ như, đối với phương pháp ghi nhớ được sử dụng để tóm tắt tác phẩm “Đạo đức và phi nhân”, một số thầy tu và nhà triết học đã dạy rằng phương pháp ghi nhớ này chỉ ra “Cách để tới được thiên

đàng và tránh xa địa ngục.”

Vào năm 1491, một tác giả khác ở Ravenna đã viết tác phẩm “Chim phượng hoàng”, tác phẩm đã trở nên rất nổi tiếng trong tất cả các sách dùng để học tập các phương pháp rèn luyện trí nhớ, mang nghệ thuật để có được trí nhớ tuyệt vời ra khỏi thế giới tu sĩ thông thường. Trong suốt hai thế kỷ XV và XVI, nhiều cuốn sách khác về chủ đề này cũng đã ra đời.

Có một số vị vua như vua nước Pháp Francis I đã sử dụng phương pháp ghi nhớ, hay vua Henry III của nước Anh. Shakespeare cũng đã bị lôi cuốn và sử dụng phương pháp ghi nhớ này. Rạp hát “Globe

Theater” đã được gọi với cái tên “Rạp hát ghi nhớ.” Những nhà triết học ở thế kỷ thứ XVII đã dạy những phương pháp ghi nhớ (như Francis Bacon có một trong những cuốn sách về ghi nhớ của ông là “Đỉnh cao của việc học”), và một vài vị học giả cho rằng Leibniz đã phát minh ra các phép tính trong khi tìm kiếm một phương pháp ghi nhớ giúp hỗ trợ khả năng nhớ các con số.

Bạn thấy đấy, chẳng có gì mới mẻ đối với vấn đề phương pháp ghi nhớ này cả. Không may rằng, những phương pháp này đã bị bỏ bằng đi rất nhiều thế kỷ. Tuy nhiên, một số người vẫn thực hiện chúng vì thực sự bị lôi cuốn. Nhưng thực tế là đối với nhiều người,

việc sử dụng phương pháp ghi nhớ chỉ được coi như một cách thức giải trí. Trong thời đại này của chúng ta, những người biểu diễn nhiều trò vui sử dụng phương pháp ghi nhớ này để biểu diễn “những mảnh lời đánh vào tâm lý” ngay trên sân khấu. Tuy vậy, họ ít khi sử dụng phương pháp ghi nhớ cho những mục đích thực tế hay việc học hành nghiêm túc. Đâu đó cũng có những người cố gắng để mang những phương pháp ấy đến đám đông, nhưng lại không thành công.

Trong một cuốn sách có tựa đề “Trí nhớ” của tác giả William Stokers, một nhà triết học đồng thời là một người thầy dạy về phương pháp ghi nhớ

trong những năm 1800, đã tổng kết lại mức độ quan tâm của công chúng đối với nghệ thuật để có được một trí nhớ tuyệt vời rằng:

“Rất đúng khi nói rằng từ xưa đến nay, những người đạt được thành tựu, có những chiến thắng, và những giải thưởng ở hiện tại, kể cả những người “được lĩnh hội giáo dục”, những người thông minh, hay cả thế giới này, tuy có biết nhưng dường như không quan tâm đến những giá trị kỳ diệu của phương pháp ghi nhớ. Sự chấp nhận và ham muốn học hỏi bộ môn khoa học này từ hàng nghìn người là một số lượng cực kỳ ít ỏi, không là nghĩa lý gì so với vô số người trên Trái Đất này. Khi chúng ta nhận thức

được về sự cần thiết phải có những bài luyện tập trí nhớ đúng cũng quan trọng như là hơi thở đúng dẫn quan trọng như thế nào với các vận động thể chất, đồng thời có sự phát triển hơn trong tư duy của những người có tri thức. Mặc dù tất cả những điều đó đều đã được nói đến và được thực hiện, nhưng chúng ta có thể thấy rằng một lượng tương đối - nếu không muốn nói là tuyệt đối mọi người đều không biết đến nghệ thuật ghi nhớ tuyệt vời này!”

Có một sự thực rằng trong một khoảng thời gian dài, bộ môn khoa học này chưa có được tầm nhận thức đúng đắn, chỉ được nhận thức chung chung là một môn khoa học chính thức cần phải có mà thôi. Và

thế hệ sau sẽ nhìn lại, và coi đây là một sự bào chữa mà thôi. Khi ấy, việc mọi người coi nghệ thuật rèn luyện trí nhớ như vậy giống như một điểm tối tri thức trong hoàn cảnh mọi thứ đều vô cùng phát triển. Chúng ta hãy hy vọng rằng một ngày nào đó nghệ thuật ghi nhớ không còn bị ruồng rẫy như vậy nữa, vì với tốc độ phát triển của xã hội trong thời điểm hiện nay, chúng ta không chỉ cần rèn luyện mỗi kỹ năng đọc hiểu, mà kỹ năng ghi nhớ cũng quan trọng không kém.

Những cuốn sách về ghi nhớ của Stokes đã được xuất bản vào năm 1888. Gần một thế kỷ sau, chúng ta vinh dự biết bao khi mang nghệ thuật của một

trí nhớ tuyệt vời đến gần với mọi người hơn, không chỉ bằng cách dạy lại các phương pháp ghi nhớ, mà còn bằng việc mang chúng đến một tầm cao mới, một tầm cao dành cho những ai ham học hỏi.

Chương 2

NĂO BỘ GHI NHỚ THÔNG TIN NHƯ THẾ NÀO?

1

BÍ MẬT MANG TÊN “LIÊN KẾT”

Tất cả các bộ nhớ, dù có được rèn luyện hay không, đều phát triển dựa vào sự liên kết. Điều này có thể khẳng định bằng một cách rất đơn giản. Bạn sẽ học được rất nhiều các phương pháp liên kết ghi nhớ trong cuốn sách này, và thậm chí còn có nhiều điều sâu sắc hơn thế.

Bạn thấy đấy, khi một ai đó nói rằng: “Tôi đã quên rồi” thường không có nghĩa là họ hoàn toàn quên tất cả, chỉ là họ thực sự không nhớ được rõ ràng những gì xảy ra từ đầu.

Hãy xét về mặt bản chất, tại sao bạn có thể quên mất, không thể nhớ ra được một số thứ bạn cần? Hãy thử quay lại một chút, và có thể bạn sẽ có giải pháp để nhớ được chúng đấy. Câu hỏi bạn sẽ đặt ra là nếu như bạn thực sự đã nhớ toàn bộ một sự việc, tại sao một lúc nào đó bạn vẫn có thể quên chúng?.

Điều này khiến bạn ép mình phải nhớ được toàn bộ sự việc từ những chi tiết đầu tiên đến những chi tiết cuối cùng, một

cách tỉ mỉ và chi tiết. Vậy bạn có thể làm điều này như thế nào? Những cách thức liên kết đơn giản nhất mà bạn học được trong cuốn sách này sẽ giúp bạn làm những điều đó, những thứ cần nhớ ra tự động sẽ tái hiện trong đầu bạn.

Chúng tôi gọi một trong những nhân tố cơ bản của một trí nhớ được rèn luyện bài bản là “Nhận thức được mặt bản chất của sự việc.” Mọi thứ mà bạn nhận thức được về mặt bản chất đều khiến bạn rất khó quên. Và việc ứng dụng được những phương pháp liên kết trí nhớ này sẽ khiến bạn nhận thức được bản chất của sự việc. Trong đó, quan sát là nhân tố cần thiết đối với quá trình nhận thức này. Hay nói

cách khác, mọi thứ bạn muốn nhớ được đều phải bắt đầu từ việc quan sát. Việc sử dụng phương thức liên kết trí nhớ cũng sẽ giúp bạn trong quá trình quan sát.

Lại một câu hỏi khác được đặt ra là, ngoài những vật cụ thể hữu hình, thế giới này có biết bao vật vô hình và trừu tượng, bạn có thể kết hợp chúng như thế nào đây? Câu hỏi này đưa đến một nhân tố khác bạn cần biết về một trí nhớ đã được rèn luyện bài bản. Những điều có ý nghĩa thì luôn luôn giúp bạn nhớ được một cách dễ dàng hơn rất nhiều so với những điều không có ý nghĩa gì cả. Bạn sẽ thấy rằng, khi bạn hiểu vấn đề sâu sắc hơn, thì không có bất kỳ thứ gì được coi là vô

hình hay trừu tượng cả. Bạn cũng sẽ học được cách làm thế nào để những thứ vô hình hay những thông tin trừu tượng khó hiểu trở nên có ý nghĩa và hữu hình, hiển hiện rõ ràng trong tâm trí bạn. Chỉ khi bạn thành thạo được phương pháp này, thì việc nhớ và học mọi thứ mới trở nên dễ dàng hơn từ nay về sau.

Có thể khẳng định một cách chắc chắn rằng việc học tất cả mọi thứ thực sự đều cần dựa vào trí nhớ. Những người làm công tác giáo dục không muốn thừa nhận điều này, nhưng bản thân họ biết rằng điều này thực sự chính xác. Và cũng như vậy, mọi học sinh, sinh viên cũng đều biết rằng nếu họ có thể nhớ tốt hơn thì họ sẽ

nhận được nhiều điểm tốt hơn từ giáo viên của họ - những người không thích nói đến khái niệm “phương pháp ghi nhớ”. Chúng ta đều biết rằng, ba kỹ năng học tập cơ bản hiện nay là:

1. Kỹ năng tìm kiếm thông tin
2. Kỹ năng ghi nhớ thông tin
3. Kỹ năng ứng dụng thông tin.

Kỹ năng tìm kiếm thông tin có ưu thế hơn đối với những người làm công tác giáo dục và với nguồn tài nguyên tri thức của nhân loại, trong khi kỹ năng ứng dụng lại có lợi thế hơn cho bạn. Ở đây, chúng ta đang quan tâm đến kỹ năng thứ 2, đó là: Kỹ năng ghi nhớ

thông tin.

Hãy bắt đầu bằng hệ thống liên kết của bộ nhớ mỗi người. Đầu tiên, bạn phải nhận thức được rằng bạn cần sử dụng phương thức liên kết này cả đời, chứ không phải vài ngày. Vấn đề là bạn thường chỉ sử dụng phương thức liên kết này trong tiềm thức, mà không nhận thức được mục đích của chúng. Mọi thứ mà bạn liên kết thường rất rõ ràng, kể cả khi nó chỉ ở trong tiềm thức thì cũng sẽ khiến khả năng nhớ của bạn trở nên dễ dàng hơn. Nhưng vì bạn không kiểm soát được tiềm thức của mình, sự liên kết của bạn đôi khi sẽ không hoàn hảo, khiến bạn quên mất một số điều đáng nhớ trong cuộc đời mình.

Đây là một nguyên tắc ghi nhớ cơ bản: Bạn có thể ghi nhớ được mọi thông tin nếu như nó được liên kết với những thứ bạn đã biết hoặc nhớ. ①

Bạn có nhớ có bao nhiêu nguyên âm trong bảng chữ cái tiếng Anh không, chính xác là 5 nguyên âm, bao gồm: a, e, i, o, u. Nếu giáo viên của bạn đã từng nói với bạn cách nhớ số nguyên âm này bằng cách nghĩ về từ “uể oải”, sau đó bạn làm theo và thực sự nhớ được chúng. Như vậy nghĩa là dù không nhận thức được, giáo viên của bạn đã vừa áp dụng quy luật ghi nhớ cơ bản rồi đấy. Cô giáo hay thầy giáo ấy đã giúp bạn nhớ được những thông tin mới và trừu tượng, những nguyên âm a, e, i, o, u

bằng cách kết hợp chúng với những gì mà bạn đã biết, đã hiểu. Vì vậy, từ “uế oải”, thật sự là rất hiệu quả. ②

Rất ít người có thể nhớ được hình dạng nước Nga hay Hy Lạp, hoặc bất kỳ một quốc gia nào đó, ngoại trừ một đất nước, đó là Italia. Đó là bởi vì hầu hết mọi người đều đã từng nói, hay từng đọc rằng hình dạng đất nước này giống hình một cái ủng. Lại tiếp tục có một quy luật ở đây, hình dạng của cái ủng là kiến thức đơn giản mà mọi người đã biết, và khi kết hợp hình dạng đất nước Italia với cái ủng thì không một ai có thể quên được. ①

Có nhiều ví dụ phổ biến biểu

thị sự kết hợp trí nhớ, dù là không chủ ý hay có chủ ý. Và đây cũng là một ví dụ như vậy: những sinh viên ngành Y sử dụng sự gợi nhớ (một cách thức để nâng cao trí nhớ), giúp họ nhớ được những dây thần kinh sọ não; những sinh viên khác lại tưởng tượng đến từ tiếng Anh là “Homes” (những ngôi nhà) trên mặt hồ lớn, giúp họ nhớ được Ngũ đại hồ của Hoa Kỳ gồm có hồ Huron, hồ Ontario, hồ Michigan, hồ Erie, và hồ Superior; hay những sinh viên khác lại tưởng tượng ra cụm từ “Sơn Tùng Ăn Bánh” để nhớ được bốn chất giọng trong một bộ nhạc (các chữ cái đầu tiên của cụm từ gồm S, T, A, B là những chữ cái đầu tiên của Soprano, Tenor, Alto và Bass- lần lượt là

các giọng nữ cao, nam cao, nữ trầm, nam trầm trong âm nhạc).

Ngoài ra, người ta có thể nhớ được núi Fujiyama cao khoảng 12.365 feet (bằng 3.776 mét) bằng cách kết hợp độ cao của dãy núi này với cách tính thời gian trong một cuốn lịch (1 năm gồm có 12 tháng và 365 ngày).

Với những ví dụ như vậy, chỉ có một điều đáng phiền là chúng chỉ có hiệu quả đối với một số thứ cụ thể; chúng bị giới hạn trong một phạm vi nào đó. Tuy nhiên, cách thức rèn luyện trí nhớ trong cuốn sách này là không giới hạn, bạn có thể ứng dụng chúng trong mọi thứ, bất kỳ thứ gì

cũng được. Chúng sẽ chỉ bị giới hạn khi bạn bị giới hạn, không sẵn sàng ứng dụng chúng mà thôi. Điểm cần chú ý ở đây là: Nếu như bạn biết cách liên kết một cách có chủ ý mọi thứ bạn muốn nhớ với một vài thứ mà bạn đã biết, thì bạn sẽ thực sự có được một trí nhớ tuyệt vời. Điều này tương đối đơn giản. Bạn có thể học được cách liên kết một số thứ bạn muốn, theo cách nhanh chóng và tự nhiên nhất. ①

Phương thức ghi nhớ một cách bài bản mà bạn học được trong cuốn sách này là một phương thức rất tự nhiên. Chúng đơn thuần là việc sử dụng những quy trình tự nhiên để sắp xếp theo hệ thống, hay mô hình hóa những điều cần nhớ. Từ

trước đến giờ, có thể nhiều lần bạn đã từng nghe hoặc từng thấy một số thứ khiến cho bạn tự vỗ vào tay mình và nói rằng: “Ồ, điều đó làm mình nhớ đến...”. Nhưng bạn biết không, thường thì những thứ nhắc bạn nhớ đến điều gì đó thực sự chẳng làm gì cả. Chỉ là đâu đó trong tâm trí bạn đã có một sự liên kết ngẫu nhiên và trùng hợp giữa chúng mà thôi.

Tại sao, và khi nào mà những nhà diễn thuyết trong thời cổ đại có thể sử dụng căn nhà của họ như những “địa điểm gợi nhớ”, nhắc họ nhớ đến những ý tưởng trong bài diễn thuyết, tìm kiếm thêm các căn nhà khác để khiến họ có nhiều “địa điểm gợi nhớ” hơn? Những căn nhà và những tòa nhà

giống nhau không thể được sử dụng đi sử dụng lại. (một nhà tư tưởng học cho rằng: “Địa điểm gợi nhớ cũng giống như những viên sáp, chúng chỉ tiếp tục phát huy tác dụng khi mà những gì viết lên chúng lần trước đã bị lu mờ, và chúng đã sẵn sàng để được viết lên thêm lần nữa.”)

Không, vấn đề là những “địa điểm gợi nhớ” trong căn nhà đã trở nên quá quen thuộc sau tất cả những lần sử dụng, một cái cầu thang chỉ là một cái cầu thang mà thôi, và một căn phòng khách cũng vậy. Với những nhà diễn thuyết cổ đại, những nguyên tắc ghi nhớ quan trọng đơn giản là không bao giờ xảy ra và tồn tại. Việc kết hợp những ý tưởng trong

bài diễn thuyết hay bất kỳ điều gì khác với những địa điểm là không cần thiết. Những ý tưởng có thể kết hợp được với nhau, vì vậy một ý tưởng này hiện ra sẽ gợi nhớ cho bạn đến một ý tưởng khác. ②

Ý tưởng đơn giản đó là nền tảng cơ bản của phương pháp ghi nhớ Liên Kết. Đầu tiên, cuốn sách sẽ chỉ cho bạn cách sử dụng phương pháp này để ghi nhớ những thứ hữu hình. Sau đó, khi bạn đã học được cách ghi nhớ những thứ vô hình và trừu tượng như những ý kiến hay khái niệm. Và bạn sẽ thấy rằng ý tưởng này có thể dễ dàng ứng dụng được cả với những thứ như vậy.

2

PHƯƠNG PHÁP LIÊN KẾT

a. Ví dụ đầu tiên về phương pháp liên kết

Ngay bây giờ, hãy ứng dụng ngay phương pháp liên kết dựa trên nguyên tắc ghi nhớ cơ bản để nhớ được 10 vật cụ thể, hữu hình không hề có sự liên quan với nhau. Nhưng chúng ta sẽ thay đổi nguyên tắc ghi nhớ cơ

bản một chút, bằng cách thêm vào đó một cụm từ quan trọng. Nguyên tắc hiện giờ sẽ là: Bạn có thể ghi nhớ được mọi thông tin nếu như nó được liên kết với những thứ bạn đã biết hoặc nhớ theo một số cách thức đặc biệt và hài hước. Phần cần lưu ý ở đây, chính là phần vừa được gạch chân. Đúng như vậy, hãy nhớ một cách đặc biệt và hài hước.

Giả sử rằng bạn muốn ghi nhớ được 10 thứ sau đây, theo thứ tự liên tiếp: máy bay, cái cây, phong bì, khuyên tai, cái thùng, tiếng hát, bóng rổ, một chiếc xúc xích Ý, ngôi sao và cái mũi. Đúng như vậy, hãy tưởng tượng một chiếc máy bay trong tâm trí bạn. Chỉ với một vật đơn lẻ thì sẽ không có

cách nào để ứng dụng phương pháp liên kết. Nhưng bây giờ, chúng ta sẽ tạm thời bỏ qua để đến với đồ vật thứ 2: cái cây.

Bây giờ thì quy luật có thể áp dụng được rồi này, giả định rằng bạn đã nhớ được vật dụng đầu tiên là chiếc máy bay thì thông tin mới tiếp theo mà bạn muốn nhớ là cái cây. Tất cả những gì bạn cần làm là tự tưởng tượng ra một hình ảnh, hay bức tranh hài hước trong tâm trí biểu hiện được sự kết hợp giữa hai vật thể này.

