

《怀旧制造厂》

图书基本信息

书名：《怀旧制造厂》

13位ISBN编号：9787536062498

10位ISBN编号：7536062494

出版时间：2011-8

出版社：花城出版社

作者：杜威·德拉埃斯马

页数：135

译者：李炼

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

前言

前言在荷兰所有记忆中最古老的是什么？直到2005年夏天我还可以毫不犹豫地知道这个问题的答案。为此，我们只需要按逻辑，以荷兰的最长寿的老人，霍赫芬城镇的亨德里克吉·席佩尔（Hendrikje Schipper）老太太，的记忆为准，并从她的记忆中提取最久远的记忆。亨德里克吉出生于1890年。当她出生的时候，是个早产儿，还不到三磅重。当时早产儿保育器还没有问世，她能够活下来，完全要归功于她的祖母。她用一块暖和的羊毛裙包裹着小亨德里克吉，把她抱在大腿上，就这么靠着火堆坐了四个星期。显然那一定是个阴冷的夏天，而亨德里克吉注定要成为荷兰最长寿的妇人。当她去世的时候，终年115岁。在一次采访中，她提及的最早记忆也正是追述这位祖母。亨德里克吉坐在一个紧靠着火的暖脚盆上，祖母递给她一个线团，她得反反复复地绕着它。“这个线团绕得松垮垮的，你必须重头再做一遍。”她记得，当时她大概三岁。我们把115减去3：这个国家的最久远的记忆已经有112岁了，而在霍赫芬的一家养老院的屋子里，这段记忆依然栩栩如生。然而，这种记忆是怎样存在着的呢？亨德里克吉回忆起自己坐在暖脚盆上的情景，正是她当年储存在记忆中的那个画面吗？还是因为她已经重复叙述了这个故事这么多遍，以至于她记得的其实是她的故事？或者情况还有可能更糟：在她童年的时候有人告诉过她，祖母让她绕线圈，久而久之这个说法就变成了一段记忆？即便这真的是她亲身经历的一段往事，既非她本人亦非别人编撰出来的故事，有可能她在脑海中一再重新存储这个画面，以至于她最早远的记忆其实已没有她上次记起的情景要久？最后一种猜测正是大多数记忆心理学家的观点：每当人类回忆某事物，就在大脑皮层中铺设了一段新的神经线。当他下一次回忆起看似同一个事物时，其实它是一条最新被激活的神经线。记忆，也包括最早的记忆。会随着时间在脑组织里跟着游走，不过与此同时又一直被新的复制时刻陪伴着。根据这个理论，通过回想最初的记忆可以在人脑记忆的神经环路里建立起一种非同寻常的联系：最古老的记忆会暂时变成最新的，最早的则变成了最后的。在一个日渐变老的大脑记忆中，会有很多人生的环路终将闭合。在查尔斯·狄更斯（Charles Dickens）的小说《双城记》（Eine Geschichte aus zwei St?dten）中有一个人物叫劳瑞先生，他年逾古稀。在一次夜谈中，他回顾自己的一生。有人问他：“对您来说，当年依偎在母亲大腿上的日子是否已经是很久很久以前的事了？”劳瑞告诉他，二十年前的时候还觉得很远，但是时至今日在他这个年龄，他感觉自己的一生是做了一个圆周运动，越是靠近终点，也就越是临近起点了：“现在我的心常为许多长期沉睡的回忆所感动。”狄更斯在写《双城记》的时候，他还只有四十多岁，他当时一定曾经听说过这种心理现象。京特·格拉斯（Günter Grass）在写他的自传《剥洋葱》（Beim Hutten der Zwiebel）时候，和劳瑞先生是同龄人。在此书出版的前几天，他接受了法兰克福汇报的采访，这次采访备受瞩目，主要是关于他晚年对于年轻时曾是纳粹党卫军这段不光彩的历史的“忏悔”，不过同时也谈到了自己颇有把握能回忆起六十年前或更久前的事件和经历。当格拉斯讲述自己对战后那些年里政治及艺术领域中一些重大争论的回忆时，忽然其中一个记者有些吞吞吐吐地问：“当人到了几乎八十岁的时候，所有这些事情离您一定非常遥远了吧？”格拉斯回答他：“不是这样的，这一切都历历在目，宛如昨日。如果要我准确地说出1996年我做了哪次旅行，我非得瞧一眼哪本记事本不可。但上了年纪之后，对童年阶段的记忆反倒清晰了许多。至于什么时候是写一些自传的恰当时间，显然也和年龄有关。”一个人随着年岁的增长，反倒对自己的年轻时代看得更真切，看来格拉斯对此也颇有同感。许多对此现象有亲身体会的人都说，这种感觉第一次出现是在他们将近六十岁的时候，而且从此越来越强烈。突然从记忆深处跳跃出来的，有可能是曾在自己十岁时同住一条街上的某人的一张脸孔，或者是一种已经消失在货架上很久的洗衣粉牌子，也可能是自己儿时在某处过夜时发生过的一桩事情，或者是在自己十四岁时看过的一本书里的情节。无需刻意寻觅，这些记忆片段就完全突然不请自到地冒了出来，人们甚至原先都没有意识到，它们竟然未曾被忘却，就好象是劳瑞先生说的“从沉睡中苏醒了过来”一样。有时是那种“五十年来未曾去想到过的”尘封的记忆，然而直到现在，等到人上了年纪又忽然出现了，它们在脑海里是如此的清晰真切，就好象是从地层中完好无缺地重现人间。对于这种非常持久的记忆，有人曾经建议给它冠之以“永久存储”的概念，用来象征这么一种经历过程：一些长期以来遥不可及、毫无声息地被禁锢着的事物，现在又重新原汁原味地回来了。这种怀旧性记忆的返回，在心理学里被称为“怀旧性记忆的回归效应”，是一种神秘莫测的现象。人们可以信心十足地提到这条关于遗忘的主要法则：事隔越久，我们记得的可能性就越小，而暮然回首间，却恰恰是早年的记忆闪现了出来，这两者看起来似乎互相矛盾。同样扑朔迷离的是，为什么这些记忆偏偏在人上了年纪之后才显现出来。当人们四五十岁的时候，它们一定也已经存储在记忆里了，为什么

