

## **DIE KURZSCHRIFT: EIN WAHRES FITNESSSTUDIO FÜR DAS GEHIRN**

Von: Waldir Cury

Das Ausüben der Kurzschrift ist eine unvergleichbare Übung für das Gehirn!

Wie schon die Autoren des Buches "Theorie und Didaktik der Stenografie" Pedro da Silva Luz und Wanda Canes Avalli sagen: "das Studium der Kurzschrift ist eine wahre Schule der intellektuellen Disziplin, der Konzentration, der Aufmerksamkeit, der Koordinierung, eine Schule für das schriftliche, glossale und logische Gedächtnis, die geistige Gewandtheit und das schnelle Verständnis."

Das Erlernen der Kurzschrift bedeutet, ein neues Alphabet in einem viel komplexeren Schriftsystem kennen zu lernen, verflochtener als die normale Schrift, welche die Alphabetskode benutzt.

Es ist uns bewusst, dass Schwimmen ein perfekter Sport für den Körper ist. Es ist eine Dehnungsübung, gut für den Atemtrakt, ausgezeichnet für den Blutkreislauf, fördert die gesamte Durchblutung, stärkt die periphere Durchblutung und kräftigt den Muskeltonus. Sogar der Kontakt mit dem Wasser trägt zum Wohl bei: kaltes Wasser verbessert die natürliche Widerstandskraft, warmes Wasser ist äußerst entspannend und mindert den Stress.

Auch andere Sportarten tun unserem Körper Gutes. Es wäre unmöglich sie alle aufzuzählen, beginnend beim Fußball, weiters Skifahren, Laufen, radikale Sportarten, Radfahren oder auch ein einfacher Spaziergang. Alles ist heilsam!

Und das Gehirn mit seinem gigantischen Kontrollsystem und seiner integrierten Verarbeitung von Informationen, mit seinen Billionen Neuronen? Wie kann man es trainieren? Welche Übung wäre für das Gehirn das, was das Schwimmen für den Körper ist?

In einem Interview gibt Iván Izquierdo, Neurowissenschaftler und einer der größten Spezialisten in Fragen Gehirn, eine Antwort auf die Frage: "Was sind die besten Übungen für unser Gedächtnis?"

- *"Die beste Übung ist das Lesen. Wenn man nur den ersten Buchstaben eines Satzes liest, verarbeitet das Gehirn in Millisekunden unzählbare Wörter, die mit diesem Buchstaben in Verbindung stehen. Somit wird das Gedächtnis in Gang gebracht. Lesen ist eine ausgezeichnete Übung."*

Wenn also das Lesen, das ein einfaches orthografisches System benutzt und aus Buchstaben aus dem Alphabet besteht, als die beste Gedächtnisübung angesehen wird, was könnte man dann über die Kurzschrift sagen, einem komplexen und superkompakten System von Transkription (Konversationsanalyse), was doch viel Überlegung und Konzentration zum Schreiben und auch Interpretation zum Lesen erfordert? Ein System, das manchmal beim Fehlen eines diakritischen Zeichens einen Laut bedeutet, der interpretiert werden muss ... wie könnte das in einem Schriftsystem aussehen, wo der Stenograf in Sekundenschnelle in Kurzschriftzeichen schreibt, Zeichen in verschiedenen Größen, Positionen, Signale mit verschiedenen Punkten und Strichen, Aufhebungen oder Streichungen und Abkürzungen? Ein Schriftsystem, in dem der Stenograf mit Genauigkeit der Zeichen arbeitet, wobei er schon während er noch stenografiert schon an die nachfolgende Übersetzung denken muss?

Zusammenfassend: Der Stenograf verwandelt die Laute in Zeichen während er die Größe und Position jedes Symbols prüft. Für all diese Aufgaben ist eine perfekte Motorik notwendig.

Horizontale, vertikale, schräge Striche, Kreise, Halbkreise, Punkte, lange und kürzere Striche, Signale, die ansteigen, andere die herabgehen, schräge Zeichen, alles muss an seinem Platz und in der richtigen Größe stehen um das Lesen im Anschluss nicht zu beeinträchtigen – uns alles wird sehr schnell gemacht.

Repräsentiert die Kurzschrift in diesem Fall nicht das vollständige Fitnessstudio für das Gehirn?