

## Mit welchen Tricks arbeiten Gedächtniskünstler?

**Der amtierende Gedächtnis-**Vizeweltmeister

Gunther Karsten hat zwar schon als Kind Gedächtniswetten gewonnen, doch überdurchschnittlich wurden seine Fähigkeiten erst, als er begann, »Mentalfaktoren« zu nutzen und Merksysteme zu trainieren. Mentalfaktoren sind beispielsweise Fantasie, Emotion, Visualisation und Lokalisation. Unser Gehirn prägt sich Gegenstände oder Zahlen besser ein, wenn wir sie in fantasievolle, emotionale Geschichten einbauen, die wir uns genau vorstellen (visualisieren) und mit bestimmten Örtlichkeiten verknüpfen (lokalisieren). Ein Beispiel für die Arbeit mit Mentalfaktoren ist die »Routenmethode«: Die Begriffe, die man sich einprägen möchte, werden nacheinander in einen Weg, zum Beispiel durch die eigene Wohnung, eingebaut; jeder Begriff bekommt dabei einen festen Platz. Auf ähnliche Weise prägen sich Gedächtniskünstler Zahlenreihen ein. Hierzu nutzen sie das »Mastersystem«, bei dem Zahlen in Wörter verwandelt werden (diese kann sich das Gehirn leichter merken). Zunächst wird jede Ziffer zwischen 0 und 9 einem Konsonanten zugeordnet, die 1 wird zum Beispiel zu einem T (ein Strich), die 9 zu einem b (Spiegelbild von 9). Auf dieser Basis kreierte der Gedächtniskünstler in einem weiteren Schritt aus allen Zahlen von 0 bis 99 seine Begriffe. Zum Beispiel: 1 = Tee; 19 = Taube (enthält T und B). Mit ihnen lässt sich dann wieder eine »Route« oder eine Geschichte erstellen.

Weitere Tricks in: Gunther Karsten, »Lernen wie ein Weltmeister«, Goldmann Verlag.



brainLi  
ENTSPANN