

## **Интервью с Константином Дудиным на телеканале «Россия 24»**

***Ведущая:***

Новосибирец попал в телешоу телеканала «Россия1» - о людях с необычными способностями. Константин Дудин поразил зрителей и членов жюри феноменальной памятью. За несколько минут он запомнил резьбу 48 ключей и открыл нужную ячейку камеры хранения. Сегодня он пришел в студии телеканала «Россия 24» и встретился с моим коллегой Максимом Шевченко, я передаю ему слово – Максим, добрый день!

***Максимом Шевченко:***

- Яна, здравствуйте! Сегодня у нас интервью не совсем обычное, рядом со мной Константин Дудин, студент Аграрного университета. Ну и чтобы сразу перейти к делу, я вас попрошу, Константин, обратить внимание на подборку из 30 цифр, которую мы подготовили заранее. Я отмечу, что вот эти цифры я увидел в первый раз. И я вас попрошу запомнить эту комбинацию, и после этого прочитать их в той последовательности, в которой они записаны, затем наоборот, ну а затем назвать отдельные числа, которые я вас потом попрошу. Сколько вам нужно времени?

***Константин Дудин:***

- Минутки полторы. Я немножко не готов к этому, ну, хорошо, давайте.

***Максимом Шевченко:***

- Пожалуйста! Я потом у вас лист этот заберу. Ну а пока наш герой готовится, я расскажу немножко о той технике, которую он нам сегодня будет демонстрировать. Мнемотехника – это целое искусство запоминания, ну то есть совокупность специальных приемов и способов. Именно они облегчают запоминание нужной информации. О них, кстати, и расскажет наш герой чуть позже. Свои навыки он недавно, прямо на днях, продемонстрировал в Москве, в эфире зрелищного шоу «Удивительные люди». Ну а впервые эта техника появилась 2,5 тысячи лет назад. Ею пользовались известные ораторы, такие как, например, Цицерон, во время публичных выступлений. Да и сегодня такая техника весьма актуальна. Ну, например, для студентов: им постоянно нужно запоминать большие пласты информации. Ну, или, например, для того, чтобы уходя из дома не забывать вещи. Ну, уж с такой проблемой уж наверняка сталкивался каждый из нас. Поэтому вопросы изучения мнемотехники, естественно, могут касаться, наверное, всех.

- Константин, как у вас дела?

***Константин Дудин:***

- Буквально, 10 цифр, последних.

***Максимом Шевченко:***

- Константин пользуется технологией изучения, я так понимаю, цифр с помощью специальных зрительных каких-то образов, которые он создает в своей голове.

Зрителей я попрошу обратить внимание на титр, который сейчас появился на экране. Зрители могут видеть именно те цифры, которые видит Константин сейчас на листе. Лист я у него заберу. Но и достоверность зрители могут проверять сразу.

**Константин Дудин:**

- Сам себя проверить, момент. Вы можете разговаривать, меня это не отвлекет. Я... ладно, давайте допустим

**Максимом Шевченко:**

- Давайте. Вы уверены, в том, что вы готовы?

**Константин Дудин:**

- Да, проверим, на самом деле здесь нет ничего страшного.

**Максимом Шевченко:**

- Ну, я хочу сказать, что ничего страшного, если вы допустите какую-нибудь ошибку. Давайте попробуем прочитать эти цифры, я так понимаю парами, да, будете читать?

**Константин Дудин:**

- Да, я буду называть их парами, потому что парами я запоминаю эти цифры. Ну, давайте по порядку начнем.

**Максимом Шевченко:**

- Да.

**Константин Дудин:**

- Это 567000943189531247859631455473

**Максимом Шевченко:**

- Замечательно. Ни одной ошибки вы не допустили. А, что если усложнить задачу, и, допустим, назвать те же самые цифры, но наоборот?

**Константин Дудин:**

- Я выдохнул уже. Что получилось, помните? Попробую сейчас воспроизвести в обратном порядке. Это 374537455413695874213598131349000765

**Максимом Шевченко:**

- Замечательно! Абсолютно феноменально! Все цифры совпали. Ну, а если, например, я вас попрошу назвать седьмую цифру?

**Константин Дудин:**

- Седьмая цифра по порядку?

**Максимом Шевченко:**

- Да.

**Константин Дудин:**

- Это... это должно быть 9.

