

Geheimnisse eines Rechengenies **Peter Schipek im Gespräch mit Rüdiger Gamm**

Peter Schipek

Herr Gamm - Mathematik gehört bei Schülern ja nicht wirklich auf die Liste der beliebtesten Fächer. Viele Schüler stehen mit Mathematik auf Kriegsfuß.

Sie beschreiben in Ihrem Buch „train your brain“ auch Ihre Kindheit und Schulzeit. Mathematik war nicht Ihr Lieblingsfach. Sie waren ein „schlechter, geradezu miserabler Schüler“. Wie wird man von einem „miserablen Mathematikschüler“ zum Rechengenie?

Rüdiger Gamm

Ich war von klein auf immer sehr wissbegierig. Mein Problem war, dass das, was in der Schule gerade dran war nie zu meinen aktuellen Interessen gehörte und somit meiner Meinung nach nicht Wert war, mich damit zu beschäftigen. Meine Eltern haben mich darin voll unterstützt und sind auch gegenüber meinen Lehrern immer zu mir gestanden.

Wenn mir Mathe auch egal war - habe ich alles über die Raumfahrt wissen wollen.

Meine Eltern haben die Briefe der Schule unterschrieben, mir aber auch das nächste Buch, das mich interessierte, gekauft.

Mit 21 war dann wohl die Zeit für mein mathematisches Erwachen und die Zahlen hatten einen größeren Platz in meinem Leben bekommen, als nur auf Daten und Telefonnummern reduziert zu sein.

Peter Schipek

Bei den meisten Savants handelt es sich um Autisten. Sie leiden weder an Autismus, noch haben Sie eine kognitive Behinderung. Gibt es für Sie irgendwelche nachteiligen Auswirkungen durch Ihre genialen Fähigkeiten?

Rüdiger Gamm

Ich denke mal nicht.

Peter Schipek

Sie wurden von zahlreichen Wissenschaftlern untersucht. Konnten diese Wissenschaftler Besonderheiten in Ihrem Gehirn entdecken? Worauf führen Sie selbst Ihre außerordentlichen Begabungen zurück?

Rüdiger Gamm

Die Wissenschaftler finden immer wieder etwas Neues, mit jedem Schritt der Technik kommt man ein kleines Stückchen weiter. Die Wissenschaft möchte darum immer wieder neue Untersuchungen, um die Unterschiede zwischen mir und „Normaldenkern“ festzustellen.

Die Anatomie meines Gehirns ist etwas anders als üblich. Der Verbindungsbalken zwischen den beiden Gehirnhälften ist bei mir um einiges dicker ausgeprägt als bei anderen Menschen. Auch an den Seiten ist mein Hirn breiter.

Ich denke, meine Begabungen hängen zum Teil von der veränderten Anatomie und zum anderen von meiner extremen Verbissenheit zu trainieren ab.

In den Monaten zu Anfang meiner Rechnerei habe ich teilweise täglich acht und mehr Stunden alleine im Wald mit meinem Training verbracht.

Eigentlich war ich nur noch zum Schlafen, Essen und Duschen daheim.

Peter Schipek

Beim Lösen komplizierter Rechenaufgaben sehen wir Sie immer mit den Händen arbeiten. Ist das für Sie eine Lern- und Trainingshilfe?

Rüdiger Gamm

Die Bewegungen sind kleine Gedankenstützen. Da ich gleich zu Anfang mit diesen unbewusst gemachten Bewegungen trainiert habe, helfen sie mir, die Lösungen leichter zu finden, so dass die Aufgaben immer komplexere Ausmaße annehmen.

Peter Schipek

Was motiviert Sie zu solchen Leistungen und wie trainieren Sie Ihre Fähigkeiten?

Rüdiger Gamm

Am meisten motiviert es mich immer weiter zu machen, damit ich auf meinem Gebiet weltweit der Einzige und somit auch der Beste bin. Noch als Zwanzigjähriger war ich äußerst schüchtern. Doch mit meinem Erfolg ist auch mein Selbstbewusstsein immer weiter gewachsen und einstige Probleme existieren heute nicht mehr.

Peter Schipek

Sie erklären in Ihrem Buch leicht verständlich, wie das Gehirn arbeitet. In einem Kapitel beschreiben Sie „Die optimalen Voraussetzungen für das Lernen“. In diesem Kapitel habe ich einen besonders schönen Satz gefunden: „Wir müssen wieder selbst mit uns in einen Wettstreit treten“. Viele Kinder und Jugendliche erleben die Schulzeit jedoch als einen harten Konkurrenzkampf – sie treten in Konkurrenz mit ihren Mitschülern. „Wir müssen wieder selbst mit uns in einen Wettstreit treten“. Was bedeutet dieser Satz für Ihre Arbeit? Erläutern Sie uns den Satz bitte ein wenig näher?

