

HEYNE <

RÜDIGER GAMM

Alexandra Ehlert

train
your
brain

Die Erfolgsgeheimnisse
eines Gedächtniskünstlers

WILHELM HEYNE VERLAG
MÜNCHEN



Verlagsgruppe Random House FSC-DEU-0100
Das für dieses Buch verwendete
FSC-zertifizierte Papier *München Super*
liefert Mochenwangen.

Originalausgabe 02/2008

Redaktion: Dr. Gabriele Schweickhardt

Copyright © 2008 by Wilhelm Heyne Verlag, München,
in der Verlagsgruppe Random House GmbH
<http://www.heyne.de>

Printed in Germany 2008

Umschlaggestaltung: Eisele Grafik-Design, München

Innenillustrationen: reinert & partner, München

Satz: C. Schaber Datentechnik, Wels

Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck

ISBN 978-3-453-60064-5

*Für Leonie Joy,
einen geliebten kleinen Engel.
Leider sind dir viel
zu schnell Flügel gewachsen.*

Inhalt

Wie ich wurde, was ich bin	9
Kindheit und Schulzeit	9
Ich entdecke meine Fähigkeiten	15
Mein Start als Rechengenie	17
Erste Erkenntnisse zum Thema Lernttraining	31
Wie arbeitet das Gehirn?	33
Wie speichert das Gehirn Informationen ab?	34
Was bewirkt die Synchronizität der Gehirnhälften?	41
Lern- und Persönlichkeitstypen	45
Die optimalen Voraussetzungen für das Lernen schaffen	50
Disziplin und Selbstmotivation	51
Das richtige Umfeld	56
Entspannung und Schlaf	63
Synchronisation der Gehirnhälften	73
Lernen lernen	77
Informationen aufnehmen und wiederfinden	77
Wie üben?	79
Die richtige zeitliche Einteilung	80
Kombination mit Emotionen und Gefühlen	86

Zielprogrammierung	90
Wie umgehen mit Prüfungsangst	94
Fit fürs Lernen – was außerdem dazugehört	96
Intelligenz kann man essen	96
Schädliche Inhaltsstoffe	106
Die zehn für lange Fitness der grauen Zellen wichtigsten Lebensmittel	111
Die Bedeutung der Bewegung	119
Was Eltern und Schulkinder wissen sollten	131
Übungsteil	137
Körperübungen zur Gehirnsynchronisation	137
Visualisierungsübungen	143
Übungen zur Durchblutungsförderung	147
Einfache Trainingstipps für den Alltag	155
100-mal nachdenken – Aufgaben für Sprachvermögen und Zahlenlogik	160
Jetzt wird es noch kniffliger	180
Übungen zum räumlichen Vorstellungsvermögen	197
Anhang	199
Lösungen	199
Lösungen für die Übungen ab Seite 180	204
Register	207

Wie ich wurde, was ich bin

*Was wir brauchen, sind ein paar verrückte Leute,
seht euch an, wohin uns
die Normalen gebracht haben.*

GEORGE BERNARD SHAW

Kindheit und Schulzeit

Eine Spur Verrücktheit war wohl nötig oder warum sonst sollte ein 21-Jähriger, der die Schule gerade hinter sich gelassen hatte, auf einmal beschließen, ein Rechengenie zu werden, und bei stundenlangem Spaziergehen im Wald Zahlen pauken? Die Voraussetzungen waren schließlich nicht gerade ideal: Immer wieder musste ich später meine alten Zeugnisse herausholen, um zu »beweisen«, dass ich in Mathematik oder in den Naturwissenschaften im Allgemeinen ein schlechter, geradezu miserabler Schüler war.