只有当记性真正上了年纪，那些回忆才会涌现出来呢？似乎是记忆原先一直处于一种信息封锁状态下，直到一定的封锁期限过了之后它们才可以被使用。怀旧性记忆的回归效应构成了本书的核心内容。在过去十年中，自传体记忆心理学领域里对此进行了很多研究。到底是什么让这些早年的记忆又重新回来了？这种回归是什么时候开始的？悲伤的回忆和愉快的回忆一样这么容易地回来吗？如果人们对于早先所经历的事情还记得非常牢固，这是否算得上是一种身体机能上的成熟？或者干脆就是在那些年龄段会出现比较多的值得纪念的事情？这种效应一旦产生，是否会随着人的日渐衰老越来越强烈？也许是因为晚些时候的记忆太少，所以才会有这么多早先的回忆？在“怀旧性记忆的回归”一章中我们会详细讨论这些问题，在其他的章节中也会提到它们。怀旧性记忆不光在我们的人生经历中有它的位置，同时它们也可以推动我们把回忆诉诸笔端、写下这个人生经历。有不少写自传的作家，早在十年前还很坚决地表示永远不会致力于撰写个人传记。神经学专家奥利弗·萨克斯（Oliver Sacks）就是其中一位。在他六十岁左右的时候注意到，对年轻时代的回忆不由自主地越来越活跃。正如劳瑞先生，他把他的记忆描述成“这么多年了似乎一直在沉睡”，但是它们一旦苏醒过来，就以这么一种不可遏制的力量展现出来，以至于他感觉到，当时几乎是被强迫着去写他的自传《钨叔叔》（Onkel Wolfram）。2005年夏天，我和他进行了一次交谈，内容主要涉及了时间如何随着年龄的增长而过得越来越快，时间如何能够改变记忆，以及把写自传体作为一种心理分析。他回顾往昔，叙述了一生中很多的往事，从几乎所有事情里，比如对他母亲的回忆、做他父母眼里的“好医生”的愿望，都流露出了他的怀旧性记忆的倾诉。这种回顾并不涉及他成果辉煌的事业、著书、作为名誉教授的头衔、抑或是享有声望的任命以及他的奖项。在他现在七十岁开头的阶段，最让他忙于思考的问题是，他曾经是怎样的一个儿子。令人费解的是，恰恰在一个人们的记忆力走下坡路的年龄阶段，怀旧性记忆的回归效应日渐壮大起来。正是在记忆存储过程显而易见、并有据可循地日渐缓慢的同时，怀旧性记忆却出其不意地产生了。老年人总是要很辛苦地去记住他们打算做的事情。如果要让他们用语言表达清楚，那就更困难了，尤其是他们很容易忘记名字。对老年人来说，要记住一些东西、并把事情发生的具体时间记清楚，就是更艰难的任务了。问题是，这些难题是怎么产生的。当然还有：人们是否可以采取一些什么行动来抵抗它们？人的记忆是可以锻炼的吗？是什么助长了记忆的退化？它究竟是怎样保留在某个水准的？老来就一定多健忘吗？正如在“健忘”和“大遗忘的市场”这两章里会具体分析到的，这些问题的答案不仅影响了个人对记忆的处理态度，同时也波及到对一个问题的普遍看法，即“个人对一个良好运作的记忆应该起到哪些责任”。许多记忆心理学方面的调查致力于研究记忆的可靠性。在有些情况下，记忆和实际发生的情况吻合非常重要。但是也有一些情景和时刻，例如在一次治疗过程中、在回顾一生和回忆父母时、在写自传时，我们发现，自己的记忆似乎已经发生了变化，这并不是因为“记忆的不可靠”，而是因为一件事情或一种经历以另外一种方式被表达了出来，它不再表达了当时的涵义。比起年轻人来，老年人对这种变化更有经验，而这完全是由于生命中唯一出现的不对称现象：一个六十岁的人曾经已经走过了二十岁这个年纪，而一个二十岁的人就不知道做个六十岁的人该是怎样的感觉。谁敢断言，当他或她有了儿女之后，自己对儿时受到的教育的回忆还是和原先一模一样呢？在“晚到的洞察力”一章里主要讨论这类的回忆，也许随着年龄的增长并不是智慧，而是这种认知能力，这种对克尔凯郭尔（Kierkegaard）在日记中偶然作的如下评论的认同：“生活只能倒走着去理解，可是还得向前走着去活。”早先时候的回忆的归来并不总是令人愉快的。上了年岁之后，怀旧性记忆可能会引发起强烈的怀旧情绪。贺尔克·斯皮尔斯塔（Hylke Speerstra）在他的作品《残酷的天堂》（Het wrede paradijs）里描写了战后不久移居海外的（荷兰）弗里斯兰人⁵。由于当年这些大规模移民中心的存在，移民们各自踏上了加拿大、美国、澳大利亚及新西兰的国土。跟随着他们的踪迹，斯皮尔斯塔认为，这种怀旧情绪可能会两次重重打击那些移民。第一次发生在刚到达新的国家的时候，而第二次则会发生在四五十年后，那时七八十岁的男人女人们发现，自己又开始梦中用弗里斯语说梦话，许多人又想起了半个世纪前他们离开的人和地方。就连在他们的记忆中也仿佛有一个圆圈闭合了：他们现在比当年他们的父母还要老，那时候他们的父母不得不让他们离去，而且他们现在感觉到了从未如此强烈的痛苦，而当年正是带着这样的痛苦，他们的父母留了下来，并非所有的事都能随着时间的流逝而被渐渐淡忘。

