

Não existe memória fraca, existe memória mal treinada.



Não é mágica, é técnica.

MEMORIZAÇÃO



AULA 06

COMO MEMORIZAR NOMES E FISIONOMIAS (IMAGENS DE LIGAÇÃO)

*É uma indagação comum de todos saber como,
entre tantos milhões de rostos, não existem dois
iguais. **Sr. Thomas Browne***

INTRODUÇÃO

Alguma vez você já ficou embaraçado por não lembrar o nome de alguém? Desagradável, não é? Pelo menos 80% das pessoas têm mais dificuldade para lembrar-se de nomes, que de rostos. A razão é simples. Nós possuímos **memória visual**, isto é, registramos com muito mais facilidade – no cérebro – as coisas **vistas** do que as **ouvidas**. Vemos o rosto das pessoas mas, em geral, apenas ouvimos o nome delas.

É por isso que muitas vezes reconhecemos um rosto, mas não nos recordamos do nome. Este incidente, além de constrangedor, pode prejudicar negócios, amizades e muito mais.

Algumas vezes recorremos a truques, para que o outro não perceba que esquecemos seu nome. Chamamos o interlocutor de *querida, colega, amigo*, ou lhe damos um título como *doutor, professor*, etc.

Por volta da década de 60, alguns jovens que se autodenominavam *existencialistas*, tratavam os outros por pessoa. *Ô pessoa! Bom te ver!* Além de que esse disfarce não funciona, ainda denota falta de respeito e de consideração, pois a coisa mais importante, para o ser humano, ainda é o próprio ser humano e, em particular, seu próprio nome.

Desde a antiga civilização greco-romana, vários sistemas têm sido usados, no auxílio da memorização de nomes. Cícero lembrava o nome das mulheres dos aldeões e soldados, recorrendo a sistemas mnemônicos.

Antes de entrar no mérito de MÉTODOS e SISTEMAS, vamos ver como dinamizar sua memória para nomes.

CINCO REGRAS PARA NENORIZAR NOMES

A principal razão pela qual você esquece um nome é que, para começar, nunca se lembrou dele. Algumas vezes, nem chegou a ouvi-lo direito. Quantas vezes você foi apresentado a alguém e tudo o que ouviu foi um amontoado de sons, em vez do nome? Por outro lado, às vezes, você imagina que nunca mais irá encontrar aquela pessoa e então responde, mecanicamente, *muito prazer*, sem procurar entender corretamente o nome citado.

A primeira regra memorizar nomes é: **procure ouvir claramente o nome**. Como dissemos antes, você **vê o rosto** e o reconhece, mas só **ouve o nome**. Portanto, é preciso entendê-lo corretamente. Se não ouviu, ou não entendeu, solicite que repitam e, se ainda não tiver certeza, peça que o soletem. As pessoas ficarão envidadas com seu interesse. Se, após assegurar-se de como deve soletrar o nome, perceber que é igual ou semelhante ao de um parente ou amigo, mencione o fato. Isso servirá para que você grave o nome na mente. Quando se tratar de um nome estranho, ou que nunca ouviu antes, mencione isso à pessoa. Todo mundo fica lisonjeado quando seu nome é alvo de atenções.

Outra coisa importante é **repetir o nome** – sem exagero – com certa freqüência, enquanto estiver conversando. Essa forma de conduta ajuda a gravar nomes com mais facilidade. Faça isso por algum tempo, até tornar-se um hábito. Ao despedir-se, repita o nome.

Na maioria dos países usa-se o nome da família – que aqui no Brasil chamamos de SOBRENOME ao sermos apresentados a alguém. Por exemplo: meu nome completo é José Augusto Machado, mas, ao ser apresentado a outra pessoa – fora do Brasil – eu declinaria apenas meu sobrenome – Machado – e assim seria chamado, até que a convivência ou maior intimidade justificasse ser chamado pelo prenome. Por essa razão você vai encontrar, nos exercícios seguintes, exemplos de sobrenomes, indicados simplesmente como nomes.

Na maioria dos países usa-se o nome da família – que aqui no Brasil chamamos de SOBRENOME ao sermos apresentados a alguém. Por exemplo: meu nome completo é José Augusto Machado, mas, ao ser apresentado a outra pessoa – fora do Brasil – eu declinaria apenas meu sobrenome – Machado – e assim seria chamado, até que a convivência ou maior intimidade justificasse ser chamado pelo prenome. Por essa razão você vai encontrar, nos exercícios seguintes, exemplos de sobrenomes, indicados simplesmente como nomes.