Aber am besten fange ich von vorn an: 1971 wurde ich in einem kleinen Dorf im Schwäbisch-Fränkischen Wald geboren. Schon damals war ich etwas anders als andere Kinder. Meine ersten Worte waren nicht Mama, Oma, Papa oder Opa, nein, ich weigerte mich bis zum zweiten Lebensjahr standhaft, auch nur ein Wort vorwärts zu sprechen. Ich hatte von meinem Vater die Fähigkeit des Rückwärtssprechens geerbt und die erste Zeit

auch nur so gesprochen. Mittlerweile weiß ich, dass sehr viele Kinder beinahe genauso gut vorwärts wie rückwärts reden können, nur meist verliert sich diese Gabe mit der Erweiterung des Sprachschatzes und ist bis zur Einschulung fast immer ganz verschwunden. Doch ich merke mir heute noch wichtige Dinge immer rückwärts und kann auch noch fließend reden, genauso wie mein Vater. Meine Mutter wusste schnell, dass »Amam« meine Form war, Mama zu sagen.

Meine Eltern und Großeltern haben mir schon das Zählen beigebracht, als ich noch gar nicht richtig laufen konnte. Meine Oma nahm mich immer an der Hand und wir haben die einzelnen Schritte gezählt, dann mal nur jeden dritten oder nur die geraden. Lesen konnte ich auch schon früh, wobei der pädagogische Wert von Comics in meinem Fall sehr hoch war. Auch der Ausflug in die lateinische Sprache begann bei mir mit einem kleinen Dorf in Gallien.

Mich interessierte als Kind einfach alles, vor allem Geschichte, Astronomie und Geografie. Zum Geburtstag bekam ich einen Globus oder zu Weihnachten ein Geschichtsllexikon.

Meine Kindheit auf dem Land war herrlich, ich hatte alle Freiheiten, die man sich für ein Kind nur vorstellen kann. Meine Eltern haben mich immer unterstützt und auch sehr verwöhnt. Obwohl ich ein Einzelkind bin, war mir nie langweilig.

Ich trieb mich oft nach der Schule im Wald herum oder vergrub mich in einem Buch. Kinderbücher oder wie man so schön sagt »altersgerechte Bücher« habe ich nie gewollt; wenn, dann richtige Wälzer oder meine geliebten Comics – und wie immer alles am liebsten rückwärts!

Als Dreijähriger bekam ich dann in der Musikschule zuerst Flötenunterricht. Da meiner Mutter eine gute musikalische Ausbildung wichtig war, kamen dazu noch Glockenspiel und

später Klavier. Außerdem schickte sie mich – für mich als Jungen damals das Peinlichste überhaupt – in die Ballettschule.

Im Kindergarten war ich nicht gerade das beliebteste Kind. Ich war eigentlich allen Gleichaltrigen körperlich überlegen und lebte diesen Vorteil in einer Art »Terrorherrschaft« voll aus. Diese Überlegenheit nutzte ich auch in der Grundschule weiterhin aus und der Respekt, den mir meine Mitschüler deswegen entgegenbrachten, war wohl eher auf Angst gegründet als auf echte Anerkennung.

In der Schule war Lesen für mich der absolute Horror; alles, was ich bisher mit Bravour rückwärts geschafft hatte, war auf einmal das Schlimmste überhaupt. Meine Klassenkameraden fanden das immer ziemlich witzig, ich konnte ja jedem Lehrer alles an den Kopf werfen, er verstand mich ohnedies nicht. Die Lehrer gaben sich wirklich sehr viel Mühe, begriffen aber auch nicht so recht, warum mir normales Lesen Probleme bereitete, während ich rückwärts die Texte fließend abspulen konnte. Nach einigen Wochen intensiver Bemühungen und des Einsatzes von sehr viel Nervenkraft bekam ich dann das Lesen auch in Normalrichtung gut hin.

Mein fast unstillbarer Bewegungsdrang wollte befriedigt sein, und so erhielt ich nach der Schule mehrmals wöchentlich Tennisstunden und ging zum Fechttraining. Mein Vater hat zudem regelmäßig mit mir Fahrradtouren unternommen. Alles so gesehen eine wundervolle Kindheit, wenn nur nicht diese nervige Schule und erst die blöden Lehrer gewesen wären, die wollten, dass ich vorwärtslese.