Rüdiger Gamm

Wenn wir damit aufhören jeden Tag mehr zu versuchen - besser zu sein als am Tag zuvor - haben wir ein Problem. Denn nur, wenn wir uns immer weiter nach vorne treiben und motivieren, können wir uns weiter entwickeln und Erfolge erzielen. Ein großes Problem in der Schulzeit ist ja auch möglichst nicht der Beste zu sein, denn dann zählt man zu den Strebern. Man wird verlacht, verspottet, gedemütigt. Genauso, wie die Schwachen sehr schnell als dumm verlacht werden. Also möglichst nicht vom Durchschnitt abweichen, denn Mittelmaß schafft Freunde und so vermeidet man Stress. Aber genau diese Mittelmäßigkeit kann später zu großen Problemen führen und die Entwicklung des Selbstbewusstseins stören. Darum sollte man immer wieder die Latte gegen sich selbst höher hängen.

Peter Schipek

In Ihrem Buch finde ich auch eine Menge praktischer Übungen. Eine davon ist – „die liegende Acht“. Erklären Sie uns bitte diese Übung.

Rüdiger Gamm

Sie ist eigentlich ganz einfach. Jeder kennt die Form der „liegenden Acht“. Und genau diese Form gilt es mit den Augen oder Armen nachzuzeichnen. Diese Übung regt im Wechsel beide Hirnhälften an und aktiviert so die Zusammenarbeit beider. Denselben Effekt haben auch andere Überkreuzübungen. Darum ist beispielsweise auch Kampfsport oder Tanzen so effektiv fürs Gehirn.

Peter Schipek

Konzentrationsschwierigkeiten nehmen bei Schülern rasant zu. Eine der Ursachen liegt in der falschen Ernährung. Auch aus Ihrem Buch erfahren wir, wie wichtig die richtige Ernährung ist. Was sind denn Ihrer Meinung nach die schlimmsten Ernährungsfehler und wie schaut der „ideale“ Speiseplan aus?

Rüdiger Gamm

Zuerst die Probleme: zuviel Zucker, zuviel Glutamat und andere Zusatzstoffe. Zu wenig Mineralien und Vitamine, zu wenig hochwertiges Eiweiß, zu viel schlechte Fette und zu wenig gute Omega-Fette und dann noch das Fatalste, viel zu wenig Wasser. Eine gute Alternative zu all dem Fastfood und Fertigessen wäre z.B. Frühstück: 1 Roggenbrötchen mit Frischkäse und etwas frischem Obst oder Gemüse. Zwischendurch Obst oder Gemüse, Joghurt mit Früchten aber nicht das Fertigzeug - da ist viel zuviel Zucker drin. Ein belegtes Brot oder auch Brötchen. Mittags: Eine Hand voll Nudeln, Reis oder auch zwei kleine Kartoffeln. Etwa dieselbe Menge Gemüse oder Salat und dann etwa der größte Teil mageres Fleisch, Fisch, Eier oder andere gute Eiweißlieferanten. Snack: Obst oder Gemüse, auch ein Glas Milchmix mit frischen Früchten. Abends: Etwa die Hälfte auf dem Teller sollte eine Proteinquelle sein, die andere Hälfte Gemüse. Aber abends bitte keine Rohkost mehr und nur noch ganz wenig Kohlenhydrate wie Brot, Nudeln, Reis oder Kartoffeln. Gelegentlich sind Süßigkeiten oder auch eine Limo ganz ok, aber eben nicht in der üblichen Häufigkeit und Menge. Als Flüssigkeit hauptsächlich Wasser oder auch Tees. Das Wasser kann man auch mit einem kleinen Schuss Fruchtsaft aufpeppen aber nie mehr als ¼ Saft in der Mischung. Eistee ist übrigens eine genauso große Zucker- und Koffeinbombe wie Cola. Und ein Glas Apfelsaft hat sogar noch mehr Kalorien und Zucker wie Cola. Darum Wasser, Wasser, Wasser - alles andere sollte ein kleines Extra bleiben.

Peter Schipek

Sie arbeiten auch als Coach und Mentaltrainer. Gemeinsam mit Ihrer Lebensgefährtin Alexandra Ehlert unterstützen Sie Schülerinnen und Schüler mit speziellen Lerntrainings. Welche Tipps können Sie Eltern und Schülern geben, um mehr Freude und Erfolg beim Lernen zu haben?

Rüdiger Gamm

Finde deine Interessen, fördere deine Talente und lass' dir vor allem nie einreden, dass du etwas nicht kannst.

Peter Schipek

Herr Gamm – herzlichen Dank für das interessante Gespräch und für Ihre Tipps

Rüdiger Gamm ist einer von weltweit ca. 100 Savants, sein IQ liegt bei über 200. Er gilt als eines der größten Rechengenie und spricht mehrere Fremdsprachen perfekt – gerne auch rückwärts. Dabei geht es nicht nur um das Rechnen im herkömmlichen Sinne, sondern auch um das Behalten von Ergebnissen mit großen Zahlenmengen, die bei Bedarf auch nach vielen Jahren „abgerufen“ werden können. Während andere Savants ihre Begabung als gegeben hinnehmen, betont Gamm die Notwendigkeit, angeborene Fähigkeiten und Talente permanent zu trainieren. Er ist bekannt durch internationale Wettbewerbe, Fernseh-Auftritte und Medienberichte. Er arbeitet als Coach, Kreativitäts- und Mentaltrainer. Zusammen mit seiner Lebensgefährtin Alexandra Ehlert unterrichtet er an Schulen das Zusatzfach: Mathematisches Mentaltraining.

[Webseite von Rüdiger Gamm](#)