Có hai bước cần quan tâm ở đây. Bước đầu tiên là bạn cần một bức tranh hoặc hình ảnh chứa một chút hài hước, một chút điên rồ, một chút phi lý, một chút lố bịch để kết hợp hai

vật thể này lại. Một bức ảnh hợp lý và có logic không phải là những gì bạn cần.

Một ví dụ của bức tranh có tính logic cao là một bức tranh mà máy bay đậu cạnh một cái cây. Mặc dù không chắc chắn lắm, nhưng đó chắc rằng không phải một bức tranh kỳ dị, vì nó vẫn có ý nghĩa, bạn vẫn có thể thấy hình ảnh này trong thực tế. Và vì vậy, nó không mang lại hiệu quả mong muốn. Một bức tranh kỳ dị hay vô lý giống kiểu thế này: Một cái cây khổng lồ đang bay trên trời thay vì một chiếc máy bay, hoặc một chiếc máy bay đang được trồng thay vì một cái cây, hoặc những chiếc máy bay đang được trồng trên những cái cây, hoặc hàng triệu

những cái cây (thay vì những hành khách) đang lên máy bay. Những bức tranh này mới quả điên rồ và không thể tưởng tượng được. Bây giờ, chọn một trong những bức tranh điên rồ này, hoặc một cái nào đó là ý tưởng của riêng bạn, và tưởng tượng nó trong tâm trí.

Tất nhiên là chúng ta không cố ý để thấy được những từ như “cái cây” hay “máy bay”. Bạn thực sự thấy được hành động mà bạn đã làm, và sự kết hợp kỳ dị nhất có thể giữa hai vật thể có tác dụng, như là những ví dụ đã được đưa ra.

Nhìn bức tranh ấy, hành động ấy, ghi nhớ chúng trong tích tắc. Bạn đang không làm mọi

thứ như bình thường; bạn đang nhìn ngắm những bức tranh sẽ nằm trong tâm trí bạn suốt đời đấy. Thực sự thì bạn không thể nghĩ được gì nếu không nhìn ngắm bức tranh. Aristotle đã nói điều này trong nhiều thế kỷ trước, và một trong số những cuốn sách của ông đã mở đầu bằng câu sau: “Việc nghĩ một điều gì đó mà không có một bức tranh tưởng tượng nào đó là điều bất khả thi.”

Việc nhìn ngắm những bức tranh, hay bức ảnh trong tâm trí cũng gần giống như có một thước phim trong đầu bạn. Nếu bạn đọc những từ như chồng, con, ô tô... bạn không thể nghĩ ra được bất kỳ người hay vật nào trong đó mà

không “nhìn ngắm” một bức ảnh của họ - thậm chí chỉ trong một phần giây thôi cũng được.

Đúng vậy đó, hãy chọn lựa một sự liên kết kỳ dị giữa máy bay và cây, ngắm nó trong đầu bạn ngay lúc này.

Vật thể tiếp theo trong danh sách vật thể cần nhớ là phong bì. Giả định rằng bạn đã thực sự nhớ được cái cây vừa nãy rồi. Vật thể mới tiếp theo cần phải nhớ là chiếc phong bì. Đơn giản là lại thực hiện một bức tranh kỳ dị, hay một sự kết nối nào đó giữa cái cây và chiếc phong bì ngay trong đầu. Bạn có thể hình dung ra hàng triệu chiếc phong bì đang được trồng trên một cái cây, hoặc

một cái cây được gắn trên một chiếc phong bì khổng lồ, hoặc bạn đang cố gắng để gắn một cái cây lên một chiếc phong bì. Có nhiều gợi ý khác, nhưng điều bạn cần chỉ là một bức tranh kỳ dị mà thôi. Hãy chọn một bức trong những bức đó, hoặc một bức bạn tự nghĩ ra, và nhìn ngắm nó ngay trong đầu một lát.

Bạn không cần quá mất công tốn sức và thời gian với việc ngắm bức tranh đó đâu. Nó chỉ tốn mất có một phần giây mà thôi. Bức tranh ấy rõ ràng đến thế nào mới là điều quan trọng, chứ không phải là khoảng thời gian mà bạn ngắm nó. Vì chỉ việc nhìn thôi thì rõ ràng chỉ cần một giây là cũng đủ.

Vật thể tiếp theo cần phải ghi nhớ là chiếc khuyên tai. Vật thể bạn vừa ghi nhớ được là chiếc phong bì. Hãy hình dung ra một mối liên hệ kỳ lạ nào đó giữa chiếc phong bì và chiếc khuyên tai. Bạn có thể tưởng tượng chính mình đang đeo những chiếc phong bì thay vì đeo khuyên tai, hay bạn đang mở một chiếc phong bì và hàng triệu chiếc khuyên tai bay ra, đung cả vào mặt bạn.

Có một điều hay ho là, sẽ tốt hơn rất nhiều nếu bạn tự tưởng tượng ra được bức tranh kỳ dị của chính mình. Khi chúng tôi gợi ý cho bạn những bức tranh quái dị như vừa này, chúng tôi đang cố gắng kéo tâm trí bạn ra khỏi một số điều đã được hằn sâu trong tiềm

thức. Chúng tôi sẽ vẫn đưa ra những gợi ý cho bạn, nhưng nếu như bạn sử dụng những gợi ý của chúng tôi, hãy chắc chắn rằng mình phải nhìn được hình ảnh của chúng tôi một cách rõ ràng và cụ thể.

Hãy chọn một trong số các liên kết vừa này bạn tưởng tượng ra để liên kết chiếc phong bì và khuyên tai, hoặc hãy nghĩ ra một hình ảnh tưởng tượng của chính mình, và ngắm nhìn hình ảnh đó thật kỹ trong đầu.

Chiếc xô là vật thể mới tiếp theo mà bạn cần phải nhớ. Hãy tìm cách liên kết nó với chiếc khuyên tai. Bạn có thể thấy chính mình đang đeo những chiếc xô lủng lảng thay vì đeo những chiếc khuyên tai. Hoặc

một chiếc xô khổng lồ đang đeo những chiếc khuyên tai khổng lồ. Ngắm những hình ảnh này trong đầu thật kỹ nhé.

Điều tiếp theo mà bạn cần nhớ được là “hát” (Đây không phải là một vật thể, cũng không phải là một danh từ, và từ này muốn chứng minh cho bạn một điều rằng bản thân từ như thế nào không quan trọng, dù là động từ, danh từ hay loại từ gì đi nữa - vẫn sẽ có một liên kết nào đó giúp bạn nhớ được nó.) Hãy liên kết “hát” với vật thể cuối cùng mà bạn vừa biết - chiếc xô. Nếu như bạn có thể tưởng tượng được hình ảnh một chiếc xô khổng lồ đang hát âm ỉ, nghĩa là bạn đã liên kết thành công rồi đấy. Hoặc bạn có thể tưởng tượng ra

mình đang đội một chiếc xô trên đầu và hát. Có thể ai đó cũng sẽ làm điều này, tuy nhiên nó vẫn là một hình ảnh thực sự kỳ lạ. Hãy chắc chắn rằng bạn tưởng tượng được hình ảnh của mình một cách rõ ràng.

Vật thể tiếp theo chính là quả bóng rổ. Hãy liên kết quả bóng rổ này với “hát”. Tưởng tượng ra một quả bóng rổ đang hát hò âm ỉ, hoặc ai đó đang hát và có đến hàng triệu quả bóng rổ bay ra khỏi miệng của anh ấy.

Đến vật thể tiếp theo: chiếc xúc xích Ý. Hãy tưởng tượng ra một chiếc xúc xích khổng lồ đang chơi bóng rổ. Hoặc một cầu thủ bóng rổ (chính bạn chẳng hạn, cần gì ai khác chứ)

đang chuyển một chiếc xúc xích thay vì một quả bóng rổ.



Ngôi sao. Tưởng tượng ra một chiếc xúc xích khổng lồ đang sáng lấp lánh trên bầu trời. Hoặc hình ảnh bạn đang thái một ngôi sao, thay vì một chiếc xúc xích. Hãy ngắm nhìn hình ảnh tưởng tượng đó thật kỹ.

Chiếc mũi. Tưởng tượng ra ai đó đang có một ngôi sao lấp lánh ở chính giữa khuôn mặt, thay vì chiếc mũi. Hoặc hình ảnh một ngôi sao có một chiếc

mũi lớn cũng được. Lại ngắm nhìn kỹ hình ảnh đó nhé!

Nếu như bạn đã cố gắng ngắm nhìn kỹ tất cả các hình ảnh tưởng tượng vừa này, bạn sẽ nhớ được cả 10 vật thể bên trên. Vật thể đầu tiên là vật thể sẽ khiến bạn cảm thấy khó nhớ nhất, bởi vì bạn không thể liên kết nó với bất kỳ thứ gì khác để gợi nhớ nó cả. Và ngay bây giờ, chúng tôi sẽ giúp bạn nhớ được vật thể đầu tiên này. Nếu như bạn đã nhớ ra vật thể đó rồi thì quá tốt. Còn nếu không, thì đó chính là chiếc máy bay. Cố gắng nhớ lại các vật thể trước khi bạn đọc được chúng trong những phần sau. Bây giờ, hãy dành ra một chút để nghĩ về chiếc máy bay. Chiếc máy bay gợi bạn nhớ đến gì nào?

Tất nhiên là cái cây rồi. Nghĩ về cái cây... lại khiến bạn nhớ đến chiếc phong bì. Nhớ lại chiếc phong bì, lại gợi bạn nhớ đến chiếc khuyên tai. Nhớ đến chiếc khuyên tai, nó sẽ nhắc bạn nhớ đến chiếc xô. Và chiếc xô này đã làm điều ngu ngốc gì vậy? Tất nhiên là hát rồi, và điều đó nhắc bạn nhớ được “hát”. Ngoài ra, còn vật nào khác cũng đã hát không? Chính là một quả bóng rổ. Nghĩ về quả bóng rổ một chút sẽ khiến bạn nhớ đến... chiếc xúc xích Ý. Xúc xích lại làm bạn nhớ đến ngôi sao.

Và cuối cùng, ngôi sao gợi cho bạn nhớ đến chiếc mũi.

Vậy bạn đã nhớ mọi thứ như thế nào vậy? Bạn có lẽ đã nhớ

được tất cả chúng. Nếu bạn gặp rắc rối với việc nhớ 1 hoặc 2 vật thể, nếu như bạn nghĩ rằng bạn đã quên mất một số vật thể rồi, có thể là do bạn đã đọc chúng ở đây trước khi bạn có cơ hội nhớ lại. Chứ thực ra bạn không hề “quên” gì cả. Nếu bạn vẫn khẳng khẳng, tự thuyết phục bản thân rằng mình đã cố nhớ lại, nhưng bạn thực sự đã không thể nhớ ra, hãy quay lại vật thể bạn đã quên và nhấn mạnh hơn sự liên kết của nó với vật thể đang trước, bằng cách chắc chắn rằng hình ảnh tưởng tượng của mình là thực sự kỳ lạ, và quan trọng hơn, hãy đảm bảo rằng mình đã ngấm nó thật kỹ lưỡng trong đầu. ①

Nếu bạn cầm ngay giấy bút lên

và thử làm ngay bây giờ, bạn sẽ thấy rằng bạn có thể liệt kê cả 10 vật thể theo thứ tự mà không hề bỏ sót bất kỳ vật thể nào cả. Hãy thử và xem kết quả nhé. Còn bây giờ, hãy thử quay ngược chuỗi vật thể vừa này lại! Nhớ đến chiếc mũi, sẽ khiến bạn nhớ đến... ngôi sao. Ngôi sao sẽ gợi nhớ cho bạn đến... xúc xích Ý. Và xúc xích Ý lại khiến bạn nhớ đến quả bóng rổ. Quả bóng rổ ấy... hát, hành động “hát” lại làm bạn nhớ đến... chiếc xô, chiếc xô gợi đến... khuyên tai, khuyên tai khiến bạn nhớ đến... phong bì, phong bì sẽ gợi đến... cái cây, và cái cây khiến bạn nhớ đến... máy bay. Hãy thử điều này với bất kỳ danh sách chuỗi vật thể nào mà bạn muốn, và bạn sẽ thấy rất tự hào về khả

năng ghi nhớ của chính mình đấy. Bạn có thể nhớ được mọi chuỗi vật thể bạn muốn theo thứ tự, theo cả chiều xuôi và chiều ngược.

b. Phương pháp liên kết

Những gì bạn đã học được trong phần a chỉ là một phần rất nhỏ trong phương pháp ghi nhớ liên kết. Chúng ta gọi nó là phương pháp “liên kết” bởi những gì bạn làm khi ứng dụng phương pháp này là liên kết vật thể này với vật thể khác, tạo ra các liên kết theo chuỗi ghi nhớ. Vật thể này sẽ giúp bạn nhớ ra vật thể khác nếu như bạn biết cách kết hợp đúng đắn.

Khi ứng dụng phương pháp ghi nhớ, bạn có thể nhớ được

mọi danh sách vật thể, chỉ cần bạn muốn. Tuy nhiên, ở thời điểm này, nó thực sự mới chỉ là giả thuyết. Khi bạn bắt đầu ứng dụng phương pháp liên kết này trong thực tế, bạn sẽ ghi nhớ được một danh mục các vật thể nếu bạn cần sử dụng chúng thường xuyên. Sự cần thiết của danh mục đó trong thực tế chính là nhân tố thúc đẩy bạn nhớ được mọi vật thể trong danh mục từ đầu đến cuối. Bạn sẽ thấy rằng việc coi một danh mục nào đó là danh mục quan trọng và cần thiết chính là cách giúp bạn có thể học cách ứng dụng phương pháp này trong thực tế nhanh nhất có thể.

Mặc dù không có lý do gì để giải thích cho việc bạn nên

nhớ danh mục vật thể bạn đã ghi nhớ trong chương trước, tuy nhiên bạn thực sự nên thử làm vậy. Đơn giản là bằng cách ôn lại chúng vào ngày mai; ôn lại chúng trong đầu, có thể là trong khi bạn đang ăn hay đang lái xe hoặc làm bất kỳ điều gì. Hãy ôn lại chúng vào 3 ngày sau nữa, sau đó 1 tuần sau nữa, và bạn sẽ nhớ được các vật thể theo thứ tự. Bạn sẽ chỉ nhớ được chúng nếu như bạn thực sự muốn nhớ mà thôi.

Phương pháp liên kết chỉ thường được sử dụng để ghi nhớ các vật thể theo trình tự nào đó, và có nhiều thứ trong chuỗi vật thể cần ghi nhớ theo thứ tự. Chẳng hạn như một bài diễn thuyết là dãy các ý tưởng

nối tiếp nhau, một công thức là sự sắp xếp theo trình tự của các nhân tố (có thể là chữ hay số) nhỏ hơn, hay một con số với nhiều hơn 2 chữ số. (Bạn sẽ không thể ứng dụng được phương pháp liên kết các con số ngay bây giờ vì bạn vẫn chưa biết cách để mô hình hóa các con số. Chỉ một lát nữa thôi, bạn sẽ sử dụng được phương pháp liên kết để ghi nhớ các số với nhiều chữ số.)

Vấn đề duy nhất mà bạn có thể gặp phải khi sử dụng phương pháp liên kết là vấn đề đối với việc tưởng tượng ra những hình ảnh sao cho chúng thực sự kỳ quặc.

Có bốn quy tắc đơn giản có thể giúp bạn tưởng tượng ra được

những hình ảnh này một cách đúng đắn ngay từ đầu. Quy tắc đơn giản nhất có thể ứng dụng được là quy tắc “Thay Thế”. Đó là tưởng tượng ra một vật thể khác thay thế cho vật thể cần nhớ. Như trong chương trước, chúng tôi đã gợi ý cho bạn rằng có thể tưởng tượng ra một cái cây đang bay thay vì một chiếc máy bay. Chúng tôi làm vậy là vì cố gắng buộc bạn phải ứng dụng quy tắc thay thế.

Một quy tắc khác có thể ứng dụng là: Thổi phồng vật thể lên. Hãy cố gắng tưởng tượng ra vật thể lớn hơn nhiều so với kích thước thực tế. Xem lại những phương án gợi ý của chúng tôi, bạn sẽ thấy rằng chúng tôi sử dụng từ “khổng

lồ” khá thường xuyên. Điều này buộc bạn phải ứng dụng quy tắc phóng đại thời phỏng vật thể.

Một quy tắc khác chúng tôi muốn đề cập đến là “Phóng đại”. Đó là bất kỳ khi nào bạn nhìn thấy từ “hàng triệu” được sử dụng trong những hình ảnh tưởng tượng gợi ý của chúng tôi, chính là chúng tôi đang muốn bạn sử dụng quy tắc này đây. Cố gắng để tưởng tượng ra “hàng triệu” vật thể trong khi thực tế chỉ có một vật thể cần nhớ.

Và một điều nữa, cố gắng thực hiện những “Hành động” trong hình ảnh tưởng tượng của bạn. Hành động luôn khiến bạn dễ nhớ hơn. Như

một gợi ý của chúng tôi trong phần trước là bạn có thể tưởng tượng ra hàng triệu (quy tắc phóng đại) chiếc khuyên tai đang bay ra khỏi cái phong bì và đung cả vào mặt bạn. “Đụng” ở đây chính là một hành động.

Việc ứng dụng một hoặc vài quy tắc này với các hình ảnh tưởng tượng sẽ giúp bạn biến bức tranh của mình thành một bức tranh kỳ dị. Sau một thời gian ngắn, bạn sẽ không cần phải nghĩ về việc phải ứng dụng các quy tắc này, bạn sẽ ứng dụng chúng như một thói quen, hoàn toàn tự động.

Bạn cần có một chút tưởng tượng để nghĩ ra được hình ảnh kỳ dị của mình. Nhưng

thật đáng tiếc rằng khi chúng ta còn trẻ, những chiếc bánh xe đại diện cho sự tưởng tượng, quan sát, sự hiếu kỳ và nhiệt tình của chúng ta luôn quay quá nhanh và êm. Nó chỉ quay chậm lại cho đến khi chúng ta trưởng thành. Theo một cách nào đó, cả xã hội chúng ta đang sống đều vận hành như vậy. Chỉ những đứa trẻ mới không gặp khó khăn gì trong việc tưởng tượng ra được một hình ảnh ngốc nghếch hoặc kỳ quặc. Chúng làm điều đó một cách dễ dàng và hoàn toàn tự nhiên.

Bạn cũng sẽ thấy rằng các phương pháp của chúng tôi sẽ giúp bạn quay ngược các “bánh xe” bên trên lại ngay từ khi bạn còn trẻ; có lẽ quy trình

quay ngược ấy lúc đầu sẽ chậm hơn, nhưng dần dần nó sẽ nhanh hơn. Tất cả mọi điều bạn cần nhớ được ở đây là: Trí tưởng tượng của bạn cần phải được luyện tập thường xuyên. Điều hay ở đây là đơn giản chỉ cần áp dụng các phương pháp chúng tôi đã đưa ra sẽ khiến bạn tự động rèn luyện trí tưởng tượng của mình theo cách tốt hơn. Không chỉ trí tưởng tượng mà cả năng lực quan sát của bạn sẽ được cải thiện đáng kể khi bạn duy trì phương pháp này. Chỉ trong thời gian ngắn, mỗi khi bạn muốn nhớ một vật thể nào đó, bạn sẽ tưởng tượng ra ngay được những hình ảnh kỳ quặc và không hề logic.