《怀旧制造厂》

内容概要

《怀旧制造厂:记忆、时间、变老》聚焦人类的晚年记忆。作为对人类记忆颇有造诣的心理学史教授，杜威·德拉埃斯马在书中探讨关于回忆的不可靠性和人类对遗忘的恐惧感，关于人们对一个从来只存在于回忆之中的世界的向往和思念；同时他也讲述人们只有到了一定年纪之后才能体会到一种未曾预料到的喜悦：所谓的怀旧性记忆的回归效应，正是这种心理效应影响的缘故，人们到了晚会忽然回想起自己年轻时代的故事。《怀旧制造厂:记忆、时间、变老》向读者叙述了一个关于不断变老的大脑的真实故事，并告诉读者，我们应当珍惜那种缅怀式的恋旧，珍惜往事不可捉摸的本质和鲜明的回忆所带来的慰藉。

《怀旧制造厂》

作者简介

《怀旧制造厂》

书籍目录

章节摘录

版权页：一般来说，我们不会就这么直截了当地告诉一个人，说他已经衰老了。就算大家都是同龄人，老的也都只会是别人，而与自己无关。如果有人在谈论某个人，认为他年纪大了，那一般都是有原因的，例如他们观察到，某人有了衰老的迹象或者出现了某种病症。例如某人行走时步履蹒跚、交谈时总走神、遇到喧哗的场面头晕眼花心烦意乱，到了这种时候，我们就能看到那个人变得衰老了。我们从来都不会听到别人说这样的话：“今晚他发表了那样的真知灼见，看来他真的渐渐地上年纪了”。为了赞美年长者的智慧和长年累月积累下的洞察力，可能这世上真有不计其数的谚语。但扪心自问，其实在生活中，难道我们真正使用的语言不是冰冷无情的吗？现实生活向我们证明了，一个人上了年纪就意味着哪儿有些不对劲。这种对年龄模棱两可的态度也出现在老年杂志里。还没打开杂志往里瞧，人们就注意到一点，杂志的标题叫“红宝石”、“在生活中”或者叫“拥有”，它们避免任何和年龄有关的提示。杂志里面虽然有年老的人，但这些人长像都稍许有些面嫩。他们笑着骑在山地自行车上穿越沙丘；他们穿着红色的羊毛衫在平静的水道中划着桨；在小岛的沙滩上，他们让海风尽情地吹拂着，或者微笑着在一艘艘大船艇上划过海景。根据老年杂志的文章，老年（毋须提到这个概念）就意味着一个密集地进行体育运动的时代，一个在温暖的国家旅行和过冬的时代，一个品酒和参加印象主义课程的时代。它还必须是一个最快乐的人生阶段，因为所有这些年轻的老人们在任何时候，不管是在随着导游参观博物馆时，还是在把山地车举起到自行车架上时，都是笑着的。而在商业广告里，则讲述着关于老人们的另一个故事。读者可以在家里享受到一次上门服务，观看全自动斜躺起身休闲椅的操作展示。他也可以让供货商给他提供一个楼梯升降椅的报价而无须承担任何购买义务（典型的广告语“搬家吗？可没有这个必要！可是现在您一定得解决这个上下楼梯的问题了！”）。他受到广告和鼓励，要顺便到眼镜店去瞧一下或者去医生那里进行预防性检查。