**Максимом Шевченко:**

- Все верно! Ну, а например, одиннадцатую?

**Константин Дудин:**

- ( выдыхает) (шепотом - 11 10 56 1) Это будет цифра 8.

**Максимом Шевченко:**

- Все верно, Константин. Совершенно, замечательные, у вас навыки. Собственно, в чем мы сейчас убедились. Ну, а вообще, расскажите нам немножко о том, когда у вас эти способности проявились? Когда вы поняли, что вы можете вот такие большие объемы информации устраи... усваивать максимально быстро?

**Константин Дудин:**

- Я, на самом деле, открыл это для себя в 2010 году. Меня мама привела на занятия по мнемотехнике. Я вообще сам из Бурятии, к нам в школу пришел такой интересный человек – Владимир Семенович Монгатаев. Это мой учитель. Я, честно вам скажу, я не хотел, прям, ходить, я был тогда школьником, любил играть в компьютер, бегать с друзьями. Но вот, мама настояла на своем, что бы я пошел обучаться. И с того момента моя жизнь, в принципе, изменилась. Я до этого обучался, в принципе, ну достаточно так на тройки, четверки перебиваясь. Когда и двойки были, меня там, одно время хотели из школы выгнать. Ну, конечно, где-то за успеваемость, где-то за поведение, но вот с того момента, когда я познакомился с мнемотехникой, ну, жизнь изменилась, потому что я стал, ну, упрощать свои действия с запоминанием. Ну, к примеру, приведу, по литературе я не любил учить стихотворения. Я приходил на урок, и пока выступали передо мной, там 4 человека, я был четвертым, 3 человека передо мной – я был четвертым по списку, я запоминал стихотворение. Хоть и небольшие.

**Максимом Шевченко:**

- А, вообще, в жизни не мешает вот такая вот ваша способность? Неужели, огромное количество информационного мусора, оно же все-таки проходит через ваш мозг? Не мешает?

**Константин Дудин:**

- Ну, давайте так. Я умею отсеивать информацию. Вот есть очень много там примеров, меня спрашивают: «Вот, а ты все, там, номера со своей телефонной книжки запоминаешь?»

- Да, нет, ну зачем? То есть я помню там десяток основных номеров, которые мне нужны, там в каких-то критических ситуациях и так далее. Я адекватно оцениваю, ну возможности своего времени, я не трачу его на то, чтобы там запомнить лишний раз там, десять, ну десяток там числа «Пи», это ни к чему. То есть я в свое время установил там, свой рекорд 1000 знаков числа "Пи", вот абсолютного воспроизведения. Вот, то, что вы сейчас продемонстрировали 30 всего, а я запомнил 1000 знаков. Это абсолютно, этого в мире не делает почти никто, там буквально по пальцам их можно пересчитать, таких людей. Но вот это ни к чему. Я вот отношусь к практике, к практическому запоминанию, и поэтому весь этот информативный мусор я стараюсь регулировать, отсеивать, и в том числе есть возможность стирания информации. Такие навыки тоже существуют.

**Максимом Шевченко:**

- На своей страничке, в социальных сетях, вы однажды заявили, что мнемотехникой может заниматься любой, ничего феноменального в этом нет.

**Константин Дудин:**

- Ну, да. Так оно и есть. Ну, приведу пример: я обучаю этому и детей и взрослых. Вот, на сегодняшний момент, ну есть небольшие критерии, как показала практика, ну мнемотехника дается, ну где-то с 12 – 13 лет, когда человек, ну ребенок уже осознанно подходит к жизни. Когда у него есть большие объемы визуальных образов, он где-то что-то посмотрел там – фильмы, мультики. Они учатся в школе, он уже может этими объемами информации оперировать. Вот с этого момента, примерно дается мнемотехника, такая качественная мнемотехника. А ограничений по возрасту нет, ну вот у меня самый взрослый ученик, ну или ученица, как называть это, она женщина, ей 70 лет, ну то есть планка пока вот поднята до семидесяти.

**Максимом Шевченко:**

- Ну, считается, что у детей все-таки память лучше? Вот вы чувствуете разницу, когда работаете с детьми и когда работаете с взрослыми, кому легче дается все-таки?

