

Denken lernen wie die Kinder

VORTAGSREIHE Gedächtnis-Experte Markus Hofmann zu Gast bei „NWZ -Impulse“

Das Referat fesselte die Besucher im Oldenburger Kulturzentrum PFL. Lehrreich war es – und voller Überraschungen.

VON JÜRGEN WESTERHOFF

OLDENBURG – Am Anfang steht sinngemäß eine biblische Weisheit. „Eh ihr nicht werdet wie die Kinder, werdet ihr nicht ins Himmelreich kommen.“ Das Himmelreich ist für den Gedächtnis-Experten Markus Hofmann das menschliche Gehirn mit seinen fabelhaften Leistungsmöglichkeiten. Und um diese oft vergrabenen Fähigkeiten zu aktivieren, empfiehlt er seinen Zuhörern: „Werdet wieder wie die Kinder. Lernt Denken und Fühlen wie die Fünfjährigen.“

Im voll besetzten Kulturzentrum PFL erleben die Zuhörer ein kurzweiliges Referat, lehrreich und voller Überraschungen. Hofmanns Grundbotschaft: „Trauen Sie sich etwas zu, aktivieren Sie Ihr Gehirn, bleiben Sie locker und gelassen – und setzen Sie sich erreichbare Ziele.“

Im Verlauf des Abends lernt das Publikum viele Mechanismen zur Gedächtnisverbesserung kennen. Die Menschen staunen dabei über sich selbst, wenn es ihnen plötzlich gelingt, sich willkürlich angeordnete Begriffe in der richtigen Reihenfolge zu merken, große Zahlen zu behalten, sich mit Hilfe der sogenannten Mnemo-Technik beispielsweise die Namen der



Begeisterte in Oldenburg: Markus Hofmann hilft seinen Zuhörern, die rationale mit der emotionalen Gehirnhälfte zu verknüpfen, um so das Gedächtnis zu verbessern

.BILD: PIET MEYER

NÄCHSTER VORTRAG AM 24. MAI

Markus Hofmann war mit seinem Gedächtnis-Training der zweite von zehn Top-Referenten der Vortragsreihe „NWZ-Impulse“.

Der nächste Redner ist Dr. med. Stefan Fädrich. Er ist am 24. Mai im Oldenburger Kulturzentrum PFL. Der Bestseller-Autor hilft dabei, den „inneren Schweine-

hund“ zu überwinden.

Die Vorträge finden jeweils dienstags von 19.30 bis 21 Uhr im Oldenburger Kulturzentrum PFL, Peterstraße 3, statt. Im Anschluss stehen die Referenten bis etwa 22 Uhr für Gespräche zur Verfügung.

→ @ Infos und Buchung unter www.sprecherhaus.de

letzten zehn US-Präsidenten einzuprägen oder auch Gesichter und Namen fremder Menschen zu verknüpfen.

Zugrunde liegt dem Ganzen keine Zauberei, sondern

die erlernbare Fähigkeit, Begriffe in vorher definierten „Briefkästen“ abzulegen. So können Einzelteile des Lernpensums beispielsweise mit einzelnen Körperteilen ver-

bunden werden – oder auch mit Merkmalen in einem Raum. Mit einem ähnlichen System lassen sich auch Zahlen und Namen lernen.

Aber Vorsicht: Hofmann warnt seine begeisterten Zuhörer davor, an Wunder zu glauben. Damit das so eingeprägte Wissen auch im Gehirn verfügbar bleibt, bedarf es unbedingt der Wiederholungen. Also: Auch hier gilt die Spruchweisheit „Ohne Fleiß kein Preis“.

Hofmanns Schlussbotschaft: „Halten Sie Ihr Gehirn frisch, lernen Sie Neues – oder putzen Sie sich zumindest gelegentlich mit der linken Hand die Zähne.“

→ @ Alle Berichte zur Vortragsreihe unter www.NWZonline.de/nwz-impulse-vortragsreihe