Việc khiến cho những hình

ảnh tưởng tượng của mình trở nên kỳ dị là cách giúp bạn thực sự phải tập trung ngắm nhìn hình ảnh của mình và nhớ được chúng; trong khi một hình ảnh có tính logic cao lại thường khiến bạn cảm thấy quá mơ hồ. Chỉ khi bạn đã thực sự ngắm nhìn kỹ hình ảnh tưởng tượng kỳ quặc của mình, nó mới thực sự in sâu vào tâm trí bạn. Một nghiên cứu đã được thực hiện bởi phòng khoa học cơ bản và nghiên cứu về thị giác trực thuộc trường Đại học phía Nam California ở Optometry đã chỉ ra rằng khi bạn thực sự ngắm nhìn thứ gì đó thật kỹ, một điện động sẽ đạt tới vùng trung tâm thị giác của não. Họ cũng đã phát hiện ra rằng không có quá nhiều sự khác

biệt về mặt sinh lý giữa những tín hiệu dòng điện được kích hoạt bởi trí tưởng tượng và những tín hiệu dòng điện được kích hoạt bởi mắt người. (Đây thực sự không phải là một khám phá mới mẻ về mặt khoa học, bởi các nhà triết học cổ đại cũng đã phát biểu những điều tương tự.)

Vì vậy, đừng cảm thấy buồn bã, nản lòng khi mà ngay lúc đầu, bạn phải nỗ lực hết sức mới tưởng tượng ra được những hình ảnh kỳ dị của chính mình, hay ít nhất, phải nỗ lực hết mình mới tưởng tượng được ra chúng một cách nhanh chóng. Những nỗ lực không ngừng ngay từ đầu như vậy rất có ích. Nó khiến bạn ý thức được về mặt bản chất của

vật thể.

Những mảnh da dê trong các cuộn tài liệu được gọi là Ad Herennium khoảng hơn 3.000 năm trước nói về điều này chi tiết hơn rất nhiều so với số ít được đề cập trong cuốn sách này. Chúng ta có thể trích ra một đoạn:

“... Ngay lúc này, dựa vào những đặc tính tự nhiên của con người, chúng ta sẽ biết mình cần phải làm gì. Khi chúng ta nhìn vào những thứ bình thường, thậm chí tầm thường hàng ngày trong cuộc sống, chúng ta sẽ không thể nhớ được chúng, bởi tâm trí của chúng ta không bị xáo động bởi những điều bình thường như vậy. Nhưng nếu

như chúng ta nhìn hoặc nghe điều gì đó khác thường, xấu xa, tuyệt diệu, đến mức không thể tin nổi, hoặc kỳ quặc, chúng ta có xu hướng nhớ được chúng trong một khoảng thời gian dài. Theo đó, những thứ tình cờ lọt vào mắt hay vào tai, chúng ta thường dễ bị quên đi; nhưng những biến cố trong đời, như những biến cố tuổi thơ chẳng hạn, chúng ta lại nhớ rất lâu. Có điều này xảy ra là do một số lý do như những thứ thông thường hay bị trượt ra khỏi bộ nhớ của chúng ta, trong khi những điều nổi bật và mới lạ sẽ bám rễ lâu hơn trong tâm trí.” ①

Lại một lần nữa, đây là một quan niệm không phải là mới; chỉ là từ trước đến giờ, nó đã bị

chúng ta bỏ qua mà thôi. Một điều chắc chắn là sau đó nó sẽ giúp bạn biến các hình ảnh tưởng tượng của mình trở nên kỳ dị. Theo cách đó, “Kỹ thuật sẽ bổ sung, làm hoàn hảo cho những gì sẵn có tự nhiên”, một câu cũng được trích từ “Ad Herennium”. Đó chính xác là những gì xảy ra. Khi có điều gì đó tác động vào các giác quan của chúng ta theo một cách khác thường, tuyệt vời, không thể tin được hay kỳ dị, nó sẽ khiến tâm trí chúng ta “bị lay động”. Và điều ấy sẽ được bộ não của chúng ta giữ lại, mà không cần bất kỳ một nỗ lực nào cả. Đó cũng chính là lý do vì sao chúng ta gặp khó khăn trong việc nhớ được những điều thông thường, nhỏ nhặt hàng ngày. Việc tưởng tượng

ra những hình ảnh kỳ quặc giúp bạn làm cho các vật thể cần nhớ trở nên nổi bật, mới mẻ hoặc kỳ diệu. Kỹ thuật này (của một trí nhớ đã được rèn luyện nhiều) sẽ bổ sung cho trí nhớ tự nhiên bạn sẵn có, và tất cả các phương pháp cũng đều dựa vào cơ sở này.

Nếu bạn có thể ứng dụng được phương pháp Liên Kết và ghi nhớ được 10 vật thể, thì sau đó bạn cũng có thể sử dụng phương pháp này để ghi nhớ được 20 đến 30 vật thể. Tất nhiên là sẽ tốn nhiều thời gian hơn để nhớ được 30 vật thể so với 10 vật thể. Bạn sẽ làm được điều đó, tùy thuộc vào lựa chọn bạn có quyết định ứng dụng phương pháp liên kết hay không. Khi ghi nhớ theo

cách này, thực sự bạn có thể nhớ được bao nhiêu vật thể tùy thích, mà không hề có giới hạn nào cả.

Trước khi tiếp tục đọc chương tiếp theo, bạn hãy cố gắng sử dụng phương pháp liên kết theo cách của mình. Nhờ ai đó đưa ra khoảng 15 hoặc một con số cụ thể nào đó cùng những vật thể cần nhớ, và bạn tưởng tượng ra cách kết nối các vật thể đó. Hoặc thử ghi nhớ theo cách của bạn. Liệt kê các vật thể ấy ra, và sau đó là liên kết chúng lại. Sau khi thực hành một chút, đã cảm thấy thực sự tự tin, hãy biểu diễn trước mặt những người bạn của mình.

Hãy để cậu bạn ấy gọi tên 15

hay 16 vật thể, hoặc bao nhiêu vật thể bạn cảm thấy thích. Để cậu ấy ghi lại tên chúng khi cậu ấy gọi tên. Nếu cậu ấy không làm như vậy, cậu ấy sẽ không thể kiểm tra được cho bạn sau đó bởi vì cậu ấy sẽ không thể nhớ được toàn bộ các vật thể mà cậu ấy đã gọi tên đâu (trừ khi cậu ấy cũng đã đọc cuốn sách này). Và như vậy, việc cậu ấy viết lại tên các vật thể sẽ khiến bạn có một khoảng thời gian ngắn bạn cần để tưởng tượng ra các liên kết của mình. Ở thời điểm này, bạn đừng để cậu ấy gọi tên những vật thể trừu tượng, vô hình, bảo cậu ấy hãy tìm những vật thể cụ thể, có thể là những danh từ, hoặc những động từ chỉ hoạt động.

Khi cậu ấy đã gọi tên 15 hay 16 vật thể đó, bạn hãy thầm gọi tên chúng trong đầu theo cậu ấy ngay. Nếu như bạn bỏ sót 1 hoặc 2 vật thể thì cũng không vấn đề gì cả. Đơn giản chỉ cần hỏi lại cậu ấy những vật thể bạn đã bỏ sót là gì, sau đó nhấn mạnh sự liên kết cụ thể của những vật thể đó, rồi gọi tên các vật thể ngược lại.

Và bạn có chắc chắn rằng mình có thể nhớ được vật thể đầu tiên mà cậu bạn gọi tên không?Ồ, khi bạn bắt đầu sử dụng các liên kết vì những mục đích thiết thực thì câu hỏi đó sẽ không còn là vấn đề nữa. Thứ mà bạn cần nhớ sẽ bắt đầu chuỗi liên kết của bạn.

Nhưng cho đến lúc này, đây

thực sự cũng vẫn chỉ là một giả thuyết. Nếu như bạn nghĩ về vật thể nào đó gần với điểm bắt đầu chuỗi liên kết của mình và sau đó quay ngược lại, thì sau đó cuối cùng bạn vẫn phải quay lại tìm ra vật thể đầu tiên của mình là gì thôi. Và để lưu vào bộ nhớ của mình vật thể đầu tiên này, thực ra bạn chỉ cần tốn một chút thời gian. Khi cậu bạn gọi tên vật thể đầu tiên ấy, bạn chỉ cần liên kết nó với chính cậu ấy.

Hãy thử với danh sách những vật thể cần ghi nhớ trong chương trước. Nếu bạn của bạn gọi tên “máy bay” là vật thể đầu tiên, bạn có thể nhìn vào cậu ấy và tưởng tượng ra một chiếc máy bay trên đầu cậu ấy. Đó là tất cả những gì

bạn cần làm. Vật thể tiếp theo sẽ được liên kết với chiếc máy bay, và cứ như vậy cho đến cuối chuỗi vật thể cần nhớ.

Khi bạn đã sẵn sàng gọi lại tên các vật thể trong danh sách các vật thể cần nhớ, đơn giản là chỉ cần nhìn vào cậu bạn của mình. Bạn sẽ “thấy được” chiếc máy bay trên đầu cậu ấy, và sự liên kết ấy sẽ dẫn dắt bạn nhớ lại từ đầu đến cuối chuỗi vật thể.

Lại một lần nữa, bạn hãy thử kiểm tra lại khả năng liên kết của mình trước khi tiếp tục đọc cuốn sách này. Hãy biểu diễn trước mặt bạn bè mình, hoặc liệt kê ra những vật thể mà bạn muốn nhớ, và tự biểu diễn. Sở dĩ bạn nên làm như

vậy vì mỗi lần thực hành ứng dụng phương pháp liên kết, bạn sẽ có thêm sự tự tin. Bạn sẽ thấy rằng phương pháp này thực sự mang lại hiệu quả cho mình!

c. Các từ ngữ thay thế

Thông thường khi phát âm một từ nào đấy, người ta rất dễ liên tưởng đến một từ khác có phát âm tương tự. Khi nhắc đến con “gà tây”, người ta rất dễ nhớ đến tên một tỉnh thành cũ là Hà Tây. Người Mỹ khi chào nhau bằng câu: “Oh, hi”, họ thường song song liên tưởng đến bang Ohio.



Các tỉnh thành của Việt Nam có thể nhớ được một cách dễ dàng theo thứ tự các từ trong bảng chữ cái. Tất nhiên là bạn có thể chẳng mấy quan tâm đến việc tên các tỉnh thành có được sắp xếp theo thứ tự trong bảng chữ cái hay không đâu, nhưng đó không phải là vấn đề quan trọng. Điều cần lưu ý ở đây là cách để hình tượng hóa được những thứ có vẻ trừu tượng, như những cái tên chẳng hạn. Lại một lần nữa, chỉ khi bạn hiểu được cách biến một thứ vô hình trở thành hữu hình và có ý nghĩa,

thì việc ghi nhớ mới trở nên dễ dàng được. Đây là một bài luyện tập rất tốt để rèn luyện Kỹ Năng Liên Kết, và hướng bạn vào phương pháp ghi nhớ bằng các từ ngữ thay thế.

Khái niệm “Từ Thay Thế” có thể ứng dụng được với cả một số vật thể trừu tượng. Về cơ bản nó giống như thế này: Khi bạn nghe hoặc nhìn vào một từ hay cụm từ có vẻ trừu tượng hay khó hiểu, hãy nghĩ về một vài thứ gì đó khác đi, thứ gì cũng được, có vẻ giống, hoặc giúp bạn nhớ đến vật thể trừu tượng kia, có thể giúp bạn tưởng tượng ra được vật thể trừu tượng cần nhớ kia trong đầu.

Thông thường, tên một người,

một vật, hay một địa điểm thật khó khiến bạn có thể hình tượng hóa được. Hầu hết những cái tên là trừu tượng, đó là lý do vì sao chúng rất khó nhớ. Ví dụ như, dường như sẽ chẳng có cách nào để “hình tượng hóa” ra được (hay liên kết được) cái tên Nam Định chẳng hạn. Tuy nhiên, bạn có thể dễ dàng tưởng tượng ra hình ảnh “nắm đĩnh”. Từ “nắm đĩnh” phát âm khá giống với Nam Định, và nó sẽ giúp bạn nhớ được tên tỉnh phía Bắc Việt Nam này. Sau đó, bạn nghĩ đến từ “ăn nghệ”, nó khá tương tự với cách phát âm tên tỉnh “Nghệ An” (có điều đảo ngược một chút). Vậy hãy tưởng tượng một “nắm đĩnh” đang “ăn nghệ”, bạn vừa nhớ được tên hai tỉnh là Nam Định và

Nghệ An, đồng thời nhận ra rằng tỉnh Nghệ An xếp ngay sau tỉnh Nam Định theo thứ tự bảng chữ cái.

Ngay bây giờ, có thể bạn đang tự hỏi rằng bạn sao có thể biết được cái tên nào trong 2 cái tên trên sẽ hiện ra trước khi bạn tưởng tượng ra chúng trong đầu.Ồ, trong ví dụ cụ thể này, thực tế là chúng sắp xếp theo trình tự lần lượt trong bảng chữ cái, chúng ta chỉ có vấn đề với việc không biết cái tên nào sẽ xuất hiện trước trong đầu vì chúng ta đang thảo luận về cả 2 cái tên cùng một lúc. Khi bạn thực sự liên kết được tất cả các cái tên, hoặc nhiều hơn hai, thì đó sẽ không còn là vấn đề nữa. Đó chính là mấu chốt của phương

pháp Liên kết; một vật thể này sẽ dẫn bạn đến một vật thể khác tiếp theo.

Để lặp lại được điều này, bạn thực sự phải sử dụng đến một chút trí tưởng tượng, và bạn cần phải định hình được các liên kết về mặt nhận thức thường xuyên hơn. Mọi việc sẽ trở nên dễ dàng hơn vì nếu bạn cải thiện được trí nhớ của mình thì bạn sẽ nâng cao hơn được trí tưởng tượng của bản thân. Như Aristotle đã từng giải thích trong “De anima” như sau:

“Sự nhận thức được hình thành bởi 5 giác quan, trong đó khả năng tưởng tượng được xem xét và là nhân tố quan trọng đầu tiên. Nó là những

hình ảnh đã được định hình, tưởng tượng rõ ràng trong đầu, trở thành nguồn nguyên liệu dồi dào cho khả năng tư duy của bộ óc. Trí tưởng tượng trở thành chiếc cầu nối trung gian giữa nhận thức và suy nghĩ.”

Trí tưởng tượng cũng là nơi giúp chúng ta tưởng tượng những hình ảnh trong đầu. Điều này khiến cho quy trình suy nghĩ của ta nhanh hơn rất nhiều. Vì vậy, tâm trí của chúng ta sẽ không thể suy nghĩ nếu như không có một hình ảnh tưởng tượng ngấm nào đó trong tâm trí. Khả năng suy nghĩ của bộ óc sẽ nghĩ cách để định hình ra những hình ảnh tưởng tượng. Không một ai có thể học hay hiểu

được bất kỳ điều gì, nếu như họ không có khả năng nhận thức; thậm chí khi họ chỉ nghĩ theo cách suy đoán, họ vẫn cần phải dùng đến một số hình ảnh tưởng tượng.

Aristotle tiếp tục cho rằng tất cả loài người đều có thể suy nghĩ bởi vì: “Điều hiển nhiên xảy ra là khi đặt mọi vật trước mắt chúng ta, cái cách mà những người phát minh ra phương pháp ghi nhớ bài bản dạy cho chúng ta là xây dựng lên những bức ảnh tưởng tượng.”

Ngay bây giờ, bạn sẽ được học cách để “định hình ra được những hình ảnh tưởng tượng” khi cần nhớ được những điều trừu tượng. Những hình ảnh

(hay những từ ngữ thay thế, những ý nghĩ, hay cả những cụm từ) mà bạn sử dụng sẽ gợi cho bạn nhớ đến những vật thể trừu tượng. Và lại một lần nữa, việc cố gắng ứng dụng những ý tưởng của chúng tôi sẽ khiến trí nhớ của bạn trở nên tốt hơn. Việc cố gắng tìm ra một từ thay thế cho một vật thể nào đó buộc bạn phải nghĩ về vật thể đó, tập trung vào nó trong khi thông thường bạn sẽ không hay làm vậy.

Nếu như trong suốt những ví dụ của cuốn sách này, từ thay thế không gợi cho bạn nhớ được những gì bạn muốn nhớ, thì cũng không có gì đáng ngạc nhiên cả. Vì bạn đã sử dụng những gợi ý về các từ thay thế của cuốn sách, của

người khác nghĩ hộ bạn, chúng không có hiệu quả với bạn. Thông thường thì sẽ tốt hơn rất nhiều nếu như bạn nghĩ ra được những từ thay thế, ý nghĩ, hoặc cụm từ của riêng mình. Thêm một lần nữa, việc đưa ra các gợi ý không có nghĩa là phủ định sự cần thiết của trí tưởng tượng trong mỗi cá nhân, từ đó làm họ mất đi nhận thức về mặt bản chất sự việc.

Cũng như vậy, nếu như bạn muốn sử dụng luôn những gợi ý mà sách cung cấp thì cũng tốt thôi. Nhưng phải đảm bảo rằng bạn định hình ra được bức tranh rõ ràng sắc nét trong đầu mình.

Quay trở lại với tên các tỉnh

nhé, bây giờ bạn có thấy rằng nếu bạn nghĩ ra một từ hoặc cụm từ thay thế cho mỗi tỉnh và sau đó liên kết chúng, bạn có thể ghi nhớ được tất cả chúng không? Chúng trở nên thật dễ nhớ, và còn khiến bạn vui nữa.

Nếu bạn không muốn ghi nhớ tất cả những cái tên theo thứ tự, hãy thử ghi nhớ chỉ một số cái tên thôi, nhằm mục đích thực hành và rèn luyện trí tưởng tượng. Việc liên kết tất cả những cái tên ấy lại là một bài luyện tập rất tốt cho quá trình định hình các từ và cụm từ thay thế, và tưởng tượng ra những hình ảnh, cũng như sự kết hợp cho các liên kết của bạn.