Im Februar 1980 setzte mich eine schwere gesundheitliche Krise für sechs Wochen außer Gefecht. Danach war die Schule für mich schlimmer als je zuvor, egal wie sehr sich meine Lehrer

bemühten, sie konnten bei mir einfach keinerlei Interesse am Unterricht wecken, geschweige denn mich dazu animieren, mich als braver Junge in die Klasse zu integrieren. Ich sträubte mich gegen alles und jedes, ich wollte und konnte nicht angepasst sein. Niemand vermochte das zu verstehen, nicht einmal ich selbst, und das ließ ich in aller Heftigkeit meine ganze Klasse spüren. Folge der immer schwieriger werdenden Situation, in der sich auch keinerlei Kompromisse mehr finden ließen, war mein Wechsel in eine andere Schule, nach Welzheim, wo ich mein drittes Schuljahr absolvierte. Hier »schaffte« ich 1982 meinen zweiten Schulrauswurf. Kurz vor Schuljahresende hatte ich es einfach zu weit getrieben und in einem Wutanfall ein ganzes Klassenzimmer samt Möblierung zerstört. An den Auslöser hierfür kann ich mich gar nicht mehr erinnern, sicherlich war es mal wieder irgendeine Banalität, die mich so ausrasten ließ.

Nach den Sommerferien begann ich mein recht kurzes Intermezzo an der Realschule in Welzheim. Am Schuljahresende wurde ich nicht versetzt: Wegen »mangelnder Auffassungsgabe« in allen Fächern war ich durchgefallen. Heute weiß ich, dass ich damals extrem unter den Auswirkungen eines Aufmerksamkeitsdefizitsyndroms (ADS) litt, für mich war alles gleich wichtig, das Blatt, das sich im Wind bewegte, wie die Fliege über der Tür. Da war eine Unterrichtsstunde einfach nicht dazu angehtan, meine Aufmerksamkeit zu fesseln.

Zu dieser Zeit kannte man den Begriff ADS noch nicht; ich konnte mir nicht erklären, wieso ich so anders war, und meine Lehrer wussten mir auch nicht zu helfen. Vielleicht waren die Probleme hier verankert, ich fühlte mich nicht verstanden und niemand begriff, warum. Das konnte kein Rektor dulden und ich wurde vom Unterricht suspendiert. Dass ich unter ADS litt, erfuhr ich erst vor wenigen Jahren, als ich mich mit Freunden

unterhielt, die selbst von ADS betroffen sind. Sie konnten mich verstehen, denn sie hatten in unterschiedlicher Ausprägung alle dasselbe erlebt. Das ist heute sehr wahrscheinlich auch der Grund für unsere Freundschaft, denn wir verstehen uns einfach so, ohne einen Grund für den abwesenden Blick im Gespräch angeben zu müssen.

Die Schulleitung plädierte für einen Wechsel in eine Schule für lernschwache und behinderte Kinder, was meine Familie aber zum Glück nicht zuließ. Meine Mutter kämpfte mit den ihr möglichen Mitteln darum, dass ich in die Realschule Mutlangen aufgenommen wurde.

Dort fühlte ich mich richtig wohl; ich versagte zwar immer noch in den naturwissenschaftlichen Fächern Mathematik, Physik und Chemie, konnte aber mit einer Eins in Englisch und in Geografie ausgleichen. Englisch wurde mein bestes Fach, ich blieb im nächsten Jahr praktisch fehlerfrei, doch meine Mathenoten waren absolut unterirdisch. Es war mir einfach zu anstrengend, dauernd brav auf die Tafel zu achten oder in mein Heft zu schauen. In den anderen Fächern konnte ich auch, wenn ich nicht ganz so aufmerksam war, genug verstehen und aufnehmen. Dumm war ich ja nie, es war mir einfach viel zu langweilig, mich nur auf den Unterricht zu konzentrieren.

In diesem Sommer fanden die Olympischen Spiele in Los Angeles statt. Die vier Goldmedaillen von Carl Lewis haben mich dazu motiviert, wieder richtig Sport zu treiben. Ich trat in einen Fußballverein ein und intensivierte mein Tennistraining. Auch mit dem Fechten habe ich damals wieder begonnen, aber mittlerweile nicht mehr Florett, sondern Degen. Dank meiner vielen sportlichen Aktivitäten hatten sich meine Aggressionen in der Schule gelegt, es kam kaum noch zu Auseinandersetzungen mit den Mitschülern.

