

Das Nöng im Gehirn verankern

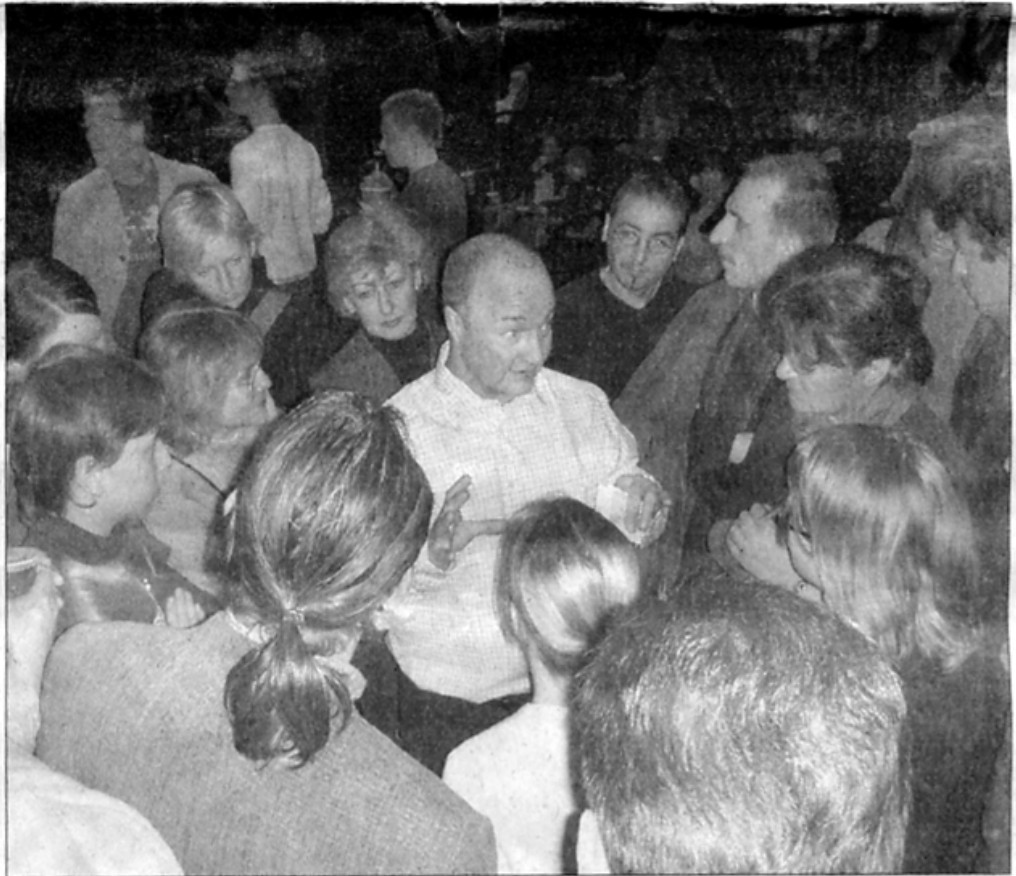
Gedächtnistrainer Gregor Staub zeigte, wie man leichter lernt

Einige Besucher machen sich Notizen. „Sie brauchen nichts aufzuschreiben, das haben Sie nachher alles im Kopf“, sagt Gregor Staub. Schließlich seien sie Besucher eines Gedächtnis- und nicht eine Schreibtrainings. Ich lege meinen Block beiseite und bin gespannt.

Aus Neugier bin ich an diesem Samstagmittag ins Kinopolis gekommen. Nicht nur darauf, wie ich mir ganz einfach Namen, Zahlen und Fakten merken soll. Sondern auch darauf, wer sich wohl an einem Samstagmittag auf ein Gedächtnistraining einlässt. Und das ist bereits die erste Überraschung: Der größte Landshuter Kinosaal ist voll. Die Nachbarin ist da. Ein Stadtrat sitzt im Kinossessel. Und mit ihm mehr als 400 weitere Gäste.