Đây là tất cả các tỉnh thành cần ghi nhớ, được liệt kê theo trình tự trong bảng chữ cái và đánh số từ 1 - 63. Sau đó, khi đã học được phương pháp Liên Kết, bạn hãy quay trở lại trang này và cố gắng ghi nhớ chúng bằng con số. Khi bạn liên kết chúng, hãy ngừng lại khoảng 10 phút một lần hoặc nhìn tổng quan lại một lượt những hình ảnh mà bạn đã tưởng tượng ra trong đầu:

1. An Giang	22. Hà Giang	43. Ninh Thuận
2. Bà Rịa – Vũng Tàu	23. Hà Nam	44. Phú Thọ
3. Bạc Liêu	24. Hà Nội	45. Phú Yên
4. Bắc Kạn	25. Hà Tĩnh	46. Quảng Bình
5. Bắc Giang	26. Hải Dương	47. Quảng Nam
6. Bắc Ninh	27. Hải Phòng	48. Quảng Ngãi
7. Bến Tre	28. Hòa Bình	49. Quảng Ninh
8. Bình Dương	29. Hậu Giang	50. Quảng Trị
9. Bình Định	30. Hưng Yên	51. Sóc Trăng
10. Bình Phước	31. Hồ Chí Minh	52. Sơn La
11. Bình Thuận	32. Khánh Hòa	53. Tây Ninh
12. Cà Mau	33. Kiên Giang	54. Thái Bình
13. Cao Bằng	34. Kon Tum	55. Thái Nguyên
14. Cần Thơ	35. Lai Châu	56. Thanh Hóa
15. Đà Nẵng	36. Lào Cai	57. Thừa Thiên Huế
16. Đắk Lắk	37. Lạng Sơn	58. Tiền Giang
17. Đắk Nông	38. Lâm Đồng	59. Trà Vinh
18. Đồng Nai	39. Long An	60. Tuyên Quang
19. Đồng Tháp	40. Nam Định	61. Vĩnh Long
20. Điện Biên	41. Nghệ An	62. Vĩnh Phúc
21. Gia Lai	42. Ninh Bình	63. Yên Bái

Bạn có thể cố gắng ghi nhớ toàn bộ những cái tên này theo trình tự bằng việc bắt đầu nghĩ về các từ thay thế gợi bạn nhớ đến cái tên An Giang (tỉnh đầu tiên). Tưởng tượng ra một anh bạn tên Giang, tức “anh Giang: có thể sẽ giúp bạn nhớ được tên tỉnh này. Tâm trí bạn sẽ tưởng tượng ra hình ảnh một anh trai đeo tấm biển ghi chữ “Giang” trước ngực ngay khi bạn cần nhớ ra cái tên An Giang. Hay đối với tên tỉnh Bà Rịa – Vũng Tàu, đối với tỉnh này bạn chỉ cần hình dung một trong hai từ “Bà Rịa” hoặc “Vũng Tàu” là bạn sẽ nhớ ra cả tên đầy đủ. Ở đây, hãy chọn từ “Vũng Tàu”. Từ này nghe rất giống “Váng đậu” đúng không? Hãy tưởng tượng hình ảnh

liên kết như thế này: Anh Giang đang ăn váng đậu. Vậy là bạn đã nhớ được tên hai tỉnh đầu tiên theo thứ tự bảng chữ cái là An Giang và Bà Rịa – Vũng Tàu.

Đối với tên tỉnh Bạc Liêu, bạn có thể sử dụng “Bún riêu” như một cụm từ thay thế. Tưởng tượng ra một miếng váng đậu khổng lồ đang ngồi ăn bún riêu.

Đối với tỉnh Bắc Kạn, bạn có thể tưởng tượng ra hình ảnh một chú cá bị “mắc cạn”. Để liên kết với tỉnh Bạc Liêu, hãy tưởng tượng ra hình ảnh bát bún riêu đang giã đành đập bên mép nước gần bờ (bát “bún riêu” đang bị “mắc cạn”).

Hãy luôn nhớ rằng bất kỳ thứ

gì đầu óc chúng ta cũng đều tưởng tượng được, từ một danh từ, một động từ, hay bất kỳ một loại từ nào khác. Bạn có thể nhớ lại ví dụ vừa rồi, hành động “mắc cạn” được sử dụng làm từ thay thế, và bạn đã tưởng tượng ra hành động “mắc cạn” đồng thời với các vật thể khác toàn là danh từ.

Đối với tỉnh Bắc Giang, hãy nhớ đến hành động “bắt giam”. Được rồi, giờ hãy liên kết với tỉnh Bắc Kạn, thứ gì đó sau khi bị “mắc cạn” lập tức bị “bắt giam” luôn.

Từ tên tỉnh Bắc Giang đến tên tỉnh Bắc Ninh, hãy nghĩ đến thời kỳ phong kiến nước ta bị xâm lược và đô hộ bởi “giặc Minh”, đúng, bạn hãy tưởng

tượng trong đầu hình ảnh một đạo quân phương Bắc thời xưa, mặc áo giáp, cầm giáo đang ồ ạt xông lên, và một số tên bị “bắt giam” bởi quân ta.

Từ tên tỉnh Bắc Ninh đến tên tỉnh Bến Tre, từ Bến Tre có vẻ đơn giản và cũng rất tượng hình, cụ thể, vậy hãy tưởng tượng trong đầu hình ảnh một bến tàu trồng toàn tre đi, hoặc tre đang mọc tua tủa với một tốc độ khủng khiếp trên bến tàu. Và lũ giặc Minh thì đang chạy ào ào rồi đâm sầm vào cái bến tàu toàn tre ấy.

Bây giờ là từ Bến Tre đến Bình Dương, tưởng tượng một chiếc bình đựng đầy xương, một “bình xương”. Vô số những chiếc “bình xương” đang mọc

ra từ những cây tre trong bến tre, những chiếc “bình xương” treo lủng lẳng trên đầu mỗi ngọn tre... Bất cứ hình ảnh nào cũng được, nhưng nhớ là bạn phải hình dung thật rõ nét và “ngắm nghía” nó hết sức cẩn thận.

Từ tên tỉnh Bình Dương sang đến Bình Định, tưởng tượng một chân trời đang dần ửng hồng, đúng, chính là buổi “bình minh”, trong khung cảnh “bình minh” ấy, một “bình xương” khổng lồ và trắng toát đang hiện ra, ngay bên cạnh ông mặt trời đang dần ló dạng. Hãy thử tưởng tượng như vậy, bạn sẽ thấy sự hiệu quả.

Bây giờ là từ Bình Định đến

Bình Phước, hãy tưởng tượng ra... cái “bình nước”, một bình nước đầy sóng sánh, rất to nữa, đang xuất hiện trong khung cảnh “bình minh”.

Nếu như bạn đã từng tưởng tượng như vậy hoặc tự mình tưởng tượng ra các cách liên kết khác, hay từng ngắm nhìn kỹ những hình ảnh tưởng tượng của chính mình, bạn sẽ nhớ được tên 10 tỉnh đầu tiên của nước ta khi nhớ được 10 vật thể trong liên kết mẫu vừa được tạo ra phía trên. Tất nhiên là sẽ có rất nhiều từ ngữ thay thế khác bạn có thể sử dụng được. Hãy nhớ rằng việc Liên Kết là có tính cá nhân, và những gì bạn tự nghĩ ra chính là những thứ tốt nhất. Và một điều thường gặp nữa, đó là

những gì bạn nghĩ ra đầu tiên thường là những thứ có thể dùng được tốt nhất.

Nếu bạn muốn thực hành thêm một số cái tên nữa, hãy nhìn tổng quan lại một lượt tên 10 tỉnh theo thứ tự và sau đó tiếp tục chuỗi Liên kết của bạn với 10 cái tên tiếp theo. Cứ tiếp tục như vậy. Nếu bạn đã nhìn xuống dưới danh sách tên 10 tỉnh cùng một lúc, sử dụng kết hợp 2 phương pháp các từ thay thế và phương pháp liên kết, sau đó nhìn lại cả 10 cái tên sau mỗi lần học được, bạn sẽ đọc được vanh vách tên cả 63 tỉnh thành nước ta mà không vấp vấp một lần nào cả.

Hãy thử xem nhé, và nếu như

bạn có quên mất tên một vài tỉnh, thì đơn giản là chỉ cần quay lại chỗ những tỉnh bạn quên và nhấn mạnh vào mối liên kết đặc biệt của chúng. Bạn sẽ vô cùng ngạc nhiên rằng tại sao chúng lại dễ nhớ như vậy trong khi nhiều người lại cảm thấy vô cùng khó khăn để nhớ được, nếu không muốn nói là không thể nhớ được.

Chương 3

GHI NHỚ VÀ HỌC THÔNG MINH

1

TỪ VỰNG VÀ TỪ NƯỚC NGOÀI

Vậy là bạn vừa học được cách ứng dụng phương pháp từ ngữ thay thế cho những từ, hay những cái tên mơ hồ, và khi liên kết chúng lại với nhau, bạn còn có thể tiến xa thêm một bước nữa. Thay vì liên kết một tỉnh với tỉnh tiếp theo để định hình ra một chuỗi liên kết, bạn có

thể liên kết một tỉnh với thành phố trung tâm của nó. Bạn cũng có thể liên kết một từ với ý nghĩa của nó, dù đó là một từ Tiếng Việt hay một từ nước ngoài.

Điều này sẽ đưa chúng ta đến một lưu ý quan trọng. Thông thường, khi bộ nhớ bắt đầu phát triển, ta có thể chia một thực thể ra thành 2 phần. Thậm chí đến cả một công cụ ghi nhớ phức tạp nhất cũng thường được phân tách thành một thực thể bao gồm 2 phần: như một cái tên đi cùng một khuôn mặt, một địa chỉ cho một người hoặc một công ty, một cái giá hoặc loại kích cỡ cho một mặt hàng, một số điện thoại cho một người hay một công ty, khái niệm và ý

nghĩa của một từ, và tương tự như vậy. Thậm chí khi định hình ra một liên kết dài, về cơ bản bạn cũng vẫn chỉ là đang làm việc với hai mặt của thực thể cùng lúc mà thôi.

Thành phố trung tâm của An Giang là Long Xuyên. Giờ bạn tưởng tượng như thế này nhé, anh Giang thấy anh Long đi “xuyên” qua tường, một hình ảnh khá siêu nhiên, nhưng bạn sẽ thấy cái tên được liên tưởng như vậy sẽ rất khó quên.

Thành phố trung tâm của Bình Dương là Thủ Dầu Một. Hãy tưởng tượng một bình đựng đầy xương (cái “bình xương”) đang đứng đối diện với một cái hũ lớn đựng đầy dầu ăn, trên cái hũ có đánh số 1 to tướng

(cái “hũ dầu một”). Thành phố của Bình Phước là Đồng Xoài, xem nào, bạn hãy nghĩ đến một cái bình nước khổng lồ đứng chình ình giữa cánh đồng lúa, nhưng cây lúa không mọc ra lúa, mà mọc ra... xoài, xum xuê quả. Thành phố của Đồng Tháp là Cao Lãnh, tưởng tượng giữa cánh đồng mọc lên một cái tháp rất to, trên đỉnh cái tháp có một hộp cao xoa bóp (tưởng tượng hình ảnh của hộp cao Bạch Hổ chẳng hạn) và trên hộp cao đó ghi chữ LÃNH. Thành phố của Hậu Giang là Vị Thanh, hãy tưởng tượng một chảo đậu rang đang được đặt trên bếp, hạt đậu thì nhảy tách tách trông rất vui mắt, một hạt đậu to dùng bồng thè lưỡi nếm một hạt đậu to dùng khác và

kêu lên: “Chua quá, vị chanh!”. Thành phố của Kiên Giang là Rạch Giá, một cô tiên răng (tưởng tượng hình ảnh một cô tiên đeo lủng lẳng một cái răng rất to trước ngực), đang cầm dao rạch lên cọng giá trắng phau và béo ú nụ. Thành phố của Quảng Trị là Đông Hà, bạn hãy tưởng tượng thế này: một bát mỳ Quảng đang trị tội một cái lông gà (bát mỳ đang đứng chống nạnh và chỉ tay vào cái lông gà đang quỳ dưới đất chẳng hạn, rất buồn cười nhưng lại cực kỳ hữu ích để nhớ).

Đối với việc học ngoại ngữ, khi ở một quốc gia khác, những người cần bác sĩ giúp đỡ có thể không cần phải nói “Làm ơn gọi giúp tôi một...” hay “Đưa

tôi đến...” mà tốt hơn là họ nên biết từ bác sĩ! Bỏ bớt những cấu trúc rườm rà và chỉ tập trung vào từ khóa là một cách khá hay và hiệu quả.

Phương pháp từ ngữ thay thế có thể áp dụng được với bất kỳ từ ngữ hay ngôn ngữ nào. Chẳng có từ nào mà âm thanh của nó lại không na ná giống với âm thanh của một từ nào đó khác cả, hoặc khiến bạn nghĩ đến một số từ nào đó trong ngôn ngữ mẹ đẻ của bạn. Để nhớ được nghĩa của một từ tiếng Pháp đơn giản như pere (bố), bạn có thể tưởng tượng ra một cục pin khổng lồ có hình dạng giống với bố của bạn. Đối với từ pont (cây cầu), bạn có thể tưởng tượng mình đang bơi một cây cầu lên mặt thay

vì lọ kem dưỡng da pond!

Phương pháp này có thể áp dụng với mọi từ ngữ, dù là từ ngắn hay dài. Chúng ta có từ tiếng Pháp chỉ quả bưởi là pamplemousse.

Tưởng tượng ra một bịch tã giấy Pamper (pample) to như quả bưởi đang ngồi chễm chệ trên mui xe (mousse). Nếu bạn cố gắng tưởng tượng ra được những hình ảnh có vẻ điên khùng như vậy, phương pháp này sẽ thật sự hiệu quả. Bạn đã buộc mình nhận thức về sự vật, bạn đã thực sự tập trung vào từ ngữ, và bạn buộc mình phải dùng đến trí tưởng tượng. Chẳng có cách nào để ứng dụng phương pháp từ ngữ thay thế cho một từ vựng nước

ngoài nào đó mà không có sự tập trung vào những nhận thức cơ bản về từ ngữ đó, và sử dụng thêm trí tưởng tượng của bản thân. Và cuối cùng, việc ứng dụng phương pháp này sẽ gợi cho bạn nhớ được hai thứ cần phải nhớ (chính là hai mặt của một thực thể đã được chúng tôi đề cập ở phần trước): cách phát âm của một từ vựng nước ngoài, và từ tương đương với từ đó trong ngôn ngữ của bạn.

Nếu bạn đã sử dụng những từ ngữ thay thế được đề xuất trong cuốn sách này, hoặc những từ thay thế do chính bạn nghĩ ra, sau đó tưởng tượng ra một hình ảnh buồn cười nào đó, thì lần tới khi bạn nghe thấy hay nhìn thấy từ

“pamplémousse”, bạn sẽ nhớ đến hình ảnh bịch tã giấy Pamper to như quả bưởi đang ngồi chễm chệ trên mui xe. Khi bạn nghe, nhìn, hoặc nghĩ về quả bưởi, điều tương tự cũng sẽ xảy ra. Hãy thử thực hành cách nhớ như thế này với 20 từ vựng nước ngoài trong một buổi chiều, và buổi chiều nào cũng vậy, sau đó bạn sẽ nhận ra mình đã nhớ được tất cả các từ vựng ấy một cách dễ dàng, đơn giản là vì sự kết hợp một cách trừu tượng, mơ hồ những âm thanh của các từ vựng nước ngoài đã được chuyển đổi thành những hình ảnh xác định, cụ thể trong đầu.

Hãy thử áp dụng phương pháp này với một số ngôn ngữ khác như Bồ Đào Nha chẳng hạn.

Quả óc chó là noz trong tiếng Bồ Đào Nha, và được phát âm là /nawsh/. Đơn giản là hãy tưởng tượng ra một quả óc chó khổng lồ bị đập cho vỡ nát, hoặc bạn ăn một quả óc chó khổng lồ và nhai nó nát vụn trong miệng. Hãy tưởng tượng ra hình ảnh đó nhé. Hoặc một từ khác, chiếc váy của phụ nữ trong tiếng Bồ Đào Nha là saia, được phát âm là /syer/. Tưởng tượng ra một chiếc váy đang sai khiến một chữ O, và cái váy đó lúc nào cũng sai bảo chữ O tội nghiệp, vậy là bạn đã nhớ được từ này rồi.

Chiếc ví cầm tay của phụ nữ là từ bolsa trong tiếng Bồ Đào Nha. Tưởng tượng ra một chiếc ví cầm tay khổng lồ ăn nhồm nhoàm một con cá basa

(một loại cá xuất khẩu) hoặc hình ảnh một mảnh con cá basa rất lớn đang đeo một cái ví cầm tay và đi bộ tung tăng bằng hai vây.

Chiếc khăn mùi soa là lenço trong tiếng Bồ Đào Nha, được phát âm là leng-ssoo (âm “ng” ở đây là một âm mũi). Tưởng tượng chính bạn đang đưa một cái khăn len xù lên lau mũi thay cho khăn mùi xoa, hãy tưởng tượng thật kỳ dị, một cái khăn len xù to bụi chảnh.

Bố là pai trong tiếng Bồ Đào Nha, được phát âm là pie. Tưởng tượng một chiếc bánh Choco-pie là bố của bạn.



Một quả dâu là morango trong tiếng Bồ Đào Nha, được phát âm là moo-ran-goo. Tưởng tượng ra một quả dâu khổng lồ, hoặc hàng triệu quả dâu, đang ăn món mỡ rán gà.

Hãy luôn nhớ rằng nếu bạn cố gắng thực hành trong việc học một ngôn ngữ khác, bạn sẽ nhận ra những âm thanh và những từ cơ bản của ngôn ngữ đó. Trong ví dụ cuối cùng này, bộ nhớ “đúng đắn” sẽ nói với bạn từ khí “Gas” được phát âm là gesh, với một âm sh nhẹ. Tất nhiên là, bạn cũng có thể sử dụng những từ thay thế bạn tự

nghĩ ra, những từ gợi bạn nhớ đến cách phát âm chính xác bởi vì bạn đã thực sự nghĩ và tập trung vào nó. Đó là lý do vì sao những gợi ý được đề xuất trong cuốn sách này về các từ ngữ thay thế có thể không thực sự giúp được bạn nhiều.

Tại sao bạn không thử điều gì đó ngay lúc này nhỉ? Hãy quay trở lại những ví dụ đầu tiên về các từ vựng nước ngoài và nghĩ ra những cách liên kết thực sự. Sau đó hãy kiểm tra trí nhớ của bạn về các từ và nghĩa của chúng bằng việc điền vào những chỗ trống sau đây. Đừng lo về các lỗi chính tả nhé, vì nếu như bạn sang một quốc gia khác, bạn sẽ cần nhất là phát âm từ và nghĩa của từ, chứ không phải là cách viết

của từ đó.

Tiếng Pháp:.....

bố:.....

quả bưởi:.....

cây cầu:.....

Tiếng Bồ Đào Nha:.....

khăn mùi soa:.....

chiếc váy:.....

bố:.....

quả dâu tây:.....

quả óc chó:.....

ví tiền:.....

Ngay bây giờ hãy thử làm như vậy với những từ ngay bên

dưới này (tất nhiên là không
nhìn vào đoạn bên trên nhé):

noz có nghĩa là.....

pamplémousse có nghĩa
là.....

bolsa có nghĩa là.....

pont có nghĩa là.....

lenço có nghĩa là.....

père có nghĩa là.....

morango có nghĩa
là.....

pai có nghĩa là.....

saia có nghĩa là.....

