

# Markus Hofmann wirft Gedanken in Briefkästen

**ERFOLGSFORUM** Der Gedächtnistrainer zeigte in Bamberg, wie mit einem Trick Wissen im Gehirn abgespeichert wird.

VON UNSEREM REDAKTIONSMITGLIED  
MATTHIAS LITZLFELDER

**Bamberg** – Wer etwas lernen möchte, sollte sich am besten keinem Druck aussetzen. Förderlicher ist Spaß. Den hatten die Zuhörer von Markus Hofmann beim „Erfolgsforum Franken“ in der Business Lounge der Jako-Arena in Bamberg. Mit bayerischem Charme machte sich der Referent am Dienstagabend an ein eigentlich trockenes Thema: Gedächtnistraining. Schnell werden da Erinnerungen an die Anstrengungen der Schulzeit lebendig – Vokabeln büffeln, Gedichte auswendig lernen, Jahreszahlen eintrichtern.

## Alte Methode neu präsentiert

„Sie werden nach meinem Vortrag extrem von sich begeistert sein“, versprach Hofmann. Er behielt recht. Die zehn Vorgänger von US-Präsident Barack Obama konnten die Gäste am Ende ebenso spielend aufsagen

wie die sieben Weltwunder der Neuzeit oder eine Zahl mit 16 Stellen.

Der Referent hatte seinen Zuhörern gezeigt, wie sie Briefkästen im Kopf errichten. Mnemo-Technik wird diese Methode genannt. Hofmann hat sie nicht erfunden. Sie ist uralt. Schon die Redner des antiken Griechenlands nutzten sie. Aber Diplom-Marketing-wirt Markus Hofmann hat sie für sich entdeckt. An einem Vortragsabend wie in Bamberg erklärt der Ge-

dächtnistrainer, wie sie funktioniert.

Der Mensch hat zwei Gehirnhälften mit unterschiedlichen Fähigkeiten. Die linke Hälfte denkt analytisch – in Zahlen, Daten und Fakten. Die

rechte denkt in Bildern, ist für die Fantasie zuständig. Entscheidend ist es, beide Hälften miteinander zu verknüpfen. „Sie müssen in Bildern denken, so wie es Kinder tun“, forderte Hofmann. Das sei der Schlüssel für außergewöhnliche Gedächtnisleistungen. „Wie Sie sich etwas merken ist zweitrangig.“ Nur das Ergebnis zählt.

„Wenn Sie Post bekommen, finden sie diese zuhause sofort. Warum? Weil sie im Briefkasten liegt – und nirgendwo anders“, erklärt Hofmann und macht sich mit den Zuhörern sogleich daran, mentale Briefkästen zu bilden. Die ersten zehn sind leicht gefunden. Jeder Gast teilt seinen Körper gedanklich in zehn Regionen ein: angefangen bei Nummer eins, den Zehen, bis zu Nummer zehn, den Haaren. „Das Gesäß ist die Nummer vier. Denken Sie an Ihre vier Buchstaben.“ Ein paar weitere Assoziationen und

schon hatten alle Teilnehmer die genaue Reihenfolge ihrer ersten zehn Briefkästen im Gedächtnis.

Ohne Kreativität läuft nichts. Die von Hofmann aufgezeigte Technik bestand nun darin, beliebige Begriffe diesen zehn Punkten – und im Laufe des

**„Sie müssen in Bildern denken, so wie es Kinder tun.“**

MARKUS HOFMANN

Abends noch weiteren „Briefkästen“ – zuzuordnen. Gefragt ist dabei allerdings Phantasie und Kreativität. Hofmann nutzt die Macht der Bilder, lässt sich groteske Geschichten und Wortspiele einfallen, um die Begriffe den Briefkästen zuzuordnen. Und es funktioniert. Sogar eine Zahl mit 16 Stellen lässt sich, aufgeteilt auf acht Briefkästen, leicht herleiten. Eines kann die Gedächtnis-Technik dem Lernenden aber nicht ersparen: ohne Wiederholung sind die Briefkästen irgendwann leer.



**Markus Hofmann in Bamberg**

Foto: M. Hoch