

Wie man sich gute Witze besser merken kann

Gotha. Er kam von einem Atlantikflug zurück, schwer bepackt suchte er im Parkhaus nach seinem Auto - nichts. Als er sich mit seinem Koffer verhedderte und der Henkel riss, erinnerte ihn das ans Geräusch einer bremsenden Eisenbahn, und schlagartig wurde ihm klar: „Ich bin ja mit dem Zug gekommen!“ Da beschloss er, sein Gedächtnis zu trainieren.



Eine Freiwillige aus dem Publikum assistierte Gregor Staub bei seinen erstaunlichen Vorfürungen.
Foto: Dieter Albrecht

Heute arbeitet der Schweizer Gregor Staub sehr erfolgreich als Gedächtnistrainer, ist regelmäßig Gast an 22 Universitäten. „Die können sich das leisten, weil ich nichts koste“, sagt er. „Das wiederum kann ich machen, weil ich’s mir leisten kann.“ Schließlich sind seine Seminare und Trainings-CDs sehr begehrt.

Am Dienstagabend war Staub im Cranach-Saal des „Lindenhofs“ zu Gast. Dass die Zeit, zwei und eine halbe Stunde, so schnell vergehen würde, hatte wohl kaum jemand der etwa 200 Zuhörer geglaubt. Schüler und Eltern aus dem Gymnasium Ernestinum und viele Gäste, unter ihnen Lehrer aus der Aktivschule Emleben, waren gekommen, und sie erlebten wahrhaft Spektakuläres.

Staubs Credo: „Es gibt keine Grenzen, es sei denn, Sie setzen sich die.“ Zum Beispiel, indem man an der eigenen Leistungsfähigkeit zweifelt. Deshalb: „Sagen Sie nicht ‚Ich würde gern können‘, sondern ‚Ich kann!‘“

Sich zwanzig mehrsilbige Wörter merken und dazu noch die Nummer ihrer Reihenfolge - das klappt nach wenigen Minuten. Der Trick ist alt, aber viel zu wenig in Gebrauch: Man verknüpft Wort und Zahl mit bildlichen Vorstellungen, die sich emotional einprägen. Fünfmal geübt und am nächsten Tag wiederholt - schon ist es für immer im Gedächtnis gespeichert.

Staub bezieht sich auf den Neurowissenschaftler Manfred Spitzer, Autor des Buchs „Digitale Demenz“, und rät: „Daten, die Sie im Kopf haben, kann das Hirn mit anderen Daten verbinden. Das kann ein Spickzettel nicht.“ Noch schlimmer wird’s, wenn man die Spick-Daten in eine Tastatur eingetippt hat, anstatt sie mit der Hand zu schreiben, denn dann fällt auch noch die Verbindung mit der feinmotorischen Erinnerung weg. Kurz: Staub lehrt, die vernachlässigte Verbindung zwischen rationaler und emotionaler Bewusstseinsarbeit zu trainieren.

Der eigentliche Trick besteht darin, aus Begeisterung zu lernen und nicht, weil man muss. Und Begeis-

terung hat etwas mit Liebe zu tun, weshalb Staub gleich noch ein chinesisches Sprichwort zitiert: „Wenn Du nicht dreimal am Tag liebevoll umarmt wirst, kannst du nicht wachsen.“

Diese Liebe zum Denken müssen die Gymnasiasten empfunden haben, die Stunden davor in der Schule, nachdem Staub ihnen die wunderbaren Tricks der vedischen Mathematik nahegebracht hatte, nach vorn stürmten, weil sie, obwohl die Unterrichtsstunde vorbei war, unbedingt weitermachen machen wollten. Auch am Abend demonstrierte der Gedächtnistrainer diese in unseren Breiten unübliche Art zu rechnen und erntete unzählige Ohs und Ahs. Auch Witze kann man sich hervorragend merken, wenn man Staubs Methode anwendet. Quod erat demonstrandum - was zu beweisen war (aber an dieser Stelle nicht vertieft werden soll).

Das Beste an diesem außergewöhnlichen Abend mit einem außergewöhnlichen Referenten: Er soll nicht ohne Langzeitwirkung bleiben. Schulleiter Dr. Lutz Wagner kündigte nämlich an, Elemente der vedischen Mathematik ins Lehrprogramm des Gymnasiums aufzunehmen. Vielleicht hilft ihm ja dabei die Ohrdruffer Kirchenmusikerin und Schachspielerin Helena Schwaab, die den Abend mit Gregor Staub vermittelt hatte.

Dieter Albrecht / 03.04.14 / TA

Quelle: Thüringer Allgemeine

Datum: 03.04.14

Titel: Wie man sich gute Witze besser merken kann

<http://www.thueringer-allgemeine.de/startseite/detail/-/specific/Wie-man-sich-gute-Witze-besser-merken-kann-2056144983>