Nếu bạn có nhớ quên mất vài từ, đơn giản là chỉ cần quay lại và nhấn mạnh hơn mỗi liên kết cụ thể ở từ đó. Sau đó tự kiểm tra lại một lần nữa. Và bạn có thể nhớ được tất cả các từ cần nhớ.

Phương pháp này có thể ứng dụng tốt ở một số tình huống đặc biệt. Nếu như từ Tiếng Việt tương đương của từ vựng nước ngoài đó khó nhớ, mơ hồ, bạn có thể sử dụng một từ hoặc cụm từ thay thế cho từ Tiếng Việt đó.

Phương pháp này sẽ hiệu quả thậm chí cả khi từ vựng nước ngoài chứa các âm chúng ta không thường sử dụng trong tiếng mẹ đẻ. (như âm sh nhẹ trong tiếng Bồ Đào Nha). Từ

“con sóc” trong tiếng Đức là Eichhörnchen; âm “ch” ở đây là một âm yết hầu, phía sau cổ họng; khi phát âm âm này, cứ như thể bạn đang phải hắng giọng vậy. Chúng ta không sử dụng âm này trong Tiếng Việt, chính vì vậy mà phương pháp trên được ứng dụng. Cụm từ “ai hôn kim?” và có luôn câu trả lời là con sóc có thể gợi cho bạn nhớ đến từ Eichhörnchen.

Sử dụng một trong những cụm từ thay thế của bạn, và hãy chắc chắn rằng bạn sẽ hình dung ra một con sóc khi nghĩ đến chúng. Nhằm giúp bạn phát âm được chính xác từ đó, bạn có thể thêm việc hắng giọng mỗi khi nghĩ đến những điều mà bạn tưởng tượng ra để nhớ từ đó.

Từ tiếng Pháp của con sóc là *écureuil*. Chúng ta không hề có âm “euil” trong tiếng Việt. Nhưng cụm từ “Ếch kêu oi” chắc chắn có thể giúp bạn phát âm được gần đúng từ khó này đó. Bạn có thể tưởng tượng ra một chú ếch đang ngồi trên lá sen giữa đầm lầy mùa hè, mặt trời tỏa nắng gay gắt trên đầu và chú ta kêu than rằng trời oi quá rồi “bùm”, dưới ánh nắng, chú ếch biến thành con sóc lông vàng.

Từ cái kéo trong tiếng Hy Lạp là *psalidi*. Âm “p” đứng ở đầu từ này là âm mở. Hãy liên kết cụm từ “tát li dị”: lưỡi kéo bên trái tát vào lưỡi kéo bên phải một cái và đòi li dị, và bạn sẽ nhớ được cả cách phát âm của từ này và nghĩa của nó.

Mặc dù phương pháp này có thể ứng dụng được với mọi từ ngữ, nhưng khía cạnh ngữ pháp của một ngôn ngữ thông thường sẽ được nâng cao khi bạn học được từ vựng của ngôn ngữ đó. Phương pháp này cũng ứng dụng được với các cụm từ, nếu như bạn thắc mắc vì sao, thì câu trả lời là vì một cụm từ chính do các từ đơn lẻ cấu tạo thành. Như cụm từ “rien de grave” trong tiếng Pháp có nghĩa là “không có gì cả, không có gì nghiêm trọng cả”. Hãy liên kết cụm từ tiếng Pháp kia và nghĩa của nó theo một số cách kì dị nào đó mà bạn nghĩ ra được, và bạn sẽ nhớ được nó.

Khi bạn đến một quốc gia khác, bạn thường tự trang bị

cho mình một chiếc máy đổi tiền và cuốn sách cầm tay chứa các đoạn hội thoại thường dùng bằng ngôn ngữ quốc gia đó. Những gì bạn thấy được trong những cuốn sách cầm tay nhỏ đó là những đoạn hội thoại tương đương được dịch ra từ tiếng mẹ đẻ của bạn. Và cách phát âm chúng như thế nào cũng được ghi lại (như này chúng ta đã làm trong các ví dụ về tiếng Bồ Đào Nha) nhằm giúp bạn nhìn thấy cách phát âm của chúng.

Tất cả những điều đó đều rất tốt. Chỉ có điều khi bạn đến đó, bạn sẽ chấm dứt việc lục tung quyển sách đó lên (cảm giác như một kẻ ngốc vậy) chỉ để tìm ra một từ hoặc cụm từ phù hợp bất kỳ khi nào bạn muốn

hiểu người khác nói gì hay muốn được người khác hiểu những gì mình đang nói. Chẳng có chỗ nào trong cuốn sách đó chỉ cho bạn cách ghi nhớ các từ, cụm từ, cách phát âm, và nghĩa của từ ngữ cả.

Những gì mà chúng ta quan tâm ở đây là việc bạn dành ra chuyến bay chiếm tầm 24 – 31 giờ bay xuyên Đại Tây Dương của mình với một quyển sách cầm tay như vậy, để ghi nhớ đủ số lượng từ ngữ nhằm khi xuống máy bay, bạn có thể hỏi được người gác cổng lấy lại hành lý của mình, tìm được một chiếc taxi, nói với người tài xế taxi nơi bạn muốn đến... Và để ghi nhớ đủ những điều đó, trong suốt chuyến bay của mình, giúp bạn hòa nhập được

trong một vài tuần ở đất nước khác, thì việc áp dụng những gì mà chúng tôi đã nói đến sẽ mang lại hiệu quả cho bạn.

Hiển nhiên là bạn sẽ còn học được nhiều hơn nữa, nếu như ứng dụng phương pháp mà cuốn sách này cung cấp trong cả quá trình bạn lưu lại ở quốc gia đó. Giả định là bạn không phải một nhà ngôn ngữ học, cũng không xác định sẽ học để nói được ngôn ngữ ấy như dân bản xứ. (Những phương pháp này cũng cực kỳ hữu ích cho những người như vậy, nhưng cuốn sách này chú trọng vào tình huống của những người đơn giản muốn mọi thứ dễ dàng hơn trong suốt chuyến đi của mình.)

Những ví dụ được sử dụng là ví dụ về tiếng Bồ Đào Nha để giúp bạn hiểu được các phương pháp mà sách sử dụng đối với một ngôn ngữ khác, một ngôn ngữ không hề quen thuộc với đa số người Việt Nam. Đây là một số ví dụ bằng tiếng Pháp, có lẽ thực chất chỉ là một bài học tiếng Pháp ngắn trên máy bay thôi.

Nếu như bạn dự định sẽ đến thăm nước Pháp, chắc chắn bạn sẽ cần làm quen với nhiều từ ngữ chỉ đồ ăn của Pháp. Trong những nhà hàng được khách du lịch ưa ái, bạn có thể thấy trong menu (thực đơn) có một bên được dịch thành Tiếng Anh. Như vậy thì tốt rồi, vì Tiếng Anh dù không phải tiếng mẹ đẻ nhưng cũng là

một ngoại ngữ quen thuộc và phổ biến ở nước ta.

Nếu bạn là người không hề biết từ tiếng Pháp nào, và đang bối rối với thực đơn toàn tiếng Pháp trong một nhà hàng thơ mộng ven bờ sông Seine, hãy thử áp dụng phương pháp này xem sao. Và sau đây là các từ và từ vựng tương đương của chúng trong tiếng Pháp:

Bánh mì - pain (pan). Nhụy của bông hoa ban nhú ra một ổ bánh mì Pháp.

Bơ- beurre (buhr). Một miếng bơ lớn đang “bơ” (phớt lờ) một miếng bơ nhỏ.

Nấm - champignons (shahn-peen-yawn). Một chiếc nấm khổng lồ đang uống rượu

champagne rồi ngáp “yawn” một cái.



Hạt đậu - haricots (ah-ree-koh). Hàng triệu hạt đậu đang nhìn chăm chăm vào một cô gái duyên dáng tên Hà đang đi một đôi bốt rất đẹp và những hạt đậu đồng thanh kêu lên: “Hà đi bốt!”.

Con gà - poulet (poo-leh). Một chú gà khổng lồ đang nhờ cái đèn led chụp hộ mình một pô ảnh.

Dưa hấu pastèque (pass-tehk). Một quả dưa hấu khổng lồ

đang đăng nhập facebook, nó gõ vào ô pass (mật khẩu) chữ “tech”.

Ốc sên - escargots (ess-cahr-go). Một chú ốc sên khổng lồ đang hét lớn “Ê cá gỗ” khi nhìn thấy một con cá bằng gỗ.

Giăm bông - jambon (zhan-bown). Bạn đang đắp một miếng giăm bông thay cho việc đắp chăn bông.

Con vịt - canard (ka-nar). Một con vịt tay phải cầm quả cà, tay trái cầm quả na.

Tôm hùm - homard (oh-mar): Một con tôm hùm đi bộ xuống một con phố vắng ban đêm, một bóng trắng vụt qua, con tôm hét lên “Ô, ma!”.

Nước - l'eau (low). Một giọt nước đi với tốc độ rất chậm, đi lâu ới là lâu.

Tỏi - ail (cách phát âm giống với từ eye). Một nhánh tỏi khổng lồ bị trộm mất ví, nó hét lên: “Ai?”.

Bánh ngọt - gâteau (gah-toh). Một chiếc bánh sinh nhật khổng lồ cảm thấy ghen tỵ (GATO) với một cái bánh quy được thắt nơ.

Kiểm tra - l'addition (lah-dish-yawn). Bạn kiểm tra con dao và thấy nó bị bấn ở phần đuôi (đít), thế là bạn “lau đít dao”.

Nhìn lại vào tất cả những từ trên một lần nữa, và định hình, củng cố lại các liên kết mà bạn đã có.

Bánh mì - pain (pan)

Nấm - champignons (shahn-
peen-yawn)

Gà - poulet (poo-leh)

Ốc sên - escargots (ess-cahr-
go)

Con vịt - canard (ka-nar)

Nước - l'eau (low)

Bánh ngọt - gâteau (gah-toh)

Kiểm tra - l'addition (lah-dish-
yawn)

Bơ - beurre (buhr)

Hạt đậu - haricots (ah-ree-koh)

Dưa hấu - pastèque (pass-tehk)

Giăm bông - jambon (zhan-

bown)

Tôm hùm - homard (oh-mar)

Tỏi - ail (eye)

Ngay bây giờ, hãy thử tự kiểm tra lại mình, hoặc nhờ ai khác kiểm tra giúp mình nhé.

Hãy nhớ rằng muốn ứng dụng được phương pháp này đối với các cụm từ, bạn phải ứng dụng được chúng với các từ đơn trước. Cụm từ “Nó giá bao nhiêu?” trong tiếng Pháp là gì? có phải là “Combien est-ce?” không? (phát âm là kaw-n-byen-ehss). Bạn nhìn thấy một cỗ bài hình chữ S; bạn muốn mua nó, vì vậy bạn hỏi giá của nó. Tất nhiên là nếu bạn chỉ nói “combien?”, người bán hàng cũng đã biết ngay bạn

muốn gì rồi. Khi bạn có được câu trả lời từ người bán hàng, có thể bạn sẽ nói rằng “Thật là quá cao” - C'est trop cher (seh-troh-shehr) (hoặc nói rằng quá đắt). Bạn thấy một cái “xe thô sơ” rất đẹp, bạn muốn mua nó, nhưng khi bạn hỏi giá người bán, anh ta hét với bạn một cái giá kinh khủng, và bạn phải kêu lên là giá của nó thật sự quá đắt.

“Làm ơn...”: tiếng Pháp là s'il vous plait (seel-voo-pleh). Tưởng tượng ra một người bộ hành khắc khổ, bạn hỏi anh ta đi đâu đấy, anh ta bảo “Đi vô Plei-ku!”, bạn định hỏi thêm thì anh ta chấp tay: “Làm ơn, đừng hỏi nữa”.

Nếu một số từ ngữ thay thế

được sử dụng là những ví dụ kỳ lạ, làm bạn khó tưởng tượng, thì hãy tự tưởng tượng ra các liên kết của mình. Nhưng dù cho chúng có hơi kỳ lạ đi chăng nữa thì cũng chẳng hề gì đâu, chúng vẫn sẽ ngay lập tức hiện ra trong đầu bạn mỗi khi có gì đó gợi nhớ. Nếu như bạn cố gắng tưởng tượng ra các hình ảnh tưởng tượng mà cuốn sách này đã gợi ý, bạn sẽ thấy rằng chúng có khả năng gợi nhớ rất hiệu quả.

Ngoại trừ l'eau và l'addition, các ví dụ trong cuốn sách này đã bỏ đi những mạo từ, mà trong nhiều ngôn ngữ gọi là "masculine" (giống đực) hay "feminine" (giống cái). Trong tiếng Pháp, "le" và "la" đều có nghĩa là "các", nhưng "le" là

giống đực, “la” là giống cái, và “les” là từ chỉ số nhiều cho cả 2 giống. Tất cả những gì bạn thực sự cần ở đây là một tiêu chuẩn chung cho một trong số đó. Ví dụ như, bạn có thể quyết định sử dụng việc hát những tiếng “la la” là tiêu chuẩn để quy định cho giống cái. Bất kỳ hình ảnh đồ vật tưởng tượng nào có dùng đến lời hát “la la” sẽ khiến bạn nhớ ra đồ vật đó là giống cái, và ngược lại là giống đực. Hoặc tưởng tượng ra một chiếc váy, một vật luôn có mạo từ giống cái cũng có tác dụng như vậy.

Một từ Tiếng Việt mà bạn chưa từng nghe bao giờ trước đây thực ra rất giống với một từ vựng nước ngoài; về cơ bản lúc ấy, nó cũng y như một từ nước

ngoài với bạn. Chỉ cần áp dụng phương thức ghi nhớ theo chính xác những cách giống nhau mà thôi. Từ “nặc nô” có nghĩa là người đàn bà đánh đá, lắm mồm, thô bỉ. Hãy tưởng tượng ra việc một người mặc xô trên người thay vì mặc quần áo đang đứng chửi bới rất ngoa ngoắt. Vậy là bạn đã được gợi nhớ về cả cách phát âm và nghĩa của từ này.

Ở Mỹ, những năm 1600, trẻ em Mỹ thời đó được dạy ngôn ngữ bằng phương pháp tưởng tượng và định hình các liên kết tưởng tượng trong đầu. Chắc chắn phương pháp này đã mang lại hiệu quả cao, vì tất cả những đứa trẻ ấy sau đó có thể nói được tiếng Latinh, tiếng Hy Lạp, và những ngôn ngữ

khác.

Có một điểm cần được nhấn mạnh ở đây: Một điều đáng chú ý nữa về vấn đề ghi nhớ, mà kể cả những phương pháp đã đưa ra trong cuốn sách này cũng không giúp giải quyết dễ dàng được. Bạn sẽ thấy rằng, chỉ cần một chút khéo léo và thao tác, chúng ta sẽ ứng dụng được phương pháp này. Thực ra, vấn đề cần ghi nhớ dù có khó đến đâu cũng không quan trọng; vì thực tế là vấn đề càng khó thì những phương pháp này càng thể hiện được giá trị của mình.

Khi đọc đến đây, sẽ có người nói rằng: “Rất tuyệt, nhưng đối với những ngôn ngữ như tiếng Trung Quốc thì sao?”Ồ, đối với

tiếng Trung Quốc à? Tất nhiên là những thứ tiếng như tiếng Trung Quốc hay Nhật Bản thì sẽ khó học hơn những tiếng như tiếng Pháp hoặc tiếng Tây Ban Nha (Vì tiếng Trung Quốc và Nhật Bản là những tiếng không sử dụng bảng chữ cái Latinh). Nhưng nó vẫn tiếp tục khó như vậy nếu như bạn không sử dụng những phương pháp ghi nhớ này. Việc ứng dụng những phương thức ghi nhớ này sẽ khiến việc học của bạn nhàn nhã hơn, nhanh hơn, và biến những công việc mệt mỏi, vất vả thành công việc dễ chịu hơn.

2

NHỮNG CON SỐ

Theo kỷ lục Guinness thế giới, người Yancos, thành viên của bộ lạc Amazon nguyên thủy, chỉ đếm được tới 3. Và chữ “ba” của họ là poettarrarorincoaroac. Có một vấn đề về trí nhớ ở đây! Và bạn có thể tưởng tượng ra vấn đề đó nếu họ có thể đếm tới mười hai? Bạn có thể đếm tới con số vô hạn, nhưng quan trọng hơn khi bạn biết làm thế nào để có thể nhớ con số vô

tận.

Trở về sau, tiếp tục hướng tới mục tiêu đó. Bây giờ bạn đã thấy việc ghi nhớ thông tin theo thứ tự không còn là vấn đề lớn. Nếu bạn đã thuộc một danh sách như vậy, liệu có thể nhanh chóng biết một vật trong đó chẳng hạn như vật thứ 7 là gì? Nhanh chóng, khoáng sản thứ 7 trong bảng độ cứng là gì? Bạn biết, nhưng bạn cần thời gian để đếm, hoặc là đếm từ đầu, hoặc là đếm từ cuối (mười, chín, tám, bảy). Bạn đếm trong đầu, hoặc đếm trên đầu ngón tay, tới vật thứ 7. Có một cách hiệu quả hơn - vô cùng hiệu quả hơn. Cách đó chính là hệ thống mấu chốt.

Hệ thống mấu chốt cho phép

bạn nhớ bất cứ thứ gì bạn muốn trong thứ tự bằng số đếm. Bao gồm rất nhiều vận may bất ngờ trong đó. (Vận may: Tìm được vật gì đó mà không cần nỗ lực nhiều). Sau khi bạn học để làm được điều đó - hãy nhớ xã vật theo số đếm - thông tin tương tự cho phép bạn làm những việc mà không ai có thể hình dung được!

Cốt lõi của hệ thống mấu chốt là phiên âm số/ bảng chữ cái. Nó dựa trên cách phát âm, rất đơn giản, hấp dẫn và hữu ích.

Có mười chữ số trong hệ thống số: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 0. Chúng ta sẽ lựa chọn ra 10 phụ âm cơ bản trong bảng chữ cái tiếng Việt để phiên âm những

chữ số này.

Ghi nhớ điều này vào tâm trí của bạn: những âm mà chúng ta quan tâm - âm do các chữ tạo ra - chứ không phải chính nó. Bạn sẽ sớm biết lý do thôi.

Số 1 sẽ luôn luôn đại diện cho các âm của chữ cái T, D và Đ. T, D và Đ sẽ luôn luôn đại diện cho số 1. Sự hỗ trợ để giúp bạn nhớ rằng (bạn sẽ cần nó chỉ bây giờ, để ghi nhớ ban đầu) chữ T có một nét đi xuống. (Hoặc, một chữ T được hình thành bởi một số 1 và chữ số 1 nằm ngang trên đầu). Hãy suy nghĩ về điều này trong giây lát.

Số 2 sẽ luôn đại diện cho âm của chữ N. Chữ n viết thường có 2 nét đi xuống. Nghĩ về điều đó một chút. (Hãy nghĩ về các

hỗ trợ để nhớ trong giây lát và tôi sẽ không nhắc lại nữa).