Am 29. Oktober 1986 schmuggelte ich mich dann zum ersten Mal in ein Fitnessstudio. Damals war ich 15 und Gerätetraining war erst ab 16 Jahren erlaubt. Warum kann ich mich noch so gut an das Datum erinnern?

Ganz einfach, dieser Tag hat mein Leben insofern verändert, als ich einen Sport gefunden hatte, bei dem meine mentale Stärke nicht nur enorm hilfreich war, sondern auch noch kultiviert werden konnte. Ich verbrachte jede freie Minute im Studio und begann meinen Körper zu formen. Selbst wenn es abgedroschen klingen mag, aber mein damaliges Vorbild war Arnold Schwarzenegger. Mit einem ordentlichen Trainingsplan und entsprechender Ernährung schaffte ich es auch wirklich Stück für Stück, meinem mir selbst gesetzten Ziel näher zu kommen.

Durch dieses sehr konzentrierte Training lernte ich dann auch, dass man mit Ausdauer und entsprechendem Willen beinahe alles erreichen kann. Diese enorme Selbstdisziplin forderte ich von meinen Trainingspartnern ebenfalls, sodass der eine oder andere nur einmal mit mir trainierte. Diese zum Teil ans Selbsterstörerische grenzende Disziplin zog sich ab nun durch mein ganzes Leben. Ich hatte eine Möglichkeit gefunden, mich auf eine Sache zu konzentrieren. In der Schule dauerte das allerdings noch einige Jahre, denn ich ließ mir noch immer nicht vorschreiben, was ich zu tun geschweige denn zu lernen hatte.

Meine Totalaversion gegen Mathematik war immer noch unverändert vorhanden. Bei meinem Realschulabschluss konnte ich die 4 in Mathematik und Physik glücklicherweise über meine guten Noten in den Sprachfächern sowie in Geschichte und Geografie ausgleichen.

Nach der Realschule besuchte ich dann in der Hoffnung, einmal mein Abitur zu schaffen, das Kaufmännische Berufskolleg in Aalen. Dieses Schuljahr bestand ich wieder einmal wegen Ma-

thematik nicht. Ich versuchte mein Glück am BK in Schorndorf nochmals. Hier schaffte ich dann auch tatsächlich die Klasse.

Das zweite Jahr am Berufskolleg, mit dem ich mein Fachabitur erreicht hätte, entwickelte sich dann wiederum zu einer absoluten Misere, sodass ich, wie ich ja schon des Öfteren auch öffentlich zugegeben habe, nie das Abitur geschafft habe. Der Pflichtschulstoff war mir einfach zu dröge und ich konnte mich für nichts, was mir die Lehrer erzählten, so richtig begeistern.

Das war also meine Schulzeit, nicht besonders rühmlich, aber auch nicht langweilig, vor allem nicht für meine Lehrer. Nun kam die Zeit im Leben, in der man sich gewöhnlich für eine Tätigkeit entscheidet, die man bis zur Rente ausüben möchte. Viel Auswahl blieb mir aufgrund meiner miserablen Abschlüsse ja nicht. Handwerklich bin ich absolut minderbegabt, ich habe bis heute nicht ein einziges Mal einen Reifen gewechselt oder auch nur ein Regal an die Wand gedübelt. Im Herbst begann ich dann in Aalen eine Ausbildung zum Versicherungskaufmann.

Ich entdecke meine Fähigkeiten

Etwa zwei Wochen nach dem Ende meiner Schulzeit fiel mir beim Aufräumen ein kleines einbändiges Hauslexikon in die Hände. Ich blätterte es durch, bis ich zum Kapitel Mathematik kam. Eigentlich hätte ich es spätestens in diesem Moment mit Ekel wieder weglegen müssen, doch eine Art innerer Drang ließ mich fasziniert an einer Tabelle mit Quadratzahlen festhalten.

