

PŘEFORMÁTUJTE SI HLAVU!

Libor Činka (30) vlastní 67. nejvýkonnější mozek planety

TEXT: IVAN BREZINA FOTO: MIROSLAV MACHEK

Co máte v hlavě?

To samé, co vy – 100 až 300 miliard nervových buněk. Pro srovnání si představte přelidněný New York, kde každý obyvatel drží v ruce deset tisíc drátů. A teď ho celý 1000 x zvětšete a pak zmačkejte jako Popelčiny šatíčky do oříšku a nacpěte si ho do lebky.

Takže něco jako superpočítač?

Ano, ale na rozdíl od Windows nemáte v mozku průzkumníka a nemůžete si „rozkliknout“ jednotlivé adresáře. Hledání informací je podvědomé a většina lidí navíc se svým mozkem neumí zacházet. Průměrný člověk ho ovládá hůř než mobil! Jako kdyby do dnešního počítače cpali děrný štítek a pak se zlobili, že chyba je v něm. Jenže chyba je v nás! Mozek má přitom prakticky neomezenou kapacitu ukládání dat – jen ji využít.

Takže si pamatuju úplně všechno, co jsem kdy v životě viděl? Třeba tváře všech lidí, které jsem před deseti lety náhodou potkal v metru?

Podle výzkumů se zdá, že ano. Pomocí speciálních postupů, jako je třeba hypnóza, se dávno „zapomenuté“ informace dají z mozku „vytáhnout“, i když bohužel ne úplně spolehlivě. Věřím, že máme v mozku úplně všechno, co jsme kdy viděli. Já ale lidi učím, jak zcela určité informace výběrově ukládat a vyvolávat. Jakmile totiž pochopíte, podle jakých zákonů mozek funguje, bude vaše paměť razantně výkonnější.

Když se zapíšu do vašeho kurzu superpaměti, o kolik se asi tak zlepším?

Za dva dny se můžete naučit techniky, jak si zapamatovat desetkrát víc.

V čem spočívá to tajemství?

Běžný člověk používá hlavně levou mozkovou hemisféru, která je logická a analytická a umí zacházet s časem. Ale zkuste si vzpomenout na něco příjemného nebo zajímavého, co jste prožil. Zjistíte, že v hlavě nemáte žádnou obrazovku, na které by bylo napsáno: Víkendová jízda: za první, za druhé, za třetí. Náš mozek nemyslí v lineárním textu. Myslí v obrazech, symbolech a pocitech, které

MAXIM TEST

MAGICKÁ ANGLIČTINA EXTRA

Činkův kurz (www.galaxy.cz) tvoří 14 hodin záznamu na CD plus lehké texty. Gramatiku do vás narve zábavnou doslovnou formou. „You are waiting in the line“ otrocky přeloží jako „Vy jste čekající v čáře“, ale hlavně ji doplní správným českým tvarem „Čekáte ve frontě“. Díky tomu zdánlivě banálnímu detailu pochopíte, jak Angličan či Američan uvažuje, než otevře hubu. Běžný limit zapamatování v jazykových kurzech je 4 až 7 slovíček za lekci. Činka ale tvrdí, že vám jeho kurz dá 3000 nových slovíček, což by mělo stačit k domluvě ve většině situací. Nemám žádný důvod mu to nevěřit – díky příběhům mi totiž anglické fráze doslova skákaly samy do hlavy. Když jednou



uslyšíte větu „Indiana Jones is interested in India“, budete už navždy vědět, jak v angličtině správně vytvořit větnou vazbu „zajímat se o něco“.

zpracovává pravá hemisféra.

Informace, které si chceme zapamatovat, proto musejí vytvářet pestrý a zábavný příběh. Jinak jsou to jen abstraktní pojmy, které mozek neumí kódovat. Hustá prostorová síť mezi nervovými buňkami vzniká jen v případě, že je informace nejen zvuková, ale i obrazová, pocitová, legrační nebo rytmická. Největšími znalci paměti jsou lidé od reklamy. Vědí, že si zapamatujete jen to, co je bláznivé, šilené nebo úžasné.

Ale co když si mám zapamatovat třeba nudné číslice?

Vaše vědomá levomozková paměť jich krátkodobě udrží přibližně sedm, což je zhruba jedno telefonní číslo. Jakmile ale tu abstraktní informaci „přeformátujete“ do pravomozkové „řeči“ emocí a pocitů, přestávají omezení paměti platit. Existují na to speciální kódy. Trojka třeba vypadá jako písmeno M, pětka zase jako S... Písmena skládáte v slova a vytváříte

Pamatujeme si tváře všech lidí, které jsme před deseti lety potkali v metru...

z nich příběh, který si už vaše pravá hemisféra snadno zapamatuje.