Số 3 là chữ M. Chữ m viết thường có 3 nét đi xuống. Hoặc nếu bạn xoay ngang chữ M, nó nhìn giống số 3; xoay ngang số 3, nhìn giống chữ M.

Số 4 là chữ R. Bạn nhớ số 4 trong tiếng Anh là gì không, là “four”. Từ “fouR” kết thúc bằng âm R.

Số 5 là chữ L. L là 50 trong chữ số La Mã. Hoặc bạn có thể tạo ra chữ L với 5 ngón tay, bằng cách hướng lòng bàn tay trái về phía trước, như khi nói “dừng lại”. Ngón tay cái duỗi

thẳng. Tạo ra một chữ L.

Số 6 là S, CH. Bạn nhớ số 6 trong tiếng Anh là “six”. Từ “Six” bắt đầu bằng chữ S.

Số 7 là chữ K, TH. Bạn có thể tạo chữ với 2 số 7; một số đứng bên phải và một số lộn ngược xuống: K.

Số 8 là chữ V và PH.

Số 9 là chữ P, G và B. Chữ P và số 9 gần chính xác là hình ảnh của nhau trong gương. Chữ G cũng rất giống số 9.

Số 0 là chữ Q, C. Chữ Q là hình ảnh số 0 thêm dấu móc đuôi, chữ C ghép với chữ C ngược là được số 0)

Các nguyên âm, a, â, ă, e, ê, i, o,

ô, ơ, u, ư, y không có số tương ứng trong bảng phiên âm/ số này. Chúng sẽ là những tấm “thẻ tự do”, là “nhân tố kết nối” như bạn sắp thấy. Các phụ âm khác không được sử dụng thì không có chữ số tương ứng.

Ta có bảng tổng hợp sau:

1 = T, D, Đ (chữ T có một nét xuống)

2 = N (chữ có 2 nét xuống)

3 = M (chữ m có 3 nét xuống)

4 = R (chữ four (số 4) kết thúc bằng âm R)

5 = L (số La Mã của 50 là L)

6 = S, CH (chữ Six (số 6) bắt đầu bằng chữ S)

7 = K, TH (K được tạo thành từ 2 số 7: K)

8 = V, PH

9 = P, B, G (P và 9 là hình ảnh gần như chính xác của nhau trong gương: 9 P)

0 = Q, C (chữ Q là số 0 có móc đuôi)

Hãy nghĩ về các hỗ trợ nhỏ của mỗi cặp mà tôi cho bạn trước đó, và bạn sẽ thấy bạn đã biết phần lớn chúng. Bạn muốn biết chúng trong hoặc ngoài thứ tự, hãy để chúng là bản chất thứ hai của bạn. Bây giờ bạn không thể tượng tượng được nó sẽ giúp ích cho bạn nhiều như thế nào. Chơi game thực hành nhỏ này và bạn sẽ thấy nó tốt hơn: Khi bạn nhìn

thấy một con số - một tấm giấy phép, một địa chỉ, hay bất cứ thứ gì - chuyển đổi trong đầu những con số đó thành âm. Khi bạn nhìn thấy một từ trên bảng hay bất kì tín hiệu gì, chuyển đổi những phụ âm đó thành số.

Bạn sẽ bắt đầu với một vài bài tập. Đọc lại Phiên âm số/ Bảng chữ cái một lần nữa, sau đó hoàn thành bài thực hành; điền vào các chỗ trống. Làm chúng và bạn đang trở nên thuộc các âm một cách hoàn hảo. Bạn sẽ bất ngờ với lợi ích mà bài thực hành này mang lại - Tôi đảm bảo với bạn như vậy. Đáp án sẽ ở phía sau để bạn có thể kiểm tra. Đừng tiếp tục đọc cho tới khi hoàn thành các bài luyện tập và hiểu rõ Phiên âm

số/ Bảng chữ cái.

Bài thực hành: Phiên âm số/ Bảng chữ cái

P = ____ R = ____ C = ____ L = ____

B = ____ TH = ____ K = ____ N = ____

D = ____ V = ____ CH = ____ S = ____

M = ____ T = ____ PH = ____ Đ = ____

Q = ____ G = ____

4 = R 1 = ____ 0 = ____ 8 = ____

9 = ____ 5 = ____ 2 = ____ 6 = ____

7 = ____ 3 = ____

729 = ____ 436 = ____ 381 = ____ 529 = ____

123 = ____ 890 = ____ 657 = ____ 345 = ____

089 = ____ 553 = ____ 778 = ____ 787 = ____

877 = ____ 004 = ____ 400 = ____ 040 = ____

912 = ____ 823 = ____ 333 = ____ 667 = ____

6215 = ____	53091 = ____	26 = ____
935210 = ____	481263 = ____	24680 = ____
97531 = ____	08 = ____	231560 = ____
0011223 = ____	911998 = ____	128145 = ____

quả đào =	quả cóc =	giắc =
tóc =	tiếng =	viên =
kim =	mát =	vaccine =
nguyệt =	thanh =	lương =
giang =	chiếc =	thắng =
pháp =	thương =	chân =
quần =	Langbiang =	sách =
tim =	chóp =	

Đáp án bài thực hành: Kiểm tra câu trả lời của bạn. Nếu có đáp án không khớp, quay lại và tìm ra lý do.

4 = R 1 = T, D, Đ 0 = Q, C 8 = V, PH
 9 = B, P 5 = L 2 = N 6 = S, CH
 7 = K, TH 3 = M

729 = KNP 436 = RMS 381 = MVT
 123 = TNM 890 = VPQ 657 = SLK
 089 = QVP 553 = LLM 778 = KKV
 877 = VKK 004 = QQR 400 = RQQ
 529 = LNP 787 = KVK 823 = VNM
 345 = MRL 040 = QRQ 333 = MMM
 667 = SSK

6215 = SNTL 53091 = LMQPT
 935210 = PMLNTQ 481263 = RVTNSM
 97531 = PKLMT 08 = QV
 0011223 = QQTTNNM 911998 = PTTTPPV
 26 = NS 231560 = NMTLSQ
 24680 = NRSVQ 128145 = TNVTRL

P = 9	R = 4	C = 0	L = 5
B = 9	TH = 7	K = 7	N = 2
D = 1	V = 8	CH = 6	S = 6
M = 3	T = 1	PH = 8	Đ = 1
Q = 0	G = 9		

quả đào = 01	quả cóc = 00
tóc = 10	tiếng = 129
kim = 73	mát = 31
nguyệt = 291	thanh = 72
giang = 929	chiếc = 60
pháp = 89	thương = 729
quần = 02	Langbiang = 529929
giấc = 90	thắng = 729
viên = 82	chân = 62
vaccine = 8002	sách = 66
luơng = 529	chóp = 69
tim = 13	

Thử treo chiếc áo khoác lên bảng đen và nó sẽ rơi xuống sàn. Gắn một chiếc chốt ngắn vào chiếc bảng và bạn có thể treo chiếc áo một cách dễ dàng. Trong phần tiếp theo này, bạn sẽ được đưa cho một số chốt – nhưng không phải để gắn vào chiếc bảng đen, mà để gắn vào trong tâm trí bạn. Khi

bạn đã làm như vậy, bạn có thể “treo” bất cứ thứ gì vào những chiếc chốt đó, đó là lý do vì sao những thứ này được gọi là hệ thống mẫu chốt của trí nhớ. Bạn có thể sử dụng những chiếc chốt này nhiều lần và mãi mãi.

Nếu bạn đã biết các âm của Phiên âm số/ Bảng chữ cái, bạn có thể chỉ ra một từ là đại diện cho những số nào. Thông thường, các con số là những thứ khó nhớ nhất bởi chúng không có thiết kế, khái niệm; không thể hình dung được chúng. (Số 7 có nghĩa gì với bạn ngoại trừ việc nó là số lớn hơn 6 và nhỏ hơn 8?).

Tuy nhiên bây giờ Phiên âm số/ Bảng chữ cái sẽ cho phép

bạn hình dung các con số. Nếu bạn muốn nhớ số 17, tất cả bạn cần là một từ (hình ảnh) đại diện duy nhất cho số đó, từ “đổ ky” chẳng hạn. Âm Đ là 1 và âm K là 7. Chỉ có T và K thì sẽ khó nhớ giống như 17, giờ là lúc các nguyên âm được thêm vào. Chữ “ô” và chữ “y” là lựa chọn lý tưởng để thêm vào. Một sự “đổ ky” được hình dung - và “đổ ky” trong Phiên âm số/ Bảng chữ chỉ đại diện duy nhất cho số 17. Do đó, hình dung một khuôn mặt “đổ ky” cũng giống như đang hình dung số 17.

Bạn có thể tạo bất kỳ số có nghĩa nào bằng các âm đã được học. Nếu bạn hình dung tới một chiếc “bánh quy cam” thì bạn sẽ thấy 92003, “đồng

ơmer khô” sẽ cho bạn thấy số 129437. Bạn có thể tạo ra các từ khi có nhu cầu nhưng hơn hết nó tiết kiệm thời gian hơn khi bạn có sẵn một số từ để dùng. Đó được gọi là các từ chốt, giống như “đổ ky” là từ chốt của 17. Chúng ta sẽ tạo từ chốt cho 10 số đầu tiên từ 1-10, bạn sẽ biết sau khi đọc. Sau đó, bạn sẽ học một cách thú vị để sử dụng các mẫu chốt đó.

Từ cho số 1 phải chứa chỉ một phụ âm bởi 1 là số đơn và một âm phải là T hoặc D hoặc Đ bởi đó là âm đại diện (chuyển đổi) cho số 1. Có rất nhiều từ hợp lý. Hãy chọn “tai”. “Tai” chỉ đại diện cho số 1, và nó rất dễ hình dung. Vậy nên từ chốt của số 1 luôn luôn là “Tai”.



Từ chốt cho số 2 cũng cần chứa duy nhất một phụ âm, nhưng phải là N. Hãy thử chọn từ “na”. Hình dung một quả na xanh mơn mớn với rất nhiều mắt na.



Từ chốt của số 3 là “ma” bởi nó chỉ chứa âm M. Hình dung một con ma tóc dài trùm áo trắng toát bay qua bay lại trước mặt, thế là bạn sẽ nghĩ đến số 3.



Từ chốt của số 4 là “roi”. Hình dung một cây roi rất lớn, hoặc một cây roi đang tự động vụt liên tiếp vào cây cột.



Với số 5, tôi sử dụng từ chốt “lê”. Hình dung một quả lê căng mọng, ngọt giòn.



Số 6 là “sư”. Không còn lựa

chọn nào khác: “sư” chỉ có thể đại diện cho số 6. Tất nhiên là hình dung một nhà sư đang đi khất thực chẳng hạn.



Số 7 là “kê”. Hình dung một nắm hạt kê, hoặc một bông kê trĩu hạt.



Số 8 là “vai”. Âm V đại diện cho số 8. Hình dung một đôi vai vững chãi.



Số 9 là “bò”. Hình dung một chú bò với khuôn mặt ngơ ngác.



Số 10 có hai số, do vậy từ chốt của nó cần chứa 2 chữ đại diện là T cho số 1 và C cho số 0. Thử chọn “tóc”, cũng là một hình ảnh hay.



Nếu bạn chọn mười từ ngẫu nhiên khác, hệ thống cũng vẫn có tác dụng, nhưng bạn cần học thuộc lòng các từ đó. Đó không phải trường hợp ở đây. Bởi nếu bạn biết các âm, thì việc biết các từ không phải là vấn đề với trí nhớ. Bạn cần nhớ các âm; bây giờ các âm đó giúp bạn nhớ các từ chốt. (Sau đó các từ chốt sẽ giúp bạn nhớ các thông tin khác). Đọc lại mười từ chốt đầu tiên một lần.

- | | |
|--------|---------|
| 1. Tai | 6. Sư |
| 2. Na | 7. Kê |
| 3. Ma | 8. Vai |
| 4. Roi | 9. Bò |
| 5. Lê | 10. Tóc |

Không nhìn vào trang này và xem liệu bạn có thể thuộc toàn bộ chúng. Và, bởi bạn biết các âm không theo thứ tự, nên bạn

cũng sẽ thuộc các từ chốt không theo thứ tự. Trước khi tiếp tục, đảm bảo rằng bạn đã quen thuộc với 10 từ đầu tiên đó. Điền vào các chỗ trống sau đây.

4 =

5 =

Sư =

8 =

2 =

Lê =

6 =

7 =

Bò =

3 =

9 =

Tóc =

10 =

1 =

Vai =

Na =

Ma =

Kê =

Roi =

Tai =

Bây giờ bạn đã thuộc chúng, vậy chúng mang lại lợi ích gì cho bạn? Trong thang độ cứng của khoáng sản, loại khoáng sản đứng thứ 7 là thạch anh. Nếu bạn muốn nhớ được điều này, hãy tưởng tượng một viên đá thạch anh to dùng đang ăn nhồm nhoàm một bông kê. Bức tranh kỳ dị đó sẽ giúp bạn

nhận ra: A, “kê”, số 7, thạch anh đứng thứ 7 trong thang độ cứng khoáng sản.

Nhìn bức tranh đó, bởi chúng ta sẽ dùng phần còn lại của thang độ cứng như ví dụ (và chúng ta sẽ không theo thứ tự chỉ để chứng minh một điểm).

Khoáng sản thứ 4 là fluorite. Liên kết một cái lò xo bằng biến hình thành một cái roi dài ngoẵng, hoặc cái roi đang quật liên hồi vào một cái lò xo.

Khoáng sản đầu tiên là hoạt thạch. Thử nhớ chúng bằng cách thấy tự bản thân đang đổ bột hoạt thạch lên tai. Hoặc bạn có thể thấy một con chuột bạch rất to đang nhấm nháp một bên tai của chính bạn. Một ví dụ kinh khủng, nhưng

chắc chắn sẽ hiệu quả.

Số 10 là kim cương. Thấy rất nhiều một mái tóc dính đầy kim cương. Hoặc một viên kim cương đang mọc tóc tua tủa.

Số 3 là canxit (calcite). Hình dung một con ma trắng toát đang uống sữa canxi để tăng chiều cao, hoặc một hộp sữa canxi trắng ỏn đang bay qua bay lại như một con ma.

Số 8 là topaz. Tưởng tượng một đôi vai săn chắc, vững chãi và nâu bóng mồ hôi, vai bên trái đặt một cái tô và vai bên phải đặt một cái bát (vai – tô bát). Nhìn bức tranh đó.

Số 6 là fenspat (feldspar). Bạn có thể thấy một cục đường phèn rất to đựng trong cái bát,

bên cạnh là một ông sư tí hon. Hoặc một vị sư cầm bát đi khát thực, trong chiếc bát có cục đường phèn. Hãy nhớ nhìn bức tranh đó.

Số 2 là thạch cao. Tưởng tượng một quả na bằng thạch cao khổng lồ, hoặc một quả na đang nhấm nháp ngon lành một miếng thạch cao trắng tinh.

Số 9 còn conrundum. Một con bò đứng giữa trời tuyết rơi trắng xóa, gió thì thổi ào ạt khiến con bò lên cơn run run vì lạnh.

Và cuối cùng, số 5 là opalite. Hình dung hai trái lê đang nói chuyện với nhau, một trái lê cầm một chai rượu, trái lê kia nhìn vào chai rượu và kêu lên:

“Ô ba lít!”. Chọn bức tranh và nhìn chúng.

Bạn đã nhìn tất cả các bức tranh chưa? Nếu chưa, quay trở lại và làm điều đó ngay bây giờ. Nếu bạn đã làm - một lần nữa hãy sẵn sàng để ngạc nhiên về chính mình. Tôi đã để bạn nắm thông tin theo thứ tự lộn xộn, nhưng đầu óc của bạn là chiếc máy tính tốt nhất. Nó đã giúp bạn sắp xếp chúng theo thứ tự. Tự chứng minh điều đó với bản thân ngay bây giờ. Nghĩ về các từ chốt của bạn từ 1 tới 10, tất cả chỉ có vậy. Mỗi mẫu chốt sẽ nói với bạn khoáng sản của con số đó! Hãy làm nó theo cách này: Bởi vì đây là lần đầu tiên bạn thử, trong cột đầu tiên, tôi sẽ cho bạn các từ chốt. Đầu tiên điền

vào chỗ trống của các cột đó. Sau đó, che cột đó bằng một mảnh giấy hoặc bằng tay và điền vào cột thứ 2. Thử ngay bây giờ. (Điền vào chỗ trống một cách nhanh nhất có thể).

1 (tai) = _____

1 = _____

2 (na) = _____

2 = _____

3 (ma) = _____

3 = _____

4 (roi) = _____

4 = _____

5 (lê) = _____

5 = _____

6 (sư) = _____

6 = _____

7 (kê) = _____

7 = _____

8 (vai) = _____

8 = _____

9 (bò) = _____

9 = _____

10 (tóc) = _____

10 = _____

Bạn hẳn là cảm thấy khá tốt về bản thân.

Nhưng tới bây giờ, bạn vẫn chưa làm được gì thực sự khác biệt so với những gì đã làm khi áp dụng hệ thống liên kết. Bạn thuộc các vật theo thứ tự

(điểm khác biệt duy nhất là ví dụ này đưa chúng cho bạn không theo thứ tự). Bạn có thể làm gì đó khác biệt ngay bây giờ - bởi bạn càng thuộc các từ chốt, bạn sẽ càng rõ về vị trí của từng khoáng sản. Bạn càng nhớ từ chốt, bạn càng nhớ được vị trí của chúng càng nhanh. Khoáng sản thứ sáu trong thang độ cứng là gì? Nghĩ tới cục đường phèn. Cục đường phèn đang làm gì? Nó nằm trong cái bát. Cái bát thì nằm trong tay một vị sư. Ngay lập tức bạn sẽ nghĩ tới... feldspar. Rất đơn giản. Xem bạn có điền vào các chỗ trống nhanh chóng như thế nào:

2 là _____

10 là _____

5 là _____

7 là _____

9 là _____

4 là _____

1 là _____

6 là _____

8 là _____

3 là _____

Nếu bạn nghe hoặc đọc khoáng sản, bạn sẽ biết vị trí của nó! Topaz là số bao nhiêu trong thang độ cứng? Tô và bát gọi bạn tới thứ gì? Đôi vai, tất nhiên rồi. Và vai là từ chốt số 8.

Vậy nên topaz sẽ là khoáng sản thứ 8! Điền vào các chỗ trống một cách nhanh chóng.

corundum là #.....

hoạt thạch là #.....

feldspar là #.....

calcite là #.....

diamond là #.....

topaz là #.....

thạch cao là #.....

opalite là #

thạch anh là #.....

fluorite là #

Bây giờ bạn đã thuộc các khoáng sản theo thứ tự trước, sau, từ trong ra ngoài! Bạn thuộc chúng cũng như bạn có thể nhớ chúng. Tự kiểm tra bản thân theo bất cứ cách nào bạn muốn, và bạn sẽ thấy đúng như vậy.