Spaßeshalber lernte ich alle von 1^2 an bis 99^2 auswendig. Meine Lehrer haben zu Schulzeiten vergeblich versucht, mir auch nur das kleine Einmaleins beizubringen. Aber das hier machte mir sogar richtig Spaß. Am nächsten Morgen ließ ich mich

dann einfach nur so von meiner Mutter abfragen: Ich hatte mir fast alle Zahlen merken können! Ich, der absolute Versager in puncto Zahlen, hatte bei nur minimalem Aufwand fast alle Quadratzahlen bis 99^2 im Kopf behalten. Was war hier los, wieso konnte ich mir das auf einmal merken, wo ich es doch sonst selbst mit der größten Anstrengung nicht geschafft hatte?

Aus irgendeinem Grund hatte mich jetzt mein Ehrgeiz gepackt und ich stürzte mich als Nächstes auf die Tabellen auf der nächsten Doppelseite. Hier ging es um das Errechnen des Wochentages zu einem beliebigen Datum. Diese Aufgabe war schon etwas anspruchsvoller, im Buch war der Zeitraum zwischen 1800 und 2000 vorgegeben, ich wollte aber wie immer mehr und habe gleich so gelernt und umstrukturiert, dass ich bis ins Jahr 0 zurück und unendlich weit nach vorn rechnen konnte.

In diesen Sommerferien gab es für mich außer Bodybuilding nur noch Zahlen, auf einmal konnte ich rechnen, und es machte Spaß! Meine Eltern wunderten sich, wie ich plötzlich diesen Bezug zu Zahlen aufbauen konnte, die mir bis dahin immer fremd und unangenehm waren.

Kurz bevor ich meine Ausbildung begann, hörte ich im Radio ein Interview mit einem sich selbst als »Deutscher Meister im Kopfrechnen« bezeichnenden Herrn. Er führte in dieser Sendung natürlich auch sein Können vor. Von Minute zu Minute wurde ich blasser und eine seltsame Übelkeit kroch in mir hoch. Ich, der absolute Matheversager von früher, war nach vier Wochen Üben schon besser als dieser Mann. Ich war schneller, sicherer und konnte auch schon weitaus höher rechnen.

Während der nächsten Tage lief ich nur noch wie in Trance durch die Gegend, ich konnte kaum klar denken und kann mich auch an nichts mehr erinnern, was damals passierte, außer dass ich mir selbst schwor, mir die Chance, einmal in dem Be-

reich der Beste zu werden, in dem ich sonst immer der Schlechteste war, nicht entgehen zu lassen.

Leider musste ich jetzt aber auch mit meiner Ausbildung anfangen. Wäre es nach mir gegangen, hätte ich mich nur noch mit meinen mittlerweile geliebten Zahlen und mit Sport beschäftigt. Mit meinem Ausbilder Gerhard hatte ich aber absolutes Glück, er merkte schon sehr schnell, dass ich nicht für das Versicherungsgeschäft geschaffen war. Er unterstützt mich in meinem »Zahlenwahn« sehr und brachte mich auch auf die Idee, mich bei »Wetten, dass ...?« zu bewerben.

Meine Bewerbung wurde abgelehnt mit der Begründung, so etwas könne man nicht publikumswirksam aufziehen und außerdem wäre es in der Erklärung für den Zuschauer zu kompliziert. Doch ich ließ nicht locker.

Mein Start als Rechengenie

Im August 1993 kam dann der Anruf. Der Unterhaltungschef des ZDF, Fred Kogel, meldete sich bei mir und vereinbarte gleich einen Termin, bei dem er mich eine Woche später testen wollte. Bis dahin war nicht viel mit mir anzufangen, da ein Funke an Versagensangst doch wieder aufkeimte. Mathe konnte ich doch eigentlich noch nie!

Mein Trainingspensum war in dieser Woche gleich null, ich vermochte kaum klar zu denken. Meine ganze Familie, die Kollegen und alle um mich herum mussten wohl oder übel mit mir mitleiden.