**Константин Дудин:**

- Ну, с детьми работать легче в том, что у них очень хорошо, ну, набор образов очень большой. Они выдают иногда такие образы – какие-то бластеры, что-то еще, из мультиков что придумывают. У них легко даются эти образы, но один момент в мнемотехнике, что объяснить определенные базы им очень сложно. Например, если ребенок еще плохо цифры знает, и дать ему, например, тот же буквенно-цифровой код, то с помощью чего я сейчас запоминал вот эту последовательность цифр, ему пока сложно объяснить, что эта цифра будет вот таким образом. Ему сложно, ну, свести эти информации. А в принципе да, дети легче создают образы и легче с ними оперируют.

**Максимом Шевченко:**

- Очень интересно. Вот 30 цифр на листе абсолютно случайных, как вы их запомнили? Что вы для этого сделали?

**Константин Дудин:**

- Я представил каждую цифру определенным образом, то о чем я вам сказал, это каждой цифре соответствует ну вот в буквенно-цифровом коде, к каждой цифре буква, а паре цифр – это слово. Вот, этот буквенно-цифровой код, его там сложно, там за десять минут рассказать, но порядка двух занятий он дается. И потом вот образы, количество образов они большие такие, объемные.

**Максимом Шевченко:**

- Вы говорили, что люди, которые общаются с вами, даже просто, не ходят на ваши занятия, они уже способны какие-то вещи запоминать. Например, не забывать дома вещи.

**Константин Дудин:**

- Ну да. Такие примеры есть. У меня есть, скажем, такая философия моего обучения, это моя философия заключается в качестве, ну в первую очередь в качестве занятий, а второе - это в практическом применении. То есть я в первую очередь обучаю тому, что вот нужно вам здесь и сейчас. Сегодня не забывать там телефон дома. Или к таким моментам возвращаешься, что ну бывает у многих – выходите из квартиры, начинаете вспоминать: закрыли ли вы дверь, выключили утюг, свет, газ, вода – таких проблем очень много. Я могу, как пример привести, там, телезрителям рассказать, то есть, как с этим можно по бороться уже сегодня. Немножко, скажем на чуть-чуть, но улучшить свою жизнь.

Это на самом деле не в памяти дело. Дело, в то, что вы там забываете выдернуть утюг там, закрыть дверь и так далее.

**Максимом Шевченко:**

- В чем же?

**Константин Дудин:**

- Это внимание. Концентрация внимания. Ну, они смежные между собой, внимание – память – это все-все рядом, но итогом будет того, что забыл, и возвращаешься домой проверить и так далее.

**Максимом Шевченко:**

- Что нужно сделать?

**Константин Дудин:**

- Что нужно сделать? Нужно акцентировать свое внимание буквально на 2-3 секунды, как фотоаппарат. Ну, представим, что щелкнуть, ну вот выдергиваете вилку утюга, да, из розетки. Вам нужно зафиксировать внимание на 2 секунды. Достаточно. Ваш мозг просто увидит эту информацию и запечатлит. Вам не нужно ее зубрить, там что-то еще с ней делать. Так же – дверь закрываете, просто акцентируйте свое внимание, как-будто сфотографировали. Можно дополнительно стимулировать мозг тем, что вы это будете проговаривать. Например: закрыл, выключил, выдернул и так далее. Здесь момент в том, что, ну, как это происходит, из-за чего собственно проблема то? Когда вы, например, собираетесь там, на работу, торопитесь, там, стоите, гладите. Звонит телефон, вы бежите,

отвечаете, надеваете рубашку. Даже если вы выдергивали где-то там, на ходу, мозг не успел просто увидеть, у нас же поле зрения ограничено 15-тью %. И вы просто вне поля зрения делаете, просто поверните голову, увидите этот образ. Мозг запечатлит, и когда вы будете ехать в автомобиле или в автобусе, в каком-то транспорте, будете вспоминать – выдернул ли я утюг – вам мозг покажет картинку. Что да, вы делали это. Главное, чтобы это было в поле зрения фиксации.

***Максимом Шевченко:***

- Константин, ну это очень полезно, я надеюсь, что многие зрители, которые сейчас увидели этот ваш совет, они будут им пользоваться. Да и что говорить, и я тоже буду. Ну а я передаю слово в студию: «Яна, я надеюсь, что и вам тоже удалось сегодня удивиться, потому что все это происходило на ваших глазах».