

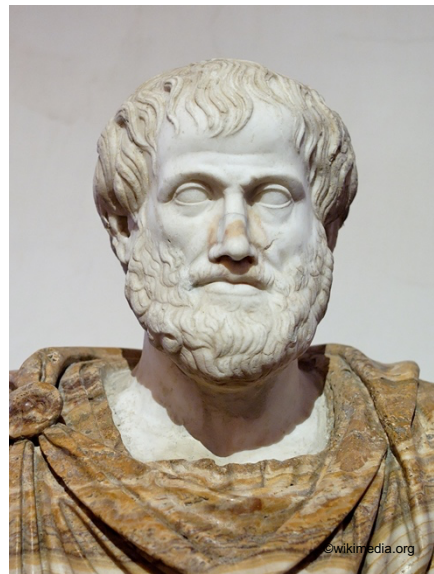
Einleitung ins Mindmapping

Wie eine Gedächtniskünstlerin, ein Gedächtniskünstler lernen

Sicher hast du dich schon gefragt, wie unser Gehirn funktioniert oder wie das menschliche Denken abläuft. Diese Frage beschäftigt und begeistert die Menschheit von jeher. Zum Beispiel meinte der griechische Universalgelehrte Aristoteles (384 - 322 v. Chr.), dass sich die Gedanken in unserer Fantasie bewusst oder unbewusst in Bildern zusammenfügen.

Arbeitsauftrag 1

Bist du auch wie Aristoteles der Meinung, dass das Erinnerungsvermögen die einmal vorhandenen Gedankenbilder zu späteren Zeitpunkten abrufen kann, indem wir uns ein Vorstellungsbild schaffen von dem, was wir erlebt haben? Begründe!



Arbeitsauftrag 2

Was meinst du zu der Überzeugung des griechischen Philosophen, dass einander ähnelnde Bilder in vergleichbaren Zusammenhängen gleichzeitig abgerufen werden können und dass unser Zugang zum Gedächtnis also über einen Grundbestand an gespeicherten «Schlüsselbildern» führt?

Wir sind uns gewöhnt, Gedanken in Wörtern und Sätzen zu formulieren. Wir schreiben sie Zeile um Zeile auf. Wenn wir sie nachher lesen, können wir die zugrunde liegenden Gedanken jederzeit wieder aktiv werden lassen.

Die Schrift ist als Gedächtnisstütze zum Abrufen von Gedankenbildern noch nicht so lange in Gebrauch. Lange Zeit verliess sich der Mensch fast ausschliesslich auf sein Gehirn, um Gedanken zu formen, in Einklang zu bringen, zu organisieren und abzurufen. Aristoteles und seine Zeitgenossen mussten ihre Reden im Kopf planen und behalten, denn ein Notizzettel auf Pergament war ein unbezahlbarer Luxus.

Die Ordnung macht ein gutes Gedächtnis

Der griechische Dichter und Erzähler Simonides von Keos (ca. 557 – 468 v. Chr.) war als Lehrmeister einer Technik bekannt, die stundenlanges Reden und das Halten von Vorträgen ohne Notizen ermöglichte. Er war der Erfinder der Gedächtniskunst, der Mnemotechnik. Diese entwickelt Merkhilfen – sogenannte «Eselsbrücken» – zum Beispiel als Reime, Schemen oder Bilder.

Der «Gedächtnispalast»

Möchtest du dich auch darin trainieren, wie du dir von allem, was du sagen willst, bildhafte Vorstellungen machen kannst? Dann stelle dir wie die Schüler zu Zeiten von Simonides zunächst einen Raum vor, der dir bekannt ist. Das war bei den damaligen Schülern das Innere eines Tempels. Bei der gedanklichen Vorbereitung ihrer Rede gestalteten sie Wörter, Sätze und Zitate zu bildhaften Vorstellungen aus und platzierten sie in ihrer Fantasie an einer von ihnen ausgewählten Stelle des Tempelsaals, zum Beispiel an einer Säule, im Gewölbe oder auf den Treppenstufen. Mit Hilfe ihrer Fantasie versetzten sich die Schüler dann zu Beginn ihrer Rede wieder in das Innere des Tempels und wie auf einem geistigen Rundgang betrachteten sie während ihres Vortrags die zuvor aufgehängten, abgelegten und abgestellten Bilder.



Arbeitsauftrag 3

Stelle dir zur Vorbereitung einer kurzen Rede deinen «Gedächtnispalast» vor. An welchen Stellen deines gedachten Raums platzierst du deine bildhaften Vorstellungen? Zeichne!

Arbeitsauftrag 4

Betrachte alle Bilder in deinem Raum in ihrer Gesamtheit. Rufe einzelne Bilder in unterschiedlichen Kombinationen ab, konzentriere dich auf Details und tausche Einzelheiten oder ganze Komplexe im Inneren deines Gebäudes aus.

Tausche dich in einer Kleingruppe über deine Erfahrungen aus.

Gedächtnistraining nach Petrus von Ravenna

Im Mittelalter konnte sich der junge italienische Jurastudent mit Namen Petrus von Ravenna als wahrer Gedächtniskünstler ganze Gesetzbücher auswendig merken. Er erstaunte damit seine Professoren und Mitstudenten. Danach gefragt, was der Trick seiner erstaunlichen Gedächtnisarbeit sei, gab er an, dass er ausgeklügelte Techniken verwende und schrieb seine Methoden in dem Buch «Phoenix - die Kunst des Gedächtnisses» nieder.

Arbeitsauftrag 5

Google «Petrus von Ravenna» und höre dir das von Radio Bayern 2 ausgestrahlte Audio unter www.br.de>kalenderblatt zum 10. Januar 1491 «Petrus von Ravenna trainiert das Gedächtnis» an. Schreibe Stichwörter dazu auf.

Die Loci-Methode

Der berühmteste Redner Roms und Konsul im Jahre 63 v. Chr., Marcus Tullius Cicero, machte für seine Reden gedankliche Spaziergänge über den zentralen Platz seiner Hauptstadt, das Forum Romanum. Bis ins Mittelalter hinein blieb diese sogenannte Loci-Methode – also mit möglichst vielen Sinnen lernen und Orte mit Informationen verknüpfen – weitverbreitet und geschätzt.

Arbeitsauftrag 6

Die Prediger in den Klöstern des Mittelalters verteilten ihre Memo-Einheiten in den Räumen ihrer Kirche. Mach es ihnen gleich und zeig auf, wie du deine Memo-Einheiten zu Themen dieses Arbeitsblattes (Aristoteles, Simonides von Keos, Cicero, «Loci-Methode») auf Zettel gliedern und verteilen kannst. Viele gute Lern- und Memotechniken einfach dargestellt und erklärt, findest du auch unter www.genial-einfach-lernen.de.

Gedächtnistraining als Sport

Als Sport lebt das Gedächtnistraining weiter. Rekordhalter bedienen sich heute noch der alten Methoden, sei es derer von Petrus von Ravenna oder der seit 2500 Jahren erfolgreichen, bewährten Technik von Simonides und Cicero.

Trainiere dein Gedächtnis so häufig wie möglich, auch wenn sich heute fast alles im Internet nachschlagen lässt und das Smartphone als externer Speicher gilt: Merke dir die Daten von Geburtstagen, Verabredungen und die Telefonnummern im Kopf.