Fred Kogel kam schließlich zu mir nach Welzheim und wir unterhielten uns über alle Einzelheiten meiner Potenziererei – damals bis hoch 12 und die Wurzeln und Kubikwurzeln; jetzt, nach über 13 Jahren, wähle ich solche Aufgaben zum Warm-

machen, damals aber war es noch eine echte Quälerei. Eine endgültige Zusage seitens des ZDF kam schon wenige Tage später.

Ab jetzt bestand mein Leben nur noch aus Training. Wenn ich nicht arbeiten musste, war ich oft vom frühen Morgen bis zum späten Abend unterwegs – ich ging teilweise zwischen 12 und 16 Stunden am Tag spazieren und lernte Zahlenkolonnen. Das Spaziergehen habe ich beibehalten: Immer wenn ich etwas neu oder sehr gut lernen muss, gehe ich spazieren. Sobald ich meinen Körper mit einsetzen kann, lerne ich leichter und besser, darum auch die ständigen Handbewegungen, wenn ich rechne.

Mein Ausbilder Gerhard unterstützte mich in dieser Zeit sehr, er kümmerte sich darum, dass ich ein Computerprogramm bekam, mit dem man meine Ergebnisse in der Show dann wirklich würde nachvollziehen können. Auch für den sportlichen Ausgleich sorgte er, wir gingen regelmäßig zum Tennis. Selbst während meines Trainings im Fitnessstudio lernte ich weiter, während jeder Bewegung ging ich im Kopf Rechenoperationen durch oder wiederholte Basiszahlen, die ich zum Rechnen brauchte.

Bei der Arbeit war ich in dieser Zeit zu nichts zu gebrauchen, sodass, wenn keine Kundenbesuche anstanden, ich die meiste Zeit im Café saß und trainierte; gelegentlich spielte ich auch zur Ablenkung mit Gerhard Backgammon.

Zwischendurch musste ich in der Geschäftsstelle in Aalen arbeiten, wo man nicht so viel Rücksicht auf meine Begabung nahm.

An einem Freitagnachmittag auf dem Heimweg begegnete ich auf dem Bahnhof einem Team von »Wetten dass ...?« – sie waren nicht meinerwegen da, sondern bereiteten alles für die Sendung am nächsten Tag vor. Die Außenwette, die Wolfgang Lippert für »Wetten dass ...?« moderierte, sollte genau hier stattfinden.

Als ich die Fernsehleute sah, wurde mir schlecht und der

Gedanke kroch mir eiskalt in den Kopf: Beim nächsten Mal bist du selber dran! Man kann sich bestimmt sehr gut vorstellen, dass ich trotz aller Vorfreude eine alles andere als entspannte Fahrt in mein Wochenende hatte.

Dieses mulmige Gefühl beschleicht mich immer wieder. Ich freue mich zwar schon beim Erhalt des Termins, aber irgendwann wird mir bewusst, jetzt ist es wirklich so weit, es war nicht nur ein großer Wunsch, jetzt musst du ran. Und dann ist dieses Gefühl in Kopf und Magen wieder da, das ich wohl nie loswerde; und im Grunde bin ich froh darüber, zeigt es mir doch, dass ich kein abgestumpftes Wesen bin, wie es den Savants oft nachgesagt wird. Egal wie viele Wettkämpfe ich bestreite oder Auftritte ich absolviere, diese Mischung aus Vorfreude und Nervosität wird mir hoffentlich ein Leben lang erhalten bleiben.

Am Donnerstag vor »Wetten dass ...?« bin ich dann zusammen mit einem Bekannten und dem Programmierer meines damaligen Rechenprogramms nach Linz gefahren. Während der Fahrt versuchte ich an alles Mögliche zu denken, nur nicht an meine bevorstehende Wette. Wir waren alle sehr nervös, hatten den ganzen Ablauf zwar schon unzählige Male besprochen, nur so etwas kann man einfach nicht planen, schon gar nicht bis ins Detail. Man weiß zwar, was man anziehen möchte, aber Pannen in letzter Minute lassen sich nicht vorhersehen. Darum hatte ich, auch wenn ich äußerlich ruhig war, ganz schön Bammel.

