

## Schnell merken, statt ewig pauken

**Gedächtnistrainer Gregor Staub packt Infos in Bilder, die man nicht vergisst / Ein Versuch mit Schülern, Lehrern und vor Publikum.**



Von seiner Methode ergriffen und nach Minuten überzeugt scheinen diese beiden Zuhörerinnen von Gregor Staub in der Stadthalle. Foto: Stefan Merkle

ETTENHEIM. Sich mal mir nichts, dir nichts eine hundertstellige Zahl einprägen, den Einkaufszettel für den Wochenendeinkauf einmal lesen und im Kopf behalten oder das komplizierteste Fachkauderwelsch für Bio oder Chemie einfach schnell merken, statt ewig pauken? Das kann absolut jeder, sagt Gedächtnistrainer Gregor Staub. Am Montag hat er es im August-Ruf-Bildungszentrum vorgemacht.

Damit es mit der totalen Erinnerung klappt, brauche man nur die richtigen Eselsbrücken und etwas Selbstvertrauen. Staub jedenfalls hat von beidem reichlich. Als er beim öffentlichen Seminar vor rund 250 Besuchern auf die Bühne der Stadthalle hüpfte, ist dem 57-Jährigen nicht anzumerken, dass er schon den ganzen Tag über seine Merktechnik gesprochen hat – am Vormittag vor den Schülern, am Nachmittag vor Lehrern des Bildungszentrums und Schulen aus dem Umland. Staub ist hellwach und wirkt erst einmal wie ein Motivationstrainer.

Er ist Schweizer, aber beim Reden nicht zu bremsen. Zunächst erzählt er, wie gut seine Methode funktioniert, beispielsweise wie seine Töchter damit in wenigen Wochen fließend Chinesisch gelernt haben oder es auch ohne Abitur an amerikanische Eliteuniversitäten schafften. Oder, wie seine abertausende Seminarteilnehmer damit schwierigste Prüfungen bewältigten oder gleich mehrere Sprossen auf einmal nehmend die Karriereleiter hinauf turnten.

