

# „Zieger – da sehe ich eine Ziege, die Bier trinkt“

■ **ESSLINGEN:** Der Schweizer hat eine Methode entwickelt, mit der man sich Namen, Zahlen oder Lernstoff leichter merken kann

Namen, Geburtsdaten, Telefonnummern – Gregor Staub braucht kein Notizbuch, um sich das alles zu merken? Der 54-jährige Schweizer hat eine Technik entwickelt, die er Mega Memory nennt. Wer diese Methode beherrsche, könne sich Zahlen mit 100 oder sogar 1000 Ziffern problemlos merken, behauptet der Gedächtnistrainer, der am kommenden Mittwoch einen Vortrag an der Hochschule Esslingen hält. Im Gespräch mit EZ-Redakteur Cornelius Fritz erklärt Staub, wie man sich zum Beispiel die Namen von Esslinger Oberbürgermeistern oder die Telefonnummer der EZ-Redaktion schnell und einfach merken kann.

**Staub:** Da stelle ich mir vor, auf meinem Bauch, der so dick ist wie ein Berg, landet einer mit Pommes Frites im Mund.

Der nächste war Dieter Roser.

**Staub:** Da stelle ich mir vor, in meiner Gesäßtasche ist eine Rose, und die kann ich gebrauchen wie einen Dietrich.

Dann kam Eberhard Klapproth.

**Staub:** Da sehe ich eine rote Klappe an meiner Hosentasche und darin befindet sich ein Wildschwein, das ganz harte Hörner hat.

Der vierte hieß Ulrich Bauer.

**Staub:** Auf meinem Knie ist ein Acker, auf dem ein Bauer arbeitet und am Rand sitzt eine Eule, denn Eule klingt so ähnlich wie Uli.

Der aktuelle Oberbürgermeister heißt Jürgen Zieger.

**Staub:** Da sehe ich an meinem Schuh eine Ziege, die Bier, also Gerstensaft trinkt. Doch das schmeckt ihr nicht, deshalb muss sie würgen. Jetzt repetiere ich das Ganze noch einmal und gehe dabei von meinem Bauch hinunter zu den Schuhen: Da kommt zuerst der Landenberger, der heißt Fritz mit Vornamen. Dann kommt der Dieter Roser, dann Eberhard Klapproth, auf den Knien der Bauer mit der Eule für Ulrich und der Zieger Jürgen an den Schuhen.

Im Grunde haben Sie also das perfektioniert, was man gemeinhin als Eselsbrücke bezeichnet?

**Staub:** Die Eselsbrücke ist nur die Hälfte meines Konzepts. Wenn ich beim Namen Meier an Eier denke, ist das schön und gut, aber welcher ist denn jetzt der Meier von den 50



Jeder taugt zum Superhirn, behauptet Gregor Staub. Seine Methode basiert darauf, dass sich das Gehirn Bilder leichter merkt als abstrakte Dinge. Foto: e

Leuten, die vor mir sitzen? Das ist durch die Eselsbrücke noch nicht abgedeckt. Bei meiner Technik lernt man, präzise zu denken. Das ist weit mehr als die klassischen Eselsbrücken, die man gerne belächelt.

Dass Ihre Technik bei Namen funktioniert, haben Sie demonstriert.

Aber wie merken Sie sich abstrakte Dinge, zum Beispiel die siebenstellige Telefonnummer der EZ-Lokalredaktion?

**Staub:** Jede Zahl ist bei mir mit einem bestimmten Bild verknüpft. Diese Bedeutungen muss man natürlich irgendwann einmal gelernt

haben wie das Alphabet, sonst funktioniert es nicht. Ich zeige es Ihnen. Wie sind die ersten drei Zahlen?

931

**Staub:** Die Zahl 31 steht bei mir für eine Badewanne, die 9 für die Farbe weiß. Also sehe ich eine weiße Badewanne vor mir. Wie lauten die nächsten beiden Ziffern?

02

**Staub:** Das ist bei mir eine Lampe, die ich an- oder ausmachen kann. Und dann?

15

**Staub:** 15 ist ein Ritter – die sind im 15. Jahrhundert ausgestorben. Schon habe ich ein klares Bild vor mir: Ich sehe eine weiße Badewanne mit einer Lampe drin, unter der ein Ritter steht.

Das klingt einfach, aber wenn ich mir zehn Telefonnummern merken will und der Ritter einmal vor der Lampe steht und das nächste Mal dahinter, komme ich doch wieder durcheinander.

**Staub:** Nein, das spielt keine Rolle. Das kann ich Ihnen schlecht erklären, das müssen Sie selbst erleben. Meine Tochter konnte mit sechs Jahren im Kindergarten von allen 27 Kindern die Telefonnummern und die Geburtsdaten auswendig. Ich bringe den Leuten auch bei, dass sie sich tausendstellige Zahlen merken können, wenn sie das wollen. Dafür muss man allerdings eine Weile üben.

Sie halten an der Hochschule Esslingen einen Vortrag vor Studenten. Kann man auch den Lernstoff eines Semesters in absurde Bilder und Geschichten verpacken?

**Staub:** Es gibt da auch noch andere Techniken, aber das Prinzip ist das gleiche: Die Dinge, die ich mir merken will, lege ich gedanklich an unterschiedlichen Stellen ab – so wie ich es vorhin mit den Bürgermeistern getan habe. Die Grundvoraussetzung ist dafür allerdings, dass der Student die Fähigkeit hat, seinen Lernstoff zusammenzufassen. Was wir brauchen, ist im Grunde eine Spickzettelsammlung. Ich bringe den Studenten dann bei, dass sie auch einen Spickzettel mit 1000 Punkten ohne einen einzigen Fehler in der Prüfung aus dem Kopf heraus wiedergeben können.

Kann jeder Ihre Technik lernen?

**Staub:** Ja, da gibt es keine Ausnahme. Es sei denn, jemand will nicht. Dann geht es natürlich nicht.

Wie lange dauert es, bis man die Methode beherrscht?

**Staub:** Um sie richtig zu beherrschen, sollte man über einen Zeitraum von drei Monaten etwa 20 bis 30 Stunden trainieren. Wenn jemand nur sein Namen- oder Zahlengedächtnis verbessern will, reichen vier bis fünf Stunden. Wenn ich am Freitag einem Studenten meine CDs zum Thema Zahlengedächtnis in die Hand drücke, kann er sich schon am Montag problemlos hundertstellige Zahlen merken. Das ist wie Magie.

Und wie war jetzt nochmal die Telefonnummer unserer Redaktion?

**Staub:** 931 02 15.

■ Der Vortrag mit dem Gedächtnistrainer Gregor Staub findet am kommenden Mittwoch, 12. November, um 17.30 Uhr in der Aula der Hochschule Esslingen, Flandernstraße 101, statt. Der Eintritt ist frei.

**Staub:** Ja, logisch.

Gut, fangen wir an: Der erste heißt Fritz Landenberger.