Bei der ersten Probe erfuhr ich, wer mein Wettplate sein sollte: Heinz Rühmann war natürlich mehr, als ich mir erhofft hatte – dieser nette alte Herr, eine Legende des deutschen Films und damals schon über 90 Jahre jung. Bei Herrn Rühmann sage ich bewusst jung, denn trotz seines hohen Alters war er ein herzlicher, in sich jung gebliebener Mensch, der leider kurze Zeit nach diesem Auftritt starb.

Am Freitag probten wir erstmals mit Thomas Gottschalk,

einer absoluten Persönlichkeit. Genauso menschlich und locker hinter wie vor den Kameras. Am Samstagmittag begann dann die heiÙe Phase: Die Generalprobe war um einiges anstrengender und weit weniger locker als die anderen Proben. Am späten Nachmittag musste ich in die Garderobe und in die Maske. Zum ersten Mal in meinem Leben kam meine Haut mit Make-up und Puder in Berührung, doch in den nächsten Monaten sollte ich mich schnell daran gewöhnen.

Nachdem die Eurovisionshymne verklungen war, ging alles ganz schnell: Thomas Gottschalk begrüÙte das Publikum und die Fernsehzuschauer, Herr Rühmann wurde auf die Bühne gebeten und in meinem Kopf war nur noch der Gedanke: Ich will diese Show mit 42 Prozent Tedquote gewinnen. Warum gerade mit 42 Prozent, ich weiß es nicht, diese Zahl war auf einmal in meinem Kopf. Der Moderator erklärte meine Wette und ich wartete direkt am Eingang zur Bühne. Nun wusste ich auch, warum dieser junge kräftige Mitarbeiter hinter mir stand; hätte ich plötzlich beschlossen, umzudrehen und zu gehen, hätte er mir wahrscheinlich mit sanftem Druck klargemacht, dass es kein Zurück mehr gibt.

Als Heinz Rühmann dann auch noch der Meinung war, ich würde meine Wette gewinnen, fiel jeglicher Zweifel von mir ab. Der Gedanke »42 Prozent« beherrschte meinen Kopf.

Die ersten einfacheren Aufgaben stellten mir Schüler einer Linzer Schule. Besonders in Erinnerung wird mir aber die letzte Aufgabe bleiben, sie war der wahre Beginn meines Erfolgs: 87 hoch 12?

188 Trilliarden, 031 Trillionen, 682 Billiarden, 201 Billionen, 497 Milliarden, 672 Millionen, 618 Tausend und 081.

Daraus errechnete ich dann noch die Wurzel und die Kubikwurzel, Letztere musste ich schließlich auch noch rückwärts ansagen: 16798275.

Können Sie sich vorstellen, wie befreiend so ein Jingle sein kann, dieses hüpfende Fragezeichen, der Applaus? Eine größere Spannung ist, glaube ich, noch nie von mir abgefallen als in diesem Moment. Doch der einzige Gedanke, der immer noch zählte, war 42 Prozent; an dieser Zahl hatte ich mich festgebissen.

Als ich mich hinter der Bühne wieder mit meinen Bekannten traf, die die EDV bedient hatten, waren wir alle drei glücklich, aber erschöpft. Alle gratulierten mir, so richtig konnte ich es noch gar nicht fassen, aber für den Rest der Sendung konnte ich mich entspannen, um dann am Ende nochmals den reinsten Nervenkrieg zu erleben.

Hinter der Bühne habe ich mich mit den verschiedensten Leuten unterhalten und wusste, wenn du jetzt diese verdammten 42 Prozent knackst, dann kommt so einiges auf dich zu.

Nach gut 90 Minuten wurden alle Kandidaten wegen der Tedauswertung für den Wettkönig nochmals auf die Bühne gerufen.

Die Balken liefen, einer viel weiter als alle anderen, das mussten mehr als nur knapp 50 Prozent sein. Die Anspannung war körperlich spürbar, um nicht zu sagen schon schmerzhaft.