Tất nhiên, bạn có thể làm tương tự với bất kỳ danh sách nào. Hãy nghỉ một chút, sau đó áp dụng ý tưởng các từ chốt

vào danh sách dưới đây (cũng có thể là danh sách mà bạn của bạn đưa ra):

#8 là đồng hồ đeo tay

#4 là cặp

#1 là bút

#10 là dao

#6 là cốc

#2 là tivi

#9 là kẹp giấy

#7 là dây thừng

#5 là hoa

#3 là thảm

Nếu bạn đã thuộc mười vật này theo hoặc không và không

theo thứ tự, theo số - nếu bạn đã tự kiểm tra và thực sự thuộc - sau đó bạn hiểu được ý tưởng từ chốt. Bây giờ, bạn sẽ làm gì nếu bạn phải ghi nhớ 11 vật, 24 vật hay 58 vật? Không phải rõ ràng sao? Bạn cần từ chốt cho tất cả các số đó. Bạn có thể tạo các từ khi cần thiết, nhưng tốt nhất là chuẩn bị sẵn chúng. Tôi sẽ cho bạn các từ chốt lên tới số 100. Nó khá dễ bởi bạn đã biết các âm. Nếu bạn muốn tạo một từ cho số 72, đơn giản bạn chỉ cần nghĩ tới âm: K và N. Tự nhắm với bản thân - K...N. Và bạn sẽ nhớ tới từ “kiến”, từ chốt của 72. Từ chốt của số 11 phải có một âm T (hoặc D, Đ) và một âm T (hoặc D, Đ) khác. Đó là từ “tất”. Với số 12, bạn cần một âm T, N; và đó là “tiên” (hình dung bất cứ thứ

gì bạn cần nhớ ở số 12 như một cô tiên xinh đẹp chẳng hạn). Từ được chọn cho số 13 là “tôm”. Hãy hình dung một con tôm hùm thật to.

Mỗi lần học 10 từ và trước khi bạn thuộc nó; bạn sẽ thuộc tất cả. Hãy học ít nhất 20 từ đầu tiên. Sau đó bạn có thể ghi nhớ 20 vật bằng số. Tất cả các từ đều rất dễ hình dung, sau một thời gian, bạn thậm chí không cần đến các âm; các hình ảnh mà bạn đã chọn sẽ xuất hiện ngay lập tức trong đầu bạn.

1. tai	26. ni sư	51. lật	76. kỹ sư
2. na	27. nai thỏ	52. len	77. tha thứ
3. ma	28. nổ pháo	53. lâm	78. khỏe vui
4. roi	29. nếp	54. lệ roi	79. khá giỏi
5. lê	30. móc	55. lưỡi lê	80. vạc
6. sư	31. mắt	56. Lê sơ	81. vút
7. kê	32. mận	57. lê thê	82. voan
8. vai	33. mềm	58. lá thư	83. phạm
9. bò	34. mờ rõ	59. lớp	84. phụ rẫy
10. tóc	35. mãi lộ	60. sóc	85. võ lờ
11. tốt	36. mẹ cha	61. chốt	86. phù sa
12. tiên	37. mẹ kế	62. chặn	87. phu thê
13. tôm	38. mẹ vợ	63. sâm	88. vui vẻ
14. tơ rối	39. mép	64. sâu rau	89. phép
15. táo lê	40. rác	65. số lẻ	90. bắc
16. tơ sợi	41. rết	66. sư sãi	91. bát
17. đổ kỵ	42. rên	67. sử ký	92. biển
18. đôi vó	43. rơm	68. sợ vợ	93. gấm
19. đúp	44. ra rả	69. số pi	94. gà ri
20. nóc	45. rơ le	70. thóc	95. gà lôi

21. nút	46. rải sỏi	71. thét	96. bài số
22. nặn	47. rô kê	72. kiến	97. bì thư
23. năm	48. rô vãi	73. kiểm	98. bì vỏ
24. nói ra	49. rập	74. thả rơi	99. gà gô
25. nùì len	50. lác	75. thứ lỗi	100. da cóc

Ngay dưới đây là bài luyện tập về 100 từ chốt. Cố gắng điền chính xác các chỗ trống mà không cần nhìn lại và bạn sẽ thuộc từ đó.

Phu thê =	Rết =	35 =
96 =	Mềm =	66 =
8 =	Lâm =	Rơm =
49 =	Mặn =	Gà lôi =
42 =	86 =	Rơ le =
ma =	1 =	46 =
100 =	Móc =	Bì vỏ =
roi =	85 =	Lá thư =
2 =	89 =	Chốt =
Tơ rối =	Nổ pháo =	92 =
16 =	21 =	Sâm =

Lê sơ =	Nai thỏ =	55 =
93 =	15 =	Tha thứ =
5 =	10 =	75 =
73 =	52 =	6 =
Đổ kỵ =	94 =	Khỏe vui =
65 =	59 =	97 =
40 =	Ni sư =	69 =
Đôi vớ =	19 =	Vạc =
76 =	38 =	9 =
68 =	74 =	34 =
nóc =	84 =	57 =
22 =	Núi len =	60 =
Mép =	62 =	Khá giỏi =
29 =	71 =	13 =
Ra rà =	67 =	50 =
47 =	Lạt =	37 =
36 =	Lệ rơi =	Sâu rau =
91 =	31 =	Phàm =
72 =	Rổ vải =	Voan =
23 =	Vút =	7 =

Khi bạn muốn nhớ những số có nhiều hơn 2 chữ số - ví dụ ba hoặc bốn chữ số - bạn có thể liên kết nhiều từ chốt để gợi nhớ cho bạn. Ví dụ, để nhớ số 1820, bạn có thể hình dung một đôi vợ (đôi vợ - 18) đậu trên nóc một tòa nhà (nóc - 20). Bây giờ, bạn hãy thử đưa ra ba hoặc bốn từ hay cụm từ cho mỗi số dưới đây. Sau đó so sánh từ của bạn với những từ của tôi.

8270

.....

.....

3624

.....

.....

2120

.....
.....
4215
.....
.....

7214
.....
.....

Và đây là một vài gợi ý

8270: một hạt thóc (thóc – 82)
đang đội khăn voan (voan –
70)

3624: mẹ cha (mẹ cha – 36)
đang nói ra (nói ra – 24) điều gì
đó rất đáng sợ và bạn thì co
rúm lại vì sợ.

2120: có một vết nứt (nứt - 21)
to, ngoằn ngoèo trên nóc (nóc

–20) nhà.

4215: có tiếng rên (rên – 42) la nghe rất đáng sợ, thì ra là một quả táo lê (táo lê – 15, tưởng tượng một quả táo có hình dạng của quả lê) đang kêu lên.

7214: một con kiến (kiến – 72) đang nghịch một cuộn tơ rỗi (tơ rỗi – 14)

Với một chút tưởng tượng, bạn có thể hình dung bất cứ thứ gì. Nó có thể là một hành động hay một tình huống. Nhớ rằng hành động, bức tranh và tình huống đó càng ngô nghê, kỳ quái, vô lý hay hài hước, thì khả năng ghi nhớ được chúng sẽ càng cao! Và chúng ta cũng hoàn toàn có thể áp dụng với các dãy số dài hơn nữa.

3

TÊN, CON SỐ VÀ NGÀY THÁNG

Bạn sẽ ngạc nhiên về những gì bạn có thể ghi nhớ bằng cách áp dụng những gì bạn đã được học. Bạn có thể thao tác, xoay chuyển các ý tưởng để giải quyết hầu hết các vấn đề về trí nhớ/ việc học. Và bạn có thể học bất cứ thông tin nào bạn muốn, theo cách bạn muốn hoặc bạn cảm

thấy cần làm. Chúng ta sẽ lấy các tổng thống Hoa Kỳ làm ví dụ. Bạn thử tự đặt câu hỏi cho mình xem nhé. Chúng ta nên ghi nhớ theo cách nào? Có nên nhớ theo năm nhậm chức? Có nên nhớ theo thứ tự? Hay nhớ theo... số? Có rất nhiều cách. Cuốn sách này sẽ dạy bạn nhớ theo nhiều cách, theo thứ tự, theo số, theo ngày tháng năm nhậm chức. Còn quyết định áp dụng cách nào là tùy ở bạn. Và cho dù bạn không cần nhớ các vị tổng thống, thì cũng nên học ý tưởng này bởi bạn có thể áp dụng nó để ghi nhớ các thông tin cần thiết.

Điều đầu tiên cần biết là cách để “xử lý” tên các vị tổng thống. Vâng, bạn đã biết cách làm: Đó chính là kỹ thuật sử

dụng từ thay thế. Một cái tên thường là sự kết hợp của các âm, hay các từ không quen thuộc. Một từ thay thế cho Washington có thể là “hoa linh lan” với tưởng tượng một cảnh hoa linh lan trắng muốt.

Để nhớ được các vị tổng thống theo thứ tự rất dễ dàng và thú vị. Chỉ cần tạo một từ thay thế cho mỗi tên và xâu chuỗi chúng lại với nhau. Bạn có thể làm như thế; và sau khi bạn đã thuộc chúng, quay trở lại liên kết mỗi từ thay thế với một từ khác cho bạn biết năm nhậm chức của vị Tổng thống đó. Bạn cũng có thể ghi nhớ tất cả các vị tổng thống theo số. Để có thể làm như vậy, bạn cần nhớ các từ chốt lên tới số 45 (phải, cho đến khi cuốn sách

này được xuất bản thì Mỹ đã trải qua 44 đời tổng thống và đang trong thời kỳ đương nhiệm của tổng thống thứ 45). Chúng ta sẽ thử lấy ví dụ với 8 vị tổng thống đầu tiên.

George Washington là tổng thống đầu tiên của Hoa Kỳ. Bạn đã biết cách để hình dung “Washington”, nhưng bạn sẽ làm thế nào để nhớ ông là tổng thống đầu tiên của nước Mỹ? Bạn cũng đã biết cách để làm như thế. Bạn có một từ chốt và nó đại diện cho số 1. Điều bạn cần làm bây giờ là liên kết từ thay thế của tên với từ chốt của số 1 - tai. Tưởng tượng một cành hoa linh lan trắng đang mọc ra từ lỗ tai; hoặc hai bên đầu bạn lúc này là hai cành hoa linh lan, thay vì hai

cái tai. Nhìn kỹ vào bức tranh đó.

Vị tổng thống thứ 2: John Adams. Tưởng tượng vườn địa đàng, và chàng Adam thay vì ăn quả táo của Eva lại đang chén một quả na. Tạo ra bức tranh ngớ ngẩn đó và nhìn nó.

Tổng thống thứ 3: Thomas Jefferson. Bạn có thể hình dung chiếc dép lê sơn màu đang chơi đuổi bắt với một con ma (ma – số 3). Có rất nhiều cách để bạn chọn. Hãy thỏa sức tưởng tượng.

Tổng thống thứ 4: James Madison. Cụm từ “ma đi lùi” có thể là từ thay thế. Bạn có thể hình dung một con ma đi lùi, sau lưng nó có một cây roi (roi – số 4) cũng đang đi giạt lùi.

Nhìn bức tranh bạn đã chọn.

Vị tổng thống thứ 5: James Monroe. Từ chốt của bạn là “Lê”. Bạn tưởng tượng nữ minh tinh quá cố Marilyn Monroe đang ăn một quả lê, hoặc một quả lê to dùng bông nút tóc, và nàng Marilyn Monroe bước ra.

Tổng thống thứ 6: John Quincy Adams. Dùng từ thay thế mà bạn đã sử dụng cho tên vị tổng thống thứ hai. Lần này, liên kết nó với từ chốt của số 6 - sư. Có thể là Adam rời khỏi vườn địa đàng, đến chùa và xuống tóc... đi tu chẳng hạn!

Tổng thống thứ 7: Andrew Jackson. Từ chốt là kê. Liên kết nó với nghệ sĩ Michael Jackson. Hình dung Michael Jackson

đang ăn một bông kê trên sân khấu thay vì biểu diễn hay hát hò. Nhìn bức tranh của bạn.

Tổng thống thứ 8: Martin Van Buren. Bạn nhớ từ Van là đủ, vì các tổng thống khác đều không có chữ Van trong tên. Bức tranh trong đầu bạn: bạn mở van nước nhưng nước không chảy ra, mà là hàng triệu triệu đôi vai đang chảy ra (vai – số 8).

Nếu bạn thực sự tạo các liên kết, bạn thuộc các thông tin, chứng minh với bản thân bằng cách điền vào các chỗ trống sau:

Jackson là tổng thống thứ
.....

Monroe là tổng thống thứ

.....

Madison là tổng thống thứ

.....

Jefferson tổng thống thứ

.....

Washington là tổng thống thứ

.....

Adams là tổng thống thứ

.....

Van Buren là tổng thống thứ

.....

Quincy Adams là tổng thống
thứ.....

Và xem bạn có thể nhanh
chóng trả lời các câu dưới đây:

Tổng thống #4 là

.....

Tổng thống #7 là
.....

Tổng thống #1 là
.....

Tổng thống #3 là
.....

Tổng thống #8 là
.....

Tổng thống #5 là
.....

Tổng thống #6 là
.....

Tổng thống #2 là
.....

Bạn có thể biết tất cả các tổng thống trong thời gian ngắn, một cách dễ dàng. Bạn có thể dễ dàng nhớ và lưu giữ thông

tin cho tới khi bạn muốn. Hãy thử bài tập dưới đây. Vận dụng những phương pháp đã học và trí tưởng tượng của bạn. Đây là danh sách từ 9 tới 45. Trong ngoặc đơn là năm nhậm chức. Đừng cố gắng nhớ những năm này. Với bạn, chỉ cần học tên và số thứ tự (ngay cả khi bạn không cần thông tin này thì cũng nên ghi nhớ chúng bởi đây là một bài tập hay).

9. William Harrison (1841)

10. John Tyler (1841)

11. James Polk (1845)

12. Zachary Taylor (1849)

13. Millard Fillmore (1850)

14. Franklin Pierce (1853)

15. James Buchanan (1857)
16. Abraham Lincoln (1861)
17. Andrew Johnson (1865)
18. Ulysses S. Grant (1869)
19. Rutherford B. Hayes (1877)
20. James A. Garfield (1881)
21. Chester A. Arthur (1881)
22. Grover Cleveland (1885)
23. Benjamin Harrison (1889)
24. Grover Cleveland (1893)
25. William McKinley (1897)
26. Theodore Roosevelt (1901)
27. William Howard Taft (1909)

- 28. Woodrow Wilson (1913)
- 29. Warren G. Harding (1921)
- 30. Calvin Coolidge (1923)
- 31. Herbert Hoover (1929)
- 32. Franklin D. Roosevelt (1933)
- 33. Harry S. Truman (1945)
- 34. Dwight D. Eisenhower (1953)
- 35. John F. Kennedy (1961)
- 36. Lyndon B. Johnson (1963)
- 37. Richard M. Nixon (1969)
- 38. Gerald Ford (1974)
- 39. Jimmy Carter (1977)

- 40. Ronald Reagan (1981)
- 41. George H.W. Bush (1989)
- 42. Bill Clinton (1993)
- 43. George W. Bush (2001)
- 44. Barack Obama (2009)
- 45. Donal Trump (2017)

Bạn đã thực sự thử tạo các liên kết cho mỗi tên chưa? Bây giờ đánh số từ 1 tới 45 trên một trang giấy và liệt kê tất cả các tổng thống! Nếu bạn không muốn phiền phức với giấy và bút, thì hãy làm việc đó trong đầu. Đếm từ 1 tới 45 sử dụng các từ chốt. Khi bạn nghĩ tới mỗi từ chốt, trong đầu bạn sẽ nhớ ra tên tổng thống và thứ tự. Ngừng đọc một chút, và

thử ngay.

Nếu bạn đã biết các tổng thống từ 1 tới 45, bạn cũng sẽ thuộc không theo thứ tự, bằng số (như bạn đã làm 8 tên đầu tiên). Tự kiểm tra đi, bạn sẽ thấy như vậy. Sẽ không có khó khăn gì nếu bạn đã hiểu ý tưởng từ thay thế, biết Phiên âm số/ Bảng chữ cái và các từ thay thế. Bây giờ, cuốn sách sẽ gợi ý cho bạn dùng từ thay thế chỉ với tên. Giả sử rằng bạn biết đầy đủ họ tên và tất cả bạn cần là từ để gợi nhớ.

Thực tế là, có thể bạn chỉ cần duy nhất tên để gợi nhớ chính nó.

Tổng thống thứ 11 là James Polk. Bạn có thể hình dung một màn đêm đen sì đang bắt

một con cóc, hoặc con cóc thè lưỡi và nhả ra bóng đêm. Để phân biệt John Adams và John Quincy Adams, thêm “nguyên xi”... vào liên kết chỉ vị tổng thống thứ 6.

Cuối cùng, bạn sẽ có “tiêu chuẩn” cho các tên. (Ví dụ như luôn dùng “đêm” để chỉ James). Với William thì là bánh “quy cam”; con cá rô có vết bớt cho Robert; xác gà ri cho Zachary... Bạn có thể thêm bất cứ thứ gì vào trong liên kết của bạn - một từ thay thế cho vợ, con của tổng thống hoặc phó tổng thống.

Nếu bạn cần biết năm nhậm chức của các tổng thống, dùng một từ nhắc cho bạn về mặt ngữ âm của năm đó, chứ

không phải từ chốt. Lý do là nếu bạn dùng từ chốt, nó sẽ nói cho bạn về số thứ tự, nếu lại tiếp tục sử dụng để nhớ năm sẽ gây nhầm lẫn. (Nếu bạn mới chỉ liên kết mỗi tên của chủ tịch thì tất nhiên bạn có thể sử dụng từ chốt để nhớ năm). Vì vậy, trong liên kết để chỉ Polk, bạn cần thêm hình ảnh đôi vợ (- 18) móc vào chiếc rơ le (- 45) hay cái gì đó tương tự để biết Polk nhậm chức năm 1845. (Bạn biết không phải là 1945).

Trong hình ảnh chỉ Fillmore, thêm hình ảnh đôi vợ (- 18) có con mắt bị lác (- 50) (1850). Và hình ảnh số pi đang đi hội đi đôi vợ trong liên kết của Ulysses S. Grant để nói cho bạn con số 1869.

Nếu với bạn ngày tháng quan trọng, và bạn đã học về năm nhậm chức của tất cả các tổng thống thì bạn sẽ tự động nhớ nó. Số học đơn giản đã làm điều đó. Polk nhậm chức năm

1845, Taylor lên làm tổng thống năm 1849, sau đó là Polk đảm nhiệm một nhiệm kỳ 4 năm. Fillmore nhậm chức năm 1850, vì vậy Taylor chỉ phục vụ một năm. Pierce nhậm chức năm

1853 nên Fillmore chỉ làm tổng thống 3 năm. Nhìn qua các năm trong danh sách và chúng sẽ trở nên rõ ràng trong vài phút.

4

BẢNG CHỮ CÁI

Các chữ cái trong bảng chữ cái cũng khó nhớ giống như số bởi chúng thực sự không có gì ngoài hình dáng, chúng cũng không dễ tạo ra các bức tranh trong tâm trí. Đó là lý do tại sao hầu hết mọi người đều không thực sự hiểu về bảng chữ cái? Bạn có thể đọc thuộc bảng chữ cái theo chiều từ dưới lên không? Bạn có thể ngay lập tức đọc ra chữ cái số 12, 21, 16 không?