在随意一期老年杂志的出版物中，我们都能发现，大约四十条左右的广告都是关于健康的，或者更有甚者，是（治疗）健康状况的日渐衰退的广告：例如助听器、补充维生素和矿物质的制品、“治疗松弛和粗糙皮肤的具有深度再生性护理功能的”精华素、治疗大腿抽筋、脚部疼痛、睡眠不良、肠胃不适、牙齿过敏、夜间肌肉痉挛以及骨骼脱钙的各类药品。对老年杂志的编辑们来说，老年人们正远远地因铺天盖地的广告而激动地雀跃不已；订阅杂志的新顾客得到的赠品是一个血压测量仪。正是这些关于生命活力的衰退下降和丧失的故事被模棱两可、自相矛盾地叙述着。在商业广告里摆手弄姿的是一些模特们，对于所要演绎的老年人的痛苦和疾患来说，他们的年龄起码要年轻整整一代。耳聋这种症状可能在各种年龄段都出现，但从统计学的角度看这是一种典型的老年病。广告里戴着助听器的女子显然才连四十岁都还没有到。那款带门的浴缸其实是特别为老人们设计定做的，可从那里面走出来的也是位年轻的女人。坐在楼梯升降椅上的男人大概才四十岁左右，他在日常生活中走这段楼梯的时候，估计只需要两步并成一步就能轻轻松松地快跑上去，当然他坐在那里发笑是毫不奇怪了。按理说，需要使用起身休闲椅的人原本应该是那些上了年纪的老人，如果他们坐在普通的椅子上，别人会担心，他们是否有能力自己再从椅子上站起身来。但是在广告里人们看到的那个坐在起身休闲椅里的人，却是个大约只有三十四五岁的女人，让人感觉就好像是她为了开玩笑而坐在她奶奶专用的椅子上。换言之，这些老年人的疾病和烦恼可以和任何可能事物联系起来，唯独不能和年老这个事实。编辑部们刻意地为读者省掉以晚年（尤其是明显的老态龙钟）为主题的内容，即便对待老年读者也没什么两样。在我们的日常生活习惯用语中以及我们对“第三个人生阶段”的表达和演绎里，都使用一大堆多得令人咋舌的委婉语，产生这种现象的缘故与其说是因为一种对老年现象的接纳，倒不如说是因为对年老的抗拒和排斥。显而易见的是，如果要对“晚年”这两个字进行其真正概念上的评估，对我们来说是非常困难的一件事。如果有谁认为，这一种现象唯独发生在我们这个时代或现在这一代人身上，那他就大错特错了。有人认为，晚年是一段富有价值的人生经历，智慧和成熟的洞察力组成了它最明显的特征。针对这种观点，一直以来就有另外一种对立的看法：晚年是衰老、患病和干蠢事的时代。十四世纪初，意大利诗人但丁（Dante）把晚年比作一艘船，当港湾印入眼帘时，这艘船就渐渐地收下了帆，这个宁静和谐的画面诠释了晚年时人生目标的终点和人们对此阶段的认可与肯定。然后就在同一个时代，也诞生了许许多多的打油诗、讽刺画、俗语及故事，都是嘲讽老人们喜欢惹人注目和贪婪吝啬的性格脾气。在那些文学作品中，经常公开出现的场面就是，（有时候也会是半遮半掩的），勤俭节约和宽宏大度的美德由年轻美丽的女子们演绎出来，而贪婪虚荣的罪人则总归是那些丑陋的老头儿们。自古以来，年轻美丽的角色总有又老又丑的在旁边衬托着，要不就是又老又饶舌的那种角色。在希腊神话里，黎明女

