尊敬的主持人，亲爱的土马小伙伴们，演讲时一紧张会忘词的，请举手，朋友见面会忘了人家叫什么的，请举手，出门经常忘带东西的，请举手。谢谢，请放下。看来有很多人像我这样记性不好，忘性很大，有点健忘。健忘的这个健呢，是指擅长的意思，而我估计是最“贱”的那个。如果健忘症也有伤残等级的话，我想我大概是一级。我老婆有时嘲笑我说：“你这丢三落四的，怎么不把你丢了？真是一点脑子都没有”。你们肯定会说“有这么严重吗？”真的有，下面我就讲讲我的健忘症，以及我的健忘症是怎么害惨我的。

有一天，我在跑步时，遇到了一位老同学。我们有段时间没见过了。他问我：“嗨海军，还记得我是谁吗？”我只记得他姓王，却忘了他叫啥，所以我回答“啊，你是老王吧”。PIA，我的健忘症给我留下一个五指山。

当我捧着我的五指山回到家后，我老婆问：“你这咋了”。 “刚跑步时摔了一跤”，“老胳膊老腿儿的，跑啥步！游泳去，游泳适合你。”“为啥呀？是因为游泳能让我变白，长高”“拉倒吧！因为你脑袋里面没脑子，是空的，游泳的时候会浮着，淹不死”。老婆的话是圣旨，所以我开始去游泳。但有一次，我的健忘症又犯了，我把泳镜忘在家里了。开始我想，没它照样游，可一下水，我一睁眼，眼睛疼，那我就闭着眼睛游，不就少看几眼美女吗。一开始一切正常，但突然我的腿有点抽筋。我想站起来，但一站够不到底，就像前一段的股市一样。原来我闭着眼游，不看方向，已经游到了深水区。可我没深水证呀！这下儿我一紧张，连怎么喘气都忘了，就呛了好几口水。这时，我唯一可以做的就是大喊：“救市”， 啊不对“救命”。这次我的坏记性差点要了我的命。当然我还发现了一点，我还是有点脑子的，不然就不会沉下去了。

大家一定明白了我的健忘症有多严重了吧，所以我必须向我的健忘症开战。不然等健忘症要了我的老命，悼词只能写“邓海军同志，死于健忘症”。一开始我去了医院，可是除了多了个神经病的诊断外，啥药也没开。求人不如求己，我自己想呀想，想呀想，想出了几个味药来治我的健忘症：

我的第一味药治忘带东西，我像在座的各位土马妹子一样，买了一个有好多口袋的包包，然后把东西放到不同的口袋里，这样能把东西整理清楚，方便检查。比如游泳包里泳镜第一个口袋，泳裤第二个，泳帽第三，钥匙第四，钱包第五个。然后，出门时，我只需要数一二三四五（数手指），泳池看老虎，就齐活了。这个办法挺不错，可是人名就不能这么办了。

我的第二味药是把人名用一些容易记住的东西关联起来，像名人呀。举个例子：我们的俱乐部主席郝又超，我会记成“好人”。我们的VPE胡涛，我会记成“胡锦涛”。我们的财务潘璞，我会记成“潘石屹”，潘总。所以我们JET俱乐部老牛啦， “潘石屹”管财务，“国家主席”负责教育，而最重要是领导是“好人”。该办法也很好，所以我的脸还没毁容。但仍有一些情况下这两办法解决不了，比如银行卡密码什么的。

我的第三个味药是我的老婆，她记性很好。现在，当我找不到东西，我就问她：“亲爱的，我的钱包哪，亲爱的，我钱哪”。没错，作为一个新时代的模范老公，钱当然归老婆管。而这也有一些其他的影响：有一天我们俱乐部柳明新问我借些钱。于是我拿起电话，说：“我得问我老婆”。他立刻说：“噢，算了吧”。这办法不错，因为它简单，我只需要记得我的老婆就行，而老婆只有一个。有时候我和老婆拌嘴，我就会想良药苦口利于病，忍啦。

上面几味药可能有点治标不治本，你们不一定喜欢，也不定适合。你可能不喜欢每天背个包包，或者你的老婆不止一个，但我最后一味药你一定会喜欢，大家来猜一猜是什么？没错，就是站到这个舞台上演讲，演讲紧张，容易忘词，最考记性了，而我们要明知山有虎偏向虎山行，一次次的准备，一遍遍的背诵，一场场的演讲，会让我们的记性也越来越好，毕竟用进废退，记性是会越用越好的。很多人问我“海军，你是怎么一年就做完了CC，开始AC的？”，我的回答是“作为一个健忘症重度患者，药不能停”，亲爱的土马小伙伴们，特别是刚才举手的病友们，你们最近吃过药吗? 谢谢大家。一次次的准备，