Chúng ta có thể hình dung các chữ cái để biết vị trí của chúng nếu bạn muốn. Ý tưởng về hình dung các chữ cái rất đơn giản và khá rõ ràng nên bạn có thể học được chỉ trong vài phút. Vì việc nhớ chữ khá quan trọng đối với bạn, đối với phương trình, công thức, chính tả... nên việc dành ra vài phút cho phần này là khá cần thiết.

Tất cả những gì bạn cần làm là tìm một từ có âm giống với mỗi chữ cái (giống như trong hệ thống từ thay thế) và các hình ảnh đó sẽ đại diện cho các chữ cái từ bây giờ trở đi! Chúng ta sẽ thử áp dụng với bảng chữ cái tiếng Anh xem sao.

Với chữ A, tôi luôn nghĩ tới cái

“am” (cái nhà tranh, cái lều nhỏ). Với chữ B, hình dung “bia”, chữ C nghĩ tới “cò”; chữ D – “da”, hoặc “dê”... Dưới đây là danh sách đầy đủ (phần giải thích tại sao có một từ chốt trước mỗi chữ cái sẽ kèm ở dưới):

(tai) A — am

(na) B — bia

(ma) C — cò

(roi) D — da, dê

(lê) E — em

(sư) F — FA (cô đơn, từ rất phổ biến trong giới trẻ bây giờ)

(kê) G — gỗ, gạo

(vai) H — hoa, hồ

(bò) I — ỉn

(tóc) J — jambong (giảm bông)

(tốt) K — kim

(tiên) L — lá

(tôm) M — mây

(tơ rỗi) N — năng

(táo lê) O — ong

(tơ sợi) P — papa

(đố kỵ) Q — quần, que

(đôi vợ) R — rồ

(đúp) S — sói

(nóc) T — tấm, tiền

(nút) U — uốn, uống

(nặn) V — ví, vãi

(năm) W — WC nhà vệ sinh

(nói ra) X — xe, xuân

(núi len) Y — yến, yêu

(ni sư) Z — zero (số 0)

Bạn có thể thay đổi một số từ nếu bạn muốn; chỉ cần chắc chắn rằng từ đó có thể hình dung và có âm giống với chữ cái. Nếu bạn dùng rổ cho chữ R, hình dung một chiếc rổ, với WC cho chữ W, hình dung một cái nhà vệ sinh công cộng. Xem qua danh sách này một vài lần và bạn sẽ nhớ chúng. Và sau đó, bất cứ khi nào bạn cần nhớ một chữ, chỉ cần đặt từ đó vào trong liên kết của bạn thay cho chữ cái.

Bạn cũng có thể dùng các từ đại diện cho chữ này như từ chốt thay thế từ 1 tới 26. Đó chính là lý do ví dụ trên lại đặt các từ chốt cơ bản ở trước mỗi chữ cái. Chỉ cần bây giờ bạn thuộc 26 chữ cái, tại sao không dùng chúng như danh sách từ chốt thay thế (trong trường hợp bạn muốn nhớ 2 bộ thông tin theo số cùng lúc)? Vấn đề là bạn phải biết vị trí của chữ cái theo thứ tự để phục vụ cho mục đích đó. Vì vậy, liên kết “tai” với “am” bạn sẽ biết A là chữ cái đầu tiên bởi “am” đại diện cho A và “tai” đại diện cho 1.

Liên kết “táo lê” với “ong” bạn sẽ luôn biết O là chữ cái thứ 15. Tưởng tượng một sinh viên học “đúp” với “sói” bạn sẽ biết

S là chữ cái số 19 trong bảng chữ cái. Làm như vậy với mỗi chữ cái cho tới “ni sư” và zero, bạn sẽ biết vị trí thứ tự của mỗi chữ cái. (Nghĩ tới các từ chốt từ 26 tới 11 và bạn có thể đọc bảng chữ cái theo chiều ngược từ cuối lên).

Bây giờ mỗi chữ cái đã đại diện cho một số trong đầu bạn, cũng tương tự như các từ chốt. Bạn liên kết gì với “mây” sẽ là số 13? Mặc dù bạn có thể ghi nhớ hai danh sách cùng lúc sử dụng các từ chốt cơ bản, nhưng dùng các từ chốt cơ bản cho một danh sách và dùng từ đại diện của chữ cái cho danh sách còn lại sẽ tránh được sự bối rối ban đầu. Một tác dụng quan trọng hơn của từ đại diện của chữ cái là khi bạn học thứ

gì đó có sự trùng lặp trong đó (ví dụ như có hai số 4 giống như trong công thức toán học). Khi đó bạn có thể dùng roi để nhớ một số 4 và để tránh nhầm lẫn, dùng “dê” để nhớ số 4 còn lại.

Có nhiều cách để tạo danh sách từ chốt. Danh sách từ chốt cơ bản dựa trên Phiên âm số/ Bảng chữ cái cho tới bây giờ là tốt nhất - nó không giới hạn. Danh sách từ đại diện của chữ cái có thể dùng trong trường hợp khẩn cấp, mặc dù nó chỉ tới 26.

5

CÁC LĨNH VỰC KHÁC

a. Vật lý, thiên văn học, khoa học Trái Đất

Trong phần này, cuốn sách sẽ chỉ cho các bạn thấy cách để xử lý các loại thông tin khác nhau trong một vài lĩnh vực. Đây là bài thực hành tốt cho bạn và nó sẽ tiếp tục dẫn bạn hướng tới mục tiêu là có thể nhớ những gì bạn học.

Nguyên tắc khoa học cơ bản

Cố gắng ghi nhớ những khái niệm khoa học cơ bản này:

1. Năng lượng có thể biến đổi từ dạng năng lượng này sang dạng năng lượng khác. Vật chất có thể biến đổi từ dạng này sang dạng khác. Vật chất có thể chuyển hóa thành năng lượng. Tuy nhiên tổng số lượng vật chất và năng lượng vẫn giữ nguyên.

2. Vũ trụ thay đổi liên tục.

3. Những vật thể sống trao đổi vật chất và năng lượng với môi trường của chúng.

4. Tất cả sinh vật đều là sản phẩm của di truyền và môi trường diễn ra cùng nhau.

5. Các sinh vật thay đổi liên tục.

Bạn có thể ghi nhớ chúng một cách dễ dàng bằng số hoặc sử dụng các từ chốt hay một liên kết đơn giản. Dưới đây là gợi ý nhanh cho khái niệm số 1:

Tưởng tượng một nguồn năng lượng khổng lồ màu đỏ đang chui vào tai trái của bạn và từ tai trái năng lượng đó lại chui ra và biến thành màu xanh (năng lượng có thể biến đổi thành năng lượng khác). Một nguồn năng lượng đỏ tiếp tục chui vào tai một cách hết sức chặt vật (- vật chất), nó lại đi ra tai kia và biến thành màu xanh (vật chất biến thành năng lượng). Năng lượng xanh và đỏ đều khổng lồ như nhau

(năng lượng giữ nguyên) và chúng chui ra chui vào đều chạt vật như nhau (tổng năng lượng và vật chất không đổi).

Bạn cần hiểu điều này: Bạn có thể dùng bất cứ hình ảnh nào chạy thoáng qua trong tâm trí khi bạn nghĩ về một khái niệm cụ thể nào đó. Những ví dụ trong sách yêu cầu mọi người đều hiểu được; những gì bạn dùng thì chỉ cần bạn hiểu thôi là đủ. Điều này đúng với tất cả các ví dụ trong cuốn sách này.

Bây giờ chúng ta sẽ quay về lĩnh vực cụ thể.

Vật lý

Đặt câu hỏi: “3 định luật của Kepler là gì?”. Họ đã xử lý cơ bản theo cùng một cách. Đầu

tiên, dưới đây là các định luật:

1. Mọi hành tinh trong hệ mặt trời đều chuyển động theo các quỹ đạo elip mà Mặt Trời là một tiêu điểm.

2. Đoạn thẳng nối Mặt Trời và một hành tinh bất kỳ quét những diện tích bằng nhau trong những khoảng thời gian bằng nhau.

3. Bình phương chu kỳ quay T của các hành tinh tỉ lệ với lũy thừa bậc ba của bán trục lớn R của quỹ đạo.

Làm thế nào để nhớ được 3 định luật này? Hãy làm theo cách được hướng dẫn ngay sau đây, hoặc làm theo cách của bạn, nếu bạn đã chắc chắn hiểu hết phương pháp này.

Bạn có thể học thuộc chúng theo số, dùng từ chốt. Nếu bạn muốn, có thể dùng từ hoặc cụm từ thay thế cho các định luật Kepler trong mỗi liên kết. Tưởng tượng những chiếc tai (tai -1) đang di chuyển quanh mặt trời trên quỹ đạo hình elip; mặt trời luôn luôn ở trung tâm.

Bạn có thể đặt một đôi “dép lê” ở bên cạnh quỹ đạo đó để có lời nhắc về Kepler.

Một quả na (na- số 2) đang vẽ một đường thẳng từ mặt trời tới các hành tinh. Tưởng tượng quả na làm việc đó với các hành tinh khác cùng lúc (thời gian bằng nhau). Các đường thẳng này quét một diện tích như nhau. Sử dụng

những gì bạn thấy sẽ gợi nhắc cho bạn nếu bạn muốn.

Một nửa cái kính râm, mắt kính dán một chữ R to tướng đang đội một khối lập phương trên đầu, nó đang ngồi trên một đầu bập bênh, đầu bên kia là một chữ T đang đội một số 2 trên đầu. Cái bập bênh thì thăng bằng (lập phương bán kính bằng bình phương chu kỳ quay). Một con ma (ma – số 3) đang dang rộng tay áo bao trùm lấy cái bập bênh.

Thiên văn học

Tôi sẽ gợi ý cho bạn cách tạo liên kết các từ thay thế để giúp việc nhớ các hành tinh theo thứ tự trở nên dễ dàng hơn - đó là dựa vào khoảng cách của chúng tới Mặt Trời. Sao Thủy

(Mercury - gần Mặt Trời nhất), sao Kim (Venus), Trái Đất (Earth), sao Hỏa (Mars), sao Mộc (Jupiter), sao Thổ (Saturn), sao Thiên Vương (Uranus), sao Hải Vương (Neptune) và cuối cùng là sao Diêm Vương (Pluto).

Nếu bạn đã nhớ tên các hành tinh và chỉ cần nhắc nhở về thứ tự, bạn có thể nhớ chúng bằng cách nhẩm câu này trong đầu: “Bạn Thủy cầm Kim xuống Đất, Đất bốc Hỏa làm cháy một xưởng Mộc và một nhà Thổ. Bạn Thiên Vương và Hải Vương bỏ chạy khỏi đám cháy và đi lạc xuống âm phủ gặp Diêm Vương.

Không quá khó để nhớ được những cái tên hành tinh này ở

phiên âm tiếng Việt. Chúng ta thử học cách nhớ chúng theo tên tiếng Anh bằng ví dụ từ thay thế sau:

Mercury — Marie Curie, ma quỷ dị

Venus — vĩ nương

Earth — ớt, ngôi nhà (Trái Đất là ngôi nhà, là hành tinh mà chúng ta đang sống)

Mars — một lũ ma (nhiều con ma, số nhiều tiếng anh thêm “s”)

Jupiter — rau bí đao

Saturn — xà đơn

Uranus — ủ rượu nếp

Neptune — dầu ăn ông vua

(dầu Neptune), dép đôi

Pluto — phở viên tôm, phim hoạt hình chú chó Pluto

Tất nhiên bạn cũng có thể nhớ chúng theo số, liên kết các từ thay thế với các từ chốt (1 tới 9). Và bạn đã nhớ được chúng!

Khoa học Trái Đất

Một câu hỏi thường gặp trong bài kiểm tra khoa học của học sinh trung học là: “Kể tên 5 loại khí chính được tìm thấy trong khí quyển của chúng ta”. Câu trả lời là: Ni tơ (nitrogen), Ôxy (oxygen), Argon (argon), Cacbon dioxit (carbon dioxide), hơi nước (water vapor). Để ghi nhớ 5 loại khí này, hãy thử hình dung bức tranh sau: Một sợi chỉ tơ đang

đeo mặt nạ ô xi trên mặt. Nó gặp một gôn (cầu môn, khung thành) hình chữ A, bên trong gôn có một viên than (carbon) đang đổ axit đậm đặc xuống đất, axit bốc hơi thành hơi nước.

Các tầng khí quyển là tầng đối lưu (troposphere), tầng bình lưu (stratosphere), tầng giữa (mesosphere), tầng nhiệt (thermosphere), và tầng điện ly (ionosphere). Để ghi nhớ, hãy tưởng tượng một đôi lửa, có một bình lửa ở giữa hai con lửa, bình lửa tỏa nhiệt rất dữ dội và phóng một luồng điện vào một ly nước cạnh đó.

Văn học

Hãy lấy tác phẩm “Chuyện hai thành phố” của Charles

Dickens làm ví dụ. Các nhân vật chính trong cuốn tiểu thuyết đó là Charles Damay, Sidney Carton, Madame Defarge, Lucie Manette, và Dr. Manette. Cốt truyện xoay quanh cuộc Cách mạng Pháp và sự hi sinh của Carton (ông mất tại nơi của Damay).

Một cái súp lơ (- Charles) đang mặc một chiếc áo dạ may (- Damay), du lịch đến thành phố Sidney trong một cái thùng carton. Một con ma cầm (- Madame) đang đi phà (- Defarge), con ma chụp tự sướng một bức ảnh, trong ảnh, mặt nó trông rất ngu si (- Lucie) vì bị mất nét (- Manette), một ông bác sĩ (- Dr) cũng nhảy vào chụp ké và cũng bị mất nét (- Manette).

Tất cả họ đang đi đến Pháp chơi, nơi đây đang có chiến tranh (- cách mạng) và cái thùng carton bị bom bắn nổ tung đúng chỗ cái súp lơ đang đứng.

Dưới đây thêm vài ví dụ của các liên kết đơn giản:

“Chiếc lược ngà” của Nguyễn Quang Sáng. Tưởng tượng một chiếc lược màu vàng ngà đang tuyển (- Nguyễn) một cái quần sáng màu (- Quang Sáng) vào làm trợ lý cho nó.

“Những ngôi sao xa xôi” của Lê Minh Khuê. Tưởng tượng có rất nhiều ngôi sao đang tranh nhau ba cục xôi (- xa xôi) thì một quả lê trắng trẻo, xinh xắn nhẩy ra, mấy ngôi sao ngừng tranh giành và thốt lên: “Ôi, lê

xinh ghê!”

“Thỏ, chạy đi” của John Updike: Tưởng tượng một con thỏ đang chạy về phía một cái rốn (- John), trên cái rốn có cái đĩa úp ngược (úp đĩa – Updike).

“Chiếc thùng ma thuật” của Bernard Malamud. Một chiếc thùng đang làm ảo thuật, nó tạo ra một cục bơ nát (- Bernard) rồi lại tạo ra tiếp một con ma da mù (- Malamud).

“Chúa tể của bầy ruồi” của William Golding.

Một chúa tể ruồi khổng lồ đang ăn bánh quy cam (- William) bên cạnh là một cái xô dính (- Golding).

“Vùng đất hoang” của T. S.

Eliot. Một chữ T đang chỉ vào mặt một chữ S và hét lên “Ê, mi đốt!” và chúng đang cùng đứng trên một đám đất hoang.

LỜI KẾT

Chúng ta đang sống trong thời đại bùng nổ thông tin. Mỗi năm đều tiếp nhận một lượng lớn kiến thức và thông tin kỹ thuật, và bạn buộc phải nhớ một trong số chúng. Và chúng ta thực sự cần có kỹ thuật, phương pháp, hệ thống để ghi nhớ chúng thay vì ngồi học thuộc hì hụi trong vô vọng.

Các kỹ thuật, phương pháp, hệ thống và ý tưởng được truyền tải qua cuốn sách này đã phát huy hiệu quả rất nhiều năm và cho hàng triệu người. Nếu bạn đã thử các ý tưởng khi bạn đọc,

thì bạn sẽ biết hiệu quả của chúng thực sự rất tuyệt vời.

Câu hỏi đặt ra là, không phải là các kĩ thuật đào tạo bộ nhớ có hiệu quả hay không, mà là bạn muốn chúng có hiệu quả đối với bạn đến mức nào? (Ngoài ra không còn câu hỏi nào rằng bất cứ khi nào bạn nhớ một thứ, là bạn đang liên kết nó với một thứ khác, bạn đang làm như thế cả cuộc đời - đó là cách bạn ghi nhớ).

Có một điều rõ ràng là không thể truyền đạt được hết tất cả mọi thứ về các hệ thống trong cuốn sách này; bởi nó là vô tận. Nhưng khi bạn sử dụng các hệ thống, bạn cũng sẽ học; bạn sẽ thấy được rằng chúng có thể được áp dụng vào bất cứ lĩnh

vực nào nơi có liên quan tới học tập/trí nhớ. Nếu bạn chỉ sử dụng các hệ thống cho các danh sách khi nhớ thì bạn không cần thiết phải đặt một giới hạn. Các kỹ thuật quan trọng hơn như thế và chúng có thể áp dụng với mọi lĩnh vực học tập. Bạn bị giới hạn chỉ trong sự tưởng tượng của riêng bạn. Việc sử dụng các bài tập để rèn luyện trí tưởng tượng cũng sẽ giúp làm sâu sắc khả năng quan sát, tăng cường sự tập trung của bạn và nỗ lực để có được cảm giác tự tin hơn.

Bây giờ bạn đã có một vũ khí vô cùng mạnh mẽ để sử dụng cho việc học; cầm nó lên và sử dụng nó.Ồ vâng, ban đầu phải mất một chút công sức để sử dụng nó. Tuy nhiên, chỉ trong

một thời gian ngắn bạn thậm chí không cần nghĩ về nó - giống như bạn không cần suy nghĩ cho việc lái xe, đánh máy, đi xe đạp hay trượt tuyết: bạn đã quên nỗ lực cần thiết ban đầu. Và đừng bao giờ quên rằng việc áp dụng học thuộc lòng cần nhiều nỗ lực hơn rất nhiều so với việc áp dụng các hệ thống mà cuốn sách này mang đến. Nhờ đó, cuối cùng bạn hẳn nhận ra điều này: Tất cả các vấn đề về trí nhớ (học tập) mà bạn gặp phải ở trường tiểu học, trung học cơ sở, trung học phổ thông, đại học hoặc bên ngoài trường đại học đều có thể được giải quyết dễ dàng hơn nhiều lần - và vui vẻ hơn nhiều lần - bằng cách áp dụng các kỹ thuật đào trí nhớ mà cuốn sách này đã dạy bạn.

Áp dụng các kĩ thuật.

Sử dụng những gì được truyền đạt trong cuốn sách này có lẽ là vụ đầu tư tốt nhất bạn từng làm - vụ đầu tư mà sẽ trả lợi nhuận không chỉ trong các năm đi học mà cho toàn bộ phần còn lại của cuộc đời.