《怀旧制造厂》

神依奥斯千方百计地用甜言蜜语来打动众神之父宙斯，请他赐给她的情人提托诺斯长生不死。于是，宙斯答应了她的请求。可是不久以后，依奥斯就意识到，她得到的其实是个让她骑虎难下的礼物，因为她不该向宙斯请求提托诺斯的长生不死，而因该是他的青春永驻。这个“赏赐”的结果是，随着岁月的流逝，提托诺斯变得越来越衰老，他的步态变得颤颤巍巍，而且最为可怕的是：他不停地唠唠叨叨。最后依奥斯百般无奈，只得将他变形成了一只蟋蟀。根据神话，这也就是为什么蟋蟀总是不停地唧唧叫的原因。在研究了其他时代人们对高龄的观念之后，历史学家们发现，有一种看法本身已经构成了一个漫长的历史，这种看法认为，在“过去”某个无法确定的时代，人们对年纪大的人怀着更多的尊重和崇敬。

《怀旧制造厂》

媒体关注与评论

在这样一个迷宫里，我们庆幸有杜威这样一个睿智而杰出的引导者帮助我们 从迷途中解脱出来。他的这本著作——或早或晚——和我们每个人都有关，在里面他成功地分辨了什么是真正的智慧，什么是误导人的谬论。而且由于他引用了许多真实的案例，使此书非常扣人心弦，有时还令人在阅读时非常受感动。要把写作和真知灼见如此完美地结合起来，并不是每个人都能做到的。” ——摘自蔡斯·诺特布姆的评论

《怀旧制造厂》

编辑推荐

《怀旧制造厂:记忆、时间、变老》编辑推荐：老年人的记忆真的会越来越糟糕吗？还是它只是变得和原来不一样了？针对至今以来人们看待老年问题的传统观念，杜威·德拉埃斯马提出了挑战性的反驳，并向读者叙述了一个关于不断变老的大脑的真实故事。“如果我们变老了，那我们是否变成了另外一个人？到了那时，我们的回忆还值得信赖吗？为什么到了三十年以后，我们会对这个问题作出一个完全不同的答复？记忆力，回忆，时间迷宫里的歧途……”