Antes vamos resumir as cinco regras já explicadas:

- **Ouvir**, sempre o nome da pessoa; ouvir e **entender**.
- **Soletrar** o nome ou pedir para que o façam, se não tiver certeza da pronúncia.
- Se perceber algo **estranho ao nome**, ou se **for semelhante a outro que já conheça** mencionar o fato.
- **Repetir** o nome – **sem exagero** – algumas vezes, durante a conversa.
- **Dizer o nome**, ao despedir-se.

Se usar essas cinco regras, junto com o que vai ver agora, nunca mais esquecerá um nome ou uma fisionomia.

E, por falar em *nunca mais se esquecer*, ouça esta:

Havia, naquela pequena cidade, dois homens, notáveis por sua memória. Um era índio e o outro branco.

Certa vez foram levados, por um grupo de amigos, a se defrontarem em desafio, para descobrir quem era dotado de maior poder de memorização. Dentre as várias perguntas feitas entre ambos, uma delas, expressa pelo homem branco, foi: *O que você comeu, ao jantar da última 3^a feira de agosto, há 3 anos? –* Sem titubear, o índio respondeu: *Ovos.*

Algo decepcionado, o outro retrucou: *Ora! Isso não é vantagem! O pessoal daqui come ovos quase todos os dias!*

Logo a brincadeira perdeu o interesse e o grupo se dispersou. Por razões de negócio, o homem branco mudou-se para o exterior onde permaneceu por dez anos. De volta à sua terra, andava pela rua quando, de repente, deparou-se cara a cara com índio. Tomado de surpresa, ele exclamou: *Como!* - ao que o outro respondeu laconicamente: *Fritos!*

Vamos então dividir os nomes em duas categorias, seguindo as 5 regras já expostas.

- NOMES QUE SIGNIFICAM ALGO e
- NOMES QUE NADA SIGNIFICAM PARA NÓS.

Os nomes que já têm alguns significados são: Silveira, Pinto, Frota, Coelho, Leão, Prata, Montes, Parreira, Oliveira, Pereira e outros desse tipo.

Os nomes que nada significam, para a maioria dos brasileiros, são: Sullivan, Murano, Auchbawer, Pizzani, Uchoa, Yamanda, Schiezari, Ikeda, Saissu, Mascarenhas, entre outros.

Há também os nomes que se encaixam na categoria dos **sem significados**, mas que sugerem ou criam uma imagem associativa na mente. Quando ouvimos o nome CINZANO, visualizamos uma garrafa de bebida. Zagalo sugere a imagem do ex-técnico da seleção Brasileira de futebol. Corona lembra aparelhos elétricos, ou o nome do rio Jordão. Goulart lembra o nome de conhecido apresentador de TV. Aliás, seu nome está ligado à frase que o identifica mnemonicamente: VEM COMIGO!

Assim chegamos a três categorias de nomes:

- Os que possuem significado
- Os que não possuem significado, mas que sugerem alguma coisa.
- Os que nada significam nada sugerem, nem criam qualquer imagem em nossa mente.

É com esta ultima que se precisa usar mais atentamente a imaginação. Para que consiga lembrar um nome, ele precisa ser significativo, pra você. Mas os que não tem qualquer sentido não precisam ser um *bicho papão*, se você assimilou bem a etapa anterior. Basta usar o sistema de substituir palavras. É o mesmo método que você usou para memorizar vocábulos de língua estrangeira.

Por mais estranho que um nome passa soar ao ouvi-lo pela primeira vez, sempre é possível transpô-lo para uma palavra, ou pensamento substituto. Pense em uma palavra, ou expressão, que tenha som semelhante àquele nome.

EXEMPLOS DE ASSOCIAÇÃO

- MORRICONE – Lembra um morro em forma de cone.
- VILAR – Lembra uma vila suspensa no ar.
- VILARIM – Uma vila, com as casas em forma de rim.

O importante é que você, **e só você**, escolha a palavra ou pensamento substituto. Se 10 pessoas tiverem que escolher uma palavra substituta para um mesmo nome, provavelmente quase todas escolherão palavras diferentes.

Não é preciso esforçar-se para descobrir uma palavra que soe exatamente como o nome, ou usar palavras para cada parte do nome. Isso já foi dito algumas etapas atrás. Ao lembrar-se do principal, **a memória encaixará os detalhes**. O simples fato de estar pensando no nome e imaginando algo ligado a ele, ajudará a imprimi-lo na mente, não importa quão tola e absurda pareça a substituição ou associação. Quanto mais tola e absurda, melhor será.

Muitos são os nomes terminados em *TON*. Isso já tem significado. Você pode associar a peso, ou altere, pois *TON* é a abreviatura de **TONELADA**.