Dann die Auflösung: Ein Ruck ging durch mich hindurch und das Grinsen in meinem Gesicht war durch nichts zu bremsen, ich war Wettkönig, aber nicht mit 42 Prozent wie erhofft, nein, ich hatte eine Quote von sage und schreibe 84 Prozent! Glück, Freude, Erwartung, alles erfüllte mich die in diesem Moment!

Das Einzige, was ich mir jetzt wünschte, war ein Telefon. Natürlich hatte meine Familie die ganze Sendung am Fernseher verfolgt – ich wollte jetzt nur ihre Stimmen hören, bevor ich zur Aftershowparty ging. Es hatte nicht einmal richtig geklingelt, schon war mein Vater am Apparat, meine Oma, mein Großvater und vor allem meine Mutter waren mit mir über-

glücklich. All die Stunden, die Tage, die Wochen und Monate hatten sich gelohnt, ich konnte der Welt zeigen, dass ich, der ich früher der absolute Versager in Mathe war, zu einer solchen Leistung fähig bin. Alle waren sehr stolz auf mich und auch ihre Anspannung ließ nun endlich nach. Während der anschließenden Party konnte ich meinen Sieg dann erst so richtig realisieren und begann mich beim Gedanken daran sehr wohl zu fühlen und mich zu entspannen. Eine mittlerweile ganz ungewohnte Gefühlslage, wenn ich bedenke, dass mir die letzten Tage über nur noch übel gewesen war und ich kaum schlafen oder anders zur Ruhe kommen konnte.

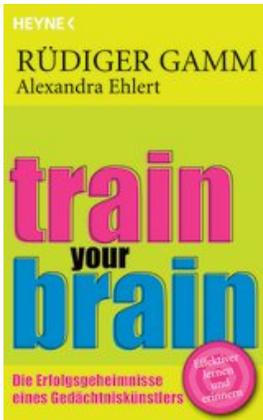
Der Sonntagmorgen war schon etwas anderes. Ich konnte vom Frühstücksraum aus die Traube von Leuten vor dem Hotel sehen, wobei ich anfangs noch dachte, sie seien wegen der Scorpions oder wegen eines anderen Promis da. Bis zu dem Moment, als mein Programmierer wieder am Tisch war und mir sagte, sie wollten alle mich.

Wie geht man als schüchterner junger Mann aus einem kleinen schwäbischen Dorf mit so etwas um? Ich stellte mich einer Meute von Journalisten und, ich traue es mich fast nicht zu schreiben, »Fans«.

Als ich nach dem Frühstück zu Hause anrief, sagte mir meine Mutter, dass das Telefon keine Minute mehr stillstehe. In diesem Moment war ich berühmt, wenn man das so sagen kann. Egal, wo ich die nächsten Tage auftauchte, überall sprachen mich wildfremde Menschen an und baten um Autogramme und Fotos.

Daheim angekommen zog ich als Erstes den Telefonstecker aus der Dose, ich wollte nur noch meine Ruhe im Kreise meiner Familie.

Am Montag fuhr ich dann nichts ahnend mit dem Zug zur Arbeit nach Aalen, aber was an diesem Tag los war, hatte nichts



Rüdiger Gamm, Alexandra Ehlert

Train your brain

Die Erfolgsgeheimnisse eines Gedächtniskünstlers

ORIGINALAUSGABE

Taschenbuch, Klappenbroschur, 208 Seiten, 11,8 x 18,7 cm
ISBN: 978-3-453-60064-5

Heyne

Erscheinungstermin: Januar 2008

Die Erfolgsgeheimnisse des »lebenden Taschenrechners«

Wie viel ist 99 hoch 20? Rüdiger Gamm löst selbst schwierigste mathematische Aufgaben im Kopf. Zusammen mit Alexandra Ehlert präsentiert er zahlreiche Techniken und Tipps, mit denen jeder schneller Informationen aufnehmen und seine Gedächtnisleistung verbessern kann.

Einfache Trainingstipps für den Alltag:

- Putzen Sie sich abwechselnd mit der linken und der rechten Hand die Zähne
- Lesen Sie ein paar Zeilen, die auf dem Kopf stehen

 [Der Titel im Katalog](#)