精彩短评

- 1、关于记忆，还是文学家笔下丰富深邃啊！然而读此书让我想起自己此生中根本没有什么刻骨铭心的记忆，真是悲哀……
- 2、这本书真的挺有意思的，虽然看完之后，我依然不太理解记忆、变老，但还是了解了不少变老的表现，也算是做了些准备了。作者写得很浅白，不需要专业知识也能看懂，点赞。而且很爱吐槽，看得人很开心，点赞。只是翻译和编辑都不太好。
- 3、为什么老年人对早起的记忆会那么清楚那 看看这本书
- 4、适量问道推荐的书
- 5、没看懂，但是看完特担心来着，总觉得等我老了的时候，什么还都记得是件多悲惨的事儿
- 6、因为通过对往昔的回忆，他们为自己创造了一种愉快的感觉。
- 7、给妈妈买的，让她看看为何会想起年轻的事。
- 8、阅读之后对“记忆”的研究兴趣并没有加深，而是对“变老”开始有了更深的思考。年轻和年老的区别可能就在于，年轻时是在创造回忆，而年老是在依靠回忆而生活。
- 9、虽然是科普类书籍，却有难以摆脱的凄凉。
- 10、题目的诱惑力或许比内容更大，但是总的来说记忆是人们最为重要的东西之一，尤其是随着年龄的增长，那份在心底的恐惧和无助慢慢抬头，对于青春的陌生和怀念交织在一起，人会渐渐地进入一种自我封闭的状态里。
- 11、时光的迁徙者。
- 12、怀旧制造厂:记忆时间变老
- 13、买了太久都忘了是在哪买的了。
- 14、这本书在作者和译者上都有点毛病，不适合非心理学专业人士阅读，但是对于理解“老”是一本挺好的理解类书籍。
- 15、尽管往事不可捉摸，回忆又是那样的变化多端。但那种缅怀式的恋旧，以及突然而至的回忆所带来的慰藉，依然值得我们珍惜。终于理解了过去经常读到的那个句子：“打开尘封已久的记忆”，还理解了“思乡病”确有其事，原来所谓的“叶落归根”也是治病的一个手段。
- 16、值得推荐。
- 17、用丰富的案例讨论了老年人的怀旧及游子的乡愁，还涉及到回忆录写作等问题，读来轻松，也往往能印证我们日常的观察。不过总感觉还是在“深描”，少了反思和想象力，这可能是社会学心理学的普遍情况吧。
- 18、不要被标题骗了，也别被封面骗了。一切念叨现代性、乡愁、家园和游牧的文艺青年要彻底失望了，它说的是记忆心理学、记忆生理学和老年社会工作。中译还行，只是偶尔出现“孔子说过，最淡的墨水也胜过最强的记忆”这样的陷阱，相信译者就像老人，念想就在嘴边，世界却如此陌生。
- 19、本书的重点是怀旧性记忆的回归效应，对此最直接相关的部分是第四章，其他部分涉及老年、遗忘、记忆的多变、乡愁，但都点得很浅。此书的翻译算是流畅，但“最淡的墨水，也胜过最强的记忆”（第43页），大概连孔子也不知道是自己说的。
- 20、普及读物
- 21、我又是冲着梁文道先生买的，看来一些，感觉还不错。
- 22、‘Memory is like a dog that lies down where it pleases.’ -Douwe Draaisma
- 23、怀旧性记忆的回归
- 24、from 8min。不认同书中所说之年老后反而更多记得年轻时事迹的观点。恐怕只是因为年老之后的事件要平静、稀薄得多，才导致了近期记忆密度远不年轻时的记忆。人还是要趁着年轻多去历练些啊，不然老了以后的回忆多么空旷……
- 25、关于记忆，你需要好好看看这本书