Outros nomes terminados com *ANI* ou *ANO* e podem ser associados a calendário. Nomes que começam ou terminam com *BERG* podem ser associados a albergue. O nome Calzberg, por exemplo lembra um albergue que acabou de ser pintado com cal.

Tenha em mente que não há um único nome que não possa ser transformado em algo significativo para você, cujo som se assemelhe ao nome, em si, e que seja capaz de evocar sua lembrança, quando necessário.

Quer mais alguns exemplos de associações, com nomes aparentemente estranhos? Vamos lá.

- ARCARO – Um vidro de mel *KARO*, cheio de ar.
- BERGMAN – Alguém com cara de bergamota (tangerina).
- CASTELAR – Um castelo suspenso, no ar.
- DORMONT – Um monte, contorcendo-se de dor ou um monte dormindo.

Por mais estranho que seja o som do nome, por mais longo ou difícil de pronunciar, sempre é possível encontrar uma palavra ou expressão substituta.

Um rapaz acercou-se de uma moça, parada na calçada e, para iniciar *um papo*, perguntou qual era o nome dela.

Incapaz de responder com palavras, por ser muda, a jovem apontou para a maternidade, no outro lado da rua.

O rapaz – que provavelmente havia feito esta reciclagem de memória – sorriu para ela e disse: - *Muito prazer, Alice da Luz.* (Ali se dá à luz).



COMO ASSOCIAR O NOME A FISIONOMIA

Ao conhecer alguém, olhe para seu rosto e procure achar uma característica ou um traço mais evidente. Pode ser qualquer detalhe. Olhos pequenos ou grandes, lábios grossos ou finos, testa larga ou estreita, vinhos na testa, nariz achatado ou fino, narinas amplas ou estreitas, orelhas grandes ou de abano, covas, verrugas, cicatrizes, rugas, queixo largo ou proeminente, tipo de cabelo. Enfim, qualquer traço ou detalhe será importante

Escolha o traço que lhe pareça mais acentuado ou que mais o impressione. Não precisa ser o mais evidente. Isso não importa. Aquilo que lhe salte mais à vista é o que será mais óbvio e importante, ao reencontrar aquele indivíduo.

Atenção: ao buscar o traço fisionômico mais importante, preste atenção ao rosto **como um todo**. Assim você estará observando e *imprimindo* o rosto todo na memória. Ao decidir-se por uma característica, associe o nome a essa parte específica do rosto para visualizar a imagem com os olhos da mente.

Por exemplo: o senhor Sacks tem uma testa bastante larga. Mentalize um milhão de sacos caindo da testa dele. Assim estará aplicando os princípios da associação ridícula e ilógica que, se você tem exercitado de acordo com o recomendado nas etapas anteriores, já constatou que dão excelentes resultados.

O Sr. Ramalho tem sobrancelhas muito cerradas. Bastavê-lo, na mente com uma enorme rama de alho, em lugar das sobrancelhas.

O senhor Homem de Melo tem um furinho no queixo.
Imagine que esse furo é a entrada de uma colméia de
onde surge um minúsculo homem, todo lambuzado de
mel.

O senhor Ribeiro tem orelhas grandes, de conchas
acústicas bem profundas. Imagine que por ali passe
um ribeirão.

Lembre-se de que a **palavra substituta** ou o traço mais acentuado é uma escolha pessoal, uma opção individual. A opção que você escolheu é a característica mais acertada para o **seu** uso. A grande vantagem é que esse processo é quase instantâneo, pois é mental e instintivo. Após alguma prática, verá que a palavra substituta para o nome e a associação ao traço fisionômico ocorrem como um *flash*, mais rápido que o tempo que se leva para dizer *alô*.

Como tudo na vida, o primeiro passo, o primeiro esforço, pode parecer complicado mas, ao experimentar este sistema, concordará que ele é simples, fácil e eficiente. Com o tempo, você deverá criar seus próprios padrões para a maioria dos sufixos e até de nomes inteiros. Então criará imagens padronizadas para todos eles.

Sua *lição de casa* para esta etapa é a seguinte:

Procure estudar o rosto de diversas pessoas conhecidas; parentes, amigos, vizinhos, e localize nelas os traços fisionômicos que mais o impressionarem. Faça uma ligação entre essas características e o nome de cada uma delas, usando os sistemas que foram aqui mostrados, mas tome cuidado para não dar a impressão de que as está encarando com muita insistência.



AULA 07

COMO MEMORIZAR

COMO MEMORIZAR CARACTERÍSTICAS PESSOAIS
LIGADAS A NOMES E FISIONOMIAS.

PRÓXIMA AULA