Der Schweizer Gregor Staub will das Rüstzeug dafür vermitteln, um künftig einfacher und mit mehr Spaß zu lernen. Er erzählt uns Geschichten. Skurrile Geschichten. Der Eisbär spielt mit einem Big-Mäc Eishockey... Wir sollen sie nachsprechen, dann unserem Nachbar erzählen. Erst Minuten später klärt uns Staub darüber auf, dass wir gerade die Staaten Nord-, Mittel- und Südamerikas gelernt hätten. Sie alle sind in der Geschichte verpackt: Der Eisbär steht für Alaska, Eishockey für Kanada, Big-Mäc für die USA. „Plötzlich ist Geografie lustig“, sagt Staub zu dem hell auf lachenden Publikum.

Staub trainiert Schüler, Studenten und Manager. Zum Frühstück lernt er schon mal die 100 Namen seiner Seminarteilnehmer auswendig. Ein Naturtalent? Nein, sagt Staub: Auch er habe früher Probleme damit gehabt, sich am Flughafen daran zu erinnern, wo er sein Auto geparkt habe. Bis zu einem Schlüsselerlebnis 1986: Nachdem er eineinhalb Stunden gesucht hatte, erinnerte er sich, dass er mit dem Zug da war. In der Folge hat er sich daran gemacht, eine Lernstrategie zu entwickeln, die auf der altgriechischen Mnemotechnik basiert. Dabei sollen die beiden Hirnhälften kurzgeschlossen, Logik mit



In der Pause dicht umlagert: Gregor Staub gilt als Europas erfolgreichster Gedächtnistrainer. (Foto: ha)

Gefühl verknüpft werden. Wann immer in den vergangenen Jahren ein vermeintliches Wunderkind in „Wetten, dass...?“ mit einem Supergedächtnis das Publikum zum Staunen brachte, steckte irgendwie Staub dahinter. Aber wozu kann ich das im Alltag brauchen?

Witze merken können. Bei einem Vortrag den Faden nicht verlieren. In den Keller gehen und mit den fünf Teilen, die man holen wollte, auch wieder nach oben zu kommen. Bei all dem sollen Staubs Strategien helfen. Bei dem Schnupperseminar lernen wir 18 Vornamen in zehn Minuten, thailändisch auf zehn zählen, die letzten zehn amerikanischen Präsidenten und 20 Wörter wie Mehrzweckpfandflasche und Unterwasserkamera, die das Publikum nach vorne gerufen hatte. Als Lernpfad dient Staub der eigene Körper und der Kinosaal; ein „Trick von Cicero“, wie er sagt. Er unterteilt alles in Briefkästen, in denen man an Bilder verknüpfte Worte ablegt. Vom Vorhang bis Projektor und der Bühne. Vor dem geistigen Auge wandern wir den Kinosaal ab

und können uns tatsächlich die 20 Wörter merken.

Staub machte vor, dass auch als Erwachsener lernen so viel Spaß macht wie als Kind. Und dass Fehler durchaus erlaubt sind. Es sei besser, sechs amerikanische Präsidenten zu kennen als keinen. Der Trainer will, dass wir begeistert sind. Von uns selbst begeistert. Und das gelingt am Ende auch. „Was machen Leute, die nicht so viel Phantasie haben wie Sie?“, fragt eine Zuhörerin. „Das können Sie alle, wenn Sie trainieren“, verspricht Staub. Etwa 30 Stunden würden benötigt, bis man das Verknüpfen der beiden Gehirnhälften beherrsche.

Ganz schön viel Information in drei Stunden. Das Erstaunliche dabei: Es ist viel hängengeblieben, selbst Konstruktionen, die wild an den Haaren herbei gezogen schienen. Ein Nashorn will durch eine Öse und die ist ganz schön eng. Heraus kommt Nöng – das thailändische Wort für „eins“. Sigrid Hagl