1、一开始以为是研究人类和怀旧心理的书籍，打开第一页发现不是，其实是研究老年人和记忆的。要说它什么都没说吧，那肯定不是，但是要说它说了很多有趣或者值得一记的吧，也就寥寥数语且老生常谈，给个三星，做个笔记好了。一、前言神经线：每当人类回忆某事物，就在大脑皮层中铺设了一段新的神经线。当他下一次回忆起看似同一个事物时，其实它是一条最新被激活的神经线。二、最漫长的阶段本章主题即“老”。人们如何看待“老”，如何定义“老”。老“年人如何生活。三、健忘在变老过程中那些负责计划的记忆——所谓“预期记忆”——有些被销蚀掉了。预期记忆只和唯一的一个门类有关：对行动的规划——而这些是很难被储存起来的。一个已经完成的行动是随着很多联想和所有相关的东西而被存储下来的。.....而未来的行动却缺乏这些联系的纽带。知感：明明很清楚自己知道某事，可就是无法想起名字来。”望远镜“或”天文仪观点“的心理机制——往事历历在目、清晰如昨的记忆唤起了我们的某种印象，它就好像是我们朝望远镜张望之后能把过去看的很近。四、大遗忘的市场人的记忆不能加以训练。打破三个谣言：1、记忆，要么使用它，要么失去它。2、环境越丰富，脑筋越灵——实验前提是将对照组放到了一个不可能的退化的环境中，因此实验结果不成立。3、被开发的大脑只占了大脑的10%——不活动的部分只是死去的脑细胞。事实上，训练记忆的技巧大都聚焦在“心智和神经上的努力”。-----读了四章之后的分割线我改主意了，这本书还是对老年人记忆给出了一点研究成果，而且越读架构越清晰了。但是本书的问题一是来自于作者本身，他乐于举太多的例子，这样使书本内容丰富起来，但是又让重点模糊不清。二是来自于翻译，稍稍有点绕，话说得不清不楚，经常得翻过头去看这句话缺省的部分在哪里。就整本书的价值而言，对于一个非心理学专业的人来说还是没有太大的阅读价值。以上。五、怀旧性记忆的回归（这一章倒是讲到不少有用的东西）一个数据：“一个人最初的回忆来自他三岁或四岁之后的时期。此后这条曲线直线上升，大约在二十岁左右的时候它到达顶峰，接着就开始下降，慢慢地趋于平坦，在最终阶段再一次有个小小的回升。后者是一个来自最近事件的效应”——怀旧性记忆回归效应但相关研究证明，这一曲线往往符合快乐的回忆，而与悲伤的回忆不相合（上升幅度均匀）。书籍、音乐、电影很容易在20岁左右的是最好的。“这些照片并没有把人生的短暂无常翻转过来，恰恰相反，它们只是再一次证明了它的存在。.....有时候，当我看着所有这些照片，有个念头不禁油然而生，感觉这些照片仿佛正在等着我们停止所有的动作走向死亡，好让它们成为这世间唯一的真理。”人类的“繁殖后期群体”：老年人的存在对于某个群体的进化来说是个隐蔽的有利因素。它有两个特征：“交换信息的手段过渡到了一种叙述的方式”、“怀旧型记忆的回归效应”。六、召回记忆的快乐“怀旧性记忆是一种返回到过去的事件和经历，特别是回到那些未曾释怀的纷争。”给老人带来快乐，对治疗轻度老年痴呆症有所帮助。亚里士多德：“上了年纪的人并不是为了希望，而是为了回忆而生活的，因为他们生命中省下的东西已经少得可怜，但是，那些逝去的确实丰富繁多的。希望是着眼于未来的，而回忆却正相反，它是和过去的东西有关。可这正是他们欢喜喋喋不休的原因：他们连续不停地谈过去的人和事，因为通过对往昔的回忆，他们为自己创造了一种愉快的感觉。”性格特征存在着“年龄的标记”。七、好儿子——与奥利弗·萨克斯的对话《钨叔叔》八、晚到的洞察力（回忆的变化）对于回忆的2个误区：1、回忆出现偏差，因而它是不可信的。回忆的事物也许是过去的不可改变的事情，但回忆这个行为发生在当下。我们的感觉和思想也会和回忆一起，混杂其中。对回忆做出解释和补充。2、六十岁的老人一定很清楚二十岁的自己的情况。回忆会消失，并且保留着的也不过是对回忆的回忆。它具有选择性，不完整。回忆会变化，“人的记忆力会对过去的经历作一个总体的大检修”。记忆会随着时间的变化而给人带来新的感触。“老年人和年轻人之间真正的信息不对称其实在于，上了年纪的人应该更加明确无误地知道，随着年龄的增加，一个人的过去其实和他的将来一样是多变无常的”，即“晚到的洞察力”。九、乡愁制造厂思乡的病理表现，由于性格上的弱点而造成思乡病（原因），无能为力的治疗法（即使生活在家乡，你也会有思乡情节，因为这一家乡不再是你小时候的那一个）。趁爸妈还能毫无障碍的行动，回家可以在某种程度上帮助他们，但是也不能起多大的效用。亲友之间的关心最重要（文中事例）。（读者注）

章节试读

1、《怀旧制造厂》的笔记-第2页

- ”对您来说，当初依偎在母亲大腿上的日子是否已经是很久很久以前的事情了？“

- “二十年前的时候还觉得很远，但是时至今日在他这个年龄，他感觉自己的人生是做了一个圆周运动，越是靠近终点，也就越临近起点。”

《怀旧制造厂》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:www.tushu000.com