## **Gedächtnstrainer Staub wirkt wie ein Motivationstrainer**

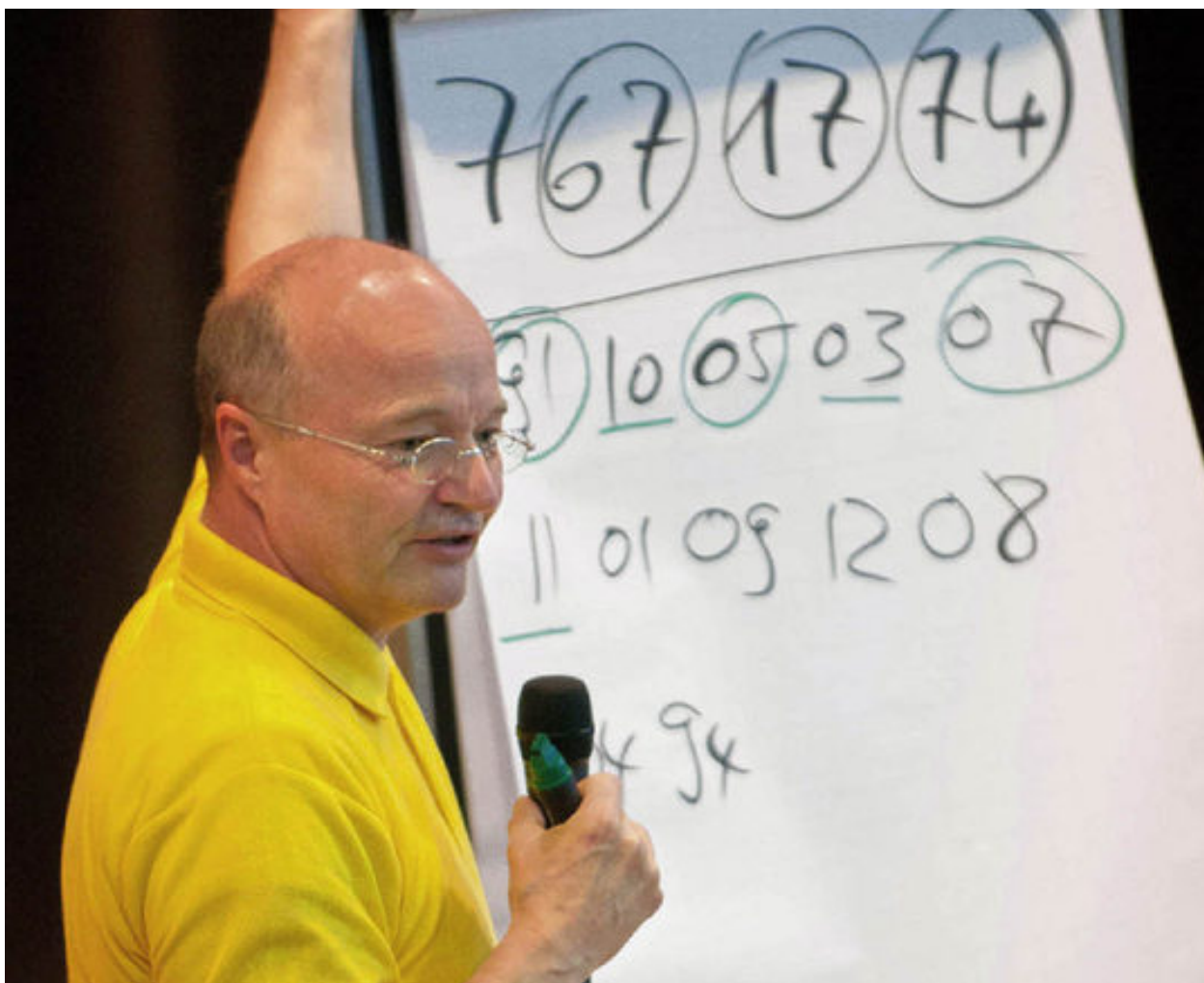
Ein kleiner Angeber wäre man geneigt zu sagen, würde Staub dies alles nicht in witzige und unterhaltsame Anekdoten packen, die unablässig aus ihm herausprudeln. Das beginnt schon damit, dass er hektisch erzählt, wie er einmal vergeblich sein Auto im Parkhaus suchte, um dann festzustellen, ach herrje, ich bin ja mit dem Zug gekommen. Das sei das Schlüsselerlebnis gewesen, sagt Staub. Damals habe er begonnen, sein Gedächtnis zu trainieren. Heute, mehr als 20 Jahre später, merkt er sich alles und jeden. Wenn er mit einem Flugzeug fliege, kenne er nach der Landung stets alle Passagiere mit Namen.

Nach einer halben Stunde weiß der Zuhörer, dass Staub ein guter Erzähler ist und an seine Methode und seine Fähigkeiten glaubt. Aber wie funktioniert das nun? Mit dem Satz „ohne Emotionen geht es nicht und Emotionen sind Bilder“ steigt er endlich in die Praxis ein.

Darin steckt schon sein ganzes Geheimnis: Er packt Informationen in Bilder, die man einfach nicht vergessen kann. Beispielsweise ordnet er allen Zahlen Bilder zu, da wird die Sechs zum Würfel oder die Sieben zum Zwerg. Das ist leicht assoziieren und wenn man sich nun die Zahl 767 merken soll rät Staub: „Stellen Sie sich einfach vor, ein Zwerg würfelt mit einem anderen Zwerg“. Je verrückter das Bild, ist sich der Trainer sicher, desto besser bleibt es in Erinnerung.

## **Die Sechs wird zum Würfel, die Sieben zum Zwerg**

Staub erklärt noch weitere Techniken, beispielsweise ordnet er zu lernende Namen Dingen im Saal zu – so könne sie der Kopf später leichter abrufen, sagt er. Wer sich mit Gedächtnistraining einmal etwas befasst hat, merkt schnell, revolutionär oder gar neu ist seine Technik nicht, aber mitreißend mit Witz und Charme präsentiert. Und es funktioniert. Staub verhilft mit seinen Kniffen so manchem an diesem Abend zu erstaunlichen Merkleistungen, die sich wohl die wenigsten vorher zugetraut hätten. Entsprechend begeistert ist das Ettenheimer Publikum am Ende seiner Schau.



Mehrstellige Zahlenfolgen in wenigen Minuten lernen? Für Staub kein Problem. Foto: Stefan Merkle

---

Quelle: Badische Zeitung

Datum: 26.04.12

Titel: Schnell merken, statt ewig pauken

Link: <http://www.badische-zeitung.de/ettenheim/schnell-merken-statt-ewig-pauken--58691579.html>