

12.09.2012 13:27 Uhr

Show mit Gedächtnistrainer: Zuschauer erlebten keinen Abend zum Vergessen

HALTERN Vorsprung durch Wissen - das war das Motto des Redners und Gedächtnistrainers Markus Hofmann bei seiner Show am Dienstag in der Aula des Joseph-König-Gymnasiums. Von Heidi Siegel



Der Gedächtnistrainer Markus Hofmann war am Dienstag in Haltern zu Gast. (Foto: Siegel)

Wissen Sie, wie die Zahl 5555 auf thailändisch heißt? Oder können Sie die elf deutschen Bundespräsidenten in der richtigen Reihenfolge ausspucken oder die sieben modernen Weltwunder? Können Sie sich in wenigen Minuten die Vor- und Nachnamen von neun Menschen merken oder eine 20-stellige Zahl? Nein? Dann haben Sie einen ebenso kurzweiligen wie lehrreichen Abend versäumt.

In der fast ausverkauften Aula bot Markus Hofmann den zahlreich erschienenen Erwachsenen, Schülern und einigen Lehrern mit charmanten Münchener Akzent mit dem überaus lebendigen Vortrag eine eindrucksvolle Demonstration der Aktivierung ungeahnter Gedächtnisreserven.

Mnemotechniken

Schon beim Einlass wurde das Motto des Abends klar. Es gab knifflige Denkaufgaben, Projektionen mit kuriosen Antworten aus Quiz-Shows und Musik zur Einstimmung für die Besucher.

Zum Einstieg forderte Hofmann das Publikum auf, zur geistigen Aktivierung aufzustehen und eine Körperübung nachzumachen, die zunächst äußerst einfach schien, dann aber ihre Tücke in der geforderten Synchronität der beidseitigen Armbewegungen offenbarte.

Mentale Briefkästen

Damit ging Hofmann auch gleich auf die Grundlagen der als Mnemotechniken bezeichneten Gedächtnisübungen ein. Dabei werden die rechte und linke Gehirnhälfte verbunden, so dass mentale Briefkästen geschaffen werden.

Bildliche Vorstellungen und ihre räumlichen Verankerung (Locitechnik) werden in Geschichten mit einbezogen und bilden die Basis, um sich das Gewünschte zu merken. Es entsteht dabei ein immer dichteres Netz von Ankerpunkten. So gelingt es in erstaunlich kurzer Zeit, eine ebenso erstaunlich große Menge von Namen, Zahlen oder Dingen zu merken.

Ultramarathon

Natürlich predigte Markus Hofmann sein Credo: "Vorsprung durch Wissen" nicht ganz uneigennützig - er wies auf die von ihm verfassten Bücher, Hörbücher und geplanten Seminare hin.

Zum Abschluss seiner Ausführungen zeigte Hofmann einen kurzen Film über einen mehr als 60-jährigen Mann, der einen Ultramarathon in Australien mit überwältigendem Vorsprung gewonnen hatte, weil er von keinen Grenzen im Kopf wusste - ein Appell an die Besucher, die eigenen Grenzen zu überspringen!

Das könnte Sie auch interessieren

Frage der Woche zum Trigon

HALTERN Das Trigon ist von den Sparmaßnahmen im Rahmen des Stärkungspaktes Stadtfinanzen betroffen. Zwei... [mehr](#)



Online-Kreditfrage: Kostenlos und unverbindlich

Steht eine größere Anschaffung an? Mit Maxda können Sie Ihre Träume verwirklichen. Jetzt kostenlos... [mehr](#)

ANZEIGE



Pläne für neues Altenheim vorgestellt

HALTERN Nachdem sich am Dienstag die drei Bewerber für den Bau eines Seniorenwohnheims im Sythener... [mehr](#)



Rund 700 Feuerwehrleute probten für den Ernstfall

HALTERN Wenn Menschenleben in Gefahr sind, muss es schnell gehen. Für diesen Ernstfall geübt wurde am... [mehr](#)



HSC Haltern startet optimal

HALTERN Die Handballer des HSC Haltern-Sythen haben in ihrem ersten Saisonspiel direkt ein dickes... [mehr](#)



Glänzen Sie mit einer exklusiven Adresse! Wählen Sie eine Geschäftsadresse aus 11 bundesweit repräsentativen Standorten für Ihre Visitenkarten [mehr](#)

ANZEIGE

[hier werben](#)

powered by plista