

Бенедикт Брыль

**Мнемоника.  
Запоминаем  
учебники  
целиком**

# Бенедикт Брыль

## Мнемоника. Запоминаем учебники целиком

*<https://litres.ru/74042981>*

*SelfPub; 2026*

### Аннотация

Эта книга представляет собой практическое руководство по развитию памяти посредством мнемонических техник. Представленная методика позволяет запоминать (если точнее, то ассоциативно кодировать информацию в мозг и, при необходимости, раскодировать ее) большие массивы информации, например, целые учебники и книги до 200-300 страниц. Идеально подходит для тех, кто хочет улучшить свою память и эффективность обучения.

# Бенедикт Брыль

## Мнемоника. Запоминаем учебники целиком

Скорее всего раз вы держите в руках книгу о мнемонике, значит вам известно что это такое. Но для приличия проведу совершенно краткое вступление.

Мнемоника неразрывно связана с ассоциативным мышлением человека. Метод ассоциаций — это мощный инструмент запоминания, основанный на создании связей между новой информацией, которую мы хотим запомнить, и образом-ключом, который либо уже содержится в нашей памяти, либо где-то нам встречается. Например, в тексте, например, английское слово, подлежащее переводу и запоминанию этого перевода.

Образно-ассоциативная структура человеческой памяти значительно упрощает процесс вспоминания, поскольку активация в сознании образа-ключа естественным путем приводит к вспоминанию ассоциации, которую мы предварительно с этим ключом связали.

Например, мы хотим запомнить английское слово *skird*, которое по русски означает - юбка. И всякий раз, услышав или увидев *skird* в тексте, вспоминать, что это юбка. В этом случае английское слово выступает в роли ключа, а то, что

мы хотим с ним связать - это русское слово "юбка". Метод ассоциаций тут работает следующим образом. Представьте себе скирду сена в поле. По своей колоколообразной форме эта скирда вполне себе напоминает юбку. Теперь для пущей убедительности представьте девушку, которая по пояс находится в этой скирде, как в юбке. Если вы все правильно себе представили, то, наверняка, надолго теперь запомните, что skird (скирда) это юбка.

С методом ассоциаций вкратце познакомились. Оставим в стороне этот одиночный пример, ведь нас интересует запоминание объемных массивов информации, а не отдельных слов.

Для этого нам нужно создать и запомнить структурированную последовательно цепочку образов-ключей, следуя вдоль которой мы сможем записывать (а после и извлекать) в память объемы информации несколько больше, чем одно слово

Вот как это делал Цицерон. Не знаю - делал ли, или ему просто приписывают, но да не суть. Метод называется методом Цицерона - не будем спорить с историей.

Представьте, что нам нужно сходить в магазин и купить продукты по списку - молоко, бананы, сыр, рыбу и морковь

Оставим пока в стороне этот список не связанных никак друг с другом покупок, и озадачимся составлением цепочки образов-ключей. Представьте себе путь по вашему дому или еще какому-нибудь хорошо знакомому вам маршруту.

Для упрощения примера представим все-таки путь по дому. Допустим у вас стандартная двухкомнатная квартира - коридор, зал, спальня, санузел, кухня. Образы этих помещений и будут служить нам той самой упорядоченной цепочкой ключей. Вот как это работает: Собственно, представьте! Хорошенько представьте! Максимально ярко представьте! Вот вы заходите к себе в квартиру и прямо по этому маршруту и идёте.

Идете и видите, - у входа в коридоре лежит бутылка молока, капающая на пол. Вы поскальзываетесь на луже молока, еще и спотыкаясь о бутылку, падаете и прямо на пузе въезжаете в зал, в котором вместо люстры висит огромная связка бананов. На самом деле это очень удобно, потому что вы как раз голодный - отрываете один банан от люстры и направляетесь в спальню, жуя банан. В спальне на кровати спит огромный сыр. Вы ему говорите - Сыр, вставай, тебя купили! А он вам, нехотя, зевая и накрываясь одеялом - отстань зануда! Только 10 утра! Далее вы проходите в ванную, а там сидит ваш дедушка с удочкой... Ну или не ваш, а просто случайный дедушка. Сидит в рыбацких сапогах и удит рыбу, игриво плескающуюся в ванной. Закрыв дверь, чтобы не спугнуть клёв, вы идете на кухню. А там снеговик уже жарит яичницу. Но у плиты горячо и он быстро весь растаял. Только одинокая морковь-нос осталась от него, упав на пол. Вот теперь смело можно идти в магазин - скорее всего список вы запомнили хорошо.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.