Před několika lety jste obsadil 67. místo na mezinárodní mozkové olympiádě...

A to jsem trénoval jen asi měsíc. Podařilo se mi to ne proto, že bych měl fotografickou paměť, ale protože jsem věděl, jak mozek funguje. Tu olympiádu osmkrát vyhrál Dominic O'Brian, kterého v Anglii nepustí do žádného kasina. Jinak by si stoupl k blackjackovému stolu, za chvíli si zapamatoval pořadí karet, začal sázet a rozbil jim bank. Ve škole byl přitom považován za neschopného učení. Pak viděl v TV Creyghtona Carvella, kterého jsem já mimochodem v mozkové olympiádě přeskočil. Carvello si zapamatoval balíček karet. O'Brian to chtěl zkusit taky, naučil se používat pravou hemisféru mozku a dneska je v paměti světová špička. **Jak taková olympiáda probíhá?** Soutěží se v zapamatování číslic, fotografií, jmen, imaginárních historických událostí nebo třeba karet. Dominic O'Brian si jich za hodinu dokáže pamatovat 2704, tedy 52 balíčků. Doktor Karsten je zase schopný zapamatovat 1000 číselných

číslo, které jen slyší! Když je prostě člověk nebere jako čísla, ale vytváří si z nich příběh, ukazuje se, že mozek má prakticky neomezené možnosti. Ve škole nám namluvili, že učení probíhá opakováním, ale to není pravda. Pokud jsou informace „naformátovány“ správně, učíme se je okamžitě a pamatujeme si je doživotně.

Kromě trenéra superpaměti jste i autorem jazykového kurzu, který podle vašeho tvrzení naučí člověka anglicky nebo německy za pouhých 14 hodin. Jste génius, nebo podvodník?

Na to ať si udělá názor každý sám. Já prostě jen tvrdím, že žádné zrychlené učení neexistuje. Existuje pouze učení přirozené, mozkově kompatibilní, a pak učení nepřirozené, zpomalené. To je klasické „školní“ učení, které ignoruje postupy, jimiž mozek zpracovává a ukládá informace. Ve škole nám namluvili, že učení je mučení. Nesmysl, učení není mučení, ale jen pokud se učíte tím, že vidíte, cítíte a prožíváte. Češtinu jsme se přece taky naučili, aniž bychom se ji „šprtali“. Většina lidí by chtěla umět cizí jazyk aspoň jako dítě v první třídě, ale ani po letech běžných jazykových kurzů se to skoro nikomu nepodaří. A nejhorší je, že ti lidé nakonec uvěří, že chyba je v nich, protože nejsou „talentovaní na jazyky“. Jenže žádný talent na jazyky neexistuje!


Čím to je, že se mateřský jazyk naučíte tak snadno?

Třeba tím, že nás na rozdíl od jazykových kurzů nikdo nezatěžuje gramatickými poučkami. Co bylo dřív: mluvící lidé, nebo gramatika? Žádná

gramatika vlastně neexistuje, je to jen pokus jazykovědců narvat nesmírně pestrý jazyk do škatulek. Ale protože to nejde, vymýšlejí nejrůznější pravidla, výjimky z pravidel... Jenže to je klasické levomozkové myšlení! Cizí jazyk se tímhle způsobem můžete učít třeba až do smrti a pořád budete nacházet výjimky.

Já přes řadu kurzů začal anglicky mluvit, až když jsem žil rok v Indii...

Ano, protože v učebnicích jsou pravidla, která se učí dospělí Angličani, aby mluvili spisovně. Šprtáte se něco, co malé dítě v Anglii sice nezná, ale domluví se. Většina lidí se tím „zablokuje“ a získá pocit, že angličtina je těžký jazyk. Ne, je to lehký jazyk! Jen se nesmí učít přes analýzu detailů, ale přes celkový obraz. Potřebujete se domluvit, třeba s gramatickými chybami. Malé dítě přece máma taky neopravuje a nevysvětluje mu, co je to podstatné a přídatné jméno. Češtinu jsme se naučili, aniž bychom přemýšleli o větné stavbě, a jakýkoli jiný jazyk se naučíme stejně lehce.

A man with dark hair and glasses, wearing a dark jacket, is looking down at a white, anatomical model of a human brain that he is holding with both hands. The brain model is split into two halves, showing the gyri and sulci. The background is a plain, light-colored wall.

„Při klasickém učení jazyků jdete na hodinu a většinu času tam jen posloucháte gramatiku. Už několik let se lidí ptám: ‚Kolik toho na jedné hodině namluvíte?‘ Tipněte si.“
„Tak dvacet minut?“
„Tři až pět minut, a někdy ani to ne. Během ročního kurzu jsou to ani ne dvě hodiny mluvení cizím jazykem za rok. Tohle je podvod na studentech!“